

ヘルプカードをご存じですか

市では、障がいのある方などが災害時や日常生活の中で困った際に、周囲の人が障がいの特性を理解し、適切に支援できるよう、ヘルプカードを配布しています。



ヘルプカードとは
「手助けが必要な人」と「手助けしたい人」
をつなぐカードです。



ヘルプカードとは・・・

障がいのある人が困った際に周囲に手助けを求めるためのカードです

障がいのある人の中には、自分から「困っています」を伝えることが苦手な人もいます。

このヘルプカードは、障がいのある人がいざというときに、必要な支援や配慮を周囲の人にお願ひしやすくするためのカードです。

障がいのある人が困っていたら・・・

- 「どうしましたか？」と声をかけてください。
- 相手に伝わっているか確認しながら、ゆっくり話してください。
- ヘルプカードの提示がありましたら、記載内容を確認して、相手が求める支援を行ってください。（緊急連絡先に連絡する、筆談で説明する・・・など）

※ 相手がヘルプカードを提示できない場合は、「ヘルプカードを持っていますか？」と確認することも必要です。

ヘルプカードは利用する本人や家族の判断により、支援を受ける際に必要な情報を記載するものです。

ヘルプカードに
関するお問い合わせ

宇都宮市保健福祉部障がい福祉課

〒320-8540 宇都宮市旭1-1-5 本庁舎1階

電話 028(632)2353 FAX 028(636)0398

こんなとき、みなさんの手助けが必要です。

障がいの特性によって、必要な支援や配慮はさまざまです。外見では障がいがあることが分かりにくい方や、困っていることを自分からうまく伝えられない方もいます。

そんなときに、「手助けが必要な人」と「手助けしたい人」をつなぐのがヘルプカードです。

皆様も、地域でヘルプカードを提示されたら、その記載内容に沿って支援をお願いいたします。

1 普段の生活の中で

● 何か困っているような人を見かけたら・・・

「何かお手伝いすることはありますか？」と声をかけます。

ヘルプカードの提示があったら、記載してある内容に沿って支援します。

ヘルプカードの提示が無い場合は、「ヘルプカードを持っていますか？」と確認します。

2 緊急のとき

● パニックや発作などを起こしている人を見かけたら・・・

まず、短い言葉で優しく声をかけてください。

ヘルプカードには、パニックや発作の際にどうしてほしいかが書いてあります。周りの人と協力して対応をお願いします。

3 災害が発生したら

● 避難などが必要なときに、危険を察知していない人や動けない人がいたら

ゆっくり、具体的に状況を伝えます。

ヘルプカードに緊急連絡先が記載されていれば、連絡をお願いします。

● 避難所で過ごすとき、障がいのある人が困っていたら

ヘルプカードを持っているか確認し、提示があったら記載内容に沿った支援や配慮をお願いします。

配布対象者 障がい者手帳所持者（身体障がい、知的障がい、精神障がい）、難病患者、障がい福祉サービスの受給者、その他ヘルプカードを必要とする人

配布場所 市役所本庁舎（障がい福祉課、保健と福祉の総合相談）、保健所保健予防課、各地区市民センター、教育センター、子ども発達センター、障がい者生活支援センター、市社会福祉協議会