

# ヘルプカードをご存知ですか？

市では、障害のある方などが外出や日常生活の中で困ったときに、周囲の人に障害や病気などについて理解してもらい、適切な配慮や支援を求めやすくするため、ヘルプカードを作成し、配布しています。



## ヘルプカードとは

障害などのある人が困ったときに、周囲に手助けを求めるためのカードです

障害などのある人の中には、自分から「困っています」と伝えることができない人もいます。このヘルプカードは、障害などのある人が困ってしまったときに、必要な配慮や支援を周囲の人にお願いしやすくするためのカードです。

※ヘルプカードには、住所、氏名、緊急連絡先、お願いしたいことなどが記入されています。

### 障害など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、必要な支援を行ってください。
- ※相手がヘルプカードを提示しないときは、「ヘルプカードを持っていますか？」と確認してください。

ヘルプカードに  
関するお問い合わせ

## 那須塩原市保健福祉部社会福祉課

〒325-8501 那須塩原市共墾社108-2

電話 0287(62)7026 FAX 0287(63)8911

# こんなとき、みなさんの手助けが必要です

障害などの特性によって、必要となる配慮や支援はさまざまです。外見では障害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、「手助けを必要とする人」と「助けてあげたい人」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・・・

「どうしましたか?」、「何かお手伝いすることはありますか?」と声をかけてください。

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をお願いします。

ヘルプカードの提示がないときは、「ヘルプカードを持っていますか?」と確認してください。

## 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。（「大丈夫ですか?」、「どうしましたか?」など）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などが書いてあります。周りの人と協力して対応をお願いします。

## 3 災害が発生したとき

### ●避難が必要なときに、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に、障害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配慮や支援をお願いします。

### 配布対象者

障害手帳所持者（身体障害・知的障害・精神障害）、難病患者、障害福祉サービスを利用している方、その他ヘルプカードを必要とする方（持病のある方、高齢者、妊娠している方、発達障害のある方、高次脳機能障害のある方など）

### 配布場所

市役所本庁舎（社会福祉課）、西那須野支所（市民福祉課）、塩原支所（総務福祉課）、保健センター、市立公民館