

ヘルプカード記入見本

【表 面】

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



記入年月日 ●●年 ●●月 ●●日

ふりがな **たていし たろう**
氏名 立石 太郎

住所 葛飾区 **立石5-13-1**

生年月日 T S H ●●年 ●●月 ●●日

血液型 **A 型**

第1連絡先 **立石花子(たていし はなこ)**

電話(FAX) **03-3695-1111(03-5698-1531)**

メール ******.***@****.***.jp**

本人との関係 **母**

障害名・病名 **肢体不自由(身体障害者手帳3級)**

服 薬 ○○○○、×××、△△△

通院先(☎) ○○病院○○科(03-****-****)

通院先(☎) ××××医院(03-****-****)

第2連絡先(☎) ○○○会社(03-****-****)

第3連絡先(☎) **立石 一郎(090-****-****)**

発行 葛飾区 障害福祉課
電話 03-5654-8262

**「ヘルプカード(葛飾区安心カード)」は、
障害のある方が「困った」ときに、まわりの方に
手助けをお願いするため、使用するものです。
手助けが必要なときにカードを
開いて見てください!**

- ご利用の際は、必ずしもすべての欄に記入する必要はありません。必要な欄のみご記入ください。
- 他人に知られたいくない内容は記入されなくて結構です。困ったときに伝えたい内容をご記入ください。
- ヘルプカードには重要な個人情報を記入します。取扱いや紛失などには十分ご注意ください。

【記入年月日】カードに記入した日

氏名・ふりがな、住所、生年月日、血液型はすべて**障害のある方(ご本人)**のことを記入してください。

網掛けになっている部分には、**第1連絡先となる方のことを記入**してください。
※必ず相手方に了承を得て記入してください。

【障害名・病名】
分かりやすく記入してください。

【服薬】服薬中の薬がある場合には、
記入してください。

【通院先】通院中の病院などがある場合には、
名称と電話番号を記入してください。

【第2、第3連絡先】
第1連絡先が通じない場合に、他に連絡
できるところを記入してください。

※連絡先は、必ず相手方の了承を得てから
記入してください。

保護したい内容がある場合は、記入
後に、カードと一緒に配布される
「個人情報保護シール」を貼ろう!



ヘルプカード促進キャラクタ「すけだちくん」

【裏面】

- 目が不自由です。 足が不自由です。
- 耳が不自由です。 手が不自由です。
- コミュニケーションが苦手です。
- 上記以外で不自由なことがあります。
- 移動のときに誘導してください。
- 周りの状況や掲示の内容を説明してください。
- 簡単な言葉で説明してください。
- 手話で伝えてください。
- 筆談で伝えてください。

- 介護が必要です。 洋式トイレを使います。
- アレルギーがあります。
- パニックになることがあります。
- 発作があります。
- 人工透析をしています。
- その他

- ・不自由な足は右足です。
- ・長距離を歩く場合は、車いすが必要です。

配慮して欲しいこと

・普段は杖を使用しています。

・手すりがあるトイレは1人で使用できますが、手すり

がない場合には、介護が必要です。

・靴は専用の補装具を使用しています。その靴がない

と杖があっても歩くことができません。

・手すりのある階段であれば、ゆっくり昇ることができますが、なるべくエレベーターを使用させてください。

不自由なことや手助けしてほしい内容で、想定されるものが記載してあります。該当するものに「✓」を記入してください。

該当項目がない場合や、伝えたい詳細がある場合には、「□その他」に記入してください。

(例)「□アレルギーがあります。」に✓をした場合、「□その他」にアレルギーの内容を記入する。

上記の内容に該当しないことで、他に伝えたいことがある場合には、「□その他」に具体的に記入してください。スペースが足りない場合は、下の「配慮して欲しいこと」欄に記入してください。

配慮してほしいことや本人の特性など、自由に記入してください。服薬の注意点があれば、ご記入ください。(その他の記入例)

【会話】人の話は理解できるが、自分から話すことはできない。
【食事】こぼすことはあるが、自分で食べられる。スプーンを使用する。

専門用語は使わないで、誰にでも分かる言葉で書くとみんなも手助けしやすいよ。



<ヘルプカードの携帯方法例>



- ・カードと一緒に配付されたカードホルダーを使う。(首から下げる。バックに結びつける。)



- ・財布の中に入れる。



- ・バックのポケットに入れる。

※この他にも様々な携帯方法がありますので、ご自分に合った方法で携帯してください。