

あなたの支援が必要です ヘルプカード



●ヘルプカードとは

障害などで困っている人が、周りに支援を求めるためのカードです。カードに配慮してほしいことや手伝ってもらいたいことを記入しておき、いざというときに提示することで「支援が必要な人」と「支援ができる人」をつなげます。

●こんなときに使います

○日常的にちょっと
手助けがほしいとき



○緊急のとき
・道に迷ってしまったとき
・パニックや発作、病気の時

○災害のとき
・災害が発生したとき
・避難生活が必要なとき



●支援が必要な人が困っていたら、 こんな手助けをお願いします

- ・「どうしましたか?」「何かお困りですか?」と声をかけてください。
- ・相手に伝わっているか確かめながら、ゆっくりと話してください。
- ・「ヘルプカード」を持っていれば、そこに手助けしてほしいことが書かれています。あなたのできる範囲での手助けをお願いします。

●必要な支援はひとりひとり違います

障害の特性などによって、必要な支援や配慮はさまざまです。聴覚障害や内部障害などで外見からは障害などがあることが分かりにくい場合や、音声機能障害などで声を出しづらい場合があります。また、通常とは異なる環境で不安定になっていることもあります。

ヘルプカードの使い方

裏面に、配慮や手助けしてほしいことを書き込めます。下の記入例を参考に、ヘルプカードを活用してください。

【裏面】

わたしが手伝ってほしいこと

- ・耳が聞こえづらいです。筆談で会話してください。
- ・大きな音でパニックを起こすことがあります。優しく声をかけて、静かな場所に誘導してください。
- ・認知症があります。一人でいたり、道に迷っていたら、下記の電話番号に連絡してください。
- ・家族連絡先: 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇
- ・聴覚に障害があります。災害時には、周囲の様子を教えてください。

個人情報を書く場合は、カードを使用するご本人やご家族などで内容を十分検討してください。

「不自由なこと、苦手なこと、病気や症状のこと」と一緒に「手助けしてほしいこと」を書くと、より周囲の方が理解しやすくなります。

そのほかの記入例を県のホームページに掲載していますので、ご活用ください。

鹿児島県 ヘルプカード [検索](#)

● 携帯方法



財布に入れる、カバンにつける、首から下げる、など使いやすい方法で携帯してください。

● ヘルプカードの配布窓口

- ・県障害福祉課
- ・県地域振興局
- ・県支庁・事務所
- ・ハートピアかごしま
- ・市町村窓口

● 問い合わせ先

鹿児島県くらし保健福祉部
障害福祉課
電話 099-286-2746
FAX 099-286-5558