

# ヘルプカードを作成しました

障がいのある方が災害時や日常生活の中で困った時に、周囲の人に障がいについて説明し、支援を求められやすくするため、ヘルプカードを作成しました。ヘルプカードの提示がありましたら、皆様の支援・配慮をお願いします。



## ヘルプカードとは

**障がいのある人が困った時に手助けを求めやすくす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」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、支援を必要とする人が携帯し、いざという時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・・・**

ヘルプカードでお願いする支援は誰にでもできるものです。

- ・「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。

(ヘルプカードには住所、氏名、緊急連絡先、障がい名、配慮してほしいことなどが記入されています)

ヘルプカードに  
関する問合せ

**栃木市保健福祉部障がい福祉課**

**〒328-8686 栃木市万町9-25 本庁舎2階(2A-6)**

**TEL 0282-21-2203 fax 0282-21-2682**

# こんな時、みなさんの手助けが必要です

障がいの種別によって支援や配慮は様々です。必要としている支援内容を伝えられる方もいれば、うまく伝えられない方もいます。

また、外見からは障がいがあることが分かりにくい方や、配慮が必要な時に自分から言い出せない方もいます。

そんな時に、「手助けが必要な人」と「助けてあげたい人」を結ぶ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 日常的に

### ●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。

## 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 災害が発生したら

### ●避難しなければならない時に、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てください。ヘルプカードに緊急連絡先が記載されている時は、連絡をお願いします。

### ●避難所で過ごす時、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を確認し、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）

**配布場所** 市役所本庁舎（障がい福祉課）、各総合支所（地域づくり推進課）