

必要な方は、ヘルプカードを持ちましょう

富士市ヘルプカード(1面)

ヘルプカードとは

ヘルプカードは、援助を必要とする方が携帯し、いざというときに必要な支援や配慮を、周囲の人にお願いするためのカードです。

ヘルプカードはこんなときに役立ちます！

- ちょっと助けてほしいときに、周囲の方に配慮してほしいことなどを正確に伝えられます。
- 発作やパニックなどの際に、周囲の方に配慮してほしいことなどを正確に伝えられます。
- 災害に伴う避難生活などの際に、周囲の方に配慮してほしいことなどを正確に伝えられます。
- 緊急連絡先への連絡が必要な際に、スムーズに連絡できるようになります。

作り方

- ① 個人情報等に留意して、必要な情報のみ記入してください。(油性のマジックなどで記入してください。)
- ② 2面の破線(外周)に沿って切り取ってください。
- ③ 2面のAの所で谷折りしてください。
- ④ 2面のBの所で谷折りしてください。
- ⑤ 2面のCの所で谷折りしてください。 → 完成

使い方

- **携帯方法**
外出時に、手帳やバッグなどに入れ携帯してください。

《携帯方法の例》

- 身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳などに入れる。
 - 定期入れや保険証入れの中に入れる。
 - 市販のカードホルダーに入れ、かばんの内側などにつける。
- ※ 紛失しないようご注意ください。

- **支援が必要なとき**
支援が必要なときにカードを見せてください。

自由記述欄

緊急連絡先①

連絡先名

私との関係

電話番号

緊急連絡先②

連絡先名

私との関係

電話番号

TEL.0545-55-2911 / FAX.0545-53-0151

発行 富士市福祉課 障害福祉課

カードを開いてください。

手助けが必要なときに

「ヘルプカード」は、障害のある人などが困ったときに、周りに手助けをお願いするためです。

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



いただきへの、はじまり 富士市

富士市 ~富士市ブランドメッセージ大作戦展開中!~

富士市ヘルプカード(2面)

私の情報 記入日 年 月 日 (二ツネ-A)

名前 前 (二ツネ-A)

住所 富士市

生年月日 年 月 日

血液型 Rh+ -

私の医療情報

かかりつけの 医療機関

電話番号

障害名

・病名

飲んでいる薬

直前のことを覚えるのが苦手です。(認知症があります。)

パンツクになることがあります。

コミュニケーションが苦手です。

(目・耳・手・足)が不自由です。

私の主な症状

□ (その他) ()

□ 簡単な言葉で、ゆくり説明してください。

□ 周りの状況や掲示内容を説明してください。

□ 移動の際、介助してください。

□ 緊急連絡先に連絡してください。

□ かかりつけ医に連絡してください。

□ (その他) ()

□ 妊婦中です。(出産予定日 年 月 日)

□ (アレルギ-・発作)があります。()

□ ストーマ用器具が苦手です。

□ 大きな音が苦手です。静かな場所に連れて行ってください。

□ 体に触れられるのが苦手です。

□ てんかん発作は数分でおさまります。

□ 過呼吸になった際には、小さな袋を口にあて、呼吸を落ち着かせてください。

□ 災害時には、緊急連絡先に連絡してください。連絡がつかないときは〇〇に連れてきてください。 など

配慮してほしいこと

□ 手話か筆談をお願いします。

□ 簡単な言葉で、ゆくり説明してください。

□ 周りの状況や掲示内容を説明してください。

□ 移動の際、介助してください。

□ 緊急連絡先に連絡してください。

□ かかりつけ医に連絡してください。

□ (その他) ()

←A (谷折り)

←B (谷折り)

←C (谷折り)

使い方の工夫

「私の主な症状」や「配慮してほしいこと」欄に記載されていること以外に記載したいことがあれば、「その他」欄や「自由記述欄」をご利用ください。

《「その他」「自由記述欄」の記載例》

- 人工透析をしています。
- ペースメーカーを使用しています。
- 発作時はカバンの中の薬を飲ませてください。
- ストーマ用器具を使用しています。
- 大きな音が苦手です。静かな場所に連れて行ってください。
- 体に触れられるのが苦手です。
- てんかん発作は数分でおさまります。
- 過呼吸になった際には、小さな袋を口にあて、呼吸を落ち着かせてください。
- 災害時には、緊急連絡先に連絡してください。連絡がつかないときは〇〇に連れてきてください。 など

【注意】

- ヘルプカードに記入する際には、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。
- 他人に知られたくない内容は、記入しないでください。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入力しますので、取り扱いや紛失などにはくれぐれもご注意ください。