

かつようほうほう ヘルプカード活用方法



【利用にあたって気を付けること】

ヘルプカードには重要な個人情報も含まれますので、
取り扱いや紛失などには十分注意してください。

ヘルプカードについての問い合わせ先

静岡市保健福祉長寿局健康福祉部

障害福祉企画課

電話 054-221-1197 FAX 054-221-1494

【ヘルプカードの使い方】

ヘルプカードには、氏名や障がい・病名、連絡先などを必要に応じて書き込むことができます。

必要だと思う項目を記入したら、ご自身の障がい・病気などの特性や、

考え方などに合わせてカードを持ち歩くことで、困ったときやいざというとき

に必要な支援や配慮を受けるのに役立ちます。

※無理に全ての項目を記入する必要はありません。

【ヘルプカードの携帯方法】

ヘルプカードを持ち歩く手段は、いろいろな方法が考えられます。ご自身に合った方法
でカードを持ち歩き、活用しましょう。

(活用例)

- ヘルプマーク  に「詳しくはかばんの中のヘルプカードを見てください」と記載したシールを貼っておき、ヘルプマークとヘルプカードを一緒に使う。
- 財布や手帳、定期入れなどの中に入れる。
- かばんの内側にカードホルダーをつける。

ヘルプカード 記入例

<p>あなたの支援が必要です。</p> <h2>ヘルプカード</h2>   <p>あおいく 葵区PRキャラクター あおいくん</p>  <p>静岡市</p>		<table border="1"> <tr> <td>かかりつけ 医療機関</td> <td>ぬいしょう 名称 〇〇病院 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456</td> </tr> <tr> <td>かよ 通っている 職場や施設等</td> <td>ぬいしょう 名称 〇〇〇〇 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456</td> </tr> <tr> <td>かよ 通っている 学校</td> <td>ぬいしょう 名称 〇〇学校 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456</td> </tr> </table>	かかりつけ 医療機関	ぬいしょう 名称 〇〇病院 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456	かよ 通っている 職場や施設等	ぬいしょう 名称 〇〇〇〇 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456	かよ 通っている 学校	ぬいしょう 名称 〇〇学校 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456	<p>わたし てつた し 【私が手伝って(知って)ほしいこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 簡単な言葉で説明してください <input checked="" type="checkbox"/> 書いてあることを、音読してください <input type="checkbox"/> 筆談で伝えてください <input type="checkbox"/> 移動の際、介助してください <input type="checkbox"/> ペースメーカーを使用しています <input type="checkbox"/> 人工透析をしています <input checked="" type="checkbox"/> パニックになることがあります 															
かかりつけ 医療機関	ぬいしょう 名称 〇〇病院 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456																							
かよ 通っている 職場や施設等	ぬいしょう 名称 〇〇〇〇 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456																							
かよ 通っている 学校	ぬいしょう 名称 〇〇学校 でんわ ばんごう 電話番号 054-123-456																							
<table border="1"> <tr> <td>ふりがな</td> <td>しずおか たろう</td> </tr> <tr> <td>なまえ 名前</td> <td>静岡 太郎</td> </tr> <tr> <td>せいねんがっぴ 生年月日</td> <td>1991 ねん がつ 2 月 8 日 けつえきがね 血液型 A 型 (RH+) (RH-)</td> </tr> <tr> <td>じゅうしょ 住所</td> <td>〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇</td> </tr> <tr> <td>きんきゅう 緊急 連絡先</td> <td>なまえ つづまがらとう 名前(続柄等) : しずおか さぶろう (父) でんわばんごう 電話番号 : 090-1234-5678</td> </tr> </table> <p>※ご自身が必要だと思う項目に記入をしてください</p>	ふりがな	しずおか たろう	なまえ 名前	静岡 太郎	せいねんがっぴ 生年月日	1991 ねん がつ 2 月 8 日 けつえきがね 血液型 A 型 (RH+) (RH-)	じゅうしょ 住所	〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇	きんきゅう 緊急 連絡先	なまえ つづまがらとう 名前(続柄等) : しずおか さぶろう (父) でんわばんごう 電話番号 : 090-1234-5678	<table border="1"> <tr> <td>しょう 障がいや びょうき 病気について</td> <td>〇〇障がい / 〇〇不自由</td> </tr> <tr> <td>の 飲んでいる薬</td> <td>〇〇を服薬中</td> </tr> <tr> <td>アレルギー等</td> <td>〇〇アレルギーがあり、〇〇が食べられません</td> </tr> <tr> <td colspan="2">あしがいじ ひなな ばいしょ かぞく しえんしや ごうけう ばいしょ 災害時の避難場所(家族や支援者と合流できる場所)</td> </tr> <tr> <td>ぬいしょう 名称</td> <td>〇〇〇〇中学校 校門前</td> </tr> <tr> <td>じゅうしょ 住所</td> <td>〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇</td> </tr> </table>	しょう 障がいや びょうき 病気について	〇〇障がい / 〇〇不自由	の 飲んでいる薬	〇〇を服薬中	アレルギー等	〇〇アレルギーがあり、〇〇が食べられません	あしがいじ ひなな ばいしょ かぞく しえんしや ごうけう ばいしょ 災害時の避難場所(家族や支援者と合流できる場所)		ぬいしょう 名称	〇〇〇〇中学校 校門前	じゅうしょ 住所	〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇	<p>わたし はいりょ 【私が配慮してほしいこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションをとることが苦手です ・触られることが苦手です ・困っていたら〇〇〇に連絡してください 等 <p>カードの持ち主が困っているときや緊急のときはカードの 内側を見てください。</p>
ふりがな	しずおか たろう																							
なまえ 名前	静岡 太郎																							
せいねんがっぴ 生年月日	1991 ねん がつ 2 月 8 日 けつえきがね 血液型 A 型 (RH+) (RH-)																							
じゅうしょ 住所	〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇																							
きんきゅう 緊急 連絡先	なまえ つづまがらとう 名前(続柄等) : しずおか さぶろう (父) でんわばんごう 電話番号 : 090-1234-5678																							
しょう 障がいや びょうき 病気について	〇〇障がい / 〇〇不自由																							
の 飲んでいる薬	〇〇を服薬中																							
アレルギー等	〇〇アレルギーがあり、〇〇が食べられません																							
あしがいじ ひなな ばいしょ かぞく しえんしや ごうけう ばいしょ 災害時の避難場所(家族や支援者と合流できる場所)																								
ぬいしょう 名称	〇〇〇〇中学校 校門前																							
じゅうしょ 住所	〒424-1234 静岡市葵区〇〇〇〇																							

●災害時の避難場所につきましては、近くの指定避難所や予め家族と相談して決めた避難場所を書いてください