

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



ねりわ
NERIMARU
©練馬区



練馬区

あなたの

ヘルプカード
手助けありがとう

■ヘルプカードとは

ヘルプカードは、障害のある方が災害時や緊急時、または日常で困りごとが起こった時に、周りの方へ手助けや配慮が必要であることを伝えるためのものです。



ねりわ
NERIMARU
©練馬区

問い合わせ先：

練馬区 福祉部 障害者施策推進課 電話：03-5984-4598/FAX：03-5984-1215

こんなとき、あなたの手助けが必要です



このカードを持っている方が困っていたら、まずは声をかけてください。

カードの中には、手助けしてほしい内容が記入されています。

その内容に沿った支援をお願いいたします。



■ 障害の種別やその方の状況によって支援方法はさまざまです。

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、外見からは障害のあることがわかりにくい方もいます。

そんな時こそ、「ヘルプカード」の出番です。みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。

◆ 日常的に

● 何か困っているような方を見かけたら

→「どうしましたか？」と声をかけてください。その際「ヘルプカード」の提示があったら、記載してある内容にそった手助けをお願いいたします。

◆ 緊急時に

● パニックや発作など起こしている方を見かけたら

→まず、短い言葉でやさ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。周りの方と協力して対応をお願いします。

◆ 災害時に

● 安全な場所に避難しなければならないときに、危険を察知していない方や動けない方がいたら

→ゆっくり具体的に状況を伝えてください。

「ヘルプカード」に連絡先の記載がある場合には、連絡をお願いいたします。

● 避難所で過ごすとき、障害のある方が困っていたら

→「ヘルプカード」を持っているか確認し、提示があったら記載内容にそった支援や配慮をお願いします。