

知ってください 「ヘルプカード」

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



青森市

♥ヘルプカードとは

障がいなどがあり、自分から「困った」「手助けしてほしい」となかなか伝えられない方が、あらかじめ配慮してほしいことなどを記入し、日常生活において、また、緊急時や災害時など、周囲の人に手助けを求めたいときに提示することで、手助けを求めやすくするカードです。ヘルプカードは、「手助けがほしい人」と「手助けできる人」をつなぐカードです。

♥障がいのある人が困っていたら

聴覚障がいや内部障がいなど、外見からは障がいがあることが分かりにくい場合があります。

『このカードを持っていて、何か困っているような人を見かけたら』まずは「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」には、手助けしてほしい内容が記載されています。



♥ヘルプカードの配布場所

青森市役所 障がい者支援課
浪岡事務所 健康福祉課

ヘルプカードについての問い合わせ先

青森市健康福祉部障がい者支援課

〒030-8555 青森市中央一丁目22-5

TEL 017-734-5319 FAX 017-734-5329

あなたの手助けが必要な人がいます。

外見からは、障がいのあることが分かりにくく、ちょっとした手助けが必要でも、自分からは、うまく伝えられない人がいます。また、障がいには、さまざまな特性があり、手助けが必要なこともさまざまです。

みなさんのやさしいご理解とご配慮をお願いします。



日常的に...

ちょっと困っていて
手助けしてほしい

「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。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あった手助けをお願いします。



緊急のとき...

道に迷ってしまったとき
パニックや発作、体調
が悪くなったとき

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。



ヘルプカードの活用場面

災害のとき...

災害が発生したとき
災害により避難行動
が必要なとき

落ち着けるように、優しい言葉で具体的にゆっくり話して、状況を伝えてください。安全確保を優先して連絡先に連絡をお願いします。



障がいによって、コミュニケーションの手段はそれぞれ違います。

例えば、聴覚障がいのある人には、文字などにより必要な情報を知らせてください。

視覚障がいのある人には、読み上げるなど必要な情報を知らせてください。