

ヘルプカードを 作成しました!

障がいのある方などが災害時や日常生活の中で困ったときに、
周囲に自己の障がいについて説明し支援を求めるために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

障がいのある方が、緊急時や災害時などに周囲に支援を求めるためのカードです。
普段から身につけておき、困ったときに周囲に提示することによって、必要な支援を受けることができます。

こんなときに使います

- **日常的に** ■ ちょっと手助けが欲しいとき
- **緊急のとき** ■ 道に迷ってしまったとき ■ パニックや発作、病気の時
- **災害のとき** ■ 災害が発生したとき ■ 避難生活が必要なとき

このカードを持っている方が困っていたら

- まずは「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。
- ヘルプカードには、してほしい支援、障がい名や病名、緊急連絡先などが書かれています。
書いてある内容に応じた配慮や支援をお願いします。