

「助けて」その声が出せない人もいます。

障害のある人の中には、外見からは障害があることが分かりにくく、困っていても自分から手助けを求められない人がいます。特に災害発生時には障害のある人にとって困りごとが増えることが想定されます。必要な支援内容は障害によりさまざまで「ヘルプカード」は「ちょっと手助けが必要な人」と「ちょっと手助けしたい人」を結びきっかけづくりの役割を担います。



ささえーるくん
「支える」と「エール」を組み合わせた
江東区ヘルプカードキャラクター

Q: ヘルプカードってなに?

ヘルプカードは障害者の方など援助を必要とする人が携帯し、いざという時に周りの方に支援をお願いするためのカードです。



記載例

※全て記載する必要はありません

必要なことだけ書きましょう

氏名	江東 花子	生年月日	1947年 3月15日
住所	江東区東陽4-11-28	血液型	A型 RH(+-)
このカードを御覧の方へのメッセージ			
・日中は江東太郎に連絡をしてください。 ・災害時の家族の集合場所は、江東区の〇〇公園です。誘導をしてください。			

Q: ヘルプカードを持っている人が困っていたら?

まず優しく声をかけてください。
記載内容を見て書いてある内容にそって支援をお願いします。



Q: 「私が手伝ってほしい事」には何を書けばいいですか?

一番に伝えたいことを書きます。たとえば、自分の体の特徴や、食べ物のアレルギー自分が苦手なこと、手伝ってほしいことなどの大切なことを、わかりやすく書きましょう。



私が手伝ってほしい事

- ・パニックを起こすことがあります。優しく声をかけてください。
- ・視力障害があります。緊急時には、周囲の状況を伝えてください。
- ・筆談で会話をしてください。
- ・大きな音が苦手です。
- ・わかりやすい言葉で話してください。

連絡先①	家族	通勤	通学先	その他 ()
名前	江東 太郎			
連絡先	3647-4953			
連絡先②	家族	通勤	通学先	その他 (友人)
名前	城東 一郎			
連絡先	XXX@〇〇.ne.jp			
かかりつけ医療機関	深川ささえーる病院			

Q: このカードを御覧になった方へのメッセージには何を書けばいいですか?

連絡方法などを書いたり、緊急時の避難方法なども書くといいでしょう。



支援できる人へ。大きな事故や災害などの緊急時にもヘルプカードは効果を発揮します。

もしヘルプカードを持ってる人が目に入ったら、一緒に避難をしたり記載の連絡先への連絡をお願いします。あなたの声の一つの命を助けます。

障害者の方へ。ヘルプカードは江東区役所や、地域の保健所・保健相談所で配付しています。

また、外出が困難な人には郵送もしていますので、お気軽にお問い合わせください。

ヘルプカードは大切な個人情報です。紛失には十分注意してください。