

# ヘルプカードを使用される方へ

ヘルプカードは、援助や配慮を必要としている障がいのある方や、病気の人、妊娠初期の人などが、日常生活や災害時などで困ったときに周囲に示し、支援や理解を求めやすくすることを目的としたものです。

ヘルプカードの使い方  
 財布に入れて持ち歩いたり、  
 パスケースに入れてかばんに付けるなど、  
 必要な時に取り出せるようにします。



カードへの記入例

## 【裏面】

自由記載欄	
あなたが支援してほしいことなどをご記入ください	

### 自由記載欄の記載例

- 不自由なこと**  
 が不自由です。大きな音が苦手です。  
 体に触れられることが苦手です。 など
- 手助けして欲しいこと**  
 手話が筆談をお願いします。  
 簡単な言葉で説明してください。 など
- 病気や症状のこと**  
 パニックになることがあります。  
 ペースメーカーを使用しています。 など
- その他**  
 詳しい症状が書いてあるノートが  
 かばんの中に入っています。 など

## 【内側】

ふりがな			
名前			
住所			
生年月日	年 月 日	性別	血液型
			型 Rh+
緊急連絡先	名称等： 電話番号： 呼んでほしい人の名前：		

### 個人情報の記入にご注意ください

名前や住所、病名などの個人情報を記入する場合は、カードを使用するご本人やご家族で、内容を十分検討してください。

なお、個人情報を記載する場合は、悪用を防ぐため、紛失したり置き忘れてたりしないよう、取扱いに注意してください。

障がいや病気の名称と特徴	
飲んでいる薬	
アレルギー等	
かかりつけ医療機関	機関名： 電話番号： (主治医： )
自由記載欄	

## 問い合わせ先

〒514-8570 津市広明町 13 番地

三重県健康福祉部地域福祉課 ユニバーサルデザイン班

電話：059-224-3349 FAX：059-224-3085 電子メール：ud@pref.mie.jp