

ヘルプカードの書き方

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



新宿区
SHINJUKU CITY

「ヘルプカード」は、障害のある人が普段から身につけておくことで、緊急時や災害時、困った際に、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくするものです。

新宿区福祉部 障害者福祉課
電話 5273-4516
FAX 3209-3441



緊急連絡先

連絡してほしい人 の名前と 電話 FAX メールアドレス	(関係 母) 新宿 花子 090-◇◇◇◇-◇◇◇◇
	(関係 通所施設) 〇〇 作業所 03-△△△△-△△△△

伝えたいこと

- 発作があり薬を飲んでます。
- 簡単な言葉で説明してください。
- 返事は得意ではありません。

わたしの情報1 書きたいところだけ書きましょ

名前	(ふりがな) 新宿 太郎
住所	新宿区 町1丁目
生年月日	昭和60年 月 日生

わたしの情報2 書きたいところだけ書きましょ

障害名 病名	愛の手帳 3度
かかりつけ 医療機関	東京〇〇〇〇病院 小児科 ■ 田 ● 子 先生
本人の電話 FAX メールアドレス	

「伝えたいこと」の記入の例

- 避難場所
- 血液型
- 薬について
- 目が不自由です。
- 足が不自由です。
- 耳が不自由です。
- 周りの状況を説明してください。
- 移動のとき誘導をしてください。
- アレルギーがあります。(〇〇アレルギー)
- 〇〇が苦手です。
- 〇〇してください。
- その他

留意点

ヘルプカードには重要な個人情報に記載することがあります。取り扱いや紛失には十分ご注意ください。

同封のシールの使い方



日頃身につけている物(例：かばん、キーホルダー、手帳)などに貼っておくことで、ヘルプカードを持っていることを周囲に知らせます。



書きたいところだけ書きましょ。すべてを記入しなければならないものではありません。

新宿区 福祉部障害者福祉課福祉推進係
☎ 5273-4516 FAX 3209-3441