### どんな人がもらえるの?

障がい者手帳所持者(身体障がい,知的障がい,精神障がい),難病患者,障がい福祉サービスの 受給者,その他ヘルプカードを必要とする人を対象とします。

#### どこでもらえるの?

市役所本庁舎 (障がい福祉課、保健と福祉の総合相談)、保健所保健予防課、地区市民センター、子ども発達センター、教育センター、障がい者生活支援センター、市社会福祉協議会で配布しています。

市のホームページから様式をダウンロードすることもできます。

# ヘルプカードの携帯方法(例)

ヘルプカードの携帯方法や使い方は,障がいの特性,それぞれのライフスタイル,考え方などにより異なりますので,ご自身で適切な方法となるよう工夫してください。

### 【ヘルプカードの所持を周囲の人に気づいてほしい場合】

● 市販のカードホルダーに入れて首やバッグの外側にさげる。

# 【ヘルプカードは必要に応じて自分で提示したい場合】

- 障がい者手帳などと一緒にケースに入れておく。
- お財布や定期入れの中に入れておく。
- お薬手帳と一緒にポーチに入れておく。

# 【悪用・紛失などが心配な場合】

● バッグにヘルプカードの表紙のみをさげ、住所や電話番号、 障がい特性などの個人情報はバッグの中にしまっておく。

(カードの表紙に「支援内容を書いたカードがバッグの中に

入っているので見てください」など,カードの所在が分かるようにしておく。)



ヘルプカードに 関するお問い合わせ

# 宇都宮市保健福祉部障がい福祉課

〒320-8540 宇都宮市旭1-1-5 本庁舎1階 電話 028(632)2353 FAX 028(636)0398

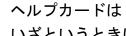
# ヘルプカードを持ちましょう

あなたの支援が必要です。

# ヘルプカード



すっのみゃし字都宮市



いざというときに、手助けしてもらいたいことや、自分の情報を、周りの人に伝えるためのカードです。



# ヘルプカードはこんなときに役立ちます

### 1 普段の生活の中で

ちょっと助けてほしいときに、ヘルプカードを提示 することでスムーズに支援をお願いできます。

# 2 緊急のとき

パニックや発作,病気のときに配慮してほしいことや, 常用している薬の情報を正確に伝えることができます。

# 3 災害が発生したら

家族に連絡してほしい、避難所での生活において 障がい特性に応じた配慮をしてほしいなどの情報を 正確に伝えることができます。



# <u>ヘルプカードの利用にあたり気をつけること</u>

ヘルプカードに記載する情報は、個人の判断により異なりますが、重要な 個人情報も含まれますので、取扱いや紛失などには十分注意してください。