

# ヘルプカード

## 知っていますか?



あなたの支援が必要です。

### ヘルプカード



### 千葉県

チーパカ



### 「ヘルプカード」とは

援助を必要としている障害のある方などが携帯し、いざというときに必要な支援や配慮を周囲の人にお願いするためのカードです。

## もし

## 突然

の時、落ち着いて頼めますか？

(例) 「家族が倒れた！救急車を！」

ヘルプカードが

無いと...



あれば...



「手助けして欲しいこと」の例文は次頁へ！

私が配慮や手助けをして欲しいこと

この空欄に入れる  
コメントの例

このページをフ  
リントして「例  
文」を切り取っ  
て貼り付けてく  
ださい。

## <例文>

### ●例えば、救急車が来た時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



手話通訳者を呼んで下さい。

千葉聴覚障害者センター 派遣事業担当

TEL 043-308-6373

※場所、日時は別紙メモの通りです。  
よろしくお願いします。

### ●例えば、警察を呼びたい時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



110番

私の代わりに電話をかけていただけますか。

※場所など伝えたい内容は別紙メモの通り  
です。よろしくお願いします。

### ●例えば、家族に連絡したい時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



私の家族に電話をお願いします。

TEL

※伝えたい内容は別紙のとおり。

### ●例えば、消防署に通報したい時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



119番

私の代わりに電話をかけていただけますか。

※場所など伝えたい内容は別紙メモの  
通りです。よろしくお願いします。

### ●例えば、駅などでアナウンスが聞こえない時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



電車が止まったままです。

何が起こったのでしょうか？

アナウンスがありましたら、書いて  
教えていただけませんか？

### ●例えば、路上で話しかけられた時

私が配慮や手助けをして欲しいこと



すみませんが、  
私は耳が聞こえません。

今、おっしゃったことを書いて  
お話していただけますか？