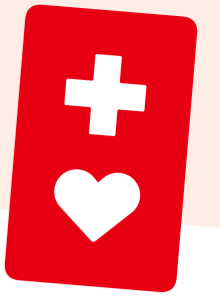


知っていますか? 「ヘルプカード」

あなたの支援が必要です。
ヘルプカード



知的障害、聴覚障害や内部障害など、さまざまな障害のある人たちが、日常生活や緊急時に周囲に支援を求める手段として活用される「ヘルプカード」。東京都内では現在、9区3市10団体のそれぞれがカードを作成しています。東京都ではヘルプカードのさらなる活用と認知度の向上を目指し、都内で統一的に活用できるようにデザインや形態などの標準様式を定めました。

東京都は「ヘルプカード」の標準様式を定めました

これまで区市町村や団体が独自にヘルプカードを作成していましたが、自治体ごとに様式が異なり、なかなか理解が広まりにくい課題がありました。そこで、東京都では、ヘルプカードの認知度を高め、都内で統一的に活用できるように標準様式を定めました。カードをどのように作成し、配布するかなどについては実際に作成する区市町村が決めることになります。

サイズ: 運転免許証サイズ 文字色や色も統一



表面: ①ヘルプマーク
②「あなたの支援が必要です」
③「ヘルプカード」(文字)

下記に連絡してください。
私の名前
連絡先の電話
連絡先名(会社・機関等の場合)
呼んでほしい人の名前

裏面: 例として氏名、緊急連絡先、障害・病名と特徴、血液型、かかりつけ医、服用している薬など。使用者が情報を書き込めるようになっている場合もあります。

メリット1 区市町村の作成する「ヘルプカード」を全般的に普及

東京都標準様式では、ヘルプカードの表面を全般的に統一したデザインにすることにより、各区市町村で作成したヘルプカードが都内のどこでも活用しやすくなります。広域と地域の双方での普及効果が期待できます。

メリット2 ヘルプマークと一体的に普及

東京都標準様式で活用するデザインに、東京都が支援を必要とする人のために作成した「ヘルプマーク」を用います。そのため、このマークの普及促進が「ヘルプカード」を知ってもらうことにつながります。

「ヘルプカード」があることで期待できること

1 本人にとっての安心

「何かあったときに、味方になって理解してもらえ、手助けしてもらえ。」それは、障害のある人自身にとっては、何よりの安心です。

2 家族、支援者にとっての安心

「何かあったら、どうしよう。」緊急連絡先を本人が携帯していることは、家族や支援者の不安を和らげます。

3 情報とコミュニケーションを支援

緊急時に必要となる情報をあらかじめ備え持つことができます。さらに、緊急時に支援してくれる人とのコミュニケーションのきっかけになります。

4 障害に対する理解の促進

「ヘルプカード」について知っていたことは、障害のある人がどのような支援を必要としているのかを知っていただくことにつながるため、障害について理解するためのきっかけとなります。



「ヘルプカード」とはどのようなカードですか?

ヘルプカードは、「手助けが必要な人」と「手助けしたい人」を結び、街や施設が増え、近頃は障害のある人の行動範囲が広がっています。また、聴覚障害のある人は、話かけられても聞こえないために「コミュニケーション」を取ることで、周囲に支援を求めるために有効なツールとなります。

例えば、知的障害のある人の中には、困っているときにそのことをうまく周囲に伝えられない人がいます。また、聴覚障害のある人は、話かけられても聞こえないために「コミュニケーション」を取ることで、周囲に支援を求めるために有効なツールとなります。

「ヘルプカード」は、こんなときに役に立ちます

災害のとき…

災害が発生したとき
災害に伴う避難生活が必要なとき



緊急のとき…
道に迷ってしまったとき
パニックや発作、病気のとき

日常的に…

ちょっとした手助けがほしいとき



ヘルプカードで想定される支援は、誰でも行えるものです。使用する人により支援の内容はさまざまなので、まずはヘルプカードを持つ人が困っているところを見かけた場合は、「何か困っていることありますか?」などと積極的に声をかけるように心がけてください。本人が何かしらの事情でうまく支援の内容を伝えられない場合は、カードの裏面または中身を見て、カードに記載されている方法で支援をするようにしてください。まずは「声をかけること、気にかけてあげること」がとても大切です。

今後考えられる主な活用場面は、災害が発生した場合や避難時、本人がパニックや発作などを起こしたときや日常生活で手助けが必要となる場合です。例えば、聴覚障害者のカードに「紙に書いて教えてください」と記載があったときは、そのような手段で状況を伝える。また、知的障害者のカードに「緊急の場合は記載してある連絡先に電話連絡をしてください」とあれば、その支援を行うことなどができます。

「ヘルプカード」を持っている人を見つけた場合、どう対応すればいいのでしょうか?

ヘルプカードの活用具体例 Q&A

災害のとき…

Q 安全な場所に避難しなくてはいけないときに、危険を察知していない人やパニックで動けない人を見つけた場合はどうしたらいいの?

A 落ち着けるように具体的にゆっくり話して状況を教えてください。緊急時には、とにかく安全の確保を優先してください。「ヘルプカード」を持っていて、緊急連絡先が分かる場合は連絡をお願いします。

Q 避難場所で過ごすときに、障害のある人が困っていたらどうすればいいの?

A 「ヘルプカード」を持っているか聞いてみてください。持っていたら記載内容にある配慮をお願いします。例えば、通常と異なる環境で不安定になったり、大きな声や音、まぶしい光が苦手な人もいます。見守った上で、落ち着けないときは静かなスペースを確保してください。医療的に配慮が必要な人、体温調整ができない人、食事に制限のある人などさまざまな特性がありますので、障害のある人への理解・配慮をお願いします。

緊急のとき…

Q パニックや発作などを起こしている人を見かけたら?

A まず簡単で短い言葉で優しく声をかけてください。ヘルプカードを持っていたら、そこに、パニックや発作、病変のときにどうしてほしいかが書いてあります。周りの人と協力して対応してください。

日常的に…

Q 何か困っているような人を見かけたら?

A 「何かお手伝いすることがありますか?」と声をかけてください。その際「ヘルプカード」の提示があった場合は、書いてある手助けをしてください。外見では障害があるのか分かりにくく、ちょっとした配慮が必要ときに自分からはなかなか言えない人がいます。例えば、聴覚障害者は「ヘルプカード」に「紙に書いて教えてください」と書いてあることがありますので、その場合には、筆談で伝えてください。

「ヘルプカード」の今後の展開について

現在はいろいろな形や名称でヘルプカードの役割を果たすものが活用されていますが、障害のある人がより安心して生活を送れるようにするためには、一人でも多くの人たちにヘルプカードを認識してもらうことが大切です。そのため、東京都ではまだヘルプカードを導入していない地域に取り入れてもらえるように働きかけるとともに、「都民向けリーフレットの制作」「電車内広告での告知」など、普及啓発のための活動を随時実施する予定です。

※「ヘルプマーク」は配慮を必要としている人のためのマークです

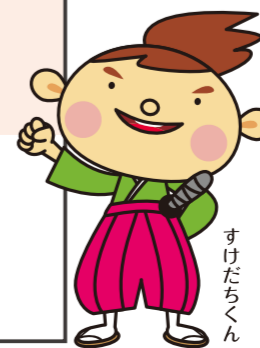
東京都は、義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病、妊娠初期の人など、配慮が必要だけれど外見からはわかりづらい人々への理解を深めるために「ヘルプマーク」を作成しました。モデル的に都営大江戸線の優先席にステッカーを掲示しています。「ヘルプカード」にも援助などが必要であるということを伝えるため、このマークがデザインされています。



企画・制作/東京新聞広告局

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



一緒に、すけだちいたそう。

「ヘルプカード」とは、障害のある方が困った時に手助けを求めるためのものです。障害のある方が「ヘルプカード」を提示した場合は、記載内容にそって支援をお願いします。「ヘルプカード」については、東京都福祉保健局のホームページをご覧ください。

ヘルプカード 東京 検索
東京都福祉保健局