


【記載例】

あなたの支援が必要です。  
ヘルプカード



久喜市  
手助けが必要です カードを開いてみてください

わたしの情報  
名前 久喜 太郎  
住所 久喜市下早見85-3

電話番号 0480(22)1111  
生年月日 S〇〇年〇〇月〇〇日

緊急連絡先  
第1連絡先 名前: 久喜 一郎 続柄: 父  
電話: 090(\*\*\*\*)\*\*\*\*  
第2連絡先 名前: 喜浦 花子 続柄: 姉  
電話: 0480(\*\*)\*\*\*\*  
第3連絡先 名前: 栗橋 次郎 続柄: 叔父  
電話: 03(\*\*\*\*)\*\*\*\*

自由記載欄  
・階段は手すりがあれば、ゆっくり昇れますが、エレベーターかエスカレーターを利用させてください  
・発作が起きた時のニトログリセリンを所持しています

○ご利用の際は、必ずしもすべての欄に記入する必要はありません  
○他人に知られたくない内容は記入されなくて結構です  
○ヘルプカードには個人情報を記入するので、取扱いは十分ご注意ください

支援を必要とされる方ご本人について記載してください

緊急時に連絡を取りたい方の連絡のつく番号を、記載してください  
1番が、最も優先度が高くなります  
予め相手の了解を得ておく方が望ましいです

伝えたい詳細がある場合は、自由記載欄に記入してください

わたしの医療情報  
持病・障害名 肢体不自由(身体障害者手帳3級)

かかりつけの病院 〇△病院 〇〇科 電話 0480(\*\*\*\*)\*\*\*\*  
〇△病院 電話 0480(\*\*\*\*)\*\*\*\*

アレルギー 小麦  
血液型 A型 RH ⊕ -

飲んでいる薬  
〇〇〇錠50mg, XXX, △△錠25mg

配慮・手助けしてほしいこと  
 足が不自由です  
 人工透析をしています  
 ハースメーカーを使用しています  
 ストマ用器具(尿袋・消化器)を使用しています  
 発作があります  
 パニックになることがあります  
 コミュニケーション(気持ちを伝えることが苦手です)  
 簡単な言葉でゆっくりはなしてください  
 移動の際は、介助してください(移動のための肩を貸して) 早くお呼びください  
 手話通訳が必要です  
 書いてある情報を音読してください

自由記載欄  
必要に応じて、個別の事情等を記載してください

持病・障害名は分かりやすく記入してください  
飲んでいる薬はお薬手帳等を参考に記入してください

不自由なことや手助けしてほしい内容で、想定されるものを記載しています  
該当するものに☑をしてください

最初と最後は山折り、中央は谷折りにしてください



※財布やカードケースに入れる等、ご自分に合った方法で携帯してください。