

障がいのある人や高齢の方が困っているのかなと思ったら・・・

- 困っている人がいたら、勇気をだして声をかけてください。  
「どうかしましたか?」「なにかお手伝いすることは、ありませんか?」などと、おだやかな口調で、まず声をかけてください。
- その方がヘルプカードを持っていたら  
ヘルプカードには、支援をしていただきたい内容が書かれています。書かれている内容に沿った支援をお願いします。  
たとえば・・・カードに書いてある緊急連絡先に連絡し、ご本人をよく知る人に支援をお願いしてください。

支援が必要な人にとって、あなたの配慮やちょっとした手助けが安心につながります。

ヘルプカードには次のようなことが書かれています。

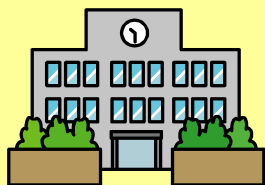


- ・ 支援を必要とする人の名前
- ・ 支援を必要とする理由（障がい名、病名など）
- ・ 支援をしてほしい具体的な内容  
（緊急連絡先に連絡してほしい。筆談で情報を教えてほしい。車いすの補助をしてほしい。など）
- ・ その他、自分が苦手なこと、できないこと、アレルギー、服用中の薬など

ヘルプカードは周囲の人にわかるように、首にかけていたり、カバンなどに付けている方もいますが、財布や定期入れなどに入れている方もいますので、ヘルプカードを持っているか本人に確認してください。

## こんなときに支援が必要です

### 避難場所



災害のとき  
避難所まで行けなかったり、  
避難所で困っているとき



外出しているとき  
ちょっと手助けが  
必要なとき



緊急のとき  
急な病気や発作で  
困っているとき



家に帰れなくなったとき  
外出して自分がどこに  
いるかわからなくなった  
とき