

ヘルプマーク、ヘルプカードの使い方

ヘルプカードの書き方

緊急時の連絡先を書いてください

(ふりがな) なまえ 名前	けつえきがた 血液型	がた 型	あなたの支援が必要です。 ヘルプカード   さん だし 三田市
じゅうしょ 住所	/	ねん しょう 年 生まれ	
れんらくさきまえ 連絡先 名前			
れんらくさきでんわ 連絡先 電話	ほんにん 本人と	かんけい 関係	

表面

周囲の人に援助してもらいたいこと、伝えたいことなど、自由に書いてください

たす (助けてもらいたいこと)	かかりつけ医 病名・お薬・アレルギーなど注意すること
18危6-039他	

裏面

かかりつけ医や、お体のことで気をつけることを書いてください

ヘルプカードには、非常時などに周囲の人に伝える必要があることを記入してください。



ヘルプカードは半分に切り取って、マークの面と、(助けてもらいたいこと)の面だけを使うこともできます。

ヘルプマーク、ヘルプカードの活用例 (様々な活用方法があります)

例①⇒周囲の人への気づきのサインとして、ストラップでマークをかばんにつける。

例②⇒マークの裏面に、非常時などの対応(パニックのときは短い言葉で話してくださいなど)を書いておく。
※マークに貼れるシールがあります(右写真)

例③⇒マークの裏面に、カードのある場所(カードは財布の中に入っているなど)を書いておき、援助してもらいたいことなどの詳細はカードに記入して、かばんの中に入れて持ち歩く。

例④⇒カードのみ、かばんの中に入れて持ち歩き、困った時に提示する。



ヘルプマークやヘルプカードはなくしたり、落したりしないよう、十分注意してください。

ヘルプマーク、ヘルプカードの申請・配布場所

三田市役所(障害福祉課、介護保険課、危機管理課、地域福祉課、いきいき高齢者支援課)、各市民センター、総合福祉保健センター(健康増進課)、まちづくり協働センター、多世代交流館で申請受付と配布を行っています。詳しくは、危機管理課(連絡先は裏面)にお問い合わせください。