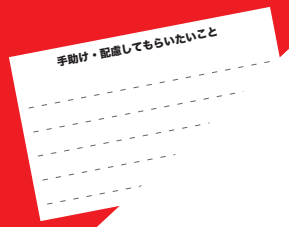
ヘルプカード 記入例

ヘルプカードに手助け・配慮してもらいたいことを記入する際気をつけてほしいことや、具体的な記入例を提示しています。



せっかくのヘルプカードも、記入している内容が手助けしてくれる方に正確に伝わらなければ、こちらのお願いしたいことを手伝ってもらえないかもしれません。そのため、記入にあたっては以下の点に注意してください。

大きく、読みやすい字で記入しましょう

× カバンの中に入れている薬を飲ませてください。

○ カバンの中に入れている薬を飲ませてください。

具体的に記入しましょう

× 耳が不自由です。

○ 耳が不自由なので、口元を見せて、ゆっくりはっきりと話してください。

分かりやすく記入しましょう

× ADHD の特性が出たら、静かな場所へ誘導して話を傾聴してください。

○ 落ち着きがなくなったら、静かな場所へ誘導して、優しく話に耳を傾けてください。

障がいのある方の記入例

・人工透析をしています (○○総合病院にて、月・水・金曜日の週 3 回)。
緊急時には病院に連絡してください。
・体に触れられることが苦手です。
・言葉で説明してもうまく理解できない時は、絵や写真を使って説明してください。
・ペースメーカーを使用しています。
・耳が不自由です。筆談や手話でやりとりをお願いします。
・コミュニケーションが苦手で、失礼なことを言うことがあるかもしれません。
本人には悪気はありませんので、ご理解ください。

高齢の方の記入例

・認知症があるので、一人でいたら緊急連絡に電話をして、居場所を教えてください。
・心臓疾患があります。発作時はカバンの中に入れている薬を飲ませてください。
・難聴があります。右耳なら、近くで大きな声を出してもらえば聞きとれます。
・高血圧 (145 / 85) を患っています。
・手すりがないトイレでは介助が必要です。

その他の方の記入例

・卵アレルギーがあります。
・妊娠中です。出産予定は 20○○年○○月第○週です。
・災害時は緊急連絡先に電話してください。もし、繋がらない場合は、
○○○○で待っていますので、連れてきてください。
・過呼吸を起こすことがあります。できるだけ静かな場所へ移動し、
小さい袋 (ビニール袋等) を口にあて、呼吸を落ち着かせてください。