日野市にお住まいの方へ

【ヘルプカードの配布場所】

・日野市役所　障害福祉課
・七生支所
・地域活動支援センターやまばと
・日野市発達・教育支援センター「エール」

【ヘルプカードの配布対象者】

障害のある方（障害者手帳の有無は問いません）

【ヘルプカード（日野市版）の使い方】

ヘルプカードと情報カードをホルダーに入れて、携帯するのが基本的な使い方です。
そのほか、情報カードが不要であればヘルプカードのみ使ったり、ホルダーではなく財布に入れて携帯するなど、使い方は自由です。

●ヘルプカード

裏面に氏名・緊急連絡先を記入してください。

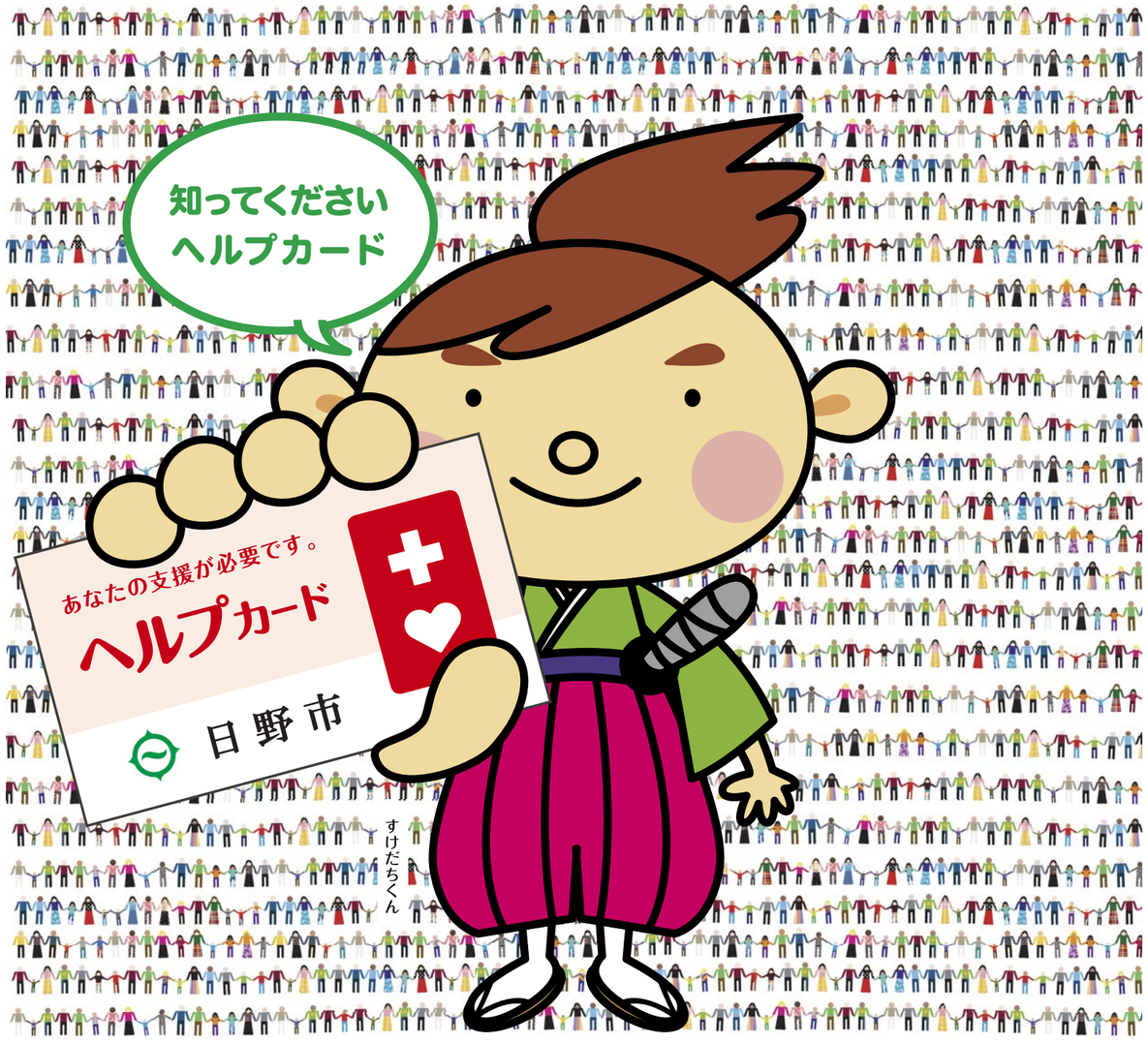
●情報カード

□必要な方は詳細情報を記入し、ヘルプカードと一緒にホルダーに入れてご使用ください。
□必要なパターンを切り取ってご使用ください。
□内容の更新はご自身でお願いします。情報カードが足りない場合は、日野市ホームページに様式データがありますので、市販の名刺用紙に印刷してご使用ください。
　または障害福祉課で配布しています。
□下記の記入例を参考にしてください。
　・私は耳が不自由です。筆談か手話でお願いします。
　・私は目が不自由です。移動の時に誘導してください。周りの状況や掲示を説明してください。
　・私は知的障害があります。簡単な言葉で説明してください。
　・私は高次脳機能障害があります。記憶や理解が難しいので、簡単な文章や絵で書いたものを常に見えるところに置いてください。
　・私は自閉症です。人ごみが苦手でパニックを起こすことがあります。ひとりになれる空間を作ってください。
　・私は失語症です。話したり聞いたりが不自由です。ゆっくり話してください。じっくり聞いてください。
　・私は体に触れられることが苦手です。
　・私は大きな声で話しかけられるのが苦手です。
　・私は〇〇にアレルギーがあり食べられません。
　・緊急連絡先　〇〇（通所事業所）

【平成 26 年 2 月】※令和8年10月一部修正

●発行
日野市健康福祉部障害福祉課
〒191-8686　日野市神明 1-12-1
TEL. 042-585-1111　FAX. 042-583-0294

●製作・編集
光の家栄光園@日野わーく・わーく



障害のある人に「どう支援したらよいかわからない･･･」や「障害のことがわからない･･･」、
「困っているのでは？と気になるけど･･･」と思ったことはありませんか。

ちょっとしたあなたの手助けが
障害のある人の安心につながります。

選之介

日野市健康福祉部障害福祉課