

場面②「ここはどこ？」



ポイント

- いつもと違う状況では、どうしたら良いか、わからなくて、パニックになったり、立ち往生してしまうこともあります。
- 持ち物の中を探すときには、警察の方や駅員さんに頼みましょう。

ヘルプカード・手帳ってどんなもの？

ヘルプカードは「カード」と「手帳」の2種類あります。

カード



■主に緊急連絡先

手帳



■服用している薬のこと、苦手なこと、支援して欲しいこと等生活に必要な情報を各々記入します。

必要に応じて、カードだけの利用、カードと手帳の両方の利用などが考えられます。

ヘルプカードは、障がいのある人が持っていて、緊急連絡先を書いておいたり、発作を起したときや緊張した時の対応の仕方、お願いしたいことなどを書いておくものです。まちなかで何か困った様子の人を見かけたり、立ち往生していたら「ヘルプカードを持っていませんか？」と声を書いてみてください。どう対応したら良いか、のヒントが書いてあるでしょう。つまり、「ちょっと助けが必要な人」と「ちょっと手助けしてあげたいあなた」を結ぶもの、それが「ヘルプカード」です。

このリーフレットでは、「ヘルプカード」の様々な利用場面を例示しています。ヘルプカードの利用の仕方や声のかけ方、どうすることに注意したら良いのか、どう対応したら良いのか、などがわかるとと思います。また、ヘルプカードを使う場面だけでなく、いろいろな障がいのある人たちがどんなトラブルに会い易いか、起し易いかをご理解いただければ幸いです。ヘルプカードが使われなくても、いろいろな障がいを持っている人たちへの理解がすすんでいってら幸いです。

まちで困っている人を見かけたら
ちょっとお願いします。
あなたの手(力)を貸して下さい。

ちょっとお願い



あなたの手を貸して下さい

まちなかで障がいのある人の姿を、よく見かけるようになりました。多くの障がいのある人が施設でなく、まちなかで暮らし、作業所等へ通うようになってきたからでしょう。人は誰でも、住み慣れたまちで生活することを望んでいます。



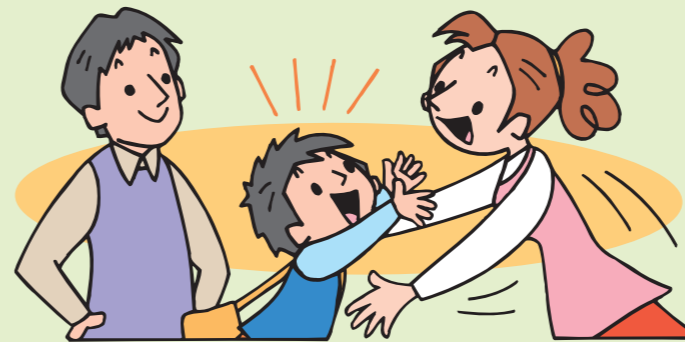
それに伴い、障がいのある人が道に迷ったり、トラブルを起こしていることを見かけたりすることも、増えてきたのではないのでしょうか。そんな時、どうしたらいいのでしょうか。

「困っているらしいけど、どうして良いかわからない」
「手助けしてあげたいけど、どうしたらいいのかしら」

迷子か…



「悪いけど、見てみぬふりをして通り過ぎちゃおう」
「面倒なことに関わりたくないなあ」と思ったことはありませんか。



ちょっと待ってください。
あなたのほんの少しの行動でそのトラブルは解決し、住みやすいまちになるのかもしれないのです。

東村山あんしんネットワーク
「ヘルプカード」のすすめ

場面①「道端で」



ポイント

- 長い時間、同じ場所にいる時などは、声をかけて下さい。困っていても、助けを呼べない場合もあります。
- どうしたら良いかわからず、動けなくなっている場合もあります。
- コミュニケーションが上手く取れない時は、警察に連絡して下さい。
- 持ち物の中を探す時には、警察の方に頼みましょう。

場面③「お店や食堂で」



ポイント

- 障がいを持つ人の中には、社会のルールが理解できていないことがあります。
- お金を払うように、やさしい言葉で促して下さい。それでも払わないときは、わからないのかもしれないかもしれません。
- お金を立て替えたりしないで、保護者の方や警察に連絡して下さい。

場面④「発作や病気で」



ポイント

- 障がいを持つ人の中には、突然発作などで倒れたり、じっと固まってしまうような場面もあります。
- からだの内部に障がいを持っていて、日常生活に配慮が必要な人もいます。困っている様子を見かけたら、穏やかに声をかけて、本人の希望する方法で支援して下さい。無理に手を引いたりしない方が良いでしょう。
- 自分から助けを呼べない場合もありますので、その時は119番に連絡して下さい。
- 医療関係者の方へ。「ヘルプカード」を持っていて、かかりつけ医、透析、薬の情報等が書いてあることもありますので、参考にして下さい。

場面⑤「急病・事故・災害」

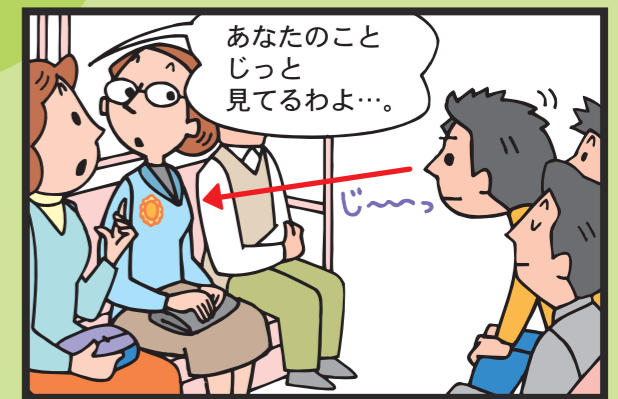


ポイント

- ヘルプカードを見つけたら、医療関係の方に渡して下さい。
- 医療関係者の方へ。「ヘルプカード」を持っていて、かかりつけ医、透析、薬の情報等が書いてあることもありますので、参考にして下さい。



場面⑥「こだわり」



ポイント

- 障がいを持つ人の中には、光るものや丸いもの等、興味のあるものに執着して、見つめたり、近づいてしまう場合があります。また、同じ席、同じ場所に強くこだわる人もいます。
- ぴよんぴよん跳ねる、急に走りだす、突然動かなくなる、服を脱いでしまうなど、危険なことや恥ずかしいことがわからず、不審に見える行動をとってしまうことがあります。
- 迷惑をかける時は、わかりやすい言葉で、静かに止めるように声をかけて下さい。

場面⑦「パニック」

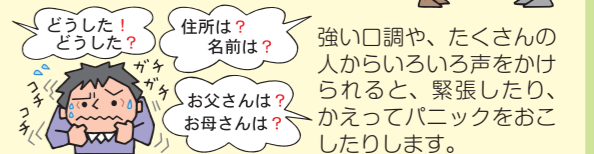


ポイント

- 障がいを持つ人の中には、激しいパニックに陥ってしまうことがあります。
- 危険がないように静かに見守って下さい。刺激せずに、治まるまで静かに待って下さい。力づくでの抑制や、大声での注意は逆効果です。
- 「だめ」という言葉に興奮する場合があります。
- 本人の了解なしに、カバン等を開けてヘルプカードを出さないで下さい。かえってパニックを起こす場合があります。

声のかけ方はいろいろ

同じ目線で、おだやかな口調で、具体的に話しかけて下さい。持ち物の中をさがす時は、警察の方に頼みましょう。



強い口調や、たくさんの人からいろいろな声をかけられると、緊張したり、かえってパニックをおこしたりします。