

ヘルプシートの趣旨・使い方

ヘルプシートとは、日常生活での急病や発作、災害時など「だれかの力をかりたい」という時に、あるいは救急隊や警察などの私たちのいのちや安全を守ってくれる方々に、自分のこと（客観的な情報）を「わかりやすく伝える」ことを目的としたシートです。

使い方は、シートを携帯してもOK。家族みんなで書いて、冷蔵庫など決まったところに保管しておいてもOKです。

シートの内容をどこまで記載するかは、それぞれの人、家庭の考え方で決めて構いません。「力を借りたいときに借りやすい、力を貸したい時に貸しやすい」状況を作っておければ少しは安心なのではないでしょうか。

行政の施策においても、類似のものが災害要援護者（一部の高齢者、障害者1級・2級）に配布されていますが、「緊急時、災害時はすべての人が要援護者となる」という発想からこうした様式を考案しました。なお、現在武蔵野団地自治会にて全会員世帯に配布されています。

上記が、八小地区の地域防災を考える会が考えた「ヘルプシート」の趣旨です。

記：八小地区の地域防災を考える会
委員 中川稔進