

英語

Please complete the HELP card in Japanese.

①	HELPカード	HELP Card
②	わたしは 人です	Nationality
③	わたしは ごをはなします	Native Language
④	きんきゅうのときに、このカードをみてください	In case of emergency, you may use the information on this card.
⑤	ナマエ (にほんご)	Full Name (in Japanese)
⑥	NAME (アルファベット)	Full Name (in alphabets)
⑦	うまれたひ	Date of Birth
⑧	せい (おとこ/おんな)	Sex
⑨	けつえきがた	Blood Type
⑩	すんでいるところ	Address
⑪	しごと	Profession
⑫	れんらくさき (にほん)	Emergency Contact (in Japan)
⑬	かんけい	Relationship
⑭	でんわ	Phone Number
⑮	アレルギーあり	Types of Allergies
⑯	たべもの	Food Allergy
⑰	ぜんそく	Asthma
⑱	くすり	Drug Allergy
⑲	そのた	Other
⑳	げんいん	Triggers
㉑	そば	Soba (buckwheat)
㉒	らっかせい	Peanuts
㉓	えび	Shrimp
㉔	かに	Crab
㉕	そのた	Other
㉖	じょうたい	Symptoms
㉗	じんましん	Hives
㉘	はく	Vomiting
㉙	げり	Diarrhea
㉚	ぜんそく	Asthma
㉛	くるしくなる	Difficulty Breathing
㉜	そのた	Other
㉝	げんざいのびょうき	Chronic Condition
㉞	のんでいるくすり	Medications
㉟	かかりつけびょういん (でんわ)	Primary Care Doctor (phone)
㊱	そのた・いたいこと	Notes
㊲	このカードはざいりゅうカードといっしょにいつももってください。	Please carry this card with your residence card.

119きゅうきゅうあんしん 

HELP カード

② わたしは _____ 人です。

③ わたしは _____ ごをはなします。
 きんきゅうのときに、このカードをみてください。

⑤ ナマエ _____

⑥ NAME _____

⑦ うまれたひ _____ ねん _____ がつ _____ にも _____ せい _____ おとこ/おんな

⑨ けつえきがた _____ がた (RH + / -)

⑩ すんでいるところ _____

⑪ しごと _____

⑫ れんらくさき① _____ ⑬ かんけい _____

⑭ でんわ _____

⑮ なまえ _____

れんらくさき② _____ かんけい _____

でんわ _____

なまえ _____ ⑯ ⑰ ⑱

⑲ アレルギーあり たべもの ぜんそく くすり

_____)

⑲ そのた(_____)

⑳ アレルギーの げんいん ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔

㉑ そば らっかせい えび かに

_____)

㉕ そのた(_____)

㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛

㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟

㉞ ㊱ ㊲

㊱ ㊲ _____)

㊲ _____)

㊳ げんざいのびょうき _____

㊴ のんでいるくすり _____

㊵ かかりつけびょういん (でんわ) _____

㊶ そのた・いたいこと _____

㊷ このカードは「ざいりゅうカード」といっしょにいつももってください。

外国人(がいこくじん)のかたへ HELPカードのつかいかた
For foreign residents How to use the HELP card

HELPカードは急(きゅう)な病気(びょうき)やけがのときのために、外国人(がいこくじん)がつかうカードです。
HELP card can be used by foreign residents in case of sudden injury or illness.

日本(にほん)では、救急車(きゅうきゅうしゃ) (急(きゅう)な病気(びょうき)の人(ひと)やけがをした人(ひと)を
病院(びょういん)に運(はこ)ぶ車(くるま)) をよぶとき、119番(ばん)に電話(でんわ)します。

In Japan, you dial 119 to call *kyukyusha* or an ambulance.

119番(ばん)は外国語(がいこくご)でも通じます。むずかしいときは、日本人(にほんじん)にHELPカードを
見(み)せて、助(たす)けてもらってください。

119 can be communicated in foreign languages. If it is difficult, show the HELP card to a Japanese
person and ask for help.

もしものときのために、あなたの「在留(ざいりゅう)カード」といっしょにこのHELPカードをいつも
持(も)ちあるいてください。

Always carry this HELP card with your residence card in case of emergency.

救急隊(きゅうきゅうたい) (救急車(きゅうきゅうしゃ)に乗(の)っている人) にこのカードを見(み)せてください。

Show this card to the paramedics.

HELPカードは日本語(にほんご)で書いてください。

Please complete the HELP card in Japanese.