

あなたの支援が必要です。

# ヘルプマーク ヘルプカード



「ヘルプマーク」「ヘルプカード」は、障がいがある人や難病の人、妊娠初期の人など、外見からはわからなくても、支援や配慮を必要としている人が、周囲の人に知らせるためのマークやカードです。障がいがある人をはじめとして、普段の生活で、自分から「困っている」となかなか伝えられない人もいます。マークやカードを見かけた人は、積極的に支援をするように心がけましょう。

岡障害福祉課 (☎ 82-1170)

## ♥ヘルプマーク(ストラップ型)

カバンなど見えやすい場所につけ、周囲に支援や配慮を必要としていることを知らせます。氏名や連絡先、必要な支援内容を書き込めるシールを裏面に貼り付けることができます。



## ♥ヘルプカード

氏名や連絡先、必要な支援内容を書き込みます。マークに比べ、多くの情報を書き込むことができます。提示することで、支援をお願いしやすくなります。



## マークやカードに気づいたら ~思いやりのある行動に心がけましょう~

### 🚶 電車・バスで席を譲る

外見では健康に見えても、立ったままで同じ姿勢を保つことが困難な人がいます。席を譲るなどの配慮をお願いします。



### 🗨️ 外出時に声をかける

立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な人がいます。困っている人を見かけたら声をかけ、必要な支援をお願いします。



### 🚶 災害時の支援をする

障がいなどにより、状況把握が難しい人や自力での迅速な避難が困難な人がいます。災害時の支援をお願いします。



マーク・  
カードの  
配布

【配布対象】市内在住または在職・在学の人で、支援や配慮を必要としている人  
※障害者手帳等の有無は問いません。

【配布場所】障害福祉課, 高齢福祉課, 山陽総合事務所市民窓口課, 健康増進課, 埴生支所  
※ヘルプカードは、市ホームページからもダウンロードできます。