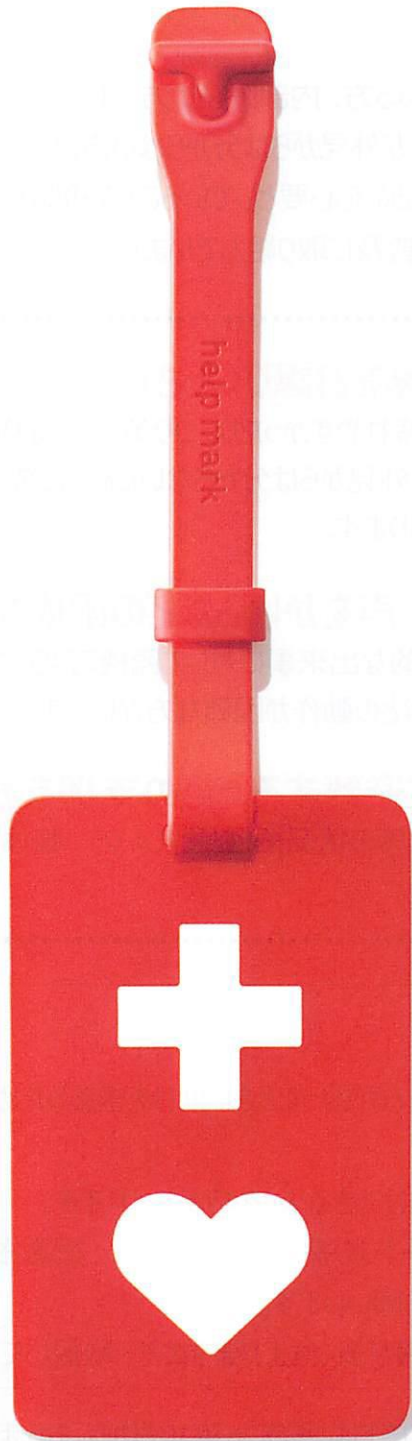


ヘルプマークを知っていますか？

援助が必要な方のためのマークです。



外見からは分からなくても援助が必要な方がいます。

このマークを見かけたら、電車内で席をゆずる、

困っているようであれば声をかける等、

思いやりのある行動をお願いします。



# 配慮を必要としている方のための 「ヘルプマーク」の普及に取り組んでいます。

義足や人工関節を使用している方、内部障害の方、または、発達障害の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方がいます。

そうした方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助が得やすくなるよう、「ヘルプマーク」の普及に取り組んでいます。



## 電車・バスの中で、席をお譲りください。

外見では健康にみえても、疲れやすかったり、つり革につかまり続けるなどの同じ姿勢を保つことが困難な方がいます。また、外見からは分からないため、優先席に座っていると不審な目でみられ、ストレスを受けることがあります。

## 駅や商業施設等で、声をかけるなどの配慮をお願いします。

交通機関の事故等、突発的な出来事に対して臨機応変に対応することが困難な方や、立ち上がる、歩く、階段の昇降などの動作が困難な方がいます。

## 災害時には、安全に避難するための支援をお願いします。

視覚障害者や聴覚障害者等の状況把握が難しい方、肢体不自由等により自力での迅速な避難が困難な方がいます。

## 知ってください「ヘルプカード」

「ヘルプカード」は、障害のある方が困ったときに助けを求めるためのものです。

「手助けが必要な人」と「手助けできる人」を結ぶカードです。

障害のある方から、「ヘルプカード」の提示がありましたら、記載されている内容にそって支援をお願いします。

♥ ヘルプカードには、個人情報が多く含まれますので、取扱いには十分注意してください。



【配布場所】 ヘルプマーク、ヘルプカードは、平成28年10月から、お住まいの市町村の障害福祉担当窓口で配布しています。

【配布対象】 身体障害、知的障害、発達障害のある方など（障害者手帳の有無は問いません。）

（問い合わせ先）

青森県健康福祉部障害福祉課

〒030-8570 青森市長島一丁目1-1 電話 017-734-9309（直通）

