

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。

そのような方々が、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、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ときのものです。

「手助けが必要な方」と「手助けできる方」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沿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、ヘルプカードは県(障害福祉課、県保健所、こども・女性・障害者支援センター)及び各市町(詳しくはそれぞれの市町にお問い合わせください)の窓口で配布します。

ヘルプカードは、長崎県障害福祉課のホームページでダウンロードすることができます。

【配布対象】 内部障害や難病等の方(手帳等の有無は問いません)、妊娠初期の方など、配慮を必要としている方

## 「障害のある人もない人も共に生きる平和な長崎県づくり条例」を知っていますか？

「障害を理由にした差別?」と思ったり、自分の行為が差別にあたるのかなど、ひとりで悩まずご相談ください。この条例に基づく地域相談員や広域専門相談員が相談に応じます。

障害のある人に対する差別をなくして、誰もが安心して暮らせる長崎県にしましょう。



平和な長崎県づくり条例 検索

(問い合わせ先) 長崎県障害福祉課

[ヘルプマークに関すること]

[障害を理由とした差別に関する相談窓口]

〒850-8570 長崎市尾上町 3-1

電話 095-895-2453

電話 095-895-2450 FAX 095-823-5082