

# 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**など、**思いやりのある行動**をお願いします。



## ヘルプカード・ヘルプマークを配布しています

配布場所 岡山市内の各福祉事務所、支所、保健センター等

### ヘルプカード



「ヘルプカード」は、緊急連絡先や支援してほしい内容などを記入できるカードです。このカードは障害のある方などが日常生活等の中で困ったときに、周囲に自己の障害などへの理解や支援を求めるためのものです。

※ヘルプカードは各配布窓口に置いてありますので、ご自由にお持ち帰りください。



### ヘルプマーク



「ヘルプマーク」が必要な方は申請の手続きが必要です。

**配布対象者** 義足や人工関節を利用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方

**必要なもの** ヘルプマークが必要な方の氏名と住所がわかるもの（運転免許証、保険証等）

【お問い合わせ先】岡山市保健福祉局 障害・生活福祉部 障害福祉課  
TEL:086-803-1236 FAX:086-803-1755

# 援助や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、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、外見からはわからなくても援助や配慮を必要としている方々がいます。「ヘルプマーク」は、そういった方が、周囲の方に援助や配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

岡山市では、「ヘルプマーク」を身につけた方が、日常生活や災害時において様々な援助を得やすくなるよう、このマークの普及に取り組んでいます。みなさんのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

## ヘルプマークを見かけたら



### 電車・バスの中で、席をお譲りください。

外見では健康に見えても、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、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ため、優先席に座っていると不審な目で見られ、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。

交通機関の事故など、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。

### 災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。

障害などにより、状況把握が難しい方や自力での迅速な避難が困難な方がいます。



ヘルプマークには、希望する支援や配慮の内容を記載することができるようになっています。ヘルプマークに記載された内容にそって、支援や配慮をお願いします。

〈お問い合わせ先〉

岡山市保健福祉局 障害・生活福祉部 障害福祉課  
TEL 086-803-1236 FAX 086-803-1755