

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。

ヘルプマーク(ストラップ)・ヘルプカードの入手方法など、ヘルプマークに関するお問い合わせは、下記をお願いします。

※ヘルプマーク(ストラップ) サイズ 本体部分 縦85ミリ 横53ミリ ストラップ部分 112ミリ

三重県 子ども・福祉部 地域福祉課 ユニバーサルデザイン班

電話：059-224-3349 FAX：059-224-3085 メール：ud@pref.mie.lg.jp

ウェブサイト：<http://www.pref.mie.lg.jp/UD/hp/>



# ヘルプマークでつながるおもいやりの絆

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。

「ヘルプマーク」は、配慮を必要とする方が伝えやすく、支援をできる方が  
気づきやすくなる、「おもいやりの絆」をつなげるマークです。



## 利用される方

外見からは分からなくても、外出先や避難先で援助や配慮を必要とする障がいや病気のある方など

## ヘルプマークを見かけたら、 おもいやりのある行動をお願いします。

### 電車やバスの中では 席を譲りましょう

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。

### 駅や商業施設等では、声をかけましょう

交通機関の運行の乱れなど、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、階段の上り下り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 支援をしましょう

視覚や聴覚に障がいがあるなど状況把握が難しい方や、肢体不自由な方など自力での迅速な避難が困難な方がいます。

### 発作や急な体調不良に対応しましょう

ヘルプマーク・ヘルプカードを持っている人がパニックや発作、急な体調不良に見舞われたときは、カードや裏面シールの記載内容を周囲の人が確認し、適切な配慮を行ったり、緊急連絡先に連絡するなどの対応をしましょう。

## ヘルプマーク (ストラップ)



かばんなど見えやすい場所に下げられます。付属のシールに支援してほしい内容などを記入し、裏面に貼ることができます。（樹脂製、本体部分はクレジットカードと同サイズ）

## ヘルプカード



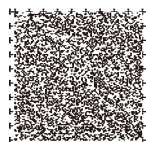
緊急連絡先や支援してほしい内容などを記入して、財布などに入れておき、災害時や困ったときに見せて、配慮をお願いしやすくなります。（紙製、クレジットカードと同サイズ）

## 配布方法・配布場所

- お一人様1個、必要な方に無料配布しています。
- ご家族や代理人の方の受取も可能です。
- 障害者手帳等の提示は不要です。
- 原則、県内にお住まいの方に限ります。
- 郵送も可能です。（受付は県庁地域福祉課のみ。郵送料は負担願います）

### 【配布場所】

- 三重県庁2階地域福祉課、各県福祉事務所  
各県保健所、県障害者相談支援センター
- 県内各市町福祉担当窓口



### 【お問い合わせ】

三重県 子ども・福祉部 地域福祉課 ユニバーサルデザイン班  
電話：059-224-3349 FAX：059-224-3085 メール：ud@pref.mie.lg.jp  
ウェブサイト：http://www.pref.mie.lg.jp/UD/hp/