

ヘルプマークの啓発

ヘルプマークは、それを見た方に支援を促すことを目的としているため、広く県民の方に趣旨をご理解いただくことが重要です。

このことから、配慮を必要とする方やそのご家族、支援者の方の安心につながるのと同時に、県民の方の助け合いの気運を高め、必要な援助や配慮を得やすい社会、「共生社会」の実現のため、高知県全域の取組みとして、普及啓発に取り組んでいきます。

ヘルプマークに期待できること

1 本人にとっての安心

「何かあったときに、味方になって理解してもらえる、手助けしてもらえる。」それは、障害のある人にとっては、何よりの安心です。

2 家族、支援者にとっての安心

「何かあったらどうしよう。」緊急連絡先などを本人が携帯していることは、家族や支援者の不安を和らげます。

3 情報とコミュニケーションを支援

緊急時に必要となる情報をあらかじめ備え持つことができます。さらに、緊急時に支援してくれる人とのコミュニケーションのきっかけになります。

4 障害に対する理解の促進

「ヘルプマーク」について知っていただくことは、障害のある人がどのような支援を必要としているのかを知っていただくことにつながるため、障害について理解するためのきっかけとなります。

配布場所

高知県及び県内市町村の窓口で配布しています。詳しくはそれぞれの市町村までお問い合わせください。

※郵送での配布はしていません。

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同じ姿勢を保つことが困難な方などがあります。援助や配慮を必要としていることが外見から分からないため、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。

交通機関の事故等、突発的な出来事に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、自力での迅速な避難が困難な方がいます。

ヘルプマークを知っていますか？

援助や配慮を必要としている方のためのマークです。

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。



高知県 ヘルプマーク 検索

高知県子ども・福祉政策部 障害福祉課
電話：088-823-9634
FAX：088-823-9260



(Uni-Voiceコード)

ヘルプマークとは

援助や配慮を必要としている方々が、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、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。

ヘルプマークを持つことで、「支援を必要としていることを知らせる効果」と、それを見た方に「支援を促す効果」があります。

対象者

- 援助や配慮を必要としている方。
- 例えば、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、認知症のある方、妊娠初期の方など

使い方



▲鞆等につけることができます。



▲裏面にシールを貼り、必要な情報を記載することができます。

※なお、ヘルプマークの趣旨についてご理解いただき、適切に使用してください。

♥ ヘルプマークに関するエピソード

エピソード① 義足や人工関節を使用している方

外見からは分からないので、電車の優先席に座っていると、注意される。ヘルプマークで事情があると伝えることができ、とても気が楽になった。ヘルプマークをお守りにしている。

エピソード② がん患者

がんを患っていて、副作用もあり、通院のために出かけると、立っているのも辛い。でも、見た目で分かってもらえない。気づいてほしいのでヘルプマークをつけている。

エピソード③ 聴覚障害のある方、言語障害のある方

お店で、シールに「聞こえないので筆談をお願いします」と書いたヘルプマークを見せると、すぐ分かって助けてもらえてありがたい。

エピソード④ 命を救う

ヘルプマークに、緊急時の連絡先として、かかりつけの病院の電話番号を書いておいたので、発作で倒れた時に、救急隊員が気づいてすぐ連絡をしてくれ、一命を取り留めることができた。

エピソード⑤ 発達障害のある方

ディスレクシア(読み書き困難)があり、銀行で書類を書くのがとても大変、でも、シールに支援してほしいことを書いたヘルプマークを見せると、さりげなく教えてくれてスムーズに手続きができる。しかも、大勢のお客様がいる中で、毎回、自分の障害を説明しなくてもいいので、ストレスが減った。

エピソード⑥ 配慮されることも配慮することもできる存在

慢性疾患があるので辛い時は助けてもらいたい。でも、元気な時はヘルプマークを鞆にしまっている。できるときはお手伝いしようと思う。支援する側にもなれる、ということが嬉しい。

エピソード⑦ 視覚障害のある方

白杖だけを持っていた時に比べて、声をかけてくれる人が格段に増えて嬉しい。同じ盲人でも1人で行動したい人もいると思うが、自分は声をかけて助けてもらいたい。

エピソード⑧ 気づきと配慮

知的障害のある子どもが迷子になった時に、駅員さんがヘルプマークに気づいて、声かけしながら見守ってくれていた。周りの方が気づいて配慮してくれて、ヘルプマークを身につけていてよかったと心から思った。その存在と意味を多くの方に知ってもらいたい。

♥ 活用例(ヘルプカード)

緊急連絡先や必要な支援内容などが記載されたヘルプカードは、障害のある方などが災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲に自己の障害への理解や支援を求めるためのものです。

高知県版 ヘルプカード

▼表面



▼裏面:参考様式

◎氏名	_____
◎電話番号	_____
【備考欄】	_____

ちょっとしたあなたの手助けが
障害のある方の安心につながります。



▼ヘルプカード ホームページ

<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060301/2018063000019.html>