

# ヘルプマーク、 知っていますか？

あなたの  
援助が  
必要です！



このマークを見かけたときは…

## こんな手助けをお願いします!!



電車やバスの中で席をおゆずりください。



駅や商業施設等で困っている方がいたら  
声をかけるなどの配慮をお願いします。

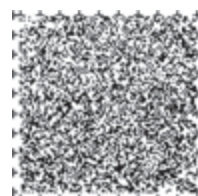


災害時は安全に避難するための  
支援をお願いします。

外見からはわからなくても、  
援助や配慮を必要と  
している方がいます。

例えば…

- 義足や人工関節を使用している方
- 心臓やじん臓などの内部障害の方
- 妊娠初期の方 など



# 「ヘルプマーク」を見かけたら 思いやりの行動をお願いします。



## 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。



## 声をかけるなどの配慮をお願いします。

公共交通機関の事故等、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、階段の昇降等の動作が困難な方がいます。



## 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、肢体不自由者等の自力での迅速な避難が困難な方、人が大勢いる避難場所等でストレスを感じる方がいます。



【ストラップ型ヘルプマーク】

## 他にもいろいろな障害者マークがあります



【オストメイトマーク】  
人工肛門・人口膀胱を造設している方のための設備があることを表すマーク



【ハート・プラスマーク】  
内臓等の身体内部に障害のある方を表すマーク



【耳マーク】  
聞こえが不自由なことを表すマーク

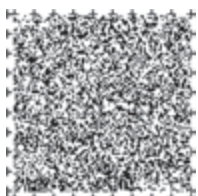


【補助犬マーク】  
身体障害者補助犬同伴の啓発マーク

※詳しくは千葉県HPをご覧ください



千葉県マスコットキャラクター  
チーバくん



## 配布場所

- ・各市町村障害福祉担当課窓口
- ・各健康福祉センター

※県内にお住まいの方に限ります

## ヘルプカード

あなたの支援が必要です。

**ヘルプカード**

千葉県

※配慮や手助けをして欲しいこと

配慮や手助けをして欲しいことを記載してください。

お名前	千葉 太郎			花子	関係 ( 母 )
住所	千葉市中央区市場町1-1			0-0000-0000	
性別	男	血液型	B・O・AB	誕生日	昭和00年 〇月 〇日
障害名	〇〇障害			電話番号	043-000-0000
医療機関名	〇〇病院			電話番号	043-000-0000
担当医名	〇〇科 〇〇 〇〇先生				

必要な配慮の内容や緊急連絡先などの詳細な情報が記載できるため、具体的な援助が得やすくなります。

## 【お問い合わせ】

千葉県健康福祉部障害者福祉推進課 (TEL:043-223-2340 FAX:043-221-3977)