（４）ヘルプマーク

問合せ先　福祉課障がい班
市役所総合窓口課
各総合支所地域振興課

ヘルプマークは、義足や人工関節を使用している方、内部障害の方、または難病の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分かりにくい方が、身につけることで、周囲の方に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。

本県でも平成３０年６月から交付していますので、ヘルプマークを身につけている方を見かけた場合は、電車内で席を譲ったり、困っていると思われる時は、声をかけるなどの援助や配慮をお願いします。

○配布対象

・義足や人工関節を使用している方、身体障害、精神障害、知的障害、発達障害、内部障害のある方、難病の方、妊娠初期の方などの外見からは援助や配慮を必要としていることが分かりにくい方や、外見から援助や配慮を必要としていることがわかる方のうちマークの配布を希望する方（障害者手帳の有無は問いません）

・県内在住の方（原則として、各市町に住所を有する方）

○使用方法

・ストラップを利用して、鞄等につけて使用します。

・常時着用する、必要な時に着用する等用途に応じて使用してください。

【形態】　「ヘルプマーク」は、カード本体、吊り下げバンド、裏面貼付用シールの３点が１セットとして梱包されています。

【カード本体】　縦 85mm　×　横 53mm

【吊り下げバンド】　縦 224mm　×　横 11mm

【裏面貼付用シール】　縦 69.5mm　×　横 43.5mm

（５）ヘルプカード

問合せ先　福祉課障がい班
市役所総合窓口課
各総合支所地域振興課

ヘルプカードは、障がいのある方等が困ったときに助けを求めるためのものです。

「手助けが必要な人」と「手助けができる人」を結ぶカードです。

障がいがある人の中には、自分から「困った」となかなか伝えられない人がいます。支援が必要なのに、「コミュニケーションに障がいがあってもそのことを伝えられない人」、「困っていることそのものを自覚していない人」もいます。特に、災害時には、困りごとが増えることが想定されます。

一方、地域の人からは、何かあったとき、「どう支援したらよいかわからない」「障がいのことがわからない」「困っているのでは?と気になるけれど、誰にその人のことを聞いたらよいかわからない」という声があります。

何かきっかけさえあれば、両者がつながることができます。ヘルプカードは、そのきっかけをつくるものです。

○配布対象

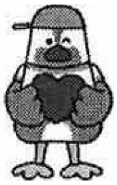
・周囲から支援が必要なときに、ヘルプカードを利用したい方。
（障害者手帳の有無は問いません。）

○使用方法

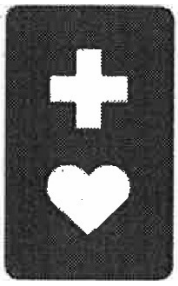
・災害時や緊急時など、周囲の人に手助けを求めたい時などにヘルプカードを提示し、手助けを求めることができます。

【表紙】

あなたの支援が必要です
ヘルプカード



長崎県



【裏表紙】

お願いしたいこと

【１ページ目】

ふりがな 名　前			
住　所			
生年月日	年　月　日	血液型	型
障害名 病　名			

【２ページ目】

連絡先	－　－　（　）
緊急連絡先	－　－　（　）
かかりつけ医療機関	
ＴＥＬ　－　－　主治医（　）	