

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。

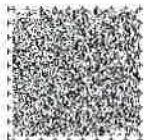


外見からは分からなくても援助が必要な方がいます。

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。





## 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、内部障がいや難病の方、または、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが、外見からは分からない方がいます。

そうした方々が、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、援助が得やすくなるよう、「ヘルプマーク」を作成し、普及に取り組んでいます。

### 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、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。

視覚障がい者や聴覚障がい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がいます。

- 下記の場所でヘルプマークを必要とする方に配付しています。  
県内市町村 障がい福祉担当窓口、県現地機関（保健福祉事務所、精神保健福祉センター、総合リハビリテーションセンター）、  
県庁障がい者支援課

## 問合せ先 長野県 健康福祉部 障がい者支援課

〒380-8570 長野市大字南長野字幅下 692-2  
電話 026-235-7108  
FAX 026-234-2369  
Email shogai-shien@pref.nagano.lg.jp

