

# ヘルプマークでつながる おもいやりの絆



ヘルプマークを見かけたら…  
電車やバスの中で席をゆずりましょう。  
お困りのようであれば、声をかけましょう。  
災害時などに、避難の支援をしましょう。

ヘルプマークを見かけたら…

赤色と「+」マークは「助けを必要としている」という意味、ハートマークは「助ける気持ち」を意味しています。

外見からわ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、**おもいやりのある行動**をお願いします。



原寸大

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。



三重県では、義足や人工関節を使用している人、内部障がいや難病の人など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている人が、日常生活や災害の時に困ったときに周囲に示し、支援や理解を求めやすくするための「ヘルプマーク」を作成・配布し、普及に取り組んでいます。



私は、2014年に骨髄異形成症候群という病気にかかりました。一見健康そうですが、立っているのもつらい時があります。外出の時は必ずヘルプマークを持っています。ヘルプマークへのご理解とご協力をよろしくお願いします。

三重県ヘルプマーク・アンバサダー

こざき まりえ  
小崎 麻莉絵 さん

NPO法人いのち繋ぐプロジェクト代表・株式会社オアシス代表

ヘルプマークを身に付けている方への理解と声かけなどの支援を進めるため、三重県と連携・協力して啓発活動を行っています。



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します。(紙製、クレジットカードと同サイズ)

## 10月1日より ストラップを市町窓口でも配布開始!

- 必要な方に無料で配布します。
- 障害者手帳等の提示は不要です。
- ご家族や代理人の方の受け取りも可能です。
- 原則、県内にお住まいの方に限ります。

### 配布場所

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

### 郵送をご希望の場合は県地域福祉課で受け付けます

封筒に①②を入れ、以下までご郵送ください

- ①「送付先のご住所・お名前・電話番号・ほしいタイプ」を記入したメモを入れてください。ほしいタイプは次の3つからお選びください  
・「ストラップ希望」 ・「カード希望」 ・「ストラップとカードの両方希望」
- ②返信用切手を入れてください。切手代を間違えないように入れてください。  
・「ストラップ希望」あるいは「ストラップとカードの両方希望」の場合 92円切手  
・「カード希望」の場合 82円切手

【郵送先】 〒514-8570 (住所不要)

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 あて

## 普及啓発の取り組み

- ・ポスター掲示
- ・イベントや学校出前授業等での啓発
- ・アンバサダーや公共交通事業者、ユニバーサルデザイン団体等との連携 など

### ポスター掲示のお願い

ヘルプマーク普及のため、下記ウェブサイトよりダウンロードしたポスターを掲示していただきますようご協力をお願いします。(ポスターはB2サイズとA4サイズがあります。)

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



取り組み例



駅構内に掲示



ポスター

## ヘルプマーク作成・啓発の費用をクラウドファンディング\*で募集中

ヘルプマーク(ストラップ)等の作成や普及啓発を進めるため、その費用の一部をクラウドファンディングで募集しています。詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

\*インターネットを通じて不特定多数の方から資金調達する仕組みのこと

