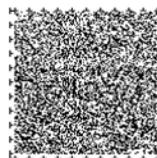
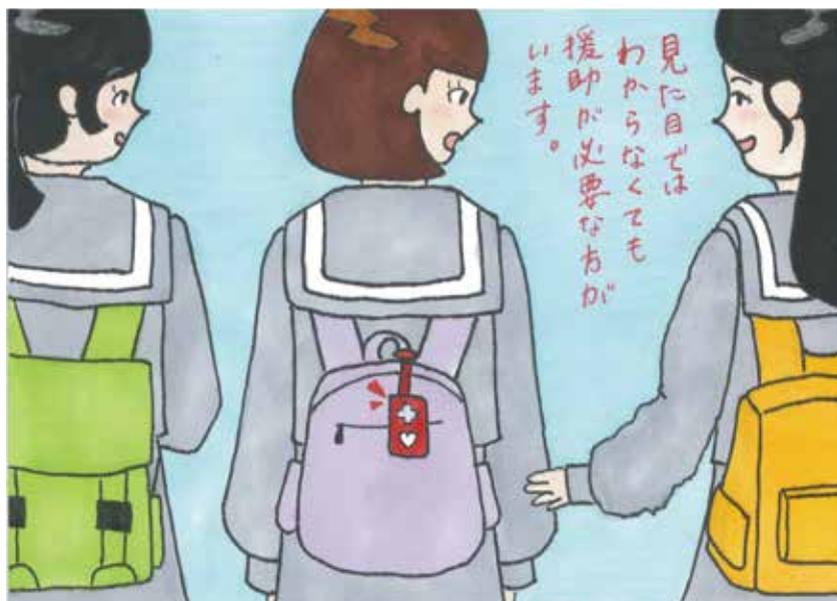
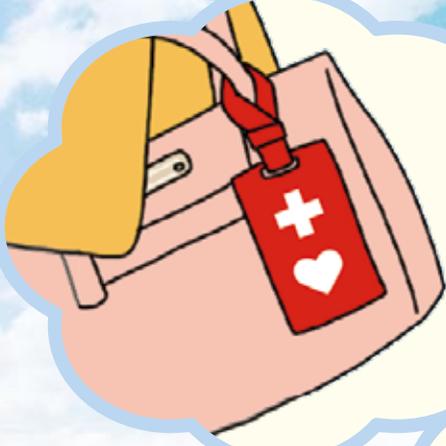


もっと知りたい
ヘルプマーク
ヘルプカード



このような光景を
見かけたこと、
ありませんか？



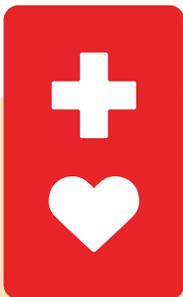
見かけたことあるけど、
何のマークか知らないな

このマーク、
援助が必要な方のための
マークみたいんだけど、
何をすればいいんだろう

マークがついている
カードもあるんだあ

これからボクたち
ヘルプマークナビゲーターが
このマークとカードを紹介するよ！





ヘルプマークとは

外見からはわからなくても、
手助けや配慮が必要な人のためのマーク

どんな人が
身に着けているの？

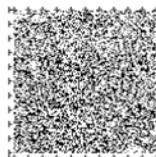
例えば



義足や人工関節を使用している方、
内部障害や難病の方、または妊娠
初期の方などです。



ヘルプマークは平成 29 年 7 月 20 日、
JIS (案内用図記号) に追加され
全国共通のマークになりました。



ヘルプマーク

外見からはわからなくても
配慮を必要としている人がいます。

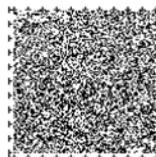


ヘルプマークの活用例

必要な支援内容を付属シールに記載することもできます。



ヘルプ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。



ヘルプマークの配布について

ヘルプマークを受け取るには、どうしたらいいの？



東京都の配布窓口で、口頭の申し出により受け取ることができます。申請書などの手続きは不要です。



身体障害者手帳や診断書などは必要？



必要ありません。



費用はかかるの？



かかりませんよ。



複数いただけるのかしら？



一人ひとつまでです。



具合が悪くて取りに行けないときは？



家族や友達、代理の人でも受け取ることができます。郵送対応もしています（連絡先：03-5320-4147）。



どこでもらえるの？



都営地下鉄各駅駅務室、都営バス各営業所、荒川電車営業所、日暮里・舎人ライナー駅務室、ゆりかもめ駅務室、多摩モノレール駅務室（一部時間帯を除く）、東京都心身障害者福祉センター（多摩支所を含む）、都立病院、公益財団法人東京都保健医療公社の病院等（一部除く）



お願い

※東京都以外は導入自治体により配布方法が異なります。

自治体が無料配布しているヘルプマークがネットオークションなどで転売されています。東京都は転売を認めていませんので、オークション等で入手しないでください。

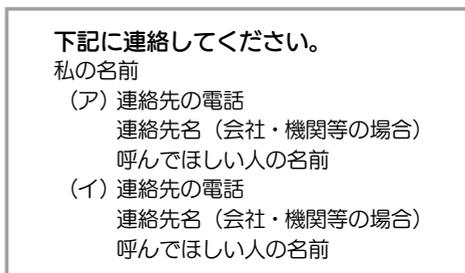
ヘルプカードとは

障害のある人には「コミュニケーションに障害があり、“困った”
と言えない人」「困っていることを自覚できない人」もいます。
ヘルプカードは、障害のある人が普段から身に着けておくことで、
災害や日常生活で困ったときに、周囲の人に配慮や手助けをお願い
するためのカードです。

(表面：東京都標準様式)



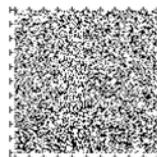
(裏面：参考様式)



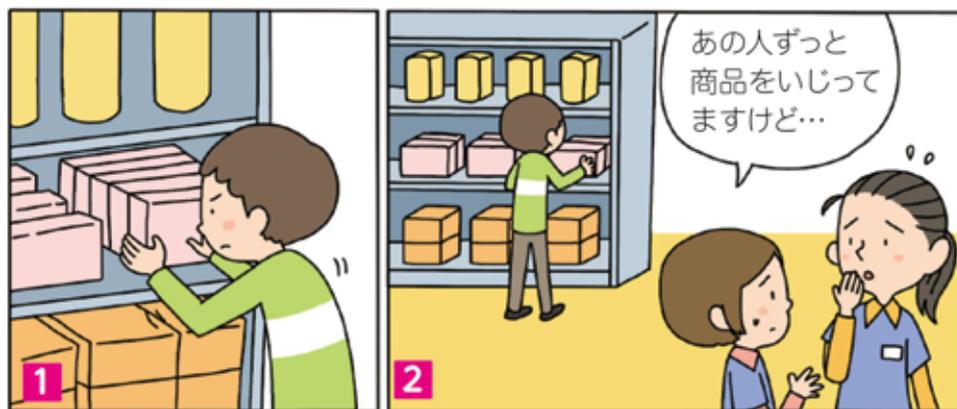
- 東京都では障害のある方が「ヘルプカード」を持ち、都内で統一的に活用できるよう標準様式を定めました。
- カードには、緊急連絡先や必要な支援内容など、手助けしてほしい内容が記載されています。
- 東京都の配布場所→区市町村障害福祉課等。東京都以外は導入自治体により配布方法が異なります。

カードを提示されたら書いてあることを参考に手助けをお願いします。

ちょっとした手助けで障害のある方の安心につながります。



ヘルプカードの活用場面 ～街中で～



ヘルプカードの活用場面 ～災害のとき～



ヘルプマーク・ヘルプカード併用の場合



ヘルプマーク、
ヘルプカードのこと
わかったかな？



マークやカードを
持っている人は
何かしら手助けが
必要なんですネ。



みなさんの
ちょっとした
気づかい、思いやりを
お願いします。



もっとくわしく
知りたい人は
検索するでござる！



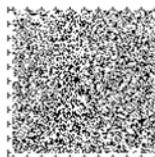
東京都 ヘルプマーク

検索 🔍



東京都 ヘルプカード

検索 🔍





令和2年3月発行 登録番号 31 (507)

東京都福祉保健局障害者施策推進部計画課

〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

電話 03-5320-4147 FAX 03-5388-1413

製作：株式会社法研 表紙デザイン協力：三重県立津西高等学校