

## いろいろなマークを知ろう

それぞれが抱える障害や困りごとは万別です。外見からはわからない障害や不調も多く、困っているのに手助けを得ることができなったり、優先席に座っていると冷たい目で見られ、ストレスを受ける場合があります。そのような人々が、周囲の配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマークがあります。

### ◆ヘルプマーク



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、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々のためのマークです。裏面に必要とする援助や支援を記入してあるので、お手伝いの際は確認しましょう。

### ◆ゆずりあい駐車場



歩行が困難な人や、乗り降りの際に広いスペースが必要な人などに配慮し、設置された駐車スペースのマークです。必要とする人が優先的に利用できるよう、皆で協力しましょう。

### ◆聴覚障害者標識・身体障害者標識



このマークをつけた車への「幅寄せ」や「割り込み」を禁止するものです。

### 内部障害のある人には

内臓や免疫機能に障害を持つ人は、疲れやすかったり、たばこの煙などの外的要因により影響を受けやすかったりします。

- 電車やバスでは積極的に席を譲りましょう。
- 多機能トイレなどへの案内をしましょう。



オストメイトマーク

### 車いす使用の人には

街なかには通りにくい場所が沢山あります。

- 坂道や段差、幅の狭い道を通る際に補助しましょう。
- エレベーターやスロープの有無などを情報提供しましょう。



障害者のための国際シンボルマーク

### 目の不自由な人には

白杖を持っていない側の半歩前に立ち、腕や肩を貸しましょう。

- 距離や方角は、声に出して具体的に伝えましょう。



盲人のための国際シンボルマーク

### 身体障害者補助犬を連れた人には

補助犬は体の不自由な人の大切な体の一部です。触ったり、声をかけたり、食べ物を与えないようにし、あたたかく見守りましょう。



ほじょ犬マーク

### 高齢の人には

高齢になると目が見えにくくなったり、足腰が弱くなったりします。大きな個人差があるので、どのようなサポートが必要か、ご本人の意思を確認しましょう。

### 耳の不自由な人には

- 後ろから話しかけても気づかないことがあるので、見える範囲に移動してから呼び掛けてください。
- ロ元が見えるように、はっきりゆっくり話します。マスクを外せない時や、伝わりにくいときは、メモやスマホを活用し、文字で伝えましょう。



耳マーク

### 知的障害のある人には

- 行動には理由があります。温かい目線で見守ってください。
- パニック等の原因や背景を想像しましょう。

### 精神障害のある人には

- 急な声かけはせず、自然に穏やかな態度で対応しましょう。
- ゆっくりと丁寧に困りごとを伺い、サポートしてください。

### 妊娠中の人・小さな子ども連れの人には

- 子どもは目が離せません。安全に過ごせるよう周りのみんなで見守りましょう。
- 段差やバスの乗降時は、ベビーカーを持ち上げたり、荷物をもつなどのお手伝いをしましょう。



マタニティマーク

### 外国の人には

- 言語や風習、宗教など、文化の違いを尊重しましょう。
- 難しい漢字や制度の説明は、「話して翻訳」などの通訳アプリを活用しても良いでしょう。

## 知ってほしい 災害が起こりそう、または災害が発生したとき

### ◆避難が難しい人がいる◆

身体が不自由で一人で避難できない、または時間がかかる人、防災無線やアナウンスが聞こえない人、避難する場所や避難のタイミングがわからない人、周囲の瓦礫や倒壊などが見えない人、状況が理解できない人、日本語がわからない人、見た目には障害がわからない人など、避難が難しい人がたくさんいます。

- 早めの避難を呼びかけたり、一緒に逃げたりしましょう。
- 家族や支援者に連絡しましょう。

### ●避難所生活での困りごと●

混雑の中で移動できない、アナウンスが聞こえない、掲示物が読めない、困りごとを言葉にできない、混雑や環境の変化に大きな不安やストレスを抱えるなど、避難所生活で、様々な困難が生じる人がいます。

- お互いに声を掛け合いましょう。
- 情報は、色々な方法で、わかりやすい表現で伝えましょう。
- ストレスに弱い人のために、一人になれる空間を確保するなどの配慮をしましょう。



## 推進員になって 声かけの輪を広げませんか？

この活動を身近な地域で実践・普及して下さる「推進員」を募集しています。

お申込みの際はこのページを切り取って下記事務所まで郵送いただくか、FAXやメールにてお知らせください。ご登録いただいた方には、参加自由な各種イベントや研修交流会などをご案内しています。

フリガナ	生 年 月 日	
氏 名	S・H 年 月 日生	
住 所	〒	
電 話	FAX	
E-mail		

お問い合わせ (公益財団法人) 兵庫県身体障害者福祉協会  
〒651-0062 神戸市中央区坂口通2丁目1-1  
TEL:078-242-4620 FAX:078-242-4260  
E-mail:koekake@hyoshinkyo.jp

ホームページ  
https://www.hyoshinkyo.jp/

LINE ID  
@853hpdvk

facebook  
https://www.facebook.com/welfare.hyogo  
色んな行事予定や取り組みを  
発信中。皆様の取り組みもお寄せください

twitter ID  
@KcksmgfRnJP0ODW

## みんなの声かけ運動とは

兵庫県では年齢、性別、障害の有無、言語、文化等の違いに関わりなく、すべての人が地域社会の一員として尊重され、互いに支え合い、一人ひとりが持つ力を発揮して活動することができる社会の実現を目指しています。

そのために  
障害のある人、高齢者、妊婦、小さな子ども連れの方をはじめ、だれかがまちなかで困っているときに声をかけ助けあう、

それが「みんなの声かけ運動」です。もしまちなかで困っている様子を見かけたらどのような配慮や支援ができるか、声をかけて聞いてみてください。

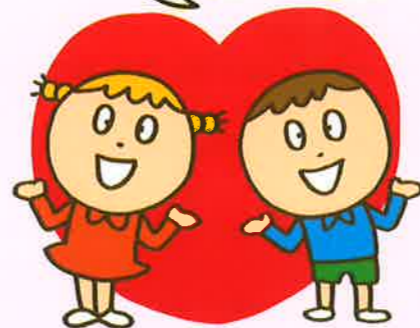
「なにかお手伝いしましょうか？」  
この一言から始めましょう。



## できることから始めよう

## みんなの声かけ運動

なにかお手伝い  
しましょうか？



～困っている人に気づいたら  
すこしの勇気で、聞いてみよう～

街なかで困っている人を見かけたときのお手伝いのポイントBOOK

(公財)兵庫県身体障害者福祉協会

## 困っている人に気づいたら

「なにかお手伝いしましょうか？」

相手の様子を見ながら、敬意をもってやさしく声をかけましょう。

「どのようにお手伝いしましょうか？」

必要とする支援の内容は一人ひとり違います。どのようなお手伝いが必要か、本人の意思をよく確認しましょう。また、サポートは必要な部分にとどめ、押し付けにならないようにしましょう。

Q ひどりでサポートできるか不安

A 無理をせず周りの人に協力をお願いし、安全にサポートできるようにしましょう。

Q パッと見ただけでは判断できない

A お手伝いが必要な人は、マークやステッカーなど様々な意思表示をしている場合があります。

