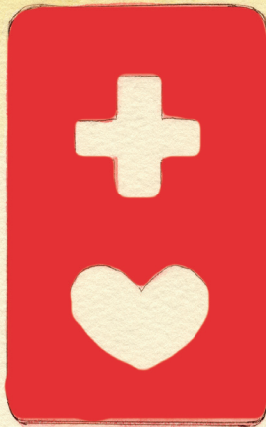


知

Do you know
the
helpmark?

ヘルプ
マーク
を

つ
て
い
ま
ま
す
か
？



京都府健康福祉部
障害者支援課

ヘルプマークを知っていますか？

難病や内部障害の方、義足や人工関節を使用している方、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。

ヘルプマークは、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、作成したマークです。

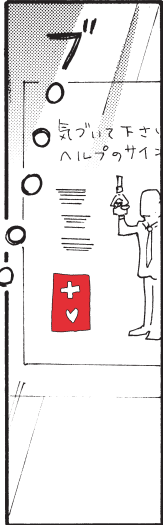
マンガの主人公達の姿を通して、たくさんの方にヘルプマークを知っていただきたいと思っています。

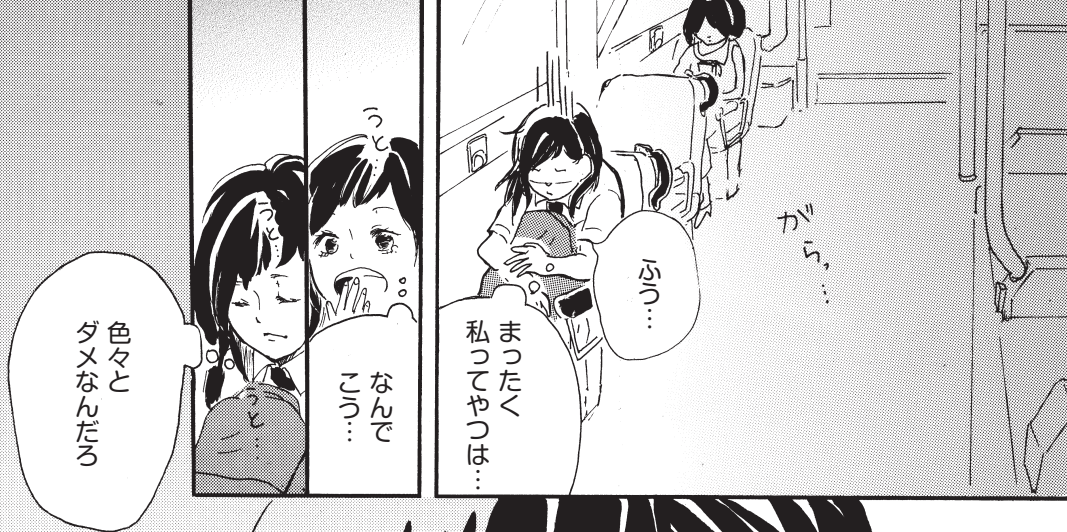
京都府

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。



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。





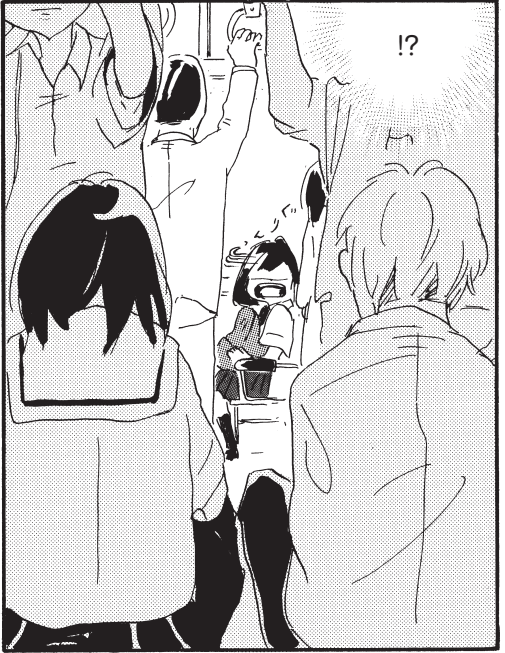
うっ

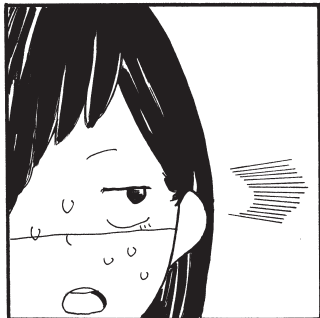
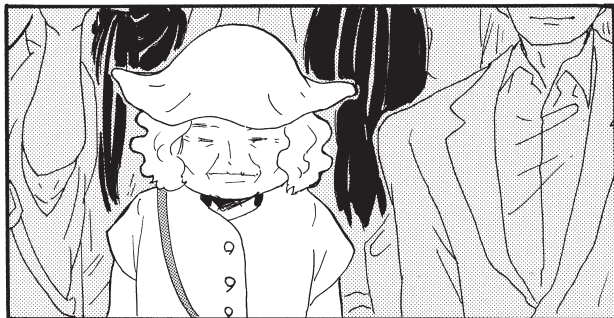
色々とダメなんだろ

なんでこう...

ふう...

まったく私ってやつは...





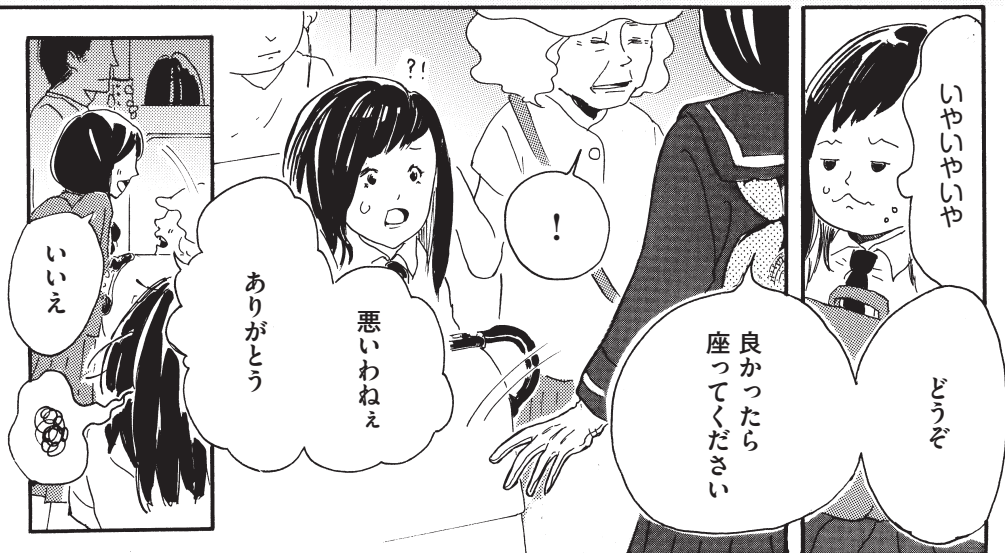
席！
譲らないと…

待て待て
混んでるのに
席立つのかっ

いやいや
おばあさん
これでこけて
骨折でもしたら…



いやでも
すぐ降りるから
大丈夫ですって
言う人もいるし…



さやさや

どうぞ

良かったら
座ってください

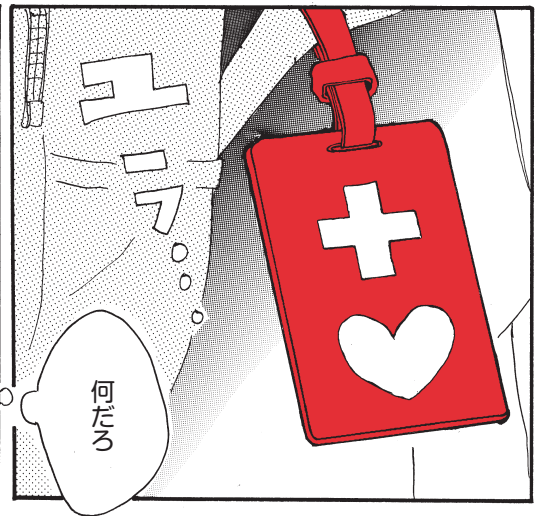
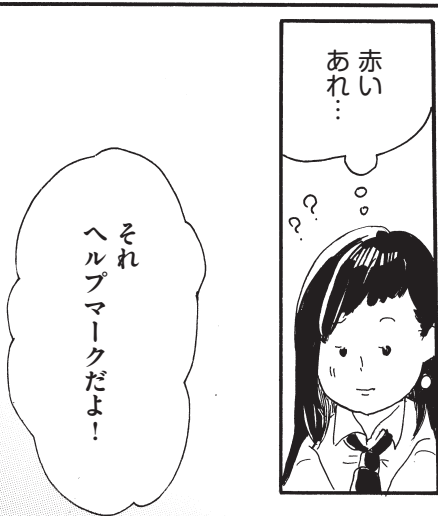
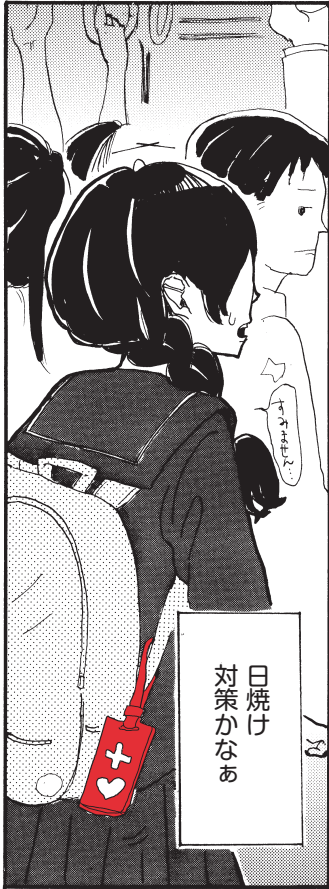
！

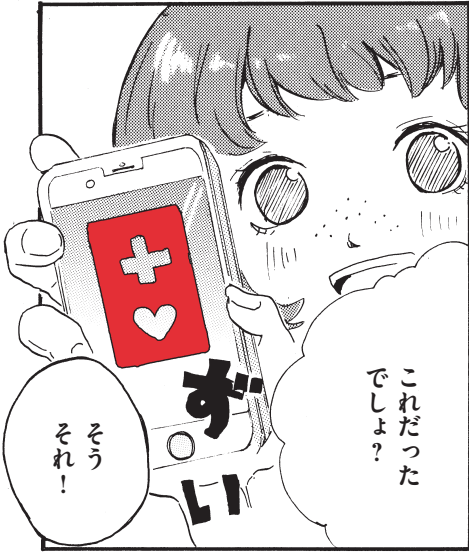
?!

悪いわねえ

ありがとう

いいえ

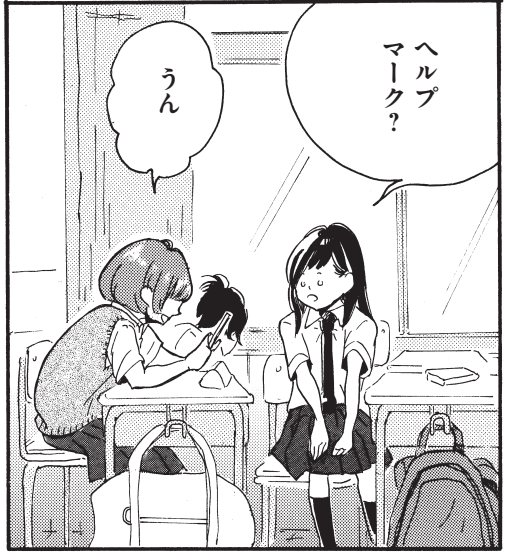




そう
それ!

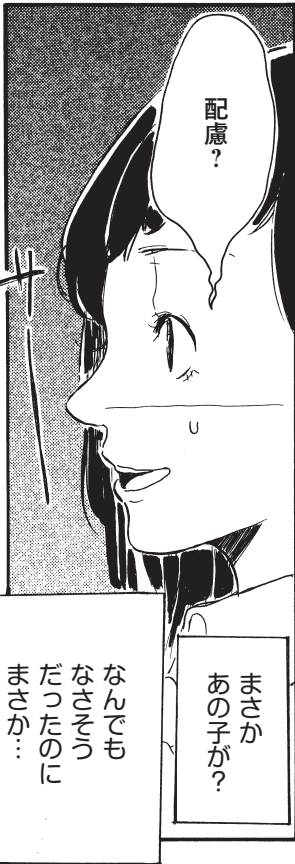
ずい

これだった
でしょ?



うん

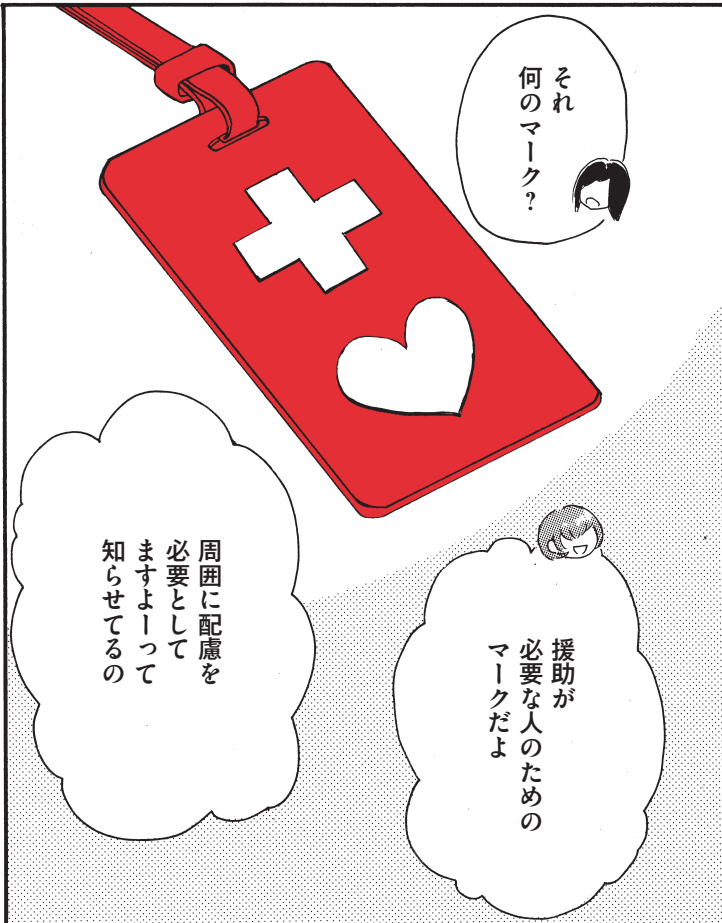
ヘルプ
マーク?



配慮?

まさか
あの子が?

なんでも
なさそう
だったのに
まさか...



それ
何のマーク?

周囲に配慮を
必要として
ますよーって
知らせてるの

援助が
必要な人のための
マークだよ

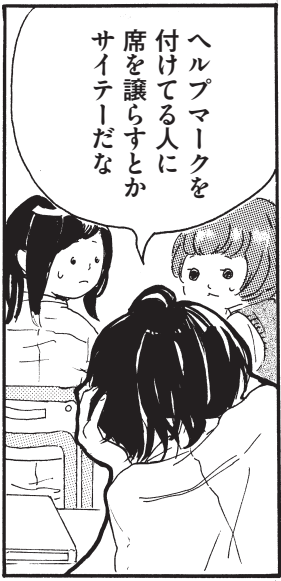
フツフツとたのこつて…

たとえば

電車・バスで
席を譲る
声をかける



ヘルプマークを
付けてる人に
席を譲らすとか
サイテーだな



ちよこっ…?



そもそも

外見からじゃ
分かりづらい

たとえば

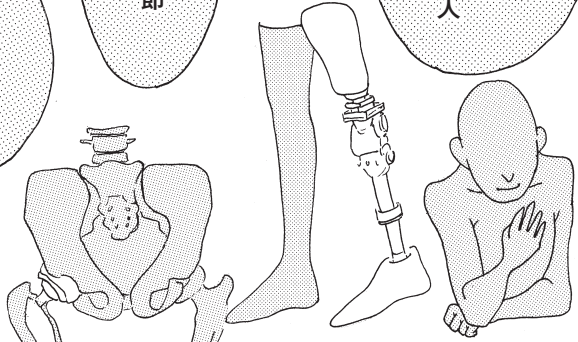


難病や
内部障害を
抱えている人

義足や

人工関節

そういう人が
付けるマーク
なんだよ



※外見からは元気に見える方でも、難病などのため、全身に激痛や痺れを感じる方、
疲れやすい方、立った姿勢が苦しい方など様々な症状で配慮を必要とする方がいます。

帰宅ラッシュの
電車で

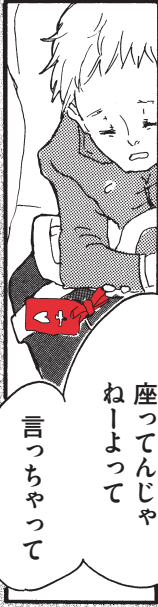
優先座席に
座り続けている
学生がいて



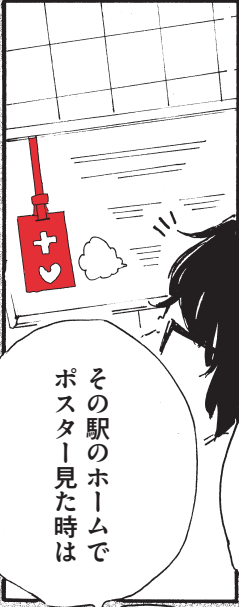
俺
こんな
だから

若いくせに
座ってんじゃ
ねーよって

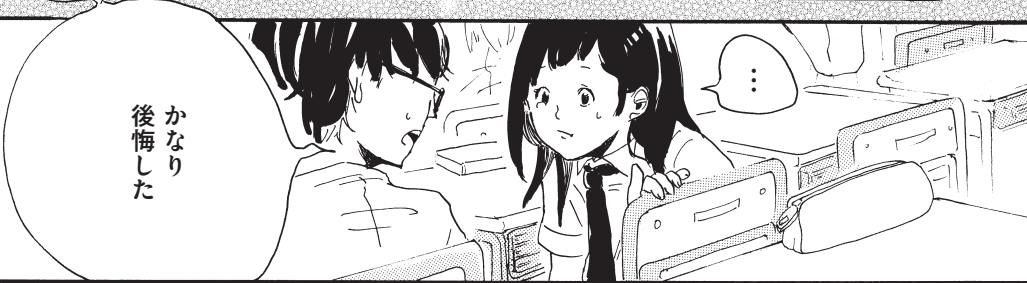
言っちゃって



その駅のホームで
ポスター見た時は



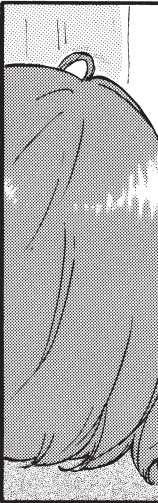
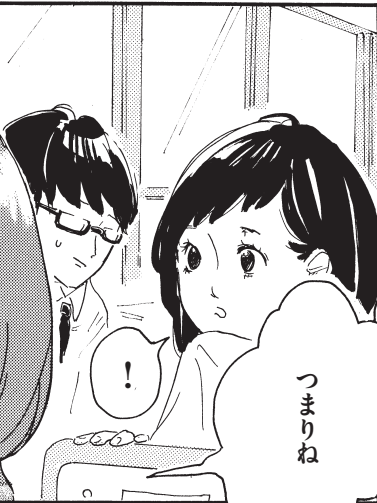
かなり
後悔した



あー…
だから…
その〜

つまりだな…

つまりね



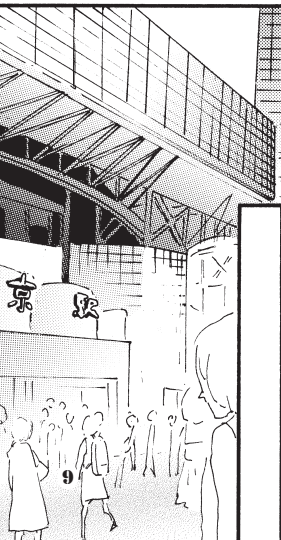
知ってる人になっただよ



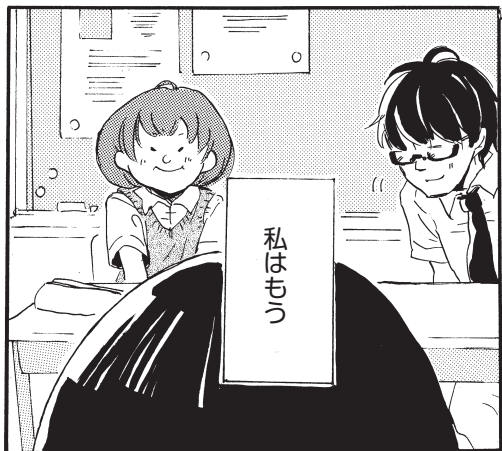
心ちゃんはまだ



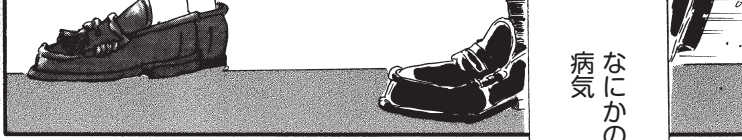
.....



知ってる人...



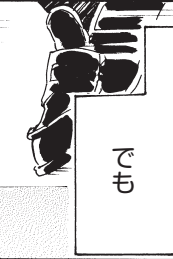
私はまだ



なにかの
病気

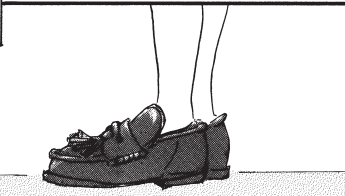


大丈夫かな



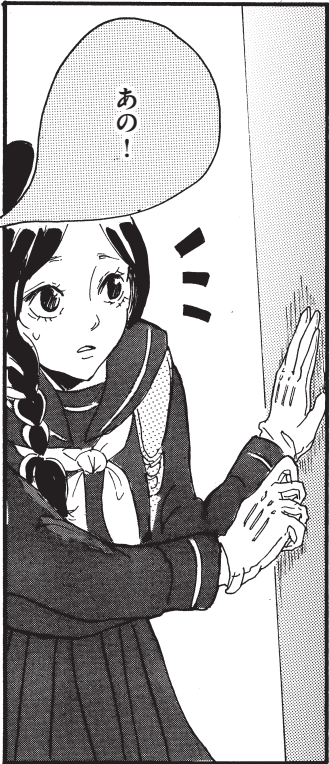
声かける
さやさや
でも...

うんうん...



なにか!

なにか...



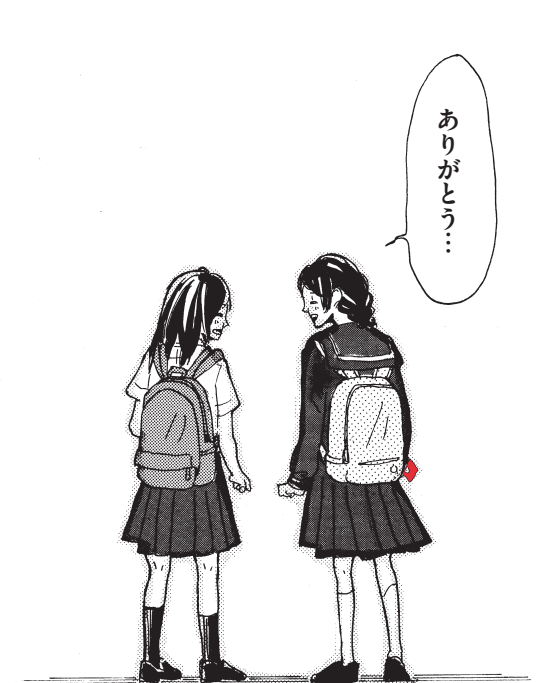
あの一!



これじゃ

き...

朝と一緒



おわり

ヘルプマークとは？

ヘルプマークは、難病や内部障害の方、義足や人工関節を使用している方、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、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作成したマークです。

街中や公共交通機関など生活の様々な場所で、周囲からの配慮を必要としている方がいます。

ヘルプマークを身に付けた方を見かけた場合は、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。

ヘルプマークの赤は支援を必要としていること、ハートは思いやりの気持ちを持っていただく、という意味を含んでいます。



ヘルプマーク

ヘルプマークを身につけている方を見かけたら

● 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、つり皮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。

● 駅や商業施設で、声をかけるなどの配慮をお願いします。

交通機関等の事故等、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。

視覚や聴覚に障害があり、状況把握が難しい方、肢体に障害があり自力での迅速な避難が困難な方など、様々な方がいます。

ヘルプマークの配布について

次の場所で配付しています。(費用：無料)

【京都市内】

- ・京都府庁障害者支援課（1号館4階）（京都市上京区下立売通新町西入藪ノ内町）
- ・京都府家庭支援総合センター（京都市東山区清水4丁目185-1）
- ・京都府精神保健福祉総合センター（京都市伏見区竹田流池町120）
- ・京都難病相談・支援センター（京都市上京区下立売通新町西入藪ノ内町 京都府庁2号館6階）
- ・京都府がん総合相談支援センター（京都市南区東九条下殿田町43メルクリオ京都2F201号室）
- ・京都市地域リハビリテーション推進センター（京都市中京区壬生仙念町30番地）
- ・京都市こころの健康増進センター（京都市中京区壬生仙念町30番地）
- ・京都ジョブパーク（京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ 西館3階）
- ・京都市内各区役所・支所
- ・京都市 各障害者地域生活支援センター

【京都府内（上記を除く）】

- ・京都府各広域振興局（丹後・中丹・南丹）
- ・保健所（丹後・中丹東・中丹西・南丹・乙訓・山城北・山城北綴喜分室・山城南）
- ・児童相談所（宇治・京田辺・福知山）
- ・北京都ジョブパーク（福知山市駅前町400）
- ・各市町村

ヘルプマークについてのお問い合わせ先

- ・京都府健康福祉部障害者支援課
- ・電話：075-414-4598
- ・FAX：075-414-4597
- ・メール：shogaishien@pref.kyoto.lg.jp
- ・ホームページ：[ヘルプマーク京都](#)

携帯電話はこちらから →



ヘルプマークを知っていますか？

- 2017年3月31日 第1版第1刷発行
- 2017年6月1日 第2版第1刷発行
- 2018年8月20日 第3版第1刷発行
- 2019年8月20日 第4版第1刷発行
- 2020年8月24日 第4版第2刷発行
- 2021年8月31日 第5版第1刷発行

発行……………京都府健康福祉部 障害者支援課
〒602-8570 京都府京都市上京区下立売通新町西入藪ノ内町
TEL:075-414-4598 FAX:075-414-4597

作画……………前田奏絵

全体監修………田中圭一、松井仁美、ユー・スギョン

編集……………京都精華大学事業推進室

※本冊子は京都府と京都精華大学との包括協定のもとに制作しました。

※本冊子のコピー・スキャン・デジタル化などの無断複製・転載は著作権法上での例外を除き禁じられています。