

## ヘルプマークQ & A

Q マークはどのような人に配っているのですか？

A 義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている方に配布しています。

※ 発達障害をはじめ、感覚過敏によってマスクの着用が困難な方にも配布しています。  
また、身体機能等に特に基準を設けているものではなく、障害者手帳を所持していない方も対象となります。

Q ヘルプマークはどこで受け取ることができますか？

A お住まいの市町村の障害福祉担当課などで受け取れます。特に書類等の提示は必要ありません。

各市町村配布窓口：<https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/132797/madoguti1225.pdf>

Q なぜ受取窓口を市町村に限っているのですか？

A ヘルプマークの趣旨及び適切な使用について御理解いただくため、原則として、お住まいの市町村の配布窓口において、職員による御説明と御確認を行ったうえで、お渡しすることとしております。

Q ヘルプマークを受け取るのにお金はかかりますか？

A かかりません。無償で配布しています。

Q ヘルプマークを郵送してもらうことはできますか？

A 市町村ごとに対応が異なりますので、お住まいの市町村の配布窓口にお問い合わせください。

Q 埼玉県外在住でも受け取ることが出来ますか？

A 県外在住の方への配付は想定していません。お住まいの都道府県にお問い合わせください。

Q ヘルプマークを複数、受け取ることはできますか？

A ヘルプマークは、おひとり様おひとつの配布とさせていただきます。できる限り多くの必要とされる方に配布するためですので、御了承ください。

なお、様々な事情でヘルプマークを受け取ることが難しい方のために、カラー印刷してお使いいただけるヘルプマークの画像を掲載しておりますので、必要に応じて御利用下さい。

Q 家族の分を代わりに受け取ることができますか？

A 御両親や御兄弟の分など、どなたの分を必要とされるのかを確認のうえ、必要な数お渡しすることが可能です。代理に受け取った方は、ヘルプマークの趣旨や利用方法について、利用者本人に御説明をお願いします。

Q ヘルプマークはどのように携行すればよいですか？

A バッグ等、手回り品につけていただき、周囲からヘルプマークが見えるように携行していただくことを想定しています。

Q 同封されている付属のシールには何を書けばいいですか？

A 御自身が必要とする支援内容を記入して、ヘルプマークの片面に貼ることができます。なお、シールは使用しなくても構いません。

Q ヘルプマークをどのようなときに活用すればいいですか？

A 身に付けていただくことで、周囲に援助や配慮が必要なことを知らせることができます。また、裏面に記入した内容を示すことで、手伝ってほしいこと等を伝えられます。発作等で倒れた際の緊急連絡先を伝えることもできます。

Q マークを身につけた方がいたら、どうすればいいですか？

A 電車・バスの中で見かけた場合は、席をお譲りください。

外見では健康に見えても、極度に疲れやすい方や、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。

困っている方を見かけた場合は、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。

視覚障害者や聴覚障害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。