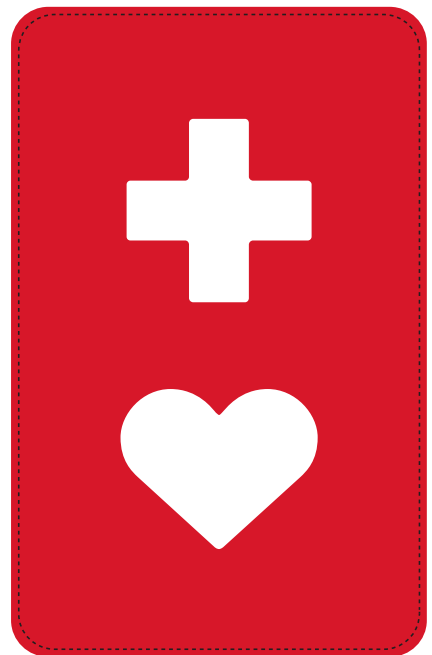


ヘルプマーク・ヘルプカードをご存知ですか？^{ぞんじ}

ヘルプマークとは…

ぎそく じんこうかんせつ しょう かた ないぶしょうがい
義足や人工関節を使用している方、内部障害や
なんびょう かた にんちしょう にんしんしよき かた
難病の方、認知症のある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
している方々が、しゅうい かた はいりょ ひつよう
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、えんじょ え
よう作成したマークです。



きり取ってヘルプマークと
してお使いいただけます。

ヘルプカードとは…

えんじょ はいりょ ひつよう しょう かた けいたい
援助や配慮を必要としている障がいのある方などが携帯し、いざという
きに必要の支援や配慮を周囲の方にお問い合わせするためのカードです。

私が配慮や手助けをしてほしいこと

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード



相模原市

【記入例】・ご自身が必要とする支援内容を記入します。

わたし ちてきしょう
私には知的障がいがあります。〇〇や〇〇

にがて きょうりょく
が苦手です。ご協力

ねが
をお願いします。

わたし なまえ
私の名前

れんらくさき
連絡先

わたし あし しょう
私は足に障がいがあるため、バランスをとることが苦手です。

にがて
電車等では席をお譲り

でんしゃとう せき ゆず
ください。ご協力を

ねが
をお願いします。

※重要な個人情報^{じゅうよう こじんじょうほう}を記入しますので、取扱い^{とりあつかい}や紛失^{ふんしつ}などには十分^{じゅうぶん}ご注意ください。

【携帯方法例】

- ・ひも付きカードケース^つに入れて靴^いなどに付ける^{かばん}
- ・財布^{さいふ}やカードケースなどに入れて持ち歩く^い

全ての項目^{すべ こうもく}を記入する必要^{きんよう}はありません。必要^{ひつよう}なところだけ記入してください。

ふりがな
名前

住所

血液型

生年月日

年 月 日

障害名
病 名

緊急時の連絡先

名 前

電 話

関 係

かかりつけ医

病院名

担当医

電 話

切り取って、中心^{ちゅうしん}で谷折り^{たにあ}にして利用^{りよう}してください。

福祉に関するマーク

	障害者雇用支援マーク 公益財団法人ソーシャルサービス協会が障がい者の在宅障がい者就労支援並びに障がい者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マークです。 問い合わせ先：（公社）ソーシャルサービス協会 ITセンター
	「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク 白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障がいのある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOS シグナル」運動の普及啓発シンボルマークです。（社会福祉法人日本視覚障害者団体連合推奨マーク） 問い合わせ先：岐阜市福祉部福祉事務所障がい福祉課
	高齢運転者標識 自動車免許を受けている人で、加齢に伴って生ずる身体機能の低下が自動車の運転に影響を及ぼすおそれがある70歳以上の人が運転するとき自動車に付けるものです。 問い合わせ先：警察庁交通局、都道府県警察本部交通部、警察署交通課
	マタニティマーク 妊産婦が交通機関等を利用する際に身につけ、周囲に妊婦であることを示しやすくするものです。 問い合わせ先：こども家庭庁
	介護マーク 「介護マーク」は介護中であることを周囲に理解していただくためのものです。外出先でこのマークを見かけた際には、あたたかく見守り、可能であれば手助けをするなど、ご理解とご協力をお願いいたします。 問い合わせ先：相模原市地域包括ケア推進課
	手話マーク・筆談マーク 手話マーク：耳が聞こえない人が手話でのコミュニケーションの配慮を求めるときに提示するほか、手話による対応ができる施設で掲示できます。 筆談マーク：筆談でのコミュニケーションを求めるときに提示するほか、筆談による対応ができる施設で掲示できます。 問い合わせ先：（一社）全日本ろうあ連盟

令和7年度版 障がいのある方のための福祉のしおり

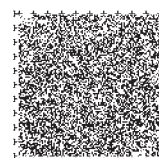
令和7年7月 発行

編集・発行 相模原市健康福祉局地域包括ケア推進部 高齢・障害者福祉課

〒252-5277 相模原市中央区中央2丁目11番15号

電話 (042)707-7055 F A X (042)759-4395

メールアドレス k-s-fukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp





みんなで目指そう 「共にささえあい 生きる社会」

「共にささえあい 生きる社会」とは、
障がいに関する理解啓発のために相模原市が定めている
キャッチフレーズです。

