

## 利用者インタビュー

ヘルプマークをご存じでしょうか？  
「支援が必要な人」と「支援ができる人」を繋げる大事なサインです。

日本リウマチ友の会 鹿児島支部  
支部長 黒木 恵子 さん



私がリウマチを発症したのは、25歳。9年後に専門医に出会い両膝に人工関節の手術を受けました。人工関節にしたことで歩けるようになり、「まだ若いからボランティアをなささい。」との助言をきっかけに福祉活動を始めました。その中で、鹿児島県のヘルプマーク導入の活動も行っていました。東京都から導入が始まり、交通機関ではヘルプマークを付けていると「さっ」と席を譲って下さいます。それだけ認知度が高いということでしょうね。

鹿児島県でも 2019年にヘルプカードが導入され、私の夢は半分叶ったと思えるほど嬉しいものでした。また本年7月からストラップ型のヘルプマークが導入され、感謝するばかりです。

私は、支援が必要な人が、ヘルプマークを日常的にしっかり掲示して生活していただくことが望ましい姿だと思っています。使用することを迷っている方もいらっしゃると思いますが、万が一、苦しい時や私のように人工関節で道端で倒れてしまったときに何が出来るかという、周りの人に援助をいただくしかないと思うんです。ヘルプマーク・カードがそのためのサインであることをしっかり理解し、助けてもらう努力をしていく必要があります。掲示をためらわれる方はバッグの中に入れておき、いざとなったら提示して、助けてもらう。そして、支援できる人は、支援が必要な人が困っていたら、ためらうことなく、ぜひ声を掛けて欲しいのです。

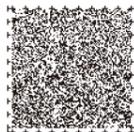
ヘルプマークの認知度はまだ低いのが現実です。意味を理解するために、使っている人の話を聞いて学んで欲しいです。障害者の方も障害のことを周囲に知ってもらい助けてもらうため、地域と密着した生き方が必要になります。ぜひヘルプマークを付けて自分の住んでいる地域を歩き、「自分と障害」を知ってもらうようにしていただきたいです。

NPO法人 あすなる会  
理事長 角園 美津代 さん  
(知的障害を持つ方の社会参加を支援)



まずは、このヘルプマーク・カードの認知度を上げていくことが大事だと思います。コロナ禍ということもあり使用機会も少ないため、街の中には「こんなマークを持っている人がいるよ。」という広報があったら良いと思います。

マークを使う方も手を差し伸べてくださる方も適切な使用方法を理解し、これを持って外出することが「安心だな」と思ってもらえる状況になることを願っています。



## ヘルプマークとは？

外見では、援助等が必要なことが分からない方々が、周りの人に支援が必要であることを知らせ、障害等の特性に応じた支援を受けやすくするためのマークです。

県では、これまでのヘルプカードに加え、新たにストラップ型のヘルプマークを配布しています。

このマークを見かけたら、電車・バス内では席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど、できる範囲での手助けをお願いします。

## 特集



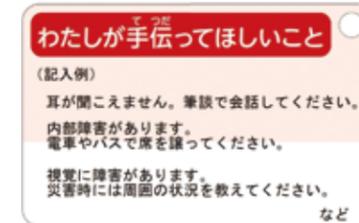
## ヘルプマーク・ヘルプカードの配布対象者

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、外見から援助等が必要なことが分からない方で、日常生活や災害時などにおいて、配慮や支援を必要とする方

★障害の有無、障害者手帳の有無は問いません



ヘルプマーク (ストラップ型)  
カバン等に掲示して、支援が必要なことを伝えることができます。



ヘルプカード  
裏面に支援してほしいことを書き込みます。

## ヘルプマーク・ヘルプカードの配布窓口

- ・市町村窓口
- ・県地域振興局、県支庁・事務所
- ・ハートピアかごしま
- ・県障害者支援室（郵送による配布も可能）

詳しくは、[県ホームページ](#)をご覧ください。

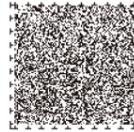
鹿児島県 ヘルプマーク

検索

○お問い合わせ先○

鹿児島県くらし保健福祉部障害者支援室

TEL: 099-286-2746 FAX: 099-286-5558



ヘルプマークを知っていますか？  
あなたの支援が必要です

