

ちょっと考えてみませんかシリーズ No. 36 ～ヘルプマーク～

このマーク、見たことがありますか？

ヘルプマークは、外見からは支援が必要とわかりにくい人（妊娠初期や内部障がい、難病、義足・義手を使う人など）が、助けが必要なことを示すためのマークです。

2012年に東京都が考案したもので、現在は全国の自治体や公的機関の窓口で配布されており、亀岡市役所でも障がい福祉課の窓口と総合案内所で配布しています。

使い方と対応のポイント

表示する人

カバンや服に付ける、見える場所に置くなどで助けを示します。（提示は任意です）

周囲の人

その人が困っているようであれば「何かお手伝いしましょうか？」と声をかけ、相手の希望に応じます。

理由を詮索したり写真を撮ったりしないでください。

家族や子どもへの教え方

日常会話の中でヘルプマークの意味を伝え、「困っていそうな人には優しく声をかける」ことを具体的に練習しておくとう安心です。

ヘルプマークは助けを求めるサインであり、差別や同情の対象ではありません。

障害者権利条約の採択から 20 年

2006年に国連総会で障害者権利条約が採択されてから、今年で 20 年です（日本は 2014 年に批准）。

ヘルプマークの普及は、条約が掲げる原則（障がい者の尊厳、自律および自立、差別されないこと、社会参加など）に合致します。見えない困りごとに気づき、小さな配慮を日常に取り入れることで、誰もが地域で安心して暮らせる社会づくりにつながります。

まずは意味を知り、周囲に伝え、実際に手を差し伸べることから始めましょう。