



# ヘルプマークを知っていますか？

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、思いやりのある行動をお願いします。  
▶障害福祉課 保 042-438-4033・ 042-423-4321

東京都では、誰もが共生する社会を目指して、平成30年10月1日に「東京都障害者への理解促進及び差別解消の推進に関する条例」を施行しました。

## Q.マークはどのような人に配っていますか？

対 援助や配慮を必要としていて、配布を希望する方

- 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
  - ※ 身体機能などに特に基準を設けていません。
- 必要な方が円滑にマークを活用できるように配慮し、特に書類などの提示は必要なく、申し出に対しお渡ししています。マタニティマークと同様、ご家族など代理による申し出の場合もお渡ししています。

## Q.マークはどこで配っていますか？

- 市役所障害福祉課(両庁舎1階)など各自治体
- 都営地下鉄各駅(一部を除く)駅務室、都営バス各営業所など

- 東京都心身障害者福祉センター(多摩支所を含む)・都立病院・公益財団法人東京都保健医療公社の病院など

## 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？

- 電車・バスの中で、席をお譲りください。
- 駅や商業施設などで、声を掛けるなどの配慮をお願いします。
- 災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。



## ヘルプカードの配布

### Q.ヘルプカードとは

障害のある人が携帯し、災害時や日常生活の中で困ったときに必要な支援や配慮を周囲の人をお願いするためのカードです。

### Q.カードはどのように使用するのですか？

手助けしてもらいたいことや配慮が必要なことなどを記載用シールに明記し、カードに貼り付けてご使用ください。

### Q.カードはどのような人に配っているのですか？

対 障害者手帳保持者・自立支援医療受給者・高次脳機能障害者・発達障害者・難病者  
※ 申込書の記入が必要です。詳細は、上記へお問い合わせください。



カードの裏(見本)

下記に連絡してください。  
私の名前 西東京 太郎  
連絡先の電話番号 080-0000-0000  
連絡先名(会社・機関等の場合)  
呼んでほしい人の名前 母：花子

## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※マークがないものは、当日、直接会場へ

### 世界自閉症啓発デー(4月2日) 発達障害啓発週間(4月2日～8日)

毎年4月2日は、国連の定めた「世界自閉症啓発デー」です。世界自閉症啓発デー日本実行委員会では、4月2日～8日を発達障害啓発週間として、各地でランドマークのブルーライトアップやシンポジウムなどの啓発イベントなどを行っています。

問(一社)日本自閉症協会  
03-3545-3380

### 今月の薬湯 ～ヨモギの湯～



□効能 腰痛・痔の痛みなど

時 4月7日(日)

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)

場 庚申湯・松の湯・みどり湯・ゆパウザ

問 西東京市公衆浴場組合

庚申湯 042-465-0261

### 西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

□西東京創業カフェ

時 4月12日(金)午前10時～11時30分

場 イングビル

内 創業支援マネージャーのサポートによるディスカッション

定 10人(申込順)

□税務特別相談会

時 4月24日(水)午後1時～4時

場 イングビル

内 税理士による税務に関する個別相談

定 3人(申込順)

※1人最大1時間まで

申・問 ●西東京商工会

042-461-4573

●西東京創業支援・経営革新相談センター 042-461-6611

### 東京都シルバーパス(半年パス)

満70歳以上の都民で希望する方に、都バス・都営地下鉄・都内民営バスに乗車できるシルバーパスを発行します。

□有効期限 9月30日(月)

申 住所・氏名・生年月日が確認できる証明書(健康保険証など)と、次の①～③のうち該当する項目の書類・費用を持参し、最寄りのシルバーパス取り扱いバス営業所へ

※満70歳になる月の初日から申込可

①住民税が非課税の方

…介護保険料納入(決定)通知書、住民税非課税証明書・生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの)のいずれかと、1,000円

②住民税が課税であるが、前年の合計所得金額が125万円以下の方

…介護保険料納入(決定)通知書・住民税課税証明書のいずれかと、1,000円

③住民税が課税で、前年の合計所得金額が125万円を超えている方

…1万255円

問(社)東京バス協会

03-5308-6950

### 防火防災教育を実施しましょう

□園児・児童への防災教育

災害はいつ起きるか分かりません。東日本大震災では、学校での防災教育が津波からの効果的な避難に大きく影響しました。年齢に応じた総合防災教育を幼児期から継続的に行うことで、家庭や地域における防災行動力を高め、将来の地域防災の担い手の育成につながります。

□新入社員への防災教育

4月は新入社員や人事異動などで人事配置が大きく変わる時期です。防火防災教育を徹底し、119番通報や初期消火、避難誘導などがスムーズにできるようにしましょう。

※防災教育についてのご相談は下記へ

問 西東京消防署

042-421-0119

### 東京都子育て支援員研修(第1期)

□募集コース 地域保育コース

申 4月3日(水)～17日(水)(必着)

問(公財)東京都福祉保健財団

03-3344-8533(HPあり)

## 障害者サポーター養成講座

中級編

障害者サポーター養成講座(初級編)を受講された方を対象に、障害のある方が困っているときの“ちょっとした手助け”を具体的に学んでいただく障害者サポーター養成講座の中級編がスタートします(初回は7月を予定)。

スキルアップを目指し、障害や障害者に対する理解をさらに深める内容になっています。

※中級編受講者の方には、受講証明としてサポートリストバンドをお渡しします。

※これまで開催していた講座は、初級編として実施

※日程などの詳細は、都度市報でお知らせする予定です。

▶障害福祉課 保 042-438-4033

## 無料市民相談

### ■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 田・保	(月)～(金) 午前8時30分～午後5時

### ■専門相談(申込制) ※1枠30分 ※専門家が一緒に解決の糸口を探します。

□申込開始 4月3日(水)午前8時30分(★印は、3月19日から受付中)

□申込方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話

※申込開始日は大変混みますので、ご了承ください。

問 田無庁舎2階市民相談室 田 042-460-9805

保 保谷庁舎1階市民相談室 保 042-438-4000

内容	場所	日時
法律相談	田	4月11日(水)・18日(水)・19日(金)・23日(火)午前9時～正午
	保	4月9日(火)・10日(水)・16日(火)・17日(水)午後1時30分～4時30分
人権・身の上相談	田	5月10日(金)
	保	4月25日(水)
交通事故相談	田	★4月10日(水)
	保	4月24日(水)
税務相談	田	4月12日(金)・26日(金)
	保	4月19日(金)
不動産相談	田	★4月18日(水)
	保	★4月11日(水)
登記相談	田	★4月11日(水)
	保	★4月18日(水)
表示登記相談	田	★4月11日(水)
	保	★4月18日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	田	★4月8日(月)
行政相談	田	★4月19日(金)
相続・遺言・成年後見等 手続相談	保	5月10日(金)