

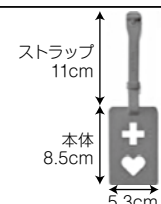


「ヘルプマーク」をご存じですか？

援助が必要な方のためのマークです。

内部障がい(心臓や腎臓などの障がい)、聴覚障がい、知的障がいや難病、義足や人工関節を使用している人、妊娠初期の人、認知症の人など、援助や配慮を必要としていることが、外見から分かりにくい方が、周囲の方から援助や配慮を得やすくなるよう、東京都が作成したマークで、全国で普及が進みつつあります。ヘルプマークは、平成29年7月にJIS(日本工業規格)の案内用図記号に追加され、国内の統一マークとしても普及が図られようとしています。

平成29年12月1日から、島根県作成の「ヘルプマーク」ストラップおよび「ヘルプカード」の無償交付を市役所でも開始しました。

このヘルプマークについて知っていただき、このマークを身につけている人を見かけた場合に、公共交通機関で席を譲る、困っていらっしゃるようであれば声をかけるなどの思いやりのある行動をお願いします。

	ヘルプマーク(ストラップ)	ヘルプカード
交付対象者	内部障がい(心臓や腎臓などの障がい)、聴覚障がい、知的障がい、難病、義足や人工関節を使用している人、妊娠初期の人、認知症の人など、援助や配慮を必要としている方(身体障がい者手帳等の有無は問いません)	
交付窓口	福祉推進課、高齢者福祉課、健康増進課および各支所の福祉担当課 (ヘルプカードは県のホームページからダウンロードもできます)	
外 観	 <p>ストラップ 11cm 本体 8.5cm 5.3cm</p> <p>片面に添付のシールを貼り、配慮が必要な内容を書き込むこともできます。</p>	<p>(表)</p>  <p>(裏)</p>  <p>必要な情報を書き込み、財布等に入れて身につけることで援助を受けやすくなります。</p>
使用方法	かばんにつけるなど、身につけることによって、外出先で周囲の人に援助や配慮を必要としていることを知らせることができます。	配慮などが必要となる場面で提示し、必要な配慮の内容を周囲の人に知らせることができます。(例: 体調の急変時に病院への連絡を依頼する、アレルギーマークの内容を知らせる、災害時の誘導を依頼する。)

おたすね 福祉推進課 ☎21-6959 / FAX 21-6598



このマークのある駐車場の利用についてご理解を！

このマークのついた駐車場は、障がいや高齢などにより歩行や乗降が困難な方々のために用意されている駐車場です。

しかし、この駐車場を利用する必要がない方が駐車されていて、歩行や乗降が困難な方が利用できないことがあります。

島根県では「思いやり駐車場制度」を実施し、このマークのついた駐車場を必要とする方に対して、利用証を交付しています。

手続きは市役所福祉推進課・各支所福祉担当課でできますので、ご相談ください。

【対象者】

身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、高齢者、難病患者、妊産婦、一時的な疾病(骨折や病気など)により歩行困難な方

※障がいの程度や疾病の状態などそれぞれ条件がありますので、詳しくはお尋ねください。

マークのついた駐車場の利用について、ご理解とご協力をお願いします。

**思いやり
駐車場**









この駐車場は、島根県発行の身体障がい者等用駐車場利用証をお持ちの方が利用できます。



おたすね / 福祉推進課 ☎21-6694 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



2月は省エネルギー一月間です

寒い冬でも、さまざまな暖房機器によって、快適に過ごすことができますが、電気やガスなどの使用量が増え、光熱費が年間で最も多くなる季節です。

衣類や暖房機器の使い方を見直すことで、経済的で快適な冬を過ごしましょう。

WARMBIZ
ウォームビズ

ウォームビズを取り入れよう!!

20℃



ウォームビズは、環境省が呼び掛けている、暖房時の室温 20℃で快適に過ごすライフスタイルのことです。ウォームビズは、難しい取組ではありませんので、さっそく実践してみましょう。

例えば、あたたかい機能性素材の下着を着用することや、室内でもセーターやカーディガンなどを1枚多く着るようにしてみましょう。

また、首、手首、足首など太い血管のある部分を重点的にあたためると、体全体があたたまり、冷え症などの改善に役立ちます。

詳しくは、環境省のホームページをご覧ください。

⇒ <https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/warmbiz/>



おたずね/出雲市省エネルギービジョン推進協議会事務局（環境政策課内） ☎21-6535

PM2.5の「注意喚起情報」

冬から春にかけて、PM2.5（微小粒子状物質）の濃度が上昇する傾向があります。

県では、1日の平均値が $70\mu\text{g}/\text{m}^3$ （マイクログラム/立方メートル）を超えると予想される場合に注意喚起を行います。市では、県からの注意喚起を受けた場合、市のホームページや防災行政無線、ケーブルテレビなどを通じて市民のみなさんへ注意を呼びかけます。特に呼吸器系や循環器系の疾患がある小児やご高齢の方は、必要に応じて保育所、幼稚園、小学校、高齢者施設等と健康状態に関する情報を共有しながら、日常の健康管理をしましょう。

注意喚起情報が発表されたら

- ▶ 屋外での長時間の激しい運動は、控えましょう。
- ▶ 屋内でも換気や窓の開閉を最小限にするなど、外気の侵入を減らしましょう。
- ▶ 呼吸器系や循環器系疾患のある方、小児、ご高齢の方は体調に応じてより慎重に行動しましょう。

外出先で情報を知りたいとき

- ▶ 携帯電話で『しまね防災メール』をご利用ください。
※事前登録が必要です。詳しくは、しまね防災情報をご覧ください。
<http://www.bousai-shimane.jp/bousai-mail/2013121600316/>
- ▶ 速報値は、次の URL からご確認いただけます。
携帯電話、スマートフォンなど <http://www.eco-shimane.jp/keitaihp/>



しまね防災
メール



速報値

おたずね/環境政策課 ☎21-6989