



- 南部図書館みんなみ 開館1周年記念イベントを開催します!...2面
- 平成25年度三鷹市のごみ量の現状をお知らせします...4面
- 介護保険の地域密着型サービスをご存じですか...5面
- 市からのお知らせ...11面から
- 帰宅困難者対策訓練を実施します...12面

12月3日～9日は障害者週間 「心のバリアフリー」社会の実現へ

## ちょっとした手助けが大切です



障がいのある方を見かけたとき、「困っているのでは…」[声を掛けてよいか…][どう助けていいのかわからない…]と感じたことはありませんか？

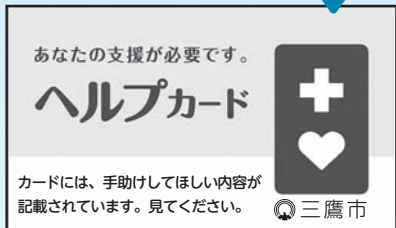
市では、障がいのある方が困っているときに周囲に手助けを求めるための手段として、ヘルプカードの活用を推進しています。みなさんのちょっとした手助けが、「心のバリア」を取り除き、誰もが互いに支え合う社会へとつながります。カードをお持ちの方を見かけたら、ぜひ温かい配慮をお願いします。

☎障がい者支援課☎内線2655

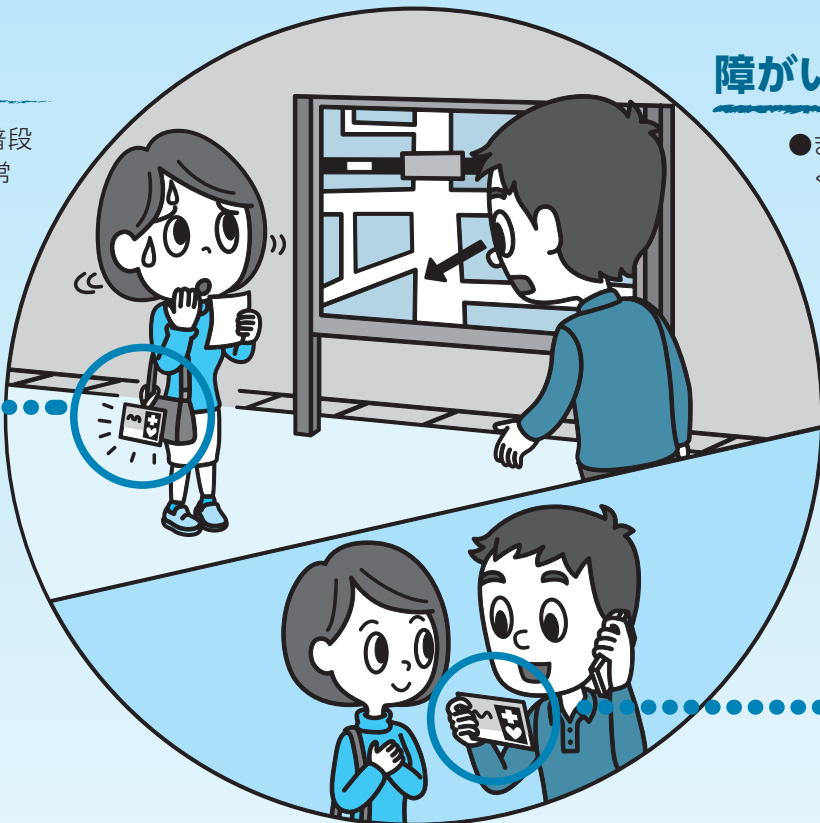
### ヘルプカードとは

「ヘルプカード」は、障がいのある方が普段から身につけておくことで、災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲に手助けを求めやすくするためのカードです。

聴覚障がいや内臓疾患による障がい、知的障がいなど、一見して分かりにくい障がいを含め、さまざまな方が手助けを求めるときに役立ちます。



裏面に手助けしてほしい内容が記載されています。



### 障がいのある方が困っていたら

- まずは簡単な短い言葉で優しく声を掛けてください。
- 相手に伝わっているか確かめながら、ゆっくり話してください。
- ヘルプカードに記載されている、緊急連絡先に連絡してほしいか聞いてください。
- できるだけ安全な場所で過ごせるようにしてください。

裏面の記載内容は、障がいのある方一人ひとり違います。下記はその一例です。

かき 下記に連絡してください。

わたし 三鷹 花子  
私の名前  
連絡先の電話 0000-0000  
連絡先名(会社・機関等の場合) 〇〇〇会社  
よ呼んでほしい人の名前 三鷹 太郎

### ヘルプカードの配布

☎障がい者支援課☎内線2655

市内在住で身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳などを持っている方(希望者)に、同課(市役所1階15番窓口)で配布または郵送しています。

## 心のバリアフリー推進イベント

「障害者週間」にちなみ、障がいへの理解や障がい者の社会参加を促進するための「心のバリアフリー推進イベント」を開催します。 ☎障がい者支援課☎内線2652

### 障がい者自主製品の即売会と作品展

12月2日(火)～5日(金)  
午前9時～午後5時



昨年の即売会の様子

市内の障がい者施設の活動を紹介するパネル展示と、パンや太宰口ゴ入りクッキー、太宰治刺しゅうタオルハンカチなどの自主製品を販売します。また、障がいのある方が制作した絵画、写真、書、手工芸品などの作品展も実施します。  
※自主製品の販売は3日(水)～5日(金)正午～午後3時。

☎市役所1階市民ホール

### バリアフリー映画上映会 「舟を編む」

12月6日(土)  
午後2時開演(1時開場)



©2013「舟を編む」制作委員会

視覚や聴覚に障がいのある方など、誰もが一緒に楽しめるよう、場面解説や情景描写をくわしく説明した音声ガイドや字幕の付いたバリアフリー映画を上映します。

☎市、三鷹市障がい者福祉懇談会 ☎100人  
☎市民協働センター ☎当日会場へ(先着制)

※市内障がい者施設の自主製品(焼き菓子など)も販売します(午後5時まで)。

### 市長コラム

#### 自助・共助・公助で進める 防災のまちづくり

三鷹市長 清原慶子

三鷹市では、市民の皆様と協働して防災のまちづくりを進めています。9月6日から11月2日にかけて、7つのコミュニティ住区で総合防災訓練が実施され、延べ約4千人の方が参加し、「いざ」という時の「自助」「共助」の取り組みを訓練していただきました。

防災には、個人や世帯が自ら取り組む「自助」、近隣や地域で相互に支え合い取り組む「共助」、そして、行政による「公助」が必要です。特に、「自助」「共助」の強化の必要性については東日本大震災時に再確認されたことから、三鷹市では震災直後から、町会・自治会等を対象にした「防災出前講座」を防災課職員によって実施してきました。これまで延べ1300回、延べ約5千人の方が受講され、災害時の安全確保、初期対応、食品等の備蓄といった具体的な自助・共助の防災活動に結びつけていただいています。

「公助」については、市役所、教育委員会、学校等で折々に訓練を実施しています。12月7日(日)には、三鷹市役所、警察署、消防署、消防団、防災協定を交わしている関係機関など計40団体による「防災関係機関連携訓練」を行う予定です。これは「公助」の体制を再確認し強化するための訓練です。

同日、JR三鷹駅南口を中心として「帰宅困難者対策訓練」を実施します。東日本大震災ではJR三鷹駅南口周辺に帰宅困難者が多く発生した経験を踏まえ、三鷹ネットワーク大学や消費者活動センターに一時滞在施設を開設して訓練を行います。また、三鷹市では防災行政無線の内容について、聞き取りづらい場合などを想定して、即時にホームページやツイッター、あらかじめ登録していたらく安全・安心メール、ケーブルテレビの文字放送でお知らせしています。市民の皆様、市内にいる市外にお住まいの皆様への正確な情報伝達に今後も努めます。

年末が近づき寒さも増しています。火災予防も含めて、防災についてご家族、学校、職場で語り合っていたら、「自助」「共助」の強化をお願いいたします。



防災無線などの情報発信を行う市役所の通信室にて

### 三鷹市長メールマガジン

市長のメッセージ、活動記録、部長コラム、新着情報などをお届けします。登録は、市ホームページまたは携帯サイトからどうぞ。

