

マンガで学ぼう 「人権」



- 人権って…? 1
- ヘルプマークって知ってる? 2
- 意識してますか? 7
- 「札幌（サッポロ）」って何語?? 10
- どちらの色にしようかな 15
- 男女共同参画 17

人権相談窓口

人権に関する相談機関のご案内（名古屋法務局人権擁護部）

こどもの人権110番
（全国共通フリーダイヤル・通話無料）携帯電話からも利用可

TEL 0120-007-110

受付時間 平日 午前8時30分から午後5時15分まで

こどもの人権SOS-eメール

インターネット人権相談

<http://www.jinken.go.jp/>



チャット人権相談

LINEじんけん相談

相談内容 差別・いじめ・DV・ハラスメント・インターネット上の誹謗中傷など
人権に関する困りごと

相談時間 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分（※祝日・年末年始を除く）

相談方法 検索ID又はQRコードから公式アカウント
「法務局LINEじんけん相談」を友達追加してご相談ください。

アカウント名 検索ID
法務局LINEじんけん相談 @linejinkensoudan



実施機関 名古屋市法務局・愛知県人権擁護委員連合会

問合せ先 名古屋市法務局人権擁護部 052-952-8111(代)

詳細リンク 法務省: LINEじんけん相談（チャット人権相談）
(<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03.00034.html>)

あま市市民生活部人権推進課

TEL 052-444-0398

あま市教育部学校教育課

TEL 052-444-0902

編集・発行/あま市 市民生活部 人権推進課
〒497-8602 愛知県あま市七宝町沖之島深坪1番地
TEL 052-444-0398 FAX 052-444-1074
<https://www.city.ama.aichi.jp/>

発行/令和7年12月

ヘルプマークって知ってる？



おじいちゃんのために、
困っている時が
おっちゃんの手伝いを
お願いしています。
過度に迷惑は
ありません。



人権って…？

- 「人権」とは、「人が人らしく生きるための権利」です。「人権」は、誰でも立場や考え方、生き方に関係なく、生まれながらに持っているものです。
- 私が持っている「人権」は、みんなから大切に守ってもらえます。そして、もちろん、みんなが持っている「人権」も大切に守ってあげなければなりません。
- でも、いまだに「人権」が守られないことがあります。
- 「人権」を守るためには、どうすれば良いのでしょうか？ みんなで一緒に考えましょう。



ある日
父親と買い物に
出かけた時に

ふと、
気になるものを
見つけました。

“ヘルプマーク”というのは…

援助や配慮を
必要としている方、
特に内部障害など
外見からそのことが
分かりにくい方が

援助や配慮を
必要としていることを
周囲に知らせるマークなんだ。

ねえお父さん、
あれは何？

ああ、あれは
ヘルプマークだよ。

ヘルプマーク？



ヘルプマークの
ことを
教えてもらい

…あ！



ぼくは、
今まで以上に
困っている方の必要に気づく
アンテナを高くしたいな。

席どうぞ！

1人1人が思いやりを持ち、
助け合って過ごしていけたら
素敵だなと思いました。



耳が聞こえづらい

お
心臓の病気

にんしん
妊娠初期

そっか。
外見からは
分かりにくくても、
困っている方が
いるかもしれないんだ。



うん。
覚えておく！

うん。
それに、
ヘルプマークを
つけてくれていると、
ぼくたちも声を
かけやすいよね。



意識してますか？

今日は
インターネット上の
問題について
お話しします。



スマートフォン
普及に伴って
さまざまな
人権侵害の問題が
起きています。

人権侵害？

※誹謗中傷(ひぼうちゆうしょう)…人の悪口を言ったり、うわさ話で相手を傷つけること

画面の向こうにいる相手が
実在する人だと
意識していないことが
大きな原因です。



相手の気持ち
を考えずに
匿名だからと
普段なら言えないような
言葉を吐いてしまうのです。

ウザイ

キモイ

※匿名(とくめい)…自分の名前や正体を隠すこと

例えば、
SNSでの誹謗中傷や
個人情報の流出
ネットいじめなど…

匿名性を悪用して
相手の人格や名誉を
傷つける人がいて

時には自殺につながる
ような被害が
起きています。



ひどい！
どうしてそんなことを
してしまうんでしょう？

さらに、一度ネット上に
流出された写真や動画は
情報が拡散してしまうことで
大人になっても被害を
受け続けることになりかねません。
十分に注意が必要です。

なるほど…

私たちにも
できることは
あるかな？

「札幌(サッポロ)」って何語??



みなさんは
アイヌの人々について
知っていますか？

はい！
北海道に住んでいる
先住民ですよ。

でも詳しいことは
知らないなあ？

※先住民(せんじゅうみんぞく)…その土地に昔から住み続けている人々のこと



その通り。
アイヌとは
千年以上も前から
北海道で暮らしていた
先住民。
つまり、一番最初から
住んでいた人たちのことです。

ですが明治時代以降、
日本の同化政策によって
アイヌの文化が
抑えつぶされ
差別を受けてきました。

ええ！
どうして
ですか!?



家族でSNSの
使い方について
ルールを決めたり
年齢に合った
フィルタリングを
かけることも重要ですね。



SNSを使うときは
相手の気持ちを考えて
書き込みをすることが
大切です。

相手を思いやる心を
持つことで
ネット上の人権侵害を
防ぐことができるはずですよ。



わかりました！

これからは
スマホの向こうに
いる人の気持ちを
考えて
SNSを使いたい
と思います。



現在、アイヌの人々を中心に文化を積極的に継承し復興させる取り組みが行われています。

それならアイヌについてもっと教えてください！
アイヌの文化って今はどうなっているんですか？

※継承(けいしょう)…大切なもの(文化、知恵、技術など)を、後の世代へと受け継(つ)いでいくこと



アイヌの人々は自分たちの言語や文化を持っていたため

当時の日本政府から「日本人ではない」と見なされたのです。

近年は、アイヌ文化の復興や差別解消に向けた取り組みが進められるようになってきています。

それでも、アイヌの人々に対する偏見や差別は今も残っているのが現状です。



そんな：差別をなくすにはどうしたらいいんだろう？



アイヌの人々の歴史や文化についてもっと学び、理解を深めることが大切です。

そして、お互いの違いを認め合うことができれば差別はなくなっていくと思いますよ。



例えば、アイヌの伝統的な工芸品の制作やアイヌ語の教育、伝統的な歌舞伎の公演など…

今は若い世代にもアイヌ文化への関心が高まってきているんですよ。

おお～！



北海道には
アイヌの人々の痕跡が
ほかにもたくさん
残されているのかな？

アイヌの文化も
守り続けて
いきたいね。

※痕跡(こんせき)…何かがそこにあった証拠や、何かがあった後に残された跡(あと)のこと



その前向きな
気持ち
が何より
心強い
です。

みんな
力を
合
わ
せ
て
人
権
が
守
ら
れ
る
社
会
を
実
現
し
て
い
き
ま
し
よ
う。



自分たちが
生まれ育った
場所のことだから
大切にしてい
きたいよね。

そうですね。
自分たちの文化を
大切にし
次の世代に継承して
いくことは
とても重要なこと
なのです。

※継承(けいしょう)…大切なもの(文化、知恵、技術など)を、後の世代へと受け継(つ)でいくこと



それに…

実は
「札幌(サッポロ)」や
「釧路(クシロ)」
「知床(シレットコ)」なども
アイヌ語なんですよ。

ええ！
知らなかった！

なんだか身近に
感じられるね！

どちらの色にしようかな





かわいいもの作りたい

「自分らしさ」を見つけよう!

自分が好きなこと、興味があること	
人よりも得意なこと	
ずっと大切にしていること	
自分の短所だと思っていることが あったら、長所に言いかえてみよう	(例: 落ち着きがない→行動力がある マイペース→落ち着いている)

「ふつう」みたい? 「ふつう」じゃない? 「自分らしさ」はあなただけの素晴らしい個性です。一人ひとりちがうから、あなたの個性はすばらしく大切な宝物なのです。同じように、他のみんなの個性もそれぞれにすばらしく大切な宝物です。

男女共同参画

「ふつう」「あたりまえ」って いつも、どこでも、だれでも、そうじゃないといけなのかな?



ひとりで悩んでいますか？

わたし、だんだん大人の体に変わってきて、なんか自分じゃなくなっていくみたいで不安だな。将来、やりたいことがあっても、体力や能力がなかったらできないんじゃないの？

そうだね。体の変化は不安だよ。でもね、大人でもひとりで全部できる人はいないよ。だからこその他人と力を合わせたり、知恵を出し合ったりすることが大事なんだね。

インターネットの動画とか、テレビやアニメ、ゲームのキャラクターを見ていると、カッコイイ男らしいヒーローにあこがれるけどなあ。

それは素敵なことだね！でも男の体だから男らしくするのがあたりまえ、っていう考えを他の人にも押しつけたら、悲しむ人もいるよ。

女子です。女子が好きになりました。友達にも家族にもだれにも言えなくてつらいです...

だめだと思ってしまうとつらいよね。でも人（女子も男子も）が人（女子も男子も）を好きになるということはとても素敵なこと！そして、好きな人がいなくなったってOKなんだよ。

じつは好きな人とのことやエッチな悩みがあったからインターネットで調べました。いろいろちがうことが書いてあるけど、どれが本当のことなのかな。

それは「性」の悩みだね。今の大人たちが子どもだったときは、インターネットもなくてみんなかくしてきたんだけど、今は正しくない情報や子どもを傷つける危険な情報がたくさんあるんだ。世界では大事な体や命のことである「性」について、かくさずに教えている国が増えています。信頼できる大人といっしょに学んでみようね。

女子と仲良く話していると、からかわれてイヤ。

からかう人がいるのは残念だね。男の子と女の子が話すのはあたりまえのことだよ。「友だちとして仲がいい」ことを笑うのは、まだ相手のことをよくわかっていないから。気にせず、自分のペースでいこう。

女の子なんだから料理できるでしょ？って言われた。

料理は男の人でも女の人でもできるといいね。「～だからやる」「～だからやらない」じゃなくて、「やってみたい」「できるようにになりたい」で決めていいんだよ。

いじめやイヤなことですらい思いをしているみなさんへ

勇気を出して友だちか家族、先生(保健の先生、スクールカウンセラーの先生)に相談してみよう。相談できる人がいないときは、他にもあなたのひみつをちゃんと守って話を聞いてくれる場所があるよ。お金はかかりません。



あなたは賛成？反対？それはどうしてかな？	賛成	反対
女の子だから優しく、男の子だから強く、と決めるのはおかしいと思う		
リーダーは男の子も女の子も、みんながなれるチャンスがあると思う		
乱暴な言葉づかいや行動は、女の子も男の子も気をつけるべきだと思う		
男の子が手芸や料理をするのが好きでもいいと思う		
女の子がサッカーや野球をしてもいいと思う		
どう思ったか、みんなで話し合ってみよう。 賛成の数が多いと、「女だから」「男だから」にこだわりがなく、自分や相手の気持ちや考え方を大切にして、みんなが気持ちよく暮らせるよ！		

令和7年度 啓発活動強調事項

- 1 女性の人権を守ろう
- 2 こどもの人権を守ろう
- 3 高齢者の人権を守ろう
- 4 障害を理由とする偏見や差別をなくそう
- 5 部落差別(同和問題)を解消しよう
- 6 アイヌの人々に対する偏見や差別をなくそう
- 7 外国人の人権を尊重しよう
- 8 感染症に関連する偏見や差別をなくそう
- 9 ハンセン病患者・元患者及びその家族に対する偏見や差別をなくそう
- 10 刑を終えて出所した人及びその家族に対する偏見や差別をなくそう
- 11 犯罪被害者及びその家族の人権に配慮しよう
- 12 インターネット上の人権侵害をなくそう
- 13 北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
- 14 ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- 15 性的マイノリティに関する偏見や差別をなくそう
- 16 人身取引をなくそう
- 17 震災等の災害に起因する偏見や差別をなくそう
- 18 ゲノム情報(遺伝情報)に関する偏見や差別をなくそう

人権週間と人権デーについて

●人権週間(12月4日～10日)

我が国では、毎年12月10日の「人権デー」を最終日とする1週間を人権週間と定め、人権を尊重する考え方を広め、その理解を深めてもらうための活動を全国で行っています。

●人権デー(12月10日)

国際連合は、1948年(昭和23年)12月10日に「世界人権宣言」を採択したことを記念して、12月10日を「人権デー」と定め、加盟国などに人権の発展に更に努めるように求めています。

困ったときは相談しましょう

法務局・地方法務局又はその支局で面談・電話等により、人権に関する相談を受けています。

インターネットでも相談できます。(詳しくは裏表紙)

相談は無料で、相談内容についての秘密は守られます。

人権擁護委員ってこんな人

人権擁護委員は、人権擁護に理解のある地域の人で、市町村長から推薦され、法務大臣から依頼を受けた民間の人たちです。あま市には、11名の人権擁護委員がいます。

人権擁護委員は、それぞれの地域で皆さんの人権が侵害されないよういつも配慮し、もし侵害があった場合には、その相談相手になり、問題解決のお手伝いをしています。また、人権を尊重する考え方の普及にも努めています。

