

# やさしい日本語で読む世界人権宣言

(谷川俊太郎/アムネスティ・インターナショナル日本訳)



出典: わかりやすい谷川俊太郎訳 世界人権宣言

アムネスティ世界人権宣言: アムネスティ・インターナショナル日本 AMNESTY

国連広報センターでも英語からの日本語訳を以下のページで紹介しています。

世界人権宣言テキスト | 国連広報センター (unic.or.jp)

<p><b>第1条</b> <b>みんな仲間だ</b></p> <p>わたしたちはみな、生まれながらにして自由です。ひとりひとりがかけがえない人間であり、その値打ちも同じです。だからたがいによく考え、助けあわねばなりません。</p>	<p><b>第2条</b> <b>差別はいやだ</b></p> <p>わたしたちはみな、意見の違いや、生まれ、男、女、宗教、人種、ことば、皮膚の色の違いによって差別されるべきではありません。また、どんな国に生きていようと、その権利にかわりはありません。</p>	<p><b>第3条</b> <b>安心して暮らす</b></p> <p>ちいさな子どもから、おじいちゃん、おばあちゃんまで、わたしたちはみな自由に、安心して生きていける権利をもっています。</p>
<p><b>第4条</b> <b>奴隷はいやだ</b></p> <p>人はみな、奴隷のように働かされるべきではありません。人を物のように売り買いはいけません。</p>	<p><b>第5条</b> <b>拷問はやめろ</b></p> <p>人はみな、ひどい仕打ちによって、はずかしめられるべきではありません。</p>	<p><b>第6条</b> <b>みんな人権をもっている</b></p> <p>わたしたちはみな、だれでも、どこでも、法律に守られて、人として生きることができます。</p>
<p><b>第7条</b> <b>法律は平等だ</b></p> <p>法律はすべての人に平等でなければなりません。法律は差別をみとめてはなりません。</p>	<p><b>第8条</b> <b>泣き寝入りはしない</b></p> <p>わたしたちはみな、法律で守られている基本的な権利を、国によって奪われたら、裁判を起し、その権利をとりもどすことができます。</p>	<p><b>第9条</b> <b>簡単に捕まえないで</b></p> <p>人はみな、法律によらないで、また好き勝手に作られた法律によって、捕まったり、閉じこめたり、その国からむりやり追い出されたりするべきではありません。</p>
<p><b>第10条</b> <b>裁判は公正に</b></p> <p>わたしたちには、独立した、かたよらない裁判所で、大勢のまえで、うそのない裁判を受ける権利があります。</p>	<p><b>第11条</b> <b>捕まっても罪があるとはかぎらない</b></p> <p>うそのない裁判で決められるまでは、だれも罪があるとはみなされません。また人は、罪をおかした時の法律によってのみ、罰を受けます。あとから作られた法律で罰を受けることはありません。</p>	<p><b>第12条</b> <b>ないしょの話</b></p> <p>自分の暮らしや家族、手紙や秘密をかってにあばかれ、名誉や評判を傷つけられることはあってはなりません。そういう時は、法律によって守られます。</p>
<p><b>第13条</b> <b>どこにでも住める</b></p> <p>わたしたちはみな、いまいる国のどこへでも行けるし、どこにでも住めます。別の国にも行けるし、また自分の国にもどることも自由にできます。</p>	<p><b>第14条</b> <b>逃げるのも権利</b></p> <p>だれでも、ひどい目にあつたら、よその国に救いを求めて逃げていけます。しかし、その人が、だれが見ても罪をおかしている場合は、べつです。</p>	<p><b>第15条</b> <b>どこの国がいい?</b></p> <p>人には、ある国の国民になる権利があり、またよその国の国民になる権利もあります。その権利を好きかってにとりあげられることはありません。</p>

<p><b>第16条</b> <b>ふたりで決める</b></p> <p>おとなになったら、だれとでも好きな人と結婚し、家庭がもてます。結婚も、家庭生活も、離婚もだれにも口出しされずに、本人同士が決めることです。家族は社会と国によって、守られます。</p>	<p><b>第17条</b> <b>財産をもつ</b></p> <p>人はみな、ひとりで、またはほかの人といっしょに財産をもつことができます。自分の財産を好きかってに奪われることはありません。</p>	<p><b>第18条</b> <b>考えるのは自由</b></p> <p>人には、自分で自由に考える権利があります。この権利には、考えを変える自由や、ひとりで、またほかの人といっしょに考えをひろめる自由もふくまれます。</p>
<p><b>第19条</b> <b>言いたい、知りたい、伝えたい</b></p> <p>わたしたちには、自由に意見を言う権利があります。だれもその邪魔をすることはできません。人はみな、国をこえて、本、新聞、ラジオ、テレビなどを通じて、情報や意見を交換することができます。</p>	<p><b>第20条</b> <b>集まる自由、集まらない自由</b></p> <p>人には、平和のうちに集会を開いたり、仲間を集めて団体を作ったりする自由があります。しかし、いやがっている人を、むりやりそこに入れることはだれにもできません。</p>	<p><b>第21条</b> <b>選ぶのはわたし</b></p> <p>わたしたちはみな、直接にまたは、代表を選んで自分の国の政治に参加できます。また、だれでもその国の公務員になる権利があります。みんなの考えがはっきり反映されるように、選挙は定期的に、ただしく平等に行なわれなければなりません。その投票の秘密は守られます。</p>
<p><b>第22条</b> <b>人間らしく生きる</b></p> <p>人には、困った時に国から助けを受ける権利があります。また、人にはその国の力に応じて、豊かに生きていく権利があります。</p>	<p><b>第23条</b> <b>安心して働けるように</b></p> <p>人には、仕事を自由に選んで働く権利があり、同じ働きに対しては、同じお金をもらう権利があります。そのお金はちゃんと生活できるものでなければなりません。人はみな、仕事を失わないよう守られ、だれにも仲間と集まって組合をつくる権利があります。</p>	<p><b>第24条</b> <b>大事な休み</b></p> <p>人には、休む権利があります。そのためには、働く時間をきちんと決め、お金をもらえるまとまった休みがなければなりません。</p>
<p><b>第25条</b> <b>幸せな生活</b></p> <p>だれにでも、家族といっしょに健康で幸せな生活を送る権利があります。病気になったり、年をとったり、働き手が死んだりして、生活できなくなった時には、国に助けをもとめることができます。母と子とはとくに大切にされなければいけません。</p>	<p><b>第26条</b> <b>勉強したい?</b></p> <p>だれにでも、教育を受ける権利があります。小、中学校はただで、だれもが行けます。大きくなったら、高校や専門学校、大学で好きなことを勉強できます。教育は人がその能力をのばすこと、そして人としての権利と自由を大切にすることを目的とします。人はまた教育を通じて、世界中の人とともに平和に生きることを学ばなければなりません。</p>	<p><b>第27条</b> <b>楽しい暮らし</b></p> <p>だれにでも、絵や文学や音楽を楽しみ、科学の進歩とその恵みをわかちあう権利があります。また人には、自分の作ったものが生み出す利益を受ける権利があります。</p>
<p><b>第28条</b> <b>この宣言がめざす社会</b></p> <p>この宣言が、口先だけで終わらないような世界を作ろうとする権利もまた、わたしたちのもです。</p>	<p><b>第29条</b> <b>権利と身勝手は違う</b></p> <p>わたしたちはみな、すべての人の自由と権利を守り、住み良い世の中を作る為の義務を負っています。自分の自由と権利は、ほかの人々の自由と権利を守る時のみ、制限されます。</p>	<p><b>第30条</b> <b>権利を奪う「権利」はない</b></p> <p>この宣言でうたわれている自由と権利を、ほかの人の自由と権利をこわすために使ってはなりません。どんな国にも、集団にも、人にも、そのような権利はないのです。</p>