

# 自分らしく 幸せに生きるための ハンドブック

「子どもの権利条約」について  
知ろう 考えよう 発信しよう



自分らしく幸せに生きること これが人権です。

大人にも 子どもにも すべての人に人権があります。

そして、子どもは、心もからだも健康に成長していくために、守られることや、

困ったときに助けてもらえたり、自分の意見を発信し、

しっかりと聞いてもらえたりすることができるのです。

みなさん、一人ひとりが大切な存在であるということです。

ぜひ、自分も周りの人も安心して生活できるよう、このハンドブックを使ってみてください。

# し 知ろう

## こ けんりじょうやく 子どもの権利条約

### こ けんり さだ せかいてき じょうやく 子どもの権利を定めた世界的な条約！

こ けんり じんげん じんけん けんり  
子どもは、ひとりの人間として人権(権利)をもっています。  
こころ けんこう せいちょう まも たす  
心もからだも健康に成長するために、守られたり、助けてもらえたりするだけ  
でなく、自分の意見を発信したり、聞いてもらえたりできることを示したのが、  
こ けんりじょうやく  
子どもの権利条約です。

こ けんり じょうやく ねん せかい けんり さだ  
この条約は、1989年にできた子どもの権利を定めたものです。

せかい こく じょうやく さんせい  
世界196か国がこの条約に賛成しています。

にほん ねん じょうやく さんせい  
日本も1994年にこの条約に賛成しました。

こ けんり じょうやく ぜんぶん じょう  
子どもの権利条約は、前文と54条からできています。

こ けんり じょうやく つぎ たいせつ ないよう しめ  
子どもの権利条約には、次の4つの大切な内容が示されています。 <日本ユニセフ協会より>



#### 1 さべつ きんし さべつ 差別の禁止(差別のないこと)

こ けんり じんしん おや じんしゅ こくせき せい いけん しょう けいざいじょうきょう りゆう  
すべての子どもは、子ども自身や親の人種や国籍、性、意見、障がい、経済状況などどんな理由  
さべつ じょうやく さだ けんり ほしょう  
でも差別されず、条約の定めるすべての権利が保障されます。

#### 2 こ さいぜん りえき こ もっと 子どもの最善の利益(子どもにとって最もよいこと)

こ かん き おこな とき こ もっと なに だいいち  
子どもに関することが決められ、行われる時は、「その子どもにとって最もよいことは何か」を第一  
かんが  
に考えます。

#### 3 せいめい せいぞん およ はったつ たい けんり いのち まも せいちょう 生命、生存及び発達に対する権利(命を守られ成長できること)

こ いのち まも う のうりよく じゅうぶん の せいちょう いりよう きょういく  
すべての子どもの命が守られ、もって生まれた能力を十分に伸ばして成長できるよう、医療、教育、  
せいかつ しえん う ほしょう  
生活への支援などを受けることが保障されます。

#### 4 こ いけん そんちよう こ いみ さんか 子どもの意見の尊重(子どもが意味のある参加ができること)

こ じぶん かんけい ことがら じゅう いけん あらわ いけん こ  
子どもは自分に関係のある事柄について自由に意見を表すことができ、おとなはその意見を子ども  
はったつ おう じゅうぶん こうりよ  
の発達に応じて十分に考慮します。

こ けんりじょうやく なか ぐたいてき こ けんり さだ  
子どもの権利条約の中から、具体的な子どもの権利を定めた

じょう じょう しょうかい  
1条から40条までを紹介します。

ないよう い けんり そだ けんり まも けんり さんか けんり ぶんるい  
内容は、生きる権利／育つ権利／守られる権利／参加する権利の4つに分類されます。

い けんり  
生きる権利

そだ けんり  
育つ権利

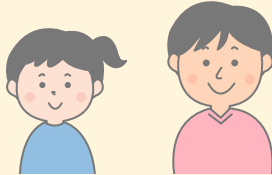
まも けんり  
守られる権利

さんか けんり  
参加する権利

## だい じょう 第1条 こ 子どもの定義

こ 子どもとは…

さい ひと こ  
18歳になっていない人を子どもとします。



## だい じょう 第2条 さべつ きんし 差別の禁止

すべての子どもは、みんな平等にこの条約にある権利をもっています。子どもは、国のちがいや、性のちがい、どのようなことばを使うか、どんな宗教を信じているか、どんな意見をもっているか、心やからだに障がいがあるかないか、お金持ちであるかないか、親がどういう人であるか、などによって差別されません。

## だい じょう 第3条 こ 子どもにもっともよいことを

こ かんけい き おこな  
子どもに関係のあることが決められ、行われるとき  
には、子どもにもっともよいことは何かを第一に考えなければなりません。

## だい じょう 第4条 くに ぎむ 国の義務

くに 国がしなければいけないこと

くに じょうやく か  
国は、この条約に書かれた  
権利を守るために、必要な法律  
をつく せいさく じつこう  
を作ったり政策を実行したり  
しなければなりません。



## だい じょう 第5条 おや しどう そんちよう 親の指導を尊重

おや しどう たいせつ  
親の指導を大切にすること

おや ぼごしゃ こ はたつ おう てきせつ しどう  
親(保護者)は、子どもの発達に応じて、適切な指導  
をします。国は、親の指導を尊重します。

## だい じょう 第6条 い けんり そだ けんり 生きる権利・育つ権利

すべての子どもは、生きる権利・育つ権利をもっています。

## だい じょう 第7条 なまえ こくせき けんり 名前・国籍をもつ権利

こ う  
子どもは、生まれたらすぐに  
登録(出生届など)されなけれ  
ばなりません。子どもは、なまえ  
こくせき  
や国籍をもち、できるかぎり親  
し おや そだ けんり  
を知り、親に育ててもらう権利  
をもっています。



## だい じょう 第8条 なまえ こくせき かぞくかんけい 名前・国籍・家族関係が 守られる権利

くに こ なまえ こくせき かぞく かんけい じぶん  
国は、子どもが、名前や国籍、家族の関係など、自分  
が自分であることを示すものをむやみにうばわれる  
ことのないように守らなくてはなりません。

だい じょう 第9条 おや ひ はな けんり 親と引き離されない権利

こ どもには、おや ひ はな けんり 親と引き離されない権利があります。  
こ どもにもっともよいという理由から、引き離されることも認められますが、その場合は、親と会ったり連絡したりすることができます。

だい じょう 第10条 べつべつ くに おや あ けんり 別々の国にいる親と会える権利

くに べつべつ くに おや こ あ いっしょ 国は、別々の国にいる親と子どもが会ったり、一緒にくらしたりするために、国を出入りできるよう配慮します。親がちがう国に住んでいても、子どもは親と連絡をとることができます。

だい じょう 第11条 くに つ けんり よその国に連れられない権利

くに こ くに そと つ じぶん くに 国は、子どもが国の外へ連れされたり、自分の国にもどれなくなったりしないようにします。

だい じょう 第12条 いけん あらわ けんり 意見を表す権利


こ じぶん かんけい じゆう 子どもは、自分に関係のあることについて自由に自分の意見を表す権利をもっています。その意見は、こ はったつ おう こくりよ 子どもの発達に応じて、じゅうぶん考慮されなければなりません。

だい じょう 第13条 ひようげん じゆう 表現の自由

こ じゆう ほうほう じょうほう かんが 子どもは、自由な方法でいろいろな情報や考えを伝える権利、知る権利をもっています。

だい じょう 第14条 しそう りょうしん しゅうきよう じゆう 思想・良心・宗教の自由

こ しそう りょうしん しゅうきよう じゆう けんり 子どもは、思想・良心・宗教の自由についての権利をもっています。



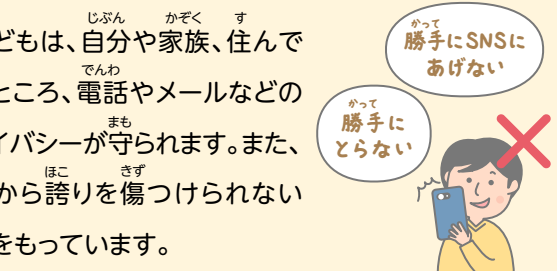
だい じょう 第15条 けっしゃ しゅうかい じゆう 結社・集会の自由

こ ひと いっしょ だんたい 子どもは、ほかの人びとと一緒に団体をつくったり、しゅうかい おこな けんり 集会を行ったりする権利をもっています。



だい じょう 第16条 めいよ ほと プライバシー・名誉の保護

こ じぶん かぞく す 子どもは、自分や家族、住んでいるところ、電話やメールなどのプライバシーが守られます。また、他人から誇りを傷つけられない権利をもっています。




だい じょう 第17条 てきせつ じょうほう にゅうしゆ 適切な情報の入手

こ じぶん せいちょう やくだ おお じょうほう て 子どもは、自分の成長に役立つ多くの情報を手に入れる権利をもっています。国は、本、新聞、テレビ、インターネットなどで、子どものためになる情報が多く提供されるようにすすめ、子どもによくない情報から子どもを守らなければなりません。

だい じょう 第18条 こ よういく おや せきにん 子どもの養育はまず親に責任

こ そだ せきにん りょうしん ほと 子どもを育てる責任は、まずその両親(保護者)にあります。国はその手助けをします。



だい じょう ぼうりよく ほご  
第 19 条 あらゆる暴力からの保護



どんなかたちであれ、子どもが暴力をふるわれたり、  
不当な扱いなどを受けたりすることがないように、  
国は子どもを守らなければなりません。



だい じょう かてい うば こ ほご  
第 20 条 家庭を奪われた子どもの保護



家庭を奪われた子どもや、その家庭環境にとどまる  
ことが子どもにとってよくないと判断され、家庭にいる  
ことができなくなった子どもは、かわりの保護者や家庭  
を用意してもらうなど、国から守ってもらうことができ  
ます。

だい じょう ようしえんぐみ  
第 21 条 養子縁組※



子どもを養子にする場合には、その子どもにとって、  
もっともよいことを考え、その子どもや新しい親(保護  
者)のことなどをしっかり調べたうえで、国や公の機関  
だけが養子縁組を認めることができます。

※法律で新しい親子の関係をつくること

だい じょう なんみん こ  
第 22 条 難民の子ども※



自分の国の政府からはく害をのがれ、難民となった  
子どもは、のがれた先の国で守られ、援助を受けること  
ができます。

※戦争などからののがれるため住んでいた国を離れた子ども

だい じょう しやう こ  
第 23 条 障がいのある子ども



心やからだに障がいがある子どもは、尊厳が守られ、  
自立し、社会に参加しながら生活できるよう、教育や  
訓練、保健サービスなどを受ける権利をもっています。

だい じょう けんこう いりよう けんり  
第 24 条 健康・医療への権利



子どもは、健康でいられ、必要な  
医療や保健サービスを受ける権利  
をもっています。



だい じょう しせつ はい こ  
第 25 条 施設に入っている子ども



施設に入っている子どもは、その扱いがその子ども  
にとってよいものであるかどうかを定期的に調べて  
もらう権利をもっています。

だい じょう しゃかいほしょう う けんり  
第 26 条 社会保障を受ける権利

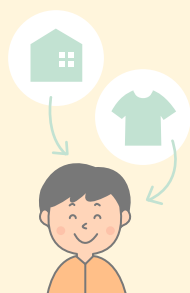


子どもは、生活していくのにじゅうぶんなお金がない  
ときには、国からお金の支給などを受ける権利をもっ  
ています。

だい じょう せいかつすいじゅん かくほ  
第 27 条 生活水準の確保



子どもは、心やからだですがすやかに  
成長できるような生活を送る権利を  
もっています。親(保護者)はそのため  
の第一の責任者ですが、必要なときは、  
食べるものや着るもの、住むところ  
などについて、国が手助けします。



だい じょう きょういく う けんり  
第 28 条 教育を受ける権利



子どもは教育を受ける権利をもっています。国は、  
すべての子どもが小学校に行けるようにしなければ  
なりません。さらに上の学校に進みたいときには、みんな  
にそのチャンスが与えられなければなりません。学校  
のきまりは、子どもの尊厳が守られるという考え方  
からはずれるものであってはなりません。



だい 第29条 きょういく もくてき **教育の目的**



きょういく こ じぶん のうりよく さいだいげん  
教育は、子どもが自分のもっている能力を最大限  
のばし、人権や平和、環境を守ることなどを学ぶため  
のものです。

だい 第31条 やす あそ けんり **休み、遊ぶ権利**



こ やす あそ  
子どもは、休んだり、遊んだり、  
ぶんかげいじゆつかつどう さんか  
文化芸術活動に参加したりする  
けんり  
権利をもっています。



だい 第33条 まやく かく ざい ほご **麻薬・覚せい剤などからの保護**



くに こ まやく かく ざい う  
国は、子どもが麻薬や覚せい剤などを売ったり  
か つか  
買ったり、使ったりすることにまきこまれないように  
まも  
守らなければなりません。

だい 第35条 ゆうかい ばいばい ほご **誘拐・売買からの保護**



くに こ ゆうかい う か  
国は、子どもが誘拐されたり、売り買いされたりする  
まも  
ことのないように守らなければなりません。

だい 第37条 ごうもん しけい きんし **拷問・死刑の禁止**



こ たい ごうもん にんげんてき  
どんな子どもに対しても、拷問や人間的でないなど  
のあつかいをしてはなりません。また、子どもを死刑にしたり、  
し けいむしょ い ゆる  
死ぬまで刑務所に入れたりすることは許されません。  
もし、つみ おか せんげん まも ねん  
罪を犯してたいほされても、尊厳が守られ年れい  
にあつた扱いを受けるけんり  
にあった扱いを受ける権利をもっています。

だい 第39条 ひがい こ **被害にあった子どもの  
回復と社会復帰**



ぎゃくたい にんげんてき あつか せんそう ひがい  
虐待、人間的でない扱い、戦争などの被害にあった  
こ こころ きず しゃかい  
子どもは、心やからだの傷をなおし、社会にもどれる  
しえん う  
ように支援を受けることができます。

だい 第30条 しょうすうみんぞく せんじゅうみん こ **少数民族・先住民の子ども**



しょうすうみんぞく こ とち す  
少数民族の子どもや、もともとその土地に住んで  
いるひととの子どもは、その民族の文化や宗教、ことば  
けんり  
をもつ権利をもっています。

だい 第32条 けいざいてきさくしゅ ゆうがい ろうどう ほご **経済的搾取・有害な労働からの保護**



こ はたら きょういく  
子どもは、むりやり働かされたり、そのために教育を  
う こころ  
受けられなくなったり、心やからだによくない仕事を  
しごと  
させられたりしないように守られるけんり  
けんり  
権利をもっています。

だい 第34条 せいてきさくしゅ ほご **性的搾取からの保護※**



くに こ じどう じどうばいしゅん りよう  
国は、子どもが児童ポルノや児童買春などに利用  
せいでき ぎゃくたい う  
されたり、性的な虐待を受けたりすることのないように  
まも  
守らなければなりません。

だれ とく こ りよう  
※誰かが得をするために子どものからだを利用すること

だい 第36条 さくしゅ ほご **あらゆる搾取からの保護**



くに こ しあわ  
国は、どんなかたちでも、子どもの幸せをうばって  
りえき え こ まも  
利益を得るようなことから子どもを守らなければなり  
ません。

だい 第38条 せんそう ほご **戦争からの保護**



くに さい こ  
国は、15歳にならない子どもを  
ぐんたい さんか  
軍隊に参加させないようにします。  
また、せんそう こ  
戦争にまきこまれた子どもを  
まも  
守るために、できることはすべてしな  
ければなりません。



だい 第40条 こ かん しほう **子どもに関する司法**



つみ おか こ ひと じんけん  
罪を犯したとされた子どもは、ほかの人の人権の  
たいせつ まなび しゃかい じぶんじしん やくわり  
大切さを学び、社会にもどったとき自分自身の役割  
は かんが あつか  
をしっかりとらせるようになることを考えて、扱われる  
けんり  
権利をもっています。

## きほんほう こども基本法

わかも の じぶん しあわ せいちょう く かていちよう  
こどもや若者が、自分らしく幸せに成長でき、暮らせるように、こども家庭庁が  
できるのと同時にこども基本法ができました。

こども基本法は、2022年に成立して、2023年に実施された法律です。

すべてのこどもが幸せな生活を送ることができる社会を目指して、  
その基本的な考え方をはっきりとさせ、国や都道府県、市区町村など社会全体で、  
こどもに関する取組を進めるためにつくられました。

こども基本法には、「子どもの権利条約」の4つの大切な内容

- 差別の禁止
  - 子どもの最善の利益
  - 生命、生存及び発達に対する権利
  - 子どもの意見の尊重
- が反映されています。

にほん  
日本でも、  
けんり まも  
こどもの権利を守る  
ほうりつ  
法律ができたよ!



## たいこう こども大綱

こどもに関する取組をしっかりと進めて  
いくため、「こども大綱」をつくることにな  
りました。

「こども大綱」とは、国がおとなになる  
までの心やからだの成長をサポートする  
ことや、子育てをする人たちへのサポートを  
することなどの取組を進めるときに、大事  
にすることや必要なことを書いています。

これから国がおこなうこどものための  
取組は、「こども大綱」に沿って進んでい  
きます。

かていちよう ばっすい  
<こども家庭庁ホームページより抜粋>

### こども大綱がめざす「こどもまんなか社会」とは

こどもが 「こどもまんなか社会」をもっとくわしくいうと…

こころ  
心もからだも  
すこやか

じぶん  
自分らしく  
いられる

あそ まな  
遊んだり学んだり  
できる

なに  
何をするか  
自由にえらべる

いけん も  
意見を持てる・  
意見を言える

こま たす  
困ったら助けて  
もらえる

こころ きず  
心やからだを傷つけられたり  
差別されたりしない

おとなになるのが楽しみ

そして、こども・若者とおとなが一緒になって社会をつくること、  
こども・若者も社会の一員として声をあげることができ、その声が  
社会に活かされることがとても大事です。

## もっとくわしく知りたいな

### こ けんり じょうやく 子どもの権利条約

にほん きょうかい  
日本ユニセフ協会

<URL> [https://www.unicef.or.jp/](https://www.unicef.or.jp/crc/kodomo/)

crc/kodomo/



### きほんほう たいこう こども基本法・こども大綱

かていちよう  
こども家庭庁

<URL> [https://www.cfa.go.jp/](https://www.cfa.go.jp/policies/kodomo-kihon)  
policies/kodomo-kihon



### じぶん いけん ひょうめい 自分の意見を表明できる

かていちよう わかも  
こども家庭庁「こども若者★いけんぷらす」

<URL> [https://www.cfa.go.jp/](https://www.cfa.go.jp/policies/iken-plus/)  
policies/iken-plus/



# かんが 考えてみよう

こ けんりじょうやく ほうりつ し  
『子どもの権利条約』や法律について知ったら

1

じぶん せいかつ み まわ できごと  
自分の生活や、身の回りの出来事を、  
ふ かえ  
振り返ってみよう

じぶん ともだち まわ ひと  
自分や友達、周りの人はどうだろう

もやもや

おかしいな

あれ？



こうしたら  
よくなるのに

これって、  
さべつ  
差別かも

これっていじめかな

いつもクラスの友達からからかわれているBさん。笑ってはいるけれど、心の中はどうなのかな。  
Bさんが、あんしん す 過ごせるようにするにはどうしたらいいのかな。自分には何ができるかな。

じぶん  
自分らしさ

いつも、「女の子なんだから、スカートをはきなさい。」って言われるよ。  
ほんとう はな す  
本当は、ズボンの方が好きなんだけれど。



いけん だ  
意見を出したい

がっこう き こ はな あ  
学校の決まりについて、子どもたちで話し合いたいな。



きょういく う けんり  
教育を受ける権利

がっこう い じゅぎょう おく べんきょう  
学校に行きづらくて、授業に遅れてしまっている。勉強したいけれど、どうすればいいかな。  
しんぱい  
とっても心配だな。



1

じぶん せいかつ み まわ できごと ふ かえ  
自分の生活や、身の回りの出来事を、振り返ってみよう

## こ どもらしく生きる

ヤングケアラーって、<sup>わたし</sup>私のことかな。この頃、遊ぶ時間や宿題する時間もなくなってきた。  
でも、我慢すればいいのかな。

## がっこう まち あんしん あんぜん 学校や町は、安心安全かな

しょう ひと ひと あんしん がっこう まち  
障がいのある人もない人も、みんなが安心できる学校や町をめざすにはどんなことをしたらよいんだろう。

## じぶん わる しかた 自分が悪いから仕方ない？

しっぱい おとな じぶん わる しかた  
失敗すると、大人にいつもぶたれるよ。でも自分が悪いから仕方ないのかな。

## プライベートゾーンは

みずぎ かく み さわ  
水着で隠れているところは、見せたり、触らせたりしてはいけないプライベートゾーンだって  
べんきょう ともだち いや おとな かって よ  
勉強したけれど、友達にさわられて嫌だったな。大人だって勝手にさわって良いわけじゃないよね。

2

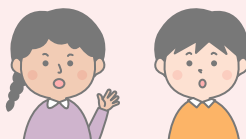
はっしん しら  
発信してみよう・さらに調べてみよう

## かぞく ともだち はな 家族や友達に話してみる

じぶん かん かんが  
自分が感じていることや考えたことを、  
かぞく ともだち はな  
家族や友達に話してみよう。

いけんこうかん かいけつ  
➡意見交換することで、すっきりしたり、解決  
ほうほう  
の方法がみつかったりする。

じぶん ちが かんが  
➡自分とは違う考えかもしれないけれど、  
かんが かつ し  
いろいろな考え方があることを知ること  
ができる。



## まわ はっしん 周りへ発信してみる

がっこうない はっしん せんせい はな じどう  
●学校内での発信(先生に話す。クラスや児童  
かい せいとかい ていあん じゅぎょう はっしん  
会・生徒会などでの提案。授業での発信……)

ちいき しゃかい む はっしん す まち  
●地域や社会に向けた発信(住んでいる町や  
し かんけい ひと だんたい いけん  
市、関係している人や団体などに意見を  
はっしん そうだんまどぐち  
発信する。(ホームページや相談窓口))

おな かんが ひと あつ こうどう  
●同じ考えの人たちで集まって行動をおこす  
こともできる。

つか こじんじょうほう なが ひぼう  
※SNSを使うときは、個人情報を流してしまったり、誹謗  
ちゅうしょう わるぐち き  
中傷(悪口など)をしたりしないように気をつけよう。

はっしん むずか  
発信するのが難しいな、つらいな…  
そんなときは

はっしん ころどう むずか  
発信したり行動したりするのが、難しかったり、つらいときは・・・

そうだん  
**相談できる**



こんなときは・・・

自分や友達が傷つけられたり、守られていなかったりときは、  
苦しく、つらい気持ちになって当然です。がまんせず、近くの大人に相談してみよう。

がっこう  
**学校**

- 担任や専任の先生、養護の先生など  
あなたが相談しやすい先生
- カウンセラー

いえ  
**家**



ちいき  
**地域**

- 主任児童委員さん
- 放課後すごす場所の大人  
など

ひとり なや そうだん  
一人で悩まず相談してね。

ほか そうだんさき そうだんまどぐち  
他にも相談先、相談窓口があります。

ひみつ まも  
秘密は守られるよ

かぞく なや  
**家族の悩み**

ぎゃくたい  
**虐待**

**いじめ**

せい なや  
**性の悩み**

せいひがい  
**性被害**

がっこう なや  
**学校の悩み**

がっこうせいかつ  
■ **学校生活あんしんダイヤル**  
☎045-624-9081(火～金・9時～17時)

じかん こ  
■ **24時間子どもSOSダイヤル**  
☎0120-0-78310(24時間・365日)

いっばんきょういくそうだん  
■ **一般教育相談**  
☎045-624-9414(月～金・9時～17時)

せいはんざい せいぼうりよく ひがい  
■ **性犯罪・性暴力被害のための  
ワンストップ支援センター**  
☎#8891(24時間・365日)

じんけん ばん  
■ **こどもの人権110番**  
☎0120-007-110  
(月～金・8時30分～17時15分)

こ ぎゃくたい  
■ **よこはま子ども虐待ホットライン**  
☎0120-805-240(24時間・365日)

こ わかもそうだんしつ  
■ **よこはま子ども・若者相談室  
(LINE相談)**  
14時～21時・365日

