

## 人権啓発リーフレット「二十歳へ贈る人権メッセージ」の配布について

### 1 目的

日々の生活の中、何気ない言葉や行動で周りの人の心を傷つけていることがあります。しかし、私たち一人ひとりが多様性を認め合い、正しい人権感覚を身につけるよう心がければ、心豊かな社会を築くことができます。そこで、人生の一つの節目を迎えた二十歳の皆さんに対し、人権の尊重が自分たちの行動規範となるよう、人権メッセージを伝える啓発用リーフレットを、市町の二十歳のつどい（成人式）において配布するものです。

### 2 リーフレットの内容

（二十歳へのメッセージ）

- 石川県知事 駐 浩 『多様性を認め合う社会の実現に向けて』
- 陸上競技選手 五 島 莉 乃 『二十歳の皆様へ』  
(金沢市出身)

（二十歳を迎えた方からの人権に関する経験談）

- 七尾市 上 林 透 也 『やさしさ』

### 3 その他

- リーフレット（B4 3つ折り カラー刷り）は、9,000部作成し、令和8年の市町の二十歳のつどい（成人式）で配布する。
- 「二十歳へ贈る人権メッセージ」は、平成11年の成人式から配布している。  
※民法改正により、令和4年4月1日から成人の年齢が18歳となったことを受け、  
名称を「新成人へ贈る人権メッセージ」から「二十歳へ贈る人権メッセージ」と改題した。

## HUMAN RIGHTS MESSAGE

### じんけん 人権とは…

「人権」というと、どうしても、特別なこと、難しいこと、堅苦しいことといったイメージを思い浮かべがちです。

しかし、「人権」は私たち一人ひとりにとってかけがえのないとても大切なものです。誰もが生まれながらにして持っている、誰からも侵されることのない、人として幸せに生きていくための当然の権利です。

また、日頃からの思いやりの心によって守られるものであり、だれもが心で理解し、感じることができるものではないでしょうか。

インターネット上での誹謗中傷の書き込み、学校でのいじめや体罰、子どもに対する虐待、性別および性的指向・性自認の違いや被差別部落出身という理由による差別、お年寄りの疎外、障害のある人、外国人、アイヌの人々、ハンセン病、HIV や新型コロナウイルスなどの感染症患者、刑を終えて出所した人に対する偏見、犯罪被害者とそのご家族への興味本位のうわさや中傷、拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害や、高齢者など配慮を必要とする方々の災害時における人権問題など、数多くの人権にかかわる問題が起きています。

私たちは、誰もがみな幸せに生きたいと願っています。同時に、家族や友人などまわりの人々の幸せも願っています。すべての人々が幸せに生きていくために、お互いの人権や多様性を尊重し、「誰か」のことではなく、自分自身のこととして考え、行動しましょう。

### 世界人権宣言

(1948年12月10日第3回国際連合総会で採択)

第1条 すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利について平等である。人間は、理性と良心とを授けられており、互いに同胞の精神を持って行動しなければならない。

私たち  
は能登を  
応援  
しています  
石川県

誰もがお互いの  
人権を尊重し合うために、  
「誰か」のことではなく自分自身のこととして考え、  
行動しましょう。



人KEN まもる君・人KEN あゆみちゃん



### 石川県総務部総務課人権推進室

TEL:076-225-1235

<https://www.pref.ishikawa.lg.jp/soumu/index.html>

石川県人権啓発活動ネットワーク協議会



このリーフレットは再生紙を使用しています。

2026年

## 二十歳へ贈る人権メッセージ

「誰か」のこと  
じゃない。

### HUMAN RIGHTS MESSAGE



## MESSAGE



### 多様性を認め合う 社会の実現に向けて

石川県知事

はせ  
馳

ひろし  
浩

新たに二十歳を迎えた皆さんに、心からお祝いを申し上げます。

二十歳という年齢は、人生における大きな節目であり、周囲からは、大人としての自覚をこれまで以上に求められることとなるとともに、自分がこれからどのような大人になり、どのように生きていくかについても、しっかりと考えていく必要があります。

今、子どもに対する虐待、学校でのいじめや体罰、性的マイノリティ (LGBTQ) の方々への偏見など、人権をめぐる深刻な問題が後を絶ちません。さらに、インターネット上で差別や誹謗中傷の書き込みによる人権侵害についても、現在大きな問題となっています。

これから社会全体で、全ての方々が幸せを実感しながら発展を続けていくためには、誰もが自分らしく、いきいきと生活することができる社会を作り上げる必要があります。そのためには、私たち一人ひとりが多様性を認め合い、お互いに相手を思いやることがとても大切です。

皆さんは大人として、これから新たな時代を生きていく中で、様々な痛みや苦しみを背負うかもしれません。こうした中においても、困難なことにも積極果敢にチャレンジする勇気や的確な洞察力、行動力といった「生きる力」を発揮できるよう応援しています。

そして、様々な人権問題についても、「誰か」のことではなく、自分自身の問題であると受け止め、多様性を認め合う社会の実現に向けて行動してくれることを、心から期待しています。

## MESSAGE



### 二十歳の皆様へ

陸上競技

株式会社資生堂(資生堂ランニングクラブ)

ごしま  
五島 莉乃

©資生堂ランニングクラブ

二十歳を迎えた皆さん、この度はおめでとうございます。

私は2024年、パリオリンピックに陸上競技女子10000m日本代表として出場しました。小学生で陸上競技を始めてから憧れていた夢のオリンピックという場所は、想像以上に特別な舞台でした。この経験をすることができるのは、私の生まれ育った大好きな石川県の皆さんのが、どんなときでも温かく応援してくれたからです。本当にたくさんの支えの中、見続けていた夢を叶えることができ、とても感謝しています。

私は「夢を諦めずに挑戦し続けること」、「信念をぶらさず、強く突き進むこと」をとても大切にしています。諦めずに進むことは、時に高い壁にぶつかり苦しいときもあります。それでも諦めないことで「新しい道が開けること」、「見たことのない世界を見られること」を、身をもって感じてきました。皆さんには、どんなときでも心強い味方がいます。支えてくださる方、応援してくださる方がたくさんいます。

強い気持ちで挑戦を続けることを大切に、これから道を歩んでください。皆さんとともに、私も挑戦を続けて頑張っていきます。

最後に、二十歳を迎えた皆さんのご活躍を心より応援しています。



©資生堂ランニングクラブ

## 二十歳の皆さん



やさしさ

かんばやし ゆきや  
上林 透也(七尾市)

二十歳の節目を迎えて、ここまで育ててくれた両親や先生方、地域の皆さん、そして支えてくれた友人などには心から感謝しています。能登半島地震やコロナ禍、世界での争いなど、私たちは大きな不安と向き合う時代を生きています。そんな中で、誰もがもつ「人権」の大切さを改めて考え、思いやりや助け合いの精神を忘れずに歩むことこそ、これから日本を担う世代に課された使命だと思います。地震の際、避難所で温かく迎えてくださった地域の方々の優しさは、私の価値観を大きく変えました。人のやさしさは平和につながり、そして自分自身の人生を豊かにしてくれると実感しています。成人としての一步を踏み出す今、この気持ちを胸に、周囲の人々とともにより良い未来を築いていきたいと思います。

### 人権啓発冊子「人・人・人への思いやり」



石川県では、様々な人権課題を取り上げた人権啓発冊子を作成し、ホームページに掲載していますので、ご活用ください。

