

きっと、大丈夫。

ゆっくり、進もう。

人権メッセージ集

いじめや差別などに悩み苦しんでいる人へ

## ごあいさつ

様々な人権課題の早期解決に向け、県民総参加の啓発活動を展開している香川県人権啓発推進会議（香川県、県内8市9町及び18団体で構成）が、本年度、設立25周年を迎えました。

このことを記念し、香川県人権啓発推進会議では、人権問題を自らの問題として主体的に考える契機にさせていただくため、香川同和問題企業連絡会の御協力のもと、県民の皆さんから、いじめや差別などの人権問題に悩み苦しんでいる人たちを応援するメッセージ（字数は、世界人権宣言60周年にちなんで60文字程度）を募集し、3,283点（一般の部571点、小・中・高校生の部2,712点）の応募をいただきました。

この「人権メッセージ集」は、その中から選ばれた入賞作品48点（一般の部：最優秀賞1点、優秀賞3点、入選10点、小・中・高校生の部：最優秀賞1点、優秀賞3点、入選30点）をまとめたものです。県民の皆さんが「人権」について、あらためて考えていただくためのきっかけとなれば幸いです。

平成21年2月

香川県人権啓発推進会議



がんばるとき、がんばるとき、  
頑張れない時、頑張りがたくない時、  
そんなときはゆっくり休んでもいいのです。  
ただわすれな<sup>け</sup>いで、決して一人ぼ<sup>ひとり</sup>ちじゃないことを。  
白川将宏さん(三豊市)



ひと<sup>ひ</sup>り<sup>と</sup>で耐えるだけでなく

どうか声<sup>こ</sup>を出<sup>だ</sup>してください。

それがどんなに小<sup>ち</sup>い<sup>こ</sup>さな声<sup>こ</sup>でも

“聴<sup>き</sup>と<sup>と</sup>り<sup>ね</sup>が<sup>も</sup>の<sup>い</sup>こ<sup>と</sup>”と願<sup>ね</sup>う者<sup>もの</sup>も居<sup>い</sup>る事<sup>こと</sup>を

あなたに信<sup>しん</sup>じてほ<sup>ほ</sup>しいのです。

谷本澄江さん(高松市)

ひとはだれかにささ<sup>い</sup>えられて生<sup>い</sup>きている。

そして自<sup>じ</sup>分<sup>ぶん</sup>もだれかをささ<sup>お</sup>えていると思<sup>おも</sup>えたらいいな。

ひとを大<sup>たい</sup>切<sup>せつ</sup>にするって、自<sup>じ</sup>分<sup>ぶん</sup>も大<sup>たい</sup>切<sup>せつ</sup>にすることなんだね。

四宮加代子さん(高松市)

ほんの<sup>すこ</sup>少し<sup>ゆうき</sup>勇氣<sup>だ</sup>を出<sup>て</sup>して<sup>さ</sup>手を<sup>だ</sup>差し<sup>だ</sup>出せば、  
必<sup>かなら</sup>ず<sup>て</sup>その<sup>にぎ</sup>手を<sup>ひと</sup>握<sup>ひ</sup>ってくれる<sup>ひと</sup>人が<sup>い</sup>る。  
あなたは<sup>けっ</sup>決<sup>ひ</sup>して<sup>ひとり</sup>一人<sup>じゃ</sup>ないよ。

住友奈緒美さん(高松市)





がまん つよ  
我慢することは、強いこと。  
よわ じぶん こうてい こと つよ  
でも、弱い自分を肯定してあげる事は、もっと強いこと。  
じぶん さいだい みかた じぶん  
自分の最大の味方は自分です。  
そんざい たいせつ  
かけがえのない存在を大切に・・・  
匿名希望さん(高松市)

わたし おな  
私もあなたと同じだった。  
つら な に おも  
辛くて泣いて逃げたくてひとりぼっちだと思ってた。  
だいじょうぶ いま わたし わら  
大丈夫、今私は笑ってる。  
だいじょうぶ  
あなたもきっと大丈夫。  
マカダミアさん(宇多津町)



い わたし しあわ  
あなたが生きていてくれるだけで 私は幸せ。  
じんせい たの わたし あんしん  
あなたが人生を楽しんでいれば 私は安心。  
えがお わたし たからもの  
あなたの笑顔が私の宝物。  
わたし みかた  
だからいつでも 私はあなたの味方。  
さっちゃんさん(丸亀市)



きぼう み たんじょう  
希望に満ちて、誕生したのよ。  
て あし からだ  
この手、この足、この体。  
たいせつ や たから  
だって、大切なわが家の宝もの。  
ひとり いのち  
一人じゃないよ、あなたの命。  
奥 栄子さん(高松市)

あなたがいるから頑張れる。  
あなたがいるから笑顔でいられる。  
あなたがいるから生きていける。  
だからだれもが大切な存在なのです。  
匿名希望さん(高松市)





う 生まれた その日から、大切たいせつなあなた。  
あなたのことばで、なくさめられる人ひとがいる。  
だから 聞きかせてください、今いま、  
あなたのことばを。

森中久美子さん(土庄町)

いつもそばそばにいるよ。

でも寂さびしさに気がつかなくてごめんね。

私わたしは今いままで勇ゆう気がなかった。

でも、これからは君きみと一緒いっしょに闘たたかうよ。

ひろちゃんさん(宇多津町)



大だい地ちをうるおす ひとしずくの雨あめは やがては集あつまり

大たい河がとなつて 海うみに帰かえり また 天てんに帰かえる

あるがままにいて あるがままでいい

わたし と わたしたち

八木紀江さん(土庄町)





わたし つら おも  
私も辛い思いをした。

でも、だからこそ あなたの辛い気持ちがわかる。

そして 今 私は、私でも人の為に 何かができるんだと 知った。

ほら、次は あなたの番。

シゲ太郎さん(高松市)

リッスン トゥ ユアー ハート  
Listen to your heart!

こころ いた きこ  
心の痛みが聞えてくるよ。

オープン ユアー ハート  
Open your heart!

だれ きみ  
きっと誰かが君のそばにいるよ。

川崎久美子さん(さぬき市)





まず、誰<sup>だれ</sup>かに相談<sup>そうだん</sup>してみて。

相談<sup>そうだん</sup>するだけで、すごく気持ち<sup>きもち</sup>が楽<sup>らく</sup>になるから。

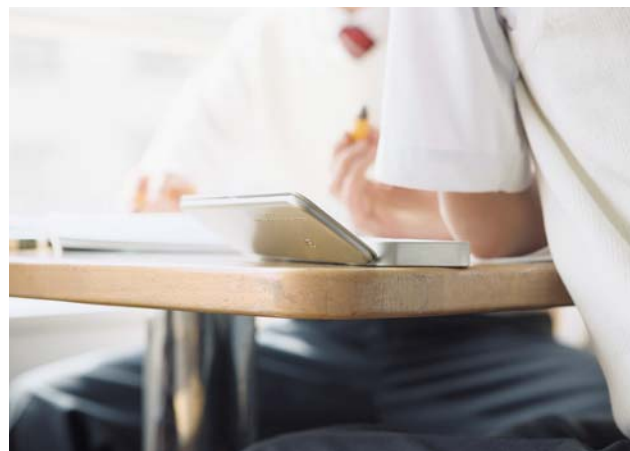
それだけでいい。

それだけで、明日<sup>あした</sup>を<sup>か</sup>変えるきっかけになるはずだから。

山口莉奈さん(県立津田高校1年)

わたしは見て見ぬふりはしない。  
ひとりぼっちの子がいたら、必ず声をかけたい。  
かなしい思いをする子が、一人もいなくなるように。

南 志織さん(高松市立弦打小学校5年)



ぼく ちが  
僕なんか…それは違う  
わたし  
私なんて…そうじゃないよ  
きみ で き たくさん  
君にしか出来ないことは沢山ある  
きみ ひとり ひと  
君という1人の人は  
せかい ひと たからもの  
この世界でたった1つの宝物だよ  
パレーっ仔さん(中学3年)

じぶん たにん ころろ ちが  
自分と他人。それぞれ心は違うけど、  
ころろ りかい ささ ねが ひと  
あなたの心を理解し支えたいと願う人がいる。  
じぶん ひとり  
自分から1人ぼっちにならないで。  
ひとり なや  
1人で悩まないで。

阿部春奈さん(県立香川中央高校3年)





がんばらなくていいんだよ がまんしなくてもいいんだよ  
きつと君のくるしみが わかってくれる人は、いるよ。  
そら み あ くも きみ み わら  
空を見上げてごらん 雲が君を見て笑ってる。

アイナツパンさん(小学5年)

きみがうまれてきたのにはいみがあるんだよ。

いっぱいのかなしさをしているあなたは

いっぱいのやさしさをもっている。

上野 蓮さん(善通寺市立南部小学校3年)



がんば  
「頑張って」なんてたやすくいえないけど  
いちどかんが  
もう一度考えて、  
たいせつ おも ひと  
あなたを大切に思っている人が、  
こと  
かならずいる事を。

豊嶋 健吾さん(さぬき市立石田小学校5年)

一人で、なやまずにまわりを見てごらん。  
ゆう気を持って、声をだそう。  
かならず力ちからになってくれるはずだから。

安富遥生さん(東かがわ市立丹生小学校3年)



きみは、一人ひとりじゃない。  
きみのとなりには、心配しんぱいしている友ともがいるよ。  
どうしようもなく、つらい時ときこそ思おもいだしてほしい。

ここにぼくがいることを。

山本庸司さん(坂出市立川津小学校6年)

あなたはいつも1人ひとりだと思おもっていない?  
友達ともだちにはやさしい人ひとがいっぱいいるよ。  
だからいつも1人ひとりじゃないんだよ。

藤本明日香さん(小豆島町立池田小学校4年)





ほんの少し顔を上げてみて

空はいつだって希望の光に満ちている

心の空が雨ならば、私がここで待っている

君の笑顔を見る日まで 君の近くで待っている。

cloverさん(小学5年)

あなたは1人じゃないよ

1人だと思えば、心の窓をあけてみて。

ほら、あなたをささえてくれる人々がたくさん

ね、1歩ずつ、いっしょにふみだそ。

匿名希望さん(小学6年)

聞かせてください、あなたの気持ちを。

伝えてください、あなたの思いを。

ぼくたちは、わたしたちは、ここにいます。

あなたは、ひとりじゃないよ。

岡野宏哉さん(琴平町立榎井小学校5年)



きみはともだちいるの？  
ぼくはいっぱいいるよ。  
これからであうひとたちも、  
ともだちにしちゃうんだ。

梅谷啓人さん(観音寺市立豊田小学校1年)



ぼくねいっしょにあそんであげる。  
おうたもうたってあげる。  
だからかなしいかおしないでね。  
いっぱいだっこしてあげるからね。

贅田海介さん(観音寺市立豊田小学校1年)



まえ　む　ある  
前を向いて歩いてみようよ

くる　とき　た　ど  
苦しい時は立ち止まったらいい

きっとあなたに手を差しのべてくれる人がいるから  
ひと　おも  
ひとりだと思わないで・・・

ミカエルさん(中学3年)



つら ひとり  
辛いとき1人でかかえこまないで・・・  
たとえ 100万人があなたに背を向けても、  
わたしはあなたの味方だよ。  
あなたとちゃんと向き合うよ。

松尾有希穂さん(小豆島町立内海中学校3年)



だいじょうぶ  
大丈夫。  
ひとり ひと  
一人ぼっちの人なんかいない。  
じぶん わ ひと  
自分を分かってくれる人。  
じぶん ささ ひと  
自分を支えてくれる人。

すぐそばにだってきつという。  
水無瀬晴香さん(東かがわ市立白鳥中学校3年)

なや なや  
悩んでいるなら 悩めばいい。  
つか やす  
疲れたなら 休めばいい。  
まえ すず  
きっと 前に進めるときがくるから。  
だいじょうぶ いっしょ わら  
大丈夫 一緒に笑えるようになるさ。

田中美冴さん(東かがわ市立引田中学校3年)



キミは ずっと きいてほしかったんじゃないのかな。

じぶん おも  
自分の想いを。

かなら とど  
必ず届くはずだから。

つた  
伝わるはずだから。

はな きみ おも  
話してみて。君の想いを。

林 鮎美さん(東かがわ市立引田中学校3年)

こっちにおいでよと、手をさしのべる。

だ て  
出した手をそっとひっぱってあげる。

ひとり  
もう、あなたは一人じゃない。

わたし ともだち  
私の友達になったんだ。

清船貴子さん(東かがわ市立引田中学校1年)



わたし  
私にも、できないことがあるから

きみ  
君にもきっとできないことがある。

ちから  
だから力をあわせれば、

きっと できないことも できるにかわる。

脇川みさとさん(東かがわ市立引田中学校1年)

だいじょうぶやで、ボクらはキミらの仲間やけん。<sup>なかま</sup>

一人でなやまんと、いつでも相談してな。<sup>ひとり</sup> <sup>そうたん</sup>

信じあおうよ、友達やもん。<sup>しん</sup> <sup>ともたち</sup>

りょうたさん(中学2年)



どうしたの？

なや <sup>なん</sup> <sup>き</sup>  
悩みがあったら 何でも聞くよ！

なや <sup>とき</sup> <sup>だれ</sup> <sup>はな</sup> <sup>そうたん</sup> <sup>たいせつ</sup>  
悩んでいる時は、誰かに話して相談することが大切だよ。

わたし <sup>なん</sup> <sup>き</sup>  
私は、何でも聞くからね。

入砂美月さん(さぬき市立長尾中学校2年)

すこ  
少しだけ、あともう少しだけ力をふりしぼって、  
その手をのばしてごらん。

わたし ぜったい ぜったい  
私なら絶対、絶対

その手をつかみとることができるから。

久住優花さん(高松市立桜町中学校2年)



みのが ゆうき だ  
見逃さないで、勇気を出して!

ひとこと ま ひと  
あなたの一言を待っている人がいる。

ひとこと たす ひと  
あなたの一言で助けられる人がいる。

ひとこと しあわ  
あなたの一言でみんなを幸せにできる。

長尾彩加さん(県立高松桜井高校3年)

自分のことを大切に思ってくれてる人なんていないなんて  
思わないで。

あなたのことを大切に思ってくれてる人はきっといる。  
例えば私、とかね。

春風さん(高校1年)

今 一人で悩んでいる貴方へ。  
傷つくのはあなたが人一倍優しいから、  
ちょっとした一言を気にするのはあなたが素直だから。  
抱え込まないで たった一人で。

紫暗さん(高校1年)



いじめられている事に気付いてあげなくてごめん。  
あなたがいじめと戦っている事を知らなくてごめん。  
でも私は絶対あなたの味方だから心配しないで。

内田ゆりさん(県立津田高校1年)



いま くる とき す  
今、つらく苦しい時を過ごしているあなたへ。

ひとりでがんばろうとしなくていい。

つらい時は「つらい」って言っていんだよ。

匿名希望さん(高校3年)

せかいじゅう ひと  
世界中にはたくさんの方がいて、  
その中に君の味方はたくさんいる。

だから君は今、ここにいるんだ。

君は一人じゃない。

nさん(高校3年)

ひと ひとり い  
人は一人じゃ生きられない。

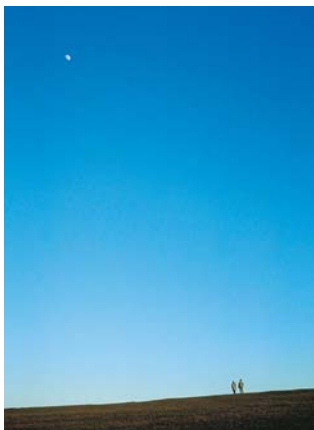
ひと て と あ い  
人は手を取り合って生きているから。

だからあなたも私と手をつなごう。

くる こと わ あ  
苦しい事はみんなで分かち合おう。

モアイさん(高校3年)





この広い世界には、  
君のことを分かってくれる人がきっといるよ  
だから負けないで 見えない絆を信じてみよう。

宮本春菜さん(県立小豆島高校2年)

強くなくていい、弱さも全部あなただから。  
変わらないでいて、全部受け止めるから。  
大好きだよ。

ばれーぼーるさん(高校2年)





香川県人権啓発マスコットキャラクター  
人権 **かがやき** くん

かがやきくん、かがやきくん。

**香川県**

香川県人権啓発推進会議

(香川県総務部人権・同和政策課内)

〒760-8570 香川県高松市番町4-1-10

TEL:087-832-3203 FAX:087-831-3680

<http://www.pref.kagawa.jp/dowaseisaku/>