

教材別紙テキスト 3 世界人権宣言 (3 種)

①日本語版 (外務省のウェブサイトより)	②わかりやすい世界人権宣言 (谷川俊太郎訳) ©日本語: 谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第一条 すべての人間は、生れながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利と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もって行動しなければならない。	第1条 みんな仲間だ 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のない人間であり、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。	Artikel 1 -Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. Sie sind mit Vernunft und Gewissen begabt und sollen einander im Geiste der Brüderlichkeit begegnen.
第二条 1. すべて人は、人種、皮膚の色、性、言語、宗教、政治上その他の意見、国民的若しくは社会的出身、財産、門地その他の地位又はこれに類するいかなる事由による差別をも受けることなく、この宣言に掲げるすべての権利と自由とを享有することができる。 2. さらに、個人の属する国又は地域が独立国であると、信託統治地域であると、非自治地域であると、又は他のなんらかの主権制限の下にあるとを問わず、その国又は地域の政治上、管轄上又は国際上の地位に基づくいかなる差別もしてはならない。	第2条 差別はいやだ 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。	Artikel 2 -Niemand darf diskriminiert werden Die Menschenrechte gelten für alle Menschen gleichermaßen. Niemand darf benachteiligt und in seinen Menschenrechte eingeschränkt werden wegen seines Geschlechts, seiner Hautfarbe, Religion, seiner nationalen Zugehörigkeit, politischen Überzeugung, seines Besitzes oder anderer Unterschiede.
第三条 すべて人は、生命、自由及び身体の安全に対する権利を有する。	第3条 安心して暮らす 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。	Artikel 3-Jeder hat das Recht auf Leben Jede/r hat ein Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit der Person.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第四条 何人も、奴隷にされ、又は苦役に服することはない。奴隷制度及び奴隷売買は、いかなる形においても禁止する。	第4条 奴隷はいやだ 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してはいけません。	Artikel 4 -Niemand darf in Sklaverei oder Leibeigenschaft gehalten werden. Wir dürfen andere nicht zu Sklaven machen.
第五条 何人も、拷問又は残虐な、非人道的な若しくは屈辱的な取扱若しくは刑罰を受けることはない。	第5条 拷問はやめろ 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。	Artikel 5 -Niemand darf gefoltert werden Niemand darf gefoltert werden. Niemand hat irgendein Recht, einen anderen Menschen grausam zu behandeln oder zu foltern.
第六条 すべて人は、いかなる場所においても、法の下において、人として認められる権利を有する。	第6条 みんな人権をもっている 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。	Artikel 6 - Jeder wird überall als Rechtsperson anerkannt Jeder Mensch ist Träger:in von Rechten und Pflichten. Das gilt von Geburt an und überall. Die Gesetze sind für alle da und jeder Mensch hat ein Recht, sich darauf zu berufen, ganz egal welcher Nationalität man angehört.
第七条 すべての人は、法の下において平等であり、また、いかなる差別もなしに法の平等な保護を受ける権利を有する。すべての人は、この宣言に違反するいかなる差別に対しても、また、そのような差別をそそのかすいかなる行為に対しても、平等な保護を受ける権利を有する。	第7条 法律は平等だ 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。	Artikel 7 -Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich Jede/r hat ohne Unterschied Anspruch auf gleichen Schutz durch das Gesetz. Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich. Es muss jede/n gerecht behandeln.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第八条 すべて人は、憲法又は法律によって与えられた基本的権利を侵害する行為に対し、権限を有する国内裁判所による効果的な救済を受ける権利を有する。	第8条 泣き寝入りはしない 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、裁判を起こし、その権利をとりもどすことができます。	Artikel 8 -Anspruch auf Rechtsschutz Jede/r hat das Recht, bei einem Gericht im eigenen Land zu klagen, wenn er/sie sich in seinen/ihren Rechten verletzt fühlt, die in der Verfassung oder in einem Gesetz des Landes festgeschrieben sind.
第九条 何人も、ほしいままに逮捕、拘禁、又は追放されることはない。	第9条 簡単に捕まえないで 人はみな、法律によらないで、また好きかって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。	Artikel 9 -Niemand darf willkürlich inhaftiert werden Kein Mensch darf einfach so und ohne Grund festgenommen, inhaftiert oder des Landes verwiesen werden.
第十条 すべて人は、自己の権利及び義務並びに自己に対する刑事責任が決定されるに当っては、独立の公平な裁判所による公正な公開の審理を受けることについて完全に平等の権利を有する。	第10条 裁判は公正に わたしたちには、独立した、かたよらない裁判所で、大勢のまえて、うそのない裁判を受ける権利があります。	Artikel 10 -Jeder hat das Recht auf ein faires Gerichtsverfahren Wenn jemand einer Straftat angeklagt wird, dann soll das öffentlich vor einem unparteiischen und unabhängigen Gericht geschehen.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第十一条 1.犯罪の訴追を受けた者は、すべて、自己の弁護に必要なすべての保障を与えられた公開の裁判において法律に従って有罪の立証があるまでは、無罪と推定される権利を有する。 2.何人も、実行の時に国内法又は国際法により犯罪を構成しなかった作為又は不作為のために有罪とされることはない。また、犯罪が行われた時に適用される刑罰より重い刑罰を課せられない。	第 11 条 捕まっても罪があるとはかぎらない 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。	Artikel 11 -Jede/r ist unschuldig, solange nicht das Gegenteil bewiesen wurde Niemand darf als schuldig bezeichnet werden, solange nicht seine Schuld bewiesen ist. Wird jemand einer Straftat beschuldigt, hat er das Recht, seine Unschuld zu beweisen. Niemand darf für etwas verurteilt werden, das zur Zeit der Tat noch nicht strafbar war.
第十二条 何人も、自己の私事、家族、家庭若しくは通信に対して、ほしいままに干渉され、又は名誉及び信用に対して攻撃を受けることはない。人はすべて、このような干渉又は攻撃に対して法の保護を受ける権利を有する。	第 12 条 ないしょの話 自分の暮らしや家族、手紙や秘密をかってにあらわされ、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。	Artikel 12 -Jede/r hat ein Recht auf Privatleben Niemand darf ohne Erlaubnis oder guten Grund in unsere Wohnung kommen, Briefe öffnen, Gespräche mithören oder uns und unsere Familie belästigen. Auch unser Name darf nicht in den Schmutz gezogen werden.
第十三条 1.すべて人は、各国の境界内において自由に移転及び居住する権利を有する。 2.すべて人は、自国その他いずれの国をも立ち去り、及び自国に帰る権利を有する。	第 13 条 どこにでも住める 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。	Artikel 13 -Jede/r darf sich frei bewegen Jeder hat das Recht, sich innerhalb eines Staates frei zu bewegen und seinen Aufenthaltsort frei zu wählen. Jeder hat das Recht, jedes Land, einschließlich seines eigenen, zu verlassen und in sein Land zurückzukehren.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第十四条 1.すべて人は、迫害を免れるため、他国に避難することを求め、かつ、避難する権利を有する。 2.この権利は、もっぱら非政治犯罪又は国際連合の目的及び原則に反する行為を原因とする訴追の場合には、援用することはできない。	第 14 条 逃げるのも権利 だれでも、ひどい目にあったら、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。	Artikel 14 -Recht auf Asyl Jede/r hat das Recht, in anderen Ländern Schutz vor Verfolgung zu suchen und zu bekommen. Das Asylrecht kann nicht in Anspruch genommen werden, wenn jemand wegen eines nichtpolitischen Verbrechens verfolgt wird oder gegen die Ziele und Grundsätze der Vereinten Nationen verstößt.
第十五条 1.すべて人は、国籍をもつ権利を有する。 2.何人も、ほしいままにその国籍を奪われ、又はその国籍を変更する権利を否認されることはない。	第 15 条 どこ国がいい？ 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。	Artikel 15 -Jede/r hat das Recht auf eine Staatsangehörigkeit Niemand darf seine Staatsangehörigkeit willkürlich entzogen oder das Recht versagt werden, seine Staatsangehörigkeit zu wechseln.
第十六条 1.成年の男女は、人種、国籍又は宗教によるいかなる制限をも受けることなく、婚姻し、かつ家庭をつくる権利を有する。成年の男女は、婚姻中及びその解消に際し、婚姻に関し平等の権利を有する。 2.婚姻は、両当事者の自由かつ完全な合意によってのみ成立する。 3.家庭は、社会の自然かつ基礎的な集団単位であって、社会及び国の保護を受ける権利を有する。	第 16 条 ふたりで決める 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、当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。	Artikel 16 -Das Recht zu heiraten und eine Familie zu gründen Heiratsfähige Männer und Frauen haben das Recht zu heiraten und eine Familie zu gründen. Sie haben bei der Eheschließung, während der Ehe und bei der Auflösung gleiche Rechte. Eine Ehe darf nur geschlossen werden, wenn beide Partner dieser freiwillig zustimmen. Die Familie hat Anspruch auf Schutz durch Gesellschaft und Staat.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第十七条 1.すべて人は、単独で又は他の者と共同して財産を所有する権利を有する。 2.何人も、ほしいままに自己の財産を奪われることはない。	第 17 条 財産をもつ 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。	Artikel 17 - Jede/r hat ein Recht auf Eigentum Jede/r darf alleine oder mit anderen Eigentum besitzen. Niemandem darf willkürlich sein Eigentum weggenommen werden.
第十八条 すべて人は、思想、良心及び宗教の自由に対する権利を有する。この権利は、宗教又は信念を変更する自由並びに単独で又は他の者と共同して、公的に又は私的に、布教、行事、礼拝及び儀式によって宗教又は信念を表明する自由を含む。	第 18 条 考えるのは自由 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。	Artikel 18 - Recht auf Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit Wir haben alle das Recht zu glauben, was wir wollen. Eingeschlossen ist darin auch das Recht, seine Religion oder Weltanschauung zu wechseln. Wir dürfen alleine oder mit anderen unseren Glauben oder unsere Weltanschauung leben und durch Lehre, Gottesdienste oder Kulthandlungen öffentlich bekennen. Wir dürfen sagen, was wir denken.
第十九条 すべて人は、意見及び表現の自由に対する権利を有する。この権利は、干渉を受けることなく自己の意見をもつ自由並びにあらゆる手段により、また、国境を越えると否にかかわらず、情報及び思想を求め、受け、及び伝える自由を含む。	第 19 条 言いたい、知りたい、伝えたい わたしたちは、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。	Artikel 19 - Recht auf freie Meinungsäußerung Wir alle dürfen uns unsere eigene Meinung bilden und sie laut äußern. Unsere Meinung dürfen wir ungehindert und über Grenzen hinweg über Medien aller Art verbreiten und öffentlich machen.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第二十条 1.すべての人は、平和的集会及び結社の自由に対する権利を有する。 2.何人も、結社に属することを強制されない。	第 20 条 集まる自由、集まらない自由 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、おりにやりそこに入れることはだれにもできません。	Artikel 20 -Recht auf friedliche Versammlung Alle Menschen haben das Recht, sich friedlich zu versammeln und zu Vereinigungen zusammenzuschließen. Niemand darf zu einer Mitgliedschaft in einer Vereinigung gezwungen werden.
第二十一条 1.すべて人は、直接に又は自由に選出された代表者を通じて、自国の政治に参加する権利を有する。 2.すべて人は、自国においてひとしく公務につく権利を有する。 3.人民の意思は、統治の権力の基礎とならなければならない。この意思は、定期のかつ真正な選挙によって表明されなければならない。この選挙は、平等の普通選挙によるものでなければならない。また、秘密投票又はこれと同等の自由が保障される投票手続によって行われなければならない。	第 21 条 選ぶのはわたし 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。	Artikel 21 -Recht auf Demokratie und freie Wahlen Wir alle haben das Recht, an der Regierung unseres Landes direkt oder indirekt über freie Wahlen mitzuarbeiten. Jede/r hat das Recht, ein öffentliches Amt in seinem Land zu bekleiden. Der Wille des Volkes bildet die Grundlage für jeden Staat. Dazu müssen regelmäßig geheime, gleiche und freie Wahlen durchgeführt werden.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第二十二条 すべて人は、社会の一員として、社会保障を受ける権利を有し、かつ、国家的努力及び国際的協力により、また、各国の組織及び資源に応じて、自己の尊厳と自己の人格の自由な発展とに欠くことのできない経済的、社会的及び文化的権利を実現する権利を有する。	第 22 条 人間らしく生きる 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。	Artikel 22 -Recht auf soziale Sicherheit Das Recht auf soziale Sicherheit schließt eine bezahlbare Wohnung, Jugendfürsorge und ein bezahlbares Gesundheitswesen mit ein.
第二十三条 1.すべて人は、勤労し、職業を自由に選択し、公正かつ有利な勤労条件を確保し、及び失業に対する保護を受ける権利を有する。 2.すべて人は、いかなる差別をも受けることなく、同等の勤労に対し、同等の報酬を受ける権利を有する。 3.勤労する者は、すべて、自己及び家族に対して人間の尊厳にふさわしい生活を保障する公正かつ有利な報酬を受け、かつ、必要な場合には、他の社会的保護手段によって補充を受けることができる。 4.すべて人は、自己の利益を保護するために労働組合を組織し、及びこれに参加する権利を有する。	第 23 条 安心して働けるように 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。	Artikel 23 -Recht auf Arbeit und Schutz der Arbeiter Jeder/hat das Recht auf Arbeit, auf freie Berufswahl, auf befriedigende Arbeitsbedingungen und auf Schutz vor Arbeitslosigkeit. Jeder hat das Recht auf gleichen Lohn für gleiche Arbeit. Jeder hat das Recht auf einen fairen Lohn, der ein menschenwürdiges Leben ermöglicht. Wenn der Lohn dazu nicht ausreicht, muss der Staat zusätzlich dafür sorgen. Jeder hat das Recht, zum Schutze seiner Interessen eine Gewerkschaft zu bilden oder beizutreten.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第二十四条 すべて人は、労働時間の合理的な制限及び定期的な有給休暇を含む休息及び余暇をもつ権利を有する。	第 24 条 大事な休み 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。	Artikel 24 -Recht auf Erholung und Freizeit Jede/r hat das Recht auf Erholung und Freizeit, auf eine vernünftige Begrenzung der Arbeitszeit und auf bezahlten Urlaub.
第二十五条 1.すべて人は、衣食住、医療及び必要な社会的施設等により、自己及び家族の健康及び福祉に十分な生活水準を保持する権利並びに失業、疾病、心身障害、配偶者の死亡、老齢その他不可抗力による生活不能の場合は、保障を受ける権利を有する。 2.母と子とは、特別の保護及び援助を受ける権利を有する。すべての児童は、嫡出であると否とを問わず、同じ社会的保護を受ける。	第 25 条 幸せな生活 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、生活が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。母と子はとくに大切にされなければなりません。	Artikel 25 - Recht auf Essen, Unterkunft und ärztliche Versorgung Wir alle haben ein Recht auf einen menschenwürdigen Lebensstandard, auch wenn wir kein Geld verdienen können. Vor allem Kinder, alte oder behinderte Menschen, Kranke und Arbeitslose verdienen einen besonderen Schutz. Mütter und Kinder haben besonderen Anspruch auf Fürsorge und Unterstützung. Eheliche wie außereheliche Kinder genießen den gleichen sozialen Schutz.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第二十六条 1.すべて人は、教育を受ける権利を有する。教育は、少なくとも初等の及び基礎的の段階においては、無償でなければならない。初等教育は、義務的でなければならない。技術教育及び職業教育は、一般に利用できるものでなければならない。また、高等教育は、能力に応じ、すべての者にひとしく開放されていなければならない。 2.教育は、人格の完全な発展並びに人権及び基本的自由の尊重の強化を目的としなければならない。教育は、すべての国又は人種若しくは宗教的集団の相互間の理解、寛容及び友好関係を増進し、かつ、平和の維持のため、国際連合の活動を促進するものでなければならない。 3.親は、子に与える教育の種類を選択する優先的権利を有する。	第 26 条 勉強したい？ 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。	Artikel 26 -Jeder hat ein Recht auf Bildung Bildung – zumindest die grundlegende Bildung – muss kostenlos sein. Der Grundschulunterricht muss verpflichtend sein. Hochschulunterricht muss allen entsprechend ihren Fähigkeiten offen stehen. Bildung muss auf die Entfaltung der Persönlichkeit sowie auf die Stärkung und Achtung der Menschenrechte ausgerichtet sein. Verständnis, Toleranz und Freundschaft zwischen allen Nationen und Religionen sollen gefördert werden. Die Eltern können vorrangig bestimmen, was ihre Kinder lernen sollen.
第二十七条 1.すべて人は、自由に社会の文化生活に参加し、芸術を鑑賞し、及び科学の進歩とその恩恵とにあずかる権利を有する。 2.すべて人は、その創作した科学的、文学的又は美術的作品から生ずる精神的及び物質的利益を保護される権利を有する。	第 27 条 楽しい暮らし 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。	Artikel 27 -Kultur und Urheberrecht Jede/r hat das Recht, künstlerisch tätig zu werden oder sich an Kunst und Wissenschaft zu erfreuen. Also etwa ins Museum, Theater oder Kino zu gehen oder Bücher zu lesen. Niemand darf ohne Erlaubnis künstlerische Kreationen, schriftstellerische Arbeiten oder geistiges Eigentum anderer kopieren, nutzen oder als eigenes Werk ausgeben.

①日本語版（外務省のウェブサイトより）	②わかりやすい世界人権宣言（谷川俊太郎訳） ©日本語：谷川俊太郎、アムネスティ日本	③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg
第二十八条 すべて人は、この宣言に掲げる権利及び自由が完全に実現される社会的及び国際的秩序に対する権利を有する。	第 28 条 この宣言がめざす社会 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、わたしたちのものです。	Artikel 28 -Anspruch auf eine soziale und internationale Ordnung, in der die Menschenrechte verwirklicht werden können Jede/r hat das Recht auf eine Gesellschaft und Welt, in der die Menschen- und Freiheitsrechte voll verwirklicht werden können.
第二十九条 1.すべて人は、その人格の自由かつ完全な発展がその中にあってのみ可能である社会に対して義務を負う。 2.すべて人は、自己の権利及び自由を行使するに当っては、他人の権利及び自由の正当な承認及び尊重を保障すること並びに民主的社會における道徳、公の秩序及び一般の福祉の正当な要求を満たすことをもっぱら目的として法律によって定められた制限にのみ服する。 3.これらの権利及び自由は、いかなる場合にも、国際連合の目的及び原則に反して行使してはならない。	第 29 条 権利と身勝手は違う 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にのみ、制限されます。	Artikel 29 -Wir alle tragen Verantwortung gegenüber anderen Jede/r hat Pflichten gegenüber Anderen und der Gesellschaft. Wir sollen die Rechte und Freiheiten Anderer schützen. Unsere eigenen Rechte und Freiheiten können nur dann beschränkt werden, wenn sie die Rechte und Freiheiten Anderer verletzen.
第三十条 この宣言のいかなる規定も、いずれかの国、集団又は個人に対して、この宣言に掲げる権利及び自由の破壊を目的とする活動に従事し、又はそのような目的を有する行為を行う権利を認めるものと解釈してはならない。	第 30 条 権利を奪う「権利」はない 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。	Artikel 30 -Niemand kann dir die Menschenrechte wegnehmen Niemand hat das Recht, anderen diese in den Artikeln 1 bis 29 festgehaltenen Rechte und Freiheiten wegzunehmen.

世界人権宣言 出典

①日本語版(外部省のウェブサイトより)

https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/udhr/lb_001.html

②わかりやすい世界人権宣言(谷川俊太郎訳)

© 日本語: 谷川俊太郎、アムネスティ日本 <https://www.amnesty.or.jp/lp/udhr-kodomo/>

③ドイツ語版 ©Jugendstiftung Baden-Württemberg <https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/artikel>