



埼玉いのちの電話

ひとりで悩まずに…

発行人：川端 純夫 編集：広報委員会
発行所：社会福祉法人 埼玉いのちの電話
〒337-8692 大宮郵便局私書箱第 29 号
電話：048-645-4322
FAX：048-645-4355
<http://www.saitama-id.or.jp/>

相談電話

048-645-4343 (24 時間 365 日)

0120-783-556 (毎月10日午前8時から24時間)

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

インターネット相談

埼玉いのちの電話

検索



この広報誌は、赤い羽根共同募金の
助成を受けて発行しています。



32 期生

電話ボランティア募集

応募資格 20歳以上の方 (2021.4.1 現在)
お問い合わせ 埼玉いのちの電話 事務局
TEL 048-645-4322 (月～金 10:00～17:00)

32 期生 電話ボランティア募集説明会

- 12月 5日(土)14:00～15:30 越谷市中央市民会館 会議室 A B
- 12月 6日(日)14:00～15:30 所沢ミュージズ 会議室 2
- 12月12日(土)14:00～15:30 大宮ソニック市民ホール 402
- 12月20日(日)14:00～15:30 川越市南公民館 講座室 1
- 2021年1月9日(土)14:00～15:30 浦和コミセン 第8,9集会室

予約の必要はありません。毎回「聴くこと」についてのミニ講義があります
各会場において感染症予防対策を実施します。ご協力をお願いします。

2019年度事業報告にあたって

いのちの電話は市民活動であり、ボランティア活動によって成立しています。活動面も資金面も、その殆んどは多くの方の善意と熱意に支えられています。感謝にたえません。

全国的には、自殺者数は最近10年間連続して減少しておりますが、多くの方が悩みや苦しみを抱えていることには変わりありません。人々が安心して幸せな生活を送れる社会の実現を願って、活動しております。

孤独の中であって心からの援助を求めている人に対して、主に電話によって、「良き隣人として」心に寄り添い、傾聴する活動を継続しています。ボランティア相談員は絶えず研修研鑽に努め、電話をかけてくださる方を尊重し、その方に寄り添うことに努めています。

相談員の確保及び資質の向上が重要です。毎年、新たな相談員を募集しています。2019年は30期生を募集し、2019年4月から26名が研修を開始しております。自ら応募してくださる方によって相談員を確保することができておりますことに感謝しております。そして、経験を積んだ先輩の相談員によって、研修が計画的・継続的に行われております。このことは誇りでもあり、敬意と感謝を申し上げます。

2019年度は、相談電話回線は大宮センター5台、川越分室2台で、ボランティア相談員実働約300名により、365日24時間継続して電話相談に応じてまいりました。

自殺予防フリーダイヤルは、毎月10日、朝8時から翌朝8時までの24時間受信しました。

インターネット相談は、コーディネーターを含む相談員

理事長 川端 純夫



32名で対応しています。若者からの相談が増加しており、心に寄り添った返信文の書き方を学んでいます。

埼玉県自殺対策連絡協議会への参加をはじめ、自殺予防に向けた県内各地域関連機関との連携や広報活動、広報誌の発行・配布等も継続しております。

「あふれでたのはやさしさだった」と題した寮美千子氏による公開講演会には、多くの方がご参加くださり、好評でした。皆様に感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染拡大により、電話相談の役割は一層重要になっています。しかし、相談活動に関係する全ての方々も多大な影響を受けることになり、通常通りの活動を続けることは大変困難な現状にあります。心のケアを必要とする人が増える中、支援する側が苦境に立たされているのです。埼玉いのちの電話では相談員・事務局・関係者一人一人の責任感と熱意によって相談活動が継続されています。

ご支援くださった個人・団体の皆様に心から感謝申し上げます。今後一層のご支援ご協力をお願いしてご挨拶いたします。

2019年度後援会事業報告

1. 後援会理事会の開催(年3回)

2019年6月・2019年10月・2020年2月 開催

2. 埼玉新聞(1面)に突き出し協賛広告掲載

後援会理事各位の関係する企業9社から、延べ28回の突き出し協賛広告掲載のご協力をいただきました。

協賛広告掲載にあたり、埼玉新聞社のご協力をいただきました。

3. 広報誌「埼玉いのちの電話」91・92・93号に協賛広告掲載

後援会理事各位の関係する企業10社から、延べ20回の協賛広告掲載のご協力をいただきました。

4. チャリティ映画会 新型コロナ感染拡大予防のため中止

2020年3月15日

スウェーデン映画「幸せなひとりぼっち」

映画会チラシ作成にあたり、埼玉県・さいたま市・埼玉県教育委員会・さいたま市教育委員会・埼玉県社会福祉協議会・さいたま市社会福祉協議会・埼玉県PTA連合・さいたま市PTA協議会・スウェーデン大使館の後援をいただきました。

5. バザー

公開講演会々場と大宮・川越センター内で、寄贈品と手作り品の販売を行いました。

2019年度 事業報告

1. 電話相談事業

- ① 電話相談：24時間、365日実施
電話台数：大宮センター 5台 川越分室2台で受信
- ② 自殺予防フリーダイヤル：毎月10日8:00～翌日8:00受信
- ③ ナビダイヤル（2020年1月6日より試行開始）：
毎日10:00～22:00受信
- ④ ボランティア相談員数：
実働数 284人（女性:226人 男性:58人）
総数 360人（女性:285人 男性:75人）

2. 電話相談員の養成・募集

- ① 29期生の認定17名
- ② 30期生の初級研修26名4月より毎週1回
- ③ 31期生相談員募集説明会
12月に県内4カ所（川越、越谷、浦和、大宮）と公開講演会終了後に開催
総参加者数112名

3. 電話相談員の研修

- ① 継続研修 30グループ 毎月1回実施
- ② 相談員のための理論講座2回

- ③ 3年目相談員研修、7年目相談員研修
- ④ 特別研修『リフレッシュ研修』

4. インターネット相談事業

相談員数32名で実施

5. インターネット相談員研修

- ① インターネット相談員養成研修
- ② 継続研修：2カ月に1回グループ研修

6. 広報活動

- ① 2018年度事業報告作成
冊子（A4）版1,600部 関係諸機関等に配布
- ② 広報誌の発行
91号（9月）、92号（12月）、93号（3月）各7,000部
関係諸機関等に配布

7. その他の活動など

- ① 8月25日 認定者および10年20年継続者を祝う会
- ② 12月7日 相談員全体交流会

特別事業報告

1. 厚生労働省の自殺防止対策事業

- ① フリーダイヤル
実施日：2019年4月～2020年3月（統計データ：2019年1月～12月）
毎月10日（12回）
参加センター：49センター
受信総件数26,625件
自殺傾向件数：5,623件（21.1%）
〈埼玉〉
参加相談員数述べ：135人
ケア担当述べ人数：24人
受信件数：591件
自殺傾向件数：146件（24.7%）

② 公開講演会の開催

開催日：2020年1月11日（土）14:00～16:00
会場：埼玉会館
講師：寮 美千子氏
演題：あふれでたのはやさしさだった～人は人の輪の中で育つ～
来場者数：350名

2. 自殺予防に向けて県内関連機関との連携

- ① 埼玉県自殺対策連絡協議会：年3回
- ② 自殺対策連絡協議会：さいたま市・川越市・坂戸市・越谷市・吉川市：各年2回
- ③ 埼玉県「暮らしとこころの総合相談会」の事務局会議：毎月1回
- ④ 県・JR共催自殺予防キャンペーン：大宮駅、南浦和駅
3月の他機関との自殺防止キャンペーンは、コロナウイルス感染拡大防止のため中止



地域発展のエネルギー

武州 ガス

川越市田町32-12 TEL (049) 241-9000

武州でんき

武州ひかり

収支報告

資金収支計算書

(自)平成31年4月1日 (至)令和2年3月31日

(単位:円)

勘定科目		予算(A)	決算(B)	差異(A)-(B)	備考	
事業活動による収支	収入	研修事業収入	2,500,000	2,561,400	-61,400	
		経常経費補助金収入	4,524,768	4,484,768	40,000	
		自殺対策特別補助金収入	1,800,000	1,800,000	-	
		寄附金収入	12,200,000	13,530,474	-1,330,474	
		雑収入	5,000	1,520	3,480	
		受取利息配当金収入	300	203	97	
	事業活動収入計(1)		21,030,068	22,378,365	-1,348,297	
	支出	人件費支出	8,000,000	7,716,240	283,760	
		事務費支出	5,417,000	5,056,883	360,117	
		事業費支出	9,100,000	7,701,507	1,398,493	
その他の支出		-	-	-		
事業活動支出計(2)		22,517,000	20,474,630	2,042,370		
事業活動資金収支差額(3)=(1)-(2)		-1,486,932	1,903,735	-3,390,667		
施設整備等による収支	収入	施設整備等補助金収入	-	-	-	
		施設整備等寄附金収入	-	-	-	
		固定資産売却収入	-	-	-	
	施設整備等収入計(4)		-	-	-	
	支出	固定資産取得支出	3,690,100	3,690,100	-	
固定資産除却・廃棄支出		-	-	-		
施設整備等支出計(5)		3,690,100	3,690,100	-		
施設整備等資金収支差額(6)=(4)-(5)		-3,690,100	-3,690,100	-		
その他の活動による収支	収入	借入金収入	-	-	-	
		積立資産取崩収入	3,240,000	3,240,000	-	
		その他の活動による収入	-	-	-	
	その他の活動収入計(7)		3,240,000	3,240,000	-	
	支出	積立資産支出	2,012,948	2,012,948	-	
その他の活動による支出		-	-	-		
その他の活動支出計(8)		2,012,948	2,012,948	-		
その他の活動資金収支差額(9)=(7)-(8)		1,227,052	1,227,052	-		
予備費支出(10)		200,000				
		(予備費充当)	-103,642			
		(予備費残高)		96,358		
当期資金収支差額合計(11)=(3)+(6)+(9)-(10)		-4,046,338	-559,313	-3,487,025		
前期末支払資金残高(12)		6,873,891	6,873,891	-		
当期末支払資金残高(11)+(12)		2,827,553	6,314,578	-3,487,025		

(注) 予備費支出103,642円は手数料(17,072円)雑費(67,960円)ネット相談管理費(18,610円)に充当使用した

* 埼玉県自殺対策特別補助金支出内訳

事業費	1,800,000
	1,800,000

* さいたま市補助金支出内訳

事務費	379,886
事業費	120,114
	500,000

地域を元気に!

埼玉新聞社キャラクター
サイのぶん太くと
たま子

県内のニュースは埼玉新聞におまかせ下さい。

埼玉新聞ご購入のお申し込みは
購読申込センター

☎ **0120-633-888**

電話受付時間
平日・土曜 午前9:00~午後6:00

情報提供はTEL048-795-9930へ



医療法人社団 **群羊会**

<http://minamifukuin.org>

優しく暖かい診療 大切にしたいひとりのひととき

耳鼻咽喉科 内科・小児科

福音診療所 **南福音診療所**

TEL048(592)2862 TEL048(591)7191

2019年相談統計の概要

1. 電話相談

- ・受信相談件数 24,780件 (一日平均68件)
(男性41.9% 女性58.1%)
- ・自殺傾向 3,469件 (全相談件数の14.0%)
- ・相談時間 一件平均37分

① 相談内容

今年も「人生」の相談が最も多く、次いで「精神」「対人」「家族」の順になっています。「人生」では、生き方や生きがい、孤独や死別の辛さ等の相談が多くあります。

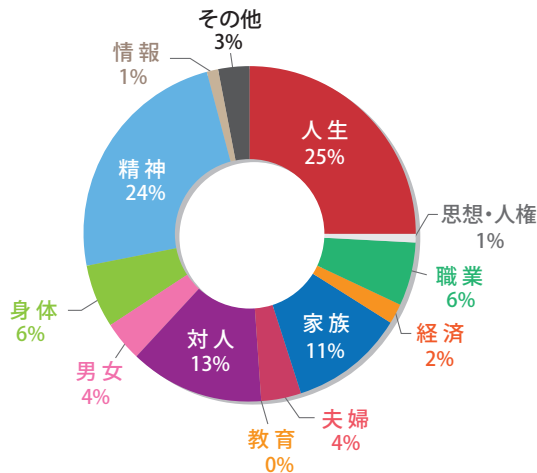
② 年代別相談件数

全体として40代からの電話が一番多く、次いで50代30代の順です。昨年と比べると、男性では50代以上が、女性では40代以上が増えています。男女ともに60代以上からの電話が増加し、若い方からの相談が年々減少する傾向にあります

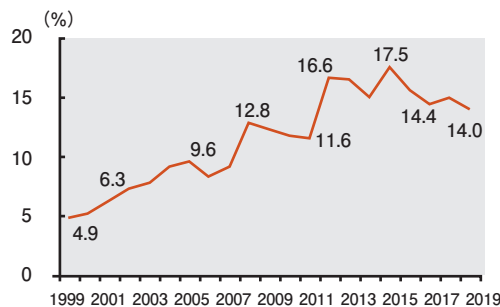
③ 自殺傾向

自殺傾向のある相談件数は、3,469件で、自殺傾向率は14.0%です。昨年より0.9%減少しました。

内容別件数の割合



自殺傾向の割合の推移

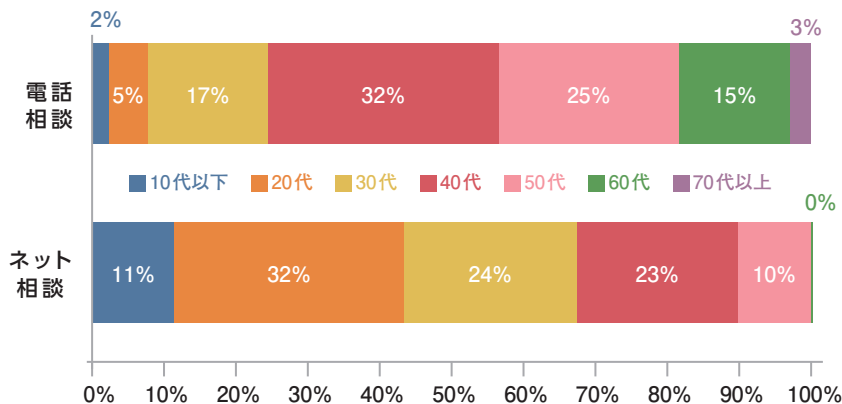


2. インターネット相談

- ・延担当インターネット相談員数 390人
- ・総返信件数 606件
- ・自殺傾向件数 269件
- ・自殺傾向件数の割合 44.4%

自殺傾向率が電話相談の14%と比べると、インターネット相談は44.4%と非常に高くなっています。また、年代別相談件数で比べてみると、電話相談では10代から30代の占める割合が24%であるのに対して、インターネット相談は69%となっています。

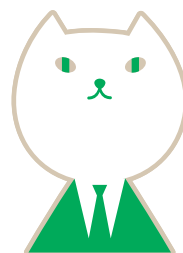
インターネット相談と電話相談の年代別割合の比較



想いをつなぐ、未来を形に。 *Next Action* RESONA GROUP



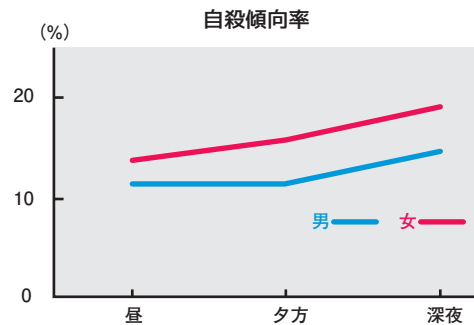
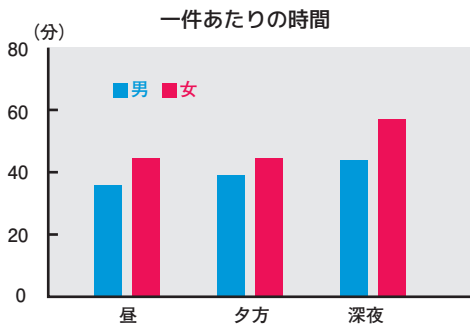
埼玉りそな銀行



特集 時間帯で見る相談の傾向

相談電話は時間帯によって、かけてくる人や内容に特徴や違いがあるのではないかと思います。特集することになりました。全時間帯をおおまかに生活活動時間帯（8時～15時を昼、15時～22時を夕方、22時～8時を深夜）に区分して、相談件数・時間・内容などを比較してみました。

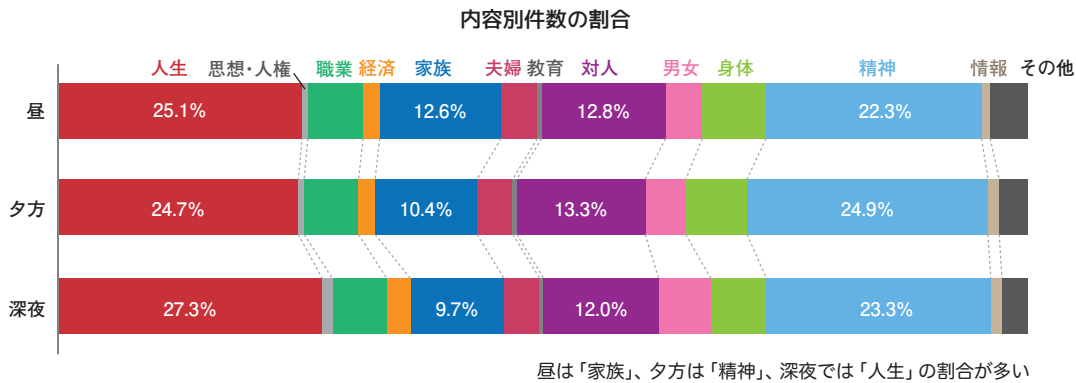
	時間帯ごとの件数 (件)			一件当たりの時間 (分)			総時間数 (分)	担当人数
	男	女	計	男	女	全体平均		
昼	4,709	6,401	11,110	28.3	39.9	35.0	388,694	2,512
夕方	3,994	5,670	9,664	31.5	41.0	37.1	358,265	2,353
深夜	1,672	2,334	4,006	36.0	49.7	44.0	176,215	769
計	10,375	14,405	24,780	30.8	41.9	37.3	923,174	5,634



時間帯における件数は、それぞれの時間帯の担当者人数に比例しています。これにより、受けられる電話が限られてしまい、つながらない電話が多くあるということが分かります。

一件当たりの相談時間では、昼35分、夕方37分、深夜44分で、夜遅くなるにしたがって長くなっています。相談内容を各時間帯で比較すると、昼は「家族」、夕方は「精神」、深夜は「人生」が増加しています。

自殺傾向をみると、昼12.8%、夕方14.0%、深夜17.3%で、深夜の割合が高くなっています。特に、深夜の女性は19.2%と高くなっています。一件当たりの相談時間は昼41分、夕方43分、深夜54分です。



これらから、深夜は人生について思い悩み、死にたい気持ちを語る電話が増え、相談時間も長くなる傾向にあります。また、その傾向が女性に顕著であることが分かります。

～私たちは心の通う魅力ある地域コミュニティづくりに取り組みます～

株式会社 大和不動産

さいたま市浦和区音砂1-2-1エイベックスタワー浦和オフィス西館
<https://www.home.co.jp/> TEL:048-824-1161

- 共に生き、共に育つ -

高度で信頼性の高い情報サービスを提供し、
 顧客第一主義に徹します。
 人皆それぞれに必ず長所があることを認め合います。
 互いの弱さをカバーしあい共生し共に育ちます。

NCS 埼玉で創業50年、お客様と共に
ノグチコンピュータサービス株式会社
 埼玉県さいたま市中央区下落合 1085-15
 048(824)1099 (代表) <http://www.ncsnet.jp>

穏やかな日々を願って



2020年は穏やかな年明けだったと記憶しています。暖冬の列島各地の映像がニュースに流れるくらい、世の中はいつもとそれほど変わっていませんでした。

中国の武漢市で、新型コロナウイルスの感染が広がりはじめていました。ウイルスは中国国外に広がり、それから数か月のうちに世界の様相を一変させてしまいました。多くの人たちが、かけがえのない家族や友人を亡くしました。無力さに打ちひしがれる思いがしました。現在もウイルスと闘っている人たちがいます。国内では、緊急事態宣言が発出されて外出が自粛されました。離れて暮らす家族が集まったり、スポーツジムで汗を流したり、カラオケで歌ったり、そんな当たり前だった日々が遠くのここのようになってしまいました。

いのちの電話の活動にも影響が出ています。埼玉いのちの電話では、チャリティ映画会と公開講演会を中止しました。スウェーデン映画『幸せなひとりぼっち』を楽しみにしていた方々には申し訳なく思います。ジャーナリストの池上彰さんに、『人生の道は困難ばかり』と題して公開講演会をしていただく予定でした。池上彰さんがこの状況下でどんなことを話されるのか、楽しみにしていた方々にも申し訳なく思います。主催者としても大変悔しい思いです。

埼玉いのちの電話は緊急事態宣言後も24時間体制を維持しましたが、宣言解除後も厳しい運営状況にあります。それぞれの事情でボランティア活動を控えざるをえなくなった相談員は少なくありません。これからも24時間体制を継続する方針ですが、正直なところ先のことが予測できません。ホームページで随時お知らせしたいと思います。

新型コロナウイルス感染症は相談内容にも影を落としています。感染の不安を話される方がいます。同居する高齢の家族にもし自分がうつしたら、と10代の女性が不安な気持ちをメールに綴られていました。発熱があるのにPCR検査を受けられないというお話も聴きました。また、雇止めや不当と思われる解雇により仕事を失われた方が、その憤りや不安や虚しさを語られることが以前より多くなっていると感じます。相談員にはどうすることもできないのですが、話されることで少しでも気持ちを前向きに保っていただけたらと願います。

収束にはまだ時間がかかるのかもしれませんが、不安な日々が続きます。穏やかな日々のおとずれを、心待ちにしています。

埼玉いのちの電話

クルマと、つぎの楽しみを。 TOYOPET

キャンプだけじゃない、釣り等のレジャーや家族での旅行、買物やお子様の送り迎えなど幅広く使える最高の相棒 Green Buddy.

埼玉トヨペット × Toy-Factory コラボキャンパー

Green Buddy
グリーンバディ

Green Buddy A-TYPE GLパッケージ DX 2.0 ガソリン 2WD 6A/T	車両本体価格 3,686,643円 ～
A-TYPE DX 2.0 ガソリン 2WD 5M/T	車両本体価格 3,686,643円 ～
B-TYPE 2.0 ガソリン 2WD 6A/T	車両本体価格 6,796,342円 ～
C-TYPE 2.0 ガソリン 2WD 6A/T	車両本体価格 8,506,320円 ～

Photo: ベース車両はハイエース5ドアDXGLパッケージ。ボディカラーはホワイト(058)。写真は合成です。(写真はケニス・ファミリーヒルズ(埼玉県熊谷市)) ■オプション装着車 ■写真の小物類は装備に含まれません。 ※価格には、広告掲載用に装着されているメーカーオプション(バックモニター内蔵防眩インナーミラー37,400円、リヤウラー60,500円)、塗装オプション(電装パッケージ286,428円、FFヒーター209,825円、冷蔵庫88,815円)、ディーラーオプション(アルパイン11インチナビ254,100円、アルパイン12.8インチリヤモニター136,400円)は含まれておりません。 ※価格には、保険料・税金(消費税を除く)・登録・オプション等に伴う費用等は含まれておりません。 ※価格は2020年7月現在のもので参考価格です。

お客様相談室 (定休日/詳しくは各店舗へご確認ください)
0120-319231

当社取扱車種のカatalog請求・お見積りなどをお待ちしております。

ホームページアドレス
検索は 検索

<https://www.saitama-toyopet.co.jp>

埼玉トヨペット
本社/さいたま市中央区上落合2丁目2番1号



— あゆみ —



- 2020年
- 3月15日 第25回チャリティ映画会 ※1
 - 19日 第76回理事会 ※2
 - 25日 第62回評議会 ※2
 - 4月18日 公開講演会：講師 池上 彰氏 ※1
 - 5月12日 2019年度法人会計監査・運営監査 後援会会計監査
 - 6月1日 第85回後援会理事会 ※2
 - 6月5日 第77回理事会 ※2
 - 6日 30期生初級講義「性Ⅱ」
 - 13日 30期生初級講義「精神障害Ⅱ」
 - 26日 第63回評議員会
 - 7月4日 30期生初級講義「精神障害Ⅰ」
 - 11日 30期生講義「電話相談理論Ⅰ」
 - 26～27日 日本いのちの電話連盟理事会総会・事務局長会議 ※2
 - 8月1日 30期生講義「電話相談理論Ⅱ」
 - 29日 31期生開講式

※1 新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止

※2 新型コロナウイルス感染拡大防止のため書面決議

あなたのご支援を必要としています



いのちの電話の活動は、多くのボランティアの無償の奉仕によって支えられています。この活動をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

振込先

郵便振替 00140-9-137380

加入者名：社会福祉法人埼玉いのちの電話

ゆうちょ銀行自動引き落としの方法もあります。詳しくは事務局にお問い合わせ下さい。

埼玉りそな銀行大宮支店（普通）4315510

口座名：社会福祉法人埼玉いのちの電話

インターネットから

インターネットからも寄付ができます。
埼玉いのちの電話のHP、または右のQRコードから



埼玉いのちの電話 検索

<http://saitama-id.or.jp/>

ご寄付いただいた方へは、事業報告や広報誌の他、様々な催し物のご案内などを送っております。埼玉いのちの電話は寄付金控除の指定を受けている社会福祉法人です。ご寄付は税法上の優遇措置があります。

第26回チャリティ映画会

- 2021年3月6日(土) 10:30/14:00(2回上映)
- 会場 大宮ソニックシティ 小ホール
- 詳細は次号/HP/チラシ等でお知らせします

ある実行委員の思い

昨年度は新型コロナウイルス感染拡大予防のため映画会を中止としました。その後の映画や演劇等の活動は随分と制限がかかっています。

人と人之间には距離や空間が必要とされています。そんなことは望んでいないのに。

今年度の映画会が開催出来るのなら、人と人、人とモノ、人とココロの距離が縮まるような そんな映画を上映できるよう臨んでいきます。(S.S)

出前講座のお知らせ

埼玉いのちの電話では、皆さまの地域や職場や学校に向いて「人の話を聴くとは」、「いのちの電話について」の講義+研修を無料で行います。テーマや方法に関しては主催者の方たちと相談して決めていきたいと思ひます。いのちの電話に関心や興味のある団体やグループの方はご連絡ください。

お問合せは埼玉いのちの電話事務局までお願いします。

編集後記

コロナ禍「ころなか」と読みます。いつしかテレビ・ラジオの報道やワイドショーなどで言われて定着してきました。「禍」(か)とは「わざわざ」で、人を不幸に陥れる原因となる物事だそうです。お互い感染予防に注意していますが、チョットした注意不足や行政の怠慢で人災にならないように気を付けたいものです。(M.Y)

Honda Woods
saitama

Vibrant forests for our children, for our communities.

元気な森を次世代のために。地域のために。 写真：埼玉製作所 深山工場

夢のある明日の社会づくりをめざして

Hondaは、地域の人々や自然との共生を目指し、積極的に森の手入れを行い、生命が循環する若々しく個性あふれる森を育てています。

HONDA
The Power of Dreams

健康をスポーツでクリエイト

卓球場 教室

TTC 浦和

つつい寄りたくなる、 おうちがあります。

住まい価値創造企業

POLUS

ポラスグループ

ポラス株式会社 埼玉県越谷市南越谷1-21-2 TEL048-989-9119
(宅建業 国土交通大臣(12)第2401号(株)中央宅宅)



POLUS地域活性プロジェクト #3「体感すまいパーク」体感すまいパーク柏