



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)

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
0120-783-556 (毎月10日午前8時から24時間
 (10日を除く毎日16時から21時))

ナビダイヤル
0570-783-556 (毎日10時～22時)

インターネット相談

埼玉いのちの電話

検索



トトロの森はナショナル・トラストで守られた森です。公益財団法人『トトロのふるさと基金』が寄付を募り、森を少しずつ買い取り、トトロの森と名づけて守っています。映画『となりのトトロ』の、あのトトロです。宮崎駿さんはこの運動の呼びかけ人の一人です。トトロの森は現在59あります。

所沢市トトロの森52号地
 Photo by M.Ogawa

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。



34 期生

電話ボランティア募集

応募資格20歳以上の方 (2023.4.1 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)

34 期生 電話ボランティア募集説明会

- 12月 4日(日)14:00～15:30 所沢ミュージアム 会議室2
- 12月10日(土)14:00～15:30 越谷市中央市民会館5階会議室4～6
- 12月11日(日)14:00～15:30 浦和コミセン10階13集会室
- 12月17日(土)14:00～15:30 川越市南公民館 講座室1
- 2023年
- 1月21日(土)14:00～15:30 大宮ソニックシティ市民ホール404号室
- 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

2021年度事業報告にあたって

理事長 川端 純夫

2021年度は、2年前に始まった新型コロナウイルス感染症の大流行が一向に収まらず、この感染拡大防止のために、日本中が、人々の行動抑制を余儀なくされ、閉塞感の蔓延する不安な年でした。

孤独感を抱える人が多くなり、いのちの電話への期待は一層高まっています。いのちの電話関係者にもコロナ禍は迫っています。埼玉いのちの電話は、必要とされている以上、可能な限りお役に立ちたいという相談員さんの真摯な思いに支えられて、最大限の感染防止策を取りながら、活動を続けてまいりました。

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、その多くは人々の善意と熱意に支えられています。人と人が支え合い、寄り添い合って生きているのです。

埼玉いのちの電話は、2021年9月1日に開設30周年を迎えました。記念誌「いまここで」を発行し、コロナ禍の緊急事態宣言中ではありましたが、感染防止対策に万全を期して、埼玉会館において記念式典及び公開講演会を開催いたしました。記念式典は「感謝の集い」と位置づけ、埼玉県知事、さいたま市長、日本いのちの電話連盟副理事長各位から祝辞をいただき、活動を支えてくださった方々に感謝と敬意を捧

げ、今後の活動への決意を新たにいたしました。記念講演は池上彰氏から「人生の道は困難ばかり」と題して、ペストやコレラなどの感染症に影響され続けた世界の歴史を振り返り、示唆に富む感銘深い話を伺いました。

自殺者数は最近10年間連続して減少してはいますが、コロナ禍の中、増加に転じる兆しもありました。多くの方が悩みや不安を抱えているのです。すべての人が安心安全で幸せな生活を送れる社会となることを願って活動しております。

2021年度事業報告をご覧いただきご意見等をお寄せいただければ幸いです。

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。関係者全員の心身の健康が維持されることを念じてやみません。ご支援くださった皆様に心から感謝申し上げ、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。



2021年度後援会事業報告

1. 後援会理事会開催 (年3回)

2021年6月・2021年10月・2022年2月 新型コロナ感染拡大予防の観点から書面決議としました。

2. 埼玉新聞 (1面) に突き出し協賛広告掲載

後援会理事及び協賛企業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。

3. 広報誌「埼玉いのちの電話」97・98・99号に協賛広告掲載

後援会理事及び協賛企業11社から、延べ25回の協賛広告掲載のご協力をいただきました。

4. 埼玉いのちの電話開局30周年記念誌に協賛広告掲載

後援会理事及び協賛企業27社から協賛広告掲載・寄付のご協力をいただきました。

5. チャリティ映画会主催 (2022年3月27日:映画「くちびるに歌を」 於:埼玉会館 小ホール)

上映後に埼玉県立伊奈学園総合高等学校音楽部による合唱の演奏を行いました。

チラシ・プログラムの作成にあたり、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協議会の後援をいただきました。

また後援会理事及び協賛企業、協力団体から協賛・協力をいただきました。

6. バザー

バザー委員会・OB有志が大宮及び川越センター内で、寄贈品・手作り品・ペットボトル飲料の販売を行いました。

2021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日より開始）：
毎日10:00～22:00受信
- ④ 毎日フリーダイヤル（2020年7月1日から開始）：
日曜・祭日と10日を除く16:00～19:00受信
- ⑤ ボランティア相談員数：
相談員数：363名（女性279名 男性84名）
実働数：264名（女性202名 男性62名）

2. 電話相談員の養成・募集

- ① 31期生の認定17名
- ② 32期生の初級研修64名2021年4月より毎週1回
- ③ 33期生相談員募集説明会
12月と1月に県内5カ所（川越、越谷、浦和、大宮、所沢）
総参加者数116名

3. 電話相談員の研修

- ① 継続研修 32グループ 毎月1回実施
- ② 相談員のための理論講座（DVDにより実施）
- ③ 3年目相談員研修、7年目相談員研修

4. インターネット相談事業

相談員数39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 2020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
97号（9月）、98号（12月）、99号（3月）各7,000部
関係諸機関等に配布
- ③ ホームページの更新

7. その他の活動など

- ① 9月11日 開局30周年記念式典
電話相談継続30年感謝状授与式
池上彰氏 公開講演会「人生の道は困難ばかり」
- ② 11月14日 認定者および10年20年継続者を祝う会

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：毎月10日8:00～11日8:00（24時間）（12回）
2021年4月～2022年3月（統計データ：2021年1月～12月）
参加センター：49センター
受信総件数：22,954件
自殺傾向件数：4,623件（20.1%）
〈埼玉〉
参加相談員延べ人数：84人
受信件数：481件
自殺傾向件数：130件（27.0%）
- ② 毎日フリーダイヤル（統計データ：2021年1月～12月）
実施日：2021年4月～2022年3月10日を除く16:00～21:00
参加センター：34センター
受信総件数：32,029件
自殺傾向件数：7,912件（24.7%）
〈埼玉〉
参加相談員延べ人数：239人
受信件数：1,052件
自殺傾向件数：375件（35.6%）

2. 自殺防止対策事業

ナビダイヤル
毎日：10:00～22:00
参加センター：25センター
受信総件数：25,020件
自殺傾向件数：5,122件（20.5%）
〈埼玉〉
受信件数：686件
自殺傾向件数：185件（27.0%）

3. 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

収支報告

資金収支計算書

(自)2021年4月1日 (至)2022年3月31日

(単位:円)

勘定科目		予算(A)	決算(B)	差異(A)-(B)	摘要
事業活動による収支	収入				
	研修事業収入	5,500,000	3,692,000	1,808,000	研修受講料等
	経常経費補助金収入	7,610,000	7,110,000	500,000	川越市、共同募金、伊奈町社協、日本財団、森村豊明会
	自殺対策特別補助金収入	1,800,000	1,800,000	-	埼玉県
	寄附金収入	12,800,000	15,323,100	-2,523,100	団体、個人、後援会
	雑収入	5,000	6,374	-1,374	
	30周年事業収入	160,000	160,000	-	
	受取利息配当金収入	300	206	94	
	事業活動収入計(1)	27,875,300	28,091,680	-216,380	
	支出				
	人件費支出	10,000,000	8,767,020	1,232,980	人件費
	事務費支出	7,397,000	5,756,133	1,640,867	通信費、水道光熱費、他
	事業費支出	12,500,000	8,875,719	3,624,281	研修費、広報費、他
その他の支出					
事業活動支出計(2)	29,897,000	23,398,872	6,498,128		
事業活動資金収支差額(3)=(1)-(2)	-2,021,700	4,692,808	-6,714,508		
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	2,363,800	2,363,800	-		
固定資産除却・廃棄支出	-	-	-		
施設整備等支出計(5)	2,363,800	2,363,800	-		
施設整備等資金収支差額(6)=(4)-(5)	-2,363,800	-2,363,800	-		
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	-	-	-	
	その他の活動による収入	-	-	-	
	その他の活動収入計(7)	-	-	-	
	支出				
	積立資産支出	1,000,121	1,000,121	-	建物建替積立金
その他の活動による支出	-	-	-		
その他の活動支出計(8)	1,000,121	1,000,121	-		
その他の活動資金収支差額(9)=(7)-(8)	-1,000,121	-1,000,121	-		
予備費支出(10)	200,000				
(予備費充当)	-142,701				
(予備費残高)			57,299		
当期資金収支差額合計(11)=(3)+(6)+(9)-(10)	-5,442,920	1,328,887	-6,771,807		
前期末支払資金残高(12)	8,961,348	8,961,348	-		
当期末支払資金残高(11)+(12)	3,518,428	10,290,235	-6,771,807		

(注) 予備費支出142,701円は事務消耗品費(11,052円)電話通信費(71,889円)雑費(59,760円)に充当使用した

地域を元気に!

埼玉新聞キャラクター
サイのぶん太くんと
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10:00~午後5:00

問い合わせは TEL048-795-9931へ



医療法人社団 **群羊会**

<http://minamifukuin.org>

やさしい診療 大切にしたいひとひとりき

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

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

2021年相談統計の概要

1. 電話相談

- ・受信相談件数 21,986件（一日平均60件）
（男性45.6% 女性54.4%）
- ・自殺傾向 3,163件
- ・自殺傾向率 14.4%
- ・所要時間 一件平均39分

① 相談内容

「精神」と「人生」の相談で全体の半分以上を占めています。内訳は「精神」が26%で最も多く、「人生」が25%で続きます。次いで「対人」「家族」が11%です。コロナ禍でより生きづらさを訴える方が増えています。

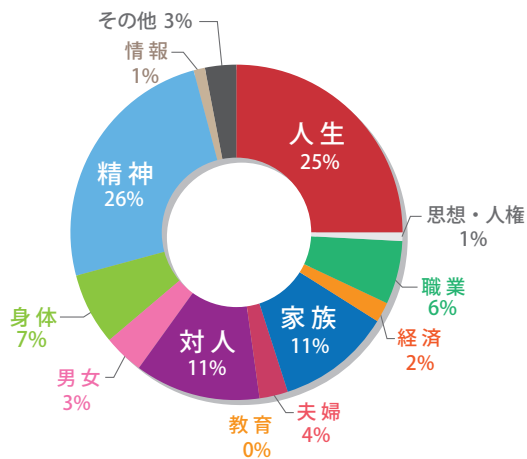
② 年代別相談件数

全体を見ると、50代以上からの相談が増加し、30代以下の若い世代が減少する傾向にあります。男性は50代からの相談が最も多く、女性は40代からが最も多くなりました。また、20代以上の年代すべてで女性からの相談が多くなっています。

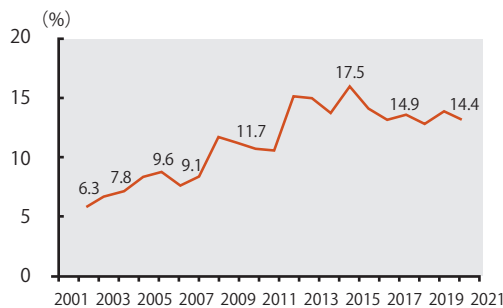
③ 自殺傾向

自殺傾向のある相談は、3,163件と昨年よりも減少していますが、コロナ禍が長引き、あきらめと共に現実を受け入れてきている結果の現れと思われる。

内容別件数の割合



自殺傾向の割合の推移



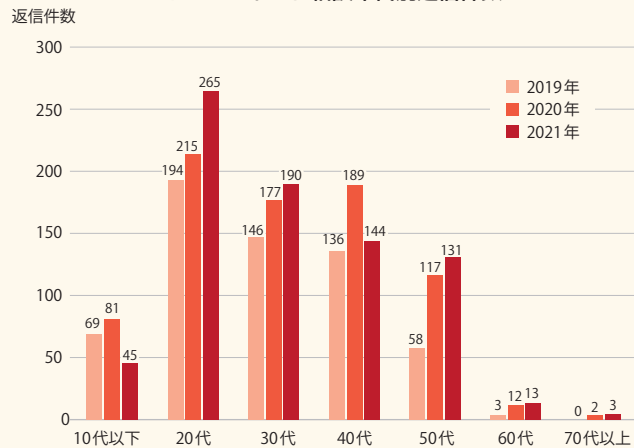
ここ数年14%から15%を推移している

2. インターネット相談

- ・相談員延べ人数 432人
- ・総返信件数 791件
（男性197件、女性541件、その他53件）
- ・自殺傾向件数 322件
- ・自殺傾向率 40.7%

インターネット相談は20代からの相談が最も多く、次いで30代からです。電話相談よりもずっと若く、20代30代合わせると約60%近くになります。また、自殺傾向のある相談は非常に多く40.7%です。電話で声に出して「死にたい」と言うよりも、死にたい気持ちを文章で書く方が、抵抗が少ないのだろうと考えられます。

インターネット相談年代別返信件数



20代からの相談が増加した

想いをつなぐ、未来を形に。Next Action RESONA GROUP



埼玉りそな銀行



特集 コロナ禍の毎日フリーダイヤル

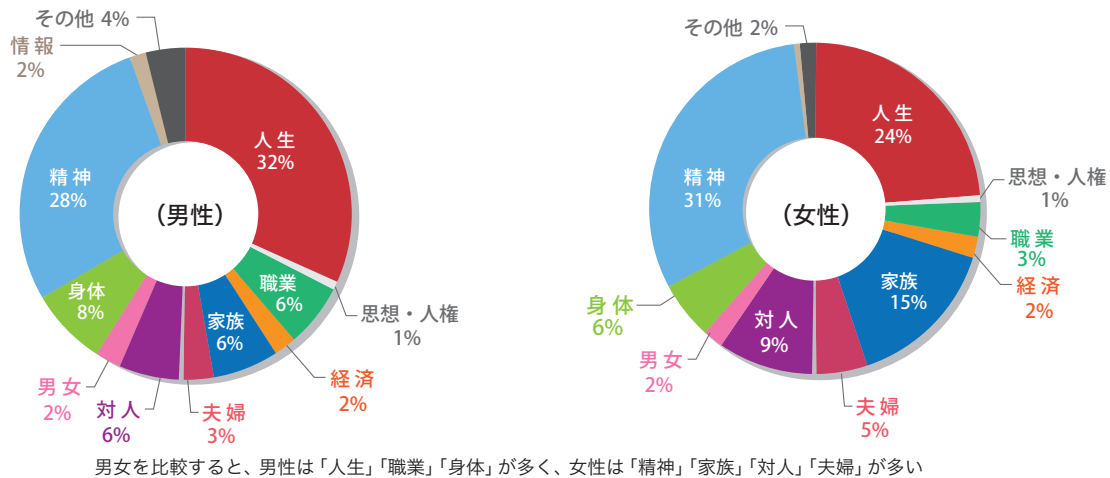
「毎日フリーダイヤル」は、コロナ禍で不安を抱えている人たちに少しでもつながりやすい電話をとの願いから、2020年6月20日より毎日16時から21時まで開設され、埼玉では2020年7月1日より参加してきました。現在では全国いのちの電話の34センターが協力しています。今回の特集は、埼玉が2020年7月から2021年12月までに受けた相談総数1,638件を取り上げました。この間の全国での受信件数は46,703件です。

相談内容を見ると、2020年春、有名コメディアンや女優のコロナによる死亡などが伝えられ、非常事態宣言の発令など自粛を強いられた中で、コロナの怖さや不安を訴える電話が多く寄せられました。「話をしたい」「寂しい」など、「孤独」を訴えるものやコロナで人との交流や外出を制限される中で、誰かにつながりたいとの思いが強く伝わる相談も多くありました。また、仕事がない、できないなど自営業の方からの切実な電話や、会社からのリストラや契約更新されない、アルバイトのスケジュールが入らないなど、経済的にも大変な状態に陥っている方からの「職業」「生活苦」についての電話も多数寄せられました。

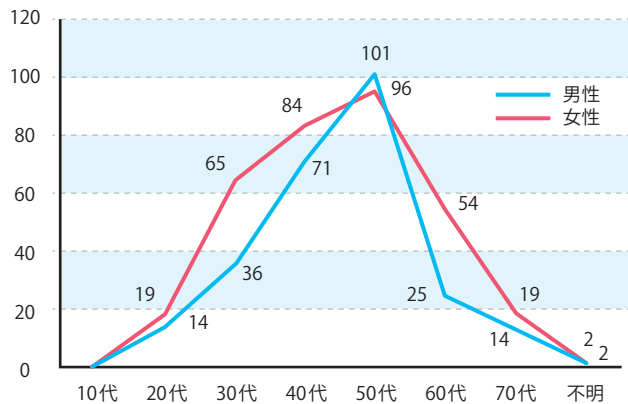
一本の電話の中にたくさんの思いや問題が詰まっているように感じます。この電話で話すことで、ひと時ホッとすることができるようにと願わずにはられません。

今も「毎日フリーダイヤル」は続いています。このコロナ禍というのは、かけ手のみならず、受け手である私たちも同様に当事者です。その中で、この電話をどうつなげていくかは大きな課題でもありました。仲間の力に勇気をもらいながら、もうしばらく続けていくことになります。

①内容別男女別件数の割合

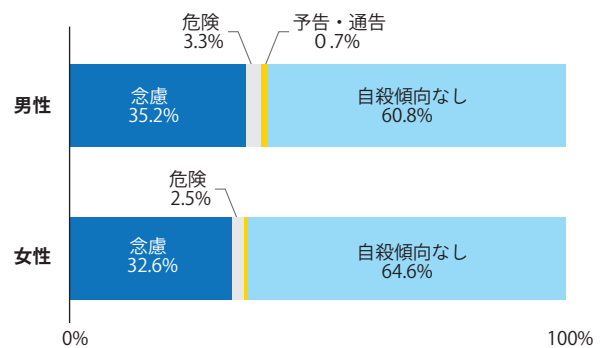


②自殺傾向のある相談の年代別男女別件数



女性は30代40代50代が多く、男性は50代が最も多い

③自殺傾向の段階別割合



さあ素敵なVAN LIFEの始まりです。

埼玉トヨペット × Toy-Factory
コラボキャンパー

A TYPE	B TYPE	C TYPE
DX2.0L ガソリン 2WD 6A/T	2.7L ガソリン 2WD 6A/T	2.7L ガソリン 2WD 6A/T
4,192,000円(税込)	6,974,000円(税込)	9,105,000円(税込)
ベース車両価格 2,502,600円(税込)	ベース車両価格 3,154,000円(税込)	ベース車両価格 3,154,000円(税込)
架装価格 + 1,689,400円(税込)	架装価格 + 3,820,000円(税込)	架装価格 + 5,951,000円(税込)

※価格には、保険料・税金(消費税を除く)・登録等に伴う費用等は含まれておりません。※価格は消費税10%の価格となっております。
※価格は2022年4月15日現在のものです。参考価格です。

トヨタのクルマ、全車種取り扱っています。 <https://www.saitama-toyopet.co.jp>

埼玉トヨペット 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

【本社】さいたま市中央区上落合2丁目2番1号

くちびるに歌を

～県立伊奈学園総合高等学校 音楽部のみなさんと～

2022年3月27日、第27回チャリティ映画会が埼玉会館で開催されました。コロナの感染拡大により2年連続で中止に追い込まれていました。まん延防止等重点措置が解除され、少しほっとした気分で当日を迎えました。

上映作品の“くちびるに歌を”は、離島に赴任した臨時教員のピアニストと合唱部の生徒たちの物語です。エネルギッシュな思春期の生徒たちの姿と五島列島の海の青さが印象的でした。

上映に引き続いて、伊奈学園総合高校音楽部による合唱のミニコンサートが開かれました。目の前のスクリーンから飛び出してきたような高校生のみなさんの歌声に、舞台と客席が一つになりました。

出演された音楽部員お二人にメッセージを寄せていただきました。



清水ひかり (3年)

この度は、いのちの電話の記念式典と映画会に参加させて頂きありがとうございました。映画と演奏を通じて、改めて歌の持つ力を感じることが出来ました。歌は、歌う人と聞く人を繋げるのはもちろん、歌う人同士と聞く人同士も1つにしてくれます。そしてその両者に勇気や元気を与える力を持っていると私は思います。

映画でも、トラウマや不安と一緒に歌う仲間、聞いてくれる家族とひとつになることで乗り越えていました。部活で毎日歌を歌っている私たちですが、忙しい日々を送る中で、何となくその意識が薄れていたかもしれません。その大切なことに改めて気づくことが出来ました。

今回のステージは、2学年で立つ最後のステージであり、私たちの大好きな顧問の先生と迎える最後のステージでした。そんな大切な機会に、いのちの電話の皆様と音楽をお届けできたこと、大変嬉しく思います。

たくさんのあたたかい拍手をいただけたこと、涙してくださった方々や、「ありがとう」と声をかけてくださった方がいたこと、とても嬉しかったです。きっと私はこの景色を忘れないな、と思いました。

あの暖かい拍手と笑顔が、よりたくさんの方々へ広がりますように。本当にありがとうございました。

大河原千晴 (2年)

この度はいのちの電話コンサートに参加させて頂きありがとうございました。1回目の上映後の演奏は映画を見ずの演奏でしたが、私たちが映画に合わせた曲を歌っていた中で、感動して下さる方や「素晴らしい」と拍手を沢山くださる方がいて、「歌の伝える力」はすごいなと感じながら演奏をしていました。

2回目の上映会では、私たちも一緒に映画を見れるということで、とてもワクワクしながら待っていました。いざ映画が始まると、初めは中学生の女の子たちが合唱を頑張る話なのかな程度に思っていたのですが、話が進むにつれて、音楽が自由にできない苦しみや、男女の考えの違いの難しさ、などなど私たちにも少し当てはまることのある内容でボロボロと涙が落ちました。特に音楽を自由に出来ない苦しみはCOVID 19が流行し始めた時からとても感じてきました。そのため感情移入してしまい、1曲目が全く歌えないまま歌ってしまったことが私のちょっとした心残りでもあります。ですが、映画を見たあとの歌は歌っていて一回目より楽しく感じました。

このコンサートに参加出来たこと、少しでも多くの人に私たちの音楽を伝えられたこと心より嬉しく思います。本当にありがとうございました。

健康をスポーツでクリエイト

卓球場 教室

T T C 浦和

- 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>





— あゆみ —



2022年	
4月2日	32期生初級講義「性II」
9日	33期生開講式
16日	33期生講義「私のボランティア」
29日～5月1日	32期生集中研修
5月11日	2021年度法人会計監査・運営監査 後援会会計監査
14日	32期生初級講義「精神障害II」
26日	第85回理事会
6月5日・12日	ネット相談コーディネータ研修
6日	第91回後援会理事会
17日	第67回定時評議員会
25日	日本のいのちの電話連盟社員総会
7月2日	日本のいのちの電話連盟事務局長会議 33期生初級講義「思春期・青年期」
23日	日本のいのちの電話連盟全国広報担当者研修
8月27日	33期生初級講義「家族関係」

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お送りしております。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28回チャリティ映画会

- 2023年3月16日(木) 10:30/14:00 (2回上映)
- 会場 埼玉会館小ホール(浦和駅西口徒歩6分)
- 上映映画 **コーダ あいのうた**
- 詳細は広報12月号/HP/チラシでお知らせいたします

埼玉いのちの電話「ハートフルコンサート」 ～県内高校4校による合唱ステージ～

大宮駅東口エリアの再開発事業として、複合施設「大宮門街(オオミヤカドマチ)」が2022年4月にオープンしました。高島屋デパートの斜め向かいに燦然とそびえています。4階から8階に市民会館おみやや「レイボックホール」があり、1400席の立派な大ホールもあります。

埼玉いのちの電話主催の「ハートフルコンサート」がその真新しい大ホールで行われることになりました。県内高校4校の音楽部による合唱コンサートや高校生が思いを語る企画も検討中です。

- 2023年2月18日(土) 13:00(開演)～17:00
- 会場 レイボックホール(さいたま市民会館おみや)・大ホール
- 参加高校 伊奈学園総合高校 浦和第一女子高校
春日部女子高校 埼玉栄高校
- 入場料 無料
- お申込み 埼玉いのちの電話事務局
☎048-645-4322(月～金10:00～17:00)
受付開始 2023年1月5日(木)
先着順 定員になり次第締め切らせて頂きます
- 詳細は広報12月号/HP/チラシでお知らせいたします

編集後記



広報誌100号をお届けします。表紙はナショナルトラストによって守られている、狭山丘陵トトロの森。

広報誌は、埼玉いのちの電話開局31年の歩みとともに、発行を重ね、その時々「今、ここで」をお伝えしてきました。コロナ禍の続く2021年度の事業報告からは、様々なデータから本法人の活動が読み取れます。活動を次世代に伝え、つなぎ、広めるため、若い世代と連携した新しい取り組みも始まりました。生きる上での悩みや苦しみは、世代を問わず、メール相談では10代、20代からの相談も寄せられています。

今回の編集から、広報委員会に3名の新人が加わりました。これまでの活動を引継ぎ、それぞれの感性と経験を生かして、広報活動に関わりたいと思います。(K.M.)



この街に住み、この街をつくる。
 私たちはポラスです。

ポラス株式会社
 埼玉県越谷市南越谷1-21-2
 TEL048-989-9119



住まい価値創造企業
POLUS
 ポラスグループ

ポラスの分譲住宅