



2013 年度 事業報告

社会福祉法人
北海道いのちの電話

いのちの電話の活動基本方針

いのちの電話は

1. 自殺を思うほどに悩む人の隣人として共に考え、心の支えになることを目的としています。
2. 秘密を必ず守ります
3. 24 時間いつでもかけられます。
4. 名前を告げる必要はありません。
5. 相談は無料です。
6. お互いの宗教や思想は尊重します。
7. 相談にあたるのは所定の研修を受けた相談員です。

沿革

この活動は 1953 年にロンドンにおいて自殺予防を目的にして始められました。世界 400 センター以上で活動が続けられています。北海道いのちの電話は 1979 年 1 月 25 日に開局しました。

開局 35 年—悩みある人がいる限り

理事長 南 槇子

社会福祉法人北海道いのちの電話は 1979 年に開局しました。開局時は 55 名の相談員が集まり、先に開局されたセンターから基本を学びつつ、正直手探りで電話相談を始めたと記録にあります。以来今日迄相談数は 56 万件を超えました。現在は登録相談員 196 名、実働相談員数 166 名で年間約 2 万件の相談数です。自殺者は年間全国で 3 万人をようやく割りましたが、自殺未遂を含めると依然として、死を選ぶほど苦しむ人は多数おります。その方々の悩みを聴くことにより、少しでも苦しみから解放され、生きる希望を取り戻してほしいと願いつつ、365 日、24 時間相談電話を受け続けております。相談員は皆ボランティアで、日当はもとより交通費も自己負担で相談ブースに入り、毎月一度のグループ研修にも参加します。相談員になるには養成研修を受け、認定されなければなりません。養成研修は毎週 1 回、20 カ月行われます。講習は専門の講師により行われますが、講習料の 4 万円も自己負担です。見ず知らずの他人のために尽くすこのボランティア精神がこの活動を支えております。しかし、組織を維持し弛まぬ研修を継続するには、年間 2 千万円を超す経費が必要であり、多くの市民の皆様からの浄財のご提供が不可欠です。

勿論ムダを省く工夫は真剣に取り組みます。どうか私たちのこの活動をこれからも継続させてください。悩みに苦しむ人がいる限り、私たちはこの活動に真剣に取り組む所存です。

相談電話は一件に平均 30 分かかります。終わった瞬間次の電話が鳴ります。電話局に調べて貰いますと、受信数は着信数の僅か 4%とのことです。96%はお話し中であったという結果でした。一人の相談員の年間受ける相談数は平均 100 件ですので、相談員が 30 人増えると年間 3 千件の相談が増えます。毎年 4 月に相談員募集が行われます。多くの方の応募をお待ちしています。

絶え間ない研鑽

研修委員会委員長 問宮 和代

2013年度は前年行われた全国研修さっぽろ大会の余韻が残る状況にあり、今一度原点に戻り相談電話の充実のために、専門家の指導を受けてのスーパービジョン・宿泊研修を中心に計画をたてました。本当に相談者の思いを聴くことが出来ているかを初心に戻る研修です。しかし年度途中で計画した寄付収入が集まらない事態となり、年度後半では研修計画を縮小せざるを得ませんでした。

いのちの電話の相談の基本は傾聴です。相談者の悩みを聴くことが相談の原点です。この原則を貫くには絶え間ない研修が必要です。養成講座はこの基本を1年8ヶ月かけて学びます。相談員認定後も月一度のグループ学習、年数回の全体験集を重ね、研鑽に努めています。それは聴く技術にとどまらず、自己成長の道でもあります。

研修のスタッフも相談員が担います。ボランティア精神が生きている組織といえるでしょう。

自殺防止と広報

広報委員会委員長 吉田 睦雄

いのちの電話活動の意義と重要さを広く知っていただきたいと願って、年に3回の広報紙を発行しています。

2013年度に入って、広報担当者が全員交代しましたが、最初の編集会議で「法人の現状報告と同時に、自殺を防ぐために必要な情報を多彩に提供していこう」と確認しました。全員が相談員として活動しながら広報誌の編集作業をこなすため、メールを活用しています。今後も多くの方々に活動を理解、協力して頂けるよう努力してまいります。2013年度に発行した広報紙のテーマは次の通りです。

118号 悲しい数字をもっともっと小さくするために

119号 若者の自殺を考える

120号 いのちを守る灯をともし続けたい

若者達に届けたい

事業推進委員会委員長 牧 泰昌

2013年度はロックバンド「ナイト DE ライト」といのちの電話のコラボレーションが実行されました。9月10日世界自殺予防デーに地下歩道空間にて午後2回のいのちの電話周知活動特別ライブが行われました。いのちの大切さを、希望を持って生きる楽しさを届ける彼らのメッセージは多くの若者に届いたと思います。

大平まゆみさんのコンサートは今年度趣向を変えてアフタヌーンティパーティを行いました。会場を回りながらの演奏は、コンサートホール演奏とはまた違う大平さんの魅力を引出しました。

今年度はライオンズクラブを始め多くの協賛企業が支援して下さい感謝です。サポーターズも増員され、大通公園でのビラ配り等法人活動の周知に努めました。

市民公開講座とミニバザー

事業支援委員会委員長 坪田 伸一

北海道いのちの電話の相談員自ら、組織の継続と発展に協力するため、事業支援委員会の活動を行っています。

なかでも「市民公開講座」は、北海道いのちの電話の存在を多くの方にとって頂く重要な活動で、2013年度は、「若者の自殺」をテーマとして北海道大学大学院の傳田健三教授の講演を行い好評を博しました。また、翌年4月開催の講座では、講師に精神科医の香山リカさんをお招きすることになり、幅広く参加を呼びかけました。

相談員が手作りした手芸品を購入していただくテーブルショップは、身近な支援方法として定着し、2013年度も売り上げを法人に寄付することができました。

2013年度 相談電話統計

1. 相談電話受信状況

総受信件数 19,679 件、昨年より 892 件多く受信ができました。男性 9,713 件、女性 9,966 件で男女差がほぼ見られません。

1日の受信件数は 53 件（2012 年 51 件）です。

自殺予防フリーダイヤルは、毎月 10 日午前 8 時～午後 9 時 30 分＝うち 6 月・9 月 11 月は 24 時間受信＝年間 12 日間での受信数は、362 件、男性 184 件・女性 178 件です。

自殺志向は、通常電話では 2,002 件 男性 627 件・女性 1,375 件、総受信数の 10.1%です。

自殺予防フリーダイヤルでは、106 件 男性 49 件女性 57 件、フリーダイヤル受信数の 29.2%です。

通常電話の自殺志向の約 3 倍になっています。

a 年間総受信件数

	男性	女性	合計
2013 年度	9,713	9,966	19,679
前年度	9,074	9,713	18,787

b 自殺念慮件数

	男性	女性	合計
2013 年度	627	1,375	2,002
前年度	657	1,309	1,968

1 日平均件数 53 件（前年度 51 件）



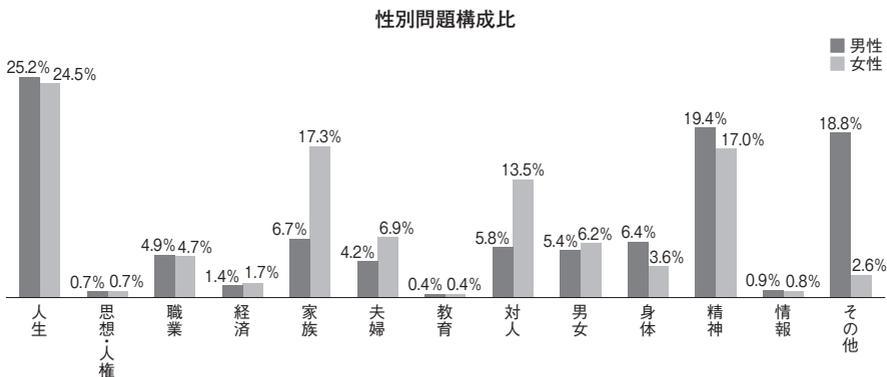
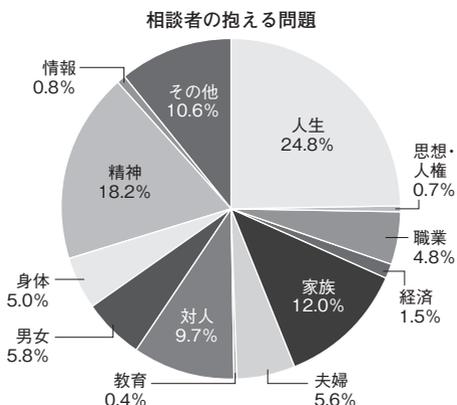
2. 相談者の抱える問題

生き方・生きがい・孤独などの「人生」は 24.8%、男性 25.2%女性 24.5%で男女差には際立っての差はありません。

「家族」の項目では、男性 6.7%女性 17.3%と男性の約 2.6 倍になっています。同じように「夫婦」男性 4.2%女性 6.9%「対人」男性 5.8%女性 13.5%と、男女差が見られます。

保健医療分野での精神（うつ、統合失調症、嗜癖行動など）は、全体で 18.2%男性 19.4%女性 17.0%です。

昨年より男女ともに増えていて、精神的な病を抱え生きていくことの困難さが増していると感じます。



3. 年代別統計

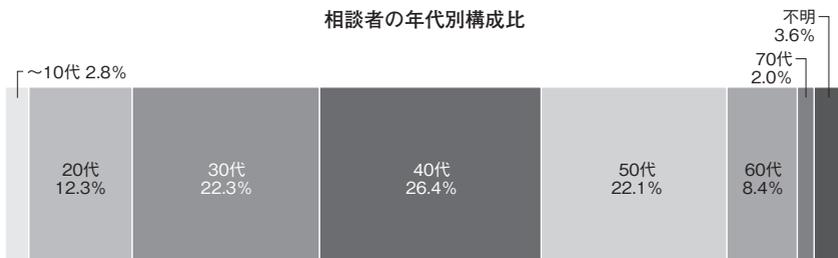
40代 26.4%、30代 22.3%、50代 22.1%の順位は昨年度と変わりません。

男性の30代が昨年 24.9%から 23.8%と僅かに減少しました。

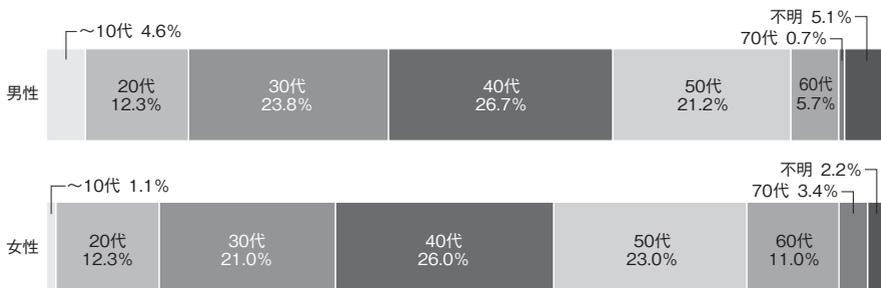
60代は男性 5.7%、女性 11.0%と女性が約2倍になっています。女性は自分自身の加齢による辛さや健康の不安と共に家族への心配や介護など様々な困難を抱えているように感じます。

20代は男女ともに数年来減少傾向にありましたが、昨年の12.3%と同じ割合を占めています。

相談者の年代別構成比



性別年代構成比



4. 自殺志向

自殺者数は3万人を切りましたが、「死にたい」「生きているのが辛い」と語る自殺志向は2,002件と昨年1,968件を上回りました。男性31.3%、女性68.8%の割合となっています。

問題別では、「人生」が39.4%「保健医療」は身体3.1%精神26.5%となっています。

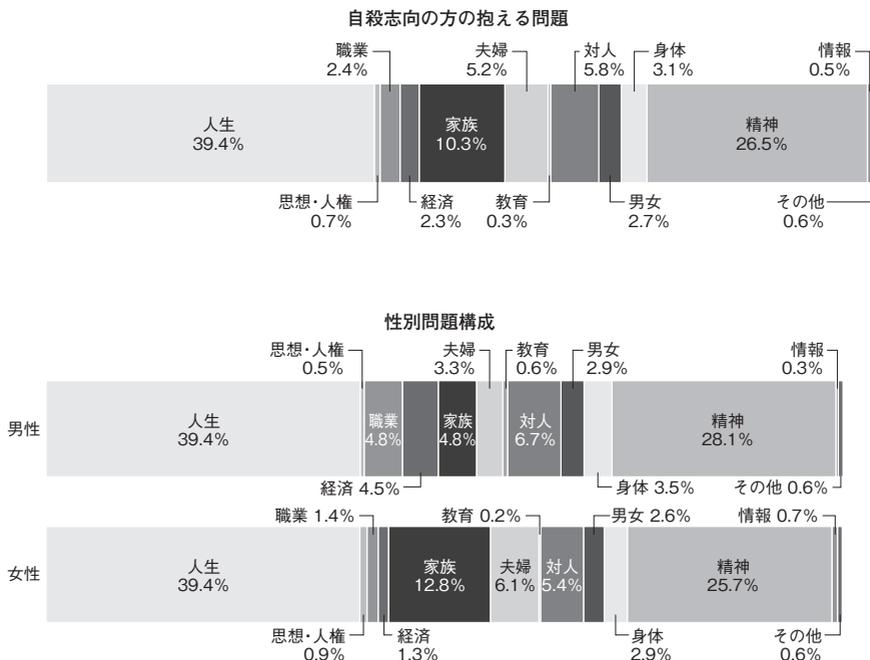
「家族」が10.3%(12年10.0%)、「対人」5.8%(12年4.4%)「夫婦」5.2%(12年4.5%)と昨年より僅かに増加しています。

家族・夫婦・対人など身近な人間関係が生きることへの困難さに繋がっていると思われます。

また精神的な病があることで、生きづらさが増しているのと感じます。

「いのちの電話」に「死にたい」「生きているのが辛い」と日々くり返してくり返し語りながら、「誰かが自分の思いを聴いていた」と感じて、今日一日をやり過ごしている人が多くいると感じます。

「死にたい」「生きているのが辛い」と語る声に真摯に向き合い「今日一日だけ生きてみる」と思われることを願って、相談員は電話に耳を傾けています。



5. 震災ダイヤル

東日本大震災により、甚大な被害を受けた宮城・岩手・福島・茨城4県からの発信限定で全国のいのちの電話センターは13時～20時「震災フリーダイヤル」を実施し、当センターは月に3～4回受信していました。

2011年3月から約2年半実施してきましたが、2013年9月末に終了しました。

2013年1月～9月の受信件数は390件男性198件女性192件です。

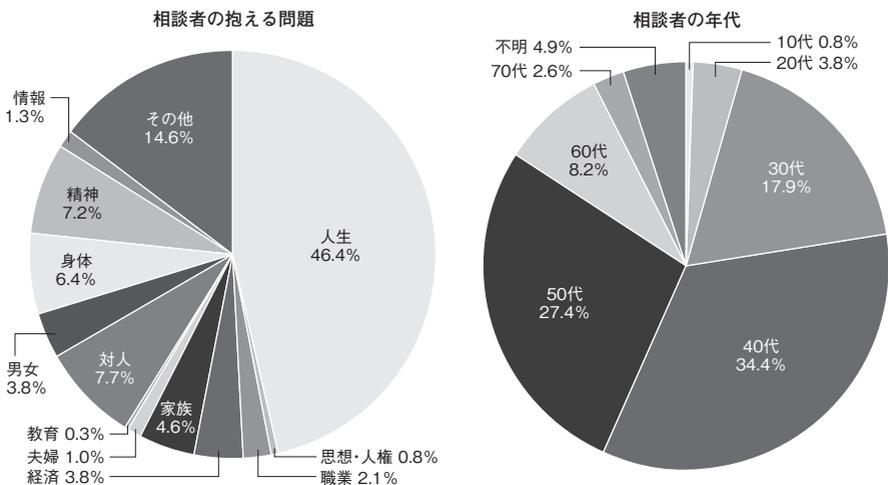
月平均の受信件数は、2012年は平均36件、2013年は平均43件と増加していました。時間が過ぎて行くにつれ、失ったものの大きさ、かけがえのなさを痛感し悩みが深くなっていると思われます。

周囲は復興していく中で自分だけが取り残されていく辛さを「この電話だから話すことが出来る」と語っています。

年代別受信件数

30代では女性が男性の約2.5倍です。40代になると男性が女性の1.4倍と逆転します。

40代の男性は「仕事がない、先行きが見えない不安」など自分だけが取り残されている不公平感、理不尽な社会への怒りなどが語られます。女性は家族の心配や不安を話されます。また精神的な病で治療中の人も多くいます。



自殺志向の割合は、総受信件数の 10.8%と通常電話の自殺志向の割合とほぼ同じです。女性が男性の約 2 倍を占めています。

震災から時間が過ぎるほどに復興から取り残され孤独が深くなっていると思われます。

「心細くて淋しい、生きているのが嫌になる」「思うようにいかない、生きていくのが大変」「もう 3 回忌になる、肉親を亡くして独り暮らしで、本当に自殺したくなる時がある」と孤独の深さを感じます。

「同じ被災地域に住んでいても被害の違いによる不公平・理不尽」「震災後の惨めな生活をわかって欲しい」と社会への訴えもあります。

「震災フリーダイヤル」は終了しましたが、震災からの復興に向けて立ち上がるには、まだまだ時間も、人の支えも必要な人たちが多くいるのだと思われます。

いのちの電話に「誰にでも語られない思い」胸のうちを語ることで、明日への 1 歩へと、つながることを願い、電話に耳を傾けています。



いのちの電話も「助けて」

5月13日の北海道新聞の朝刊（札幌圏の面）に掲載されたこの記事をご覧になった方もあるかと思いますが、自殺を防ごうと24時間態勢で電話相談に応じている「北海道いのちの電話」自体が、慢性的な相談員不足と財政難に陥っています。

毎年募集している相談員への応募も年々減っており、2014年度の応募者は定員40人に対して過去最少の14人で、募集期間を延長する事態となりました。相談員一人が1年間で対応する電話相談は約100件。相談員が1人増えれば、100人を救うことができるのです。しかし、2000年度には500件に満たなかった自殺をほのめかす内容の電話が、2013年度では2002件と4倍以上となっています。

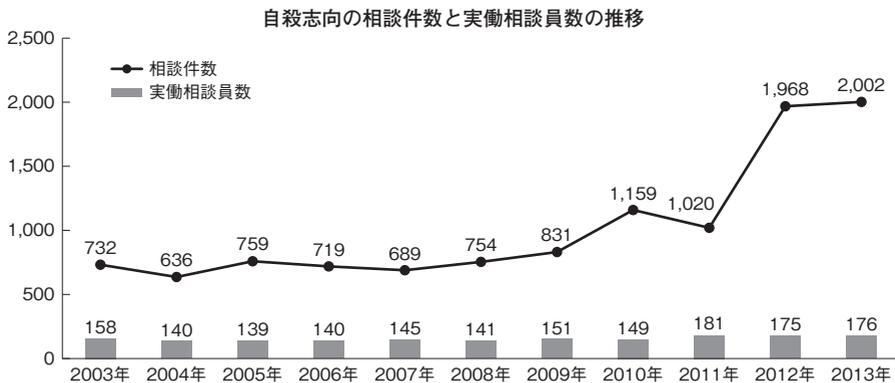
現在の相談員は196人ですが、相談員ひとりひとりに過重な負担のないようローテーションを組むには270人の相談員が必要なのです。76人不足している現在は、これまで月2回であったものを3回出たいただいて対応しています。それでもかかり続ける電話すべてに対応できず、「いのちの電話に何度電話してもつながらない」というご批判もよく耳にします。

年間2000万円かかる運営費の財源の柱である寄付金も減少の一途をたどり、北海道からの補助金などもありますが、2013年度には約120万円の赤字となって、設立以来の基金を取り崩すという事態に陥りました。人的にも、財政的にも、「北海道いのちの電話」の運営に赤信号が灯っているのです。

警察庁の統計では、2013年に道内では1244人が自殺したと発表されています。地味な活動かもしれませんが。私たちの活動で何人の人が救えているのか、本当の数字はわかりません。それでも、「死にたい」ほどつらい気持ちを抱えて生きる方にとって、電話を通して、気持ちを吐露できる数少ない機会を「いのちの電話」は提供し

ています。自殺を思いとどまってもらう最後の砦として、生活苦やうつ、依存症などの問題を抱える方のために、今のような世相だからこそ、「いのちの電話」は役目を果たさなければなりません。

どうか、相談員としてでも、資金面ででも、活動でも構いません。あなたのできる範囲で「北海道いのちの電話」を支えてくださいますようお願いいたします。



事業推進委員会—コンサート事業報告

社会福祉法人北海道いのちの電話は、収益事業としてコンサート事業を行い、その収益を北海道いのちの電話の運営資金として繰り入れることが出来ました。事業に協賛くださった多くの団体に深く感謝いたします。

チカホ LIVE 「ナイト de ライト」
チャリティーコンサート



大平まゆみ
アフタヌーンティーパーティー

2013年度 収支決算書

収入の部

科目	2012年度	2013年度	前年比	備考
寄付金・会費	12,102,447	13,612,494	112%	
補助金	2,900,000	2,900,000	100%	北海道・札幌市
分配金	1,100,000	1,100,000	100%	共同募金
助成金	2,400,000	300,000	13%	道新・札信金
養成研修参加費	412,000	684,000	166%	
その他	66,604	329,123	494%	金利他
収益事業繰入	1,985,567	1,542,955	78%	
収入合計	20,966,618	20,468,572	98%	

支出の部

科目	2012年度	2013年度	前年比	備考
相談事業計	6,865,014	8,234,296	120%	
事業管理費	1,068,460	1,583,601	148%	賃料・借料損料
養成研修費	2,467,802	2,556,371	104%	講師費・運営費
継続研修費	2,211,869	2,965,924	134%	講師費・運営費
研究調査費	155,894	310,620	199%	外部研修参加費
広報費	897,480	746,640	83%	広報発行費
事業支援費	63,509	71,140	112%	バザー等
センター管理費計	12,234,778	12,437,174	102%	
管理費	2,077,951	2,448,935	118%	事務局賃料・光熱費
事務費	1,499,384	1,155,687	77%	事務経費
事業推進費	2,308,486	2,304,902	100%	分室賃料・運営費
人件費	6,348,957	6,527,650	103%	事務局人件費
分担金	385,000	373,000	97%	連盟
減価償却費	448,894	587,658	131%	
支出合計	19,933,686	21,632,128	109%	
次期繰越金	1,032,932	- 1,163,556	- 113%	

会費・寄付受入状況

区分	2012年度		2013年度		前年比	
	件数	金額	件数	金額	件数	金額
企業・団体	299	6,721,123	293	6,760,026	98%	101%
個人	1,162	5,339,728	1,171	6,808,270	101%	128%
募金箱	10	41,596	11	44,198	110%	106%
合計	1,471	12,102,447	1,475	13,612,494	100%	112%

2013 年度 貸借対照表

借 方

科目	当年度末	前年度末
流動資産	5,449,820	9,799,129
現金	35,139	9,751
銀行預金	3,532,641	4,300,078
前払費用	140,910	199,950
未収金	1,542,955	3,995,936
仮払金	193,175	
立替金	5,000	1,293,414
固定資産	22,058,385	22,119,302
電話加入権	336,000	336,000
什器備品	1,643,083	1,692,441
建物付属設備	77,700	90,300
基本財産基金	16,000,000	16,000,000
引当預金		
基本財産積立金	2,001,602	2,000,561
引当預金		
事業運営積立金	2,000,000	2,000,000
引当預金		
資産合計	27,508,205	31,918,431

貸 方

科目	当年度末	前年度末
流動負債	75,798	325,064
預り金	75,798	325,064
基金	16,336,000	16,336,000
基本財産基金	16,336,000	16,336,000
基本財産積立金	2,001,602	2,000,000
事業運営積立金	2,000,000	8,000,000
繰越金	7,094,805	5,257,367
前期繰越金	5,256,806	4,224,435
当期収支差額	- 1,163,556	1,032,932
全国研修損失金	- 2,997,404	
事業積立金取崩収入	6,000,000	
基本財産積立金支出	- 1,041	
純資産合計	27,432,407	31,593,367
負債及純資産合計	27,508,205	31,918,431

2013 年度監査報告

社会福祉法人 北海道いのちの電話 理事長 南 槇子殿
平成 25 年度第 3 回監事監査結果について、次のとおり報告する。

監事

佐藤正晴 

監事

青山 力 

2014 年度 事業計画

2013 年度は北海道いのちの電話の運営に警鐘が鳴った年であり、計画した資金が調達出来ず、年度途中で支出抑制の急ブレーキを踏むことになりました。固定的収入のない組織においては事態の変化に柔軟に対応出来る組織体でなければならぬことを痛感させられました。2014 年度はより柔軟な法人運営を目指す年度とします。

1. 法人活動の周知と協力依頼体制を強化します。
2. 組織の意思疎通体制を見直します。
3. 全ての経費節減の徹底をはかります。
4. 今一度ボランティア活動の原点に戻ります。

* 研修委員会計画

研修内容の吟味。研修費用の削減策構築、全相談員対象の継続研修の実施。相談員の心のケアの実施。

前期養成研修の実施。講座数 13 回。体験学習 6 回

後期養成研修の実施。講座数 6 回 実習 グループ学習

継続研修 16 グループの毎月 1 回の実施。各種リーダー研修の実施。

* 事業推進委員会計画

イベント活動の充実 企業団体への支援要請の充実

サポーターズ登録者の拡充

* 事業支援委員会計画

市民公開講座「香山リカ教授講演会」4 月 12 日実施

35 周年記念行事に参画

* 広報委員会計画

年 3 回の広報紙発行

2015 年東日本広報担当者会議開催準備

2014 年度 収支予算書

収入の部

科 目	2014 年度	備 考	前年比
寄付金・会費	13,600,000		100%
補助金	2,900,000	北海道・札幌市	100%
分配金	1,100,000	共同募金	100%
助成金	300,000	助成団体	100%
養成講座参加費	900,000	36 期後期・37 期前期	132%
収益事業繰入	1,350,000	推進委員会他	87%
収入合計	20,150,000		98%

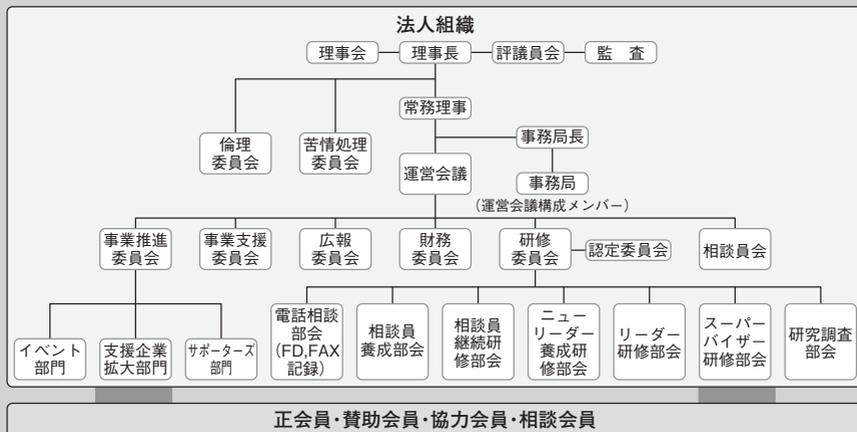
支出の部

科 目	2014 年度	備 考	前年比
相談事業	6,000,000		73%
事業管理費	1,100,000	相談室賃料・借用損料	69%
養成研修費	2,000,000	講師費・運営費	78%
継続研修費	1,940,000	講師費・運営費	65%
広報費	700,000	広報紙発行	94%
その他	260,000	公開講座・対外研修費	51%
センター管理費	12,450,000		100%
管理費	3,600,000	事務局賃料・事務費	102%
事業推進費	2,500,000	分室賃料・運営費	109%
人件費	6,350,000	事務局人件費	97%
負担金他	1,550,000	連盟費・減価償却・予備費	161%
支出合計	20,000,000		92%
次期繰越金	150,000	前年支出超過	
合計	20,150,000		98%

役員名簿 (2014年6月1日現在)

理事長	南 禎子			
常務理事	高杉 純二			
理事	池田 輝明	今野 渉	島津 宏興	嶋津 博
	坪田 伸一	牧 泰昌	間宮 和代	吉田 陸雄
監事	青山 力	佐藤 正晴		
評議員	池田 光幸	池本 真美	伊藤 雅彦	太田 一男
	大町 信也	岡田 寿	岡本 雄一	勝谷 太治
	榊原 綾子	佐々木三郎	佐々木僚子	佐藤 國彦
	島 典賢	返町 賢治	高橋 義人	中原 准一
	藤田 慶一	牧野 欣胤	水野 匡勝	横田昌治郎
	米倉美佐男			

組織図



きっと道はあるとおもうから

フリーダイヤル (毎月 10 日)

 0120-738-566

全国統一 ナビダイヤル ^{なやみ ところ} 0570-783-556

北海道いのちの電話相談番号 011-231-4343

FAX 相談 (聴覚・言語に障がいのある方) 011-219-3144

いのちの電話を支える3つのボランティア

金額面で支える

資金で活動を支えていただく会員には
正会員 (個人3000円以上、企業団体1万円以上) と
いつでも自由な金額を送金いただく
賛助会員があります。

活動で支える

技能や労力をご提供いただく
協力会員は、いのちの電話の
サポーターズです。

相談員として支える

電話相談員として、悩める人の
隣人となっていただく
ボランティアです。
資格等は必要ありません。



社会福祉法人 **北海道いのちの電話**

<http://www.inochi-tel.com/>

発行日 2014年7月

発行所 社会福祉法人 北海道いのちの電話

〒060-8693 札幌市中央郵便局私書箱 107

事務局 TEL.011-251-6464 FAX.011-221-9095

印刷 株式会社アイワード

 この報告書は共同募金の配布金で作りました。

2014.7.2.500