

令和7年度

1号

# トトモニ

しおじり協働通信  
令和7年度

ご自由にお持ちください

トトモニ

1号

しおじり協働通信トトモニ 令和7年度 第1号

TAKE FREE



特集 「あの人とともに」

特定非営利活動法人

福祉サポートセンターアルプス

家族のように接したい

新聞記者に聞く！効果的な広報、プレスリリースの書き方

市民のみなさんへ お知らせ

令和7年度まちチャレセミナー 参加者募集中！

参加  
無料

もう広報で悩まない

## 新聞記者に聞く！ 効果的な広報、 プレスリリースの書き方



「イベントの情報発信をしたい」、「仲間を集めたい」、「活動の紹介をしたい」など、地域活動を行ううえで、新聞掲載の効果はとても大きいものです。

どうすれば、取材をされ、新聞に掲載されるのかについて、基本的なことを学びます。

### 講師・講座内容

日 程：2025年6月29日（日）

時 間：午後1時30分から3時30分まで

会 場：塩尻市市民交流センター（えんぱーく）

4階 401会議室

参加費：無料

定 員：30人（要予約）

講 師：市民タイムス記者



↑  
こちらから  
お申込みいただけます。

本誌に関する  
お問合せ先

発行 塩尻市市民交流センター 市民活動支援係

〒399-0736 塩尻市大門一番町12-2 TEL:0263-53-3350

E-mail:collabo@city.shiojiri.lg.jp

編集 特定非営利活動法人 えんのわ

〒399-0736 塩尻市大門一番町12-2 TEL/FAX:0263-54-3320

support@ennowa.org

https://ennowa.naganoblog.jp/

家族のように接したい

## 特定非営利活動法人 福祉サポートセンター アルプス

すでに20年以上活動を継続している「特定非営利活動法人 福祉サポートセンターアルプス」。そのアルプスが運営している「宅幼老所 百彩館」で、スタッフの北原真貴子さんにお話を伺いました。

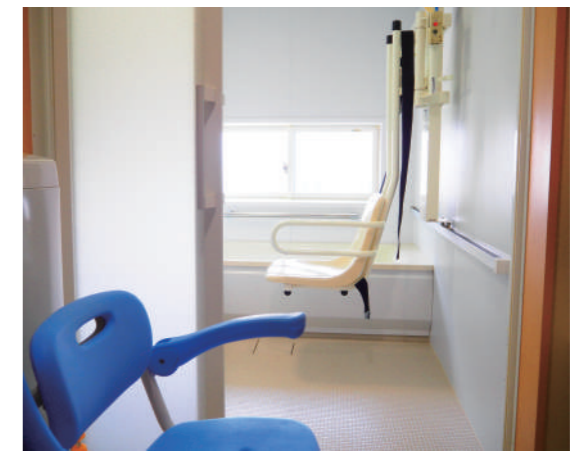
「以前は子どもたちのお預かりも多かったのですが、今の百彩館は、介護度が要支援2から要介護5の認知症の症状がある80〜90代の方を中心にご利用いただいています」と北原さん。塩尻市内の方を対象に、利用者の自宅に迎えに行き、日中を百彩館で過ごすデイサービスを実施しています。利用者やご家族にとって、ニーズが高いのはお風呂。介助を受けてお風呂に入るができます。リフトがあるので、座っていることがで

きれば、安心して入浴できます。

また、ラジオ体操をしたり、館内を歩いたり、それぞれの利用者ができることに寄り添って体を動かします。「それまで動けていた方が、2ヶ月ほど来られない時期があり、その間に立つのもやっとの状態になったことがあります。でも、再び来られるようになってから、少しずつ身体を動かすことで、手を取りながら一緒に歩くことができるようになり、本当



に嬉しかったです」と運動の大切さを感慨深く教えてくれました。「他にも、自分の口でしっかりと食べられる人は元気なことが多いので口腔ケアも大事です」と、塩尻市の歯科衛生士のサポートを受けながら、口の中の健康チェックをしたり、スタッフが丁寧に利用者さん一人ひとりの歯をみがいたりしています。また、ご飯を食べる前には、唾液を充分に出すために、口の体操もしているそうです。



「利用者さんには、自分の家のように過ごしてほしいですし、私達も家族のように接していきたい」と、アットホームな雰囲気づくりをととても大切にしています。日々のレクリエーションの実施だけではなく、利用者の誕生日には今まで撮った写真を集めてカードにしてプレゼントしています。そのカードが家で飾られていただけではなく、亡くなられてしまった際に、祭壇に並べられてい

たこともあるそうです。また、以前利用されていた方のご家族が、今でも野菜やお菓子を届けに来てくれたり、毎年のように寄付をしてくれることもあるとのこと。それほど、百彩館での日々が利用者本人だけではなく、そのご家族にとっても大切なものだったということが伝わってきます。

大きな事業所と比べれば、最新のサポートができるというわけではないでしょう。でも、少人数だ

からこそできる、人と人が接する楽しさや、安心感が百彩館にはあります。何歳になっても、その人らしくいられるために、どこでどのように過ごすのかはとても大事なことです。ご家族の認知症で悩んでいる方は、ぜひ一度、足を運んでみてください。電話やメールだけでは伝わりにくい百彩館が大切にしている雰囲気を体験することができます。



### 百彩館からのお知らせ

ご家族の認知症について相談したい方は、まずは電話もしくはメールでご連絡いただき、その後、百彩館にお越しください。

✉ 100saikan@gmail.com  
TEL 0263-53-6674

### まちづくりチャレンジ事業補助金 トライアル事業募集

塩尻市では、協働のまちづくり基金を活用して、新たなまちづくりの担い手となる団体を応援するため、市民活動団体が行う市民や地域の利益（公益）につながる活動に補助金を交付します。

トライアル事業の2次募集を令和7年8月1日（金）～15日（金）に行います。

トライアル事業は、まちづくりへの参加のきっかけを得てもらうための事業です。「何かを始めてみよう！」という方のチャレンジをお待ちしております！

<https://www.city.shiojiri.lg.jp/soshiki/37/3989.html>

