

계간 소식지

2017. 7 | Vol. 38

# Smile 웃음

당신의 미소가 희망입니다.



대한불교조계종사회복지재단 신록사  
여주시노인복지관



사진설명 : 바리스타 교육장 설치 및 자재 기증식 (5. 29. 월)

- 04 관장님 인사말
- 05 미리보는 노인복지관
- 06 복지관 풍경
- 08 2017년 어르신·강사 봄 나들이
- 09 제45회 어버이날 기념식 및 제11회 희망여주 걷기대회
- 10 문화적 욕구 해소를 위한 노인문화예술지원사업
- 11 바리스타 교육장 설치 및 자재기증식
- 12 실버인력뱅크팀 인력파견형 취업교육
- 18 복지정보 '경기도광역치매센터'
- 19 복지관 참여자 모집 안내 및 우리고장 소개
- 20 독자기고 '중남미 여행기2'
- 22 건강 상식 및 생활의 지혜
- 23 복지관 이용안내 및 신규직원 소개
- 24 자원봉사자 현황
- 25 후원자 현황
- 26 사랑의 저금통 배부 현황
- 27 편집후기
- 28 복지관 약도 및 셔틀버스 안내



노인문화예술지원사업 '신바람 난 청춘' - 한국민속촌 (4.12. 수)



표지 : 바리스타 교육장 설치 및 자재기증식 / 사진작가 : 서택준 기자

※ 표지의 사진을 작가의 동의 없이 무단으로 복사, 전재하거나 변형할 수 없습니다.



### 취임 1주년을 맞이하여



관장 이석자

세월은 유수와 같다고 하더니 세월이 빠른 건지 내가 급한 건지 아니면 삶의 시간이 짧아 진건지 모르지만 여주시노인복지관에 부임한지가 엇그제 같은데 벌써 1년이 되었습니다.

이제와 새삼 지난 1년을 돌아보니 참으로 감회가 새롭기만 합니다.

어떻게 하면 어르신들의 기대치에 부응할 수 있을까? 고민하느라 밤잠을 설치기도 하였고, 오랫동안 함께 일했던 동료들이 낮은 처우와 열악한 근무환경으로 인해 새로운 일자리를 찾아 떠나는 뒷모습을 붙잡지도 못하면서 한없이 바라보고만 있어야 하는 현실 앞에 솔직히 나의 무능함에 죄책감을 느껴야 했던 순간들이 너무도 많았습니다.

전 세계적으로 사회복지사들은 400만 명에 이른다고 합니다. 특히 우리나라는 전 국민이 가장 선호하는 자격증이 사회복지사로 100만 명 정도가 되는데 반해 낮은 처우와 열악한 근무여건, 낮은 직무만족도, 대상자로부터 안전의 위협을 받고 있는 등 전문성을 보장받지 못하고 있는 것이 현실입니다.

부임한지 보름만에 천 여 명의 어르신들을 모시고 ‘삼계탕으로 건강한 여름나기 행사’를 치루고, ‘지역나눔문화축제’와 ‘송년발표회’, ‘자비나눔 김장축제’와 금년 5월 ‘희망여주걷기대회’ 등 큰 행사를 몇 차례 치루면서 보람도 있었고 후원자와 자원봉사자 여러분들이 얼마나 소중하고 귀한 분들이신지 뼈 속 깊이 새길 수 있었습니다.

복지관의 비전은 소통하는 복지관으로서 이용자 간담회, 반장간담회, 강사간담회, 후원회 간담회, 자원봉사자 간담회, 임원간담회 등으로 소통의 창구를 갖고자 노력하고 있는데 특히 임원여러분들이 중간 가교 역할을 잘 해주고 계셔서 감사할 따름입니다.

요즈음 옛날 속담도 시대흐름에 따라 바뀌고 있습니다. ‘젊어서 고생은 사서도 한다.’가 ‘젊어서 고생은 늙어서 신경통이다’라고 하고 ‘고생 끝에 낙이 온다.’던 속담이 ‘고생 끝에 골병든다.’로 바뀌는 변화 무쌍한 시대에 살아가고 계십니다. 따라서 노인복지관의 프로그램도 우울이나 치매예방 프로그램, 바리스타 자격증반, 반려동물 돌보미 양성과정 등 새롭지만 어르신들에게 도움이 될 만한 프로그램을 도입하고 있습니다.

그동안 서툰과 미흡한 점을 탓하지 않고 잘 이끌어 주신 이용자 여러분께 감사드리며 잘 따라 와 준 직원분들, 그리고 음으로 양으로 많은 도움을 주시는 후원자와 자원봉사자 여러분께 진심으로 감사드립니다.



## 7월

### ▶ 선배시민 양성과정 교육

- 일시 : 6.1(목)~9.21(목) 주1회 16회기
- 대상 : 각 60명
- 내용 : 소양교육

### ▶ 어르신 건강챙기기 프로젝트 II '삼계탕으로 건강한 여름나기'

- 일시 : 7.12(수)
- 대상 : 총 1,000명
- 내용 : 삼계탕 나눔 및 문화공연

### ▶ 독거노인 현황조사(추가조사)

- 일시 : 7.20(목)~8.18(금)
- 대상 : 총 703명
- 내용 : 여주시 독거노인 추가조사

### ▶ 상반기 사업평가 및 직무평가

- 일시 : 7.21(금)
- 대상 : 총 30명
- 내용 : 상반기 사업평가 및 업무공유

### ▶ 1080세대공감 자원봉사학교

- 일시 : 7.24(월)~7.26(수)
- 대상 : 총 30명
- 내용 : 자원봉사 교육 및 체험

### ▶ 여울봉사단 리더 및 경로당 임원진 역량강화교육

- 일시 : 7.27(목)
- 대상 : 총 80명
- 내용 : 소양교육



## 8월

### ▶ 반려동물 돌보미 양성과정 교육

- 일시 : 8.4(금)~9.29(금)
- 대상 : 총 12명
- 내용 : 반려동물 이해 및 관리

### ▶ 실버인력뱅크 취업교육

- 일시 : 8.11(금)
- 대상 : 총 20명
- 내용 : 위생환경관리사 교육

### ▶ 반장 및 이용자 간담회

- 일시 : 8.17(목)
- 대상 : 총 100명
- 내용 : 삼계탕 행사 평가 및 의견교류 등

### ▶ 주거환경개선사업

- 일시 : 6월~9월
- 대상 : 총 20명
- 내용 : 재가어르신 도배 · 장판 교체 등

## 9월

### ▶ 2017년 지역나눔문화축제

- 일시 : 9.22(금)
- 대상 : 총 1,400명
- 내용 : 문화공연 및 먹거리, 물품판매 등

### ▶ 주간보호센터 추석명절행사

- 일시 : 9.27(수)
- 대상 : 총 7명
- 내용 : 명절인사 나누기 등

### ▶ 여주시 연합 수영대회(가칭)

- 일시 : 9.30(토)
- 대상 : 총 150명
- 내용 : 수영대회 및 시상

## 월별 진행

### ▶ 학생회 및 여울봉사단 임원 간담회

- 일시 : 매월 15일
- 대상 : 총 8명
- 내용 : 복지관 운영 관련 의견 교류

### ▶ 학생회 임원진 및 반장 간담회

- 일시 : 매월 마지막 주 금요일
- 대상 : 총 31명
- 내용 : 사회교육 프로그램 관련 의견 교류

### ▶ 여울봉사단 리더 간담회

- 일시 : 매월 셋째주 금요일
- 대상 : 총 18명
- 내용 : 봉사단 운영 관련 의견 교류

※상기 일정은 복지관 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.

## 2017년 4월 ~ 6월



2017년 어르신 · 강사 나들이 ‘봄 향기 가득 싣고’  
(4/7) 강원 동해(무릉계곡, 삼화사) 외



문화적 욕구해소를 위한 노인문화예술지원사업  
‘신바람 난 청춘’ (4/12) 한국민속촌, 국립극장



노인우울집단프로그램 ‘어르신 행복만들기’  
(4/12~5/19)



여울봉사단 별풍선 동아리 활동교육  
(4.17~6.26)



제45회 어버이날 기념식 및 제11회 희망여주걷기대회  
(5/14) 여주도자세상 야외무대



동네방네 행복만들기 프로젝트 ‘마음찜질방’  
(5.31~6.28)



## 2017년 4월 ~ 6월



사회공헌활동 기부은행 자원봉사자 기초교육 및 발대식  
(6/2) 복지관



성인문해교육지원사업 명품세종대학 개강식(6/5)  
복지관



상반기 직원연수(6/10)  
복지관 및 근린공원



해솔후원회 문화탐방(6/21)  
아침고요 수목원, 남이섬



지역행복생활권 선도사업 꽃할배 행복도시 프로젝트  
합동워크숍(6/22) 좋은아침 연수원



주간보호센터 보호자·강사 간담회(6/27)  
항아리보쌈





## ‘봄 향기 가득 실고’

### 2017년 어르신·강사 봄 나들이

눈부신 벚꽃이 한창이던 지난 4월 7일 ‘2017년 어르신·강사 나들이’를 진행하였습니다. 강원도의 관광명소인 동해 무릉계곡과 삼화사, 그리고 정동진 조각공원으로 다녀왔습니다.

무릉계곡은 산수의 풍경이 중국 고사에 나오는 무릉도원과 같다 하여 지어진 이름이라는데, 그만큼 훌륭한 비경을 자랑하여 보는 사람마다 탄성을 자아냈습니다. 어르신들은 무릉계곡 입구에 자리 잡은 삼화사에서 단체기념촬영을 한 후 자유롭게 경치를 감상하며 멋진 풍광을 카메라에 담기 바쁘셨습니다.

무릉계곡과 삼화사를 뒤로 하고 동해 망상해수욕장으로 자리를 옮겨 싱싱한 회와 매운탕으로 점심식사를 했습니다. 그리고 강릉 정동진으로 이동하여 푸른 바다와 어우러진 조각품들을 보며 나들이 기분을 만끽했습니다.

올 해는 특히 사전 조사를 통해 나들이 장소를 어르신들이 직접 선정 할 수 있게 진행하여 더욱 뜻깊은 시간이었습니다. 앞으로도 어르신과 지속적으로 소통하며 어르신들의 작은 소리에도 크게 귀 기울이는 모습으로 어르신의 행복을 위한 다양한 사업을 진행하겠습니다.

글 : 이혜미 주임

사진 : 서택준 기자



## ‘우리 다 함께 걸어요’

### 제45회 어버이날 기념식 및 제11회 희망여주 걷기대회

지난 5월 14일 여주도자세상 야외무대에서 ‘제45회 어버이날 기념식 및 11회 희망여주 걷기대회’를 진행하였습니다. 1,300여 명이 참석한 이날 행사에는 많은 내·외빈들의 축하인사와 장한아버이, 효행자, 노인복지기여자 등에 대한 수상으로 가정의 달에 대한 의미를 더했습니다.

어버이날 기념식 이후에는 참여하신 어르신들, 가족, 학생, 장애인 등 많은 분들이 ‘여주 걷고 싶은 거리(5km)’를 함께 걸었습니다. 또한 해피타투 등 이벤트와 축하행사, 행운권 추첨으로 행사의 재미를 더했습니다. 특히 올해는 TV, 세탁기, 전자레인지 등 푸짐한 경품이 준비되어 참여자들의 관심을 끌었습니다. 점심은 갖가지 나물과 소고기로 맛을 낸 비빔밥이 제공되어 더욱 풍성한 시간을 가질 수 있었습니다.

매년 진행되는 큰 행사에 항상 도움을 주시는 후원 및 자원봉사자들과 단체, 참여자분들에게 큰 감사를 드립니다. 앞으로도 우리 복지관은 지역주민의 소통과 화합을 위한 다양한 프로그램을 지속적으로 추진 할 계획입니다.

글 : 윤효숙 사회복지사

사진 : 서택준 기자, 민남호 기자



## ‘우리는 신바람 난 청춘’

### 문화적 욕구 해소를 위한 노인문화예술지원사업

복지관에서는 4월부터 12월까지 KCC지정기탁사업 사회복지공동모금회 주관 노인문화예술지원사업 ‘신바람 난 청춘’ 프로그램을 매월 운영하고 있습니다.

6월에는 백석2리 경로당 어르신 38명을 모시고 용인 한국민속촌, 수원 경기도문화의전당에서 <태권무무 달하> 무용을 관람하여 어르신들과 함께 문화를 나누고 공유할 수 있는 시간이 되고 문화활동을 통해 어르신들이 자신감을 회복할 수 있도록 지원하였습니다. 공연을 보시던 어르신들은 ‘하늘에서 선녀가 내려오는 거 같다.’ 라고 하시며 즐거워 하셨습니다.

이날 ‘신바람 난 청춘’에 참여한 김병선 총무님께서 “이렇게 문화활동을 하는 것이 평소에는 정말 어렵고 다른 사람보기가 되게 낮간지러웠는데 막상 보니까 너무 좋고 이런 문화활동 기회를 만들어 주신 노인복지관에 감사를 드리고 싶다.”며 소감을 전하셨습니다.

‘신바람 난 청춘’은 매월 1회 문화소외지역 경로당 이용 어르신을 선정하여 국악, 연극, 무용 등 다양한 문화예술공연을 관람 할 예정입니다.

글/사진 : 선진영 사회복지사





## ‘빛나게 아름다운 청춘카페’

### 바리스타 교육장 설치 및 자재기증식

지난 5월 29일 노인과 장애인 취업을 위한 바리스타 양성교육장 설치 및 자재 기증식이 로타리클럽 관계자를 비롯한 수강생 및 내빈 등 150여 명이 참석한 가운데 진행되었습니다.

이번 바리스타 양성교육 및 자재 기증은 국제로타리 3600지구 가남로타리클럽의 노인 및 장애인 취업을 위한 기부목적으로 진행되며, 복지관은 D-3420 발리 꾸따로로타리클럽에서 글로벌 보조금 프로젝트 사업으로 3만2천 달러 상당의 교육비와 카페운영 필요 물품을 지원받게 되었습니다.

바리스타 양성교육은 매주 2회(화, 목) 바리스타교육과 소양교육으로 이루어지며, 3기까지 총 54 명이 등록 된 상태이고, 등록대기자 35명 등 어르신들의 뜨거운 관심 속에 진행되고 있습니다.

바리스타 양성교육에 참여중인 1기 어르신들은 ‘처음에는 용어나 기계들이 낯설어 힘들었지만, 지금은 가장 기다려지는 시간입니다.’, ‘커피를 워낙 좋아해 바리스타를 배우려고 했지만 기회를 놓치고 포기하려던 차에 복지관에서 바리스타 교육을 받게 되어 하늘을 날 듯 한 기분은 말할 수 없습니다.’, ‘오랜만에 열심히 공부해 전원 필기합격이라는 기쁜 소식을 전할 수 있어 좋고, 멋진 모자와 앞치마를 두르고 카페에서 봉사하게 되어 뿌듯합니다.’, ‘실기 시험도 전원 합격하여 남한강이 흐르는 아늑한 노인복지관을 더욱 더 활력이 넘치는 공간으로 만들어 볼 까 합니다.’ 라는 소감을 전하시며 열정을 다하여 참여하고 계십니다.

앞으로 복지관이 누구나 찾아와 향긋한 커피 한 잔을 하며 삶의 여유와 에너지를 얻을 수 있는 힐링의 공간으로 거듭나기를 기대합니다.

글 : 윤효숙 사회복지사 / 사진 : 서택준 기자



### ‘이력서는 친절하게~, 자기소개서는 궁금하게~’

#### 실버인력뱅크팀 인력파견형사업단 취업교육

복지관에서는 지난 4월 27일 오전 9시부터 12시까지 신안산대학교 이주희 교수의 강의로 노인취업에 필요한 이력서와 자기소개서 작성 및 모의면접 교육을 실시하였습니다.

이날 교육에는 여주관내 20여명의 어르신들이 참석하였으며, 건강박수를 시작으로 긍정에너지 깨우기 활동과 그림카드를 이용한 나의 이해와 자기소개하기, 이력서 및 자기소개서의 필수 항목 이해하기, 역할연기를 통한 역지사지(易地思之) 모의면접 활동이 이루어졌으며 참여소감 나누기와 축하로 마무리를 하였습니다.

어르신들이 쉽게 이해할 수 있도록 어르신들의 눈높이에 맞춰 교육이 진행되었으며 교육에 참여한 어르신은 ‘글을 써야 한다는 부담감이 있었지만 취업에 필요한 면접과 이력서 작성의 핵심을 배울 수 있어서 좋았고, 취업준비에 도움이 많이 될 것 같다.’고 하셨습니다.

복지관에서는 앞으로도 어르신들의 취업을 돕기 위해 다양한 취업교육을 진행하도록 노력하겠습니다.

글/사진 : 김윤희 전담인력





### ‘나눔 실천! 희망과 행복이 됩니다.’

#### 사회공헌활동 기부은행 ‘어르신 돌봄은행’ 발대식

복지관에서는 지난 6월 2일 중앙동의 ‘희망드림봉사단’과, 복지관 ‘사회공헌활동 기부은행(어르신 돌봄은행)’ 봉사단 60여명이 참석하여 ‘희망드림+돌봄은행 봉사단 통합발대식’을 가졌습니다. 이날 발대식에 복지관과 중앙동과의 업무협약 체결과 함께 봉사단의 활동의욕 고취와 나눔문화 확산을 위한 다짐을 하였습니다.

위 봉사단은 발대식에서 앞으로 생활 속에서 소외계층 결연가구의 정기적 방문으로 정서지원과 우울감 해소, 자살예방 등 이웃사랑, 생명사랑지킴이 활동가로서 복지사각지대 해소를 위한 인적안전망 역할을 성실히 수행하기로 하였습니다.

‘사회공헌활동 기부은행’ 돌봄봉사자는 만 13세 이상 기초교육(4시간)을 받은자로 관내 65세 이상 장기요양서비스나 노인돌봄종합서비스를 받지 않는 어르신을 우선 대상으로 말벗과 여가활동보조, 가사, 일상생활 지원 등의 서비스를 제공하고 봉사 1시간 당 1점씩 포인트로 적립받을 수 있습니다. ‘사회공헌활동 기부은행’은 돌봄 봉사자의 활동 시간을 포인트로 관리하고, 이를 65세 이후에 본인이 사용하거나 돌봄이 필요한 가족이나 제3자에게 기부 할 수 있는 제도입니다. 단, 나눔 문화를 활성화하기 위하여 만 40세 이전의 포인트는 기부만 가능합니다.

돌봄봉사자 활동을 참여하시는 분은 사회공헌활동 기부은행 홈페이지([care.vms.or.kr](http://care.vms.or.kr))에 회원가입 또는 여주시노인복지관(전화.031-881-0050)으로 문의하면 됩니다.

글 : 구지영 서비스관리자 / 사진 : 서택준 기자





### ‘울며, 웃으며, 이야기 하며...’

#### 노인우울집단프로그램 ‘어르신 행복만들기’

노인우울집단프로그램 ‘어르신 행복만들기’가 지난 4월 12일 부터 5월 19일 까지 총 10회기가 진행되었습니다. 참여하신 어르신들은 노인돌봄기본서비스사업과 재가노인지원서비스사업 대상자로 총 6분의 어르신이 참여하셨습니다. 이번 프로그램은 어르신들과 ‘행복한 대화법 배우기’, ‘감정 지각과 표현하기’, ‘생각의 탐정놀이’, ‘원예요법’ 등 다양한 인지-행동교육프로그램이 진행되었습니다.

첫 만남에는 어르신들 모두 어색한 모습을 보이시며 소극적으로 참여하셨습니다 하지만 마지막 날에는 다들 아쉬워하시고 꼭 다시 만나기를 바란다고 그동안 함께 즐거운 시간을 보낼 수 있어서 행복했다고 말씀하셨습니다.

이번 프로그램은 특히 어르신들 간의 정이 깊었는데, 소그룹으로 진행되었고 어르신들의 성별이 모두 같았으며 나이가 비슷하여 공감대 형성이 자연스럽게 이루어졌습니다.

프로그램실을 ‘우리 집’이라고 표현하는 어르신이 계셨을 정도로 모두 속에 담아두었던 진솔한 이야기들을 나누었고, 서로의 이야기에 웃고 울며 공감하고 위로하는 모습을 보였습니다. 80여년을 모두 다른 생활방식으로 살아오셨지만 서로의 과거에 공감하고 미래를 응원하시는 어르신들의 모습을 보며 프로그램의 목표였던 행복 만들기에 다다랐다고 생각합니다.

글/사진 : 안진희 상담사



### ‘봄바람 살랑~ 내 마음도 살랑~’

#### 주간보호센터 상반기 어르신 봄 나들이

높고 파아란 하늘이 우리 마음을 더욱 설레게 하던 지난 5월 19일 주간보호센터 어르신들 봄나들이 다녀왔습니다. 경기세계 도자비엔날레 행사가 한창인 여주도자세상으로 다녀왔습니다.

이번 행사는 도자기로 유명한 여주, 광주, 이천에서 동시에 개최되는 행사로 ‘서사 삶을 노래하다’라는 큰 주제가 있고, 여주는 ‘기념 삶을 기리다’라는 주제라고 합니다.

우리 어르신들 여러 가지 모양으로 제각각의 의미를 담고 있는 도자 작품들을 보시며 ‘잘해 봤네~’ 감탄하시며 관람하셨습니다. 오랜만에 외출하셔서 맛있는 작품들도 보시고, 근처 식당에서 맛있는 점심식사를 하시며 나들이 기분을 만끽하셨습니다.

여주시노인복지관 부설주간보호센터는 어르신들의 인지능력향상, 사회적응력향상, 건강증진 및 기능회복 사업 등을 통해 어르신들의 안정적인 노후생활을 지원하고 있습니다. 노인장기요양등급을 (3등급~5등급) 받은 어르신이면 누구나 이용 할 수 있습니다.

문의 031)881-0050

글/사진 : 윤호숙 사회복지사



### ‘세상에 하나뿐인 나만의 작품 만들기’

#### 재가어르신들의 도자문화체험

재가노인지원사업에서는 지난 5월 8일과 11일 어르신들 15분을 모시고 여주도자세상 ‘꽃할배 도예학교’에서 도자기 컵과 화분을 직접 만들고 강변유원지에서 황포돛배를 타며 즐거운 시간을 보내고 돌아왔습니다.

작품 만들기에 심취한 어르신들의 표정이 사뭇 진지하고, 완성된 도자기가 궁금하지만 한 달의 기간이 지난 후 완성품을 받아 볼 수 있기에 기다림의 시간이 필요했습니다.

모든 일정이 끝나고 어르신들을 집으로 모셔다 드리는 차 안에서 “집에만 있기 심심했는데 어디 데려다주는 자식도 없고 오늘 차도 태워주고 구경도 시켜주고 맛있는 밥도 주고 매일 오늘만 같았으면 좋겠네. 여주에 살면서도 황포돛배는 처음 타보는데 내리기 싫었어.”하고 말씀해주셨습니다.

재가노인지원사업에서는 앞으로도 어르신들의 여가문화활동 참여 기회를 제공하여 어르신들이 좀 더 건강하고 행복하게 지내실 수 있도록 돕겠습니다.

글/사진 : 이지형 사회복지사



## 복지관 소식 - 재가노인지원사업



어버이날 행사 (5.8)



제11회 희망여주 걷기대회 영양식품키트 전달 (6.12)



자원봉사자 간담회 (6.5)



재가어르신 도자문화 및 황포돛배 체험 (5.8 / 5.11)



재가어르신 도자문화 및 황포돛배 체험 (5.8 / 5.11)



재가어르신 도자문화 및 황포돛배 체험 (5.8 / 5.11)



# 경기도광역치매센터를 소개합니다

## 1. 경기도광역치매센터란?

지역 주민들이 '치매통합관리'를 통해 치매를 예방하고 의료비 지원 등 가족의 부담을 줄일 수 있도록 지원하는 센터입니다.

## 2. 치매지원서비스

### 일반인 대상

- 치매예방 교육 및 홍보활동
- 정기 선별검진
- 인지재활프로그램(메타기억력, 서예, 원예 등)

### 치매환자 대상

- 원인 확진 검사비, 치료 관리비 등 경제적 지원(중위소득 120% 미만, 저소득층 대상)
- 치매환자 조호 물품 지원 등

### 치매가족 대상

- 정기적 모임 및 교육 지원 등

## 3. 치매예방수칙 3·3·3

- |           |   |           |                            |
|-----------|---|-----------|----------------------------|
| <b>3권</b> | { | - 운       | 동 : 주3회 이상 걷기              |
|           |   | - 식       | 사 : 생선과 채소 골고루 챙겨 먹기       |
|           |   | - 독       | 서 : 부지런히 읽고 쓰기             |
| <b>3금</b> | { | - 절       | 주 : 술은 한 번에 3잔 보다 적게 마시기   |
|           |   | - 금       | 연 : 담배 피지 않기               |
|           |   | - 뇌 손상 예방 | : 머리 다치지 않게 조심하기           |
| <b>3행</b> | { | - 건 강 검 진 | : 혈압, 혈당, 콜레스테롤 정기적으로 체크하기 |
|           |   | - 소 통     | : 가족과 친구 자주 만나기            |
|           |   | - 치매조기발견  | : 매년 보건소에서 치매조기검진 받기       |

문의 : 경기도광역치매센터 031) 271-7021  
여주시보건소 치매예방관리사업팀 031) 887-3623

자료출처 : 경기도광역치매센터

## 복지관 참여자 모집 안내

구 분	진행 시기	접수 시기	내 용
노인문화활동지원사업 '신바람 난 청춘'	월1회 (4월~11월)	선착순 마감	문화공연 관람 및 유적지 탐방
사회공헌활동 기부은행	상시운영	수시	사회공헌 활동 시간을 돌봄 포인트로 적립·관리 하고 이를 본인·가족 제 3자가 사회공헌 활동 (돌봄)으로 제공 받도록 연계
밑반찬 배달 자원봉사자	주1회 (화요일 또는 금요일)	수시	밑반찬 현장 배달
반려동물 돌봄미 양성과정	주1회 8.4(금)~9.29(금)	선착순 마감	반려동물의 이해 및 관리 등
사회교육 프로그램	연중 분기별 운영	1월, 4월, 6월, 9월	건강증진, 취미여가, 교양교육, 정보화교육, 특별반 등
치매집단 프로그램	9월 예정	선착순 마감	치매예방을 위한 집단 활동 프로그램
실버인력뱅크 민간취업	상시운영	수시	만 55세 이상 어르신 취업 교육 및 알선
주간보호센터	상시운영	수시	노인장기요양보험 등급 3~5등급 어르신 낮 동안 보호

문의 : 여주시노인복지관 881-0050

## 우리고장 소개



### 안금리 느티나무

소 재 지	가남읍 안금리 117
지정사항	여주-14호
수 령	약350년
나무높이	17m
나무둘레	6m



## 중남미 여행기 2

황광성

지난 호에 이어 이번에는 카리브 해의 진주 쿠바와 잉카 문명의 상징인 페루를 중심으로, 푸에르토리코, 볼리비아에서 보고 느낀 바를 서술하려고 한다. 쿠바 : 쿠바는 공산 국가로 우리와 수교는 없으나 관광 여행에는 지장이 없다. 멕시코 동쪽 대서양의 카리브 해의 섬나라로 한반도의 반 정도 크기에 인구는 남한의 4분의 1 정도로 보면 된다. 우리나라는 쿠바의 수도 아바나에 무역진흥 공사 쿠바 지사를 두고 있으며 영사 업무도 한다. 현재의 쿠바는 1959년 피델 카스트로가 중남미 공산 혁명을 이루려다 볼리비아에서 사망한 체 게바라와 함께 혁명을 일으켜 성공한 중남미 유일의 공산 국가이다.



〈사진1. 빌딩 벽의 체 게바라〉

지금의 쿠바는 피델 카스트로의 막내 동생 라울 카스트로가 지배하고 있다. 쿠바에서 우리가 기억해야 할 또 한 사람이 있다. 일차 세계대전을 참전하고 쓴 ‘무기여 잘 있거라’ 스페인 내전에 종군 기자로 활동하고 쓴 ‘좋은 누구를 위하여 울리나’ 1961년 7월 2일 염총으로 자살하기 전 해 그가 묵고 있던 호텔 이층 옥상에서 카리브의 먼 바다를 보며 쓴 ‘노인과 바다’의 작가 어니스트 헤밍웨이이다. 그 호텔 일층은 헤밍웨이 기념관으로 카스트로와 찍은 여러 장의 사진과 함께 유품과 기념품 판매점이 있고 이층은 식당이면서 헤밍웨이가 생전에 식탁에 앉아 와인을 즐기며 시거를 물고 먼 카리브 바다를 보며 작품 구상을 하는 모습과 이를 설명하는 안내판이 있다. 우리는 여기서 헤밍웨이의 소설 즉 각ът한 형식과 허위에 가득 찬 세상이 전쟁을 겪음으로 자유방임으로 흐르는 소위 미국의 로스트 제너레이션, 불란서의 앙띠로망, 영국의 앵그리 영맨 세대에게 영향을 주어 영국의 비틀즈, 스웨덴의 아바, 우리의 김세환 등으로 대표되는 통기타와 청바지 문화의 시작이라는 데는 거의 이견이 없는 것으로 안다. 헤밍웨이는 미국 사람으로 수많은 전쟁에 참여했고 세 번의 이혼과 네 명의 부인, 그 자신의 자유분방한 생활에도 불구하고 말년에 카스트로에 의해 쿠바에서 쫓겨나 고향인 미국의 플로리다에서 자살했으며 그의 작품 세계는 1970년대 미국의 작가 잭 케루악의 ‘온 더 로드’에서 완성되었다는 것이 정설일 것이다.

쿠바에서 또 하나 특기 할 것은 라틴 아메리카 의과 대학이다. 봉사 정신이 투철한 젊은이를 전 세계에서 엄선하여 무료로 교육 시켜 아프리카 등 의술이 필요하여 에이즈, 지카 바이러스, 메르스 등 원인도 모르고 어떤 의료인도 꺼리는 최초 발병 지역을 지체하지 않고 제일 먼저 달려가 의료 봉사를 하는 세계 최고 수준의 의술을 자랑한다. 김일성대학 출신의 현지 관광 안내인에 따르면 우리나라 출신도 한 사람 있는 것으로 안다고 귀뜸한다.

다음은 푸에르토리코와 볼리비아 : 푸에르토리코는 미국의 자치령으로 천혜의 관광 자원이 있는데도 정치 지도자들이 부패해 국가 부도 사태로 미국의 한 주로 편입되기를 희망하나 부채를 떠안기 싫은 미국 의회의 거부로 미국 국민 대우는 받으나 하나의 주로 편입되진 않았으며 우리나라의 선경을 비롯한 기업들이 값싼 인건비를 이용해 진출해 있다. 다음은 세계 두 번째로 많은 천연 가스 매장량을 가지고도 가난한 나라 볼리비아에서는 지금 우리나라에서 보기 힘든 티코가 새 차처럼 깨끗한 상태로 상당히 많이 달리고 있어 인상적이었다. 그 동안 문이 두 짝인 독일의 폭스바겐이 주종이었는데 문이 네 개나 되는 우리 티코는 폭발적인 인기였다고 한다. 86~7년 경엔가 대우의 김우중 회장이 아르헨티나 지사를 개설 하고 남미를 공략한다고 자랑하던 모습이 새삼 떠올랐다. 다음은 잉카문명의발상지 페루 : 멕시코 이하 모든 중남미 국가들의 공통점이 스페인의 콜럼버스가 신대륙을 발견하여 점령한 후 300여 년을 식민 통치함으로써 지금도 스페인어가 모든 중남미 국가들의 공용어이고 마약 조직이 국가 경제와 공권력에 지대한 영향력을 주고 있다는 사실이다.



〈사진2. 마추픽추 잉카 제국 모습〉

마추픽추(해발2,280m)의 잉카 제국의 모습은 경이롭기까지 했다. 잉카제국은 해발 3,200m의 안데스 산맥 고지대인 쿠스코에 수도를 두고 지금의 남아메리카 대부분을 지배했으며 1,300년 대에는 인구가 1,100만이 넘는 대제국이었으며 금 세공과 미라를 만드는 기술, 큰 돌을 깎아 안데스 산맥의 가파른 산 정상 가까이 건물과 도로는 물론이고 수로를 만들 정도의 기술과 발달된 문명은 현대 과학으로서 풀기 어렵다고 한다.

다만 특이 한 것은 그들에게는 문자가 없었으며 입으로 전달되는 구전과 매듭의 색깔과 꼬임새로 표현했다고 한다. 안데스 산맥의 명물인 알파카는 해발 4,200~4,800m 고산 지대에 사는 낙타과의 동물이며 우리나라의 송아지 크기만 하다. 그 털로 짠 잉카의 전통 의상은 화려했으며 국내에서 100만원 이상 하는 것을 3분의 1 가격이면 살 수 있었다.



〈사진3. 알파카 털로 짠 잉카 전통의상〉

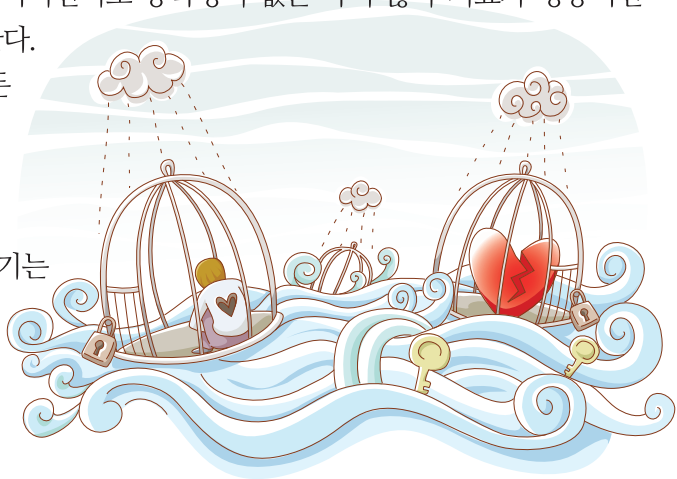
다음 호에는 볼리비아, 페루와 칠레간의 새 동 전쟁과 아르헨티나와 브라질 국경에 있는 이과수 폭포 등을 실어 중남미 여행 30일을 마감하려고 한다.

### 노인 우울증

누구나 걸릴 가능성이 있는 우울증은 과거 명예롭고 화려하며 자신만만했던 멋진 인생을 실바람에도 몸을 가누지 못하는 한 오라기 들쭉처럼 초라한 존재로 만들어 버리는 고약한 병이다.

우울증은 대체로 나이와 상관없이 심한 영양실조나 스트레스, 또는 정신적 충격 등으로 뇌의 기능이 쇠약해져서 발생하는 경우가 많다고 한다. 그러나 치매와 달리 가족들의 도움과 꾸준한 약물 치료로 호전될 가능성이 매우 높으며 과거에는 한번 먹기 시작하면 평생 복용해야 한다고 알고 있던 우울증약도 의학계의 연구개발로 더 효과적이면서도 중독성이 없는 약이 많아 치료가 성공적인 경우 얼마든지 복용을 중단할 수 있다고 한다.

또한 우울증 환자가 있는 가정에서는 모든 가족들이 따뜻한 배려로 환자의 고통을 공감하면서 매일 10분 이상 공원산책 등 가벼운 운동을 겸한 일광욕을 하게 하고 친근한 사람들과 만나서 큰소리로 웃고 즐기는 시간을 자주 갖도록 뒷바라지 하여 빠른 회복을 도우므로 평소처럼 즐겁고 행복한 가정을 유지하려는 희망을 잃지 말아야 한다.



## 생활의 지혜

### 식초의 효능



#### - 옷 주름을 잘 피려면

힘을 주어 다림질을 해도 잘 펴지지 않는 옷 주름은 물에 식초를 한 술 정도 타서 분무기에 넣고 뿌리면 잘 다려진다.

#### - 허리를 삐었을 때

허리를 삐었을 경우 오이, 밀가루, 식초를 개어서 거즈에 발라 아픈 부위에 붙여주면 잘 낫는다.

#### - 샤워기가 오래되어 물이 잘 나오지 않을 때

욕실 샤워기의 구멍이 막혀 물이 잘 나오지 않을 때는 물 1L에 식초 반 컵을 섞은 뒤 샤워기를 담가두면 구멍이 청소되어 물이 잘 나온다.



## 복지관 이용안내

구분	경로식당	물리치료실	이·미용실
요일	매주 월~금(주5일), 공휴일 제외	매주 월~금(주5일), 공휴일 제외	매주 수요일(1주~4주)
시간	11:40 ~12:30	09:00~16:00	10:00~12:00 (선착순 10명)
장소	3층 경로식당	1층 물리치료실	3층 이·미용실(경로식당 옆)
방법	1층 안내데스크에서 식권 발급 후 식당 이용	1층 안내데스크에서 이용권 발급 후 이용	1층 안내데스크에서 이용권 발급 후 이용
비용	회원 2,000원, 기초생활수급자 무료, 일반 이용자 3,000원	무료	무료

## 축하합니다

여주시노인복지관 부설 주간보호센터  
국민건강보험공단 전국평가 최우수 기관(절대A등급) 선정



## 신규직원 소개



**김미옥**  
사회체육팀 사무원

재미있게 열심히 일하겠습니다.  
파이팅~!!



**조아라**  
실버인력뱅크팀  
노인사회활동지원사업 전담인력

항상 밝은 얼굴로  
어르신들을 맞이하겠습니다.  
어르신들의 활기찬 모습을 응원합니다.



**박금숙**  
실버인력뱅크팀  
노인사회활동지원사업 전담인력

어르신들이 활동하시는데  
불편함이 없도록 열심히 하겠습니다.

## 자원봉사자 현황



### 개인 자원봉사 (2017년 2/4분기)

고교숙 구본민 김강지 김대연 김동규 김민자 김봉자 김송엽 김영숙 김영일 김용경 김은예 김은정 남기옥  
남유자 류춘자 민경선 박병진 박상욱 박소연 변기순 송선이 안귀자 우심옥 이도순 이순자 이정애 이지화  
이 평 이해란 임동순 임유라 정명숙 정소진 정윤희 최상미 최주영 하은숙 한원구 허윤옥 홍옥자 황금숙  
황성애 황정호

### 자원봉사 단체 (2017년 2/4분기)

(주)신세계인터넷내셔널, KT여주지점, 공무원보인회봉사단, 대한적십자 여주협의회 한가람봉사단,  
명성로타리클럽, 법무부 여주준법지원센터, 신세계인터넷내셔널, 수원지방검찰청 여주지청, 수원지방법원  
여주지원, 여주시공무원보인회, 여주9지역 남한강로타리클럽, 여주시재향군인회, 여주해병대전우회,  
여주대학교, 해솔후원회

### 밀반찬 자원봉사자 (2017년 2/4분기)

송춘근, 구본민, 박병진, 김송엽, 김계수, 김송자, 한강통합물관리센터

### 자원봉사 참여안내

**|활동내용** 경로식당(조리보조, 설거지), 반찬조리 및 차량봉사(밀반찬 지원),  
기부은행 어르신 돌봄봉사, 주간보호(어르신 활동보조),  
복지관 봉사(이용안내, 환경미화) 등

**|신청방법** 전화 및 내방 상담

**|문 의** 031. 881. 0050 (자원봉사 담당자)

### 후원 참여안내

**|결연후원** 무의탁 어르신과 1:1 결연을 맺어 생활비 지원(1구좌 5,000원부터)

**|일반후원** 저소득 독거어르신 지원, 노인복지사업 지원

**|물품후원** 부식, 생필품 등

**|사랑의 저금통 분양**

**|후원방법** 전화 및 방문신청, CMS

**|계좌번호** 농협 182-01-003106(예금주:여주시노인복지관)

※후원하신 후원금품은 법인세법 24조, 소득세법 34조에 따라 연말정산시 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.



## 후원자 현황

### 1. 개인 후원

간접재 강성희 강정옥 강태순 경문희 경창호 고은실 구지영 권용기 권은정 길경숙 김경래 김경옥 김대광 김대숙 김명숙 김민순 김민자 김민화 김보람 김봉례 김수분 김순례 김순자 김순희 김애정 김영경 김영광 김영기 김영숙 김영일 김영자 김영진 김예지 김옥순 김용희 김은예 김재송 김정구 김정득 김정환 김좌진 김진옥 김창용 김태근 김학배 김학윤 김현숙 김호종 남기옥 노명숙 노준철 문연숙 문 희 민덕호 민상식 박 용 박경란 박예자 박용근 박윤재 박정근 박정미 박정연 박태순 박해섭 박홍원 백근영 변기순 변정희 서석순 서순자 서채영 성현숙 손영균 송금자 신규승 신명수 신명숙 신용빈 신청강 심영순 안숙자 안현자 양영자 엄기영 연승용 오우순 오은진 오해용 유미진 유인호 윤남순 윤은정 이광수 이금옥 이대직 이도은 이동근 이명환 이병란 이상목 이석자 이선경 이순분 이순예 이애영 이용남 이윤영 이인모 이종순 이종주 이주애 이철재 이현숙 이현희 이희원 임복규 장영희 장정덕 정남식 정미호 정성훈 정옥희 정의철 정지현 정희민 조경원 조복순 조윤지 조철희 조춘실 조한기 주옥희 최금순 최덕훈 최영복 최재순 최재영 최종원 최창식 최홍숙 하영숙 한지화 허 용 허윤옥 홍봉기 홍지영 황광성 황귀선 황문영 황재남 황정호 박정미자

### 2. 단체 후원

가남푸드뱅크 가람환경 개척어장 건진 경기도노인전문여주병원 경기민요반 경기재가노인복지협회 경기 재가노인협회 금강의원 남여주레저개발주식회사 남한강도야지 농협은행(주)여주시지부 늘푸른동아리 능서미곡처리장 더블유마트 대한불교조계종사회복지재단 대한노인회여주시지회 더케이소피아그린주식회사 도예학교 독거노인종합지원센터 라인댄스동아리 롯데복지재단 드라이11세탁전문점 마울정미소 명성로터리클럽 무한돌봄 보라미여주봉사회 보통약국 북내농협오학지소 북성산농원 블루다이하문드 삼창축량 선재 어린이집 신륵장애인보호작업장 신륵지역아동센터 실버악단 아이누리 어희 여주9지역남한강로타리클럽 여주새마을금고 여주시청 여주시보건소 여주장례식장 여주신용협동조합 여주자연농고 여주치과 여주 한의원 여흥한의원 연우회 오카리나반 오피스알파 이남주자연아래버섯 예림건설(주) 자연촌 재향군인회 점동농협 제이비컴퍼니(주)글로리 지멘스보청기 천지테크 청코너 태민농원 태양마트 파워자동차 푸드뱅크 하나TDS 한국미우라공업(주) 한국재가노인복지협회 해솔후원회 현대떡방앗간 형제유통 호성엘리베이터 희망식당(주)두우종합기술(주)신세계사이먼여주점(주)창대건설 8시수영반 B&P베이커리 YM실용음악학원

### 3. 해솔후원회

강정옥, 길경숙, 김경옥, 김대숙, 김명선, 김봉례, 김보순, 김소연, 김영자, 김옥강, 김은예, 김민주, 김필녀, 김현숙, 김현자, 김현주, 박예자, 배순례, 성현숙, 송금자, 신연정, 심영순, 안숙자, 엄정민, 유인호, 유정아, 윤우정, 이보라, 이명희, 이순원, 이순준, 이영옥, 이용남, 이진규, 이홍순, 장랑순, 장수연, 전영희, 주옥희, 주영숙, 주정숙, 하영숙, 허윤옥, 황귀선

### 후원금 현황 2017년 (6.30까지)

		후원금 수입	후원금 지출	
			인 건 비	
내역	지정 후원금	27,114,000	자 산 취 득 비	3,453,730
			복 리 후 생 사 업	29,826,850
			사 회 문 화 사 업 비	1,000,000
			재 가 복 지 사 업 비	4,842,040
			지 역 복 지 사 업 비	1,140,000
	비지정 후원금	10,383,702	자 원 봉 사 자 관 리 사 업 비	198,000
			평 생 교 육 학 습 관 사 업 비	65,990
			문 화 예 술 지 원 사 업 비	241,700
			사 회 체 육 사 업 비	902,340
	전년도 이월금	25,549,192	우 울 자 살 예 방 사 업 비	160,690
			경 로 당 문 화 지 원 사 업 비	15,600,000
			잔 액	5,073,660
합계		63,046,894		541,894
				63,046,894

※ 혹시 이름이 잘못 기재되었거나 누락되신 분이 계시면 넓은 아량으로 이해해주시고, 담당자에게 알려주시면 다음호에 실도록 하겠습니다. 감사합니다.



<b>사랑의 저금통 배부 현황</b>	<b>NH농협은행여주지원출장소</b> TEL. 883-7502	<b>여주축협 학동지점</b> TEL. 885-7301	<b>북내농협 오학지점</b> TEL. 883-7505
<b>KB 국민은행</b> TEL. 884-6212	<b>NH농협은행여주시지부</b> TEL. 884-2491	<b>우리은행</b> TEL. 884-7154	<b>북내농협</b> TEL. 884-2501
<b>남한강의바상 여주시</b> TEL. 883-2114	<b>대신면사무소</b> TEL. 887-3932	<b>여흥동주민센터</b> TEL. 887-3773	<b>오학동주민센터</b> TEL. 887-3971
<b>흥천면사무소</b> TEL. 887-3873	<b>금강의원</b> TEL. 883-8847	<b>수이비인후과·소아과</b> TEL. 881-5522	<b>여주안과</b> TEL. 885-7200
<b>조은형외과의원</b> TEL. 886-7114	<b>이화의원</b> TEL. 885-8620	<b>우리들의원</b> TEL. 882-2219	<b>백약국</b> TEL. 886-7561
<b>보룡약국</b> TEL. 886-5147	<b>태평양약국</b> TEL. 886-6003	<b>세계로약국</b> TEL. 886-6007	<b>제일약국</b> TEL. 885-2482
<b>오행당약국</b> TEL. 885-7512	<b>갑자기甲子己</b> TEL. 885-4010	<b>만다린</b> TEL. 885-0705	<b>정통중화요리 서향</b> TEL. 881-4546
<b>강나루토종순대국</b> TEL. 881-4013	<b>고향집</b> TEL. 886-7776	<b>김밥천국</b> TEL. 885-2717	<b>오레시피</b> TEL. 882-5339
<b>금강해우촌</b> TEL. 882-8267	<b>금수강산</b> TEL. 885-5293	<b>몽산채돌</b> TEL. 886-5777	<b>몽돌애물탕</b> TEL. 885-8887
<b>민지빠다귀해장국</b> TEL. 881-1533	<b>백로식당</b> TEL. 884-1126	<b>배아띠·Beati</b> TEL. 885-3320	<b>보리소 돼지한마리&amp;소양념살</b> TEL. 883-8680
<b>여주해장국</b> TEL. 885-2035	<b>불타는칼장비</b> TEL. 885-9626	<b>산너머남촌</b> TEL. 886-1425	<b>시골쌈밥</b> TEL. 883-2975
<b>시골해장국</b> TEL. 885-2022	<b>솔뚜껑삼겹살</b> TEL. 886-1812	<b>왕터민물매운탕</b> TEL. 885-0223	<b>옥돌감자탕</b> TEL. 885-8100
<b>이삭토스트 여주중앙점</b> TEL. 886-1008	<b>여내올순두부와보쌈</b> TEL. 886-1282	<b>여주남한강매운탕</b> TEL. 886-2614	<b>여흥회관</b> TEL. 884-0863
<b>우리맛집</b> TEL. 881-3651	<b>소문난집 오대산 산채정식</b> TEL. 884-6367	<b>몽골 콩요리의 명가</b> TEL. 882-1617	<b>정동진횃집</b> TEL. 885-0046
<b>홍문골</b> TEL. 886-3631	<b>한우사랑직판장식당</b> TEL. 882-6888	<b>한우암소 전문점</b> TEL. 884-6765	<b>화림가든</b> TEL. 884-5689
<b>한솔도시락</b> TEL. 885-3028	<b>항아리보쌈</b> TEL. 885-0087	<b>이태리안경</b> TEL. 884-6633	<b>유니크 미용실</b> TEL. 886-1024
<b>오비탈문구</b> TEL. 886-7589	<b>Office Alpha</b> TEL. 885-2999	<b>대신농협 하나로마트</b> TEL. 883-9976	<b>emart</b> TEL. 887-6123
<b>OK마트</b> TEL. 886-2545	<b>형제유통</b> TEL. 883-3405	<b>CU 여주오학지점</b> TEL. 885-0798	<b>CU 여주번도리점</b> TEL. 882-0043
<b>여주하리우편취급국</b> TEL. 885-0001	<b>신특사 대표소</b> 여주시 천송동 288-53	<b>MECCA 커피전문점</b> TEL. 884-1671	<b>감사합니다.</b>

## 체험마당 수기 공모 안내

여주시노인복지관 소식지 '웃음'에서는 여러분의 따뜻하고 유쾌한 이야기를 기다립니다. 일상생활에서 일어난 소소하고 재밌는 이야기, 전해주시고 싶은 나만의 이야기 등 그 어떤 이야기 라도 좋습니다.  
여러분의 많은 참여 바랍니다.



1. 공모대상 : 지역 어르신 누구나
2. 공모주제 : 자유
3. 응모방법 : 수필형식이며 A4용지 1/2장 분량으로 작성하여 여주시노인복지관 2층 사무실  
혹은 이메일(yun8219@naver.com)로 제출
4. 문 의 : 문화복지팀 사회복지사 윤효숙 (031-881-0050)

### 편집 후기

**박재명** : 웃음 '38호'를 내고 보니 벌써 반년이 지나갔습니다. 하반기 행사를 알차게 취재하며 39호, 40호를 향해 더욱 분발 할 것을 다짐 해 봅니다.

**조두현** : 올 여름은 유난히도 무덥고 길어서 새삼 옛 어른들의 땀에 젖은 삼베 적삼이 눈에 선합니다. 나무 그늘처럼 시원한 읽을거리가 되도록 힘쓰겠습니다.

**곽충원** : 나는 항상 우리 독자 입장에 서서 글을 쓰겠습니다.

**민남호** : 삶의 희노애락을 담아 함박웃음도 짓고 애환의 씁쓸함을 두루 나누어 최소화 하려는 제작진 분들의 참된 열정을 접하며 조금이나마 협력 할 수 있는 일원이 된 것을 보람으로 느낍니다.

**서택준** : '웃음'으로 무더운 여름 시원하게 보내세요.~\*

**김권식** : 이제까지 살아오신 지혜와 인내로 소중한 건강 잘 지켜 100세 시대 함께 하시기를 기원 드립니다.

## 찾아오시는 길



## 셔틀버스 안내

- 운행시간 08:15~17:15 (매시간 15분에 운행 - 12시 15분 제외)

