

계간 소식지

2018. 1 | Vol. 40

# Smile 웃음

당신의 미소가 희망입니다.



대한불교조계종사회복지재단 신록사  
여주시노인복지관



사진설명 : GKL 사회공헌재단과 함께 만나는 UNESCO 세계문화유산탐방 (11.25~11.26)



- 04 신년인사
- 06 미리 보는 2018년 주요사업
- 08 UNESCO 세계문화유산 탐방
- 09 복지관 풍경
- 10 자비나눔김장축제
- 11 2017 어르신 송년발표회
- 12 '할매와 손녀들' 9988 토크쇼 시즌2 본선 진출
- 13 우수기관방문 및 가을 나들이
- 14 여주·이천·광주 도예공방 합동전시회
- 16 노인문제 예방을 위한 거버넌스의 성과와 과제 세미나
- 17 하반기 직원연수
- 18 재가노인복지센터 효(孝)잔치
- 20 주간보호센터 어르신 가을 나들이
- 21 복지관 카페청춘
- 22 칭찬합니다
- 23 복지정보
- 24 복지관 예·결산 보고
- 25 독자기고 '세월'
- 26 우리고장 보호수 소개 및 건강상식
- 27 복지관 이용안내 및 신규직원 소개
- 28 자원봉사자 현황 및 후원참여안내
- 29 후원자 소개 및 후원금 현황
- 30 사랑의 저금통 배부 현황
- 31 편집후기
- 32 복지관 약도 및 셔틀버스 안내



하반기 직원연수(11.3~4)  
전라북도 완주군 대둔산

표지 : GKL 사회공헌재단과 함께 만나는 UNESCO 세계문화유산탐방 / 사진 : 선진영 사회복지사

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



제호 웃음 제40호 | 발행일 2018년 1월 31일 | 발행처 여주시노인복지관 | 발행인 이석자 | 편집인 박은하  
주소 경기도 여주시 여흥로 160번길 27 | 전화 (031)881-0050 | 팩스 (031)881-0041 | 메일 [yjsilver@yjsilver.or.kr](mailto:yjsilver@yjsilver.or.kr)  
홈페이지 [www.yjsilver.or.kr](http://www.yjsilver.or.kr) | 디자인 남한강종합인쇄 (031)886-7353

### 웃음소식지 40호 즈음에

관장 이석자



2004년도 여주시노인복지관이 개관하고 복지관의 주요소식을 알리면서 시작된 웃음 소식지가 벌써 40호를 발행하게 되었습니다. 웃음 소식지는 해를 거듭할수록 사업이 확대되고 어르신들의 참여도가 높아짐과 동시에 자원봉사자와 후원자분들의 활동이 활발해 짐으로써 소식지의 내용도 알차게 성장할 수 있었습니다. 그동안 웃음소식지 발행을 위해 수고해 주신 실버기자단 박재명 단장님을 비롯하여 실버기자단 여러분들께 깊은 감사를 드립니다.

웃음 소식지는 어르신들에 의해서 만들어지고 있는 만큼 젊은 날의 열정이 되살아나는 여주시노인복지관 계간 소식지입니다. 독자 기고를 통해 꾸준한 내용을 채워주신 분들께도 감사드리며 복지관을 위해 늘 앞장서서 후원해 주시고 봉사해 주시는 모든 분들 감사합니다.

복지관의 효율적인 운영을 위해 도움을 주시는 운영위원 여러분, 자문위원 여러분, 학생회 임원여러분, 여울봉사단장님과 단원 여러분, 반장님들과 강사선생님들께도 감사의 말씀을 드립니다. 무엇보다도 저희 복지관을 꾸준히 이용해 주시고 계신 모든 어르신들께 깊은 감사를 드립니다.

저희 복지관의 역사와 함께 해주신 고마운 분들과 함께여서 복지관이 발전할 수 있었습니다. 여러분들 덕분에 행복하고, 여러분들 덕분에 기쁘고 즐거웠으며, 여러분들 덕분에 감사함을 알았습니다.

저희 복지관은 여러분의 학교이자 놀이터이자 일터입니다. 이 곳에서 꿈을 펼치시고 행복하고 활기찬 노후를 즐기십시오. 저를 비롯하여 전 직원들이 적극 지원하고 노력하겠습니다. 앞으로도 변함 없는 관심과 사랑을 부탁드립니다. 신뢰를 기반으로 여러분들과 행복한 지역사회를 만들기 위해 늘 최선을 다 하겠습니다.

2018년 새해아침

여주시노인복지관장 이석자 두손모음



### 어르신들의 사회참여 확대와 고령친화적인 여주시 건설



국회의원 정병국

존경하는 여주시 어르신 여러분! 안녕하십니까. 정병국 국회의원입니다.

활력이 넘치는, 세대를 넘어 모두가 행복한 이 곳 여주시노인복지관의 소식지 ‘웃음’ 신년호(40호)가 발간된 것을 진심으로 축하드립니다. 아울러 소식지 발간을 위해 노고를 아끼지 않으신 여주시노인복지관 이석자 관장님을 비롯한 관계자 여러분께 감사드리며, 여주시노인복지관의 진정한 주인이신 여주시 어르신께 진심어린 축하의 인사를 전합니다.

지난 시절 우리 어른들은 나라와 가족을 위해 많은 것들을 희생해 오셨습니다. 우리나라가 반세기 만에 세계사에 유례가 없는 경제성장과 민주주의 발전을 이룬 것은 지금까지의 헌신이 있었기에 가능했습니다.

그렇기에 우리 어르신 여러분은 무한한 긍지를 가지셔도 좋습니다. 또한 사회와 가정에서 존중받을 충분한 자격이 있습니다. 저는 우리 사회의 어른들이 그간의 헌신에 합당한 평가와 존경을 받는 나라야말로 품격 있는 국가, 진정한 선진일류 국가라고 생각합니다.

2026년이면 우리나라 인구 다섯 명 중 한명이 노인이 되는 ‘초고령 사회’가 됩니다. 이제 행복하고 건강한 노후생활은 개인과 가정은 물론 사회와 국가적으로도 매우 중요한 의미를 갖게 되었습니다. 또한 이제는 평균수명이 80세가 되면서, 노년이 되어서도 새롭게 도전하고 건강하게 사회에 기여하는 ‘인생 2모작’도 가능해 졌습니다.

우리 여주시노인복지관이 중심이 되어 여주시 어르신들이 더욱 건강한 몸과 마음으로 사회활동에 참여하고 후세대를 이끌어 주실 것을 기대합니다.

저 또한 건강과 생활 편의를 위해 질 높은 복지서비스를 제공하고, 고령친화적인 여주시를 만드는데 힘쓰겠습니다. 뿐만 아니라 어르신들의 귀중한 경험과 경륜이 활용될 수 있도록 일자리·자원봉사와 같은 사회참여 기회를 확대하는데 최선을 다하겠습니다. 여러분 모두의 가정에 건강과 행운을 기원합니다. 대단히 감사합니다.

2018년 새해아침

국회의원 정병국(여주·양평) 드림





## 미리 보는 2018년 주요사업

1월	2월	3월
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 사회교육 반장 및 이용자 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 1.25(목)</li> <li>- 대상 : 총100명(사회교육 반장 및 이용자)</li> </ul> </li> <li>▶ 여울봉사단 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 1.26(금)</li> <li>- 대상 : 22명(여울봉사단 리더 및 임원진)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 선배시민 양성교육 과정 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 2.8(목)~3.9(금)</li> <li>- 대상 : 30명(어르신)</li> </ul> </li> <li>▶ 설 명절 행사 및 1·3세대 통합프로그램 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 2.7(수)</li> <li>- 대상 : 총120명(아동20명, 어르신 100명)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 이용자 만족도 및 욕구·치매·우울조사 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 3.2(금)~3.29(목)</li> <li>- 대상 : 1,500명(이용자 어르신)</li> </ul> </li> <li>▶ 노인사회활동지원사업 발대식 및 교육 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 3.9(금)</li> <li>- 대상 : 200명(참여자 어르신)</li> </ul> </li> </ul>
4월	5월	6월
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 어르신 봄 나들이 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 4.13(금)</li> <li>- 대상 : 200명</li> </ul> </li> <li>▶ 제12회 희망여주걷기대회/어버이날 기념행사 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 4.27(금)</li> <li>- 대상 : 총1,000명(어르신, 지역주민 등)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 어버이날 무료급식 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 5.8(화)</li> <li>- 대상 : 300명</li> </ul> </li> <li>▶ 재가노인지원센터 어르신 생신잔치 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 5.17(목)</li> <li>- 대상 : 10명(재가어르신)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 여주시노인복지관 수영대회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 6.16(토)</li> <li>- 대상 : 100명</li> </ul> </li> <li>▶ 여름방학 사회복지실습지도 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 6.25(월)~7.18(수)</li> <li>- 대상 : 10명(사회복지과 학생)</li> </ul> </li> </ul>
7월	8월	9월
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 초복행사 '삼계탕으로 건강한 여름나기' <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 7.17(화)</li> <li>- 대상 : 1,000명(이용자 및 지역 어르신)</li> </ul> </li> <li>▶ 어르신 집단상담(웰다잉) <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 7.23(월)~8.13(월)</li> <li>- 대상 : 15명</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 노인사회활동지원사업 참여자 활동교육 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 8.2(목) ~ 3(금)</li> <li>- 대상 : 60명</li> </ul> </li> <li>▶ 사회교육 강사 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 8.30(목)</li> <li>- 대상 : 35명</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 외부 기관방문 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 9.6(목)</li> <li>- 대상 : 80명</li> </ul> </li> <li>▶ 지역나눔문화축제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 9.14(금)</li> <li>- 대상 : 1,500명(어르신, 지역주민 등)</li> </ul> </li> </ul>
10월	11월	12월
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 여울봉사단 보수교육 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 10.19(금)</li> <li>- 대상 : 70명</li> </ul> </li> <li>▶ 지역문제 해결방안 모색 세미나 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 10.31(수)</li> <li>- 대상 : 100명(어르신 및 유관기관 관계자 등)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 하반기 직원연수 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 11.2(금)~3(토)</li> <li>- 대상 : 52명</li> </ul> </li> <li>▶ 주간보호센터 하반기 보호자·강사 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 11.16(금)</li> <li>- 대상 : 20명(보호자, 강사, 직원)</li> </ul> </li> <li>▶ 자비나눔 김장축제 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 11.22(목)~23(금)</li> <li>- 내용 : 2,200포기 김장 및 전달</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 어르신 송년발표회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 12.1(토)</li> <li>- 대상 : 500명(이용자 및 지역주민)</li> </ul> </li> <li>▶ 동지팔죽 나눔행사 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 12.21(금)</li> <li>- 대상 : 300명</li> </ul> </li> <li>▶ 하반기 사업평가 및 직무평가 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 12.21(금)</li> <li>- 대상 : 30명(직원)</li> </ul> </li> </ul>



### 월별 진행

<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 학생회 및 여울봉사단 임원 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 매월 15일</li> <li>- 대상 : 총 8명</li> <li>- 내용 : 복지관 운영관련 의견 교류</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 평생교육 프로그램 반장 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 매월 마지막 주 금요일</li> <li>- 대상 : 총 31명</li> <li>- 내용 : 사회교육 프로그램 관련 의견교류</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 여울봉사단 리더 간담회 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 매월 셋째주 금요일</li> <li>- 대상 : 총 18명</li> <li>- 내용 : 봉사단 운영관련 의견교류</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 해솔후원회 정기모임 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 일자 : 매월 21일</li> <li>- 대상 : 총 40명</li> <li>- 내용 : 복지관 후원관련 논의 등</li> </ul> </li> </ul>
---	---	---	---

※ 상기 일정은 복지관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.





## Let's Go - 세계유산 잠정목록편

### GKL 사회공헌재단과 함께 만나는 UNESCO 세계문화유산탐방

복지관에서는 지난 11월 25일(토)~26일(일) 이용자 어르신 15명과 초등학생 14명이 경북 영주에 부석사와 소수서원·선비촌 등을 탐방하였습니다. 이번 프로그램은 단절되기 쉬운 어르신과 아동들이 1:1로 연계되어 유네스코에 등재된 한국의 세계문화유산에 대한 교육과 체험을 통하여 우리문화의 우수성을 인식하고 문화 향유의 기회 제공으로 세대 간 소통과 교류를 통하여 세대 간 정서적 치유를 돕고자 기획하였습니다.

부석사는 신라 문무왕 16년 의상대사가 창건한 화엄종의 수(首) 사찰로 천왕문을 오르며 안양루 아래를 지나 무량수전까지 108개의 돌계단을 거쳐 배흘림기둥으로 유명한 무량수전과 그 앞에 국보 제 17호인 통일신라시대의 유물과 부석사의 뜻에 대하여 자세히 관찰할 수 있었습니다. 우리나라 최초의 사액서원인 소수서원은 사적 제55호로 지정되어 선비의 고장을 지칭하는 영주에서 가장 의미 있는 장소입니다. 서원은 공인된 교육기관으로, 지방 사림(士林)들의 정치·사회 활동에 중심 역할을 하는 곳이라는 의미도 있습니다. 일정 중 세계문화유산 골든벨 시간에는 문화유산에 관한 내용을 어르신과 아동이 2인1조가 되어 정답을 함께 맞추며 복습하는 시간을 가졌습니다. 2일차에는 마을의 3면이 물에 둘러싸여 있는 대표적인 물돌이 마을인 무섬마을을 탐방하였습니다. 해설사의 설명을 통해 무섬마을의 유래와 현재에 이르기까지의 과정과 생활상을 엿볼 수 있었습니다. 특히 350여 년 간 마을과 마을을 연결시켜준 외나무다리를 건너보면서 과거에 생활하던 사람들의 이동 경로를 직접 체험 해 볼 수 있는 재미있는 시간을 가졌습니다.

프로그램에 참여한 한 어르신은 '세계문화유산을 아동들과 함께 짝을 이루어 탐방하면서 비록 세대는 다르지만 우리 문화유산에 대한 소중함을 함께 알아갈 수 있었던 뜻깊은 시간이었다.'고 전했고, 한 아동은 '어르신과 함께 이야기하고 손을 잡고 걸으며 다닐 수 있어 좋았고, 스쳐 지나갈 수 있었던 문화재를 유심히 살피고 더욱 아껴야겠다.'며 소감을 전했습니다.

복지관에서는 앞으로도 세대 간 격차를 줄일 수 있는 사업을 지속적으로 진행하여 세대통합과 지역 통합을 통하여 함께 성장하는 공동체를 이룰 수 있도록 노력하겠습니다.

글 : 이혜미 주임 / 사진 : 선진영 사회복지사

## 2017년 10월 - 12월



여주우체국 후원금 전달 및 배식봉사(10/16)



제14회 KT&G복지재단 전국 어르신 탁구대회 참여 (10/26) SK핸드볼경기장



노인단기 직무특강 -건물위생관리사 교육과정 (11/2~11/16) 복지관 2층 강당



세종인문동아리 명성황후 기념관 문화탐방(11/16)



자비나눔 김장축제 (11/23~11/24) 복지관 주차장



GKL사회공헌재단과 함께 만나는 UNESCO 세계문화유산탐방 Let's Go! 세계문화유산잠정목록편 (11/25~11/26) 부석사 · 소수서원



## 2017년 10월 - 12월



문화적 욕구해소를 위한 노인문화예술지원사업  
'신바람 난 청춘' (11/29) 전쟁기념관 외



바리스타 2기 졸업식 및 3기 개강식(11/30)



2017 어르신 송년발표회(12/2) 세종국악당



여주, 이천, 광주 합동 도자전시회(12/21~28)  
남한산성아트홀



실내수영장 성탄행사 '물 만난 산타' (12/22)



성인문해교육지원사업 명품세종대학 졸업식(12/22)





### 따뜻한 손길의 맛있는 김장담그기

#### 자비나눔김장축제

겨울이 왔음을 실감케 하던 지난 11월 23일~24일 복지관 앞마당에서 김장행사를 진행하였습니다. 올해도 따뜻한 도움의 손길은 여전했습니다. 여주프리미엄아울렛과 이마트여주점의 후원과 봉사 활동이 있었고, 그 외 많은 분들이 무, 배추, 파 등의 부재료를 후원해 주셨습니다. 그리고 대한적십자 여주협의회 한가람봉사단 등을 포함하여 150여 명의 자원봉사자들의 도움이 있었습니다. 이날 배추 2,200여 포기를 정성껏 담가 재가 어르신 280명에게 소중히 전달해 드렸습니다.

올해는 특히 오금동 노인회장님의 도움으로 복지관에서 배추를 직접 심고 수확하였습니다. 회장님께서 배추를 심을 수 있도록 밭도 빌려주시고, 배추가 맛있게 잘 자랄 수 있도록 정성껏 관리 해주셨습니다.

풍성하게 김장을 할 수 있도록 도움을 주신 모든 후원자 분들과 자원봉사자 분들께 감사 또 감사를 드리고, 우리 어르신들 올 겨울에도 좀 더 따뜻하고 건강하게 지내시기를 바랍니다.

글 : 문수연 영양사

사진 : 이혜미 주임





### 활기찬 어르신들의 감동 있는 무대

#### 2017 어르신 송년발표회

지난 12월 2일(토) ‘2017 어르신 송년발표회’가 지역단체장과 유관기관 관계자, 사회교육 프로그램 강사와 복지관 이용자, 지역주민 500여명이 참석한 가운데 세종국악당에서 성대히 개최되었습니다.

1부에는 라인댄스 동아리 ‘당신멋져’팀이 식전공연으로 화려한 막을 올렸으며, 공식행사와 시상식으로 진행되었습니다. 시상식에서는 노인복지발전 공로자로 여주시장 표창과 국회의원 표창 등 총 19명이 수상하여 행사의 의미를 더했습니다. 그리고 2017 지역나눔문화축제 수익금으로 홀몸 어르신의 따뜻한 겨울을 위하여 보온 조끼 160개와 셔츠 38개를 전달하여 훈훈함을 더했습니다.

2부에서는 단전호흡, 밸리댄스, 합창 등 19개의 프로그램에 대한 어르신들의 송년발표와, 축하공연으로 직원댄스, 향토가수 진경아의 공연이 이어졌으며, 행사장 로비에는 복지관 활동사진과 성인 문해교육 어르신 시화작품, 주간보호 어르신들의 공예작품을 전시하여 보는 즐거움을 더하였습니다.

2017년에도 어르신들이 여가 활동을 통하여 배우고 익힌 실력을 발표하는 자리를 통하여 교육의 효과와 활기찬 노년 문화의 축제의 장을 마련하여 매우 뜻 깊고, 복지관에서는 앞으로도 어르신들이 자기계발을 통하여 자아실현 기회 제공으로 지역사회에 중심 역할을 할 수 있도록 더욱 노력하겠습니다.

글 : 이혜미 주임

사진 : 민남호 기자



## 9988 토토크쇼 시즌2 본선에서 끼 토토크! 재능 토토크!

### 여주시노인복지관 ‘할매와 손녀들 댄스팀’

복지관 실버인력뱅크팀 노인자원봉사 ‘할매와 손녀들 댄스팀’은 지난 10월24일(화) 개최된 ‘9988 토토크쇼 시즌 2’ 세대통합 분야에 출전하여 장려상을 받았습니다.

‘할매와 손녀들 댄스팀’은 여주여자중학교 댄스동아리 1학년 학생들과 여주시노인복지관 당신멋져 라인댄스 동아리 단원들로 구성되어 있으며, 금년도 신규로 결성되어 꾸준한 연습과 활동을 해왔습니다.

‘할매와 손녀들 댄스팀’ 단원 여주여자중학교 한가람 학생은 ‘9988 토토크쇼를 위해 3개월간 노인 복지관에서 할머니들과 연습한 시간은 잊지 못할 추억이라며 다음에도 이러한 기회가 주어진다면 주저하지 말고 참여하고 싶다’고 소감을 전했습니다.

한편, 여주시노인복지관 라인댄스 동아리는 수시모집 중이며 라인댄스 동아리 활동을 통해 노년의 활기찬 여가생활과 전문자원봉사의 기쁨을 함께 할 만60세 이상 지역의 남녀노소 누구나 참여 가능합니다.

문의 : 여주시노인복지관 실버인력뱅크팀(031-881-0050)

글/사진 : 이정임 사회복지사





## 색다른 체험과 기관견학으로 견문 넓히기

### 여주시노인복지관 어르신 우수기관방문 및 가을 나들이

복지관에서는 지난 11월 15일 지역노인의 사회참여 활성화를 위하여 노인사회활동지원사업, 노인자원봉사, 사회교육참여자를 모시고 가평군노인복지관과 근처에 있는 청춘뮤지엄, 스위스 마을을 다녀왔습니다. 청춘뮤지엄은 옛날 학창시절의 정겨운 교실의 모습과 투박한 철도길 등을 그대로 재현하여 어르신들이 어린시절의 추억을 떠올릴 수 있게 하였습니다. 그리고 스위스 마을은 이국적인 건축양식과 아기자기한 소품들이 마치 스위스의 작은 마을을 방문한 듯 한 착각이 들게 하였습니다.

가평군노인복지관에서는 기관소개와 견학이 진행되었고, 이날 참여하신 어르신들은 ‘가평군노인복지관의 어르신들이 매달 성금을 모아 소외계층을 위한 나눔활동을 실천하는 모습에 큰 감명을 받았다.’며 소감을 전하셨습니다.

앞으로도 복지관에서는 모범적인 우수기관 방문을 통해 견문을 넓히고 지역 간 네트워크 형성과 다양한 프로그램을 지속적으로 지원 할 예정입니다.

글 : 최예진 사회복지사

사진 : 민남호 기자, 이혜미 주임

## 복지관 소식 - 실버인력뱅크팀



### ‘이야기를, 생활을, 향기를 담(담)다.’

#### 여주 · 이천 · 광주 흙토람 도예공방 합동전시회 개최

복지관에서는 어르신들의 건강하고 활기찬 노후생활을 위하여 근로능력이 있는 어르신들에게 적합한 사회참여활동을 위하여 여주·이천·광주 노인복지관이 협력하여 각 시별로 흙토람 도예공방을 운영하고 있습니다. 3개시에 각각 위치하고 있는 흙토람 도예공방은 꽃할배 행복도시 프로젝트 도예학교에서 1년 여간 전문교육을 받은 어르신들이 공방 운영에 직접 참여하고 있습니다.

지난 12월 21일부터 28일 까지는 어르신들의 실력을 선보이기 위한 합동전시회가 광주시남한 산성아트홀 갤러리에서 진행되었습니다. 이번 전시회는 흙토람 도예공방 어르신들의 도자작품 300여 점이 전시되어 행사장을 찾은 방문객들의 큰 호응을 받았습니다. 여주는 찻잔 세트의 다양한 작품을 선보였는데, 차를 나누며 담소를 나누자는 뜻으로 ‘이야기를 담다’, 이천은 아기자기한 생활 자기로 ‘생활을 담다’, 광주는 화분작품으로 화분에 심겨질 꽃과 식물들을 의미하는 ‘향기를 담다’라는 주제였습니다. 전시회에서는 전시된 작품의 판매가 이루어져 참여 어르신들의 노력이 빛을 발하였습니다. 또한 치매 예방마크가 부착된 작품의 수익금 일부는 치매환자 지원을 위하여 사용될 예정입니다.

글 : 최용선 전담인력

사진 : 서택준 기자





## 전시회를 마치며...

1년 전 그날 우리는 무언가를 얻으려고 여주시노인복지관에 모여 시작을 했을 때의 설렘을 잊을 수 없고 1년이 지난 오늘 우리는 흙으로 이런 생명이 있는 작품으로 전시회를 열어 우리의 눈을 즐겁게 마음을 정화시키는 것에 감사하지 않을 수 없습니다. 보잘 것 없는 장소에 우리가 만든 화병 하나 놓으면 고풍스럽게 바뀌고 평범한 만남의 시간이 우리가 만든 찻잔에 담아내면 고귀한 만남의 시간으로 되어 버리는 것처럼 흙의 오묘한 변화는 우리의 생활을, 문화를, 내 자신을 바꿔 놓은 것입니다

전시장을 들어설 때 어느 전시장에서 보지 못했던 우리의 대형 사진들, 비록 주름이 보이는 얼굴이긴 하지만 그들의 얼굴에선 진지함과 열정이 우리의 미래가 보이고 있었습니다. 그 자리를 홍보하기 위한 많은 자료들, 하나하나 뜻이 담긴 작품들, 그것을 준비하고 가르치고 관리해준 선생님들, 그들의 수고에 감사하지 않을 수 없었습니다. 작품을 보고자 찾아 주시는 사람들에게 어르신들이 1년 동안 배워 만든 작품이라고 설명을 하니 여러 젊은이들이 훌륭하다며 진심어린 칭찬을 할 때 기분이 좋지 않은 사람이 어디 있겠습니까! 1년 후 어떤 솜씨로 얼마큼 발전된 솜씨로 이런 자리에서 만나게 될지 나도 그날을 기대해 보며 전시회 마지막 날 당번의 시간을 끝내고 집으로 돌아갑니다.

글 : 이학운(휴토람 여주도예공방 참여자)

## 휴토람 파이팅~!!

1년 전 ‘휴토람 회원’ 개개인은 나름대로의 정보를 통해 여주시노인복지관에서 꽃할배행복도시 프로젝트사업에 참여하게 되어 기뻐합니다. 가을의 문턱에 선 우리에게 삶 의미를 부여하지 않으면 천박해 질 수 밖에 없는 삶에서 흙을 빚으며, 아름다운 열매와 비옥한 시간을 가꾸어 갈 수 있도록 노인에게 관심과 배려에 시 관계자 분들께 깊은 감사를 드립니다.

‘휴토람’ 꿈과 여건과 의미와 소통을 위해 여주, 이천, 광주 3개시가 합동으로 그간 연마한 작품을 오롯이 선보이며 서로의 전시품을 감상하면서 앞으로의 희망과 가능성을 본 것 같아 기쁨이 충만했으며 전시회를 진행하기까지 애쓰신 이상규 강사님 그리고 유진영 강사님, 최용선 사회복지사에게 그간의 노고에 감사드립니다.

앞으로 1년 후 어려움을 극복하고 난 후의 작품들을 상상해보면서 각자의 설렘과 기대에 부응하는 여유로운 삶의 질을 ‘휴토람’을 통해 충만하게 얻게 되기를 소원해 봅니다.

2018년 새로운 도약 ‘휴토람’ 파이팅!

글 : 송대섭(휴토람 여주도예공방 참여자)



### 여주시 거버넌스 조직 활용을 통한 지역사회문제연구 및 프로그램모델제시 '노인문제 예방을 위한 거버넌스의 성과와 과제' 세미나

지난 11월 10일(금), 복지관 2층 강당에서는 '노인 문제 예방을 위한 거버넌스<sup>1)</sup>의 성과와 과제'라는 주제로 세미나가 진행되었습니다. 이날 세미나에는 시장님, 의회의장 및 의원, 여주 내 사회복지시설 종사자와 지역 어르신 등 노인문제에 관심 있는 분들 150여명이 참여하였고, 여주시 거버넌스 활용을 통한 지역사회문제연구 및 프로그램모델제시에 대한 논의가 있었습니다.

세미나는 기조강연과 주제발표 4개로 구성되었는데, 기조강연을 맡은 경기도립노인전문여주병원 배명훈 과장은 '여주지역 노인의 치매·우울의 현황'에 대해 발표하며 노인복지의 정책과 향후 추진 내용까지 정리하고, 우울과 치매를 예방할 수 있는 활동으로 꾸러진 내용까지 전달해주었습니다. 이어진 주제 발표로 여주시노인복지관 박은하 부장의 '여주시 노인의 치매 및 우울 조사', 여주대학교 간호학과 김정숙 교수의 '인지행동치료가 노인 우울에 미치는 영향', 여주시노인복지관 안진희 상담사의 '통합교육 프로그램이 인지기능에 미치는 영향', 여주시보건소 김대순 팀장의 '노인문제 예방을 위한 여주시의 역할과 방향'이라는 내용으로 진행되었습니다.

세미나를 통해 1년 동안 거버넌스의 활동내용은 물론, 여주시 노인의 우울 및 치매 실태·집단프로그램 진행 내용 및 효과·거버넌스의 향후 활동 방향까지 모두 살펴볼 수 있는 뜻깊은 시간이었습니다.

거버넌스는 2017년의 활동을 토대로 차기년에도 여주시 노인 문제 조사 및 예방·관리 등을 위한 다양한 활동을 펼칠 예정이며, 노인의 문제를 단순히 개인이나 그 가족의 문제가 아니라 지역사회 측면에서 접근해야 할 중대한 문제임을 인식하여 지역사회 차원에서 노인의 삶의 질을 높일 수 있는 방안을 마련하고자 합니다.

글 : 안진희 사회복지사 / 사진 : 배규민 응급관리요원

1) 정부·준정부를 비롯하여 비영리·자원봉사 등의 다양한 조직이 수행하는 활동, 즉 공공서비스의 공급체계를 구성하는 다양한 구성원 사이의 소통과 네트워크를 말합니다.





## 웃음, 소통, 짜릿함의 소중한 공동체험

### 하반기 직원연수

막바지 단풍이 한창이던 지난 11월 3일~4일, 이틀간 하반기 직원연수를 진행하였습니다. 연수 첫날은 대진노인복지센터 이동규 팀장의 진행으로 ‘우리, 그리고 가족이라는 마음으로’라는 주제로 관계형성 프로그램을 진행하였습니다. 프로그램을 통하여 직원들의 색다른 모습을 보며 많이 웃을 수 있었습니다.

점심에는 주먹밥과 국수로 배를 든든히 채운 후 국내 최장 짙라인 코스인 전라북도 완주군 대둔산으로 출발하였습니다. 완주에 도착하여 ‘차마고도 코스’로 유명한 대둔산 짙핑 창공스카이투어 패키지와 짙라인 케이블카 탑승 체험을 하였습니다. 대둔산 짙핑은 총연장 2,874m 거리로 5개 코스로 나뉘어져 있고 마지막 코스인 차마고도 코스는 길이가 1,377m로 순간 최고속도가 시속 110km를 넘습니다. 평소 각종 업무로 지친 직원들은 두려운 모험이 아닌 매력적인 레저 활동으로 생활의 활력을 찾고 스트레스도 말끔하게 해소하는 소중한 시간이 되었습니다. 그리고 팀별 토론 활동, 산책길 트레킹 등 직원들이 한 자리에 모여 단합하고 자유롭게 소통하며 의견을 나눌 수 있는 의미있는 시간이 되었습니다.

연수에 참여한 직원들은 ‘첫 연수가 너무 즐거웠고, 사진을 보면 그때의 즐거운 느낌과 모든 경험이 다시 한 번 생각나 행복하다,’ ‘고소공포증이 있어서 짙라인을 탈 수 있을까 걱정을 많이 했는데 막상 체험을 하니 스릴있고 재미있었다. 마음이 너무 뿌듯하고, 연수 안 왔으면 후회 할 뻔 했다.’는 소감을 남겼습니다.

글/사진 : 김주선 사회복지사



### ‘어르신~, 건강하시고 만수무강 하세요~’

#### 여주시재가노인복지센터 ‘사랑을 전하는 효(孝)잔치’

재가노인지원서비스사업에서는 지난 10월18일(수) 더컨벤션웨딩홀에서 재가어르신 80명을 모시고 ‘사랑을 전하는 효(孝)잔치’를 진행하였습니다.

이번 효(孝)잔치는 그동안 사회발전을 위하여 중추적인 역할을 하신 어르신들의 노고에 위로와 감사의 마음을 전하고, 경로효친 의식을 높이고자 마련되었습니다. 아울러 칠순, 팔순, 구순을 맞은 여섯 분의 어르신을 축하해드리는 자리이기도 했습니다.

이날 행사는 여주시노인복지관 여울봉사단의 라인댄스, 경기민요, 실버악단의 축하공연, 수연잔치, 오찬 등으로 진행되어 많은 어르신들이 함께 축하하고 즐기는 자리가 되었습니다.

많은 어르신들께서 자녀들 뒷바라지하고, 생업에 종사하시느라 여가와 문화생활을 누리지 못하셨습니다. 이에 센터에서는 어르신들이 건강하고 활기찬 노후를 보내실 수 있도록 최선을 다 하고, 어르신들의 건강하고 즐거운 생활을 위해 더욱 노력하겠습니다.

글/사진 : 이지형 사회복지사



## 복지관 소식 - 재가노인지원사업



경기도재가노인복지협회 한마음워크숍 참여  
(10/19~20) 안성 레이크힐스리조트



어르신 가을나들이  
(10/30) 청풍문화재단지



자비나눔김장축제 김치 전달  
(11/24)



지역나눔문화축제 수익금 조끼 · 셔츠전달  
(12/2) 세종국악당



어르신 치과진료 지원  
(12/5) 백세치과



재가노인지원서비스사업평가회  
(12/6)



주거환경개선  
(12/9) 산북면 주여리



여주우체국 행복나눔 소원물품전달  
(12/11)





## 가을햇살 한 자락, 내 마음도 두둥실

### 주간보호센터 어르신 가을 나들이

파란 가을 하늘이 유난히 높아 보이던 지난 10월 19일(목) 주간보호센터 어르신들은 양평민물고기 생태학습관으로 나들이를 다녀오셨습니다. 주간보호 프로그램 강사님 두 분이 자원봉사자로 함께 동행 하여 어르신들이 좀 더 편하게 다녀오실 수 있었습니다. 나들이 장소에 도착하여 조금 이른 점심으로 따끈한 만두전골로 배를 채우고, 여유롭게 관람하셨습니다. 학습관 1층 수족관에서는 24년이 넘는 대형메기와, 반짝이는 은빛을 뽐내며 물속을 헤엄치는 은어들, 우리나라 생태종인 철갑상어를 볼 수 있었습니다. 그리고 갖가지 갑각류들의 알록달록 작고 예쁜 모습을 보며 색다른 재미를 느끼셨습니다. 2층에서는 모형 낚시도 하시고, 포토존에서 사진촬영도 하고 물고기 모양 프로타주<sup>1)</sup> 체험 활동도 하셨습니다. 그리고 학습관 야외 생태공원 정자에 앉아 가을 햇살과 바람을 느끼며 나들이 기분을 만끽하셨습니다. 돌아오시는 길에서 황금빛 들판을 배경으로 흐드러지게 핀 코스모스를 보시며 ‘오랜만에 콧바람 쐬고 참말 좋구나~’하고 말씀하셨습니다. 길지 않은 시간이었지만, 높아진 가을 하늘만큼 우리 어르신 마음도 한껏 높아진 기분이었습니다.

여주시노인복지관 부설 주간보호센터에서는 어르신들의 인지능력향상, 사회적응력향상, 건강증진 및 기능회복 사업 등을 통하여 어르신들의 안정적인 노후생활을 지원하고 있습니다. 노인장기요양 등급을 받으신 어르신이면 누구나 이용 할 수 있습니다. 문의 031)881-0050

글 : 윤효숙 사회복지사 / 사진 : 최상미 자원봉사자

1) 거친 면이 있는 물체에 종이를 대고, 색연필 등으로 문질러 무늬나 그림을 만들어 내는 미술 기법





## 즐거움 가득한 카페청춘으로 놀러오세요~

### 여주시노인복지관 카페청춘 운영

복지관에서는 가남로타리클럽의 지원으로 복지관 1층에 카페청춘을 개소하여 운영하고 있습니다. 그리고 5월 29일 부터는 여주관내 어르신들을 대상으로 바리스타 교육을 진행 하고 있는데, 총 3기를 모집하여 1기와 2기를 33명을 배출 하였고, 현재 3기 어르신들 17명이 교육 중에 있습니다. 카페 청춘은 바리스타 자격증을 취득하신 1기와 2기 어르신들의 자원봉사로 운영되고 있는데, 고급스런 커피의 맛과 향이 복지관을 찾은 이들에게 또 다른 즐거움을 주고 있습니다.

카페청춘에서는 커피뿐만 아니라 자몽차, 유자차, 대추차, 허브차 등을 함께 판매하고 있어 여러 종류의 차를 다양하게 맛 볼 수 있습니다. 그리고 시중가 보다 훨씬 저렴한 가격으로 판매하고 있어 언제든지 부담 없이 즐길 수 있습니다.

그윽한 커피향에 감동하고, 만남과 이야기로 더 큰 감동을 하는 여주시노인복지관 카페청춘으로 놀러오세요.

글 : 윤효숙 사회복지사

사진 : 서택준 기자, 윤효숙 사회복지사

## 복지관 소식 - 칭찬합니다.

### 존경하는 사랑님께

한 해를 사랑에 열정을 다하시고 애민의  
정신을 쏟으시는 사랑님의 건강과 가정의  
행복을 기원합니다.

저희 북북은 4면전 다각로 개조하여 좋은 근로에  
좋은 이웃과 교제하며 지내는 70대 북북입니다.

저희가 사랑님께 편지를 보내는 것은  
여러시 노인 복지관과 직원들의 헌신에 감사하여  
정신을 나누고자 합니다.

북북은 프로그램에 참여하며 고산 출산을 하는데  
보통 직원들이 본분에 충실하고 시니어들을 북북처럼  
환영하고 친절하게 성겨주는데 그중에도  
여러분은 아니 사랑의 천사라고 표현해준 지인님이  
있다는 사실입니다.

언제나 생동하고 친절하며 행복주는 다정다감에  
행복 번식했고 중년이 활짝만 전차로 만복까지  
신경을 쓰는 자매들입니다.

모든 광복자들이 새천년대의 애민정신을 모듬이 되실때  
사랑님의 사랑의 사랑에 노 시민이 감사하고 칭찬하는  
문제가 금방이라도 일어날 수 있습니다.

정신건강은 <미리형> <이복래> 자매입니다.  
승려 봉사자들에게 큰 격려로 한 해를 보람 있게  
마무리하고 북북에 감사나 풍성한 새해를 축하합니다.  
그날이 올때까지. 축복드리며  
2017. 12. 22



그동안 안녕 하십니까?  
나름의 부족하고 미약한  
우려들을 위하여 항상  
수고해 주시고 베풀어  
사랑해 주시는 여주시  
노인 복지관 여러 분  
들께 진심으로 감사의  
드림니다.  
지금 이시간에도 차운  
여름에 정말을 풀고  
다시 오는 새해...  
맞이하여 그동안 하고  
싶은 모든 일들을...  
민자행동 하시기를  
바라오며. 언제나 지혜  
롭게. 건강. 하세요 안녕!!

### < 칭찬합니다 >

수업을 다닌지 20여년을 원합니다.  
시간이지만

수업장에서 선생하시는 분들께 감사의  
드립니다. 그중에서도

힘들어도 내색 없이 자만, 열심히 하는  
유니 수업장 내리북 칭찬담당하는  
회장 이하원님께 깊은 감사를 드립니다

여러것 이롭게 깨닫기 칭찬하는분은,  
아마 없을것입니다.

2018년 새해맞이하여 그분께 진심으로  
감사인사를 드립니다

복지관에서든 널리 동참해주시기 바랍니다



## 복지 정보 - '2018년부터 이렇게 달라집니다.'



### 의료비 본인부담상한액 대폭 인하

- 소득분위 하위계층의 연간 본인부담상한액 80만원~150만원 까지 낮아져 건강보험 혜택 강화

변경 전			변경 후		
1분위	2~3분위	4~5분위	1분위	2~3분위	4~5분위
122만원	153만원	205만원	80만원	100만원	150만

※ 본인부담상한제 : 예기치 못한 질병 등으로 발생한 막대한 의료비 부담을 덜어주기 위해 1년간 건강보험 본인부담금이 개인별 상한금액을 초과하는 경우 초과금액을 국민건강보험공단이 가입자에게 돌려주는 제도



### 기초생활보장 생계급여 확대

- 생계급여 수급자 선정기준 확대 (최저보장수준도 수급자 선정기준과 동일하게 인상)

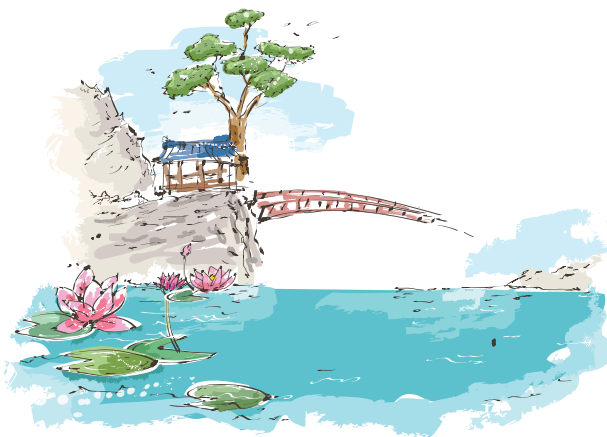
변경 전		변경 후	
4인 가구 기준 소득 인정액	약 134만원 이하인 경우 생계급여 수령	4인 가구 기준 소득 인정액	135만 6천원 이하인 경우 생계급여 수령



### 여주시정 소식

#### 신륵사 관광지 출렁다리 (인도교) 설치

여주시에서는 신륵사 관광지와 금은모래 유원지를 잇는 출렁다리(인도교)를 설치합니다.



총사업비 : 약 일백억원

사업기간 : 2018년 1월~2019년 12월

사 업 량 : 길이(L)480m, 너비(B)2.5m

남한강을 사이에 두고 있는 신륵사와 금은모래유원지를 출렁다리로 연결하여, 신륵사 지역(신륵사, 여주박물관, 여성회관, 여주도서관)과 금은모래유원지 지역(캠핑장, 썬밸리호텔, 여주폰박물관)을 아우르는 관광 집약지로 육성할 계획입니다.

## 여주시노인복지관 2018년 예산 보고

(단위 : 원)

### 여주시노인복지관 총괄

세입	계	보조금	사업수입	법인 전입금	후원금	전년도 이월금	잡수입
계	3,277,389,300	2,361,160,000	602,687,300	42,750,000	95,300,000	173,237,000	2,255,000
복지관	3,025,066,000	2,220,004,000	544,662,000	42,750,000	90,000,000	125,500,000	2,150,000
주간보호센터	125,003,300	21,156,000	58,025,300	0	0	45,732,000	90,000
재가노인복지센터	127,320,000	120,000,000	0	0	5,300,000	2,005,000	15,000

세출	계	인건비	사업비	업무 추진비	운영비	재산조성비	기타
계	3,277,389,300	958,268,060	1,877,749,000	16,140,000	278,713,240	130,699,000	15,820,000
복지관	3,025,066,000	842,789,860	1,779,951,000	15,500,000	256,426,140	129,399,000	1,000,000
주간보호센터	125,003,300	63,506,880	30,236,000	360,000	14,800,420	1,300,000	14,800,000
재가노인복지센터	127,320,000	51,971,320	67,562,000	280,000	7,486,680	0	20,000

## 여주시노인복지관 2017년도 결산 보고

(단위 : 원)

### 여주시노인복지관 총괄

세입	계	보조금	사업수입	법인 전입금	후원금	전년도 이월금	잡수입
계	3,377,658,529	2,366,060,520	616,732,455	42,750,000	198,509,323	153,278,646	327,585
복지관	3,120,657,776	2,227,251,490	569,294,915	42,750,000	182,589,703	98,487,963	283,705
주간보호센터	116,782,436	17,630,000	47,437,540	0	0	51,675,576	39,320
재가노인복지센터	140,218,317	121,179,030	0	0	15,919,620	3,115,107	4,560

세출	계	인건비	사업비	업무 추진비	운영비	시설비	잡지출	예비비 및 반환금	차년도 이월금
계	3,377,658,529	919,803,622	1,833,772,831	10,686,750	218,946,938	123,127,720	325,090	1,578,697	269,416,881
복지관	3,120,657,776	818,701,161	1,744,908,681	10,425,750	204,178,170	123,127,720	325,090	415,118	218,576,086
주간보호센터	116,782,436	56,573,950	6,882,840	80,000	7,514,230	0	0	0	45,731,416
재가노인복지센터	140,218,317	44,528,511	81,981,310	181,000	7,254,538	0	0	1,163,579	5,109,379

## 여주시노인복지관 2018년도 세입 · 세출 예산보고

(단위 : 원)

세입				세출			
구분	2017년 예산	2018년 예산	증감	구분	2017년 예산	2018년 예산	증감
사업수입	542,970,000	544,662,000	1,692,000	사무비	1,129,826,590	1,114,716,000	△15,110,590
보조금수입	2,235,009,200	2,220,004,000	△15,005,200	재산조성비	193,580,000	129,399,000	△64,181,000
후원금수입	175,000,000	90,000,000	△85,000,000	사업비	1,770,319,410	1,779,951,000	9,631,590
전입금	42,750,000	42,750,000	0	잡지출	500,000	500,000	0
이월금	98,495,323	125,500,000	27,004,677	예비비	500,000	500,000	0
잡수입	2,101,477	2,150,000	48,523	반환금	1,600,000	0	△1,600,000
합계	3,096,326,000	3,025,066,000	△71,260,000	합계	3,096,326,000	3,025,066,000	△71,260,000



세월

김휘무

가랴거든 오지나 말고  
오랴거든 가지나 말 것을  
뉘 라서 너를 반기고  
또 싫어 하길래  
바람결에 실어 살며시 왔다가  
머물다 가는 구름처럼 살포시 떠나 가는냐!

이름 없는 꽃잎처럼 태어나  
청춘을 불사른지 어제인데  
어느새 하이얀 고깔  
머리에 이고  
황혼의 끝자락에 멈추었구나

이제 와서 지난날 세어본들 무삼하며  
가슴속에 담아둔 날들  
그 또한 얼마던가!!!  
익어 가는 인생이라지만  
남은세월 지는 꽃잎 같구나 !!  
아~ 세월아 너는 언제 쉬어 가려느냐?  
언제 쉬어 쉬어 가려느냐!!



## 우리고장 소개



수 종	은행나무
소재지	여주시 점동면 덕평리
지정번호	여주 - 11
지정일자	1982. 10. 15.
수 령	약 150년
나무높이	30m
나무둘레	3.5m

## 건강상식

### 겨울철 건강관리, 음식이 보약!

농가에서는 겨울철에 땅을 기름지게 가꾸어 놓아야 다음해 많은 수확이 있듯이 우리 인체도 겨울철에 충분한 영양공급으로 양기를 보하고 적당한 운동으로 질병을 예방하며 신체를 튼튼하게 하여야 땀 흘리는 무더운 계절을 건강한 모습으로 지낼 수 있다. 나이가 많아질수록 인체기능이 퇴화되고 저항능력이 부족하여 면역력이 약해져 자칫 질병으로 본인은 물론 가족들 까지도 엄청난 고생을 시키는 우울한 나날을 보내는 불행을 겪게 되므로 늦가을부터 초봄까지의 기간이 건강관리에 매우 중요한 계절이다. 일상생활에서는 역시 음식섭취가 건강을 좌우하는 가장 큰 관심거리가 된다.

짠맛보다 쓴맛의 음식이 심장과 신장에 도움을 주며 육류 중에는 양, 염소, 개, 오리, 거위 등이 좋고 견과류인 호두, 밤, 땅콩, 잣, 아몬드 등과 쌀, 찹쌀, 고구마, 무, 옥수수, 밀, 콩 등의 곡물 그리고 장어, 연어, 잉어, 갈치, 새우, 굴 등의 어패류를 많이 섭취하고 틈틈이 귤, 유자, 파인애플, 바나나, 용과 등의 과일을 충분히 섭취하면서 적당한 운동을 반복하여 원기를 왕성하게 하고 면역체계의 활발한 활동으로 질병을 퇴치하는 건강한 생활을 습관화하는 것이 무더운 계절을 대비한 최상의 건강 대책이 된다.

## 생활의 지혜

### 식초로 청소하기

- 스테인리스제의 세면대나 싱크대는 소금과 식초로 닦으면 깨끗하다.
- 겨우 내 더러워진 유리창은 식초로 닦은 다음 물로 닦아내면 깨끗해진다.
- 세탁기를 청소할 때 물을 가득 채운 후 한 컵 분량의 식초를 넣고 돌리면 살균표백 효과를 내어 깨끗해진다.
- 배수관이 막혔을 때는 탄산수소나트륨과 식초를 부어 두면 뚫린다.
- 곰팡이가 생긴 곳에 식초를 묻힌 스펀지로 문지르면 살균효과로 곰팡이 균이 없어진다.





## 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

## 자원봉사자 모집합니다

- 분야 : 밑반찬 현장배달(독거어르신)
- 대상 : 자가차량으로 활동 가능한 여주시민
- 시간 : 주1회(화요일 또는 금요일, 09:30~11:00)
- 장소 : 능서면, 대신면, 시내권(여흥동, 중앙동) 중 선택
- 비고 : 자원봉사자 1명당 6~10가구에  
밑반찬 전달, 2인 1조 활동 가능  
문의) 031-881-0050(재가복지팀)

## 축하합니다

- 2017년도 장기요양기관 우수종사자 유미순 표창 (2017.11.16)
- 하반기 직무평가 최우수직원 총무팀 변은미 사무원, 우수직원 시설팀 변원섭 주임 (2017.12.29)

## 신규직원 소개



**최예진**  
사회복지사 / 실버인력뱅크팀

안녕하세요.  
어르신들 적성에 맞는  
자원봉사활동을 지원하고  
다양한 사회참여를 하실 수  
있도록 열심히 돕겠습니다.  
감사합니다^^



**정현숙**  
전담인력 / 실버인력뱅크팀  
노인사회활동지원사업

안녕하세요.  
노인사회활동지원사업  
전담인력 정현숙입니다.  
항상 친절하고 어르신들  
마음이 편한 복지관이 되도록  
노력하겠습니다. 고맙습니다.



**이순덕**  
사무원 / 사회체육팀

반갑습니다.  
여주시민 모두가 건강하고  
행복한 삶을 누릴 수 있도록,  
항상 친절하고 기분 좋은  
수령장이 되도록  
노력하겠습니다.



**신별**  
사무원 / 문화복지팀

안녕하세요.  
문화복지팀 사무원  
신별입니다. 반짝이는  
별빛처럼 항상 웃는 얼굴로  
어르신들에게  
다가가겠습니다.

## 자원봉사자 현황 (2017년 4/4분기)



### 개인 자원봉사

간광복 고교숙 구본민 권정숙 길희찬 김남희 김대연 김명옥 김미월 김민자 김민지 김병선  
 김봉자 김소희 김송엽 김순분 김순자 김승민 김시연 김아영 김연화 김영숙 김영은 김영일  
 김용경 김인환 김정례 김종숙 김좌진 김지선 김태우 김한나 김현구 김혜진 김희무 남기옥  
 노정숙 류양호 류춘자 마성환 문정은 문흥래 민경빈 박동균 박병진 박서영 박성근 박숙진  
 박연자 박영애 박진숙 박하은 백정현 변가영 서미란 서인혜 서준혁 손영희 손진영 송선이  
 심다연 심영순 안귀자 안복란 양윤아 엄예린 엄지연 원소연 위예빈 유효정 윤갑희 윤여광  
 윤은혜 이금옥 이금자 이도순 이상목 이순자 이영애 이유빈 이재훈 이정애 이정희 이주희  
 이준희 이지화 이현진 이해란 이호준 이호해 임유라 임규봉 임동순 임영석 장동혁 정고은  
 정명숙 정성훈 정아란 정은채 정지은 조한기 최연옥 최정희 최희정 추형숙 하은숙 함옥자  
 허설림 현정민 홍은경 황금숙 황성애 황정호

### 자원봉사 단체

(주)신세계인터넷네셔널, 대한민국재향군인회여주시회, 수원지방검찰청여주시청, 수원지방법원여주시원,  
 여주준법지원센터, 해솔후원회, (사)소비자교육여주시지회, 여주경찰서, 여주시공무원부인회, 한가람 봉사단

### 밀반찬 자원봉사자

구본민, 김계수, 김송엽, 박병진, 송춘근, 한강통합물관리센터(여주)

### 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

간점례, 강성희, 강은전, 강정옥, 강태순, 경문희, 경창호, 고은실, 권영길, 권용기, 권은정, 길경숙, 김경래, 김경옥, 김대광, 김대숙, 김덕현, 김민자, 김민주, 김민화, 김보람, 김봉례, 김봉자, 김수분, 김순례, 김순희, 김영경, 김영숙, 김영애, 김영자, 김영진, 김예지, 김옥순, 김용숙, 김용희, 김은예, 김정구, 김정득, 김정한, 김중만, 김좌진, 김학배, 김학윤, 김현숙, 김호중, 남기옥, 노명숙, 노준철, 문수연, 문 희, 민덕호, 박경란, 박부옥, 박예자, 박윤재, 박은하, 박정미자, 박정연, 박진식, 박태순, 박해섭, 백인현, 변기순, 변정희, 서석순, 서순자, 성현숙, 송금자, 송춘근, 신규승, 신명수, 신명숙, 신명순, 신종득, 신청강, 안숙자, 안현자, 양영자, 엄정민, 연승용, 오세창, 오우순, 오은진, 원훈재, 유인호, 윤은정, 윤효숙, 이광수, 이도은, 이동근, 이명화, 이병란, 이복래, 이순예, 이애영, 이유경, 이종순, 이종주, 이주애, 이종수, 이철제, 이충호, 이현숙, 이현희, 이회원, 장영희, 전계자, 전제일, 정미호, 정성훈, 정옥희, 정의철, 정희민, 조복순, 조순분, 조철희, 조춘실, 주영숙, 주옥희, 최덕훈, 최영복, 최월녀, 최재순, 최재영, 최창식, 최홍숙, 하영숙, 허 용, 허윤옥, 홍봉기, 홍지영, 황광성, 황귀선, 황규원, 황재남, 황정호

### 2. 단체 후원

(주)신세계사이언어주점 가남로타리클럽 가람환경 경기도사회복지공동모금회 경기복지재단 경기재가노인협회 국민건강보험공단여주지사 당신멋저라인댄스동아리 대한불교조계종사회복지재단 더컨벤션웨딩홀 독일지멘스보청기 러브피플 보라미여주봉사회 보령약국 북성산농원 사회복지공동모금회 산청군청 삼창축량 신세계푸드 여주기초푸드뱅크 여주새마을금고 여주세종병원 여주시무한돌봄 여주시보건소 여주시소방서 여주신용협동조합 여주우체국 여흥동사무소 여흥한의원 연꽃어린이집 연우회 오케이마트 오피스알파 이마트여주점 파워자동차 한국노인종합복지관협회 한국재가노인복지협회 해피빈 형제유통 호성엘리베이터 희망식당

### 3. 해솔후원회

강정옥, 길경숙, 김경옥, 김대숙, 김명선, 김봉례, 김영자, 김옥강, 김은예, 김민주, 김필녀, 김현숙, 김현자, 박예자, 배순례, 성현숙, 송금자, 신연정, 신현숙, 심영순, 안숙자, 엄정민, 유인호, 황귀선, 이보라, 이순원, 이순준, 이영옥, 이용남, 이홍순, 장랑순, 주영숙, 하영숙, 장수연, 고재희, 김정숙, 김미희, 장영희

### 후원금 현황 2017년 (12.31까지)

		후원금 수입	후원금 지출	
			자 산 취 득 비	
내역	지정 후원금	133,532,560	복 리 후 생 사 업 비	31,218,580
			사 회 문 화 사 업 비	1,470,000
			사 회 교 육 사 업 비	16,873,910
			재 가 복 지 사 업 비	6,000,000
	비지정 후원금	49,057,143	자 원 봉 사 자 관 리 사 업 비	11,933,200
			에 너 지 효 율 사 업 비	365,990
			사 회 체 육 사 업 비	3,958,560
			평 생 교 육 학 습 관 사 업 비	160,690
	전년도 이월금	25,541,852	문 화 예 술 지 원 사 업 비	16,900,000
			우 율 자 살 예 방 사 업 비	3,000,000
			경 로 당 문 화 지 원 사 업 비	33,000,000
			반 려 동 물 돌 보 미 사 업 비	25,000,000
	기타 잡수입	30,090	지 역 복 지 사 업 비	2,000,000
			인 건 비	8,358,990
			운 영 비	5,078,730
			잔 액	32,020
합계		208,161,645	계	42,810,975
				208,161,645

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

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



## 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** : 무술년 새해를 맞아 ‘웃음’이 불혹의 나이를 맞이하였습니다. 더욱 열심히 노력하여 날로 더욱 발전하기를 다짐해 봅니다.

**조두현** : 불혹의 나이가 된 ‘웃음’ 지의 끊임없는 건승을 바랍니다.

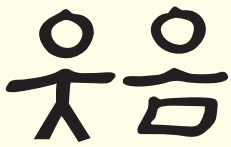
**곽충원** : 계간 소식지 40호를 맞아 앞으로 더욱더 발전되길 희망합니다.

**민남호** : ‘실버기자단’이 2013년 9월 23일 여주시 승격과 함께 ‘웃음’ 소식지 23호로 출간하여 이번에 40호를 꾸미면서 많은 발전이 있으나 아직 부족 한 점을 바로잡아 무술년 새해를 맞이하여 더욱더 노력하겠습니다.

**서택준** : 노풍당당 여러 회원님들께 행복한 웃음과 사랑스런 모습을 예쁘게 담도록 더욱 노력하겠습니다.

**김권식** : 무술년 새해에는 앞마당에 소복이 쌓인 눈처럼 여러분의 건강과 행복이 소복이 쌓이기를 응원합니다.

**송찬호** : 올해도 어르신들의 건승을 기원하며, 자원봉사의 사회참여가 늘어나시길 바랍니다.



젊은 날의 열정이 되살아나는  
여주시노인복지관 계간 소식지

## 찾아오시는 길



## 셔틀버스 안내

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



대한불교조계종사회복지재단 신록사  
**여주시노인복지관**

[12629] 경기도 여주시 여흥로 160번길 27  
복지관(031)881-0050 팩스(031)881-0041  
수영장(031)881-0052 도예공방 휴토람 070-4488-1130  
[www.yjsilver.or.kr](http://www.yjsilver.or.kr)