

계간 소식지

2019.1 | Vol. 44

Smile 웃음

당신의 미소가 희망입니다.



대한불교조계종사회복지재단
여주시노인복지관

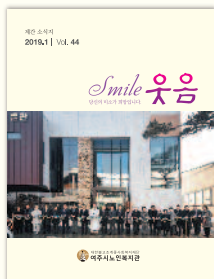


사진 설명 : 2019 설맞이 행복나눔 한마당

- 04 인사말씀
- 05 미리보는 복지관
- 06 사진으로 보는 복지관
- 08 지역나눔문화축제
- 09 자비나눔김장축제
- 10 어르신 송년발표회
- 11 성인문해교육 '이 버스 우리집 가나?'
- 12 9988톡톡쇼 행복시니어합창단 대상수상
- 13 하반기 직원연수
- 14 어르신즐거움터사업 '싱글벙글 신바람 난 웃음대학'
- 15 겨울철 든든한 건강지킴이 '아쿠아로빅'
- 17 노인상담 - 마음찜질방
- 18 재가노인지원센터 - 가을나들이
- 20 복지관 예·결산
- 22 생활의 지혜 및 건강상식
- 23 복지관 이용안내 및 직원현황
- 24 자원봉사자 현황
- 25 후원자 현황
- 26 사랑의 저금통 배부 현황
- 27 체험수기 공모 및 우리고장 보호수 소개
- 28 복지관 약도 및 셔틀운행 안내



2018년 하반기 직원연수(11.3)
여주 황학산수목원



표지 : 여주시노인복지관 별관 개관식 / 사진 : 서택준 기자

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



관장 이석자

날마다 건강하고 행복하십시오



2018년 한 해 동안 여주시노인복지관에 보내주신 관심과 성원에 깊은 감사를 드립니다.

작년에 시작된 공사가 마무리 되어 여주시노인복지관 별관이 완공되었기에 2월부터는 새롭고 좋은 환경에서 평생교육에 참여하실 수 있게 되었습니다.

복지관 별관 증축공사와 더불어 주변의 공공기관의 공사가 동시에 시작되면서 주차공간 부족으로 많은 불편을 감수해야만 했던 복지관 이용 어르신들께 죄송한 마음과 감사한 마음이 매우 컸습니다.

지금까지 저희 복지관은 어르신과 소통하는 복지관, 직원과 소통하는 복지관, 지역사회와 소통하는 복지관이라는 비전으로 이용자 간담회, 반장간담회, 리더간담회, 임원간담회, 강사간담회, 후원회 및 자원봉사자 활동, 어르신 나들이, 어버이날 행사 및 희망여주 걷기, 삼계탕나눔행사, 지역나눔문화축제, 김장나눔행사 등을 통해 서로 소통하고자 꾸준히 노력해 왔습니다.

2019년에는 건강체조와 서각 등 2개의 새로운 프로그램이 신설되어 조기에 등록마감이 되었고 13개 과목에서 정원초과로 수많은 대기자가 발생하는 등 유래 없는 사태가 발생하였지만 기관의 입장에서 보면 기쁘지 않을 수 없습니다. 별관 교육실을 이용할 수 있는 2월에는 정원을 조정하여 프로그램을 이용하시는데 있어서 조금이나마 불편함을 해소하고자 합니다.

어느 때보다도 뜻깊은 한 해를 보냈으며 앞으로의 힘찬 도약을 준비하는 귀중한 시간을 보냈습니다. 2019년 새해에는 다시 뛰는 여주시노인복지관이 되겠습니다. 그래서 서로 신뢰받고 신뢰하는 복지관으로 거듭 나겠습니다.

새해에도 변함없는 관심과 사랑을 부탁드립니다. 날마다 건강하고 행복한 한 해 되시기 바랍니다.

2019년 1월

여주시노인복지관장 이석자 드림

미리 보는 2019년 주요사업

1월	2월	3월
<ul style="list-style-type: none"> ▶ 평생교육프로그램 1분기 접수 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 1.2(수)~1.11(금) - 대상 : 총1,200명 ▶ 별관 개관기념 및 설맞이 행사 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 1.28(월) - 대상 : 총500명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 정월대보름 부럼 제공행사 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 2.19(화) - 대상 : 총300명 ▶ 지신밟기 한마당 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 2.26(화) - 대상 : 총400명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 이용자 만족도 및 욕구·치매·우울조사 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 3.1(금)~3.29(금) - 대상 : 총1,500명 ▶ 아이클레이 자격증반 운영 <ul style="list-style-type: none"> - 일자 : 3.7(목)~4.26(금) - 대상 : 총20명
4월	5월	6월
<ul style="list-style-type: none"> ▶ 어르신 나들이 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 4.2(화)~4.5(금) - 대상 : 총30명 ▶ 노인사회활동지원사업 활동교육 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 4.12(금) - 대상 : 총50명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 제13회 희망여주걷기대회 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 5.9(목) - 대상 : 총1,000명 ▶ 여울봉사단 전문보수교육 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 5.30(목) - 대상 : 총30명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 여주시노인복지관 수명대회 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 6.15(토) - 대상 : 총100명 ▶ 상반기 직원연수 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 6.22(토) - 대상 : 총60명
7월	8월	9월
<ul style="list-style-type: none"> ▶ 평생교육 경로당 강사평가 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 7.8(월)~7.19(금) - 대상 : 총40명 ▶ 건강행기기 프로젝트 II 삼계탕으로 건강한 여름나기 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 7.12(금) - 대상 : 총1,000명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 경로당·여울봉사단 임원 리더십역량강화 교육 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 8.1(목) - 대상 : 총150명 ▶ 선배시민 양성교육과정 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 8.8(목)~9.26(목) - 대상 : 총30명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 추석맞이 행사 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 9.10(화) - 대상 : 총500명 ▶ 선도사업 꽃할배 프로젝트 합동전시회 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 9.26(목)~10.18(금) - 대상 : 총1,000명
10월	11월	12월
<ul style="list-style-type: none"> ▶ 지역나눔문화축제 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 10.8(화) - 대상 : 총1,000명 ▶ 지역문제 해결방안 모색 세미나 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 10.31(목) - 대상 : 총500명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 하반기 직원연수 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 11.2(토) - 대상 : 총60명 ▶ 하반기 소방안전 및 응급상황 예방교육 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 11.19(화) - 대상 : 총200명 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 하반기 직무평가 및 사업평가 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 12.20(금) - 대상 : 총30명 ▶ 동지팔죽 나눔행사 <ul style="list-style-type: none"> - 일시 : 12.20(금) - 대상 : 총400명

월별 진행

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

※ 상기 일정은 복지관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.



2018년 10월 - 12월



2018 노인사회활동지원사업 참여자 가을나들이
정동진바다부채길 외(10/2)



제20회 김제지평선축제 전국 실버장기자랑 경연대회
라인댄스 마라우 동아리 최우수상 수상(10/8~9)



2018 지역나눔문화축제
신륵사관광단지야외무대 (10/11)



여주복지관 산악회
경남 창녕군 화왕산(10/14)



2018년 여강고등학교 연계 자원봉사활동 노인체험
(10/19)



휴토람 이천 · 여주 · 광주 합동도자전시회
이천아트홀 (10/25~11/2)

2018년 10월 - 12월



2018년 노인사회활동지원사업 종결평가회
에스컨벤션웨딩(11/15)



2018 자비나눔김장축제 (11/22~23)



2018 성민문해교육지원사업 '명품세종대학' 수료식
(11/29)



2018 여주시노인복지관 어르신 송년발표회
세종국악당 (12/1)



2018년 자원봉사자·후원자 감사행사
더컨벤션웨딩 (12/1)



인지지원 2차 시범사업 '황금빛 내인생'
(10/5~12/21)



‘어르신과 지역주민이 함께 즐기는 화합의 장’

2018 지역나눔문화축제

가을햇살이 우리를 반기던 지난 10월11일 ‘2018 지역나눔문화축제’를 신륵사관광지 야외 공연장에서 1,500여명의 지역주민이 참여한 가운데 성황리에 진행하였습니다.

이날 행사에서 복지관 아람공연단 어르신들의 흥겨운 공연과, 지역주민의 장기자랑 등으로 행사장의 분위기를 한껏 돋우었습니다. 또한 푸짐한 먹거리와 알뜰바자회, 어린이장터, 체험부스 등으로 행사장을 찾은 지역주민과 어르신들이 즐거운 시간을 보낼 수 있었다는 후문입니다.

특히 이번 행사에 한국전력공사 여주시사에서 100만원을 기탁하여 나눔의 의미를 되새길 수 있었고, 그 밖에 여주교도소 사랑봉사단, 국민건강보험공단여주시사, NH농협은행여주시지부 등의 많은 기관과 단체에서 후원과 봉사로 참여하여 훈훈함을 더했습니다.

이석자 관장님은 ‘어르신들과 지역주민들이 함께 즐기시길 바라고, 이번 행사를 위하여 따뜻한 마음으로 도움을 주신 후원자와 자원봉사자 분들에게 깊은 감사를 드린다.’고 전하였습니다. 한편 이번 행사의 수익금은 지역 내 재가어르신들이 따뜻한 겨울을 나실 수 있도록 소중히 사용 될 예정입니다.

글: 윤효숙 사회복지사 / 사진: 서택준 기자



홀몸어르신들의 든든한 겨울준비

2018 자비나눔 김장축제

복지관에서는 지난 11월 22일~23일 이틀간, 복지관 앞마당에서 (주)신세계사이먼 여주프리미엄 아울렛과 E마트 여주점 후원으로 지역 내 홀몸어르신들을 위한 ‘2018 자비나눔 김장축제’를 열었습니다.

이번 행사에는 여주프리미엄아울렛 직원들과 E마트여주점, 자유총연맹, 여주시재향군인회, 공무원부인회, 여주시사회복무요원 봉사팀 등 자원봉사단체와 복지관 직원 등 160여명이 참여한 가운데 홀몸어르신 250가구에 전달할 김치와 일 년 동안 경로식당에서 급식할 김치 2,100포기를 담가서 재가대상자 240가구에 전달하여 재가어르신의 겨울철 든든한 양식을 제공하였습니다.

글 : 문수연 영양사

사진 : 윤효숙 사회복지사 / 선진영 사회복지사



2018 어르신 송년발표회

‘노인복지발전 공로자 표창 등 소통과 어울림의 장 마련’

차가운 바람이 두 뺨을 스치던 지난 12월 1일(토) 여주 세종국악당에서 내빈들과 평생교육 프로그램 강사, 복지관 이용자, 지역 주민 500여명이 참석한 가운데 어르신 송년발표회를 진행하였습니다.

1부에서는 문화예술지원사업 ‘창작무용’팀의 식전공연으로 화려한 막을 올렸으며, 노인복지발전 공로자 및 복지관 활성화를 위해 공헌한 프로그램 강사, 자원봉사자, 후원자 등에 대한 표창장 시상이 진행되었습니다. 또한 2018년 지역나눔 문화축제 수익금으로 홀몸 어르신의 따뜻한 겨울 나기를 위한 600만원 상당의 패딩 조끼 전달식을 가져 훈훈함을 더했습니다.

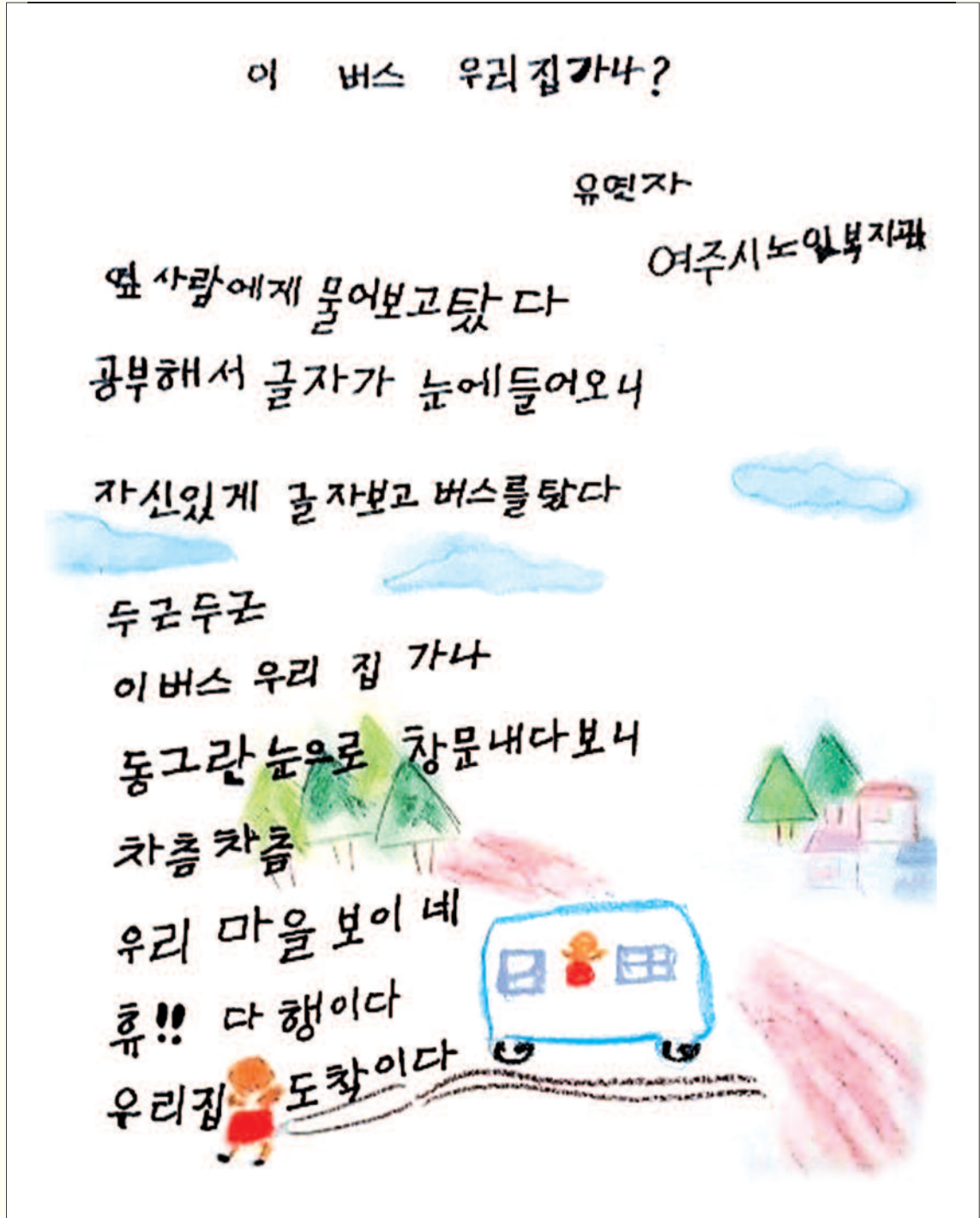
2부에서는 사물놀이, 라인댄스, 요가 등 18개의 프로그램에 대한 어르신들이 한 해 동안 평생교육 프로그램에서 배운 내용에 대한 솜씨발표와 축하공연으로 라인댄스 동아리인 ‘마라우’, 직원댄스, 향토가수 진경아의 공연이 이어졌으며, 행사장 로비에는 복지관 활동사진과 성인문해교육 어르신들의 시화작품 등을 전시하여 행사장을 찾은 이들의 눈길을 끌었습니다.

2017년에 이어 주말에 실시된 이번 송년발표회는 이용자뿐만 아니라 솜씨발표자의 가족 및 지역 주민들이 참석하여 세대통합을 위한 상호 이해와 공감, 소통 등의 행사로 자리매김 할 수 있는 시간이 되었습니다.

2019년에도 복지관에서는 보다 알차고 즐거운 프로그램을 제공하여 지역 어르신들 모두가 행복한 노년을 보낼 수 있도록 적극 노력하겠습니다.

글 : 이혜미 주임 / 사진 : 서택준 기자

복지관에서는 매년 성인문해교육을 진행하고 있습니다. 참여 어르신들의 시화 작품이 우리에게 잔잔한 감동을 주며 숙연한 마음이 들게 합니다. 지난해에는 유연자 어르신들의 '이 버스 우리집 가나?' 라는 작품이 국가평생교육진흥원장상을 수상하였습니다.





행복시니어합창단 대상수상

9988톡톡쇼 2018 경기도 어르신 동아리 경연대회

지난 10월 4일 경기도 문화의 전당에서 진행되는 ‘2018년 9988 톡톡쇼’에 참가하여 여울봉사단 행복시니어 합창단이 전체 대상을 수상하는 영예를 안았습니다.

9988 톡톡쇼는 ‘99세까지 88하게 문화예술을 즐긴다’를 모토로 하는 어르신 동아리 경연대회입니다. 참가자격은 60세 이상으로 구성된 5인 이상 동아리로 이날 본선에 20개 팀이 참여해 노래, 기악, 춤, 세대통합분야 등 4개 분야별로 경연을 펼쳤습니다.

이날 참여한 행복시니어 합창단 김화연 리더는 “9988 톡톡쇼 대회를 위해 그동안 열심히 연습해 온 보람이 있어서 너무 행복하다”라고 소감을 밝혔습니다.

실버인력뱅크팀에서는 노인의 활발한 사회참여를 목적으로 여주시에 거주하는 만 60세이상 어르신을 대상으로 노인자원봉사에 대해 전문적인 상담 및 교육, 활동지원을 제공하고 있습니다.

글 : 이정임 사회복지사

사진 : 경기복지재단 제공



‘가을...그리고 힐링’

2018년 하반기 직원연수

막바지로 달려가는 가을, 여주시노인복지관에서는 40여명의 직원이 참여한 가운데 ‘하반기 직원 연수’를 실시하였습니다. 이번 연수에서는 여주시노인복지관 실버기자단 사진기자로 활동하고 있는 서택준 강사님의 진행으로 사진 이론교육과 실습교육이 이루어졌으며 직원들이 평소 업무 외에도 일상에서 실질적으로 필요한 내용으로 이루어져 공감대를 이끌 수 있는 시간이 되었습니다.

황학산 수목원에서는 야외 실습과 동시에 무작위 조추첨을 통해 ‘가을 그리고 힐링’이라는 주제로 배운 내용을 활용하여 조별 사진 콘테스트를 진행하였으며 1위 팀에는 청춘 카페 커피 쿠폰 1인 10매가 증정되었습니다.

이 외에도 직원들이 1만원 상당의 선물을 각자 준비하여 당일 제비뽑기 진행으로 선물을 교환하는 ‘나는 당신의 마니또입니다’ 이벤트와 행운권 추첨 등으로 직원들이 한 자리에 모여 서로 격려와 응원을 통한 정서적 지지를 해주는 의미 있는 시간이 되었습니다.

글 : 김주선 사회복지사

사진 : 서택준 기자, 직원들



‘활기찬 노후 힘찬 도약’

어르신즐김터사업 ‘싱글벙글 신바람 난 웃음대학’

지난 12월 12일(수) 어르신 즐김터사업 싱글벙글 신바람 난 웃음대학 총40명과 함께 겨울 나들이를 다녀왔습니다. 이날 겨울나들이는 서울 롯데타워에 있는 스카이전망대관람과 롯데시네마 영화 국가부도 관람을 하였습니다. 겨울 나들이에 참여한 어르신들은 ‘이렇게 높는데 올라와서 보니 자동차, 건물들이 모형같이 보인다.’, ‘좋은 구경, 좋은 장소로 데리고 와서 너무 감사하다.’라는 소감을 말씀해주셨고, 모두들 풍경을 보며 옛날 회상을 하며 시간 가는 줄 모르게 구경을 하였습니다.

이장님 : ‘부녀회장, 저기서 가지고 싶은 건물 말해봐 내가 생각해볼게!’

부녀회장님 : ‘나는 여기 밑에 있는 롯데월드가 괜찮을 것 같네’

이장님 : ‘에이 적어도 저기 저 종합운동장이 낫지’

현재 경로당활성화사업에서는 15개 경로당에 요가, 단전호흡, 노래교실, 건강체조, 미술프로그램, 치매예방프로그램 등을 지원하여 어르신들의 삶의 질 향상에 기여하고 어르신 스스로 자생력을 강화하여 건전하고 유익한 생활공간으로 거듭나고자 합니다.

글 /사진 : 선진영 사회복지사

‘추운 겨울을 이겨내는 든든한 건강 지킴이~’

아쿠아로빅하러 오세요~~

찬바람으로 더욱 움츠러드는 겨울입니다. 영하의 추운 날씨지만 우리 복지관 실내수영장 만큼은 후끈한 열기로 가득 차 있습니다. 바로 신나는 음악에 맞추어 열심히 운동 중인 아쿠아로빅반 입니다. 언제나 열정 가득한 수업을 지도하고 계시는 조영희강사님을 만나보았습니다.



조영희 강사님

질문 : 아쿠아로빅 운동을 간단히 설명 해 주세요.

강사 : 아쿠아로빅은 물에서 하는 에어로빅입니다. 근육의 긴장과 이완, 운동의 즐거움, 체력향상 및 건강유지를 위한 레크리에이션과 다양한 수중운동 프로그램이 포함되어 있고 심폐컨디셔닝, 근육 컨디셔닝, 관절의 유연성과 체력의 전반적인 신체 기능증진에 이로운 운동입니다.

질문 : 아쿠아로빅을 시작하게 된 계기는 어떻게 되나요?

강사 : 수년간 에어로빅을 하던 중 아쿠아로빅 선생님의 권유로 자격증을 취득하여 강사로 활동하고 있습니다.

질문 : 여주시노인복지관에서는 언제부터 수업을 하셨나요? 수업 하면서 힘든 점이나 보람되는 점은 어떻게 있나요?

강사 : 여주시노인복지관에서는 2017년 1월부터 아쿠아로빅 수업이 새롭게 개설되어 지금까지 강사로 활동하고 있습니다. 회원분들이 하루하루 다르게 체력이 좋아지는게 보여, 우리반 어머님들 볼 때마다 수업 할 때마다 보람을 느낍니다. 아쿠아로빅 하러 오셔서 표정들도 정말 밝으시고 좋아하시는 모습이 저에게는 큰 에너지입니다.

질문 : 앞으로의 계획이나 포부를 말씀해 주세요.

강사 : 지역 특성상 계절에 따른 회원분들이 쉬시는 계절이 있어, 정월 미달 일 때도 있지만, 여주 지역에 여주시노인복지관 아쿠아로빅을 점차 알려서 대기자가 많이 생기는 그날 까지 더욱 더 열정적으로 지도하겠습니다.



강사님의 열정적인 수업만큼이나 환하게 웃는 얼굴이 더욱 기분 좋게 하는 만남이었습니다. 앞으로의 모습이 더욱 기대됩니다.

취재 : 윤효숙 사회복지사 / 사진 : 박진찬 주임

칭찬합니다~!!



본인은 가이가 저를들어 처음에는
섬려를 했는데 한 2년간 하고보니
몸이 유연하고 부드럽습니다
하고 나면 몸도 가볍고 땀까지
상쾌 합니다 기분이 좋아요
권장하고 싶은 운동에요
감사합니다
- 차준자 -

아쿠아 선생님 칭찬하고 싶습니다
본인 자신이 최선을 다하여 노력합니다
부끄럽하고 열심히 가르쳐 주어
감사드립니다
-안복희-





우울불면 집단상담프로그램 동행프로젝트 ‘마음찜질방’

노인상담센터 여주시정신건강복지센터 연계 집단프로그램 진행

‘우울’ 그리고 ‘불면’

급속한 노인인구 증가로 다양한 문제가 발생되고 있는데 그 중 노년기의 ‘우울’과 ‘불면’은 대표적인 문제로 볼 수 있습니다. 우리 어르신들에게 쉽게 나타날 수 있는 우울, 불면, 스트레스와 관련된 문제 예방을 위해 본 기관에서는 복지관을 이용하는 어르신들 중 우울, 불면, 스트레스 호소 및 노년기 정신건강에 관심이 있는 어르신들을 대상으로 노인 우울불면 예방프로그램인 ‘마음찜질방’ 프로그램을 10월 16일(화)~10월 30일(화), 매주 화요일과 목요일, 총5회기에 걸쳐 진행하였습니다.

‘마음찜질방’은 지역연계프로그램으로 여주시정신건강복지센터와 함께 진행되었으며 어르신들의 적극적인 참여로 이루어졌습니다. 프로그램의 주요 내용으로는 원예치료(테라리움 만들기, 다육이 만들기)프로그램과 푸드치료(내 얼굴 표현하기, 나만의 케이크 만들기)프로그램, 노인우울증 교육으로 진행되었습니다.

프로그램을 진행한 강사님은 “프로그램에 참여한 어르신들이 매우 재미있어하셨고, 즐거워하는 어르신들과 어울릴 수 있는 좋은 기회였다”는 소감을 전달하였습니다. 또한 프로그램에 참여한 어르신께서는 “복지관에서 이런 좋은 프로그램을 진행해줘서 고맙다”, “우울한 기분이 사라진 것 같고 프로그램 하는 날만 기다리며 지냈다.”며 이야기해주었으며, 프로그램이 끝난 후에는 “많이 아쉽다. 내년에도 이런 프로그램이 계속 진행되었으면 한다.”라고 말씀하셨습니다.

이와 더불어 내년에도 여주시정신건강복지센터와 연계하여 우울집단상담프로그램을 진행하여 우울과 불면, 스트레스로 힘들어하고 계시는 어르신들께 다양한 치료프로그램과 집단상담, 우울증 교육 등을 진행할 예정입니다. 앞으로도 많은 어르신들의 관심과 참여 부탁드립니다.

글 / 사진 : 조예진 상담사



‘잘 먹고 잘 보고 재미있었어~’

재가노인지원서비스사업 재가머르신 나들이

재가노인지원사업에서는 지난 11월14일 재가머르신 35명을 모시고 안산대부도 일대로 가을 나들이를 다녀왔습니다.

이번 나들이는 버스로 산북을 경유하여 나들이 장소로 이동 산북에 사는 머르신들도 함께 나들이에 동참할 수 있었으며, 가을의 끝자락에 여주의 끝자락 멋진 산북의 풍경을 많은 머르신들께 보여드릴 수 있었습니다. 또한 거동이 불편한 머르신들을 위해 이동거리가 짧은 코스로 계획하여 오래 걷기 힘든 머르신들도 함께 하여 즐거운 나들이가 되었습니다.

화창한 늦가을 뜨끈한 바지락칼국수와 영양밥 그리고 해물파전으로 푸짐한 점심식사를 맛있게 하고 손에 땀을 쥐게 하는 아찔하고 화려한 동춘서커스 공연을 보고 여주로 돌아오는 머르신들의 표정이 즐거워보였습니다.

젊어서 보았던 서커스가 생각난다며 “잘 먹고 잘 보고 재미있었다.”는 말들을 해주셨습니다.

옆에 앉은 짝꿍에게 건강하게 다음에 또 만나자며 다음을 기약하는 90세와 92세 머르신 “내년에도 좋은 곳으로 모시고 갈테니 건강만 하세요~~.”라며 인사를 전했습니다.

글 : 이지형 사회복지사

사진 : 이복래 사무원

복지관 소식 - 재가노인지원서비스사업



6차 외식지원사업 (10/18)



4분기 재가노인지원협의회의 (11/29)



여주라이온스클럽 난방유2가구지원 총50만원 (11/9)



자비나눔김장축제 80가구 지원 (11/23)



주거환경개선사업 (12.3~12.7)



민관협력 미소드림 생신잔치 (12/6)

2018년도 여주시노인복지관 결산보고

여주시노인복지관 총괄

(단위 : 원)

세입	합계	보조금	사업수입	법인전입금	후원금	전년도이월금	잡수입
합계	3,678,470,131	2,509,816,730	758,715,516	42,750,000	97,460,193	269,359,056	368,636
복지관	3,427,587,351	2,379,076,730	699,836,146	42,750,000	86,979,753	218,576,086	368,63600
주간보호센터	115,297,546	10,740,000	58,879,370	0	0	45,678,176	0
재가노인복지센터	135,585,234	120,000,000	0	0	10,480,440	5,104,794	0

세출	합계	인건비	사업비	업무 추진비	운영비	시설비	잡지출	예비비및반환금	차년도이월금
합계	3,678,470,131	955,336,080	2,011,060,530	10,849,450	243,170,310	79,271,090	1,276,450	0	377,506,221
복지관	3,427,587,351	840,517,140	1,934,688,670	10,062,450	229,189,490	78,721,090	1,276,450	0	333,132,061
주간보호센터	115,297,546	61,514,740	7,556,110	411,000	7,498,420	0	0	0	38,317,276
재가노인복지센터	135,585,234	53,304,200	68,815,750	376,000	6,482,400	550,000	0	0	6,056,884

여주시노인복지관

(단위 : 원)

세입				세출			
구분	예산액	집행액	비율(%)	구분	예산액	집행액	비율(%)
사업수입	641,356,000	699,836,146	109.1	사무비	1,117,940,000	1,079,769,080	96.6
보조금수입	2,410,631,000	2,379,076,730	98.7	재산조성비	149,739,000	78,721,090	52.6
전입금	42,750,000	42,750,000	100	사업비	2,124,421,000	1,934,688,670	91.1
후원금수입	80,000,000	86,979,753	108.7	잡지출	1,500,000	1,276,450	85.1
이월금	218,576,086	218,576,086	100	예비비	500,000	0	0
잡수입	786,914	368,63	46.9	반환금	0	0	0
합계	3,394,100,000	3,427,587,351	101.0	차기이월금	0	333,132,061	0
				합계	3,394,100,000	3,427,587,351	101.0

재가노인복지센터(재가노인지원사업)

(단위 : 원)

세입				세출			
구분	예산액	집행액	비율(%)	구분	예산액	집행액	비율(%)
보조금	120,000,000	120,000,000	100	사무비	60,793,620	60,162,600	99.0
후원금	8,650,000	10,480,440	121.2	재산조성비	550,000	550,000	100
잡수입	41,210	0	0	사업비	68,836,380	68,815,750	100.0
이월금	1,508,790	5,104,794	338.3	잡지출	20,000	0	0
합계	130,200,000	135,585,234	104.1	차기이월금	0	6,056,884	0
				합계	130,200,000	135,585,234	104.1

2018년도 여주시노인복지관 후원금 수입 및 사용 보고

여주시노인복지관

(단위 : 원)

	후원금 수입		후원금 지출	
내역	지정 후원금	41,400,000	자산취득비	850,000
			복지후생사업비	691,800
			사회문화사업비	17,996,780
	비지정 후원금	45,579,753	재가복지사업비	14,674,000
			평생교육학습관사업비	20,000,000
			세종인문동아리사업비	1,000,000
	전년도 이월금	42,810,975	치과지원사업비	8,850,000
			어르신즐거움사업비	4,000,000
			지역복지사업비	7,592,000
	기타 잡수입	-	인건비	16,050,760
			운영비	145,500
			전년도이월금(2017이자대체)	30,090
			잔액	37,909,798
합계			129,790,728	합계

후원품 수입		후원품 사용내역	
건수	현금환가액	건수	현금환가액
19,628	131,093,770	19,628	131,093,770

재가노인복지센터(재가노인지원사업)

(단위 : 원)

내역	후원금 수입		후원금 지출	
	전년도이월금	5,104,794	후원사업비	7,234,000
	지정후원금	6,372,440	수용비 및 수수료	4,350
	비지정후원금	4,108,000	특별사업비	2,290,000
			잔 액	6,056,884
합계		15,585,234	합계	15,585,234

후원품 수입		후원품 사용내역	
건수	현금환가액	건수	현금환가액
1,675	13,121,400	1,675	13,121,400

2019년도 여주시노인복지관 세입 · 세출 예산 보고

여주시노인복지관 총괄

(단위 : 천원)

세입	합계	보조금	사업수입	법인전입금	후원금	전년도이월금	감수입
합계	3,929,622	2,758,088	652,194	42,750	87,600	388,063	927
복지관	3,716,418	2,558,088	652,194	42,750	80,000	382,500	886
재가노인복지센터	213,204	200,000	0	0	7,600	5,563	41

세출	합계	인건비	사업비	업무 추진비	운영비	재산조성비	기타
합계	3,929,622	1,144,153	2,374,258	13,090	272,742	123,359	2,020
복지관	3,716,418	979,729	2,336,928	11,900	262,502	123,359	2,000
재가노인복지센터	213,204	164,424	37,330	1,190	10,240	0	20

여주시노인복지관

(단위 : 원)

세입				세출			
구분	2018년 예산	2019년 예산	증감	구분	2018년 예산	2019년 예산	증감
사업수입	641,356,000	652,194,240	10,838,240	사무비	1,117,940,000	1,254,131,150	136,191,150
보조금수입	2,410,631,000	2,558,088,190	147,457,190	재산조성비	149,739,000	123,359,000	▽26,380,000
후원금수입	80,000,000	80,000,000	0	사업비	2,124,421,000	2,336,928,280	212,507,280
전입금	42,750,000	42,750,000	0	갑지출	1,500,000	1,500,000	0
이월금	218,576,086	382,500,000	163,923,914	예비비	500,000	500,000	0
감수입	786,914	886,000	99,086	반환금			
합계	3,394,100,000	3,716,418,430	322,318,430	합계	3,394,100,000	3,716,418,430	322,318,430

재가노인복지센터(재가노인지원사업)

(단위 : 원)

세입				세출			
구분	2018년 예산	2019년 예산	증감	구분	2018년 예산	2019년 예산	증감
보조금	120,000,000	200,000,000	80,000,000	사무비	60,793,620	175,854,740	115,061,120
후원금	8,650,000	7,600,000	▽1,050,000	재산조성비	550,000	0	▽550,000
이월금	1,508,790	5,563,530	4,054,740	사업비	68,836,380	37,330,000	▽31,506,380
감수입	41,210	41,210	0	갑지출	20,000	20,000	0
합계	130,200,000	213,204,740	83,004,740	합계	130,200,000	213,204,740	83,004,740

생활의 지혜

- 보리차 맛 좋게 끓이려면

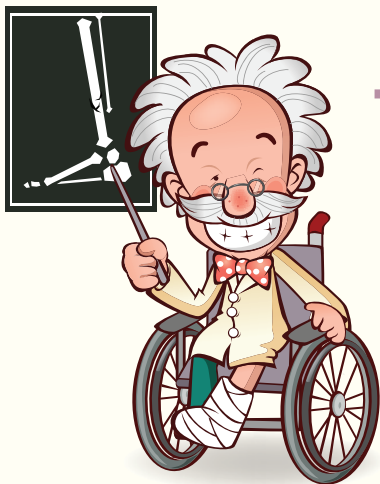
보리차를 끓일 때 소금을 티스푼의 절반 정도 넣으면 향이 더 좋고 맛도 깊어진다.

- 미세먼지 심할 때 청소는

미세먼지가 심한 날 청소 할 때는 진공청소기보다 물걸레를 쓰는 것이 좋다. 청소기는 미세먼지 입자가 필터를 통해 다시 빠져 나올 수 있기 때문이다.

- 나무도마 세균 억제

나무 도마는 한 달에 한 번 식용기름을 펴 바른 후 서늘한 곳에 말려 두면 기름막이 형성 되어 세균번식을 억제 할 수 있다.



건강상식

겨울철 고관절 골절을 조심합시다!

겨울철엔 빙판길 낙상사고로 인한 위험성이 매우 커지기 마련입니다.

특히 엉덩이 주변 고관절의 골절이 많이 발생합니다.

70세 이상의 고 연령층 노인에게서 빈번하게 발생하는 고관절 골절은 몸 전체를 움직일 수 없도록 만들고 따라서 욕창과 폐 질환, 심장질환 등으로 병세가 확산되는 경우가 많고 큰 수술

로도 완치가 어렵거나 생명을 위협하기도 합니다.

이처럼 고관절 골절로 불의의 고통을 당하지 않으려면 항상 미끄러운 빙판길을 조심하여야 하며 집안에서 활동할 때에도 건물 벽에 손닿는 자리마다 튼튼한 손잡이를 부착하여 최대한 낙상사고를 예방하고 간혹 발생하는 어지럼 증세는 가벼운 경우라도 바로바로 병원치료를 해야 합니다.

노년기 행복은 건강이 최우선임을 잊지 말고 언제나 활발하고 밝은 모습으로 건강을 유지 합시다.

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)
- 비고 : 자원봉사자 1명당 6~10 가구에 밑반찬 전달, 2인 1조 활동 가능
문의) 031-881-0050(재가복지팀)



축하합니다

- 2018년 어르신 송년발표회 감사패 박부경 사회복지사
- 2018년 경기도 어르신 문화즐김사업 유공자표창 이정임 사회복지사
- 2018년 하반기 직무평가 최우수상 조예진 상담사, 우수상 박부경 사회복지사

신입직원 소개



김화봉 수영지도강사

안녕하세요.
수영 회원분들의 건강을 책임지고
열심히 일하도록 하겠습니다.



자원봉사자 현황

개인 자원봉사 (2018년 4/4분기)

간광복 강문희 강정옥 강형빈 고교숙 고정행 고지환 구해찬 권기봉 권순용 권순혁 권영도 권영애 김경애 김경옥 김경임 김경자 김남화 김남희 김대숙 김명선 김명숙 김명옥 김미월 김민석 김민자 김민준 김복순 김봉례 김봉자 김부임 김선중 김송엽 김송이 김수분 김수정 김순녀 김순분 김순옥 김순자 김시연 김영금 김영미 김영숙 김영일 김영희 김옥순 김용경 김은예 김정례 김정애 김정자 김종선 김종숙 김좌진 김준섭 김지원 김차순 김춘자 김춘희 김태준 김태현 김태훈 김현숙 김현자 김화연 김효진 김휘무 김희숙 남기옥 남유자 노정숙 라영숙 류춘자 문흥래 민옥희 박경자 박남숙 박병진 박복선 박선우 박순자 박연자 박영애 박정근 박정순 박정희 박진일 변인숙 서경순 서채영 서택준 성현숙 성현아 송다예 송서연 송찬호 송춘근 신경옥 신난희 신미옥 신수연 신청자 신필섭 신현종 심상량 심영순 안귀자 안복란 안수연 안영훈 오봉화 오숙희 오순영 오현희 우도현 우진숙 원갑재 유계자 유성근 유승진 유연주 유영자 유은옥 유하정 윤갑희 윤덕경 윤도경 윤여민 윤옥순 윤은주 윤태균 이규정 이금순 이금자 이기홍 이다윤 이문현 이민희 이병시 이복경 이석준 이선영 이선정 이순자 이순자 이연섭 이영애 이영자 이용순 이윤정 이윤희 이인모 이인순 이재열 이재훈 이정수 이정애 이종수 이지화 이찬우 이채윤 이형균 이현미 이혜란 이혜연 이효순 이희선 임규봉 임규한 임동순 임수란 임장식 장경선 장정덕 장정숙 장종윤 전봉근 전수정 정광원 정남식 정명숙 정민정 정순천 정용일 정 윤 정은진 정인숙 조수복 조현주 진금숙 최사순 최상식 최연옥 최용진 최은자 최정희 최준수 최창섭 최행자 최현열 추형숙 하선자 하은숙 한용숙 허윤옥 홍민주 황금숙 황정호

자원봉사 단체

공무원사모회 대한민국재향군인회여주지회 대한적십자여주협의회한가람봉사단 명성로타리클럽 수원지방 검찰청여주지청 수원지방법원여주지원 여주대학교 여주준법지원센터 (사)소비자교육여주시지회 (주)신세계 인터네셔널 KT여주점 해솔후원회 신륵사신도회

밀반찬 자원봉사자

김송엽 박병진 이종수 이종현 이영환 송찬호 정남식 한강보관리단(여주)

자원봉사 참여안내

[활동내용] 경로식당(조리보조, 설거지), 반찬조리 및 차량봉사(밀반찬 지원),

기부은행 어르신 돌봄봉사, 복지관 봉사(이용안내, 환경미화) 등

[신청방법] 전화 및 내방 상담

[문의] 031. 881. 0050 (자원봉사 담당자)

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



후원자 현황

1. 개인 후원

간점례 강성희 강정옥 경문희 경창호 고광천 고은실 고은희 구량자 권웅기 권은정 길경숙 김경래 김경옥 김경옥 김길자 김대광 김대숙 김덕현 김민주 김민화 김보람 김보수 김봉례 김봉자 김순분 김연호 김영경 김영숙 김영애 김영우 김영자 김영진 김예지 김옥강 김옥순 김왜란 김용희 김은예 김정구 김정석 김학배 김학윤 김현숙 김호종 남기옥 노명숙 문병용 문수연 문 희 민덕호 박경란 박난수 박덕규 박부옥 박영렬 박예자 박윤재 박정근 박정미 박종렬 박태순 박필순 박해섭 서석순 서순자 손기원 송찬호 신규승 신명수 신명숙 신명순 안숙자 안현자 양영자 엄정민 연승용 오세창 오우순 오은진 오해용 원훈재 유명숙 유미순 유인호 윤은정 윤제현 윤효숙 이광수 이금순 이도연 이동근 이미경 이병란 이병시 이병열 이병호 이보형 이상목 이석자 이수호 이순예 이연정 이윤희 이인숙 이종순 이종주 이주애 이철재 이현숙 이현희 이희원 임정희 임현화 장덕균 장영희 전봉근 전제일 정명숙 정미호 정성훈 정옥희 정의철 정인석 정희민 조복순 조주상 조철희 조춘실 주영숙 주옥희 최덕훈 최영복 최영자 최용학 최재순 최재영 최창식 최홍숙 하영숙 허영희 허 용 허윤옥 허은정 홍봉기 홍지영 황광성 황재남 황정호

2. 단체 후원

(주)나은이엔지 (주)신세계사이먼여주점 (주)창성건설 가남로타리클럽 가람환경 경기도노인종합돌봄센터 경기도재가노인협회 국민건강보험공단여주시지 남한강종합인쇄 녹원통상 농업회사법인한돌주식회사 농협은행(주)여주시지부 늘푸른동아리 능서면사무소 대진노인복지센터 대한노인회 대한불교조계종사회복지재단 덕상원 독거노인종합지원센터 러브피플 로컬사무기 마라우동아리 마을식당 마을정미소 멀치신랑새우각시 명성로타리클럽 명품구두수선 보노 보령약국 북내농협 불타는숯불닭갈비 산너머남촌 산림조합버섯연구센터 삼창측량 서울인력 선재어린이집 소빛 신당로지스 신세계푸드 신영펌프카 신일CNP 행복시니어합창단 여일관광 여주시초푸드뱅크 여주농산 여주사랑봉사단 여주사무기 여주새마을금고 여주시노인복지관 여주시소방서 여주시청여주여흥로타리클럽 여주장애인복지관 여주정미소 여주지역자활센터 여흥동사무소 여흥동주민자치위원회 여흥한의원 연꽃어린이집 연우회 열정정보 오피스알파 원달강정 이남주자연아래버섯 주식회사두우기술 중앙동행정복지센터 지미당 청코너 파워자동차 하나TDS 한국노인종합복지관협회 한국재가노인복지협회 한국전력여주시점 한길주조양조장 해밀농장 해피빈 현대떡방앗간 형제유통 호성엘리베이터 황금코다리 희망식당

3. 해솔후원회

강정옥 김경옥 김대숙 김명선 김미희 김민주 김봉례 김영자 김옥강 김은예 김필녀 김현숙 김현자 김홍숙 박예자 배순례 성현숙 송금자 신연정 신현숙 심영순 안숙자 엄정민 오송자 유인호 이금순 이금자 이병시 이순원 이순준 이영옥 이용남 이인숙 이홍순 임현화 장량순 장수연 주영숙 최영자 하영숙

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.

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
남한강의바상 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	우리들의원 TEL. 882-2219	백약국 TEL. 886-7561
보룡약국 TEL. 886-5147	태평양약국 TEL. 886-6003	세계로약국 TEL. 886-6007	제일약국 TEL. 885-2482
오행당약국 TEL. 885-7512	오송가든 TEL. 885-5291	만다린 TEL. 885-0705	정통중화요리 서향 TEL. 881-4546
강나루토종순대국 TEL. 881-4013	고향집 TEL. 886-7776	김밥천국 주점 TEL. 885-2717	오레시피 TEL. 882-5339
금강해우촌 TEL. 882-8267	금수강산 TEL. 885-5293	몽산채돌 TEL. 886-5777	몽돌애물탕 TEL. 885-8887
민지빠다귀해장국 TEL. 881-1533	백로식당 TEL. 884-1126	배아띠·Beati TEL. 885-3320	보리소 돼지한마리&소양념살 TEL. 883-8680
여주해장국 TEL. 885-2035	불타는칼국미 TEL. 885-9626	산너머남촌 TEL. 886-1425	시골쌈밥 TEL. 883-2975
시골해장국 TEL. 885-2022	솔뚜껑 삼겹살 TEL. 886-1812	왕터민물매운탕 TEL. 885-0223	옥돌감자탕 TEL. 885-8100
이삭토스트 여주중앙점 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	몽골 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 매표소 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 이메일로 제출
4. 문 의 : 홍보담당자 (031-881-0050)

우리고장 보호수



수 종	향나무
소재지	여주시 대신면 초현리 12-15
고유번호	경기-여주-62
지정일자	1982.10.15.
수 령	약180년
나무높이	13m
나무둘레	2.8m



젊은 날의 열정이 되살아나는
여주시노인복지관 계간 소식지

찾아오시는 길



셔틀버스 안내

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



대한불교조계종사회복지재단
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
<https://www.facebook.com/yjsilver1/>