

계간 소식지

2020.2 | Vol. 48

Smile 웃음

당신의 미소가 희망입니다.



2019년 노인일자리 및 사회활동지원사업 주요활동



1·3세대 강사 파견(어린이집)



금연 홍보 및 학교폭력 예방 홍보



도서관 관리 지원활동



청춘 카페 활동



초등학교 급식도우미 활동



휴토람 도예공방 활동

Smile 웃음
당신의 미소가 희망입니다.

2020. 2 | Vol. 48 www.yjsilver.or.kr

- 04 복지관 풍경
- 06 복지관 주요일정
- 07 복지관 소식
- 09 문화체험 및 동네방네 영화상영
- 10 요가 - 건강한 삶을 위한 마음준비
- 12 재가노인지원서비스센터 소식
- 14 내 일생의 어제와 오늘
- 16 생활 정보 / 한자 상식
- 17 새로운 만남과 시작
- 18 예산·결산 / 후원금 현황
- 21 자원봉사자 현황
- 22 후원자 현황



표지 : 2019 성인문해교육 수료식

제호 웃음 제48호 | 발행일 2020년 2월 25일 | 발행처 여주시노인복지관 | 발행인 이석자 | 편집인 박은하 이봉열
주소 경기도 여주시 여흥로 160번길 27 | 전화 (031)881-0050 | 팩스 (031)881-0041 | 메일 yjsilver@yjsilver.or.kr
홈페이지 www.yjsilver.or.kr | 디자인 남한강종합인쇄 (031)886-7353

2019년 10월 ~ 12월



한국주택금융공사 후원금 전달(10. 2)



돌봄봉사자 역량강화교육(10. 10)



노인돌봄사업 힐링 워크숍(10. 30)



교통안전 캠페인(11. 5)



노인사회활동지원 종결평가회(11. 15)



자비나눔 김장축제(11. 21~22)

2019년 10월 ~ 12월



4분기 건강강좌(11. 26)



라인댄스 동아리 축하공연(11. 26)



소통하는 오늘(11. 28)



인지지원사업 종결평가회(12. 13)



흙토람도예공방 수행기관 간담회(12.17)



독거노인친구만들기 미술치료(12. 30)

2020년 1분기 주요일정(예정)

1월	2월
01. 02. ~ 01. 10. 평생교육 1학기 접수 01. 13. ~ 02. 12. 사회복지현장실습지도 01. 16. 경로당활성화사업 협약식 01. 17. 제1차 운영위원회 01. 20. 재가복지센터 명절 선물 배부 01. 21. 이용자 및 반장 간담회 01. 22. 설맞이 명절행사	02. 05. 재가어르신 여가 프로그램 02. 11. 기부은행 간담회 및 보수교육 02. 14. 기관 자문회의 02. 17. 상반기 응급안전망 구축 간담회 02. 19. 여울봉사단 간담회 02. 11. 소방안전/응급상황 교육 02. 25. 1분기 건강강좌
3월	연중
03. 02. 이용자 만족도/치매/우울검사 03. 10. 기부은행 돌봄봉사자 간담회 03. 13. 노인사회활동지원 수요처 간담회 03. 16. ~ 03. 27. 평생교육 2학기 접수 03. 16. 도예치료사 양성과정 03. 20. 후원 캠페인 03. 27. 청춘분식 참여자 직무교육	매월 15일. 학생회/여울봉사단 임원간담회 매월 21일. 해솔후원회 정기모임 매주 수요일. 노인맞춤돌봄 사례실무회의 매월 둘째 화요일. 기부은행 봉사자 간담회 매월 둘째 목요일. 휴토람도예공방 간담회 매월 둘째 금요일. 반장간담회/리더간담회 격월 셋째 화요일. 복지관 신입회원 교육

※상기 일정은 복지관 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

복지관 소식



국악콘서트 ‘열쑤! 청춘일세’ 진행

복지관에서는 11월 27일, 한국경기소리보존회와 함께 국악콘서트를 진행하였습니다.

여주시노인복지관 아람공연단의 오카리나, 한국무용, 댄스스포츠 동아리의 식전 공연으로 시작한 이번 콘서트는 경기소리를 테마로 아리랑연곡과 입춤, 장구춤, 회심곡 등을 선보여 참석한 어르신들의 흥을 돋우었습니다.

공연을 관람한 복지관 이용자 임철근 어르신은 “친숙한 국악을 듣다 보니 흥이 절로 난다.”면서 “수준 높은 공연을 준비해 주신 복지관에 감사 드린다.”고 소감을 전했습니다.

복지관에서는 앞으로도 지역단체 연계를 통한 문화예술공연 등 다양한 문화행사를 진행할 예정입니다.

글 : 황유선 사회복지사



자원봉사자 · 후원자 감사행사 진행

복지관에서는 12월 11일, 여주 더컨벤션홀에서 자원봉사자, 후원자 200여명이 참석하여 ‘2019년 자원봉사자·후원자 감사행사’를 진행하였습니다.

이날 행사에는 한해 동안 수고해 주신 자원봉사자와 후원자들에게 감사의 마음을 전달하기 위하여 축하공연(여주대학교 실용음악과)과 레크레이션, 만찬 등의 일정을 준비하였으며, 복지관 직원들과 함께 훈훈한 화합의 시간을 가졌습니다.

이석자 관장은 “2019년 한해 동안 수고해 주신 자원봉사자, 후원자 여러분께 감사한다”며 “앞으로도 어르신들의 복지증진을 위하여 노력하겠다”고 소감을 전했습니다.

글 : 이정임 사회복지사



2019 하반기 직원연수

11월 1일~2일까지 하반기 직원연수를 진행 하였습니다.

1박 2일 일정으로 진행된 이번 연수는 충남 예산 덕숭산에 위치한 수덕사를 경유해서 대한 불교조계종사회복지재단 산하기관인 예산시 노인복지관을 기관방문하였으며, 봉수산휴양림으로 이어졌습니다.

한국불교의 소중한 가치와 보물을 보유한 수덕사의 아름다운 경치를 통해 차분한 마음을 품을 수 있었고, 기관견학을 통해 노인복지관 으로서 앞으로 나아가야 할 방향에 대해서 공유했습니다.

이번 연수는 일상의 업무에서 잠시 벗어나 직원 상호간 소통과 화합의 시간을 갖는 기회가 되었으며, 힐링을 통해 노인복지 현장에서 더 보람있게 일할 수 있는 활력충전의 계기가 되었습니다.

글 : 변은미 사무원



2019 어르신 송년발표회

12월 11일, 프로그램 강사 및 복지관 이용자, 지역 주민 등 500여명이 참석한 가운데 세종 국악당에서 송년발표회가 열렸습니다.

1부에서는 식전공연(창작무용, 인터넷활용 영상소개, 색소폰반 연주)과 함께 한 해 동안 복지관을 위해 참여해 주신 프로그램 강사, 자원봉사자, 후원자들에게 표창장 수여 등 시상이 진행되었습니다.

2부에서는 사물놀이, 건강체조, 하모니카, 합창 등 22개의 프로그램 수강어르신들이 한 해 동안 배워온 기량을 뽐내며 정성껏 준비한 공연을 선보였다.

참가자들의 공연이 이어질수록 행사장의 분위기는 추운 겨울을 잊을 만큼의 열기로 뜨거워졌으며, 함께 웃고 공감하는 발표회로 마무리 되었습니다.

글 : 황유선 사회복지사

문화체험 및 동네방네 영화상영

일시 : 2019. 11. 29(금) 13시
장소 : 여주시민회관
연계기관 : 여주세종문화재단

○ 문화체험 : 화분 / 손수건 만들기

조그만 피켓에 '사랑해' 또는 '행복해' 등의 글씨를 새겨 관상용 양배추 화분에 꽂으면 집안의 분위기를 바꿔 주는 작품이 완성된다.

두 번째로 백색 손수건에 미리 준비한 꽃잎이나 하트 모양의 각본을 놓고 개성에 따라 형형색색의 물감으로 칠을 하고 각본을 들어내게 되면 세상에 하나밖에 없는 특별한 추억의 손수건이 만들어진다.

○ 동네방네 영화상영 : <엑시트>

고두심과 박인환이 주연으로 출연하는 재난영화로 대학교 산악동아리 출신인 용남은 연이은 취업실패로 백수생활을 이어오던 중 가족들이 자리를 마련한 어머니 고두심의 칠순잔치를 치르게 된다. 이곳에서 여자친구 의주를 만나게 된다.

어머니의 칠순잔치가 절정에 이를 무렵, 주변에서 갑자기 연기가 피어오르며 대피할 여유도 없이 행사장은 유독가스로 아수라장이 된다. 이때 아들 용남과 여자친구 의주는 위기에서 부모님을 구하며 탈출의 기지를 발휘하게 된다.

지역 주민의 문화생활을 지원하기 위해 이와 같은 뜻깊은 행사를 마련해 주신 여주세종문화재단 여러분께 감사의 말씀을 드린다.



글 : 김권식 기자

건강한 삶을 위한 내 안의 마음준비

우리 복지관 경로당활성화사업에서 요가 프로그램을 지도하고 있는 권봉경 강사를 만나 보았습니다.

*이봉열 과장 : 요가는 언제부터 시작했나요?

권봉경 강사 : 스키, 골프, 암벽등반 등 실외 스포츠를 틈틈이 해오다, 40대 중반에 초기 디스크, 좌골 신경통 진단을 받고 치료 중에 요가를 접하게 되었습니다.

*이봉열 : 요가의 가장 큰 매력은 무엇인가요?

권봉경 : 요가를 시작할 때 모두가 다른 동기로 시작합니다. 다이어트, 질병의 치유, 마음의 평화를 얻기 위해. 또는 명상이나 참선을 위한 몸풀기를 위해. 하지만 그 과정에서 여러 가지 그 이상의 좋은 결과들이 나타납니다. 동작을 행하면 몸과 마음에 안정을 얻고 몸이 가벼워 경쾌해집니다.

수련이 깊어가며 자세가 수정되고 체질 또한 개선되어 병의 예방 치료뿐 아니라 정신적인 면에서도 편협된 기질을 개선 시키고 적극적이고 부드러운 성향으로 변화되어 몸과 마음 영혼의 단단함을 얻게 됩니다.

*이봉열 : 선생님께서 요가를 통해 가장 크게 변화된 부분은 무엇인가요?

권봉경 : 우선 몸의 항상성이 개선되어 꾸준한 컨디션이 유지되고, 쏠림현상으로 치우쳤던 불균형이 회복되니 만성 통증으로부터 자유로워지며, 그로 인해 삶의 방향 또한 적극적으로 회복 되었습니다.

*이봉열 : ‘어르신 요가수업’을 효과적으로 진행하기 위해서 특히 중점을 두는 부분이 있나요?

권봉경 : 실버요가는 신중하고 부드럽게 접근합니다.

혈액순환 장애, 관절염, 소화기 질환 등을 호소하시며 몸의 근력과 유연성 모두가 약해서 자칫 부상을 입을 수 있기에 6대 관절을 움직이는 편안한 동작 위주의 몸풀기와 수정, 변형 동작을 곁들여 어르신들의 능력에 맞게 진행하여 단 몇 달간의 꾸준한 수련으로도 할 수 있다는 자신감을 회복시켜 드리는 것, 그것이 일상의 자신감과도 같은 맥락이라고 생각합니다.

*이봉열 : ‘경로당 어르신 요가수업’을 진행하면서 가장 보람 있을 때는 언제인가요?

권봉경 : 꾸부정한 허리, 틀어진 골반의 통증으로 새우잠에 밤잠을 설치다가 요가를 하고부터 바른 자세로 깊은 숙면을 하셨다는 얘기를 종종 하십니다. 건강검진을 받고 키가 커졌다는 얘기를 하시며 밝게 웃으실 때, 또 매시간 마무리 휴식동작을 하시면서 한 시간 전보다 훨씬 편안해진 모습을 볼 때에 가장 보람을 느낍니다.

*이봉열 : 요가 활동 관련해서 앞으로의 계획이 있나요?

권봉경 : 백세실버시대를 맞이하여 국민 전체가 건강한 노년을 너무나 원하고 있지만, 인생 후반에 따라오는 문제들은 불충분한 운동, 지혜롭지 못한 식생활 습관, 얕은 호흡으로 인한 것들입니다.

우리 몸은 믿을 수 없을 만큼 무한 재생산적인 힘을 가지고 있습니다. 허리가 아파서, 무릎이 아파서, 혈압이 높아서... 요가는 나와 먼일이라는 생각을 가지고 계시는 어르신들께 몸의 회복력을 개선 시키고 누구나 자신의 능력에 맞게 몸을 사용하는 요가의 즐거움을 경험할 수 있는 수업의 장을 지속적으로 이어 가는 것입니다.



재가어르신을 위한 영양죽 지원 ‘건강한 한 끼’

여주시재가노인복지센터에서는 지난 7월부터 9월까지 진행한 카카오 같이 가치 모금사업의 모금액으로 10월 11일부터 12월 27일까지 총 20명의 어르신들에게 전복죽을 지원하였습니다.

이번 영양죽 지원사업은 총 264만원이 모금되어 질병 및 거동 불편 등으로 영양결핍 문제가 우려되는 어르신 가구에 매주 금요일 전복죽을 직접 전달하여 든든하고 건강하게 한 끼를 드실 수 있도록 하였습니다.

영양죽을 지원 받은 한 어르신은 “따뜻한 죽을 바로 배달해 주니까 고맙지. 잇몸이 부어서 음식을 먹을 때 아파서 먹기에 불편 했는데 부드럽고 잘 넘어가서 먹기 편하고 기운이 나는 것 같아 좋아.”라며 환한 미소를 지으면서 전복죽을 맛있게 드셨습니다.

올해도 여주시재가노인복지센터에서는 다양한 사업을 통해 어르신들께서 건강한 한 끼를 드실 수 있도록 노력하겠습니다.



글: 이혜미 주임

재가어르신의 행복한 삶을 위하여



2019 어르신 가을 나들이 추(秋)의 여행 (10/17)



주거환경 개선사업(10/17~10/31)
- 물방충망, 전등리모컨 등 설치



재가노인의 영양보충을 위한
외식지원사업(10/24)



여주시재가노인지원서비스사업
실무자협의회 (11/12)



여주 JC와 함께하는
'아름다운 장수 사진관' (11/14)



2019 자비나눔 김장축제 (11/21)



2019년 제4분기 합동 운영위원회 (12/6)



난방유 지원사업 (12/23~12/24)

내 일생의 어제와 오늘을 돌아본다.

이상연(여주시노인복지관 회원)

할아버지 부모님 말씀이 곧 진리요 사람이 살아가는 질서의 근본이라 믿고 가난은 지니고 살아가는 것을 늘 운명처럼 여기고 대를 이어 가야 하니 그 울 안에서는 고등교육 생각 조차도 할 수 없는 처지에 서 있는 것이다.

그래도 뒤돌아보면 밝은 마음으로 세상을 바라보며 과한 욕심 없이 남을 먼저 배려하며 살아가야 한다는 것을 웃어른들로부터 자연스럽게 이어받아 몸에 배어 성장하고 장년이 돼서야 좀 나은 운택한 미래를 이루기 위하여 갖은 노력을 다하며 여기까지 오다보니 순간처럼 백세시대에 와 있는 몸이 되었다.

세상 변화가 속도감 있게 밀려오면서 미처 대처해 가며 따라잡아 살아가기가 매우 어렵고 힘겹다.

가는 곳마다 천정부지로 올라가는 건물들은 많은 사람들이 모여살기는 하지만 짜리문 울타리 안에 살던 때와 철문 현관 속에 사는 인정은 많이 많이 다르다.

만나면 '안녕하세요' 하는 인사를 그때보다 훨씬 많이 하지만 깊고 든든한 믿음이 없는 이웃, 나보다 이웃을 먼저 생각했던 그 시절이 그리기만 하다.

언제부터 어디서 생겨난 용어인지는 몰라도 부익부 빈익빈이라는 엉터리 같은 용어가 생겨나고 눈이 부시도록 호의호식하며 잘사는 부류가 있는가 하면 한편에서는 이웃이 단절된 채 생활고에 굶주림을 못 이기고 이 세상을 하직하고 떠난다는 소식을 드물지 않게 듣게 되는 것은 각박한 이 시대를 말해주는 것인양 씩씩한 생각이 든다.

잇을만하면 일어나는 충간다툼으로 생사를 가르치는 이웃 간 사이는 얼마나 무섭고 몸서리쳐지는 일인가? 사람과 사람 사이에서 있을 수 있는 일인가?

웃어른 공정하고 아랫사람을 사랑하는 위계(位階) 질서를 따르면서도 친근감 있어 끈끈한 정으로 삶을 누려오던 아름다운 풍습도 이젠 바닥으로 가라앉아서 희미해져 가고 세상일 소상하게 귀신 같이 잘 알려주는 휴대전화기 손에 쥐고 들여다보다 제각기 자기의 목적지로만 가면 그만이고

이젠 생활이 조금 나아져 자식들 덕분에 소형차 하나 구입하여 모처럼 가벼운 마음으로 나들이라도 한번 나해보면 주차난 이만저만이 아니라 걱정되고 먼 길 가기 위하여 고속도로를 주행하게 되면 광음에 칼치기가 나타나 이리저리 헤집고 지나가면 아찔아찔 겁에 질리고 무섭고 불쾌한 심정이 치민다.

분명 문명은 편리하고 좋은 쪽을 향하여 발전해 가는 것 같은데 어찌하여 사람들의 성품은 그를 따라가지 못 하는 것인지 안타깝기만 하다.

인성이 본디의 성품을 유지하고 발전한 새로운 문명과 잘 조화하여 우리 모두 다함께 즐거움의 삶을 누리는 세상이 되었으면 참으로 좋겠다.

그러한 시대가 꼭 왔으면 정말 좋겠다.

언제나 우리들을 주관하시고 다스리시는 그님 계시는 저 파랗게 높은 곳을 향하여 이 아침에 애뜻한 마음으로 두 손 모으고 저의 소망을 간절하고 애절하게 기도 올려본다.



생활정보

복식호흡으로 면역력 높이기

우리는 평소 갈비뼈만을 움직여 호흡하는 흉식호흡을 하고 있습니다. 하지만 횡격막을 이용해 호흡하는 복식호흡을 하면 최대 3~5배 더 많은 양의 공기를 들이마실 수 있게 됩니다. 복식호흡을 하면 신진대사가 활발해지고 기초대사량도 올라가며, 몸속의 노폐물과 독소를 보다 효율적으로 배출할 수 있습니다.

복식호흡에서 가장 중요한 것은 코로 숨을 들이 마시고 입으로 숨을 내뿜는 것입니다. 일단 코로 천천히 숨을 들이 마시면서 들이 마시는 만큼 배를 부풀려줍니다. 최대한 들이 마셨으면 숨을 참고 3~5초 정도 잠시 정지합니다. 숨을 내쉴 때는 천천히 배를 집어넣으면서 숨을 치아 사이로 조금씩 끊어서 내쉽니다.

환절기 복식호흡을 습관화하여 각종 질병을 예방하시기 바랍니다.



재미있는 한자상식

菽麥(숙맥)

어리석고 세상 물정을 잘 모르는 사람을 흔히 '쪽맥'이라고 하는데, 이 말은 숙맥(菽麥)으로 써야 옳다.

숙(菽)은 콩이고 맥(麥)은 보리인데, 콩과 보리를 구별 못할 정도로 어리석은 사람을 숙맥 불변(菽麥不辨)이라 하였다. 이것을 줄임말로 숙맥(菽麥)으로 불렸으며, 다시 남을 놀리는 어투의 된소리로 발음하여 '쪽맥'이 되었다.

많이 소유하고 많이 배운 사람이 탐욕만 부리며 남을 무시하고 함부로 행동하는 이기적인 사람보다는 '쪽맥'으로 불리지만 남을 중히 여기며 착하고 순하게 사는 사람이 우리 사회에 더 소중하지 않을까 하는 생각이 듭니다.



글 : 조두현 기자

새로운 만남과 시작



유인오 전담인력

선한 부자가 되는 것이 제 꿈입니다. 물질적인 부자보다는 어르신들을 도와 마음의 부자, 그런 선한 부자가 되도록 노력 하겠습니다.



김혜옥 생활지원사

외롭고 힘든 누군가의 손을 잡아주는 따뜻한 손길이 되고자 열심히 노력하겠습니다.



김윤희 생활지원사

어르신들의 지혜를 배우며 생활의 불편함을 조금이라도 해소해 드리는 생활지원사가 되도록 노력하겠습니다.



이서연 생활지원사

어르신들이 활짝 웃는 세상을 위하여 열심히 발로 뛰겠습니다.



김인실 생활지원사

어르신들을 부모님처럼 생각하고 항상 웃는 얼굴로 찾아 뵙겠습니다. 열심히 하겠습니다.

여주시노인복지관 예산/결산

2019년도 결산 현황

세입(원)			세출(원)		
구분	예산액	집행액	구분	예산액	집행액
사업수입	686,432,640	952,334,848	사무비	1,308,744,400	1,224,608,576
보조금	3,015,174,090	3,012,285,960	재산조성비	123,359,000	84,895,450
법인전입금	45,865,000	45,865,000	사업비	2,727,332,330	2,620,909,662
후원금	80,000,000	80,385,916	잡지출	1,554,060	560,600
이월금	333,132,060	333,132,061	예비비	500,000	0
잡수입	886,000	314,667	반환금	0	0
			차기이월금	-	493,344,164
합계	4,161,489,790	4,424,318,452	합계	4,161,489,790	4,424,318,452

2020년도 예산 현황

세입(원)			세출(원)		
구분	2019년 추경	2020년 예산	구분	2019년 추경	2020년 예산
사업수입	686,432,640	686,432,640	사무비	1,308,744,400	1,334,019,940
보조금	3,015,174,090	3,034,876,900	재산조성비	123,359,000	99,659,000
법인전입금	45,865,000	45,865,000	사업비	2,727,332,330	2,741,577,540
후원금	80,000,000	80,000,000	잡지출	1,554,060	1,554,060
이월금	333,132,060	329,250,000	기타	500,000	500,000
잡수입	886,000	886,000	-	-	-
합계	4,161,489,790	4,177,310,540	합계	4,161,489,790	4,177,310,540

여주시재가노인복지센터 예산/결산

2019년도 결산 현황

세입(원)			세출(원)		
구분	예산액	집행액	구분	예산액	집행액
보조금	200,000,000	200,000,000	사무비	161,826,080	160,419,280
후원금	8,900,000	10,938,240	재산조성비	5,868,400	5,868,400
잡수입	43,116	7,127	사업비	47,285,520	44,041,090
이월금	6,056,884	6,056,884	잡지출	20,000	0
-			차기이월금	0	6,673,481
합계	215,000,000	217,002,251	합계	215,000,000	217,002,251

2020년도 예산 현황

세입(원)			세출(원)		
구분	예산액	집행액	구분	예산액	집행액
보조금	200,000,00	200,000,000	사무비	161,826,080	179,818,000
후원금	8,900,000	12,600,000	재산조성비	5,868,400	0
이월금	6,056,884	6,056,884	사업비	47,285,520	38,862,000
잡수입	43,116	43,116	잡지출	20,000	20,000
합계	215,000,000	218,700,000	합계	215,000,000	218,700,000

여주시노인복지관 후원금품 현황

2019년도 후원금 현황

후원금 수입(원)		후원금 지출(원)	
지정 후원금	200,000,000	복리후생사업비	2,121,800
		기획사업비	5,701,310
		평생교육사업비	116,130
비지정 후원금	12,600,000	재가복지사업비	11,932,380
		자원봉사자관리사업비	6,400,000
		청춘카페사업비	3,000,000
		사회체육사업비	110,260
전년도 이월금	6,056,884	평생교육학습관사업비	16,580,000
		문화예술지원사업비	2,990,770
		치과지원사업비	8,150,000
		경로당활성화사업비	94,500
기타 잡수입	43,116	교통안전베테랑사업비	5,000,750
		지역복지사업비	1,800,000
		인건비	23,146,640
		후원사업비	792,000
		차기이월금	30,359,924
합계	218,700,000	합계	118,296,464

2019년도 후원품 현황

후원품 수입		후원품 사용내역	
건수	현금 환가액(원)	건수	현금 환가액(원)
22,214	190,014,000	22,214	190,014,000

여주시재가노인복지센터 후원금품 현황

2019년도 후원금 현황

후원금 수입(원)		후원금 지출(원)	
지정후원금	6,480,240	인건비	196,500
		후원사업비	7,492,270
비지정후원금	4,458,000	특화사업비	2,640,000
		차기이월금	609,470
합계	10,938,240	합계	10,938,240

2019년도 후원품 현황

후원품 수입		후원품 사용내역	
건수	현금 환가액(원)	건수	현금 환가액(원)
205	14,817,300	205	14,817,300

감사와 행복

이문현 기자

밤잠을 설쳐도
새벽에 눈을 뜰 수 있음이

곱디 고운 옷단장은 아니어도
내 손으로 차려입고 갈 곳이 있으니

만나면
활짝 웃으면서 반겨주는 어르신들
주름 하나 안 보인다

내 다리가 아픈 것은 즐거운 비명

마음을 다 풀어 놓아도
아깝지 않은 그들의 표정에

오늘도 감사와 행복을 가득 담아 왔다.



자원봉사자 현황 (2019년 4/4분기)

개인 자원봉사

강경자 강정옥 구본민 구본옥 구본창 권기봉 김귀임 김기철 김대현 김도율 김보영 김보은 김봉례
김영미 김영석 김영숙 김용경 김은예 김은주 김정미 김현숙 김현정 남기옥 도현철 문래수 민경선
박문희 박영순 박인자 배선기 변기순 서경순 서현준 성백현 성현숙 송영린 송찬호 송준근 신필섭
심상금 심영순 심하영 엄정민 여경자 오숙희 우진숙 유은호 윤덕경 윤성호 이금순 이동하 이병시
이보경 이삼순 이순준 이인순 이중수 이지화 이진순 이충우 이해연 이홍숙 이희복 임동순 임장식
임향화 장석원 장윤정 전수정 정기선 정남식 조서영 조수복 차옥선 최승연 최연옥 최정규 최지희
최향숙 하은숙 허금선 홍기운 황금숙 황정호

자원봉사 단체

공무원사모회 대한민국재향군인회여주시지회 대한적십자여주협의회한가람봉사단 명성로타리클럽
여주대학교 자유총연맹 해솔후원회 수원지방검찰청여주시청 수원지방법원여주시원 여주이마트
KT여주점 (사)소비자교육여주시지회 신세계사이먼 여주프리미엄아울렛 여주준법지원센터

밀반찬 자원봉사자

김광희 김송엽 박상철 성현숙 송찬호 이중수 정남식 한강통합물관리센터(여주)

자원봉사자 모집합니다.

분야	밀반찬 현장배달(독거어르신)	경로식당 지원활동
대상	자가차량으로 활동 가능한 여주시민	식당 봉사활동 가능한 여주시민
시간	주 1회(화 또는 금요일, 09:30 ~ 11:00)	주 1~2회(월~금요일, 11:00 ~ 13:00)
장소	시내권, 대신면 중 선택	복지관 3층 경로식당
내용	자원봉사자 1명당 6~8가구에 밀반찬 전달	설거지, 배식, 청소
문의	031-881-0050(문화복지팀)	031-881-0050(운영지원팀)



후원자 현황 (2019년 4/4분기)

1. 개인 후원

간점례 강정옥 경문희 경창호 권무중 권용기 권은정 권진순 길경숙 김경래 김경옥 김길자
김대광 김대숙 김명순 김민주 김민화 김보람 김보수 김봉례 김성이 김수분 김숙혜 김순례
김영경 김영숙 김영우 김영자 김옥순 김은예 김은지 김정구 김좌진 김학배 김현숙 김현정
김효석 김희숙 나취열 남기옥 노명숙 모용환 문수산 문수연 문 희 민덕호 박경란 박예자
박윤재 박은희 박정미 박태순 박해섭 백근영 변원섭 서석순 손병락 손영옥 송찬호 송향자
신규승 신명수 신명숙 신현숙 안숙자 안현자 양영자 엄기영 엄정민 연승용 연우회 오우순
유계자 유명옥 유양숙 유인호 육근애 윤제현 이금순 이동근 이병란 이병시 이상면 이석자
이수효 이순예 이유경 이윤희 이정희 이종순 이종주 이철제 이학운 이현숙 이현희 장덕균
장영희 전봉근 전제일 전태형 정미호 정성훈 정옥희 정희민 조복순 조주상 조춘실 주옥희
최명자 최영복 최재순 최재영 최창식 최홍숙 하미희 하영숙 허 용 허은정 홍은교 홍지영
황재남 황정호 황진아

2. 단체 후원

(주)나은이엔지 (주)신세계사이먼 여주점 (주)위즈베이스 (주)창성건설 가남푸드뱅크 가람환경 강천면사무소
경기도사회복지공동모금회 경기재가노인협회 구세군여주나눔의집 금강의원 기부은행 녹원통상 농우바이오
농협여주지원출장소 능서면사무소 대영건설주식회사 당신멋저라인댄스동아리 대한불교조계종사회복지재단
덕산한의원 백약국 보노 보령약국 비앤지 복지관탁구반 사카타코리아 삼창족량 신당로지스 슈가하우스
서울인력 신록사 신세계푸드 신영펌프카 여주경찰서 여주기초푸드뱅크 여주사랑봉사단 여주시무한돌봄
여주시지속발전협의회 여주시청 여주시지체장애인협회 여흥동주민자치위원회 여흥한의원 연우회 오케이마트
오피스알파 오학동사무소 이마트 예림건설 재향군인회 점동면사무소 파워자동차 푸르지오아파트 한국사회복지관협회
한국노인종합복지관협회 한국주택금융공사 한국재가노인복지협회 해솔후원회 훈민어린이집 현대떡방앗간
호성엘리베이터 해피빈 흥천면사무소 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	KB 국민은행 TEL. 884-6212	NH농협은행여주시지부 TEL. 884-2491	NH농협은행여주지원출장소 TEL. 883-7502
북내농협 TEL. 884-2501	북내농협 오학지점 TEL. 883-7505	여주축협 학동지점 TEL. 885-7301	우리은행 TEL. 884-7154
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
보령약국 TEL. 886-5147	태평양약국 TEL. 886-6003	세계로약국 TEL. 886-6007	제일약국 TEL. 885-2482
오행당약국 TEL. 885-7512	MECCA 커피전문점 TEL. 884-1671	만다린 TEL. 885-0705	정통중화요리 서향 TEL. 881-4546
강나루토종수대국 TEL. 881-4013	고향집 TEL. 886-7776	김밥천국 TEL. 885-2717	오레시피 TEL. 882-5339
금강해우촌 TEL. 882-8267	금수강산 TEL. 885-5293	몽산채돌 TEL. 886-5777	몽돌해물탕 TEL. 885-8887
민지빠다귀해장국 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	오송가든 TEL. 885-5291	웅골 콩요리의명가 TEL. 882-1617
정동진횃집 TEL. 885-0046	홍문골 TEL. 886-3631	한우사랑직판장식당 TEL. 882-6888	한우암소전문점 TEL. 884-6765
항아리보쌈 TEL. 885-0087	화림가든 TEL. 884-5689	도시락 TEL. 885-3028	이태리안경 TEL. 884-6633
오비탈문구 TEL. 886-7589	Office Alpha TEL. 885-2999	대신농협 하나로마트 TEL. 883-9976	형제유통 TEL. 883-3405
여주하리우편취급국 TEL. 885-0001	CU 여주번도리점 TEL. 882-0043	OK마트 TEL. 886-2545	CU 여주오학지점 TEL. 885-0798
유니크미용실 TEL. 886-1024	신록사 대표소 여주시 천송동 288-53	명품구두수선 (우리은행 앞)	감사합니다

[illegible]

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



[12629] 경기도 여주시 여흥로 160번길 27
복지관(031)881-0050 팩스(031)881-0041
수영장(031)881-0052 도예공방 톨도람 070-4488-1130
www.yjsilver.or.kr
<https://www.facebook.com/yjsilver1/>