웃음

Smile 2023. 10 / vol. 63

대한불교조계종사회복지재단
여주시노인복지관

웃음

2023. 10 / vol. 63 www.yjsilver.or.kr

명인(名人) 명시(名詩) ---- 03
복지관 풍경 ---- 04
복지관 생생소식 ---- 08
봉사단체 소개(대한민국여주시재향군인회) ---- 12
여주시재가노인지원서비스센터 소식 ---- 14
어르신 동아리 경연대회 '9988 톡톡쇼' 수상 ---- 16
신규직원 소개 ---- 17
건강정보 ---- 18
자원봉사 현황(2023년 3/4분기) ---- 20
후원 현황(2023년 3/4분기) ---- 21
사랑의 저금통 현황(2023년 3/4분기) ---- 23

표지 : 2023년 노인사회활동지원사업 참여자 나들이

제호 웃음 제63호 | **발행일** 2023년 10월 20일 | **발행처** 여주시노인복지관 | **발행인** 이석자
편집인 박은하, 김인해, 청춘기자단 | **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

여주驪州를 노래한 명인名人 명시名詩 감상

拔萃(발췌)-驪江詩軸(여강시축)

김안국

驪江(여강)

여강 위에서 가을 바람에 옥피리를 부니,
붉은 단풍 누른 국화가 맑은 물결에 비치네,
옛 때의 경치가 그대로 있건만,
흰 머리의 띠끌같은 늙음을 어찌 하려나네

복지관 풍경 (2023년 7월 ~ 9월)

노인상담센터 '몸도 맘도 꽃피는 청춘'
(5.23~8.22)

교통안전베테랑 교실 참여자 수료식
(7.3)

2023년도 하계방학 사회복지현장실습
(7.3~7.28)

삼계탕으로 건강한 여름나기
(7.7)

복지관 및 경로당 임원진 리더십역량강화 교육
(7.28)

2023년 상반기 사업평가 및 직무평가
(7.21)

복지관 풍경 (2023년 7월 ~ 9월)

노인일자리 및 사회활동지원사업
공공형(공익활동형) 활동교육(8.4/8.11/9.1)

2023년 하반기 복지관 이용자 및 반장 간담회
(8.16)

2023년 여울봉사단 전체 간담회
(8.16)

어르신 치매예방 뮤지컬 '당당한 실버 황혼에도 브라보!'
(8.18)

장애인활동지원사 자격이수과정
(8.21~8.25)

노인상담센터 법률이동상담
(8.22)

복지관 풍경 (2023년 7월 ~ 9월)

특화사업 '내 마음의 봄' 평가회
(8.25)

3분기 건강강좌 '의약품 안전복용'
(8.25)

청춘희망학교 창의적 체험학습활동
(8.28)

2023년 국민연금 수급자 공감여행
'공감 힐링여행 같이 가치'(8.31~9.1)

1-3세대 통합프로그램
(9.1~9.22)

제24회 사회복지의 날 기념 홍보·체험부스 운영
(9.7)

복지관 풍경 (2023년 7월 ~ 9월)

2023년 어르신 소비자 교육
(9.13)

어르신 문화즐김 페스티발 참여
(9.14)

자원봉사자 지지프로그램 '자원봉사자 나들이'
(9.16)

청춘희망학교 수학여행 및
문화예술지원사업 사진반 현장학습(9.18)

2023년 풍성한 한가위 문화축제
(9.20)

노인사회활동지원사업 어르신 나들이
(9.24)

복지관 생생소식

삼계탕으로 건강한 여름나기

지난 7월 7일 초복을 맞아 '삼계탕으로 건강한 여름나기' 행사를 신륵사 야외공연장에서 진행하였습니다. 이날 1,100명의 어르신이 참여하였으며 삼계탕 제공과 흥겨운 공연으로 건강과 즐거움을 선물했습니다. 이번 '삼계탕으로 건강한 여름나기' 행사는 남한강로타리클럽에서 삼계탕 1,200마리를 후원을 받아 진행되었으며, ㈜예림건설(대표 전양운), 남여주CC(대표 강봉석) 외 다수의 후원을 받아 명성로타리클럽, 공무원부인회, 여주시글로벌봉사단, 대한어머니회, 소비자교육중앙회 경기도지부 여주시지회, 여흥이봉사단, 여주시재향군인회, 한가람봉사회, 해솔후원회 및 개인봉사자 등 120명의 자원봉사자가 참여하였습니다.

무더운 여름이였지만 어르신들이 영양가 득한 삼계탕을 드시고 원기회복 하셔서 오래 오래 건강하게 즐겁게 인생을 즐기셨으면 좋겠습니다.

복지관 및 경로당 임원진 리더십역량강화 교육

저희 복지관에서는 지난 7월 28일에 여주시 관내 경로당 임원진 및 복지관 임원진 150명을 대상으로 복지관 본관 강당에서 2023년 리더십역량강화 교육을 진행하였습니다. 이번 교육은 '존중과 관심을 위한 소통 리더십'을 주제로 웃음을 통한 리더십, 소통 리더십의 리더 역할, 인간관계를 잘하는 숫자의 법칙 등 다함께 소통하는 시간으로 진행되었습니다.

이날 참석한 많은 임원진분들께서는 교육 내용도 너무 좋았지만 같은 임원진들끼리 서로의 어려운 점을 나누고 공감하고 힐링하는 시간이였다며 매우 만족해 하셨습니다.

복지관 생생소식

어르신 치매예방 뮤지컬 '당당한 실버, 황혼에도 브라보!'

실버인력뱅크사업에서는 8월 18일 복지관 이용자 및 노인일자리 참여자 100여명을 대상으로 어르신 치매예방 뮤지컬 '당당한 실버, 황혼에도 브라보!'를 실시하였습니다.

이 날 뮤지컬은 경기도 지원사업으로 선정되어 제작된 것으로 지역 내 어르신을 대상으로 생활안전 사고 예방과 치매예방 교육을 포함하여 지나간 삶을 돌아보고, 앞으로의 삶을 정리하며 남은 삶을 보람되고 건강하게 보낼 수 있는 의지를 다시 가질 수 있도록 하는 공연이였습니다.

더불어 복지관에서는 도자기를 활용한 치매예방프로그램, 경증치매 어르신을 대상 으로 하는 인지지원 프로그램, 노인일자리를 활용한 재가노인의 안부확인 및 프로그램 지원 등의 활동을 통한 치매시니어 서포터즈 등의 사업을 진행하여 지역 내 어르신들의 치매예방 및 치매 어르신들의 돌봄 문제를 해소하는데 앞장서고 있습니다.

2023년 국민연금 수급자 공감여행 청풍호반의 도시 충북 제천으로 떠나는 '공감 힐링여행 같이 가치'

국민연금나눔재단에서 지원하는 '2023년 국민연금 수급자 공감여행' 에 우리 복지관에 선정되어 지난 8월 31일부터 9월 1일까지 1박 2일동안 청풍호반의 도시 제천으로 여행을 다녀왔습니다. 1일차에는 청풍호반케이블카 탑승과 청풍문화재단지를 관람하고 국립금수산치유의숲에서 아로마테라피 체험을 하였고, 청풍리조트에서 숙박을 한 뒤, 제천에서 유명한 약초시장에 들러 유기농 약초로 담그는 전통주 체험을 무료로 진행하였습니다.

이 사업은 코로나10 장기화에 따라 외부활동이 제한되어 정서적 어려움을 겪는 국민연금 수급자 등 어르신들에게 삶의 활력을 제공하고, 문화체험 및 여행의 기회를 제공하여 사회적 관계망 확대와 생활만족도 향상을 도모하고자 하는 사업입니다.

복지관 생생소식

1-3세대 통합프로그램

우리 복지관에서는 1세대인 어르신과 3세대인 청소년의 세대간의 문화 격차를 줄이고 서로를 이해하고 소통할 수 있는 1-3세대 세대공감 프로그램을 매년 진행하고 있습니다.

이번에도 9월부터 10월까지 주1회씩 총 6회기에 걸쳐 1-3세대 프로그램을 진행하고자 하는데요, 사전에 함께 모여 무엇을 하고싶은지, 세대간의 궁금한 것이 무엇인지를 논의하여 프로그램을 계획하였습니다. 첫 시간에는 MBTI 검사를 통해 나를 알고 서로를 알며 친해지는 시간을 가졌고, 이후에는 옛날 교복을 대여하여 서로 어울려 사진을 찍는 등의 프로그램을 진행했습니다.

자원봉사자 지지프로그램 '자원봉사자 나들이'

지역사회를 위한 가치있는 나눔과 사랑으로 함께 동행하여 주시는 우리 복지관의 든든한 버팀목 자원봉사자분들과 함께 지난 9월 16일 충북 단양으로 자원봉사자 나들이를 다녀왔습니다.

이번 나들이는 항상 복지관 이용자 및 지역내 어르신들을 위해 애써주시는 자원봉사자분들의 노고에 감사한 마음을 담아 함께 힐링할 수 있는 시간을 마련하고자 진행했습니다.

단양의 유명한 고수동굴과 요즘 한참 관광지로 주목받고 있는 영월의 젊은달 와이파크를 둘러보며 봉사자간의 친목도모와 소속감 증진, 힐링까지 함께하는 즐거운 시간이였습니다.

복지관 생생소식

2023년 풍성한 한가위 문화축제

민족 대명절인 한가위를 맞이하여 지난 9월 20일에는 '2023년 풍성한 한가위 문화축제'가 성황리에 개최되었습니다. 이번 행사에는 댄스, 국악 등의 공연과 영화관람(볼거리), 떡메치기와 투호 등 전통놀이 체험, 추억의 사진관·다방 운영(즐길거리), 국수·떡볶이·순대·해물전의 장터 운영(먹거리), 농수산물·젓갈류·의류 바자회(살거리) 등으로 오감을 모두 만족할 수 있는 풍성한 문화축제로 진행되었습니다.

노인사회활동지원사업 어르신 나들이

지난 9월 24일 노인사회활동지원사업 참여자 200명을 대상으로 충청북도 소재의 충주 활옥 동굴, 단양 온달관광지를 다녀왔습니다.

이번 나들이는 코로나로 인해 멈추었던 일상에서 벗어나 문화적·심리적 욕구를 충족시키고 일자리 참여자들의 소속감 증진, 일자리 참여자 및 직원들의 화합을 기초로 친밀감을 향상 시키는 계기가 되었습니다.

대한민국여주시재향군인회 활동을 하면서..

저희 복지관에서 경로식당 배식 및 설거지, 각종 지역행사 진행 시 봉사활동을 해 주시는 대한민국여주시재향군인회 이준호 회장님을 만나 보았습니다.

Q. 김인해 팀장 : 대한민국여주시재향군인회에 대한 소개 부탁드립니다.

A. 이준호 회장 : 재향군인회는 1952년 2월 1일 창립된 세계 최대의 안보단체입니다. 창립목적은 군복무를 필한 남녀 예비역 장병들이 상호 간의 친목을 도모하고, 회원의 권익을 향상시키며 국가발전과 사회공익의 증진에 이바지함을 목적으로 합니다.

Q. 김인해 팀장 : 저희 복지관 자원봉사 활동은 언제부터 시작하셨나요?

A. 이준호 회장 : 2008년도부터 복지관과 인연이 되어서 시작하게 되었습니다. 당시 재향군인회 여성회가 복지관에서 먼저 봉사를 시작했고, 이후 함께 활동하게 되었습니다. 재향군인회는 안보단체 이지만 지역사회의 발전에 이바지하기 위한 봉사활동을 많이 하고 있습니다.

Q. 김인해 팀장 : 봉사활동을 하시면서 가장 보람되었다고 생각하는 일이 무엇인가요?

A. 이준호 회장 : 복지관에 와서 봉사를 하다보면 어르신들을 많이 뵐 수 있어서 좋습니다. 특히 연세가 많은 어르신들이 복지관을 다니시면서 즐겁고 재미있게 사는 모습을 보면 힘이 나는 것 같습니다. 적지 않은 나이에도 배움에 대한 열정을 잃지않고 공부하시는 어르신들을 보면 존경스럽습니다.

Q. 김인해 팀장 : 앞으로의 봉사단의 활동 계획에 대해서 말씀해 주세요.

A. 이준호 회장 : 재향군인회는 여주에서 일어나는 각종 재난, 재해에 대비하고 지원하는 안보단체로써의 역할을 지속 할 것입니다. 또한 이충우 시장님과 함께 행복도시 희망여주 건설에 이바지 하고자 합니다.

Q. 김인해 팀장 : 마지막으로 복지관을 이용하시는 어르신들게 드리고 싶은 말씀이 있을까요?

A. 이준호 회장 : 행복한 노년생활을 위해 항상 밝은 모습으로 복지관을 이용하시는 어르신들을 보면 마음이 따듯해 집니다. 앞서 말씀드렸지만 적지 않은 나이이지만 자기개발을 게을리하지 않으시고, 또 그 안에서 친구분도 사귀시고 즐겁게 사시는 모습이 멋지신 것 같습니다. 저희 재향군인회도 복지관 봉사활동을 지속적으로 하면서 어르신들과 만나고 소통하고 나아가 지역사회와 소통하는 단체가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.

2023년 올바른 식생활 관리를 위한 영양교육 및 상담

여주시재가노인복지센터에서는 7월 19일 여주시보건소를 연계하여 올바른 식생활 관리를 위한 영양교육 및 상담 진행하였습니다.

이번 교육은 당뇨병 관리 및 관련 식단이라는 주제로 영양교육을 진행하였으며 수업이 끝이 난 후에 바로 어르신께서 직접 궁금한 것을 질문하는 시간을 가져 상담도 받을 수 있도록 연계가 되었습니다.

이날 영양교육 및 상담에 참여한 어르신은 '평소에 내가 알던 질병이 이렇게 관리를 해야하고 식단도 신경 써서 먹어야하는지 오늘 자세히 알 수 있었다', '항상 궁금해했던 내용을 질문하고 나의 증상에 맞게 상담을 받아보니 더욱 더 관리를 잘해볼 수 있을 것 같다.'고 말씀하셨습니다.

여주시재가노인복지센터에서는 앞으로도 어르신들의 건강을 위한 사업 및 행사를 통해 건강하게 일상생활을 영위하실 수 있도록 지속적인 노력을 하겠습니다.

글, 사진 : 선진영 사회복지사

2023년 재가노인 자립 및 여가활동을 위한 맞춤형서비스지원 [내 마음의 봄] 평가회

여주시재가노인복지센터에서는 8월 25일 특화서비스 여가프로그램 [내 마음의 봄] 평가회를 진행하였습니다.

이번 프로그램은 재가어르신 여가활동을 위한 맞춤형 서비스지원을 위해 2월~8월까지 주1회 도예상담, 요리, 원예 등 3그룹으로 나누어 활동하였으며, 참여자를 대상으로 자아효능감 사전 · 사후검사 결과 평균 5점이 상승, 자아 효능감이 증가된 것으로 보여 긍정적으로 평가되고 있습니다.

이날 평가회에 참여한 어르신들은 '프로그램에 참여하면서 사람들과 함께 모여 이야기도 하고 활동도 하는 것에 너무 즐거웠다.', '새로운 경험을 할 수 있어 참여해보지 않는 사람들도 한번쯤은 프로그램에 참여해봤으면 좋겠다.' 라며 이야기해주셨습니다.

여주시재가노인복지센터에는 앞으로도 어르신들과 함께 지역의 곳곳을 살펴보며 사회적으로 소통하고 지역사회에서 건강하고 활기찬 일상을 영위할 수 있도록 함께하겠습니다.

글, 사진 : 선진영 사회복지사

어르신 동아리 경연대회 '9988 톡톡쇼' 대상 및 우수상 수상

지난 8월 11일과 18일에 각 각 진행된 '9988 톡톡쇼' 춤분야와 노래분야 본선무대에서 복지관의 나라사랑 댄스「그린나래」동아리와 경기민요 동아리가 대상과 우수상을 수상하였습니다. '9988 톡톡쇼'는 어르신 동아리 경연대회로 어르신들이 '99세까지 팔팔하게' 문화여가활동을 즐길 수 있도록 돕기 위한 어르신 문화 즐김 사업으로 영상심사 및 예선을 거쳐 선발된 어르신 동아리를 대상으로 경연을 펼쳤습니다.

지난 11일에는 춤분야 본선으로 총 13팀의 동아리가 출전하였는데요, 그 중 저희 복지관 나라사랑댄스「그린나래」동아리가 명예의 대상을 수상하는 쾌거를 이루었습니다. 나라사랑 댄스는 건, 곤, 감, 리 태극 무늬와 훈민정음을 소품으로 활용하여 현대적 음악과 전통 사물놀이 리듬이 어우러진 퓨전 댄스로 태극기의 의미와 한글의 우수성을 표현하는 춤입니다.

18일에는 노래분야 본선으로 총 10팀의 동아리가 출전하였고, 그 중 경기민요 동아리가 우수상을 수상하게 되었습니다. 경기민요 동아리는 여주지역 내 문화 소외계층을 대상으로 지속적인 공연봉사활동을 해왔으며, 그 외에도 아름다운 우리 가락을 알리고 문화여가 활동을 활성화하기 위해 이바지 해 온 동아리입니다.

코로나 종식 이후 경연대회가 더욱더 활성화 되면서 많은 단체에서 행사에 참여하였는데 그 중 저희 복지관에서 출전한 두 개팀 모두 수상을 하여 더욱 더 의미 있는 행사였습니다.

신규직원 소개

심영주 노인일자리 담당자

어르신들의 안정된 노후에 도움이 될 수 있도록
구직 및 구인에 최선을 다하겠습니다.

백한영 맞춤돌봄 생활지원사

어르신들께서 활기차고 행복한 삶을
누리실 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

김계영 맞춤돌봄 전담사회복지사

어르신들의 말씀에 귀 기울일 줄 아는 사회복지사가 되겠습니다.

이정희 수영장 수상안전요원

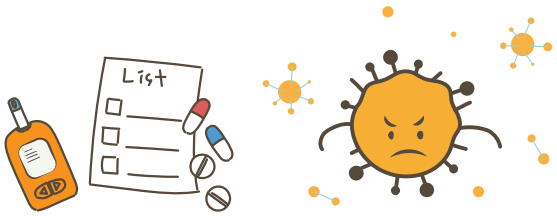
여주시노인복지관 수영장
수상안전을 위해서 최선을 다하겠습니다.

당뇨병전단계, 정상으로 되돌릴 수 있을까요?

"우리나라 30세 이상 성인 7명 중 1명이 당뇨병입니다."

"당뇨병은 눈, 콩팥, 신경, 심장, 뇌, 말초혈관 등
다양한 전신 합병증의 원인이 되기 때문에 위험합니다."

"**허리둘레(체중), 흡연, 음주**는 특히 유의할 당뇨병의 위험요소입니다."



1) 당뇨병의 정의, 원인, 종류

당뇨병은 혈액 내의 포도당 농도인 혈당(혈장 포도당)이 상승한 상태(고혈당)를 특징으로 합니다. 혈당을 조절하는 가장 중요한 호르몬은 인슐린이기 때문에, 인슐린 분비의 상대적인 부족 혹은 인슐린의 작용 이상(인슐린 저항성)이 모두 혈당을 상승시킬수 있습니다.

과거에 여러 가지 분류법이 있었으나 현재에는 발병 원인을 바탕으로 일부 임상적 특징을 고려하여 만든 분류법(1형당뇨병, 2형당뇨병, 임신당뇨병 등)을 이용하고 있습니다. 1형당뇨병은 절대적인 인슐린의 결핍을 특징으로 하며, 일반적으로 췌장의 베타세포가 자가면역기전을 통해 파괴되어 발생합니다. 2형당뇨병은 가장 흔히 볼 수 있는 당뇨병의 유형으로서, 인슐린 분비의 상대적인 부족 혹은 인슐린 저항성의 증가가 복합적으로 작용합니다. 인슐린의 관점에서 보면 상대적 인슐린 결핍 상태라고 볼 수 있습니다. 2형당뇨병 환자는 인슐린을 사용하지 않고 체중조절, 식이, 운동, 경구혈당강하제 등을 통해서 적절한 혈당조절을 할 수 있습니다. 그러나 일부는 인슐린 분비능력이 떨어져 있어서 인슐린을 주사해야 혈당이 조절되는 경우도 있습니다. 하지만 1형당뇨병은 췌장의 베타세포가 광범위하게 파괴되어 인슐린이 절대적으로 결핍된 상태이므로, 인슐린이 절대적으로 결핍된 상태이므로, 인슐린의 투여가 반드시 필요합니다.

2) 당뇨병의 유병률과 심각성

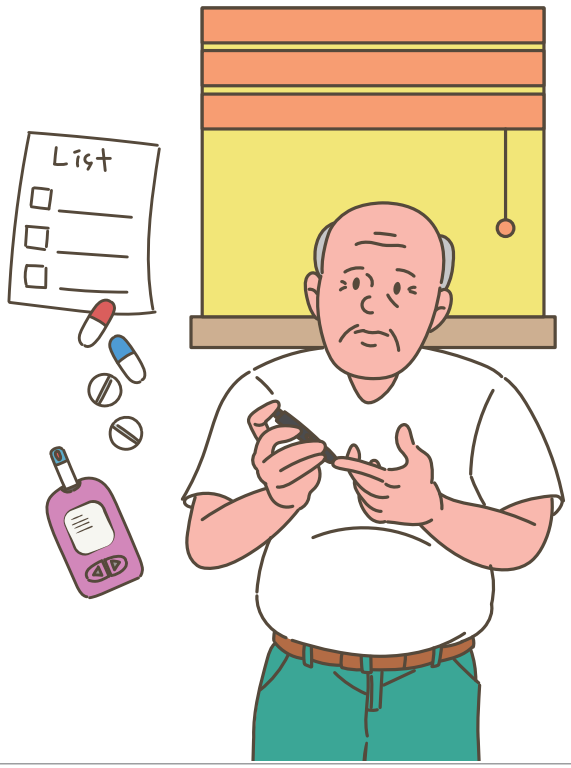
현재 우리나라의 당뇨병 유병률은 30세 이상 성인 7명 중 1명에 해당할 정도로 흔합니다. 2021년 기준으로 국내 당뇨병 환자가 600만 명을 넘어선 것으로 알려졌습니다. 이와 함께 당뇨병 고위험군인 당뇨병전단계 인구는 약 1,583만 명입니다. 즉, 대한민국 국민 중 2,183만 명이 당뇨병이거나 당뇨병에 걸릴 위험이 높은 단계에 있다는 의미입니다. 2012년 대한당뇨병학회가 예측하기로는 2050년에 이르러야 당뇨병 환자가 600만 명이 될 것이라고 했으나 그보다 훨씬 빠른 속도로 당뇨병이 발생하고 있는 것입니다. 당뇨병이 위험한 이유는 눈, 콩팥, 신경, 심장, 뇌, 말초혈관 등 다양한 전신 합병증의 원인이 되기 때문입니다.

3) 위험 요소

어떤 사람이 당뇨병에 걸리는지 살펴보면 무엇이 위험 인자인지 알 수 있습니다. 일반적으로 노화, 가족력, 비만, 운동부족, 나쁜 식습관 등이 잘 알려져 있습니다. 우리나라에서 당뇨병 위험도를 계산할 때 사용하는 변수에는 나이, 당뇨병 가족력, 고혈압, 허리둘레, 흡연, 음주 등이 있습니다. 이 중에서 허리둘레(또는 체중), 흡연, 음주 등은 우리가 통제할 수 있는 위험요소이므로 특히 유의할 필요가 있습니다.

4) 당뇨병전단계와 진단 기준

당뇨병이 아닌 경우는 정상과 당뇨병전단계로 나뉠 수 있습니다. 당뇨병전단계는 당뇨병으로 발전할 가능성이 높은 상태입니다. 대사증후군이 있거나 당뇨병의 가족력이 있다면 특히 주의가 필요합니다. 일반적으로 매년 당뇨병전단계 8% 정도가 당뇨병으로 진행하는 것으로 알려져 있습니다. 당뇨병전단계는 검사 방법에 따라 공복혈당, 경구포도당내성검사 2시간째 혈당, 당화혈색소를 기준으로 나눕니다. 특히 공복혈당이 높은 경우는 공복혈당장애, 경구포도당 내성검사 2시간째 혈당이 높은 경우는 내당능장애라고 합니다.



개인 자원봉사자

가옥자, 강종순, 강혜정, 강화옥, 고경숙, 권나연, 권보경, 권영도, 길영화, 김경애, 김기환, 김대근, 김대중, 김명숙, 김명옥, 김명자, 김송엽, 김수현, 김순아, 김순자, 김애경, 김용경, 김은예, 김은하, 김인자, 김재영, 김재옥, 김정신, 김정민, 김향순, 김형열, 김 화, 김휘무, 김희정, 김혜영, 김효인, 마사요, 문래수, 문정혜, 민옥희, 박기영, 박병진, 박복남, 박성은, 박정숙, 박정안, 박예지, 박찬주, 박희순, 서택준, 성혜경, 송경숙, 송춘근, 신명희, 신외남, 신현숙, 신현자, 신혜복, 아이다, 안양자, 안영숙, 안인숙, 안정례, 오인사, 원상철, 유계자, 유명옥, 유시리, 유연주, 유진희, 유 희, 윤경화, 윤금선, 윤재희, 이금주, 이대직, 이말례, 이문현, 이미정, 이민희, 이복경, 이상희, 이승국, 이승재, 이연섭, 이연정, 이영자, 이영재, 이윤선, 이은혜, 이전경, 이정갑, 이정애, 이정희, 이중수, 이진하, 이태식, 이해선, 이현식, 이효순, 이효진, 이흥숙, 임철론, 장성국, 장양월, 장영이, 장정숙, 장현순, 전봉근, 전지영, 정량구, 정명숙, 정세진, 정수진, 정영숙, 정희은, 조경옥, 조금숙, 조선희, 조명화, 조정규, 조중연, 지날린, 진성림, 진현숙, 차옥선, 차주선, 천일영, 최민국, 최정숙, 최현열, 한기봉, 한영자, 한영숙, 함순덕, 함순희, 함정예, 허영희, 홍진실, 황금자, 황영자

단체 자원봉사

사단법인 소비자교육중앙회 경기도지부(야주시지회), 공무원부인회봉사단, 해솔후원회. 대한적십자 여주협의회 한가람봉사단, 대한어머니회, 대한민국재향군인회 여주시지회, KT여주지점, 한마음 교민회, 글로벌봉사단, 여흥이봉사단, 여주시강원도민회

경로식당 자원봉사자 모집

분야	경로식당 자원봉사자
활동내용	배식 및 설거지
활동장소	복지관 3층 경로식당
활동시간	오전 11시~오후 14시 (시간 조정 가능)
활동요일	수, 금 / 월~금 봉사활동 가능한 요일 선택 가능
비고 / 문의	정기·비정기 모두 가능 / 881-0050(문화복지팀)

개인 후원자

간점례, 강대원, 경규명, 경문희, 경창호, 고다운, 권무종, 권용기, 김경옥, 김대광, 김동수, 김명옥, 김문영, 김민순, 김성이, 김수분, 김순녀, 김영숙, 김영애, 김은예, 김은호, 김좌진, 김태훈, 김학배, 김학윤, 김현숙, 김현자, 김현철, 김형관, 김 화, 남기옥, 남연식, 노명숙, 노준철, 맹정호, 문상원, 문점순, 민덕호, 민종원, 박동수, 박두형, 박부옥, 박에자, 박은하, 박정미, 박정현, 박정호, 박지현, 박진찬, 박태순, 박해섭, 변기순, 변은미, 서석순, 성현숙, 송영임, 송찬호, 송춘석, 신규승, 신명숙, 신현숙, 심나경, 안보람, 안재훈, 안현자, 양병천, 양영자, 어윤식, 엄기영, 오규섭, 오세창, 원택연, 원훈재, 윤용술, 윤제현, 이금순, 이다영, 이도은, 이민희, 이병란, 이병시, 이상면, 이소현, 이수효, 이순봉, 이유경, 이재심, 이정재, 이종순, 이중수, 이현희, 이혜미, 인영훈, 임현화, 장영희, 전봉근, 정병관, 정성훈, 정옥희, 정은자, 정호정, 정회민, 조성은, 조예진, 조주상, 조춘실, 주옥희, 차지영, 천기현, 최영복, 최재순, 최재영, 최창식, 추은아, 하미희, 함정수, 허 용, 황정호

단체 후원

(주) 창성건설, 가람환경, 경기도노인일자리지원센터, 경기도노인종합복지관협회, 국민연금공단 경인지역본부, 남여주레저개발주식회사, 녹원통상, 농업회사법인 한둘주식회사, 농협은행(주) 여주시지부, 늘샘교회, 능서탁주합동제조장, 대영건설주식회사, 대한불교조계종사회복지재단, 독거노인종합지원센터, 문구나라, 사랑의열매, 여일관광, 여주기초푸드뱅크, 여주보라미봉사회, 여주시자원봉사센터, 여주시청, 여주시평생학습관, 여주시장애인복지관, 여흥한의원, 오케이마트, 정릉종합사회복지관, 창성건설, 코카콜라음료, 코코린느주식회사, 한국노인종합복지관협회, 한길주막걸리, 한살림경기동부소비자생활협동조합, 해솔후원회, 현대떡방앗간, 형제유통, 호성엘리베이터

해솔후원회

강문선, 강순자, 강정옥, 경미선, 권영순, 김대숙, 김명희, 김미희, 김봉례, 김영순, 김영자, 김옥강, 김인숙, 김진숙, 김현숙, 남옥현, 문경자, 박정순, 반점자, 성석남, 신연정, 심영순, 안숙자, 엄정민, 유명옥, 유영숙, 유인호, 윤순자, 윤재희, 이계숙, 이상숙, 이성희, 이수영, 이순준, 이용남, 이인숙, 임경선, 정미경, 정숙자, 정정오, 조선희, 조진현, 조희숙, 천선자, 최미자, 최영자, 최종원, 함순덕, 홍성복, 홍진실

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

계좌 : 농협 182-01-003106(예금주:여주시노인복지관)

※법인세법 24조, 소득세법 34조에 따라 연말정산시 소득공제 혜택이 가능합니다.

CU여주번도리점 882-0043	여주쌀밥집 885-9544
고향집 886-7776	오대산산채정식 884-6367
OK마트 886-2545	이삭토스트여주중앙점 886-1008
금강의원 883-8847	이태리안경 884-6633
금강해우촌 883-8255	제일약국 885-2482
금수강산 885-5293	덕산한의원 886-1075
대신농협하나로마트 883-9976	후루추피아 885-7978
베러댄와플 883-1579	한솥도시락 885-3028
보룡약국 886-5147	여주축협학동지점 885-7301
보리소 883-8680	구능촌 882-4893
스시하루 886-3482	민지뼈다귀해장국 881-1533
시골쌈밥 883-2975	수이비인후과/소아과 881-5522
신륵사 885-2505	여주하리우편취급국 885-0001
파크랜드 884-4137	북내농협 884-2501
여주시청민원실 883-2114	대신면행정복지센터 887-3932

웃음

젊은 날의 열정이 되살아나는
여주시노인복지관 계간 소식지

찾아오시는 길

※ 복지관 사정으로 인해 현재는 셔틀버스 운행이 중단된 상태입니다.
셔틀버스 재운영 시 홈페이지를 통해 확인하실 수 있습니다.

대한불교조계종사회복지재단
여주시노인복지관

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