

손길

2023년 봄호_139호

향기로 터져 나오려고 베틀어 내는 너
그런 꽃망을 하나 가슴에 키우는 나

- 꽃망을 / 남정림 -



마른 봄바람에 먼지 뒤집어 쓰고
짜증나
볼 부어 있던 봉오리들

봄비 한나절 다녀간 뒤
금세 함박 웃음 터져
벌어진 입 다물지 못하네

허리 흔들며 들뜬 소리
풀 안이 소란하네

#봄봄
#권지숙

인사말

추위가 남은 겨울바람에도 마음은 먼저 봄이 왔습니다.
봄을 생각하면 따스한 햇살, 여린 꽃향기, 연두빛 새싹에서 봄내음이
스치우는 바람에도 달달한 봄냄새가 즐거움을 더해줍니다.
까닭없이 즐거워지는 봄입니다.
오늘은, 마음 속에 봄을 가득 채워보시면 좋겠습니다.
마음이 간질거리는 행복하고 즐거운 하루 되시길 바랍니다.



Contents



02 좋은 글

03 인사말

04 도란도란 센터소식



06 으쓱으쓱 종이접기로 손의 근력향상과 인지력, 창의력을 높일 수 있어요.

07 와글와글 마음의 바람을 불게 하는 곳

08 방긋방긋 후원소식



10 건강정보 건강관리는 예방수칙 준수로부터~

11 주요일정 2022년 하반기

도란도란 센터소식

[2023년 1월 ~3 월]

노인일자리 및 사회활동지원사업 활동시작



2023년 노인일자리 및 사회활동지원사업 활동이 시작되었습니다. 경증치매 어르신과 인지활동을 하는 “기억친구”와 시스피커를 활용하여 독거어르신 안전을 관리하는 “행복커뮤니티”가 2023년부터 신규사업으로 시작되어 총 6개의 사업단으로 운영됩니다.

노인일자리 및 사회활동지원사업 참여자 교육



노인일자리 및 사회활동지원사업 참여자를 대상으로 역량 강화와 건강한 노후 생활을 위하여 직무·안전·소양 교육을 진행하였습니다. 1년간 일자리 참여자들의 활약을 기대합니다.

요양보호사 간담회 및 신년 식사



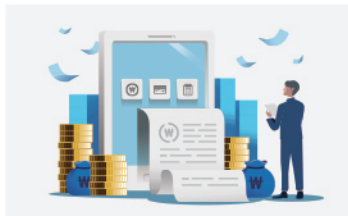
1월 30일 코로나19 유행 이후 3년만에 방문요양사업팀에서 요양보호사 간담회 및 신년 식사 자리를 가졌습니다. 요양보호사의 사기진작 및 격려의 시간이 되었습니다.

정월대보름 맞이 프로그램 진행



정월대보름을 맞이하여 취약 어르신을 대상으로 우울예방 프로그램을 진행하였습니다. 어르신 댁에 방문하여 정월대보름에 대한 추억을 나누며 전통 놀이에 대해 알아보고 약밥을 만들면서 즐거운 시간을 보냈습니다.

법인 외부회계감사 실시

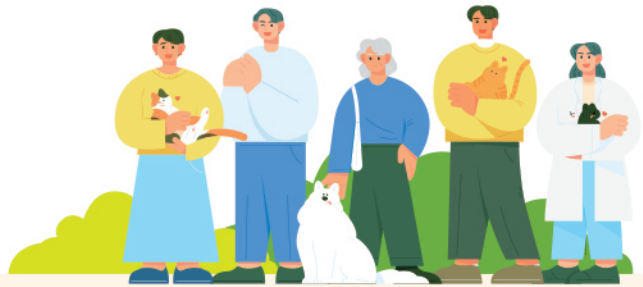


검사 결과의 객관성을 높이고 본 센터의 재정 상황을 보다 투명하게 파악하고 관리하기 위해 2월 6일, 본 센터 법인 외부 회계감사를 실시하였습니다.

나슬다빈 방역 봉사 진행



재가노인지원사업 어르신들을 대상으로 나슬다빈 봉사팀에서 방역 봉사를 진행하였습니다. 매주 토요일 오전에 어르신 댁에 방문하여 소독, 바퀴벌레 퇴치 약 설치를 진행하며, 앞으로도 매주 토요일에 진행 예정입니다.



주야간보호사업 소방훈련



2월10일(금) 본 센터 3층 주야간 보호에서는 전 직원과 이용 어르신께서 참여하여 화재상황/재난상황 발생 시 빠른 대처 및 대피하기 위한 소방대피 훈련을 실시하였습니다.

1분기 운영위원회 실시



2월 21일(화) 10시부터 본 센터 4층 회의실에서 1분기 운영위원회를 실시하였습니다. 2022년 사업운영실적 및 결산보고 2023년 사업운영계획 및 예산보고 등을 보고하고 기타 심의사항을 논의하는 시간을 가졌습니다.

2월 24일 생명지킴이교육



방문요양 요양보호사와 사회복지사가 자살 예방 생명지킴이 교육을 이수하였습니다. 관심을 기울이고 함께 노력하는 종사자가 되도록 노력하겠습니다.

1분기 노인맞춤돌봄 실무협의회 및 협의체 간담회



2월 28일(화)과 3월 7일(화)에 각각 노인맞춤돌봄 실무협의회와 협의체 간담회에 참석하였습니다. 노인맞춤돌봄서비스 수행기관 간 사업현황에 대해 공유하고 향후 사업운영에 대해 논의하는 시간을 가졌습니다.

주야간보호사업 세스코방역 실시



주야간보호 사업에서는 코로나19에 대비하여 한달에 한번씩 방역 및 소독을 실시하고 있습니다. 그 외 철저히 마스크를 착용할 수 있도록 교육을 하고 있고 손 씻기를 생활화 하고 있도록 하고 있습니다.

노인맞춤돌봄서비스 수행인력 IOT교육



3월 3일(금) 노인맞춤돌봄서비스 사회복지사와 생활지원사 32명을 대상으로 1차 IOT교육이 진행되었습니다. 분기별 1회 IOT교육을 이수하여 어르신들의 안전관리에 만전을 다하도록 하겠습니다.

으쓱으쓱 프로그램 (특화프로그램)

종이접기 손의 근력향상 과 인지력 창의력을 높일 수 있어요.



종이접기 프로그램이란?

종이접기를 통한 집중력과 협응력을 증진 시키고 섬세한 손놀림이 요구되어 두뇌활동을 자극하고 치매예방·신체기능향상·정서적 안정·삶의 활력소 충전을 도모하며 감정적 표현을 통한 자신감을 향상시킬 수 있다.



프로그램 기대효과



1. 소근육 발달 :

종이접기(그림)하면서 눈과 손의 협응동작으로 좌뇌와 우뇌를 골고루 발달시키는데 도움이 된다. 손근육은 단추채우기, 신발끈 묶기 등 섬세하고 정교한 작업을 하는데 기초가 되어 신체발달과 학습 능력향상에 중요한 역할을 한다.

2. 두 뇌 발 달 :

종이접기를 하면서 순서를 생각하고 실행하고 완성되어가는 모습을 상상하면서 인지력·이해력 등 뇌가 활발히 발달한다. 특히 손을 사용하여 더욱 정교하게 신경망을 만들어 뇌발달이 더 빨리~더 높은 수준으로 발달할 수 있다.

3. 집중력·인내력 강화 :

작품을 완성하면서 완성품까지 단계마다 집중력과 인내력이 키울수 있도록 하고 특히 종이접기에 몰두하는 동안 심리적 안정감과 성취감을 얻을 수 있다.

4. 치 매 예 방 :

종이접기를 통해 집중력과 창의성 등을 키우고 인지능력의 퇴화를 막아 치매 예방에 도움이 된다. 신체 능력을 증진시키고 관계형성 및 사회적응력 회복, 자신감 회복 및 집중력 향상, 여가흥미 욕구증대 기대효과를 가질 수 있도록 한다.

대상 구립영등포노인복지센터
주야간보호서비스
이용 어르신

일정 매주 금요일 오후
14:00~15:00



어르신들 종이접기 활동모습



와글와글 활동기

요양보호사 이화연

기쁨의 건축 ♥

마음의 바람을 불게 하는곳 ♥

요즘 우리 사회의 특징중 하나는 어려움을
피하면서 살고 건강하게 살고자
하는 희망을 꿈꾼다. ♥



마음을 긍정적으로 가지면 모든 일들이 잘 풀리는 것 같고 좋은 것들만 보는 것이 삶의 방법이라고 생각하면서 인생을 살아왔습니다. 미래의 노년의 삶과 예상치 못한 질병으로 자유롭지 않음에 관심을 가지고 있을 즈음 지인의 권고로 요양보호사 자격증을 취득 후 데이케어센터에 어르신들을 모시게 되었습니다.

평소에도 데이케어라는 곳의 일상이 궁금하였고 우연히 일을 시작하면서 어르신들의 하루의 일상이 궁금해지고 하루라고 결석을 하시면 무슨 일 때문에 안 나오시는지? 혹시 많이 안 좋으셔서 결석을 하셨는지? 걱정하는 저의 모습을 발견하게 되었습니다. 어르신의 일상이 궁금해지고 오랜 시간 함께 생활하면서 친근감을 느끼고 나의 부모님같은 마음으로 모시게 되었습니다.

매일매일 이루어지는 다양한 프로그램에서 삶의 활력을 느끼고 믿음과 편안한 마음을 되찾을 수 있도록 항상 최선을 다하면서 어르신들을 제 부모님같이 모실 수 있는 마음이 갖게 될 수 있도록 노력하는 요양보호사가 될 수 있는 바람을 갖는다.



방긋방긋 후원소식

[어르신들의 행복한 삶을 응원합니다~!]



본죽 신길점 야채죽 지원. 1.12(목), 1.26(목)

본죽 신길점에서 1월 12일, 1월 26일 총 2회 식사준비가 어려운 어르신에게 맛있고 따뜻한 죽을 지원하였습니다.



푸주옥 설렁탕 지원. 월2회 격주 수요일

푸주옥에서 매월 2회 맛있는 설렁탕을 후원하여 어르신에게 균형 잡힌 식사를 지원할 수 있었습니다.



못난이파배기 파배기 도넛 지원. 월 1회

못난이파배기에서 매월 1회 파배기15개, 팔도너츠 45개를 후원하여 어르신들에게 맛있는 간식을 전달하였습니다.



우리조운약국, 나래약국, 중앙메디칼약국 파스 지원. 월 1회

우리조운약국, 나래약국, 중앙메디칼약국에서 매월 1회 파스를 후원하여 몸이 불편한 어르신에게 전달하였습니다.



한국노인복지회 화장품 지원. 1.10(화)

한국노인복지회에서 끌라빠엘 헤더 인리치 토너 외 36개의 품목을 지원해주어 어르신 408명에게 전달하였습니다.



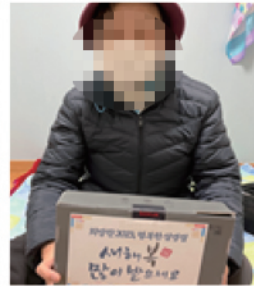
코레일용산역/한국환경공단 김 선물세트 지원. 1.12(목), 1.17(화)

코레일용산역에서 김선물세트 82개, 한국환경공단에서 김 선물세트 16개와 후원금 8천원으로 고구마 1box를 구매하여 어르신들에게 전달하였습니다.



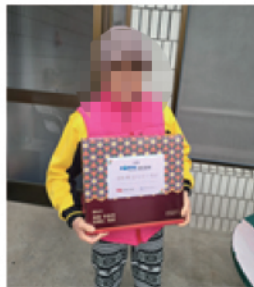
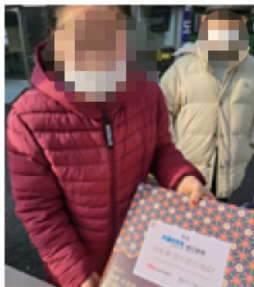
**KDB산업은행/영등포구자원봉사센터
굴비세트. 1.18(수)**

KDB산업은행/영등포구자원봉사센터에서 굴비세트 30개를 지원해주어 어르신 30명에게 전달하였습니다.



**공동모금회(푸본현대생명) 떡국떡, 사골곰탕,
바디워머, 보조배터리 지원. 1.17(화)~1.19(목)**

공동모금회(푸본현대생명)에서 설을 맞이하여 떡국떡, 사골곰탕 480개, 바디워머, 보조배터리 300개를 지원해주어 어르신들에게 전달하였습니다.



**코레일유통 경인본부 차세트 지원.
1.20(금)**

코레일유통 경인본부에서 차 세트 51개를 후원하여 51명의 어르신들에게 전달하였습니다.



**한국노인복지회(사단법인 임팩트비즈니스재단)
전기요 및 영양죽 지원. 2.15(수)**

한국노인복지회(사단법인 임팩트비즈니스재단)에서 전기요 및 영양죽 187개를 지원해주어 어르신들에게 전달하였습니다.

많은 분의 후원으로 본 센터의 어르신들께 뜻깊은 나눔을 진행하였습니다.
경제적, 정서적으로 취약하신 어르신을 위한 지원과 관심을 아까지 않는
후원처에게 감사인사를 전합니다.

본죽 신길점, 푸주옥, 못난이파배기, 우리조운약국, 나래약국, 중앙메디칼약국, 코레일유통 경인본부, KDB산업은행,
영등포구자원봉사센터, 코레일용산역, 한국환경공단, 공동모금회(푸본현대생명), 한국노인복지회, 사단법인 임팩트비즈니스재단

후원에 감사드립니다.

건강정보

건강관리는 예방수칙 준수로부터~!!

금연! 간접흡연도 피하기 	천식의 원인과 악화요인 확인 후 회피! 	청결한 실내 유지하기 대기오염 심한 날 외출 자제하거나 마스크 착용하기 	실내온도와 습도는 적절히 유지 	스트레스 관리는 필수! 	알레르기 진단 식품만 제한해요! 
감기예방 위해 손 잘 씻기 독감예방 접종하기 	아토피 피부염  천식  알레르기 비염 			손톱 발톱은 짧게! 	
규칙적인 운동으로 정상체중 유지하기 	알레르기로부터 자유로운 알자내물 내 몸을 위한 작은 실천 걱정 마세요 바르게 알고 꾸준히 관리, 치료하면 삶의 질이 높아집니다 2022 건강한 대한민국 만들기 캠페인 YouTube 알자내물 을 검색하세요 질병관리청 아토피·천식 교육정보센터			피부자극 없는 옷을 입어요 	
의사의 지시에 따라 천식 치료하기 				하루 2번 이상 보습제 바르기 샤워 후에는 필수! 	
천식 악화 시 대처방법 숙지하기 				약산성 물비누 쓰고 때 밀기 금지! 	
청결한 실내 유지하기 대기오염 심한 날 외출 자제하거나 마스크 착용하기 				목욕은 매일, 미지근한 물로 10분 내외 	
비염의 원인과 악화요인을 검사로 확인하고 피하기 	보습과 피부관리 철저! 				
담배연기 싫어요! 	감기예방 위해 손 잘 씻기 	효과와 안전성이 입증된 방법으로 꾸준히 치료 	알레르기로부터 자유로운 내 몸 	생활 속 예방관리수칙 함께 실천해요! 	

출처 : 질병관리청 '알레르기질환 예방관리수칙'

후원물품

2022년 하반기 재정보고서

2022년 7월 ~ 12월 기준	
항목	후원처
웨하스 795box	롯데제과
꼬깔콘 370box	
쌍화탕 40ea	강남선이고은한의원
야채죽 24ea	본죽 신길점
설렁탕 120ea	푸죽옥
파배기 270ea, 팔도넛90ea	못난이 파배기
온누리상품권 21ea	한국환경공단
도라지/호두정과 16ea	한국우편사업진흥원
샤인머스켓 70box	코레일유통주식회사
이불 17ea	서울사회복지공동모금회
양념갈비 31ea	주식회사 와이에이치투
양배추즙(47포) 1ea	
쌀(10kg) 2ea	
파스 20box	우리조운약국
파스 180ea	수인유평마약국
파스 60ea	중앙메디칼약국
파스 120ea	나래약국
유모차 16ea	재익(물류)
서큘레이터 10ea	오토한즈 (영등포자원봉사센터)
과일세트 10box	

세 입 (단위 : 천원)		
항목	구립영등포 노인복지센터	비율
보조금수입	2,255,863	63.7%
자부담수입	120,000	3.4%
장기요양급여수입	649,686	18.3%
가산금수입	135,686	3.8%
본인부담금수입	98,660	2.8%
식재료비수입	36,301	1.0%
결연후원금수입	49,730	1.4%
후원금수입	9,823	0.3%
기타예금이자수입	264	0.0%
기타접수입(직원식재료비수입 외)	26,473	0.7%
이월금	159,621	4.5%
합 계	3,542,107	100.0%

세 출 (단위 : 천원)		
항목	구립영등포 노인복지센터	비율
결연후원사업	49,730	1.4%
방문요양사업	450,022	12.7%
재가노인지원사업	302,917	8.6%
주야간보호사업	486,157	13.7%
노인맞춤돌봄사업	708,503	20.0%
노인사회활동지원사업	1,168,325	33.0%
저소득어르신무료급식사업	71,161	2.0%
노인복지기금사업	4,233	0.1%
노인맞춤돌봄서비스수행인력활동수당	17,287	0.5%
취약어르신건전관리솔루션(IOT)사업	23,633	0.7%
이웃살피미(사회적고립가구지원)사업	1	0.0%
민관협치사업	24,011	0.7%
노인맞춤돌봄 수행인력 물품지원사업	3,150	0.1%
맞춤형복지포인트지원사업	3,401	0.1%
주야간 코로나19 시설운영보조금지원	1,000	0.0%
장기요양요원무료독감예방접종사업	909	0.0%
병원안심동행사업	1,080	0.0%
데이케어센터 종사자 복지포인트사업	3,300	0.1%
노인사회활동지원 복지포인트사업	600	0.0%
노인맞춤돌봄 복지포인트사업	600	0.0%
노인사회활동지원 수행기관 인센티브	264	0.0%
이월금	221,823	6.3%
합 계	3,542,107	100.0%

사회복지법인
한국노인복지회

age helps

한국노인복지회는 영국에 본부를 두고 있는 국제노인복지회 회원으로 전 세계 50개 국가에서 70여개 회원기관과 함께 불우노인을 위해 활동하고 있으며, UN으로부터 노인복지부분 UN상을 수상한 최초의 국제 민간 단체입니다.

더 희망찬 내일을 위한 우리동네

후원자님을 찾습니다~!

개인회원, 기업회원, 물품후원회원 등

자원봉사자가 되어주세요~!

전문자원봉사(의료, 복지 전문분야),
주야간프로그램도우미, 전화말벗봉사 등

02. 2631. 3212 로 전화주세요!



오시는 길

지하철

- 5호선 양평역 1번 출구 (도보 3분)

버스

- 양평역 하차 : 영등포02, 영등포05
(월드메르디앙APT방향 300M)
- 당중초등학교 하차 : 7612, 5, 영등포05
(양평대우이안APT방향 400M)

주차안내

- 건물 내 지하주차장 이용 가능

한국노인복지회 구립영등포노인복지센터

자가노인지원사업 TEL. 02. 2631. 3212 FAX. 02. 2631. 3215

노인사회활동사업 TEL. 02. 2679. 0065 FAX. 02. 2632. 0065

노인맞춤돌봄서비스 TEL. 02. 2679. 0065

주야간보호센터 TEL. 02. 2634. 2215

방문요양·목욕 TEL. 02. 2631. 3212