

소망

2022년 겨울호_138호



어리석은 자는 멀리서 행복을 찾고,
현명한 자는 자신의 발치에서
행복을 키워간다.

- 제임스 오픈하임 -

눈

지난밤에
눈이 소오복이 왔네

지붕이랑
길이랑 밭이랑
추워한다고
덮어주는 이불인가 봐

그러기에
추운 겨울에만 내리지

#윤동주
#눈



인사말

화려하게 수놓았던 단풍들도 낙엽이 되어 떨어지고 이젠 성큼 겨울이 왔음이 느껴집니다.
첫눈의 설렘처럼 여러분의 겨울에도 설렘이 가득했으면 좋겠습니다.
추워지는 날씨지만 마음만은 누구보다 따뜻하고 행복한 날이 되시길 바랍니다.



Contents



02 좋은 글



03 인사말

04 도란도란 센터소식

06 으쓱으쓱 "오늘도 청춘" 특화프로그램

07 와글와글 일하는 기쁨과 보람으로 보낸 일 년

08 방긋방긋 후원소식



10 건강정보

항생제 처방은 신중하게, 복용안내는 정확하게,
복용은 증상이 없어도 끝까지!

11 주요일정 2023년 상반기

도란도란 센터소식

[2022년 10월 ~ 12월]

영양교육 「음식으로 가을 느끼기」 진행



「음식으로 봄 느끼기」 프로그램에 어르신들에게 큰 호응을 받아 가을을 맞이하여 「음식으로 가을 느끼기」도 진행하였습니다.

9월~11월 간의 제철 식재료를 알아보고 9월에는 수수부꾸미, 10월에는 고등어 무조림, 11월에는 호박죽을 만들어 보면서 가을을 느낄 수 있는 시간이 되었습니다.

노인맞춤돌봄서비스 이용자 문화체험활동



10월 21일(금) 노인맞춤돌봄서비스 이용자와 문화체험활동을 진행하였습니다.

「인생은 아름다워」 영화관람 후에 맛있는 식사를 하며 즐거운 시간을 보냈습니다.

서울시와 함께하는 찾아가는 옛날옛적에 “오늘도 청춘”



주야간에서는 10월 24일 어르신들을 위해 서울특별시와 한국문화예술교류협회가 주관하는 함께하는 찾아가는 옛날옛적에 Healing 융복합공연으로 “오늘도 청춘” 특화프로그램을 실시하였습니다.

주야간보호사업 이미용 서비스 실시



매달 한번씩 한빛봉사단에서 어르신들의 이미용서비스를 실시함으로써 외모를 단정하게 할 수 있도록 도움을 제공하고 있습니다. 매번 어르신들의 만족도가 높은 특화프로그램입니다.

재가노인지원사업 이용자 야외나들이 진행



10월 28일(금) 재가노인지원사업 어르신들과 함께 야외나들이를 다녀왔습니다. 포천 허브아일랜드에서 맛있는 식사 및 산책, 아름다운 꽃구경을 하였습니다. 그동안 코로나로 인해 외부 활동이 어려워 우울감을 느끼고 있었던 어르신들에게 기분 전환과 즐거운 추억을 만드는 시간이 되었습니다.

키오스크 사용교육



11월 2일(수) 대한어머니회서울시연합회와 연계하여 디지털자녀인 어르신들과 키오스크 사용교육을 진행하였습니다.

직접 가게에서 실습하며 어르신들이 키오스크 사용에 자신감을 가지고 사용할 수 있도록 하는 기회가 되었습니다.



주야간보호사업 방역소독 실시



주야간보호 사업에서는 코로나19에 대비하여 한 달에 두 번씩 방역 및 소독을 실시하고 있습니다.
그 외 철저히 마스크착용과 손씻기를 생활화하도록 교육하고 있습니다.

김장김치 후원행사



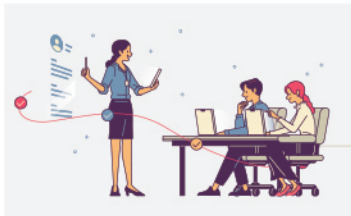
11월 09일(수) 한국노인복지회, KB국민은행에서 김장김치 10kg 500박스를 후원해 주셔서, 500명의 저소득 어르신에게 김장김치를 전달하였습니다.
김장재료 가격이 폭등하여 김장준비에 어려움을 겪고 있던 어르신들께 이번 후원은 큰 도움이 되었습니다.

4분기 운영위원회 실시



4분기 운영위원회 회의를 10월 24일(월), 11월 24일(목) 2회 진행하였습니다.
3분기 실적 및 2023년 사업계획과 예산을 보고하고 기타 안전에 대해 논의하는 자리 되었습니다.

노인맞춤돌봄서비스 생활지원사 간담회



11월 25일(금) 노인맞춤돌봄서비스 생활지원사 간담회를 진행하였습니다.
이번 간담회를 2022년 애로사항 및 건의사항 등을 수렴하고 수행인력 간의 교류를 통해 소속감을 증진할 수 있는 자리가 되었습니다.

주야간보호사업 안마서비스 실시



시각장애인 안마선생님들이 어르신들을 아픈 부위를 정성스럽게 안마서비스를 해드리고 있습니다.
만성 근골격계 질환이 있는 어르신의 건강 증진을 꾀할 수 있습니다. 국가공인 자격을 갖춘 안마사가 진행하고 있습니다.

2023년 노인사회활동지원사업 참여자 모집



2023년 노인사회활동지원사업 참여자 모집을 위하여 12월 5일부터 12월 16일까지 참여자 통합모집을 진행하였습니다.
지원해주신 모든 어르신들께 감사드립니다.

으쓱으쓱 프로그램 (특화프로그램)

서울시와 한국문화예술국제교류협회와 함께하는 찾아오는 민속단 **오늘도 청춘**



오늘도 청춘

어르신들의 위축과 소외감을 해소하고 삶의 만족감과 사회적 결속력을 증진시키고 정서적 안정감을 갖고 건강한 삶을 영위하여 100세 시대에 살고있는 어르신들에게 "오늘도 청춘"이라는 메시지로 웃음과 행복을 전파하였습니다.



프로그램 내용

1부 "톡톡톡 차차차" 융복합 공연으로 트로트, 한국무용, 스트리트 댄스, 첼로 등 다양한 공연을 통해 어르신들의 위축과 소외감을 해소하고 삶의 만족감과 사회적 결속력을 높힐수 있도록 하였습니다.

2부 "마음 치유를 돕는 그룹아트 테라피 체험교육을 실시하였습니다.

대상 구립영등포노인복지센터
주야간보호서비스
이용 어르신

일정 2022년
10월 24일 월요일



어르신들 테라피 체험모습



와글와글 활동기



어르신들과 일하는 기쁨과 보람으로 보낸 일 년

실버활력채우미 여효덕 봉사자님

아침에 눈을 뜨고 일터로 향해 걷는 시간이 하루 중 제일 즐겁고 소중하다는 자원봉사자분이 계십니다.

7년 전 자원봉사자로 시작하여 사각지대 어르신들의 안전 확인과 말벗이 되어주시는 모범 봉사자로 구의장 표창을 받으신 실버활력채우미 여효덕 봉사자님을 소개합니다.



자원봉사자를 시작하면서

매일 같은 하루가 반복되는 일상에서 무언가 삶에 활력이 되고 뜻깊은 일을 하고 싶다는 생각을 하고 있을 때 구립영등포노인복지센터의 홍보지를 보게 되었습니다. 봉사에 대한 관심을 가지고 있었기 때문에 나에게 찾아온 기회라고 생각하고 시작하게 되었습니다. 처음에는 '내가 누군가에게 도움을 줄 수 있겠지'라는 생각으로 시작하였지만 지금은 일을 하면서 내가 더 그분들에게 받은 것이 많고 보람되어 감사하는 마음으로 일하고 있습니다. 현재는 코로나19로 어르신택 방문이 어려워졌지만 가끔 찾아뵙고 안부를 묻고 어르신들과의 소중한 인연은 계속되고 있습니다.

일하는 기쁨과 보람으로 보낸 일년

코로나19로 어르신 택 방문일이 어려워지면서 마을 순찰 및 야외 활동일을 시작하게 되었을 때 처음에는 낯설고 어려움도 많았지만 내가 사는 동네가 깨끗해지고 주변 사람들의 칭찬과 격려를 받으면서 또 다른 보람을 느끼게 되었습니다.

실버활력채우미가 일한 날과 쉬는 날의 거리 청결이 눈에 띄게 달라져 있고 코로나19로 참여자의 방역관리에 책임감을 갖고 동참하여 주어진 일을 열심히 했을 뿐인데 모범 봉사자로 뽑히는 감사한 일이 저에게 찾아왔습니다.

자랑스럽고 큰 영광이었습니다.

건강이 허락하는 한 기쁨으로 더욱 열심히 봉사하겠습니다.



방긋방긋 후원소식

[어르신들의 행복한 삶을 응원합니다~!]



못난이파배기 파배기 도넛 지원. 월 1회

못난이파배기에서 매월 1회 파배기 도넛을 후원하여
어르신들에게 맛있는 간식을 전달하였습니다.



본죽 신길점 야채죽 지원. 월2회 격주 목요일

본죽 신길점에서 매월 2회 식사준비가 어려운 어르신에게
건강하고 따뜻한 죽을 지원하였습니다.



푸주옥 설령탕 지원. 월2회 격주 수요일

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



우리조운약국 파스 지원. 월 1회

우리조운약국에서 매월 1회 파스를 후원하여
몸이 불편한 어르신에게 전달하였습니다.



나래약국 파스 지원. 월 1회

나래약국에서 매월 1회 어르신들에게 파스를 지원해주어
몸이 불편한 어르신들에게 전달하였습니다.



수인약국 파스 지원. 월 1회

수인약국에서 매월 1회 어르신들에게
파스를 후원하여 어르신들에게 전달하였습니다.



롯데제과 과자(꼬깔콘, 웨하스) 232개를
10/21(금)

롯데제과에서 과자(꼬깔콘, 웨하스) 232개를
지원하여 어르신에게 맛있는 과자를 전달하였습니다.



코레일유통주식회사 샤인머스켓
70BOX 지원. 10월 27일(목)

코레일유통주식회사에서 샤인머스켓 70BOX를
지원해주어 맛있는 과일을 전달하였습니다.



재익(물류) 유모차 16개 지원.
11월 8일(화)

재익(물류)에서 유모차 16개를 지원해주어
거동이 불편한 어르신들에게 전달하였습니다.



한국노인복지회, KB국민은행 김장김치(10kg)
493박스 지원. 11/9(수)

한국노인복지회에서 김장철을 맞이하여 어르신들에게
김장김치(10kg) 493박스를 지원하였습니다.

많은 분의 후원으로 본 센터의 어르신께 뜻깊은 나눔을 진행하였습니다.
경제적, 정서적으로 취약하신 어르신들을 위한 지원과 관심을
아끼지 않는 후원처에게 감사 인사를 전합니다.

롯데이파배기, 본죽 신갈집, 푸죽옥, 한국노인복지회, KB국민은행,
우리조운약국, 나래약국, 롯데제과, 재익(물류), 코레일유통주식회사, 수인약국

후원에 감사드립니다.



올바른 처방에 동참해주세요!

MRSA

(메티실린내성황색포도알균)

12.5%

2019년
WHO 평균 내성률



48.6%

2019년 국내 내성률
(특히 병원환경감염 내성률 63.9%)

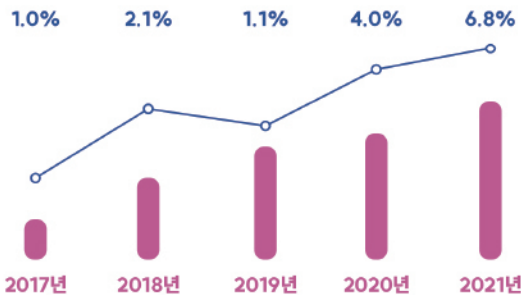
CRE

(카바페넴내성장내세균속)

①
CRE 내성률

②
CRE 감염증
발생 신고건수

국내
최초발견
2008년



① (자료원) Kor-GLASS 운영 결과 내 폐렴약대군의 ertapenem 내성률(2017년~2021년)
② (자료원) 법정감염병 전수감시 결과(2017년 6월~2021년)

광범위 항생제 처방률

7.0% < 10.7%

2013년 2021년

*심평원 급성 상기도 감염 관련 약제급여 적정성 평가 중 세파 3세대 이상 처방률

부적정 항생제 처방률

26.1%

2019년 기준

항생제 처방은 신중하게, 복약안내는 정확하게,
복용은 증상이 없어도 끝까지!!



출처 : 질병관리청 '2022년 항생제 내성 예방 캠페인 포스터'

우리센터 주요일정

2023	재가노인지원팀	노인맞춤돌봄팀	방문요양팀	주야간보호팀	어르신일자리팀
1월	- 분기 보고 - 자원봉사자 월례모임 - 나눔가게 네트워크 회의	- 한파대비 취약노인보호대책 시행 - 설 후원 행사 - 생활지원사 주간회의	- 요양보호사 신년 간담회	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 정기적인 직원회의 - 이미용서비스	- 노노케어 활동시작 - 활동교육 - 행복커뮤니티 활동시작
2월	- 설날 행사 - 자원봉사자 월례모임 - 나눔가게 네트워크 회의	- 한파대비 취약노인보호대책 시행 - 생활지원사주간회의 - 1분기 노인맞춤실무 협의회 간담회 - 수행인력 직무교육	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 정기적인 직원회의 - 이미용서비스	- 은빛재능나눔미 활동시작 - 실버활력채우미 활동시작 - 행복공간지킴이 활동시작 - 활동교육 - 기억친구활동시작
3월	- 자원봉사자 월례모임 - 나눔가게 네트워크 회의	- 생활지원사 주간회의 - 1분기 노인맞춤돌봄 협의체 간담회	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 정기적인 직원회의 - 사례회의 - 이미용서비스	- 활동교육 - 문화체험 활동
4월	- 분기 보고 - 자원봉사자 월례모임 - 나눔가게 네트워크 회의	- 생활지원사 주간회의	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 정기적인 직원회의 - 이미용서비스	- 활동교육
5월	- 어버이날 행사 - 자원봉사자 월례모임 - 봄 나들이 - 나눔가게 네트워크 회의	- 어버이날 후원 행사 - 생활지원사 주간회의 - 2분기 노인맞춤실무 협의회 간담회 - 문화체험활동	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 정기적인 직원회의 - 이미용서비스	- 활동교육
6월	- 자원봉사자 보수교육 - 직원 워크샵 - 나눔가게 네트워크 회의	- 폭염대비 취약노인 보호대책 시행 - 생활지원사 주간회의 - 생활지원사 인사평가 - 2분기 노인맞춤 협의체 간담회	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육	- 소방훈련 - 어르신 생신잔치 - 사회적응프로그램 - 상반기 재단대피훈련 - 정기적인 직원회의 - 2분기 보호자간담회 - 2분기 운영위원회 - 이미용서비스	- 활동교육

※ 위 일정은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

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

재가노인지원사업 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