

소기

2023년 가을호_141호

세상에는 좋은 것도 없고
나쁜 것도 없다
다만 생각이 그렇게 만들 뿐

- 윌리엄 셰익스피어, <햄릿> -



가을하늘

연못에 가을 하늘이
파랗게 빠져 있다.

두 손으로 건져내려고
살며시 떠올리면
미꾸라지 빠지듯

조르르 손가락 새로
쏟아지는 가을 하늘

최만조



인사말

무더운 여름이 가고 어느덧 가을빛이 완연합니다.
뜨거운 여름 탈 없이 잘 보내셨나요?

가을 바람과 함께 여름의 아쉬움 다 날려버리고,
가을 첫 출발을 즐겁게 시작했으면 합니다.

단풍처럼 아름다운 추억을 만들어가는 가을 되시고,
환절기 감기 조심하고 행복한 일만 가득하시길 바랍니다.

Contents



02 좋은 글



03 인사말



04 도란도란 센터소식

06 으쓱으쓱 인지두뇌책놀이 수업을 통해 즐거움, 자신감, 우울감 해소!

07 와글와글 어르신과 함께 쌓아가는 행복한 추억

08 방긋방긋 후원소식

10 건강정보 간 건강은 간염 바로알기로부터~!!

11 재정보고 2023년 상반기

도란도란 센터소식

[2023년 4월~6월]

구강관리 교육



틀니를 사용하는 어르신들의 구강 및 틀니 관리를 위하여 구강관리 교육을 진행하였습니다. 어르신들에게 구강 관리 물품 배부와 관리 방법을 알려 드리고 함께 입 체조를 해보면서 유익한 시간이 되었습니다.

KRX국민행복재단과 함께하는 「다채움」 프로그램



KRX국민행복재단 후원으로 월 1회 문화체험과 계절별 나들이를 진행하고 있습니다. 이번 분기에도 어르신들과 영등포타임스퀘어에서 영화관람, 식사, 장보기 활동을 하였습니다. 이용자에게 사회참여를 통한 삶에 활력을 제공하는 시간이 되었습니다.

방문요양 근골격계질환예방



7월 28일 방문요양팀에서 종사자들의 근골격계질환 예방을 위해 예방법, 스트레칭 효과에 대한 교육과 예방을 위한 스트레칭 운동기구 제공하였습니다.

재가노인지원서비스 1인가구 어르신들의 자조모임 활동 지원 사업



재가노인지원서비스 1인가구 어르신들을 대상으로 자조모임 활동 지원 사업을 진행하고 있습니다. 올 여름에는 쿠킹클래스를 진행하여 즐거운 추억을 함께 만들었습니다.

노인맞춤돌봄서비스 폭염대비 활동



노인맞춤돌봄서비스 이용자의 폭염대비 보호조치 계획을 수립하여 폭염 특보 발효 시 안전확인을 진행하고 폭염대비 후원물품을 지원하였습니다. 또, 폭염 시 행동요령, 온열질환 증상 등을 교육하고 수분섭취를 위한 영양교육을 진행하며 어르신들이 건강한 여름을 보낼 수 있도록 노력하였습니다.

노인사회활동지원사업 문화체험활동



8월 중 어르신일자리 참여자 약 130명을 대상으로 문화체험을 진행하였습니다. 어르신들이 쉽게 만들 수 있는 고추장 만들기 키트를 배부하여 집에서 고추장 만들기를 체험해 볼 수 있도록 지원하였습니다.



오손오손 봉사단 봉사활동



직장인 봉사단체인 오손도순에서 7월과 9월에 가스타IMER 직접 설치가 어려운 어르신 댁에 방문하여 설치하는 봉사활동을 진행하였습니다. 가스타IMER 설치를 설치하여 어르신들이 안전한 주거환경에서 거주할 수 있도록 지원하였습니다.

보리빵 만들기 (특화프로그램)



주야간사업에서는 어르신들과 같이 특화프로그램으로 "보리빵만들기"를 진행하였습니다. 보리반죽을 하고 고명을 올린후 찜통에 찌서 맛있게 드실수 있도록 하였습니다.

족욕실 및 직원휴게실 설치



주야간사업에서는 새로운 신설프로그램인 "족욕서비스"를 실시할수 있도록 "족욕실 및 직원휴게실" 설치하였습니다. 추후 어르신들의 건강증진 및 심리적 안정을 위해 다양한 서비스를 제공할 예정입니다.

주야간보호센터 어르신 생신잔치



매월 주야간센터에서는 가족지지 프로그램인 어르신 생신잔치를 주야간보호센터 전 직원과 이용 어르신께서 참여하여 다같이 생신 어르신을 축하하는 자리를 가졌습니다.

3분기 운영위원회



9월 1일(금) 3분기 운영위원회가 실시되었습니다. 2분기 사업실적 및 3분기 사업계획과 상반기 세입·세출을 보고하고 기타 주요 안건에 대해 논의하는 자리가 되었습니다.

노인맞춤돌봄서비스 수행인력 워크숍



9월 6일 영등포구 노인맞춤돌봄서비스 수행기관 4곳에서 근무하는 사회복지사와 생활지원사 대상으로 심리지원을 위한 워크숍이 진행되었습니다. 약 130명의 종사자가 참석하여 함께 영화를 관람하고 구청장 및 기관장이 방문하여 종사자의 노고를 격려하였습니다.

으쓱으쓱 프로그램 (맞춤프로그램)



인지두뇌책놀이 수업을 통해 즐거움·자신감·우울감 해소!(신설)



인지두뇌책놀이 란?

어르신들과 책을 재미있게 읽으면서 주제나 책에 있는 그림 등으로 서로 소통하며 상호작용을 하면서 인지활동을 할 수 있는 수업입니다. 인지활동을 통해 치매예방은 물론 인지기능을 향상시키고 책을 읽은 후에는 주제·소재·등장인물 등에 공감하여 대리만족으로 우울감이나 스트레스를 감소시키는 목적을 가지고 있습니다.



프로그램 내용

수업을 진행하기 전 도입부분에 기지개·가슴치기·어깨 스트레칭을 한 후 다양한 책을 읽으면서 수업을 진행한다.

[세엄마 이야기]

콩 농사 과정에서 나타난 문제의 해결방법을 알아보며 이해 및 판단력을 기를 수 있도록 한다.

[빨강부채·파랑부채]

주어진 상황에 맞게 빨강부채·파랑부채를 선택해 봄으로 이해 및 판단력을 기른다.

대상 구립영등포노인복지센터 주야간보호서비스 이용 어르신

일정 매주 수요일 11:00-12:00



어르신들의 인지두뇌책놀이 활동모습



와글와글 활동기



어르신들과 함께 쌓아가는 행복한 추억

재가노인지원서비스 자원봉사자 **김용숙**

자원봉사를 하며 어르신들과 함께 여행도 가고 맛있는 빵도 만들어보고, 정말 재미있고 행복한 추억을 쌓아가고 있습니다. 처음 만나 뵈었을 때는 웃지 않으셨던 어르신들이 이제는 농담도 주고받고 호탕하게 웃으며 이야기를 나눕니다. 어르신들께서 마음을 열어가는 과정을 보면 정말 뿌듯하기도 하고 때로는 신기하기도 합니다.

꼭 봉사활동을 하는 활동 시간이 아니더라도 어르신들 잘 계시나 생각도 들고, 무슨 일 있다고 하시면 과일이라도 챙겨서 방문 드리곤 합니다. 이렇듯 어르신들은 제 삶에서 정말 소중한고도 중요한 존재로 자리매김 하였습니다.

따분하고 무료하다가도 어르신들과 통화하거나 만나서 인사를 나누고 오면 활기가 생깁니다. 어르신들께서 저에게 반갑고 고맙다고 하시지만, 저도 어르신들 덕에 하루하루가 즐겁고 뜻깊은 나날을 보내곤 합니다. 그러다 보니 어르신들과의 소통은 꼭 봉사를 위해서가 아니라 자연스러운 제 일상이 되었습니다. 항상 건강하고 행복한 나날만이 오기를 소망하며, 오늘도 어르신들께 안부 인사를 드리며 하루를 시작합니다.



방긋방긋 후원소식

[어르신들의 행복한 삶을 응원합니다~!]



푸죽옥 설령탕 지원. 월2회 격주 수요일

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



뭇난이파배기 파배기 도넛 지원. 월 1회

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



궁중칼국수아구찜 식사 지원. 월 1회

궁중칼국수아구찜에서 월 1회 아구찜탕을 후원하여 어르신들에게 따뜻한 식사를 지원할 수 있었습니다.



중앙메디칼약국 파스 지원. 월 1회

중앙메디칼약국에서 매월 1회 파스를 후원하여 몸이 불편한 어르신에게 전달하였습니다.



나래약국 파스 지원. 월 1회

나래약국에서 매월 1회 파스를 지원하여 몸이 불편한 어르신에게 전달하였습니다.



한국노인복지회(본설령탕) 식사지원, 파우치죽, 육수팩 지원. 7.20(목)

한국노인복지회(본설령탕)에서 식사지원 및 파우치죽, 육수팩을 후원하여 식사준비가 어려운 어르신 34명에게 따뜻한 식사를 지원할 수 있었습니다.



한국노인복지회(본설령탕) 한우설령탕 지원. 7.21(금)

한국노인복지회(본설령탕)에서 한우설령탕을 후원하여 어르신 182명에게 전달하였습니다.



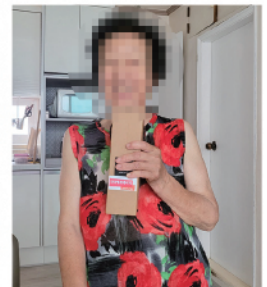
영등포노인종합복지관 여름이불 지원. 7.21(금)

영등포노인종합복지관에서 여름철 더위에 취약한 어르신들에게 여름이불을 지원해주어 어르신 25명에게 전달하였습니다.



영등포사회복지협의회 본죽 지원. 7.27(목)

영등포사회복지협의회에서 죽을 지원해주어 어르신 122명에게 따뜻한 죽을 전달하였습니다.



한국노인복지회(알지?) 식료품 지원. 8.14(월)

한국노인복지회(알지?)에서 식료품(참기름, 들기름, 김, 오미자)을 지원해주어 어르신 80명에게 전달하였습니다.

많은 분의 후원으로 본 센터의 어르신께 뜻깊은 나눔을 진행하였습니다.
경제적, 정서적으로 취약하신 어르신을 위한 지원과 관심을 아끼지 않는 후원처에
감사인사를 전합니다.

푸주옥, 못난이파배기, 궁중칼국수아구찜, 중앙메디칼약국, 나래약국, 한국노인복지회(본설령탕, 알지?),
영등포노인종합복지관, 영등포사회복지협의회

후원에 감사드립니다.

간 건강은 간염 바로 알기로부터~!!

“바이러스 간염 한눈에 보기”

구분	감염경로		증상	치료	예방	
A형 간염	수인성·식품매개 감염병 - 오염된 물이나 음식물 섭취 - 분변-경구 감염		· 발열 · 식욕감퇴 · 구토 · 짙은 갈색 소변 · 황달 등	대증요법 (환자의 증상에 따라 대처하는 치료법)	① 올바른 손 씻기 (30초 이상 흐르는 물에 비누로 손 씻기)	예방 접종 -
E형 간염					② 안전한 음식 섭취 (끓여먹기, 익혀먹기 등) ③ 위생적으로 조리하기	
B형 간염	혈액매개 감염병 - 오염된 혈액 및 체액을 통해 감염	* 주요 감염경로 : 모자간 수직감염	· 발열 · 식욕감퇴 · 구토 · 짙은 갈색 소변 · 황달 · 근육통 등 (무증상 감염도 많음)	- 급성 B형간염 : 대증요법 - 만성 B형간염 : 항바이러스제 치료	예방접종	
C형 간염		* 주요 감염경로 : 주사기 공동사용 또는 재사용		경구용 항바이러스제* 치료 * 직접 작용 항바이러스제 (Direct-acting antiviral agent, DAA)로 98-99% 완치 가능		



※ 질병관리청 유튜브 채널(아프지마TV)에서도
바이러스 간염에 대한 다양한 정보를 확인하실 수 있습니다.

출처 : 질병관리청 “바이러스간염 한눈에 보기”

후원물품

2023년 상반기 재정보고서

2023년 1월 ~ 6월 기준

항목	후원처
광천김 16ea	
후원금	한국환경공단
도시락, 다과키트 30ea	김○○
타르트(4개입) 288ea	LG에너지솔루션
타르트(16개입) 384ea	르까도드마비
아구맑은탕 64ea	궁중칼국수아구찜
본죽 296ea	영등포구사회복지협의회
파스 120ea	나래약국
파스 60ea	중앙메디칼약국
파스 180ea	수인약국
비빔밥, 만두 등 50ea	홍○○
후원금	팜아트홀릭 주식회사
그릭드링크 720ea	서울시재가노인복지협회
수세미, 카네이션 브로치, 손수건(2개) 380ea	재익(물류)
카네이션 120ea	
설령탕 120ea	푸주옥
파스 16box	우리조운약국
파배기 90ea	못난이 파배기
팔도넛 270ea	

세 입

(단위 : 천원)

항목	구립영등포노인복지센터	비율
보조금수입	1,164,936	56.9%
자부담수입	70,000	3.4%
장기요양급여수입	351,820	17.2%
가산금수입	77,877	3.8%
본인부담금수입	52,950	2.6%
식재료비수입	23,082	1.1%
결연후원금수입	24,870	1.2%
후원금수입	52,000	2.5%
기타예금이자수입	147	0.0%
기타잡수입(직원식재료비수입 외)	6,500	0.3%
이월금	221,824	10.8%
합 계	2,046,006	100.0%

세 출

(단위 : 천원)

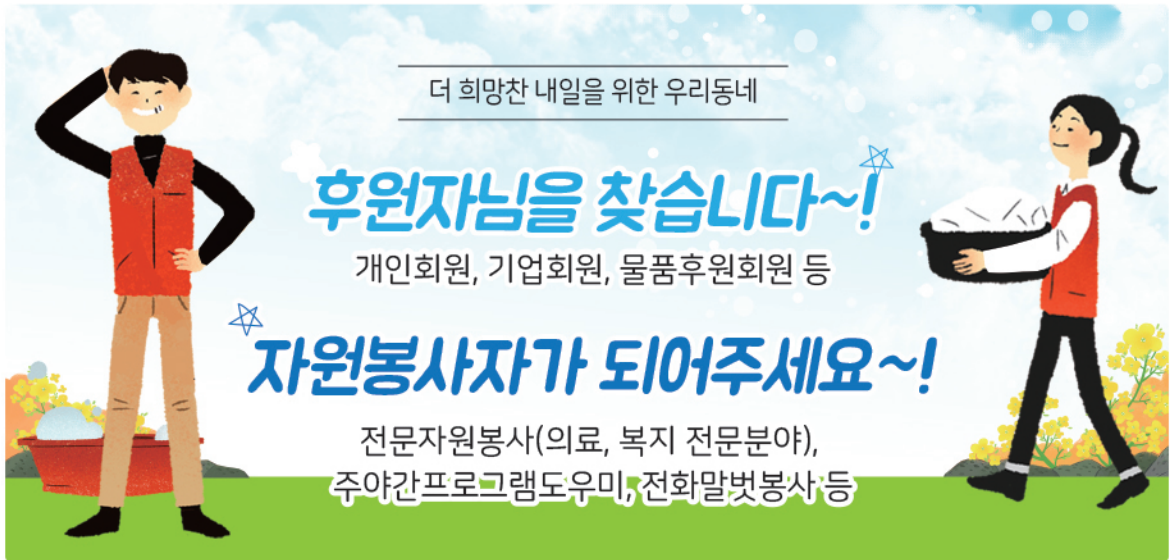
항목	구립영등포노인복지센터	비율
결연후원사업	24,870	1.2%
방문요양사업	227,863	11.1%
재가노인지원사업	176,107	8.6%
주야간보호사업	276,469	13.5%
노인맞춤돌봄사업	337,231	16.5%
노인사회활동지원사업	377,592	18.5%
저소득어르신무료급식사업	49,351	2.4%
노인맞춤돌봄서비스수행인력활동수당	5,760	0.3%
취약어르신안전관리솔루션(IOT)서비스사업	25,080	1.2%
1인가구정책사업	2,697	0.1%
맞춤형복지포인트지원사업	200	0.0%
노인사회활동지원사업-복지포인트	300	0.0%
노인맞춤돌봄사업-복지포인트	300	0.0%
서울형데이케어센터종사자복지포인트지원사업	2,100	0.1%
이월금	540,086	26.4%
합 계	2,046,006	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



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 / 방문요양 · 목욕	TEL. 02. 2631. 3212	FAX. 02. 2631. 3215
노인맞춤돌봄서비스/노인사회활동사업	TEL. 02. 2679. 0065	FAX. 02. 2631. 3215
주야간보호센터	TEL. 02. 2634. 2215	FAX. 02. 2637. 2007