

Ver.07
2014.7

지역주민과 함께하는

아름다운 동행

사회복지법인 원주종합사회복지재단 원주종합사회복지관 www.wonjubokji.or.kr

발행인 : 안병표 편집위원 : 김원배, 최병진, 한은영, 홍은경, 임은영, 권봉주 주소 : 220-966 강원도 원주시 육판길 1 TEL.033)732-4006~7/ Fax.033)742-4036

학 두루미와 더불어

신석정 시(詩)

설령

진흙밭에 발을 붙이고
그토록 시달리는 속에
있을지언정

마음이사

저 학두루미와 더불어
하늘을 날게 할 일ियो

푸르른

하늘이 묻었을
부리로 하여 노래하게 하고

한라산

넘어오는 흰 구름도 묻었을
나래로 하여 춤추게 하고

한 때

대낮을 잃었다손 치더라도
항상 저 학두루미와 더불어
숨쉬게 할 일ियो

참다 참다 지친

오는 날이 멀다 하여
통곡을 가슴에 삼키고 산다 하여
학두루미의 목청을 잊겠느냐?

학두루미와 더불어

노래할 날이
오고 있는 것을 아예 잊지 말라

원주 학봉정(鶴鳳亭)을 오르며...

안 병 표 (원주종합사회복지관장)



원주 봉산(鳳山) 끝자락에 자리 잡고서 시내를 한 눈에 내려다보고 있는 학봉정(鶴鳳亭) 누각(樓閣)을 원주종합사회복지관에 하계 실습 나온 예비 사회복지사님들과 함께 오르며 “학봉정” 이름에 있는 전설의 새 봉황(鳳凰)이 힘 찬 날개 짓을 하며 하늘 높이 날아오르고, 또한 고고함과 우아함을 상징하는 새 두루미 학(鶴)도 힘찬 비상(飛翔)을 하기를 기원하고 되돌아왔습니다.

봄부터 계속된 긴 가뭄과 불볕더위는 들판의 곡식들과 과실들의 고된 삶을 살게 하였을 뿐 아니라 지난 4월 세

월호 침몰 사고로 희생된 고귀한 생명들의 외침도 아랑곳하지 않았고 아직도 가족들의 품으로 돌아오지 못한 실종자 유가족들의 가슴에 통한의 아픔을 더하고 있으며, 이를 바라보는 국민들 모두의 마음 또한 힘들고 안타깝게 하고 있습니다.

무더위와 추위, 가뭄과 폭풍우, 예기치 못한 사건사고를 바라보며 대자연의 힘 앞에 무기력한 것이 우리네 사람들이지만 그 중에서도 사회적 약자로서 사회복지 서비스를 필요로 하는 분들에게는 온 나라가 힘들고 어려우면 그 힘들고 고단함이 그렇지 않은 분들보다 두세 배는 더 온몸으로 고스란히 버텨내고 참아내야만 하는 삶의 고통으로 다가옵니다.

그 옛날 학봉정(鶴鳳亭) 누각의 터를 잡고 이름 지으신 분께서는 이 나라 후손들이 힘들 때 오색찬란한 봉황새가 나타나 태평세월을 가져다주고 또 어떤 어려움이 뒤따르더라도 고고함을 잃지 않는 두루미 학처럼 서로서로 행복을 만들며 올바른 삶을 살아가라고 기원하며 누각을 세우셨을 것입니다.

봉황새는 암수 한 쌍으로 만나면 금실이 매우 좋고, 오로지 오동나무가 아니면 앉지도 않으며, 영천(靈泉) 샘물과 대나무의 열매만을 먹으며 잘 때도 눈을 뜨고 잔다고 전설 속에 전해지는 불사조(不死鳥)입니다.

그리고 두루미 학은 모든 것이 순조롭게 잘 됨을 상징하는 길조(吉鳥)로, 오래오래 사는 장수(長壽)와 고결함을 상징하는 새입니다. 그러기에 예로부터 문헌 속에서, 생필품 속에 자주 등장하는 친숙한 새입니다. 화투장 1월광(술광)과 연하장, 500원 동전, 장롱 자개무늬와 도자기, 밥그릇과 수저의 문양 그리고 조선시대 왕은 물론 문무백관의 관복에서도 두루미 학의 그림을 볼 수 있습니다.

온 국민이 대내외적으로 힘들고 어려운 상황을 헤쳐 나가야 하는 이 때 봉황새가 태평세월을 입으로 물어다주고 또한 두루미 학은 진흙 밭에서 서 있을지라도 더럽혀지지 않는 고결함을 지켜내면서 무병장수의 행복을 입에 물어가다 우리 모두에게 던져주고 힘차게 비상(飛翔)하기를 희망해 봅니다.





해오름노인대학 기공체조

복지사업팀 사회복지사 임은영

원주종합사회복지관에서는 어르신들에게 취미 여가활동과 건강프로그램을 운영하여 신체활동 능력을 향상시키고 건강한 생활을 유지하기 위해 2014년 강원도노인복지기금으로 해오름노인대학을 운영하고 있습니다.

해오름노인대학 기공체조는 최운기 사범님 외 42명의 어르신들께서 국학기공을 수련하고 있으며, 원주시 어르신사랑체육대회 대상 수상, 2014 생활체육한마음대제전 국학기공 올려상 수상, 제 7회 연합회장기 국민생활체육 강원도국학기공대회 도통군자상 수상으로 2014년도에만 벌써 3개의 상을 수상하였습니다.

특히, 원주종합사회복지관에는 기공체조로 건강을 되찾으신 어르신들이 많이 계시며, 2014년 6월 12일(목)에는 TV조선 “내몸 사용 설명서 2회 발끝치기” 편에 박화생 어르신과 복지관 기공체조 어르신들께서 평소 생활하시는 모습과 수련하시는 모습들이 방영되었습니다.

박화생 어르신은 원주대표 건강할아버지로 46년간의 교직생활로 퇴직 당시 심근경색, 당뇨, 관절염 등 건강 상태가 좋지 않으셨습니다. 그래서 전국 좋다는 곳은 다 다니셨지만 병원을 가도 잠시 호전될 뿐 삶의 활력마저 잃어가던때 실낱같은 희망으로 5년 전 해오름노인대학 기공체조 수업에서 발끝치기를 처음 접하여 현재는 심근경색, 당뇨, 관절염이 완치되었습니다. 전체 학생 중 83세의 최고령임에도 불구하고 60~70대 못지않은 체력으로 본보기가 되고 있습니다. 복지관 어르신들께서는 기공체조 수업시간 외에도 틈틈이 모여 수련을 하시며 건강을 되찾고 있습니다.



건강체조

발끝치기 운동법

발끝 치기는 발가락 끝의 모세혈관이 확장되면서 전신의 기혈순환 활발해지고 몸이 편안하게 이완되며, 숙면에도 도움이 됩니다. 혈액순환에 좋아서 손발이 차가운 사람에게 좋습니다. 또한 엄지발가락에 대뇌 및 뇌하수체, 뇌간의 반사점이 있어서 꾸준한 자극을 주면 뇌가 자극이 되어 불면증 예방에도 도움이 됩니다.

운동 방법



*이미지 및 자료출처 : 네이버

1. 앉아서 할 때

- ① 양손은 엉덩이 옆에 편안하게 짚는다.
- ② 앉은 상태에서 다리를 어깨너비만큼 벌리고 앞으로 쭉 뻗는다.
- ③ 양발의 엄지발가락이 마주치게 발끝을 좌우로 반동을 준다.
- ④ 엄지발가락끼리는 부딪치고 새끼발가락은 바닥에 닿는 느낌으로 빠르게 벌렸다가 오므린다.

2. 누워서 할 때

- ① 온몸의 힘을 풀고 바르게 눕는다.
- ② 엄지발가락끼리 세게 부딪치고 새끼발가락은 바닥에 닿는 느낌으로 빠르게 벌렸다가 오므린다.
- ③ 아랫배를 의식하면서 다리 안쪽과 뒤흘이 당기는 느낌이 들 때까지 계속한다.



*이미지 및 자료출처 : 네이버

꼭

두가지 자세 모두 하루 20~30회 정도 하다가 계속 횟수를 늘려줍니다.

주의할 점

서로 맞닿는 부위에 통증이 올 수 있는데 통증이 올 경우 서로 닿지 않게 해야 하며, 발을 벌려 바닥에 닿을 때는 새끼발가락이 바닥에 닿도록 해야 합니다.

운동 효과

- 혈액순환을 촉진시킵니다.
- 발과 다리의 부종을 완화하는 효과가 있습니다.
- 불면증이 예방되고 숙면에 도움이 됩니다.



위기가정 지원사업

위기가정지원사업은 2014년 2월 생활고를 비판하여 자살하였던 ‘송과 세 모녀 가정’으로 인해 사회복지공동모금회와 한국사회복지관협회가 복지사각지대 발굴과 긴급지원 및 사례관리를 위해 4월부터 12월까지 사업을 시행중에 있습니다.

기초생활수급자를 제외한 위기상황에 처한 복지사각지대의 저소득 계층을 대상으로 생존의 위협에 노출된 가정의 복지정보 접근성 강화와 복지사각지대 계층에 대한 지원체계를 구축하고 위기가정을 선제 발굴해서 신속한 지원과 전문사례관리를 통한 위기상황의 해소와 완화가 본 사업의 목적입니다.

복지사각지대는 정부의 복지제도 및 복지서비스 대상자 기준에 부합하지 않거나 여러 가지 이유로 복지서비스에 대해 접근하지 못하는 사람을 말합니다.

복지관에서는 TF조직을 구성하여 대상자를 추천 혹은 발굴을 통해 상담을 거친 후 사례회의를 거쳐 적격여부를 확인한 뒤 한국사회복지관협회의 심사를 거쳐, 대상자로 선정되면 생계비 및 의료비 등이 지원됩니다.

본 복지관에서는 총 10개의 사례가 접수되어 적격여부 판정결과 3개의 사례는 서비스 중복 등으로 인해 적합하지 않아 제외되었으며, 7개의 사례를 신청하여 5개의 사례가 심사를 거쳐 선정되어 생계비와, 의료비 등이 지원되었습니다. 현재도 위기가정지원사업은 계속 접수중에 있습니다.

복지관은 태장1·2동을 중심으로 학성동, 단계동, 우산동, 소초면, 호저면, 지정면을 관할하고 있습니다.

복지사각지대에 있는 놓여있는 분들의 서비스 지원을 위해 지역주민들의 많은 관심 부탁드립니다.

☎ 문의전화: 원주종합사회복지관 사례관리팀 732-4006~7

원주종합사회복지관
위기가정지원센터



복지관 소식(2014년 4월~6월)

복지사업팀

소비자교육



강원도 소비생활 센터와 연계하여 4월 23일(수) 원주종합사회복지관에서 해오름노인대학 및 복지관 이용 어르신들을 대상으로 소비

자교육을 실시하였습니다.

실생활에서 겪는 소비자 피해 사례를 예로 들어 대처방안에 대해 구체적으로 설명해주셨으며, 물품을 반품할 시에는 사용하지 말고 14일 이내에 서면으로 내용 증명을 보내면 되는 것과 서면 작성이 어려우면 1372나 밝음신협 원주소비자시민모임(☎ 748-3277)으로 문의를 하여 작성하면 된다는 유용한 정보를 배울 수 있었습니다.

어르신들을 위해 강의를 해주신 강원도청 최미숙 주무관님께 감사 인사드립니다.

원주종합사회복지관 · 연세프라임안과 업무협약식



4월 24일(목) 연세프라임안과 이석준 원장님, 박명호 원장님, 현재현 원장님과 원주종합사회복지관 안병표 관장님이 함께 참석하신 가운데

업무협약식을 가졌습니다.

연세프라임안과에서는 지역주민과 원주종합사회복지관 직원의 안과건강검진 및 상담을 통해 건강지킴이로서의 역할을 해주시기로 하셨습니다.

어버이날 행사



어버이날을 맞이하여 5월 7일(수)~5월 8일(목) 2일간 기념행사를 가졌습니다. 5월 7일에는 재가어르신 50분을 대상으로 카네이션 생

화와 꿀백설기를 전달해드렸고 5월 8일에는 지역어르신 150분을 대상으로 카네이션증정과 맛있는 특식을 제공하여 경로사상을 고취하고 어버이날의 의미를 새기는 시간을 가졌습니다.

우울증 예방교육



원주시 정신건강 증진센터와 연계하여 5월 14일(수) 원주종합사회복지관에서 해오름노인대학 및 복지관 이용 어르신들을 대상으로 우울

증 예방교육을 실시하였습니다.

우울증은 자신이 약해서 생긴 병이 아니라 전문적인 도움을 꼭 받아야 되는 것으로, 건강한 의존을 할 수 있도록 주변에 도움을 요청하는 것이 좋다는 것을 알 수 있는 시간이 되었습니다.

어르신들을 위해 강의를 해주신 염미애 정신보건간호사님께 감사 인사드립니다.



가정의 달 행사 “심청이 놀부를 만났을 때” 공연 관람



가정의 달을 맞이하여 복지관 이용 및 인근 지역의 아동과 가족들을 대상으로 5월 21일(수) 16시 30분 원주종합사회복지관 3층 대회의실에서 ‘심청이 놀부를 만났을 때’ 공연을 개최하였습니다.

예술창작단 유가 주관하고 기획재정부 복권위원회에서 후원하는 이번 공연은 신나는 예술여행사업으로 진행되었습니다.

관객들과 자연스럽게 어울릴 수 있는 춤과 노래 등 다양한 양식으로 어린이아이부터 노년층까지 즐겁게 볼 수 있도록 만들어진 공연으로 심청전의 익숙한 이야기 줄거리와 마리오네트(줄인형), 덜미인형, 손인형 등이 극 사이사이에 배치되어 공연의 재미를 더하고 풍성한 볼거리를 선사하였습니다.

소방훈련



5월 22일(목) 기관 종사자 16명과 이용자 50여분이 참여한 가운데 소방안전교육을 진행하였습니다. 화재의 유형과 대처요령에 대해 숙

지하고 모의대피훈련을 통해 화재 및 재난 발생 시 인적·물적 피해를 최소화할 수 있도록 초기대응 능력을 배양하고 안전의식을 고취하였습니다.

상지대 사회복지학과 기관방문



5월 27일(화) 상지대학교 사회복지학과 학생 10명이 본기관을 방문하였습니다. 기관소개 및 라운딩을 마치고 관장님과의 대화 시간을

통해 예비 사회복지사로서 마음가짐과 자긍심을 가질 수 있었습니다.

사회복지현장실습



4월~5월 2명의 사회복지전공학생을 대상으로 현장실습을 진행하였습니다. 집단 실습지도에 비하여 교육의 기회는 적었지만 실질적인

서비스 수행에 참여하고 직원들과의 교류도 많았던 점은 긍정적으로 평가됩니다.

2014 생활체육한마음대제전 국학기공 올려상 수상



6월 15일(일) 2014 생활체육한마음대제전 국학기공대회에 해오름노인대학 기공체조 어르신들께서 출전하여 올려상(2등)을 수상하였습니다.

니다.

출전한 6팀 중에서 1등한 중년팀을 제외하고 노인팀 중에서는 1등을 하셨습니다. 기존에 수련하신 어르신들과 3월부터 수련하신 어르신들이 국학기공에 대한 열정으로 수업시간 외에도 틈틈이 모여 수련하신 결과로 우수한 성적을 거둘 수 있었습니다.

직원교육



6월 19일(목) 16시부터 18시까지 원주가톨릭종합사회복지관 3층 강당에서 ‘행복한 조직문화 만들기’를 주제로 원주권내 복지관 직

원교육이 있었습니다. 조직 내에서 서로 이해하고 화합할 수 있는 방법과 생각을 재정립하는 기회가 되었으며 사회복지서비스전달을 위하여 우선적으로 긍정적인 조직문화가 자리 잡아야 한다는 점을 다시 한 번 느끼는 시간이 되었습니다.

제 7회 연합회장기 국민생활체육 강원도국학기공 대회 도통군자상 수상



지난 3월 30일 2014 원주시 어르신 사랑 체육대회에서 1등을 하시어 6월 21일(토) 강원대학교 삼척캠퍼스에서 개최된 제 7회 연합회

장기 국민생활체육 강원도국학기공대회에 해오름노인대학 기공체조 어르신들께서 원주 대표로 출전하셨습니다.

이번 대회에도 도통군자상을 수상하여 우리 어르신들의 실력을 재차 확인하는 기회가 되었습니다. 열심히 수련하셔서 앞으로도 건강하게 오래사세요.

롯데제과(주)원주영업소 후원물품 전달



6월 24일(화) 롯데제과(주)원주영업소에서 후원물품을 지원해 주셨습니다. 롯데제과(주)원주영업소에서는 2012년 7월

부터 정기적으로 과자류를 후원해주시고 있어 복지관 이용아동들과 어르신들께 간식으로 제공하고 있습니다.

어르신 건강한 여름나기 영양교육



원주시보건소와 연계하여 6월 26일(목) 해오름노인대학 및 복지관 이용 어르신들을 대상으로 어

르신 건강한 여름나기 영양교육을 실시하였습니다.

여름철에는 잡곡밥과 채소쌈, 단백질 식품으로 건강밥상을 차려 즐겁게 식사하는 것과 제철인 옥수수과 감자는 혈당을 높이는 식품으로 적당하게 먹는 것이 중요하고, 과일도 당도가 있으신 어르신들은 많이 드시는 것은 좋지 않다는 유용한 정보를 실질적인 예를 들어 어르신들의 귀에 쏙쏙 들어오게 강의해주셨습니다.

어르신들을 위해 강의를 해주신 황미진 영양사님께 감사 인사드립니다.

제 5회 리더십스피치대회



6월 26일(목) 제 5회 리더십스피치대회를 원주종합사회복지관에서 개최하였습니다.

원주종합사회복지관, 흥성군 드림스타

트센터, 개운아동지역센터, 꿈배움터 아동 16명이 참가하였습니다.

아이들이 부모 세대보다 발표 기회가 훨씬 많은 시대에 살고 있지만 인터넷 등 혼자 놀 수 있는 방법이 많아진 시대적인 분위기와 부모와 이야기 할 시간이 많지 않은 현실적인 이유로 스피치 능력이 이전과 크게 달라지지 않고 있습니다. 이에 본 복지관에서는 지역 내 아동들을 대상으로 스피치대회를 개최하여 아이들이 자신의 기량을 펼칠 수 있도록 힘쓰고 있습니다.

푸르미청소년공부방 아동 개별 상담



복지관에서는 푸르미청소년공부방 아동들이 건강하게 성장하고 자신의 진로를 찾는데 도움을 주고자 개별 상담을 실시하고 있습니다.

총 10회기에 걸쳐 자신의 행동 패턴을 알고 재미있게 봤던 영화를 편집해 느낀점을 이야기하며 자신의 생각을 자연스럽게 표현할 수 있도록 노력하고 있습니다.

직원연수



2014년 종사자 직원연수를 '숲 그리고 치유'라는 주제로 6월 27일(금) 백운산 자연휴양림으로 다녀왔습니다. 복

지관 직원, 사회복무요원, 자활근로자, 공부방교사가 함께 참여하여 숲체험을 통해 스트레스를 해소하고 소통과 공유의 시간을 가졌습니다.

복지관 소식(2014년 4월~6월)

사례관리팀

여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom' 중간평가회



아모레퍼시픽 여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom'에 참여중인 어머니들을 대상으로 4월 8일(화) 복지관 프로그램실1에서 중간

평가회가 진행되었습니다.

2013년 10월부터 진행된 프로그램에 대한 성과를 돌아보고 어머니들의 자립교육과정과 진행내용에 대해 평가하는 자리를 가졌습니다.

여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom' 1차 취업교육



아모레퍼시픽 여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom'의 1차 취업교육이 4월 29일(목) 복지관 프로그램실1에서 원

주여성새로일하기센터 이미경 외래교수님을 모시고 진행되었습니다. 프로그램에 참여중인 어머니 4명을 모시고 직업적성검사(홀랜드 검사)를 통해 자신의 직업 성격유형을 알고 적성과 진로에 대해 이해하는 시간을 가질 수 있었습니다.

여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom' 2차 취업교육



5월 16일(금) 복지관 대회의실에서 2차 취업교육이 진행되었습니다. MBC아카데미 뷰티스쿨 민혜조 메이크업 강사님을 모시고 프로그램

램에 참여중인 어머니 4명과 함께 '나만의 컬러찾기'라는 주제로 나에게 맞는 컬러와 메이크업, 사회생활 매너 및 예절에 대한 교육을 듣는 시간을 가졌습니다.

취업에 필요한 메이크업 기술과 실무 직장 예절을 배워 취업준비중인 어머니들에게 유익한 시간이 되었습니다.

*강의를 진행해주신 이미경, 민혜조 선생님께 감사의 말씀 전합니다.

2014학년도 상반기 자원봉사자 간담회



사례관리팀에서는 5월 21일 수요일 오후 12시부터 14시까지 상반기 자원봉사자 간담회를 진행하였습니다.

이 날, 간담회에서 원주종합사회복지관의 자원봉사자 활용영역, 현황, 봉사활동에 대한 건의 및 토의 등의 내용이 다루어졌습니다. 교육을 마친 뒤에는 복지관 근처 식당에서 시원한 막국수와 한방수육 등 맛있는 식사를 대접하였습니다.

원주종합사회복지관에서는 자원봉사자분들의 고충과 건의사항을 항상 적극 수렴하여 지역사회에서 활동하는 모든 분들이 보람과 성취감을 느끼실 수 있도록 돕겠습니다.

한부모여성가장 건강검진 실시



대전여민회와 아름다운 재단에서 주관하는 '2014 한부모여성가장 건강권 지원사업'의 대상자가 선정되어 성지병원에서 종합건강

검진을 시행하였습니다. 6월 12일에는 1차로 기본항목을 검사하였으며, 7월 1일에는 2차로 내시경 검사를 받으셨습니다. 복지관에서는 건강한 삶을 살아가고 자립을 도와드릴 수 있도록 매년 건강검진을 신청하여 진행하고 있습니다. 원주종합사회복지관은 한부모 여성가장 어머니들을 항상 응원합니다.

여성가장자립지원사업 'Beautiful Mom' 2차 자조모임



6월 13일(금) 원주메가박스에서 2차 자조모임이 진행되었습니다. 프로그램에 참여중인 어머니 4명과 함께 '엣지 오브 투모로우'

를 관람하였으며, 즐거운 저녁식사로 함께 하였습니다. 오랜만의 여가활동을 통해 스트레스 해소의 시간을 가졌으며, 어머니들께서도 매우 즐거워하셨습니다.

2/4분기 어르신 생신잔치



4월부터 6월까지 생신이신 어르신 8명을 모시고 생신잔치를 진행하였습니다. 복지관에서 직접 각 가정을 방문하여 어르신들을 송영하

였으며, 케이크를 비롯한 선물과 함께 맛있는 식사를 대접해 드렸습니다.

거동이 불편하여 부득이하게 참석하지 못하신 분들에게는 롤케이크와 선물을 전달해드리며 생신을 축하해 드렸습니다.

생신을 맞으신 어르신들 모두 항상 건강하게 만수무강 하시길 바랍니다.



목욕지원서비스



본인이 희망하거나 집에서 목욕하기가 힘든 상황의 요보호 어르신 및 아동을 선정하여 6월부터 태장2동에 위치한 오복옥사우나에

서 목욕지원서비스를 실시하고 있습니다. 목욕 진행 전후에 복지관에서 직접 대상자분들을 송영해 드리고 있으며, 목욕 후에는 시원한 음료를 제공하고 있습니다. 이 서비스를 통해 대상자분들이 청결한 생활을 유지하고 건강한 삶을 영위할 수 있도록 돕고 있습니다.

위기가정지원사업 FGI 참석



원주종합사회복지관에서는 긴급한 수술이 필요하거나 심각한 생계곤란 등의 문제를 겪고 있음에도 불구하고 정부지원을 받을 수 없는

복지사각지대에 놓인 저소득층 지역주민들을 대상으로 4월부터 12월까지 위기가정지원사업을 시행하고 있습니다.

이와 관련해 6월 24일(화) 한국사회복지관협회 중앙위기가정지원센터에서 위기가정지원사업의 모니터링을 위해 강원도 대표로 본 복지관이 FGI에 참석하였습니다. 사업관련해 주의사항을 전달하고, 문제점과 개선방안에 대해 이야기 하는 자리를 가졌습니다.

가족과 함께하는 사랑의 도시락 배달

도시락배달 오섬주 자원봉사자

처음에 도시락 배달을 시작하게 된 건 엄마의 의견 때문이었다. 인터넷에서 독거노인 분들에 대한 기사를 보시고 시청에 전화를 하셔서 관련있는 봉사활동이 있냐 물어보셨고, 얘기를 들으시고 원주사회복지관에 도시락 배달하는 일을 같이 하라고 하신 것이다. 예전에 봉사활동을 했었던 기억이 나서 한 번 해보기로 결정했다.

도시락 배달이라고 하길래 다른데서 도시락을 사와서 배달하는 건가 했는데, 그게 아니고 직접 만드셔서 도시락 가방에 넣어서 우리차로 배달하는 거였다. 평소에 태장 1동이나 2동은 자주 다니지 않았었는데 주소를 보니까 많은 분들이 그쪽에 살고 계셨다. 처음에는 길을 잘 몰라서 공익 분들이 같이 타서 알려주셨다. 한 곳씩 돌면서 본 어르신들의 집은 생각보다 더 상태가 좋지 않아보였다. 겨울이라서 추우실 텐데 히터 같은 건 하나도 없고, 그나마 따뜻한 방바닥에 앉아계시는 모습에 뭔가 먹먹하기도 했다. 그래서 인지 어르신들의 손은 항상 차가웠다. 도시락을 받으실 때마다 매우 고마워하시면서 복지관 선생님들께도 고맙다고 전해달라고 하신다. 매번 갈 때마다 차 조심 하라고, 몸조심 하라고 해주시는 걸 볼 때마다 이 일에 보람과 뿌듯함을 느낀다.

처음에 어르신들께 도시락을 드릴 때는 그저 “안녕하세요, 여기 도시락이요. 맛있게 드세요.” 하는 게 전부였다. 어떻게, 무슨 말을 건네야할지 몰라서 우물쭈물하던 내 모습이 생각난다. 엄마가 앞에서 이것저것 말도 거시고 대화하실 때 뒤에 숨어서 쭈뼛쭈뼛 거리던 모습..... 몇 달 전부터는 남동생이 홈스쿨링을 같이하게 돼서 도시락 배달도 같이 하고 있다. 남자라서 그런가? 엄청 뛰어다닌다. 도시락 통이 담긴 바구니가 무거울 텐데도 혼자 들려고 한다. 지금 남동생이 어르신들 앞에서 쑥스러워 하는 걸 보면 예전에 내 모습이 떠오른다. 물론 지금은 말도 많이 하려고 노력 한다. 가끔 이가 없으신 어르신들이 말씀하실 때는 못 알아들어서 찹찹할 때도 있지만.

요새는 여름이라서 차를 타고 다닐 때 엄청 더운데 에어컨을 틀면 잘 안 나가는 우리 차 때문에 창문을 열고 더운 바람을 맞으며 간다. 엄마는 에어컨이 싫어서 그런 거라고 하시지만.



어르신들도 더워서 많은 분들이 이발을 하셨다. 적적하셔서 애완동물을 키우시는 분도 계시는데, 항상 갈 때마다 개가 무섭게 짖어대서 가까이 가지 못했었다. 어르신이 물지 않는다고 말씀하시고 나서부터는 짖어도 그냥 무시하고 가까이 간다. 처음에는 표정이 항상 굳어 계시는 분도 많았는데 지금은 다들 반겨주셔서 더 기분 좋게 배달하게 된다. 요 며칠간 새로 배달해야 하는 분들이 생겼는데 엄마나, 동생이나 나도 헛갈려서 도시락을 잘못 가져다 드린 적이 있었다. 정말 죄송했다.

도시락을 받으시면서 기뻐하시는 모습을 볼 때, 내가 세끼 꼬박 음식을 먹으면서도 좋아하는 음식이 아니면 못마땅한 얼굴로 깨작깨작 거렸던 게 얼마나 철없는 행동이었는지 다시 한번 느끼게 됐다. 한 번 한 번 먹을 때 그 하나하나가 다 하나님께 감사드려야 할 일이었는데..... 어르신들을 생각하면서, 항상 감사함으로 먹고, 도시락을 기다리시는 어르신들을 위해서 도 더 열심히, 더 꾸준히 배달해야겠다.

*오섬주 봉사자는 엄마(임정에 봉사자), 남동생(오대찬 봉사자)과 함께 2013년 9월부터 매주 수요일마다 어르신들의 도시락을 책임지고 있습니다.



원주 운전기사 선교회

원주운전기사 선교회는
2012년부터 복지관 재가
어르신들 모시고 나들이를
지원해주고 있으며,
2014년 6월부터는 저소득
가정 청소년에게 장학금을
지원해주고 있습니다.



Q. 어떻게 원주종합사회복지관을 알게 되셨습니까?

원주운전기사 선교회의 김남주 봉사부장께서 2012년 복지관을 통해 재가어르신 도시락 배달 봉사활동을 하시면서 복지관과의 인연이 시작되었으며, 재가 어르신들 모시고 나들이를 함께 하면서 알게 되었습니다.

Q. 원주운전기사 선교회는 언제 어떻게 설립되었나요?

1987년 설립되었으며, 선교를 목적으로 봉사와 사랑을 실천함으로 그리스도의 복음을 전하기 위해 설립되었습니다.

Q. 원주운전기사 선교회의 구성원들은 어떻게 모집이 되나요?

원주시기독교연합회에 소속된 자로 개인택시에 종사하는자를 기본 회원으로하고 그 외 운수업에 종사하는자로 구성되어 현재 35명의 회원이 있습니다.

Q. 원주운전기사 선교회에서 하시는 일은 주로 어떤 일인가요?

어르신 일일나들이행사를 연1회 10년째 하고 있습니다. 또한 소년 소녀 가장이나 불우청소년 장학사업을 수년째 해오고 있습니다.

Q. 선교회의 후원금은 어떻게 모아지나요?

차에 껌통을 비치하여 시민의 정성과 회원들의 자발적인 성금을 모아서 하게 됩니다.

Q. 끝으로 해주시고 싶으신 말씀은?

사랑을 실천할 수 있도록 만남을 이룬 것은 우리에게 더 큰 행복입니다. 일선에서 더 큰 사랑을 실천하는 복지관에 머리가 숙여지며 감사드립니다.

신입직원소개



안녕하세요. 원주종합사회복지관 사례관리팀 사회복지사 권봉주입니다.

벚꽃이 만개했던 4월 14일에 첫 출근을 하여, 녹음이 가득한 여름이 다가왔습니다. 제가 입사 한 지도 벌써 세 달이 다 되어갑니다. 아직도 아침에 눈을 뜰 때면, 새로운 업무에 대한 설렘과 '혹시 실수를 하지 않을까' 하는 두려움이 함께 다가옵니다. 하지만 두려움 보다는 설렘이 더 크기에 출근이 기다려지기도 합니다.

원주종합사회복지관에서 사회의 첫 발을 내딛었기에 아직은 업무에 많이 서툴지만 따뜻한 격려로 사기를 북돋아 주는 직원분들, 반가운 미소로 인사를 받아주시는 많은 분들 덕분에 늘 즐거운 마음으로 일할 수 있는 것 같습니다.

항상 초심을 잃지 않고 성실한 태도로 업무에 임하는 사회복지사, 지역사회 주민분들에게 적극적으로 다가가는 사회복지사가 되겠습니다. 감사합니다.



주민과 함께하는 동행 아름다운

감사드립니다. 더욱 알찬 복지관, 지역복지증진을 위해 노력하겠습니다.



01 후원금으로 후원하여 주시어 감사드립니다.

■ 개인

권봉주, 김기영, 김민우, 김승민, 김용출, 김용환, 김우현, 김원규, 김원배, 김화순, 나영숙, 배현규, 변택수, 손성기, 신지영, 안병표, 안소영, 엄영주, 우정영, 원노연, 이병삼, 이상빈, 임석준, 임소아, 임은영, 전선금, 최병진, 최재영, 한은영, 홍은경

■ 단체

대전여민회, 사랑의전화복지재단, 사리가플러스마트 (태장점), 세이브더칠드런, (주)세리엔지니어링, 원주운전기사 선교회, 이마트, 한국가스공사 강원지역본부, 한국사회복지관협회, SK커뮤니케이션, SK케미컬

02 물품으로 후원하여 주시어 감사드립니다.

김순희(감자), 롯데제과(주)원주영업소(과자), 박재현(양상추), 설악추어탕(김치), 푸드뱅크(식품), 한국사회복지관협회(학습지)



03 자원봉사 활동으로 함께 하여 주시어 감사드립니다.

- 식사배달 - 강도우, 강민지, 강은지, 김만수, 김상옥, 박수현, 박해중, 소경희, 오섬주, 오대찬, 오영옥, 이선영, 임정애, 최영희
- 경로식당보조 - 강상범, 김선녀, 김명자, 문은숙, 박성희, 신완주, 유금자, 윤수연, 윤명중, 윤여택, 이경화, 이병삼, 이재분, 이현은, 정민자, 정춘자, 탁정숙, 최숙자, 최은식
- 공부방 - 김영숙, 이상숙, 허재운
- 강릉원주대 - 박준호, 박해진, 심은주, 오유진, 이슬기, 이혜진, 위진주, 최용화, 최희영, 한예은
- 이·미용 - 강영봉, 김영희, 김정희, 손서현, 송현정, 안정옥
- 학생심리상담 - 송종욱
- 물리치료실 - 이명자

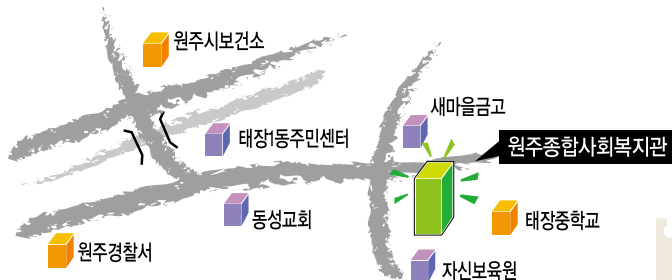
※ 후원 및 자원봉사 활동은 지난 2014년 4월부터 2014년 6월까지 실적입니다.
누락되신 분이 계시면 연락주시면 감사드리겠습니다.

자원봉사자 모집

원주종합사회복지관에서는 뜻을 함께 나눌 전문 자원봉사자분들의 따스한 손길을 기다리고 있습니다. 무료급식소, 도시락배달, 이·미용, 목욕지원, 아동 학습지원, 부업교실 보조 등 복지관의 사업에 함께할 자원봉사자분들의 연락바랍니다.

☎ 문의 : 033) 732-4006~7 담당사회복지사 권봉주

오시는 길



진정으로 인생을 만들어가는 것은 나눔입니다.

후원계좌 농협 209-01-542957 (원주종합사회복지관)

후원안내