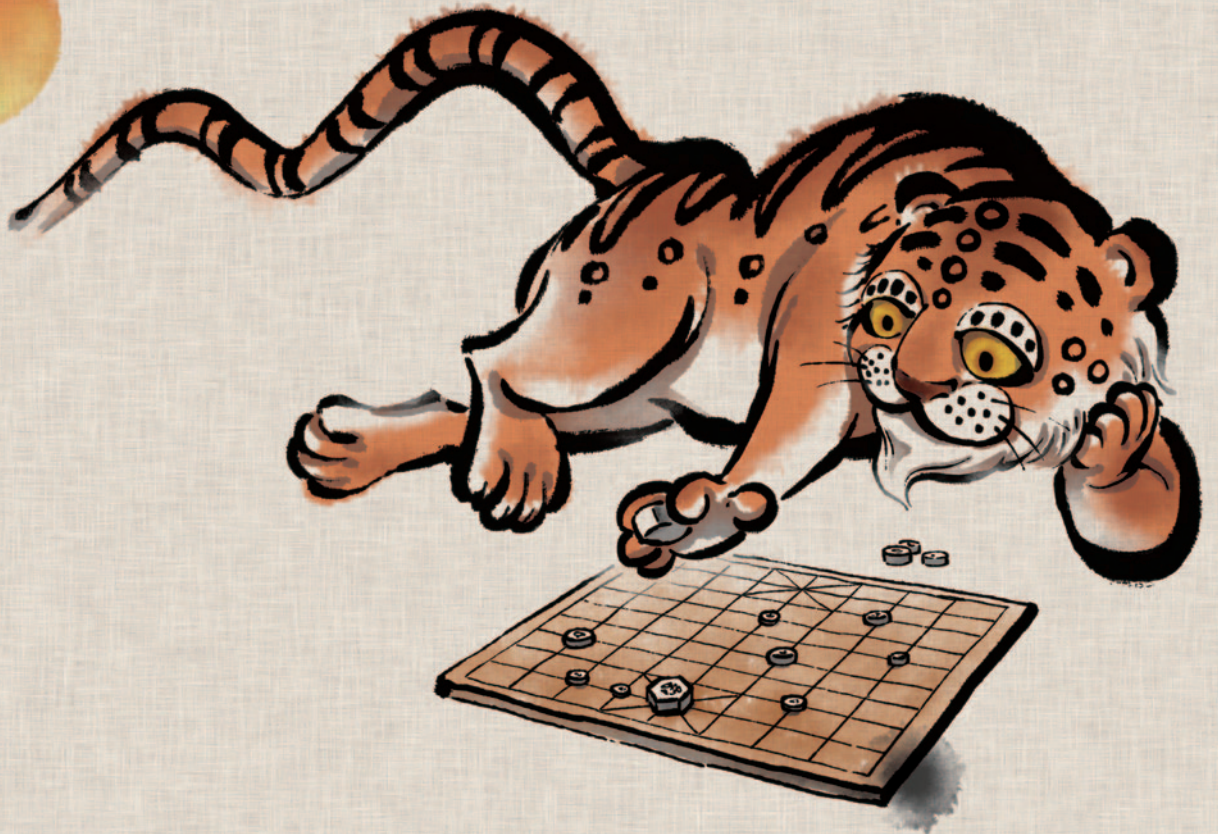
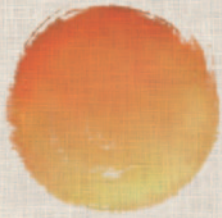


충남 사랑인 흥부 지리산 허브밸리의 고장

청춘의 꿈

2021년 | 제16호 소식지



이 고진저 늪은이 짐 벗어 나를 주오
나는 젊었거늘 돌인들 무거우랴
늘기도 서러라 커늘 짐을 조차 지실까

송강 정철



Caritas

사회복지법인 전주가톨릭사회복지회

남원시 노인복지관

NamWon Senior Welfare Center

청춘의꿈

2021년 | 제16호 소식지

03

여는 글 | 업데이트(update) / 장진석 남원시노인복지관장

04~05

특집 | 청춘의 꿈을 꾸며 1

코로나 시기 공연도 “비대면”이 대세~
제8회 평생교육예술제 비대면 청춘.제

06

특집 | 청춘의 꿈을 꾸며 2

김장은행 김장나눔행사 “들썩들썩” 김장은행에 저축하자!!!

07

특집 | 청춘의 꿈을 꾸며 3

다함께 코로나블루 예방하자!

08

지역과 소통하며 1

식문화 전수사업
요리 연구가 시니어 층향이 알려주는 김치 비법을 배워보자

09

지역과 소통하며 2

1박 2일 힐링 여행 “떠나자, 치유의 숲속으로 GO~ GO~”

10

지역과 소통하며 3

노인맞춤돌봄서비스 생활지원사 일기

발행일 | 2022년 2월

발행처 | 남원시노인복지관

발행인 | 장진석

편집인 | 정주원, 최연서, 김수정, 김유리, 하주은, 김선재, 나정, 이슬, 정남주

주소 | 전북 남원시 금동로 50(금동 347-2)

전화 | 063)625-9988 팩스 | 063)625-9987

홈페이지 www.nwsenior.or.kr

11

복지관 알림

2021년 청소년 자원봉사 여름캠프

12~14

복지관 뉴스

“노년이라 말고 청춘이라 불러주세요~!” 노후설계사업
성인문해지원사업 ‘글자에 담은 희망의 여정’
‘아름다운 노인은 나의 미래다’ 노인인식개선캠페인
노인일자리사업 만족도 UP - “문화활동”
2021년 노인맞춤돌봄서비스 “찾아가는 영양교실”
100원의 행복충전소 “따뜻한 손길에 감사해요”

15

복지관 알림

잠시만요! 법률상담 이용해보셨나요?

16~17

사진으로 읽는 복지관 일기

18

2022년 노년사회화교육 시간표

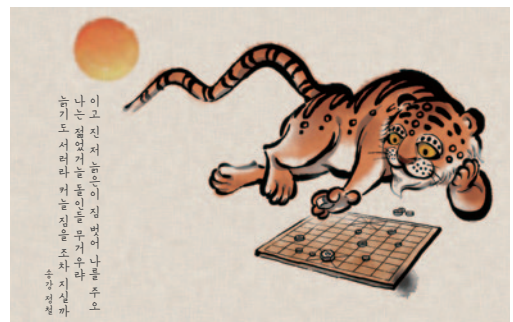
19

후원 안내 및 후원자 명단

20

자원봉사 안내 및 자원봉사자 명단

2021년 후원금 수입 및 사용내역



커버스토리

〈이 고 진 저 늙은이〉 정철(1536-1593)
/ 조선시대 문인, 송강가사로 유명함



몸도, 마음도 지치지 않게...

업데이트 (update)

스마트폰이 이렇게 보편화 되기 전에는 모두 폴더폰을 사용하셨던 기억이 있으실 것입니다. 그때는 전화 통화와 문자메시지를 주고받는 정도면 거의 휴대전화의 90% 정도는 잘 활용하는 것이었고 더 잘 활용하시는 분들은 일 정표 입력이나 사진 촬영 등을 사용하셨을 것입니다. 폴더폰에서 스마트폰으로 넘어가는 시기에 저는 한동안 폴더폰을 고집하며 사용하다가 한참 후에야 스마트폰을 사용했습니다. 그 이유는 그때는 필요 이상의 '사치'라고 생각했기 때문입니다. 지금까지처럼 이렇게 많은 앱이 개발되기 전에는 대부분 인터넷 검색을 많이 했었고, 인터넷 검색은 컴퓨터로 하면 되지 굳이 스마트폰으로는 할 필요가 없다고 생각했습니다.

한참을 그렇게 폴더폰을 사용하다가 결국 스마트폰을 샀습니다. '스마트폰이 얼마나 좋길래 다 스마트폰을 사용하지?' 궁금하기도 했고, 스마트폰을 사용하지 않으면 주변의 시선이 폴더폰으로 집중되는 게 불편하기도 했습니다. 그렇지만 그렇게 스마트폰을 손에 쥐고 이것저것 활용하다가 다시 폴더폰을 사용하기도 했습니다. 폴더폰으로 돌아간 이유는 필요 이상의 시간을 쓸데없이 허비하고 있다는 생각이 들었기 때문입니다. 스마트폰이 없으면 굳이 하지 않아도 될 행동을 스마트폰을 사용하기 때문에 스스로 통제하지 못하고 인터넷 검색을 하거나, 틈만 나면 스마트폰을 보게 되었던 것이지요.

다시 폴더폰을 사용하면서는 주변을 둘러볼 수 있었고, 대중교통을 이용할 때에는 책을 볼 수 있었고, 즉흥적이거나 흥미 위주의 시간을 좀 더 여유롭게 계획해서 보내거나 깊이 생각할 수 있었습니다. 지금은 당연히 스마트폰을 사용합니다. 스마트폰은 이제 전화 통화와 문자메시지 정도의 기능을 넘어 생활에 많은 편의를 제공해주고 있습니다. 은행에 가지 않아도 은행 업무를 할 수 있고, 기차역이나 버스터미널에 가지 않아도 승차권을 예약 예매할 수 있고, 필요에 따라 무궁무진한 일을 할 수 있게 되었습니다.

컴퓨터와 스마트폰의 사용 빈도가 높아지면서 자주 보게 되는 단어가 있습니다. 업데이트(기존 정보를 최신 정보로 바꿈)입니다. 그런데 저는 업데이트를 정말 싫어합니다. 언젠가 컴퓨터 업데이트를 한번 했더니 그동안 익숙했던 작업 환경이 새롭게 바뀌면서 불편을 겪어야 했고 거기에 적응하는 데 한참이 걸렸기 때문입니다. 굳이 업데이트하지 않아도 사용하는 데 큰 문제는 없지만, 업데이트하라는 알림이 계속 뜹니다. 최근, 식당에 들어가려고 하면 많은 사람이 휴대폰을 흔들며 QR코드 인증을 받습니다. 조금이라도 편리하고 빠르게 QR코드를 실행하려고 하는 행동이지요.

어느 날, 어머니 스마트폰에 이 기능을 활성화해드려야겠다는 생각이 들어 카카오톡을 실행하고 제 스마트폰과 똑같은 과정을 거쳐 실행했습니다. 어머니는 한참 카카오톡을 사용하셨지만, 계정은 없었습니다. 그래서 계정을 만들었고, 계정을 만들고도 이상하게 중간에서 멈추고 그 다음으로 넘어가지지 않았습니다. 왜 이런 현상이 생기는지 인터넷으로 찾아보려고 해도 정보가 많지 않았습니다. 그런데 한참을 찾다가 어떤 글을 보고 해결책을 찾았습니다. 그건 카카오톡을 업데이트하지 않아 발생하는 문제였습니다. 업데이트했더니 바로 문제없이 실행됐습니다.

스마트폰 하나로 편리한 세상을 살아가고 있습니다. 기계에 대한 업데이트도 필요하지만, 코로나19에 대처하는 우리들의 마음 또한 업데이트가 필요하지 않을까 생각해봅니다. 싫은 것을 끝까지 싫다고, 적응하기 귀찮고 어렵게만 생각하다가 결국 문제가 생길 수도 있습니다. 복지관을 이용하시는 어르신 모두 코로나19 상황에도 건강하시고, 디지털 문명의 혜택을 받아 스마트폰 뿐만 아니라 몸도, 마음도 지치지 않게 업데이트하시면서 청춘의 꿈을 이뤄가시길 희망합니다.

글 | 장진석 남원시노인복지관 관장



코로나 시기 공연도 “비대면”이 대세~ 제8회 평생교육 예술제 비대면 청.춘.제



끝나지 않은 코로나19 ...

마스크로 얼굴의 반을 가리고, 노래 한 곡 부르는 것도 약기소리 한 번 내보는 것도 쉬운 일이 아니었다.

그러나 2021년 한해 복지관에 나와 배우고 싶은 것들을 배우고, 함께 배우는 친구들과 눈이라도 마주칠 수 있어 얼마나 다행인지~

여전히 다수인원의 집합금지로 인해 갈고 닦은 실력을 모인 자리에서 뽐낼 수는 없었지만, 올해는 “청춘제”를 동영상으로 제작, 편집하여 유튜브에 올려 더 많은 분들이 감상할 수 있도록 하였다. 영상 편집은 컴퓨터 심화반 분들이 담당해주었다.

우리를 향한 여러 대의 카메라들과 같은 곡을 찍고, 또 찍고 반복하면서 TV에 나오는 스타가 된 기분이었다.

며칠 후 핸드폰에 찍힌 유튜브 영상을 보고 찢는 감동이 밀려왔다.

시장님, 시의장님, 지역구 국회의원과 복지관 관장님을 비롯한 직원들의 응원메세지들...

그리고, 각 프로그램마다 열정을 보여준 우리 복지관 수강생들의 모습을 보고 있노라니 코로나 상황 속

에서도 포기하지 않고 배운 보람이 느껴지고, 무엇보다 이 영상을 우리와 같은 또래인 컴퓨터 심화반 수강생들이 이렇게 멋지게 만들었다니 정말 놀랍고 감격스러웠다.

특히 짧은 영상이지만 1년 동안 이렇게 열심히 배우고 도전했다는 것을 멀리 있는 자녀들에게도 자랑할 수 있는 기회가 되어 참 좋았다.

여전히 사람과 마주하는 것이 더 좋다. 살을 대고, 손도 잡고, 환한 얼굴을 온전히 마주하고 싶은 마음이 크다. 이왕 하는 발표회라면 예전처럼 강당 가득 메운 관객들 앞에서, 부끄러워도 그 무대에 서서 박수 받고 싶다. 하지만 세상이 변해가는 것을 느낀다. 처음 경험한 이 시간(비대면 청춘제)이 낯설기는 하지만 조금은 젊어진 듯 하고, 생각날 때마다 꺼내 볼 수 있어서 좋기도 하다.

내년에는 또 어떤 모습으로 이 자리에 서게 될까?
아무래도 상관없다.

나는 지금 빛나는 청춘이니까~~~

글 | 청춘의 꿈을 꾸는 어르신



청춘제 온라인 관람 방법



유튜브 홈페이지에서
‘남원시노인복지관 청춘제’ 검색
1, 2, 3, 4부 중 선택하여
감상 가능합니다.



Epilogue. 청춘제 영상 제작에 참여한 ‘컴퓨터심화반 4인방’ 이야기

오영철

“영상 촬영을 하면서 프로그램마다 강사든 참여하는 수강생이든 더 잘하려고 하는 열정과 노력이 눈에 보였어요. 그런 모습을 보니 나도 더 예쁘게 잘 찍어야겠다는 생각이 들더라고요. 개인적으로 젊어서 배우지 못한 것에 대한 콤플렉스를 가지고 있었는데 복지관에서 배움의 기회를 준 것 같아 너무 좋고, 감사합니다.”

조갑식

“다른 선배님들에 비해 별로 도움이 안 된 것 같아 죄송한 마음이에요. 그래도 컴퓨터 심화반 일원으로서 이 과정을 통해 복지관에 대한 애착을 더 가질 수 있는 계기가 된 것 같아요. 편집을 하면서 복지관을 더 멋지게 알리기 위해 많이 노력했고, 이번 시간이 컴퓨터심화반이 하나될 수 있는 좋은 시간이었습니다.”

이선영

“카메라를 통해 보니 참여자들이 긴장하는 모습이 역력히 나타나더라고요. 각 프로그램별로 더 잘하려고 하는 모습, 열정적으로 임하는 모습을 보면서 ‘정말 나이는 숫자에 불과하구나’라는 생각을 했습니다. 복지관에서 나이든 우리들(컴퓨터 심화반)에게 엄청난 임무를 맡겨주신데 대해 사명감과 책임감도 느껴지고 한편으로는 자부심과 긍지도 생겨서 밤낮을 가리지 않고 편집에 임했습니다.^^ 남원시민들이 청춘제 영상을 보고 남원시노인복지관에 대해 더 많이 알게 되고, 긍정적인 이미지를 갖게 되는 데 일조한 것 같아 뿌듯하고 보람된 시간이었어요.”

김경태

“한마디로 정리해보면, 우리 심화반의 이러한 과정을 통해 누군가에게 추억을 만들어 주고, 우리 스스로에게도 멋진 추억이 생긴 것 같아 너무 좋습니다. 이렇게 할 수 있도록 잘 가르쳐주신 강사님과 이 시간까지 함께 와준 우리 심화반 동기들에게 너무 고맙다는 말을 전하고 싶어요.”

“들썩들썩” 김장은행에 저축하자!!!



추운 겨울을 맞이하여 김장을 담그지 못하는 어려운 이웃을 위한 2021년 하반기 신규사업 ‘김장김치 나눔 행사’를 진행하였습니다.

많은 관심과 홍보, 입과 입을 통하여 김장은행사업이 널리 알려져 지역사회 단체(춘향로타리클럽, 적십자반 야봉사단, 남원 이마트, 금동지역사회보장협의체, 남원시여성단체협의회, 남원의료원 천주교 원목실, 쌍교동 성당, 운봉성당, 도통동성당, 서곡성당, 하나은행, 버크셔세상 등), 개인, 복지관 직원 이외에도 익명으로 김장은행에 사랑이 듬뿍 담긴 김장김치 및 후원금을 보내주셨습니다. 모든 후원자께 감사드리지만 특히 기억에 남은 후원자는, 폐지를 팔아 모은 동전과 1,000원 권 지폐를 선뜻 김장은행에 후원해주신 어르신의 따뜻한 마음이 이 겨울! 우리 마음을 온기로 따스하게 녹여줍니다.

10월 경 사업을 계획하고 준비하여 12월까지 총 5차례 김장김치와 함께 복지관 식당에서 따끈하고 먹음직한 수육을 삶고 야채스틱을 곁들여 종이도시락에 포장을 하여 350명의 어르신 가정에 전달을 하였습니다. 어르신들께서 김치도 감사한데, 수육까지 보내주어 한끼 잘 먹었다며 좋아하셨습니다. 처음 시작한 사업인데 지역 주민의 많은 도움과 사랑 덕분에 잘 마무리할 수 있었습니다.

내년에도 남원시노인복지관 김장은행에 동참해 주세요^^

글 | 정미주 사회복지사



김장은행 사업이란?

김장철을 맞이하여 각 가정이나 단체에서 담근 김치를 복지관에 후원하면 복지관에서는 김치가 필요한 가정에 전달하는 2021년 신규사업입니다. 김치 한 통(배추2포기 정도)만 더 추가로 챙겨 주시면 한통 한통이 모여 김장을 하지 못하는 이웃과 따뜻한 정을 나눌 수 있습니다.



다함께 코로나블루 예방하자!

최근 코로나블루 예방프로그램으로 복지관을 이용하게 된 한 어르신을 만나 인터뷰를 진행해보았는데...!

👩 코로나블루 예방프로그램 참여 계기는요?

👩 코로나 무섭다고 자식들이 밖으로 나오지 말랬어. 그런데 자식들은 애들 키우느라 모를거야. 혼자 집에 있는 게 얼마나 외롭고 우울한지. 복지관 직원이 잘 지내냐고 전화를 해줬어. 내가 2년 동안 나가지도 못하고 힘들다니까 좋은 프로그램이 있다고 나오라 그랬어. 죽을 것 같아서 나왔지. 복지관은 방역 수칙도 잘 지키고 있더라고.



👩 특별히 기억에 남는 일화가 있나요?

👩 그냥 밖으로 나와서 사람들이랑 이야기 나누는 게 아주 특별했어. 사람 사는 게 뭘지 오랜만에 느꼈지. 밖으로 나가서 걷기 운동도 시켜주고 앉아서 화분이랑 서랍장도 만들고 같이 케이크 자르면서 인사도 나눴었지. 사람들이랑 어울린 게 너무 오랜만이라 아직도 기억이 생생해.



👩 코로나로 힘들어하는 사람들에게 한마디 해주세요!

👩 코! 코로나로 외로운 사람들로!
로! 오늘부터
나! 나오자! 복지관으로!



코로나19로 인해 외부활동이 감소되어 우울하고 고독감을 느끼는 현상이 ‘코로나블루’이다. 남원시 노인복지관에서는 코로나블루를 예방하고, 어르신들의 정신건강을 지키기 위하여 ‘코로나블루 예방’ 프로그램을 진행하였다. 곡성 치유의숲과 연계하여 힐링의 시간을 가지고, 직접 화분도 만들고, 서로 모여 이야기를 나누는 등의 활동을 통해 어르신들의 얼굴에는 미소가 피어나기 시작했다. 2022년도에는 ‘코로나 블루’가 아닌 ‘마음사랑치유’로 다시 태어날 예정이다. 많은 관심과 사랑을 바라며 모든 어르신들의 미소가 피어나길 바란다.

글 | 이슬, 하주는 사회복지사

마음사랑치유프로그램 일정

• 4월~9월 매주 목요일
오전 10시~12시



• 문의 063)625-9988
하주는 사회복지사

요리 연구가 시니어 춘향이 알려주는 김치 비법을 배워보자



담당자에게 들어보는 식문화전수사업

- Q 언제 진행했나요?**
A 11월 8일~26일까지 총 4회기에 걸쳐 진행했어요.
- Q 누가 참여했나요?**
A 요리에 관심이 많은 초보주부, 독거남성 등 37명의 지역주민이 참여했어요.
- Q 무슨 음식을 조리하였나요?**
A 백김치, 총각김치, 갓김치, 콩나물흑돼지두루치기, 장아찌 등을 배워보았답니다.
- Q 참여한 지역주민들의 소감은?**
A “주변에서 흔히 볼 수 있는 평범한 재료들로 제철음식의 제 맛을 낼 수 있는 요리 방법에 대해 배울 수 있어 좋았고, 다양한 먹거리를 맛있게 건강하게 더 널리 보급하면 좋겠다”라고 하였습니다.
- Q 담당자로서 보람된 순간은?**
A 참여자들이 직접 요리한 음식을 지역 결식우려 어르신 및 독거 어르신 60여 명에게 전달했는데 요리도 배우면서 후원까지 할 수 있는 사업이었기에 기억이 남습니다.



글 | 김지아 영양사



식문화 전수에서 배운 알타리 무 장아찌 담그기

주재료 무(알타리) 1kg, 청양고추1, 홍고추1, 파프리카(빨, 노) 1/4개씩
양념 진간장·식초 각1컵씩, 설탕 1/2컵, 물 1/2컵, 소금 1작은술

만드는 법

- ① 알타리 무는 직경 4cm 이내가 좋고, 두께 0.5cm 정도로 썰고, 고추도 같은 두께로 썬다.(알타리 무는 단단해서 장아찌 담그기에 좋다)
- ② 간장, 설탕, 물, 소금을 넣고 부르르 끓을 때 설탕이 녹으면 불을 끈다.
- ③ 한 김 식으면 식초를 넣고 잘 섞어놓고, 파프리카는 먹기 좋게 썬다.
- ④ 용기에 알타리 무를 담고 준비된 모든 재료를 넣은 후 간장 물을 부어준다.



식문화 전수사업에 재능기부 강사로 참여한 시니어 춘향



2021년 시니어춘향 대상 김채운

전북 식생활교육 네트워크 전문 강사
국제 슬로푸드 한국협회 이사 겸 전주지부장
돼지고기콩나물 두루치기, 알타리 무 장아찌 지도

“저는 환경, 건강, 배려라는 가치를 실천하며 우리 농산물을 활용한 요리를 지도하고 있어요. 우리 농산물을 이용해 농민을 배려하고, 환경을 살리고, 화학조미료를 줄여 건강을 지키는 요리를 추구하고 있지요. 이번 기회를 통해 식문화전수사업에 참여한 분들이 환경을 생각하는 식생활을 했으면 해요.”



2021년 시니어춘향 은상 김명옥

전주시 김치 명인/전주시 김장문화축제위원장
김명옥김치전통음식연구소대표
알타리 김치, 배추김치, 갓김치 담그기 지도

“김치는 맛을 속이지 않습니다. 젓갈이 들어가지 않으면 당장 시원하지만, 젓갈이 들어가면 시간이 갈수록 깊은 맛이 납니다. 김장김치를 담그고 맛있게 보관하려면 상온에서 1~2일 익힌 다음(숙성 후)에 김치 냉장조에 넣으면 훨씬 깊은 맛을 느낄 수 있어요.”



떠나자! 치유의 숲속으로 GO~ GO~

자!~떠나자!
곡성 치유의 숲으로~

청계동 계곡 산기슭에 자리잡고 있는
국립곡성 치유의 숲으로 어르신 17명과 함께
1박2일 힐링여행을 떠났다.

계곡에서 불어오는 솔바람,
마음을 편안하게 만들어주는 풍경들,
맑은 물이 쏟아져 내리는 계곡과 폭포,
산과 인간의 교감이 있는 그곳!
국립곡성 치유의 숲에서 어르신들은
오랜만에 참 즐겁다고 표현하신다.

발코니에서 산바람을 맞으며 했던
족욕 시간에는 마치 선녀가 된 듯
어르신들의 웃음소리가 아름다운 경관과 함께 날아간다.

그동안 앞만 보고 달려온 어르신들에게
“나”를 돌아보는 마지막 도예시간에는
흙으로 내 모습을 빚어보는 감동과
치유의 소중한 시간으로 남는다.

글 | 최인숙 복지지원1팀 팀장



1박 2일 힐링여행이란?

11월 8일 17명의 어르신들과 함께 떠난 곡성 치유의 숲에서 족욕 체험, 산속 명상, 도예 체험, 요가 스트레칭을 하며 1박 2일 동안 코로나로 인해 쌓인 스트레스를 풀고 온 소중한 체험 여행입니다.





두근두근 교복 입고 나들이

노인맞춤돌봄서비스 안영미 생활지원사가 노인맞춤돌봄서비스 2021년을 돌아보고, 어르신들과 함께 곡성 장미공원, 기차 마을에 다녀온 소감을 한글자 한글자 적어보았습니다.



두근 반~~, 세근 반~~

합하면 여섯근이기에 두근두근보다 두 근이 더 나간다

셀림을 과연 저울로 측정할 수 있을까요?

행복을 과연 저울로 측정할 수 있을까요?

2021년, 곡성 섬진강 기차마을, 장미공원에서 어르신들과 함께 한 나들이는 지금도 잊을 수 없으며 오래도록 간직하고 싶은 추억이다.

누구나 '인생의 말 못할 사연, 가슴속에 응어리 하나는 가지고 있다'라고 하지요. 그 중에 하나가 시절 인연 때문에 아니면 가정형편 때문에 가방도 들어보지 못하고, 학교 문턱에도 가보지 못한 어르신들이 계실 것이다. 이제는 그러한 어르신들이 팔순의 나이를 넘어 구순을 바라보는데 거동은 불편하지만 중고등학교 교복을 입고 공원을 거니는 마음은 얼마나 행복하였

을까요?

그렇구나!! 그래! 바로 그거야~~~.

몸과 마음을 치유한다는 것이 꼭 병원에 가야 하고 약에 의존해야 한다는 것은 아니구나.

거동이 불편했던 윤00 할머니는 교복을 입은 순간 얼굴은 환한 보름달이요, 마음은 이팔청춘, 발걸음은 자전거보다 빨랐다. 오00 할아버지는 교련복을 입자마자 학교 운동장에서 호령하는 연대장을 뛰어넘어, 근엄하기로는 육군대장을 능가하였다. 하루종일 어르신들 모두가 행복과 웃음이 넘쳤고, 사진을 한 장이라도 더 찍어달라고 요청하시는 모습은 분명 청춘으로 돌아간 소년과 소녀들이었다.

사람이 사람을 케어한다는 것이 어렵지도 않고 쉬운 일도 아닐 것이다. 어르신들의 입장에서 공감하고, 아픔이 무엇인지, 그리움이 무엇인지, 서러움이 무엇인지, 여쭙고 대화하는 것이 돌봄케어의 기본이라는 것을 다시 한번 느끼게 되었다.



자원봉사란 무엇이고 어떤 필요성을 가지고 있는지 배우는 '자원봉사자 교육'



노인이 되어 일상을 직접 경험해보는 '노인유사체험'



미래의 나를 그려보는 '비행기(비전을 행하면 기적이 일어난다) 프로그램'



스트레스를 시원하게 날려줄 '슬라임 만들기'



즐기고 재밌게 놀아보재 '레크리에이션'



“자원봉사 = 신나게 즐기는 시간!”

2021년 청소년 자원봉사 여름캠프

무더위 폭염으로 외출보다 가정에서 머무는 시간이 많은 7월의 어느 주말, 남원시노인복지관에서는 날씨가 보다 더욱 뜨겁고 열정 가득한 하루가 흘러가고 있었다. 2021년에 제4회를 맞이한 ‘청소년 자원봉사 여름캠프’ 프로그램실마다 발랄한 웃음소리가 들려온다.

“동생들만 만지던 슬라임을 직접 만져서 너무 신기했어요.”

“노인체험을 해보니 정말 힘들었어요. 눈앞이 캄캄했다니까요?”

“미래에 어떤 직업을 가질지, 저랑 맞는 게 무엇인지 다시 고민해 봐야겠어요.”

“레크리에이션 더 하고 싶어요! 언니, 오빠 번호도 물어봤어요!”

초면에 어색하기만 했던 참가자들이 서로 한 마음 한뜻이 되어 프로그램에 임한다. 처음에 소극적으로 임했던 학생들도 웃고 노는 분위기에 함께 녹아든다. 청소년 중에선 종종 ‘자원봉사’는 시간을 채우기 위해서 억지로 한다는 부정적인 인식이 있다. 하지만 남원시노인복지관 ‘청소년 자원봉사 여름캠프’에 참여했던 아이들은 이러한 생각을 깨고 즐거운 추억을 경험해갔다. 앞으로도 ‘청소년 자원봉사 여름캠프’를 꾸준히 열어 자라나는 자원봉사자 꿈나무를 쑥쑥 키워갈 것이다.

글 | 하주는 사회복지사

“노년이라 말고 청춘이라 불러주세요~!” 노후설계사업

무더위가 시작된 6월, 노년의 삶의 의미를 새롭게 발견하기 위한 2021년 “노후설계사업”이 시작되었다. 만55세부터 69세까지의 어르신들을 대상으로 진행된 노후설계사업은 세 가지 프로그램으로 진행되었다.

첫 번째, 자신의 성격 유형을 알아보기 위해 ‘프레디저 진단카드’를 활용한 프로그램을 진행하고, 두 번째, 노년기 건강, 여가, 대인관계설계에 도움을 드리기를 위해 국민연금공단 노후준비센터의 뛰어난 강사들의 강의를 들었다. 마지막으로 참여자 간 대인관계 확장 및 취미가 활동의 경험을 위한 공예교실을 진행하였다.

사업에 참여한 어르신들께서 “아무 생각 없이 살다가 좋은 프로그램에 참여하여 나를 찾아가는 계기가 되었다.”며 좋아하셨다. 이처럼 노후설계사업은 제2의 청춘의 길잡이가 되었고, 어르신들의 배움에 대한 욕구를 깨워 외부활동에 소극적이던 어르신들을 바깥으로 이끄는 계기가 되었다.

2022년에는 기존의 노후설계사업에서 더 나아가 상담과 커뮤니티 활동을 접목시켜 미래를 설계해 나갈 예정이니 따뜻한 응원과 관심 부탁드립니다!



글 | 이슬 사회복지사

성인문해지원사업 ‘글자에 담은 희망의 여정’



오늘도 필통 들고 공부하러 가는 어르신들의 발걸음이 설렌다. 어릴적 배우지 못한 한이 남아 비가 와도 눈이 와도 불편한 발걸음이지만 엄마의 열정은 식을 줄 몰랐다. 동무들과 공부하는 게 즐겁고 내 손으로 글을 쓰고 책을 읽는 게 마냥 즐겁다. 복지관 성인문해지원사업은 비문해 저학력 성인을 위한 문해교육 지원사업이다. 수준별로 분반하여 초등 4개반으로 운영되고 있으며 2021년 시화전 시쓰기에서는 전북평생교육진흥원장상과 남원시의회위원장상을 수상하기도 하였다.

코로나19로 인해 남원시 시화전을 영상으로 대체하면서 내가



쓴 시를 낭송하는 촬영도 진행하였다.

“내 평생에 이리 카메라 앞에도 서보고 한이 없어.”

“복지관 덕분에 한글도 배우고 좋은디, 이런 촬영도 해주니께 자식들한테 자랑했구만.”

처음에는 이 나이에 배운다고 다니는 게 낯부끄럽다며 어쩔줄 몰라하던 어르신이 점점 어린이마냥 좋아하시던 모습이 눈에 선하다. 남원시노인복지관 한글반 어르신들은 오늘도 배움에 즐겁고 동무들과의 수다에 행복하다.

글 | 정남주 사회복지사



“아름다운 노인은 나의 미래다” 노인인식개선 캠페인



남원 5일장이 열렸다.

남원장날은 4일과 9일이 들어간 날에만 장이 선다. 활기찬 웃음소리가 끊이지 않는 김장철 전통시장 장날 모습은 정겨움으로 가득하다. 장터에는 직접 농사지은 양파와 쪽파, 고구마, 늙은 호박 등 다양한 농산물이 바구니에 한 가득이다. 뽕이요!~를 외치는 정겨운 뽕튀기 아저씨 소리와 함께 아랑고고장구 “장구야!~ 놀자” 공연팀의 흥겨운 공연 한판으로 행사의 문을 열었다.



지역주민을 대상으로 노인에 대한 인식 정도를 파악하고 노인 에 대한 긍정적인 인식을 가질 수 있도록 남원공설시장 장터 특 설무대에서 행사를 진행했다.

노인에 대한 이행시, 미래의 노인, 나에게 쓰는 응원 메세지, 노인복지관의 다양한 사업 소개 등으로 다채로운 프로그램으로 이루어졌다.

글 | 최인숙 복지지원1팀 팀장



노인일자리사업 만족도 UP - “문화활동”

푸른 하늘과 가을꽃들이 반겨주는 9월 어느 날 남원의 가을이 시작되는 곳! 도심속향기원으로 남원시노인복지관 일자리 어르신 256명과 함께 가을여행을 떠났다. 코로나로 지친 동무들과 공원에 나와 잠시나마 힐링하는 모습에 바라보는 사회복지사 마음은 뿌듯했다. 신선한 가을바람 따라 코스모스 하늘거리는 풍차 앞에서 인생사진 한 컷 찍는 어르신 모습에서 세상시름 없는 행복이 보인다.

“이놈의 코로나는 언제 지나간디야? 오늘은 코로나 덕분에 남원에서 가까운 향기원으로 소풍도 오고 좋네” 하시며 덕담을 나누시는 어르신들께 이런 기회를 자주 드리고 싶은 마음이다. 이번 문화활동은 노인일자리 어르신들의 지친 심신을 달래는 힐링의 기회였다.

우리 남원시노인복지관에서는 2021년 공익형 사업으로 새싹 보듬이사업단, 복지시설환경관리사업단, 건강지킴이사업단, 정류장지원사업단 250명이 참여하고 있고, 시장형 사업단으로는 6명의 어르신들이 꽃길카페-실버카페사업단을 운영하고 있다.

노인일자리 및 사회활동지원사업은 어르신이 활기차고 건강한 노후생활을 영위할 수 있도록 다양한 일자리·사회활동을 지원하여 노인복지 향상에 기여하고 있다.

글 | 박은경 사회복지사

2021년 노인맞춤돌봄서비스 “찾아가는 영양교실”

2021년 노인맞춤돌봄서비스 어땠나요?

2021년 노인맞춤돌봄서비스에 대상자 어르신들이 참여한 즐거운 한 때를 포착했다. 생활지원사가 어르신 댁을 찾아가 요리를 함께하면서 부족한 영양소를 섭취하고, 건강한 식습관 방법을 안내하는 “찾아가는 영양교실”을 진행했다.

닭가슴살로 영양가를 올린 닭갈국수, 여름철 기운 올려주는

삼계탕과 우묵콩국, 도토리묵사발, 단백질 섭취에 좋은 콩국수와 불고기, 뜨끈한 떡만둣국, 겨울철 별미 꿀호떡을 만들어 먹으며 잠시나마 시름을 잊을 수 있었다. 어르신 댁에서 생활지원사와 같이 도란도란 요리해보는 시간, 2022년에도 풍성한 밥상이 기대된다.

글 | 김선재 사회복지사



100원의 행복충전소 “따뜻한 손길에 감사해요”



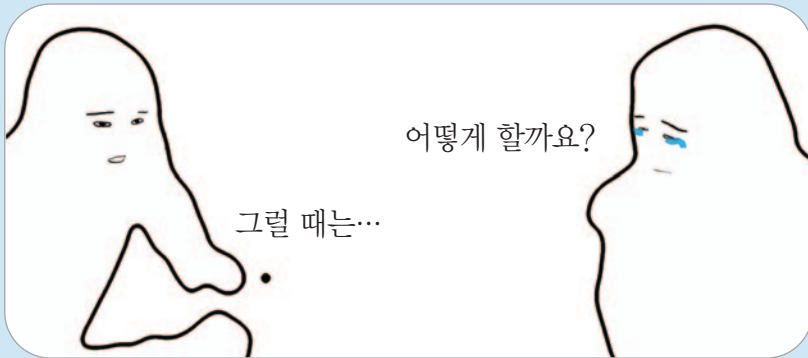
2021년 겨울, 코로나19와 사회적 거리두기의 영향으로 주춤하는 모습을 보였지만, 우리 지역사회에는 여전히 따뜻한 온정의 손길이 가득했다. 12월 23~24일 이틀 동안 남원카리타스(남원시노인복지관 & 남원가톨릭사회복지협의회)가 기획한 [100원의 행복충전소] 사업이 진행되었다.

9곳의 행복충전소 업체(호박터, 경민식당, 아구타운, 오유민동태마을, 삼삼돈, 무지개함바, 정옥추여탕, 산내음가든, 복지관 꽃길 카페)와 개인 후원자 2분(소구섭 님, 진비오 님)의 후원으로

총 838,997원이 모금되었고, 특히 행복충전소 업체인 ‘오유민동태마을’에서는 ‘맛있는 녹차전병’을 판매한 수익금을 행복충전소에 넣어 우리 이웃을 도울 수 있도록 하였다. 이렇게 저금통에 모금된 금액으로 남원시 독거·저소득 5가정에 난방유, 가스레인지, 월 반찬, 전기밥솥을 지원하여 추운 겨울을 따뜻하게 지낼 수 있는 손길을 내밀 수 있었다.

글 | 이슬 사회복지사

잠시만요! 법률상담 이용해 보셨나요?



세상이 편리해진 만큼 어려운 문젯거리도 늘어만 가기 마련이다. 상속, 사기, 분쟁, 개인 문제 등 다양한 문제는 전문적인 지식 없이 해결되기 어렵다. 하지만 전문가인 변호사의 상담 비용은 높아 고민인 경우가 많다.

남원시노인복지관에서는 이러한 어르신들의 걱정거리를 해소해 드리기 위하여 연중으로 '무료 법률상담'을 운영하고 있다. 전북사회복지협의회 법률홈닥터 변호사가 직접 복지관에 방문하여 무료로 상담을 진행하는 프로그램이다.

만 60세 이상 지역사회 어르신 누구나 신청이 가능하며, 혹시 전문적인 변호사의 상담이 필요하다면 언제나 연락하시어 마음속 깊이 쌓인 고민을 조금이나마 해결하길 바랍니다.



법률상담 일정 ▶ 3월~11월 첫째주 수요일(변동될 수 있음) 오전 10시~12시
사전예약 필수

문의 063)625-9988 하주는 사회복지사

사진으로 읽는 복지관 일기

07.01

노인일자리 새싹보듬이 사업단 수요처 간담회



07.10~11

청소년 자원봉사자 캠프



07.22

상반기 복지관 사업평가회 실시



09.09

노인일자리 전체 사업단 향기원 문화활동



09.10

신나는 예술여행 최소빈발레단 공연



09.16

2021년 이용자간담회 실시



09.16

지역복지연계사업 한가위 떡나눔행사

10.05

하반기 직원 인권 간담회



10.06

노인의 날 행사 - 장구야 놀자 공연



10.06

어르신 안전 및 인권 교육



10.07

힐링 상담 - 어르신 집단상담



10.13

직원 소방훈련 실시



10.07~08.21

노인맞춤돌봄서비스 생활지원사 역량강화교육





2021년 7월~12월

11.01

성인문해교실 시화 시상식



11.08

양상블 동아리 간담회



11.09

난타 봉사단 간담회



10.07,08,15

역사 바로 세우기-지리산 힐링캠프



11.15~17

전국노인복지관대회 종사자 참석



11.18~19

"우리 엄마, 아빠 집을 부탁해" 이블세트 지원



11~12월

김장은행 김치 전달



12.03

연택트 청춘제

12.06

외부 전문가 자문(초고령 사회를 대비한 노인복지 과제, 군산대학교 엄기욱)



12.06~07

은인의날 기념품 나눔



12.06~10

성인문해 시화전 및 문화예술교육 작품 전시



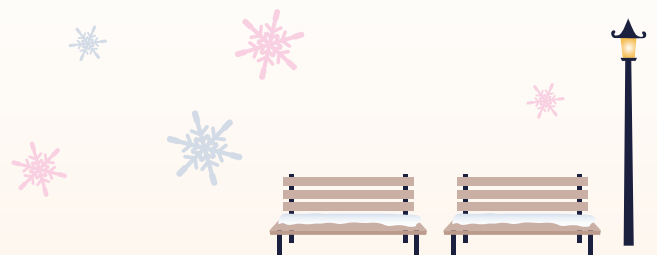
12.28~29

하반기 복지관 사업 평가회 실시



12.23~24 행복충전소 물품 전달

월반찬 전기압력밥솥, 난방유, 가스레인지 지원



배움에는 끝이 없다~

2022년 노년사회화교육 시간표

구분	프로그램실	월	화	수	목	금	
오전	1층 프로그램실(요가실)			국악교실 (10:30~12:00)			
	2층 서예실	캘리그래피 (10:00~12:00)		서예교실 심화 (10:00~12:00)			
	음악 프로그램실				색소폰 초급 (10:00~12:00)		
	3층 소강당	가곡교실 (10:00~12:00)	리코더교실 (10:00~12:00)	우쿨렐레 중급 (10:00~12:00)	통기타교실 (10:00~12:00)	오카리나 (10:00~12:00)	
	3층 프로그램실 (3-1실)					가온교육P.G (10:00~12:00)	
	2층 대강당	사회참여 - 청춘Dreaming양상블	웰빙댄스 (09:00~11:00)	라인댄스 (10:00~11:00)			라인댄스 (10:00~11:00)
			청춘체조 (11:00~12:00)	요가교실 (11:00~12:00)	청춘체조 (11:00~12:00)		밴드레크댄스 (11:00~12:00)
3층 중강당			아코디언 (10:00~12:00)		약초교실 (10:00~11:00)		
오후	2층 대강당	요가교실 (13:00~14:00)	사회참여-난타 (13:00~15:00)		노래교실 (12:30~14:30)	사회참여-난타 (13:00~15:00)	
		한국무용 초급 (15:00~17:00)	한국무용 중급 (15:00~17:00)				
	음악 프로그램실		색소폰 중급 (14:00~16:00)				
	2층 서예실			서예교실 기초 (13:00~15:00)			
	3층 소강당 (한글교실)	배움1반 (13:00~15:00)	배움1반 (13:00~15:00)	배움2반 (13:00~15:00)	배움2반 (13:00~15:00)	배움2반 (13:00~15:00)	
		소망반 (15:00~17:00)	소망반 (15:00~17:00)	지혜반 (15:00~17:00)	지혜반 (15:00~17:00)	지혜반 (15:00~17:00)	
	3-1 프로그램실		우쿨렐레 초급 (12:30~14:30)	배움1반 (13:00~15:00)			
3층 중강당		하모니카 초급 (13:00~15:00)				시조교실 (13:00~15:00)	
		하모니카 중급 (15:00~17:00)					

정보화 교육 - 컴퓨터 시간표

구분	프로그램실	월	화	수	목	금
오전	2층 컴퓨터실	컴퓨터 심화반 (10:00~12:00)	컴퓨터기초 & 스마트폰 (10:00~12:00)	컴퓨터 심화반 (10:00~12:00)	컴퓨터기초 & 스마트폰 (10:00~12:00)	
오후	2층 컴퓨터실	컴퓨터 동영상반 (13:00~15:00)		컴퓨터 동영상반 (13:00~15:00)		

- 본 프로그램은 2022년도에 한하며, 해마다 달라질 수 있습니다. 또한, 코로나19 상황 및 기관의 사정에 따라 휴강 혹은 변경될 수 있습니다.
- 특별한 사유 없이 4회기 이상 결석할 경우 자동 제적 처리되며, 대기자에게 기회가 부여됩니다.
- 모집인원 미달 과목에 한하여 수시 추가 접수가 가능합니다.
- 수강 기간 : 3월~11월, 이용료는 무료이며, 재료비 본인 부담입니다.

신청 및 문의 063)625-9988 1층 사무실 복지지원1팀/ 김수정 사회복지사

함께 해주신 후원자님들 & 자원봉사자님들께 감사드립니다.

아래 명단은 2021년 1월~12월까지 남원시노인복지관에 후원 및 자원봉사에 주신 분들의 명단입니다. 혹, 누락되거나 오류가 있으면 연락 주시기 바랍니다. 다음 소식지에 정정해 드리겠습니다.

후원안내 ※ 보내주신 후원금은 법인세법 제24조 및 소득세법 34조에 의해 연말정산 시 세금혜택을 받으실 수 있습니다.

대상 • 누구나 가능해요!

신청방법 • 전화, 홈페이지, 내방상담 신청 가능

후원종류 • 물품후원 - 쌀, 배추, 식재료 등 모든 물품의 후원

• 계좌후원 - (농협) 355-0019-7932-23, (신협) 131-015-665011, (전북은행) 651-13-0385246



후원해 주신 분들

개인 후원(CMS 이용 후원자 포함)

강금숙	강당고	강만순	강만진	강명자	강문국	강병옥	강봉엽	강성중	강산원	강아름(이희경)	강영라	강영숙	강우석	강윤경	강인숙	강인식	강인희	강정남	강정석
강중구	강창호	강하얀	강하정	강현숙	강효숙	고광석	고근배	고기곤	고복순	고성민	고연자	고영애	고윤미	고춘자	공금숙	공효열	곽선미	곽성기	곽종진
곽지이	공금자	구경창	구영희	구용환	구자옥	구 진	구희순	국순덕	국제인	권남주	권민우	권봉조	권상철	권성애	권순석	권순자	권애순	권영숙	권일관
권찬열	권혜리	권해정	권효식	기민수	기영옥	기영중	기건우	김경숙	김경화	김경희	김공래	김광태	김귀순	김규민	김규환	김기곤	김기성	김기순	김기현
김갈남	김길자	김난희	김남수	김남진	김남주	김대건	김대현	김덕조	김덕호	김동순	김동아1	김동아2	김동주	김두개	김명숙	김명순	김명신	김명옥	김명은
김문자	김미경1	김미경2	김미선	김미숙	김미애	김미영	김미자	김미정1	김미정2	김민아	김민재	김민철	김민크	김봉곤	김봉남	김봉이	김봉준	김상동	김서화
김선옥	김선재	김선희	김성기	김성룡	김성빈	김성은	김성임	김성자	김성현	김성훈	김세진	김소영	김소희	김송훈	김양근	김양근	김영희(서태양)	김영희	김영희
김순자	김순남	김순달	김순덕1	김순덕2	김순복	김순이	김순임	김순자	김승권	김승목	김승용	김애숙	김양근	김여빈	김영희(서태양)	김영희2	김우자	김옥기	김옥신
김영숙1	김영숙2	김영숙(이명교)	김영순1	김영순2	김영신	김영애	김영옥	김영의	김영재	김영철(백은순)	김형식	김형중	김형희1	김형희2	김의철	김이경	김인규	김인순	김인후
김옥자	김옥현(백선옥)	김완주	김용상	김용상	김용수	김용식	김용자	김용철	김용현	김은미	김은영	김은희	김윤수	김의철	김이경	김인규	김인순	김인후	김재평
김정남	김정순	김정관	김정남	김정민	김정숙	김정순	김정애	김정열	김정운	김정원	김정희	김정희	김정희	김준애	김중순	김중현	김태성	김태순	김태훈
김중환	김주연	김준이	김준호	김지연	김지윤	김지홍	김진	김진례	김진숙	김진주	김진태	김철수	김초곤	김준분	김혜수	김혜영	김혜순	김혜수	김태준
김택문	김필수	김하나	김한숙	김한신	김현성(김급희)	김현식	김현숙	김현숙	김현숙	김현정1	김현정2	김형식	김형중	김혜수	김혜영	김혜순	김혜수	김태준	김태영
김효상	김효섭	김 훈	김희상	김희수	김희정	김희중	나경택	나연숙	나 정	나중례	나현균	남미경	노광식(우효자)	노동팔	노성영	노시호	노은미	노은아	노의환
노현영1	노현영2	노현희	동근안	두형만(유인숙)	류수경	류재일	류종규	류진우	류차남	류 훈	모동규	문경이	문경일	문덕인	문병인	문성자	문영호	문윤선	문자림
문재환	문철상	문판이	민수희	민숙경	민정기	박각조	박근우	박경심	박경희	박귀미	박기심	박남규	박남신	박남영	박노성	박준	박관희	박영규	박미애
박영기	박영숙	박영순	박원주	박운희	박은숙	박은실	박은영	박정수	박정식	박정자	박중근	박중남	박중채	박지현	박진철	박진희	박철훈	박철훈	박철훈
박대수	박평희	박한용	박한철	박현숙	박홍섭	박화서	박화신	박환재	방정혁	배강민	배경희	배근성	배길주	배란미	배병대(김기순)	배유경	배이득	배중섭	배지우
백경순	백승주	백영숙	백인주	변희규	복재근	사순옥	서경이	서기석	서남순	서문금자	서상원	서석태	서선희	서성아	서연희	서옥당	서우교	서진기	서정연
서철승	서춘순	서춘자	서현주	석병열	석영화	선정남	선형길	선소영	성용운	성윤례	성은정	성재민	소구섭	소금수	소병수	소소진	소영미	소은수	소지현
손승숙	손태봉	손한배	송경진	송금정	송금정	송선영	송선희	송아람	송옥영	송유례	송재민	송진주	송준희	송진희	송준희	송태진	송현수	송현수(신창용)	송희숙
신기중	신민호	신봉신	신상민	신상철	신석정	신석철	신선이	신영자	신영희	신은희	신지선	신지선	신지선	신지선	신지선	신태진	심연우	심연우	심재현
안강영	안금순	안영옥	안병국	안복원	안석남	안선희	안성희(이묘숙)	안순례	안순엽	안신순	안향선	안영미	안옥봉	안정연	안창훈	안영숙	안영숙	안영숙	안기자
양기창	양명순	양민규	양미영	양병례1	양병례2	양병식	양수정	양순자	양만식	양영순	양영옥	양만식	양용석	양우임	양운정	양인숙	양은숙	양재주	양정숙
양성어	양소희	양지수	양찬오	양태호	양태호	양해서	양현영	양혜숙	염은성	염진우	염은오	염상기	오근종	오진수	오일배	오일배	오일배	오일배	오서운
원종관	유경아	유경자	유명순	유문태	유복순	유선우	유성숙	유성훈	유수용	유숙희	유영만	유영미	유영애	유영자	유영자(이선홍)	유정순	유정자	유지영	유종일
유태희	유현수	유현숙	유홍규	유효순	유명수	유명선	유경순	유말순	유영심	윤선영	윤세라	윤수만	윤수정	윤수애	윤소옥	윤영순	윤영덕	윤영희	윤종대
윤진주	윤혜경	이갑주	이갑모	이갑수1	이갑수2	이광용	이경숙	이경순	이경식	이경원	이경희1	이경희2	이광열	이광희	이규정	이금이	이기형	이나연	이덕인
이덕춘	이덕희1	이덕희2	이동기	이명식	이명수	이명숙	이명희	이미경1	이미경2	이미숙1	이미숙2	이미영	이미주	이미자	이성희	이성진	이성희	이숙자	이수영
이상규	이상금	이상숙	이상진1	이상진2	이상희	이석구(이은지)	이선화	이성숙	이성심	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원	이상원
이수환	이숙일	이순남	이순미	이순옥	이순이	이순임	이순중	이슬비	이승희	이안의	이양남	이양순	이영곤	이영숙	이영애	이영재	이영주	이영희	이예분
이완재	이웅민	이웅술	이웅안	이웅열	이우상	이위경	이윤재	이은실	이은진	이재화	이장우	이장원	이재선	이재수	이재연	이재영	이재은	이정민	이정숙1
이정순	이정식	이정애	이정자	이정표	이정희	이정후	이중란	이중순	이중훈	이준상	이준호	이중덕	이현주	이현주	이현주	이현주	이현주	이현주	이현주
이창수(김정희)	이찬재	이철상	이추실	이태진	이희봉	이현경	이현숙	이현기	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙	이현숙
이희순	이희오	임경남	임경임	임경자	임국신	임금례	임미래	임미리	임병동	임병길	임석산	임성순	임세란	임세랑	임 숙	임용숙	임은주	임인섭	임재복
임춘길	임효진1	임효진2	장강희	장광숙	장나라	장남순	장덕순	장영애	장미선	장민영	장민호	장병수	장부임	장소정	장수정	장수찬	장소복	장영희	장영현
장인숙	장진숙	장주만	장준영	장진석	장형철	장대민	전년순	전순녀	전아름	전영선	전은화	전은영	정경남	정경준	정경호	정근희(정병식)	정광현	정근주	정남곤
장남숙	장대성	장동진	정 립	정명자	정명자	정명희	정미소	정미영	정미주	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희	정미희
정안숙	정윤경1	정윤경2	정윤태	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정	정은정
정혜자	정호영	조강현	조경자	조계형	조귀봉	조금원	조대성	조미숙	조병구	조상기	조성근	조성분	조수덕	조수연	조영애	조원인	조은덕	조재현	조주현
조현미	조혜숙	조홍근	조희성	주영희	주정숙	주정미	주혜순	진경선	진광원	진동민	진말주	진미호	진소옥	진영	진은심	차영순	차문선	차선희	차성환
차호숙	채수혜	채영	채명옥	채희영	천정기	최강희	최 경	최경남	최경순	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성	최규성
최민숙	최병순	최민숙1	최민숙2	최민숙	최인후	최일순	최재경	최정례	최정하	최종권	최종원(지금수)	최진수	최한식	최향숙	최 현	최현희	최혜숙	최혜영	최희숙
최은영	최은하	최인숙1	최인숙2	최인숙	최인후	최일순	최재경	최정례	최정하	최종권	최종원(지금수)	최진수	최한식	최향숙	최 현	최현희	최혜숙	최혜영	최희숙
추승근	추현근	표병옥	표효진	한경호	한규성	한남희	한명숙	한명희	한병희	한상호	한서운	한성준	한승관(김순옥)	한승아	한승학	한영신	한영희	한영진	한정선
한정희	한혜영	한효정	한경석	허귀곤	허소희	허순임	허정자	허 준	허현숙	허흥식	허미선	허승민	허수정	허기준	홍동찬	홍순미	홍자남	홍현영	홍효정
황길주	황덕례	황영진	황수미	황영자	황은희	황의순	황인오	황인자	황정숙	황정미	황 평	황해린(소영숙)	황 훈	황희담					

자원봉사 안내 및 자원봉사자 명단 / 후원금 수입 및 사용내역

단체 후원

(유)서남엘리베이터 (유)서남환경 (주)대경건설 (주)동양산업 KT&G 남원동우회 경민식당 고산성당 곳간애복 군산낙시프리카 금동지역사회보장협의체 꽃길카페 남원시여성단체협의회 대야성당 도통동성당 무지개함바 문래동성당 문정성당 뽀뽀어린이집 산내음기든 삼례성당 삼삼돈 서곡성당 서일성당 송천동성당 순창성당 스마트호 시민기업 시조교실 쌍교동성당 아구타운 이종성당 알파전기안전 양대승치과 영등소리성당 오수성당 오유민동태마을 옥봉성당 요촌성당 우이동성당 우전성당 운봉성당 남원의료원목실봉사자 이마트남원점 버크세상 임실성당 장계성당 장수성당 적십자반야봉사회 전동성당 정대순대 정옥주어탕 중산성당 지곡성당 춘향로타리클럽 팔마성당 하나은행 한국가스공사전북지역본부 한국주택금융공사전북지사 황등성당

물품 후원

강명란 국민연금공단남원순창지사 김문자 김은자 김진 GMF 남원농협시지부 남원시자원봉사센터 남원시청 남원축협 독거노인지원센터 두성군 문정훈 박경도 박성임 박영권 박영남 박옥선 박용수 생활지원사업동 송선희 안광수 양선주 양치화 오달순 오동환 우중선 유순자 이갑주 이규량 이서연 이선자 이정남 이정자 임종의 임충식 전라북도남원의료원 전라북도여약사위원회남원시약사회 노인맞춤돌봄서비스전북광역지원기관 전북신협두순모아봉사단 전주가톨릭사회복지회 정미소 정미주 정수진 정옥주어탕 정원중 정주원 진경선 진점수 천호성지 최훈 푸드뱅크 푸드앤푸드 한국노인종합복지연합회 전북지회 한국농어촌공사남원지사 향돈촌 허경순 황정미

자원봉사 안내

- 대 상 : 청소년, 대학생, 주부, 직장인, 어르신 또는 단체 및 기업
- 신청방법 : 전화, 홈페이지, 내방상담 가능
- 활동분야 : 경로식당, 사회교육, 의료재활, 업무보조, 프로그램 지원, 상담사업, 재능기부



자원봉사 해 주신 분들

김성미 김순이 강인식 박경자 이용순 김재운 김명옥 오동환 이옥님 김영순 박경은 하양숙 김숙희 박하늘 양정희 임오섭 한수민 김기순 사근순 김영희 이순덕
 황윤미 진현우 강준석 이건우 이지원 진소리 김서연 송민혁 오완순 이영순 김태순 오서운 정기표 김채림 허유찬 주예은 김지인 안진희 황준호 김보연 한경순
 양아영 김태린 최성길 최선영 한정옥 변문영 김효준 임수현 이원빈 정원재 이효진 진신영 진희성 황인옥 윤은서 권신명 이성현 권호연 이찬경 강보미 송현규
 최승일 이아령 최진범 유나영 김대완 송진성 장인영 소진혁 조호연 전연수 이지오 최예진 김진아 양성현 이석원 김록현 오서진 최민준 오재희 김동현 장다윤
 김주예 김도희 하효선 최지선 강교성 양금원 진환희 이운천 배서은 배경희 우수정 김예인

2021년 후원금 수입 및 사용 내역 (2021. 01. 01 ~ 12. 31)

(단위: 원)

수입내역			사용내역		
구분	항목	금액	구분	항목	금액
총 계		194,428,966	총 계		169,572,397
후원금수입	지정 후원금	4,150,000	사무비	계	50,755,320
	비지정 후원금	92,750,164		인건비	28,098,910
	법인전입금 (후원금)	56,250,000		업무추진비	-
	공모사업	9,674,720	운영비	22,656,410	
	예금이자수입	1,466	재산조성비	계	6,563,900
	전년도이월금 (후원금)	31,602,616		자산취득비	4,600,000
				시설장비유지비	1,963,900
			사업비	계	112,253,177
				사업비	102,578,457
			공모사업비	9,674,720	
			잔액	24,856,569	

20*10mm
코팅도무송 2,000장



사회복지법인 전주가톨릭사회복지회
남원시노인복지관
NamWon Senior Welfare Center