

# 여명

노인장기요양지정기관

## 여명노인복지센터는

독거노인들의 삶의 질 향상을 위해  
전문요양보호사를 파견하여  
우애서비스, 가사서비스, 개인서비스 및  
기타서비스를 제공하고 있으며,  
방문간호 서비스와 운동치료를  
실시하고 있습니다.

### 여명노인복지센터 「여명」 통권 제19호

발행처 : 여명노인복지센터 ●발행인 : 도성숙 ●편집인 : 최 현

전 화 (063) 224-5673 ●FAX (063)224-6896

560-860 전주시 완산구 효자동3가 1678-9

●E-mail : careym@hanmail.net ●카페 : <http://cafe.daum.net/careym>

●인쇄 · 디자인 : 대흥정판사 063)254-0056

### 여명노인복지의 3대목표

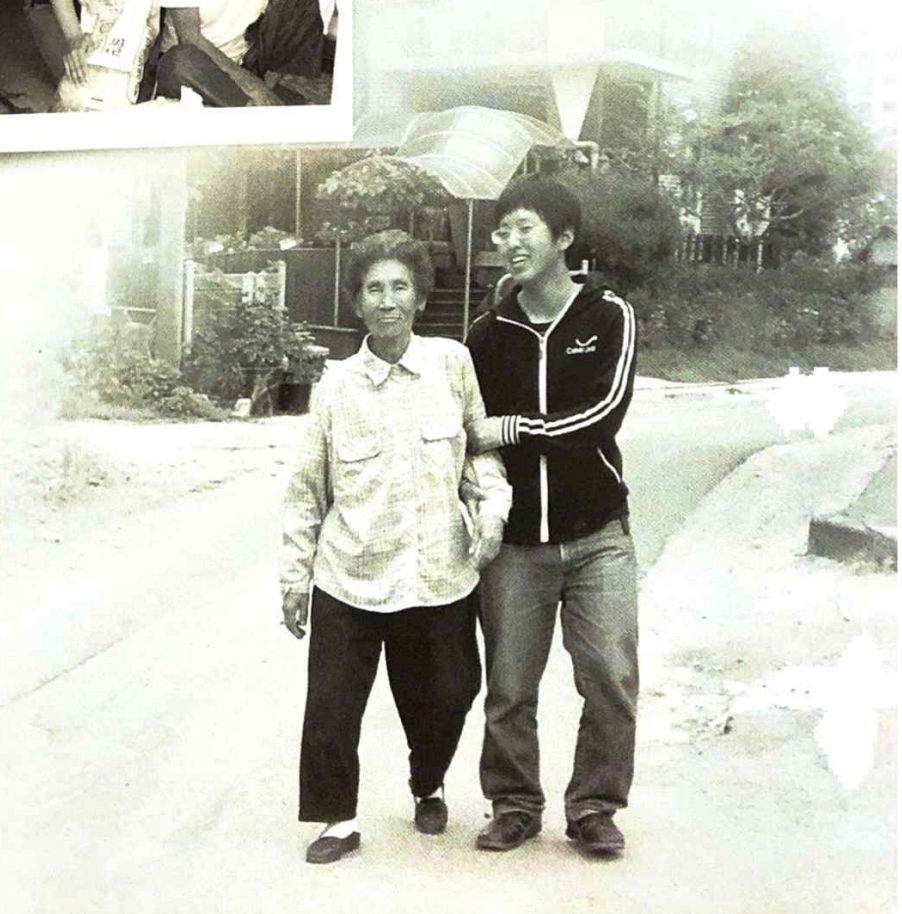
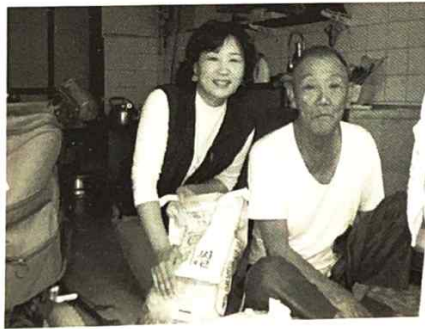
- 노인들의 삶의 질 향상
- 가족기능의 회복
- 노인복지 정책 발전



# 마음으로 가는 지름길

베풀수록 빛이 나고  
나눌수록 배가 되고  
전할수록 힘이 되는 것...

마음을 전하는 가장 아름다운 지름길 ...  
당신의 따뜻한 손길입니다.



# CONTENTS

---

- 아름다운 글이 있는 곳 02 "마음으로 가는 지름길"  
Contents 03  
여는글 04 노영관 운영위원 | 행복한 꿈을 꾸자 |  
노인장기요양방문서비스 05  
절기지원 06  
어르신 감사글 07 박○○어르신(효자2동)  
정기활동 08 가정방문요양, 영양죽/밑반찬지원, 생신축하  
주거보수, 병원동행, 행정업무대행 등  
Happy Birthday To You! 09 어르신 생신축하  
축하해요 10 센터 사무실 이전  
자원봉사자 해님이축제 11  
자원봉사자의 글 12 정진영(영생고 3년)  
여명어르신일거리마련센터 13  
복지상식 14 노인 퇴행성 관절염  
2009 결산회계 & 2010 상반기 계획 15  
도움의 손길 16

## 행복한 꿈을 꾸자

운영위원 노영관

**호랑이해를 맞아** 큰 꿈과 야망을 세운 것이 얼마 전인 것 같은데 벌써 1,2월이 훌쩍 지나고 있습니다. 십년 전 여명의 노인복지센터 운영을 기획하던 일이 생각납니다.

한 해 한 해를 거둬하면서 축복과 사랑 속에 성령의 뜨거운 불길로 성장하는 교회의 모습! 이젠 지역사회를 위해 좀 더 가까이 다가가는 발걸음이 무엇일까요 . .

작지 않은 고민들 속에 노령화로 치달는 지역사회의 현실을 읽고 목사님께 의견을 물어 여명노인복지센터를 설립하였습니다.

조금은 열악하고 버거운 점들도 있었으나 교인전체가 하나 된 마음과 사랑으로 한 손 두 손 모으고 한 걸음, 한 걸음 내디딘 것이 오늘의 여명노인복지센터가 된 것 같습니다. 먼저 이런 은혜를 주신 하나님께 감사드립니다. 또한 현장에서 누구보다도 앞장서서 수고하시는 여명재가의 모든 식구들에게 감사드립니다. 말로 하는 사랑이 아닌 실천하는 사랑은 참으로 어려운 일입니다.

하지만 그 사랑을 하루도 쉽 없이 가슴을 열어 행하는 것은 참으로 어려운 일인데, 너무도 아름답고 멋지게 실천하시는 직원 및 봉사자들, 후원자님 들의 실천과 사연이 늘 가슴을 뭉클하게 합니다.

경쟁에서 지면 끝이다! 란 의식이 팽배해졌고, 남들보다도 한 발이라도 더 앞서야 되고, 결코 남과 같아선 성공 할 수 없다는 메마른 사회 현실 속에 순수함을 표현하는 사랑실천은 우리 사회가 그대로만 받아주고 보아주지는 않습니다.

어떤 꼬투리라도 잡아야 되고 없어도 있는 척 해야 되고 몰라도 아는 척 해야 되는 현실 들속에 우리의 아버님, 어머님 들은 병어

리 냉가슴 앓듯 시름시름 하루하루가 저물어 갈 뿐입니다. 반가운 손길 보다는 그리운 손길이 되어 버렸고, 무병장수 보다는 유병장수로 고통의 나날들이 되어 버렸습니다.

오래 사는 것이 축복이고 기쁨이고 감사함 이어야 되는 데, 자식들 눈치 보기에 바쁜 노후가 되어 버린 것입니다.

우리 사회의 사실은 선진국문턱에 이르고 국민소득이 향상되고 생활수준이 향상 된 것인데진실은 아픈 어르신, 힘들어 하는 사람들이 많아 졌다는 것이죠! 이런 현실 들 속에서 여명의 재가노인복지센터는 묵묵히 그 누구의 세상소리에 귀 기울이기 보다는 행할 수 있는 실천으로 어르신들의 마음을 열어주고 들어주고 보듬어 주는 모습에 숙연함과 경건함으로 박수와 감동을 전해주었습니다. 어쩌면 하나님의 이웃사랑을 왜곡하지 아니하고 표현하고 실천하는 것입니다.

성장주의 성공주의에 사로잡힌 현실 속에 조금은 늦더라도 편리함 보다는 행복을 추구하는, 행복을 꿈꾸는 여명 재가노인복지센터의 2010년이 되어 행복한 꿈을 나누어 주고 설계하도록 전파하는 호랑이해가 되었음 합니다. 우리의 어르신들이 행복을 꿈꾸고 실천하는 모습을 보시면서 그 어느 해보다도 더욱 행복해 지는 한 해가 되었으면 합니다.

사랑과 감동으로 실천하시는 여명노인복지센터의 모든 가족 여러분! 파이팅!



어르신들과 가족 모두가  
행복한 삶을 지속할 수 있도록

# 저희 여명이 돕겠습니다

저희 센터의 노인장기요양방문서비스는 고령이나 치매, 중풍 등으로 일상생활을 혼자 하기 어려운 65세 이상 어르신들이나, 65세 미만의 노인성 질환을 가진 분들을 가족처럼 돌봐드리는 방문요양 서비스입니다.

## ◎ 방문요양 이용안내 ◎

### 노인장기 요양서비스의 행복한 공식

사랑 더하기 (+),  
가족 부담 빼기(-)  
우리 모두  
함께 효 나누기 (÷)



### 비용안내

- 국민기초생활보장수급권자 : 전액 면제
- 의료급여 수급권자 : 경감
- 일반 : 재가이용급여의 15%

### 서비스내용

- 신체활동 지원 / 가사활동 지원/ 개인활동 지원 서비스

### 이용자격

- 65세이상어르신으로, 노인장기요양법에 따라 장기요양인정신청을 하여 국민건강보험공단으로부터 장기요양 1~3 등급을 받으신분.
- 65세 미만으로 노인성 질환을 가지신 분.(치매,중풍 등)

### 활동사례 ①

불편한 신체 및 일상생활이 요양보호사의 정성어린 케어로 인해 규칙적인 식사와 집안청결, 침구 청결 등 쾌적한 생활을 하고 계시며, 함께 산책도 하시고 장보기도 함께 하는 등 상당한 정서적 안정을 찾고계십니다. 특히 불편한 몸으로 늘 몸에 약을 발라야 하는 어르신은 큰 도움이 된다고 매우 만족해하십니다.

### 활동사례 ②

심한 노환으로 거의 누워서만 생활하시는 분으로, 방문요양 서비스 이후 어르신의 신체청결유지 및 식생활 개선, 주거 환경이 현저히 나아졌으며 어르신의 심신 안정과 더불어 부양가족의 부담도 크게 덜어드리게 되었습니다.



●추석 물품 지원●

어르신~우리와 함께 풍성한 한가위만들어요~

보름달이 환하게 비추고 가족들이 한 자리에 모여 마음을 나누는 우리의 명절 추석에 우리의 사랑으로 어르신들 가슴에도 환한 보름달이 뜨기를 간절히 바라며 모든 대상자 분들에게 조기1두름, 호두 빵, 햅쌀10k를 지원하였습니다.

언제나 외롭고 쓸쓸할 때 위로가 되어 주어 너무 고맙다는 어르신들의 인사에 저희는 더욱 큰 사랑을 전하는 꿈을 꾸게 됩니다. 변함없이 함께 정성을 모아 주신 후원자 한 분 한 분께 깊은 감사를 드립니다!

●동절기 물품과 난방비 지원●

추운 날씨에 마음까지 따뜻하게 보듬어 드려요~

동절기에는 추운 날씨를 잘 이기실 수 있는 용기를 드리기 위해 우리 어르신들에게 연탄과, 의류를 전달하고 난방비를 지급 하였습니다.



박○○어르신 (효자2동)

나는 슬프고 괴로웠습니다 세상의 모든  
 관심과정이 나 혼자만 있는 것처럼 사는 것이  
 힘들고 즐거움이 없었습니다 그런데 어느날  
 여명복지에서 우리집을 방문 했습니다  
 그 때부터 치료도 받고 많은 도움도 받았습니다  
 여명교회에서 예배드리고  
 하나님을 알게 되었습니다 때로는 좋은  
 구경도 하고 생일 축하도 받았습니다  
 건강도 체크 해주시고 말상대도 해주어  
 고맙습니다 하나님은 날마다 내기도를  
 들어주셔서 건강하게 살수있어 감사합니다  
 목사님 그리고 여명복지 감사님들  
 고맙습니다



어르신들에게 항상 사랑과 정성을 전해 드립니다.

### ●가정방문요양 서비스●

홀로 계신 어르신들에게 주 1회 이상 지속적으로 책임감 있는 요양보호사를 파견하여 가사, 개인, 우애서비스를 지원하고 건강체크서비스, 외출 및 병원동행, 약타다주기 등 다양한 어르신들의 일상생활을 도와 행복한 노후의 삶을 지켜 드리는 지킴이가 되어 드리고 있습니다.

### ●밑반찬지원 서비스●

어르신들의 욕구와 필요에 맞춰 생물 및 조리한 밑반찬을 월 2회 제공해 드리며 특별히 식사를 잘 못하시는 어르신들을 위해서는 매주 국을 지원하여 어르신들의 영양 보충과 건강 증진에 힘쓰고 어려운 경제 부담을 덜어 드리는 세심한 관심으로 어르신들의 삶을 가꿔드리고 있습니다.

### ●영양죽 지원 서비스●

매주 건강 상태가 나쁘신 어르신이나 기력이 약해지신 어르신들에게 맛있고 영양이 풍부한 죽을 배달 해 드리고 있습니다. 항상 센터에서 지원해 주는 죽 맛이 일품이라며 자랑하시는 어르신들의 보답에 더욱 힘이 납니다! 센터의 깊은 관심이 약해진 어르신들의 심신에 큰 활력소가 되어 드리기를 소원 합니다.

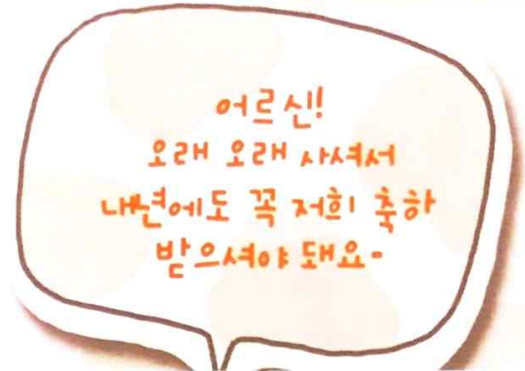
### ●장애우 도시락 배달사업●

전주시 거주 장애우 약 50 명에게 매일 도시락과 밑반찬을 지원해 드리고 있습니다. 영양소를 고루 생각하여 작성된 식단 메뉴를 매일 정성스럽게 요리하여 맛있는 점심을 드실 수 있도록 배달하고 있으며, 그 분들의 질병이나 취향등을 고려하여 요리해 드리니 매우 만족스럽고 고마워하십니다.

●생신축하 서비스●

사랑받기 위해 태어나신 어르신  
지금도 어르신은 사랑받고 계신답니다!

행복하고~~ 건강하게~~  
오래~~ 오래~~ 사세요!



**박은영**(운영위원)

온 누리에 그리스도의 따스한 사랑과 밝은 빛을 비추는 하나님의 공동체 shine! 여명노인복지센터 shine!



**김성희**(자원봉사자)

새 보금자리로의 이전을 축하드립니다! 화이트하우스가 하나님의 마음을 대변하는 center요 우리 어르신들의 따뜻한 이웃이 되는 행복 나눔터가 되길 기도해요



**정숙희**(자원봉사/후원자)

멋진 화이트하우스로 이전해서 너무 기뻐요 새 동지에서 새롭게 태어나는 복지센터가 되길 기도해요



**이소영**(자원봉사/후원자)

새 집 좋죠? 새 마음으로 사랑의 추억을 많이 만드는 사랑의 공장이 되길 기도합니다



**조계석**(자원봉사자)

축하합니다! 많은 이들의 꿈과 소망이 되는 큰 걸음을 내 딛게 하심에 하나님이 함께 하길~~



**김요셉**(자원봉사/후원자)

주님의 사랑을 듬뿍 담아^^ 더욱 어르신들에게 행복한 미소와 마음을 주는 여명센터가 되기를 기도하며..여명센터 이전을 축하드립니다.

**박지숙**(자원봉사/후원자)

너무나 아름다운 집에서 하나님이 기뻐하시는 good news 가 매일 매일 들려 오기를 기대하고 소망하며 직원들 화팅!!♥♥

**장한나**(요양보호사)

약한자들의 힘이 되어주는 센터의 이전을 축하하며 더욱 많은 이들을 품어가는 센터 되기를♥



**임은희**(자원봉사/후원자)

사랑하는 여명복지센터 !!! 기쁨과 희망을 찾아주는 복지센터 가족들에게 멋진 에너지하우스가 생긴 것을 축하드려요



# 감동의 해님이 축제속으로

12월 24일! 온 세상이 예수님의 탄생을 축하하며 기뻐하는 성탄절  
야에우리 센터의 귀한 보물 자원봉사자들을 위한 해님이 축제마당이  
열렸습니다.

정성들여 맛있게 준비한 음식에 메시지를 담아 멋진 코디로 탄생된  
저녁 식사

행사 때마다 아름다운 풍선장식으로 센터를 돋보이게 해 준 자원봉  
사자의 세심한 손길로 우리는 마음을 활짝 열고 서로를 격려하며 위  
로하는 시간을 갖었습니다.

레크레이션하면서 신나게 웃고, 박수치고, 노래하고, 춤추고...

특별 게임으로 협동심과 하나됨을 다지고...

그리고 축제의 하이라이트!! 바로 선물교환시간!

한 해 동안 함께 수고한 동료 봉사자들을 위해 마음을 담아 선물을  
준비하여 따뜻한 메시지와 함께 서로에게 전달하는 아름다운 광경들  
을 보며 우리는 함께 기뻐하고, 감동의 눈물을 흘리면서 모두에게 잊  
을 수 없는 아름다운 해넘이의 추억을 갖었습니다.

참 가슴 따뜻한 밤이었습니다^^





교과서를 통해 배웠던 걸 이렇게 직접 봉사현장에서 혼자 사시는 할머니를 찾아뵙게 되면서 좀 더 실질적이고 새롭게 느낄 수 있었습니다. 그리고 이러한 봉사제도를 통한 학생들 봉사활동이 얼마나 필요한지 그 중요성을 절실히 생각되었습니다.

영생고3년 정진영

여명노인복지센터를 알기 전에는 학교에서 실시하는 봉사활동을 했었는데, 학년별로 채워야하는 봉사시간이 부족하던 터에 마침 학생부장 선생님을 통하여 여명노인복지센터를 소개 받아 알게 되었습니다. 처음에 시작할 때 “우선 부족한 봉사시간을 채워야지” 했습니다. 친구 승연이와 함께 찾아 간 여명노인복지센터는 다행이 우리 학교 근처여서 마음 편히 봉사활동을 시작하게 되었습니다.

이전에 복지센터 같은 곳에서의 개인적인 봉사경험이 없었고 특히나 독거어르신에 대한 봉사 경험이 없었기 때문에 낯설기도 했지만 한 편으로는 가슴 설레기도 했습니다. 친구와 저는 주1회 정기적으로 어르신 가정을 방문하는 봉사를 신청했습니다.

처음에 부족한 봉사시간을 채우기에만 급급했던 저희는 직접 독거어르신들은 찾아뵙면서 많은 걸 느끼게 되었습니다. 특히 문과생인 저는 사회문화 시간에 현대사회의 큰 문제 중 하나인 노인인구증가에 따라 독거노인의 비중도 증가하고 있어 현대사회 문제로 크게 부각되고 있다는 것을 배웠습니다.

그런데 교과서를 통해 배웠던 걸 이렇게 직접 봉사현장에서 혼자 사시는 할머니를 찾아뵙게 되면서 실질적이고 새롭게 알 수 있었습니다. 그리고 이러한 봉사제도를 통한 학생들 봉사활동이 얼마나 필요한지 그 중요성을 절실히 생각되었습니다. 그리고 이제는 시간만을 채우는 봉사가 아닌, 좀 더 성숙한 봉사 정신으로 어르신들을 섬기고 싶습니다.



## 기쁨과 희망을 찾아드리는 「여명어르신일거리마련센터」

2003년 7월부터 전주시의 위탁을 받아 어르신들의 적성과 능력에 맞는 일거리를 마련하여 소득창출의 기회를 제공하고, 자신감과 희망과 기쁨을 찾아드리므로써 안정된 노후생활을 영위할 수 있도록 도와드리고 있습니다.



김현아 관장

2010년도부터는 55세 이상의 어르신들이 참여하실 수 있으며, 현재 본 센터에서는 많은 어르신들이 참여하여 여가선용 및 경제활동을 통해 삶의 기쁨과 활력을 얻고 계십니다.



### 즐거움과 기쁨을 드리는 작업들은

★ 어르신들이 쉽고 간단하게 하실 수 있는 귀여운 아가들의 옷 실밥정리, 내의 상자접기 및 속옷포장, 네일아트(인조손톱) 관련 등의 일을 전북지역의 중소기업 10여개 업체에서 수주하여 제공하여 드리고 있습니다.

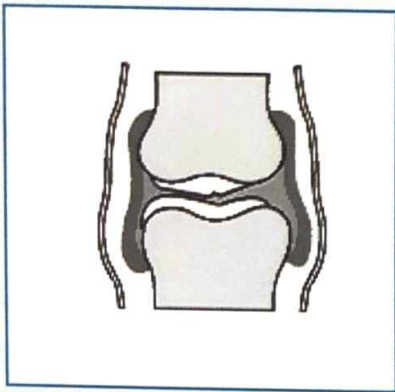
★ 작업은 월요일 - 금요일(오전 9시 ~ 5시)까지 합니다.

★ 기쁨과 희망을 찾아드리는 여명어르신 일거리마련센터는 전주대 버스종점을 지나서 선화학교 옆 만지마을에 위치하고 있습니다. 언제라도 오시면 됩니다. 오셔서 기쁨과 희망과 사랑을 찾으십시오. 언제라도 도와드리고, 함께하겠습니다.



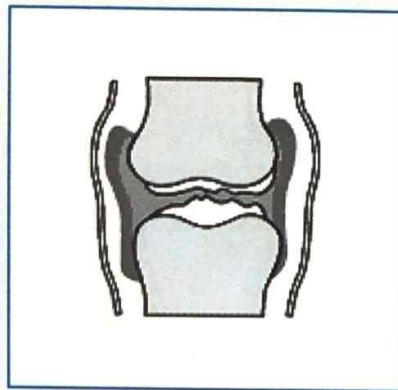
## 노인 퇴행성 관절염이란?

골 관절염은 관절의 연골이 약해지고 변형이 와서 관절표면과 그 주위에 비정상적인 뼈의 성장이 나타나는 관절질환으로 염증성 변화는 없습니다. 뼈의 끝 부분에는 연골이 있어서 충격을 흡수시키는 역할을 하는데, 이 연골이 마모되면, 뼈의 표면이 직접 관절면과 닿게 되고 관절표면의 탄력성이 저하됩니다. 이렇게 되면 움직일 때 소리가 나거나 통증이 생깁니다. 골관절염이 많이 생기는 관절로는 체중이 부하되는 관절 즉 무릎 관절, 고관절입니다. 과거에는 신체의 노화 현상의 하나로 연골이 마모되어 나타나는 현상으로 생각하였으나 이러한 요인과 함께 생물학적 요인에 의해 연골이 변화되고 파괴되는 것으로 알려지고 있습니다.



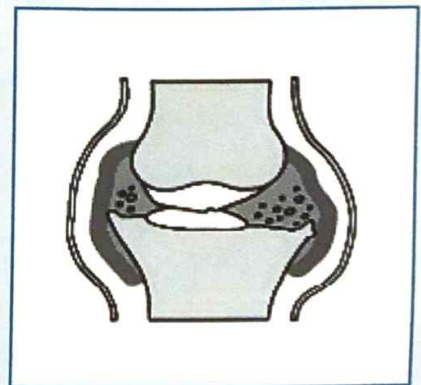
1. 초기단계

원섬유화관절연골이연화되고연골세포군 사이가 분열되어 연골이 파괴됨.



2. 중간단계

연골파괴가 계속됨. 연골 손상에 대한 보상으로 연골 아래의 뼈가 비정상적으로 증식하여 연골아래의 뼈가 치밀해짐.(경화)



3. 중증단계

연골이 심하게 파괴됨. 관절강이 좁아지고 활막 비대, 연골 밑판에 낭종이 생길 수 있음.

## ◆ 2009 세입 · 세출 결산보고 ◆

(2009년 1월 1일 ~ 12월 31일)

세	입	세	출
경상보조금	101,152,000	인 건 비	173,819,819
후원금수입	12,384,347	업무추진비	387,000
법인전입금	66,500,000	운 영 비	12,965,120
장기요양수가	23,785,803	재산조성비	787,500
기타예금이자수입	17,259	사 업 비	16,414,680
기타잡수입	99	반 환 금	17,060
이 월 금	2,897,048	총 당 금	2,007,974
		전 출 금	102,070
		월 금	235,333
총 계	206,736,556	총 계	206,736,556

## ◆ 2009 후원금 세입 · 세출 ◆

세	입	세	출
이월금	470,985	사업비	11,579,970
지정후원금	1,200,000	결연후원금지급	1,200,000
비지정후원금	11,184,337	이월금	75,362
총계	12,855,322	총 계	12,855,332

## ◆ 2010 상반기 주요 행사계획 ◆

### ● 정기적 사업

- 방문요양서비스, 노인돌봄 바우처서비스, 생신축하, 영양죽/밀반찬지원서비스,
- 직원월례회 및 교육, 봉사 자간담회, 운영위원회 모임
- 장애인도시락 및 밀반찬지원서비스
- 장기요양 및 노인돌봄바우처 대상자 발굴 및 후원과 자원봉사 수시모집/홍보

### ● 월별 주요사업

- 1월**  
직원시무식,  
센터장님 모든 대상자 가정방문
- 2월**  
절기지원(설 명절)  
자원봉사자 교육  
상반기소식지발간
- 3월**  
자원봉사자 간담회  
어르신 영화관람/소그룹 나들이

- 4월**  
전북재가노인초청 효도큰잔치  
부활절음식나눔  
자원봉사자 단합대회
- 5월**  
어르신어울림한마당잔치  
아버이날 축하
- 6월**  
브로셔제작  
자원봉사자 간담회  
운동치료교실 실시

우리의 작은 사랑을 어려운 이웃들과 함께 나누고자 하시는 분들의 많은 참여를 기다립니다.

| 물질후원 |

강원봉, 권태균, 권오희, 권정근, 권현정, 김경숙, 김인순, 김현석, 김혜숙, 김희진, 김임수, 김정숙, 김정희, 김지숙, 김창주, 김희진, 김미현, 노영관, 노영숙, 노인숙, 노정숙, 노항래, 도화자, 도성숙, 라병수, 라희정, 박래승, 박선우, 박은영, 박종옥, 박지숙, 박일준, 서옥주, 소점례, 신향순, 신미란, 신순미, 안세웅, 안영선, 오정순, 유 미, 유덕순, 유영숙, 유정자, 윤동식, 이 진, 이석연, 이수영, 이점례, 이현심, 이국진, 이금자, 이기룡, 이명순, 이상례, 이세라, 이소영, 이정우, 이지영, 이희준, 임선아, 임은희, 정숙희, 조병수, 차상희, 차상미, 차상현, 차진석, 채영병, 최 현, 최규홍, 최미선, 최승호, 최정애, 최성자, 홍옥숙, 황은희, 이-마트, 제2 청년부, 한국재가노인복지협회

| 물품후원 |

77수산, 가족식품, 낙원떡집, 대주상사, 동일농장, 프레쥬르코오롱점, 프레쥬르엘드서부점, 본죽중화산점, 봉유통, 삼남양금(다복술), 송천시장 건어물, 입소문김치, 전주마트정육점(나라축산), 전주승현특판(풀무원), 전주시니어클럽, 전주푸드뱅크, 진보식품, 코코호도 전주금암점, 코코호도전주서신점, 하나로떡집, 하림전주대리점, 형제유통, 효자식품

| 자원봉사자 가족 |

김건영, 김기현, 김동민, 김성희, 김옥례, 김옥자, 김요셉, 김윤일, 김정일, 김종문, 김종수, 김태영, 김판이, 김화영, 노승주, 노영숙, 노정숙, 라병수, 문세권, 박래승, 박은영, 박지숙, 송연태, 심요섭, 양인순, 유순임, 윤미례, 이다혜, 이단비, 이미경, 이민정, 이소영, 이수영, 이승환, 이희숙, 임은희, 장옥심, 장한나, 정숙희, 정영란, 정진영, 정희승, 조계석, 조성경, 조윤주, 조혜숙, 주미애, 진성택, 진소민, 채수복, 천홍지, 최명순, 최승연, 최영순

※ 물심양면으로 도와주신 모든 분께 깊은 감사드립니다.  
혹 기록상 착오로 누락된 분이 있으시면 꼭 연락 주시기 바랍니다.

예금주 : 여명노인복지센터

전북은행 510-13-0310192  
국민은행 501-01-0601-523

우 체 국 400010-01- 011708  
농 협 658-01-002798