

여명재가 노인복지센터

• 발행처 : 여명재가노인복지센터 • 발행인 : 도 성 숙 • 편집인 : 양 은 순 • 전화 (063) 223 - 5673
• FAX (063)224-6896 • 560-860 전주시 완산구 효자동 3가 579-5 • E-mail : careym@hanmail.net

2000 겨울호
(통권 제 2 호)

여명재가의 3대목표

- 노인들의 삶의 질 향상
- 가족기능의 회복
- 노인복지정책발전

여명 재가 노인복지센터는 전주 지역 사회에 독거 노인이나 사각 지대의 저소득 계층과 사랑의 공동체를 이루며 사랑의 도량을 파는 것을 목적으로 하는 복지기관으로서 전주시의 위탁을 받아 운영하는 노인 복지기관입니다.

예수님의 제자는 서로 사랑하는 사람입니다

여명재가노인복지센터는 예수님의 제자가 되어서 "내가 너희를 사랑한 것 같이 너희도 서로 사랑하라"는 그 지상 명령에 순종하는 예수님의 제자로서 나아가는 복지 센터입니다.

2000년을 보내며



우 강 숙

여명재가노인 복지센터 시설장

새 천년을 맞이하는 기대와 설렘으로 가득차 있던 2000년도 어느새 기울어 가고 제2의 IMF라 불리는 한국 경제의 위기와 함께 한국의 겨울은 곳곳에서 신음하는 이웃들의 소리와 함께 유난히도 추울 것 같습니다.

한국 사회복지계도 새로운 패러다임으로의 변화를 요구하며 앞으로의 발전방향을 제시하고자 하는 노력들이 이루어지면서 국민연금 실시, 국민기초생활보장법 제정 등 더 나은 복지를 위한 개혁들이 일어나고 있습니다. 그럼에도 불구하고 빈익빈 부익부 현상은 짙어만 가고, 아직도 개인이 존중되며 모든 인간이 평등하게 처우 받는 인간존중 사상과 정의로운 사회, 행복한 삶을 영위할 수 있는 민주적 복지사회 건설지향은 멀게만 느껴집니다.

특히나 노인복지 분야에 몸담은 사람의 시야에서 볼때 과학문명과 의학기술 발달로 인간의 평균 수명이 늘어나면서 노인 인구가 크게 증가하였고, 산업사회가 진전되어 경제적, 사회적 생활조건이 크게 변하면서 노인의 지위가 상대적으로 낮아지고 있습니다.

거기에도 핵가족의 진전과 가족부양 기능의 쇠퇴로 노인들이 가족의 보호를 받기가 어려워 사회적 보호체계에 의존하는 경향이 늘어나고 있습니다.

1965년 전체 인구의 2.9%에 불과하던 65세 이상의 노인 인구가 2000년 현재 7.1%로 증가하였으며 고령화사회(aging society)에 진입하였고 2022년에는 14%를 넘어 고령화사회(aged society)가 될 전망입니다.

노인 인구 증가도 선진 외국과 비교해 노인 인구 비율이 7%에서 14%로 되는 기간이 프랑스는 115년, 미국은 75년, 서독, 영국이 45년인데 비해 우리나라는 22년 밖

에 되지 않는 것으로 나타납니다. 이는 오랜 기간에 걸쳐 인구 노령화에 대처해 온 선진국과는 달리 우리 나라의 경우 노인 인구 비율인 노년 부양비는 1988년 기준 9.2%이나 2030년에는 이 비율이 29.8%로 늘어나 생산연령인구 3.4명이 1명의 노인을 부양해야 할 것으로 전망되고 있는 시점에서 여명재가노인복지센터의 역할 또한 이러한 현실에 발맞추어 한 움큼 남은 겨울 옆에 못내 아쉬워하며 추위가 싫고 정이 그리워 주름진 얼굴이 더 움크려드는 할머니 할아버지를 찾아 돌보고 그분들의 인생황혼에 애처로움을 보듬어 보고자 뜻을 모아 일 해오고 있습니다.

참 열심히 달려온 한 해이니 만큼 더 큰 아쉬움이 많이 남습니다.

정성스레 준비한 음식을 나누고 따뜻한 말 한마디가 그리운 분들의 친구가 되어주면서 혈압을 재고 안마를 해주고 찜질을 해주고 수도를 고치고 전구를 갈고 경로잔치를 열고 선물을 나누는 등 몸과 마음을 다해 정성을 쏟아 보지만 늘어만 가는 욕구해결에는 많은 한계를 느끼게 됩니다. 하지만 70평생 80평생 아무에게 열지 않았던 마음의 문을 열고 당신들의 한 맺힌 인생을 토로하며 눈물을 흘리는 소매 끝에는 이미 상처 치유의 흔적을 보이고 오늘은 왜 이렇게 늦었느냐며 집 밖에서 쪼그리고 앉아 기다리는 마음에는 이미 한가쪽이 되었음을 말해주고 계실때면 얼마나 큰 감격이 솟구쳐 나는지.....

이미 여명재가는 이 지역사회 속에서 이 나라 이 민족 이 세계의 주름진 이마에 다림질 역할을 하는 선구자로서 사명을 깨닫고 오늘도 산봉우리 사이에 떠 오르는 태양을 맞이하는 여명의 빛이고자 기도 합니다.

내가 의식하지 못 했던 할머니, 할아버지들이...

가정봉사원 / 박 지 숙 (예수병원 간호사)

“할머니! 저예요. 저 왔어요. 잘 지내셨어요?” “뭐하러 바쁜 데 또 와, 고마워...” 하시며 여느 때와 같이 냉장고 속에서 드시지 않고 모아 둔 요구르트를 꺼내어 꼬부라진 허리로 다가오시며 어서 먹으라고 주시던 할머니. 작은 텅 빈 아파트에 살림이라곤 냉장고, TV가 전부. 그리고 이미 작고한 흑백으로 찍은 남편사진과 이미 다 키우고 결혼해서 사는 딸들의 가족 사진이 뿌연 먼지에 쌓여 잘 보이는 안방에 덜렁 걸려있다.

처음 찾아갔을 때 문기도 전에 떨어진 소매를 기우시며 가끔씩 담배를 피우시며 줄줄 얘기 하시던 할머니였다. 한참을 듣다가 “그런데 할머니 담배는?” 하고 묻자 젊어서 하도 속 상한 일이 많아 어디다 풀 데가 없었는데 어머니가 담배를 피워 보라고 권하더라. 그래서 지금까지 담배를 피우고 계신다.

나는 속으로 안타까운 마음도 있었지만 내 직업이 간호사이기에 염려가 되어 나도 모르게 “할머니 건강은? 아픈신 데는?” 하고 급하게 물어봤다. 그러자 지금도 가까운 의원에 다니고 온 몸의 뼈 마디가 쭈시고 꼬부라진 허리의 통증과 호흡 곤란을 호소했다. 혼자 사시는데 무슨 일이라도 생기면 어떻게 하시냐고 묻자 전화로 연결하면 곧 바로 처리가 된다고 하셨다.

그래도 다행이구나 생각했다.

딸들만 넷이 있는데 다 살기 바쁘고 가끔씩 전화 연락만 오고 명절 때만 겨우 찾을 정도였다. 이번 추석 때 본 손자 녀석이 보고 싶다며 웃으셨다. 낮에는 양로원 가서 다른 할머니들과 지내시다가 저녁에 썰렁한 작은 아파트를 들어설 때가 가장 외롭다고 하신다. “늙으니까 잠도 안와” 하시며 잠을 못 이룰 때가 많다고 하시며 외로움 속에 묻혀진 주름진 얼굴로 “허허”하고 웃으시기만 했다.

노인 문제가 사회 문제로 대두되고 있다는 사실은 알고 있었지만 자녀들이 살아 있는 데도 힘들고 외롭고 혼자 사시는 분들이 많다는 말을 듣고 재가 복지의 연결의 필요성을 봤을 때는 나도 모르게 저절로 한숨이 나왔다. 내가 모르고 있을 뿐이지 이런 문제가 심각하다는 사실이다.

나와 연결된 할머니는 얘기하시고는 고맙다며 웃으시면 완전히 하회탈이다. 그리고는 나와 같은 처지에 놓여있는 노인들이 많이 있다고 하시며 큰 걱정이라고 오히려 다른 사람을 생각하시는 할머니, 지금은 내가 거리를 다닐 때 예전과는 다른 점이 생겼다.

그것은 평소에 내가 의식하지 못했던 할머니, 할아버지들이 자꾸 눈에 뜨인다는 것이다. 그리고 나도 모르게 그들의 보금자리는 어떠한지 궁금해진다.



노인 문제가 사회 문제로 대두되고 있다는 사실은 알고 있었지만 자녀들이 살아 있는 데도 힘들고 외롭고 혼자 사시는 분들이 많다는 말을 듣고 재가 복지의 연결의 필요성을 봤을 때는 나도 모르게 저절로 한숨이 나왔다. 내가 모르고 있을 뿐이지 이런 문제가 심각하다는 사실이다.

이런이

여명재가노인복지센터에서는
이런 일들을 합니다.

도시락 지원 서비스

전주시의 지원으로 4월 부터 어르신 24분께 도시락을 제공하게 되었습니다.

시로 부터 위탁받은 각 복지센터들과 연계하여 지원하던 중 색장동과 같은 전주 외곽지역은 지역이 너무 먼 관계로 서비스지원이 어려웠지만 한 분의 노인이라도 꼭 받아야 할 분이셨기에 직원들이 직접 1일 두 시간씩 할애하여 직원이 직접 배달하고 있습니다.



밑반찬 서비스

생선, 떡, 빵, 과일, 밑반찬 등을 주 1회씩 어르신들에게 1년 여간을 꾸준히 제공 해 왔습니다.

신선한 생선과 귀한 떡, 빵등을 어르신들께 제공해 드렸습니다. 더 많은 사랑을 드릴 수 있도록 사랑의 나눔에 동참하실 많은 후원자님을 기다립니다.

지역사회기관연계 사업현황

거동이 불편하여 병원에 가기어려운 어르신중에 6명의 치료대상자와 15명의 진료 검사 대상자를 전주시 보건소와 연계했다.

사각지대에 계시는 저소득층 어르신을 해당동사무소에 연계하여 국가지원을 받을 수 있도록 서류를 준비했고 홀로 생활유지가 어려워서 시설입소를 원하시는 어르신을 시설에 입소할 수 있도록 정보를 제공하고 있다.

J-TV "좋은아침 만들기" 프로에 11명의 어르신을 의뢰해서 신동섭씨가 방영되었고 "집고쳐주기" 서비스를 받았다.

전주시청의 의뢰로 MBC방송국의 "불우이웃돕기" 에 어르신을 소개했다.



여명재가노인
복지센터에서
하는 일

이런 일

여명재가노인복지센터에서는
이런 일들을 합니다.



개인생활 서비스

주택 보수 서비스

박옥희 어르신께 집에 도배를 해드렸습니다. 벽지가 떨어지고 외풍이 너무 세어서 코가 시려워 견딜수가 없었는데 벽의 구멍을 막고 도배하여서 따뜻하다고 좋아 하셨습니다.

수도가 나오지 않아 힘들어 하셨던 이점순 어르신이 수도물이 나오자마자 하시는 말씀이 몸을 움직일 수만 있다면 춤이라도 추겠다며 좋아 하셨습니다.

염점례, 백옥례 어르신 집에는 지붕에 물이 세고 전기선이 헐어서 누전이 되어 아주 위험했던 전기배선 처리를 해드렸습니다. 화재의 위험에서 벗어나게 되어서 안심이다.

색장동에 계신 어르신은 연탄가스 때문에 바람막이로 쳐 놓은 비닐이 삭아서 바람이 많이 들어와 추위를 호소 하셨는데 사람으로 바람막이를 해 드렸습니다.

집안 대청소 및 방역서비스를 해 드리며 청결하고 쾌적한 환경을 조성해 드렸습니다. 거동이 불편하신 분들께 병원이송 및 시장보기, 목욕 등의 서비스를 제공했습니다. 또한 김장철을 맞아 김장김치를 제공했습니다.

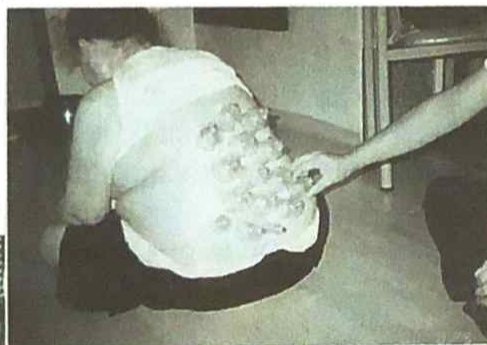
이·미용 서비스

거동이 불편하거나 사시는 곳이 외진 곳에 계시는 대상자들에게 직접 가서 서비스를 실시했다.



의료서비스

어르신들의 혈압을 체크하고 당뇨검사를 실시, 중풍 등 성인병을 예방할 수 있도록 도와드렸습니다. 물리치료, 부황, 저주파치료, 안마 등 간단한 노인운동을 통해 건강을 관리할 수 있도록 했다.



여명재가노인복지센터에서 나 같이 외로운 사람을 일주일에 한번씩 방문해 주는 것이 고맙고 감사 할 뿐입니다. 추울 때는 추운 대로 더울 때는 더운대로 잊지 않고 보잘것 없는 나를 방문해 주는 것은 하나님의 은혜라고 생각합니다. 기도의 제목 중에 여명재가노인복지센터를 위한 기도를 빼놓을 수가 없습니다. 하나님께 감사기도를 드립니다. 더구나 이번 『사랑의 축제』에 참여하면서 그 많은 노인을 섬기는 모습이 너무도 고마웠습니다. 목사님이 기도해 주실 때는 너무 감격스러워서 눈물을 멈출 수가 없었습니다. 여자 목사님은 처음 보았는데 이렇게 사랑으로 노인들을 모시는 것을 볼 때 이런 사랑의 목사님을 주신 하나님께 감사를 드립니다. 생전 웃을 일이 없는 이 노인이 마당극을 보면서 처음부터 끝날 때 까지 웃었습니다. 정성이 담긴 것을 느낄 수 있는 음식과 선물은 외로운 나를 너무나 즐겁게 해 주었습니다.

후원인의 글

소점례 후원자

여명재가노인복지센터에 별 도움을 드리지 못한 것 같은데 이런 글을 쓰게 되어 부끄럽고 앞으로 더욱 열심히 섬겨야겠다는 다짐을 하게 된다. 내가 여명재가노인복지센터에 관심을 가지게 된 것은 홀로 외로이 하루하루를 새며 누군가의 마음이 배달되기를 바라는 어르신들에게 직접 찾아가 건강과 생활을 도와 드리는 그들의 열심때문이었다. 어느덧 50을 바라보는 나이가 되어버린 내 모습을 보면서 그 노인이 낯설지가 않았고, 나의 모습처럼 보였고 나와는 아주 깊은 상관이 있는 것 처럼 느껴졌다. 그러한 나의 마음이 여명재가노인복지센터와 함께 하게 된 동기이다.

조그마한 나의 도움이 어르신들에게 많은 위로와 큰 힘이 된다는 것을 알게 되었을 때에 나에게 되돌아온 보람과 기쁨은 너무나 큰 것 이었다. 나는 초등학교 교사이기에 학교에서 상담을 하다 보면 가정환경이 힘든 아이들을 자주 만난다. 그 아이들에게 열등감을 극복하고 자신감을 회복시키는 것은 깊은 관심과 사랑뿐이라는 것을 알았다. 이러한 관심과 사랑이 전달 될 때에 아이들과도 가까워진다.

마찬가지로 어르신들에게도 사랑과 관심을 보일 때에 그들의 상처가 치유되고 외로움이 사라지리라고 생각한다. 1년 여간 여명재가노인복지센터와 함께 해오면서 나의 부모님을 생각하는 것도 예전과는 다르게 조금은 넓어지고 깊어졌다. 이러한 나의 기쁨과 변화를 나누기 위해 가까운 사람들에게 센터를 소개해보고 함께 하기를 권하지만 내 뜻대로 되지 않는다. 하지만 언젠가는 그들도 보이지 않는 어떤 누군가의 강한 이끌림에 소외되고 어두운 곳을 돌아보는 따뜻함이 일어나기를 소망한다. 신앙생활이라는 것을 시작한지 얼마 되지 않았다. 아직도 모든 것이 어색하고 잘 하고 있는 것은 아니지만 하나님의 살아 계심을 확신한다. 또한 우리에게 함께 사는 즐거움을 깨닫게 해 주신 하나님께 감사 드리고 더 붙어 살아야하는 삶의 재미를 주신 하나님의 섭리에 놀란다. 무엇보다 하나님의 인도하심으로 이런 일을 감당하는 것이 가장 아름다운 일인 것 같다. 이제 여기저기 둘러볼 수 있는 여유가 생기는 겨울방학 이다. 이번 방학에는 대학 입학 앞 둔 아들과 어르신들과 많은 시간을 갖도록 노력해야겠다.

노인운동 시키기

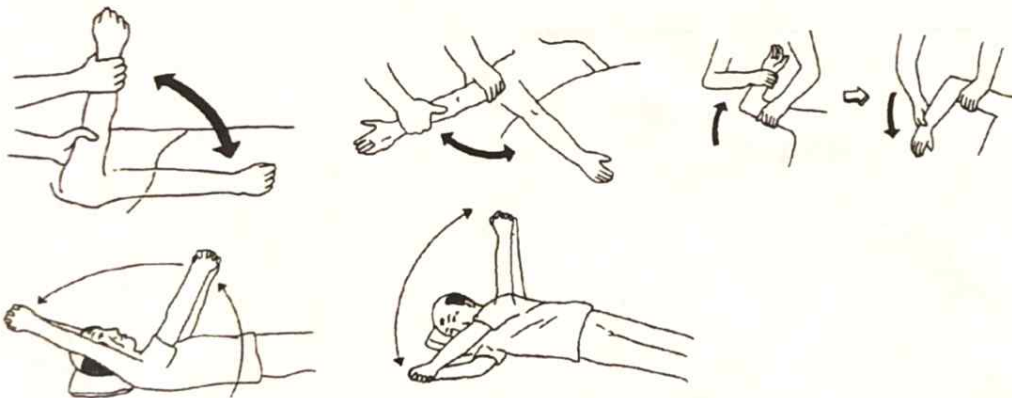
손과 손가락 관절

- 노인 자신이 손을 쥐었다 펴도록 하며, 스스로 하지 못할 경우 도와주도록 한다.
- 엄지 손가락을 뒤로 젖혔다가 다시 제자리로 하는 것을 반복한다. 나머지 손가락도 뒤로 젖혔다가 앞으로 잡아 당기는 것을 반복한다.
- 양 손으로 엄지 손가락과 나머지 손가락을 한꺼번에 잡고 서로 반대편으로 젖혀준다.



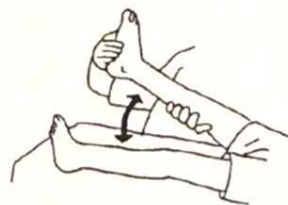
팔의 관절

- 팔을 구부려서 위로 올렸다가 아래로 내린다.
- 한손으로 어깨를 잡고 팔 전체를 위로 올렸다가 아래로 내린다.
- 한손으로 어깨를 잡고 팔을 옆으로 올렸다가 제자리로 한다.
- 팔을 90° 각도로 벌리고 손을 잡아 머리쪽으로 올렸다가 아래로 내리는 것을 반복한다.
- 두손을 깍지끼고 팔꿈치를 쪽 뺀 후 머리위로 올렸다 내린다.
- 그림과 비슷한 방법으로 맞잡은 손을 그대로 올렸다 상체와 함께 옆으로 내린다.



다리의 관절

- 한 손은 무릎 밑을 받치고 다른 한 손은 발을 잡아 다리를 위로 올렸다가 제자리로 놓는다.



- 그림과 비슷한 방법으로 다리를 잡고 옆으로 벌렸다가 제자리에 놓는다



※ 주의사항 : 골다공증환자나 무리하게 운동을 할 수 없는 노인은 하지 마십시오.

여명 재가노인복지센터의 소식 및 동정

여명재가노인복지센터에서는 5월 26일 50명의 자원봉사자가 참여한 가운데 “자원봉사의 마음가짐과 자세”라는 주제를 가지고 예수병원 호스피스 윤매옥 전문간호사를 감사로 『제2차 여명재가노인복지센터 자원봉사자 보수교육』이 있었습니다.

『제24기 무급자원봉사자 양성교육』에 8월28일에서 30일까지 4인이 교육을 받았습니다.

『제26기 무급자원봉사자 양성교육』에 11월 20일에서 22일까지 6인이 교육을 받았습니다.

『제 5기 무급자원봉사자 양성교육』에 12월 14일 8인이 참석했습니다.

7월 20일에는 사회복지 공동모금회에 「몸 사랑 마음사랑」의 프로포절을 제출해서 12월 23일에 공동모금회에서 배분을 받았습니다.

신기순 어르신 댁에 직원과 봉사자 5명이 함께하여 대청소가 이루어졌습니다.

상림동 사시는 반석꾼 어르신이 노환으로 8월 2일날 사망하셨습니다.

대상자 87명에게 9월 9일에 일시후원금이 30,000씩 전달되었습니다.

9월 20일에는 추석명절품이 약 110여 가정에 전달되었습니다.

팔복동에 사시는 흥오목 어르신이 11월 2일에 사망하셨습니다.

11월 15일에 우아동에 사시는 이연동 어르신이 사망하셨습니다.

『제2회 여명재가노인사랑의 축제』가 11월 4일에 본 센터에서 대상자 125명과 자원봉사자 100명이 참석한 가운데 「여명교회」와 문화선교단 「문을 여는 사람들」 그리고 어르신을 사랑하는 후원자들의 물질과 물품 후원으로 열렸습니다.

12월에 박옥희 어르신댁 방도배가 자원봉사자 2명이 참여한 가운데 실시되었습니다.

이점순 어르신 댁에 수도공사 및 바람막이 공사를 해드렸고, 백옥례 엄점례 어르신 댁에 전기배선공사를 해드렸습니다.

자원봉사자 20명이 참여한 가운데 정읍에서 배추와 무를 뽑아왔습니다. 12월 4일에서 8일에 자원봉사자 20명이 참여한 가운데 김장을 마쳤습니다. 2000년 『해넘이 자원봉사자의 밤』이 12월 22일에 자원봉사자 46명이 참여한 가운데 열렸습니다.

정기후원자

양유순, 남궁걸, 소점례, 이석봉, 이점순, 이점례, 형난만, 이소영,
강인농장(고강영), 전주마트 제과점, 우리유과

기관후원

여명교회

행사후원

최경락, 정선덕, 주성식, 오순자, 공현자, 정춘근, 소점례, 노영숙, 고찬배, 이금자, 노인숙, 박병오
김성희, 송춘자, 김하숙, 우강숙, 한기창, 유영애, 박해란, 도성숙, 이수영, 양인순, 장한나, 김길순
풍년그릇마트, 일동약국, 남문문구사, 성일상사, 한국이웃사랑회, 전주마트, 서도한식뷔페,
도란도란한식뷔페, 하림전주대리점, 하림완산대리점, 쥬라기치킨, 유일정미소, 이서정미소,
전주하나로 클럽, 신전주꽃집, 이마트전주점, 내셔널 센타 민영그릇백화점, 낙원떡집, 동부떡집,
민속떡방앗간, 오복떡방앗간, 삼남양금, 여산식품, 전주 배조합, 응교리배농장

자원봉사자를 받습니다

간병, 목욕서비스, 재활보조, 병원동행, 청소, 식사차려주기, 세탁, 말 벗 해주기 등 혼자사시는 외로운 노인, 거동이 어려워 일상생활에 지장이 있는 노인분들을 돕는 사랑의 손길을 기다리고 있습니다.

후원자를 모집합니다

우리 지역사회에의 무의탁 독거노인을 위한 후원 사업을 실시하고 있습니다. 우리의 작은 사랑을 어려운 노인들과 함께 나누고자 하시는 분들의 많은 참여를 기다립니다. 현금후원 -현물후원(식품류, 가전제품 등 생활에 필요한 생필품)

예금주 : 여명재가 노인복지센터 전북은행 510-13-0310192 국민은행 501-01-0601-523 우체국 400010-0741182