홍천실버신문

건강한 노후 · 활기찬 노후 · 일하는 노후 · 행복한 노후

2018년 12월 (제55호)

발 행 처 홍천군노인복지관
발 행 인 자월스님
주 소 강원도 홍천군·읍 태학여내길 80-3
전 화 033-430-8700 FAX 033-430-8790
홈페이지 www.hcsilvernews.org/

혼자 일상생활 어려운 노인 방문 가사·활동 지원

노인돌봄종합서비스에 대해서 설명해 주세요.

노인돌봄종합서비스는 혼자 힘으로 일상생활을 영위하기 어려운 장기요양등급외 A·B판정을 받은 어르신에게 가사·활동지원 방문서비스를 제공하여 안정된 노후생활 보장과 가족의 사회·경제적 활동기반을 조성토록 맞춤형 복지를 제공한다. 만 65세 이상으로 가구 소득이 기준 중위소득 160% 이하인 장기요양등급외 A어르신에게는 한달에 27시간, B어르신은 36시간의 노인돌봄서비스를 제공하고 있다.

홍천군을 위한 노인돌봄종합서비스의 계획은?

가사활동 지원, 일상생활 지원, 정서지원 서비스 제공을 통해 어르신들의 일상생활 수행 능력을 향상시키고 대상자의 안전망을 구축하여 사회적인 소외감을 해소시킬 수 있도록 한다. 또한 이러한 서비스 제공을 통해 어르신들이 살던 곳에서 오래도록 거주할 수 있도록 지역의 안전한 돌봄체계를 구축하고자 한다.

노인돌보미의 역할은?

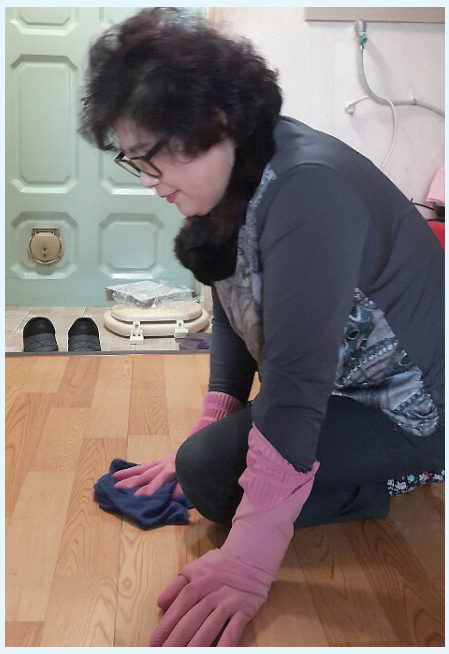
대상자의 서비스제공 시간을 고려하여 일주일에 2~3번 돌봄 대상자를 방문하여 식사, 세면 도움, 옷 갈아입히기, 화장실 이용 도움, 외출동행, 청소, 세탁, 생필품 구매, 말벗 등 가사서비스와 일상생활 지원 및 정서지원 서비스를 제공한다.

서비스관리자의 역할은?

노인돌봄서비스 신청을 하여 서비스 대상자로 선정이 되면 노인돌봄서비스 신청 어르신과 노인돌봄서비스 계약을 체결하고 불편함 없이 서비스를 이용할 수 있도록 상담, 모니터링, 서비스제공 일정 확인 등의 관리를 한다.

노인돌봄서비스의 발전을 위한 계획 및 방향은?

홍천군의 장기요양등급외 판정 어르신은 총 310명으로 파악되고 있으나 현재 노인돌봄종합서비스를 이용하는 대상자는 60여명으로 전체 판정자의 20%에 못 미치고 있다. 홍천군노인복지관은 서비스 대상자가 정보부족으로 서비스를 제공받지 못하는 일이 발생하지 않도록 지속적인 온라인, 오프라인 홍보를 진행할 예정이다.



서비스 활성화를 위해 바라는 점은?

홍천군은 내촌면, 서석면, 동면, 남면, 서면, 북방면, 내면, 화촌면, 두촌면의 1읍 9개면으로 이루어져 있다. 전체 면적은 1817.94㎢로 전국 군지역중 가장 넓은 지역이다. 홍천읍에서 거리가 먼 면지역의 대상자들에게 서비스를 원활하게 제공하기 위하여 면지역에 거주하는 돌보미를 채용하여 서비스를 제공하고 있으나 내촌면, 서면 지역의 돌보미가 부족, 돌봄 서비스 제공에 어려움이 있다.

현재 노인돌봄서비스 지침에 의한 교통비 지원은 면적이 넓은 홍천군의 실정에 비해 현실적으로 부족한 실정이다. 교통비 지원이 확대되면 소외된 면지역 대상자들에게도 서비스가 원활하게 제공될 수 있을 것으로 기대된다.

서비스 절차 및 비용 등에 대해서 설명해 주세요.

■ 신청절차

절차	주체	내용
건강상태조사	국민건강보험공단	장기요양등급 판정서 (등급외 A, B)
↓		
신청 및 접수 (읍면동)	본인.가구원 담당공무원	신청서 (제출서류)
↓		
조사(읍면동)	읍면동 담당자	가구원 수, 소득조사
↓		
대상자 선정 (시.군.구)	시.군.구 사업팀	선정결과 통보 사회보장정보원
↓		
통지 (시.군.구)	시.군.구 사업팀	선정결과 통지 신청자

■ 소득수준별 본인부담금액

서비스 유형 및 시간		기초생활 수급자	차상위계층	차상위 초과~기준 중위소득 110% 미만	기준 중위소득 110% 이상~140% 미만	기준 중위소득 140% 이상~160% 이하
방문.주간	27시간	무료	18,000원	37,000원	52,000원	66,000원
	36시간	8,280원	24,000원	49,000원	70,000원	88,000원

◆ 홍천군노인복지관 12월 행사 일정

일 시	장 소	내 용
2018.12.11.(화) 14:00~	홍천문화예술회관	제2회 홍천시니어예술단 정기공연

CONTENTS

02 – 홍천군노인복지관 NEWS
03 – 약초이야기, 노인관련기사
04 – 경로당 탐방
05 – 연봉게이트볼클럽
06 – 문화 관련 행사
우리 동네 자영업 소개 및 칭찬
07 – 자원봉사단체 소개
08 – 독자기고

후원계좌 : 국민은행 313501-04-161305 농협 301-0084-3440-11 우체국 200238-01-006584

※보내주신 후원금(물품)은 기부금공제법 제 25조에 의하여 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

사회복지법인월정사복지재단 홍천군노인복지관

홍천군노인복지관 NEWS

◇ 너브나래人의 날 행사가 지난 11월 23일 홍천군노인복지관에서 열려 수상자들이 함께 기념사진을 촬영하고 있다.

◇ 노인사회활동지원사업 하반기 평가회가 지난 11월 20일부터 이틀간의 일정으로 크리스탈웨딩홀에서 열렸다.

제6회 너브나래人의 날 행사 성황리 개최

홍천군노인복지관에서는 지난 11월 23일(금) 제6회 '너브나래人의 날' 행사를 개최했다. 이날 행사에는 150여 명의 개인 및 단체가 참여하였다. 홍천군노인복지관을 위해 한 해 동안 보내주신 따듯한 마음에 감사의 뜻을 담은 감사패를 전달하고, 함께한 자원봉사자와 후원활동의 의미를 되새길 수 있는 뜻깊은 시간이었다.

제6회를 맞은 너브나래人의 날 행사 참석자들은 '자원봉사자와 후원자의 사랑과 관심이 하나되어 홍천군을 따듯하게 덮는 넓은 날개가 되자'고 다짐하였다.

올 한 해 우리 복지관을 위해 함께 해주신 255명의 후원자님과 1,368명의 자원봉사자님들께 진심으로 감사드린다.

■ 제6회 너브나래인의 날 포상자 명단

연번	개인/단체	분야	시상 내역
1	국민연금공단 홍천지사	자원봉사	
2	다솜회	자원봉사	
3	대한적십자 무궁화봉사회	자원봉사	
4	대한적십자 홍천봉사회	자원봉사	
5	알로에마임 마임봉사단	자원봉사	
6	북방면여성의용소방대	자원봉사	
7	홍천군사회복지대학총동문회	자원봉사	
8	홍천군상록자원봉사단	자원봉사	
9	새마을지도자홍천군협의회	자원봉사	
10	소비자교육중앙회 강원도지부 홍천군지회	자원봉사	
11	홍천군자원봉사대학총동문회	자원봉사	
12	한국자유총연맹 홍천군지회 여성회	자원봉사	홍천군 노인복지관장 감사패
13	재홍호남향우회	자원봉사	
14	진달래로타리클럽	자원봉사	
15	한민족통일여성협의회 홍천군지회	자원봉사	
16	한사랑라이온스클럽	자원봉사	
17	홍천군안전보안관(홍천愛)	자원봉사	
18	홍천초등학교 학부모회	자원봉사	
19	양형심	자원봉사	
20	정태규	자원봉사	
21	지장회	후원	
22	만원의 힘	후원	
23	디와이푸드	후원	
24	홍천종로약국	후원	
25	홍천내고향마트	자원봉사/후원	

노인사회활동지원사업 하반기 평가회 열려

노인사회활동지원사업 하반기 평가회가 지난 11월 20일(화)부터 21일(수)까지 621명의 어르신들이 참석한 가운데 크리스탈웨딩홀에서 열렸다.

평가회를 통해 사업성과를 평가하고 사업이 나아가야 할 방향을 모색하는 뜻깊은 시간이 되었다.

■ 2018년 노인사회활동지원사업 하반기 평가회 포상자 명단

활 동 명	성 명	훈 격
복지시설지원활동	김 봉 열	군 수
휴카페	김 경 희	군의장
스쿨존지킴이활동	김 종 배	관 장
em활용단	고 병 열	운영위원장
근린시설활동	강 창 선	관 장
기타활동	유 영 천	운영위원장

"김장김치 맛있게 드시고 건강한 겨울 보내세요" 국민연금공단 홍천지사 후원으로 64명에게 전달

저소득 재가 노인에게 사랑이 듬뿍 담긴 김장김치가 전달됐다.

홍천군노인복지관은 국민연금공단 홍천지사 후원으로 지난 11월 16일(금)부터 23일(금)까지 '요리쿡 조리쿡'에서 직접 만든 김장김치를 홍천읍과 면지역 재가 어르신 64명에게 배달하였다.

김치를 전달받은 어르신들은 "정성껏 만든 김치를 선물로 받아 올 겨울을 잘 보낼 수 있을 것 같다"며 감사의 인사를 전했다.

그동안 저소득 재가 노인 대부분은 경제·신체적 열악함 등으로 김장을 하는데 큰 어려움을 겪어 겨울철 영양 불균형 우려가 제기됐었다.

약초이야기 하늘타리

열매, 씨, 껍질, 뿌리 모두 사용 가능한 귀중한 약재

10월에 열매 성숙… 씨앗은 어린이 천식에 효험
당뇨병에는 뿌리 이용, 소화기 약하면 피해야

생약명 : 과루인(씨), 과루근(뿌리껍질), 천화분(뿌리)

박과의 다년생 초본이다. 덩굴성 식물로서 잎과 대생(對生)하는 덩굴손이 다른 물체에 잘 붙어 뻗어 나가며 땅속에 고구마 같은 괴경(塊根)이 있다.

7~8월에 흰색의 꽃이 피고, 10월에 열매가 성숙되고, 열매는 둥굴고 오랜지색으로 익고 열매속에는 많은 종자가 들어 있다.

하늘타리와 나무꾼 이야기

항상 안개와 구름이 덮여 있는 중국 양쯔강 하류의 동굴 많은 산에 산신들이 산다고 했다. 나무꾼 하나가 산속 동굴 앞에서 잠이 들었다. 꿈에 산신령 둘이 나타나 '해마다 7월 7일 정오에만 문이 열리는 이 동굴 속에 금으로 된 박 2개가 자라고 있다.'는 대화를 나눈다.나무꾼은 손꼽아 그날을 기다리다 동굴을 찾아갔다. 정시가 되자 굳게 닫혀있던 동굴 문이 스르르 열렸다. 나무꾼은 금박을 따가지고 콧노래를 부르며 돌아왔다.

그런데 돌아와서 보니 금으로 된 박이 아니었다. 여느 박이나 다름 없었다. 화가 나서 박을 땅에 묻고 산으로 올라가 보니 꿈에서 봤던 신선들이 바둑을 두고 앉아 있었다. 나무꾼은 집으로 돌아온 뒤 욕심을 버리고 박을 정성껏 길러 해수(咳嗽)와 가래로 고생하는 이웃들에게 나눠주었다고 한다.

하늘타리의 효능

하늘타리는 열매, 씨, 껍질, 뿌리가 고루 약재로 쓰인다.

해수 천식이 심한 어린이에게는 씨가 효험을 발휘한다. 가루로 빻아 밀가루에 개어 떡 모양으로 만든 다음 노란색이 될 때까지 불에 구워 먹이면 증세가 호전된다.

천식증만 있고 기침을 하지 않을 때에는 하늘타리 2개에 대추 크기만한 백반을 넣고 불에 구워 가루를 낸 다음 무를 넣고 끓인 즙을 마시면 효험을 볼 수 있다.

가래와 해수 증세는 하늘타리 1개에 씨를 빼고 그 안에 살구씨를 넣어 불에 태운 뒤 식초를 배합해 빚은 알약을 자기 전에 20알씩 무 달인 즙으로 마시면 나아진다.

열이 심하고 물을 많이 마시며 빈혈을 일으키는 당뇨병 환자에게도 하늘타리는 갈증을 덜어주고 열을 내리며 신경을 안정시키는 작용을 한다. 갈증이 심하고 마른 기침을 하며 변비가 지속될 때에도 좋다.

당뇨병 치료에는 뿌리가 좋다. 하늘타리 하나만으로도 약효가 뛰어나지만 다른 약재와 함께 사용하면 더욱 좋은 효과를 볼 수 있다.

단, 구기자나 생강을 같이 쓰면 효능이 떨어진다. 소화기능이 약하거나 설사를 자주하는 사람에게는 처방하지 않는다.

한국산림자원관리연구원 배흥섭 지도교수

홍천군노인복지관 NEWS

홍천시니어예술단 정기공연 12월 11일

홍천시니어예술단 제2회 정기공연이 오는 12월 11일(화) 오후 2시부터 홍천문화예술회관에서 개최된다.

이날 공연은 '소리·몸짓 어울림의 향연'이라는 주제로 실버악단, 민요, 한국무용, 댄스스포츠분야의 단원과 홍천군민이 예술 공연으로 소통하는 자리가될 예정이다.

홍천시니어예술단은 지난해에 이어 이번 제2회 정기공연을 통해 다시 한번 다양한 재능을 선보이기 위해 작품 연습에 열과 성을 다하고 있다.

시니어예술단은 지역주민과 함께하는 소통의 장 마련과 노인예술문화 발전을 위해 정기적으로 공연을 개최, 단원들의 자아존중감 향상과 자긍심 고취에 도움을 주고 있다.

◇ 홍천시니어예술단 정기공연이 오는 12월 11일 홍천문화예술회관에서 열린다. 사진은 지난해 공연 모습.

경로당 탐방시리즈 두촌면 철정2리 아호동경로당

욕심없이 서로 도우며 생활 90대 장수자 다수

◇ 두촌면 철정2리 아호동경로당(앞줄 왼쪽 세번째가 임한천 회장)

노래교실·치매교실 운영 건강관리 큰 도움
"김치냉장고 필요… 누군가 기증해줬으면"

두촌면 철정2리는 마을회관과 철정2리 사무실이 함께 사용하였으나 귀농 인구가 증가하면서 1·2반은 2리 아호동으로, 3·4반은 2리로 분리 편입하였다. 현 아호동길 52는 2016년 마을회관으로 준공하였으나 2016년 12월 30일 명칭을 아호동 경로당으로 변경하였다.

현재 회원은 남자 25명, 여자 30명으로 총 55명이다. 초대 회장인 임한천(77세)씨와 사무장을 맡고 있는 이은선(71세)씨가 회원들과 함께 쉼터로 활발하게 운영하고 있다. 아호동 경로당은 군 지회 지원으로 농한기에는 노래교실을 운영한다. 보건소에서는 치매교육을 수시로 열어 건강에 많은 도움을 주고 있다.

회원들은 정기적으로 마을 환경을 정리하고 봄에는 꽃밭과 꽃길을 가꾸는 등 화합된 모습으로 건강한 생활을 유지, 주변의 박수를 받고 있다.

두촌면 철정리 아호동 경로당은 농한기인 11월 중순 부터 다음해 3월말까지 회원들로 북적인다. 그동안 못다한 웃음의 이야기를 나눈다. 4월부터는 농사철이라 회원들이 자주 만나지 못한다.

남자회원중 장수 회원은 이창우(94세)씨다. 장수의 비결은 적당한 운동과 욕심을 버리고 모든 것을 긍정적으로 생각하며 적은 것도 함께 나누며 생활하는 것과 끼니를 거르지 않는 것이라 했다.

여성회원중 장수 회원은 유분옥(91세)씨로 남편 김경완(93세)씨와 함께 장수 부부이다. 유씨도 "욕심을 내지않고 남을 먼저 배려하는 것이 건강의 비결"이라고 밝혔다.

◇ 경로당 임원 현황

직책	성 명	연령	직 업
회 장	임한천	77	농업
부회장	조기종	80	농업
감 사	최창덕	74	농업
사무장	이은선	71	농업

☎ 033-435-6200

철정2리 아호동은 모두 45세대가 거주하며 65세 이하가 7세대, 80세 이상 부부가 38세대인 장수 마을이다.

회원 55명의 평균 나이는 85세이며 일자리에 참여하는 회원은 남자 9명, 여자 4명이다.

아호동경로당 회원들은 "함께 사는 세상이니 앞으로도 이웃과 화목하고 건강한 마음으로 생활하겠다"며 "경로당에 꼭 필요한 김치냉장고를 누군가가 기증해 주었으면 좋겠다"며 활짝 웃었다.

안태수 기자

연봉게이트볼클럽

학생부 육성 전국대회 우승한 홍천 첫 게이트볼클럽

80~90세 회원 형제처럼 우의 다져
"운동하면 밥 맛 좋고 잠도 잘 들어"

연봉게이트볼장은 30년 전 연봉에 건립된 홍천군 제1호 게이트볼장이다. 창립 당시 60세였던 안상원 회원이 어느새 91세가 되었다.

윤수동 회장(81세)을 중심으로 18명의 회원들은 11월 중순의 찬 기운을 녹이는 화목 난로 가에서 담소를 나누며 연봉게이트볼클럽의 역사를 자랑했다.

6.25참전용사로 국가유공자인 안상원 회원은 "90세가 넘었지만 이틀에 한 번 노인복지관에 가고, 매일 아침 5시 30분부터 게이트볼을 친다. 30년 게이트볼로 다져진 건강으로 행복하게 산다"며 "밥맛도 좋고 잠도 잘 들게하는 게이트볼이 정말 좋은 운동"이라고 강조한다.

이형주 회원(77세, 홍천군노인회 회장)은 "싱가폴에 갔더니 노인 건강을 위해 게이트볼 참여자에게 수당을 지급하더라"며 "현재 우리나라의 부국을 이룬 주인공이 노인들이다. 금쪽같은 노인들의 건강을 위해 노인들이 기죽지 않고 살 수 있도록 다함께 노력해야 한다"고 노인건강지원의 중요성을 역설했다. "홍천에 최초로 생긴 게이트볼클럽에 가입했다가 주소가 바뀌어도 못 떠났다"는 그는 게이트볼은 건강에도 좋고 친목도모에도 매우 도움 된다고 강조했다.

▶"월 1만원 회비로 전기료 납부하면 회원들과 같이 점심 한 번 못 먹어"

이상순 총무(63세)는 "회원 1인당 월 1만원씩 회비를 모아서, 전기료 6~7만원, 수도료, TV시청료

◇ 각종 대회에서 수상한 트로피.

내고 나면 회원들과 같이 점심식사 한 번 못 한다. 이러한 살림이 가슴 아프다"며 안타까워 했다.

김병훈 회원(81세, 전 회장)은 "내부 화장실을 설치해서 연세 높으신 어르신이 편하게 사용하신다. 이제는 주방에 천정덮개를 하여 위생상 문제가 없도록 했으면 좋겠다"고 도움을 요청했다.

이명선 회원(78세)은 "젊은층이 호응했으면 좋겠다. 화목 준비, 난로 관리 등이 고령자의 힘에 부친다. 게이트볼은 노인들 만의 운동이 아니다. 모든 사람들에게 운동이 되고 재미도 있다"며 "아침 5시 30분, 오후 2시, 1일 2회 운동시간에 자유로이 운동에 참여하면 되니 젊은이들도 시간되는 대로 운동하면 되는데 아쉽다"고 했다.

한인림 회원(69세)은 "7년 동안 운동했는데도 기분따라 공이 맞고 안 맞고 한다. 맞으면 얼마나 쾌감이 있는지 모른다. 젊은이들도 충분히 즐길 수 있다"고 거든다.

윤수동 회장의 배우자인 한인림 씨는 노인복지관의 '도시락 봉사'에도 적극 참여하고 있는 열렬 봉사 꾼이기도 하다.

▶김창남 회원 지도받는 중·고등 연합팀 게이트볼 전국대회 단체전 우승 쾌거

연봉게이트볼클럽은 중·고등부 학생을 모집하여 집중 육성하고 있다. 김창남 회원과 이상순 회원의 지도를 받은 20여 명의 학생부 선수들이 지난 10월 전국대회에서 우승을 차지하는 기염을 토했다. 우승 트로피를 차지한 후 김창남 감독을 헹가래 친 선수들은 "게이트볼은 정말 재미있는 운동입니다. 앞으로 청소년 경기 수가 많이 늘어나면 팬들도 늘어날 것입니다. 인기 있는 종목이 되도록 저희들이 선봉에 서겠습니다"며 의욕을 드러냈다.

이훈기 회원(69세, 감사)은 "우리 클럽이 초·중·고 학생들 교육에 진력하고 있다. 코트의 면이 고르지 않아 보완이 필요한데, 자체적으로는 힘에 부쳐 지원이 절실하다"며 학생들 교육을 통한 게이트볼 보급의 중요성을 강조했다. 노인 회원들을 위해 동절기에 방충망 교체를 미리해서 뇌염 등을 예방했으면 좋겠다는 의견도 피력했다.

신상희 회원(75세)은 "회원 상호 간의 봉사정신과 희생정신을 바탕으로 화합적인 분위기 필요하다"고 했고, 우기택 회원(88세)은 "6.25참전 용사이며 국가유공자로서 모든 단체에는 단결정신이 필요함을 안다. 8년 동안 이런 정신으로 참여했다"며 단합을 강조했다.

강문자 회원(75세)은 "15년 동안 운동할 수 있었던 것은 남편(이형주 노인회장)의 협력도 컸지만 게이트볼이 재미있었기 때문이다"며 대통령배 전국대회, 3세대 전국대회 입상 등 연봉게이트볼클럽의 수십개 우승 트로피가 자랑스럽다고 했다.

허남영 기자

문화 관련 행사

페인팅 클럽

2002년 창설 12명 회원 정기전 열며 문화예술 향유

◇ 페인팅클럽 회원 작품전시회가 지난 11월 21일부터 홍천미술관에서 열려 관람객의 호평을 받았다.

'페인팅 클럽' 4번째 정기전

그림을 좋아하는 사람들의 모임인 페인팅 클럽 동아리 회원 작품 전시회가 2018년 11월 21일부터 11월 30일 까지 홍천 미술관에서 성황리에 열렸다.

홍천교육도서관 평생교육의 일환으로 페인팅 클럽 회원들의 순수한 열정과 영혼이 담긴 작품을 감상한다는 것은 행운이었다.

페인팅 클럽은 2002년 창설하여 16년 동안 활발하게 작품 활동을 하고 있다.

현재는 양해란 선생님의 지도 아래 12명이 활동하고 있다.

이번 정기전의 작품도 회원의 개성이 뚜렷하게 드러나 있었다.

일상에서 채득한 소박한 질료

일상에서 얻은 영감을 소박하고 질박하게 사실화로 관전하는 사람들의 마음을 사로잡기에 충분했다. 이영애 화가는 닭의 그림을 여러 각도로 그려 볼거리를 제공하고 있었다. 화가 이중섭의 소 그림을 연상시켰다. 닭을 그리니 어느 지인은 닭의 영정으로 써도 되겠다고 농담을 했다며 이영애 화가는 웃으며 말했다. 그림도 팔려 보람도 느꼈으며 힘을 얻었다고 했다.

미술 활동으로 행복한 삶

일상의 생활에서 말로 표현하기 어려운 감정과 느낌을 미술 활동을 통해 표현하여 메마르기 쉬운 정서를 정화 시키며 삶의 질 향상으로 행복감을 느끼는 문화 예술로 승화 시켜 향유하며 공유하는 그림을 좋아하는 사람들의 순수 예술 활동이 많은 발전이 이루어지리라 믿는다. 아쉬운 점은 전시회도 각자의 주머니를 털어 재원을 마련하고 있다고 했다.

김정헌 기자

◆ 12월 문화행사

행사 및 축제	일 정	장 소
무궁화합창단 정기 발표회	2018.12.01.(토)	홍천문화예술회관 공연장
겨울밤 콘서트 추억 만들기	2018.12.04.(화) 19:00~	홍천문화예술회관 공연장
제1회 홍천 지역주민 이야기대회	2018.12.06.(목) 14:00~	홍천문화예술회관 공연장
무궁이 합창단 정기공연	2018.12.26.(수)	홍천문화예술회관 공연장

우리동네 자영업 소개 및 칭찬

홍천군 도시행정과 노상주차장 주차요원 김영만 씨

넉넉지 않은 살림에도 각종 행사 후원금품 기증

홍천군 홍천읍에 살고 있는 김영만(1950년생)씨는 홍천군 도시행정과 노상주차장에서 주차요원으로 근무하면서 홍천군내에 어려운 이웃과 노인들을 위하여 부모님 공경하듯 봉사활동과 기부를 진행하고 있다. 또한, 거동이 불편한 장애인들에게 식사를 대접하고 홍천 9경을 둘러보게 했다.

김영만씨는 홍천군 축제와 각종 행사에 후원금품을 기증하고 있다.

월급은 168만원. 세금 등을 빼면 160만원이고 최저 생활비를 뺀 나머지 전액을 어려운 이웃 돕기에 쓰고 있다.

학업은 인제군 상남면 매산리에서 홍천군으로 이주하는 과정에서 부모님의 실수로 인제군 상남면 매산리에 소재한 매산초교 2학년 중퇴가 전부이고 건설업과 화진화장품에 근무하였다.

김영만씨는 슬하에 2남 3녀가 있고 장녀는 홍천여고를 졸업하였다. 아직 막내아들은 미혼이다. 김영만씨의 아내는 집안 형편도 넉넉하지 않은데 끊이지 않는 봉사와 후원에 힘들어 나갔다. 하지만 김영만씨는 나의 근력이 다하는 날까지 열심히 노력하여 최저 생활비를 제외하고는 어려운 이웃을 돕는 자가 되고 싶다고 하였다.

마지막으로, 이 선행을 널리 알리지 말라고 당부하는 겸손함도 보였다.

이광명 기자

자원봉사단체 소개 및 칭찬

홍천군 자원봉사대학 총동문회

4주간 교육후 현장 투입 참다운 봉사 실천

◇ 홍천군 자원봉사대학 총동문회 회원들.

"조그만 도움도 큰 힘이 된다는 사실에 기뻐"
2004년 첫 출발 25명 회원 내일처럼 봉사

▶ 단체의 정신

2004년부터 시작하여 지금까지 운영하고 있다.

봉사대학이라고 하지만 봉사자의 기본자세와 마음가짐을 우선 배운다고 한다. 도움이 필요한 사람에게 따뜻한 마음과 함께 더욱 효율적인 도움을 주기위해 4주간 교육 후 현장에 투입된다.

처음엔 봉사한다는 마음가짐을 굳게 하였고 힘들다고 하다가 그만두게 될까봐 염려가 되기도 했었다고 한다.

봉사란 남을 위해 하는 것인데 기쁘기만 하겠으며 힘들지 않겠는가? 때로 참아야 하며 더불어 사는 것을 배우고 어려운 이웃과 함께 하고자 하는 마음이 봉사자의 마음이라고 배웠기 때문이다. 그러나 지금은 봉사자로 도움이 필요한 이웃들에게 나가서 작은 도움이지만 돕는 일을 시작한 것이 일생 중 가장 잘 한 일이라고 생각한다고 말들을 했다.

도움이 필요한 분들에게 베려하는 마음, 진심어린 도움이 그들에게 감동을 선사한다. 2004년부터 시작하여 과정을 이수한 사람은 많지만 현재 활동중인 회원은 약 25명 정도이다. 이들 중 남성회원도 3명이 열심히 봉사중이다.

현재 회장으로 있는 김연중(62세)씨와 회원들을 노인복지회관 식당봉사를 마치고 난 후 만나서 봉사하는 이야기를 나누었다.

▶ 회원 : 약 25명

◇ 김연중 회장

월 1회 만남의 시간: 회비 만원으로 시내 식당에서 봉사에 참여하지 못한 회원도 함께 식사를 하며 돌아가면서 봉사한 사례를 서로 나누며 격려한다.

2,000시간 이상 봉사한 회원에게 "봉사왕" 칭호를 부여한다. 이는 스스로 자부심을 가지며 회원 모두의 부러움의 대상이다.

회장 1명, 부회장 2명, 감사 1명, 총무 1명, 자문위원 1명, 이사 6명으로 구성되어 있다. 현재 여성회원 23명, 남성회원 3명이다.

▶ 나누고 싶은 사례

봉사를 하면서 삶의 변화한 부분이 있다면, 어떤 변화가 있었는지?

- 봉사대학에서 실습 후 열의가 생겼고 기쁨으로 일할 수 있게 되었다.
- 조그만 도움이라도 큰 힘이 된다는 사실을 알게 되었다.
- 할 수 있는 것을 하면 된다는 사실을 알게 되었다.

▶ 봉사내용

주4~5회	월 2회	월 1회	매 년
홍천군 종합사회복지관 식당봉사	홍천군 노인복지관 식당봉사	홍천군장애인 복지관 식당봉사	홍천군 체육대회 차봉사 및 주변정리 겨울김장봉사 연말 연탄봉사 길거리청소 및 아이돌보미

- 한 두 번 하고 그만두는 것이 아니라 가능하면 책임감을 가지게 되었다.
- 인내가 필요하다. 힘들어도 추워도 더워도 도움의 손길을 기다리는 사람들이 있다는 사실을 생각한다.
- 대단한 일이 아니어도 도움이 된다는 사실을 알게 됐다.
- 때로 감당하기 어려울 때도 있었다. 집안 구석구석을 청소할 때 오물들로 인하여 참기 어려웠지만 집안이 몰라보게 달라지고 깨끗해졌을 때 보람을 느꼈다.
- 힘들기 보다 보람이 더 크고 도울 수 있음에 감사했다.

▶ 희망사항

현재 희망사항은 회원 수가 더 늘어나기를 바라며 남성 회원의 입회를 권장하고 봉사대학을 수료하지 않아도 입회가 가능하며 추후 수료하여도 무방하다고 한다.

김순화 기자

독자기고

이 세 현
춘천시 학교 운영위원장 협의회장

忠·孝·禮와 전인교육

충, 효, 예 정신은 모름지기 가정(孝), 사회(禮), 국가(忠)를 위하는 마음일 것이다. 충, 효, 예의 기본가치는 나 자신의 의무에 충실함에 있는 것이다.

그럼 여기서 충, 효, 예를 논하기 전에 우리 사회 전반에 대해 언급할 필요가 있다. 먼저 교육문제를 생각해보면 최근 각종 매스콤에 이른바 교육의 세 마당이라고 하는 가정교육, 학교교육, 사회교육을 놓고 볼 때 어디가 잘못 되었다라고 지적하기 어려울 정도로 각각의 문제를 안고 있다.

요즈음 핵가족시대에 살아가는 가정의 일상을 보면 가장, 주부, 자녀 모두가 바쁜 세상이다. 자녀와 대화할 시간도 많지 않은게 현실이다. 어쩜 이 모든 말이 자기회피의 말이 될는지 는 몰라도 서민들 대부분 일상이 이럴 것이다.

그러나 정부는 마치 학교나 사회는 책임이 없는 양 학교폭력가해 학생 학부모 의무적 특별교육을 받도록 하고 이수하지 않으면 과태료를 부과하는 촌극이 벌어지고 있는 것이다. 늦긴 했지만 지금부터라도 원칙과 근본에 충실하는 자세가 필요하다.

인성교육은 마음의 바탕이나 사람의 됨됨이 등의 성품을 함양시키기 위한 교육이며 전인교육 역시 신체적 성장, 지적성장, 정서적 발달, 사회성 발달 등을 조화롭게 하여 넓은 교양과 건전한 인격을 갖춘 인간을 육성하는 교육이라 하였다.

이런 관점에서 충, 효, 예를 논한다면 忠을 교육한다는 것은 나라를 생각하면 자기가 해야 할 일에 충실히 하게 하는 덕목을 교육하는 것이다. 문헌 장계에 나오는 "신에게는 아직 12척의 전선이 남아 있습니다"라는 구절이 있다. 이 충무공 말씀이다. 忠은 바로 이런 정신이 아니겠는가? 긍정적사고로 혼신을 다해 왜군을 물리친 충무공의 忠의 정신, 최선을 다하는 정신덕목을 키우는 교육이 필요한 것이다.

孝의 교육은 부모님이 원하시는 방향으로 행동하며 부모님을 욕되게 하지 않는다. 옛 문헌 효경에 이르기를 "孝는 덕의 근본이요, 가르침이 그로 말미암아 생겨난다"고 했다.

가장 큰 孝는 부모님 뜻을 존중하는 것이요, 그다음 부모님을 욕되게 하지 않는 것이며, 마지막 부모님을 봉양하는 능력을 가지는 것이다. 마지막 禮를 교육하는 것은 민주시민으로서의 윤리의식을 함양하는 것이라 하겠다.

올바른 전인교육으로 인간도리에 기본인 충, 효, 예를 실현하는 사회를 소망해 본다.

독자기고

최 정 규
홍천군 홍천읍

소통과 배려는 운전할 때도 필요

얼마 전 덤프트럭을 운전하는 지인이 빵소니 운전으로 고발되어 운전면허가 취소돼서 4년 동안 운전면허를 취득할 수 없게 되었다.

졸음운전을 하다 다른 대형차의 백미러를 가볍게 스친듯 했는데 별일이 없는 것 같아 무심코 지나쳤다가 빵소니 운전으로 고발된 것이다. 도착한 후에라도 만일의 경우에 대비해서 경찰에 미리 신고를 했더라면 괜찮았을 일을 크게 키운 것이다.

지난달에는 홍천에서 용인에 갈 일이 있어 승용차로 영동고속도로 여주 부근을 지나다가 버스전용차로 위반으로 적발된 일이 있다.

평소 영동고속도로에는 버스전용차로가 없다고 알고 있었기에 현지단속경찰의 말을 듣고서야 지난해 7월부터 여주~신갈 구간에 버스전용차로가 생겼고 11월 말까지 계도기간을 거쳐 단속을 실시하고 있다는 것을 알았다.

운전에 집중해서 도로상황을 잘 파악했더라면 버스전용차로가 생겼다는 것을 인지할 수 있었을 텐데 무심코 운전해서 상황파악을 제대로 못한 것이었다. 운전을 하다보면 운전에만 집중하지 않고 나도 모르게 다른 생각을 골똘히 할 때가 있다. 교통법규를 지키지 않아 일어나는 사고도 있지만 이런 때 돌발 상황이 벌어지면 신속히 대처하지 못해 사고로 이어질 수 있다. 운전하면서 서로를 짜증나게 만드는 상황도 많다. 앞에 가는 차의 운전자가 무엇을 그리 잘못했는지 삿대질을 하면서 고함을 지르기도 한다. 그런데, 다른 차의 운전자가 나를 보고 또 삿대질을 하면서 고함을 지를지도 모른다는 생각을 하면 나 또한 완전무결하게 운전하는 모범운전자는 아니라는 사실을 느끼게 된다.

편도 1차로에서 핸드폰을 사용하면서 뒤차는 신경 쓰지 않고 기어가듯이 천천히 갈 때, 주차장에서 돌아나갈 틈도 두지 않고 통로를 꽉 막아버렸을 때, 무질서하게 아무데나 주차하였을 때, 우회전 방향지시등을 늦게 켜서 반대 차로의 좌회전 차량을 기다리게 할 때, 자기도 모르게 옆 차선을 물고 달려서 다른 차에게 위험을 느끼게 할 때, 도로변에 비상등을 켜지 않고 정차하고 있는 차를 볼 때 그냥 참고 지나치기가 힘들다.

이런 사례들은 다른 운전자를 배려하지 않는 경우에 해당하며 오히려 남에게 폐를 끼치는 사례들이다. 평소에는 느긋한 성격의 사람도 운전대에만 앉으면 돌변하는 사람이 있다.

과속을 하고 급제동 급가속을 하고 끼어들기를 반복하기도 한다. 그렇다고 해서 상대방에게 마구 욕설을 하는 것도 바람직한 것은 아니다.

스트레스는 다소 풀리겠지만 심하게 욕을 하고나면 자신이 좀 교양이 없는 사람인 것 같은 기분이 들기도 한다.

내가 상대방 운전자에게 욕하고 있는 행동을 나는 하지 말아야겠다고 다짐하는 기회로 삼는다면 이러한 사례가 많이 줄어들지 않을까?

소통은 사람들끼리만 잘해야 되는 것이 아니고 차량들끼리도 잘해야 사고도 예방하고 운전도 즐겁게 할 수 있다. 방향지시등, 비상등 사용에 인색하지 말고 적시에 잘 사용해서 원활하게 소통하고 교통법규를 준수한다면 운전하면서 서로 갈등하는 상황은 많이 줄어들 것이다.

오늘도 나는 운전하면서 "나는 초보자의 마음으로 운전에만 전념할 것이며 나의 뒤차 운전자를 짜증나게 하지 않겠다"고 다짐해 본다.