

2015년 여름호
통권 제78호

사랑을 더하고 즐거움을 나누는
상애원 · 상애노인전문요양원

서로사랑 相愛



상애원 · 상애노인전문요양원

강원도 원주시 행구덕현길 108 (행구동)

전화 033)747-8080~2, 팩스 033)747-8083



원주시 지정 장기요양기관

지나간 2년, 앞으로의 인연

대학생활 중 노인복지관에서 오랜 봉사를 했던 경험이 있어, 비교적 고민 없이 노인생활시설인 ‘상애원’을 복무지로 결정했습니다. 기대 반, 걱정 반으로 도착한 상애원에서의 첫 한 달은 어르신들의 성함과 얼굴을 파악하고 앞으로 내가 해야 할 일이 무엇인지에 대해 알아가기 바빴습니다. 정말 아무생각 없이 그저 해야 할 일을 수행하는 것만으로 버거웠습니다.



사회복무요원 한동훈

원장님과 직원들이 그런 모습에 걱정도 해주시고 격려도 많이 해주셨습니다. 특히 원장님께서 “우리에게 사소한 행동이 할머니, 할아버지께는 사소하지 않은 일이며, 일이라고 생각하기보다 함께 생활하는 것이 중요하다.”는 말씀을 해주셨습니다. 그 말씀을 들은 이후에도 그 말씀이 마음에 다가 오지 않았고, 혹시나 실수를 할까, 어르신께 폐가 되지 않을까 하는 생각에 입도 꼭 닫고, 행동도 조심하게 되었습니다. 그때까지만 해도 마음에서 나와서하는 일이 아닌 머리에 입력되어 있는 그대로 행동하고 말하는 정도였습니다.

그러다 어느 날 할머니 한분께서 저에게 장롱이 고장이 났다고 하시며 고쳐달라고 부탁을 하셨습니다. 장롱을 확인해 보니 망가진 것이 아니라 물건이 너무 많이 들어가 있어 서로 맞물려 있어야 할 서랍의 바퀴가 밀로 빠져 있는 것 이었습니다. 제대로 바퀴를 끼워 드리고 하고 있던 일을 다시 하려고 하는 그때, 할머니께서 제 손을 잡으시며 고맙고 별 것은 아니고 딸이 사온것이라고 자랑하시며 사탕과 믹스커피를 한 주먹씩 주셨습니다. 그때서야 상애원에 온지 얼마 되지 않았을때 원장님께서 저에게 해주셨던 말씀이 마음으로 다가왔습니다. 저에게 간단하게 할 수 있는 서랍 바퀴를 끼우는 것도 눈도 침침하고 팔에 근력이 부족한 할머니께는 정말 큰 일이었던 것입니다.

그날 이후로 저는 조금씩 마음을 열어 사회복지요원이 아닌 할머니, 할아버지의 손주가 되기로 결심했습니다. 마음을 새로 먹었다고 해서 행동을 바로 바꾸고 다가가는 것에는 약간에 어려움이 있었습니다. 어려움을 느끼고 어떻게 해야 할까 고민을 하는 중에 직원들의 할머니, 할아버지께 항상 웃음으로 마주하고 치매로 인해 같은 말을 몇 번씩 반복해서도 그때마다 같은 대답을 해주는 직원의 모습에 진심을 발견하고 감동을 받았습니다. 그 후, 할머니, 할아버지께는 자주 찾아뵙고 인사드렸으며, 더 웃는 모습을 보여드렸습니다. 그러다보니 어느 순간 우리 손주, 막내아들, 젊은 총각 등 다양한 애칭이 생겼습니다. 제가 몇일씩 쉬고 출근을 하면 치매로 인하여 저를 잊고 알아보지 못할 때도 있지만, 인사드리고 웃으며 손주처럼 다가가면 금세 전처럼 대해 주시곤 합니다.

물론 지난 2년간 항상 재미있고, 행복하고, 편하게 생활하지는 못했습니다. 그러나 힘든 일이 있을 때마다 고생한다고 말씀해주시며, 가끔 시장에 나가실 때마다 떡이나 전병 등 먹을 것을 사오시게 되면 항상 불러 주셔서 꼭 한입씩은 넣어주시곤 하셨습니다. 이러한 따뜻한 마음이 지난 2년을 웃으며 잘 보낼 수 있었던 힘이 되었고, 생활하는데 있어 활력소가 되었습니다. 오늘 아침에도 저를 보며 손주 주려고 사탕들고 왔다고 사탕 하나를 입에 넣어주시는 그 따뜻한 마음과 행동을 보면 이 인연을 계속 유지해야겠다는 생각이 가득합니다.

‘어리석은 사람은 인연을 만나도 몰라보고, 보통 사람은 인연인 줄 알면서도 놓치고, 현명한 사람은 웃기만 스쳐도 인연을 살려낸다.’ - 피천득 -

위에 말처럼 인연이란 언제 어디서 생길지 모르는 것이고 그 인연을 계속 해서 이어나가는 사람이 현명한 사람이라고 생각합니다. 물론 군복무로 인한 조금은 남다른 인연이지만 지난2년과 앞으로의 인생에서 이 인연이 계속 되기를 기도하고 노력할 것입니다. 마지막으로 지난 2년간 함께 웃기도하고, 옆에서 많이 챙겨 주셨던 할머니, 할아버지가 있으셔서 지난 2년을 잘 보낼 수 있었던거 같아요 항상 감사하고 사랑합니다!

노인학대예방과 대응지침

1. 노인학대란?

- 어르신을 신체적·정신적·성적 폭력 및 경제적 착취 또는 가혹행위를 하거나 유기 또는 방임하는 것을 말합니다.



사회복지사 조기영

2. 노인학대의 유형

- 신체적 학대** - 신체적 손상, 고통, 장애 등을 유발시키는 행위
- 정서적 학대** - 비난, 모욕, 위협, 협박 등 정서적 고통을 주는 행위
- 성 적 학대** - 성적 수치심 유발행위 및 성폭력등 강제적 성적 행위
- 경제적 학대** - 노인의 의사에 반(反)하여 재산 또는 권리를 빼앗는 행위
- 방 임** - 노인의 의식주 및 의료를 적절하게 제공하지 않는 행위
(노인 스스로 최소한의 자기보호를 포기하는 자기방임 포함)
- 유 기** - 보호자또는 부양의무자가 노인을 버리는행위

3. 노인학대 예방을위한 우리의 역할

- ① 지역 내에 학대를 받는 노인이 계신지 지속적인 관심을 갖습니다.
- ② 노인학대로 의심되는 경우가 있으면 노인보호전문기관이나 경찰에 신고합니다.
- ③ 어떠한 이유로든 노인을 학대할 수 있는 사람은 없다는 사실을 인식합니다.
- ④ 노인학대예방교육에 적극적으로 참여합니다.
- ⑤ 노인의 특성을 이해하고, 가족을 비롯한 주변의 노인을 존중합니다.
- ⑥ 노인부양에 대한 가족원이 역할분담을 하고, 각종 사회 서비스를 활용하여 부양부담을 감소시키며 노인에 대한 지원을 계속합니다.
- ⑦ 정기적으로 노인의 안부를 파악하고, 긍정적으로 대화하도록 합니다.

4. 노인학대사례를 발견하면 어떻게 해야 하나요?

노인학대를 알게 되거나 노인학대가 의심되는 경우 당황하지 마시고, 즉시 노인보호 전문 기관(1577-1389), 보건복지부 콜센터(129) 또는 수사기관(112)에 신고하시면 됩니다.

전국 어디에서나 국번없이 (24시간 상담) 1577-1389 또는 129

5. 노인보호전문기관이란?

노인보호전문기관은 노인복지법에 근거하여 전국 17개 시·도에서 노인학대 예방 및 노인권익향상을 위한 업무를 실시하고 있습니다.

노인학대예방 홍보사업 - 이동상담 실시, 언론홍보, 학술행사, 캠페인, 카툰 및 사진전시회	노인학대예방 교육사업 - 노인학대 예방교육 - 노인인권 교육	24시간 노인학대 상담 사업 - 전문상담 서비스 - 일시보호, 의료지원 - 법률지원, 사회복지 서비스 연계
노인인권 보호사업 - 노인인식개선사업 - 효행교육	학대피해노인 전용쉼터 - 긴급보호 및 의식주 제공 - 전문상담 및 치유프로그램제공	협력체계 구축사업 - 자문위원회, 사례판정위원회 운영 - 지역사회 연계망 구축 - 후원, 자원봉사 사업

우리 이렇게 지냈어요!



공군부대 견학

제8전투비행단 초청으로
“Space Challenge 2015” 행사에
참여하여 즐거운 외식과 화려한
비행기쇼 감상을 하고 오셨습니다.



운전기사 선교회

운전기사 선교회의 따뜻한 사랑
으로 지난 5월6일 여주강천보
한강문화관 나들이를 실시하였
습니다. 화려한 경관을 감상
하시면서 얼굴에 미소가 가득한
하루였습니다.



손에 손잡고

매년 아동시설 성애원과 함께하는 조손프로그램
“손에 손잡고”. 천사같은 아이들과 함께 목걸이만들
기, 공연관람등 다채로운 행사를 하였습니다.



부활절 행사

부활절을 맞아 지역사회의 단체
및 기관에 직접 어르신들께서
만든 부활란을 나눠주는 뜻깊은
하루를 보냈습니다.



한돈, 한우 먹는날

서로사랑 공원에 앉아 전 어르신
께서 5월의 따사로운 날씨를 만끽
하는 하루가 되었습니다.



이번 여름은 유난히 더울 것으로 예상됩니다. 인체는 온도 변화에 매우 민감합니다. 약간의 온도 변화는 면역력에 직접적으로 영향을 주기 때문인데요 여름철 건강관리를 위한 몇 가지 방법을 기억하시고 실행에 옮기신다면, 무더운 여름철 건강하게 보낼 수 있을 것입니다.



여름에 강렬하게 내리 쬐는 자외선에 피부가 30~40분 이상 노출되게 되면 색소침착이나 피부 노화 촉진의 문제가 나타납니다. 자외선이 지나치게 강한 날에는 화상까지 입을 수가 있으니 주의가 필요합니다. 하지만, 햇살은 비타민D 합성을 해주는 효과를 제공하며, 각종 곰팡이 균과 같은 세균을 항균시켜주며, 스트레스 해소에도 도움이 됩니다. 때문에, 자외선이 강한 오전 11시에서 오후 3시는 피해 20분정도 햇빛을 받으며 산책하는 것이 좋습니다.

여름에는 세균이 번식하기에 용이한 계절입니다. 때문에 감염성 질병이 가장 유행하는 시기이기도 합니다. 특히, 곰팡이 균과 전염성 질병이 속을 찌릴 수가 있습니다. 무좀이나 백선증, 식중독과 같은 질병을 조심해야 됩니다. 이러한 감염성 질환을 예방하는 가장 간단하고도 확실한 방법은 주로 사용하는 도구를 소독하고 손을 비누로 깨끗하게 씻어주는 것입니다. 요새 곰팡이 균을 치료하는 연고는 약국에서 쉽게 구할 수가 있습니다.



여름에는 자신도 모르게 땀의 수분이 빠져나갑니다. 여름철 시원한 아이스커피는 몸에 수분을 보충한다고 오해하기 쉬우나 되려 카페인으로 인한 수분배출을 촉진 합니다. 여름철 카페인이 많이 있는 음료를 마시게 되면, 갑작스러운 탈수 증세가 생길 수 있습니다. 습관적으로 수분을 섭취하여 원인 모를 두통과 어지러움증이 발생하지 않도록 합니다.

무더위 때문에 땀이 비 오듯이 흐를 때도 오히려 몸은 차가워집니다. 이때 따뜻한 보양식으로 몸을 따뜻하게 해야 여름을 거뜬하게 이겨 낼 수 있습니다. 보양식으로 많이 알려진 음식은 삼계탕, 장어구이, 개장국 등 대부분 동물성 음식을 말합니다. 이러한 음식은 콜레스테롤 비중이 높아 자주 먹으면 좋지 않습니다. 검은깨 음료, 두부 흑미밥 등 식물성 보양식을 자주 먹는 것이 좋습니다. 특히 검은깨는 여름에 약해지기 쉬운 신장의 기능을 높여 더위를 이겨 내도록 해 줍니다.



상 애 원		상애노인전문요양원	
* 입 소 * 서기순 할머니 (05/01) 조정운 할아버지 (05/01)	* 소 천 * 이매화 할머니 (03/20) 신문선 할머니 (05/18) 신춘자 할머니 (05/28)	* 입 소 * 박경숙 할머니 (03/17) 이경래 할머니 (04/30) 이희원 할아버지 (05/15) 한정임 할머니 (05/16) * 퇴 소 * 신태영 할아버지 (03/28) 한철부 할아버지 (04/17)	* 전 원 * 조정운 할아버지 (04/30) * 소 천 * 이흥기 할아버지 (03/01) 이풍연 할머니 (04/10) 황필순 할머니 (04/10) 최종길 할아버지 (04/12) 최재원 할아버지 (04/24) 김장수 할머니 (05/01)
직원 정보	상애노인전문요양원	입사 : 요양보호사 김희숙(05/01) 요양보호사 조선희(04/20) 요양보호사 고재욱(03/01) 퇴사 : 요양보호사 박상학(04/16) 요양보호사 고재욱(04/16)	
교육 정보	상애원	재난대응훈련(05/11), 강원도노인복지협회 종사자연찬회(05/21)	
	상애노인전문요양원	노인복지시설 인권 및 시설 안전관리 교육(05/14)	

소중한 사랑 감사드립니다

(2015년 03월~2015년 05월까지)

위 문



Kt is



대성고등학교 학생회



대한적십자사 신입직원



우리은행 단구지점

공 연



원주가톨릭복지관



은물결연주단



정기공연예술단



청향회

봉 사



행복을 노래하는 버락들



사회복지협의회22기



원주 애터미천하센터



큰나무유치원

견학



판부여성의용소방대



CJ텔레닉스



강원도노인복지협회



원주제일노인복지센터

사랑을 주셨습니다

(2015년 03월 ~ 2015년 05월까지)

소중한 사랑을 나누어주신 여러분께 감사드립니다.
누락된 개인, 기관, 단체가 있으면 전화주시기 바랍니다.

☎ 033)747-8080~2



강옥희, 강지혜, 강형운, 고창구, 권용민, 권정자, 김금자, 김덕화
김동매, 김동영, 김령희, 김미선, 김민자, 김상구, 김선희, 김영숙
김영완, 김옥선, 김옥열, 김진숙, 김춘규, 김치주, 김희자, 나영숙
남부침례교회, 단구새마을금고, 대성고등학교, 문정숙, 민병란

박광순, 박기숙, 박원규, 박윤희, 박은숙, 박은정, 박종현, 박지영, 박희순, 방은아, 변홍자, 상지대
학교, 성금순, 성순현, 성희순, 소인숙, 손 평, 송미용, 신국언, 신명진, 심명화, 안경아, 안승부, 안
용수, 안호범, 양경자, 오병성, 오옥선, 용혜숙, 우리은행, 유광자, 윤순희, 윤희준, 이경아, 이경희,
이규희, 이마트, 이복열, 이사일동, 이상학, 이수하, 이영미, 이영수, 이영순, 이용근, 이유진, 이은지,
이은희, 이인원, 이임후, 이종숙, 이준희, 이혁진, 이형진 임재섭, 장영인, 장영자, 정문수, 정미애,
정지현, 조기영, 조성도, 조영철, 중소기업은행, 최문수, 최삼식, 최삼식, 최옥희, 최종덕, 최종환,
하인숙, 한봉애



고계필-바나나 | 국민건강보험공단-송편 | 김순자-바나나 |
김순재-초코파이, 요구르트 | 대한적십자사 신규직원 교육생
-쿠키, 피자빵 | 도미노피자-피자, 콜라 | 문선희-백설기 |
박범환-기증떡 | 사랑실은 교통봉사단-바나나 | 사무관교육생
-휴지 | 사회복지대학21기-봉어빵 | 손태수-케익, 밀감 |
신춘자-수박 | 심갑주-굴, 한과 | 연순애-감귤 | 원주시청

진달래모임-빵 | 은물결합주단-바나나 | 청향회-만두, 떡국떡 | 큰나무 유치원-요구르트 | 홍승숙-천
Kt is-백미



[노력봉사] 남부침례교회, 대한적십자사 동악봉사회, 보라미
봉사단, 판부여성의용소방대, 현대엘리베이터, CJ텔레닉스

[공연 및 행사 봉사] 김정희무용단, 은물결연주단, 원주열림교
회, 원주전통예술보존회, 원주기사선교회, 우쿠렐
레 공연단, 정기공연예술단, 청향회, 큰나무유치원

[주방 및 음식 봉사]- KT is,

[프로그램 봉사]- 스트레칭, 새소식반

[이·미용 봉사]- 원주미용학원, 최경희, 정연선

[학생 봉사]- 강원과학고등학교, 원주공업고등학교 환경봉사대, 원주여자고등학교 봉사동아리,
원주의료고등학교

[군인 봉사]- 8전투비행단, 36사단신병교육대

자원봉사 안내

자원봉사는 우리가 실천할 수 있는
가장 아름다운 이웃사랑입니다.

자원봉사활동에 대한 문의 www.sangaewon.co.kr
홈페이지 접속 → 자원봉사 신청 → 등록

봉사종류

♥ 노력봉사 : 식사보조, 세탁, 식당, 목욕, 이미용

♥ 전문봉사 : 한방봉사, 의료봉사, 공연활동,
프로그램 진행 등

♥ 우애봉사 : 어르신 말벗, 상담, 산책

* 입 소 안내

상애원(양로시설)

일상생활에 지장이 없는 65세 이상으로 아래에 해당하는 분

- 국민기초생활보장 수급대상 어르신
- 국민기초생활수급대상 어르신이 아닌 분 중에서 생계를 같이하는 부양의무자로부터 적절한 부양을 받지못하는 분

▶ 신청 : 거주지 읍·면·동사무소에 신청

상애노인전문요양원(전문요양시설)

국민건강보험공단에서 노인장기요양보험으로 시설급여 판정받은 국민기초생활보장수급자 어르신 및 일반 어르신

▶ 입소비용

- 국민기초생활보장수급자 : 무료
- 의료급여수급자 및 차상위계층 : 요양비용의 10%
- 일반대상자 : 요양비용의 20% (식재료비 등 비급여 대상항목은 별도)

▶ 입소절차 :

전화(747-8080) 및 내방 → 입소상담 → 입소

* 후원 안내... 후원금은 어르신들의 삶의 질을 높이는데 귀하게 쓰입니다.

물품후원: 생활용품, 위생용품, 의류, 간식, 비품 등의 물품

일반후원: 비정기적으로 후원

정기후원: 일정금액을 정기적으로 후원

직접 상애원을 방문하시거나 후원계좌를 통하여 보내주시면 됩니다.

- 거래은행에서 자동이체 신청서를 작성하시면 자동으로 송금할 수 있습니다.
(지참물 : 예금통장, 거래인감, 주민등록증, 상애원 계좌번호)
- 도와주신 후원금은 연말정산시 소득세법 제34조 제1항에 의거하여 소득공제를 받으실 수 있습니다.

후원계좌

농 협 : 307088-51-038151

(예금주 : 상애노인전문요양원)

농 협 : 307088-51-072607 (예금주 : 상애원)

307088-51-080731 (예금주 : 상애원)

국민은행 : 303-01-0482-117 (예금주 : 상애원)

우 체 국 : 201061-01-000428 (예금주 : 상애원)

우리은행 : 1006-600-069452 (예금주 : 상애원)

기업은행 : 128-093076-04-016 (예금주 : 상애원)

이·마트 수익 후원 적립번호 "46" (사랑하는 YOU)

E·마트 영수증 마일리지 적립으로 상애원을 후원하실 수 있습니다.

E·마트에서 쇼핑하신 영수증을 ➡ 마일리지 적립기계-지역사회 마일리지 적립 선택

➡ "46" 상애원 누르고 확인 ➡ 영수증 바코드 적립 ➡ 사용금액 적립 후 확인 선택



인터넷으로 만나는 또다른 세상!
스마트폰에 QR코드를 찍으면
상애원 · 상애노인전문요양원을
만나실 수 있습니다.

자원봉사 안내

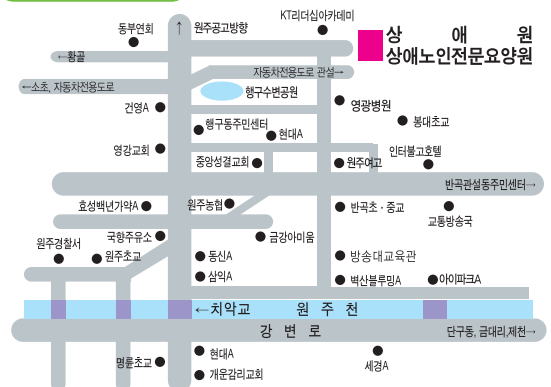
자원봉사는 우리가 실천할 수 있는 가장 아름다운 이웃사랑입니다.

자원봉사활동에 대한 문의 www.sangaewon.co.kr 홈페이지 접속 → 자원봉사 신청 → 등록

봉사종류

- ♥ 노력봉사 : 식사보조, 세탁, 식당, 목욕, 이미용
- ♥ 전문봉사 : 한방봉사, 의료봉사, 공연활동, 프로그램 진행 등
- ♥ 우애봉사 : 어르신 말벗, 상담, 산책

찾아 오시는 길



NAVI에 「상애노인전문요양원」을 입력하세요