



사회복지법인 군상재단
희망의마을 양로·요양원

희망의마을 소식

2014년 가을-겨울호





한해를 마무리하며 ...

행복 ...

남영순과장님과 함께 한 15년 ...

새로운 가족 ...

건강소식 ...

산책활동 ...

치매예방활동 ...

여가활동 ...

특화프로그램 ...

통일로 음악회 ...

소방훈련&교육 ...

황경자여사님과 색소폰공연 ...

찾아가는 문화공연 ...

희망의마을 송년회 ...

자원봉사활동 ...

한 해를 마무리하며....

2014년 한해도 추억 속으로 넘어가고 있습니다.

저물어 가는 해를 보며 후회되는 일도

아쉬운 일도 많았지만,

다가오는 을미년 새해엔 후회 없이

보람차고 행복한 일만 항상 함께 하시길 기원합니다.

날마다 웃음짓는 행복한 2015년 되시길 바랍니다.

새해 복 많이 받으십시오!

희망의마을 올림



행 복

당신의 행복을 찾아다니다가 마침내

그것을 얻게 된다면,

그것은 마치 할머니가 잃어버렸던

안경을 찾아낸 것과 같다.

할머니의 안경은

항상

코 위에

걸쳐져 있었으므로



요즘 행복이란 말이 눈에 띄니다.

얼마 전 본 “꾸삐씨의 행복여행”란 영화가 기억납니다. 잘 나가는 정신과 의사가 생활에서 행복을 느끼지 못하자 환자에게 치료를 할 수 없었고 행복은 무엇인가라는 고민에 빠졌습니다. 그러자 홀연히 여자친구를 놔두고 자신의 행복을 찾아가는 과정을 그린 영화입니다.

행복은 동시에 두여자를 사랑할 수 있는 자유이기도 하고, 아내의 건강이 남편의 행복이기도 하며, 고구마 스텍가 될 수도 있으며 때로는 돈이기도 합니다. 하지만 정작 자신의 행복이 무엇인지 알 수 없습니다.

영화의 후반에서는 주인공이 뇌파검사를 하는 중에 여자친구와 통화하며 그들의 행복을 확인하였고, 그 검사에서 기쁨, 슬픔, 두려움이 동시에 나왔습니다.

행복이란 단순히 기쁨으로만 채워질 수 없습니다.

행복은 모두에게 조금씩 다른 형태로 존재하지만, 행복은 모든 것이기도 합니다. 옆의 시처럼...영화의 주인공처럼... 행복이 멀리 있지 않습니다. 앞으로의 여생을 희망의마을과 함께 행복을 찾아 즐겁게 보내셨으면 합니다.

희망의마을요양원 사무국장
조 재 현

남영순과장님과 함께 한 15년

2014년을 마지막으로 정년퇴임을 하는 선생님이 계십니다.

15년 동안 희망의마을을 위해 노력하신 과장님

이 장은 남영순 과장님을 위해 바칩니다.



Rolling Paper...

과장님!
 처음 편지 왔을 때의 후련하신 첫 인상이 묻혀라신
 모습이 너무 하데서, 늘 힘이 되었는데
 이제 인생 레그막 엮기에 중무하시구요
 가정에 사랑과 행복이 함께 하시길 기도함께요
 건강도 하시구요
 그동안 너무 많이 수고 하셨구요
 부족한 저를 많이 해 주셔서 감사도 많음..
 많이 감사 드려요
 사랑해요 - 항상 하자 ♡

남: 남영순 과장님
 영: 영원히 잊지 못할 겁니다.
 순: 순수하게 웃기 전에 코웃음 같을 것 같은 모습이..... 유재현

과장님
 항상 웃어 주셔서
 너무 감사해요
 가요 프로그램
 진행하시길
 바랍니다
 과장님
 그동안 고생 많으십니다
 오래오래 건강하시구요
 행복하세요

과장님
 덕분에 너무 즐겁고
 하소근 잘 나가는 것 같아요
 감사합니다

과장님!!!
 수고 많으셨습니다.
 건강하시고 행복하세요
 -김 현진
 과장님
 오래오래 건강하세요
 행복하세요

과장님! 사랑합니다
 많이 보고싶은 것 같아요 ~
 언제 전화해서 살아요!
 ~~~~~

♡ 과장님 !!

항상 건강하시길 바랄게요  
 행복하세요 ~ "사랑합니다"

과장님..  
 그동안 우리 많은 것들이  
 많이 감사할 것 같은  
 건강과도  
 힘써 주신  
 행복하세요  
 늘 응원

2014 12. 26  
 과장님 송애영입니다.  
 아니 아니 사랑해요  
 건강하세요 ~~~~

과장님 사랑해요  
 늘 응원 하고  
 기쁘게요  
 감사합니다



## 새로운 가족

올 하반기에 2명의 선생님이 새로 오셨습니다.  
심계숙 선생님과 장은희 선생님입니다.  
앞으로도 어르신들과 함께 즐겁고 활기찬 모습으로  
생활하시기를 바랍니다.



심계숙선생님 신규직원 교육



장은희선생님 신규직원 교육



# 건강소식

## 중풍(뇌졸중)

어르신들에게 사계절 중 가장 건강관리가 힘들 계절이 겨울이 아닐까 싶습니다. 날씨가 추워지면 심해지는 질환들이 많지만 특히 중풍은 혈관이 수축되고 그로 인해 혈압이 상승되어 뇌의 혈관이 파열로 인해 뇌 조직이 손상되어 일상생활이 어렵게 되는 병입니다. 아래와 같은 현상이 자주 겪으신다면 선생님들에게 빨리 알려주세요.

## 초기증상

1. 한쪽 팔과 다리가 힘이 빠지며 무력해진다.
2. 발음이 어눌해지는 언어장애가 발생한다.
3. 한쪽 눈이 잘 안보이거나 기타의 시각장애가 나타난다.
4. 어지럽고 비틀거리는 증세가 나타난다.
5. 머리가 깨질듯 아프고 속이 울렁거린다.

## 예방법

첫째, 소금섭취와 콜레스테롤 섭취를 줄입니다. 소금과 콜레스테롤은 혈관을 막고 혈압을 상승시키는 주된 식품군입니다. 둘째, 호박과 마늘을 자주 드시면 좋습니다. 호박은 비타민A가 풍부하여 혈액순환을 원활히 할 수 있게 도와주며 카로틴 성분이 중풍치료에 도움을 줍니다. 또한 마늘은 뇌를 건강하게 만들어주기 때문에 중풍에 좋은 대표적인 음식입니다.



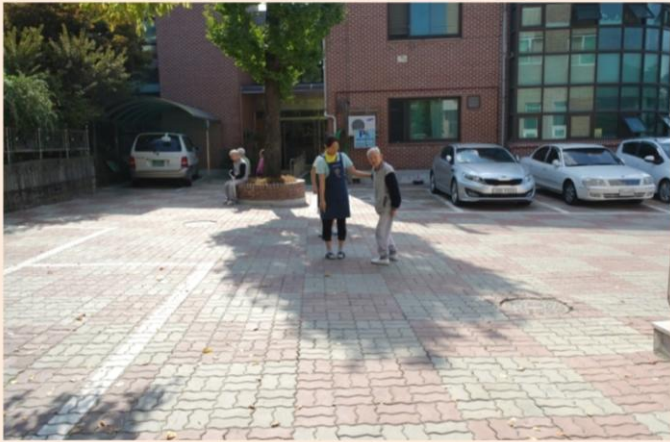
# 산책 활동



선생님들과 스트레칭 중!



자네 저 꽃 이름이 뭔지 아나?



앗! 더워서 그만...



여름엔 역시 그늘이 최고!!



# 치매 예방 활동

주 3회 치매예방프로그램 진행



①



②



③



④

① 손가락체조

② 바닥농구

③ 공 주고받기

④ 색칠놀이



# 여가활동

## 카드뽑기놀이





# 특화 프로그램 ·물종이연지곤지·



시작 전 물풀기 운동 중



불에 예쁘게 종이도 붙이고



우시는거 아니죠?...



신나게 흔들어주세요~



# 희망의마을 활동



그외 프로그램활동



가수 이해미씨 공연



축탁의선생님 진찰



제3회 관산동 푸른환경대축제

# 통일로 음악회

제3회 관산동  
푸른환경 대축제

2014.09.20.



따스한 햇살 속에 공연장에 도착한 어르신들!



기념사진 찰각!



햇빛이 너무 강렬해...







재미있게 공연도 보고 맛있는 밥도 먹고~



야외 나들이의 마지막은 기념사진~



오늘 여행은 여기까지~~



# 소방 훈련 & 교육

어르신들께 쾌적하고 안전한 생활을 위해 항상 노력하고 있습니다.



화재예방교육



화재대피훈련



소화기 사용법 교육



시설물 관리 교육



## 직원 응급처치 교육(격주)



## 직원 직무향상 교육





# 황경자여사님과 색소폰공연





# 찾아가는 문화공연

하남시 전통예술단





# 희망의마을 송년회...

마날훈여사님과 함께





# 자 원 봉 사

그림형제 미술봉사 상장수여식

전병남 미용봉사



고양시여성회관 미용봉사



파주시범죄예방센터 한방봉사

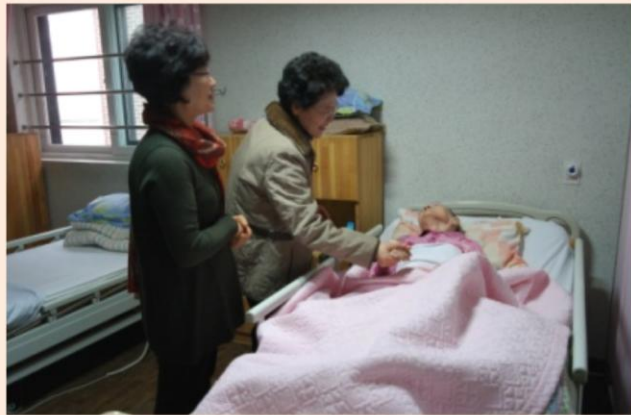


한국시설안전공단(시설점검)





## 여의도순복음교회 일요일예배



## 대성중학교 위문공연



## 관산동바르게살기위원회 김장봉사





# 나눔의 행복

♡자원봉사, 후원금 기탁 및 물품후원에 감사드립니다♡

## 1. 후원안내

희망의마을 양로 요양원은 기초생활수급자 어르신이 생활하시는 노인주거, 의료복지시설입니다. 본 원에서는 거동이 불편하며, 생활이 어려운 어르신들을 위해 따뜻한 사랑을 나누어 주실 후원자의 도움과 정성을 기다립니다.

## 2. 후원종류

▶기금후원-현금 및 지로 입금

▷물품후원-어르신들의 일상생활에 필요한 생필품, 부식류의 식자재 및 식품

▶후원계좌 예금주: 희망의마을

· 국민은행: 251-25-0002-554

· 농협: 157-01-135876

· 우리은행: 66-065399-13-101

· 우체국: 100271-01-000357

## 3. 자원봉사안내

자원봉사를 하고자 하는 개인, 학생, 단체, 기업체의 참여를 기다립니다.

▶ 환경미화

▷ 정서적서비스(말벗, 이동도움, 재능나눔 등)

▶ 건강관리서비스(어르신건강도우미, 의료지원 등)

문의전화: 031-962-8338



## 도움을 주신분들

이명숙 마남순 허명옥 주경환 김태서 황경자 김숙자 조숙녀 김은희  
한국시설안전공단 대성중학교 여의도순복음교회 그림형제 고양시여성회관  
경기 제2청 고양시청 한우협회 우거노당성당 행주산성스카우트  
고양시바르게살기협의회 경기휘모리잡가보존회

## 희망의마을 양로원 후원 현황 (2014년 07월~12월)

### ❖후원금

(단위 : 원)

| 세 입                          |            | 세 출 |     |
|------------------------------|------------|-----|-----|
| 항 목                          | 금 액        | 항 목 | 금 액 |
| 전 년 도 이 월 금<br>( 상 반 기 포 함 ) | 23,877,393 |     |     |
| 비 지 정 후 원 금                  | 2,500,000  |     |     |
| 지 정 후 원 금                    | 0          |     |     |
| 계                            | 26,377,393 | 계   | 0   |

### ❖후원물품

| 세 입                              |      | 세 출                    |      |
|----------------------------------|------|------------------------|------|
| 후 원 내 역                          | 건    | 후 원 내 역                | 건    |
| 부 식 ( 쌀 , 고 기 등 )                | 3 건  | 노 인 급 식 용              | 3 건  |
| 간 식 ( 사 탕 , 과 자 등 )              | 18 건 | 노 인 간 식 용              | 18 건 |
| 생 활 용 품<br>( 치 약 , 비 누 , 세 제 등 ) | 6 건  | 노 인 피 복 지 급            | 2 건  |
| 피 복<br>( 의 류 , 양 말 등 )           | 2 건  | 기 타<br>( 양 로 원 배 치 등 ) | 9 건  |
| 기 타 용 품                          | 3 건  |                        |      |
| 계                                | 32 건 | 계                      | 32 건 |



희망의마을 요양원 후원 현황 (2014년 07월~12월)

❖후원금

(단위 : 원)

| 세 입                          |              | 세 출 |             |
|------------------------------|--------------|-----|-------------|
| 전 년 도 이 월 금<br>( 상 반 기 포 함 ) | 12, 123, 121 |     |             |
| 비 지 정 후 원 금                  | 2, 500, 000  |     |             |
| 지 정 후 원 금                    | 0            |     |             |
| 계                            | 14, 623, 121 | 계   | 0           |
| 계                            | 16, 020, 621 | 계   | 3, 897, 500 |

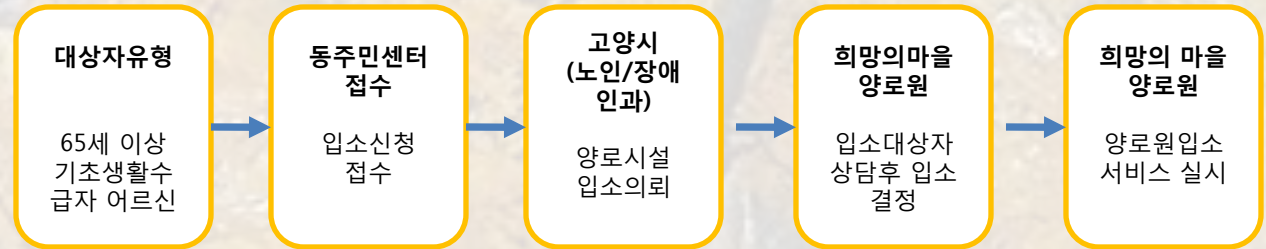
❖후원물품

| 세 입                              |      | 세 출                    |      |
|----------------------------------|------|------------------------|------|
| 후 원 내 역                          | 건    | 후 원 내 역                | 건    |
| 부 식 ( 쌀 , 고 기 등 )                | 2 건  | 노 인 급 식 용              | 2 건  |
| 간 식 ( 사 탕 , 과 자 등 )              | 27 건 | 노 인 간 식 용              | 27 건 |
| 생 활 용 품<br>( 치 약 , 비 누 , 세 제 등 ) | 7 건  | 노 인 피 복 지 급            | 11 건 |
| 피 복<br>( 의 류 , 양 말 등 )           | 11 건 | 기 타<br>( 요 양 원 배 치 등 ) | 9 건  |
| 기 타 용 품                          | 2 건  |                        |      |
| 계                                | 49 건 | 계                      | 49 건 |

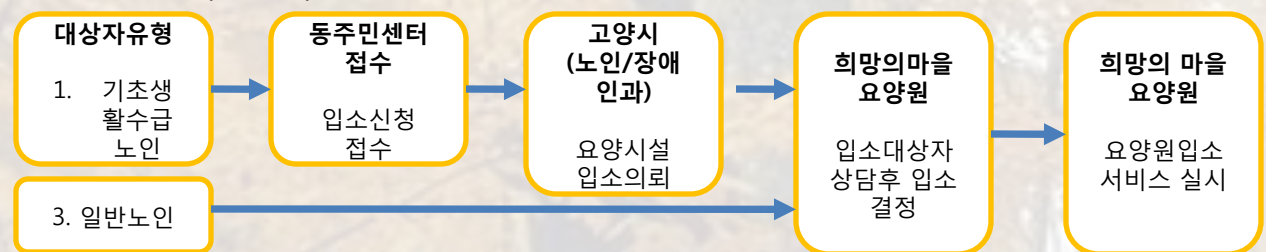


# 입소안내

## ▶ 양로원(무료 입소)



## ▶ 요양원(장기요양기관)



# 교통안내

구파발에서 오실 때 : 구파발역 1번 출구 뒷편에서 승차

일반버스: 30번, 31번, 11번, 760번

좌석버스: 9710번, 9709번, 909번

화정·일산에서 오실 때 : 화정 롯데마트 앞에서 승차

좌석버스: 1082번, 800번



사회복지법인 군상재단  
**희망의마을 양로 · 요양원**

경기도 고양시 덕양구 내유길 30 / 전화 : 031-962-8338 / [www.희망의마을.kr](http://www.희망의마을.kr)