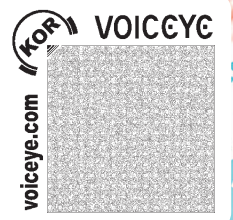


심강이야기

제57호 2021년 07월

재활 · 희망 · 미래로의 동행
오늘보다 더 큰 내일의 행복을 위하여
언제나 함께하는 곳!
횡성군장애인종합복지관



● 발행인 : 백영선 ● 발행처 : 횡성군장애인종합복지관(강원도 횡성군 횡성읍 한우로 223) ● www.hsrehab.kr ● TEL : 033-345-7341~2 ● FAX : 033-345-7338

심을 찾아, 일상을 찾아 I

지난 6월 11일, 재가장애인 3명과 함께 청태산 자연휴양림으로 청정지역 문화탐방을 다녀왔습니다.

'청정지역 문화탐방'은 외출의 기회가 적고, 사회적으로 소외감을 느끼기 쉬운 독거 재가 장애인을 대상으로 사전모임을 통해 장소, 추진 일정 등을 함께 토론하고 결정하여 진행하는 서비스로 코로나19 방역수칙 준수를 위해 소그룹으로 나누어 현재까지 2회차 진행 하였습니다.

한적한 곳에서 혼자만의 시간을 가지며 자연을 벗 삼아 산책 하고 싶다는 의견에 따라 관련 장소를 함께 찾아보았고, 둔내면에 위치한 청태산 자연휴양림을 최종 장소로 선정하여 다녀왔습니다. 지난 1년 동안 사회적 거리두기 등의 제약으로 외출을 하지 못한 욕구가 반영된 것 같아 외출이 반가우면서도 한편으로 제한적인 사회적 상황이 안타까웠습니다. "외출이 자유롭지 못해 집안에만 있기 힘들었는데 짧은 시간이라도 외출을 할 수 있어 좋았다"는 소감도 남겨 주었습니다. 아직 온전하지는 못하지만, 조금씩 일상을 찾아가 보려고 합니다.



심을 찾아, 일상을 찾아 II

문화예술여가활동지원사업은 2021년도 신규사업으로 문화누리카드를 활용하여 장애인들의 문화여가생활을 지원을 목적으로 진행하는 사업입니다. 첫 시작으로 지난 6월 15일에 원주시 지정면에 소재한 한솔재단에서 운영하는 미술관 뮤지엄산을 다녀왔습니다. 코로나 19로 인해 소규모로 진행하였고, 참여자들은 집에만 있는 것이 답답했는데 너무 좋은 곳에 오게 되어 감사하다는 의견과 함께 매년 이런 기회가 주어졌으면 하는 바람을 담아 내년에는 영월이나 평창 등 인근의 다른 지역에서 문화여가활동의 기회를 제공 받고 싶다는 의견을 주셨습니다. 상반기 문화예술여가활동지원사업을 통해 참여자들은 문화누리카드를 활용하여 본인들이 직접 결재하는 것에 대해 만족해 하였고, 담당자로서는 문화누리 카드 사용의 다양함에 대해 알게 되었습니다.



[외부공모사업 프로그램 안내]

횡성군장애인체육회 지원사업 『장애인 생활체육 동아리 - 플라잉디스크』



- 대상 : 방과후교실 (중고등부)
- 일정 : 연중 (매주 화요일)
- 내용 : 플라잉디스크(원반)으로 거츠(축구), 골프, 윷놀이 등 종목의 게임을 진행

강원도 장애인 복지증진 공모사업 『꿈빵』



- 대상 : 장애인 바리스타 및 여성장애인
- 일정 : 6월 ~ 11월(매주 토요일)
- 내용 : 제과제빵 교육 및 실습

횡성군양성평등기금지원사업 『나르샤』



- 대상 : 등록 여성장애인
- 일정 : 6월 ~ 8월(매주 금요일)
- 내용 : 심리교육, 프랑스 자수 등 9개 역량강화 프로그램 운영

강원도장애인체육회 지원사업 『2021 횡성군 장애인 수영교실』



- 대상 : 성인 장애인
- 일정 : 6월 ~ 12월(매주 화요일)
- 내용 : 수영의 기초부터 접영, 자유형, 배영 등 여러 가지 수영기술을 배우며 신체적인 기능을 향상 시키는데 도움을 주고자 하는 프로그램

두뇌가 똑똑해지는 손가락 운동

기능강화지원팀에서는 매년 지역 내 성인장애인들의 기능을 회복하는데 도움을 주고, 가정에서도 꾸준한 재활을 연계할 수 있도록 세라밴드를 활용한 자가스트레칭법, 안면운동, 균형감각향상운동 등 다양한 주제로 성인이용자 재활교육을 진행하였습니다.

올해는 성인 및 노인장애인들의 뇌세포를 자극하고, 집중력 및 인지 기능 향상에 도움을 줄 수 있도록 '두뇌활성화를 위한 손가락운동과 칠교활동'을 주제로 진행하였습니다. 손가락운동은 개인의 능력에 맞게 동작을 따라할 수 있도록 교육하였으며, 칠교활동은 몇 가지 예시를 함께 해보면서 방법을 익힐 수 있도록 하였습니다. 사진이 첨부된 손가락운동법 자료와 자석칠교 교재를 나누어 드려 가정에서도 학습 할 수 있도록 하였습니다. 어려운 활동임에도 불구하고 완성해 보고자 노력하고, 스스로 과제를 수행하였을 때 기뻐하는 모습을 보면서 프로그램 진행자로서 뿌듯하고 보람을 느낄 수 있었습니다.



장애인고용, hing성장복과 함께하면 얼마나 쉽지요~

우리 복지관 가족문화지원팀에서는 한국장애인고용공단 강원지사의 지원으로 "중증장애인 지원고용" 사업을 2020년부터 시행하고 있습니다. 지원고용 사업은 한국장애인고용공단에 구직등록을 한 만15세 이상 중증장애인이거나 고용지원 필요도 결정에 따라 지원고용이 필요한 장애인 중 현장훈련을 받고 있는 장애인을 대상으로 취업 할 수 있도록 지원하는 제도입니다.

2021년 들어 6월 현재까지 총 4명의 중증장애인이 이 사업을 통해 현장 훈련을 받았고, 그 중 1명은 취업되어 직장 생활을 하고 있습니다. 다른 3명의 중증 장애인도 현재 현장 훈련 중으로 취업의 기회에 조금씩 다가서고 있습니다. 장애인 고용의 첫 걸음인 현장 훈련을 위해서는 업체 사장의 지원이 가장 중요합니다. 중증 장애인 고용을 망설이는 사장님이 계시다면 주저 말고 hing성장장애인종합복지관으로 연락 주세요.

〈현장훈련 인터뷰〉

Q. 현장훈련을 나간 소감은?

손님이 많이 올 때는 긴장되기도 하지만 사장님이 친절하게 잘 해주셔서 조금씩 적응하고 있어요.

Q. 아미카페와 현장훈련 장소 차이가 있나요?

커피 머신이 달라 처음에는 어려웠는데 계속 사용하다 보니 이제 잘 다룰 수 있어요.

Q. 취업이 된다면?

열심히 일 하고 싶어요.



[집에서 따라하는 자가 운동법]

- 볼을 이용한 교각운동 -

- ① 바닥에 누운 자세에서 양 무릎을 90°로 구부리고 무릎 사이에 볼을 끼워 넣는다. (볼이 없을 경우에는 베개나 수건 등을 활용하여도 된다.)
- ② 양 무릎 사이의 볼이 떨어지지 않게 누르면서 엉덩이를 위로 올린다.
- ③ 5~10초간 동작을 멈춘 후 시작자세로 되돌아온다.
- ④ 같은 동작을 8~10회 반복한다.

* 운동효과 : 몸통의 안정성 증가 / 몸통의 근력 및 근지구력 강화



5~6월 흥성장복 다시보기

생신상 지원

『사랑나눔 행복가득』 생신상 지원은 코로나 19 상황에 맞추어 생신상 키트지원으로 방법을 전환하여 실시하였고, 5월에는 지적장애인 아드님과 생활하시는 91세의 청각장애 어르신과 86세 고령의 독거어르신께 지원되었습니다. 생신상 키트에는 생신날 드시는 미역국, 불고기, 잡채를 기본으로 꾸몄고, 케익을 함께 나누며 생신날을 기억해 드리고 축하하는 자리를 마련하였습니다. 평소 웃음이 없으신 어르신의 입가에 번지는 미소에서 생신상 지원의 필요성을 배우는 시간입니다.



사진액자지원



6월 11일, 16일 양일에 걸쳐 가족사진과 영정사진촬영으로 사진액자 지원 사업이 진행되었습니다. 참가 가족은 "그 동안 가족사진이 없어 마음이 무거웠는데 이번 기회에 가족사진을 촬영하게 되어 기쁘다." 라고 감사의 마음을 표현하였습니다. 영정사진은 집에 있는 사진을 확대 인화하여 사용하는 사례가 많아 사전 준비의 필요성을 느껴 진행하게 되었고, 유족들에게 마지막까지 오래 기억될 모습인 만큼 밝은 모습으로 함께하는 사진 촬영이 진행 될 수 있도록 하였습니다.

IT경진대회

지난 6월 12일, 정보화교육실 이용자와 함께 제17회 강원도 장애인 IT 경진대회에 다녀왔습니다. 대회 참가 인원은 총 6명으로 문서작성, ITQ, eTool, 모바일 게임 등 4개 종목에 참가하여 모바일 게임 참가자 2명이 본선 진출의 쾌거를 이뤘습니다. 7월 개최 예정인 본선대회를 위해 더 열심히 노력하겠습니다.



SNS이벤트

6월 22일부터 7월 4일 까지 SNS를 통한 이벤트를 진행하였습니다.

이벤트는 복지관 홍보와 장애인식개선이라는 주제를 함께 다루고자 하였고, '우리동네 편의시설'을 주제로 진행하여 참가자에게는 기프티콘을 상품으로 발송하였습니다. 우리 동네 편의시설이 누구나 사용하기 편리하도록 더 다양해져 살기 좋은 동네, 이동하기 편안한 동네가 되었으면 좋겠습니다. SNS이벤트는 하반기에도 진행될 예정입니다.

구강검진

6월 30일, 송호대학교 치위생과 학생들과 함께 복지관 이용자를 대상으로 구강검진을 진행하였습니다. 이날 구강 검진은 올바른 양치 방법과 틀니 관리, 불소 도포 로 구성하여 진행되어 평소 소홀하기 쉬운 구강관리에 도움을 주고자 하였습니다. 고령 및 장애로 스스로를 돌보기 어려운 이용자분의 소홀해진 개인 건강관리에 도움이 되었으면 좋겠습니다.

* 발열체크, KF94 마스크 착용, 환기 등 방역 수칙 준수 하에 진행되었습니다.

섬강이야기
Quiz!

우리 복지관 가족문화지원팀에서 진행하고 있으며, 한국장애인고용공단에
구직등록을 한 만15세 이상 중증장애인이거나 고용지원 필요도 결정에 따라
지원고용이 필요한 장애인 중 현장훈련을 받고 있는 장애인을 대상으로 취업 할 수
있도록 지원 해주는 제도는? (객관식)

- | | |
|------------|---------------|
| 1) 직무지도원 | 2) 중증장애인 지원고용 |
| 3) 직업적응훈련실 | 4) 한국장애인고용공단 |

정답

이 름 :

연락처 :



- ▶ 정답자 3분을 추첨하여 복지관 **아미카페 음료쿠폰**을 선물로 드립니다. ※ 56호 퀴즈 당첨자 : 원금식, 원동우, 유미진
▶ 제출은 복지관 1층 정수기 추첨상자에 넣어 주세요~ ▶ **이름과 연락처를 꼭 적어주세요!**
▶ 관보퀴즈는 전화를 통해 접수 가능합니다. ☎ 033-345-7341로 전화하여 **성명/연락처/정답**을 말씀해 주시면 복지관 직원이 대신 접수해 드립니다.

나에게 힘이 되는 복지정보 - 무료 법률구조 제도

1. 대상 : 중위소득 125%(4인 기준 609만 5,000원) 이하인 등록장애인

2. 내용

장애의 정도가 심한 장애인 : 소송 시 법원에 소요되는 일체의 비용 무료

장애의 정도가 심하지 않은 장애인 : 변호사 비용 지원 (인지대, 송달료 등 본인부담)

3. 방법 : 대한법률구조공단 전국 지부, 출장소, 지소에 유선 또는 방문 상담 후 신청

4. 문의 : 대한법률구조공단 ☎ 132, www.klac.or.kr



5~6월 착한이웃 명단

금전후원

고미경 고치용 박순옥 구분남 구승희 권종순 권혜정 김경미 김길환 김동교 김동규 김동표 김문희 김미숙 김미영 김미자
김상구 김성오 김수진 김숙인 김승태 김시현 김연옥 김영미 김영선 김옥남 김완수 김원정 김은숙 김이숙 김정미 김정애
김종곤 김주영 김준기 김준석 김지윤 김진숙 김차희 김창배 김필기 김형옥 김혜령 김혜숙 남기석 남기호 남윤서 도학준
류기섭 명필주 문현숙 박동선 박상우 박우홍 박종우 박진동 방옥열 배윤희 백영선 변상덕 서정식 송석구 송춘자 신경순
신명균 신미라 신비아 신인섭 안신영 안옥선 양명모 양용석 양진주 오수근 오원중 오원택 오태환 오현경 용강은 원동규
원영국 원영석 원종호 유경순 유제호 유현정 윤광호 윤석윤 윤은숙 이경미 이계화 이근섭 이기성 이대균 이돈희 이명희
이병남 이병진 이상진 이슬인 이승희 이연숙 이영규 이영철 이우섭 이원진 이은숙 이일구 이재용 이정립 이정우 이종현
이중제 이진영 이진옥 이철영 이춘애 이필덕 이현정 이호근 장성구 장웅진 장진희 장태종 전미경 전영규 전오현 정병돈
정병호 정영 정운갑 정원주 정윤석 정진익 정혜영 정호태 정희정 조규식 조만희 조병례 조성목 조원용 조윤숙 조인숙
조정원 주금석 채수형 최규만 최동섭 최승연 최승진 최정숙 최정인 하남신 한동순 한문희 한유리 한창수 허만용 허정미
홍기옥 (주)강원이앤씨 강원전기 강태원복지재단 동양방재기술 모금함 사람과환경 선덕의료재단 어사촌 우리전업주식회사
황소해장국 GH플래닛 탑모터스

물품후원

강명진 고동민 푸드뱅크 한국석유관리원 강원본부 홈볼트

자원봉사자

강명희 강주연 고연순 권범준 김경란 김경화 김군자 김금순 김명옥 김명옥 김명자 김봉희 김선예 김숙자 김순영 김영옥
김옥선 김옥환 김재율 김정례 명필주 문순복 민복희 박광식 박명식 박순자 배연순 봉현숙 송미자 신은경 안광례 안윤옥
유영애 유영자 이경옥 이금순 이명철 이병남 이상순 이석훈 이수연 이연옥 이옥선 이용진 이인남 임재옥 장석자 전영길
정숙철 정운자 조광숙 조영숙 최명옥 최영희 최인순 한창수 허남향 허애자 허정순 홍근표

후원종류

일반 후원 장애인을 위한 전체 복지사업
결연 후원 후원자가 직접 장애인에게 생
활비 및 물품 지원
지정 후원 특별히 지정된 프로그램
운영을 위한 지원
물품 후원 각종 물품 지원
모금함 후원 제작된 저금통을 관내 유관
기관 및 사업장등에 비치

후원계좌

예금주 횡성군장애인종합복지관
농협 301-0019-4889-21
신협 131-014-321594
우체국 200162-01-006284

후원문의 전화

☎ 033) 345-7341~2 (운영지원팀)

자원봉사안내

참여대상 학생 (중학생 · 고등학생 · 대학생), 주부, 직장인, 전문가 등 장애인에게
따뜻한 나눔의 마음으로 다가설 수 있는 개인과 단체, 모두 가능합니다.
참여방법 전화나 방문 또는 인터넷으로도 신청 접수가능합니다.
활동영역 ▶노력봉사: 관내 운동보조, 식사 및 주방보조, 방과후교실, 계절학교(방학중),
직업훈련 작업보조, 특별활동 지도, 자료실 자료정리, 행정업무지원, 치료보조 등
▶전문봉사: 양방 및 한방진료, 이미지, 발마사지, 특별활동
(미술,음악,글쓰기,체육 등)
▶방문봉사: 가사지원(말반찬 조리, 청소, 빨래 등), 방문이미용서비스,
학습지원 (학습지도, 컴퓨터지도)

모집기간 연중수시



사회복지법인 횡성사랑
횡성군장애인종합복지관
Hoengseong-gun Rehabilitation Center

횡성군장애인종합복지관은
지역내 모든 장애인이 이용할 수 있습니다.
문의 033) 345-7341~2
시간 월~금 (09:30~17:30)

