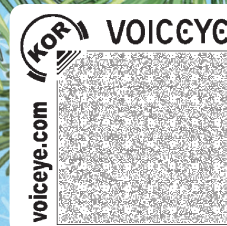


# 심장이야기

제71호 2023년 12월 (9월~10월)

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



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

## 개관 14주년 기념 "해피복(福)스 데이"



9월 7일(목) 개관 14주년을 맞이하여 해피복(福)스데이를 진행했습니다. 복지관 생일을 기념하여 한국부인회 횡성군지회에서 삼계탕 250마리와 후식(과일, 떡, 아이스크림, 야쿠르트)을 후원해주셨고, 복지관을 방문하시는 이용자분들을 위해 배식 봉사도 함께 해주셨습니다. 개관일을 기념하여 복지관 이용자분들의 미술작품 전시회, 아미카페 커피 시음회 및 노래자랑 행사도



진행되었으며, 장애인체육회의 지원으로 레이저사격, 한궁 등 다양한 체험 부스도 운영되었습니다. 우리 복지관의 14번째 생일을 축하해주신 모든분들께 다시 한번 감사드리며, 앞으로 지역 내 장애인복지 증진을 위해 더욱더 노력하는 횡성군장애인종합복지관이 되겠습니다. 감사합니다.

## "오늘은 내가 ★슈퍼스타★"

개관 14주년 기념 제3회 이용자 노래자랑 『오늘은 내가 ★슈퍼스타★』를 진행했습니다. 이용자 12명이 참여하였고, 활동지원사, 복지관을 방문해주신 자원봉사자 등 많은 분들이 자리에 함께하여 더욱 즐거운 분위기를 낼 수 있었습니다. 노래자랑 결과 1등 용○임님, 2등 이○호님, 3등 정○규님이 수상하였습니다. 축하합니다! 노래자랑 진행에는 이명철 강사님과 김숙자 봉사자님께서 도움을 주셨습니다. 감사합니다.



## '2023년 한가위 특별 서비스'

### -1탄- '함께하면 행복이 두배 세배' 추석 명절체험

9월 22일(금) '함께하면 행복이 두 배 세 배', 추석 명절체험을 진행했습니다. 장애인 20명과 자원봉사자 8명이 함께한 이번 행사는 인절미 떡을 만들어 먹고, 투호와 윷놀이 등 어린 시절을 추억할 수 있는 전통놀이를 함께 함으로써 즐거운 명절 분위기를 만들 수 있었습니다. 횡성읍여성의용소방대에서 명절체험 운영에 도움을 주셨습니다. 감사합니다.



### -2탄- '행복가득 웃음가득' 2023년 추석 명절지원

2023. 9. 26(화)~27.(수) 재가 장애인을 대상으로 명절음식을 전달해드렸습니다. 명절 모듬전 조리에 횡성군전통음식연구회가, 물품 전달에 횡성청년회의소에서 도움을 주셨습니다. 추석명절 선물을 전달받은 가정에서는 외롭지 않은 명절을 보낼 수 있었다며 감사 인사를 전해주셨습니다. 풍성한 한가위를 보낼 수 있도록 지역의 많은 후원자님께서 동참해 주셨습니다. 전달해 주신 따뜻한 마음에 진심으로 감사드립니다.



추석명절후원 : △횡성군전통음식연구회(수제 약과) △김민수(느타리버섯 8박스) △최현민(10만원) △횡성해물(10만원)



## 재가장애인 전국문화탐방 ‘문화발견 체험 프로젝트’

우리 복지관은 재가장애인 26명을 대상으로 2주에 나눠 전국문화탐방을 진행하였습니다. 첫 번째 여행지는 경상북도 경주시와 포항시로 한국의 멋진 역사를 탐방하고, 아름다운 바다와 야경도 볼 수 있어 참가한 분들이 만족하였습니다. 두 번째 여행지는 서울, 인천 일대로 가족 간의 유대관계 형성을 통해 친밀도를 높이기 위해 소규모로 구성하여 진행하였으며, 초경량 전동휠체어를 활용하여 원하는 곳을 자유롭게 다닐 수 있었습니다. 2회에 걸쳐 진행된 나들이 운영에 도움을 주신 인솔자 및 전영길 자원봉사자님께 감사드립니다. 23년도를 마무리하는 즐거운 여행이었길 바랍니다.



## 지역축제와 함께하는 복지관

### 제1회 횡성장애인문화예술축제

10월 6일(금) 제1회 횡성장애인문화예술축제가 개최 되었습니다. 우리 복지관은 AAC(보완대체 의사소통) 아미카페와 체험부스를 운영하였고, 미술, 니들아트, 네일, 서예 등 작품전시, 복지관 모듬북 수강생과 횡성문화원 사물놀이 교실 수강생이 함께하는 별달거리장단 공연, 아름다운 우쿨렐레 소리와 노래가 합쳐진 공연 등을 선보였습니다.



### 2023년 횡성 한우축제

2023년 10월 6일(금)부터 10일(수)까지 진행된 제19회 횡성한우축제에 참가하였습니다. 장애인 바리스타가 직접 운영하는 아미카페와 니들아트교실 이용자분들이 손수 만든 뜨개질 수세미를 판매하였으며, 장애인식개선체험존을 함께 운영하여 축제를 찾은 분들을 대상으로 캠페인을 진행하였습니다. 『장애인식개선 O·X퀴즈』와 『AAC(보완대체 의사소통) 체험』과 홍보를 진행하였고, 종합안내소, 휠체어&유모차 대여소, 소방, 경찰, 소방체험 부스에 주제에 맞는 의사소통판을 제작하여 배포하였습니다. 아직은 생소하지만 정말 필요할 것 같다고 호응해주셨습니다.



### 평생학습과 함께 하는 제14회 횡성평생학습축제

하늘이 정말 푸르렀던 10월 27일~28일 이틀 간 횡성문화체육공원 일대에서 '횡성! 평생학습으로 온-온세상 따뜻하게 온(ON)하라' 제14회 횡성평생학습축제가 진행되었습니다. 남녀노소 누구나 참가하는 평생학습축제에 식전행사로 모듬북 이용자분들과 횡성문화원 사물놀이 교실 수강생이 함께하는 별달거리 장단공연을 진행하였습니다. AAC(보완대체 의사소통) 체험을 통해 복지관 홍보와 장애인식개선 및 새로운 환경의 영역을 경험하는 기회를 제공하였고, 아직은 지역 내에선 생소한 영역이지만 체험과 설명을 통해 앞으로 꼭 필요한 영역이라는 것을 알 수 있었습니다.



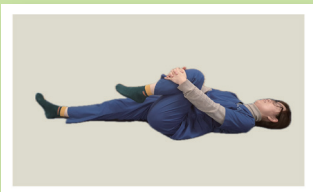
## 송호대 호텔관광외식조리과 단팥빵 100개 후원



송호대 호텔관광외식조리과(학과장 김나영)에서 복지관에 단팥빵 100개를 후원해주셨습니다. 전해주시는 단팥빵은 학생들이 직접 만든 것으로 이동복지관 진행 시 어르신들의 간식으로 배분하였습니다. 맛있는 간식을 제공해주셔서 감사드립니다.

### [재활운동]

#### 아침에 일어나기 전 허리 스트레칭



① 바로 누운 상태로 한쪽 다리를 잡고 몸쪽으로 지긋이 당겨주며 열까지 쉼니다. 반대쪽 다리도 같은 방식으로 진행합니다.



② 바로 누운 상태에서 오른쪽 다리를 왼쪽 무릎에 올리고, 양손으로 왼쪽 허벅지를 잡아 몸 쪽으로 당겨 줍니다. 열까지 쉼 후 반대쪽도 같은 방식으로 진행합니다.



③ 바로 누운 상태로 양쪽 다리를 접고 두 손으로 감싸 줍니다. 몸쪽으로 지긋이 당겨주며 열까지 쉼니다.



④ 바로 누운 상태에서 발을 바닥에 대고 양쪽 무릎을 굽혀줍니다. 두 팔은 옆으로 벌려 바닥을 짚어 다리를 오른쪽으로 돌리며 얼굴은 반대쪽을 바라봅니다. 열까지 쉼 후 방향을 바꾸어 진행해 줍니다.



## 복지관 다시 보기



### 사업평가회

2023. 10. 30. ~ 31. 이틀간 1년의 사업을 마무리하는 총 평가 회의를 진행했습니다. 사업 추진 실적 발표 및 담당자 평가를 진행하였으며, 슈퍼비전을 통해 내년도에 더욱 발전된 사업계획을 수립 할 수 있는 계기를 마련했습니다.



### 훈련실나들이

2023. 9. 20. 평창 일대로 직업적응훈련생 나들이를 다녀왔습니다. 뮤지엄다이브와 예쁜 카페를 방문하였으며, 일상생활에서 벗어나 여유를 만끽하는 힐링의 시간이었습니다. 훈련생들의 즐거운 추억이 되었길 바랍니다.



### 이동세탁

우리 복지관은 황성군자원봉사센터의 협조를 받아 이동세탁 서비스를 진행하고 있습니다. '이동세탁'은 이불을 수거하여 세탁해드리는 사업으로, 세탁이 어려운 장애인들을 대상으로 진행하고 있습니다. 23년 12월부터 24년 2월까지의 하수도 동파로 인해 이동세탁 운영을 중단하오니 이용에 참고 부탁드립니다.



### 송호미식회

2023. 10. 31.(화) 송호대 호텔관광외식조리과 주관 송호미식회에 복지관 이용자 20명이 초대되었습니다. 상반기에 이어 2회째 초대되었으며, 학생들이 직접 조리한 코스 요리(버섯 크림 스프, 치킨 샐러드, 안심 스테이크, 과일, 떡)를 대접받았습니다. 멋진 요리에 진심으로 감사드립니다.



### 관내이미용

2023. 10. 20.(금) 관내 이미용을 진행했습니다. 관내 이미용은 매월 3주차 금요일에 가위사랑봉사단의 도움을 받아 진행되고 있으며, 서비스를 받으신 분들은 모두 만족감을 표현해주셨습니다.



### 반찬배달 봉사자 간담회

2023. 9. 21.(목) 매주 목요일마다 반찬배달에 도움을 주시는 봉사자님을 모시고 간담회를 진행했습니다. 봉사 중 겪는 고충 접수 및 의견을 공유하는 자리였습니다. 제안해주신 의견은 개선할 수 있도록 노력하겠습니다! 감사합니다~

## 2023년 에너지바우처 안내

### 1. 지원 대상 :

- 소득기준 - 『국민기초생활보장법』에 따른 생계 · 의료 · 주거 · 교육급여 수급자  
지원제외대상  
- 세대원 모두가 보장시설 수급자  
- 동절기 유사서비스(『긴급복지지원법』에 따른 동절기 연료비 지원, 등유바우처, 연탄쿠폰)를 지급받은 세대

※에너지바우처 수급 대상자가 읍 · 면 · 동 행정복지센터를 통해 신청

※거동이 불편한 대상자 등은 가족 · 친척 · 법정대리인 또는 공무원이 대상자의 동의를 얻어 대리신청 가능

### 2. 에너지바우처 지원방법

구분	가상카드(요금차감)	실물카드(국민행복카드)
하절기	전기요금 자동 차감	해당없음
동절기	전기, 도시가스, 지역난방 중 택 1	등유, LPG, 연탄, 전기, 도시가스 중 하나의 에너지원을 선택하여 가까운 가맹점에서 국민행복카드로 구입

### 3. 문의 : 황성군장애인종합복지관 (033-345-7341)

## 수고하셨습니다



언어치료사  
**류 현 정**  
2023. 10. 31.  
퇴사하셨습니다.

## 환영합니다



언어치료사  
**성 현 민**  
2023. 11. 1.  
입사하셨습니다.

## 섬강이야기 Quiz!

### 71호 퀴즈

9월 7일 복지관 개관을 14주년을 기념하여 ○○○○○ 행사를 진행했습니다. 노래자랑, 삼계탕 중식, 풍선장식 등 다양한 즐길거리를 제공한 이 행사명은 무엇일까요? (객관식)

1) 해피박스데이 2) 해피벌스데이 3)해피해피데이 4) 해피스마일데이

정 답 :

이 름 :

연락처 :

▶지난 70호 퀴즈 당첨자 : 변○형, 원○표, 정○리 님 "축하합니다."

◎ 정답자 중 추첨을 통해 3분께 복지관 아미카페 음료쿠폰(5,000원 상당)을 드립니다.

◎ 1층 아미카페 앞 정수기에 응모 상자가 있습니다.

◎ 방문 응모가 어려운 분들은 전화를 통해 접수가 가능합니다. (033-345-7341)







## 착·이·소 : 착한이웃을 소개합니다♡



### 박스 후원



9월 1일(금) 원주포장(대표 추교홍)에서 포장박스 2,000개를 후원해주셨습니다. 대표님께서는 2017년부터 현재까지 꾸준히 금전 및 물품후원을 해주고 계십니다. 감사합니다.

### 김장지원 후원



11월 30일(월) 섬강라이온스클럽(회장 김영봉)과 횡성나누리라이온스클럽(회장 김명옥)에서 복지관에 김장지원 후원금 250만원을 전달해주셨습니다. 지난 2021년부터 김장지원에 도움을 주시고 계십니다. 따뜻한 후원에 진심으로 감사드립니다!

### 사과 후원



10월 25일(수) 복지관 장애인 일자리 참여자인 현정자님께서 복지관에 따남께서 직접 키운 사과 1박스를 후원해주셨습니다. 사과는 무료급식소에서 사용 되었습니다. 감사합니다.

### 의류 후원



10월 16일 우천면 오원2리 마을회(이장 전오복, 총무 양원석, 주민 송길만)에서 의류, 모자가방을 후원 해주셨습니다. 물품은 이용자들에게 배분 하였습니다.

## 9~10월 착한이웃 명단

### 후원자

고미경, 김건영, 김경미, 김규남, 김길환, 김남열, 김동고, 김미숙, 김상구, 김성오, 김수진, 김연옥, 김영미, 김영상, 김우승, 김원정, 김정미, 김정수, 김정은, 김종곤, 김진숙, 김필기, 김혜숙, 남윤서, 남학봉, 맹재기, 명필주, 박근찬, 박동수, 박보경, 박성길, 박양숙, 박재현, 박재호, 박종우, 방옥열, 배기은, 배윤희, 배지은, 변상덕, 서정식, 손혜옥, 신명균, 신미라, 신비아, 신영순, 신풍식, 양용석, 양진주, 양희성, 오수근, 원대연, 원선옥, 원영석, 윤경희, 윤미선, 윤현국, 이경미, 이군섭, 이명철, 이명희, 이상은, 이상희, 이연숙, 이은숙, 이일구, 이재용, 이정림, 이준희, 이진옥, 이춘애, 이필덕, 이학정, 이호근, 장영선, 전미경, 전석희, 전영규, 정권우, 정병돈, 정병호, 정운갑, 정진익, 정호태, 조규식, 조성목, 조윤숙, 조인숙, 조정원, 주금석, 주금순, 최동섭, 최명화, 최정숙, 최현민, 한미희, 한유리, 한창수, 허만용, 허성수, 허정미, 현정자, 흥현주, (주)대규건설, KMLA오케스트라, 강태원복지재단, 농업회사법인주식회사 청량버섯농원, 농업회사법인횡성농산(주), 다지랑, 대성상회, 도담디자인, 도미노피자 횡성점, 사람과환경, 섬강라이온스클럽, 우리치과, 원주포장, 주식회사 서린건설, 푸드뱅크, 횡성군전통음식연구회, 횡성나누리라이온스클럽, 횡성해물, 홈볼트

### 자원봉사자

강명희, 강주연, 고연순, 고정자, 공정옥, 박선영, 권의영, 금소영, 김경남, 김경화, 김기정, 김명옥, 김명자, 김명환, 김민희, 김민하, 김봉희, 김세훈, 김숙자, 김순자, 김순희, 김옥선, 김옥환, 김운자, 김인화, 김정례, 김정순, 김정은, 김종순, 김진숙, 김춘옥, 김춘희, 김현하, 김효린, 남구현, 도화자, 문규철, 문순복, 문승근, 문영숙, 문유현, 민복희, 박광식, 박두희, 박미경, 박선미, 박선숙, 박순자, 박연숙, 박영옥, 박주영, 박춘자, 배연순, 배영순, 백인옥, 변가담, 손미자, 송미자, 송숙현, 송영미, 송주철, 송현숙, 신경희, 신성민, 신용균, 신정환, 심지해, 안명자, 안민섭, 안윤옥, 안추옥, 염현배, 오영옥, 오정숙, 우은하, 원영옥, 원은혜, 원정연, 유영자, 유윤정, 유창용, 이경환, 이금순, 이명자, 이명철, 이명희, 이미자, 이봉구, 이상순, 이상희, 이수빈, 이순덕, 이연숙, 이연옥, 이영숙, 이옥남, 이옥선, 이재원, 이재인, 이재환, 이청자, 이춘녀, 이현주, 이혜자, 임옥희, 장우덕, 장웅진, 장윤순, 장재수, 장해용, 장희선, 전영길, 정권우, 정명남, 정선화, 정숙연, 정숙철, 정연숙, 정진익, 조광숙, 조규녀, 조영숙, 조윤주, 조인덕, 조춘자, 최금숙, 최명옥, 최순금, 최종녀, 추홍근, 표제이, 한봉학, 한송화, 한은정, 한점순, 한준현, 한창수, 한현정, 함봉자, 함분숙, 허남향, 허애자, 허정미, 허정순, 홍근표, 홍기복, 홍말금, 홍명자, 홍복기, 홍정범, 홍정숙, 홍진숙, 홍형기, 황중숙

### 후원종류

- 일반 후원** 장애인을 위한 전체 복지사업
- 결연 후원** 후원자가 직접 장애인에게 생활비 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 301-0303-0791-31**  
**후원문의 전화 (운영지원팀)**  
**☎ 033) 345-7341~2**

### 자원봉사안내

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

**모집기간 연중수시**



사회복지법인 횡성군사회복지협의회  
**횡성군장애인종합복지관**  
Hoengseong-gun Rehabilitation Center

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

