



‘우리 모두 함께하는’ 울타리소식



후원자님의
따뜻한 사랑과 정성을 기다립니다.

후원 방법

- ♥ 후원금 : ① 일반 후원 및 성금 - 시설운영비 지원
② 결연 후원 - 어르신 용돈지원
- ♥ 후원물품 : **일반생활용품** (세탁·주방세제, 쓰레기종량제봉투, 종이기저귀, 수건, 휴지 등)
가전제품 (선풍기, 김치냉장고, 세탁기, 청소기 등)
부식류 (고춧가루, 마늘, 참기름, 식용유 등)
간식류 (과일, 떡, 과자, 빵, 음료수 등)
각종 의약품 (소화제, 파스, 살충제 등)
나들이 차량제공
컴퓨터 업그레이드 및 수리 등

※ 후원하신 후원금품은 법인세법 제18조와 소득세법 제34조에 의해 연말 정산 시 소득공제 혜택을 받을 수 있습니다.



후원 온라인 계좌안내

은행명	계좌번호	예금주
부산은행	104-01-004861-0	(사복) 황전요양원
지로번호	7653777	(사복) 황전
결연후원	지정자 문의 계좌 설정	

오시는 길



- ♥ 승용차 동래방면 만덕제1터널 입구 전 우회전 → 지하도 통과 → 우회전 → 산길 100m → 본원
- 구포방면 만덕제1터널 통과 후 우회전 → 산길 100m → 본원
- ♥ 대중교통 버스 46번 (만덕터널 입구 하차) → 산길 도보 100m → 본원
- 또한 지하철 동래역 4번출구 → 3번 금정마을버스 종점 하차 → 산길 도보 100m → 본원



황전요양원 전경

홈페이지/ www.hjnursing.kr

이메일/ hjnurhome@hanmail.net

발행처/ 사회복지법인 황전요양원

주 소/ 부산광역시 동래구 구만덕로 172(은천동)

황전요양원 TEL.(051)554-6661 FAX.(051)554-7430

치매상담센터 TEL.(051)555-4827

- 마음을 여는 시 -

[봄]

-윤동주-

봄이 혈관 속에서
시내처럼 흘러

들, 들, 시내 가차운 언덕에
개나리, 진달래, 노오란 배추꽃,

삼동(三冬)을 참아온 나는
풀포기 처럼 피어난다.

즐거운 종달새야
어느 이랑에서나 즐거웁게 솟쳐라

푸르른 하늘은
아른 아른 높기도 한데.....



차 례

여는글 2

마음을 여는 시

황전요양원 어르신 동경 3

어르신 소식

아름다운 이야기 4-5
자원봉사자 글 / 마음이 따뜻해
지는 곳
직원의 글 / 황전 스타일

나누며함께하는 세상 6-7

여가생활 엿보기

프로그램 활동 8-9

각종행사 이모저모

사랑의 손길 하나, 둘 10-11

01월 - 03월 물품 및 후원 내역

나이들면 폐렴이 치명적 12

정신 건강을 지켜주는 습관 13

‘때문’에를 ‘덕분’으로 14

알려드립니다 15~16

입소절차, 후원방법 등 각종 안내

“노인이 따로 있나, 세월이 노인 된다”

황전요양원을 아끼고 사랑해주시는 많은 후원자분들과 자원 봉사자분들께 깊은 감사의 인사를 전합니다. 아낌없이 보내주시는 사랑과 성원에 보답하도록 최선을 다하고 노력하는 황전요양원이 되겠습니다.

정기 자원봉사로 도움을 주신 고마운 분들

- ◎ 목욕봉사 : 동래구여성자원봉사회, 시민대학3기, 열린봉사회
- ◎ 이용봉사 : 유병재님
- ◎ 미용봉사 : 장향숙, 이정주님
- ◎ 프로그램봉사 : 경현시니어 클럽(공연), 어린이집공연
- ◎ 노력봉사 : 시민대학3기, 사나래 봉사단, 메리츠 화재
- ◎ 청소 및 근로 봉사 : 한국공항공사, 국민은행 다사랑 봉사단
- ◎ 기타 봉사 : 온천성당, 임순양 목사님



새 가족을 모십니다

◆ 입소조건

- ◎ 치매, 중풍, 뇌졸중과 같은 노인성질환 등으로 요양을 필요로 하는 65세 이상 노인장기요양인증서 1·2·3, 4, 5등급 중 시설급여에 해당하는 어르신은 입소가 가능함.
- ◎ 국민기초생활 수급권자에서 일반 노인으로 대상자가 확대되었으며, 일반 입소자는 보충수가의 20%를 본인이 부담하면 됨.(국민기초생활 수급권자는 전액 무료임)

◆ 입소절차

- ◎ 노인장기요양센터에서 발급받은 장기요양인증서 지참
- ◎ 본원과 상담 [☎ : 051)554-6661, 555-4827 FAX : 051)554-7430]



‘때문’에를 ‘덕분’으로

행복디자이너, 행복한 강사로 유명한 최윤희씨는 하루하루 스케줄이 빼곡하게 차 있어 정신없이 뛰어다닌다.

한번은 다음 장소로 급히 이동하기 위해 강연 전에 콜택시를 예약했다. 그런데 강연이 늦게 끝나는 바람에 약속한 시간이 한참 지나서 택시가 있는 곳으로 가게 되었다.

택시 기사는 서서히 짜증이 쌓여 어떤 사람인지 면상이나 보자는 식으로 기다렸을 것이다.

그런데 까칠한 표정의 택시 기사에게 그녀가 허겁지겁 달려와 날린 한마디, “내 평생 나를 이렇게 오래 기다려 준 남자는 기사님이 처음이세요! 정말 고맙습니다.”

화를 내려던 기사는 오히려 붕 뜬 기분이 되었다.

휘파람까지 불며 그녀를 목적지까지 데려다 주었다. 꾸밈없이 자연스러운 그녀의 유머는 상대방을 배려하면서 기분 좋게 만드는 매력을 갖고 있다.

그녀는 ‘때문에’를 ‘덕분에’로 바꿔 생각할 줄 아는 지혜를 가지고 있다.

‘때문에’는 단순히 사건의 인과관계와 사실을 바탕으로 퍼는 논리다.

‘때문에’가 들어가는 화법은 ‘강연 때문에 늦었으니 이해해 달라’ 비용 때문이라며 더 계산해주겠다’ 등 나를 정당화하기 위한 상황 설명을 늘어놓게 된다.

반면 ‘덕분에’는 상대방을 먼저 생각하고 배려한다.

그리고 분위기를 기분 좋게 이끈다.

“당신 덕분에 늦지 않을 수 있어서 고마워요.”

“당신 덕분에 강연을 성공적으로 끝마칠 수 있었습니다.”

진심으로 배려 받고 있다는 마음에 화는 눈 녹듯이 사라지고 상대방도 배려의 마음을 품을 수 있게 된다.

-월간 좋은 생각 중에서 -



황전요양원 어르신 동정

새로운 가족이 되었습니다.

- 입소어르신

02월 : 박화자 어르신

03월 : 곽동연, 정양례 어르신

어르신의 생신을 축하 합니다.

01월 : 황상연, 김선자, 백정자, 정수연, 박쌍례, 임소금 어르신

02월 : 이봉임, 김경순, 정남석, 이필순, 박요연, 김분열 어르신

03월 : 신수복, 이상순, 김쾌남, 제부영, 김맹자, 최강순 어르신

고인의 명복을 빕니다.

01월 : 故 김정덕, 최필임, 서종열, 하점이 어르신

02월 : 故 이필순 어르신

03월 : 故 조재환 어르신





마음이 따뜻해지는 곳

자원 봉사자 고정순

언제부터인가 매주 목요일이면 이부자리에서 후다닥 일어납니다.
황전요양원 늘 마음이 따뜻해지는 곳입니다.

친정 엄마처럼, 할머니처럼 다정한 미소~
어느 땐 아는 듯, 어느 땐 모르는 듯이 하지만 언제나 반가운 미소로 반겨주십니다.
어느 어르신은 목욕을 안 하시겠다고 떼를 쓰시고
또 어느 날엔 목욕을 더 시켜달라며 목욕탕에서 안 나가겠다고 우기시는 어르신들~
우리의 귀염둥이 (조00)어르신이 들어오면 봉사자 전원이 예쁘다~ 예쁘다~하고 외칩니다.
또 (김00) 어르신을 보면 나날이 건강이 좋아지는 모습에 우리 모두 기뻐합니다.
김밥을 만들어 드리면 너무 맛나게 드시는 모습에 힘이 절로 생깁니다.

이 모든 것은 우리 봉사자들이 편하게 드나들 수 있도록 모든 편의를 제공해 주시는
황전요양원의 원장님 이하 직원들의 노력이 아닌가 합니다.
사계절 어느 때라도 친절함과 미소를 잃지 않는 이분들의 노고가 정말 대단합니다.

앞으로도 쭉~욱 천사 같은 회장님을 선두로 우리 동래구 여성자원봉사자들은 변함없이
편안하게 드나 들 것이며 어르신들을 내 어버이처럼 공경할겁니다.

공기 좋고 시설이 좋은 이곳, 황전요양원 정말 사랑합니다.
앞으로도 무한한 발전을 기원합니다.



정신건강을 지켜주는 습관

- 1. 긍정적으로 세상을 본다.**
관점에 따라 세상은 달라진다. 의식적으로라도 긍정적인 시선을 갖고, 이를 습관화하는 것이 중요하다.
- 2. 감사하는 마음으로 산다.**
사소한 것에도 감사하는 마음을 가지면, 생활에 활력이 생긴다. 매일 '감사일기'를 쓰는 것도 좋은 방법이다.
- 3. 반갑게 마음이 담긴 인사를 먼저 한다.**
반가운 인사를 건넬 때 본인의 마음이 따뜻해지는 것은 물론, 상대에게도 긍정적인 인상을 줄 수 있다.
- 4. 하루 세끼를 맛있게 천천히 먹는다.**
기분 좋은 식사는 진정으로 행복한 삶을 향유하는 방법이자, 신체적 건강을 위한 기본이다.
- 5. 상대의 입장에서 생각해 본다.**
모든 일을 상대방의 관점에서 바라보면 화를 낼 일을 줄일 수 있고, 더불어 불필요한 다툼도 사라질 수 있다.
- 6. 누구라도 칭찬한다.**
칭찬은 상대방도 행복하게 하지만 무엇보다 자신을 행복하게 만들고, 그 칭찬은 결국 본인에게 되돌아온다.
- 7. 약속 시간에는 여유 있게 가서 기다린다.**
약속은 인간관계의 기본이다. 여유 있게 먼저 가서 기다릴 경우, 초조할 일도 없고 자연스럽게 신뢰도 쌓는다.
- 8. 일부러라도 웃는 표정을 짓는다.**
행복해서 웃는 게 아니라 웃어서 행복한 것이란 말처럼, 웃는 표정만으로도 기분이 밝아 질 수 있다.
- 9. 원칙대로 정직하게 산다.**
함께 하는 삶에서 반드시 지켜야 할 진리! 스스로에게 정직하게 살면 죄책감으로 불안해질 일이 없어진다.
- 10. 때로는 손해 볼 줄도 알아야 한다.**
자신보다 상대방을 먼저 생각하고 베풀면 마음이 편안해지고, 결국 긍정적인 영향은 큰 것으로 돌아온다.



[마음에 희망을 심다] 중에서

나이 들면 폐렴이 치명적

● 암보다 무서운 폐렴

폐렴은 만5세에서 발병률이 확 높지만 사망률은 낮다.
만65세 이상 노인은 연령만으로 폐렴 위험군으로 발병률도, 사망률도 높다.
대부분 만성질환을 갖고 있으므로 위험도가 높고 건강할 때와 달리 노화가 오면 면역력이 떨어진다. 이때 폐렴균이 신체를 공격하여 생명을 위협한다.

● 폐렴에 걸리지 않는 노하우

1. 폐렴구균 예방접종을 한다.

폐렴구균 백신은 폐렴을 완전히 방어하지 못하지만 심각한 폐렴구균 감염을 줄여 주는 효과가 있다. 가장 흔한 원인균으로 중증 감염을 잘 일으킨다.

2. 독감 예방접종을 한다.

만65세 이상 노인들은 폐렴구균 예방 접종과 함께 독감 예방접종도 받아야 한다.
환절기가 되면 면역력은 더욱 떨어진다.
이때 폐렴균이 신체 여러 부위로 침투한다.



3. 면역력을 높인다.

평소 영양 섭취를 잘하고 운동도 열심히 해서 몸 관리를 잘해야 폐렴이나 독감에 덜 걸리고, 걸린다 해도 가볍게 앓는다.
자주 깨끗이 손을 씻으며 밤에는 충분히 잘 자야 몸의 저항력이 높아진다.

4. 흡연과 음주를 주의한다

흡연자와 음주자는 폐렴 고위험군이다.
흡연자는 연령과 무관하게 폐렴구균 예방접종을 해야 한다.

5. 감기가 길어지면 폐렴을 의심한다.

감기가 오래가는 이유는 여러 가지다. 보통 사나흘 지나면 증상이 좋아지지만 계속 악화되면 단순한 감기가 아니다. 갑자기 밥을 못 먹거나 활동을 잘하던 노인이 누워서 처져있다면 폐렴일 가능성이 높다.

-건강 다이제스트에서 퍼옴-

황전 스타일



영양사 차주연

“하루하루를 잘 살다 보면 좋은 모습으로 좋은 그림이 완성 되어있다”는 이야기가 문득 떠오릅니다.

지난 시간들과 나의 하루하루에 충실하였나 하고 돌이켜 보게 됩니다.

요양원에 입사한지 1년을 지나면서 황전 스타일에 조금씩 눈을 뜨고 있습니다.

어르신들의 요양원 생활이 집에서 생활하듯이 망속까지 읽어서 어르신 생활에 부족함이 없도록 모시고자 하는 원의 방침과 그 뜻에 발맞추어 노력하는 직원들의 땀방울이 어울려져 황전 스타일을 완성해 가고 있습니다.

처음엔 분위기 파악을 못하여 해매였으나

이젠 아~ 황전 스타일이구나 하면서 혼자 웃어 봅니다.

어르신들의 식사를 담당하는 영양사로서 어르신들에게 조금이나마 도움이 되도록 맡은 일에 최선을 다하자고 자신을 뒤 돌아봅니다.

계절의 변화를 식단에서 느낄 수 있도록 식단을 구성하여 어르신들의 건강유지에 최선을 다하자고 새삼 맘을 다잡아 봅니다.

정원에 활짝 피어난 벚꽃이 어르신들의 얼굴을 환하게 비추어 주고 있는 봄입니다.

봄이 가고 가을이 오더라도 어르신들의 칭찬과 꾸지람을 맡겨름 삼아 어르신을 맘으로 섬기도록 노력하는 황전 스타일이 되겠습니다.



나누며 함께하는 세상

□ 2015년 시무식

2015년 올미년 새해를 맞이하여 사회복지법인 황전의 전 직원이 사회복지사, 요양보호사 윤리강령을 낭독하며 새로운 각오로 한 해 업무를 시작했습니다.



□ 설 명절 차례지내기

민족고유의 설 명절을 맞이하여 어르신들과 함께 차례도 지내고 새해 인사 및 덕담도 나누었습니다.



□ 정월 대보름 행사

오늘은 정월 대보름날~~ 어르신들과 부럼깨기, 민속놀이 프로그램을 진행하여 전통문화를 되살리고 한 해의 건강과 행복을 기원하였습니다.



사랑의 손길 - 두울



사회복지법인 황전요양원 후원금 내역 (2015.01.01 ~ 2015.03.31) (단위: 원)

㈜청호이엔지	1,000,000	신정길	400,000	이희숙	350,000
김명자	100,000	양예선	90,000	장성민	500,000
김영철	2,000,000	오인식	60,000	정남석	50,000
만석식육점 (김성호)	200,000	오해영	150,000	정이자	90,000
박기현	60,000	윤금연	50,000	차창석	200,000
박문규	1,545,260	윤금자	100,000	한국남부발전(주)	9,900,000
박정열	300,000	윤대성	29,700	한국노인복지 중앙회	134,200
박형근	300,000	이인호	200,000	홍영희	100,000
배옥연	500,000	이지스코리아(주)	218,200	황재열	300,000
변춘옥	60,000	이지혜	200,000		
보건은누리약국	150,000	이호경	5,000,000		
			합 계	24,337,360	

※ 이름이 잘못 기재되었거나 누락되신 분은 꼭 연락 주시기 바랍니다.

지로 입금하신 분은 수수료를 포함한 금액을 기재하였습니다.

- 2015. 01. 01 오해영님 초코파이3통 외 2품목
- 2015. 01. 04 씨트론제과 케이크2EA, 빵5봉
- 2015. 01. 04 김경자님 밀감6BOX
- 2015. 01. 08 씨트론제과 빵13봉
- 2015. 01. 09 변춘옥님 매생이5kg
- 2015. 01. 10 씨트론제과 케이크1EA, 빵4봉
- 2015. 01. 15 차주연님 요구르트65EA
- 2015. 01. 19 목촌돼지국밥 배6BOX, 단감6BOX, 밀감10BOX
- 2015. 01. 19 김영철님 손송편2되, 밀감2BOX
- 2015. 01. 21 박성희님 제습기 1대
- 2015. 01. 22 씨트론제과 빵20봉
- 2015. 01. 25 황순호님 밀감1BOX
- 2015. 01. 27 김재규님 콘푸라이트9봉
- 2015. 01. 28 이희숙님 외 3인 상품권4장
- 2015. 01. 29 김경자님 송편3되, 식혜5병
- 2015. 01. 29 김동국님 쌀80kg
- 2015. 01. 30 삼성증권 세수비누(80입)5BOX 손소독제2EA
- 2015. 02. 02 이경순님 밀감1BOX, 울무차1봉
- 2015. 02. 02 육화진님 온누리상품권6장
- 2015. 02. 02 서종열님 떡5되 외 2품목
- 2015. 02. 04 차주연님 코다리살10kg
- 2015. 02. 04 이지스코리아(주) 대형기저귀10BOX
- 2015. 02. 05 동래구여성자원봉사회 떡국100인분, 밀감2BOX
- 2015. 02. 06 박성희님 모듬과일1BOX
- 2015. 02. 07 씨트론제과 케이크1통, 빵6봉
- 2015. 02. 10 삼성증권 사과1BOX 외 3품목
- 2015. 02. 10 이진복님 사과1BOX, 단감1BOX
- 2015. 02. 11 동래구청 산소크린(2입)7EA, 해피바스클렌저15EA, 니베아로션(2입)10EA, 외 3품목
- 2015. 02. 11 전옥경님 가래떡 9되
- 2015. 02. 12 부산지방경찰청 쌀(20kg)5포, 스파크(7kg)6EA, 온누리상품권 50장, 모듬간식4BOX 외 1품목
- 2015. 02. 12 정정웅님 밀감3BOX
- 2015. 02. 15 씨트론제과 케이크1EA, 빵7봉



사랑의 손길 - 하나

2015년 01월 01일부터 2015년 03월 31일까지 접수된 후원물품 내역입니다.
사랑을 전해주시는 모든 분들께 감사 드립니다

- 2015. 02. 16 이지혜님 사과1BOX
- 2015. 02. 16 하진호님 양말80켤레 면장갑100켤레
- 2015. 02. 16 광혜병원 사과1BOX 외 2품목
- 2015. 02. 17 생활선원 모듬간식70EA, 한과1BOX, 밀감1BOX, 카스테라1EA
- 2015. 02. 17 명진의료기 사과1BOX
- 2015. 02. 18 패밀리식품 수박1통 외 3품목
- 2015. 02. 18 황전양로원 떡6되
- 2015. 02. 19 양대경님 배1BOX
- 2015. 02. 19 조태완님 사과1BOX, 배1BOX
- 2015. 02. 19 김혜숙님 밀감1BOX
- 2015. 02. 21 박정열님 배1BOX
- 2015. 02. 26 삼성증권 김치(10kg) 5BOX, 쌀(20kg)6포, 서리태7kg 외 11품목
- 2015. 02. 27 삼성증권 종량제봉투(30L)155장
- 2015. 03. 01 조재완님 떡3되
- 2015. 03. 04 한일상회 유과2BOX
- 2015. 03. 06 황전양로원 식탁,의자 9set
- 2015. 03. 09 명진의료기 설암자5EA
- 2015. 03. 20 박정열님 유자차1병
- 2015. 03. 23 홍 란님 바나나1BOX
- 2015. 03. 25 삼성증권 휴지(30롤)16통
- 2015. 03. 26 김쾌남님 딸기16통, 썬떡4되
- 2015. 03. 26 씨트론제과 빵20봉

나누며 함께하는 세상

□ 부산지방경찰청 근로봉사 및 포돌이홍보단 공연 시민의 안전을 책임지는 부산지방경찰청 30여명의 경찰관들이 세탁물 정리, 청소, 의자 보수 등의 근로봉사를 해주셨습니다. 함께 방문한 포돌이 홍보단의 공연도 풍겨웠지만 권기선 경찰청장님의 노래씀씨도 짱~이었습니다.



□ 지역사회 교류



◀ 경현시니어클럽 공연 노익장을 과시하며 멋진 공연을 보여주는 봉사단체입니다.

오늘은 머리 하는 날 ▶
이쁘게 깎아 주이소~



◀ 어린이집 공연 ♪ 엉덩이를 흔들흔들~ ♪ 유아들의 재롱에 주름살 퍼져라~



◀ 목욕봉사 동래구 여성자원봉사회 열수열린봉사회 시민대학 3기



◀ 그 외 목촌 돼지국밥 동래점, 메리츠 화재, 동래구청, 동래소방서에서 도움주셨습니다. 감사합니다~



프로그램 활동

□ 드라이브 프로그램

어르신들에게 신체적, 정서적 안정을 도모하고
무료한 일상에 활력을 제공하기 위해
차를 타고 드라이브를 즐기는
나들이 프로그램입니다.



□향전 스타일(안아 주세요~)

아이고 ~ 시원타 ~
어르신들의 어깨도 주물러 드리고
손, 발도 마사지 해 드리면 어르신들은
따뜻한 가슴으로 꼭~ 안아주십니다



□happy birthday !!

좋은날 . 기쁜날

당신은 사랑받기 위해 태어난 사람
생신 축하 이벤트를 통해
어르신들의 자존감을 높이고
삶의 의욕을 고취하여 활기찬
노후생활에 도움을 드리하고자
진행하는 프로그램입니다.

프로그램 활동

□여가활동 프로그램

미술치료, 하하신바람교실, 다도
기독교/ 천주교 종교모임, 산책활동 등

□치매예방 및 관리 프로그램

회상하기, 은몸튼튼웰빙체조, 놀이치료

□나도요리사

봄철의 대표적인 나물은 쑥이쥬~
봄 향기 가득한 쑥을 듬뿍 넣고 쌀가루를
슬슬부려 쪄 내면 맛있는 쑥버무리가 됩니다.
내 음식 솜씨가 최고야~



□재난안전체험

재난안전체험관에 다녀왔어요.
지진체험, 연기대피체험, 소화기체험, 긴급구조체험(심폐소생술) 등 가상 재난 체험을
통하여 각 중 사고의 위험성을 사전에 예방하고 대처할 수 있는 능력 향상 및 안전
의식도 끌어 올리는 유익한 시간이었습니다.

