

보살의 길

2007년 봄호 제29호



4월 15일 원예활동



사회복지법인 혜명복지원
혜명불교양로원

남은 여생 건강하게 사세요.



윤 춘 옥 간호사

어르신들과 생활한지도 십여 년이 지났다.
 어 입사 하면서부터 같이 지낸 어르신들, 최근에 입소하신 어르신들.
 모든 분들이 한결 같이 건강이 안 좋으신 분들이라 마음이 아프다.
 우리 어르신들은 지금 까지 사시는 동안 얼마나 힘들고 고달픈 삶이였는지 지금 세대에 분들은 모르실 꺼다.

6.25를 거치고 보리 고개 라는 힘든 세월을 사시면서 즐거운 삶 보다는 먹고 살기 위한 삶이 더 절실하고 힘겨웠을 것이다. 그렇게 살아온 세월이 80~90년이다.

기계가 오래 쓰면 닳듯이 어르신들도 여기 저기 안 아프신 데가 없는 것을 보면 그 세월을 말해주는 것 같다.

그래도 어르신들은 여지껏 살면서 지금 같은 호강은 없었다고 하신다.

할아버지들께서는 나이가 드실수록 전립선 비대로 고생하시는 분이 많으시다.


하루 밤에도 몇 번씩 화장실을 다니셔야 하는 고통, 그 고통을 덜어드릴 수 있는 방법은 없다.

다만 약 복용으로 진행속도를 늦추는 방법일 뿐이다.

그런가하면 할머니들께서는 잔 노동이 많아서인지 허리 무릎 관절로 고통을 호소하시는 분들이 대부분이시다. 안쓰럽고 안타깝지만 고작 해드릴 수 있는 것은 물리치료와 병원 모시고 다니고 약이나 처방드리는 것 뿐 지금의 어르신들의 병은 연세로 인한 것이기에 치유 될 수 있는 병은 거의 없다.

한 가지가 있다면 많이 이야기 해드리며 즐겁고 재미있게 살아가실 수 있는 말벗이 되어드리는 것과 병에 대한 이해의 마음을 갖도록 해드리는 방법뿐인 것 같다.

그러기 위해서 앞으로 남은 여생을 건강하게 살아가실 수 있게 최선의 노력을 해야겠다는 다짐을 해본다.

어르신들 건강하게 오래 오래 사시길... 



어르신들 이쁘게 봐 주세요!

김희정(행복병원)

우리는 행복병원이라는 이름으로 봉사하는 대학생 자원봉사단이다. 행복병원은 처음에는 병원에서 힘들게 치료 받고 있는 아이들을 대상으로 율동과 캐릭터 인형, 풍선아트, 마술 등으로 행복한 공연을 하기 위한 단체였다. 우리뿐만 아니라 봉사에 열의 있는 학생들이 모여서 여러 지역에서 활동하고 있다.

그러나 지금은 병원에만 국한하지 않고 여러 지치고 힘든 사람들을 대상으로 공연을 하고자 하는 생각에 양로원, 보육원 등 여러 부분에서 활동하고 있다.

그래서 우리 팀도 양로원을 방문하기로 결정하고 혜명양로원을 찾은 것이다.

처음 혜명 양로원에 갔을 때, 우리는 20명 정도의 대 인원이 우르르 몰려있었다. 어르신들과 함께 즐거운 시간을 보내고자 하는 마음에 들뜬 우리는, 그동안 연습했던 율동, 포크댄스를 재롱잔치 한다는 기분으로 하나하나 함께 해나갔다.

우리는 즐거웠고, 보람도 있었지만 어르신들도 즐거웠을지는 의문이었다.

괜히 힘들게 해드리고 온 것은 아닌지..

기운만 빼고 온 것은 아닌지.. 그런 생각에 우리는 우리가 했던 프로그램들을 다시 생각해보고 문제는 없는지 열심히 토론하기도 하였다.

몇 번 봉사를 하는 동안, 많은 사람들이 이런 저런 이유로 참석하지 못하면서 몇 명 안 되는 사람들만이 남게 되었다. 그래도 어르신들께 필

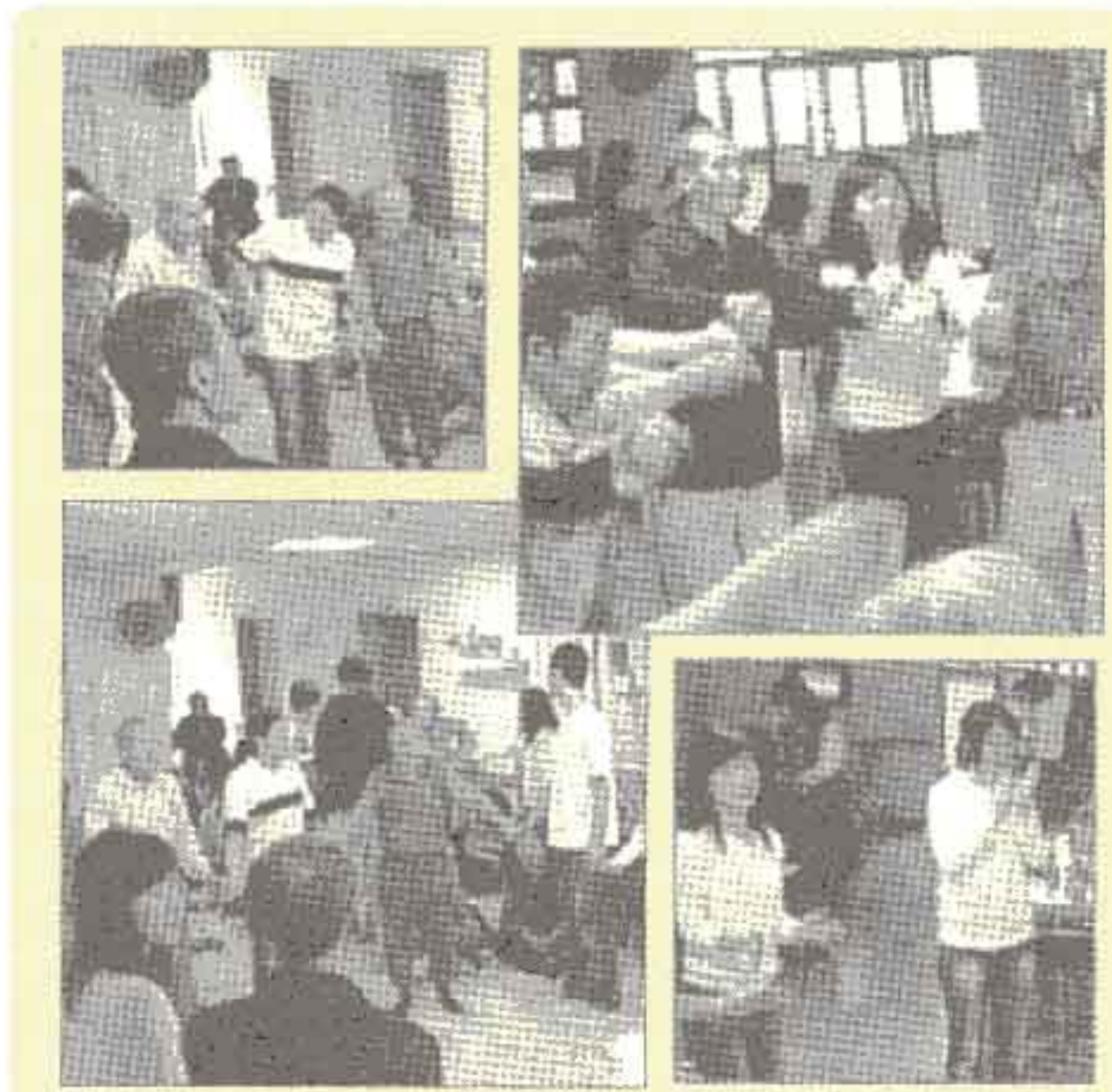
요한 것이 무엇인지 생각한 끝에 체조도 해보고 종이 공예도 해보았다. 그중에서 우리는 종이 공예를 계속하기로 하였다.

지금은 한지 공예로 컵 받침도 만들고, 색종이 접기로 풍경화도 꾸몄다.

전문적인 공예 선생님이 아닌 대학생들이 모여서 연습한 다음 가르쳐 드리

는 거라 많이 부족하고, 가끔은 어르신들보다 못하는 것 같기도 하다. 그런데도 어르신들께서 항상 우리를 환영하고, 반겨 주시니 감사할 따름이다.

우리도 종이공예를 가르쳐 드린 다기 보다 함께 한다는 생각으로 열심히 준비하고 있다. 미흡하고 허술 하지만 우리는 지금까지 해온 것들에 보람을 느끼고 앞으로 많은 준비를 할 수 있게 해주는 발판이 된 것 같아서 참 좋다.



이발은 저희가 책임지겠습니다!



이푸름수교·김병호상교(영등포교도소복무)

안녕하세요!

저희는 영등포 교도소 제 2512경비교도대에서 군복무중인 이푸름 수교와 김병호 상교입니다. 저희는 이곳에서 대원들의 이발을 담당하고 있는 이발병입니다.

전문적으로 이발 기술을 배우진 않았지만 전문가 못지 않는 실력이라 생각합니다.

대원들도 밖에서 이발을 하고 오면 저희가 이발한 것보다 못 자른 것 같다고 토로 할 정도입니다.(··;) 그런 말을 들으면 자부심과 함께 뿌듯함을 느낍니다.

또 하나 저희에게 뿌듯함을 안기게 해주는 일이 있습니다.(···)

한달에 한번 해명양로원으로 이발봉사를 가는 일입니다~!

그곳에서 할아버지의 머리를 이발해드리는데 한분 한분 저희를 믿고 이발하시는 할아버지께 감사한 마음을 전해드리고 싶습니다.


봉사는 저희가 하지만 그보다 더 값진 것을 배우기 때문입니다.

한분의 머리를 자르는 시간을 짧지만 그 짧은 시간동안 대화를 나누며 안부를 묻고 사소한 이야깃거리들로 웃음을 자아내는 시간들이 소중한게 느껴집니다.

자그마한 체구와 짧은 머리, 말솜은 잘 못하시지만 저희를 보면 친절하게 대해주시고 항상 이발하실 때 면 고개를 푹 숙이신 채 이발하시는 김**할아버지, 항상 깔끔하게 머리를 다듬으시는 신**할아버지, 귀에 이어폰을 꽂고 다니면 긴 머리를 잘 관리하셔서 항상 깔끔한 멋쟁이 신사 같은 김**할아버지.

한분 한분 항상 이발하시기 위해 저희를 기다려주시고 저희는 그 보답으로 최선을 다해 이발해 드리려 노력하고 있습니다. 친절하게 웃으며 반겨주시는 할아버지를 보면 입가에 미소가 지어집니다. 이발봉사를 통해 어른에 대한 공경심과 배려, 예의 등 책으로 배울 수 없는 소중한 값진 것들을 많이 배운 거 같습니다.

앞으로도 지금보다 더욱 할아버지들께서 멋있어 질 수 있으시도록 더욱 좋은 실력으로 더 연습하는 대원이 되겠습니다.

할아버지 건강한 모습으로 계속 뵈실 수 있었으면 좋겠습니다. 

혜명한마당



| 2월16일 만두 만들기 |

설날을 앞두고 양로원어른들께서 만두를 만드셨습니다. 어느 분이 어떤 모양으로 만드는지 보면서 이야기꽃을 피워 즐거웠고, 맛있는 만두를 먹을 수 있어 더더욱 즐거웠습니다.



| 2월18일 선착제사 |

설날 아침 양로원의 어른들이 곁제당한복을 차려입고 제사를 지내셨습니다. 양로원에서 생활하시다 먼저 돌아가신 생활자분들에게 제사를 지내는 어른들의 모습은 참 아름다웠습니다.



| 3월2일 대보름 옷놀이대회 |

대보름을 맞아 옷놀이 대회를 했습니다. 남·녀 대항으로 이루어지는 대회는 할머니들의 솜씨가 앞서고 있었는데 이번대회에서는 할아버지가 1,2등을 다했습니다. 조금 아쉽기는 했지만 모두 모여 웃으며 즐거운 오후를 보낼 수 있었습니다.



| 3월22일 안마서비스 |

실로암시각장애인복지관에서 4명의 전문안마봉사자들이 나오셔서 안마를 해주셨습니다. 어르신들에게 구슬판을 흘리며 안마서비스를 해주시며 시원하다고 조금 더 해달라고 하시면 "얼마든지 더 해 드리겠습니다" 라며 최선을 다해주셨습니다. 감사드립니다.



| 3월 생신잔치 |

매월 양로원은 해당되는 달 생신이 있으신 분들 대상으로 생일잔치를 해드리고 있습니다. 1부는 생일행사, 2부는 축하공연으로 진행되는 생신잔치는 어르신들이 기다리는 시간이지요. 어르신들 모두 만수무강하세요!



| 3.11 스포츠댄스공연 |

도열스포츠센터에서 공연을 해주셨습니다. TV에서만 보던 화려한 댄스를 직접 보며 흥에 겨워 함께 춤을 추기도 하고, 어깨를 들썩이며 박수를 치기도 하면서 즐겁게 관람을 했습니다. 쉬는 일요일 양로원을 방문하여 어르신들께 기쁨을 주신 도열스포츠센터 팀에 감사드립니다.



| 3월 7일 영정사진 촬영 |

국민건강보험공단 구로지사 직원들이 영정사진 촬영을 해주셨습니다. 전문사진기사 못지않은 실력으로 어르신들의 모습을 사진에 이쁘게 담아 주셨습니다.



| 영등포교도소 이발봉사 |

한달에 한번 영등포교도소에서 할아버지 이발봉사를 하고 있습니다. 경비교도대 이발을 맡고 있는 수교와 상교가 나와서 할아버지 이발을 하고 있습니다. 척척 깎아 내려가는 솜씨가 영남 없는 이발사의 모습입니다. 바쁜 복무시간을 쪼개 할아버지 이발을 맞아 주어 감사드립니다.



| 4월 15일 우당바라 원예활동 |

월1회 봉사하는 우당바라 회원님들이 요보호어르신을 모시고 원예활동을 했습니다. 오랜만에 흙냄새를 맡으며 예쁜 팬지꽃을 심는 어른들의 모습이 더욱 고와 보였습니다. 흙을 마지는 어른들의 모습이 얼마나 편해 보이는지 언제까지나 지금처럼 건강하게 생활하세요.

혜명동정

○ 시설개요

- 시설명 : 혜명양로원
- 운영재단 : 대한불교 조계종 도선사
- 개원일 : 1982년 4월 10일
- 설립자 겸 시설장 : 박재근 (현성 큰스님)
- 정원 : 64명 (남: 28명 / 여: 36명)
- 소재지 : 서울시 금천구 시흥2동 241-7

○ 현재 입소인원 (3월 31일 현재)

- 총 63명
- 할아버지 : 27명
- 할머니 : 36명

○ 입소대상

- 무료입소
- 입소대상 : 65세 이상 국민기초생활수급자
- 입소신청 :
 - 거주지동사무소(상담 및 신청)
 - 관할구청(심사 및 의뢰)
 - 금천구청(심사 및 의뢰)
 - 양로원(상담 및 입소 결정)

○ 직원 현황

- 총 16명
- 원장1명 / 사무국장 1명 / 시설과장 1명
- 간호사 1명 영양사 1명 / 사회복지사 1명
- 생활지도원 5명 / 위생원 1명 / 서무 1명
- 조리원 3명

혜명프로그램

시간	요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
5시 ~ 7시		기 상					
7시 ~ 8시		아 침 공 양					
9시 30분 ~ 10시		오 전 순 회 점 검					
10시 30분 ~11시 30분	종이접기	차밍체조 그림색칠	건강체조 종이접기	미술활동 공원산책	건강체조 밭맞사지	찬불가배우기 비디오상영	
12시 ~ 1시		점 심 공 양					
1시~4시	머리컷트	동대한방 진료	공원산책	보건소진료 민요배우기	생일잔치 외부공연	한방침술 치과진료	
4시~5시		오 후 순 회 점 검					
5시 30분~6시 30분		저 녁 공 양					
7시~9시		물리치료					

자원봉사자

2007년 1월 1일 ~ 2007년 3월 31일

공경진, 장영숙, 김아영, 신경숙, 김정아(f.g.t.g), 동국대한방병원, 이승희, 김향신, 박은주, 임진빈, 민경숙, 윤숙녀, 이양수, 안정희(밀그림색칠), 문덕녀, 홍순자, 이미애, 박상화(대림미용실), 이푸름, 김병호(영등포교도소이발), 금천문화원무용반, 임호순외 6명(치과진료), 김미경, 권연숙(종이접기), 금천보건소, 윤순재(사랑의모임국악팀), 조규용, 고병득, 윤소원, 조맹영, 김용기(그신대침술봉사팀), 조기환, 고다현(물리치료), 대한적십자사시흥동회원님들, 임지현(건강체조), 백련사신도님들, 천종임(경기민요), 박성은, 박정원(미술활동), 최승묵, 김병오, 김용기, 박정근, 양희중, 유문식, 김진환(국민건강보험공단금천지사), 김하늘(차깅댄스), 묵향법사, 지영옥, 김상영, 묵향, 신세왕, 최미자, 이순교, 김덕문, 정지윤, 황득효, 지오스님(찬불가봉사팀), 홍은석, 황숙희, 김영희, 선재심, 윤명심, 손정숙, 배현순, 장소순, 이호경, 전별문, 최정혜, 최현임, 마정임(반야회), 김순옥(식당봉사), 박미란(말벗), 한은옥, 한정옥, 남미영, 최소희, 고영수, 전초이, 안성수(우담바라), 전광원(목욕봉사), 조장현, 송백섭, 김운봉, 김민석, 이교환, 조영관(기업은행강서지역), 윤기봉, 한경열, 한성우, 박병훈, 김희정, 김소희, 최그림김윤경, 이민애, 김문기(행복병원), 김희선, 이수열, 유재중, 명철호(국민건강보험공단구로지사영정사진촬영), 김도연(이야기시간), 홍택신, 채명훈, 장진하, 위진영, 신수진, 김도진, 강선권, 송한별, 송예슬, 박가현, 박지현, 김혜미, 권지현, 유재윤, 신수정, 신수진, 홍은지, 권지연, 박윤미, 이원근(금강정사학생회)

후원자

*혹시 소식지에 기재되지 않으신 후원자님께서도 넓은 이해를 바랍니다.

♥ 물 품 후 원

금천푸드뱅크, 해명보육원, 치공사해명회, 델리게이트, 안효주, 찬불가해명회, 사랑의실천운동본부, 금천구의회, 반야회, 보명사, 인천보살님, 문재호, 국민건강보험공단금천지사, 구로지사, 금천구청 구청여직원회, 궁중떡집, 기업은행, 이수정, 삼진섬유, 이귀자, 서서울생활과학고, 아이포크영농조합법인, 백련사, 도열스포츠센터, 도서사포교부, 금빛복지회, 현성정사, 국기원, 이윤분, 동대문민요동아리

♥ 지 로 후 원

이정호 10,000	은선사 10,000	안정희 10,000	윤재순 90,000	임옥수 150,000	구충수 150,000
이애자 30,000	문금자 30,000	은선사 50,000	구봉순 30,000	백승풍 30,000	안정희 20,000
이정호 10,000	박영옥 10,000	서현종스님 20,000		김동섭 30,000	윤영미 5,000
고병득 20,000	김혜광 40,000	문금자 10,000	이재임 20,000		

♥ 현 금 후 원

한국노인복지시설협회 600,000	대림라이온스 900,000	동국대부속중학교 30,000
영등포교도소 300,000	SK난방비지원금 700,000	증권선물거래소 600,000
한진택300,000	박성수 90,000	이랜드 88,350
조성한 30,000	박혜정 30,000	유규동 30,000
우현식 20,000	김동훈 100,000	황미경 30,000
		이복자 20,000
		양보금 30,000
		최형기 20,000
		권기상 100,000
		강운호 200,000
		임정민 30,000
		이혜경 100,000

♥♥♥ 늘 양로원을 잊지 않고 정성껏 후원금을 내주시는 후원자님, 어르신들의 생필품, 간식, 부식등 후원품을 가져다 주시는 후원자님, 또 하루 일과에 활력을 불어 넣어 주는 자원봉사님 모두 모두 감사드립니다. 가정 내 두루 건강하고 화목하시기를 부처님께 진심으로 기원 드립니다.

따뜻한 손길을 기다립니다

자원봉사자모집

- ▶ 모집대상 : 개인 및 단체 누구나
- ▶ 모집내용 : 노력봉사 - 어르신 숙소 청소, 목욕, 식당 보조
프로그램 진행 및 보조 - 치매예방 · 여가 프로그램 진행 및 보조
의료봉사 - 의료 관련 서비스 실시
정서지원봉사 - 말벗, 책 읽어드리기, 무연고 어르신 결연

후원자모집

- ▶ 후원내용 : 현금 후원 - 일반후원 1,000원 이상, 결연후원 5,000원 이상
물품 후원 - 생활에 필요한 의류, 생활용품, 쌀 등
식품 후원 - 어르신들 입맛에 맞는 신선한 반찬류 및 간식류(과일, 빵 등)
가전 후원 - 대형텔레비전, 김치냉장고, 재봉틀, 카세트, 카메라 등
생필품후원 - 락스, 피죤, 옥시크린, 각종 세제류

- 지로번호 : 7655940
- 우리은행 : 1005-901-011284
- 예금주 : **혜명양로원**

♣ 자원봉사자와 후원자들에게 드리는 혜택 ♣

1. 혜명양로원의 모든 행사에 참여할 수 있다.
2. 혜명양로원의 모든 간행물을 받아 볼 수 있다.
3. 법인세법 제18조와 소득세법 제34조에 의하여 연말정산시 비용인정 및 세금공제 혜택을 받을 수 있다.

양로원 오시는 길



- 지하철 1호선:시흥역마을버스금천01번 범일여객 종점 하차
- 지하철 2호선:구로디지털역5617번범일여객 종점 하차
신림역5413번 종점 하차

양로원 홈페이지

www.hmtown.or.kr

발행처 : 사회복지법인 혜명복지원 혜명양로원
발행인 : 박재근(연성 큰스님)
주 소 : 서울시 금천구 시흥2동 241-7번지
연락처 : TEL 02)802-6765
FAX 02)892-2068