

넉넉한 한가위... 情도 나누고 興도 돋우고

불교계 복지관 추석맞이 행사 '풍성'

한가위를 앞두고 교계 복지관이 바쁘다. 명절의 들뜬 분위기 속에서 더욱더 외로워지는 지역소외이웃을 챙기기 위해서다. 복지관마다 경제·심리·사회적으로 소외된 이들을 위한 행사 준비에 여념이 없다. 홀몸어르신은 물론 다문화·북한이탈주민까지 보듬고 지역주민들과 함께 명절의 흥겨움도 놓치지 않는 추석맞이 나눔 한마당을 미리 들여다봤다.

를 높이고 공동체문화를 조성할 계획이다.

두송종합사회복지관(관장 김맹자·051-265-9471)에서는 9월 5일, 다대2동 임대아파트에 거주하고 있는 저소득 어르신 50세대에 추석맞이 음식을 나눔 예정이다. 임대아파트 특성상 자식이 없거나 경제적으로 빈곤한 상태로 외로이 보내는 어르신들이 많기 때문이다. 송편, 햇반, 라면, 오색나물, 과일, 음료 등 다양한 음식을 가득 담아 나눔행사를 진행한다.

흥겨운 문화·전통 놀이마당 다문화 지역주민이 한국의 명절문화를 어르신들과 함께 체험하는 기회도 마련된다. **광진노인종합복지관**(관장 화평·02-

남·북주민 함께 추석맞고
십시일반 쌀도아 떡매치기
조상 기리는 합동차레도

466-6242)은 9월 1일, 어르신 42명 및 다문화지역주민 10명이 함께 참여하는 '한가위 송편만들기'를 실시했다. 자양4동제4경로당 지하 대강당에서 열렸던 이날 행사에서는 광진노인종합복지관 소속 광진초롱꽃학교 봉사단의 난타공연과 복지관 한국무용반 어르신들의 공연도 함께 준비돼 흥겨운 놀이마당이 연출됐다.

이어 9월 3일에는 복지관 대강당에서 저소득층 어르신들 103명을 대상으로 '사랑 나누기 한마당' 명절행사가 열린다. 친목형성과 다양한 문화체험의 기회를 제공하는 자리로 무의탁 홀몸 어르신들과 공연관람 및 민속놀이를 진행한다. 국내 최초 마술지킴이 작품으로 유명한 '찰리아씨의 마술공방'이라는 마술공연이 어르신들을 기다리고 있다.

과천종합사회복지관(관장 이상복·02-507-6319)의 추석맞이 행사는 일단 규모가 크다. 9월 3일 과천시민회관 야외공연



한가위 하면 빠질 수 없는 송편이 추석맞이 지역 소외이웃에게도 배분된다. 복지관마다 지역봉사자들의 도움을 받아 송편나누기 행사를 진행할 예정이다. 사진제공=송파복지센터

장에서 오후 2시부터 실시되는 '한가위 울진한마당'에는 지역주민, 봉사단체, 삼성 SDS·코오롱·KT 등의 기업체 봉사자 150여명이 참여해 송편을 빚는다. 만물이 진 송편은 지역 저소득층 120세대에게 전달된다. 이외에도 대형 옷놀이, 투호, 널뛰기 등 다양한 체험놀이와 축하공연이 열릴 예정이다.

육법공양 합동차레·사찰음식 체험
강북장애인종합복지관(관장 조석영·02-989-4214)에서는 한국불교문화사업단과 지원 사찰인 화계사 후원으로 9월 4일 장애인과 가족들을 위한 사찰음식 체험을 통해 불교문화에 대한 이해와 호감을 증진하기 위해 마련된 행사다. 사찰음식체험전은 11시부터 2시간동안 복지관 3층 식당에서 장애인과 가족 350명을 대상

으로 진행된다. 동시에 복지관 마당에서는 지역사회 주민들이 함께 참여할 수 있는 바자회 및 먹거리 장터, 놀이마당이 열린다. 저소득 재가장애인 120명에게 각 백미 20kg, 총 2400kg를 지원하기도 한다. 조상의 덕을 기리는 소박한 차례행사로 진행된다. **서울노인복지센터**(관장 최희우·02-739-9501)는 고향에 가지 못하는 어르신을 위한 개별차례 및 공동차례를 9월 5일 오전 10시부터 지낼 예정이다. 130여명의 어르신이 동참의사를 밝혔다. 차례는 불교 육법공양의 예에 맞추어 이뤄진다. 불교에서 대표적인 공양물 여섯 가지를 이르는 육법공양에는 해탈을 상징하는 향, 지혜와 광명을 상징하는 등, 수행과 장엄을 뜻하는 꽃, 깨달음을 상징하는 과일, 갈증을 풀어주는 감로(甘露)수처럼 괴로움에서 벗어나 열반을 얻기 위해 상징하는 차, 그리고 기쁨과 환희를 상징하는 쌀을 포함한다.

배현진 기자 limus@hyunbul.com

'평균나이 70 댄스팀'에 노인정 들썩

상주시니어클럽 실버 공연단 인기

직지사복지재단이 지원·운영하는 상주시니어클럽(관장 덕영) 실버댄스 공연단이 지난 8월 22일 서곡노인정을 방문해 댄스 공연을 펼쳤다.

실버댄스 공연단은 지난 1월, 65세 이상 어르신 6명을 단원으로 결성됐다. 매월 4회 이상 지역 노인복지시설 및 요양기관, 경로당 등을 순회하며 총 30여 차례 공연을 실시해 오고 있다.

이번 공연에서는 그동안 갖고 있던 댄스실력이 유감없이 발휘됐다는 게 후문이다. 관객들도 함께 어울리고 서로 노래 실력도 뽐내는 시간도 가졌다.

공연단원 유분순(78)씨는 "평소에 배운 댄스로 여러 경로당을 방문하며 함께 어울



상주시니어클럽 실버댄스 공연단이 노인정을 방문해 울동을 선보이고 있다.

리고 즐거움을 준다는 것에 삶에 활력이 생긴다"며 "실력은 미흡하지만 그로 인해 웃고 즐기며 삶을 나눈다는데 의미가 크다"고 소감을 밝혔다. 공연 문의 (054)535-0142 **배현진 기자**

튼튼한 치아 관리법은?

중림복지관, 건치 관리 특강... 건강 지키기 교육

서울 중림종합사회복지관(관장 이용강)에서는 8월 20일 지역주민을 대상으로 틀니 및 치아 관리에 관한 '건강 지키기' 교육을 실시했다.

이번 교육은 지난 7월 2일 협력병원 업무제휴 협약을 체결한 궁플란트치과 최우환 원장의 강의로 이뤄졌다.

강의는 스케일링의 필요성, 건강한 치아 관리를 하는 방법, 틀니 관리 등에 대해서 일상생활에서 건강한 치아 관리를 위해 꼭 필요한 내용을 중심으로 진행됐다.

최우환 원장은 "치아 관리의 중요성에도 불구하고 많은 분들이 이를 놓치고 있다"며 "이번 강좌에 참여한 분 모두가 치아 관리 중요성을 깨닫고 건강한 치아를



8월 20일 중림복지관에서 치아 관리에 대한 교육을 실시했다.

유지할 수 있으면 좋겠다"고 말했다. 지난 협약을 통해 궁플란트치과에서는 지역 내 독거노인 및 어려운 이웃을 위한 틀니 무료 시술 및 치료진료를 매월 정기적으로 지원해오고 있다. **배현진 기자**

조준연씨 장애올림픽서 육상 금메달

흥천장애인복지관 소속...달리기 유망주

강원 흥천군장애인복지관(관장 도운) 소속 조준연(26)씨가 최근 막을 내린 제11회 한국스페셜올림픽 하계대회 육상 1,500m 부문에서 금메달을 차지했다. 8월 19일부터 21일까지 강원도 횡성에서 열린 이번 대회에서 조 씨는 400m 육상 부문 6위를 차지하기도 했다.

평소 기초 체력훈련과 지구력 훈련을 통해 운동기능을 향상시켜왔던 조 씨는 지난해에도 같은 종목에서 은메달과 동메달을 목에 거는 등 꾸준히 좋은 성적을 보이고 있다.

지적, 자폐성 장애인들의 체육추진에 본 대회는 매년 전국대회로 실시된다. 세계대회는 4년에 한 번씩 개최된다. 장애를 극복하고 참가했다는데 의의를



한국스페셜올림픽 하계대회 육상부문에서 우승한 조준연(가운데)씨가 금메달을 목에 걸고 사진을 찍고 있다.

두고자 1등부터 3등까지는 올림픽과 마찬가지로 금메달, 은메달, 동메달을 수여하고 4등부터는 리본을 수여한다. 올해 하계대회에는 657명이 참가한 것으로 알려졌다. **배현진 기자**

다문화어린이, 빈소년 합창단과 협연

레인보우 합창단 오스트리아 해외공연 예정



다문화 가정 어린이로 구성된 레인보우 합창단(왼쪽 사진)이 오스트리아로 해외공연을 떠난다.

합창단을 운영하는 한국다문화센터(공동대표 무원 스님)는 합창단이 8월 31일부터 9월 6일까지 오스트리아 빈과 잘츠부르크 등에서 공연할 것이라고 8월 21일 밝혔다.

합창단에서는 이번 해외 공연을 위해 내부 오디션을 통해 18명의 단원을 선발했다. 이들은 클래식 본고장에서 빈소년합창단과 협연할 예정이다. 또한 유럽한인문화회관 공연도 예정돼 있다.

이현정 레인보우합창단 단장은 "합창단 아이들이 클래식 본고장인 유럽기행을 통해

음악공부는 물론 오스트리아의 다양한 문화와 전통을 체험하면서 다문화 감수성을 높일 수 있을 것으로 기대한다"고 밝혔다.

이번 공연은 삼성그룹과 문화체육관광부, 사랑의 열매, 대웅제약과 이 회사 광고 모델인 추성훈의 후원으로 기획됐다.

레인보우합창단은 2009년 창단되었으며 현재 10개국 이상의 다문화 어린이 30여명으로 구성됐다. 창단 이후 G20 정상회담 초청공연, 여수세계엑스포 개막식, 제18대 대통령 취임식, 세종문화대상 시상식 등 국내 주요 무대에 올라 다문화에 대한 부정적인 사회적 인식을 변화시키고 다문화화를 앞당기는데 앞장서고 있다.

배현진 기자

박태원보석감정원 천연A비취(玉)

비취는 세계 7대 보석중의 하나이며, 중국사람들이 비취를 하늘의 돌로 생각하여 향상품에 지냈으며, 유럽인들은 병마를 치유하는 신비의 보석으로 여겨왔으며 강한 에너지를 가지고 있다고하여 영혼을 부활시키는 보석으로 불리기도 합니다.

비취는?

- ★ 비취 경도는 6.5 ~ 7이다.
- ★ 비취의 유일한 산지는 미얀마(버마) 뿐이다.
- ★ 예로부터 신비의 돌이라 불리며, 성격과 불경에 최고의 보석으로 서술되고있다. 왕위를 상징하는 보석으로 중국의 국석이 되었다.
- ★ 중국 명나라 이시진의(본초강목), 허준선생의(동의보감)에도 약석으로 기록.
- ★ 아주대 오송국 교수팀의 실험 결과 -
 - ▶ 원적외선 방출량 94% (신진대사 원활, 혈액순환 원활, 화상치료, 저혈압 고혈압 조정, 통증완화, 뇌세포 재생)
 - ▶ 음 이온 방출량 86% (음이온 : 세포활성화, 혈액정화, 피로회복, 자율신경안정, 면역력증가, 통증완화, 알러지 체질 개선)
 - ▶ 탈취율 90% 1시간 ▶ 항균성 85%
 - ▶ 대장균 감소율 83.6% ▶ 녹농균 감소율 86.3%
- ★ 비취는 생리작용과 피부탄력에 영향을 주는 성분으로 이루어져 있다.
- ★ 혈액 순환에 효과가 커서 정신을 맑게 해주며 독성을 중화하고 수면기능을 높임.
- ★ 비취에는 A, B, C비취의 단계로 나뉜다.
 - ▶ A비취 : 광산에서 채굴한 천연원석을 가공.
 - ▶ B비취 : 수치처리 ▶ C비취 : 원석에 염색



가 비취 목걸이(진옥) 가액 ₩180,000원
비 비취팔찌 - 상(연옥) 가액 ₩80,000원
취 비취팔찌 - 중(흰옥) 가액 ₩60,000원

■ 주문 : 현대불교 현불샵 02)2004-8213
[농협] 053-01-269062 (주식회사)현대불교신문사

전통식품교육사

전통식품교육사란? 국가에서 인정한 식품 원재료를 활용하여 보건식품을 개발하고 개인의 체질에 따라 식품을 맞춤 처방하는 전문가로서 전통식품원을 개원할 수 있는

보건복지부공익법인 대한보건의료진흥회 (자격검정)

자 격 과 정	교 육 기 간
인체생리학(인체해부학), 자연치유의학, 식품영양학, 식의학(동양의학, 양생학, 변증), 종양이론 및 실습(법제론), 전통식품교육론(변증학, 방제학), 약용식품학, 총 7개 과목 ※ 특강 : 자연건강법(자세교정, 기공, 양자파동), 식품위생법규, 약초기행실습, 전통식품 효소발효액	9주 과정 토요일 반

접 수 처 서울시 서대문구 총정로 2가 130-1 신한은행빌딩 5층

문 의 02)3147-2020

교육일정과 기타 자세한 사항은 홈페이지 참고바랍니다.

www.kile.or.kr

지 부 교 육 원

창 원 055-243-6333 호 남 063-288-5623 전북익산 063-854-1060 부 산 051-441-0111
울 산 052-260-1037 충청북부 043-263-9966 대 구 053-566-1116 강원서부 033-252-3682
경 남 055-932-5877



교육부공익법인 / 한국평생교육기구
한국보건교육원
KOREA EDUCATION CENTER FOR HEALTH