



2017

7월 소식지

est. 1979

정기총회 공고

봉사회는 2017년 제38차 정기총회를 아래와 같이 개최합니다. 회원 여러분께서는 빠짐없이 참석해 주시기 바라오며, 부득이 총회 참석이 어려우신 회원께서는 소식지 4페이지의 양식에 의거 위임장을 제출해 주시기 바랍니다. (*점심제공*)

- 아 래 -

-일시: 8월 19일, 토요일, 오전 10:30분

-장소: 1800-B Fruitdale Ave. S. J.

-안건: 1. 2016~2017 회계연도

사업실적 및 결산보고

2. 2017~2018 회계연도

사업계획 및 예산안 인준

3. 이사 선임 인준 4. 기타사항

노인학대 방지 세미나

시니어들의 안전과 건강한 삶을 위하여 산타클라라 카운티에서 38년 사회복지사로 일한 김희식 선생님(APS: Adult Protective Service: 성인보호 서비스 15년근무)이 노인학대사례 및 방지, 대처하는 방법에 대해 세미나를 개최합니다. 관심있는 분들의 많은 참여를 바랍니다.

- 아 래 -

-날짜: 7월 14일, 금요일

-시간: 오전 11시 ~ 오후 1시30분

-장소: 1800-B Fruitdale Ave,
San Jose

폐 스크리닝

시니어들의 폐건강과 관련하여 브리스 캘리포니아(Breathe California)의 메리안씨를 모시고 폐활량을 측정하는 폐 스크리닝과, 혈액 중 산소량 측정을 통해 시니어들의 건강을 검사하는 시간을 가질 예정이오니, 시니어들의 많은 참여를 바랍니다.

- 아 래 -

-날짜: 7월 21일, 금요일

-시간: 오전 10시 15분 ~ 11시 15분

-장소: 본관

-문의: 408-920-9733

이사회 소식

6월 28일(수) 정기이사회를 신관에서 개최하고 다음과 같은 토론과 결의를 하였습니다.

- **이사회에서** 봉사회 5년 전략 계획 수립 및 현 프로그램 평가를 하도록 관장에게 지시하였습니다.

- **이사회에서** 7월부터 시작되는 새회계연도에 필요 한 예산으로 \$398,500을 인준하였습니다.

- **관장으로부터** 현재 진행 중인 신관기금모금 현황을 보고 받았습니다.

다음 정기 이사회는 7월 26일(수) 오후 6시 30분에 신관에서 개최하오니 회원님들의 참여를 권장합니다.



유니스전
관장

“프로그램들을 재조명하고 향후 전략계획도 구성하여...”

봉사회는 창립 목적인 이민 생활의 어려운 한인분들을 돋는다는 사명으로 38년 간 시대의 변화에 맞춰 함께 발전해 왔습니다. 경기가 좋지 않을 때는 경제적인 어려움으로 힘든 시기를 겪는 분들, 경제적으로 어렵거나 혹은 어렵지 않더라도 외롭고 고독한 노인분들, 고령화 현상에 따라 생기는 각종 질병관련 교육 및 후원 프로그램 등등 어느 누구나 살면서 겪을 수 있는 어려운 여건에 처한 한인분들에게 최대한 힘이 되고자 봉사회는 그간 존재해 왔습니다. 100세가 평균수명이 되는 시대에 살고 있는 지금, 봉사회는 한인분들이 단순히 오래 사는 것보다 어떻게 건강을 최대한 유지하고 행복하게, 삶의 질을 향상시키며 살아갈 수 있을까를 고민하며 이 시대의 변화에 따라 프로그램을 개발해 나가고자 노력하고 있습니다.

예를 들어 지난 달 파일럿 프로그램으로 시작된 “건강 100세반”은 기존 운동반에 참여가 어려운 분들을 대상으로, 가벼운 요가, 근력 운동, 라인댄스 등을 접목하여 운영하고 있습니다. 앞으로는 시니어 아파트에 사시면서 몸이 아프시거나 버스를 갈아타고 오기 힘든 분들을 위해 밴을 이용하여 봉사회로 모셔오고 모셔다 드리는 교통수단 프로그램 개발이 필요하다고 생각됩니다. 또한 점점 많아질 고령의 시니어분들을 최대한 건강하고 즐겁게 사실 수 있도록 제2의, 제3의 건강 100세반이 만들어져야 할 것 입니다. 봉사회는 어려운 한인분들에게 최대한 맞는, 그리고 필요한 서비스와 프로그램 개발을 위해 지금의 프로그램들을 재조명하고 향후 전략계획도 구성하여 시대에 걸맞는 봉사회 서비스와 프로그램들을 제공하고자 합니다.

또한 현재 봉사회가 진행하고 있는 신관이전 기금모금 캠페인도 대중교통이 편리한 장소로 하루속히 옮겨 어려운 분들에게 사회복지서비스를 더 확대하여 제공하고자 시작하였습니다. 봉사회에 오실 때마다 쌈짓돈을 꺼내어 모금함에 넣는 회원분, 20명의 후원자분들을 모아오시는 회원분, 생각지도 않은 큰 돈을 기부하시며 인심 쓸때 넉넉히 쓰고 싶다고 말씀하시고 환희 웃는 회원분들 같은 분들로 인해 감동을 받는 것과 동시에 봉사회를 믿고 어려운 분을 돋는 사명에 동참을 원하는 많은 분들이 계신다는 사실에 희망 또한 가지게 됩니다. 봉사회가 가는 방향을 믿고 후원해 주신 회원분들께 머리숙여 감사를 드리며 더 많은 동참 또한 부탁드립니다.

한인 업소를 애용합시다!

봉사자 BBQ

봉사회는 지난 17일(토) 그동안 봉사회의 사명을 돋고 거들어 온 봉사자들을 한자리에 초대해 그들의 수고에 감사하며 그봉사정신을 기념하는 봉사자 바베큐 행사를 개최하였다. 이날 행사에서는 봉사자 40여명이 참석하여, 바베큐와 더불어, 상품 수여 등으로 즐거운 시간을 보내었다.

봉사회는 각종 시니어 웰빙 프로그램부터, 시니어 영양 프로그램 및 브라운백 프로그램 등을 포함한 20개가 넘는 각종 프로그램과 연중 10여개에 달하는 행사 등이 100명이 넘는 봉사자들의 헌신적인 도움과 희생으로 가능하다. 이날 행사를 위해서는 봉사회 이사진들이 음식과 상



품을 기부하였고, 직원들이 고기를 굽고, 음식을 준비하여 봉사자들에게 감사의 마음을 전했다.

알츠하이머 포럼

봉사회는 알츠하이머 협회와 공동주최로 지난 3일(토) 1시에서 3시 30분까지 제 3회 한인을 위한 알츠하이머 포럼을 개최하였다. 70여명이 참석한 이날 행사에서는 UCSF 정신과 전문의인 던 성 박사의 “알츠하이머 병은 무엇이며 우울증 및 걱정과 어떤 차이가 있는가?”라는 주제로 강의하였고, 사회보장국의 이미 영 홍보관은 SSI 및 장애보험의 신청자격과 주의사항 등을 알리며 유용한 정보를 제공했다.

행사에 앞서 유니스 전 관장은 “한인 커뮤니티에 교육적인 세미나와 포럼을 통해 지속적으로 병에 대해 알려 필요한 도움을 드리는 것을 목적으로 이 행사를 3년째 개최중이다.”며 강사들과의 질의응답 시간과 참여한 정보부스를 통해 많은 정보를 얻어가길 바란다고 하였다. 강의 후에는 질의응답 시간이 제공되어 평소 궁금해 하던 질문들에 자세히 알 수 있는 시간도 가졌다. 현재 봉사회는 매달 세째주 수요일 1시에 신관에서 치매가족 후원프로그램을 진행하고 있다.

후원자 명단

(5/29/17 ~ 6/29/17) 산호세 한미노인회, 수잔박, 김연식, 구형도, 신성철, 이정순, 박행순, 김희식, 소냐잔슨, 한미경, 이문희, 강영수, 박준, 이헨리, 제임스 김, 이호자, 황서준, 이연수, 송영득, 윤낸시, 권정화, 박은주, 정은영, 이윤태, 장병우, 김복선, 이난영, Edward Johnson, United Way, IBM

<건축 기금 모금 캠페인 현황: \$108,343.01 (6월 29일 현재)>

건축 후원자 명단

(6/1/17 ~ 6/29/17) 하명윤, 백영옥, 이상운, 표영옥, 이윤수, 김상주, 박애자, 모니카예, 최선옥, 박옥주, 한진숙, 김연식, 김태임, 이봉춘, 임기홍, 임경애, 김창수, 김영미, 김재선, 김요셉, 이길희, 이홍기, 이광렬, 한은경, 이웅준, 이웅호, 이웅서, 이명희, 이금례, 강민서, 이현아, 박찬영, 박봉자, 노의식, 김태임, 김춘자, 김사용, 김철, 석옥희, 권오돈, 현영, 김현정, 김병준, 진공, 임순화, 김경남, 이덕길, 이정자, 이상화, 이화영, 이정순, 한명순, 강영순, 데이비드 강, 송언주, 송명현, 최영자, 최갑규, 장인옥, 이진영, 송찬섭, Tiffany Nk, 이희자, 김경희, 유니스 전, 샘정, 정영재, 제임스 김, 이간순, 김경남

(상세한 내용의 후원자 명단은 본관에 항상 게시되어 있으며 명단에서 누락된 후원자들은 연락바람.)

한미봉사회 소식지 후원자

산호세 한미 노인회

1099 N. 4th St.
San Jose, CA 95112

노의식

한미봉사회 회원

린다 김

한미봉사회 회원

탁구반 대회



봉사회는 탁구반 멤버들을 대상으로 탁구대회를 지난 22일(목) 오전 10시부터 봉사회 본관에서 개최하였다. 이번 대회는 그동안 봉사회 탁구반을 4월, 5월 등록한 시니어들을 대상으로 실력에 따라 3조로 나누어 총 24명의 시니어들이 참여하였으며, 10시에 예선을 시작으로 해 2시에 시상식으로 마무리하였다.

탁구대회의 각조별 우승은 이재영, 김상주, 이구미씨가 차지하였다. 이 날 대회에 참석한 모두에게 참가상이 주어졌으며, 이 날 상품은 참가비 및 봉사회 직원들의 기부로 준비되었다. C조 우승을 차지한 이구미 씨는 “봉사회에 와서 탁구를 배워 이렇게 생각지도 못하게 우승을 하게 되어 너무 기쁘고 즐겁다. 탁구대회를 통해 많이 웃고 기쁘게 준 봉사회에 감사하다.”고 전했다.

일주일에 세번 진행되는 탁구반에서는 11명의 반원들이 봉사회 청소, 음식 서빙 및 설거지, 브라운백 프로그램 등 자원봉사를 하며 더불어 사는 봉사회 정신을 함께 실현해 나가고 있다.

한인 업소를 애용합시다!

우크렐레반

봉사회 우크렐레 반은 작년에 신설되어 현재 봉사회 인기 프로그램 중 하나로 자리잡은 반이다. 우크렐레는 줄이 4개인 현악기로, 작고 가벼워 운반하기도 좋고 시니어들이 쉽게 배울 수 있는 장점이 있다. 또한 손가락 끝으로 코드를 잡고 지속적으로 손을 움직여 치매예방에도 효과가 있어 시니어들에게 추천하는 악기이다. 매주 수요일 아침 10시 15분에서 11시 15분으로 코드 및 연주법을 비롯 모든 과정을 기초부터 배울 수 있는 이반은 현재 이재성, 정진범 자원봉사선생님들이 열정으로 가르치고 있다. 우크렐레반에 등록한 한 시니어는 5주만에 우크렐레를 연주하며 좋은 음악을 흥얼거리면 기분도 좋아하고 적적함도 달래 너무 즐겁다며 앞으로 계속해서 열심히 배우고 싶다고 전해왔다. 수강에 관심이 있는 분들은 봉사회로 문의를 바란다.

시니어 웰빙 프로그램 스케줄

(지면 관계상 일부만 게시)

*수업시간은 점심시간을 제외합니다.

강좌	강좌 개요	수강료	*일정표
연로자 영양 프로그램	균형 잡힌 한국 식단의 점심 프로그램(60세 이상)	제안된 기부금\$3.00	월~금요일 11:30 ~ 12:00
생활영어 (Conversational English)	이민 초보자와 시니어들을 위한 쉽게 배우는 생활 영어반	무료	월요일/수요일 9:15 ~ 11:15
상황영어 (Survival English)	미국생활에서 꼭 가야 하는 장소와 상황 대처에 관하여 배우는 세미나 강좌	무료	금요일 10:30 ~ 11:15
기타반 (오현애 봉사자외)	여러 장르의 노래를 초급부터 중급까지 함께 배우는 강좌	월 \$5	목요일 12:15 ~ 13:15
라인댄스 초급/중급 (김창신 봉사자)	음악 리듬에 맞추어 즐기면서 배우는 시니어 건강 댄스	월 \$5	화요일 10:15 ~ 11:15 12:15 ~ 13:15
*탁구반	정신과 신체건강 유지를 위한 탁구를 즐기는 시니어 프로그램	월 \$5	월요일/수요일 9:45 ~ 13:15
가요합창반	노래방 기계에 맞춰 함께 노래하며 즐기는 시니어 프로그램	월 \$5	수요일 12:15 ~ 13:15
사군자반 (에이미 박 봉사자)	매, 난, 국, 죽의 기법을 배우는 강좌	월 \$5	목요일 9:45 ~ 11:15
시니어 요가 (임창경 봉사자)	몸과 마음을 수련하며 배우는 시니어 건강 요가	월 \$5	금요일 12:15 ~ 1:15
우크렐레/하모니카 (이재성/정진범 봉사자)	여러 장르의 노래를 초급부터 중급까지 함께 배우는 강좌	월 \$5	수요일 10:15 ~ 11:15
합창반 (정은영 봉사자)	한국 가곡 및 각국의 포크 송을 배우는 시니어 합창반	월 \$5	월요일 12:15 ~ 13:15
고전 무용반 (최수경 봉사자)	한국 전통 무용을 배우는 강좌	월 \$5	금요일 9:30 ~ 11:15

* 프로그램은 정원초과 가능성으로 대기자 명단이 있으니 등록에 관한 사항은 봉사회로 문의 바랍니다. (408-920-9733)

일반 서비스 스케줄 (지면 관계상 일부만 게시)

서비스	서비스 개요	수수료	일정표
사회복지 (Public Assistance)	푸드스탬프, 메디칼, 노인/반정부 아파트, 간병인 등의 복지혜택 신청 및 상담	무료 (예약 필수)	월 ~ 금요일 10:00 ~ 16:00
전기/전화요금 할인 서비스	일반 가정의 전화요금과 전기요금에 관한 할인 신청 및 관련 서비스 제공	무료 (예약 필수)	월 ~ 금요일 10:00 ~ 16:00
영문 편지 도우미 서비스	영문편지의 이해가 어려운 분들을 돋기 위해 각종 영어 편지 설명 서비스 제공	무료	월 ~ 금요일 10:00 ~ 16:00

한미봉사회 소식지 후원자

김상주

한미봉사회 회원

한은경

한미봉사회 회원

소식지를 이메일로 수신하길 원하는
분은 뒷면 회원후원서에 이메일 주소
와 함께 수신여부를 표기하셔서
봉사회로 보내주시길 바랍니다.

* 성명 우측 상단에 기재된 일자는
회비만료일입니다. →→→

7월 4일(화)은 연방 공휴일(독립기
념일)로 휴관합니다.

<건축 기금 모금 캠페인>

봉사회는 현 신관 건물을 본관 근처의 대중교통이 편한 장소로 옮겨 더 많은 한인분들이 참여하고
서비스를 받을 수 있도록 하는 신관 건물 이전을 위한 모금 캠페인을 진행 중입니다.
많은 분들의 참여를 부탁드립니다.

<7월 무료 한방 침술 서비스>

- 7월 6일(목): 오전 9시 15분 - 11시 15분 (김영혜 원장)
- 7월 12(수): 오전 9시 15분 - 11시 15분 (배상호 원장)
- 7월 13일(목): 오후 3시 - 5시 (원철호 원장)
- 7월 26일(수): 오전 9시 15분 - 11시 15분 (배상호 원장)
- 7월 27일(목): 오후 3시 - 5시 (원철호 원장)

*선착순(10명) 제공합니다.

<7월 무료 건강 검진 서비스>

- 7월 7일(금): 오전 9시 15분 - 11시 15분
(최미순 간호사)
- 7월 19일(수): 오전 9시 15분 - 11시 15분
(유노미 간호사)

건강검진 서비스는 혈압, 혈당 검사 및 개인 상담을 포함합니다. (선착순 제공)

위임장 (Proxy)

성명(한글):

(영문):

주 소:

전화 번호: ()

e-mail:

본인은 한미봉사회 제38차 정기총회에 참석하지 못하니 모든 총회 안건에 관한 회원의 투표권을 한미봉사회 회장에게 위임합니다.

서명:

날짜: