



2019

11월 소식지

est. 1979

메디칼 관련 세미나

봉사회는 산타클라라 카운티 메디칼 담당자로 20년이상 일하고 은퇴하신 수잔 김 선생님을 모시고 메디칼 서비스 신청 자격 및 방법, 장기요양 병원입원 관련 등에 대한 세미나를 개최합니다. 메디칼 신청 및 이용에 관심이 있거나 궁금하신 사항이 있는 분들의 많은 참여 부탁드립니다.

- 일시: 11월 15일 (금)
10시 15분 ~ 11시 15분
- 장소: 한미봉사회 본관

추수감사절

봉사회는 추수감사절을 맞이하여 회원분들과 지역주민들이 함께 즐길 수 있는 추수감사절 점심식사를 제공합니다. 본 행사는 한인 동포 뿐 아니라 본관 근처의 주민들도 함께 초대할 예정이오니 많은 분들의 참여 부탁드립니다.

- 일시: 11월 26일 (화)
11시 45분
- 장소: 한미봉사회 본관



예술제

봉사회는 한국 문화 계승 및 확산을 위하여 '2019 한미봉사회 예술제'를 개최합니다. 이번 행사는 산호세 시티 칼리지 극장에서 개최되며, 봉사회 내 고전무용반, 합창반, 클라리넷반, 라인댄스반, 우크렐레반, 줌바반 공연 외에 청소년 그룹 등 다양한 세대의 외부 공연팀이 함께 참여함으로써 보다 다채로운 공연을 선보일 예정입니다. 관심있는 분들의 많은 참석 부탁드립니다.

- 일시: 12월 14일 (토) 2시~4시
- 장소: 산호세 시티칼리지극장
2100 Moorpark Ave. SJ



이사회 소식

10월 23일(수) 정기이사회를 신관에서 개최하고 다음과 같은 토론과 결의를 하였습니다.

- **관장으로부터** 신규회원 등록 및 갱신을 위한 효율적인 방안 마련의 필요성을 보고 받고, 관련 사항에 대해 보고 받았습니다.

- **이사회에서** 건축 및 펀드 위원회에 이사진이 전원 참가하여 위원회의 활동을 활성화하는 방법에 대해 논의하였습니다.

다음 정기 이사회는 **11월 20일(수) 오후 6시 30분**에 신관에서 개최하오니 회원님들의 참여를 권장합니다.



유니스 전
관장

"아름다운 곳으로 만들어 가는데 ..."

우리 모두는 시민권자, 영주권자, 방문자나 유학생과 같은 신분에 상관없이 한인 이민자라는 이름으로 이 곳을 살아가고 있습니다. 미국이라는 낯선 땅으로 각자 개개인의 이유나 목적으로 온 우리는 항상 외국인이라는 수식어를 어쩔 수 없이 달고 살아가고 있는 것도 사실입니다. 때론 학교에서, 직장에서, 버스나 식당같은 공공 장소에서 불합리한 대우를 받은 경험을 해 보신 분들도 계실 것입니다. 특별히 봉사회에서 사회복지서비스를 이용하시는 많은 분들이 영어로 된 각종 의료 서류 및 공문서를 이해하기도 어렵고, 공공 기관 담당자들을 만나 대화하는 것 또한 여러 과정을 거쳐야하는 불편함을 겪을 때도 많습니다. 시민으로서 미국 정책 관련 투표나 정치인 선출 등에 동참하고 싶어도 투표용지와 안내문이 다른 언어로 오는 것은 물론이고, 미국선거 제도에 대한 이해가 어려워 포기하는 경우도 많이 있습니다.

이와 같이 공공서비스를 이용하거나 시민 참여를 하는데 어려움을 겪는 분들이 본인들의 의사를 표현하고 또한 받을 수 있는 권리를 찾는 방법 중 하나로 인구조사 참여가 있습니다. 매 10년마다 시행하는 '센서스 인구조사'는 미국 정부의 정치인 의석수 결정을 포함한 공적서비스 지원, 아파트나 대중교통 노선도와 같은 도시개발 계획, 치안보완, 학교나 의료시설 건설 등과 같은 지역 사회를 위한 전반적인 의사결정에 중요한 요소로 작용됩니다. 특별히 이 인구조사는 10년에 한번 이루어지기에 이번 기회를 놓치면 향후 10년의 개인적, 사회적인 삶에 영향을 받게 됩니다. 이국땅에서 이민자로서 약자로 간주되기 쉬운 우리 한인들이 더 당당한 목소리를 내고, 당연히 받을 수 있는 권리를 찾기 위해 가장 기본적으로 우리가 할 수 있는 일 중에 하나가 바로 이 센서스 인구조사 참여인 것입니다.

내년 2020년도에 이 중요한 인구조사가 있는 해입니다. 현재 봉사회는 이 지역의 많은 한인분들이 인구조사에 참여할 수 있도록 여러 노력을 하고 있습니다. 회원분들도 인구조사 참여로 미국 이민자로서 누려야할 혜택을 받을 뿐만 아니라, 여러분의 책임과 의무를 다할 수 있기를 권합니다. 그리하여 봉사회와 함께 우리가 살아가는 이 곳을 어려운 분들이 필요한 도움을 받는 동시에 여러 민족과 세대가 조화를 이루는 곳으로 만들어가는데 모두 동참하시길 바랍니다.

한인 업소를 애용합시다!

대장암 예방 관련 세미나



봉사회는 지난 24일(목) InSite Digestive Health Care 병원의 김수진 의사를 초청, 대장암의 원인과 예방법에 대해 알아보는 세미나를 진행하였다.

닥터김에 따르면 대장암은 여러 암 중에서 한국인에게 있어 여성에게는 두번째로, 남성에게는 세번째로 발병률이 높은 암이며, 동시에 사망율도 세명 중 한명으로 예후가 안좋기 때문에 그만큼 예방과 관리가 중요하다고 전하였다. 따라서 대장암을 예방하기 위해서는 식습관을 비롯 생활습관이 큰 영향을 미친다고 전하며, 평소에 가공식품보다는 야채와 섬유질이 많은 곡물 위주의 식사를 해야하며, 매일 규칙적인 운동이 필요하다고 하였다. 그리고 60세 이상이 되면 최소 10년에 한번 대장내시경을 통해 장 건강상태를 확인하는 것을 추천하였다. 봉사회는 향후에도 지역의 다양한 의학 전문의를 모시고 시니어 건강문제 및 예방에 필요한 세미나를 계속해서 진행할 예정이다.

공적 사회복지서비스 혜택 관련 세미나

봉사회는 지난 25일(금) 아시아 법률 협회(ALA)의 전문변호사 Nghi Huynh를 모시고 공적 사회복지서비스(SSI, 메디칼, 메디케어, 푸드스탬프 등)의 혜택에 관한 세미나를 개최했다.

이번 세미나에서는 국가에서 제공하고 있는 공적서비스의 종류와 신청자격, 절차 및 방법 등에 대해 설명하였으며, 아울러 경제적 형편이 어렵지만 국가의 공적서비스 대상에 포함되지 못하는 분들에게 제공되는 카운티의 현금보조 서비스 및 의료서비스 등을 이용할 수 있다는 정보도 제공하였다. 이러한 공적서비스의 대상자들이 영주권이나 시민권 취득에 제한을 받을 수 있다는 ‘공적부담제도(Public Charge Rule)’를 설명하는 시간도 가졌는데 캘리포니아 주정부의 소송이 진행중이어서 현재는 이 법이 바로 적용되는 것은 아니라고 설명하였다. 아시아 법률협회는 앞서 설명한 공적서비스가 부당하게 거절되거나 받다가 중지되는 경우 등, 법적인 도움이 필요할 때 찾아가면 법률상담을 받을 수 있다.



2020 센서스 컨퍼런스

봉사회는 지난 19일(토) 샌프란시스코 커뮤니티 재단, 샌프란시스코 총영사관과 공동주최로 코트라에서 한인을 위한 2020 센서스 컨퍼런스를 개최하였다. 이날 행사는 특별히 베이지역 각 기관 및 단체장들을 포함한 커뮤니티 리더들을 대상으로 “교육자를 위한 교육” 취지로 열렸으며 오전에는 한국어, 오후에는 영어로 세션을 나누어 진행하였다. 당일 컨퍼런스에 100명이 넘는 커뮤니티 멤버들이 참여, 센서스에 대한 한인들의 높은 관심도를 보이기도 하였다.

이날 교육은 연방센서스국의 애런최 파트너쉽 스페셜리스트가 시민참여의 중요성에 대해, 산타클라라카운티의 레이첼 정 아웃리치 전문가는 내년에 있을 선거참여와 변화하는 투표방식에 대해 강의하였다. 지역별 시민참여 독려를 위한 아웃리치의 어려움과 협력방안을 알아보는 그룹토론 시간을 가진 참가자들은, ‘커뮤니티 리더로서 공통의 어려움을 나누고 새로운 아이디어들을 토론하는 의미있는 시간이었다’고 평가하였다. 영어로 진행된 오후세션은 많은 차세대들이 참여, 각계 전문가들과 패널 토론을 통해 센서스와 관련 질의응답하는 시간을 가졌다. 봉사회는 내년 4월 센서스조사 기간까지 한인들의 센서스 참여 독려를 위해 적극적인 홍보 및 교육 활동을 펼쳐갈 계획이다.



후원자 명단

(9/27/19~10/29/19) 산호세 한미노인회, 무명, 최갑규, 최영자, 임선화, 김광수, 윤옥금, 조병숙, 문순호, 김희주, 임영순, 박종화, 박영희, 박애자, 황명숙, 김준배, 김린다, 김순식, 정명희, 이광열, 이영옥, 권성희, 최숙자, 김법제, 김옥영, 신충명, 김복윤, 고정애, 엄계남, IBM

건축 후원자 명단

(8/29/19~10/29/19) 강애니, 이광열1, 이영옥, 한은경, 한국만, 강영숙, 이광열2, 이정희, 김경옥, 표영옥, 이문희, 소냐 잔슨, 예명순, 박봉자, 임순환

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

한미봉사회 소식지 후원자

산호세 한미 노인회

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

한은경
한미봉사회 회원

소냐 잔슨
한미봉사회 회원

한인 업소를 애용합시다!

시니어 웰빙 프로그램 스케줄 (60세 이상) *수업시간은 점심시간을 제외합니다.

봉사회 시니어 웰빙프로그램은 홀로 요리해 식사하기 불편한 시니어들을 대상으로 카운티 영양사의 검증을 거친 균형잡힌 한국식 식단을 제공하는 시니어 영양점심 프로그램(SNP)입니다. 이 웰빙프로그램은 시니어들의 균형잡힌 영양섭취를 지원함으로써 SNP 프로그램 신장은 물론, 지역 사회 시니어들의 고립감을 줄이고 육체적, 정신적 건강 증진을 목적으로 운영하고 있습니다. 아래 프로그램 외에도 공작반, 탁구반(목), 상황영어반 등이 있습니다. ****프로그램은 정원초과 가능성으로 대기자 명단이 있으니 등록에 관한 사항은 봉사회로 문의 바랍니다. (408-920-9733)**

강좌	강좌 개요	자원봉사자 강사	수강료
시니어 영양 프로그램(SNP) (월~금: 11:30~12:00)	균형 잡힌 한국 식단의 점심 프로그램	***	제한된 기부금 \$3
생활영어반 (월/수 9:15 ~ 11:15)	이민 초보자와 시니어들을 대상으로 기초 생활 영어를 배우는 강좌	***	무료
봉사회 시니어 케어 프로그램 (화/수/목/금 10:15 ~ 11:15)	노인정신건강 및 영양관리 교육, 치매예방을 위한 뇌운동, 낙상방지운동요법	김인희 외	무료
**탁구반(초급/중급) (월/수 9:30 ~ 1:15)	정신 및 신체건강 유지를 위해 함께 어울려 탁구를 즐기는 강좌	김경배, 노효진, 이광열	클래스 당 월 \$5
합창반 (월 12:15 ~ 1:15)	한국 가곡 및 각국의 포크송 등 다양한 노래를 배우는 강좌	이상기, 박소정	월 \$5
라인댄스(초급, 중급반) (화 10:15~1:15)	리듬에 맞춰 가벼운 스텝을 배우는 강좌	김창신	월 \$5
클라리넷반(초급, 중급반) (수 10:00 ~ 1:15)	초급부터 중급까지 여러장르 노래로 클라리넷 연주기법을 배우는 강좌	김창신	월 \$5
가요합창반 (수 12:15 ~ 1:15)	노래방 기계에 맞춰 함께 노래하며 즐기는 강좌	하병윤	월 \$5
사군자반 (목 9:45 ~ 11:15)	매, 난, 국, 죽 사군자 그리기를 위한 한국화 기법을 배우는 강좌	에이미 박	월 \$5
우크렐레반 (목 12:15 ~ 1:15)	우크렐레 기초 연주기법을 배우는 강좌	김재덕	월 \$5
한국무용반 (금 9:30 ~ 10:30)	한국 무용의 기초를 배우는 강좌	양은숙	월 \$5
장구반 (금 10:30 ~ 11:30)	장구와 북 등 한국의 타악기 연주법을 배우는 강좌	양은숙	월 \$5
시민권반 (금 12:15 ~ 1:15)	시민권 취득을 위한 서류작성 및 문제풀이, 면접법 등을 배우는 강좌	***	무료 (교재값 \$5)
스마트폰반 (화/금 10:15 ~ 11:15)	스마트폰 기본 활용 기술을 배우는 강좌	*	월 \$5
줄바반 (금 12:15 ~ 1:15)	K-POP 및 즐거운 음악에 맞춰 가벼운 댄스를 배우는 강좌	김인희	월 \$5

일반 서비스 스케줄 (*사전 예약 필수)

서비스	서비스 개요 (월-금 9:00-4:00)
*사회복지 (Public Assistance)	푸드뱅크, 메디칼, 메디케어, 정부 및 반정부 아파트, HSS(간병인 서비스) 신청 및 간병인 교육 등의 복지혜택 상담 제공
*전기/전화요금 할인 및 불평 대행 서비스	일반 가정의 전화요금과 전기요금에 관한 할인 신청 및 관련 서비스 제공
기타 번역 및 통역 서비스	각종 영어 편지 번역 및 설명 서비스 제공



KACS 실리콘밸리 한미봉사회
Community Development and Social Services

KOREAN AMERICAN COMMUNITY SERVICES

1800-B Fruitdale Ave., San Jose, CA 95128

Non-Profit Org
U. S.
Postage Paid
Campbell, CA
Permit No. 27

* 성명 우측 상단에 기재된 일자는
회비만료일 입니다. →→→

* 11월 11일(월)은 재향군인의 날
28일(목), 29일(금)은 추수감사절
로 봉사회 휴관합니다.

<은퇴연금 및 메디케어 관련 1:1 상담 서비스 안내 >

봉사회는 안정적인 은퇴생활을 돕기위해 저소득층 시니어를 대상으로 은퇴연금 및 메디케어 관련, 매월 셋째 화요일 오전, 1:1 상담서비스를 지원하고 있습니다. 개별 상담서비스는 전 IRS 직원인 린 다검 공인회계사가 진행하며, 원활한 진행을 위해 예약이 필수이오니 이와 관련 문의사항이 있거나 상담을 원하시는 분은 미리 봉사회로 연락바랍니다. (문의: 408-920-9733)

<11월 무료 한방 침술 서비스>

- 11월 07일(목): 오전 9시 15분-11시 15분 (김영혜 원장)
 - 11월 14일(목): 오전 9시 15분-11시 15분 (김민정 원장)
 - 11월 14일(목): 오후 3시-5시 (원철호 원장)
 - 11월 21일(목): 오전 9시 15분-11시 15분 (연정미 원장)
- *선착순(10명) 제공됩니다.

<11월 무료 건강 검진 서비스>

- 11월 12일(화): 오전 9시 15분 - 11시 15분
(최미순 간호사)

건강검진 서비스는 혈압 및 혈당 검사를 포함합니다.

*봉사회는 건강검진 의료봉사자를 구하고 있습니다. 관심있는 분은 봉사회로 연락바랍니다.

회원 후원서

성명 (영 문): 생년월일:

주 소:

전화번호: () e-mail:

가족회원 성명(영문): 성별: 생년월일:

본인은 회비로 \$ 을 동봉합니다. 날 짜:

한미 봉사회의 연회비는 일인당 \$20 이며 가족연회비는 \$25 입니다. 회원 기간은 납부일로 부터 1년간 유효합니다.