KACS 실리콘밸리 한미봉사회
지역사회 발전 및 교민의 복리와 권리증진을 위한 봉사
KOREAN AMERICAN COMMUNITY SERVICES

발행인: 이문희
편집인: 유니스 전
1800-B Fruitdale Ave.
San Jose, CA 95128
Tel : (408)920-9733
Fax : (408)920-0542
www.kacssv.org

2019 1월 소식지 est. 1979

노인 당뇨의 예방과 관리 건강 세미나

봉사회는 노인 건강과 밀접한 관련을 가지고 있는 당뇨병에 대한 건강세미나를 아래와 같이 개최합니다. 이날 강의는 "당뇨의 예방과 관리"라는 주제로 스텐포드 메디칼센터의 진이화 간호사 선생님과 아시안헬스시스템의 정이선 간호사 선생님께서 진행하실 예정입니다. 관심있는 분들의 많은 참여 부탁드립니다.

- 아 래 -

- 일시: **1월 25일, 금요일**
  오전 10:15 ~ 11:15
- 장소: 한미봉사회 본관
  1800-B Fruitdale Ave, S.J
- 문의: (408) 920-9733

정월대보름 잔치

봉사회는 2019년 기해년(己亥年)을 맞아 한해의 안녕과 풍년을 기원하는 정월 대보름 잔치를 아래와 같이 개최합니다. 봉사회 각 시니어 프로그램반의 공연과 더불어 맛있는 점심을 제공하고, 노래자랑 및 간단한 경품이 준비될 예정이오니 많은 참여를 바랍니다.

- 아 래 -

- 일시: **2월 16일, 토요일**
  오전 11:00 ~ 오후 1:30
- 장소: 한미봉사회 본관
  1800-B Fruitdale Ave, S.J
- 문의: (408) 920-9733

이사회 소식

12월 19일(수) 정기이사회를 신관에서 개최하고 다음과 같은 토론과 결의를 하였습니다.

-**이사회에서** 예술제 준비모임 및 2019년 계획에 대해 보고받았습니다.

-**관장으로부터** 현 펀딩 현황과 2019년 재정 및 운영계획에 대해 보고받았습니다.

-**이사회에서** 점심영양 프로그램 및 시니어케어 프로그램 활성화를 위한 향후 운영대책에 대해 논의하였습니다.

다음 정기 이사회는 **1월 23일(수)** 오후 6시 30분에 신관에서 개최하오니 회원님들의 참여를 권장합니다.

"근하신년(謹賀新年) – 2019년 기해년(己亥年)새해소망"

김인희 회원

안녕하세요. 한미봉사회 봉사자 김인희 입니다. 한 해를 보내면서 지난 시간을 비추어 봅니다. 한미봉사회에서 새로운 것을 배우는 즐거움도 있었지만, 무엇보다 운동프로그램과 다양한 프로그램에서 회원님들과 함께 어울려서 운동도 하며 웃음가득 행복한 마음으로 보낸 시간들이 얼마나 제 삶을 풍성하게 채웠는지 오히려 감사하게 한 해를 보낸 것 같다는 생각이 듭니다. 새해에도 어려운 이웃들에게 많은 혜택을 줄 수 있는 한미봉사회가 될 수 있도록 더 많은 회원 여러분과 봉사자 여러분이 함께 동참하시길 바래봅니다.

이문희 회장

존경하는 회원 여러분, 봉사자분들, 그리고 후원자들께 새해 인사를 올립니다. 여러분들의 한결같은 헌신과 지지로 실리콘밸리 한미봉사회는 지난해에도 건전히 발전하여 건강한 모습으로 새해를 맞게 되었음을 고백하면서 감사를 드립니다. 이러한 봉사회는 곧 지역사회를 발전시키는데에 한 몫을 한다는 긍지를 가지고 직원 여러분들과 이사님들이 새해에도 더욱 좋은 열매를 거둘 수 있도록 열심을 다할 것입니다. 여러분의 계속적인 성원을 바라면서 다사로움 속에 소망하시는 일마다 복된 결실을 체험하시기를 기원합니다.

이지영 선생님

회원여러분, 안녕하세요. 지역에 거주하는 한인 이민자들의 어려움을 함께 해결하고, 복지서비스 지원을 위해 노력한다는 한미봉사회의 사명에 함께 뜻을 모으고자 지난 10월부터 봉사회 직원으로 일하게 된 이지영이라고 합니다. 앞으로 우리 봉사회가 낯선 이국땅에서 여러분들이 어려울 때 생각나고 찾게 되는 쉼터가 될 수 있도록 함께 노력해나가겠습니다. 2019년 더욱 단단해지고 발전되어지는 봉사회가 될 수 있도록 회원 여러분들의 많은 참여와 관심 부탁드립니다. 2019년 가내 두루 평안하시고, 건강한 한해 되시기를 기원드립니다.

산타선물잔치

봉사회는 지난 12월 21일(금) 오후 2시부터 산타선물잔치(Santa's Toy Give-Away)를 본관에서 개최하였다. 본 행사에는 근린 지역의 250여명이 넘는 어린이들과 부모들이 함께 참석하여 본관의 홀을 가득 채웠다. 산타선물잔치는 20여년이 넘는 전통의 토이스퍼 탓스와 비슷한 성격을 가진 행사로 매년 저소득층과 근린 이웃 아동들에게 선물을 전달하는 행사이다.

봉사회 직원들과 봉사자들은 장난감의 분류에서 부터 행사장 장식, 다과 제공, 그리고 선물운반 및 전달 등 모든 행사 준비를 직접 하였으며, 특별히 이번 행사는 이화여대 동문회 및 개인 등의 후원으로 추첨을 통해 상품권을 어린이들에게 나누어주어 행사를 더욱 풍성하게 진행할 수 있었다.

또한 이날 행사는 봉사회 시니어 프로그램 참여자들과 시니어 봉사자들은 물론 고등학생 및 대학생들을 포함한 다양한 봉사자들이 참여하여 지역 이웃을 위해 여러 세대가 함께 돕고 참여하는 행사가 되었다.
봉사회는 추수감사절, 산타선물잔치 등과 같이 근린 이웃들과 나누는 행사를 지속적으로 개최하여, 미국 내에서의 한인의 위상을 높이고 더불어 살아가는 봉사회 정신을 실천하고 있다.

공적부조(Public Charge) 세미나

봉사회는 지난 7일(금) 아시안법률기관(Asian Law Alliance)의 이민 전문변호사를 초청하여 공적부조(Public Charge)에 관한 세미나를 개최하였다. 이날 세미나에서는 공적부조란 무엇이며, 변경되는 이유, 이민자들에게 미치는 영향 등에 대해 설명하였다.

공적부조 수혜자란 정부보조금에 의존하여 생활하는 사람들을 가리키는 용어로 현재는 장기양로원에 입양되어 있거나 금전보조로 생활을 하는 사람을 포함한다. 현재 법상으로는 이러한 혜택을 받다가 영주권을 신청하려고 하거나 영주권자로 해외장기 거주자에게 미치는 영향이 없지만, 바뀌는 법은 향후 공적부조의 사항도 확대될 뿐 아니라 이런 혜택의 수혜자가 영주권을 신청하거나 국외에 오래 머물다가 재입국하는 영주권자들에게 영향을 미칠 수 있는 것을 포함한다.

이날 세미나를 진행한 변호사는 법이 바뀌어 실행되기까지 몇달 혹은 더 길게 걸릴 수 있으니 현재 이러한 혜택을 받고 있는 분들은 법이 실행될때까지는 걱정하지않아도 된다고 전하였다. 봉사회는 변경되는 이민법이나 사회복지혜택 세미나를 통해 이민자로서 필요한 정보를 얻을 수 있도록 지역커뮤니티를 대상으로 지속적으로 교육을 실시하고 있다.

후원자 명단 (12/03/18 ~ 12/23/18) (12/03/18 ~ 12/23/18) 산호세 한미노인회, 강애니, 심원용, 김정훈, 이장호, 최연홍, 최승순, 문상만, 문순혜, 백영옥, 장세실리아, 구정회, 문성원, 윤순정, 선명헌, 선삼옥, 전선옥, 박정숙, 김경옥, 잔슨소냐, 잔슨에드워드, 이혜자, Frank G. Pichay, 박인자, 윤순하, 김인희, 곽정연, Carol Garvey, 시온영락 교회, 임마누엘 교회, 이화여자대학교 동문회, IBM

건축 후원자 명단 (11/01/18 ~ 12/23/18) 무명, 기부함, 이종옥, 예명순, 김철, 석옥희, 백영옥, 김인희, 이상운, 표영옥, 유노미, 김성자, 김제임스 J, 수잔 박, 제니퍼 박, 강애니, 제니퍼 이, 박인자, 현영, 표영옥, 이광열, 노선희, 한은경, 한국만, 안재호, 용선빈, 최금연, 장승희, 정순현, 이정자, 박봉자, 김태임, 한영숙, 한인희, 이인숙, 박희자, 쟌슨소냐, 쟌슨에드워드, 강영숙, Hong Sok Petroni, Nelso J Petroni, Mark Misura, Jane S Fukuda
(상세한 내용의 후원자 명단은 본 관에 항상 게시되어 있으며 명단에서 누락된 후원자들은 연락바람.)

<건축 기금 모금 캠페인 현황: $160,906.94(12월 26일 기준)>

지난 2018년 한해도 실리콘밸리 한미봉사회를 위해 후원해 주신 모든 회원분들, 각기 기부자들, 종교 기관을 포함한 각종 기관 및 단체에게 진심으로 감사의 말씀 드립니다. 앞으로도 봉사회의 사업에 관심을 가져주시고, 지역 사회를 위해 지속적인 도움과 후원 또한 부탁드립니다.

한미봉사회 소식지 후원자

산호세 한미 노인회	유노미	김정희
1099 N. 4th St. San Jose, CA 95112	한미봉사회 회원	한미봉사회 회원

2019년 고령 시니어를 위한 KACS 케어 프로그램 연중운영계획

1. 프로그램의 목적

저소득 고령 시니어들의 사회복지 관련 상담, 건강과 관련한 다양한 교육 및 꾸준한 운동 프로그램을 통해 시니어케어에 대한 원스톱 서비스를 제공함으로써 사회적 고립을 예방하고, 건강한 노후생활을 도모함.

2. 프로그램의 목표

- 각종 사회복지상담 및 사례관리와 교통편 제공 등 심리적, 경제적 서비스를 지원
- 치매예방 프로그램을 통해 치매에 대한 불안감을 완화하고, 인지 기능 강화 뇌운동 방법 학습
- 식생활 지침 및 영양관리 교육을 통해 어르신들의 건강한 식생활을 도모
- 노인 정신건강 교육을 통해 노년기에 나타나는 정신건강의 문제를 이해하고 대처방법을 학습
- 낙상방지 교육을 통해 위험요소를 인식하고, 낙상사고로 인한 2차 피해를 사전에 예방
- 지속적인 운동요법을 통해 활동량을 늘리고, 신진대사의 원활한 흐름을 유도하여 건강 증진

3. 서비스 대상 모집 및 선정 기준

- **모집 인원** : 참여를 희망하는 어르신 25명 (정부아파트 거주 어르신 우선 등록)

** 프로그램은 정원초과 가능성으로 대기자 명단이 있으니 등록에 관한 사항은 봉사회로 문의 바랍니다. (문의: 480-920-9733)

- **모집 일정** : 연중

4. 프로그램 : 주중 4회(화-금) 10시 20분 - 11시 10분

분기	프로그램명	프로그램 내용
1분기 (1월-3월)	치매예방 교육	치매에 대한 이해 및 예방을 위한 뇌훈련 등
	운동요법	스트레칭, 댄스 등
2분기 (4월-6월)	영양관리 교육	식습관 지침 및 영양관리 중요성 등
	운동요법	스트레칭, 댄스 등
3분기 (7월-9월)	정신건강 교육	노년기 정신건강 문제 및 관리법 등
	운동요법	스트레칭, 댄스 등
4분기 (10월-12월)	낙상방지 교육	낙상 위험요소 제거 및 방지 요령 등
	운동요법	스트레칭, 댄스 등

<시니어 영양 프로그램 안내>

KACS CARE 프로그램 수강자들은 프로그램 후 이어지는 시니어 영양 프로그램(SNP)을 함께 참여하여 카운티 영양사의 검증을 거친 영양가있고 균형잡힌 한국식 식단으로 영양관리도 함께 할 수 있습니다.

한미봉사회 소식지 후원자

이혜자 한미봉사회 회원	한은경 한미봉사회 회원	소식지를 이메일로 수신하길 원하는 분은 뒷면 회원후원서에 이메일 주소와 함께 수신여부를 표기하셔서 봉사회로 보내주시길 바랍니다.

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. →→→

1월 1일(화)은 신정, 21일(월)은 연방 공휴일(마틴루터킹의 날)로 휴관합니다.

<노인 아파트 밴 운영을 위한 중고밴 기부자를 찾습니다.>

봉사회는 현재 주 5일, 8개 노인아파트에 밴 운영을 통해 독거노인들을 직접 모셔와서 치매 예방을 비롯한 각종 건강 증진 및 고립감 해소를 위한 사회활동 프로그램, 노인점심영양 프로그램 등을 제공 중입니다. 프로그램을 필요로 하는 분들이 늘어남에 따라 더 많은 지역의 노인 아파트에 거주하는 분들을 모셔오기 위해 추가로 중고밴이 필요한 상황입니다. 지역에 홀로 사는 노인분들의 고립을 방지하고, 어려운 분들을 돕는 일에 함께 동참해 주실 분들의 도움을 기다립니다. 문의: 관장 유니스 전(408-920-9733)

<1월 무료 한방 침술 서비스>

- **1월 3(목): 오전 9시 15분 – 11시 15분**(김영혜 원장)
- **1월 10일(목): 오후 3시 – 5시**(원철호 원장)
- **1월 23일(수): 오전 9시 15분 – 11시 15분**(배상호 원장)
- **1월 24일(목): 오후 3시 – 5시**(원철호 원장)

*선착순(10명) 제공합니다.

<1월 무료 건강 검진 서비스>

- **1월 8일(화): 오전 9시 15분 – 11시 15분**
  (최미순 간호사)
- **1월 16일(수): 오전 9시 15분 – 11시 15분**
  (북가주간호사협회)

건강검진 서비스는 혈압 및 혈당 검사를 포함합니다.

회원 후원서

성명 (영 문): _____ 생 년 월 일: _____

주 소: _____

전 화 번 호: ( ) _____ 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.