

## 제6대 이상권관장 취임

안녕하십니까?

횡성군장애인종합복지관은 횡성군과의 위수탁에 따라 사단법인 횡성군장애인협회에서 앞으로 5년간 운영하게 되었으며  
저는 2022년 1월 1일자 횡성군장애인종합복지관 관장으로 임명받은 이상권입니다. 코로나19로 어렵고 힘든 환경  
속에서도 지혜롭게 극복하시고 장애인 복리증진을 위해 애쓰신 이용자님! 후원자님! 그리고 자원봉사자님께 깊은 감사의  
인사를 드립니다. 여러분들의 관심과 사랑 덕분에 우리 복지관이 잘 운영될 수 있었습니다. 코로나19의 엄혹한 사정이  
임인년 새해를 맞아 호전되리라 믿어보면서 희망을 품어봅니다.

이용자님! 후원자님! 자원봉사자님! 여러분들의 아낌없는 지원과 관심과 사랑을 계속 보내주실 것을 간곡히  
부탁드리겠습니다. 2022년 임인년 새해 검은 호랑이의 해를 맞아 가정 가정마다 복 많이 받으시고 건강하시고 소망하시는  
모든 일 꼭 이루시길 기원드립니다. 감사합니다.

2022. 1 횡성군장애인종합복지관장 이 상 권



## 따뜻한 겨울나기 난방 지원

동절기 난방취약가구를 대상으로 따뜻한 겨울을 지낼 수 있도록 난방 지원을 하였습니다. 난방 지원에는 명품주유소, 경동연탄에서 함께 해 주셨고,  
운동장해장국 외 17개 사업체, 한국전력횡성지사, 횡성중앙장로교회, 현대1%나눔재단, S-oil, 한국석유관리원강원본부에서 도움을 주셨습니다.  
난방유를 지원받은 어르신은 “이번 겨울 추위는 어떻게 날까 걱정도 많이 되고 난방비가 부담이 돼서 이불을 여러 겹 덮고 잤는데, 이렇게  
도움받게 되어 너무 고맙습니다” 라고 하셨습니다. 소외된 이웃을 위해 도움주신 분들이 있어 올 겨울도 따뜻하게 보낼 수 있습니다. 감사합니다.



## 『나도 가수다』 2021년 노래교실 이용자 노래자랑

2021년 12월 23일(목) 복지관 문화예술사업 노래교실에 참여하는 이용자분들을 모시고 노래자랑 『나도 가수다』를 진행하였습니다. 트로트, 발라드, 댄스곡 등 그동안 배웠던 노래 솜씨를 뽐내보았습니다. 이름을 호명하기도 전에 긴장하는 분들도 많았지만, 다른 분들의 노래에 흠뻑 취하기도 하고, 함께 따라 부르며 춤도 추는 등 그 어느때보다 밝고 즐거워하는 이용자분들의 모습을 볼 수 있습니다. 가창력, 가사 전달력, 쇼맨십(무대장악력)으로 심사를 진행한 결과 이현모님이 최우수상을, 김영혜님이 인기상을 수상하였습니다. 수상하신 두 분께 진심으로 축하의 말씀을 드리며, 한 해 동안 방역수칙 잘 지켜 주시고 노력해 주신 노래교실 이용자 분들과 곽호근 노래교실 선생님께 감사의 말씀을 드립니다. “노력하는 자는 즐기는 자를 이길 수 없다!” 한 해 동안 진심으로 노래를 좋아하고 즐겨한 이용자분들이 이번 노래자랑의 진정한 주인공입니다!



## ‘오늘을 내가 백종원, 최현석, 김수미’ 제4회 당당한 요리경연대회



2021년 12월 15일(수) 여성장애인복지증진을 위한 요리교실 이용자를 대상으로 제4회 당당한 요리경연대회를 진행하였습니다. 이번 요리대회의 주제는 진행했던 요리 중 가장 인기 있었던 “떡갈비”로 선정되었습니다. 이번 대회는 전과 달리 개인전으로 진행되며 오로지 본인의 실력으로 평가 받기 때문에 긴장하기도 하고, 더 적극적으로 조리하는 등 평소와는 다른 이용자분들의 모습을 발견 할 수도 있었습니다. 4명의 심사위원이 조리, 위생, 맛 세 부분을 평가한 결과, 이순재님께서 최우수상을 수상하였습니다. 가정에서도 두 아들을 위해서 요리를 하신다는 이순재님께서 이번 수상에 진심으로 기뻐하셨습니다. 다시 한 번 축하드립니다. 진행에 도움을 주신 원선옥 요리교실 선생님과 한정임 자원봉사자님, 그리고 일 년 동안 함께 해 주신 이용자분들께 감사 말씀을 드리며 내년에도 맛있는 요리를 함께 만들 수 있도록 노력하겠습니다. 내년에 만나요~

## 2021년의 탁구왕 & 술런 마스터

12월 17일과 21일 양일에 걸쳐 2021년 프로그램의 대미를 장식하는 술런대회와 탁구대회가 열렸습니다. 본 대회는 프로그램 이용자 외 모든 장애인분들이 참여할 수 있는 기회를 만들어보고자 지역 내 유관기관과 함께 추진하였습니다.

탁구대회는 공평한 경기를 위해 참여자 간 핸디캡을 적용하여 친선경기 형식으로 진행되었고, 술런대회는 토너먼트 경기를 통해 승부를 겨뤘습니다. 참여자분들 모두 우승과 상품에 대한 열정으로 2021년 한 해 동안 갖고 닦은 실력을 마음껏 뽐내며 최선을 다해 참가하는 모습을 보여주었습니다. 승패와 상관없이 마음껏 스포츠를 즐길 수 있는 기회가 되어 모두의 축제가 될 수 있었습니다. 2022년에는 더 월등한 실력으로 수준 높은 경기를 펼칠 수 있기를 기대해 봅니다.



## 11~12월 횡성장북 다시보기

**기능강화지원팀 2021 부모교육** 12월 9일 기능강화지원팀에서는 장애자녀를 둔 보호자 12분을 대상으로 2021 부모교육을 진행하였습니다. 코로나19 방역 수칙을 준수하며 <발달장애아동을 위한 인지발달 전략>이라는 주제로 강릉 힐센터장 강인향 교수님께서 대면 교육으로 진행하였습니다. 자녀 양육 시 직면하는 문제들을 질의하고 그에 대한 해결 기법을 배워보는 소중한 시간이었습니다.



**무료급식소 김장지원** 11월 9~10일 양일간 복지관 무료급식소에서 사용할 김장담그기를 진행하였습니다. 약200포기 분량으로 예년보다 적은 양이었지만, 많은 후원자분들께서 도움을 주어 풍족하게 김장김치를 담을 수 있었고, 사회복지대학 봉사단 회원분들이 추운 날씨 속에서도 급식소에서 맛있게 드실 이용자분들을 생각하며 재료 손질부터 김치를 완성하는 순간까지 도움을 주셨습니다. 후원해주시고 수고해주신 모든 분들께 감사드립니다.



**신나는 예술여행** 11월 9일 한국문화예술위원회가 후원하고 한국장애인복지관협회가 협력한 신나는 예술여행사업으로 위플레이프로덕션의 「뚝딱하니 용궁」 공연이 열려 복지관 이용자분들과 즐거운 시간을 보낼 수 있었습니다.



**꿈빵** 강원도장애인복지증진사업 공모사업 선정으로 여성장애인의 제과제빵 기능 향상을 위한 꿈을 꾸는 제빵사 “꿈빵” 프로그램을 하반기 동안 운영하였습니다. 총 14가지의 빵을 만들며 각 빵마다 필요한 재료를 정확히 계량하고 반죽하며 막연했던 제빵을 알아갈 수 있었습니다. 오늘은 어떤 빵을 만들지 라는 기대감으로 하루도 빠짐없이 참여하며 제과제빵과 친해지려고 노력했습니다. 처음에는 실수도 많이 하고, 맛도 모양도 알 수 없는 빵을 만들었지만 몇 번의 시행착오를 겪으며 빵다운 빵을 만들어 낼 수가 있었습니다.



## [집에서 따라하는 자가 운동법]

## - 겨울철 실내 운동 - 호흡운동 편 &lt;풍선불기&gt;

① 마음에 드는 색상의 풍선과 타이머를 준비합니다.

(시계를 보고 시간을 확인해도 됩니다.)

② 5초~10초 동안 풍선을 터트리겠다는 마음으로 불어줍니다.

③ 잠시 쉬었다가 다시 풍선을 불어줍니다. 3~5번 반복합니다.

④ 어지러울 수 있으니, 횟수 및 시간을 개인에게 맞게 조절해서 해주시기 바랍니다.

\* 운동효과 : 호흡기능 강화 / 구강운동에 도움



## 섬강이야기 Quiz!

2021년을 마감하면서 가족문화지원팀에서 진행한 평생학습프로그램 중 지난 1년간 같고 닮은 실력을 보여 줄 수 있는 자리가 마련되었습니다. 다음 중 가족문화지원팀 프로그램 중에서 자체 대회를 진행하지 않은 프로그램은 무엇일까요? (객관식)

1) 파크골프 2) 요리교실 3) 술런 4) 노래교실 5) 탁구교실

정답

이 름 :

연락처 :



## ▶ 59호 퀴즈 당첨자 : 고순자, 박양숙, 양우석

- 정답자 3분을 추첨하여 복지관 아미카페 음료쿠폰(5,000원) 또는 모바일 상품권(5,000원)을 상품으로 드립니다. (이름, 연락처 꼭 적어주세요.)
- 퀴즈 정답 제출은 복지관 1층 아미카페 앞 추첨상자에 넣어주세요.
- 방문 응모가 어려운 분은 전화를 통해 접수 가능합니다. 033-345-7341로 연락주시면 도와드리겠습니다.
- 복지관 블로그를 통해서도 응모 가능합니다. 네이버에 “횡성군장애인종합복지관”을 검색하고 소식지 게시글에 댓글로 응모해주세요. \* 추첨일 2022년 2월 10일

## 나에게 힘이 되는 복지정보 2022년 새롭게 개선/추진되는 장애인 복지정책

- 돌봄지원 : 활동지원서비스, 발달 장애인 지원 확대
- 소득 : 일자리 지원 : 장애 아동 수당, 일자리 확대, 소득 활동 종합 조사
- 장애 등록 개선 : 심사 자료 제출 간소화, 장애진단서 발급 범위 확대 등
- 건강 : 생활 지원 : 재활병원 인프라 강화, 장애 친화 건강검진기관 확대 등
- 인권강화 : 장애인 학대 대응 및 인식개선, 편의시설 평가 및 인증 등



### 11~12월 착한이웃 명단

#### 금전후원

고미경 고치용 곽순옥 구분남 구승희 권종순 권혜정 김길환 김동교 김동규 김동표 김문희 김미숙 김미영 김미자  
김민수 김상구 김성오 김수진 김숙인 김승태 김시현 김연옥 김영미 김옥남 김완수 김원정 김은숙 김이숙 김정미  
김정애 김종곤 김주영 김준기 김준석 김지윤 김진숙 김차희 김창배 김필기 김형옥 김혜숙 김혜진 남기석 남기호  
남윤서 도학준 류기섭 명필주 문현숙 박동선 박상우 박우홍 박중우 박진동 방옥열 배윤희 백영선 변상덕 서정식  
서현식 송석구 신경순 신명균 신미라 신비아 신인섭 안신영 안옥선 양명모 양진주 오세우 오수근 오원종 오원택  
오태환 용강은 원동규 원순연 원영국 원영석 원종호 유경순 유제호 윤광호 윤석운 윤은숙 이경미 이계화 이군섭  
이기성 이대균 이돈희 이명희 이병진 이상진 이술인 이승희 이연숙 이영규 이영철 이원진 이은숙 이일구 이재용  
이정립 이정우 이종현 이증제 이진영 이진옥 이철영 이춘애 이필덕 이호근 장성구 장웅진 장원덕 장진희 장태종  
전미경 전영규 전오현 정병돈 정병호 정영 정운갑 정원주 정운석 정진익 정혜영 조규식 조만희 조병래 조성목  
조원용 조운숙 조인숙 조정원 주금석 채수형 최규만 최동섭 최승연 최승진 최정숙 최정인 하남신 한동순 한문희  
한유리 한창수 허만용 허정미 홍기옥 (주)강원이앤씨 GS카덴샵 ObarCafe 강원전기 강태원복지재단 경동연탄&아이스크림  
골드셀한국금거래소황성점 국민건강보험공단서울강원지역본부 굿피플안경원 남매카페 대성가설재 대원식품 델마트정육점  
동양방재기술 롯데리아 사람과환경 선덕의료재단 선진아이앤디(주) 알파횡성점 어사촌 우리전업주식회사 운동장해장국  
저문강에살을씻고 지호측량설계사무소 차이원 키즈마루 탐모터스 푸드뱅크 한국석유관리원강원본부 한국전력공사황성지사  
함께하는사랑밭 황소해장국 황성익스프레스

#### 물품후원

경동연탄&아이스크림 알파횡성점 푸드뱅크 한국석유관리원강원본부

#### 자원봉사자

강명희 강주연 고연순 김경란 김경화 김명자 김봉희 김숙자 김순자 김예림 김옥선 김옥환 김인정 김재율 김태순  
명필주 문순복 민복희 민시우 박소현 박순자 배연순 서병강 서장현 안광례 안영순 안윤옥 유영자 이금순 이명철  
이명희 이병남 이상순 이연옥 이옥선 이용진 이인남 이종호 이현옥 전영길 정숙철 정윤자 조광숙 조영숙 조춘자  
최금숙 최나연 최명옥 최인순 한은정 한정임 한창수 한현정 허남향 허애자 허정순 홍근표 홍말금

#### 후원종류

**일반 후원** 장애인을 위한 전체 복지사업  
**결연 후원** 후원자가 직접 장애인에게 생  
활비 및 물품 지원  
**지정 후원** 특별히 지정된 프로그램  
운동을 위한 지원  
**물품 후원** 각종 물품 지원  
**모금함 후원** 제작된 저금통을 관내 유관  
기관 및 사업장등에 비치

#### 후원계좌

**예금주: 횡성군장애인종합복지관**  
**농협** 301-0303-0791-31  
**우체국** 200162-01-010124  
**신협** 131-021-529360  
**새마을금고** 9002-1986-2252-6  
**후원문의 전화**  
☎ 033) 345-7341~2 (운영지원팀)

#### 자원봉사안내

**참여대상** 학생 (중학생 · 고등학생 · 대학생), 주부, 직장인, 전문가 등 장애인에게  
따뜻한 나눔의 마음으로 다가설 수 있는 개인과 단체, 모두 가능합니다.  
**참여방법** 전화나 방문 또는 인터넷으로도 신청 접수가능 합니다.  
**활동영역** ▶노력봉사: 관내 운동보조, 식사 및 주방보조, 방과후교실, 계절학교(방학중),  
직업훈련 작업보조, 특별활동 지도, 자료실 자료정리, 행정업무지원, 치료보조 등  
▶전문봉사: 양방 및 한방진료, 이마용, 발마사지, 특별활동  
(미술, 음악, 글쓰기, 체육 등)  
▶방문봉사: 가사지원(일반찬 조리, 청소, 빨래 등),  
방문이마용서비스, 학습지원 (학습지도, 컴퓨터지도)

모집기간 연중수시



사단법인 횡성군장애인협회  
**횡성군장애인종합복지관**  
Hoengseong-gun Rehabilitation Center

횡성군장애인종합복지관은  
지역 내 모든 장애인이 이용할 수 있습니다.  
문의 033) 345-7341~2  
시간 월~금 (09:30~17:30)

