사회복지시설 탐방 ⑧ 포천자혜원 원장 최 영 식

어르신들의 편안하고 행복한 삶의 지킴이

치매, 중풍 등 전문요양을 필요로 하는 노인들이 입소해 생활하고 있는 전문요양원(원안은 최영식 원장).

"자혜의 집은 죽엽산 기슭의 양지바른 곳에 자리잡고 있으며, 주위의 손길이 미치지 못하는 노인을 보호하며 평안한 삶을 살 수 있도록 보살펴주고 있습니다"

자혜의 집(원장 최영식)은 포천시 가산면 금현리에 위치한 사회복지법인으로 양로원 및 요양원, 전문요양원 등이 위치한 시설이다.

자혜의 집은 양로원에 66명(수급자 42, 실비 24)과 요양원에 70명(수급자 57, 실비 13), 전문요양원에 12명(수급자 8, 실비 4)명 등 65세이상 노인 148명이 입소해 있으며 최영식(61·원안사진) 원장을 비롯해 34명의 직원이 근무하고 있다.

포천자혜원은 ▶1959년 7월 13일 재단법인 서울 자혜원으로 설립 ▶1973년 1월 22일 의정부시 신곡동 507번지로 사업장 이전 ▶1989년 7월 5일 시설명칭을 서울 자혜원→'자혜의 집'으로 변경 ▶1996년 11월 19일 노인복지시설 설치허가(포천군 제1호) ▶2000년 3월 22일 개원통보(포천군청) ▶2001년 5월 2일 서울자혜원→포천자혜원 정관변경 등의 과정을 거쳐 현재의 모습에 이르렀다.

최영식 원장은 "65세 이상의 노인으로서 생활보호 대상 및 부양의무자로부터 부양받지 못해 거택보호를 받기가 힘든 노인을 입소시켜 무료로 급식, 치료 등 일상생활에 필요한 편의를 제공하고 있다"고 설명했다.

자혜의 집은 양로원과 요양원, 전문요양원이 위치해 있는데 각 시설들을 살펴보면 다음과 같다.

양로원은 연중 ▶건강교실(게이트볼, 물리치료) ▶취미교실(민요교실, 종이접기, 텃밭가꾸기) ▶치매교실(늘푸른교실) ▶지역문화탐방교실(역사탐방) ▶일일야유회 ▶목욕서비스 ▶생일잔치 등의 프로그램으로 운영된다.

요양원의 경우 ▷연중 ▶새해맞이(1월) ▶설날 전통놀이, 척사대회(2월) ▶봄 야유회(4월) ▶어버이날 행사(5월) ▶가을야유회(10월) ▶성탄절, 송년의 밤(12월)과 ▷매월 ▶생일잔치 ▶이·미용 서비스 ▶시장보기를 실시하고 있으며 등 심신의 건강을 유지할 수 있는 프로그램을 운영한다. 또 주간에는 목욕서비스, 청춘교실 물리치료, 기독교 예배, 수지침, 산책, 주일예배 등을 실시하고 있다.

한편 정식 개원은 하지 않았지만 요청자가 쇄도해 임시 운영하고 있는 전문요양원은 중증치매, 중풍 등 전문적인 치료를 필요로 하는 대상자들이 입소해 생활하고 있다.

최 원장은 "자혜의 집은 평상시 노인들의 생활지도 및 상담, 의료서비스 급식 및 위행관리, 여가선용 프로그램으로 운영되고 있다"며 "직원 모두가 입소 노인들을 위해 편안한 노후를 보낼 수 있도록 최선을 다하며 봉사하고 있다"고 말했다.

자혜의 집에 근무하는 직원은 최영식 원장을 포함해 간호사, 생활지도원, 조리원, 세탁원 촉탁의사 등으로 구성돼 있다.

최 원장은 "자혜의 집은 포천시에서 위탁 운영하는 시설로 운영비 대부분을 국가에서 지원 받고 있지만 현실적으로 난방비 등 연료비의 부담이 연간 4천~5천만원 정도로 크다"고 밝혔다.

이어 "연료비의 경우 노인시설에는 겨울뿐 아니라 여름에도 항상 보온을 해야하는 특성상 시설운영에 부담이 되고 있는 것이 사실이어서 현실적인 보조가 필요하다"고 덧붙였다.

한편 자혜의 집의 경우 지속적인 자원봉사가 필요한 시설로 관내 각급학교학생들의 지속적인 방문과 일반 봉사자들의 방문이 이루어지고 있다. 최 원장은 "자원봉사자들이 노인을 공경하는 봉사정신으로 시설을 운영하는데 도움을 주고 있는 것이 사실이다"며 "목욕봉사 등 몇 몇 자원봉사의 경우 현실적으로 남성 봉사자의 수가 적어 수요가 필요하다"고 밝혀 다양한 계층의 참여가 필요한 것으로 나타났다.

한편 자혜의 집 운영에 대해 최 원장은 "본 시설이 연간 지원받는 운영비는 13억원 정도(2004년 기준)로 지난해까지 중앙정부 70%, 도비 15%, 시비 15%로 분담해 지원받던 운영비가 올해부터는 중앙정부 50%, 도비 25%, 시비 25%로 조정되는 분권교부제가 시행될 예정이다"며 "지방 재정의 분담율이 높아지면서 올해부터 운영되는 전문요양원의 활성화에 지장을 초래할 수도 있다"고 우려했다.

후원 : 농협중앙회 585-01-007431(포천 자혜원)
문의 : 031-543-3980

지혁배 기자 94spice@hanmail.net

포천쉼터

말실수

석 혜 승
보문정사주지

말 이란 입 밖으로 나오면 다시는 담을 수 없다. 조심해야 한다. 말하는 사람의 의도와는 다르게 듣는 사람의 입장에서는 상처가 되는 말들이 많다. 무심코 던진 돌에 개구리가 죽는다는 말이 있듯이 화가 나서 한 말, 무의식중에 한 말, 농담으로 한 말 등 진의가 담기지 않은 말에도 사람들은 깊은 상처를 입는다.

얼마 전 고마움을 표한다고 나름대로 한 마디 한 것이 화근이 되서 상대방을 당황하게 만든 경험이 있다. 나름대로는 농담이었는데 웃기지도 않았나보다. 해명할 만큼 큰 실수 같지는 않아서 그냥 넘어 갔지만 그 당황해 하는 모습이 쉽게 머리를 떠나지 않았다.

그날 이후, 말하기로 작심하고 하는 말 보다 무심코 하는 말을 더 조심해야겠다는 다짐을 한 번 더 하게 되었다. 아울러 화가 나서 하는 말, 농담 삼아 하는 말, 무의식적으로 하는 말들을 아직도 가슴에 담아 두고 있는 것은 없는지 다시 한번 성찰해보게 되었다.

무심코 돌을 던져서도 안되지만, 무심코 던진 돌에 죽을 수도 있는 개구리가 되어서는 더 안되겠다는 생각과 더불어...

필자연락처 031-542-0032

자원봉사활성화 위한 자원봉사단체장 간담회

포천시자원봉사센터는 지난 24일 포천시청 3층 대회의실에서 포천시 자원봉사활성화를 위한 자원봉사단체장 간담회를 개최하고 2005년 자원봉사센터의 운영방향 및 계획에 관해 논의했다.

박윤국 포천시장과 강태선 포천시의회의원이 참석한 가운데 진행된 이날 간담회에는 각 단체의 단체장 및 관계자 32명이 참석했다.

포천시자원봉사센터는 이날 간담회에서 ▶자원봉사대학(치유 레크리에이션) 개설 ▶자원봉사 마일리지 시스템 사용자 교육 ▶전문문화봉사단 구성 ▶2005 경기 북부 자원봉사 엑스포 개최 ▶2005 자원봉사센터 사업계획 등을 발표하고 참가 단체들의 의견을 들었다.

특히 이날 간담회에서는 ▶2005년도의 주요사업을 실행하기에 앞서 지역에서 각각 이루어지고 있는 자원봉사 활동의 일원화를 통한 효율적이 자원봉사의 필요성 ▶의료·법률·재정지원 후원회 등을 조직하는 방안 ▶자원봉사 단체뿐 아니라 일반시민들에 대한 자원봉사 의식형성 등 자원봉사 활성화를 위한 의견이 개진됐다.

지난 24일 포천시자원봉사활성화를 위한 자원봉사단체장 간담회에서 강태선 포천시의회의원이 인사말을 하고 있다.

지혁배 기자 94spice@hanmail.net

"지역위해 일하는 사람들 돕는데 앞장서겠다"

3월28일, 정심장학회 2005년 정기총회

지난 28일 2005년 정기총회를 마치고 함께한 정심장학회원들.

지역의 유지로 구성된 정심장학회(회장 이주석)는 지난 28일 오전 11시에 2005년 정기총회를 개최하고 2004년도 결산보고 및 2005년 사업계획 등을 밝혔다.

이날 결산보고를 통해 2003년도 이월금 947만90원, 2004년도 수입은 1천105만2천원, 지출은 1천129만2천원으로 현재 잔액은 923만90원으로 보고됐으며 수입내역은 회비수입이 1천100만원, 원가이자 수입이 5만2천원이다.

지출내역은 장학금 지급이 639만1천200원, 자율방범대 격려금이 30만원, 의용소방대(남,녀) 격려금 60만원, 해병전우회 격려금 30만원, 불우이웃돕기 성금(직동리 1명, 이동교2리 1명, 송우리 1명, 고모2리 1명, 송우3리 1명,여울회) 100만원, 노인정 유류대 50만원, 읍민의 날 체육대회 50만원, 회원식대 102만7천원,제1·2회 포천민속경기대회 화환 및 화분 16만원, 이기양 총무 탁구연합회장 취임 화환 10만원, 황봉석 회원의 아들 대령승진 축하 화분 5만원, 조복현 회원 포천시 태권도 회장취임 화분 6만원, 백관영 전임회장 감사패 8만원, 김석수 회원 아들 결혼 축의금 20만원, 행정비(전화부 코팅) 2만3천800원 등이다.

이날 총회에서 이주석 회장은 인사말을 통해 "정심장학회가 지역사회에서 역할을 다할 수 있도록 더욱 노력하겠으며 회원여러분들의 뜻이 우리사회에 잘 전달되도록 노력하겠다"고 밝혔다.

이날 회의에 참석한 회원들은 한마음으로 기념촬영도 하며 2005년에도 전년도와 같이 적극적인 봉사를 위해 노력해 나가기로 다짐했다.

김영복 기자 best114@paran.com

소방관의 또 다른 이웃사랑

포천소방서 마리아의 집 봉사활동

포천소방서 소방대원들이 마리아의집을 찾아 봉사활동을 펼치고 있다.

포천소방서(서장 최덕기)는 지난 28일 포천시 신북면 소재 지체장애인 보호시설인 마리아의집에서 소방공무원 16명이 참여한 가운데 지체장애노인 17명을 대상으로 따듯한 봉사활동을 펼쳤다.

이날 봉사활동은 지체장애인들의 목욕봉사 및 이불·의류를 세탁하여 겨우내 묵은 때를 씻어냈고 구급대원은 지체장애인을 대상으로 건강검진을 실시했다.

소방서 관계자는 "작년 1월부터 매월 1회씩 시작된 봉사활동은 포천소방서 직원들의 자발적인 봉사활동으로 지금까지 계속 되고 있다"며 "짧은 시간이었지만 힘들게 살아가는 이웃들에게 봉사활동을 하면서 사랑의 의미를 다시 한번 깨달을 수 있는 소중한 시간이었다"고 밝혔다.

지혁배 기자 94spice@hanmail.net

내촌면의용소방대 목욕봉사로 사랑 펼쳐

포천소방서(서장 최덕기)는 지난 23일 포천시 내촌면 소재 지체장애인보호시설인 나눔의집(원장 김창진)에서 포천소방서 가산파출소 소방공무원과 내촌면의용소방대(대장 이철호) 대원 40여명이 참여한 가운데 지체장애인 30여명을 대상으로 사랑의 목욕봉사 활동을 펼쳤다.

이날 목욕봉사는 인근 화현면 명덕온천에서 이루어졌으며, 특히 내촌면의용소방대의 부부동반 목욕봉사로 더욱 뜻 깊은 자리가 되었다.

이철호 대장은 "3년 전부터 나눔의 집에서 생활하고 있는 장애우들을 위해 1년에 두 번씩 온천에서 목욕봉사를 실시하고 있다"며 "작년부터 포천소방서의 도움으로 버스지원 및 부대 지원을 받아 큰 도움이 되고 있다"고 밝혔다.

이어 "내촌면의용소방대는 목욕봉사뿐만 아니라 관내에 도움이 필요한 이웃들에게 지속적인 봉사활동을 펼칠 예정이다"고 말했다.

내촌면 의용소방대는 평소 지속적 화재예방활동과 관내 소화기를 자체적으로 수거, 충약해 주는 등 의용소방대로서 업무를 충실히 수행하고 있기도 하다.

지혁배 기자 94spice@hanmail.net

은빛교실 운영으로 활력 있는 노인마을

2006년까지 2년 간 운영 예정

포천시는 3월부터 오는 10월까지 영중면 금주2리 노인정에서 노인회원 60여명을 대상으로 5회에 걸쳐 은빛교실을 운영한다고 밝혔다.

이번 교육은 지속적인 고령화로 노인인구가 증가하고 있는 농촌사회의 변화에 대처하기 위한 것으로, 보람 있고 활력 있는 노인생활 지도를 위해 농업기술센터에서 1개소를 선정, 운영됐다.

농업기술센터 관계자는 "지난 25일 ▶실내모듬화분 만들기를 시작으로 해 ▶치매예방 체조 ▶약술·약차 만들기 ▶취미과제 실습 ▶건강식 실습 등으로 진행되는 이번 프로그램이 노인들의 삶에 의욕과 생기를 불어넣어 주는 계기가 될 것이다"고 밝혔다.

포천시는 이 같은 은빛교실 이외에도 영중면 보건지소와 연계한 무료이동진료를 비롯해 꽃길조성, 문화체험활동 등을 실시할 예정이다.

또 휴경지를 공동으로 경작해 노인회 기금을 마련할 수 있도록 하는 등 소득활동까지 지도하게 된다.

포천시의 이번 농촌노인 교육활동 지원사업은 오는 2006년까지 2년에 걸쳐 운영될 예정이다.

지혁배 기자 94spice@hanmail.net

지난 25일부터 운영된 은빛교실에서 노인들이 생내모듬화분 만들기를 실습하고 있다.

식물기르기 ⑨-알로에

인류가 발견한 최고의 식물로 알려진 알로에. 외면상으론 선인장이나 그 모습과는 달리 백합과 알로에속에 속한다. 식물학적 특징은 단년생 상록 다육질 초본으로 분류된다. 알로에 원산지는 아프리카대륙 및 인근 아라비아 등 아열대 건조 지역이며 현재는 미국 멕시코 등에서 대규모 생산되고 있다.

우리나라는 제주도에서도 많은 양이 생산되어 상품화로는 화장품 비누 약용으로 쓰여지며 관상용으로도 최상에 속하고 있다. 아프리카 원주민들은 지금도 치료용 식물과 젊음의 식물이라며 일등식물로 여긴다.

알로에는 4000년 이상 민간약과 한방약으로 애용되었으며, 관상용으로도 우리 곁에서 늘 접할 수 있다.

일상에서 알로에의 활용법은 다양하다. 특히 알로에를 갈아 즙을 내어 매일 아침저녁 마시면 비만에 효과가 있다고 한다. 이 때 소금과 레몬을 조금 넣으면 마시기 쉬워진다.

알로에를 소량에서 시작하여 양을 늘여 가면서 복용하면 3~4일 정도 후 효과가 나타날 것이다.

옛 어른들은 알로에를 귀히 여기여 약용으로 기르곤 했다. 최근엔 그 귀함이 새로운 것에 밀려서 많이 잊혀져 가는 듯하여 안타깝다.

환절기인 요즘 테이블이나 사무실 책상 위에 작은 허브 페퍼민트 하나쯤 올려놓아 보자.

잠시라도 바라볼 때면 상쾌함이 전해질 것이다.

은은한 허브차 한잔과 봄처녀가 생각나는 봄이다. 마냥 걸어 잠긴 이웃의 문을 노크하여 봄철 식물 뿐 아니라 집안에서 기르던 자란 식물을 분양해 보자.

이웃과 함께 정겨운 봄을 맞이 할 수 있을 것이다.

정 선 교
주부명예기자단 가산지부장
대진대학교 평생교육원
플리워디자인 강사

user0316@nate.com

고 / 향 / 생 / 각

고사

조귀순 (포천시 가산면 출생, 수필가)

우수 경칩이 지났다. 얼었던 땅이 해토되어 길은 질척대고 신발은 흙 범벅이 되었다. 어른들은 논의 검불을 그러모아 태우고 텃밭의 무구덩이를 헐어낸다. 겨우내 털이 부숭부숭 난 무가 아직도 한 방구리나 된다. 지난해는 무가 굵게 잘 들었다. 또 한해 농사의 시작이다. 풍년이 들길 바라는 마음으로 볍씨를 준비하고 고추모를 붓는다. 나는 풍년이라는 말을 들을 때면 문득 고사를 지내던 날의 풍경이 떠오른다.

지금은 많이 사라졌지만 예전에는 가을 추수가 끝나면 고사를 지냈다. 커다란 자배기에 두어 말 되게끔 찹쌀을 담궈 불린다. 방앗간이 멀리 있어 손수 절구에 찧었다. 어머니가 절굿공이를 높이 들어 올리면 그 사이 큰어머니는 가장자리의 쌀가루를 안으로 우겨 넣으셨다. 어머니의 이마에 땀방울이 송글송글 맺히자 큰어머니가 절굿공이를 잡았다. 큰어머니는 절굿공이를 내리칠 때마다 "셧, 셧" 소리를 냈다.

무거리까지 다 빻으면 시루에 찹쌀가루와 붉은 통팥을 한 켜씩 앉혔다. 그 위에 누런 삼베 보자기를 덮고 다시 새끼줄로 엮어 만든 시룻방석을 올린다. 솥과 시루 사이의 틈새는 밀가루로 반죽한 시룻번으로 빙 돌려가며 발랐다. 김이 밖으로 새어 나오면 떡이 잘 쪄지지 않기 때문이었다.

큰어머니는 볏짚으로 만든 맷방석에 앉아 불을 때셨다. 의연하게 여유로운 모습으로 보였으나 마음만은 그게 아니었을 게다. 떡이 설지 않고 잘 쪄지길 내내 빌고 계셨을 것이다. 그런가하면 곁에 쪼그리고 앉아 있는 내가 행여 방정맞은 입방아라도 찔까 봐 그것도 걱정이었을 게다. 떡 시루 앞에서는 말을 함부로 하지 말라고 어머니가 이미 귀띔을 해 주셨다.

조심 할 일은 그뿐만이 아니었다. 이미 고사 날을 받아 놓으면 음식도 가려먹어야 했다. 비린 생선도 안 되고 육식도 못 먹었다. 초상집 상주를 봐도 안 된다고 했다. 그래서 아무나 함부로 들어오지 못하도록 대문에는 출산한 집처럼 청솔 가지를 꽂았다. 그렇게 조심을 하고도 떡이 다 쪄지기 전까지는 마음을 놓을 수가 없었다.

고사떡이 빨리 먹고 싶어 어머니의 행주치마를 잡아당기며 성화를 댔다. 그러나 뜸이 충분히 들 때까지 기다려야 한다. 평상시 그렇게 자상하고 귀여워해 주시던 큰어머니도 그때까지 따스한 눈길 한 번 주지 않는다. 그러니 응석이 통할 리가 있겠는가. 부엌 문지방을 수도 없이 넘나들며 큰어머니의 비녀 낀 쪽 머리만 하염없이 바라보았다.

드디어 애타게 기다리던 떡시루를 열었다. 구름같이 하얀 김 속에서 먹음직스런 떡이 보인다. 떡이 제대로 잘 익었는지 궁금했다. 큰어머니는 젓가락으로 이 곳 저 곳을 돌아가며 푹푹 찔러 보셨다. 젓가락에 하얀 가루가 묻어 나오면 설익은 것이다. 다행히도 큰어머니의 얼굴이 비 개인 날의 태양 빛을 닮았다.

반듯반듯하게 썬 시루떡을 한 접시 수북히 담아 개다리 상에 올려놓는다. 이어 안방과 대청마루와 시렁 위에 놓았다. 부뚜막에도, 바깥마당과 대문 앞에도…. 그런데 큰어머니가 나를 부르셨다. 느닷없이 떡 접시를 주셨다.

"뒷간 앞에다 갖다 놓거라."

나는 무서운 마음에 주뼛거렸다.

"그래야 밤중에 뒷간 갈 때 안 무섭지? "

정말 그럴 리야 있겠는가. 지금 생각하면 그렇게 라도 하여 마음의 불안을 없애 주고 새로운 용기를 심어 주려던 것이었을 게다.

그 중에서도 꼭 빼놓지 않는 곳이 있었는데 공동우물이다. 바가지로 풀 수 있는 작은 우물이었다. 펌프 물을 먹기 전까지는 대부분의 마을 사람들이 물지게로 져 날라 식수로 썼다. 그 뒤로도 가뭄이 들면 텃밭의 물을 주는 것으로 유용하게 쓰였다.

큰어머니는 옷매무새를 단정히 하고 두 손을 가지런히 모으셨다. 그렇게 진지하고 엄숙한 모습은 본적이 없었다. 무엇을 빌고 계셨을까? 봄에 씨를 뿌려 싹이 났지만 심한 가뭄이 있었다. 물지게를 지고 이랑마다 고랑마다 퍼 날랐다. 어디 그 뿐인가. 추수를 앞두고 때아닌 물난리와 태풍도 왔다. 흉년이 들까 봐 또 얼마나 가슴을 조였겠는가. 그 힘든 일을 다 견뎌 내고 풍년을 맛보게 된 마음이 무엇엔들 감사하지 않은 게 있으랴. 그러니 많은 것을 얻은 만큼 이웃과 더불어 나누자는 뜻이리라. 특별한 종교가 없는 농부의 아낙이었다. 내년에도 올해처럼만 되길 바라는 간절한 마음뿐이었다. 한 해 동안 농사가 잘 되어야만 자식들과 살 수 있었던 시절이 아니었던가. 다 같이 어려웠지만 나눠 먹기에 더 큰 의미를 둔 우리 조상들의 지혜로움이 아닌가 싶다.

정성 들여 만든 고사떡은 집집마다 나눠지고, 사립문 너머로 돌담위로 따스한 정이 넘쳐흐르는 고향. 이 봄을 맞아 올 한해 그저 아무 병고 없는 풍년으로, 가을에는 더 풍성한 수확 거둬 곳간 가득 가득히 쌓이길 바란다.

noeul40@hanmail.net