HANSEN 2022 7·8월호 통권 제113호

더 나은 미래로
홈페이지를 방문하시면
보다 많은 정보가 있습니다

모든이에게 사랑과 소망을

한센

HANSEN

Vol. 113 2022
7·8

Mapping a better future...
사단법인
한국한센총연합회
THE KOREAN FEDERATION of HANSEN ASSOCIATIONS

(사)한국한센총연합회 소개

(사)한국한센총연합회는...

1969년 10월 13일 발족되어 한센인의 인권회복 및 권익보호, 복지증진을 위한 사업을 실시하여 한센인에 대한 오해와 편견을 불식시키고 한센인의 사회적 수용을 촉구하며 더불어 살아가는 아름다운 세상을 만들기 위해 설립된 비영리 사단법인입니다.

핵심가치

HARMONY	한센가족과 국민 모두의 소통을 통한 편견 해소
HOPE	한센가족의 사회통합과 재활에 대한 소망 실현
HAPPINESS	전 세계 한센가족의 인권과 복지 증진

사업소개

한센인 평생교육 사업
한센인 인권증진 사업
한센인 복지 사업
대국민 홍보사업 및 특화사업

비전

- 차별과 편견이 없는 행복사회 실현
- 한센사업의 역할 모델로 위상 제고
- 한센가족의 건강하고 행복한 삶 구축
- 한센사업 전문기관으로 역량 강화

미션

- 한센인의 보건 복지 증진
- 한센인의 권익 보호 강화
- 한센인의 사회 통합 지원
- 한센인의 인권 신장 확대

사업목표

- 한센인 관련 법, 제도 등의 개정 및 제정
- 한센인의 보건복지 등 삶의 질 향상
- 한센 관련 단체와 연대 강화
- 한센인(병) 인식 제고를 위한 대국민 교육 홍보
- 한센인 권익 증진
- 한센인 사회 통합 지원
- 미래지향적인 한센정책 수립
- 국제 교류 협력 확대
- 한센인피해사건 기념관 건립
- 한센 관련 정책을 통한 주도적 위상 제고

로 고

Mapping a better future...
사단법인
한국한센총연합회
THE KOREAN FEDERATION of HANSEN ASSOCIATIONS

한센가족(hansen)을 상징하는 'h'로 한센가족과 국민 모두가 눈높이를 맞춰 소통으로 하나되고 대한민국 한센사업의 통합과 한센가족의 희망찬 미래와 행복 실현을 위한 열정을 형상화함

총연합회 공식 SNS 채널

인스타그램 유투브 트위터 페이스북

모든이에게 사랑과 소망을

HANSEN 한센

CONTENTS

제20권 제4호 통권 제113호
발행일 2022년 7 · 8 월호 발행
발행 · 편집인 이길용
발행처 사단법인 한국한센총연합회
주소 서울시 광진구 아차산로 457, 2층
전화 1566-2339
팩스 1566-2032
홈페이지 www.hansenkorea.org
이메일 hansen@hansenkorea.org
디자인&인쇄 씨티플랜
격월간 비매품

한센 포커스

02 인사말
작열하는 태양 빛에서 가을의 온화한 볕으로

04 스페셜 리포트
제21대 이길용 회장 취임 감사예배 및 취임 행사

06 한센 리포트
치매예방교육 종강식
거창마을 교육 소감문_국제행복교육원 박소현 대표
배움행복마을교육 수료식
한센인 정착마을 실태 조사
임시이사회
한센 현안 사항 협의
총연합회 사업 홍보(우리마을행복사진관/한센인 합동결혼식)
한센가족 일본 정부를 상대로 한 보상청구 안내

한센 탐방

18 정착마을 풍경
상동마을

20 한센 역사 속 인물
엠마 프라이싱거

25 한센이 만난 사람
김해돌봄SOS센터 박영희 대표

한센 공감

34 함께하는 한센
소록도 '해묵예술회'전시회
「한센」에서 만나보는 해묵예술회 미술전
자신있게 살아라_김종윤(익산마을)
청춘이고 싶어라_박우택(서울중부지부장)
고향_신재문(영락마을대표)

한센 이모저모

42 정보알리미
통증의 무게, 움직이면 가벼워지는
8월이 가기 전에 꼭 먹어야 할 제철음식 4가지
미리 살펴본 9월 제철 음식 '맛도 영양도 두 배'
우유와 같이 먹으면 안 되는 음식 5
2022년 하반기 축제 총정리
원숭이두창이 뭐길래? 어떤 질병인가? 예방법은?
스트레칭을 매일하면 벌어지는 효과 6가지
요즘 이 책

62 독자들의 공간
가로세로 낱말퀴즈
한센 원고 모집 공고
후원자가 되실 분을 찾습니다

제21대 이길용 회장 취임 감사예배 및 취임 행사

엠마 프라이싱거

Mapping a better future...
사단법인 한국한센총연합회
THE KOREAN FEDERATION of HANSEN ASSOCIATIONS

작열하는 태양 빛에서 가을의 온화한 볕으로

사랑하는 한센 가족, 후원자 그리고 국민 여러분

무엇보다도 많이 부족한 사람을 대의원 여러분의 만장일치로
제21대 회장으로 추대해주셔서 깊은 감사의 인사를 드립니다.

지난 약 3년간은 전 세계가 코로나19 팬데믹 상태로, 대한민국의 일상을 멈추게 하였고, 정치, 사회,
경제, 기후변화 등 모든 분야에서 코로나로 인해 유난히 어려웠지만, 우리 사회는 한마음 한뜻으로
사상 초유의 코로나19 위기 상황 극복에 최선을 다해 적극적으로 대응해왔습니다.

어려운 환경 속에서도 힘든 여정을 달려올 수 있도록 총연합회에 아낌없는 성원과 지지를 보내주신
여러분께 다시 한번 진심으로 감사의 인사를 드립니다.

사랑하는 한센 가족, 후원자 그리고 국민 여러분

이제 한센인 평균 연령이 79.8세입니다. 한센 가족들은 고령화뿐만 아니라 경제적인 어려움과 질병으로 인한 고통 등 다양한 문제에 직면해 있습니다. 이 어려운 상황을 지혜롭고 현명하게 헤쳐 나가기 위해 앞으로 3년간 협회장으로서의 막중한 책임감으로 임하겠습니다.

첫째, 한센인들의 인권과 복지 증진에 더욱 매진하겠습니다. 한센 가족분들의 현실을 방관하지 않고 적절한 해결책을 모색하여 우리 총연합회만의 특화된 인권 및 복지 사업을 구축하고 우리가 놓치고 있는 것은 없는지, 어떻게 하면 한센 가족들에게 더욱 나은 인권과 복지 서비스를 제공할 수 있는지에 대해 모든 역량을 집중해 나가겠습니다.

둘째, 한센 가족들의 주거 환경개선과 권리 확대를 위한 법 제도의 제정을 위해 한센 관련 유관 단체, 인권단체 및 정부 기구와 협력하여 이를 지원하기 위한 제도적인 뒷받침을 할 수 있도록 노력하겠습니다.

셋째, 우리 사회에는 아직도 한센병에 대한 그릇된 인식으로 사회적인 차별과 편견이 존재하고 있습니다. 성경 속의 한센병에 대한 차별적인 용어를 피부병으로 개선하였고, 한센병에 대한 잘못된 편견과 인식 개선을 위해 노력해왔던 것과 같이 앞으로도 계속해서 한센병 용어의 순화를 위해 더욱 노력하겠습니다.

넷째, 우리 한센인들에게 가야 할 길이 남아있습니다. 이 땅에서 한센병으로 인한 차별과 편견이 종식되고 한센인들이 우리 사회의 자립하는 구성원으로서 존중받는 사회적 통합을 이루는 세상을 만들어 가겠습니다.

다섯째, 지난 임기 때 추진하였지만, 아직 이루지 못한 환경과 한센인 회관 건립 문제를 조속히 해결토록 노력하겠습니다.

사랑하는 한센 가족, 후원자 그리고 국민 여러분

소외에서 소통으로 암울했던 과거의 기억을 떨쳐내고 한센인들이 건강하고 희망으로 가득 찬 내일을 꿈꿀 수 있도록 앞으로 나아가겠습니다.

'빨리 가려면 혼자 가고, 멀리 가려면 함께 가라'는 말이 있습니다. 혼자 빨리 가는 것도 좋지만, 우리 함께 같이 라면 아무리 긴 여정이라도 짧게 느껴질 만큼 행복할 것입니다. 한 사람의 열 걸음보다 열 사람의 한 걸음이 진정한 발전을 위한 토대가 될 것으로 확신하오니, 우리 모두 함께 가야 합니다.

얼마 남지 않은 우리의 삶을 서로 용서하고 배려하는 마음으로 힘을 모아 주십시오.

제가 아직 부족하지만, 여러분의 적극적인 성원과 지지로 부족한 부분을 함께 채워주시고, 생각과 의견이 다소 다르더라도 더 이상 나누어지지 않는 한 마음을 갖고, 전체 한센인들 대의를 위해 화합으로 하나가 되어 주시길 간절히 부탁드립니다.

여러분 모두 주님의 은혜로 평강과 화평이 넘치는 복된 날이 되시길 기원합니다.

감사합니다.

(사)한국한센총연합회 회장 이 길 용

제21대 이길용 회장 취임 감사예배 및 취임 행사

"한센인 모두 하나 되어 앞으로 함께 나아가는 동력의 발걸음"

7월 8일(금) 대전 롯데시티호텔에서 이길용 회장을 비롯하여 고문, 이사, 지부장 등 총연합회 임원들과 전국 정착마을 대표 및 운영위원들이 함께한 가운데 제21대 회장 취임 감사예배 및 취임 행사가 개최되었다. 1부 취임 감사예배는 최정기 이사의 대표기도를 시작으로 오카리나 연주 특송과 방주교회 김두형 목사가 '여호와는 나의 목자'라는 주제로 축복의 말씀을 전했다.

2부 취임 행사에서는 이길용 회장의 그간 활동 사항을 담은 영상을 시청하고 "빨리 가려면 혼자 가고, 멀리 가려면 함께 가라는 말처럼 얼마 남지 않은 우리의 삶을 서로 용서하고 배려하는 마음으로 힘을 모아, 전체 한센인들 대의를 위해 화합으로 하나가 되어 주시길 간절히 부탁드린다"며 취임 인사를 전하였고, 총연합회 정상권 고문, TLM 선교회예수의원 조을연 이사장, 한국한센복지협회 김인권 회장이 제21대 회장 취임에 격려와 축사를 전하였다. 또한 총연합회와 에버그린사회복지센터 직원들이 함께 회장 취임에 축하의 마음을 담아 '야곱의 축복'을 축송으로 감동의 현장을 선물하였으며, 이번 행사를 통해 한센인 모두 하나 되어 앞으로 함께 나아가는 동력이 되었다.

최정기 이사

김두형 방주교회 목사

정상권 고문

조을연 TLM선교회예수의원 이사장

김인권 한국한센복지협회장

윤화현 예수원교회 목사

△ 한국한센총연합회 & 에버그린사회복지센터 직원 특송

△ 건배제의

△ 행사사진 1

△ 행사사진 2

거창마을 치매예방교육 종강

"즐기고, 참고, 챙기는 맞춤형 교육"

우리 총연합회는 지난 7월 5일(화) 거창마을(경상남도 거창군, 신동은 대표), 7월 27일(수) 영호마을(전라남도 영암군, 서금순 대표)에서 각각 치매예방교육 종강식을 가졌다.

종강식에는 정착마을 대표 및 교육생이 참석한 가운데 코로나19 방역 수칙을 준수하며 지난 5월부터 진행된 치매 예방 교육을 마무리하였고, 영호마을 김옥자 노인회장은 "마을에서 50여 년을 살았어도 작년과 올해처럼 이렇게 모여서 즐겁게 배우기는 처음이다.", "좋은 교육을 받을 수 있도록 도와주신 이길용 회장님께 진심으로 감사를 드리고, 앞으로 꼭 한 번 더 이런 기회를 주셨으면 좋겠다."라며 소감을 전했다.

▲영호마을

▲영호마을

거창마을▼

주 2회씩 2개월간(총 15회) 진행된 이번 프로그램은 고령의 한센인에게 맞춤형 치매예방교육을 제공함으로서 노인성 질환인 치매를 예방하여 한센인의 건강관리를 돕고, 삶의 질 향상과 복지 증진에 중점을 두고 실시 됐다. 특히 뇌의 주요 기능을 알고 손동작과 게임을 통한 △좌우뇌 훈련, 치매 예방 수칙인 △3 · 3 · 3 교육(즐길 것, 참을 것, 챙길 것), △기억 훈련, △집중력과 실행기능력 향상 교육, △시각 · 청각 · 촉각을 활용한 치매 예방 교육, △웃음지도와 신체 자극 활동 등 재미있고 흥미 있는 활동을 통해 참여자의 이해도를 높이고, 노인 우울증 해소와 더불어 집중력을 향상시켜 치매 예방에 기여했다.

교육에 참여한 어르신들의 지식변화율 측정 결과 거창마을과 영호마을 모두 치매 예방 지식이 상승하였음을 알 수 있었으며, 교육에 대한 만족도가 매우 높게 나타났다.

우리 총연합회는 앞으로도 치매 예방을 위한 다양한 교육 프로그램을 구성하여 한센인 정착마을에 제공할 수 있도록 최선을 다할 예정이다.

거창마을 치매예방교육을 마치고...

"남을 위한 삶이 아닌, 나를 위한 삶"

치매예방교육 강사 국제행복교육원
박소현 대표

"장미꽃 언제 받아 보셨나요?",
"생전 처음이에요"

종강하면서 조금 더 감동을 드릴 방법을 연구했다. 떡을 맞출까? 하다가 어차피 그 자리에서 먹을 수도 없는 걸 생각하며 상장과 장미꽃을 준비했다. 결과적으로 아주 잘 준비한 것임을 알 수 있었다. 생전 처음이라고 말씀하시지만, 그 음성 속에 정말 좋다는 기쁨의 울림이 넘치고 있었다.

처음 수업 의뢰를 받고 과장님과 함께 탐방했을 때 체면상 많이 모여 계셨었다. 그러나 첫 수업을 위해 조금 일찍 도착했을 때다. 어르신들 보자마자, 하시는 말씀은 꽤 강단이 있다고 하는 나마저 낙심의 숨소리를 속으로 삼켜야 했다.

"다들 바빠서 올 사람도 없어", "일주일에 두 번은 더 힘들어" "한 달에 두어 번이나~~~~" 등등 안된다는 말씀만 하시는 것이었다.
그럼에도 시간이 다 되어가면서 목표했던 10명의 어르신들이 모였다. 큰 감사의 마음이 일어나는 시간이었다. 수업 하면서도 그동안 이러한 교육을 받아보지 않았던 분들임을 느낄 수가 있었다. 그러나 수업이 무르익고 치매가 얼마나 무서운 것인지 치매 예방의 중요성을 들으시면서 표정이 달라지기 시작했다.

가위로 오리기, 색칠하기, 종이접기, 학습지 풀기, 체조, 게임 등 다양한 수업 시간을 접하면서 어르신들의 만족도는 점점 높아지고 있었다.

"몇십 년만에 처음 해보는 거네, 이러니까 치매 예방되겠네", "나는 한 번도 안 해 본거여", "요런 것도 있었네", "이런 걸 계속하면 좋겠다."

고체 물감에 물붓을 처음 사용해보실 때는 정말 신기해하시며 오래 살고 봐야 한다고 하셨다. 인지 학습지를 할 때는 뇌인지 기능을 어떻게 활성화하는지 알려드렸다. "그러게 정말 치매 예방되겠다"는 말씀을 하시며 되뇌이는 시간이었었다.

어르신들의 반응이 달라지고 행복해하시는 모습을

통해 나는 새로운 생각을 하게 되었다. 물론, 이미 교육기관의 프로그램이 알차다는 소리를 많이 듣고 있었다. 앵콜수업까지 하기도 한다. 그럼에도 혜택을 많이 받지 않으셨던 어르신들에게 어떻게 하면 좀 더 새롭고 멋진 경험을 하게 해드릴까 더 깊이 생각하게 되었다.

그래서 처음 올렸던 프로그램을 살짝 변경해 가면서 진행을 했다. 멋진 작품을 만들어 집으로 가져가시도록 하고, 경로당 벽에 붙이기도 했다. 마지막 시간에 그동안 찍은 수업 사진을 모아서 사진틀을 만들어 간 것은 어르신들의 마음에서 감동을 만들어 냈다. 물론 감동의 절정은 상장과 장미꽃이었다.

교육에 드문드문 결석했던 어르신은 "아하! 장미꽃을 받아 보는 것이 생전에 처음이다." 나를 안아주시며 하시는 말씀이 감동의 정도를 짐작게 했다.

"미안해 그동안 빠져서 정말 미안해"를 몇 번이나 말씀하셨다.

조금은 아쉽고 마음이 찡한 일이 있다. 구순 중반이나 되시는 남자 어르신께서 기력저하로 끝까지 참석하지 못하셨다. 후반부 수업을 갈 때마다 마음이 울먹했었다. 연세가 많으심에도 수업 참여도가 아주 적극적이고 얼마나 좋아하시는지 느껴져 강사로서 행복했었다. 끝까지 뵙지 못한 것에 서운함과 한편 염려로 남는다.

어르신들의 행복해하시는 모습을 보며 갑절의 행복을 느끼는 삶을 살고 있다. 이번 거창마을 치매예방교육은 어느 곳보다 더 큰 행복감을 맛보는 시간이었다. 평소 서비스가 잘 이루어지지 않고 있던 곳이어서 더 그럴 것이다. 앞으로는 어떤 쪽으로든 더 많은 교육 서비스가 이루어지길 바라는 마음이 간절하다.

지금부터는 누구를 위하는 삶이 아니라 자신을 위해 사는 것이, 자식을 위하고 주변인을 위하는 것이라는 구호를 외치면서 종강을 했다. 마지막 수업 사진을 보내드렸더니 톡이 들어왔다. 매일 강사님을 생각한다며 늘 행복하라는 메시지에, 가슴이 멍해진다. 거창마을 어르신들의 노후가 더욱 건강하고 행복한 시간이 되기만을 기원하는 마음이다.

도성·여천마을 배움행복마을교육 수료

"건강 증진과 IT 교육 강화"

지난 7월 28일(목) 도성 · 여천 배움행복마을 수료식을 개최했다. 전라남도 여수시 율촌면의 도성마을(설학순 대표)과 여천마을(이희우 대표)에서 진행한 이번 교육은 배움의 행복과 마을의 유대감 향상 및 노년의 건강을 증진하는 프로그램으로 추진하였다.

이날 수료식에는 총연합회 이길용 회장을 비롯하여, 배움행복마을 교육을 수료한 어르신 34명 및 조계인 율촌면장, 주재현 여수시의원, 최무경 전남도의원, 여수치매예방센터 주순자 대표 등 50여 명이 참석하였다. 개강식 이후 3개월 동안 함께한 발자취를 되짚어 보고 그동안 만들었던 작품들을 전시와 도성마을의 난타 공연, 여천마을의 합창으로 축하하는 시간을 가졌다.

우리 총연합회는 빠르게 발전하고 있는 디지털 시대에 발맞춰 격차를 해소하고, 디지털에 대한 적응력을 키울 수 있도록 스마트폰 활용 교육, 낙상이 주는 어려움을 알고 운동을 하여 몸의 균형감각을 길러 부상과 위험을 예방하고, 노년의 삶에 행복을 더하는 건강 증진 교육을 제공하였다.

놀이 활동 교육에서는 심신은 물론 삶의 재미와 활력을 불어넣고, 협응력과 관계성을 향상하는 다양한 놀이 활동을 실시했다.

▲ 교육 작품 전시 공간

▲ 교육 작품 전시 공간

▲ 수료식 현장

▲ 여천마을 합창 발표

▲ 도성마을 난타 발표

▲ 수료증 수여

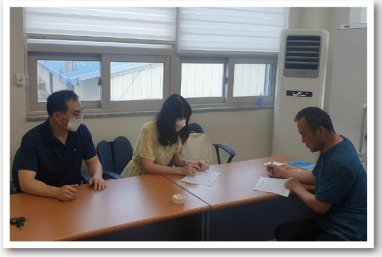
또한, 생활에 필요한 물건을 만들어 사용함으로 기쁨과 애착의 감정을 공유하는 한지공예 및 창의적인 표현능력을 기를 수 있는 미술(수채화, 작품 만들기, 그리기 등) 교육으로 어르신들의 예술 감각을 증진시키고자 하였다.

이어 8월에는 경상남도 함안군 득성마을(김영태 대표), 9월에는 전남 함평군 재생마을(정복열 대표)에서 교육이 추진될 예정이다. 코로나19 장기화로 침체되어 있는 한센 가족들에게 행복한 노후 생활을 보내는 데 도움이 될 수 있도록 지속적인 교육지원을 할 예정이다.

한센인 정착마을 실태조사

"국가 한센 사업의 방향성 설정 등을 위한 통계 자료 구축"

낙산마을(경산북도 칠곡군)



대동마을(경상남도 김해시)

상동마을(경상남도 김해시)

우리 총연합회는 한센인 정착마을의 정확한 실태를 파악하기 위해 81개 정착마을을 대상으로 실태조사를 진행했다.

실태조사는 한센인 생활환경실태 및 복지 욕구 조사를 통해 한센인의 일반 환경, 생활환경 현황, 복지 욕구 현황, 기타 건의 사항 등을 파악하고, 향후 국가한센사업의 방향성 설정 및 필요 법안 제안 등을 위한 통계 자료를 구축하는데 목적이 있다.

「한센인 권익보고 및 정착마을 환경개선 복지 개선 종합대책」에 따르면 고령화, 축산 폐업 등에 따라 한센인의 수는 감소하는 반면, 정착마을 환경 개선을 위한 근본적인 제도적 기반이 미흡, 석면 폐축사 방치 등 주거환경 열악, 열악한 복지 지원 및 생활 기반 미흡, 세제지원 미흡 등 경제적인 자립기반 저해 등 다양한 어려움에 직면해 있기 때문에, 실태조사를 통하여 한센인이 필요로 하는 실질적 지원 및 생활복지적 대책 마련을 위한 기초자료를 기록 및 활용하고자 한다.

실태조사는 총연합회 산하 지부의 협조로 설문지를 취합한 후 정확도를 높이기 위해 20여 개의 정착마을을 직접 방문하여 조사하는 방법으로 이뤄졌다. 3월에 착수하여 8월까지 진행되었으며 실태조사 결과가 나오는 대로 단계별 검증 · 보완 작업을 거쳐 책자가 발간될 예정이다.

벧엘마을(경상북도 칠곡군)

양지마을(경상남도 김해시)

임시이사회 개최

우리 총연합회는 지난 7월 21일(목) 오전 11시 에버그린사회복지센터(청주시 소재)에서 임시이사회를 개최했다. 이번 임시이사회에는 이길용 총연합회장을 비롯한 이사들이 참석한 가운데 주요 안건으로 단종 · 낙태 소송 특별연고 자분여청구금의 일반 운영비 사용과 회장 월정 직책금 인상 등을 결의하였다.

이번 임시이사회는 손소독제 사용, 마스크 착용, 체온 체크 등 코로나19 방역 수칙을 준수한 가운데 개최되었다.

한센 현안 사항 협의 한병도 국회의원

우리 총연합회는 지난 8월 9일(화) 오후 2시 한병도 국회의원(전북 익산시을)과의 면담을 통해 한센요양병원 건립 관련 사항에 대해 협의를 하였다. 이번 면담에는 박명웅 고문, 김중근 이사, 정천근 이사, 김영훈 신촌마을(전북 익산시)대표 및 우홍선 총연합회 사무총장이 참석하였다.

우홍선 사무총장은 "일반 요양병원에서의 냉대와 멸시로 인해 제대로 치료받지 못하고 스스로 퇴원을 하는 경우가 많은 상황을 감내하며 살아가고 있는 고령 한센인들의 상황을 방치해서는 안 된다."며 한센요양병원 건립의 목적에 대하여 설명하였다.

이에, 한 의원은 "이번 면담을 통해 건의하고 요청하신 내용에 대해 적극적으로 공감한다."며, "요양병원 건립에 필요한 부분들에 대해서는 국회 기획재정위 및 예산결산위원으로서 동 사업이 추진될 수 있도록 최선을 다하겠다."고 답했다.

총연합회 사업 홍보

우리마을 행복사진관(장수사진 촬영) 대상마을 모집

정착마을에 직접 찾아가 한센인의 무병장수를 기원하며 메이크업 및 헤어, 의상, 장수사진 촬영, 인화 및 배송 등 장수 사진 서비스를 일체 제공하는 우리마을 행복사진관(장수사진 촬영) 대상마을을 모집합니다.

과거의 모진 차별과 어려움을 극복하고 삶을 억척스럽게 일궈 낸 주인공이지만 그 과정에서 노후에 대한 대비 없이 노년을 맞이하게 된 한센인의 노후 준비를 도와 삶의 만족도를 높여 드릴 수 있도록 많은 관심과 참여 바랍니다.

- 촬영대상 : 65세이상 한센인
- 촬영일자 : 9~10월 중
- 촬영장소 : 한센인 정착마을 내 복지회관 또는 경로당
- 지원내용
  - 장수사진 촬영 및 후보정
  - 메이크업, 헤어 드라이, 의상
  - 사진 인화 및 액자 배송

한센인 합동결혼식 대상자 모집

한센인 부부 및 가족의 삶의 질 향상과 사회 · 심리적 안정 및 편견 해소를 위한 '한센인 합동결혼식' 대상자를 모집합니다.

아래와 같이 '한센인 합동결혼식'에 함께 해주실 부부를 모집하오니 많은 관심과 참여 바랍니다.

- 신청대상 : 한센인부부 5쌍
- 결혼식 일자 : 10월 중
- 지원내용 : 합동결혼식, 야외 촬영, 호텔 1박

한센 가족들의 일본 정부를 상대로 한 보상청구

1. 일본 한센 가족들에 대한 보상 판결

- ○ 일본 정부는 과거 일제강점기하 소록도에 강제격리 · 노동을 당한 한센피해자들에게 일본 한센 보상법을 제정하여 보상을 실시한 바 있음
- ○ 이후 한센인 가족들이 일본 구마모토 지방법원에 제기한 보상청구소송 또한 2019. 6. 28. 승소 판결하였고, 이에 일본 정부는 항소를 포기하고 판결 취지에 따라 2019. 11. 15. 한센병원환자가족보상법을 제정하여 한센인 가족들에게 보상을 실시하고 있음
- ○ 위 한센가족보상법은 격리 정책으로 인한 한센 가족 피해를 인정하고 사죄 · 반성을 표하면서, 한센 가족이 입은 정신적 고통을 위자하고, 그 명예회복과 복지 증진을 도모하기 위해 이 법을 제정한다고 밝힘

2. 보상 청구의 내용

- ○ 보상금은 친자, 배우자 180만엔, 형제자매 130만엔 등
- ○ 청구시한은 2024. 11. 24.까지(한시법)

3. 청구자 및 원환자

- ○ 가족보상을 청구할 수 있는 분(이하 청구자)은 일제강점기하(1945. 8. 15.)에 한센병이 발병된 부모, 형제자매, 배우자(이하 원환자)를 둔 가족
- ○ 청구자는 1945. 8. 15. 이전 출생자로서 생존하고, 한센병 발병여부 불문(한센인, 비한센인 여부 불문)
- ○ 원환자는 1945. 8. 15. 이전 발병자로서 소록도 입소 및 사망 여부 불문
- ○ 원환자가 일본으로부터 소록도 보상을 받은 경우도 가능
- ○ 사실혼 배우자도 해당하나, 혼인일시는 1945. 8. 15. 이전이어야 함

4. 청구시 필요 서류 (예시)

① 원환자 일제하 한센병 발병사실 증명서류 : 한센등록(관리)카드, 한센사업기록표, 소록도 입소증명서, 교적부, 세례명부, 소록도 보상결정문 등

② 청구자가 원환자의 가족임을 입증하는 서류 : 일제 또는 해방후 구제적등본, 가족관계증명서, 기본증명서 등

③ 청구자가 1945. 8. 15. 이전 출생자로 생존한 사실 : 주민등록 초본

④ 청구자 은행계좌 사본

⑤ 기타 입증서류

5. 안내 및 문의

- 현재 한국 변호사들은 '한센가족보상청구변호단'을 구성(단장 조영선 변호사)하여 일본 변호단과 업무협의를 추진하였음
- 2022. 6. 10. 기준 140명(1차 62명, 2차 63명, 3차 14명, 4차 1명)을 일본에 송부하였고, 보상결정을 기다리는 중임
- 2022. 6. 10. 기준 10명의 청구자가 인정됨
- 한센가족보상 청구는 원환자(한센인 본인)뿐만 아니라 그 가족들이 사회와 국가로부터 차별과 편견을 받아왔던 것에 대한 사죄이며, 보상임
- 문의사항 : 한국한센총연합회 정태영 과장(1566-2339)

질병관리청

예방접종의 힘을 믿으니까.
National Immunization Program

침습성 폐렴구균 감염증 예방을 위해
가까운 의료기관에서 **폐렴구균 예방접종**을 받으세요!

65세 어르신 폐렴구균 예방접종

사업대상	65세 이상 어르신 중 '23가 다당 백신(PPSV23)'을 한 번도 접종하지 않은 어르신
지원내용	폐렴구균 23가 다당 백신(PPSV23), 1회 지원
접종기관	지정 의료기관* 및 보건소 * 예방접종도우미 누리집(https://nip.kdca.go.kr) 또는 이통통신 앱에서 확인 가능

의료기관 방문 시 예방접종 행동 수칙

1 건강상태가 좋은날 예방접종 하기

2 보호자와 접종대상자 모두 마스크 착용

3 손소독 등 개인위생 수칙 준수

4 대상자, 보호자는 코로나19증상 있을 시 내원 전 알리기

5 접종 후 현장에서 20~30분 머무르며 이상반응 관찰 후 귀가

정착마을 풍경

상동마을

1962년 12월 상동신촌마을 건립.
주택 및 공장이 조화를 이루고,
선녀봉에서 하천이 유유히 흘러
낙동강으로 유입된다.

역사 속 인물

한센인 및 가족들의 대모 '엠마 프라이싱거' 2022년 올해의 이민자. 대통령 표창 수상

엠마 프라이싱거 여사는 오스트리아 잘츠부르크 간호학교를 졸업하고 천주교 대구대교장 서정길(요한) 대주교가 오스트리아 출신 루디 신부에게 구라(救癩 · 한센인 구제)사업을 맡기면서 1961년 4월 29세 나이로 대구에 오게 되었다. 2년만 한센인을 돌보다 돌아가려 했으나 열악한 상황에 한센인들과 평생 함께 살며 몸과 마음을 치유해줘야겠다고 결심하고 어느덧 61년이 흘러 90세의 할머니가 되었다.

오스트리아부인회, 독일구라협회, 한국천주교회 등 지원에 힘을 얻어 1962년 한센병 환자를 치료하는 전문병원을 건립하기로 결심하고 국내 최초 민간병원인 카톡릭피부과의원을 설립하였고, 전국에서 환자들이 찾아오며 이들 중에는 한센병으로 진단받은 환자가 많았다.

엠마 여사는 "4개월 동안 한국말을 배우고 어떤 동네에 갔는데 그곳에서 한센인들의 삶을 보니 사람 사는 게 아니었다."며 "그때 주님께서 내게 그들과 평생 함께하라고 말씀하시는 것 같았다"고 담담히 말했다. 이어 엠마 여사는 "그날 주님께 한 약속을 지킨 것뿐"이라고 덧붙였다.

엠마 여사가 평생을 한센인들을 위해 헌신할 수 있었던 것은 오스트리아부인회의 지원과 많은 이들의 도움이 있었기에 가능했다. 1947년 결성된 오스트리아부인회는 당시 오스트리아도 2차대전 후 사정이 넉넉지 않았지만, 엠마 여사를 돕기 위해 점심값을 아껴 모은 50만 달러를 내놨고, 1958년 해외 구호사업지로 한국을 택했으며 1980년대 후반까지 엠마를 통해 지원한 90만 달러는 현재 가치로 100억 원(한국은행 추산)이 넘는 큰돈이다. 엠마 여사는 "오스트리아부인회는 나를 먹여 살리기 위해 돈을 보내줬다."며 "한센인들은 구걸하지 않으면 살 수 없을 정도로 열악한 환경이었다." 또 "지금 생각해보면 불가능한 일들이었지만 기적처럼 다 이뤄졌다"고 당시를 돌아봤다. "내가 한 일이 아니라 하늘이 한 일이었기 때문인 것 같아요. 나는 그저 하늘의 수족이었을 뿐입니다."라고 말했다.

엠마 여사가 명예회장으로 있는 사단법인 '릴리회'는 1970년 '한센 환자도 내 형제, 내 손으로 돕자.'며 부산지점 한국은행 故 김광자 행원을 중심으로 여성 은행원들이 뭉쳐 시작됐다. 이후 한국은행 전국 지부와 독지가들까지 가세하면서 규모가 커졌고 어느 한 사제의 소개로 엠마 여사와 연결이 되어 현재의 릴리회가 됐다.

엠마 여사는 정착마을을 찾아다니며 한센인들에게 모발 이식과 의수족 보급 등의 의료재활치료와 교육 · 계몽 · 자립 활동을 통해 한센인의 몸과 마음을 보살피며 남다른 관심과 지원을 아끼지 않았으며 한센인의 자녀를 위한 아동 기숙사를 신축하고 외래진료와 이동진료를 실시해 2,500명의 새 환자를 발견하여 조기 치료하는 적극적인 활동을 했다.

한센인들을 보듬어 안으며 친구와 가족이 되어 준 엠마 프라이싱거 여사는 평생을 헌신과 봉

역사 속 인물

▲ 6월27일 엠마 프라이싱거 여사(오른쪽 세번째)가 볼프강 앙거홀처 주한 오스트리아 대사로부터 대통령표창을 전달받은 뒤 대구대교구 총대리 장신호 주교(왼쪽 세번째), 릴리회 이옥분 회장(왼쪽 네번째) 등 일행과 함께 기념사진을 찍고 있다.

사로 살아온 공로를 인정받아 그동안 크고 작은 사회봉사상을 받았다.

대한민국 정부는 5월 20일 제15회 세계인의 날을 맞아 '올해의 이민자'로 엠마 프라이싱거 여사를 선정하고 대통령 표창을 수여했다. 고령의 몸으로 시상식에 참석하지 못한 여사를 위해 볼프강 앙거홀처 주한 오스트리아 대사가 대구대교구 총대리 장신호(요한 보스코) 주교와 릴리회 이옥분 회장 등 일행과 함께 엠마 프라이싱거 여사가 지내는 대구 파티마 홈을 찾아 표창을 전달했다.

개인적으로 알아주는 것이 부끄럽다고 거듭 밝힌 엠마 여사는 "제 옆에서 늘 함께해주신 모든 분들이 계셨기에 가능했고 그분들은 내게 한 번도 하지 말라고 한 적이 없고, 여자로서 힘든 일이었지만 이에 대한 제약을 받지 않고 일 할 수 있게 도와 준 분들과 함께해서 감사하고

영광"이며, "내 자신을 위해서 가 아니라 함께 이 일을 했던, 그리고 하고 있는 분들을 위해 상을 받았다.", "약한 사람들을 돕고 살면 사랑의 길이 될 수 있습니다. 행복하게 됩니다. 진심으로 감사드립니다."라고 소감을 밝혔다.

평생 한센인들과 살며 희노애락을 겪은 엠마 여사의 얼굴에는 미소만이 가득하다. 엠마 여사는 "나의 길을 찾았기에 나는 행복한 사람"이라며 "아직까지 자신의 길을 찾지 못하고 방황하는 사람들이 안타까운데 그에 비해 나는 내 길을 찾았고 그래서 행복했기 때문에 웃을 수 있는 것"이라고 소회했다. 마지막으로 엠마 여사는 "주님의 말씀을 알고 그 뜻에 따라 살면 행복하게 살 수 있는 것"이라며 "내 삶은 내 것이 아니라 성령께서 인도해 주셨기 때문에 살 수 있었던 삶"이라면서 주님께 영광을 돌렸다.

==========

엠마 프라이싱거 여사 약력

△1932년 오스트리아 엡스티롤 출생
△1957년 잘츠부르크주립간호대 졸업
△1961년 천주교 대구대교구 구라사업 돕기 위해 내한
△1962년~1966년 오스트리아부인회 부속 기톨릭피부과의원 건립 병원장 겸 간호사로 활동
△1977년 릴리회 회장(현 명예회장)
△1979년 5 · 16민족상
△2007년 호암상 사회봉사상 수상
△2011년 오스트리아 정부 금십자상 수상
△2022년 세계인의날 대통령상 수상

자료제공 : 성신마을 김진국 대표
천주교대구대교구

질병관리청

재유행 대비
고위험군 보호를 위해,

코로나19 4차접종을 확대 시행합니다

감염시 중증·사망위험이 높은
50세 이상 연령층은
적극 참여해주세요

접종대상

50세 이상 연령층
(1972년 이전 출생자),
18세 이상 기저질환자 중
3차접종 완료
4개월(120일)이 경과한 분

접종방법

1. 당일접종(7.18.(월)~)

카카오톡·네이버 잔여백신 예약
또는 의료기관 유선연락

2. 사전예약(7.18.(월)~),
예약접종(8.1.(월)~)

- **사전예약 누리집**(대리예약 가능)
  ▸▸ http://ncvr.kdca.go.kr
- **전화예약**(1339, 지자체 콜센터)

*mRNA 백신 접종을 우선 권고하며,
mRNA 백신 접종을 원치 않는 경우
노바백스 백신으로 접종 가능

휴대폰 카메라로
QR코드를 찍으면,
사전예약 누리집으로
연결됩니다.

한센이 만난 사람

작은 노력이 희망이 되는 삶

김해돌봄SOS센터 **박영희 대표**

30대 중반쯤 경상남도 김해시 덕촌마을에 미용 봉사자가 필요하다는 요청을 받고 오래된 이용원(이발소)에서 처음 한센인과 인연이 되었다. 사람들이 찾지 않는 곳이라 박 대표가 덕촌마을을 찾은 첫 봉사자였다.

"좋은 사람 만나 아이도 둘 낳고 살아라."며 기도해 주시고 걱정해주신 한센인 어르신들 덕분에 지금의 남편을 만나 행복한 가정을 꾸렸고, 행복한 나날들만 이어질 줄 알았으나 5년 전 유방암 수술을 하고 예전처럼 팔을 많이 사용하지 못하다 보니 미용 봉사를 할 수 없게 되어 마음 한편이 아픈 나날들도 있었다.

아픔과 함께 잠시 끊어졌던 덕촌마을 봉사활동을 다시 찾게 해 준 김해 경희의료원 의료봉사팀 회장은 "어르신들께서 약이 없을까요? 병원을 못 갈까요? 우리가 가서 말벗이 되어 드리는 것도 도움이 되지 않을까요?"의 말을 남기며 두 달에 한 번씩 계속 방문하는 덕촌마을에 박 대표가 함께 동행해줄 것을 제안했다. 박 대표는 "저는 할 줄 아는 게 없는데요."라고 말했지만, 한센인 어르신들을 오랫동안 옆에서 지켜보며 가끔은 배우자, 자식, 친구에게도 말 못할 서러움과 남모를 외로움이 크게 자리 잡아 작은 관심이 그립다는 것을 잘 알고 있기에 의료봉사팀 회장님의 동행 제안을 흔쾌히 받아들일 수 있었다.

어르신들에게 가장 젊을 시간일 지금을 추억으로 남겨드리고 싶어 시작한 '내 생애 봄날' 프로젝트. "백세 사진 찍어드립니다"라는 이장의 방송 멘트로 영정사진인 줄 아시고 모이신 어르신들께 "영정사진 아닙니다. 어르신들께 곱게 화장을 해드려서 잠시나마 봄날을 찾아드리고 싶었습니다."라고 답하며 어르신들에게 봄 햇살 아래 파릇한 새싹이 피어나듯이 어렵고 힘든 세월이 지나간 흔적이 남은 얼굴 위에 곱게 화장을 해드린다. 화장을 받고 예뻐진 모습에 "참말로 봄날 맞네, 화장이 며칠 가면 좋겠다.", "코로나만 아니면 놀러 가고 싶네"라며 어르신들께서 무척 좋아하시고, 전문 사진작가와 함께하지 못하지만, 핸드폰으로 예쁜 모습을 담아 보정하지 않은 사진과 보정한 사진을 인화하여 추

Q&A

한센이 만난 사람

억을 선물로 드리면 어르신들이 많이 기뻐하고 행복해하는 모습을 보면 더욱더 행복하다고 말하는 박 대표의 봉사하는 삶에 대해 들어보았다.

Q. 박영희 대표님의 간단한 소개 먼저 부탁드립니다.

A. 50살에 봉사활동도 같이 다니는 착한 남편과 엄마가 자랑스럽다고 말하는 초등학생 두 아이를 둔 엄마입니다. 어린 시절, 부모님의 이혼으로 엄마 없이 자라면서 운 날이 더 많았습니다. 넉넉지 않은 가정형편에 나라 도움을 받으며 살았고 대학 또한 늦은 나이에 야간대학을 졸업했고, 힘들 때마다 읽던 좋은 생각 책과 장애가 있는 분들의 수기 책을 읽으면서 세상에는 나보다 더 힘든 상황에서 열심히 살아가는 분들이 많다는 것을 알고 내 상황을 비관하기보다 '언젠가 잘 될 거다.'라는 믿음으로 견뎌온 것 같습니다.

너무 힘들었던 어린 시절 기억이, 도움이 필요한 누군가를 도와주고 싶다는 마음으로 바뀌어 27살에 봉사활동을 시작하여 지금까지 이어오면서 참 좋은 분들을 만났고, 20년이 넘는 세월 동안 그 인연을 이어가고 있는 분들도 있습니다. 오랜 시간이 지나 돌아보니 가장 잘하고 좋아하는 일이 봉사활동이란 것을 알고 사회복지 공부를 시작하였습니다. '저는 사회복지사입니다.'라고 자신 있게 말하며 저의 작은 노력이 누군가에게 희망이 될 수 있도록 노력할 것입니다.

Q. 올 해 6월 김해돌봄SOS센터를 개소하신걸로 알고 있습니다.

김해돌봄SOS센터는 어떤 곳인가요?

A. 정보를 몰라 사각지대에 놓인 분들에게 필요한 복지자원 연계 및 복지서비스 신청과 정보를 제공하고, 갑자기 아픈 부모님과 아이를 위해 가족을 대신하여 병원 동행 및 우리 부모님 돌아가시기 전 예쁜 커피숍이라도 모시고 가고 싶은데 직장 일로 바쁜 자녀를 대신해 부모님들을 모시고 여행 동행을 해드

리며, 가정 방문을 통해 가끔은 자식이나 친구에게도 말 못 할 고민으로 마음 앓이를 하시는 어르신들을 위해 이야기를 들어드리고, 갑자기 다치거나 아픈 부모님이 계시면 긴급 돌봄을 해드리는 일을 하는 곳입니다.

Q. 덕촌마을 어르신들을 위해 다양한 봉사활동을 하셨는데, 덕촌마을에서 봉사활동을 시작한 계기와 어떤 봉사활동을 하고 계신가요?

A. 오래전 김해 생림 양지마을에 미용 봉사를 다니고 있을 때 김해시 자원센터에서 한림면 덕촌마을에 미용 봉사자가 필요한데 아무도 가지 않으려고 한다며 저에게 연락이 와서 찾아뵙게 되었고, 이후 두 달에 한 번 경희중앙의료원 의료봉사팀과 동행하여 진료 · 처방 및 말벗을 도와드리기도 하고, 올 7월 '내 생애 봄날' 프로젝트를 실시하여 잠시나마 어르신들의 봄날을 찾아드렸습니다.

Q. 어르신들을 위해 미용봉사를 하고계신데, 내 생애 봄날 프로젝트가 인상깊었습니다. 어르신들에게 예쁘고 곱게 화장을 해주시고 사진을 찍어 선물하실 생각을 어떻게 하셨나요?

A. 9년 전 친정아버지께서 23년 정도의 투병 생활 끝에 돌아가시면서 앨범을 보니 아버지의 젊은 시절 사진이 많지 않다는 것을 알게 되면서 마음이 아팠습니다. 어르신들이 평생토록 화장 한번 한 적 없는 분들이 많다는 것을 알았고, 젊고 예뻤던 시절로 다시 돌아갈 순 없지만 부족한 실력으로나마 예쁘게 화장을 해드리고 '지금'을 기록하여 봄날을 선사해드리고 싶었습니다.

그렇게 아이디어를 내긴 했으나, 비용이 드는 일인지라 지금껏 실천하지 못하다 의료봉사를 위해 답사차 방문한 덕촌마을에서 많은 어르신들이 돌아가신 것을 알고는 '힘들지만 지금 해보자'라고 마음먹고 경북 경산에 사는 미용사 동생과 조카에게 도움 요청하고, 평상시 환경정화를 같이하고 있는 큰아이 친구 엄마, 대학원 후배에게 번개로 도움 요청을 하여 실시하게 되었습니다.

Q. 박영희 대표님께서도 몸이 많이 아프셨던 경험이 있으셨는데, 어려움을 이겨내시고 다시 봉사를 할 수 있게 된 원동력이 있을까요?

A. 2017년 7월 유방암 진단을 받고 9월 4일 수술을 하였습니다. 감사하게도 제자리 암 상태에 발견이 되어 항암, 방사선치료가 없어 큰 통증은 없었으나, 둘째가 4살, 큰아이는 8살로 아이를 돌봐줄 사람이 없어 병원에서 둘째와 같이 생활하는데 홀로 3남매를 키우며 술로 지새다 간경화로 쓰러져 고생한 아버지의 마음이 헤아려져 밤새 울었습니다.

Q&A

한센이 만난 사람

그동안 남들을 위해 조금은 착하게 살아서 제자리 암 상태로 발견되고 38세에 첫아이를 낳고 두 아이 모두 지금까지 건강하게 잘 살아나가는 것이, 그동안 봉사활동을 열심히 하여서 그럴거라 생각합니다. 엄마의 정이 그리웠던 저는 저의 작은 노력에도 너무 고맙다 해주시는 어르신들의 말씀이 감사합니다.

"제가 어디 가서 이렇게 사랑받겠습니까?" 비 오면 "운전 조심해서 다녀라."라고 걱정해 주시고, 야채 좋아한다는 소리에 마당에서 키운 상추 뜯어 챙겨주시고, 엄마에게 받지 못한 사랑 봉사 다니면서 만난 어르신들과 봉사자님에게서 채워갑니다. '선한 끝은 있다'고 믿으며, 우리 아이들도 봉사활동을 통해 나눔을 실천하는 사람으로 성장하기를 희망하는 마음이 저를 다시 봉사활동을 하게 하는 힘입니다.

Q. 박영희 대표님께 봉사의 의미란 무엇인지요?

A. 즐겁고 행복한 일이며, 특별히 잘하는 게 없는 내가 가장 잘하는 일이자 나를 위한 위로라고 생각합니다. 내가 누군가를 돕기보다 봉사를 통해 제가 더 위로받으니까요.

별거 아닌 작은 행동에 감사하다고 해주시고, 기다려 주셔서 어린 시절 외로웠던 나를 봉사를 통해 조금씩 쓰다듬어 주면서 성장해 나가는 것 같습니다.

Q. 덕촌마을 봉사활동을 하시면서 가장 기억에 남는 에피소드, 한센인 어르신이 계실까요?

A. 회관이 미용실로 리모델링 되어 이용원만 다니셨던 할아버지들께 머리카락 커트와 두피가 시원해지는 쿨 샴푸를 해드리고 헤어드라이까지 해드리니 "시원하네"하며 신기해하시던 모습들과 누워서 생활하시는 할머니를 위해 집으로 찾아가 미용을 해드렸는데 가족분이 저에게 상추가 담긴 봉지를 조심스럽게 건네주셨던 장면이 아직도 생생합니다.

지금은 하늘나라에 가셔서 안 계시지만, 한센인의 날 소록도 행 버스에서 옆자리에 나란히 앉아 이런저런 이야기도 많이 하고, 결혼해 경산에 살 때도 잊지 않고 "박 선생 잘 있어요?"라며 자주 전화 주시며, 김해 내려와 산다는 이야기를 듣고 혹여나 남의 집 살이 하느라 고생할까 걱정되어 자신의 비워둔 집에 들어가 살아도 된다고 해주셨던 김진우 할아버지, 너무 감사하고 보고 싶은 분입니다.

Q. 봉사활동을 하시면서 도움을 주신 분들이 많이 계시다고 들었습니다. 함께 하신 분들 소개도 부탁드립니다.

A. 김해 경희의료원 큐어클럽 의료봉사팀, 김해 헬퍼스 하이클럽 의료봉사팀, 저의 도움 요청에 기꺼이 경북 경산에서 한달음에

달려와 준 우리 동생 박영란, 조카 김서연, 행복한 동행 하태양 봉사자님, 김해여성회 강태옥 회장님, 무엇보다 봉사활동을 할 수 있도록 마을 분들을 모아주시고 이야기를 건네주신 정서기 이장님, 오래전 봉사활동 시절 마을을 책임지고 계셨던 정진하 이장님이십니다.

Q. 향후 계획하고 계신 일이나 이루고픈 소망이 있다면 말씀 부탁드립니다.

A. 지금처럼 좋아하는 봉사활동 하면서 가족들과 오래오래 행복하게 생활하는 것이 소망입니다. 6월 말 전정신경염으로 갑자기 쓰러져 구급차에 실려 병원에 가면서 '이러다 한 번에 갈 수도 있겠구나, 아직 아이들이 어린데'하는 생각을 하였습니다. 그 이후로는 가족의 건강이 가장 큰 바람입니다.

또한 앞으로 기회가 주어진다면, 정부에서도 다양한 복지서비스가 실시되고 있지만 그럼에도 불구하고 여전히 사각지대에 놓인 어르신들과 독거로 생활하는 어르신들이 많은데, 그런 분들을 위해 누구나 이용할 수 있는 노인 공동생활시설을 만들어 편안한 노후생활을 보내실 수 있도록 도움 드리고 싶습니다.

Q. 마지막으로 한센인 어르신들에게 응원한 말씀 부탁드립니다.

A. 오래전 버스를 타고 어르신들과 소록도에 가면서 많은 이야기를 들었습니다. 세상이 좋아져 지금은 차별이 덜하지만 그럼에도 불구하고 마음의 응어리가 풀리진 않으셨을 거에요.

진심으로 "살아내 주셔서 너무 감사합니다."라는 말을 전하고 싶습니다.

앞으로는 많이 웃으시면서 가족분들과 행복하게 생활하시기를 소망합니다. 잘은 못하겠지만 오래오래 인연 이어갈 수 있도록 노력하겠습니다.

띵동 띵동
약 복용 시간입니다

개인별 권고 처방에 맞춘
올바르고 꾸준한 약 복용,
내 몸과의 약속입니다.

Mapping a better future...

사단법인
한국한센총연합회
THE KOREAN FEDERATION of
HANSEN ASSOCIATIONS

한국한센총연합회

당신의 작은 사랑과 관심은
한센인들에게 큰 기쁨과 희망입니다

(사)한국한센총연합회는 한센인의 인권회복 및 권익보호, 복지증진을 위한 사업을 실시하여
한센인에 대한 오해와 편견을 불식시키고, 한센인의 사회적 수용을 촉구하여
더불어 살아가는 아름다운 세상을 만들기 위해 설립된 비영리 사단법인입니다.

신종 코로나바이러스 감염증
예방행동수칙

30초이상
손바닥, 손톱밑
꼼꼼하게 손씻기

기침 등 호흡기
증상자는 의료기관
방문 시 마스크착용

기침할땐
옷소매로 가린 후
기침하기

의료기관 방문 시
의료진에게
해외여행력 알리기

Mapping a better future...
사단법인
한국한센총연합회
THE KOREAN FEDERATION of HANSEN ASSOCIATIONS

최원영
제8회 한센인 편견해소 공모전
포스터 부분 대상

한센인과 친구

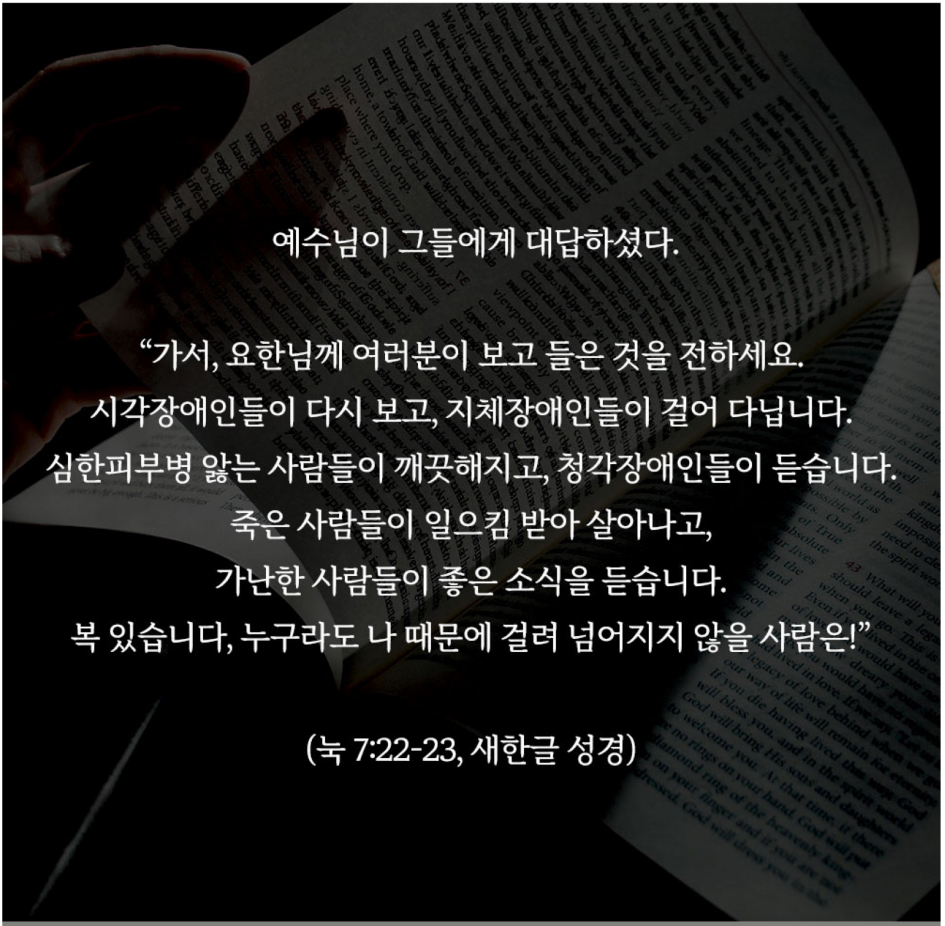
하세요!

편견은 **노노**

지금바로

한센인을 바라보는 편견 잘라주세요.

한센인은 우리의 친구입니다.



예수님이 그들에게 대답하셨다.

"가서, 요한님께 여러분이 보고 들은 것을 전하세요.
시각장애인들이 다시 보고, 지체장애인들이 걸어 다닙니다.
심한피부병 앓는 사람들이 깨끗해지고, 청각장애인들이 듣습니다.
죽은 사람들이 일으킴 받아 살아나고,
가난한 사람들이 좋은 소식을 듣습니다.
복 있습니다, 누구라도 나 때문에 걸려 넘어지지 않을 사람은!"

(눅 7:22-23, 새한글 성경)

우리 총연합회는 10년 이상 한센 관련 용어 개정을 강력히 성서공회에 요청하고,
그간 수차례 성서공회와 긴밀한 협의를 통해 성서 속의 한센인(병)에 대한 용어 개정을 이끌어냈습니다.

그 동안 성서 속 부정적으로 표기된 '한센인(병)' 용어는 '심한 피부병 앓는 사람'으로 개정되어
한센인의 인권이 신장되고 한센인이 차별과 편견의 대상이 되는 폐해를 방지할 수 있게 되었습니다.

여러분들의 '한센 가족의 인권 신장'에 대한 지속적인 관심 부탁드립니다.

(※ 새한글성경 신약과 시편은 용어 개정이 완료, 구약은 개정 중에 있습니다.)

소록도 '해록예술회' 전시회

- 소록도 사람들의 아주 특별한 외출 -

인사동 토포하우스에서 7월 6일부터 18일까지 '소록도 사람들의 아주 특별한 외출'을 주제로 14인의 작품 60여 점이 전시되었다. '해록예술회'는 2016년 창립되어 그 해 국립소록도병원에서 창립전을 가진 이래 제주 KBS 방송국, 고흥 남포미술관, 전남도청, 국회의원회관 등지에서 22회에 걸쳐 전시를 개최한 바 있다. 이번 토포하우스에서의 전시는 인사동이라는 한국 미술의 중심지에 위치한 화랑에서의 첫 전시로, '해록예술회' 작가들의 숙원을 이룬 뜻깊은 전시이기도 하다.

이번 전시는 소록도의 중앙공원의 상징인 한센병 퇴치를 염원하는 '구라탑', 전염을 차단한다는 미명하에 환자들은 바람이 불어오는 곳을 향해 서고 자녀들은 바람을 등지고 멀리 서서 마주 보며 면회해야 했던 슬픈 만남의 장소인 '수탄장', 남생리 등대, 식량창고 등 소록도의 아픈 역사를 간직한 풍경들과 소망을 상징하는 해바라기와 동백꽃 등 풍경화와 정물화 그리고 서예 작품들을 선보였다.

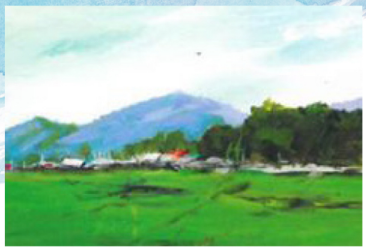
전시회에 참여한 작가들은 대부분 7~80대의 고령에 한센병의 상흔으로 손발이 불편한 분들로, 작품 활동은 그들에게 소망과 용기를 주며, 그들의 삶을 지탱하는 가장 의미 있는 부분이다.

김기춘 해록예술회장은 "이 전시가 작가들의 자긍심을 고취함은 물론, 이를 통해 소록도 주민들에 대한 이해가 높아지는 계기가 되기를 기대한다"고 전시회 개최 소감과, 이번 전시회를 위해 차량과 관광 및 식비 지원 등 값진 경험을 할 수 있도록 도와주신 이한덕 자문위원(섬김과나눔 회장)에게 감사 인사를 전했다.

자료 제공 : 해록예술회, 토포하우스

한센에서 만나보는 해록예술회 미술전

강성봉 · 수탄장



김기춘 · 고향풍경

김영설 · 부인의 일과

김용하 · 통영 매물도

김종숙 · 사랑하는 마음으로

류승열 · 소록도대교

박애남 · 가을단풍

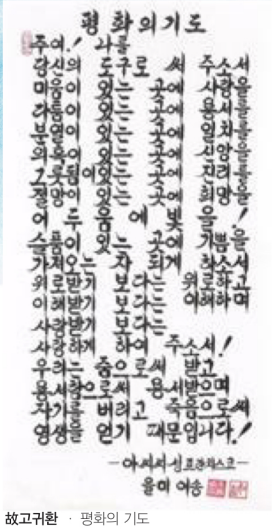
박용채 · 설경

이영래 · 금산 석양

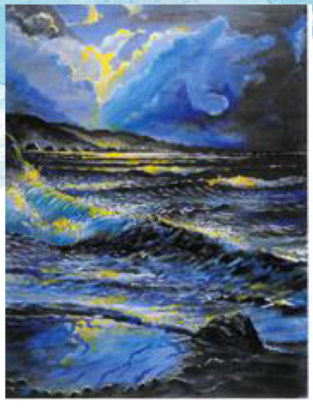
장규득 · 2번지 성당

전귀자 · 풍경

한광희 · 감



故고귀환 · 평화의 기도



조재형 · 파도

신계순 · 자목련

자신 있게 살아라

김종윤 (익산마을)

'너 자신을 알라.' 소크라테스의 말이다. 우리 인생을 보람 있게는 못 살아도 부끄럽게는 살지 말자. 우리 인생은 버티면서 살아간다. 쉼표 없이 달리는 인생이다. 우리가 한 생을 살면서 항상 평탄한 길만 갈 수는 없다. 가다가 산을 만나면 길을 내어 가고 가다가 물을 만나면 다리를 놓아 가라. 흔들리지 않고 피는 꽃이 어디 있으랴? 잔잔한 파도는 결코 유능한 뱃사공을 만들 수 없다. 폭풍이 휘몰아치고 파도가 거칠어도 목적지에 도착한 사공이 진짜 뱃사공이다. 봄이 아름답고 역동적인 것은 추운 겨울을 이겨 냈기 때문이다. 고통 뒤에 오는 행복은 살아가는 데 큰 기쁨이다. 사랑의 나무에 행복의 열매를 맺고 싶다면 모든 시련을 견디어 내라.

자신 있게 살자. 자신감은 작은 것에서부터 출발해야 한다. 모든 성공은 언제나 작은 것에서부터 시작된다. 자신감을 갖고 작은 일들을 소중하게 여길 때 큰일을 할 수 있다. 산에 올라가 보아라. 산이 큰 나무로만 이루어졌는가? 아니다. 이름 없는 온갖 풀들이 산을 덮고 있다. 그래서 작은 것이 소중한 것이다. 세상을 떠들썩하게 만든 유명한 사람들도 많지만 자기 일을 하며 살아가는 사람들이 우리 주위에 더 많이 있다.

영국의 추리 작가 아서 코난 도일은 이런 말을 했다. "좋은 것은 천천히 찾아온다. 작은 구멍도 햇빛을 볼 수 있다. 사람들은 산에 걸려 넘어지지 않지만 작은 조약돌에는 간혹 넘어질 수 있다. 작은 것이 중요한 것이다. 작은 구멍 하나가 커다란 배를 침몰시킨다. 작은 것들을 소중히 여길 때 비로소 큰일을 해낼 수 있다." 모든 일에 자신감을 갖고 도전하라. 비 한 방울 한 방울이 모여서 바다를 이루고 아무리 거대하고 울창한 숲도 나무 한 그루 한 그루가 모여서 이루어진다. '작은 일을 보면 큰일을 알 수 있고 얕은 곳을 보면 그 깊이를 헤아린다.'라는 말도 있다. 이는 지혜의 근본을 말해 준다. 개미구멍으로 제방도 무너진다는 말의 의미를 우리는 되새겨야 한다. 자신감은 곧 성공으로 안내하는 길이다. 높은 산을 오르는 것도 한 걸음부터 시작된다. 천리 길도 한 걸음부터다. 살아가면서 막다른 길을 만나더라도 망설이거나 두려워하지 말고 헤쳐 나가는 용기가 중요하다.

1940년대에 에드먼드 힐러리라는 영국의 한 청년이 세계에서 가장 높은 산인 에베레스트산 정복에 나섰다가 실패했다. 그는 산을 향해 이렇게 외쳤다. "산이여, 너는 자라지 못한다. 하지만 나는 자랄 것이다. 나의 기술도, 나의 힘도, 나의 경험도, 나의 장비도 자랄 것이다. 나는 다시 돌아온다. 기다려라. 나는 기어이 네 정상에 설 것이다." 그로부터 10년 후인 1953년 5월 29일 그는 결국 에베레스트산을 정복했다. 그리고 그는 말했다. "내가 정복한 것은 산이 아니라 내 자신이다." 우리는 자신을 정복할 때 비로소 진정한 삶의 길을 향해 걸어갈 수 있다.

어느 젊은이가 자신에게는 기회가 오지 않는다면서 괴로워하고 있었다. 어느 날 젊은이는 "하

나님에게 운명은 왜 이렇게 나에게만 잔인한 것입니까?"라고 물었다. 하나님은 아무런 대답도 하지 않고 다만 조용히 작은 돌멩이 하나를 주워 돌멩이 밭으로 던졌다. 그리고는 내가 방금 던진 돌을 찾아오라고 말했다. 젊은이는 돌멩이 밭에 들어가 그 돌멩이를 찾으려 했지만 똑같은 돌멩이가 너무 많아서 어느 것이 방금 던진 것인지 분간할 수 없었다. 그때 하나님이 자신이 끼고 있던 반지를 빼서 돌멩이 밭으로 던졌다. 그리고 젊은이에게 그 반지를 찾아오라고 말했다. 젊은이는 아주 쉽게 반지를 찾아냈다. 그 반지는 반짝반짝 빛나는 금반지였기 때문에 돌멩이 밭에 떨어져 있어도 눈에 잘 띄었던 것이다. 하나님은 더 이상 젊은이에게 아무 말도 하지 않았지만, 젊은이는 하나님의 뜻을 헤아릴 수 있었다. 젊은이는 자신이 아직은 보잘 것 없는 돌멩이에 지나지 않았다는 것을 깨달았다. 하나님의 금반지처럼 반짝반짝 빛나도록 자신을 연마하지 않고서는 하늘이 불공평하다고 불평할 수 없다는 것을 알았다. 하나님은 절대로 한 사람에게만 많은 행운을 주지 않는다. 어떤 사람들은 딱 한 번 좌절을 겪었을 뿐인데도 하나님이 너무 불공평하다고 불평한다. 그런데 자신의 문제점이 무엇인지는 전혀 알지 못한다. 금반지처럼 눈부신 빛이 나도록 자신을 연마했는지 스스로에게 물어보라.

걱정은 하나 줄이고 희망을 하나 늘려라. 불평을 하나 줄이고 용기를 더 키워라. 증오심을 줄이고 사랑을 키워라. 불평불만을 늘어놓고 남을 원망한다고 뭐가 달라지는가? 복잡하고 어려운 이 세상을 살아가다 보면 때로는 처참하고 때로는 분노할 수밖에 없는 좌절과 시련을 피할 수 없다. 그러나 이 모든 좌절과 시련은 절대 고통이 아니라 하나님의 선물이다. 하나님은 우리가 더 가치 있는 인생을 살 수 있도록 우리를 훈련시키는 것이다. 누구나 인생을 시작할 때는 아주 순수한 상태에서 시작한다. 마치 다듬지 않은 옥처럼 거칠고 광택도 없다. 부지런히 갈고 닦아야만 깊고 은은한 광채를 낼 수 있다. 오늘 나는 행복한 사람이 될 것을 선택하겠다.

나는 감사하는 마음의 소유자다. 감사하는 마음은 절망의 구름을 순식간에 없애버린다. 나는 남과 비교하지 않겠다. 나는 지금, 이 순간 행복한 사람이다. 이러한 감사하는 마음에는 절망의 씨앗이 들어설 자리가 없다. 하나님은 나에게 많은 선물을 주셨다. 나는 이 선물을 늘 고마운 마음으로 기억하겠다. 나는, 내 시력, 내 호흡, 이 모든 것을 감사하게 받아들인다. 만약 내 인생에서 이것 이상의 축복이 찾아든다면 나는 그 풍성함의 기적에 깊은 감사를 드릴 것이다.

발명왕으로 온 세계에 명성을 떨친 에디슨은 과연 실패 없이 성공했을까? 그렇지 않았다. 에디슨은 수없이 많은 실패 속에서도 자신감을 갖고 재도전을 했기 때문에 성공한 것이다. 천재란 1%의 영감과 99%의 노력으로 만들어지는 것이다. 성공은 자신감 속에서 땀 흘려야 한다. 노먼 빈센트 필이란 사람은 다음과 같은 말을 했다. "사람들은 흔히 사업에 실패하면 자기 인생이 끝났다고 말한다. 나는 그런 사람을 보면 이렇게 말한다. 왜 당신은 자기 일에 자신을 갖지 못합니까? 내일이 있지 않습니까?"

자신감을 갖고 자신의 능력을 마음껏 펼쳐라. 그저 살다 보면 살아진다. 자신 있게 살아라. 힘들어도 괜찮아. 오늘이 간다고 서러워 마라. 내일 또 해는 뜬다.

청춘이고 싶어라

박 우 택 서울·중부지부장

잠못이루는 무더운 여름밤
이미자의 섬처녀 노래를 듣는다.
울컥 하는 마음으로
한 많았던 내청춘을 추억해본다.
내청춘을 멍들게 한
운명의 사슴 섬
용기 없는 못난 청춘은
아쉬움과 미련 뿐이였네
시대적인 아픔이였으리라
그래도 그 추억을 먹고 사는
늙음에 세월이 행복하지 않은가
언젠가 그 섬을 다시 찾아
내가 왔노라
용기있게 큰소리로 내 청춘을
불러보고 싶다.

고향

신 재 문 영락마을 대표

어머님 품을 그린 어린애처럼
키워준 고향 보고파 찾았지만
모두 타향 되어버렸네

꿈속 고향은 옛 모습인데
세월 따라 변화된 고향
산과 흙과 바람은 고향이건만
떠날 때 고향이 아니어라

고향 좋다 누가 말하던가
찾아온 내 고향이 타향 되어
눈 감고 옛고향 그리워하니
흘러간 반세기가 무정하여라

잠이 오지 않는 밤이면 고향 생각
그리던 고향 아니라고
애써 지워 버리리

통증의 무게, 움직이면 가벼워지는

경희의료원 한방재활의학과

김형석 교수는

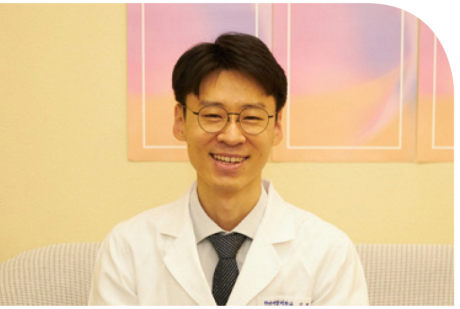
경희대학교한방병원 재활의학과 임상조교수로 전문진료분야는 뇌졸중재활, 척추질환, 발질환 등이다. 한방재활의학과학회 이사, 추나교수협의회 간사, 대한스포츠한의학회 정회원, 한방비만학회 이사로 활동중이다.

"스트레스는 마음에만 남는게 아니라 몸에도 남습니다.
근육과 소화기 등에 남은 스트레스의 흔적을 지우기 위해
우리는 부단히 움직여야 합니다. 운동이 필요한 이유죠."

▶ 움직이면 보이는 통증의 시작점

앉아있는 시간이 많은 현대인은 허리와 목, 어깨 통증을 주로 호소한다. 움직임이 부족하고 앉은 자세로 오랜 시간을 보내다 보니, 몸의 무게를 그대로 수용하는 허리와 목, 어깨 등의 부위에 무리가 오기 때문이다. 이러한 이유로 한방재활의학과에 내원하는 환자들은 허리 통증은 허리의 치료로, 어깨 통증은 어깨의 치료로, 목 통증은 목의 치료로 해결하리라 생각한다. 하지만 한방재활의학과에서 이러한 환자들에게 가장 먼저 건네는 질문은 생활습관이다. 밤에 잠은 잘 자는지, 어떤 일을 하는지, 일하는 과정 속에 어떤 스트레스를 받는지 등 환자들이 평소 어떤 삶을 살고 있는지 먼저 파악하는 것이다.

우리 몸은 굉장히 복잡하고 세심하게 연결돼 있으므로 몸의 통증이 오직 몸의 문제로 인해서만 발현되지는 않는다. 마음의 문제도 몸의 통증으로 발현될 수 있다.



이처럼 스트레스는 마음에만 남는 게 아니라 몸에도 남는다. 근육과 소화기 등에 남은 스트레스의 흔적을 지우기 위해서라도 우리는 부단히 움직여야 한다. 운동이 필요한 이유다. 부족한 운동량은 근골격계를 약하게 만들고, 이는 스트레스에 한없이 취약한 몸의 상태를 만드는 악순환을 유발할 수 있다. 이러한 상태가 지속되다 보면 일상 속의 작은 움직임, 예를 들어 휴지를 잡기 위해 허리를 굽히는 행동 등에서도 큰 자극을 받아 갑자기 근육이 놀라는 순간이 생길 수 있다.

▶ 마비, 근육의 재교육 필요해

통증이 있는 경우는 그나마 우리 몸이 적절한 신호를 보내고 있는 순간이다. 통증이 아닌 마비의 상태로 가면 몸이 보내는 신호조차 감지할 수 없으므로 더 세심한 움직임이 필요하다.
뇌졸중 환자의 경우 편마비를 동반하는 사례가 많은데 이때 진행하는 재활은 마비된 몸을 기존 근육의 결대로 움직여 뇌신경에 자극이 가도록 하는 원리를 사용한다. 뇌졸중 환자들은 뇌신경에서 근육으로 신호를 보내는 길이 막히게 된 셈이지만, 재활은 근육을 자극함으로써 손상된 뇌신경 주위의 다른 뇌신경을 교육할 수 있다. 즉 근육의 재교육을 통해 뇌신경 재교육까지 시도하는 것이다.

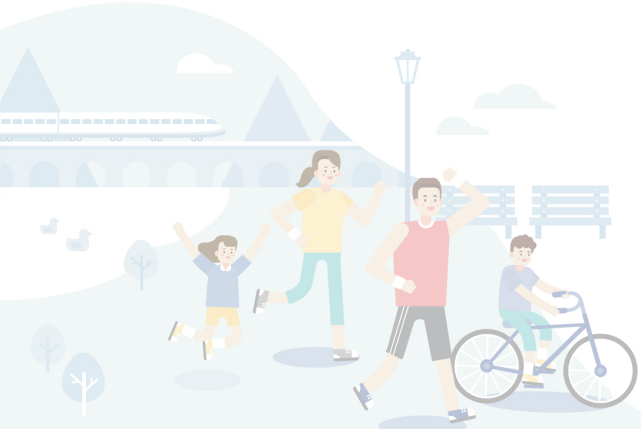
뇌졸중으로 언어장애가 생긴 경우에도 어린 아이에게 말을 가르치듯 언어교육을 실시한다. 말을 하는 것도 성대 및 주변 근육의 움직임을 활용하는 것인 만큼, 언어 교육 역시 근육의 재교육이라고 볼 수 있다.
이외에도 한방재활의학과에서는 한약과 침으로 보충적인 치료를 더 할 수 있다. 혈자리에 침을 놓음으로써 뇌신경을 더욱 효과적으로 자극하고, 혈자리에 침을 놓은 상태로 일정한 운동을 하는 동작침법을 통해 마비된 신체의 재활을 돕는다.

▶ 부족해도 안 되지만 과해도 문제인 움직임

통증과 마비는 움직임을 어렵게 하는 요소다. 하지만 반대로, 움직임이 너무 과해서 통증을 가져오는 경우도 있다. 무리한 운동이 그 예다. 최근 '좋은 몸'에 대한 강한 욕구로 젊은 남녀 사이에서 운동 열풍이 불고 있는데 이러한 영향 때문인지 한방재활의학과에 내원하는 환자 중에도 과도한 운동으로 여러 통증을 호소하는 경우가 많다.

앞서도 말했듯 통증은 몸에서 보내는 신호다. 그것을 외면하고 무리하게 운동을 하면 고질적인 통증에 빠질 수도 있다. 이 경우, 엑스레이 및 MRI 검사에서는 큰 이상이 없지만, 본인은 지속적으로 고통을 느낄 수 있다. 특히 나이 50~60대, 즉 남녀를 불문하고 갱년기에 해당하는 사람들이 이러한 통증 상태에 빠지는 경우가 많은데, 자기 몸에 맞는 운동을 적지도 과하지도 않게 하는 것이 가장 중요하다.

통증에 대한 진료는 쉽지 않다. 통증을 객관적으로 나타낼 수 있는 지표가 없기 때문이다. 오직 자신만이 느끼는 게 통증이므로 의사를 의지하는 것도 좋지만 그 전에 몸에서 보내는 신호를 잘 감지하는 게 중요하다.



8월이 가기 전에 꼭 먹어야 할 제철음식 4가지

8월인데 '이것'아직 못 먹었나요?
8월에는 꼭 먹어야 할 제철음식입니다.

포 도

포도는 '과일의 여왕'이라고 불릴 만큼 각종 비타민, 유기산, 철분, 마그네슘 등 무기질이 풍부함
특히 포도에 함유된 항산화물질 안토시아닌 성분이 활성산소를 제거해 노화예방 및 시력보호
또 플라보노이드 성분이 혈전 생성을 막아주고 혈액순환을 원활하게 해주는 등 혈관질환예방에 도움
포도당과 과당 함유량이 높아 피로회복에도 좋음

옥수수

체내에서 만들 수 없는 우리 몸의 필수지방산인 리놀레산이 풍부해 혈중 콜레스테롤 수치를 낮춰주고 고혈압, 동맥경화 등 예방 효과
잇몸약 인사돌의 주요성분인 베타시토스테롤이 입안의 세균 및 충치 발생 억제
식이섬유가 풍부해 장운동을 촉진, 변비예방 및 이뇨작용에 탁월

고구마

고구마에 풍부하게 함유된 칼륨은 체내노폐물과 나트륨을 배출시켜 혈압을 낮춰주는 등 혈관개선 및 뇌졸중예방에 도움
식이섬유가 풍부해 변비예방 및 다이어트에 효과적이며, 항산화물질인 폴리페놀 성분이 함유돼 있어 면역력을 높여줌

전 복

'바다의 산삼'이라 불리는 대표적인 보양식 '전복'
저지방고단백 식품 전복은 비타민과 미네랄이 풍부해 기력회복에 효과적
특히 전복에 다량 함유된 타우린과 아르기닌 성분이 콜레스테롤 수치를 낮춰줘 혈관건강을 지켜주며 간 기능도 좋아지게 함
고혈압, 동맥경화 등 각종 심혈관질환예방에 도움

미리 살펴본 9월 제철 음식 '맛도 영양도 두 배'

제철음식은 보양식이라는 말처럼 시기별로 맛과 영양면에서 뛰어난 효능을 자랑하는 음식들이 있다. 우리 가족의 건강한 식단을 위해 9월 제철음식으로 다양한 영양소를 충전해보자.

고등어

고등어에는 DHA와 EPA가 다량 함유돼 있는데 DHA는 뇌세포 성장발달에 효과적이며 EPA는 혈중 콜레스테롤을 감소시켜 각종 성인병(고혈압, 동맥경화) 예방에 효과적이다. 또한 고등어는 무와 함께 조리하면 비린내를 잡고 부족한 영양성분을 보완할 수 있다.

은행

은행은 혈관을 넓혀주고 혈압과 혈중 콜레스테롤 수치를 감소시키는 데 도움이 된다. 이외에도 방광염 등 비뇨기과 질환에서 이뇨작용을 도와준다. 은행은 다량 섭취시 알레르기나 발열 등의 증상이 나타날 수 있어 주의한다. 은행은 주로 기름에 살짝 볶아 먹고 보관시에는 통풍이 잘 되는 곳에 둔다.

옥수수

옥수수에는 루테인과 제아잔틴의 성분이 다량 함유돼 눈 건강에 도움을 준다. 이외에도 항암효과가 있으며 옥수수는 오메가 6 지방산과 토코페롤 성분이 함유되어 있어 동맥경화 고혈압 등 심혈관계 질환을 예방하는 데 좋다.

전복

전복 속에는 간세포 생성을 촉진하고 간 기능 개선에도 도움이 되는 타우린 성분이 풍부해 간 질환을 예방하는 데 효과적이다. 또한 요오드 성분도 풍부해 갑상선이나 중풍 등을 일으키는 혈전을 용해하는 효과가 있다. 이밖에도 체중 조절 및 독성 성분을 배출하는 데 좋다.

블루베리

블루베리는 각종 성인병 예방을 비롯해 식이섬유 함량이 높이 다이어트에도 효과적이다. 또한 비타민과 미네랄이 풍부해 피부미용에도 도움이 된다. 블루베리는 특별한 부작용은 없으며 섭취 방법은 대부분 생으로 먹거나 요거트나 견과류와 함께 곁들여 먹는 것이 일반적이다.

우유와 같이 먹으면 안 되는 음식5

음식과 음식을 함께 먹으면 더욱더 영양가를 높이는 것도 있지만, 반대로 영양소를 파괴하고 몸에 안 좋은 영향을 미치기도 합니다.

우유를 마실 때, 함께 먹으면 안 되는 음식 리스트입니다.

▲ 우유+설탕

우유에 단맛을 내기 위해 설탕을 넣어서 마시는 사람이 많은데, 설탕은 우유에 풍부하게 함유된 비타민B1이 체내 제대로 흡수하지 못하게 방해한다.

▲ 우유+초콜릿

부드러운 우유와 달콤한 초콜릿이 '환상의 맛'이지만, 우유의 지방과 초콜릿의 지방이 만나면 콜레스테롤 수치를 높인다.

▲ 우유+시금치

시금치의 옥살산 성분이 우유에 함유된 칼슘과 만나면 불용성물질을 만들어 칼슘 흡수를 방해한다. 심할 경우 결석까지 유발할 수 있다.

▲ 우유+레몬

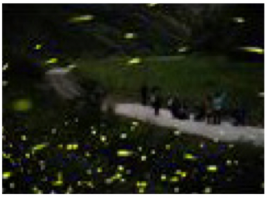
우유와 산 성분이 강한 레몬, 오렌지, 자몽 등(시트러스 계역 과일)이 만나면, 그 성분들이 서로 엉기고 응고돼 소화불량을 일으킬 수 있다.

▲ 우유+약

약 중에서도 '~사이클린'이라는 이름이 붙은 항생제를 우유와 함께 먹으면 우유 속 칼슘과 약 성분이 결합해 약 성분 흡수를 방해하여 약 효과를 떨어뜨린다.

2022년 하반기 축제 총정리

지난 3년간 코로나19바이러스로 지역의 다양한 축제는 일시 '멈춤'이었는데요
방역조치 완화에 따라 각 축제들이 개최되며 관람객들을 맞이하거나 맞이할 준비를 하고 있습니다.
2022년 우리를 설레게 하고 두근거리게 할 하반기 축제 총정리입니다.



무주반딧불축제

어른들에게는 추억을, 아이들에게는 자연의 신비를 느끼게 할 수 있는 반딧불이를 직접 관찰할 수 있는 축제

– 기간 : 2022년 8월 27일 ~ 2022년 9월 4일
– 장소 : 무주군 일원(남대천, 지남공원, 반디랜드, 반딧골전통공예문화촌 등)

음성 품바축제

풍자와 해학이 있는 퓨전 마당놀이, 음성 품바축제는 웃음과 눈물, 풍자와 해학, 그리고 따뜻한 사랑을 느낄 수 있는 축제이다.

– 기간 : 2022년 9월 21일 ~ 2022년 9월 25일
– 장소 : 음성군, 음성 설성공원

포항국제불빛축제

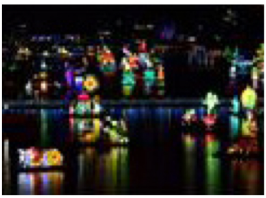
2022 포항국제불빛축제는 포스트 코로나 시대에 맞게, 시민들에게 희망의 불빛을 전달하는 축제로 진행된다.

– 기간 : 2022년 9월 23일 ~ 2022년 9월 25일
– 장소 : 형산강 체육공원 일원

횡성한우축제

2년만에 다시 돌아온 오프라인 횡성한우축제. 화려한 문화예술공연과 다양한 프로그램. 대한민국 1등 명품 횡성한우와, 물좋고 공기좋은 횡성에서 나고자란 싱싱한 농특산물을 저렴하게 구매할 수 있는 기회까지! 횡성에서 맛보소! 한우축제 즐기소~!

– 기간 : 2022년 9월 30일 ~ 2022년 10월 4일
– 장소 : 횡성종합운동장 일원



진주남강유등축제

진주대첩의 역사와 함께 이어져 내려오는 빛축제, 유등띄우기의 전통을 이어받아 등을 활용한 다채로운 전시와 체험을 하며 여름밤의 추억 쌓기

– 기간 : 2022년 10월 1일 ~ 2022년 10월 10일
– 장소 :진주성 및 남강 일원(하천, 사적지)

강릉커피축제

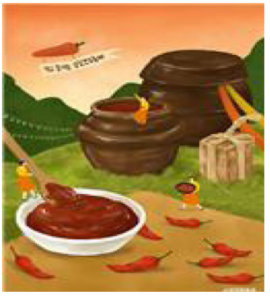
매년 10월 향긋하고 진한 커피향이 풍기는 강릉커피축제
커피무료시음회 및 커피 관련 체험 등 다양한 문화행사가 마련돼 있다.

– 기간 : 2022년 10월 7일 ~ 2022년 10월 10일
– 장소 : 강릉 아레나 및 강릉 일원

광안리어방축제

역사와 전통, 즐거움과 웃음이 가득한 축제! 광안리어방축제는 한국에서 유일하게 전통어촌의 민속문화를 소재로 한 축제로, 조선시대 수군과 어민의 어업 공동작업체인 어방을 소재로 하고 있다.

– 기간 : 2022년 10월 14일 ~ 2022년 10월 16일
– 장소 : 광안리해변 및 수영사적공원 일원



순창장류축제

'천년의 장맛을 즐기다' 전라북도 순창은 한국의 전통소스인 '장'으로 유명한 고장이다. 순창에서 매년 가을 한국의 전통장류를 소재로 한 순창장류축제가 열린다.

– 기간 : 2022년 10월 14일 ~ 2022년 10월 16일
– 장소 : 순창전통고추장민속마을

부산영도다리축제

역사적 전통과 현대적 가치를 녹여낸 한국의 근대문화역사를 체험하는 참여형 축제로 영도다리의 역사에 대해 다시 한번 생각할 수 있는 기회

– 기간 : 2022년 10월 14일 ~ 2022년 10월 16일
– 장소 : 아미르공원, 영원 일원, 영도다리축제 유튜브 채널

청송사과축제

경상북도 청송은 적은 강수량과 풍부한 일조량, 깨끗한 자연환경 등 사과를 재배하기 최적의 조건을 갖춘 곳이다. '자연이 빚어낸 명품'이라 불리는 청송사과가 무르익는 가을, 풍성한 수확의 기쁨과 청송사과의 맛과 영양을 함께 나누는 청송사과축제가 열린다.

– 기간 : 2022년 11월 2일 ~ 2022년 11월 6일
– 장소 : 청송읍 용전천 일원(현비암 앞)

※ 코로나19 상황에 따라 변경되거나 취소될 수 있습니다.

*자료제공 : 한국관광공사, 아시아투데이

한센인에게 사랑과 희망을...
한국한센총연합회의 후원자가 되실 분을 찾습니다!

후원자 여러분들이 베풀어주신
사랑과 격려에 깊은 감사의 말씀드립니다.
언제나 한센인과 함께하는 따뜻한 사회,
소통하는 사회를 만들어 가는데 기부금 지정 단체인
한국한센총연합회가 앞장서 나가겠습니다.

♣ 후원방법 : 계좌 송금 및 물품 기부를 위한 문의 또는 홈페이지 접수
♣ 후원기간 : 상시
♣ 후원계좌 : 국민은행 433401-01-330682 (사)한국한센총연합회

Q. 후원관련 문의는 어디에 하나요?
A. Tel . 02-1566-2339로 연락주시면 안내받으실 수 있습니다.

Q. 후원접수는 어떻게 하나요?
A. www.hansenkorea.org에서 접수 가능합니다.

Q. 카카오톡으로도 문의 가능한가요?
A. 카카오톡 플러스 친구 추가 후 채팅으로 문의주시면 됩니다.
(카카오톡 아이디 : 한국한센총연합회)

원숭이 두창 어떤 질병인가? 예방법은?

원숭이두창은 지난 5월 6일 영국에서 첫 확진자가 보고된 이후 약 60여일 만인 지난 7월 12일 확진자가 1만 명을 돌파했습니다. 국제 통계사이트 아워월드인데이터에 따르면 지난 7월 14일 기준 전 세계 원숭이두창 확진자는 1만1595명을 기록했습니다. 원숭이두창 발생국가도 62개로 늘었습니다.

6월 22일 독일에서 귀국한 내국인이 국내 첫 번째 원숭이두창 확진을 받으면서 감염병 위기경보 수준이 '관심'에서 '주의'로 격상됐고, 질병관리청은 지역사회 확진자 발생에 대비하기 위한 선제적 조치로 원숭이두창 진단검사를 전국 지자체로 확대하였습니다.

세계적으로 확진자가 늘고 있다는 '원숭이두창' 과연 어떤 질병일까요?

■ 원숭이두창이란?

원숭이두창은 원숭이두창바이러스(Monkeypox virus)에 감염되어 발생하는 희귀질환입니다.

1958년 연구를 위해 사육된 원숭이들에서 수두와 비슷한 질병이 발생하였을 때 처음 발견되어 '원숭이두창'이라는 이름이 붙여졌습니다.

1970년 콩고민주공화국에서 처음 감염 사례가 보고되었고 2022년 5월 이후 유럽을 중심으로 발생하기 시작하여 풍토병이 아닌 국가에서 이례적으로 발생함에 따라 국내 유입가능성도 점차 증가되었습니다. 우리나라는 2022년 6월 8일 원숭이두창을 2급 감염병으로 지정하였습니다.

※ 원숭이두창 풍토병 국가 :
베냉, 카메룬, 중아아프리카공화국, 콩고민중공화국, 가봉, 가나, 코트디브아르, 라이베리아, 나이지리아, 콩고, 시에라리온

■ 어떻게 감염?

원숭이두창은 인수공통감염병으로 원숭이두창 바이러스에 감염된 동물(쥐, 다람쥐, 프레리도그와 같은 설치류 및 원숭이 등), 감염된 사람 또는 바이러스에 오염된 물질과 접촉할 경우 감염될 수 있으며, 태반을 통해 감염된 모체에서 태아로 수직감염이 발생할 수 있습니다.

V 비말 : 코, 구강, 인두, 점막, 폐포에 있는 감염비말에 의한 사람 간 직접 전파
V 피부병변 부산물 : 감염된 동물 · 사람의 혈액, 체액, 피부, 점막병변과의 직 · 간접 접촉
V 매개물 : 감염환자의 체액, 병변이 묻은 매개체 (린넨, 의복 등) 접촉을 통한 전파
V 공기 : 바이러스가 포함된 미세 에어로졸을 통한 공기전파가 가능하나 흔하지 않음

원숭이두창에 감염된 경우 질병의 정도는 경증에서 중등도이나 치명적일 수 있습니다.

V 감염이 되면 1~2주간의 잠복기

원숭이두창

원숭이두창 바이러스 감염에 의한 **급성 발열 발진성 질환,**
동물→사람, 사람→사람, 감염된 환경→사람으로 전파되는
인수공통감염병

V 38℃ 이상의 급성 발열, 두통, 근육통, 피로감 시작
V 1~3일 후 얼굴을 중심으로 발진 증상
V 원심형으로 신체 다른 부위(특히 사지)로 확산

림프절 부종이 주요 증상으로 나타나며, 증상은 보통 2~4주간 지속됩니다.

※ 치명률 : 일반적으로 약 1~10%로 알려져 있으며, WHO에 따르면 최근 치명률은 3~6%로 보고되고 있습니다.

■ 치료법은?

상용화된 특이 치료제는 없으며, 감염된 사람은 격리 입원하여 증상에 따라 치료합니다. 국내에 원숭이두창 치료에 사용할 수 있는 항바이러스제와 면역글로불린이 확보되었습니다. 또한, 원숭이두창 치료를 위한 항바이러스제 '테코리비리바트'를 도입하였습니다.

※ 원숭이두창에 감염된 후 예후는 이전의 예방접종력, 감염초기 건강상태, 기저질환 등의 요인에 따라 다르게 나타날 수 있으므로 의사의 진료에 따라 증상에 맞는 적절한 치료를 받아야 합니다.

■ 우리나라 예방백신은?

국내 비축하고 있는 두창 백신은 생물테러 또는 국가의 공중보건 위기 상황 시 사용할 목적으로 비축하고 있는 것으로, 현재 원숭이두창 예방목적의 상용화된 백신은 없습니다.

주의사항

V 감염된(감염의 위험이 있는) 사람 또는 동물과의 직간접적 접촉 피하기
V 감염된 환자가 사용한 물품(린넨과 같은 침구류 등)과의
접촉 피하기
V 의심되는 사람, 동물, 물건과 접촉을 할 경우, 비누와 물로 손을
씻거나 알코올 성분의 손 소독제를 이용하여 깨끗이 하기
V 원숭이두창이 발생하는 곳을 여행하는 경우,
바이러스를 보유할 수 있는 동물과의 접촉 피하기

스트레칭을 매일하면 벌어지는 효과 6가지

스트레칭은 몸의 유연성을 향상시키고, 뭉친 근육을 풀어주는 효과 외에도 통증을 감소시키고, 스트레스 해소에 도움을 주는 등의 다양한 효과가 있다. 운동 전후로 하는 스트레칭뿐만 아니라 잠에서 깨어난 아침이나 잠들기 전 침대에서 매일 꾸준하게 반복하는 것이 건강 관리에 도움을 줄 수 있다.

1. 통증감소

스트레칭 후 근육으로의 혈액 흐름이 증가되면, 근육통을 예방하는 데 도움이 되는데, 근육에 공급되는 영양 공급량이 증가하기 때문에 손상된 근육과 관절의 회복 과정을 빠르게 하는 데 효과를 볼 수 있다.

2. 스트레스 감소

스트레칭을 통해 긴장된 근육을 이완시킬 수 있으며, 엔돌핀이 방출되어 평온함을 조장하게 되는데, 스트레스를 받는 상황 대신에 우리의 몸에 온전히 집중할 수 있기 때문에 스트레스 해소에 도움이 된다.

3. 자세교정

스트레칭은 우리 몸의 근육을 당겨 길게 만들며, 좋지 않은 자세를 초래하는 원인인 등 근육과 어깨 근육을 풀어주는 역할을 한다. 뒤틀린 골반을 바로 잡을 수 있고, 구부정한 자세를 똑바로 펼 수 있어서 자신감의 상승으로 이어질 수 있다.

4. 부상 예방

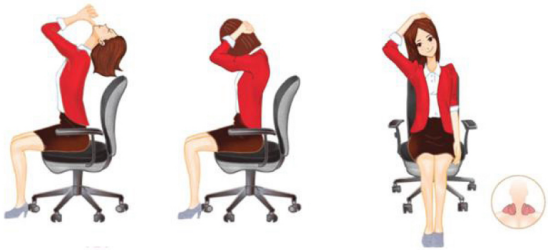
운동 범위가 넓어지면, 몸을 더 원활하게 움직일 수 있기 때문에 부상을 당할 위험이 줄어든다. 또한, 스트레칭은 몸속 혈류를 증가시키기 때문에 근육 속 영양분도 증가하여 부상 확률이 크게 줄어든다.

5. 체중 감량

스트레칭은 큰 근육을 만들 수 있도록 도와주기 때문에 신진대사 속도를 올리는 역할을 한다. 그렇기 때문에 일상 생활에서 더욱 많은 칼로리를 태울 수 있다. 긴 근육 섬유는 더 큰 잠재 근육 질량과 같고, 신진대사를 촉진시킬 수 있으며, 칼로리 소모량도 늘어나게 된다.

6. 질병 예방

나이를 먹으면서 운동 범위가 자연스럽게 줄어들면, 관절의 움직임이 제한될 수 있다. 스트레칭을 통해서 관절 움직임의 폭을 넓힐 수 있고, 장기 기능과 세포 성장을 촉진시키는 혈액순환에 아주 좋기 때문에 질병 예방에 도움을 줄 수 있다.



목 스트레칭

엄지손가락으로 턱을 받친 다음 고개를 젖히며 10초간 스트레칭 한다.
깍지를 끼고 팔을 무게를 이용하여 고개를 앞으로 숙이며 10초간 스트레칭 한다.
오른손으로 머리를 감싼 뒤 오른손으로 당기며 10초간 스트레칭한다. 반대쪽도 동일하게 진행한다

팔 스트레칭

깍지를 끼고 두 팔을 앞으로 10초간 뻗은 뒤 머리위로 다시 팔을 뻗어 10초간 스트레칭 한다.
뻗은 상태에서 왼쪽으로 기울이며 10초간 스트레칭 한다.
허리와 팔을 곧게 펴는 것에 유의하며 반대쪽도 동일하게 진행한다.

손목 스트레칭

손등이 위로 향하게 팔을 뻗고 반대 손으로 뻗은 손을 몸 쪽으로 당기며 10초간 스트레칭 한다.
손바닥이 위로 향하게 팔을 뻗고 반대 손으로 뻗은 손을 몸 쪽으로 당기며 10초간 스트레칭 한다.
반대쪽도 동일하게 진행한다

어깨 스트레칭

오른팔에 왼팔을 십자 형태로 걸어 고개를 반대로 돌리면서 왼팔을 몸쪽으로 당기며 10초간 스트레칭한다. 반대쪽도 동일하게 진행한다.
오른 팔을 위로 올린뒤 오른손으로 왼쪽 팔꿈치를 당겨주며 10초간 스트레칭 한다. 반대쪽도 동일하게 진행한다.

허리 스트레칭

의자에 바르게 앉아 하체를 고정시키고 오른손은 왼쪽 무릎, 왼손은 의자 등받이를 잡는다.
오른손을 당겨 허리를 비틀고 고개도 같이 돌리면서 10초간 스트레칭 하고 반대쪽도 동일하게 실시한다.

전신 스트레칭

어깨보다 넓게 다리를 벌리고 머리위에서 양손을 잡는다.
왼쪽으로 팔을 반 바퀴 돌려 두 손이 오른발에 오게 하고 반대로 한 바퀴 돌려 왼발에 두 손이 오게 한다. 한 바퀴당 5초간 실시하며, 양쪽 반복을 1회로 하여 총 3회 실시한다.

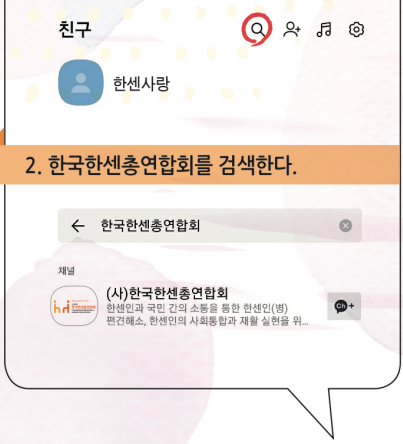
등, 허리 스트레칭

어깨보다 넓게 다리를 벌리고 팔을 양쪽으로 벌려서 선다.
오른손과 왼쪽 발목이 만날 수 있도록 서서히 몸을 굽혀 2~3초간 스트레칭 한다.
반대쪽도 동일하게 진행하며 양쪽 반복을 1회로 하여 총 5회 수행한다.

총연합회 카카오톡

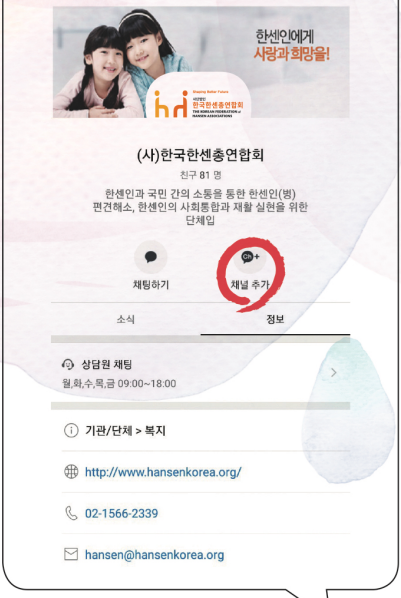
+ 채널 추가하는 방법

1. 카카오톡 상단 돋보기 아이콘을 터치한다.



2. 한국한센총연합회를 검색한다.

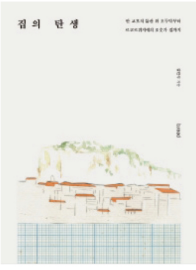
3. 채널 추가하고 다양한 소식 받아보기



언택트시대에도
당신의 온기로 채워지는
따뜻한 세상

QR 코드를 스캔하면
카카오톡을 추가할
수 있습니다.

“ 휴일 이 책 ”



집에 거주하는 모두를 위한 인문학,
우리들의 집 이야기

‘집에 관한 지식과
서정과 지혜를 만나다’

행복한 인생을 이루는
놀라운 힘, 감사적
오늘부터 모든 일을
감사와 연결하라!

감사로 시작하여 감사로 끝내는
하루, 인생이 바뀐다!
감사의 힘으로 무기력한
당신 인생에 활력을 불어넣어라!’

집의 탄생

19세기 프랑스의 저명 문필가이자 한때 쇼팽의 여인이기도 했던 조르주 상드는 “당신이 원하는 집이 초가집이냐 궁전이냐 내게 얘기해주오. 그럼 나는 당신이 어떤 사람인지 분별하겠소”라는 유명한 이야기를 남겼다.

집이 재산으로 취급되는 시대, 우리들은 어떤 대답을 할 수 있을까. 세기의 건축가가 지은 집, 외딴 숲속 철학가의 오두막, 휘황찬란한 왕비의 궁전, 마주 앉으면 무릎이 맞닿는 시인의 집, 골목길에 즐비하던 아무개의 양철집, 그리고 아파트. 사람이 집에 거주하는 것을 포기하지 않는 한 집의 이야기는 계속되고, 상드의 장담은 유효할 것이다. 우리는 매일매일, 생의 마지막 순간까지 머무를 살갗 같은 집에 대해 무슨 고민을 시작해야 할까.

집과 관련된 이토록 많은 이야기가 있을까? 세상에 이렇게 다양한 집이 있을까? 반 고흐가 머물던 들판의 오두막, 르코르뷔지에가 호숫가에 지은 집, 프랑스에서 시작된 아파트, 도연명과 추사의 초라하기 그지없는 초가집, 휘황찬란한 궁전을 버리고 마리앙투아네트가 지은 촌락, 대통령의 저택과 어느 시절 골목길의 판잣집과 양철집까지. 역사와 예술, 문학과 철학이 담긴 다채로운 집 이야기가 펼쳐진다.

감사의 기적

『내 삶을 변화시키는 감사의 기적』은 감사의 의미를 새삼 되새기게 하고, 일상에서 온전히 감사할 방법을 실사례와 함께 구체적으로 밝혀준다. 이를 통해 긍정적인 생각과 행동을 이끌어내고 궁극적으로 행복한 인생살이를 유도한다. 암도 이겨낼 수 있다는 감사의 힘, ‘감사력’으로 살맛 나는 일상을 회복하고 내 인생은 물론 내 주변과 세상 또한 확연히 바꿔보자.

‘감사’라는 감정은 엔도르핀도 분비한다. 말기 암 환자의 고통 완화를 위해 사용하는 모르핀보다 훨씬 더 강력한 항진통 기능이 있어서 뇌가 제조하는 마약이라 불릴 정도다. 이렇게 좋은 약이 심지어 무료이고 부작용도 없다. 이런 명약보다 더 좋은 것은 세상에 없으니, 꾸준히 장기 복용할 만하다. 영혼과 몸은 결코 둘이 아니다. 영혼이 병들면 몸이 망가지고, 몸이 허술해지면 영혼이 흔탁해진다. 그 중심을 잡고 평형을 유지할 가장 좋은 방법은 생각 전환을 통해 감사의 힘, ‘감사력’을 회복하고 강화하는 것이다. 이를 위한 실질적 방법이 날마다 감사할 거리를 다섯 개 이상 복기하는 ‘하루 5감사’ 운동이다. 이 모든 것이 총 4장에 걸쳐 이 책 속에 펼쳐져 있다. 지금부터 이 책과 더불어 일상의 모든 것을 ‘감사’와 연결하자. 그리고 정신과 육체를 동시에 구원할 ‘감사력’을 키우자. 그러면 내 인생에 놀라운 기적이 일어날 것이다.

자료 제공 : 교보문고

세로 낱말퀴즈

1				
2		3		
		4		5

가로 힌트

2. 국민의 생활 향상과 사회 보장을 위하여 펼치는 정책
4. 장대처럼 굵고 거세게 쏙쏙 내리는 비.
(힌트 : 전라도 말 '짝딸비')

세로 힌트

1. 우리 총연합회에는 '배움ㅇㅇㅇㅇ교육'을 통해 교육 및 복지사각지대에 놓인 정착마을 거주 한센인들을 위해 실시되는 한센인 맞춤형 평생교육 사업을 진행하고 있다. (힌트 : 본지 10페이지)
3. 버스나 열차가 일정하게 머무르도록 정하여진 장소.
5. 숨기어 남에게 드러내거나 알리지 말아야 할 일.

| 지난호 정답 |

	1. 사	진	2. 관	
3. 치	과		찰	
매				
4. 예	술	가		
방				

당첨을 축하드립니다~!!

지난호 당첨자 : 김*신, 신*진, 유*범

| 참여방법 |

우편, 이메일, 총연합회 카카오톡으로 정답을 보내주시면 추첨을 통하여 소정의 기념품을 보내드립니다.

◈ 우편주소 : 서울시 광진구 아차산로 457 아이리스빌딩 2층 (사)한국한센총연합회 한센지 담당자 앞
◈ 메일주소 : hansen@hansenkorea.org
◈ 카카오톡 : '한국한센총연합회'로 검색 및 채널 추가 후 정답 전송
◈ 보내실 내용 : 성함, 주소, 휴대폰 번호, 정답(정답이 기재된 사진 또는 종이)
◈ 문의전화 : 02)1566-2339

한센게시판

한센인(병) 관련 유물을 찾습니다!

한센인피해사건 기념관 건립운영 추진을 위해
아래와 같은 한센인 또는 한센병 관련 유물을 기증(서약)받고 있습니다.

- ♥ 한센인피해사건 관련 자료
- ♥ 한센시설(병원) 생활유품 또는 기록
- ♥ 한센가족 후원 또는 봉사 관련 자료
- ♥ 한센가족 작품(문학, 미술, 음악, 사진 등)
- ♥ 기타 보존가치가 있다고 판단되는 자료

한센인과 함께 만드는 종합정보소식지 '한센'

원고 모집 공고

● 응모 대상 : 제한 없음 ● 응모 기간 : 상시 접수

● 원고 내용 및 분야

★ 한센인 관련 미담, 에피소드, 봉사 수기
★ 한센인의 창작 또는 한센인 소재 문학 : 시, 소설, 수필 등 제한없음
★ 한센인의 생활현장, 민원 등 지역 소식
★ 한센인 관련 정책 · 학술 역사 자료
★ 한센인 관련 다양한 분야의 칼럼
★ 기타 「한센」 게재의 필요성이 있다고 판단되는 원고

● 응모 방법

★ 제출처 : 총연합회 「한센」 담당자
– 우편제출 : 서울특별시 광진구 아차산로 457, 2층
– 팩스제출 : (02) 1566-2032
– 이메일제출 : hansen@hansenkorea.org
★ 전화문의 : (02) 1566-2339

후원자가 되실 분을 찾습니다

사단법인 한국한센총연합회는…

한센인의 인권회복 및 권익보호, 복지증진을 위한 사업을 실시하여 한센인에 대한 오해와 편견을 불식시키고 한센인의 사회적 수용을 촉구하여 더불어 살아가는 아름다운 세상을 만들기 위해 설립된 비영리 공익법인이며, 「법인세법시행령」 제39조 제1항 제1호 바목에 따라 기획재정부장관이 지정하는 지정기부금단체입니다.

한센인에게 사랑과 희망을!

후원자 여러분들이 베풀어주신 사랑과 격려에 깊은 감사의 말씀 드립니다. 언제나 따뜻한 사회, 소통하는 사회를 만들어 가는데 (사)한국한센총연합회가 앞장서 나가겠습니다. 앞으로도 많은 성원 부탁드립니다.

(사)한국한센총연합회 후원회장 김정남

후원계좌 국민은행 433401-01-330682 한국한센총연합회

지부명	전 화	팩 스	주 소
중 앙 회	1566-2339	1566-2032	서울특별시 광진구 아차산로 457, 2층
서울 · 중부지부	(02)532-6777	(02)532-9050	서울특별시 서초구 서초대로 19길 10-20(방배동 202호)
부 산 지 부	(051)245-8207	(051)245-8206	부산광역시 서구 구덕로 124번길 3
인 천 지 부	(032)515-5501	(032)515-5504	인천광역시 부평구 서달로 298번길 60
경 기 지 부	(031)973-5329	(031)973-3178	경기도 고양시 덕양구 충장로 11 402호
전 북 지 부	(063)542-7822	(063)545-7820	전북 김제시 갈공길 21
광주 · 전남지부	(062)524-3485	(062)524-3484	광주광역시 북구 버들로 23 동방빌딩 3층
대구 · 경북지부	(054)971-8975	(054)977-8975	경북 칠곡군 동명면 금암4길 5
울산 · 경남지부	(055)584-4333	(055)584-4332	경남 함안군 군북면 방어산로 618

'한센' 편집 자문위원	
위 원 장	우홍선(사무총장)
위 원	박영립(법무법인 최앤박 대표변호사), 신재균(법무법인 서해 변호사), 옥춘광(작가)
기 획	전희진

지구의 모든 아름다움을 담고 있는 안식처
에버그린사회복지센터에서 이제 평화로운 삶을 누리십시오.

에버그린사회복지센터에서는 고령한센인을 위한 노인 친화적 환경의
무료 **노인의료복지시설**로서 『노인복지법』에 의거하여 운영하고 있습니다.
살아있는 네트워크로 고령한센인의 정서와 문화 그리고 공감을 포괄할 수 있는
전인적 관점의 사회통합을 실현해 나가고 있습니다.

보건·복지 서비스 강화
- 사례관리
- 인권개선운동
- 재활·치료 프로그램

지역사회교류 활성화
- 지역사회 기여 실천
- 보편적 협력기관 확대
- 긍정적 환경마련

노후생활 안전보장
- 1:1 개별 서비스
- 요양·보호·여가 지원
- 안정적 생활환경

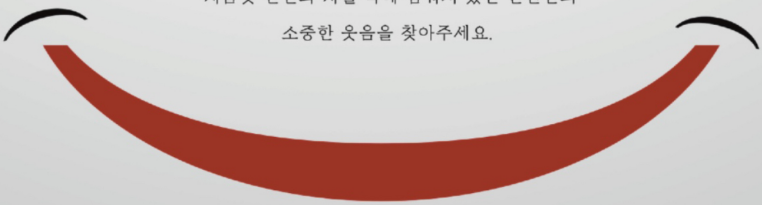
에버그린사회복지센터
EVERGREEN WELFARE CENTER

충북 청주시 청원구 오창읍 성산2길 116-15 | TEL : 043) 241-1300 / FAX : 043) 241-1302
E-mail : egwc1300@egwc.or.kr | 홈페이지 : http://www.egwc.or.kr

김민정
제7회 한센인 편견해소 공모전
포스터 부분 장려상

한센인과 함께라면 행복하게

한센인을 아시나요?
한센인은 나균에 의해 한센병에 걸린
사람들을 칭하는 말입니다.
하지만 한센인이라고 해서 우리와 다른 것이 아닙니다.
한센인은 엄연한 우리의 소중한 사회 구성원입니다.
우리와 마찬가지로 그들에게도 소중한 인권과
환하게 웃을 가치가 있습니다.
지금껏 편견과 차별 속에 감춰져 있던 한센인의
소중한 웃음을 찾아주세요.



한국한센총연합회 질병관리청