



(사)가정을건강하게하는시민의모임

(사)가정을건강하게하는시민의모임 뉴스레터 2024년 10월호(41호)



## 더불어 사는 삶: 나눔

홍우정 서울시가족센터장

요즘 사회는 하루가 다르게 빨리 변하고 있습니다. 기술이 발전하고 경제가 성장하면서 많은 사람이 개인의 성취와 성공에 집중하고 있습니다. 하지만 우리가 잊지 말아야 할 중요한 가치 중 하나는 나눔입니다. 현대 사회에서 '나눔'은 단순한 자선이나 기부를 넘어, 공동체의 건강과 지속 가능한 발전을 위한 필수적인 가치로 자리 잡고 있습니다. 나눔은 개인의 삶을 풍요롭게 할 뿐만 아니라, 사회 전체의 결속력을 강화하고, 상호 이해와 협력을 촉진하는 데 중요한 역할을 합니다.

나눔은 물질적인 것뿐만 아니라 시간, 지식, 경험 등 다양한 형태로 이루어질 수 있습니다. 예를 들어, 금전적 기부는 직접적인 나눔의 형태이며, 자원봉사활동은 시간과 노력을 나누는 방식입니다. 또한, 지식이나 경험을 공유하는 것도 나눔의 중요한 한 형태로, 이는 개인의 성장뿐만 아니라 사회의 발전에도 기여합니다.

가족센터는 지역사회의 중심에서 가족의 다양한 필요를 충족시키고, 건강한 가족 문화를 조성하는 데 중요한 역할을 하고 있습니다. 나눔은 가족센터의 핵심 가치 중 하나로, 가족봉사단을 운영하고 있으며 이를 통해 가족 간의 유대감을 강화하고, 지역사회와의 연계를 촉진하고 있습니다. 또 한 가족센터는 지역사회의 다양한 자원과 연계하여 나눔 활동 및 지역주민과의 협력을 통해 자원봉사 프로그램이나 기부 캠페인을 조직하고, 어려움을 겪고 있는 가정을 지원하기 위한 네트워크를 구축하여, 필요한 자원을 신속하게 제공할 수 있도록 합니다. 가족봉사단은 2인 이상의 가족이 함께

참여하여 간단하게는 동네 환경을 아름답게 하는 줍깅 부터 음악봉사단 활동까지 다양한 영역에서 지역사회 곳곳을 밝히는 활동을 하고 있으니 나눔에 관심이 있는 가족이라면 동참하시기 바랍니다.

나눔은 사람들 간의 유대감을 형성하고, 공동체 의식을 고취 시킵니다. 이는 서로의 삶을 이해하고 지지하는 기반이 됩니다. 나눔은 주는 사람에게도 큰 행복과 만족감을 줍니다. 많은 연구에서 기부와 자원봉사가 개인의 정신적 건강에 긍정적인 영향을 미친다는 결과가 나타나고 있으며 나눔을 통해 자원과 정보가 공유되면 사회적 문제를 해결하는 데 더 필요한 자원이 더 많이 확보되어 어려운 가족을 돕는 데 큰 도움이 되겠지요. 나눔을 실천하는 방법은 다양합니다. 개인적으로 일정 금액을 타인을 위해 기부할 수 있고, 시간 여유가 있는 경우에는 가족센터의 가족봉사단 활동 또는 지역의 자원봉사활동에 참여하거나, 소속되어 있는 단체 또는 기업 단위의 단체 봉사를 통해 사회적 책임을 다할 수 있습니다.

나눔은 우리의 삶을 풍요롭게 하고 사회를 발전시키는 중요한 요소입니다. 나의 작은 실천이 모여 큰 변화를 만들어 갈 수 있다는 점을 기억하고 오곡백과가 익어가는 이 계절에 나눔을 통해 서로를 이해하고 더불어 살아가는 사회를 만들어갑시다.

## 센터와 지부 소식

### 서울시가족센터

9월 5일 결혼이민자 취업박람회 개최



서울시가족센터(센터장 홍우정)는 9월 5일(목) 서울시 주최로 결혼이민자 취업박람회를 서울가족플라자에서 성공적으로 개최하였다.

이번 박람회에서는 15개 기업이 참여하여 현장

### 서울시가족센터

10월18일 공동 심포지엄  
'저출생 시대, 서울형 가족정책'개최



10월 18일 서울가족플라자 다목적홀에서 '저출생 시대, 서울형 가족정책'을 주제로 공동 심포지엄이 열린다.

서울시가족센터, 서울시여성가족재단, 서울연구

면접을 진행하였고, 20개 사의 구인 정보가 채용 게시판을 통해 제공되어 약 200여 명의 결혼이민자들이 다양한 직무에 지원할 기회를 가졌다.

결혼이민자들의 취업역량 강화를 위해 이력서 작성과 면접 컨설팅, 직업탐색 등 취업컨설팅 관과 한국 생활에 대한 정보를 제공하는 유관 기관 및 자조 모임 홍보관도 운영하였다.

한국어가 서툰 결혼이민자들을 위해 행사장 안 내와 채용정보는 5개 국어(한국어, 영어, 중국어, 일본어, 베트남어)로 제공되었다.

서울시가족센터는 서울시 다문화가족 취업중점 기관으로서 결혼이민자의 취업 성공을 위해 앞으로도 적극적인 지원을 이어갈 계획이다.

### 가평군가족센터

자라섬 꽃축제에서 다문화 감성 프리마켓 운영



가평군가족센터(센터장 강성옥)는 9월 14일부터 가평군 자라섬 꽃축제에서 '다문화 감성 프리마켓'을 운영하였다.

'다문화 감성프리마켓'은 다문화 커뮤니티가 다문화를 테마로 축제에 참여하여 다문화가족과 지역주민, 관광객들과 소통하는 동시에 다문화에 대한 이해를 제고하기 위해 진행되는 사업이다. 이번 자라섬 꽃축제에서는 다문화 음식

원, 한국가족자원경영학회, 한국가족정책학회가 공동 주관하여 **저출생 대응 가족정책과 가족서비스의 방향성**에 대한 현안을 중점적으로 다룰 예정이다.

총 3부로 진행되는 심포지엄은 1부 주제발표 '서울의 현황', 2부 주제발표 '서울의 가족정책', 3부 토론 순으로 진행된다. 저출생 대응 가족정책과 가족 서비스의 방향성에 대해 정보를 얻고자 하는 사람은 누구나 무료로 참석이 가능하며, 포스터 내의 QR코드를 통해 신청서 접수가 가능하다.

### 가평군가족센터

10월12일 다문화가정, '우리들의 하모니'합창대회 참여



가평군가족센터는 오는 10월12일(토) 국회의사당에서 다문화가정을 대상으로 '우리들의 하모니'합창대회에 참여할 예정이다.

지난 8월부터 다문화가족들의 연습이 진행되었으며, 국제로타리3640지구의 지원을 받아 '우리들의 하모니'합창대회에 참여하게 된다.

또 한 참여한 다문화가족 학생 중에 우수한

만들기 체험부스에서 일본-타코야끼, 우즈베키스탄-아레쉬키, 키르기스스탄-블린치키 뿐 아니라 가평캐릭터를 이용한 토퍼를 제작하여 판매하였다.

체험에 참여한 가평군민뿐 아니라 여러 도시, 다양한 나라의 관광객들이 방문하였으며, 결혼 이민자들과 현지어로 대화를 나누고 “가평에 이렇게 여러나라의 사람들이 살고있는 줄 몰랐다. 일하는 사람들이 모두 친절해서 고맙다”고 전했다.

가평군 자라섬 꽃축제에서 ‘다문화 감성 프리마켓’은 10월 14일까지 진행될 예정이다.

### 군포시가족센터

개관1주년 기념 ‘군포컬처데이 영어뮤지컬관람’



군포시가족센터(센터장 박성희)는 9월20일 개관1주년 기념으로 3개 기관(군포시가족센터, 군포시육아종합지원센터, 다함께돌봄센터 가족센터점)공동으로 ‘군포컬처데이 영어뮤지컬 관람’ 행사를 진행하였다.

해당 공연은 꿈을 찾는 동물의 세계를 그린 이야기로 1부는 미취학아동, 2부는 취학아동에 맞추어 진행되었으며 총 145명이 참여하였다. 본 행사에 온 가족이 다 함께 참여하여 가족간의 새로운 경험과 행복한 추억을 만들어갔다.

학생을 선정하여 100만원의 장학금도 수여할 예정이다.

### 군포시가족센터

노부모 및 배우자 부양 가족돌봄자 대상 ‘행복하자(自)’ 프로그램 운영

**가족돌봄지원프로그램**  
**함께하자(自)**

**대상** 군포시 거주 가족돌봄자  
 • 치매, 뇌졸중, 성인병 등으로 인해 노부모 및 배우자를 돌보는 가족돌봄자

회차	일시	장소	내용
1	10/26(토) 10:00-13:30	군포시가족센터 (반영로 200번길 72, 3층)	듣(聽)하는 'LF' 환자, 비말을 형제자매, 연사, 요양보호사와 소통하는 법
2	11/2(토) 10:00-13:30	군포문화예술회관 수강실 (고산로 599)	'나' [다시] <b>꽃피우기</b> 불법 스토킹스 케이스를 위한 진을 활용한 예술 활동
3	11/23(토) 18:00-20:00	군포문화예술회관 수강실 (고산로 599)	<b>빛나는 나</b> 심수복 관서동 - 로컬 관광

**신청기간** 9/26(목) ~ 신청마감시 까지  
**신청방법** 센터 홈페이지 온라인 신청 또는 전화신청 (<https://gunpo.familynet.or.kr>)  
**문의전화** 031-392-1811(가족교육문화팀)

• 프로그램 당일 불참, 무단 취소 시 추후 센터 프로그램 이용이 제한될 수 있습니다.  
 • 프로그램 참여 시 간단한 간식 제공됩니다.

**군포시 가족센터**

군포시가족센터에서는 10월~11월 치매, 뇌졸중, 성인병 등으로 인해 노부모 또는 배우자를 돌보는 가족돌봄자를 대상으로 하는 프로그램을 진행할 예정이다.

본 프로그램은 “가정 내 가족 돌봄으로 힘들어 하는 아내를 위해 가족 돌봄자를 위한 프로그램을 센터에서 진행해주었으면 한다.”는 시민의 의견을 반영하여 계획되었다.

해당 프로그램은 환자, 형제자매, 요양보호사와의 소통법 등 가족 돌봄 시 필요한 의사소통방법 교육, 가족돌봄자 스트레스 및 우울 사정, 예술기법을 활용한 예술치료, 콘서트 관람 등



**강동구가족센터**  
**9월7일, 제6회 '다문화가족을 위한**  
**체험캠프' 진행**



강동구가족센터(센터장 이광진)는 지난 9월 7일(토) 다문화가족 160명을 대상으로 '제6회 다문화가족을 위한 체험캠프'를 진행하였다.

올해로 6회째를 맞이하는 '다문화가족 체험캠프'는 결혼이민자와 가족이 함께 한국 문화를 체험하고 서로를 깊이 이해할 수 있는 시간을 가짐으로써 안정된 한국 정착을 지원하고 가족 간 유대감을 높이기 위해 마련되었다.

이날 캠프 참가자들은 농촌 지역을 방문해 토마토 따기, 인절미 떡메치기, 솔뚜껑 감자전 부치기 등의 농촌 체험과 더불어, 더운 날씨에 시원하게 뗏목 체험, 물 미끄럼타기 프로그램을 참여하면서 가족 및 이웃들과 소중한 추억을 만들었다.

다양한 내용으로 구성된다.  
 본 프로그램을 통해 가족 돌봄 시 발생할 수 있는 어려움을 해소하고, 가족돌봄자의 스트레스를 경감할 수 있을 것이다.

**강동구가족센터**  
**10월 29일, 구성애 강사의 0~7세 부모와 조**  
**부모를 위한 성 교육 특강**

10월 29일(화) 10:20~12:30, 강동구민회관 3층 대강당에서 대한민국 대표 성교육 강사인 구성애 강사의 성교육 특강이 진행될 예정이다.

강동구가족센터는 2018년 '토토즐 부모특강'으로 성교육을 시작하여, 현재까지 매년 '우리 가족 맞춤형 성교육', '꼬리에 꼬리를 무는 성교육', '알아두면 쓸모있는 성교육 잡학사전' 등의 프로그램으로 강동구 내 유관기관 종사자와 부모들을 대상으로 성교육을 제공해 왔다.

위 행사는 온라인으로 신청 가능하며, 강동구에 거주하는 0세~7세 자녀를 둔 부모 및 조부모라면 누구나 참여할 수 있다. 이번 특강으로 부모와 조부모가 성에 대한 기본적인 이해를 높이고, 건강한 성 인식을 습득하여 가정 내에서 올바른 성교육을 실천하는 데 도움이 될 것이다.

## 강동구가정상상담센터

강동구가정상상담센터(센터장 신영미)는 지난 2024년7월20일(토) 롯데타워시네마 샤롯데관에서 피해자 치료회복 프로그램 문화체험사업을 진행하였다. 총 28명의 참여자와 가족들이 함께 인사이드아웃2 영화관람을 하였다.

자신의 상황에서 벗어나 가족과 프라이빗한 영화관에서 참여자들끼리만 오롯이 영화관람을 하는 체험을 통해, 일상의 감정을 전환하며 우울감을 경감하고 가족의 화합을 도모하는 순간을 경험하였다.

강동구가정상상담센터는 2018년 개소 이래 현재까지 꾸준히 가정폭력피해자들을 위한 법률지원의 일환으로 변호사의 전문적 법률상담을 지원하고 있다. 정수경(법무법인 지혜로), 황지영(광진구청 법률상담센터) 변호사께서 만 6년째 꾸준한 자원봉사로 법률상담을 지원하고 있으며, 2024년의 경우에도 3월부터 현재까지 총 36건의 피해자 지원 법률 상담을 진행하여 센터 이용자들의 든든한 버팀목이자 지지대가 되어 주고 있다.

### 관악구가족센터

문화 체험 공간 '다가온 관악 티룸' 운영

**9월의 차(tea)**  
태국/차왕라이/타이밀크티

다가온 관악 티룸은 누구나 세계 유명 차(茶)를 마시며 이야기하고 다양한 문화 체험을 할 수 있는 공간입니다.

공간을 더 재밌게 이용하려면? **다들 잘 다가는 관악 티룸**을 만날 수 있는 일정을 확인해 보세요!

**이용 시간 및 준비물**  
■ 이용시간: 평일(9:30~17:30)  
※ 이용일 홈페이지 일간일정표 참고

**예약일정표 보러가기**

**준비물: 개인 텀러컵**

**위치 및 이용 방법**  
■ 위치: 낙성대동주민센터 4층 다가온 관악 티룸

**이용 방법**  
■ 입장 전 QR코드 입장등록  
■ 외부 음식을 섭취 금지  
■ 대관 필요 시 담당자 문의 필수  
■ 예약전화 (☎ 070-5030-5432)

다가온 관악 티룸 (TEAROOM)

### 관악구가족센터

가족돌봄자' VR 힐링프로젝트'

07-10, 2024  
돌봄이 필요! VR 힐링프로젝트  
가족돌봄자 VR 힐링프로젝트

오늘은 돌봄실용 VR 힐링

VR 힐링을 대안으로 만나기

7~10월 가족돌봄자 VR 힐링프로젝트

<b>대상</b>	돌봄 스트레스를 경험하는 가족 - 돌봄, 사고, 노령 간병가족 - 자·계양육 돌봄가족	<b>방법</b>	VR 활용 대안 프로그램 - 무료(개인 용 5회기, 회기당 50분)
<b>장소</b>	관악구가족센터 상담실(예약 필수)	<b>장소</b>	관악구가족센터 상담실(예약 필수)
<b>문의</b>	관리인 민수(구공화)	<b>내용</b>	360도 VR 체험 - 바다, 우주, 자연풍경, 세계여행
<b>문의</b>	사업자대표 02-883-9384		

관악구가족센터

관악구가족센터(센터장 변주수)는 지난 7월부터 낙성대동에 위치한 2센터 '교류소통공간(다가온)'에서 관악구 이웃 누구나 세계 유명 차(茶)를 마시며 이야기하고 다양한 문화 체험 및 교류를 할 수 있는 '다가온 관악 티룸(tearoom)'을 운영하고 있다.

'다가온 관악 티룸'에서는 월별로 국가 및 도시를 선정하여 콘셉트에 맞게 공간을 조성하고 해당 도시의 유명 차와 다과를 제공한다.

관악구가족센터에서 진행하고 있는 '가족돌봄자 VR 힐링프로젝트'는 자녀양육, 장애 또는 질병이 있는 가족을 돌보며 심리적 어려움을 겪고 있는 서울 생활권자에게 제공하는 VR (Virtual Reality; 가상현실)을 활용한 상담 서비스이다.

VR은 실제와 유사하나 실제가 아닌 특정한 환경으로, VR기기를 착용하여 바다, 숲과 같은 자연환경뿐만 아니라 우주 등 비일상적인 공간

더불어 세계의 문화와 관련된 각종 놀이 및 만들기 체험을 할 수 있으며, 다양한 문화적 배경을 가진 '다가온 활동가'를 만나 서로의 문화를 교류하고 소통할 수 있다.

10월, 11월의 경우 각각 '필리핀 루손섬', '우즈베키스탄 페트가나'를 주제로 운영될 예정이며 이웃들이 교류소통공간을 통해 낯선 문화를 친근하게 느끼기를 기대한다.

### 성동여성인력개발센터

보험설계 매니저 양성과정 14명 수료



성동여성인력개발센터(관장 윤경화)는 8월 19일 중장년여성의 전문사무직 직업교육인 성동구경력보유여성 취창업교육으로 진행된 보험설계매니저양성과정에서 수료생 14명을 배출하였다.

신속한 취업연계가 되도록 수료 당일 삼성화재 채용 담당자가 현장면접을 진행하였고, 미수료자 1명을 포함 15명이 면접에 참여하였다.

을 경험해 볼 수 있다. 가족돌봄자는 시간적 제약과 물리적 이동이 어려운데, VR을 통해 간접적으로 손쉽게 체험하고 경험할 수 있다.

주 1회 50분의 상담 서비스 중 약 15분간 진행되는 VR체험은 참여자의 긴장감을 해소하고 심리적 안정을 도모하는 명상의 시간으로 활용하고 있다. 본 프로그램은 금년 11월까지 실시될 예정이며 가족돌봄자의 스트레스를 효과적으로 감소시킬 수 있을 것으로 기대한다.

### 성동여성인력개발센터

9월 11일, 서울시우먼업페어(동부권역) 개최



성동여성인력개발센터를 비롯 동부여성발전센터 등 4개 기관이 연합으로 9월 11일 서울시우먼업페어(동부권역)를 개최하였다.

현장면접을 통해 취업연계, 일자리포럼, 취창업 컨설팅 과 체험부스 등 다양한 프로그램 운영되었으며, 구직여성 600명 이상이 참여하는 성과가 있었다.

○안내 : 대한가정학회 추계학술대회 소식



**대한가정학회 추계학술대회 '저출산·고령사회에서 첨단과학기술의 활용과 선도를 통한 생활과학의 지평 확장' 10월19일(토)서울대학교 생활과학대학 222동**

대한가정학회(학회장 이승미)는 10월 19일(토) 서울대학교 생활과학대학에서 '저출산·고령화 사회에서 첨단과학기술의 활용과 선도를 통한 생활과학의 지평확장'을 주제로 추계학술대회 및 정기 총회를 개최할 예정이다.

개인과 가정의 일상적 삶을 연구해온 가정학(생활과학)이 첨단기술을 활용하여 저출산·고령사회의 대응을 선도하는 연구를 활성화하고, 인간의 첨단기술을 연결하는 플랫폼으로서의 학문적 역할을 강화하기 위한 다양한 논의의 장을 마련하였다.

추계학술대회에서는 기초강연과 주제강연, 여성과학기술단체총연합회의 특별세션과 전공분야별 구두발표 및 포스터 발표뿐 아니라 'Aging and High-Tech' 체험존을 구성하여 산업현장과 연구자가 함께 논의하고 연계하는 장이 펼쳐질 예정이다.

사전 등록은 10월 17일(목) 까지 가능하며 대한가정학회홈페이지를 통해 접수 가능하다.

<http://www.khea.or.kr/registration/overview.asp>

(사)가정을건강하게하는시민의모임

hfamily0312@gmail.com

서울시 강남구 테헤란로 52길 6, 테헤란오피스빌딩

T) 02-6354-0515, F) 02-6354-0516

홈페이지 : [healthyfamily.or.kr](http://healthyfamily.or.kr)

후원계좌 국민은행 839201-04-020098 예금주 (사)가정을건강하게하는시민의모임