



2024

6월 소식지

est. 1979

건강 세미나

봉사회는 한인 암환우 및 가족후원회(Korean Cancer Patient and Family Support Group)와 함께 “당뇨와 암에 영향을 미치는 콩팥(신장)병 바로 알기”라는 주제로 아래와 같이 건강 세미나를 개최합니다. 평소 당뇨 및 암의 관계성과 신장 질환에 대해 관심있으신 분들의 많은 참여바랍니다.

또한 이번 세미나는 건강 세미나 뿐 아니라, 암환자 및 가족을 위한 지원체계에 대한 정보도 함께 제공할 예정입니다. 주변 이웃이나 지인 중 암환우 본인 및 암환우인 가족이 있다면 이번 행사를 적극 홍보하여 주시길 부탁드립니다, 지역 커뮤니티의 많은 참여 바랍니다.

<아 래>

- 일 시: 2024년 6월 26일 (수), 오전 10시—11시
- 세미나 내용: 당뇨와 암에 미치는 콩팥(신장)병 알기
- 세미나 강사: 신장내과전문의 / 혈액투석전문 (순천향의과대학 졸업)

이사회 소식

5월 22일(수) 정기 이사회를 온라인 미팅으로 개최하고 다음과 같은 토론과 결의를 하였습니다.

- **관장으로부터** 7월 시작되는 새회계 연도 예산안을 보고 받고 최종예산을 다음 이사회에서 확정하기로 하였습니다.

- **이사회에서** 정부 편더의 의무사항인 외부 감사를 Noe & Company로 예년과 같이 고용하기로 인준하였습니다

다음 정기 이사회는 6월 12일(수) 오후 3시에 온라인 미팅으로 개최하오니 관심있는 회원들은 봉사회로 문의바랍니다.

“지역에 미치는 영향력을 더 크고 넓게 펼쳐나갈 수 있도록 ...”



유니스 전 관장

저는 5월 한달동안 미전역을 비롯한 세계 각국의 크고 다양한 비영리 기관 리더들과 함께 행사와 교육을 참여하는 기회가 여러번 있었습니다. 저희 봉사회 10배, 100배로 큰 운영 자금으로 큰 사업들을 펼치고 있는 글로벌 기관들과 재단을 비롯하여 저희와 비슷하거나 조금 더 큰 운영 자금으로 운영하고 있는 지역내 다른 비영리 기관들 리더로부터 각 지역사회 및 국제사회의 긍정적인 변화를 위해 여러 방법으로 일하는 분들을 만날 수 있었습니다. 기후 변화 문제, 정신건강 문제, 주거 부족 문제, 교육 문제, 여성 및 이민자 인권 문제, 음식 부족 문제 등을 대상으로 정말로 다양한 사명을 가지고 미국 곳곳에서, 또 지구촌 곳곳에서 일하고 계신 분들과 만나서 많은 것을 배울 수 있었습니다. 또한 저희 봉사회와 지역 커뮤니티의 이슈들에 대해 돌아보고 어떻게 앞으로 우리 기관이 나아가야할지 미래 방향에 대해 생각해 보는 시간도 가질 수 있었습니다.

산타클라라 지역에 운영되고 있는 한인 커뮤니티를 미국 전체 및 세계의 시선으로 볼때는 너무나 적은 소수 민족으로 사람들은 저희 커뮤니티의 이슈에 대해 크게 인지하지 못할 수도 있습니다. 이에 저는 여러 훌륭한하고 큰 사업들을 하는 기관리더들과 얘기할 때마다 한국에 있는 한인과 미국에 살고 있는 한인 모두의 이슈들을 계속 알리며 관심과 지원들을 요청하였습니다. 또한 각 기관별로 하고 있는 여러 사업들의 대부분은 봉사회에서 큰 규모이든 작은 규모이든 지역 한인 커뮤니티를 대상으로 지원하고 있다는 것을 확인하며 한편으로 저희 봉사회가 상대적으로 규모는 작을지 모르지만, 우리 회원분들과 한인분들에게 미치는 영향은 지역 사회의 어느 정부기관 및 타 기관보다는 클 것이라는 자부심도 가지게 되었습니다. 사회복지 상담 서비스부터 시니어 영양 점심 프로그램 및 웰빙 프로그램, 학부모 및 청소년 대상 프로그램, 시민참여 기회 제공 및 문화 프로그램, 간접적이기는 하지만 정신 건강, 법적, 가정 폭력 서비스 연결 프로그램, 그리고 곧 시작할 기후변화 예방 및 대비 프로그램에 이르기까지, 봉사회가 할 수 있는 능력안에서 가능한 모든 프로그램과 서비스를 한인분들을 대상으로 제공할 수 있음에 감사하기도 하였습니다.

회원여러분! 봉사회는 장기적으로 현재의 각각의 서비스의 영역을 확대하고, 저희 서비스가 필요한 분들이 더 많이 참여할 수 있도록 다양한 세대의 참여 기회를 늘려 궁극적으로 저희 한미봉사회 지역의 영향력을 더 크고 넓게 펼쳐나갈 수 있도록 계속해서 노력하겠습니다.

원활한 서비스 제공을 위해 봉사회 방문은 반드시 사전예약 원칙을 지켜주십시오.

Senior Health & Wellness Fair (시니어 건강 박람회) 개최

봉사회는 지난 24일(금) 베스컴 커뮤니티센터에서 지역 시니어들의 건강증진을 위한 시니어 건강박람회를 개최했다. 이번 박람회는 평소 정보에 대한 접근성이 부족한 시니어들을 위해 각종 정보들을 한자리에서 제공받을 수 있도록 통합서비스 제공을 목적으로 개최되었으며, 약 40여명의 시니어들이 행사에 참여했다.

이날 행사에는 간이 건강검진 서비스 및 건강관련 교육자료 배포, 유틸리티(전기세, 전화세, 인터넷 등) 할인 프로그램 안내, 사회복지 상담 및 푸드스탬프도난방지 앱 설치, 유권자 등록 및 시민권 신청 상담 등 다양한 프로그램들의 정보제공을 위해 각 프로그램별 5개의 부스를 마련, 박람회 참여자들이 관심있는 부스에 찾아가 개별 상담을 받는 형식으로 진행되었다.

특히 이번 박람회에서는 아시아인들의 인종차별 경험이 인지능력에 미치는 영향에 대해 연구 중인 UCSF대학 ARISE 연구팀에서도 부스를 마련, 아시아인들 중 한국인들을 대상으로 한 리서치에 대한 취지와, 인터뷰 참가 방법 등을 안내했는데, 많은 시니어들의 관심과 연구 참여에 대한 높은 관심과 신청률을 보이기도 하였다.

이날 봉사회 박람회 행사에 처음 참석한 한 시니어는 “집에만 있을때에는 어떤 정보를 어디서 받아야할지 막막하기만 했는데, 이렇게 박람회에 오니 이것저것 문제들이 한번에 해결돼서 너무 좋다” 며 박람회에 대한 만족감을 표했다.

봉사회는 향후에도 정기적으로 시니어 건강 박람회를 개최하는 것은 물론 한인 어르신들에게 필요한 지역내 다양한 자원들을 발굴, 소개하고 이용할 수 있도록 연결하는 자리들을 지속적으로 마련하고자 한다.



어버이날 행사 개최

봉사회는 한국의 어버이날을 맞이하여, 지난 5월 6일~7일 2일에 걸쳐 거동이 불편한 고령 한인 시니어들이 거주하는 저소득 아파트 10개를 방문, 총 195명의 시니어들을 대상으로 ‘찾아가는 어버이날’ 행사를 진행하였다. 또한 5월 8일 어버이날 당일에는 봉사회 클래스와 점심프로그램에 참여하는 시니어 약 90명에게 특별 도시락과 홍삼 건강 보조 식품을 전달했다. 아울러 우리 지역에 만성 및 중증 질환으로 외부 활동에 어려움이 있는 시니어들을 대상으로 10개 가정에 방문, 사회복지서비스 중단을 막기위해 관련 서류 확인 및 서류 작성 지원 서비스를 실시하였으며, 각 가정에도 식사 및 선물을 증정하였다.

이번 어버이날 기념 행사는 산타클라라 카운티의 재정지원 및 정관장의 홍삼 제품 선물(홍삼 타블렛) 후원으로 이루어져 맛있는 한식과 건강식품으로 지역의 시니어 및 소외된 이웃들에게 위로와 기쁨을 드릴 수 있었다. 봉사회는 향후에도 다양한 지역자원을 연결, 우리 지역 소외된 어르신들을 위한 방문 서비스들을 확대해 갈 예정이다.



후원자 명단

(4/27/24~5/23/24) 강연순, 강정자, 김경식, 김경옥, 김대승, 민혜경1, 김영숙, 남화자, 민병근, 민혜경 2, 박금순, 송찬섭, 안중자, 양계자, 양주디, 유영선, 이명희, 이용현, 이혜란, 임경순, 임순환, 장옥자, 장운재, 장석우, 전영애, 정계숙, 정길순, 최미령, 최봉운, 최영순, 한화연, Carol Garvey, Edward Johnson, James J Kim, 새누리 교회

건축 후원자 명단

(4/27/24~5/23/24) 강애니, 구정희, 문성원, 김경배, 김금숙, 김병순, 김복순, 김상인, 김수잔, 김연희, 김정숙, 김정자, 김춘자, 김태임, 남화자, 박형구, 김석순, 서봉순, 안재호, 양찬심, 옥순례, 용선빈, 용정자, 이간순, 이미셀, 이희숙, 임순환, 장옥자, 장운재, 장석우, 정계숙, 정순현, 최금연, 한화연
(소식지 명단에 누락된 후원자들은 봉사회로 연락바랍니다.)

한인 업소를 애용합니다!

시니어 웰니스 클래스 안내

장소: 베스컴 커뮤니티 센터 1000 S Bascom Ave, San Jose, CA 95128

봉사회 시니어웰니스 클래스를 아래와 같이 운영합니다. 자격은 **60세 이상**이며, **본인 접수를 원칙**으로 합니다. 모든 참가자 등록은 **사전 접수**로 이루어지오니, 참여를 희망하시는 분들은 아래 번호로 사전 신청 바랍니다. *클래스 문의 : 제시카 문(408-581-8107) 스마트폰반 문의 : 써니홍(408-581-6645)

강좌	강좌 개요	강사
탁구반(초급/중급) (월 9:30~11:00)	정신 및 신체건강 유지를 위해 함께 어울려 탁구를 즐기는 강좌	선명헌
장구반 (기초반 월 9:30~10:15) (중급반 월 10:20~11:05)	장구와 북 등 한국의 타악기 기본 연주법을 배우는 강좌	박상미
라인댄스 (초급1/2 월/화 12:15~1:15) (중급 화 10:00 ~ 11:00)	여러명이 행과 열을 맞춰 동시에 스텝을 실행하는 댄스로 기본 스텝을 배우는 강좌	장 세실리아 제시카 문
요가반 (수 9:05 ~ 09:45)	시니어들의 기초체력 강화 및 유연성 향상을 위한 스트레칭 및 기본 요가 동작을 배우는 강좌	제시카 문
생활영어반 (수 10:00 ~ 11:00)	이민 초보자와 시니어들을 대상으로 기초 생활 영어를 배우는 강좌	장숙희
우크렐레 반 (기초반 목 10:00 ~ 11:00) (중급반 목 12:15 ~ 1:15)	우크렐레 악기 연주법을 배우는 강좌	김재덕
뜨개질반 (금 10:00 ~ 11:00)	손을 이용한 반복작업활동을 통해 뇌운동 활성화 및 집중력을 기를 수 있는 강좌	김창신
태블릿 PC 반 (목 10:00 ~ 11:00)	태블릿 PC 기초 사용법을 학습하는 강좌	써니 홍 이미숙
스마트폰반 (화 10:00 ~ 11:00)	삼성폰 중급 (화)	써니 홍 케이 윤

<수강료 안내> 현재 시니어 웰니스 클래스는 전 과정 **무료**로 제공됩니다.

(*수강료 무료 제공은 산호세 시와 KACF-SF 재단 지원으로 가능하며 지원금이 나오는 기간 동안 유효합니다.)



일반 서비스 스케줄 (*모든 서비스 사전 예약 필수) / 장소: 본관(136 Burton Ave, S.J.)

서비스	서비스 개요 (월-금 9:00-5:00)
사회복지 (Public Assistance)	푸드스탬프, 메디칼, 메디케어, 정부 및 반정부 아파트, IHSS(간병인 서비스) 신청 및 간병인 교육 등의 복지혜택 상담 제공
전기/전화요금 할인 및 불평 대행 서비스	전화요금/인터넷요금과 전기요금에 관한 할인 신청 및 관련 서비스 제공
커뮤니티 헬스 워커 서비스	병원 이용, 건강 보험을 포함한 전반적 건강 및 의료 관련 상담 서비스
기타 번역 및 통역 서비스	각종 영어 편지 번역 및 *통역 서비스 제공(*지정된 서비스에 한해)



KACS 실리콘밸리 한미봉사회
Community Development and Social Services

KOREAN AMERICAN COMMUNITY SERVICES

136 Burton Ave., San Jose, CA 95112

Non-Profit Org
U. S.
Postage Paid
Campbell, CA
Permit No. 27

* 성명 우측 상단에 기재된 일자
회비만료일 입니다. →→→

6월 19일(수)은 연방 휴일(노예해방
기념일)로 휴관합니다.

<시니어 웰니스 프로그램 여름 방학 휴강 안내>

베스컴 커뮤니티 센터는 2024년 6월부터 8월까지 지역 초등학생 대상 여름 캠프 운영을 계획하고 있습니다. 이에 봉사회 시니어 웰니스 프로그램 강의실로 활용되던 공간 사용이 어렵게 되어 부득이하게 **7월 1일(월)부터 8월 2일(금)까지 봉사회 시니어 웰니스 프로그램도 여름 방학**을 하게 됩니다.

방학기간 동안 봉사회는 시니어 웰니스 프로그램의 수업 질과 참여하는 분들의 만족도를 높이기 위해 고민하고, 다음 학기 더 나은 프로그램 운영을 위한 재정비 시간을 가지고자 합니다. 모든 시니어 웰니스 프로그램은 8월 5일(월)부터 운영을 다시 시작하오니, 현재 클래스에 참여하고 있는 분들 및 대기자 명단에 올라 있는 분들의 양해 부탁드립니다. 관련 궁금한 사항은 프로그램 담당 제시카 문 선생님께 문의바랍니다. (408-920-9733)

회원 후원서

성명 (영 문): _____ 생년월일: _____

주 소: _____

전화번호: () _____ e-mail: _____

가족회원 성명(영문): _____ 성별: _____ 생년월일: _____

본인은 회비로 \$ _____ 을 동봉합니다. 날 짜: _____

한미 봉사회의 연회비는 일인당 \$30 이며 가족연회비는 \$50 입니다. 회원 기간은 납부일로 부터 1년간 유효합니다.