

2025
7-12월
VOL.97

이 프림

사람들에게 힘이 되는 지역사회,
주민과 함께 이룹니다.

관장 퇴임 및 취임 인사

중랑구 지역주민 여러분과 관계기관, 그리고 복지관의 후원자·자원봉사자 여러분께 깊은 감사의 마음을 전합니다.

그동안 보내주신 변함없는 신뢰와 협력 덕분에 직원들과 함께 의미 있는 시간을 보내며, 복지관이 지역과 함께 성장해 나가는 과정을 지켜볼 수 있었습니다.

현장에서 만난 수많은 얼굴과 따뜻한 마음, 그리고 함께 고민하고 걸어온 시간들은 제 삶에 오래도록 남을 소중한 기억이 될 것입니다.

이제 관장으로서의 역할은 내려놓지만, 오랜 시간 함께해 온 중랑구와 복지관의 앞날을 언제나 응원하겠습니다.

그동안 보내주신 따뜻한 지지와 격려에 다시 한 번 깊이 감사드리며, 여러분 모두의 건강과 평안을 진심으로 기원합니다.

전임 관장 김영미 드림



안녕하세요. 신임 관장이 된 김영례입니다.

열정과 패기로 가득찼던 2004년 사회복지사로 입사하여 팀장, 과장, 부장을 거쳐 관장이 되었습니다. 면목종합사회복지관에서 보낸 시간들을 돌아보며, 이 공간이 얼마나 많은 분들의 마음과 삶이 이어져 왔는지를 다시 한 번 느끼게 되었습니다.

용마산 중턱 산비탈 길에 위치한 복지관에 오셔서 점심 식사와 소중한 인연들을 쌓아가시는 어르신들을 비롯해서 복지관이 하는 프로그램에 참여하신 지역주민, 봉사자, 후원자 분들이 계셨기에 34년의 면목이 가능했습니다. 그리고 복지관 설립에 함께 해 주신 분들, 이곳에서 가슴 뛰는 실천을 이어온 선배와 동료들의 손길과 발걸음에도 감사합니다.

저는 이 소중한 흐름을 이어받아, 주민 곁에 더 가까이 다가가는 관장이 되고자 합니다. 직원들이 즐겁게 일하고, 주민들이 편안하게 머물 수 있는 공간을 지켜가겠습니다.

앞으로도 면목종합사회복지관을 따뜻한 마음으로 함께 지켜봐 주시고 응원해 주시길 부탁드립니다.

신임 관장 김영례 드림

사람들에게 힘이 되는 지역사회,
주민과 함께 이룹니다.

Contents

♡	사진으로 보는 면목이야기	04
	따뜻한 나눔의 손길을 전합니다	07
	[특집] 면목종합사회복지관의 오손도손 소모임!	08
따뜻한 이웃	함께 나누는 저탄소 밥상, 더 가까워지는 우리!	10
	도피에서 도전으로 - 고립·은둔청년 지원사업 '청년, 기지개 켜다'	11
	이음가게 사장님의 풍성한 재능나눔	12
행복한 성장	꿈꾸는 아이들, 꿈을 향한 발걸음 '꿈 디자이너'	13
	해바라기, 꽃처럼 활짝 피어나는 우리!	14
	2025년 중년여성 건강돌봄활동가 [신,나봄] 성장의 시간 속으로	16
	미래를 향한 도전, 비상!	18
	이상한 나라의 앨리스 - '목청: 청년 진로 가다듬기' 성장공유회	19
즐거운 소통	온기(溫氣)이음 마음쉼터	20
	매주 목요일 마을활동 주요 장면!	22
더불어 삶	함께 만든 변화, 기쁨 - 종이팩 착한 순환 캠페인	25
	따뜻한 이웃의 情, 노인맞춤돌봄서비스 팔순구순 축하잔치	26
	작은 손길과 마음을 모아 전한 일상의 돌봄!	27
	고맙습니다 - 후원자, 자원봉사자	28

사진으로 보는 면목이야기



과일 나눔으로
훈훈해져요

사랑의샘터 ECB
봉사활동



빛나는 1년의 마침표
'나답게' 수료식





영화도 보고! 치매도 알고!

기억극장



가을 풍경과 함께
봉사활동을 되돌아보아요!

자원봉사자 나들이



책과 가까워지는 시간!

**아름인 도서관
어르신 독서문화 프로그램**



사진으로 보는 면목이야기



어르신들의 몸과
마음을 살피는
건국이혈봉사단



어르신들과 함께한
영화관 나들이



기업은행 프로세스혁신부와
함께하는 따뜻한 겨울나기

해피 크리스마스



따뜻한 나눔의 손길을 전합니다

복지3팀 이예진 주임



#사회공헌 협약식
IBK 기업은행 프로세스혁신부



#중랑구 취약 어르신 건강식 지원
용마새마을금고



#부활절 맞이 사랑의 쌀 나눔
동일교회



#취약계층 주거환경개선 '면반장' 지원사업
한국마사회 중랑지사



#추석&겨울맞이 온누리 상품권
국민연금공단 동대문중앙지사



#사랑의 김장 나누기
IBK 기업은행

[특집] 면목종합사회복지관의 오손도손 소모임!

면목복지관에는 작지만, 함께하는 행복만큼은
작지 않은 소모임들이 있습니다!
웃음이 끊이지 않는 복지관의 다양한 소모임을 소개합니다!

- 복지1팀 허준호 팀장
양지현 사회복지사
- 복지2팀 이준선 사회복지사
- 복지3팀 강예정 팀장
이예진 주임
- 복지4팀 박민아 대리



화요종이접기

색종이로 무엇이든 만들어 보는 화요종이접기!
매주 화요일, 주민들이 함께 모여
알록달록한 색종이를 접으며 소소한 즐거움을 나눕니다.
직접 만든 작품은 복지관에 전시되기도 해요!



채송화 모임

환경을 생각하며 삶을 나누는 채송화 모임!
개성 가득한 주민들이 모여, 행복을 만들어요!
양말목 공예도 하고, EM발효액도 만들며
지구를 사랑하는 마음을 실천합니다♥



행복한 텃밭

복지관 옆 상자 텃밭에서 농사를 지어요.
올해 고추 농사가 풍년이었어요!
함께 물 주고 키우는 재미가 쏠쏠해요.



문학하는 할매

도서관에 다 같이 모여 책을 읽고
여러가지 창작활동을 해요.
캘리그래피로 마음을 전해요~



찰카사진 모임



스마트폰으로 찰카!
기억에 남는 풍경, 소중한 이웃들
일상을 사진으로 기록해요.



면목건강클럽



식사 후 용마포포공원을 걸어요.
걸으면서 쓰레기도 주워요.
같이 운동하니깐 힘이 나요!



탁구 모임



중·장년 이웃과 함께하는 탁구모임!
라켓을 잡고 뛰다 보면 어느새 스트레스가
씩 사라집니다!



엄마 모임



마음도 나누고, 새로운 것을 배우는 엄마 모임!
실 틈 없는 육아에서 잠시 벗어나,
오롯이 나를 위한 시간으로 채워요!



대빵건빵



우리 동네를 깨끗하게 만드는 대빵건빵!
줍깅, 환경 포스터 그리기, 저탄소 음식 만들기까지!
놀이와 환경 실천을 자연스럽게 이어가며
환경 보호에 앞장서는 리더들입니다!



사도그 모임



'사'랑스러운 '도그(Dog)' 반려견 모임!
누구보다 반려동물을 아끼고 사랑하는
동네 주민분들의 만남!
직접 만든 수제간식 나누며 관계를 쌓아요~!

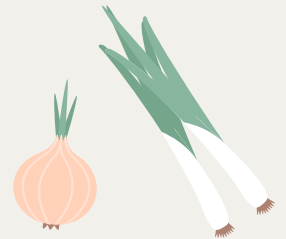
함께 나누는 저탄소 밥상, 더 가까워지는 우리!

올해 상반기에 진행된 '그린 피꼬리' 환경리더
양성교육과 냉장고 정리·수납 활동에 이어
그룹별 저탄소 밥상나눔 모임이 총 7회 열렸습니다.
식물성 식품과 제철 식재료를 활용해 건강하고 맛있는
음식을 요리하고 이웃과 나누는 정겨운 시간이었습니다.



먼저 그린 피꼬리 환경리더가 저탄소 밥상이 왜 중요한지, 제철 음식을 먹는 것이 환경에 어떤 도움이 되는지
쉽고 재미있게 설명해 주었습니다. 이어서 오늘의 저탄소 밥상 레시피를 살펴보고 역할을 나누어 요리를 시작했는데요.
저탄소 밥상을 차리며 오가는 소소한 대화로 서로의 마음은 더욱 가까워집니다.

"그동안 잘 지내셨어요~? 다시 만나니까 반갑네요!"
"이렇게 같이 요리해서 먹으니까 꼭 놀러온 것 같아요~!"
"오늘 밥상나눔에 초대해주신 덕분에 너무 맛있고 건강하게 잘 먹었네요~"



영양 만점! 저탄소 밥상나눔 메뉴들!



나물 비빔밥 & 오이냉국



두부면 샐러드 파스타



떠먹는 감자피자

반가운 이웃과 함께 요리하고 나누어 먹는 즐거움에,
저탄소 실천으로 환경을 지키는 뿌듯함까지 더해져 두 배로 든든했던 밥상나눔!
맛있고 영양이 풍부한 제철 음식과 자연식품으로 나의 식탁을 건강하게 바꾸는 작은 실천을 함께 이어가요!

그린 피꼬리의 저탄소 식생활 실천 체크리스트! ✓

- 친환경/저탄소 인증식품 선택
- 국내산/제철/자연식품 선택
- 장바구니 이용

나의 건강과 지구를 지키는 일상 속 저탄소 실천!
오늘부터 시작해요~!

도피에서 도전으로

고립·은둔청년 지원사업 '청년, 기지개 커다'



“그때까지만 해도 잠시 쉬어가면 된다고 생각했어요.
 하지만 점점 밖에 나가기 싫어졌고, 주변 사람들의 연락을 피하게 되었어요.
 다른 사람들은 뭔가를 하고 있는 것 같은데, 나만 멈춰 있는 느낌이 싫어서 그런 현실을 마주하지 않으려 했어요.”
 “첫해에는 '밖으로 나가는 것' 자체를 목표로 삼았어요.”

일상회복 프로그램(운동, 체험 활동 등)



“하지만 프로그램이 끝나고 다시 집으로 돌아가면 공허함이 밀려왔어요. 새로운 사람을 만나고 사람들을 대할 때 연기하는 것 같은 나의 모습.. '진짜 내 모습이 없어진다'는 공허함이에요.”

심리 지원(개별 상담, 집단 프로그램 등)



“타인과 협업하고 새로운 활동에 도전하게 되었어요. '나도 누군가를 도울 수 있는 사람이다'라는 감각을 익히는 것이 사회와의 관계를 회복하는 시작이 되었어요.”

관계형성 프로그램(작품 전시, 소모임, 봉사활동 등)



“저는 세상과 단절된 존재가 아니라 세상과 관계 맺을 수 있는 사람이 되었어요.”

이음가게 사장님의 풍성한 재능나눔

우리 면목동에는 어르신이 서로 돌보고 살피는 동네모임이 있습니다.
그리고 동네모임 어르신들의 건강과 즐거운 일상을 늘 응원하는
이음가게 사장님들도 있지요! 그래서 성사된 우리들의 만남!

복지4팀 박민아 대리

전통의 방식을 떠올릴 수 있는 도어벨과
보자기로 손쉽게 매듭지어 만드는 주머니까지
소미경한복 정보미 대표님과 함께하니 딱-딱!

사장님께서 풍성하게 담아주신 주머니 속 간식 덕분에
어르신들의 마음이 더욱 따뜻해졌습니다.

"종이 울리면 복이 들어온대요~"



이번에는 인절미 썰기 체험입니다.
갓 찌운 찰떡에 인절미 고물을 묻히고 먹기 좋은 크기로 잘라 봅니다.
사장님께서 어르신들을 위해 맛있는 영양떡, 무시루떡도
선물로 전해주셨어요.

따끈한 떡의 온기보다 더 훈훈했던 그날의 분위기는
계속해서 이어진 정(情) 덕분입니다.

"하하, 떡집에서 일하셔도 되겠어요~"



귀한 재능을 나누어 주신 소미경한복의 정보미 대표님과 시루원 떡집의 김수근 사장님께 감사드립니다!
내년에도 지역에서 다양하고 풍성한 재능 나눔이 이어지기를 기대합니다.

꿈꾸는 아이들, 꿈을 향한 발걸음 '꿈 디자이너'

월드비전 파트너십 사업 '꿈 디자이너'가 올해 6년을 맞아, 아이들이 고등학교 1학년으로 성장했습니다.
12명의 아이들이 각자의 색을 더 뚜렷하게 그려나간 그때 그 순간을 소개합니다!

안정
의점



김민주·박영기 꿈 멘토 팀

음악인의 꿈을 다지기 위해 연주회와 뮤지컬 공연에 다니며 피아니스트와 작곡가에 도전하고 있습니다♡

특성화
중점

최우태 꿈 멘토 팀

해군, 연기자, 메이크업 아티스트 하고 싶은 분야는 모두 다르지만 각자의 꿈을 탐색하고 서로를 응원하며 함께 하였습니다♡



스포츠
의점



김승연·이동현·임서정 꿈 멘토 팀

운동을 좋아하는 남자아이들! 볼링도 치고 클라이밍도 하며 자기 자신을 뛰어넘어 더 큰 사람으로 성장하였습니다♡

대입
중점

김은송 꿈 멘토 팀

제빵사와 수학 선생님이 되고자 열심히 달려온 오늘, 향긋한 빵 향기와 넘쳐나는 숫자가 아이들의 꿈을 말해주었습니다♡



가족
중점



2025 부모님 자조 모임

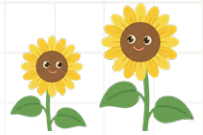
아이들의 든든한 언덕이자 누구보다 사랑으로 함께 하는 그 이름 '부모' 부모님이 있기에 오늘도 아이들은 웃을 수 있었습니다♡

각자의 자리에서 꿈을 키워가고 있지만, 주위를 둘러보면 많은 이들이 나의 꿈을 응원해 주고 함께 하고 있습니다.
그렇게 오늘도 또 하루 성장해 가는 우리 12명의 꿈 디자이너를 응원합니다♡

해바라기, 꽃처럼 활짝 피어나는 우리!

복지2팀 조혜수 사회복지사

'해바라기' 안에서 한 팀이 되는 아이들!
열 다섯 가정이 함께 놀고, 웃고, 즐기느라 시간 가는 줄 몰랐던
그 현장 속으로 초대합니다!



#미니 체육대회

단합에는 역시 체육대회가 빠질 수 없죠!
해바라기 가족들이 용마폭포공원
족구장 앞으로 모였습니다~!
파이프 공 굴리기, 공 이어 넘기기,
바구니 공 던지기까지!
땀 흘리며 즐긴 후 먹는 맛있는 간식은
그야말로 꿀맛!
한 마음으로 움직이다보니
어색함은 사라지고 한층 더 가까워진
한 여름의 체육대회였습니다!



#요리 활동

해바라기는 요리도 그냥 하는 법이 없습니다!
팀을 나눠 게임을 통해 재료를 획득하고,
어떤 음식을 만들지 함께 머리를 맞대어
고민했죠.



오늘은 내가 해바라기 요리사~!
아이들의 야무진 고사리 손과
부모님들의 능숙한 손길이 닿은
각 팀의 음식들!
보기만 해도 군침이 돌지 않나요?



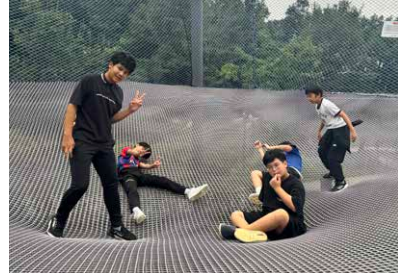
"내 손으로 직접
만들어 먹으니
더욱 맛있었어요!"

#야외나들이

해바라기 친구들이 가장 기다리고, 기대했던 야외나들이의 날!
올해는 과학박물관과 불암산 더불어숲 체험장으로 다녀왔어요~
신기한 과학 체험도 즐기고, 서바이벌과 넷 플레이 활동으로 신나게 뛰어놀며
몸도 마음도 건강해진 야외나들이였습니다!

"레이저 게임 서바이벌이 가장 재밌었어요!"

"재미있는 하루였습니다. 아이들이 정말 즐거웠다고 해요."



#재능나눔활동

어머님들의 열정적인 강의 모습!
누구보다 베트남과 필리핀에 대해
잘 알고 계신 어머님들의
강의 현장입니다!
아이들의 뜨거운 학구열까지
함께 느껴지시죠?

이번에는 아버님들의 차례!
아버님들의 지도 아래
딱지치기, 제기차기, 뽑기,
실내컬링을 진행했습니다!

승부욕 넘치는 아이들과
부모님의 열정 덕분에 모두가
잊지 못할 추억을 쌓았습니다~!



해(諧)바라기 프로그램은 중랑구에 사는 다문화가정 자녀들이 사회적능력을 키우고
따뜻한 세상을 바라보며 함께 어울려 살아가기를 돕는 가족 프로그램입니다.
본 사업은 한국수출입은행이 후원하고 사회복지공동모금회가 지원합니다.

2025년 중년여성 건강돌봄활동가 [신,나봄] 성장의 시간 속으로

복지4팀 김정연 팀장

신: 중년 여성, 제 2의 봄처럼 새출발하다.
나봄: (순우리말) 봄에 태어나다

건강돌봄활동가 [신,나봄]! 2025년 한 해 바쁘게 달려왔습니다.
그리고 어르신들과 함께한 감동이 있는 활동공유회까지 성황리에 막을 내렸습니다.



1월부터 우리는 어르신 소모임을 함께 계획했고, 4월부터는 본격적으로 실습에 참여했습니다.
총 열네 번의 실습은 우리에게 성장의 시간이자, 어르신들의 따뜻한 정을 깊이 느낄 수 있었던 소중한 시간이었습니다.



활동가들은 성장을 위해 끊임없이 고민합니다. 어르신들께 더 나은 모습을 보여드리고 싶어
가장 어렵게 느껴졌던 그림책 활동을 중심으로 공부했고, 서로를 더 깊이 이해하기 위한 워크숍 시간도 가졌습니다.
이런 과정들이 차곡차곡 쌓이며, 앞으로 더욱 친해지고, 잘 협력할 수 있을 것이라는 기대가 생겼습니다.
이번 시간을 계기로, 앞으로의 활동을 더욱 단단히 준비해봅니다.

활동의 끝맺음! 어르신들을 모시고 신바람 나는 공유회도 진행했습니다.
 활동가가 사회를 보고, 소감을 발표하고, 건강체조에 레크리에이션까지 담당하며
 축제에서 할 수 있는 역할을 찾아 열심히 준비했습니다.
 이렇게 뜻깊은 행사에 어르신들도 한 자리 하셔야 하지 않겠어요?
 건강체조, 소감발표와 장기자랑까지 부탁드립니다.

드디어 축제 날입니다!

3개월 만에 어르신들을 뵈었습니다. 다시 뵈게 되니 너무 반기웠습니다.
 어르신과 얼싸안으며 인사하고 그간 안부를 전했습니다.
 그리고 축제를 위해 각자 준비한 것들을 선보였습니다.



활동가의 소감도 그랬지만 어르신의 소감 역시 참 감동이었습니다.

"어르신은 돌봐야 하는 존재라고
 생각했습니다. 오히려 어르신들께
 배울 점이 많았고, 서로 돌봄,
 함께 돌봄이 필요하다는 것을
 알게 되었어요"



"내가 원래 소심해서 앞에 나와 말을 잘
 못하는 사람이에요. 복지관에 나오면서
 용기가 많이 생겼어요. 그래서 다른
 분들과도 가까워질 수 있었어요.
 여기 와 대접받는 느낌을 받아 참 고마워요"



축제 전반은 감동, 후반은 열정과 흥으로 가득 찼습니다.
 건강체조로 몸을 풀고, 치열했던 레크리에이션과 신바람 나는 어르신 장기자랑은 공유회를 절정에 다다르게 했습니다.
 언제나 그렇듯 우리는 마지막 공유회까지 혼신의 힘을 다했습니다. 그 옆에는 여지없이 든든하게 어르신들이 계셨습니다.
 올 한 해 참 바쁘게 달려왔습니다. 내년에도 우리는 어르신들을 만날 것입니다.
 열심히 소통하고, 더 성장한 모습으로 말이죠.
 2026년 신,나봄! 기쁜 마음으로 내년에 또 찾아뵙겠습니다.

미래를 향한 도전, 비상!

발달장애·경계선 지능 청년들의 직업역량을 키우는 직업역량강화 프로그램 '비상' 올해도 자신의 가능성을 믿고, 뜨겁게, 그리고 단단하게 성장의 날개를 펼쳤습니다.

지역과 함께, 현장에서 배우다!

비상의 가장 큰 힘은 지역 상점·기관에서 직접 몸으로 부딪치며 배우는 '진짜 경험'입니다. 청년들은 복지관에서의 사전직무훈련 이후 실제 현장에서 '진짜 경험'을 하게 됩니다. 고객 응대, 물품 진열, 재고 관리 등 실제 업무를 수행하며 일의 과정과 태도, 책임감을 배워갔습니다.

주 1회, 총 16회기 동안 이어진 훈련 시간 청년들은 익숙하지 않은 업무 앞에서 포기하지 않고 끝까지 해내는 힘을 키워갔습니다. 작은 성공의 경험들이 쌓이며 "할 수 있다"는 자신감이 차곡차곡 자리 잡기 시작했습니다.



우리의 성장을 축하하는 날, 수료식!

직업훈련, 사회활동, 선배직업현장탐방, 부모-자녀 공동체 활동 등 다양한 활동을 통해 성장한 이들을 축하하는 비상의 마지막 수료식이 열렸습니다. 모두가 지난 시간의 노력을 돌아보고, 앞으로의 도전을 응원하는 따뜻한 자리였습니다.

"저는 레몬청을 처음 만들었는데, 절차가 많아서 어려웠어요. 그래도 끝까지 해보니 제가 해냈다는 게 정말 뿌듯했어요."

이처럼 비상 청년들은 자신이 해낸 도전과 성취를 공유하며 단단한 자긍심의 시간을 만들어 갔습니다.



비상, 앞으로도 계속됩니다!

'비상'은 단순한 직업 체험을 넘어, 청년들이 사회의 일원으로 한 걸음 더 나아가는 성장의 여정입니다. 앞으로도 비상은 청년들의 도전이 멈추지 않도록, 지역과 손잡고 계속해서 함께 날아오르겠습니다.

이상한 나라의 앨리스

'목청 : 청년 진로 가다듬기' 성장공유회

이상한 나라를 탐험하며 자신만의 길을 가는 앨리스처럼
진로의 갈림길에서 고민하는 청년들과 8개월의 여정을 함께 했습니다.
성장공유회를 통해 스스로의 변화를 공유하고,
서로의 발걸음을 응원하며 다음을 향해 나아갑니다.



"우리의 성장을 표현하기 위해 어떤 컨셉으로 성장공유회를 하면 좋을까?"

8개월간 성장해 온 청년들의 여정을 돌아보며 각자의 의견을 하나로 모아 청년들은 동화 '이상한 나라의 앨리스' 속 공간을 완성하였습니다.

정성껏 준비한 음료를 나누고, 서로의 멋진 모습을 사진에 담으며 지금까지의 성장과 앞으로의 여정을 함께 응원하였습니다.



"주변에 있는 사람들에게 따뜻한 한마디를 해주는 삶을 살 거예요."



"공유와 나눔을 중심으로 긍정적인 경험을 만들어가는 삶을 살래요."



"누구보다 '나'를 아껴주는 삶을 살며 모두에게 사랑받지 못하더라도 더 솔직한 '나'로 살래요."



"내 삶에 조금이라도 더 집중하고 책임지는 연습을 하는 삶을 살래요."



"매번 실패하더라도 꾸준히 계획하고 조금이라도 실천할 수 있도록 일상을 살피는 삶을 살래요."



"꿈을 위해 행동하는 사람들을 응원하고 지지하는 삶을 살래요."



"나를 사랑함으로써 그 사랑을 타인에게도 전달해 주는 삶을 살래요."



"누군가에게 도움이 되어주고, 그 도움에 대한 보답이 나에게도 원동력이 되는 삶을 살래요."

넘어지더라도 멈추지 않는, 불완전하지만 용기 있는 청년들의
앞으로 나아가는 발걸음을 응원해 주세요.



온기(溫氣)이음 마음쉼터

복지1팀 윤석호 팀장

"땀 흘리고 운동하니 몸이 훨씬 가벼워졌어요!"
"여름 내내 모임이 없었다면 정말 지루했을 거예요."
"한 달 쉬면 모임이 흐트러져요! 매주 만나요!"



'집밥식당' 활동 이후 몸튼맘튼 프로그램이라는 이름으로 복지관에서 함께 체력을 키우고, 서로를 더 깊이 알아가는 건강 모임을 이어갔습니다.

자조모임의 의미와 방식에 대해 설명드리자, 참여자분들이 적극적으로 다양한 모임을 제안해 주셨습니다.

산책, 요가, 라인댄스, 탁구, 손뜨개, 배드민턴 등 함께 배우고 싶고, 만나고 싶고, 나누고 싶은 이야기들이 가득했습니다.

그 제안들을 모아, 온기이음은 하반기에 '마음쉼터'라는 모임을 새롭게 준비했습니다. 편안한 마음으로 쉬어가고, 서로에게 온기를 전하는 자조모임으로 이어져갔습니다.



자조모임 '마음심터'는 배드민턴, 탁구, 손뜨개, 식사모임까지 각자 원하는 방식으로 '따로 또 같이' 모여 서로를 챙기고, 때로는 친구처럼, 때로는 가족처럼 곁을 내어주며 한해를 함께 채워왔습니다.

**"굳이 뭘 배우지 않아도 괜찮아요. 그냥 만나고 싶어서 오는 거죠."
"혼자 먹으면 건너뛰는 식사도, 집밥식당 덕분에 든든해요."
"운동하고 먹는 밥이 이렇게 맛있을 줄이야... 완전 보양식이죠!"**



자조모임답게 회장도, 총무도 스스로 뽑고 모임 운영을 함께 책임지며 만들어가는 모습은 참여자 모두의 성장을 보여주는 장면이었습니다. 그렇게 1년의 끝이 다다른 무르익는 계절!

**"순희님, 같이 사진 찍어요!"
"이거 정말 맛있어요. 한 번 드셔보세요!"
"우리 단체사진도 한 장 남겨요!"**



그렇게 온기이음의 1년은 따뜻한 마음들이 이어지고, 이어져서 더 큰 온기가 되는 시간들이었습니다. 이제 우리는 마지막 평가회를 통해 올해의 걸음을 되돌아보고, 내년의 새로운 발걸음을 준비하려 합니다. 온기이음, 우리의 이야기는 계속됩니다.

면목4동, "마을에선 무슨 일이?"

복지1팀 양지현 사회복지사

원형주 사회복지사

이웃과 주고받는 기쁨, 면목품앗이

면목4동에서는 이웃과 나누었던 도움 이야기를 찾아 떠났습니다!

"여기 오르막길에 오르는 어르신에게 물 한 잔 주고 쉬어가시라고 해요."

"비 오는 날, 전을 파는 할머니의 전을 샀어요. 그리고 도움이 필요한 할머니에게 나누었어요."



어르신 안부 확인, 식사 나눔, 새로운 이웃에게 정보 전달, 병원 동행, 무거운 짐 들어주기 등등 처음에는 '그런 것 없는데...'하며 머뭇거리다가도, 금세 주고받았던 이야기들이 하나 둘 이어집니다.

어린이부터 어르신까지 다양한 주민분들의 도움 이야기를 들으며, 면목4동은 따뜻하고 정겹다는 것을 알게 되었습니다!



추운 날씨를 뚫고, 이웃에게 도움을 주었던 주민들이 한자리에 모였습니다!

그 이유는 바로! 더욱 뜻깊은 면목품앗이 활동을 기대하며 의견을 나누기 위함입니다.

각자의 경험을 바탕으로 우리동네에 필요한 면목품앗이 활동을 고민하고 함께 만들어갔습니다.

또 서로의 도움 이야기를 들으며, 마음이 같은 주민분들을 새롭게 알아가고 가까워졌습니다~

아파트 주민들과 함께했던 '가을행복잔치'

2025년 10월 화창한 가을날, 면목아파트에서 가을행복잔치가 열렸습니다~

먹거리 부스에서는 떡, 빵튀기, 매실차를 나누고

놀이&체험 부스에서는 윷놀이와 봉숭아 물들이기, 비석 던지기를 체험하고

노래방 부스에서는 너도나도 노래 실력을 뽐내고

캠페인 부스에서는 "안녕하세요~ 우리 서로 사랑합니다!" 라고 인사를 건넸습니다.

무엇보다 잔치를 기획하고 진행하기까지, 주민의 손길이 거치지 않은 곳이 없었기 때문에 더욱 즐겁고 의미있었던 잔치였습니다!



"얼씨구나 좋다~!"

"직접 준비하느라 고생했네~"

"우리 아파트에 이런 잔치 자주 하면 좋겠네!"

면목7동, "우린 무슨 사이? 인사하는 이웃 사이다!"



면목7동 주민자치회 환경봉사분과와 함께한 오거리공원 축제에서 진행한 인사캠페인!
'이웃 사이' 영상에서 기분 좋은 인사로 사람들을 행복하게 해주신 7동 주민분들 감사합니다!



축제를 시작으로 마을 곳곳을 다니며 먼저 인사하는 '인사 요정'이 되었습니다.
서로 돌봄은 관계를 바탕으로, 관계는 인사를 시작으로! 우리 함께 인사해요!



면목3·8동, 문화로 하나되는 우리동네 문화축제

복지3팀 강예정 팀장

10월 따스한 가을날, 까치 어린이 공원에서
문화축제가 열렸습니다!

서울면동초등학교, 동원지역아동센터,
참사랑지역아동센터, 희망유스나래, 서일대학교 등
아동·청소년 기관들이 협력하여 아이부터 어른까지
주민 모두가 즐길 수 있는 축제가 되었습니다~



오프닝 마술공연부터 신나는 댄스까지!!
지나가던 아이도 흥겹게 춤을 추며
축제를 즐겨요~!!



디폼블럭으로 헌트릭스 응원봉 만들기,
김밥키링 만들기, 생일로 알아보는 나의 성격,
페이스페인팅, 캐리커처 등 다채로운 체험에
아이들이 초집중!



놀이부스가 빠질 수 없죠!
도전 격파왕, 핑퐁놀이터, 아슬아슬
물을 지켜라 등 신나게 놀고 재미도 팡팡~!



꼬꼬제로 사업 성과 공유회도 알리고,
느린학습자 인식개선 캠페인을 통해
새로운 지식도 얻게 된 시간이었습니다.



축제에 함께해주신 주민과 협력기관들에 감사 인사드립니다.
주민들이 문화로 하나되고, 유관기관도 함께여서 더 의미있던 축제!
내년에는 더 많은 주민과 함께하길 바라봅니다♥

감직하고 귀여운
꼬마 MC들



함께 만든 변화, 기쁨 '종이팩 착한 순환 캠페인'

복지2팀 이준선 사회복지사



종이팩 착한 순환 캠페인은 사용한 종이팩을 모아 다시 자원으로 되살리는 친환경 실천입니다. 면목종합사회복지관 1층 '팩모아정거장'에 종이팩을 제출하면, 이를 모아 한살림 매장에 전달해 종이팩 자원 순환을 지원합니다.



"저희 벌써 90,313개나 모였어요!"

"종이팩 10만 개 모으면 파티해야 하는 거 아니야~?"

8월 7일 종이팩 착한 순환 캠페인 정기 참여자 분들과 간담회에서 웃으며 가볍게 오갔던 말이, 9월에 현실이 되었습니다. 올해 말쯤 달성할 수 있을거라 예상했던 10만 개를 주민분들이 열심히 모아주신 덕분에 한 달 만에 모을 수 있었습니다.



"오늘은 역사적인 날입니다!"

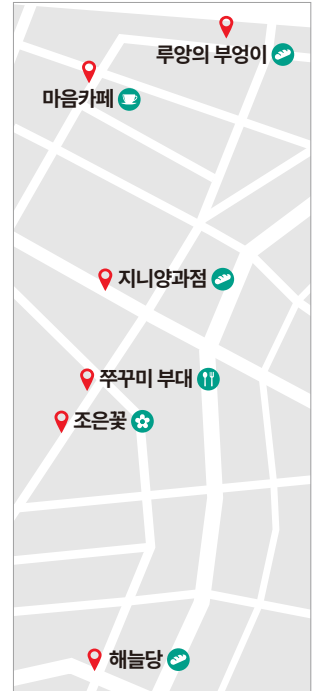
"앞으로도 열심히 종이팩을 모으려고요"

이날 복지관에서는 10만 개 달성으로 끝나는 것이 아닌 계속 나아가자는 의미로 "둘파식"을 열었어요! 주민분들의 소감도 듣고 함께 축하하는 시간을 가졌습니다.

종이팩 10만 개 돌파 뒤에는 주민분들뿐만 아니라 동네 이음가게 6곳의 힘도 함께 했습니다! 매주, 매월 가게를 운영하시며 모은 우유팩을 꼬박꼬박 모아 복지관에 전달해 주었기에 캠페인이 더욱 힘차게 굴러가고 있습니다!



다 함께 족자를 힘껏 펼치며 우리 동네가 만든 기쁨을 인증하는 날! 함께 만든 변화와 성과를 나누고, 앞으로의 걸음을 응원하는 자리였습니다. 종이팩 착한 순환 캠페인은 앞으로도 계속됩니다. 50만 개, 100만 개까지 파이팅~~!



<종이팩 모으기 참여 7동 이음가게>

따뜻한 이웃의 情, 노인맞춤돌봄서비스 팔순구순 축하잔치



저희 기관의 노인맞춤돌봄서비스를 이용하고 계시는 어르신은 340명 정도 됩니다. 평생 한 번뿐인 팔순구순을 뜻깊게 축하드리고 싶었습니다. 우리 이웃과 함께 말이죠.

면목동에는 인정 넘치고 따뜻한 이웃이 많습니다. 어르신들의 팔순구순을 함께 축하해주시기 위해 상점 사장님들이 함께 해주고 계시는데요, 거창하거나 화려하지 않습니다. 상점에서 할 수 있는 것, 할 수 있는 만큼 손을 보태어 주고 있습니다.

과일가게에서는 맛있는 제철 과일을, 떡집에서는 쫄깃한 떡을, 반찬가게에서는 영양가 있는 밥도둑 반찬을! 이외에도 갓 만든 신선한 빵과 마카롱, 케이크, 도토리묵, 야채, 양말, 음료, 꽃가지! 상점에서 전해 주신 마음들이 모이니 크고 화려한 잔치 부럽지 않습니다. "이런 뜻깊은 일에 함께 해서 고맙게 생각해요", "양이 많아도 괜찮아요 얼마든지 이야기해 주세요", "부담스러워하지 마, 내가 이 정도는 할 수 있어" 선물 받으러 갈 때마다 오히려 힘을 불어넣어 주시는 사장님들입니다.

푸짐한 선물을 준비해 어르신들께 어느 상점에서 어떤 선물을 주셨는지 하나하나 안내해 드립니다. 그리고 어르신의 삶이 담긴 상장과 함께 전달해 드립니다. 어르신들은 혼자가 아니라 외롭지 않다며 진심 어린 감사 인사를 전해주십니다.

어르신들의 팔구순 축하잔치는 날이 덥든 춥든 늘 따뜻합니다. 그리고 매번 감동을 받습니다. 동네에서 서로 관심을 가지고 어르신들께 특별한 날을 함께 축하해 드릴 수 있다는 것,

우리 면목동이 자랑스럽습니다.

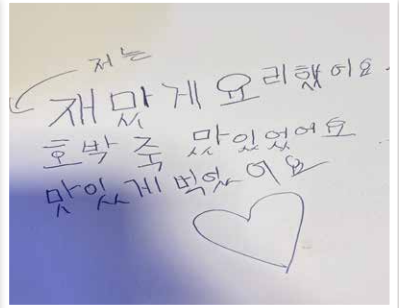
앞으로도 더불어 함께 사는 삶을 위해 노력하며, 그 따뜻한 이야기 계속 전해드리겠습니다.



작은 손길과 마음을 모아 전한 일상의 돌봄!



우양재단 결식아동지원사업, 제철과일프로젝트: 따뜻한 마음을 담아 마을로!



2025년 5월~12월, 우양재단의 지원 덕분에 매월 우리 아동들에게 다양한 먹거리를 전달하고 요리를 직접 할 수 있는 장보기 지원금을 지원할 수 있었습니다.

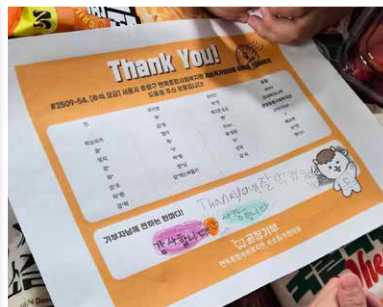
아동들은 내가 먹고 싶은 요리 재료를 직접 구매하고 집에서 만들어볼 수 있어 더욱 좋아했습니다!

공무원연금공단 가정의 달 기념 과일꾸러미 / 추석 명절 먹거리키트 지원



5월 가정의 달을 맞이하여 싱그러운 과일꾸러미가 저소득 아동들에게 전달되고, 10월 추석 명절을 맞이하여 든든한 먹거리키트를 저소득 어르신들께 전달하여 따뜻한 하루가 되었습니다.

곧장기부 추석 명절 맛이 아동 먹거리키트 지원



부추전, 잡채, 갈비찜 등 든든한 먹거리키트 덕분에 추석 명절 분위기가 한껏 느껴집니다!
아이들이 좋아하는 국물떡볶이까지! 군침이 돕니다~

2025년 후원에 참여해주신 분들

“여러분들의 나눔이 우리 이웃의 삶에
희망과 웃음의 씨앗을 심어주었습니다.
후원해주신 분들께 감사드립니다.”

일반후원

강주옥 고경한 고은미 광경애 광운참사랑회 권오신 권용환 권현일 길기찬 김가령 김경대 김경아 김광일 김낙현 김다속 김도형 김동명 김미정 김성순 김성준 김소년 김아진 김영석 김연선 김예숙 김옥희 김욱이 김종수 김지혜 노은한 동네축제먹거리 동일교회 류유희 류재준 문병성 문분자 민기성 박무서 박문성 박상현 박연일 박유미 박준규 박혜경 박혜영 박혜옥 백진경 변혜경 사랑더하기행복바자회 서광일 서애리 서우석 석희선 성기동 성심교회 손은지 송명길 송민준(정수정) 신수용 신준호 심세환 안성수 안애선 안준호 안홍국 여윤수 오근탁 오미애 오수완 오윤영 용마새마을금고 우리은행면목동지점 유경중 유경화 유수빈 윤나영 윤남이 윤은숙 윤춘선 윤희자 이구진 이남순 이명희 이상숙(김건희김나경) 이상조 이석호 이세연 이연호 이인오 이정숙 이정아 이종국 이종일 이준행 이지선 이찬열 이호준 임애순 장윤영 전인숙 전임 전지수 전형준 정고운 정남영(정승민) 정양길 정재우 정재현 정현숙 제노에너지 조명자 조인성 주경숙 중앙세무서 지성준 지하철모금회 최병일 최봉주 최연희(임단비임단아) 최영주 최윤석 최정영(미르아이텍) 최태욱 최효은 한국우편사업진흥원 한용근 허경희 허유미 홍종덕

결연후원

IBK기업은행프로세스혁신부 강현우 강희평 금경애 김경미(홀빈커피) 김미혜 김수근(시루원떡집) 김재근 김재민 김정래 김정신 김정연 김태환 김훈동 류재안 마형중 박계령 서울교통공사육회 송현화 양지혜 엄민숙소아청소년과 위성심 유재경 유재린 윤세호 윤춘선 이광영 이보섭 이향남 장석봉 장일호 장지연 전승익 정경우 정우창 조성용(성용빌딩) 지현미 초록우산어린이재단 최준은 최지혜

사랑의샘터 ECB

강동규 강반이 강성국 강소영 강옥갑 강형주 김길예 김득진 김병희 김숙현 김순녀 김승오 김명경 김영래 김영미 김영일 김운수 김익근 김인선 김점곤 김정숙 김중선 김진무 김진희 김찬래 김창수 김태우 김해숙(옛골영양탕) 김형기 김홍도 나금환 도희영 류은주 문제천 민경직 박선의(북성공인중개사사무소) 박세정 박열완 박영란(미래공인중개소) 박영임 박용석 박은주 박현희 박홍준 백재중 백정란 서영애 서진원 송용봉 신상규 신재선 심정섭 안영순(이인철임대) 안진선 양상숙 엄현주 오동호(미래정신과의원) 오명환 오희철 유연기 윤덕영 윤희방 이광호 이근술 이남일 이락현 이미랑 이병호 이상우 이선훈 이성자 이인숙 이정 이현덕 이현정 이혜숙 임용일 임한섭 장선구 장영태 장윤아 장해식 정미경 정영호(자연식품) 정정순 정호영 조현준 주대연 진재윤 차근래 최선용 최영순 최원경 최정란 최정민(오리와삼겹살) 하나오피스 하인규 하태식 한승원 한정식 한찬희 함영환 허윤미 허정균 현근호 홍인실 홍재희 홍정용(동부제일병원) 황정순

사업후원

IBK기업은행프로세스혁신부 KT&G복지재단 StateStreetBank 디지털마중물3차사업 비영리IT지원센터 서울시사회복지관협회 세이브더칠드런 안전환경개선지원사업 월드비전 한국사회복지관협회 한국수출입은행

기타지정후원

동명교회 사회복지법인HY 서울시사회복지관협회 어린이재단 어린이재단사회공헌 용마새마을금고 우양재단 태은교회 한국마사회중앙지사 이승훈(이돈영)

동북지협의체 지원사업후원

사가정시장상인회 서울사회복지공동모금회 중앙구사회복지협의체 중앙환경(주)

물품후원

BYC수정 CU중앙그랑데점 with마카롱 강금선 곧장기부 공무원연금공단서울지부 김귀득 꽃들의이야기 나니공방 낙원떡집 낙원방앗간 농업회사법인가온(주) 농협 늘푸른돌봄센터 담양축산 동일교회 뚜레쥬르용마산역 마음카페 맘찬 면목4동주민센터 빈스로드 서울우유협동조합 아리따(미용실) 엄마손반찬 오프A 주식회사원지엔제이드 (주)코드라인테크놀로지 중앙구청 중앙아이누리튼튼 즉석손두부 지파운데이션 철민과일야채 최선용 타코야끼클라스 파리바게뜨용마산역점 한결방문요양센터 해늘당 형제야채

2025년 자원봉사에 참여해주신 분들

“자원봉사 활동은 우리 이웃과 자신에게
삶의 행복과 감사를 느끼게 하는 값진 실천입니다.
참여해주신 분들께 감사드립니다.”

기업 및 지역주민단체	IBK기업은행 사랑의샘터ECB 공무원연금공단 팽클리닝 한양대학교_사회봉사단 건국이혈귀천사봉사단 한국보건의료연구원 서울대학교_만화웹툰학과/식품영양학과/생명화학공학과
경로식당	김연동 김영자 김재한 김종혁 김하수 객새봄 박옥례 박윤자 박희선 송영자 신란희 안현진 이숙진 이순희 이종란 이철수 장순자 전임 정미자 정윤채 조순복 차점순 최송현 함성애
열면놀이터	강민지 강혜진 권세민 길서영 김민주 김승환 김정옥 박신영 서지혜 신갑순 양태준 오환희 유동선 유진희 이상윤 이윤정 이태경 임재민 전서연 조해정 최경아 한휘 허도는 황지환
동네축제	김경아 김규민 김승환 김운례 김윤하 김희성 권지훈 박경원 박서윤 박진주 박현서 서준배 신정화 이동건 임효순 정양임 조혜진 최영순 최윤서 하동혁 허현 홍우진
꼬꼬제로	김명숙 김미자A 김미자B 김용복 김운례 김정남 권옥자 박경희 박숙희 신란희 이복순 이숙진 이후남 임정빈 조영자
사랑의샘터 ECB	강옥갑 김병열 김종선 김창숙 문종남 박은주 신서희 임춘자 장미정 최영순 홍인실
월드비전 꿈 디자이너	김기주 김승연 김은송 민세원 박영기 이동현 임서정 최우태
비상(발달장애인 직업역량)	김윤지 김예지 김지현 송민우 이다현 이동현 이하늘 전은채 정종현 최유미
학습지도 및 멘토링	김대연 김례인 권준하 명재경 박윤하 신주원 이경은 이상은 장서는 정규연 허윤선 황현희
해바라기(다문화가정 지원사업)	김규나 김아현 김연주 박서윤 서영빈 이선희 이시연 정예슬
아름인도서관	강은비 고정화 권이연 김채현 박건우 박명자 윤영 이연옥 이은경 임소현 임진혁 장은재 조순복
마을행사	강소윤 견태웅 공혜지 김민주 김수환 김우석 김연아 노준민 박민지 박영기 신태웅 안선자 이승대 이시연 이은경 이정은 장주아 조효섭 조환희 천은조 최유미 한지용 한휘
면반장	김재구 김종철 김창수 김희태 권상식 신근섭 이강영 이상일
어르신 활동	김용욱 박종수 유길연 장예빈 장지연 조유진
종이팩수거	박신자
소식지	강성희 강승철 심상애 유다는 장현덕 최선옥
장애인나들이	이지선 황인호
면목데이케어센터 이미용봉사	김명숙 김현아
장미축제	김운례 이다연 정수정 최윤서

여러분의 아름다운 나눔과 실천으로
사람들에게 힘이 되는 오늘을 만들고 있습니다.

자원봉사활동

1,766회

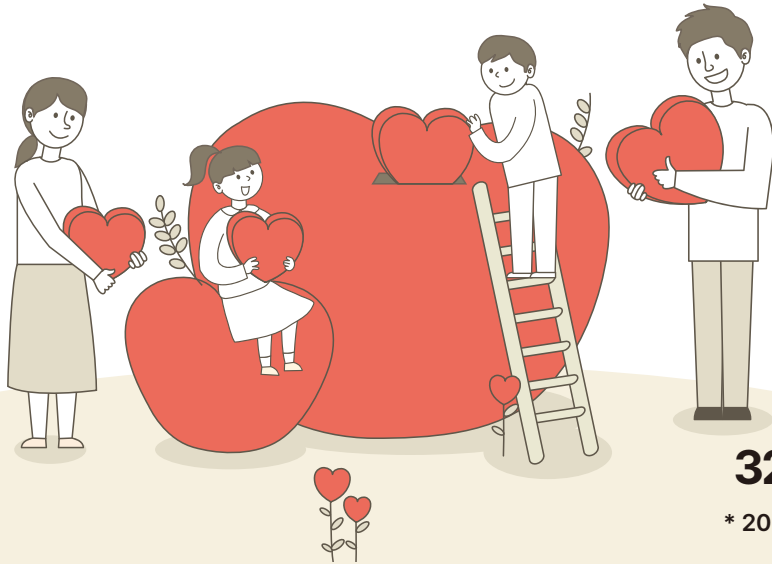
자원봉사자

216명

자원봉사시간

4,128시간

* VMS 실적 기준입니다.



기금후원자

292명

물품후원자

38명

후원금

327,202,317 원

* 2025.01.01 ~ 2025.12.31

2025년 후원금 정산내역

수입			지출	
	구분	금액(원)	구분	금액(원)
이월금	비지정	26,787,324	사례관리사업	123,895,347
	지정	72,835,454	프로그램사업	86,759,274
	동복지협의체	11,308,206	지역사회조직사업	45,898,879
비지정	정기	22,620,000	동복지협의체사업	67,964,604
	일시	6,519,994	인건비	2,430,630
지정	결연	22,260,000	운영비	2,456,569
	ECB	16,595,000	시설비	41,083,680
	외부지원사업	191,544,907	반환금 및 기타	-
	동복지협의체	67,662,416	총계	370,488,983
총계		438,133,301	잔액	67,644,318

후원 및 자원봉사 활동 안내

후원 활동 안내

당신의 나눔이 사람을 살리고 지역을 바꾸는 시작이 됩니다.
따뜻한 당신의 손길을 나눠주세요.

*** 이렇게 참여하실 수 있습니다.**

• **계좌이체**: 복지관 후원계좌로 후원금을 직접 송금하는 방법입니다.

우리은행	139073355-01-001	예금주:면목종합사회복지관
국민은행	038-01-0467-049	
농협	100054-51-004490	
기업은행	014-092950-01-014	

• **CMS**: 은행에 직접 방문하지 않고, 전자결제 동의서 작성만으로 후원하실 수 있습니다.

(* 이체 수수료가 발생하지 않는 가장 간편한 방법입니다.)

• **모금함**: 상점, 은행, 병원 등 지역사회 내에 사랑의 모금함을 설치해 주세요.

• **물품후원**: 생필품, 의류, 식품 등 물품으로 후원할 수 있습니다.

• **후원서비스업체**: 업체에서 제공하는 서비스를 후원합니다.

*** 후원금은 이렇게 쓰입니다.**

- 위기·저소득 가정 생계비, 의료비 지원
- 아동, 노인, 장애인 등 1:1 매칭 후 직접 결연후원
- 아동, 노인, 장애인 등 프로그램 지원
- 동네축제, 장애인·노인 나들이 등 행사지원
- 기타 복지사업

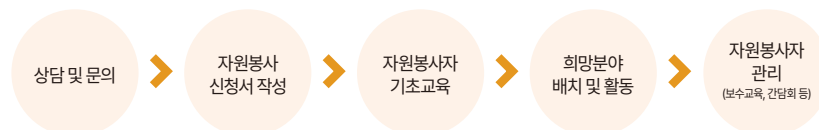
* 납부하신 후원금은 법인세법 제24조와 소득세법 제34조에 의하여 연말정산 시 소득공제 혜택을 받을 수 있습니다.

문의: 복지3팀 이예진 주임 ☎070-5105-7507

자원봉사 활동 안내

이웃의 행복과 희망을 당신이 도울 수 있습니다.

*** 이렇게 참여하실 수 있어요.**



* VMS 모집공고 및 복지관 홈페이지 활동내용을 확인하신 후 전화, 인터넷, 방문하여 신청하시면 편리합니다.

* 봉사활동 감사인사: 매월 이달의 우수봉사자 게시(홈페이지, 기관 게시판), 우수봉사자 시상

문의: 복지1팀 원형주 사회복지사 ☎ 070-4399-5035

