

# 금강노인종합복지관 이용 안내

# 금강노인종합복지관 “어르신 모두가 행복한 그날까지” 교육프로그램 수강생 모집

교육기간 : 2026년 2학기[2026년 8월 3일(월) ~ 2026년 12월 18일(금)]

## 복지관 이용안내

- 이용시간 : 월요일~금요일 09:00~17:50  
토요일 09:00~14:50  
- 법정공휴일 및 일요일은 휴관  
\* 복지관의 모든 시설 및 프로그램 이용은 회원가입 후 가능합니다.

## 회원이 되시려면?

- 대상 : 창원시 거주 60세 이상 어르신
- 구비서류 : 신분증, 기초생활수급자증명서 (해당자에 한해 지참)
- 장소 : 복지관 1층 사무실

방문 및 회원상담

입시회원

신규회원교육

정식회원증발급

## 신규회원교육

- 교육시간 : 매월 둘째주 목요일 10:00~11:00  
매월 넷째주 목요일 15:00~16:00
- 교육장소 : A동 2층 행복실  
\* 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

## 대여 서비스

- 대여물품 : 돋보기, 양심우산
  - 편의서비스 : 팩스, 휴대폰 충전, 분실물 보관
  - 탈의실 내 사물함
- |     |                                    |
|-----|------------------------------------|
| 보증금 | 20,000원                            |
| 이용료 | 월 3,000원(학기별 15,000원)              |
| 신청  | 교육 접수 시 일괄 신청하며, 정원 초과 시 추첨 배정합니다. |
| 환불  | 환불 신청일 기준 이용 개월 수 공제 후 환불 해드립니다.   |

## 경로식당 이용

- 식사시간 : 월~금 오전 11:30~12:30(법정 공휴일 및 토·일은 미운영)
- 이용방법 : 본관 4층 경로식당(1층 키오스크에서 식권 발행 9:00~12:15)
- 이용료 : 2,500원 (단, 국민기초생활수급자는 무료)

## 건강증진서비스 이용

- 건강증진실 (T.070-4817-8195/월~금 09:00~17:50) A동 1층

물리치료	■ 시간 : 월~금 09:45~16:00
혈압·혈당, 인바디체크, 건강상담	■ 시간 : 월~금 10:00~16:00
응급 의약품·테이핑 통합 지원 서비스	■ 응급 상황 시 필요한 기본 의약품을 제공하고, 근·골격계 통증 완화를 위한 테이핑 서비스 지원
한방치료	■ 매월 둘째주 목요일 10:00~12:00 피브로 한의원 원장님의 복지관 방문진료 및 침치료 ■ 매월 넷째주 목요일 10:30~12:30 맘에든한의원 원장님의 복지관 방문진료 및 침치료 ■ 변동사항 생길 시 미리 공지함
의사 진료	■ 매월 첫째주 수요일 13:00~13:50 드림마취통증의학과 연계 전문의 건강상담 ■ 매월 셋째주 수요일 12:30~13:10 김수영 신경외과 연계 의사진료 및 물리치료 처방 ■ 변동사항 생길 시 미리 공지함
건강검진	■ 분기별 1회(1~3분기) 09:00~13:00 ■ 질병의 조기발견 및 자신의 건강상태를 체크하기 위한 심안장내과 원장님 연계 건강검진

## 치매예방 프로그램

치매예방 프로그램	- 인지, 신체, 사회, 정서, 영양 프로그램 진행 - 치매예방, 생활교육, 서비스 연계 등 사전 신청
스마트 터치테이블	- 실내 스마트 여가활동 증진과 치매예방을 위한 인지향상 놀이 프로그램 진행
VR 인지 강화훈련	- 최첨단 가상현실(VR)체험을 통한 인지강화 훈련 제공
전산화 인지검사	- 시간 예약 후 이용가능 - 컴퓨터를 활용한 치매예방 기억력검사 제공(COSAS)

## 시설 자유폰 이용

책사랑방	월 ~ 금	09:00~17:50	A동 2층
탁구장	월 · 수	09:00~17:50	A동 3층
	화 · 목	16:00~17:50	
	금	09:00~13:50 16:00~17:50	
당구장	월~금	09:00~17:50	A동 3층
장기·바둑실	월 ~ 금	09:00~17:50	
스마트활동존 (스마트 운동기구를 활용한 체력단련실)	월 ~ 금	09:00~17:50	

\* 토요일은 09:00~14:50까지 A동 모든 시설 자유폰 이용 가능

## 1. 수업 신청

- 신청기간 : 7월 6일(월), 7일(화), 8일(수) 오전 9시~오후 3시 (총 3일간)
- 접수방법(택 1) : 복지관 방문, 전화(055-221-8445), 구글폼 접수
- 방문접수 : A동 2층 지혜실
- 준비물 : 회원증(\*반드시 지참)
- 유의사항 □ 아래의 '수업신청 시 유의사항'을 반드시 읽어보시기 바랍니다.



구글폼 접수

## 2. 추첨

- 추첨결과 : 7월 10일(금) 오전 9시 이후 홈페이지 별도 공지
- 추첨방법 : 전자추첨
- 유의사항 □정원 미초과 과목은 추첨 없이 수강료 납부 후에 수강 가능합니다.  
□추첨결과는 복지관 홈페이지에서 확인 가능합니다.

## 3. 수납

- 수납일시 : 7월 13일(월), 14일(화), 15일(수) 오전 9시~오후 3시 (총 3일간)
- 수납장소 : A동 1층 키오스크, A동 2층 지혜실
- 준비물 : 회원증, 수강료
- 유의사항 □수납기간 내 수강료를 납부하지 않으면 자동취소 됩니다.  
□수강료 납부는 현금만 가능합니다.

## \* 추가 모집

- 모집일시 : 7월 16일(목) 오전 9시부터 선착순 접수
- 접수방법 : 복지관 방문(A동 2층 지혜실)
- 준비물 : 회원증, 수강료
- 유의사항 □자리가 있는 강좌에 한해 추가 접수 가능합니다.

## ♥ 수업 신청 시 유의사항 ♥

- 방문접수 시 반드시 회원증 지참하여 본인 방문
- 1인 5개의 프로그램 신청 가능하며, 동일 시간대 또는 같은 분야프로그램 중복 접수 불가
- 정원 초과 과목은 전자추첨 진행하여 수강생 결정
- 자리가 있는 강좌에 한해 추가 접수기간 동안 2개 강좌 추가 신청 가능
- 수납기간 내 수강료 미납부시 자동 취소
- 각 프로그램별 교재비와 재료비는 개인 부담
- 기초생활보장수급권자, 생활이 어려운자로서 읍·면·동장이 추천한 자는 증빙서류 제출시 무료 이용 할 수 있음
- 각 프로그램별 접수율 70% 미만시 자동폐강
- 모든 프로그램은 연속 4회 무단결석 하였을 시, 수강프로그램의 명단에서 자동 삭제
- 수강신청 없이 청강불가
- 프로그램 수납 후 취소할 경우, 수납 영수증과 통장사본 지참하여 환불신청서 작성 후 제출  
- 환불신청서 작성 일자 기준으로 수업 이용 개월 수 공제하여 수강료를 환불 해드립니다.

\* 환불신청서 작성 일자 기준

2026년 8월	9월	10월	11월	12월
전액 환불	40% 공제후 환불	60% 공제후 환불	80% 공제후 환불	환불 불가

# 2026년 2학기(2026년 8월 3일 ~ 2026년 12월 18일) 교육프로그램 안내

※ 프로그램 신청 후, 수강료는 한 번 납부하시면, 2026년 12월까지 수업참여 가능합니다.

## ♥ 교양 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
1	글사랑반	월·수	13:00~14:50	B동1층 청련실	무료	8월 3일	21명	박미옥	한글의 기본 원리를 정확하게 알고 논리적으로 표현하는 수업
2	글마당반	화·목	09:30~10:50	B동1층 청련실	무료	8월 4일	21명	노수경	낱말을 읽고 쓰며 문장의 정확한 뜻을 이해하는 수업
3	영어 첫걸음	수	13:00~14:50	A동2층 지혜실	20,000	8월 5일	35명	안흥연	알파벳을 익히고 파닉스를 통해 단어와 문장을 읽는 수업
4	영어 초급	월·수	10:00~10:50	A동2층 지혜실	20,000	8월 3일	35명	박민주	간단한 한 줄 정도의 생활영어회화 그리고 회화에 필요한 기본 문법 설명을 함께 배우는 수업
5	영어 중급	월·수	11:00~11:50		20,000	8월 3일	35명		자기의 생각을 상세히 말할 수 있을 정도의 생활영어회화 문장을 구사하는 수업
6	영어 고급	화	11:00~11:50	A동2층 지혜실	10,000	8월 4일	30명	이미지	수업은 영어로 진행되며, 다양한 주제로 프리토킹이 이루어지고 여행 중 상황별 필수 문장을 익히는 수업
7	SingSing팝송영어	월	15:00~15:50	A동2층 지혜실	10,000	8월 3일	35명	진은혜	팝송을 통해 영어 발음과 기본 표현을 익히는 수업
8	중국어 초급	목	13:00~13:50	A동2층 지혜실	10,000	8월 13일	20명	구예진	노래를 통해 중국어의 발음을 배우고 익히는 수업
9	중국어 중급	목	11:00~11:50		10,000	8월 13일	20명		중국생활에 쓰이는 표현을 배우고 익히는 수업
10	한자 초급	금	11:00~11:50	A동2층 행복실	10,000	8월 7일	35명	최인선	한자의 원리와 부수를 이해하고 익히는 수업
11	한자 중급	금	10:00~10:50		10,000	8월 7일	35명		한자를 구분하고 명언과 사자성어를 익히는 수업
12	일본어 초급	월·목	11:00~11:50	A동2층 행복실	20,000	8월 3일	35명	정영분	기초적인 문법과 가벼운 회화 활용을 배우는 수업
13	일본어 중급	화·목	10:00~10:50	A동2층 지혜실	20,000	8월 4일	35명	이명희	일본여행에서 바로 사용할 수 있는 실전 회화 수업
14	시낭송	화	09:30~10:50	A동2층 행복실	15,000	8월 4일	25명	지미자	두뇌활성화와 손유희, 낭송기법을 익혀 시를 감동있게 낭송할 수 있는 수업
15	생활속의 명리학	월	10:00~10:50	A동2층 행복실	10,000	8월 3일	35명	원운관	생활속에서 적용할 수 있는 사주 명리학을 배우는 수업

## ♥ 정보화 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용	
16	스마트폰(첫걸음)	수·금	11:00~11:50	A동2층 컴퓨터실	무료	8월 5일	24명	장문정	스마트폰 구성 이해, 기본 사용법, 카카오톡 활용, 네이버 활용 검색, 카카오톡 알림, 노래 다운로드·듣기, 안부카드 만들기 등 기본 기능과 어플을 활용하는 수업	
17	스마트폰 초급(1반)	화·목	10:00~10:50		20,000	8월 4일	24명	안윤영	전화·문자·카카오톡 사용법부터 인터넷 검색, 대중교통 이용 등 일상생활에 필요한 기능을 습득하는 수업 ※ 휴대폰 자판을 사용할 수 있는 분 신청 가능	
18	스마트폰 초급(2반)	수·금	15:00~15:50		20,000	8월 5일	24명	석철호		
19	스마트폰 중급(1반)	화·목	11:00~11:50		20,000	8월 4일	24명	안윤영	길찾기, 대중교통 이용, 문서스캔, 모바일팩스, 외국어, 보험청구, 정부24 등 일상생활에 유용한 기능을 습득하고	
20	스마트폰 중급(2반)	수·금	14:00~14:50		20,000	8월 5일	24명	김은향	Chat GPT, Gemini 등 AI 활용법도 함께 배우는 수업	
21	스마트폰 유튜브	수·금	13:00~13:50		20,000	8월 5일	24명	김은향	영상 편집을 배우고 유튜브로 활동 할 수 있는 수업	
22	스마트폰 사진	수·금	10:00~10:50		20,000	8월 5일	24명	빈형열	사진 촬영법과 편집, 블로그 활동을 할 수 있는 수업	
23	컴퓨터 초급	화·목	13:00~13:50		20,000	8월 4일	24명	김명선	윈도우&인터넷 기초 과정을 배우는 수업 (마우스·키보드 사용, 창 다루기, 파일·폴더관리, 기본 검색, 지도 검색, 사진 보기와 저장, 스마트폰→컴퓨터 사진 전송, 이메일 회원가입 등)	
24	컴퓨터 중급	화·목	14:00~14:50		20,000	8월 4일	24명		컴퓨터 활용 능력을 높이는 과정 (한글·엑셀 문서 작성과 인터넷 및 다양한 어플 활용, 스마트폰→컴퓨터 자료 전송/클라우드 서비스 등)	
25	컴퓨터 고급	월	10:00~11:50		20,000	8월 3일	24명	이미영	인터넷과 다양한 디지털 서비스를 편리하게 활용하는 과정 (웹일 브라우저 사용법, 인터넷 창 여러 개 열기, 북마크 저장, 캡처·번역 기능 활용, 미리캔버스 이미지 생성, 클라우드 저장, 온라인 활용 등)	
26	스마트폰 Chat GPT	수	11:00~11:50		A동2층 행복실	10,000	8월 5일	24명	빈형열	스마트폰 Chat GPT, AI 인공지능 디지털 활용 교육

## ♥ 자율입장 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
27	노래교실	목	11:00~11:50	B동3층 강당	무료	8월 6일	100명	강한희	다양한 대중가요를 부르는 노래수업

## ♥ 취미여가 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
28	다도교실	금	10:00~11:20	B동1층 흥련실	15,000	8월 7일	12명	이미란	차의 맛과 멋을 통해 삶의 여유를 느끼는 수업
29	바둑교실	금	10:00~11:20	A동2층 지혜실	15,000	8월 7일	20명	최광우	두뇌스포츠타 바둑으로 일상의 여유와 재미를 더하는 수업
30	서예(가)	화	10:00~11:50	B동1층 서예실	20,000	8월 4일	15명	주상완	한글, 한문서예의 기초실기부터 창작과정까지 배우는 수업
31	서예(나)	목	10:00~11:50		20,000	8월 6일	15명		
32	캘리그래피(1반)	화	14:00~15:50	B동1층 서예실	20,000	8월 4일	13명	장선미	서예풍의 아름답고 개성있는 감성 글쓰기 수업
33	캘리그래피(2반)	목	14:00~15:50		20,000	8월 6일	13명		
34	미술교실(1반)	수	09:30~10:40	B동1층 서예실	10,000	8월 5일	13명	김혜란	그림 그리기를 통해 작품을 만드는 미술 수업 (연필화, 아반스케치 등)
35	미술교실(2반)	수	10:40~11:50		10,000	8월 5일	13명		
36	오카리나 초급	수	13:00~13:50	B동3층 강당	10,000	8월 5일	30명	최상해	신나는 동요와 함께 유포와 박자부터 배우는 초급 수업 가요와 클래식 연주곡을 배우는 중급 수업
37	오카리나 중급	목	15:00~15:50		10,000	8월 6일	30명		
38	하모니카 초급	수	14:00~14:50	B동3층 강당	10,000	8월 5일	30명	이성재	도레미부터 시작하여 동요에 맞춰 연주의 기술과 즐거움을 배우고 익히는 하모니카 초급자를 위한 수업 여러 가지 하모니카 주법을 이용해서 다양한 곡을 연주하는 하모니카 중급자를 위한 수업
39	하모니카 중급	수	15:00~15:50		10,000	8월 5일	30명		
40	고고장구 초급 1반	화	13:00~13:50	B동3층 강당	10,000	8월 4일	20명	이수연	기본 장단부터 시작해 음악에 맞춰 장구를 쳐보는 수업 전 장르 음악에 맞춰 난타해보는 수업
41	고고장구 초급 2반	화	14:00~14:50		10,000	8월 4일	20명		
42	고고장구 중급	화	15:00~15:50		10,000	8월 4일	20명		
43	아코디언	월	11:00~11:50	B동3층 강당	10,000	8월 3일	20명	정차순	다채로운 음색을 구사할 수 있는 아코디언 수업
44	우쿨렐레	월	12:30~13:50	B동3층 강당	15,000	8월 3일	20명	정차순	하와이 악기 우쿨렐레로 연주하고 앙상블을 배우는 수업
45	통기타반	수	09:30~10:20	B동3층 강당	10,000	8월 5일	30명	김동선	기타 코드부터 시작하는 통기타 연주 수업
46	플루트	수	11:00~11:50	B동3층 강당	10,000	8월 5일	10명	최상해	도레미파솔라시도 한 옥타브부터 3옥타브까지 배우는 클래식 플루트 수업
47	색소폰	금	10:00~10:50	B동3층 강당	10,000	8월 7일	20명	원훈시	웅장하고 따뜻한 소리를 내는 색소폰 수업

## ♥ 건강증진 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
48	트롯댄스(1반)	월	09:50~10:40	B동2층 백련실	10,000	8월 3일	35명	유명숙	기본 동작과 트로트 리듬에 맞춰 건강을 증진하는 수업
49	트롯댄스(2반)	화	10:00~10:50	B동3층 강당	10,000	8월 4일	35명		
50	트롯댄스(3반)	화	11:00~11:50	B동3층 강당	10,000	8월 4일	35명	박영숙	알츠와 탱고, 체조를 통한 신바람 나는 댄스 수업
51	건강댄스(1반)	월	10:00~10:50	B동3층 강당	10,000	8월 3일	35명		
52	건강댄스(2반)	금	13:30~14:20	B동2층 백련실	10,000	8월 7일	35명	김미조	유산소 운동으로 경쾌한 음악에 맞추어 춤추는 수업
53	라인댄스 초급	금	13:00~13:50	B동3층 강당	10,000	8월 7일	35명		
54	라인댄스 중급	금	11:00~11:50	B동3층 강당	10,000	8월 7일	35명	임선례	K-POP 노래와 함께하는 쉽고 재밌는 댄스 수업
55	K-POP댄스	금	14:00~14:50	B동3층 강당	10,000	8월 7일	35명		
56	신나는 리듬댄스	수	14:00~14:50	B동2층 백련실	10,000	8월 5일	35명	김성림	신나는 리듬으로 몸을 흔들며 즐기는 활력 충전 댄스 수업
57	한국무용	월	14:00~14:50	B동3층 강당	10,000	8월 3일	20명	최재연	전통 한국무용의 자세를 배우고 춤추는 수업
58	태극권교실	화·금	11:00~11:50	B동2층 백련실	20,000	8월 4일	35명	진종철	태극권과 기공 운동을 통해 건강을 증진하는 수업
59	요가(1반)	월	11:00~11:50	B동2층 백련실	10,000	8월 3일	35명	여보라	여러 가지 요가 동작을 통해 유연성과 힘을 키우고 균형 감각을 높이는 수업
60	요가(2반)	수	11:00~11:50		10,000	8월 5일	35명		
61	요가(3반)	수	13:00~13:50		10,000	8월 5일	35명		
62	요가(4반)	화	13:00~13:50		10,000	8월 4일	35명		
63	요가(5반)	목	13:00~13:50		10,000	8월 6일	35명		
64	요가필라테스	화·목	10:00~10:50	B동2층 백련실	20,000	8월 4일	20명	정미경	굳어있는 근육과 관절 이완 및 근력운동으로 코어 강화하기
65	웨이브링요가	금	10:00~10:50	B동2층 백련실	10,000	8월 7일	30명	김미조	근력운동과 근막마사지로 신체리듬을 활성화시키는 수업
66	나를 위한 명상요가	금	15:00~15:50	B동2층 백련실	10,000	8월 7일	30명	김형미	지친 몸과 마음을 함께 치유하는 힐링 명상요가 수업
67	관절튼튼	수	10:00~10:50	B동2층 백련실	10,000	8월 5일	35명	홍순돌	건강하고 행복한 생활을 위한 관절 운동 수업
68	기체조	목	11:00~11:50	B동2층 백련실	10,000	8월 6일	35명		
69	치매예방 건강체조	화·목	14:30~15:20	B동2층 백련실	20,000	8월 4일	35명	정유복	유연성과 체력을 증진시키는 치매예방 건강 체조 수업
70	손·발반사요법 초급	월	14:00~14:50	B동2층 백련실	10,000	8월 3일	20명	양윤옥	손발마사지 지압 기초 교육 및 실습(혈액순환과 노폐물 독소 배출)
71	손·발반사요법 중급	월	13:00~13:50	B동2층 백련실	10,000	8월 3일	20명		
72	탁구 초급(1반)	화·목	09:30~10:30	20,000	8월 4일	12명			
73	탁구 초급(2반)	화·목	10:40~11:40	A동3층 탁구장	20,000	8월 4일	12명	장현주	탁구 기본자세 및 응용
74	탁구 초급(3반)	화·목	13:00~14:00	20,000	8월 4일	12명			

## ♥ 특별 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
75	탁구 초급(4반)	화·목·금	14:10~15:00	A동3층 탁구장	무료	8월 4일	10명	오은순	[창원시 체육회 지원] 1:1 탁구 레슨(5분) 및 수강생 자율 탁구 게임을 해볼 수 있는 수업
76	탁구 초급(5반)	화·목·금	15:10~16:00	A동3층 탁구장		8월 4일	10명		