

# 금강노인종합복지관 이용 안내

# 금강노인종합복지관 “어르신 모두가 행복한 그날까지” 교육프로그램 수강생 모집

교육기간 : 2026년 1학기[2026년 2월 2일(월) ~ 2026년 6월 19일(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)

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	■ 월1회, 매월 둘째주 목요일 10:00~12:00 (변동사항 생길 시 미리 공지함) ■ 피브로 한의원 원장님의 복지관 방문진료 및 침치료
신경외과 의사 진료	■ 월2회, 매월 둘째, 넷째주 수요일 12:30~13:30 (변동사항 생길 시 미리 공지함) ■ 김수영 신경외과 원장님의 복지관 방문 근골격계 질환 상담 및 물리치료 처방
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 자율이용

책사랑방	월 ~ 금	09:00~17:50	A동 1층
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·수·목·금	09:00~17:50	A동 3층
	화	14:00~17:50	
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 자율이용 가능

## 1. 수업 신청

- 신청기간 : 1월 12일(월), 13일(화), 14일(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.



## 2. 추첨

- 추첨결과 : 1월 16일(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 : 1월 19일(월), 20일(화), 21일(수) 오전 9시~오후 3시 (총 3일간)
- 수납장소 : A동 2층 지혜실
- 준비물 : 회원증, 수강료
- 유의사항 □수납기간 내 수강료를 납부하지 않으시면 자동취소 됩니다. □수강료 납부는 현금만 가능합니다.

## \* 추가 모집

- 모집일시 : 1월 22일(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 2월	3월	4월	5월	6월
전액 환불	40% 공제후 환불	60% 공제후 환불	80% 공제후 환불	환불 불가

# 2026년 1회기(2026년 2월 2일 ~ 2026년 6월 19일) 교육프로그램 안내

※ 프로그램 신청 후, 수강료는 한 번 납부하시면, 2026년 6월까지 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	2월 2일	20명	박미옥	한글의 기본 원리를 정확하게 알고 논리적으로 표현하는 수업
2	글마당반	화·목	09:30~10:50	B동1층 청련실	무료	2월 3일	20명	노수경	낱말을 읽고 쓰며 문장의 정확한 뜻을 이해하는 수업
3	나의 삶 나의 이야기	수	10:30~11:50	B동1층 흥련실	무료	2월 4일	10명	이상호	나의 이야기와 생각을 시, 산문, 편지 등의 자작글로 쓰는 수업
4	영어 첫걸음	수	13:00~14:50	A동2층 지혜실	20,000	2월 4일	35명	안흥연	알파벳을 익히고 파닉스를 통해 단어와 문장을 읽는 수업
5	영어 초급	월·수	10:00~10:50	A동2층 지혜실	20,000	2월 2일	35명	박민주	초급수준의 영어단어, 문장을 배우는 수업
6	영어 중급	월·수	11:00~11:50	A동2층 지혜실	20,000	2월 2일	35명	박민주	중급수준의 영어단어, 문장을 배우는 수업
7	영어 고급	화	11:00~11:50	A동2층 지혜실	10,000	2월 3일	30명	이미지	상황별 여행 영어 및 프리토킹
8	SingSing팝송영어	월	14:00~15:20	A동2층 지혜실	15,000	2월 2일	35명	진은혜	팝송을 통해 영어 발음과 기본 표현을 익히는 수업
9	중국어 초급	목	13:00~13:50	A동2층 지혜실	10,000	2월 5일	20명	구예진	노래를 통해 중국어의 발음을 배우고 익히는 수업
10	중국어 중급	목	11:00~11:50	A동2층 지혜실	10,000	2월 5일	20명	구예진	중국생활에 쓰이는 표현을 배우고 익히는 수업
11	한자 초급	금	11:00~11:50	A동2층 행복실	10,000	2월 6일	35명	최인선	한자의 원리와 부수를 이해하고 익히는 수업
12	한자 중급	금	10:00~10:50	A동2층 행복실	10,000	2월 6일	35명	최인선	한자를 구분하고 명언과 사자성어를 익히는 수업
13	일본어 초급	월·목	11:00~11:50	A동2층 행복실	20,000	2월 2일	35명	정영분	기초적인 문법과 가벼운 회화 활용을 배우는 수업
14	일본어 중급	화·목	10:00~10:50	A동2층 지혜실	20,000	2월 3일	35명	이명희	일본여행에서 바로 사용할 수 있는 실전 회화 수업
15	시낭송	화	09:30~10:50	A동2층 행복실	15,000	2월 3일	25명	지미자	두뇌활성화와 손유희, 낭송기법을 익혀 시를 감동있게 낭송할 수 있는 수업
16	생활속의 명리학	월	10:00~10:50	A동2층 행복실	10,000	2월 2일	35명	원용관	생활속에서 적용할 수 있는 사주 명리학을 배우는 수업

## ♥ 정보화 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
17	스마트폰(첫걸음)	수·금	11:00~11:50	A동2층 컴퓨터실	무료	2월 4일	24명	장문정	스마트폰 기초 사용법 및 카카오톡 활용 수업
18	스마트폰 초급(1반)	화·목	10:00~10:50		20,000	2월 3일	24명	안윤영	스마트폰 기본사용 및 다양한 어플 사용법 수업
19	스마트폰 초급(2반)	수·금	15:00~15:50		20,000	2월 4일	24명	미정	스마트폰 기본사용 및 다양한 어플 사용법 수업
20	스마트폰 중급(1반)	화·목	11:00~11:50		20,000	2월 3일	24명	안윤영	다양한 어플을 활용한 스마트폰 활용 수업
21	스마트폰 중급(2반)	수·금	14:00~14:50		20,000	2월 4일	24명	김은향	다양한 어플을 활용한 스마트폰 활용 수업
22	스마트폰 유튜브	수·금	13:00~13:50		20,000	2월 4일	24명	김은향	영상 편집을 배우고 유튜브로 활동 할 수 있는 수업
23	스마트폰 사진	수·금	10:00~10:50		20,000	2월 4일	24명	반형열	사진 촬영법과 편집, 블로그 활동을 할 수 있는 수업
24	컴퓨터 초급	화·목	13:00~13:50		20,000	2월 3일	24명	미정	기초적인 컴퓨터 및 인터넷 사용법을 배우는 수업
25	컴퓨터 중급	화·목	14:00~14:50		20,000	2월 3일	24명		한글·엑셀, 인터넷을 활용한 앱 사용법을 배우는 수업
26	컴퓨터 고급	월	10:00~11:50		20,000	2월 2일	24명		이미영

## ♥ 취미여가 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
27	다도교실	금	10:00~11:20	B동1층 흥련실	15,000	2월 6일	12명	이미란	차의 맛과 멋을 통해 삶의 여유를 느끼는 수업
28	바둑교실	금	10:00~11:20	A동2층 지혜실	15,000	2월 6일	20명	최광우	두뇌스포츠 바둑으로 일상의 여유와 재미를 더하는 수업
29	서예(가)	화	10:00~11:20	B동1층 서예실	15,000	2월 3일	15명	주상완	한글, 한문서예의 기초실기부터 창작과정까지 배우는 수업
30	서예(나)	목	10:00~11:20		15,000	2월 5일	15명	주상완	한글, 한문서예의 기초실기부터 창작과정까지 배우는 수업
31	캘리그래피(1반)	화	14:00~15:50	B동1층 서예실	20,000	2월 3일	13명	장선미	서예풍의 아름답고 개성있는 감성 글쓰기 수업
32	캘리그래피(2반)	목	14:00~15:50		20,000	2월 5일	13명	장선미	서예풍의 아름답고 개성있는 감성 글쓰기 수업
33	미술교실(1반)	수	09:30~10:40	B동1층 서예실	10,000	2월 4일	13명	김혜란	그림 그리기를 통해 작품을 만드는 미술 수업 (연필화, 어반스케치 등)
34	미술교실(2반)	수	10:40~11:50		10,000	2월 4일	13명	김혜란	그림 그리기를 통해 작품을 만드는 미술 수업 (연필화, 어반스케치 등)
35	오카리나 초급	수	13:00~13:50	B동3층 강당	10,000	2월 4일	30명	김명희	아름답고 영롱한 소리를 내는 관악기 오카리나 기초 수업
36	오카리나 중급	목	15:00~15:50		10,000	2월 5일	30명	김명희	다양한 노래연주에 도전하는 오카리나 중급 수업
37	하모니카 초급	수	14:00~14:50	B동3층 강당	10,000	2월 4일	30명	이성재	동요와 함께 즐겁게 익히고 연주하는 하모니카 기초 수업
38	하모니카 중급	수	15:00~15:50		10,000	2월 4일	30명	이성재	기본 주법을 익혀 가요 연주에 도전하는 하모니카 수업
39	고고장구 초급 NEW	화	13:00~13:50	B동3층 강당	10,000	2월 3일	20명	이수연	기본 장단을 익히고 신명나게 난타해보는 수업
40	고고장구 중급 NEW	화	14:00~14:50		10,000	2월 3일	20명	이수연	전 장르 음악에 맞춰 난타해보는 수업
41	우쿨렐레	월	13:00~14:20	B동3층 강당	15,000	2월 2일	20명	정차순	하와이 악기 우쿨렐레로 연주하고 앙상블을 배우는 수업
42	아코디언	월	15:00~16:20	B동3층 강당	15,000	2월 2일	20명	정차순	다채로운 음색을 구사할 수 있는 아코디언 수업
43	통기타반	수	09:30~10:20	B동3층 강당	10,000	2월 4일	20명	김동선	기타 코드부터 시작하는 통기타 연주 수업
44	플루트	수	11:00~11:50	B동3층 강당	10,000	2월 4일	10명	최상해	플루트를 통해 나를 연주하자
45	색소폰	금	10:00~10:50	B동3층 강당	10,000	2월 6일	20명	원훈식	웅장하고 따뜻한 소리를 내는 색소폰 수업

## ♥ 건강증진 프로그램 ♥

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

## ♥ 자율입장 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
75	노래교실	목	11:00~11:50	B동3층 강당	무료	2월 5일	100명	강한희	다양한 대중가요를 부르는 노래수업

## ♥ 특별 프로그램 ♥

연번	프로그램명	요일	강의시간	강의실	수강료 (20주)	첫수업	정원	강사	수강내용
76	스마트폰 시나두해 NEW	월	15:30~16:20	A동2층 지혜실	무료	2월 2일	30명	진은혜	스마트폰을 이용해 다양한 시를 활용해보는 교육
77	스마트폰 챗GPT NEW	수	11:00~11:50	A동2층 행복실		2월 4일	30명	반형열	스마트폰을 이용해 챗GPT를 활용해보는 교육
78	컴퓨터 인공지능 NEW	월	13:00~14:50	A동2층 컴퓨터실		2월 2일	20명	이미영	컴퓨터로 세(인공지능)를 쉽게 배울 수 있는 교육
79	신나는 리듬댄스 NEW	수	14:00~14:50	B동2층 백련실		2월 4일	35명	김성림	신나는 리듬으로 몸을 흔들며 즐기는 활력 충전 댄스 수업
80	탁구 초급(4반)	화·목·금	14:10~15:00	A동3층 탁구장		2월 3일	10명	오은순	[창원시 체육회 지원] 1:1 탁구 레슨(5분) 및 수강생 자율 탁구 게임을 해볼 수 있는 수업
81	탁구 초급(5반)	화·목·금	15:10~16:00	A동3층 탁구장		2월 3일	10명		