

# 노년활동 자료집

## 본 자료집은

교회에서 어르신들을 대상으로 할 수 있는  
여러가지 활동들을 묶어 낸 자료입니다.  
원하는 활동 내용을 선택하여 진행하거나 좀 더  
추가하거나 연구하여 실시하면 됩니다.



기독교대한감리회 교육국

# 노년활동 자료집

머리는 희어도 삶은 푸르게

## 노년활동자료집을 내며…

하나님의 은혜와 축복이 섬기시는 교회와 가정에 넘치시길 기원합니다.

금년 한 해에도 하나님께서 주시는 능력과 소망으로 기쁨 넘치는 생활이 되시길 빕니다.

전국 교회의 교인 연령 분포를 분석해 보면 알 수 있듯이 이제는 누구나 100세 시대임을 실감하게 됩니다. 그래서 교육국도 그 점을 기억하여 노년정책을 중요하게 생각하고 있습니다. 교육국이 추진하는 노년정책은 노인대학, 경로대학과는 차별성이 있습니다. 교육국의 노년정책은 이미 교회에 나오시는 어르신들을 대상으로 한 정책입니다.

교육국은 해마다 봄철이면 노년공과를 만들어 노년목회를 소망하는 교회에 보급해 왔습니다. 봄철과 가을철 각각 15주로 구성된 예배 말씀을 책자로 제작하여 보내드렸습니다. 또 공과 부록으로 활동 자료집과 찬양까지도 첨가하여 교재 안에 포함하여 발행해왔습니다. 그러나 노년 목회에서 정말 필요한 것은 공과가 아니라는 반응도 있어 왔습니다. 노년 공과는 속회공과 등 목회자가 얼마든지 말씀을 전할 수 있기 때문인 것 같습니다.

따라서 금년에는 여러 가지 기도와 고심 끝에 [노년 활동 자료집]을 만들기로 결정하였습니다. 차라리 다양한 활동 자료 및 내용, 개체교회 노년 활동 및 노년성경학교 사례 등을 알려 드리는 것이 더 좋은 섬김임을 알게 되었습니다. 이렇게 한 이유는 교회에서 목회자나 노년 지도자가 실제로 어르신들을 대상으로 무엇을 해야 하는지 정보가 부족한 것을 감안하여 실행한 것입니다. 언제든지 필요할 때면 자료를 활용하셨으면 좋겠습니다. 특히 찬양과 율동은 그동안 노년성경학교 자료집에서 실시한 찬양을 종합하여 모았습니다. 한 번 하고 말기에는 너무 아까워서 그런 것입니다.

바라옵기는, 본 노년활동 자료집이 노년 목회에 조금이나마 도움이 되었으면 합니다. 저희 교육국도 고령화 사회에서 교회의 어르신들을 위한 섬김 목회를 어떻게 해야 할지 열심히 노력하겠습니다. 그래서 점점 더 나은 자료와 활동집을 만들도록 하겠습니다. 한 가지 아쉬운 점은 노년 목회가 생각은 있지 실행에 옮기는 교회가 부족한 점입니다. 그 결과 노년 목회에 적합한 활동가들이 아직은 부족하다는 점입니다. 정말 교회 어르신들의 맞춤형 지도자가 많이 나와야 할 때입니다. 이 부분도 교육국에서 힘써 진행할 것입니다.

끝으로, 교회마다 어르신들을 향한 섬김이 있기를 소망합니다. 노년 목회는 목회자가 어떤 마음을 품고 도전하느냐가 중요합니다. 한걸음부터 시작하십시오. 그래서 행복한 교회, 행복한 목회를 하시기를 바랍니다.

## 노년활동자료집 | 목 차

머리말 노년활동자료집을 내며…	4	4. 실버레크리에이션	43
노년목회! 정말 필요합니다.	8	5. 광덕중앙교회 노년성경학교 사례	55
1. 만들기 활동 예배를 위한 상보 / 성경보 / 선물주머니 가방 / 기도끈 / 왕관 9단 서랍장 / 등 / 육각함 / 경대	12	6. 당진교회 노년학교 사례	60
2. 소모임 활동 그리고 어떻게 되었을까? / 거울에 비친 나, 나를 소개합니다 내가 만난 사람을 소개합니다 / 생각하는 나무 가족 나무 / 내 인생, 최고의 여행지를 추천합니다	26	7. 신천감리교회 노년대학 사례	64
3. 가족통합 프로그램 1) 새 삶! 노년부터 시작이다. 2) 자기 안아주기 3) 미안하다. 고맙다. 사랑한다.	34	8. 현덕중앙교회 노년성경학교 사례	69
		9. 찬양	71



# 노년목회! 정말 필요합니다

은평동지방 광서교회 김 병 훈 목사

너는 셀 머리 앞에서 일어서고 노인의 얼굴을 공경하며  
네 하나님을 경외하라 나는 여호와이니라 레위기19:32

현대의학의 발달과 편리한 생활로 평균 수명은 점차 연장되고 100세를 사시는 노인들의 이야기를 심심치 않게 듣습니다. 며칠 전에 우리 교회 원로 권사님의 장례식이 있었는데 그분의 연세가 100세였던 것을 보면 앞으로 우리가 살아가야 할 시대는 호모 현드레드 homo-hundred 100세 시대가 맞습니다.

이러한 인구 고령화 현상은 교회의 노년성도 증가로 나타나게 되었습니다. 점차 줄어드는 아동, 청소년을 위해서는 우선 교회로 모이게 하는 다양한 전도 방법 프로그램이 필요할 것이고, 교회에 계신 많은 어르신들을 위해서도 열정과 사명감으로 노년을 위한 프로그램들을 준비해야 하는 것은 시대적 요청이기도 합니다.

대부분의 교회는 5월 가정의 달을 맞이하면 어르신을 위한 효도관광 또는 경로잔치를 합니다. 우리 교회도 65세 이상 되시는 성도를 대상으로 경로나들이를 진행했습니다. 10여 년 전 전교인 수련회를 충청도의 한 펜션단지로 2박3일 다녀온 적이 있습니다. 전교인이 함께하다 보니 어린이나 청소년, 청년 그리고 어르신들과 함께 예배와 찬양, 분반공부, 레

크리에이션, 만들기 등 특별활동 시간을 가졌습니다.

그때 본 것이, 노년의 성도가 아이들과 어울리기는 하는데, 무언가를 하자 하면 뒤로 빼고, 적극적으로 참여하지 않는 것이었습니다. 그런데 그분들만 따로 모여서 찬양도 하고 게임도 하니까 그때에는 아주 즐겁게 참여하시는 것을 보고 어르신들만을 위한 프로그램의 필요성을 느꼈고, 그런 의도로 교회학교 노년부를 시작하게 되었습니다.

그로부터 몇 달 후 여주의 도자기체험 마을로 노년부 소풍을 다녀온 일이 있었습니다. 손을 움직여서 무언가를 만드는 일은 뇌 건강을 활성화시키고 나아가 치매예방에도 좋으리란 생각이었습니다. 흙을 앞에 두고 무언가 표현하고 싶은 것을 만들어 보는 시간에, 처음에는 어색해하며 손도 안 대고 구경만 하던 분들이 점차 기대감으로 참여하더니 멋진 작품들이 나오기 시작하는 겁니다.

이후에 레크리에이션-장기자랑 시간도 가졌습니다. 정말 활기차게 참여하시는 모습을 보았습니다. 어린아이처럼 즐거워하시는 모습 속에서 이분들이 너무도 오랫동안 당신들만의 시간을 기다려 온 듯한 느낌을 받았습니다.

해마다 본부 교육국 장년교육부에서 주관하는 ‘노년성경학교 지도자강습회’에 참여하여 프로그램을 제공받은 후 7월 첫 주에 어르신들을 위한 첫 여름성경학교를 진행하였습니다. 어르신들에게서 교육의 효과를 기대할 수 있을까 조금은 의심하는 교사들을 격려하며 개회를 하였습니다. 그런데 예상치 않게 어르신들이 느끼는 행복감은 무척 경이로웠습니다.





다. 결코 하지 않을 것 같았던 노래와 율동을 할머니들이 잘 따라 하셨습니다. 할아버지들도 얼마나 열심히 잘해내시는지 진행하는 노년부 교사들과 도우미로 참석한 모두가 감격하였습니다. 오랜만에 손에 잡은 크레용이나 색종이로 세상에서 하나뿐인 작품들을 완성해 내고, 석양의 노을도 아름답다 여기며 인생회고록이나 기도문도 작성해 보았습니다. 나이든 여러 성도가 노년부라는 이름으로 함께하는 프로그램을 통해 새로운 기쁨과 즐거움을 만났습니다.

이렇게 제가 섬기는 광서교회는 해마다 여름이면 노년성경학교를, 봄과 가을에는 소풍과 체험학습을 진행하고 있습니다. 3년째 되는 해에는 수학여행도 다니면서 처음에는 노년부로 시작된 노년을 위한 프로그램이 이제는 ‘행복학교’라는 이름으로 더 열심을 내고 있습니다.

지난해 교육국에서 제공한 프로그램으로 노년성경학교를 처음으로 진행한 이웃교회 목사님은 교인들이 너무도 좋아하고 행복해 보여 ‘이 좋은걸 왜 이제 했나?’ 그랬답니다. 우리 지방뿐 아니라 여러 교회에서 노년성경학교를 진행하는 곳이 생겨나게 된 것을 보면 노년 목회를 위한 걸음들이 결코 헛되지 않으며, 변함없는 열정으로 어르신들을 위한 노년 목회에 더욱 힘을 내야함을 다시 깨우칩니다.

이제 노년목회를 시작해야 합니다. 매주 날을 정하여 경로 대학을 여는 것도 중요하지만

교회를 나오시는 어르신 성도를 향한 목회를 해야 합니다. 교회는 어르신들의 남은 생을 행복하게 해드려야 할 의무가 있습니다. 어르신들만 따로 모여 예배하고, 노래하며 춤추고, 특별활동을 하는 노년성경학교를 기획해야 합니다. 어르신들을 위한 노년성경학교는 마땅히 우리가 해야 할 일입니다. 이제 교회학교의 연간 계획은 유아부에서 청년부까지로 한정시킬 것이 아니라, 노년부까지 확대해야 합니다. 이렇게 하여 은혜 받고 변화된 어르신들은 뒤로 물러나 있던 예전의 노인들이 아니라 즐겁고 유익한 여생을 보내는 교회 일꾼으로 새롭게 서게 될 것입니다.

모이면 세상을 비판하고 자식들에게서 서운함을 느끼던 이들, 나이 들어 찾는 사람 없어 언제나 외롭고 우울했던 어르신들이 성경학교 등 노년부 활동들을 통해서 주님을 증거하며, 교회와 성도와 이웃을 격려하고 칭찬하게 되리라 믿습니다. 노년들이 주안에서 즐거워하며 행복하게 지내다가 주님 나라에 이를 수 있도록 하는 이 일이야 말로 사랑을 실천하며 섬김을 베풀어야 하는 교회가 놓치지 말아야 할 분야입니다. 어린아이들만이 다음세대라 여겼던 사고를 확대하여 노년부를 보듬는 일을 또 다른 다음세대 사역으로 인식한다면 교회마다 놀라운 세대변혁이 일어나게 될 것입니다.

**노년을 섬기는 목회, 해보세요!**  
**놀라운 하나님의 역사를 보게 될 것입니다.**  
**‘하나님은 나를 사랑하시며,**  
**오늘도 나를 위한 놀라운 계획을 가지고 계십니다’**

노년목회에 관심을 두시고, 노년부를 세우시고, 노년성경학교를 통해 다음세대의 주역들을 길러내는 아름다운 신앙공동체가 만들어지기를 기원합니다.

## 01 만들기 활동 \*

머리는 희어도  
삶은 푸르게

**준비물 :** 재활용할 한복, 바느질 도구가위, 바늘, 실, 자, 초크, 단추<성경보> 등, 딱풀바느질이 어려우신 분들을 위해, 재봉틀훨씬 효과적으로 만들 수 있음, 다리미와 다리미판팀별로

- ⑤ 십자가나 부활을 상징하는 나비, 백합 등의 모양을 만들어 아플리케로 붙이거나 딱풀로 붙여줍니다. 옷고름을 연결해 십자가로 만들 수도 있습니다.
- ⑥ 다림질로 마무리합니다.

### 예배를 위한 상보 \*\*

속회나 대심방 기간에 예배상을 준비하시죠? 일반적으로 가정에서 식탁으로 사용하기도 하는 상에 기독교 문양이 들어간 깨끗한 상보나 러너를 만들어 깔아주어서 거룩한 예배상으로 변신할 수 있습니다. 그 위에 초나 십자가를 올려놓으면 어느 때라도 기도할 수 있는 거룩한 장소로서 일상의 성소를 만들 수 있습니다.

#### 만드는 방법

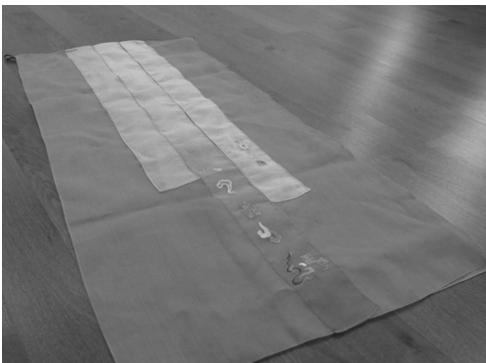
- ① 예배상의 크기를 미리 채어옵니다. 예배상보는 상 위에 올려놓거나 상 밑으로 조금 떨어지는 정도의 길이로 만들 수 있습니다.
- ② 한복 위에 상보의 크기에 맞게 자를 대고 그려 넣으세요. 뒷면에 그리기.
- ③ 무늬를 어느 곳에 배치할 것인지 생각한 다음 상보 크기에 맞게 자르고 시접 여백을 두어 자르세요. 두 겹으로 할 때 색상을 매치시킬 수 있습니다.
- ④ 두 겹 천의 겉면을 마주 보게 하여 선에 맞게 박음질 한 뒤 뒤집어 창구멍을 마무리 합니다.

\* 완성품은 뒤쪽 화보를 참고하세요.

\*\* 2012년 감리교여성지도력개발원의 ‘춤추는 옷자락 프로젝트’에서 창안한 활동입니다. 집에 안 입고 묵혀 놓은 한복이 한 벌쯤 있지요? 입지 않는 옷가지를 깨끗이 손질해서 의미 있는 작품으로 재활용 합니다. 가위질, 바느질을 비롯한 재봉 활동으로 손끝에서 새로운 창조의 기쁨을 맛볼 수 있습니다.

#### 여러 가지 예배를 위한 상보

옷고름을 이용한 삼위일체 예배상보



조각십자가 무늬를 넣은 모시 예배상보



나비무늬를 넣은 모시 예배상보



색동 십자가를 아플리케로 붙여넣은 예배상보





나무구슬을 이용한 예배상보

## 선물주머니 만들기

우리 일상에서 주머니는 꽤 중요하게 사용됩니다. 어머니들이 성미 자루를 만들어 양식으로 바쳤던 한국교회의 전통이 있지요. 요즘은 온갖 필수품들을 담아 가지고 다니고요. 어떤 어머니는 해외 선교 나가는 딸에게 늘 한국적 주머니를 만들어주어서 선교지에 선물하도록 활용한다고 합니다. 한국 전통의 곡선이 살아 있는 한복의 소매를 이용한 주머니를 만들어 자녀들에게 나눠주어 보세요. 투박하고 간단하지만 세상에 하나밖에 없는 의미 있는 선물이 될 것입니다.

### 만드는 방법

- ① 한복의 소매 단과 끈을 활용합니다.
- ② 소매단을 원하는 크기로 자릅니다. 시접부분을 10cm 정도 넉넉히 잘라줍니다.
- ③ 소매단을 뒤집어 손이 나오는 쪽(오므린 쪽)을 박음질로 막아줍니다.
- ④ 소매단 위쪽은 2cm 공간을 주어 끈이 들어갈 수 있도록 마무리해 줍니다.
- ⑤ 끈폭 1~1.5cm 길이 30cm 정도의 양 끝을 막아 정리하고 위의 공간에 넣어주어 잡아당겨 오므릴 수 있도록 합니다.
- ⑥ 끈의 끝에 기독교 상징이 되는 액세서리를 매달거나 주머니 가운데 무늬를 넣을 수 있습니다.



### 만드는 방법

- ① 성경의 크기를 잡니다. 가로, 세로, 두께(높이)
- ② 성경을 감쌀 크기로 도안을 그립니다.
- ③ 두 겹의 천을 겉면을 마주 보게 하고 박음질 한 뒤 창구멍을 막아줍니다.
- ④ 한쪽 끝에 단추를 달아 줍니다.
- ⑤ 한복의 끈을 활용하여 다른 쪽 끝에 붙입니다.
- ⑥ 단추 밑에 십자가 무늬를 잘라 붙이거나 아플리케로 부착할 수 있습니다.

## 가방 만들기

**준비물 :** 에코백인터넷에서 구입 가능, 패브릭 크레용네오아트 사이트에서 구입 가능, 다리미, 천, 그림을 잘 그릴 수 없는 분들을 위한 밑그림틀하트나 꽃 모양 등.



③ 그림을 그린 천 위에 달구어진 다리미로 다리면, 염색이 되고 가방이 완성된다.



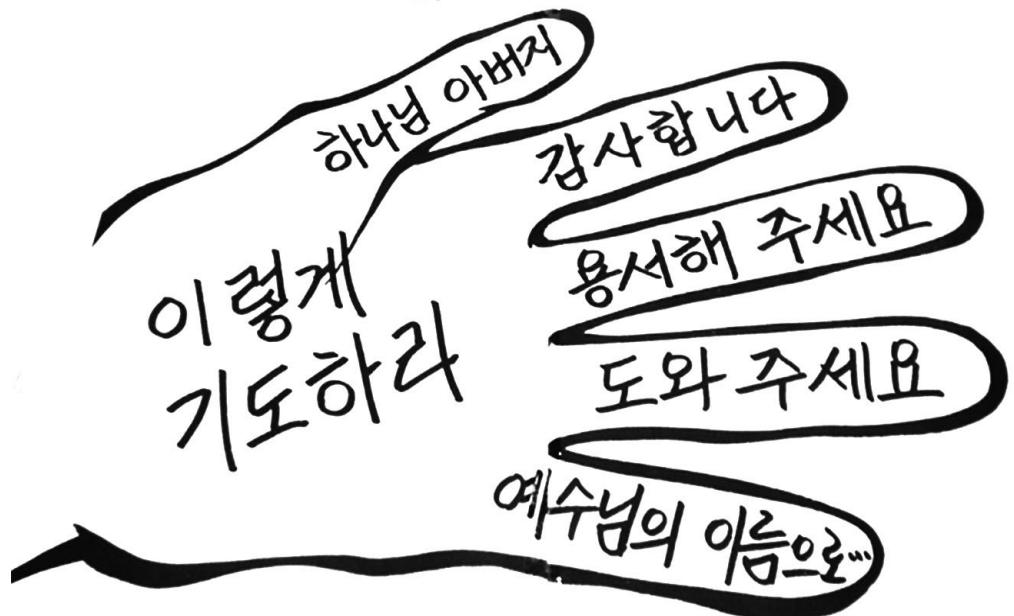
### 만드는 방법

- ① 패브릭 크레용으로 빈 그림의 에코백이나, 주제에 따른 그림이나 자유롭게 그린다.
- ② 그림을 그릴 수 없는 이들을 위해 밑그림 위에 크레용으로 칠한다.



## 기도 끈 만들기

우리가 하나님의 부르심을 받지 않고 이생에 사는 이유는 우리에게 사명이 있기 때문일 것입니다. 그렇다면 우리의 남은 사명은 무엇이 있을까요? 복음을 전하는 일, 하나님을 찬양하고 예배하는 일, 축복하고 기도하는 일 등 하나님께서 기뻐하시는 일들이겠지요. 이 시간 하나님을 가까이 하며, 우리의 후손들에게 아름다운 믿음의 유산을 남길 수 있는 기도의 사명을 잘 감당해 주시기를 바라면서 기도의 다섯 손가락을 소개합니다. 이렇게 기도해 보시기 바랍니다. 기도가 좀 더 쉬워질 것입니다.



1. 엄지 : 기도를 받는 대상을 부른다.
2. 검지 : 감사와 찬양을 한다.
3. 중지 : 죄를 회개 한다.
4. 약지 : 여러 가지 소원필요을 아뢴다.
5. 새끼 : 예수님의 이름으로 기도한다.

**준비물 :** 오색 리본 끈, 편지봉투

### 만드는 방법

- ① 기도의 다섯 손가락 소개하기
- ② 끈을 90cm 정도로 자른 다음 봉투에 넣어서 미리 준비해둔다.
- ③ 어르신들에게 봉투를 나눠주고 봉투에 들어 있는 끈을 꺼내게 한다.
- ④ 끈을 꺼내면 다음과 같이 설명한다.

이 끈은 기도의 끈입니다. 이 시간 옆에 있는 분을 위해서 사랑하는 마음으로 기도해 주겠다는 의미로 옆에 있는 분과 함께 끈을 묶겠습니다.

- ⑤ 각각 오른쪽에 있는 분과 끈을 묶게 한다. 끈을 묶는 동안 잔잔한 음악을 틀어준다.
- ⑥ 끈을 다 묶으면 끈을 잡고 옆의 분을 위해서 기도의 다섯 손가락으로 잠깐 기도하게 한다.
- ⑦ 기도 후에 끈을 머리 위로 들게 한다.

- ⑧ 교사가 기도하고 마무리한다.

머리 위를 보세요. 짧았던 끈이 하나가 되었어요. 이것은 우리의 기도의 끈입니다. 짧았던 끈이 모여서 이렇게 긴 끈이 되는 것과 같이 우리 한 사람 한 사람의 작은 기도가 모여서 큰 기도가 됩니다. 지금 이 끈을 꼭 붙잡고 있는 것처럼, 우리는 우리의 가족과 이웃을 위한 기도의 끈을 놓지 말아야 할 것입니다. 그래서 믿음의 유산을 남기는 아름다운 노년의 삶이 되시기 바랍니다. 자 이제 저를 따라 함께 와쳐 주시기 바랍니다. 나는 가족과 이웃을 위한 기도의 끈을 놓지 않겠습니다. 그리고 믿음의 유산을 남기는 아름다운 노년의 사명을 다하겠습니다. 아멘

## 왕관 만들기

바울은 인생 마지막에 다음과 같이 고백합니다.

“선한 싸움을 싸우고 달려갈 길을 마치고 믿음을 지켰으니 이제 후로는 나를 위하여 의의 면류관이 예비 되었으므로 주 곧 의로우신 재판장이 그날에 내게 주실 것이며 내게만 아니라 주의 나타나심을 사모하는 모든 자에게도니라”

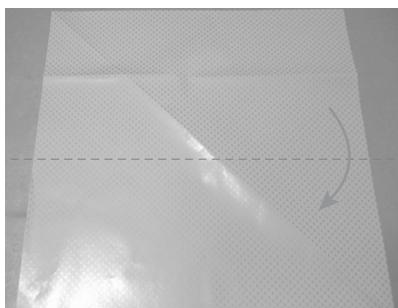
하나님이 보내신 아들 예수 그리스도를 믿는 우리들은 이 땅에 소망을 두는 것이 아니라 아름다운 하나님 나라를 소망해야 합니다. 이 땅에서는 상상할 수 없는 아름답고 놀라운 일들만 있는 곳입니다. 죽음, 질병, 눈물, 슬픔, 괴로움, 고통, 아픔, 배고픔, 추위, 더위도 없는 곳입니다. 아무것도 부족한 것이 없는 항상 기쁨과 감사로 만족감이 충만한 곳입니다. 이 아름답고 좋은 하나님 나라를 바라보며, 바울은 끝까지 믿음을 지켰습니다.

우리도 바울과 같이 끝까지 믿음을 지키고 주의 나라를 사모하여 우리를 위해 준비된 의의 면류관과 아름다운 하나님 나라를 유업으로 받읍시다. 이를 소망하며 다 함께 왕관을 만들어 보도록 하겠습니다.

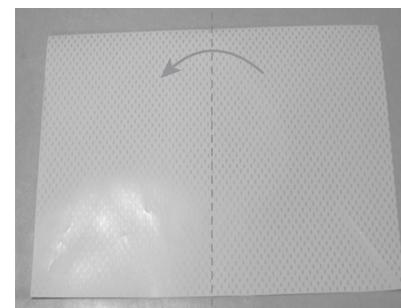
**준비물 :** 포장지(정사각형), 별·하트모양 스티커, 실핀

### 만드는 방법

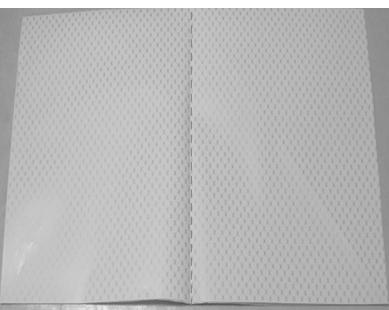
① 종이를 반으로 접는다. (가로)



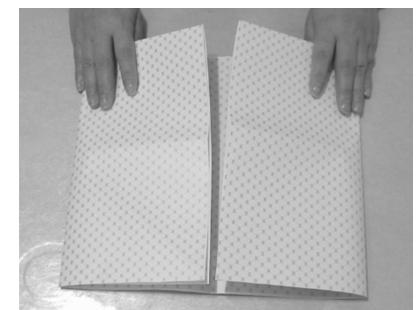
② 접은 상태로 또 반을 접는다. (세로)



③ 다시 펴다.



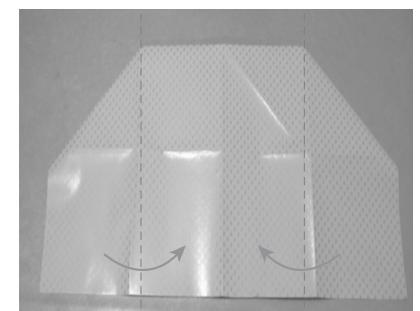
④ 대문 접기를 한다. 중간에 약간 간격을 준다.



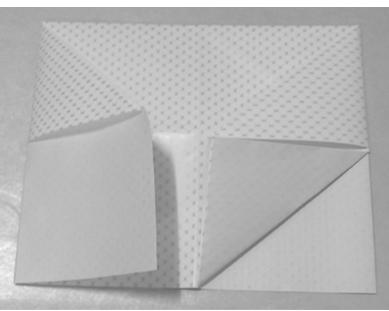
⑤ 위의 꼭지점 중심으로 세모접기한다.



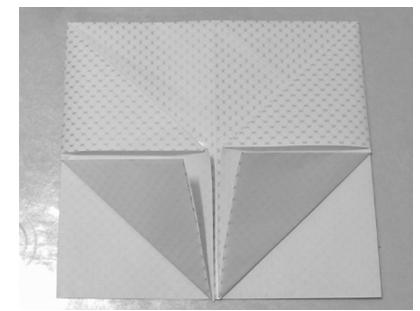
⑥ 뒤로 돌려 좌우 양쪽을 접어준다.



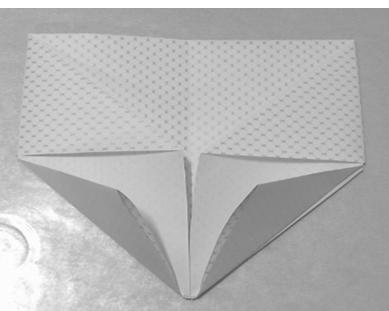
⑦ 아래 부분을 그림과 같이 옮겨 접는다.



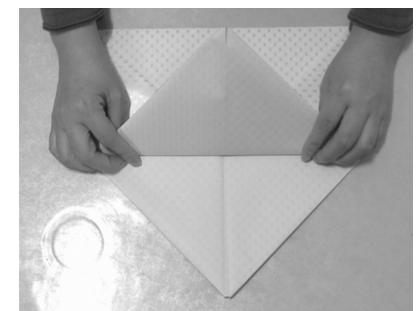
⑧ 다른 쪽도 옮겨서 접는다.



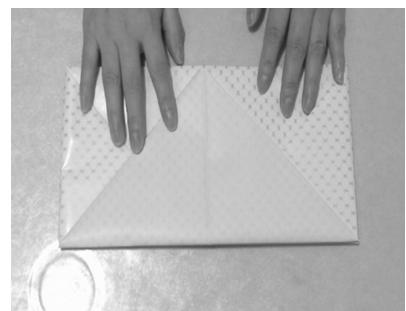
⑨ 뒤로 돌려서 ⑧과 같이 접는다.



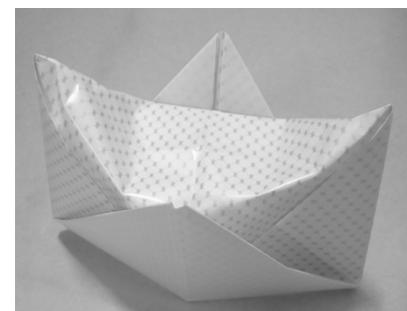
⑩ 밑을 그림과 같이 옮겨서 접는다.



⑪ 뒤로 돌려서 올려 접는다.



⑫ 잘 펴서 모양을 만들어 준다.



⑬ 전면에 스티커를 붙이고 장식한다.



⑭ 머리에 쓰고 핀으로 고정한다.

⑮ 볼에 별 스티커를 붙여준다.

⑯ 조별 단체사진을 촬영한다.

## 9단 서랍장\*

**준비물 :** 반제품 합지, 본드, 종이테이프, 한지, 비단지, 마감재, 악세사리고리 등, 봇, 풀, 가위, 칼

### 만드는 방법

- ① 반제품 합지를 구매해서 본드로 틀을 만든다.
- ② 종이테이프로 본드칠을 한 곳이나 모서리부분을 붙인다.
- ③ 초배지와 겉지를 재단한다.
- ④ 초배지를 붙이고 잘 말린다.
- ⑤ 겉지를 붙이고 잘 말린다.
- ⑥ 비단지를 재단해서 붙인다. 초 배지 위에 오공본드로 비단지를 붙인 후 말려서 사용한다
- ⑦ 마감재로 마무리를 한다. 유광 두 번, 유광과 무광을 반반씩 써어서 한번 바른다
- ⑧ 고리 등 악세사리 등을 붙여서 완성한다.



\* 재료는 한지공예전문 사이트에서 구매 한다. 만들기 세트로 구매하면 부자재까지 포함돼서 편하게 할 수 있으나 가격이 비싼 편이라서 반제품 합지를 구매하고 한지나 비단지 등은 따로 구매하여 직접 재단해서 사용한다.

## 등

**준비물 :** 반제품 합지, 본드, 종이테이프, 한지, 비단지, 마감재, 봇, 풀, 가위, 칼, 아크릴판



## 만드는 방법

①번에서 ⑤번까지는 9단 서랍장 만들기의 순서와 동일하며 꽃무늬 부분은 아크릴판이며 오공본드를 사용하여 한지를 붙인 후 본드를 이용해서 본체에 붙인다.

## 경대

**준비물 :** 반제품 합지, 본드, 종이테이프, 한지, 비단지, 마감재, 악세사리경첩, 문고리 등, 봇, 풀, 가위, 칼, 청분액금, 동, 면봉, 거울

## 만드는 방법

- ① 9단서랍장 만들기와 동일하게 진행하며, 겉지 위에 격자 무늬지를 붙인다
- ② 문갑에는 꽃 무늬지를 붙인 후 금분 동분 청분액을 면봉으로 칠해준다.
- ③ 마감재를 바르고 악세사리 등을 단다.
- ④ 색지와 비단지를 이용해서 만들 수도 있다.



## 유각함

**준비물 :** 반제품 합지, 본드, 종이테이프, 한지, 비단지, 마감재, 봇, 풀, 가위, 칼

## 만드는 방법

9단 서랍장 만들기 방법과 동일하다.



## 02 소모임 활동

머리는 희어도  
삶은 푸르게

### 그리고 어떻게 되었을까?

**준비물** : A3종이, 잡지, 신문지, 색깔펜, 크레파스, 가위, 풀

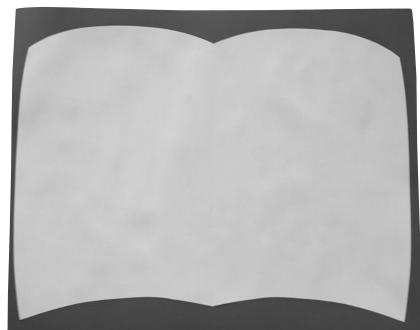
**참가인원** : 한 그룹당 5명으로 제한

#### 진행 방법

- ① 각 그룹별로 원형으로 둘러앉게 한다.
- ② 진행자는 성경 이야기 또는 동화 중 하나를 택하고, 해당 이야기를 중반까지 설명한다.  
또는 이야기를 풀어주고, 그 후에 어떻게 되었을 지에 대해 상상하도록 한다.

#### 【예시】

“… 노아가 육백 세 되던 해 둘째 달 곧 그 달 열이셋날이라 그 날에 큰 깊음의 샘들이 터지며 하늘의 창문들이 열려 사십 주야를 비가 땅에 쏟아졌더라 곧 그 날에 노아와 그의 아들 셈, 함, 야벳과 노아의 아내와 세 며느리가 다 방주로 들어갔고 그들과 모든 들짐승이 그 종류대로, 모든 가축이 그 종류대로, 땅에 기는 모든 것이 그 종류대로, 모든 새가 그 종류대로 무릇 생명의 기운이



있는 육체가 둘씩 노아에게 나아와 방주로 들어갔으니 들어간 것들은 모든 것의 암수라 하나님이 그에게 명하신 대로 들어가매 여호와께서 그를 들여보내고 문을 닫으시니라 홍수가 땅에 사십 일 동안 계속된지라 물이 많아져 방주가 땅에서 떠올랐고 물이 더 많아져 땅에 넘치매 방주가 물 위에 떠 다녔으며 물이 땅에 더욱 넘치매 천하의 높은 산이 다 잠겼더니 물이 불어서 십오 규빗이나 오르니 산들이 잠긴지라… 물이 백오십 일을 땅에 넘쳤더라… ”

- ③ 이후 이야기가 어떻게 진행되었을 지에 대해 각 그룹별로 상상하여 나눠준 종이 책에 그리게 한다. 이때 나눠 준 신문지, 잡지 등에 있는 글자와 사진을 오려서 붙여도 좋다.

**진행자** : 방주 속에 들어간 노아 가족들은 어떻게 150일을 살았을까요? 여러분이 노아 가족이 되어 150일 동안의 생활에 대해 그려보세요.

- ④ 완성된 이야기는 각 팀에서 재미있게 설명하도록 한다.

**Tip** 참가자가 많을 경우, 소그룹 5명으로 나눠서 할 수 있다.

## 거울에 비친 나, 나를 소개합니다.

**준비물** : 8절 매직터치2장, 꾸밈용 색지 2장 이상, 거울지, 잡지전단지, 크레파스, 색깔펜, 풀, 가위

**참가인원** : 10~15명

### 진행 방법

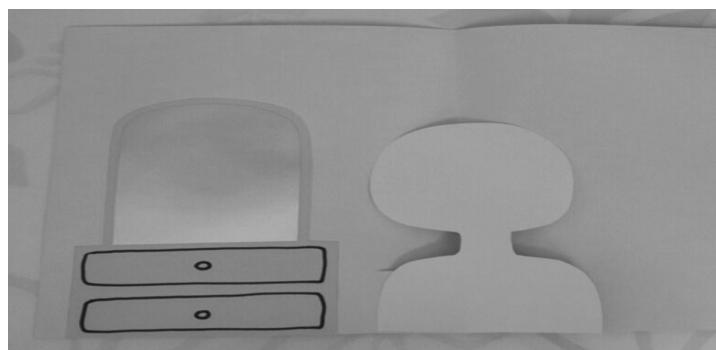
- ① 준비된 종이들을 어르신들에게 나눠준다.



겉 표지



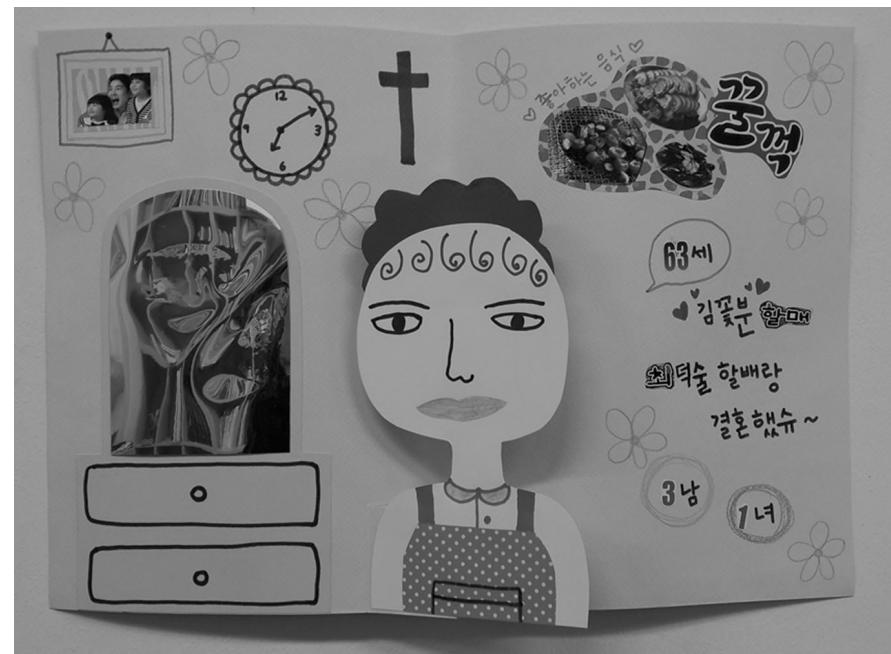
- ② 한쪽 면에는 거울이 달린 화장대를 만들어 붙이게 한다.



- ③ 가운데에 자신의 얼굴을 그린 사람을 붙인다. 이때 화장대의 거울에 비친 자신의 얼굴을 바라보며 그리게 한다.



- ④ 반대편에는 자신이 자라온 과정, 자신의 신앙생활의 과정, 자신의 성격, 취미 등을 그림으로 표현한다. 이때, 잡지의 사진을 이용하여 표현해도 좋다.



- ⑤ 작품이 완성되면 거울에 비친 나의 모습에 대해 차례로 돌아가며 발표한다.

- ⑥ 발표가 끝나면 상대방에 대해 새롭게 알게 된 점, 배울 점 등을 말한다.

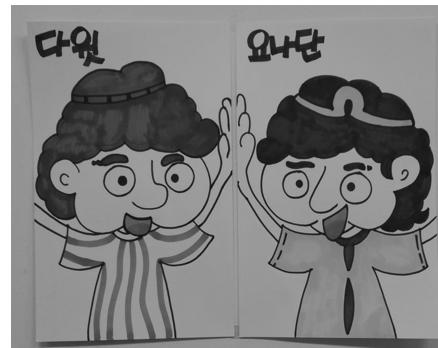
## 내가 만난 사람을 소개합니다.

**준비물** : 성경인물 그림이 그려진 종이판

**참가인원** : 5~8명

### 진행 방법

- ① 인물 그림판을 테이블 위에 놓는다. 이때 인물이 누구인지 노출되지 않도록 인물그림을 아래로 덮어둔다.
- ② 진행자의 신호에 따라 어르신들은 그림판을 한 장씩 뽑는다.
- ③ 진행자를 중심으로 한 시계방향으로 자신이 뽑은 그림판의 인물에 대해 소개한다.



- ④ 소개한 인물이 본인에게 주는 의미에 대해 설명한다.
- ⑤ 짹 그림판일 경우, 본인의 그림판과 짹인 그림판을 든 어르신을 찾고 교제를 나눈다.

### Tip

성경에 나와 있는 인물 그림판을 사용한다.

성경에 나오는 짹들을 그림판에 그리고 각자 자신이 고른 인물에 대해 설명을 한 후, 그 인물의 짹을 찾게 한다.

【예】 다윗 – 요나단, 아브라함 – 사라, 나오미–루트 등

## 생각하는 나무

**준비물** : 종이, 물감, 색깔 펜, 크레파스, 색연필, 플라스틱 접시

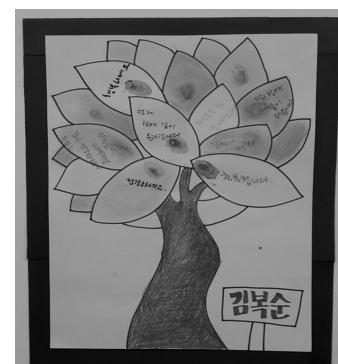
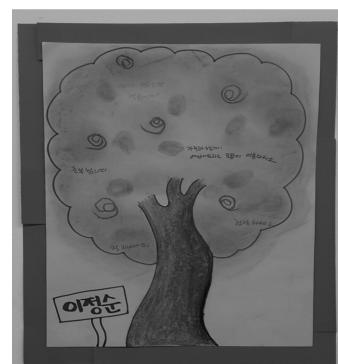
**참가인원** : 10~15명

### 진행 방법

- ① 어르신의 이름이 적어진 도화지를 나눠준다.
- ② 이때 도화지에는 나무가 그려져 있다.



- ③ 손가락 도장을 찍을 수 있도록 물감을 풀은 접시를 각 그룹에 나눠준다.
- ④ 나무에 엄지로 도장을 찍어 잎을 표현한다. 잎이 그려진 나무일 때는 잎 안에 엄지로 도장을 찍는다.



- ⑤ 엄지 도장 잎사귀 옆에는 해당 어르신에게 주고 싶은 축복의 말들을 적게 한다.
- ⑥ 완성이 된 것은 테두리를 만들거나 액자에 넣어 나눠드린다.

## 가족 나무

**준비물 :** 색지연두색 녹색 등 나무를 표현할 색, 할핀, 매직, 가족사진, 색연필, 풀, 가위, 송곳

**참가인원 :** 10~15명

### 진행 방법

- ① 가족 숫자만큼 나무를 오리게 한다.
- ② 나무 밑동에는 할핀이 들어갈 수 있도록 구멍을 뚫는다.



- ③ 핀으로 나무종이를 고정시킨다.



- ④ 첫 나무에는 본인을 소개할 수 있도록 사진을 붙이거나 그림으로 표현한다.
- ⑤ 다음 나무에는 배우자, 그리고 자식 및 손 자녀의 사진을 붙이거나 그림으로 표현한다.
- ⑥ 완성된 나무를 가지고 돌아가며 가족 소개를 한다.

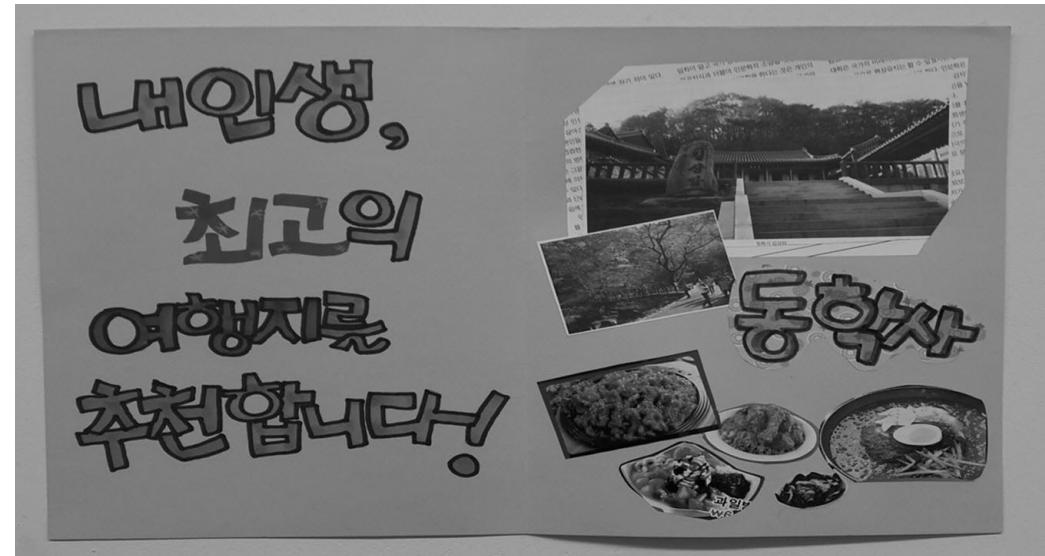
## 내 인생, 최고의 여행지를 추천합니다.

**준비물 :** A3 색지, 잡지, 매직, 크레파스, 풀, 가위

**참가인원 :** 10~15명

### 진행 방법

- ① 먼저 자신의 인생을 돌아보며, 가장 기억에 남는 추억의 장소를 떠올리게 한다.
- ② 장소를 그림으로 또는 잡지의 사진 등을 통해 표현하게 한다.



- ③ 완성된 작품을 가지고 돌아가며 이야기하도록 한다.

### 03 가족 통합 프로그램

머리는 희어도  
삶은 푸르게

## 새 삶! 노년부터 시작이다.

노년! 뒷방 늙은이가 아니다.

자녀들을 결혼시키고 난 후, 마음의 허전함을 체 달래기도 전에 교회 공동체 안에서도 이제는 어른이라고 모든 일에 열외가 된다. 그들은 섬기는 모습이라고 하지만 노년에 들어선 이들은 웬지 모를 허전함을 달랠 길이 없다. 자녀에게서는 아직도 서투른 모습이 보여 조바심이 나고, 교회에서 젊은이들이 섬기는 모습은 맘에 차지 않는다. 그러나 보니 고집스러운 모습으로 많은 것들을 잡고 있는 경우가 많이 있다. 때문에 너무나 힘들다.

노년에도 버거운 삶의 무게로 힘들어하는 이들에게, 외로움과 허전함으로 괴로워하는 이들에게 주님과 함께 자신의 삶을 새롭게 시작할 수 있도록 돋는다.

조별 모임을 하기 전에 30분 정도 ‘아름다운 노년을 설계하는 방법’ 등의 주제로 세미나를 진행하면, 효과적이다.

\* 대상 : 노년의 어머니, 아버지

\* 인원 : 소그룹, 대그룹 모두 진행 가능

\* 진행자 : 집단 상담 진행자, 강의 진행자

\* 준비물 : 한지, 물감, 붓, 사인펜, 색연필, 물통, 실, 바늘, 가위

### 〈조별 모임〉

#### \* 진행자 :

우리 부모님들은 자녀 생각이 머리에서 떠나지 않습니다. 주님께 의탁한다고 했으면서도 잘 되지 않습니다. 이제 모든 것을 주님께 맡기고 주님이 주시는 새

경험을 통해 새 삶을 살아가야 합니다.

주님 앞에서 온전히 응답하는 백성으로 살아가고, 축복된 삶을 살기 위해 자신이 고집스럽게 가지고 있었던 자녀에 대한 생각들을 내려놓고 정리하는 시간을 가집니다. 내여 놓은 자리는 이제 빈 공간으로 남아 있습니다. 그 공간을 주님만이 채워주실 수 있습니다. 내려놓는 용기를 통해 주님을 만나고 위로하시는 주님을 통해 새 힘을 얻습니다. 주님이 어떻게 인도하실지 기대하며 따라갑니다.

살아왔던 예전의 기억을 떠올려 봅니다. 가장 행복했던 기억인 언제인지 생각해 봅니다. 희망과 소망이 많았던 자신을 바라보며 어린 자신에게 선물을 주는 시간을 가집니다. 어떤 선물이 좋을지 생각해 봅시다.

#### \* 활동순서 :

① 자신이 생각했던 선물이 무엇인지 준비된 한지 30×60cm에 그린다. 선물을 자신의 삶이 되기도 하고 예쁜 옷이 되기도 하고, 취미를 가지는 것이 되기도 할 것이고, 부부나 친구와 갖는 소중한 시간이 되기도 할 것이다. (그리기 도구를 이용하여 진행자의 인도를 따라 자유롭게 그린다.)

② 선물 그림을 그린 한지로 자신만의 옷을 만든다.

③ 가로, 세로 30cm되는 색지를 가지고 한복 저고리 종이 접기를 한다.

④ 그림을 그린 한지의 나머지 부분으로는 주름을 잡아바느질 이용 한복 치마를 만든다.

⑤ 접어 두었던 한복 저고리와 한복 치마를 연결하여 자신만의 옷을 만든다.

\* 마음나눔 : 작업을 하고 난 후의 느낌과 감정을 서로 나누어 봅시다.

\* 마무리 : 새 삶을 열어주시고 보게 하신 주님께 감사하며 축도로 마칩니다.

# 자기 안아주기

마음이 치유되면 몸이 회복 된다.

나이가 들면 자연히 아픈 곳이 생기기 시작한다. 그러나 노화라고만 하기엔, 가슴 아픈 사연들을 가지고 살아가는 사람들이 많다. 마음의 상처가 많은 사람은 몸도 예기저기가 아프다. 이것을 정신의학에서는 ‘신체화’라고 한다. 이는 커다란 사건을 통해 나타나는 증상이 아니라 자신이 감당하거나 받아들이기 힘든 모든 것을 통해서 누구나에게 발생할 수 있는 증상이다. 그래서 ‘신체화’ 증상은 드러나는 의학적 원인이 없는 경우가 허다하다. 그러나 이러한 증상은 과거의 아픔에 다시 다가가 상처받은 영혼을 위로하고 지지하면 몸에서 반응하고 치유됨이 의학적으로 증명된 사실이다.

교회 안에서 많은 성도들이 하나님께 맡겼다고 하나 여전히 끌어안고 힘들어하는 모습을 볼 수 있다. 본인 혼자서 스스로 아픈 자기를 만날 준비가 되어있지 않기 때문이다. 이러한 사람들에게 어리거나 젊었을 때 지난 간 시절의 아픔을 다시 회상하며 돌아볼 수 있게 돋고 그 자리에 자기 자신과 주님과 함께 다가가 위로하고 지지하는 작업을 통해 구체적인 주님의 치유를 경험하게 한다.

\* 대 상 : 노년부 누구나

\* 인 원 : 대그룹과 소그룹 모두 가능

\* 준 비 물 : 도자기 그릇, 망치문구류, 매직, 도자기 찰흙

## 〈조별 모임〉

### \* 진행자 :

우리는 누구나 마음 안에 상처 한 조각씩은 가지고 삽니다. 살면서 돌보지 못한 상처 조각은 우리를 많이 아프게 하고 왜곡된 모습으로 살게 합니다. 이러한 상

처 난 마음은 도자기와 같이 깨지기 쉬운 마음입니다. 때론 깨진 그릇으로 살아가고, 때론 깨질까 걱정하여 가시를 세우며 살아왔던 자신을 돌아보며 주님이 만지시는 손길을 느껴보는 시간입니다.

준비된 도자기 그릇을 바라보며 자신의 상처를 떠올려 보세요.

### \* 활동순서 :

환경은, 테이블 마다 초를 켜주면 좋다.

배경음악으로 ‘너는 내 아들이라’ 찬양을 틀어준다.

- ① 떠올린 상처를 도자기 그릇에 상징적 그림을 그리거나 글씨로 적어 넣는다.
- ② 상처를 안고 있는 도자기 그릇을 바라보고 계실 주님을 묵상한다.
- ③ 망치로 상처 난 자기도자기를 깬다.
- ④ 도자기를 다 깨고 난 후의 느낌을 나눈다.
- ⑤ 이야기 후에 다시 깨진 조각들을 모아 도자기 찰흙을 이용하여 주님과 함께 하는 자신의 상징을 표현하거나 그림을 그린다. ⑤번의 작업 과정에는 찬양 ‘모든 것 감사’를 틀어준다.
- ⑥ 자신을 상징하는 모형물에 제목을 붙인다.

\* 마음나눔 : 주변을 정리하고 모형물만 놓고 도자기 그릇을 깨고 난 후의 느낌과 감정, 그리고 주님과 함께하고 있는 새로운 자신을 상징하는 모형물을 만들고 난 후의 느낌을 나눈다.

\* 마무리 : 작업물을 바라보며 묵상하고 감사 찬양을 부르며 새롭게 하신 주님을 만나는 시간을 가진다.

# 미안하다. 고맙다. 사랑한다.

우리 며느리는 다 좋은데 신앙생활을 조금만 더 잘하면 좋겠어요.

그렇게 기도했는데 자녀는 내 마음대로 안돼요.

우리 시어머니가 믿는 하나님이라면 난 그런 하나님은 믿지 않겠어요.

교회서는 신실한 신양인인 척 하지만 집에 오면 신양인도 뭐도 아니에요.

우리는 핵가족 시대에 살고 있다. 그리고 현대를 살아가면서 개인주의가 극대화되어 가족 구성원 간에 소통이 되지 않을 뿐만 아니라 세대 간의 소통은 더욱 힘들어지고 있는 실정이다. 물론 신앙공동체 안에서도 세대 간의 소통이 건강하게 이루어지지 않고 있다. 신실한 믿음이 있는 사람이라 하더라도 가족 구성원이나 세대 간의 불통이 문제가 되는 경우가 많다. 무엇이 잘못되어 세대 간의 소통이 이루어지지 않는 것인가? 소통이 되지 않는 것은 개인적인 이유이든, 집단적인 이유이든, 병리적인 이유이든 여러 가지 원인의 복합적이고도 다면적인 이유가 있다. 그 중 세대 간의 소통이 건강하게 이루어지지 않는 중요한 이유를 한 가지 찾는다면, 개개인이 각자의 자리에 있지 않기 때문이라 할 수 있다.

그럼 각자의 자리란 무엇일까?

시어머니는 시어머니 자리에, 며느리는 며느리에 자리에, 자녀는 자녀의 자리에, 어머니는 어머니의 자리에, 아버지는 아버지의 자리에 있어야 각자의 소리를 낼 수 있다. 이 프로그램을 통해서는 각자의 자리에 있을 수 없었던 이유와 배경, 자기가 누구인지와 수용의 과정을 통해 하나님 앞에 온전히 응답하며 설 수 있는 하나님 나라의 백성이 되게 돋는다.

특히, 전체 모임의 촛불 예식을 통해 가장 떠나보내기 힘든 자녀의 모습이거나 떠나보내고 싶은 모습을 적은 종이를 촛불 예식을 통해 주님 앞에서 태워 버림으로 주님께 우리 자신과 자녀를 의탁 드리는 시간이다. 이 과정을 통해 놓지 못하는 자녀에 대한 마음과 주님께 온전히 맡기지 못하는 자신의 마음을 들여다보며 연약한 자신과 함께 하고 계시는 주님을 만나며 위로 받는 시간을 보낸다.

\* 대 상 : 노년의 어머니와 아버지

\* 인 원 : 소그룹, 대그룹 모두 진행 가능

\* 진 행 자 : 목사님예식 집례자, 조별모임 인도자 3명 이상

\* 준 비 물 : 작은 종이A4용지, 펜, 향아리, 주전자, 개인 초, 제단 초, 좌종

## 〈 조별 모임 〉

가장 떠나보내기 힘든 자녀의 모습과 나의 모습을 찾는다면 무엇이 있을지 함께 이야기 나누며 적어본다. 인도자가 삶과 신앙과 연관되어서 자녀에게 힘든 점과 바라는 점을 이야기 나누도록 돋고 나누어진 이야기 중 한 가지를 선택하여 종이에 적는 시간을 가진다.

## 〈 전체 모임, 촛불예식 〉

### ● 종 울림, 3번

이 시간, 예수 그리스도의 품으로 여러분을 초대합니다.

하나님에게 집중하는 시간, 서로에게 귀 기울이는 시간, 나의 마음의 소리를 듣는 귀한 시간이 될 것입니다. 이제 하나님께서 이 시간 우리를 부르셨으니 진정으로 주님께 나아가는 시간되시기를 축원합니다.

### ● 소등

### ● 종 울림, 1번

하늘의 영광 가운데 춤추지 못하고,

이 땅에서 좌절과 외로움 속에서 아파하고 아파했던 이들을 주님 앞에 초대합니다.

### ● 점화, 인도자 중 한 사람

이 불꽃이 환하게 비추듯이,  
우리 주 예수그리스도시여. 주님 나라가 우리에게, 이 자리에, 임하여 주옵소서

● 경음악 찬양, ‘천부여 의지 없어서’

잠시 기도합니다.

주님이 선물로 주신 자녀인데,  
주님이 잠시 우리에게 맡긴 자녀인데,  
제 것인 줄 알았습니다. 제 마음대로 해도 된다고 생각했습니다.

여태껏 했던 것이 자녀를 위하는 것이라고 아직도 생각하고 있습니다.

주님 연약한 저희를 용서하여 주시고 궁휼함으로 인도하여 주시옵소서.

주님께 맡긴다 하면서도

아직도 자녀를, 내 사랑하는 자녀를 제가 쥐고 있었습니다.

주님 제 힘으로 내려놓기는 힘듭니다.

주님 저희를 인도하여 주시옵소서.

각 조의 조장님 나오셔서 초의 불을 밝힙니다.

그리고 돌아가 각 조원들에게 옆으로 불을 전달해 줍니다.

주님의 음성을 듣고 그분의 마음과 하나가 됩시다.

잊었다고 생각했던 것, 잊고 싶은 상처, 말 못할 아픔을 내려놓습니다.

● 모든 조원이 점화될 때까지 기다립니다.

주님! 불쌍히 여겨 주시옵소서.

주님! 진정으로 자녀를 주님께 맡기게 하여 주시옵소서

주님이 우리 자녀를 직접 만지실 수 있도록...

주님만이, 주님만이 우리의 마음을 아십니다.

자녀를 내려놓은 자리에 찾아오는 외로움을

주님과 함께 용기 있게 맞이하게 하시고

주님으로 채우게 하여 주시옵소서.

● 종 울림, 1번

다 함께 기도합니다.

우리의 위로와 평화가 되시는 주님!

이 시간 우리와 함께 하여 주시옵소서.

이 땅에서 어머니로 살아간다는 것은 녹녹치 않았습니다.

아무에게도 말 못할 아픔이 내게도 있었습니다.

주님만이, 주님만이 아십니다.

나의 마음을 조심스럽게 내려놓으며 기도합니다.

● 침묵기도, 1분

우리를 뜨겁게 사랑하시는 예수 그리스도 이름으로 기도합니다. 아멘

이제 한 분씩 초를 들고 천천히 나와서 나의 마음 중,

자녀에 관해 정말 떠나보내고 싶은 마음을 적은 종이를

주님 앞에서 태워 버리도록 하겠습니다.

한분씩 나와서 초에 불을 붙여 하나님 마음인 항아리에 넣습니다.

조용히 한분씩 나와, 떠나보내는 시간을 가집니다.

● 진행되는 중간 중간에 항아리에 물을 부어주어야 연기를 잡을 수 있습니다.

● 인도자 한분이 뒤에서 천천히 나올 수 있도록 시간을 배분합니다.

● 다른 인도자는 앞에서 어머니의 손을 잡고 잠시 기도하고 종이를 넣도록 돕습니다.

주님!

때때로 맡겨진 일이 버거워 화가 나기도 했습니다.

최선을 다해 애쓰는 나의 마음을 몰라주는 가족이 많기도 했습니다.

때로는 누군가를 미워하며 나의 삶을 깎아내기도 했습니다.

남들에게 내어 놓지 못한 마음을 주님께 내어 놓습니다.

이 세상사는 동안 내 흘린 눈물이 땅에 떨어지지 않고  
어려운 길을 가는 동안 쓰러지지 않은 이유는  
내 영혼의 눈물을 잡고 주님께 나아가기 때문입니다.  
주님 아무도 빼지 못하는 진정한 평화와 자유를 허락하여 주시옵소서.

● 종 울림, 1번

● 마지막 기도

주님, 마지막까지 우리의 고집으로 내 자신만의 마음으로 아파했던 우리에게  
주님께서 복을 주시고, 우리를 지켜주시옵소서  
주님께서 우리들을 밝은 얼굴로 대하시고, 우리에게 은혜를 베푸시며 위로하시고  
주님께서 연약한 우리를 고이 보시어서  
우리에게 평화를 주시기를 간절히 기도합니다.  
평화의 주인이신 예수님 이름으로 기도합니다. 아멘

● 점등

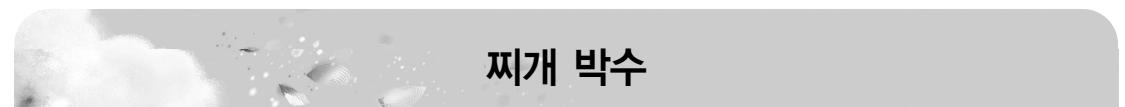
그리스도의 평화가 여러분과 함께 하시길 축원합니다.  
옆 사람과 평화의 인사를 나누겠습니다.

가족통합프로그램 편에 제시된 프로그램들은 이들상담센터에 저작권이 있습니다.  
특히, 세번째 프로그램은 ‘시어머니·장모님 학교’의 4주차 전문 상담 프로그램 중 교회에서  
진행하기 적합한 일부를 제시한 것입니다.  
4주차 프로그램의 전체 진행을 원하시면, 이들상담센터로 문의하시기 바랍니다.  
02-353-6887, deborah92@hanmail.net

04

## 건강을 위한 실버 레크리에이션

머리는 희어도  
삶은 푸르게



### 찌개 박수

준비물 : 없음

참가인원 : 제한없음

장소 : 제한없음

지글지글 짹짜 보글보글 짹짜

지글 짹 보글 짹

지글보글 짹짜

#### 진행방법

- ① 지글은 주먹 쥔 손을 아래로 향하게 하고 가볍게 쥐었다 펴다를 한다.
- ② 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.
- ③ 보글은 주먹 쥔 손을 위로 향하게 하고 가볍게 쥐었다 펴다를 한다.
- ④ 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.

## 왼쪽 오른쪽 박수

왼쪽왼쪽 짹짜 오른쪽 오른쪽 짹짜  
왼쪽 짹 오른쪽 짹  
왼쪽 오른쪽 짹짜

### 진행방법

- ① 왼쪽은 몸을 왼쪽으로 기울인다.
- ② 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.
- ③ 오른쪽은 몸을 오른쪽으로 기울인다.
- ④ 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.

## 위로 아래로 박수

위로위로 짹짜 아래로 아래로 짹짜  
위로 짹 아래로 짹  
위로 아래로 짹짜

### 진행방법

- ① 위로는 두 손을 위로 올린다.
- ② 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.
- ③ 아래로는 두 손을 아래로 내린다.
- ④ 짹은 두 손을 마주하여 박수를 친다.

## YES (예) 게임

준비물 : 없음  
참가인원 : 제한없음  
장소 : 제한없음

모인 참가자들로 하여금 각자가 가진 장기를 발휘하도록 유도할 때 사용한다.

### 진행방법

진행자는 자신의 질문에 대해 참가자들로 하여금 'YES (예)'라는 말과 함께 두 팔을 머리 위로 옮겨 동그라미를 만들게 한다.

【 예 】 오늘 날씨가 참 좋지요? → YES

지금 이 시간이 행복하지요? → YES

옆에 있는 사람을 행복하게 안아주실까요? → YES

000성도님, 우리를 위해 기도해 주실까요? → YES

000성도님, 우리를 위해 찬양 불러주실까요? → YES

## 짝 찾기

**준비물 :** A4용지 크기의 동일한 이름이나 그림이 있는 종이 10장

**참가인원 :** 20명

**장소 :** 실내

### 진행방법

- ① 종이를 반으로 자른 후 모인 참가자들에게 나눠준다.
- ② 진행자의 신호에 따라 참가자들은 자신에게 있는 종이의 나머지 짝을 찾는다.
- ③ 가장 먼저 상대를 찾은 팀이 우승한다.

**Tip** 이름을 사용할 시, 성경에 나와 있는 이름을 크게 쓰는 것이 좋다.

또는 성경에 나오는 인물들의 짝을 나눠 쓰는 것도 좋다.

【예】 다윗 – 요나단, 아브라함 – 사라 등

## 공 전달하기

**준비물 :** 탱탱볼 또는 풍선

**참가인원 :** 10~30명 2팀 이상으로 나눈다

**장소 :** 제한 없음

### 진행방법

- ① 나뉘어진 팀 대로 앞뒤 한 줄로 앉거나 선다.
- ② 맨 앞에 있는 사람을 선두로 하여 두 손을 위로 올려서 공을 머리 위로 전달한다.
- ③ 공은 한 사람씩 전달한다.
- ④ 맨 뒤에서 공을 받은 사람이 선두에게 달려와 공을 전달하는 팀이 우승한다.
- ⑤ 이때 풍선의 경우는 마지막 사람이 받는 풍선을 터트리면 우승한다.

## O, X 게임

**준비물** : O판, X판, 타이머, 호루라기

**참가인원** : 제한없음

**장소** : 참가자 모두가 들어갈 수 있는 정도의 방

### 진행방법

- ① 문제는 O, X로 풀 수 있는 문제로 낸다.
- ② 질문에 대해 의논할 수 있는 시간은 30초로 제한한다.
- ③ 답이 맞았을 때는 O를 들고, 답이 틀리면 X를 들게 한다.

**Tip** ① OX판이 없는 경우, 팀원이 전부 손으로 O 또는 X를 표시하도록 한다.

- ② 문제를 주관식으로 출제할 시, 조별로 백지를 나눠주고 답을 써서 들어 올리도록 한다.
- ③ 문제 출제 시, 성경을 위주로 하거나, 참가자가 알고 있는 문제를 위주로 출제한다.
- ④ 젊은이들만이 알고 있는 문제는 피한다.
- ⑤ 팀으로 진행하거나 전체로 진행할 수도 있다.

## 돌돌돌, 돌돌돌 게임

**준비물** : 두루마리 화장지, 호루라기

**참가인원** : 한 팀 당 10명~20명

**장소** : 실내

### 진행방법

- ① 팀 전체가 앞뒤 일렬로 서거나 앉아 있게 한다.
- ② 맨 앞의 사람부터 마지막 사람까지 두루마리 화장지를 끊어지지 않게 풀면서 전달한다.
- ③ 다 풀어진 화장지를 마지막 사람부터 다시 감으면서 앞으로 전달한다.
- ④ 먼저 전달을 완료한 팀이 우승한다.

**Tip** 화장지가 중간에 찢어지면 탈락한다.

## 빙고게임

준비물 : 빙고판이 그려진 종이, 펜

참가인원 : 10~30명

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 빙고판이 그려진 종이를 나눠준다.
- ② 진행자가 말하는 주제에 맞춰 빙고칸을 채운다.
- ③ 진행자가 말하는 단어가 빙고칸에 있을 시, 지운다.
- ④ 직선 또는 대각선으로 칸이 지워지면, 빙고를 외친다.

**Tip** ① 개인별로 할 수도 있고 팀별로 할 수도 있다.

- ② 주제는 구약의 인물, 신약의 인물 등의 익숙한 주제로 나눠서 한다. 주제가 너무 광범위하면 하기 어렵다.
- ③ 빙고판은 가로 5칸, 세로 5칸, 총 25칸으로 만든다.
- ④ ㄱ, ㄴ, ㄷ 등의 초성으로 시작되는 동물 이름이나 꽃 이름을 한 가지씩 적게 한다.
- ⑤ 하나씩 지울 때, 이름을 외치거나 팀명을 외치도록 하여 분위기를 고조시킨다.

## 나를 소개합니다.

준비물 : 종이, 펜

참가인원 : 10~15명

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 자신이 자라온 과정, 자신의 신앙생활의 과정, 성격, 취미 등에 대해 글로 소개한다.
- ② 이 때, 그림으로 표현해도 무관하다.
- ③ 차례대로 발표한다.
- ④ 느낀 점을 발표한다. 상대방에 대해 새롭게 알게 된 점, 배울 점 등을 말한다.

## 반대로 게임

준비물 : 없음

참가인원 : 10~20명

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 진행자가 하는 행동을 반대로 한다.
- ② 진행자가 오른 손을 위로 들면 참가자는 오른 손을 아래로 내린다.
- ③ 진행자가 두 손을 아래로 내리면 참가자는 두 손을 위로 올린다.
- ④ 진행자는 참가자들의 따라하는 모습을 잘 관찰하면서 속도를 조절한다.
- ⑤ 탈락하지 않고 마지막까지 남는 참가자가 우승을 한다.

## 누가 누가 많이 붙이나

준비물 : 스티커, 메모지

참가인원 : 제한 없음

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 진행자는 게임에 사용할 이야기를 준비한다. 이때 이야기에는 특정 단어가 계속 나올 수 있게 만든다.
- ② 참가자를 짹으로 나눈다.
- ③ 짹 중 한 명이 특정단어가 적힌 메모지를 자유롭게 제비뽑기한다.
- ④ 진행자가 준비된 이야기를 낭독 시, 제비를 뽑지 않은 짹은 제비뽑은 단어가 나올 때마다 준비된 스티커를 상대방에게 자유롭게 붙여준다.
- ⑤ 가장 예쁘게 붙인 짹이 우승한다.

**Tip** ① 특정단어는 2개 이상으로 이루어져야 한다.

② 이야기에는 단어가 고루 들어있어야 한다.

③ 중간 중간 이야기와 상관없이 진행자의 자율권에 의해 단어들을 언급하도록 한다.

## 누구인지 맞춰보세요

준비물 : 도화지, 색연필, 크레파스, 색종이

참가인원 : 10~30명

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 진행자는 참가자를 한 팀당 5명으로 나눈다.
- ② 각 팀원이 제비뽑기를 한다.
- ③ 팀원들은 모델이라는 단어가 적인 색종이를 뽑는 사람을 보고 그 이미지를 도화지에 그린다.
- ④ 그림이 완성되면 다른 팀에서 그 그림을 보고 모델이 누구인지를 맞힌다.
- ⑤ 맞힌 팀이 우승하게 된다.

## 무슨 글인지 맞춰보세요.

## 05 광덕중앙교회 노년성경학교 사례

머리는 희어도  
삶은 푸르게

준비물 : 도화지, 펜

참가인원 : 10~30명

장소 : 실내

### 진행방법

- ① 진행자는 성경구절, 속담 등을 적은 도화지를 준비한다. 이때 글자는 중간중간 서로 섞어놓는다.  
예를 들어, “나를 사랑하는 자들이 나의 사랑을 입으며...” → “를나 랑는사하 자들이 사의랑을나 입으며”
- ② 문제는 여러 개 준비한다.
- ③ 참가자를 두 팀 이상으로 나누고, 게임이 시작되면 카드를 전체에게 보여준다.
- ④ 각 팀은 한 번씩 정답을 맞힐 기회를 가진다.
- ⑤ 문제가 어렵다면 진행자는 힌트를 줄 수 있다.
- ⑥ 문제를 가장 많이 맞힌 팀이 우승을 한다.

광덕중앙교회는 2013년부터 교육국에서 실시하는 노년성경학교를 진행하고 있다. 우리 교회는 농촌지역에 있는 작은 교회이다. 장년 성도들은 주로 노인 성도들로 70%를 차지하고 있다. 노인들의 연령대는 73세가 가장 젊은 측에 들어갈 정도이다. 이분들은 대부분 농사일을 하신다.



우리 교회에 2012년 7월에 부임하였을 당시는 교회학교가 없어서, 긴 여름을 아무 것도 하지 못하고 지나갔다. 이듬해 아이들과 함께 여름성경학교를 진행하면서 어르신들도 성

경학교를 하면 좋겠다는 생각을 실천하게 되었다. 어르신들은 30~50년 동안 신앙생활을 하였지만 교회에서 그들만을 위한 특별한 프로그램을 거의 경험하지 못했었다. 그래서 아이들처럼 노년성경학교를 해 봐야 하겠다는 단순한 마음에서 시작되었다. 마음이 중요했던 것 같다. 두 번을 해 보니까 노년성경학교는 우리 교회처럼 작은 교회일수록 꼭 필요하고도 중요한 교육이라고 확신이 더 든다. 시기는 역시 여름방학기간이었다. 우리 교회에는 특별한 교사가 있지도 않다. 그저 목사와 사모가 전부이지만 교육국에서 알려준 매뉴얼대로 10여명의 어르신들을 섬길 수 있었기에 가능했다.

우리 교회의 경우는 매년 이를 동안 노년성경학교를 진행하였다. 첫째 날 예배와 활동을 하고 교회 근처 식당에서 점심을 함께 먹고 귀가하였다. 둘째 날에는 예배와 활동을 하고 식사를 하고는 가까운 도고온천에 목욕을 하고 돌아왔다. 그랬더니 80세를 훌쩍 넘으신 어떤 권사님은 노년성경학교를 매일하면 좋겠다는 말씀을 거듭하며 손을 꽉 잡고 감사한다고 인사하였다.

다음은 우리 교회에서 실제로 활동한 것을 간략하게 소개하겠다.



**준비물** : 공작용 접이식 부채와 고정형 부채, 풀, 색종이

#### 만드는 방법

- ① 샘플용 부채를 만들어 제시한다.
- ② 샘플을 모둠별로 나눠드리고 그것을 보고 그대로 하든지 참고하여 손과 가위를 이용하여 색종이를 사진과 같이 오리고 풀로 붙여서 완성하게 한다.
- ③ 한 주간 정도 교회에 한쪽 벽에 전시하였다가 집으로 가져가게 한다.

## 자외선 비즈 목걸이, 손팔찌 만들기



준비물 : 가죽 끈, 자외선 비즈, 영문구슬, 자, 가위

### 만드는 방법

- ① 샘플용 비즈작품을 다양하게 제작하여 보여준다.
- ② 먼저 목걸이를 위해서는 가죽 끈을 60cm로 자른다. 한쪽을 묶어서 빠져나가지 못하게 한 다음 비즈 16개 정도를 하나씩 끼우는데 색깔의 조화를 맞추며 순서에 따라 함께 만들며 완성도를 높인다. 이때 앞서가며 만들지 않도록 한다. 마지막으로 16개의 비즈를 다 넣었으면 다른 색의 비즈에 교차로 끈을 통과하여 원모양을 만들고 나머지 끈으로 목에 걸 수 있도록 묶어 준다.
- ③ 손팔찌를 만들기 위해서는 가죽 끈을 30cm로 자른 후 한쪽을 묶고 비즈를 하나씩 끼우는데 5개 정도 끼운 다음에는 아래 사진처럼 영문 이니셜 구슬을 끼고 또 비즈를 5개를 끼운 다음 또 이니셜 구슬을 끼우고 마지막으로 비즈를 5개 끼우는 방식으로 모두 15개 정도로 하나씩 끼우고 하나의 비즈 구슬에 교차로 끼고 난 후 끈의 끝부분을 사진처럼 묶어주면 팔찌가 완성된다.

## 훌라후프 돌리기

준비물 : 훌라후프

### 진행 방법

사진과 같이 허리로 혹은 팔로 훌라후프를 많이 돌리게 하면 한참 동안 웃을 수 있다. 영혼도 마음도 몸도 튼튼하게 하는 기회로 삼으면 좋겠다.



## 1. 학과별 프로그램

학과명	사업내용	기대효과
건강체조	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 60명</li> <li>- 장소 : 교육관 다워부실</li> <li>- 교수 : 헌아름 (생활체육협회)</li> </ul>	건강하고 활기찬 노후생활 영위
게이트볼	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 3회 (80분)</li> <li>- 정원 : 20명</li> <li>- 장소 : 남산 게이트볼장</li> <li>- 교수 : 정재홍 (게이트볼 경력자)</li> </ul>	게이트볼 운동을 통해 건강증진과 삶의 의욕을 가지게 됨
대중가요	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 200명</li> <li>- 장소 : 비전홀</li> <li>- 교수 : 윤세중 (충남방송 가요교실)</li> </ul>	트로트, 대중가요를 통해 노후의 스트레스를 해소하고 즐거운 삶 도모
복음성가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 60명</li> <li>- 장소 : 선교관 2층</li> <li>- 교수 : 이양숙 (당진감리교회 수련목회자)</li> </ul>	종교 노래를 통하여 믿음생활에 도움을 준다.
성경	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 60명</li> <li>- 장소 : 시온찬양대실</li> <li>- 교수 : 김시석 (당진감리교회 부목사)</li> </ul>	성경 공부를 통하여 믿음생활에 도움을 준다.

학과명	사업내용	기대효과
한글	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 60명</li> <li>- 장소 : 드림홀</li> <li>- 교수 : 최영식 (前교사)</li> </ul>	한글을 모르시는 노인들에게 자신감과 실생활에서 불편함 없이 생활하실 수 있도록 한다.
한문	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 20명</li> <li>- 장소 : 한호맨션 201호</li> <li>- 교수 : 오봉섭 (한문 경력자)</li> </ul>	한문을 모르시는 노인들에게 자신감을 부여한다.
컴퓨터	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 20명</li> <li>- 장소 : 컴퓨터실</li> <li>- 교수 : 한만우 (컴퓨터대리점 운영)</li> </ul>	컴퓨터를 모르시는 노인들에게 사용방법 및 활용방법을 습득하게 하여 의사소통 능력을 증진함
실버요가	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 횟수 : 주 1회 (60분)</li> <li>- 정원 : 20명</li> <li>- 장소 : 컴퓨터실</li> <li>- 교수 : 임효성 (요가센터 운영)</li> </ul>	컴퓨터를 모르시는 노인들에게 사용방법 및 활용 방법을 습득하게하여 의사소통 능력을 증진함

## 2. 전체 활동 프로그램

행사명	내 용
개강식	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 노인대학 전체 일정 소개, 학과별 운영 안내, 교수·교사 소개</li> <li>- 일시 : 연 2회 (3월, 9월)</li> <li>- 장소 : 당진감리교회 대예배실</li> <li>1학기 : 3월 첫 주~6월 마지막 주</li> <li>2학기 : 9월 첫 주~11월 마지막 주</li> </ul>
방학식	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 일시 : 연 2회 (6월, 11월)</li> <li>- 장소 : 당진감리교회 대예배실</li> </ul>
소 풍	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 봄철 좋은 날씨를 만끽하며 노인 어르신들에게 다양한 경험과 나들이를 통해 스트레스 해소</li> <li>- 일시 : 연 1회 (4월)</li> </ul>
체육대회	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 노인 어르신들의 건강증진과 학과별 단합을 도모한다.</li> <li>- 일시 : 연 1회 (10월)</li> <li>- 장소 : 당진 고대 공설운동장</li> </ul>
발표회	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 학과별 발표회를 통하여 한 한기 동안 노인어르신들이 습득한 다양한 지식을 소개 한다.</li> <li>- 일시 : 연 2회 (6월, 11월)</li> <li>- 장소 : 당진감리교회 대예배실</li> </ul>
과대표 모임	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 학과 대표 모임을 통하여 학과운영에 필요한 의견을 수렴한다.</li> <li>- 일시 : 매월</li> <li>- 장소 : 컴퓨터실</li> </ul>
봉사자 모임	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 자원봉사자들 모임을 통하여 봉사 교육과 감사의 말씀을 전달한다.</li> <li>- 일시 : 연 2회 (7월, 12월)</li> <li>- 장소 : 당진감리교회 대예배실</li> </ul>
직원, 봉사자 모임	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 학과 운영에 필요한 점을 수시 점검한다.</li> <li>- 일시 : 주 2회 (수, 목)</li> <li>- 장소 : 당진노인대학 사무실</li> </ul>

## 3. 강의계획서 (컴퓨터학과 사례)

2014년 가을학기

담당 강사	○ ○ ○	연 락 처	
강 의 실	2층 회의실	e - m a i l	sun5626@naver.com
강의 개요	1. 컴퓨터를 통하여 간단한 인터넷 활용 및 문서 작성 등 전반적인 컴퓨터 활용능력을 기른다.		
	2. 간단한 스마트폰 사용법을 배운다.		

### 강의 일정

주	월 / 일	강의 내용	강의방법 / 자료
1	/	오리엔테이션	
2	/	휴강-가을소풍	
3	/	컴퓨터 ON/OFF, 컴퓨터 일반사항, 인터넷 접속 등	
4	/	휴강-한글날	
5	/	타자연습, 인터넷 접속, 컴퓨터 사용방법	
6	/	타자연습, 한글 문서 보기, 스마트폰 문자메시지, 어플 활용	
7	/	인터넷 활용, 검색, 스마트폰 문자메시지, 어플 활용	
8	/	한글 문서 작성, 스마트폰 인터넷접속	
9	/	한글 문서 작성, 스마트폰 어플 활용	
10	/	인터넷 신문보기, 동영상 보기	
11	/	인터넷으로 교회홈페이지 서핑하기, 설교동영상 보기	
12	/	e-메일 보내기, 스마트폰으로 사진 주고 받기	

## 2. 신천 노인대학의 교육과정

### 1) 교육과정운영목표

교육은 한 개인의 영아기로부터 노년기에 이르기까지 계속되는 것이며 그런 의미에서 노년기 교육은 인간의 전체적 교육과정에 생기를 주는 원리가 되므로 이를 의도적이며 계획적이고 조직화된 학습과정으로 운영하고자 한다.

### 2) 영역별 교육과정 요소 추출

#### ① 지적 영역

- 세대차와 사회변화의 이해
- 은퇴생활에 필요한 지식
- 정치, 경제, 사회, 문화에 대한 최신 동향
- 건강증진을 위한 폭넓은 지식

#### ② 정의적 영역

- 적극적으로 일하고 생활하려는 태도를 유지하기
- 취미를 살리고 여가를 즐겁게 보내기
- 정년퇴직과 수입 감소에 적응하기
- 소외감과 혼란감을 극복하고 인생의 기쁨 찾기
- 배우자 사망 후의 생활적응하기
- 동료나 자신의 죽음에 대하여 심리적으로 준비하기

#### ③ 사회적 영역

- 동년배 노인들과 친교를 유지한다.
- 가정과 직장에서 일과 책임을 합당하게 물려주기
- 가정이나 사회에서 어른 구실하기
- 자녀들과 손자들과의 원만한 관계유지하기

#### ④ 건강관리영역

- 줄어가는 체력과 건강에 적응하기

## 1. 신천 노인대학의 교육목적

노인교육은 계속적인 교육을 통한 지식의 습득자 지능의 훈련 및 성숙으로 노인이 갖고 있는 조건을 형성하여 현실적으로 당면하게 되는 많은 문제들을 노인 스스로 대처해 나갈 수 있는 적절한 능력을 기를 수 있어야 한다. 이러한 측면에서 신천 노인대학의 목적을 다음과 같이 설정하였다.

- 1) 노인 자신들의 노후 생활에서 인생의 참된 의미와 기쁨을 재발견하게 한다. 급변하는 사회를 배우며 자신의 문제를 해결할 수 있게 한다.
- 2) 노인자신이 필요한 존재로 그들의 지위와 역할을 찾게 한다.
- 3) 적응 능력을 현대 생활에 필요한 정보를 학습하게 한다.
- 4) 혀약해지는 심신의 건강관리 즉 노후 병들의 예방과 치료에 관한 지식을 습득한다.
- 5) 새로운 지식, 기술, 경험 등을 배워서 국가와 사회에 기여하게 한다.
- 6) 여가선용 활동을 통해 생애의 즐거움을 배우게 한다.
- 7) 공동생활과 사회참여를 통해 심리적 고독과 소외감을 줄이게 한다.
- 8) 죽음에 대한 공포와 불안을 극복하며 하나님 나라를 준비하게 한다.
- 9) 신천교회가 실버대학을 통해서 이 지역사회에 선교와 문화의 중심센터가 되게 한다.
- 10) 임종대비 교육을 철저히 함으로써 사후의 세계를 자연스럽게 맞이하게 한다.

\* 2014년 1학기 신천 노인대학 운영계획

- 노년기에 알맞은 운동을 규칙적으로 하기
- 건강유지에 필요한 영양을 섭취하기
- 지병이나 약에 대한 올바른 처방하기

### 3) 교육과정 시간배당

① 수업일수 : 15일(주)

② 수업시수

- 기 도 회 : 15시간(1일 1시간 × 15일) – 2교시
- 특 강 : 15시간(1일 1시간 × 15일) – 3교시
- 체 조 : 15시간(1일 1시간 × 15일) – 4교시
- 노 래 : 15시간(예배, 노래, 율동, 체조) – 1교시
- 반별학습 : 15시간(음악, 무용, 서예, 문예, 사진 등) – 5교시
- 교외학습 : 7시간(명승, 교적지등) – 소풍
- 행 사 : 12시간(입학식, 졸업식, 경로잔치)
- 친 교 : 15시간(점심 친교시간)

총 수업시간 : 107시간

## 3. 조직

- 1) 담임목사 : 최승균
- 2) 담당목사 : 전범수
- 3) 전 도 사 : 석상훈 박상호
- 3) 팀 장 : 구미자
- 4) 학 장 : 황건수
- 5) 서 기 : 서정자
- 6) 회 계 : 서정자
- 7) 교 사 : 차은경 추가은 정혜경 이상순 김경희

### 8) 도 우 미 : 애찬실 – 여선교회와 협의

- 간 식 – 박미선 조만선 홍명옥 박은애 김성숙
- 미 용 – 김민수 손미옥
- 안 내 – 김순식 김희경 김경아 원명선
- 주 보 – 홍경임
- 차 량 – 유철영(1호차) 신영일(2호차) 정환순(4호차) 박상호(5호차)

## 4. 교육과정 시간표

주	월일	요일	교 시 별 학 과 목 및 강 사 명								
			1교시 10:30~11:00		2교시 11:00~11:15		3교시 11:15~12:10		식 사	4교시 12:00~13:00 13:00~14:00	
1	3.20	목	개회식	담임목사	체조	문혜경	오리엔테이션	전범수	여선교회	반별학습	교사
2	3.27	목	예배	담임목사	체조	문혜경	행복한 노년	전범수	여선교회	반별학습	교사
3	4. 3	목	예배	담임목사	체조	문혜경	희망 노후	양종선	여선교회	반별학습	교사
4	4.10	목	예배	담임목사	체조	문혜경	웃음 치료	박순남	여선교회	반별학습	교사
5	4.17	목	예배	담임목사	체조	문혜경	감사 생활	박민서	여선교회	반별학습	교사
6	4.24	목	휴강(중부연회)								
7	5. 1	목	예배	담임목사	체조	문혜경	노인 건강	고광민	여선교회	반별학습	교사
8	5. 8	목	예배	담임목사	체조	문혜경	건강 박수	석상훈	여선교회	반별학습	교사
9	5.15	목	예배	담임목사	체조	문혜경	인생 철학	유세창	여선교회	반별학습	교사
10	5.22	목	야외학습–봄 소풍								
11	5.29	목	예배	담임목사	체조	문혜경	레크레이션	박순남	여선교회	반별학습	교사
12	6. 5	목	예배	담임목사	체조	문혜경	관계성 배우기	이용석	여선교회	반별학습	교사
13	6.12	목	예배	담임목사	체조	문혜경	특강	외부 강사	여선교회	반별학습	교사
14	6.19	목	예배	담임목사	체조	문혜경	영화 감상	박상호	여선교회	반별학습	교사
15	6.26	목	예배	담임목사	체조	문혜경	반별 발표회준비		반별발표회		
교시별 수업 시간											
준 비 : 10:30~10:40 노래						1교시 : 10:40~11:00 기도회					
2교시 : 11:00~11:15 체조						다 과 : 11:15~11:25					
3교시 : 11:15~12:10 강의						식 사 : 12:10~13:00					
4교시 : 13:00~13:30 반별학습						운 행 : 13:30~14:00					

## 5. 특강 내용 및 강사현황

순번	강의명	강사명	소 속
1	노인의 꿈과 비전	최승균 목사	담임목사
2	행복한 노년	전범수 목사	부 목사
4	웃음치료	박순남 권사	여선교회
5	감사생활	박민서 목사	부 목사
6	장례준비	양종선 목사	부 목사
7	노인건강	고광민 권사	남서울 정형외과
8	관계성배우기	한인수 장로	장로회
9	건강박수	석상훈 전도사	교육부
10	인생철학	유세창 권사	2남선교회
11	영화감상	박상호 전도사	행정부

## 6. 반별학습 및 강사현황

순번	강의명	강사명	소 속
1	장구반	차은경	프리랜서
2	노래교실	추가은	프리랜서
3	해맞이춤	이상순	프리랜서
4	영어	김경희	선교부
5	탁구반	전범수	교육부

## 08 현덕중앙교회 노년성경학교 사례

- \* 일 시 : 2014년 8월 10일(주일) ~ 11일(월)
- \* 장 소 : 교회 본당
- \* 주 제 : 햇빛 같은 인생 (고후4:16)
- \* 특별강사 : 최광록 장로(중앙연회 부활교회)
- \* 대 상 : 60세 이상 교우
- \* 회비 : 1만원

### 1. 일정표

첫째 날	
오후 1:30~ 1:50	등록
오후 1:50~ 2:00	입장식
오후 2:00~ 2:30	찬양 및 울동
오후 2:30~ 3:00	개회 예배
오후 3:00~ 4:40	공과 및 창작 활동 (가방 만들기)
오후 4:40~ 5:00	간식 및 휴식
오후 5:00~ 6:00	특별순서 (간증 및 색소폰연주)
오후 6:00~ 7:30	발 마사지 및 치유기도
둘째 날	
오전 9:00~11:00	서울로 출발
오전 11:00~12:30	서울 정동 기독교 유적지 탐방 (정동제일교회 문화재 예배당, 배재학당, 이화학당)
오후 12:30~ 1:30	점심
오후 1:30~ 5:00	청와대 견학
오후 5:00~ 6:30	교회로 출발
오후 6:30~	도착 및 해산

## 2. 예산안

구분	내 용	금 액
수 입	등록비 (30명×10,000원)	300,000원
	찬조 (각 선교회 및 개인)	600,000원
	교회보조 (차량지원)	
지 출	합 계	900,000원
	준비비 (현수막, 명찰, 문구류, 풍선)	100,000원
	특별활동비 (가방 만들기 재료) 30명 × 3,000원	90,000원
	강사료 (접대비포함)	200,000원
	식대 20명 × 15,000원 (점심 및 저녁)	300,000원
	간식비 30명 × 5,000원 (첫째날, 둘째날)	150,000원
	평가회비	60,000원
	합 계	900,000원

## 찬양목록(첫가사)

- 01 굳세어라 (이 풍진 세상을 만났으니 우리 주님 없이는 살 수 없어)
- 02 나를 위로하소서 (내가 늙어 백발되도)
- 03 달라졌어 \*\*
- 04 믿음으로 가는 나라 (돈으로도 못 가요) \*\*
- 05 사랑의 주님이 \*\*
- 06 사랑하세 (하나님이 나를 사랑 예수님이니를 사랑)
- 07 쉐마 3대 찬양 (우리 집 3대가 찬양 드린다)
- 08 예수님이 좋은 걸 \*\*
- 09 이 풍진 세상을 만났으니 우리 할 일이 무엇인가
- 10 좋은 사람 (당신은 행복한 사람)
- 11 좋은 일이 있으리라 (하나님을 아버지라 부르는 자는)
- 12 주님 나를 부르셨으니 \*\*
- 13 주님여 이 손을
- 14 주 안에 있는 나에게
- 15 주 예수를 찬양합시다 \*\*
- 16 주와 같이 길 기는 것
- 17 진짜루 진짜루
- 18 찬송 부르는 얼굴 \*\*
- 19 찬송을 부르세요 \*\*
- 20 찬양이 언제나 넘치면
- 21 하나님의 부르심 (나비록 연약하여도)
- 22 하늘 본향 사모하리 (아브라함이 믿음으로)
- 23 햇빛보다 더 밝은 곳

\*\* 읊울동있음

# 굳세어라

Music by 구자억  
Words by 유기욱

이 풍진세상을 만났으니 우리주님 없이는 살 수 없어  
이 풍진세상에 나살면서 우리주님 뵈오니 참기쁘다

주님께엎드려기도하는나 사랑많은주님날일으키네  
주님날보시며하시는말 사랑하는자녀야 굳세어라

굳세어라 굳세어라 내가항상네곁에 있으니

굳세어라 굳세어라 아무것도염려치 말아라

# 나를 위로하소서

글 문은혜  
곡 이천진

내가늙어백발되도 나를버리지마소서  
주의힘과주의능력 모두에게전하기까지

많은고난가운데서 나를살리시며

나를창대케하시고 나를위로하소서

# 달라졌어

최은아 작사  
김하은 작곡

**=112 C**

F

달 라 졌 어 달 라 졌 어 나 의 생 각 이

**G7**

C

달 라 졌 어 달 라 졌 어 나 의 행 동 이

**C**

F

달 라 졌 어 달 라 졌 어 나 의 마 음 이

**G7**

C G7 C

은 혜로 달라 진 나 는 행 복 한 사 래

달라졌어 달라졌어		주먹쥐고 씩씩하게 걷다가 오른손 주먹을 위로 올린다
나의 생각이		양손을 허리 옆으로 펴서 어깨를 으쓱한 후 오른손 검지로 머리를 콕 찍는다
달라졌어 달라졌어		주먹쥐고 씩씩하게 걷다가 왼손 주먹을 위로 올린다
나의 행동이		양손을 허리 옆으로 펴서 어깨를 으쓱한 후 허리 숙하고 어깨를 으쓱한다
달라졌어 달라졌어		주먹쥐고 씩씩하게 걷다가 오른손 주먹을 위로 올린다
나의 마음이		양손을 허리 옆으로 펴서 어깨를 으쓱한 후 두 손을 가슴에 모은다
은혜로 달라진 나는		양손바닥이 앞으로 보이게 펴고 위에서부터 지그재그로 내린다
행복한 사람		주먹쥔 손을 양 볼에 대고 까딱까딱 한다

## 믿음으로 가는 나라

**F**

돈벼어 으슬여 로로빼 도도도 못못못 가가가 요요요 하하하 나나나 님님님 나나나 라라라

**C**

힘지맘 으식착 로으해 도로도 못못못 가가가 요요요 하하하 나나나 님님님 나나나 라라라

**5 F**

거듭나면 가는나라 하나님나라

**Gm**

**9 B♭**

믿음으로 가는나라 하나님나라

**F**

**B♭**

믿음으로 가는나라 하나님나라

**C**

**F**

돈으로도 못 가요		양쪽 손 엄지·검지로 동그라미를 만든다 양쪽 손바닥을 펴 흔든다
하나님 나라		양손을 한쪽씩 위로 올려 반짝인다
힘으로도 못 가요		양쪽 손 주먹쥐고 위로 아래로 2회 반복 후 양쪽 손 바닥을 펴 흔든다
거듭나면 가는 나라		양손을 가슴 앞에서 돌리다가(실패감는 모습) 걷는 모습을 표현한다
믿음으로 가는 나라		기도손을 모았다가 걷는 모습을 표현한다
벼슬로도 못 가요		양손으로 수염을 쓸어내리다 양쪽 손바닥을 펴 흔든다
지식으로 못 가요		오른손으로 머리를 톡톡 두드리다가 양쪽 손바닥을 펴 흔든다
어여빼도 못 가요		양쪽 손으로 얼굴을 쓰다듬어 내리다가 양쪽 손바닥을 펴 흔든다
맘착해도 못 가요		양쪽 손으로 가슴을 쓰다듬어 내리다가 양쪽 손바닥을 펴 흔든다

## 사랑의 주님이

D Dmaj7 Em A7

사랑의 주님이 날 사랑하시네  
내 모습이 대로 받으셨네  
사랑의 주님이 날 사랑하듯이  
나도 널 사랑하며 섬기리

사랑의 주님이		양손으로 ♥ 그린 후 기도손을 한다
날 사랑하시네		양손을 가슴에 포갠 후 몸을 좌우로 가볍게 흔든다
내 모습		양쪽 손바닥을 위로 하여 몸 앞으로 조급 내민다
이대로 받으셨네		양손을 머리, 어깨, 무릎을 찍으면서 아래로 내렸다가 양손을 위로 해 천천히 올려준다
사랑의 주님이		양손으로 ♥ 그린 후 기도손을 한다
날 사랑하듯이		양손을 가슴에 포갠 후 몸을 좌우로 가볍게 흔든다
나도 널		오른손을 가슴에 대고 왼손은 상대방을 가리킨다
사랑하며 섬기리		옆 사람을 안아주거나 서로 겸손히 인사 한다

## 사랑하세

music & words by 유기옥

Chords: E, E/G#, A, B, F#m7, D.C. al Coda

Lyrics:

하나님 이 나를 사랑 예수 님 이 나를 사랑  
예수 예수 나를 위해 대신 대신 죽으시고

성령 님 이 나를 사랑 나도 나도 주님 사랑  
부활 부활 하시어서 하늘 나라 올라갔네

할렐루야 할렐루야 주님 나를 사랑하네

아멘 하세 아멘 하세 나도 주님 사랑하네 D.C. al Coda

나도 주님 사랑하네 나도 주님 사랑하네 Fine

## 쉐마 3대 찬양

작사 형용수  
작곡 류형선

Chords: 3대 가 찬양 드린다, 3대 가 예배 드린다, 3대 가 예하나님의 사랑을 전수한다  
한민족 대대로 경배드린다, 한민족 대대로 하나님과 함께하는 사랑을 전수한다  
한민족 대대로 하나님과 함께하는 사랑을 전수한다  
할렐루야 (할렐루야) 할렐루야 (할렐루야)

얼씨구나 좋다 지화자 좋네 사랑이 전수된다  
얼씨구나 좋다 지화자 좋네 사랑이 전수된다  
얼씨구나 좋다 지화자 좋네 사랑이 전수된다

## 예수님이 좋은걸

예수님이 좋은 걸 어떡합니까  
예수님이 좋은 걸 어떡합니까  
세상의 날 위해 어떤 것가도 비길 수 예 없수 네님

E C#m F# B7  
E B7 E E7 Fine  
A E C#m F#m B7 D.S.

예수님이 좋은 걸			기도손 후 양팔을 앞으로 뻗어 어깨춤을 춘다
어떡합니까			오른손을 꺾어 위로 올리고 왼손을 편 후, 아리랑 동작을 한다 반대쪽도 동일하게 한다
예수님이 좋은 걸			기도손 후 양팔을 앞으로 뻗어 어깨춤을 춘다
어떡합니까			오른손을 꺾어 위로 올리고 왼손을 편 후 아리랑 동작을 한다 반대쪽도 동일하게 한다
세상의 (날 위해)			손바닥을 위로 하여 좌우로 펴친다
어떤 것도 (십자가를)			손뼉을 1번 치고 양 손을 머리 위로 올린다
비길 수 없네 (지신 예수님)			양 손을 머리 위에서 좌우로 흔든다 (덩실덩실 어깨와 엉덩이도 함께)
예수님이 좋은걸			기도손 후 양팔을 앞으로 뻗어 어깨춤을 춘다
어떡합니까			오른손을 꺾어 위로 올리고 왼손을 편 후 아리랑 동작을 한다 반대쪽도 동일하게 한다

## 이 풍진 세상을 만났으니

가라며고며며  
 인이하않하  
 염랑유동니—  
 무사운행아민  
 이도로히도에  
 일념— —지사  
 할수으례하범  
 리예참무역한  
 우주한한기또  
 니요또도을고  
 으이고고것참  
 냠랑참않한에  
 만사래지악일  
 을곧오하의든  
 상—상만—  
 세은행고남모  
 진념인인인인  
 풍나랑랑랑랑

6

라라네네네다  
 이이하하하도  
 랑랑니니뻐디  
 사사아아기견  
 은한지지로에  
 일전하내리사  
 제온랑성진범  
 에는자고고서  
 중거고않않며  
 랑증않지뻐라  
 사큰지구기바  
 과자하을상  
 망—기— —  
 소은시익것함  
 과밭은유한에

## 좋은 사람

글 이천진  
곡 이천진

The musical score consists of eight staves of music for voice and piano. The vocal part is in soprano range, and the piano part includes harmonic chords and bass notes. The lyrics are written below each staff in Korean. The key signature is mostly F major (one sharp), with changes to C/E, Dm, F/C, B♭, F/A, Gm7, C7, B♭/F, and Csus4. The time signature is 4/4 throughout.

1 F C/E Dm F/C B♭ F/A Csus4 C7  
당 신 은 행 복 한 사 람 하 나 님 의 형 상

5 F C/E Dm F/C B♭ Gm7 C7 B♭/F C  
주 님 이 좋 아 하 시 는 참 좋 은 사 람

9 F C/E Dm F/C B♭ F/A Csus4 C7  
당 신 은 복 있 는 사 람 하 나 님 의 자 녀

13 F C/E Dm F/C B♭ Gm7 C7 F F7  
주 님 이 감 탄 하 시 는 참 좋 은 사 람

17 B♭ C7 Am Dm B♭ C7 F F7  
*s.*  
당 신 을 바 라 보 고 있 으 면 너 무 너 무 행 복 해

21 B♭ C7 Am Dm B♭ F/A E♭ Csus4 C7  
당 신 의 손 을 잡 고 있 으 면 너 무 너 무 행 복 해

25 F C/E Dm F/C B♭ F/A Csus4 C7  
당 신 은 행 복 한 사 람 하 나 님 의 선 물

29 F C/E Dm F/C B♭ Gm C7 B♭/F F D.S.  
주 님 이 사 랑 하 시 는 참 좋 은 사 람

## 좋은 일이 있으리라

오관석 & 한태근  
made by musicday

하예성 나수령 님님을 을을의  
아구인 버지주도 라라를  
부부구 르르하 는는는  
자자자 자자는 는는는

5 좋은일이 있으리라 많이 있으리라

9 우리서로 뜨겁게 사랑하는 면은

13 좋은일이 있으리라 크게 있으리라

## 주님 나를 부르셨으니

윤용섭

● 1절

주님 나를 부르셨으니		오른손, 원손을 번갈아가며 양쪽으로 펼친다
주님 나를 부르셨으니		원손은 가슴 위에 올리고 오른손은 천천히 위로 올린다 (내가 여기 있습니다의 뜻)
내 모든 정성 내 모든 정성		오른손 바닥을 뒤집어 움푹하게 만들어 가슴 앞으로 원손도 똑같이 모아준다
주만 위해 바칩니다		가지런히 모은 손을 한번 살짝 텅겨주고 위로 천천히 들어올린다

● 2절

주님 나를 사랑했으니		오른손 원손을 차례로 가슴에 모아 포갠다
주님 나를 사랑했으니		양 옆 사람 안아주기
이 몸 바쳐서 이 몸 바쳐서		오른손 손바닥을 위로 향하여 허벅지부터 천천히 올린다 원손도 반복한다
주만 따라 가렵니다		주님손(오른손)을 원손으로 받쳐 사선으로 올린다

● 1·2·3절 공통

주님 주님		오른손 원손을 가슴 앞에 모은다
나의 기도 들으사		가슴에 모은 손을 기도손으로 만들어 사선 위로 천천히 올린다
영원토록 주님만을 (언제까지 주님만을) (alleluia 주님만을)		양손을 큰 원을 그리며 내린 후, 가슴 앞에 엄지를 세운 오른쪽 주먹손을 원손 바닥 위에 올려 주님 손을 만든다
사모하게 하옵소서		주님 손을 그윽히 바라보고 다시 고개를 숙이고 기도손한다

● 3절

주님 나를 구원했으니		오른손, 원손을 차례대로 양쪽으로 펼친다 '나'에서 고개를 떨군다
주님 나를 구원했으니		오른손 원손을 안쪽으로 모아 기도손을 만든다
소리 높여서 소리 높여서		오른손부터 한손씩 입에서부터 시작하여 찬송이 위로 올라가는 모습을 표현한다
주만 찬양하렵니다		오른손 위, 원손 아래로 하여 모아 쥐고 몸을 오른쪽, 원쪽으로 흔든다

## 주님여 이손을 꼭잡고 가소서

주인 님생 여이 이힘 손들 고 꼭 잘 고이 가겹 소칠 서 때 一  
 약주 하님 고여 피날 곤도 한와 이주 몸소 을서 一  
 푸외 풍치 우는 흑이 앙소 속리 헤귀 치기 사을 빛이 으시 로사 二  
 손손 잡잡 고고 二 날날 인인 도도 二 하하 소소 서서 -

## 주 안에 있는 나에게

1. 주 안에 있음자 6  
 2. 그 두는 에려는 변하연 하여서은 근기함불 되계하  
 3. 내 주와 맷약은 암연에은 심도께변  
 4. 내 주와 맷약은 암연에은 심도께변  
 1. 주 자날 가의 밀한 예술을 기에  
 2. 그 궁나 펑라 합가 숨을 기에  
 3. 내 아까 하시지 여고는 죄내늘 짐노채보  
 4. 네 네네 놀래워호 되주하 었었시  
 1. 주 님을 찬송 하면서 할렐루야 할렐루야  
 2. 주 님을 찬송 하면서 할렐루야 할렐루야  
 3. 내 앞길 멀고 험해도 나주님 만따라 가리

## 주 예수를 찬양합시다

4 C F C G7 C

주 예 수 를 찬 양 합 시 다 무 거 운 짐 벗 네 무 거 운 짐 벗 네

5 C F C G7 C C7

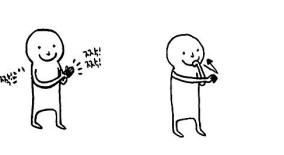
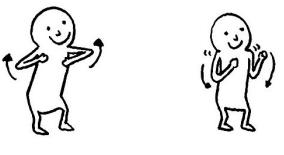
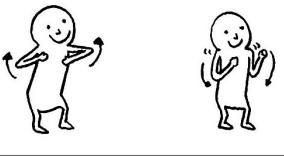
주 예 수 를 찬 양 합 시 다 오 나 의 가 장 기 뿐 날 – 오 해 피

9 F C G7 C C7

데 이 – 오 해 피 데 이 주 예 수 오 시 네 – 오 해 피

13 F C G7 C

데 이 – 오 해 피 데 이 오 나 의 가 장 기 뿐 날

주 예수를 찬양합시다		오른쪽, 왼쪽 두 번씩 박수치고 양손을 가볍게 주먹 쥐어 나팔 부는 것처럼 두 번 움직인다
무거운 짐 벗네 무거운 짐 벗네		두 손을 오른쪽 어깨 위로 올렸다가 같이 아래로 내려준다 왼쪽도 변갈아서 해준다
주 예수를 찬양합시다		오른쪽, 왼쪽 두 번씩 박수치고 양손을 가볍게 주먹 쥐어 나팔 부는 것처럼 두 번 움직인다
오 나의 가장 기쁜 날		위에서부터 반짝 반짝하며 큰 원형으로 내린다
오 해피 데이– 오 해피 데이–		양팔을 살짝 접고 날개짓 하듯 불였다가 떼었다가를 반복한다 오른쪽으로 몸을 틀어 두 번 왼쪽으로 몸을 틀어 두 번 해준다
주 예수 오시네		양손 손등을 보이게 펴고 나란히 지그재그로 내린다
오 해피 데이– 오 해피 데이–		양팔을 살짝 접고 날개짓 하듯 불였다가 떼었다가를 반복한다 오른쪽으로 몸을 틀어 두 번 왼쪽으로 몸을 틀어 두 번 해준다
오 나의 가장 기쁜 날		위에서부터 반짝 반짝하며 큰 원형으로 내린다

## 주와같이길가는것

주어꽃 와린이 같아피 이이는 길같들 가은판 는우이 것리나 즐미험 거련한 운하골 일고짜 야악기 닌하라 가나도

우주의 리의가 주손인 님에도 걸이하 어끌는 가리대 신어로 발생주 자명와 취길같 를로이 밟가가 겠겠겠 네

한 걸 음 한 걸 음 주 예 수 와 함 께

날 마 다 날 마 다 우 리 는 걸 겠 네

## 진짜루 진짜루

진 진 — — 짜 루 진 짜 루 — 진 짜 루 진 짜 루 —

진 진 — — 짜 루 진 짜 루 — 진 짜 루 진 짜 루 —

당 신은 예수 님을 사랑하 나 요 진 짜 루 진 짜 루

사랑 해요 사랑 해요 사랑 해 — 진 짜 루 진 짜 루

## 찬송 부르는 얼굴

E♭ E♭7 A♭ B♭ B♭7 E♭

찬 송 부 르 는 얼 굴 너 무 너 무 고 와 라 그 얼 굴 을 워 라 말 할 까

6 E♭ E♭7 A♭ B♭ B♭7 E♭

찬 송 하 며 미 소 진 그 미 소 가 좋 아 라 천 사 의 얼 굴 일 꺼 야

11 A♭ E♭ G Cm Fm B♭

찬 송 부 르 며 만 난 벗 들 이 찬 송 하 며 기 빠 하 는 모 습

16 E♭ E♭7 A♭ B♭ B♭7 E♭

수 많 은 화 가 들 이 그 릴 수 없 는 것 찬 송 하 는 이 마 — 음

찬송 부르는 얼굴		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 얼굴 앞에서 한바퀴 돌린다
너무 너무 고와라		양손을 귀높이에서 반짝거린다
그 얼굴을 뭐라 말할까		오른손, 원손 순서대로 턱 밑에 포개어 대고 '까'에서 고개를 오른쪽으로 살짝 기울인다
찬송하며 미소진		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 얼굴 앞에서 한바퀴 돌린다
그 미소가 좋아라		양손의 엄지와 검지를 펴서 입부터 귀밑까지 스마일을 그려준다
천사의 얼굴 일꺼야		오른손, 원손 순서대로 턱 밑에 포개어 대고 '까'에서 고개를 오른쪽으로 살짝 기울인다
찬송 부르며 만난 벗들이		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 얼굴 앞에서 한바퀴 돌린다 옆사람과 다정하게 악수한다
찬송하며 기뻐하는 모습		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 얼굴 앞에서 한바퀴 돌린다 '기뻐하는 모습'은 박수친다
수많은 화가들이 그릴 수 없는 것		오른손 검지로 붓을 표현하여 위에서 아래로 물결을 그린다 오른손바닥을 보이게 하여 흔든다
찬송하는 이 마음		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 얼굴 앞에서 한바퀴 돌린다 '음'에서 두 손을 가슴에 모은다

찬송을 부르세요

A D E7

찬기말서 송도씀로 르리으하 세세세세 요요요요  
찬기말서 송도씀로 르리으하 세세세세 요요요요

5 A D A E7 A

5  
노노노 라라라 운운운 일일일 이이이 생생생 김김김 니니니 다다다 찬기말서 송도씀로 르리으하 세세세세 요요요요

찬송을 부르세요		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 오른쪽 왼쪽 2번씩 연주한다
찬송을 부르세요		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 오른쪽 왼쪽 2번씩 연주한다
놀라운 일이 생깁니다		엄지와 검지로 동그라미를 만들어 자기 눈 앞에서 차례로 내밀고 바깥쪽으로 빙글빙글 돌려준다
찬송을 부르세요		양쪽 손을 앞뒤로 연결하여 피리부는 모양으로 만들고 오른쪽 왼쪽 2번씩 연주한다
기도를 드리세요		기도손 한 후에 양손바닥을 위로 하여 아래쪽에서 위로 올린다
말씀을 들으세요		성경책을 편 후 두 손을 귀가에 댄다
서로 사랑하세요		옆 친구와 서로 안아준다

## 찬양이 언제나 넘치면

김석균 작사/작곡

찬양이 언제나 넘치면  
은혜로 얼굴이 환해요  
성령의 충만한 모습을  
서로 가느껴요  
할렐루 할렐루 손뼉 치면서  
할렐루 할렐루 소리 외치며  
할렐루 할렐루 두손을 들고  
주님을 찬양해요

2. 감사가 3. 사랑이 4. 기도가

## 하나님의 부르심

작사 송세라  
작곡 조미진

나비록 연약하여도 나지식 부족하여도  
나비록 특별하지 않아도 나비록 말잘하지 못해도  
하나님 날부르시면 — 하나님 날원하시면 —  
주님과 함께 담대히 나아가라

## 하늘 본향 사모하리

글 문은혜  
곡 이천진

Chords: F, B<sub>b</sub>, F, Dm, Csus4, C7, Am, A7, B<sub>b</sub>, F, C7, F, C, C7, B<sub>b</sub>(add2), F, G7, Csus4, C7, F, Am, A7, B<sub>b</sub>, F, C7, F.

Lyrics:

아 브 라 함 이 밑 음 으 로      부 르 심 을 받 은 것 처 럼

사 라 가 밑 음 으 로      이 삭 을 받 은 것 처 럼

나 그 네 와 같 은 인 생      주 님 약 속 밑 으 리 라

나 의 갈 길      다 가 도 록      하늘 본 향 사 모 하 리

## 햇빛보다 더 밝은곳

Chords: A, A7, D, A, A, E7, A, E7, A, A, A7, D, A, A, E7, A, E7, A.

Lyrics:

햇빛 보다 더 밝은 곳 내 집 있네      햇빛 보다 더 밝은 곳 내 집 있네  
예수 믿고 구원 얻네 예수 믿어      예수 믿고 구원 얻네 예수 믿어

햇빛 보다 더 밝은 곳 내 집 있네 — 푸른 하늘 저 편  
예수 믿고 구원 얻네 예수 믿어 — 푸른 하늘 저 편

내 주 여 내 주 여 날 들으 소서      내 주 여 내 주 여 날 들으 소서  
내 주 여 내 주 여 날 들으 소서 — 푸른 하늘 저 편

## 노년활동자료집

펴낸 날 : 2015. 2.

펴낸 이 : 전용재

엮은 이 : 김낙환

교재 기획 : 노덕호

교재 문의 : 교육국 장년교육정책부

02-399-4372, 4374

인쇄 : 디자인화소

### ♥ 자료에 도움 주신 분들

권이경사모(공도교회) 남궁희수목사(여성지도력 개발원)

김범석목사(광덕중앙교회) 김병훈목사(광서교회)

김정희교수(목원대학교 노년전공) 전범수목사(신천교회)

한선이목사(이들상담센터) 당진감리교회

서산제일교회 현덕중앙교회