



# 2023년 1학기(2023년 3월 6일 ~ 2023년 7월 21일) 교육프로그램 안내

## 1 교양 프로그램

프로그램명	수강내용	요일	시간	강의실	수강료 (5개월)	첫수업	정원	강사
글사랑	낱말을 읽고 쓰며 문장의 정확한 뜻을 이해하는 수업	월·수	09:00~10:00	2층 홍련실	무료	3월 6일	16명	노수경
영어(왕초급)	영어 알파벳을 익히고 단어와 문장을 읽는 수업	월·목	14:00~15:00	2층 홍련실	무료	3월 6일	16명	김경희
영어(초급)	초급수준의 영어단어, 문장을 배우는 수업	월·목	13:00~14:00	2층 홍련실	무료	3월 6일	16명	김경희
영어(중급)	중급수준의 영어단어, 문장을 배우는 수업	화	10:00~12:00	2층 홍련실	무료	3월 7일	16명	박민주
일본어(초급)	기초적인 문법과 가벼운 회화 활용을 배우는 수업	수	10:00~11:00	2층 홍련실	10,000	3월 8일	10명	정영분
일본어(중급)	당당하게 일본여행 할 수 있는 실전 회화 수업	수	11:00~12:00	2층 홍련실	10,000	3월 8일	10명	정영분
한자(1반)	한자의 부수를 이해하고 사자성어를 익히는 수업	월	11:00~12:00	2층 홍련실	10,000	3월 6일	16명	윤성휘
한자(2반)	한자의 부수를 이해하고 사자성어를 익히는 수업	화	14:00~15:30	2층 홍련실	10,000	3월 7일	16명	윤성휘

## 2 취미·여가 프로그램

프로그램명	수강내용	요일	시간	강의실	수강료 (5개월)	첫수업	정원	강사
서예교실	한글과 한문을 접목한 서예 창작 수업	목	10:00~12:00	2층 홍련실	15,000	3월 9일	10명	이영희
캘리그래피	아름답고 개성있는 감성 글쓰기 수업	월	13:00~15:00	2층 백련실	15,000	3월 6일	10명	최은영

## 3 건강증진 프로그램

프로그램명	수강내용	요일	시간	강의실	수강료 (5개월)	첫수업	정원	강사
요가(1반)	여러 가지 요가 동작을 통해 유연성과 힘을 키우고 균형 감각을 높이는 수업	수·금	09:00~10:00	3층 강당	15,000	3월 8일	20명	윤옥희
요가(2반)		화·수	10:00~11:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	
요가(3반)		월·수	13:00~14:00 11:00~12:00	3층 강당	15,000	3월 6일	20명	
요가(4반)		화·목	15:00~16:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	
기체조	혈액순환 체조를 통해 평형성과 근력을 유지시키는 수업	월·금	11:00~12:00	3층 강당	15,000	3월 6일	20명	백순미
관절체조	건강하고 행복한 생활을 위한 관절 운동 수업	월·금	10:00~11:00	3층 강당	15,000	3월 6일	20명	홍순돌
손발반사요법	손과 발의 혈자리를 자극하여 혈액순환을 돕는 수업	화·목	11:00~12:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	주명
댄스스포츠	왈츠, 차차차, 룸바, 지루박을 배우는 댄스스포츠 수업	월·금	14:00~15:00	3층 강당	15,000	3월 6일	20명	김경란
건강체조	간단한 동작을 통해 유연성과 체력을 증진시키는 건강 체조 수업	화·수	14:00~15:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	박덕자
한국무용	전통 한국무용의 자세를 배우고 춤추는 수업	화·금	13:00~14:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	김순애
건강댄스	왈츠와 탱고, 체조를 통한 신바람 나는 댄스 수업	수·금	15:00~16:00	3층 강당	15,000	3월 8일	20명	박영숙
요가필라테스	도구 활용으로 척추와 몸의 균형을 맞추는 수업	화·목	09:00~10:00	3층 강당	15,000	3월 7일	20명	정미경
짐볼근력운동	짐볼을 활용하여 유연성 및 근력을 강화 시키는 운동 수업	월	15:00~16:00	3층 강당	10,000	3월 6일	15명	조균임

## 4 정보화 프로그램

프로그램명	수강내용	요일	시간	강의실	수강료 (5개월)	첫수업	정원	강사
스마트폰(왕초급)	스마트폰 기초 사용법 및 카카오톡 활용수업	수	13:00~14:00	2층 홍련실	10,000	3월 8일	15명	박용대
스마트폰(초급)	스마트폰 정보검색, 유튜브, SNS 활용, 사진 및 동영상 편집수업	목	15:00~16:00	2층 홍련실	10,000	3월 9일	15명	김정란
스마트폰(중급)	일상생활(대중교통, 금융거래, 물품구매)에 유용한 어플 사용법 수업	금	11:00~12:00	2층 홍련실	10,000	3월 10일	15명	인윤영

## 5 자율이용 프로그램 (\* 수업당일 명부 작성 후 입장)

프로그램명	수강내용	요일	시간	강의실	수강료 (5개월)	첫수업	정원	강사
민요교실	북 장구 장단을 바탕으로 전통 소리를 배우는 수업	화·수	15:30~16:30 15:00~16:00	2층 홍련실	무료	3월 7일	20명	최금옥
노래교실	다양한 대중가요를 부르는 노래 수업	수	12:30~13:30	3층 강당	무료	3월 8일	30명	강한희

## 6 기타생활지원

<b>이·미용 서비스</b> □일시 : 매월 셋째주 목요일 10:00~12:00 □장소 : 2층 백련실 □정원 : 20명 □진행 : 미목회	<b>치매검사</b> □일시 : 3월 10일(금) 14:00~16:00 □장소 : 2층 백련실 □정원 : 15명~20명 □진행 : 마산치매안심센터
<b>장수사진 촬영</b> □일시 : 4월 3일(월) 13:30~17:00 6월 5일(월) 13:30~17:00 □장소 : 더홍스튜디오 창원점 □정원 : 8명~10명 □진행 : 더홍스튜디오	<b>우울검사</b> □일시 : 3월 17일(금) 13:30~14:30 5월 19일(금) 13:30~14:30 □장소 : 2층 백련실 □정원 : 10명 □진행 : 마산보건소

\* 기관일정에 따라 변경 될 수 있으니, 게시판 또는 홈페이지를 확인하세요!

\* 이밖에도 치매예방프로그램, 우울예방프로그램, 건강생활프로그램 등 다양한 프로그램이 준비되어 있습니다. 프로그램 별 일정은 금강노인문화센터로 문의 바랍니다.



오른쪽 QR코드를 스마트폰의 카메라를 활성화하여 연결하면 실시간으로 금강노인문화센터 카카오톡으로 이용상담 가능합니다.



사회복지법인 금강  
**금강노인문화센터**

창원시 마산회원구 회원동로 65 (회원1동 45-4번지)  
 전화 : 055)247-8445  
 팩스 : 055)247-8447  
 홈페이지 : www.gkscc.com