


2024년 상반기

서울노인복지센터

평생교육 프로그램 안내

구분	일정	내용
프로그램 신청	1/8(월)~1/19(금)	1) 사무실 내방 신청 2) 유선 신청 (02-6220-8500) 3) QR코드 신청 
선정자 발표	1/24(수)	- 센터 홈페이지 공지사항 게시 - 개별 문자 안내
교육료 납부	선정자 발표 이후 ~1/31(수)	- 2층 사무실 내방하여 현금 납부(계좌이체, 카드 X) - 매일 15:00까지 수납 가능 (이후 시간 불가) - 신청자 본인 납부 (대리납부 불가) - 금액에 맞추어 교육료를 준비해주세요
교육기간	2/1(목)~6/14(금)	- 프로그램별 요일에 따른 진행 회기 상이

강의계획안은 2층 사무실에 비치되어 있습니다. 세부 교육 내용을 열람하실 수 있습니다.

[프로그램 운영 안내]

- 접수/최종 수납 인원 미달시 (정원 70%미만): 폐강
- 접수인원 초과시(정원 120%이상): 추첨
- 2월 한 달간: 정원이 다 차지 않은 프로그램은 중도 참여 가능 (교육료 전액 납부)

[프로그램 취소/환불 안내]

- 개강 전: 100% 환불
- 2월 한 달간: 80% 환불
- 3.1 (금) 이후: 환불 불가, 중도 수강 참여 불가

일정을 꼭 확인하시어 계속 참여가 가능한 프로그램으로 신중한 교육 신청을 바랍니다.

2

일상 교육

- **열린 강좌**로 해당 일자에 자유롭게 참여하세요
- '요가'는 준비된 매트 수량만큼 참여가 가능합니다

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
회원 누구나	요가	호흡을 통한 집중으로 마음안정과 기초근력, 유연성을 향상시키는 요가배우기	최희수	2층 예지마루	16	(월) 13:00~14:00 2/5~6/10	20	무료
	활력 체조	허리 튼튼 강화, 다양한 손동작으로 건강을 유지하는 체조	유은경	2층 예지마루	19	(화) 09:30~10:30 2/6~6/11	30	무료

건강

※ **당구** 과목은 4구/3구 중 수준을 선택하여 신청

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
기초	당구 4구	당구 역사부터 기본 자세 배워보기	김종석	2층 당구교실	16	(월) 13:00~14:30 2/5~6/10	15	36,000
	탁구	기본 규칙과 자세 배우기	김진수	2층 탁구교실	16	(수) 13:00~14:00 2/7~6/12	15	24,000
	필라테스	소도구(폼롤러, 고무밴드 등)를 활용한 스트레칭	이선미	2층 예지마루	18	(금) 15:00~16:00 2/2~6/14	20	27,000
활용	당구 3구	각도 조절과 다양한 시스템 배워보기	김종석	2층 당구교실	16	(월) 15:00~16:30 2/5~6/10	15	36,000
	건강 체조	심신 컨디션 향상을 위한 다양한 체조	백은실	3층 TOP 작은 공연장	19	(목) 13:00~14:00 2/1~6/13	30	28,000
	라인댄스	다양한 스텝을 배워 노래에 맞춰 춰보기	최경희	2층 예지마루	18	(금) 11:00~12:00 2/2~6/14	35	27,000

음악

※ 피아노 과목은 기초/활용 수준 중 선택하여 신청

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
기초	통기타	운지법부터 배워 통기타와 친해져보기	최동철	2층 예지 마루	16	(월) 09:30~11:30 2/5~6/10	15	48,000
	대중 가요	유행 가요 배우고 노래하기 -'종다', '마지막의 사랑', '이것이 인생' 등 *2/19(월) 휴강	임미성	3층 TOP 작은 공연장	15	(월) 13:00~14:30 2/5~6/10	80	33,000
	피아노	악보를 읽어 한손으로 멜로디 연주하기	김성수	3층 상상 플러스	16	(수) 13:00~14:30 2/7~6/12	15	36,000
	아코 디언	아코디언을 이해하여 멜로디 연주하기	김성홍	2층 예지 마루	16	(수) 15:00~16:30 2/7~6/12	12	36,000
활용	가야금	다양한운지법을 활용하여 연주해보기 '침향무', '너영나영' 등	정지희	2층 예지 마루	16	(수) 13:00~14:30 2/7~6/12	15	36,000
	피아노	팝송과 가요 연주하기 'shining the Morning', '캉캉' 등 *대상: 양손연주 가능 어르신	김성수	3층 상상 플러스	18	(금) 09:30~11:00 2/2~6/14	15	40,000
	우쿨 렐레	동요부터 가요 등 다양한 곡 을 연주하는, 우쿨렐레 활용 '바람이 불어오는 곳', '보리수', '아침 이슬' 등	주진숙	2층 예지 마루	18	(금) 13:00~14:30 2/2~6/14	15	40,000
	합창	화음을 익혀 아름다운 하모니를 만들어내는 합창 *대상:본인의 합창파트를 알고있는 어르신	김정재	3층 TOP 작은 공연장	18	(금) 15:00~17:00 2/2~6/14	30	54,000

4

미술

*준비물은 추후 선정자 대상 문자 안내 예정

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료
회원 누구나	유화	봄 햇살 풍경 그리기	오현숙	3층 미술실	16	(월) 15:00~17:00 2/5~6/10	15	48,000
	어반 스케치	즐거움을 그림에 담아내기	김영지	3층 미술실	19	(화) 9:30~11:30 2/6~6/11	15	57,000
	수채화	맑고 투명한 풍경 그리기	김영지	3층 미술실	19	(화) 13:00~14:30 2/6~6/11	15	42,000
	한글 서예	조선시대 한글 서체를 中心으로 배우는 한글서예	이재득	별관 3층 서예실	19	(화) 13:00~14:30 2/6~6/11	15	42,000
	색연필 화	겨울 끝자락 봄 언저리에 피 는 식물 표현하기	염지윤	3층 미술실	16	(수) 13:00~14:30 2/7~6/12	20	36,000
	연필 덧생	연필의 질감을 활용한 연필 덧생 교육	오현숙	3층 미술실	19	(목) 9:30~11:30 2/1~6/13	20	57,000
	한국화	한국의 풍경 그리기	이정이	별관 3층 서예실	19	(목) 13:00~14:30 2/1~6/13	15	42,000

어학

※ 영어, 일본어 과목은 기초/중급/활용 수준 중 선택하여 신청

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
기초	프랑스어	프랑스어 기초와 신나는 상송 함께 배우기	최운영	3층 상상 플러스	16	(월) 15:00~17:00 2/5~6/10	15	48,000
	영어	일상생활에서 사용하기 쉬운 기초 영어 회화 *대상: 영단어를 읽을 수 있는 어르신	서정희	3층 미술실	19	(목) 13:00~14:30 2/1~6/13	15	42,000
		함께 부르고 해석해요, 팝송영어 *대상: 영단어를 읽을 수 있는 어르신	서정희	3층 미술실	19	(목) 15:00~17:00 2/1~6/13	20	57,000
	일본어	일본어 기초 *대상: 히라가나,가타카나를 읽을 수 있는 어르신	우다 카요	2층 철학 교실	18	(금) 15:00~16:30 2/2~6/14	20	40,000
중급	일본어	일본어 중급 *대상:기초 문법을 아는 어르신	우다 카요	3층 상상 플러스	16	(월) 13:00~14:30 2/5~6/10	20	36,000
	영어	영화로 배우는 영어 회화 -영화 '라이언 킹'	홍성자	별관 2층 노년 설계 교실	16	(월) 13:00~15:00 2/5~6/10	20	48,000
	중국어	중국어 초보 탈출! 속성으로 배우는 중국어	첸란	2층 동아리 실	18	(금) 13:00~14:30 2/2~6/14	15	40,000
활용	영어	미국드라마로 배우는 스크린 영어 회화 -수강생들의 영어 친숙도에 따라 1회차에서 영화 결정 -The good place&The Blind side& Intem&While you were sleeping	최영은	3층 상상 플러스	19	(목) 15:00~17:00 2/1~6/13	20	57,000

6

인문학

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
회원 누구나	명리학	명리학과 사주풀이 -음양과 오행,사주팔자 구성 등	박흥채	2층 철학교실	16	(월) 15:00~17:00 2/5~6/10	20	48,000
	영화	영화로 떠나는 세계도시 여행 -세계 여러 도시가 배경인 영화를 통해 도시의 유명 장소, 역사 살펴보기	신미경	2층 TOP 독립 영화관	19	(화) 13:00~14:30 2/6~6/11	20	42,000
	역사	고려의 역사 및 조선의 왕과 왕비의 이야기 -현장 답사 2회 포함 *2/20(화) 휴강	이성기	2층 철학교실	18	(화) 15:00~16:30 2/6~6/11	20	40,000
	철학	잘 살기 위한 인생 공부, 노자인문학 -노자의 '도덕경'	첸란	2층 철학교실	16	(수) 9:30~11:30 2/7~6/12	20	48,000
	인문학	인문학은 언어에서 태어났다 -일상에서 쓰고 있는 단어들 속 숨어있는 이야기	최영은	2층 철학교실	19	(목) 13:00~14:30 2/1~6/13	20	42,000



배움은 인생의 여정에서
가장 빛나는 보물이다

IT

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
회원 누구나	키오 스크	실습과 함께하는 실용적인 키오스크 사용법 -외부 현장 학습 3회 포함	권지은	3층 상상 플러스	19	(목) 13:00~14:30 2/1~6/13	20	무료

컴퓨터

※ 왕기초/기초/활용 수준 별 교차 신청 불가

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
왕 기초	컴퓨터	컴퓨터의 기본부터 배워보기 -키보드,마우스,시작메뉴, 바탕화면 등	이수연	2층 컴퓨터 실	16	(월) 09:30~11:30 2/5~6/10	15	48,000
기초	컴퓨터	인터넷/MS오피스 활용해보기 -이메일,즐거찾기,워드,엑셀, 카카오톡(PC) 등	김성태	2층 컴퓨터 실	19	(화) 13:00~14:30 2/6~6/11	15	42,000
		본격적으로 문서 작성해보기 -한글 프로그램 활용 -입력,모양,도형,표,스타일, 머리말 등	이수연	2층 컴퓨터 실	16	(수) 09:30~11:30 2/7~6/12	15	48,000
활용	컴퓨터	PC영상 제작의 비밀, 챗GPT와 파워디렉터	윤진숙	2층 컴퓨터 실	16	(수) 13:00~14:30 2/7~6/12	15	36,000

8

스마트폰

※ 왕기초/기초/활용 수준 별 교차 신청 불가

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
왕 기초	스마트 폰	스마트폰의 기본부터 배워보기 -홈화면,알림,소리,와이파이, 전화번호부,통화,문자 등	김성열	별관 2층 노년 설계 교실	16	(수) 09:30~11:30 2/7~6/12	20	48,000
기초	스마트 폰	다양한 앱을 가볍게 다뤄보기 -카카오톡,네이버,코레일, 당근마켓, 모바일팩스 등	유미란	3층 미술실	16	(월) 09:30~11:30 2/5~6/10	20	48,000
활용	스마트 폰	스마트폰으로 체험하는 챗봇	김미경	3층 상상 플러스	16	(월) 09:30~11:30 2/5~6/10	15	48,000
		스마트폰 사진촬영 마스터 -외부 현장 학습 6회 포함	정달진	별관 2층 노년 설계 교실	19	(화) 09:30~11:30 2/6~6/11	20	57,000
		스마트폰 촬영과 편집까지, 유튜브 크리에이터	윤진숙	3층 미술실	16	(수) 09:30~11:30 2/7~6/12	20	48,000
		카카오톡 완전 정복	김성열	별관 2층 노년 설계 교실	16	(수) 13:00~14:30 2/7~6/12	20	36,000
		쉽게 경험해보는 스마트폰 온라인 쇼핑 -쿠팡,네이버 쇼핑,배달의 민족,카카오톡 선물하기 등	박희진	2층 철학 교실	18	(금) 09:30~11:30 2/2~6/14	20	54,000
		스마트폰으로 계획해보는 여행과 추억 -인기 관광지,숙박시설,맛집, 교통편 예약,영상 촬영 등	박희진	2층 철학 교실	18	(금) 13:00~14:30 2/2~6/14	20	40,000

건강관리

- 접수기간: 2/26(월)~3/8(금)
- 물리치료실 방문 상담 이후 확정됩니다
- 문의: 건강생활팀 02-6220-8535

수준	과목	프로그램 내용	강사	장소	회기 (회)	시간/ 운영 기간	정원 (명)	교육료 (원)
기초	건강 관리	허리, 하지 튼튼 운동	김성길	2층 예지 마루	10	(화) 13:00~14:00 3/12~5/14	20	무료

2024 서울국제노인영화제

영화로 만나는 세대공감

올해도 서울국제노인영화제가 5월30일(목)~6월2일(월)까지 성황리에 개최됩니다.

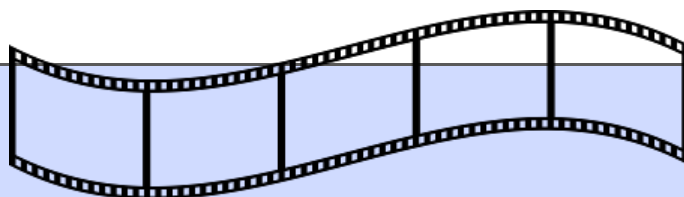
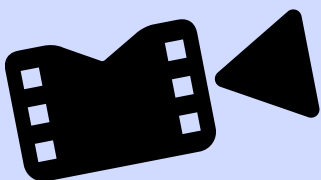
모든 세대가 함께 노년의 삶을 영화로 이해해보는 세대공감 영화축제인
서울국제노인영화제 단편경쟁에 참여하세요.

만 60세이상 국내감독이 연출한 30분 미만의 단편영화라면
주제 제한없이 작품 제출이 가능합니다.

- 출품기간: ~2024/2/12(월) 23:59 (한국시간)
- 출품방법: 서울국제노인영화제 홈페이지에서 출품신청서 양식 다운로드 후,
sisff.program@gmail.com 으로 제출
- 문의: 02-6220-8693



자세한 내용 보러가기



10

동아리

* 가입방법: 가입 희망 동아리 활동시간 맞춰 방문하여 직접 문의

* 문의: 복지2과 이주연 02-6220-8596

분야	동아리명	활동 내용	장소	시간
음악/ 악기	풍물	장구, 북 활용 풍물놀이	2층 예지마루	(월) 15:00~17:00
	백합화합창단	여성 합창단	3층 상상플러스	(화) 10:00~12:00
	남성실버합창단	남성 합창단	3층 상상플러스	(화) 13:00~15:00
	통기타	통기타 연주, 공연 봉사	2층 예지마루	(수) 10:00~12:00
	종로하모필	하모니카 연주, 공연 봉사	2층 동아리실	(수) 15:00~17:00
	행복회	가야금 연주, 공연 봉사	2층 예지마루	(목) 10:00~12:00
	피아노	피아노 연주, 공연 봉사	3층 상상플러스	(목) 09:30~11:30
	금빛예술단	가요 연습, 공연 봉사	3층 상상플러스	(금) 13:00~15:00
스포츠	까롬	까롬 경기 및 친목	별관 3층 공유교실	(월,금) 10:00~16:00
	홍백	게이트볼	3층 중앙공원	(월,수) 10:00~16:00
무용	비천무	전통 춤	2층 예지마루	(화) 14:30~16:30
	한마음	스포츠 댄스	2층 예지마루	(목) 13:00~14:30
미술	서양화	유화	2층 동아리실	(월) 13:00~15:00
	수채화	수채화	3층 미술실	(화) 15:00~17:00
서예	서우회	서예 및 재능나눔 봉사	별관 3층 서예실	(월) 10:00~12:00
	안목회	서예 및 재능나눔 봉사	별관 3층 서예실	(수) 10:00~12:00
인문/ 학습	잉글리쉬클럽	영어 학습	2층 동아리실	(월) 10:00~12:00
	송산	풍수지리	2층 동아리실	(화) 10:00~12:00
	시와수필의 만남	시 창작, 낭송	2층 동아리실	(화) 13:00~15:00
	문화애호	문화채, 역사 학습	2층 동아리실	(수) 10:00~12:00
	한문	한문 학습	2층 동아리실	(목) 10:00~12:00
	팝송	팝송	3층 미술실	(금) 13:00~15:00
미디어	컴사랑	영상 제작	2층 컴퓨터실	(목) 13:00~15:00
	D/M	영상 제작	2층 컴퓨터실	(금) 10:00~12:00
	동영상사랑방	영상 제작	2층 컴퓨터실	(금) 13:00~14:30