



중랑구가족센터



중랑구1인가구지원센터

중랑구 가족센터 2025 사업보고서

Contents

중랑구 가족센터 현황

센터소개&연혁	01
후원현황	02
운영현황	03
이용자 후기	04
수상현황	08

사업현황

가족관계 지원 사업	09
가족돌봄 지원 사업	12
가족생활 지원 사업	17
가족과 함께하는 지역공동체 지원 사업	19
중랑구 공동육아나눔터	24
다문화가족교류소통공간 다가온	26
서울시가족학교	29
1인가구지원사업	30
다문화가족 특성화사업	33



센터 소개



센터 주요 연혁

2007	대한불교조계종사회복지재단 위탁 / 중랑구건강가정지원센터 개소식
2009	다문화가족지원센터(병합형 지정)
2020	1인가구지원센터 운영
2021	서울시 여성1인가구 안심지원사업 실시 중랑구가족센터 명칭변경 이혼전후상담 우수기관 선정(~24.12)
2022	1인가구 전월세안심계약도움서비스 실시 법보신문 공익법인 일일시호일 위탁 체결(2022.10) 이채희 센터장 취임(2022.10)
2023	다문화사회 기여/다문화단체부분 기관 수상(연합뉴스)
2024	다문화가족 자녀 교육활동비 지원사업 실시 면접교섭서비스 선도센터 선정
2025	가족상담 우수기관 지정(25.01~26.12) 사회통합프로그램 운영기관 지정(25.01~27.12)

시설현황

- 위치: 서울시 중랑구 용마산로 369 (면목본동 62-2)
- 규모: 대지 265.1㎡, 연면적 563.27㎡ (지하 1층, 지상 3층)



➤ 후원현황

➤ 후원금

구분			사용현황		
구분	수입내용	수입금액	구분	지출내용	지출금액
이월금	전년도 이월금	3,959,839	인건비	기타후생경비 외	2,680,000
지정후원금	결연후원금	13,175,000	운영비	업무추진비 외	421,000
비지정후원금	비지정후원금	560,000	사업비	다문화 가정 결연 후원 외	8,730,212
예금이자수입	예금이자수입	3,893			
합계		17,698,732	합계		11,831,212

➤ 후원물품

구분	후원처	수량	사용결과
어린이신발	광진복지재단	30개	다문화 가정 배부
베트남식 찜빵	하롱베이푸드	360개	다문화 가정 배부
쌀 10kg	개인후원(배*혜)	2포대	다문화 가정 배부
선풍기	중랑주거안심종합센터	10대	취약가정 배부
자전거	서울중랑유린지역자활센터	10대	취약가정 배부
교보문고	도서	20권	1인가구 배부
락앤락 밀폐용품	코스트코 상봉점	8개	프로그램 참여자 배부
프라이팬	코스트코 상봉점	3개	프로그램 참여자 배부
여성용품	사단법인 나누며 하나되기	4,500개	센터 이용자 배부
샴푸 및 화장품	변화된 미래를 만드는 미혼모 협회	353개	취약가정 배부
김치 10kg	대한불교조계종 한성사	30박스	다문화 가정 배부
라면	서울시가족센터	4박스	취약가정 배부
썬크림 및 세럼	중랑유린지역자활센터	320개	취약가정 배부

➤ 운영현황

➤ 기본사업

사업구분	내용	사업수	회기	참여인원(연)
가족관계	부모역할 강화, 가족관계 개선 등을 위한 교육·상담·문화프로그램 운영	14	99	1,469
가족돌봄 (온가족보듬사업)	가족 기능이 약화된 가족에 대한 돌봄 서비스 지원	18	3,492	10,889
가족생활	가족특성에 따른 고충 상담, 생활 정보 제공 등 맞춤형 가족생활 프로그램 운영	5	86	1,294
가족과 함께하는 지역공동체	양성평등한 가족문화, 가족 친화 사회환경 조성 등 가족과 지역사회 프로그램 운영	19	533	27,169
공동육아나눔터	양육자의 육아 경험과 정보를 소통할 수 있는 공간 및 부모-자녀 프로그램 진행	8	417	4,617
다문화가족 교류소통공간	지역주민(이주민, 선주민)의 상호문화교류를 위한 다양한 상시프로그램, 공간이용, 결혼이주민 자조모임 지원	11	326	1,716
서울시가족학교	변화하는 가족 유형과 생애주기별 가족 단계에 따른 과업수행을 위한 교육	5	56	1,186
1인가구지원사업	1인가구의 건강성 향상과 사회구성원으로서의 참여 증진을 위한 프로그램 진행	13	519	4,062
총계		93	5,528	52,402

➤ 다문화가족특성화사업

사업구분	내용	사업수	회기	참여인원(연)
한국어교육	결혼이민자 및 중도입국자녀 대상 한국어교육 진행 (사회통합, 결혼이민지역량강화지원)	1	476	5,760
방문교육	센터를 방문하기 어려운 다문화가족을 대상으로 한국어교육, 부모교육, 자녀생활서비스 제공	1	1,890	1,890
통·번역 서비스 지원	결혼이민자의 사회생활에 필요한 의사소통 지원을 위한 통·번역 서비스 제공	1	1,556	1,589
다문화가족자녀 언어발달지원	다문화가족 자녀 언어평가, 교육 실시, 자녀의 성장 발달 및 부모역량 강화를 위한 부모상담 및 교육 진행	1	1,276	1,290
이중언어 가족환경조성사업	다문화가족의 가정 내 이중언어 환경 조성을 위해 이중언어 부모가족 코칭 및 이중언어 교실 프로그램을 운영함.	4	161	2,393
총계		8	5,359	12,922

서울시가족학교 참여 남궁선님 후기 | 대상

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

7살 연서가 만들어낸 따뜻한 기적 이야기 우리 가족 소통의 맛



#소통 레시피 | #7살 연서의 웃음 | #소통 온도 36.5°C

패밀리셰프가 완성한 행복 레시피

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

주말 10시, 우리 집은 18°C였습니다. "엄마, 아빠는 왜 같이 안 놀아?" 7살 연서의 혼잣말이 가장 아팠습니다.




서로에게 무관심 했던 지난날,

함께 있지만, 대화는 없었습니다. 주말 아침은 각자의 공간에서 휴대폰과 함께 시작되었죠. 연서가 '아빠, 이거 봐봐!' 하고 그림을 내밀어도 아빠는 무심코 스마트폰 화면만 응시했습니다. 엄마인 저는 미안함만 가득했구요. 가장 사랑하는 사람들에게서 가장 소외감을 느끼는 아이의 모습을 보며, 우리 가족의 소통 온도가 차갑게 식어버렸음을 깨달았습니다.

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

서울가족학교 '패밀리셰프' ZOOM 문을 두드렸죠.



변화가 필요했습니다. 차갑게 식은 가족의 온도를 되돌리기 위해, 엄마인 제가 용기를 냈습니다. 멀리 갈 필요 없이 집에서, 단 2시간! ZOOM으로 참여하는 서울가족학교 '패밀리셰프'는 바쁜 저희 가족에게 최적의 기회였죠. 서툰 요리가 아니라, '소통'을 함께 만들라는 미션처럼 느껴졌습니다. 11월 2일 일요일 오전 10시, 우리 가족의 첫 번째 '함께'를 위한 도전이 시작되었습니다.

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

아빠의 잔소리가 '칭찬'으로 바뀐 순간!



<변화 Point 1/>
서툰지만 저고리 김밥을 함께 샅샅이 했습니다. "연서야, 아빠랑 같이 하나까 더 맛있지?"

아빠와 연서의 서툰 손길도 김밥 재료를 함께 섞으며 서로의 마음을 섞기 시작했죠. 잔소리 대신 "우리 연서 최고!" 칭찬이 들리기 시작했고, 아빠의 눈빛은 연서에게 완전히 고정되었습니다. 협동 김밥은 단순한 음식이 아니라, 아빠와 연서가 처음으로 함께 만든 소통의 작품입니다.

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

초코빵처럼 달콤하게 섞인 우리 마음



<변화 Point 2/>
"엄마, 아빠! 이거 제가 만든 사랑이에요!" 연서의 사랑 표현이 생겼습니다.

서로의 마음을 섞고, 사랑을 굽는 시간. 아이의 창의력은 폭발했고, 부모는 응원을 배웠습니다. 완성된 초코빵처럼 달콤하고 따뜻하게 우리 가족의 감정이 교류되었습니다. 요리가 끝난 후, 웃음과 땀이 넘치는 가족이 되었다는 가장 달콤한 변화가 찾아왔습니다.

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

'패밀리셰프'는 연서네 가족의 씬표였습니다.

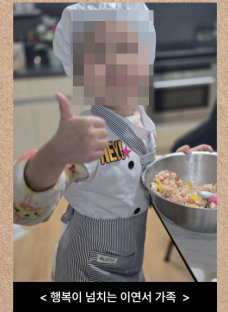


행복한 이 시간, 간직하고파

연서는 "엄마, 아빠랑 같이 요리하는 날이 유치원보다 더 재미있어요!"라고 말합니다. 무관심했던 아빠는 이제 퇴근 후 연서에게 먼저 다가가 주말 요리 이야기를 묻는 다정한 아빠가 되었습니다. 저희 가족처럼 소통의 어려움을 겪고 있다면, 망설이지 마세요! 서울가족학교가 당신 가족의 가장 달콤하고 소중한 '씬표'가 되어줄 것입니다.

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

소통 효과 200% 증가!



패밀리셰프는 단순한 일회성 이벤트가 아닌, 지속 가능한 변화의 시작이었습니다. 눈에 띄게 달라진 우리 가족의 모습을 숫자로 명확하게 증명할 수 있었습니다. 우리 가족 소통의 온도 36.5°C 달성! 밥상 위는 이제 가장 따뜻하고 행복한 소통의 공간입니다.

주말 대화 시간: 10분 → 35분
'사랑해' 표현: 월 5회 → 15회

<행복이 넘치는 이연서 가족>

제 1 호 | 2025.11.02. | 서울가족학교

우리 같이 이 행복한 마음, 이루어질지니



내년에도 함께 하겠습니다

#변화의 기적 | #당신의 씬표 | #지금 느껴봐

남성양육자 맞돌봄 프로젝트 참여 확인철님 후기 | 우수상



“집에서 집안일은 많이 도와주나요?”, “육아는요?” 내가 나의 기혼 사실과 2세의 존재를 아는 사람들에게 흔히 들어 온 질문이다. 아들, ‘윤우’와 많은 시간을 함께하고, 교감하려 노력했다고 스스로 자부함에도, 생각해 보면 가사와 양육, 특히 윤우의 교육에 대한 많은 부분을 아내에게 의지해 왔던 것 같다. 이번에도 이런 아내의 계획과 부지런함으로 중랑구 가족센터의 맞돌봄 프로젝트 ‘아빠 놀이터’에 참여하게 되었고, 아이와 충분히 친밀한 관계를 유지하고 있다고 생각했기에 과연 나에게 필요한 프로그램인가라는 의문이 먼저 들었다. 이렇게 시작되었던 나, ‘윤우 아빠’의 맞돌봄 프로젝트 참여 소감을 몇 가지 키워드로 이야기하고자 한다. 첫 번째 키워드는 ‘일탈’이다. 프로그램 첫날, 나의 의문은 아빠와의 시간에 들떠 있는 아이들의 모습에 모두 사라졌다. “오늘 공부는 다 했니?”, “여보, 지금 TV를 켜면 어떡해!” 아빠도 함께 기운이 빠지는 순간이다. 가정에서 주도적으로 양육자의 역할을 하는 엄마에게서 빼놓을 수

없는 것이 바로 ‘잔소리’일 것이다. “엄마는 절대 참여할 수 없습니다.” 어쩌면, 아이들에게 이 말은 엄마의 잔소리로 부터의 잠시동안의 해방이자 아빠와의 소소한 일탈이라는 큰 의미가 있었을 것이다. 엄마에게 많은 부분을 의지하면서도 엄마의 잔소리만은 피하고 싶은 건 아빠나 아이나 마찬가지라는 생각이 든다. 엄마에게 미안하지만, 이렇게 아빠 놀이터는 아빠에게도 일탈이 되었다. 두 번째 키워드는 ‘이해’이다. 놀라웠던 건 아빠들 모두가 아이에 대한 더 많은 ‘이해’를 갈망하고, 해결하지 못한 고민들을 가지고 있었다는 것이다. 그런 점에서 전문가와 함께하는 ‘성교육’과 ‘자녀 이해 프로그램’은 아빠들이 가지고 있는 고민과 생각들을 함께 공유할 수 있는 유익한 시간이었다. 마치, ‘중랑구 아빠 육아 공동체’ 같은 느낌이었다고나 할까? 우리 모두는 서로 다른 가치관을 가진 각자의 부모님 밑에서



성장하여, 아이들에게 부모로서 우리의 가치관을 투영하고 바르게 성장하도록 노력한다. 이렇게 서로 다른 가치관 안에서 나오는 아빠들의 고민들은 비슷하면서도 다양한 이야기거리가 되어주었다. 세 번째 키워드는 ‘도전’이다. ‘아빠 놀이터’는 아빠와 아이 모두에게 새로움의 연속이었다. ‘과자집, 케익, 그리고 샌드위치 만들기’는 요리에 익숙하지 않은 나의 투박한 손놀림과 윤우의 서툰 손길로 모든 과정을 마치기까지 실수의 연속이었다. 하지만, 완성품을 사이에 두고 서로 마주 보면 새어 나오는 웃음과 주고받은 말 들은 아빠와 아들만의 소중한 추억이 되어 주었다. 그리고 ‘클라이밍’과 ‘피클볼’ 체험은 평소 끝없는 아들의 체력과 운동에 대한 갈망에 힘겨워하던 나에게 새로운 도전에 대한 동기와 에너지를 불어 넣어 주었다. 이처럼 ‘아빠 놀이터’는 아이뿐만

아니라 아빠인 나에게도 새로운 즐거움과 도전이 되었다. 마지막 키워드는 ‘공동 양육자’이다. 아이를 키우는 부모들에게 있어 ‘양육자’라는 표현이 그리 새로운 표현은 아니다. 하지만, 첫날, 프로젝트에 대한 첫 소개에서 듣게 된 ‘공동 양육자’라는 표현은 나에게 왠지 모를 새로운 깨달음으로 다가왔다. “나는 양육자로서 아이에게 최선을 다하고 있는가?”, “아이에 대해 아내와 충분히 소통하고 있는가?”라는 질문을 스스로에게 하게 된 순간이었다. 이렇게 ‘양육자’로서의 역할의 무게를 새롭게 느끼고, ‘공동 양육자’로서 좋은 부모가 되기 위해 오늘도 사랑하는 아들 ‘윤우’를 위한 행복한 ‘아빠와 엄마의 놀이터’를 하루하루 그려나가고 있다.



서울시가족학교 참여 허지오님 후기 | 장려상

아이를 낳아 기르며 얻은 가장 큰 깨달음은 아이가 부모 생각만큼 자란다는 점이다. 바꾸려 하기보다, ‘엄마’인 내 자세와 말투, 작은 행동의 조각이 모여 우리 가족을 바꾸고 있다. 아동기 부모교실은 그런 의미에서 내 생각을 넓혀주는 하나의 창이었다. 어느 부모가 그렇듯 육아는 “어떻게 소중한 이 아이를 잘 키울 수 있을까?”라는 물음으로 시작한다. 걱정, 기대, 설렘, 힘들, 지침, 불안... 결혼 전에 겪어보지 못했던 희망과 불안이 공존하는 혼란의 연속. 그런 초보 엄마에게 가족센터에서 들었던 훈육과 감정 코칭, 놀이법이나 대화법 등 다양한 강의는 분명 적잖은 도움이 되었다. 하지만 내 세계를 새롭게 만들어준 것은 다름 아닌 ‘성교육’이다. 사실 성교육은 늘 멀고 어려운 주제다. 중요하다는 말은 수도 없이 들었지만, 너무 막연했고 어려워서 미루게 되는 숙제 같은 주제다. 게다가 아직 난 모든 것을 아는 척 할 수 있을 만큼 충분히 알고 있다고 할 수 없다. 하지만 단 하나 와 닿았던 깨달음이 있다. 성은 ‘존중’에서 시작된다.

“우리 부모님도 안 그러는데...”

수업에서 들은 한마디는 내가 학교에서 배웠던 지식으로서 성교육과 사뭇 달랐다. 소위 ‘정자와 난자’로 점철된 지식만 배웠던 내게 왜 성이 존중인지를 알려주었다. 그리고 그 존중이 아이의 자존감과 삶에 어떤 영향을 미치는지 깊이 이해 할 수 있는 계기가 되었다. 그게 끝이 아니었다. 장난하며 가볍게 스킨십을 할 때, 안아줄 때, 뽀뽀하거나 간지럼을 태울 때조차 아이의 의사를 먼저 물어볼 것. 그리고 아이가 “싫어”라고 말하면 반드시 멈출 것. 또 친척이나 지인에게 스킨십을 ‘억지로 시키지 말 것.’ 이 같은 내용들은 내가 아이에게 애정으로 했던 행동을 떠올리게 했다.

아이가 “그만해요”라고 말해도 웃고 있으니 계속하던 간질하던 순간, 할머니에게 가서 뽀뽀하라고 하던 등 떠밀었던 일. 내가 먼저 물어보지 않고 안거나 만져왔던 일상들... 비록 ‘사랑하니까 당연한 행동’이었지만, 그 때 나는 내 아이의 의사에 대해서 생각했을까? 애정이라는 이름으로 아이의 의사를 무시한 건 아니었을까? “내가 부모니까. 사랑하니까. 이 정도는 괜찮아.” 그런데 괜찮지 않았다. 그런 부모 모습이 아이에게 ‘사랑의 형태’로서 내면화 될 수 있었다. 그리고 그게 너무 사무쳤다. 부모가 먼저 묻고 싫다는 의사를 따라주고 서로 잘못에 대해 사과하고 항상 그 경계를 존중해주는 일상에서 아이는 배울 것이다. “엄마, 아빠도 내가 싫다면 멈추고 날 존중한다. 그렇기 때문에 그 누구라도 내가 싫다고 하면 멈춰야 하는 게 맞다.” 이걸 성교육 출발이자 내 몸의 주인으로서 자라나게 될 기반이며, 내 아이가 만들어갈 자존감의 시작이었다.

강의를 들은 후 일상에서 작은 변화를 실천하기 시작했다. 아이에게 스킨십을 하기 전에 “~해도 돼?”라고 묻고, 싫다면 바로 멈춰 주었다. 샤워 후에는 샤워가운을 입히고 문을 닫아 주었다. 사진을 찍거나 업로드 할 때도 아이에게 먼저 보여주고 이야기를 나누었다. 아이가 대소변을 처리하거나 옷을 갈아입는 순간에도 아이의 의사를 존중했다. 그런 사소한 일상에 ‘성’이 있고, ‘존엄’이 있었다. 이제 나도 알고 있다. 아이 신체 발달이나 학업, 훈육보다 더 먼저였어야 했던, 하지만 난 ‘개념조차 없이 지나왔던 그 근본이 무엇인지. 성교육 수업은 내게 ‘지식을 배우는 시간’이 아니라 ‘존중을 통해 자신의 소중함을 다시 배울 수 있었던 시간’이 되었다. 그리고 그 배움은 우리 가족 모두가 서로를 존중하는 모습으로 찾아왔다.



수상내역

수상자	수상일시	수상내용	훈격
김선율, 김영우, 남궁선, 류지은, 손한결, 아즈사, 최양희, 토모미, 홍가희	25.11.15	건강한 가정문화 확산 및 다문화가족 안정적 정착	중랑구청장
윤병석	25.12.11	서울시 1인가구지원사업 참여수기 공모	서울특별시장
남궁선, 황인철, 허지오	25.12.12	서울가족사업 참여 후기 공모전	서울시가족센터장
서울가족학교, 가족상담지원사업	25.12.12	서울가족사업 우수사례	서울시가족센터장
송기준	25.12.12	서울시가족상담지원사업 우수활동가	서울시가족센터장
이선미	25.12.12	유공자 표창	서울시의회
이재열	25.12.18	'찾아가는 시니어 디지털 스쿨' 사각사각 페이스쿨 금융교육 사례공모	한국노인종합 복지관협회장
정혜영	25.12.22	우수종사자 표창	서울시 가족센터협회장

수상사진



11.15 패밀리파티 표창



12.22 우수종사자 표창

가족관계
—
지원사업



➤ 맞벌이가족 소통프로그램 “맞벌이 패밀리 토크(Talk)! 하면 척!”

- 4~5월, 맞벌이가정을 대상으로 교육·활동프로그램을 제공하여 일·가정 균형 기반을 마련하고 가족 친밀감 증진을 도모합니다.
- 어렵פות이 알고 있던 나 자신과 배우자, 자녀의 성향을 좀 더 확실하게 알게 되어서 좋았고 이것을 바탕으로 더 노력하는 계기가 될 것 같습니다.
- 맞벌이가정이라 온 가족이 함께 규칙을 정해본 적이 거의 없었는데, 집에서는 쑥스러워 못하던 협상이 공식적인 자리에서는 잘 돼서 신기했습니다.



➤ 예비부모체험

- 4, 9월, 예비부부를 대상으로 임신부체험을 운영하여 배우자 및 가족에 대한 이해를 돕고 사회적 인식개선을 도모합니다.



➤ 다문화가족자녀성장지원사업 “우리가족레벨업”

- 5~11월, 초등학교 자녀를 둔 다문화가족을 대상으로 다양한 프로그램(스포츠, 미술 등) 및 가족소통활동을 진행하여 자녀들의 전인적 성장 및 가족간 관계 향상을 도모합니다.
- 아이와 같이 서로의 마음을 이해할 수 있었습니다.
- 다양한 직업을 배울 수 있어서 좋았고 하루를 알차게 보낼 수 있었습니다.
- 아이가 하고싶은 말을 알았고 항상 예쁜말을 할 수 있도록 노력하겠습니다.



➤ 남성양육자 대상 맞돌봄프로젝트 “아빠놀이터”

- 4~10월, 초등 저학년 자녀 및 아빠를 대상으로 월 1회 이상의 문화체험프로그램을 운영하여 아버지의 자녀 양육 역량을 강화하고 자녀와의 관계 증진을 지원합니다.
- 공동양육자로서의 목적이 담긴 프로그램이라 의미가 있었습니다. 책임감을 느낄 수 있는 시간이었습니다.
- 내 아이가 외부에서 이렇게 잘 움직이는지 몰랐는데, 새로운 면을 발견할 수 있는 시간이 되었습니다.



➤ 다문화가족 생애주기별 부모교육

- 4~11월, 다문화가정을 대상으로 생애주기별 부모교육 및 체험활동 프로그램을 진행하여 자녀 양육 역량 향상 및 가족관계 증진을 도모합니다.
- 너무 유익한 프로그램으로 아내와 더 원만하게 소통할 수 있는 방법을 알게 되어 좋았습니다.
- 하원 후 아이와 어떤 놀이를 해야 할지 고민이었는데 이런 프로그램에 참여해서 도움이 많이 됐습니다.
- 부모들 어렵다고 생각하는 성교육 쉽게 재밌게 해주셔서 너무 좋습니다. 체험까지 같이 하는 점도 너무 좋습니다.



가족돌봄 — 지원사업 (온가족보듬사업)



▶ 행복정원 원예테라피

- ▶ 8월, 가족상담 이용자를 대상으로 원예테라피 및 교육을 진행하여 심리정서적 건강성을 증진시키고, 사회적 지지체계를 형성합니다.
- 다양한 원예활동을 해보며 친근감과 흥미가 생겼습니다. 아이와 소중한 추억도 쌓고 새로운 취미가 생길 것 같아 즐거운 시간이었습니다.
- 정서적 안정 및 다른 사람들과의 소통을 할 수 있었습니다.



▶ 힐링미술 인사이드

- ▶ 6~9월, 결혼이주민을 대상으로 다양한 미술매체활동을 진행하여 자아존중감 향상, 정서적 안정을 제공합니다.
- 자신감이 생겼고, 좋은 말을 많이 배웠고, 자녀와의 소통 방법을 배웠고, 가족과의 관계도 좋아졌습니다.
- 나의 감정을 알고, 지난날의 나의 이야기를 하면서 내가 어떻게 살아가야 할지 방향을 찾을 수 있었습니다.



▶ 해피패밀리 프로젝트

- ▶ 11월, 취약위기가족을 대상으로 가족키트체험활동을 진행하여 가족의 긍정적 관계 형성 및 건강성 증진을 도모합니다.
- 가족과 함께 집중하는 시간을 가질 수 있었고, 마을 공동체를 느낄 수 있어서 유익했습니다.
- 가족이랑 함께 시간을 보낼 수 있어서 좋았고, 만들기 하면서 손재주가 좋아진 느낌이 들었습니다.



▶ 망우만깃축제 체험활동

- ▶ 지역축제 망우만깃축제에 참여하여 씨앗심기 체험 등 활동을 진행하였으며 가족의 유대감 및 건강성 증진을 도모합니다.



▶ 뿌의 힐링프로젝트

- ▶ 9월, 난임부부를 대상으로 부부 정서관리 교육, 원예테라피, 부부상담, 명상 요가를 진행하여 부부의 안정감과 행복감 증진을 도모합니다.
- 부부 사이에 대화를 시작하는 계기가 될 것 같습니다. 다양한 체험과 활동으로 좋은 자극을 받았습니다.
- 소통의 중요성을 다시 한번 알게 되어서 너무 좋았습니다.



▶ 자조모임

- ▶ 암 경험자 및 가족을 대상으로 활동비를 지원하여 정기적인 자조모임을 통해 사회적 관계망 형성 및 신체적·정신적 건강 증진을 도모합니다.
- 진행되어진 모든 시간이 의미있고 감사했고, 횡수가 거듭될수록 더욱 뜻있는 경험을 하고 서로 나누는 깊이와 친밀감도 높아졌습니다. 매우 뜻깊고 의미있는 시간이었습니다.



▶ 부부집단상담 “우리부부는 왜 서로에게 상처받을까”

- ▶ 부부의 위기를 집단상담으로 다루어 가족해체를 예방하고, 가족구성원이 가족 역할을 수행할 수 있도록 심리,정서적 지원을 도모합니다.
- 부부 서로의 자녀양육에 대한 방향, 부부 서로에 대한 이해 제고, 부족한 부분과 서로의 가치관에 대해 소통하고 맞춰가는데 도움이 되었습니다.
- 아이와 남편에 대한 성향을 이해하고, 성격유형 검사가 부부이해도를 높일 수 있어 좋았습니다.



▶ 개인 및 가족상담

- ▶ 1~12월, 상담을 희망하는 중랑구민 및 서울시 거주자를 대상으로 개인 및 가족 상담을 진행하여 가족해체 예방 및 평등한 가족문화를 지향합니다.
- 스스로 마음을 알 수 있게 도와주셨습니다. 긍정의 기분과 스스로 사랑하는 마음을 가지게 도와주셨습니다.
- 서로 다름이 있어도 대화로 풀어갈 수 있는 자신감과 시도가 늘었습니다.

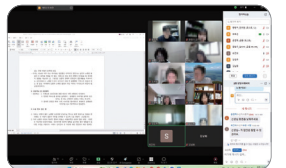


▶ 면접교섭서비스

- ▶ 부모의 이혼 후 협력적인 부모 역할 수행 및 비양육 부모와 자녀관계 증진, 미성년자의 건강한 성장을 지원하고, 자발적인 양육비 이행환경 마련을 도모합니다.
- 미성년자녀를 둔 양육부모인 저와 자녀에게 심리상담을 통해 불안함을 해소하고 안정감을 가질 수 있어서 좋았습니다.

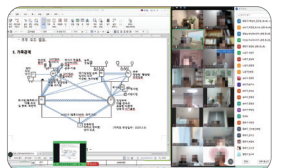
▶ 상담사례회의

- ▶ 2~11월, 본 센터 소속 상담사를 대상으로 대면 및 비대면의 사례회의를 진행하여 상담사의 역량강화를 지원합니다.
- 여러 사례를 함께 해서 더욱 내용이 풍성하고 상담사들에 대한 동료애가 느껴져서 좋았습니다.
- 유익한 사례 참고해서 더 질 높은 상담 하도록 노력하겠습니다.



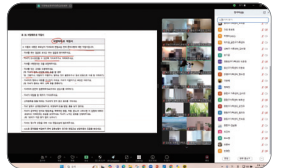
▶ 공개상담사례슈퍼비전

- ▶ 종로구, 송파구, 노원구가족센터와 공동주최하여 상담사 및 실무자를 대상으로 공개사례슈퍼비전을 진행하여 상담 전문적 능력 향상을 지원합니다.
- 내담자를 제대로 파악하고 현재 문제를 중심으로 어떻게 탐색하고 도와줘야 하는지 알 수 있었습니다.
- 상담사에게 지지와 격려, 긍정적 피드백을 많이 주시는 시간이 안정감 있고 편안했습니다.



▶ 상담사역량강화교육

- ▶ 3월, 상담사 및 실무자를 대상으로 비대면의 역량강화교육을 진행하여 상담사의 전문성을 제고하고, 내적 성장을 도모합니다.
- 감사님께서 쉽게 잘 풀어주셔서 내용 이해가 잘 됐고 상담촉어록도 같이 직접 읽어주시니 좀 더 생생하게 앞에 설명하신 부분들이 잘 적용되며 이해가 더 되어 다음 교육도 기대됩니다.
- 실무적인 부분을 잘 이해할 수 있고 적용할 수 있도록 구체적이고 자세한 내용으로 강의해주셔서 감사합니다.



▶ 사례관리·위기가족지원

- ▶ 취약·위기가족의 문제해결 및 욕구해소를 통해 가족기능 회복과 정서·경제적 자립역량 강화를 도모합니다.
- 사례관리 선생님 덕분에 아이가 학교에서 생긴 문제를 잘 해결할 수 있었습니다. 도움 주는 곳이 없었는데 센터에서 이렇게 도와주셔서 감사합니다. 알려주신대로 앞으로 자녀와 관계개선을 위해 노력하겠습니다.

▶ 네트워크 및 자원연계

- ▶ 지역사회 네트워크를 구축하여 자원동원 및 관리, 분배를 통해 취약가족의 어려움을 완화합니다.
- 올해 여름 정말 더웠는데 에어컨, 선풍기도 없어서 많이 힘들었습니다. 센터에서 주신 선풍기 덕분에 아이도 저도 정말 다행이었습니다.
- 올해 저희 가족은 많이 힘들었습니다. 센터에서 사정을 아시고 도움 주신다면 따뜻한 마음 전해주시고 실제로 많이 도와주셔서 너무 감사드립니다.



가족생활 — 지원사업



▶ 시니어 디지털 금융교실 “사각사각 페이스쿨”

- ▶ 10~11월, 디지털 기술이 어려운 시니어들이 디지털금융 교육을 통해 일상생활의 필요한 유용한 기술을 습득하여 삶의 질 증진을 도모합니다.
- 이런 교육을 받을 수 있어서 유익하고 즐거웠고, 앞으로도 이런 기회가 있었으면 좋겠습니다.
- 선생님들께서 너무 잘 가르쳐주셔서 쉽고 재미있게 배웠습니다.



▶ 다문화가족 경제·금융교육

- ▶ 경제·금융 교육을 통해 경제·금융의 이해도를 높여 다문화가족의 건전한 경제 활동을 영위할 수 있도록 지원합니다.
- 재미있었습니다. 부동산 관련 지식을 어렵듯이 알고 있었던 것을 상세히 알 수 있게 된 계기였습니다.
- 유용한 정보들 많이 알게 되어 많은 시도를 해볼 예정입니다.



▶ 결혼이민자 취업지원프로그램

- ▶ 결혼이민자를 대상으로 취업 지원 프로그램(교육 및 실습)을 제공하여 개인 역량을 강화하고 경제적 자립을 지원합니다.
- 직접적으로 실습하니까 너무 재미있고 좋은 경험이 됐습니다.
- 자신감을 얻을 수 있었고 앞으로 취업 활동에 잘 활용할 수 있을 것 같습니다.



▶ 다문화가족 자녀 교육활동비

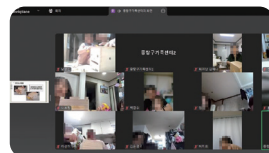
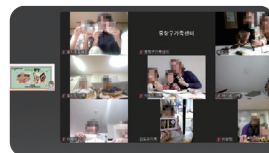
- ▶ 5~11월, 다문화가족 자녀에게 교육활동비(포인트) 지급해 학업을 포기하지 않고 지속할 수 있도록 지원합니다.
- 친절한 서류 설명으로 자녀 학원비에 많은 도움이 되었습니다.
- 아이 교육에 알뜰하게 잘 사용했습니다. 내년에도 지원이 계속되었으면 좋겠습니다.

지역공동체 — 지원사업



다(多)함께 프로그램

- 11월, 결혼이민자와 배우자 및 배우자의 가족구성원을 대상으로 소통 프로그램을 진행하여 상호 이해 및 가족 의사소통 향상을 도모합니다.
- 서로 소통하는 방법에 대해 알게 되었으며, 가족 간의 소중한 마음을 느낄 수 있었습니다.
- 가족 간에 대화가 많아지게 되는 시간이었습니다.



가족사랑의 날

- 3~11월, 월 1회 가족들을 대상으로 정기적인 여가·문화프로그램을 제공하여 일·가정 균형 조화 및 가족관계 향상을 지원합니다.
- 아이들과 같이 작품을 직접 만들어서 신났습니다. 가족과 함께 재미있는 시간 보냈습니다.
- 가족들과 즐거운 시간을 보냈고 소중한 추억을 남겼습니다.

다올합창단

- 2~12월, 지역사회 이주민과 선주민 간 합창단 프로그램을 진행하여 공동체 문화 확산을 도모하고, 체계적인 훈련 지원에 따른 여가문화 활동 개발 및 전문 합창단으로의 성장을 도모합니다.
- 매주 금요일, 노래하는 시간만큼은 고민을 잊고 편안해졌습니다. 개인적인 어려움이 있었는데 합창단에서 가족 같은 지지가 큰 힘이 되었습니다.
- 사람들 앞에 서니 많이 떨렸지만, 우리 소리가 하나로 어우러지며 긴장이 풀렸습니다. 덕분에 무대도 끝까지 잘 마칠 수 있었습니다.



서울장미축제와 함께하는 “제 15회 다문화축제”

- 지역주민을 대상으로 다문화 축제를 진행하여 다양한 문화와 음식을 소개하고 이해하는 자리를 마련함으로써 지역사회통합에 기여합니다.



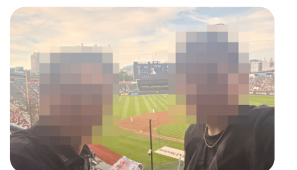
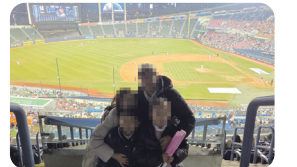
다양한가족 인식개선 캠페인

- 중랑구민을 대상으로 인식개선캠페인 활동을 진행하여 다양한가족의 사회적 편견에 대한 올바른 정보를 제공하여 인식 향상을 도모합니다.



문화 연계 프로그램

- 가족단위의 다양한 여가·문화활동(야구관람, 뮤지컬 관람 등)을 지원하여 가족간 유대감 향상 및 건강성 증진을 도모합니다.
- 야구를 볼 기회가 많지 않아 너무 좋았습니다. 앞으로도 이런 기회가 있으면 좋겠습니다.
- 가족과 행복한 추억을 만들 수 있었습니다. 응원하는 팀이 이겨 더욱 기쁜 하루였습니다.



다문화가족 문화예술교육프로그램 “만지는 마음”

- 7~8월, 중랑문화재단과 연계하여 가족관계 증진을 위한 프로그램을 진행하여 문화 예술 체험의 기회를 제공하고, 가족구성원 간 상호 이해 및 가족관계 증진을 도모합니다.
- 마음 사용 설명서를 통해서 내 마음을 표현할 수 있어서, 내 마음 살필 수 있어서 도움이 되었습니다.
- 가족과 함께하니 교감이 생겼습니다.



제 17회 패밀리파티 “함께놀자”

- 올 한해 아낌없는 지지와 격려를 보내준 센터 회원 및 지역주민을 대상으로 체험활동, 성과보고회, 유공자 표창, 다양한 공연 등의 대규모 행사를 마련하여 센터 소속감을 향상시키고 가족 결속력을 다지는 발판을 제공합니다.



▶ 어린이 언어·미술교육 “우리아트스쿨”

- 7~8월, 초등학생 아동을 대상으로 미술교육 프로그램을 운영하여 상상력과 창의력 증진 및 교육 속 자기표현을 통한 언어능력 신장을 도모합니다.
- 친구들이랑 재미난 미술활동 할 수 있어서 좋았습니다.
- 상상으로 작품을 만들어서 재미있고 나만의 작품이라 소중하고 더 좋았습니다.



▶ 중랑구청 위탁사업 “중랑무지개 생활통역단”

- 1~12월, 결혼이민자로 구성된 생활통역단이 다문화 가족을 위해 출장·유선 통역과 번역·검수 서비스를 제공하여 원활한 일상 소통과 사회참여를 지원합니다.
- 잘 챙겨주시고, 신경 많이 써주셔서 감사합니다.
- 앞으로 좋은 프로그램 있으면 열심히 참석하겠습니다.



▶ 찾아가는 다문화이해교육

- 다양한 아동기관에 직접 찾아가 다문화이해교육을 진행하여 올바른 다문화 인식 함양을 도모합니다.
- 너무나도 유익한 수업을 들을 수 있어서 너무 좋았습니다.
- 아이들이 다문화에 대한 이해와 인식이 개선된 유익한 시간이었습니다.



▶ 서울 문화 나들이

- 9월, 이주민(가족) 간 서울 문화 나들이를 통해 이중언어환경조성의 필요성 인식 확대 및 사회적 지지체계 향상을 도모합니다.
- 다른 가정을 만나서 좋았고, 이중언어를 활용할 수 있는 정보를 알게 되어서 좋았습니다.
- 이런 좋은 기회를 제공해주셔서 하루가 유익하고 즐거웠습니다.



▶ 결혼이민자 예술동아리 (PLay with US)

- 4~12월, 예술활동을 통해 결혼이민자의 사회참여와 교류를 촉진하며, 문화적응 스트레스 완화와 안정적인 사회적 지지망 형성을 지원합니다.
- 사진 찍고 커피 마시고 그림 그리며 친해질 수 있어서 좋았습니다. 이야기 나누면서 스트레스도 풀 수 있었습니다. 여러 나라 친구들 생겨서 좋았습니다.
- 동아리에서 친해진 친구들이랑 아직도 연락하고 있습니다. 평소에 카톡하거나 궁금한 것 있으면 전화하고 있는데, 아이 키우면서 가면 좋을 장소를 추천받아서 좋았습니다.



▶ 다문화가족 역사문화체험프로그램 “중랑, 역사랑 문화랑”

- 4~11월, 학령기 다문화가정을 대상으로 역사문화체험활동 및 기관 탐방 프로그램을 진행하여 중랑구 역사이해 향상, 가족관계 증진을 도모합니다.
- 지역 내 문화역사시설에서 뜻깊은 프로그램을 가족과 함께 할 수 있어 행복했습니다.
- 아이들이 경험의 폭을 넓히고 중랑구 지역을 더욱 사랑하고 이해할 수 있는 계기가 되어 좋았습니다.



▶ 건강가정 실천 캠페인 “생애 첫 약속”

- ‘생애 첫 약속’ 증서를 통한 공동 양육 문화 조성 및 건강한 가족문화를 확산하고자 합니다.
- 약속이라는 걸 반드시 해야 지켜지는 것은 아니지만, 잊고 있을 때, 집에서 항상 볼 수 있는 곳에 우리만의 약속을 기록하고 볼 수 있다는 점이 좋았습니다. 그 약속을 보며 아이에게 따뜻한 말 한마디 할 수 있었습니다.



▶ 다문화가족 자조모임 “피엠(언니와동생)”

- 4~11월, 베트남 출신 결혼이주민을 대상으로 한국과 베트남 문화교류 활동 및 다양한 문화체험 등 정기적으로 자조모임 운영하여 이주민의 삶의 질 향상을 도모합니다.
- 자조모임 덕분에 아이 양육에 대한 많은 정보를 알게 되었습니다.
- 활동에 참여하면서 친구들과 가까이 지낼 수 있어 좋았고, 스트레스가 풀렸습니다.



중랑구 공동육아나눔터

▶ 공간 운영

- ▶ 1~12월, 지역 내 누구나 이용 가능한 안전하고 쾌적한 돌봄(놀이) 공간을 상시 제공합니다.
- 청결하고 깨끗합니다. 여기는 큰 아이들도 이용할 수 있어서 너무 좋았습니다.
- 장난감이 많아서 아이들이 노는 걸 좋아하고 공동육아나눔터 가는 날을 기다립니다.



▶ 돌봄 품앗이

- ▶ 3~11월, 지역 내 양육 가정을 대상으로 자조모임 활동을 진행하여 지역 내 육아 네트워크 활성화를 도모합니다.
- 외동인 아이가 품앗이 친구와 함께 소통하고 갈등상황도 조율하면서 사회성 발달에 도움이 되었고, 나눔과 더불어 살아감을 배우게 되었습니다.
- 아이는 친구들과 부모들은 부모들끼리 함께 어울리고 육아 고민 상담, 육아 팁 등을 공유할 수 있는 좋은 매개체가 되었습니다.



▶ 별빛 발레단

- ▶ 7~11월, 유아기 자녀를 대상으로 상호작용 발레 수업을 진행하여 신체적 성장 및 부모와 유대감 형성을 도모합니다.
- 발레를 재미있게 배울 수 있었습니다. 아이가 무척 좋아했습니다.
- 집에 와서 배운 자세들을 하는 것을 보고 놀랐습니다. 수업 듣기 좋았다 싶었습니다.



▶ 키즈댄스

- ▶ 9~11월, 유아기 자녀를 대상으로 키즈댄스 프로그램을 진행하여 표현력 증진과 사회성 발달을 도모합니다.
- 좋아하는 음악에 몸을 움직이며 즐거운 시간이었습니다.
- 아이가 댄스 실력이 느는 게 눈에 보입니다. 새로운 경험을 할 수 있어서 좋았습니다.



중랑구 공동육아나눔터

▶ 땡땡땡 오감놀이

- ▶ 4~6월, 영아를 대상으로 유리드믹스 프로그램을 진행하여 오감 발달을 지원합니다.
- 음악 프로그램을 경험하며 아이가 친구들과 더 가까워진 것 같습니다.
- 아이와 신나게 노래하고, 악기도 다루고 너무 즐거운 시간이었습니다.



▶ 베이비 마사지

- ▶ 9월, 2~10개월 자녀의 부위별 마사지 프로그램을 진행하여 건강한 성장을 도모합니다.
- 아기와 서로 소통 및 교감을 할 수 있는 기회여서 좋았습니다.
- 다양한 마사지를 자세히 배울 수 있어서 좋았습니다.



▶ 공알튼튼 영어체육

- ▶ 10월, 2~4세 자녀를 대상으로 영어 놀이 체육 프로그램을 진행하여 기초 체력과 자신감 향상을 도모합니다.
- 아이가 많이 좋아하고, 영어와 체육에 대한 호기심을 자극하는데 도움이 되었습니다.
- 아이의 적극적인 참여를 독려하는 프로그램이라서 자립성을 알려줄 수 있어 좋았습니다.



▶ 꼬마 요리사

- ▶ 3월, 영/유아 가정을 대상으로 체험형 요리 프로그램을 진행하여 가족관계 발달을 도모합니다.
- 집에서 못해본 요리 활동을 해볼 수 있어 너무 좋았습니다. 아이랑 행복한 추억을 쌓았습니다.
- 가족이 함께해서 즐거운 시간이었습니다. 다양한 식재료를 아이가 경험할 수 있었습니다.



공동육아나눔터는 이웃과 함께 아이를 키우며, 부모와 아이가 함께 성장할 수 있도록 지원하는 지역 기반 돌봄 공간입니다. (위치: 용마산로 327, 2층)

다문화가족교류소통공간 다가온

▶ 다가온 공간 이용 및 대관

- ▶ 상시개방하여 지역주민 누구나 쉽게 이용할 수 있는 열린 상호 문화교류의 장입니다. 서로 소통하며 지역사회와 연결되는 커뮤니티의 공간을 지원합니다.
- 다가온 공간이 청결하고 쾌적해서 이용하기 편했습니다.
- 대관으로 행복한 생일파티를 만들어주셔서 감사합니다.



▶ 다가온 자조모임

- ▶ 3~11월, 결혼이주민 간 새롭고 긍정적인 사회적 관계망을 만들고 한국문화에 잘 적응할 수 있도록 주기적인 자조 활동을 지원합니다.
- 여러 활동을 통해서 한국문화를 깊이 이해할 수 있었습니다.
- 매달 모임을 손꼽아 기다릴 정도로 제 사회생활의 중요한 부분이 되었습니다.
- 바쁜 일정 속에서도 친구들과 더 깊은 관계를 맺었습니다. 감사합니다.



▶ 다가온 참여위원회

- ▶ 5월, 11월에 지역주민을 대상으로 다가온 조성 관련 논의를 통해 교류 및 소통을 강화하고, 적극적 사회 참여를 도모합니다.
- 전반적인 센터 분위기와 프로그램을 의논할 수 있어 매우 뜻깊은 시간이었습니다.
- 다가온에 대해 알 수 있었고, 여러 의견을 나눌 수 있어서 좋은 시간이 되었습니다.



▶ 자녀성장지원 프로그램 “다(多) 함께 축구교실”

- ▶ 4월, 다문화 자녀를 대상으로 축구 교실을 운영하여 또래 친구들과 팀을 맺어 유대감 형성을 도모합니다.
- 디킥발, 패스, 슈팅을 알게 되면서 축구를 잘하게 되었습니다.
- 너무 재밌고 즐거웠습니다. 또 하고 싶습니다.



다문화가족교류소통공간 다가온

▶ 결혼이주민 프로그램 “내 마음속 책방 나들이”

- ▶ 10월, 결혼이주민이 모여 독서와 자기표현 활동을 통해 정서적 연결감 형성 및 문화교류 축진을 도모합니다.
- 그림책을 오랜만에 봐서 좋았습니다. 특히, 마지막 날에 책방을 소개해주셔서 유익했습니다.
- 즐겁고 행복하게 소통할 수 있어 좋았습니다.



▶ 결혼이주민 프로그램 “다양다색 공예교실”

- ▶ 11월, 다양하고 친환경적인 재료로 공예 활동을 하여 결혼이주민 간 성취감 고취 및 상호작용 활성화를 도모합니다.
- 다양한 공예품을 직접 만드니까 집중하며 힐링하는 시간이었습니다.
- 프로그램을 통해 많이 배웠고 손재주도 좋아졌습니다. 나중에도 참여하고 싶습니다.



▶ 결혼이주민 프로그램 “함께 그리는 온(on) 세상”

- ▶ 5~6월, 결혼이주민이 직접 미술을 배우고 그리며 다양한 취미 활동을 통해 스트레스를 완화하고 성취감 형성을 지원합니다.
- 프로그램에 참여하면서 그림 그리는 취미가 생기고 또 많은 것을 배웠습니다.
- 한국 학원에 다닐 용기가 없었는데, 이번 기회를 통해 그림 그리는 기술과 다양한 재료를 배우게 되어서 정말 즐거웠습니다.



▶ 지역사회통합 프로그램 “필라테스로 만난 사이”

- ▶ 3~7월, 선주민과 이주민이 폼롤러, 밴드 등 도구를 활용한 다양한 동작의 필라테스를 통해 함께 건강한 운동 생활을 할 수 있도록 지원합니다.
- 필라테스를 하면서 몸과 마음이 편해지고 건강해졌습니다.
- 다른 분들과 함께하는 동작이 많아서 서로 알아가는 색다른 재미를 느꼈습니다.



다문화가족교류소통공간 다가온

지역사회통합 프로그램 “볼링톡톡!(talk! talk!)”

- 8월, 선주민과 이주민이 함께 볼링을 통해 새로운 생활 스포츠를 경험하고, 팀별 경기를 통해 사회적 관계망을 확장합니다.
- 볼링을 치면서 스트레스도 날리고, 무엇보다 좋은 분들과 함께 게임한 시간이 뜻깊었습니다.
- 볼링도 배우고 좋은 친구들도 많이 알게 되었습니다. 국적은 다르지만, 스포츠를 통해 마음이 통했습니다.



지역사회통합 프로그램 “함께 요리하는 사이”

- 7~9월, 지역주민이 직접 강사가 되어 요리를 설명하고, 선주민과 이주민이 짝이 되어 요리를 배우며 새로운 사회적 관계망 형성을 지원합니다.
- 다른 이웃 나라의 요리를 직접 만드는데 지역주민과 함께할 수 있어 즐거웠습니다.
- 한식을 만들어주신 선주민 강사님의 설명이 귀에 잘 들어와서 이주민인 저에게 큰 도움이 되었습니다.



지역사회통합 프로그램 “요가로 만난 사이”

- 9~10월, 선주민과 이주민이 필라테스에 이어 요가와 명상을 하며 스트레스를 해소하고, 건강한 몸과 마음 형성을 지원합니다.
- 명상과 함께 요가를 하며 몸과 마음을 힐링하였습니다.
- 친절한 강사님과 자세한 동작 설명까지 좋은 요가 시간이었습니다.



다가온은 본 센터 2층에 위치하며, 평일 9~18시(12~13시 및 주말 제외) 상시 이용이 가능합니다. 지역주민과 자유로운 교류·소통을 위한 장난감, 도서, DIY키트 등 다양한 놀거리가 준비되어 있으며, 공간대관도 운영합니다.

서울시가족학교

예비부부교실

- 4월, 9월 예비부부 대상으로 커플 대화법, 신혼부부 재무교육 등을 제공하여 결혼 준비를 돕고 행복한 부부 관계 형성을 지원합니다.
- 예비부부가 논의해야 할 주제 목록에 대해 이해하고 소통의 규칙을 마련할 수 있었습니다.

아동기부모교실

- 아동기 자녀를 둔 부모에게 올바른 훈육법, 소통법 등 강의를 제공하여 자녀와의 관계를 증진하고 아동의 건강한 성장을 지원합니다.
- 아이가 말하면 의사가운을 입고 무조건 들어주라는 강사님의 말씀이 도움 되었습니다.

청소년기부모교실

- 청소년기 자녀를 둔 양육자 대상으로 청소년에 대한 이해와 자녀 의사소통 방법 학습을 도와 화목한 가족 관계 형성을 지원합니다.
- 자녀와 트러블이 있을 때 5초 정도 쉬고 이야기할 수 있게 되었습니다.

아버지교실

- 남성 양육자 대상으로 자녀 양육에 도움이 되는 기술 교육 및 자녀와 함께하는 체험활동 제공으로 가족 친화적 분위기를 조성하고 자녀와의 친밀감을 증진합니다.
- 자녀와 더욱 많은 시간을 가져야겠다고 다짐하였습니다.

패밀리셰프

- 가족과 함께하는 요리활동을 통해 가족 소통의 기회를 제공하고 친밀한 관계 형성을 돕습니다.
- “엄마랑 함께해서 재밌었어”라는 말 한마디가 정말 큰 위로와 힘이 되었습니다.



1인가구 지원사업

▶ 서울시 1인가구지원사업 상담 “마음충전”

- ▶ 전문 상담사와의 1:1개인상담 및 집단상담을 통해 1인가구의 정신건강 증진, 심리적 안정을 지원합니다.
- 나의 감정을 의식해 볼 일이 거의 없는데 내 감정의 소중함과 더불어 3회차 내내 힐링하는 시간을 보냈습니다.



▶ 서울시 1인가구지원사업 교육 및 여가문화 프로그램

- ▶ 다양한 교육·여가문화 프로그램을 제공하여 1인가구의 사회구성원으로서의 행복과 삶의 질 증진을 지원합니다.
- 저 자신을 되돌아보게 되는 기회가 되었고, 내가 행복해야 다른 사람들과 함께 행복할 수 있다는 생각이 들었습니다.



▶ 서울시 1인가구지원사업 사회적관계망 “서로 이웃”

- ▶ 정기적 모임활동 유도 및 모임 형성을 통해 1인가구의 사회적 지지체계 구축과 사회참여를 지원합니다.
- 이제까지 혼자서 활동했던 것들을 사회적관계망 사업을 통해 혼자 고립되지 않고 바깥 활동을 자주, 모임원과 소통을 더 자주 할 수 있는 기회가 되어서 너무 뜻깊었습니다.



▶ 서울시 안심장비지원사업 “안심할 생활”

- ▶ 안심장비 세트를 제공하여 1인가구 및 스토킹 등 범치피해자의 안전한 주거 생활을 지원합니다.
- 장시간 외출시 가정용 CCTV를 확인하면 마음이 안정됩니다.



1인가구 지원사업

▶ 서울시 중장년 1인가구 야외 문화·과학 체험 프로그램 “중랑 너나들이”

- ▶ 전시 관람, 숲 해설, 트래킹 등 야외 체험활동을 제공하여 중장년 1인가구의 정서적 지지기반 확보 및 사회참여를 지원합니다.
- 바깥 외출은 정서적 순환에 도움이 되어 마음의 힘이 길러질 수 있어 감사했습니다. 혼자보다도 함께 프로그램을 통해 자연을 보고 힐링 되어진 것에 감사합니다.



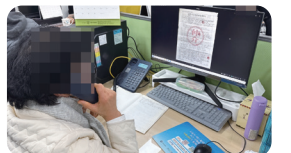
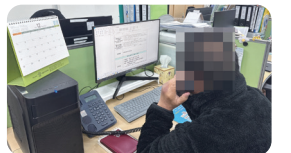
▶ 서울시 1인가구지원사업 중장년 1인가구 행복한 밥상

- ▶ 중장년 1인가구의 식생활 개선을 위한 교육, 실습, 소셜다이닝을 통해 개인 역량을 강화하고 네트워크 활성화를 지원합니다.
- 여러 1인가구분들과 웃고 떠들며 김치를 버무리고, 지역사회에 적으나마 나눔 까지 할 수 있어 아주 뿌듯하고 즐거웠습니다.



▶ 서울시 1인가구지원사업 전월세 안심계약 도움 서비스

- ▶ 1인가구를 대상으로 전월세 안심계약 4대 서비스(전월세 계약 상담, 주거지 탐색 지원, 집보기 동행, 주거정책 안내)를 제공하여 안정적인 주거 정착 및 복지 향상을 지원합니다.
- 부동산임대차 계약 관련 내용에 대하여 제가 이것저것 질문드렸음에도 귀찮아 하지 않으시고, 흔쾌히 답변을 해주셨습니다. 덕분에 계약 잘하였고, 감사한 마음이 참 큼니다. 주변에 이사계획이 있는 친구들이 있으면 적극 추천합니다.



▶ 서울시 고독 중장년 혼밥탈출 “같이한끼”

- ▶ 중장년 1인가구를 대상으로 매주 함께 식사하는 모임을 운영하여 일상 속 관계망 형성을 지원합니다.
- 혼밥을 할 때는 대충 한 끼 때우기 일쑤였는데 여럿이 둘러 앉아 잘 차린 음식을 먹는 즐거움과 든든함이 있었습니다.



1인가구 지원사업

▶ 서울시 1인가구 정리수납 컨설팅 지원사업 “나도 착착박사”

- ▶ 정리수납 전문가의 가정방문 정리수납 컨설팅을 통해 중랑구 거주 1인가구의 주거환경 개선을 지원합니다.
- 혼자서 처분하지 못했던 물건들을 정리할 수 있어서 도움이 되었습니다.



▶ 중랑구 1인가구 식생활 개선 교육 “밥상 레벨UP! 프로젝트”

- ▶ 식생활 교육, 실습 활동을 통해 1인가구의 건강한 식습관 형성을 지원합니다.
- 1인가구로서 식생활을 챙길 수 있는 좋은 시간이었습니다.



▶ 중랑구 중장년 1인가구 교육 및 여가문화 프로그램 “일상 레벨UP! 프로젝트”

- ▶ 다양한 교육, 여가문화 프로그램 제공을 통해 중장년 1인가구의 역량 강화 및 삶의 질 향상을 지원합니다.
- 무료한 시간을 보내다가 프로그램 덕분에 활기찬 생활을 할 수 있었고, 프로그램 시간을 기다리며 좋았습니다.



▶ 중랑구 여성 1인가구 안심커뮤니티 “슬로세이프”

- ▶ 지역 내 여성 1인가구의 생활 안전 역량을 강화하여 보다 안전하고 건강한 일상을 영위할 수 있도록 지원합니다.
- 1인가구로 살아가면서 가장 어려웠던 안전과 건강에 대해 불안감이 많이 해소되었고, 많은 여성들을 만나며 연대감을 느낄 수 있는 시간이었습니다.



다문화가족 특성화 사업



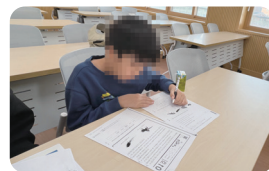
통·번역 서비스 지원사업

- ▶ 결혼이민자 및 그 가족의 일상생활에 안정적으로 적응할 수 있도록 필요한 의사소통을 지원합니다.
- 부부갈등 상담 및 학부모 상담 통역 지원 덕분에 어린이집 담당 선생님과 원활하게 소통할 수 있었고, 아이를 키우는 데 큰 도움이 되었습니다.
- 병원에 갈 때 말이 잘 안 통해서 항상 걱정이 많았는데, 통역 지원 덕분에 의사 선생님 말씀을 정확히 이해할 수 있었습니다. 덕분에 치료 과정도 잘 알게 되어 안심이 되었고, 한국 생활에 대한 부담이 많이 줄었습니다.



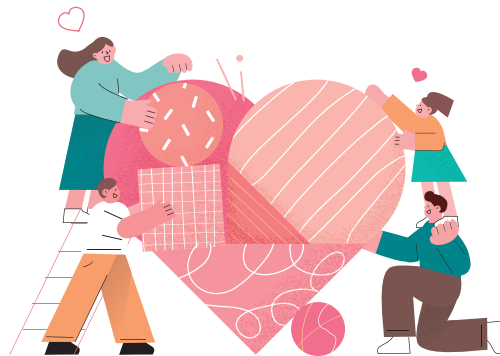
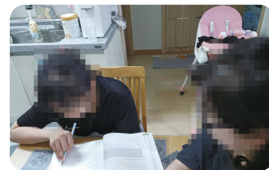
다문화가족자녀 언어발달지원사업

- ▶ 만 12세 이하의 다문화가족자녀를 대상으로 언어 평가, 수준별 맞춤 언어 교육을 진행하여 의사소통 및 언어능력 향상을 도모합니다.
- 기회가 된다면 또 참여하고 싶습니다.
- 우리 아이 많이 좋아졌습니다.



다문화가족 방문교육사업

- ▶ 결혼이민자, 중도입국자녀, 다문화 자녀를 위해 선생님이 직접 집으로 방문하여 주 2회, 회당 2시간씩 1:1로 한국 사회 적응에 필요한 '한국어교육', '부모교육', '자녀생활서비스'를 지원합니다.
- 단계에 맞는 한국어교육을 진행해 주셔서, 한국어 실력이 많이 늘었습니다.
- 아이의 한글 실력도 향상되고, 독서지도를 통해서 책 읽는 습관도 기를 수 있어서 좋았습니다.



결혼이민자 역량강화지원사업

- ▶ 2~12월, 결혼이민자 및 중도입국자녀를 대상으로 대면·비대면 수업을 통해 한국어와 한국 문화를 교육하여 원활한 의사소통과 한국 생활 적응을 도모합니다.
- 수업을 듣고 한국어에 더 자신감이 생겼습니다. 문법과 어휘를 더 많이 배울 수 있어 감사합니다.
- 한국어 교육은 저에게 많은 도움이 됩니다. 한국 사회를 더 이해할 수 있게 되어서 감사합니다.



법무부 “사회통합프로그램”

- ▶ 2~8월, 결혼이민자, 중도입국자녀, 외국인에게 한국어와 한국문화를 교육하여 안정적인 한국사회 정착을 도모합니다.
- 많은 것을 알게 되었고, 감사님 덕분에 한국어 실력이 늘고 한국문화에 대해 잘 알게 되었습니다.
- 항상 따뜻한 가르침과 정성 어린 지도에 진심으로 감사합니다.



이중언어교육 지원사업

▶ 이중언어교실 “초등 중국어 YCT1급 준비반”

▶ 중국 결혼이주민 자녀를 대상으로 중국어 YCT 1급 교육 프로그램을 진행하여 이중언어 능력 향상과 성장을 지원합니다.

- 아이가 중국어를 재미있게 배웠습니다.
- 보드게임과 동요 등 다양한 활동으로 중국어 공부에 더 큰 흥미를 느껴 보람찬 시간이었습니다.



▶ 이중언어부모 코칭프로그램 “맘스독서클럽_엄마의 첫SNS”

▶ 결혼이주민을 대상으로 전문적인 부모교육 및 육아 독서활동을 제공하여 부모 자녀 간 정서적 유대감 강화를 도모합니다.

- 저에게 꼭 필요한 것을 많이 배워서 너무 좋았습니다.
- 유익한 정보와 맞춤 감사님 덕분에 유튜브와 인스타그램을 시작하게 되었습니다.
- 궁금했던 부분들을 함께 공유하며 배울 수 있어 좋았습니다.



▶ 이중언어부모·가족 코칭프로그램 “나는 그림책 작가”, “엄마표 놀이교실”

▶ 다문화가족을 대상으로 이중언어 교육을 진행하여 부모와 자녀 간의 정서적 유대감을 강화하고 이중언어로 소통할 수 있는 환경을 조성합니다.

- 가족과 함께하며 서로를 더 잘 알 수 있어 좋았고, 좋은 프로그램을 만들어주셔서 감사합니다.
- 아이들이 그림책을 성공적으로 완성하기 위해 최선을 다하는 모습을 보며 정말 자랑스러웠습니다.
- 50일 챌린지 활동을 통해 아이들이 엄마 나라 언어를 적극적으로 배우며 부모와의 소통이 증진되고 모국어 학습 의욕도 높아졌습니다.



온라인회원가입



프로그램신청



인스타그램



색다른 가족, 색다른 소중함 당신의 따뜻한 손길을 기다립니다.

후원계좌

우리는행 1005-601-691154 | 중랑구가족센터
국민은행 038701-04-492199 | 중랑구가족센터



중랑구가족센터



중랑구1인가구지원센터

전화번호 02-435-4142, 4, 9
가족상담 02-435-4143
공동육아나눔터 070-7434-5500
팩스번호 070-7469-4140

E-mail jungnang4142@naver.com
홈페이지 jungnang.familynet.or.kr
jungnanggu.liveinkorea.kr
블로그 https://blog.naver.com/jungnang4142
인스타그램 www.instagram.com/jungnang4142



지하철 이용

- 사가정역 4번 출구에서 2230, 2212 버스 승차 중화중학교 하차
- 용마산역 2번 출구에서 320, 2012 버스 승차 중화중학교 하차
- 면목역 2번 출구에서 02 마을버스, 1213, 2013 버스 승차 용마문화복지센터 하차



버스 이용

- 02 마을버스, 271, 1213, 2013 용마문화복지센터(경성여객 종점) 하차
- 320, 2012, 2212, 2230 중화중학교 앞 하차
- * 공동육아나눔터 320, 2012, 2230, 2212 면중초등학교 하차



발행일 : 2026년 1월 | 발행처 : 중랑구가족센터 | 주소 : (우) 02208 서울시 중랑구 용마산로 369(면목동 62-2번지)