



2026년 10월 가정통신문

어느덧 선선한 바람이 불어오며 풍요로운 가을이 찾아왔습니다.

항상 따뜻한 마음으로 응원하고 관심 가져주시는 보호자님께 감사드립니다.

10월에는 아름다운 가을을 느끼며 어르신들이 즐겁고 건강하게 생활하실 수 있도록 다양한 활동과 프로그램을 진행하며, 일상생활 속에서 서로 배려하고 소통하며 안정적이고 행복한 화명은혜공동생활가정이 이루어질 수 있도록 더욱 세심하게 살피겠습니다.

10월 생활 안내

환절기 건강관리

아침저녁으로 기온 차가 커지는 시기이므로, 충분한 수분 섭취와 규칙적인 식사를 통해 건강관리에 힘쓰겠습니다.

가을에 할 수 있는 여러가지 활동을 통해 인지력향상과 신체활동을 진행하여 정서적 안정을 도모하겠습니다.

테라스 산책을 통해 가을 햇살을 쬌어 수면에 도움을 드릴 수 있는 시간도 자주 가지려 합니다

개인위생 및 청결관리

손 씻기, 양치하기, 개인 물품 정리 등 기본적인 위생습관을 지속적으로 지도하고 쾌적한 생활환경을 유지하겠습니다.

일상생활 및 자립활동

스스로 할 수 있는 것들은 자력으로 하여 잔존기능유지에 도움을 주며 일상생활활동에 있어 자존감을 높일 수 있도록 하겠습니다.

보호자님께 부탁드립니다

어르신들의 안정적으로 생활할 수 있도록 계절에 맞는 의류와 개인용품을 챙겨 주십시오.

풍성한 결실의 계절 10월,

어르신들이 웃음과 행복이 가득한 하루하루를 보낼 수 있도록 직원 모두가 정성을 다하겠습니다.

보호자님 가정에도 건강과 행복이 가득하시기를 바랍니다.

*사진이 보이지 않는 어르신은 활동 후 손으로 만져 부서져서 찍지 못했습니다.





목초액 족욕

어르신들의 가장 힐링의 시간 목초액에 발을 담근다
혈액순환에 도움을 줄 수 있으며 목초액의 향기에 어르신들의 심신의 안정을 돕기도 한다.



인지&회상쌓기

주변에서 볼수있는 도구를 사용하여 스스로 안경을 만들어 사용해 본다 어떻게 만들어지는지 무엇에 사용되는지를 안다. 스스로 어르신들이 만족감을 얻는다.



음악

노래에 맞는 소품을 사용하며 소근육을 깨운다. 어르신들 따라 하는것이 버거워 가만히 앉아 계시기도 하며 다른 어르신들을 바라보기도 한다.
작은 힘이 보탬이 되도록 한다.