

제 1권 2026 - 1호 발행일 1월 31일

하 늘 가 웃 는다

마음을 이어주는
튼튼한 이웃



동두천노인복지요양센터

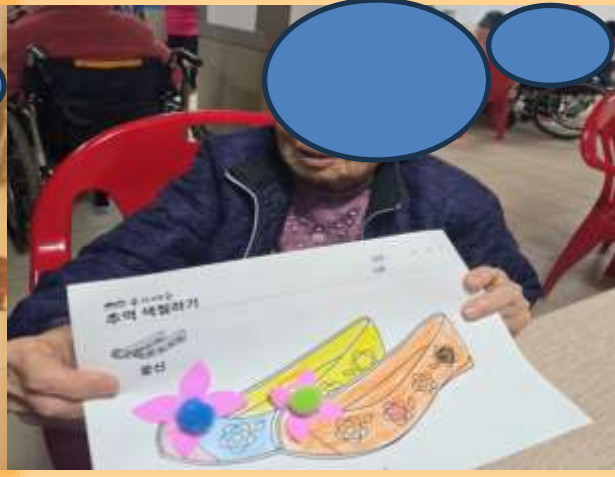


새해 ^보복 많이 받으세요

찬바람이 서서히 물러가고 봄의 기운이
찾아오는 2월입니다. 아직 쌀쌀한 날씨가
이어지는 만큼 건강관리에 유의하시고
민족의 대 명절 설을 맞아 따뜻하고 평안한
시간 보내시길 바랍니다.



1월 프로그램 이렇게 진행하였습니다.



어르신들께서 꽃신 꾸미기를 하시며 소 근육 운동도 하시고 즐겁게 참여해 주셨습니다.



인지 기능 향상에 도움 드리는 숫자 더하고 색칠하기를 해보았습니다. 숫자 공부도 하시고 색칠도 하시며 집중해 주셨습니다.



겨울 빨래터 모습을 회상하며 꾸미시고 추억을 이야기 나누는 시간을 보내시며 즐겁게 참여해 주셨습니다.



이끼 볼을 이용해 얼굴 꾸미기를 하시며 창의력을 발휘하시는 시간을 가져보았습니다.

가족과 함께 설렘으로 가득 찬
설 명절 보내세요

1월 프로그램 이렇게 진행하였습니다.



어르신들과 빨대를 이용해 액자 만들기 시간을 가져보았습니다. 테두리에 맞춰 빨대를 열심히 붙이시며 즐겁게 참여해 주셨습니다.



함께 국민체조를 따라 하시고 대 소 근육 운동을 열심히 하시면서 활기찬 시간을 보내셨습니다.



풍선을 손과 접시로 띄어 옆 어르신에게 전달해드리는 대결을 펼치시며 즐거운 시간을 보내셨습니다.



집중력과 순발력에 도움을 드리는 투호놀이를 하시며 성취감을 느끼시고 신체 활동에 즐겁게 참여해 주셨습니다.

가족과 함께 설렘으로 가득 찬

설 명절 보내세요



예배활동 (매주 화요일 방문)

매주 화요일 오전에는 예배를 드리는 시간을 가지면서 찬송가도 부르시고 목사님 말씀도 들으시며 뜻 깊은 시간을 보내셨습니다.

이미용 봉사(1/20)

20일은 미용 봉사단 방문으로 어르신들의 이미용 단장을 해드렸습니다. 깔끔하게 머리를 다듬으신 어르신들의 모습이 너무 예쁘고 멋지셨습니다.



민요공연(1/21)

21일은 민요 봉사단 선생님들께서 방문하여 어르신들께 신명 나는 민요를 들려주시고 트로트 노래도 불러주셨습니다.



이달의 MVP

1월 MVP는 김0순 어르신입니다. 어르신께서는 프로그램에 성실하고 적극적인 자세로 참여해 주시며 다른 어르신을 도와드리는 모습을 보이시어 이달의 MVP로 선정되었습니다. 축하 드립니다.



재활운동

상체운동



하체운동



보행운동



생신잔치



1월2일
최0식 어르신 생신



1월5일
황0숙 어르신 생신



1월6일
조00자 어르신 생신



1월13일
전0희 어르신 생신



1월18일
정0호 어르신 생신



1월23일
김0봉 어르신 생신



1월24일
배0례 어르신 생신



1월25일
김0섭 어르신 생신



1월25일
백0자 어르신 생신



1월27일
장0자 어르신 생신



1월의 새 식구를 소개합니다



4층 ○○ 어르신

1월에 입소하여 새 식구가 되신 우리 어르신을 소개합니다.

앞으로 본 요양원에서 불편함이 없이 잘 적응하시고

편안히 생활하실 수 있도록

선생님들과 함께 협력하여 최선을 다해 모시겠습니다.

환영합니다

설 연휴 “면회 예약” 해주세요

층 별 인테리어가 종료 후 보호자님들께서 많이 궁금해 하셔서
이번 설 명절 면회는 **어르신 생활실 각 층** 에서 진행될
예정입니다.

- 아 래 -

- **예약시작 : 2026년 2월 1일 (일요일) 09:00부터 ~ 18:00까지**
 - 09:00 이전과 18시 이후에는 전화를 자제부탁드립니다.
 - 생활실 면회기간은 **2월 14일 ~ 2월 18일**까지입니다.
- **면회장소 : 어르신이 거주하시는 각 해당 층**
 - 각종 감염으로부터 보호를 위해 **각층별 시간대별 최대 3팀만 가능**
- **면회 시간 : 오전 10:30 ~ 오후 16:00까지 입니다.**
 - 그 외 시간은 요양보호사님들께서 어르신들 기저귀 교체 및 식사 준비 등의 시간 입니다.
 - 전화를 주시면 예약시간대를 알려드립니다.
- **필수 방역 수칙**
 - KF94 마스크 착용 필수 (일반/비말 마스크 불가)
 - 입구 체온 체크 및 손 소독 (37.5도 이상 시 입실 불가)
 - 보호자는 음식물 섭취 금지 (마스크 상시 착용)
- **외출, 외박은 사전에 미리 연락 해주시면 감사하겠습니다.**
 - 약, 필요 용품 등을 미리 준비해 드릴 수 있습니다.
- **요즘 독감이 유행하고 있습니다. 체온체크시 37.5도가 넘으면 면회실 예약으로 변경됨을 양해부탁드립니다.**



동두천노인복지요양센터

031-866-5700

수인성·식품매개감염병

- 30초 이상 비누로 올바른 손씻기
- 음식은 충분히 익혀먹기
- 물은 끓여 마시기
- 위생적으로 조리하기



뭘 잘못 먹은거야

인플루엔자

- 30초 이상 비누로 올바른 손씻기
- 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리고 기침하기
- 기침이나 열 등 의심 증상 시 조기에 진료받기
- 호흡기 증상 있을 시 마스크를 착용하기
- 예방접종 받기

정말 독하군



모두가 건강한 명절 보내기

설 연휴 감염병 예방법

설 연휴 기간 중 감염병이 의심되거나
질병정보가 궁금하다면?

질병관리본부 1339콜센터로
문의해주세요!

아 감염병 예방수칙
잘 지킬 거

해외유입 감염병

- 해외 여행지 감염병 확인하기(해외감염병now.kr)
- 출국 전 예방접종, 예방약, 예방물품 챙기기
- 긴 옷을 입고 모기 퇴치제품을 사용하여 모기에 물리지 않기
- 입국 시 검역관에게 건강상태질문서 제출하기
- 귀국 후 증상발생 시 해외여행력 알리기



사랑 가 온다



발행일: 2026년 1월 31일 발행처: 동두천노인복지요양센터 발행인: 서경숙
주소: 경기도 동두천시 상패로 85 전화: 031-866-5700 팩스: 866-5713
홈페이지: <http://www.lovenet.or.kr/> 이메일: korea8665700@naver.com