

온열질환 예방안내

따뜻하게 맞잡은 부모님의 손
약력 손아귀 힘으로
건강을 확인하세요!



2026.8.14.

심방문리약원

약력은 간단히 확인할 수 있는
건강 지표입니다.

정확한 약력은 약력계로 측정할 수 있지만,
 간단한 행동으로도 약력 변화를 살펴볼 수 있습니다.



손을 맞잡고
 쥐는 힘 확인

페트병 열기

물수건 짜기



약력계로 측정하면?

65세 이상 **남자 28.0kg** 미만 · **여자 18.0kg** 미만일 경우
 약력 저하로 진단합니다.

방문 시 협조 요청

요양원 정문은
요금 시 구급차량이 통행
 할 수 있어야 하므로
'정문 주차'는 삼가'하시기 바랍니다.
 주차 시에는 건물 측면에 마련된
 주차장에 해주시길 바랍니다.

대면 면회를 예약제로 실시합니다.
 오전 11시, 오후 2시, 오후 3시, 오후 4시

오시는 길

▶ 버스 이용시

- 강변역 (강변역A 정류장) : 1, 11번 버스
 - 강남역 (1번출구), 잠실역 (7번출구)
 : 7007번 버스
 - 청량리역 (4번출구), 상봉역 (5번출구)
 : 707 버스
- >> 전접음사무소 하차

▶ 지하철 이용시

- 4호선 전접역 6번 출구 -> 매표 31번

▶ 승용차 이용 시

- 수도권제1순환고속도로 퇴계원 I/C 이용
- 47번 국도(일동 방면)
- 전접음사무소 검색



9월 소식지

제2026-9호
 담당자 : 김진주 사회복지사

내 집, 내 가족 같은 편안한 쉼터



 **성심사랑요양원**

경기도 남양주시 전접읍 금강로 1521번길 24
 ☎ 031) 515-2900, FAX 031) 515-2009

인사말

선선한 바람이 불어오는 9월입니다.

무더웠던 여름을 지나 가을을 맞이하는 시기에도
어르신들께서 건강하고 편안하게 지내실 수 있도록
세심한 돌봄과 안전관리에 최선을 다하겠습니다.

일교차에 건강 유의하시고,
풍요롭고 행복한 9월 보내시길 바랍니다.

감사합니다. 🍂

9월 일정표

*9월 9일: 운영위원회, 사례회의

*9월 14일, 28일: 계약의사 진료

*9월 1일, 8일, 15일, 22일, 29일

- 가정 간호 진료

*9월 1일 ~ 9월 30일: 원내 종사자 교육

- 노인인권 학대예방

- 개인정보 보호지침

*9월 30일: 봉성체 (대상자:천주교신자 어르신)

*9월 1일 ~ 9월 30일 매주월요일

- 노래교실 프로그램 진행

9월 프로그램 일정표

2026년 9월 프로그램 일정표

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
휴일 15:30 ~ 15:40 50분 점도 및 간식제공	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기 주말-주요활동	14:30 ~ 15:30 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기 주말-주요활동	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기 주말-주요활동	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기 주말-주요활동	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기 주말-주요활동
9	10	11	12	13	14	15
매주, 자유활동	15:00 ~ 16:00 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기
16	17	18	19	20	21	22
매주, 자유활동	15:00 ~ 16:00 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기
23	24	25	26	27	28	29
매주, 자유활동	15:00 ~ 16:00 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기
30	31	10월 1일	10월 2일	10월 3일	10월 4일	10월 5일
매주, 자유활동	15:00 ~ 16:00 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기
32	33	34	35	36	37	38
매주, 자유활동	15:00 ~ 16:00 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기	14:50 ~ 15:50 100분 간식 제공하기

공지사항

<대면 면회 안내>

* 면회시간 안내 (총4회) *

오전 11시, 오후 14시, 15시, 16시
(면회는 미리 예약한 보호자님에 한함.)

* 면회 시 주의사항 *

유통기한이 짧거나 방치하면 부패, 변질이
우려되는 음식은 상온에 일정기간 한번 먹을
수 있는 분량만 준비해주시길 부탁드립니다.

기타 궁금하신 내용이나 어르신과 통화를
원하시는 보호자님은 대표번호로
연락 부탁드립니다.

8월 프로그램 사진



8월 프로그램 사진

