

즐거운에서 들려주는 9월 이야기



사회복지법인
즐거운 우리집

주소 경기도 용인시 처인구 양지면 주한로 58
전화 031-335-9911 | 팩스 031-335-9910

즐거운 소식

- 대표자 인사말 요양원에 계시는 어르신 90% 이상이 치매증세를 갖고 계시고 양상도 다양합니다.

사람 사는 것이 나름 힘겨워서인지, 젊은 날 고달프고 팍팍한 세월을 보내서인지, 노인이 되면서 인내력이 떨어져서인지, 욕설도 아주 많이 하십니다. 그래도 인지가 있을 때는 매너도 생각하고 타인도 의식하여 자기 성정대로 하기 어렵기도 합니다. 치매로 인하여 자신의 감정과 행동을 적절히 통제하기 어려우니 욕으로 시작하시는 어르신도 계십니다.

치매 어르신은 뇌의 손상 부위에 따라 불안 우울 공격성 등 감정 기복이 더 심하게 나타나기도 하여 싸움도 잦습니다. 언어로 자신의 감정과 요구를 정확히 표현하기 어려워지면 욕설로 대신하기도 합니다. 익숙한 일상에서 벗어나면 두려움과 불안이 증가하면서 이런 부정적이 정서가 폭언이나 공격적인 행동으로 표출되기도 합니다. 몇십 년 동안 억눌렀던 트라우마들이 치매를 빌어 발산하는 것은 아닐까요?

이러한 증상들은 치매 단계에 따라 점진적으로 악화하며 평소의 성격에 따라 증상의 양상이 다양합니다.

식사를 금방 하셨는데 제가 가면 선생님들이 밥을 안 준다고 일러바치는 어르신!

“원장님 직원교육 잘 시키세요.”

“선생님들이 내 새 옷, 물통 등을 다 훔쳐갔어요.” 하는 어르신!

“선생님들이 훔쳐 갔으니 원장님이 새 옷으로 사다 주세요.” 라는 어르신!

“선생님이 내 밥에 약을 타서 밥을 먹을 수 없어요.” 라는 어르신!

기저귀 꺼내서 돌돌 말아 침대 모서리에 끼워두고 전혀 시치미를 딱 떼는 어르신!

화장실 문이 열려있는데 화장실 문 왜 닫아두느냐고 역정 내시는 어르신!

두루마리 휴지만 보면 푹푹 잘라서 놀이하는 어르신!

아무도 모르게 대변을 보시고 동그랗게 콩알을 만들어 창턱이나 테이블 위에 고이 모셔놓아 초코볼로 오인하도록 하는 어르신!

대변을 눈에 띄는 벽 등에 바르는 것이 아니라 침대 가드레일 뒤쪽 등에 발라서 감쪽같이 감추시는 어르신!

그래도 이렇게 싸우고 욕하고, 낙상이 조마조마하여 낙상방지판을 설치하면 기필코 방지판을 뛰어넘어 선생님들을 기절시키는(?) 문제를 만드는 때가 살아있는 것이고 그나마 건강하고 좋을 때입니다.

치매가 더 악화되거나 기력이 떨어지게 되면 입만 여시면 하던 욕을 멈추게 됩니다. 사람도 알아보지 못하십니다. 겨우겨우 음식물만 섭취하게 됩니다. 아이들이 건강할 때는 재를 저지르고 아플 때는 꿈쩍 않고 누워 있는 것과 같은 이치입니다.

■ 대표자 인사말

어르신들이 힘들게 할 때도 한때이고 그나마 건강할 때니 감사하게 받아들여야 한다고 직원교육에서도 종종 나눕니다.

올여름 땀별 유난히 찌더니 선들거리는 바람 곁에 가을이 묻어오고 있습니다.
『즐거운』가족 여러분! 좋은 가을 맞으시고 명절 잘 보내시기 바랍니다...



이철수(2013). 비바람에도 아름다움은. 목판화

■ 8월 후원 소식을 전합니다.

일자: 2024년 8월 1일 ~ 8월 31일

후원 일시	후원자	후원 내용	후원 일시	후원자	후원 내용	후원 일시	후원자	후원 내용
8/4	김○○ 가족	포도, 바나나	8/17	김○○ 가족	궁잔기지떡	8/24	고○○ 가족	떡
8/4	한○○ 가족	아이스크림	8/17	김○○ 가족	비타500	8/25	박○○ 가족	비타500 과자
8/4	나○○ 가족	수박	8/17	임○○ 가족	비타500	8/25	이○○ 가족	주스
8/4	김○○ 가족	비타500	8/18	손○○ 가족	샤인머스켓	8/25	김○○ 가족	롤케익
8/4	남○○ 가족	텃밭 채소	8/18	전○○ 가족	복숭아	8/25	한○○ 가족	아이스크림
8/7	고○○ 가족	농산물	8/19	김○○ 가족	복숭아	8/26	윤○○ 가족	포카리스웨트
8/7	윤○○ 가족	야쿠르트	8/20	요양보호사 실습생 이○○	사과즙, 롤케익	8/26	김○○	50,000원
8/11	박○○○ 가족	복숭아	8/20	황○○ 가족	롤케익	8/26	(주)와이○○ ○○○○	50,000원
8/12	김○○ 가족	마가렛트	8/21	이○○ 가족	비타500	8/26	이○○	50,000원
8/12	김○○ 가족	수박	8/22	가정간호사 ○○○	아이스크림	8/27	제일메디 장○○○	비타500
8/14	진○○ 가족	수박	8/24	김○○ 가족	복숭아	8/28	류○○이장님	샌드위치
8/14	천○○ 가족	두유	8/24	손○○ 가족	포도	8/28	기업○○	200,000원
8/14	권○○ 가족	복숭아, 수박	8/24	하○○ 가족	카스테라	8/31	문○○ 가족	밤빵
8/15	전○○ 가족	복숭아	8/24	박○○ 가족	비타500	8/31	유○○	50,000원
8/17	이○○ 가족	초코파이 몽쉘	8/24	장○○○ 가족	족발세트			

‘사랑’이 가득한 사회복지법인 즐거운우리집 후원계좌 “(기업) 020-130950-04-065”

9월의 행사

어르신들의 활기찬 생활을 위해 노력합니다.

일	월	화	수	목	금	토
1 종교 활동	2 인지 개발 미술 프로그램 (희망브리지) 직원교육	3 영상 감상 계약의사 진료	4 오감 테라피 즐거운 향기다방 직원교육 계약의사 진료	5 심성 개발	6 실버체조	7 보듬 케어 (몸단장)
8 종교 활동	9 인지 개발 미술 프로그램 (희망브리지)	10 영상 감상 계약의사 진료	11 오감 테라피 즐거운 향기다방 계약의사 진료	12  생신잔치 가정간호사 방문	13 추석행사 차례지내기	14 보듬 케어 (몸단장)
15 종교 활동	16 추석연휴	17  풍성한 한가위되세요	18 추석연휴 연주행사	19 심성 개발	20 입소 10주년 행사	21 보듬 케어 (몸단장)
22 종교 활동	23 인지 개발 미술 프로그램 (희망브리지)	24 영상 감상	25 오감 테라피 즐거운 향기다방	26 청년프로젝트 (도자기 채색) 가정간호사 방문	27 실버체조	28 보듬 케어 (몸단장)
29 종교 활동	30 인지 개발 미술 프로그램 (희망브리지)					

- 9월 2일(월), 4일(수) 오후 15:10~16:00 『즐거운』에서 주최하는 ‘재난상황훈련 및 소방훈련’ 교육에 전직원이 참석할 예정입니다.
- 9월 3일(화), 10일(화) 본관 2층, 별관, 9월 4일(수), 11일(수) 본관 3, 4층 어르신들을 용인 제일메디병원 안성기 계약의사와 김민호 계약의사께서 방문하여 진료해주실 예정입니다.
- 9월 12일(목), 26일(목) 조병준의원 가정간호사가 방문하여 해당하는 어르신께 의료서비스를 제공할 예정입니다.
- 9월 12일(목) 오후 14:30 ~ 15:30 9월 생신을 맞으신 3분의 어르신을 축하하는 행사를 진행할 예정입니다.
- 9월 13일(금) 오후 14:30 ~ 15:30 추석을 맞이하여 차례지내기 행사를 진행할 예정입니다.
- 9월 18일(수) 오후 14:00 ~ 15:00 추석을 맞이하여 본관 3층 김○희 어르신 가족의 재능기부로 ‘찾아가는 연주공연’ 행사를 진행할 예정입니다.
- 9월 20일(금) 오후 14:00 ~ 15:00 입소 10주년을 맞이하신 어르신을 대상으로 축하 행사를 진행할 예정입니다.
- 9월 26일(목) 오후 14:00 ~ 15:00 청년프로젝트가 주최하는 재능기부 프로그램(도자기 체험)을 진행할 예정입니다.

9월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월화수목금토일

1



Samantha kerdine(2023). Happy table.

잡곡밥/흰죽
복어무채국
토마토계란볶음
연근조림
썩갠나물
배추김치

뉴케어영양한잔
고칼슘두유

잡곡밥/영양죽
건새우아욱국
궁바오지딩
감자에그샐러드
가지나물
배추김치

떠먹는요구르트

잡곡밥/영양죽
순살아귀탕
돈채죽순볶음
적양파부추무침
무장아찌
배추김치

2	3	4	5	6	7	8
잡곡밥/흰죽 게살스프 비건콩불고기 돌자반 호박볶음 배추김치	잡곡밥/흰죽 감자양파국 돈육장조림 그린빈야채볶음 무나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 냉이토장국 동그랑땡전 청경채무침 도라지나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 미역국 훈제오리버섯볶음 부추무침 죽순볶음 배추김치	잡곡밥/흰죽 얼갈이된장국 소고기팽이버섯볶음 감자조림 마늘쫀무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 소고기무국 계란장조림 치커리사과무침 오징어젓갈 배추김치	잡곡밥/흰죽 콩가루배춧국 너비아니구이 고사리나물 메추리알샐러드 배추김치
뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 청국장 제육덮밥 양배추찜/쌈장 콩나물부추무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 맑은동태탕 매콤두부조림 썩갠나물 아삭이쌈장무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 뼈해장국 부추계란볶음 부지깻이나물 상추겉절이 배추김치	잡곡밥/영양죽 들깨칼국수 언양식불고기 근대나물 수제장아찌 배추김치	잡곡밥/영양죽 바지락순두부찌개 고등어무조림 참나물무침 렌틸콩샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 맑은숙주나물국 돈채부추볶음 키위샐러드 브로콜리무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 참치추어탕 오징어야채전 시금치나물 궁채절임 배추김치
계절과일	미니약과/식혜	단팥빵/음료	계절과일	만쥬/음료	찐빵/음료	복숭아요거트
잡곡밥/영양죽 팽이유부국 갈치구이 우영견과샐러드 오이무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 우거지콩나물국 소고기숙주볶음 토란대나물 건파래무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 들깨무채국 해물야채볶음 노각무침 공심채나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 코다리단호박조림 미역줄기볶음 동부묵무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 버섯매운탕 순살찜닭 콩나물잡채 가지나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 대구곤이탕 두부조림 고구마줄기나물 고춧잎된장무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 곤드레된장국 돈육소보로 강낭콩조림 취나물무침 배추김치

9월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월 9	화 10	수 11	목 12	금 13	토 14	일 15
잡곡밥/흰죽 홍합살무국 부추계란볶음 김자반 비름나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 소고기토란탕 닭살조림 캐슈멸치볶음 부추김치 배추김치	잡곡밥/흰죽 매생이무국 소고기두부조림 썩갓나물 우엉조림 배추김치	잡곡밥/흰죽 울갱이아욱국 시금치프리타타 멸치파리조림 열무나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 부추재첩국 돈육청경채볶음 파인애플샐러드 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 감자짜글이 새싹연두부 어묵새송이볶음 참나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 유채된장국 계란파리장조림 오이들깨볶음 완두콩조림 배추김치
뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 육개장 두부조림 씨앗연근조림 도토리묵야채 배추김치	잡곡밥/영양죽 들기름미역국 날치알계란찜 마늘쫄무침 감자볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 버섯된장국 등뼈콩나물찜 오이지무침 가지나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 계란국/요구르트 콩짜장면 갈비만두 오이부추김치 배추김치	잡곡밥/영양죽 가쓰오파국 조각돈까스 실곤약초무침 감자볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩나물냉국 로제찜닭 치커리유자청 무장아찌 배추김치	잡곡밥/영양죽 남도식호박찌개 참치두부전 깻잎장아찌 부추볶음 배추김치
슈크림국화빵/음료	계절과일	흑임자죽	플레인요거트	쌀과자/음료	계절과일	멀티비타요구르트
잡곡밥/영양죽 근대된장국 콩불고기야채조림 느타리버섯볶음 열무나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 두부새우전국 카레가자미구이 상추무침 찐호박무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 오징어콩나물국 김계란말이 미나리무침 병아리콩샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 갈치카레구이 감자조림 그린빈야채볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 옛날김치찌개 들기름두부구이 토마토샐러드 죽순야채볶음 열무김치	잡곡밥/영양죽 콩비지찌개 해물청경채볶음 파래김무침 노각무침 열무김치	잡곡밥/영양죽 북어무국 소고기두부볶음 시금치나물 그린샐러드 열무김치
16	17	18	19	20	21	22
잡곡밥/흰죽 명란두부찌개 메추리알장조림 얼갈이나물 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 사골만두국 치킨너겟 장아찌 비름나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 민물새우탕 토마토달걀볶음 노각무침 연근씨앗조림 배추김치	잡곡밥/흰죽 유채된장국 황태두부조림 파리멸치볶음 참나물무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 버섯매운탕 소고기가지볶음 토란대나물 감자샐러드 배추김치	잡곡밥/흰죽 들깨무채국 계란장조림 도라지생채 열무무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 두부김치국 콩불고기 고추장감자조림 마늘쫄볶음 배추김치
뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 파개장 보리새우무조림 단호박샐러드 청경채나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 소고기토란탕 갈비찜 버섯잡채 도라지나물 배추김치/유과	잡곡밥/영양죽 차돌청국장 동태살전 적채부추무침 무생채 배추김치	잡곡밥/영양죽 우렁살된장국 방어조림 가지나물 감자볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 건새우미역국 동파육 상추/쌈장 피망잡채 겉절이	잡곡밥/영양죽 팽이버섯국 생선까스 양파무초절임 부지깻이나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 토장국 닭볶음탕 새송이볶음 썩갓나물 배추김치
마가렛/쥬스	약과/식혜	단호박죽	떠먹는요거트	쿠키/요구르트	계절과일	푸딩
잡곡밥/영양죽 냉이토장국 코다리시래조림 궁채절임 미나리초무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 해물된장찌개 두부조림 굴소스숙주볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 다시마감자국 제육덮밥 양배추찜/쌈장 치커리샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 시금치된장국 매생이계란말이 다짐육무무침 죽순파프리카 배추김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 두부계란전 깻잎김치 목이버섯볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 참치김치찌개 어묵야채볶음 근대나물 연근샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 샤브샤브국 연두부/양념장 볼어묵조림 상추부추무침 배추김치

9월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월 23	화 24	수 25	목 26	금 27	토 28	일 29
잡곡밥/흰죽 썩갓어묵탕 소고기두부조림 무나물 김무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 고구마줄기탕국 명란계란찜 오이김치 카레감자볶음 배추김치	잡곡밥/흰죽 두부된장국 모듬장조림 콩나물부추무침 알마늘장아찌 배추김치	잡곡밥/흰죽 아귀미나리탕 표고계란말이 고사리볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 감자짜글이 소고기야채볶음 꼬맹이양배추S 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 황태콩나물국 토마토스크램블 치커리겉절이 가지나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 얼갈이된장국 돈육두부조림 도라지나물 청경채나물 배추김치
뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	뉴케어영양한잔 고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 근대된장국 해물콩나물찜 죽순파프리카 열무나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 경상도식소고기국 다짐육배추볶음 근대나물 우엉견과류조림 배추김치	잡곡밥/영양죽 호박새우젓국 고등어무조림 양념마늘쫄 토란대나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 부추계란탕 짜장면 갈비만두 슬림단무지 배추김치	잡곡밥/영양죽 버섯된장국 삼치구이 렌틸콩양배추볶음 상추겉절이 배추김치	잡곡밥/영양죽 곤이매운탕 당면불고기 고구마줄기볶음 무생채 배추김치	잡곡밥/영양죽 달걀미역국 소고기숙주볶음 참나물무침 도라지오이생채 배추김치
플레인요거트	흑임자죽	계절과일	후레쉬베리/음료	바나나우유	딸기요거트	찐빵/음료
잡곡밥/영양죽 부추채첩국 돈채부추볶음 치커리샐러드 느타리볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 깻잎닭갈비 쌈무 호박나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 꼬맹이만둣국 가지마파두부 무장아찌 오이들깨볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 공심채된장국 단호박떡갈비 적양파부추무침 푸슬리샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩비지찌개 참치두부조림 비름나물 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥/영양죽 조갯살순두부국 황태무조림 취나물무침 크래미냉채 배추김치	잡곡밥/영양죽 매콤콩나물국 소고기탕평채 어묵불고기 파인애플샐러드 배추김치

30

잡곡밥/흰죽 대구탕 계란파리조림 깻순나물 감자샐러드 배추김치	뉴케어영양한잔 고칼슘두유	잡곡밥/영양죽 두부김치국 오리주물럭 꼬시래기초무침 공심채나물 배추김치	카스테라/요구르트
잡곡밥/영양죽 소고기토란탕 동그랑땡전 마늘쫄장아찌 시금치땅콩나물 배추김치	· 우리 원의 영양사 및 조리사 선생님은 신선하고 질 좋은 제철 식자재를 사용하여 어르신들께 맛있는 음식을 요리해 드리고자 노력합니다. · 우리 원에서 사용하는 모든 식자재는 CJ프레시웨이, 지역 사회 내 마트에서 공급받습니다. · 우리 원은 조리 시 어르신들의 건강을 위하여 화학조미료를 사용하지 않습니다 · 우리 원의 음식은 가공식품을 사용하지 않으며, 원재료를 직접 조리하여 공급합니다. · 우리 원에서 사용되는 된장과 김치는 모두 국산 재료를 사용하며 직접 담가 제공합니다. · 위 식단은 식자재 수급 사정에 따라 같은 식품군으로 대체 될 수 있습니다.		



즐거운우리집 여름나기 2탄



정년프로젝트의 즐거운 청년들이 다시 뭉쳐
아츠클럽을 준비해보았습니다~
어르신들 시원하게 드시고 건강하세요♥



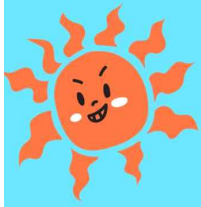
복지사: 어르신~! 저희가 준비한 간식 어떠세요?

김ㅇ규 어르신: 시원하고 달달하니 맛이 좋아요.
맛있는 간식 준비해줘서 고마워.



아츠클럽한?

아츠클럽은 2024년 유독 더웠던 여름을 잘 보내기 위해
어르신들께 시원한 아이스크림과 달달한 츠러스를
제공한 특별한 하루입니다.



무더운 여름이기는 슬기로운 방법!!

올여름은 폭염과 장마가 더해져 기온이 높고 습한 날씨가 계속되었습니다. 우리 몸은 자동 체온조절기능이 작동되는데 노년기에는 노화로 인해 땀샘이 감소하면서 땀 배출량이 줄어들고, 높은 기온의 환경이라도 체온을 낮출 수 있는 능력이 저하되면서 어르신들께서는 더욱 가혹한 여름이 될 수 있습니다.

장시간 고온의 환경에 노출되면 신체 온도가 상승하면서 탈수 현상을 보일 수 있고 어지럼증, 두통, 구역감 등의 증상이 있을 수 있습니다. 소위 열사병이라 불리는 온열 질환은 40도 이상의 고열과 의식장애, 중추 신경계 이상, 경련 등이 동반되어 사망에 이를 수도 있는 위험한 상황이지요.

『즐거운』에서는 어르신들께서 무더운 여름을 보내실 수 있는 여러 가지 슬기로운 방안을 마련하였습니다.

1. 냉방기 개보수 및 교체

- 날씨가 무더워지기 시작할 6월 냉방기를 점검하고 작동이 부실한 시스템 에어컨 5대와 벽걸이 선풍기 7대를 교체하였습니다.

2. 야외 활동 자제 또는 실내 프로그램 활성화

- 뜨거운 야외에서는 저절로 인상을 쓰기 마련이고 어르신들의 얼굴에 주름이 더욱 깊어질까 마음이 쓰입니다. 하절기는 야외 활동보다는 실내 활동 위주로 프로그램을 개편하였습니다. 매주 기흥 시민 농장을 방문했던 '사회적 도시농업 <함께하는 텃밭>' 사업은 야외에서 진행되는 원예 활동으로 기대가 큰 활동이었지만 장시간 차량 이동으로 멀미를 호소하거나 어르신들의 컨디션 저조로 참여 중단을 결정하였고 용인시 처인구 장애인복지관과 연계하여 찾아오는 프로그램인 '희망브릿지-찾아가는 심리방역 서비스 "뚝뚝"'으로 대체 운영하겠습니다.

3. 매주 월, 수, 금 '포카리 day'

- 하절기에는 탈수 혹은 전해질 불균형이 초래되기 쉬운데 이를 예방하고자 6월부터 준·와상 어르신들께 매주 3회 이상 포카리 스웨트를 제공합니다. 세포의 정상적인 활동을 하는데 필요한 기본 요소인 전해질을 보충해 준 덕분에 **6~8월까지 요로감염자 단 1명, 코로나19 확진자 0명**의 수치로 기록적인 폭염 속에서 나름 잘 방어했다고 보여집니다.

월 1회 비뇨기와 외래 진료를 다니시는 보호자님께서 지금까지 본 소변 중에 가장 색이 맑고 깨끗해서 담당 의사가 칭찬했다고 들려주시거나 장모님을 위해 서울에서 접이식 카트로 포카리 스웨트를 박스로 실어나르는 보호자님들의 격려에 보람을 느낍니다.

4. 주 2회 이상 제철 과일 제공

- 신선한 제철 과일은 비타민과 섬유질이 풍부하여 어르신들의 입맛을 돋우고 에너지를 유지하는데 도움이 됩니다. 맛있는 과일 섭취로 남은 여름 잘 이겨내겠습니다!



부모님을 이해하기 위한 교육

■ 엄마의 공책 '치매환자와 가족을 위한 기억의 레시피'

□ 치매환자 가족도 마음이 아파요! : 치매가족의 심리

→ 하나, 슬픔과 죄책감

젊어서 그리도 당당하고 거칠 것 없던 부모님이 하루가 다르게 나이 들어가는 모습을 옆에서 지켜보는 것만으로도 가슴 먹먹하고 슬플 때가 있다. 하물며 치매로 인해 전혀 다른 사람이 되어가는 부모님을 바라보노라면 슬픔이 밀려온다. 치매환자가 부모 아닌 배우자나 친구라 해도 마찬가지다. 내가 알고 있던 그 사람을 영영 잃어버렸다는 상실감, 병 이전의 모습으로 다시는 돌아갈 수 없다는 막막함, 문제행동의 반복으로 인한 어려움, 그토록 사랑하던 사이였건만 이제는 제대로 알아보지도 못하는 그 마음속에는 과연 무엇이 남아 있을까. 슬픔을 막아낼 도리가 없다.

슬픔과 함께 죄책감 역시 가족이나 간호자들이 가장 많이 느끼는 감정이다. 참지 못하고 환자에게 짜증을 부리고 화를 내며 야단을 쳤던가, 환자의 존재를 부끄러워하며 숨기고 싶었던 자신의 속마음을 확인할 때 죄책감을 느낀다. 또한 이제는 방법이 없어 요양원으로 옮기게 되었을 때, 집에서 사는 것이 분명 더는 무리고 집이 환자에게 안전하지도 않고 집을 떠난다고 해서 환자를 버리는 게 아니라는 것을 당연히 잘 알고 있음에도 불구하고 깊은 죄책감을 느끼는 경우가 많다.

밤이면 섬망 증세가 건잡을 수 없이 심해지는 아버지가 아들이 아침 출근길에 문안차 병원에 들르기만 하면 하소연을 했다. 밤에 누군가 자꾸 때리고 아프게 한다고. 아들은 환자의 그렇고 그런 헛소리로 여겨 건성으로 들어 넘겼는데, 나중에 시간이 흐른 후 알고 보니 남자 간병인이 밤에 아무도 없을 때면 환자를 몹시 거칠게 대하면서 환자에게 수없이 모욕적인 말을 했던 것. 이 일을 떠올리며 아들은 두고두고 죄책감에 시달려야 했다. 아버지를 제대로 돌봐드리지 못했다는 죄송함, 아버지의 호소에 귀 기울이지 않았던 무성의함, 아버지보다는 간병인의 말만 믿으면서 나 몰라라 했던 무책임에 대해서.

- '즐거운우리집에서 들려주는 10월 이야기'에서 계속 -

생신을 축하합니다!

생신을 맞이하신 주인공을 소개드립니다.

 생신을 축하합니다

■ 9월 22일 김○희 어르신

■ 9월 22일 김○기 어르신

■ 9월 25일 구○례 어르신