

즐거운에서 들려주는 2월 이야기



사회복지법인
즐거운 우리집

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

■ 대표자 인사말

억새

- 도종환 -

제가 가슴 아파하는 것은
어머니의 평범한 소망을
채워드리지 못한 점입니다

힘찬 일 겪지 않고 마음 편하고 화목하게만
살아달라는 소망
아프지 말고 아이들 잘 키우고 남에게 엄한 소리
듣지 말고 살면 된다는 소박한 바램
그 중 어느 하나도 들어드리지 못하였습니다

힘찬 길을 택해 걸었기 때문에
내가 밟은 벼룩길 자갈들이
어머니 가슴으로 떨어지는 소리만
수없이 들어야 했습니다

내가 드린 것은 어머니를 벌판 끝에 세워놓고
억새같이 펄게 만든 세월뿐이었습니다

어머니는 점점 사위어 가는데
다시 가을이 깊어지고
바람은 하루가 다르게 차가워져
우리가 넘어야 할 산 너머엔 벌써
겨울 그림자 서성입니다.

부모님의 바램은 대부분 간단하고도 평범합니다. 자식들이 무탈하게 사는 것입니다. 무탈하게 산다는 것이 쉽기도 할 것 같지만 인생사 어찌 무탈하기만 할까요? 부모님의 자식 사랑도 대단하지만 『즐거운우리집』 가족들의 부모님에 대한 효심도 그에 못지않습니다.

매주 면회 오시는 보호자님, 오실 때마다 대학생 아들과 손잡고 오시면서 산교육을 실천하시는 보호자님, 어르신 병원 입원하셨을 때 매일 퇴근 후 병문안 가셨다고 해서 감동하게 한 보호자님,

2월의 행사

어르신들의 활기찬 생활을 위해 노력합니다.

일	월	화	수	목	금	토
						1 보듬 케어 (몸단장)
2 종교 활동	3 인지 개발 미술 프로그램	4 신체기능 영상감상 계약의사 진료 가정간호사 방문	5 오감 테라피 즐거운 향기다방 계약의사 진료	6 신체기능 심성활동	7 실버체조 관절구축운동	8 보듬 케어 (몸단장)
9 종교 활동	10 인지 개발 미술 프로그램 직원교육	11 신체기능 영상감상 계약의사 진료	12 오감 테라피 즐거운 향기다방 직원교육 계약의사 진료	13 생신잔치	14 신체기능 실버체조	15 보듬 케어 (몸단장)
16 종교 활동	17 인지 개발 미술 프로그램 직원교육	18 신체기능 영상감상 가정간호사 방문	19 오감 테라피 즐거운 향기다방 직원교육	20 신체기능 심성활동	21 실버체조 관절구축운동	22 보듬 케어 (몸단장)
23 종교 활동	24 청춘실버 악기연주공연	25 신체기능 영상감상	26 오감 테라피 즐거운 향기다방	27 신체기능 심성활동	28 실버체조 관절구축운동	보듬 케어 (몸단장)

- 2월 4일(화), 11일(화) 본관 2층, 별관, 2월 5일(수), 12일(수) 본관 3, 4층 어르신들을 용인 제일메디병원 김민호, 안성기 계약의사께서 방문하여 진료해주실 예정입니다.
- 2월 4일(화), 18일(화) 온내과 가정간호사가 방문하여 해당하는 어르신께 의료서비스를 제공할 예정입니다.
- 2월 10일(월), 12일(수), 17일(월), 19일(수) 오후 15:10 ~ 16:00 『즐거운』에서 주최하는 ‘응급상황 대응지침’, ‘감염예방 대응지침’, ‘치매예방 대응지침’, ‘육창예방 대응지침’, ‘낙상예방 대응지침’ 교육에 전직원이 참석할 예정입니다.
- 2월 13일(목) 오후 14:30 ~ 15:30 2월 생신을 맞으신 8분의 어르신을 축하하는 행사를 진행할 예정입니다.
- 2월 24일(월) 오후 14:00 ~ 15:00 청춘실버 공연단의 재능기부로 ‘악기연주 공연’을 『즐거운』 어르신께서 관람하실 예정입니다.

2월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월	화	수	목	금	토 1	일 2
					잡곡밥/흰죽 표고들깨탕 오리주물럭 깻잎쌈무무침 우엉조림 배추김치	잡곡밥/흰죽 복어계란탕 돈육장조림 부추무침 돌자반 배추김치
					고칼슘두유	고칼슘두유
					잡곡밥/영양죽 나가사끼짜뽕국 피자춘권 짜사이무침 호박나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 미역수제비국 갈치구이 궁채절임 치커리무침 배추김치
					바나나	떠먹는요거트
					잡곡밥/영양죽 소고기영양탕 동그랑땡 은이버섯볶음 근대나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 가쓰오팽이국 더블햄박스테이크 단무지무침 과일샐러드 배추김치
3	4	5	6	7	8	9
잡곡밥/흰죽 사골무국 소고기새송이볶음 불어묵조림 얼갈이무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 콩비지찌개 아귀불고기 미역줄기볶음 숙주나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 아욱국 황태야채무침 죽순나물 마늘종새우볶음 배추김치	잡곡밥/흰죽 재첩국 간장불고기 상추오이무침 콩나물무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 꽃게매운탕 야채계란찜 오이들깨볶음 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 얼갈이된장국 순살코다리조림 연근조림 취나물무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 소고기무국 완자전 고사리나물 청경채나물 배추김치
고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 시금치된장국 두부조림 오징어초무침 봄동나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 동태찌개 돈사태찜 실곤약야채무침 도라지볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 뼈다귀탕 김을품은계란말이 콜라비각두기 표고무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 야채짬뽕국 짜장면 갈비만두 단무지/요구르트 배추김치	잡곡밥/영양죽 곤드레된장국 로제찜닭 물미역초무침 썩గా나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 버섯육개장 녹두빈대떡 동부목무침 세벌나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 달걀탕 건두부샐러드볶음 깻잎찜 수제양파장아찌 배추김치
만쥬/주스	찐빵/요구르트	바나나우유	찐고구마/주스	계절과일	단호박죽	크림빵/요구르트
잡곡밥/영양죽 어묵썩갓탕 수제치킨 새콤무무침 배추나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 다슬기탕 메추리알장조림 고구마순볶음 쪽파나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 숙주나물국 순살조기구이 감자고추장조림 고시래기나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 유채된장국 소고기스튜 무나물 열대과일샐러드 배추김치	잡곡밥/영양죽 순두부백탕 오징어주물럭 무양념조림 가지볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 감자다시마국 파마두부 고미달래무침 그린빈볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 해물된장찌개 계란파리조림 목이굴소스볶음 호박양념구이 배추김치

2월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월 10	화 11	수 12	목 13	금 14	토 15	일 16
잡곡밥/흰죽 오징어무국 토달북 땅콩조림 유채나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 파래굴국 훈제오리야채찜 부추적채무침 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 열무된장국 북어간장조림 고구마샐러드 건다래순나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 아귀맑은탕 두부조림 건새우볶음 열무나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 소고기토란탕 시금치프리티타 브로콜리볶음 멸치조림 배추김치	잡곡밥/흰죽 돼지고기콩비지 소고기탕평채 오징어젓갈 참나물무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 우거지콩나물국 닭봉데리아끼조림 쪽파무침 병아리콩조림 배추김치
고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 다시마무채국 삼겹고추장구이 모듬쌈/쌈장 양파링초절임 배추김치	무밥/영양죽 냉이토장국 불고기전골 파래김/양념장 건피마자나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 샤브샤브국 갈치구이 고추장감자조림 근대나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 잔치국수 돈채파프리카볶음 알마늘장아찌 봄동겉절이 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국 오돈불고기 느타리돌깨볶음 시금치나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 시래기된장국 고등어감자조림 은이버섯볶음 호박나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 두부새우젓국 돈갈비찜 상추겉절이 무나물 배추김치
쿠키/주스	마시는요거트	밀크롤인/요구르트	우리밀와플/주스	양송이스프	계절과일	땅콩샌드/요구르트
잡곡밥/영양죽 온도토리묵국 순살동태조림 돌자반 컬리플라워무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 곤이알탕 다짐육두부볶음 치커리무침 토란대나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 근대된장국 닭가슴살장조림 연근참깨무침 숙갓나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 차돌청국장 공치조림 고시래기초무침 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 배추된장국 오야고동 단호박꿀찜 양배추피클 배추김치	잡곡밥/영양죽 계살스프 하이라이스 생선까스/타르타르 아삭이고추무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 팽이버섯실곤약국 족발무침 부추양파김치 콩나물무침 배추김치
17	18	19	20	21	22	23
잡곡밥/흰죽 홍합탕 스크램블에그 돌자반 마늘쫀볶음 배추김치	잡곡밥/흰죽 야채맑은국 돈육복합 우영볶음 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 순살동태찌개 연양식불고기 짜사이무침 치커리유자청무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 배추된장국 삼치조림 돌자반 봄동나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 황태해장국 메란파리조림 오징어젓갈 세벌나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 죽순고기탕 순살방어조림 궁채장아찌 숙갓나물 배추김치	잡곡밥/흰죽 공심채된장국 소고기버섯볶음 멸치파리조림 알배기무침 배추김치
고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 감자수제비 코다리강정 표고무침 달래오이무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 냉이콩가루된장국 오징어장떡 새싹연두부/양념장 방풍나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 시금치모시조개국 춘천식닭갈비 숙주나물 돌나물무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 들깨미역국 수육 어묵잡채 모듬쌈/쌈장 배추김치	잡곡밥/영양죽 순두부계란탕 단호박카레라이스 삼채무침 청경채나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 고추장찌개 돈육간장불고기 물미역/초장 파채무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 순살감자탕 부추계란볶음 도토리묵무침 유채나물 배추김치
붕어빵/주스	딸기요거트	찐감자/요구르트	카스타드/주스	계절과일	호떡/요구르트	늪은호박죽
잡곡밥/영양죽 쌈장찌개 다짐육양배추볶음 고구마줄기나물 근대나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 토마토해물탕 비건콩불고기 건취나물무침 무생채 배추김치	잡곡밥/영양죽 감자된장국 우거지조기조림 양념깻잎지 참나물무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 콩나물국밥 계란장조림 양송이숙회 열무된장지짐 배추김치	잡곡밥/영양죽 버섯된장국 제육덮밥 도라지생채 상추겉절이 배추김치	잡곡밥/영양죽 양송이스프 멘치까스 꽃맛샐러드 오이깍두기 배추김치	잡곡밥/영양죽 바지락미나리탕 두부무조림 고사리나물 가지볶음 배추김치

2월의 식단

소중한 부모님들께 누구보다 좋은 것만 드리고 싶습니다.

월 24	화 25	수 26	목 27	금 28
잡곡밥/흰죽 숙주새우탕 가자미조림 근대나물 돌자반 배추김치	잡곡밥/흰죽 유채된장국 돈사태찜 단호박샐러드 청경채무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 유부어묵탕 소고기장조림 감자볶음 치커리적양파무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 황태미역국 고구마닭볶음탕 양파피클 미나리무침 배추김치	잡곡밥/흰죽 도비지찌개 계란파리조림 방풍나물 돌자반 배추김치
고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유	고칼슘두유
잡곡밥/영양죽 소고기배춧국 아귀콩나물찜 토란대나물 하루나무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 두부김치국 훈제오리주물럭 하얀콩나물무침 취나물무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 건새우아욱국 셀프비빔밥/고추장 무나물/호박나물 계란볶음 배추김치	잡곡밥/영양죽 해물칼국수 떡갈비구이 조각바나나 부추적채무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 동태찌개 돈채부추볶음 건두부쫄면 삼채마늘쫄무침 배추김치
수제샌드위치/주스	소고기스프	계절과일	복숭아요거트	단팥빵/요구르트
잡곡밥/영양죽 다시마무채국 규동덮밥 도라지생채 봄동나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 쏙갓명란국 오징어덮밥 연근샐러드 얼갈이무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 시골청국장 소고기두부조림 곰피/초장 시금치나물 배추김치	잡곡밥/영양죽 물만둣국 짜장라이스 표고탕수육 단무지무침 배추김치	잡곡밥/영양죽 우거지된장국 해물굴소스볶음 양념무조림 건다래순나물 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.



강 ○ ○ 어르신 : “여기서 결이 나와야 내가 이기는데! 결 나와라 으차!”

조 ○ ○ 어르신 : “하마터면 질 뻔 했어~ 이제 내 차례지?”

김 ○ ○ 어르신 : “오랜만에 하니깐 재미지네. 한 판 더 합시다!”

2025년 ‘푸른 뱀의 해’를 맞이한 「즐거운우리집」 어르신들의 일상생활은 어떨까요?

하루는 명절이 찾아오기 전 윗놀이를 하였습니다.

명절의 대표 전통 놀이답게 웃다가 화내시기도(?) 하며, 하루가 이렇게 또 지나갑니다.

최근 감기 독감 환자가 급격하게 많아지고 있어 외출 및 외박이 제한되면서

어르신들과 직원 모두 예방을 위해 노력하고 있습니다.

평화로운 일상을 위해 노력하는 모두에게 감사의 인사를 전합니다.

모두들 감기 조심하시고 2025년에도 행복하고 건강한 한 해가 되시길 바랍니다.



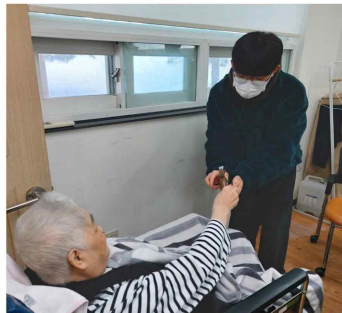
즐거운 소식

어떻게 하면 즐겁게 생활하실 수 있을지 고민하겠습니다.

■ 가족들과 함께하는 즐거운 설날 맞이 세뱃돈 행사

일자: 2025년 1월 16일 ~ 2월 7일

새해복
많이 받으세요

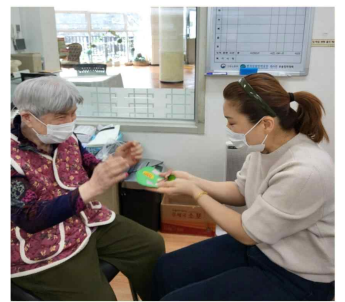


즐거운의 명절 모습을 전해드립니다.
자녀들은 세배를 하고, 어르신은
준비하신 복주머니와 새해 덕담을
나누는 따뜻한 모습이네요.
즐거운의 모든 가족분들이
새해에는 더 건강하시고 하시는
모든 일이 잘 되기를 기원합니다.



김0진 어르신 : 건강하고
새해 복 많이 받아라^^
"감사합니다. 할머니도 건강하세요"

"어머니, 건강하세요"
김0희 어르신 : 그래 건강하고, 사랑한다



부모님을 이해하기 위한 교육

■ 엄마의 공책 '치매환자와 가족을 위한 기억의 레시피'

□ 치매환자 가족도 마음이 아파요! : 치매가족의 심리

→ 여섯, 연민과 동정

사람이라면 누구나 병에 걸린 사람을 딱하게 여기게 마련이다. 그런데 가족이, 그것도 치료나 완치가 어려운 치매라니 환자를 향한 애타는 마음을 무엇에 비할 수 있을까. 자기 자식도 알아보지 못하고 자기 자신이 누구인지도 모르게 된다니 안타깝고 가여워 견딜 수가 없다.

분명 마주 보며 손잡고 있으나 그는 여기 머물러 있지 않다. 서로에 대해 사랑을 그대로 지닌 채 함께 늙어가기로 간절히 꿈꾸었을 부부를 갈라놓고, 비록 잎 떨어진 마른 나무일지라도 끝까지 인생의 버팀목이 되어주리라 믿어 의심치 않았던 부모를 알 수 없는 먼 곳으로 데려가 버렸다. 세상에 무슨 이런 병이 다 있단 말인가.

연민의 마음, 동정심, 모두 다 자연스러운 감정이다. 다만 그 감정에 빠져 헤어 나오지 못하는 일은 없어야 한다. 아픈 재를 향한 인간 본연의 순정한 마음으로 환자를 다시 한 번 더 바라보고, 그 안에 펼쳐진 미지의 세계를 최대한 있는 그대로 받아들이고, 그 안에 펼쳐진 미지의 세계를 최대한 있는 그대로 받아들이는 것만이 우리가 할 수 있는 유일한 일인지도 모른다.

- '즐거운우리집에서 들려주는 3월 이야기'에서 계속 -

생신을 축하합니다!

생신을 맞이하신 주인공을 소개드립니다.

- | | |
|---------------------|---------------------|
| ■ 2월 4일 배○란 어르신(양) | ■ 2월 13일 유○순 어르신(양) |
| ■ 2월 8일 김○란 어르신(양) | ■ 2월 20일 양○희 어르신(양) |
| ■ 2월 11일 김○희 어르신 | ■ 2월 20일 임○순 어르신(양) |
| ■ 2월 11일 김○순 어르신(양) | ■ 2월 28일 조○녀 어르신 |

 생신을 축하합니다