

시립동부데이케어센터 2월의 복주머니

*** 어르신

동부이야기

- 2-3월 공휴일 기간 센터운영 관련 안내

일 자	내 용
2월 16일(월) ~ 2월 18일(수)	설날 연휴 센터 휴관
3월 2일(월)	삼일절 대체공휴일 정상 운영

- 2월 음악수업 첫 수업 진행

시범강의를 통해 2월부터 리듬인지(나지훈 강사), 음악치료(이루다 강사) 두 강좌가 개설되었습니다. 2월 첫째 주 화요일 리듬인지 수업에서는 음악에 맞춰 리듬스틱을 두드리며 노래를 부르는 활동을 진행하였고, 금요일 음악치료 수업에서는 가사집을 보며 노래를 부르고 달력을 채워보는 시간을 가졌습니다. 앞으로도 다양한 악기를 활용하여 어르신들께 즐거움과 활력을 드릴 수 있는 음악 수업으로 진행될 예정입니다.

- 2월 10일(화) ‘생신 잔치’ 진행

2월 생신의 주인공은 **목욕자 어르신, 임덕완 어르신**이었습니다. 두 분을 위해 정성껏 생신상을 준비하여 함께 축하하는 시간을 가졌습니다. 특히 장말례 어르신과 홍성빈 어르신께서 축하를 불러주셔서 더욱 따뜻하고 의미 있는 자리가 되었습니다. 생신 어르신들의 감사 인사가 전해지며 모두가 함께 웃는 행복한 시간이었습니다. 센터를 이용하시는 모든 어르신의 건강과 행복을 기원합니다.

- 3월 문화행사 안내

- 3월 10일(화) : 생신잔치

동부사진



▲ 2월 ‘음악 수업’ 첫 수업 진행



▲ 2월 10일(화) ‘생신 잔치’ 진행

데이케어 평일야간 이용 안내

- ◆ 데이케어센터는 8시부터 21시까지 센터를 운영하고 있습니다. 야간 이용과 관련해 상담을 받고 싶은 분들께서는 사무실로 연락 바랍니다.

수령증

- ◆ 첨부된 수령증에 서명하여 **2월 25일 수요일**까지 센터로 보내주세요.

어르신 정보

※ 정상 수치를 참고하여 어르신 건강관리를 체크해주세요~ ※

일자	성함	혈압	맥박	체온	혈당	작성자
특이사항						

구분	수치	
저 혈 압	최대 100 ~ 최저 60 이하	
정상혈압	최대 140 ~ 최저 90	
고 혈 압	최대 160 ~ 최저 95 이상	
구분	공복	식후 2시간
정상혈당	80 ~ 100	140 이하

차량 이동 서비스

- ◆ 사무실 연락처: 02)3407-2738~9, 02)3407-2750
- ◆ 송영 문의 시 센터에서 차량 출발하기 전에는 사무실로, 차량 운행 중일 때에는 차량 휴대폰으로 연락 부탁드립니다!

코스	차량번호	휴대폰 번호	행선지
A코스	스타렉스 5867	010-5121-2738	하왕십리동, 행당동, 금호동, 응봉동 등
B코스	스타리아 9473	010-5150-2738	하왕십리동, 행당동, 응봉동, 마장동, 금호동 등
C코스	스타렉스 1108	010-8875-2738	홍익동, 하왕십리동 등

당일 지각/결석/조퇴/외출 시 식사비, 간식비 청구

- ◆ 당일 결석/조퇴/외출 통보 시 식사비와 간식비가 청구됩니다.

은행 계좌 안내

- ◆ 이용료 납부 시 국민은행 전용 계좌로 납부 부탁드립니다.
국민은행 : 631601-01-533139

식 단 표

※ 어르신께서 드시는 모든 생선종류는 가시를 제거한 생선을 조리하여 제공되고 있습니다 ※

◆ 전체 식단표는 센터 홈페이지 ([http:// www.dbsc.or.kr](http://www.dbsc.or.kr)) [자료실 메뉴 - 주간 식단표]를 참고해 주세요. ^

구분	02월 02일	02월 03일	02월 04일	02월 05일	02월 06일	02월 07일			
	쌍화차	아몬드 땅콩차	생강+유자차	울무차	대추차	비타민C 음료			
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽			
	만두국	바지락살무국	건새우무국	우거지탕	시래기된장국	팽이맑은국			
	양념코다리	쇠고기야채볶음	우삼겹숙주볶음	낙지콩나물찜	돼지갈비찜	꾸꾸미돈육볶음			
	양상추샐러드	미나리새우전	콘샐러드	청포묵무침	잡채	상추쌈&쌈장			
	프렌치토스트	도토리묵&양념장	마늘종무침	시금치나물	치커리사과무침	가지나물			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치			
간식	제철과일	통스+두유	후레쉬베리+두유	오프+두유	보름달+두유	호빵			
저녁 (17:30 ~ 18:30)	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽				
	버섯무국	미역국	열무된장국	어묵국	늪은호박찌개				
	닭살야채볶음	가자미조림	오리오븐구이	참치야채볶음	동태살조림				
	감자채볶음	고사리볶음	단호박조림	고기야채말이	연근조림				
	콩나물무침	치커리무침	부추무침	얼갈이나물	취나물				
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치				
간식	두유	두유	두유	두유	두유				
구분	02월 09일	02월 10일	02월 11일	02월 12일	02월 13일	02월 14일			
	호박마차	생강+유자차	울무차	비타민C 음료	아몬드 땅콩차	쌍화차			
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽			
	북어채무국	콩나물국	된장찌개	우거지탕	팽이맑은국	팽이맑은국			
	돈LA갈비조림	쇠고기야채볶음	꾸꾸미야채볶음	버섯불고기	돈까스	제육볶음			
	어묵뚝고추볶음	크림새우	김말이튀김	명엽채볶음	두부양념조림	상추쌈			
	미나리무생채	부추무침	두절콩나물무침	고추된장무침	단무지야자무침	호박볶음			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치/석박지	포기김치	포기김치			
간식	제철과일	생신잔치	요거트	설날행사	몽셀+두유	후레쉬베리+두유			
저녁 (17:30 ~ 18:30)	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽				
	버섯무국	감자국	배추된장국	돈등뼈탕	미역국				
	닭살야채볶음	삼치조림	코다리조림	임연수조림	돈육감자조림				
	연근조림	계맛살볶음	새송이볶음	들깨무나물	우영채조림				
	청포묵무침	시금치나물	얼갈이나물	깻잎지	참나물				
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치				
간식	두유	두유	두유	두유	두유				
구분	02월 16일	02월 17일	02월 18일	02월 19일	02월 20일	02월 21일			
점심 (11:30 ~ 12:30)	센터휴관	센터휴관	센터휴관	아몬드 땅콩차	쌍화차	호박마차			
				잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽			
				김치찌개	된장찌개	버섯무국			
				고등어고추장구이	돈육청경채볶음	닭살감자조림			
				파채너비아니구이	계란찜	숙주나물			
				간식	얼갈이나물	모듬나물	단호박샐러드		
저녁 (17:30 ~ 18:30)				포기김치	포기김치	포기김치			
				참봉어빵+두유	단팥빵+두유	요거트			
				잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽				
				시금치된장국	계란파국				
				돈육감자조림	삼치조림				
				연근조림	잡채				
숙갓겉절이				무판지무침					
간식				포기김치	포기김치	두유	두유		
구분				02월 23일	02월 24일	02월 25일	02월 26일	02월 27일	02월 28일
				울무차	대추차	아몬드 땅콩차	호박마차	비타민C 음료	쌍화차
점심 (11:30 ~ 12:30)				잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽
	설렁탕	버섯무국	얼갈이된장국	감자국	순두부찌개	만두국			
	코다리강정	돈육간장강정	제육볶음	생선까스	닭살양념구이	돈육청경채볶음			
	계란장조림	만두찜	양배추쌈&쌈장	계란말이	야채쌈	도토리묵&양념장			
	뽕고추된장무침	명엽채볶음	두부양념조림	봄나물	우영조림	상추쌈			
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치			
간식	제철과일	에그타르트+두유	호빵	마롱케익+두유	꿀호떡+두유	다쿠아즈+두유			
저녁 (17:30 ~ 18:30)	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽				
	우거지된장국	시금치된장국	쇠고기무국	북어채무국	늪은호박찌개				
	연양식불고기	동태살조림	오징어야채볶음	닭김치조림	돈육맥적구이				
	잔멸치볶음	계란찜	감자채볶음	연근조림	느타리볶음				
	양배추샐러드	청포묵무침	고들빼기무침	오복지무침	봄동유자무침				
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치				
간식	두유	두유	두유	두유	두유				

시간 \ 요일	월	화	수	목	금	토
08:00~10:00	어르신 맞이 및 위생케어 / 오전 차량이동서비스/ ADL 훈련					
10:00~10:20 행복방	안녕하세요! (인사 / 일과안내 / 치매예방체조 / 지남력체크)					
10:20~11:20 행복방	대체인지 프로그램	인지-리듬인지 (외부강사)	인지-밸런스워킹PT (외부강사)	인지-미술치료 (외부강사)	대체신체 프로그램	인지활동 (행복방)
11:20~13:20	손씻기, 점심식사, 양치, 투약관리 / 휴식 / 산책					
13:20~14:20 행복방	대체신체 프로그램	인지-음악회상 (외부강사)	대체인지 프로그램	대체인지 프로그램	인지-두뇌노래교실 (외부강사)	신체활동 (행복방)
13:20~14:20 기쁨방		인지-기억키움 (외부강사)	발돋움 (분기)			
14:20~14:30	오후 간식					
14:30~15:30	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식
		동부공작소				
15:30~16:30 행복방	인지-인지레크 (외부강사)	대체신체 프로그램	대체신체 프로그램	대체신체 프로그램	인지-음악치료 (외부강사)	여가활동 (행복방)
15:30~16:30 기쁨방				원예활동(분기)		
16:30~17:30	주간보호 어르신 귀가 준비 / 야간보호 어르신 정서 지원/ ADL 훈련					귀가 준비
17:00~18:00	오후 차량이동서비스					
야간보호 (월 ~ 금)						
17:30~19:00	저녁식사 / 양치 / 세안 및 위생관리 / 휴식					
19:00~19:40 행복방	신체/인지	신체/인지	신체/인지	신체/인지	신체/인지	
19:40~20:00	휴식 / 귀가 준비					
20:00~21:00	야간 차량이동서비스, 업무 및 환경 정리					

▶ 노인학대신고 : 긴급 129 / ☎ 1577-1389
 중앙노인보호전문기관 : 02-3677-1389
 ▶ 노인실종신고센터 : 중앙치매센터 031-628-6733

▶ 센터 이용에 따른 고충이나 개선사항을 말씀해 주세요.
 ▶ 홈페이지 주소 www.dbsc.or.kr
 (02)3407-2750, 김송이 사회복지사