

시립동부데이케어센터 4월의 복주머니

*** 어르신

동부이야기

- 3월 23일(월) 원예활동 ‘수선화 구근 심기’

어르신들과 함께 원예활동 ‘수선화 구근 심기’ 프로그램을 진행하였습니다. 어르신들께서는 화분에 흙을 담고 구근을 심으며 직접 심어보는 경험을 하셨습니다. 구근이 잘 보이도록 심으시거나 손으로 흙을 다듬으며 세심하게 활동에 참여하시는 모습도 관찰되었습니다. 완성된 화분을 보시며 “예쁘다”, “잘 됐다” 등 만족감을 표현하시고, 이미 꽃이 피어 있는 수선화를 보며 밝은 표정을 지으시며 즐거워하셨습니다. 서로의 작품을 바라보며 이야기를 나누고 웃음을 보이시는 등 따뜻하고 화기애애한 분위기 속에서 프로그램이 마무리되었습니다. 이번 활동을 통해 어르신들께서 직접 참여하는 즐거움과 성취감을 느끼실 수 있었으며, 앞으로도 어르신들께서 즐겁게 참여하실 수 있는 다양한 프로그램을 지속적으로 제공하도록 하겠습니다.

- 작업치료사업 재개

25년부로 사업종료되었던 작업치료사업이 3월 16일부터 재개하게 되었습니다. 작업치료는 김경빈 작업치료사가 다시 담당하게 되었습니다. 어르신들의 신체 및 인지 기능 유지와 향상을 위한 다양한 활동이 이루어질 예정입니다. 앞으로도 어르신들의 건강한 일상 유지를 위해 최선을 다하겠습니다.

작업치료 4월 소그룹 프로그램 안내

구분	활동내용
1주차	벚꽃 액자 만들기
2주차	꽃바구니 만들기
3주차	포일 아트
4주차	봄 풍경 만들기
5주차	디폼블럭 화분 만들기

동부사진



▲ 3월 23일(월) 원예활동 ‘수선화 구근 심기’ 진행



▲ 작업치료 프로그램 3월 수업

데이케어 평일야간 이용 안내

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

수령증

- ◆ 첨부된 수령증에 서명하여 4월 10일 금요일까지 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.dbosc.or.kr](http://www.dbosc.or.kr)) [자료실 메뉴 - 주간 식단표]를 참고해 주세요. ^

구분			04월 01일	04월 02일	04월 03일	04월 04일
			쌍화탕	생강+유자차	아몬드땅콩차	핫초코
점심 (11:30 ~ 12:30)			잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	비빔밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽
			팽이맑은국	미역국	콩나물국	시금치된장국
			쭈꾸미야채볶음	돈육김치볶음	함박스테이크	코다리찜
			모듬야채찜&양념장	감자채전	호박나물	돈까스&소스
			비타민사과무침	가쓰오부시숙주볶음	나리무생채	미역줄기볶음
간식			포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁 (17:30 ~ 18:30)			요거트	단팥빵+두유	에그타르트+두유	바나나빵+두유
			잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽	
			쇠고기무국	버섯무국	청국장찌개	
			고등어김치조림	동태살조림	닭갈비	
			계란장조림	두부조림	도토리묵야채무침	
			열무나물	양배추샐러드	청경채나물	
간식			포기김치	포기김치	포기김치	
구분	04월 06일	04월 07일	04월 08일	04월 09일	04월 10일	04월 11일
	호박마차	핫초코	아몬드땅콩차	대추차	쌍화탕	생강+유자차
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽
	김치국	온도토리묵국	아욱된장국	감자국	우동국물	순두부찌개
	닭살마늘소금구이	돈불고기	돈육쭈꾸미볶음	돈육누룽지강정	돈까스	훈제오리구이
	감자조림	상추쌈&쌈장	연근샐러드	두부양념조림	단무지무침	실곤약야채무침
	모듬피클	가지찜	근대나물	부추무침	청포묵무침	미나리무생채
간식	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁 (17:30 ~ 18:30)	제철과일	몽쉘+두유	치유정원 나들이	바나나빵+두유	카스타드+두유	요거트
	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽	
	유부맑은국	쇠고기무국	미역국	오징어무국	배추된장국	
	돈육굴소스볶음	고등어조림	가자미조림	쇠고기야채볶음	닭살야채볶음	
	계란찜	어묵볶음	게맛살야채볶음	도토리묵무침	감자채볶음	
간식	두유	두유	두유	두유	두유	
구분	04월 13일	04월 14일	04월 15일	04월 16일	04월 17일	04월 18일
	아몬드땅콩차	생강+유자차	호박마차	핫초코	대추차	쌍화탕
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽
	순두부찌개	계란파국	청국장찌개	김치국	유부맑은국	팽이맑은국
	순살닭찜	짜장소스	돈육고추장볶음	돼지갈비찜	쭈꾸미야채볶음	삼치데리야끼구이
	도토리묵&양념장	만두튀김	꿀단호박구이	달콤감자튀김	어묵양념찜	줄면야채무침
	부추겉절이	단무지무침	상추쌈&쌈장	돌나물사과무침	청포묵무침	들깨무나물
간식	포기김치	포기김치/후식	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁 (17:30 ~ 18:30)	제철과일	생신잔치	단팥빵+두유	에그타르트+두유	요거트	참봉어빵+두유
	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽	
	배추된장국	육개장	된장찌개	시금치된장국	근대된장국	
	새우살야채볶음	돈육굴소스볶음	오리김치볶음	닭살양배추볶음	쇠고기야채볶음	
	간식	두유	두유	두유	두유	
구분	04월 20일	04월 21일	04월 22일	04월 23일	04월 24일	04월 25일
	쌍화탕	대추차	생강+유자차	호박마차	핫초코	아몬드땅콩차
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	잡곡밥/두부황태죽	잡곡밥/참깨죽	잡곡밥/감자브로컬리죽	잡곡밥/검은깨죽
	우동맑은국	콩나물국	유부된장국	감자탕	어묵국	된장찌개
	닭살양념구이	돈보쌈	쇠고기당면볶음	삼치데리야끼구이	낙지야채볶음	코다리시래기조림
	들기름곤드레파스타	명엽채볶음	생선까스&소스	비빔만두	김말이튀김	실곤약야채무침
	모듬야채피클	상추쌈	올방개묵무침	꽃고추오이된장무침	두절콩나물무침	참나물
간식	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치
저녁 (17:30 ~ 18:30)	제철과일	에그타르트+두유	참봉어빵+두유	찐만두+두유	몽쉘+두유	카스타드+두유
	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽	잡곡밥/밤죽	
	감자국	수제비국	쇠고기무국	닭살무국	미역국	
	가자미조림	오징어야채볶음	떡갈비구이	훈제오리구이	돈갈비김치찜	
	감자채볶음	연근땅콩조림	깻잎전	새송이볶음	표고볶음	

	고춧잎무침	숙갓겉절이	건새우마늘종볶음	부추무침	브로컬리&초고추장	
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치	
간식	두유	두유	두유	두유	두유	
구분	04월 27일	04월 28일	04월 29일	04월 30일		
	대추차	쌍화탕	한초코	호박마차		
점심 (11:30 ~ 12:30)	잡곡밥/쇠고기야채죽	잡곡밥/해물죽	콩나물밥/두부항태죽	잡곡밥/참깨죽		
	부대찌개	된장찌개	시금치된장국	두부전국찌개		
	삼치데리야끼구이	제육볶음	새우튀김&소스	돈육된장구이		
	두부양념조림	호박볶음	들기름막국수	쫄면야채무침		
	고사리볶음	야채겉절이	오이양파무침	양배추쌈&쌈장		
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치		
간식	제철과일	참봉어빵+두유	에그타르트+두유	찐만두+두유		
저녁 (17:30 ~ 18:30)	잡곡밥/견과죽	잡곡밥/홍삼죽	잡곡밥/시금치새우죽	잡곡밥/닭죽		
	청국장	순두부찌개	건새우무국	동태찌개		
	쇠고기야채볶음	훈제오리구이	콩치무조림	파채불고기		
	우영조림	견과류단호박찜	청포묵미나리무침	녹두전		
	청경채나물	부추사과무침	명엽채볶음	양파장아찌		
	포기김치	포기김치	포기김치	포기김치		
간식	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	작업치료 전체인지	인지-리듬인지 (외부강사)	인지-밸런스워킹PT (외부강사)	인지-미술치료 (외부강사)	신체-건강체조 (외부강사)	인지활동 (행복방)
10:20~11:20 기쁨방		작업치료 소그룹인지	작업치료 소그룹인지			
11:20~13:20	손씻기, 점심식사, 양치, 투약관리 / 휴식 / 산책					
13:20~14:20 행복방	작업치료 전체신체	인지-음악회상 (외부강사)	작업치료 전체인지	작업치료 전체인지	인지-두뇌노래교실 (외부강사)	신체활동 (행복방)
13:20~14:20 기쁨방		인지-기억키움 (외부강사)		사회적응훈련 (매월)		
14:20~14:30	오후 간식					
14:30~15:30	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식	산책/휴식
		동부공작소	동부공작소			
15:30~16:30 행복방	인지-인지레크 (외부강사)	작업치료 전체신체	작업치료 전체신체	작업치료 전체신체	인지-음악치료 (외부강사)	여가활동 (행복방)
15:30~16:30 기쁨방	작업치료 소그룹인지					
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