

## 시립동부데이케어센터 6월의 복주머니

\*\*\* 어르신

### 동부이야기

#### - 6월 09일(화) ‘생신 잔치’ 진행

6월 생신의 주인공은 김\*임 어르신, 서\*원 어르신, 장\*례 어르신 총 세 분이셨습니다. 생신 주인공 어르신들께서 생신상 자리에 앉으시자 동료 어르신들께서는 생신 축하 노래를 불러주시며 축하의 마음을 전해주셨습니다. 이어 김은혜 부장님의 축하 말씀을 시작으로 모두 함께 생신 축하 노래를 부르고 케이크 초를 불며 즐거운 시간을 보냈습니다.

생신 선물 전달 후에는 생신 주인공 어르신들의 출생연도를 맞추는 퀴즈가 진행되었으며, 어르신들께서는 적극적으로 참여하시며 즐거운 시간을 보내셨습니다. 이어 **홍\*빈 어르신과 전\*자 어르신**께서 축하를 불러주시며 생신 어르신들을 축하해 드려 더욱 풍성한 생신잔치가 되었습니다.

마지막 소감 말씀 시간에는 생신 어르신들께서 감사의 마음을 전해주셨으며, 함께한 모든 어르신들과 직원들 또한 행복한 시간을 보낼 수 있었습니다. 이후 수박과 롤케이크, 음료를 함께 나누어 드시며 담소를 나누셨고, 다음 생신잔치 특별간식 선정을 위한 기호조사도 진행하였습니다. 앞으로도 어르신들께 즐거움과 행복을 드릴 수 있도록 정성을 다해 준비하겠습니다.

#### 작업치료 6월 소그룹 프로그램 안내

| 구분  | 활동내용         |
|-----|--------------|
| 1주차 | 해양 동물 만들기    |
| 2주차 | 나팔꽃 만들기      |
| 3주차 | 수박 부채 만들기    |
| 4주차 | 여름 과일 모빌 만들기 |

#### - 7월 문화행사 안내

- 7월 14일(화) : 생신잔치

### 동부사진



▲ 6월 ‘생신잔치’ 진행



▲ 작업치료 프로그램 6월 수업

## 데이케어 평일야간 이용 안내

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

## 수령증

- ◆ 첨부된 수령증에 서명하여 6월 22일 월요일까지 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                    | 06월 01일     | 06월 02일   | 06월 03일      | 06월 04일  | 06월 05일     | 06월 06일     |
|-----------------------|-------------|-----------|--------------|----------|-------------|-------------|
|                       | 아몬드땅콩차      | 생강+유자차    | 쌍화탕          | 대추차      | 호박마차        | 핫초코         |
| 점심<br>(11:30 ~ 12:30) | 잡곡밥/쇠고기야채죽  | 잡곡밥/해물죽   | 잡곡밥/두부황태죽    | 잡곡밥/참깨죽  | 잡곡밥/감자브로컬리죽 | 잡곡밥/검은깨죽    |
|                       | 유부맑은국       | 시래기된장국    | 순두부찌개        | 얼갈이된장국   | 팽이장국        | 콩나물국        |
|                       | 돈육계란장조림     | 닭살야채볶음    | 돈갈비조림        | 버섯불고기    | 낙지당면볶음      | 훈제오리김치볶음    |
|                       | 도토리묵김치무침    | 가지나물      | 땅콩조림         | 고구마튀김    | 순두부&양념장     | 부추무침        |
|                       | 오이부추무침      | 꽃맛살샐러드    | 청경채나물        | 어묵양념찜    | 숙주나물        | 양배추쌈&쌈장     |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 포기김치        | 포기김치        |
| 저녁<br>(17:30 ~ 18:30) | 제철과일        | 딸기초코파이+두유 | 카스타드+두유      | 요거트      | 단팥빵+두유      | 몽쉘+두유       |
|                       | 잡곡밥/견과죽     | 잡곡밥/홍삼죽   |              | 잡곡밥/닭죽   | 잡곡밥/밤죽      |             |
|                       | 된장찌개        | 미역국       |              | 건새우무국    | 어묵국         |             |
|                       | 오징어야채볶음     | 삼치조림      |              | 코다리조림    | 제육볶음        |             |
|                       | 계란말이        | 청포묵무침     |              | 감자채볶음    | 상추쌈         |             |
|                       | 잔멸치볶음       | 실곤약야채무침   |              | 브로컬리&초장  | 우영조림        |             |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      |              | 포기김치     | 포기김치        |             |
| 간식                    | 두유          | 두유        |              | 두유       | 두유          |             |
| 구분                    | 06월 08일     | 06월 09일   | 06월 10일      | 06월 11일  | 06월 12일     | 06월 13일     |
|                       | 핫초코         | 아몬드땅콩차    | 호박마차         | 쌍화탕      | 대추차         | 생강+유자차      |
| 점심<br>(11:30 ~ 12:30) | 곤드레밥/쇠고기야채죽 | 잡곡밥/해물죽   | 잡곡밥/두부황태죽    | 잡곡밥/참깨죽  | 잡곡밥/감자브로컬리죽 | 잡곡밥/검은깨죽    |
|                       | 들깨우무국       | 목은지돈등뼈탕   | 건새우무국        | 근대된장국    | 북어채무국       | 버섯무국        |
|                       | 우다집두부조림     | 생선까스      | 돈육청경채볶음      | 돈갈비김치찜   | 훈제오리숙주볶음    | 파채불고기       |
|                       | 브로컬리새우볶음    | 잡채        | 새송이볶음        | 파인애플구이   | 부추사과무침      | 감자샐러드       |
|                       | 단무지무침       | 오이꽃고추무침   | 상추쌈&쌈장       | 알감자조림    | 두부숙회        | 양파장아찌       |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 김치볶음        | 포기김치        |
| 간식                    | 제철과일        | 생신잔치      | 단팥빵+두유       | 카스타드+두유  | 치즈케익빵+두유    | 쿠쿠다스 케이크+두유 |
| 저녁<br>(17:30 ~ 18:30) | 잡곡밥/견과죽     | 잡곡밥/홍삼죽   | 잡곡밥/시금치새우죽   | 잡곡밥/닭죽   | 잡곡밥/밤죽      |             |
|                       | 미역국         | 유부맑은국     | 만두국          | 계란파국     | 감자국         |             |
|                       | 고등어조림       | 육전        | 동태살조림        | 꾸꾸미야채볶음  | 돈육굴소스볶음     |             |
|                       | 청포묵무침       | 감자채볶음     | 미역줄기볶음       | 도토리묵무침   | 게맛살볶음       |             |
|                       | 오복지무침       | 실곤약야채무침   | 고들빼기무침       | 무들깨나물    | 상추겉절이       |             |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 포기김치        |             |
| 간식                    | 두유          | 두유        | 두유           | 두유       | 두유          |             |
| 구분                    | 06월 15일     | 06월 16일   | 06월 17일      | 06월 18일  | 06월 19일     | 06월 20일     |
|                       | 호박마차        | 대추차       | 아몬드땅콩차       | 핫초코      | 생강+유자차      | 쌍화탕         |
| 점심<br>(11:30 ~ 12:30) | 잡곡밥/쇠고기야채죽  | 잡곡밥/해물죽   | 잡곡밥/두부황태죽    | 잡곡밥/참깨죽  | 잡곡밥/감자브로컬리죽 | 잡곡밥/검은깨죽    |
|                       | 미소장국        | 팽이맑은국     | 들깨미역국        | 아욱국      | 유부맑은국       | 감자국         |
|                       | 짜장소스        | 제육볶음      | 돈갈비김치찜       | 코다리콩나물찜  | 닭살부추찜       | 버섯불고기       |
|                       | 만두야채무침      | 생선까스      | 감자채볶음        | 햄야채볶음    | 두부조림        | 가지나물        |
|                       | 단무지         | 단호박샐러드    | 부추유자무침       | 미역줄기볶음   | 양파장아찌       | 꽃고추된장무침     |
| 간식                    | 포기김치/후식     | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 얼갈이열무겉절이    | 포기김치        |
| 간식                    | 제철과일        | 요거트       | 몽쉘+두유        | 단팥빵+두유   | 카스타드+두유     | 호빵+두유       |
| 저녁<br>(17:30 ~ 18:30) | 잡곡밥/견과죽     | 잡곡밥/홍삼죽   | 잡곡밥/시금치새우죽   | 잡곡밥/닭죽   | 잡곡밥/밤죽      |             |
|                       | 육개장         | 어묵국       | 순두부찌개        | 우렁된장국    | 계란파국        |             |
|                       | 오징어야채볶음     | 쇠고기야채볶음   | 닭살야채볶음       | 오리야채볶음   | 고등어김치조림     |             |
|                       | 땅콩조림        | 느타리볶음     | 도토리묵무침       | 새송이볶음    | 명엽채볶음       |             |
|                       | 숙갓겉절이       | 상추겉절이     | 오이무침         | 치커리무침    | 계란찜         |             |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 포기김치        |             |
| 간식                    | 두유          | 두유        | 두유           | 두유       | 두유          |             |
| 구분                    | 06월 22일     | 06월 23일   | 06월 24일      | 06월 25일  | 06월 26일     | 06월 27일     |
|                       | 생강+유자차      | 쌍화탕       | 핫초코          | 호박마차     | 아몬드땅콩차      | 대추차         |
| 점심<br>(11:30 ~ 12:30) | 잡곡밥/쇠고기야채죽  | 잡곡밥/해물죽   | 쇠고기우양념/두부황태죽 | 잡곡밥/참깨죽  | 잡곡밥/감자브로컬리죽 | 잡곡밥/검은깨죽    |
|                       | 순두부찌개       | 된장찌개      | 미소장국         | 아욱국      | 육개장         | 수제비국        |
|                       | 돼지갈비찜       | 우삼겹숙주볶음   | 닭강정          | 들깨백돈육볶음  | 코다리콩나물찜     | 꾸꾸미야채볶음     |
|                       | 크림떡볶이       | 새송이고추장구이  | 꽃마늘볶음        | 감자고추장조림  | 케이준치킨샐러드    | 계란장조림       |
|                       | 꽃고추오이무침     | 해초무침      | 양상추샐러드       | 상추쌈&쌈장   | 오징어젖무침      | 숙갓겉절이       |
| 간식                    | 포기김치        | 포기김치      | 포기김치         | 포기김치     | 포기김치        | 포기김치        |
| 간식                    | 제철과일        | 단팥빵+두유    | 마롱케익+두유      | 치즈케익빵+두유 | 요거트         | 카스타드+두유     |
| 저녁<br>(17:30 ~ 18:30) | 잡곡밥/견과죽     | 잡곡밥/홍삼죽   | 잡곡밥/시금치새우죽   | 잡곡밥/닭죽   | 잡곡밥/밤죽      |             |
|                       | 건새우무국       | 호박전국찌개    | 계란파국         | 콩나물국     | 청국장찌개       |             |
|                       | 우물고기        | 고등어김치조림   | 짜장소스         | 쇠고기야채볶음  | 떡갈비조림       |             |
|                       | 해물완자전       | 애호박볶음     | 탕수육          | 녹두전      | 땅콩조림        |             |
|                       | 상추겉절이       | 깻잎지       | 단무지무침        | 고들빼기무침   | 미나리무생채      |             |

|                       | 포기김치       | 포기김치    | 포기김치 | 포기김치 | 포기김치 |  |
|-----------------------|------------|---------|------|------|------|--|
| 간식                    | 두유         | 두유      | 두유   | 두유   | 두유   |  |
| 구분                    | 06월 29일    | 06월 30일 |      |      |      |  |
|                       | 쌍화탕        | 핫초코     |      |      |      |  |
| 점심<br>(11:30 ~ 12:30) | 잡곡밥/쇠고기야채죽 | 잡곡밥/해물죽 |      |      |      |  |
|                       | 북어채무국      | 들깨무국    |      |      |      |  |
|                       | 모듬장조림      | 쇠고기야채볶음 |      |      |      |  |
|                       | 잡채         | 오징어야채무침 |      |      |      |  |
|                       | 가지찜        | 콩나물     |      |      |      |  |
|                       | 포기김치       | 포기김치    |      |      |      |  |
| 간식                    | 제철과일       | 마롱케익+두유 |      |      |      |  |
| 저녁<br>(17:30 ~ 18:30) | 잡곡밥/견과죽    | 잡곡밥/홍삼죽 |      |      |      |  |
|                       | 쇠고기무국      | 얼갈이된장국  |      |      |      |  |
|                       | 임연수조림      | 함박스테이크  |      |      |      |  |
|                       | 분홍소세지전     | 감자샐러드   |      |      |      |  |
|                       | 상추적채무침     | 단무지무침   |      |      |      |  |
|                       | 포기김치       | 포기김치    |      |      |      |  |
| 간식                    | 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<br>행복방 | 안녕하세요! ( 인사 / 일과안내 / 치매예방체조 / 지남력체크 )   |                   |                      |                   |                                      |               |
| 10:20~11:20<br>행복방 | 작업치료<br>전체신체                            | 인지-리듬인지<br>(외부강사) | 인지-밸런스워킹PT<br>(외부강사) | 인지-미술치료<br>(외부강사) | 신체-건강체조<br>(외부강사)                    | 인지활동<br>(행복방) |
| 10:20~11:20<br>기쁨방 |                                         | 작업치료<br>소그룹인지     | 작업치료<br>소그룹인지        |                   |                                      |               |
| 11:20~13:20        | 손씻기, 점심식사, 양치, 투약관리 / 휴식 / 산책           |                   |                      |                   |                                      |               |
| 13:20~14:20<br>행복방 | 인지-음악회상<br>(외부강사)<br>(13:00~14:00)      | 작업치료<br>전체인지      | 작업치료<br>전체인지         | 작업치료<br>전체인지      | 인지-두뇌노래교실<br>(외부강사)<br>(13:30~14:30) | 신체활동<br>(행복방) |
| 13:20~14:20<br>기쁨방 | 인지-기억키움<br>(외부강사)<br>(13:00~14:00)      |                   |                      | 사회적응훈련<br>(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<br>행복방 | 인지-인지레크<br>(외부강사)                       | 작업치료<br>전체신체      | 작업치료<br>전체신체         | 작업치료<br>전체신체      | 인지-음악치료<br>(외부강사)                    | 여가활동<br>(행복방) |
| 15:30~16:30<br>기쁨방 | 작업치료<br>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<br>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](http://www.dbsc.or.kr)  
 (02)3407-2750, 김송이 사회복지사