

2월 주요일정표

	월	화	수	목	금	토
08:00~10:00	아침차량운행 및 건강상태 확인					
10:00~10:30	아침을 열며 (현실요법 / 활력증후 및 건강상태의 확인과 아침운동)					
10:30~11:00	오전간식(영양죽 제공)					
11:00~12:00	전래동화 통합활동	민요교실	터링	음악치료	미술치료	보드게임
12:00~13:30	점심식사 / 개인위생관리(양치)					
13:30~14:30	실버체조	교구/블럭	서예	신체활동	생활체육	14:00~15:00 인지/신체 프로그램
14:30~15:30	인지워크북	신체/특화	인지워크북	색종이접기	인지워크북	
15:30~16:00	오후간식(유제품, 빵, 제철과일 등)					
16:00~16:40	보행훈련	기능회복	보행훈련	기능회복 (개인위생관리)	보행훈련	오후 송영 (신정동, 신월동) 16:20 차량출발
16:40~16:50	하루를 마무리 하며 (현실요법)					
16:50~17:30	오후차량운행 (1차 16:50~17:20, 2차 17:30~18:20) / 휴식					
17:30~18:30	저녁식사 / 개인위생관리					미운영
18:30~19:00	내몸두드리기	콩고르기	실뽀기	퍼즐	색칠하기	
19:00~20:00	야간차량운행 (1차 19:00 출발, 2차 19:40 출발)					
	시청각 교실					
20:00~21:00	야간차량운행 (3차 20:00 출발)					



※ 2월 주요일정

날 짜	요 일	내 용
2월 6일	금요일	생신잔치
2월 13일	금요일	사회적응프로그램(설날대잔치)
2월 14일	토요일	토요 운영
2월 28일	토요일	토요 운영

* 어르신 생신잔치에 가족의 축하편지를 낭독해 드리고 있습니다. 생신을 맞이하신 어르신의 보호자께서는 추후 개별 연락드리오니 협조 부탁드립니다.

1. 2월 토요 운영일 안내

토요운영일은 **2월 14일(둘째주), 2월 28일(넷째주)** 이오니 참고하여 주시기 바랍니다.
2월 7일(첫째주), 2월 21일(셋째주)는 휴관입니다.
 2월 운영일수는 평일 17일, 토요일 2일, 총 19일입니다.

2. 설날 연휴 휴무 안내

민족의 큰 명절 설날을 맞아 **2월 15일~18일(4일간)** 센터 휴무를 하고자 합니다.
 연휴 기간 동안 주야간보호센터 이용이 중단되오니 참고하여 주시기 바랍니다.
 어르신과 보호자님 모두 건강하고 따뜻한 설 명절 보내시길 바랍니다. 감사합니다.

3. 최근 날씨가 많이 추워져 감기 환자가 늘고 있습니다. 어르신 건강 보호를 위해
감기 증상이 있거나 컨디션이 좋지 않을 경우 마스크 착용을 부탁드립니다.
 또한 센터 내 입실 후에도 **어르신들께 마스크 착용을 지속적으로** 안내드리고 있사오니
 가정에서도 감기 예방에 함께 신경써 주시면 감사하겠습니다.

4. 추운 겨울철 한파에 어르신들이 건강에 대한 관리에 도움이 되는 **어르신 한랭질환예방**
건강수칙 정보를 보내드리오니 참고하시길 바랍니다.

5. 차량 업무용 전화

업무폰1 010-5376-8762 / 업무폰2 010-9193-8762
 한빛데이케어센터 : 02-2698-9977 / 박해경 팀장 010-9000-1651



2026년 1월 주요활동



사회적응프로그램 (요리활동)



사회적응프로그램 (요리활동)



생신잔치



어르신 협동작품



※ 어르신 송영 시간 안내

26년 1월	이름	오전	오후
1	강♥희	08 : 50	17 : 05
2	공♥자	09 : 25	20 : 30
3	권♥정	09 : 35	17 : 35
4	권♥순	08 : 35	19 : 10
5	김♥수	08 : 05	20 : 15
6	김♥남	08 : 12	20 : 05
7	김♥림	09 : 30	20 : 20
8	김♥선	08 : 45	19 : 25
9	김♥희	08 : 25	19 : 05
10	김♥순	08 : 20	17 : 10
11	김♥자	08 : 15	16 : 55
12	박♥지	-	19 : 25
13	서♥식	09 : 10	17 : 25
14	손♥세	08 : 10	19 : 15
15	우♥순	09 : 30	17 : 50
16	안♥용	-	19 : 00
17	이♥순A	08 : 10	20 : 10
18	이♥순B	08 : 50	17 : 40 19 : 30
19	이♥연	09 : 00	19 : 35
20	임♥구	08 : 35	17 : 20
21	장♥임	08 : 40	-
22	장♥웅	09 : 15	19 : 50
23	홍♥자	08 : 25	20 : 25



1.1 2월 중식 식단표

2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)생신잔치	7(토)
기장밥(국내산) 바지락순두부국 청경채소불고기 야채계란찜 파래무침 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 청국장 코다리무조림 청포묵김무침 참나물겉절이 배추김치(국내산)	보리밥(국내산) 얼갈이된장국 삼치조림 소고기메추리알조림 오이지무침 배추김치(국내산)	혼합잡곡밥(국내산) 알탕 감자크로켓 돈불고기 양배추쌈 배추김치(국내산)	쌀밥(국내산) 소고기미역국 소불고기 잡채 시금치나물 배추김치(국내산)	-
758al	787 kcal	790 kcal	815 kcal	843 kcal	-
9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토) 운영
수수밥(국내산) 감자수제비 미트볼조림 애너타리볶음 돈나물무침 배추김치(국내산)	혼합잡곡밥(국내산) 유부주머니국 닭다리살조림 물미역초무침 연두부/달래장 배추김치(국내산)	쌀밥(국내산) 콩비지찌개 임연수조림 메추리알장조림 부추오이무침 배추김치(국내산)	차조밥(국내산) 배추된장국 닭볶음탕 방풍나물 돌자반볶음 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 떡만두국 순살생선조림 모듬전 유채나물 배추김치(국내산)	쌀밥(국내산) 콩나물국 돈야채불고기 새우젓애호박볶음 구이김 배추김치(국내산)
768 kcal	650 kcal	680 kcal	765 kcal	787 kcal	778 kcal
16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
설연휴	설연휴	설연휴	쌀밥(국내산) 참치김치찌개 돈육불고기 해물동그랑땡 깻잎지 배추김치(국내산)	잡곡밥(국내산) 소고기미역국 생선까스/소스 버섯볶음 두부조림 배추김치(국내산)	-
			720 kcal	755 kcal	-
23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토) 운영
현미밥(국내산) 맑은순두부찌개 어묵야채볶음 콩나물무침 세발나물 배추김치(국내산)	쌀밥(국내산) 감자옹심이 돈육간장불고기 시금치나물 도토리묵무침 배추김치(국내산)	기장밥(국내산) 쇠고기무우국 임연수조림 계란찜 숙주나물 배추김치(국내산)	쌀밥(국내산) 홍합살무우국 닭살버섯들깨볶음 꽃맛샐러드 참나물무침 배추김치(국내산)	서리태밥(국내산) 근대된장국 소불고기 시금치나물 고사리나물 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 팽이미소국 가자미무조림 참나물무침 구이김 배추김치(국내산)
740 kcal	780 kcal	750 kcal	727 kcal	730 kcal	687 kcal

※ 위 식단은 발주 상황에 따라 변경될 수 있으며, 부득이한 식단 변경 시 같은 식품군(고기↔생선 등)내에서 변경할 수 있습니다. 데이케어센터 식단은 이동급식업체 ㈜다원에프엔디 영양사가 작성하여 제공됩니다.



1.2 2월 석식 식단표

2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)생신잔치	7(토)
백미밥(국내산) 들깨배추된장국 임연수무조림 꽃맛샐러드 시금치나물 배추김치(국내산)	흑미밥(국내산) 콩나물국 제육볶음 김구이 새우젓애호박볶음 배추김치(국내산)	잡곡밥(국내산) 북어맑은국 훈제오리 청포묵무침 오징어젓갈 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 유부주머니탕 가자미조림 애너타리볶음 진미채무침 배추김치(국내산)	보리밥(국내산) 들깨배추국 코다리찜 김자반 가지나물 배추김치(국내산)	-
850 Kcal	870 Kcal	815 Kcal	830 Kcal	770 Kcal	-
9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토) 운영
수수밥(국내산) 버섯들깨탕 삼치무조림 멸치아몬드볶음 갯잎장아찌 배추김치(국내산)	보리밥(국내산) 청국장 임연수무조림 야채계란찜 무우나물 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 소불고기 매콤어묵볶음 참나물무침 양념갯잎 배추김치(국내산)	잡곡밥(국내산) 감자옹심이 생선까스/소스 부추오이무침 숙주나물 배추김치(국내산)	잡곡밥(국내산) 근대된장국 훈제오리아채볶음 도라지볶음 돌자반볶음 배추김치(국내산)	-
845 Kcal	732 Kcal	710 Kcal	820 Kcal	650 Kcal	-
16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
설연휴	설연휴	설연휴	보리밥(국내산) 순두부백탕 캔콩치무조림 감자볶음 도토리묵무침 배추김치(국내산)	수수밥(국내산) 시금치된장국 오리훈제 파리고추멸치볶음 김구이 배추김치(국내산)	-
			750 kcal	870 kcal	-
23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토) 운영
잡곡밥(국내산) 북어맑은국 제육볶음 꽃맛샐러드 버섯볶음 배추김치(국내산)	흑미밥(국내산) 들깨배추국 코다리찜 가지나물 김자반 배추김치(국내산)	백미밥(국내산) 갈비탕 두부조림 멸치조림 얼갈이배추나물 배추김치(국내산)	현미밥(국내산) 감자맑은국 소불고기 모듬버섯볶음 갯잎장아찌 배추김치(국내산)	잡곡밥(국내산) 맑은콩나물국 임연수무조림 야채어묵볶음 물미역/초장 배추김치(국내산)	-
800 Kcal	770 Kcal	780 Kcal	789 Kcal	790 Kcal	-

1.3 2월 간식 식단표

2월 1주	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)생신잔치	7(토)
오전간식	견과류죽 보리차	단호박죽 결명자차	양송이스프 보리차	야채죽 등글레차	소고기죽 결명자차	-
오후간식	꿀호떡 우유	쿠키 우유	제철과일	촉촉한치즈케익 요구르트	잔지기떡 식혜	-
2월 2주	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토) 운영
오전간식	녹두죽 보리차	참깨죽 결명자차	야채스프 보리차	소고기죽 결명자차	흑임자죽 보리차	양송이스프 결명자차
오후간식	제철과일	팬케이크 보리차	떠먹는요구르트	쿠키 우유	찐만두 식혜	단팥빵 두유
2월 3주	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
오전간식	설연휴	설연휴	설연휴	흑임자죽 등글레차	소고기스프 결명자차	-
오후간식				물만두 보리차	카스타드 요구르트	-
2월 4주	23(월)	24(화)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토) 운영
오전간식	녹두죽 등글레차	흑임자죽 보리차	감자스프 결명자차	단호박죽 보리차	야채죽 보리차	땅콩죽 결명자차
오후간식	안홍찐빵 요구르트	팬케이크 보리차	제철과일	찐고구마 보리차	제철과일	후레쉬베리 우유