

2026년 07월 가정통신문

<2026년 7월 개소/제121호 발간>

안녕하세요? 마천데이케어센터 어르신 보호자님,
장마가 지나고 뜨거운 햇볕이 내리쬐이는 7월이 되었습니다. 가족내 건강 잘 유의하고 계
시는지요, 저희 센터는 7,8월의 무더위속에서 안전과 건강을 더욱 유념하기 위해서, 낙상에
방을 위한 체조를 매일 실시하고, 어르신의 보조기구 사용방법에 대해 상세히 안내드렸습
니다. 또한 더운 여름철 쉽게 음식이 상하고 세균이 번식할 수 있기에 감염 예방, 특히 식중
독예방에 대한 교육을 진행하고 있습니다. 혹시 댁에서 맛있는 음식이 있더라도 시간이 지
난 음식의 안전이 보장되지 못하기에 어르신이 센터에 음식을 가져와 드시는 일이 없도록
많은 협력을 부탁드립니다.

6월 활동 공유

- 1) 2분기 센터 감염예방을 위한 소독 실시 : 18일(목) 전문방역
- 2) 보호자 간담회 및 보호자 힐링프로그램
: 힐링프로그램_ '꽃바구니 만들기'(강사_옐로우불룸 임선영 대표)
: 간담회_상반기 활동 공유 및 하반기 의견, 정보 공유
- 3) 2분기 운영위원회 회의_19일(금) 14시
- 4) 이미용 서비스_17일(수) 잠실중앙교회 이미용 컷트 진행
- 5) 복지관&데이케어센터 식자재업체 선정 설명회_22일(월)
: 7월 1일부터 CJ 식자재업체로 선정
- 6) 복지관 가요장구팀 공연 : 23일(화) 14시
- 7) 상반기 봄여름 어르신 나들이
: 30일(화) 오후 2시 출발하여 저녁식사후 귀가(장소_국립중앙박물관)

7월 활동 계획

- 1) 생신 잔치(진순례, 신규식어르신)_15일(수) 15시
- 2) 제1회 송파구 장기요양요원의 날_10일(금) 김선화 센터장 수상
- 3) 하반기 노인인권교육 및 학대예방교육(& 센터 급여제공지침 교육)
: 8일(수) 14시, 9일(목) 15시40분 진행

- 4) 요리프로그램_13일(월) 14시(요리명: 사라다)
- 5) 이미용서비스(주최: 잠실중앙교회)_15일(수) 커트 진행
- 6) 마천데이케어센터 상반기 사업평가회_23일(목) 15시 20분
- 7) 18일(토) 경로식당 휴관으로 센터 토요일 휴관을 진행하오니 참고바랍니다.

"알려드립니다!"

- [연락방법] 송영 및 생활 상담_010-9783-3141, 그외_02-409-5264(09:00-18:00)
- 마천데이케어센터는 어르신들의 인권존중을 바탕으로 돌봄서비스를 제공합니다. 어르신들의 인권만큼 종사자들의 인권도 중요하오니 종사자들을 존중하여 대해주시기 바랍니다.
- 장기요양등급관련 우편물을 수령하시거나 자격변동(갱신, 본인부담율 변경, 기초생활수급자 인정 등)이 생길 시 센터로 정보를 알려주셔야 이용에 불이익이 발생하지 않습니다.
- 야간(22시까지)/주말 토요일(18시까지) 서비스를 실시하고 있습니다. 서비스가 필요하신 분은 연락주시기 바라며, 송영차량 이용이 불가피할 시 반드시 센터 핸드폰으로 연락주시거나 문자로 남겨주시기 바랍니다.
- 이용료 명세서를 26년 7월 11일경에 보내드립니다. 6월 15일까지 입금 부탁드립니다.
- 상반기 이용자 만족도 설문지를 배부드립니다. 6월 16일(화)까지 송영시에 보내드리는 설문지 봉투를 동봉하셔서 전달 부탁드립니다.
- 일교차가 큰 환절기에 감기 등이 유행하고 있습니다. 댁에서도 손씻기, 마스크 착용 등을 잘 부탁드립니다.
- 의견(건의사항) 들려주세요_어르신과 가족의 의견을 받고 있습니다. 급식, 간식, 프로그램 등 자유롭게 의견을 주시면 최대한 반영하여 이용에 어려움이 없도록 하겠습니다.(본 센터 건의함, 복지관 홈페이지 주민소리함)
- <첨부> 프로그램일정, 급여계약통보서, 식단표, 송영표, 6월달 요양제공기록지, 물리치료계획, 간담회&힐링프로그램 안내문



6월 30일(화) 국립중앙박물관을 다녀왔습니다. 휠체어리프트가 되는 버스를 통해 이동에 있어 어려움이 없었으며, 도착해 바로 보이는 아름다운 거울못을 둘러보며 박물관 내부로 들어가 쾌적한 관람시간을 가졌습니다. 박물관내 경천사지10층석탑 옆 두레식당에서 저녁식사를 마치고 귀가하시면서 나들이 진행에 고마워하셨고, 나들이 이후에도 탈없이 건강하셔서 즐거운 나들이가 되었습니다.



마천종합사회복지관 한국가요장구팀에서 준비한 공연이 6월 23일(화) 오후 2시에 있었습니다. 인사를 나누고, 더운 날씨에도 공연을 펼쳐준 공연팀에 감사드립니다.



상반기활동을 공유하고 보호자들과 소통하고자 간담회를 진행했습니다. 어르신들 댁에서 모시는 보호자들의 힐링을 위해 '꽃바구니 만들기' 시간을 가졌고, 예쁘고 아름다운 꽃바구니를 만들어 한아름 담아 가져가셨습니다. 앞으로도 보호자와 공유하며 소통하는 시간을 소중히 여기며, 작은 여유와 힐링이 되셨기를 바랍니다.



매월 잠실중앙교회에서 정기적으로 커트 이미용을 진행하고 있습니다. 17일(수)에 어르신들과 보호자님의 요청에 따라 커트를 진행하고, 예쁘게 다듬어지신 어르신들의 모습을 보며 함께 기뻐하였습니다.

2026년 7월 마천데이케어센터 프로그램 및 생활 일정표 *무더위에 건강히 잘 지내는 달^^*

구 분	월	화	수	목	금	토
08:00~10:00	등원지도/오전 간식 및 일일 건강체크/ 개인위생관리/ 물리치료(이지하)/ 개인운동					
09:00~09:30	신문읽기_김은수(월요일: 한서정)					
09:30~10:00	ADL훈련(신발갈아신기, 옷장정리)/TEA-TIME/인사나누기					
10:00~10:30	운동-국민체조/연하운동 이지하					국민체조 운영자
10:30~11:30	음악심리치료☆/ 김지연(김소영)	웃음레크레이션☆/ 손미화(김소영)	한글배우기+문학시간, 건강상식*건강체크및위생 /이지하	사회적응_존중, 배려, 공감, 소통, 협동에 관한 문학활동 /컵놀이 김은수	음악치료☆/ 김은주(김소영)	동화책 읽고 색칠하기/ 김은수
11:30~12:30	ADL훈련(손씻기) 및 점심식사, 후 Self Care (양치, 용변)					
12:30~14:00	물리치료 및 운동(단체로 걷기, 개인), tv시청&휴식					
14:00~15:00	일상생활 (실버요리프로그램 외 정리정돈, 의복관리, 외출준비 외)/ 김소영	색그림카드 맞추기 공 율기기, 고리끼우기 동작기억, 균형운동 김은수	원예활동☆/ 전성화(백금화)	실버미술☆/ 유현숙(백금화)	다양한 인지활동놀이 (속담,계산,암기외)/노래방 백금화	함께하는 인지활동/ 김은수 외 운영자
15:00~15:20	ADL훈련(손씻기) 및 오후 간식 및 Self Care(용변지도) / 휴식					
15:20~16:20	하키,색판뒤집기,캐치볼, 위고디스크/ 백금화	전통놀이(윷놀이 외),볼링/ 밴드체조 백금화,김소영	배드민턴/ 풍선놀이 등 공 운동 김소영	음악활용 체조, (전신,의자체조,유연성, 스트레칭) 윤그리나(백금화)	신문활용 운동/ 김은수	놀이운동/ 김은수
16:20~17:00	클래식과 함께하는 색칠하기(백금화):월,수,금 / 원고지글쓰기(김소영):화,목					
16:40~17:10	오후 종례(신지민), 1차 귀가지도(송영서비스)					
17:10~18:00	ADL훈련(손씻기) 및 저녁식사 및 Self Care (양치,용변) / 운동(단체로 걷기, 개인)					
18:00~18:30	동화책읽어드리기/ 백금화.김상복	날말퀴즈/ 백금화.김상복	숫자놀이/ 백금화.김상복	지남력훈련/ 백금화.김상복	회상하기/ 백금화.김상복	
18:30~19:00	족욕 & tv 신규.김상복					
19:00~19:20	ADL훈련(손씻기) 및 간식 드시기, 물리치료, 2차 귀가 준비					
19:20~19:40	물리치료, tv 시청, 화투					
19:40~20:35	3차 귀가					
20:35~21:00	센터 청소 및 정리					

※ 물리치료 사회적응, 인지향상, 일상생활, 지남력훈련 신체활동,작업치료 미술프로그램(인지) 음악프로그램(인지) ☆표시: 5등급대상 인지기원등급 프로그램

* 특별프로그램 : 월 1회 어르신 생신 잔치/ 월 1회 이미용서비스

* 작성자: 프로그램관리자(신지민)

※ 보호자님 프로그램 의견이 있을 시 언제든지 연락주십시오!(T.070-4131-9584)

사회적응 : 외부활동(대중교통 이용, 문화체험 등), 내부활동(모의 시장 운영, 세상뉴스 전하기, 종교활동 등)

특별활동 : 가족지지(상담, 교육, 정서지원), 보호자 간담회, 생신잔치, 명절행사, 가족의 날, 행사 가족 참여 활동

물리치료 :온열치료, 수치료, 견인요법, 관절가동범위운동 등