

가정통신문

예쁜 코스모스 피는 좋은 계절 10월!!바람에 살랑살랑 몸을 맡기는 코스모스들이 가을이 왔다고 재잘거리는 것 같습니다. 10월엔 환하게 웃는 코스모스처럼 기쁨 가득하셨으면 좋겠습니다. 항상 건강하시고, 행복한 10월 보내세요. 저희센터는 10월1일 / 10월3일 / 10월9일 은 정상운영합니다.

①10월 10일(목)은 생신잔치가 있습니다.

10월 생신자:손호,김순심,진창문 어르신

②10월 목욕일정 안내 (6층 일반실,치매전담실 주1회)-요일은 변경됨.

③민요봉사-10/7

④실버숲체험-10/18

⑤새바람 봉사단 공연-10/10

⑥매주수요일(치매전담실)-인생나눔수업

⑦급식지원센터교육-10/29

프로그램일정-월:놀이활동/화:미술활동/수:블럭활동/목:맨손체조/금:음악활동

◆ 저희센터는 주간보호(일반실), 치매전담실, 방문요양 으로 어르신들을 보호하며,다양한 신체활동과 인지활동프로그램을 활용하여 어르신들을 집중 케어하고 있으니주위 지인분들께 많은소개 부탁드립니다.◆

9월 활동사진



인생나눔수업



요리활동



민요공연



생신잔치



새바람공연



실버숲치유수업



한가위행사



자살예방교육



미용봉사



세뎡효사랑 재가복지센터

♥10월 프로그램 및 급,간식 일정표♥

※ 상기 식단은 식당의 사정에 의해 변경될 수 있습니다.

※ 모든 식사에는 잡곡밥과 배추김치가 제공됩니다.

※ 음식물로 인한 환경의 피해를 줄이기 위한 “잔반 없는 날” 시행에 따라 일부 메뉴는 변경될 수 있습니다.

	1일/화요일	2일/수요일	3일/목요일	4일/금요일	5일/토요일
	건강체조/영상 미술활동/인지활동 볼링게임/ 신체활동 햏팩	건강체조/영상 달력만들기/인지활동 발마사지/신체활동 햏팩	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 학습지/인지활동 햏팩	건강체조/영상 음악활동/인지활동 풍선배구/신체활동 햏팩	건강체조/영상 그림오려붙이기/ 인지활동 알까기/신체활동 햏팩
	밥/미역국 주꾸미볶음 콩나물무침 부추생채 김치/계란찜	밥/시락국 생선까스+타르소스 감자조림 오이무침 김치/새송이버섯볶음	밥/쇠고기국 두부조림 미역줄기볶음 양념겉잎지 김치/떡갈비	밥/미더덕된장국 닭갈비 호박볶음 얼갈이부추생채 김치/햄전	밥/김치콩나물국 돈육볶음 마늘종무침 무생채 김치/야채고로케
	샐은고구마	호박죽	크림스프	단호박샐러드	어묵
7일/월요일	8일/화요일	9일/수요일	10 /목요일	11일/금요일	12일/토요일
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 민요공연/신체활동 햏팩	건강체조/영상 색칠하기/인지활동 공놀이/ 신체활동 햏팩	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 오자미던지기/신체활동 햏팩	건강체조/영상 맨손체조,생선잔치/가족 지지,신체활동 목욕서비스 색칠하기/인지활동 햏팩	건강체조/영상 음악활동/인지활동 탁구공유키기/신체활동 햏팩	건강체조/영상 학습지/ 인지활동 주사위노래방/신체활동 햏팩
밥/순두부찌개 어묵볶음 숙주나물 다시마채무침 밥/계란말이	밥/부대찌개 납세미구이 오이소박이 멸치볶음 김치/연두부+양념장	밥/동태매운탕 떡볶이 꼬시래기무침 도라지오이무침 김치/도토리묵+양념장	밥/유부된장국 돈육볶음 콩나물무침 얼갈이겉잎지 김치/동그랑땡전	밥/어묵국 고등어무조림 양배추다시마쌈+젓국장 느타리버섯볶음 김치/부추전	밥/쇠고기국 잡채 들깨주나물 두부조림 김치/창란젓
탕수육	호박죽	감자고로케+케찹	찐만두+초간장	김밥	제철과일
14일/월요일	15일/화요일	16일/수요일	17일/목요일	18일/금요일	19일/토요일
건강체조/영상 놀이활동 /인지활동 과자따먹기/신체활동 햏팩	건강체조/영상 미술활동/인지활동 풍선놀이/신체활동 햏팩	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 카드뒤집기/ 신체활동 햏팩	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 회상활동/인지활동 햏팩	건강체조/영상 숲체험/신체활동 음악활동/인지활동 햏팩	건강체조/영상 만들기/인지활동 놀이활동/신체활동 햏팩
밥/팽이된장국 동태조림 지꾸아볶음 미역줄기볶음 김치/브로콜리스프크림	밥/육개장 두부구이+양념장 감자두루치기 깻잎지 김치/미트볼조림	밥/김치수제비국 적어구이 오이양파무침 새송이버섯볶음 김치/멸치조림	밥/북어포국 닭볶음탕 다시마채무침 무생채 김치/햄전	밥/시락국 비빔밥 (콩나물, 고사리, 단배추) 계란후라이+고추장 김치/요구르트	밥/오징어무국 돈육감자조림 열무나물 부추겉절이 김치/야채춘권
샐은감자	바나나	당면만두+초간장	고구마맛탕	떡	롤케익
21일/월요일	22일/화요일	23일/수요일	24일/목요일	25일/금요일	26/토요일
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 공놀이/신체활동 햏팩	건강체조/영상 미술활동/인지활동 손마사지/신체활동 햏팩	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 몸으로말해요/ 신체활동 햏팩	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 음악활동/인지활동 햏팩	건강체조/영상 주사위노래방/신체활동 세상뉴스/인지활동 햏팩	건강체조/영상 색칠하기/인지활동 영화감상/가족지지 햏팩
밥/꽃게된장국 돈육볶음 콩나물무침 오이무침 김치/후랑크볶음	밥/고등어추어탕 어묵볶음 새우전호박볶음 우렁채조림 김치/김치전	밥/홍합미역국 납세미조림 북어포도라지무침 열무나물 김치/떡갈비	밥/선짓국 도토리묵+양념장 느타리버섯볶음 깻잎지 김치/마카로니콘샐러드	밥/계란국 카레라이스 오이무침 무생채 김치/마늘종멸치볶음	밥/어묵국 닭갈비 숙주나물 감자채볶음 김치/양태콩조림
감자샐러드	호박죽	샐은고구마	후라이드치킨	과일샐러드	요플레
28일/월요일	29일	30일	31일		
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 풍선터트리기/신체활동 햏팩	건강체조/영상 미술활동/인지활동 급식지원교육/신체활동 햏팩	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 컵치기/ 신체활동 햏팩	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 청기백기/인지활동 햏팩	쌀:국내산 무김치/겉절이:국내산 닭토막:국내산 닭갈비:수입산 생선:수입산	배추김치 (배추:국내산, 고춧가루:중국산) 주꾸미, 오징어:수입산 고등어, 동태, 납세미:수입산 햄, 맛살, 소세지:국산
밥/시락국 돈육김치볶음 온두부 오이무침 김치/비엔나조림	밥/감자탕 완자어묵볶음 부추겉절이 고추지 김치/소세지전	밥/쇠고기국 순대+막장 열무나물 다시마채무침 김치/동그랑땡전	밥/미소된장국 적어구이 미더덕콩나물찜 얼갈이겉잎지 김치/메추리알곤약조림	돼지고기 후지:국내산 돼지고기 전지:미국산 돼지고기 잡육:국내산 쇠고기:수입산 닭고기:수입산	
샐은감자	호박죽	옥수수스프	찐만두+초간장		

급식업체: 삼호푸드 / 영양사: 이나경