

가정통신문

길 가 낙엽이 쌓이는 가을이 깊어지면서 코끝을 스치는 바람이 점점 매서워지는 11월입니다. 겨울의 시작을 알리는 입동이 성큼 다가오면서 아침, 저녁으로 온도차가 심해지고 있습니다. 환절기 감기조심하시고 겨울철 건강관리에 많은 관심 부탁드립니다.

①11월 14일(목)은 생신잔치가 있습니다.

11월 생신자: 김국자,윤덕남,김봉영,김정자(6)어르신

②11월 목욕일정 안내 (6층 일반실,치매전담실 주1회)-요일은 변경됨.

③민요봉사-11/4

④실버쇼체험-미정

⑤새바람 봉사단 공연-11/14

⑥매주수요일(치매전담실)-인생나눔수업

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

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

10월 활동사진



블럭수업



인생나눔수업



미술수업



놀이활동수업



쇼체험치유수업



독감예방접종



요리수업



생신잔치



민요공연



세뎡효사랑 재가복지센터

♥11월 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/금요일	2일/토요일
쌀:국내산 무김치/겉절이:국내산 닭도막:국내산 닭갈비:수입산 생선:수입산	배추김치 (배추:국내산, 고춧가루:중국산) 주꾸미, 오징어:수입산 고등어, 동태, 납세미:수입산 햄, 맛살, 소세지:국산			건강체조/영상 음악활동/인지활동 풍선놀이/신체활동 하트	건강체조/영상 학습지/ 인지활동 놀이활동/신체활동 하트
돼지고기 후지:국내산 돼지고기 전지:미국산 돼지고기 잡육:국내산 쇠고기:수입산 닭고기:수입산				밥/북어포국 주꾸미오징어볶음 부추생채 미역줄기볶음 김치/계란찜	밥/김치수제비국 돈육감자조림 호박나물 햄전 김치/깻잎지
				고구마맛탕	붕어빵
4일/월요일	5일/화요일	6일/수요일	7일 /목요일	8일/금요일	9일/토요일
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 민요공연/신체활동 하트	건강체조/영상 미술활동/인지활동 골프치기/ 신체활동 하트	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 몸으로말해요/신체활동 하트	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 달력만들기/인지활동 하트	건강체조/영상 음악활동/인지활동 총쏘기놀이/신체활동 하트	건강체조/영상 그림오려붙이기/ 인지활동 놀이활동/신체활동 하트
밥/시락국 돈육볶음 콩나물무침 오이무침 김치/부추전	밥/동태매운탕 떡볶이 열무나물 다시마채무침 김치/동그랑땡전	밥/부대찌개 마파두부 오이소박이 청초멸치볶음 김치/마카로니콘샐러드	밥/팽이된장국 고등어우조림 숙주나물 부추열갈이겉절이 김치/느타리버섯볶음	밥/쇠고기국 잡채 도토리묵+양념장 무생채 김치/소세지전	밥/미역국 적어구이 단배추겉절이 어묵볶음 김치/마늘종건새우볶음
단호박찜	크림스프	삼은고구마	호박죽	바나나	카스타드+요구르트
11일/월요일	12일/화요일	13일/수요일	14일/목요일	15일/금요일	16일/토요일
건강체조/영상 놀이활동 /인지활동 탁구공유키기/신체활동 하트	건강체조/영상 미술활동/인지활동 손마사지/신체활동 하트	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 오자미던지기/ 신체활동 하트	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 색칠하기, 생신잔치/인지 활동, 가족지지 하트	건강체조/영상 벽돌치기/신체활동 음악활동/인지활동 하트	건강체조/영상 종이자수/인지활동 놀이활동/신체활동 하트
밥/어묵국 동태조림 고시래기무침 새송이호박볶음 김치/떡갈비	밥/유부된장국 돈까스+소스 콩나물무침 웰빙샐러드+키위소스 김치/완자어묵볶음	밥/김치콩나물국 돈육볶음 시금치나물 열갈이겉절이 김치/브로콜리스크램블	밥/순두부찌개 미더덕콩나물찜 열무나물 창란전 김치/미트볼조림	밥/바지락미역국 닭도리탕 숙주미나리나물 오이양파무침 김치/김치전	밥/감자호박고추장찌개 납세미구이 두부조림 무생채 김치/맛김
삼은고구마	과일	아채튀김	탕수육	옥수수스프	제철과일
18일/월요일	19일/화요일	20일/수요일	21일/목요일	22일/금요일	23일/토요일
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 공놀이/신체활동 하트	건강체조/영상 미술활동/인지활동 뽕망치게임/신체활동 하트	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 컵치기/ 신체활동 하트	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 세상뉴스/인지활동 하트	건강체조/영상 주사위노래방/신체활동 만들기/인지활동 하트	건강체조/영상 노래가사따라쓰기/인지 활동 놀이활동/신체활동 하트
밥/시락국 오삼불고기 다시마채무침 새우전호박볶음 김치/소세지전	밥/모듬어묵국 생선까스+타르소스 콩나물무침 감자조림 김치/동그랑땡전	밥/북어포국(총무김밥) 오징어무침 어묵볶음 생김 나박김치/계란말이	밥/미역국 적어조림 오이소박이 느타리버섯볶음 김치/연두부+양념장	밥/육개장 햄전 시금치나물 깻잎지 김치/마늘종무침	밥/미더덕된장국 돈육볶음 열갈이겉절이 오이무침 김치/감자채볶음
감자고로케	호박죽	고구마튀김	크림스프	삼은계란+식혜	떡
25일/월요일	26일/화요일	27일/수요일	28일/목요일	29일/금요일	30일/토요일
건강체조/영상 놀이활동/인지활동 고리던지기/신체활동 하트	건강체조/영상 미술활동/인지활동 블랙홀공놀이/신체활동 하트	건강체조/영상 블럭활동/인지활동 발마사지/ 신체활동 하트	건강체조/영상 맨손체조/신체활동 목욕서비스 회상활동/인지활동 하트	건강체조/영상 윷놀이/신체활동 음악활동/인지활동 하트	건강체조/영상 영화감상/가족지지 목욕서비스 미로찾기/인지활동 하트
밥/참치김치찌개 고등어우조림 양배추다시마쌈+젓국장 콩나물무침 김치/미트볼조림	밥/북어포국 닭갈비 부추생채 열무나물 김치/마늘종건새우볶음	밥/쇠고기국 두부구이+양념장 무생채 새송이버섯볶음 김치/김말이튀김	밥/된장찌개 돈육볶음 오이무침 시금치나물 김치/계란말이	밥/어묵국 카레라이스 도라지북어포무침 단무지 김치/요구르트	밥/김치콩나물국 돈육메추리알조림 도토리묵+양념장 동초나물 김치/햄전
호박죽	고구마맛탕	크림스프	유부초밥	바나나	요플레

급식업체: 삼호푸드 / 영양사: 이나경