2026년 09월 가정통신문

부산재가주간보호센터 가족 여러분 안녕하세요.
9월은 낮에는 늦더위가 이어지고 아침저녁으로는 선선해 일교차가 큰 시기입니다. 환절기에는 감기 및 호흡기 질환에 걸리기 쉬운 만큼 건강관리에 유의해 주시기 바랍니다. 센터에서도 적절한 실내 온도 유지와 환기·소독을 통해 어르신들의 건강 상태를 세심히 살피겠습니다. 자택에서도 얇은 겉옷 준비와 충분한 수분 섭취에 관심 부탁드립니다.

♤ 9월 추석 연휴 기간 중 센터 운영 일정을 안내드립니다.
9월 24일(목), 9월 26일(토)은 정상 운영하며, 9월 25일(금) 추석 당일은 기관 휴무입니다.

♤ 9/22일(화) 북부소방서 직원이 센터에 방문하여 직원의 진행 하에 화재 발생 상황을 대비한 소방훈련을 실시할 예정입니다. 실제 상황 발생 시 신속하고 안전하게 대처할 수 있도록 화재 대피요령 및 소방안전교육 등을 함께 진행할 예정이오니 참고해 주시기 바랍니다.

♤ 9월 목욕 일정 안내
* 여자 어르신 목욕 일정: 9/3(목), 9/10(목), 9/17(목), 9/23(수)
* 남자 어르신 목욕 일정: 9/4(금), 9/11(금), 9/18(금), 9/23(수)
※ 목욕 일정은 공휴일 및 센터 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

♤ 보다 원활한 상담 및 안내를 위해 문의 사항은 되도록 센터 사무실로 전화 또는 문자 주시면 신속하게 안내드리겠습니다.
☎ 대표전화: 051-581-8114 ☎ 대표 휴대폰: 010-4877-8114
★★ 평일: 07:45~17:00 ★★ 토요일 및 공휴일: 07:45~16:30
♤ 어르신들의 센터 생활 모습은 아래 블로그에서 보실 수 있습니다.
-http://부산재가주간보호센터.kr
-https://m.blog.naver.com/hohojjom44
★상담 안내
* 어르신 또는 가족의 코로나 확진, 발열, 호흡기 감염, 건강 악화 시 꼭 연락 부탁드립니다.
* 등급 갱신 절차는 기관에서 도와드리고 있습니다. 시설 등급으로 변경 시 꼭 연락 부탁드

립니다.

8/3(월) 보건소에서 센터로 방문하여 어르신들을 대상으로 결핵 검사를 진행하였습니다. 검사를 차례대로 받으시며 협조해 주셨고, 안전하게 검사를 마무리하였습니다.

8/4(화), 생신을 맞으신 어르신들의 생신잔치를 진행하였습니다. 다 함께 축하 노래를 부르고 축하 인사를 나누며 즐거운 시간을 보냈고, 생신 어르신들께서도 환한 미소로 기뻐하셨습니다.

8/5(수), 어르신들을 대상으로 미용 서비스를 진행하였습니다. 단정하게 이발을 마친 후 한결 깔끔해진 모습에 만족해하시며 밝은 표정으로 즐거운 시간을 보내셨습니다.

★ 어르신 솜씨 자랑~
미술 시간에는 골판지를 돌돌 말아 사과 도안에 붙이며 예쁘게 꾸미는 활동을 진행했습니다. 어르신들께서 정성스럽게 골판지를 말고 하나씩 붙여 멋진 사과 작품을 완성하셨습니다.

2026년 09월 식단표

2026년 09월

부산재가주간보호센터

구분			화(09.01)	수(09.02)	목(09.03)	금(09.04)	토(09.05)
점심 식단			쌀밥/잡곡밥 미역국 돈까스 양배추샐러드 가지무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 콩나물국 잡채 연두부 생선구이 배추김치	쌀밥/잡곡밥 추어탕 떡볶이 고구마튀김 일미볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 돼지불고기 어묵볶음 콩나물무침 배추김치	오색비빔밥(시금치, 콩나물, 호박,무생채,고사리) 계란국 고추양념장 계란프라이 김가루 배추김치
저녁 식단			쌀밥/잡곡밥 된장찌개 만두구이 비빔 애호박볶음 버섯볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 계란국 맛살구이 멸치볶음 미역줄기볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 어묵탕 떡갈비구이 오이무침 애호박볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 북어국 도토리묵+양념장 멸치볶음 김 배추김치	
오전 간식			수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액
오후 간식			초코빵 우유	복숭아, 바나나	수박	벌꿀카스테라 우유	오예스 보리차
구분	일(09.06)	월(09.07)	화(09.08)	수(09.09)	목(09.10)	금(09.11)	토(09.12)
점심 식단		쌀밥/잡곡밥 순두부찌개 생선구이 멸치볶음 동그랑땡 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 닭볶음창 우엉조림 숙주나물무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 닭계장 두부강정 생선구이 도라지무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 콩나물국 짜장 단무지무침 새우마늘쫑무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 닭백숙 오이 양파짱아치 깍두기 배추김치	오색비빔밥(시금치, 콩나물, 호박,무생채,고사리) 콩나물국 고추양념장 계란프라이 김가루 배추김치
저녁 식단		쌀밥/잡곡밥 시락국 연두부+양념장 가지나물무침 일미볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 미역국 떡갈비구이 멸치볶음 김무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 된장찌개 가지나물볶음 곤약무침 미역줄기볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 북어국 어묵볶음 오이무침 일미볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 어묵탕 계란후라이 우엉조림 멸치볶음 배추김치	
오전 간식		수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액
오후 간식		삶은계란 보리차	후레쉬베리 두유	과자모음 사과주스	초코파이 보리차	과자모음 배주스	카스타드 두유

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	일(09.13)	월(09.14)	화(09.15)	수(09.16)	목(09.17)	금(09.18)	토(09.19)
점심 식단		쌀밥/잡곡밥 북어국 생선조림 부추전 어묵볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 추어탕 돈까스 양배추샐러드 숙주나물무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 미역국 동그랑땡 생선구이 오이무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 된장찌개 떡볶이 고추튀김 조미김 배추김치	쌀밥/잡곡밥 돼지불고기 도토리묵+양념장 감자샐러드 오이무침 배추김치	오색비빔밥(시금치, 콩나물, 호박,무생채,고사리) 미역 고추양념장 계란프라이 김가루 배추김치
저녁 식단		쌀밥/잡곡밥 시락국 연두부+양념장 해파리냉채 일미볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 꽃게된장찌개 어묵볶음 멸치볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 연두부+양념장 메추리알조림 콩나물무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시래기국 감자채볶음 일미볶음 파김치 배추김치	쌀밥/잡곡밥 미역국 메추리알조림 단무지무침 김무침 배추김치	
오전 간식		수제 요거트+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 요거트+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 요거트+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액
오후 간식		식빵+딸기쨈 사과주스	삶은계란 보리차	과자모음 오렌지주스	오예스 쌕쌕주스	꿀떡 망고주스	웨하스, 쌀과자 망고주스
구분	일(09.20)	월(09.21)	화(09.22)	수(09.23)	목(09.24)	금(09.25)	토(09.26)
점심 식단		쌀밥/잡곡밥 닭계장 생선구이 어묵볶음 소세지구이 배추김치	쌀밥/잡곡밥 콩나물국 닭볶음탕 연두부+양념장 멸치볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 미역국 잡채 생선구이 우엉조림 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 탕수육+소스 양배추샐러드 오이무침 배추김치	기관 휴무	오색비빔밥(시금치, 콩나물, 호박,무생채,고사리) 추어탕 고추양념장 계란프라이 김가루 배추김치
저녁 식단		쌀밥/잡곡밥 시락국 떡갈비구이 미역줄기볶음 일미볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 북어국 애호박버섯볶음 도라지무침 김 배추김치	쌀밥/잡곡밥 어묵탕 어묵볶음 열무김치 양배추쌈 배추김치	쌀밥/잡곡밥 계란국 우엉조림 물김치 배추김치 조미김	기관 휴무	
오전 간식		수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액		수제 요거트+콘푸러스트+매실액
오후 간식		고구마 보리차	쌀과자+쿠키모음 배주스	초코빵+계란과자 보리차	바나나 우유		카스타드 보리차

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

구분	일(09.27)	월(09.28)	화(09.29)	수(09.30)			
점심 식단		쌀밥/잡곡밥 소고기무국 고추전 꽁치구이 숙주나물무침 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 닭도리탕 숙주나물무침 우엉조림 배추김치	쌀밥/잡곡밥 순두부찌게 생선구이 고추전 우엉조림 배추김치			
저녁 식단		쌀밥/잡곡밥 된장찌개 버섯볶음 멸치볶음 깻잎무침 김 배추김치	쌀밥/잡곡밥 미역국 파전 버섯볶음 어묵볶음 배추김치	쌀밥/잡곡밥 시락국 맛살전 곤약샐러드 도라지무침 배추김치			
오전 간식		수제 두유+콘푸러스트	수제 요거트+콘푸러스트+매실액	수제 두유+콘푸러스트			
오후 간식		웨하스+미니비스켓 베지밀	보름달빵 보리차	카스타드 우유			

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 고혈압식이 : 염분제한 및 칼로리 제한
당뇨식이 : 당분제한, 식단표는 동일
위 식단은 식재료 및 센터 내 일정에 따라 변동될 수 있음을 미리 알립니다.

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

2026년 09월 프로그램 일정표

2026년 09월 / 기본형

부산재가주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 교구인지 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 게이트볼 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	2 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 놀이치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 고리 던지기 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	3 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 음악치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 영화감상 **[사회]** 14:10~15:30(80분)	4 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 실버체육 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 심청 예술단 공연 관람 **[사회]** 14:00~15:00(60분)(자)	5 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **신체활동 (전체)** 날아라 풍선 테니스 **[신체]** 14:00~15:00(60분)
6	7 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 다트 던지기 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	8 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 교구인지 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 미니농구 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	9 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 놀이치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 과자 따먹기 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	10 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 음악치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 영화감상 **[사회]** 14:10~15:30(80분)	11 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 실버체육 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 14:10~15:30(80분)	12 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **신체활동 (전체)** 발컬링 **[신체]** 14:00~15:00(60분)
13	14 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 보자기 풍선 놀이 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	15 **사회적응프로그램 (전체)** 편지쓰기 **[사회]** 08:00~09:40(100분) **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 교구인지 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **가족참여 프로그램 (전체)** 생신 잔치 **[가족]** 14:30~15:30(60분)	16 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 놀이치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 색소폰 노래교실 **[사회]** 14:00~15:00(60분)(자)	17 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 음악치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 영화감상 **[사회]** 14:10~15:30(80분)	18 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 실버체육 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 14:10~15:30(80분)	19 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **신체활동 (전체)** 비석치기 **[신체]** 14:00~15:00(60분)

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

2026-10-02 10:29:56 현정 (사회복지사)

20	21 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 통통 함께 공 튀기기 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	22 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 09:40~10:00(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 소방훈련교육 **[인지]** 10:00~10:30(30분) **인지활동프로그램 (전체)** 수제 오란다 만들기 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 스피드 국수 먹기 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	23 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 실버체육 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 아시안 게임 감상 **[사회]** 14:30~15:30(60분)	24 추석 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 음악치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **신체활동 (전체)** 웃음치료 **[신체]** 14:10~15:30(80분)	25 추석	26 추석 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **신체활동 (전체)** 실내화 던지기 **[신체]** 14:00~15:00(60분)
27	28 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 교구인지 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 실버 축구 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	29 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램 (전체)** 워크북 인지활동 **[인지]** 10:30~11:30(60분) **기능 회복 훈련 (전체)** 개별맞춤 기능회복훈련 **[신체]** 14:10~14:30(20분) **신체활동 (전체)** 오목탁구 **[신체]** 14:30~15:30(60분)	30 **신체인지기능향상 프로그램 (전체)** 명상, 조회, 맨손체조 **[신체]** 10:10~10:30(20분) **인지활동프로그램(외부강사) (전체)** 놀이치료 **[인지]** 10:30~11:30(60분)(외) **사회적응프로그램 (전체)** 새미하모니카 공연 관람 **[사회]** 14:00~15:00(60분)(자)			

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.