



2026년 10월 가정통신문

안녕하세요!

고유 명절 추석을 보내시며 보름달 감상은 잘하셨나요? 세월은 유수 같다고 하더니, 어느새 가을을 상징하는 10월이 성큼 다가왔습니다. 사람에 따라 3개월이나 남았다고 생각할 수도 있고, 3개월밖에 남지 않았다고 생각할 수도 있습니다. 똑같은 시간인데도 젊은 사람일수록 시간이 길고 느리게 가는 것처럼 느껴지고, 연세가 있는 사람들은 시간이 짧고 세월이 빠르게 흘러가는 느낌이 듭니다.

나이를 먹으니 하루하루 별 탈 없이 잘 보내는 것이 가장 큰 행복이라는 생각이 듭니다. 행복은 멀리 있는 것이 아니라 아주 가까이에 있습니다. 아니, 어쩌면 내 마음속에 있는 것인지도 모릅니다. 내 마음의 상태에 따라 행복과 불행이 왔다 갔다 합니다.

내 마음의 주인은 나입니다. 가족이나 타인에게 휘둘려 불행한 생각이 들더라도 그 생각은 빨리 내려놓고, 내 마음을 잘 다스려 평안을 찾으시기 바랍니다. 작은 일에도 감사하는 마음을 가지며, 하루하루를 편안하고 행복하게 보내시길 바랍니다.

선선한 가을바람처럼 마음에도 여유와 평안이 함께하시고, 어르신들과 가족분들 모두 건강하고 행복한 가을 보내시길 바랍니다. 감사합니다.

♠ 어르신 생신잔치와 원 내 카페 나들이를 **10월 15일 (목요일)**에 할 예정입니다. 어르신들이 좋아하시는 떡과 과일을 준비해서 축하해 드립니다.

♥ 예사랑 주간보호센터의 모든 직원들은 어르신들이 편안하게 센터를 이용하실 수 있도록 항상 최선을 다하겠습니다



9월달 생신이었던 김진선님, 김석두님,심상갑님,
김권기님, 이길순님, 노재옥님, 윤정순님께
푸짐한 생신상을 차려드리고 생신잔치를 준비해드렸습니다. ♥



9월 한달간 신체 및 인지활동 프로그램에 열심히 참여하신
우리 어르신들의 모습입니다 ♥

