



2025년 11월 가정통신문

가을을 지나 겨울의 문턱에
다다른 11월입니다.
어르신 건강도 지키며 활력이 넘치는
센터 생활이 되도록 하겠습니다.

◇ 부탁말씀

- 병원진료 요청이 많아 어르신 건강관리에 어려움이 있습니다. 갑자기 몸이 좋지 않으시거나, 사전 병원 진료 계획에 따라 운영되므로 진료를 희망할시 최소 2~3일전에 말씀 해주시를 부탁드립니다. 한 의원등의 병원진료는 주1회로 제한 될 수 있으므로 양해 바랍니다.

◇ 차량변동

- 이홍자 어르신은 아침송영시 모닝->엑센트 차량으로 변경됩니다.

◇ 생신잔치

- 생신잔치 11/13(목) -박춘자, 황대례, 신명균 어르신
(생신상은 센터에서 준비합니다)

◇ 프로그램

- 백세 건강체조 (매일)
- 인지(매일 1회)
- 신체(주 3회 이상)
- 보행운동(매일 2회)
- 건강유지 활동 (매일 1회 이상)
- 11월말 이미용 서비스(예정)

