

2026년 09월 가정통신문

.더조은주간보호센터입니다.

.무더위와 폭염이 기승을 부리던 긴 여름이 지나고, 아침저녁으로 선선한 바람이 부는 가을의 문턱 9월이 찾아왔습니다. 민족 대명절인 추석을 앞두고 시원해진 날씨만큼 우리 어르신들의 건강도 더욱 회복되기를 진심으로 기원합니다.

.일교차가 커지는 시기인 만큼 어르신들의 건강이 가을의 풍성함처럼 잘 유지될 수 있도록 저희 센터는 최선을 다하겠습니다.

※ 9월 공지사항 ※

◎ 9월 22일(화요일): 어르신 미용 봉사가 있습니다.

◎ 9월 25일(금요일): 추석 명절 당일은 센터를 운영하지 않습니다.

.저희 더조은주간보호센터는 다양한 프로그램을 통해 어르신을 정성껏 모시고 있습니다.매주 월요일부터 토요일까지 신체, 인지, 사회 적응, 기능 회복 훈련, 여가 활동 등 맞춤형 프로그램을 제공하여 어르신들의 인지적·신체적·정서적·사회적 건강 증진을 위해 힘쓰고있습니다. 항상 보내주시는 성원과 격려에 깊은 감사를 드립니다.

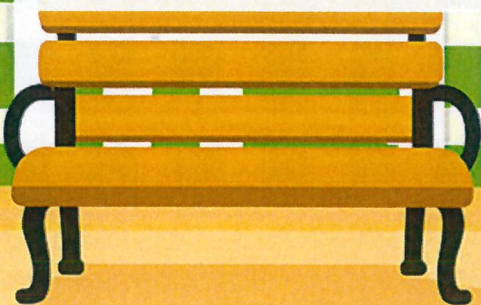
.저희 센터는 어르신들께서 매일 즐겁고 행복한 생활을 하실 수 있도록 정성을 다하겠습니다.

♣ 저희 기관에서는 음식물을 철저히 관리하여 어르신들의 건강을 각별히 챙기겠습니다. 가정에서도 많은 관심과 협조 부탁드립니다.

♠ 복용하시는 약이 있다면 보내주세요. 간호 선생님이 정해진 시간에 맞춰 잘 드실 수 있도록 세심히 챙겨드리겠습니다.

♠ 목욕 후 갈아입으실 속옷과 겹옷, 그리고 여벌 옷을 함께 챙겨주시면 편안하게 환복하실 수 있도록 도움을 드리겠습니다.

♠ 어르신들의 건강을 위해 실내 적정 온도를 유지하고, 규칙적인 환기를 통해 쾌적한 환경을 조성하겠습니다.





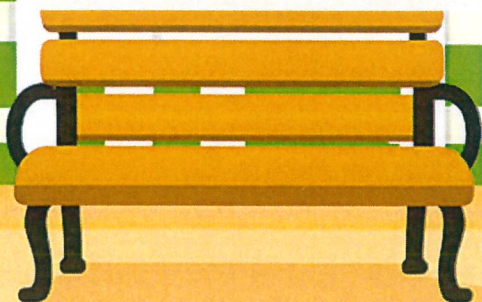
어르신들께서 가장 기다리시는 노래 교실 시간입니다.

손뼉 치기, 어깨 및 목 스트레칭을 시작으로 간단한 호흡과 발성 연습을 진행했습니다. 이어 어르신들께서 평소 좋아하시는 옛 가요와 트로트 등 익숙한 노래를 함께 따라 부르고 율동도 곁들이며 즐거운 시간을 보냈습니다.



홀로 지내시는 어르신들 가운데 재활용품 분리배출에 어려움을 겪으시는 분이 많습니다. 이에 사회 적응 프로그램의 일환으로 재활용품의 종류를 알아보고, 올바른 분리배출 방법을 실습해보는 시간을 가졌습니다.

어르신들께서도 큰 어려움 없이 과정을 잘 따라와 주셨으며, 실습 결과에 대해 매우 만족해하셨습니다.



프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

더조은 주간보호센터

(외) : 외부강사, (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료(달력 만들기) [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임(신발 던지기) [신체] 14:00~15:00(60분)	2 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료(제주도 말 알아보고 색칠하기) [인지] 11:00~12:00(60분) 본튼실버 (전체) 본튼실버 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	3 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 말랑말랑 노인건강운동 (전체) 말랑말랑 노인건강운동 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	4 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 클로버시니어스포츠 (전체) 클로버시니어스포츠 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	5 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 명상활동 (전체) 명상활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	
6 7 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 노래교실(인지) (전체) 노래교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	8 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	9 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 본튼실버 (전체) 본튼실버 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	10 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 말랑말랑 노인건강운동 (전체) 말랑말랑 노인건강운동 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	11 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 클로버시니어스포츠 (전체) 클로버시니어스포츠 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	12 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 명상활동 (전체) 명상활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	
13 14 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 노래교실(인지) (전체) 노래교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	15 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	16 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 본튼실버 (전체) 본튼실버 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	17 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 말랑말랑 노인건강운동 (전체) 말랑말랑 노인건강운동 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	18 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 클로버시니어스포츠 (전체) 클로버시니어스포츠 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	19 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 명상활동 (전체) 명상활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	
20 21 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 노래교실(인지) (전체) 노래교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	22 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	23 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 11:00~12:00(60분) 본튼실버 (전체) 본튼실버 [신체] 14:00~15:00(60분)(외)	24 추석 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 말랑말랑 노인건강운동 (전체) 말랑말랑 노인건강운동 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	25 추석 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 클로버시니어스포츠 (전체) 클로버시니어스포츠 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 미술치료 (전체) 미술치료 [인지] 14:00~15:00(60분)	26 추석 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [신체] 10:30~10:45(15분) 명상활동 (전체) 명상활동 [인지] 11:00~12:00(60분) 규칙게임 (전체) 규칙게임 [신체] 14:00~15:00(60분)	

표준서

2026년 09월

더조은 주간보호센터

[illegible]