

◎ 2026년 4월 프로그램

월	화	수	목	금
		1 오손도손 미술치료	2 서예교실 민요교실	3 사회적응프로그램 원예활동
6 건강체조 웃음치료	7 종이접기 노래교실	8 토닥토닥 미술치료	9 서예교실 민요교실	10 사회적응프로그램 원예활동
13 건강체조 웃음치료	14 종이접기 노래교실	15 오손도손 미술치료	16 서예교실 민요교실	17 사회적응프로그램 원예활동
20 건강체조 웃음치료	21 종이접기 노래교실	22 토닥토닥 미술치료	23 서예교실 민요교실	24 사회적응프로그램 원예활동
27 건강체조 웃음치료	28 종이접기 노래교실	29 오손도손 미술치료	30 서예교실 민요교실	

※일정은 기관사정에 따라 변경 될수 있음.

◎ 주간보호센터 일과표

시간	요일	월	화	수	목	금
8:30-10:10		오전 송영 서비스				
10:10-10:40		휴식, 티타임, 기초건강체크, 투약관리				
10:40-11:00		일과안내, 전체공지				
11:00-12:00		건강체조 (경희대스포츠재활학과)	종이접기	지역사회연계프로그램 (시립영통어린이집)	서예교실	사회적응프로그램 (경희대불교,사)한국책놀이 지도사협회)
12:00-13:15		중식 / 양치지도 / 휴식 / 투약관리				
13:15-14:50		재활·물리치료(공기맛사지, 발맛사지, 개별재활(걷기), 헬스장이용) / 디지털인지활동(테이블 PC)				
15:00-16:00		웃음치료	노래교실	미술치료	민요교실	원예활동 (효,노조사예술단)
16:00-16:15		간 식				
16:15-16:25		일과 돌아보기(전체교육/전달사항)				
16:25-18:00		오후송영서비스				

2026년 4월 공지사항	연 락 처
★ 평일 결석 시, 원활한 센터 운영을 위해 사전연락 부탁드립니다, 오전 또는 오후 병원진료 후에는 가급적 출석 부탁드립니다. ★ 환절기로 독감 및 감기가 유행이니 각별히 어르신 및 가족분들께서 건강관리부탁드리며,특이사항 있을시 센터로 전달 부탁드립니다. ★ 위생관리철저히 해주시기 부탁드립니다(손톱 및 발톱관리와 의류갈아입기 등) ★ 효,노조사예술단(4.3.금, 17.금, 15:00, 공연) ★ (사)한국책놀이지도사협회(4.10.금, 24.금, 11:00, 동화구연) ★ 경희대학교 스포츠재활학과(매주 화요일, 11:00, 건강체조진행) ★ 시립영통어린이집(매월 둘째주,넷째주 수요일, 11:00, 미술활동등)	주간보호센터 : 201-8356~8 허우영(팀장) : 010-8923-2785 박향숙(간호사): 010-9301-6780 한아름(요양보호사): 010-9679-0456 문현미(요양보호사): 010-8148-8873 신혜진(요양보호사): 010-9482-2066 윤승현(송영기사): 010-4176-7311

2026년 영통노인주간보호센터 4월 메뉴

날자			4월 1일	4월 2일	4월 3일
오전간식			유자차	대추차	생강차
점심			잡곡밥 버섯샤브샤브국 제육고추장볶음 연두부/양념장 시금치나물 포기김치	멘치까스/돈까스소스 옥수수크림스프 월도프샐러드 숙주나물무침 포기김치	잡곡밥 얼갈이된장국 소불고기볶음 감자매운양념조림 고사리나물 포기김치
오후간식			해물파전	왕만두	단팥빵
날자	4월 6일	4월 7일	4월 8일	4월 9일	4월 10일
오전간식	두유	울무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 감자양파국 주꾸미야채볶음 크래미게란찜 오이고추쌈장무침 포기김치	잡곡밥 우거지해장국 가자미구이 도토리묵백김치무침 매추리알곤약조림 깍두기	잡곡밥 호박고추장찌개 떡갈비구이 새우마늘종파스타 봄동겉절이 깍두기	잡곡밥 순두부백탕 돈육김치찜 애호박볶음 치커리무침 알타리김치	잡곡밥 닭곰탕 매콤어묵잡채 무알랭이쪽파무침 새송이볶음 포기김치
오후간식	물만두	삶은계란	소고기야채죽	찐고구마	롤케익
날자	4월 13일	4월 14일	4월 15일	4월 16일	4월 17일
오전간식	두유	울무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 표고버섯들깨탕 오징어볶음 브로컬리두부무침 다시마튀각 포기김치	콩나물국 곤드레나물밥 제육불고기볶음 어묵볶음 연근흑임자무침 포기김치	잡곡밥 부대찌개 삼치데리야끼구이 마늘종북어채무침 콩나물무침 깍두기	백미밥 유부미소국 짜장덮밥 이연복배추찜 단무지/요구르트 포기김치	잡곡밥 육개장 미트볼라따뚜이 우영채조림 느타리그린빈볶음 포기김치
오후간식	감자떡	호박죽	찐감자	샌드위치	제철과일
날자	4월 20일	4월 21일	4월 22일	4월 23일	4월 24일
오전간식	두유	울무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 매운콩나물국 미트볼크림노끼 새송이양념구이 얼갈이나물무침 포기김치	잡곡밥 미나리곰탕 오삼불고기볶음 감자고로케 치커리유자무침 포기김치	잡곡밥 근대된장국 닭볶음탕 매추리알떡조림 오이생채 포기김치	잡곡밥 콩비지찌개 고기말이떡조림 미역줄기게살볶음 모듬콩조림 포기김치	잡곡밥 호박버섯된장국 제육고추장볶음 저염두부쌈장 양배추쌈/오이 포기김치
오후간식	호빵	찐고구마	야채죽	김치전	왕만두
날자	4월 27일	4월 28일	4월 29일	4월 30일	
오전간식	두유	울무차	유자차	대추차	
점심	잡곡밥 북어채미역국 매콤갈비찜 스크램블에그 오이지무침 포기김치	잡곡밥 소고기무국 해물완자전 파리고추멸치볶음 깍잎지무침 포기김치	백미밥 실파계란국 중화제육덮밥 오렌지토마토샐러드 포기김치 매실음료	잡곡밥 돈육김치찌개 갈치구이 브로컬리/초장 감자반 깍두기	
오후간식	감자떡	찐감자	생크림빵	요플레	

원산지표시 상기메뉴는 식자재 수급현황에 따라 변동이 있을 수 있습니다.

쌀 : 국산 / 잡쌀 : 국산	쇠고기: 호주산, 뉴질랜드산	돼지갈비: 국내산	닭봉: 국내산
흑미: 국산 고춧가루: 중국산	돈육(불고기): 국내산 돈육(짜장용): 국내산 돈사태, 돈갈비: 국내산	삼치: 국내산 갈치: 모로코 가자미: 외국산	닭가슴살: 국내산 닭(닭곰탕): 국내산 닭다리살: 브라질
김치(배추): 국내산 김치(고춧가루): 중국산 찌개용 김치: 중국산	동그랑땡전: 돈육(국내산) 손만두: 돈육(국내산) 해물동그랑땡: 오징어(페루)	명태(코다리): 러시아산 명태(북어): 러시아산	갑오징어: 베트남 주꾸미: 베트남 대왕오징어: 페루
미트볼, 함바스테이크, 고기말이, 떡갈비: 돈육(국산) 소고기(호주산)	떡갈비, 멘치까스: 돈육, 우육, 계육(국산)	참치캔(참치): 원양산 콩, 두부, 순두부, 연두부, 콩비지(콩): 수입산	생선까스: 대구(네덜란드)