

◎ 2026년 10월 프로그램

월	화	수	목	금
			1 서예교실 민요교실	2 사회적응프로그램 원예활동 경희대학교·블릭봉사단
5 휴관 (10.3개천절 대체공휴일)	6 종이접기 노래교실	7 토닥토닥 미술치료	8 서예교실 민요교실 수원시소리샘	9 휴관 (한글날)
12 건강체조 웃음치료	13 종이접기 노래교실	14 오손도손 미술치료	15 서예교실 민요교실	16 사회적응프로그램 원예활동 경희대학교·블릭봉사단
19 건강체조 웃음치료	20 종이접기 노래교실	21 토닥토닥 미술치료	22 서예교실 민요교실	23 사회적응프로그램 원예활동 경희대학교·블릭봉사단
26 건강체조 웃음치료	27 종이접기 노래교실	28 오손도손 미술치료	29 서예교실 민요교실	30 사회적응프로그램 원예활동 경희대학교·블릭봉사단

※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 (경희대블릭)	
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	
16:00-16:15	간 식					
16:15-16:25	일과 돌아보기(전체교육/전달사항)					
16:25-18:00	오후송영서비스					

2026년 10월 공지사항	연 락 처
★ 평일 결석 시, 원활한 센터 운영을 위해 사전연락 부탁드립니다, 오전 또는 오후 병원진료 후에는 가급적 출석 부탁드립니다. ★ 여름철 건강관리에 각별히 어르신 및 가족분들께 부탁드립니다, 특이사항 있을시 센터로 전달 부탁드립니다. ★ 위생관리철저히 해주시기 부탁드립니다(손톱 및 발톱관리와 의류갈아입기, 머리감기 등) ★ 경희대학교 스포츠재활학과(매주 월요일. 11:00, 건강체조진행) ★ 시립영통어린이집(매월 둘째주,넷째주 수요일. 11:00, 미술활동등) ★ 수원시소리샘(10.8.목, 14:00, 공예활동) ★ 10월 생신잔치(10.6.화. 15:30. 이0옹어르신 / 10.30.금. 15:30. 김0자어르신) ★ 2026년 어르신 행복 나들이(10.10.토08:30~18:00. 장춘체험마을) ★ 2026년 수원시주야간보호연합회 어르신 작품전시회(10.12~16. 수원특례시청본관로비)	주간보호센터 : 201-8356~8 허우영(팀장) : 010-8923-2785 박향숙(간호사): 010-9301-6780 한이현(요양보호사): 010-9679-0456 문현미(요양보호사): 010-8148-8873 신혜진(요양보호사): 010-9482-2066 윤승현(송영기사): 010-4176-7311

2026년 영통노인주간보호센터 10월 메뉴

날자				10월 1일	10월 2일
오전간식				대추차	생강차
점심				백미밥 하이라이스 메추리알조림 김말이강정 마카로니샐러드 배추김치/두유	잡곡밥 부대찌개 닭안심야채조림 도라지오이무침 김구이 알타리김치/두유
오후간식				크림빵	감자떡
날자	10월 5일	10월 6일	10월 7일	10월 8일	10월 9일
오전간식		율무차	유자차	대추차	
점심	휴관 (10.3개천절 대체휴일)	잡곡밥 어묵무국 돈육김치볶음 온두부 콩나물삼색나물 깍두기/두유	잡곡밥 호박된장찌개 주꾸미야채볶음 멸치견과류볶음 콩나물무침 배추김치/두유	잡곡밥 소고기무국 삼치데리야끼구이 마늘쫄면새우볶음 연두부/양념장 배추김치/두유	휴관 (한글날)
오후간식		감자	소고기죽	감자떡	
날자	10월 12일	10월 13일	10월 14일	10월 15일	10월 16일
오전간식	두유	율무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 황태미역국 돈육고추장볶음 계란찜 얼갈이된장나물 배추김치/두유	백미밥 카레덮밥 표고들깨볶음 왕만두찜 오이지무침 배추김치/두유	잡곡밥 버섯샤브샤브국 떡갈비구이 메추리알곤약조림 무말랭이미나리무침 배추김치/두유	잡곡밥 아욱된장국 닭봉매콤조림 새송이버섯볶음 모듬콩조림 배추김치/두유	잡곡밥 감자양파국 청양고추장새우볶음 알감자버터구이 부추양파무침 배추김치/두유
오후간식	해물파전	소보르빵	고구마	요플레/바나나	화이트링도넛
날자	10월 19일	10월 20일	10월 21일	10월 22일	10월 23일
오전간식	두유	율무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 돈육김치찌개 소고기버섯볶음 가지양념볶음 김자반 깍두기/두유	잡곡밥 순두부맑은국 고기말이떡조림 애호박새우볶음 상추겉절이 배추김치/두유	잡곡밥 설렁탕 돈사태떡조림 멸치마늘쫄볶음 깻잎무침 배추김치/두유	잡곡밥 우거지해장국 생선까스/타르소스 오이생채 고구마샐러드 배추김치/두유	잡곡밥 들깨시락국 김치미트볼그라탕 감자조림 브로컬리흑임자무침 깍두기/두유
오후간식	단팔죽	감자	왕만두	샌드위치	크림빵
날자	10월 26일	10월 27일	10월 28일	10월 29일	10월 30일
오전간식	두유	율무차	유자차	대추차	생강차
점심	잡곡밥 소고기영양탕 두부데쉬라 고추잡채 무생채 배추김치/두유	잡곡밥 시금치된장국 안동찜닭 베이컨스크램블 오이지무침 배추김치/두유	잡곡밥 콩나물김치국 갈치카레구이 오징어젓갈고추무침 감자채볶음 깍두기/두유	잡곡밥 호박고추장찌개 돈육불고기볶음 저염두부쌈장 양배추쌈 배추김치/두유	잡곡밥 콩비지찌개 코다리무조림 연근조림 느타리들깨나물 깍두기/두유
오후간식	호박죽	단팔빵	왕만두	요플레/바나나	화이트링도넛

*원산지표시 * 위 식단은 식자재 수급현황에 따라 변동이 있을 수 있습니다.

쌀 : 국산	쇠고기: 호주산, 뉴질랜드산	돼지갈비: 국내산	닭봉:국내산
흑미외 잡곡: 국산 고춧가루: 중국산	돈육(불고기): 국내산 돈육(짜장용): 국내산 돈사태, 돈갈비: 국내산	삼치: 국내산 갈치: 모로코	닭가슴살: 국내산 닭안심: 국내산 닭다리살: 브라질
김치(배추): 국내산 김치(고추가루): 국산 찌개용 김치: 중국산	동그랑땡전: 돈육(국내산) 왕만두: 돈육(국내산) 너비아니: 돈육(국내산)	명태(코다리):러시아산 명태(북어): 러시아산	주꾸미:베트남 오징어:중국산 오징어젓(오징어):중국산
미트볼,함바스테이크,고기말이,떡갈비:돈육(국산) 소고기(호주산)	삼겹살: 독일산 교자만두: 돈육(국내산) 소세지: 돈육,우육,계육(국산)	참치캔(참치): 원양산 콩,두부,순두부,연두부,콩비지(콩):수입산	생선까스:대구(네덜란드)