

2024년 07월 가정통신문

★ 더수원 어르신 종합 돌봄 센터 안내 ★

한 해의 반환점 7월입니다. 올해 마음먹었던 목표를 이루셨나요? 아직 반년이 더 남았습니다. 7월과 남은 반년의 시간동안 이루고자 했던 목표를 꼭 이루셨으면 좋겠습니다. 매 순간 순간마다 소중히 여기는 한 달 되시고 사랑하는 사람들과 행복한 7월 되시길 바랍니다.

건강상식

제법 더운 날씨가 이어지며 에어컨을 사용하는 분들이 급증했는데요. 시원한 에어컨 바람은 활기를 되찾아주는 하지만, 과도한 냉방기기 사용은 오히려 냉방병을 일으킬 수 있습니다. 그렇다면 왜 냉방병이 어르신들에게 더욱 문제가 되는지 궁금하셨을거 같은데요. 냉방기기에 서식하는 세균 역시 냉방병을 유발하는데, 대표적인 것이 레지오넬라균에 의한 감염입니다. 레지오넬라균의 이러한 특성으로 인해 노인, 당뇨와 고혈압 등 만성질환 환자, 심폐기능에 이상이 있는 분들 면역력이 약한 사람은 냉방병 증상을 심하게 앓을 수 있습니다. 심폐질환이 있다면 기존 질환이 악화할 위험이 높고, 면역력이 떨어진 분들은 냉방병 증상이 폐렴으로 발전할 수 있기에 주의가 필요하답니다. 만성질환자나 노인은 냉방병에 특히나 취약하기 때문에 규칙적인 생활과 식사로 면역력이 떨어지지 않도록 하는 것이 무엇보다 중요합니다.

7월 소식 및 안내

- 7월 셋째주 월요일에는 이미용 서비스 진행을 합니다.

(이미용 서비스를 원하시는 보호자께서는 문자나 전화로 신청해 주세요!).

더수원 어르신 종합 돌봄센터는 어르신들 개개인에 맞춘 다양한 프로그램과 재활, 인지기능개선, 치매 예방을 위해 인지지원 프로그램과 음악치료, 미술치료, 노래교실, 민요교실, 재활운동치료, 회상요법, 사회적응훈련 등 어르신들의 건강과 인지 능력 향상에 큰 도움이 되도록 운영하고 있습니다.





사회적응 프로그램으로 모내기 체험행사를 6월 중에 진행했습니다. 과거 온마율이 함께 품앗이 했던 기억을 다시 회상합니다.



모내기 체험프로그램 중 새참시간을 만들어 간식체험을 진행했습니다. 맛있는 부침개와 아침햇살(쌀음료)한잔으로 새참의 기분을 느껴봅니다.



매달 흥겨운 공연무대가 찾아옵니다. 6월에는 센터장님이 직접 오카리나를 연주하면서 즐거운 여가시간을 보냈습니다.



전문 자격증을 갖춘 외부강사와 함께 다양한 프로그램을 진행합니다. 어르신들의 정서안정 및 일상의 동기부여를 위해 프로그램의 질을 계속 높이고 있습니다.

