

HELLO 성남 HAPPY 재가 2호점

‘성남재가노인복지센터 2호점’



2020년 6월16일 성남재가노인복지센터 2호점이 새롭게 문을 열었습니다. 모두가 살기 좋은 마을을 만들겠다는 사명으로 출발한 사단법인 참사람들의 정신을 바탕으로 어르신 개개인의 욕구에 맞는 질 좋은 서비스로 보답하는 센터가 되겠습니다.

어르신들이 행복한 웃음을 마음껏 지으실 수 있도록 따뜻한 마음으로 어르신을 정성껏 섬기는 성남재가노인복지센터 2호점이 될 수 있도록 노력하겠습니다.

♥ 나는 치매를 다스릴 수 있다! ♥

Q. 국가건강검진제도에서 매년 치매 검진을 해 주지 않나요?

-현재 만 66세, 70세, 74세 노인분 모두에게 국가건강검진 제도를 통해 치매 검진을 해 드리고 있습니다. 그 밖의 연령(60세 이상)의 분들도 **보건소 치매안심센터**에서 무료로 치매 검진을 해 드리고 있습니다.

Q. 부모님 두 분 다 건강하신 편인데, 치매에 대비해 건강을 유지하기 위하여 이용할 수 있는 프로그램이 있나요?

-**경로당 건강 백 세 운동 교실**이라는 프로그램이 있습니다. 체조, 요가, 에어로빅, 포크 댄스, 게이트볼 등 고령자에게 적합한 운동으로 건강을 유지할 수 있도록 도와드리는 건강 교실입니다

Q. 현재 사용하고 있는 치매 약은 완치 약이 아니라는데 꼭 써야 하나요?

-현재 사용하는 약 중 인지기능 저하를 위해 쓰는 약은 인지기능 속도를 느리게 하는 데 그 목적이 있습니다. 따라서 약을 먹더라도 시간이 지나면서 인지기능 저하가 나타날 수 있지만 병의 악화 속도와 진행을 늦출 수 있습니다. 또한, **인지기능 개선제는 멈추지 말고 꾸준히 드셔야 합니다.**



건강 상식 코너

덥고 습한 날씨에 찾아온 불청객- 식중독 예방하기

요즘처럼 덥고 습한 날씨가 지속되면 균이 번식하기 쉽고 음식이 상하기 쉽습니다.

예기치 않게 식중독에 걸리면 오랜시간 고생하는 경우가 많아 식중독에 대한 상식을 알아보았습니다. 잘 알아두시고 건강한 여름을 보내시기 바랍니다.

-구토, 설사를 하면 탈수를 예방하기 위하여 매일 **300cc 정도의 음료수나 맑은 과일 주스**를 천천히 마신다.

-음식은 조금씩 자주 먹고 섬유소가 적은 **부드러운 음식**을 먹는다.

-설사가 계속되면 쌀을 끓인 **미음**을 수시로 마시면 도움이 된다.

-알코올, 탄산음료, 감자, 매우 뜨겁거나 아주 찬 음식, 청량음료는 피한다.

-하루에 6~8회의 묽은 변을 보거나 대변에 피가 섞여 나오는 경우, 열이 동반된 설사가 이어지면 **병원을 방문**한다.



성남재가노인복지센터2호점 <안내사항>

1. 전화번호: 031)735-9605
2. 팩스번호: 031)735-9606
3. 주소: 경기도 성남시 중원구 둔촌대로 457번길 8,206-1호
(상대원동, 성남하이테크밸리)
4. 본인부담금 계좌번호: 농협 301-0274-1777-91