

2026년 08월 가정통신문

한분을 위한 돌봄, 한팀이 움직이겠습니다.
(상주인력: 사회복지사, 요양보호사, 간호사, 간호조무사, 작업치료사, 영양사 등)

소중한 어르신과 가족분들께
안녕하세요.

무더위가 절정에 이르는 8월, 연일 이어지는 폭염이 계속되고 있습니다. 어르신들께서 건강하게 잘 지내실 수 있도록 가정에서도 충분한 수분 섭취와 규칙적인 생활을 부탁드립니다. 센터에서도 어르신들의 건강 상태를 세심하게 살피며 즐겁고 안전한 돌봄 서비스를 제공하기 위해 최선을 다하겠습니다. 실내 환기와 적정 온도에 체온을 유지할 수 있도록 지원하고 있습니다. 건강과 평안이 가득한 여름 보내시길 기원합니다.

이어서 저희 여성노들의 새로운 소식을 전해드립니다.

1. 9월부터 '단기보호 서비스' 개시 예정 (시범 사업 참여)

국민건강보험공단이 주관하는 [주간보호 내 단기보호 시범 사업]에 본 센터가 참여하게 되었습니다. 이에 따라 오는 9월부터 단기보호 서비스가 가능해질 예정입니다. (* 정확한 일정은 확정되는 대로 추후 다시 안내해 드리겠습니다.)

단기보호란 보호자님의 단기 출장이나 여행 등으로 **일시적인 돌봄이 필요할 때**, 인지지원등급과 등급외를 제외한 어르신들을 대상으로 **월 9회 범위 내에서** 어르신이 센터에 입소하여 단기간 보호를 받으실 수 있는 서비스입니다.

(단, 인지지원등급의 경우 가족휴가제도를 이용 시 연 12일 이내 가능)

2. '통합재가서비스' 제공 중 (신청 가능)

저희 센터는 지난 5월부터 어르신들을 위한 [통합재가서비스]를 활발히 제공하고 있습니다.

통합재가란 한 기관에서 **주간보호뿐만 아니라 방문요양, 방문간호, 방문목욕, 단기보호까지 유기적으로 제공하는 서비스**입니다. 어르신의 센터 이용 시간은 물론 가정에서의 생활까지 연계하여, 보다 세밀하고 전문적인 개인별 맞춤형 맞춤 케어를 실현합니다.

3. 공백없는 돌봄을 위한 365일 운영 수요조사를 실시합니다. 설문답변 부탁드립니다.(8월 중 설문지 및 전화예정)

1. 일요일과 평일야간등 돌봄을 원하십니까.

2. 아침식사를 센터에서 하기 원하십니까.

저희 여성노들통합주간보호센터는 어르신들이 삶의 질을 높이기 위한 다양한 서비스와 프로그램을 넓혀가고 있습니다.



< 공지사항 >

◎ 등급변경 및 시설변경 시

- 등급변경 및 시설변경 시 꼭 센터에 전화 부탁드립니다. 변경 시 계약이 연장되지 않을 경우 공단 지원을 받지 못하여 자부담의 금액이 크게 차이날 수 있으므로 피해없도록 연락 바랍니다.

◎ 센터 병원 일정

- 사무실 일정으로 인해 병원진료 일정이 월,수,금으로 정해져있습니다.
센터를 이용하실 경우 해당 요일을 참고하여 협조 부탁드립니다.

◎ 목욕 일정 (단, 목욕 서비스 해당자만)

- 공휴일에는 센터에서 목욕 서비스를 제공하지 않습니다.
- 목욕은 한달에 4번, 1주에 1번을 원칙으로 시행 중입니다.
(5주차가 있는 달도 동일하게 4번 진행합니다. 이 점 양지하여 주시기 바랍니다.)

◎ 개별 마스크 여분 준비

- 마스크 교체가 필요한 어르신들이 증가함에 따라 센터에서 제공하는 양이 한정되어 있으니 개별 마스크 여분을 준비해주시길 바랍니다.

◎ 식사비용 청구

저희 센터는 급식 업체를 이용하여 미리 3~5일 전에 인원을 조사한 후 식사를 주문합니다. 당일 취소의 경우 식대를 제외하기 어려운 점 양해 부탁드립니다.

◎ 8월 주요 일정

- 생신 잔치

- 8월 특식 : 보쌈 수육

보쌈수육은 단순 고기가 아닌 양질의 단백질 공급원으로 어르신들의 근육 유지와 생성에 도움을 주고 특히 비타민 B군이 풍부하게 들어있어 탄수화물을 에너지로 바꾸는 데 도움이 됩니다. 또한, 철분과 아연의 함유로 빈혈예방 및 면역력 유지에 도움을 주고 삶는 조리방법으로 담백한 맛으로 소화 부담을 줄일 수 있습니다.

◎ 센터 이용료 청구일

센터 요금은 후불 정산이므로 이점 참고하시길 바랍니다.

(ex - 7/1 ~ 7/31 - 이용, 8/6 - 청구 및 입금 = 7월 센터 이용료)

(단, 전월 미납요금이 있을 경우 청구 시에 합산된 금액으로 청구됩니다.)

원활한 운영을 위해 매달 6일~10일 사이에는 정산을 부탁드립니다.

▶ 블로그 안내

<https://blog.naver.com/yes-2019>

▶ 이용료 입금 계좌

국민은행 206801-04-294646 (예금주: (주)서포터 예성(예성노블1))

어르신들의 하루 중 많은 시간을 이용하는 곳인 만큼 더욱더 체계적이고 전문적인 모습으로 모시겠습니다. 감사합니다.

※ 기타 문의 사항은 031-953-0188번으로 연락 주시길 바랍니다. 감사합니다.



프로그램 운영일정

예성노블통합주간보호센터

2026년 08월 / 기본형

(외) : 외부강사, (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 인지기능 (전체) 구연동화-헛님, 달님 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 탁구공 튕기기 [신체] 15:00~16:00(60분)
2 인지기능 (전체) (외)실버인지 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	3 인지기능 (전체) (외)실버인지 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	4 인지기능 (전체) (외) 실버인지 웃음교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 사회적응 (전체) 식중독예방과 개인위생관리 [사회] 15:00~16:00(60분)	5 인지기능 (전체) (외)음악레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	6 인지기능 (전체) 인지활동 e-book [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	7 신체기능 (전체) (외)실버체육-투호 [신체] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 사회적응 (전체) 공연-장구 [사회] 15:00~16:00(60분)	8 인지기능 (전체) 숨은 그림 찾기 색칠하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 고리던지기 [신체] 15:00~16:00(60분)
9 인지기능 (전체) 인지활동 e-book [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	10 인지기능 (전체) 인지활동 e-book [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	11 인지기능 (전체) (외) 실버인지 웃음교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 사회적응 (전체) 오리수업(화재) [사회] 15:00~16:00(60분)	12 인지기능 (전체) (외)음악레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	13 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	14 인지기능 (전체) 색종이 찢어하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) (외)실버체육 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	15 광복절 인지기능 (전체) 복주머니 퍼즐 맞추기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 발걸음 숲 [신체] 15:00~16:00(60분)
16 17 대체공휴일(8.15) 인지기능 (전체) (외)실버인지 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	18 인지기능 (전체) (외) 실버인지 웃음교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 신체계측 [신체] 15:00~16:00(60분)	19 인지기능 (전체) (외) 음악레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	20 인지기능 (전체) (외)음악레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	21 인지기능 (전체) 인지활동 e-book [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) (외)실버체육 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	22 인지기능 (전체) 색종이 찢어하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 축구놀이 [신체] 15:00~16:00(60분)	

23	24	25	26	27	28	29
	인지기능 (전체) (외)실버인지 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	인지기능 (전체) (외)실버인지 웃음교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	인지기능 (전체) (외)음악레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	인지기능 (전체) 인지 활동 e-book [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	인지기능 (전체) 숨은 그림 찾고 색칠하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 외)실버체육 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	인지기능 (전체) 일독일독 무지개 우산 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 오자미 단지기 [신체] 15:00~16:00(60분)
30	31					
	인지기능 (전체) (외)실버인지 레크레이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 가족지지 (전체) 생신 잔치 [가족] 15:00~16:00(60분)					

식단표

2026년 08월

여성노블통합주간보호센터

구분						토(08.01)
점심 식단						순살안동찜닭 백미밥 청국장찌개 감자채볶음 파프리카참소스무침 배추김치 (양파간장장아찌)
저녁 식단						돈육두부두루치기 백미밥 곤이알탕 후랑크야채볶음 쌈다시마*초장 배추김치 (양파간장장아찌)
오전 간식						카스타드
오후 간식						청포도주스
구분	월(08.03)	화(08.04)	수(08.05)	목(08.06)	금(08.07)	토(08.08)
점심 식단	소불고기 백미밥 복어국 맛살마늘쫄볶음 양배추*쌈장 배추김치 (양파간장장아찌)	굴소스닭살볶음 백미밥 김치국 도토리묵무침 깻잎지무침 배추김치 (양파간장장아찌)	오징어돈육불고기 백미밥 콩나물국 호박볶음 볼어묵볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	생선까스 백미밥 팽이유부장국 숙주무침 오징어젓무침 배추김치 (양파간장장아찌)	돈육파프리카볶음 백미밥 계란파국 동부묵무침 상추*쌈장 배추김치 (양파간장장아찌)	돈사태김치찜 백미밥 냉이된장국 건새우그린빈볶음 꼬시래기무침 백나박김치
저녁 식단	함박스테이크 백미밥 부대찌개 콩나물무침 미역줄기볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	마파가지볶음 백미밥 우거지된장국 김자반 오이무침 배추김치 (양파간장장아찌)	닭다리살조림 백미밥 소고기미역국 가지볶음 알배추무침 배추김치 (양파간장장아찌)	훈제오리부추볶음 백미밥 알배추된장국 새송이버섯볶음 고사리나물 배추김치 (양파간장장아찌)	닭살채소볶음 백미밥 감자국 멸치볶음 구이김 배추김치 (양파간장장아찌)	마파두부조림 백미밥 감자양파국 김말이튀김*초간장 땅콩오이무침 배추김치 (양파간장장아찌)
오전 간식	홍삼녹용즙	사과즙	도라지배즙	카스타드	퍼플주스	카스타드
오후 간식	마가렛트,야쿠르트	하우스굴	요플레	후르츠각데일	절편,보리차	청포도주스

구분	월(08.10)	화(08.11)	수(08.12)	목(08.13)	금(08.14)	토(08.15)
점심 식단	훈제오리아채볶음 백미밥 근대된장국 연근조림 오이무침 배추김치 (양파간장장아찌)	카레 백미밥 종합어묵국 얼갈이무침 단무지 배추김치 (양파간장장아찌)	임연수구이 백미밥 버섯샤브국 브로컬리무침 천사채샐러드 배추김치 (양파간장장아찌)	닭북채조림 백미밥 콩나물국 양배추쌈*쌈장 숙주나물 배추김치 (양파간장장아찌)	추어탕(말복특식) 백미밥 오징어젓갈 알배추겉절이 보리빵 (양파간장장아찌)	김치돈불고기 백미밥 맛살계란국 온두부*양념장 아삭이고추무침 얼무김치 (양파간장장아찌)
저녁 식단	돈민찌두부조림 백미밥 청국장찌개 감자채햄볶음 아삭이된장무침 배추김치 (양파간장장아찌)	계란말이 백미밥 유부파국 가지굴소스볶음 김자반 배추김치 (양파간장장아찌)	돈육아채볶음 백미밥 순두부찌개 상추겉절이 고춧잎무침 배추김치 (양파간장장아찌)	참치두부조림 백미밥 버섯호박찌개 청경채무침 구이김 배추김치 (양파간장장아찌)	떡갈비구이 백미밥 물만두국 총알버섯볶음 도라지볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	고기산적데리조림 백미밥 한식된장찌개 중화풍버섯볶음 단무지무침 배추김치 (양파간장장아찌)
오전 간식	홍삼녹용즙	사과즙	청포도주스	잔기지떡	생크림카스테라	카스타드
오후 간식	모카카스테라	수박화채	바나나	두유	청포도주스	퍼플주스
구분	월(08.17)	화(08.18)	수(08.19)	목(08.20)	금(08.21)	토(08.22)
점심 식단	제육볶음 백미밥 들깨미역국 도토리묵무침 치커리무생채 배추김치 (양파간장장아찌)	잡채 백미밥 김치순두부국 숙주나물 청경채무침 배추김치 (양파간장장아찌)	새우까스 백미밥 낙지연포탕 호박볶음 메추리알장조림 배추김치 (양파간장장아찌)	민어구이 백미밥 무채맑은국 호박볶음 가지볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	돼지불고기양념 백미밥 얼갈이된장국 숙주나물 곰피&쌈장 배추김치 (양파간장장아찌)	코다리강정 백미밥 비지찌개 알마늘감자조림 수제절임지 백김치
저녁 식단	너비아니 백미밥 부대찌개 오이무침 표고버섯볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	돈채가지볶음 백미밥 미역국 깎잎지 마카로니샐러드 배추김치 (양파간장장아찌)	두부조림 백미밥 감자양파국 새우마늘쫄볶음 느타리버섯볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	들깨닭볶음탕 백미밥 알배추된장국 아채전 오이무침 배추김치 (양파간장장아찌)	고기산적구이 백미밥 조랭이떡국 얼갈이무침 아삭이쌈장무침 배추김치 (양파간장장아찌)	훈제오리아채찜 백미밥 콩가루근대국 매콤어묵볶음 가지초절이 배추김치 (양파간장장아찌)
오전 간식	홍삼녹용즙	도라지배즙	바나나	붕어빵	증편	카스타드
오후 간식	증편	크리스피롤,아쿠르 트	요플레	청포도주스	두유	오렌지주스
구분	월(08.24)	화(08.25)	수(08.26)	목(08.27)	금(08.28)	토(08.29)
점심 식단	짜장 백미밥 순두부찌개 청경채나물 계란말이 배추김치 (양파간장장아찌)	돈육간장불고기 백미밥 호박새우젓국 상추쌈*쌈장 숙주나물 배추김치 (양파간장장아찌)	삼치구이 백미밥 북어국 미역줄기볶음 알배추나물 배추김치 (양파간장장아찌)	닭다리살조림 백미밥 된장찌개 도토리묵무침 청경채무침 배추김치 (양파간장장아찌)	소불고기 백미밥 들깨미역국 안배운어묵볶음 오이무침 배추김치 (양파간장장아찌)	고등어양념구이 백미밥 콩나물국 통들깨무나물 묵야채무침 배추김치 (양파간장장아찌)
저녁 식단	너비아니 백미밥 콩나물국 연근조림 아삭이고추무침 배추김치 (양파간장장아찌)	치킨까스*소스 백미밥 감자양파국 청포묵썩갠무침 김자반 배추김치 (양파간장장아찌)	오징어양파볶음 백미밥 호박된장국 비트무무침 표고버섯볶음 배추김치 (양파간장장아찌)	돈사태무찜 백미밥 근대국 계란말이 부추겉절이 배추김치 (양파간장장아찌)	닭안심조림 백미밥 유부국 근대나물 구이김 배추김치 (양파간장장아찌)	맛살스크램블에그백 미밥 시금치국 비엔나피망조림 미역야채무침 배추김치 (양파간장장아찌)
오전 간식	홍삼녹용즙	호박즙	모카카스테라	플레인요쿠르트	찰보리빵	카스타드
오후 간식	마가렛트,아쿠르트	바나나	후레쉬팜	두유	당근주스	청포도주스

구분	월(08.31)					
점심 식단	훈제오리불고기 백미밥 콩나물국 단호박샐러드 얼갈이나물 배추김치 (양파간장장아찌)					
저녁 식단	너비아니구이 백미밥 돈육된장찌개 건새우마늘쫀득음 김구이 배추김치 (양파간장장아찌)					
오전 간식	홍삼녹용즙					
오후 간식	크래커,요쿠르트					

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.