

2026년 09월 가정통신문

한분을 위한 돌봄, 한팀이 움직이겠습니다.

(상주인력: 사회복지사, 요양보호사, 간호사, 간호조무사, 작업치료사, 영양사 등)

소중한 어르신과 가족분들께

안녕하세요.

무더웠던 여름이 지나고 아침저녁으로 선선한 바람이 불어오는 9월이 찾아왔습니다. 그동안 무더운 날씨 속에서도 어르신들께서 건강하고 즐거운 일상을 보내실 수 있도록 가정에서 늘 따뜻하게 보살펴 주신 보호자님께 감사드립니다.

저희 주간보호센터에서도 어르신 한 분 한 분의 건강과 안전을 세심하게 살피며, 즐겁고 활기찬 하루를 보내실 수 있도록 다양한 프로그램과 정서적인 돌봄을 제공할 예정입니다. 특히 환절기에는 일교차가 커 건강관리에 더욱 주의가 필요한 만큼 어르신들의 컨디션을 세심하게 살피도록 하겠습니다. 이어서 저희 예성노블의 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**, 인지기원등급과 등급외를 제외한 어르신들을 대상으로 **월 9회 범위 내**에서 어르신이 센터에 입소하여 단기간 보호를 받으실 수 있는 서비스입니다.

(단, 인지기원등급의 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 서비스입니다. 어르신의 센터 이용 시간은 물론 가정에서의 생활까지 연계하여, 보다 세밀하고 전문적인 개인별 맞춤형 밀착 케어를 실현합니다.

저희 예성노블통합주간보호센터는 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.

◎ 9월 주요 일정

- 생신 잔치
- 가을 나들이
- 소방대피훈련

◎ 센터 이용료 청구일

센터 요금은 후불 정산이므로 이점 참고하시길 바랍니다.

(ex - 8/1 ~ 8/31 - 이용, 9/6 - 청구 및 입금 = 8월 센터 이용료)

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

원활한 운영을 위해 매달 6일~10일 사이에는 정산을 부탁드립니다.

▶블로그 안내

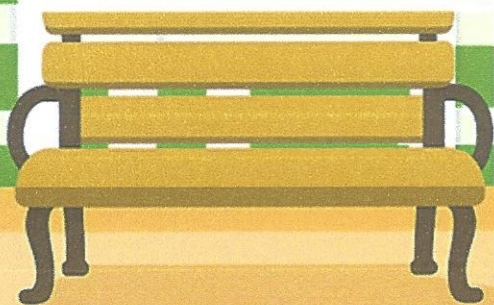
<https://blog.naver.com/yes-2019>

▶이용료 입금 계좌

국민은행 206801-04-294646 (예금주: (주)서포터 여성(여성노블1))

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

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



포로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

여성노블통합주간보호센터

(외) : 외부강사, (자) : 자원봉사자

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	2 인지기능 (전체) 외 음악레크레 이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	3 인지기능 (전체) 색칠하고 오려 붙이기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	4 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- 야구 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	5 인지기능 (전체) 구연동화-심 청전 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 구르는 공을 맡 맞게 나눠요 [신체] 15:00~16:00(60분)
6 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	7 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	8 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	9 인지기능 (전체) 외 음악레크레 이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	10 인지기능 (전체) 향기 술술 편 해나무 주머니 만들기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 어르신 식사관 리 교육 [사회] 15:00~16:00(60분)	11 인지기능 (전체) 도깨비 부채 만들기 [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)
13 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	14 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	15 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 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	16 인지기능 (전체) 외 음악레크레 이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 소화및 경보설 비 사용방법 및 소방안전교육 [사회] 15:00~16:00(60분)	17 인지기능 (전체) 초롱 등불 만 들기 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴드 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	18 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)
	19 인지기능 (전체) 숨은 그림 찾 고 색칠하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 고리 던지기 [신체] 15:00~16:00(60분)				

20	21 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) 위케어밴 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	22 인지기능 (전체) 외 실버인지 운동교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 신체계측 [신 체] 15:00~16:00(60분)	23 인지기능 (전체) 외 음악레크레 이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)	24 추석 사회적응 (전체) 추석 상차림 [사 회] 11:00~12:00(60분) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 명절놀이 - 투 호 [신체] 15:00~16:00(60분)	25 추석	26 추석 여가활동 (전체) 영화감상 [기 타] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 율놀이 [신체] 15:00~16:00(60분)
27	28 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 [가 족] 15:00~16:00(60분)	29 인지기능 (전체) 외 실버인지 운동교실 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 사회적응 (전체) 가을 나들이(단풍) [사회] 15:00~16:00(60분)	30 인지기능 (전체) 외 음악레크레 이션 [인지] 11:00~12:00(60분)(외) 인지기능 (전체) 브레인힐에듀 수업1(자율) [인지] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (거북이반) 위케어밴 드운동 [신체] 15:00~16:00(60분) 신체기능 (토끼반) 위케어밴드 운동 [신체] 15:00~16:00(60분)			

식단표

2026년 09월

여성노동운동시간보호센터

월요일		화요일		수요일		목요일		금요일		토요일	
	1		2		3		4		5		
	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심
	점심 임영수국이 배미남 간지(양파국) 안근조림 오이부추침 배추김치 (양파장아찌)	점심 담양간장국이 배미남 황태무국 도라지무침 숙나물 배추김치 (양파장아찌)	점심 돼지고기(양파볶음) 배미남 유부우육국 브로콜리채썰어 전사채샐러드 배추김치 (양파장아찌)	점심 오징어볶음 배미남 팽이버섯개량국 가지볶음 양꼬치무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 소불고기볶음 배미남 일배추된장국 총알버섯볶음 창경채나물 배추김치 (양파장아찌)	점심 게arin말이 배미남 종말버섯국 얼무나물 고추양무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 카레 배미남 담양개량국 맑은계란국 무우나물 단무지무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 동그랑땡전 배미남 소고기무국 노티리버섯볶음 오징어전무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 알마늘홍채오리찜 배미남 개량국 미역줄기볶음 로메인쪽잎자무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 동태간자조림 배미남 유채국 간고사(지짐) 무채초절이 배추김치 (양파장아찌)	
	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식
	창포도주스 바나나		도라지배즙 찰보리빵,오쿠르트	탕종명홍미나센드 시과	전가지떡 망고주스						
7		8	9	10	11	12					
점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심
점심 배미남 영강이(문장국) 세우마늘볶음 도라지나물 배추김치 (양파장아찌)	점심 다짐육(두부국이) 배미남 간지(양파국) 표고새우(버섯볶음) 브로콜리채썰어 배추김치 (양파장아찌)	점심 돼지고기(장조림) 배미남 개량(파국) 오이무침 푸살리(콘샐러드) 배추김치 (양파장아찌)	점심 매추리(양장조림) 배미남 들깨(양국) 멸치볶음 간지(반) 배추김치 (양파장아찌)	점심 훈제오리(버섯볶음) 배미남 일배추된장국 호박볶음 개량밀이 배추김치 (양파장아찌)	점심 담고기(피프리카)볶음 배미남 무채국 전사채샐러드 가지무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 코다리(무우조림) 배미남 소고기(무우국) 콩나물무침 호박이채진 배추김치 (양파장아찌)	점심 계육볶음 배미남 수두부(찌개) 가지볶음 양배추(사라텔라드) 배추김치 (양파장아찌)	점심 수육 배미남 정통어묵국 모듬쌈(쌈장) 숙나물 배추김치 (양파장아찌)	점심 담다리(살간장조림) 배미남 호박된장찌개 간지(반) 피프리카(우수수샐러드) 배추김치 (양파장아찌)	점심 고사(된장국) 배미남 간지(양파국) 들기름(두부국이) 오징어전(미늘홍무침) 볶음김치	점심 비베규찜닭 배미남 콩나물국 호박나물 우무적채무침 배추김치 (양파장아찌)
간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식
기력보강술 마카렛,오쿠르트	도라지배즙 바나나		시과 플레인요구르트	모카스타라 두유							
14		15	16	17	18	19					
점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심	점심
점심 담다리(삼채,소복음) 배미남 두부(된장국) 취나물무침 무나물 배추김치 (양파장아찌)	점심 돼지고기(두부조림) 배미남 간지(양파국) 창경채(버섯볶음) 사라샐러드 배추김치 (양파장아찌)	점심 소불고기(양파볶음) 배미남 배추국 연근조림 양꼬치부침 배추김치 (양파장아찌)	점심 떡갈비 배미남 버섯국 브로콜리(무침) 얼칼이(얼칼이) 배추김치 (양파장아찌)	점심 돈육(양파장아찌) 배미남 미역국 간지(양파국) 전사채샐러드 배추김치 (양파장아찌)	점심 새우가스 배미남 게arin수두부국 콩나물무침 오이무침 배추김치 (양파장아찌)	점심 삼치국이 배미남 맑은무국 숙나물 단호박떡 배추김치 (양파장아찌)	점심 담양(버섯볶음) 배미남 일배추(된장국) 가지볶음 치커리(샐러드) 배추김치 (양파장아찌)	점심 돼지고기(피프리카)볶음 배미남 간지(반) 오징어전(감무침) 가지볶음 배추김치 (양파장아찌)	점심 매추리(일두부조림) 배미남 애호박(양국) 얼무나물 갯칼이(무침) 배추김치 (양파장아찌)	점심 고동어(사리개)찜(대채) 떡갈비 배미남 유채국 도토리묵(무침) 전사채(후로코트무침) 배추김치 (양파장아찌)	점심 담살(구리)채조림 배미남 시골파국 가지(나물) 상추무침 배추김치 (양파장아찌)
간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식	간식
홍삼녹용술 쌀과자,아쿠르트	도라지배즙 바나나		크스타라 요플레	산투파자 두유	전가지떡 망고주스						

2026-09-08 11:27:26 김미연 (적합치료사)

2026-09-08 11:27:26 김미연 (적합치료사)

21		22		23		24 추석		25 추석		26 추석	
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁
소고기저육볶음 베이킹 버섯무국 도리치오이무침 두부부침 배추김치 (양파장아찌)	닭다리살김치조림 베이킹 계란국 청경채나물 무들깨볶음 배추김치 (양파장아찌)	돼지고기바섯불고기 베이킹 알배추국 연근조림 브로콜리무침 배추김치 (양파장아찌)	두부채소점 베이킹 무채국 도리치버섯볶음 단호박샐러드 배추김치 (양파장아찌)	조기구이 베이킹 콩나물국 고기볶음 마카로니샐러드 배추김치 (양파장아찌)	닭안심두부조림 베이킹 간지양파국 콩나물무침 깻잎지 배추김치 (양파장아찌)	소불고기간장볶음(특 식) 베이킹 소고기무국 두부전 삼색나물 배추김치 (양파장아찌)	너비아니 베이킹 얼갈이면장국 숙주나물 구이김 배추김치 (양파장아찌)	간식	간식	제육볶음 베이킹 아욱채국 미역줄기볶음 버섯참나스무침 배추김치	치킨감자스프 베이킹 단무전 민물새우무침 오이피클 배추김치
간식		간식		간식		간식		간식		간식	
홍삼녹용즙 마가렛아쿠르트		도란지배즙 바나나		중편 바나나		스포츠 오렌지주스		키스타드 청포도주스		키스타드 청포도주스	
28		29		30							
점심	저녁	점심	저녁	점심	저녁						
돼지고기숙주볶음 베이킹 두부국 아욱볶음 오이무침 배추김치 (양파장아찌)	닭안심가지조림 베이킹 무국 애호박전 청경채무침 배추김치(양파장아찌)	가지마구이 베이킹 다시마무국 브로콜리무침 우엉채볶음 배추김치 (양파장아찌)	두부동그랑땡 베이킹 간지양파국 표고버섯볶음 치커리오이무침 배추김치 (양파장아찌)	훈제오리불고기 베이킹 미역국 숙주나물 마카로니샐러드 배추김치 (양파장아찌)	닭다리살이채볶음 베이킹 들깨버섯국 숙주나물 무생채 배추김치 (양파장아찌)						
간식		간식		간식							
홍삼녹용즙 모가렛아쿠르트		도란지배즙 바나나		사과즙 카스텔라							

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