

가 정 통 신 문

봄봄노인주간보호센터 센터장 문숙이입니다.

갑진년 새해가 밝았습니다. 우리 모두 열심히 노력해서 원하는 일들 이루시길 바라겠습니다.
그리고 무엇보다 건강하시고 항상 웃음 가득한 한 해 되시길 진심으로 기원합니다.



- ◎ 어르신들께서 감기에 걸리지 않도록, 보다 따뜻한 의복 착용 부탁 드리겠습니다.
- ◎ 결석하실 경우, 급식을 취소해야 되기 때문에 하루 전까지 꼭 말씀 부탁드립니다.

12월분 “급여비용 명세서”를 보내드리오니, 1월 20일까지 입금 부탁 드리겠습니다.

** 신협 131-021-823876 // 예금주 : 봄봄노인주간보호센터 **

1월 프로그램 일정표, 월간식단표, 급여비용 명세서를 보내드리오며,
알림톡(또는 문자)을 통하여서도 프로그램 일정표, 식단표, 급여제공기록지,
프로그램 참여 일지, 급여비용 명세서, 이동서비스 일정을 보내드립니다.

언제나 어르신들을 위해 노력하는 봄봄노인주간보호센터가 되겠습니다.
감사합니다.

봄봄노인주간보호센터장 문 숙 이

2024년1월 프로그램 월간 일정표



활력징후 [열악, 딱딱, 체온, 체중측정]/위생

		월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4	5	6
1 주	오전	국민체초/힘뇌체조 인-빙고게임(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-그때그시절(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-동화구연시청(함)	국민체초/힘뇌체조(운) 인-웃음치료(맞춤)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-색깔공부(함)	국민체초/힘뇌체조 사회적-영화감상
	오후	사회-명절행사[만두빚기] 신-웃놀이	인-음악레크레이션(맞) 신-탁구공게임(정) 족욕/목욕	인-토탈공예(맞춤) 신-탄력밴드운동(정) 재활운동/싸이클/목욕	동아리활동-종교(함) 신-웃놀이(임) 족욕/목욕	인-실버놀이(맞춤) 신체-풍선게임(정) 재활운동/싸이클/목욕	신체-웃놀이 인-팩마사지
		8	9	10	11	12	13
2 주	오전	국민체초/힘뇌체조(운) 인-빙고게임(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-그때그시절(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-동화구연시청(함)	국민체초/힘뇌체조(운) 인-웃음치료(맞춤)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-색깔공부(함)	국민체초/힘뇌체조 사회적-영화감상
	오후	신-실버스포츠(맞춤) 인-노래교실(정) 재활운동/싸이클/목욕	가족지지-생신잔치 인-음악레크레이션(맞) 족욕/목욕	인-토탈공예(맞춤) 신-탄력밴드운동(정) 재활운동/싸이클/목욕	동아리활동-종교(함) 신-웃놀이(임) 족욕/목욕	인-실버놀이(맞춤) 신체-풍선게임(정) 재활운동/싸이클/목욕	신체-웃놀이 인-네일아트/손톱관리
		15	16	17	18	19	20
3 주	오전	국민체초/힘뇌체조(운) 인-빙고게임(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-그때그시절(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-동화구연시청(함)	국민체초/힘뇌체조(운) 인-웃음치료(맞춤)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-색깔공부(함)	국민체초/힘뇌체조(사회적-영화감상
	오후	신-실버스포츠(맞춤) 인-노래교실(정) 재활운동/싸이클/목욕	인-음악레크레이션(맞) 신-탁구공게임(정) 족욕/목욕	인-토탈공예(맞춤) 신-탄력밴드운동(임) 재활운동/싸이클/목욕	동아리활동-종교(함) 신-웃놀이(임) 족욕/목욕	인-실버놀이(맞춤) 신체-풍선게임(정) 재활운동/싸이클/목욕	신체-웃놀이 인-팩마사지
		22	23	24	25	26	27
4 주	오전	국민체초/힘뇌체조(운) 인-빙고게임(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-그때그시절(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-동화구연시청(함)	국민체초/힘뇌체조(운) 인-웃음치료(맞춤)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-색깔공부(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 사회적-영화감상
	오후	신-실버스포츠(맞춤) 인-노래교실(정) 재활운동/싸이클/목욕	인-음악레크레이션(맞) 신-탁구공게임(정) 족욕/목욕	인-토탈공예(맞춤) 신-탄력밴드운동(임) 재활운동/싸이클/목욕	동아리활동-종교(함) 신-웃놀이(임) 족욕/목욕	인-실버놀이(맞춤) 신체-풍선게임(정) 재활운동/싸이클/목욕	신체-웃놀이 인-네일아트/손톱관리
		29	30	31			
5 주	오전	국민체초/힘뇌체조(운) 인-빙고게임(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-그때그시절(함)	국민체초/힘뇌체조(임) 인-동화구연시청(함)			
	오후	신-실버스포츠(맞춤) 인-노래교실(정) 재활운동/싸이클/목욕	신-탁구공게임(정) 인-이용자교육(운) [낙상예방교육] 족욕/목욕	신-보치아게임(정) 신-탄력밴드운동(임) 재활운동/싸이클/목욕			
		• 신체기능 / 인지기능 : 26회이상 • 1월1일 명절행사 : 만두빚기] • 목욕서비스 : 월 ~ 토 진행 • 둘째주 , 넷째주 - 손톱관리 • 맞춤형 프로그램 : 월 16회이상* ▶ 1 /09 : 생신잔치 : 신영희.임순임어르신 - 2명 이상 • 1월30일 : 이용자교육[낙상예방 교육] • 상기 일정은 운영 상황에 따라 변동될 수 있습니다 .					

식단표

2024년 01월

봄봄노인주간보호센터

구분	월(01.01)	화(01.02)	수(01.03)	목(01.04)	금(01.05)	토(01.06)
점심 식단	잡곡밥 소고기배추국 오리훈제볶음 숙주나물 먹지채볶음 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 들깨비지국 순살닭아채볶음 사각어묵볶음 콩자반조림 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 뼈없는감자탕 카레 팽이버섯볶음 무생채 배추김치 (645kcal)	잡곡밥 한식미역국 메란볼어묵강정 들깨무나물 오징어젓무침 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 우동국 돈불고기 맛살깨장무침 고추잎무침 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 파육개장 간장마파두부 새송이버섯볶음 실곤약매콤무침 배추김치 (655kcal)
오전 간식	두유	유산균음료	두유	주스	두유	요구르트
오후 간식	밤만주	증편	버터롤&잼	카스타드	과일	단호박죽
구분	월(01.08)	화(01.09)	수(01.10)	목(01.11)	금(01.12)	토(01.13)
점심 식단	잡곡밥 미소두부된장국 순살닭고기매콤볶음 감자채당근볶음 스위트맛살샐러드 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 참치김치찌개 생선가스&타르타르 콩나물무침 오징어젓무침 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 사골곰탕 김치찜닭 청포묵김무침 미역초무침 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 들깨미역국 돈불고기 도토리묵무침 실곤약오리엔탈무침 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 우동국 데리야끼두부찜 햄아채볶음 무생채 배추김치 (645kcal)	잡곡밥 무채된장국 닭살아채볶음 감자채볶음 물파래무침 배추김치 (650kcal)
오전 간식	유산균음료	주스	두유	요구르트	요플레	유산균음료
오후 간식	마가레트	찐계란	초코파이	밤만주	과일	카스타드
구분	월(01.15)	화(01.16)	수(01.17)	목(01.18)	금(01.19)	토(01.20)
점심 식단	잡곡밥 소고기미역국 제육고추장볶음 양배추찜&쌈장 콩나물무침 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 두부김치국 돈육갈비양념찜 고추장감자조림 도토리묵아채무침 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 오징어무국 닭갈비 미역줄기볶음 먹지채무침 배추김치 (660kcal)	잡곡밥 들깨미역국 닭강정 청포묵김무침 오징어젓갈 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 알탕 중화마파두부 배추나물무침 고추잎지무침 배추김치 (660kcal)	잡곡밥 김치어묵국 닭고기카레 새송이굴소스볶음 짜사이무침 배추김치 (645kcal)
오전 간식	요구르트	두유	요플레	주스	요구르트	두유
오후 간식	꿀호떡	증편	마가레트	찐계란	버터롤&잼	밤만주
구분	월(01.22)	화(01.23)	수(01.24)	목(01.25)	금(01.26)	토(01.27)
점심 식단	잡곡밥 소고기배추국 유니짜장 후랑크아채볶음 고추잎지무침 배추김치 (645kcal)	잡곡밥 순두부찌개 제육김치볶음 호박나물무침 콩자반조림 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 사골곰탕 메추리어묵강정 연근조림 얼갈이나물무침 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 한식미역국 닭감자조림 콩나물무침 먹지채양념무침 배추김치 (655kcal)	잡곡밥 비지찌개 탕수육 미역줄기볶음 실곤약아채무침 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 미소시루 해물콩나물찜 느타리버섯볶음 무생채 배추김치 (655kcal)
오전 간식	두유	요플레	주스	요구르트	두유	요구르트
오후 간식	초코파이	과일	찐감자	카스타드	단호박죽	꿀호떡

구분	월(01,29)	화(01,30)	수(01,31)			
점심 식단	잡곡밥 한식된장국 닭야채볶음 콩나물무침 먹지채무침 배추김치 (645kcal)	잡곡밥 바지락살김국 돈갈비양념볶음 양배추쌈&쌈장 무생채 배추김치 (650kcal)	잡곡밥 뼈없는감자탕 카레소스 어묵야채볶음 물파래무무침 배추김치 (645kcal)			
오전 간식	유산균음료	주스	요플레			
오후 간식	밤만주	증편	꿀호떡			

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