

2026년 05월 가정통신문

안녕하십니까?

항상 저희 주간보호센터에 보내주시는 따뜻한 관심과 협조에 깊이 감사드립니다.

다가오는 어버이날을 맞이하여 어르신들께 감사와 공경의마음을 전하고, 보호자님들과소통의 시간을 갖고자 아래와 같이 일정을 보내 드리오니 많은 참석 부탁드립니다.

*** 어버이날 행사 ***

- 일시: 5월 8일(금) 오후 13시 40분(축하공연 및 레크레이션//어르신들 감사 편지 낭독)
- 간담회 : 13시 20분

*** 5월 주요 행사일정 ***

- 5월 8일 (금): 어버이날 행사 및 보호자 간담회
- 5월 13일(수): 서부노인보호전문기관(노인학대에방교육)
- 5월 21일 (목): 생신잔치
(음력: 3월15일~4월14일 해당 어르신)
이*임어르신, 박*수어르신, 김*진어르신, 노*연어르신,
박*임어르신, 박*자어르신, 채*임어르신, 전*형어르신
(센터 생일 기록과 다른 어르신께서는 연락 주세요.)

*** 외부 봉사 공연 및 활동 ***

- 원코리아 노래 봉사 : 5월 8일 (금)
- 퓨전 난타 및 장구공연 : 5월 22일(금)
- 전남관현악연구회 색소폰 연주 : 5월 26일(화)
- 국민체육진흥원(체력증진) 매주 수. 금요일

*** 휴무일 안내 ***

- 5월1일(목) 근로자의 날로 센터 휴무입니다
- 5월 5일(화)어린이날 , 25일(월) 석가탄신일은 정상 운영합니다.

*** 언제나 어르신들을 위해 성심 성의 께 최선을 다해 모시겠습니다**

목포노인주간보호센터장 김나경
(연락처 : 010-4181-0100)



*결핵검진 : 정기적인 건강 검진과 감염병 예방 관리를 위하여 센터에서 어르신들의 결핵 검사를 진행하였습니다.



*봄나들이 : 유달산 일주 도로와 입암산 벚꽃을 구경하고 사진을 찍으며 봄을 만끽하시며 너무 기분 좋아하시는 어르신들의 모습을 볼 수 있었다.



*외부봉사공연 : 봄 노래와 흘러간 옛 노래를 들으시며 즐거워 박수를 따라서 치시고 부르시기도 하시고, 장구로 장단을 맞추는 봉사자의 열정에 박수를 보내며 신나게 즐기셨습니다.



*미술수업 : 화장지에 싸인펜으로 물을 들어 꽃 만들기를 하시고 아름답게 작품을 완성하시며 성취감을 느끼 보는 시간을 가졌습니다.

5월 식단표

					5/1(금)	5/2(토)
아침죽						두부미역죽
중식					근로자의 날	잡곡밥
						돈김치찌개
						야채계란말이
						유채나물
						숙주나물
						김치
오후간식						찐만두/플레인요거트
	5/4(월)	5/5(화)	5/6(수)	5/7(목)	5/8(금)	5/9(토)
아침죽	흑임자죽	소고기야채죽	팔죽	녹두죽	두부미역죽	호박죽
중식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	동태탕	들깨미역국	꽃게탕	시래기된장국	야채계란국	맑은콩나물국
	가지나물무침	고등어무조림	오리훈제볶음	가자미구이	짜장면	닭볶음탕
	두부조림	양파볶음	상추,오이스틱,쌈장	느타리버섯나물	야채고로켓,케첩	쌈다시마,초장
	열무된장무침	참나물무침	콩나물무침	돌나물초무침	단무지무침	도라지들깨나물
	김치	김치	김치	김치	김치	김치
오후간식	바나나/플레인요거트	김치부침개/매실차	김밥/옥수수차	토마토/두유	팥시루떡/매실차	찐고구마/매실차
	5/11(월)	5/12(화)	5/13(수)	5/14(목)	5/15(금)	5/16(토)
아침죽	두부미역죽	돈육야채죽	녹두죽	팔죽	흑임자죽	소고기야채죽
중식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	복어채무국	추어탕	유채된장국	김국	순두부들깨탕	소고기무국
	제육볶음	야채계란찜	소불고기	아구찜	오리불고기	오징어초무침
	상추쌈,쌈장	숙주맛살새콤무침	마늘중볶음	머위대들깨볶음	열무나물	두부조림
	미나리나물	부추나물	쪽파건파래무침	고사리나물	콩나물무침	미역줄기볶음
	김치	깍두기	김치	김치	김치	김치
오후간식	모닝빵/딸기잼샌드위치/두유	찐만두/매실차	메밀국수	바나나/두유	찐고구마/옥수수차	찐빵/매실차
	5/18(월)	5/19(화)	5/20(수)	5/21(목)	5/22(금)	5/23(토)
아침죽	흑임자죽	소고기야채죽	팔죽	녹두죽	호박죽	두부미역죽
중식	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	근대된장국	청국장찌개	오리탕	소고기미역국	육개장	야채계란국
	콩나물불고기	코다리무조림	야채계란말이	수육,상추쌈	돈파프리카잡채	카레소스
	도라지들깨나물	시금치나물	고사리나물	홍어	콩나물무침	유채나물
	브로콜리/초장	생표고버섯들깨볶음	돌나물초무침	시금치나물	오이양파무침	무생채
	김치	열무김치	김치	김치	김치	김치
오후간식	찐계란/마시는 유산균	연두부,간장/옥수수차	잔치국수	기정떡/과일	토마토/마시는유산균	야채스틱/플레인요거트
	5/25(월)	5/26(화)	5/27(수)	5/28(목)	5/29(금)	5/30(토)
아침죽	돈육야채죽	팔죽	녹두죽	단호박죽	두부미역죽	소고기야채죽
중식	잡곡밥	잡곡밥	열무비빔밥	잡곡밥	잡곡밥	잡곡밥
	배추된장국	복어포종나물국	팽이된장국	모듬버섯들깨국	홍합무국	순두부찌개
	생선까스/타르소스	삼치구이	감자채볶음	소고기불고기	적어조림	제육볶음
	시금치된장나물	숙주부추나물	호박나물	청포묵무침	양상추샐러드	깻순나물
	무생채	비름나물무침	약고추장,계란후라이	얼갈이나물	마늘중볶음	상추쌈,쌈장
	김치	김치	김치	김치	김치	김치
오후간식	바나나/두유	롤케익/두유	고구마튀김/우유	김밥/우유	보리기정떡/매실차	파프리카,오이스틱/플레인요거트
원산지 표시	쌀(국내산), 잡곡(국내산), 배추김치(배추:국산,고춧가루:국산), 배추(국산), 소고기(호주산), 돼지고기(국내산),닭(국내산), 닭정육(브라질산),오리훈제(중국산),오리(국내산) 가자미(러시아산),꽃게(중국산),코다리(수입산),바지락살(중국산), 고등어(국내산) 동태(러시아산), 두부(콩..수입산/국내가공) ※상기 식단은 식자재 수급사정에 따라 변동이 있을 수 있습니다.					