

안녕하세요, 보호자님.

화창한 봄 날씨가 이어지는 4월입니다.

벚꽃과 신록이 만발하는 계절처럼, 우리 어르신들의 일상에도
활기와 즐거움이 가득하길 바랍니다.

계절 변화로 감기, 알레르기, 일사병 등 건강에 유의해주세요.

따뜻한 봄날처럼 어르신들께 늘 편안함과 웃음을 드릴 수 있도록
최선을 다하겠습니다. 보호자님 가정에도 건강과 행복이
가득하시길 바랍니다. 감사합니다.

어르신을 낮동안 정성껏 보살펴 드립니다.



모던주간보호센터 블로그에 놀러오세요~~!!

♥ 블로그 보고 상담오시면 커피 쿠폰 드립니다 ♥

❀ 4월 일정 ❀

- ◇ 평일 주야간 보호 (운영시간 : 07:00 ~ 19:00), 토요일 / 공휴일(운영시간 08:00 ~17:30)
- ◇ 외부강사 맞춤형 프로그램 : 월(술가락난타 레크레이션), 화(실버아트공예), 목(웃음치료), 금(힐링요가)
- ◇ 어르신들의 사회 생활과 건강한 생활을 위해 사회적응프로그램과 건강교실을 실시하고 있습니다.
- ◇ 봄나들이 **4월2일(목)** 14:30 ~16:00 벚꽃구경 예정입니다.
- ◇ 센터내 어르신 활동 모습을 네이버밴드와 블로그에 올리고 있습니다.
네이버 블로그에 들어오셔서 활동 모습 보시고 공감과 댓글, 관심 부탁드립니다.
- ◇ 3월 이용료는 **4월 10일 명세서 발송예정**이며, 납부일은 **4월 20일까지**입니다.
- ◎ 부산은행 101-2074-8723-09 예금주: (주)모던주간보호센터 김경애



신체활동(종이컵세우기)



신체활동(술가락난타)



신체활동(맞춤형 웃음치료)



인지활동(맞춤형 실버공예교실)



인지활동(미술활동)



신체활동(탁구공 터널 통과하기)



인지활동(칠교놀이)



아침건강체조



실내산책

* 본 센터의 3월 센터 활동 모습입니다.



(주)모던주간보호센터

☎ 051-625-0153

* 2026년 4월 프로그램 계획표 *

단위		월		화		수		목		금		토	
날 짜						1		2		3		4	
1 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
	11:00~12:00			인지활동 (달력만들기)		신체활동 (웃음치료)		인지활동 (미술활동)		인지활동 (색칠공부)			
	신체활동 (골프놀이)			봄 나들이		신체활동 (실버힐링요가)		신체활동 (비석치기)					
	14:00~15:00												
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
날 짜		6		7		8		9		10		11	
2 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타 레크레이션)		인지활동 (실버아트공예)		인지활동 (동화구연)		신체활동 (웃음치료)		인지활동 (색종이교실)		인지활동 (색칠공부)	
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)		신체활동 (볼링놀이)		신체활동 (농구놀이)		인지활동 (칠교놀이)		신체활동 (실버힐링요가)		신체활동 (재기던지기 놀이)	
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
날 짜		13		14		15		16		17		18	
3 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타 레크레이션)		인지활동 (실버아트공예)		인지활동 (반쪽그림찾기)		신체활동 (웃음치료)		사회적응 (회상하기)		인지활동 (색칠공부)	
	14:00~15:00	인지활동 (한글교실)		신체활동 (컬링놀이)		신체활동 (골프놀이)		인지활동 (만다라 색칠하기)		신체활동 (실버힐링요가)		신체활동 (비석치기)	
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
날 짜		20		21		22		23		24		25	
4 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타 레크레이션)		인지활동 (실버아트공예)		인지활동 (속담과 속담풀이)		신체활동 (웃음치료)		인지활동 (건강교실)		인지활동 (색칠공부)	
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)		신체활동 (볼링놀이)		신체활동 (농구놀이)		인지활동 (칠교놀이)		신체활동 (실버힐링요가)		신체활동 (재기던지기 놀이)	
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
날 짜		27		28		29		30					
5 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타 레크레이션)		인지활동 (실버아트공예)		인지활동 (만다라 색칠하기)		인지활동 (색칠공부)					
	14:00~15:00	인지활동 (한글교실)		신체활동 (컬링놀이)		신체활동 (골프놀이)		신체활동 (다트놀이)					
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)											

센터 운영상 프로그램은 변경될 수 있습니다.

◎간식 2회(10:00, 15:00) ◎점심 및 Ter Time (12:00~14:00) ◎귀가 송영 (16:00~)◎토요일송영(16:00 ~)

04 월 식 단 표				모던주간보호센터		영양사 : 정명희							
월		화		수		목		금		토			
				1		2		3		4			
간식				단호박죽		들깨죽		콩가루죽		참깨죽			
중식				잡곡밥/백미밥 콩나물국 오징어까스&소스 감자조림 알배기배추나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 소고기미역국 제육불고기 막대어묵조림 브로컬리콜라워맛살볶음 포기김치		잡곡밥/백미밥 사골시래기국 삼치무조림 동그랑땡전 치커리부추무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 미더덕된장국 닭볶음탕 마카로니샐러드 얼갈이겉절이 깍두기			
간식				말기		마가렛&보리차		구운계란&보리차		프로바이오틱스			
석식				잡곡밥/백미밥 근대국 들깨닭불고기 호박나물 꼬시래기무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 계란장국 짜장덮밥소스 두부조림 돈나물생채 포기김치		잡곡밥/백미밥 두부김치국 산적데리아끼소스 새송이버섯볶음 청경채나물 포기김치					
간식		6		7		8		9		10		11	
중식		흑임자죽 잡곡밥/백미밥 아욱국 고추장불고기 상추쌈&쌈장 고사리우부나물 포기김치		소고기야채죽 잡곡밥/백미밥 순두부찌개 생선까스&소스 모듬과일샐러드 콩나물무침 포기김치		단호박죽 잡곡밥/백미밥 부들어묵국 두반장찜닭 연근조림 미역줄기볶음 포기김치		들깨죽 잡곡밥/백미밥 호박된장찌개 돈육소불향불고기 비엔나떡볶이떡조림 숙감두부무침 포기김치		콩가루죽 잡곡밥/백미밥 소고기국 오징어참나물무침 어묵채조림 양배추나물 포기김치		참깨죽 잡곡밥/백미밥 근대국 탕수육&소스 두부조림 곰피들깨나물 포기김치	
간식		호박떡&보리차		초코파이&보리차		프로바이오틱스		쌀과자&두유		요플레		프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 곤약탕국 고등어구이 명엽채야채무침 무청지짐 포기김치		잡곡밥/백미밥 새우살국 돈육순대볶음 호박나물 양념깍잎지 포기김치		잡곡밥/백미밥 돈육김치찌개 야채계란찜 후레이크멸치볶음 도라지무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 시락국 함박스테이크&소스 도토리묵&양념장 표고버섯나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 콩나물국 닭파리고추조림 단호박찜 마늘종무침 포기김치			
간식		13		14		15		16		17		18	
중식		흑임자죽 잡곡밥/백미밥 부대찌개 미니돈까스&소스 얼갈이나물 실곤약초무침 포기김치		소고기야채죽 잡곡밥/백미밥 청국장찌개 돈육두부치기 브로콜리숙채&초장 숙주나물 포기김치		단호박죽 잡곡밥/백미밥 시락국 코다리무조림 탕골불어묵볶음 해초파프리카무침 포기김치		들깨죽 잡곡밥/백미밥 얼큰한콩나물국 해물까스&소스 민찌두부조림 가지나물 포기김치		콩가루죽 잡곡밥/백미밥 어묵국 불고기채소찜&청양소스 후랑크그린빈볶음 오이치커리무침 포기김치		참깨죽 잡곡밥/백미밥 무청시락국 삼색비빔나물 계란후라이 바지락강된장/요구르트 포기김치	
간식		호박전		카스타드&보리차		바나나		마가렛&보리차		구운계란&보리차		프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 들깨묵국 메추리알새송이조림 감자고추장조림 오이맛살무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 미역국 바베큐칠리칸풍기 고구마샐러드 참나물무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 냉이된장국 짜장맛닭조림 참깨스타리마요무침 무생채 포기김치		잡곡밥/백미밥 배춧국 고추장불고기 미나리숙주나물 툇무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 팽이김치찌개 동태전 호박나물 양념고추치무침 포기김치			
간식		20		21		22		23		24		25	
중식		흑임자죽 잡곡밥/백미밥 표고된장찌개 닭정육마늘듬뿍조림 불어묵볶음 들깨무채나물 포기김치		소고기야채죽 잡곡밥/백미밥 장어탕 새송이산적구이 그린샐러드&소스 콩나물무침 포기김치		단호박죽 잡곡밥/백미밥 시락국 오징어돈육불고기 두부구이 다시마채무침 포기김치		들깨죽 잡곡밥/백미밥 미소장국 미트볼하이라이스 야채로게&게찹 짜사이무침 포기김치		콩가루죽 잡곡밥/백미밥 참치김치찌개 청보리동그랑땡전 청경채나물 양념깍잎무침 포기김치		참깨죽 잡곡밥/백미밥 소고기묵국 삼치김치조림 가지볶음 콩나물무침 포기김치	
간식		호박떡&보리차		초코파이&보리차		프로바이오틱스		쌀과자&두유		요플레		프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 콩나물국 고등어묵은지조림 분홍소시지전 양배추나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 콩비지찌개 부추스프&랩블드에그 고추장멸치볶음 청경채나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 숙갠어묵국 갈비양념탕수육 고사리나물 간배추된장무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 시금치된장국 돈볼파프리카볶음 느타리호박나물 무미나리생채 포기김치		잡곡밥/백미밥 참살계단미역국 달걀자볶음 얼무나물 우영편조림 포기김치			
간식		27		28		29		30					
중식		흑임자죽 잡곡밥/백미밥 무청시락국 해물까스&소스 햄두부조림 부추치커리무침 포기김치		소고기야채죽 잡곡밥/백미밥 부추계란국 돈육순두부짜글이덮밥 얼갈이겉절이 단무지무침 깍두기		단호박죽 잡곡밥/백미밥 버섯찌개 숯불양념불고기 비빔만두 꼬시래기콩나물무침 포기김치		들깨죽 잡곡밥/백미밥 호박된장국 닭한입떡조림 해파리삼생냉채 얼무겉절이 포기김치					
간식		호박전		카스타드&보리차		바나나		마가렛&보리차					
석식		잡곡밥/백미밥 어묵콩나물국 돈육감자볶음 연근조림 오이양파무침 포기김치		잡곡밥/백미밥 조갯살두부된장국 코다리무조림 도토리묵양념장 숙주나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 북어채국 순대야채볶음 실곤약마요무침 청경채나물 포기김치		잡곡밥/백미밥 오징어국 순살돈까스&소스 도라지무침 양배추나물 포기김치					
※ 상기 식단은 식사제 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.													
※ 쌀(국내산), 김치(배추:중국, 고춧가루:중국), 돼지고기(국내산), 소고기(호주), 닭고기(국내산), 닭정육(브라질), 고등어(국내산), 동태(러시아), 갈치(남양공), 오징어(칠레), 꽃게(중국), 두부(대두-외국산,콩비지-외국산), 주꾸미(베트남), 혼제오리(중 국)													

※ 상기 식단은 식사재 수급상황에 따라 달라질 수 있습니다.

※ 월(국내산), 김치(배추:중국,고춧가루:중국),돼지고기(국내산), 소고기(호주), 닭고기(국내산), 닭정육(브라질), 고등어(국내산), 동태(러시아), 갈치(남아공), 오징어(칠레), 꽃게(중국), 두부(대두-외국산,콩비지-외국산), 주꾸미(베트남), 문재오리(중 국)