

안녕하십니까, 모던주간보호센터입니다^^

싱그러운 초여름의 시작을 알리는 6월이 찾아왔습니다. 따뜻한 햇살과 푸르른 나무들처럼 어르신들의 일상도 더욱 활기차고 건강하시길 바라며, 이번 달에도 알차고 즐거운 프로그램을 준비했습니다.

6월을 맞아, 어르신들과 함께하는 나들이 및 생신잔치를 진행하고자 합니다.

이번 나들이는 안전을 최우선으로 하여 무리 없는 일정으로 준비하였으며, 간식과 소소한 즐길거리도 함께할 예정입니다.

어르신들이 평소보다 더 밝은 웃음을 지으실 수 있도록, 즐겁고 따뜻한 하루가 될 수 있도록 세심히 챙기겠습니다.

6월에도 부모님의 건강과 안전을 위해 더욱 노력하는 모던주간보호센터가 되겠습니다. 감사합니다.

◇ 반딧불이 축제 나들이 ◇

일시 : 2025년 6월 7일(토) 14:00~16:00

장소 : 평화공원

◇ 생신잔치 ◇

일시 : 2025년 6월 19일 14:30~15:00

(생신어르신은 강영숙, 권준순, 김갑선, 김서분, 서현석, 이명숙, 정기순, 한쌍례 어르신 입니다.)

◇ 보호자 간담회 ◇

일시 : 2025년 6월 19일 15:00~15:30

♣ 06월 일정 ♣

◇ 6월3일(대통령선거), 6월6일(현충일) 정상운영(식식미제공)하오니 센터이용에 참고 부탁드립니다.

◇ 6월7일 나들이(반딧불이 축제) 예정입니다.

◇ 2분기 생신잔치 6월19일에 생신이신 어르신들 생신잔치 진행합니다.

◇ 6월27일 재난훈련(소방훈련) 실시 예정입니다.

◇ 평일 주야간 보호 (운영시간 : 07:00 ~ 19:00), 토요일 / 공휴일(운영시간 08:00 ~17:30)

◇ 외부강사 맞춤형프로그램 : 월(리듬스폰교실), 화(실버아트공예), 목(웃음치료), 금(힐링요가)

◇ 어르신들의 사회 생활과 건강한 생활을 위해 사회적응프로그램과 건강교실을 실시하고 있습니다.

◇ 05월 이용료는 06월 10일 명세서 발송예정이며, 납부일은 06월 20일까지입니다.

© 부산은행 101-2074-8723-09 예금주: (주)모던주간보호센터 최영숙



카네이션 만들기



볼링놀이



간식사먹기



색칠하기

* 본 센터의 05월 센터 활동 모습입니다.



(주)모던주간보호센터

☎ 051-625-0153

구민과 함께한 50년,
새롭게 도약하는 남구

남구청
개청 50주년

제21회 유엔남구

반디불이 반디랑 남구랑 50년 초록별 이야기

축제

2025 YOU & NAMGU FIREFLY FESTIVAL



2025.06.07.(토)

평화공원 13:00~17:00

(주최) 동명대학교 제1·2주차장

이기대 큰고개센터 19:30~21:00

(문의) 남구청 관광여성팀 051-607-4386

부산광역시 남구
BUSAN METRO CITY 7TH DISTRICT NAMGU

아름다운남구지속가능발전협의회



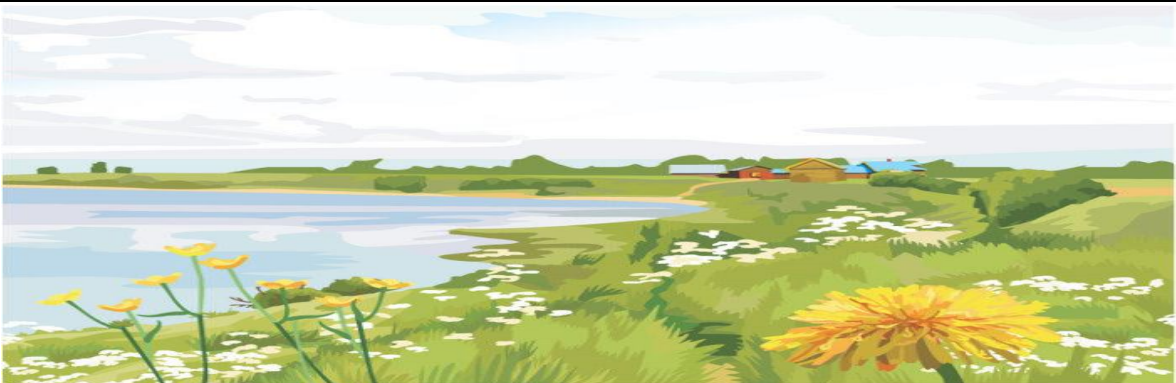
* 2025년 06월 프로그램 계획표 *

단위		월	화	수	목	금	토
1 주	날 짜	2	3	4	5	6	7
	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타교실)	인지활동 (실버아트공예)	사회적응 (투표 체험하기)	신체활동 (웃음치료)	인지활동 (번호대로 색칠하기)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (달력만들기)	신체활동 (비석치기)	신체활동 (볼링놀이)	인지활동 (미술활동)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (콩주머니 옮기기) 나들이
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
2 주	날 짜	9	10	11	12	13	14
	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타교실)	인지활동 (실버아트공예)	인지활동 (퍼즐맞추기)	신체활동 (웃음치료)	인지활동 (동화구연)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)	신체활동 (농구놀이)	신체활동 (탁구공 터널 통과하기)	인지활동 (미술활동)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (낙시놀이)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
3 주	날 짜	16	17	18	19	20	21
	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타교실)	인지활동 (실버아트공예)	인지활동 (한글교실)	인지활동 (미술활동)	인지활동 (건강교실)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)	신체활동 (포켓볼)	신체활동 (골프놀이)	신체활동 (웃음치료) 생신잔치	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (플라스틱링던지기)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
4 주	날 짜	23	24	25	26	27	28
	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자22 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00	신체활동 (손가락난타교실)	인지활동 (실버아트공예)	인지활동 (속담과 속담놀이)	신체활동 (웃음치료)	인지활동 재난훈련 (소방훈련)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)	신체활동 (컬링놀이)	신체활동 (비석치기)	인지활동 (미술활동)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (탁구공옮기기)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
5 주	날 짜	30					
	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00	인지활동 (숫자놀이)					
	14:00~15:00	신체활동 (비석치기)					
	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 ~)

6 월 식단표

	월	화	수	목	금	토
	2	3	4	5	6	7
간식	단호박죽	흑임자죽	조개살죽	야채죽	브로콜리죽	깨죽
중식	잡곡밥/백미밥 순두부찌개 간풍찜닭 열무된장나물 콘샐러드 포기김치	잡곡밥/백미밥 오징어무국 단수육&소스 알감자조림 미역줄기볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩나물국 불고기 아삭이고추된장무침 오이부추생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 시금치국 삼치구이 느타리볶음 무생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 어묵국 잡채해물완자전 과일샐러드 콩나물매콤무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 아욱국 동태무조림 계란찜 다시마채무침 포기김치
간식	요플레	쌀과자&두유	프로바이오틱 포도	삶은계란&보리차	초코파이&보리차	프로바이오틱 사과
석식	잡곡밥/백미밥 호박된장국 오미산적 붕어묵간장조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 돼지김치찌개 매추리알조림 도라지양배추무침 브로콜리볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 무청시래기국 생선까스&타르소스 후랑크볶음 토마토양배추샐러드 포기김치	잡곡밥/백미밥 황태미역국 닭살야채볶음 연근조림 꼬시래기무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 청국장찌개 돈채파프리카볶음 단호박찜 얼갈이나물 포기김치	
간식	9	10	11	12	13	14
간식	옥수수죽	녹두죽	팔죽	콩가루죽	당근죽	두부죽
중식	잡곡밥/백미밥 물만두국 충무식오징어볶음 청포묵야채무침 마늘종볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 곤약탕국 돈육두루치기 다시마삼&전국장 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 된장찌개 코다리무조림 한식잡채 열무겉절이 포기김치	잡곡밥/백미밥 소고기무국 미니돈까스 두부양념조림 꼬시래기무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 단배추시락국 닭무조림 새송이버섯볶음 오이무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 근대국 산적굴소스조림 브로콜리맛살볶음 콩나물무침 포기김치
간식	요플레	쌀과자&두유	바나나&보리차	마가렛트&보리차	카스타드&보리차	프로바이오틱 사과
석식	잡곡밥/백미밥 감자국 삼치무조림 어묵채볶음 오이소박이양념 포기김치	잡곡밥/백미밥 아욱국 동그랑땡전 호박나물 새콤해초무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩나물국 치킨까스&소스 숙갓두부범벅 무생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 홍합살미역국 참치김치볶음 칼집비엔나조림 청경채나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 들깨묵국 돈육순대볶음 알감자조림 숙주나물 포기김치	
간식	16	17	18	19	20	21
간식	계란죽	소고기야채죽	단호박죽	흑임자죽	땅콩죽	고구마죽
중식	잡곡밥/백미밥 북어채국 짜장불고기 느타리볶음 미역줄기볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 순두부찌개 오징어까스&소스 차승원무조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 감자다시마국 마파두부덮밥소스 맛살튀김 오이양파무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 청국장찌개 훈제오리야채볶음 조미김 부추겉절이 포기김치	잡곡밥/백미밥 수제비국 고등어무조림 야채고루케 어묵볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 어묵국 플라워떡갈비 시래기조림 가지볶음 포기김치
간식	요플레	쌀과자&두유	프로바이오틱 포도	삶은계란&보리차	초코파이&보리차	프로바이오틱 사과
석식	잡곡밥/백미밥 고추장찌개 닭다리살야채볶음 도토리묵무침 꼬시래기액젓무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 호박된장국 고기완자조림 사각어묵볶음 열무나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 무청시래기국 가자미구이 송송대파계란찜 숙주부추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩나물국 돈육김치두루치기 옛날소시지전 미역줄기볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 들깨미역국 간풍기칠리소스조림 마카로니샐러드 미나리무생채 포기김치	
간식	23	24	25	26	27	28
간식	브로콜리죽	깨죽	옥수수죽	녹두죽	팔죽	콩가루죽
중식	잡곡밥/백미밥 참치미역국 제육볶음 양배추쌈&쌈장 아삭이된장무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 부대찌개 삼치구이 잡채어묵조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 버섯찌개 해물까스&소스 민짜두부조림 오이생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 유부장국 아비꼬카레 찐만두&초간장 단무지부추무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 돈육김치국 코다리무조림 브로콜리&초추장 유부양배추볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 열무된장국 닭볶음탕 부추전 단배추나물 포기김치
간식	요플레	쌀과자&두유	바나나&보리차	마가렛트&보리차	카스타드&보리차	프로바이오틱 사과
석식	잡곡밥/백미밥 시금치국 숯불직화구이 느타리볶음 열무나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 어묵속갓국 콩나물불고기 토마토스크램블드에그 다시마채무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩비지찌개 고등어무조림 사각햄구이 숙주나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 홍합무국 닭순살떡찜 가지나물 조미김 포기김치	잡곡밥/백미밥 청국장찌개 오징어야채볶음 감자카레볶음 호박나물 포기김치	
간식	30					
간식	당근죽					
중식	잡곡밥/백미밥 순두부찌개 생선까스&소스 붕어묵볶음 오이양파무침 포기김치					
간식	요플레					
석식	잡곡밥/백미밥 들깨미역국 삼치무양념조림 단호박찜 콩나물무침 포기김치					

※ 상기 식단은 식재료 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[남아공], 오징어[칠레], 꽃게[중국], 두부[대두-외국산,콩비지-외국산], 주꾸미[베트남], 훈제오리(중국)