

안녕하세요, 보호자님.

아침저녁으로 선선한 바람이 불어오며 어느덧 가을의 문턱에 들어서는 9월입니다. 높고 푸른 하늘처럼 보호자님의 가정에도 건강과 행복이 가득하시길 바랍니다.

어르신들께서 즐겁고 편안한 하루를 보내실 수 있도록 다양한 프로그램과 세심한 돌봄으로 함께하겠습니다. 다가오는 추석 명절에도 가족과 함께 따뜻하고 풍성한 한가위 보내시길 바라며, 9월 한 달도 어르신들의 건강과 웃음을 위해 정성을 다하겠습니다. 항상 믿고 함께해 주시는 보호자님께 감사드립니다.

어르신을 낮동안 정성껏 보살펴 드립니다.



모던주간보호센터 블로그에 놀러오세요~~!!

❀ 9월 일정 ❀

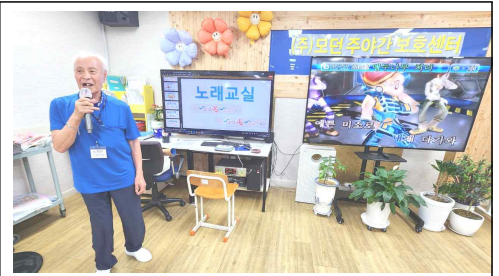
- ◇ 평일 주야간 보호 (운영시간 : 07:00 ~ 19:00), 토요일 / 공휴일(운영시간 08:00 ~17:30)
- ◇ 외부강사 맞춤형프로그램: 월(손가락난타 레크레이션), 화(실버아트공예), 목(웃음치료), 금(실버힐링요가)
- ◇ 어르신들의 사회 생활과 건강한 생활을 위해 사회적응프로그램과 건강교실을 실시하고 있습니다.
- ◇ 3분기 생신잔치 (9월21일)
(생신어르신은 정병희, 이영순, 이영수, 이원기, 임종섭, 노정문, 서옥연, 임양길 어르신입니다.)
생신일정이 실제 생신일과 다를 경우 센터로 말씀해주시면 확인하여 반영하겠습니다. 보호자의 확인부탁드립니다.
- ◇ 센터내 어르신 활동 모습을 네이버밴드와 블로그에 있습니다. 공감과 댓글, 관심 부탁드립니다.
- ◇ 8월 이용료는 9월 10일 명세서 발송예정이며, 납부일은 9월 20일까지입니다.
- ◎ 부산은행 101-2074-8723-09 예금주: (주)모던주간보호센터 김경애



아침건강체조



실내산책



노래교실



인지활동(숨은그림찾기)



인지활동(미술활동)



맞춤형(실버공예교실:바닷속풍경만들기)



신체활동(보자기당기기)



신체활동(농구놀이)



신체활동(실버힐링요가)

* 본 센터의 8월 센터 활동 모습입니다.



(주)모던주간보호센터

☎ 051-625-0153

* 2026년 9월 프로그램 계획표 *

단위		월	화	수	목	금	토
날 짜			1	2	3	4	5
1 주	09:00~11:00	송영, 건강체크 ,간식, 대화, 발마사지, 뇌신경체조/치매예방체조(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	11:00~12:00		인지활동 (실버아트공예)	인지활동 (달력만들기)	신체활동 (웃음치료)	인지활동 (미술활동)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00		신체활동 (다트놀이)	신체활동 (오자미축구)	인지활동 (칠교놀이)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (빅배드민턴)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	날 짜		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 (한글교실)	신체활동 (웃음치료)	인지활동 (색종이교실)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (숫자놀이)	신체활동 (과녁맞추기)	신체활동 (보자기당기기)	인지활동 (동화구연)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (미니뽀시놀이)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	날 짜		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 (초성맞추기)	신체활동 (웃음치료)	사회적응 (송편만들기)	인지활동 (색칠공부)
	14:00~15:00	인지활동 (번호대로 색칠하기)	신체활동 (오자미축구)	신체활동 (투호놀이)	인지활동 (칠교놀이)	신체활동 (실버힐링요가)	신체활동 (탁구공룡기기)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	날 짜		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	인지활동 (숫자놀이)	인지활동 (실버아트공예)	신체활동 (손가락난타 레크레이션)	인지활동 (색칠공부)		인지활동 (색칠공부)
	13:00~15:00	신체활동 (웃음치료) 연중행사 (생신잔치)	신체활동 (투호놀이)	인지활동 (건강교실)	신체활동 (웃놀이)		신체활동 (투호놀이)
	15:00~16:00	간식, 실내산책, 즐거운 노래시간, 노래자랑, 송영(모든 이용자 대상으로 매일 진행)					
	날 짜		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 (숨은그림찾기)	인지활동 (속담과 속담풀이)			
	14:00~15:00	인지활동 (초성맞추기)	신체활동 (보자기당기기)	신체활동 (실버힐링요가)			
	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 ~)

09 월			식 단 표		모던주간보호센터		영양사 : 신영자	
월		화	수	목	금	토		
간식		1	2	3	4	5		
중식		소고기야채죽	단호박죽	들깨죽	콩가루죽	참깨죽		
간식		찰밥 미역국 돈육불고기 콩나물잡채 무나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 순두부찌개 닭가슴살유자청무침 감자채볶음 미역줄기볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 맑은콩나물국 고등어김치찜 청포묵무침 매콤가지나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 오뎅김치국 탕수육&파인소스 두부조림 숙주나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 멸치육수 도토리(묵사발) 두부구이/구운김 볶음김치, 오이채, 김가루 포기김치		
석식		카스타드/보리차	복숭아/보리차	밤호박/보리차	마가렛/두유	프로바이오틱스		
중식		잡곡밥/백미밥 근대된장국 동그랑땡볶음 연근조림 배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 양파감자국 코다리무조림 소세지야채볶음 열무지짐 나박김치	잡곡밥/백미밥 오징어무국 스팸달걀찜 무조림 단배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 시래기된장국 너비아구이 햄감자볶음 무나물 포기김치			
간식		7	8	9	10	11	12	
중식		잡곡밥/백미밥 근대된장국 백순대야채볶음 꼬시래기무생채 호박나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 맑은육개장 떡갈비구이 새송이볶음 미역초무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 북어무국 간장찜닭 햄야채볶음 브로콜리양배추참깨무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 시래기된장국 계란말이 감자샐러드 실곤약야채무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 맑은배추국 맛살깎뽕말이 양대콩조림 고구마줄기나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 조개살탕국 삼색비빔밥 달걀후라이 약고추장/구운김 포기김치	
간식		수박	초코파이/보리차	요플레/보리차	마가렛/요구르트	쌀과자/요구르트	프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 바지락미역국 삼치무조림 햄감자볶음 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 호박된장국 목은지달걀찜 어묵야채볶음 배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 김치콩나물국 야채달걀찜 강남콩조림 꼬시래기무생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 무채들깨국 동그랑땡버무리 매콤어묵볶음 호박나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 오뎅김치국 계란장조림 순대야채들깨찜 숙주나물 포기김치		
간식		14	15	16	17	18	19	
중식		잡곡밥/백미밥 새우젓매생이국 칸풍기(5개)양념소스 감자조림 숙주나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 미소된장국 마파두부 우엉채조림 양배추당근라페 포기김치	잡곡밥/백미밥 오징어무국 닭갈비 메알곤약조림 콩나물무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 감자호박된장국 돈육불고기 양배추쌈&쌈장 마늘쫀들치볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 경상도소고기국 소보로두부조림 어묵잡채 무생채 포기김치	잡곡밥/백미밥 들깨미역국 야채스크램블에그 고구마맛탕 죽순볶음/구운김 포기김치	
간식		카스타드/보리차	쌀과자/요구르트	마가렛/보리차	요플레/보리차	바나나/보리차	프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 맑은콩나물국 치킨너겟 미역줄기볶음 마늘쫀들무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 팽이버섯계란국 돈육장조림 버섯볶음 배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 감자양파국 동그랑땡데리야끼 고구마샐러드 브로콜리참깨무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩나물김치국 간고등어구이 청포묵김가루무침 단배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 유부팽이된장국 떡갈비구이 마카로니샐러드 가지볶음 김치		
간식		21	22	23	24	25	26	
중식		잡곡밥/백미밥 참치추어탕 닭살야채볶음 연근조림 무나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 오징어무국 강된장 양배추쌈&쌈장 가지나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 물김치 장수비비빔(무, 콩, 당) 김가루 맛고추장 포기김치	잡곡밥/백미밥 탕국 송편 오미산적 삼색나물 포기김치			잡곡밥/백미밥 계란파국 팔보채 무생채 숙주나물/구운김 포기김치
간식		케이크/요구르트	바나나/보리차	카스타드/보리차	프로바이오틱스	프로바이오틱스	프로바이오틱스	
석식		잡곡밥/백미밥 감자양파국 콩치무조림 버섯볶음 열무지짐 포기김치	잡곡밥/백미밥 무채들깨국 참치김치볶음 두부구이&양념장 호박나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 시락국 멸치무조림 감자채볶음 단배추나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 오뎅국 계란곤약장조림 우엉채볶음 브로콜리들깨무침 포기김치			
간식		28	29	30				
중식		잡곡밥/백미밥 콩나물국 만두탕수 감자고추조림 미역오이초무침 포기김치	잡곡밥/백미밥 계란파국 영양전 짜사이무침 애호박볶음 포기김치	잡곡밥/백미밥 시래기된장국 생선까스&타르소스 우엉채조림 콩나물잡채 포기김치				
간식		초코파이/보리차	쌀과자/두유	요플레/보리차				
석식		잡곡밥/백미밥 시락국 오삼불고기 숙주나물 가지나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 콩가루배추국 유부맛살냉채 멸치무조림 호박나물 포기김치	잡곡밥/백미밥 참치김치찌개 두부조림 쫄갓나물 무나물 포기김치				

※ 상기 식단은 식자재 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)