



2026년 09월 가정통신문

안녕하십니까? 사하효심데이케어센터 대표 김성운입니다.

보호자님 가정에 언제나 건강과 행복이 가득하기를 기원합니다.

유난했던 여름 더위가 물러가고 선선한 바람이 반가운 결실의 계절, 9월이 찾아왔습니다. 아침저녁으로 기온 차가 커지는 환절기에는 면역력이 약하신 우리 어르신들의 건강 관리가 더욱 중요한 시기입니다.

이에 저희 센터에서는 어르신들의 감기 예방을 위해 적절한 실내 온·습도를 유지하고, 따뜻한 수분 섭취와 체온 관리에 각별히 신경 쓰고 있습니다. 어르신들께서 계절의 변화 속에서도 불편함 없이 건강하고 편안하게 지내실 수 있도록 정성껏 보살피겠습니다.

가정에서도 큰 일교차로 인해 건강을 해치지 않도록 얇은 겉옷을 준비해 주시고, 수면 시 따뜻한 환경을 조성해 주시길 부탁드립니다.

풍성하고 따뜻한 마음이 함께하는 9월이 되기를 바라며, 보호자님께서도 늘 건강 유의하시고 이번 달도 어르신들과 함께 활기차고 행복한 매일을 만들어 가겠습니다. 감사합니다.

더불어 8월 11일에는 8월에 생신을 맞은 어르신들의 생신잔치가 있었습니다. 전 직원과 모든 어르신들이 한마음으로 생신을 축하해 드리고, 직원들의 축하 공연도 있었습니다. 또 전 직원이 어르신들께 큰절을 올리며 정성으로 인사드렸습니다.

환하게 웃으시는 어르신의 모습을 보며 저희도 큰 에너지를 얻은 하루였습니다.

언제나 내 부모님을 모시는 마음으로 사랑과 효심을 다해 어르신들과 함께하겠습니다. 감사합니다.





▶ 8월에 생신을 맞으신 김명자, 운영식, 맹순남, 박기정, 양영숙 어르신입니다. 다가오는 9월 8일에도 9월에 생신을 맞은 어르신들의 생신잔치가 있을 예정입니다.

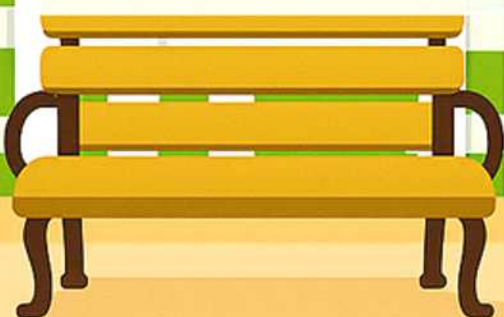


▶ 물리(작업)치료실

물리(작업)치료실을 개설하여 항상 물리(작업)치료사 선생님이 우리 어르신들 곁에서 건강을 유지할 수 있도록 더욱 더 노력하겠습니다.

ICT(간섭파치료)의 치료효과는 통증을 줄여주는 목적으로 가장 많이 사용됩니다.

1. 혈액순환 증진
2. 미세전류의 진통 효과
3. 근수축 유발
4. 부종 완화
5. 말초신경을 자극합니다.





▶전래회상, 실버노래자랑, 종이접기, 웃음치료 등의 외부강사 수업을 진행하고 있으며 센터 내 자체프로그램으로 어르신들의 인지활동 증진을 돕고 있습니다.



▶3층 재활센터에서는 보행보조기 워크메이트와 발맞사지, 족욕, 찜질 팩 등을 이용하여 재활프로그램을 하시고, 편백향토팅에서는 편안하게 휴식을 하실 수 있도록 돕고 있습니다.

