

온누리 주간 보호 서비스 2월 일정 및 계획표

시 간	활동 내용					
08:30~09:30	등원 - 송영서비스 및 센터 도착					
09:30~10:00	활력징후 및 당뇨측정, 투약관리					
10:00~10:20	오전 간식 시간					
10:20~10:30	오전 조례					
10:30~11:00	건강 체조 및 스트레칭					
11:00~12:00	오전 프로그램					
	인지 활동	외부 강사	인지활동	외부 강사	외부 강사	인지 활동
12:00~13:00	점심 식사 시간 및 구강관리					
13:00~14:00	휴식 및 물리치료와 재활치료					
14:00~15:00	오후 프로그램					
	외부 강사	신체 활동	신체 활동	신체 활동	인지 활동	신체 활동
15:00~15:10	오후 간식 시간					
15:10~15:30	걷기 운동					
15:30~16:00	노래 시간					
16:00~16:30	오후 종례 및 마무리					
16:30~17:30	하원 - 송영서비스 및 귀가					

단 위	월	화	수	목	금	토
	날 짜	2	3	4	5	6
첫 째 주	09:00~11:00	기초건강체크, 힘뇌체조/치매예방체조				
	11:00~12:00	2월 달력 만들기 급식교육	인지책놀이	협동화	통합인지	웃음치료
	14:00~15:00	노래 신체	비석치기	골프놀이	종선 종이컵 옮기기	퍼즐 맞추기
	날 짜	9	10	11	12	13
둘 째 주	09:00~11:00	기초건강체크, 힘뇌체조/치매예방체조				
	11:00~12:00	연산 색칠하기	인지책놀이	우산꾸미기	오리고 붙이기	웃음치료
	14:00~15:00	노래 신체	홀라후프 옮기기	농구게임	볼링게임	복조리만들기
	날 짜	16	17	18	19	20
셋 째 주	09:00~11:00	기초건강체크, 힘뇌체조/치매예방체조				
	11:00~12:00	필사하기		오리고 붙이기	통합인지	웃음치료
	14:00~15:00	노래 신체	설 날	웃놀이	협동 피라미드	칠교놀이
	날 짜	23	24	25	26	27
넷 째 주	09:00~11:00	기초건강체크, 힘뇌체조/치매예방체조				
	11:00~12:00	빙고놀이	인지책놀이	모자이크	통합인지	생신잔치 웃음치료
	14:00~15:00	노래 신체	수건걸이	야구놀이	보자기 공 던지기	오리고 붙이기



사랑합니다~♥ 온누리 주간보호센터 대표"장혜자"입니다. 겨울의 끝자락에서 서서히 봄기운이 느껴지는 2월입니다. 늘 센터를 믿고 함께해 주시는 보호자님께 진심으로 감사드립니다. 센터에서는 계절 변화에 맞추어 어르신들의 건강과 일상 관리를 더욱 세심히 살피고 있습니다. 일교차가 큰 시기인 만큼 보호자님들께서도 건강 관리에 각별히 유의하시길 바랍니다. 가정마다 따뜻한 봄을 맞이할 준비가 평안하게 이어지길 기원합니다.

♣ 2월 계획 ♣

- ◇ 어르신들의 사회생활 도움을 위해 사회적응프로그램(1월, 2월 생신잔치)을 실시합니다.
1월 생신-최천규(음11.18), 임분옥(음11.19), 김순자(음12.1), 변묘연(음12.11)
2월 생신-민희식(음12.14), 손일출(음12.27), 한은순(음1.4), 김정길(양2.23), 이용준(음1.10)
- ◇ 프로그램: 월(노래신체), 화(인지책놀이), 수(인지활동), 목(통합인지), 금(웃음치료)
- ◇ 매일 우리 어르신들의 건강을 위해 건강체조와 신체, 인지활동 프로그램을 실시합니다.
- ◇ 아래는 우리 어르신들의 1월 프로그램 활동 사진입니다.
- ◇ 월 이용료는 02월 11일 명세서 발송 예정이며 납부일은 02월 20일까지입니다.
(부산은행:113-2012-4566-04 예금주:온누리주간보호센터)



노래신체(월)



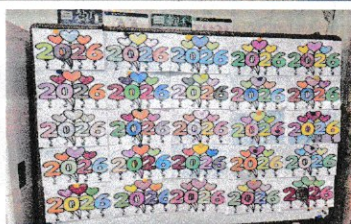
인지책놀이(화)



통합인지(목)



웃음치료(금)



인지 활동

신체 활동

요리활동(어묵탕)

앞으로도 성심껏 어르신들을 모시며 기타 궁금한 사항은 ☎ 051) 203-0153 으로 전화주시면 상세하게 안내해 드리겠습니다. 항상 협조해주시는 온누리 가족분들께 깊은 감사를 드리며 늘 어르신들을 모시는데 부끄럼 없이 최선을 다하는 온누리 주간 보호센터가 되도록 노력하겠습니다

2월 식단표

온누리주아간보호센터

구분	2(월)	8(월)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
조식	떡이밥 총합살미역국 요지불고기 양배추참+참깨 호박볶음 배추김치	떡이밥 유채된장국 닭가슴살야채볶음 어묵볶음 무생채 배추김치	감국밥 감자물갈국 고동어구이 유부맛살볶음 콩나물무침 도시락김	떡이밥 소고기국 한식갈매치 오이생채 미역줄기볶음 배추김치	떡이밥 콩나물국 두부구이+양념장 연근조림 단배추나물 배추김치	떡이밥 꽃게된장국 달걀찜 감자조림 양념젓갈지 배추김치
중식	떡이밥 북어국 강릉기 감자조림 참나물무침 배추김치	떡이밥 콩나물국 김치전 미추리알조림 다시마채무침 배추김치	감국밥 시금치국 떡갈비조림 마늘홍고추장무침 얼무나물 배추김치	떡이밥 근약어묵국 가지미조림 물게노-달리볶음 숙주나물 배추김치	떡이밥 두부김치국 지육볶음 마카로니콘설렁드 가지나물 배추김치	떡이밥 물게무채국 닭볶음탕 오이볶음 부추겉절이 배추김치
구분	9(월)	10(월)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
조식	떡이밥 시락국 아침통닭 근대나물 고추알지무침 배추김치	떡이밥 부대찌개 맛살스크램블에그 도토리묵야채무침 콩나물무침 배추김치	감국밥 닭가슴 마도두부 미니새송이버섯 볶음겉절이 도시락김	떡이밥 물게무채국 크다리조림 비엔나야채볶음 미역줄기볶음 배추김치	떡이밥 북어국 지육볶음 양배추참+참깨 무생채 배추김치	떡이밥 어묵김치국 너비아니조림 숙갓두부무침 도라지오이무침 배추김치
중식	떡이밥 조개살미역국 전어두+초간장 표고양파볶음 무나물 배추김치	떡이밥 시락국 돈치야채볶음 부물어묵볶음 브로콜리숙채+초고추장 배추김치	감국밥 감자국 맛살산삼수육 전사리마요무침 청경채나물 배추김치	떡이밥 유부가쓰오국 닭가슴살김치볶음 단호박찜+시림 참나물무침 배추김치	떡이밥 소고기무국 옛날소시지전+피망 물게콩나물찜 호박볶음 배추김치	떡이밥 넙이된장국 콩자오리야채볶음 미역나물 새발나물겉절이 배추김치
구분	16(월)	17(월)	18(수)	19(목)	20(금)	21(토)
조식	떡이밥 콩나물국 떡은지알찜 우렁조림 도시락김 배추김치		감국밥 근대국 요지불고기 불어묵볶음 무생채 도시락김	떡이밥 돈육김치찌개 한식갈매치 유부맛살볶음 고들빼기무침 배추김치	떡이밥 어묵국 너비아니구이 살근약야채무침 숙주나물 배추김치	떡이밥 시락국 두부조림 달걀자조림 구운파래김 배추김치
중식	떡이밥 유부콩야채국 삼치구이 감자조림 청경채나물 배추김치		감국밥 북어국 스크램블에그 시금치나물 콩조림 배추김치	떡이밥 총합살미역국 생선자스+다르르르* 노다리버섯볶음 오이무침 배추김치	떡이밥 근대국 곡강불고기 마늘통깨치볶음 볶음겉절이 배추김치	떡이밥 오징어국 고기산적조림 호박볶음 고사리나물 배추김치
구분	23(월)	24(월)	25(수)	26(목)	27(금)	28(토)
조식	떡이밥 소고기미역국 치킨가래야채 시래기된장자찜 숙주나물 배추김치	떡이밥 짜개장 두부갈매 오이무침 무나물 배추김치	감국밥 북어무채국 아침통닭 미역줄기볶음 부추겉절이 도시락김	떡이밥 유부가쓰오국 카레라이스 어묵볶음 단무지무침 배추김치	떡이밥 아묵국 전어두+초간장 감자조림 콩나물무침 배추김치	떡이밥 고추장찌개 크다리무조림 브로콜리맛살볶음 단배추나물 배추김치
중식	떡이밥 콩나물국 미추리알조림 표고양파볶음 참나물무침 배추김치	떡이밥 어묵국 돈육김치볶음 호박볶음 고사리기무침 배추김치	감국밥 부대찌개 돌그랑말려 감자볶음 청경채나물 배추김치	떡이밥 시금치국 순살돈가스 양배추설렁드+케요비즈 마늘통깨고무침 배추김치	떡이밥 완전두부국 두부장두부조림 근대나물 다시마채무침 배추김치	떡이밥 조형이미역국 요지불고기 미니새송이버섯 고사리나물 배추김치

※ 위 상단표 메뉴는 유통사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 전처리 맛있게 정성이 담긴 음식들 제공하도록 노력하겠습니다.

※ 농산물품질관리법에 의한 식재료 생산지 표시 : 소고기(호주산), 돼지고기(국내산, 미국산), 닭고기(국내산), 오리고기(중국산), 참(국내산), 감자(중국산), 콩(중국산), 고추(호주산), 두부(중국산), 고들빼기(국내산), 청경채(미국산), 낙지(베트남산), 오징어(베트남산, 중국산), 꽃게(중국산), 새우(중국산), 방지박(중국산)