

온누리 주야간 보호 서비스 7월 일정 및 계획표

시 간	활동 내용
08:30~09:30	등원 - 송영서비스 및 센터 도착
09:30~10:00	활력징우 및 당뇨측정, 투약관리
10:00~10:20	오전 간식 시간
10:20~10:30	오전 조례
10:30~11:00	건강 체조 및 스트레칭
오전 프로그램	
11:00~12:00	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(실버필라테스)
오후 프로그램	
14:00~15:00	외부 강사 신체 활동 신체 활동 신체 활동 인지 활동 신체 활동
15:00~15:10	오후 간식 시간
15:10~15:30	견기 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						1		2		3		4		
첫 째 주	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조												
	11:00~12:00				달력만들기		숫자인지 놀이		웃음치료		색칠하기			
	14:00~15:00				색팔공 분류하기		비석치기		선긋기		펜가놀이			
둘 째 주	날 짜	6		7		8		9		10		11		
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조												
	11:00~12:00	같은동물 찾기		인지색놀이		오리고 붙이기		통합인지		퍼즐그림		미로색칠		
	14:00~15:00	노래신체		탁구게임		야구놀이		농구게임		고무신 던지기		콩주머니 던져넣기		
셋 째 주	날 짜	13		14		15		16		17		18		
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조												
	11:00~12:00	제철음식		인지색놀이		만들기		통합인지		웃음치료		만다라 색칠하기		
	14:00~15:00	노래신체		고리던지기		골프놀이		볼링놀이		따라쓰기		스트라이크 발차기놀이		
넷 째 주	날 짜	20		21		22		23		24		25		
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조												
	11:00~12:00	규칙인지 활동		인지색놀이		노래가사 쓰기		통합인지		웃음치료		동화 색칠하기		
	14:00~15:00	노래신체		투호		구강 보건 교육		부채질 탁구공 굴인		협동화		과자유희기기		
다 섯 째 주	날 짜	27		28		29		30		31				
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조												
	11:00~12:00	속담공부		인지색놀이		숫자놀이 공부		통합인지		웃음치료				
14:00~15:00	노래신체		외오리공		과일모형 반쪽찾기		윷놀이		빙고게임					

사랑합니다~♥ 온누리 주야간보호센터 대표 “장혜자” 입니다. 뜨거워지는 여름 7월이 찾아왔습니다. 강해지는 햇살과 이어지는 무더위로 어르신들의 건강관리에 더욱 세심한 관심이 필요한 시기입니다. 저희 센터에서는 시원하고 쾌적한 환경을 유지하며, 어르신들께서 건강하고 안전하게 생활하실 수 있도록 늘 정성을 다하고 있습니다.

7월에도 어르신 한분한분의 건강과 안전을 꼼꼼히 살피며, 계절을 느낄 수 있는 다양한 프로그램과 따뜻한 돌봄으로 즐겁고 활기찬 하루를 보내실 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

항상 믿음과 사랑으로 함께해 주시는 보호자님들께 진심으로 감사드리며, 무더위 속에서도 건강과 행복이 가득한 7월 보내시기를 바랍니다. 감사합니다.

♣ 7월 계획 ♣

- ◇ 사회연계활동으로 구강보건교육(7월22일) 프로그램을 실시합니다.
- ◇ 프로그램: 월(노래신체), 화(인지책놀이), 수(인지활동), 목(통합인지), 금(웃음치료)
- ◇ 매일 우리 어르신들의 건강을 위해 건강체조와 신체, 인지활동 프로그램을 실시합니다.
- ◇ 아래는 우리 어르신들의 6월 프로그램 활동 사진입니다.
- ◇ 월 이용료는 07월 10일 명세서 발송 예정이며 납부일은 07월 25일까지입니다.
(부산은행:113-2012-4566-04 예금주:온누리주야간보호센터)



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.

7월 식단표

온누리 주야간보호센터

구분			1(수)	2(목)	3(금)	4(토)
중식			잡곡밥 숙갓어묵국 야채달걀찜 근대나물 건파래볶음 배추김치	백미밥 북어채미역국 마파두부 감자조림 열무나물 배추김치	잡곡밥 돈육김치찌개 고등어구이 어묵볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 냉이된장국 떡갈비조림 단배추나물 무생채 배추김치
석식			잡곡밥 콩나물국 찐만두*초간장 도토리묵야채무침 고들빼기 배추김치	백미밥 들깨우채국 메추리알조림 청경채나물 오이무침 배추김치	잡곡밥 파송송달걀국 제육볶음 양배추쌈*쌈장 다시아채무침 배추김치	백미밥 토란들깨탕 훈제오리김치볶음 가지나물 마늘쫀조림 배추김치
구분	6(월)	7(화)	8(수)	9(목)	10(금)	11(토)
중식	백미밥 시락국 제육볶음 천사채마요무침 호박볶음 배추김치	백미밥 콩나물국 함박스테이크 양배추샐러드*케요네즈 멸치볶음 배추김치	잡곡밥 들깨우채국 야채스크램블에그 어묵볶음 열무나물 배추김치	백미밥 아욱국 두부조림 미역줄기볶음 우나물 배추김치	백미밥 소고기국 생선까스*타르타르 유부맛살볶음 연근조림 배추김치	백미밥 어묵국 닭가슴살김치볶음 새송이곤약조림 콩나물무침 배추김치
석식	백미밥 소고기미역국 메밀전병구이*초간장 표고양파볶음 고춧잎무침 배추김치	백미밥 꽃게된장국 김치전 감자채볶음 오이생채 배추김치	잡곡밥 부대찌개 코다리무조림 미니새송이조림 오징어젓무침 배추김치	백미밥 북어국 돼지불고기 오이생채 도시락김 배추김치	백미밥 유부가쓰오국 달걀장조림 단호박감자샐러드 단배추나물 배추김치	백미밥 바지락된장국 달콤팔촌권튀김 꼬마연두부*양념장 근대나물 배추김치
구분	13(월)	14(화)	15(수)	16(목)	17(금)	18(토)
중식	백미밥 북어국 떡갈비야채조림 감자조림 다시아채무침 배추김치	백미밥 유부팽이장국 카레라이스 비엔나야채볶음 부추겉절이 배추김치	잡곡밥 닭개장 야채달걀찜 미니새송이조림 열무나물 배추김치	백미밥 감자달걀국 돈육김치볶음 마카로니콘샐러드 시래기된장지짐 배추김치	백미밥 시락국 고등어무조림 어묵볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 홍합살미역국 닭살메추리알조림 가지볶음 얼갈이겉절이 배추김치
석식	백미밥 시금치된장국 돼지불고기 불어묵조림 무말랭이무침 배추김치	백미밥 감자국 돈까스*소스 그린샐러드 표고양파볶음 배추김치	잡곡밥 콩나물김치국 동그랑땡조림 마늘쫀열치볶음 야채스틱*쌈장 배추김치	백미밥 육개장 두부강정 북어채오이무침 우나물 배추김치	백미밥 도토리묵사발 닭볶음탕 호박볶음 간장깻잎지 배추김치	백미밥 오징어국 야채고로케*케찹 알감자조림 공심채볶음 배추김치
구분	20(월)	21(화)	22(수)	23(목)	24(금)	25(토)
중식	백미밥 근대국 고추장불고기 오이생채 참나물무침 배추김치	백미밥 어묵국 찐만두*초간장 열무겉절이 콩나물무침 배추김치	잡곡밥 꽃게된장국 스크램블에그 양념감자튀김 다시아채무침 배추김치	백미밥 콩나물국 코다리옛장조림 도토리묵*양념장 얼갈이된장무침 배추김치	백미밥 시락국 한식잡채 호박볶음 마늘쫀조림 배추김치	백미밥 들깨우채국 야채찜닭 어묵볶음 쌈무 배추김치
석식	백미밥 소고기국 옛날소시지전*케찹 오그락지무침 미역줄기볶음 배추김치	백미밥 북어우채국 두부양념조림 미트볼조림 호박볶음 배추김치	잡곡밥 오징어국 돼지불고기 단호박꿀찜 양파장아찌 배추김치	백미밥 고추장찌개 묵은지닭찜 연근조림 고사리나물 배추김치	백미밥 조갯살미역국 돈육짜장 햄양배추볶음 콩조림 배추김치	백미밥 소고기탕국 떡갈비구이 미니새송이볶음 가지나물 배추김치
구분	27(월)	28(화)	29(수)	30(목)	31(금)	
중식	백미밥 어묵김치국 너비아니조림 감자조림 시래기된장지짐 배추김치	백미밥 콩나물국 참치두부조림 브로콜리볶음 미니새송이조림 배추김치	잡곡밥 시금치국 가자미구이 미역줄기볶음 무생채 배추김치	백미밥 북어국 제육볶음 양배추쌈*쌈장 우엉조림 배추김치	백미밥 소고기미역국 스크램블에그 들깨콩나물찜 열무나물 배추김치	
석식	백미밥 순두부맑은국 달걀말이 실곤약야채무침 오징어젓갈무침 배추김치	백미밥 유부팽이장국 돈채가지볶음 오이생채 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥 감자옹심이국 봉추찜닭 표고양파볶음 부추겉절이 배추김치	백미밥 어묵국 동그랑땡전*케찹 청포묵김무침 단배추나물 배추김치	백미밥 돈육김치찌개 왕만두*초간장 단호박감자샐러드 건파래볶음 배추김치	

♣ 위 상기의 메뉴는 물류사정에 따라 변경될 수 있습니다.

♣ 언제나 맛있고 정성이 담긴 음식을 제공하도록 노력하겠습니다.

♣ 농산물품질관리법에 의한 식재료 원산지 표시 : 쇠고기(호주산), 돼지고기(국내산, 미국산), 닭고기(국내산), 오리고기(중국산), 쌀(국내산), 김치(중국산), 고추가루(중국산), 두부(콩-외국산), 고등어(국내산), 명태(러시아산), 낙지(베트남산), 오징어(페루산, 중국산), 꽃게(중국산), 새우(중국산), 바지락(중국산)