

사랑합니다~♥ 온누리 주야간보호센터 대표 “장혜자” 입니다. 어느덧 무더웠던 여름이 지나고, 아침저녁으로 선선한 바람이 불어오는 풍요로운 9월을 맞이하였습니다. 센터에서는 환절기를 맞아 어르신들의 건강 상태와 일교차에 더욱 세심한 관심을 기울이며, 규칙적인 식사와 적절한 신체활동을 통해 건강하고 활기찬 일상을 보내실 수 있도록 정성을 다하고 있습니다. 다가오는 추석 명절에는 사랑하는 가족과 따뜻한 정을 나누시고, 밝은 보름달처럼 웃음과 행복이 가득한 풍성한 한가위 보내시길 바랍니다. 언제나 온누리 주야간보호센터를 믿고 함께해 주시는 보호자 여러분께 깊이 감사드리며, 높고 푸른 하늘과 조금씩 익어가는 가을의 풍경처럼 보호자님 가정에도 건강과 행복이 풍성하게 채워지기를 진심으로 기원합니다. 감사합니다. ♥

♣ 9월 계획 ♣

- ◇ 추석 연휴 9월 25일 ~ 26일 센터 휴무일입니다.
- ◇ 사회연계활동으로 순가락난타봉사단에서 9월 29일(화/오후2시) 초청공연 예정입니다.
- ◇ 센터의 부득이한 사정으로 인해 8월 31일 예정이었던 7,8월 생신잔치를 9월 4일로 연기하여 진행합니다.
- ◇ 프로그램: 월(노래신체), 화(인지책놀이), 수(인지활동), 목(통합인지), 금(웃음치료)
- ◇ 매일 우리 어르신들의 건강을 위해 건강체조와 신체, 인지활동 프로그램을 실시합니다.
- ◇ 아래는 우리 어르신들의 8월 프로그램 활동 사진입니다.
- ◇ 월 이용료는 09월 10일 명세서 발송 예정이며 납부일은 09월 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.

온누리 주야간 보호 서비스 9월 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
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
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	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
첫 째 주	날 짜		1	2	3	4	5
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조					
	11:00~12:00		인지책놀이	달력만들기	통합인지	웃음치료	색칠하기
	14:00~15:00		탁구공 굴린 게임	외오리공	신분지 발로 당기기	생신인지 선긋기	펜가놀이
둘 째 주	날 짜	7	8	9	10	11	12
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조					
	11:00~12:00	제철음식	인지책놀이	가을리스	통합인지	웃음치료	만다라 색칠하기
	14:00~15:00	노래신체	야구놀이	탁구공 계란판 넣기	농구게임	따라쓰기	콩주머니 발차기
셋 째 주	날 짜	14	15	16	17	18	19
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조					
	11:00~12:00	규칙인지 활동	인지책놀이	속담공부	통합인지	웃음치료	동화 색칠하기
	14:00~15:00	쓰레기 버리기	골프놀이	노래신체	볼링놀이	숫자인지 놀이	비석치기
넷 째 주	날 짜	21	22	23	24	25	26
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조					
	11:00~12:00	가을이 왔어요	웃음치료	마트장보기	오리고 붙이기		
	14:00~15:00	노래신체	그림퍼즐	테이블축구	윷놀이		
다 섯 째 주	날 짜	28	29	30			
	09:00~11:00	기초 건강체크, 임뇌체조/치매예방체조					
	11:00~12:00	빙고게임	인지책놀이	통합인지			
	14:00~15:00	노래신체	손가락난타 공연단	색팔공 분류하기			

9월 식단표

온누리주야간보호센터

구분		1(화)	2(수)	3(목)	4(금)	5(토)		
중식		백미밥 콩나물김치국 닭가슴살야채볶음 두부구이 부추양파무침 배추김치	잡곡밥 홍합살미역국 메추리알조림 표고양파볶음 단무지무침 배추김치	백미밥 순두부찌개 고추잡채*꽃빵 비엔나야채볶음 아삭고추된장무침 배추김치	백미밥 애호박새우전국 제육볶음 상추쌈*쌈장 숙주나물 배추김치	백미밥 육개장 달걀장조림 감자채볶음 참나물무침 배추김치		
	석식	백미밥 소고기국 고등어우조림 계란찜 청경채무침 배추김치	잡곡밥 부대찌개 파채불고기 어묵볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 들깨우채국 교자만두튀김*조미간장 건파래볶음 마늘쫄조림 배추김치	백미밥 유부가쓰오국 한식잡채 강낭콩조림 오이생채 배추김치	백미밥 황태미역국 삼색피망미트볼조림 도토리묵야채무침 가지나물 배추김치		
		구분	7(월)	8(화)	9(수)	10(목)	11(금)	12(토)
		중식	백미밥 조개살탕국 돈육김치볶음 흑임자연근조림 단배추나물 배추김치	백미밥 배추국 메밀전병구이*초간장 호박볶음 다시마채무침 배추김치	잡곡밥 시금치국 순대야채볶음 어묵근약조림 마늘쫄락교무침 배추김치	백미밥 버섯들깨탕 돈채야채볶음 감자조림 청도목감무침 배추김치	백미밥 닭개장 코다리우조림 미니새송이볶음 병아리콩조림 배추김치	백미밥 고추장찌개 갈비만두*초간장 숙갓두부무침 느타리양파볶음 배추김치
			석식	백미밥 근대국 고구마맛탕 양념깻잎지 맛살브로콜리볶음 배추김치	백미밥 파송송달걀국 훈제오리야채볶음 마파두부 가지나물 배추김치	잡곡밥 오징어국 치킨샐러드*소스 유부맛살볶음 고들빼기무침 배추김치	백미밥 꽃게된장국 삼치구이 미트볼조림 멸치볶음 배추김치	백미밥 콩나물국 돼지불고기 단호박감자샐러드 근대나물 배추김치
구분				14(월)	15(화)	16(수)	17(목)	18(금)
중식	백미밥 유채국 고기산적조림 메추리알조림 꼬시래기무침 배추김치			백미밥 조갯살미역국 제육볶음 양배추샐러드*키위D 얼갈이된장무침 배추김치	잡곡밥 소고기무국 찜만두*초간장 시래기된장지짐 연근조림 배추김치	백미밥 아육국 탕수육 도라지생채 시금치나물 배추김치	백미밥 돼지고기김치찌개 동그랑땡조림 마늘쫄멸치볶음 야채스틱*쌈장 배추김치	백미밥 토란국 적어구이 마카로니콘샐러드 브로콜리숙회*초고추장 배추김치
	석식			백미밥 맑은우채국 옛날소시지전*케첩 부들어묵볶음 열무나물 배추김치	백미밥 유부가쓰오국 치킨너겟*머스타드 쫄면야채무침 비빔나물 배추김치	잡곡밥 두부김치국 카레라이스 청경채나물 숙주나물 배추김치	백미밥 복어국 온두부&양념장 천사채마요무침 오그락지무침 배추김치	백미밥 어묵국 스크램블에그 들깨콩나물찜 참나물무침 배추김치
		구분		21(월)	22(화)	23(수)	24(목)	25(금)
		중식	백미밥 들깨버섯국 해물까스*와사비마요 우영조림 단배추나물 배추김치	백미밥 어묵국 코다리강정 메추리알조림 깻잎순볶음 배추김치	잡곡밥 콩비지찌개 돈육짜장 단호박찜*시럽 마늘쫄고추장무침 배추김치	백미밥 육개장 야채달걀찜 어묵볶음 오이무침 배추김치	추 석 연 휴	
			석식	백미밥 된장찌개 돼지불고기 감자조림 다시마채무침 배추김치	백미밥 감자국 비엔나소세지볶음 간장깻잎지 콩나물겨자냉채 배추김치	잡곡밥 조갯살미역국 맛동산탕수육 실곤약야채무침 고사리나물 배추김치		
구분				28(월)	29(화)	30(수)		
중식	백미밥 두부새우전국 너비아니구이 청피망맛살볶음 무생채 배추김치			백미밥 홍합살미역국 야채찜닭 미니새송이볶음 부추겉절이 배추김치	잡곡밥 꽃게된장국 사모사튀김 표고양파볶음 열무겉절이 배추김치			
	석식			백미밥 시금치국 베이컨달걀볶음 단호박감자샐러드 가지나물 배추김치	백미밥 콩나물김치국 두반장두부조림 햄파프리카볶음 단무지무침 배추김치	잡곡밥 도토리묵채국 제육볶음 양배추샐러드*케요네즈 마늘쫄락교무침 배추김치		

♣ 위 상기된 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)