㈜솔숲노인복지센터 소식지

2026년 4월호

주야간보호, 방문요양, 방문목욕, 방문간호

알록달록하고 화사한 봄꽃과 파릇한
봄 내음이 가득한 4월,
향기도 모양도 다양한 봄꽃처럼
알록달록 수만 가지의 행복과
행운이 가득한 한 달을 보내시길
바랍니다.

♡ 공지 사항 ♡

- ♣ 4월 14일: 생신 잔치 (우리소리재능 봉사단)
  신*순어르신,심*수어르신,박*택어르신 김*남어르신
- ♣ 4월 28일: 성냥박물관 견학
- ♣ 직원인권보호지침 연명의료결정제도 안내
- ♣ 토요일은 차량 시간이 조정될 수 있습니다.
  이점 양해 바랍니다.
- ♣ 궁금한 사항 있으시면 언제든 연락 주십시오.
- ♣ 첨부 : 4월 프로그램 일정표. 4월 식단표.
  4월 차량운행표.

3월 주간보호센터 활동 사진

태극기 휘날리며

따끈한 침질방

실감기

쑥떡쑥떡

㈜솔숲노인복지센터 032-777-8868

4월 프로그램 계획표 2026

요일	일	월	화	수	목	금	토
일자				1	2	3	4
오전				내마음 직진 (인지수)	사랑의 아름표를 붙여요 (소리꽃)	추억의 미용실 (오감나무)	고무신 던지기 (생활체육)
오후				건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조
				낱말 맞추기 (언어,사고력향상)	숫자 이어가기 (계산,논리력향상)	도형 맞추기 (시각적,공간지각강화)	노래 교실 (신체,인지)
일자	5	6	7	8	9	10	11
오전		전통 부채춤 (아트별)	필라테스 운동 (신체활동)	귀로 보는 내 몸 건강 (인지수)	최진사댁 셋째 딸 (소리꽃)	봄에 만나는 아가씨 (오감나무)	볼링 놀이 (생활체육)
오후		건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조
		국가이름맞추기 (기억력향상)	그림자 찾기 (주의력,집중력강화)	그림 맞추기 (언어,사고력향상)	시계 보기 (계산,논리력향상)	블록 건물세우기 (시각적,공간지각강화)	풍선 배드민턴 (신체,인지)
일자	12	13	14	15	16	17	18
오전		물속 안의 잉어 (아트별)	생신잔치 (사회지지)	봄 처녀 제오시네 (인지수)	봄을 찾아오는 길목 (소리꽃)	콩나물 키우던 그 시절 (오감나무)	오재미 던지기 (생활체육)
오후		건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조
		초성음 단어 찾기 (기억력향상)	색깔 공부 (주의력,집중력강화)	속담 (언어,사고력향상)	패턴 찾기 (계산,논리력향상)	사각 베이직 (시각적,공간지각강화)	탁구공 옮기기 (신체,인지)
일자	19	20	21	22	23	24	25
오전		들녘의 야생화 (아트별)	필라테스 운동 (신체활동)	365일 건강 달력 (인지수)	마음 약해서 찾지 못했네 (소리꽃)	동춘서커스단 (오감나무)	공기 놀이 (생활체육)
오후		건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조
		계절에 맞는거 찾기 (기억력향상)	걱정 인형 (주의력,집중력강화)	보물 상자 만들기 (언어,사고력향상)	10되는 숫자 찾기 (계산,논리력향상)	가면 만들기 (시각적,공간지각강화)	노래 장단 맞추기 (신체,인지)
일자	26	27	28	29	30		
오전		선인장 (아트별)	성냥박물관견학 (사회적응)	필라테스 운동 (신체활동)	필라테스 운동 (신체활동)		
오후		건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조	건강증진/걷기운동	건강증진/실버체조		
		용도에 맞는 물건 찾기 (기억력향상)	달력 만들기 (주의력,집중력강화)	칠교놀이 (언어,사고력향상)	컵 쌓기 (계산,논리력향상)		

※ 신체 및 인지 프로그램 : 주 3회이상 . ※건강증진/목욕 : 재활(기능회복훈련)/안마의자/반신욕기/ 온열찜질기/목욕서비스. ※ 상기 일정은 센터 사정에 따라 변경 될수 있습니다.

인천동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

2026년 4월 1주 식단표

노인_표준식

솔숲노인복지센터

구분				1일(수요일)	2일(목요일)	3일(금요일)	4일(토요일)
아침				백미밥 콩가루배추국 돈육메알장조림 사각어묵볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 황태채뭇국 소고기숙주볶음 쑥갓두부무침 김구이 배추김치	백미밥 근대된장국 닭살굴소스조림 느타리버섯볶음 취나물무침 배추김치	백미밥 바지락살맑은국 두부양념조림 비엔나소시지볶음 방풍나물무침 배추김치
점심				잡곡밥 콩나물국 낙지채소볶음 청포묵무침 머위대나물 배추김치	잡곡밥 양송이크림스프 돈까스/소스 브로콜리맛살볶음 양상추샐러드 깍두기	잡곡밥 돈육김치찌개 가자미카레구이 무른연근조림 청경채무침 깍두기	잡곡밥 우거지된장국 쇠고기버섯볶음 고사리나물 상추겉절이 배추김치
저녁				백미밥 닭곰탕 삼치무조림 애호박전 미나리무침 깍두기	백미밥 소고기미역국 훈제오리채소무침 팽이파프리카볶음 무생채 배추김치	백미밥 달걀팟국 돈육짜장볶음 천사채무침 시금치나물 배추김치	백미밥 돈육콩비지찌개 적어구이 감자조림 숙주나물 깍두기
오전간식				저지방우유	바나나	미숫가루	떠먹는요구르트
저녁간식				쌀튀밥	삶은달걀	호밀빵	사과
에너지/단백질				1936.5/93.1	1917.9/84.2	1995.8/87.2	1818.9/74.7

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	배추김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	꽃게	콩 (두부,순두부,콩비지)	전복	명태	오징어	고등어	다랑어 (참치등)
	산	배추:산 고춧가루:산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산

※센터 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※백미밥은 잡곡밥으로 변경가능 합니다

※배추김치는 김치류로 변경가능 합니다

인천동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

2026년 4월 2주 식단표

노인_표준식

솔숲노인복지센터

구분	5일(일요일)/ 청명	6일(월요일)/ 한식	7일(화요일)	8일(수요일)	9일(목요일)	10일(금요일)	11일(토요일)
아침	백미밥 쇠고기뭇국 채소달걀말이 쑥갓두부무침 오이무침 배추김치	백미밥 두부새우젓국 닭살채소무침 시래기지짐 오복지무침 배추김치	백미밥 건새우미역국 미트볼토마토소스조림 컬리플라워볶음 톳두부무침 배추김치	백미밥 시금치된장국 쇠고기장조림 죽순채피망볶음 건파래자반 배추김치	백미밥 부추달걀국 임연수양념찜 감자볶음 방풍나물무침 배추김치	백미밥 애호박맑은국 참치김치볶음 온두부찜 머위대나물 깍두기	백미밥 근대된장국 닭살채소무침 곤약무조림 브로콜리숙회 배추김치
점심	잡곡밥 순살감자탕 순대부추찜 코우슬로 아삭이고추된장무침 깍두기	잡곡밥 아욱된장국 코다리양념찜 맛살팽이버섯전 세발나물무침 배추김치	잡곡밥 쑥갓어묵국 돈육간장불고기 양배추찜/쌈장 애호박나물 배추김치	돈육카레라이스 우동국물 채소고로케 치커리무침 깍두기	잡곡밥 해물순두부백탕 쇠고기단호박조림 미역줄기볶음 마늘쫑무침 배추김치	잡곡밥 닭개장 삼치구이 어향가지볶음 취나물무침 배추김치	잡곡밥1/2 유부우동 찐만두/양념장 과일샐러드 배추김치
저녁	백미밥 두부된장국 오징어볶음 콩나물무침 양념깻잎지 배추김치	백미밥 달걀팟국 돈맥적구이 무른우엉채조림 참나물무침 배추김치	백미밥 육개장 고갈비구이 도토리묵*양념 봄동나물무침 깍두기	백미밥 콩나물국 닭살고구마조림 연근흑임자소스무침 청경채겉절이 배추김치	백미밥 버섯들깨탕 훈제오리구이/머스타드S 실곤약채소무침 고사리나물 배추김치	백미밥 청국장찌개 돈사태찜 진미채볶음 숙주나물 배추김치	백미밥 홍합살맑은국 마파두부 새송이베이컨볶음 얼갈이겉절이 깍두기
오전간식	떠먹는요구르트	대추방울토마토	저염치즈	사과	무가당두유	오렌지	아몬드우유
저녁간식	약밥&둥글레차	쑥떡&보리차	통밀쿠키	찐고구마	증편&보리차	찰보리빵	두부스낵
에너지/단백질	1830.5/89.8	1862.8/108.6	1964.8/82	1966.6/76.9	1837.6/76.6	1900.8/85	1862.4/73.8

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	배추김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	꽃게	콩 (두부,순두부,콩비지)	전복	명태	오징어	고등어	다랑어 (참치등)
	산	배추:산 고춧가루:산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산

※센터 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※백미밥은 잡곡밥으로 변경가능 합니다

※배추김치는 김치류로 변경가능 합니다

인천동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

2026년 4월 3주 식단표

노인_표준식

솔숲노인복지센터

구분	12일(일요일)	13일(월요일)	14일(화요일)	15일(수요일)	16일(목요일)	17일(금요일)	18일(토요일)
아침	백미밥 감자양팟국 섭산적 건새우마늘종볶음 비름나물 배추김치	백미밥 콩나물김칫국 두부양념조림 토마토달걀볶음 청경채나물 깍두기	백미밥 열무된장국 가자미구이 알감자조림 도라지무침 배추김치	백미밥 북엇국 채소달걀찜 가지볶음 머위대나물 배추김치	백미밥 시금치된장국 오징어숙회/초간장 메추리알곤약조림 김가루쪽파무침 배추김치	백미밥 달걀팟국 돈장조림 그린빈스새우살볶음 숙주나물 배추김치	백미밥 애호박맑은국 새우살채소볶음 부들어묵조림 쑥갓나물 배추김치
점심	잡곡밥 쇠고기우거짓국 고등어무조림 맛살팽이버섯볶음 컬리플라워숙회 배추김치	잡곡밥 호박된장국 쇠고기불고기 양배추쌈/쌈장 미나리무생채 배추김치	잡곡밥 달걀탕 돈육김치볶음 연두부찜/양념장 애호박나물 깍두기	봄동비빔밥 *달걀후라이 두부된장국 언양식바싹불고기 과일샐러드 깍두기	잡곡밥 육개장 채소달걀말이 팽이버섯피망볶음 방풍나물무침 배추김치	잡곡밥 우렁강된장찌개 단호박해물찜 올방개묵무침 얼갈이겉절이 깍두기	잡곡밥 사골곰탕 두부강정 궁채들깨찜 다시마초무침 배추김치
저녁	백미밥 아욱된장국 닭볶음탕 탕평채 오이양파무침 배추김치	백미밥 콩비지찌개 순대채소볶음 건파래자반 무나물 배추김치	백미밥 홍합살미역국 닭살양배추조림 느타리버섯볶음 부추양파무침 배추김치	백미밥1/2 물만둣국 고추잡채/꽃빵 게살미역무침 상추겉절이 깍두기	백미밥 맑은닭살국 동태엿장조림 맛살브로콜리볶음 비름나물 배추김치	백미밥 맑은순두부국 춘천닭갈비 감자채카레볶음 치커리양파무침 배추김치	백미밥 시래기된장국 돈삼겹수육 알배기배추/쌈장 무말랭이무침 배추김치
오전간식	저지방우유	바나나	미숫가루	씨없는포도	떠먹는요구르트	귀리우유	저염치즈
저녁간식	바람떡&보리차	쌀튀밥	사과	호밀빵	대추방울토마토	삶은달걀	카스테라
에너지/단백질	1809.6/83.3	1834.2/62.5	1875.6/84.2	1995/79.4	2061.7/96.9	1950/98.5	2012.9/96

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	배추김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	꽃게	콩 (두부,순두부,콩비지)	전복	명태	오징어	고등어	다랑어 (참치등)
	산	배추:산 고춧가루:산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산

※센터 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※백미밥은 잡곡밥으로 변경가능 합니다

※배추김치는 김치류로 변경가능 합니다

인천동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

2026년 4월 4주 식단표

노인_표준식

솔숲노인복지센터

구분	19일(일요일)	20일(월요일)/ 곡우	21일(화요일)	22일(수요일)	23일(목요일)	24일(금요일)	25일(토요일)
아침	백미밥 다시마무챗국 소고기우엉볶음 연두부/양념장 청경채나물 배추김치	백미밥 바지락맑은국 닭살굴소스볶음 쥐어채무침 건파래자반 배추김치	백미밥 배추된장국 임연수 양념찜 햄감자볶음 치커리겉절이 깍두기	백미밥 순두부백탕 쇠고기메추리알조림 진미채볶음 무생채 배추김치	백미밥 부추달걀국 볼어묵조림 죽순채피망볶음 머위대나물 배추김치	백미밥 쇠고기미역국 두부양념조림 마늘종볶음 고사리나물 배추김치	백미밥 홍합살무국 섭산적구이 토마토달걀볶음 오이나물 배추김치
점심	잡곡밥 닭곰탕 해물부추전 오이무침 깍두기 요구르트	잡곡밥 버섯들깨국 간장제육볶음 청포묵무침 부추무침 깍두기	잡곡밥 쇠고기샤브국 돈민찌두부조림 단호박범벅 취나물무침 깍두기	김치볶음밥 유부장국 치킨너겟/머스타드 꽃맛살샐러드 깍두기 사과주스	잡곡밥 맑은대구탕 돈채피망볶음 새송이버섯조림 톳두부무침 깍두기	잡곡밥 청국장찌개 소고기숙주찜 맛살미역볶음 상추무침 배추김치	잡곡밥2/3 감자수제비국 삼치데리야끼구이 우엉채볶음 아삭이고추된장무침 배추김치
저녁	백미밥 콩나물국 오리주물럭 천사채샐러드 부추무침 배추김치	백미밥 돈육김칫국 새우살굴소스조림 브로콜리달걀볶음 열무된장나물 배추김치	백미밥 콩가루미역국 돈육폭찹 애호박나물 참나물무침 배추김치	백미밥 버섯당면국 고등어양념구이 감자조림 돌나물유자청무침 깍두기	백미밥 시금치된장국 오징어볶음 무른연근조림 콩나물삼색채 배추김치	잡곡밥 참치김치국 채소달걀찜 가지볶음 김구이 깍두기	백미밥 건새우아욱국 돈육장조림 느타리버섯무침 양념깻잎지 배추김치
오전간식	무가당두유	배	아몬드우유	대추방울토마토	저염치즈	사과	저지방우유
저녁간식	바나나	카사바칩&녹차	찐고구마	통밀쿠키	증편&보리차	찰보리빵	삶은달걀
에너지/단백질	1890.7/76.8	1847.3/85.4	1894.3/80.7	1915.3/86.6	1949.2/86.3	1853.3/73.6	1829/105

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	배추김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	꽃게	콩 (두부,순두부,콩비지)	전복	명태	오징어	고등어	다랑어 (참치등)
	산	배추:산 고춧가루:산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산

※센터 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※백미밥은 잡곡밥으로 변경가능 합니다 ※배추김치는 김치류로 변경가능 합니다

인천동구 어린이·사회복지급식관리지원센터 Center for Children's and Social Welfare Foodservice Management

영양팀

2026년 4월 5주 식단표

노인_표준식

솔숲노인복지센터

구분	26일(일요일)	27일(월요일)	28일(화요일)	29일(수요일)	30일(목요일)		
아침	백미밥 황태콩나물국 닭살장조림 밥새우볶음 참나물무침 배추김치	백미밥 버섯맑은국 참치채소볶음 감자조림 고구마순무침 배추김치	백미밥 두부새우젓국 소고기당면볶음 도라지무침 깻잎순나물 배추김치	백미밥 소고기미역국 가자미양념찜 건새우마늘종볶음 시래기나물 배추김치	백미밥 콩나물국 닭살버섯조림 그린빈스볶음 두부쑥갓무침 깍두기		<절기메뉴> 청명(약밥) 곡우(우전차) 한식(쑥떡, 화전) <생일잔치> 잡곡밥 가자미미역국 돼지갈비찜 한식잡채 시금치나물 배추김치/귤 *생일잔치용 식단은 원하는 일자에 해당 식단으로 변경하여 사용 가능합니다
점심	잡곡밥 봄동된장국 쇠고기느타리볶음 꽈리고추양념찜 청경채무침 깍두기	잡곡밥 부대찌개 돈사태떡찜 올방개묵흑임자무침 치커리겉절이 배추김치	잡곡밥 설렁탕*소면 메밀전병 새우살애호박볶음 열무된장나물 배추김치	버섯영양밥 쑥된장국 돈맥적구이 마카로니샐러드 김구이 배추김치	잡곡밥 두부된장국 돈육파채불고기 실곤약채소무침 애호박나물 배추김치		
저녁	백미밥 순두부찌개 치즈달걀말이 맛살곤약조림 시금치나물 배추김치	백미밥 근대된장국 주꾸미삼겹살볶음 상추쌈/쌈장 콩나물무침 깍두기	백미밥 아욱된장국 닭볶음탕 무른우엉채조림 브로콜리숙회 배추김치	백미밥 꽃게탕 비엔나케찹조림 고사리볶음 브로콜리무침 깍두기	벡미밥 감자양팟국 코다리강정 궁채들깨볶음 가지나물 배추김치		
오전간식	미숫가루	바나나	떠먹는요구르트	귀리우유	저염치즈		
저녁간식	바람떡&보리차	쌀튀밥	약밥&둥글레차	호밀빵	찐고구마		
에너지/단백질	1951.7/90.6	1898.6/81.4	1882.9/85	1973.7/89.5	1975.4/96.6		

원산지 표시	쌀 (밥,죽,누룽지)	배추김치	쇠고기	돼지고기	닭고기	꽃게	콩 (두부,순두부,콩비지)	전복	명태	오징어	고등어	다랑어 (참치등)
	산	배추:산 고춧가루:산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산

※센터 식단은 식자재 수급 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

※백미밥은 잡곡밥으로 변경가능 합니다

※배추김치는 김치류로 변경가능 합니다.

서로 배려하고 존중하는
따뜻한 돌봄

어르신과 가족, 장기요양요원이 함께 만들어 갑니다.

폭언

인격을 비하하는 호칭을
사용하지 않겠습니다.

성희롱·추행

불필요한 과도한 신체접촉, 성적 농담 등
성희롱(폭력)을 하지 않습니다.

공포심 유발

반말, 욕설, 폭력 등 인격을 무시하고
인권을 침해하는 행위는 하지 않습니다.

존중하는 마음

서로 배려하고 존중하며
존칭과 경어를 사용하겠습니다.

"인생의 마지막 순간,
당신의 선택을 존중합니다."

연명의료결정제도

존엄한 삶의 마무리

연명의료계획서

■ 연명의료계획서란?

말기 또는 임종과정에 있는 환자가 본인의 연명의료의 유보 또는 중단에 관한 의사를 남겨놓는 것입니다.

연명의료결정제도란?

임종과정에 있는 환자의 의사를 존중하여
치료의 효과 없이 생명만 연장하는 의학적 시술(연명의료)을 유보(시행하지 않는 것)하거나, 중단(시행하는 것을 멈추는 것)할 수 있는 제도입니다. (2018. 2. 4. 「연명의료결정법」 시행)

■ 연명의료중단 항목

심폐소생술

혈액 투석

항암제 투여

인공호흡기 착용

체외생명유지술

수혈

혈압상승제 투여

기타

※ 연명의료계획서 작성 방법은?

말기 또는 임종과정에 있는 환자가 되었을 때 **의료기관윤리위원회가 설치·등록된 의료기관**에서 담당의사와 함께 작성할 수 있습니다.

2026년 4월 차량운행표

오전

1. 1호차 1차 센터출발⇒08:10이경자⇒08:12최봉연⇒08:15박수경⇒08:20박승택
⇒08:23장호영⇒08:25민춘배⇒센터도착
2차 센터출발⇒08:45김순자⇒08:50신건길⇒08:55강정희⇒09:00김순임
⇒09:05김정자⇒09:10신향식⇒센터도착
2. 2호차 1차 센터출발⇒07:15이영옥⇒07:20정환섭⇒07:30이봉금⇒센터도착
2차 센터출발⇒08:00정광신⇒08:10백숙자⇒08:15이석자⇒센터도착
3. 3호차 1차 센터출발⇒08:25심덕수⇒08:30윤태분⇒센터도착
2차 센터출발⇒09:00이금초 ⇒센터도착
4. 4호차 1차센터출발⇒08:15박간난⇒08:20박승열⇒08:30남영숙⇒08:40김말남
⇒08:45김정남⇒센터도착
5. 5호차 1차센터출발⇒08:20이정순⇒08:25정길자⇒08:30이희자⇒센터도착
2차 센터출발⇒08:45임정자⇒08:50송경자⇒08:55김계순⇒센터도착
6. 6호차 1차 센터출발⇒08:40노영종⇒08:50오부녀⇒09:05신경순⇒센터도착

오후

1. 1호차 1차 센터출발⇒16:15이경자⇒16:18최봉연⇒16:23박수경⇒16:28박승택
⇒16:30민춘배⇒센터도착
2차 센터출발⇒16:50김순자⇒16:55신건길⇒17:00강정희⇒17:05김순임
⇒17:10:김정자⇒17:15신향식⇒센터도착
2. 2호차 1차 센터출발⇒16:10정광신⇒16:20백숙자⇒16:30심덕수⇒센터도착
2차 센터출발⇒17:05이금초⇒17:10이희자⇒17:15장호영⇒17:25정환섭
⇒센터도착
3. 3호차 1차 센터출발⇒16:25박승열⇒16:30박간난⇒센터도착
2차센터출발⇒17:05김계순⇒17:15이석자⇒17:30이영옥⇒17:40이봉금
⇒센터도착
5. 5호차 1차 센터출발⇒16:50송경자⇒16:53임정자⇒17:03남영숙⇒17:06김말남
⇒17:10김정남⇒센터도착
6. 6호차 1차 센터출발⇒16:25이정순⇒16:30정길자⇒16:35윤태분⇒센터도착
2차 센터출발⇒16:55노영종⇒17:05오부녀⇒17:15신경순⇒센터도착

※ 주의 사항 : 치매. 문제행동이 있는 어르신의 경우에는 탑승 전, 하차 이후 어르신이 배회하거나 집을 찾지 못하는 일이 없도록 보호자에게 반드시 인계하도록 한다.

※ 상기 일정은 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

㈜솔숲노인복지센터