

2026년 10월 가정통신문

안녕하세요, 섬김노인주간보호센터입니다.

풍요로운 결실의 계절, 10월이 찾아왔습니다. 아침저녁으로 선선한 바람이 불고 일교차가 커지는 시기인 만큼 어르신들의 건강과 안전에 더욱 세심한 관심이 필요한 때입니다.

센터에서는 어르신들이 건강하고 즐거운 일상을 보내실 수 있도록 건강상태와 생활 모습을 꼼꼼하게 살피고, 신체활동과 인지활동, 정서지원 및 다양한 프로그램을 통해 활기찬 생활을 하실 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

10월 건강관리 안내

일교차가 큰 날씨에 감기 등 호흡기 질환에 유의할 수 있도록 건강상태를 세심하게 확인하겠습니다.

충분한 수분 섭취와 규칙적인 식사를 통해 건강을 유지할 수 있도록 지원하겠습니다.

어르신의 신체 상태에 맞는 가벼운 운동과 스트레칭을 실시하여 신체기능 유지에 도움을 드리겠습니다.

보행이 불편하거나 낙상 위험이 있는 어르신은 이동 시 안전에 각별히 유의하겠습니다.

개인위생과 청결 상태를 지속적으로 확인하고 쾌적한 생활을 하실 수 있도록 돕겠습니다.

어르신의 건강 및 인지상태에 변화가 있을 경우 보호자님께 신속하게 안내드리겠습니다.

[신체·인지 외부 프로그램]

* 매주 월요일: 인지 음악

* 매주 화요일: 언어 미술

* 매주 수요일: 뇌 훈련

* 매주 금요일: 레크레조

[주요 일정]

* 10월 26일(월) 10시: 이미용 서비스

* 10월 27일(화): 북구 문화원 공연 관람

* 매주 목요일: 종교 활동

(위 일정은 당일 상황에 따라 변경되거나 취소될 수 있습니다.)

* 10월 중 센터 실내외 전체 방역을 완료하였습니다.

[기타 안내]

- * 본인 부담금 입금 시 정확한 확인을 위해 어르신 성함으로 입금해 주시기 바랍니다.
- * 매주 목요일은 목욕하는 날입니다. 각 가정에서는 어르신께서 속옷과 겉옷을 갈아입으실 수 있도록 챙겨 주시기 바랍니다.
- * 당일 송영이 어려우실 경우 문자나 전화로 미리 연락해 주십시오.
- * 도로 상황이나 어르신들의 승하차 상황에 따라 송영 시간이 다소 늦어질 수 있습니다. 너른 양해 부탁드립니다.



9월 생신을 맞으신 어르신들을 위해 생신잔치를 진행하였습니다. 생신을 맞으신 어르신께 축하 인사를 전하고, 참석한 어르신들과 함께 생신 축하 노래를 부르며 즐거운 시간을 보내셨습니다.



다양한 색상의 한지를 준비해 드리고, 한지 조각을 이용하여 조각보자기 모양의 작품을 꾸며보는 활동을 진행하였습니다. 여러 가지 색과 모양의 한지를 자유롭게 선택하고 붙여 보면서 손의 소근육을 자극하고, 자신만의 방식으로 작품을 완성할 수 있도록 지원하였습니다.



수교구를 조작하고 비교·분류하는 과정에서 수를 세고 수량을 확인하는 능력이 향상되었으며, 활동에 적극적으로 참여하면서 수학적 사고력과 문제해결 능력을 기를 수 있었습니다.



꽃무릇이 피어 있는 자연환경을 직접 둘러보며 계절의 변화를 느끼고 자연의 아름다움을 경험하는 시간을 가졌습니다.

