

2022년 05월 가정통신문

따뜻한 5월입니다.

봄기운의 따뜻한 기운과 따뜻한 마음으로

다가오는 봄을 맞이했으면 합니다.

항상 건강 유의하시고 행복하세요. ^^

장기요양서비스(주간보호) 상담 및 이용자 모집

치매, 중풍, 파킨슨 등 노인성질환으로 일상생활을 혼자 수행하기 어려운 어르신을 아침에 본인의 집에서 센터차량으로 모셔와 물리치료, 치매관리프로그램과 다양한 프로그램 제공 후 저녁에 본인의 집으로 모셔다 드립니다.

모집대상
- 65세 전후 중풍, 치매 등 노인성 질환으로 인해 거동이 불편하신 어르신
- 장기요양등급 1~5등급, 인지등급 받으신 어르신
- (요양등급 신청/보험공단에 접수 대행)

서비스 내용
일상생활지원, 급식서비스, 간호서비스(병원동행서비스의)
재활운동, 인지프로그램, 치매예방프로그램
신체프로그램, 특별활동(아외나들이) 등

■ 센터운영시간: 08:00~20:00(매일, 일요일 운영), 연중 무휴 운영
■ 순천 전 지역 차량 운행.
■ 재능 기부 자원봉사자 모집
■ 상담 전화: 061.746-8552

맑은미소노인복지센터
순천시 제일대학길 12 (제일대학교 앞)

【5월 주요행사및 프로그램】

- ▶ 월요일 : 수목화&토탈공예 강좌
▶ 화요일 : 실버노래교실 강좌
▶ 목요일 : 한방진료가는날,치매예방웃음치료교실강좌
▶ 금요일 : 재활노인요가교실 강좌
▶ 화,수,금요일 : 어르신목욕하시는 날
▶ 12일 : 이.미용봉사
▶ 21일 : 가족지지프로그램이
(PM 2:00)에 있습니다.
▶ 이달의 생신어르신: 박상엽어르신
※인지/신체프로그램은 매일 진행됩니다.
(생신잔치 특별한 날짜 원하시는 분은 미리 연락바랍니다)

자
체
프
로
그
램

신체활동(족욕)



실외산책



요리활동(밥도그만들기)



원예활동(꽃모종심기)

《 4월 소식안내 》

- ☞ 5월 5일 어린이날 정상운영합니다.
- ☞ 코로나 4차 예방접종을 어르신 대상으로 실시할 예정으로 안내문 발송합니다.
- ☞ 코로나19로 중단되었던 외부강사 프로그램이 운영됩니다.
- ☞ 코로나 선제검사 : 어르신 주 1회, 종사자 주2회 실시(중앙방역대응에 따라 변경됨)
입소자는 매주 월요일에 신속항원검사를 실시합니다.
- ☞ 송영 시간은 도로사정과 어르신의 출석 여부에 따라 변경될 수 있습니다.
- ❁ 주간보호 어르신 모집안내 ❁
- 입소자 어르신을 모집하고 있습니다. 주변에 일상생활을 혼자 수행하기 어려운 어르신을 알고 계신다면 센터에 문의주세요.
- 04월 간식 후원해주신 분들께 감사합니다.
(황0숙: 커피1박스, 한0자보호자:머위대, 박0애:영양누룽지5박스, 안0자: 떡 김0숙보호자: 머핀30개,우유 30개, 황0숙: 알콜솜4박스, 이0석보호자: 바나나4손,카스타드6개,딸과자4개, 두유1박스, 토마토2kg*2, 쥬스5개,김0숙:바나나2손,오이1박스, 박0애:애호박1박스, 황0숙:마이크1개, 한0순보호자:떡3박스)
- ☞ 매월 5일은 본인부담금문자와 명세서가 발송될 예정입니다. (농협: 351-1083-0972-73)
- ☞ 밝은미소 후원금 통장 :351-0869-7342-53(농협) 연말정산시 기부금 영수증 해드립니다.
- ☞ 어르신의 행동 변화나 건강상 이상이있을 경우 수시로 연락바랍니다.
- ※ 센터 이용시간은 08:00~18:00까지입니다. 18시 이후 이용은 미리 상담하세요.
- ☞ 본 기관 주간보호 내 단기보호 시범사업 서비스
: 가족의 부재로 일시적인 보호가 필요한 경우 상담 전화주세요.

☎ 문의전화는 061)746-8552 항시 가능합니다.

[붙임1]

[2022년] [5]월 프로그램 제공 계획표

일		월		화		수		목		금		토	
1		2	허순호	3	차가영	4	허순호	5	허순호	6	허순호	7	허순호
		힘뇌체조 보행 및 물리치료 과녁맞추기 생활수목화, 토탈공예(인지)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 동화책읽어드리기 실버노래교실(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 특별한날/절기알아보기 농구		힘뇌체조 한방진료(사회) 사회적응프로그램 (세상뉴스전하기) 치매예방웃음치료(인지) 낚시놀이		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 숨은그림찾기 재활노인운동(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 한자쓰기 실외산책	
8	조애란	9	허순호	10	허순호	11	허순호	12	허순호	13	차가영	14	허순호
숫자이어그림완성하기 두더지팡팡		힘뇌체조 보행 및 물리치료 탐쓰러뜨리기 생활수목화, 토탈공예(인지)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 원예활동 실버노래교실(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 회상활동 탁구공유키기		힘뇌체조 한방진료(사회) 사회적응프로그램 (수급자이름알기) 치매예방웃음치료(인지) 미니볼링/고리던지기		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 빙고게임 재활노인운동(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 면봉찍기 접시제기차기	
15	허순호	16	차가영	17	차가영	18	허순호	19	허순호	20	허순호	21	차가영
숨은그림찾기 투호놀이		힘뇌체조 보행 및 물리치료 고무신던지기 생활수목화, 토탈공예(인지)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 요리활동 실버노래교실(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 소방교육 인지활동학습지		힘뇌체조 한방진료(사회) 사회적응프로그램 (내지역정보알기) 치매예방웃음치료(인지) 캐치볼		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 숫자놀이 재활노인운동(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 인지활동학습지 가족지지프로그램	
22	황경숙	23	차가영	24	차가영	25	차가영	26	허순호	27	허순호	28	허순호
색칠하기 접시제기차기		힘뇌체조 보행 및 물리치료 미니볼링/고리던지기 생활수목화, 토탈공예(인지)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 감각활동 실버노래교실(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 이미용봉사 목욕 종이접기 음악활동		힘뇌체조 한방진료(사회) 사회적응프로그램 (모의시장놀이) 치매예방웃음치료(인지) 빅민턴놀이		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 수단적일상생활활동 재활노인운동(신체)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 스도쿠 윷놀이	
29	차가영	30	허순호	31	허순호								
동화책읽어드리기 계란판에 탁구공 넣기		힘뇌체조 보행 및 물리치료 발로공유키기 생활수목화, 토탈공예(인지)		힘뇌체조 보행 및 물리치료 목욕 한글교실 실버노래교실(신체)									

사정에 의해 일정이 변경될 수도 있습니다.

밝은미소노인복지센터(주간보호)

2022년 05월

고령친화 주간식단표

구분	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1일	2일(1111)	3일(1209)	4일(1081)	5일(1180)	6일(1147)	7일(1180)
중식	센터휴무	혼합잡곡밥 근대된장국 돈육김치두루치기 검은깨두부찜 애호박나물	혼합잡곡밥 다시마국 낙지야채볶음 얼무나물 오이생채	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 참맛있는함박스테이크조림 연두부*양념장 참나물무침	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 옛날소시지전 우영채조림 해초무침	혼합잡곡밥 계란국 소고기두부조림 분홍빛설레임백년초육*양념장 썩갠나물	혼합잡곡밥 김가루떡국 산나물들깨달은산채매밀전병 배추된장나물 망종조림
간식		참외	기정떡	비피더스	찐빵	단팥빵&요구르트	부추야채전
석식	센터휴무	혼합잡곡밥 조갯살순두부찌개 말랑말랑떡오징어완자전 순대야채볶음 비름나물무침	혼합잡곡밥 라임담은동태지리탕 어묵볶음 브로콜리*초장 꼬들꼬들한간장무채장아찌	혼합잡곡밥 콩나물국 갈치구이 느타리버섯나물 청경채나물	혼합잡곡밥 미역국 닭고구마조림 시금치나물 명이나물장아찌	혼합잡곡밥 감자고추장찌개 DHA기형유리대구가래떡*타르소스 애호박나물 치커리생채	혼합잡곡밥 아욱국 돈육숙주볶음 마늘쫄볶음 곱게다진오징어젓
구분	8일(1156)	9일(1072)	10일(1135)	11일(1193)	12일(1116)	13일(1070)	14일(1184)
중식	혼합잡곡밥 콩나물국 육은지닭볶음 도토리묵*양념장 들깨오이나물	혼합잡곡밥 시금치된장국 갈치구이 청포묵김가루무침 도라지나물	혼합잡곡밥 육개장 계란장조림 감자채볶음 오이생채	혼합잡곡밥 미역국 고구마닭갈비 새송이버섯볶음 명이나물무침	혼합잡곡밥 두부감자된장국 오징어미나리무침 연두부*양념장 얼무나물	혼합잡곡밥 홍합살무국 제육볶음 느타리버섯나물 배추쌈*쌈장	혼합잡곡밥 아욱국 순살아귀콩나물찜 우영채조림 비름나물무침
간식	초코파이	요플레	찐만두	온냉면	오렌지	팔죽	후레쉬베리
석식	혼합잡곡밥 맑은파개장 간소새우 연근조림 양배추샐러드	혼합잡곡밥 무다시마국 느타리버섯소고기볶음 콩나물무침 배추된장나물	혼합잡곡밥 김치어묵국 가자미무조림 애호박나물 김구이	혼합잡곡밥 소고기무국 해물부추동그랑땡전 썩갠나물 숙주나물무침	혼합잡곡밥 콩지비지찌개 옛날소시지전 가지나물 꼬들꼬들한유자단무지채	혼합잡곡밥 북어채김치국 두부계란전*양념장 시금치나물 도라지초무침	혼합잡곡밥 미역국 닭살양배추볶음 도토리묵부추무침 마늘쫄무침
	15일(1171)	16일(1067)	17일(1165)	18일(1160)	19일(1084)	20일(1236)	21일(1215)
중식	혼합잡곡밥 애호박새우젓국 소고기두부조림 알감자고추장조림 고사리볶음	혼합잡곡밥 콩나물국 낙지콩나물볶음 배추된장나물 해초무침	혼합잡곡밥 든든뼈김자랑 야채계란말이 청포묵김가루무침 참나물무침	혼합잡곡밥 미역국 소고기청경채볶음 연두부*양념장 오이고추된장무침	혼합잡곡밥 닭개장 삼치구이 비름나물무침 오복채무침	혼합잡곡밥 카레라이스 어묵국 옛날소시지전 도라지초무침	혼합잡곡밥 애호박새우젓국 닭감자매운조림 청경채나물 망종조림
간식	바나나	호박전	토마토	삶은감자	잔치국수	삶은계란&요구르트	미니호떡
석식	혼합잡곡밥 우영채장찌개 우민지버섯조림 연근조림 더덕무침	혼합잡곡밥 대구지리탕 달달볶음어니언떡갈비 애호박나물 썩갠생채	혼합잡곡밥 김치어묵국 닭안심불고기 취나물된장무침 오이지무침	혼합잡곡밥 해물칼국수 동그랑땡야채조림 청경채된장나물 무생채	혼합잡곡밥 시래기된장국 돈육야채볶음 새송이버섯볶음 오이생채	혼합잡곡밥 콩비지찌개 새우살두부조림 참나물생채 콩나물매운무침	혼합잡곡밥 들깨무채국 갈치무조림 고구마순나물 썩갠나물
구분	22일(1089)	23일(1100)	24일(1196)	25일(1117)	26일(1263)	27일(1064)	28일(1180)
중식	혼합잡곡밥 미역국 고등어구이 마늘쫄볶음 토란대들깨볶음	혼합잡곡밥 콩비지찌개 말랑말랑떡오징어완자 가지나물 배추된장나물	혼합잡곡밥 계란국 소고기팽이버섯불고기 연근조림 얼무겉절이	혼합잡곡밥 근대된장국 순살아귀콩나물찜 오이생채 김구이	혼합잡곡밥 김가루떡국 산나물들깨달은산채매밀전병 얼갈이나물 도라지초무침	혼합잡곡밥 북어채감자국 라임담은임연수구이 호박나물 브로콜리*초장	혼합잡곡밥 김치두부국 소고기숙주볶음 느타리버섯나물 무생채
간식	후렌치토스트	완두왕금빵	황도	콩국수	물만두찜	카스타드&포도주스	핫케이크
석식	혼합잡곡밥 호박알된장국 닭살매추리알조림 어묵볶음 콩나물무침	혼합잡곡밥 감치양파국 참치두부조림 순대야채볶음 돈나물*초장	혼합잡곡밥 김치어묵국 고등어무조림 숙주나물무침 시금치나물	혼합잡곡밥 조갯살순두부찌개 닭살야채볶음 청포묵김가루무침 간장깻잎지	혼합잡곡밥 미역국 오징어간장볶음 만두찜*양념장 썩갠나물	혼합잡곡밥 시래기된장국 돈육김치두부치기 온두부 참나물무침	혼합잡곡밥 콩나물국 코다리무조림 얼무나물 김구이
구분	29일(1168)	30일(1171)	31일(1158)				
중식	혼합잡곡밥 어묵국 고등어구이 연두부*양념장 시금치나물	혼합잡곡밥 돈육김치찌개 말랑말랑떡새우완자전 참나물무침 얼갈이겉절이	혼합잡곡밥 시금치된장국 갈치구이 우영채조림 오이생채	아래 QR코드를 촬영하면 푸드머스 세프 추천메뉴를 확인하실 수 있습니다.			
간식	단호박찜	미숫가루	팔죽				
석식	혼합잡곡밥 북어계란국 비엔나소시지피망볶음 새송이버섯조림 쪽파김무침	혼합잡곡밥 무채다시마국 닭고구마조림 콩나물무침 브로콜리*초장	혼합잡곡밥 청국장찌개 어묵잡채 느타리버섯볶음 무생채				

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다. ※ 모든 식사에는 배추김치가 제공됩니다.

※ 원산지:쌀,돈육,계육,오리,김치(배추,고춧가루)-국산/쇠고기-호주산/고등어,오징어-국산/갈치-모로코/명태-러시아/조기,꽃게,낙지-중국산/두부,비지-외국산(미국,캐나다,호주)/베이컨-미국산/식육가공품(돈육,계육-국산/쇠고기-호주산)

밝은미소노인복지센터 061.746-8552