



2025년 02월 가정통신문

안녕하세요. 설 명절 잘 보내셨는지요.

2025년을 시작한지 며칠 되지도 않은거 같은데 벌써 2월입니다.

저희 김천행복한노인복지센터를 사랑해주시는 모든 가정에 입춘대길이 말하는 것처럼 좋은 기운이 가득하고 건양다경의 맑은 날과 경사스런 일이 생기기를 기원합니다.

올 해에는 내가 보기에 조금 못 마땅한 사람을 보더라도 조금 이해해주고, 조금 기다려주고, 조금 용납해주면 어떨까요?

그러면 그 사람도 덜 힘들어지고 나도 좀 쉽지 않을까요?

저희 센터에는 인지저하로 인하여 치매증상이 있는 어르신들께서 함께하고 있는데요.

치매환자가 아니라 젊은 시절 가족들을 위해 헌신하고 살다가 세월의 흔적에 내 몸과 기억이 내 맘같지 않은 분들이라는 시선으로 바라봅니다.

때로는 했던 말을 계속하기도 하지만 어때요? 새로운 대답도 아니고 했던 대답 또 해 드리면 되니까요. 그러면 아무 문제 되지않고 즐거울 수 있고 필요한 도움의 손길을 드릴 수 있습니다.

지난 한 해 무사히 보냈던 것 처럼 올해도 한 분 한 분 건강하고 즐겁게 지내길 바라는 마음으로 정성과 진심을 담아 섬기겠습니다.

감사합니다.

♥ 1월 3일 이조분 어르신 생신잔치가 있었습니다.

♥ 건강체크 : 혈압,맥박,체온-매일

♥ 목욕 서비스 : 매주 수요일

♥ 개인활동지원 : 병원동행, 미용실 이용, 재활, 위생 등

♥ 주 3회 인지기능 프로그램, 신체기능 프로그램 제공

5등급 및 인지지원등급 어르신 매일 다양한 인지활동형프로그램 제공

♥ 매월 주제곡을 정하여 반복적으로 불러 가사를 익히고 있습니다.

이번 달 주제곡은 "목포의 눈물"과 어르신들께서 즐겨 부르시는 "돌아와요 부산항에"입니다.

어르신께서 흥얼거릴 때 함께 불러 주시고 격려도 해주세요~^^*.





어르신들께서 좋아하시는 노래를 추천 해 주시면 선정하여 함께 불러보겠습니다.



2025년을 맞아 우리나라를 나타내는 것들을
알아 보고 만들기를 했습니다.



겨울철 과일 딸기를 생각하며 딸기타르트 만
들기를 했는데요 먹음직스럽습니다.



포인세티아 꽃 팽이를 만들어 팽이돌리기를
해보는 시간을 가졌습니다.



겨울 꽃 동백만들기를 했는데 빨간 물감을 찍
어 동백꽃을 만들었습니다.



2025년 2월 식단표

월	화	수	목	금	토
					1
					쌀밥 사랑항태해장국 촉촉한갈릭닭볶음 생감자조림 파래무침 김치
3	4	5	6	7	8
쌀밥 무국 동파육 알찬김치전 땅콩조림 김치	쌀밥 콩나물맑은국 부드러운소불고기 계란말이 파래무침 김치	쌀밥 시금치된장국 마늘양념닭갈비구이 새우피쉬볼 오이지무침 김치	쌀밥 콩나물김치국 바베큐폭찹 미역줄기볶음 우영조림 김치	쌀밥 닭고기미역국 베이컨크림야채볶음 마늘쫄무침 깍둑단무지 김치	쌀밥 김치어묵국 교동프리미엄궁중 찜닭 파래김자반볶음 비취교자 김치
10	11	12	13	14	15
쌀밥 콩나물김치국 부드러운소불고기 잡채어묵 오복채 김치	쌀밥 닭고기미역국 차슈 당근볶음 전처리양배추 김치	쌀밥 소고기무국 두부스테이크 미역줄기볶음 고추잎무침 김치	쌀밥 아욱된장국 교동프리미엄궁중 찜닭 채썬애호박전 오징어젓 김치	쌀밥 소고기무국 마늘양념닭갈비구이 파래김자반볶음 살사푸실리샐러드 김치	쌀밥 사랑항태해장국 고기산적 더덕고추장무침 간장명이나물 김치
17	18	19	20	21	22
쌀밥 콩나물김치국 숯불갈비닭가슴살 큐브 오징어젓 김치	쌀밥 감자양파국 너비아니 간장양파절임 고추잎무침 김치	쌀밥 아욱된장국 교동프리미엄궁중 찜닭 갈릭스파게티샐러드 깍둑단무지 김치	쌀밥 소고기무국 메추리알닭가슴살 장조림 더덕고추장무침 연근조림 김치	쌀밥 닭곰탕 실속미트볼 한가득쇠고기장조림 파래무침 김치	쌀밥 소고기배추국 촉촉한갈릭닭볶음 스위트맛샐러드 오복채 김치
24	25	26	27	28	
쌀밥 소고기무국 고추장닭갈비구이 파래김자반볶음 땅콩조림 김치	쌀밥 어묵국 메추리알닭가슴살 장조림 더덕고추장무침 냉동시금치볶음 김치	쌀밥 콩나물김치국 간장불고기구이 새우피쉬볼 고구마순볶음 김치	쌀밥 소고기배추국 교동프리미엄궁중 찜닭 멸치콩조림 오이지무침 김치	쌀밥 감자양파국 촉촉한갈릭제육볶음 마늘쫄무침 우영조림 김치	

김천행복한노인복지센터

2025년 2월 프로그램 계획표

김천행복한노인복지센터

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
					1 기타(전체) 족욕 10:00~11:30(90분) 인지(인지등급) 영상수업 14:00~15:00(60분)
3 신체(전체) 힘뇌체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 회상활동 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 따라그리기 14:00~15:00(60분)	4 인지(전체) 작업치료(퍼즐, 가베) 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 칠교놀이 10:30~11:30(60분)	5 인지(인지등급) 미술활동(색칠하기) 11:00~12:00(60분)	6 신체(전체) 음악활동 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 미술활동(만들기) 10:30~11:30(60분)	7 인지(전체) 한글교실 09:30~10:30(60분) 신체(전체) 집볼공놀이 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 숙담교실 14:00~15:00(60분)	8 기타(전체) 족욕 10:00~11:30(90분) 인지(인지등급) 영상수업 14:00~15:00(60분)
10 신체(전체) 힘뇌체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 회상활동 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 따라그리기 14:00~15:00(60분)	11 인지(전체) 작업치료(퍼즐, 가베) 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 칠교놀이 10:30~11:30(60분)	12 인지(인지등급) 미술활동(색칠하기) 11:00~12:00(60분)	13 신체(전체) 음악활동 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 미술활동(만들기) 10:30~11:30(60분)	14 인지(전체) 한글교실 09:30~10:30(60분) 신체(전체) 풍선배구 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 수학교실 14:00~15:00(60분)	15 기타(전체) 족욕 10:00~11:30(90분) 인지(인지등급) 영상수업 14:00~15:00(60분)
17 신체(전체) 힘뇌체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 회상활동 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 따라그리기 14:00~15:00(60분)	18 인지(전체) 작업치료(퍼즐, 가베) 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 칠교놀이 10:30~11:30(60분)	19 인지(인지등급) 미술활동(색칠하기) 11:00~12:00(60분)	20 신체(전체) 음악활동 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 미술활동(만들기) 10:30~11:30(60분)	21 인지(전체) 한글교실 09:30~10:30(60분) 신체(전체) 집볼공놀이 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 숙담교실 14:00~15:00(60분)	22 기타(전체) 족욕 10:00~11:30(90분) 인지(인지등급) 영상수업 14:00~15:00(60분)
24 신체(전체) 힘뇌체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 회상활동 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 따라그리기 14:00~15:00(60분)	25 인지(전체) 작업치료(퍼즐, 가베) 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 칠교놀이 10:30~11:30(60분)	26 인지(인지등급) 미술활동(색칠하기) 11:00~12:00(60분)	27 신체(전체) 음악활동 09:30~10:30(60분) 인지(인지등급) 미술활동(만들기) 10:30~11:30(60분)	28 인지(전체) 한글교실 09:30~10:30(60분) 신체(전체) 풍선배구 10:30~11:30(60분) 인지(인지등급) 수학교실 14:00~15:00(60분)	