



2026년 4월 양주보금자리

<https://blog.naver.com/daon5970>

양주보금자리요양원 블로그주소



환절기 동안 면역력이 저하되기 쉬운 시기로, 감염 예방을 위한 지속적인 관리가 필요한 시기입니다. 양주보금자리요양원에서는 어르신들의 건강과 안전을 위해 위생 관리 및 감염 예방 수칙을 철저히 준수하고 있습니다. 이에 따라 면회 시 아래 사항을 안내드리오니 적극적인 협조를 부탁드립니다.

1. 면회는 사전 예약제로 운영합니다.
2. 원활한 면회 진행을 위해 예약 없이 방문하실 경우 면회가 제한될 수 있습니다.
3. 면회 시 마스크 착용을 반드시 준수해 주시기 바랍니다.
4. 감염 예방을 위해 면회 중 음식물 섭취는 금지됩니다.
5. 어르신께 간식 제공 시 유통기한 확인 후 소량씩 제공 부탁드립니다.

양주보금자리 주간 프로그램계획표

시간	월	화	수	목	금	토
06:00~07:00	경관식 제공 / 기상 / 개인위생 관리					
07:00~08:30	아침식사 / 개인 위생관리 / 구강청결 / 투약					
08:30~09:30	어르신 개인 미팅, 상담 / 국민체조 / 순환운동					
09:30~11:00	작업치료/목욕시간 / 건강 체크(간호과) / 복지사 라운딩					
11:00~12:00	자유시간 /오손도손 이야기 나누기 또는 TV시청 /자유시간					
12:00~13:00	점심식사 / 경관식 제공/ 투약 / 개인위생 외모관리 / 구강청결					
13:00~14:30	개인위생관리 /간식제공 / 투약					
14:30~15:30	인지A, 신체기능A그룹	여가C그룹	여가A그룹	인지B, 신체기능B그룹	여가B그룹	인지C그룹
	신체/인지활동	신체/여가활동	신체/여가활동	신체/인지활동	신체/여가활동	신체/인지활동
15:30~17:00	작업치료 / 실내 걷기운동 / 자유시간					
17:00~18:00	저녁식사 / 투약 / 개인 위생관리 / 구강청결					
18:00~20:00	경관식 제공 / 자유시간					
20:00~	TV시청 및 취침					

♣ 교육 ♣

★ 종사자 교육

노인인권교육, 급여제공지침 교육, 운영규정 교육, 신입직원교육

★ 입소자 교육

노인인권 및 노인학대예방교육

♥ 회 의 ♥

매일 직원회의, 사례관리 회의

♥ 보금자리달달방 ♥

윤♣숙, 한♣자, 유♣화, 서♣칠, 안♣예, 박♣자B 어르신

♥ 프로그램 ♥

★인지 활동 ★여가활동 ★물감미술놀이 ★요리활동 ★즉석간식

★가족지지 프로그램: 보금자리달달방

★ 외부강사: 민요교실(김지현 선생님) / 실버체조 (김애숙 선생님)

- ♥ 면회 장소에서 음식물 섭취는 금지되어 있습니다.
- ♥ 간식은 어르신 건강을 위해 소량씩 제공 부탁드립니다.
- ♥ 어르신 물품, 간식을 택배로 보내실 경우 어르신의 성함을 꼭 기록해주시기 바랍니다.
- ♥ 어르신 관련 상담이 필요하시면 010-9984-4735, 031-836-7788 연락해주시기 바랍니다.
- ♥ 보금자리 달달방이 진행 될 예정입니다. 윤♣숙, 한♣자, 유♣화, 서♣칠, 안♣예, 박♣자B 어르신 보호자님께서 시간가능하시다면 원에 방문해주시면 감사하겠습니다.

【 2026년 4월 프로그램 일정 계획표 】

일	월	화	수	목	금	토
			1	2	3	4
			창의미술 14:30 - 15:30	신체마사지 14:10 - 14:30	공 체조활동 14:30 - 15:30	푸쉬 팝 누르기 14:30 - 15:30
				컵 계단 쌓기 14:30 - 15:30		
5	6	7	8	9	10	11
음악건강체조 14:30 - 15:30	국민체조 14:10 - 14:30	세계여행 10:30 - 11:30	손리듬게임 14:30 - 15:30	손가락 숫자놀이 10:30 - 11:30	풍선맞추기 14:30 - 15:30	구슬 꿰기 14:30 - 15:30
	물감미술놀이 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		신체마사지 14:10 - 14:30		
				실버체조 14:30 - 15:30		
12	13	14	15	16	17	18
영화감상 A 10:30 - 11:30	국민체조 14:10 - 14:30	낙시놀이 10:30 - 11:30	음악건강체조 14:30 - 15:30	신체마사지 14:10 - 14:30	해적보드게임 14:30 - 15:30	그림 한판 14:30 - 15:30
세계여행 14:30 - 15:30	두뇌 계산 교실 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		즐거움 미술 14:30 - 15:30		
19	20	21	22	23	24	25
색칠교실 14:30 - 15:30	국민체조 14:10 - 14:30	하루체조 10:30 - 11:30	보금자리달달방 14:30 - 15:30	손바느질활동 10:30 - 11:30	즉석 간식 14:30 - 15:30	글자연습 14:30 - 15:30
	속담 맞추기 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		신체마사지 14:10 - 14:30		
				실버체조 14:30 - 15:30		
26	27	28	29	30		
영화감상 B 10:30 - 11:30	국민체조 14:10 - 14:30	교구활동 10:30 - 11:30	요리활동 (모나카만들기) 14:30 - 15:30	신체마사지 14:10 - 14:30		
탁구놀이 14:30 - 15:30	단어쓰기 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		책 속 여행 14:30 - 15:30		
 양주보금자리요양원 * 원내 사정에 따라서 일정이 변경될 수 있습니다.						

