

2026년 07월 가정통신문

안녕하십니까?

푸르른 녹음이 짙어지고 본격적인 무더위가 시작되는 7월입니다. 연일 이어지는 더위에 가정에도 늘 건강과 평안이 함께 하시기를 진심으로 기원합니다.

성지요양원은 어르신들께서 무더운 여름을 건강하고 안전하게 보내 실수 있도록 실내 온도와 위생 관리를 철저히 하고 충분한 수분 섭취와 균형 잡힌 식사를 통해 건강 관리에 최선을 다하고 있습니다. 어르신 한분 한분의 건강을 좀더 세심히 살피기위해 협약의료 진료 의사를 변경하여 필요한 의료 서비스를 다방면 제공해 드리겠습니다.

이달의 주요 일정

- * 무료 이미용 봉사 - 7월 4일
- * 협약 의사 방문 일정 - 7월 2일, 7월 21일
- * 가정 간호사 방문 - 7월 7일, 7월 21일
- * 하늘향기교회 예배(이상훈 목사님) - 7월 19일
- * 근골격계 질환 예방교육 - 7월 20일 (국민건강보험공단)
- * 김상철 선교사님 예배 - 7월 26일
- * 종사자 교육 및 월례회의 - 7월 27일 (성폭력 예방 및 대응지침)
- * 매주 (월, 화, 목, 금) - 맞춤형 프로그램 진행(외부강사)
- * 힘내체조 - 매주 수요일 군포시 체육회에서 전문 강사 파견하여 체조 진행
- * 건강 체중 관리 - 7월 1일부터 한 주간 어르신 체중 체크로 건강관리를 돕습니다
- * 어르신 구강관리 - 7월 1일 치아 및 구강 체크를 통해 건강관리를 돕습니다.

[면회 안내]

- 면회 가능 시간 : 오전: 11시 오후: 3시, 4시 00분
- 사전 예약 필수 (문자 예약 부탁드립니다.), 내원시 (마스크 필수) 착용
- 저희 요양원에서는 어르신들의 영양보충과 기호를 고려하여, 저녁 개인 간식(8시이후) 도움 드리고 있습니다.

- 1) 보호자님께서 직접 준비해주시는 방법과
- 2) 요양원에 구매를 요청해 주시는 방법 중 선택하실 수 있습니다.(뉴케어만 가능)
(비용은 급여 비용 청구시 기타 비용으로 청구 됩니다.)

- 최근 고온의 날씨로 인해 음식물이 쉽게 변질될 수 있어 건강에 나쁜 영향을 끼칠 수 있어 외부 음식의 반입을 제한 하오니 건강 안전을 위해 협조 부탁드립니다.

건강 정보

* 어르신 건강 관리 수칙

- 하루 물 6~8잔 이상 마셔 수분을 지켜요.
- 규칙적인 가벼운 스트레칭으로 몸을 따뜻하게 해줘요.
- 아침.저녁에는 겉옷을 챙겨 입어 감기를 예방해요.
- 오전 활동 후 충분한 휴식을 통해 피로를 줄이고, 면역력을 키워요.

어르신 소식 프로그램 활동 스케치

인지 활동 : 인지) 인지수 프로그램 활동

여가 활동 : 여가) 오감, 소리꽃 프로그램 활동

신체 활동 : 신체) 힘뇌체조 프로그램 활동

기능 회복 운동 : 전체 어르신 신체 활동



특정 로고 및 익숙한 상품 비교로 시지각 집중과 도형인지능력을 강화시켰으며, 단어카드를 매개로 과거의 긍정적인 사건을 기억해냄으로써 뇌세포를 자극 시켜드렸습니다.



안전한 거리에서 부드러운 재질의 다트판을 향해 공이나 찌찌이 다트를 던지며 목표물을 맞추는 활동으로 상지 근육을 이완 시키는데 도움을 드렸습니다.



수련과 연못의 풍경을 떠올리며 자신의 기억
이나 경험을 이야기 하여 회상 활동을 통한
인지 자극효과에 도움을 드렸습니다.



남녀의 사랑, 이별을 통한 회상.언어를 촉진
시켜 드렸으며, 노래를 함께 부르고 악기를
합주하며 고립감을 해소하고, 성취감과 심리
적 안정감을 도모해 드렸습니다.