

실천 목표		제 2026-08호
어르신과 더불어 행복한 지역사회를 가꾸는 얼수 동래데이케어 방문요양		발행인 : 박 주 연 담당자 : 김 영 신 발행일자 : 2026. 08. 01



존경하는 어르신, 안녕하십니까.

뜨거운 햇살이 내리쬐는 **8월**이 찾아왔습니다.

무더위 속에서도 **건강**과 **안전**에 유의하시고

충분한 **휴식**과 **수분 섭취**로 **건강한 여름**을

보내시기 바랍니다.

또한 **8월 15일 광복절**을 맞아 나라를 위해

헌신하신 분들께 감사하는 마음을 되새겨 봅니다.

어르신 가정에 평안과 행복이 가득하시길 기원하며

건강하시고 즐거운 8월 보내십시오.

감사합니다

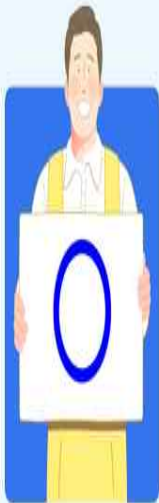
동래데이케어 올림

요양보호사는 국가자격과 전문성을 갖춘 믿을 수 있는 돌봄 전문가입니다.

따뜻한 동행!
요양보호사가
함께 합니다!



요양보호사님은 이런 업무를 해요!



• 신체활동 지원

- 식사하기, 체위변경 및 이동하기, 화장실 이용 등
- 개인위생활동 및 몸단장, 신체기능 증진 활동 등

• 인지활동 지원

- 회상 훈련, 기억력 향상 활동, 남아있는 기능의 유지·향상을 위한 인지자극활동 등

• 일상생활 및 정서 지원

- 수급자의 방 안 청소 및 세탁, 식사준비 등
- 병원동행, 식사 위한 장비, 관공서 방문 등 (여행, 취미활동 동행X)

* 장기요양수급자(가족)와 요양보호사는 상호 존중하는 관계가 되어야 합니다.

요양보호사님에게 부당한 요구를 하지 말아주세요!



- 수급자의 일상생활지원과 관련 없는 업무 (김장, 창고 정리, 반려견돌보기 등) 요구
- 가족을 위한 업무 (가족의 식사, 빨래 등)를 요구하고, 거부 시 요양보호사 교체 요구
- 불필요한 신체접촉, 음란한 성적 농담 및 상하의 탈의 등 부적절한 행동
- 공포심·불안감 유발하는 위협, 인격을 무시하는 모욕적인 욕설 등의 폭언
- 때리거나, 때리려는 자세를 취하는 등 물리적 위협 또는 위해를 가하는 폭행
- 수급자가 부담해야 하는 본인부담금을 요양보호사에게 요구

비브리오패혈증

올해 첫 비브리오패혈증 환자가 2026년 4월 발생하면서, 해산물 섭취와 관리에 대한 각별한 주의가 요구되고 있습니다. 비브리오패혈증은 비브리오 패혈균에 의한 급성 패혈증으로 제3급 법정감염병에 해당하며, 주로 4~6월경 첫 환자가 발생하고 8~10월에 가장 많이 발생합니다. 해산물을 날로 먹거나 충분히 익히지 않고 섭취할 경우 감염 위험이 있으며, 특히 간질환, 당뇨병 등 기저질환이 있는 고위험군은 중증으로 진행될 가능성이 높아 각별한 예방수칙 준수가 중요합니다.

어떻게 감염되나요?

- ▶ 해산물을 날로 먹거나 덜 익혀서 먹을 경우
- ▶ 상처 난 피부가 오염된 바닷물에 접촉한 경우

증상은 어떤가요?

- ▶ 발열, 오한, 혈압 저하, 복통, 구토, 설사 등의 증상이 발생
- ▶ 증상 발생 후 24시간 내 주로 하지(다리 쪽)에 발진 또는 부종 등 피부병변 발생
- ▶ 잠복기 : 12~72시간

비브리오패혈증

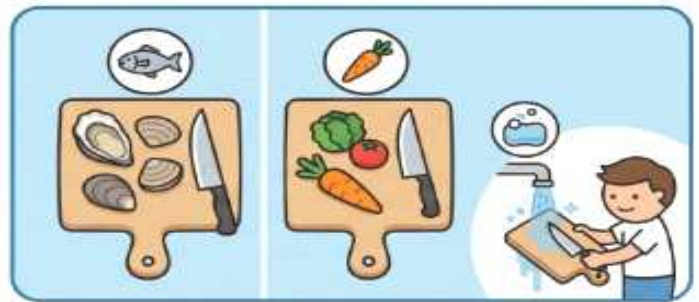


치료는 어떻게 하나요?

- ▶ 항생제 치료 및 적극적인 상처 치료(병변 절제 등)
- ▶ 치명률 약 50%로 조기 진단 및 신속한 치료가 중요

어떻게 예방하고 관리하나요?

항목	주의 사항
환자 및 접촉자 관리	· 격리 불필요 · 환자와 의심 감염원에 함께 노출된 경우 접촉자 발병 여부 관찰
바닷물 접촉 시 주의 사항	· 피부에 상처가 있는 사람은 바닷물과 접촉 금지 · 바닷물 접촉 후, 물과 비누로 노출 부위 깨끗이 씻기
해산물 조리 및 관리	· 바닷물 어패류는 가급적 다른 식재료와 분리하여 5℃ 이하 저온 보관 · 어패류를 취급할 경우 장갑 착용 · 어패류를 취급한 도마, 칼 등은 소독 후 사용 · 어패류는 흐르는 물에 씻고 85℃ 이상에서 완전히 익히기



한눈에 보는 차이점

비브리오폐혈증

🐞 생해산물로 감염

🟡 여름철 주의

⚠️ 치명률 높음

🏥 즉시 병원 진료 필요

노로바이러스

🌸 사람 간 전염 가능

❄️ 겨울철 주의

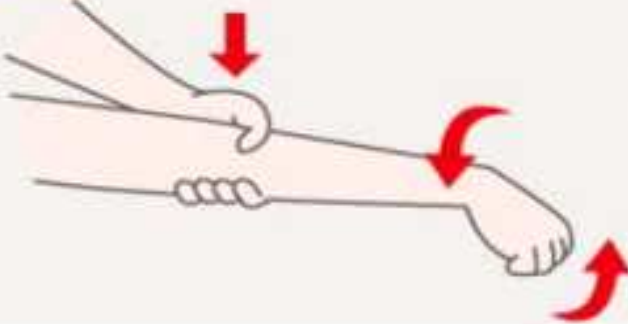
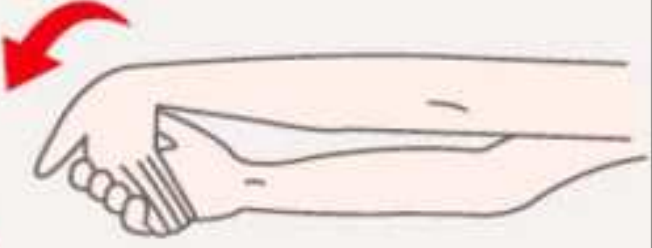
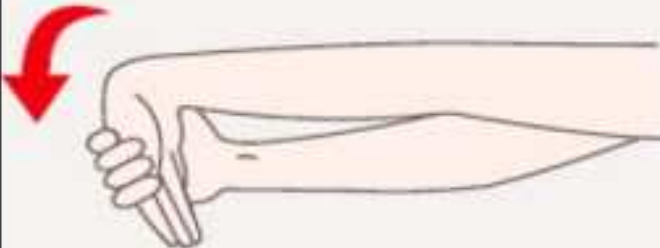
🌿 구토·설사가 주증상

💧 수분 보충 중요

건강한데이(Day)

□ 「손목 스트레칭 및 근력강화」

주의사항: 1) 모든 동작은 **통증이 없는 범위에서** 실시합니다. 2) **부드럽게 호흡**하며 **반동 없이** 실시합니다.

① 손목 돌리기	② 손바닥 잡아 당기기
교대로 시행  팔꿈치 아래 근육 부위를 엄지로 강하게 눌러 준다. 그 다음 손목을 천천히 돌려준다.	교대로 시행  손바닥을 잡고 아래로 당겨준다. 동시에 팔꿈치를 최대한 쪽 펴 주도록 한다.
③ 손등 잡아 당기기	④ 공 쥐고 손목 아래로 내리기
교대로 시행  손등을 잡고 아래로 당겨준다. 동시에 팔꿈치를 최대한 쪽 펴주도록 한다.	교대로 시행  공을 천천히 꽉 쥐면서, 손목이 당기는 느낌이 날 때까지 손목을 아래로 내려준다.

1.

효과영역

실행능력

슬기로운
3

<보기>에서 제시하는 특징을 토대로 알맞는 그림을 찾아 네모 안에 적어보세요.

<보기>

곱슬이 할머니는 웃고 있습니다.
 곱슬이 할머니는 지팡이를 짚고 있습니다.
 곱슬이 할머니는 한쪽 팔을 들고 있습니다.
 곱슬이 할머니는 보라색 셔츠를 입고 있습니다.



①



②



③



④



멋쟁이 할아버지가 골프를 칩니다.
 멋쟁이 할아버지가 웃고 있습니다.
 멋쟁이 할아버지가 캡 모자를 썼습니다.
 멋쟁이 할아버지가 자주색 바지를 입었습니다.



①



②



③



④

