

실천 목표		제 2017- 06호
어르신과 더불어 행복한 지역사회를 가꾸는 일수 동래데이케어 주간보호		발행인 : 차 정 순 담당자 : 김 경 미 발행일자 : 2017. 06. 02



베고, 벼를 심는다는 ‘망종’입니다. 밭힐수록 강건해져 마침내 황금빛 물결을 선사하기 위해, 겨울 보리싹은 모진 칼바람을 굳건히도 견뎌왔나 봅니다. 법씨를 싹 띄워 모종을 심으며, 돌아 올 가을에 또 한번 황금언덕을 준비하는 분주한 농부의 손길에 다시 감사하는 계절입니다.

보리가 베어져 나간 자리에, 다시 벼를 심고, 비를 기다리며, 알곡이 차길 기다리고... 부모가 자식을 키우 듯이.

무심한 듯 우주의 심오한 이치는 그렇게 이미 준비되어져 있었나 봅니다. 모자리의 벼가 더욱 푸르러 보이는 6월입니다 ~ ~ ^^

* 6월 일정 안내 *

◆ 짧은 나들이 일정

6월 9일 (금) - 온천천 세병교 걷기

더위가 본격적으로 시작되기 전에 어르신들과 가까운 온천천 나들이를 갈까 합니다. 가볍게 걷고, 맛있는 간식을 드신 후에 댁으로 모시겠습니다. 석식은 제공되지 않으니 착오없으시기 바랍니다.

◆ 생신잔치

한소리풍물단의 공연과 함께 이정자(음5/07) 어르신의 생신을 함께 축하해 드릴 예정입니다.

◆ 6월의 건강정보

* 낙상예방을 위한 생활 속 실천지침

1. 이동시 보호자와 동행하기
2. 바닥의 물기나 통로의 장애물 등의 환경적 위험을 제거하기
3. 화장실 이용시 낙상의 위험이 크므로 취침 전 소변보기
4. 필요한 물건은 가까이 두기
5. 어지러운 증상이 있을 경우 갑자기 일어나지 않기

* 낙상 고위험군

- 70세 이상으로 낙상의 경험이 있는 분
- 수면제, 이뇨제 등의 약물을 복용하는 분
- 보행장애, 시력저하나 어리러움 증이 있는 분
- 전신쇠약, 시력 및 배설장애가 있는 분