

실천 목표		제 2017- 07호
어르신과 더불어 행복한 지역사회를 가꾸는 일수 동래데이케어 주간보호		발행인 : 차 정 순 담당자 : 김 경 미 발행일자 : 2017. 07. 01



봄, 동네 어귀에 피어있던 화려한 목련은
 이처럼 위대한 그늘을 준비하여 여름과 마주하였습니다...
 4월이면 곳곳에서 새하얀 아름다움으로 활짝 피어나던 봄의 전령은 어느새 무
 성한 잎을 만들어 우리의 더운 어깨를 받쳐주려 하고 있습니다.
 이렇게
 동래데이케어의 여름도 시작되었습니다.
 직원 하나하나가 어르신의 든든한 그늘이 되어 드리고자 오늘도 최고의 하루
 를 함께 합니다 ^^

* 7월 일정 안내 *

◆ ‘중복’ 나들이 일정

7월 21일 (금)

초복을 넘기고 중복을 맞아 어르신들께 여름을 건강하게 지내실 수 있도록 원기보충을 해드릴까 합니다. 석식은 제공되지 않으니 착오 없으시기 바랍니다.

◆ 생신잔치

한소리풍물단의 공연과 함께 정봉순(음6/07), 이종효(음6/07) 어르신의 생신을 함께 축하해 드릴 예정입니다.

◆ 7월의 건강정보 * 어르신 탈수 예방법 *

- 매일 아침 240~280 cc 정도의 물을 마십니다.
- 장시간 햇빛 노출을 삼가시고 외출 시에는 항상 물을 소지하시거나, 외출 후에는 충분한 물로 수분 보충을 해주셔야 합니다.
- 커피와 술 등 이뇨작용을 하는 음료는 자제해 주시기 바랍니다.
- 염분 부족을 막기 위해 평소 적당량의 염분을 섭취해 주시는 것도 좋습니다.

충분한 수분섭취와 염분보충으로 건강한 여름
나시길 바랍니다 !!