

실천 목표

어르신과 더불어 행복한
지역사회를 가꾸는
얼쑤 동래데이케어 방문요양

얼쑤 동래 데이케어

제 2019- 2호

발행인 : 조 보 필
담당자 : 이 병 하
발행일자 : 2019. 02. 01.



실수하고 넘어져도
언제나 희망으로
다시 시작할 준비가 되어 있는
겸손한 마음

곱게 설빔 차려입은
나의 마음과 어깨동무하고
새롭게 길을 가니
새롭게 행복합니다.

<이해인/새해마음 中>

“새해 복 많이 받으세요”
새해가 밝은지 엇그제 같은데
벌써 1월이 지나고 2월이 왔습니다.
2월 한달 행복하고 즐거운
일들만 가득하길 기원하며
언제나 최선을 다 해서
어르신들을 보필하는
동래데이케어가 되겠습니다.

* 2 어르신 건강관리 정보 *

▶ 연휴 건강관리 수칙

① 과음과 과식은 금물!

② 개인 상비약을 준비!

- 간단한 소화제나 두통약, 해열제 등

상비약을 미리 챙겨 두는 것이 좋습니다.

- 고혈압과 당뇨 등 만성질환 어르신들은

평소 드시던 약을 미리 넉넉하게 챙겨주셔야 합니다.



③ 위급한 상황이 생겼을 시에는

국번없이 119 또는 1339(응급의료 정보센터)

▶ 설 연휴 전염성 질병 조심

- 날씨가 추워지면 바이러스로 인한 유행성 질환이 잦아드는 시기입니다.

특히 낮은 온도에서 활동을 유지하는 노로 바이러스는 설 연휴에 급증하는

시기이기도 합니다. 바이러스에 오염된 음식과 물이나 노로바이러스에

감염된 환자와 접촉했을 때 전파가 되고 감염 시 전염성이 매우 강하여

두통과, 발열, 오한, 근육통 같은 증상과 함께 잦은 설사를 유발하므로

감염되지 않기 위해서는 무엇보다도 예방이 가장 중요합니다.

철저한 위생과 함께 상한 음식 섭취는 피하시고 항상 물이나 불에 익혀드
셔야 합니다.

행복한 설 연휴 보내시길 바랍니다 ^^♥

문장 따라 말하기

①

우리집 옆집 앞집 뒷창살은 홑겹창살이고,
우리집 뒷집 앞집 옆창살은 겹겹창살이다.

②

내가 그린 기린 그림은 긴 기린 그림이고
니가 그린 기린 그림은 안 긴 기린 그림이다.

③

저기 계신 저 분이 박 법학박사이시고,
여기 계신 이분이 백 법학 박사이다.

🌸 위 보기의 문장들을 정확하게 5번씩 소리 내 말해보세요.