

실천 목표

어르신과 더불어 행복한
지역사회를 가꾸는
얼쑤 동래데이케어 주간보호

얼쑤 동래 데이케어

제 2019 - 09호

발행인 : 이 영 애
담당자 :
발행일자 : 2019. 09. 01



가을의 향기가 물씬 풍겨오는 9월입니다.
산들산들 가을바람을 맞으며 사는 일에도 여유가 찾아옵니다.
곧, 풍요롭고 나누는 마음이 넉넉한 즐거운 명절, 추석입니다.
예로부터 추석은 농사일로 바빴던 일가친척이 서로 만나 햇곡식으로 만든 음식을 먹으며 즐거운 하루를 보내는 날입니다. 또 벌초, 제사 등 선조들을 추모하고 감사의 인사를 드리는 시간을 갖는 날입니다. 본래 의미처럼 어느 것 하나 소홀하지 않는 추석, 보름달처럼 넉넉하고 풍요로운 한 달이 되셨으면 좋겠습니다.
언제나 감사드립니다.*^^*

* 9월 일정 안내 및 알림 *

▶ ♣ 일정 안내

▶ 9월 11일 미용봉사 - 최지애 강사

▶ 추석 일정 안내

9월 12일 : 정상적으로 센터 운영합니다.

(단, 석식제공하지 않습니다.)

9월 13일, 14일 : 센터 운영하지 않습니다.

9월16일 월요일 정상적으로 등원하시면 됩니다.

♣ 본인부담금 계좌번호 :

하나은행) (주)동래데이케어 186 - 91002 - 83704

▶ ♣ 공지

- 2019년 7월 ‘급여제공기록지’ 부분은 각 가정으로 우편발송
하였고, 확인자서명은 부득이 어르신께 직접 받았음을 알려드립니다.

* 9월의 건강정보 *

8~9월에 75% 발생... 살모넬라 식중독 주의보

식품의약품안전처가 여름철 낮 최고온도가 30도 이상 지속되는 기간에는 살모넬라 식중독 발생위험이 높아진다고 계란, 알 가공품 등 식재료 취급, 보관관리에 각별한 주의를 당부하는 보도자료를 발표하였습니다.

특히, 8월보다 9월에 살모넬라 식중독 환자의 발생이 더 높아, 다가오는 9월에 더 주의해야할 것으로 보인다, 살모넬라 식중독을 일으키는 주요 원인 식품은 계란 및 알 가공품, 김밥류 등으로 조사되어 식품관리에 주의가 요구된다.



식중독은 여름뿐만 아니라 계절에 관계없이 주의를 해야하며, 특히 노인이 되면 냉장고속 음식은 상하지 않는다고 맹신하거나 고령으로 미각, 후각 등이 저하되니 노인의 경우는 음식상태에 대해 판단하지 못하고 상한 음식을 섭취할 수도 있어 주의해야한다.

알찬 가을, 9월 제철 음식 “배”



배는 우리나라에서 생산되는 주요 6대 과일 중 하나로, 산성화된 현대인의 혈액을 중화시켜주는 대표적인 알카리성 식품입니다. 가래나 기침을 완화시키는 배는 다른 과일에 비해 칼륨 함량이 높아 수용성 식이섬유가 풍부하게 들어 있어서 체내에 잔류된 나트륨을 배설시켜 혈압을 조절하는데 도움을 줄 수 있습니다. 장운동을 도와 배변활동을 원활하게 하며, 아스파라긴산이 체내 알코올 성분의 분해를 도와줍니다.