



2024년 01월 가정통신문

♣ 2024년 청룡의 해 갑진년 새해가 밝았습니다!!

동래데이케어 주간보호센터는 어르신들의 건강과 편안함을 통해서 자존감을 높여드리고 일상에서 지루하지 않는 삶을 살아 가실 수 있도록 항상 세심하게 살피며 함께 하겠습니다. 1월부터는 준비된 다양한 서비스와 프로그램으로 어르신들께서 보다 편안하시고, 행복한 노년을 보내실 수 있도록 더욱 세심하게 준비하며 모든 중심에 소중한 어르신들이 계시기에 그 곁에서 늘 동래데이케어 직원들이 함께 하도록 하겠습니다. 항상 동래데이케어주간보호센터에 대한 관심과 힘찬 응원에 감사드리며 2024년 한 해도 잘 부탁드립니다.~^^

♣ 1월1일부터 간식비가 500원 인상 됩니다.

♣ 1월부터 운전기사 교체로 인해 오전, 오후 송영시간 변경이 있을 수 있으니 참고 부탁드립니다.

♣ 1월 03일은 생신잔치가 있습니다.

이양선어르신 01.02 (양력)

조광자어르신 12.13 (음력)

손필순어르신 12.15 (음력)

♣ 1월 9, 23일은 문화사랑행복예술단에서 다양한 예술장르 공연을 보여주러 오십니다.

♣ 1월 16일은 경현종합예술단에서 다양한 예술장르 공연을 보여주러 오십니다.

♣ 1월 17 일은 요리활동시간이 있습니다.

♣ 1월 25일은 미용봉사가 있습니다.

♣ 1월 31일은 간호예방교육이 있습니다.



♣동래데이케어 네이버 밴드

<https://band.us/n/aba791Kcfn07o>

네이버 밴드에 어르신 활동 관련 사진 등 올라오니 구경하시길 바랍니다^^

♣ 사회복지사 국장 : 이병하 (H.P 010-8420-3990)

♣ 사회복지사 : 김미정 (H.P 010-2962-2777)

♣2023년 마무리 잘하시고 다가오는 청룡의 해에는 건강과 행복이 가득하시길 바랍니다.~

^^♥



문화사랑행복예술단 공연
쌀쌀한 날씨에도 따뜻한 온기가 전해지는 동
래데이케어입니다^^
바깥날씨는 춥지만 센터안은 후끈후끈하답니
다. 문화사랑행복예술단에서 대중가요, 고전
무용, 판소리, 장구 등 여러 공연을 준비해주
셨어요.



생신을 맞아 이쁘게 화장과 머리도 하시고 고
깔모자를 쓴 오늘의 주인공!!
어르신들의 표정이 모두 밝으셨어요~ 수줍어
하시면서도 좋아하시는 모습에 보는 모두가
행복해졌답니다.
달콤한 간식과 과일, 음료와 떡케익으로 생신
상을 꾸미고 모두 다 함께 생일 축하 노래도
부르며 즐거운 시간을 보냈습니다.



모든 사회복지시설은 소방안전 관리에 관한 규정에 따라 연2회 수방훈련을 실시합니다. 사고가 일어나지 않으면 좋겠지만, 사고는 예상할 수 없는 순간에 찾아오기에 인명 피해를 최소화 하기위해 절대~로 소홀히 할 수 없는 교육입니다. 화요일 오전에는 동래데이케어 주간보호센터도 소방안전교육 및 재난상황을 대비한 훈련을 진행하였습니다.



반기별로 진행되어야 하는 하반기 보호자 간담회를 진행하였습니다.~
쌀쌀한 날씨에도 바쁘신 일정가운데 회의에 참석해주신 보호자님들께 감사드립니다.^^
이번에 참여하지 못하신 보호자님들께서는 다음 상반기 보호자 간담회에 더 많은 분들과 함께하기를 희망하며 오늘의 보호자간담회로 인해 보호자님들의 시설에 대한 의견을 수렴하고 개별적인 욕구를 파악하여 맞춤형 서비스를 제공하기 위해 앞으로 더 노력하겠습니다.

2024년 01월 식단표

2024년 01월

(주)동래 데이케어

구분		월(01.01)	화(01.02)	수(01.03)	목(01.04)	금(01.05)	토(01.06)
점심 식단		혼합잡곡밥 물만두국 돼지갈비찜 실곤약야채무침 부추야채무침 배추김치 (681 / 36kcal)	혼합잡곡밥 콩나물국 코다리무조림 새송이버섯볶음 고추무침 배추김치 (511 / 22kcal)	혼합잡곡밥 소고기미역국 참조기구이 잔치잡채 단배추나물 배추김치 (647 / 25kcal)	혼합잡곡밥 순두부백탕 해물볶음우동 어묵야채볶음 꼬시래기무침 배추김치 (691 / 33kcal)	혼합잡곡밥 콩비지찌개 돈육두루치기 미역줄기볶음 돈나물사과무침 배추김치 (538 / 14kcal)	혼합잡곡밥 버섯매운탕 콩치캔시래기조림 주키니호박볶음 숙주나물 배추김치 (621 / 19kcal)
저녁 식단			혼합잡곡밥 콩나물국 고추무침 소고기숙주볶음 맛살피망볶음 배추김치 (665 / 26kcal)	혼합잡곡밥 소고기미역국 단배추나물 참치김치볶음 건파래볶음 배추김치 (525 / 24kcal)	혼합잡곡밥 순두부백탕 꼬시래기무침 가지미구이 무나물볶음 배추김치 (691 / 30kcal)	혼합잡곡밥 콩비지찌개 돈나물사과무침 네모명태전 고춧잎무침 배추김치 (580 / 19kcal)	
오전 간식		아이러브요거트 플레인	칼슘두유	우유/시리얼	요거타임 샤인머스켓	생크림요거트	율무차
오후 간식		삶은계란/율무차	미니땅콩샌드&요 구르트	코코쿠프백미견 과스낵	크림치즈옥수수 빵	감귤	망고코코푸딩
구분	일(01.07)	월(01.08)	화(01.09)	수(01.10)	목(01.11)	금(01.12)	토(01.13)
점심 식단		혼합잡곡밥 소고기무국 닭살바베큐소스 조림 비엔나야채볶음 콩나물무침 배추김치 (636 / 28kcal)	혼합잡곡밥 아욱된장국 훈제오리아채볶음 우영채조림 부추야채무침 배추김치 (620 / 24kcal)	혼합잡곡밥 감자수제비국 돈육두루치기 어묵볶음 방풍나물장아찌 배추김치 (626 / 20kcal)	혼합잡곡밥 순대국 떡갈비구이 미역줄기볶음 얼갈이나물 배추김치 (557 / 21kcal)	혼합잡곡밥 어묵국 식물성함박스테이크 이크폭찜 단호박샐러드 물파래무무침 배추김치 (718 / 26kcal)	혼합잡곡밥 꽃게된장국 삼치구이 두부조림 고들빼기무침 배추김치 (558 / 17kcal)
저녁 식단		혼합잡곡밥 소고기무국 콩나물무침 돈육감자짜글이 고소한콩자반조림 배추김치 (554 / 20kcal)	혼합잡곡밥 아욱된장국 부추야채무침 적어구이 맛살피망볶음 배추김치 (558 / 31kcal)	혼합잡곡밥 감자수제비국 방풍나물장아찌 소고기채피망볶음 미니새송이조림 배추김치 (615 / 23kcal)	혼합잡곡밥 순대국 얼갈이나물 고등어조림 고추무침 배추김치 (594 / 22kcal)	혼합잡곡밥 어묵국 물파래무무침 돈육각독고추장 조림 콩나물무침 배추김치 (501 / 16kcal)	
오전 간식		딸바라떼	생크림요거트플 레인	우유/시리얼	요거타임 포도	떠먹는리얼요거 트플레인	비타민두유
오후 간식		구운계란/율무차	미니딸기샌드&요 구르트	찜만두	흔들어먹는골드 키위푸레	파인애플	우리밀이함유된 요거팅딸기파운 드

구분	일(01.14)	월(01.15)	화(01.16)	수(01.17)	목(01.18)	금(01.19)	토(01.20)	
점심 식단		혼합잡곡밥 홍합살미역국 돈육느타리버섯 볶음 파래전 궁채무침 배추김치 (532 / 20kcal)	혼합잡곡밥 참치김치찌개 탕수육&소스 감자샐러드 콩나물무침 배추김치 (564 / 27kcal)	혼합잡곡밥 근대된장국 닭볶음탕 느타리버섯볶음 세발나물무침 배추김치 (638 / 27kcal)	혼합잡곡밥 콩가루배추국 돈육야채볶음 양배추찜&쌈장 땅콩조림 배추김치 (621 / 25kcal)	혼합잡곡밥 들깨알토란국 미트볼조림 가지나물 고들빼기지 배추김치 (710 / 29kcal)	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 고등어구이 탕평채 오이무침 배추김치 (522 / 22kcal)	
저녁 식단		혼합잡곡밥 홍합살미역국 궁채무침 순대야채볶음 두부조림 배추김치 (563 / 16kcal)	혼합잡곡밥 참치김치찌개 콩나물무침 오징어볶음 건파래볶음 배추김치 (779 / 25kcal)	혼합잡곡밥 근대된장국 세발나물무침 메추리알곤약조 림 어묵볶음 배추김치 (569 / 24kcal)	혼합잡곡밥 콩가루배추국 땅콩조림 가지미양념조림 무생채 배추김치 (624 / 18kcal)	혼합잡곡밥 들깨알토란국 고들빼기지 돈육감자조림 호박볶음 배추김치 (630 / 29kcal)		
오전 간식		하루요거트플레 인	아이러브요거트 플레인	미숫가루	우유/시리얼	생크림요거트	칼슘두유	
오후 간식		삶은계란/올무차	모듬어묵탕	흔들어먹는제주 한라봉퓨레	단호박쌀찐빵	바나나	호박씨앗호밀꿀 호떡	
구분	일(01.21)	월(01.22)	화(01.23)	수(01.24)	목(01.25)	금(01.26)	토(01.27)	
점심 식단		혼합잡곡밥 버섯매운탕 클래식통등심돈 까스 멕시칸샐러드 숙주나물 배추김치 (633 / 36kcal)	혼합잡곡밥 우거지된장국 제육볶음 야채계란찜 고추무침 배추김치 (589 / 19kcal)	혼합잡곡밥 우거지된장국 종합어묵국 코다리양념찜 주키니호박볶음 무말랭이무침 배추김치 (568 / 36kcal)	혼합잡곡밥 종합어묵국 무말랭이무침 돈육김치찜 느타리버섯볶음 배추김치 (534 / 21kcal)	혼합잡곡밥 황태해장국 조랭이떡간장찜 닭 실곤약야채무침 고들빼기무침 배추김치 (587 / 25kcal)	혼합잡곡밥 계란파국 돈육카레소스(양 많이) 어묵피망볶음 고추잎무침 배추김치 (657 / 22kcal)	혼합잡곡밥 호박고추장찌개 소고기그린빈스 볶음 감자채볶음 세발나물무침 배추김치 (608 / 20kcal)
저녁 식단		혼합잡곡밥 버섯매운탕 숙주나물 돈사태김치찜 툇두부무침 배추김치 (529 / 26kcal)	혼합잡곡밥 우거지된장국 고추무침 닭살토마토볶음 도토리묵야채무 침 배추김치 (578 / 29kcal)	혼합잡곡밥 종합어묵국 무말랭이무침 돈육김치찜 느타리버섯볶음 배추김치 (534 / 21kcal)	혼합잡곡밥 황태해장국 고들빼기무침 두부담은돈저냐 메추리알조림 배추김치 (777 / 26kcal)	혼합잡곡밥 계란파국 고추잎무침 임연수구이 두부조림 배추김치 (530 / 19kcal)		
오전 간식		생크림요거트플 레인	오곡미숫가루라 떼	우유/시리얼	요거트플레인	비타민두유	대추차	
오후 간식		구운계란/올무차	단호박샐러드	21곡크리스피롤	안흥쌀찐빵	사과	애플자몽코코푸 딩	

구분	일(01.28)	월(01.29)	화(01.30)	수(01.31)			
점심 식단		혼합잡곡밥 팽이버섯어묵국 돈육두루치기 맛살피망볶음 콩나물무침 배추김치 (576 / 32kcal)	혼합잡곡밥 동태매운탕 떡갈비피망볶음 브로콜리계란찜 고추무침 배추김치 (690 / 25kcal)	혼합잡곡밥 콩가루배추국 춘천닭갈비 비엔나소시지볶음 유채나물 배추김치 (613 / 31kcal)			
저녁 식단		혼합잡곡밥 팽이버섯어묵국 콩나물무침 콩치캔양념조림 우엉채조림 배추김치 (605 / 20kcal)	혼합잡곡밥 동태매운탕 고추무침 네모명태전 들깨무나물 배추김치 (537 / 16kcal)	혼합잡곡밥 콩가루배추국 유채나물 궁중섭산적 땅콩조림 배추김치 (618 / 25kcal)			
오전 간식		생크림요거트플레인	비피더스 포도	우유/시리얼			
오후 간식		삶은계란/올무차	고단백에너지바	커스터드&요구르트			

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 원산지 표시 : * 원산지 표시의무 대상 품목(24개) : 쌀(죽,누룽지,현미,흑미,찰쌀,찐쌀:국산), 배추김치(배추:국산, 중국산/ 고춧가루:중국산), 고춧가루(중국산), 열갈이(국내산,중국산:국용), 콩(두부, 콩비지, 청국장, 콩국수:외국산), 소고기(호주산), 돼지고기(국산), 닭고기(국산), 오리고기(국산), 훈제오리(국산), 식육가공품-물만두(돈육-국산), 너비아니(돈육-국내산), 섭산적(돈육-국내산,소고기-국내산), 완자(닭-국산,돈육-국산), 햄(닭-국산,돈육-국산), 비엔나소시지(돈육-국내산,닭-국내산), 선삼적(돈육-국내산), 소시지(연육-중국산,돈육-국내산), 탕수육(돈육-국내산), 식물성햄박스테이크(두류가공품-중국산), 오징어(페루산), 고등어(국산), 명태(황태, 북어-러시아산), 동태(러시아), 갈치(세네갈산), 콩치(원양산), 삼치(국산), 코다리(러시아산), 임연수(미국산), 굴비(국산), 참치(원양산), 가자미(미국산) 수산가공품-진미(페루산),명엽채(베트남산),콩치캔

2024년 01월 프로그램 일정표

2024년 01월 / 기본형

(주)동래 데이케어

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 신정 인지(전체) 끝말잇기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 포스트잇 붙이기 14:30~15:30(60분)	2 인지(전체) 감상_세화<호작도 > 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 고무신던지기 14:30~15:30(60분)	3 인지(전체) 한파 대응 10:50~11:50(60분) 가족(전체) 생신 잔치 14:30~15:30(60분) 인지(전체) 똑딱이 핫팩 만들기 14:30~15:30(60분)	4 인지(전체) 만년 달력 만들기 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-수학,교구 14:30~15:30(60분)(외)	5 신체(전체) 쓱뚬 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-실버놀이 14:30~15:30(60분)(외)	6 사회(전체) 특별한날 · 절기 프로그램 [소한] 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 동요-고드름 14:30~15:30(60분)
7	8 인지(전체) [두뇌개발 24] 순서를 기억해요 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 손마사지 14:30~15:30(60분)	9 인지(전체) 시조_오백 년 도읍지를 10:50~11:50(60분) 사회(전체) 문화사랑행복예술단 14:30~15:30(60분)(자)	10 인지(전체) 맞춤형-교구.블럭 10:50~11:50(60분)(외) 인지(전체) [제철 음식] 딸기 14:30~15:30(60분)	11 인지(전체) 맞춤형-음악,신체 10:50~11:50(60분)(외) 인지(전체) 맞춤형-수학,교구 14:30~15:30(60분)(외)	12 신체(전체) 쓱뚬 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-실버놀이 14:30~15:30(60분)(외)	13 인지(전체) [시니어 몬테소리] 자르기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) [놀이중심]글자 낚시 14:30~15:30(60분)
14	15 인지(전체) 맞춤형-음악,신체 10:50~11:50(60분)(외) 신체(전체) 손마사지 14:30~15:30(60분)	16 인지(전체) 추억의 옛날 통닭 10:50~11:50(60분) 사회(전체) 국악,고전무용봉사단 14:30~15:30(60분)(자)	17 인지(전체) 맞춤형-교구.블럭 10:50~11:50(60분)(외) 사회(전체) 요리수업 - 생크림 과일컵케이크 14:30~15:30(60분)	18 인지(전체) 특별한날 · 절기 프로그램 [대한] 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-수학,교구 14:30~15:30(60분)(외)	19 신체(전체) 쓱뚬 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-실버놀이 14:30~15:30(60분)(외)	20 인지(전체) 먼저 선(先) 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 한삼놀이 14:30~15:30(60분)
21	22 인지(전체) 맞춤형-음악,신체 10:50~11:50(60분)(외) 신체(전체) 손마사지 14:30~15:30(60분)	23 인지(전체) 색종이 보석 상자 10:50~11:50(60분) 사회(전체) 문화사랑행복예술단 14:30~15:30(60분)(자)	24 인지(전체) 맞춤형-교구.블럭 10:50~11:50(60분)(외) 인지(전체) 이야기 사진첩_독수리 모형제 추억여행 14:30~15:30(60분)	25 인지(전체) [제철 음식] 더덕 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-수학,교구 14:30~15:30(60분)(외)	26 신체(전체) 쓱뚬 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 맞춤형-실버놀이 14:30~15:30(60분)(외)	27 인지(전체) 한 땀, 한 땀, 바느질 놀이 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 오늘 하루 표정으로 표현하기 14:30~15:30(60분)
28	29 인지(전체) 맞춤형-음악,신체 10:50~11:50(60분)(외) 신체(전체) 손마사지 14:30~15:30(60분)	30 인지(전체) 이름으로 표현하기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 전통 손 제기 놀이 14:30~15:30(60분)	31 인지(전체) 맞춤형-교구.블럭 10:50~11:50(60분)(외) 인지(전체) 간호교육(배변도움지침) 14:30~15:30(60분)			