

인사말

안녕하세요, 호산나데이케어입니다. 따뜻한 햇살과 싱그러움 가득한 5월입니다. 가정의 달을 맞아 보호자님과 어르신 모두의 가정에 사랑과 행복이 늘 함께하시길 바랍니다. 다가오는 기념일들 속에서 가족과 함께하는 시간마다 감사와 기쁨이 넘치시기를 소망합니다. 호산나데이케어는 어르신들께서 안전하고 편안하게 일상을 보내실 수 있도록 항상 정성을 다해 섬기고 있습니다. 또한 감염병 예방을 위한 방역지침을 철저히 준수하며, 안심할 수 있는 환경을 유지하고 있습니다. 작은 변화도 세심하게 살피며 어르신들의 건강과 미소를 최우선으로 생각하는 호산나데이케어가 되겠습니다. 감사합니다.

*센터 내에서는 마스크 착용을 부탁드립니다.

- 호산나 일정 안내 -

- 5월 건강소식 (말라리아 예방하세요)-

04월

*4월8일(수)부활절예배와 생신잔치를 진행하였습니다.

(박판원, 이강자, 정세화, 박진희어르신)

*4월13일(월) 배변도움교육을 진행하였습니다.

*4월15일(수) 센터 인근 공원으로 즐거운 소풍을 다녀왔습니다.

*4월29일(수)수요콘서트 및 생신잔치가 진행되었습니다.

(이경심, 서영순, 박영분 어르신)

*따뜻해진 날씨에 맞춰 테이블별로 인근 코스를 따라 산책 활동을 실시하고 있습니다.

말라리아 증상

- 말라리아에 감염되면 발열, 오한, 두통, 근육통, 피로 등 비특이적인 증상을 보입니다.
 - *기침, 가래를 동반하는 감기와 다름
- 특히 국내에 토착화된 삼일열 말라리아의 경우 48시간 간격으로 증상이 반복됩니다.

오한
심한 오한이 30분~2시간 정도 지속

발열
39°C 이상 고열, 심한 두통, 구토가 수 시간 지속

발한
체온이 급격히 정상화되면서 땀이 난 후 지치고 졸림

말라리아 예방수칙

- 3시간마다 모기기피제 사용
- 일을 후부터 일출 전까지 활동 자제
- 야간활동 시 밝은색 긴 옷 착용
- 야외활동 후 샤워

05월

*5월 1일(금) 근로자의 날을 맞이하여 저희 센터는 전체 휴원입니다.

*5월5일(화), 25일(월) 저희 센터는 정상 운영합니다. (저녁식사는 하지 않습니다)

*5월8일(금) 어버이날을 맞이하여 “사랑의 카네이션 달아 드리기“ 행사를 진행합니다.

*5월11일(월) 재난상황대응 및 응급상황대처 교육이 있습니다.

*5월27일(수) 장계숙, 김정순, 한옥선 어르신의 생신 잔치를 진행합니다.

*5월27일(수) 수요콘서트가 진행됩니다.



5월 프로그램

• 프로그램 세부일정은 별지로 첨부 합니다.

	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
08:00~10:00	입소 시작 아침 인사/ 몸단장/ 차 마시기 및 담소/ 뉴스 보기					
09:30~10:00	손, 의복 소독/ 기본활력체크(혈압/체온/혈당 등)/오전 간식					
10:00~10:30	opening/ 모닝 송 및 체조로 인사 나누기					
10:30~11:30	신체(공통) 재활신체운동 (외부강사)	인지/신체(공통) (간호팀)	종교 및 기타 행사 (사회복지사)	인지(공통) 웃음치료 (외부강사)	인지(공통) 미술치료 (외부강사)	인지기능향상(4) (사회복지사)
11:30~12:00	자유시간 및 식사준비를 위한 연하운동					
12:00~13:00	점심 식사/ 일상생활 지도(차 마시기, 구강청결, 투약)					
13:00~14:00	오침 / 휴식					
14:00~15:00	인지기능향상(4) (사회복지사)	인지(공통) 국악 (외부강사)	목욕서비스 사회적응 사회적응 및 신체 지원 (사회복지사)	신체활동(3) (사회복지사) 원예활동(1) (외부강사)	신체활동(4) (사회복지사) 미용/족욕(1) (요양팀)	신체지원(4) (사회복지사)
15:00~15:30	맛있는 간식					
15:30~16:00	선택활동/ 그림 및 퍼즐					
16:00~16:30	신체활동 /건강체조					
16:30~17:00	closing / 송영준비 및 귀가(선택적)					
17:00~17:30	저녁식사 및 산책					
17:30~18:30	송영준비 및 귀가					

5월 식단표

* 노인 평균영양권장 열량:1,800-2,000kcal

* 기타 변동에 의해 바뀔 수 있으니 양해 부탁드립니다.

* 실버케어플러스의 영양사 식단 기준 자체 급식 제공.

* 소화를 돕기 위해 백미밥을 제공하고 있습니다.

구분	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
일자					1	2
중식					근로자의 날 휴원	백미밥 콩가루된장국 돈육양배추볶음 가지나물무침 돌나물초무침 배추김치
일자	4	5	6	7	8	9
중식	백미밥 얼갈이된장국 카레라이스 단무지무침 미역줄기 배추김치	백미밥 조갯살미역국 간장돈불고기 알감자조림 참나물무침 배추김치	백미밥 대파계란탕 탕수육 고구마순나물 단무지무침 배추김치	백미밥 콩비지찌개 갯순나물볶음 도라지오이나물 마늘쫄 배추김치	백미밥 미역국 소불고기 야채샐러드 잡채 배추김치	백미밥 바지락탕 조기구이 상추겉절이 양념깻잎지 배추김치
일자	11	12	13	14	15	16
중식	백미밥 들깨옹심이국 임연수구이 곤약무침 취나물무침 배추김치	백미밥 두부된장국 고추잡채 청경채찜&양념장 꽃 빵 배추김치	백미밥 맑은콩나물국 떡갈비 새송이버섯볶음 비타민나물무침 배추김치	백미밥 콩가루배추국 돈채파프리카볶음 김치전 진미채볶음 배추김치	백미밥 양송이스프 찜닭 갯순나물볶음 무조림 배추김치	백미밥 홍합살무국 돈육가지볶음 어묵조림 열무나물무침 배추김치
일자	18	19	20	21	22	23
중식	백미밥 근대된장국 생선구이 아욱나물무침 주키니호박나물 배추김치	삼색나물비빔밥 계란후라이 닭가슴살샐러드 오징어젓갈무침 느타리버섯볶음 배추김치	백미밥 순살감자탕 들기름두부구이 연근조림 부추양파겉절이 배추김치	백미밥 심금치된장국 돈육가지볶음 미나리무침 부추콩나물무침 배추김치	백미밥 곰탕&소면 메밀전병 오이고추된장무침 우영조림 배추김치	백미밥 유부우동국 돈육카레라이스 야채고로케 단무지무침 배추김치
일자	25	26	27	28	29	30
중식	백미밥 닭곰탕 동그랑땡전 고사리나물 무조림 배추김치	백미밥 새송이된장국 보쌈 볼어묵피망볶음 상추&쌈장 배추김치	백미밥 홍합살미역국 간장불고기 잡채 과일샐러드 배추김치	백미밥 청국장찌개 순대들깨볶음 감자채볶음 그린샐러드 배추김치	백미밥 바지락된장국 훈제오리야채볶음 굴소스감자조림 만다린샐러드 배추김치	백미밥 두부된장국 생선구이 숙주나물무침 돌나물무침 배추김치