

인사말

안녕하세요, 호산나데이케어입니다. 싱그러운 녹음이 짙어지는 가득한 6월입니다. 유난히 푸르고 호젓한 이달에는 지금의 평온한 일상을 있게 해준 고마운 분들을 향한 감사의 마음이 더욱 깊어집니다.

보호자님과 어르신들의 가정에도 늘 감사와 평안이 가득하시기를 소망합니다. 우리가 누리는 매일의 소중한 행복 속에서 가족과 함께 웃음꽃 피우는 따뜻한 한 달이 되시길 바랍니다.

호산나데이케어는 어르신들께서 안전하고 쾌적하게 여름을 맞이하실 수 있도록 언제나 정성을 다해 섬기고 있습니다. 철저한 방역지침 준수로 안심할 수 있는 환경을 유지하며, 작은 변화도 세심하게 살펴 어르신들의 건강한 미소를 지켜나가겠습니다. 감사합니다.

- 호산나 일정 안내 -

05월

- *5월8일(금) 어버이날을 맞이하여 “사랑의 카네이션 달아 드리기” 를 진행하였습니다.
- *5월11일(월) 재난상황대응 및 응급상황대처 교육이 있었습니다.
- *5월27일(수) 장계숙, 김정순, 한옥선 어르신들의 생신 잔치를 진행하였습니다.
- *5월27일(수) 수요콘서트를 진행하였습니다.
- *따스하고 청량한 날씨엔 테이블별로 어르신들을 모시고 가까운 코스로 산책을 시행하고 있습니다.

- 초여름 맞이 건강수칙 -

1. 체온 피부 보호

실내 외 온도차 주의
 냉방 온도는 25~26℃를 유지,
 가벼운 걸음을 준비하는 것이 좋습니다.

자외선 차단
 외출 전에는 자외선 차단제를 바르고,
 모자나 양산, 선글라스를 활용해
 햇볕을 물리적으로 차단해 주세요.

2. 식중독 및 장염 예방

주방 위생 수칙
 음식을 조리하기 전후에는 반드시 손을 깨끗이 씻고,
 칼과 도마는 식재료별로 구분해서 사용**해 주세요.

완전 가열 / 즉시 냉장
 육류와 어패류는 중심부까지 완벽히 익혀서 섭취하고,
 남은 음식은 실온에 방치하지 말고 즉시 냉장 보관**하세요.

06월

- *6월 3일(수) “지방 선거”, 6월6일(토) “현충일” 저희센터는 정상 운영합니다. (저녁식사는 제공하지 않습니다.)
- *선거일로 목욕 연기 : 6/4(목) - 여자어르신 6/5(금) - 남자어르신
- *6월8일(월) 소방서 연계 : 응급처치 및 심폐소생술(CPR) 교육이 있습니다.
- *6월24일(수) 송순임, 조석기, 김연순 어르신들의 생신 잔치를 진행합니다.
- *6월24일(수) 수요콘서트가 진행됩니다.
- *6월도 많이 덥지 않은 맑은날, 어르신들과 즐거운 산책시간을 갖을 예정입니다.



사랑의 카네이션 달아드리기

5 월의 사진

6월 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					

6월 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	3	4	5	6
중식	백미밥 콩나물김치국 닭볶음탕 애호박볶음 청경채나물 배추김치	백미밥 짜장라이스/후라이 대파계란탕 탕수육&소스 오복지 배추김치	백미밥 홍합살무국 제육볶음 청포묵김가루무침 오이부추무침 배추김치	백미밥 된장국 소불고기야채볶음 브로콜리아채찜 콩자반조림 배추김치	백미밥 유부장국 생선까스&타르소스 야채샐러드 오이지 배추김치	백미밥 어묵국 훈제오리아채볶음 부추겉절이 무쌈 배추김치
일자	8	9	10	11	12	13
중식	백미밥 시금치된장국 소고기가지찜 취나물무침 양배추샐러드 배추김치	백미밥 무국 돈육양배추볶음 어묵잡채 브로콜리참깨무침 배추김치	백미밥 순두부국 생선구이 도토리묵무침 부추무침 배추김치	백미밥 감자국 닭도리탕 콩나물무침 오이고추된장무침 배추김치	백미밥 오이냉국 코다리조림 두부무침 알배추찜&양념장 배추김치	백미밥 맑은콩나물국 간장두부조림 시금치나물 도시락김 배추김치
일자	15	16	17	18	19	20
중식	백미밥 어묵탕 제육볶음 마나리나물무침 연근조림 배추김치	백미밥 된장국 한입떡갈비조림 시금치나물 미역줄기 배추김치	백미밥 들깨옹심이국 가자미구이 감자채볶음 오이지무침 배추김치	백미밥 콩나물국 카레라이스 도토리묵&양념장 마카로니샐러드 배추김치	백미밥 미역국 마파두부조림 사각어묵볶음 참나물양파무침 배추김치	백미밥 청국장찌개 코다리조림 느타리버섯볶음 양파초절임 배추김치
일자	22	23	24	25	26	27
중식	백미밥 감자국 고등어조림 마늘종어묵볶음 콩나물무침 배추김치	백미밥 두부된장국 고추잡채 양배추찜&양념장 꽃빵 배추김치	백미밥 미역국 소불고기 잡채 과일샐러드 배추김치	백미밥 어묵국 닭볶음탕 청포묵김가루무침 도라지오이나물 배추김치	백미밥 유부장국 돈까스*타르타르 건새우마늘종볶음 갯순나물 배추김치	백미밥 콩나물김치국 조기구이 연두부&양념장 아욱나물무침 배추김치
일자	29	30				
중식	백미밥 유부우동국 닭도리탕 명엽채 호박나물 배추김치	곤드레밥&양념장 부추된장국 돼지고기고명 오징어젓갈 양파초절임 배추김치				