

2026년 07월 가정통신문

안녕하세요. 플러스에이 송도효드림복지센터 입니다.

본격적인 무더위가 시작되는 7월입니다.

기상청은 올해 여름이 예년 여름보다 더 더울 것이라고 발표하였습니다. 여름철 고온 다습한 날씨는 어르신들의 관절 통증을 유발하거나 식욕을 떨어뜨리기 쉽습니다. 이에 센터에서는 규칙적인 실내 수분 섭취와 실내 스트레칭 프로그램을 강화하여 어르신들의 신체 컨디션을 세심하게 살피고 있으며, 위생 관리를 더욱 철저히 하여 안전하고 쾌적한 환경을 유지하는 데 만전을 기하고 있습니다. 가정에서도 어르신들의 수면 상태나 식사량을 함께 살펴주시기 바라며 건강하고 시원한 7월 보내시길 바라겠습니다.

- 안 내 사 항 -

1. 7월17일(금) 정상 운영합니다. 이용에 참고하시기 바랍니다.
2. 7월30일(목)은 7월에 생신을 맞이하신 어르신들의 생신 잔치를 합니다. 이번 달 생신을 맞이하신 어르신은 고○진, 고○희, 이○임, 정○규 어르신입니다.
어르신의 실제 생신이 다를 경우 센터로 연락 주세요.
3. 초복인 7월15일(수) 삼계탕을 준비하여 어르신께서 여름을 무사히 이겨낼 수 있도록 하겠습니다.



인지활동-공작새만들기
색종이 접기와 자르기로 색종이 말아보기로 공작새 날개를 만들어 붙여 꾸며보셨습니다.



신체활동-골프운동
골프채의 방향과 힘을 조절하여 공의 움직임을 바꿔보셨습니다.



신체활동-후프운동
후프를 돌리고 다리에 끼워 보기도 하며 상지와 하지 근력운동을 하셨습니다.



가족지지-생신잔치
6월 생신을 맞이하신 김○숙, 이○순어르신 생신잔치를 하였습니다.