

### 안심노인요양시설/안심노인종합복지센터

- 운영법인 : 사회복지법인 느티나무
- 사업안내 : (입소시설) 노인성 질환으로 수발이 필요한 어르신에게 입소를 통해 일상생활의 도움과 심신건강을 지원 (주간보호) 어르신들을 주간에 안전한 보호와 함께 다양한 프로그램으로 심신기능 향상을 지원
- 주 소 : (안심노인요양시설) 부산 해운대구 아랫반송로89번길 8(반송동) (안심노인종합복지센터) 부산 동래구 총렬대로86번길 5(온천동)



### 안심생활

- 입소 및 방문요양, 안심치유정원, 안심생활 요양보호사교육원

- 운영법인 : 사단법인 안심생활
- 사업안내 : 1. 입소 및 센터의 요양보호사가 어르신의 가정을 방문하여 신체활동지원, 가사지원, 일상생활 활동 지원서비스를 제공 2. 안심치유정원 운영(부산시 금정구 체육공원로 545)
- 홈페이지 : [www.ansim.org](http://www.ansim.org)
- 주 소 : 부산광역시 금정구 중앙대로 1883 현대빌딩 4층



### 안심요양병원

- 운영법인 : 안심의료재단
- 사업안내 : 고령화로 인한 여러 가지 노인성 질환(뇌졸중, 당뇨, 고혈압, 만성질환 등)을 가지고 있는 부모님을 간병할 수 없는 가족의 어려움과 마음의 부담감을 덜어드리기 위하여 정성과 사랑으로 치료를 제공하는 병원
- 주 소 : 부산 연제구 과정로 222



# 안심가정통신문

[ **요양시설 5월** ]

안녕하십니까? 안심 노인요양 시설입니다.  
 따스했던 봄 햇살이 짧은 여운을 남기고 점차 초록빛이 짙어지고 있습니다.  
 화려했던 꽃이 금방 지듯, 봄 역시 우리 곁에 너무 짧게 머물러서 이맘때면 늘 아쉬운 마음이 들지요.

5월, 행복한 날들로 잘 보내고 계신가요? 늘 곁에 있어 당연한 가족이지만 서로의 소중함을 깨닫고, 평소에는 쑥스러워 잘 하지 못했던 말들도 이달에는 마음껏 진심을 다해 평소 감사했던 마음을 전해보면 어떨까요?  
 가족끼리 오히려 부끄럽고 쑥스러워도 먼저 다가가보세요.  
 행복은 나누고 표현할 때 더 풍성해지기 마련입니다.  
 가정의 달이지만, 우리 가족이 편안하게 잘 지낼 수 있도록 도와주시는 주변 분들에게도 꼭 인사를 전해보세요. 진짜 행복한 가족이 되는 비결입니다.  
 이웃과 사랑을 나누며 더욱 의미 있고 행복한 한 달을 보내시기를 바랍니다.

### 안심에서 알립니다

- \* 시설의 각종 행사, 프로그램은 당분간 자체 내에서 시행됩니다.
  - \* 코로나로 인해 당분간 비대면 면회를 합니다.(사전에 면회예약 부탁드립니다.)
- 궁금한 사항이 있으시면 전화문의바랍니다.(051-543-3001 ~2)

### 느티나무 아래 행복 나눔

- 물품 후원하기  
 복지용품(휠체어, 보행기, 욕창매트 등), 생필품(치약, 칫솔, 휴지), 부식(쌀, 국수, 과일, 야채 등), 간식(베지밀, 빵, 과일 등)
- 자동이체 및 계좌이체 후원하기  
 부산은행 057-01-035745-1 (예금주:사회복지법인 느티나무)  
 부산은행 057-01-035832-3 (예금주:느티나무 요양시설)  
 농 협 821-17-003470 (예금주:사회복지법인 느티나무)

노인학대 신고 · 상담전화  
**1577-1389**  
 당신의 통화가 필요합니다

치매에 대해 궁금하실 때  
**치매상담콜센터 (1899-9988)로!**  
 24시간 365일 운영

노인학대 신고 · 상담전화  
**1577-1389**  
 당신의 통화가 필요합니다

치매에 대해 궁금하실 때  
**치매상담콜센터 (1899-9988)로!**  
 24시간 365일 운영

# 안심정보통 - 지난 소식 및 행사일정

## ♥ 2022년 04월의 지난소식

- 종사자들은 매주 PCR 검사 2회, 신속항원 검사 2회를 실시하고 있습니다.
- 04월 19일(화)에는 꼬마김밥을 만들었습니다. 직접 만든 김밥을 맛있게 드셨습니다.
- 04월 26일(화)에는 1분기 생신잔치가 있었습니다. 축하를 받으시고 맛있는 간식으로 즐거운 시간을 보내셨습니다.

## ♥ 2022년 05월의 새소식

- 5월 03일(화) - 코로나-19백신 4차 접종을 오전 11시경 접종합니다.
- 5월 06일(금) - 작지만 마음을 담아 어버이날 행사를 진행합니다.
- 5월 27일(금) - 전체 이용 어르신 '결핵검진'을 실시합니다.
- 5월 31일(화) - '화전' 요리 만들기를 진행합니다.

# 2022년 5월 건강이야기

[ 출처 : 한국소비자원, 식품의약품안전처, 농림축산식품부 2022. 05 ]

### ※ NOTICE '소비기한' 표시제 시행

「식품 등의 표시·광고에 관한 법률」에 따라 2022년 부터는 '소비기한' 표시제를 반영하고 하신에 꼭 꼭 확인하세요.

시행 일자: 2022년 1월 1일부터 (단, 유유류(우유, 참외류)의 경우는 2021년부터 시행)

소비기한 표시제가 시행되면 보관방법(냉동: -10~10°C, 냉동: -18°C)을 잘 지켜야 하고, 기한이 경과된 식품을 구입하여서는 안되며 주의해 주세요.

### ○ 유통기한 vs 소비기한

#### 유통기한



식품이 시중에 유통될 수 있는 기한으로 소비자에게 판매가 허용되는 기한

#### 소비기한



섭취가 가능한 최종 기한으로 소비자가 상품을 먹어도 건강상의 이상이 없을 것으로 판단되는 기한

### ☞ 식품별 유통 & 소비기한

\* 소비기한: 유통기한 경과일로부터의 기한(단, 마개봉 상태일때의 기준)

<b>김치</b> 김은 곰팡이가 피거나 근채가 나쁜 버리기 유통기한: 30일 소비기한: 6개월	<b>두부</b> 유통 오스르거나 두부 사이에 구멍이 열려 생긴다면 버리기 유통기한: 14일 소비기한: 90일	<b>관변</b> 관변 밑 먹이줄이 남색이 변한다면 먹지 말고 버리기 유통기한: 5개월 소비기한: 8개월	<b>식빵</b> 장기보존 시 냉동보관하고 곰팡이가 피면 버리기 유통기한: 3-5일 소비기한: 20일
<b>고추장</b> 곰팡이가 피거나 술냄새가 올라오면 버리기 유통기한: 18개월 소비기한: 2년 이상	<b>식용유</b> 개봉하지 않은 상태로 보관하기 유통기한: 2년 소비기한: 5년	<b>참치캔</b> 세척된 관에서 보관하기 유통기한: 7년 소비기한: 10년	<b>인스턴트커피</b> 개봉하지 않은 상태로 보관하기 유통기한: 1년 6개월 소비기한: 반영구적

### 피로회복 개선 양파

✓ 다채로운 맛의 향안

오리엔탈 따라 천연방부제 등을 사용하는 인공색소와 착색제, 계란흰자를 함께 사용하고 많은 시중을 판매하는 양파이다. 양파에는 포도당 사마리 항암성을 유지하는 천연 항산화 성분인 퀘르세틴이 함유되어 항암을 조절하며, 혈관질환 예방에 좋은 플라보노이드를 함유하여 항암을 돕는 효과가 있다. 또한 양파는 인당질과 식이섬유, 계산염, 효소가 있는 천연 피로회복에 도움을 주는 천연양파에 함유된 다채로운 맛을 준다.

▶ 보관법과 요리 레시피

무엇이 없으면 양파는 변색이 일어날 수 있는데, 양파를 잘라서 놓으면 양파가 변색하는 것은 양파의 효소인 폴리페놀 산화효소가 작용하여 양파의 색이 갈색으로 변하는 것이다.

### 수분 함유 오이

✓ 피부미인의 필수

오이 굵게 잘라 얼음과 함께 마시면 피부를 시원하게 해주고, 수분과 비타민이 풍부하여 수분으로 피부에 수분을 공급해 주는 효과가 있다. 또한 오이는 천연 항산화 성분인 폴리페놀을 함유하고 있어, 피부에 수분을 공급하고, 피부에 수분을 공급하는 효과가 있다. 또한 오이는 수분을 공급하고, 피부에 수분을 공급하는 효과가 있다.

▶ 보관법과 요리 레시피

냉장보관하여 신선하게 보관하기. 먹기 바로 먹기. 오이수, 오이차, 오이주스

# ♥ 안심노인요양시설 4월 활동 사진 ♥



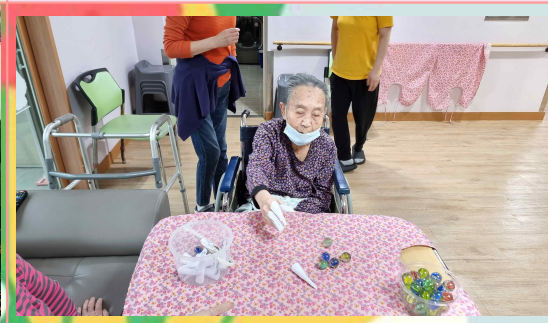
04/05 - 미니가든 만들기



04/18 - 낚시 게임



04/19 - 꼬마김밥 만들기



04/21 - 뽕죽손 구슬잡기



04/22 - 유채꽃 액자



04/29 - 생신잔치

저희 느티나무 안심요양시설에서는 보호자님들의 말씀 한마디 한마디를 귀담아 듣고 어르신들을 가족과 같이 따뜻한 마음으로 섬김을 실천에 옮기는 곳이 되었습니다. 많은 관심과 배려 부탁드립니다.