

# 환영드립니다 - 안심 법인 소개

## 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(방문요양)

- 운영법인 : 사단법인 안심생활
- 사업안내 : 센터의 요양보호사가 어르신의 가정을 방문하여 신체활동지원,가사지원, 일상생활 활동 지원서비스를 제공
- 홈페이지 : www.ansim.org



## 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 1월** ]

보호자 여러분 안녕하십니까.

‘검은 호랑이의 해’라고 불리는 임인년의 시작, 2022년의 새로운 태양이 떠올랐습니다.

또 한 번의 힘들었던 한해를 보내고 새로운 희망과 함께 떠오른 태양을 보며 다시 한 번 힘을 내어보려고 합니다.

가정에서도 가족과 함께 새해를 맞이하며 의미 있는 시간을 가져보세요. 올해에도 가족과 함께 만들어갈 시간들을 기대하는 마음으로 힘차게 2022년을 시작하시기를 바랍니다.

2022년 건강하시고 행복한 일만 가득하시기를 바라며 새해 복 많이 받으세요!!!

### 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)
- ▶ **안심에서는 가정간호 서비스가 연계되어 있습니다.**
- 전문가정간호사가 시설에 직접 방문해 의료서비스를 제공하는 서비스입니다. 궁금한 사항은 문의바랍니다.

### 느티나무 아래 행복 나눔

- **물품 후원하기**  
복지용구(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)  
농협 821-17-003470 (예금주:사회복지법인 느티나무)

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

# 안심정보통 - 지난 소식 및 행사일정

## ♥ 2021년 12월의 지난소식

- 12월 3일(금) - 어르신들과 크리스마스 트리를 함께 꾸며보고 사진도 찍어보는 시간을 가졌습니다. 어린이들처럼 해맑은 모습을 보여주셨습니다.
- 12월 21일(화) - 겨울에 생각나는 따끈한 겨울철 간식, 계란빵 만들기를 진행하였습니다. 간단하면서도 맛이 있어 어르신들께서 맛있게 잘 드셨습니다.
- 12월 24일(금) - 하반기 생신어르신을 위한 생신잔치 & 크리스마스 행사를 하였습니다. 소박하지만 즐겁은 시간을 보내고 작은 선물도 제공하며 한해를 마무리하는 활동을 하였습니다. 거운 시간을 보냈습니다.

## ♥ 2022년 01월의 소식

- 1월 25일(화) - '해물파전' 요리프로그램이 진행됩니다. 노릇노릇하게 구워 맛있는 시간을 가질 예정입니다.
- 1월 28일(금) - 설날행사를 실시합니다. 아직 외부 공연단의 출입이 어려워 직원들과 함께 소소한 시간을 지낼 예정입니다.

# 2022년 1월 건강이야기

[출처 : 한국건강증진개발원 2021. 12]

### 1월의 지금' 감귤

달콤한 맛으로 지친 일상에 비타민이 되어주는 과일 감귤! 감귤에는 비타민 C가 다량 함유되어 감기 예방에 탁월한 효과가 있으며, 신맛을 내는 구연산은 정산을 분해하여 피로를 줄이고 스트레스를 완화시켜줍니다. 또한 노벨린 등의 특수 물질이 함유되어 피부 주름 및 기미, 잡티 개선에도 좋습니다.

선택법 감귤은 겉질이 얇고 단단하며, 크기에 비해 무거운 것을 고르는 것이 좋습니다.

### 딸기

딸기즙부터 딸기주스, 딸기케이크까지 달콤한 맛과 향기로 어디에도 어울리는 레드푸드 딸기. 딸기에는 라이코펜 성분을 함유하고 있어 면역력을 높이고 혈관을 튼튼하게 해줍니다. 또한 안토시아닌이 풍부하며 백내장과 같은 눈의 질병을 예방하고 저하된 시력을 회복시키는 효과가 있습니다. 선택법 꼭지가 마르지 않고 잔한 주름을 띠는 것이 좋습니다.

농림축산식품부 EPGS 농산물안전관리인증

### 우리식품 특장정보

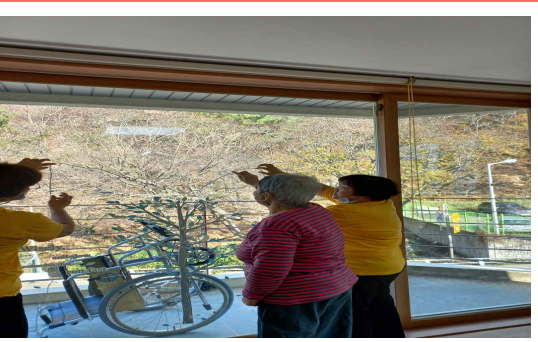
## 쌀뜨물 활용방법

만드는 법은 간단하고 활용방법은...

- ▶ 쌀래
  - 웃을 허약하게 만들어주는 표백제! 표백제 대신 쌀뜨물을 넣어 세탁할 수 있습니다. 누렇게 변색된 옷이 있다면 쌀뜨물을 활용해보세요.
- ▶ 정소
  - 쌀뜨물 알코올 1:1 비율로! 정소를 하실 때에는 마른 걸레를 이용하시면 됩니다. 쌀뜨물 내에는 유분, 지방산 성분 등이 함유되어 있어 찌든 때를 없애는데 좋습니다. 상크대, 가스레인지의 기름 때, 번기 얼룩 및 냄비 제거에도 효과적이에요.
- ▶ 요리
  - 생선 요리를 하기 전 쌀뜨물에 생선을 담궈두면 쫄맛, 비린내를 줄여주고 닭고기 등 육류는 잡내를 줄이며 찜에는 구수한 맛을 한층 더 높여줍니다!
- ▶ 세안
  - 쌀뜨물 내에는 식물성 세라미드 성분이 포함되어 있는데, 세라미드는 각질 보습에 효과가 있어 겨울철 활용하기에도 너무 좋습니다. 원주일에 두어번 정도 한다면 보인 피부부를 만들 수 있는데, 쌀뜨물 세안 후에는 쌀가루 등의 피부에 남을 수 있기에 마무리는 꼭 깨끗한 물로 헹궈주세요.

**또 하나의 Tip.**  
집에서 자주 사용하는 반찬통에 냄새를 없애주는 데도 좋은 쌀뜨물! 용기에 허룻밤 정도 쌀뜨물을 가득 채워놓고 주방세제로 닦은 뒤 햇빛에 말려주면 묵혀있던 냄새가 제거돼요.

# 福 새해 복 많이 받으세요 福



12/7 - 모두 함께 크리스마스 트리 만들기



12/21 - 포실포실 맛있는 계란빵 만들기



12/17 - 눈꽃발레리나



12/24 - 생신 및 크리스마스 행사



12/30 - 눈사람만들기



12/31 - 사과 색종이접기

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