

결	담 당	복지팀장	시설장
재			

2026년 01월 프로그램 계획서

- ① 인지활동:나의가족이름은, 제철음식알아보기,스노우볼색칠하기,크리스마스카드쓰기,틀린그림찾기, 창작 꾸미기활동
 ② 여가활동:꼬까신체조,병뚜껑던지기,산가지놀이,계란판놀이 ③ 신체활동:스카프활력체조,활력공체조,깃발체조,요술풍선체조
 ④ 프로그램시간 - 화,수,금 : 10시30분 - 11시10분 / 목 : 15시 - 16시 ⑤주말산책과 활동시 거동 어려운 어르신은 부축 도움제공
 ⑥ 사회적응: 생신잔치
 → 인지프로그램 그룹 분류(CIST) 검사기준: A그룹-정상 / B그룹-인지저하의심
 → 여가프로그램 그룹 분류(ADI) 검사기준: A그룹-자립 / B그룹-준와상 / C그룹-와상

날짜					1(목)	2(금)	3(토)
1주					치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조
					그룹A,B,C [인지활동] 틀린그림찾기	창작활동 및 개인 여가활동	TV시청 및 개인활동
					[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	
날짜	4(일)	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)
2주	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조
	개인활동 및 실내산책	개인활동 및 여가활동	그룹A,B, [신체활동] 1월달력 만들기 청춘노래방 (2층)	그룹A,B,C [인지활동] 병오년붉은말, 색칠하기	그룹A,B [여가활동] 노래공연	창작활동 및 개인 여가활동	TV시청 및 개인활동
			[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	
날짜	11(일)	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
3주	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조
	개인활동 및 실내산책	가족지지 [전체어르신] 생신잔치	그룹A,B, [신체활동] 1월제철음식 알아보기	그룹A,B,C [인지활동] 수산식당메뉴판	그룹A,B [여가활동] 노래공연	창작활동 및 개인 여가활동	TV시청 및 개인활동
			[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	
날짜	18(일)	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
4주	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조
	개인활동 및 실내산책	개인활동 및 여가활동	그룹A,B, [신체활동] 하트종이접기 청춘노래방 (3층)	그룹A,B,C [인지활동] 나라별새해풍습 알아보기	그룹A,B [여가활동] 노래공연	창작활동 및 개인 여가활동	TV시청 및 개인활동
			[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	
날짜	25(일)	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
5주	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조
	개인활동 및 실내산책	개인활동 및 여가활동	그룹A,B, [신체활동] 전통의상 색칠하기 청춘노래방 (4층)	그룹A,B,C [인지활동] 글자,그림찾기	그룹A,B [여가활동] 노래공연	창작활동 및 개인 여가활동	TV시청 및 개인활동
			[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	[목욕DAY] 2F, 3F, 4F	

*계획표는 기관 사정에 따라 변경될 수 있음을 안내드립니다.

어르신의 행복한 일상에
함께 동행하는 공업탑요양원입니다.

☎ 052-276-0001