

프로그램 운영일정

2026년 10월 / 기본형

이레요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 신체 (전체) 예쁜손가락 전달게임/ 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (신체그룹A) 밴드자세로 유연성 길러보기(A) 15:20~16:00(40분)	2 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체 (신체그룹B) 마사지로 건강챙기기(B) 15:20~16:00(40분)	3 개천절
4	5 대체공휴일(10.3) 여가 (여가그룹A) 배드민턴(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹A) 추수의 계절~(A) 16:20~17:00(40분)(외)	6 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가 (여가그룹B) 공놀이(B) 15:20~16:00(40분) 여가 (전체) 달타령 / 16:20~17:20(60분)(외)	7 인지 (전체) 자랑스런 한글날 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (인지그룹B) 그림동화&색칠하기(B) 16:20~17:00(40분)	8 신체 (전체) 가을 운동회/ 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (신체그룹A) 계란 옮기기(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹C) 회상&시각 자극활동(C) 16:20~17:00(40분)	9 한글날 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체 (신체그룹B) 유연한 손목 만들어 보기(B) 15:20~16:00(40분) 신체 (전체) 바람 바람 부채인 지체조~/ 16:20~17:20(60분)(외)	10
11	12 여가 (여가그룹A) "동지"(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹A) 숫자나열하기(A) 16:20~17:00(40분)	13 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가 (여가그룹B) 각설이 타령(B) 15:20~16:00(40분) 여가 (전체) 잔치로구나/ 16:20~17:20(60분)(외)	14 인지 (전체) 가을을 담은 다발/ 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (인지그룹B) 숫자 읽고 쓰기(B) 16:20~17:00(40분)	15 신체 (전체) 금도끼 은도끼/ 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (신체그룹A) 집게로 물건 옮기기(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹C) 사물(모양) 알아가기(C) 16:20~17:00(40분)	16 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체 (신체그룹B) 스카프 운동(B) 15:20~16:00(40분) 신체 (전체) 링으로 활력체조/ 16:20~17:20(60분)(외)	17
18	19 여가 (여가그룹A) 남자는 여자를 귀찮게 해(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹A) 같은 것끼리 선긋기(A) 16:20~17:00(40분)	20 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가 (여가그룹B) 동화구연(B) 15:20~16:00(40분) 여가 (전체) 당신이 좋아 16:20~17:20(60분)(외)	21 인지 (전체) 가을을 담은 다발/ 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (인지그룹B) 같은 모양 찾기(B) 16:20~17:00(40분)	22 신체 (전체) 가을캠핑 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (신체그룹A) 근력 키우기 및 자세교정(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹C) 동화책 읽어드리기(C) 16:20~17:00(40분)	23 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체 (신체그룹B) 마사지로 건강챙기기(B) 15:20~16:00(40분) 신체 (전체) 대형 백업마사지/ 16:20~17:20(60분)(외)	24
25	26 여가 (여가그룹A) 회상훈련(여가A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹C) 달력만들기(C) 16:20~17:00(40분)	27 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가 (여가그룹B) 회상하기(여가B) 15:20~16:00(40분) 여가 (전체) 친정엄마/ 16:20~17:20(60분)(외)	28 인지 (전체) 단풍나무 인지블럭 / 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (인지그룹B) 달력만들기(B) 16:20~17:00(40분)	29 신체 (신체그룹A) 부채 체조와 스트레칭(A) 15:20~16:00(40분) 인지 (인지그룹A) 달력만들기(A) 16:20~17:00(40분)	30 기타 (전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체 (신체그룹B) 맨손 체조(B) 15:20~16:00(40분) 신체 (전체) 울퉁불퉁 고리마사지/ 16:20~17:20(60분)(외)	31