

프로그램 운영일정

2026년 01월 / 기본형

미소나이팅게일요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 신정 여가(여가A) 감각 게임 13:00~13:30(30분)	2 신체(신체C) 침상 관절 운동(C) 10:00~10:30(30분) 여가(여가B) 고향 생각 13:00~13:30(30분)	3
4	5 신체(신체A) 신체기능의 훈련(A) 10:00~10:30(30분) 인지(인지A) 꾸미기 활동 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)웃음 실버체조 레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	6 인지(인지B) 달력 만들기 14:00~14:30(30분)	7 신체(신체 B) 노인건강체조(B) 10:00~10:30(30분) 인지(인지C) 만들기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) (외부)미소합창단 노래교실(색소폰반주) 13:50~14:50(60분)(외)	8 여가(여가A) 걷기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) 신바람 체조(우리가 쓴 로켓) 13:50~14:50(60분)(외)	9 신체(신체C) 침상 관절 운동(C) 10:00~10:30(30분) 여가(여가B) 공기놀이 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)도구를 이용한 인지놀이 13:50~14:50(60분)(외)	10
11	12 신체(신체A) 신체기능의 훈련(A) 10:00~10:30(30분) 인지(인지A) 과일 속을 찾아라 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)웃음 실버체조 레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	13 가족(전체) 생신 잔치 10:00~11:00(60분) 인지(인지B) 올해는 말이랑 놀자 14:00~14:30(30분)	14 신체(신체 B) 노인건강체조(B) 10:00~10:30(30분) 인지(인지C) 그리기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) (외부)미소합창단 노래교실(색소폰반주) 13:50~14:50(60분)(외)	15 여가(여가A) 고리던지기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) 신바람 체조(내가 바로 탁구왕) 13:50~14:50(60분)(외)	16 신체(신체C) 침상 관절 운동(C) 10:00~10:30(30분) 여가(여가B) 기본 동작훈련 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)도구를 이용한 인지놀이 13:50~14:50(60분)(외)	17
18	19 신체(신체A) 신체기능의 훈련(A) 10:00~10:30(30분) 인지(인지A) 도구를 이용한 인지놀이 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)웃음 실버체조 레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	20 인지(인지B) 이발하기 14:00~14:30(30분)	21 신체(신체 B) 노인건강체조(B) 10:00~10:30(30분) 인지(인지C) 면봉찍기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) (외부)미소합창단 노래교실(색소폰반주) 13:50~14:50(60분)(외)	22 여가(여가A) 공놀이 13:00~13:30(30분) 여가(전체) 신바람 체조(가자! 아이스하키) 13:50~14:50(60분)(외)	23 신체(신체C) 침상 관절 운동(C) 10:00~10:30(30분) 여가(여가B) 마스크 팩 붙이기 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)도구를 이용한 인지놀이 13:50~14:50(60분)(외)	24
25	26 신체(신체A) 신체기능의 훈련(A) 10:00~10:30(30분) 인지(인지A) 물감놀이 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)웃음 실버체조 레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	27 인지(인지B) 새해 소망나무 만들기 14:00~14:30(30분)	28 신체(신체 B) 노인건강체조(B) 10:00~10:30(30분) 인지(인지C) 색종이 모자이크 13:00~13:30(30분) 여가(전체) (외부)미소합창단 노래교실(색소폰반주) 13:50~14:50(60분)(외)	29 여가(여가A) 똑같은 모양 찾아 만들기 13:00~13:30(30분) 여가(전체) 신바람 체조(가자! 컬링) 13:50~14:50(60분)(외)	30 신체(신체C) 침상 관절 운동(C) 10:00~10:30(30분) 여가(여가B) 발 마사지 13:00~13:30(30분) 인지(전체) (외부)도구를 이용한 인지놀이 13:50~14:50(60분)(외)	31