

# 2026년 6월 프로그램 일정표

## (노인요양공동생활가정)

| 1주          | 건강한 노후!<br>행복한 인생!<br>정평실버<br>복지센터! | 월            | 화                | 수                                                                                 | 목                | 금            | 토              |
|-------------|-------------------------------------|--------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------|----------------|
|             |                                     | 1            | 2                | 3                                                                                 | 4                | 5            | 6              |
| 10:30~11:00 |                                     | 신체관절운동       | 신체관절운동           | 신체관절운동                                                                            | 신체관절운동           | 신체관절운동       | 신체관절운동         |
| 14:00~15:00 |                                     | 인지<br>(미술활동) | 여가<br>(윷놀이)      | 인지<br>(언어력)                                                                       | 여가<br>(콩주머니 던지기) | 인지<br>(지남력)  | 자유시간           |
| 2주          | 일                                   | 월            | 화                | 수                                                                                 | 목                | 금            | 토              |
|             | 7                                   | 8            | 9                | 10                                                                                | 11               | 12           | 13             |
| 10:30~11:00 | 신체관절운동                              | 신체관절운동       | 신체관절운동           | 신체관절운동                                                                            | 신체관절운동           | 신체관절운동       | 신체관절운동         |
| 14:00~15:00 | 음악감상                                | 인지<br>(집중력)  | 여가<br>(볼링게임)     | 인지<br>(계산력)                                                                       | 여가<br>(윷놀이)      | 인지<br>(미술활동) | 자유시간<br>(교구활동) |
| 3주          | 일                                   | 월            | 화                | 수                                                                                 | 목                | 금            | 토              |
|             | 14                                  | 15           | 16               | 17                                                                                | 18               | 19           | 20             |
| 10:30~11:00 | 신체관절운동                              | 신체관절운동       | 신체관절운동           | 신체관절운동                                                                            | 신체관절운동           | 신체관절운동       | 신체관절운동         |
| 14:00~15:00 | 음악감상                                | 인지<br>(언어력)  | 여가<br>(콩주머니 던지기) | 인지<br>(지남력)                                                                       | 여가<br>(볼링게임)     | 인지<br>(집중력)  | 자유시간<br>(교구활동) |
| 4주          | 일                                   | 월            | 화                | 수                                                                                 | 목                | 금            | 토              |
|             | 21                                  | 22           | 23               | 24                                                                                | 25               | 26           | 27             |
| 10:30~11:00 | 신체관절운동                              | 신체관절운동       | 신체관절운동           | 신체관절운동                                                                            | 신체관절운동           | 신체관절운동       | 신체관절운동         |
| 14:00~15:00 | 음악감상                                | 인지<br>(계산력)  | 여가<br>(윷놀이)      | 인지<br>(미술활동)                                                                      | 여가<br>(콩주머니 던지기) | 인지<br>(언어력)  | 자유시간<br>(교구활동) |
| 5주          | 일                                   | 월            | 화                | <b>[기본프로그램]</b><br>※ 10:30 치매예방체조(오전)<br>※ 14:00 여가/인지 프로그램<br>※ 16:30 치매예방체조(오후) |                  |              |                |
|             | 28                                  | 29           | 30               |                                                                                   |                  |              |                |
| 10:30~11:00 | 신체관절운동                              | 신체관절운동       | 신체관절운동           |                                                                                   |                  |              |                |
| 14:00~15:00 | 음악감상                                | 인지<br>(지남력)  | 여가<br>(볼링게임)     |                                                                                   |                  |              |                |

※ 위 프로그램은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.



보건복지부장관 재가장기요양기관  
**정평실버복지센터**  
 Jeongpyeong Silver Welfare Center