

2026년 7월 프로그램 일정표

(노인요양공동생활가정)

1주	[기본프로그램] ※ 10:30 치매예방체조(오전) ※ 14:00 여가/인지 프로그램 ※ 16:00 치매예방체조(오후)			수	목	금	토
				1	2	3	4
10:30~11:00				신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동
14:00~15:00				인지 (집중력)	여가 (윷놀이)	인지 (지남력)	자유시간
2주	일	월	화	수	목	금	토
	5	6	7	8	9	10	11
10:30~11:00	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동
14:00~15:00	음악감상	인지 (미술활동)	여가 (콩주머니 던지기)	인지 (언어력)	여가 (볼링게임)	인지 (계산력)	자유시간 (교구활동)
3주	일	월	화	수	목	금	토
	12	13	14	15	16	17	18
10:30~11:00	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동
14:00~15:00	음악감상	인지 (집중력)	여가 (윷놀이)	인지 (지남력)	여가 (콩주머니 던지기)	인지 (미술활동)	자유시간 (교구활동)
4주	일	월	화	수	목	금	토
	19	20	21	22	23	24	25
10:30~11:00	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동
14:00~15:00	음악감상	인지 (언어력)	여가 (볼링게임)	인지 (계산력)	여가 (윷놀이)	인지 (집중력)	자유시간 (교구활동)
5주	일	월	화	수	목	금	건강한 노후! 행복한 인생! 정평실버 복지센터!
	26	27	28	29	30	31	
10:30~11:00	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	신체관절운동	
14:00~15:00	음악감상	인지 (지남력)	여가 (콩주머니 던지기)	인지 (미술활동)	여가 (볼링게임)	인지 (언어력)	

※ 위 프로그램은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.



보건복지부장관 재가장기요양기관

정평실버복지센터

Jeongpyeong Silver Welfare Center