

# (2026)년 프로그램 (09)월 계획서

|    |     |     |
|----|-----|-----|
| 결재 | 담당자 | 관리자 |
|    |     |     |

| 일  | 월                                             | 화                                                       | 수                                          | 목                  | 금                                   | 토  |
|----|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------|----|
|    |                                               | 01<br>죽육 (신체B)<br>콩고르기(인지A)<br>거울박수(여가B)                | 02<br>콩고르기(인지B)                            | 03<br>침상관절운동(신체C)  | 04<br>탁구공주고받기(여가C)<br>클래식 음악듣기(인지C) | 05 |
| 06 | 07<br>자세변경(신체A)<br>앉기 및 균형유지하기<br>지점토만들기(여가A) | 08<br>자세변경(신체B)<br>앉기 및 균형<br>그림그리기(인지A)<br>지점토만들기(여가B) | 09<br>그림그리기(가죽그리기)<br>(인지B)                | 10<br>자세변경 침대(신체C) | 11<br>지점토만들기(여가C)<br>음악고향생각(인지C)    | 12 |
| 13 | 14<br>죽육(신체A)<br>체조따라하기(여가A)                  | 15<br>죽육(신체B)<br>회상활동-기억하기(인지A)<br>체조따라하기(여가B)          | 16<br>회상활동(인지B)<br>(나-기억하기)                | 17<br>죽육(신체C)      | 18<br>옛날음식 회상(여가C)<br>제절구분하기(인지C)   | 19 |
| 20 | 21<br>울동체조(신체A)<br>음악과울동(여가A)                 | 22<br>울동체조(신체B)<br>음악활동(인지A)<br>음악과울동(여가B)              | 23<br>음악활동(인지B)<br>(보약같은친구)<br>제절구분하기(인지C) | 24<br>울동체조(신체C)    | 25<br>음악과 울동(여가C)                   | 26 |
| 27 | 28<br>노인건강체조(신체A)<br>불링놀이(여가A)                | 29<br>노인건강체조(신체B)<br>불링놀이(여가B)                          | 30<br>제절구분하기(인지C)                          |                    |                                     |    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 분기별추가항목                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 분기에 반드시 외부 프로그램을 적용하여 활성화 함.              |
| 년간추가항목                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 09월 계절에 변화에 관심을 가지고 계절에 맞는 프로그램 으로 진행 한다. |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- 신체기능유지 및 향상 : 아침체조, 산책, 맨손체조.건강체조. 관절 운동등</li> <li>- 지남력훈련프로그램 (매일) : 시간과 장소, 상황과 환경 따위를 인지할 수 있도록 질문한다.</li> <li>- 인지 예방 및 관리(인지기능 유지 및 향상) : 장구 치며 노래하기, 음악 수업 한글 수업 수 개념 익히기 프로그램 등</li> <li>- 사회적응 유지 및 향상 : 사회적응에 필요한 학습을 하는 프로그램 으로 구성 강변 꽃놀이. 밀양아리랑 축제 어버이날 행사 등 지역사회 연계</li> <li>- 회상요법 : 옛 노래, 옛 사진보기, 콩 고르기, 가죽 이야기,</li> <li>- 특화 프로그램 : 각 어르신들이 재능을 살려 직접 프로그램을 진행함으로써 자존감을 형성시키는 계기를 갖는다.</li> </ul> |                                           |