

2026년 9월 프로그램 일정표

요일 시간	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1	2	3	4	5
10:00~10:20		기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크
10:20~10:30		굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조
10:30~11:30		레크레이션	문예요법	레크레이션	실버펜	노래교실
13:00~14:00		회상훈련	노래교실	혈단검사	전래야놀자	방구석서당
14:00~15:00		전래야놀자	생활체육	핸드케어	vr헬스케어	생활체육
	7	8	9	10	11	12
10:00~10:20	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크
10:20~10:30	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조
10:30~11:30	레크레이션	레크레이션	문예요법	레크레이션	실버펜	노래교실
13:00~14:00	보건교육	회상훈련	노래교실	원예활동	전래야놀자	미술요법
14:00~15:00	만족/족욕	생활체육	전래야 놀자	방구석서당	vr헬스케어	해바라기
	14	15	16	17	18	19
10:00~10:20	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크
10:20~10:30	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조
10:30~11:30	레크레이션	레크레이션	실버펜	레크레이션	실버펜	노래교실
13:00~14:00	네줄 하모니	회상훈련	노래교실	문예야놀자	미술요법 (복주머니)	방구석서당
14:00~15:00	핸드케어 (네일아트)	vr헬스케어	방구석서당	핸드케어	전래야놀자 (송편만들기)	생활체육
	21	22	23	24	25	26
10:00~10:20	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크	추석 연휴	추석	추석 연휴
10:20~10:30	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조			
10:30~11:30	회상훈련	레크레이션 (고전무용)	문예요법			
13:00~14:00	해바라기	은빛쉐프	건강/혈당검사			
14:00~15:00	전래야놀자	추석잔치	생활체육			
	28	29	30			
10:00~10:20	기초건강체크	기초건강체크	기초건강체크			
10:20~10:30	굿모닝체조	굿모닝체조	굿모닝체조			
10:30~11:30	회상훈련	레크레이션	문예요법	담당자	사회복지사	센터장
13:00~14:00	방구석서당	영화감상	노래교실		전결	
14:00~15:00	전래야놀자	방구석서당	생활체육			