

2026년 9월 프로그램 일정

나무그늘주간보호센터

	1	화	2	수	3	목	4	금	5	토		
	10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 다트던지기 [3층](인지) (와) 국악민요교실 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) 기억을 잡아라 [3층](신체) 치깅타겟		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) (와) 실버노래교실 [3층](인지) 패턴블럭 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 골퍼퍼팅게임 [3층](신체) 방울 공 굴러가유!!		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](인지)(와) 마술레크레이션 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) 해적물젯게임 [3층](신체) 볼링게임		10:30~11:00 [전체](가족지지) 생신잔치 11:00~12:00 [2층](인지)(와) 실버토탈레크레이션 [3층](인지) 플링코 계산왕 14:00~14:30 [2층](기능회복) 튜빙밴드 [3층](기능회복) 세라밴드 14:30~15:30 [전체](인지) 인지워크북		10:30~11:30 [전체](신체) 위생 및 미용 13:00~13:30 [전체](기능회복) 건강체조 13:30~14:30 [전체](인지) 족욕 및 영화감상 14:30~15:30 [전체](인지) 빙고게임			
	7	월	8	화	9	수	10	목	11	금	12	토
	10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](신체) 알뜰살뜰금붕어가죽상봉 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) 풍고르기 [3층](인지) (와) 시니어블럭		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) (와) 국악민요교실 [3층](인지) 풍고르기 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [전체](인지) "넵킨 아트 쟁반" 꾸미기		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) 속담카드 [3층](인지) (와) 실버노래교실 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 방울 공 굴러가유!! [3층](신체) 손끈놀이 게임		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지)(와) 마술레크레이션 [3층](인지) 초성게임 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 슬링운동 [3층](인지) 컵타&컵 쌓기		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 치깅타겟 [3층](인지)(와) 실버토탈레크레이션 14:00~14:30 [2층](기능회복) 뽕뽕건강체조 [3층](기능회복) 청기풍기운동 14:30~15:30 [2층](인지) 컵타&컵 쌓기 [3층](신체) 공탈출게임		10:30~11:30 [전체](신체) 위생 및 미용 13:00~13:30 [전체](기능회복) 건강체조 13:30~14:30 [전체](인지) 족욕 및 영화감상 14:30~15:30 [전체](인지) 빙고게임	
14	월	15	화	16	수	17	목	18	금	19	토	
10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](신체) 농구게임 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) (와) 시니어블럭 [3층](인지) 감각활동		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 농구게임 [3층](인지) (와) 국악민요교실 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [전체](인지) 계서판꾸미기 "한가위 소원 빌기"		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) (와) 실버노래교실 [3층](인지) 해적물젯게임 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 컵으로 쓱~쓱~ [3층](신체) 다트던지기		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](인지)(와) 마술레크레이션 14:00~14:30 [2층](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) 인지워크북 14:00~16:00 [3층](사회) 나무그늘 장터 및 보호자간담회		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체)(와) 실버토탈레크레이션 [3층](신체) 파이프 협동게임 14:00~14:30 [3층](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [3층](인지) 인지워크북 14:00~16:00 [2층](사회) 나무그늘 장터 및 보호자간담회		10:30~11:30 [전체](신체) 위생 및 미용 13:00~13:30 [전체](기능회복) 건강체조 13:30~14:30 [전체](인지) 족욕 및 영화감상 14:30~15:30 [전체](인지) 빙고게임		

2026년 9월 프로그램 일정

나무그늘주간보호센터

21	월	22	화	23	수	24	목	25	금(추석)	26	토
10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](신체) 비석지기 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) 마이크잡고 형준ON! [3층](인지) (와)시니어블럭		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) (와)국악민요교실 [3층](인지) 속담카드 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [전체](요리) 송편만들기		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) 초성게임 [3층](인지) (와)실버노래교실 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 전뒤집어유~ [3층](신체) 골퍼퍼팅게임		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [전체](인지)(와)마술레크레이션 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [전체](신체) 웃놀이				10:30~11:30 [전체](신체) 위생 및 미용 13:00~13:30 [전체](기능회복) 건강체조 13:30~14:30 [전체](인지) 족욕 및 영화감상 14:30~15:30 [전체](인지) 빙고게임	
28	월	29	화	30	수						
10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](신체) 슬링운동 [3층](신체) 신발던지기 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](인지) (와)시니어블럭 [3층](인지) 마이크잡고 형준ON!		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) 플링코 계산왕 [3층](신체) 세숫대야 국수 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 세숫대야 국수 [3층](인지) 타악기합주		10:30~11:00 [전체](사회) 뉴스따라잡기 11:00~12:00 [2층](인지) 타악기합주 [3층](인지) 기억을 잡아라 14:00~14:30 [전체](기능회복) 건강체조 14:30~15:30 [2층](신체) 고리던지기 [3층](신체) 스트~라이커!!!							

※ 나무그늘주간보호센터는 체계적이고 다양한 맞춤형 프로그램 운영을 통해 어르신 중심의 돌봄을 실천하고 있습니다.

※ 상기 프로그램 일정은 센터 상황에 따라 변동될 수 있습니다.

