

6월 프로그램 일정표

요일	월	화	수	목	금	토
1주	1	2	3	4	5	6
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (6월 달력 만들기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (속담적기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (애국가쓰기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (농소화 화분 꾸미기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (단어찾기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (무궁화 그리기)
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체작업치료-세라밴드 인지작업치료-빨대목걸이만들기	신체놀이교실-신발 던지기 한자교실	건강체조 이슈듣기-그날의화제이야기	신체놀이교실-팔씨름 줄다리기 인지작업치료-컵쌓기	신체놀이교실-투호 미술치료-협동화	힘뇌체조/건강박수 이야기책교실
2주	8	9	10	11	12	13
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (꽃과 꽃말)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-퍼즐/가베	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-칠교놀이	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기초계산활동	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (다함께 빙고게임)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (지남력훈련)
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체놀이교실-윷놀이 인지작업치료-붓글씨쓰기	신체놀이교실-탁구공유키기 서예교실	신체놀이교실-볼링 인지작업치료-풍고그리기	신체놀이교실-다트놀이 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-고리던지기 한자교실	실버척추스트레칭 영화강상
3주	15	16	17	18	19	20
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북(시계)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (숫자찾기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (문드리안)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (숫자별색칠하기) (사회적응프로그램-장보기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-도미노	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (어제 있었던 일)
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	어르신 교육 P/G-육창예방 힘뇌체조/건강박수	치매예방 두뇌훈련 교실 건강지킴이프로그램	특화P/G-다:온시간 인지작업치료-손글씨쓰기	신체놀이교실-비석치기 인지작업치료-계란판 퍼즐	신체놀이교실-청기백기 미술치료-종이접기	건강체조 이야기책교실
4주	22	23	24	25	26	27
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (동식물색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (가족, 친구, 이웃)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-퍼즐/가베	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (주의집중력훈련)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (노래가사채우기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (빈칸숫자채우기)
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체놀이교실-제기날기 인지작업치료-격자무늬꾸우기	동요교실 건강지킴이프로그램	신체놀이교실-탁구공컬링 미술치료-물감놀이	댄스교실 이슈듣기-그날의화제이야기	신체놀이교실-신문지 달리기 인지작업치료-붓글씨쓰기	치매예방체조 영화강상
5주	29	30				
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (미로찾기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (위인 색칠하기)				
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)				
오후	신체놀이교실-짐볼 미술치료-색칠놀이	건강체조 건강지킴이프로그램				

※ 위 일정은 당일 사정에 따라 조정 될 수도 있습니다.

※ 화, 목 오전 국민건강보험공단과 함께하는 온라인 체력증진교실 ‘더 건강해짐’ 프로그램 진행

※ [재활운동 프로그램 : 주 5회(평일) 수시 진행 하지운동기, 상하지연동기, 걷기운동(보행훈련), 종합운동기, 허리운동기, 싸이클][인지재활 바둑, 장기, 퍼즐, 젠가, 도미노, 가베교구]

※ 물리치료 : 10:30-11:30 / 14:00-16:00 수시로 진행 전기한팩, 온습포 한팩, 텐스(ICT), 적외선, 공기압, 안마의자, 샌드패드, 투타패드, 발마사지, 똥족욕기, 파라핀]

※ [치매예방 디지털 인지훈련활동 프로그램 : 매일 10:30 - 16:00 중 한 그룹씩 수시로 진행]