프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

연수노인주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 노래교실 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 순발력 놀이(뽕망치 게임-카드찾기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 그때 그 시절에는 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	2 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 오감나무 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 공놀이(게이트볼게임) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 미로찾기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	3 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 시니어 인지 건강체조 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 탁구공 놀이(탁구공 옮기기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(똑같이 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	4 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **사회적응 (전체)** 분류하기 **[사회]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **맞춤형프로그램 (전체)** 실버놀이 **[기타]** 14:00~15:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 수 연결하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	5 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 달력만들기 **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **여가활동 (전체)** 추억의 노래부르기 **[기타]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)
6	7 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 힐링국악 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 소근육·집중력 놀이(병뚜껑 알까기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(같은 모양 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	8 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 노래교실 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 순발력놀이(색판 뒤집기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 글씨쓰기(노래가사 따라쓰기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	9 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 오감나무 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 공놀이(탱탱볼받기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 선 따라 그리기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	10 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 시니어 인지 건강체조 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **사회적응 (전체)** 명절행사(추석송편만들기) **[사회]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(모눈종이 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	11 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 만들고 꾸미기(색칠하고 만들기) **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **맞춤형프로그램 (전체)** 실버놀이 **[기타]** 14:00~15:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 숨은 그림 찾기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	12 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(배열표 색칠하기) **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **여가활동 (전체)** 추억의 노래부르기 **[기타]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)

13	14 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 힐링국악 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 소근육·집중력 놀이(물건 옮기기 게임) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(똑같이 그리고 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	15 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 노래교실 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **가족지지 (전체)** 생신 잔치 **[가족]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	16 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 오감나무 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 공놀이(축구하기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 다른 그림 찾기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	17 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 시니어 인지 건강체조 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 오재미 놀이(오재미 던지기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(숫자표 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	18 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **사회적응 (전체)** 수 계산하기 **[사회]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **맞춤형프로그램 (전체)** 실버놀이 **[기타]** 14:00~15:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 색칠하기(선따라 그리고 똑같이 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	19 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 글씨쓰기(시따라 쓰기) **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **여가활동 (전체)** 추억의 노래부르기 **[기타]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)
20	21 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 힐링국악 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 전통놀이(비석치기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(만다라 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	22 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 노래교실 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 순발력놀이(컬러수건잡기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 뒤죽박죽 낱말맞추기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	23 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 오감나무 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 공놀이(휴지심 미끄럼틀 탁구공 굴리기 게임) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 계산하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)	24 추석 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 시니어 인지 건강체조 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 전통놀이(윷놀이) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(수따라 그리고 똑같이 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	25 추석	26 추석 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 달력만들기 **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **여가활동 (전체)** 추억의 노래부르기 **[기타]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)
27	28 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 힐링국악 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 소근육·집중력 놀이(집게 챌린지) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 색칠하기(배열표 색칠하기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	29 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **맞춤형프로그램 (전체)** 노래교실 **[기타]** 11:00~12:00(60분)(외) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 소근육·집중력 놀이(휴지말기게임) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 계산하기(물건 수세기) **[인지]** 15:00~16:00(60분)	30 **기능회복훈련 (전체)** 치매예방체조 **[기타]** 10:00~10:40(40분) **인지기능 (전체)** 만들고 꾸미기(색칠하고 만들기) **[인지]** 11:00~12:00(60분) **기능회복훈련 (전체)** 기본동작훈련 **[기타]** 13:20~13:40(20분) **신체기능 (전체)** 공놀이(셔틀콕 놀이) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **인지기능 (전체)** 속담 알아보기 **[인지]** 15:00~16:00(60분)			