

프로그램 운영일정

2026년 05월 / 기본형

황송데이케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
					1 노동절 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이(계란판에 탁구공 넣기) 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 퀴즈 맞추기 15:00~16:00(60분)	2 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 색칠 활동 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 영화(드라마) 감상 15:00~16:00(60분)
3	4 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 탁구공 맞추기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 생각놀이(외부강사) 15:00~16:00(60분)(외)	5 어린이 날 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 실버브레인(외부강 사) 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 도구놀이(카브라 쌓 기) 15:00~16:00(60분)	6 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 농구 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 음악신체활동(외부 강사) 15:00~16:00(60분)(외)	7 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 캐치볼 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 실버스포츠 15:00~16:00(60분)(외)	8 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 가족(전체) 생신 잔치 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술놀이(언어/인 지) 15:00~16:00(60분)(외)	9 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 색칠 활동 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 영화(드라마) 감상 15:00~16:00(60분)
10	11 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이(고무신 던 지기) 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 생각놀이(외부강사) 15:00~16:00(60분)(외)	12 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 실버브레인(외부강 사) 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 미술놀이(언어/인 지) 15:00~16:00(60분)	13 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 건강 관리 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 음악신체활동(외부 강사) 15:00~16:00(60분)(외)	14 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 한글(초성) 게임 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 실버스포츠 15:00~16:00(60분)(외)	15 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 캐치볼 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술놀이(언어/인 지) 15:00~16:00(60분)(외)	16 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 색칠 활동 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 영화(드라마) 감상 15:00~16:00(60분)
17	18 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 생각놀이(외부강사) 15:00~16:00(60분)(외)	19 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 실버브레인(외부강 사) 14:00~15:00(60분)(외) 인지(전체) 퀴즈 맞추기 15:00~16:00(60분)	20 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 투호 던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 음악신체활동(외부 강사) 15:00~16:00(60분)(외)	21 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 볼링 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 실버스포츠 15:00~16:00(60분)(외)	22 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 계란판으로 탁구공 옮기기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술놀이(언어/인 지) 15:00~16:00(60분)(외)	23 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 색칠 활동 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 영화(드라마) 감상 15:00~16:00(60분)
24 석가탄신일	25 대체공휴일(5.24) 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 고리 던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 생각놀이(외부강사) 15:00~16:00(60분)(외)	26 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 실버브레인(외부강 사) 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 풍선 배구 15:00~06:00(90분)	27 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 라켓으로 저금통 보 내기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 음악신체활동(외부 강사) 15:00~16:00(60분)(외)	28 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 스피드퀴즈 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 실버스포츠 15:00~16:00(60분)(외)	29 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 게이트볼 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 미술놀이(언어/인 지) 15:00~16:00(60분)(외)	30 신체(전체) 체조와 스트레칭 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 달력 만들기 14:00~15:00(60분) 사회(전체) 영화(드라마) 감상 15:00~16:00(60분)

--	--	--	--	--	--	--