

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

가가호호주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 철교놀이 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 풍선 베드민턴(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)
2	3 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 체육(A,B) [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 옥수수 도안 꾸미기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	4 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 구구곱셈 및 문제풀이 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 노래교실(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	5 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 음악신체놀이 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 단어 오려 붙이기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	6 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 소근육운동 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 장소별 물건 묶기 [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	7 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 여름 안전수칙 교육 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능회복훈련 (전체) 기능회복 묶기 [기타] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 노래방(A,B) [기타] 15:00~16:00(60분)	8 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 퍼즐(A,B) [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 풍선 베드민턴(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)
9	10 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 체육(A,B) [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 해바라기 액자 꾸미기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	11 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 화폐 계산하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 노래교실(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	12 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 음악신체놀이 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 자음모음 조합하기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	13 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 소근육운동 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 제시된 도형과 똑같이 그려보기 [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	14 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 영상 인지퀴즈 풀이 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 노래방(A,B) [기타] 15:00~16:00(60분)	15 광복절 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 퍼즐(A,B) [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 풍선 베드민턴(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)

16	17 대체공휴일(8.15) 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 집중력 훈련(색깔 인지) [인지] 11:00~12:00(60분) 사회적응 (전체) 영화 감상 및 소감나누기(A,B) [사회] 13:50~15:00(70분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	18 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 계산문제 풀기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 노래 교실(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	19 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 음악신체놀이 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 초성퀴즈 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	20 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 소근육운동 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 여름용품 찾기 [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	21 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 미로찾기(A) [인지] 11:00~12:00(60분) 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 노래방(A,B) [기타] 15:00~16:00(60분)	22 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 퍼즐(A,B) [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 풍선 베드민턴(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)
23	24 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 체육(A,B) [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 여름바다액자 만들기(색종이 모자이크) [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	25 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 계산하여 색칠하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 노래 교실(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	26 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 음악신체놀이 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 규칙대로 빈칸 채우기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)	27 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 소근육운동 [신체] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 선 따라 그리기 [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 시니어체조 [신체] 15:00~16:00(60분)	28 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 주사위 수 비교하기 [인지] 11:00~12:00(60분) 기능회복훈련 (전체) 기능회복 훈련 [기타] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 노래방(A,B) [기타] 15:00~16:00(60분)	29 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 퍼즐(A,B) [인지] 11:00~12:00(60분) 신체기능 (전체) 풍선 베드민턴(A,B) [신체] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)
30	31 기능회복훈련 (전체) 노인건강 체조(A,B) [기타] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 지오보드 완성하기 [인지] 14:00~15:00(60분) 여가활동 (전체) 손체 조 [기타] 15:00~16:00(60분)					