

프로그램 운영일정

2026년 07월 / 간략형

맹큐노인케어복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 10:30~11:30 건강체조 노래교실 13:30~14:30 노래교실(맞춤) 14:30~15:30 인지활동 워크북	2 10:30~11:30 실버레크레이션(맞춤) 14:00~15:00 달력 만들기 14:00~15:00 인지활동 워크북	3 10:30~11:30 놀이운동(게이트볼) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 만들기 활동	4 10:30~11:30 족욕 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 놀이운동(공놀이)
5	6 10:30~11:30 실버요가(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 학습지	7 10:30~11:30 실버전래놀이(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 색칠하기	8 10:30~11:30 건강체조 노래교실 13:30~14:30 노래교실(맞춤) 14:30~15:30 인지활동 워크북	9 10:30~11:30 실버레크레이션(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 퍼즐 맞추기	10 10:30~11:30 놀이운동(고리던지기) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 만들기 활동	11 10:30~11:30 족욕 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 영화감상
12	13 10:30~11:30 실버요가(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 학습지	14 10:30~11:30 실버전래놀이(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 색칠하기	15 10:30~11:30 건강체조 노래교실 13:30~14:30 노래교실(맞춤) 14:30~15:30 인지활동 워크북	16 10:30~11:30 실버레크레이션(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 블럭놀이	17 제헌절 . 10:30~11:30 놀이운동(미니볼링) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 만들기 활동	18 10:30~11:30 족욕 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 건강체조 노래교실
19	20 10:30~11:30 실버요가(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 학습지	21 10:30~11:30 실버전래놀이(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 색칠하기	22 10:30~11:30 건강체조 노래교실 13:30~14:30 노래교실(맞춤) 14:30~15:30 인지활동 워크북	23 10:30~11:30 실버레크레이션(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 퍼즐 맞추기	24 10:30~11:30 놀이운동(게이트볼) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 만들기 활동	25 10:30~11:30 족욕 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 세상뉴스전달하기
26	27 10:30~11:30 실버요가(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 학습지	28 10:30~11:30 실버전래놀이(맞춤) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 색칠하기	29 10:30~11:30 건강체조 노래교실 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 우리동네 관공서 울산시청 방문	30 10:30~11:30 놀이운동(공놀이) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 블럭놀이	31 10:30~11:30 놀이운동(고리던지기) 13:00~14:00 인지활동 워크북 14:00~15:00 만들기 활동	