

2026년 10월 프로그램 계획표

	월	화	수	목	금	토
				1	2	3
10:30 ~ 11:30	(생신잔치) 김희녕, 안병옥, 김향술			인정수업	실버미술	두뇌개발 -인지워크북-
13:40 ~ 14:40				참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동
15:00 ~ 16:00				실버인지교구 (칠교)	도담봉사단	실버미술
4	5	6	7	8	9	10
10:30 ~ 11:30	실버노래체조	노래교실	실버스포츠	인정수업	실버미술	두뇌개발 -인지워크북-
13:40 ~ 14:40	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동
15:00 ~ 16:00	실버인지교구 (편백글씨)	두뇌개발 -인지워크북-	여가활동 -네일아트-	실버인지교구 (컬러인형)	민철규 노래봉사	노래교실
11	12	13	14	15	16	17
10:30 ~ 11:30	실버노래체조	노래교실	실버스포츠	인정수업	실버미술	두뇌개발 -인지워크북-
13:40 ~ 14:40	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동
15:00 ~ 16:00	실버 인지교구 (수세기)	두뇌개발 -인지워크북-	다도	놀이운동	실버 가요공연단	여가활동 -뽀안내피부-
18	19	20	21	22	23	24
10:30 ~ 11:30	실버노래체조	노래교실	실버스포츠	구강검진	인정수업	두뇌개발 -인지워크북-
13:40 ~ 14:40	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동
15:00 ~ 16:00	실버 인지교구 (성냥개비)	두뇌개발 -인지워크북-	생신잔치	실버미술	민철규 노래봉사	여가활동 -영화감상-
25	26	27	28	29	30	31
10:30 ~ 11:30	코로나,독감 예방주사	노래교실	실버스포츠	노래수업 체험수업 (라라시니어)	실버노래체조	두뇌개발 -인지워크북-
13:40 ~ 14:40	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동	참인지 건강운동
15:00 ~ 16:00	실버 인지교구 (종이컵쌓기)	두뇌개발 -인지워크북-	여가활동 -네일아트-	창 봉사	실버미술	노래교실