

# 프로그램 운영일정

2026년 06월 / 기본형

봄봄노인주야간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일       | 월요일                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 화요일                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 수요일                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 목요일                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 금요일                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 토요일                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           | <b>1</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 미술 / 현충일<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 제기 날리기<br>14:30~15:30(60분)           | <b>2</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 실버체육 / 젓가락 게임<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숨은그림찾기<br>14:30~15:30(60분)              | <b>3 9회지방선거</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 음악 교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숫자칸 색칠하기<br>14:30~15:30(60분) | <b>4</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 점 선 따라 그리기 / 도깨<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 탁구놀이<br>14:30~15:30(60분)    | <b>5</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 카메라 색칠하기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 실버레크레이션 / 접시 체조<br>14:40~15:40(60분)(외) | <b>6 현충일</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 퍼즐 맞추기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 공 빼내기<br>14:30~15:30(60분)     |
| <b>7</b>  | <b>8</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 미술/ 정성 반 사랑 반 -보약<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 공기놀이<br>14:30~15:30(60분)    | <b>9</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 실버체육 / 양궁, 골프공 활동<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> '명'으로 끝나는 단어 찾기<br>14:30~15:30(60분) | <b>10</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 음악 교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 미로찾기<br>14:30~15:30(60분)           | <b>11</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>사회(전체)</b> 모의 선거 체험해보기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 틀린그림찾기<br>14:30~15:30(60분)     | <b>12</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 월드컵 응원<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 실버레크레이션<br>14:40~15:40(60분)(외)          | <b>13</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 여름 드림캐쳐 만들기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 협동 공 게임<br>14:30~15:30(60분) |
| <b>14</b> | <b>15</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>가족(전체)</b> 노인인권 및 노인학대예방교육<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 노인학대예방 색칠하기<br>14:30~15:30(60분) | <b>16</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 실버체육<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 접시 꽃 색칠하기<br>14:30~15:30(60분)                   | <b>17</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(전체)</b> 음악 교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 여름 단어 찾기<br>14:30~15:30(60분)       | <b>18</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 동화 '별주부전'<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 태극기 응원도구 만들기<br>14:30~15:30(60분) | <b>19</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 월드컵 경기 시청하기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 실버레크레이션<br>14:40~15:40(60분)(외)     | <b>20</b><br><b>신체(보조기구)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(자립)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>신체(휠체어)</b> TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br>10:10~10:30(20분)<br><b>인지(전체)</b> 숫자칸 색칠하기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 고리던지기<br>14:30~15:30(60분)      |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21 | <p>22</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 미술/단오부채 만들기<br/>10:30~11:30(60분)(외)</p> <p>신체(전체) 바구니 옮기기<br/>14:30~15:30(60분)</p> | <p>23</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 한글공부<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 색 판 뒤집기<br/>14:30~15:30(60분)</p> | <p>24</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(전체) 음악 교실<br/>10:30~11:30(60분)(외)</p> <p>인지(전체) 색칠하기<br/>14:30~15:30(60분)</p> | <p>25</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 미술<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 체육<br/>14:30~15:30(60분)</p> | <p>26</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 색칠하기<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 실버레크레이션<br/>14:40~15:40(60분)(외)</p> | <p>27</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 색칠하기<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 체육<br/>14:30~15:30(60분)</p> |
| 28 | <p>29</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 숨은그림찾기<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 체육<br/>14:30~15:30(60분)</p>              | <p>30</p> <p>신체(보조기구) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(자립) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>신체(휠체어) TV와 함께하는 "으랏차차 건강 체조"<br/>10:10~10:30(20분)</p> <p>인지(전체) 한글공부<br/>10:30~11:30(60분)</p> <p>신체(전체) 체육<br/>14:30~15:30(60분)</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                       |