

🌸 2026년 6월 프로그램 일정표 🌸

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6
테이블체조 시니어체육 여름과일 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	컵타체조 신나는시니어체육 만화따라그리기 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	밴드체조 옥수수만들기 슬링 실내산책	건강체조 태양의신 슬링 걷기
6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13
테이블체조 시니어체육 해바라기 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 접시꽃 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	밴드체조 만다라우산 슬링 실내산책	건강체조 콩국수 슬링 걷기
6/15	6/16	6/17	6/18	6/19	6/20
테이블체조 시니어체육 연꽃 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 빨래하는날 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	밴드체조 아쿠아리움 슬링 실내산책	건강체조 무지개물고기 슬링 걷기
6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27
테이블체조 시니어체육 수국 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 더위엔수박 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	밴드체조 해수욕장 슬링 실내산책	건강체조 어항꾸미기 슬링 걷기
6/29	6/30				
테이블체조 시니어체육 모내기 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기				

📌 비고

- 등원 시: 혈압과 체온측정, 어르신 상태 파악
- 월 1회 (마지막 금요일): 모든 어르신 혈당검사와 키, 몸무게 측정
- 휴식 시간: 물리치료, 공기압 다리마사지 및 원적외선
- 위 프로그램은 기관 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.