

프로그램 운영일정

2026년 05월 / 기본형

효디딤돌 주야간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
					1 노동절 . 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숫자를 따라 선그리기- 말 11:00~12:00(60분) 신체(전체) "(건강,행복,여가 운동" 14:30~15:30(60분)(외)	2 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기-5월은 가정의 달 (지남력) 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 영화감상 -장희빈 (61년버전) 14:30~16:30(120분)
3 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 가족(전체) 생신 잔치 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 어버이날행사 14:30~15:30(60분) 인지(전체) 색칠하기 -꽃 풍경 15:30~16:30(60분)	4 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 가족(전체) 생신 잔치 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 어버이날행사 14:30~15:30(60분) 인지(전체) 색칠하기 -꽃 풍경 15:30~16:30(60분)	5 어린이 날 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 분별력키우기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 율놀이 14:30~15:30(60분)	6 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 한글공부(시쓰기 , 노래가사쓰기, 한글쓰기 등)-바다가욕지라면 노래가사 쓰기 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 인지 실버 뇌크레이션 14:30~15:30(60분)(외)	7 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 퍼즐맞추기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이 14:30~15:30(60분)(외)	8 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색종이 모자이크 - 튜울립 꽃 11:00~12:00(60분) 신체(전체) "(건강,행복,여가 운동" 14:30~15:30(60분)(외)	9 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기 - 5월은 가정의 달(가족사진)색 표현 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 영화감상 - 사랑방 손님과 어머니 14:30~16:30(120분)
10 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숨은그림찾기 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 미용데이 14:30~15:30(60분)	11 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숨은그림찾기 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 미용데이 14:30~15:30(60분)	12 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숫자를 따라 선그리기 11:00~12:00(60분) 인지(전체) "실버미술" 14:30~15:30(60분)(외)	13 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숫자공부(숫자쓰기 , 계산하기 등) 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 인지 실버 뇌크레이션 14:30~15:30(60분)(외)	14 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색종이접기 - 아이스크림 접기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이 14:30~15:30(60분)(외)	15 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 오리 붙이기 - 유채꽃 오리 꾸미기 11:00~12:00(60분) 인지(전체) "실버미술" 14:30~15:30(60분)(외)	16 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기 - 화투 5월(지남력) 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 야외 나들이 14:30~16:30(120분)
17 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 속담기억하기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 모두 함께 레크레이션(한국무용 배우기) 15:30~16:30(60분)	18 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 속담기억하기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 모두 함께 레크레이션(한국무용 배우기) 15:30~16:30(60분)	19 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 따라쟁이(숫자대로 색칠하기) 11:00~12:00(60분) 인지(전체) "실버미술"-꽃가마 14:30~15:30(60분)(외)	20 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 한글공부(시쓰기 , 노래가사쓰기, 한글쓰기 등)-섬마을 선생님 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 인지 실버 뇌크레이션 14:30~15:30(60분)(외)	21 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 동화구연 - 효자와 눈섭 없는 호랑이 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이 14:30~15:30(60분)(외)	22 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 분별력키우기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) "(건강,행복,여가 운동" 14:30~15:30(60분)(외)	23 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기- 봄에는 예쁜 화단을 꾸며요 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 영화감상-슈가 14:30~16:30(120분)
24 석가탄신일	25 대체공휴일(5.24) 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기 - 석가 탄신일(지남력) 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 노래교실 14:30~15:30(60분)	26 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 숫자공부(숫자쓰기 , 계산하기 등) - 곱셈을 해 보아요 11:00~12:00(60분) 인지(전체) "실버미술" 14:30~15:30(60분)(외)	27 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 오리 붙이기-아카시아 꽃의 추억 11:00~12:00(60분) 인지(전체) 인지 실버 뇌크레이션 14:30~15:30(60분)(외)	28 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 퍼즐맞추기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) 도구놀이 14:30~15:30(60분)(외)	29 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 달력만들기 11:00~12:00(60분) 신체(전체) "(건강,행복,여가 운동" 14:30~15:30(60분)(외)	30 신체(전체) 노인건강체조 10:00~11:00(60분) 인지(전체) 색칠하기 -유성기(회상 활동) 11:00~12:00(60분) 사회(전체) 영화감상 - 빨간 마후라 14:30~16:30(120분)