

2026년 4월 프로그램 계획표

	월	화	수	목	금	토
			1	2	3	4
오전	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기
	인지기능 실버미술-태극기만들기	사회적응 홈쇼핑, 텔레마케팅	인지기능 두뇌자극	신체기능 스트레칭	신체기능 실버건강체육	인지기능 실버미술
	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조
오후	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동
	여가.사회적응 여가프로그램	신체기능 협동체육	신체기능 실버체조	인지기능 추억의 노래방	인지기능 동화구연	여가.사회적응 여가프로그램
	6	7	8	9	10	11
오전	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기
	신체기능 건강스포츠	인지기능 레크레이션	인지기능 두뇌자극	신체기능 스트레칭	신체기능 실버건강체육	인지기능 실버미술
	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조
오후	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동
	인지기능 다양한 보드놀이	신체기능 협동체육	신체기능 실버체조	인지기능 추억의 노래방	인지기능 동화구연	여가.사회적응 여가프로그램
	13	14	15	16	17	18
오전	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기
	신체기능 건강스포츠	인지기능 레크레이션	인지기능 레크레이션	신체기능 스트레칭	신체기능 실버건강체육	인지기능 실버미술
	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조
오후	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동
	인지기능 다양한 보드놀이	신체기능 협동체육	신체기능 실버체조	인지기능 추억의 노래방	인지기능 동화구연	여가.사회적응 여가프로그램
	20	21	22	23	24	25
오전	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기	여가프로 건강체크,인사나누기
	신체기능 건강스포츠	인지기능 레크레이션	인지기능 두뇌자극	신체기능 스트레칭	신체기능 실버건강체육	인지기능 실버미술
	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조	신체기능 공단치매예방체조
오후	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동	신체기능 실버건강운동
	인지기능 다양한 보드놀이	신체기능 협동체육	신체기능 실버체조	인지기능 추억의 노래방	인지기능 동화구연	여가.사회적응 여가프로그램