

2026년 09월 가정통신문

어느덧 무더운 여름이 지나고 선선한 바람이 찾아오는 반가운 9월이 찾아왔습니다.
아침저녁으로 서늘해지는 날씨에 어르신들의 건강과 일상에도 세심한 관심이 필요한 시기입니다.
9월에도 어르신들께서 즐겁고 편안한 하루를 보내실 수 있도록
다양한 프로그램과 정성 어린 돌봄을 이어가겠습니다.
가정에서도 환절기 건강관리에 유의하시고, 늘 평안하고 행복한 날들이 함께하시길 바랍니다.

※ 2026년 8월 중 실시한 프로그램 및 정규행사 내용

▣ 8월 특별 프로그램 실시 내용

- ◆ 8월 생신 어르신 축하잔치 : ✨ 석옥선 어르신 ✨ → 20일(목) 오전 10시 실시함.
- ◆ 8월 특별 인지 프로그램 실시
- 8월 특별프로그램 '태극기·무궁화 바람개비 만들기' → 14일(금) 센터 내 실시함.
- 8월 사회적응 프로그램(자체) '시장 모의체험' → 21일(금) 센터 내 실시함.
- ◆ 외부 자원봉사 실시
- 노래·장구·민요 등 공연 봉사(효누림 봉사단) → 15일(토) 13시 30분 센터 내 방문 실시함.
- 이·미용 봉사(이*영 선생님) → 22일(토) 13시 센터 내 방문 실시함.
- 찾아가는 결핵검진 → 26일(수) 10시 30분 센터 내 방문 실시함.
- ◆ 아침체조 및 인지 프로그램 (신체활동 및 지필활동 등)
- ◆ 미술치료 프로그램 (그리기, 만들기, 캘리그래피 등)
- ◆ 가수와 함께 노래와 춤을 즐기는 시간 - 매주 목요일 (외부 노래강사)
- ◆ 실버신체 및 실버여가 - 매주 화·수요일 (외부강사)
- ◆ 뇌 기능을 활성화하고 기억력과 인지향상을 위한 인지활동 - 매주 월·금요일 (외부강사)

▣ 2026년 9월 예정 특별 프로그램

◆ 9월 특별 프로그램

- 9월 생신 어르신 축하잔치 ✨ 김정구 어르신 | 고봉덕 어르신 ✨ → 17일(목) 오전 10시 실시예정
- 9월 사회적응 프로그램(자체) '명절행사 활동' → 22일(화) 센터 내 실시예정.
- ◆ 자원봉사 실시 예정
- 노래·장구·민요 등 공연 봉사(효누림 봉사단) → 12일(토) 13시 30분 센터 내 방문 실시예정.
- 이·미용 봉사(이*영 선생님) → 19일(토) 13시 센터 내 방문 실시 예정.
- '2026 찾아가는 공연장(거꾸로 프로젝트 팀)' → 23일(수) 11시 센터 내 방문 실시예정.

프로그램 운영일정

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

2026년 09월 / 기본형

마도힐링주간보호센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 맞춤형신체활동 (전체) 맞춤형 실버신체 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	2 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 맞춤형 실버여가 15:00~16:00(60분)(외)	3 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 노래교실 10:30~11:30(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	4 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) [인지] 맞춤형실버음악 (전체) 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	5 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 신체게임 15:00~16:00(60분)
6	7 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 인지활동 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	8 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 맞춤형신체활동 (전체) 맞춤형 실버신체 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	9 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 맞춤형 실버여가 15:00~16:00(60분)(외)	10 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 노래교실 10:30~11:30(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	11 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) [인지] 맞춤형실버음악 (전체) 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	12 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 효능자원봉사(자)13:30~ 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 신체게임 15:00~16:00(60분)
13	14 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 인지활동 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	15 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 맞춤형신체활동 (전체) 맞춤형 실버신체 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	16 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 맞춤형 실버여가 15:00~16:00(60분)(외)	17 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:30~10:00(30분) 사회 (전체) 생신 잔치 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤형 노래교실 10:30~11:30(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	18 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) [인지] 맞춤형실버음악 (전체) 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	19 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 이미용봉사(자)13:00~ 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 신체게임 15:00~16:00(60분)
20	21 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 인지활동 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	22 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 맞춤형신체활동 (전체) 맞춤형 실버신체 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 명절 행사 15:00~16:00(60분)	23 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 맞춤형 실버여가 15:00~16:00(60분)(외)	24 추석	25 추석	26 추석
27	28 신체기능 (전체) 노인건강체조 09:40~10:20(40분) 인지기능 (전체) 맞춤형 인지활동 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 인지기능 프로그램 (전체) 15:00~16:00(60분)	29 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 신체활동놀이-지체 15:00~16:00(60분)	30 신체기능 (전체) 노인건강체조 10:10~10:50(40분) 인지기능 프로그램 (전체) 11:00~12:00(60분) 인지기능 (A) 인지활동형 프로그램 14:00~15:00(60분) 신체기능(전체)신체활동놀이-지체 15:00~16:00(60분)			