

2026년 10월 프로그램 계획서

요일	월	화	수	목	금	토
날짜				1(목)	2(금)	3(토)
오전				건강체크		
				건강체조 및 지남력훈련, 기능회복훈련		
				인지/ 달력만들기	인지/ 빙고게임	인지/ 개천절
맞춤형프로그램/ 미술치료				생신잔치	근력 운동	
				사회적응훈련/시사토론		
오후	치매뇌체조	맞춤형프로그램/ 음악치료	레크/ 고리던지기			
	날짜	5(월)	6(화)	7(수)	8(목)	9(금)
오전	건강체크					
	건강체조 및 지남력훈련, 기능회복훈련					
	인지/ 세계유산	인지/ 100명의 위인	인지/ 다섯고개	인지/ 절기구분	인지/ 한글날	인지/ 식물이야기
오후	근력운동	사회적응훈련 / 시사토론	근력운동	맞춤형프로그램/ 미술치료	사회적응훈련/시사토론	근력 운동
	맞춤형프로그램/ 노래교실	맞춤형프로그램/ 실버체조	레크/ 볼링	치매뇌체조	레크/ 노래배우기	레크/ 풍선놀이
날짜	12(월)	13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전	건강체크					
	건강체조 및 지남력훈련, 기능회복훈련					
	인지/동물이야기	인지/음식문화	인지/ 속담퀴즈	인지/야생화	인지/ 곤충이야기	인지/ 우리문화
오후	근력운동	특화프로그램/ 요리활동(샌드위치)	근력운동	맞춤형프로그램/ 미술치료	사회적응훈련/간호교육 낙상예방	근력 운동
	맞춤형프로그램/ 노래교실	맞춤형프로그램/ 실버체조	레크/ 화살촉 넣기	치매뇌체조	맞춤형프로그램/ 음악치료	레크/ 탁구공구출하기
날짜	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전	건강체크					
	건강체조 및 지남력훈련, 기능회복훈련					
	인지/ 나무이야기	인지/ 지리여행	인지 / 같은그림찾기	인지/ 바다이야기	인지 / 과학이야기	인지/전래동화
오후	근력운동	사회적응훈련/ 소방교육 및 재난사고	근력운동	맞춤형프로그램/ 미술치료	사회적응훈련/ 시장놀이	근력 운동
	맞춤형프로그램/ 노래교실	맞춤형프로그램/ 실버체조	레크/ 다트게임	치매뇌체조	맞춤형프로그램/ 음악치료	레크/ 공뽑기
날짜	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)
오전	건강체크					
	건강체조 및 지남력훈련, 기능회복훈련					
	인지/ 사진회상	인지/ 동화구연	인지/ OX퀴즈	인지/ 제철음식	인지 / 생태상식	인지/ 밀레
오후	근력운동	특화프로그램/ 요리활동(게살스프)	근력운동	맞춤형프로그램/ 미술치료	사회적응훈련 시사토론	근력 운동
	맞춤형프로그램/ 노래교실	맞춤형프로그램/ 실버체조	레크/ 낚시놀이	치매뇌체조	맞춤형프로그램/ 음악치료	레크/ 컵게임

돌봄 노인주간보호센터

◆ 2026년 10월 돌봄 노인주간보호 프로그램 계획표 ◆

시간/요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
~09:00	이동서비스 (사회복지사/간호조무사/운전원/사무원) < 도착시 아침식사 / 출석확인 / 개인사물함 정리 / 뉴스 시청 >					
09:00~09:30	건강체크 (V/S측정: 일1회,혈당체크, 혈압, 맥박, 체온관리, 투약 / 간호조무사)					
09:30~09:50	Tea time 및 오전 간식 (요양보호사)					
09:50~10:50	건강체조 및 지남력훈련,기능회복훈련 (요양보호사)					
10:50~11:50	인지기능강화프로그램					
11:50~12:00	일일활동 체크 (오전)					
12:00~12:10	손씻기 및 식사준비 (안면근육 및 혀 운동)					
12:10~13:00	중 식					
13:00~13:40	구강 위생관리 / 투약 / 물리치료(온찜질,적외선 등) / 산책 / 박수치기 운동 / 자유시간 / 기능회복훈련 / 휴식 등					
13:40~14:40	근력운동	사회적응훈련/요리활동	근력운동	맞춤형프로그램(미술치료)	생신잔치 (김*순, 유*자, 구*자)	근력운동
14:40~15:00	오후 간식 및 휴식					
15:00~16:00	맞춤형프로그램(노래교실)	맞춤형프로그램(실버체조)	치로레크레이션	치매뇌체조	맞춤형프로그램(음악치료)	치로레크레이션
16:00~16:10	일일활동 체크 (오후)					
16:10~17:00	물리치료 및 자유활동,기능회복훈련 / 송영서비스					
17:00~17:50	저녁식사 / 자유활동 / 투약 / 구강관리 / 옷입기 / 송영서비스					
17:50~	자유활동/ 송영서비스 (사회복지사/간호조무사/운전원 등)					
종사자	대 표 :이*자	사회복지사:정*규	사회복지사: 김*숙	요양보호사: 현*연	요양보호사 : 이*경	
				요양보호사: 보*	사무원: 진*임	
			간호조무사 : 임*선	요양보호사: 송*경	운전(보조원):정*주	
			요양보호사: 이*경	요양보호사: 이*숙	운전(보조원):구*천	

☎031-768-0768

★일정은 변경될 수 있습니다.★