

2026년 05월 프로그램 일정표

담당	시설장

주(날짜)	시간	요일	활동구분	월	화	수(목욕서비스)	목(목욕서비스)	금	토
			날짜					1	2
1주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	5월 생신 어르신 유경화, 송상은, 유춘화	*모든 활동은 어르신이 스스로 수행하실 수 있도록 부분적인 도움만을 제공드리고 있습니다. *어르신이 활동 방식을 전부 이해하지 못하여도 능동적으로 수행하실 수 있게끔 반복적으로 설명드리고 있습니다. * 코로나-19 예방을 위해 프로그램 진행 시 일정 거리두기 및 소독/환기를 매일 실시 중입니다. 외부 인지/체육 프로그램 시간: 10:30 ~ 11:30 외부 노래교실 : 15:00 ~ 16:00			노동 절 휴원	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침
	10:30 ~ 11:30	인지	외부: 웃음치료						
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동						
	14:00 ~ 14:20		실버체조						
	14:20 ~ 15:00	신체	뷰티샵-네일아트						
	15:00 ~ 16:00	인지	공기놀이						
			날짜	4	5	6	7	8	9
2주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30	인지	달력만들기	외부: 인지수업	토끼풀과 나비	외부: 레크레이션	어버이날 행사	맞춤형 인지활동 워크북	
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	
	14:00 ~ 14:20		실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	
	14:20 ~ 15:00	신체	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북	생신잔치	풍물놀이_ 자원봉사	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	인지	휴지심 빨리감기	오재미 바구니 받기	외부: 노래교실	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	자석컬링	
			날짜	11	12	13	14	15	16
3주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30	인지	인지학습	외부: 인지수업	상자속물건	외부: 레크레이션	외부: 웃음치료	맞춤형 인지활동 워크북	
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	
	14:00 ~ 14:20		실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	
	14:20 ~ 15:00	신체	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	인지	탁구공 튕겨넣기	신문지발로당기기	외부: 노래교실	스승의날_카네이션	볼링	컵 쌓기	
			날짜	18	19	20	21	22	23
4주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30	인지	그때 그랬지	외부: 인지수업/ 이미용서비스	부처님오신날_입체연등	외부: 레크레이션	외부: 웃음치료	맞춤형 인지활동 워크북	
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	
	14:00 ~ 14:20		실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	
	14:20 ~ 15:00	신체	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	인지	빨래집게놀이	줄 빨리 꿰기	외부: 노래교실	노래가사빈칸채우기	원통 발로 굴리기	손바닥도장	
			날짜	25	26	27	28	29	30
5주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30	인지	야채빙고	외부: 인지수업	직업 알아보기	외부: 레크레이션	외부: 웃음치료	맞춤형 인지활동 워크북	
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	걷기운동 / 구강체조 케겔운동	
	14:00 ~ 14:20		실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	실버체조	
	14:20 ~ 15:00	신체	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	14:00~16:00 영화감상 (헬로우고스트)	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	인지	탁구공 구멍찾기	오재미축구	외부: 노래교실	봄나물비빔밥		투호	