

2026년 8월 프로그램 일정표

담당	시설장

주(날짜)	시간	요일	활동구분	월	화(목욕서비스)	수(목욕서비스)	목(목욕서비스)	금	토
			날짜						1
1주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	*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					아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침
	10:30 ~ 11:30		인지						맞춤형 인지활동 워크북
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동						
	14:00 ~ 14:20		인지도담체조						
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	뷰티샵-네일아트						
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지	그림위집기						
			날짜	3	4	5	6	7	8
2주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30		인지	휴지심 빨리감기	달력만들기	도란도란 속담 퀴즈	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		인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	생신잔치	맞춤형 인지활동 워크북	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지	외부: 인지수업	신발던지기	외부: 힐링노래교실	입추_해바라기 핑거 페인 팅	색깔투호	큰손이 낚시	
			날짜	10	11	12	13	14	15
3주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30		인지	컵 한줄로 쌓기	광복절 위인 초상화	초성퀴즈	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		인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북/ 손씻기 교육	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북/ 손씻기 교육	맞춤형 인지활동 워크북/ 손씻기 교육	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지	외부: 인지수업	원통 발로 굴리기	외부: 힐링노래교실	치매예방 교육	실 빨리 감기	핀치기	
			날짜	17	18	19	20	21	22
4주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30		인지	타구공 구멍 찾기	노래가사 빈칸 채우기	철가방 퀴즈	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		인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지	외부: 인지수업	신문지 발로 당기기	외부: 힐링노래교실	처서_초당 옥수수 만들기	고리던지기	휴지심 쌓기	
			날짜	24	25	26	27	28	29
5주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크 / 세상 뉴스 전하기 / 아침체조					
	10:30 ~ 11:30		인지	외부: 인지수업	건강 몸 빙고	PPT	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		인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	인지도담체조	
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북	맞춤형 인지활동 워크북/ 두뇌건강 놀이책	맞춤형 인지활동 워크북	뷰티샵-네일아트	
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지	빨래집게 놀이	오재미 축구	외부: 힐링노래교실	입체 골라주 과일주스만들기	투호	개구리 점프	
			날짜	31					
6주	10:10 ~ 10:30		사회 적응	아침 조회 및 출석 체크	8월 생신 어르신 조운선, 이병연, 최인호, 김연희, 진석희				
	10:30 ~ 11:30		인지	매일 똑똑 기억력-집중력 교실					
	11:30 ~ 12:00	신체	걷기운동 / 구강체조 케겔운동						
	14:00 ~ 14:20		인지도담체조						
	14:20 ~ 15:00	신체/ 인지	14:00~16:00 영화감상 (괜찮아 괜찮아 괜찮아!)						
	15:00 ~ 16:00	신체/ 인지							