

26년 6월 프로그램 계획표(5등급+인지,신체)

	1(월)	2(화)	3(수)	4(목)	5(금)	6(토)				
09:20~10:00	간식 및 혈압, 체온 맥박, 기초건강 관리									
10:00~11:00	힘뇌 체조	국민건강체조	실버체조	소근육운동	치매예방 체조	손가락 운동				
13:30~14:30	인지미술 태극기색칠하기	목욕하기	인지음악 민요배우기	신체활동 콩주머니운동	인지보드 도형기억하기	발마사지&핫팩				
14:30~15:30	핫팩 및 발마사지	줄긋기	핫팩 및 발마사지							
	8(월)	9(화)	10(수)	11(목)	12(금)	13(토)				
09:20~10:00	간식 및 혈압, 체온 맥박, 기초건강 관리									
10:00~11:00	힘뇌 체조	국민건강체조	실버체조	소근육운동	치매예방 체조	손가락 운동				
13:30~14:30	인지활동 요리교실	목욕하기	인지음악 마라카스연주	신체활동 팡팡디스코	인지보드 이에짬	영화감상				
14:30~15:30	핫팩 및 발마사지	스티커붙이기	핫팩 및 발마사지							
	15(월)	16(화)	17(수)	18(목)	19(금)	20(토)				
09:20~10:00	간식 및 혈압, 체온 맥박, 기초건강 관리									
10:00~11:00	힘뇌 체조	국민건강체조	실버체조	소근육운동	치매예방 체조	손가락 운동				
13:30~14:30	인지미술 한지제기만들기	목욕하기	인지음악 타악기연주	신체활동 레크체조	인지보드 패턴찾기	발마사지&핫팩				
14:30~15:30	핫팩 및 발마사지	콩고르기	핫팩 및 발마사지							
	22(월)	23(화)	24(수)	25(목)	26(금)	27(토)				
09:20~10:00	간식 및 혈압, 체온 맥박, 기초건강 관리									
10:00~11:00	힘뇌 체조	국민건강체조	실버체조	소근육운동	치매예방 체조	손가락 운동				
13:30~14:30	인지미술 소고만들기	목욕하기	인지음악 핸드벨연주	신체활동 일상생활도구이용 활동	인지보드 픽미업	영화감상				
14:30~15:30	핫팩 및 발마사지	틀린그림찾기	핫팩 및 발마사지							
	29(월)	30(화)								
09:20~10:00	간식 및 혈압, 체온 맥박, 기초건강 관리									
10:00~11:00	폐강화운동	국민건강체조								
13:30~14:30	인지체조 신체발란스운동	목욕하기								
14:30~15:30	핫팩 및 발마사지	달력만들기								
	신체 프로그램									
	인지 프로그램									
	인지등급 프로그램									