

2026년 10월 프로그램 계획표

요일 시간		일	월	화	수	목	금	토
1 주	오전					1	2	3
						물리치료	물리치료	물리치료
						힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
						민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후					미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	달력색칠하기 (인지영역)
2 주	오전	4	5	6	7	8	9	10
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	세라밴드운동 (신체영역)	나무젓가락쌓기 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
3 주	오전	11	12	13	14	15	16	17
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	종이컵화분꾸미기 (인지영역)	세라밴드운동 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
4 주	오전	18	19	20	21	22	23	24
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	인지학습지풀기 (인지영역)	세라밴드운동 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
5 주	오전	25	26	27	28	29	30	31
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	가을나무꾸미기 (인지영역)	색칠하기 (인지영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)

오전 체조 (10:00~10:20) 오전 프로그램 (10:30~11:30) / 오후 프로그램 (14:10~15:10)

*상기 프로그램은 대상자의 상태, 상황 및 기관의 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

2026년 10월 프로그램 계획표(5등급, 인지지원등급)

요일 시간		일	월	화	수	목	금	토
1주	오전					1	2	3
						물리치료	물리치료	물리치료
						힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
						민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후					미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	달력만들기 (인지영역)
2주	오전	4	5	6	7	8	9	10
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	세라밴드운동 (신체영역)	다양한모양으로 나무젓가락쌓기 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
3주	오전	11	12	13	14	15	16	17
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	종이컵화분만들기 (인지영역)	세라밴드운동 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
4주	오전	18	19	20	21	22	23	24
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	인지학습지풀기 (인지영역)	세라밴드운동 (신체영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)
5주	오전	25	26	27	28	29	30	31
		물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료	물리치료
		힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	힘뇌체조	치매예방체조	신바람 노래교실1 (인지영역)
		색칠하기 (미술영역)	실버체조2 (신체영역)	가을나무만들기 (인지영역)	똑같이 색칠하기 (인지영역)	민요체조 (신체영역)	신바람 노래교실5 (인지영역)	힘뇌체조
	오후	TV시청 (인지, 사회적응)	신바람 노래교실 2 (인지영역)	국악교실 (인지영역)	신바람 노래교실3 (인지영역)	미술활동 (인지영역)	신바람 노래교실4 (인지영역)	레크레이션 (신체영역)

오전 체조 (10:00~10:20) 오전 프로그램 (10:30~11:30) / 오후 프로그램 (14:10~15:10)

*상기 프로그램은 대상자의 상태, 상황 및 기관의 사정에 따라 변경될 수 있습니다.