

2026년 05월 프로그램계획표

요일	월	화	수	목	금	토
1주차					5/1	5/2
10:00~11:00					기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리	
11:00~11:30					오전 치매예방체조	
13:00~14:00					여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련	
14:10~14:30					자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)	
14:30~15:30					캘리그래피	놀이교실
					인생은 한번이지만 행복은 셀 수 없기를 당신과 함께해서 행복한 순간입니다	알록달록 아이스크림 만들기
15:30~16:00					오후 치매예방체조 및 개별운동	
2주차	5/4	5/5	5/6	5/7	5/8	5/9
10:00~11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00~11:30	오전 치매예방체조					
13:00~14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10~14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30~15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	놀이교실
	입체 꽃 만들기	개구리 멀리뛰기	퍼즐_어버이날 색깔 맞춰 숫자쓰기 02	윷놀이	오늘이 선물이고 행복입니다 고마운 것만 기억하고 사랑하는 일만 기억하라	양말 짝 맞추기
15:30~16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					
3주차	5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16
10:00~11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00~11:30	오전 치매예방체조					
13:00~14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10~14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30~15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	놀이교실
	카네이션에 얹은 나비	빛 따라 숨은 그림 찾기	퍼즐_과일 캐릭터 색깔 맞춰 숫자 쓰기 03	대형 풍선 배드민턴	서로의 마음이 닿는다는 건 마음의 계절이 같다는 것 너 세상에서 하나뿐인 보물	똑딱! 생선뼈 자리 찾기
15:30~16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					
4주차	5/18	5/19	5/20	5/21	5/22	5/23
10:00~11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00~11:30	오전 치매예방체조					
13:00~14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10~14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30~15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	실버스포츠	캘리그래피	실버스포츠
	히아신스 꽃다발	속속! 풍선 잡기 놀이	퍼즐_코끼리 색깔 맞춰 숫자 쓰기 04	손맛 나는 낚시놀이 +수산물시장	모리는 언제나 함께 같이 당신의 따뜻함에 항상 고맙고 감사합니다	손끝 집중 숫자 맞춰 실 꿰기
15:30~16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					
	5/25	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30
10:00~11:00	기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한 신체건강관리					
11:00~11:30	오전 치매예방체조					
13:00~14:00	여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈련					
14:10~14:30	자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)					
14:30~15:30	미술치료	놀이교실	뇌건강교실	다함께차차차 노래교실	캘리그래피	실버스포츠
	잠미꽃 만다라	뒤집어라! 홍팀 vs 청팀 주사위 카드 게임	퍼즐_열대어 색깔 맞춰 숫자 쓰기 05		감사합니다 사랑합니다. 고맙습니다. 행복합니다 당 생각이라는 여행에서 당신을 만나 행복합니다	톡톡 튀는 빨대 링 챌린지
15:30~16:00	오후 치매예방체조 및 개별운동					

*어르신의 건강 상태 및 인지 기능 변화에 따라 일부 일정은 탄력적으로 운영될 수 있습니다.