

2026년 06월 프로그램계획표

| 요일          | 월                                    | 화                            | 수                                 | 목                  | 금                                     | 토                   |
|-------------|--------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|--------------------|---------------------------------------|---------------------|
|             | 6/1                                  | 6/2                          | 6/3                               | 6/4                | 6/5                                   | 6/6                 |
| 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                |
|             | 틀립 모빌                                | 윷놀이                          | 모양에 맞게 도형 붙이기 01<br>모양 맞춰 색칠하기 01 | 손끝 집중 숫자 맞춰<br>실패기 | 꽃처럼 향기롭게<br>꽃처럼 향기롭게 꿈처럼 행복하게         | 색깔 피아노              |
| 15:30-16:00 | 오후 치매예방체조 및 개별운동                     |                              |                                   |                    |                                       |                     |
|             | 6/8                                  | 6/9                          | 6/10                              | 6/11               | 6/12                                  | 6/13                |
| 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                |
|             | 휴지심으로 꽃 도장 찍기                        | 양말 짝 맞추기                     | 모양에 맞게 도형 붙이기 02<br>모양 맞춰 색칠하기 02 | 청기백기               | 이 세상에 너만큼 아름다운 사람이 있을까<br>enjoy today | 주사위 나온 숫자만큼<br>색칠하기 |
| 15:30-16:00 | 오후 치매예방체조 및 개별운동                     |                              |                                   |                    |                                       |                     |
|             | 6/15                                 | 6/16                         | 6/17                              | 6/18               | 6/19                                  | 6/20                |
| 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                |
|             | 종이컵을 이용한 장미꽃                         | 머리카락 집계                      | 모양에 맞게 도형 붙이기 03<br>모양 맞춰 색칠하기 03 | 주사위 부루마블           | smile<br>날마다 좋은 날 되소서                 | 얼굴 표정 퍼즐            |
| 15:30-16:00 | 오후 치매예방체조 및 개별운동                     |                              |                                   |                    |                                       |                     |
|             | 6/22                                 | 6/23                         | 6/24                              | 6/25               | 6/26                                  | 6/27                |
| 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<br>노래교실     | 캘리그래피                                 | 놀이교실                |
|             | 장미꽃 말아보기                             | 뒤집어라! 홍팀 vs 청<br>팀 주사위 카드 게임 | 모양에 맞게 도형 붙이기 04<br>모양 맞춰 색칠하기 04 |                    | 선물같은 하루<br>을 내 당신께 드릴 수 있는 이것 하       | 파리, 모기 잡는 날         |
| 15:30-16:00 | 오후 치매예방체조 및 개별운동                     |                              |                                   |                    |                                       |                     |
|             | 6/29                                 | 6/30                         |                                   |                    |                                       |                     |
| 10:00-11:00 | 기본동작훈련 / 일상생활동작훈련 / 기구 이용한<br>신체건강관리 |                              |                                   |                    |                                       |                     |
| 11:00-11:30 | 오전 치매예방체조                            |                              |                                   |                    |                                       |                     |
| 13:00-14:00 | 여가 / 인지회상 / 인지활동형 / 일상생활동작훈<br>련     |                              |                                   |                    |                                       |                     |
| 14:10-14:30 | 자유활동 (사회적응훈련, 종교활동, 개인활동 등)          |                              |                                   |                    |                                       |                     |
| 14:30-15:30 | 미술치료                                 | 놀이교실                         |                                   |                    |                                       |                     |
|             | 종이 퀵링 아트                             | 색깔 도형 반쪽 맞추기                 |                                   |                    |                                       |                     |
| 15:30-16:00 | 오후 치매예방체조 및 개별운동                     |                              |                                   |                    |                                       |                     |

\* 어르신인 건강 상태 및 인지 기능 변화, 기관 상황에 따라 일부 일정은 탄력적으로 운영될 수 있습니다.