

프로그램 운영일정

2026년 07월 / 기본형

명가인재 활주야간복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 신체기능 (전체) 구구팔팔체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 달력 만들기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(B)) 신체-웃놀이 [신체] 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 사회적응-은행업무보기 [사회] 15:00~16:00(60분)	2 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:수/교구 두뇌훈련-눈송이블록 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 인지기능 (C) 숫자따라 색칠하기 [인지] 12:30~13:30(60분) 신체기능 (전체) 신체-축구공 골대 넣기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 숫자따라 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)	3 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 여름꽃 -자이언트 해바라기꾸미기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(A)) 신체-컬링 [신체] 14:00~15:00(60분) 노래교실 (전체) 명가인 노래자랑 [기타] 15:00~16:00(60분) 인지기능 (C) 여름꽃 -자이언트 해바라기꾸미기 [인지] 15:00~16:00(60분)	4 신체기능 (전체) 음악운동체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 신체기능 (신체(A)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 10:20~11:20(60분) 인지기능 (A) 꽃우산 색종이 꾸미기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(B)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 14:20~15:20(60분) 인지기능 (B) 꽃우산 색종이 꾸미기 [인지] 14:20~15:20(60분)
5	6 가족지지 (전체) 함께라서 더 행복한 「행복 생신잔치」 [가족] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 수박으로 배우는 수 개념과 여름 추억 회상 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 신체-굿샷! 어르신 골프왕 [신체] 14:00~15:00(60분) 노래교실 (전체) 명가인 노래자랑 [기타] 15:00~16:00(60분) 인지기능 (C) 수박으로 배우는 수 개념과 여름 추억 회상 [인지] 15:00~16:00(60분)	7 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:언어/미술 -감자만들기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 워크메이트-짐볼 튕기기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 노래 부르고 가사 쓰기-고기잡이동요 [인지] 15:00~16:00(60분)	8 신체기능 (전체) 구구팔팔체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:신체/레크 뇌인지체조-꽃잎쌓기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 인지기능 (C) 휴게소 이용하기와 여행 추억 회상 [인지] 12:40~13:40(60분) 신체기능 (신체(B)) 신체-알파기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 휴게소 이용하기와 여행 추억 회상 [인지] 15:00~16:00(60분)	9 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:수/교구 두뇌훈련-집게블록 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체-탁구공 맞고넣기게임 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 음식물 쓰레기 분리배출 알아보기 [인지] 15:00~16:00(60분)	10 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:음악/신체 뇌인지체조-봄비나 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (신체(A)) 신체-풍선 배구와 풍선게임 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 압화 부채만들기 [인지] 15:00~16:00(60분)	11 신체기능 (전체) 음악운동체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 신체기능 (신체(A)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 10:20~11:20(60분) 인지기능 (A) 모빌만들기활동-만다라 우산 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(B)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 14:20~15:20(60분) 인지기능 (B) 모빌만들기 활동-만다라우산 [인지] 14:20~15:20(60분)

12	13 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 협동화 만들기-수박파티 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 신체-콩주머니 던지기 [신체] 14:00~15:00(60분) 노래교실 (전체) 명가인 노래자랑 [기타] 15:00~16:00(60분) 인지기능 (C) 협동화 만들기-수박파티 [인지] 15:00~16:00(60분)	14 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:언어/미술 삼계탕모빌 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 워크메이트-신발 던지기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 숨은 그림 찾기 [인지] 15:00~16:00(60분)	15 신체기능 (전체) 구구팔팔체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:수어/레크 뇌인지체조-축구 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (신체(B)) 신체-풍선배구와 풍선게임 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 소쿠리에 담은 여름 농작물 [인지] 15:00~16:00(60분)	16 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:수어/교구 두뇌훈련-6색정육면체 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체-병뚜껑 멀리 튕기기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 틀린 그림 찾기 [인지] 15:00~16:00(60분)	17 제헌절 . 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:음악/신체 뇌인지체조-비 셰이크 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (신체(A)) 신체-웃놀이 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 제헌절이야기 [인지] 15:00~16:00(60분)	18 신체기능 (전체) 음악올동체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 신체기능 (신체(A)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 10:20~11:20(60분) 인지기능 (A) 화관 꾸미기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(B)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 14:20~15:20(60분) 인지기능 (B) 화관 꾸미기 [인지] 14:20~15:20(60분)
19	20 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 색종이 접기 활동-공작새 표현하기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 신체-농구공 던지기 [신체] 14:00~15:00(60분) 노래교실 (전체) 명가인 노래자랑 [기타] 15:00~16:00(60분)	21 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:언어/미술 해바라기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 워크메이트-풍선 배드민턴 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 대화예절 [인지] 15:00~16:00(60분)	22 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:신체/레크 뇌인지체조-파리잡기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (신체(B)) 신체-컬링 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 봉숭아 꽃물들이기 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)	23 인지기능 (C) 24절기 이야기-대서 [인지] 09:20~10:20(60분) 신체기능 (전체) 구구팔팔체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:수어/교구 두뇌훈련-흡착블록 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체-낙시게임 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 24절기 이야기-대서 [인지] 15:00~16:00(60분)	24 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:음악/신체 뇌인지체조-부채 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 인지기능 (C) 시계그리기 [인지] 12:40~13:40(60분) 신체기능 (신체(A)) 신체-알까기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 시계그리기 [인지] 15:00~16:00(60분)	25 신체기능 (전체) 음악올동체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 신체기능 (신체(A)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 10:20~11:20(60분) 인지기능 (A) 만들기 활동- 추억의 빙수 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (신체(B)) 얼굴, 손 마사지 및 온열팩 찜질 [신체] 14:20~15:20(60분) 인지기능 (B) 만들기 활동- 추억의 빙수 [인지] 14:20~15:20(60분)
26	27 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 「접시꽃 당신」 시 감상과 접시꽃 꾸미기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 신체-볼링공 던지기 [신체] 14:00~15:00(60분) 노래교실 (전체) 명가인 노래자랑 [기타] 15:00~16:00(60분)	28 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:언어/미술 부채만들기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (전체) 워크메이트-골프 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 색종이 접기-매미 [인지] 15:00~16:00(60분)	29 신체기능 (전체) 밴드체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:신체/레크 뇌인지체조-오자미 던지기 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 신체기능 (신체(B)) 신체-웃놀이 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 추억의 시장 간식 빵튀기 찾기와 계산활동 [인지] 15:00~16:00(60분)	30 신체기능 (전체) 구구팔팔체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 인지기능 (전체) 봉어 색종이로 표현하기 [인지] 10:20~11:20(60분) 신체기능 (전체) 신체-다트게임 [신체] 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 여름 폭염 대비 교육 [사회] 15:00~16:00(60분)	31 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 09:30~10:10(40분) 맞춤형프로그램 (전체) 맞춤:음악/신체 뇌인지체조-색깔판 난파 [기타] 10:20~11:20(60분)(외) 인지기능 (C) 계산활동 [인지] 12:40~13:40(60분) 신체기능 (신체(A)) 신체-탁구공 튕겨 넣기 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 계산활동 [인지] 15:00~16:00(60분)	