프로그램 운영일정

2026년 07월 / 기본형

내외동주간보호센타

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 **인지(전체)** 7월 달력 만들기 10:00~11:00(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 과일 야채 색칠하기 15:00~16:00(60분)	2 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 치매예방 손유희 스팟 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 탁구공 골인시키기 15:00~16:00(60분)	3 **인지(전체)** 오감나무(교구활동) - 여름 간식 소쿠리 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 시계 표시해보기 15:00~16:00(60분)	4 **인지(전체)** 수박만들기 10:00~11:00(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 15:00~16:00(60분)
5	6 **인지(전체)** 아트별(미술) - 추억이 머무는 그늘 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 부채로 탁구공 골인시키기 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 한글교육 15:00~16:00(60분)	7 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 마트 장보기 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 뮤직테라피 (소리꽃)- 장미꽃 피는 남쪽 항구 15:00~16:00(60분)(외)	8 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **가족(전체)** 생신 잔치 1-7 14:30~16:00(90분)	9 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 영상 그림 퀴즈 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 인지플레이(신체) - 윙윙 모기잡기 15:00~16:00(60분)(외)	10 **인지(전체)** 오감나무(교구활동) - 백세누리 종합영양제 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 수인지 활동지 15:00~16:00(60분)	11 **인지(전체)** 제헌절 모빌 만들기 10:00~11:00(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 15:00~16:00(60분)
12	13 **인지(전체)** 아트별(미술) - 파란 정원 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 롱티 탁구공 올리기 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 한글교육 15:00~16:00(60분)	14 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 미술 인지활동 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 뮤직테라피 (소리꽃)- 이 순간부터 새출발 15:00~16:00(60분)(외)	15 **사회(전체)** 감자샐러드 만들기 10:00~11:00(60분) **인지(전체)** 색칠하기 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분)	16 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 영상 그림 퀴즈 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 인지플레이(신체) - 탁구공 볼링 15:00~16:00(60분)(외)	17 제헌절 . **인지(전체)** 오감나무(교구활동) - 토끼의 간 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 수인지 활동지 15:00~16:00(60분)	18 **인지(전체)** 해당화 만들기 10:00~11:00(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 15:00~16:00(60분)
19	20 **인지(전체)** 아트별(미술) - 노란 햇살이 가득한 곳 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 뽕망치 찍기 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 한글교육 15:00~16:00(60분)	21 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 미술 인지활동 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 뮤직테라피 (소리꽃)- 잘했군 잘했어 15:00~16:00(60분)(외)	22 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **인지(전체)** 오이 마사지 15:00~16:00(60분)	23 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 영상 그림 퀴즈 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 인지플레이(신체) - 색깔 분리수거 척척척 15:00~16:00(60분)(외)	24 **인지(전체)** 오감나무(교구활동) - 여름비의 추억 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 수인지 활동지 15:00~16:00(60분)	25 **인지(전체)** 고추 따러 가요 10:00~11:00(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 15:00~16:00(60분)

26	27 **인지(전체)** 아트별(미술) – 용맹한 산군 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 성냥개비 쌓기 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 한글교육 15:00~16:00(60분)	28 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 미술 인지활동 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 뮤직테라피 (소리꽃) – 낙동강 강바람 15:00~16:00(60분)(외)	29 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 색칠하기 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **인지(전체)** 토끼풀 화관 15:00~16:00(60분)	30 **신체(전체)** 노인건강체조 10:00~10:30(30분) **인지(전체)** 영상 그림 퀴즈 10:30~11:30(60분) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 인지플레이(신체)–동물사냥 15:00~16:00(60분)(외)	31 **인지(전체)** 8월 달력만들기 10:00~11:00(60분)(외) **신체(전체)** 냉・온열 찜질 및 물리치료 13:00~14:00(60분) **신체(전체)** 노인건강체조 14:00~14:30(30분) **인지(전체)** 수인지 활동지 15:00~16:00(60분)	