

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

내외동주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 인지기능 (전체) 새참 드세유~ ~ [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 옛 장터모습 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)
2	3 인지기능 (전체) 아트별(미술)-시원한 물소리를 따라서 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 백엽봉 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 채소이름 초성 퀴즈, 속담퀴즈 [인지] 15:00~16:00(60분)	4 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 추억의 옛날 도구 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 뮤직테라피 (소리꽃)-편지를 띄워요 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	5 인지기능 (전체) 고추따기 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:30~15:00(30분) 인지기능 (전체) 입추가 왔어요 [인지] 15:00~16:00(60분)	6 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 영상 그림 퀴즈 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 인지플레이(신체)-빙글빙글 밥상 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	7 인지기능 (전체) 오감나무(교구활동)-기분좋은 숙면 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 수인지 활동지 [인지] 15:00~16:00(60분)	8 인지기능 (전체) 오이마사지 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 바다로 휴가를 떠나요 [인지] 15:00~16:00(60분)
9	10 인지기능 (전체) 아트별(미술)-추억이 머무는 그늘 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 농구하기 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 한글교육 [인지] 15:00~16:00(60분)	11 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 미술 인지활동 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 뮤직테라피 (소리꽃)-버스를 타고 출발 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	12 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 복날 최고의 보양식 색칠하기 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 가족지지 (전체) 생신 잔치 1~7 [가족] 14:30~16:00(90분)	13 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 영상 그림 퀴즈 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 인지플레이(신체)-자나깨나 불조심 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)	14 인지기능 (전체) 오감나무(교구활동)-갯마을 차차차 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 수인지 활동지 [인지] 15:00~16:00(60분)	15 광복절 인지기능 (전체) 빨래 널기만들기 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉·온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)

<p>16</p>	<p>17 대체공휴일(8.15) 인지기능 (전체) 아트별(미술) – 사랑살랑 색의 직조 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 마라카스 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 한글교육 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>18 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 미술 인지활동 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 뮤직테라피 (소리꽃)– 그대 없이는 못살아 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>19 신체기능 (전체) 파리, 모기잡기 [신체] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>20 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 영상 그림 퀴즈 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 인지플레이(신체)– 빙고판 채우기 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>21 인지기능 (전체) 오감나무(교구활동)– 청춘의 빛깔 포도 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 수인지 활동지 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>22 인지기능 (전체) 국수만들기 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>
<p>23</p>	<p>24 인지기능 (전체) 아트별(미술) – 꽃피는 단청 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 미니 배드민턴 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 한글교육 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>25 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 미술 인지활동 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 뮤직테라피 (소리꽃)– 님이 오는 아리랑 고개 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>26 사회적응 (전체) 약국 방문하기 [사회] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>27 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 영상 그림 퀴즈 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 인지플레이(신체)– 공낙시 [신체] 15:00~16:00(60분)(외)</p>	<p>28 인지기능 (전체) 오감나무(교구활동)– 선녀와 나무꾼 [인지] 10:00~11:00(60분)(외) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 수인지 활동지 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>	<p>29 인지기능 (전체) 토끼풀과 화관 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 냉 · 온열 찜질 및 물리치료 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 색칠하기 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>
<p>30</p>	<p>31 인지기능 (전체) 달력만들기 [인지] 10:00~11:00(60분) 신체기능 (전체) 신문지 놀이 [신체] 13:00~14:00(60분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (전체) 한글교육 [인지] 15:00~16:00(60분)</p>					