

2026년 4월 주야간보호센터 월간프로그램계획표

주간	월	화	수	목	금	토
			1	2	3	4
			아르신 건강체조, 신체기능회복프로그램, 실내산책·운동			
1주			신체기능 프로그램 - 치매예방체조	외부 - 인지활동형 프로그램 - 신체(뇌인지 체조)/도구(토끼모자)	외부 - 신체기능 프로그램 - 요가(전신이완과 호흡)/명상	신체기능 프로그램 - 위생관리(손·발물정리)
			인지기능 프로그램 - 4월 달력만들기	사회적응 프로그램 - 나들이(빛곡구경)	인지기능 프로그램 - 감각지각훈련	사회적응 프로그램 - 영화감상
	6	7	8	9	10	11
	아르신 건강체조, 신체기능회복프로그램, 실내산책·운동					
2주	사회적응 프로그램 -그날의 신문기사 인지기능 프로그램 - 주말회상	신체기능 프로그램 - 힘내체조	신체기능 프로그램 - 치매예방체조	외부 - 인지활동형 프로그램 - 신체(뇌인지 체조)/도구(문아벨)	외부 - 신체기능 프로그램 - 요가(하체근력 강화)/명상	신체기능 프로그램 - 건강지원(손마사지)
	외부 - 인지활동형 프로그램 - 두뇌 훈련/교구(예그림줄)	외부 - 인지활동형 프로그램 - 언어(건강관리)/미술(빨대나무)	신체기능 프로그램 - 레크레이션(웃놀이)	사회적응 프로그램 - 노래자랑	인지기능 프로그램 - 감각지각훈련	신체기능 프로그램 - 골프,교리원자기
	13	14	15	16	17	18
	아르신 건강체조, 신체기능회복프로그램, 실내산책·운동					
3주	사회적응 프로그램 -그날의 신문기사 인지기능 프로그램 - 주말회상	신체기능 프로그램 - 힘내체조	신체기능 프로그램 - 치매예방체조	외부 - 인지활동형 프로그램 - 신체(뇌인지 체조)/도구(리듬막대)	외부 - 신체기능 프로그램 - 요가(상체 유연성 향상)/명상	신체기능 프로그램 - 위생관리(손·발물정리)
	외부 - 인지활동형 프로그램 - 두뇌 훈련/교구(릴렉스 볼)	외부 - 인지활동형 프로그램 - 언어(곡우)/미술(소담구자)	신체기능 프로그램 - 레크레이션(웃놀이)	사회적응 프로그램 - 노래자랑	인지기능 프로그램 - 감각지각훈련	사회적응 프로그램 - 영화감상
	20	21	22	23	24	25
	아르신 건강체조, 신체기능회복프로그램, 실내산책·운동					
4주	사회적응 프로그램 -그날의 신문기사 인지기능 프로그램 - 주말회상	신체기능 프로그램 - 힘내체조	신체기능 프로그램 - 치매예방체조	외부 - 인지활동형 프로그램 - 신체(뇌인지 체조)/도구(매직 볼)	외부 - 신체기능 프로그램 - 요가(균형 및 협응력 향상)/명상	신체기능 프로그램 - 건강지원(손마사지)
	외부 - 인지활동형 프로그램 - 두뇌 훈련/교구(옥각도마뱀)	외부 - 인지활동형 프로그램 - 언어(충무공 탄신일)/미술(선물상자)	신체기능 프로그램 - 레크레이션(웃놀이)	사회적응 프로그램 - 노래자랑	인지기능 프로그램 - 감각지각훈련	인지기능 프로그램 - 미술활동
	27	28	29	30		
	아르신 건강체조, 신체기능회복프로그램, 실내산책·운동					
5주	사회적응 프로그램 -그날의 신문기사 인지기능 프로그램 - 주말회상	신체기능 프로그램 - 힘내체조	신체기능 프로그램 - 치매예방체조	신체기능 프로그램 - 힘내체조		
	외부 - 인지활동형 프로그램 - 두뇌 훈련/교구(퍼즐볼)	외부 - 인지활동형 프로그램 - 언어(충무공 탄신일)/미술(곤충채집)	신체기능 프로그램 - 레크레이션(웃놀이)	신체기능 프로그램 - 육용		