프로그램 운영일정

2026년 06월 / 간략형

우리마을돌봄센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 일상생활동작훈련 13:20~14:20 전래/놀이 14:50~15:50 마스크팩	2 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 맷돌체조 13:20~14:20 미술/언어 14:50~15:50 고리걸기	3 9회지방선거	4 09:40~10:10 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:20~11:20 전래동화 13:00~13:30 힘뇌체조	5 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 실버체조 13:20~14:20 음악/회상 14:50~15:50 풍선 공놀이	6 현충일
7	8 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 일상생활동작훈련 13:20~14:20 전래/놀이 14:50~15:50 손,발톱관리및 네일아트	9 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 맷돌체조 13:20~14:20 미술/언어 14:50~15:50 고리걸기	10 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 9988체조 13:20~14:20 교구/수학 14:50~15:50 볼링	11 09:40~10:10 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:20~11:20 전래동화 13:00~13:30 힘뇌체조	12 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 실버체조 13:20~14:20 음악/회상 14:50~15:50 풍선 공놀이	13
14	15 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 일상생활동작훈련 13:20~14:20 전래/놀이 14:50~15:50 손,발톱관리및 네일아트	16 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 맷돌체조 13:20~14:20 미술/언어 14:50~15:50 고리걸기	17 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 9988체조 13:20~14:20 교구/수학 14:50~15:50 볼링	18 09:40~10:10 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:20~11:20 전래동화 13:00~13:30 힘뇌체조	19 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 실버체조 13:20~14:20 음악/회상 14:50~15:50 풍선 공놀이	20
21	22 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 일상생활동작훈련 13:20~14:20 전래/놀이 14:50~15:50 손,발톱관리및 네일아트	23 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 맷돌체조 13:20~14:20 미술/언어 14:50~15:50 고리걸기	24 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 9988체조 13:20~14:20 교구/수학 14:50~15:50 볼링	25 09:40~10:10 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:20~11:20 전래동화 13:00~13:30 힘뇌체조	26 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 실버체조 13:20~14:20 음악/회상 14:50~15:50 욕창예방교육, 풍선 공놀이	27
28	29 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 일상생활동작훈련 13:20~14:20 전래/놀이 14:50~15:50 손,발톱관리및 네일아트	30 09:40~10:30 물리치료(공기압 맛사지지, 안마의자, 핫팩, 어깨찜질기) 10:50~11:20 맷돌체조 13:20~14:20 미술/언어 14:50~15:50 고리걸기				