10월 프로그램 일정표

시간	월	화	수	목	금	토
07:30-09:10	송영서비스					
09:10-09:40	오전 간식시간, 건강체크 (혈압 및 체온 등)					
09:40-10:00	아침조회 (프로그램 안내, 출석체크)					
10:00-10:30	노인건강운동(실내 체조)					
10:30-11:30	인지활동 (만들기)	인지활동 (글자랑 놀아요)	외부강사 (리듬쏙쏙 인지놀이)	외부강사(실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	레크레이션
					올리고 운동	목욕
11:30-12:00	점심식사					
12:00-12:30	투약 및 구강관리					
12:30-13:30	휴게 시간					
13:30-14:30	외부강사 (장구가 좋아)	외부강사 (실버인지체조)	인지활동 (집중력 활동)	인지활동 (모자이크 활동)	인지활동 (숫자랑 놀아요)	인지활동 (만들기,학습지)
	올리고 운동					
14:30-15:30	레크레이션	슬링/올리고	슬링/올리고	슬링/올리고	노래자랑	피부미용
		족욕/올리고	족욕/올리고	슬링/올리고	족욕	목욕
15:30-15:50	저녁식사					
15:50-16:10	어르신 소지품 준비 및 종례					
16:10-18:00	송영서비스 / 청소 및 정리정돈					

※ 공지사항 ※

- 어르신의 예방관리를 위해 귀댁에 코로나 및 독감에 감염된 어르신이 계실 시에 센터에 알려 주시기 바랍니다.
- 10월 3일(토), 5일(월), 9일(금) 센터 정상 운영 합니다.
- 10월 20일(화)에는 생신 잔치를 진행합니다.
  < 남금주, 장복순, 진순덕, 안형자, 오기모 > 어르신입니다.
  생일 맞으신 어르신들 모두 축하드립니다♥
- 미용실 이용은 날짜와 상관없이 진행되니 미리 센터로 연락주세요^^ (염색, 파마-5,000원)
- 어르신들의 건강관리에 유의하고 있으며, 가정 내에서도 각별히 신경 써주시기 바랍니다.
- 센터에서도 매일 소독 및 발열 체크와 수시로 손 씻기를 철저히 실시하고 있습니다.
- 출석을 못 하시는 경우에는 차량운행에 차질이 없도록 미리 하루 전에 센터로 연락 주시기 바랍니다.
- 장기요양급여제공기록지, 장기요양비용명세서는 꼭 보관해 주시기 바랍니다.
- 상기일정은 주간보호센터 사정에 따라 변경 될 수 있는 점 양해 부탁드립니다.

케어링주간보호센터 군산점

전북 군산시 수송로 10 1층, 4층 T. 063-467-6666

2026년 10월 인지활동 프로그램표

일	월	화	수	목	금	토
				1	2	3
프로그램				외부강사 (실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	인지활동 (집중력활동)
	5	6	7	8	9	10
프로그램	외부강사 (장구가 좋아)	외부강사 (인지체조)	외부강사 (리듬쏙쏙 인지놀이)	외부강사 (실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	인지활동 (집중력활동)
	12	13	14	15	16	17
프로그램	외부강사 (장구가 좋아)	외부강사 (인지체조)	외부강사 (리듬쏙쏙 인지놀이)	외부강사 (실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	인지활동 (맛있는하루)
	19	20	21	22	23	24
프로그램	외부강사 (장구가 좋아)	외부강사 (인지체조)	외부강사 (리듬쏙쏙 인지놀이)	외부강사 (실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	인지활동 (집중력활동)
	26	27	28	29	30	31
프로그램	외부강사 (장구가 좋아)	외부강사 (인지체조)	외부강사 (리듬쏙쏙 인지놀이)	외부강사 (실버 레크레이션)	외부강사 (웃음치료)	인지활동 (집중력활동)

※ 상기일정은 주간보호 센터사정에 따라 변경될 수 있습니다.
※ 인지활동은 매 주 다양한 주제로 진행하기 위해 외부 맞춤프로그램이 진행됩니다.