

2026년 9월 프로그램 계획표

	월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4	5
오전/오후		바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)
		새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조외 (신체)
		신바람웃음테라피 (맞춤형)	음악치료 (맞춤형)	신체운동테라피 (맞춤형)	단어찾기 (인지)	오자미던지기 (신체)
		초성 퀴즈 (물고기, 동물) (인지)	사슴 미로찾기 (인지)	입체 거북이 만들기 (인지)	영화감상 (사회)	24절기 백로알기 (인지)
		실버로빅&댄스 (신체)	건강박수&손가락체조 (신체)	노래교실&손유희 (인지)	손톱케어&네일아트 (여가)	
날 짜	7	8	9	10	11	12
오전/오후	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)
	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조외 (신체)
	인지미술 (맞춤형)	신바람웃음테라피 (맞춤형)	음악치료 (맞춤형)	신체운동테라피 (맞춤형)	초성퀴즈(채소, 과일) (인지)	비석치기 (신체)
	탁구공 동시 옮기기 (신체)	속담 () 채우기 (인지)	클로버 비교, 색칠하기 (인지)	소녀 우산 씌우기 (인지)	다트, 링 던지기 (신체)	한가위만다라 채색 (인지)
	세라밴드&스트레칭 (신체)	실버로빅&댄스 (신체)	건강박수&손가락체조 (신체)	노래교실&손유희 (인지)	손톱케어&네일아트 (여가)	
날 짜	14	15	16	17	18	19
오전/오후	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)
	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조외 (신체)
	인지미술 (맞춤형)	신바람웃음테라피 (맞춤형)	음악치료 (맞춤형)	신체운동테라피 (맞춤형)	초성퀴즈(채소, 관공서) (인지)	다트, 링 던지기 (신체)
	풍선종이컵 옮기기 (신체)	청첩장보기/생신잔치 (인지/가족)	크기 비교하기 (인지)	배롱나무 꾸미기 (인지)	병뚜껑 젓가락 옮기기 (신체)	차렷상 알아보기 (인지)
	세라밴드&스트레칭 (신체)	실버로빅&댄스 (신체)	건강박수&손가락체조 (신체)	노래교실&손유희 (인지)	손톱케어&네일아트 (여가)	
날 짜	21	22	23	24	25	26
오전/오후	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)		바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)
	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	한	새천년체조외 (신체)
	인지미술 (맞춤형)	신바람웃음테라피 (맞춤형)	음악치료 (맞춤형)	한가위 미로찾기 (인지)	가	낙시 게임 (신체)
	모기잡기 (신체)	자음찾기(ㅈ) (인지)	해든채 노래자랑 (사회)	웃놀이 (신체)	위	한복 꾸미기 (인지)
	세라밴드&스트레칭 (신체)	실버로빅&댄스 (신체)	건강박수&손가락체조 (신체)	노래교실&손유희 (인지)		
날 짜	28	29	30			
오전/오후	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)	바이탈체크 (혈압, 맥박, 체온)			
	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)	새천년체조·힘뇌체조 (신체)			
	인지미술 (맞춤형)	신체운동테라피 (맞춤형)	10월 달력 만들기 (인지)			
	골프 (신체)	물건 값 계산하기 (인지)	탁구공 계란판 채우기 (신체)			
	세라밴드&스트레칭 (신체)	실버로빅&댄스 (신체)	건강박수&손가락체조 (신체)			
항목	인지기능	신체기능	맞춤형	가족지지	여가정서	사회기능
회수	24	50	16(인지8+신체8)	1	3	2

★ 사회적응 프로그램으로 해든채노래자랑, 다들아, 시장놀이, 영화감상, 뉴스쓰고읽기 프로그램 진행함.
 ★ 월간 일일계획표는 사정에 의해 변경 될 수도 있음. 본 센터 내부 진행은 계획표 시간과 다를 수 있음.