

2026 년 07 월 일정표(주야간보호)

일 자	요 일	시간								
		07:00 ~ 10:00	10:00 ~ 11:00	11:00 ~ 12:00	12:00 ~ 13:00	13:00 ~ 14:00	14:00 ~ 15:00	15:00 ~ 16:00	16:00 ~ 17:00	17:00 ~ 19:30
1	수	이송 (입소)	맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	공던지기	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	석식 (17:30)
2	목		체조 및 자기소개인사	콩·구슬담기			물리치료(파라핀)			
3	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			볼링게임			
4	토		체조 및 자기소개인사	사물기억하기			오재미게임			
5	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)			
6	월		맞춤형프로그램(신체)	한국속담풀이			영화감상			
7	화		실버체조	젓가락탐쌓기+퍼즐			물리치료(원적+마사)			
8	수	입소인원 점검	맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	미술치유	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	양치/세면 (18:00)
9	목		맞춤형프로그램(웃음)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)			
10	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			국악공연			
11	토	혈압/ 체온검사	체조 및 자기소개인사	주사위놀이	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	골프게임	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	이송 (퇴소)
12	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)			
13	월		맞춤형프로그램(신체)	날말카드놀이			낙시게임			
14	화	당뇨검사 (선택)	실버체조	종이성쌓기+퍼즐	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	물리치료(원적+마사)	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	이송 (퇴소)
15	수		맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			고리던지기			
16	목		맞춤형프로그램(웃음)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)			
17	금	담소	체조 및 자기소개인사	콩·구슬담기	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	화살통게임	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	이송 (퇴소)
18	토		체조 및 자기소개인사	병세우기			농구게임			
19	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)			
20	월	오전간식	맞춤형프로그램(신체)	사물기억하기	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	미술치유	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	이송 (퇴소)
21	화		실버체조	주사위놀이			물리치료(원적+마사)			
22	수		맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			분기통합생신잔치			
23	목		맞춤형프로그램(웃음)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)			
24	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			월간건강(체중)점검			
25	토		체조 및 자기소개인사	날말카드놀이			게이트볼게임			
26	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)			
27	월		맞춤형프로그램(신체)	과거회상활동			탁구테니스공율기기			
28	화		실버체조	사물기억하기			물리치료(원적+마사)			
29	수		체조 및 자기소개인사	바둑알널기			낙시게임			
30	목		맞춤형프로그램(웃음)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)			
31	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			풍선치기			

※ 토·일요일은 17:00귀가하며, 평일석식 제공은 19:30귀가 어르신 중 희망자에 한합니다.

자원봉사 활동, 기타 특별행사시 계획한 프로그램이 변경될 수 있습니다.

효드림노인복지센터[031-857-8859]