

2026 년 10 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	목	이송 (입소)	맞춤형프로그램(미술)	체조 및 자기소개인사	중식 / 양치	휴식 / 낮잠	물리치료(파라핀)	오후 간식 / 노래 교실	흥겨운 노래와 율동	석식 (17:30)	
2	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			공던지기				
3	토		체조 및 자기소개인사	콩·구슬담기			화살통게임				
4	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)				
5	월		체조 및 자기소개인사	주사위놀이			오재미게임				
6	화		맞춤형프로그램(신체)	한국속담풀이			물리치료(원적+마사)				
7	수		맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			영화감상				
8	목	입소인원 점검	맞춤형프로그램(미술)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)				
9	금		체조 및 자기소개인사	바둑알넣기			풍선치기				
10	토		체조 및 자기소개인사	날말카드놀이			골프게임				
11	일	혈압/ 체온검사	휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)				
12	월		맞춤형프로그램(신체)	과거회상활동			볼링게임				
13	화		실버체조	주사위놀이			물리치료(원적+마사)				
14	수	당뇨검사 (선택)	맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			분기통합생신잔치				
15	목		체조 및 자기소개인사	종이성쌓기+퍼즐			물리치료(파라핀)				
16	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			국악공연				
17	토	담소	체조 및 자기소개인사	한국속담풀이			고리던지기				
18	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)				
19	월		맞춤형프로그램(신체)	사물기억하기			게이트볼게임				
20	화	오전간식	실버체조	바둑알넣기			물리치료(원적+마사)				
21	수		맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			공던지기				
22	목		맞춤형프로그램(미술)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)				
23	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			월간건강(체중)점검				
24	토		체조 및 자기소개인사	콩·구슬담기			화살통게임				
25	일		휴무(TV시청)	퍼즐맞추기			휴무(TV시청)				
26	월		맞춤형프로그램(신체)	날말카드놀이			낚시게임				
27	화		실버체조	젓가락탑쌓기+퍼즐			물리치료(원적+마사)				
28	수		맞춤형프로그램(교구)	체조 및 자기소개인사			소방/재난대피훈련(화재)				
29	목		맞춤형프로그램(미술)	체조 및 자기소개인사			물리치료(파라핀)				
30	금		맞춤형프로그램(음악)	체조 및 자기소개인사			골프게임				
31	토		체조 및 자기소개인사	오재미게임			농구게임				

※ 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]