

프로그램 운영일정

2026년 06월

가족사랑재가복지센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 투호(전통놀이)	2 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	3 9회지방선거 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그래밍 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 다트던지기	4 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 달력만들기	5 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 만다라그리기	6 현충일 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 윷놀이
7	8 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 볼링	9 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	10 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그래밍 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 감염병예방과 관련지침 교육	11 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 계산하기(덧셈, 뺄셈, 곱셈 등)	12 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 색칠놀이	13 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 가요부르기(&가요배우기)
14	15 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 게이트볼 게임	16 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	17 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그래밍 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 오재미놀이	18 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 규칙찾아 색칠하기	19 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 시계보기(시각에 맞게 시계바늘 그려넣기)	20 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 윷놀이
21	22 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 고리던지기	23 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	24 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그래밍 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 체육활동(농구)	25 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 글자(단어)찾기	26 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 오리붙이기	27 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 윷놀이
28	29 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 규칙찾아 색칠하기 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 다트던지기게임	30 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘뇌체조. 10:30~11:30 오리붙이기 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지				