

프로그램 운영일정

2026년 07월

가족사랑재가복지센터

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 달력만들기 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 볼링	2 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 가요부르기(&가요배우기)	3 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 퍼즐과 색칠놀이	4 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 옷놀이
5	6 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 고충처리 교육	7 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	8 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 투호(전통놀이)	9 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 계산하기(덧셈, 뺄셈, 곱셈 등)	10 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 색칠놀이	11 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 옷놀이
12	13 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 노인인권 보호지침 및 노인학대 예방교육	14 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	15 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 고리던지기	16 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 규칙찾아 색칠하기	17 제헌절 . 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 퍼즐	18 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 옷놀이
19	20 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 게이트볼 게임	21 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	22 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 낙상예방교육	23 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 글자(단어)찾기	24 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 오려붙이기	25 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 동화책읽기(구연동화) 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 가요부르기(&가요배우기)
26	27 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버미술놀이 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 오재미놀이	28 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 튼튼실버인지활동 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 족욕 및 에어장화 다리 마사지	29 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 미술교구인지프로그램 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 고무공놀이	30 10:00~10:30 실버체조,건강박수,힘내체조. 10:30~11:30 실버인지체조 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 만들기	31 09:15~12:00 목욕 14:00~14:30 걷기 및 기구운동 ,근력운동 14:30~15:30 인지활동 학습지 풀이	