

2026년 6월 프로그램 일정표

1주	1/월	2/화	3/수	4/목	5/금	6/토
11:00~12:00	인지활동지 (지남력)	인지활동지 (리멤버링북) (미용봉사)	행복공예	인지활동지 (집중력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	실버가요	하모니카	사회적응프로그램 모의투표하기	아코디언연주단	해바라기공연단	정평노래자랑
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
2주	8/월	9/화	10/수	11/목	12/금	13/토
11:00~12:00	재난상황대응훈련	인지활동지 (언어력)	음악레크교실	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	인지활동지 (계산력)	하모니카	인지활동지 (집중력)	정통가요	국악교실(판소리)	콩주머니던지기
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
3주	15/월	16/화	17/수	18/목	19/금	20/토
11:00~12:00	인지활동지 (언어력)	인지활동지 (계산력)	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (집중력)	행복공예	교구활동
14:00~15:00	실버가요	하모니카	고운소리	유니슨색소폰	트로트실버체조	웃놀이
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
4주	22/월	23/화	24/수	25/목	26/금	27/토
11:00~12:00	인지활동지 (계산력)	인지활동지 (언어력)	음악레크교실	인지활동지 (시지각력)	인지활동지 (색칠하기)	교구활동
14:00~15:00	아코디언연주단	하모니카	인지활동지 (집중력)	정통가요 (생신잔치)	국악교실(판소리)	볼링게임
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조	마무리체조
5주	29/월	30/화	[기본프로그램] ※ 09:45 아침체조 ※ 10:05 건강차마시기 ※ 10:30 치매예방체조 (다함께 노래부르기)		건강한 노후! 행복한 인생! 정평실버 복지센터!	
11:00~12:00	인지활동지 (언어력)	인지활동지 (계산력)				
14:00~15:00	뽕망치 대결	하모니카				
15:00~16:00	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련	공놀이/재활치료/족욕 이지워크 보행훈련				
16:15~16:35	마무리체조	마무리체조				

※위 프로그램은 사정에 의해 변경될 수 있습니다.