

[2026]년 프로그램 [6]월 계획서

결	담당자	관리자
재		

일	월	화	수	목	금	토
	1 노인건강체조(신체) (타월체조) 계절구분하기(인지)	2 웃놀이(인지)	3 회상활동(인지) (그때그시절)	4 맨손체조하기2(신체) 음악활동(인지) (추억의명가수)	5 노인건강체조(신체) (타월체조)	6
7 공휴일	8 풍선던지기(신체)	9 노인건강체조(신체) (운동체조) 회상사진추억(인지)	10 대처행동(인지)-대중교통이용 하기	11 노인건강체조(신체) (타월체조)	12 음악활동(인지) (추억의명가수)	13
14 공휴일	15 노래부르기(신체) (장구치기)	16 나기억하기(인지)	17 자세변경(신체) (앉기및균형유지)	18 자세변경(신체) (쇼파에서의자로) 콩고르기(인지)	19 동화책읽기(인지)	20
21 공휴일	22 맨손체조하기(신체)	23 상자속물건맞추기 (인지)	24 맨손체조4(신체) (본운동)	25 자세변경(신체) (일어서기) 음악활동(인지) (추억의명가수)	26 대처행동(인지) (전화하기)	27
28 공휴일	29 노인건강체조(신체)	30 회상사진추억(인지)				

분기별추가항목	분기에 반드시 외부 프로그램을 적용하여 활성화 함.
년 간추가항목	년말(12월)에는 한해를 마무리하는 의미로 전 근로자와 어르신이 함께 하는 즐거운 연말행사 프로그램을 구성하여 진행한다.
<p>- 신체기능유지 및 향상 (물리치료) : 아침체조, 놀이치료, 공기압 마사지, 세라젼(롤링베드), 안마의자, 온열치료, 발마사지, 체조, 원예 치료 등.</p> <p>- 지남력훈련프로그램 (매일) : 시간과 장소, 상황과 환경 따위를 인지할 수 있도록 질문한다.</p> <p>- 인지 예방 및 관리(인지기능 유지 및 향상) : 민요교실, 음악치료, 한글교실, 미술치료, 원예 치료, 수 개념 익히기 프로그램 등.</p> <p>- 사회 적응 유지 및 향상 : 사회 적응에 필요한 학습을 하는 프로그램으로 은행놀이, 나들이, 시장보기 등</p> <p>- 회상요법 : 옛 노래, 옛 사진보기, 콩 고르기, 가족 이야기, 푸드테라피 등</p> <p>- 특화 프로그램 : 각 어르신들이 재능을 살려 직접 프로그램을 진행함으로써 자존감을 형성시키는 계기를 갖는다.</p> <p>- 교육 프로그램 - 인지기능검사 (MMSE-KC), 인지 교육, 당뇨, 고혈압, 저혈압.</p>	