

▶ 2026 주 간 일 정 표 (6월 1째주 6/1~6/6일) ◀

요일 시간	6월 1일 월요일	6월 2일 화요일	6월 3일 수요일	6월 4일 목요일	6월 5일 금요일	6월 6일 토요일
08:00~10:00	오전송영 / 출석체크 / 건강체크					
10:00~11:00	아 침 조 회					
11:00~12:00	창 작 공 예 (황 미 현)	웃 음 치 료★ (이 현 경)	생 활 체 조 (장 진 오)	실버미술활동 (윤 소 영)	실버레크레이션★ (주 현 주)	창 작 공 예 (고 은 아)
12:00~13:00	점심식사 / 위생관리 / 투약지도					
13:00~14:00	휴 식 (휴면 / TV시청 / 개별운동)					
14:00~15:00	실 버 체 조★ (황 천 술)	순 환 운 동 (윤 광 현)	실 버 체 육★ (홍 예 은)	순 환 운 동 (정 병 주)	실버인지활동 (원 대 섭)	실 버 체 조
15:00~15:30	오후간식 / 재활운동 / 휴 식					
15:30~16:30	철교놀이 (이 명 금)	책놀이 (윤 소 영)		행복노래교실★ (박 혜 숙)	게임나라[고리던지기] (조 수 경)	오후 송영 / 휴 식
16:30~17:00	1차 오후송영 / 휴식					1주 ~ 4주 주말운영
17:00~17:30	저녁식사 / 위생관리 / 투약지도					
17:30~18:00	퍼즐맞추기	음악감상	노래교실	한글쓰기	컬러링	
19:00~20:00	2차 오후송영 / 재활운동 / 휴 식					

▶ 2026 주 간 일 정 표 (6월 2째주 6/8~6/13) ◀

요일 시간	6월 8일 월요일	6월 9일 화요일	6월 10일 수요일	6월 11일 목요일	6월 12일 금요일	6월 13일 토요일
08:00~10:00	오전송영 / 출석체크 / 건강체크					
10:00~11:00	아 침 조 회					
11:00~12:00	창 작 공 예 (고 은 아)	웃 음 치 료★ (이 현 경)	생 활 체 조 (장 진 오)	실버미술활동 (윤 소 영)	실버레크레이션★ (주 현 주)	창 작 공 예 (고 은 아)
12:00~13:00	점심식사 / 위생관리 / 투약지도					
13:00~14:00	휴 식 (휴면 / TV시청 / 개별운동)					
14:00~15:00	실 버 체 조★ (황 천 술)	순 환 운 동 (정 병 주)	실 버 체 육★ (홍 예 은)	순 환 운 동 (윤 광 현)	실버인지활동 (원 대 섭)	실 버 체 조
15:00~15:30	오후간식 / 재활운동 / 휴 식					
15:30~16:30	철교놀이 (이 명 금)	책놀이 (윤 소 영)	두뇌건강활동 (원 대 섭)	행복노래교실★ (박 혜 숙)	게임나라[콩주머니] (조 수 경)	오후 송영 / 휴 식
16:30~17:00	1차 오후송영 / 휴식					1주 ~ 4주 주말운영
17:00~17:30	저녁식사 / 위생관리 / 투약지도					
17:30~18:00	퍼즐맞추기	음악감상	노래교실	한글쓰기	컬러링	
19:00~20:00	2차 오후송영 / 재활운동 / 휴 식					

▶ 2026 주 간 일 정 표 (6월 3째주 6/15~6/20) ◀

시간 \ 요일	6월 15일 월요일	6월 16일 화요일	6월 17일 수요일	6월 18일 목요일	6월 19일 금요일	6월 20일 토요일
08:00~10:00	오전송영 / 출석체크 / 건강체크					
10:00~11:00	아 침 조 회					
11:00~12:00	창 작 공 예 (고 은 아)	웃 음 치 료★ (이 현 경)	생 활 체 조 (장 진 오)	실버미술활동 (윤 소 영)	실버레크레이션★ (주 현 주)	창 작 공 예 (윤 소 영)
12:00~13:00	점심식사 / 위생관리 / 투약지도					
13:00~14:00	휴 식 (휴면 / TV시청 / 개별운동)					
14:00~15:00	실 버 체 조★ (황 천 술)	순 환 운 동 (윤 광 현)	실 버 체 육★ (홍 예 은)	생 신 잔 치 ★	실버인지활동 (원 대 섭)	실 버 체 조
15:00~15:30	오후간식 / 재활운동 / 휴 식					
15:30~16:30	철교놀이 (이 명 금)	책 놀 이 (윤 소 영)	두뇌건강활동 (원 대 섭)	행복노래교실★ (박 혜 숙)	게임나라[인지방고] (조 수 경)	오후 송영 / 휴 식
16:30~17:00	1차 오후송영 / 휴식					1주 ~ 4주 주말운영
17:00~17:30	저녁식사 / 위생관리 / 투약지도					
17:30~18:00	퍼즐맞추기		노래교실	한글쓰기	컬러링	
19:00~20:00	2차 오후송영 / 재활운동 / 휴 식					

▶ 2026 주 간 일 정 표 (6월 4째주 6/22~6/27일) ◀

요일 시간	6월 22일 월요일	6월 23일 화요일	6월 24일 수요일	6월 25일 목요일	6월 26일 금요일	6월 27일 토요일
08:00~10:00	오전송영 / 출석체크 / 건강체크					
10:00~11:00	아 침 조 회					
11:00~12:00	창 작 공 예 (고 은 아)	웃 음 치 료★ (이 현 경)	생 활 체 조 (장 진 오)	실버미술활동 (윤 소 영)	실버레크레이션★ (주 현 주)	창 작 공 예 (원 대 섭)
12:00~13:00	점심식사 / 위생관리 / 투약지도					
13:00~14:00	휴 식 (휴면 / TV시청 / 개별운동)					
14:00~15:00	실 버 체 조★ (황 천 술)	순 환 운 동 (윤 광 현)	실 버 체 육★ (홍 예 은)	순 환 운 동 (정 병 주)	실버인지활동 (원 대 섭)	실 버 체 조
15:00~15:30	오후간식 / 재활운동 / 휴 식					
15:30~16:30	철교놀이 (이 명 금)	책놀이 (윤 소 영)	두뇌건강활동 (원 대 섭)	행복노래교실★ (박 혜 숙)	게임나라[팅전계란판] (조 수 경)	오후 송영 / 휴 식
16:30~17:00	1차 오후송영 / 휴식					1주 ~ 4주 주말운영
17:00~17:30	저녁식사 / 위생관리 / 투약지도					
17:30~18:00	퍼즐맞추기		노래교실	한글쓰기	컬러링	
19:00~20:00	2차 오후송영 / 재활운동 / 휴 식					

▶ 2026 주 간 일 정 표 (6월 5째주 6/29~7/4) ◀

요일 시간	6월 29일 월요일	6월 30일 화요일	7월 1일 수요일	7월 2일 목요일	7월 3일 금요일	7월 4일 토요일
08:00~10:00	오전송영 / 출석체크 / 건강체크					
10:00~11:00	아 침 조 회					
11:00~12:00	창 작 공 예 (고 은 아)	웃 음 치 료★ (이 현 경)	생 활 체 조 (장 진 오)	실버미술활동 (윤 소 영)	실버레크레이션★ (주 현 주)	창 작 공 예 (윤 소 영)
12:00~13:00	점심식사 / 위생관리 / 투약지도					
13:00~14:00	휴 식 (휴면 / TV시청 / 개별운동)					
14:00~15:00	실 버 체 조★ (황 천 술)	순 환 운 동 (윤 광 현)	실 버 체 육★ (홍 예 은)	순 환 운 동 (정 병 주)	실버미술활동 (윤 소 영)	실 버 체 조
15:00~15:30	오후간식 / 재활운동 / 휴 식					
15:30~16:30	철교놀이 (이 명 금)	책놀이 (윤 소 영)	두뇌건강활동 (원 대 섭)	행복노래교실★ (박 혜 숙)	게임나라[청백주사위] (조 수 경)	오후 송영 / 휴 식
16:30~17:00	1차 오후송영 / 휴식					1주 ~ 4주 주말운영
17:00~17:30	저녁식사 / 위생관리 / 투약지도					
17:30~18:00	퍼즐맞추기		노래교실	한글쓰기		
19:00~20:00	2차 오후송영 / 재활운동 / 휴 식					