



2026년 5월 양주보금자리

<https://blog.naver.com/daon5970>

양주보금자리요양원 블로그주소



푸르른 5월 가정의 달을 맞이하여 우리 어르신들과 가족여러분께 감사의 마음을 전합니다.
 봄바람처럼 따스한 사랑과 관심으로 어르신들의 하루하루를 행복하게 채워드리겠습니다.
 꽃향기 가득한 이 계절, 어르신들의 따뜻한 미소가 우리의 일상을 더욱 빛나게 합니다.
 변함없는 관심과 사랑에 감사드리며, 가정에서도 늘 행복이 가득하시길 기원합니다.

양주보금자리 주간 프로그램계획표

시간	월	화	수	목	금	토
06:00~07:00	경관식 제공 / 기상 / 개인위생 관리					
07:00~08:30	아침식사 / 개인 위생관리 / 구강청결 / 투약					
08:30~09:30	어르신 개인 미팅, 상담 / 국민체조 / 순환운동					
09:30~11:00	작업치료/목욕시간 / 건강 체크(간호과) / 복지사 라운딩					
11:00~12:00	자유시간 / 오손도손 이야기 나누기 또는 TV시청 / 자유시간					
12:00~13:00	점심식사 / 경관식 제공 / 투약 / 개인위생 외모관리 / 구강청결					
13:00~14:30	개인위생관리 / 간식제공 / 투약					
14:30~15:30	인지A, 신체기능A그룹	여가C그룹	여가A그룹	인지B, 신체기능B그룹	여가B그룹	인지C그룹
	신체/인지활동	신체/여가활동	신체/여가활동	신체/인지활동	신체/여가활동	신체/인지활동
15:30~17:00	작업치료 / 실내 걷기운동 / 자유시간					
17:00~18:00	저녁식사 / 투약 / 개인 위생관리 / 구강청결					
18:00~20:00	경관식 제공 / 자유시간					
20:00~	TV시청 및 취침					

- ♥ 면회 장소에서 음식물 섭취는 금지되어 있습니다.
- ♥ 간식 및 음식은 더운 날씨로 인하여 소량씩 제공 부탁드립니다.
- ♥ 어르신 물품, 간식을 택배로 보내실 경우 어르신의 성함을 꼭 기록해주시기 바랍니다.
- ♥ 어르신 관련 상담이 필요하시면 010-9984-4735, 031-836-7788 연락해주시기 바랍니다.
- ♥ 보금자리 달달방이 진행 될 예정입니다. 신♣철, 정♣현, 이♣부, 원♣숙 어르신 보호자님께서 시간가능하시다면 원에 방문해주시면 감사하겠습니다.

♣ 교육 ♣

★ 종사자 교육

노인인권교육, 급여성공직교육, 운영규정 교육, 신입직원교육

★ 입소자 교육

노인인권 및 노인학대예방교육

♥ 회 의 ♥

매일 직원회의, 사례관리 회의

♥ 보금자리달달방 ♥

신♣철, 정♣현, 이♣부, 원♣숙 어르신

♥ 프로그램 ♥

★인지 활동 ★여가활동 ★물감미술놀이 ★즉석간식

★가족지지 프로그램: 보금자리 달달방

★ 외부강사: 민요교실(김지현 선생님) / 실버체조 (김애숙 선생님)



양주보금자리요양원

【 2026년 5월 프로그램 일정 계획표 】

일	월	화	수	목	금	토
					1	2
					해적보드게임 14:30 - 15:30	과거TV 시청 14:30 - 15:30
3	4	5	6	7	8	9
색칠교실 14:30 - 15:30	국민체조 14:10 - 14:30	음악감상 14:30 - 15:30	음악건강체조 14:30 - 15:30	뽕뽕이 나누기 10:30 - 11:30	풍선 맞추기 10:30 - 11:30	점선따라그리기 14:30 - 15:30
	신체마사지 14:10 - 14:30			보금자리달달방 14:30 - 15:30		
	물감미술놀이 14:30 - 15:30				실버체조 14:30 - 15:30	
10	11	12	13	14	15	16
영화감상 A 10:30 - 11:30	국민체조 14:10 - 14:30	하루체조 10:30 - 11:30	창의미술 14:30 - 15:30	신체마사지 14:10 - 14:30	공 체조활동 14:30 - 15:30	글자 연습 14:30 - 15:30
추억의 노래방 14:30 - 15:30	두뇌 계산 교실 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		컵 계단 쌓기 14:30 - 15:30		
17	18	19	20	21	22	23
음악건강체조 14:30 - 15:30	국민체조 14:10 - 14:30	세계여행 10:30 - 11:30	오자미 풍선 맞추기 10:30 - 11:30	신체마사지 14:10 - 14:30	바구니 공 넣기 14:30 - 15:30	푸쉬 팝 누르기 14:30 - 15:30
	즉석 간식 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		즐거운 미술 14:30 - 15:30		
24	25	26	27	28	29	30
영화감상 B 10:30 - 11:30	국민체조 14:10 - 14:30	낚시놀이 10:30 - 11:30	풍선축구 10:30 - 11:30	신체마사지 14:10 - 14:30	도전 퀴즈 14:30 - 15:30	그림 한판 14:30 - 15:30
탁구놀이 14:30 - 15:30	단어쓰기 14:30 - 15:30	민요교실 14:30 - 15:30		뽕뽕이 손으로 옮기기 14:30 - 15:30		
31						
낚시놀이 14:30 - 15:30						
 양주보금자리요양원 * 원내 사정에 따라서 일정이 변경될 수 있습니다.						



양주보금자리요양원 * 원내 사정에 따라서 일정이 변경될 수 있습니다.