

2026년 5월 프로그램계획표 (6F)

	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
시 간	31					1	2
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 실버체조 관절운동 연하운동					힐링뷰티케어 인지C(동화.책읽기) 관절운동 연하운동	실버체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기					맞춤형P/G-인지 (곰돌이블럭)	
시 간	3	4	5	6	7	8	9
10:30 ~ 11:00	이미용봉사 09:00~10:00 관절운동 연하운동	힐링뷰티케어 신체A(실버체조) 여가B(볼링)	힐링 아로마 풋케어 인지A(달력꾸미기) 여가C(아로마테라피)	힐링뷰티케어 신체B(실버체조) 여가A(볼링)	힐링 아로마풋케어 신체C(외상건강체조) 인지B(달력꾸미기)	★ 어 버 이 날 행 사 (10:30~11:30)★	아로마풋케어 음악체조
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (카네이션.한충이 꽃다발 만들기)	맞춤형P/G-음악 (꽃바람)	맞춤형P/G-신체 (배드민턴)	맞춤형P/G-음악 (꽃바람)	맞춤형P/G-인지 (곰돌이블럭)	
시 간	10	11	12	13	14	15	16
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 건강박수체조 관절운동 연하운동	힐링뷰티케어 신체A(음악체조) 여가B(화투)	힐링 아로마 풋케어 인지A(숫자색깔맞 추기) 여가C(아로마테라피)	힐링뷰티케어 신체B(음악체조) 여가A(화투)	힐링 아로마 풋케어 신체C(외상건강체조) 인지B(자색깔맞추기)	힐링뷰티케어 인지C(동화.책읽기)	힐링 아로마 풋케어 건강박수체조
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (화분만들기)	맞춤형P/G-음악 (서울탱고)	맞춤형P/G-신체 (지압판)	맞춤형P/G-음악 (서울탱고)	맞춤형P/G-인지 (대형테트리스 보드게 임)	
시 간	17	18	19	20	21	22	23
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 활력체조 관절운동 연하운동	힐링뷰티케어 발마사지 신체A(건강박수) 여가B(청기백기)	힐링 아로마 풋케어 여가C(아로마테라피)	힐링뷰티케어 신체B(음악체조) 여가A(청기백기)	★고운소리공연단 공연★ (10:30~11:30)	힐링뷰티케어 인지C(동화.책읽기)	활력체조
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (종이컵팽이만들기)	★생신잔치★ (13:30~14:30)	맞춤형P/G-신체 (링고리던지기)	맞춤형P/G-음악 (아빠의창춘)	맞춤형P/G-인지 (빨대퍼즐)	맞춤형P/G-음악 (아빠의창춘)
시 간	24	25	26	27	28	29	30
10:30 ~ 11:00	활력체조 관절운동 연하운동	힐링뷰티케어 신체A(활력체조) 여가B(종이공예교실)	힐링 아로마 풋케어 인지A(초성퀴즈) 여가C(아로마테라피)	힐링뷰티케어 신체B(활력체조) 여가A(종이공예교실)	힐링 아로마풋케어 신체C(외상건강체조) 인지B(초성퀴즈)	힐링뷰티케어 인지C(동화.책읽기)	활력체조
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (문타이삼형제)	맞춤형P/G-음악 (섬마을선생님)	맞춤형P/G-신체 (양궁)	맞춤형P/G-음악 (섬마을선생님)	맞춤형P/G-인지 (콩나물 키트)	

※ 위 프로그램은 시설의 내·외부 사정 또는 외부강사의 사정에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.

2026년 5월 프로그램계획표 (3F)

	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
시 간	31					1	2
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 실버체조 관절운동 연하운동					아로마족욕 발마사지 인지C(동화.책읽기) 관절운동 연하운동	힐링 아로마 풋케어 실버체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기					맞춤형P/G-인지 (곰돌이불력)	
시 간	3	4	5	6	7	8	9
10:30 ~ 11:00	이미용봉사 09:00~10:00 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체A(실버체조) 여가B(볼링) 관절운동 연하운동	인지A(달력꾸미기) 여가C(아로마테라피) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체B(실버체조) 여가A(볼링) 관절운동 연하운동	신체C(와상건강체조) 인지B(달력꾸미기) 관절운동 연하운동	★ 어 버 이 날 행 사 (10:30~11:30)★ 관절운동 연하운동	아로마풋케어 음악체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (카네이션 한송이 꽃다발 만들기)	맞춤형P/G-음악 (꽃바람)	맞춤형P/G-신체 (배드민턴)	맞춤형P/G-음악 (꽃바람)	맞춤형P/G-인지 (곰돌이불력)	
시 간	10	11	12	13	14	15	16
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 건강박수체조 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체A(음악체조) 여가B(화투) 관절운동 연하운동	인지A(숫자색깔맞 추기) 여가C(아로마테라피) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체B(음악체조) 여가A(화투) 관절운동 연하운동	신체C(와상건강체조) 인지B(자색깔맞추기) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 인지C(동화.책읽기) 관절운동 연하운동	힐링 아로마 풋케어 건강박수체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (화분만들기)	맞춤형P/G-음악 (서울맹고)	맞춤형P/G-신체 (지압판)	맞춤형P/G-음악 (서울맹고)	맞춤형P/G-인지 (대형테트리스 보드게 임)	
시 간	17	18	19	20	21	22	23
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 활력체조 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체A(건강박수) 여가B(청기백기) 관절운동 연하운동	여가C(아로마테라피) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체B(음악체조) 여가A(청기백기) 관절운동 연하운동	★고운소리공연단 공연★ (10:30~11:30) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 인지C(동화.책읽기) 관절운동 연하운동	힐링 아로마 풋케어 활력체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (종이접착어만들기)	★생신잔치★ (13:30~14:30)	맞춤형P/G-신체 (령고리던지기)	맞춤형P/G-음악 (아빠의청춘)	맞춤형P/G-인지 (뽀빠이게임)	맞춤형P/G-음악 (아빠의청춘)
시 간	24	25	26	27	28	29	30
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어 활력체조 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체A(활력체조) 여가B(종이공예교실) 관절운동 연하운동	인지A(초성퀴즈) 여가C(아로마테라피) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 신체B(활력체조) 여가A(종이공예교실) 관절운동 연하운동	신체C(와상건강체조) 인지B(초성퀴즈) 관절운동 연하운동	아로마족욕 발마사지 인지C(동화.책읽기) 관절운동 연하운동	힐링 아로마 풋케어 활력체조 관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30	세상뉴스전하기	맞춤형P/G-미술 (꽃난이상형제)	맞춤형P/G-음악 (성마음선생님)	맞춤형P/G-신체 (양궁)	맞춤형P/G-음악 (성마음선생님)	맞춤형P/G-인지 (곰돌이카드)	

※ 위 프로그램은 시설의 내·외부 사정 또는 외부강사의 사정에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.