

2026년 10월 1주 (9/28 ~ 10/2) 주간계획서

요일 시간	월 (28)	화 (29)	수 (30)	목 (1)	금 (2)
09:00~ 10:00	차량송영 및 등원지도, 일상생활적응 및 자립생활훈련				
10:00~ 11:30	다이어트운동/ 생일파티(운서찬)	레벨UP스킬UP	편편스포츠/ 이용인자치회의	신나는노래방	문화활동 (화도진도서관)
11:30 ~ 12:30	점심시간, 식생활관리, 위생관리				
	쌀밥	참치마요덮밥	소고기주먹밥	쌀밥	쌀밥
	육개장	팽이장국	잔치국수	차돌된장찌개	두부김치국
	순대볶음	계란양파볶음	볼카츠/케찹	메추리비엔나케찹조림	제육볶음
	불어묵조림	단무지/깻잎채	무말레이무침	깻잎전	생선까스/타르타르
	고추지무침	김치	김치	멸치볶음	숙주나물
	김치		두유	김치	김치
12:30~ 14:00	자유시간, 일상생활훈련 및 자립생활훈련				
14:00~ 16:00	디지털플레이	뮤직큐	숲치유	아트스쿨	뮤직큐/ 생일파티(탁진홍)
16:00~ 16:30	간식				
	녹차	주스/비스킷	과일	쌀과자	미숫가루
16:30~ 18:00	차량송영 및 하원지도, 자유선택활동				

<알려드립니다.>

※ 위 내용들은 센터 사정에 따라 변동될 수 있습니다.



제물포구장애인주간이용시설

* 센터 문의 전화 : 032-724-9501(내선 6번) / FAX) 032-724-9570 *

* 이용료 계좌 : 신한은행 100-031-699954, 예금주 : 제물포구장애인주간이용시설

* 후원계좌 : 신한은행 100-033-562317, 예금주 : 제물포구장애인주간이용시설