문손에듀 · 6호

2027년 1월 첫째 주

새해 첫 주



1월 첫째 주 — 새해 첫 주

이번 주 이야기

새해가 밝았습니다. 해돋이와 새해 인사, 올해의 다짐을 이야기하며 한 해를 시작합니다.
가족과 함께 — 가족과 함께 올해 소원을 한 가지씩 말해 보세요.

하루 진행 순서

오늘 장 10분 | 활동 A | 활동 B | 활동 C | 활동 D | 가족에게 한마디

하루 시간이 짧으면 네 가지 가운데 두세 가지를 골라 하시고, 남은 장은 다음 날 이어서 하셔도 됩니다.
모든 장은 도움 2단계(힌트)이고, 진행 방법은 장마다 아래 '진행' 줄에 있습니다.

날	A	B	C	D
1일째	■ 기억 장보기 목록 외우기	● 살림 새해 첫 주 장보기 셈	▲ 집중 잘 듣고 손뼉 치기	◆ 말글 노랫말 채우기 — 새야 새야 파랑새야
2일째	■ 기억 해돋이 보러 가기 순서 떠올리기	● 살림 해돋이 보러 가기 시간 셈	▲ 집중 우리 동네 길 찾기	★ 그리기 점 이어 그림 완성
3일째	● 오늘 나를 소개합니다	◆ 말글 낱말 카드로 문장 만들기	★ 그리기 자리 말하기	❝ 이야기 내 인생 연표
4일째	■ 기억 어제와 오늘 아침 떠올리기	◆ 말글 가족에게 쓰는 쪽지	★ 그리기 보자기 무늬 이어 칠하기	❝ 이야기 새해 첫 주 — 그때와 지금
5일째	● 오늘 이번 주 계획표	▲ 집중 규칙대로 표시하기	● 살림 약 상자 채우기	❝ 이야기 새해 첫 주 이야기 나누기

준비물

연필·지우개, 굵은 펜, 벽시계·달력, 색연필(빨강·파랑·노랑·초록)

이번 주 이야기 거리

- 새해 첫날 아침에는 무엇을 하셨나요?
- 올해 꼭 하고 싶은 일은 무엇인가요?
- 새해에 가장 듣고 싶은 말은 무엇인가요?
- 해돋이를 본 곳은 어디였나요?
- 젊을 때는 새해에 어떤 다짐을 하셨나요?

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요



이번 주 이야기 · 새해 첫 주

새해가 밝았습니다. 해돋이와 새해 인사, 올해의 다짐을 이야기하며 한 해를 시작합니다.

오늘 할 일

- [ ] **A. 장보기 목록 외우기**
- [ ] **B. 새해 첫 주 장보기 셈**
- [ ] **C. 잘 듣고 손뼉 치기**
- [ ] **D. 노랫말 채우기 — 새야 새야 파랑새야**

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

장보기 목록 외우기

이렇게 해요

장보기 목록을 소리 내어 두 번 읽고 외워 보세요. 다 외웠으면 종이를 접어 목록을 가립니다.

새해 첫 주 장보기 목록



귤

떡국떡



편지지



사과

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

첫 글자를 보고 목록에 있던 것을 적어 보세요.

편ㅇㅇ _____

ㄱ _____

사ㅇ _____

떡ㅇㅇ _____

함께 이야기해요

장바구니를 들고 함께 다니던 사람이 있나요?

진행 목록을 가린 뒤 1~2분 다른 이야기를 나누고 떠올리게 하면 더 좋습니다. 다음 활동 '장보기 셈'에서 같은 목록을 씁니다.

새해 첫 주 장보기 셈

이렇게 해요

가게에서 아래 물건을 사려고 해요. 값을 보고 물음에 답해 보세요.



귤 한 봉지

6,000원

떡국떡

한 봉지

5,000원



편지지 한 묶음

2,000원

1. 모두 사면 얼마인가요?

_____ 원

2. 20,000원을 냈다면 거스름돈은 얼마인가요?

_____ 원

셈하는 칸

진행 값은 연습용입니다. 동전·지폐 모형을 쓰면 더 쉽습니다.

잘 듣고 손뼉 치기

이렇게 해요

선생님이 낱말을 하나씩 읽어 드립니다. 아래 낱말이 들릴 때만 약속한 동작을 해 보세요.

새 달력

이 낱말이 들리면
손뼉을 한 번 치세요

들은 횟수

연하장

이 낱말이 들리면
손을 번쩍 드세요

들은 횟수

✂ 여기부터 제공자용 — 접어서 어르신 쪽에서는 보이지 않게 해 주세요

제공자가 읽는 낱말 (2초 간격, 같은 빠르기로)

1 해돋이 2 새 달력 3 인사 4 소원 5 고깃배 6 새 달력 7 소원 8 인사
9 연하장 10 복날 11 새 달력 12 못줄 13 연하장 14 새 달력 15 해돋이 16 소원
17 인사 18 소원 19 놀이공원 20 복날 21 연하장 22 연하장 23 못줄
24 새 달력

진행 낱말 목록은 제공자만 봅니다(어르신 쪽에서는 접어서 가려 주세요). 틀려도 멈추지 말고 끝까지 읽습니다.

노랫말 채우기 — 새야 새야 파랑새야

이렇게 해요

함께 노래를 불러 본 뒤, 빈칸에 들어갈 노랫말을 채워 보세요.

새야 새야 **파○○** 야

녹○ 밭에 앉지 마라

녹두꽃이 **떨○○○**

청포 장수 울고 간다

+ 노래를 함께 불러 보셨나요? ☐ 불렀다 ☐ 들었다

함께 이야기해요

이 노래는 언제 즐겨 부르셨나요?

진행 전래 민요는 지역마다 가사가 조금씩 다릅니다. 어르신이 아시는 가사가 다르면 그 가사를 정답으로 인정합니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

☀ 이번 주 이야기 · 새해 첫 주

오늘 할 일

- ☐ A. 해돋이 보러 가기 순서 떠올리기
- ☐ B. 해돋이 보러 가기 시간 셈
- ☐ C. 우리 동네 길 찾기
- ☐ D. 점 이어 그림 완성

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

해돋이 보러 가기 순서 떠올리기

이렇게 해요

위의 순서를 소리 내어 읽고 외워 보세요. 접어서 가린 뒤, 아래 일에 순서대로 번호를 적어 보세요.

해돋이 보러 가기

1. 일찍 일어나기
2. 따뜻한 옷 입기
3. 뒷산에 오르기
4. 해 뜨는 것 보기

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

( ) 따뜻한 옷 입기

( ) 뒷산에 오르기

( ) 해 뜨는 것 보기

( ) 일찍 일어나기

진행 실제로 해 본 적이 있으신지 여쭤보고, 집마다 다른 방법도 존중합니다.

해돋이 보러 가기 시간 셈

이렇게 해요

‘해돋이 보러 가기’를 하는 날의 시간표입니다. 시계를 보고 물음에 답해 보세요.

할 일	시작	걸리는 시간
일찍 일어나기	 10시	1시간
따뜻한 옷 입기	____ 시 ____ 분	30분
뒷산에 오르기	____ 시 ____ 분	1시간
해 뜨는 것 보기	____ 시 ____ 분	30분

1. **빈칸에 시작 시각을 채워 보세요.**

2. **모든 일이 끝나는 때는 몇 시 몇 분인가요?**

____ 시 ____ 분

함께 이야기해요

일찍 일어나는 편이세요, 늦게 일어나는 편이세요?

진행 실제 벽시계를 함께 보며 짧은 바늘(시)부터 읽게 합니다.

우리 동네 길 찾기

이렇게 해요

지도에서 '우리 집'을 먼저 찾으세요. 물음에서 말하는 대로 길을 따라가면 무엇이 나오는지 답해 보세요.



위쪽 ↑ · 아래쪽 ↓ · 왼쪽 ← · 오른쪽 →

1. 우리 집에서 오른쪽으로 2칸, 그다음 위쪽으로 3칸 가면 무엇이 있나요?

_____

2. 우리 집에서 오른쪽으로 2칸, 그다음 위쪽으로 2칸 가면 무엇이 있나요?

_____

3. 우리 집에서 오른쪽으로 1칸, 그다음 위쪽으로 4칸 가면 무엇이 있나요?

_____

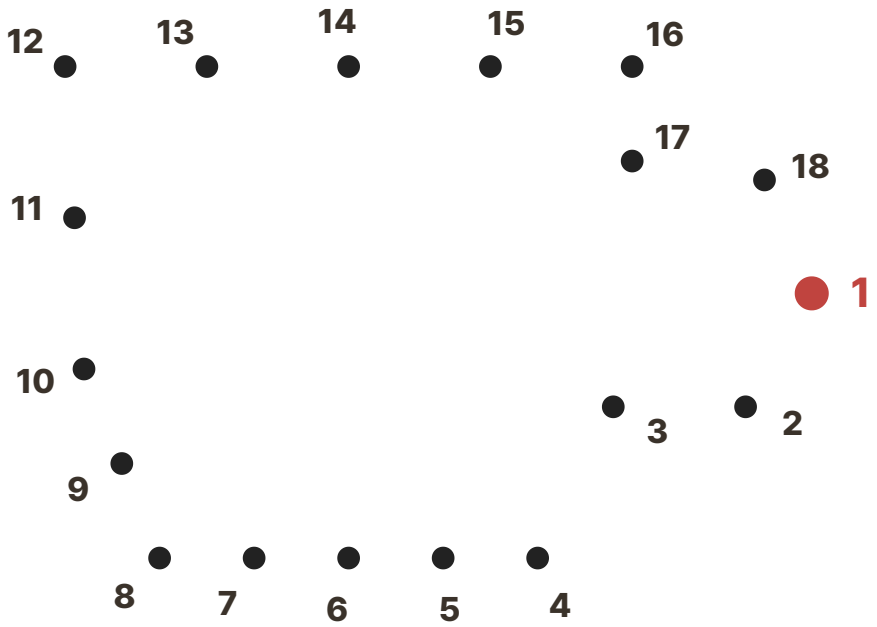
4. 우리 집에서 '약국'까지 가는 길을 지도에 손가락으로 따라가 본 뒤, 연필로 그려 보세요.

진행 물음을 천천히 읽어 드리고, 어르신 손가락이 지도 위에서 한 칸씩 움직이도록 함께 셉니다. 실제 동네 지도로 바꿔 해 봐도 좋습니다.

점 이어 그림 완성

이렇게 해요

1번(빨간 점)부터 18번까지 차례로 이은 뒤, 마지막 점을 1번과 이어 보세요. 무엇이 나올까요?



힌트 · 차를 따라 마시는 것

무엇이 나왔나요? _____ **다 그렸으면 색칠도 해 보세요.**

진행 다음 숫자를 소리 내어 말하며 찾게 합니다. 숫자를 찾기 어려우면 손가락으로 근처를 짚어 드립니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨

 맑음  구름  비  눈

기분

 좋아요  괜찮아요  그저 그래요  안 좋아요

☀ 이번 주 이야기 · 새해 첫 주

오늘 할 일

- ☐ A. 나를 소개합니다
- ☐ B. 낱말 카드로 문장 만들기
- ☐ C. 자리 말하기
- ☐ D. 내 인생 연표

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

나를 소개합니다

이렇게 해요

작은 글씨 도움말을 보고 빈칸을 채워 보세요.

내 이름	이름을 또박또박 적어 보세요
태어난 곳	고향 마을 이름
좋아하는 계절	그 계절이 좋은 까닭
좋아하는 음식	누가 해 주던 음식인가요
지금 오신 곳	기관 이름
오늘 함께한 사람	선생님 이름

+ 새해 첫날 아침에는 무엇을 하셨나요?

① 해돋이 보기 ② 떡국 먹기 ③ 세배하기

진행 적은 내용은 기관 안에서만 보관합니다. 가족 사진이 있으면 함께 보며 이야기합니다.

낱말 카드로 문장 만들기

이렇게 해요

흩어진 낱말 카드를 알맞은 차례로 놓아 문장을 만들고, 아래 줄에 적어 보세요.

1.

집에 와서 | 따뜻한 | 먹었어요 | 떡국을

2.

해가 | 산 위에서 | 떠올랐어요 | 붉은

3.

빌었어요 | 가족의 | 할머니는 | 건강을

진행 카드를 오려서 손으로 옮겨 보게 하면 더 쉽습니다. 뜻이 통하면 차례가 조금 달라도 맞은 것으로 봅니다.

자리 말하기

이렇게 해요

선반을 보고 물음에 답해 보세요. 왼쪽·오른쪽은 어르신 쪽에서 보는 방향입니다.



1. ‘수박’의 바로 위에 있는 것은? _____

2. ‘수박’의 바로 왼쪽에 있는 것은? _____

3. ‘공책’의 바로 아래에 있는 것은? _____

4. ‘리본’의 바로 왼쪽에 있는 것은? _____

진행 어르신 손을 들어 “이쪽이 오른쪽”이라고 먼저 확인하고 시작합니다.

내 인생 연표

이렇게 해요

살아온 때를 차례로 떠올리며 칸을 채워 보세요. 생각나는 때부터 해도 됩니다.

어린 시절	살던 곳과 즐겨 하던 놀이
학교 다닐 때	학교 가던 길과 친한 친구
젊은 시절	하던 일과 기억나는 일
자녀 키울 때	가장 바빴던 일과 보람
지금	요즘 즐거운 일

+ '새해 첫 주'와 이어지는 추억은 어느 때의 일인가요? _____

떠오르는 장면 그려 보기

이야기하며 떠오른 장면을 그려 보세요. 그리기 어려우시면 낱말로 적어도 됩니다.

진행 힘든 기억이 나오면 서두르지 말고 들어 드리고, 원하지 않으시면 다음 칸으로 넘어갑니다.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

☀ 이번 주 이야기 · 새해 첫 주

오늘 할 일

- ☐ A. 어제와 오늘 아침 떠올리기
- ☐ B. 가족에게 쓰는 쪽지
- ☐ C. 보자기 무늬 이어 칠하기
- ☐ D. 새해 첫 주 — 그때와 지금

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

어제와 오늘 아침 떠올리기

이렇게 해요

어제와 오늘 아침에 있었던 일을 떠올려 답해 보세요.

1. 어제 날씨는 어땠나요?

(예: 맑음, 흐림)

2. 오늘 아침에는 무엇을 드셨나요?

(예: 밥과 국, 죽)

3. 오늘 여기까지 어떻게 오셨나요?

(예: 차량, 걸어서)

4. 어제 저녁에는 누구와 계셨나요?

(예: 가족, 혼자)

5. 어제 텔레비전이나 라디오에서 무엇을 보고 들으셨나요?

(예: 뉴스, 연속극)

진행 가족 알림장이나 송영 기록으로 사실을 확인할 수 있으면 부드럽게 맞춰 봅니다. 틀렸다고 지적하지 않습니다.

가족에게 쓰는 쪽지

이렇게 해요

빈칸을 채워 가족에게 보낼 쪽지를 써 보세요.

사랑하는 _____ 에게 (예: 아들, 딸, 며느리)

이번 주에 우리는 '새해 첫 주' 이야기를 나눴어.

나는 _____ 이(가) 생각났단다. (예: 첫날)

그래서 _____

너도 _____ 지내렴.

____월 ____일 _____ 씀

함께 이야기해요

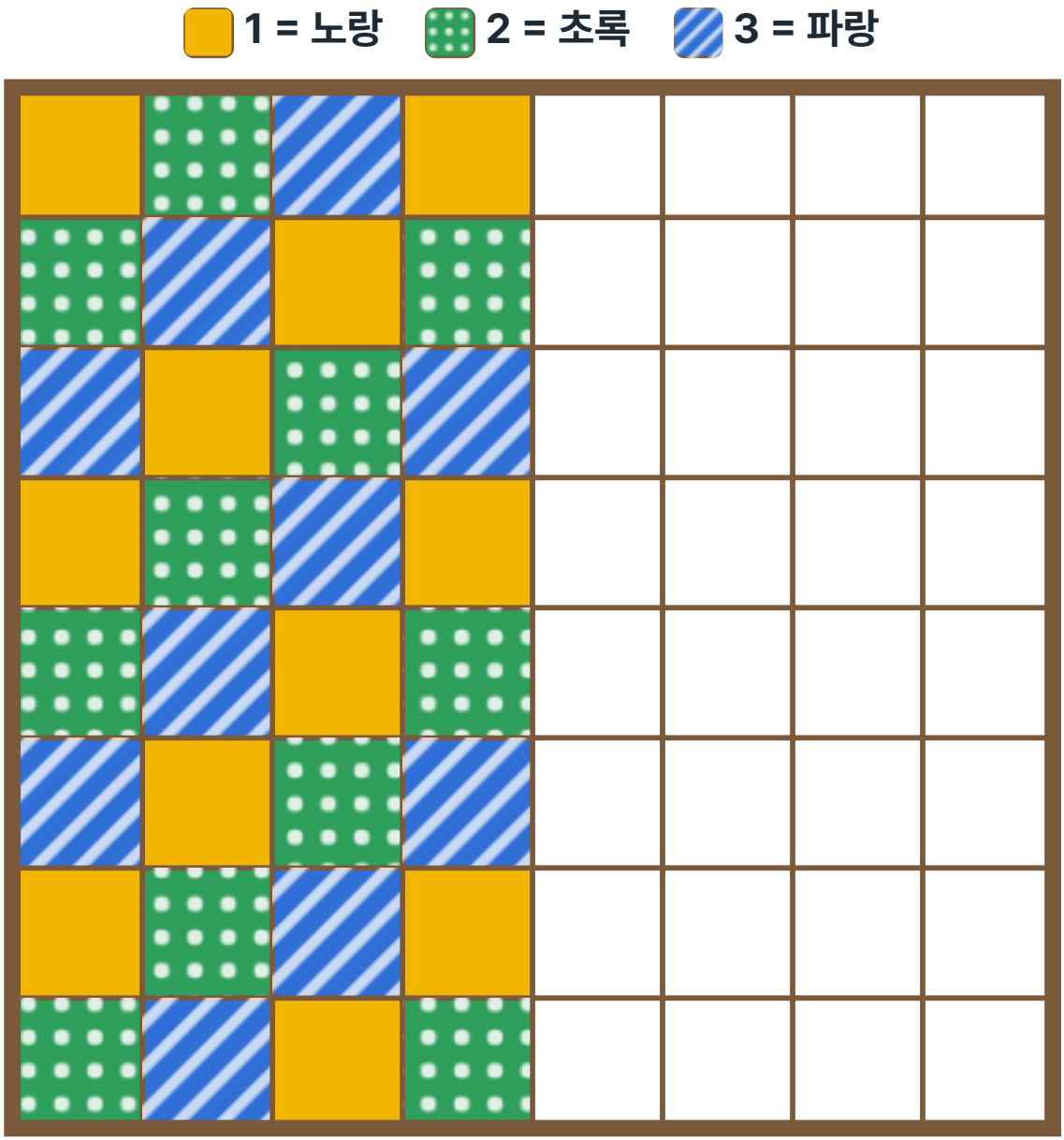
가족에게 가장 듣고 싶은 말은 무엇인가요?

진행 쓰기 어려워하시면 말씀을 받아 적고 이름만 직접 쓰시게 합니다.

보자기 무늬 이어 칠하기

이렇게 해요

왼쪽 반이 본보기입니다. 같은 무늬가 이어지도록 오른쪽 반을 칠해 보세요.



진행 색연필을 색 번호 순서대로 늘어놓아 드립니다. 칸을 벗어나도 괜찮다고 말씀드립니다.

새해 첫 주 — 그때와 지금

이렇게 해요

그때 모습을 읽고, 지금은 어떻게 하는지 적어 보세요.

그때(옛날)	지금(요즘)은 어떻게 하나요?
연하장을 손으로 써서 부쳤어요	
종이 달력을 벽에 걸었어요	
동네 뒷산에서 해돋이를 봤어요	

텔레비전으로도 해돋이를 봐요 **휴대전화로 날짜를 봐요**

휴대전화로 새해 인사를 보내요

떠오르는 장면 그려 보기

이야기하며 떠오른 장면을 그려 보세요. 그리기 어려우시면 낱말로 적어도 됩니다.

진행 어르신이 겪은 그때 모습이 더 자세하면 그 이야기를 먼저 들어 주세요.

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

☀ 이번 주 이야기 · 새해 첫 주

오늘 할 일

- ☐ A. 이번 주 계획표
- ☐ B. 규칙대로 표시하기
- ☐ C. 약 상자 채우기
- ☐ D. 새해 첫 주 이야기 나누기

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

이름 _____ ____월 ____일 문손케어

이번 주 계획표

이렇게 해요

빈칸에 들어갈 일을 아래에서 골라 적고, 물음에 답해 보세요.

날짜	요일	이번 주 할 일 — 새해 첫 주
1월 4일	월요일	_____
1월 5일	화요일	따뜻한 옷 입기
1월 6일	수요일	_____
1월 7일	목요일	해 뜨는 것 보기
1월 8일	금요일	소원 빌기

일찍 일어나기 **뒷산에 오르기**

1. 오늘은 몇 월 며칠 무슨 요일인가요? 표에서 오늘 줄을 찾아 ○ 하세요.

1월 _____ 일 _____ 요일

2. '해 뜨는 것 보기'는 무슨 요일에 하나요?

_____ 요일

3. 내일은 무엇을 하나요?

진행 실제 달력과 나란히 놓고 오늘 날짜를 손가락으로 짚어 보게 합니다.

규칙대로 표시하기

이렇게 해요

약속한 표시를 지키며 그림마다 표시해 보세요. 한 줄씩 왼쪽부터 살펴보면 쉬워요.

꽃다발 → ○ 소나무 → △



○ 꽃다발	△ 소나무
( ) 개	( ) 개

진행 한 줄씩 손가락으로 짚어 가며 찾게 합니다. 표시를 바꿔 그려도 고치지 말고 다음 줄로 넘어갑니다.

약 상자 채우기

이렇게 해요

약속표를 보고 요일별 약 상자 칸에 표시를 그려 보세요. (연습용입니다. 실제 약은 처방대로 드세요)

● 혈압약: 날마다 아침 ▲ 소화제: 날마다 저녁

	월	화	수	목	금	토	일
아침							
점심							
저녁							

1. 약 상자에 표시를 모두 몇 개 그렸나요? _____

2. 월요일 저녁에 먹는 약은 무엇인가요? _____

함께 이야기해요

밥상에 꼭 올리시던 반찬이 있나요?

진행 요일 줄을 손가락으로 따라가며 한 칸씩 표시하게 합니다. 실제 복약 지도는 하지 않습니다.

새해 첫 주 이야기 나누기

이렇게 해요

물음을 함께 읽고 떠오르는 대로 이야기해 보세요. 정답은 없습니다.

1. 새해 첫날 아침에는 무엇을 하셨나요?

(예: 해돋이 보기, 떡국 먹기)

2. 올해 꼭 하고 싶은 일은 무엇인가요?

(예: 건강 지키기, 가족 만나기)

3. 새해에 가장 듣고 싶은 말은 무엇인가요?

(예: 건강하세요, 복 많이 받으세요)

4. 해돋이를 본 곳은 어디였나요?

(예: 산, 바다)

진행 한 물음에 오래 머물러도 괜찮습니다. 맞고 틀림을 따지지 않고 “그때 기분은 어떠셨어요?”처럼 느낌을 여쭙습니다.

정답과 진행 메모

채점은 맞은 곳에 크게 동그라미를 그려 드립니다. 틀린 곳에 가위표(×)를 치지 않고, 함께 다시 해 본 뒤 고쳐 쓰신 답에 동그라미를 그려 드립니다.

1일째 A	■ 기억 장보기 목록 외우기	귤, 떡국떡, 편지지, 사과
1일째 B	● 살림 새해 첫 주 장보기 셈	1. 13,000원 / 2. 7,000원
1일째 C	▲ 집중 잘 듣고 손뼉 치기	'새 달력' 5번, '연하장' 4번
1일째 D	◆ 말글 노랫말 채우기 — 새야 새야 파랑새야	파랑새, 녹두, 떨어지면
2일째 A	■ 기억 해돋이 보러 가기 순서 떠올리기	2 / 3 / 4 / 1 (위에서부터)
2일째 B	● 살림 해돋이 보러 가기 시간 셈	1. 10시, 11시, 11시 30분, 12시 30분 / 2. 1시
2일째 C	▲ 집중 우리 동네 길 찾기	1. 병원 / 2. 공원 / 3. 시장 / 4. 위쪽으로 3칸
2일째 D	★ 그리기 점 이어 그림 완성	찻잔 (점 18개)
3일째 A	● 오늘 나를 소개합니다	정답이 없는 활동입니다. 이름·기관 이름·오늘 함께한 사람을 바르게 썼는지만 확인합니다.
3일째 B	◆ 말글 낱말 카드로 문장 만들기	1. 집에 와서 따뜻한 떡국을 먹었어요 / 2. 산 위에서 붉은 해가 떠올랐어요 / 3. 할머니는 가족의 건강을 빌었어요
3일째 C	★ 그리기 자리 말하기	1. 양동이 / 2. 리본 / 3. 자명종 / 4. 무궁화
3일째 D	💬 이야기 내 인생 연표	정답이 없는 활동입니다. 다 채운 연표는 다음 달 이야기 나누기에 다시 써도 좋습니다.
4일째 A	■ 기억 어제와 오늘 아침 떠올리기	정답이 없는 활동입니다. 알 수 있는 내용(날씨·오신 방법)은 직원이 확인해 맞는지 함께 이야기합니다.
4일째 B	◆ 말글 가족에게 쓰는 쪽지	정답이 없는 활동입니다. 다 쓴 쪽지는 가족에게 전해 드리면 좋습니다(어르신 동의 후).
4일째 C	★ 그리기 보자기 무늬 이어 칠하기	무늬: 빗살 (노랑·초록·파랑)
4일째 D	💬 이야기 새해 첫 주 — 그때와 지금	연하장을 손으로 써서 부쳤어요 → 휴대전화로 새해 인사를 보내요 / 종이 달력을 벽에 걸었어요 → 휴대전화로 날짜를 봐요 / 동네 뒷산에서 해돋이를 봤어요 → 텔레비전으로도 해돋이를 봐요
5일째 A	● 오늘 이번 주 계획표	1. 1월 8일 금요일 / 2. 목요일 / 3. 이번 주 계획표에 없음(주말)
5일째 B	▲ 집중 규칙대로 표시하기	○ 꽃다발 5개, △ 소나무 4개

5일째 C	살림 약 상자 채우기	1. 14개 / 2. 소화제
5일째 D	이야기 새해 첫 주 이야기 나누기	정답이 없는 활동입니다. 어르신이 하신 이야기 가운데 기억할 만한 것을 주간 진행 기록에 적어 두세요.

더 많은 활동지는 문손케어 블로그에서 받아 보세요

새 활동지를 주기적으로 올립니다. 네이버나 구글에서 이렇게 찾아보세요.

문손케어

네이버 구글 문손케어 블로그

- 기관·가정 어디서든 자유롭게 인쇄해 쓰세요. 판매·재배포는 삼가 주세요
- 써 보시고 좋았던 점, 고쳤으면 하는 점을 알려 주시면 다음 호에 반영합니다

문의 · 문손케어 son@moonsoncare.com

문손에듀는 문손케어의 인지활동 자료입니다. 인지활동 프로그램 운영을 돕는 학습 자료이며, 치료나 증상 개선을 보장하지 않습니다. 글꼴: Pretendard(SIL Open Font License 1.1) · 그림: Google Noto Emoji(SIL Open Font License 1.1).