문손에듀 · 8호

2027년 2월 첫째 주

설날



2월 첫째 주 — 설날

이번 주 이야기

설날 아침의 세배와 덕담, 떡국과 윷놀이를 이야기합니다. 가족이 모이던 명절의 기억을 나눕니다.
가족과 함께 — 세배를 받으시고 덕담 한마디를 들려 달라고 해 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 설날 장보기 셈	▲ 집중 설날 그림 속에서 세기	▬ 이야기 설날 — 그때와 지금
2일째	● 오늘 이번 주 계획표	■ 기억 떡국 끓이기 순서 떠올리기	● 살림 떡국 끓이기 시간 셈	◆ 말글 노랫말 채우기 — 진도 아리랑
3일째	● 오늘 겨울에 볼 수 있는 것	▲ 집중 잘 듣고 손뼉 치기	★ 그리기 점 이어 그림 완성	▬ 이야기 설날 이야기 나누기
4일째	▲ 집중 규칙대로 표시하기	◆ 말글 설날 낱말 모으기	● 살림 약 상자 채우기	★ 그리기 보자기 무늬 이어 칠하기
5일째	■ 기억 짝 카드 놀이	◆ 말글 낱말 카드로 문장 만들기	★ 그리기 자리 말하기	▬ 이야기 내 인생 연표

준비물

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

이번 주 이야기 거리

- 설날 아침에 가장 먼저 하던 일은?
- 세뱃돈을 받으면 무엇을 하셨나요?
- 윷놀이에서 가장 반가운 것은?
- 설빔은 어떤 옷이었나요?
- 설날에 기억나는 덕담이 있나요?

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨

☀️ 맑음 ⛅ 구름 🌧️ 비 🌨️ 눈

기분

😊 좋아요 🙂 괜찮아요 😐 그저 그래요 😟 안 좋아요



이번 주 이야기 · 설날

설날 아침의 세배와 덕담, 떡국과 윷놀이를 이야기합니다. 가족이 모이던 명절의 기억을 나눕니다.

오늘 할 일

- [ ] **A. 장보기 목록 외우기**
- [ ] **B. 설날 장보기 셈**
- [ ] **C. 설날 그림 속에서 세기**
- [ ] **D. 설날 — 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

장보기 목록 외우기

이렇게 해요

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

설날 장보기 목록

김

대파



달걀

떡국떡

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

첫 글자를 보고 목록에 있던 것을 적어 보세요.

달ㅇ _____ 대ㅇ _____

떡ㅇㅇ _____ ㄱ _____

함께 이야기해요

장 보러 가면 꼭 사 오시던 것은 무엇인가요?

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

설날 장보기 셈

이렇게 해요

가게에서 아래 물건을 사려고 해요. 값을 보고 물음에 답해 보세요.

김	대파	
한 봉지	한 단	**달걀** 한 판
4,000원	**2,500원**	**7,000원**

1. 모두 사면 얼마인가요?

_____ 원

2. 20,000원을 냈다면 거스름돈은 얼마인가요?

_____ 원

셈하는 칸

진행 값은 연습용입니다. 동전·지폐 모형을 쓰면 더 쉽습니다.

설날 그림 속에서 세기

이렇게 해요

그림 속 물건을 종류마다 세어 아래에 적어 보세요. 센 것에는 ✔ 표시를 하면 헷갈리지 않아요.



태극기	연	선물
( ) 개	( ) 개	( ) 개

+ 가장 많은 것은 무엇인가요? _____

진행 한 종류씩 정해 세게 하고, 센 그림에 표시하도록 돕습니다.

설날 — 그때와 지금

이렇게 해요

그때 모습을 읽고, 지금은 어떻게 하는지 적어 보세요.

그때(옛날)	지금(요즘)은 어떻게 하나요?
집집마다 다니며 세배했어요	
세뱃돈은 동전 몇 닢이었어요	
마당에서 널뛰기를 했어요	

세뱃돈 봉투에 지폐를 넣어요 **민속촌에서 널뛰기를 체험해요**

영상 통화로 인사하기도 해요

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 · 설날

오늘 할 일

- [ ] A. 이번 주 계획표
- [ ] B. 떡국 끓이기 순서 떠올리기
- [ ] C. 떡국 끓이기 시간 셈
- [ ] D. 노랫말 채우기 — 진도 아리랑

✂ 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 — 설날
2월 1일	월요일	떡 물에 불리기
2월 2일	화요일	국물 끓이기
2월 3일	수요일	_____
2월 4일	목요일	달걀 지단 올리기
2월 5일	금요일	_____

김 뿌려 담기 | 떡 넣기

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

2월 _____ 일 _____ 요일

2. '김 뿌려 담기'는 무슨 요일에 하나요?

_____ 요일

3. 내일은 무엇을 하나요?

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

떡국 끓이기 순서 떠올리기

이렇게 해요

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

떡국 끓이기

1. 떡 물에 불리기
2. 국물 끓이기
3. 떡 넣기
4. 달걀 지단 올리기

✂ 여기를 접어 위를 가린 뒤 아래를 풀어요

( ) 떡 넣기

( ) 떡 물에 불리기

( ) 달걀 지단 올리기

( ) 국물 끓이기

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

떡국 끓이기 시간 셈

이렇게 해요

‘떡국 끓이기’를 하는 날의 시간표입니다. 시계를 보고 물음에 답해 보세요.

할 일	시작	걸리는 시간
떡 물에 불리기	 9시	1시간
국물 끓이기	_____ 시 _____ 분	1시간
떡 넣기	_____ 시 _____ 분	30분
달걀 지단 올리기	_____ 시 _____ 분	1시간

1. **빈칸에 시작 시각을 채워 보세요.**

2. **모든 일이 끝나는 때는 몇 시 몇 분인가요?**

_____ 시 _____ 분

함께 이야기해요

하루 가운데 가장 좋아하시는 때는 언제인가요?

진행 실제 벽시계를 함께 보며 짧은 바늘(시)부터 읽게 합니다.

노랫말 채우기 — 진도 아리랑

이렇게 해요

함께 노래를 불러 본 뒤, 빈칸에 들어갈 노랫말을 채워 보세요.

아리 아리랑 스리 스리랑 아라리가 났○

아리랑 응응응 아라리가 났네

문경 새○ 는 웬 고갠가

구부야 구부구부가 눈○ 이 난다

+ 노래를 함께 불러 보셨나요? ☐ 불렀다 ☐ 들었다

함께 이야기해요

기분이 좋을 때 흥얼거리시는 노래는?

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 · 설날

오늘 할 일

- [ ] A. 겨울에 볼 수 있는 것
- [ ] B. 잘 듣고 손뼉 치기
- [ ] C. 점 이어 그림 완성
- [ ] D. 설날 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

겨울에 볼 수 있는 것

이렇게 해요

그림의 번호를 알맞은 계절 칸에 적어 보세요.

1 

장갑

2 

파도

3 

빙수

4 

옥수수

5 

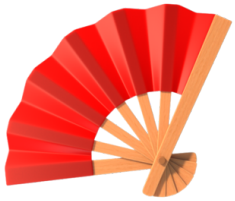
목도리

6 

귤

7 

성탄나무

8 

부채

겨울	여름
번호:	번호:

+ 지금은 몇 월인가요? _____ **월** **무슨 계절인가요?** _____

진행 창밖 날씨와 옷차림을 함께 보며 지금 계절을 확인합니다.

잘 듣고 손뼉 치기

이렇게 해요

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

덕담

이 낱말이 들리면
손뼉을 한 번 치세요

들은 횟수

성묘

이 낱말이 들리면
손을 번쩍 드세요

들은 횟수

✂ 여기부터 제공자용 — 접어서 어르신 쪽에서는 보이지 않게 해 주세요

제공자가 읽는 낱말 (2초 간격, 같은 빠르기로)

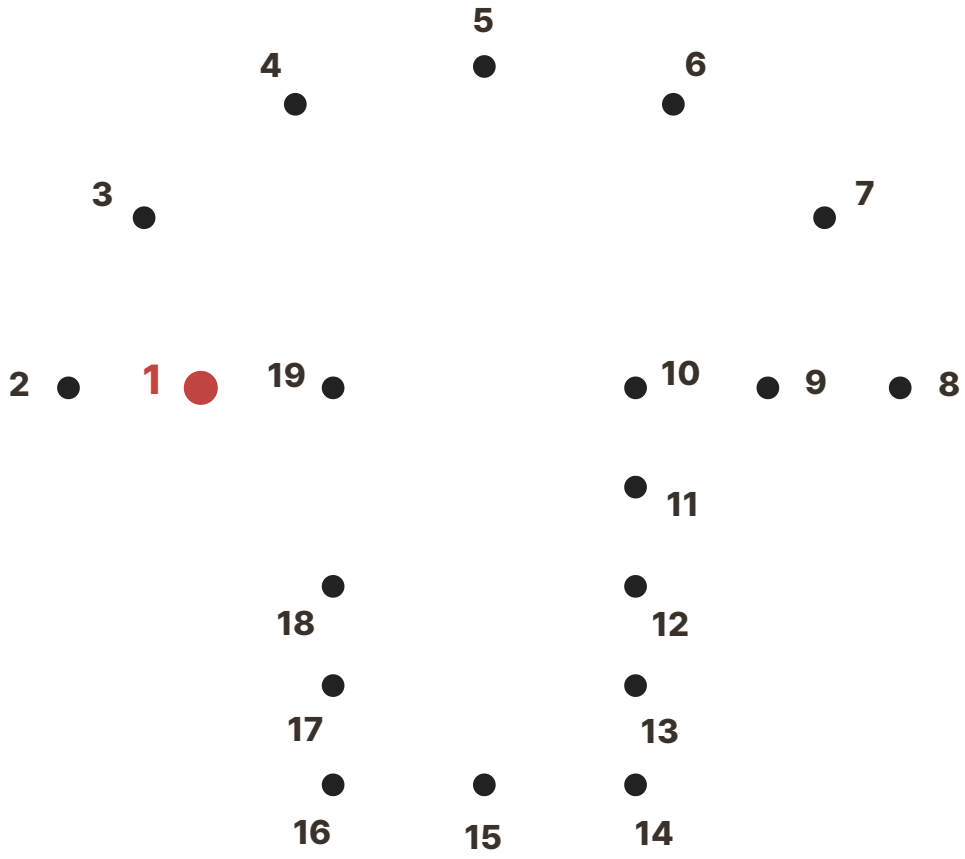
1 성묘 2 덕담 3 그늘막 4 성묘 5 덕담 6 널뛰기 7 설빔 8 복조리 9 덕담
10 복조리 11 널뛰기 12 설빔 13 성묘 14 복조리 15 덕담 16 떡국 17 성묘
18 들녘 19 복조리 20 널뛰기 21 설빔 22 그늘막 23 가을 산 24 성묘

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

점 이어 그림 완성

이렇게 해요

1번(빨간 점)부터 19번까지 차례로 이은 뒤, 마지막 점을 1번과 이어 보세요. 무엇이 나올까요?



힌트 · 산에서 나는 먹거리

무엇이 나왔나요? _____ **다 그렸으면 색칠도 해 보세요.**

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

설날 이야기 나누기

> **이렇게 해요**
> 물음을 함께 읽고 떠오르는 대로 이야기해 보세요. 정답은 없습니다.

1. 설날 아침에 가장 먼저 하던 일은?

(예: 차례 지내기, 세배하기)

---

2. 세뱃돈을 받으면 무엇을 하셨나요?

(예: 저금, 과자 사기)

---

3. 윷놀이에서 가장 반가운 것은?

(예: 윷, 모)

---

4. 설빔은 어떤 옷이었나요?

(예: 한복, 새 양말)

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

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

👵 이번 주 이야기 · 설날

오늘 할 일

- ☐ A. 규칙대로 표시하기
- ☐ B. 설날 낱말 모으기
- ☐ C. 약 상자 채우기
- ☐ D. 보자기 무늬 이어 칠하기

✂ 닫는 10분 — 오려서 가족에게 전해 주세요

가족에게 전하는 오늘의 한마디

어르신 한마디 (오늘 가장 좋았던 것, 하고 싶은 말)

제공자 메모

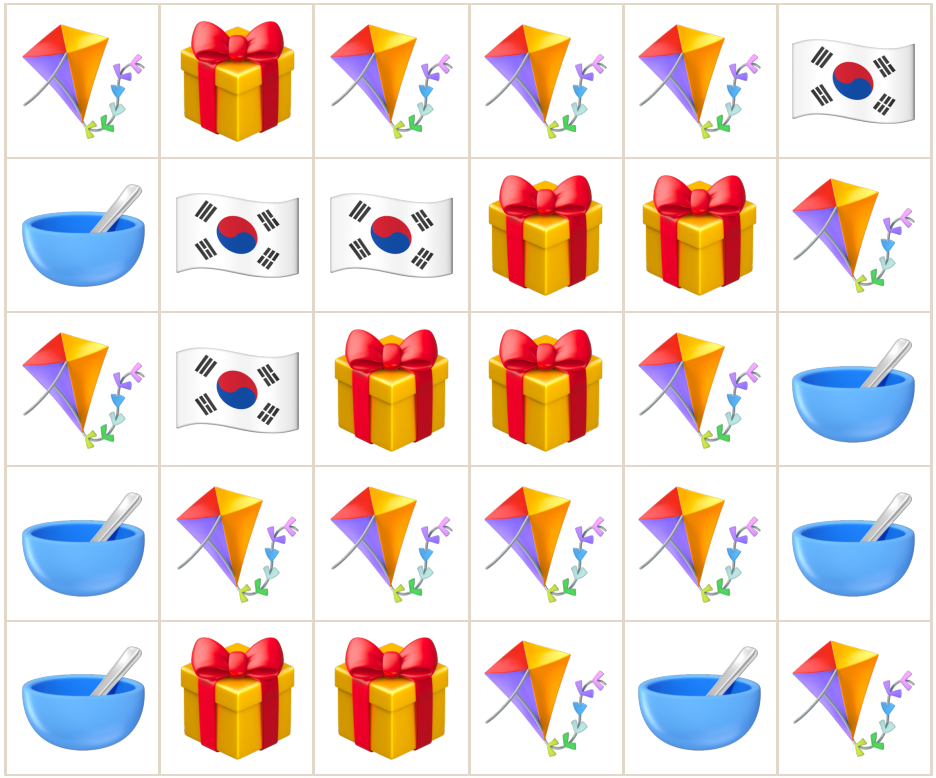
이름 _____ ____월 ____일 문손케어

규칙대로 표시하기

이렇게 해요

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

🎏 태극기 → ○ 🥣 그릇 → △



○ 태극기	△ 그릇
( ) 개	( ) 개

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

설날 낱말 모으기

이렇게 해요

첫 글자를 보고 '설날'과 어울리는 낱말을 완성해 보세요.

1. 설 ☐
2. 성 ☐
3. 떡 ☐
4. 윷 ☐ ☐
5. 세 ☐ ☐
6. 차 ☐

+ 완성한 낱말 하나를 넣어 짧은 말을 만들어 보세요.

함께 이야기해요

이 낱말들을 보니 떠오르는 사람이 있나요?

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

건강하게 지내는 나만의 비결은 무엇인가요?

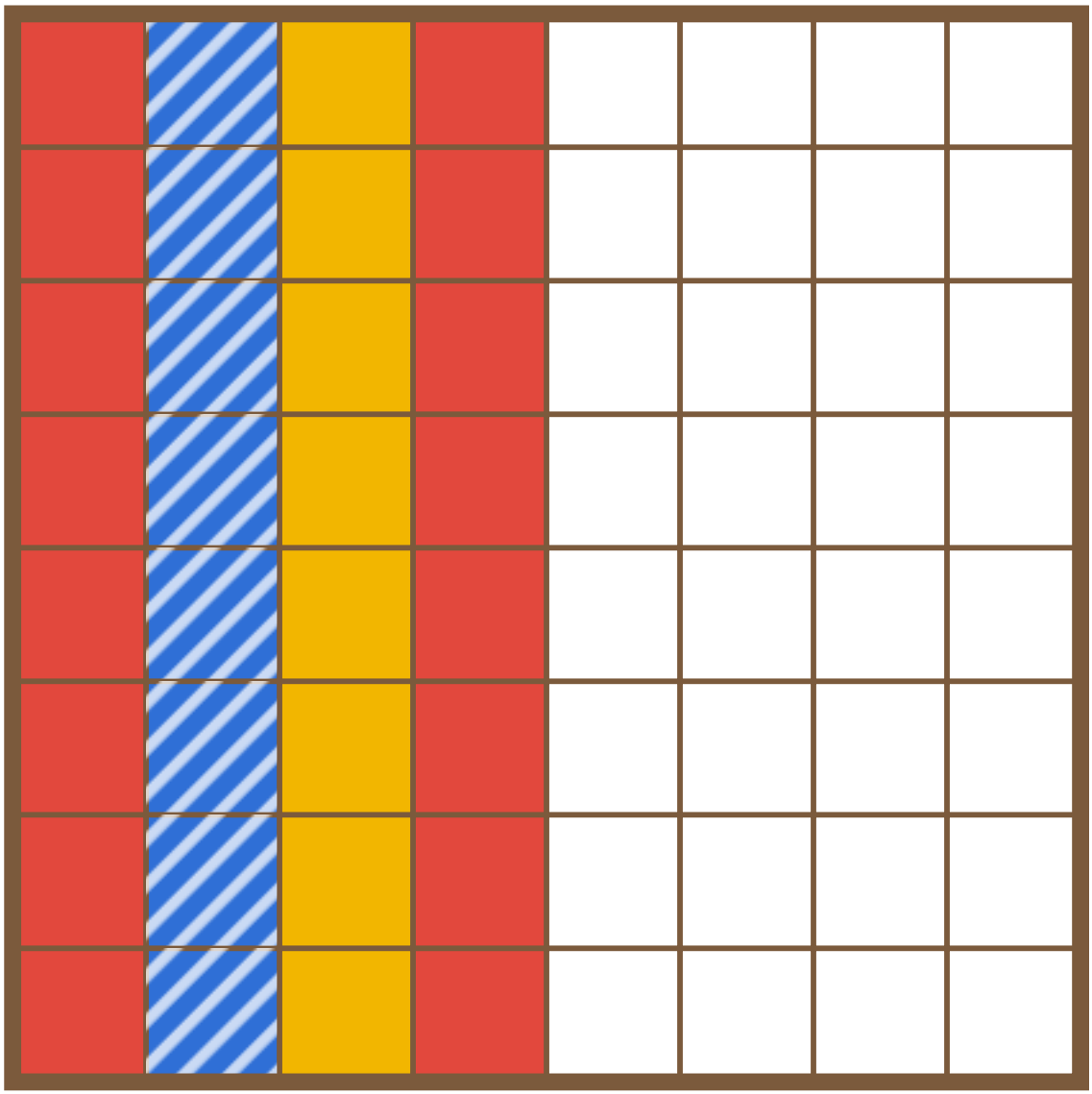
진행 요일 줄을 손가락으로 따라가며 한 칸씩 표시하게 합니다. 실제 복약 지도는 하지 않습니다.

보자기 무늬 이어 칠하기

이렇게 해요

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

1 = 빨강 2 = 파랑 3 = 노랑



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

오늘은 ____ 월 ____ 일 ____ 요일

날씨


맑음


구름


비


눈

기분


좋아요


괜찮아요


그저 그래요


안 좋아요

👵 이번 주 이야기 · 설날

오늘 할 일

- ☐ A. 짝 카드 놀이
- ☐ 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

짝 카드 놀이

이렇게 해요

카드를 오려 뒤집어 섞은 뒤, 두 장씩 뒤집어 같은 그림을 찾는 놀이를 해 보세요.

 선물	 태극기	 그릇	 선물
 그릇	 연	 태극기	 연

함께 이야기해요

놀이를 할 때 누구와 한편이 되고 싶으세요?

진행 점선을 따라 직원이 미리 오려 둡니다. 2단계 이상은 뒤집은 카드 자리를 기억하도록 "아까 ○○가 어디 있었죠?"라고 물어봅니다.

낱말 카드로 문장 만들기

이렇게 해요

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

1.

입었어요 | 가족이 | 설날 아침 온 | 한복을

2.

하셨어요 | 덕담을 | 건강하라고 | 할머니는

3.

먹었어요 | 먹고 한 | 살을 더 | 다 함께 떡국을

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.

 선물	 연	 그릇
 태극기	 튤립	 꽃다발
 꿀벌	 화분	 휴지

1. ‘연’의 바로 아래에 있는 것은? _____

2. ‘꽃다발’의 바로 아래에 있는 것은? _____

3. ‘꿀벌’의 바로 오른쪽에 있는 것은? _____

4. ‘선물’의 바로 오른쪽에 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

+ '설날'과 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.

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	김, 대파, 달걀, 떡국떡
1일째 B	● 살림 설날 장보기 셈	1. 13,500원 / 2. 6,500원
1일째 C	▲ 집중 설날 그림 속에서 세기	태극기 7개, 연 8개, 선물 9개 / 가장 많은 것: 선물
1일째 D	▬ 이야기 설날 — 그때와 지금	집집마다 다니며 세배했어요 → 영상 통화로 인사하기도 해요 / 세뱃돈은 동전 몇 닢이었어요 → 세뱃돈 봉투에 지폐를 넣어요 / 마당에서 널뛰기를 했어요 → 민속촌에서 널뛰기를 체험해요
2일째 A	● 오늘 이번 주 계획표	1. 2월 2일 화요일 / 2. 금요일 / 3. 떡 넣기
2일째 B	■ 기억 떡국 끓이기 순서 떠올리기	3 / 1 / 4 / 2 (위에서부터)
2일째 C	● 살림 떡국 끓이기 시간 셈	1. 9시, 10시, 11시, 11시 30분 / 2. 12시 30분
2일째 D	◆ 말글 노랫말 채우기 — 진도 아리랑	났네, 새재, 눈물
3일째 A	● 오늘 겨울에 볼 수 있는 것	겨울: 1, 5, 6, 7 / 여름: 2, 3, 4, 8 / 지금: 2월, 겨울
3일째 B	▲ 집중 잘 듣고 손뼉 치기	'덕담' 4번, '성묘' 5번
3일째 C	★ 그리기 점 이어 그림 완성	버섯 (점 19개)
3일째 D	▬ 이야기 설날 이야기 나누기	정답이 없는 활동입니다. 어르신이 하신 이야기 가운데 기억할 만한 것을 주간 진행 기록에 적어 두세요.
4일째 A	▲ 집중 규칙대로 표시하기	○ 태극기 4개, △ 그릇 6개
4일째 B	◆ 말글 설날 낱말 모으기	설빔, 성묘, 떡국, 윷놀이, 세뱃돈, 차례
4일째 C	● 살림 약 상자 채우기	1. 14개 / 2. 소화제
4일째 D	★ 그리기 보자기 무늬 이어 칠하기	무늬: 세 줄 무늬 (빨강·파랑·노랑)
5일째 A	■ 기억 짝 카드 놀이	카드 8장(태극기, 선물, 그릇, 연 각 2장). 짝을 찾은 수를 세어 기록합니다.
5일째 B	◆ 말글 낱말 카드로 문장 만들기	1. 설날 아침 온 가족이 한복을 입었어요 / 2. 할머니는 건강하라고 덕담을 하셨어요 / 3. 다 함께 떡국을 먹고 한 살을 더 먹었어요
5일째 C	★ 그리기 자리 말하기	1. 튤립 / 2. 휴지 / 3. 화분 / 4. 연

5일째 D	이야기 내 인생 연표	정답이 없는 활동입니다. 다 채운 연표는 다음 달 이야기 나누기에 다시 써도 좋습니다.

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).