2020년 지역사회
통합건강증진사업 우수사례집

– 2019년 우수사례 –

보건복지부 한국건강증진개발원

04554 서울시 중구 퇴계로 173 남산스퀘어빌딩 24층
TEL : 02-3781-3500 FAX : 02-3781-3585

사업
20-026

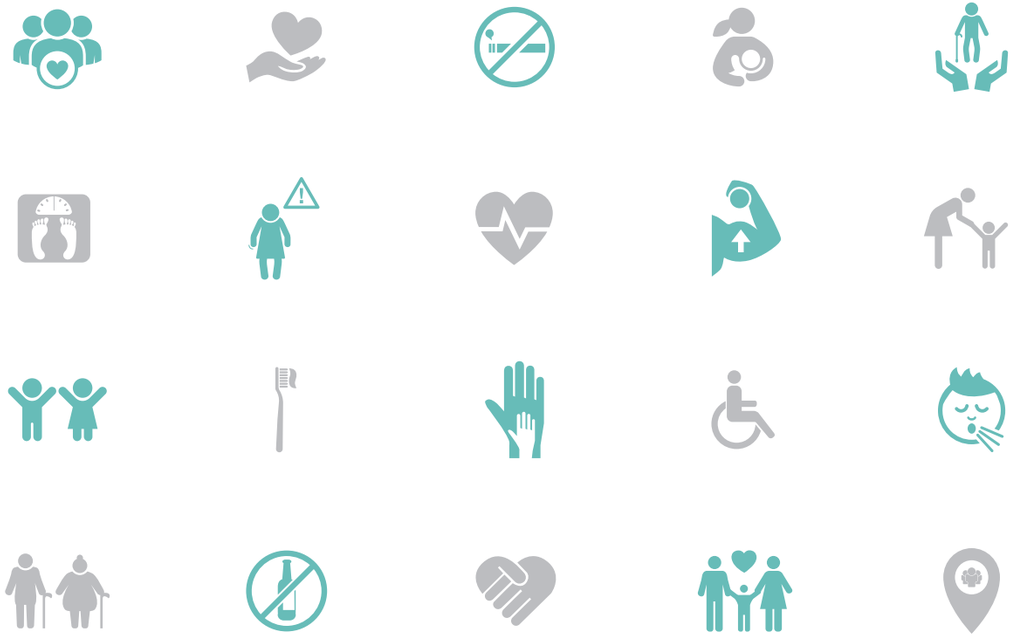
'20 지역사회 통합건강증진사업 우수사례집 2020

보건복지부 한국건강증진개발원

사업-05-2020-026-01

2020년 지역사회
통합건강증진사업
우수사례집

– 2019년 우수사례 –



보건복지부 한국건강증진개발원

2020년 지역사회
통합건강증진사업
우수사례집

– 2019년 우수사례 –

보건복지부

한국건강증진개발원

시도별 우수사례

목차	사례명[주제]	페이지	수행기관
서울	인지건강디자인 마을 '어르신 커뮤니티 케어' 운영	16	송파구보건소
	광진!! 재활의 꽃을 피우다. 「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트	20	광진구보건소
	우리동네 술래잡기단 청소년 술·담배 불법판매 주민감시단 운영	24	서초구보건소
	전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로	27	영등포구보건소
부산	"다함께 차차차!" (술 대신 다함께 茶 마시는 건강한 절주문화 만들기!!)	32	사하구보건소
	1인 가구끼리 함께! "너나들이"프로젝트	36	연제구보건소
	도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움	39	동구보건소
대구	주민 건강 그린라이트	44	수성구보건소
	건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로!	50	북구보건소
	지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트	53	달성군보건소
	주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!! 옹기종기 행복 건강마을 만들기	58	동구보건소
인천	뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기	68	서구보건소
	보고 듣고 실천하는 구강건강 체험관 운영	71	강화군보건소
	빅!데이터로 금연을 픽(PICK)!하다	74	미추홀구보건소
	행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스	77	부평구보건소
광주	「선주민과 이주민이 함께 행복한」 고려인 건강마을!!	82	광산구보건소
	주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인	85	북구보건소
대전	장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!	90	대덕구보건소
	청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』	97	동구보건소
울산	소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기	102	북구보건소
	상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장	111	울주군보건소
	어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영	114	동구보건소
세종	우리 마을 건강하길	120	세종시보건소
경기	건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소	126	화성시보건소
	엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기	129	양평군보건소
	심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"	133	구리시보건소
	'작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다	136	시흥시보건소
강원	만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영	142	동해시보건소
	당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영	147	속초시보건소
	"혈압아 노. 올. 자. ~"	150	고성군보건소
	희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다	153	정선군보건소
충북	농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다!	158	보은군보건소
	"함께라면 할 수 있습니다" 돌봄 취약아동 『건강 골든벨』	161	증평군보건소
	Hello 2030 프로젝트 (Health Energy Lift Life Object 2030)	165	진천군보건소
충남	스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움	170	홍성군보건소
	당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스	174	당진시보건소
	움직이는 발걸음 건강 백세로 !	178	아산시보건소
전북	금연다짐? 건강다짐! 「금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다」	184	무주군보건소
	통즉불통 불통즉통(通則不痛 痛則不通), 통해야 산다!	188	남원시보건소
	취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !	193	장수군보건소
전남	관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기	202	담양군보건소
	의료취약계층 헬라밸(Health and Life Balance) 찾기	208	함평군보건소
	폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트	211	목포시보건소
	도전! 내혈압 알기 건강교실 운영	216	고흥군보건소
	배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기	221	무안군보건소
	얼쑤! 아리랑 시니어 체조교실	225	진도군보건소
	우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~	227	신안군보건소
	걸어서 남주나? 나주지~!	233	나주시보건소
	참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천	236	광양시보건소
경북	건강습관으로 여든까지!	244	영양군보건소
	"3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업	247	포항시 남구보건소
	(김천시) 한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기	255	김천시 보건소
	21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작! 다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기	263	구미시 구미보건소
	생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기	267	의성군보건소
	산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음	272	청송군보건소
	[걷기야 친구하자] 2019년 '걷기 프로젝트'운영	279	고령군보건소
	우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트	284	칠곡군보건소
경남	함께 맞추는 건강 눈높이	292	진주시보건소
	장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고·당센터	296	창녕군보건소
	건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피	299	통영시보건소
	건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군	302	고성군보건소
제주	『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수 UP! 프로젝트	308	서귀포시 서부보건소
	힘내라! 3050 건강UP 프로젝트	316	서귀포시 서귀포보건소

사업전략별 우수사례

주민참여 특화전략

서울 서초구 24
우리동네 술래잡기단 청소년 술 · 담배 불법판매 주민 감시단 운영

대구 북구 50
건강한 지역사회,이제는 주민의 힘으로!

대구 동구 58
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복건강마을만들기

울산 울주군 111
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장

경기 시흥시 136
'작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로 지역의 건강격차를 해소하다

충남 아산시 178
움직이는 발걸음 건강 백세로 !

전남 광양시 236
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천

지역실태 중심전략

서울 영등포구 27
전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로

대구 동구 58
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복건강마을만들기

울산 북구 소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기 102

강원 속초시 147
당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영

강원 고성군 150
혈압아 노. 올. 자. ~

강원 정선군 153
희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다

충북 진천군 165
HELLO 2030 프로젝트

경북 포항시 남구 247
"3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업

경북 구미시 263
21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작!
다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기

경북 청송군 272
산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음

생애주기 집중사업 전략

서울 송파구 16
인지건강디자인 마을 「어르신 커뮤니티 케어」 운영

경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다" 돌봄 취약아동 『건강 골든벨』

전남 진도군 225
얼쑤! 아리랑 시니어 체조교실

경북 의성군 267
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

리더십·협력·형평성 특화전략

서울 광진구 20
광진!!재활의 꽃을 피우다 「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트

서울 영등포구 27
전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로

충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다" 돌봄 취약아동 『건강 골든벨』

경남 창녕군 296
장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고 · 당센터

연속사업

신규사업

대구 수성구 44
주민 건강 그린라이트

대구 달성군 53
지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트

인천 서구 68
뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기

세종 세종시 120
우리 마을 건강하길

충남 홍성군 170
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

경북 김천시 255
한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기

경북 칠곡군 284
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

제주 서귀포시 서부 308
『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수UP! 프로젝트

인천 서구 뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기 68

인천 강화군 보고 듣고 실천하는 구강건강체험관 운영 71

인천 미추홀구 빅!데이터로 금연*을 픽(PICK)!하다 74

광주 북구 주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강 디자인 85

울산 동구 114
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영

경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

강원 동해시 142
만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영

충남 당진시 당당한 미래의 희망,청소년 금연 어벤져스 174

전북 무주군 금연다짐? 건강다짐! 184

전북 남원시 통즉불통 불통즉통 통해야 산다! 188

전남 고흥군 도전! 내혈압 알기 건강교실 운영 216

전남 나주시 걸어서 남주나? 나주지~! 233

경북 고령군 2019년 '걷기 프로젝트'운영 279

경남 진주시 함께 맞추는 건강 눈높이 292

제주 서귀포시 316
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

부산 사하구 32
"다함께 차차차!" 「술 대신 다함께 茶마시는 건강한 절주문화 만들기!!」

부산 연제구 36
1인 가구끼리 함께! "너나들이"프로젝트

대전 대덕구 90
장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!

충남 당진시 174
당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스

전북 장수군 193
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

전남 목포시 211
폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트

전남 신안군 227
우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~

경북 영양군 244
건강습관으로 여든까지!

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

부산 동구 도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움 39

인천 부평구 행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스 77

광주 광산구 82
선주민과 이주민이 함께 행복한 고려인 건강마을

세종 세종시 우리 마을 건강하길 120

경기 구리시 133
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

충북 보은군 농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다! 158

전남 담양군 202
관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기

전남 함평군 208
의료취약계층 헬라밸 (Health and Life Balance) 찾기

전남 신안군 우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~ 227

경북 김천시 한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기 255

경남 고성군 302
건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군

생애주기별 우수사례

연속 사업

신규 사업

아동 및 청소년 대상

서울 서초구 24
우리동네 술래잡기단 청소년 술 · 담배 불법판매 주민 감시단 운영
충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다" 돌봄 취약아동 「건강 골든벨」
전남 광양시 236
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천
경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

성인 대상

울산 북구 102
소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기
경기 시흥시 136
작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다
강원 고성군 150
"혈압아 노. 올. 자. ~"!
전남 광양시 236
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천
경북 포항시 남구 247
3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업
경북 구미시 263
21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작!
다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기
경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

노인 대상

서울 송파구 16
인지건강디자인 마을 「어르신 커뮤니티 케어」 운영
경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기
강원 속초시 147
당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영
전남 진도군 225
얼쑤! 아리랑 시니어 체조교실
경북 의성군 267
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기
경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

전체 대상 / 기타 대상

서울 영등포구 27
전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로
대구 북구 건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로! 50
대구 동구 58
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복 건강마을 만들기
강원 정선군 희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다 153
충남 아산시 움직이는 발걸음 건강 백세로 ! 178
경북 청송군 산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음 272

서울 광진구 20
광진!!! 재활의 꽃을 피우다 「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트
울산 울주군 111
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장
충북 진천군 Hello 2030 프로젝트 165
경남 창녕군 장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고 · 당센터 296

대구 수성구 주민 건강 그린라이트 44
인천 강화군 71
보고 듣고 실천하는 구강건강 체험 관 운영
대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라』
울산 동구 114
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영
전북 무주군 184
금연다짐? 건강다짐! 『금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다.』
전남 나주시 233
걸어서 남주나? 나주자~!
경북 김천시 한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기 255
경남 진주시 함께 맞추는 건강 눈높이 292
제주 서귀포시 힘내라! 3050 건강UP 프로젝트 316

부산 사하구 32
"다함께 차차차!" 「술 대신 다함께 茶마시는 건강한 절주문화 만들기」
부산 연제구 1인 가구끼리 함께! "너나들이" 프로젝트 36
대구 달성군 53
지역사회 통합건강증진사업 운영 함께하는 육아 공감 프로젝트
인천 부평구 행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스 77
광주 광산구 「선주민과 이주민이 함께 행복한, 고려인 건강마을」 82
대전 대덕구 장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!! 90
대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』
충북 보은군 농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다 158
전남 담양군 관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기 202
전남 함평군 의료취약계층 헬라벨 찾기 208
전남 목포시 폐경기 여성 몸과 마음의 S라인만들기 프로젝트 211
경남 고성군 건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군 302

신규 사업 — 아동 및 청소년 대상

대전 대덕구 90
장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!
충남 당진시 174
당당한 미래의 희망,청소년 금연 어벤져스
경북 영양군 244
건강습관으로 여든까지!
전북 장수군 193
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

신규 사업 — 영유아 및 임산부 대상

대구 달성군 53
지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트
대전 대덕구 90
장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!

신규 사업 — 성인 대상

인천 서구 68
뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기
광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인
경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소
경기 구리시 133
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"
강원 동해시 142
만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영
전북 남원시 188
통즉불통 불통즉통 ((通則不痛 痛則不通), 통해야 산다!
전북 장수군 193
취약지역(장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !
경북 고령군 279
2019년 '걷기 프로젝트'운영
제주 서귀포시 316
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

신규 사업 — 노인 대상

부산 동구 41
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움
광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인
충남 홍성군 170
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움
전북 장수군 193
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !
세종 세종시 120
우리 마을 건강하길
경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소
전남 함평군 208
의료취약계층 헬라밸(Health and Life Balance) 찾기
전남 고흥군 216
도전! 내혈압 알기 건강교실 운영
경북 칠곡군 284
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트
전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기
전남 신안군 227
우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~

건강 영역별 우수사례 1

연속 사업

신규 사업

절주 영역

서울 서초구 24
우리동네 술래잡기단 청소년 술 · 담배 불법판매 주민 감시단 운영

전남 광양시 236
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

부산 사하구 32
"다함께 차차차!" 「술 대신 다함께 茶마시는 건강한 절주문화 만들기!!」

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

경기 구리시 133
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

충남 당진시 174
당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스

영양 영역

경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다 " 돌봄 취약아동 『건강 골든벨』

경북 포항시 남구 247
3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업

경북 의성군 267
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

경북 청송군 272
산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음

부산 연제구 36
1인 가구끼리 함께! "너나들이" 프로젝트

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

세종 세종시 120
우리 마을 건강하길

경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

충남 홍성군 170
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

경북 고령군 279
2019년 '걷기 프로젝트'운영

경북 칠곡군 284
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

경남 고성군 302
건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군

제주 서귀포시 316
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

신체활동영역

서울 송파구 16
인지건강디자인 마을 「어르신 커뮤니티 케어」 운영

대구 북구 50
건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로!

대구 동구 58
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복 건강마을 만들기

울산 울주군 111
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장

경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

경기 시흥시 136
'작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다

강원 속초시 147
당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영

강원 정선군 153
희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다

충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다" 돌봄 취약아동 『건강 골든벨』

충북 진천군 165
Hello 2030 프로젝트 (Health Energy Lift Life Object 2030)

충남 아산시 178
움직이는 발걸음 건강 백세로!

전남 진도군 225
얼쑤! 아리랑 시니어 체조교실

전남 광양시 236
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천

경북 포항시 남구 247
3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업

경북 구미시 263
21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작! 다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기

경북 의성군 267
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

경북 청송군 272
산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

부산 연제구 1인 가구끼리 함께! "너나들이" 프로젝트 36

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

대구 수성구 44
주민 건강 그린라이트!

인천 서구 68
뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기

인천 미추홀구 74
빅! 데이터로 금연을 픽(PICK)!하다

광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

전북 무주군 184
금연다짐? 건강다짐! 「금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다」

전북 장수군 193
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

전남 목포시 211
폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트!

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

충남 홍성군 170
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

울산 동구 114
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영

전남 신안군 우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~ 227

전남 나주시 233
걸어서 남주나? 나주지~!

세종 세종시 120
우리 마을 건강하길

경기 구리시 133
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

경기 화성시 126
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

경북 김천시 255
한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기

경북 고령군 279
2019년 '걷기 프로젝트'운영

경북 칠곡군 284
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

경남 진주시 292
함께 맞추는 건강 눈높이

제주 서귀포시 서부 308
『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수 UP! 프로젝트

제주 서귀포시 316
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

건강 영역별 우수사례 2

연속 사업

신규 사업

비만 영역

울산 북구 102
소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기

경기 양평군 129
엄지척!지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

충북 증평군 161
"함께라면 할 수 있습니다 " 돌봄 취약아동『건강 골든벨』

충북 진천군 165
Hello 2030 프로젝트 (Health Energy Lift Life Object 2030)

경북 포항시 남구 247
"3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진 사업

경북 의성군 267
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

경북 청송군 272
산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

심뇌혈관 영역

대구 북구 50
건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로!

대구 동구 58
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복 건강마을 만들기

울산 북구 102
소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기

울산 울주군 111
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장

경기 시흥시 136
작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다

강원 속초시 147
당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영

강원 정선군 153
희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다

경북 구미시 263
21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작! 다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기

경남 창녕군 장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고 · 당센터 296

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

강원 고성군 "혈압아 노, 올, 자, ~" 150

금연 영역

서울 서초구 24
우리동네 술래잡기단 청소년 술 · 담배 불법판매 주민감시단 운영

서울 영등포구 27
전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

방문 영역

서울 광진구 20
광진!! 재활의 꽃을 피우다 「지역사회 협력,장애 재활 프로젝트

경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

부산 연제구 36
1인 가구끼리 함께! "너나들이"프로젝트

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

인천 서구 68
뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기

울산 동구 114
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영

강원 동해시 142
만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영

경북 고령군 279
2019년 '걷기 프로젝트'운영

경북 칠곡군 284
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

경남 고성군 302
건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군

제주 서귀포시 316
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

부산 사하구 "다함께 차차차!" 32
(술 대신 다함께 茶 마시는 건강한 절주문화 만들기!!)

대구 수성구 주민 건강 그린라이트 44

인천 부평구 행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스 77

광주 북구 주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인 85

대전 대덕구 장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로! 90

울산 동구 114
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영

경기 구리시 심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 133
"건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

강원 동해시 만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영142

충북 보은군 농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다! 158

충남 홍성군 170
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

전북 남원시 통즉불통 불통즉통 통해야 산다! 188

전북 장수군 취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !193

전남 고흥군 도전! 내혈압 알기 건강교실 운영! 216

전남 무안군 배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기 221

전남 신안군 우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~ 227

경남 진주시 함께 맞추는 건강 눈높이 298

경남 고성군 302
건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

인천 미추홀구 74
빅!데이터로 금연을 픽(PICK)!하다

광주 광산구 82
「선주민과 이주민이 함께 행복한」 고려인 건강마을!!

광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

경기 구리시 133
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

충남 당진시 174
당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스

전북 무주군 184
금연다짐? 건강다짐! 「금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

경북 영양군 244
건강습관으로 여든까지!

부산 연제구 36
1인 가구끼리 함께! "너나들이"프로젝트

부산 동구 39
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

전북 남원시 188
통즉불통 불통즉통(通則不痛 痛則不通), 통해야 산다!

전남 담양군 202
관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기

전남 함평군 208
의료취약계층 헬라밸(Health and Life Balance) 찾기

건강 영역별 우수사례 3

구강 영역

연속사업

신규사업

인천 강화군 71
보고 듣고 실천하는 구강건강 체험 관 운영

광주 광산구 82
「선주민과 이주민이 함께 행복한」 고려인 건강마을!!

광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

전북 장수군 193
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

경북 영양군 244
건강습관으로 여든까지!

재활·여성 어린이 영역

연속사업

서울 광진구 20
광진!! 재활의 꽃을 피우다. 「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트

신규사업

대구 달성군 53
지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트

인천 부평구 77
행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스

대전 대덕구 90
장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!

충북 보은군 158
농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다!

전남 담양군 202
관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기

치매 영역

연속사업

서울 송파구 16
인지건강디자인 마을 '어르신 커뮤니티 케어' 운영

경기 양평군 129
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

경남 통영시 299
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

신규사업

부산 연제구 36
1인 가구끼리 함께! "너나들이"프로젝트

광주 북구 85
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

대전 동구 97
청각장애인 건강개선사업 『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!

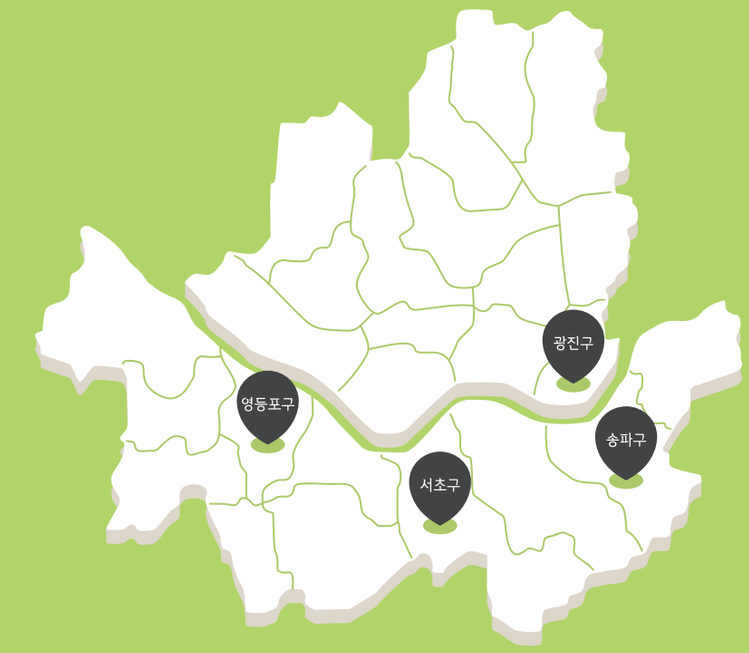
전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

기타 영역

신규사업

전남 목포시 211
폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트

전남 무안군 221
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기



서울특별시

01 송파구 보건소
인지건강디자인 마을 '어르신 커뮤니티 케어' 운영

02 광진구 보건소
광진!! 재활의 꽃을 피우다「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트

03 서초구 보건소
우리동네 술래잡기단 청소년 술·담배 불법판매 주민 감시단 운영

04 영등포구 보건소
전국 최초 사유지 금연구역 지정. 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로

서울특별시
송파구 보건소

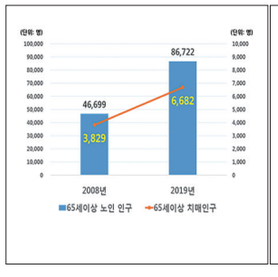
부 서 : 의약과
담당자 : 황순희

인지건강디자인 마을 「어르신 커뮤니티 케어」 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	특정 생애주기 및 집중전략	노인	(주영역) 치매 / (부영역) 신체활동

1. 추진배경

- 2019년 송파구 65세 이상 인구는 2008년 대비 40,023명이 증가한 86,722명이며, 노인 인구비율은 2008년 6.9%에서 12.8%로 약 2배 증가
- 또한 65세 이상 치매환자도 2008년 3,829명→2019년 6,682명으로 노인 인구 증가와 함께 지속적으로 증가
- 2017년 마천 1동은 송파구 내 치매환자 거주 비율이 가장 높고, 기초생활수급자 등 노인인구 비율이 높아 치매 안심마을 조성 지역으로 선정
  - 마천1동 216-2번지 반경 0.5km 구역 내 치매군 76명, 치매고위험 59명. 65세이상 독거노인 및 취약 주거환경 밀집지역



[그림1. 65세 이상 노인 및 치매인구]

치매군 ( ) 치매고위험군 ( )

[그림2. 마천1동 치매인구 분포]

- 마천1동은 타 지역보다 노인관련시설 부족
- 마천1동 지역주민 의견수렴 결과 (다중응답 %, n=97명)
  - 안전한 활동 공간 확보 필요(98%), 인지건강 환경조성 찬성(80%), 방향표지판설치 찬성(70%), 이웃과 소통 공간 부족(55%), 임시적 돌봄 장소 마련 필요(30%)

⇒ 치매환자 및 가족 '마을공동체 돌봄' 필요

2. 추진내용

1. 추진방향 및 목표

방 향	전 략	내 용	2019년 운영 목표 지표 (별첨1 참조)			
– 사회서비스 제공의 중점을 지역사회 중심으로 개편 – 지역사회 내 고립 없는 환경 조성 – 마을 커뮤니티 및 그룹 활동 강화	– 마을 환경조성 – 커뮤니티 역량강화 – 개인 역량강화	– 마천1동 인지건강환경 조성 및 운영 – 어르신 돌봄 마을 커뮤니티 운영 – 어르신 맞춤형 프로그램 개발 및 운영	과정	개인	치매교육 및 선별검사율[1]	17%
					치매노인 사전 대비 MMS개선율	10%
				지역	마을주민 치매 인식개선율	35%향상
					치매가정-자원봉사자 연계율[2]	20%
					치매가족 관리율[3]	8.8%
				환경	마을 네트워크 기관 수	15개소
					개선환경 모니터링 및 유지보수	24회
			결과		전문시설 입소 감소율[4]	10%
					치매노인 관리율[5]	26.4%

2. 추진과정

	도입 및 준비 (2017년)		계획 실천 (2018년)		운영 유지 (2019년)
내부	– 서울시 공모 선정 – TFT 구성 및 간담회 개최(3회) – 현장 집중 조사	▶	– 현장 인지디자인 적용 관련 실무자 운영 회의(4회) – 환경개선을 위한 환경개선 공사 추진('19.8.18.~9.17.) – 인프라 강화: 치매안심팀 신설	▶	– 인지건강디자인 마을 모니터링(24회) – 사업 추진을 위한 협의체 운영(2회) – 커뮤니티 역량강화 교육 (30회) – 치매인식개선 홍보 캠페인 (60회)
외부	– 마천1동 공동사업협동조합 MOU체결 – 디자인 전문가 및 주민참여단 구성 – 서울시 사업추진 공유회의 (6회) – 실무자 회의 및 주민 연계, 환경 개선을 위한 관계부처 협조 (6회) – 인지건강디자인 주민설명회 (3회) – 주민 의견조사 (2회)	▶	– 주민 커뮤니티 프로그램 운영관련 교회시설 사용 협의 (4회) – 주민 협조 관련 주민센터 협의 (2회) – 공간인지 향상을 위한 관련부서 업무협의 및 현장 점검 (도로과, 3회) – 마천1동 치안센터 개선 협의 – 경로당 및 공터 환경개선 업무협의 ·현장 방문 (경로당 회장, 노인복지과, 주차관리과)	▶	– 인지건강디자인 마을 유지보수 (2회) – 새소망 교회, 마천1동 공동사업 협동조합: 치매 및 독거노인 생활 후원 (1,760건) – safe house 16개소 운영 – 마천 1 치안센터 배회 어르신 안전지킴이 활동 (115건) – 치매대상자 자원봉사 연계 (10건)

1 치매교육 및 선별검사율: 해당 지역 60세 이상 인구 중 치매교육 또는 선별검사를 받은 사람의 수/해당 지역 60세 이상 인구 수×100 (2019년 송파구 치매선별검사 달성목표 8.5% 이므로 해당지역은 200% 상향하여 적용)
2 치매가정-자원봉사자 연계율: 연계가정/자원봉사자 양성수×100
3 치매가족 관리율: 치매등록 노인의 가족모임 참여자 수 / 치매등록 노인 수 ×100
4 전문시설 입소 감소율: (2018년 요양병원 및 요양시설 입소자-2019년 입소자)/ 2018년 입소자×100 (마을에서 치매노인을 돌보는 환경조성이 목적이었으므로 전문시설 입소 감소를 결과지표로설정하고 10% 감소를 목표로 함.)
5 치매노인 관리율: 치매개선 프로그램 참여+치매가족모임 참여+조호물품 제공+사례관리자 수 / 해당 지역 치매등록 노인 수 ×100

서울시 송파구 보건소

3. 2019년 운영유지 (내용·예산·인력)

인지건강디자인 환경 운영 관리	어르신 돌봄 커뮤니티 운영	어르신 프로그램 및 커뮤니티 역량강화 교육
▪ 환경개선지역 모니터링 및 유지보수 – 대상 시설: 위험 보행구간 개선 서설 및 내집 앞 100m 기억정원, 길 안내 표시, 외부 대형 시계 등 ▪ 이웃, 세대 간 소통 공간 운영 – 3세대 소통 텃밭(1,400명이용) – 우범지역을 감각카페로 조성하여 주민 운동 및 소통공간으로 이용 – 교회 시설개방으로 주1회 인지건강프로그램 운영(32회/314명) ▪ safe house 어르신 지킴이 운영 – 마을에서 오래된 점포를 치매어르신 지킴으로 지정 운영(16개소/ 308건) – 마천1 치안센터 기억지킴활동(115건)	▪ 마을주민 커뮤니티 활동 – 인지건강디자인 유지보수: 2회 – 감각카페 환경미화, 화분 가꾸기 – 배회 어르신 안전지킴이 활동 : 423회 – 치매·독거노인 요구르트 후원: 1,760건 – 치매대상자 연계 협의: 2회 ▪ 마을 어르신 돌봄 시스템 강화 – 지역사회 협의체 운영: 2회 – 올바른 치매 인식을 위한 캠페인 및 치매 선별 검사 : 60건/1,575명 – 치매 어르신 사전 관리: 배회예방 인식표 및 지문등록 63명 – 치매환자 사례관리: 37명 – 주민 봉사단 치매가정 연계: 10명 – 치매 및 고위험대상자 병원 연계: 5명	▪ 어르신 맞춤형 프로그램 운영 – 1기~4기 (314명): 약물복용, 감각훈련 및 운동교육 등 (사전대비 MMS 11% 향상) ▪ 마을로 찾아가는 어르신 프로그램 – 신마천 경로당 이용 어르신 치매예방 운동 교육 (7회/57명) – 새소망 교회 마을 개방 건강배움터 치매예방 프로그램 운영 ▪ 커뮤니티 개인 역량강화 교육 – 치매조호방법(뇌운동) 교육 90명 ▪ 커뮤니티 구성원 양성 및 역량강화교육 – 치매 가족 조호교육(105명) – 가족 및 주민 자조모임(4회/20명) – 주민 봉사단 양성: 8회 46명 – 기억친구 양성: 16회 72명

소 요 예 산	운 영 인 력			
▪ 2019년 예산: 5,000천원 – 유지보수: 비 예 산 – 교 육: 3,700천원 – 회 의: 300천원 – 캠 페 인: 1,000천원	보건소장	마천1동 마을주민	마을 환경 관리, 주민 홍보, 협의	마천1동 주민센터 사업담당, 마천1동 치안센터장, 마천1동 공동사업협동조합, 새소망교회, 경로당 대표
		의약과	사업기획 및 총괄	치매안심팀장, 사업 담당 및 팀원 5명
		치매지원센터	마을주민 방문, 상담, 사업안내	간호사 5명, 작업치료사, 사회복지사 3명, 자원봉사자 및 치매안심업소 담당자

4. 지역사회 의견수렴 및 연계

주민 의견수렴 과정 및 내용	지역사회 연계 및 주요 역할		
	구분	지역자원	역할
▪ 도입과정(2017~2018년) – 인지건강디자인 추진 회의('17.5.22.) – 주민 설명회 개최('17.8.17./9.8./9.20.) – 사업관련 주민 설문조사('17.9.17.) ▪ 운영과정(2019년) – 마을기업공동사업협동조합 유지보수 모니터링 및 사업관련 의견수렴(3회) – 마을 통반장 회의 참석 ('19.7.8.) – safe house, 마천1 치안센터 기억지킴이 활동 관련 의견수렴(10회) – 지역사회 협의체 운영('19.8.28./11.25.)	공공	송파구청	전반 추진사항 협업 및 지원
		송파구치매지원센터	치매검사, 가족상담, 프로그램지원
		마천1동주민센터	주민협력 지원 및 사업홍보
	복지	마천종합사회복지관 등 4개 복지관	치매지원센터 협약기관 및 사업연계 기관으로 인지건강디자인 사업 홍보, 지원
	요양	청안재가복지센터, 은빛노인요양기관 등	
	의료	환경	치매 관련 의료지원
	지역주민	마천1동 주민자치위원회	주민의견수렴, 시설물 점검 등
		마을기업공동사업협동조합	시설물 관리 보수 · 유지
		안전환경지킴이(골목호랑이)	안전한 환경 유지위해 환경 순찰
		마천1 치안센터	치매환자 배회 관리
		인지건강디자인추진위원회	디자인 안 협의, 주민의견 수렴 · 조정

3. 추진성과

지표			목표	실적	달성
과정	개인	치매교육 및 선별검사율	17%	30.2%	177.6%
		치매노인 사전 대비 MMS개선율	10%	11.0%	110.0%
	지역	지역주민 치매 인식개선율	35%향상	36.4%	104.0%
		치매가정–자원봉사자 연계율	20%	21.7%	108.5%
		치매가족 관리율	8.8%	26.4%	300.0%
	환경	마을 네트워크 기관 수	15개소	15개소	100.0%
		개선환경 모니터링 및 유지보수	24회	32회	133.3%
결과		전문시설 입소 감소율	10%	16.7%	167.0%
		치매노인 관리율	26.4%	57.8%	218.9%

■ **주요성과 및 성공요인**

- 마을 어르신 돌봄 커뮤니티 조성을 위한 주민의 치매인식 개선
- 주민의 이웃 어르신 보호에 대한 역할 인식 확산
- 환경 위생개선으로 우범지역 해결 및 주민소통·운동 공간 확보 등 인지디자인을 접목하여 마을문제 해결
- 마천1동 어르신 커뮤니티 조성으로'치매안심마을'모델 제시
- 마을에 인지건강디자인 적용 후 주민이 주도하는'어르신 커뮤니티' 운영으로 사업의 연속성 확보

■ **환류 및 향후 계획**

- 커뮤니티 케어 홍보를 통한 사회적 분위기 형성 및 주요기관 MOU 확대
- 거주지역 중심 그룹홈 등과 연계를 통한 재가치매환자 방문서비스 실시 확대

서울

서울특별시
광진구 보건소

부 서 : 보건정책과
담당자 : 전은주

광진!! 재활의 꽃을 피우다 「지역사회 협력」장애 재활 프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	형평성 강화	기타(장애인)	재활(주영역) / 방문(부영역)

1. 추진배경

■ 장애인 건강권 및 의료접근성 보장에 관한 법률 시행(2017.12.30.)으로 지역사회중심의 재활서비스 중요성 대두

■ 장애인은 만성질환 유병률이 높고(장애인 81.1%, 전체인구 47.6%), 적절한 조기 진료 등이 어려워 건강상태가 비장애인에 비해 열악하고, '미충족 의료이용률'이 높음(2017 장애인 실태조사)

- 미충족 의료이용률(병의원에 가고 싶을 때 가지 못한 경험률): 장애인 17.2%〉 전체인구 8.8%

■ 광진구 장애인의 비만율(장애인47.27%)전체인구 38.99%)이 높고, '18년 퇴원환자 재입원율 50%임

■ 광진구는 만성질환, 허약노인 대상 보건사업은 중점 추진(2015~2018) 하였으나, 증가 추세인 ('15년 3.14%→'19년 2월 3.55%) 장애인에 대한 포괄 건강관리 서비스는 미흡

- 지역사회 등록장애인 대상으로 보건소 중심의 제한적인 사업 추진, 지역사회 연계·협력 부족
- 보건소 재활 전문의 부재, 작업치료사의 잦은 교체로 사업 추진 어려움
- 뇌졸중 등 치료 후 의료기관에서 퇴원하는 (미등록)장애인 파악 불가로 건강관리서비스 제공 어려움

■ 장애인 중 지속적인 재활치료자가 적고(6.7%), 보건소·병원 연계를 통한 재활치료서비스와 정서적 지원 필요성 호소(2016 광진구 장애인 복지실태조사)

■ 뇌졸중 등 후천적 질환의 치료를 끝낸 후 지역에서 건강하고 안정적인 삶을 유지할 수 있도록, 의료기관에서 퇴원하는 장애인(미등록 장애인 포함)에게 재활, 만성질환 관리 등 포괄적 건강관리서비스 제공 필요

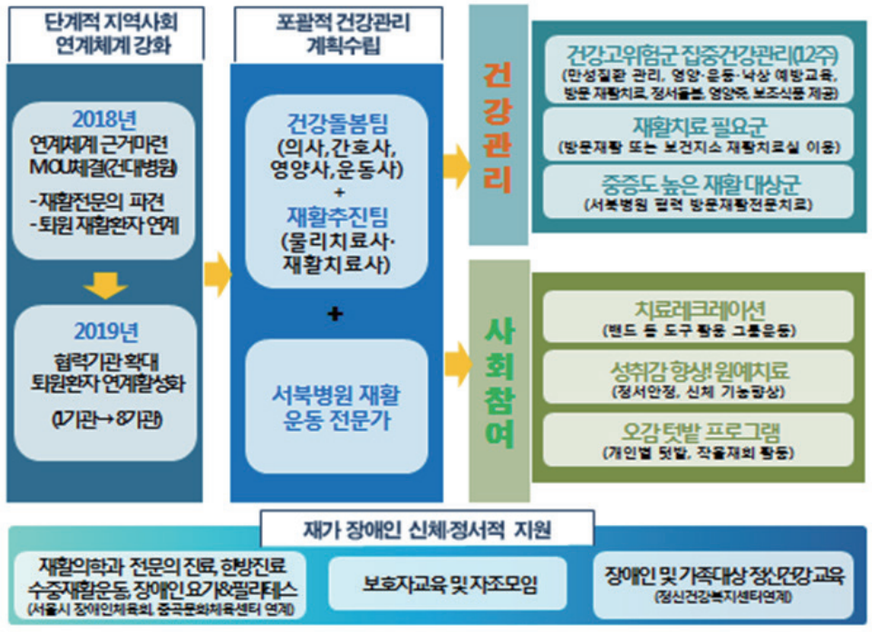
2. 추진내용

■ 사업목적 : 지역사회 장애인의 일상생활수행능력 및 건강수준 향상

■ 사업목표 : 장애인 기능상태 개선(수정바델지수·장애인 건강선별검사 10%향상, 삶의 질 0.1점 향상) 및 재입원율 30%로 감소

■ 사업대상 : 퇴원병원 연계 장애인 25명(2차 대상: 뇌병변·지체 재가장애인 7,206명)

■ 추진체계



■ 추진내용

1. 퇴원장애인 포괄건강관리

가. 지역사회 연계체계 강화

❶ 병원·보건소간 재활환자 연계체계 근거 마련 위한 MOU체결
(건국대학교병원, 2018. 1. 23.)

- 재활의학과 전문의를 보건소 재활치료실로 규칙적 파견 및 재활담당인력 역량강화 교육
- 병원 퇴원 대상자 보건소로 연계, 건강문제 발생 시 병원 진료편의 제공

❷ 연계체계 관계 기관 협력 확대(2019년)

- 건국대학교 병원: 재활의학과 정기적 회의, 프로그램 효과 검토, 사업 모니터링 및 피드백
- 서북병원: 방문재활 「건강돌봄–디딤돌사업」연계 추진
- 기타 재활 의료기관: 서울의료원, 북부병원 등 4개소와 퇴원환자 연계 위한 간담회 추진 (각 1회)
- 서울 북부지역 장애인보건의료센터: 재가 장애인 치료 연계를 위한 간담회 추진(1회)

– 기타 재활 의료기관: 서울의료원, 북부병원 등 4개소와 퇴원환자 연계 위한 간담회 추진(각 1회)
– 서울 북부지역 장애인보건의료센터: 재가 장애인 치료 연계를 위한 간담회 추진(1회)
– 서울시 물리치료사 협회: 물리치료사의 보건소 재활대상자 치료지원 및 자문

나. 건강수준별 맞춤형 건강관리(2차 장애예방 및 일상생활 수행능력 증진)

❶ 건강 고위험군(10명): 건강돌봄팀, 재활추진팀 공동 포괄적 집중건강관리(12주)
– 분야별 건강관리계획에 따라 만성질환 관리, 영양·운동·낙상예방 교육, 재활 치료, 집중 정서돌봄 등 실시
❷ 재활치료 필요군(13명): 재활추진팀 방문재활(12주) 또는 중곡지소 재활치료실 이용
❸ 중증도 및 난이도 높은 재활 대상군(2명): 서북병원 협력 방문 전문재활치료(6주)
•보건소 : 사전·사후 기능평가, 4주 이상 집중 방문재활서비스 제공
•서북병원 전문가 : 사전·사후 대상자 방문 평가, 재활서비스 디자인, 중재계획 수립, 자가관리 운동 교육

다. 지역사회 참여율 향상

❶ 근력도 키우고 스트레스도 해소하는 치료레크레이션(그룹운동) 실시(18명/11회)
– 도구 활용 소그룹 활동 통해 사회참여 기회 확대, 자원봉사자 활용 1:1 보조로 프로그램 참여 효과 극대화
❷ 정서안정과 신체기능 및 성취감 향상을 위한 풀내음, 꽃내음 원예프로그램(15명/10회)
❸ 파종에서 수확까지 직접! 쉼이 있는 오감 텃밭 프로그램(14명/8회)
– 보건지소 옥상텃밭 활용, 개인별 텃밭을 스스로 관리하며 소근육 사용 등 작업치료

라. 가정내 건강관리·안전 환경조성

– 낙상위험 환자 안전장치(안전바, 미끄럼 방지매트 등) 설치, 만성질환 정확한 투약을 위한 약달력 설치, 보호자 교육 등

2. 재가장애인 건강관리(신체, 정서적 지원)

가. 일상생활 수행능력 향상을 위한 재활서비스 제공

❶ 건국대학교병원 재활의학과 전문의 파견 진료(분기별1회/46명), 보건소 본소 한의사 파견 한방진료(주1회/845명)
❷ 뇌병변·지체장애인 기능 향상을 위한 중곡문화체육센터 연계 수중재활운동(12명/49회)
❸ 편마비 장애인 대상 서울시 장애인체육회 연계 요가 & 필라테스(17명/34회)

나. 재활치료실 보호자교육 및 자조모임 실시(19명/6회)

다. 장애인 및 가족대상 정신건강 교육: 일상생활 속 스트레스 및 정신건강관리 방법

■ **자원투입**

인력	예산	외부자원
• 총괄 : 보건소장 • 추진과장 · 팀장 : 5명 • T/F팀원 : 물리치료사1, 작업치료사1, 영양사1, 운동사1, 담당자3, 행정지원3, 건강돌봄팀8	• 퇴원환자 건강수준별 포괄건강관리 : 5,950천원 • 지역사회 참여율 향상 프로그램 : 2,700천원 • 재가장애인 신체 · 정서지원 : 1,880천원	• 건국대학교병원, 서북병원, 퇴원의료기관 4개소 • 서울시 장애인체육회, 중곡문화체육센터, • 서울시 물리치료사 협회, 지역사회중심재활협의체(12명) • 사회적 협동조합 도우누리

3. 추진성과

■ **중도 장애인의 퇴원 후 건강관리를 위한 병원·보건소 간 협력체계 확대로 장애인 건강형평성 강화를 위한 기반 마련**
■ **중도 장애인의 건강관리를 통한 신체기능상태 및 삶의 질 개선**
• 수정바델지수 평가 결과 14.6%, 장애인 건강선별검사(WHOODAS) 결과 13.1%, 삶의 질 평가(EQ–5D) 62.1% 개선
■ **퇴원환자 재입원율 38%P 감소('18년 50% → '19년 12%)**
■ **2019 지역사회중심재활사업 통합 성과대회 우수상 수상 및 서울시 장애인체육회 공모사업 선정**
■ **보건소 – 사회적 협동조합 도우누리 협약 체결(2019.12.5.)로 장애인 정서돌봄 등 복지서비스 제공 활성화**
■ **향후계획**
• 서울케어 건강돌봄사업, 서울형 재택의료 운영 일차의료 지원 특화사업 연계를 통한 통합적인 장애인 건강관리 서비스 제공
• 2020년 건강돌봄팀 전담 사회복지사 채용으로 복지서비스 자원 발굴 및 연계활성화
• 사례관리를 통한 장애인 사회참여 프로그램 및 동주민센터 건강소모임 연계 추진

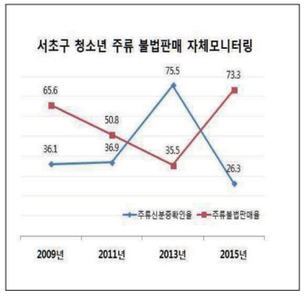
서울특별시
서초구 보건소

부 서 : 건강관리과
담당자 : 김영미

우리동네 술래잡기단 청소년 술 · 담배 불법판매 주민 감시단 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	주민참여	청소년	음주폐해예방 / 금연

1. 추진배경



■ 현 황

- 서초구 청소년 주류 불법판매율의 증가
  - 서초구 청소년 주류 불법 판매율이 2015년 73.3%로 상승
  - 신분증확인율이 높을수록 술·담배 불법판매율 감소
- 술·담배 구입이 쉬운 물리적 환경
  - 서울시 술·담배 구매 시도자의 구매 용이성 : 술 73.6%, 담배 73.5% (청소년 건강행태 실태조사 2015)
- 청소년 주류 구매경로는 편의점, 가게 등 32%로 가장 높음

■ 사업선정 배경

- 주요 주류구매경로인 편의점, 가게를 대상으로 청소년 술·담배 불법판매의 인식개선 및 접근성을 제한하고, 지역상황을 잘 아는 동별 주민들이 스스로 음주, 흡연 조장 환경을 개선하는 역량 필요

2. 추진내용

■ 사업 목적 : 주민 스스로 청소년 술·담배 불법판매 모니터링을 통해 청소년의 술담배 접근성을 제한해, 청소년의 음주와 흡연을 예방하고 지역사회 건강 환경 조성에 기여

■ 사업목표 : 2015년 청소년 술·담배 불법판매율을 2019년까지 40% 감소

■ 연도별 추진전략

2015 – 2016 / 기반조성	▸	2017 – 2018 / 사업추진	▸	2019 / 확대운영
· 현황 및 수요조사 · 협력체계 구축		· 주민감시단 위촉 및 활동 · 판매업소 인식개선 · 동행정실적평가 도입		· 주민감시단 역량강화 · 활동지원 및 모니터링 체계화 · 활동우수단원 표창

■ 사업내용

- 대상 : 술담배 판매업소(편의점, 가게, 가판대, 전자담배판매소 등)
- 추진일정

업무협의(1~2월)	모집 및 위촉(3월)	역량교육(상하반기)	활동, 모니터링(4~11월)	평가회(12월)

■ 추진 내용

추진 1. 주민감시단 역량강화

- 감시단 위촉(동별 2~4명, 18개동 주민 52명)
- 역량강화교육
  - 신종담배와 광고 폐해, 건강환경과 유해환경
- 주민감시단 활동
  - 판매업소 5개소 점검(주1회), 활동일지 작성
  - 커뮤니티를 개설하여 활동내용 공유 및 우수업소사진 게시

추진 2. 지역주민 인식개선

- 민·관·학·경 청소년 술·담배 불법판매금지 합동캠페인
  - 경찰, 교육청, 육성회, 구청단속부서 등 연계
  - 대상 : 주점, 음식점, PC방, 노래방 등
- 활동
  - 청소년 술 담배 판매금지표시 이행여부 및 판매행위 지도단속
  - 청소년 불법판매 적발 시 행정처분 대상 안내

추진 3. 청소년 술 · 담배 접근성 제한

- 술·담배 판매시 신분증 확인 및 만 19세 미만 청소년 판매금지 계도활동
  - 판매자 지침서 배부 및 신분증 확인 중요성 안내
- 접근성 제한 환경조성
  - 청소년 보호스티커3종, 판매자지침서 자체개발
  - 판매업소 출입구, 진열장 등 스티커 부착 및 판매금지 모니터링
  - 판매점 내 신분증 요구 음성안내 자동시스템 작동여부 확인

■ 인력 및 자원 연계

구분	내부	외부
인력	– 보건소 24명, 동주민센터 36명	– 교육청2명, 경찰서2명, 주민60명
자원연계	– 18개동 주민센터 : 술래잡기단원 추천 및 운영협조 – 위생과, 가족정책과 : 청소년 술 · 담배 불법판매 모니터링 및 캠페인 지원	– 교육청 경찰서 : 민·관·경합동지도 수행 – 주민 : 우리동네 술래잡기단 활동

■ 예산 : 9,000천원(2017년) → 13,400천원(2018년) → 15,870천원(2019년)

서울시
서초구
보건소

3. 추진성과

■ 실적

서초구	2015	2017	2018	2019	자료
주류불법 판매율(%)	73	25	9.4	미실시	15년 서초구조사
담배불법 판매율(%)	37	37	25	25	17–19년 서울시조사
판매업소 점검율(%)	–	83	83	95	내부 자료
청소년보호 스티커 부착율(%)	–	78	79	81	

■ 모니터링 및 환류

모니터링	환류
주민감시단 활동 모니터링 (4월–11월)	– 843개소 3,865회 방문 및 활동 모니터링 – 판매업소 점검률 향상
동행정실적 평가 (11월)	– 동주민센터 참여율 향상
활동평가회 (12월)	– 활동결과 공유, 동기 강화

■ 주요성과

- 주민 참여형 음주폐해예방사업으로 2019년 보건복지부 우수기관 수상(전국 1위)
- 주민의 적극적인 참여로 2015년 대비 주류불법판매율 63%, 담배불법판매율 32% 감소
- 민·관·학·경 협업을 통해 청소년이 술·담배로부터 안전한 지역사회 건강환경 조성

4. 성공요인

■ 18개 동주민센터 담당자를 지정하고, 동행정 실적 심사평가에 반영하여 적극적 참여 유도
■ 주민감시단의 본인의 주거 동을 스스로 점검하고 역량교육을 통한 건강환경 조성의 동기강화
■ 활동평가회를 통해 결과를 공유하고, 우수단원 표창 등 술래잡기단 활동의 자긍심 고취

서울특별시
영등포구 보건소

부 서 : 보건지원과
담당자 : 김경란

전국 최초 사유지 금연구역 지정 흡연자 가득했던 여의도 증권가 거리를 모두의 청정 거리로

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심 리더십 및 협력체계 강화	전체	금연

1. 추진배경

■ 금연구역 증가에 따른 풍선효과로 사유지 간접흡연 갈등 호소 지속
- 공공보행로 등이 연이어 금연구역으로 지정됨에 따라 흡연가능한 뒷골목 등으로 흡연자들이 몰려듬에 따라 보행자 간접흡연 피해 사례 증가 : '17년 347건→'18년 269건→'19년(10월 기준) 489건

금연구역 지정현황	계	건물 부지 등	공중이 이용하는 구역	조례로 지정한 구역
	13,840개소	1,573개소	11,399개소	868개소

■ 사유지 흡연단속 법적 근거 마련(2018.12. 전국 최초 조례제정)에 따른 실제적 구현 필요
- '담배연기에 신음하는 여의도 증권가' 이코노미 조선 (2019.6.10.) 외

→ 비흡연 시민을 간접흡연으로부터 보호할 수 있는 환경과 흡연자가 금연할 수 있는 사회적 분위기 조성 필요!

2. 추진내용

전략❶ (제도마련) 전국 최초, 금연 사각지대였던 사유지 흡연 단속 법적 근거 마련

- 건명 : 영등포구 금연구역지정 및 간접흡연 피해방지 조례 및 시행규칙 개정 (2018.12.)
- 주요내용 : 공개공지 및 대형건축물(연면적 5,000㎡ 이상)이 속한 대지에 대한 금연구역 지역 명문화 및 세부절차 기준안 마련
- 언론보도사항 : KBS, MBC 공중파 2개소 및 문화일보 등 15개 신문사 보도

서울시 영등포구 보건소

전략❷ (실제구현) 주민참여 전국 최초, 다중집합장소 사유지(공개공지) 금연구역 지정

자발참여 유도 (1월)	• 대형건축물(연면적 5,000㎡ 이상) 공개공지 금연구역 신청 안내: 285개소 • 상습 흡연구역 여의도 증권가 9개 빌딩 관계자에 참여 유도(방문)
시민의견조사 (3월)	• 증권가 9개 빌딩 근무직원 금연거리 지정 관련 의견조사 ('19.3.12.) → 신한금융투자 등 6개 빌딩 근무자, 찬성 70~80% 결과 도출
토지소유주와 적극소통 (4~9월)	• 시민의견조사 결과(70%찬성)를 기반으로 증권가 빌딩 관계자 대상 현안 논의 및 참여 적극제안 (간담회 개최 등) → 9개 빌딩 소유주 금연거리 지정 동의서 확보
금연구역지정 (10월)	• 여의도 증권가 9개 연계빌딩 공공보행로, 공개공지 등을 포함한 사유지 전체 금연구역 지정 · 고시 → 여의도 증권가 일대 전체 금연구역 지정

시민의견조사

조사결과

금연구역 지정

전략❸ (지속가능) 지역사회와 함께하는 금연환경조성 협력 체제 구축 (민간기업과 MOU 등)

외부	신한금융 투자증권, KTB 투자증권, NH금융 투자증권, 한화금융센터, HP빌딩, 파이낸스타워, KB금융타워, 유화증권빌딩, 삼성생명(주)여의도빌딩	• 사유지 금연구역 지정동의 • 금연이동클리닉 장소 제공 • 흡연부스 설치 실태조사
	㈜한국일보	• 흡연부스 설치 및 관리 – 영등포구청 ↔ 한국일보 MOU 체결(2020. 2.) • 흡연부스 2개소 설치(12월)
내부	도로과	금연구역 바닥표시제 설치
	청소과	흡연부스 청소유지 관리 협조
	푸른도시과	흡연부스 설치장소 선정 지원
	가로경관과	금연구역 표지판 설치, 불법영업시설 정비 등 환경개선
	여의동주민센터	금연구역 지정 캠페인 공동추진

흡연부스 디자인안

전략❹ (문화조성)흡연자 유인(금연결심 고취) 및 건강생활실천 유도를 위한 건강체험관 집중 운영

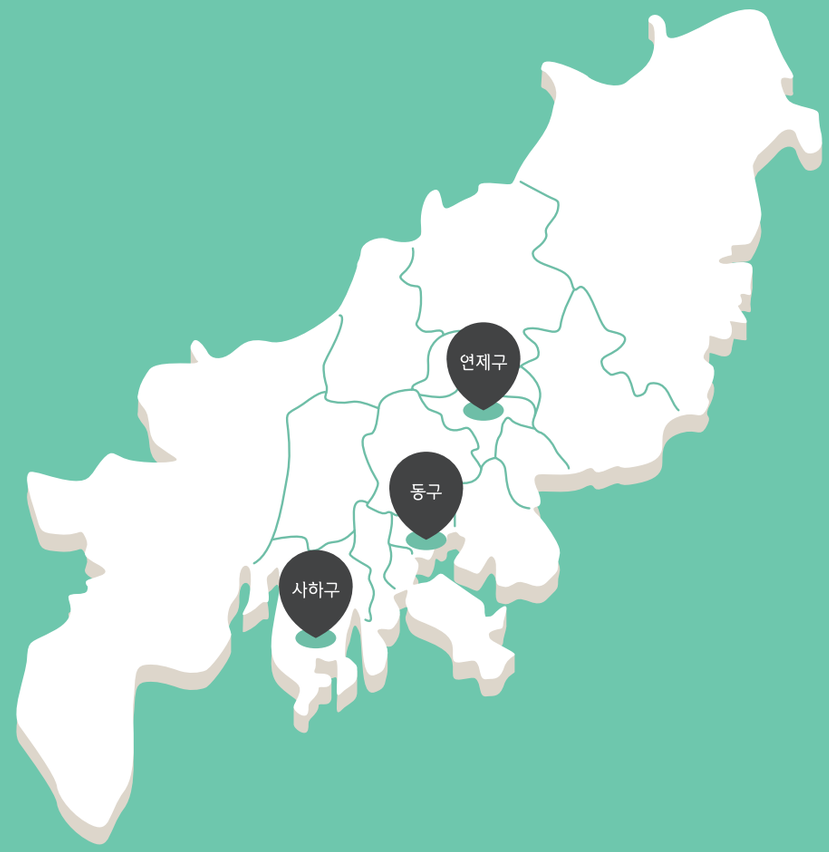
- 기간 : 2019. 10.~12. (총10회) 12:00~15:00
- 대상 : 여의도 증권가 인근 회사원, 주민 약 1,543명
- 장소 : 여의도 증권가 9개 연계빌딩(9회) 및 사유지(별칭 너구리골목) 공공보행로(4회)
- 내용 : 이동금연클리닉, 음주고글 체험, 신체활동 늘리기, 영양체험관 및 금연캠페인 등
- 기대효과 : 주된 흡연구역이었던 공공보행로의 금연구역지정 홍보 및 분위기 쇄신
- 주민체감 : '금연상담사가 여의도 증권가 골초 찾아갑니다' 서울신문 외 8개 언론보도

3. 추진성과

- **전국 최초 사유지 금연구역 지정 선진 모델제시 및 MBC·경향신문 등 17개 언론사 보도, 외부평가 수상(2019 금연도시 서울만들기 우수구)**
- **선진적 금연환경 조성에 이은 빈틈없는 관리로 건강생활실천율 제고**
  - (흡연) 현재흡연율 '17년 16.3%(서울시 3위) →'18년 15.7% (서울시 2위),
    가정 실내 간접흡연 노출률 '17년 2.9% →'18년 2.4%,
    직장 실내 간접흡연 노출률 '17년 13.1%→'18년 9.3%
  - (음주) 월간음주율 '17년 66.8%(서울시 25위) →'18년 52% (서울시 1위)
- **2016년부터 마련된 금연환경 기반의 실현 가능성을 구현하는 정책적 접근을 시도하고, 위기상황을 외부자원 활용한 민간 협력으로 뛰어넘은 사례 제시**

현장 사진	(전) 12월 초 12:30 경	(후) 12월 말 12:30 경	**[여의도 증권가 공공보행로 금연구역 조성 전 · 후 비교]** 점심시간 흡연자로 가득하던 거리가 (좌측 사진) 쾌적한 거리로 변함 (우측 사진)

서울



부산광역시

01 사하구 보건소
"다함께 차차차!"「술 대신 다함께 茶마시는 건강한 절주문화 만들기!!」

02 연제구 보건소
1인 가구끼리 함께! "너나들이" 프로젝트

03 부산동구 보건소
도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

부산광역시
사하구 보건소

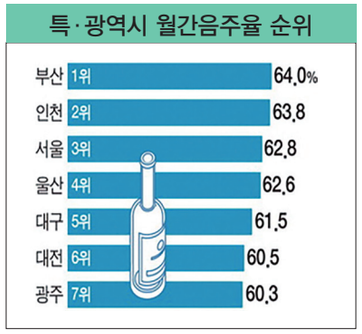
부 서 : 건강증진과
담당자 : 공혜인

“다함께 차차차!”

술 대신 다함께 茶 마시는 건강한 절주문화 만들기!!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	생애주기 또는 집중사업 전략	성인(중점 : 사업장 근로자)	(주영역) 절주 / (부영역) 심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경



출처 : 질병관리본부(2018)

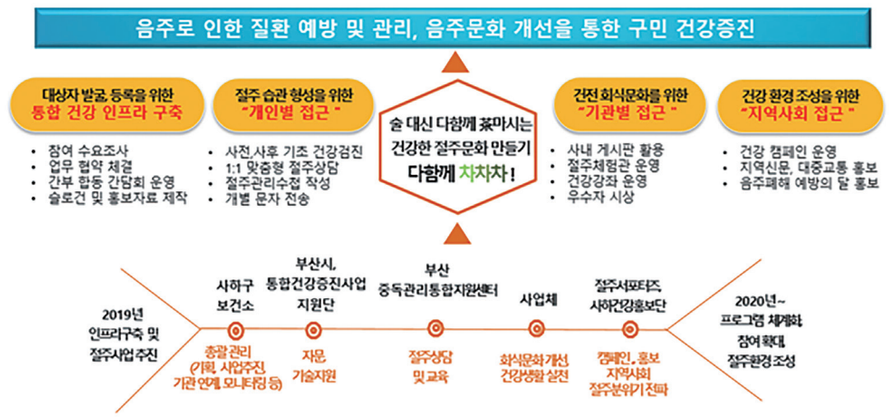
⇒ ‘개인과 기관, 지역사회 접근’을 통한 절주 중심 건강 환경 개선 사업을 추진하고자 함

- 최근 음주사고 증가로 윤창호법이 시행되는 등 사회적 관심 고조
- 우리나라는 세계 6위 술 소비 국가로, 그 중 부산 월간 음주율 전국 특·광역시 1위를 차지, 전국 대비 사하구 월간 음주율 62.9%, 고위험 음주율 16.5%로 높음
- 절주가 어려운 이유 1위는 ‘사회생활 하는데 필요해서’가 40.5%, ‘음주문화개선필요’ 의견이 67.1%로 조사, 직장 및 지역사회 절주문화 조성 필요
- 중장년층의 고위험 음주·월간 폭음률이 다른 연령대보다 높으며, 사하구 전체면적의 23%가 사업체임을 감안, 근로자 중심 절주사업 필요

2. 추진내용

■ **사업 개요**

- 사업기간 : 2019년 1~12월
- 소요예산 : 50,000천원 (국50%, 시25%, 구25%)
- 추진인력 : 45명 (공무원, 전문인력, 연계 인력 등)
- 사업대상 : 사하구에 거주 및 근무하는 음주환경에 노출되기 쉬운 중장년층 (사업체 근로자)
- 추진 체계도



■ **사업추진 전략에 따른 내용**

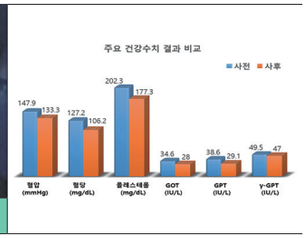
- 「개인별 접근」을 통한 지속적인 절주와 건강습관 형성 : 395명
  - 사전·사후 기초 건강검진 (간기능·대사증후군·체성분, 알코올, 건강행태 등)
  - 검사 결과에 따른 대상자 등록·관리, 맞춤형 건강상담
  - 통합 건강관리 서비스(6개월) : 1:1 맞춤형 절주상담, 절주관리교육
  - 절주관리수첩 활용, 절주 도구(절주·금주카드), 건강차, 홍보물 등 제공

- 「기관별 접근」을 통한 직장 내 건강 실천 분위기 조성 : 4개소
  - 사업장 내 건강환경 조성 : 홍보 현수막·배너 설치, 건강생활 실천 인증샷 업로드
  - 절주체험관 설치 및 운영(1개소, 215명) : 절주 건강정보 제공, 자가 건강 측정, 개인별 건강생활 실천 다짐서 작성, 고글을 활용한 가상 음주체험
  - 사업장 수요에 따른 건강강좌 운영 : 4회 575명
  - 절주 실천 우수자 선정 및 시상 : 커피상품권, 건강관리 기념품 등

- 「지역사회 접근」을 통한 건강환경 조성
  - 도시공원 음주 청정구역 지정 7개소, 건강계단 설치 4개소
  - 사하 건강홍보단, 지역주민과 함께 건강 캠페인 운영 : 4회 1,300명
  - 언론보도 및 대중교통을 통한 홍보 : 언론보도 8회, 지하철 3개소

출근길 음주측정

영화관 회식



3. 추진성과

1. 목표 달성도에 따른 성과

성과지표	목표	실적	달성도	목표치 산출근거
절주프로그램 등록률	200명	395명	198%	프로그램 참여자 수
기초검진 참여율	70% 이상	44.60%	64%	사전 · 사후검사 참여자
절주교육 참여율	70% 이상	52.30%	74.70%	3회 교육 참여자
절주수첩 작성률	70% 이상	14.90%	21.30%	절주수첩 회수율
알코올 선별장애 검사수치 개선율	20% 이상	43.20%	216%	사전 · 사후 검사 결과 개선자
간기능 3종 개선율	20% 증가	50.10%	399%	
수축기 혈압 개선율	10% 증가	72.4% (평균 14.6mmHg 감소)	724%	
복부둘레 개선율	10% 증가	74.5% (평균 5.9cm 감소)	745%	
혈당 개선율	10% 증가	57.9% (평균 21mg/dL 감소)	579%	
체성분 개선율	5% 증가	56.8% (평균 0.8% 감소)	1736%	
대상자 만족도	80% 이상	93.10%	116%	만족도 조사

※ 월간 음주율, 고위험 음주율, 현재 흡연자의 1개월 내 금연계획률 등은 지역사회건강통계로 산출

2. 모니터링 및 환류

방법	내용
실무자 회의	• 통합건강증진사업 담당자 회의를 통한 우수사례 추진과정 모니터링 및 환류 12회 (월1회)
전문가 자문	• 통합건강증진사업 지원단의 중간 모니터링 및 자문 의견 반영 • 부산중독관리통합지원센터 전문요원의 모니터링 및 자문 의견 반영
외부 평가	• 언론보도 8건으로 사업 추진 내용과 성과에 대한 긍정적인 평가 반영

3. 주요성과

- 조례 제정 및 건강 환경 조성 : 조례 제정, 음주 청정구역 지정(7개소), 건강계단 설치(4개소)
- 개인,기관별 건강생활 실천 및 건강수치 개선
- 사업체와 지역사회 연계 자원을 활용한 건강관리 프로그램 모형 개발

4. 사업 주요 성공요인

- 지역 내 건강지표 분석을 통해 취약한 건강문제를 찾고 그에 대한 사업 계획 수립
- 전문인력과 전문기관의 유기적인 협업을 통해 사업의 전문성 향상 및 효과 극대화
- 기관장, 사업체 대표의 높은 관심도와 자체적인 노력으로 시너지 효과

5. 향후 개선방향

- 6개월 단위로 사업체별 추후 모니터링 실시, 맞춤형 건강관리서비스 제공 및 절주도구 배부 등을 통한 지속적인 건강생활 실천 유도
- 절주 외 대상자의 취약 건강문제 해결을 위한 맞춤형 운동, 영양, 스트레스 관리 등 다각적 건강증진 프로그램을 지원, 자가건강관리증력 및 건강증진 도모

부산광역시
연제구 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 김연정

1인 가구끼리 함께! “너나들이”프로젝트

※‘너나들이’: 서로 ‘너, 나’하고 부르며 터놓는 허물없는 사이

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	생애주기 또는 집중사업 전략	기타 (방문건강관리사업등록 1인가구)	치매 · 방문영역 / 영양 · 비만 · 신체활동영역

1. 추진배경

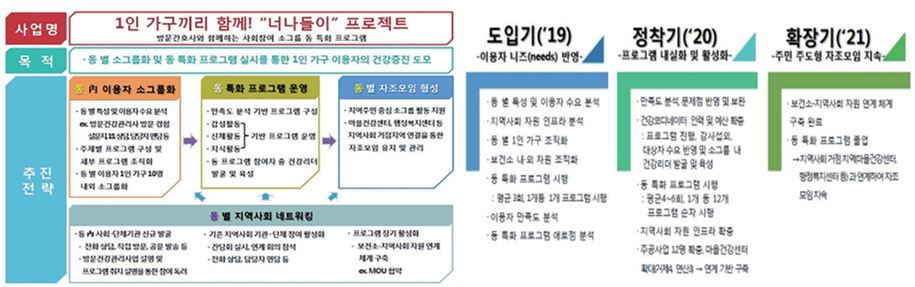
■ 연제구 및 방문건강관리 등록자 중 1인가구 지속 증가 및 낮은 사회참여율에 따른 만성질환, 우울 등 건강문제 발생 증가

■ 기존 방문건강관리사업 이용자를 연결할 맞춤형 프로그램 미비, 이용자 및 거주 지역 특성을 반영한 맞춤형 소그룹 프로그램 필요

■ 동 별 소그룹 프로그램을 통해 이용자 간을 연결시키고, 개인이 관리하지 못하는 건강문제를 공동 관리하는 지지체계를 만들어 1인 가구의 건강증진을 도모하고자 함

2. 추진내용

■ 사업 목적 및 목표, 사업대상, 사업내용(전략 및 건강영역 등)



■ 내·외부 연계·협력(시·도와의 소통 포함), 사업 전략

■ 투입인력, 예산 : 총 117명(전담 11명, 지원 33명, 외부 73명), 2,000천원(인건비 미포함)

3. 추진성과

■ 목표달성도

성과지표명	‘19(목표)	결과	달성도	비 고
주관적건강인지율	22	32.45	147.5	PHIS
노인 우울 경험률	43	43.5	98.8	
프로그램 실시율	100	100	100	자체조사
만족도	70	97.8	139.7	
사회참여율(프로그램 참석률)	75	92	122.6	
영양표시 독해율	70	60.6	86.5	
체성분개선율	1% 가감	0.8% 가감		

부산시 연제구 보건소

■ 세부내용

1인가구끼리 감성활동		1인가구끼리 신체활동	
(거제 1동) 옹기종기 토피어리 3회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 치매안심센터 – 보건소 外 : 독거생활관리센터		(거제2동) 청춘을 돌리도(道) 2회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 치매안심센터 – 보건소 外 : 독거생활관리센터, 거제종합사회복지관	
(거제4동) 해맞이 S.K.Y. 교실 4회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 치매안심센터 연제시니어클럽		(연산6동) Balance&Walking Class 3회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 구강관리실, 치매안심센터, 금연클리닉 – 보건소 外 : 월드비전, 행정복지센터, 참좋우네동아리	
(연산4동) 다(多)독(獨)다독교실 2회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 심뇌혈관실, 구강관리실 – 보건소 外 : 자원봉사자, 서문교회, 간호대학실습생			
(연산5동) 마음활짝~ 마음두드리기 3회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 치매안심센터 – 보건소 外 : 간호대학실습생		(연산9동) 나이야가라~교실 3회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 심뇌혈관센터, 치매안심센터 – 보건소 外 : 행정복지센터, 마을건강센터	
(연산8동) 사랑의 헤어커트 2회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 치매안심센터 – 보건소 外 : 자원봉사자		(연제구) Y.E.S. 교실 64회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 구강관리실, 치매안심센터 – 보건소 外 : 마을건강센터, 행정복지센터, 거제종합사회복지관	
1인가구끼리 지식활동			
(연산 2동) 쯔쯔가무시 꼭 잡으~리 1회 – 보건소 內 : 건강증진센터 – 보건소 外 : 노인지회, 물만골 경로당		(연산3동) 보건소 사용설명서!!! 3회 – 보건소 內 : 건강증진센터, 금연클리닉, 구강관리실심뇌혈관실, 치매안심센터	

4. 성공요인

■ 성공·부진요인 및 향후계획

성공요인	· 주민의 요구도를 반영하여 참여 주민의 호응도 및 적극도를 높임
부진요인	· 프로그램 구성 및 다양한 지역사회 거점기관과의 연계 다소 미흡
향후계획	· 대상자 만족도 및 요구도 추가 분석을 통한 프로그램 보완 · 지역사회 인프라 확충을 위한 협의, 간담회 실시

부산광역시
동구 보건소

부 서 : 보건행정과
담당자 : 이소라

우수

도심 속 슬럼주택, 건강 채움 햇살 채움

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	노인	(주영역) 영양 · 비만 · 신체활동 (부영역) 금연 · 절주/방문영역

1. 추진배경

■ 현황 : 수정4동 ○○아파트

수정4동 ○○아파트 기본현황 (수정4동 행정복지센터 협조를 통한 지역현황 전반 파악)			마을건강문제 우선순위 (마을건강조사+주민의견)
공동화장실을 사용하는 60년 된 낡은 아파트 (1962년 입주, 재개발이 되지 않아 주거환경 열악)	입주민의 60%가 수급자, 50%가 독거노인 (1인 가구, 공실 비율 높아 교류 단절 · 고독사 위험↑)	열악한 건강지표와 낮은 주민신뢰 (전반적인 건강지표 열악, 환경 관련 만족 · 신뢰 낮음)	1. 독거노인 문제 2. 걷기 불편한 환경 3. 당뇨병 등 건강문제 4. 높은 우울감 경험률 5. 낮은 건강검진 수검률

■ 정책적 배경 : 걷기 활성화, 주민참여 건강동아리 조직 및 운영 관련 구청장 지시 (정책적 지원 확보)

■ 사업선정 배경 : 열악한 사회경제적 환경이 건강불평등을 초래하는 건강 악순환의 연결고리 끊기

2. 추진내용

■ 사업 목적 : 건강과 생활환경의 위험요인을 조기에 중재하여 취약아파트 주민의 건강지표를 개선함으로써 건강수명 연장 및 건강형평성 제고를 도모함 (사업 대상 : 수정4동 ○○ 아파트 주민 1,200여명)

■ 사업 전략 및 내·외부 연계·협력

사업 전략 체계도	내 · 외부 연계 · 협력
주민 건강수명 연장 및 건강형평성 제고 ○○아파트 주민의 취약 건강지표 개선 (전략1) 일상 속 건강생활실천활동 → 우리동네 작은 보건소! 수정4동 마을건강센터 운영 / 내 몸에 꼭 맞는 보건소! 맞춤형 건강증진 사업 / 이웃과 함께 햇살 속으로! 수정4동 야외 건강증진 활동 (전략2) 소외 주민의 우울 및 고독감 개선 → 찾아가는 정신건강 검진 / 마음건강 케어 프로그램 운영 (전략3) 다 함께 건강 해지는 건강환경조성 → 낡아도 깨끗하고 건강한 동네! 건강한 ○○ 아파트 / 가까운 이웃과 건강 품앗이! ○○ 아파트 돌봄 지킴이 활동 / 이웃과 함께 정신건강 Safe-zone 만들기 신체+정신+환경 (물리적 · 사회적)을 함께 개선하여 주민 건강수명 연장 및 건강형평성 제고	전략 1 · 구청 : 복지서비스 연계 · 행정복지센터 및 복지관 : 마을 센터 및 프로그램 운영, 사업 홍보, 주민 참여 등 지원 · 건강지킴이 등 : 사업 참여 · 홍보 전략 2 · 구청, 행정복지센터, 정신건강복지 센터 : 찾아가는 정신건강검진, 이웃 함께 정신건강 Safe-zone 만들기 · 봉생병원, 부산대병원, 3for1 통합 지원센터 등 : 정신건강 위험군 연계 전략 3 · 구청, 행정복지센터, 정신건강복지센터, 봉생병원, 부산대병원, 3for1 통합지원센터 (내용중복) · 자치위원, 새마을 자율 방역단, 보건 지킴이 : 주민 자율방역, 환경정비 등 운영 전반 · 市건강증진과, 지원단 : 사업 자문 (교육, 워크숍, 우수사례 컨설팅 2회, 현장방문 1회, 권역 기술자문 4회)

■ 투입 인력 및 예산

- 인력 : 총 24명 (총괄 6, 마을 3, 운동 2, 영양 2, 금연 2, 걷기 2, 방문 2, 정신 5)
- 예산 : 총 10,050천원 (홍보물품, 걷기교육 운영비, 정신사업 추진, 건강조사 설문지 인쇄 등)
  → 집행완료

■ 사업 내용 및 주요 성과

〈전략 1〉 일상 속 건강생활실천활동

우리동네 작은 보건소! 수정4동 마을건강센터 운영	• 상시 건강지표(혈압 · 혈당 · 체성분 등) 측정, 만성질환 위험군 등록 240명 • 주민건강교실(심뇌 · 금연 등) 7회, 신체활동 실천을 위한 상설 운동교실 85회 • 주민 의견수렴을 위한 건강지킴이 월례회 7회, 건강검진 등 보건사업 상시 홍보	
내 몸에 꼭 맞는 보건소! 맞춤형 건강증진사업	• 영양지표 개선을 위한 방문 영양교육 실시 – 대상자 방문 178명(전화 3명), 맞춤형 교육자료 제작, 교육 전· 후 전화설문 181명 • 중 · 장년층 독거가구 요리교실 2회, 소외계층 반찬 나눔 6회, 이동금연클리닉 16회	
이웃과 함께 햇살 속으로! 수정4동 야외 건강증진활동	• 생활터 걷기활동 운영 및 주민 리더 양성 – 걷기동아리 1개 팀 구성, 걷기자세 교육 2회, 야외 걷기모임 8회, 생활터 걷기 12회 • 야외 건강증진 나들이(치유의 숲 걷기체험, 치매 예방을 위한 행복한 동행) 5회	

〈전략 2〉 소외 주민의 우울 및 고독감 개선

찾아가는 정신건강 검진	• 마을건강센터 무인 정신건강 검진기 1대 설치· 운영 – 정신건강 선별검사 360명, 정신건강 정보 제공, 고위험군 정신센터 등 연계·중재	
마음건강 케어 프로그램 운영	• 정신건강 교육 및 프로그램 운영 5회 – 선별검사 결과 고위험군 연계· 교육, 수면장애·불면증 예방관리 교육, 원예치료 등	

〈전략 3〉 다 함께 건강해지는 건강환경조성

낡아도 깨끗하고 건강한 동네! 건강한 ○○아파트	• 생활터 걷기코스 개발 5개소, 손씻기, 공동화장실 감염병 예방 등 위생 홍보 1회 • 알레르기 및 전염성 질환 예방을 위한 새마을 주민 자율방역 7회 • 주민 참여 보건지킴이 환경정비활동(거리 환경정비, 해충 기피제 제작 등) 13회	
가까운 이웃과 건강 품앗이! 돌봄지킴이 활동	• 취약가구 돌봄지킴이 활동 93회 – 돌봄지킴이단 상시 모집, 사전 역량강화, 돌봄대상자 선정(방문간호 제외자) – 안부 확인, 건강정보 전달, 혈압 자가체크 지원, 말벗 등, 의견수렴을 통한 피드백	
이웃과 함께 정신건강 Safe-zone 만들기	• 지역 통장 대상 생명사랑지킴이 양성교육 1회 – 정신건강 인적안전망 구축을 위한 기반 마련 • 가정 비치용 정신건강상담 전화번호 스티커 제작 ○○아파트 230가구 부착	

3. 추진성과

■ 목표 달성도 및 모니터링·환류실적

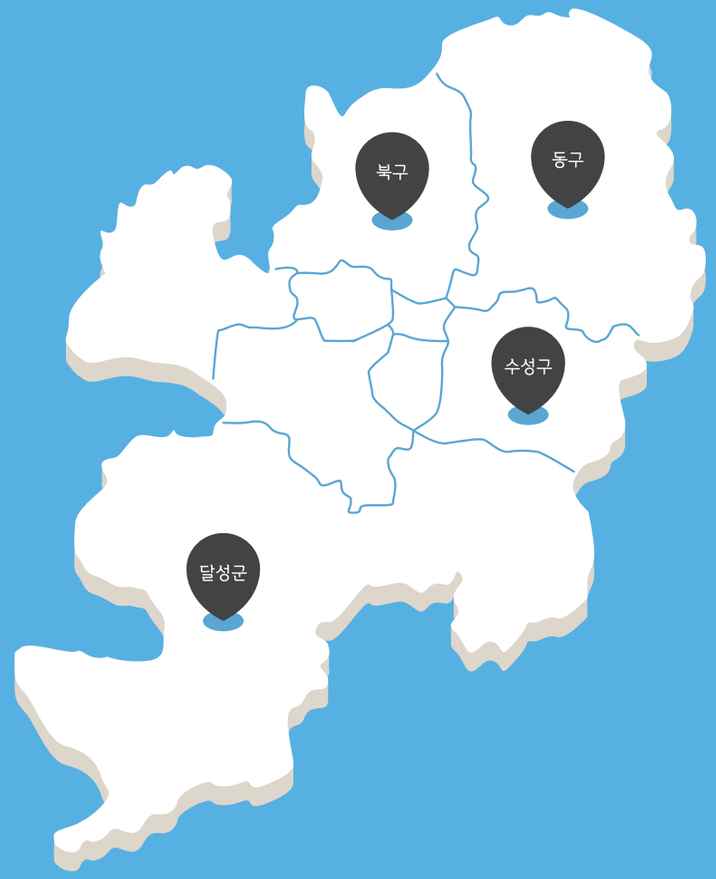
목표 달성도

분야	성과지표	목표치	실적	달성률
총괄지표 (결과지표)				
운동	걷기실천 증가율	20% 증가	21.4% 증가	107%
식생활	영양표시 독해율	3%p 증가	3.3%p 증가	110%
정신	정신프로그램 참여자 우울감	2점 감소	2.4점 감소	120%
세부지표 (산출지표)				
건강생활실천	만성질환 등록관리자수	170명	240명	141%
	맞춤형 방문 영양교육 횟수	178명	178명	100%
	이동금연클리닉 운영 횟수	10회	16회	160%
	야외건강증진활동 운영 횟수	20회	27회	135%
우울 · 고독 개선	정신건강 선별검사자수	300명	360명	120%
	정신건강 프로그램 운영 횟수	5회	5회	100%
건강환경조성	건강환경 조성 활동 횟수	12회	21회	175%
	돌봄지킴이 활동 횟수	40회	93회	233%

모니터링 · 환류실적

구분	일자	내용
통합 TF팀 회의 및 간담회	3.18	사업 대상 및 주제 선정 (수정4동 취약아파트, 건강형평성)
	4.2	우수사례 주제 및 방향 확정 (맞춤형서비스, 야외활동, 환경)
	4.8	우수사례 사업내용 구체화
	5.15	지원단 자문에 따른 사업계획 수정 (영양 · 비만 · 운동 중점)
	6.13	상반기 통합건강증진사업 추진사항 점검 및 협조사항 논의
	6.21	우수사례 추진사항 점검, 사업 간 협조사항 및 향후계획 논의
	9.16	우수사례 추진사항 점검 및 보완, 향후계획 논의
	10.31	2019년 사업 추진결과 및 2020년 계획수립 관련 논의
市 및 지원단 기술자문	4.30	우수사례 컨설팅 : 우수사례 전반 자문
	5.28	담당자 워크숍 : 우수사례 기획 역량강화
	7.2	현장방문 모니터링 : 우수사례 및 사업 추진사항 전반 자문
	9.24	우수사례 컨설팅 : 우수사례 전반 · 최종보고서 작성 등 자문
	4회	권역교수 기술자문 : 우수사례 전반 자문 (대면 · 유선 · 메일)
주민	상시	사업 추진 전반 의견수렴, 연계가능 지역자원 발굴 등

■ 통합 및 관련사업 연계를 통해 추진할 수 있는 현실성 있는 사업으로 지속·발전 가능성이 높고 확산이 용이함



대구광역시

01 수성구 보건소
주민 건강 그린라이트

02 북구 보건소
건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로!

03 달성군 보건소
지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트

04 동구 보건소
주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!! 옹기종기 행복 건강마을 만들기

대구광역시
수성구 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 권정자

주민 건강 그린라이트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여 특화	마을 / 전체	신체활동 / 심뇌혈관질환

1. 추진배경

■ **보건사업의 지역 접근 제한성 및 건강지표 개선 한계**

- 제한된 자원으로 23개동 전체주민에 대한 사업적 접근 어려움
- 그동안 보건소 주도 통합건강증진사업은 지속성과 효율성 면에서 한계
- 지역주민의 건강증진사업 체감도가 낮고, 건강지표가 답보상태

잠재적 보건자원을 발굴하여 부족한 자원의 제약을 극복하고 자원 간 연계 협력 필요

■ **주민 주도형 건강증진사업의 한계: 주민조직화의 어려움, 전문성 결여 등**

- 주민이 주체가 되어 지역의 건강문제를 선정하고 해결하고자 하는 인식이 부족
- 주민 역량 한계 도출, 사업의 질관리 등 어려움

수성구 평생학습마을과 지역 자원 연계를 통해 건강한 공동체마을 조성 지원

■ **주민 조직화가 이루어진 지역사회 자원 발굴을 통한 지역 건강문제 해결**

- 수성구 14개 평생학습마을 중 건강마을에 대한 관심과 참여의지를 보인 마을 선정
- 동별 건강문제 및 주민 요구를 반영한 마을 특성에 맞는 사업 추진

주민의 삶의 터전인 마을이 건강할 수 있도록 대도심형 건강마을 모델 제시

2. 추진내용

■ **사업목적 및 목표**

목적	“건강하고 안전한 마을”
목표	핵심인물(Key person) 역량강화를 통한 주민 걷기실천율 향상
3대전략	1. 주민 조직화된 평생학습마을 연계하여 건강숟가락 얻기 2. 지역주민과 유관기관의 참여와 협력 등 지역사회 기반 조성 3. 건강마을조성을 위한 주민역량강화 및 지지적 환경 조성

■ **단계별 추진방향**

1단계(2019년)	→	2단계(2020년)	→	3단계(2021년)
기반 구축 지역사회 동참유도 주민 조직 역량 강화		우선순위 건강문제 해결 전략 수행 (전체주민)마을환경조성		치매친화, 금연마을 조성 제도적 기반 마련 건강마을 확산

■ **전략별 추진내용**

전략 1. 주민 참여 기반 조성

① 마을단위 공동체 등 주민조직 발굴

구 평생학습과	→	마을대표	→	4개 마을
수성구 14개 평생학습마을		사업설명회 간담회		자율 공모 대상 선정

건강마을 조성 사전 간담회

② 협력체계 구축
- 동 행복주민센터 : 건강마을 활동 지원
- 구 평생학습과 : 평생학습마을 참여 협조
- 대구한의대 취 · 창업지원센터 : 학생 건강리더 양성지원
- 경북대 · 계명대 예방의학교실 : 대도심형 건강마을 모형개발 · 추진방향 자문
- 대구광역시 걷기협회: 건강지도자 양성 및 걷기교육 지원

민관학 협력체계 구축

③ 통합건강관리실 전담 간호사 활용 전문성 강화
- 4개 마을을 권역 통합건강관리실 전담 간호사와 일대일 매칭
- 마을 건강회의 참여, 만성질환자 등록관리, 건강생활실천상담, 전문건강분야 자문

마을 건강행태 조사

④ 마을 건강행태 및 사업요구도 조사
- 기간: (1차)4.22.~4.30. (2차)11.25.~12.6.
- 대상: (1차)180명, (2차)163명
- 내용: 우선순위 건강문제, 주민 건강행태 조사 등

주민참여 건강정책 제안

⑤ (주민 참여 건강정책 제안) 수미창조 포럼 개최, 해결방안 모색
- 기간: 2019. 6. 10.(월) / 9. 2.(월)
- 장소: 호텔 인터불고(만촌동) / 수성구청 대강당
- 구청장 등 공무원, 구의원, 교수, 마을건강지도자 참석
- 지역자원 협업을 통한 건강정책과제 발굴
- 마을(생활권) 걷기 환경 조성, 안전한 보행환경 조성 등 주민제안 및 반영

⇒ 안전 보행환경 조성(안전총괄과), 사색있는 산책로 조성(건설과) 등 26개 세부사업 추진

건강마을 선포 현판식

⑥ 건강마을 선포 현판식 및 유공자 포상을 통한 인센티브 부여
- 건강마을 현판식(3개소) : 9.25.~9.26. 구의원, 동장, 주민 참여
- 건강마을 조성 유공자 포상(구청장 표창) : 12. 27. 4개마을 대표 등

유공자 구청장 표창

대구시 수성구 보건소

전략 2. 주민 건강역량 강화를 통한 주민 주도적 건강생활 실천
「마을 건강·안전 지도자」와 함께 건강한 마을 만들기

① 마을 건강 · 안전 지도자 양성 및 위촉
- 기간 · 장소 : 4.12.~5.1, 9.19. / 보건소
- 대상 : 4개마을 주민 대표 20명
- 내용 : 건강마을 4개소 마을 건강 · 안전 지도자 양성(기초소양 6회, 보수 1회)
- 주민 대표단 요구도 조사 후 교육안 결정
  - 이론(신체활동, 심뇌혈관질환, 구강, 낙상예방 등), 실습(걷기, 밴딩운동)
  - 생활안전교육, 낙상예방법 및 응급대처법, 치매파트너, 심폐소생술 교육
  - 마을 건강지도자(20명), 치매파트너(18명), 생활안전도우미(13명) 위촉

마을 건강안전지도자 양성·위촉

생활안전도우미 양성·위촉

② 마을 건강회의 개최
- 기간 · 장소 : 수시 / 마을, 보건소 권역 통합건강관리실
- 대상 : 마을 건강지도자(주민 · 학생), 권역 통합건강관리실 간호사 등
- 내용 : 마을 건강활동 보고, 주민 제안 수렴, 마을 건강문제 해결방안 토의 등

마을 정기 회의 개최

③ 마을별 자율 건강동아리 조직 · 운영
- 기간 · 장소 : 6~11월 / 마을(아파트, 경로당, 교회, 복지관 등)
- 대상 : 7개 동아리, 실인원 165명
- 내용
  - 주단위, 월단위 자체 프로그램 운영(걷기, 세라밴드, 파크골프 등)
  - 걷기 활동에 대한 다양성 확보, 가족 · 이웃 걷기 플레시몹 운영 등

마을별 자체 건강동아리

④ 마을 건강축제 개최 및 건강생활실천 홍보 · 캠페인
- 일시 · 장소 : 4회(5.8, 10.3., 10.12, 11.2.) / 4개 마을 행사장
- 참여 : 건강마을 주민 1,100명
- 내용 : 걷기대회, 마을 건강동아리 공연, 건강생활실천 홍보

걷기동아리'길벗회'발대식

⑤ 고위험군 안전 모니터링 및 건강생활실천 활동
- 마을 내 낙상 고위험군(독거, 치매, 75세이상 노인 등) 안전 모니터링, 생활 안전수칙 보급
- 마을 온라인 커뮤니티: 4개 마을, 201명(건강정보 공유, 건강생활실천 모니터링)

마을 건강축제

『학생 마을 건강리더』와 함께 건강한 마을 만들기

① 관 · 학 MOU를 통한 협력체계 구축

수성구청·대구한의대학교 관·학 MOU 체결 간담회·정기회의 개최(4회) → 학생 건강리더 양성교육 → 마을 건강지원 활동 4개마을,학생 8명 → 활동우수자 표창 (12월말 예정)

※ 보건소 : 지역자원으로 활용 ※ 대학교: 학생 사회활동에 대한 장학금 지원

학생 건강리더 양성·위촉

② 학생 마을 건강리더 양성 및 위촉(창의적 건강문제 해결 조력자)
- 대구한의대학교 학생 8명 건강리더 위촉 (간호학과, 한방스포츠의학과 등)
- 마을별 건강 활동을 위한 기초 소양교육, SNS 홍보전략, 미션 부여 등

주민 혈압 측정 재능기부

③ 건강마을 동아리 지원 및 건강콘텐츠 제작
- 동아리 운영지원, 정보 모니터링, 보건소–마을 전달자, 온/오프라인 홍보
- 마을별 주요 건강문제 해결을 위한 건강 콘텐츠 제작 · 확산 노력
  → 주요사례 : 아파트 걷기코스 개발(만촌1동), 치매 마을신문 제작(지산1동)

마을 어린이 건강동아리 지도

전략 3. 1차년도 주민 목표「걷기 실천 확산」을 위한 노력
★ 1차년도 마을건강 우선순위: 걷기 실천 향상

① 주민제안 정책 반영 → 걷기좋은 도시 조성을 위한 T/F팀 조직 · 운영
- 기획조정실 중심 T/F팀 구성 : 9개반 (공원녹지과 등 8개부서)
- 걷기 좋은 도시 추진계획 수립, 걷고싶은 사색과 산책 공간 조성 진행중
  - 금호강 산책로 조성(110억원) 설계, 무학산 산책로 정비완료, 걷고싶은 길 개발 용역중(3억원), 맨발걷기 시범구간 조성(수성못주변) 등

걷기좋은 도시 추진 3대전략

② 〈주민이 만든 건강미션 1단계, 일반〉 우리마을 걷기왕 시상식 및 간담회
- 5월, 건강마을 주민 124명 대상, 모바일 워크온 활용 걷기 실천 및 걷기왕 시상(마을·개인)
- 민·관 간담회 개최를 통한 주민의견 수렴 (걷기전후 건강측정, 혈압측정 환경조성)

우리 마을 걷기왕 선발 시상

③ 〈주민이 만든 건강미션 2단계, 고위험군〉 늘리리 만보 100일 프로젝트
- 6월~10월, 건강마을 주민 50명(고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 고위험군 우선) 추진
- 사전·사후검사, 하루 만보 100일 실천, 걷기증진왕 시상 및 수기 공모 발표

※ 지속적인 걷기실천 유지를 위한 3차 늘리리 만보 100 진행 중(2020.1.29.까지)

늘리리만보 100일 프로젝트

④ 행복충전! 가족걷기행사 개최
- 일시·장소: 5.29. 13:30~14:30 / 수성못 일대
- 대상: 건강마을 주민 231명
- 내용: 바르게 걷기교육(대구걷기협회), 수성못 둘레길(약2km) 걷기 등

행복충전 가족걷기 행사

■ 자원투입(내·외부 연계/협력, 인력 및 예산)

인력	예산	지역자원 연계	
• 보건소 – 건강증진팀 – 인력: 12명 · 평생교육과 · 기획예산과 · 홍보소통과 · 행정복지센터	• 24,324천원 통합11,524천원 외부12,800천원 (대구한의대학교 학생 건강리더 장학금)	경북대학교 / 계명대학교 예방의학교실 대구한의대학교 한방스포츠학과	대도심형 건강마을 모형 개발 및 자문
		대구한의대 진로취업지원단	학생 건강리더 양성 및 파견, 예산지원
		대구광역시 걷기협회	마을 건강리더 양성교육 지원
		대구응급협력추진단	마을 건강지도자 CPR교육 지원
		㈜ 스왈라비	모바일 걷기 앱 '워크온' 플랫폼 지원
		지역 경로당, 교회 등	마을 건강동아리 장소 제공

목표

3. 추진성과

■ **목표 달성도**

구분	성과지표	목표	실적	달성율	비고
핵 심 성과지표	걷기 실천율(%) – 최근1주일 동안 1일 30분 이상 걷기를 주 5일 이상 실천한 사람의 분율	10%p 향상	14.7%p 향상	147%	1차(180명)2차(163명) 1차(41.7%) → 2차 (56.4%)
	심뇌혈관질환 인지율(%) – 심뇌혈관질환에 대한 내용을 보거나 들어 본 적이 있는 사람의 분율	80.0%	80.4%	100%	1차(180명) 2차(163명) 1차(78.3%) → 2차 (80.4%)
주민참여 기반조성	건강마을 발굴 및 참여 마을 개소 수	4개소	4개소	100%	
	마을 건강행태 및 사업요구도 조사(사전/후)	2회	2회	100%	
	(주민제안) 포럼 개최 횟수	1회	2회	200%	
	건강마을 현판식 개최	개최	개최	100%	
	건강마을 유공자 포상	포상	포상	100%	수성구청장 표창
주민 역량강화	마을 건강서포터즈 양성 교육	20명	28명	140%	
	치매파트너 교육 횟수	1회	1회	100%	
	생활안전도우미 교육 횟수	1회	1회	100%	
주민 건강활동	건강동아리 조직 건수	4개	7개/ 165명	175%	
	마을 건강회의 및 간담회 개최 건수	4회	6회	150%	
	마을행사 연계 건강활동 횟수	4회	4회	100%	
★우선순위 걷기실천	마을 걷기랭킹 개최 횟수	2회	2회	100%	3회차 진행중
	가족걷기행사 횟수	1회	1회	100%	
	걷기대회 개최 및 행사 참여 횟수	2회	3회	150%	

■ **주요성과**

주민주도형 대도심형 건강마을 모델 제시: 지역사회 전체로 확산가능

- 수성구 평생학습마을 공동체 연계, 기 형성된 주민 조직의 건강 역량 강화
  - 주민 조직화를 이룬 주민조직 및 핵심인물(key person) 발굴
  - 지역사회 자원 발굴과 협업으로 시너지 효과 높인 건강 거버넌스 구축

자원투입 강화: 외부예산 확보(12,800천원)

- 단체장 및 구의회의 사업에 대한 관심과 지지확보: 부처 간 협력 지원

주민 체감도 향상 및 건강지표 개선

- 마을 건강지도자 대상 프로그램 만족도 100%, 2차년도 사업 참여 희망 100%
  - 핵심성과지표인 걷기실천율 및 심뇌혈관질환 인식률 향상

▶ 건강행태 개선 [1차조사(n=180명), 2차조사(n=163명)]

⇒ 걷기실천율 14.7%p 증가, 혈압·혈당 인지율 4.4%p 증가, 현재흡연율 1.8%p 감소

걷기실천율		심뇌혈관질환 인지						흡연율	
		인지율		혈압/혈당 정상수치		혈압/혈당 본인수치			
1차	2차	1차	2차	1차	2차	1차	2차	1차	2차
41.7%	56.4%	78.30%	80.40%	74.40%	79.80%	71.70%	76.10%	6.1%	4.3%

▶ 닐리리 만보 100일 프로젝트 건강지표 개선

⇒ 총콜레스테롤 19mg/dL 감소, 혈당 4.2mg/dL 감소, 체지방률 0.12% 감소(n=26명)

■ **모니터링 및 환류실적**

- 일시 : 1/11, 2/19, 5/22, 28, 6/12
- 장소 : 보건소, 마을, 대구한의대학교
- 참석 : 마을 건강지도자, 대구한의대학교 진로취업지원단 담당자, 보건소 담당자
- 내용 : (민·관·학)건강마을 조성 및 지원방안 논의

학생 건강리더 간담회

지원조직 관·학 간담회

■ **(자체평가) 건강마을 평가 및 발전대회: 3회**

- 기간: (중간)8.27. (하반기)11.19. (최종)12.4.
- 장소: 대구한의대학교, 비원한정식
- 대상: 건강지도자, 외부자문교수님, 대구한의대 취·창업센터
- 내용: 건강마을 추진상황 보고, 건강마을 조성을 위한 제안 전문가 자문(타지역 우수사례 등)

건강마을 평가회

■ **(온라인) 커뮤니티(2종) 개설 및 운영**

- 대상: 건강지도자, 마을주민 207명
- 내용: 모바일 걷기 앱, 밴드 활용 건강정보 공유, 건강마을 활동 공지

온라인 커뮤니티 2종

■ **학생 마을 건강리더 건강동아리 모니터링 및 홍보(28건)**
마을별 건강컨텐츠 제작(3건)

- 건강동아리 현장 방문 모니터링, SNS 홍보, 건강마을 신문 및 리플릿 제작, 아파트 걷기코스 개발

학생 마을 건강 지원 활동

환류내용	
	→ (건강지도자 역량강화) CPR 등 생활안전교육 실시, 학생리더 마을활동 미션 제시 → (건강동아리 운영지원) 세라밴드 근력운동법 심화단계 교육 지원을 위한 영상 제작 → (건강지도자 인센티브) 하반기 건강동아리 활동자 실비 보상 → (걷기랭킹) 대회 전/후 건강변화 측정, 질환자(고혈압 · 당뇨) 참여 확대 → (마을) 운동물품(세라밴드, 지압계), 건강관련 홍보물(패널, 소책자), 자동 혈압계 배부 → (2차년도) 우수기관(마을) 벤치마킹, 마을 성과대회 개최, 마을 환경 개선 등

4. 향후계획

■ **건강마을 확산을 위한 단계별 추진**

1단계(2019년)	→	2단계(2020년)	→	3단계(2021년)
기반 구축 지역사회 동참 유도 주민조직 역량 강화		우선순위 건강문제 해결 전략 수행 마을 건강환경 조성 1차년도 우수사업 체계화		주민 주도적 건강마을 체계적 정착지역특성에 맞는 맞춤형 건강마을 확산

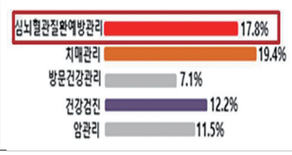
대구광역시
북구 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 우지윤

건강한 지역사회, 이제는 주민의 힘으로!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	주민참여 특화	지역주민 전체	신체활동 / 심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경

지역현황	2016~2018년 지역사회 건강조사	제7기 지역보건의료계획 주민요구도조사
• 인구 : 444,359명 (대구에서 2번째로 많음) • 금호강을 중심으로 강북 · 강남 생활권으로 나뉨 • 북구 전체 건강증진확산을 위해 주민과 함께하는 사업이 필요	• 걷기 실천율의 지속적인 개선과 파급력 향상을 위해 주민참여형 동아리 확대 필요 ('18년도 북구 42.6%, 대구 46.2%, 전국42.9%)	• 심뇌예방관리사업이 2위로 만성질환예방을 위한 건강생활실천 확산이 필요(1위:치매, 2위:심뇌, 3위:건강검진)
		

2. 추진내용

■ 추진경과

■ 추진전략

■ 추진전략1. 동 주민건강협의체 운영

- 구성 : 2개동 32명(칠성동 17명(강남), 구암동15명(강북))
- 소요예산 : 5,765천원(통합100%)
- 세부 운영내용

단계	보건소 역량강화	주민 의견수렴 및 모니터링	주민사업추진
내용	• 바르게 걷기(5.2) • 저염 영양 교육(5.2) • 마을공동체 만들기 사례(5.15) • 심뇌예방관리 건강지도자 교육(5.15) • 치매사업관련 역량강화 (5.22, 6.17) • 건강마을 만들기를위한 역할찾기(5.23) • 선진지 견학(부산해운대구)(6.24)	• 정기 월례회 및 간담회 (14회) – 동 별 모임을 통한 활동내용 의견교류 및 지역소식 공유 • 동 별 주민 워크숍(8회) – 19년 활동 모니터 및 우리동네 현황파악 – 20년도 세부활동계획 수립	• 건강웃음치료 교실 운영(1.15) • 아름다운 동네(꽃심기)만들기(3.20) • 독거어르신 꽃 나눔 행사(5.7) • 효 사랑(식사대접)행사(5.15) • 독거노인 건강물품배부(7.26) • 폭염대비 주민 생수지원(7.31) • 주민과 함께 밸런스 워킹(6~12월) • 건강체험부스운영(11.2)
연계 기관	– 경북대학교 권역심뇌혈관질환센터 – 대구시 마을공동체 만들기 지원센터 – 북구 체육회	– 새마을금고(주민프로그램 운영 장소지원) – 북구자원봉사센터(폭염 생수지원), 사회복지단체 아울러(워크숍진행) – 동 주민센터(동네가꾸기 물품지원), 새마을문고(건강체험부스운영지원)	

■ 추진전략2. 주민참여형 건강 걷기동아리 운영

- 구 성 : 21개동아리, 215명
- 소요예산 : 37,500천원(시비3,000천원, 통합7,500천원)
- 걷기동아리 운영내용

• 동아리구성(21개, 251명)
• 사전검사 (혈압, 혈당, 건강행태) → • 스마트활동량계지급
• 동아리별 밴드를 통한 자체 걷기 실적관리 → 대표자 월례회
• 우수동아리 및 동우수자선정
• 걷기 월례회 추진 • 건강봉사활동 논의
→ 대표자 – 보건소 소통창구
• 밴드를 통한 의견교류 및 지원사항 논의 → 동아리 사례공유회
• 활동내용공유 및 전시 사후검사(21개, 167명)

■ 운영성과

구분	1. 우수동아리 및 활동우수자 선정	2. 걷기월례회 개최	3. 건강봉사활동	4. 사례공유회
내용	걸음 수, 걷기행사 참여회수 등 자체기준선정 우수동아리 및 활동우수자 격월로 시상	**탁구모임** : 주2회, 2개동아리(2월~7월) **댄스모임** : 주3회, 1개동아리(2월~11월) **걷기모임** : 매일, 1개동아리(3월~11월)	**아동청소년** : 등굣길 건강 캠페인(3회) **성인** : 건강캠페인 및 부스운영(5회) 경로당 건강프로그램 지원(20회) 취약동 캠페인 및 환경조성(4회) 건강취약계층 가정방문(5회, 20가구)	동아리별 활동내용을 공유, 내년도 활동방향 토의
결과	우수동아리 12개 및 활동우수자 150명 건강용품 증정	75명 참여 (탁구 35명, 댄스 20명, 걷기 20명)	37회 활동 (건강나눔캠페인 및 약계층 집중관리)	회원90명 참여, 동아리별 활동폼포드 제작

■ 추진전략3. 건강생활실천 건강동아리 운영

- 구 성 : 8개 동아리, 141명
- 소요예산 : 10,000천원(통합100%)
- 걷기동아리 운영내용

동아리구성 (8개,141명)
• 아동, 청소년, 성인, 노인사전 건강행태조사(88명) → 대상자별 역량강화 (건강지도자교육) → • 동아리별 소모임
• 생활터별 건강생활실천 (지역 봉사활동)
→ 보건소와 소통창구
• 수사간담회를 통한 의견교류 → 동아리 사례공유회
• 활동내용공유 및 전시 사후건강행태조사(88명)

■ 운영성과

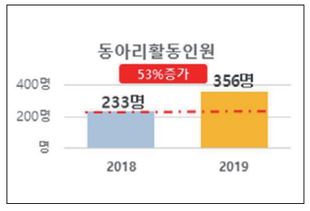
구분	1. 생애주기별 건강지도자교육	2. 동아리별 소모임활동	3. 지역사회 건강생활실천홍보
내용	**아동** : 스마트폰중독예방, 구강관리, 바른자세, 스트레칭 **청소년** : 올바른구강건강관리, 바른칫솔질 **성인** : 마을공동체만들기, 뇌혈관질환 예방관리 치매파트너, 생명지킴이교육	**탁구모임** : 주2회, 2개동아리(2월~7월) **댄스모임** : 주3회, 1개동아리(2월~11월) **걷기모임** : 매일, 1개동아리(3월~11월)	**아동청소년** : 등굣길 건강 캠페인(3회) **성인** : 건강캠페인 및 부스운영(5회) 경로당 건강프로그램 지원(20회) 취약동 캠페인 및 환경조성(4회) 건강취약계층 가정방문(5회, 20가구)
결과	73명 수료 (아동11명, 청소년18명, 성인44명)	75명 참여 (탁구 35명, 댄스 20명, 걷기 20명)	37회 활동 (건강나눔캠페인 및 취약계층 집중관리)

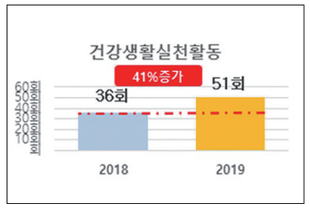
3. 추진성과

1. 보건소-주민 간 소통창구 활성화를 통한 모니터링

주민소통창구	의견반영 환류
• 동아리 · 협의체 내부 자조모임을 통한 의견교류(132회) • 보건소와의 간담회, 대표자 월례회를 통한 아이디어 및 운영방안 논의(11회) • SNS개설을 통해 동아리 간 정보공유 및 활동방향에 대한 자유로운 의견제시	• 건강협의체 역량강화 – 워크숍을 통해 주민 스스로 활동방향 설정 • 취약계층 건강환경조성 – 동아리 활동을 통한 캠페인 및 재능기부 • 우수동아리 선정방법 및 걷기행사 운영방향 등 결정

2. 연차적 로드맵을 통한 주민참여형 건강증진사업 확대

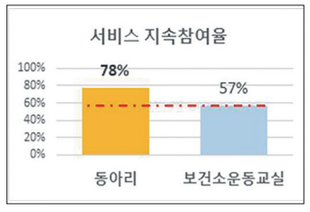


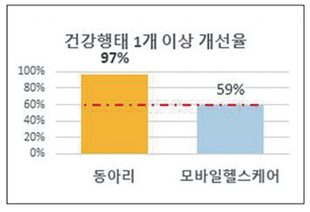


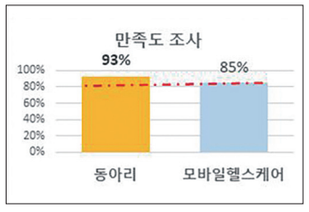
3. 대구시 주민참여사업 자체예산확보(62,500천원)

- 2019, 2020년 대구시 주민참여사업 공모선정(60,000천원)
- 대구시마을공동체만들기 공모사업선정(2,000천원)
- 대구시공익지원센터 씨앗 공모선정(500천원)

4. 사업 간 비교분석(스마트걷기동아리/모바일헬스케어)







대구광역시
달성군 보건소

부 서 : 보건과
담당자 : 이연서

지역사회 통합건강증진사업 운영 우수사례 함께하는 육아 공감 프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여 특화	영유아 및 임산부, 임신부 배우자	여성어린이

1. 추진배경

■ **젊은 인구의 유입 증가 → 양육과 관련된 소통의 기회 마련에 대한 주민의 요구 증가**

- 달성군은 도시형 인구 구조로 젊은 층이 많고, `18년 지역주민 대상 설문조사 결과, 20~30대의 출산·육아 관련 사업 요구도가 높음. ※ 평균 연령 39.5세(달성군 유가읍 33.6세, 대구시 42.5세)
- 양육자끼리 서로 정보를 교환하고 문화 강좌를 통해 양육에 대한 스트레스를 해소할 수 있는 프로그램 신설을 “주민제안사업”으로 건의.

■ **실제 출산 가정의 양육 부담에 대한 스트레스 해소 노력 필요**

- 달성군 기혼 여성 109명을 대상으로 양육스트레스에 대한 조사를 한 결과, 조사 대상자의 42.5%가 양육스트레스가 심하다(심함+대체로 심함)고 응답. 특히 20대의 경우, 심하다고 응답한 경우가 50.0%로 가장 많았음

2. 추진내용

■ **추진 전략 체계**

• 하드웨어 : 양육 기반 구축을 위한 인프라 개선

• 소프트웨어 : 함께하는 육아 공감 프로젝트
→ 주민의 의견을 적극 활용한 교육 프로그램 운영

• 환경 조성 : 정보 제공에 대한 접근 방법의 다양화, 다양한 기관·단체와의 연계 협력

1. 양육 기반 구축

• 아기사랑유모차대여사업 : 한 가정 당 유모차 1대 기본 6개월 대여(이용료 6천원), 연장 가능
– 만족도 설문조사 결과 반영 → 대여기간 1년에서 2년으로 연장
– 대구시 최초 시행, 달성복지재단과 업무 협약 체결 자체 군비 100% 126백만원 확보

• 어린이 영양제 지원 : 관내 만36개월~만6세 미만 자녀가 있는 가정(세부기준 있음)
– 어린이 영양제 연 2통 지원 → 자체 군비 500만원 확보

• 법적 근거 마련(조례) : 대구광역시 달성군 임신·출산 및 양육지원에 관한 조례 제·개정
– 미래 성장 동력을 확보하는데 필요한 사항 근거 마련 (제정:'17.12.29./개정:18.7.20.)

2. 함께하는 육아 공감 프로젝트

• 육아 스트레스 힐링교실 : "주민 제안 사업 채택" 관내 영유아 양육 가정 대상 교육 운영
– 영유아 양육 가정의 주 양육자가 모여 육아에 대한 정보 공유를 할 수 있는 소통의 장 마련
– 육아 관련 전문가 강의 및 다양한 문화 강좌 실시 → 스트레스 해소 노력
– 비슬산 산림치유센터 연계 → 건강한 스트레스 해소 방안 제시+센터 운영 활성화 → Win-Win!!

• 임산부 교육 권역별 실시 : 관내 임신부 대상 "건강맘 출산준비교실", "모유수유교실" 운영
– 건강한 출산·양육에 대한 정보 제공, 영양 간식 만들기 등 실습 활용을 통해 건강 증진 도모

• 아빠와 함께하는 직장인 예비부모교실 : 관내 직장인 임신부와 배우자를 위한 예비부모교육
– 신생아 관리 및 목욕법 실습, 남편 임신 체험 코너 운영 → 실습 위주의 교육

• 아가튼튼마사지&이유식교실 : 생후 만3~6개월 영아와 보호자 대상, 베이비마사지 실습 이유식 교육 실시
– 양육에 대한 부담감 해소, 아이와 함께 참여하며 정보 교류를 할 수 있는 만남의 장으로 활용

• 설레林(임) 숲 태교교실 : 관내 임산부와 배우자 대상, 산림 치유·숲 태교 교육 운영
– 임산부에게 건강한 태교 방법 제공, 남편과 함께 참여함으로써 임신·출산·육아에 대한 남편 인식 개선 ※비슬산 산림치유센터 프로그램과 연계 운영

3. 육아친화적 환경 조성

• 영양플러스인터넷카페개설 : 영양교육 및 배송 일정, 보충식품 내용 등 관련사항 안내의 장 마련
– "솜씨자랑 대회 개최"로 대상자끼리 보충식품 활용 레시피 공유, 정보 교류 공간 마련

• 맘카페 연계 홍보 : 달성군 맘카페와 연계하여 정보 제공 콘텐츠 장 확대
– 맘카페 "텍폴맘" 육아공감 토크콘서트 개최 → 의견 반영, 홍보 캠페인 연계 협력

• 주민과 함께하는 홍보 캠페인 : 군 지역인구정책팀, 달성군 새마을회, 자원봉사단체 등과 연계 → 홍보 캠페인 실시
– 새마을 회 회원들 대상 "건강지킴이 역량강화교육" 실시 및 건강지킴이 양성 → 캠페인 시 모자보건사업 및 건강증진사업 안내 및 홍보

3. 추진성과

1. 건강한 양육을 위한 환경 개선

• 유모차 대여사업 : 대여 기간 2배로 확대(1년→2년)

대여실적	총 1,563대 대여
만족도 조사	93%

– 예산 : '18년 106백만원 → '19년 126백만원 예산 증액!(군비100%)

• 어린이 영양제 지원 : 768통 지원 → 영유아 건강 관리 능력 UP↑

2. 주민 주도 사업으로 높은 만족도 달성

• 5주간 특별한 '외출' 스트레스 '훌훌' 육아스트레스 힐링교실
– 주민참여예산 → 시비 100% 확보! (15백만원)

운영실적	육아스트레스 힐링교실	45회(연 9기, 기수별 5회차), 152명(실인원) / 562명(연인원)	만족도 조사	97.0%
	비슬산산림 치유프로그램	2회(연 2기, 기수별 1회차) / 20명	만족도 조사	94.5%

• 임산부 교육→유가 지역(임산부多) 교육 확대 요청으로 연 2기에서 3기로!

운영실적	건강맘 출산준비교실	28회(연 7기, 기수별 4회차) 180명(실인원) / 644명(연인원)	만족도 조사	99.7%
	모유수유교실	7회(연 7기, 기수별 1회차), 145명	만족도 조사	95.7%

• 아빠와 함께하는 직장인 예비부모교실 → 남편 참여 교육 확대에 대한 주민 의견 반영

운영실적	3회(연 3기, 기수별 1회차), 66명	만족도 조사	97.0%

• 아가튼튼마사지&이유식교실→자녀의 건강한 성장을 위한 보호자 역량 강화!

운영실적	9회(연 3기, 기수별 3회차), 48쌍(실인원) / 131쌍(연인원)	만족도 조사	93.0%

• 설레林(임) 숲태교 교실→건강한 태교를 위한 지원과 남편의 교육 참여 기회 확대

운영실적	1회(연 1기, 기수별 1회차), 15명	만족도 조사	100%

3. 함께하는 육아를 위한 인식 개선과 주민의 참여 확대

• 영양플러스 인터넷 카페 운영 → 주민의 자발적 참여 유도, 다양한 정보 제공

가입자 수	293명	보충식품 활용 솜씨자랑 대회 개최	1회/13건

• 맘카페 연계 홍보 및 주민과 함께하는 홍보 캠페인 실시

맘카페 정보게시	20건	홍보 캠페인	10건

4. 성공요인

■ **주민의 요구도를 반영한 적극적 사업 추진**

• “주민제안사업”으로 주민의 요구사항을 반영해 “육아 스트레스 힐링 교실(신규사업)” 실시

→ 사업의 차별화, 아이를 위한 교육과 보호자만을 위한 맞춤형 문화 강좌 병행으로 스트레스 해소 노력

■ 주민과 더 가까이! 주민이 더 편하게! 다양한 수단을 활용한 사업 홍보

• 주민이 많이 이용하는 맘카페를 활용해 정보 접근성 향상

• 영양플러스 인터넷 카페 개설하여 다양한 정보 전달, 소통의 장을 마련하여 주민의 사업 참여 독려

대구광역시
동구 보건소

부　서 : 보건과
담당자 : 이강하

주민이 스스로 만드는 건강마을 프로젝트!!
옹기종기 행복 건강마을 만들기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심 / 주민참여 특화	전체	심뇌혈관질환관리 / 신체활동

1. 추진배경

■ 대구광역시 동구는 182㎢의 넓은 면적을 가진 도농복합도시로서 역세권인 동대구권(신암동, 신천동, 효목동)과 대구국제공항 인근의 동촌권(지저동, 동촌동, 방촌동, 해안동), 구도심지역인 안심권(반야월), 팔공산과 익산포항고속도로 일대의 불로공산권(불로봉무동, 도평동, 공산동) 등 크게 네 지역으로 나뉨. 같은 동구 안에서도 권역별·동간에 전혀 다른 특성이 존재하며, 상이한 지역 내 동별 특성으로 인해 건강수준에서도 많은 차이를 보임.

동구 권역별 특성

동대구권	• 보건의료기관과 각급 학교가 산재해있어 정주여건이 비교적 양호
동촌권	• 군용비행장이 소재하여 생활 소음에 노출되는 불편이 있음. • 해안동은 도농복합지역으로서 도시의 기능이 상대적으로 낙후된 상태
불로공산권	• 농촌 성격을 강하게 띔. • 팔공산(갓바위, 동화사, 파계사 등)을 중심으로 한 관광업이 발달
안심권	• 반야월 신길을 중심으로 율하지구 · 동호지구가 개발 • 신서동 · 각산동 일대에 혁신도시가 조성되면서 인구가 계속 늘고 있음.

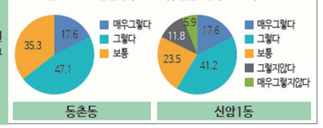
■ 동구의 2010~2014년 읍면동별 표준화 사망비를 분석해본 결과 표준화 사망비가 전국대비 최대 1.14, 최저 0.87로 동별 건강격차를 확인할 수 있었음. 그 중 연령표준화사망비가 전국보다 높은 상위 4개 동(안심1동, 동촌동, 공산동, 신암1동)에 대해 지역사회건강조사 결과와 국민건강보험공단 자료를 활용, 건강행태 및 질병이환 등을 분석하여 취약지역을 선정함.

취약지역(동촌동) 선정 배경

건강수준
- 높은 연령표준화 사망률 : 동구 2위(전국대비113%)
- 건강행태 및 질병이환지표(26개) 중 보통 이하~나쁨에 속하는 지표수가 가장 많음 : 18개
  - 흡연율(3위), 걷기 실천율(17위), 고혈압 의료이용률(4위), 당뇨병 의료이용률(1위), 양호한 주관적 건강수준(20위)

사회경제
- 군용비행장이 소재한 지역으로 기초생활수급자 비율이 높음(2위)
- 건축물 고도제한으로 주택이 산재해 있고, 최근 고도제한 완화로 다세대 주택이 우후죽순 증가하고 있으며 이웃 간 교류가 많지 않음

주민요구
- 사망률이 높고, 건강행태가 나쁜 2개동 주민요구도 조사
  - 적극 참여 의지 : 동촌동(64.7%), 신암1동(58.8%)



지역여건
- 동촌동 건강실천환경이 잘 조성되어 있음
  - 금호강변 및 폐기찻길을 활용한 산책로, 공원이 있음
  - 강동문화체육센터(동구체육회) 소재
- 마을사업에 관심이 있는 복지관(동촌종합사회복지관)이 주민들과의 연결고리가 됨

■ 건강형평성 제고를 위해 건강취약지역의 건강문제를 주민 스스로 해결할 수 있는 주민참여형 건강증진사업 필요

2. 추진내용

■ 사업목적 : 수요자 중심의 지역 특성에 맞는 만성질환예방 및 건강증진사업으로 지역 내 건강불평등 완화 및 건강형평성 제고
■ 사업대상 : 동촌동 주민 16,339명(2018.10.31.기준)
■ 장기목표 : 동촌동과 전국과의 표준사망비 격차 10% 감소

■ 추진내용

단기계획(1년차 2017년)		
사업기반 조성을 위한 지역사회 동화	사업 추진을 위한 네트워크 구성	• 사업 추진을 위한 주민 · 기관 · 단체 설명회 • 사업추진단 및 건강위원회 구성 · 운영
	주민역량강화	• 동촌동 건강문제 및 건강마을사업 관심 유도를 위한 홍보 • 동촌동 건강지도자 양성(기본/심화과정), 건강지도자 선진지 견학
	건강증진 프로그램 운영	• 동촌둔치 걷기교실 운영 • 만성질환자 자조모임 • 어르신 건강관리교실 • 치매기억까페 • 건강체험관 운영 • 동촌동건강환경조성(벤치개보수, 건강스팟 조성)
	공동체의식 함양을 위한 마을프로그램 운영	• 옹기종기행복건강마을축제 미소짓고, 인사하고, 대화하고, 참참참합시다 (인사하기 캠페인) • 마을동아리 구성·지원(난타동아리) • 가족사진콘테스트 • 길바닥그림그리기 대회 • 우리동네 요리대회 • 문화가 있는데이 • 깨끗한 거리환경 조성을 위한 환경 정화활동
근거중심 사업기반 마련	주민요구도 조사 및 사업결과 보고회	• 마을 건강문제 발견 및 사업추진 전략 수립을 위한 주민 요구도 조사 실시 • 1차년도 사업 추진 경과 보고 및 주민 요구도 조사 결과 공유 자리 마련 • 마을 문제 관심도 제고 및 사업 추진 동력 마련

단기계획(2년차 2018년)		
지역사회 동화, 전략 수립 및 실행	사업 추진 네트워크 구성 및 강화	• 사업추진단 운영(동촌동행정복지센터, 동촌종합사회복지관, 동구체육회, 동구보건소) • 건강위원회 운영(위원 16명 : 보건소3, 동촌동행정복지센터2, 동구체육회1, 동촌종합사회복지관2, 대구시통합건강증진사업지원단1, 대구시마을공동체지원센터1, 건강지도자6)
	주민역량 강화로 미래 발전 동력 마련	• 제2기 건강지도자 양성(기본/심화과정) • 건강지도자 간담회 개최 • 건강지도자 역량강화교육과정 신설 및 주민 주도 마을 행사 실시
	움직임이 즐거운 동네 만들기	• 우리동네 걷기대회 개최 • 움직임이 즐거운 학교 만들기 • 우리동네 운동교실 운영 • 방과 후 운동교실 • 운동동아리 조성 • 걷기환경조성(걷기 안내지도 자체 개발 및 표지판 설치)
	마을공동체 의식함양으로 마을관심도 제고	• 우리동네 소식지 발간 • 옹기종기행복건강축제 • 우리동네 건강한 죽 만들기 대회 • 옹기종기 마을벽화 • 인사하기 캠페인 • 주민 주도 마을 아나바다 행사 개최 • 마을동아리 구성·지원(난타동아리, 수익금 기부를 위한 옹기종기 수세미 만들기 동아리)
보건문제 파악, 우선순위 선정	주민요구도 조사실시	• 동촌동 건강문제(높은 흡연율, 낮은 걷기실천율, 높은 심뇌혈관질환 의료이용률) • 운동시설확충 및 운동프로그램 개설, 심뇌혈관질환관리사업, 흡연자 대상 금연프로그램 및 흡연예방캠페인 순으로 요구도 높았음

단기계획(3년차 2019년)		
지역사회 동화, 전략의 실행	사업 추진 네트워크 협력체계 유지	• 사업추진단 운영 : 반기 1회 • 건강위원회 운영 : 분기 1회 • 내용 : 지역 문제 발견 및 해결책 모색, 문제 해결을 위한 역할 분담 및 협의 등
	주민역량 강화로 미래 발전 동력 마련	• 동촌동 주민 건강교실 운영(신설) • 제3기 건강지도자 양성과정 운영 • '우리'가 직접 만드는 행복건강마을 – 동촌동 건강지도자가 스스로 기획 · 운영해보는 주민주도형 마을사업 추진
	움직임이 즐거운 동네 만들기	• 움직임이 즐거운 어르신 체조교실(신설) • 우리동네 걷기대회 개최 • 움직임이 즐거운 학교 만들기 • 방과 후 운동교실 • 동촌건강 동아리 운영 • 건강계단조성
	마을공동체 의식함양으로 마을관심도 제고	• '동촌 아나바다' 개최 • '동촌 썸머 나도 버스킹' 개최 • 인사하기 및 절주 캠페인 • 옹기종기행복건강축제 • 우리동네 소식지 발간 • 마을 아지트 발굴 • 건강요리대회 개최 • 마을동아리 운영 [난타, 코바늘에 임하는 자세, 걷기(맨발로,두발로) 등]

■ 내·외부 연계·협력 및 사업전략

내 · 외부 연계 · 협력

사업전략

■ 인력

항목	팀/기관(명)	역할
내부	건강증진팀(13명), 방문보건(6명)	사업 기획, 사업 수행, 평가
외부	동촌동행정복지센터(3), 동촌종합사회복지관(3), 동구체육회(3)	사업기획, 사업수행(마을공동체 사업 전반), 평가
	대구시통합건강증진사업지원단, 대구시통합건강증진사업지원단	사업자문 및 강의
	교육나눔위원회, 동촌동 단체, 동구문화재단 등	사업홍보, 사업수행

■ 예산

총예산	사업추진단 · 건강위원회 구성 (운용)	건강지도자 양성	마을공동체사업	건강환경조성	건강증진사업
31,000천원	1,500천원	3,000천원	9,000천원	7,500천원	10,000천원

3. 추진성과

■ 목표 달성도

구분	성과지표	계획 (A)	달성 (B)	달성률 (B/A)	구분	성과지표	계획 (A)	달성 (B)	달성률 (B/A)
네트워크 구축	사업추진단 운영(회)	2	2	100	움직임이 즐거운 동네 만들기	움직임이 즐거운 학교 만들기(개교)	1	1	100
	건강위원회 운영(회)	4	4	100		방과 후 운동교실(명)	30	30	100
주민역량 강화	동촌동 주민 건강교실 운영(명)	20	20	100		우리동네 걷기대회 개최(명)	300	284	94.6
	건강지도자 역량강화 교육 과정(명)	10	18	180		운동교실 및 운동 동아리 운영(개)	6	6	100
	건강지도자 활동	14	45	321		신체활동 증진 환경 조성(건)	1	1	1
	간담회 개최(회)	4	4	100	함께하는행복 동네만들기	인사하기 캠페인	6	6	100
						동네 축제 개최	4	4	100

■ 주요 성과

'소통'하는 '우리'가 즐겁다.

• 옹기종기 대화하며 수세미 만들기 동아리 모임, '우리는 수다중~'

– 매주 화요일 10시에 모여 수세미 뜨면서 수다 타임을 가진다. 이런저런 마을 이야기를 하며 손으로는 뜨개질을 하니 치매 예방도 되고 즐겁다.

– 우리는 이렇게 만든 수세미를 약소하지만 따뜻한 마음이 전해질 수 있도록 정성들여 포장해 동촌동 어려운 이웃 100명에게 선물하기도 했다.

– 마을 걷기 행사에서는 수세미 만들기 체험관을 운영해 더 많은 주민과 함께 했고, '동촌 아나바다' 행사에서는 수세미 판매를 통해 기부할 금액을 모으고 있다.

• 더 많은 주민들의 의견을 듣고 싶다. 소통하고 싶다... 그래서...

– 우리는 역량강화교육을 통해 직접 마을 사업을 계획해보는 방법을 배웠고, '동촌 아나바다'를 기획·주민주도 마을행사를 개최하여 주민 소통의 장을 마련하였다.

– '동촌 아나바다' 에서는 한 건강지도자의 아이디어로 '수다 콘서트'를 진행하여 우리 마을에 대해 자유롭게 이야기해 보는 시간을 가지기도 했다.

우리는 '활동'한다. 그것이 '건강'이다.

• 우리동네 아지트를 찾아보자!

– 한 건강지도자가 이런 말을 했다. "건강이라고 해서 어렵게 생각하지 말자! 우리가 즐거우면 그게 건강인기다. 처음에는 당연히 어설프겠지. 근데 뭐든지 해보고! 자꾸 만나고, 서로 부딪히고, 싸우기도 해봐야 마을도 발전하고 건강해지는거 아니겠냐"

– 자꾸 만나려면 아지트가 필요하다! 그래서 우리는 동네 아지트를 찾기 위해 이곳저곳을 돌아다녀 보고 수소문해 보았고, 작년에는 동촌동에 있는 '라온평생교육원'과 '마을공동체사랑방'을, 올해는 '마을양품점'을 주민들이 모일 수 있는 공간으로 발굴, 수시로 만나 차를 마시며 이야기도 하고, 여러 가지 교육도 함께 해보고 건강 정보도 나누는 등 주민이 함께 하는 시간을 가지고 있다.

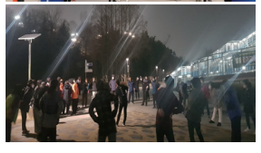
• 걷기 좋은 우리 동네, 함께 걸어보자!

– 지난해 동촌 둔치 걷기교실에서도, 동촌동의 걷기실천율을 높이고자 보건소 주최로 '우리동네(동촌동) 벗꽃길 걷기 대회'를 개최했을 때도 가장 선두에 나서서 적극적으로 걷기리더로 활동했던 이들은 동촌동 건강지도자였다.

– 이들은 걸으면서 시설물 노후로 인해 훼손이 심했던 금호강 걷기 표지판, 움푹 파여 걷기에 방해가 되는 길 등 걷기 환경에 방해가 되는 요소들을 발견하고 개선하는데 힘썼고, 해맞이동산의 경우에는 몇 번씩 함께 걸어보면서 걷기코스를 자체 개발하여 걷기 표지판을 제작할 때 이 코스를 표시하여 더 많은 주민들이 활용하도록 하였다.

– 주민들은 직장이나 가정 일에 바쁜 낮 시간 대신 걷기 좋은 저녁 시간에 걷기교실이 필요한데 없어 아쉽다는 의견을 냈고, 주민의 의견을 적극 반영하여 '별밤 걷기교실'을 신설, 주민들이 걷기리더로 조를 짜서 주도적으로 활동하고 있다.

– 2019년에는 주민과 치매 환자가 함께 하는 마을 걷기행사를 통해 치매에 대한 편견 극복을 통한 친화적인 마을 분위기 조성에 주민들이 앞장서기도 했다.



• 함께 두드리면 신이 난다! 난타동아리 활동

– 마을사업이 시작된 2017년부터 지금까지 꾸준히 난타 교실에 참여해 이웃과 함께 신나게 두들겼더니 몸도 가벼워지고, 스트레스도 풀린다. 이젠 자신감이 생겨 공연도 가능할 정도... 동촌동 축제 때 동네 사람들 앞에서 공연을 했더니 다들 즐거워 하는 모습에 기분이 좋다. 잘한다고 소문이 나서 그 이후에는 마을에서 개최되는 행사에 몇 번이나 초청받아 신나게 난타 공연을 하고 있다.

• 마스크, 인사하고, 대화하고, 칭찬합시다 캠페인 : 인사하는 동네 만들어 봅시다!

– 옆 집에 누가 사는지 모를 정도로 이웃간의 교류가 없는 삭막한 요즘, 이웃과 콩 한쪽도 나눠먹던 그 시절이 그립다. 동네 사람들이 서로 미소짓고, 인사하고, 대화하고, 칭찬했으면.... 그래서 우리는 서로 꽃님이, 용pd 등 서로에게 맞는 별명도 지어주고, 서로 웃고 지지고 볶으며 지낸다. 건강 지도자가 되어서 좋은 점 중의 하나는 웃으며 인사할 수 있는 이웃을 많이 알게 되었다는 것이다.

활동해보니 재미난다. 우리 또 어떤 걸 해볼까?

• 우리 '꼰대' 말고 '꽃대'가 되어보자!

– 마을 활동을 하며 젊은이와 어울리는 시간이 늘면서, 어떨 때는 소통이 잘 안되어 내 자신이 꼰대로 보이는건 아닐까 위축될 때도 있고, 젊은 세대는 어떤 생각을 하는지 궁금해졌다.

– 그래서 우리는 30대~70대의 다양한 연령층이 모여 각자가 가지고 있는 이야기를 나누어 보는 시간을 가지고 서로 다른 입장과 오해들을 조금이라도 이해해 보고자 노력했다.

– 모임명은 "꼰대 아니고 꽃대로 살아남기", 서로 공유하자, 너의 속을 보여줘, 청년과 함께 이야기 나누기 이렇게 세 가지의 주제로 3회에 걸쳐 이야기를 나누었고, 그렇게 조금씩 마음을 터놓은 우리는 지금도 계속해서 매주 화요일 오전 모임을 통해 소통을 계속하고 있다.

• 동촌 썸머 나도 버스킹 – 우리 함께 모여서 즐겨보자!

– 만나서 이야기하다 보면 우리 동네 이웃의 다양한 이야기를 들을 수 있다. "oo 알제?? 그 집에 요새 부부가 같이 통기타 배운다 하드라", "나는 요새 장구 배운다", "아! 낮에 동촌 둔치 산책하다가 소리 들었다. 듣기 좋더라" 이런 이야기를 나누다 보니 문득 아이디어가 떠올랐다. 주민들이 모여 요새 애들이 많이 한다는 버스킹을 해보면 어떻노? 신나지 않을까?

– 그래서 우리는 이 아이디어를 대구광역시 마을공동체만들기지원센터 우리 만나자 사업에 제안했고, 채택되어 보조금 100만원을 받게 되었다. 우리 이걸로 진짜 ' 신나는 마을 잔치를 열어보자!

– 우리 동네에 재주있는 주민들을 같이 섭외해보자! 그래서 난타, 장구, 시조, 남도명창, 마술 등 다양한 분야의 버스킹 참가자들이 모였다. 다들 서투른 실력이지만 우리 동네 주민을 위해 기꺼이 나서준 고마운 이들이다. 다른 기관의 도움 없이 우리끼리 이들을 모으는 일이 힘들었지만, 같은 주민이기에 서로 더 마음이 통할 수 있었고, 이들을 참여하게 할 수 있었다.

– 우리는 서로 역할을 나누어 우리가 직접 현수막·배너 디자인 제작, 버스킹에 오는 주민들이 참여할 다양한 놀이와 체험 준비, 참여자들에게 줄 이벤트 선물도 제작했다. 함께 모여 이들에게 줄 상품도 포장하고, 수세미를 만들고, 수 차례의 회의와 만남을 가졌다. 이 버스킹 행사를 우리는 6월에서 9월까지 매월 마지막 주 일요일 총 4회에 걸쳐 실시한다.

– 항상 기관이 여는 행사에 참여만 하던 우리들, 하지만 이제는 우리가 아이디어를 내고, 준비하고, 행사를 열기까지 모두 우리 손으로 가능함을 알았고, 그 과정 자체가 얼마나 보람되고 즐거운 일인지 마을 행사에 참여한 주민들의 환한 얼굴을 보며 깨닫는다. 우리는 할 수 있다!

• **어르신 분들을 밖으로...**

– 우리 동네에는 어르신 분들이 참 많다. 이분들을 밖으로 나오게 하고 싶다는 의견에 모두들 공감했다. 그래서 생각해 낸 것이 '동촌 아나바다' 등 우리가 만든 행사에서 어르신 분들이 질서반장을 해주시면 좋겠다는 것과 옹기종기 기찻길에서 어르신 분들과 함께 체조를 하면 좋겠다는 의견이 나왔고, 처음에는 어색해 하던 어르신 분들이 이제는 웃으며 행사가 있으면 빠짐없이 나오셔서 활기차게 활동하고 계신다. 어르신 체조교실이 있는 날이면 먹을거리를 싸들고 오셔서 체조를 한 후 먹을 것도 함께 나누어 먹는다. 집에만 계시던 어르신 분들이 이젠 마을로 나오신다.

• **참여자에서 주도자가 되어 가는 우리들**

– 2018년 마을 걷기행사에서 우리는 걷기리더로 앞장서 활동했고, 2019년에는 우리가 주도적으로 무엇인가를 해보고 싶은 의지가 생겼고, 함께 의논했다.

– 우리는 마을 걷기행사에서 우리 이름을 건 '건강지도자 체험관' 부스를 운영하기로 하고, 주민들에게 난타, 수세미 만들기 등을 직접 체험하게 하는 활동을 했다. 이 뿐 아니라 건강지도자 분들 중 남자 어르신 분들은 자발적으로 걷기 행사에서 안전요원으로 활동했으며, 시민건강놀이터에서 걷기 지도자 과정을 마친 건강지도자들은 걷기 리더로 활동하는 등 갈수록 활동이 다양해짐을 우리 스스로 느끼면서 뿌듯함을 느낀다.

– 예전에는 보건소에서 건강체험관을 하면 가서 혈압·혈당을 체크해보는 게 다였던 우리, 지금은 보건소에서 실시하는 '7일 7색 무지개빛 건강이야기'에서 접수, 뇌졸중·심근경색증 조기증상 알기, 허리둘레 재기, 홍보물 배부, 질서반장 등 각자 역할을 맡아 매월 한번도 빠짐없이 활동하고 있다.
더 건강한 동네를 만들기 위하여 우리는 이렇게 주민과 직접 만나며 꾸준히 활동하고 있다.

동네 사람들은 어떻게 생각할까?

• **동네 사람들은 우리 활동을 얼마나 알고 있을까? 또 필요하다고 생각할까?**

– 우리는 재미있어서 열심히 활동하고 있지만 우리 활동이 동네 사람들에게 많이 알려져 있을까? 만약 알려져 있다면 그들은 옹기종기행복건강마을사업을 마을 사람들도 필요하다고 생각할까? 옹기종기행복건강축제 부스도 운영하는데 함 알아볼까?

– 100명 정도 조사 했는데 작년에는 59.4%가 안다고 대답했는데 올해는 65%, 그리고 반 이상이 우리가 활동하는 것을 봤다고 하네. 그리고 85.7%가 옹기종기 행복건강마을사업이 필요하다고 답을 해서 작년 61.3%보다는 많이 높아졌네... 우리도 이것이 필요하다고 생각해서 열심히 하고 있는데, 사람들이 생각보다 운동을 안하네.

재미있게 했더만 상도 받고 재능기부도 하고 좋네..

• **야~ 이러다 우리 유명인사 되겠다..**

– 대구시마을공동체지원센터에서 마을사업인가 뭔가 지원하면 돈도 대주고 한다는데 우리 그거 한번 해보자 해서 했는데, 쪼매 체력에 부치긴 해도 재미있네.. 재미도 있었는데 거기다 덤으로 상까지 주네.. 와! 이리 좋노..

– 그리고 코바늘 열심히 뜨고 배우고 하더니만 다른 단체에 가서 재능기부도 하고 좋네.. 우리가이리 모이가 다 같이 하니까 재미있는 일이 많네.. 우리 이러다가 동구 유명인사 되는 거 아인가 모르겠네..

4. 성공요인

■ 성공 요인 및 향후 개선방향

S 성공요인 – Success Factor

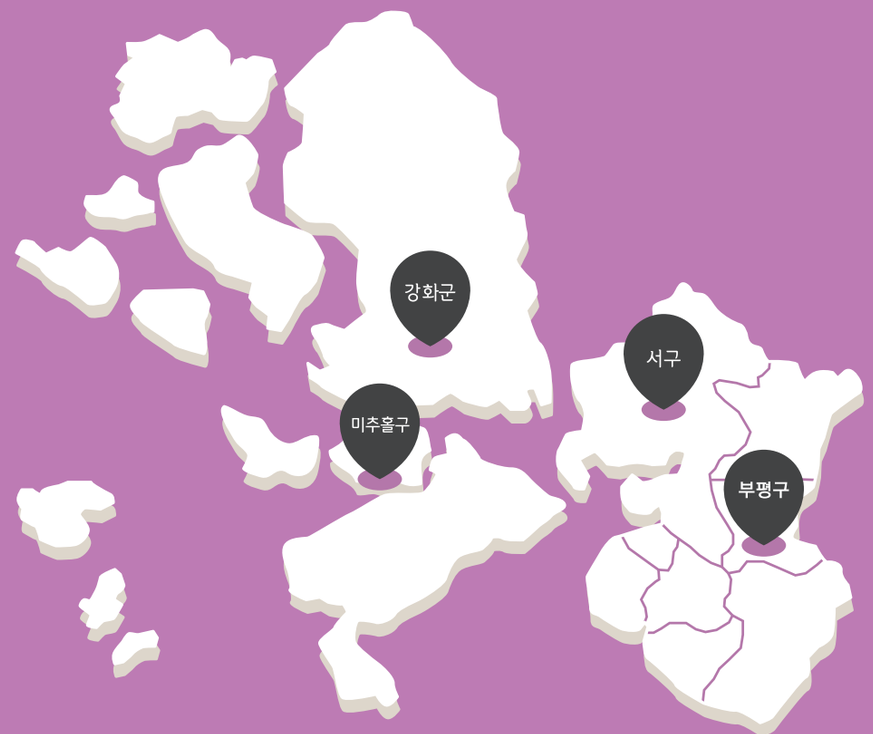
- 지역사회자원 발굴 및 지역사회 역량강화를 통한 주민 참여형 건강증진사업 전개
- 홍보를 통한 자발적인 건강지도자 모집 및 양성으로 미래 발전 동력 마련
- 건강지도자의 주도적 활동 및 상호 협의를 통한 사업 추진

D 차별성 및 노력도 – differentiation

- 건강 뿐 아니라 마을공동체 의식 함양을 위해 지역자원연계를 통한 마을 내 프로그램 및 행사 진행
- 사업의 성공적인 정착을 위해 적극적인 주민 의견 수렴 · 반영 노력

I 향후 개선방향 – improvement

- 건강지도자 역량 강화를 위한 교육의 다변화 및 활동을 체계화
- 주민참여형 건강환경 조성 및 캠페인 지속 전개
- 치매안심마을사업과 소통·교류의 장 마련으로 동촌동 건강마을 사업 효율성 제고



인천광역시

01 서구 보건소
뚜벅뚜벅 일상에서 건강지키기

02 강화군 보건소
보고듣고 실천하는 구강건강 체험관 운영

03 미추홀구 보건소
빅!데이터로 금연을 픽(PICK)!하다

04 부평구 보건소
행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스

인천광역시
서구 보건소

부　서 : 건강증진과
담당자 : 문성숙

뚜벅뚜벅
일상에서 건강지키기

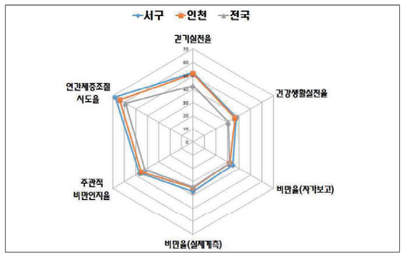
구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여 특화 / 지역실태중심	성인	(주영역) 신체활동 / (부영역) 비만예방관리

1. 추진배경

■ 서구의 건강행태가 과거 타지역보다 불량했던 흡연이나 음주등은 개선중이나, 걷기실천율과 건강생활실천율이 전국이나 인천평균에 비해 높음에 불구하고 비만 및 체중조절관련 지표가 높음

		전국	인천	서구
신체활동	걷기실천율	42.9	51.9	52.6 ↑
	건강생활실천율	30.7	36.5	37.7 ↑
비만 및 체중조절	비만율(자가보고)	31.8	31.9	34.7 ↑
	비만율(실제계측)	33.8	34.5	37.2 ↑
	주관적 비만인지율	42.1	45.2	46.7 ↑
	연간체중조절 시도율	58.9	63.9	68.0 ↑

*출처: 2018 지역사회건강조사,단위:% 표준화율



■ 비만율 (신체계측)은 남자 47.9%, 여자26.9%로 남자가 여자보다 뚜렷하게 높으며, 남자의 경우 30대 성인남성의 비만이 55.5%에 달함

■ 따라서 당뇨병과 밀접한 관련이 있는 비만 및 체중조절 지표 개선과 특히 가장 심각한 30-40대 성인남성의 비만해소를 위해 일상에서 신체활동량 증가를 위한 다양한 프로그램 개발 및 걷기 환경 조정방안 모색

2. 추진내용

전략	추진내용
모바일기반 커뮤니티 환경조성	• 모바일 걷기 어플리케이션(워크온) 확대운영 (3년연속추진) : 4,762명 가입 걷기 좋은길 등록(7개): 청라 호수공원, 인천둘레길 2코스 전망좋은 천마산 원적산, 경인아라뱃길, 가현산, 천마산, 가좌완충공원 생활터별 소그룹 커뮤니티 관리(10개): 인천서구걷기, 인천서구건기협회, 인천건강증진협회, 서구체육회, 서구 생활터 건강아파트, 인천서구사업장, 금연X운동=건강두배, 신인천발전본부, 인천서부소방서 매월 챌린지를 통한 인센티브 제공: 4월~12월 (13회/6,202명참여)
지역사회 걷기 환경조성	• 둘레길 조성: 공원녹지과 협조로 2019. 9월-12월에 조성, 소요예산:4억 (수도권매립지 특별기금) 할메산 1코스 4.4km / 2코스 2.6km 골막산 1코스 0.9km / 2코스 1.2km – 12.26(목) 둘레길 조성기념 걷기행사 개최 • 주민참여 건강계단 조성 : 2019. 4월-12일 – 2019.4.17. 주민제안(지하철역사와 공동주택에 건강계단 설치) ⇒ 주민참여예산 선정 심의위원회를 통해 구비 15,000천원 추경확보 ⇒ 설치기준 및 대상선정 ⇒ 디자인과 사이즈 의견수렴 ⇒ 설치완료 (기념식) – 설치장소:지하철역사 3개소 및 공동주택(금연아파트) 5개소 인천 2호선 지하철 역사: 서구청역 – 내부중앙, 3번 출구 / 아시아드경기장역 – 2번출구, 3번출구 / 완정역 – 3번출구, 4번출구 공동주택: 루원시티 루에블린A, 루원시티 대성베르힐A, 청라힐스데이트A, 청라골드클레스A, 검단우방아이유쉘A – 엘리베이터 입구, 1층계단
소지역중심 지역밀착 신체활동 늘리기	• 야간 걷기교실 운영: 5개공원/41회/1,379명 (서곶근린공원, 청라호수공원, 석남체육공원, 경인아라뱃길, 가좌완충공원) • 건강동아리 9개 운영: 968회/12,717명 (보건소1, 석남3, 가좌2, 검단3) • 올바른 걷기를 위한 보행자세 및 족압 분석을 통한 과학적 접근 – 접근성 강화를 위해 보건소, 검단건강생활지원센터 측정 장비 설치 • 5개 보건기관 상설 운동프로그램 운영 – 기초체력측정에 따른 개인별 맞춤지도 36,076명 – 기초체력 증진을 위한 운동교실 운영 : 1,361회/24,528명 보건소: 비만관리교실 근력운동교실 유연성향상 운동교실 등 / 완정센터: 비만관리교실 소그룹근력운동 교실 바른자세 운동 등 / 가좌센터: 비만관리교실 근력운동교실 필라테스 등 / 석남센터: 비만관리교실 근력운동교실 요가교실 등 / 검단센터: 비만관리교실 근력운동교실 순환운동교실 등 – 맞춤형 운동프로그램 참여자 대상 걷기교실 운영 : 100회/2,617명
주민주도형 건강증진 활동강화	• 인천건강증진협회 활동 강화:2016년 서구건강증진주민협의회 발족→2019년 인천건강증진협회로 변경 등록 – 운동 동아리 활동 및 재능기부 1,660회/21,852명 – 네이버밴드(서구건강지킴이)운영 : 1,308명 • 서구걷기협회 운영 강화 – 권역별 6개소 걷기동아리 운영(361회/4,457명) – 네이버밴드(서구걷기협회)운영 583명 • 사업장 주도 건강증진 활동 – 신인천발전본부 한마음 걷기대회

소요예산 : 469,000천원
(통합예산 49,000천원, 자체예산 5,000천원, 주민참여예산 15,000천원, 수도권매립지 특별기금 400,000천원)

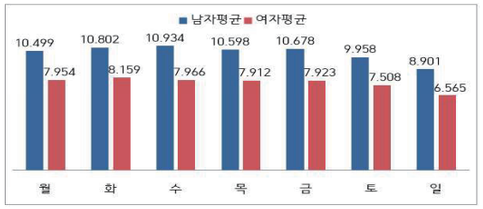
3. 추진성과

■ 2016년부터 건강증진주민협의회,서구걷기협회를 구성하여 건강리더 양성 등 주민역량을 강화한 결과 주민참여예산으로 지하철역사와 공동주택에 건강계단을 설치하는 등 건강증진에 대한 자발적 참여수준이 높아짐

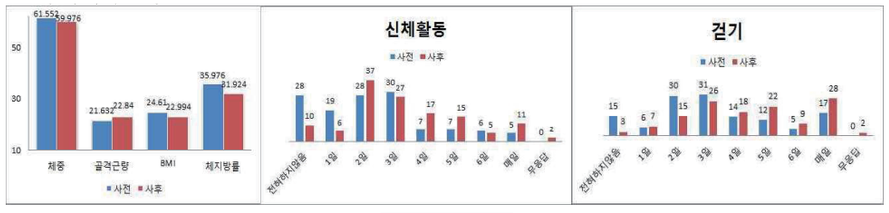
■ 워크온 커뮤니티 활동강화로 전년대비 가입자 대폭 증가 (1,949명 ⇒ 4,762명)

- 가입자 분석시 여성(61,9%) 〉 남성(38.1%), 연령대는 50대(28.6%) 〉 40대(25.9%) 〉 60대이상 (21,8%) 〉 30대(15,5%)대의 순임
- 1일평균걸음수 전년대비 증가 (6,881보 ⇒ 7,729보)
- 성별/연령별 평균걸음 : 50대 남성의 걸음수가 높음

- 요일별 평균걸음 : 평일의 걸음수가 높음



■ 운동교실 참여자 대상 6개월 이후 건강행태와 체력분석시 걷기·신체활동 실천율은 증가하고 비만도 감소(130명 무작위 선정)



모바일 환경 조성, 둘레길조성, 건강계단 조성 등 다각도의 접근으로 주민들이 일상에서 걷기실천을 통해 건강수준을 향상시킬 수 있도록 노력함 ⇒ 2020년에는 가현산과 시천동 꽃뫼산, 계양산, 승학산 일원에 친환경 둘레길을 조성하고, 직장인 워크온 건강포인트제 도입 등 걷기운동 지속확대

인천광역시
강화군 보건소

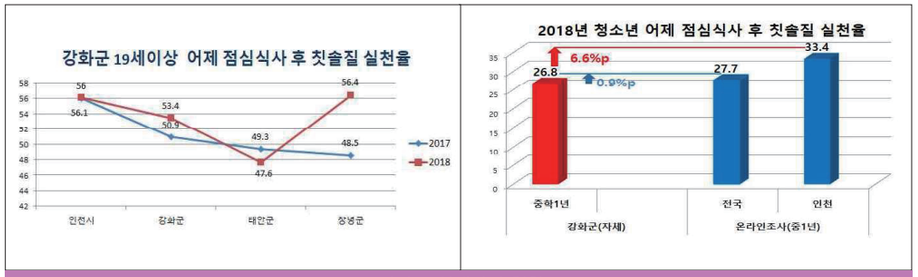
부 서 : 구강보건팀
담당자 : 이해정

보고 듣고 실천하는 구강건강체험관 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	지역주민 전체	구강

1. 추진배경

■ 초 고령사회(강화군 인구대비 31%)이면서 대부분이 농업에 종사, 낮 시간에 대한 여유로움이 없고 한 부모, 조손가정에서 양육하는 아동들이 늘어나는 추세로 사각지대를 대상으로 구강 위생 관리 중요성에 대한 인식변화 교육 필요



강화군 위생관리 현황

*자료출처 : 통계청(표준화율)

*자료출처 : 강화군자체조사(1차자료)

- 강화군 지역현황과 비슷한(인구수,노인인구) 2개군의 어제 점심식사 후 칫솔질 실천율을 비교해 본 결과 약간 높거나 낮은 것으로 나타났으며 인천시보다 낮은 것으로 나타났으며 인천시보다 (3~6%) 낮은 수치를 보이고 있어 대상인구가 많이 분포되어 있는 초 고령군의 노인대상 교육 및 홍보 강화 필요

- 온라인 조사가 불가능한 지역으로 강화군 자체 설문조사 실시 결과 중학교 점심 식사 후 칫솔질 실천율은 인천시 대비 6.6%p 이상 낮은 수치를 보이고 있어 지속적인 교육 및 홍보 강화 필요

2. 주요내용

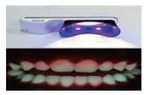
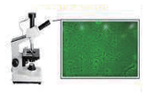
■ 구강관리 동기부여를 위한 체험 식 교육

구강체험교실 프로그램 운영 흐름도

단 계	집중관리대상자 사업내용
도입단계	· 사업취지 및 수행과정 설명 · 설문조사 / 나의 구강점수는
교육단계	· 구강검진 및 상담, 이닦기 실습 · 1차 지면세균막 검사(PHP-s index) · Q-scan, 구강카메라, 위상차현미경 체험 · 불소도포 · 치면세균막 검사시약(7정) 배정 및 칫솔질 실시 체크카드 배부
1차 치면세균막 검사 자가체크 단계	· daily(매일) 자가 체크 - 치면세균막 도포 후 자가 검사 수첩기록
2차 지속관리	· 사업 실시 1주일 후 치면세균막 검사 및 칫솔질 카드 확인 - 칫솔질 중 부족한 부분의 보완에 집중 - 매일 식 후 칫솔질 실시 90% 대상자 교육용 칫솔 배부
3차 지속관리	· 사업 실시 2주일 후 치면세균막 검사 및 칫솔질 카드 확인 - 칫솔질 실시 후 부족한 부분의 부위별 칫솔질 교정 - 매일 식 후 칫솔질 실시 90% 대상자 교육용 칫솔샘 배부
수료단계	· 최종 치면세균막 검사 후 칫솔질 · 설문조사 / 나의 구강점수는 · 참여자 기념사진 촬영

목표 및 자원 연계 방향

구강체험부스 운영 내용

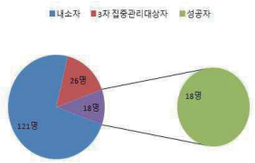
구강버스	Q-스캔	구강카메라	위상차현미경	불소실험
				
의료기관의 접근성을 높여 구강질환관리 및 치료 서비스 제공	보랏빛 조명을 통해 치아 표면의 세균막 관찰	구강카메라를 이용하여 충치 및 구강 내 문제점 확인	구강 내 세균(프라그)의 활성도를 통해 구강 위생 상태 확인 가능	불소도포의 필요성 및 중요성확인

3. 추진성과

구강건강 체험관 운영 실적

구분	참여인원	운영횟수	교육 및 홍보	이 닦기 실습	체험부스 참여	전문 강사 교육 (집중관리)
미취학	228명/6개소	9회	228명	228명	228명	–
초등학교	1,160명/15개교	15회	1,160명	1,160명	1,059명	
중 · 고등학교	1,388명/16개교	43회	1,388명	1,388명	–	1,388명
경로당	330명/18개소	18회	330명	330명	330명	–
지역아동센터 복지시설	259명/11개소	11회	259명	259명	231명	–

체험교실 참여자 모니터링 결과



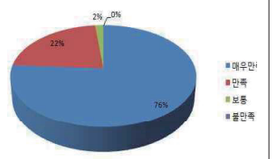
성명	PHP index 1차	2차	3차
유정희	2.7	0.83	0.33
서영애	1.67	1.17	1.00
전명자	1.83	1.00	0.33
김연옥	0.83	0.66	0.5
이순희	2.00	0.66	0.5
배상애	0.83	0.66	0.5
이수정	2.3	1.2	0.67
남궁희영	1.16	0.83	0.5
지정애	1.83	1.33	0.83
최인선	1.00	0.83	0.67
조영숙	2.83	1.83	1.00
이희복	1.00	0.83	0.00
이태숙	1.16	0.83	0.00
박지순	1.50	1.00	0.5
방용하	2.50	1.50	0.5
이수옥	1.34	1.00	0.50
백위연	1.50	1.17	0.83
박창진	1.00	0.5	0.17

■ **내소 자 121명**
- •집중관리 필요 자 : 26명
- •3차 지속관리 성공 자[4] 18명 (69% 성공률)

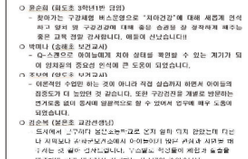
PHP–index	1차시	2차시	3차시
평균	1.61	0.99	0.51
향상율	–	0.62%p ↑	1.1%p ↑

- 3주 간 방문 지속관리를 받은 결과 PHP– index[5]가 평균 1.1% 이상 낮아지는 향상율을 보임

체험교실 체험 후 만족도

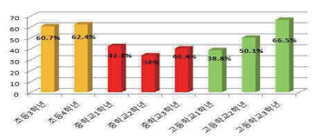


학교 관계자 의견



강화군보건소 홈페이지 주민 반응

2019년 강화군 초·중·고등학생 어제 점심식사 후 칫솔질 실천 설문조사 결과



강화군 자체 설문조사 (온라인조사 불가능 지역)

비고	초등3년	초등4년	중학교	고등학교	중1년
학교수(강화군전체)	20개교	20개교	9개교	8개교	9개교
참여학생수(전체)	354명	359명	1,171명	1,518명	384명
응답수	215명	224명	456명	780명	163명
실천율	61%	62%	39%	52%	42.4%

초등학생인 경우 지속적인 교육으로 점차 증가하고 있으며, 중1학년인 경우 작년대비 15.2% 향상률을 보여 생활터별 찾아가는 교육의 효과가 나타나고 있는 것으로 볼 수 있음

*자료출처 : 강화군 자체 설문조사

〈보고 듣고 실천하는 구강건강 체험 관〉 운영하여 365일 칫솔질 생활화로 건강치아 수명 연장 기여

4) 성공자 : 3차 PHP–index가 1점 이하인자 (점수가 높을수록 구강상태 불량)
5) PHP–index란 : 지금까지의 구강환경관리 정도를 평가하여 동기유발 및 칫솔질의 효과와 치면 세균 막 제거 방법 제시

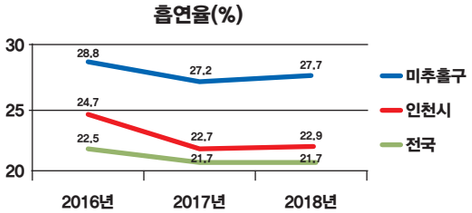
인천광역시
미추홀구 보건소

부　서 : 건강증진과
담당자 : 안수지

빅!데이터로 금연+을 픽(PICK)!하다

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	성인	(주영역) 금연 / (부영역) 신체활동

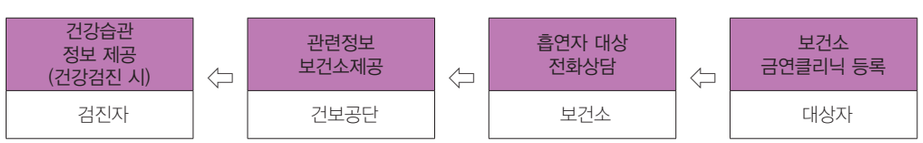
1. 추진배경



■ 미추홀구의 현재 흡연율은 전국 및 인천 대비 높은 수치를 보이고 있음.
이에 따라 금연 의지를 가지고 금연클리닉에 내소하는 흡연자뿐만 아니라 흡연자를 적극적으로 찾아내고 금연을 유도할 필요가 있음.

■ 공단과 연계하여 건강검진 시 작성하는 검진표 빅데이터 활용을 통해 찾아낸 흡연자를 대상으로 금연 의지를 심어주고 금연지원서비스를 제공하여 건강증진에 기여하고자 함.

2. 추진내용



■ **빅데이터 분석을 통한 흡연자 PICK!**
- 금연 의지를 가진 사람이 보건소에 내소하여 금연클리닉에 등록하는 기존 사업 형태에서 벗어나 직접 흡연자를 PICK!하여 금연 의지를 심어주고 건강개선 유도
- 공단과 연계하여 건강검진 사후관리를 위한 결과 활용에 동의한 사람들의 검진표 빅데이터 자료를 전달받고 흡연자 대상 전화·SMS를 통한 금연클리닉 120명 등록 및 건강 관리

■ **체성분 분석 시스템을 통한 건강개선 모니터링**
- 빅데이터를 통해 금연클리닉에 등록한 대상자의 현재 건강 상태 체크를 위한 체성분 검사 사전 진행 후 금연을 통한 건강 지표 변화치를 확인하고 결과에 따른 맞춤형 운동 처방 등으로 금연 의지를 높임과 동시에 건강 개선 관리

■ **모바일을 통한 지속적 관리**
- 생활 밀착형 모바일인 카카오톡 플러스 친구 활용을 통해 1:1 실시간 금연 상담 및 금연행동요법 등 안내
- 체성분 어플리케이션을 통해 금연 정보뿐만 아니라 운동·영양 정보 등 건강을 위한 서비스 지원

■ **관계 기관과의 협력체계 구축**

대 상	주요내용
건강검진 의료기관	• 건강검진 사후관리를 위한 결과 활용에 동의한 대상자의 검진표(흡연여부) 정보 공단에 제공
국민건강 보험공단	• 의료기관으로부터 받은 검진표의 건강습관 정보 보건소에 제공
보 건 소 내부자원	• 체성분 분석 시스템 활용하여 금연 전 · 후 건강 개선 확인

■ **자원 투입**
- 인력 : 금연사업 담당자1명, 금연상담사 공무직 2명, 금연상담사 기간제 3명
- 예산 : 인건비 162,568천원

인천광역시
부평구 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 이선희

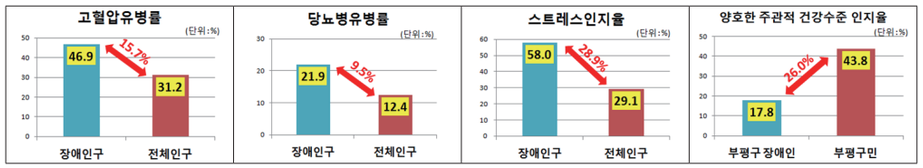
행복 실감 부평구 재활! 오! 나이스[1)]

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	장애인	(주영역) 지역사회중심재활 / (부영역) 심뇌혈관질환 예방관리

1. 추진배경

■ 부평구 장애인 및 노인인구(장애발생 고위험군) 증가추세(인천시 10개 군·구 중 장애인, 노인인구 1위)

■ 장애인은 비장애인에 비해 건강문제 및 경제·환경적 제약이 많아 의료서비스 취약, 만성질환 발병 및 2차 기능장애 발생 위험 높음. ⇒ 비장애인과의 건강격차 줄이기 위한 노력 필요 절실



※ 자료출처 : 2017년 보건복지부 장애인실태조사, 국민건강영양조사 / 2017년 부평구 장애인실태조사, 지역사회건강조사

■ 장애인건강권법, 국민건강증진종합계획(HP2020) 중점과제 '장애인 건강', 부평구 구정 운영방향 '더불어 따뜻한 복지 부평'과 관련한 장애인의 건강권 보장의 중요성 대두
⇒ 건강형평성 강화를 위하여 장애인의 건강상태 및 요구도를 반영한 통합적 재활서비스 확대

도입(~ 2016)	→	전개(2017~2018)	→	발전(2019~2020) – 지속추진(확대)
일상생활 기능향상을 위한 건강보건관리 강화		사회참여를 포함한 건강보건관리 강화 (스포츠로 재활(탁구,요가) 신설 등)		장애인 건강권 보장을 위한 통합건강관리 강화 (통합적 프로그램, 문화공연 신설 등)

1) "오! 나이스"는 스포츠로 재활 탁구 프로그램 운영 시 자신과 동료를 위해 외치는 구호 [오! 나는 이제부터 스스로 시작, 부평구 재활!]

3. 추진성과

■ 목표 달성도 및 주요성과

- 금연 의지가 없거나 혹은 금연 의지가 있었으나 시도하지 못하고 있던 흡연자를 발굴하여 금연클리닉 등록 및 금연지원서비스 제공
- 검진표 빅데이터 활용 흡연자 금연클리닉 등록 : 120명(목표대비 100%)
- 모바일을 활용한 영역별 컨텐츠 제공 : 총 94건

영역별 컨텐츠 제공 횟수(단위: 건)				
건강	영양	운동	금연	총계
23	25	20	26	94

- 6개월 금연 성공률: 55.4%(목표대비 96%)

■ 향후계획

- 금연 의지를 가지고 보건소에 내소하는 사람들에 비해 상대적으로 금연 의지가 낮은 사람들이 사업 대상 이다보니 6개월 성공률이 비교적 낮음. 만족도 조사 등을 통해 금연지원서비스 모니터링, 다른 사업과의 연계 등 집중 관리를 통해 6개월 성공률 제고

2. 추진전략 및 내용

목 적	장애인 건강요구(문제) 반영 통합건강관리 ⇒ 건강행태 개선 및 일상생활자립능력 향상 ⇒ 건강한 삶 영위
대 상	부평구 뇌병변 · 지체유형의 장애인 15,453명(전체 장애인의 56.9%)

■ **전략 1. 장애인 건강문제 및 요구도를 반영한 프로그램 신설·확대 운영**

건강상태 및 요구도		주요내용	목 표
건강문제	· 고혈압 유병률 · 당뇨병 유병률 · 주관적 건강수준 인지율 · 스트레스 인지율	– 순환운동프로그램(건강한 한걸음)의 통합관리프로그램으로 전환(개선) · 재활프로그램과 연계하여 분야별 전문가의 심뇌혈관질환 예방관리, 영양, 정신건강, 구강보건교육 등 장애인 집중 건강관리 프로그램 운영 2017 ~ 2018년: 재활(순환운동)프로그램 지역주민 대상 만성질환 관리 및 건강생활실천 프로그램 ➡ 2019년 장애인 집중 통합관리프로그램(전환): (매 주) 재활(순환운동)프로그램 (주차별) 만성질환 관리교육 및 건강생활 실천교육 (영양, 금연, 구강보건, 정신건강)	혈압 인지율 목표 90% 혈당 인지율 목표 80% 양호한 주관적 건강수준 인지율 목표 30%
장애인 요구도[2]	재활 치료서비스	– 의료비 부담경감을 위한 재활 치료서비스 제공 · 재활치료실 상시 운영과 인천병원 재활의학과 전문의 무료 진료 – 소근육 작업능력 향상 및 협응 훈련을 위한 그룹작업치료교실 운영	재활치료서비스 목표 15,000명
	방문 재활서비스	– 찾아가는 재활(치료)서비스 운영(장애출현율 높은 삼산 · 갈산지역 강화) · 건강요구 파악, 개인 운동법 지도 및 기능적 전기치료, 테이핑 치료 등	
	건강검진	– 프로그램 참여자 대상 장애인체력인증센터 연계 체력측정 실시(신설) – 국가건강검진 수검 안내(홍보) 및 프로그램 참여자 대상 건강검진 교육	재활 프로그램 목표 4,010명
	2차 장애예방	– 일상생활 기능향상을 위한 순환운동 프로그램 운영 확대 ('18년 27회→19년 36회)(확대) : '18년 프로그램 참여자 설문조사 결과 운영 확대의견 반영 – 근골격계 2차 장애 예방 운동교실 운영(타이치 운동교실, 요통운동교실)	
	여행, 문화공연	– 스포츠로 재활(탁구 · 요가)프로그램(장애인체육회) 및 자율 탁구, 요가(확대) · '18년 프로그램 참여자 의견 반영하여' 19년 자율 탁구 연중 운영 – 부평구 장애인을 위한 열린 문화공연(인천시립교향악단)(신설)	프로그램 만족도 목표 90%
	스포츠/여가	– 난타!! 마음 두드림(북 연주) 프로그램 운영(확대) : '18년 10회' →19년 16회	
	차별 경험 있다 (39.9%)	– 장애인식개선 프로그램 : 초·중·고 대상 보치아 등 체험을 통한 장애 이해교육 – 가족과 함께하는 자조모임/재활기구(휠체어 외 10종) 대여/보조기구세척서비스	장애인식개선도 목표 개선

■ **전략 2. 양질의 재활사업 운영을 위한 재활협의체 활성화('18년연2회→'19년연6회) 등 지속적 업무협력체계 구축**

보건소 기능형 TF팀	부평구 지역사회 재활협의체	인천광역시	지역사회 자원 연계
담당자2, 재활의학과 의사1, 간호사2, 영양사1, 물리치료사2, 운동사1	보건소, 복지정책과, 다문화가족지원센터, 종합사회복지관, 자활센터 등 13개 기관	인천광역시 건강증진과 인천통합건강증진사업지원단	인천장애인체력인증센터, 인천병원, 인천의료원, 장애인체육회 등
· TF팀 회의 : 2회 · 재활사업 운영방향 등 논의	· 재활협의체 운영 : 6회 · 대상자 발굴/연계, 대상자중심 서비스 제공 논의	· 시 업무회의 : 1회 · 시 업무협의 : 수시 · 통합지원단 모니터링 및 기술지원 : 2회	· 지역사회 연계강화를 위한 간담회 : 3회 · 지역사회 자원 연계 : 90회

*예산 투입예산 총108,360천원(국19,110 시9,555 구79,695)
집행액 총105,973천원(국19,110 시9,555 구77,308) (달성률97.8%)

2) 자료출처 : 부평구 장애인 생활실태조사(2017) (프로그램 운영방법, 횟수 등은 '18년 참여자 설문조사결과 반영)

3. 추진성과

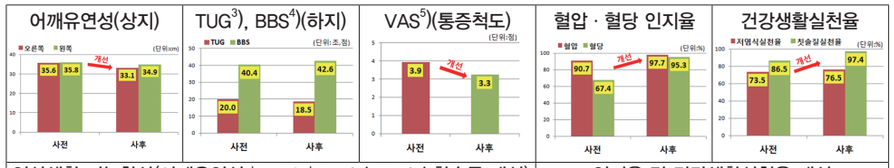
■ **목표달성도 : 만족도, 일상생활기능향상도, 인지율 등 건강개선 효과 목표대비 116.8% 달성**

산출지표	2018년	2019년		
	실적	목표	실적	달성률
지역사회 재활협의체운영	2회	4회	6회	150%
보건소 등록관리인원	859명	950명	1,071명	113%
재활치료서비스 수혜 인원	15,954명	15,000명	18,960명	126%
재활프로그램 수혜 인원	3,309명	4,010명	4,625명	115%

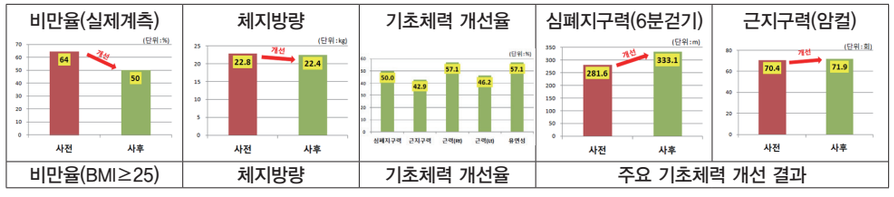
결과지표		'19년목표	'19년실적	달성률
기능향상도	어깨유연성	개선	개선	100%
인식개선도	혈압 · 혈당 인지율	90/80%	97.7/95.3%	109/119%
양호한 주관적 건강수준 인지율		30%	39.5%	132%
프로그램 참여 만족도		90%	93.8%	104%
장애인식개선도(장애체험)		개선	개선	100%

■ **주요 프로그램 운영성과**

• 재활프로그램의 통합적 건강관리프로그램 전환에 따른 "기능향상+인식개선" 효과 : 평균 기능향상 개선율 58.4%



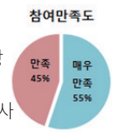
• 스포츠로 재활 참여자 대상 장애인 체력인증센터와 연계한 전문적인 체력측정(신설) : 평균 기초체력 개선율 50.7%



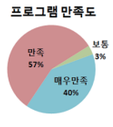
3) TUG(Timed Up&Go test) : 일어서서 걷기검사, 낙상위험도를 평가하기 위한 균형 검사
4) BBS(Berg Balance Scale, 버그균형척도) : 정적 및 동적 균형평가, 40점 미만일 경우 낙상의 위험이 매우 높음.
5) VAS(Visual Analog Scale) : 주관적 환자 통증 평가지표, 0 ~ 10점 평가

- 일상생활기능향상에서 나아가 문화/스포츠 활동 프로그램 신설·확대로 장애인 사회참여 제고 : 평균 만족도 98.5%

〈부평구 장애인을 위한 문화공연(신규)〉
– 일시 및 장소 : '19. 6. 19.(수), 부평구청 대강당
– 참석자 : 부평구 장애인 및 가족 390명
– 내 용 : 인천시립교향악단 연주회, 구청장 격려사



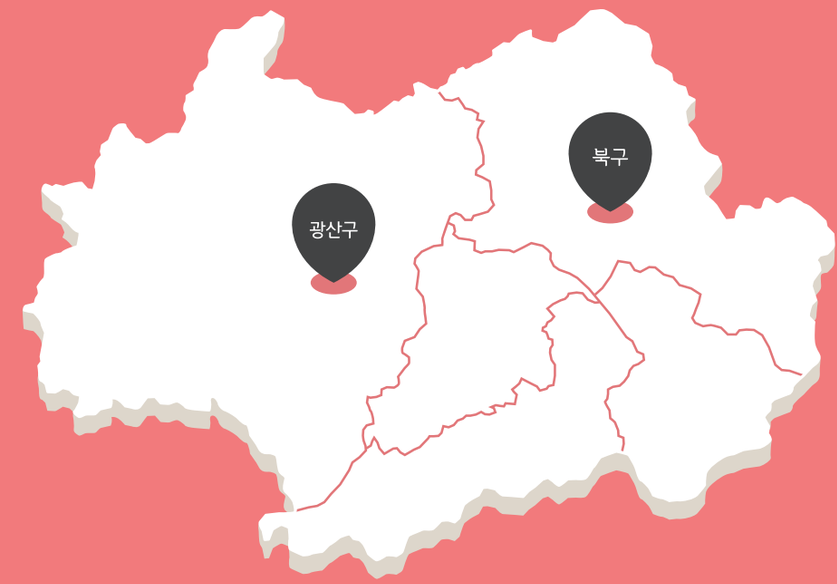
〈스포츠로 재활 : 탁구, 요가/자율탁구동호회(확대)〉
– 인천장애인체육회와 연계, 스포츠 종목 도입 (인천공공기관 최초)
– 강사배치 없는 1~2월,7~8월 자율탁구운영 (자원봉사자 활용)
– '19. 11. 9. 인천 장애인 어울림 대회 참여 ('18년 탁구대회 우승)



4. 성공요인

■ 주요 성공요인(노하우)
- 부평구 구정 운영방향 '더불어 따뜻한 복지 부평'과 관련한 장애인 건강권, 복지 강화에 대한 기관장의 높은 관심도
- 장애인의 건강문제(요구)를 반영한 사업의 신설, 전환, 확대 추진 및 협의체 운영 활성화 등 협력체계 강화
- WHO의 CBR Matrix에 맞추어 건강증진, 예방, 의료, 재활, 사회적요구 역량강화 등 다양한 영역의 서비스 제공

■ 향후계획 : 인천시–부평구 재활사업 담당자 회의(12.5.) 및 '19년 사업추진결과(만족도 등)를 반영한 사업의 내실화 및 지속적 확대(통합프로그램(건강한한걸음)의 정착, 난타마음두드림 확대 등)



광주광역시

01 광산구 보건소
「선주민과 이주민이 함께 행복한」 고려인 건강마을!!

02 북구 보건소
주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

광주광역시
광산구 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 최현경

「선주민과 이주민이 함께 행복한」 고려인 건강마을!!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	다문화	금연 / 구강

1. 추진배경

■ **광주광역시 외국국적동포(고려인동포) 94.7% 광산구 거주**
- 광주광역시 고려인동포 1,807명 중 광산구에 1,770명 거주

■ **주요공단이 위치한 월곡동 중심 고려인 마을 형성**
- 하남공단, 평동공단, 소촌공단 등 광주광역시 주요공단이 위치
- 2층 단독주택과 원룸건물 밀집되어 주거비용 저렴, 외국인 이주자들 집중 거주

■ **광산구 10대 협업과제 '월곡동 고려인 특화마을 조성'**
- 4개 부서 협업 (도시재생추진단, 여성가족과, 식품위생과, 건강증진과)

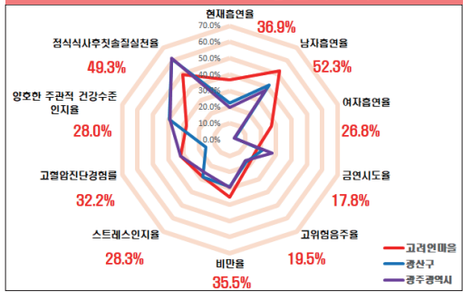
■ **고려인 주민건강실태조사 결과 : 주요건강지표 '나쁨수준'**
- 고려인마을주민(152명,표본)대상 17개 문항 조사 → 주요건강지표 평균미달

⇒ **고려인 건강행태개선을 위한 맞춤형 통합건강증진사업 필요**

■ **건강문제 우선순위 선정 : 조사결과 기반 , 고려인 문화·사회적 차이 고려하여 건강문제 선정**

흡연예방관리 | 정신건강관리 | 구강건강관리 | 건강생활실천(신체활동, 비만, 영양, 절주)

고려인마을 주민건강실태조사



2. 추진내용

■ 선주민과 이주민이 함께 행복한 고려인건강마을 조성

추진목적

고려인 건강문제 중심 통합건강증진사업 추진으로 건강행태개선 도모

추진목표

As-is		To-be
건강수준 '나쁨수준'	→	고려인건강마을 프로젝트
금연시도율 17.8%	→	금연시도율 19% 상승
교육전 구강 인식점수 258점	→	교육후 구강인식변화율 15% 향상

추진전략

1단계 건강취약계층 고려인마을 위한 지역사회 기반조성을 먼저!
1. 광산구 고려인마을 협업 지원체계 구축 고려인진료소 운영, 전직원 협업회의
2. 건강문제 발굴(사전조사) 설문조사, 건강측정, 고려인진료소건강문제조사

2단계 고려인 건강문제 중심 맞춤형 건강증진사업을 추진!
1. 건강환경조성 금연존, 다모아공원 금연표시, 건강계단, 환경정비, 야간운동교실
2. 통합건강증진사업 흡연예방관리, 정신건강, 구강건강, 건강생활실천

3단계 협업과 연대로 적극적인 건강증진정책을!
1. 고려인마을 건강파트너 도시재생선도대학, 고려인을 사랑하는 의료모임
2. 광산구 10대 협업 과제 광산구 월곡동 고려인 특화마을 조성

협력체계

행정기관
- **기획관리실 등 4부서** (전 직원 협업회의)
  – 사업 기획 / 운영 / 모니터링 / 평가
- **건강생활지원센터** (프로그램 운영 기획, 운영)
- **월곡동 행정복지센터** (마을축제 기획, 운영)

유관기관
- **고려인종합지원센터** (고려인 현황 정보제공)
- **고려인진료소** (건강문제 발굴 및 봉사참여)
- **고려인교회** (설문조사, 건강상담실 기획, 운영)
- **고려인 어린이집, 지역아동센터** (프로그램운영)

고려인 마 을

공공기관
- **국립나주병원** (진료소 정신건강상담 주1회)
- **중독관리센터** (중독폐해예방교육 연계)
- **정신건강복지센터** (다문화센터 정신건강상담)
- **초등학교 3개소**(구강교육 등 연계)

주민조직
- **고려인 마을 동행위원회 조직 활용**
  – 건강리더자 발굴 및 연계
  – 건강문제 우선순위 선정, 동시통역
  – 건강환경조성 현장조사 등 연계

자원투입

인력			예산 [단위 : 천원]		외부기관
계	내부(17명)	외부(16명)	합계	내부(타부서 포함)	
33명	건강증진과 8명 우산건강생활지원센터 9명	국립나주병원 2명 고려인진료소 10명 정신건강복지센터 2명 중독관리통합지원센터 2명	943,170	통합건강증진사업 7,000 금연지원사업 2,000 어울림 공간 조성 930,000	정신건강복지센터 4,170원

■ 추진전략 및 세부내용

〈전략 1〉 건강취약계층 고려인마을 위한 지역사회 기반조성을 먼저!

1.광산구 고려인마을 협업 지원체계 구축

- 고려인 마을 고려인 진료소 운영(18.3~현재)
- 고려인마을 광산구 지원현황 조사
  - 3개 부서(도시재생추진단 등) /6개 사업지원
- 고려인 재학생 현황 파악
  - 대반초 120명 〉 하남중앙초 92명 〉 영천초 15명
- 월곡동 인근 학교 프로그램 요구도 조사 결과
  - 구강교육 (칫솔질), 영양교육
- 고려인 건강증진사업 추진을 위한 전직원 협업회의 : 3회
- 고려인마을 간담회 : 5회

2.고려인 건강문제 발굴(사전조사)

- 방 법 : 설문조사 및 건강상담실 운영
- 조사결과
  ❶현재흡연율 36.8% ❷고위험음주율 19.5%
  ❸스트레스인지율 28.3% ❹3회 칫솔질 28.3%
- 건강측정 및 상담 : 측정자 50명
  - 과체중 70%, 심한과체중15%, 복부지방률 90% 비만
- 고려인진료소 건강문제
  - 일반진료 1,158명, 한방 385명 (관절염, 근육통)

〈전략 2〉 고려인 건강문제 중심 맞춤형 건강증진사업을 추진!

환경조성

- 고려인 일상속으로! 건강환경조성
- 금연존 설치 : 3개소
- 흡연다발 구역 금연구역표지판 정비 : 1개소
- 건강계단 조성 : 1개소
- 주민참여 월곡동 골목 환경정비
- 고려인 어울림 공간조성
  - 복합아카이브센터 설립 공모 선정

정신건강

- 정신건강복지센터 연계
- 다문화센터 정신건강상담 : 9회 / 262명
- 중독관리센터 연계
- 약물니코틴 중독폐해예방교육 등 : 4회
  - (사전) 65.6% → (사후) 87.6%
- 국립나주병원 연계
- 고려인진료소 마음건강클리닉 : 20회/790명

구강건강

- 다문화지원센터 및 고려인마을 연계
- 구강보건교육 : 4회 260명
- 예방서비스 및 치료서비스 : 26회 89명
  - 메디필 치과 의원 및 보건소 진료 의사 연계
- 러시아어 번역 구강 홍보 책자 제공
- 하남·대반초 연계
- 구강건강체험교실 159명

건강행태

- 고려인진료소 봉사 참여
- 이동금연클리닉 10회 / 80명
- 고려인 어린이집·지역아동센터 연계
- 흡연폐해예방교육 : 4회 / 60명
- 통합건강교실 : 주 1회 / 37회 / 618명
- 한국전통문화체험 : 아동35, 학부모10
- 고려인 교회·종합지원센터 연계
- 이동건강클리닉 운영 : 2회/900명
- 운남근린공원 야간운동교실 : 주1회

〈전략 3〉 협업과 연대로 적극적인 건강증진정책을!

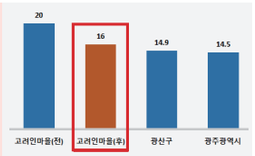
【 우리모두 건강파트너 '주민과 함께 만드는 건강한 고려인 마을 만들기'】

- 월곡동 고려인 마을 도시재생 선도대학 운영
- 고려인과 선주민의 어울림 공간 조성
- 밤길위험지역 태양광 안심 보행등 설치
- 어린이 통학로 주변 버스승강장 금연 존 설치
- 고려인진료소 거점화로 지역사회자원 연계 민관협력사업 추진

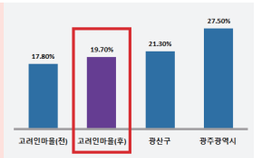
3. 추진성과

■ 주요 성과 달성도

하루평균흡연량



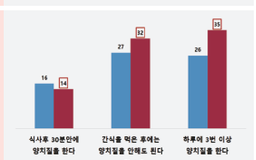
고려인 금연시도율



구강인식변화율

구분	교육(전)	교육(후)
구강 인식점수	258점	301점
구강인식변화율	목표 15%	16.7%

양치질 횟수



구분	지표명	결과
기반조성	자원현황조사	1회
	전직원 협업회의	3회
	간담회	5회
	건강문제 및 설문조사	3회
	건강지도자 발굴	10명
맞춤형건강증진사업	건강 환경조성	5개소
	이동금연클리닉 이용자수	80명
	구강관리참여자수	508명
	하루평균흡연량	16개비
	금연시도율	19.70%
	3회 칫솔질	34.60%
	구강인식변화율	16.70%
자원연계	버스승강장 금연존	129개소
	안심보행등	100개소
	고려인진료소봉사참여	10회

■ 광산구 10대 협업과제 : 월곡동 고려인 특화마을 조성 (20년 핵심시책사업)

광주광역시
북구 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 조현아

주민 더 가까이, 우리 동네 딱! 맞는 건강디자인

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	성인 / 노인	(주영역)신체활동 / (부영역)절주, 구강, 심뇌, 금연, 치매

1. 추진배경

■ 지역보건의료기관 부족으로 공공보건서비스 접근성이 낮음

- 북구는 27개동 120.3km2(市의 24%)로 중대형 규모이나 지역보건의료기관은 3개로 공공보건 삼각벨트 형성중 ⇒ 주민밀착형 포괄적 건강증진서비스 제공에 한계

■ "주민자치형 공공서비스 구축사업" 시범사업 시작(2018.10)

⇒ 동 중심 건강관리사업 매뉴얼 미비로 사업초기 혼란 야기

■ 동 특성에 따른 건강격차 발생: 동별 사망률 4배 차이

※ 동별 사망률 비교(전체인구 중 연간사망자 비율)
우산동 11.5% 》 북구 5.6% 》 일곡동 3.6%
자료 : 행정안전부 주민등록인구통계

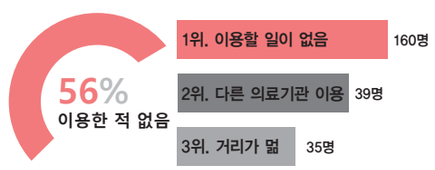
■ 주민 공공보건서비스 이용실태 조사 결과: 보건소 미이용 56%

- 미이용 이유【1위 필요 서비스 부재(65%)/2위 다른 의료기관 이용(16%)/3위 거리가 멂(14%)】

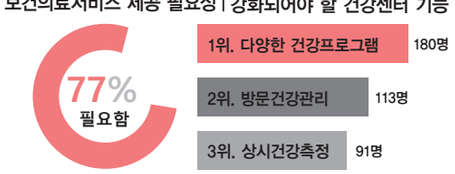
⇒ 서비스 수혜율 향상을 위한 주민밀착형 건강증진사업 필요

■ 주민 공공보건서비스 이용실태 • 요구도 조사(19.1/438명)

Q. 보건소 이용유무 | Q. 보건소를 이용하지 않는 이유



Q. 행정복지센터 내 보건의료서비스 제공 필요성 | Q. 행정복지센터 내 강화되어야 할 건강센터 기능

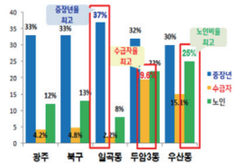


광주시 북구 보건소

■ 동 유형 분석을 통한 맞춤형 건강증진사업 모델 구축

〈1단계〉 동 현황 분석

- **자료원**
  - 주민등록통계, 구정통계, 지역사회 건강조사
  - 국민건강보험 의료이용통계
- **내용**
  - 인구현황(수급자, 노인, 연령별·성별)
  - 건강현황(건강행태, 검진 등 8개 항목)



〈2단계〉 대표동 선정

- **동1. 일곡동【중장년형】**
  1. 중장년층(40~50대)비율(37%):북구 1위
  2. 65세이상 인구 8%: 북구 최하위
  3. 복부비만율 북구 평균보다 높음 (일곡동 22.14% 〉 북구 20.46%)

  [근거] **중장년비율 북구 1위**
- **동2. 우산동【노인밀집형】**
  1. 65세이상 노인인구비율(25%):북구 2위
  2. 대사증후군발견율(17.02%):북구 3위
  3. 고당의료이용률(22.99%):북구3위

  [근거] **노인인구가 많고, 심뇌사업 필요성 높음**
- **동3. 두암3동【취약밀집형】**
  1. 수급자율(25%): 북구 1위
  2. 영구임대 2,773세대, 市 전체의 46%
  3. 흡연율, 음주율 북구 4위

  [근거] **영구임대단지 밀집, 수급자율 높음**

〈3단계〉 사업 기획

• 중장년형 “함께 배우고, 나누는 건강자치”	– 건강동아리 조직 및 운영 – 가족 건강 프로그램 – 건강자치활동(학부모 독서건강리더)
• 노인밀집형 “백세건강 안심 우산마을”	– 우리동네 심뇌혈관예방강좌/치매예방강좌 – 권역별 내 건강알기 Day – 경로당 전수방문관리(치매, 혈압혈당 등) – 건강 안심 약국 지정 운영
• 취약밀집형 “건강한 실천, 희망의 날갯짓”	– 이동 건강(금연, 절주, 중독) 클리닉 – 마을 걷기동아리, 야간운동교실 – 음주청정마을 캠페인 – 생명숲 100세 힐링센터 설치

2. 추진내용

■ 소생활권 공공건강서비스 전달체계 기반구축 ⇒ 2019년 구정 연구모임 성과대회“최우수상”

T/F 조직	• 동 건강관리서비스 모델 연구 T/F 구성(18.10) – 간호직 8명, 자문위원 1명(교수) • 국내·외 사례 비교 연구(독일, 일본) – 동 간호사 업무 역할 연구 • 동 건강관리 선진지 견학(18.12) – 서울 성동구, 서울 금천구, 부산 해운대구 • 북구 現 공공건강관리서비스 이용실태 및 요구도 조사(19.1)⇒동별 건강 빅데이터 DB 구축
건강관리 매뉴얼 자체제작	공공건강관리서비스 추진 흐름도 연구 (보건소: 컨트롤타워/동: 서비스 게이트웨이) 생애주기별 예방적 건강돌봄모델 구축 (임산부·영유아/아동·청소년/성인/노인) 洞 건강관리업무 매뉴얼 자체제작 **전국 최초 ! 洞 건강관리업무 매뉴얼 자체 개발**
전담팀 신 설	• **동 건강관리 전담팀 구성(17개동/63%) : 전담 간호직 공무원(건강매니저) 배치** • **공공서비스 기능 강화: 복지–주민자치–행정–보건 협업** **동장** 행정팀 / 복지 행정팀 / 맞춤형 복지팀 (간호직명)

■ 유형별 洞 건강증진 시범사업 운영 ⇒ 洞 유형별 모델 마련

중장년형

【일곡동 “함께 배우고, 나누는 건강자치”】

구분	1.	2.	3.	4.
개인역량강화	1.건강을 배달하는 엄마들	2. 학부모 독서건강리더	3. 걷기지도자 양성	4. 건강 나눔 DIY교실
	• 대상: 40~60대 엄마 20명 • 내용 비만예방 필라테스 교실:20회 건강 식생활 교육: 1회 (천연 조미료 만들기 실습) 만성질환 예방교육: 1회	• 대상: 5~7세 엄마 • 내용 건강리더양성과정운영(6차시) 건강리더 수료증 17명 만족도94%, 지속참여의향 100% 건강도서 20종/10개소 지원	• 대상: 46명(일곡동 5명) • 내용 이론 5시간/실기 7시간 걷기운동 지도법 올바른 걷기자세 2급 걷기지도자 수료증 배부	• 대상: 주민 50명 • 내용 10.8 천연 바디워시 만들기 (피부관리 및 보습법 교육) 11.6 공기정화식물 가꾸기 (미세먼지 예방 및 수경재배법)
건강자치활동	1. 뷰티플 4050 “건강가족”	2. 어린이집 건강리더 활동	3. 걷기동아리 운영	4. 지역사회 건강나눔
	• 가족과 함께하는 주말요리 실적: 3회/95명 • 주민주도 건강체험관 운영 실적: 주민 500명 내용: 비만예방, 금연절주, 아토피예방	• 실적: 10명/23회 • 장소: 어린이집 10개소 • 내용 건강도서 읽어주기 간단한 건강교육 실시 (첫솔질, 건강간식, 아토피 등)	• 걸어서 지구한바퀴 회원: 20명 회원 걸음수 합산 세계각국 도착 기념 해당나라 음식 만들어먹기 베트남 도착“월남쌈”만들기	• 대상: 지역아동센터 4개소/100명 • 내용: 천연 바디워시 전달 100개 피부관리법·아토피예방교육

노인밀집형

【우산동 “백세건강 안심 우산마을”】

전략	사업내용	전략	사업내용
만성질환예방	• 백세트튼 건강강좌: 6회/142명 • 우산권역「내 건강알기의 날」운영: 4회/597명 • 대사증후군 OK 클리닉 운영: 6회/52명 • 심뇌혈관질환예방 “건강정보지”배부: 500부 • 九색 갖춘 영양교실: 1회/40명(건강레시피)	치매관리	• 경로당 전수 방문관리(7개소/105명) : 치매선별검사, 혈압혈당측정, 건강교육 등 • 기억두드림! 찾아가는 치매예방강좌:3회/90명 • 75세 이상 독거노인 방문 치매검사:433명 • 치매예방P/G “뇌청춘 건강교실” : 38회/2개소
구강건강	• 경로당 방문 구강교육: 4개소/80명 • 내 치아 알기! 구강건강 체험관: 2회/97명 • 노년기 구강건강 관리교육: 1회/20명	환경조성	• 레드써클 안심 약국 지정: 11개소 • 혈압혈당 알기 옥외 현수막 게시: 2개소 • 아파트 공사장 펜스 “치매안심센터” 홍보

취약밀집형

【두암3동 “건강한 실천, 희망 날갯짓”】

전략	사업내용	전략	사업내용
건강행태	• 주민 건강 체험교실:7회/205명 (건강교육, 요리실습, 보습제, 립밤, 천연기피제 등) • 건강 100세! 운동교실 : 50회/연인원 1,500명 • 절주다짐 걷기동아리: “100세 희망찾기”20명 –(주3회) 9:30 /월1회 걷기 캠페인 추진(총4회) • “100세 희망찾기” 가족걷기의 날 : 1회(50명)	중독예방	• 이동 중독 예방(금연, 절주) 클리닉: 2회/100명 • 음주청정마을 만들기 캠페인: 4회/200명 • 음주자 자조모임: 삼정승 봉사단(환경정비) 15명 • 열린마음상담센터(영구임대단지 내 운영) 주2회
		환경조성	• 100세 힐링센터 설치(두암종합사회복지관 MOU) : 상담실, 요리실, 운동실, 교육실 완비

■ 모델 표준화 전략 ⇒ 건강격차 해소 노력

건강매니저 역량강화	1. 소생활권별 건강증진사업 사업 설명회(11.18) – 사업의 이해, 동 건강증진사업 매뉴얼 및 현장사례 공유 2. 동 건강매니저 월례회의 1회
사후평가	• 대상: 시범사업 운영 3개동 주민, 담당자 • 방법: 동일 설문지 이용 설문조사(11.13~.11.22) • 내용: 동별 사전사후 평가(건강평가 16개, 만족도)

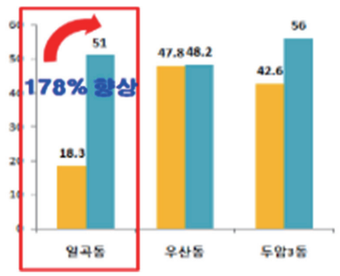
3. 주요성과

1. 전국 최초, 동 유형별 건강증진모델 구축 【노력도·연계성】

내부	• 동별 건강수준 빅데이터 DB구축(19.9~11) – 홍보전산과 협업 • 동 건강매니저 17개동 배치 및 동 건강관리 매뉴얼 개발 • 내부 우수사례 추진 T/F팀 회의: 12회	**외부**	• 사업계획 전문가 검토(市 통합건강증진사업지원단) • 우수사례사업추진 컨설팅:3회(市 건강정책과) • 지역사회 협력체계:15개소 (회의2, 간담회1, 설명회2)

광주

2. 동 맞춤형 사업으로 동 건강수준 개선 및 전체지표 100%달성 【효과성 · 지속가능성】



걷기실천율

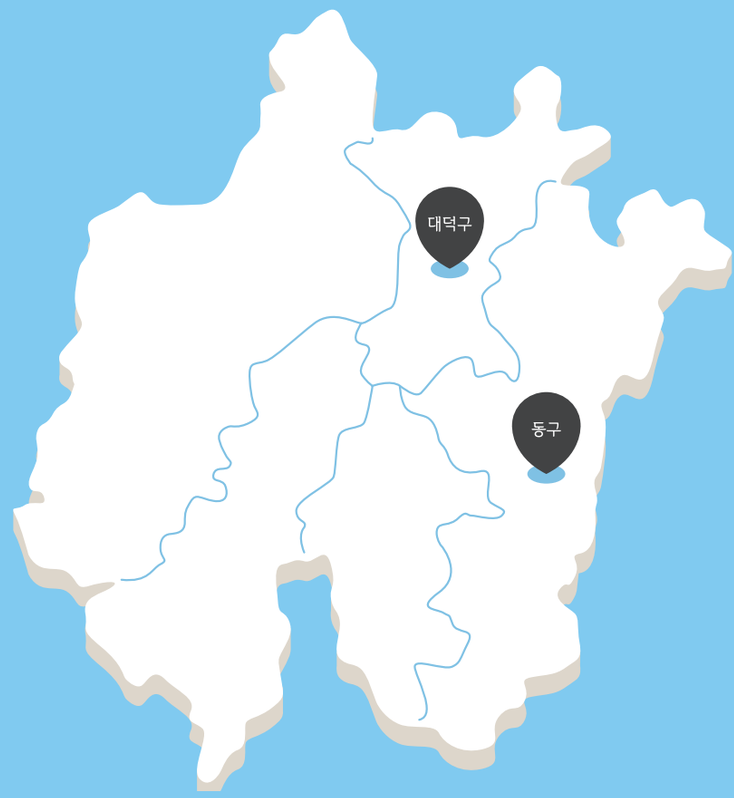
음주율

동별 평균 참여인원 1,223명

수혜율
(※실제 참여인원만 추계)
(일곡 857명/우산2,187명/두암 626명)

만족도

구분		지표명	목표	결과
기반구축		모델 연구 T/F팀 구성	구성	구성
		동 건강관리서비스 매뉴얼 개발	개발	개발
		동 전담 건강매니저(간호직) 배치	17명	17명
협력체계		지역사회 유관기관 협력개소 수	15개소	15개소
동 건강관리	중장년형	주민 건강리더 양성인원	20명	22명
		학부모 독서건강리더 활동 횟수	20회	23회
		걷기동아리 걷기실천율 변화율	20%	30%
		주민주도 건강나눔 활동 전략 건수	4건	4건
	노인밀집형	경로당 방문 건강관리율	100%	100%
		우산동 치매 선별검사 인원수	500명	588명
		백세 건강강좌 참여인원	142명	142명
		건강 안심 약국 지정 개소 수	11개	11개
	취약밀집형	주민 건강 체험교실 운영횟수	5회	7회
		음주청정마을 캠페인	2회	4회



대전광역시

01 대덕구 보건소
장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!

02 동구 보건소
청각장애인 건강개선사업『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

대전광역시
대덕구 보건소

부　서 : 보건행정과
담당자 : 서금희

장애(障碍)를 넘어 더 큰 세상의 장(場)으로!!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	특정생애주기 및 집중전략	장애인, 유아, 아동 및 청소년	심뇌혈관질환 예방관리 / 지역사회중심재활

1. 추진배경

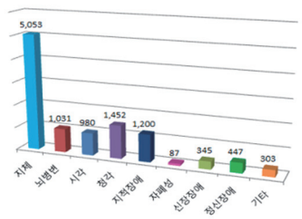
■ 지역장애인현황 및 배경

〈대덕구 동별 인구, 장애인구, 비율〉

동 별	대덕구인구	장애인인구	비 율
오정동	15,492	973	6%
대화동	7,696	940	12%
회덕동	14,670	976	7%
비래동	17,281	885	5%
송촌동	29,070	1,095	4%
중리동	20,341	1,117	5%
법1동	10,086	1,080	11%
법2동	17,310	1,389	8%
신탄진동	11,579	773	7%
석봉동	14,408	590	4%
덕암동	14,477	786	5%
목상동	6,992	305	4%

※ 출처: 사회보장정보시스템(2019. 6월 말 기준)

〈장애유형, 장애인 수〉



※ 출처: 사회보장정보시스템(2019. 6월 말 기준)

- 대덕구 장애 인구 밀집지역으로는 대화동, 법1·2동에 집중되어 있고, 대화동은 장애인 보호시설의 이유로 장애인 비율이 높으며, 법1.2동은 임대주택의 이유로 장애인 비율이 높음
- 대덕구 전체인구 179,402명 대비 등록장애인은 10,909명(6.8%)으로 지체장애인 5,053명(47%) 청각장애인 1,452명(13%), 지적장애인 1,200명(11%), 뇌병변장애인 1,031명(9%) 순의 등록 비중을 보임
- 대덕구 지체·뇌병변장애인은 전체 장애인(10,909명) 중 56%인 6,084명이며 이들의 장애발생 원인은 90%가 후천적 질환이나 사고로 중도장애인에게 체계적이고 집중적인 재활관리와 2차 장애발생 예방관리의 필요성 대두됨
- '18년, '19년, 보건소 등록 장애인 250명 중 199명(80%)이 고혈압, 당뇨 등 만성질환을 가지고 있는 것으로 조사됨에 따라 이들의 만성질환관리 중요성 인식 제고됨

〈지역보건의료정보시스템(PHIS) 등록 장애인〉

구분	연령별	심한장애	심하지 않은 장애	계	비고
PHIS 등록장애인	1~20	12	1	13	17, 18, 19년 등록장애인
	21~40	51	3	54	
	41~60	89	41	130	
	61~80	119	191	310	
	81~100	25	57	82	
	계	296	293	589	

만성질환을 가지고 있는 비율이 높은 이유는 등록대상자의 연령이 높은 층에서 등록됨
(이러한 이유로 60세~80세 연령층은 대부분이 고혈압, 당뇨 등 만성질환이 있는 것으로 조사되어 건강검진수검률을 향상시키고자 함)

- 대덕구 등록 장애인중 심한 장애인과 심하지 않은 장애인의 비율이 4(4,349명) : 6(6,560명)으로 심한 장애인의 비율 또한 높은 편이어서 심한 장애인의 의료·복지 서비스를 위한 지역사회 자원연계 네트워크 구축 필요

2. 추진내용

■ 사업목적

- 사회통합을 위한 장애인 건강보건관리와 지역사회 장애인 관련기관 간 네트워크 구축을 통해 포괄적 서비스를 제공함으로써 장애인의 삶의 질 향상

■ 사업대상

- 대덕구 등록 장애인 10,909명
  (지역보건의료정보시스템(PHIS)등록 장애인 574명 포함, 정신장애인 447명 제외)
- 장애예방이 필요한 비장애인(관내 유치원, 초, 중, 고등학생)

■ 사업목표

- 신규 장애인 보건소 등록 관리율 매년 5%씩 상향

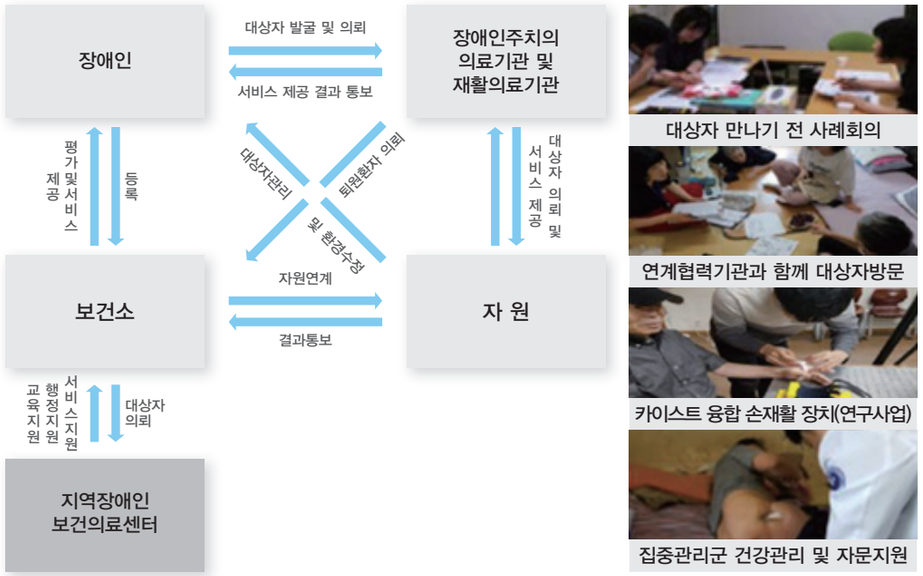
2017년(신규)	2018년	2019년	2020년
3% (330명)	5% (550명)	5.25% (579명)	5.5% (608명)

- 장애인 프로그램 참여율 32%에서 2% 상향
- 심한장애인(1급~3급)을 대상자로 선별하여 지역자원연계에 중점
- 지역사회연계를 통한 만성질환관리로 2차 장애발생예방에 주력
- 관내 유치원, 초, 중, 고등학생 대상으로 장애발생예방(장애인식개선)교육 및 장애체험활동 확대(등록 장애인 중 후천적장애가 90%를 차지하고 있어 장애발생 예방이 중요)

대전시 대덕구 보건소

■ 추진체계

지역자원 협력추진 체계도



복지자원
- 장애인복지관
- 장애인 거주시설
- 장애인 보호작업장
- 행정복지센터

물적자원
- 보조기기센터
- 대전충청권역 의료재활센터
- 행정복지센터
- 대전보건대학교

보건의료자원
- 지역장애인 보건의료센터
- 장애인건강주치의 의료기관
- 장애인 친화 검진기관
- 카이스트

■ 추진방법

대상자선정
- 사회보장정보시스템(행복e음)을 통해 대상자 선정
- 구청복지정책과 대상자의뢰
- 통합건강증진사업 대상자의뢰
- 장애인주치의의료기관 대상자의뢰
- 동행정복지센터 대상자의뢰
- 재활병원 대상자의뢰
- 홍보를 통한 대상자 발굴

개별 가정방문
- 신체기능평가와 삶의 질 평가
- 군분류
  - 집중관리군(정기적 건강관리 및 방문재활서비스가 필요한 장애인)
  - 정기관리군(정기적인 재활서비스 및 재활관련 행사시 참여 등)
  - 자기역량지원군(정기적인 재활서비스가 필요하지 않지만 교육 및 상담)
- 필요시 운동지도
- 요구도 파악
- 사업안내

지역자원연계
- 요구도 반영
- 지역장애인보건의료센터
- 장애인주치의의료기관
- 공공재활의료재활센터
- 대전광역시 보조기구센터
- 동행정복지센터
- 구복지정책과
- 지역 내 복지관 등

맞춤형 프로그램 제공
- 요구도 반영
- 지역여건에 맞는 프로그램 운영
- 신탄, 법동지역 프로그램 따로 운영
- 장애유형에 맞는 장소선정
- 장애유형에 따른 맞춤형 프로그램 제공

■ 지역자원 연계·협력

협력기관	협력내용
– 지역장애인보건의료센터	· 대상자 의뢰(장애인 건강증진을 위한 지역장애인보건의료센터의 다학제적 자문)
– 장애인 건강주치의 의료기관 (민들레의료복지사회적협동조합)	· 작업치료교실운영, 건강반 운영, 건강검진, 만성질환관리, 금연, 대상자 의뢰 및 연계
– 대전보건대학교	· CBR사업 자문 및 지원
– 대전장애인보호작업장	· 대상자 연계 및 프로그램 협조
– 충청권역의료재활센터	· 공공재활 가정방문 주거환경개선 연계
– 카이스트 신경재활공학연구실	· 융합 손재활장치 보조기 연구
– 천성보호작업장	· 대상자 연계 및 장소제공
– 중리, 법동 · 종합사회복지관	· 프로그램 협조 및 장소제공
– 한남대학교 평생학습원	· 프로그램 협조 및 장소제공
– 동행정복지센터	· 대상자 의뢰, 생활편의시설 및 주택수리 등
– 대전 보조기기센터	· 보조기구제공
– 대전놀이문화연구회	· 전문 자원봉사자 연계
– 한남대 평생학습원 티마스터	· 전문 자원봉사자 연계

3. 사업수행내용 및 결과

세부사업	사업내용	목표	실적	달성률
장애인 등록관리	– 장애인 기능평가 및 요구도 파악	579명	589명	102%
WHODAS Ⅱ 조사	– 장애인 건강상태 측정 평가	30명(2회)	30명	50%
장애인건강보건관리	– 중증 장애인 방문재활서비스 제공 – 작업치료교실운영 – 뇌병변장애인 만성질환관리 및 교육 – 건강검진모니터링 – 장애아동재활교실 – 2차 장애발생예방을 위한 안전매트설치	5명/주2회 20회 18회 2회 4회 30건	5명/194명 12회/99명 12회/99명 3회 4회/24명 25건	85% (방문재활 실적제외)
사회참여	– 힐링나들이 – 신나는 재활레크교실 – 차와함께 힐링타임 – 소근육촉진활동 – 찾아가는 여가활동	50회	1회 /43명 15회/449명 14회/134명 4회/40명 6회/24명	80%
장애발생예방 및 장애인식개선교육	– 관내 유치원, 초, 중, 고등학생을 대상 장애발생예방 및 장애인식개선교육 실시 – 장애체험활동	35회	30회/1,105명	86%
지역자원연계	– 지역장애인보건의료센터 의뢰 – 충청권역공공의료재활센터 연계 – 대전시 보조기구센터 연계 – 동행정복지센터 연계 – 장애인 건강주치의 의료기관 연계	50명	5명 13명 7명 2명 14명	82%

■ 사업홍보 및 보도자료

장애인의 날(4월 19일), 한마음대축제(5월 16일) 홍보

로하스축제홍보

대덕구장애인채용박람회

장애인일자리사업과 등급제개편교육

중도일보

2019년 05월 10일 (금)

장애인 자립, 대덕구가 응원합니다

충청신문

■ 연계기관 관련사진

장애인주치의 건강교육
(장애인주치의의료기관)

집중관리군 건강자문 및 지원
(지역장애인보건의료센터)

손융합장치연구
(카이스트)

주택수리
(구복지정책과, 동행정복지센터)

리모콘도어락 사용설명
(동행정복지센터)

안전손잡이설치현장
(공공의료재활센터)

■ 사례관리–개인

국가건강검진을 통해 새 삶을 up⬆ up⬆

• 대상자 프로필

– 강○식 67세/ 지체 1급(뇌성마비)/ 부인(58세) 지체 5급 / 기초수급 /자녀 없음
– 연하장애와 조음장애 있고 인지장애는 없음
– 뇌성마비로 인해 사지의 경련 심함(상지의 과긴장으로 글씨쓰기 불가)
– 언어소통은 부인과는 발로 글을 쓰며 타인과는 폴더폰으로 문자 주고받음
– 독립적 식사와 위생관리 불가(MBI평가 69점, 삶의 질 평가 0.466)
– 현재 신체기능이 더 악화되어 음식물 삼키기가 더욱 어려워졌고 상지의 경련이 더 심해지고 있음

보건소 (CBR 사업)
국가건강 검진수검

2018. 11. 29 국가건강검진수검 안내
2018. 12. 05 국가건강검진수검결과 대장암 의심과 인공항문을 달아야 한다는 결과 (본인과 보호자 몹시 낙담 – 수술거부)
2018. 12. 11 보호자와 함께 결과 확인차 건강검진 병원 찾아갔으나 인공항문 달아야 한다는 결과 확인, 며칠 후 2차 병원 검사와 수술 날짜 알림
2018. 12. 12 재검사 위해 3차(충남대학병원)병원 예약 진행 3차 병원에서 진료 및 수술 위해 2차 병원 의뢰서 및 진료기록 떼러 병원 동행
2018. 12. 17 지역장애인보건의료센터 대상자 의뢰
2018. 12. 20 충대 병원 진료, 검사 후 인공항문 달지 않고 용종만 떼어내면 된다는 연락을 받음(수술 날짜 2월 28일로 예정) – 지역장애인보건의료센터 의료동행
2019. 01. 10 수술 잘 마쳤다고 연락 받음
2019. 02. 28 5차례 방문
2019. 03. 08 ~ 06. 19 충남대학교병원 항문종 수술 후 경과 확인

■ 사례관리–자원연계기관

황o명님을 위해 지역사회가 모두 가치(같이).....

• 대상자의뢰 (황o명, 34세, 근무력증)

구청 복지정책과	현재상태 : Transfer(침대–바닥, 바닥–전동 휠체어 및 이동식 변기) 어려움 호소		
보건소	보조기 센터 (리프트체어 대여)	지역장애인보건의료센터 (장애등급상향 진단의뢰서 발급 및 건강자문)	장애인주치의 의료기관 (만성질환관리 및 일상생활 기능 교육)
동행정복지 센터	• 장애인 등급 상향조정을 위한 서류 의뢰		
국민연금 공단	• 장애인 등급 심사		
통합적 사례관리	• 장애등급 상향조정(2급 〉 1급) • 리프트체어 제공	• 욕창방지 매트 제공 • 장애인주치의의료기관 정기적 방문관리	

4. 자원투입 및 예산

■ 자원투입

인력명	직 종	고용형태	주요업무
변OO	치과위생사	의료기술직	사업지원
이OO	의사	의무직	프로그램지원
서OO	물리치료사	의료기술직	사업계획 및 추진
강OO	물리치료사	보건직	화,수,금 방문재활
송OO	간호사	간호직	힐링나들이 의료반지원
김OO	작업치료사	기간제	프로그램운영 및 지원

■ 예산

구 분	국 비(50%)	시 비(25%)	구 비(25%)	합 계
2019년	20,330(천원)	10,165(천원)	10,165(천원)	40,660(천원)

5. 성공요인

성공요인	• 기관장의 장애인 건강과 자립에 대한 높은 관심 (커뮤니티케어와 장애인채용박람회, 장애인자립(일자리창출) 등 주요 정책으로하여 주민 간담회 및 담당자 교육 개최) • 모든 신규 등록 장애인을 개별 방문하여 생활환경 파악 (적극적 서비스제공을 위한 생활환경 파악 중요)
차별성	• 심한 장애인(장애 1급~3급)을 주 사업대상자로 선정 (장애인 요구도를 파악, 반영하여 지역사회 자원연계에 중점을 두고 포괄적 의료 · 복지서비스 제공) • 10대 부터 80대까지 생애전환기 및 장애유형에 맞는 프로그램 제공
노력도	• 장애인의 포괄적 서비스를 위한 지역자원 파악 및 각 기관 사전방문조사 • 연계 · 의뢰 후 사후관리 철저 (연계 후 재가정방문하여 서비스제공 확인 및 추후관리)
향후계획	• 신규 장애인 선별 시 심한 장애인을 지속적으로 사업 대상자로 선정하여 통합 의료 · 복지 서비스지원 • 장애인의 이해를 돕기 위한 비장애인의 장애체험활동 확대

대전광역시
동구 보건소

부 서 : 보건과
담당자 : 김정연

청각장애인 건강개선사업
『소리를 보는 세상을 향해 창문을 열어라!』

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	건강 형평성 / 협력체계 강화	청각장애인 / 지역주민	⑫ 지역사회중심재활 ① 금연 ③ 신체활동 ④ 영양 ⑤ 비만예방관리 ⑥ 구강보건 ⑦ 심뇌혈관질환예방관리 ⑪ 치매관리 ⑬ 방문건강관리

1. 추진배경

■ 장애 유형 중 청각장애인의 비율은 지체장애인 다음으로 높으며, 노인 인구 증가에 따라 해마다 증가 추세임

■ 청각장애인은 교육에 한계와 높은 문맹률로 건강정보에 매우 취약하여 건강수치가 낮고, 의사소통의 한계 및 인프라 부족으로 사회활동에 제약

■ 여전히 국민 인식은 장애인 차별이 심하다는 의견이 59.6%로 높으며, 장애인과 함께 살기위한 우선요소로 인식개선이 44.5%로 가장 높았음

청각장애인을 위한 건강서비스 제공, 건강환경 조성, 인식개선을 통해
건강형평성 제고를 위한 새로운 패러다임 제시

2. 추진체계

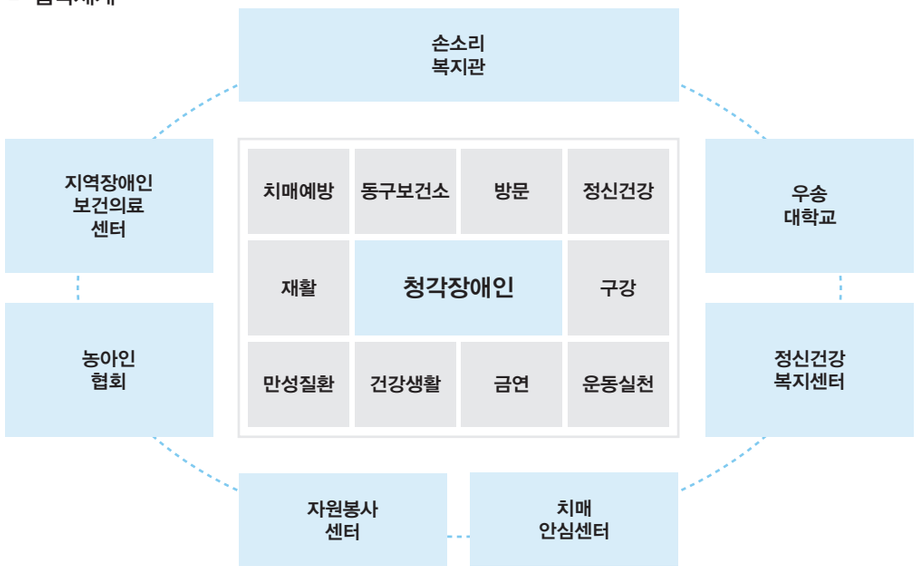
■ 추진전략

청각장애인을 위한 견강환경구현, 건강서비스 제공
사회통합도모 및 건강형평성 제고

2018	2019	2020
• 자원발굴 및 파트너쉽 구축 – 걷기환경 콘텐츠 개발 – 거버넌스 구축		• 평가를 통한 사업확대 • 새로운 모델 제시

창문내기 네트워크, 건강인프라 구축	창문열기 건강서비스 제공	창문 넓히기 함께 만드는 건강사회
• 걷기환경 콘텐츠 확대 – 대청호반 수화동영상 구동 • 네트워크 활성화 – 우송대학교 청각재활학과 – 손소리복지관 – 농아인협회 수어통역센터 – 지역장애인 보건의료센터	• 청각장애인 건강 확인 • 방문재활 서비스 • 건강교육 – 우울증, 만성질환 예방 등 • 사회참여 프로그램 – 시각, 촉각 자극 활동 – 수화 컨텐츠 활용 활동	• 장애인 인식개선 – 어린이 장애인식개선교육 – 장애인식개선 캠페인 – SNS 활용 인식개선 홍보 • 동행과 소통 – 손올림 수화교실 – 비장애인과 함께 걷기실천

■ 협력체계



■ 투입자원

- 인력: 가정간호팀장 이OO, 우수사례 담당자 김OO, 지역사회중심재활사업 담당자 박OO 외 18명
- 예산: 12,260천원 (통합건강증진사업 3,260천원, 대청호반길 걷기환경조성 9,000천원–구비 100%)

3. 추진내용

1. 창문내기 ➡ 네트워크 및 건강인프라 구축

1) 내·외부 협력체계 구축

- 보건소 사업 연계 ⇨ 재활, 운동실천, 방문, 영양, 치매, 만성질환 등 교육 및 보건서비스 제공
- 외부 협력체계 구축 **(민·관·학 협력체계 구축)**
  – 우송대학교 언어치료·청각재활학과: 사업 자문 및 협조, 학생 봉사자 연계 ⇨ MOU 체결
  – 손소리복지관: 대청호반길 수화동영상 제작, 대상자 및 프로그램 연계
  – 농아인 협회: 장애인식개선 및 수화교육, 수어통역 협조 등

중도일보 2019년 06월 07일 (금) 인물 20면
산 학 협 력 협 약
대전 동구보건소 ↔ 우송대학교
동구-우송대, 청각장애인 건강개선 협약

〈수어동영상〉

〈투어포인트〉

2) 청각장애인을 위한 대청호반길 걷기환경개선사업 (‘17년 이후 지속사업)

- 추진현황
  – ‘17년~‘18년 주민원정대 운영 및 스토리텔링 제작
  ⇨ **QR코드 설치(5개 코스, 10개 포인트)**
  – ‘18년 1개 스토리(황새바위의 전설) 수어동영상 시범 제작
  ⇨ **‘19년 5월 QR코드 수어동영상 구동**
  – ‘19년 수어동영상 추가제작중 ⇨ 11~12월 6–1코스(숲속의자)
- 향후계획
  – 추후 구청 스마트스템프 투어 앱 연결하여 코스별 활동량(칼로리 소모량, 걸음수, 운동강도 등) 체크

2. 창문열기 ➡ 청각장애인 건강 서비스 제공

1) 건강 체크

전략	제공 서비스	내용	실적
“찾아가는 건강체크” 건강 확인터 운영	사전검사	사업 전 기초자료 확보를 위해 실시, 만보기 지급	32명
	사후검사	혈압 · 혈당, 우울감, 걷기실천 등 사업 전, 후 비교 평가	40명
“스스로 건강체크”	혈압계 대여	손소리 복지관, 대상자 스스로 혈압 체크 및 관리	421명

2) 보건서비스 ⇨ 대상자 특성에 맞는 체계적 관리

전략	제공 서비스	방법	내용	실적
“건강 지식 향상”	건강교육	전문가 초빙	우울증, 치매, 만성질환, 금연교육 등	8회/214명
⇩	걷기행사	민관학 협력	상반기(수어동영상 활용), 하반기(확대 운영)	20명/96명
“건강 실천 향상”	이동금연상담	금연연계	이동 금연 상담실 운영 및 등록	1회
⇩	미술원예치료	복지관 연계	주 1회, 시각 자극과 공감대 형성, 정서적 지지	29회/199명
“사회적 건강 향상”	생활체조		주 2회, 기초체력 향상, 심신의 건강	36회/361명
⇩	재가 대상자 방문관리	난청, 중복장애	방문건강관리, 건강측정, 상담 및 정서적 지지 지체 · 청각중복장애 주거환경개선 연계(1명)	53명
“사각지대 없는 촘촘한 건강관리”				

3. 창문넓히기 ➡ 비장애인과 함께 만드는 건강사회

1) 장애인 인식개선

- 장애인식개선교육 : 초등학교·유치원 장애예방 및 장애인식개선교육, 장애 체험
  – **"장애인 강사초빙"** / 실적: 초등학교·유치원 16회, 571명
- 장애인식개선 캠페인 : 치매극복캠페인, 한마음대축제 연계
  /실적: 2회, 800명

금정일보
청각장애인과 따뜻한 동행

〈걷기행사〉

〈SNS 홍보〉

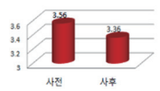
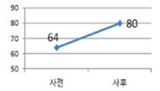
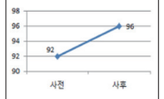
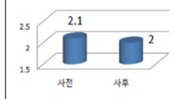
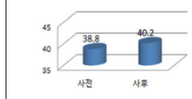
2) 장애인·비장애인 소통 활성화

- 손울림 수화교실 : 지화, 얼굴이름, 인사말, 숫자 등 간단한 화법
  ⇨ **농아인협회 수어통역센터 연계**
  – 실적 : 비장애인(직원, 학생 등) 1회, 15명
  ※ 현재 우송대학교 언어치료·청각재활학과 수화 강의 시행중
- **『어울림! 대청호반길, 함께걷다.』 행사 운영 "민·관·학 협력"**
  – 방법: 손소리복지관, 우송대학교 언어치료·청각재활학과 연계
  – 상반기 걷기실천 프로그램 후 피드백 반영, 확대 운영
  – 내용: 장애인·비장애인 소통 활성화, 그룹활동 및 학생수화공연
  – 실적: 96명 ⇨ 장애인식개선 SNS, 헤시태그 홍보 실적: 28명

대전시 동구 보건소

4. 추진성과

1. 청각장애인 건강개선

우울척도 단축형 검사(점)	혈압조절율(%)	혈당조절율(%)	늘려야 할 근육량(kg)	하루평균 걷는 시간(분)
				
3.56점→3.36점 (0.2점↓)	64%→80% (16%↑)	92%→96% (4%↑)	2.1kg→2kg (0.1kg↓)	38.8분→40.2분 (1.4분↑)

성과지표	산출방법	목표	결과
건강교육 만족도	교육 후 설문조사	90%	93.58%
대청호반길 만족도	걷기실천 프로그램 후 설문	90%	99.40%

- **환류사항**
  – 만족도 목표 상승
  – 체성분 검사 실시 및 전·후 비교

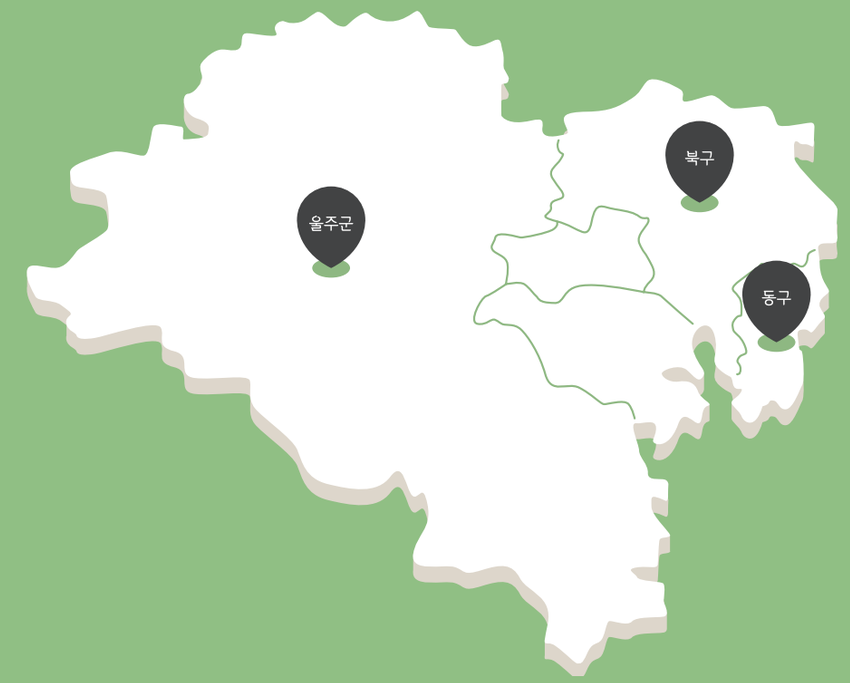
⇨ **성공요인 : 프로그램, 교육에 수어통역사·속기사 배치하여 정보전달력 강화 ⇨ 교육 효과⇑, 만족도⇑**

2. 비장애인 장애인식개선

성과지표	산출방법	목표	결과
장애인식 개선율	프로그램 후 설문조사	90%	95.54%
함께걷다 프로그램 만족도	프로그램 후 설문조사	90%	90.36%

- **향후계획**
  – 장애인식개선율 향상을 위한 홍보 및 프로그램 확대 운영 필요

⇨ **성공요인 : SNS 홍보를 통해 장애인식개선 파급효과, 장애인과 비장애인이 함께 걷는 문화 형성 특화사업**



울산광역시

01 북구 보건소
소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기

02 울주군 보건소
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장

03 동구 보건소
어디서든 믿고 측정하세요! 우리동네 혈압 안심기관 운영

울산광역시
북구 보건소

부　서 : 건강증진
담당자 : 진민희

소규모사업장 확실한 건강관리로 행복 더하기

소규모사업장 및 건강취약 근로자 건강증진사업

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역(근로자) 실태조사	성인 (소규모사업장 근로자 및 건강취약주민)	(주영역) 심뇌혈관질환예방관리 (부영역) 비만

1. 추진배경

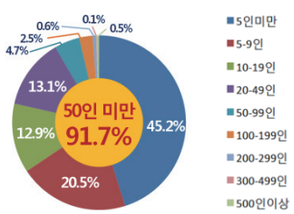
1. 현황

• (지역 특성) 북구는 인구 전체의 70%가 경제활동을 하고 있으며 자동차, 조선 등 대기업 협력업체의 소규모사업장이 산업단지 형태로 밀집되어 있음

• (사업장 특성) 50인 미만 사업장은 748개소로 전체사업장의 91.7%를 차지함

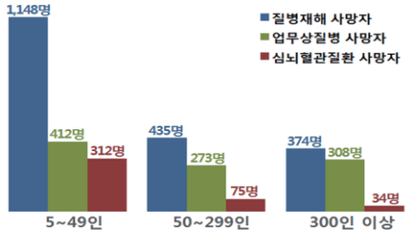
• 50인 미만 사업장 근로자 건강행태는 전체 사업장과 비교시 나쁜 수준을 보이며 질병재해 및 심뇌혈관질환 사망 또한 높은 수준임(참고:도표2)

〈도표1〉 울산 북구 사업장 현황



※ 출처 : 구정 기본통계(2018)

〈도표2〉 산업재해 사망 현황



※ 출처 : 고용노동부(2017)

2. 사업선정 배경

• (대상별 특성) 산업안전법 사각지대로 법의 보호를 받지 못하고(보건관리자 부재), 소규모 사업장 특성(장시간 노동, 열악한 근무환경)상 지리적·시간적·경제적으로 보건의료서비스 접근이 어려움

• (지역 인프라 확보) 지역의 근로자 건강지원사업의 효율적 사업운영을 위한 지역자원간의 협업체계 마련, 이용자 편의를 고려한 현장밀착형 건강버스 운영 등 사업의 지속성과 매개공간 마련으로 확대 지원 계기를 마련하였음

건강취약 근로자를 위한 기관 협업을 통한 북구만의 건강지원 모델 마련과 자원 간의 한계를 극복한 파트너십 구축으로 통합적 사업 추진 요구

2. 추진내용

1) 사업목표

목 적	근로자 건강수준 향상 및 건강형평성 제고				
목 표	결과	• 근로자 혈압수치 인지율 43.8% • 비만위험요인 1개이상 개선율 20.0% • 건강버스 서비스 제공 만족도 80.0%	산출	• 찾아가는 건강서비스 참여자 수 1,400명 • 근로자 헬스케어 참여 사업장 수 130개소 • 건강 친화 환경조성 개소 수 6개소 • 건강지원 네트워크 협의체 회의 6회	
추 진 전 략	통합적 건강서비스 제공	대상군별 맞춤형 지원 강화	근로자 건강지원 네트워크 운영	지역사회자원 연계·확대	건강환경 조 성
세 부 사 업	맞춤형 건강지원 프로그램 운영		민관 건강협력 체계구축		건강 환경조성
	■ 대상군별 맞춤형 건강관리 사업 추진 • 시트봉제사업장 근로자 • 버스운수업 근로자 • 아파트형 공장 소규모영세사업장 근로자		■ 지역사회 네트워크 구축 • 근로자 건강지원기구 운영		■ 건강인식개선 환경조성 ■ 행복주치의 사업장 운영

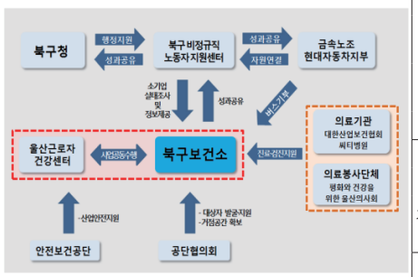
2) 연차별 추진내용

	2014년 ~ 2018년	2019년	2020년 추진방향
추진방향	• 공단중심 건강홍보관 운영 • 근로자 건강지원 방안 추진('16년~) • 근로자 건강지원네트워크 조직('18년) • 근로자 건강권 확보를 위한 건강버스 기부 및 제작('18년) • 직업군별 프로그램 운영 (청소·경비, 소기업제조업 대상)	• 산업현장 밀착형 건강버스 운영 • 북구형 근로자 건강지원 모델 마련을 위한 실태조사 및 환경조성 • 건강지원네트워크 운영 • 건강지표 혈압인지율 향상 43.8% • 비만위험인자 개선율 향상 20% • 참여 대상 직업군별 확대 – 운수업	• 건강지표 혈압인지율 60.5% 개선 • 비만위험요인 개선율 25% 향상 • 사업의 필요성 인식 및 기업참여 제고를 위한 인센티브 마련 (예. 중소기업청 예산지원 기준시 건강관리참여횟수 반영)

3) 사업대상 : 건강관리에 취약한 사업장 및 근로자

4) 자원 연계협력

■ 지역사회 자원 연계협력

근로자 건강지원 네트워크	기관명		업무내용
	사업지원	울산북구보건소	근로자 건강증진사업 수행 건강버스 운영
		북구비정규직 노동자지원센터	소기업실태 및 기본 정보제공
		북구청 경제일자리과	행정 업무 지원, 사업장 정보 제공
		금속노조 현대자동차지부	사회공헌(건강버스 기부)
	건강지원 전문가	울산근로자건강센터	진료·검진 지원 직업성질환자 관리 산업안전 관리 및 지원
		울산대학교병원	
		안전보건공단 울산지사	
		울산의사회	
	산업단지 협의회	달천,매곡,중산, 모듈화일반산업단지	대상자 발굴지원 거점 공간 확보
		울산지식산업센터	

■ 전문가 기술지원 등 연계

기관명	내용
울산 통합건강증진사업 지원단	– 사업 전반 모니터링 및 진행사항 점검 및 기술지원 등 – 근거 중심 실태조사 설문항목 설정기준 마련 등 자문
울산광역시 시민건강과	– 사업추진 진행사항 모니터링 및 우수사례 중간·최종평가 자문
심뇌혈관질환예방관리사업 지원단	– 운수업 종사자 등 대상자 맞춤형 프로그램 개발 자문, 점검 등 기술지원

5) 자원투입 : 소요예산 및 투입인력

소요예산	인 력	외부자원
102,998천원	27명	16개 기관 / 16명
■ 자체구비확보 (72,998천원) ■ 통합건강증진 공모사업 (30,000천원)	■ 보건소 : 11명 •사업총괄(1명) 및 협력팀(8명) – 구강, 절주, 영양, 신체활동, 금연, 치매, 물리치료, 정신 등 •보조인력 : 3명(운전, 간호사, 운동처방사) ■ 지역사회 사업협력팀 : 15명	■ 근로자 건강지원 네트워크 참여기관 (16개 기관/16명)

6) 사업내용

■ **근로자 건강지원 네트워크 협의체 협력·강화**

- 목적 : 기관별 역할의 선택 및 집중을 통해 공통목표의 효율적 달성
- 방법 : 근로자 건강지원 네트워크 협의체 회의 월 1회 이상 실시
- 참여단위

비정규직 노동자지원센터	북구보건소	근로자건강센터
취약계층 근로자 발굴연계 초점	건강버스 운영 보건·건강 분야 초점	직업환경·안전 초점

- 내용 : 취약계층 근로자 발굴, 연계협력 업무 분야별 분장, 결과데이터 공유방안 등
- 결과 : 6회, 연인원 39명

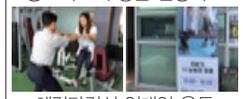
■ **소규모 사업장 근로자 건강실태조사**

- 대상 : 근로자 1,766명 (소기업 906, 대기업 860)
- 조사방법 : 주 1회 관내 산업단지 및 사업장 방문조사
- 조사항목 : 현 근로실태, 질병력, 건강행태 (영양, 운동, 흡연, 음주 등), 건강요구도, 만족도 조사 등
- 결과
  – (건강문제) 높은 비만율(61.5%) 및 흡연율(40.6%), 만성질환 유질환자(93.5%)
  – (요구도) 1순위 건강상담서비스, 2순위 정신건강 상담

■ **건강형평성제고 및 접근성 향상을 위한 건강버스 운영**

- 목표 : 50인 미만 소규모사업장 130개소 1,400명
- 운영방법 : 소기업 및 북구 내 산업단지를 찾아가는 건강버스 운영
- 상담내용
  – 의료장비 : 자동혈압계, 체성분 측정기, 골밀도 측정기, 혈관노화도 측정기, 폐활량 측정기
  – 상담항목 : 혈압, 혈당, 콜레스테롤 4종(TC, TG, HDL, LDL), 빈혈
  – 간호·영양·운동 등 전문인력 상담을 통해 만성질환 유소견자 발견 및 건강관리센터 연계
- 결과 : 관내 소기업 250개소, 사업장 근로자 1,849명 건강관리서비스 제공

■ 소규모 사업장 맞춤형 교육 및 프로그램 운영

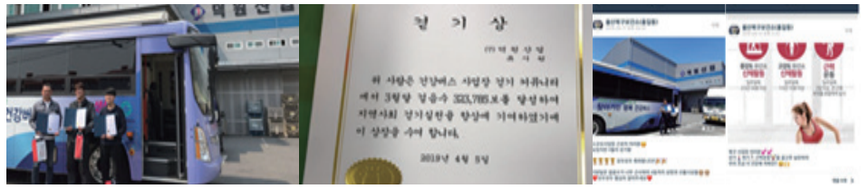
구 분	세부내용	관련사진
제조업 소규모사업장 근로자 [지식산업센터]	•기간 : 19. 3. 27.(수)~6. 13.(목) •장소 : 아파트형 공장 지식산업센터 내 교육장 (근로자건강센터 효문분소) •대상 : 소규모 사업장 근로자 25명(1기 13명, 2기 12명) •내용 – 건강관리교실: 혈압,혈당,콜레스테롤4종 검사 및 상담 – 운동교실: 체중부하 및 소도구를 활용한 맞춤형 체중관리 프로그램 – 교육 만족도 조사 : 총 14개 문항(교육내용, 교육환경 등) •결과 – 비만 위험요인 1개 이상 개선율 52.0% – 심뇌혈관질환 위험요인 1개 이상 개선율 68.0% – 교육 만족도 : 모든 문항에서 97.0%이상	 근로자 맞춤형 영양 교실 근로자 체중관리 운동 교실 건강버스를 이용한 혈액검사
건강취약계층 버스운수업 근로자 [농소차고지]	•기간 : 19. 6월~10월(월 2회, 총 10회) •장소 : 농소차고지 내(기사휴게소 앞, 체력단련실) •대상 : 농소차고지 운수업 종사자 148명(건강위험요인 1개 이상) •내용 – 찾아가는 행복 건강버스를 활용한 밀착형 피드백 건강관리 – 농소차고지 내 체력단련실을 활용한 재활교정 및 운동교실 – PAOT(참여형 문제중심 훈련)를 적용한 자가 건강생활실천습관 건강위험인자 개선 – 다양한 단위의 연계, 협력을 통한 분야별 전문가 교육·상담 실시 •결과 – 비만 위험요인 1개 이상 개선율 8.1% – 심뇌혈관질환 위험요인 1개 이상 개선율 31.8%	 농소차고지 방문 건강버스  체력단련실 일대일 운동 통증사정 및 재활운동 교실
중년여성 소규모 건강취약계층 근로자 [(주)현진산업]	•기간 : 19. 6월~9월, 14회 운영 •장소 : ㈜현진산업 내(작업장, 옥상 등) •대상 : 시트봉제 사업장 근로자 37명 •내용 : 건강관리교실, 영역별(운동·영양·근골격계질환) 건강교실 •결과 – 비만 위험요인 1개 이상 개선율 29.7% – 심뇌혈관질환 위험요인 1개 이상 개선율 62.2% – 근골격계질환 통증사정스케일 VAS 사전 5.4 –› 사후 2.3	 근육UP 뱃살DOWN 운동 작업장 내 스트레칭교실

■ 소규모 사업장 건강 친화적 환경 조성 및 관리

- 목적 : 자가 건강관리 인식 제고 및 올바른 건강정보 제공
- 대상 : 건강 친화적 환경 조성 3개소
- 조성방법 : 소규모사업장 및 관내 산업단지 설치 지원
- 내용
  - 신규 3개소 : 자동혈압계 및 건강 정보제공판 설치
  - 기존 10개소 : 자동혈압계 정도관리, 혈압계 천커프 교체 및 청소
- 결과 : 관내 산업단지 내 건강친화공간 13개소(신규 3개소, 기존10개소)

■ 소규모 사업장 걷기 커뮤니티 조성

- 목적 : 걷기 실천율 향상 및 올바른 운동방법 제공
- 대상 : 관내 소규모 사업장 근로자
- 내용 : 모바일 앱을 활용한 걷기, 매달 목표 달성 상위자 운동물품지원, 상장 전달
- 결과 : 걷기 커뮤니티 참여자 54명, 걷기상 9명
- 기대효과 : 모바일 앱을 활용한 걷기 커뮤니티 조성하여 걷기 실천율 향상에 기여



3. 추진성과

■ 주요성과

운영의 노력성	사업의 효과성	활용 · 전파 가능성	지속가능성
• 민관 협력체계 구축 • 건강버스 사업 안정화를 위한 전담팀 운영 • 지원단 자문을 통한 사업 체계구성 및 다각적 방법으로 접근 • 시 공모사업 및 구비 예산 확보 • 대상자 발굴 및 참여 독려 방안 노력	• 건강관리 거점공간 마련 건강서비스 제공 • 실태조사를 통한 보건 정책 수립 기초자료 마련	• 건강버스 운영 등 적극 행정 및 자원간 협업의 우수 모범사례로 타 지역 벤치마킹(경기 시흥) 및 확대 유도	• 네트워크 운영 조례 제정을 통한 건강의제 지속 발굴 • 건강버스 운영을 통한 건강관리 참여 확대

■ 목표달성도

구 분	목표	실적	달성률	비고
근로자 혈압수치 인지율	43.80%	60.50%	100.00%	• 찾아가는 행복 건강버스를 활용한 근로자 건강관리 서비스 제공 후 자기혈압 수치를 알고있는 근로자 수
비만위험요인 1개이상 개선율	20.00%	52.00%	100.00%	• 근로자 맞춤형 비만 프로그램 운영(12주) – 질환, 영양, 운동 프로그램 – 사전 · 사후 기초 검사
건강버스 서비스 제공 만족도	80.00%	95.10%	100.00%	• 건강버스 서비스 참여자 368명 실시
찾아가는 건강서비스 참여자 수	1,400명	1,849명	100.00%	• 소규모사업장 및 산업단지 찾아가는 건강버스 운영
근로자 헬스케어 참여사업장 수	130개소	250개소	100.00%	• 소규모사업장 및 산업단지 찾아가는 건강버스 운영
건강친화 환경조성 개소 수	6개소	13개소	100.00%	• 소규모사업장 내 거점공간 건강친화적 환경 조성 • 자동혈압계, 건강 정보제공 존 설치
건강지원 네트워크 협의체 회의	6회	6회	100.00%	• 보건소,근로자건강센터,비정규직노동자지원센터 공동 목표 설정 및 실적 공유를 위한 실무팀 회의

■ 사업 효과성

소규모 근로자 건강형평성 제고를 위한 찾아가는 건강버스 이용 증대

- 대기업(현대자동차 노사)의 사회공헌활동(건강버스 기부)으로 대·소기업의 상생문화 구축
- 건강한 근로자, 안전한 일터 환경조성을 위한 근로자 건강지원사업 적극 추진
- 근로현장 밀착형 건강버스 운영 : 총 72회 250개소 1,849명
  – 지자체 생산성 대상 정주환경분야 1차 선정
  – 2019년 보건복지부 심뇌혈관질환관리사업 우수기관 수상

맞춤형 건강관리 프로그램 운영을 통한 건강개선 증대

- 농소차고지 PAOT 건강관리 프로그램 * PAOT : 능동적 참여형 생활개선기법
  : 심뇌혈관질환 위험요인(혈압, 혈당, 콜레스테롤) 1개 이상 개선율 31.8%

구 분	수축기혈압(mmHg)		공복 혈당(mg/dL)		총콜레스테롤(mg/dL)		HDL(mg/dL)	
평균	사전	사후	사전	사후	사전	사후	사전	사후
	129.1	132.0↑	120.7	107.8↓	232.5	183.0↓	43.5	50.2↑

- 공장형 제조업 근로자 체중관리 프로그램
  : 걷기 커뮤니티 운영(모바일 앱 활용)을 통한 걷기실천 유도(54명, 일 평균 15,000걸음수)
  : 비만 위험요인(체중, BMI, 복부둘레, 체지방률) 1개 이상 개선율 52.0%

구 분	체중(kg)		BMI(m^2/kg)		복부둘레(cm)		체지방률(%)	
평균	사전	사후	사전	사후	사전	사후	사전	사후
	67.9	61.4↓	25.3	24.8↓	89.0	85.5↓	30.4	30.0↓

- 시트봉제 사업장 중장년층 여성근로자 체중관리 프로그램
  : 비만 위험요인(체중, BMI, 복부둘레, 체지방률) 1개 이상 개선율 32.4%

구 분	체중(kg)		BMI(m^2/kg)		체지방률(%)	
평균	사전	사후	사전	사후	사전	사후
	58.2	56.8↓	23.7	23.2↓	35.2	32.6↓

울산 북구 소기업 근로자 실태조사를 통한 근거중심 사업 추진

- 근로자 건강지표
  – 비만율 61.5%로 지역사회 건강통계 결과 32.3%에 비해 2배정도 나쁜 수준임
  – 현재흡연율 40.6%이며 건강통계지표 결과 21.3%와 차이가 큼
  – 만성질환 유질환자가 전체의 83.5% 차지
- 근로자 요구도 : 1순위 건강체크서비스(혈압, 혈당 측정 등), 2순위 정신건강 상담
- 건강버스 만족도 : 서비스이용 만족도 95.1%, 지속참여도 96.3%, 주변권유도 95.2%

■ 모니터링 및 환류내용(실적)

- 근로자 건강지원 네트워크 실무팀 집단, 전문가 집단(시 통합지원단, 심뇌혈관지원단 등), 보건소 내외 담당자 간의 지속적 회의 실시로 사업의 연속성 추진 및 사업 문제점 해결

방 법	내 용	환류내용
근로자 건강지원 네트워크 실무팀 회의	• 각 기관별 사업의 확대 및 건강버스 활용에 대한 문제 확인 • 실무팀간 사업 추진 상황 점검 및 의견 교육	• 기관별 역할 규정과 활동 정도 평가, 자원의 공유 등 유기적인 연결망 확보 • 유관기관 간 역할분담을 통한 사업 공동 수행
통합건강증진사업지원단 자문	• 사업 추진배경 및 대상자 선정시 추진 근거 마련 필요	• 지원단의 자문 결과 사업군별 맞춤형 실태조사 및 요구도 조사 실시 – 근로자 실태조사 설문지 검수
심뇌혈관질환사업지원단 자문	• 근로자 대부분 건강위험요인을 가지고 있어 심뇌혈관질환 예방관리를 포함한 사업의 내용 기술이 필요	• 건강위험요인 해결을 위한 근로자 건강상담 사전/사후 비교분석, 대상자별 맞춤 프로그램 운영 – 운수업 종사자 PAOT 접목 – 제조업 근로자 비만예방 프로그램
내부 회의	• 사업전략 및 운영방안 업무협의 • 건강버스 운영일정 공유 및 서비스간 연계협력 추진 • 지표달성도 등 진행상황 점검 등	• 모바일 걷기앱 활용 등 수행방법 제시 • 대상자별 필요서비스 파악 및 협의를 통해 건강버스 운영 • 예산집행 및 실적 등 점검
근로자 설문조사 및 사업설명회	• 건강행태 및 필요서비스 점검 • 건강버스 사업 홍보 및 신청 독려	• 실태조사 결과 근거 내년도 사업 반영 • 산업단지별 거점장소(식당, 사업장) 마련
소식지, 언론보도 등	• 보도내용 및 화제성 등	• 지속적 보도자료 및 게시물 작성

4. 성공요인

■ **성공요인**

- 지자체, 지역의료단체, 대기업 노·사의 참여 활동으로 체계적 역할분담을 통하여 건강버스라는 공간을 만들고, 지속적 협업사업 추진으로 효과적인 건강관리서비스 제공 기회를 마련
- 지역 특성에 맞는 사업 발굴 및 기관간의 협업을 통해 주민 애로사항 해소, 적극행정 기본모델로 활용 가능
- 지역자원의 조직화를 통한 근로자 건강관리 기본모형 제시로 타 지자체 활용 및 확산 가능

■ **문제발생 시 해결전략**

- 경제적·시간적으로 열악한 업무환경으로 건강관리에 소홀한 근로자들의 건강증진사업을 위해 기업 사장 및 이사들의 건강의 중요성에 대한 인식 제고 필요

  ⇒ 산업단지 사장단 및 이사회 협의 시 사업의 필요성 홍보

■ **향후계획**

- 2019년 소규모, 중·대규모 사업장 근로자 건강요구도 조사 결과, 2순위를 차지한 "정신건강 상담" 내용을 반영하여 보건소 내 정신건강복지센터 자원을 연계·협력한 직무스트레스나 우울증 상담 등 심뇌혈관질환예방관리 뿐만 아닌 정신건강도 포함하는 포괄적인 건강관리서비스 제공
- 근로자 건강지원네트워크 관계자와 지속적 업무협의를 통해 대상별 맞춤형 프로그램 접목과 건강사각지대에 놓여 있는 근로자 신규 발굴 및 건강관리 프로그램 지속 운영
- 경제진흥원 또는 중소기업 진흥청과의 사업연계·협력을 통해 사업의 필요성 인식 및 기업참여 제고를 위한 인센티브 마련

  (예) 중소기업 예산지원 기준 시 건강버스를 통한 건강관리서비스 참여 횟수 반영 등

울산광역시
울주군 보건소

부 서 : 보건과
담당자 : 서현애

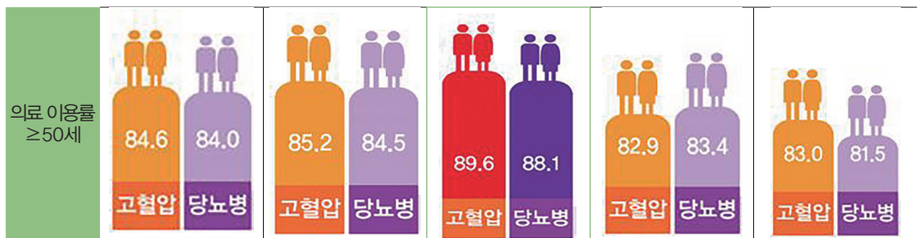
상인이 이끌고 주민이 참여하는 우리 동네 건강플러스 시장

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	주민참여건강증진 / 맞춤형건강관리	시장상인 및 이용객 / 시장상인	심뇌혈관질환 예방관리 / 신체활동

1. 추진배경

■ **현황 및 사업선정 배경**

- 울주 서부권(언양 외 5개 읍·면)은 50대 이상 인구 비율 및 만성질환 의료이용률이 높음
- 언양시장은 백년역사, 서부권 거래와 소통 중심터 ⇒ 상인–고객 간 잘 형성된 라포를 활용, 상인 주도 주민참여 장·노년층 대상 건강증진모델 구축 가능
- 사업선정 : 상인 건강 및 요구도 조사 결과 반영 ⇒ 근골격계통증관리 〉 고혈압·당뇨병관리 〉 신체활동

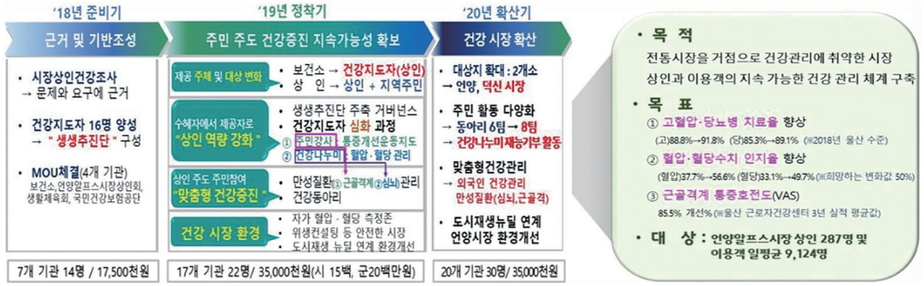


자료원 : 국가통계포털(2018), 국민건강보험공단(2017)

울산시 울주군 보건소

2. 추진내용

■ 추진체계



■ 세부 추진내용

① 주민조직 주축의 건강거버넌스 구축(주민참여 기반)

• 주민조직 『생생주진단』
– 구성 : 2018. 8. 1 ~ 계속
– 인원 : 17명
(건강나누미 및 동아리 리더 14명, 상인협동조합 2, 보건소 1)
– 실적 : 12회(정기 및 수시회의)
– 역할 : 주민의견수렴, 기획 및 수행보조, 평가 및 환류
① 신규동아리 선정
② 건강나눔가게 운영 전반등
– 성 과 : 자아 존중감 향상 (로젠버그척도 29.1 → 30.7)

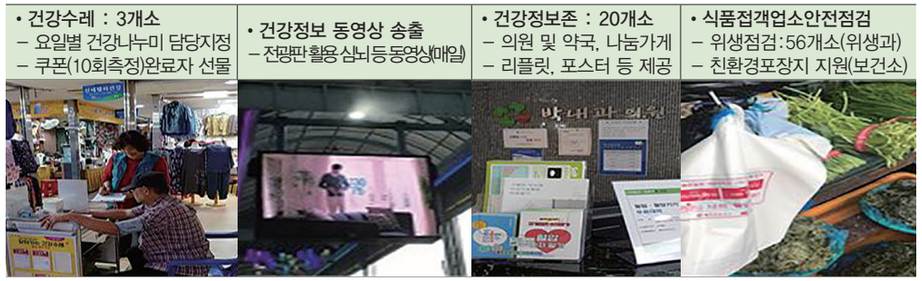
② 이끄는 상인 "주민 건강나누미"양성 (상인 역량 강화)

• 주민강사 『알프스 건강지기』 발대 : 8명(총 12주 심화교육)
→ 근육저축체조교실, 근골격계통증관리를 위한 운동지도 강사로 활동
• 건강나누미 심화교육 : 14명 3회(심뇌, 구강관리, 테이핑)
→ 건강나눔가게 운영 : 혈압·혈당 측정 관리 및 상처치료 등 활동
• 선진지 견학 : 부산남구보건소외 2개소(상인16명, 도시재생센터장 참석)
• 언양알프스시장 작은축제(건강증진성과대회) : 80명(11/19)

③ 주민이 참여하는 상인 + 주민 건강증진(맞춤형 건강관리)

근골격계 통증관리	• 통증개선 프로그램 : 2팀 73명(10주) – 방법 : 주민강사『알프스건강지기』 → 1:1 및 그룹 운동지도 – 성과 : 통증점수(VAS)개선 4.29점 → 3.33점 주민강사 중심 체조지도 활동 20회	혈압·혈당 관리	• 건강나눔가게 : 14개소 – 방법 : 건강나누미→자가 혈압 · 혈당 측정보조 ※ 건강 나누미 역할 : 측정 결과 기록, 기기관리 등 도움 활동 – 성과 : 518명/2,028회 (상인 196, 주민 322) ⇒ 고위험군 등 보건소 연계 43명 (집중상담 제공)
건강 동아리	• 댄스 동아리 등 6팀/121명 (상인78, 주민43) – 내용 : 댄스, 요가, 오카리나(2팀) 헬스, 체조 ※ 백세체조 : 국민건강보험 강사 지원 – 성과: 체지방률 34.6%→33.3% 개선 작은축제 작품 발표(댄스, 오카리나)	체험홍보 모니터링	• 건강 체험 · 홍보관 : 2회/1,000명 – 연계 : 치매, 국가암, 감염병, 검진버스, 맞춤형복지(언양읍) • 상인 및 이용객 건강조사 : 317명 (상인144, 주민173) – 내용 : 인바디 측정 및 상담, 설문 ⇒ '19년 평가 및 '20년 계획 반영

④ 건강한 시장 골목, 우리 동네 건강 핫플레이스(건강환경 조성)

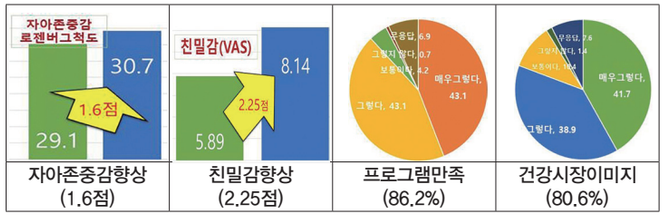


3. 추진성과

• 상인주도 생활밀착형 건강관리로 건강수준 향상

고혈압치료율	당뇨병치료율	혈압수치인지율	혈당수치인지율	근골격계통증점수
(전)88.8% → (후)93.5% 목표대비 101.9%	(전)85.3%→ (후)92.6% 목표대비 103.9%	(전)37.7%→ (후)75.5% 목표대비 133.4%	(전)33.1% → (후)65.1% 목표대비 131.0%	(전)4.3점→ (후)3.3점 목표대비 110.2%

• 건강증진지속가능성 확보 : 건강지도자 자존감, 상인간 친밀감, 만족도 및 건강시장 이미지 제고



30년을 장사하고 살림밖에 몰랐는데, 내가 상인들한테 봉사할 수 있어가 너무 좋다. 보람도 느끼고 살맛이 난다.." – 김00님

"내 혼자 건강하면 뭐하노? 상인도 손님도 다 같이 건강해야지."– 박00님

"동아리하면서 상인들이 더 친해졌다. 얼굴만 봐도 웃는다." – 전00님

– 상인인터뷰 중

① 주민참여 활동으로 지도자 자아존중감 향상, 공동체 자가 건강관리능력 및 지속 가능성 확보 ⇨ 건강나눔가게 및 건강수레, 주민강사『알프스건강지기』 활동, 건강동아리 지속 운영 가능('20년 ~)
② 나눔가게 홍보, 친환경포장지(2,000매), 봉사시간(1일 3시간), 유공자표창(2명) 등 인센티브 제공
③ 도시재생뉴딜사업 주민공동체 활성화 및 센터 운영 예산 확보('20년 예산 235백만원)

•교육자료, 내용, 설문 등 표준화 → 타 생활터에서 탄력적으로 적용 가능

① 2020년 남부권 덕신시장 1개소 추가, 지역 특성 반연 외국식재료 판매점을 거점으로 외국인 건강관리 ※ 시 공모사업 선정
② 『건강한 전통시장 만들기』중간평가 시 울산전역 사례 전파
【남구수암, 동구남목, 중구태화시장】

울산광역시
동구 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 이나금

어디서든 믿고 측정하세요!
우리동네 혈압 안심기관 운영

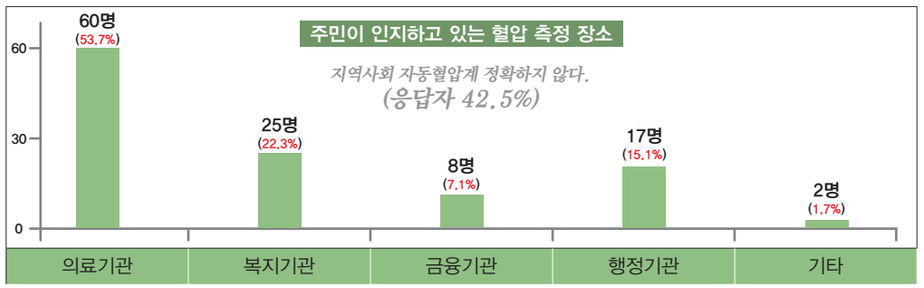
구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	지역주민	(주영역) 심뇌혈관질환예방관리 (부) 영양, 운동

1. 추진배경

■ 현황

• (건강수준) 심장질환 사망률 크게 높고, 혈압수치인지율 낮음(자료원 : 국가통계포털)
  – '18년 심장질환 사망률은 58.3%, 울산시(39.8%), 전국(32.3%)로 높은 수준
  – 혈압수치 인지율은 35%로 전국대비 8.1%p낮고, 20~40대 최저.
• (주민조사) 혈압 수치 모르는 이유, 측정해 본 적 없다(37%), 기억할 수 없다(63%), 지역사회 자동 혈압계 정확하지 않다(42.5%)등 부정확하다는 인식 높고, 측정 후 문의할 곳 없음(자료원 : 2019 만성질환관리 전략 개발 조사 내부자료)
• (국민신문고) 자동혈압계 비치된 곳은 많지만, 주민들은 알지 못하며 활용할 수 없으므로, 설치장소 적극적 홍보 정책 요구

☞ 기존의 자동혈압계가 비치된 지역 내 자원을 활용하여 혈압안심환경 조성 필요



출처 : 2019년 동구인 전략 개발 조사, 내부자료

2. 추진내용

■ 사업개요

목적	지역사회 협력을 통한 심뇌혈관질환예방관리 확대
목표	▷ 혈압 안심기관 인지율 향상 ▷ 만족율 향상 ▷혈압 측정률 향상 ▷심뇌혈관질환 예방수칙 준수율 향상

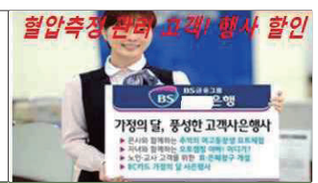
추진전략	준비기(2018년)	시행기(2019년)	확장기(2020년~)
혈압안심 기관운영	· 자동혈압계 현황조사 · 자동혈압계 점검 관리	· 전략 개발 주민 조사 시행 : 200명 · 우리동네 혈압 안심기관 지정 25개소	· 혈압 안심기관 지정 확대 : 30개소 (쇼핑 · 문화 등 상업시설 확대)
레드서클 인증샷 캠페인	· 레드서클 가족사랑 캠페인 참여자수 1,000명	· 레드서클 가족사랑 인증샷 참여자수 : 5,000명 · SNS를 활용한 혈압 인증샷 이벤트 : 1,151명	· 레드서클 캠페인 참여자수 : 6,000명 · 카카오톡 친구추가 확대 : 2,000명
위험군 관리	· 고혈압 당뇨병 환자 관리 : 2,000명	· 건강위험군 상담, 고위험군 연계 : 4,300명	· 위험군 상담 고위험군 연계 : 5,000명
투입	3명/32,000천원	29명/45,000천원	35명/50,000천원

■ 우리동네 혈압안심기관 지정·운영

• 지역사회 자동혈압계 보유기관 현황 조사 : 다중이용시설 127개소 대상
• 사업 설명회 개최 : 자동혈압계 보유 기관 26개소 실무 책임자 교육
• 취약지역을 고려한 혈압 안심기관 지정 : 25개소(※공공11, 복지4, 체육2, 금융6, 상업2)
  – 지정기준 : 고정식 자동혈압계를 자체적으로 부유하고 있는 다중이용시설
    1순위 : 지역주민 누구나 방문 가능하고, 다수가 이용하는 시설
    2순위 : 고정식 자동혈압계 설치가 상대적으로 적은 행정구역
    3순위 : 건강취약계층 인구가 많은 행정구역(장애인, 수급자, 차상위 계층, 독거노인)
• 우리동네 혈압 안심기관 협약식 및 현판식 개최
  혈압 안심기관 : 혈압 측정 주민 독려, 대장 관리, 인증샷 이벤트 홍보
  보건소 : 자동혈압계 연 2회 정도 관리, 안심기관 연계 캠페인, 건강위험군 연계
• 우리동네 혈압 솔루션 위원회 조직(22명) 및 주민 역량강화 교육
  – 지역사회 혈압측정 환경조성의 중요성, 혈압 안심기관 운영 전략 개발
• 혈압 안심 환경조성 : 정도관리(※혈압계 기준값, CUFF 구동, 관리카드 비치)
• 혈압안심기관 지도제작, 참여주민 300명 주민 참여 조사

혈압안심기관 운영 위원회 조직

한눈에 보는 지도 제작



혈압안심기관 자체 인센티브 지급

<우리동네 혈압안심기관 25개소 지정 현황>

농협은행동울산지점, 동울산새마을금고(본점,남목지점,오좌봉지점), 울산동부신협, 울산수협, 현대백화점 동구점, 남목전통시장 상인회
9개동 행정복지센터, 동구노인복지관(전하분관), 방어진노인복지관, 동구장애인복지관, 국민체육센터, 전하체육센터, 퇴직자지원센터, 울산광역시동구보건소

■ 당신의 혈압을 알려주세요! 레드서클 인증샷! 캠페인

1. 혈압 찰칵! 인증샷 SNS 이벤트

참여인원 : 1,151명, 친구추가 : 1,535명

2. 우리가족 그림엽서 인증샷

어린이집, 유치원, 초등학교
28개소 5,000명 참여

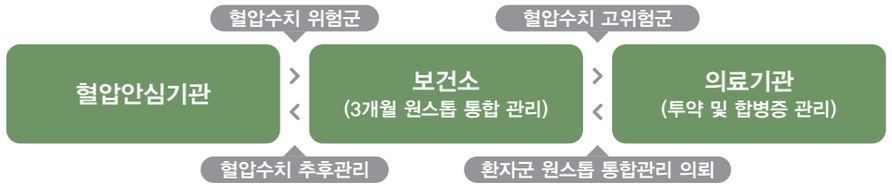
3. 자기혈관 숫자알기 캠페인

아파트, 산업장, KTX역 등
30회 3,623명 참여

혈압수치 인지율
가장 낮은 20~40대
맞춤형 차별화 전략

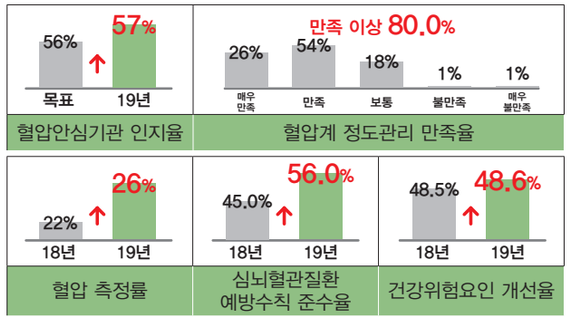
■ 혈압안심기관을 통한 건강 위험군 발굴·관리체계 구축

- (위험군)모바일 헬스케어 : 302명(직장인 저녁반·주말반 운영)
  - 모바일 앱(APP)과 활동량계 디바이스를 이용한 자기주도적 건강관리(6개월)
  - 혈액검사, 신체계측 후 맞춤형 영양·운동·건강행태 상담, 혈압계·혈당계 대여
- (위험군)원스톱 대면 건강관리 : 351명(보건소 내소 및 출장 단체검진)
  - 건강위험요인 1개 이상인 자 3개월 일대일 대면상담
  - 운동, 영양 건강행태관리 후 자조모임 9회 1,025명 운영
- (고위험군)의료기관 만성질환 치료 연계 : 내과 2개소 45명



3. 추진 성과

■ 전국 최초, 지역사회 다중이용시설 자동혈압계 정도관리, 관리카드 부착! 만성질환 관리 효과성 입증



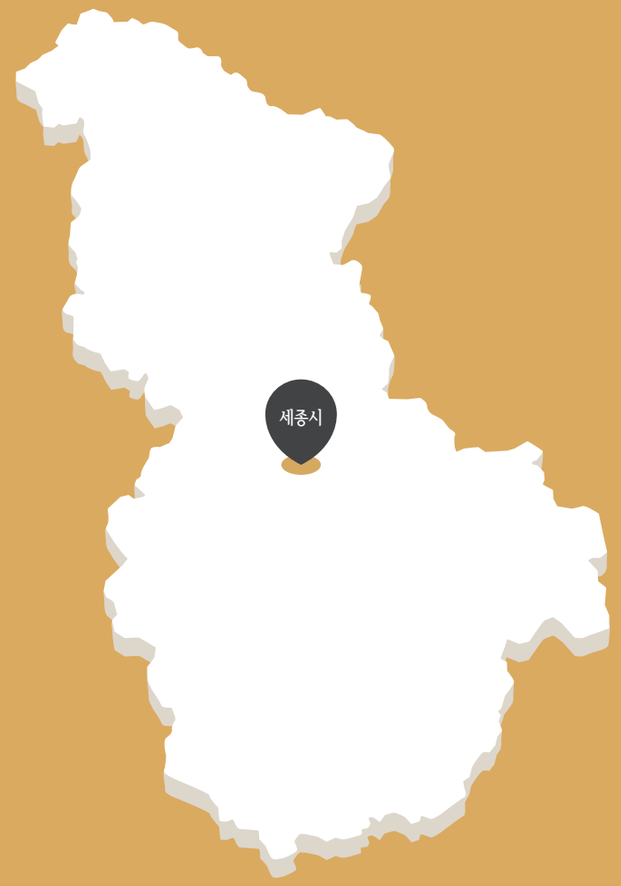
■ 전국 최초 『울산동구보건소 카카오톡 플러스 인증샷 이벤트』 20~40대 맞춤 전략, 타 지자체 문의 쇄도

- 혈압측정, 심뇌혈관질환예방수칙 가족사랑 그림엽서 인증샷 SNS 이벤트로 20~40대 참여 증가

당첨자 발표
1위 : 혈압계
2위 : 구급함
3위 : 체온계

■ 금융·상업·문화·체육시설 25개소 『고객님! 혈압 측정해보세요』 건강 환경조성을 통한 주민 주도적 운영

- 소 생활권 건강 환경조성으로 혈압계 보유기관의 주민 건강관리를 위한 선도적 역할 수행
- 혈압안심기관·보건소·의료기관 연계체계로 건강위험군 조기발굴, 적기 치료 체계 구축



세종특별자치시

01 **세종특별자치시 보건소**
우리 마을 건강하길

세종특별자치시
보건소

부　서 : 건강증진과
담당자 : 임미영

우리 마을 건강하길

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여특화 / 형평성강화	노인	신체활동 / 영양

1. 추진배경

■ 신도심과 보건진료소 소재지 간 주민 연령차이 증가
도농복합형으로 젊은 인구 유입이 많은 신도심에 비해 면지역의 경우 65세 이상의 노인 인구 비율이 높음 ⇒ 노인집단을 대상으로 만성질환 관리를 위한 보건서비스 필요

〈세종특별자치시 읍면동별 인구 현황('18.11.)〉

(단위: 명, %)

구 분	전체	동지역(7)		읍지역(1)		면지역(9)		비고
	인구수	인구수	비율	인구수	비율	인구수	비율	
인구수	312,103	219,518	70.3	44,488	14.3	48,097	15.4	
0–6세	30,330	26,267	86.6	2,561	8.4	1,502	5	
7–8세	47,210	38,621	81.8	5,404	11.4	3,185	6.8	
19–64세	205,556	144,406	70.3	30,126	14.7	31,024	15	
65세이상	29,007	10,224	35.2	6,397	22.1	12,386	42.7	

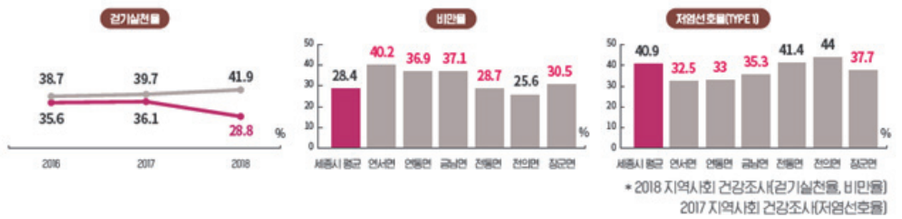
※ 출처 : 통계청, 인구통계 (2018)

■ 신도심 행복도시 둘레길(1~7코스)는 개발되었으나 면 단위 주민이 이용하기 쉬운 보건진료소, 경로당 중심 건강걷기길 부재 ⇒ 면지역 특색을 살린 우리마을 건강길 조성 필요

■ 지역사회 건강조사를 통한 건강문제 도출
- 2017년 지역사회 건강조사 결과 면지역의 경우 세종시 전체 평균 대비 비만율이 높고, 저염선호율이 낮음 ⇒ 신체활동을 높이고 적절한 영양교육으로 건강행태 개선 필요
- 2018년 세종시의 걷기실천율은 전국평균 41.9% 대비 28.8%로 매우 낮고, 특히 면지역이 세종시 평균보다 비만율(40.31%)이 높고 저염선호율(40.9%)이 낮음

영역	산출지표	2017년 지역사회건강조사						전체
		연서면	연동면	금남면	전동면	전의면	장군면	
식생활	저염선호율 (type1)	32.5	33	35.3	41.4	44	37.7	40.9
비만	비만율	40.2	36.9	37.1	28.7	25.6	30.5	28.4

■ 건강행태를 변화하기 위한 패러다임 전환 필요
기존의 강사가 주도적으로 하는 운동 프로그램, 보건교육에서 주민이 사업 초기부터 주도적으로 참여하여 면지역 노인집단의 건강문제를 해결



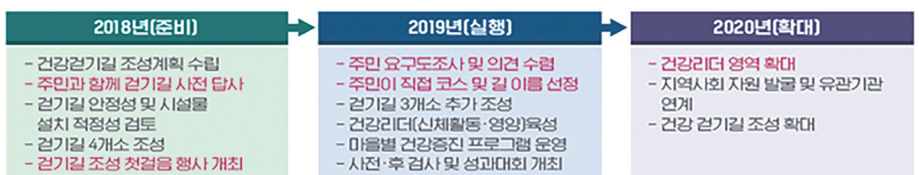
* 2018 지역사회 건강조사(걷기실천율, 비만율)
2017 지역사회 건강조사(저염선호율)

2. 추진내용

■ 사업 대상 : 7개 보건진료소 주민 150여명

■ 사업내용 : 7개 보건진료소 중심 건강걷기길 조성, '마을약속지키기' 프로젝트·건강리더 육성

1. 주민주도형 통합건강증진사업 기반조성
- 주민참여를 기반으로 한 '건강 걷기길 조성 검토 계획수립
- 건강 걷기길 조성을 위한 토지 점용, 하천, 농업생산기반시설 허가 요청 및 시설물 설치 검토



■ 주민들이 직접 코스와 길 이름 선정하여 건강마을에 대한 애착 형성

■ 주변 환경 개선 지원 (길잡이 안내판 26개, 건강정보안내판 9개, 건강정보의자 9개 설치)

현지답사(2018.5~7)

송곡리(모시터길) 코스

걷기길 안내판

건강정보의자

2. 우리 마을 건강개선 프로젝트 실천으로 건강행태 변화

• 우리 마을 약속 정하기 「걷고 + ('마을약속') + 건강올리고」
  ㄴ ( )은 건강개선 지표임 : 끊고, 적게 먹고, 저염식으로, 적정체중으로, 금주하고 등

건강길 장소	걷기길 이름, 거리	마을약속	건강올리고(실천방안)
연서면(와촌2리)	개울건너 밤나무골길 (1.7㎞)	체지방 줄이고	영양교육·운동 프로그램 운영, 하루 만보 걷기 실천
연서면(쌍류리)	소통돌레길(2.6㎞)	비만율 내리고	주3회 40분 걷기 실천, 걷기 후 느낀 점 나누기
연동면(용암2리)	고솟골 오딧길(1.2㎞)	싱겁게 먹고	저염식이 교육, 주1회 1시간 걷기 운동
금남면(황용리외)	황용대박길(2.5㎞)	적정체중유지하고	주3회 이상 자율적 걷기, 월1회 걷기 모임 운영
장군면(송학2리 외)	소한뜰 올레길(1.9㎞)	골고루 잘 먹고	영양교육 운영, 주2회 자발적 걷기, 월1회 함께 걷기
전의면(양곡리)	힐링, 마음 치유의 길(3.4㎞)	싱겁게 먹고	저염식이 교육, 올바르게 걷기 교육, 주2~3회 걷기 운동
전동면(송곡리)	모시터길(2.0㎞)	신체활동 늘려서	주2회 자율적 걷기, 2인이상 함께 걷기, 걷기 현황 게시

• '17년 지역사회 건강조사 건강지표를 참고하여 마을주민 스스로 선정
• 건강(걷기·영양) 리더 진료소별로 각 2명씩 선발 및 위촉(걷기리더 14명, 건강리더 8명)
• '주민 함께 걷는 날' 마을별 월 1~2회 운영
• 찾아가는 구강 건강교실 운영 및 타부서 연계 주민건강교실 운영
• 식생활 네트워크(로컬푸드과)와 연계하여 어르신 건강밥상 교실 운영
• 우리 마을 건강하길 사업 성과대회 개최

건강리더 위촉식

마을 건강 길 걷기

건강리더 영양교육(실습)

우리 마을 건강하길 성과대회

3. 사업수행 결과

1. 인력투입 및 자원연계

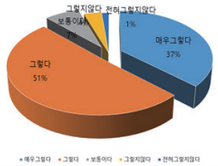
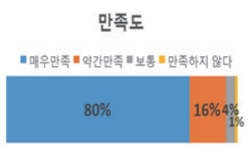
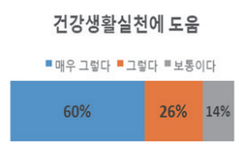
• 인력투입
  – 공무원 10명(보건진료소장 7명, 건강증진담당 3명), 전문인력 2명, 고혈압당뇨병 등록교육센터 3명
• 자원연계
  – 보건진료소 : 건강리더 및 참여 주민 발굴, 관할지역 홍보 및 주민참여 독려, 모니터링
  – 보건진료소 운영협의회 : 주민의견 수렴 및 대변, 걷기 운동 참여 촉진
  – 주민건강교실 : 마을별 자조 동아리 운영
  – 통합건강증진사업 지원단 : 건강걷기길 조성 협조 및 자문
  – 고혈압 당뇨병등록교육센터 : 건강리더 양성교육(영양)
  – 치매안심센터 : 치매조기검진 및 치매예방교육
  – 충남대학교 간호대학: 주민역량강화를 위한 프로그램 개발 및 훈련, 주민네트워크 분석
  – 식생활네트워크(로컬푸드과) : 건강밥상, 건강간식 만들기를 통해 영양교육

2. 프로그램 운영 성과 및 사전사후검사 결과

• 프로그램 운영 결과 및 참여인원
  – 영양교육 8회, 71명 / 함께 걷는 날 86회, 연1,106명/ 주민건강교실 467회, 연5,263명
• 건강리더 교육 이수율 및 영양 조사 결과
  – 영양리더 10명 중 7회 이상 교육에 참여한 사람의 수는 9명으로 교육 이수율 90%이상
  – 영양불량위험도 조사인 영양 상태조사 5.7점에서 3.3점으로 감소
  – 식행동 조사 결과 고염섭취군 3명에서 2명으로 감소, 저염섭취군 7명에서 8명으로 증가
• 혈액검사 결과
  – 사업 참여자 140명 사전·사후 검사 시행 : 혈압, 혈당, 총콜레스테롤, 중성지방, HDL, LDL

구 분	복부둘레(cm)	혈당(mg/dL)	중성지방(mg/dL)	비고
사 전	86.8	149.4	168.8	
사 후	85.8	138.9	163	
감소값	1	10.5	5.8	
감소율	1%	7.00%	3.40%	

• 설문 조사 결과

주관적 자기 건강 증가율	프로그램 만족도	건강생활실천에 도움
		
참여자의 88%는 사업에 참여 후 본인의 건강수준이 향상되었다고 대답함	참여자의 96%가 우리마을 건강하길 사업에 만족	참여자의 86%가 우리마을 건강하길 사업이 건강생활실천에 도움이 된다고 대답함.

4. 추진성과

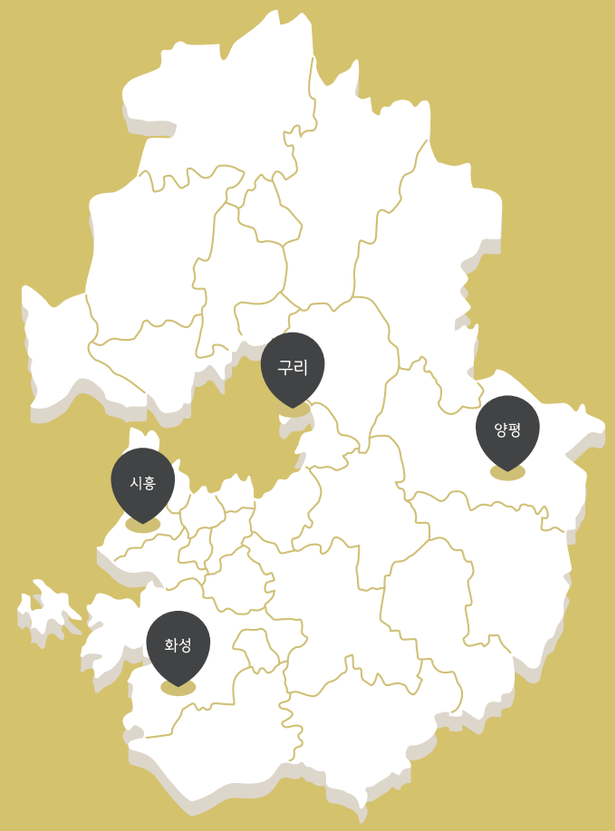
• 주요성과

– 2019년 우리 마을 건강하길 사업 성과대회 개최(2019.11. 26./지역주민 150여명)
: 우수건강리더 7명 및 우수참여자 20명 수상, 참여소감 발표 5명

– 2019년 보건복지부 우수기관상 2회 수상(신체활동, 비만예방 2019. 10.)

忠淸日報
2019년 10월 14일
세종시 '비만예방관리사업' 복지부장관상 수상
17개 시·도 중 최저 비만율
올림픽식 식습관 개선 효과
지난 11일 전라북도에서 열린 '비만예방의 날 기념행사'에서 보건복지부장관상을 수상한 세종시 직원들이 기념사진을 찍고 있다.

충남일보
2019년 11월 01일
합동 성과대회 및 실
세종시보건소가 건강증진 사업을 적극적으로 추진한 공로를 인정받아 지역사회 신체활동 우수기관에 선정됐다.
세종, 신체활동 건강증진 우수기관 선정
시민 건강행태 개선·건강수준 향상 기여 등 공로
세종시보건소가 건강증진 사업을 적극적으로 추진한 공로를 인정받아 지역사회 신체활동 우수기관에 선정됐다.
을 수상함에 이어 올해 두 번째 쾌거다. 세종시보건소는 이번 평가에서 건강한 환경을 조성하고, 생애주기별 건강증진 사업을 추진해 시



경기도

01 화성시 보건소
건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

02 양평군 보건소
엄지척! 지역사회 액티브 시니어(active senior) 청춘 되돌리기

03 구리시 보건소
심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

04 시흥시 보건소
'작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다

경기도
화성시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 이미애

건강자원 지역연합군이 함께 만들어가는 LH 행복보건소

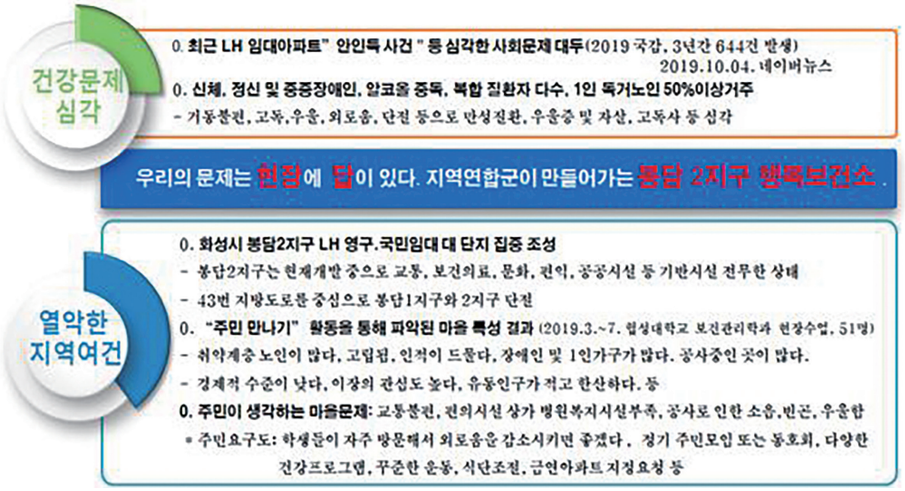
구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심 리더쉽 및 협력체계 강화	성인 / 노인	(주영역) 신체활동 / (부영역) 영양

1. 추진배경

■ 현황 및 사업선정 배경

"소외되고 어려운 이웃을 살펴보고 함께 누릴 수 있는 바른 성장" 시정방침

(출처 2019. 1. 시정계획 시장님 발간사)



2. 추진내용

■ 사업목적

• 보건복지취약계층 인구비율이 높은 봉담 2지구의 주민을 위한 선제적 통합행정서비스 지원을 지역연합군과 주민이 만들어간다. "함께하는 건강 도시, 나눔 화성" 구현

■ 사업 목표 : 주민건강체감도(주민인지도, 프로그램 만족도, 프로그램 이용율) 61.9%

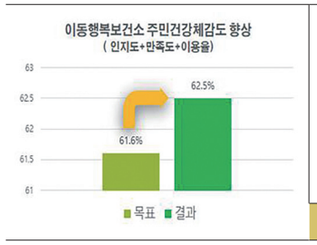
■ 사업 개요

– 사업대상: 봉담2지구 LH 2·3단지 주민 2,416세대(2018.7.입주시작)
– 협업기관: 봉담읍 지역사회 19개소(공공기관 11개소, 대학교 3개소, 민간단체 5개소)
– 사업예산: 39,940천원(시비100%) / 2019년 주요업무(신규자체사업), 전국최초 LH 내 운영
– 주요내용: 협업문화조성, 주민만나기, 행복공동체
– 사업흐름도(2018년 사업준비기간 6개월 / 사업운영 2019년~ 계속)

■ 사업내용 : 주민과 같이하는 가치 있는 행복보건소

3. 추진성과

■ 주민 및 LH 관리사무소요구: 중점위기대상관리대상자 관리 및 해결 30건
■ 주요 성과 : 주민건강체감도 목표대비 101.5% 달성
(2019.12. 주민건강체감도 조사 결과, 온나라문서)



표정이 밝아진 주민

언론보도 3회(경기일보외 31개사)

4. 성공요인

■ 사업의 주요 성공요인 및 노하우 → 향후계획

		향후계획
성공요인	•주민과 지역사회기관의 소통 및 공유 ⇒ 주민들의 긍정적인 변화 – 밴드와 단톡방 운영(실적, 홍보, 안내 등) – 보건소 조정자 역할(기획, 운영, 평가) 각 기관 프로그램 운영 – 주4회 이상 주민과 만남, 보건복지취약동(307.308) 전수실태조사 – 관리사무소, 보건소, 해밀복지센터 함께 주민애로사항 공유 및 해결 •주민, 협업기관, 직원들이 사업 네이밍 및 로고 함께 선정 •단체장, 지역의원, LH한국토지주택공사 관심과 지지 : 시비예산 확보 행복보건소 장소(50평) 제공 및 전기료 지원, 대형 냉난방기 무상기증 •경기도 통합건강증진사업지원단 "주민조직화교육" 담당팀장과 담당자 교육을 통해 사업 충실도 높임	• 지역 활동가 양성 및 활용 • 사업대상 확대 및 연계구축 – 봉담2지구 2개단지⇒4개단지 – 농촌과 도시 건강마을 연계 • 공유하는 건강한 지역사회 관내 3개 대학 ⇒ 5개 대학 참여확대 – 이동행복보건소: 현장 배움터 – 대학교: 주민시설개방, 운동지도 • 주민만나기 활동결과 적용 – 2019년 주민의요구도 (운동, 정기주민모임, 금연아파트 등) ⇒2020년 계획반영
노하우	•외부 인력이 아파트 공간 사용에 대한 선입견 극복 : 발로 뛰는 행정 •기획단계에서부터 평가까지 주민과 지역사회 참여 •지역중심의 맞춤형 행복보건소: 주민이요구하고 해결방안 제시 •보건+복지 통합접근을 통해 주민원스톱 서비스 제공	

경기도
양평군 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 김주예

엄지척! 지역사회 액티브 시니어 (active senior) 청춘 되돌리기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	생애주기 또는집중사업 전략	노인	(주영역) 신체활동 영양 비만 / (부영역) 방문건강관리, 치매

1. 추진배경

■ 뉴시니어의 등장 →
적극적인 액티브 시니어, 베이비부머 세대의 등장 신체적 나이보다 본인이 젊다고 생각하는 심리적 나이에 영향을 더욱 많이 고려

• (인구) 노인인구 23.2%로 초고령사회 진입, 노령화 지수 전국 2배
• (사회적) 양평군 독거노인 7% → 노인 우울 및 자살위험증가
• (주민요구) 양평군 보건기관 이용자 만족도 조사 결과
보건사업 우선순위 요구도 1순위는 노인(65세 이상)

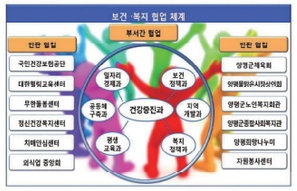
→ 초고령화 사회 대비한 지역사회 내 노년층 건강관리 및 사회적지지 필요
→ 다양한 사업 참여 기회 및 역량강화 통한 건강한 노년생활 실천
보건+복지+학습 통합노인건강프로그램 확대 운영 통한 젊음 회복 지원

2. 추진내용

■ **각 프로그램 운영 총괄 계획부터 프로그램 운영까지 협업으로 완성도 항상**

→ 부서간 양평군 복지정책과 등 6개과 협업

→ 민관간 양평군종합사회복지관 등 12개 유관기관 협업



- 프로그램 협업 진행 회의, 기관별 업무 협약, 민·관 협업 위한 워크숍을 진행하는 등 보건소 중심으로 효율적인 역할 분담
- 협업을 바탕으로 어르신 건강관리 및 사회 참여 위한 통합프로그램 구성

프로그램 협업 진행 협의

양평군종합사회복지관

한국체육대학교

민관 협업을 위한 워크숍

■ **건강관리+복지서비스 연계를 통해 지역사회 액티브 시니어로서 배우고 즐기고 나두고!**

- (학습) 요리교육,지도자 양성 교육, 통합건강증진교육, 자조모임 등으로 역략강화
- (힐링) 합창수업,산림치유 체험,레크레이션 등으로 心身힐링
- (나눔) 지역주민 건강관리 상담, 교육, 자원봉사 등 노인건강지킴이 역할 중대

지역특성 고려, 보건(건강)·복지 협업 프로그램 개발 운영

남성어르신 요리교실 요리하는 청춘	어르신 건강힐링지도자 양 성 과 정	老老헬스 가디언즈	행복바이러스 합창단	치매안심마을	홀몸어르신 心(우울+치매) 身(근력+영양) 힐링

■ **지역사회 내·외부 자원 연계 체계 강화하여 건강친화적 환경 조성**

- (협업확대 및 강화) 한국체육대학교 벤치마킹('19.9.) 및 업무 협약 ('19.10)
  - 양평군 ↔ 한국체육대학간의 주민건강증진과 체육활성화 건강정책 공유 협력체계 구축
  - 스포츠산업 육성 및 체육 분야 일자리 창출을 위한 지원
- (예산확보) 2개 사업 공모 선정
  - –요리하는 청춘, '19년 경기도 식생활교육지원센터 경기도 바른식생활 교육 공모선정
  - ※시·군과 함께하는 생애주기별 맞춤형 요리교실, 시·군당 2백만원 예산 지원
  - 노노헬스가디언즈 양평 일자리 체인지업 프로젝트 선정 ※일자리 경제과 45백만원 예산지원
- (자조모임 활성화) 월1회 이상, 지속 모니터링 실시, 성과보고회 등
  - 참여자 간 지속적인 만남의 기회 제공·운영으로, 친목도모 및 역량 강화
- (건강서비스 인프라 확대) 지역 밀착형 맞춤형 건강서비스 제공
  - 20년 농어촌으료서비스개선사업 건강증진형 보건지소 증축 선정, 7억원
  - 건강관리센터 중앙('15년 7월), 동부센터('16년 7월) → 서부센터('19년 12월) 확대 추진
- (공동체 조성) 치매안심 공동체 조성,치매안심마을 운영위원회 구성 및 안심리더 양성
  - '18년 치매안심마을 제1호 선정 → '19년 제2호, 제3호 치매안심마을 점차 확대

3. 추진성과

■ **건강수준 향상 및 건강행태 개선**

- **남성어르신 요리교실 요리하는 청춘**
  - → '19년 상반기 20명 대상
  - 식생활 자립과 건강관리에 취약한 노년남성을 대상으로 요리실습 및 영양교육 제공
  - 식습관 개선을 통한 심뇌혈관질환예방관리, 통합건강증진교육 통한 건강관리능력향상

<남성어르신 요리교실 요리하는 청춘>

과정명	만족도	건강생활실천율	건강측정결과 개선			비고
			혈당	중성지방	체지방률	
초급	93%	90%	100%↓	79%↓	64%↓	건강개선
중급	100%	92%	혈당	중성지방	체지방률	
			29%↓	57%↓	29%↓	

<어르신 건강 힐링 지도자 양성 과정>

- **어르신 건강 힐링 지도자 양성 과정**
  - → 4기 초급 17명, 중급 8명 대상
  - 지역의 건강문제를 정확히 알고 자주적으로 활동할 수 있는 노인건강전문가 양성
  - 건강생활습관 개선 및 사회활동 참여로 스트레스 우울감 감소 등 정신건강관리 강화

<홀몸어르신 心(우울+치매) 身(근력+영양) 힐링>

• **홀몸어르신 心(우울+치매) 身(근력+영양) 힐링**

→ 독거노인 100명

– 주기적인 정신건강관리 및 여가활동 프로그램 참여로 심신이 건강한 노후보낼 수 있도록 함

– 문화공연관람, 산림치유, 레크레이션 등

– 양평만의 차별화된 건강.힐링프로젝트 헬스투어힐링특구 연계
(보건소+공동체구축과+양평헬스투어센터)
* 스트레스, 자율신경계, 혈관건강 측정
* 헬스투어프로그램

– 스트레스 대처능력, 피로도, 혈관나이, 정신적 스트레스 감소 효과

■ **사회 활동 참여 활성화**

• 어르신 건강 힐링 지도자 양성과정, 초급.. 중급 과정 총 154명 배출('15년부터 지속 운영)

– '16년 1기 (44명) → '17년 2기(35명) → '18년 3기(50명) → '19년 4기 (25명) 수료

– 초등돌봄교실 아동비만예방, 구강양치교실, 금연지도.단속, 경로당 연계 자원봉사 활동

• 행복바이러스 합창단 50명('13년부터 지속 운영), 양평군 기념식 및 기타 주요행사 시 연계 축하공연

– 노인의 날 기념 청와대 오찬행사('14년), 경기도 독거노인 평가대회 초청 연주('14년)등 총 14회 공연

– 소외된 어르신들이 활기찬 여가생활로 우울감 해소와 사회활동 참여하는 성공적 모델

• 요리하는 청춘('14년부터 지속 운영), 자조모임 활성화 및 요리 콘테스트 운영 통한 지속적인 사회참여 기회 제공

– '14년 1기(18명) → '15년2기 (20명) → '16년 3기(40명) → '17년4기(40명) → '18년5기(40명) →'19년6기(40명) 수료

– 경동방송·경기방송('16년), sbs 생활경제('17년),KTV 국민방송(,18년) 등 다수 방영

■ **향후계획 ☞ 지역맞춤형 어르신 주도형 프로그램 적극 발굴 및 확대**

경기도
구리시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 박다솜

심뇌혈관질환 고위험군 집중관리 사업 "건강살리Go! 전통시장 살리Go!"

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	건강취약계층 건강형평성 제고	성인 (전통시장 상인)	(주영역) 심뇌혈관질환 예방 / (부영역) 절주, 금연, 신체활동

1. 추진배경

■ **구리시 만30세 이상 성인 중 고혈압 환자의 약 19%(약 8천명), 당뇨 환자의 약 23.5% (약 4천명)가 자신이 유질환자라는 사실을 인지하지 못하고 있으므로 보다 적극적인 조기 발견 사업이 필요한 실정**

■ **전통시장 상인의 질환별 유병률[1]은 고혈압 57.0%, 당뇨병 17.9%로 일반인에 비해서 매우 높은 수준으로 건강 수준 향상을 필요로 하는 건강취약계층(생계형 점포운영 전통시장 종사자)의 건강 형평성 제고를 위한 찾아가는 건강관리서비스 추진 필요**

1) 황성호 외(2017). 전통시장 상인의 건강상태와 건강행태. 한국산학기술학회논문지, 18(10):237–245

2. 추진내용

■ **(사업목적) 경제활동과 바쁜 일상으로 스스로의 건강관리에 소홀하기 쉬운 전통시장 상인들을 대상으로 주민밀착형 건강관리서비스 사업을 추진하여 보건의료서비스 수혜자를 확대하고 주민들의 건강생활 실천 유도 및 건강증진에 기여**

■ **(사업목표) 구리전통시장 322개 점포 종사자 대상 혈압 및 당화혈색소 검사 등 전수조사 실시**

■ **(사업방법) 점포 별 개별 방문 면접조사 및 검진**

■ (사업내용)

- 시장 상인 건강관리를 위한 협약 체결(구리시 ↔ 구리시장상인회)
- 기초건강면접 전수조사 실시(일반적 특성, 고혈압·당뇨병 인지도 및 지식도, 건강행태 특성 등)
- 기초 건강체크 및 상담 : 혈압 2회 측정 및 당화혈색소 검사 실시 후 모니터링
- 심뇌혈관질환 예방관리수칙 홍보 및 고혈압·당뇨병 질환 정보 제공
- 자가 관리 훈련을 위한 혈압·혈당기 대여 서비스
- 금연·절주·운동 등 통합사업 연계 추진
- 심뇌혈관예방관리 주간(9월) “구리시민과 함께하는 합동 건강캠페인 개최”

■ (추진전략)

[건강관리업무 협약체결] [전통시장 점포 현황조사] [기초건강면접 전수조사] [환경조성 - 구리시민과 함께하는 합동 건강캠페인]

3. 추진성과

■ 주요 성과

- 기초건강면접조사 84.8% 실시, 혈압 2회 측정 & 당화혈색소 검사 및 개별 상담 273명 진행

※ 면접조사 : 일반적 특성 7문항, 고혈압·당뇨병 인지도 4문항, 지식도 10문항, 건강행태 특성 11문항

- 대규모 홍보인력 및 자원동원, 이색홍보 방법으로 레드서클 캠페인 홍보 효과 극대화
- 구리시장, 시장상인, 경찰서 및 소방서, 자원봉사자 및 단체, 보건소 전직원 등 303명 참여
- 전광판 홍보 차량 구리시 전지역 순회 홍보, 통합사업 연계 합동 캠페인 추진
- 보건소 내·외부 자원 활용, 통합사업 추진으로 지역사회 건강생활실천 분위기 조성

[구리전통시장] [구리역] [갈매 애비뉴거리] [SBS, KBS, 케이블 TV 등 방송 및 보도자료]

– ’19년 심뇌혈관질환예방관리사업 평가 보건복지부장관상, 만성 FMTP 전국평가 2위 수상

■ 성과 분석 및 평가

- 고혈압·당뇨병 미인지 대상자 중 고혈압 57명, 당뇨병 11명 발견
- 건강면접조사를 통한 생활터 중심 찾아가는 건강관리사업 추진 근거 마련

※ 조사결과 : 고혈압&당뇨병 진단율 ↑, 스트레스인지율↑, 연간미충족의료 ↑, 고위험음주율 ↑, 걷기실천율 ↓

- 주민주도형 건강증진사업 기반 조성 및 건강형평성 제고를 위한 연속사업 추진동력 확보

측정		명(%)
고혈압* (수축기 140 이상 or 이완기 90 이상)	예	94(34.4)
	아니오	179(65.6)
당뇨병 (HbA1c 6.5 이상)	예	31(11.4)
	아니오	242(88.6)

문항		명(%)
고혈압 진단 경험	예	89(32.6)
	아니오	184(67.4)
당뇨병 진단 경험	예	44(16.1)
	아니오	229(83.9)

[검진이상자 및 진단경험자 현황]

[전통시장 상인 건강수준 비교]

4. 향후계획

■ 향후계획

- ’20.3. ~ 11. 전통시장 검진 이상 소견자 집중 추구관리

※ 추구관리 : 전통시장 4개 구역, 주1회/월4회 방문 건강체크 및 고혈압·당뇨병 표준화 교육 실시
조사결과 흡연, 고위험음주 등 건강위험요인을 가진 상인 건강행태개선 유도(보건소 통합사업 연계)

- ’20.1. ~ 12. 찾아가는 농수산물도매시장 건강관리서비스 확대 운영

※ 구리농수산물도매시장 유통종사자 4개 권역 약 850명, 주 1회 / 월 4회, 매 주 금요일 09:30~11:30

경기도
시흥시 보건소

부 서 : 건강도시과
담당자 : 김승희

'작은 움직임이 답이다' 준비된 노력으로, 지역의 건강격차를 해소하다

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	주민참여 특화	성인	(주영역) 신체활동 / (부영역) 심뇌

1. 추진배경

■ 동별 지역사회 현황 분석

[출처 : 2014~2017년 지역사회건강조사, 내부자료]

- 동별 건강지표의 격차가 심각한 수준(12%P ~ 19.3%P)이며, 가장 낮은 지역의 지표는 전국·경기도·시흥시 평균보다 현저히 낮으며, 건강행태 관련 지표가 특히 낮음
- 지역특성과 주민요구도를 반영하고, 지역별 낮은 건강지표의 회복을 위한 사업의 우선 개입이 필요

⬇

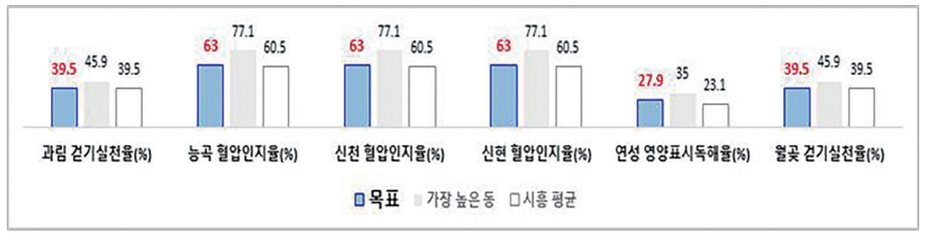
→ 준비된 시흥시 : 지역특성에 맞는 맞춤형 건강증진서비스 제공을 위한 소생활권 중심의 인프라 확충 완료

→ 현장중심, 주민참여형 '행복건강센터', 보건소 직속기관으로 지역의 건강격차를 해소할 수 있는 거점 역할 가능

→ 생활터 기반, 대상자 중심의 통합건강관리로 접근, 건강행태 개선 및 건강공동체 활성화

⬇

■ 2019년 사업 목표 : 각 지역별 낮은 건강지표, 시흥시 평균 이상으로 회복하여 건강격차 감소



2. 추진내용

1. 지역건강 회복을 위한 시흥시의 노력 : 지역밀착 통합건강증진사업 모델 개발

2011~2013년 (보건진료소 기능 전환)	2014~2015년 (주민주도사업 내실화)	2016~2018년 (소생활권 건강증진사업 구현)	2019년 (소생활권 건강증진사업 확대)
• 진료소 하드웨어적 기능 전환(진료→주민주도 건강 증진 사업) • 주민조직 재정비, 역량강화 • 진료소 환경개선 (건강증진실, 커뮤니티홀) • 진료소별 특화사업 발굴	• 주민주도 강화, 활동 다양화 • 건강사랑방 활성화 • 건강동아리 결성 시작 • 건강증진프로그램 확대 (진료소별 특화사업 정착) • 지역사회 자원 연계 강화	• 1차 진료기능 완전폐지 (1개소) • 건강활동가 활동기반 구축 • 주민주도 건강문제 진단 · 해결 • 건강사랑방 기능 확대 (주민의 자발적 활동 확대, 지역사회 건강나눔 주체)	• 1차 진료기능 완전폐지 (2개소) • 행복건강센터 전담인력 배치 (보건소 직속 정규직1, 기간제3) • 2019 보건복지부 공모 선정 (소생활권 맞춤형 건강증진사업) • 주민참여예산 확보
• **행복건강센터 1호 개소** – 보건소 직속 능곡행복 건강증진센터 설치 운영	• **행복건강센터 2호 개소** – 보건소 직속 신천행복 건강증진센터 설치운영	• **행복건강센터 설치 및 운영 조례 제정(2016.5.10.)** • **행복건강센터로 명칭 통일**	• **행복건강센터 4개소 추가 설치를 위한 장소 확정 (미산,배곧,은계,월곶)**

2. 꼼꼼한 현황분석, 주민참여 건강정책 추진 : 데이터기반 주민주도 체감정책

- 행복건강센터별 주민요구도 조사, 건강지표 통계분석으로 근거기반의 특화사업 추진
  – 건강도시 시민협의체 건강문제 도출, 센터별 주민협의회 정기 모니터링, 사업추진에 평가 환류
- 시민의 소리를 건강정책에 반영하는'건강도시 100인 토론회'개최
  – 시민 100인, 시민 퍼실리테이터가 주도적으로 토론에 참여, 시민제안 건강정책 발굴

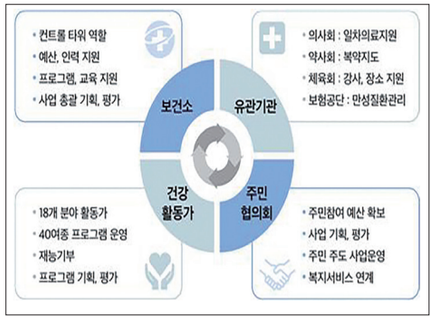
– 시민교육, 개인실천, 환경영역, 보행환경, 대중교통, 기타영역의 토론결과 관련부서 공유, 차년 계획에 반영

• 보건인력의 씨앗'시민': 18개 분야 건강활동가의 주민주도 동아리 활동, 프로그램운영

– 행복건강센터별 운영협의회, 맑은혈관지킴이, 치매활동가, 걷기지도자, 산업안전지킴이, 외국인 안전보건강사, 학부모건강활동가 등

– 40여종 건강증진프로그램 운영 : 기초건강검진 자원봉사, 치매예방프로그램 운영, 동네별 걷기교실 운영 등

3. 건강네트워크 구축으로 보건·의료자원 한계 극복 : 자원연계 협업강화



■ **지역보건의료기관간 효율적 역할 재정비**

→ 의사회, 약사회 협업 만성질환자 관리

– 부족한 지역내 의료자원 해결, 기능분담

– 일차의료 만성질환관리 병의원 환자연계, 복약지도

– 찾아가는 건강홍보관 운영, 합동 캠페인

■ **협업으로 시너지 효과 극대화**

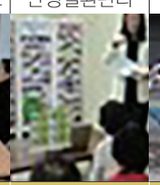
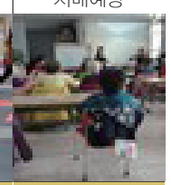
→ 건강보험공단, 체육회, 주민센터, 산업장 등

– 마을별 대사증후군 예방 체조 프로그램 보급

– 생활터별 신체활동 환경조성 지원

– 취약계층 복지서비스 연계, 주민참여 예산 확보

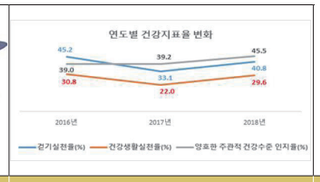
4. 건강 회복을 위한 맞춤·통합형 사업 추진 : 건강마을 건강바람

과림	능곡	신천	신현	연성	월곶
실버스쿨	대사증후군관리	건강마을만들기	건강밥상, 공유부엌	맞춤형 안심돌봄	80 청춘학교
취약노인 주간보호	만성질환관리	마을 환경개선	노인 건강행태개선	공동육아	치매예방
					
실버체조노래교실 우울예방웃음치료 테마걷기 운영	백세청춘교실 비타민건강걷기 행복징검다리	지 · 우 · 개 사업 찾아가는 건강 지킴이 한마음걷기	실버건강교실 어깨동무건강걷기 자기혈관숫자알기	혈관숫자아는데이 건강마을주민제안 활동 두드림 난타교실	주민화합마당 갯골걷기행사 문화재능나눔

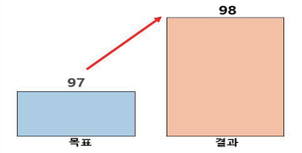
3. 추진성과

지역밀착 건강모델	■ **지속적 · 열정적인 노력으로 만든 마을 맞춤형 보건소 직속기관 '행복건강센터'** • 보건진료소 기능 개편 : 3개 진료소 진료기능 폐지, 예방중심 행복건강센터로 전환 • 행복건강센터 설치 및 운영 조례 제정(2016. 5. 10.), 보건소 직속 전담인력 배치 • 행복건강센터 2개소 설치, 추가 설치 4개소 장소 확정(2020년 개소 예정)
데이터기반 체감정책	■ **지역별 건강문제 분석, 주민요구도 조사로 근거기반 건강증진사업 추진** • 시민 100인 토론회로 시민제안 도출(6개 영역 33개), 시민 퍼실리테이터 20명 활동 • 건강활동가 참여 만족도('19년 목표치 93% → 결과치 94%)
자원연계 협업강화	■ **건강지표 개선, 부족한 의료기관 해결… 지역주민 '건강수준 향상'** • 걷기실천율 33.1%⇒40.8%, 건강생활실천율 22.0%⇒ 29.6%, 양호한주관적건강수준인지율 39.2%⇒ 45.5% • 지역 의료기관 부족 해결 ⇒ 의사회, 약사회 연계 만성질환 교육 · 상담관리, 복약지도
건강마을 건강바람	■ **작은 움직임으로 마을에 건강꽃이 피다! – 건강격차 감소로 건강형평성 확보** • 지역별 건강행태 현황에 맞는 특화사업 추진(78종 3,684회), 주민 만족도 95% • 6개지역의 건강지표 격차가 가장 높은 동과 비교하여 평균 5.5%P 격차 감소

지역밀착 통합건강증진사업 모델 개발



건강지표 개선(최근 3년간)



'19년 체지방유지–감소자율(%)

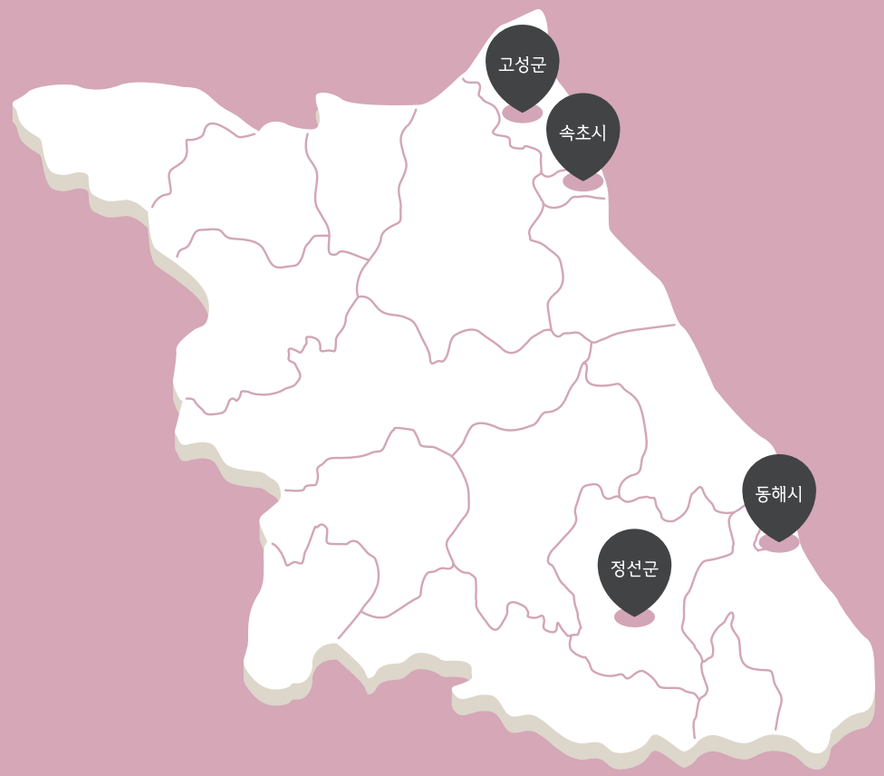
지역별 건강지표 목표 달성도(내부조사결과)

4. 특이사항

■ 국내·외 18개 기관 우수사례 벤치마킹 : 몽골, 서울중구, 세종특별자치시, 포항시, 부천시, 홍성군 등

■ 2019년 소생활권 맞춤형 건강증진 시범사업 공모 선정 : 소생활권 건강증진 모델 정립

■ WHO 건강도시어워드 건강시스템 분야 우수사업상 수상 : 주민 주도 건강사업



강원도

01 동해시 보건소
만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영

02 속초시 보건소
당뇨조절 어렵지 않아요! 당뇨측정기 무료대여사업 운영

03 고성군 보건소
"혈압아 노. 올. 자. ~"

04 정선군 보건소
희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다

강원도
동해시 보건소

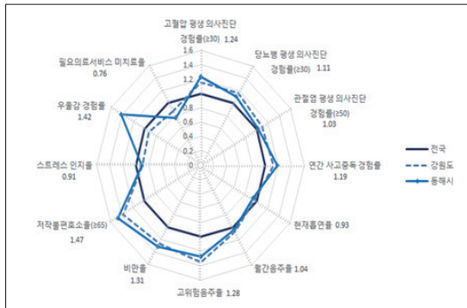
부 서 : 북삼건강증진팀
담당자 : 정미선

만성질환 길목차단! 대사증후군관리센터 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	20세 이상 성인	(주영역) 심뇌혈관질환예방관리 / (부영역) 비만관리

1. 추진배경

■ 동해시 현황 및 사업의 필요성



『2013-2017년 주요 이환 및 부정적 건강행태 지표 비교』(자료원 지역사회건강통계)

• 동해시의 건강지표 결과 중 고혈압 평생 의사진단 경험률, 당뇨병 평생 의사진단 경험률, 고위험음주율, 비만율, 우울감 경험률, 저작불편호소율 등이 전국 또는 강원도의 수치 보다 높게 나타남

■ 뇌혈관 질환(160-169)의 높은 사망률 → 이환 전 단계 대상자 집중관리 필요

※ 연령표준화사망률 : (단위:명 인구 10만명당)

시군구	성별	2011년	2012년	2013년	2014년
전국	전체	37.8	36.2	33.8	30.9
	남	48.6	46.6	42.8	39.5
	여	28.9	28.9	27.1	24.5
강원	전체	37.1	37.1	31.4	31.9
	남	49.6	49.6	41.9	41.8
	여	28.4	28.4	23.8	24.6
동해시	전체	45.4	42.4	39.7	37.1
	남	68.5	52.5	45.7	56.6
	여	30.5	37.1	32.5	24.9

(출처 : 강원도심뇌혈관질환통계집)

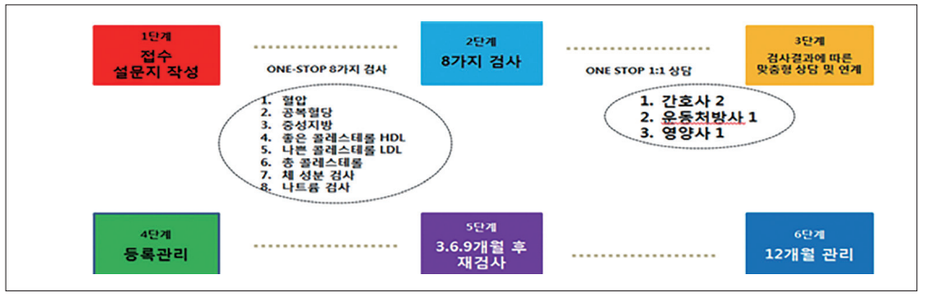
■ 동해시의 건강지표 중 비만율, 고위험 음주율, 우울증 경험율 등은 전국 수치보다 높으며, 10대 사망원인 추이('13년~'16년)를 살펴보면, 신생물, 자살, 심장질환, 뇌혈관질환이 상위권을 차지하고 있음

■ 이에, 위 질환으로 인한 사망률 감소를 위한 대책과 체계적인 관리의 필요성이 제기되어 만성질환자의 집중 관리를 위한 사업을 추진하고자 강원도 최초로 대사증후군관리센터를 운영함

2. 추진내용

1. 강원도 최초『대사증후군관리센터 운영』으로 체계적인 서비스 제공

▹ 개 소 일 : 2018.7월
▹ 대 상 : 20세 이상 성인
▹ 운 영 일 : 월-금, 매월2,4주 토요일 오전(사전예약제/8시간이상 금식)
▹ 운영인력 : 5명(사업담당자,간호사2,운동처방사1,영양사1)
▹ 운영내용
- 대사증후군관련검진(8종) 및 영역별(건강.운동.영양) 결과 설명 및 맞춤상담
☞ 혈압.혈당.중성지방.총콜레스테롤.HDL콜레스테롤.LDL콜레스테롤.체지방측정.나트륨검사
- 위험군별 분류에 의한 집중관리서비스 제공(12개월 관리), 관리프로그램운영(운동.영양 등)



2. 대사증후군 관리 전담인력 확보
→ 자체예산 50,383천원 (시비100%)

• 대사증후군 전담인력 확보 : 5명
– 사업담당자1, 간호사2 (정규직1, 공무직1), 운동처방사1, 영양사1
– 인력충원에 따른 자체예산 확보 : 50,383천원(시비100%)
– 영역별 전문인력 채용 : 2명(기간제/운동처방사1, 영양사1)

• 사업성과 : 영역별 전문인력 확보를 통한 1:1 밀착(30~40분) 상담으로 우울증, 스트레스 등 대상자의 건강 문제 파악 가능
(문제해결을 위한 연계 : 보건소사업, 정신건강복지센터,관내병의원 등)

3. 대사증후군 전산프로그램 별도 구축 → “시스템을 통한 대상자의 체계적인 관리”

- 결과입력 시 위험군별(적극적/동기부여B/동기부여A/정보제공) 자동 분류 등으로 대상자 관리가 용이함
  - 차기내원일 자동생성 + 건강관리메세지 발송/주1회 + 주기별 미 내원자 현황 파악 가능 등
- 사업성과 : 프로그램 구축으로 대상자의 체계적인 관리가 가능함.
  - 총 등록자 1,602명 (대사증후군 850명, 대사증후군 위험군 635명, 정상군 117명)

4. 『토요일 열린보건소』운영 → “ 직장인 참여 기회 제공(확대)”

- 운영목적 : 직장생활 등으로 평일 참여가 어려운 직장인들을 위함
- 운 영 일 : 매월 2,4주 토요일 운영
- 운영인력 : 5명(사업담당자, 간호사2, 운동처방사1, 영양사1)
- 운영내용 : 대사증후군 검진(8종) 및 영역별(건강, 운동, 영양) 결과설명 및 맞춤상담 등

5. 모바일헬스케어사업』도입 → “ 직장인 등 참여 기회 제공”

- 목　　적 : 직장생활 등으로 보건소 방문이 어려운 대상자에게 참여기회 제공
- 운영인력 : 5명(사업담당자, 의사1, 간호사1, 운동처방사1, 영양사1)
- 운영내용 : 검진 및 상담 제공, 모바일 앱을 활용한 자가 관리 및 피드백 제공

6. 대상자 발굴노력

- 건강보험공단 건강검진 결과 통보자 활용
  - 1:1 유선상담 및 안내문 발송
- 지역축제 및 각종 행사 홍보 활동 등
  - 사전예약제운영 대기시간 단축
- 관내 병의원 홍보 및 대상자 발굴 협조
- 관공서, 사업장등 유관기관 연계 추진

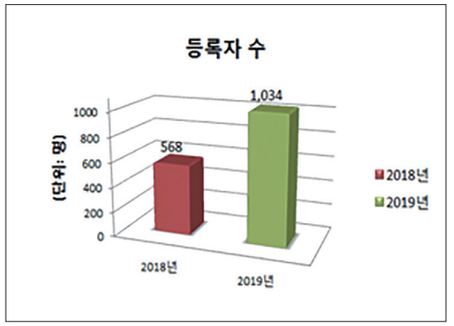
7. 지역자원 연계활동 → “ 업무협약”

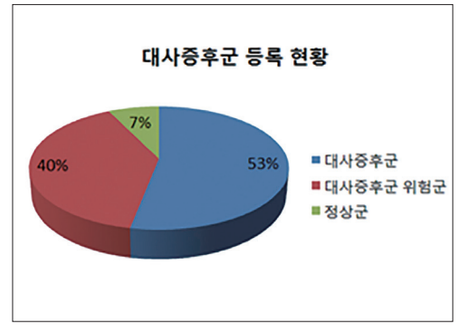
- 대 상 : 동해시 시설관리공단
- 내 용 : 대사증후군 등록관리 대상자 발굴, 찾아가는 예방교육 및 프로그램 운영

7. 대사증후군관리 집중프로그램 운 → “주민 참여형 프로그램 운영”

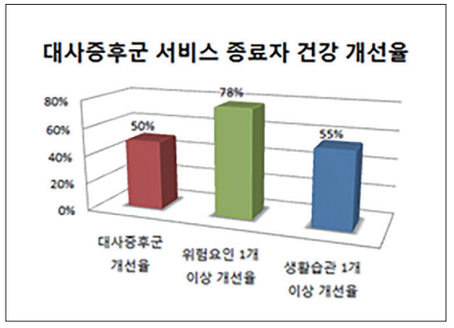
- 프로그램 : 근력강화교실, 건강요리교실, 건강교육
- 내　　용 : 대상자별 맞춤형 프로그램 운영
  - 근력강화교실 : 초급/중급/심화 단계별 프로그램 운영(주2회)
  - 영양밥상 교실 : 요리실습을 통한 저염식 교육(월2회)
  - 상설 건강교육장 운영
- 운영인력 : 운동처방사, 영양사, 간호사

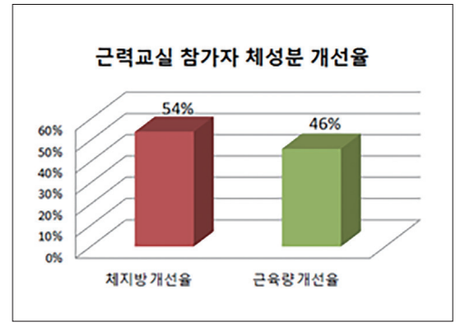
3. 추진성과





■ 대사증후군 등록자 총 1,602명 중 대사증후군 850명(53%), 대사증후군 위험군 635명(40%)로 건강위험요인이 조기 발견됨.





■ 12개월 서비스 참여 완료자(137명) 중 대사증후군 개선 50%, 건강위험요인 1개 이상 개선율 78%, 생활습관 1개 이상 개선율 55%의 개선 성과를 보임.

■ 근력교실 참여자(84명) 중 체지방 개선 54%, 근육량 개선 46%의 성과를 보임.

* 위험요인: 혈압, 공복혈당, HDL-콜레스테롤, 중성지방 및 복부둘레

* 생활습관개선: (설문지 조사) 신체활동, 흡연, 절주, 체중조절, 영양

■ 전문 인력의 생활습관개선프로그램 운영으로 지역주민의 호응도가 높음.

* 상설교육장(건강/운동/영양)운영: 807명, * 근력운동교실: 271회/4,153명 * 건강요리교실: 8회/41명

- 대사증후군 교육 후 설문조사 결과, 교육 후 인지율 평균 44% 상승

항 목	정의	진단기준	원인	위험성	예방방법	평균
교육 전 인지율	51%	18%	31%	80%	78%	52%
교육 후 인지율	96%	92%	95%	98%	98%	96%

* 교육 주제 : 대사증후군 , 대상: 137명, 조사방법: 설문지 표본조사

- 근력교실 참여자 만족도 조사 결과, 평균 93%의 만족도를 보임.

■ 『토요일 열린보건소 운영』으로 참여 직장인 참여율 증가 (실적:138명)

4. 향후계획

- 건강교육 방법의 다양화 : 건강메세지 등 보강 운영
- 생활습관개선 프로그램 참여자의 자조모임 지원으로 자가 건강관리능력 향상 도모
- 고위험군의 지속적인 사후관리를 위해 블루투스 혈압/혈당계 대여 서비스 제공

대사증후군 검사(상담)

근력강화운동교실

건강요리교실

보도자료

동해시, 도내 최초로 '대사증후군 관리센터' 운영

김지성 기자 만 20세 이상 주민 누구나 무료로 대사증후군 검사 가능
혈액 검사, 목무 둘레 및 혈압 체크 후 전담 인력 1:1 상담 지원
검사 결과 토대로 대사증후군, 건강주의군, 정상군으로 분류맞춤형 건강관리 서비스 제공

동해시가 대사증후군 조기 예방 및 관리를 위하여 대사증후군 관리센터(북상 건강생활지원센터 내 2층)를 운영 중이다.

도 내 최초로 들어선 대사증후군 관리센터는 지난 2일 개소식을 시작으로 업무에 본격 착수했다. 대사증후군이란 목무비만, 혈압상승, 중성지방 상승, HDL콜레스테롤 저하, 공복혈당 상승과 같은 생활 습관 관련 위험 인자를 복합적으로 지니고 있는 상태를 말한다.

사전에 전화예약(530-2423) 후 센터를 찾으면 된다. 정확한 검진을 위해서는 검사 전날 오후 10시부터 금식이 필요하다.

대사증후군 관리 센터를 방문하게 되면 우선적으로 혈당과 콜레스테롤 수치 확인을 위한 혈액 검사가 이뤄지며, 목무둘레와 혈압 체크 등 검사 결과를 토대로 전담 인력의 1:1 상담이 진행된다. 이후 결과에 따라 △대사증후군 △건강주의군 △악물치료군 △정상군으로 등록·분류되어 맞춤형 건강관리 서비스를 받게 된다.

최근 건강 검진에서 만성질환 의심 등 위험 소견을 받은 주민은 건강 검진 결과지를 가지고 센터를 방문하면 상담과 함께 건강관리 서비스를 제공받을 수 있다. 등록 후에는 전화와 문자를 통하여 건강관리와 운동 여부 등을 정기적으로 확인하고, 3개월(대

강원도
속초시 보건소

부 서 : 건강증진
담당자 : 이미애

당뇨조절 어렵지 않아요!
당뇨측정기 무료대여사업 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심	노인	심뇌혈관질환예방관리(신체활동)

1. 추진배경

■ **현황 및 사업선정 배경**

•지역주민의 높은 요구도

지역사회 보건요구도 설문조사 결과 성인, 65세 이상 노인 등 건강 취약계층에서 고혈압, 당뇨병 등 만성질환관리요구도가 높으나 2018년 속초시 당뇨병 추정환자 5,853명 중 보건소 등록 관리는 1,359명(23.2%)으로 의료기관 당뇨환자 관리 미흡

•높은 당뇨병 유병율, 낮은 당뇨병 치료율

2016년을 기점으로 당뇨병에 대한 건강지표가 급격히 낮아져 보건소 및 지역 의료기관의 당뇨환자를 통합적으로 관리 할 수 있는 자조관리프로그램(당뇨측정기 무료대여사업) 운영의 필요성 증대

•고혈압 당뇨병 유병율(30세 이상)

세부지표	속 초 시					2018년 지표 비교	
	'14	'15	'16	'17	'18	전국	강원도
고혈압 진단 경험률(%)	26.6	28.7	30.7	29.5	30	24.6	30.7
고혈압 치료율(%)	89.4	94.8	93.6	94	97.3	93	96.6
당뇨병 진단 경험률(%)	9.3	10.3	12.1	11.6	10	9.9	12.1
당뇨병 치료율(%)	87.3	94.2	88.7	87	81.5	92.4	94.4

출처: 2014년~2018년 지역사회 건강조사

2. 추진내용

■ **사업 목적**
- 당뇨측정기 대여사업을 통해 질환에 대한 정확한 지식을 전달하고 정기적인 모니터링 및 환자관리로 건강 생활 실천능력 향상 및 합병증 예방으로 사회경제적 비용부담 경감

■ **사업 목표**
- 당뇨환자 등록관리율을 23.2%에서 35.0%로 11.8%P 향상한다.
- 사업 참여자 당화혈색소 개선율을 30%이상으로 한다.

■ **사업대상 : 관내 만30세 이상 당뇨환자 및 당뇨병 고위험자 1,000명**

■ **사업내용**
- 당뇨측정기 무료대여 및 보건소 등록관리
- 당뇨환자 운동, 영양, 질환관리 교육 및 상담서비스
- 지역사회 연계 환자발견을 위한 이동검진 및 홍보 캠페인

■ **사업전략**

당뇨환자 체계적 관리 인프라 구축
- 당뇨측정기 무료대여
- 맞춤형 운동·영양·질환 관리 프로그램 운영
- 환자 조기발견을 위한 이동검진 운영

+

민·관 협력 만성질환 관리시책 지속 발굴
- 민·관 홍보 협력 강화 (안내판, 캠페인 등)
- 지역사업장, 약국, 병의원 협력체계 구축
- 8개동 통장협의회 연계

➡

당뇨병 환자의 자가 관리능력 및 치료율 향상을 도모하고

통합적 환자관리체계 구축으로 만성질환자 삶의 질 향상에 기여

강원도 속초시 보건소

■ **컨 설 팅 : 강원도 통합건강증진사업지원단 추진과정 모니터**

■ **관내 당뇨환자 전수를 표적집단으로 선정, 당뇨 등록관리 및 지속 치료율을 높이기 위한 사업추진**

■ **관내 약국 42개소 전수를 대상으로 홍보용 약 봉투 배부를 통한 지역주민 사업안내**

■ **투입인력 및 예산**

분류	세부사항
인력	보건소 : 전담인력 1명, 지원인력 3명 민간기관 : 지원인력 2명
예산	총예산 : 75,000천원 (국비 50%,도비 10%, 시비 40%) – 홍보물 7,500천원 – 혈당 검사 스틱 및 당화혈색소 검사시약 47,500천원 – 검사 소모품 20,000천원
시설장비	바코드 프린터 1종 체지방(인바디) 측정기 1종

3. 추진성과

■ **2019년 당뇨측정기 무료대여자 신규등록 : 957명**

■ **보건소 당뇨환자 등록관리율 증가 : 2017년 10.98% ⇒ 2019년 35.62%**

구 분	2017년		2018년		2019년		비고
	등록자수	등록관리율	등록자수	등록관리율	등록자수	등록관리율	
당뇨환자 등록관리	643명	10.98%	1,359명	23.21%	2,085명	35.62%	분모 5,853명

■ **보건소 내외 연계체계 구축**
- 찾아가는 생활터 중심 통합건강증진서비스사업 연계 홍보 : 56개소 1,552명
- 타 기관 연계, 속초시민의 날 등 지역축제·행사 연계 이동검진 101회 1,857명, 홍보 337회
- 속초의료원 보건의료복지통합지원팀, 8개동 주민센터 및 통장협의회, 속초시약사회 연계체계 구축

■ **5개월, 10개월 대여자 당화혈색소 검사 및 치료지시이행 설문조사 시행**
- 당화혈색소 사전·사후 평가결과

구 분	사전평가		5개월 후 평가		10개월 후 평가		비고
	검사자수	결과평균값	검사자수	결과평균값	검사자수	결과평균값	
당화혈색소	1,159명	7.30%	632명	6.97%	216명	7.07%	

강원

강원도
고성군 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 송명옥

“혈압아 노. 올. 자. ~”

(부제 : 元祖 고성군 전국 1위 달성을 위한 통합적 만성질환관리사업)

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	고혈압등록관리사업을 통한 사망률 감소	만30세이상 지역주민 (고혈압 환자 포함)	심뇌혈관질환예방관리사업

1. 추진배경

■ 급속한 노인인구 증가(‘10년 20.40% ···›‘15년 23.4%···›‘19년 28%)
→ 독거 및 노인부부 세대증가에 따른 지역사회의 중증(만성)질환 관리 문제 대두

■ 고혈압성질환 연령별 표준화 사망률: 전국대비 높은 사망률
→전국대비 1.8배(07~11년)→1.03배(12~16년)→0.8배(17~18년) ···› 점진적 감소

■ 2014년 주민 보건사업요구도 1위 “심뇌혈관질환예방관리사업” 선정

■ 의료접근 환경이 열악하고 중증(만성)질환 발생 시 적극적 대응 곤란
→고혈압등록관리사업 지속 추진으로 혈관질환 사망률 집중관리

2. 추진내용

■ 사업내용

1. NO(노) 고혈압 미투약자 제로화 (고혈압 투약순응율 up)

	2014 ~ 2018년 (1~5차년도) – 전군민 고혈압등록관리사업 동참 확대노력	→	2019년 (6차년도) – 고혈압 투약자 투약율 향상 집중관리
추진내용			
사업대상	만30세 이상(고혈압 환자)		만30세 이상(고혈압 환자)
사업목적	고혈압 투약율 향상을 통한 합병증 발생 최소화		고혈압 투약율 향상을 통한 합병증 예방, 감소
목표실적	1년후 300일이상 고혈압 투약 순응율: 80.6%		1년후 300일이상 고혈압 투약 순응율: 82.5%

자원연계 및 사업전략	• 통합건강증진팀 조직 – 건강증진팀, 지역보건, 진료지원 – 4개보건지소,9개 보건진료소 • 노인보건사업을 위한 전체 보건소직원의 50%를 통합 및 사업 수행 • 1회/격월 강원도 지원단과 사업 통합 논의 • 관내 의료기관&약국 고혈압등록관리 사업 지정 – 16개소(의원5, 약국7, 보건(지)소 4)	→	• 통합건강증진팀 조직: 5팀 23명 – 건강증진팀, 진료지원, 건강생활지원센터 – 4개보건지소,9개 보건진료소 • 노인보건사업을 위해 각 팀별 업무연계 확대 – 분기별 간담회: 3회 실시 • 강원도통합건강사업지원단과 사업 논의:3회 • 관내 의료기관&약국 고혈압등록관리사업 확대 – 17개소(의원6, 약국7, 보건(지)소 4) – 관내의원 1개소 자발적 참여 – 관내의원 1개소 제외한 전수 참여(83%) *등록자 3,163명→3,515명 증가
사업운영 및 주요성과	• 전 군민 고혈압등록관리사업 추진 (14.4월~) • 진료비, 약제비 월1회 2,000원 지원 • 혈압약 미투약자 관리기준 – 60일이상 미투약자 상담관리 (문자, 전화, 방문) • 고혈압 질환관리교육(진단자, 지역주민) –1,2차 필수교육 • 전담인력 3명 (간호사, 영양사, 운동처방사)		• 전 군민 고혈압등록관리사업 추진(14.4월) *진료비, 약제비 2,000원, 입력료 500원 지원 (군비100%) • 미투약자 관리기준 60일→30~59일 *투약순응률 증가 위해 미투약자 추적관리강화 • 미투약자 상담관리(문자, 전화, 방문) *20일이상 미투약자 : 매일관리 *60일 이상 미투약자: 0명(투약율 100%) • 고혈압 질환관리교육:1,2차 필수교육, 저염식실습 확대 *등록자 교육이수 2920명(84.2%) • 1년후 300일이상 고혈압 투약순응률 *‘17년 80.22%···› ‘18년 82.54% 전국1위

2. ALL(올) 전수조사로 “환자 조기 발견”(고혈압 치료율 up)

	2014 ~ 2018년 (1~5차년도) – 표적집단 전수조사(고위험군 발견, 관리)	→	2019년 (6차년도) – 고위험군 중점검진, 등록 및 치료율 관리
추진내용			
사업대상	만 60세 이상 (만 70~80세 표적, 만 70세, 독거노인)		만60세 이상 (만70세, 독거노인, 고위험군 중점)
사업목적	고혈압 조기발견을 통한 자가건강관리 능력향상		고혈압 조기발견관리를 통한 고혈압질환 사망 예방
목표실적	고혈압 측정 3,541명		전국 1.8배(07~11년) → 1.03배(12~16년) → 0.8배(17~18년) 감소
자원연계 및 사업전략	• 2014~2018년 표적집단(70세이상) 전수조사 등록관리 – 혈압측정 3,541명 : 관리대상자 (1,177명) 선정 – 고혈압환자(98명) 발견 → 등록관리 • 치매민간조사원 전수조사시 인력 연계 활용	→	• 만성질환예방을 위한 혈당 고위험군, 당뇨환자 혈당측정기 무료대여(신규) 물품지원, 상담관리: 431명 • 전담인력 3명→4명(간호사 추가 증원) • 경로당, 가정방문, 사업장별 혈압 전수측정
사업운영 및 주요성과	• 고혈압 등록관리: 4,291명(퇴록자 포함) • 방문, 지소, 진료소, 진료 등 고혈압 전수조사 *진료, 검진자 중 고혈압 의심자 등록연계 • 만성질환 취약지역 전수조사(30세이상) 326명 • 치매전수조사 연계 혈압측정: 500명 • 자활센터 근로자 격월 건강관리 측정 상담 • 2018년 보건소 진료상위 상병구성 1순위 : 고혈압 9,905건		• 방문, 지소, 진료소, 진료 등 고혈압 전수조사 *13,007명 목표대비 130%달성 • 만성질환 취약지역 전수조사: 2개마을 222명 *환자118명, 위험군 12명, 이상자 46명 *질환의심자 및 이상자 재검진: 67명(46명 등록) • 치매전수조사 연계 혈압측정 *500명(고혈압진단자 370명, 의심자 46명) • 자활센터 근로자 전수조사 *8개소 78명(고혈압 38명, 당뇨 12명) • 2019년 보건소 진료상위 상병구성 1순위 : 고혈압 10,345건 • 고혈압 등록관리: 4,755명(퇴록자 포함) *전년대비 464명 증가(고혈압 치료 100%)

3. 자기혈관 숫자알기 “레드써클 캠페인”(혈압수치 인지율 up)

추진내용	2014 ~ 2018년 (1~5차년도) – 전군민 대상 캠페인(인식개선)	→	2019년 (6차년도) –인식개선을 통한 건강생활실천 향상
사업대상	만30세 이상(지역주민)		만30세 이상(지역주민)
사업목적	자기혈관 숫자알기를 통한 건강생활실천 향상		자기혈압 알기를 통한 혈압 인지율 향상
목표실적	고혈압관리 교육이수율 46.9%		v.고혈압관리 교육 이수율 84.2%
자원연계 및 사업전략	• 행사연계 및 자기혈관 숫자알기 집중기간 활용 홍보 • 전담인력 확보 • 재래시장, 종합체육관, 행사장, 경로당, 생활터 등		• 혈압 인지율 향상을 위한 상설교육장 지속운영 • 전담인력 3명→4명(간호사 추가 증원) • 재래시장, 종합체육관, 행사장, 경로당, 생활터 등
사업운영 및 주요성과	• 전군민 자기혈관 숫자알기 지원사업 *공공기관자동혈압계 설치: 8개소 9대 *관공서 DID홍보 2개소(연중) *현수막, 웹게시(홈페이지), 포스터 배너 연중게시 • 장터자기혈관숫자알기 홍보, 캠페인: 29회 • 민간조사원 연계 전수조사시 사업홍보 • 거진읍 건강위원회 홍보 캠페인시 협업		• 전군민 자기혈관 숫자알기 지원사업 *공공기관자동혈압계 설치: 8개소 9대 *관공서 DID홍보 2개소(연중) *현수막, 웹게시(홈페이지), 포스터 배너 연중게시 • 장터자기혈관숫자알기 캠페인: 7회 *혈압측정후 자기혈압 인지스티커 부착 *9.1~9.7 주간홍보 확대실시 *지역행사, 축제 캠페인 연계: 34회 6,340명 • 대중매체 활용 홍보 : 소식지, 전광판, 약봉투, 문자 등 • 건강플러스 건강위원회, 금연지도원 주민조직 *위원 및 지도원 활용 캠페인 연계 • 고혈압 등록자 교육 이수율 84.2% 전년대비 37.3%증가

■ 투입인력 : 23명(공무원9, 전문인력 14)

■ 투입예산 : 총583,100천원(기금 249,900 도 49,980 군 199,920, 순수군비 83,300)

3. 추진성과

■ 목표달성 : 1년후 300일이상 고혈압 투약순응률 82.5% 전국1위

■ 주요성과 : 등록관리자 투약 치료율 100%유지, 고혈압교육 이수율 84.2%
전년대비 37% 증가

■ 모니터링 & 환류 : 20일 미투약자 매일관리로 투약률 100%관리, 미참여 의료기관 참여유도

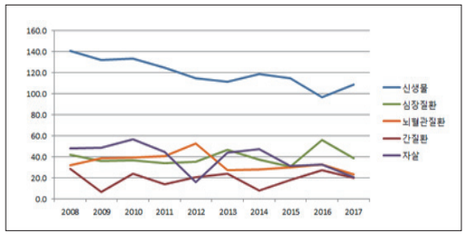
강원도
정선군 보건소

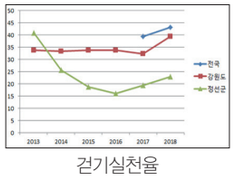
부 서 : 건강생활팀
담당자 : 남진희

희망과 건강을 위해 오늘도 내일도 걷는다

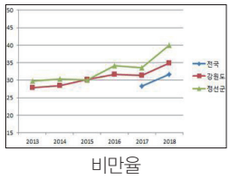
구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심	만3세 이상 인구 30세 이상 인구	건강생활실천 심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경





걷기실천율

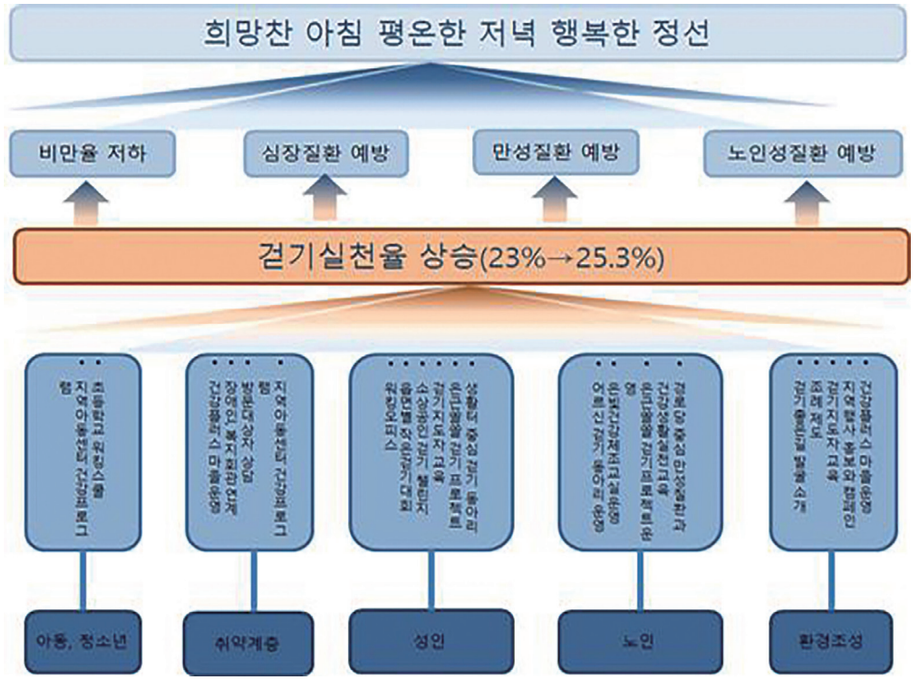


비만율

■ 현황 및 사업선정 배경

- 정선군 노인인구는 24.0%로 전국 평균보다 10% 이상 많고, 50~59세 인구가 전체 인구의 19.6%로 가장 많음
- 10대 사망 원인 중 단일 질환으로 심장 질환이 가장 많고 상승추세임
- 걷기 실천율은 2013년부터 지속적으로 감소하여 2017년 19.5%인 반면, 비만율 (33.5%)은 증가하는 추세

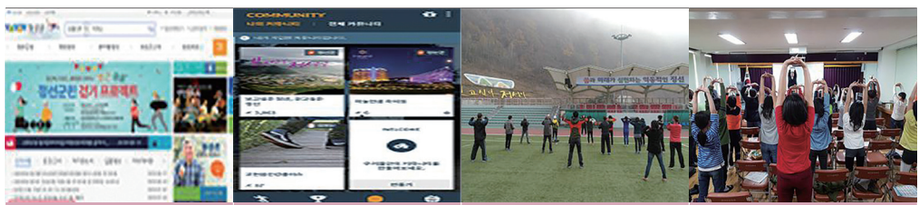
2. 추진내용



인식개선과 지원 기반 강화로 걷기 좋은 환경 조성	
걷기 좋은 환경 조성	■ **정선군 걷기활성화 지원에 관한 조례 제정(2019년 6월 전국최초!)** •일상 속 걷기 습관을 위한 지역주민의 공감대 형성과 안정적인 지원을 위해! ■ **모바일 걷기 앱 지속 운영** •연 5회 챌린지 운영, 건강생활 정보 제공 ■ **건강플러스마을(1개→3개) 확대 운영** •건강수준 저하 마을의 주민 참여형 건강마을사업 지원
건강생활실천 인식개선	■ **154개 경로당 만성질환 예방교육 중 걷기생활실천 포함** •심뇌혈관질환예방관리 사업팀 연계 9개 읍 · 면 경로당 방문 교육(493회 4,459명) ■ **취약계층 대상 건강상담 시 걷기 생활 교육(7회 112명)** •방문보건팀, 지역사회재활팀, 복지관 연계 ■ **생활터 중심 걷기 교육(학교, 직장, 실버대학: 93회 4,910명)** ■ **지역행사 시 걷기생활실천 홍보(5회 4,050명)**

정선군민은 어디에 있든지 무얼 하든지 걷는다.	
자발적 걷기 실천	■ **걷기 모바일 앱 챌린지 참여** •2018년 1차: 2,011명→2019년 3차: 2,991명 •챌린지 달성자 370명→551명 ■ **읍면별 작은 걷기 대회 운영 : 참여형 건강플러스마을 주민 중심** ■ **"함께 걷자" 탐방 동아리: 지역 내 기존 걷기길 코스 이용** ■ **우리 동네 걷기 동아리(7개 동아리 운영, 회원 동기부여, 취약계층 기부 등)**
지역사회 협력 강화	■ **사업장(강원랜드) 워킹 모바일 앱 커뮤니티 도입** •작업장 특성을 고려한 웨어러블 연동 챌린지 ■ **지역 소상공인 챌린지 스폰서(74개소, 4,227명)** ■ **노인회, 읍면별 마을회관 회원 참여**

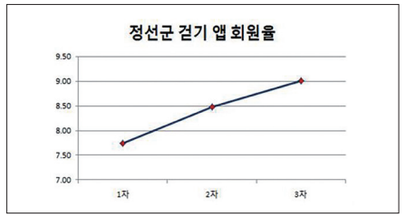
3. 추진성과

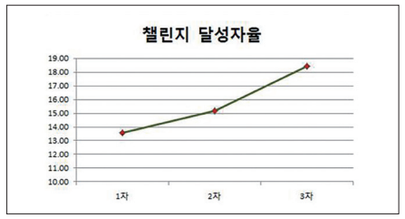


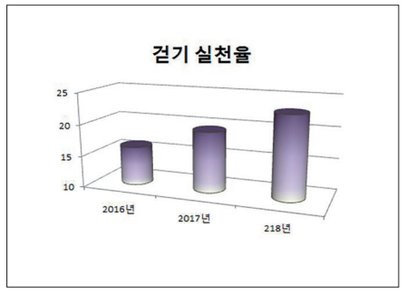
정선군홈페이지 챌린지 공지 | 모바일앱 커뮤니티 | 걷기지도자교육 | walkingschool

연속사업

- 정선군 19세 이상 인구 대비 걷기 모바일 앱(워크온) 커뮤니티 가입자 9.01%로 증가 추세
- 가입자의 32%는 일평균 5,200걸음 이상 유지.
- 활동멤버의 44%는 걷기 챌린지 목표 달성함.
- 정선군 걷기 실천율은 전년 대비 17.9% 상승한 23% 달성
- 걷기앱 그룹 내 동아리(23개 그룹, 241명) 활동을 통해 취약계층 지원과 봉사 활동.



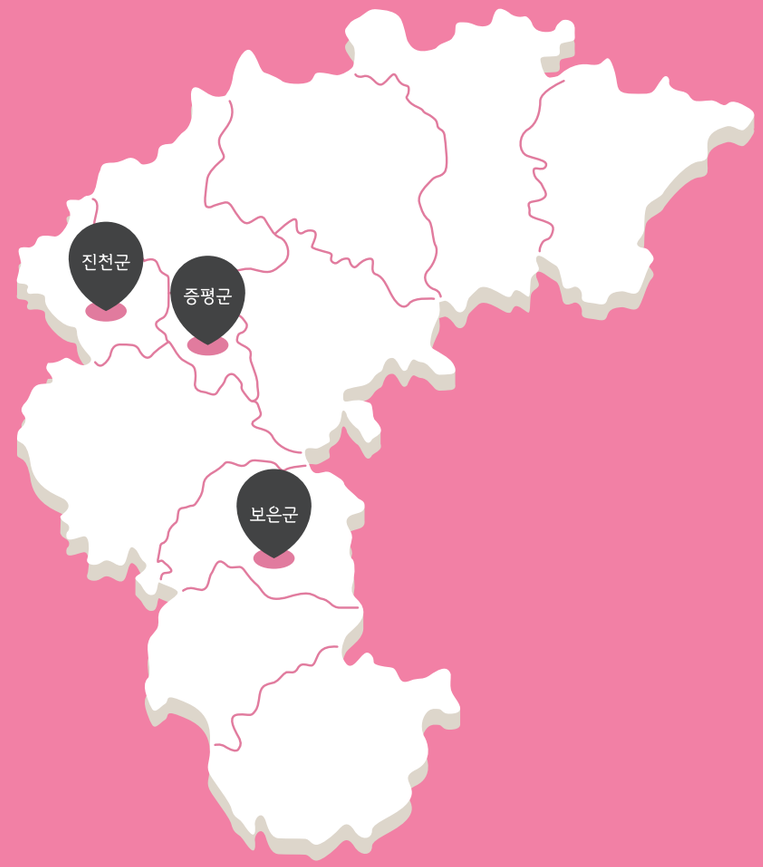




강원도
정선군
보건소

4. 향후계획

- 바른 걷기 이론과 실기 교육으로 걷기지도자 자격취득한 지역주민 중심으로 지역내 걷기대회의 걷기리더, 걷기분위기 확산 전도사 역할 강화
- 연중 진행예정인 걷기마일리지로 매일 걷기 생활화, 새로운 걷기생활실천자 유입 기대
- 읍•면별 지역 행사 진행 시 행정복지센터, 지역축제추진위원회, 걷기지도자 연계 캠페인 전개



충청북도

01 보은군 보건소
농촌장애인, 편견을 벗고 건강을 입히다!

02 증평군 보건소
"함께라면 할 수 있습니다 " 돌봄 취약아동『건강 골든벨』

03 진천군 보건소
Hello 2030 프로젝트 (Health Energy Lift Life Object 2030)

충청북도
보은군 보건소

부　서 : 건강증진팀
담당자 : 김영주

농촌장애인,
편견을 벗고 건강을 입히다!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	장애인	심뇌혈관질환예방관리 / 재활

1. 추진배경

■ 보은군 장애인 인구 비율은 9.61%로 전국 장애인 비율의 약 2배, 충북의 1.5배

■ **장애인의 건강문제는 심각하고, 건강관리는 취약함.** (자료출처: 2017장애인실태조사)
만성질환 : 고혈압유병률(54.5%), 당뇨유병률(25.6%)이 비장애인 유병률의 2배 이상임
정신건강 : 우울증상(18.4%) 및 스트레스 경험률(58.1%)이 비장애인의 2배 이상임
신체활동 : 운동필요 인식 장애인은 87.6%, 운동시 전문지도자 필요 인식 장애인은 78%.

■ **보건소 내소 장애인 위주의 사업, 지역사회 자원 연계 부족 등 체계적 재활 시스템 부재**
→ 장애인 건강관리 체계 구축 필요

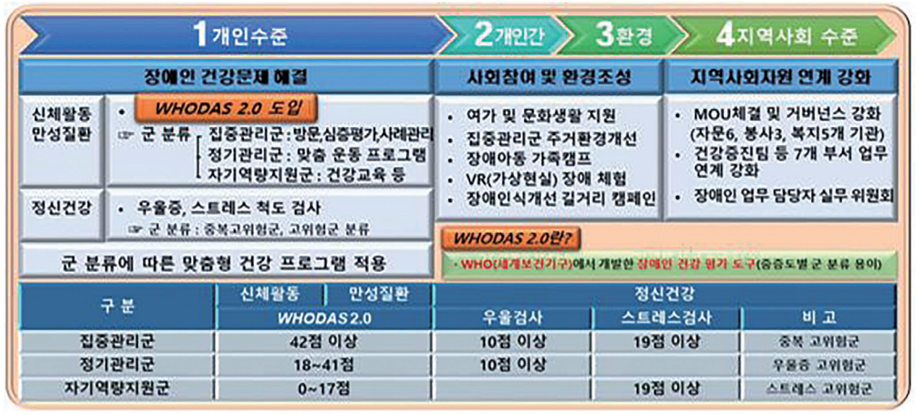
2. 추진내용

1. 장애인 건강관리 체계 구축

•대 상 : 취약장애인 179명 ※ 장애인구 비율 및 접근성 고려 보건지소가 없는 지역 장애인
•예 산 : 23,200천원(기금 50%, 도비 10%, 군비 40%)
•인 력 : 총26명(보건소 11명, 보건지소 6명, 공무직 9명)

■ 사업 추진 과정

장애인 건강관리 모델 개발 → 지역 자원 분석 및 연계 → 서비스 중재 → 지역사회 확장



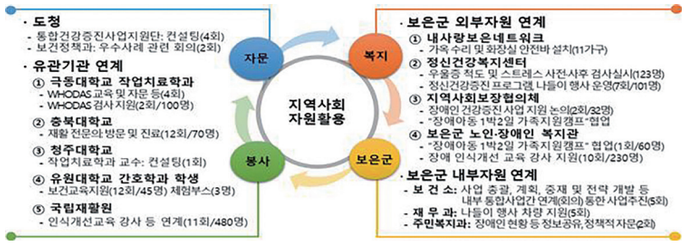
2. "건강을 입히다" 맞춤형 장애인 건강관리 사업 추진【개인수준】

사업 내용	신체활동	심뇌혈관질환	정신건강
집중관리군 (45명)	▣ 취약지역 집중관리 장애인 방문 : 월1회/93명 · 재활 전문의, 물리치료사 방문 ▣ 장애인 보호자 자기 운동법 교육 : 90회 ▣ MBI 심층평가 · 작업치료학과 교수, 작업치료사 평가 · ADL 도구지원(15점/8가구) ▣ 재활전문의 진료, 사례관리 : 12회/70명 · 건강상태점검, 재활치료계획(월1회) · 재활 중재 사례관리 회의(분기1회)	▣ 고위험군 방문 집중관리 : 월1회/93명 · 2차 장애예방 위한 기초 건강 및 투약 관리 등 방문 간호사의 지속적 건강관리 ▣ "내삶을 바꾸는 건강 발걸음" 복합 만성질환 장애인 관리 : 주4회(총52회)/156명 · 개인 맞춤형 운동 실시(주3회) · 텃밭 가꾸기, 농장 활동(주1회) · 건강 모니터링 실시(월1회) · 기초 건강체크 관리(월2회)	▣ 중복 고위험군 관리 : 월1회/120명 · 우울증, 스트레스 중복 고위험군 집중상담 · 정신건강의학과 전문의 및 정신건강전문요원 ▣ 취약지역 장애인 우울척도검사 : 123명(고위험군 22명) · 일반상담(5회/30명) ▣ 취약지역 장애인 스트레스 검사 : 123명(고위험군 44명) ▣ "내 마음의 미소" 정신건강증진 프로그램 : 6회/66명 · 스트레스 해소 힐링프로그램 · 푸드테라피, 미술·원예치료 등
정기관리군 (72명)	▣ SSE(square-stepping exercise) : 15회/216명 · 낙상 방지(하체근력강화) 운동 프로그램 ▣ "One Stop!! 건강UP!! 재활놀이터" : 24회/311명 · 볼링, 투호, 캐치볼 등 놀이를 이용한 균형감, 협응 능력 등 향상을 위한 운동 프로그램	▣ "따로 또 같이" 건강증진 프로그램 운영 : 14회/193명 · 세라밴드운동, 금연 및 절주 입체조, 저염 건강식 만들기 등 ▣ 건강리더교육 · 마을별 건강리더선정 후 교육 · 운동리더 선정을 통한 마을별 자기주도 운동실천 유도	
자기역량지원군 (62명)	◈ 운동도구(SSE) 자체 제작 ▣ 건강교육 및 전화상담 : 93건 ▣ 건강정보제공(문자) : 713건	▣ 장애인 구강관리교육 : 7회/520명 ▣ 장애인 자기혈관 숫자알기 캠페인 : 2회/800명 ▣ 장애인 영양관리 교육 : 1회/120명	▣ "바다야~ 놀자" 스트레스 해소 나들이 행사 : 1회/35명 · 스트레스 해소를 위한 나들이 행사

3. 편견을 벗다" 사회참여 증진 및 환경조성【개인간+환경】

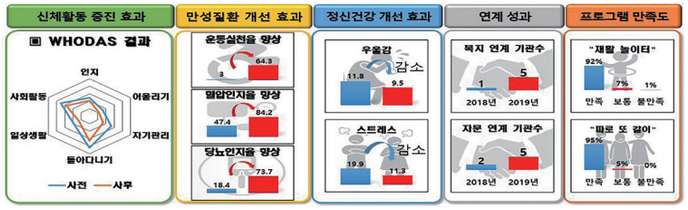
구분	주요 사업내용	구분	주요 사업내용
"장애인과가족의 행복플러스" 야외 나들이 행사	▣ 장애인과 가족이 함께하는 나들이 : 1회 25명 · 기분전환을 위한 속리산 숲체험 휴양마을 체험 · 스트레스 해소 위한 명상체조, 아로마테라피 등	"리본(Re-Bom)가족" 장애아동 1박2일 가족지원캠프	▣ 장애아동 가족 1박2일 캠프 : 1회 49명(22가구) · 올바른 자녀 양육법 및 사회성 활동 교육 · 가족이 함께하는 공예활동 및 레크레이션 등
여가 및 문화생활	▣ 여가 및 문화생활 지원(영화관람) : 4회 120명 · 욕구조사 결과를 반영한 여가·문화생활 지원 · 여가문화생활을 통한 욕구 충족 및 삶의질 향상	주거 환경 개선	▣ 취약지역 장애인 주거환경개선 : 11가구 · 삶의 질 향상 위한 안전바 설치 및 가옥수리 · 지역사회 자원 연계·활용을 통한 예산 절감
VR가상 장애 체험	▣ 장애인 편견 해소를 위한 장애체험 : 2회 520명 · 가상현실(VR)을 이용한 길거리 캠페인 · 욕구조사 결과를 반영한 장애인 편견 해소	장애인식개선교육	▣ 장애인 편견 해소를 위한 교육 : 21회 710명 · 미취학아동, 초·중·고학생 대상 교육 실시 · 장애의 의미, 장애발생예방법, 교육의 필요성 등

4. 지역사회 자원연계 강화【지역사회 수준】



3. 추진성과

■ 장애인 건강지표 향상



4. 성공요인

■ 성공요인 및 향후계획

지역사회 현황 및 수요 반영	지역사회 자원 활용
– 지역 분석을 통한 대상자 선정 및 사각지대 장애인 발굴 기회 마련 – 밀집도 및 접근성 고려 취약지역 장애인 건강 평가 실시(방문 진료) – FGI(Focus Group Interview)결과 반영 계획수립(장애인 의견 반영)	– 지역 사회 자원 활용 및 연계 강화(대학 3곳, 지역협의체 2곳 등) – 도 및 통합 사업 자원단의 지원 및 소통(자문 4회, 모니터링 2회) – 보건소 내부 사업 자원 간 연계 및 통합적 접근을 위한 노력 (회의 5회)
지속 가능한 모델 개발	**향후 계획**
– 농촌지역 "전국최초" 세계 표준 ICF 건강 모델 기반 WHODAS 2.0 도입 – 건강상태별 군 분류에 따른 맞춤형 건강증진 프로그램 적용 – 근거 기반 중심의 서비스 제공자 역량강화 (교육 4회)를 통한 지속가능	– 건강 취약지역 대상으로 신체 활동 증진 프로그램 확대 및 강화 – 지역사회 협력체 신규 발굴 및 연계를 통한 지속적인 협력 도모 – 신규 등록 장애인 모니터링으로 취약 장애인 발생 미연 방지

■ 관련자료

취약지역 WHODAS 건강평가 (극동대학교 작업치료학과 연계)

장애인 건강증진 프로그램 (아시아뉴스통신 9.11.)

내 삶을 바꾸는 건강 발걸음 (충북일보 10.25.)

VR (가상현실) 장애 체험 (중도일보 11. 5.)

충청북도
증평군 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 김은영

" 함께라면 할 수 있습니다 "
돌봄 취약아동『건강 골든벨』

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	형평성 / 생애주기 또는 집중사업전략	아동 및 청소년	비만, 신체활동, 영양

1. 추진배경

■ 군 자체 아동, 청소년 건강행태에 대한 자료 무 : 아동 보건사업 근거 필요로 전수조사

■ 아동, 청소년 비만율은 매년 증가추세이나 부적절한 식습관 증가, 신체활동 실천율 낮음

■ 특히 저소득층, 조손가정, 한부모, 맞벌이 가정 등 돌봄에 어려움이 있는 가정이 그렇지 않은 아동보다 부적절한 식습관이 높고 신체활동 실천율이 낮은 것으로 조사

2. 추진내용

■ 사업목적

• 돌봄 취약 아동의 건강문제 해결을 위한 통합적 접근으로 올바른 건강생활습관을 길러주어 평생 건강의 기초를 만들기 위함

1. 아동, 청소년 건강행태 자체 전수조사로 사업의 필요성 발견

비만율 (3,042명)	초등학생		중, 고등학생		흡연율 (1,493명)	중, 고등학생(%)		
	과체중	비만	과체중	비만(%)		증평	충북	전국
	10%	20.1%	6.3%	증평(22.5) 〉 충북(11.5) 〉전국(10.8)		15.3	8.1	6.7

초등학생			중, 고등학생		하루 60분 주 5일 이상 신체활동 실천율
식생활 (2,207명)	매일 아침 식사실천율(%)	주 1~2회 이상 라면 섭취율(%)	주 3회이상 탄산음료 섭취률(%)	신체활동 (2,207명)	
	초등 40.9	초등 72.2	초등 27.4		초등 : 29.7 중, 고등 : 충북(14.9) 〉 전국(13.9) 〉 증평(13.7)
	중, 고등 26.4	중고등 82.3	중,고등 증평(41.5) 〉 충북(38.6) 〉 전국(34.7)		

→ 증평군 아동, 청소년에게 관심을 기울여야만 하는 건강문제는 비만, 영양, 흡연, 신체활동이며 4가지 건강행태 중심으로 통합건강 관리교육 필요하며 우선적으로 돌봄 취약계층 아동을 대상자로 선정하여 프로그램 운영

2. 대상자 선정

대상자 선정 및 특성				
저체중	정상	과체중	비만	합계
67	67	14	24	172

⬇

돌봄 취약아동 대상 건강행태 설문조사 추가 실시 : 비만, 영양, 신체활동, 구강 10문항					
식생활	매일 아침식사 실천율	주 1~2회 이상 라면 섭취률	주1회이상 패스트푸드 섭취율	신체활동 (하루60분)	주 5일 이상 신체활동 실천율
	36%	78%	71%		15%

■ 사업목표

결과목표	비만율(체지방률)	아침식사 실천율	주5일 이상 신체활동 실천율 (60분 이상)	건강지식도
	1%P 감소	20%P 증가	20%P 증가	상승

충청북도
증평군
보건소

3. 맞춤형 통합건강 프로그램 운영

지역사회 연계협조 체계 구축 High-Five

- 아동 : 20주간 영양, 신체활동, 비만, 흡연, 구강관리 등 통합프로그램 참여, 실천
- 가정 : 아동의 올바른 건강습관 형성을 위한 양육자 교육
- 학교 : 보건선생님 협조체계로 통합건강관리 프로그램 및 골든벨 등 건강생활실천 분위기 조성
- 지역사회 : 방과 후 생활터인 돌봄교실, 지역아동센터, 수련관, 드림스타트, 급식지원관리센터, 체력인증센터, 자원봉사센터, 증평사회복지관, 교통대 절주 동아리 협조체계 구축
- 정부 : 군비 추가 지원 및 아동 보건사업에 대한 기관장 관심도

1단계. 식습관 형성 및 신체활동 중심 『20주 완성』 통합건강프로그램 운영

1. 『건강한 돌봄 놀이터』
2. 『꿈자람 몸짱 프로그램』

- 기간 : 2019. 3.~ 8.(주1회/2시간)
- 장소 : 지역아동센터 4개소, 증평초 돌봄교실 2개반, 청소년수련관 1개소(7개 그룹)
- 대상자 : 돌봄 취약아동 172명
- 인력 : 10명(보건소 전문인력 및 외부강사)
- 예산 : 5,000천원 •실 적 : 7개소/139회/172명(실인원)
- 내용 : 전수조사 결과 발견된 건강문제 중심의 통합건강교육 실시

1단계. 식습관 형성 및 신체활동 중심 『20주 완성』 통합건강프로그램 운영

1) 영양교육 : 놀이형 영양프로그램 – 6가지 주제별 교육

1	다양한 음식을 골고루 먹어요	4	건강음료를 마셔요
2	알록달록 채소, 과일을 먹어요	5	건강식습관을 길러요
3	올바른 건강간식을 먹어요	6	건강체중을 지켜요

2) 요리 실습 4회 및 제철과일 제공

3) 놀이형 신체활동 프로그램
– 전통놀이 10종, 협동놀이 9종, 잡기놀이 5종, 공놀이 11종, 뉴스포츠 13종

4) 흡연, 음주폐해 예방교육

5) 잇솔질 교육, 불소도포

6) 스마트폰 중독 예방 교육

7) 자살예방 및 생명사랑 교육

1단계 평가
“ 건강생활실천”
『골든벨』

- 일 시 : 2019. 10. 18.(금) •장 소 : 증평지역아동센터 강당
- 대상자 : 20주 프로그램 참여 아동 전체
- 내 용 : 20주간 교육 내용 문제 출제 – 영양, 비만, 흡연, 음주, 구강 등 지식도 측정

2단계. 비만아동 관리 집중 프로그램 운영 (BMI 과체중, 비만아동 대상)

축구교실	식사일기	운동일기
•기 간 : 2019. 10. ~ 12.(주1회) •장 소 : 삼보초 운동장 •내용 : 비만아동 집중 신체활동 실시 •실적 : 8회/16명	•기간 : 2019. 10. ~ 11.(주1회) •내용: 주단위 식사일기 점검 및 영양지도, 부모교육 •실적 : 5회 /16명	•기 간 : 2019.10.~11.(주1회) •내 용 : 워크온(2회 챌린지) 매주 걷기, 신체활동 관리 •실적 : 5회/16명

증평군 걷기 공식 커뮤니티 APP 시스템 구축 충북 최초 『워크온』 운영

1) 월1회 걷기 챌린지로 선의 경쟁심 유도하여 걷기 및 신체활동 실천율 높임
2) 건강생활실천에 대한 정보제공으로 부모교육 실시 및 자유게시판 활용 통한 소통
3) 지역주민 전체가 참여 : 걸음 수 기부로 지역아동센터 4개소 간식(유제품) 600개 제공

3단계. 대상자 맞춤형 가정방문 실시 및 부모(양육자) 교육

가정방문 전화상담		부모 및 교사교육
•기간 : 2019. 10.~11.(주1회) •대상자 : 대상자 중 방문을 희망한 30가구 – 다문화 가정 10가구, 조손, 수급자등 20가구 •인력 : 보건소 전문인력 및 드림스타트 담당자	내용 : 양육자 및 아동 대상 기초건강측정, 상담 건강한 식사요법, 영양교육, 신체활동 잇솔질 교육 및 불소도포, 이동금연클리직 직, 간접 흡연폐해예방 암표지자 검사 홍보	•횟수 : 부모교육(1회), 원장 교사교육(1회), 소식지 발송(2회) •인 력 : 보건소 담당자, 외부강사, 어린이급식관리지원센터 인력 •내용 : 안내문 발송, 스마트폰 APP활용, 집합교육으로 영양, 신체활동 중요성과 방법 치아우식증 예방 구강관리교육 실시 지역아동센터 주방점검 및 식단표 제공

4단계. 지역사회 건강생활실천 분위기 조성

운동	•걷기 앱 워크온 시스템 – 지역주민 1,506명 참여, 월 1회 걷기 챌린지 •학교, 센터, 수련관, 복지관, 등산로 등 신체 활동 스트레칭 포스터 제작, 부착 : 100장 •지역아동센터, 수련관에 신체활동 도구 비치	금연 금주	•학교축제와 연계한 4코스 체험존 (전시, 체험, 활동, 건강교육) •금연실천 기록계 지속운영 : 3개교 •유관기관, 교육청 연계 합동 특별점검 : 131건 •보호자 및 지역주민 흡연자 암표지자 검사 – 금단증상 극복시키고자 추진 : 268명 검사
(영양)	•등굣길 아침밥 먹기 캠페인 실시	버스광고	•신체활동(워크온), 금연 버스 광고 : 20대
골든벨	•건강생활실천 지식도 높임 : 2회	인형극	•구강, 흡연, 음주관련: 8회
캠페인	•건강실천 캠페인 : 18회 •증평군 첫 꼬마 금연 홍보대사 260명 위촉하여 교육, 홍보, 금연달력 제작		
원탁토론	•『아동친화도시』 조성 “원탁 토론회” 개최 – 보건사업 분야 주민의견 수렴 (군 사회복지과 연계)		

충청북도
진천군 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 오선정

HELLO 2030 프로젝트

(Health Energy Lift Life Object 2030)

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태중심	사업장근로자	(주영역) 신체활동 / (부영역) 비만

1. 추진배경

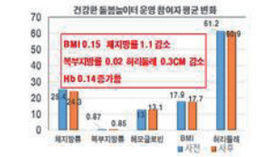
- 진천군 7개 읍·면 중 산업단지 7개, 농공단지 8개로 많은 기업체가 입점해 있으며 근로자 비율이 전체인구의 43.1%로 높은 비율을 차지하고 있음.
- 2018년 지역사회 건강조사 결과 비만율이 34.5%로 충북 32.1%대비 2.4% 높고, 걷기실천율은 진천 26.9%로 충북 41.9%대비 15.0% 낮게 나타남
- 고위험 연령층(30~60세) 직장인의 건강행태개선 및 생활습관 변화를 위한 체계적이고 통합적인 사업장 근로자의 건강관리 프로그램이 요구됨.
- 똑똑똑! GREEN 건강사업장 만들기의 성장·확대로 HELLO 2030 프로젝트를 통한 근로자의 주도적인 건강 실천을 지속하고자 함.

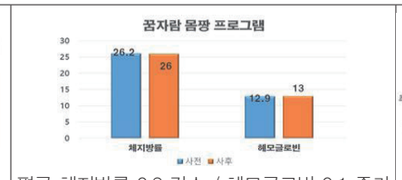
2. 추진내용

- **목적**
  - 사업장 근로자를 대상으로 맞춤형 통합건강증진 프로그램 제공하여 건강관리 능력 및 건강수준 향상

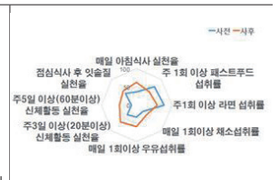
3. 추진성과

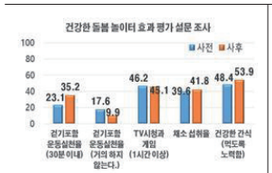
결과지표	목표	실적	달성률
체지방률	1%P 감소	1.1%p 감소	100%
아침식사실천율	20%p증가	26%p증가	130%
신체활동실천율	20%p증가	34%p증기	170%
건강지식도	상승	6.9점 상승	100%

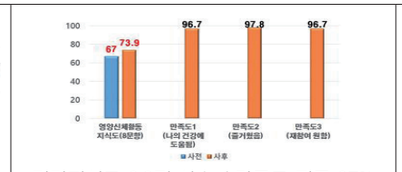




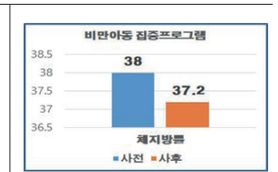
평균 체지방률 0.2 감소 / 헤모글로빈 0.1 증가







건강지식도 6.9점 상승 / 만족도 평균 97%



건강환경조성 (지역주민 워크온)

- 매일 아침식사 실천율 36%→62% 증가(26%p 증가)
- 주1회이상 패스트푸드 섭취율 71%→51% 감소
- 주1회 이상 라면섭취율 78%→58% 감소
- 매일 1회 이상 채소섭취율 25%→39% 증가
- 매일 1회 이상 우유섭취율 33%→59% 증가
- 주 3일 이상(20분이상) 신체활동실천율 38%→65% 증가
- 주 5일이상(60분이상) 신체활동실천율 15%→49% 증가 (34%p증가)

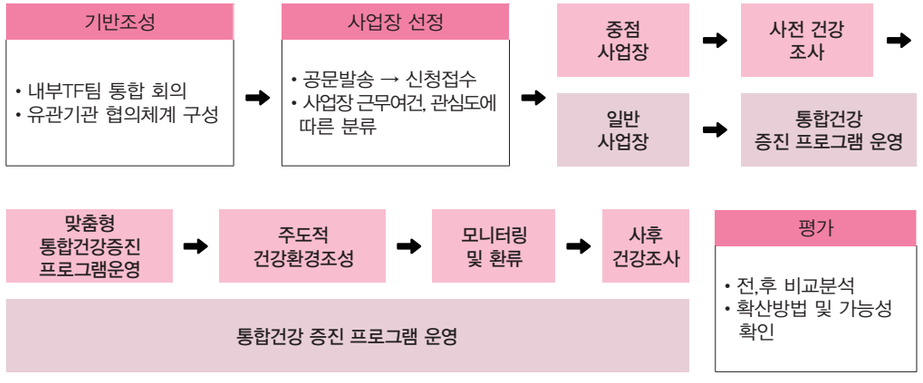
■ 목표

결과목표		산출목표	
비만도 개선율	사전대비 20% 개선	비만예방 식생활 교육	3회
걷기실천율	사전대비 10% 증가	건강걷기의 날 운영	3회
총콜레스테롤 개선율	사전대비 20% 개선	심뇌혈관 예방교육	3회
모바일헬스케어 등록율	건강위험요인 대상자 15%	건강존 설치	3개소
만족도	90% 달성	스트레스 관리교육 운영	3개소

■ 사업내용

- 대상 : 중점(주도형) 사업장 : 진천군 관내 50인 이상 사업장 3개소/113명
  일반(유지관리형)사업장 : 진천군 관내 50인 이상 사업장 10개소/2,053명
- 기간 : 2019. 1. ~ 12.
- 예산 : 10,000천원
- 인력 : 내부(20명) : 보건소 통합건강증진사업 사업별 담당자 및 전문인력 20명
  지역자원연계(5개소) : 진천군정신건강복지센터, 충북권역심뇌혈관질환센터, 충북청소년성문화센터, 인구보건복지협회, 진천군어린이급식지원관리센터

1. 사업장 근로자 여건에 따른 추진전략



2. 중점사업장(주도형) 맞춤형 통합건강증진 프로그램 운영 및 주도적 환경조성

- 추진내용 및 실적

투입사업		내용	실적	TF팀&지역자원 연계
보건소 프로그램	전,후 건강조사	– 체성분측정, 혈액검사5종, 혈압측정 – 건강행태조사, 만족도 조사	전:3회, 후:4회/113명 전:3회, 후:4회/117명	보건소 건강생활실천팀 연계
	전,후 개별 결과상담	– 개별 검진결과 설명 – 개별 건강실천 식이요법 및 운동법 상담	전:3회/107명 후:3회/107명	보건소 건강생활실천팀 연계

투입사업		내용	실적	TF팀&지역자원 연계
보건소 프로그램	집중관리 대상자	– 건강위험이 있는 대상자에게 동의 후 모바일 헬스케어 사업에 등록하여 6개월간 개별 집중관리 – 건강미션을 통한 건강생활 실천 독려 – 모바일 앱을 통한 주차별 건강정보 제공 – 모바일 앱을 통한 상시 건강상담 가능	2개소/26명 등록 건강미션 5회 개별 24회 제공	보건소 모바일헬스케어 사업 연계 보건지소 공중보건의 대상자 판정 협조
	비만관리 사업	– 비만 예방을 위한 식생활 교육 – 비만조끼를 이용한 비만체험 실시 – 세라밴드를 활용한 스트레칭 및 근력운동	5회/185명 3회/600명 4회/149명	보건소 건강생활실천팀 연계
	금연 · 절주사업	– 이동금연 클리닉 운영 – 금연 · 절주 교육 실시 – 금연 홍보관 운영	2개소/37명, 2회/228명 3회/600명	보건소 금연상담실 연계
	심뇌혈관질환 예방관리사업	– 심뇌혈관질환예방관리 교육 실시 – 미각테스트를 통한 짠맛 · 단맛 수준 확인	3회/73명 2회/45명	충북권역심뇌혈관질환센터 연계
	구강건강관리 사업	– 불소도포 및 구취 검사	3회/109명	보건소 구강보건센터
	성교육	– 성폭력 · 성희롱 예방교육 실시	2회/128명	충북청소년성문화센터/인구보건복지협회
	정신건강사업	– 스트레스, 불안, 우울검사 실시 · 개별상담 – 모니터링으로 스트레스 관리가 요구됨 – 기질 검사를 통한 스트레스 관리 및 대처법 교육(환류)	3회/52명 3회/122명	정신건강복지센터와 연계
	건강환경조성	– 건강정보전시회 실시 – 건강걷기의날 "운동한데이, 건강한데이" 운영(점심시간이나 안전교육 시간을 활용한 보물찾기)	3회/600명 2회/100명	보건소 건강생활실천팀 연계
	건강정보제공	– 건강정보지 제공	6회/113명	진천군어린이급식관리 지원센터 연계

사업장 자체 주도적 활동

- 사업장 내 건강존(자가 건강체크 존) 설치
  – 인바디, 혈압계 구비 설치
  – 내 몸상태 알기(스스로 체크하기)
  – 건강관련 패널 설치
  – 건강존 내 건강실천 테이블 지정
- 건강 핫라인 설치
  – 건강상담 직통 연결번호 건강존 내 구축
- 모바일 헬스케어 사업 신청
  – 위험요인자 모바일 헬스케어 등록 관리
- 사업장 자체 활동 강화
  – 사업장 내 자체 건강실천 동아리 운영
  – 멘토–멘티 결연 활동(멘토링 협약서)
  – 건강메신저로 대상자 활동 독려
- 건강걷기의 날 운영
  – 점심시간 걷기실천으로 신체활동 실천
- 사업장 자체 예산 투입

국가기상위성센터	CJ 제일제당	이레 AMS
– 체성분분석기, 혈압기 구입 – 발마사지기 구입 – 사업장 내 걷기길 조성 (1.5km 천리안길)	– 체성분분석기, 혈압기, 파라핀치료기 – 전신안마의자, 청력측정기 구입 – 금연성공자 인센티브 제공 (사업장 자체 모바일 디바이스 제공)	– 혈압계 구입 – 건강정보상영 모니터 구입

사업장 모니터링(간담회) | 우울증, 스트레스 검사 | 건강걷기의 날 활동사진 | 소그룹 신체활동 | 건강존 설치 사진

3. 일반사업장(유지관리형) 맞춤형 통합건강증진 프로그램 운영

• 추진내용 및 실적

투입사업		내용	실적	TF팀&지역자원 연계
보건소 프로그램	금연 · 절주사업	– 이동금연클리닉 등록 및 상담 – 금연 · 절주 교육 실시 – 금연 홍보관 운영	10개소/164명 2회/190명 3회/800명	보건소 금연상담실 연계
	영양교육	– 금연에 도움이 되는 식생활 교육	10회/179명	보건소 건강생활실천팀 연계
	운동교육	– 스트레칭 밴드를 활용한 스트레칭	6회/113명	보건소 건강생활실천팀 연계
	심뇌혈관질환 예방관리사업	– 혈압, 혈당 측정 – 미각테스트를 통한 짠맛 · 단맛 정도 확인 – 심뇌혈관질환예방관리 교육 실시	9회/131명 9회/99명 1회/30명	보건소 심뇌혈관질환 예방사업팀 연계 충북권역심뇌혈관질환센터 연계
	정신건강사업	– 기질 검사를 통한 스트레스 관리 및 대처법 교육	1회/30명	보건소 건강생활실천팀 연계
	구강건강관리사업	– 구강 불소도포 및 구취검사	6회/117명	보건소 구강보건사업팀 연계
	건강정보전시회	– 건강패널 및 모형 전시, 홍보물 배부	1회/200명	보건소 건강생활실천팀 연계

3. 추진성과

• 맞춤형 통합건강증진 프로그램 및 사업장 주도적 건강환경 조성으로 사업장 근로자의 자발적 건강관리 능력이 향상됨

• 모바일 헬스케어사업을 통해 공간적·시간적 제한을 뛰어넘는 건강관리로 사업장 근로자 중 고위험군의 참여율 증가됨

• 건강존, 건강핫라인, 건강메신저 설치를 통한 사업종료 후에도 사업장 스스로 자발적 건강관리 유지

• 비만도 개선율, 걷기실천율, 총콜레스테롤 개선율 등 전체 성과지표 100% 초과 달성

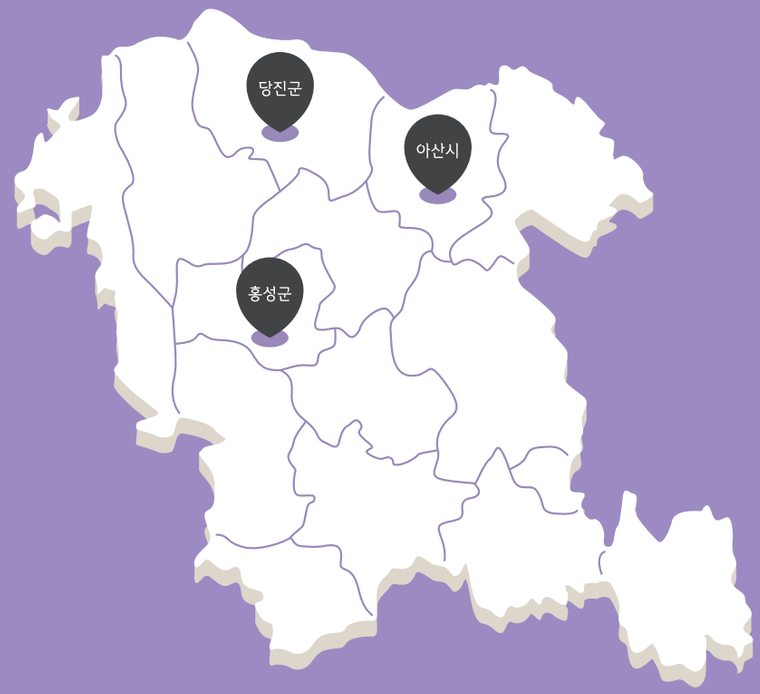
지표명	목표	실적	달성율	지표명	목표	실적	달성율
비만도 개선율	20%개선	43.80%	209%	비만예방 식생활 교육	3회	5회	167%
걷기실천율	10%증가	11.30%	113%	건강걷기의 날 운영	3회	3회	100%
총콜레스테롤 개선율	20%개선	64.80%	324%	심뇌혈관 예방교육	3회	3회	100%
모바일헬스케어 등록율	15%	23%	153%	건강존 설치	3개소	3개소	100%
만족도	90%	97.20%	108%	스트레스 관리교육 운영	3개소	3개소	100%

4. 향후계획

■ 사업장 근로자의 건강 컨트롤타워 역할로 네트워크 구축 강화 및 지역사회 모형으로 진천군 내 사업장 확산

■ 주민 참여형 건강서비스 제공 및 지속적인 관리모형 개발 → 주도적 건강동아리 운영 환경 조성

■ 사업장 근로자가 건강실천을 실천 확산하여 가정에서 실천하고 나아가 지역주민의 동참 유도



충청남도

01 홍성군 보건소
스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

02 당진시 보건소
당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스

03 아산시 보건소
움직이는 발걸음 건강 백세로 !

충청남도
홍성군 보건소

부　서 : 건강증진과
담당자 : 전옥영

스스로 살피고 서로 돌보는 주민참여형 건강공동체 홍동다움

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여특화	노인	영양 · 신체활동 · 심뇌

1. 추진배경

■ 인구 고령화, 보건의료자원의 읍·면 격차 극복을 위한 주민참여형 통합건강증진모델 마련 필요*

- 읍지역(3개읍) 대비 면지역(8개면) 고령인구의 지속 증가
  – 3년 평균 증가율: 읍지역 0.07% 〈 면지역 1.23%
- 읍면간 보건의료자원 분포 및 통합건강증진서비스 접근 격차해결을 위한 일회성 사업 방식의 한계 ⇒ 중장기적 투입·개선 필요
  – 의료인력 1인당 관리 주민 수: 읍지역 25명 〈 면지역 70명
  – 통합건강증진프로그램 운영 : 읍지역 (보건소 소재) 31종 〉 면지역 5종
  ·보건소 프로그램 참여자 지역분포 : 읍주민 7,943명 〉 면주민 723명

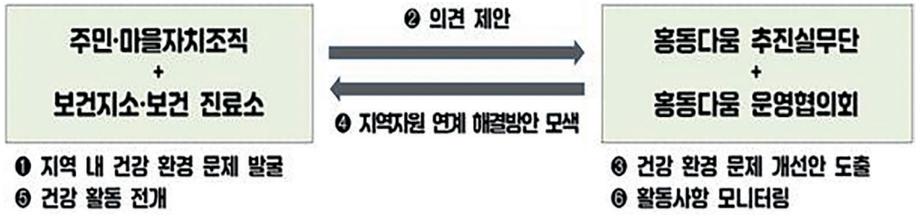
*자료출처: 2018 홍성통계연보, 새올정보시스템, 보건소 내부자료

⬇

■ **시범사업 대상 『면』 선정 : 홍동면**

- 인구현황: 3,493명(고령인구 비중: 35.7%)
- 행정구역: 행정리 33(법정리 14)
- 건강행태: 건강취약지표의 다년간 지속 발현 (혈압수치인지율, 칫솔질실천율)
- 지역특성
  – **강점** : 유기농업특구로 귀농·귀촌 인구 다수(전체 인구의 12%) → 높은 자원 활용성 보유
  – **약점** : 귀농·귀촌주민과 원주민과의 문화적 갈등, 마을자치조직의 개별적 활동성격이 강함

2. 추진체계



3. 추진내용

■ 핵심전략 : 주민참여, 지역사회 자원 개발
■ 사업대상 : 홍동면 33개 마을
■ 사 업 비 : 106백만원 (보건 30백만원, 연계 사업비 76백만원)
*건강리더 활동지원 자체재원 확보(10백만원), 연계 사업비(농업환경보전프로그램 68백만원, 홍성여성농업인센터 8백만원)
■ 사업목적 : 지역주민 스스로 살피고 서로 돌보는 건강공동체 조성
■ **사업목표 : 건강 거버넌스 활용 사업 연계·협력, 지역자원 개발 및 활용, 건강취약지표 개선**
■ **추진전략별 세부내용**

추진전략 1 지속가능한 건강 거버넌스 구축
→ **산재 · 분산된 보건 · 의료 · 복지자원 발굴을 통한 건강거버넌스 구성**

홍동다움 운영협의회	• 활동 : 운영방향 설정 및 계획 수립 • 운영 · 구성 : 연 2회, 12명 (민간 부문 대표, 홍동면장, 보건소장)	홍동다움 추진실무단	• 활동 : 건강문제 자원 간 연계 협의·실행 • 운영 및 활동 모니터링: 월 1회 • 구성 : 13명(공공·민간조직 구성원)

추진전략 2 보건서비스 소외 계층 발굴 및 지역 밀착형 건강돌봄

건강리더 활용 칩거어르신 건강관리	• **양 성 : 건강리더(건강지킴이) 33명/마을별 1명 양성(원주민 21명, 귀농·귀촌인 12명)/월 1회 건강돌봄교육** • 내용 : 칩거어르신 건강관리(57명, 월 2회 정기 가정방문 총 477회), 건강문제 발굴 · 연계 • 건강리더 활동 지원 : 대상자 관리 물품(혈압계, 운동매뉴얼, 활동일지 등), 활동보상 상품권 지급 → '19. 8. 16. 활동지원에 대한 법적근거 마련(홍성군 건강도시 기본조례 개정) • 모니터링 : 월1회 정기모임 활동 및 연계사항 점검(건강지킴이·보건소·지소·진료소·추진실무단)
초기독거어르신 건강자립지원 홀로?YOLO!	• **대상 : 홍동면 33개 마을 초기독거노인 21명(배우자 사망 3년 이내)** **1단계** 민 · 관 대응팀 구성 및 사전조사 (건강리더, 간호사, 정신건강전문요원) → **2단계** 개인별 맞춤형 자립지원 (만성질환, 영양관리, 우울상담, 위생관리) → **3단계** 사회참여 프로그램 운영 이별 멘토링 : 커플밴드 운동, 친환경 약달력 만들기 **(자원봉사거점센터 연계)**

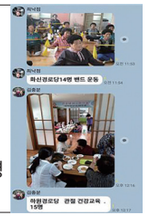
추진전략 3 보건진료소(금당 · 화신) 권역별 특화 프로그램

금당진료소 권역[11개 마을] 남성노인 자립지원

- **전략 : 남성 전용 경로당 마련, 주민 요구 순위에 따른 접근, 지역자원 활용(유기농산물) 영양 · 조리교육**
- 대상 : 11개 마을 독거남성 30명
- 내용 : (1순위) 영양 및 식생활 관리: 76명/4회 → (2순위) 신체활동 증진관리: 19명 → (3순위) 구강보건관리(치아관리) 20명 → (4순위) 우울예방관리 24명

화신진료소 권역[4개 마을] 스스로 건강마을

- **전략 : 보건진료소장 역할 분담(건강지도자 모임 총무역임) → 유대 관계 및 지속성 확보**
- 내용
  건강리더(건강지도자) 양성 : 4개 마을 주민 23명, 알고 싶은 건강정보 조사 반영 교육(총17회) → 다중이용시설(회관 · 쉼터 · 경로당 등) 활용
  건강정보 전달 : 73회, 618명
- 건강문제 발굴 · 연계, 경로당 건강목표 게시 및 실천 유도 : 4개 마을, 104명
- 모니터링 : 온라인(카카오톡) 활용 활동사진 및 내용 상시 공유, 월 1회 모니터링



추진전략 4 지역자원 개발 및 활용

우리마을 주치의제 및 건강관리 정보체계화

- **전략 : 지역 내 보건의료자원 연계 협약 체결 ⇒ 주민건강관리 및 건강정보체계화**
- 대상 : 홍동면 33개 마을

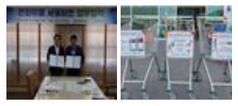
구분	구석구석 찾아가는 건강교실	건강정보 소식지
참여	의료생협 (우리동네의원, 1차진료), 여농센터 (사업비 8백만원 지원), 보건지소(검진)	의료생협(민간정보수집), 마을활력소(매체발간) 보건소(공공정보수집),
내용	• 경로당 방문진료 및 검진(33개소 206명) • 물병 체조, 생활건강교실(7회, 80명)	• 건강 홍성 · 마실통신 제작 · 배부 : 1,000부, 60개소

생산부터 유통까지! 건강한 주민 바른먹거리

충청남도 홍성군 보건소

- **특징 : 유기농업특구('14 지정) 특성 활용 주민 영양관리 및 안전 먹거리 제공**

친환경 농산물 생산 (농민)	가공(할머니먹거리협동조합)	유통(홍동농협)
• 농업환경보전프로그램 (개인활동 54농가, 공동체 활동 63회) • 저수지 주변청소, 농약 안쓰기 등	• 건강식단 개발 · 조리(3종) • 건강반찬 스티커 부착 판매 • 1회용 스티로폼→ 다회용 용기	• 유기농산물 관리 · 유통 • 건강정보 전달 • 게시판 · 카트 · 쇼핑코스 쓰기 등
• **(보건소) 환경보건 교육 및 생산자 건강관리** • (농수산과) 사업비 68백만원 지원	• **(보건소) 조리자 위생관리** – 건강식단 공동개발: 3종 – 스티커 제작 부착: 100매	• **(보건소) 건강이음기관 체결** • 건강 전도사 양성 • 건강정보 제공 및 사업홍보



추진전략 5 건강취약지표 개선[구강 · 혈압]

홍동면 깨끗한 치아만들기

- **전략 : 취약원인 사전조사 결과 반영(경제활동인구, 노인층의 실천율 저조) 대상별 계층별 칫솔질 가능환경 조성**
  (경제활동인구) 다중이용시설 치약코팅칫솔 비치 4개소 5,000개, 우편교육 308명
  (노인층) 경로당 다인용칫솔걸이 33개소 64명, 구강교육 및 관리 20개소 870명
  (전체면민) 칫솔질 실천 홍보스티커 부착 61개소, 이닦기 송 자체 제작 317회 송출

색상으로 이해하는 어르신 혈압관리

- **전략 : 노년기 인지기능 저하로 혈압 수치 인지에 대한 부담 호소 ⇒ 색상으로 구분하는 혈압관리 ⇒ 주민 이해도 향상**
- 내용: 색상으로 구분되는 혈압온도계 · 혈압병따개 자체제작 · 배부
  (건강리더 · 방문간호사 활동물품으로 활용), 친환경 약달력 배부, 찾아가는 합병증 검사, 튼튼혈관 캠페인(마을장터 · 지역행사 연계 2회, 170명)

4. 추진성과

- **지역자원 발굴 및 개발을 통한 면단위 보건인력 부족 극복**
- **활동지원 근거 마련 및 연계·협력시스템 구축 주민참여 지속가능성 확보**
  → 건강리더 활동지원 근거마련(조례개정),
  기초생활거점육성사업 거점센터 건립에 건강증진 운영 시설 다수 확보('19–'22, 사업비 40억), 주민자치위원회 보건복지분과 신설
- **면 단위 배후지역 관리를 위한 보건진료소 특화 프로그램 개발**
  → 보건진료소 권역별 특화프로그램 참여자 건강행태개선율 향상
- **지역 맞춤형 통합건강증진모델의 면지역 확대 근거 마련**

성과지표	실적 및 달성도		
	목표	실적	달성률
건강거버넌스 연계 협력	10건	12건	120%
건강지킴이 소외계층 건강돌봄	300회	477회	159%
지역자원연계 주민역량강화	1,500명	1,909명	127%
*혈압인지율 개선	45.9%	53.6%	116%
*칫솔질 실천율 개선	53.2%	55.3%	104%
건강리더 만족도	90%이상	93%	100%
수혜자 만족도	90%이상	96%	100%

*개선 지표 목표치 설정근거
: '18년 지역사회건강조사 홍성군 결과 값 대비 3%p 향상

5. 성공요인

문제점	해결방안 및 성공요인
• 농촌 면지역 대상 주민참여형 사업 운영의 한계 • 원주민과 귀농귀촌인 간 갈등 존재 • 지역 자생조직(마을자치조직)의 개별 활동 • 면단위 거점지역과 배후지역 주민 간 건강불평 등	• 건강거버넌스 정례화를 통한 자발적 주민 참여 유도 및 자원 연계 • 지역 특성(유기농특구, 마을공동체 등)을 활용한 사업 접근 • 원주민과 귀농귀촌인 간 연결 수단으로 '건강+돌봄' 활용 • 지역 내 의료자원 등 마을자생조직 협업 건강 프로그램 개발 운영 • 배후지역 주민 건강관리 강화를 위한 보건진료소 역할 강화

충청남도
당진시 보건소

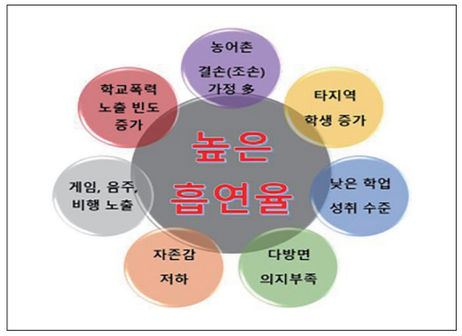
부 서 : 건강증진과
담당자 : 민교선

당당한 미래의 희망, 청소년 금연 어벤져스

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	특정 생애주기 및 집중전략 지역실태중심	청소년	(주영역)금연 / (부영역)절주

1. 추진배경

고등학교 남학생 흡연율



A학교 흡연관련 요인

출처 : 보건복지부「청소년건강행태조사」, 당진교육지원청, A학교 자체「흡연실태조사」

■ **A고등학교에서는 흡연학생 징계 등 제도적 접근과 의무적 금연교육 사업을 추진했으나, 지난 3년간 남학생 흡연율이 평균 21.6%로 개선 효과가 없었음**
→ 이에 학교와 보건소 중심의 다양한 전문성을 갖춘 지역사회 자원과 연계·협조 체계 구축

2. 사업개요

■ 목적 : 담배 없는 건강한 학교 및 청소년 흡연예방·금연을 위한 지역사회 환경조성
■ 목표 : A고등학교 남학생 흡연율 16.8%, 흡연예방수칙 인지율 90%
('20년) 관내 고등학교 수준 12% ⇒ ('21년) 충남 수준 8%로 감소
■ 대상 : A학교 262명(흡연학생 40명), 교직원 28명, 학부모 40명
■ 내용 : 흡연학생 금연실천 강화를 위한 END+UP프로그램
및 학교 안과 밖의 흡연예방 환경 조성
■ 전략 : 다수준전략(사회생태학적 모형–McLeroy) 활용

3. 추진내용

1. 흡연 학생 'END+UP 프로그램' 통한 금연실천 강화

END (금연준비) 프로그램

• 목적 : 개인에 대한 포괄적 접근으로 금연의지 배양
• 기간 : 5.8. ~ 7.9.(12주) / 11회
• 대상 : 흡연학생 40명
• 전략 : 다수준전략 중 개인수준 접근
• 내용
– (END 프로그램–Experience New Day)
– 흡연학생 금연준비 유도 등 1~9차 시리즈 교육
– (템플스테이) 흡연청소년 심리 안정과 치유
– (소시오드라마) 역할체험 통한 행동변화 유도

➡

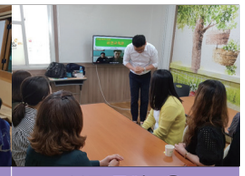
+UP (금연유지) 프로그램

• 목적 : 개인간(집단) 지지기반 형성 통한 금연 실천
• 기간 : 9.19. ~ 12.5.(11주) / 13회
• 대상 : 흡연학생 40명, 학부모 40명
• 전략 : 다수준전략 중 개인간, 조직수준 접근
• 내용
– (+UP 프로그램) 금연의지에 따라 분반 및 13차 교육
– 흡연STOP 코칭, 금연계획 · 도전일기 작성 등
– (부모교육) 자녀이해, 금연지지 및 동참 교육
– (이동금연클리닉) 금연전문 1:1 상담 · 관리 및 지지

금연실천학교 업무 협약

소시오드라마

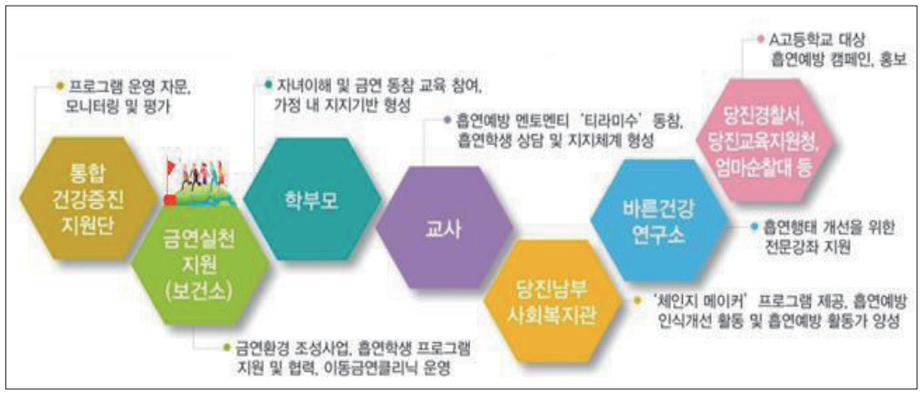
템플스테이


부모 금연교육

2. 청소년 흡연예방 및 금연을 위한 지역사회 환경조성 확대

학교 안			목적	학교 밖(지역사회)		
담배없는 건강한 학교 조성				청소년 흡연예방 및 금연을 위한 지역사회 환경 조성		
사업내용	전략	대상		사업내용	전략	대상
프리메디코 흡연예방 동아리	개인간	A학교 학생 12명	양성증진	흡연예방 '체인지메이커' 양성	지역사회	A학교 학생 15명
멘토-멘티 '티라미수' 전교생(1:10) 결연	개인간	교직원(26명) 및 전교생(262명)	소통확대	보건소 '금연ON' 모바일채널 개설		전교생 · 교직원
금연선포식 및 선서	조직환경	전교생 · 교직원	환경조성	'담배 싹둑~' 릴레이 참여 캠페인		전교생 · 교직원
흡연예방 교육, 금연 골든벨		전교생		금연 응원나무 메시지 담기 캠페인 (7개기관 합동)		전교생 · 교직원
사진작품 전시 및 투표		전교생 대상 전시 (투표 123명 참여)		술 · 담배 청소년 보호 동참 캠페인		소매업소 20개소
흡연예방 드로잉 챌린지		1학년(88명)		시청 토론회(7.11) 사례 공유 (금연실천학교 운영 관련)	정책	당진시청 전부서
흡연예방 표어 숨은 보물찾기		전교생, 교직원 티라미수 활동		니코프리존 조성 (금연구역 부착, 꽁초 줍기)		흡연 상습 10곳
흡연예방 포스터 공모 및 전시		전교생 대상 공모 (결과 18개 선정)		금연 안내판 설치 (학교 주변 버스 정류소, 보호구역)		5개소
담배 학칙위반 징계 등 제도적 접근	정책	전교생		흡연행위 지도점검 : 총 38회		학교 보호구역 등 (주1회 이상)

3. 금연실천학교 지원을 위한 지역사회 협력체계 구축

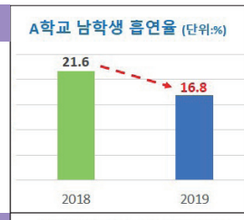


연계협력 기관 · 단체	• 내부 : 보건소 건강증진팀(비만, 신체활동, 절주사업 등 연계),마음건강팀(생명존중, 자살예방), 금연지도원 등	• 외부 : 시청, 당진교육지원청, 당진경찰서, 청소년상담복지센터, 엄마순찰대, 당진남부사회복지관, 술 · 담배 취급 소상공인 등

4. 추진성과

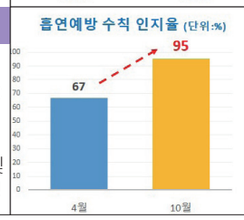
1. 흡연학생의 금연실천 강화 성과

- A학교 남학생 흡연율 : 전년도 대비 4.8 %p 감소
- 폐활량 : 550cc 향상 (3200cc → 3750cc)
- 호기 CO : 5.1ppm 감소 (7ppm → 1.9ppm)
- END+UP 프로그램 출석률 90%, 학생 만족도 92%



2. 학교 안과 밖의 흡연예방 환경조성 성과

- 전교생 흡연예방 수칙 인지율 28%p 향상
- 캠페인 · 홍보 : 14회 / 지도점검: 38회(주1회 이상)
- 환경조성: 35건 (금연안내판, 니코프리존, 술 · 담배 판매업소)
- A학교 프리메디코(pre-medico) 동아리 12명 및 남부사회복지관 연계 『체인지메이커』 양성 : 15명



5. 향후계획

■ **(금년도 환류사항) GOOD ! 학생 주도적 캠페인·홍보 활성, 온·오프라인 소통채널 확대로 금연 분위기 확산**
NEXT STEP ! 고학년일수록 흡연행태 개선이 어려워, 향후 프로그램 운영 시 중학교 대상으로 확대 필요

■ **A고등학교 남학생 흡연율 감소를 위한 목표설정 : 16.8%('19년) → 12%('20년) → 8%('21년)**
- 향후 3개년까지 충남 고등학교 남학생 흡연율 평균수준인 7.6% 도달

■ **청소년 금연 지지체계 확대를 위한 목표설정 : 고등학교 1개교('19년) → 중·고등학교 2개교('20년) → 4개교('21년)**
- END+UP프로그램 건강생활 실천, 구강사업 등 내부자원 연계 강화 및 읍면·권역에서 당진시 전체로 단계적 확산 추진

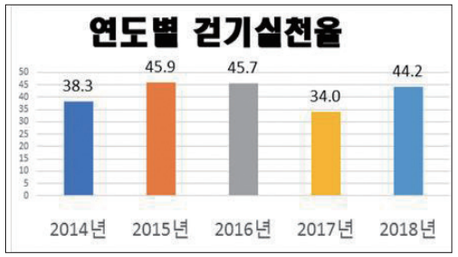
충청남도
아산시 보건소

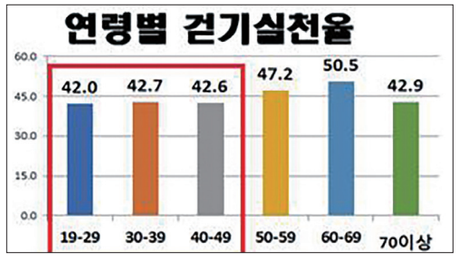
부 서 : 지역보건팀
담당자 : 이진희

움직이는 발걸음 건강 백세로 !

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	주민참여특화	지역주민전체	신체활동

1. 추진배경





※ 출처 : '18년 아산시지역사회건강통계【민선7기 공약 및 시장 당부사항】

- 아산시의 걸기실천율은 연도별로 반복적 증감을 보이는 추세로 규칙적인 걸기실천율 향상을 위한 사업전략과 특히, 연령별로는 20~ 40대의 걸기실천율이 낮고, 소지역에서는 배방읍이 37.8%로 가장 낮아 지역 격차 해소를 위해 걸기 확산 운동 필요
- 2018년 자체 설문조사 결과 우선사업 1순위 신체활동 2순위 비만관리, 운동실천 장애요인으로 운동동료 부재(22%), 여가시간 부족(20%)으로 나타남
  → 단계별 아산 둘레길 조성사업 연계 걸기실천율 향상방안 마련
  【민선7기 공약 및 시장 당부사항】

2. 추진내용

3보(步) 걸기문화 확산으로 주민의 걸기 실천율 향상 도모

1보 걸기 환경조성	2보 걸기 실천 지지강화	3보 2 · 3 · 40세대 친화적 IT 활용
• 걸기문화 확산 분위기 조성 • 단계별 둘레길 조성 • 걸기좋은길 36코스 발굴 • 휴대용지도 제작 · 배부 • 건강생활실천 및 계단 이용 안내판 부착 • 걸기지도자 양성 • 지역사회 연계, 협력 확대	• 매주 수요일 '운동화 신는 날' • 야간건강체조 시 걸기병행 • 걸어서 동네한바퀴 동아리 확대 • 달밤러닝 동아리 운영 • 배방읍 소소한 걸기대회 개최등 걸기문화 확산 운동 • 걸기캠페인 및 홍보관 운영	• 모바일 '헬스온' 앱 운영 – 목표걸음수 달성자 인센티브 – 걸기 좋은길 선정 및 이벤트 – 공직자 걸기모델 역할자 • 모바일헬스케어 사업 • MMS, LMS 활용 걸기정보 제공

걸기지도자 양성 교육

달빛 건강걸기

모바일 앱 '헬스온' 운영

3. 추진성과

1. 지역사회 걷기 환경조성 및 접근성 강화
   - 지역사회 연계 걷기운동 문화확산을 위한 간담회 : 7회
   - 단계별 아산 둘레길 조성 [민선7기 공약 및 시장 당부사항]
     – 둘레길 주요 노선 정비 (9개소, 47.9km), 현충사 백의종군둘레길 학술용역
     – 둘레길 브랜드 디자인 안내판 등 편의 시설물 설치 : 9개소
   - 걷기좋은길 36코스 발굴 및 휴대용 지도 제작·배부 : 2,000부
   - 걷기실천 정보안내판 '신정호 걸어서 100세까지' 설치 : 50개
   - 금연표지판 활용을 통한 신체활동 홍보 : 5개
   - 아파트 내 계단걷기 홍보물 제작·배부 : 470부
   - 걷기지도자 양성 확대 : '18년 80명 → '19년 188명(235%↑)

현충사둘레길 걷기행사

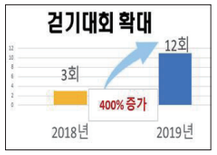
걸기실천 안내판(신정호)

※ 「2019 대한민국 건강도시상」공모 '최우수상'선정 (대한민국건강도시협의회, 활동적인 생활환경조성부분)

2. 걷기 문화조성을 통한 주민 걷기실천 지지

- 매주 수요일 '운동화 신는 날' 캠페인 : 17회 765명
  – 공무원 매주 수요일 '가정의 날'과 연계 자율적 걷기운동 전개
- 매주 수요일 야간체조 시 함께 걷는 날 병행 추진 : 7개소
- 걷기동아리 '걸어서 동네한바퀴' 확대운영 : '18년 29개소
  → '19년 100개소(345%↑)
- 지역사회와 연계한 다양한 걷기행사 확대운영 : '18년 3회
  → '19년 12회(400%↑)

※아산시 달빛걷기대회 벤치마킹 방문(서울 강동구보건소)



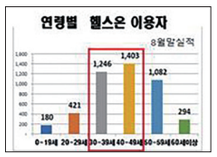
- 달밤러닝 동아리 운영 : 대학생 및 직장인 대상 2개소(27회)
- 걷기 취약지역(배방읍) 지역격차 해소를 위한 걷기 확산 운동
  – 배방읍 소소한 걷기행사 3회 720명, 건강백세 한걸음부터 35회 323명,
  '봄여사(봄과 여름사이)미니 운동회 1회 53명, 해피워킹데이 7회 119명
- 건강도시 참여단 및 건강드림 서포터즈 걷기 홍보 : 9회
- 건강홍보관 운영 및 걷기앱 헬스온 가입 홍보 : 15회 (12,049명)

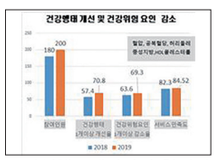
3. IT 활용 걷기실천자 증가

- 충남체육회 연계 「헬스온」이용 → 20~40대 친화적 동기 부여

구분	충남 헬스온 등록자		아산시 전체 등록자		아산시 커뮤니티 등록자	
	등록자	걸음수	등록자	걸음수	등록자	걸음수
10월말	15,993명	10,908백만	4,890명 (충남도 30.6%)	3,523백만 (충남도 32%)	2,607	24,130백만

  – 등록자(전년대비 349%↑), 커뮤니티 등록자(전년대비 533%↑)
  – 이벤트 : 목표걸음수 달성자, 걷기 좋은 길 인증샷 모바일 상품권 배부
  – 전국 최초로 공무원 직무성과 평가 공동지표에 헬스온
  참여율 반영
  – 걷기실천율이 낮은 30~40대 헬스온 적극 가입 걷기실천 유도
  (전체 57.3%)



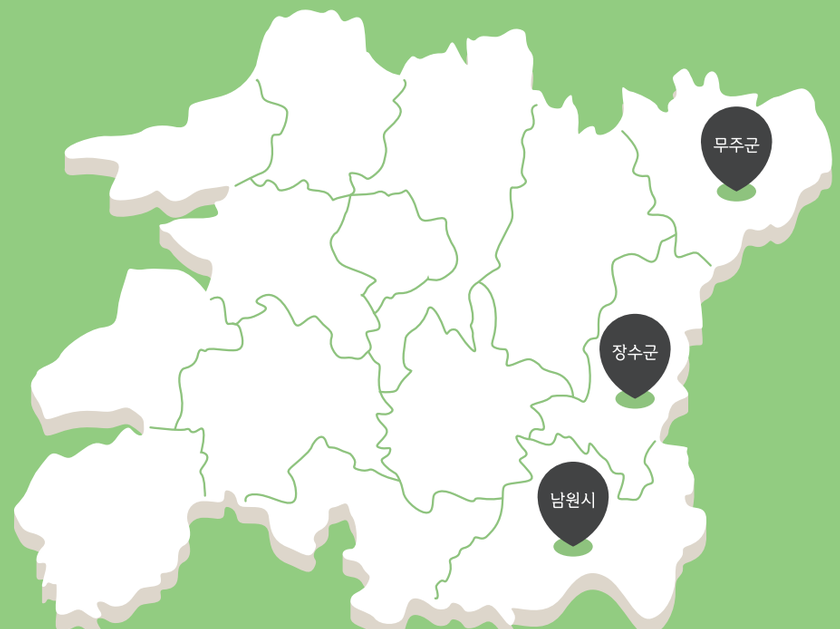


모바일헬스케어사업 참여자

- **모바일 헬스케어 최종 참여자(192명) 활동량계 활용 걷기실천**
  – 최종검사(6개월)결과 건강위험요인 5가지 중 1개 이상 개선율 69.3%
- **MMS, LMS활용 걷기실천 건강정보 제공**
  – 아산톡톡 MMS 2회 70,000건, 건강톡톡 매주 수요일 LMS 52,184건 전송

4. 향후 계획

- 특성화(역사, 문화, 관광)둘레길 선정, 비콘 설치 및 걷기 이벤트 행사 추진
- 소생활권 밀착형 사업으로 주민자치회와 연합 걷기대회를 읍면동 걷기문화행사로 개최
- 20~40대 『버디(친구)만들기』 걷기동아리 확대 및 모바일 어플 이용 걷기운동 확산



전라북도

01 무주군 보건소
금연다짐? 건강다짐! 「금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다」

02 남원시 보건소
통즉불통 불통즉통(通則不痛 痛則不通), 통해야 산다!

03 장수군 보건소
취약지역 (장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

전라북도
무주군 보건소

부　서 : 보건행정과
담당자 : 이경효

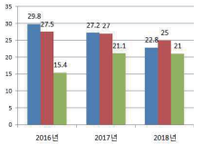
금연다짐? 건강다짐!
「금연을 다짐하면, 건강이 다져집니다」

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태중심	전체	(주영역)금연 / (부영역)신체활동

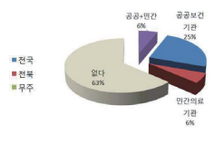
1. 추진배경【제도·건강행태·자원 등 지역실태 중심】

■ 군민 건강증진을 위한 규제 중심의 건강조례 시행 :
「무주군 금연환경 조성 및 간접흡연 피해방지 조례」
→ 규제 성격의 건강 관련 제도를 보완할 수 있는 건강증진 지원 제도 마련 요구

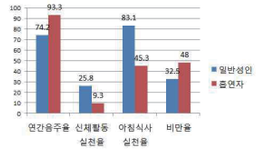
■ **지역주민의 건강행태**
→ 흡연자의 금연시도율이 전국·전북 평균에 비해 낮은 수준(금연클리닉 등록실적 매년 감소 추세)
→ 성인 흡연자 대상 건강행태 자체조사 결과, 흡연자의 경우 일반성인에 비해 음주율·비만율이 상대적으로 높고, 신체활동 실천율은 낮게 나타남



흡연자의 금연시도율(2016~2018)
〈지역사회건강조사〉



금연클리닉 이용(공공/민간)
〈2019 자체조사〉



건강행태 비교(일반성인 ↔ 성인흡연자)
〈2017 지역사회건강조사 ↔ 2019 자체조사〉

■ **전담인력 부족으로 금연서비스 지원 한계 : 금연담당자 1명, 금연상담사 1명, 금연지도원 4명**
※ 지역주민 의견수렴 결과 사업별·대상자별 요구도 : 1위 – 흡연예방 및 금연(성인)

지역실태에 근거한 금연사업 장애 극복 개선 전략

	제도	건강행태	자원
지역실태	규제성격의 금연조례 시행 주민참여 제한	건강행태 개선 정체 흡연자 건강행태 악화	전문인력 부족 연계자원 부족
개선전략	**제도 및 환경 개선**	**서비스 개선**	**연계협력 강화**
	건강환경 제도개선 금연환경 기반조성	흡연자 금연지원 서비스 개선 생활터 흡연예방 · 금연교육	금연서비스 지원 연계 금연환경 조성 홍보 연계

2. 추진내용

■ **사업목적 : 금연환경 및 제도 개선으로 비흡연자의 흡연 경험을 예방하고, 흡연자에 대한 서비스 지원을 확대하여 금연유도와 건강행태 개선**

■ **사업목표**

환경 개선		서비스 개선	
지표	목표	지표	목표
건강증진 지원 자체법규 제정 여부	여	금연클리닉 등록 실적	233명(2018년 210명)
		5회 이상 상담실적	93명(등록자수의 40%)
흡연예방 및 금연 UCC 제작 공모 여부	여	금연시도율	22.1%로 향상(2020년까지)
		현재흡연율	15%로 감소(2020년까지)

1. 환경조성 기반을 다지다

【기반조성(제도개선·환경조성)】

사업명	사업내용(실적)	비고
건강환경 조성 제도개선	**1. 규제적 제도를 보완한 건강증진 지원 조례 제정 : 2019. 7. 1 시행** • 조례명 : 무주군 건강생활 실천 및 건강환경 조성 지원 조례 • 공포 및 시행일 : 2019. 7. 1. – 조례 제정에 따른 주민참여 지원계획 수립 • 내용 : 주민주도 · 주민참여 건강증진 활동 장려를 위한 지원 → 기존 규제 성격의 금연제도를 보완한 건강증진 지원 제도 ※ 행안부 국민참여 우수사례, 적극행정을 통한 규제애로 사례 제출(군→도)	
금연환경 조성	**2. 산책로 '금연다짐, 건강다짐' 포토존 조성 : 10점** • 장소 : 오산~당산 간 산책로 • 금연과 운동(걷기), 건강과 문화관광을 연계한 볼거리 제공 → 금연과 연계한 지역주민의 걷기실천율 제고	
	3. 청소년 흡연예방 및 금연 UCC 공모 : 8개팀 64명 • 대상 : 관내 초 · 중 · 고등학교 학생 • 협조 : 학교, 무주교육지원청, 청소년상담복지센터(심사, 강평, 홍보) • 우수작 시상(훈격: 무주군수) 및 시상금 지급(무주사랑 상품권) → 각종 매체를 통해 흡연예방 및 금연 홍보자료로 활용	

2. 지역주민 건강을 다지다

【교육·상담(서비스 개선)】

사업명	사업내용(실적)	비고
흡연자 금연지원 서비스 개선	**1. 금연상담 서비스 개선 : 금연등록자 226명/5회이상 상담자 158명** • 운영 개선 : 금연상담실 운영시간 연장, 금연등록카드 · 서약카드 제작 발급 • 지원 확대 : 금연등록자 단계별 지원 (등록–유지–성공) • 모니터링 강화 : 주간 · 월간 모니터링 실시 → 금연실패로 인한 중간종결 최소화 → 금연시도율 및 성공률 제고	
	2. 흡연자 대상 '금연다짐, 건강다짐'프로그램 운영 : 10회/25명 • 대상 : 성인남성 흡연자, 서포터 • 방법 : 주 2회 건강생활실천 프로그램 운영(화 · 목) • 운영내용 – 금연다지기 : 기초검사, 금연 · 운동 서약 – 건강다지기 : 운동 · 걷기, 식생활 관리, 한방 교육 → 흡연자의 금연유도와 운동실천율 향상 ※ 성인 흡연자 대상 건강행태 조사결과 반영 (150명/7개 항목31개 문항)	
흡연예방 및 금연 교육 (홍보)	**3. 생활터 순회 흡연예방 및 금연교육** • 학교순회 흡연예방 및 금연교육(청소년) : 15개교/23회/1,630명 • 금연실천저격 프로그램 운영(군부대, 경찰서) : 6회/65명 • 지역아동센터 통합건강증진교실 운영 : 5개소/20회/400명 • 취약시설 및 취약층 방문 금연서비스 지원(여성, 장애인) : 추진중 • 금연환경 조성 캠페인 : 10회 → 흡연자의 금연유도와 운동실천율 향상	

3. 지역사회 결속을 다지다

【지역사회 연계·협력】

사업명	사업내용(실적)	비고
금연서비스 지원 연계	**1. 금연등록자 음식점 할인 업소 지정 : 모범음식점 25개소** • 외식업 지부, 모범음식점 업무협의 • 할인조건 : 보건의료원에서 제작 · 발급한 금연등록증을 제시한 등록자(대상:금연등록자 및 서포터/기간 :등록 후 6개월/할인액:1,000원)	
	2. 민간의료기관 연계 금연서비스 지원 : 3개소(금연치료 기관) • 관내 금연치료 지정 민간의료기관 업무협의 • 금연지원 서비스 상호 연계, 금연결심자 배부용 기념품 지급	
금연환경 조성 홍보 연계	**3. 홍보팀 연계 금연환경 조성 캠페인 : 지방지 14개사/30회 이상** • 대상매체 : 지방일간지 14개사 • 홍보팀 무주 브랜드 및 행사 광고 시 금연환경 조성 문구 삽입 → 홍보광고료 예산 절감	

3. 추진성과

목표 대비 실적

지표명	측정산식	목표	실적	달성률	비고
자치법규 제정	제정 여부	여	여	100%	
흡연예방 및 금연 UCC 공모	실시 여부	여	여	100%	
금연클리닉 등록실적	금연클리닉 등록자 수	233명	226명	97%	11월말
금연클리닉 상담실적	5회 이상 상담이수자 수	93명	158명	170%	11월말

■ **건강증진 지원 조례 제정·공포 → 주민주도·주민참여 건강증진 활동 제도적 기반 마련**
- 금연등록자 단계별 기념품 지원, 금연 UCC 공모 시상, 금연환경 조성 연계·협력 기관·단체 지원 등

■ **금연지원 서비스 개선 → 금연시도율 증가와 현재흡연율 감소 기대**
- 금연결심자 증가(11월말 기준, 2018년 대비 16명 증가)
- 금연등록자에 대한 5회 이상 상담이수율 향상(등록자의 40% 목표 → 70% 수준으로 향상)

4. 성공요인

■ **지역실태를 중심으로 주민의 필요와 요구를 반영한 전략적 서비스 제공**
- 환경조성(제도개선), 교육·상담 서비스 개선, 지역사회 참여(연계·협력) 강화

■ **성인 흡연자의 건강행태와 의료이용 현황을 조사·분석하여 흡연자 맞춤형 서비스 제공**
- 흡연자 및 서포터 대상 「금연다짐, 건강다짐」프로그램 운영, 금연클리닉 운영 개선

■ **관련부서 및 기관·단체와의 업무협의로 지역사회 참여와 홍보 협력을 이끌어 냄**
- 전문인력 등 인적자원의 한계를 극복하고 홍보 예산 절감

■ **부서내, 지원단, 외부기관 등 정기적인 모니터링을 실시하여 문제점 및 개선방향 도출 → 환류**

5. 향후계획

■ **건강환경 조성 지원 조례 시행 및 지원계획 수립에 따른 주민참여 건강증진사업 발굴과 지역주민 건강증진 활동 지원 확대**

전라북도
남원시 보건소

부 서 : 치매안심과
담당자 : 최진희

통즉불통 불통즉통 (通則不痛 痛則不通), 통해야 산다!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태중심	성인	(주영역)심뇌혈관질환 예방관리 / (부영역)방문건강관리

1. 추진배경

■ 남원의 심뇌혈관질환(순환계통 질환)으로 인한 연령표준화 사망률이 66.9명으로 전국·전북보다 높은 수준이며, 주요 사망원인 중 심장질환 37.2명, 뇌혈관질환 20.1명 차지하여 심뇌혈관질환의 예방·관리가 시급함

구분	비교대상별			주요사망원인별(남원)									
	전국	전북	남원	악성 신생물	심장 질환	폐렴	뇌혈관 질환	자살	간질환	노쇠	운수 사고	당뇨병	고혈압성 질환
연령표준화 사망률 (십만명당)	62.9	54.4	66.9	102.8	37.2	26.9	20.1	19.7	14.0	11.9	11.4	10.8	8.0

[자료출처 : 2018년 통계청 사회통계]

■ 남원의 만성질환 관리행태가 전반적으로 취약하여 건강수준 및 행태에 따른 사업전략 필요

구분	혈압수치 인지율	혈당수치 인지율	1년후 300일 이상 고혈압 투약순응률	1년후 300일 이상 당뇨병 투약순응률	1년후 고혈압 조절률(2017)	1년후 당뇨병 조절률(2017)
전국	43.1	15.3	69.79	63.58	73.4	41.2
전북	50.6	20.2	69.72	63.70	72.9	40.4
남원	44.1	17.5	65.22	61.70	63.4	39.5

■ 읍·면·동별 투약순응률 비교 및 추이 분석 결과로 취약지역 선정, 건강형평성 제고를 위한 사업 절실

고혈압 투약 순응률(%)	– 동지역 : **죽항동(47.76)** 〈 동충동(50.63) 〈 왕정동(53.69) 〈 향교동(56.16) 〈 금동(58.53) – 읍 · 면지역 : **송동면(40.94)** 〈 보절면(44.75) 〈 사매면(45.29) 〈 대강면(46.42) 〈 이백면(47.34)
당뇨병 투약 순응률(%)	– 동지역 : 노암동(47.43) 〈 **죽항동(49.56)** 〈 왕정동(51.58) 〈 향교동(53.47) 〈 동충동(57.75) – 읍 · 면지역 : 보절면(32.16) 〈 **송동면(38.61)** 〈 대산면(39.29) 〈 덕과면(39.29) 〈 대강면(42.19)

[자료출처 : 2018년 지역사회건강조사, 2016~7년 국민건강보험공단 의료이용지표(표준화율, %)]

■ 주민의견수렴조사 결과, 요구도에 따라 심뇌혈관질환 및 만성질환(고혈압·당뇨) 예방관리 사업 추진

Q. 강화해야 하는 사업		Q. 질병군에 대한 우선순위		Q. 만성질환에 대한 우선순위	
심뇌혈관질환	→ 26.1%	만성질환	→ 52.3%	고혈압,당뇨	→ 46.7%
치매예방관리	→ 14.7%	질병예방	→ 31.1%	뇌졸증	→ 19.0%
건강생활실천	→ 11.2%	감염병	→ 16.6%	암	→ 18.5%

[자료출처 : 2019년 보건사업 계획을 위한 주민의견수렴조사(자체)]

2. 추진내용

■ 사업목적 및 전략

목적	혈압 · 혈당 인지율 개선 및 고혈압 · 당뇨 치료율 향상		
전략	협력체계 재정비 및 강화	건강수준 인지 및 환자 조기발견	환자 자가관리능력 향상
방법	지역케어협의체 분과 구성	인지율 향상 프로그램 운영	질병관리 교육 및 합병증 검사 실시
내용	· 만성질환 관련 사업체계 일원화 · 진료기관–보건기관 의뢰체계 구축	· 대상별 프로그램 및 건강상담실 운영 · 다양한 매체활용 홍보 및 캠페인	· 환자 교육, 합병증검사 및 물품 지원 · 건강검진결과 연계 사후관리 제공

■ 사업추진 체계도

■ **사업대상 : 고혈압, 당뇨병 예방 및 관리대상(30세 이상 인구) 60,818명**

• 효율적 사업추진을 위한 집중관리대상 : 송동면, 죽항동(투약순응률 취약지역) 고혈압·당뇨환자 1,717명 (집중관리대상 선정기준 : 읍·면·동별 고혈압·당뇨병 투약순응률의 5개년 추이/전년대비/전국대비를 점수화하여 선정)

■ **사업내용**

전략1. 협력체계 재정비 및 강화 → 지역케어협의체 분과 구성

협의체	참여기관	역할 및 성과 내용
지역케어협의체	7개 기관 / 7회 보건소	22개 지역사회 보건사업협의체(2015년~) 중 만성질환관리 분과 사업운영 총괄, 물품지원, 진료-교육 의뢰체계 구축, 질환의심자 및 미조절자 의료기관 의뢰
	남원시의사회	생활습관개선 필요자 보건소 의뢰, 교육 지원(재능기부), 사업 자문
	남원시약사회	교육 지원(재능기부), 사업 자문 및 조제환자 대상 사업 안내
	남원의료원	만성질환 합병증 검사 지원 및 결과 상담(내과 · 안과의)
	국민건강보험공단	혈압, 혈당 자가측정기 대여(각 5대/총 10대), 건강검진 결과 공유
	주민복지센터	취약지역 내 프로그램 운영 협조 및 주민 참여 독려, 사업 홍보
	주민대표	만성질환 조기발견 및 적정관리를 위한 필요사업 제시 및 사업 홍보

전략2. 건강수준 인지 및 환자 조기발견 → 인지율 향상 프로그램 운영

구분	내용	
건강증진 프로그램	30 · 60대	• **행복을 부르는 건강스펙 : 7개소 / 29회 / 240명** – 업체 및 기관 대상 건강측정 후 취약분야 파악하여 집중교육 실시 • **레드써클 건강관리 : 4개소 / 16회 / 486명** – 직장인 대상 분기별 혈관숫자 측정 및 변화비교를 통해 자기건강상태 인지 – 발굴된 질환의심자 사업대상자로 등록, 추후 유선관리(12명)
	60세 이상	• **튼튼혈관 건강교실 : 23개소 / 92회 / 458명** – 건강측정, 만성질환 예방 및 관리 · 건강생활실천 · 정신건강 등 통합 교육 • **싱싱생생 건강교실 : 68개소 / 4,235회 / 9,809명** – 건강측정, 연중(3~11월) 지속가능한 신체활동 실시로 생활습관 개선
	→ 질환의심자 병의원 연계 · 관리 : 44명 (고혈압18, 당뇨16, 이상지질혈증10)	
찾아가는 건강상담실	• 찾아가는 건강상담실 : 43회 / 6,720명 – 남원시의사회와 연계하여 우리동네 건강주치의 상담실 공동 운영 : 20명 – 지역행사 · 축제, 건강 관련의 날, 취약계층(장애인 · 저소득층 등) 프로그램 운영시 건강측정 및 건강상담	
홍보 · 캠페인	• **심뇌혈관질환 교육 영상 및 음원 송출(보건복지부 배포자료) : 시청 홍보전산과, ㈜남원여객 연계** – 옥외 전광판(26일간/3개소), 아파트승강기(7일/98개소), 시내버스(연중, 2015년~), 행정전화 비즈링(5일/13,179건) 활용 • **심뇌혈관질환 교육 포스터 제작 · 배부(건강증진개발원 배포자료 활용) : 경로당 426개소** – 사업요원 48명(방문간호사8, 지소16, 진료소24) 활용하여 교육 포스터 부착 및 심뇌 교육실시	

전략3. 환자 자가관리능력 향상 → 질병관리 교육 및 합병증 검사 실시

구분	내용	
만성질환관리 프로그램	전 지역	• 혈관을 잡아라, 건강데이! : 10회 / 72명 (혈압기 대여 6명) – 관내 질환(의심)자 대상 매월 1회(8~12월) 만성질환 관리 교육 실시
	취약지역	• 차이나는 혈관건강 클라스 : 2개소 / 16회 / 127명 (혈압기 대여 7명) – 취약지역(죽항동, 송동면) 선정 후 질환(의심)자 대상 만성질환 관리 교육 실시
	→ 투약중단자 재투약 : 14명 (고혈압6, 당뇨5, 이상지질혈증3) → 남원의사회 · 약사회 교육(재능기부) : 6회 / 보건교육 의뢰 : 7명 (내과의원→보건소)	
건강검진 사후관리	• 국민건강보험공단 건강검진 결과 맞춤형 상담 : 936명 / 1,322회 – 전담인력(간호사) 1명 확보(시청 일자리경제과 신중년 일자리 창출사업 연계)하여 지속적 사업 추진 – 건강검진 결과에 따른 건강수준별 유선상담 제공, 생활습관개선 필요자 방문보건사업 연계(42명)	
	→ 질환의심자 병의원 연계 · 관리 : 24명 (고혈압7, 당뇨7, 이상지질혈증7) → 투약중단자 재투약 : 7명 (고혈압4, 당뇨2, 이상지질혈증1)	
합병증 예방 · 관리	• 남원의료원 합병증 검사 : 48명 / 4,224천원 – 검사 결과 미세단백뇨 의심자 18명, 안과합병증 의심자 9명, 진행자 4명 발굴 및 사후관리(방문보건연계)	
행태개선 물품지원	• 주간 약달력 지급 : 23개소(내과의원10, 보건소7, 지소16)/ 476명 – 보건소 및 의원 환자 중 투약행태 개선이 필요한 만성질환자에게 약달력을 지급하고 지속관리 실시	

■ **자원투입**

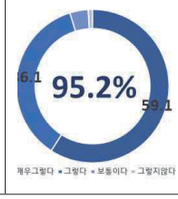
인 력		예 산	
103명(내부 70, 외부 33)		23,000천원(내부 18,868, 외부 4,224)	
방문보건 및 통합건강증진담당(2), 담당자(5), 전문인력(23), 보건지소 · 진료소(40)	의사회(10), 약사회(2), 의료원(5), 건보공단(2), 주민대표(2), 시청(12) (주민센터, 홍보전산과, 일자리경제과, 총무과, 민원과, 시민소통실)	– 통합건강증진사업 9,400천원 (기 4,700, 도 940, 시 3,760) – 자체시비 9,464천원	남원의료원 4,224천원

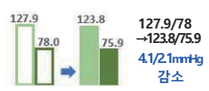
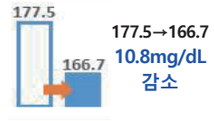
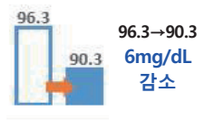
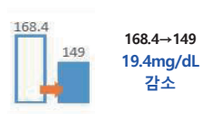
3. 추진성과

■ **주요목표 및 달성도**

항목	성과지표	목표	실적	달성률	선정근거 및 기준
산출지표	협의체 간담회 횟수	6회	7회	116%	사업추진 간담회 및 업무협의 실시 횟수
	내과의원 사업참여 개소	10개	10개	100%	관내 내과의원 수
	심뇌혈관질환 예방관리교육 실시	8,725명	11,192명	128%	혈압 · 혈당 인지율 향상을 위한 교육인원 수
	질환의심자 진료 의뢰건수	65명	68명	104%	만성질환의심자 진료 의뢰건수(보건소→내과의원)
	보건교육 의뢰건수	7명	7명	100%	생활습관개선필요자 교육 의뢰건수(내과의원→보건소)
	고혈압 투약행태 개선 인원	11명	11명	100%	고혈압 미치료자 추정인원(440명)×2.5%
	당뇨병 투약행태 개선 인원	5명	7명	140%	당뇨병 미치료자 추정인원(220명)×2.5%
	고혈압 · 당뇨 합병증 검사 인원수	39명	48명	123%	만성질환관리프로그램 참여자(197명)×20%
결과지표	프로그램 만족도	90.00%	96.10%	106%	통합건강증진사업 내부 목표 설정
	혈압인지율	47.80%	–	–	'18년 수준에서 2.9%p 상향 (남원시 3개년 평균값 기준)
	혈당인지율	21.20%	–	–	'18년 수준에서 1.2%p 상향 (전북 3개년 평균값 기준)
	1년후 300일 이상 고혈압 투약순응률	77.70%	–	–	'18년 수준에서 2.5%p 상향 (전북 3개년 평균값 기준)
	1년후 300일 이상 당뇨병 투약순응률	76.30%	–	–	'18년 수준에서 0.8%p 상향 (전북 3개년 평균값 기준)

■ **주요성과 : 주요사업 참여 전·후 비교**

만족도	건강관리도움여부	계속참여희망여부	혈당인지율	혈당(식후)
				

혈압	총 콜레스테롤	LDL콜레스테롤	중성지방
			

■ **모니터링 및 환류**

모니터링	빈도	내용	환류
내부 T/F팀 회의	11회	• 사업전략 및 홍보방안 브레인스토밍 • 지표달성도 및 잘된 점, 미흡한 점 점검	• 전략적인 고혈압 · 당뇨 관리사업 추진 • 내부사업 연계 대상자 관리 실시
외부기관 간담회	7회	• 사업 추진 역할분배 및 추진상황 점검 • 각 분야별 사업요구 및 추진방향 의견교류	• 행태개선 필요자 대상 약달력 제작배포 • 건강강좌 및 예산 지원, 보건사업 연계
언론보도, SNS 홍보	수시	• 포스터, 영상, 음원 활용 홍보 및 참여 독려 • 자기혈관 숫자알기, 레드써클 캠페인 홍보	• 꾸준한 보도자료 및 게시물 작성 • 대중매체 활용 사업 홍보

4. 성공요인

■ **주요 성공요인 및 개선사항**

성공요인	향후 개선사항
• **건강수준별 기본–심화 프로그램 운영** – 건강군 대상 심뇌 · 금연 · 절주 · 운동 등 건강생활 교육 및 질환(의심)자 대상 질병이해 · 투약관리 등 만성질환 관리교육 실시하여 건강수준에 따른 차별적 교육 운영 • **보건소 내 · 외부 자원 확보하여 전문적인 사업 추진** – 의사(내과), 약사 등 전문인력을 활용한 건강교육 및 상담 – 의료원 합병증검사 지원 및 결과 상담(내 · 안과의 활용) – 건강검진 결과 상담인력(간호사) 1명 확보하여 신중년 일자리창출 및 전문적인 사후관리 서비스 제공	• **진료–교육 상호의뢰체계 지속 활용** – 상호의뢰체계의 활용도를 높이기 위해 외부 기관과의 간담회 지속 및 의원의 적극참여 독려 • **혈압 · 혈당인지율 향상을 위한 합동 캠페인 실시** – 주민–의료기관–보건기관–관련기관(체육회, 체력인증센터,식생활교육센터 등)이 레드써클 캠페인 공동 추진하여 혈압 · 혈당 인지율 향상을 위한 통합적 접근 • **지속가능한 자조모임 운영하여 환자 및 가족 대상 건강행태 개선 도모** – 건강행태개선이 필요한 환자들을 대상으로 고 · 당자조모임을 형성하여 교육 및 물품 제공하여 주민 주도의 지속가능한 사업 추진 • **보건기관 접근성이 낮은 직장인 대상 사업 보완** – 직장 내 건강조직 구성, 심뇌사업에 대한 정보 제공 및 사업 참여시 인센티브 지급
차별성 • **진료–교육 상호의뢰체계 구축하여 촘촘한 환자관리 도모** – 상호의뢰체계 마련을 위한 내과의원과의 간담회 수시 실시 – 미치료자 내과의원으로 진료의뢰–건강행태개선 필요자 보건교육 의뢰 • **국민건강보험공단 자료 활용한 취약지역 선정** – 읍면동별 투약순응률의 비교 및 추이를 점수화하여 취약정도가 가장 높은 지역 선정 후 집중 프로그램 운영	

1) 혈압·혈당 인지율 2.9%p 향상을 위한 건강행태개선 인원수 1,745명×5
(보건교육 이수자 중 20%정도가 건강행태개선 예상)

2) **고혈압 미치료자 추정인원** : 30세 이상 인구(60,818명)×고혈압 진단 경험률(30.2%)×고혈압 진단 경험자의 미치료율(2.4%) [출처:지역사회건강조사]

3) **당뇨병 미치료자 추정인원** : 30세 이상 인구(60,818명)×당뇨병 진단 경험률(13.0%)×당뇨병 진단 경험자의 미치료율(2.8%) [출처:지역사회건강조사]

**전라북도
장수군 보건소**

부　서 : 보건사업과
담당자 : 권민선

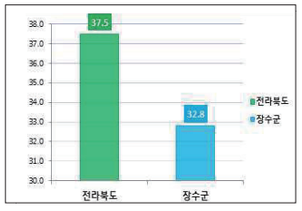
취약지역(장수읍) 100세 건강디딤돌 ~ !

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	생애주기 또는 집중사업전략	아동,성인,노인	신체활동, 구강, 심뇌

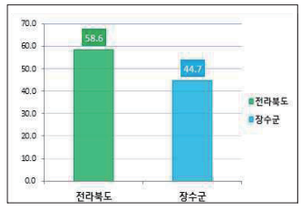
1. 추진배경

■ **현황 및 사업선정 배경**

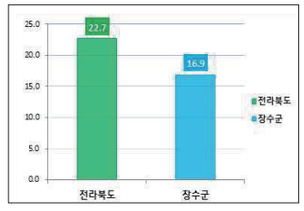
•'19년 장수군선정 3개 핵심성과지표 〔※자료출처 : '18년 지역사회건강조사〕



걷기실천율
전북평균치 대비 4.7%p 취약

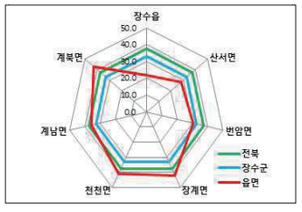


어제 점심식사 후 칫솔질 실천율
전북평균치 대비 13.9%p 취약

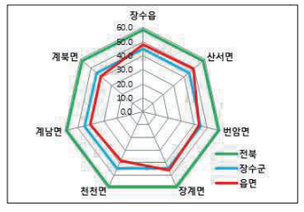


혈당인지율
전북평균치 대비 5.8%p 취약

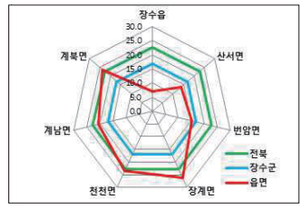
•취약읍면분석 〔※자표출처 : '17년 지역사회건강조사('18년읍면별통계 미도출로 '17년자료 활용)



걷기실천율

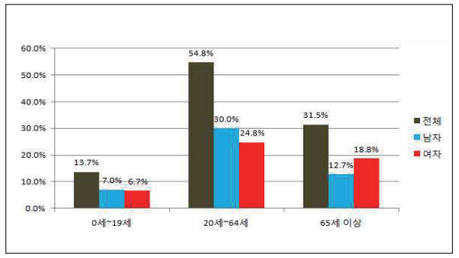


어제 점심식사 후 칫솔질 실천율

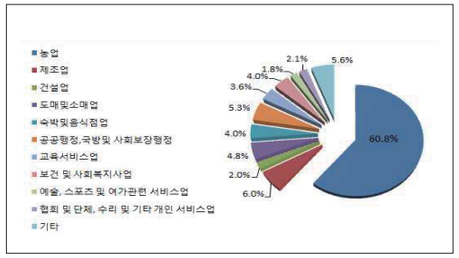


혈당인지율

– 상기 3개 핵심성과지표를 우리군 7개 읍면별로 분석했을 때, 가장 취약한 읍면은 장수읍으로 파악됨
– 장수읍은 전북평균 대비 걷기실천율은15.7%p, 어제점심식사후 칫솔질실천율은17.6%p, 혈당인지율은15.7%p취약



생애주기별인구현황
– 65세이상 노인층 : 31.5%(전년대비 1.3% P증가)



직업별 종사자 비율
– 농업종사자 60.8%로 차지

→ 결론 : 장수읍 지역 주민에 대한 생애주기별(아동,성인,노인) 접근 및 농업종사자에 대한 사업 추진으로 장수읍지역에 대한 건강 형평성 제고

2. 추진내용

■ **사업목적 : 장수군 선정 3개 핵심성과지표 취약지역(장수읍)에 대한 집중적인 사업추진으로 지역간 건강격차 해소**

■ **사업목표 (※프로그램 참여자 사업종료 후 측정값)**

지표	전북	장수군	장수읍 현수준	목표	설정근거
걷기실천율	37.5%	32.8%	21.8%	32.8% (▲11.0%p향상)	장수군 평균치 수준
어제 점심식사 후 칫솔질 실천율	58.6%	44.7%	48.0%	58.6% (▲13.9%p향상)	전북 평균치 수준
혈당인지율	22.7%	16.9%	7.0%	16.9% (▲ 9.9%p향상)	장수군 평균치 수준

■ **사업대상 : 장수읍 지역주민(아동,성인,노인,농업인)**

■ **사업내용(전략 및 건강영역 등)**

사업명	1.치아짱, 잇몸짱만들기	사업명	2.노인방문 일자리 대상자 건강리더육성
사업 대상	장수읍 초등학교2개소,어린이집2개소 중학교1개소 710명	사업 대상	장수읍 성인 43명
추진 내용	〔치아짱만들기〕 • 기간 : 5~6월,11~12월 • 장소 : 어린이집,학교,구강보건실 • 내용 – 점심식사후 칫솔질실천 실습 및 교육 – 착색제를 이용한 양치질 실습 – 치면세균막관리 양치교습:440명 – 불소도포:440명 – 치아홈메우기:129명 473개치아 예방처치 〔잇몸짱만들기〕 • 기간 : 4~5월 • 장소 : 학교 및 구강보건실 • 내용 : 검진,불소도포,치석제거 130명	추진 내용	• 기간 : 8월~10월 – 2개반×10회=20회 – 영상코디15, 여성단체협의회 28 • 장소 : 청소년문화센터, 군청 • 내용 – 노인방문 및 노인 접촉을 주된 사업으로 진행하는 장수군 영상코디 및 여성단체 협의회 회원들을 대상으로한 핵심성과 지표 개선교육 프로그램을 통해 노인 가구 가가호호방문시 지역사회 건강리더 역할 수행 ※군청가족화사업단 영상코디: 독거노인 등의 영상 촬영을 통해 자녀에게 부모님의 모습을 영상에 담아 보내주는 역할

사업명	3.농업인대학 통합건강교실	사업명	4.삼삼오오 건강걷기
사업 대상	장수읍 농업인대학(성인,노인) 수강생 131명	사업 대상	장수읍 성인, 노인 50명
추진 내용	• 기간 : 4월~6월, 주1회, 3개월 – 4개반×12회=48회 – 131명(사과반31, 청년농업CEO반33, 양봉반47, 식용곤충반27) • 장소 : 농업기술센터 교육장 • 내용 : 장수군 전체인구의 60.8%를 차지 하는 농업인대상 건강프로그램 – 혈압,혈당,콜레스테롤 검사 – 칫솔질 실천율 향상 교육 – 혈압,혈당 인지율 교육 – 교육전후 3개 핵심성과지표 전후 비교 • 농업기술센터 : 사업일정수립공유 및 대상자 관리	추진 내용	• 기간 : 2월~12월, 주1회, 39회운영 • 장소 : 장수읍공설운동장,의료원강당 • 내용 : 노르딕스틱을 이용한 건강걷기 – 사업기간 : 당초 2~5월, 변경2~12월 – 강사 : 2명(호원대학교 스포츠학부 교수, 의료원운동처방사) – 검사항목 : 보행측정검사,체성분분석, 혈압혈당측정 – 힐링워킹, 스틱 활용 건강걷기, 점심식사후 칫솔질 중요성 교육 등 – 3개 핵심성과지표 사업전후 개선율 평가 • 주민의견수렴 및 환류 – 당초 계획 2~5월 동안 운영결과 참여자의 근육량 68%향상, 체지방은 75%감소, 참여율 및 만족도 등 주민호응이 높아 사업연장 운영

사업명	5. 취약지역(장수읍)마을회관 건강교실
사업 대상	장수읍 마을회관 10개소 212명
추진 내용	• 기간 : 상반기(1~2월), 하반기(8월~10월) – 상반기, 6개소×22회=132회 – 하반기, 4개소×10회= 40회 • 장소 : 각 마을회관 • 내용 – 검사항목 : 혈압, 혈당, 콜레스테롤 – 자기혈관숫자알기 교육, 걷기실천 – 점심식사후 실제 칫솔질 실천, 건강체조등 – 사업전후 3개 핵심성과지표 사업전후 개선율 평가 • 만족도조사 : 6개문항 – 5개 문항 : 85.0% 이상 만족 – 1개 문항 : 72.1% (교육후에도 배운걸 복습해 본 적이 있나요?) • 하반기 4개마을 지역사회자원과 연계추진 – 건강보험공단,중동마을노래교실,

■ **환경조성**
- 10개 마을 점심식사 후 칫솔질 실천율 향상을 위한 개인별 칫솔 거치대 설치
- 장수군 대표 농특산물(사과,한우)을 활용한 자체 개발 캐릭터 3종을 활용한 홍보
  – 인형탈, 버스승강장안내판, 종이가방, 각종홍보물에 활용

■ **홍보 및 캠페인 : 장수군 농특산물 캐릭터 (한우,사과) 인형탈(자체제작)을 활용한 홍보**
- 장수읍민의 날 행사, 장수읍노인의 날 행사, 나이야가라 무료순회진료시
- 연계추진 단체 : 장수군시니어클럽, 장수군노인 장애인복지관 대한노인회장수군지회

■ **내외부연계협력**

내부협력	• 통합건강증진사업 인력 단체카톡방 운영 : 연중(팀장,담당자,전문인력) • 자체모니터링 및 환류를 위한 통합 T/F팀 회의 진행 : 7회
외부협력	• 재능나눔활동참여자를 활용한 주민참여형 홍보사업 :【발대식 군수님 참석】 – 사업추진협의 간담회 : 2회('19년 운영방안, 사업추진일정 협의 등) – 참여자 : 7개 읍 · 면 270명, (사)대한노인회 장수군지회 (노인회장수군지회30,장수읍45,산서면30,번암면30,장계면45,천천면30,계남면30,계북면30) – 참여기간 : 3월~8월(6개월간) • 3월 : 총 7회 교육 실시, 3개 핵심성과지표 홍보방법 교육(분야별전담인력), • 4월~8월(5개월간) : 5,400회 홍보활동(270명×4일(월)×5개월) • 활동장소 : 각종행사장,관공서,시장,터미널,마을회관 등 • 협력내용(역할분담) – 보건료원(3개 핵심성과지표 교육 및 홍보리플릿 · 물품등 제공) – (사)대한노인회 장수군지회 : 참여자관리, 교육장소 제공, 참여자 활동일지 작성관리(1회/월)

■ 자원투입

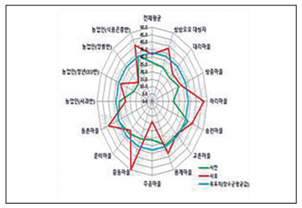
인력	예산	외부자원
4개팀 22명	18,460천원	–
• 총괄팀(8명) – 건강증진팀(정규직3,전문인력5) • 연계팀(14명) – 방문보건팀(정규직3,전문인력4) – 건강생활지원센터팀(정규직2, 전문인력3) – 보건의약팀(정규직2)	• 강사료 : 5,820 • 노르딕스틱구입 : 4,640 • 혈당검사스틱 등 소모품 : 3,000 • 환경조성 및 홍보 : 5,000	• 장수읍사무소, (사)대한노인회 장수군지회, 국민건강보험공단장수출장소, 장수군농업기술센터, 군청가족화사업(영상코디), 장수읍중동마을운영사업단, 장수군여성단체협의회, 호원대학교 스포츠학부

3. 추진성과

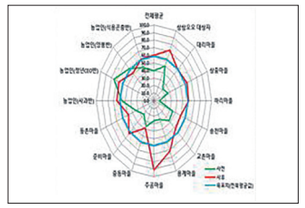
■ 목표달성도 : 프로그램 참여자 사업전후 변화율 측정

• 3개 프로그램 (삼삼오오건강걷기, 취약지역 (장수읍 마을회관 건강교실, 농업인대학 건강교실)

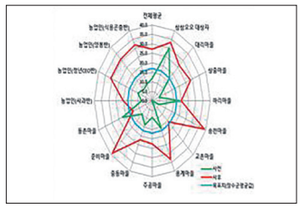
지표	목표(A)	사전	사후(B)	달성도(B/A×100)	참여자수
걷기실천율	32.8%	26.3%	31.7%(▲ 5.4%p향상)	99.6%(▼ 0.4%p 미달성)	사전 : 327명 사후 : 325명
어제 점심식사 후 칫솔질 실천율	58.6%	40.1%	60.3%(▲20.2%p향상)	102.9%(▲ 2.9%p초과달성)	
혈당인지율	16.9%	11.9%	27.4%(▲15.5%p향상)	162.1%(▲62.1%p초과달성	



걷기실천율



어제 점심식사 후 칫솔질 실천율



혈당인지율

■ 주요성과

• 취약지역인 장수읍 주민 및 장수읍 농업인에 대한 사업수행으로 해당지역의 취약지표 개선

■ 모니터링 및 환류실적

• 통합 T/F 팀 회의 진행시 현 사업에 대한 문제점 및 개선방안 토의
• 삼삼오오건강걷기 프로그램 : 당초 4개월 프로그램 계획▶참여자의 프로그램 지속운영 요구도 및 만족도와 프로그램 전후 평가 결과 건강실천 개선효과가 높아 연말까지 지속운영 결정
• 장수읍 마을회관 건강교실 : 농한기(겨울철)에 상당수의 주민이 마을회관에 상주하고 있으나 마을 회관 화장실에 칫솔을 비치 할 수 있는 공간이 없어 점심식사 후 칫솔질 실천이 어렵다는 T/F팀의 의견이 있었음▶마을회관 화장실에 칫솔 거치대 설치(개인별이름표 부착)▶개인별 칫솔 거치대를 설치한 10개 마을회관에서는 타 프로그램에 비해 점심식사후 칫솔질 실천율이 향상율이 높게 나타남

■ 주요성공요인 및 노하우

• 읍면별 건강조사 결과 분석을 토대로 취약지역(장수읍)에 대한 집중적인 사업수행 방법을 선택하였으며, 특히 취약지역에 대한 생애주기별 인구현황과 직업별 인구현황 분석을 통해 사업대상의 타겟을 정해 추진한 접근전략이 주요했다고 판단 됨
• (사)대한노인회 장수군지회 재능나눔활동 참여자를 활용한 주민참여형 홍보사업(3년 연속)의 지속적인 추진으로 지역주민의 건강에 대한 인식개선

4. 참고자료

■ 사업내용

치아짱 잇몸짱 만들기 : 칫솔질 실습

치아짱 잇몸짱 만들기 : 칫솔질 교육

노인방문일자리대상자 건강리더육성 : 장수군 영상코디

농업인대학 통합건강교실 : 사전검사

삼삼오오건강걷기 : 장수읍 공설운동장

삼삼오오건강걷기 : 의료원 강당

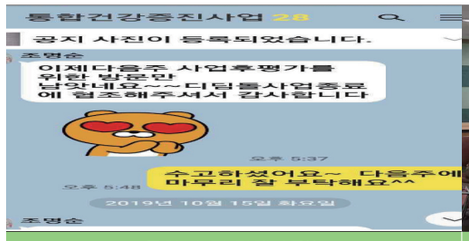
삼삼오오건강걷기 : 장수군 공설운동장

취약지역(장수읍) 마을회관 건강교실 : 점심식사 후 칫솔질 실천

취약지역(장수읍) 마을회관 건강교실 : 개인별 혈당측정

취약지역(장수읍) 마을회관 건강교실

■ 내 외부 연계 협력



통합T/F팀 단체카톡방

통합T/F팀 내부회의

재능활동나눔참여자 교육

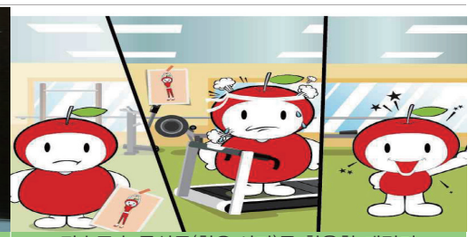
재능활동나눔참여자 발대식(군수님참석)

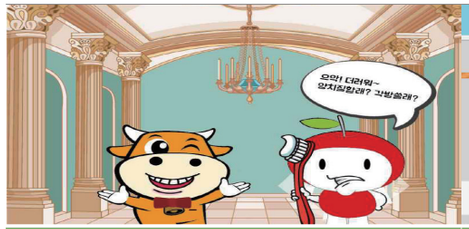
재능나눔활동참여자 인형극공연 : 3개지표관련

재능나눔활동참여자 : 연계캠페인

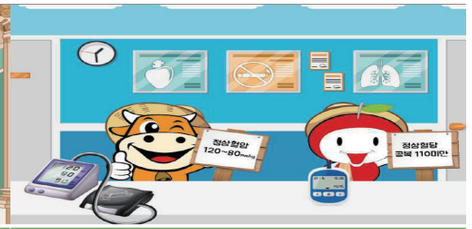
■ 환경조성 및 캠페인

마을회관 개인별 칫솔 거치대 설치


장수군 농특산물(한우,사과)를 활용한 캐릭터 개발 홍보(재능기부) : 걷기실천



환경조성 : 점심식사 후 칫솔질 실천율



환경조성 : 혈압혈당인지율

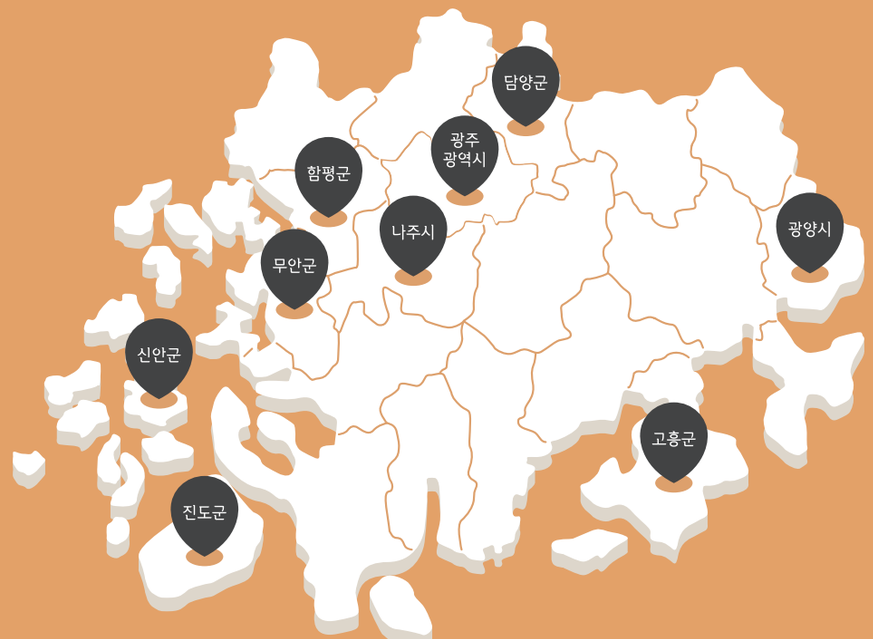
장수읍 노인장애인 복지관 홍보활동

장수읍 노인장애인복지관 홍보활동

장수읍 노인대학 홍보활동

장수읍 자기혈관 숫자 알기 캠페인

전라북도 장수군 보건소



전라남도

01 담양군 보건소
관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기

02 함평군 보건소
의료취약계층 헬라밸(Health and Life Balance) 찾기

03 목포시 보건소
폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트

04 고흥군 보건소
도전! 내혈압 알기 건강교실 운영

05 무안군 보건소
배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

06 진도군 보건소
얼쑤! 아리랑 시니어 체조교실

07 신안군 보건소
우리동네 다 같이 동네 한바퀴 ~~

08 나주시 보건소
걸어서 남주나? 나주지~!

09 광양시 보건소
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활 실천

전라남도
담양군 보건소

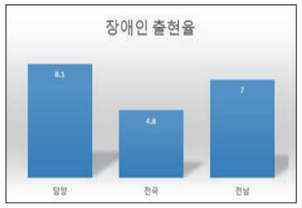
부 서 : 방문보건계
담당자 : 윤동호

관절 튼튼! 허리는 竹竹! 통증 없는 담양 만들기

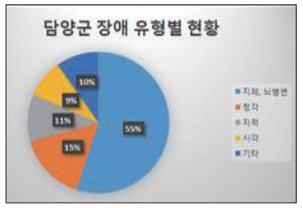
구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	장애인	지역사회재활사업 / 방문보건사업

1. 추진배경

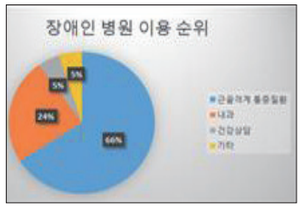
■ 담양군 장애인 비중 높음(8.1%), 유형별로는 지체·뇌병변이 높고, 병원이용 순위는 근골격계 통증질환이 높음(66%)



장애인 실태조사, 담양군 인구조사 (2018)



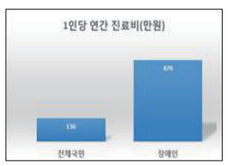
담양군 주민행복과 내부자료 (2018)

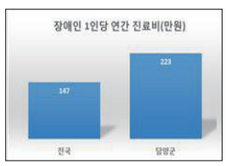


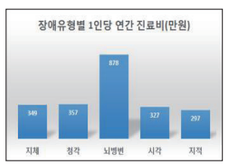
담양군 장애인 병원이용 실태조사 (2018)

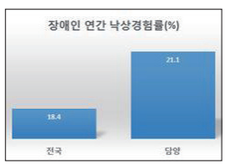
■ 전국 장애인 1인당 의료비 지출은 일반인에 비해 약 3.5배 많고 장애유형별로는 뇌병변이 높고, 담양군 1인당 연간 진료비는 전국 대비 높음

■ 장애인 연간 낙상 경험률은 담양 21.1%로 전국 18.4%보다 높고, 장애인이 비장애인에 비해 2~4배 낙상을 자주 경험하며, 한번 발생하면 회복이 어렵고 의료비 지출을 증가시켜 사회 경제적 부담이 큼









지역별 의료이용통계(2016), 국립재활원 통계자료, 지역사회건강조사(2017)

→ 관내 근골격계 통증 질환을 치료 받을 수 있는 전문재활병원은 전무한 상황이며, 장애인 진료비 부담의 절감과 건강상태 요구 개선(통증질환 관련)을 위한 보건소의 직접적이고 전문적인 재활 건강관리 서비스 제공 필요

→ 담양군의 낙상예방 경험률이 높은 상태이며 특히 근력약화로 후천적 장애발생(2차 장애 낙상)을 예방하기 위한 노인 장애인 대상 프로그램 필요

2. 추진내용

■ 사업목적 : 장애인 통증증상 완화와 낙상예방 관리로 건강개선

■ 사업대상 : 지체, 뇌병변 장애인

■ 주요목표

구분	성과지표명	목표	산출기준
단기	장애인 통증 증상 완화	통증척도(VAS) 10점 감소	주관적 통증척도(VAS)
	낙상 예방을 위한 근골격량 증가	근골격근량 0.3kg 향상	근골격근량(인바디)
	낙상 예방을 위한 한발로 오래서기	5초 향상	전 후 시간체크
장기	담양군 1인당 의료비 지출(223만원)	200만원	지역별 의료이용통계2016 (전국 평균치)
	장애인 발생율(8.1%)	7.00%	장애인실태조사2018 (전남 평균치)
	담양군 낙상경험률(21.1%)	18.40%	지역사회건강조사2017 (전국 평균치)

■ 사업전략

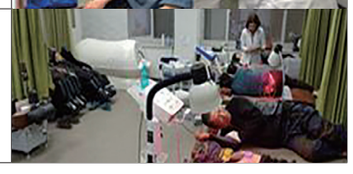
문제점	추진전략	세부추진사업
장애인 병원 방문 주요 원인 1위는 통증 질환	장애인 근골격계 통증질환 문제를 보다 직접적이고 전문적인 프로그램 개발로 보건관리자로써 역할	1. 통증완화 프로그램 장애인 한방통증 클리닉, 통증완화 주간 재활
장애인의 높은 의료비 지출	병원에 가지않고 진료를 받을 수 있는 재활 진료서비스 운영	2. 찾아가는 재활진료 서비스 재활병원과 함께하는 장애인 가정 방문 서비스
타시군 대비 높은 낙상경험률	낙상예방에 꼭 필요한 주요 근육 강화 프로그램 개설과 지체, 뇌병변 등 노인 장애인이 많은 복지관, 경로당 중심으로 교육 기회 확대	3. 낙상예방을 위한 운동교실 수중재활 운동교실, 보치아 생활체육 활동 과제순환식 그룹 운동
보건소의 한계 (인력,예산 등)	보건소외 사업연계 가능한 기관과의 업무 협력 구축	4. 재활 협력체계 구축

■ 추진방법

단계	구분	내용
1	현황조사 사업구상	• 사전조사(장애인 요구사항 설문조사/등록 장애인 90명), 외부기관 협력방법 모색 • 사업 대상자 선정 기준 • 예산사항 체크 및 사업방법 내용 논의
2	사업기획 연계협조	구분 / 협력기관 / 내용 내부 / 한의약팀, 건강증진팀 / 모집 및 운영방법 논의 외부 / 혜림복지관, 장애인협회 / 사업 홍보 및 대상자 모집 협조 요청 광주보건대물리치료학과 / 과제순환식 그룹운동 교수 및 자원봉사 물리치료사 협조 명문한방병원 / 한방 통증클리닉 진료 자문 호남권역재활병원 / 중증장애인 재활진료를 위한 재활전문의 협조 전남장애인생활체육회 / 보치아 생활체육활동 연계 운동 지도사 협조 문화체육과 / 수중재활운동 수영장 및 수영강사 협조 안전건설과 / 낙상예방 안전교육 전문 강사 협조
3	홍보활동 대상자모집	• 관내 장애인이 자주 이용하는 장애인협회와 혜림복지관에 집중 홍보 • 그 외 관내 등록 장애인 과 신규 등록 장애인을 중심으로 전화 및 직접 가정방문을 통한 참여 독려 • 담양군청 보건소 홈페이지, 담양 관내 현수막 게시, 언론보도 등
4	프로그램 운영	• 모집인원 대상으로 향후 원하는 프로그램 선정 및 등록 • 기초검사, 근골격계 통증요인 사전검사(주관적 통증검사, 관절 가동범위 체크) • 통증치료를 위한 진단 및 처방, 진료 자문을 위한 재활의학과 전문의 초빙 (월 1회) • 대상자에 맞는 통증관리와 근골격계 강화를 위한 프로그램 진행 – 통증 감소 효과 극대화를 위해 한방 침치료 외 관절뜸이나 주간재활 물리치료 병행 – 관절 강화를 위한 수중재활운동, 과제순환식 그룹운동, 보치아 장애인 생활체육 – 장애인복지관, 지체장애인협회에 낙상예방 안전교육 실시
5	추후검사 사업평가	• 기초검사, 근골격계 통증요인 사후검사, 설문지 만족도 평가 • 사전 · 사후 검사 결과에 따라 비교치 대상자에게 안내 및 상담 • 평가 결과에 따른 다음연도 사업 방향에 적용

■ 사업내용

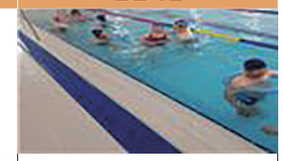
1. 통증 관리 재활 프로그램

사업내용	관련사진
장애인 한방 통증 클리닉 : 2019. 6~11월(총 17회) – 대 상 : 10명(통증 질환을 가진 지체, 뇌병변 장애인) – 내 용 : 침치료, 한약제제, 추나요법을 이용한 관절운동 → 통증진료에 탁월한 저명 한의사(명문한방병원)를 초빙하여 진료 자문	
장애인 통증완화 주간재활 프로그램 : 2019. 2~11월 – 대 상 : 통증질환 뇌병변, 지체 장애인 – 내 용 : 물리치료사 관절운동, FES(기능적 전기치료), 온열치료, 작업치료사의 일상생활동작 기구 지도 → 사전 관절 가동범위(ROM)와 자세 오차 측정으로 통증 원인분석 강화	

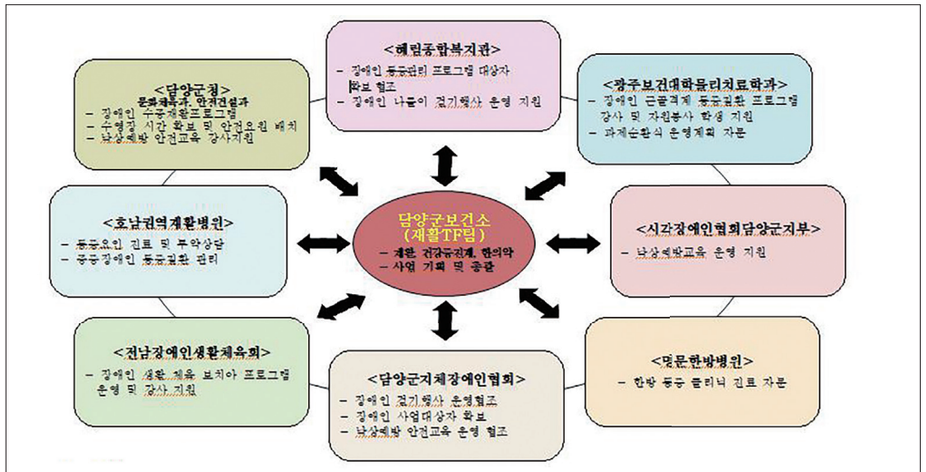
2. 찾아가는 재활진료 서비스

사업내용	관련사진
재활병원과 함께하는 가정방문 재활서비스 : 2019. 3~11월(월 1회) – 대상 : 29명(거동 불가능한 장애가 심한 장애인 위주 선정) – 연계 : 호남권역재활병원 – 내용 : 전문의 재활진료, 투약, 보조기기 상담, 관절운동 실시	

3. 낙상예방을 위한 운동 교실

사업내용	관련사진
수중재활 운동교실 : 2019. 6~7월, 5회/ 22명(신규) – 대상 : 5명(거동 가능한 뇌병변 장애인) * 첫 사업인 관계로 사고 위험률 제고를 위해 소수인원으로 한정 – 내용 : 수중운동기구를 이용한 근력강화, 균형잡기 보행훈련 → 관내 일반주민은 수영장 이용이 높은 반면 장애인 이용은 극히 어려운 상황에서 문화체육과와 연계 매주 장애인에게 전용시간 확보 후 운영함	
보치아 생활체육 운동 교실 : 2019. 3~12월(주 1회) – 대상 : 15명(뇌병변, 지체 장애인 및 가족) – 내용 : 보치아 체육활동, 3:3 그룹운동 → 장애인 맞춤 스포츠로 집중력 강화와 회원 간 유대관계 형성, 협응력 강화하며 전라남도 장애인체육회 운동지도사 전문 강사지원으로 높은 참여 율 유도하였음	
과제순환식 그룹운동 교실 : 2019. 3~12월 (주 1회) – 대상 : 15명(뇌병변, 지체 장애인 및 가족) – 내용 : 1:1 보행훈련, 상하지근력 강화 짐볼 운동, 세라밴드 이용한 관절 운동, 후크볼, 미몽이 놀이 훈련 등 → 광주보건대학 물리치료학과 교수, 자원봉사 학생과 연계하여 1:1 보행 훈련과 관절강화 운동 실시	

■ 내 외부 연계 협력 구축



■ 투입예산 및 인력

•투입예산 : 총액 58,504천원

총액(천원)	인건비	자문료 및 운영 소모품 구입	재활관리 약품비	자조모임 행사 등 체험비
58,504	33,000	13,944	6,040	5,520

•투입인력 : 11명

(내부) : 5명 재활팀(담당1, 담당자1, 작업치료사1, 재활전문인력1, 방문간호사1)

(외부) : 6명 기능형 재활인력(재활전문의1, 한의사1, 사회복지사1, 생활체육지도사1, 운동학박사1, 수중운동강사1)

3. 추진성과

■ 달성도 및 주요성과

구분	성과지표명	목표	실적	달성율	산출기준
주요성과	장애인 통증 증상 완화	사전:54.4점 (10점 감소)	사후:38.3점 (16.1점 감소)	161% ↑	주관적 통증척도(VAS), 한방통증, 주간재활
	낙상 예방을 위한 근골격량 증가	사전:20.92kg (0.3kg 향상)	사후:21.23Kg (0.31kg 향상)	103% ↑	근골격근량(인바디), 과제순환식
	낙상 예방을 위한 한발로 오래서기	사전:1.7초 (5초 향상)	사후:11.95초 (10.18초 향상)	203% ↑	시간 비교, 과제순환식
운영	한방통증 클리닉	100명	17회/141명	141% ↑	통증완화
	통증완화 주간재활	300명	31회/334명	111% ↑	통증완화
	장애인 가정방문서비스	25명	8회/29명	116% ↑	의료비지출 감소
	수중재활교실	25명	5회/22명	88% ↑	낙상 경험률 감소
	보치아 운동교실	100명	145명	145% ↑	낙상 경험률 감소
	과제 순환식 운동교실	100명	15회/147명	147% ↑	낙상 경험률 감소

4. 성공요인

■ 성공요인 및 노하우

① 통증 감소 효과를 극대화하기 위한 다양한 내·외부 자원 활용

– 호남권역 재활병원 등 지역자원을 활용하여 전문 인력과 자문을 받아 진료 시 내실 있는 치료로 만족도를 높임

② 주관적 통증검사(vas) 및 관절가동범위(ROM) 등 정확하고 객관적인 사전검사로 확실한 통증요인 제거

③ 통증 관리와 근력강화를 위한 다양하고 전문적인 프로그램 지속 개발

– 기존의 통증관리 프로그램 외 장애인 요구사항 설문조사와 내·외부 협력기관 협의를 통해 신규 통증관리 프로그램 2개 선정(한방통증 클리닉, 수중재활 운동교실)

■ 모니터링 및 환류

사업별	모니터링 및 환류
통증관리 프로그램	– 재활의학과 전문의 검진 및 물리치료사의 전문적인 통증요인 검사(관절각도나 근력측정 등)로 정확하고 객관적인 전 후 비교 데이터를 보여주어 대상자에게 신뢰감과 재활성공의 성취감을 느낄 수 있는 계기 마련 – 기존의 관리대상자들에게 적극 홍보하여 신규 프로그램에 참여 독려
찾아가는 재활진료 서비스	– 가정방문을 꺼려하는 장애인 대상자에게 방문건강관리사업 방문간호사 동행 및 사회참여 프로그램 유도를 통해 지속적인 방문이 이루어지도록 관계 형성 계기 마련 – 방문 가정의 보행시 문제점은 없는지 벽 손잡이 및 화장실 미끄럼 방지 패드 등 점검을 통해 파악 후 직접 지원이나 공공재활서비스사업단과 연계 추진
낙상예방교실	– 그룹활동을 통한 성취감 및 자존감 향상으로 재활의욕을 높이고 사회 참여에 대한 의지를 북돋는 계기 마련 – 참여율을 높이기 위해 수중교실 운영 시 많은 수의 참여가능한 수영장 시간확보와 거동 불편한 장애인의 차량 픽업을 통해 교통 불편 등 환경적 요인을 개선의 노력 – 폭넓은 지역사회 기관의 추가 협조를 얻어 전문적인 교육 및 프로그램 질을 높일 수 있도록 노력

■ 향후 계획

•호남권역재활병원 등 연계병원에 퇴원환자가 지역사회에 잘 적응할 수 있는 조기적응 프로그램 활성화

•통증재활 관련 프로그램 '장애인 힐링 마사지 테이핑 교실(안) 계획하여 시각장애인협회와 연계 추진

전라남도
함평군 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 이경신

의료취약계층 헬라밸 (Health and Life Balance) 찾기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	독거노인 / 장애인	방문영역

1. 추진배경

지역여건
- 함평군은 인구 대비 장애인(11.4%)이 많고 장애인 신체특성상 만성질환 유병율이 높음
- 함평군은 노인인구가 많고 특히 독거노인(37.6%) 증가 추세로 만성질환자관리체계 사각지대발생

건강문제
- 장애인 및 독거노인 등 취약계층 만성질환자에 대한 지속적인 관리를 통해 계층 간 질병관리 격차 감소
- 주민건강 수요조사 결과를 통한 우선사업 의견 수렴
  – 우선순위사업(방문건강:24%), 우선순위대상(노인:66%)

■ 건강불평등 해소를 위한 취약계층 밀착관리를 통한 우리군 건강수준 향상

2. 추진내용

■ 추진전략

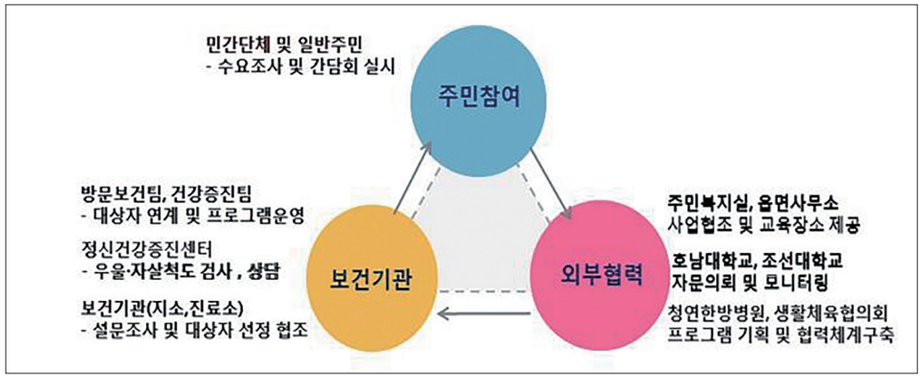
비전
- 건강격차 없는 건강형평성 제고

목적
- 취약계층 맞춤형 건강관리 서비스 제공

전략

건강요구도 파악	맞춤형 통합건강관리 서비스 제공	자발적 건강생활 실천
– 주민건강 수요조사를 통한 건강요구도 파악 – 통합팀 간담회를 통한 사업 의견 수렴	– 만성질환 유병율 감소 프로그램 운영 – 독거노인 및 장애인 맞춤형 건강관리	– 지속적 건강관리를 위한 자조모임 운영 – 건강생활 실천을 위한 프로그램 운영

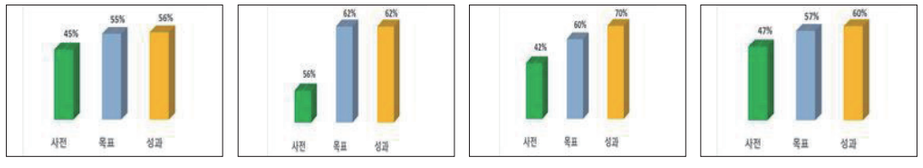
■ 사업대상 : 1,130명(재가장애인 253명, 독거노인 877명)
■ 소요예산 : 337,294천원(국비 163,657, 도비 35,726, 군비 138,411)
■ 전 담 팀 : 24명(건강증진팀15,방문보건팀10,진료의약팀2,주민복지실통합조사관리팀 4)
■ 협력체계 구축



■ 주요 추진내용

주요전략	주요내용	내용
건강요구도파악	• 통합건강증진사업 전담회의 및 간담회 실시 : 8회 • 2019년 주민건강 수요 설문조사 실시 : 1회 360명	
자발적 건강생활 실천 및 환경조성	• 뇌병변 지체장애인 늘해랑 재활 자조모임 : 9회 176명 • 취약계층 방문건강관리 아름다운 손길 나눔봉사 운영 : 10회	
맞춤형 통합건강관리 서비스 제공	• 찾아가는 장애인 맞춤형 통합건강관리 서비스 제공 – 한의약 장애인 방문건강관리 실시 : 27회 131명 – 찾아가는 장애인 영양교육 실시 : 41회 162명 – 찾아가는 행복한 어울림 힐링교실 운영 : 8회 136명 • 만성질환 유병율 감소 및 기능강화를 위한 프로그램 운영 – 건강한 고당교실, 만사혈통 교실 운영 : 31회 1,057명 – 하지 관절질환 장애인 수중재활 운동교실 운영 : 9회 135명 • 방문건강관리사업과 연계한 건강 취약계층 관리사업 – 만성질환자 관리를 위한 몸과 맘 촘촘링크 케어 사업 : 453명 – 폭염대비 건강관리 모니터링 실시 : 3,149가구	

3. 추진성과



주관적 건강수준
목표 대비 1%p 향상

신체통증수준
목표 대비 완료

삶의 질
목표 대비 10%p 향상

건강인식도
목표 대비 3%p 향상

- 건강문제를 신체적, 정신·심리적 역량 강화 분야로 세분화 하여 접근의
  - 주민건강 수요조사 결과를 바탕으로 지역문제점 및 주민요구사업 확인
  - 지역건강문제를 함께 해결하기 위한 지역주민 자원 발굴 및 자기관리 역량강화 프로그램 병행
- 보건서비스에 대한 지역주민의 접근성 향상을 위한 사업 추진체계 구축
- 의료접근성이 취약한 장애인을 대상으로 찾아가는 서비스를 통한 건강 형평성 제고

4. 성공요인

- 성공요인 및 차별성
  - 맞춤형 방문 통합건강관리 서비스와 자조모임 활성화를 통해 자기주도적 건강생활 실천력 향상
  - 재활사업, 방문건강관리사업 등 타 사업과 연계·협업을 통한 자원활용의 효율성 확보
- 향후 개선 방향
  - 자조모임 활성화를 위한 지역사회 자원 연계 체계화

전라남도
목포시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 김현주

폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	특정 생애주기 및 집중전략	기타(폐경기 여성)	(주영역)신체활동 / (부영역)정신건강

1. 추진배경

■ 건강수준 및 현황

- 지역사회 주요 건강통계 (지역사회 건강조사)

구 분		목 포	전 남	전 국	비 고
고혈압 진단 경험률		26.3	28.4	26.5	※ 우리시 건강수준은 타지역에 비해 높은 편이나 비만 및 체중 조절 관련 부분은 취약함
당뇨병 진단 경험률		13.1	11.7	10.7	
비만	비만율 (자가보고)	34.6	23.8	23.7	
	주관적 비만인지율	38.2	38.3	39.6	
	연간체중조절시도율	49.5	48	55	
걷기실천율		51.1	39.3	43.1	
스트레스 인지율		32.3	23.3	24.7	

- '18년 목포시 주요 사망원인 순위
  - 1위 암, 2위 심장질환, 3위 뇌혈관질환(전국 현황과 동일)
  - 심뇌혈관질환 사망률 : 여성(21.1%) 〉 남성(16.8%)
  - 고혈압성질환 사망률 : 여성(12.8%) 〉 남성(5.1%)

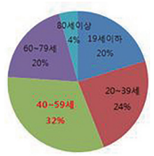
■ 지역여건

• 목포시 인구현황 및 여성인구 비율

– '18년 목포시 인구 : 232,327명 (남 : 115,729명, 여성 : 116,598명)

– 중년여성(40세~60세 미만)37,404명으로 전체여성인구의 32%

– 지역사회 의료비 손실 예방과 건강지표 향상을 위해 중년여성 건강관리 필요성 증대



여성인구 비율

• 최근5년간(2012~2016) 지역사회건강조사 통계

구 분	현재 흡연율	비흡연자의 직장실내 간접흡연 노출률	고위험 음주율	걷기 실천율	비만율
23개동 평균	21.4	27.2	20.1	47.2	29.1
만호동	30.2	42.4	21.4	38.7	35.1
신흥동	25.0	32.5	25.3	52	30.8
유달동	30.2	41.7	19.2	37.2	40.8

– 최근 5년간 건강행태지표 순위가 낮은3 개동 중 주민참여 가능한 지역(신흥동) 중년 여성을 우선 대상으로 선정하여 건강관리서비스 접근성 향상 및 주도적 건강생활 실천능력 강화 필요

2. 추진내용

■ 사업목적

• 생활밀착형 신체활동 활성화 및 건강행태개선으로 건강수명 연장

• 심뇌혈관질환 예방관리 및 조기발견을 통한 의료비 및 사회경제적 부담 완화

■ 사업대상

• 최근 5년간('12년~'16년) 지역사회건강조사 통계로 건강행태지표 순위가 낮은 동(신흥동) 지역주민 우선 선정

• 신흥동 행정복지센터 건강증진프로그램 참여 중인 중년여성

■ 주요목표

• 완경기 중년 여성의 사회·심리적 및 신체적 건강증진 도모

• ①건강행위 실천율 향상, ②심뇌혈관 위험요인 감소, ③비만지수 개선, ④삶의 질 향상

■ 추진전략

폐경기 여성 몸과 마음의 S라인 만들기 프로젝트

전략 1	전략 2	전략 3
건강환경 조성	맞춤형 프로젝트	건강관리 역량강화

■ 세부 사업내용

사업구분	세부사업명	사업현황	
건강환경 조성	연계협력	• 프로젝트 추진 TF팀 및 건강위원회 간담회 – 구 성 : 건강증진팀장 외 7명, 신흥동 주민 및 자치센터 직원 – 운영기간 : '19 2.26/.6.24./7.23./9.23/10.14 – 내 용 : 통합건강증진사업 모니터링, 프로그램 운영 점검	
	홍보 · 캠페인	• 금연 · 절주 · 비만예방 캠페인 3회 • 레드써클 내혈압, 내혈당 알기 홍보 5회 • 만성질환 예방 시식회 1회	
	환경개선	• 숲속마을 푸른환경사업 – 쉼터(정자)환경개선, 청결봉사활동 : 월1회 • 야간 산책로 건강증진 홍보물 설치 : 3개소	
맞춤형 프로그램	교육	• 협력기관 연계 건강교실 : 6회 – 심뇌혈관 질환의 이해, 갱년기 건강관리 – 건강한 생활습관, 영양관리	
	신체활동	• S라인 만들기 운동교실 운영 : 40회 – 대상 : 건강증진프로그램 참여자 40명 – 기간 : '18년 9월 ~ 11월 – 내용 : 사전 · 후 체력측정 및 설문조사 생활요가 등 신체활동	
	상담	• 내 신체, 생리적 지표에 맞는 건강상담 : 2회 – 사전 · 후 검사결과에 따른 개별 맞춤 상담 – 신체활동, 영양, 정신건강, 절주 등	
역량강화	사회적 지지	• 걷기 동아리 활동 – 인원 : 신흥동 주민 12명	
		• 주민공감 SNS(밴드, 카톡, 워크온) 구축	

3. 자원투입의 결과

■ 인력 및 예산

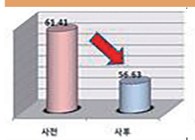
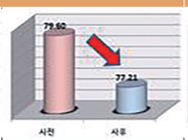
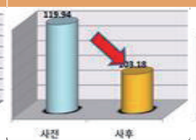
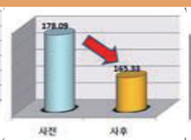
추 진 인 력		소요예산
내부자원	외부자원	
• 23명 – 공무원: 7명 – 전문요원: 15명	• 전문강사 및 의료기관 • 목포시청(사회복지과), 동행정복지센터 • 동 지역사회보장협의체, 걷기동아리 • 체력인증센터	• 4,500천원 – 국비: 2,250천원 – 도비: 450천원 – 시비: 1,800천원

4. 사업수행 결과

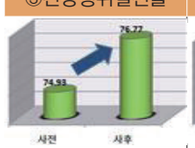
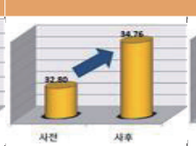
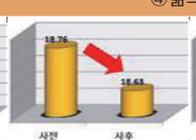
■ 참여자 건강수준 향상 및 행동변화

•사업의 주요목표(4개 성과지표) 달성

신체 · 생리적 성과지표	사전	사후	비 고	사회심리적 성과지표	사전	사후	비 고
체중	61.41	56.63	↓	건강행위 이행	74.93	76.77	↑
북부둘레	79.6	77.21	↓	자기효능감	32.8	34.76	↑
중성지방	119.94	103.18	↓	쿠퍼만지수	18.76	18.63	↓
총콜레스테롤	178.09	165.33	↓	우울	32.93	31.3	↓
HDL–콜레스테롤	52.27	56.45	↑	삶의 질	54.66	45.47	↓

①비만지수		②심뇌혈관 위험요인		
				
체중 ↓	복부둘레 ↓	중성지방 ↓	총콜레스테롤 ↓	HDL–콜레스테롤 ↑

•신체·생리적 효과 : 체중 및 복부둘레의 감소, 중성지방·총콜레스테롤 감소, 고밀도 콜레스테롤의증가로 심뇌혈관 위험요인 개선

③건강행위실천율		④삶의 질		
				
건강행위실천율 ↑	자기효능감 ↑	쿠퍼만지수 ↓	우울 ↓	삶의 질 ↑

•사회·심리적 효과 : 자기효능감과 건강행위 이행의 향상, 우울 감소, 삶의 질 향상

5. 성공요인

■ 건강행태지표가 낮은 건강취약지역의 신체적, 정신적 변화를 겪고 있는 폐경기여성 (중년여성)을 대상으로 집중적인 사업을 추진함으로써 선택과 집중의 효과 증대

■ 중년여성 맞춤형 교육 및 상담으로 건강에 올바른 인식을 갖고 생활습관 교정, 정서적 안정을 통한 자가관리능력 및 건강수준 향상

■ 지속적인 노력으로 지역사회 내 관련 자원들을 발굴하고 개발하여 지역사회 네트워크 형성과 소통을 위한 협력 유도

■ 향후계획

•운영중인 건강위원회, 건강(걷기)동아리, 주민공감 온라인커뮤니티(밴드, 카톡 등) 지속적 활동 강화 및 참여 확대

•지역사회건강조사 등 지표 활용 건강취약지 추가 선정 사업 확대

전라남도
고흥군 보건소

부　서 : 방문진료계
담당자 : 송선영

도전!
내혈압 알기 건강교실 운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	노인	만성질환예방관리(혈압 인지율)

1. 추진배경

■ 2018년 65세 이상 노인 인구 38.87%로 초고령화 지역
→ 지속적인 증가 추세
■ 높은 고혈압 진단경험률 : 전국 26.5%, 전남28.4%, 고흥 35.7%
→ 전국대비 10.2% ↑, 전남대비 7.3↑
■ 낮은 혈압 인지율 : 전국 47.2%, 전남41.7%, 고흥 29.9%
→ 전국대비 17.3%↓, 전남대비 11.8↓

* 사업 선정이유
– 우리군 지역사회 건강조사 결과 낮은 혈압인지율과 높은 고혈압 진단 경험률로 고혈압 예방관리를 위한 환경조성 및 인식변화 필요

2. 추진내용

비전
고혈압 걱정 없는 건강한 고흥 만들기

목적 및 목표
- 심뇌혈관질환의 주요 선행질환인 고혈압 예방 · 관리의 필요성과 방법에 대한 인지도 향상
- 고흥군: 혈압 수치 인지율 18년 29.9% → 19년 48.9% 달성
- 시범사업: 자체 혈압 수치 인지율 18년 75% → 19년 80% 달성

⬇

대상
- 65세 이상 고흥군민

전략
- 시범사업을 통해 고혈압 인지율 상승을 위한 효율적이고 창의적인 보급전략 개발
  – 실험군과 대조군 비교: 도전! 내 혈압알기 건강교실
  – 개인별 상태에 따라 통합적 관리 서비스를 연속적으로 제공
- 혈압인식개선 및 환경조성을 위한 통합건강증진 프로그램 운영
- 심뇌혈관질환예방관리사업 추진을 위한 통계자료 확보

■ 세부 추진내용

시범사업 도전! 내 혈 압알기 건강교실 운영

1. 도전! 내 혈압 알기 건강교실
- 참석자: 61명
- 운영기간: 2019. 2. 1 ~ 9. 30. – 운영횟수: 10회기 + 자조모임 운영(월1회)
- 내 용
  – 이론수업: 고혈압 바로 알기 및 관리율 실천하기 등 정보제공
  – 내 혈압 알기에 도전: 매일 과업 성취(자체제작 책자 활용)
  ① 매일 혈압 체크 ※마을회관 혈압기 보급(행정과), 개인별 보드판 보급
  · 경로당 혈압체크 → 파스에 혈압쓰기 ⇨ 냉장고 보드판에 혈압쓰기
  → 주 1회 점검을 통한 자기 혈압 알기 테스트
  ② 소　통: 홀로 사는 이웃과 식사하기, 자녀에게 먼저 전화하기 등
  ③ 공부하기: 학력에 따른 3단계 공부(숫자쓰기, 구구단외기, 일기쓰기)
  ④ 운동하기: 하루 30분 걷기
  → 공부하는 소책자 완성 시 혈액순환제 등 건강관리 약품 지원

스스로 혈압측정 | 파스에 혈압적기 | 공부책자 활용

공부하기 | 보드판에 본인 혈압쓰기 | 매주 숙제 점검 | 책자이용 혈압체크 약속

혈압인지 강화 연계 프로그램 운영

1. 자기혈관숫자알기! 이동건강센터 운영
- 운영횟수 : 총 36회/1,085명
  ※ 혈압 인지율 향상을 위해 24회 추가 운영
- 장　소 : 마을회관, 각종 행사장
- 주요내용 : 기초건강검사, 혈압인지중요성 설명 건강한 생활습관 길드리기 등 생활 속 건강상담

자기혈관숫자알기

2. 심뇌혈관지킴이 건강교실
- 운영횟수: 총 97회 / 88명
- 장　소: 4개소 마을회관
- 주요내용: 기초건강검사, 심뇌혈관질환예방관리교육, 운동 등

심뇌혈관지킴이

혈압인지 강화 연계 프로그램 운영

3. 고혈압 당뇨 건강교실 (도전! 내 혈압알기 건강교실 운영 미포함)
- 운영횟수 : 총 35회 ※ 혈압 인지율 향상을 위해 추가 운영
- 장 소 : 보건소(1), 마을회관(3)
- 주요내용 : 기초건강검사, 혈압인지중요성 설명, 고혈압 당뇨 이론교육 정서안정 만들기, 운동 · 영양교육 등

고혈압당뇨교실

4. 자기혈관숫자 알기 캠페인
- 운영횟수 : 총 16회 / 8,323명
- 장 소 : 축제장, 전통시장, 노인복지관 등
- 주요내용 : 심뇌예방9대수칙 안내, 가두캠페인, 자기혈관숫자알기 레드서클 건강부스 운영

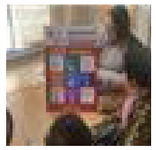
캠페인

5. 마을순회진료
- 운영횟수 : 총 29회 / 4,380명
- 장 소 : 마을회관
- 주요내용 : 혈압, 혈당체크, 고혈압 · 당뇨예방관리교육, 혈압인지교육 등

마을순회진료

혈압인지 인식개선 환경조성

1. 우리동네 혈압 조율꾼: 파트너 양성
- 대 상: 관내 중학생
- 운영횟수: 5회(방학중 운영)
- 활동장소: 경로당 직접 방문
- 주요내용: 손자녀의 가르침을 통해 고혈압의 위험성 인식개선 사업 심뇌혈관예방관리 9대 수칙 안내


파트너 활동

2. 해피콜! 혈압콜! 전화상담 서비스 제공: 주 10명
- 운영횟수: 주 10명 이상
- 담당직원: 방문건강관리팀원 6명
- 주요내용: 관심유도(혈압체크와 내 혈압 알기의 중요성 일깨우기) 방문대상자 일정약속 시 혈압 측정 독려 및 인지 확인

혈압상담 통화

3. 방문건강관리 서비스 연계: 10가구
- 운영횟수: 월 1회 ※방문진료와 별도로 운영
- 담당직원: 사업담당자 및 방문건강관리팀원 6명
- 주요내용: 거동불편자 가정방문(혈압체크, 투약지도, 자원연계 등)

가정방문

4. 웃고 떠드는 어울림의 장 마련: 정서지지 자조모임
- 운영마을: 2개소 / 5회
- 담당직원: 사업담당자 및 강사
- 주요내용: 마을회관에 모여 혈압측정 및 서로 혈압 비교 · 관리 꽃바구니만들기, 요가등 프로그램 지원

자조모임

전라남도 고흥군 보건소

자원연계 및 소요예산

- 고흥군청 : 자동혈압계 보급 및 수리
- 의료기관 : 고혈압 합병증 검사 협약체결
- 국민건강보험공단 : 건강백세운동교실 연계를 통한 심뇌혈관질환예방관리 홍보
- 보건기관 : 42개 보건지소 · 진료소 마을순회 진료시 혈압 체크 및 인식개선 교육
- 마을이장 · 부녀회장 : 대상자 선정 및 사업 협조
- 통합건강증진 사업 담당자 : 영양교육 등 12개 분야

〈 소요예산 〉
- 38,716천원 : 국비19,358천원 / 도비 3,872천원 / 군비15,486천원

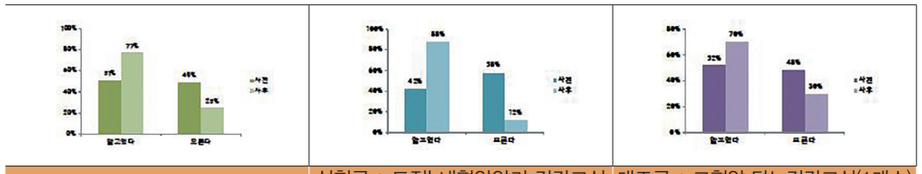
의료기관협약체결

간담회

3. 추진성과 및 향후 계획

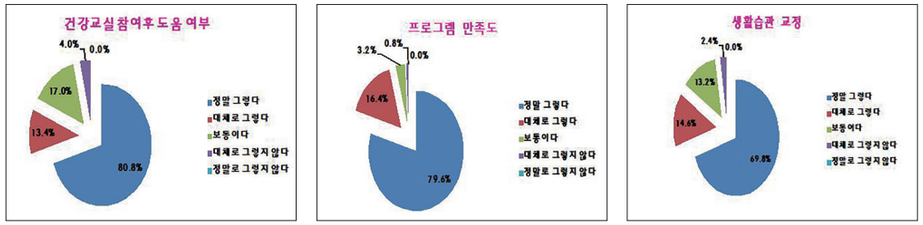
■ **추진성과**

① 혈압수치 인지율 향상(※자체평가): 목표 48.9% ⇨ 77% 달성
(2019년 지역사회건강통계 자료 미적용)
– 자체 혈압수치인지율 조사 결과 18년 75% → 19년 시범사업결과 88% 달성
(목표80%대비 110% 달성)



– 고혈압 당뇨 건강교실(5개소) 평균 – 혈압수치인지율: 26% 향상	실험군 : 도전! 내혈압알기 건강교실 (매일혈압체크+공부+숙제확인+교육) – 혈압수치인지율: 46% 향상	대조군 : 고혈압 당뇨건강교실(1개소) (주1회 혈압체크) – 혈압수치인지율: 18% 향상

② 프로그램 사전사후 만족도 결과



전남

③ 모니터링, 환류실적

– 정기적으로 통합건강증신사업 담당자들과 모니터링 및 간담회: 11회
– 우수사례 발굴 및 성과 달성을 위한 프로그램 공유 및 연계 추진
– 혈압수치인지율 향상을 위한 프로그램 운영 및 자료 개발 회의: 2회

■ 성공요인 및 노하우

성공요인	노력도
– 교육자료 활용과 주민의 적극적인 참여 – 프로그램 운영 시 사전 · 사후 설문을 통한 프로그램 평가	– 통합사업 분야별 월 1회 간담회 및 수시 의견 공유로 추진성과 극대화
차별성	**향후개선방향**
– 자체 제작한 교육 자료를 활용하여 주민 건강기초 향상에 기여 – 실험군 대조군 비교로 객관적인 자료 확보	– 차년도 사업계획 수립 시 근거자료로 활용 및 연차적 사업 확대 – 다양한 프로그램에서 교육 자료 활용하여 인식 개선에 기여

전라남도
무안군 보건소

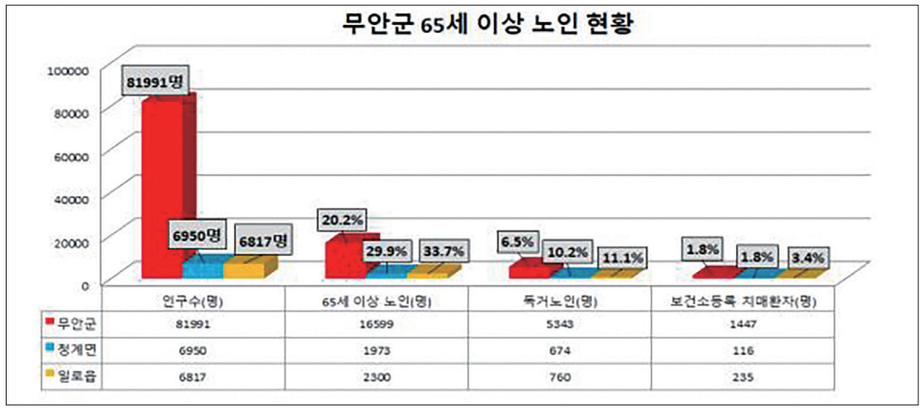
부 서 : 건강증진팀
담당자 : 최은희

배우고 놀고 행복한 건강마을 만들기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여 특화	성인, 노인	신체활동, 심뇌혈관질환, 치매 구강보건, 영양, 금연, 정신건강

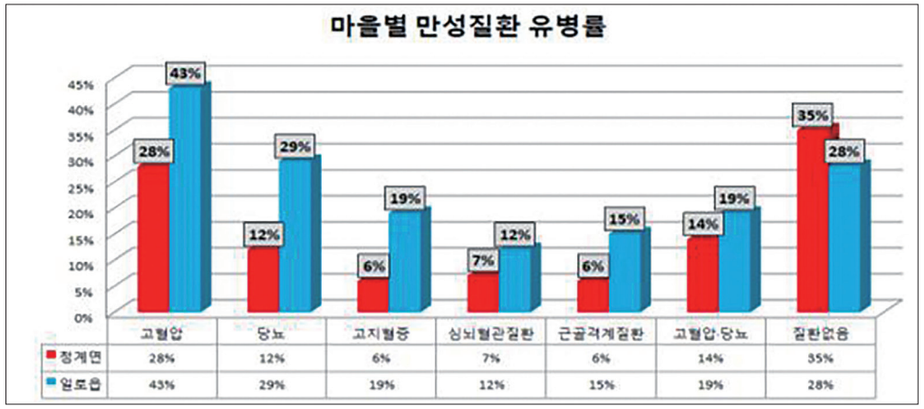
1. 추진배경

■ 2017년 무안군 65세 이상 노인 19.8%에 비해 2018년 65세 이상 노인수가 20.2%로 증가하여 초고령사회 진입



■ 일로읍은 인구수가 비슷한 청계면과 비교하여 65세 이상 노인 인구 비율이 3.8%가 많고 독거노인은 0.9% 높아 빠르게 증가하고 만성질환, 치매, 독거노인의 영양 취약 등 건강증진에 대한 주민들의 관심 부족과 건강행태 악화 지속으로 주민 참여형 건강증진사업 필요성 대두

■ 만성질환 유병률이 높은 일로읍 주민을 대상으로 건강마을을 지정하여 지역 간 건강격차 감소와 건강수명 연장을 위해 주민주도의 건강마을 공동체 실현을 위한 수요자 중심의 맞춤형 서비스 제공으로 모두가 건강을 실천하는 마을 만들기



2. 추진내용

사업 목적	주민 참여형 건강행태개선 및 건강생활실천 환경조성을 통한 활기찬 마을 만들기		
사업 대상	일로읍 월암마을 65세 이상 주민 300명		
사업 목표	• 혈압 인지율은 프로그램 운영 기간동안 39%에서 40.1%까지 향상한다. • 걷기 실천율은 프로그램 운영 기간동안 28.3%에서 28.4%까지 향상한다. • 골격근량(g) 이 200g이상 증가한다.		
추진 전략	지역사회 중심 예방 통합적 건강관리 강화	지역밀착형 건강관리 연계 협력	주민 건강인식개선을 위한 건강생활실천 환경조성
추진 과정	마을문제 파악 (현장조사 및 설문지 조사)	• 사업 추진 관련 주민설명회 (‘19.3.8.) 및 이장단 설명회(’19.3.25.)로 사업 추진 방향 설명 • 사업 추진 전략 수립을 위한 주민요구도 조사 실시(‘19. 5.15.)	
	주민조직 구성 및 운영 회의	• 건강추진단 구성(‘19.4.3.) 및 간담회(’19.4.17.) 실시로 소통의 장 마련 • 마을 건강동아리 운영으로 주민 참여형 프로그램운영(‘19.5.17.~10. 25.) • 건강마을 현판식(‘19.6.28.)	
	관 · 민 협력 건강활동 거버넌스 구축	• 건강지도자 역량강화교육 과정 신설 • 건강마을사업 주민 의견 수렴 • 건강마을 선도학교 지정 : 전남체육고등학교 • 캠페인 및 홍보관 운영 : 보건소, 지역주민, 전남체육고등학생, 자원봉사센터 • 건강친화적 환경조성(벽화그리기) : 삼향예술고등학교 • 무안군청 지역경제과 연계 : 불편한 마을 진입로 보수	
	모니터링	• 건강추진단 모니터링 실시(‘19. 9.24.) • 보건소 내부 모니터링 실시(‘19.10.30.)	

	건강프로그램	자체역량강화	건강생활 환경조성
내용	• 신체활동 · 영양 • 심뇌혈관질환 • 금연 · 구강보건 • 치매 · 정신건강 • 정신건강 • 약물 오남용 교육 • 기초검사 • 일반, 한방, 치과 진료 및 상담	• 걷기 지도자 양성 및 활용 → 걷기 동아리 구성 및 운영 • 건강지도자 위촉 → 간담회 참석 및 프로그램 모니터링	• 언론보도 및 반상회보 게재 • 지역 병 · 의원 MOU 체결 • 건강 정보 안내판 설치 • 걷기의 날(매주 수요일) • 현수막 게재 • 힐링 데이 행사 개최 • 캠페인 및 홍보관 운영

	무안군		무안교육지원청 전남체육고등학교 삼향예술고등학교	무안군 종합 사회 복지관
	보건소	지역경제과		
지역 자원 협력	• 진료, 상담 • 설문조사 • 기초검사 • 교육 및 실습	• 마을공동체 사업 연계 → 마을진입로 정비	• 건강마을 선도학교 지정 • 건강 친화적 벽화그리기	• 밑반찬 배달 • 이 · 미용 서비스
	일로읍 이장단, 노인회, 부녀회	1차 의료기관 (8개소)	전라남도 약사회	자원봉사센터, 담비 봉사단
	• 건강추진단 조직 및 간담회 운영	• 업무협약 • 고혈압 · 당뇨 합병증예방검사	• 약물남용 및 올바른 투약 방법 교육	• 독거노인 집청소 • 어르신 말벗친구 • 걷기 좋은 길 조성

3. 추진성과

■ 목표 달성도 및 주요 성과

지표영역	세부평가지표	목표	실적	달성률	비고
투입	사업인력 확보(명)	12	12	100	내부사업인력 계획대비 100% 달성
	예산 확보(천원)	13,600	13,631	100	사업예산확보 100% 달성
	걷기 정보 안내판 설치(개)	1	1	100	계획 대비 100% 달성
과정	**교육 횟수(회)**	**24**	**89**	**269**	보건소 내 연계를 통해 계획 대비 269% 달성
	상담 건수(건)	300	275	92	병원 입원 등으로 인해 계획 대비 92% 달성
	동아리 운영(개)	1	1	100	걷기 동아리 1개 운영으로 계획대비 100% 달성
	간담회(회)	2	2	100	사업추진단 및 건강위원회 간담회 계획대비 100% 달성
	업무협약체결(개소)	**8**	**10**	**125**	업무협약체결 계획 대비 125% 달성
결과	**본인혈압인지율(%)**	**42**	**52**	**124**	본인혈압인지율 계획 대비 124% 달성
	본인혈당인지율(%)	**35**	**48**	**137**	본인혈당인지율 계획 대비 137% 달성
	체지방량 전 · 후 감소(g)	**200**	**700**	**350**	체지방량 감소량은 계획 대비 350% 달성

전라남도 무안군 보건소

■ 모니터링 및 환류

모니터링 주체	일시	모니터링 내용	환류
사업추진단	4.17	– 주민 참여도 향상 방안 – 건강마을사업 추진에 관한 간담회 – 지역반상회보, 이장단협의체 등의 지역사회 자원 연계한 홍보	– 매주수요일 걷기 동아리 운영 – 반기별로 1회 이상 간담회 개최 – 반상회보 및 언론보도를 통해 마을 주민의 관심 유도 – 자원봉사센터 및 예술고등학교 협조로 마을 정서에 맞는 벽화 그리기, 노래교실, 걷기 좋은 길 환경조성 등 – 마을 진입로 정비를 위해 지역경제과 연계
건강위원회	4.17 9.25	– 건강지도자 활용 내용 의견 제시 – 건강마을 지정에 대한 주민들의 자긍심 고취 – 지역사회 자원 연계 · 협력 강화 – 건강생활실천 환경 조성 및 확산을 위한 방안 모색	– 자치단체장을 통한 건강마을에 대한 현판식 개최 – 참석률을 높이기 위해 농촌실정에 맞는 야간시간대 건강증진 프로그램 운영

■ 주요 성공요인 및 개선사항

성공요인	– 주민 의견 수렴 및 반영으로 주민의 관심과 참여 증대 – 사업 추진을 위한 민 · 관 협력 건강 거버넌스 체계 구축 – 주민 주도의 활발한 동아리 활동을 통한 주민 접근성 확대 – 건강문제 관심도 제고를 위한 사전조사를 기반으로 한 건강증진프로그램 운영 – 1차 의료기관 업무협약으로 고혈압 · 당뇨 합병증 검사비 지원(1차 의료기관 업무협약) – 주민 역량강화를 통한 주민 주도형 마을사업 추진 기반 마련
차별성 및 노력도	– 지역사회 유관기관 및 보건소 사업 담당자 간담회를 통한 협업체계 구축 – 건강프로그램 운영 시 기관장의 방문으로 높은 사업의 관심도 – 지속적인 간담회를 통한 쌍방향 소통으로 사업진행 – 마을 공동체 의식함양 프로그램 운영 – 주민참여를 이끌어 내기 위한 동아리 건강프로그램 지원 및 행사 진행
향후 개선사항	– 건강동아리 및 건강위원회 확대를 통한 자발적 건강문화 확산 – 주민을 대상으로 지속적인 교육 및 참여 지원 – 건강지도자 역량강화를 위한 교육 활성화 및 활동 체계화

구분	참고자료		쪽수
우수사례			27
	건강추진단 간담회	현판식	
			27
	언론보도	영양식단 체험	
			27
	마을진입로 정비	건강 친화적 벽화그리기	
			27
	걷기 좋은길 조성		

전라남도
무안군
보건소

전라남도
진도군 보건소

부　서 : 건강증진팀
담당자 : 김재희

얼쑤!
아리랑 시니어 체조교실

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	특정 생애주기 및 집중전략	노인	신체활동

1. 추진배경

■ 노인인구 비율 '17년 32.1% → '19년 35.2% 초고령 사회 진입
■ 고령화에 따라 증가하는 만성질환이나 신체활동 저하 대책 필요

2. 추진내용

아리랑 체조교실	다같이걷자 동네 한 바퀴	아쿠아수중운동	보건교육
• 운영방법 : 주 2회 /1시간 • 55개 경로당 • 사업비 13천만원	• 운영방법 : 주 2회 / 1시간 • 8개 경로당 • 내부강사	• 운영방법 : 주 2회 / 1시간 30분 • 1개소 • 외부강사	• 운영방법 : 보건소 타사업연계 • 보건소내 직원

신바람보건대학	지역관내 행사시연	기초검사 및 자료수집
• 운영방법 : 연 3회 • 외부강사	• 운영방법 : 14회 • 관내 행사시 시연	• 운영방법 : 55개 경로당 • 기초검사 및 건강행태관련 설문

아리랑 체조교실
6,336회 운영/ 1,200명

다같이걷자 동네한바퀴
1,201회/420명

아쿠아 수중운동 187회/42명

보건교육
142회/치매,영양,금연

신바람보건대학
2개소/6회

지역관내 행사 시연 14회/30명

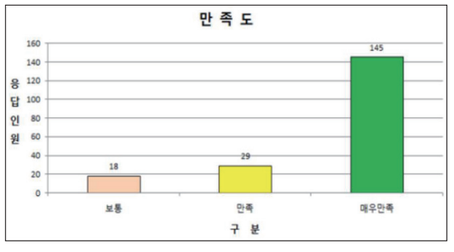
보도

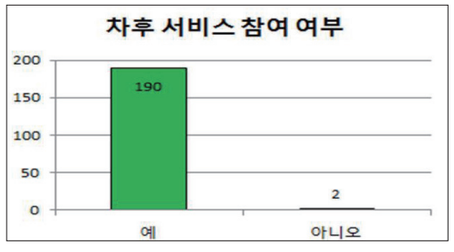
타 사업 연계 142회/치매, 영양, 금연

3. 추진성과

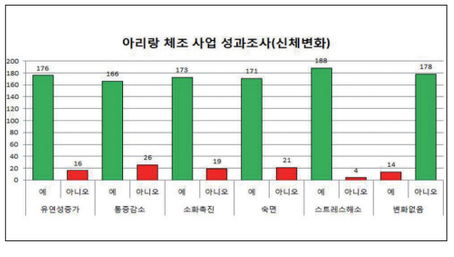
■ 자치단체장 관심도 상승으로, 전년대비 개소수 확대 (54→55)

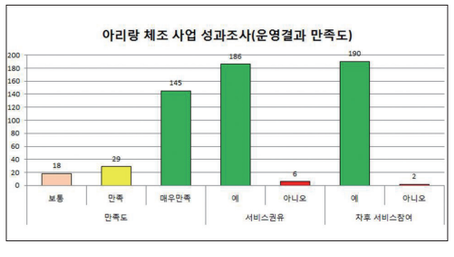
■ 사업 만족도 90% 달성





■ 신체변화 증가





전라남도
신안군 보건소

부 서 : 건강증진팀
담당자 : 명정중

우리동네
다 같이 동네 한바퀴 ~~

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화 특정 생애주기 집중전략	노인	신체활동, 심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경

■ 전국, 전남 대비 높은 고령인구 비율

- '18년 기준 신안군 고령인구 비율은 33.83%로 전국 14.76% 대비 약 2.3배 높음

※ 출처 : 고령인구비율(통계청)

■ 심각해지는 만성질환 문제와 건강행태

(단위 : %)

구분		신안		전국		전남		비고
		'08	'18	'08	'18	'08	'18	
만성질환	고혈압진단경험률(≥30)	14.2	20.1	16.4	19.4	14.5	18.4	
	당뇨병진단경험률(≥30)	5.5	7.3	6.2	7.9	6	8.1	
건강행태	비만율(자가보고)	24.7	38.4	21.6	31.8	19.5	32.6	
	걷기실천율	53.6	51.3	50.6	42.9	61.8	39.5	
	건강생활실천율	39.7	32.3	34.5	30.7	44.7	26.9	

※ 전국, 전남과 비교지표는 표준화율을 사용함 (출처_2008~2018 지역건강통계 한눈에 보기/보건복지부)

■ 특히, 고령인구층의 만성질환 문제와 건강행태가 취약함

(단위 : %)

구분		'11	'13	'15	'17	'18	비고
만성질환	고혈압진단경험률(≥70)	45.4	47.5	51.2	56.7	58.7	
	당뇨병진단경험률(≥70)	12.4	12.4	18.2	15.0	22.8	
건강행태	비만율(자가보고)(≥65)	10.8	17	20.7	18.8	27.3	
	걷기실천율(≥65)	41	52.6	34	34.4	40.2	
	근력운동실천율(≥65)	1.3	1.2	1.9	3.8	–	

※ 출처 : 2008~2018 지역건강통계 한눈에 보기(보건복지부), 지역사회건강조사(보건복지부)
1) 전체인구에서 65세이상 인구가 차지하는 비율 (65세이상 인구수/전체인구수*100)

2. 추진내용

■ 사업대상 : 고령 인구비율이 높은 취약지역중 유인도서 17개소의 고령주민

전체인구수 (명)	65세이상		사업대상		비고
	인구수(명)	비율(%)	인구수(명)	비율(%)*	
41,263	13,958	33.8	5,171	37.0	65세인구 대비율

■ 사업목적 및 목표

- 목 적 : 고령인구의 건강수준을 향상시키고, 건강수명을 연장한다.
- 목 표 : 고령인구의 만성질환 관리 및 건강행태 개선

지표명		실적 및 목표치(%)			산출기준
		'15	'18	'19	
결과지표	걷기실천율(≥65)	34.0	40.2	42	'15 → '18 3개년 5.6%향상(평균 2%) – '18년 대비 1.8% 향상
	건강생활실천율	32.1	32.3	33.3	3개년 0.2% 향상으로 변화 거의 없음 – '18년 대비 1.0% 향상
	비만율(자가보고)(≥65)	20.7	27.3	25.8	3개년 6.6% 증가(평균 2.2%) – '18년 대비 1.5% 감소

지표명		실적 및 목표치(%)			산출기준
		'17	'18	'19	
성과지표	참여자 이수율	80.0	83.0	85.0	'18년 대비 2% 향상 – 산식 : 프로그램이수자수/참여자수×100
	참여자 만족도율	91.0	93.0	95.0	'18년 대비 2% 향상 – 산식 : 프로그램이수자수/참여자수×100

■ 추진전략

건강문제		추진전략	
• 고령인구의 취약한 건강행태 • 만성질환 이환 인구 증가 • 건강생활실천 환경 부족 • 건강증진 인식 부족 및 참여 저조 • 주도적 참여율 저조 • 건강리더자 부재	➡	전략회의	• 지역사회 관심 조사, 건강문제 파악 • 부서별 담당자 회의, 주민의견수렴 방안, • 대상자 선정, 세부추진계획 논의
		기반조성	• 지도자 양성 프로그램 운영 • 모바일 커뮤니티 개설, 정보공유 및 환류 • 프로그램 운영 물품 지원
		건강관리	• 걷기 운동교실 운영 • 낙상예방, 치매예방, 인지강화교실 운영 • 갱년기 예방 건강교실 운영 • 기타(타 부서) 연계 건강관리사업 운영
		환경조성	• 걷기환경조성(신안군청 연계) – 사계절 꽃피는 1004섬, 1004㎞ 모실길 조성 • 축제 연계 건강증진 홍보캠페인 전개 • 걷기실천환경조성(건강계단 설치)

■ 추진전략별 주요내용

구분	주요내용	관련사진
전략회의	• 지역사회 관심(군민을 위해 필요한 사업)_신안군사회조사,2018 – 건강교육(고혈압, 당뇨 등) 16%, 영양 · 비만관리 10.2%, 금연 · 금주지원 7.1% 등 건강증진사업이 33.3%를 차지 • 부서별 담당자 회의 : 3회 – 건강문제 파악, 대상자 선정, 목표(지표)설정 논의 – 걷기운동교실 직원역량강화 및 자원연계 협력 방안 – 사업 참여자 수요조사, 프로그램 세부 운영 및 개선사항 ※ 상반기 운영성과 및 사례발표, 운동(실기) 교육 실시 • 프로그램 참여 수요조사 실시 : 17개소 참여 신청 – 주요신청내용 : 낙상예방, 걷기 등	
기반조성	• 걷기 지도자 양성 프로그램 운영 : 2회 / 28명(연인원) ※ 지도자 양성으로 주도적 프로그램 운영 가능 • 모바일 커뮤니티 개설, 정보공유 및 환류 – 걷기 지도자, 사업참여자 및 지지 가족, 담당공무원 등 ※ 참여 독려, 가족지지 및 공감대 형성, 성취감 획득 • 프로그램 운영 물품 지원 – 심뇌혈관예방 교육 동영상 및 자료 보급 – 노르딕워킹 스틱 보급 : 400세트 – 마스크, 모자, 세라밴드, 레돈도볼 등	
건강관리	• 걷기 운동교실 운영 : 131회/ 1,840명 • 낙상예방 및 건강증진프로그램 운영 : 8회/ 2,400명 – 근력강화, 균형감 향상, 심뇌혈관질환예방 교육 등 • 갱년기 예방 한의약 건강교실 운영 : 3개소/10회/900명 • 치매예방 및 인지강화교실 운영 : 16회 / 380명 • 타사업(기관) 연계 건강관리사업 : 16,386명 – 한방 순회진료 : 4회 / 156명 – 정신건강증진교실 운영 : 10회 / 230명 – 경로당 백세건강교실(건보공단) : 10개소/165회/4,000명 – 운동교실(신안군체육회) : 31개소/868회/12,000명	
환경조성	• 걷기 좋은 환경조성 – 1읍면 1특성화 공원(사계절 꽃피는 1004섬) 조성 – 1004㎞ 갯벌 모실길 조성 – 생활체육 활성화를 위한 1읍면 1잔디구장 조성 추진 – 걷기실천 환경 조성(건강계단 시공) • 지역 축제 연계 건강증진 홍보캠페인 전개 : 11회/14,000명	

■ 자원(인력 및 예산)투입

•인력투입

인력명	고용형태	자격내용	주요업무	타업무
임향미	무기계약근로자	운동지도사	신체활동	–
곽대영	무기계약근로자	간호사	심뇌혈관질환관리	순회진료
안 건	공중보건의	의사	심뇌혈관질환관리	순회진료
김주연	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
박경자	보건진료6급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
박수미	보건진료6급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
윤현	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
안은희	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
이미자	보건진료6급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
김혜월	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
양미애	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
유선경	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
이미진	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
김인순	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
강인숙	보건진료7급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
이정옥	보건진료6급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영
이형심	보건진료6급	간호사	신체활동 심뇌혈관질환관리	보건진료소 운영

•예산투입

(단위 : 천원)

구분	투입총액	국비보조비				군비추가투입
		소계	국비	도비	군비	
사업비	23,032	12,322	6,161	1,232	4,929	10,710
인건비	66,803	48,484	24,242	4,848	19,394	18,319
총 계	89,835	60,806	30,403	6,080	24,323	29,029

※ 투입인력(무기계약근로자)에 대한 인건비임

3. 추진성과

■ 목표달성도

지 표 명	계획(A)	달성(B)	달성률(B/A)×100)	자료원
혈압인지율	56%	78%	156%	프로그램 참여자 설문조사
혈당인지율	20%	50%	248%	프로그램 참여자 설문조사
건강증진프로그램 참여자 만족도	85%	84%	98%	프로그램 참여자 설문조사
건강증진프로그램 참여자 이수율	95%	100%	104%	프로그램 참여자 설문조사

■ 사업의 성공요인

•3방향 의사소통의 모바일 커뮤니티 체계구축으로 실시간 정보공유와 환류 및 정확하고 즉각적인 주민 요구도 파악 반영으로 만족도 제고

– 건강관리의 필요성 인식과 건강생활실천의 공감대 형성 등

모바일 커뮤니티 구축 전	모바일 커뮤니티 구축 후

모바일 커뮤니티(SNS) 활용의 기대효과

• 소통의 장의로서 역할

– 실시간 정보공유와 환류로 정확한 주민요구도 파악 및 즉시 반영 (건강증진사업 및 보건사업 연계 추진 용이)

– 도시에 살고 있는 자녀들이 SNS를 통한 부모님의 안부 파악

– 건강관리의 필요성 인식 등 공감대 형성

– 주민, 건강리더, 지지가족, 담당 공무원 등 다자간 의사소통

• 가족 지지형성 : 주민(부모)의 불참시 SNS를 본 자녀의 참여 독려

• 걷기 동아리 활성화 및 주민주도형 건강관리 확산 · 파급 효과 기대

■ 향후계획

주민주도형 건강생활실천 생활화로 건강행태 개선

- 주민참여형 전략 추진
  - 건강지도자 양성
    → 주민주도적 건강활동을 위한 기반 조성
  - 지역사회 자원연계 · 협력을 위한 자원발굴 및 관계형성
  - 모바일 커뮤니티 활성화로 소통 · 참여 확대
- 주민협력형 및 주도형 활성화 전략 추진
  - 건강지도자 역량강화
  → 마을단위 주도적 건강활동 추진
  - 걷기 동아리 결성 및 활성화
  - 걷기 좋은 환경조성

전라남도
나주시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 김예린

걸어서 남주나?
나주지~!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태중심	전체	신체활동

1. 추진배경

■ 불규칙한 양상을 보이는 걷기 실천율
- 나주시 걷기 실천율: 2016년 30.4%, 2017년 22.4%, 2018년 39.7%

■ 빛가람 혁신도시의 영향으로 꾸준한 인구증가
- 생산가능인구(15~64세) 특히 증가: 2016년 67,732명, 2017년 71,512명, 2018년 74,260명

■ 운동부족이 건강문제에 영향을 미치는 중요 원인으로 인식
- 주민건강요구도 조사 결과(나주시민 440명, 7일간 진행) 건강문제 영향 미치는 행태 중 1위 운동부족, 2위 음주, 3위 흡연

→ 만성질환 예방 및 건강한 삶을 위한 보편적이면서 운동효과가 입증된 걷기 운동의 생활화 필요

2. 추진내용

1) 추진전략
- 목적: 생애주기별, 생활터별 걷기사업 제공으로 걷기 실천율 향상 및 걷기운동 동기부여
- 대상: 15세 이상 나주시민

• 목표

자체성과지표	2017년	2018년	2019년
걷기 실천율 (변폭수치 고려)	22.40%	39.70%	35.00%
프로그램 참여 후 건강에 대한 긍정적 변화율	–	–	70%

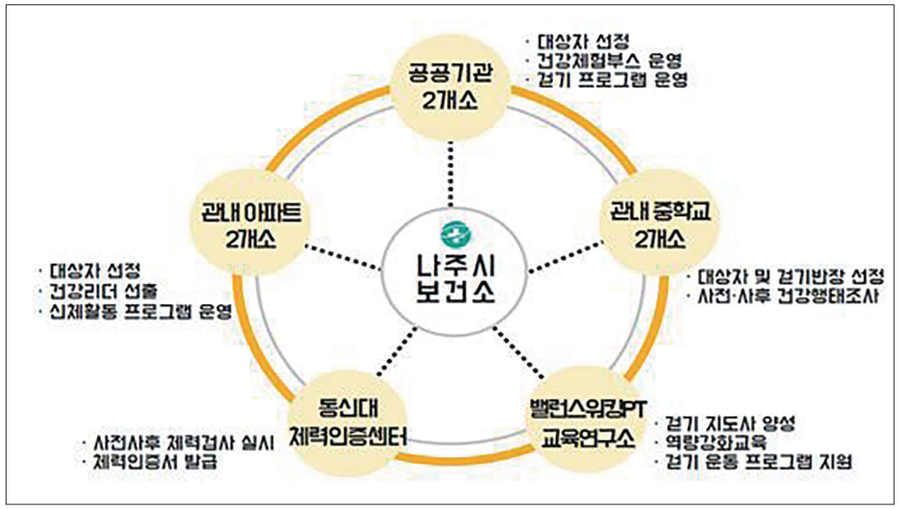
• 전략

경쟁구도를 통한 걷기운동 동기부여 (청소년, 직장인 대상)

생활터로 찾아가는 걷기프로그램 운영 (아파트, 경로당 등)

걷기 지도자(주민) 양성을 통한 지속적 프로그램 유지·확대

2) 협력 연계



3) 추진내용

1. 청소년·직장인 대상 경쟁구도를 통한 걷기운동 동기부여
   – 사업대상 : 관내 청소년, 직장인
   – 장 소 : 관내 중학교 2개소, 직장 2개소
   – 학령인구 증가에 따라 맞춤형 건강증진 프로그램 도입으로 성인비만 이행 조기차단
   – 청·장년층 대상 찾아가는 서비스 사업 확대로 직장 내 건강관리 분위기 조성

사전기초검사 및 사업설명	모바일 앱(워크온)을 활용한 걷기 대항전	사후기초검사, 건강체험부스 운영	걸음 수 최종 합산 및 수상
• 고지혈증 검사,BMI (인바디) 및 스트레스 측정 등	• 모바일 앱 내 커뮤니티 기능 활용하여 건강, 영양정보 제공 • 목표걸음 수 달성 시 성공품 제공	• 사전과 동일 검사 후 비교 분석 • 직장인 대상 건강체험 부스 제공 (금연 클리닉, 절주 체험 등) • 걷기실천율, 인식변화 등에 대한 만족도조사	• 우수 팀, 개인 선정 후 소정 상품지급 • 참가자 전원 참가상품 지급

2. 생활터로 찾아가는 걷기 프로그램을 통한 접근성·참여성 확대
   – 사업대상 : 청·장년 및 노인
   – 장 소 : 아파트, 경로당, 야외 호수공원 등
   – 걷기 프로그램 사전·사후 건강검사를 통해 신체활동의 중요성에 대한 인식제고

건강한 아파트 만들기	걸을수록 행복해지는 빛가람 밸런스워킹PT	진료소 주변 마을 건강취약어르신 밸런스워킹PT
• 대상: 건강한아파트 선정 주민 • 장소: 아파트 내 운동시설 • 내용 – 혁신도시 이주민의 건강욕구 충족 – 사전 · 사후 건강검사 후 비교 분석(혈압, 고지혈증, 인바디, 체력 검사 등) – 굽은 등과 어깨, 허리 등 전신 스트레칭에 도움을 주는 밸런스 워킹PT 프로그램 운영	• 대상: 빛가람동 주민 • 장소: 빛가람 호수공원 야외공연장 • 내용 – 야간시간 활용 적극적인 참여 유도 – 주민 자발적 활동모임 결성을 통한 건강증진 프로그램 운영	• 대상: 15개 보건진료소 인근 마을 노인 • 장소: 경로당 • 내용 – 쉽게 따라하는 맞춤형 프로그램 제공 – 사전 · 중 · 후 건강검사 후 비교 분석(혈압, 고지혈증, 인바디 검사 등) – 걷기 지도자 양성을 통한 운동 확산 – 걷기생활 습관화 형성으로 만성 질환 예방 및 건강증진 도모

3. 추진성과

1) 주요성과

• 직장인의 경우 주3회 30분 이상 걷기 실천율이 사업 전 3%에서 사업 후 80%로 증가하고 중성지방은 사업 전 173.88(mg/dL)에서 사업 후 141.61(mg/dL)로 대표지표 세 가지 (BMI, 체성분, 중성지방) 중 가장 큰 폭으로 감소함

• 참여자의 78%가 프로그램 참여 후 걷는 양이 많아졌으며 걷기에 대한 관심이 많아졌고, 스트레스 감소, 체력증진, 체중감소 등 건강에 대해 긍정적인 변화가 있었다고 응답

2) 주요 성공요인 및 향후계획

• 걷기 실천 모바일 플랫폼 구축을 통하여 일상 속 걷기 실천을 유도하고, 사업 종료 후에도 자발적인 건강생활실천 분위기를 독려함

• 생활터로 찾아가는 걷기 프로그램을 통해 접근성, 참여성을 확대시키고 신체활동의 중요성에 대한 인식을 제고함

• 청소년, 청·장년층이 증가하는 특성에 맞춘 학교 및 기관별 경쟁구도형 신체활동 프로그램 활성화

• 밸런스워킹PT 활성화를 통한 주민 건강지도자 교육 및 양성

전라남도
광양시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 정주희

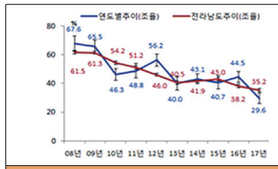
참여하고 소통하는 지역사회중심 함께해 건강생활실천

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	일상속 움직임 활성화 유도로 걷기실천율 향상 건강생활실천 인식개선 교육 및 체험학습 중심	성인 , 어린이, 청소년	(주영역)신체활동 / (부영역)절주

1. 추진배경

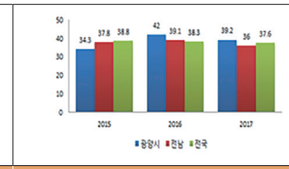
■ 지역현황 및 건강문제

- 걷기실천율(29.6%)은 감소추세로 5년 전 대비 10.4%p 감소, 10년 전 대비 38%p감소
- 월간음주율은 60.7%로 전남보다 8.5%p 높고, 전국보다 3.4%p 높음
- 남자 현재흡연율이 39.2%로 전남보다 3.2%p 높고 전국보다 1.6%p 높음



걷기실천율 추이('08~'17)

월간음주율(최근3년)



현재 남자흡연율(최근3년)

■ 사업선정배경

- 지역사회 건강지표 중'걷기실천율, 중등도 신체활동 실천율, 월간음주율, 현재흡연율'등 주로 건강행태 관련 부진지표를 보임
- 2018. 지역보건의료계획 수립 위한 주민설문조사 분석 결과 가장 우선적으로 강화해야 할 사업 1위 노인보건사업, 2위 건강생활실천사업으로 나타남
- (결론) 우리지역에서 개선할 부진지표를 핵심성과지표로 추진하되, 주민이 원하는 1위노인보건사업을 함께 추진하기로 결정함

2. 추진내용

■ 추진체계

■ 추진방법 : 사회생태학적 관점으로 접근

■ 담당인력 및 예산현황

추진인력		소요예산
내부인력	외부인력	
• 14명 – 공무원: 3명 – 전문인력: 10명 – 공중보건의사: 1명	• 체조전문강사: 20명 • 경로당체조봉사자: 44명 • 마을건강지도자: 36명 • 금연지도원: 29명 • 유관기관: 7개소 • 협력부서: 6개소	• 564,471천원 – 국비: 150,991천원 – 도비: 39,198천원 – 군비: 374,282천원

■ 운영내용

전략별	사업명	사업내용	관련사진
1. 주민참여형 건강증진 사업	시민건강증진 프로그램운영	• 여성비만예방교실/ 만성질환예방교실 주4회 운영 – 사업대상 : 선착순 60명 – 장소 : 건강증진센터 체력단련실 – 추진내용 : 체성분, 기초건강검사 실시로 개별 건강상태 진단, 비만 및 건강위험요인 감소를 위한 운동 지도	
	one-stop 농촌지역 건강증진 프로그램 (걷기자 조마을)	• 면단위 공중목욕장 중심 6개소 6개팀 운영 – 요가, 밴드운동, 생활체조, 스트레칭 등 신체활동을 통한 근력강화 운동: 256회/ 6,160명 – 보건교육 및 개인별 기초 건강검진, 상담, 성과분석	
		• '다같이 돌자 동네한바퀴' 걷기자조마을 운영 – 사업대상 : 걷기자조마을 20개소 – 사업내용 :1540걷기실천 및 주1회 동네한바퀴	
	건강 백세 장수체조교실 확대 운영	• '17년 52개소 → '18년 65개소 → '19년 101개소 운영 – 보건소 자체양성 체조 강사 활동(14명) – 생활체조, 요가, 라인댄스 등 신체활동 :1,817회/ 20,409명 – 제 3회 백세건강 장수체조 발표대회개최 : 2019.10.31.	
		• 지역행사 및 축제 연계 장수체조 공연 : 11회 37개마을 300명 – 경로위안잔치, 체육행사 등 지역주민 장수체조 식전공연 – 읍 · 면 · 동사무소와 사전 협의	
		• 주민주도형 장수체조 자조마을 20개소 운영 – 장주체조 자조교실 T/F팀 구성 및 간담회(필요시) – 신체활동 프로그램 지원(USB체조 동영상, 스트레칭밴드 등) – 네이버 밴드에 주민 스스로 활동사진 올리기	
	찾아가는 절주, 영양교육	• 찾아가는 절주, 영양교육 – 사업대상 : 면단위 60개 마을 – 노인 절주 및 영양교육	
	찾아가는 생활터별 금연,절주 지원	• 찾아가는 어린이 흡연예방교육 : 14개소 371명 • 초등학교 금연송 체조교실 : 12개교 911명 • 담배,음주 없는 건강한 배움터 만들기 – 흡연 청소년 상담 (2019년 8개교 165명 등록관리 41회 운영) – 청소년 절주교육 : 7개소 24회 361명 • 직장 이동금연클리닉 운영 – 2019년 7개소 96명 등록 관리 54회 운영 • 직장인 이동건강교실(금연,절주) 운영 : 7회 355명 • 기타 임산부 및 장애인 절주교육 : 3회 60명	
	동거동락 건강마을 가꾸기	• 주민참여 동거동락 건강마을 가꾸기 – 참여마을 : 22개 마을 (기존 19개마을 + 신규 3개마을) – 진행기술 : 퍼실리테이션 / Action checklist / 건강조사 – 적용도구 : 참여형 개선활동(PAOT), 주민 참여형 CBPR 6단계 – 사업평가 : 건강조사 평가분석, 건강마을한마음행사 개최	
	모바일헬스 케어 사업 신규 참여	• 기간 : 2019. 5. ~ 2019. 12. • 대상자 : 100명(30~50대 광양시민) • 인력 : 5명(코디네이터, 간호사, 영양사, 운동지도사, 의사) • 주요내용 – 대상자 영역별 맞춤형 건강관리 상담 및 서비스 제공 – 성과지표 관리(건강위험요인감소율, 건강행태개선율, 지속참여율, 성과분석 및 만족도 조사)	

전략별	사업명	사업내용	관련사진
2. 협력체계 구축 및 지역사회 역량강화	건강생활 실천실무 협의체구성	• 건강생활실천 실무자 네트워크 구축 – 대상 : 건강보험공단, 체육회, 대한노인회, 복지관, 도시보건지소 – 유관기관 신체활동관련 업무 수시공유 및 간담회 2회	
	금연 · 절주 사업 MOU체결	• 대학생 금연 · 절주문화 확산을 위한 MOU 체결 – 일시 : 2019. 2월 – 장소 : 광양보건대학, 한려대학교 – 내용 : 지역사회 건강생활실천 확산 및 대학생 학사일정과 연계한 금연 · 절주 실천을 위한 공동 노력 신입생 절주 선언문 및 금연 · 절주 교육 – 광양보건대 절주동아리 학생들과 캠페인 등 업무 협조	
	건강복지 서비스 MOU체결	• 찾아가는 마을단위 건강복지서비스 – 협약기관: 광양시보건소, (사)한국피부미용사광양지부 – 전문 강사를 통한 힐링터치 서비스 제공 및 연계 협약	
	지역사회 통합건강 증진사업 협의체 구성	• 지역사회통합건강증진사업 실무협의체 구성 – 구성 : 9개사업 담당, 담당자, 총괄과장 – 장소 : 광양시보건소 소회의실 – 내용 : 연2회 이상 통합건강증진사업 업무공유 협업간담회 추진 및 사업 모니터링	
	체조강사 간담회	• 장수체조강사 간담회 : 6회 – 장소 : 보건소 회의실 (강사 14명) – 내용 : 장수체조교실 효율적 운영 및 어르신 건강생활실천 분위기 확산을 위한 협력	
	치매예방 지도자 양성	• 치매예방지도자 양성 – 양성인원 : 221명(1기~4기) – 내용 : 치매예방지도업무 발대식 및 치매예방활동 – 관내 마을회관 102개소 치매예방활동 추진	
	건강지도자 양성	• 건강마을 건강지도자 양성 – 장소 : 보건소 대회의실 – 대상 : 36명 – 참여형 건강마을가꾸기 소개 – 주민 건강지도자의 자세와 역할	
	건강지도자 힐링프로그램운영	• 건강지도자 마음건강 힐링클래식 강좌 운영 – 건강지도자(150명) : 1차 – 독거노인생활관리사(50명) : 2차 – 장수체조강사 및 지도자(58명) : 3차	
3. 건강생활 실천 분위기조성	백운산 힐링캠프	• 백운산 건강체험「빛따술 광양숲속 빛나는 힐링캠프」 – 운영횟수 : 2회/ 60명 – 대상 : 취업준비생, 사회복지사 – 운영내용 : 스트레스지수 측정, 힐링명상프로그램, 숲속걷기명상, 건강밥상 식이체험프로그램 등	
	걷기분위기 조성 위한 광양시민 건강걷기 대회	• 광양시민 벚꽃길 걷기대회 – 참석인원 : 1,500여명(광양시민, 지역사회단체 등) – 장소 : 전남드래곤즈구장(금호동), 서천, 동천(광양읍)	
		• 섬진강 매화꽃길 건강걷기 – 대상: 300여명(광양시민 및 산악회 동호회원 등) – 장소: 섬진강 매화축제장 일원	
		• 중마동 숲길 건강걷기 – 대상 : 1,000여명(중마동 주민 및 중마동사회단체 회원 등) – 장소 : 마동근린공원(현충탑)둘레길 약3km	
		• 가야산 숲길걷기 – 대상 : 225여명(가야초등학교 학생, 주민 및 관계자 등) – 장소 : 광영 큰골약수터 주차장 ~ 불광사 입구 약6km	
	걷기실천 분위기확산	• 우리동네 공원걷기 '야간 밸런스워킹' 등 운영 : 8개소 – 광양읍 : 우산웰빙테마공원 저녁 7시30분 – 마동 : 마동저수지생태공원 저녁 7시30분 – 광양시 체육회 연계 : 6개지역 공원 운동교실 운영	

3. 건강생활 실천 분위기 조성	어린이, 청소년, 대학생 금연, 절주교육 및 캠페인	• 어린이보건교육장 운영 : 55개소 3,000여명 – 신체활동, 비만, 음주예방 등 건강생활실천 체험학습 • 어린이 흡연예방 인형극 : 20개소 • 초등학교 금연체험교실 : 2개교 278명 • 청소년 건강생활체험부스 운영 : 2회 1,000여명 • 청소년 음주 유해환경 지도점검 : 3회(보육센터협력) • 금연교육(2회) : 진상 마이스터고/ 광양보건대 신입생 • 광양보건대학 신입생 금연 · 절주 선언 낭독 – 대학 입학식, 졸업식 금연, 절주 캠페인 : 2회	
	지역사회 건강생활 실천 캠페인 및 홍보	• 지역축제, 행사 연계 건강생활실천부스 운영 – 사업기간 : 연중(실적 : 17회) – 사업대상 : 광양시민 전체 – 지역축제 및 행사 연계 건강생활실천(금연, 절주, 영양, 비만, 운동) 부스 운영 및 홍보 캠페인	
		• 시민건강지킴이「우리동네 보건소 알차게 이용하기」발간 – 발간일정 : 2019. 7월 / 제작부수 : 1,000부 – 통합건강증진사업 및 보건지원사업 안내 및 홍보 – 건강체험부스 운영 시 주민홍보 및 배부 • 건강생활실천 사업 보도자료 : 16건	

3. 추진성과

■ **건강생활실천 유도로 주민의 건강행태개선 및 건강생활실천율 향상에 기여**

- 대한민국 건강랭킹 도내2위(전국 10위) 달성
- '1인당 연간 진료비'1,428천원(전국1,585천원)으로 전남(2,109천원) 도내 최저 기록
- 2018. 질병관리본부 기관상 수상(지역사회 건강조사 혈당인지율 상승)
- 2017. 치매예방관리 우수기관 선정
- 주민주도형 장수체조 자조교실 운영마을 확대(전년대비 100%증가)
- 장소체조교실 확대운영(전년대비 55% 증가)으로 건강생활실천 분위기 확산
- 주민주도형 장수체조 자조교실 운영 마을 지속·확대 추진: 전년대비 100%증가

■ **건강증진 신체활동 프로그램 높은 주민만족도 및 핵심성과지표 개선**

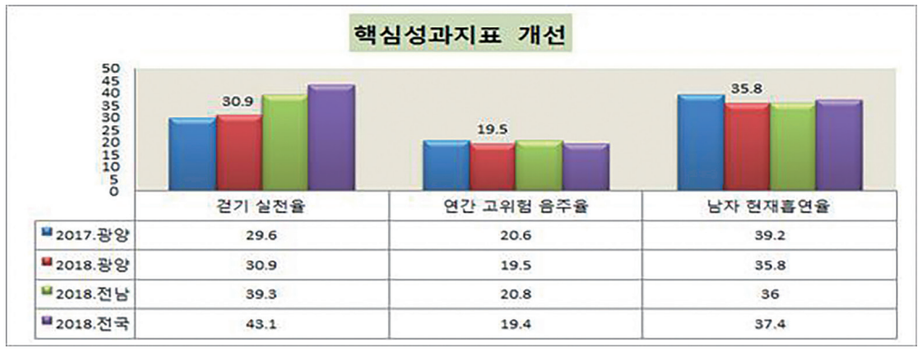
	장수체조	장수체조 시연대회	노인 건강증진 프로그램	비만 예방교실	만성질환 예방교실
주민 만족도	80.1	89	100	93.3	94.1

- 핵심성과지표 목표달성 및 개선

→ 걷기실천율은 전남과 전국보다 높긴하지만 전년대비 1.3% 개선됨

→ 연간 고위험음주율은 전년대비 1.1%p 감소, 전남보다1.2%p 낮음

→ 남자 현재흡연율은 전년대비 3.4%p 감소, 전남보다 0.2%p 전국보다 1.6%p 낮음



	걷기 실천율	연간 고위험 음주율	남자 현재흡연율
2017.광양	29.6	20.6	39.2
2018.광양	30.9	19.5	35.8
2018.전남	39.3	20.8	36
2018.전국	43.1	19.4	37.4

■ 지역주민 역량강화 및 인적자원 확보로 사회적 지지기반 조성

- 2019. 장수체조지도자 양성 : 44명 (양성교육과정 만족도 100%)
- 2018. 건강마을 지도자 양성 : 31명 / 전남 최초 치매예방지도자 양성 : 239명
- 건강위협요인 대응을 위한 건강 안정망 확보 : '19년 모바일 헬스케어사업 선정
- 건강생활실천사업 자체예산 추가확보

4. 향후계획

■ **걷기실천 활성화 사업 확대 및 신규사업 추진**

- 광양시 공식 커뮤니티 모바일 걷기앱 워크온 개설 및 걷기실천 챌린지 운영 : 연중
- 걷기자조마을 지속 확대운영(연중) : 20개소 → 24개소
- 시민건강걷기대회 개최 및 읍면동 걷기왕 시상 : 2020. 11월 중

■ **장수체조교실 확대운영 및 제4회 장수체조 축제한마당 개최**

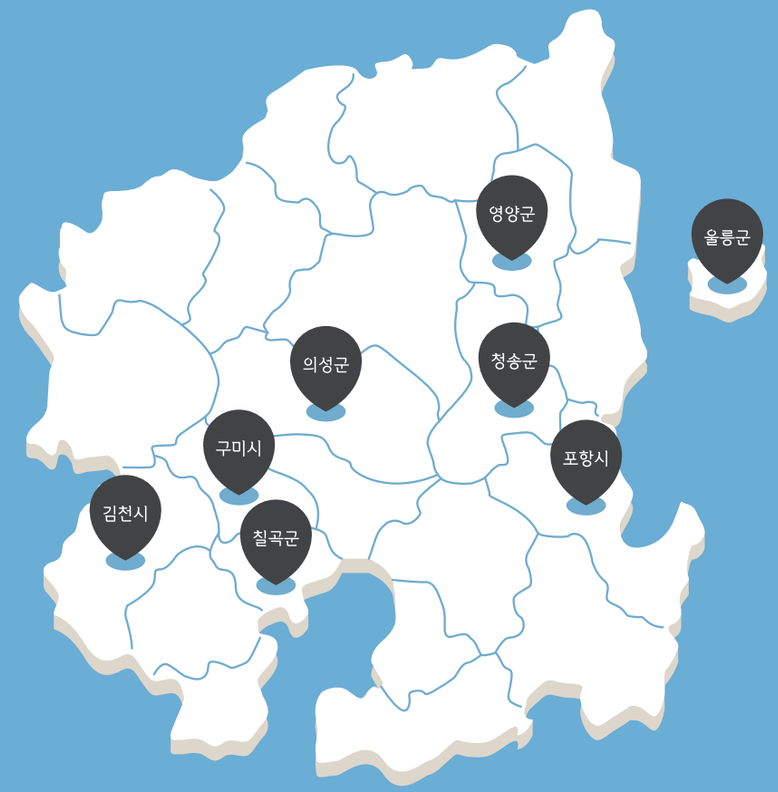
- 2019년 101개소 ⇒ 2020년 160개소 (58.4% 증가)

■ **비만 및 음주폐해예방 사업 홍보 및 캠페인 연중 실시**

- 방 법 : 지역축제 및 행사시 리플렛, 현수막, SNS, 보도자료, 전단지, 홍보물품 등

■ **건강마을 운영 및 한마음 행사개최**

- 일정 : 2020. 1 ~ 12월
- 참여마을 : 25개 건강마을(기존 22, 신규3)
- 운영내용
  - – 동거동락 건강지도자 추가 양성신규마을 퍼실리테이션 및 건강마을 중간 모니터링 실시
  - – 마을별 신체활동 시연 및 건강마을활동 활동과정 전시



경상북도

01 영양군 보건소
건강습관으로 여든까지!

02 포항시 보건소
3Young ! 5Young ! Health zone 2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업

03 김천시 보건소
(김천시) 한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기

04 구미시 보건소
21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작! 다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기

05 의성군 보건소
생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

06 청송군 보건소
산소카페 청송! 함께 걷는 한걸음

07 고령군 보건소
[걷기야 친구하자] 2019년 '걷기 프로젝트'운영

08 칠곡군 보건소
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

경상북도
영양군 보건소

부 서 : 건강증진담당
담당자 : 김다운

건강습관으로 여든까지!

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	특정 생애주기 및 전략집중	아동 및 청소년	(주영역)금연 / (부영역)구강

1. 추진배경

■ **낮은 보건교사 배치율**

• 전국 78.3%, 경북 63.8%에 비하여 영양군은 23.0%로 보건교사 배치율이 매우 낮음

■ **의료기관 부재로 인한 1차 예방의 필요성 증대**

• 영양군 민간의료기관은 7개소 중 소아청소년과가 없어 질병이환 시 인근 지자체로 나가 진료를 봐야 되는 실정이며 보건소에서는 소아 및 청소년에 대한 1차 예방관리로 건강증진 및 질병을 예방하기 위한 보건사업 추진이 필요함

2. 추진내용

■ **추진체계 및 연계협력**

연계협력	내용
영양군체육회	신체활동 교육 강사지원
영양교육지원청	간담회를 통한 정보교류
급식관리지원센터	영양교육프로그램 구성협조
녹색어머니회	등굣길 금연홍보
다문화가족지원센터	취약계층 어린이 연계
어린이집 연합회	가정 연계 프로그램 운영 협조
주민복지과	취약계층 어린이 연계
종합민원과	어린이 유해환경 합동점검

■ **세부추진내용**

1. 지역사회 협력체계 구축 및 의견수렴

• 유치원 어린이집 간담회 (2019. 4. 15.)
– 내용 : 유치원 · 어린이집 보건프로그램 운영방안 토의
• 학교보건사업 간담회 (2019. 4. 11.)
– 내용 : 학교보건사업 운영방안 토의 및 전년도 보건사업 모니터링
• 아동복지기관협의체 (2019. 3. 27, 6. 26, 9. 24, 12. 3.)
– 내용 : 아동복지기관 간 정보공유 및 복지서비스 연계, 구축방안 협의
• 어린이 급식관리지원센터 간담회 (2019. 6. 21.)
– 내용 : 미취학 아동 영양 사업 연계방안 협의 및 하반기 영양교육 프로그램 운영

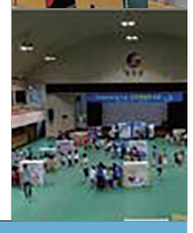
2. 건강 환경 구축 및 홍보활동 강화

제3장 관련서식

• 건강증진사업 홍보캠페인
– 영양시장 건강증진사업 홍보 : 20회 (월2회)
– 산나물 축제 연계 금연캠페인 및 학교 금연캠페인 운영
• 학교 금연구역 관리
– 학교 금연구역 표지판 설치 및 점검, 교육청, 학교보건교사, 학부모 연계 금연구역 및 담배소매업소 점검
• 녹색어머니회 등굣길 금연홍보 활동
– 내용 : 80회 운영

사전협의	→	물품제공	→	활동
• 학교보건교사 사전회의 • 녹색어머니회 사전회의		• 금연천사 조끼 금연홍보 교통안전기		• 등교 시간 교통지도 시 금연홍보 문구가 인쇄 된 교통안전기 사용

3. 찾아가는 건강 학교 운영



• 찾아가는 건강 학교 프로그램 참여 영역

구분	금연	절주	구강	영양	신체	비만	아토피	심뇌
유치원 · 어린이집 통합건강교실	○		○	○	○		○	
초 · 중 · 고등학교 통합건강교실	○	○	○				○	
몸짱 어린이 운동교실				○	○	○		
어린이 건강체험관	○	○	○	○	○	○	○	○
건강증진 인형극 공연			○				○	

• 유치원 · 어린이집 통합건강교실 (2019. 5. 20. ~ 11. 26.)
– 운영방법

보건소 담당자 협의	→	관련기관사전 협의	→	사업추진	→	평가
투입담당자 내용 및 방법 토의		교육내용 및 방법 일정관련 협의		프로그램 운영		모니터링

• 영역별 건강증진 교육 및 체험활동 제공 : 11개소 93회 300명
• 초 · 중 · 고등학교 통합건강교실 (2019. 3. ~ 12.)
– 구강보건실 운영 : 구강검진 및 교육(64회/347명)
– 흡연 및 음주예방 교육 : 9개소/20회/467명
– 아토피 안심학교 운영 : 아토피 예방교육(30회/612명), 보습제 지원(106명), 보건교사 역량강화교육
• 여름방학 아동 건강체험 교실 (2019. 7. 25. ~ 7. 30.)
– 내용 : 체성분 검사 및 기초검사, 건강식단 만들기 실습, 신체활동 교육 (4회/22명)
• 어린이 건강체험관 운영
– 구강보건의 날 및 아토피천식예방 인형극 및 통합건강증진체험관 운영(2회/000명)
– 산나물 축제 교육청 및 흡연예방심화학교 연계 어린이 흡연예방 체험관 운영

4. 의료소외계층을 위한 보건사업 추진

• 지역아동센터 건강교실 운영 (2019. 7. 11. ~ 8. 19.)
– 사전, 사후 기초건강검진 : 46명 (유소견자 보건소 연계 17명, 가정통신문 발송)
– 구강, 흡연예방, 아토피, 영양실습 교육 : 70명/9회
• 드림스타트 연계 프로그램 운영
– 동병하치 프로그램 : 한방진료 후 삼복첩 및 생기차 처방 20명/3회
– 드림스타트 프로그램(어린이 요가교실, 짐볼 드럼) 전후 건강검진 : 40명/4회
• 다문화가족 프로그램 운영
– 영양플러스 대상자 건강관리 : 다문화센터 통역사 동행하여 개인별 건강 상담 및 보건교육 제공
– 다문화가족 운동회 건강체험관 운영 : 건강검진 93명, 우울도 검사 8명

■ 자원투입의 결과

구분	건강환경 구축 및 홍보		찾아가는 건강학교		의료소외계층위한 보건사업	
인력	내부	사업담당 사업담당자 9명 통합전문인력 12명(간호사6, 영양사2, 금연상담사2, 치과위생사, 체육지도자)				
	외부	종합민원과 녹색어머니회 자원봉사센터 우리마을건강파트너	외부	급식관리지원센터 영양교육지원청 어린이집연합회 영양군체육회	외부	주민복지과 지역아동센터 다문화가족지원센터
예산	22,000천원 (기11,000, 도3300, 군7,700)		8,000천원 (기4,000, 도1,200, 군2,800)		68,400천원 (기34,200, 도10,260, 군23,940)	

3. 추진성과

■ 목표달성도

성과지표		목표	결과	달성도	목표 설정기준
지역사회 협력체계 구축 및 의견수렴	협의체 및 간담회 운영횟수(회)	6	6	100%	세부사업 추진 전, 후
	내부 모니터링 횟수(회)	8	8	100%	세부사업 추진 전, 후
건강 환경 구축 및 홍보활동 강화	건강 체험관 운영(회)	4	4	100%	영유아 청소년 관련 행사운영 횟수 (타기관 포함)
	홍보캠페인 운영(회)	24	101	420.80%	월 2회
찾아가는 건강 학교 운영	건강교육 운영(회)	96	181	188.50%	관내 학교 수 × 4회
	교육 만족도(%)	90	100	111.10%	전년도 대비 향상
의료소외계층을 위한 보건사업 추진	연계협력 기관 수(개)	5	5	100%	의료소외계층 관련 관내 기관 수

■ 주요성과

타 기관 연계확대 | 건강교육 후 지식변화 | 건강교육 확대 운영

■ 향후계획

부모 참여 프로그램 개발 및 찾아가는 건강체험관 운영	➡	•부모 참여 교육자료 개발 및 배부 •학부모 참여 수업 연계 보건교육 실시 •학교로 찾아가는 통합건강체험관 운영(24개소)
취약계층 아동 건강 연중 관리	➡	•드림스타트 등록 아동 전체 통합건강상담 및 연중 추구관리
2020년 하반기 청소년수련관 완공 시 연계 프로그램 운영	➡	•학부모 대상 프로그램 요구 설문조사 실시 (2020. 1. ~ 6.) •청소년 수련관 연계 프로그램 개발 및 대상자 모집

경상북도 영양군 보건소

경상북도 포항시
남구 보건소

부 서 : 남구 건강관리과
담당자 : 김영숙

– 3Young ! 5Young ! Health zone –

2019년 사업장 3050세대 통합건강증진사업

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태중심	성인	영양, 비만, 신체활동 영역

1. 추진배경

■ 현황 및 사업선정 배경

•철강공단이 밀집되어 있는 포항시 남구의 지역특성을 고려하여 계획·운영되고 있는 사업장 3050세대 통합건강증진사업은 1년차도(2018년) 200인 이상 대규모 사업장을 주 대상으로 추진하면서 건강 형평성 제고를 위해 2019년 2차년도에는 보건관리자가 상주하지 않는 근로취약계층인 50인 이하/50인 이상 소규모 사업장 내 만성질환의 잠재적 고위험군인 3050세대 근로자를 주 대상으로 체계적인 건강증진 프로그램을 운영하고 건강한 근로환경을 조성하여 청·장년층의 생활습관을 개선하고 건강증진 향상을 도모하고자 함

■ 포항시 남구 주요 건강지표

경북

- 포항시 남구 걷기실천율은 2015년 48.4%에서 35.4%(2016년), 29.3%(2017년)로, 경북전체 및 전국 걷기 실천율보다 낮은 수치를 나타내어 걷기운동 확산 및 올바른 걷기 운동 보급을 위한 사업 추진 필요함
- 30세 이상 고혈압 진단 경험률이 2015년 24%에서 23.5%(2016년), 23.6%(2017년)로 지속적인 감소추세를 보일뿐만 아니라 고혈압 진단 경험자의 치료율 또한 경북 및 전국보다 낮은 수치를 보여 잠재적 만성질환 고위험군인 30~50세 청·장년층을 대상으로 체계적인 통합건강관리프로그램을 통한 개인의 건강관리 능력 향상이 요구됨
- 포항시 남구 남자 현재 흡연율은 2015년 37.7%에서 41.5%(2016년), 42.4%(2017년)로 포항시 전체 및 전국 흡연율보다 높은 수치를 보이므로 남성 근로자가 밀집되어 있는 철강공단 근로자를 대상으로 금연사업을 추진할 필요가 있음

보건관리자가 없는 소규모 사업장 근로자를 대상으로 체계적인
건강증진 프로그램 운영 및 건강한 근로환경을 조성하여 만성질환의
잠재적 고위험군인 30~50세대 청,장년층의 건강증진에 기여

2. 추진내용

■ **사업대상**

- 50인 이하(두웰, 현승, DS개발, KRT, OCI) 소규모 사업장 5개소 및 50인 이상 (포스코케미칼, 포스코엠텍, 포스코강판, 포스코ICT) 4개소

■ **사업목표**

- 건강교육 운영 5개(50회) 이상/ 건강증진프로그램 참여자 수 2,000명 이상
- 통합건강증진프로그램 실시 후 건강행태 개선 2개 이상
- 핵심평가지표(혈압수치 인지율, 걷기실천율) 목표치 달성도

■ **사업 추진전략**

① 건강생활실천 프로그램 운영

■ **사업 기반 구축**

- 간담회 및 업무협약 체결 • 건강요구도 파악

■ **건강환경 분위기 확산**

- 맞춤형 건강생활실천 프로그램 실시 • 건강행태 개선 홍보 및 캠페인 • 건강걷기 운동 확산행사 운영

■ **건강증진 프로그램 운영**

- 금연, 신체활동, 심뇌혈관질환 예방관리 등

■ **사업평가**

- 사업 참여 전·후 건강행태조사(금연, 신체활동, 만성질환 등) 건강검진결과 피드백을 통한 사업 지속 및 개선

■ **사업 추진 내용**

① 건강생활실천 프로그램 운영

구분	운영내용	관련사진
포항 그린웨이 도시숲 걷기대회	• **일시** : 2019.5.4.(토) 13:00 ~ • **장소** : 효곡동 철길숲 ~ 우현동 철길숲 • **대상** : 3,000명(근로자 및 가족 지역주민 등) • **내용** – 워크온 홍보 · 가입안내 및 기부챌린지 참여 독려 – 심뇌혈관질환예방관리사업 및 싱겁게 먹기사업 홍보 등	
2019 포항 여름밤 도시숲 힐링걷기 대회	• **일시** : 2019.6.21.(금) 17:00 ~ 21:00 • **장소** : 한터마당 ↔ 포항의료원입구(왕복6km) • **대상** : 2,000명(근로자 및 가족 지역주민 등) • **내용** – 사업장 근로자와 가족, 주민 한마음 걷기대회 – 건강홍보관 운영(신체활동, 워크온 앱, 금연 등) – 대사증후군예방관리 및 비만조끼 체험 등	
사업장 근로자와 함께하는 건강 걷기 캠페인	• **일시** : 2019.11.22.(금) 13:00 ~ 17:00 • **장소** : 포스코케미칼 • **대상** : 1,000명(근로자 및 지역주민 등) • **내용** – 사업장 근로자와 함께하는 건강걷기 캠페인 실시 – 건강홍보관 운영(신체활동, 워크온 앱, 금연 등)	
3050 Health Zone 사업장 근로자 워크온 운영	• **대상** : 관내 사업장 3050세대 직장인 중점 10여개소/300여 명 • **운영자** : 보건소 담당자 및 각 사업장 보건관리자 • **방법** : 워크온 소그룹 커뮤니티 개설 및 월별 걷기배틀 사업장별 걷기랭킹 상위20% 축하선물 등 인센티브 제공	
심뇌혈관 질환 예방관리	■ **'자기혈관수치알기'사업장 릴레이 캠페인** • 일정 : 2019년 심뇌혈관질환예방관리주간(9.1.~9.7.) • 장소 : 포스코플랜텍, 포스코강판, 포스코엠텍, 현승, DS개발, ㈜KRT • 대상 : 3050세대 직장인 중점 1,300여 명 • 장소 : 건강홍보관 운영(레드서클 존, 싱겁게 먹기, 워크온, 영양, 금연 · 절주) ■ **싱겁게먹기 홍보 및 체험관 운영** • 일정 : 2019년 2월~11월 • 장소 : 관내 사업장(포스코플랜텍 외 7개소) • 내용 : 일품식품 속 소금량 모형 전시를 통한 저염 식단 및 조리법 안내 염도계 대여(싱겁게 먹기 실천 가정) : 포스코플랜텍 근로자→20개 대여 ■ **뇌졸중 예방을 위한 환경 조성** • 일시 : 2019년 9월~12월 • 장소 : 포스코 소통보드 • 내용 : 심뇌혈관질환예방수칙 안내 ■ **고혈압 · 당뇨병 예방을 위한 환경 조성** • 일시 : 2019년 9월~12월 • 장소 : 동국제강 전광판 • 내용 : 고혈압 · 당뇨병 등록교육센터 안내, 싱겁게 먹기 안내	

경상북도 포항시남구 보건소

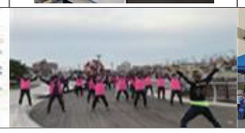
부록

모바일 헬스케어	• 일시 : 2019년 4월 8일~9월 30일(26주차) • 대상 : 동국제강 근로자 • 내용 : 체성분 검사, 영양 · 신체활동 집중상담, 식사 · 운동일기, 미션올리기, 중간검사, 최종검사 등	
이동 금연클리닉	■ **금연(절주)교육** • 일정 : 2019년 3월 6일, 3월 7일, 9월 3일, 9월 19일, 9월 26일, 9월 27일 • 대상 : OCI(20명), 동국제강(20명), 포스코플랜텍(300명), 현승(20명), 동국제강(20명), ㈜KRT(30명) • 내용 : 심뇌혈관질환의 주요 원인인 흡연(음주)율 감소를 위한 교육 ■ **찾아가는 이동금연클리닉 운영** • 일정 : 2019년 2월 ~ 11월(6주프로그램 운영) • 대상 : OCI→10명 중 7명(70%) 금연성공 포스코플랜텍→13명 중 9명(69%) 금연성공 동국제강 → 13명 중 9명(69%) 금연성공 현승 → 10명 중 7명(70%) 금연성공 현재 ㈜KRT → 10명 진행 중	
싱겁게먹기 실천 가정	• 일시 : 2019년 6월 26일 • 대상 : 포스코ICT(60명) • 내용 : 왜 싱겁게 먹어야 하나, 싱겁게 먹기 방법, 조리방법 등	

② 건강교실 운영

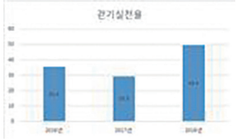
구분	운영내용	관련사진
고혈압 · 당뇨병 자조교실	• 일정 : 2019년 9월~10월(8주/주1회) • 대상 : 포스코엠텍(고혈압 · 당뇨병 질환자 13명)	
심뇌혈관 질환 예방관리 특강	■ **심뇌혈관질환예방관리 교육** • 일정 : 2019년 6월 26일, 9월 5일, 9월 10일, 9월 19일, 9월 27일 • 대상 : 포스코ICT, 포스코강판, 포스코 엠텍, 현승, ㈜KRT • 강사 : 신경외과 전문의, 고 · 당센터 직원 • 내용 : 심뇌혈관질환의 예방과 치료, 고혈압 · 당뇨병 바로알기	
	■ **심폐소생술 교육 및 실습** • 일정 : 2019년 9월 6일, 10월 8일 • 대상 : 포스코 강판, 포스코엠텍	
신체활동 프로그램	■ **철길숲 "함께 건강하자"운동교실** • 일시 : 2019년 2월~10월 매주 화, 목 20:00~21:00 • 장소 : 철길숲(대잠사거리) • 대상 : 사업장 근로자(동국제강, 포스코강판, 현승, ㈜KRT 등), 포항시민 • 내용 : 퇴근 후 지친 몸 스트레칭 및 건강 체조	
자살예방 생명지킴이 교육	• 일시 : 2019년 11월 7일 15:00~16:00 • 장소 : 포스코 복지회 강당 • 대상 : 사업장 근로자 84명 • 내용 : 직장인 자살예방교육	

③ 건강환경 조성

사업체	동국제강	포스코케미칼	㈜KRT
3.8.3 건강계단 조성'하루 3번, 8분 이상 계단걸기를 3가지 변화'			
건강걸기 확산 운동			

④ 사업홍보

⑤ 사업평가

성과지표	혈압인지율	걷기실천율	고혈압 진단 경험자의 치료율
포항시 남구			

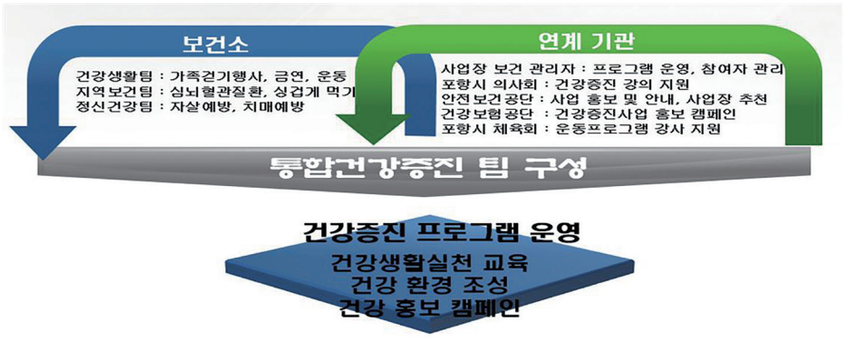
- 핵심평가지표인 걷기실천율이 2017년 29.3%에서 2018년 49.4%로 향상됨
- 핵심평가지표인 혈압인지율이 2017년 52.9%에서 2018년 58.6%로 향상됨
- 고혈압 진단 경험자의 치료율 84.8%(2017년)에서 90%(2018년) 향상됨

• 사업장별 심뇌혈관예방교육, 금연교육, 신체운동, 스트레스 교육 등 실시로 현재 건강상태 인지뿐만 아니라 건강에 대한 관심도 향상으로 건강지표가 긍정적인 방향으로 증가됨
• 주요 건강행태 개선 지표
- 프로그램 실시 후 심뇌혈관질환 인지율 17.2%에서 82.8%로 향상
- 프로그램 실시 후 6주 금연성공률 71%(총103명 중 72명)
- 프로그램 실시 후 저염선호도 17.2%에서 48.3%로 향상
- 프로그램 참여 후 주 3회 이상 걷기 실천율 10.3%에서 51.7%로 향상

3. 사업특징

■협력체계 구축

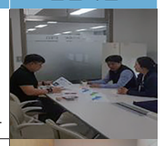
•통합건강증진 팀 구성



•사업장 건강증진사업 추진을 위한 업무 협약 체결

포스웰	포스코케미칼	OCI	포스코강판	대한보건환경연구소
(2019.7.18.)	(2019.8.8.)	(2019.8.14.)	(2019.8.14.)	(2019.9.17.)

•사업장 보건관리자 업무 간담회

내용	관련사진
• 사업체명 : 동국제강 • 일시 : 2019년 4월 18일 15:00~16:00 • 장소 : 동국제강 내 2층 회의실 • 참석자 : 동국제강 안전관리자, 총무팀담당자, 통합건강증진사업 담당자 외1 • 내용 : 건강정보자료 제작 및 설치에 관한 논의, 기타 사업장 프로그램 운영에 관한 사항 등	
• 사업체명 : ㈜포스코플랜텍 • 일시 : 2019년 7월 25일 16:00~18:00 • 장소 : 보건소 지혜홀 • 참석자 : ㈜포스코플랜텍 보건관리자 외 관내 사업장 보건관리자, 통합건강증진사업 각 담당자 • 내용 : 2019년 사업장 근로자 대상 통합건강증진사업 추진 안내, 2019년 사업장 우수사례 발표 기타 사업장 건강증진에 관한 사항 등기	
• 사업체명 : ㈜OCI • 일시 : 2019년 8월 1일 15:00~17:00 • 장소 : OCI 회의실 • 참석자 : OCI SH$E팀 부장, 안전관리자, 보건관리자, 통합건강증진사업 팀장 및 담당자 • 내용 : 2019년도 사업장 건강증진사업 소개 및 심뇌혈관질환예방사항 협조 사업운영방법 및 관련절차 논의, 개별사업 추진일정 및 세부내용 협의 근로자 건강증진을 위한 업무협약체결에 관한 논의	
• 사업체명 : 대한산업안전협회, 포항고용복지플러스센터 • 일시 : 2019년 8월 9일 13:30~15:30 • 장소 : 대한산업안전협회 회의실, 포항고용복지플러스센터 회의실 • 참석자 : 대한산업안전협회 포항지회장, 국장, 포항고용복지플러스센터 취업지원팀장, 지역보건팀장, 건강생활팀장 • 내용 : 개별사업 추진일정 및 세부내용 안내, 개별업체현황, 사업운영방법 및 교육 관련 논의 2030청년건강관리서비스 관련 논의	

경상북도 포항시남구 보건소

• 사업체명 : 대한보건환경연구소
• 일시 : 2019년 9월 10일 16:00~18:00
• 장소 : 보건소 소회의실
• 참석자 : 대한보건환경연구소장, 보건관리자 외2명, 남구보건소장,
건강관리과장, 건강생활팀장, 모자보건팀장, 통합건강증진사업 담당자
• 내용 : 사업운영방법 및 관련절차 논의, 근로자 건강증진을 위한 업무협약체결에 관한 논의

4. 자원투입의 결과

구분	투입인력	투입예산
보건소 내부인력	■ 건강생활팀 • 사업총괄 팀장 및 담당자 , 금연팀, 통합건강관리실 (간호사2, 영양사1, 생활체육지도자1) ■ 지역보건팀 : 심뇌 담당자, 고혈압 · 당뇨병 등록교육센터 ■ 정신건강팀 : 치매안심센터, 정신건강복지센터	■ 건강생활실천 교육 외부 강사료 :1,600천원 ■ 건강생활실천 교육 기자재 :2,800천원 ■ 걷기행사 운영비 : 2,000천원 ■ 건강계단 조성 : 6,000천원 → 총 예산 12,400천원
외부인력	■ 사업장 보건관리자 ■ 국민건강보험공단 포항남부지사 ■ 안전보건공단 경북동부지사 ■ 대한보건환경연구소 ■ 에스포항병원 ■ 포항세명기독병원 ■ 외부강사 ■ 포항시 체육회 강사	

5. 사업수행 결과

구분	투입인력	투입예산
건강교육 프로그램 운영	5개 이상 50회 이상	5개 88회
건강증진 프로그램 참여자 수	2,000명 이상	7,223명
성과지표 달성도	혈압수치인지율 53.4% 걷기실천율 32.1% 고혈압 진단 경험자의 치료율 84.8%	혈압수치인지율 59.6% 걷기실천율 49.4% 고혈압 진단 경험자의 치료율 90% 달성 (2018년 기준)
주요 건강행태 개선 지표	– 심뇌혈관질환 인지율 17.2%에서 82.8%로 향상 – 6주 금연성공률 71%(총103명 중 72명) – 저염선호도 17.2%에서 48.3%로 향상 – 주 3회 이상 걷기 실천율 10.3%에서 51.7%로 향상	

6. 성공요인

■ 성공요인

•철강공단이 밀집되어 있는 지역의 특성을 반영하여 만성질환의 잠재적 위험군인 청·장년층을 대상으로 한 사업 추진으로 사업장 근로자의 건강증진에 기여

•건강관리에 소홀할 수 있는 직장인을 대상으로 찾아가는 맞춤형 건강관리서비스 제공으로 건강에 대한 관심도 증가

경북

- 대한보건환경연구소와의 업무 협약 체결로 접근이 힘든 소규모 사업장 대상으로 건강증진 프로그램 운영을 효율적으로 진행할 수 있을 뿐만 아니라 정보공유로 사업장별 특성에 맞는 건강증진사업 추진 가능
- 안전보건공단 및 사업장 보건관리자 대상 간담회를 추진으로 우수사례를 공유하고 추후 사업의 참여 안내와 확대방안 모색

■ **제약사항**

- 열약한 근무환경에 따른 사업전개 연속성이 미약함
- 철강공단 내 보안체계상 입출입 절차의 까다로움으로 투입 자원 대비 사업의 효율성 저하
- 산업보건에 기반한 건강증진 프로그램의 부재

■ **향후 개선방향**

- 소규모 사업장 내 자체 건강관련 동아리 형성, 워크온 활성화 등 모바일 루트를 통한 사업의 연속성을 향상시킬 수 있는 방안 도모
- 작업환경에 기반한 전문적인 건강증진 프로그램 모색(예. 이명, 난청 등 직업병 예방교육)
- 제한된 사업진행이 극대화될 수 있도록 보건소–사업장 간 긴밀한 협조체계 유지
- 1차, 2차년도에 중점 추진하였던 건강증진, 질병예방, 건강행태사업 등을 통해 파악된 주요 건강문제·질환 및 개선되어야 할 근로환경 등을 대상으로 자가관리능력이 향상될 수 있는 심화교육 및 유해한 근로환경 요인을 제거할 수 있는 통합건강증진프로그램 운영 계획

경상북도
포항시남구
보건소

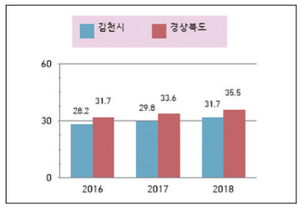
**경상북도
김천시 보건소**

부　서 : 건강관리과
담당자 : 전매숙

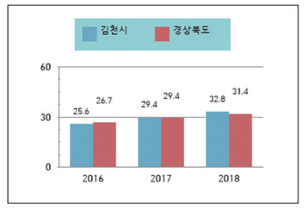
(김천시) 한마음 걷기로 우리 동네 행복 챙기기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	운동과 취약계층 돌보기	지역주민	신체활동

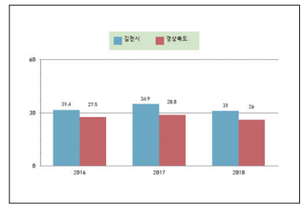
1. 추진배경



걷기실천율



비만율


자살율(인구십만명당 자살자 수 기준)

■ 걷기 실천율은 '18년 경북 35.5%, 김천 31.7%로 3.8% 낮고, 비만율은 1.4% 높고, 자살율은 '17년 경북보다 5명이 많음

■ 걷기 환경조성과 함께하는 동네 걷기를 통한 취약계층 생활터 돌보기로 주민주도형 건강공동체 필요

■ 꾸준한 걷기운동을 통한 건강효과 증가, 삶의 질 향상

→ 김천시민의 신체활동증진을 위한 지속가능한 주민 참여형 건강공동체 구축

2. 추진내용

■ 사업 목적 및 목표

비전	➡	신체활동증진을 통한 건강증진 실현
목적	➡	• 걸기실천 확산 및 자조관리 유도, 우리 동네 걸기를 통한 걸기실천 환경 조성 • 걸기의 필요성과 방법에 대해 인지도를 높임 • 취약지역 주민 건강수준 향상과 만성질환예방 관리 도모
목표	➡	걸기실천율 2018년 31.7%에서 2019년 33.7%로 2.0%p 향상

■사업대상 및 사업내용

•사업 대상 : 지역주민 전체

걸기 자조모임		IT기술 접목한건강걸기 인프라 구축		
• 모바일 걸기앱 워크온 사용 및 참여 • 챌린지 참여 및 활성화 • 걸기대회 참여, 홍보·캠페인 • 우리 동네 청소하기	✚	• 모바일걸기앱 워크온 운영 • 사업연계를 통한 걸기환경조성 • 걸기대회 추진, 홍보·캠페인	➡	• 걸기실천기회확대 활성화 • 친화적환경조성 • 주민걸기실천율 향상

•세부 운영방법

1. 건강도 챙기고 동네도 챙기는 자조걸기동아리

■ 「한마음걸기동아리」조직·운영

•기 간 : 2019년 7월~11월

•장 소 : 동네별 개발된 걸기코스

•대 상 : 김천시 1개면 4개동 지역주민

•내 용 : – 생활터 걸기 실천

– 워크온 가입, 건강캠페인 참여, 스마트폰 미사용자 대상: 만보계 활용한 걸기일지 작성

– 사전/사후 건강수치 및 인바디 측정

– 우범지역 순찰 및 환경 불량지역 청소하기

– 한의약 사업(1130걸기교실), 정신건강증진사업(Re:Start) 연계한 건강취약마을 및 정신병원 퇴원 예정자 상대 걸기실천 격려 및 지지

* 1130걸기교실 : 양금동 내 3개 지역에서 걸기교실 진행, 워크온 연계해 걷도록 격려

* Re:Start : 정신병원 퇴원예정자를 대상으로 정신질환 회복에 대한 동기부여 및 자신감 강화 등을 위한 프로그램 진행(2집단 25명 대상) 추후관리를 위한 명목으로 워크온 활용해 건강효과 증가 및 삶의 질 향상 추구

2. 걸기활성화 인프라 구축

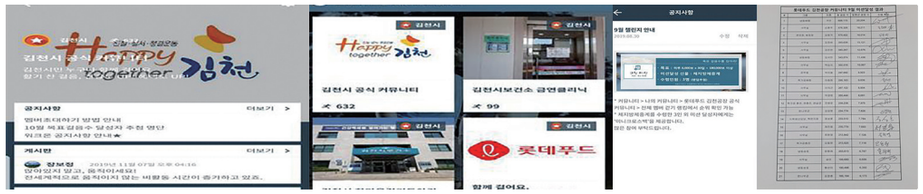
■ 모바일 걸기 앱 「워크온」운영

•기 간 : 2019.6월~

•대 상 : 김천시 지역주민 1,080명

•내 용 : 개인 걸기 패턴 및 데이터 분석, 월 미션 및 챌린지 통한 걸기생활화 동기 부여 향상, 게시판을 활용한 시민 건강소통의 공간, 건강정보 제공, 걸기 좋은 길 제공

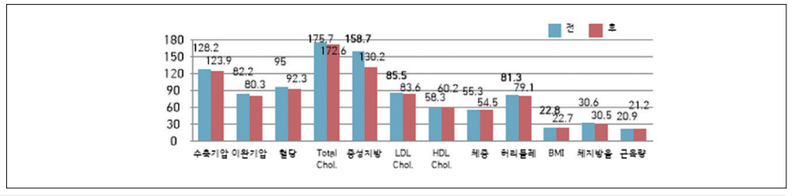
•커뮤니티 구분 – 4개 커뮤니티 개설



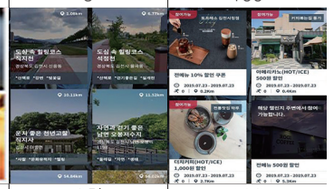
3. 추진성과

■ 목표 달성도 및 주요성과

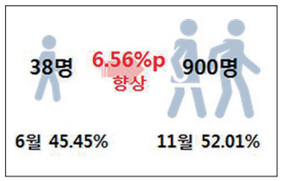
구분	성과지표		목표	실적	달성률(%)
걷기 동아리운영	걷기동아리참여인원				
	동면	자산동	80	82	102.5
		양금동 (한방연계)	80	130	162.5
		감문면 (건가마을 7개소)	80	153	191.25
			만보계 지급		153명
			걷기일지 작성 및 만보계 사용법 교육		16회
	정신건강연계	Re:Start	20	25	125
	걷기동아리 자체 사전 · 사후 건강측정결과(평균수치, N=71명)				



걷기 동아리운영	관련사진	

구분	성과지표	목표	실적	달성률(%)
인프라 구축	모바일 워크온 가입자 수	500	900	180
	워크온 월 미션 및 챌린지 운영	5	5	120
	워크온 좋은길 안내	5	5	100
	관련사진			
홍보 캠페인	걷기홍보 · 캠페인건수	5회	6회	120
	동사무소 및 지역센터 방문 홍보	10회, 300명	20회, 308명	200/102
	워크온 배너 설치(동사무소, 보건소)	5	6	120
	구분	참여/홍보 (목표)	참여/홍보 (실적)	달성률
	제6회 건강체험한마당	10/100	12/300	120/300
	제6회 김천부항댐 전국가족걷기대회	10/100	18/500	180/500
	관련사진			

■ 모바일 가입자 걷기실천율



- 데이터 기술기반 걷기 모바일 앱 활용 자가 건강관리 플랫폼 구축
- 기존 걷기프로그램 및 캠페인과 함께 걷기 분위기 조성 위한 전체 김천시민 대상 홍보
- 지속가능한 지역공동체 활성화를 위한 자원연계 및 시너지 효과 창출

〈통합건강증진사업 연계〉

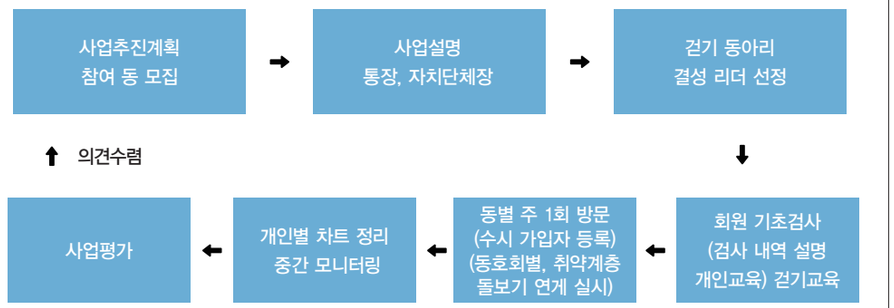
구분	대상	내용
한의약 건강증진사업	양금동 주민	– 생활터 걷기를 통한 마을별 정신보건사업, 방문사업 연계 (정신 : 5명, 방문 :25명) 사업 연계 – 재래시장 상인들 : 건강걷기 홍보, 프로그램 참여 독려 – 운동 후 주민 주도적으로 담배 꽁초 줍기, 거리 청소로 깨끗한 마을 조성
정신보건사업	지역주민	– 걷기활동을 통한 조울증 환자, 정신분열환자 발굴 정신건강센터 연계 – '19년 12월 자살자 수 22명 전년도에 비하여 줄었음
치매사업		– 치매검진, 조기치매환자 발굴(치매상담사 연결) – 독거노인 안부 방문 사전후검사를 통한 건강관리 자조모임
모바일 헬스케어사업	사업 대상자	– 모바일 사업 대상자 걷기 앱 연동을 통한 걷기 운동 동기부여 강화 (대상자 :35명 걷기 앱 활용)
건강마을 조성 사업	감문면 주민	– 어르신 눈 높이에 맞춘 만보기 지급과 걷기 일지 작성 (걷기 실천 153명)

경상북도 김천시 보건소

4. 성공요인

성공요인	• 걷지속적인 건강지향적인 정책수립(기관장의 의지) • 마라톤, 걷기대회 등 신체활동 접근성 향상 • 다기관 간 협력(지역단체리더, 주민참여, 체육회 등) • 통합건강증진사업 연계(금연, 한의약, 만성질환, 모바일헬스케어, 건강마을 조성사업)
차별성	• IT기술 접목한 모바일 앱 활용, 바쁜 현대인들의 걷기실천을 도모하는 자가 건강관리 체계 구축 • 타 사업 연계한 걷기 그룹 조성 및 생활터 청소하기 등 우리동네 챙기기 독려 • 스마트폰 미사용자를 위한 만보계&걷기수첩 제공 (어르신, 취약계층 : 걷기일지 작성) → 걷기분위기 조성 및 올바른 걷기법 교육
한계점	• 건강관리에 취약하고 관심이 부족한 대상을 상대로 걷기실천율을 올릴 방안이 부족함
향후계획	• 워크온 가입확대 및 운동실천 활성화 방안 모색 • 앱 사용 개인을 대상으로 오프라인 걷기 프로그램 참여 및 걷기동아리 형성 확대할 방안 모색 • 타사업 연계를 통해 단순한 신체활동 증가를 넘어 정신건강 살피기 및 취약계층 돌보기 확대 • 자살율 감소를 위한 홍보 교육과 이웃 살피기 병행 실시 • 동 주민센터 주1회 방문 인바디 POCT 기기를 활용한 기초검사로 개인별 운동량과 건강상태 기록 관리를 통한 연간 통계자료를 활용하여 취약계층 보건사업 추진에 기초 자료로 활용

'20년 사업 확대 운영 계획



【 사업 후기】 ---- 참여 동아리 회원

- 운동과 건강 상담 운동법에 대한 교육을 동시에 실시하므로 자극이 되며 동기 부여를 통한 걷기 참여도가 높아짐
- 보건소 방문의 어려움이 있는데 찾아오는 서비스의 만족도가 높음
- 소외 계층의 돌보기를 통한 마을의 분위기 조성과 이웃을 보살피는 봉사로 마음에 감동이 느껴 짐
- 고마움의 표시로 떡을 만들어 보건소 방문을 해주신 회장님께 감사드립니다. (보건소 담당자)

■ **걷기 자조모임이 연령대에 맞게 구성되었는지?**
(연령에 맞는 운동량 조절, 걷기 장소 등 고려여부)

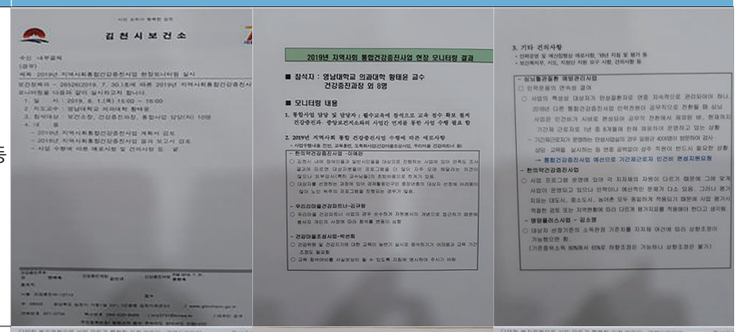
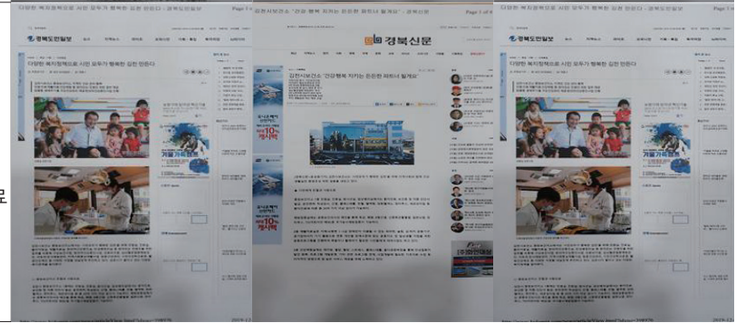
- 연령대 별로 모집은 안 되었으며 개인 상담을 통한 운동량과 영양(식이조절)에 대한 개인별 교육을 실시 하였습니다.
- 걷기 장소 선정은 처음 실시 할 때 회원의 의견을 받아 신체와 안전에 부담이 없는 장소로 안내 했으며 커뮤니티에 올려진 장소는 주말을 활용하여 걷기 운동 장소를 소개 하였으며 평소에는 동네 안전한 코스를 안내 했습니다.
- 사업 시작 전에 사전 답사를 충분히 하였습니다.(담당자가 직접 걸어보고 소요시간 안내)

■ **IT기술 접목한 걷기앱 사용은 연령대에서 활용도가 떨질 수 있음(고 연령층 사용불가) 앱 사용율을 높이기 위한 대책방안이 있습니까?**

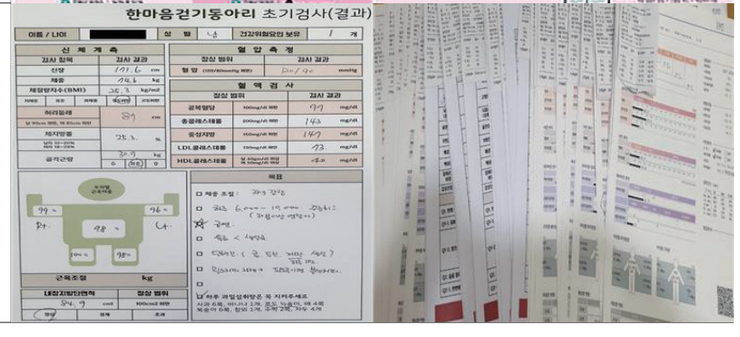
- 고 연령층을 대상으로는 만보기를 지급하였고 만보기도 안 되는 분은 걷기 시작 시간과 마치는 시간을 걷기 일지에 기록하는 방법을 적용할까 합니다.

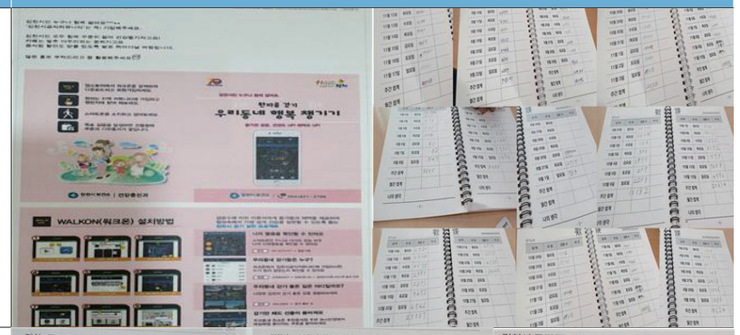
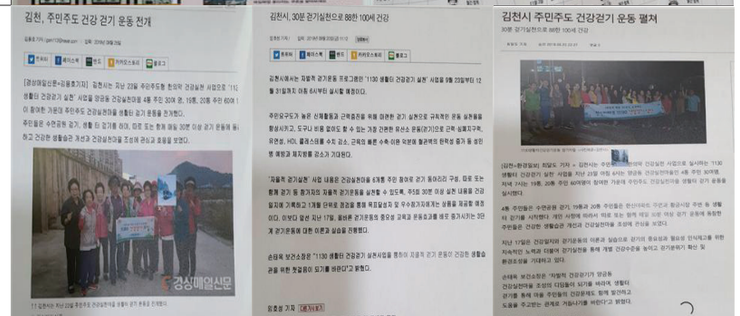
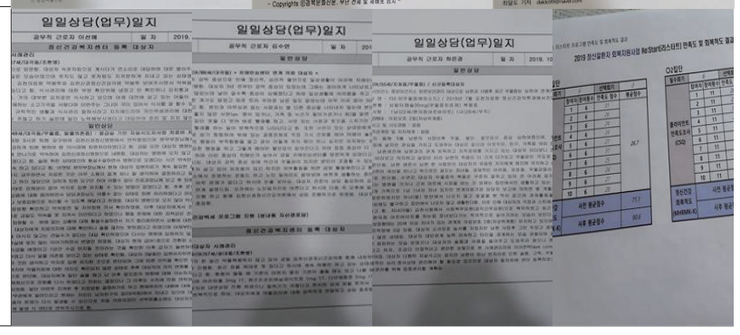
■ **단순한 걷기만으로 회 차가 거듭될수록 참여율이 떨어질 수 있는데 그에 대응할 대책 및 다양한 프로그램을 생각하고 있는지 ?**

- 1개월에 한번 모니터링을 통하여 주민의 의견 수용과 보건소 프로그램 소개 등을 통한 건강서비스 제공의 기회와 자가 건강관리에 도움이 되는 통합건강증진 사업 과 연계 한 교육 (구강, 만성, 운동 등)을 실시하고자 함

구분	참고자료
p14 시도 통합사업 지원단 등 외부모니터링평가에 따른 사업 수행결과	
구강보건사업 심뇌혈관사업 한의약건강증진사업 방문보건사업 보도자료	

■ **우수사례의 참고자료**

구분	참고자료
p16–p21 워크온 홍보 리플렛	
한마음 걷기 기초 검사 결과지	

구분	참고자료
만보기 사용 어르신 걷기 기록 노트	
관련보도자료	
치매 사업 정신보건사업 연계 자료	

경상북도
구미시 보건소

부　서 : 건강증진과
담당자 : 이연정

21만 근로자 건강관리, 스마트한 건강관리의 시작! 다함께 누리는 건강한 구미, 건강한 사업장 만들기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심	성인	(주영역)심뇌혈관질환예방 / (부영역)신체활동

1. 추진배경

■ **건강문제**

- 구미시 2018년 주요 사망원인 중 1위 신생물, 2위 심장질환, 5위 뇌혈관질환, 9위 당뇨병으로 '14~ '18 5년간 심장질환, 뇌혈관질환이 10대 사망원인 중 2–3위를 차지(국가통계포털 2018.)
- 고혈압 진단경험율은 증가하고 있으나, 경북·전국 평균과 낮거나 비슷한 수준이며, 고혈압 치료율도 증가하는 추세이나 경북·전국보다 3.4%p. 낮은 수준임(지역사회건강통계 구미시 구미 2018.)

→ **만성질환 유병률과 조기사망을 낮추기 위한 선행질환 및 생활습관 위험요인 관리 필요**

■ **건강취약현황**

- 구미시는 내륙최대 공단도시로 '18년 구미시 사업체 종사자 수는 총인구의 50%(21만명)를 차지하고 그중 47.4%가 제조업에 종사, 연간 공공보건기관 이용률은 평균 25%로 3050세대는 이용률은 평균 19%로 이용률이 낮음

→ **생업으로 인한 건강관리 사각지대에 있는 청장년층 근로자의 건강증진을 위한 사업장 중심의 건강지원 프로그램 필요**

2. 추진내용

■ 사업목적 : 심뇌혈관질환 조기발견과 질환자의 꾸준한 자가관리를 위해 지역사회 보건의료 파트너십 구축으로 만성질환 이행률 감소와 지역사회의 건강증진을 도모

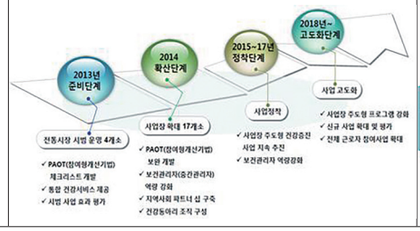
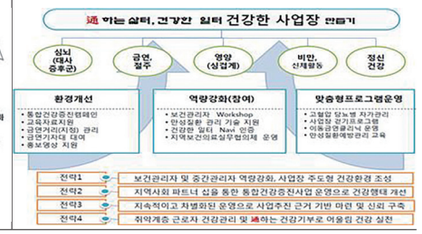
■ 사업대상 : 사업장 24개소/근로자 30,140명

■ 사업목표

프로그램 참여자 혈압조절율 85%, 혈당 조절율 50%로 높인다.

걷기프로그램 참여자 걷기실천율을 35%, 6개월 금연성공률을 35%로 높인다.

■ 추진전략

구분	연도별 추진 로드 맵	건강한사업장 추진 운영 체계
추진 전략		

전략	주요사업내용	건강영역
환경 기반 강화	■ **통합건강증진 홍보관 및 캠페인 운영 : 11회** • 자기혈관 숫자알기, 혈압 · 혈당검사 : 3,831명 – 금연, 절주, 구강보건교육 등 • 싱겁게 먹기 캠페인, 식단전시, 미각테스트, 고염식행동 설문 : 600명 ■ **신체활동 활성위한 환경조성** • 건강계단 조성 2개 기업체/10개소 – 인근 산책로 걷기 표지판 설치 2개소 • 우리회사 워킹데이 4개소/1,500명 – 금연구역 홍보, 금연단속, 금연거리 지정 5곳 ■ **심뇌혈관질환 예방주간(9.1~7.) 연계 유관기관 합동캠페인** • 사업장 보건관리자–혈압측정 및 상담, 유소견자 보건소 등록 연계 • 사내게시판 활용 심뇌혈관질환예방 포스터 게시, 리플렛, 홍보물등 자료 배포	• 심뇌혈관질환예방 • 신체활동
역량 강화	■ **보건관리자 Workshop : 3회** • 사업장 간호사, 보건업무담당자 50명 – 정기회의 및 간담회, 실시간 SNS • 만성질환 상담 및 관리방법, 금연 상담기법, 신체활동 지도 등 ■ **지역보건의료실무협의체 운영 : 17개 기관** • 보건의료 유관기관 실무자 30명, 증진업무 협의 및 협업사업 논의(연찬회, 간담회 등) ■ **건강한 일터 Navi 인증 : 16개 사업장** • 관내 사업장 건강환경 등 인증평가 및 인증(연 1회) ■ **건강동아리 활동 : 8개소** • 사업장근로자 구성 건강동아리, 캠페인, 체조, 걷기 등 자율형 건강증진활동	• 공통 • 신체활동
맞춤형 프로그램	■ **대사증후군 검사 및 PAOT(참여형 개선기법) 활용 상담** • 대사증후군 검사 및 판정자 참여형 개선 기법 적용 상담 및 6개월 뒤 사후관리 ■ **찾아가는 4050 건강리더 고혈압 · 당뇨병 자가관리 프로그램 운영 : 8개소** • 유소견 근로자 질환관리, 생활습관 개선 자가관리 능력향상 프로그램 8차시 운영 • 사업장별 건강리더 선발하여 통합캠페인 동료직원 혈압 · 혈당측정 및 상담 실시 ■ **사업장 3040 모바일대사증후군 관리 : 2개 사업장/50명** • 건강위험요인 보유자 100명, 모바일 앱을 활용한 맞춤형 1:1 대사증후군 탈출 코칭 • 초기/중간(3개월)/최종(6개월)건강검사 실시, 월별 돌발미션제공, 건강문제별 커뮤니티 운영 ■ **Let's walk 사업장 걷기 프로그램(걷기앱 '워크온' 활용) : 4개 사업장/1,316명** • 모바일 앱 '워크온' 사업장별 커뮤니티 개설 및 운영(보건담당자 관리), 걷기교육(실습포함), 보행측정, 걷기 활성화 이벤트 및 미션수행, 활동 평가에 따른 개인/부서 시상으로 걷기 붐조성, 비만 근로자 관리를 위한 '걷기&비만탈출 도전자' 별도 관리 ■ **범시민 알리기, 「레드서클 초성퀴즈」이벤트 : 사업장근로자 524명 참여**	• 심뇌혈관질환예방 • 신체활동 • 공통

■ 지역사회 자원 연계협력

협력체계 구축	정부 3.0 보건의료실무협의체
	기관단체 / 협업내용 구미보건소 : 프로그램 개발 보급,역량강화, 건강 환경 개선 국민건강보험 공단 구미지사 : 근로자건강검진사후 관리 경북북부근로자건강센터 : 50인 이하 사업장 및 야간 금연 상담 순천향대학교 부속 구미병원 : 참여형개선기법 자문 및 만성질환 교육 지원 차의과학대학교 구미차병원 : 만성질환관리 자문 및 교육, 전통시장검진지원

■ 투입자원

인력
■ **내부인력 : 총 14명** • 유지기 담당자 및 실무자 4명 • 통합 전문인력 10명 ■ **외부자원** • 실무협의체4개 기관 실무자 • 사업장 보건관리자 35명
예산
■ **총액 226,810천원** • 환경기반강화 136,900천원 • 역량강화 71,910천원 • 맞춤형프로그램 18,000천원

3. 추진성과

■ 목표달성도

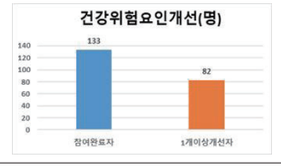
구분	내용	목표	결과	달성도
산출	건강동아리 운영	5개소	3개소	100%
	관리자워크숍 실시	4회	3회	75%
	Navi 인증 평가	16개	16개	100%
	홍보캠페인 실시	10회	11회	100%

구분	내용	목표	결과	달성도
결과	혈압 조절율	85%	92%	100%
	혈당 조절율	50%	42%	84%
	걷기 실천율	35%	68.3%	100%
	6개월 금연 성공률	35%	28%	80%

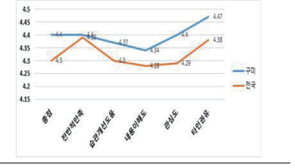
■ 주요성과

모바일 대사증후군 관리 개선

◎건강행태개선율

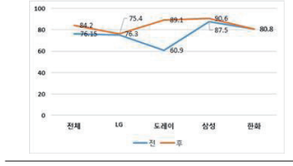


◎건강위험요인 개선율

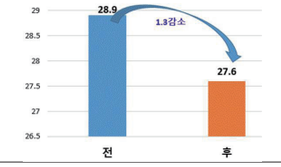


◎만족도

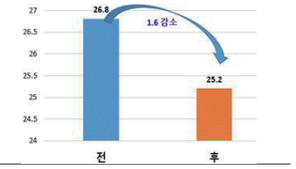
사업장 걷기프로그램 운영결과



◎걷기실천율



◎BMI 개선



◎체지방 개선

4. 성공요인

■ **성공요인과 다른 사업과의 차별점은?**

→ 시간·공간적 문제로 건강사각지대에 있는 청장년층 근로자가 제약 없이 보건소 건강관리에 참여 할 수 있는 건강증진사업 추진으로 보건소와 대상자의 접근성 강화

■ **사업 진행 중 문제점은 없었으며, 해결방안은?**

→ 사업장에서 실시한 건강인식개선 교육의 경우 근무시간 할애 문제로 사업주·근로자 부담감 증대, 추후 사내 동아리활동 지원부서와 연계, 건강동아리 구성, 사내 건강지킴이 활동 유도

경상북도 의성군 보건소

부 서 : 건강증진
담당자 : 김경희

생활 터(경로당)가 답이다! 행복100세 마을 만들기

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	집중사업 전략	노인	영양 / 비만 / 신체활동

1. 추진배경

■ 노인인구 비율 40% 초 고령화 지역으로 외로움, 치매, 고독사 등 사회문제 대두

■ 걷기실천율이 29.9%로 경북33.8%, 전국39.7% 대비 저조

■ 노인 인구의 증가(연평균 982명, 1.8%)에 경로당 이용자가 늘어나는 추세

■ 경로당이 휴식공간과 여가활동(장기, 바둑, 화투 등)의 사랑방 기능 한계 극복 필요

∴ 2018년부터 시행된 행복 100세 생활공간 활성화 사업과 연계(복지과)

→ 생활 터(경로당) 중심의 보건·복지 맞춤형 플랜으로 찾아가는 통합서비스 제공 필요

2. 추진내용

■ 사업목적 : 보건복지가 함께하는 맞춤형 통합서비스 제공으로 행복한 노후생활 보장 및 노인의 사회문제(외로움, 치매, 고독사) 해결 도모

■ 사업 목표 : 만족률 85%이상, 출석률 85%이상

■ 사업대상 : 경로당 방문 204개소 2,890명

■ 경로당 프로그램 선호도 사전 조사 실시

- 설문내용 : 희망프로그램, 참여가능인원, 희망시간대, 2018년 참여여부
- 희망프로그램 : 요가, 노래교실, 실버레크리에이션 순 • 참여가능인원 : 11~20명 이하
- 희망시간대 : 12~15시 순

■ 경로당 및 프로그램 선정 : 경로당 534개소 중 사업 참여 신청으로 결정

- 수행기관의 코디네이터 현지 확인 및 각 부서별 경로당 프로그램 현황 스크린
  - 중복과 포기 경로당 제외, 신규 참여 경로당 발굴 및 선정
- 경로당은 중복되나 프로그램이 상이할 경우 선정
  - 각 부서별 경로당 대상 프로그램 운영 현황 : 12개소 중복이나 프로그램 상이

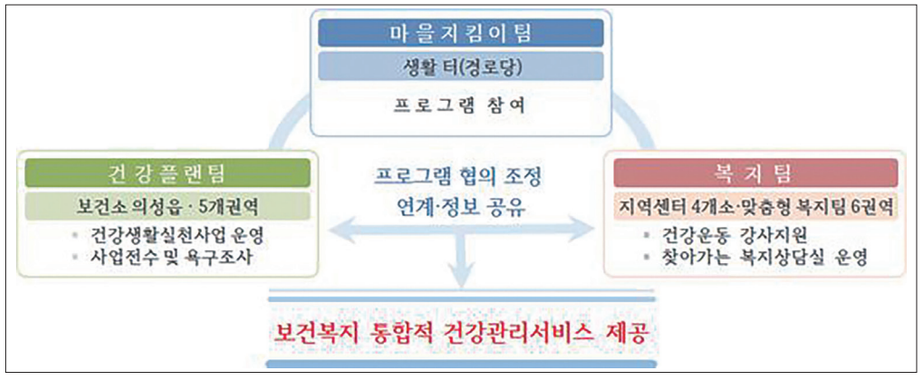
〈보건소 : 생활 터 맞춤형 건강교실, 건강생활실천 자조모임/총무과 : 찾아가는 성인 문해 교육〉

〈문화관광과 : 어르신생활체육지도자배치사업〉

■ 사회흐름도

대상 선정 ('18. 12월)	사업비 확정 및 실시 ('19. 1월~11월)	사업성과 분석 ('19. 6월, 12월)	결산보고 및 성과평가 ('19. 11월~12월)
• 참여 경로당 선정 • 수행기관 별 프로그램 결정	• 사업 실시 → 사업 전 평가지표 설정	• 운영회의 및 만족도 설문 실시 • 문제점 발굴 및 보완	• 부진 영역 보완 및 중단 • 우수영역 확대 운영

■ 사업체계 : 보건복지서비스 팀 구성으로 서비스 제공(복너소 건강플랜팀+마을지킴이팀+복지팀)

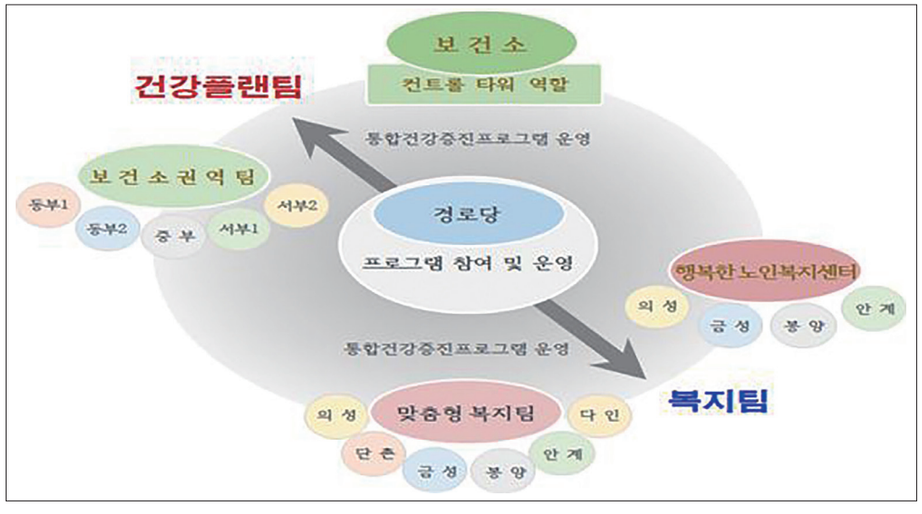


■ 사업내용

- 신체활동 주1~2회(실버체조, 요가, 난타 등)
- 통합건강증진사업 연계 : 심뇌혈관질환관리사업, 영양·비만교육, 금연·절주·구강보건교육, 구강보건

경상북도 의성군 보건소

■ 내·외부 연계·협력



■ 사업에 투입되는 인력, 예산 등

• 인력

구분	내용	협력정도
• 보건소 건강플랜팀 – 건강증진, 방문보건, 출산지원, 치매안심센터 • 5개권역 – 보건지소 17개소 – 보건진료소 21개소	• 구성 : 106명 – 담당, 담당자, 공중보건의, 전문인력 • 내용 : 보건복지통합프로그램 운영 – 매월 통합건강증진사업 – 기초건강검사, 보건교육 및 상담 : 1,296회 22,029명	◎
• 행복한 노인복지센터 – 안계, 봉양, 금성, 의성	• 구성 : 9명(시설장, 코디네이터) • 내용 : 보건복지통합프로그램 운영 및 관리 – 204개소 2,890명	◎
• 맞춤형 복지팀 – 의성, 단촌, 금성, 봉양, 안계, 다인	• 구성 : 18명(사회복지사 팀장 각1, 팀원 2) • 내용 : 보건복지통합프로그램 연계 찾아가는 복지상담실 운영	△

• 예산 : 607백만원 (기16,도9,군582)

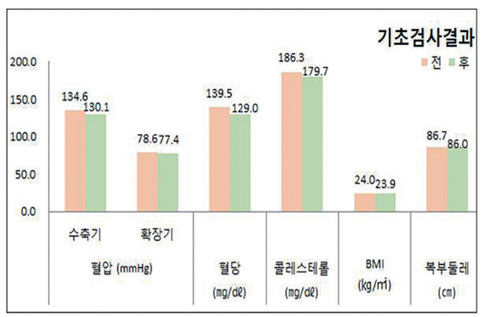
구분	계	기금	도비	군비	자체
프로그램 강사료 및 코디네이터 인건비	607	16	9	7	575

3. 추진성과

■ 목표 달성도

보건복지 통합서비스로 함께하는
생활 터(경로당) 맞춤형 건강교실 운영

(운영) 경로당 204개소
- 건강운동, 요가(주1~2회), 난타 : 109개소
- 노래교실(주1회), 실버레크리에이션, 난타 : 95개소
- 기초건강검사 : 47개소 477명
  –혈압, 혈당, 콜레스테롤 전반적인 감소
  –BMI 개선율 3.6%, 허리둘레 1인치 감소 41명
- 웰빙건강관리교실 : 45개소 701명
- 찾아가는 구강관리교실 : 46개소 808명
- 고혈압 · 당뇨병 인지강화교육 및 영양 · 비만교육
  –27개소 491명
- 담배 없는 마을조성
  –10개소 60회, 6주 금연성공자 69%
- 만족률 89%, 출석률 90.1%



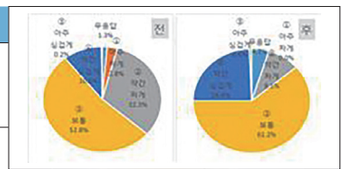
■ 주요성과

- 사랑방 기능의 경로당을 건강하고 활기찬 공간으로 변신 도모
  – 정부시책에 맞추어 보건소와 복지가 연계된 찾아가는 통합적 서비스 제공으로 초 고령화 사회문제로 대두되고 있는 외로움, 고독사, 치매 해결에 도움이 됨
  → 사업 수혜인원 증가 : 1일 평균 이용인원 20명 대비 400명에서 4,000명으로 증가
  – 찾아가는 복지상담실 운영으로 경로당 실태파악 및 모니터링 지원
- 2018년 대비 26개소 경로당 확대 운영으로 보건복지서비스 수혜자 확대
  – '18년 178개소 → '19년 204개소(2018년 참가 경로당 중 재신청 경로당 144개소로 72%)
  – 보건소 권역별 건강플랜팀과 복지과 권역별 코디네이터 업무 협력으로 상이한 프로그램 제외 및 보건복지 통합서비스 제공 가능
  – 권역별 참가자 설문조사 결과 모든 항목에서 95%이상 만족
- 권역별 건강플랜팀의 자체 보건교육 운영으로 업무의 효율성 극대화 효과
  – 자체 운영 프로그램 참여 경로당 및 복지과 운영 경로당에 대한 권역별 자체 월별 교육 실시 : 22,029명(연인원) (심뇌혈관질환관리예방사업, 영양사업, 구강보건사업, 금연·절주사업 등)

경상북도
의성군
보건소

■ 모니터링, 환류실적

구분	주요내용
주기 및 시기	• 건강행태 , 건강상태 조사 : 사전 · 사후 • 프로그램 만족도 및 인지도 조사, 출석률 : 사후 • 모니터링 회의 : 상 · 하반기
주체	• 보건소
점검 내용 · 방법	• 건강행태설문조사, 기초건강검사 • 체력측정, 만족도조사, 출석률 조사
주요 점검 결과	• 프로그램 관련 설문조사 → 상 · 하반기 1회, 4개센터 3,482명 조사 → 모든 항목에서 95% 이상 만족도를 보임 • 프로그램 만족도 • 일상생활 도움 98%, 주변사람 권유 92% • 강사 만족도 : 전문지식, 지도능력 97% • 교육시간 만족도 : 시간적절성 96%, 시간배정 95% • 출석률 90.1% • 건강행태 BMI 3.6%, 저염식이 8.4% 개선 • 출석 우수경로당 : 하반기 건강생활실천 자조모임 지원(20개소)



4. 성공요인

성공요인	• 건강하고 활력 넘치는 경로당 분위기 조성 – 활력 넘치고 즐거운 경로당으로 변화 및 노인문화의 변화 주도 – 신체 및 정신건강의 중요성 인식하고 자기관리 관심도 상승 – 프로그램 활동을 통한 일상생활의 자신감과 자부심 회복 • 공동체 의식 강화 – 경로당 중심 활동으로 공동체 의식 및 마을단위의 소속감 강화 – 마을 내 독거노인들의 안전 사각지대 해소에 기여 • 일자리 창출 및 지역경제 활성화 : 지역 내 강사 활동으로 일자리 창출 기여
문제발생 시 해결전략	• 수강생 편중현상 심화 : 남성노인의 참여율 저조(3% 이하) – 프로그램 참여 평가 시 남성노인 참여율 반영 • 농번기 참여율 저조 : 농한기 집중교육, 농번기 방학제 도입 • 타 부서와 프로그램 중복진행으로 참여자 피로감 가중 – 해당부서와 정보공유로 프로그램 중복 최소화 • 소규모 경로당(20평 미만) 참여 기회 제한 – 참여 의지가 있고 운영이 가능한 10평 이상 경로당 확대 방안 강구 – 건강마을조성사업 마을건강지기 재능기부 프로그램 운영 • 주민의사 반영한 프로그램 운영 – 프로그램의 다양성 한계 → 희망경로당 상 · 하반기 희망 프로그램 교차 운영

경북

경상북도
청송군 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 조동숙

산소카페 청송!
함께 걷는 한걸음

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	지역실태 중심	전체	영양 / 비만 / 신체활동영역

1. 추진배경

■ **낮은 걷기 실천율과 건강생활 실천율**

•2017년 청송군 걷기 실천율 및 건강생활실천율은 전국 최하위를 기록하고 있고, 경북이나 전국 평균에 비해 현저히 낮은 실천율을 보이고 있음. (2017~2018년 지역사회건강조사)

•2018년 27.2%로 향상되었지만 여전히 경북 하위 9위로 개선이 필요한 지표로 조사됨.

○ 2017년 걷기 실천율 상·하위 10순위 지역

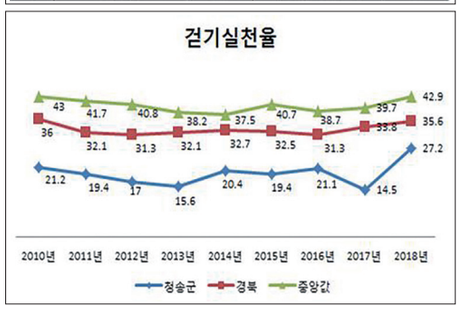
(단위: %)

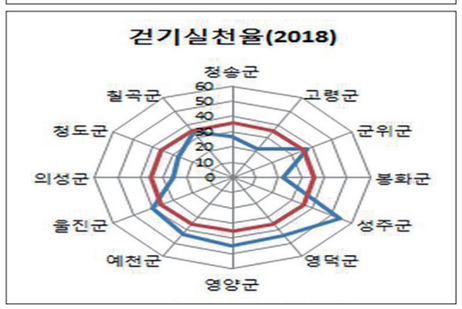
순위	상위 시·군·구		하위 시·군·구	
1	서울 송파구	75.8	경북 청송군	14.5
2	서울 영등포구	74.8	제주 서귀포시 서부	15.5
3	서울 관악구	72.9	경북 울릉군	17.7
4	강원 철원군	72.3	경남 거창군	17.8
5	서울 마포구	70.6	강원 정선군	18.4
6	부산 동래구	69.9	강원 평창군	18.6
7	서울 중구	67.1	경남 합양군	19.0
8	서울 구로구	65.1	제주 서귀포시 동부	20.5
9	서울 동작구	64.2	전남 영암군	22.3
10	경북 성주군	64.1	전남 담양군, 충북 보은군	22.7

○ 2017년 건강생활실천율 상·하위 10순위 지역

(단위: %)

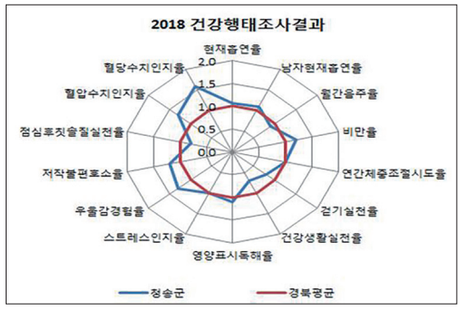
순위	상위 시·군·구		하위 시·군·구	
1	서울 송파구	57.3	경북 청송군	9.9
2	서울 영등포구	54.6	제주 서귀포시 서부	11.2
3	서울 마포구	53.8	강원 평창군	11.3
4	서울 관악구	52.5	경남 거창군	11.4
5	부산 동래구	51.8	강원 정선군	12.2
6	서울 중구	49.1	제주 서귀포시 동부	13.8
7	강원 철원군	48.4	경남 합양군	13.9
8	서울 강남구		경북 울릉군, 제주 제주시 서부	14.2
9	경북 성주군	48.0		
10	서울 구로구, 서울 동작구	47.8	충북 보은군	14.8

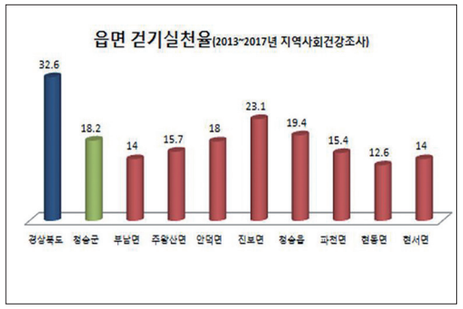




■ **경상북도 및 타 시군과 비교해 나쁜 건강행태**

•걷기실천율과 건강생활실천율, 비만율 등 건강행태지표 악화로 개선이 시급함





2. 추진내용

■ **사업 목적**

•신체활동 증가를 위해 걷기 실천을 유도하고 다양한 활동적 프로그램 참여기회를 제공하여 지역주민의 건강수준 향상

•걷기 실천율 낮은 지역을 시작으로 마을별 걷기지도자 양성 후 자조모임 구성, 운영

■ **사업 대상 : 지역주민 25,669명(2019.10월 기준)**

■ **사업 목표**

•걷기 실천율 14.5% ⇒ 16.7% 향상 (경북 3년 평균 33.6% 달성을 목표로 추진)

■ 세부 추진내용

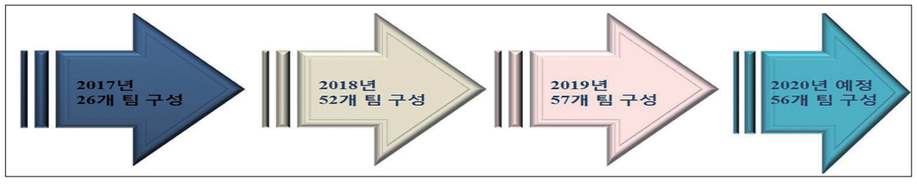
주민 역량강화

• 걷기지도자 역량강화교육

– 마을단위 2~3명 걷기지도자 집중양성

– 초,중학교 걷기지도자 양성 : 16개 초,중학교 체육교사 16명

– 걷기 자조모임 구성 : 양성된 걷기지도자는 마을 걷기 자조모임 책임자로 활동



• 기 배출된 걷기지도자 보수교육

– 일시 : 2019. 12, 5(목)

– 대상 : 2017~2018년 배출된 걷기지도자 126명

– 내용 : 마을별 걷기 자조모임 사례 공유, 자조모임 운영의 문제점 분석 및 해결방안 도출 유지, 확대를 위한 걷기지도자의 역할 다짐

주민 참여확대

■ 걷기지도자 중심 자조모임 확대 운영

• 2017년 청송읍, 파천면 : 26개팀 / 407명

• 2018년 현동면, 부남면 : 52개팀 / 790명

• 2019년 안덕면, 현서면, : 57개팀 / 850명

• 2019년 초,중학교 : 16개 초, 중학교 바르게 걷기 활동

■ 걷기 분위기 조성 위한 걷기 행사 개최

• 지역주민과 함께 걷는 한마음 건강걷기

– 일시 : 2019. 5. 5

– 장소 : 「군민운동장~ 문화예술회관(3㎞)」

– 연계 : 어린이날 큰잔치 연계

– 대상 : 1,000명(걷기지도자 및 지역주민)

– 내용 : 1530 걷기 캠페인

• 걷기지도자와 함께하는 한마음 건강걷기 행사

– 일시 : 2019. 8. 11.(총2회)

– 장소 : 청송읍 「현비암 강수욕장~ 군민운동장(4㎞)

– 연계 : 청송군 트레일런 행사

– 대상 : 700명(걷기지도자 및 지역주민)

– 내용 : 1530 걷기운동 실천캠페인, 걷기코스 탐방

• 사과 꽃길 걷기 행사

– 일시 : 2019. 5. 1.

– 장소 : 현서면 「문화체육공원~ 순교자테마공원(4㎞)」

– 대상 : 500명(걷기지도자 및 지역주민)

– 내용 : 시가지 거리 캠페인, 걷기 코스 탐방, 이동건강홍보관

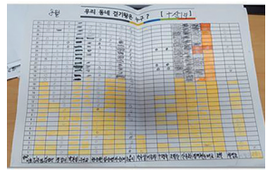
■ 생활터 걷기 프로그램 운영

• 내부 프로그램 연계 걷기 모임 활성

– 방법 : 심뇌혈관예방사업, 치매예방사업 등 보건소 내부 프로그램 연계한 걷기 모임 양성

– 대상 : 프로그램 참석자

– 내용 : 1530 걷기운동 실천캠페인, 바르게 걷기 실천교육 「우리동네 걷기왕은 누구?」 출석체크



• 유모차 「느린 걷기모임」 운영

– 방법 : 유모차 이용한 걷기 팀(10명 내외) 구성

– 대상 : 스스로 걷기 힘든 노인 중 걷기 희망 참석자

– 내용 : 아침, 저녁으로 15분씩 시간을 분배하여 1일 2회 하루 30분 걷기 운동 참여 출석체크 후 우수 참여자 인센티브 제공

걷기 좋은 환경 조성

• 읍·면단위 걷기 코스 내 운동기구 신설
- 방법 : 수요 조사에 의한 읍·면 걷기코스 내 운동기구 설치
- 설치내역 : 8 읍·면 20종
- 연계부서 : 문화체육과 스포츠마케팅담당

• 쉼터 의자 설치
- 설치배경 : 걷기지도자의 쉼터의자 설치요구
- 걷기 중 허리통증이 심한 노인을 위한 쉼터 공간마련
- 방법 : 걷기 코스 내 흔들의자 설치
- 설치내역 : 2개 읍·면 6개소

• 타 부서 연계 공동 환경조성
- 방법 : 농촌 중심지 활성화 사업으로 걷기 길 환경조성
- 설치내역 : 1개면 걷기 코스 정비 (길안천 걷기길 조성)
- 연계부서 : 안전재난건설과 농촌개발담당, 치수방재담당
- 내용 : 코스 내 휴식 쉼터 3곳 설치, 가로수 식재, 꽃밭조성, 길안천 돌다리 식재

• 기 조성된 걷기 환경의 유지보수
- 방법 : 걷기 입간판 정비
- 설치내역 : 3개 읍·면 5개소
- 내용 : 오래된 걷기 입간판 재정비로 쾌적한 걷기 환경조성

3. 추진성과

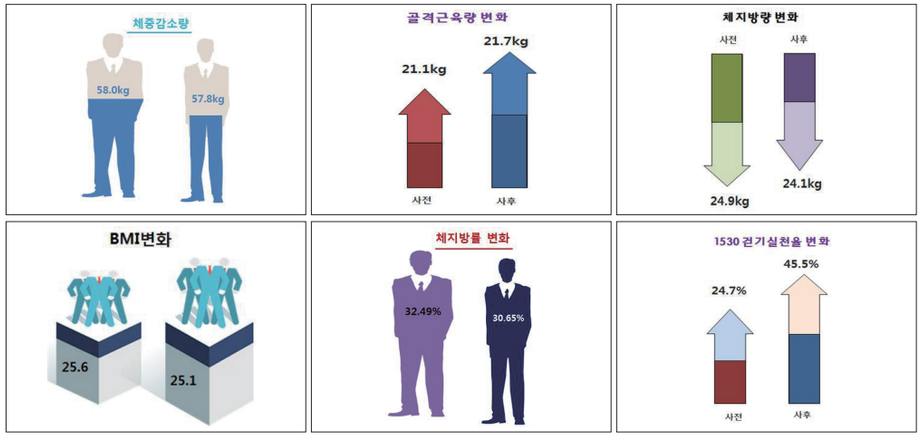
■ 목표 달성도

구분	성과지표	목표	달성	달성율
핵심성과지표	걷기 실천율	16.7%	27.2%	163%

• 2019년 지자체 건강증진사업 신체활동부분
보건복지부장관상 표창
- 일시 : 2019. 10. 31
- 장소 : 여의도 중소기업 중앙회

토민일보 2019년 11월 05일 화요일 6009호 사회
청송군보건의료원, 보건복지부 우수기관 선정
제11회지자체 건강증진사업 성과대회 신체활동사업

■ 주요 성과 (걷기자조모임 전·후 비교)



■ 모니터링 및 환류실적

모니터링	문제점	환류내용
• 현장 모니터링 : 1회 • 걷기지도자 간담회 : 5회 • 사업담당자 내부회의 : 15회	• 걷기모임 지속의 어려움 – 많은 인원을 한꺼번에 모아 걷기가 힘듬 • 노인의 앱 활용 미숙 • 걷기지도자간 교류활동 미흡	• 중,장년층 : 「트랭클」앱 이용 – 노인층 : 「우리동네 걷기왕은 누구?」 자가 출석체크 • 걷기지도자 합동걷기대회 개최 : 1회 • 모임 구성인원 5명으로 소그룹 운영

4. 질의와 응답

질의	응답
마을단위 걷기지도자는 어떤 분들이며 참여하게 된 과정이 궁금합니다.	주로 마을에서 앞장서 일하는 분이 많으며 걷기에 관심이 많은 주민도 포함했습니다. 참여과정은 읍 · 면과 보건지소, 진료소를 통하여 모집하였으며 마을에 관심이 많고 활동적인 분들로 선정했습니다.
유모차 느린 걷기모임의 인센티브는 무엇인가요?	하루 2번 아침저녁으로 나누어 30분 걷기 후 출석부에 체크하면 걷기지도자가 월별로 수거하여 열심히 걷기 하신분께 선물(허리쌕, 파스등)을 드립니다.
마을별로 수요자 중심의 걷기코스가 형성되어 있는가요?	농로길을 따라 대부분 걷기길이 조성되어 있습니다. 하루 30분정도는 충분히 걸을만한 마을길입니다.

경상북도
고령군 보건소

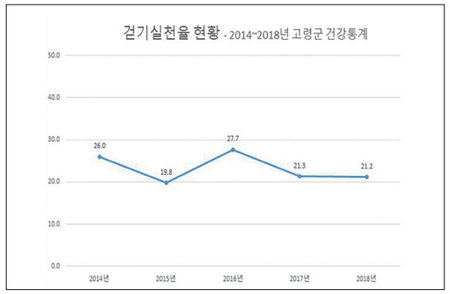
부 서 : 건강증진담당
담당자 : 박영임

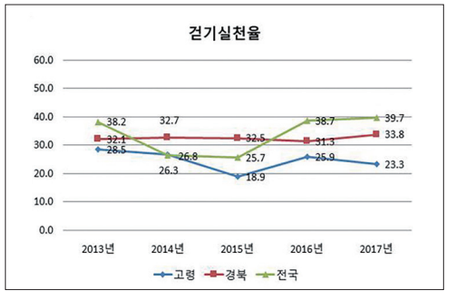
[걷기야 친구하자] 2019년 '걷기 프로젝트'운영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	성인	영양 / 비만 / 신체활동

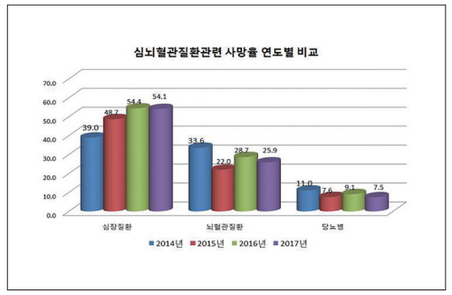
1. 추진배경

■ 2014년~2018년 최근 5년 동안 고령군 건강통계 분석결과 걷기실천율(조율)이 5년 평균 23.2%에 불과하며, 최근 3년간 감소하고 있는 추세이고, 2018년 건강통계(표준화율)로 전국 및 경북과 비교하였을 때 고령군 21.8%, 경북 35.6%, 전국 42.9%로서 현저하게 낮은 실정이며,





■ 최근 4년간 심뇌혈관질환관련 사망률을 연도별로 비교한 결과 뇌혈관질환과 당뇨병은 증가와 감소를 반복하고 있으나, 심장질환으로 인한 사망률은 꾸준하게 증가하다가 2017년에는 2016년과 비슷한 수준을 나타내고 있어 걷기운동을 통하여 심장을 튼튼하게 하는 사업이 필요함



2. 추진내용

■ 사업목적

걷기운동은 심장을 튼튼하게 하고 골다공증과 골관절염 질환을 완화시켜주는 운동으로 매일 30분 이상 걷기운동을 실천한다면, 심뇌혈관질환과 관련된 사망률을 감소시키고 함께 걷는 활동을 통하여 마을주민들의 친목도모 향상을 유도, 행복한 고령군을 만들기 위함

■ 사업 목표 및 평가방법

성과지표	목표	평가방법	비고
건강계단설치	공동주택 5개소	(설치개소수/목표)*100	– 100% 달성 – 10점 – 90%~100%미만 – 9점 – 80%~90%미만 – 8점 – 70%~80%미만 – 7점 – 70%미만 – 6점
걷기동호회 운영	60개 동호회	(운영동호회수/목표)*100	
걷기실천방법교육	60개소	(교육개소수/목표)*100	
걷기코스개발	10개소	(개발코스개소수/목표)*100	
걷기실천율	24.5%	2018년 건강통계 21.2% 대비 3%p 향상	2019년 고령군 지역사회 건강조사
건강취약마을 걷기실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/ 사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	사업전후 설문조사를 통하여 비교 분석
튼튼뼈만들기사업 걷기실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/ 사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	사업전후 설문조사를 통하여 비교 분석
장애인 걷기실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/ 사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	사업전후 설문조사를 통하여 비교 분석

■ 사업내용(대상 및 추진전략)

사업명	사업대상	추진전략
제대로 걷기방법 교육	걷기동호회 60개소	– 마을별 걷기동호회를 방문하여 올바른 걷기방법을 교육하고 함께 걷기활동 추진 – 걷기전후 스트레칭 실습 및 걷기홍보물 배부
걷기동호회 운영	걷기동호회 60개소	– 기존 걷기동호회 순회교육을 통하여 걷기회원 정비 신규동호회 결성 – 걷기리더를 선출하고, 자체적으로 걷기동호회 회원 모집 – 걷기리더를 중심으로 주1회 이상 함께 걷기, 매일 개별 걷기활동 추진 – 매월 걷기활동사진 걷기담당자에게 사진전송을 통한 동아리관리
걷기리더 역량강화 교육	걷기리더 60명	– 걷기리더를 대상으로 걷기회원 리더방법과 걷기방법 교육 – 걷기협회 전문가를 초빙하여 리더 양성
고혈압,당뇨병 환자 걷기교육	지소,진료소 10개소	– 고혈압, 당뇨병환자 운동교육 시 걷기교육 중점 실시 – 걷기전후 스트레칭 실습 및 걷기홍보물 배부

사업명	사업대상	추진전략
튼튼뼈 살리기 프로젝트 운영	골다공증환자 100명	– 보건소 환자 및 보건진료소 관할주민중 골다공증, 골감소증 환자를 대상으로 6개월 관리 프로그램 튼튼뼈 살리기 프로젝트 운영 – 사업전후 골밀도 평가 및 걷기실천율 평가 – 보건진료소 4개소와 연계 협력하여 자체적으로 걷기동호회 활동 추진 및 지원
장애인 대상 걷기활동 유도	지체장애인 농아인협회 50명	– 장애인협회와 연계하여 추진중인 [튼튼심장, 탄력혈관 만들기사업] 일환으로 걷기교육 중점 실시하고 사업전후 걷기실천율 평가 – 걷기전후 스트레칭 실습 및 걷기홍보물 배부
대가야왕릉길 걷기대회 연계 걷기대회 참여	60개동아리 1,000명	– 고령군체육회가 운영하는 대가야왕릉길 걷기대회 행사와 연계하여 보건소 관할 걷기동아리 회원 함께 걷기대회 참여 추진 – 걷기동아리 60개소 1,000여명 참석토록 홍보 독려 – 고령군 아름다운 걷기코스 소개 및 홍보활동 전개
건강계단 설치 운영	공동주택 4개소 35세트	– 엘리베이터 입구, 계단 1층~5층까지 걷기홍보물을 설치하여 걷기 활동 유도를 통한 걷기실천율 향상 – 걷기홍보물을 부착후 계단걷기를 유도하는 리플렛 제작 배부
걷기코스개발	걷기코스 10개소	– 걷기동호회를 중심으로 자체걷기코스 개발 운영 – 읍면별로 설치되어 있는 숨겨진 걷기코스를 발견하여 홍보 – 건설과에서 추진 중인 살기 좋은 농촌마을 조성사업을 통하여 설치된 걷기코스를 주민들에게 알리고 향후 추진예정인 사업에 대하여 걷기코스를 필수적으로 설치토록 제안
걷기안내판 정비 및 설치	4개소	– 기존 걷기안내판 정비 1개소, 신규 걷기안내판 설치 4개소 – 걷기안내판을 통하여 걷기전후 스트레칭 실시 및 걷기 유도
걷기운동 활성화 대대적 홍보활동	고령군전체	– 현수막 게시 – 8개읍면 20개소, 걷기동호회 운영마을 50개소 – 지역신문 광고, 전광판 게시, 홍보물 제작 배부 – 5종 7,500개

■ 내·외부 연계·협력

민간단체	활동인원	활동내역
걷기동호회 68개	1,000명	– 걷기리더를 중심으로 주1회 걷기활동 전개 – 자체적으로 매일 개별 걷기활동 추진
걷기리더	60명	– 마을별로 주1회 걷기회원과 함께 걷기활동 전개하는 리더 – 걷기활동사진 보건소 담당자에게 전송
헬시하트 걷기동아리	20명	– 헬시하트 걷기동아리 회원 모집 – 주3일 함께 걷기활동 추진 및 걷기홍보 활동 전개
8개 읍면 사무소	20명	– 걷기코스개발 및 걷기코스 정비 – 각종 사업추진시 걷기코스 개발 건의
공동주택관리사무소	10개소	– 건강계단 설치 협조 및 계단 걷기 자체 홍보
농아인협회 및 지체장애인협회	8명	– 튼튼심장 및 탄력혈관 만들기 사업 함께 추진 – 사업대상자 모집 및 적극 참여 독려
대가야읍, 다산면 우곡면이장협의회	48명	– 건강취약마을 건강UP사업 및 건강마을조성사업 대상주민 홍보 – 걷기동호회 자체 결성 및 회원 모집
보건지소 7개소 보건진료소 10개소	17명	– 고혈압, 당뇨병 환자 걷기활동 독려 및 동호회 회원 모집 – 튼튼뼈 살리기 사업대상 모집 및 대상자 관리(걷기활동 전개)
보건소 진료담당	3명	– 튼튼뼈 살리기 골다공증 환자 상담 및 대상자 선정 – 골밀도 사전사후 검사

■ 자원투입

예 산	투입인력	지역자원
53,500천원	사업추진인력 : 31명	8개자원 1,096명
– 통합예산 : 20,000천원 (국도비보조사업) – 자체예산 : 33,500천원 (자체군비)	– 통합건강증진담당 : 5명 – 통합사업전문인력 : 6명 – 진료담당,의사 등 : 3명 – 지소,진료소 직원 : 17명	– 걷기동호회 회원 : 1,000명 – 농아인협회 및 지체장애인협회 : 8명 – 공동주택관리사무소 10개소 20명 – 헬시하트걷기동아리 회원 : 20명 – 대가야읍,다산면,우곡면이장협의회 : 48명

3. 추진성과

■ 목표달성도

성과지표	목표	평가방법	목표달성도
건강계단설치	공동주택 5개소	(설치개소수/목표)*100	80% 달성(4개소 설치)
걷기동호회 운영	60개 동호회	(운영동호회수/목표)*100	113% 달성(68개소 운영)
걷기실천방법교육	70개소	(교육개소수/목표)*100	116% 달성(81개소)
걷기코스개발	10개소	(개발코스개소수/목표)*100	250% 달성(25개소)
걷기실천율	24.5%	2018년 건강통계 21.2% 대비 3%p 향상	2020년 2월에 자체평가
건강취약마을걷기 실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	140% 달성(14% 향상)
튼튼뼈만들기사업 걷기 실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	120% 달성(12% 향상)
장애인 걷기실천율 향상	사업전 대비 10%p 향상	(사업전 주3일이상 걷기 실천율/사업후 주3일이상 걷기실천율)*100	0%달성(0% 향상)

■ 주요성과

걷기동호회 운영 : 68개소

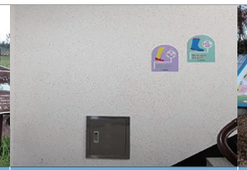
걷기교육 : 68개소 1,200명

걷기지도자 양성 : 56명

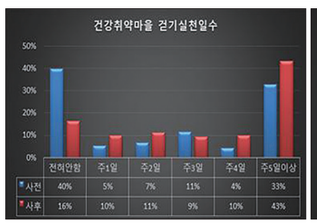
고혈압,당뇨환자 걷기 교육 : 11개소 180명

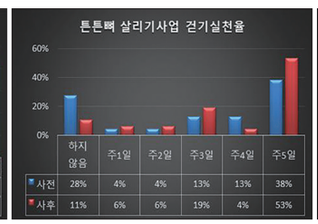
튼튼뼈살리기 프로젝트 :104명

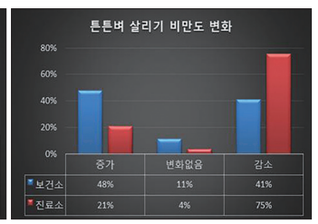
걷기코스개발 : 20개소

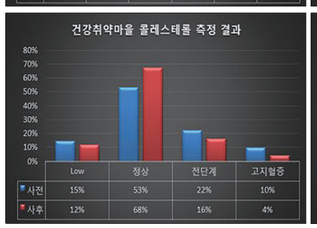

건강계단설치 : 4개소

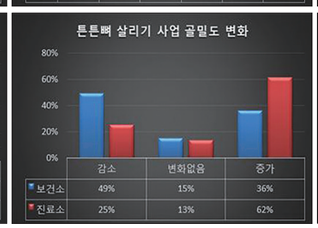
걷기안내판 설치:4개소

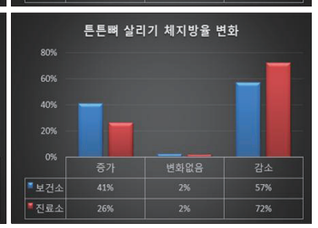












■ 내·외부 모니터링 및 환류실적

일시	참석자	주요내용	환류실적
1월 18일 15:00	건강증진담당4명 진료담당2명	튼튼뼈 살리기 프로젝트 운영계획 수립	보건소와 보건진료소 4개소 환자 120명을 대상으로 6차프로그램을 운영하고 사업전후 골밀도,설문조사등 평가를 실시하기로 협의함
4월 8일 16:30	건강증진담당5명 전문인력 5명	걷기실천율 향상을 위한 회의	고령군 걷기실천율이 경북에서 최하위수준이라 걷기실천프로젝트 운영하기 하고 걷기 대대적 홍보, 걷기대회 개최, 바르게 걷기교육, 지도자양성 강화 하기로 결정함
11월6일 17:00	건강증진담당5명 전문인력5명	튼튼뼈 살리기 및 걷기운영결과 평가	골밀도증가 49%p, 비만도,체지방율도 60%p 높아지고 사업만족도가 높아 2020년에는 사업확대가 필요함
8월5일 17:00	통합건강증진 사업담당자 9명	2019년 핵심성과지표 목표 재설정 (걷기실천율 포함)	2018년 지역사회건강조사 결과에 따라 핵심성과지표인 [걷기실천율], [혈당인지율], [어제점심식사후칫솔질실천율], [성인남성흡연율]의 지표 변경
11월5일 11:00	통합건강증진 사업담당자 9명	2019년 사업추진실적 점검 및 사업평가 2020년 사업계획수립	사업별로 추진한 사업내용 전반을 평가하고, 2020년 사업계획에 포함여부를 의견수렴하고 2020년 핵심성과 지표 선정 협의(걷기실천율이 많이 낮아 핵심성과지표로 선정함)
4월15일 10:00	헬시하트 걷기 회원20명	걷기운동 활성화를 위한 간담회 개최	헬시하트 회원들이 좀 더 재미있는 취미생활 프로그램에 참여하는 경우가 많고 무료,허리 수술등으로 건강이 좋지 않아 회원관리가 어려움 기존 회원을 중심으로 함께 재미있게 걷기위하여 1인당 1명씩 추가 회원을 확보하는데 주력하기로 함
5월 3일 10:00	2급 걷기 지도자 12명	걷기운동 활성화를 위한 간담회 개최	대부분 개인적으로 시간날 때 개인적으로 걷기활동을 하고 있으며, 생활속(출퇴근걷기, 농사일로걷기)에서 걷기 실천을 하고 있으므로 걷기홍보 함께 추진
11월25일 18:00	다산면 건강 위원 17명	2019년 다산면 건강 마을조성사업 평가	노인인구가 지속적으로 늘어나고 있는 시점에서 노인들에게 걷기활동을 강조하는 것이 가장 중요한 사업임을 인식하고 2020년 걷기사업 적극 추진
11월15일 11:00	대가야읍 이장협의회	건강취약마을 건강UP사업 사업평가결과 설명 및 향후계획 협의	고령군 걷기실천율이 많이 낮은 실정이라 걷기실천율을 높이기 위한 방안 함께 고민하면서 제대로된 걷기리더를 양성하기로 함

4. 질의와 응답

■ **튼튼뼈 살리기 사업은 구체적으로 어떤 사업이며, 걷기와 어떻게 연결하여 사업을 추진하였으며, 이 사업에 대한 구체적인 성공요인과 문제점에 따른 해결전략은 무엇인가?**

• 2018년 7월에 보건소에 최신형골밀도측정기를 도입하게 되었는데, 고가의 의료장비인 골밀도측정기를 보건사업과 연계하여 활용하기 위한 방안으로 튼튼뼈 살리기 사업을 추진하게 되었으며, 보건소 골밀도측정자중 골다공증 환자 60명과 보건진료소 4개소 골다공증환자 60명을 선정하여 월1회 걷기운동실습 및 상담, 영양교육상담 등 총6회 프로그램 운영하고 사전사후 골밀도 비교분석, 건강행태 등을 비교분석하여 골밀도는 무려 49%가 개선되었고, 걷기실천율은 5%p 향상되는 성과를 거두었는데, 특히 보건진료소에서 대상자들과 함께 걷기사업을 지속적으로 추진하여 큰 효과가 있는 것으로 평가함 동일한 대상자를 중심으로 지속적으로 연중 관리하는 부분이 힘들고 어려웠지만 운동사, 영양사 등 전문인력과 보건진료소의 적극적인 협조로 좋은 성과를 낼 수 있었음

■ **걷기실천율을 높이기 위하여 여러 가지 걷기사업을 추진하였는데, 걷기실천율을 높이기 위한 가장 효과적인 사업은 무엇이며, 문제점과 해결방안은 무엇인가?**

• 걷기사업에서 가장 효과적인 사업은 걷기의 장점을 알리는 걷기교육이 가장 효과가 높은 것 같으나, 보약을 먹는 것보다 매일 걷는 것이 암, 심장병, 뇌졸중, 치매 등 질병을 예방하는 지름길이라는 것을 인식시키고 함께 걷기활동을 통하여 친목을 도모하고 삶에 대한 만족도를 증가시키는 것이 중요한 것 같다. 하지만 농촌지역에서는 일하면서 걷는 것과 운동으로서 걷는 것이 동일하다는 인식을 가지고 있어 이를 해결하기 위해서는 단순한 논리이지만 제대로 된 걷기방법과 효과를 설명하는 교육과 홍보가 지속적으로 필요함

경상북도
칠곡군 보건소

부　서 : 건강관리담당
담당자 : 박정미

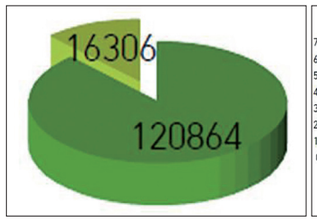
우리동네 가뿐사뿐 건강프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민참여 특화	성인 및 노인	영양 / 비만 / 신체활동

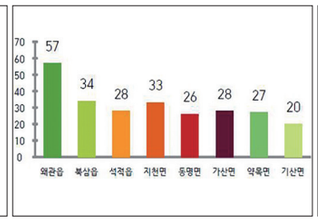
1. 추진배경

■ 노인인구 및 경로당 운동프로그램 현황

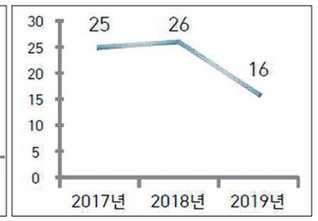
자료출처: 칠곡군 내부자료



칠곡군 노인인구현황 ,　명



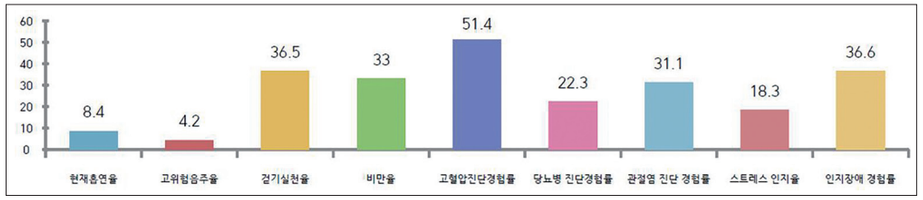
읍면별 경로당 현황



경로당 운동프로그램 현황

- 칠곡군의 65세 노인인구는 16,306명으로 전체인구의 13.5%이며 고령인구비율은 전체인구감소로 인해 2013년 11.9%에서 13.5%로 증가하고 있으며 경로당 253개소 회원 9,900명으로 구성되어 있음.
- 교육문화회관, 국민건강보험공단, 등 연계한 경로당 운동프로그램이 전년대비 58% 감소됨

■ 칠곡군 노인건강행태 및 건강수준 현황



자료출처 2018 지역사회건강통계, %

- 지역사회 건강통계결과 고혈압 진단 경험률이 51.4%로 가장 높게 나타났으며 인지장애 경험률 36.6%,비만율 33%, 관절염 진단 경험률 31.1%, 당뇨병 진단 경험률 22.3%순위로 나타났다.

■ 사업의 필요성 및 문제점

- 노인질환(고혈압 51.4%, 당뇨병 22.3%, 인지장애 36.6% 등)관리를 위해 건강생활실천 필요
- 신체기능저하 및 통증으로 인해 스스로 신체활동을 꺼려하여 운동지도자의 개입이 필요함
- 타기관의 경로당 운동프로그램이 참여자 상해사고로 노래교실 등으로 전면 전환되어 기회 축소
- 기관별로 회원수가 많은 큰 경로당을 선호하여 회원이 적은 경로당은 대상에서 소외됨.
- 경로당 운동프로그램 지원 및 확대가 필요하나 예산의 한계로 지역사회자원 연계 필요

2. 추진내용

■ 사업목적 : 경로당 운동지도자의 건강서비스 제공으로 노인 건강증진 제고
■ 사업대상 : 성인 (경로당 운동지도자) , 노인(경로당 프로그램 참여자)
■ 추진전략 : 경로당 운동지도자 양성 및 모바일읍면걷기배틀 활성화
추진전략 1) 경로당 운동지도자 양성(주민참여, 지역사회자원 연계)

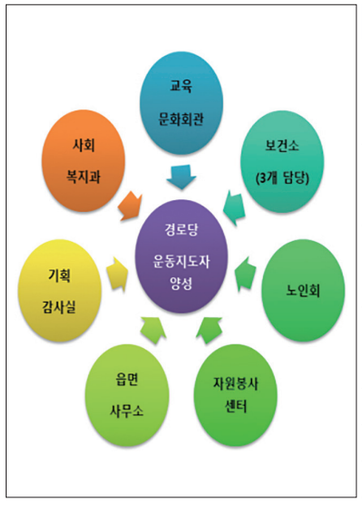
구분	일정	주요내용	
준비 단계	19. 2.18	• 지역사회통합 건강증진사업 유관기관 간담회 실시(19. 2. 18) • 교육문화회관의 찾아가는 현장교육인 경로당 운동프로그램이 노래교실로 전면 전환됨에 따라 노인 신체활동 서비스 약화	
	19. 3. 22 19. 5. 13	• 지역사회 통합건강증진 프로젝트 회의(19. 3. 22), 간부회의(19. 5. 13) • 경로당 회원들의 건강서비스의 약화에 대한 대책 논의 • 예산, 인력 내부자원 현황 분석결과 → 경로당 운동지도자를 양성하기로 함. • 권역별 읍면사무소에 장소 협조 타진(방학기간 이용가능)	
	19. 7. 24	• 홈페이지, 읍면사무소 , 칠곡군 알림터, 등 모집 홍보 • 운동강사 간담회 실시 (19. 7. 24) • 경로당 운동지도자 양성교재 제작 등 물품 구입	
교육 과정	19. 8. 1 (개강)	• 개강일자 19. 8. 1 (교육문화회관 소공연장) • 등록인원 110명(8개 읍면 골고루 분포) • 주요내용: 운동지도자 양성과정 밴드 개설 – 노인의 특성과 건강관리 특강 (간호대학 교수) – 등록 및 교육과정 전반에 대한 설명	
	8. 5 ~ 9.30 (교육)	• 교육기간: 19. 8. 5 ~ 9. 30 • 운동프로그램 이론 및 실기수업 : 32회 • 자신감 향상 웃음치료 4회, 걷기(워크온 읍면배틀 등)교육 4회 • 영양교육 4회, 심뇌혈관예방관리교육 4회, 치매교육 4회 • 4개 권역별 운영 (※ 교차수강 가능) 석적권역: 월 16:00 석적읍 학습실 가산권역: 화 16:30 가산면 평생학습 복지센터 북삼권역: 수 16:10 북삼읍 평생학습 복지센터 왜관권역: 목 10:00 보건소 건강증진 센터	
	10.1~10.15 (실습)	• 현장실습 실시 (1인당 1회 이상 50분) • 40개소 경로당 (노인회 선정 협조) • 협력기관에 실습일정 및 협조 공문 발송(읍면, 사회복지과, 노인회) • 현장실습 후 밴드댓글로 결과 제출 하기 • 모바일 읍면 걷기배틀 이용방법 및 가입지원	
	19. 10. 25 (수료)	• 일 자 : 19. 10. 25 (교육문화회관 소공연장) – 노인회장, 자원봉사센터소장, 부의장, 행정복지국장, 보건소장 참석 • 수료자: 90명(등록자중 82%) • 경로당 운동프로그램중에 있는 9988 건강체조 시연 • 심뇌혈관예방관리사업 홍보티 착용으로 홍보활동	
봉사 활동	11.1~12.13	• 대 상: 40개소 경로당 442명 (주2회 운영) • 봉사자: 43명 (3개 경로당 2인1조) • 가뿐사뿐 건강교실 운영 (모바일 읍면 걷기배틀 가입지원) • 보건소 지원: 운영물품 일체지원, 실비보상(11.1~12.13) • ~12.31까지 23개소 경로당 봉사활동 연장 (봉사실적만 인정)	

경상북도 칠곡군 보건소

추진전략 2) 모바일 읍면걷기배틀을 활용한 신체활동 활성화 (지역사회자원 연계)

구분	일정	주요내용	
워크온 운 영	년중	• 운영기간: 2019. 1. 1 .~ 12. 31 • 참여인원 : 1,820명(군수, 군의장 회원) • 8개읍면 소그룹 구성, 총걸음수로 걷기 배틀	
개인 보상	1월~12월	• 1일 5천보 이상 걷기우수자를 대상으로 매월 10% 공개추첨 건강홍보물품 지급 (1월~10월, 10회, 4월 보건의날 행사시 군수 추첨) • 목표 걸음 도달자에게 건강용품 지급하는 걷기챌린지 5회실시	
걷기 대회	9월	• 2019. 9. 25. 워크온과 달빛 건강걷기 대회(칠곡군체육회 공동주관) • 경로당 운동지도자 등 참여자 600명(군수, 군의장 참석) • 1시간 걸은 후 건강생활실천결심지 달아 풍선날리기 • 워크온 읍면걷기 배틀 가입 및 건강부스 운영 • 칠곡군체육회(공동주관, 걷기교육), 여성단체 협의회(건강생활실천다짐 선서), 왜관농협(물품 후원), 삼성프라자(생수후원), 왜관읍(풀베기), 미래전략과(불빛터널 점검)	
시상	10월	• 2019. 10. 21 칠곡군민체전시 (칠곡군 체육회 공동주관) • 1위 왜관읍, 2위 석적읍, 3위 북삼읍(체육회장, 군수 공동시상) • 칠곡군체육회에서 트로피 제작등 50만원 상당 부담 • 보건소 군민체전 챌린지실시 및 건강홍보부스 운영	

■ 내·외부연계·협력



기관명	협력내용
보건소	– 건강관리담당(주관): 운동, 영양, 걷기자세교육, 운동용품 키트 구입 등 예산집행 – 방문관리담당: 심뇌혈관질환교육 – 치매안심담당: 치매조기검진 교육
노인회	– 현장실습 경로당 선정 및 노인회장 수료식 참여 – 경로당 사업 취지 설명 및 실습 협조 당부 – 경로당 운동프로그램 중간 만족도 조사
자원봉사센터	– 회원대상 경로당 운동지도자 모집 홍보 – 경로당 운동봉사자 봉사실적 적립 – 자원봉사센터 소장 수료식 참석 격려
읍면사무소	– 경로당 운동지도자 양성과정 모집홍보 – 권역별 교육장소 및 음향장비 지원 – 봉사활동 경로당 방문 운동지도자 격려
기획감사실	– 칠곡알림터 게재, 신문보도 협력
사회복지과	– 경로당 참여자 상해보험처리 협력
교육문화회관	– 개강식, 수료식 장소 제공, 음향장비 지원

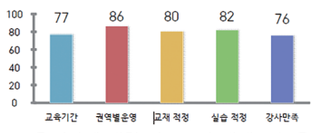
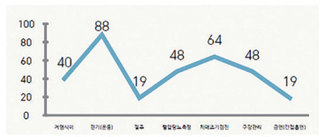
■ 사업에 투입되는 인력, 예산 등

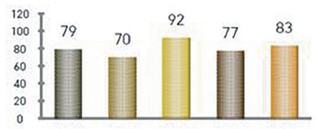
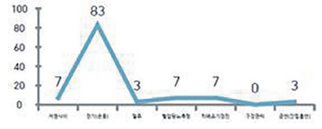
구분	합계	계획단계	교육단계(실습포함)		봉사단계
			내부인력	외부인력	
참여인력	25명	프로젝트팀원 12명	• 운동처방사 1명 • 영양사 1명 • 간호사 4명 (심뇌2, 치매2)	• 운동강사 3명 • 웃음강사 1명 • 교수 1명	• 총괄담당자 1명 • 운동지도자 1명
예산(천원)	18,600천원	■ 지역사회통합건강증진사업 16,200천원【일반운영비, 실비보상비(급식비 1일 7,000원)】 ■ 우리마을 건강파트너 사업 2,400천원【실비보상비(교통비 1일 5,000원)】			

부록

3. 추진성과

■ **목표 달성도 및 주요 성과, 모니터링, 환류실적**

구분	주요내용
달성도	• 경로당 운동지도자 등록율 목표(80명) 대비 등록110명으로 137% 초과 달성 • 경로당 운동지도자 수료율 등록자 110명중 90명으로 82%가 수료하여 목표 달성 • 경로당 운동지도자와 경로당 회원들의 모바일(워크온) 읍면걷기배틀 참여로 20명 초과 달성 • 경로당 운동지도자 봉사활동 프로그램 가뿐사뿐 건강교실 40개소 운영으로 100% 달성
주요성과	• 경로당 운동프로그램 운영 경로당이 16개소에서 56개소로 확대 • 읍면걷기배틀 회원이 1,172명에서 1,820명으로 648명(운동지도자 및 경로당회원 108명)증가 • 겨울철 농한기 경로당 운동 욕구를 봉사활동으로 충족시켜 노인 신체활동 활성화와 예산절감 • 경로당 운동지도자 양성과정 참여자 및 건강교실 참여자의 신체활동인식 제고 • 동네 주민이 경로당 운동지도 봉사활동으로 상호 친밀감 형성으로 행복지수 제고 • 경로당 운동지도자들이 본인 동네의 건강행태 및 건강수준에 관심제고 및 적극참여
모니터링	• 경로당 운동지도자 양성과정 만족도 조사(19. 10. 25 수료자 대상)  교육전반에 대한 만족도가 대체로 높음  건강생활실천에 대한 인식율중 운동이 88% 가장 높음

구분	주요내용
모니터링	• 가뿐사뿐 건강교실 중간 만족도 조사(19.11.26, 참여경로당 40개소 대상)  건강교실 만족도가 평균82.2%로 연장 원함  건강생활실천에 대한 인식율중 운동이 83% 높음
환류실적	• 경로당 운동지도자 간담회 개최로 의견수렴 (19.12.17 예정) • 경로당 운동지도자 밴드 유지와 가뿐사뿐 건강교실 연장운영 검토 중 • 대량 양성된 경로당 운동지도자의 역량강화를 위한 워크숍 실시(2020년)

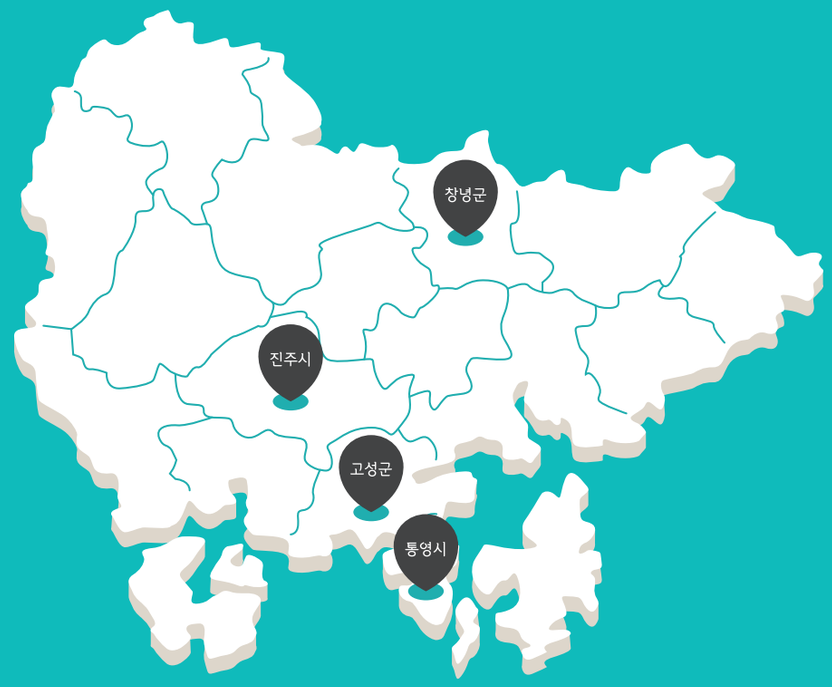
4. 성공요인

■ **성공요인**

- 내.외부협력이 잘 되었으며 특히 노인회의 현장실습 선정 및 경로당 사전 안내등 적극협조
- 참여한 운동강사들이 오랜 경로당 프로그램 운영에 따른 풍부한 경험에 녹아 있는 꿀팁 전수
- 군청 사회복지과 노인복지담당의 보험처리 약속으로 경로당 프로그램 사고에 대한 부담 감소
- 8개 읍면의 참여자에게 4개 권역별으로 교육을 실시하여 접근성 제고
- 등록 권역외 모든 권역을 개방하여 수강가능토록 하여 교육기회 확대
- 경로당 운동지도자 밴드를 개설하여 실시간 소통 및 모니터링으로 소통 원활
- 실습자가 희망경로당 회장과 직접 일정을 협의토록하여 신속하고 행정력 부담 감소
- 경로당 운동프로그램 운영에 따른 물품일체 지원(교재, 스피커, 탄력밴드, 스트레칭용 경침 등)
- 가뿐사뿐 건강교실 현수막과 보건소 운동지도봉사증 지원으로 봉사자 격려 및 신뢰감 제고

■ **문제발생 시 해결전략 등 자가 질의 및 응답 수행**

1. 경로당 프로그램 운영시 상해사고자 발생했을 경우 처리방법은?
   – 사회복지과에서 전체 경로당 상해보험을 가입하였고 보건소가 건강프로그램을 시행하기전 공문으로 사전 협조요청하면 사고 발생시 사회복지과와 보건소가 협력하여 보험처리하기로 함.
2. 경로당 운동지도자의 현장실습과 현장모니터링은 어떻게?
   – 현장실습은 희망경로당 회장님과 직접매칭하였으며 1인이 원칙이나 자신감 부족으로 2인 이상 그룹실습을 원할경우 1/n로 인정하여 다수기회를 통해 실습시간 50분을 충족시키도록 함.
   – 실습자가 현장실습 후 실습결과(경로당명, 일자, 참여인원수, 사진)를 밴드댓글로 올라와 실시간 현장 모니터링 하였음.
3. 경로당 운동지도자의 성실수행 등에 대한 대책은?
   – 경로당 운동지도자의 실습 및 봉사 일정(봉사자 개인정보포함)을 노인회와 읍면사무소, 군청 사회복지과에 안내공문을 발송하여 관심을 갖도록 하였으며 면장이 직접 경로당을 방문하여 격려하기도 하였음
   – 또한 참여자에게도 유관기관에 협조 요청한 사항을 공지하여 성실성을 갖추도록 하니 수시로 해당 경로당 회장에게 긴밀하게 연락을 취하는 등 신뢰감을 형성하였음



경상남도

01 진주시 보건소
함께 맞추는 건강 눈높이

02 창녕군 보건소
장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고·당센터

03 통영시 보건소
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

04 고성군 보건소
건강가치 우리같이, 모두가 함께 건강한 고성군

경상남도
진주시 보건소

부 서 : 건강증진과
담당자 : 성정옥

함께 맞추는 건강 눈높이

소지역별 맞춤형 건강증진사업

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	전체	심뇌혈관질환예방관리 / 신체활동

1. 추진배경

■ 소지역별 분석 결과 건강격차 존재(출처 : 지역사회 건강조사, 국민건강보험)

지역	현황	구분
소지역1 (신도심)	• 흡연, 음주, 신체활동, 심뇌혈관질환 관련 지표에서 다른 소지역 대비 양호함. • 보건소 접근성이 좋으며, 2차 병원의 신축 및 이전함.	소지역1 : 상대동, 하대동, 상평동, 초장동, 가호동, 충무공동 소지역2 : 성북동, 중앙동, 상봉동, 평거동, 신안동, 이현동, 판문동, 천전동 소지역3 : 읍면지역
소지역2 (구도심)	• 3년 평균 1년 내 심뇌신규의료이용률 : 1.6% (소지역3 1.5)소지역1 1.4) • 혈당수치인지율 : 14.1%(소지역3 13.6 소지역1 18.4/전국 15.3 경남 12.8 진주 15.5) → 소지역3의 경우 신체활동 사업 우선. 소지역1, 2의 경우 같은 동지역인데도 격차가 4.3%p남. • 구도심 지역이며 보건소 이전으로 접근성이 떨어짐. • 취약인구비율이 14.7%로 가장 높음(소지역3 14.3)소지역1 9.1)	
소지역3 (읍면)	• 2년평균걷기실천율 : 33.9% (소지역2 41.7)소지역1 44.5/ 전국 41.3 경남 35.8 진주 41.6) • 3년 평균 권장신체활동율 : 17.9% (소지역2 22.4)소지역1 22.6) • 가로등이 없거나, 인도가 적은 지역이 많음.	

→ 소지역1의 경우 다른 소지역 대비 크게 나쁜 지표가 없으므로 현 상태를 유지.
소지역2는 심뇌혈관질환관리 분야, 소지역3은 신체활동 분야 집중 접근을 통해 소지역별 맞춤형 사업을 통해 (인력·예산을 집중 투입)지역 내 건강 수준 격차 완화

2. 추진내용

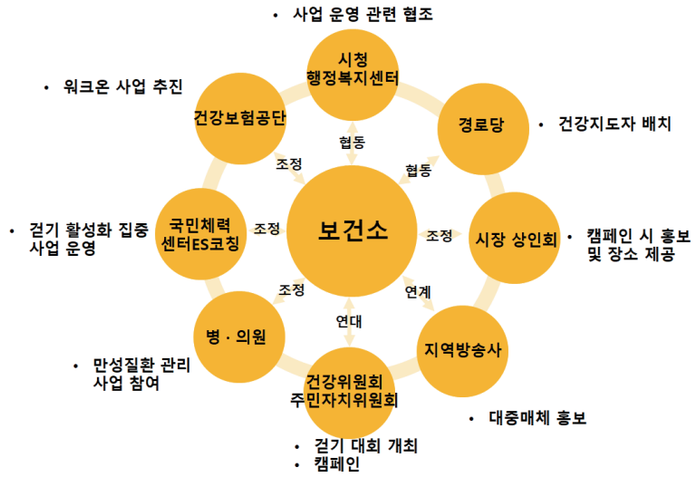
■ 에나 건강한 혈관 만들기(소지역2)

전략	1-❶ 어린이와 함께하는 심뇌혈관질환관리(1차)	1-❷ 지역과 함께하는 심뇌혈관질환관리(1~3차)	투입
내용	• 어린이 건강서포터즈 출범 – 어린이 건강서포터즈 위촉 – 건강생활실천학교 지정 : 학교 교육과정 편성 시 건강생활실천 관련 시간 할애 – 캠페인, 줄넘기 공연 실시 ⇒ 어린이 건강서포터즈를 결성 함으로써 가정, 지역사회 내 파급 효과 기대	• 함께하는 건강생활실천 – 심뇌혈관질환 홍보거리 조성 및 심뇌 캠페인 집중 지역 • 31,213명의 만성질환자 (추정수치 고혈압유병률 22.7%, 당뇨유병률 8.3%) – 만성질환자 15% 등록 관리 : 4,682명 – 8명의 건강생활실천센터 간호사 투입 – 병 · 의원 협약 체결을 통한 만성질환자 관리 : 의료기관 건강강좌, 합병증 검사비 지원 (안과, 내과) – 권역심혈관질환센터 퇴원환자 관리 – 지역 내 취약시설(노인 · 장애인복지시설)관리	인력 22명 예산 104,980 천원

■ 우리동네 다함께 걷기(소지역3)

전략	주민과 함께하는 신체활동	투입
내용	*** 주민자치위원회, 건강위원회 연계 • 주민요구파악 : 건강토론회를 통한 문제점 도출 및 관리자와의 만남 • 건강습관 변화 – 걷기 활성화 집중 사업(3개면) – 생애주기별 프로그램(지역아동센터, 읍면특성화사업) – 걷기 어플 • 신체활동 친화적 분위기 조성 : 걷기대회, 대중매체 홍보 • 걷기 기반 조성 : 걷기 좋은 길 정비, 걷기 수첩 개발	인력 6명 예산 76,680 천원

■ 연계·협력도



3. 추진성과

심뇌혈관질환관리(소지역2)		
1차 예방	어린이 건강 서포터즈	• 18년 옥봉어린이집 19명 → 19년 옥봉어린이집 20명 진주초등학교 49명 (2개소, 100% 달성) • 건강생활실천 학교 지정 : 신나는 음악 줄넘기 465명(4월~6월), 건강생활실천 교육 월1회, 건강위원회와 함께하는 걷기 체험 1회, 운동회 시 건강체험관 운영 • 라디오 녹음 : 서포터즈 6명(279회 송출) • 공연 : 2회 • 어린이 건강서포터즈 그림대회 및 전시회
	심뇌 집중 캠페인	• 옥봉어린이집 건강서포터즈, 중앙동 건강위원회, 상인회가 함께 주제별 건강 캠페인 실시 7회(100% 달성) • 스탬프 투어 건강부스 운영, 병원과 함께하는 체험관 운영
	심뇌혈관 질환 홍보거리	• 로고라이트를 이용한 심뇌혈관질환 홍보거리 조성 : 3개소(100% 달성) • 시민 현장 인터뷰 : "어두운데 예쁜 그림에 좋은 문구까지 있네요. 내일 한번 혈압재러 가봐야겠어요.", 만족도 조사 실시
2차 예방	의료기관 건강강좌	• 소지역2 내 병원과 협약 지속 추진 : 5개소 • 병원과 협약 체결을 통해 심뇌혈관질환 예방 및 관리 교육 : 48회(100% 달성)
	만성질환자 등록 관리	• 만성질환자 7,350명(157% 달성) 등록 관리 : 정기적 혈압 · 혈당측정 및 상담, 투약 관리 – 건강검진 상담 : 1,589명(104% 달성) – 우편물 발송 : 1,072명(전체 발송 비율의 76%) – 혈압 · 혈당기 대여 : 207명(전체 대여 비율의 33%) – 고위험군 발견 및 신규등록대상자 : 783명(신규등록대상자의 29%) • 중앙시장 상인 대상 맞춤형 건강 카운슬링 제공, 건강행복지킴이 조직 강화
의료기관 협약을 통한 3차 예방		• 소지역2 내 협약 의료기관 비율 : 18년 42% → 19년 52%(12개소) • 합병증 검사비 지원 : 565명(고혈압 : 콜레스테롤, 단백뇨/당뇨병: 고혈압 항목+당화혈색소, 안압검사, 안저검사 등)

신체활동(소지역3)		
주민요구파악		• 건강 토론회 시 환경 조성을 위한 지속적인 의견 제시 : 3회 – 자전거 도로 사고 위험성→예방을 위한 안내표지판 설치 – 산책로 주변 환경 정비 요청(가로등, 기구 설치)→지속적인 관리, 예산 확보 노력
건강 습관 변화	아동	• 지역아동센터 집중관리프로그램 : 읍 · 면지역 필수 포함, 2개소(문산, 금곡) 선정
	성인	• 걷기지도자 30명 양성 : 6주 과정, 수료 후 만족도 조사 : 94% • 걷기실천율 조사 사전 17% ▶ 사후 63% – 대상 : 180명(걷기지도자, 걷기 동아리) • 걷기 동아리 : 150명 모집, 104시간(52회)의 걷기 활동, 우수 동아리 인센티브 제공 • 걷기동아리 선진지 견학 : 6회 • 걷기수첩 제작 및 보급(100% 달성) • 노인 맞춤형 건강걷기 : 3개소 • 짐(Gym)해라(모바일 걷기 사업) : 건강위원회 그룹 모집 및 우수자 선정
신체활동 친화적 분위기 조성		• 주민 걷기대회 : 1,000명/1개읍 3개면(15km), 걷기지도자의 걷기 시범 • 대중매체 홍보 : 2개 매체/각 2개월(라디오(어린이 건강서포터즈), TV) • 건강위원회 건강체험관 운영 : 3회/500명
걷기 환경 조성		• 로고라이트, 표지판 제작 건강생활실천공원 조성 : 1개소 • 산책로 정비 : 풀베기(문산 남산, 사봉 선들산), 벽화 그리기(10m), 자전거 도로 청소

노 력 성	효 과 성	확산 · 활용 가능성
– 토론회를 통한 주민의견 청취 – 지역사회 내 병 · 의원과 협약 – 접근성을 높인 8명의 심뇌혈관 질환 전담 인력 – 분기별 모니터링을 통해 사업 추진사항(예산, 실적 등) 점검(내 · 외부)	– 주민 주도하에 걷기 동아리 결성 및 프로그램 외 자체 걷기 모임 추가 실시 – 심뇌혈관질환 홍보거리 SNS 핫플레이스 등극 – 걷기실천율 조사 결과 향상	– 진주시 중장기 보건분야 사업 추진 확고 – 주민자치위원회 간담회 시 걷기 성공사례 발표 – 사업 대상 외 지역에서 사업 요청 쇄도→ 내년도 사업 반영

4. 향후 계획

■ 2020년 걷기 집중 사업 지역 및 소지역3 아동, 청소년 대상 사업 확대 예정

경상남도
창녕군 보건소

부　서 : 방문보건담당
담당자 : 류예리

장애인의 건강 디딤돌 찾아가는 고 · 당센터

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
연속	건강취약계층인 장애인의 인식개선과 건강생활실천 및 관리강화	건강취약계층, 장애인	심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경

■ 2018년도 창녕군 사망원인 1순위 순환기계통질환
(연령표준화사망율 : 전국 62.9 〈 경남 79.2 〈 창녕 98.1)
■ 창녕군 장애인 고·당 의료이용률 경남에서 2위로 상당히 많은 장애인이 만성질환을 보유
■ 창녕군 장애인 등록률은 창녕 8.44%로, 경남 5.51%, 전국 4.99% 에 비해 약 2배 높은 수준

2. 추진내용

목적	장애인들의 자가건강관리능력 향상 및 등록 · 관리를 통한 중증화 예방			
사업 목표	• 2019년 신규대상자의 혈압 · 혈당 정상수치 인지율을 각각 50%p향상 • 신규대상자의 90%가 자기 혈압 · 혈당 수치 및 뇌졸중 · 심근경색 증상 알기 • 신규대상자의 90%가 정기적으로 혈압 · 혈당 측정하기			
사업 대상	• 창녕군 장애인종합복지관 이용 장애인 80여명 ※ 2018년 1개반(50명) 운영→ 2019년 3개반 운영→ 2020년 복지관 미이용자 발굴하여 추진			
사업 기간	• 2019. 2. ~ 2019. 12.(주1회)			
전 략	장애인의 인식개선과 건강생활실천	고위험군 및 선행질환 관리강화	지역주민의 인식개선과 응급대응 및 치료역량강화	환자 지속관리체계 구축
추진 내용	– 심뇌혈관질환 위험요인 홍보 및 예방관리교육 (고혈압 · 당뇨병기본교육) – 급성심근경색 및 뇌졸중 증상인지 및 대처능력 향상교육	– 찾아가는 맞춤형 심뇌혈관질환 서비스 제공 (영양, 신체활동, 구강, 한방 등 연계하여 서비스 제공) – 방문건강사업과 연계하여 고위험군 만성질환자 관리	– 지역주민의 인식개선 – 장애인 관련 종사자의 심폐소생술 교육 등 응급대응 능력 향상	– 고혈압 당뇨병 등록관리센터와 연계하여 환자 관리

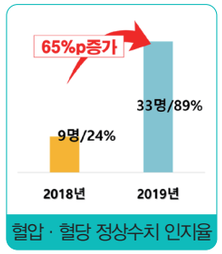
3. 추진성과 ⇒ 자기혈관 숫자알기 인지도 향상, 자가건강관리능력 향상, 기존대상자 교육 후 변화

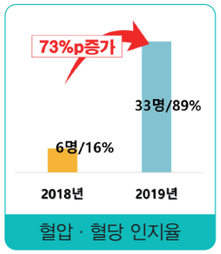
■ 내용 및 운영실적 : 높은 요구도로 1개반(37명)에서 3개반(80명)으로 “확대” 운영

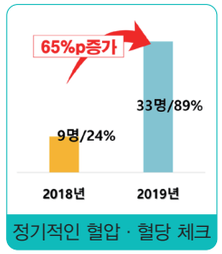
구분	내용	사진
장애인의 인식개선과 건강생활 실천	〈심뇌혈관질환 및 뇌졸중 · 심근경색 예방관리 교육〉 – 사전검사 및 설문지 : 1회/80명 – 혈관건강도 및 체성분(인바디)검사 : 1회/80명 – 고혈압.당뇨병.뇌졸중.심근경색 예방교육 : 10회/536명 – 고혈압 · 당뇨병 OX퀴즈 : 2회/79명 〈자기혈관숫자알기 체험활동 등〉 – 혈압 · 혈당 직접 측정해보기 : 4회/310명 – 복지관 내 혈압계 및 혈당측정기 비치(2대) – 풍선 혈관 만들기 및 혈관 색칠하기: 6회/156명 – 내 혈관 숫자알기 체험활동 : 6회/198명	
고위험군 및 선행질환 관리강화	〈찾아가는 맞춤형 서비스 제공 및 고위험군 관리〉 – 금연교실 : 2회/65명 – 한방중풍예방교실 : 11회/330명 – 구강검진 및 교육 : 12회/80명 – 재활운동교실 : 160회/실인원 20명 – 만성질환 영양교실 및 비만예방교육:5회/253명	
지역주민의 인식개선과 응급대응 및 치료역량강화	〈지역주민의 인식개선〉 – 창녕군 장애인복지증진대회 건강체험관 운영 : 1,500명 – 장애인식개선 캠페인 연계 레드서클존 운영 : 800명 – 장애인복지관나눔주민축제 레드서클 홍보관 운영 : 500명 〈장애인 관련 종사자의 응급대응 및 치료역량 강화〉 – 창녕군장애인복지관 직원대상 심뇌혈관질환예방관리 교육 및 심폐소생술 교육 실시 : 2회/65명	
지속관리체계구축	– 고혈압 · 당뇨병 등록관리센터와 연계하여 지속적인 관리 : 15명(고혈압), 4명(당뇨)	

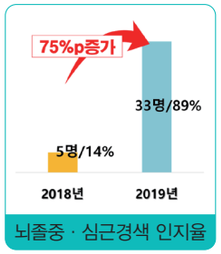
■ 2018년 기존대상자 교육 전/후 지식도 및 건강행태 비교(37명)

– 기존대상자의 1년 동안 교육 후 혈압·혈당 정상수치 인지율이 65%p, 자기 혈압·혈당 인지율이 73%p 향상









■ 보도자료

경남도민신문
장녕군 '찾아가는 고혈압·당뇨병 등록관리센터' 운영

여성여행대이
장성군 장애학생과 함께하는 '따뜻한 재활건강교실' 운영

경남도민신문
장녕군 장애인 위한 '치아건강 길라잡이 교실' 운영

■ 성공요인 및 향후계획

- 장애인 대상 심뇌혈관 예방관리사업을 보건소 중요과제로 인식, 전 부서 연계 협력추진
- 장애인들의 다양한 구성조건에도 불구하고 지역사회 자원연계로 성공적인 사업 수행
- 장애인들의 특성을 고려하여 장애인들이 모이는 장소 직접 방문추진
- 지체장애인, 주간보호시설 등 기타 장애시설 사업대상자 확대 추진계 (2개반 ⇒ 5개반 확대추진)

경상남도 창녕군 보건소

경상남도
통영시 보건소

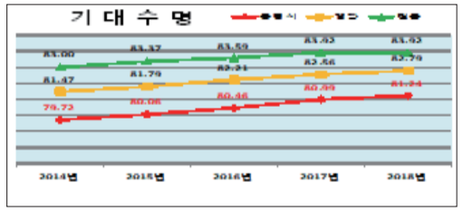
부 서 : 건강증진과
담당자 : 김미영

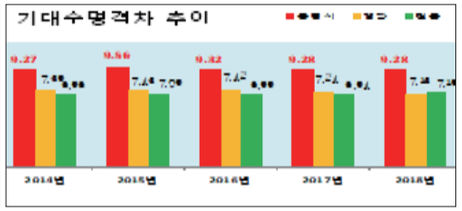
건강 파트너가 통영에게 주는 맞춤 건강 레시피

생애주기별 건강파트너와 함께하는 건강도시 통영

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
계속	건강파트너 양성으로 내 가족 내 친구 지키기	청소년	금연, 비만예방, 신체활동
	통영을 누비는 건강파트너	성 인	금연, 절주, 심뇌혈관예방
	치매파트너, 파트너플러스	노 인	치 매

1. 추진배경





■ 2018년 통영시 기대수명은 81.24세로 경남(82.79세), 전국(83.92세)에 비해 낮은 수준

■ 2018년 기대수명격차 추이는 9.28세로 경남(7.13세), 전국(7.15세)에 비해 격차가 크게 나타남

대 상	청 소 년	성 인			노 인
건강 취약점	흡연율↑비만유병률↑	흡연 · 음주율↑ 고혈압 · 당뇨병 투약순응률↓			고령화율↑치매유병률↑

■ 우리시의 건강생활실천 관련 건강지표에서 청소년의 흡연율, 비만율이 지속적으로 증가하고, 성인의 흡연·음주율은 증가 및 고혈압·당뇨병 투약순응률은 낮아지고, 노인의 고령화율과 치매유병률이 높게 나타남

→ 우리 시민의 생애주기별로 건강형평성 제고에 많은 노력이 요구됨.

경남

2. 추진내용

대 상	청 소 년	성 인	노 인
추진 전략	건강파트너 양성으로 내가족, 내친구 지키기	통영을 누비는 건강파트너 (Taxi, 부녀회, 건강十里 등)	치매파트너 & 파트너플러스
추진 계획	* **청소년 금연서포터즈(파트너)** 양성 프로그램 운영 : 30명 – 기간 : 2019. 5.~ 9. (매월 셋째주 토요일) – 흡연예방교육 및 체험활동 – 지역사회 금연 홍보 및 캠페인 활동 – 청소년 유해환경 개선 및 금연문화 확산 – 가족 건강 알림e 역할 * **워킹스쿨(걷기파트너) 운영 : 상 · 하반기 2개소** – 걷기지도 자원봉사자 모집 – 4인 1조 걷기지도자 각 학교 파견 : 등교시간 운동장 5바퀴 – 걷기실천 동기부여 목적으로 걷기수첩 기록 및 확인	* **모범Taxi운전자 건강파트너 양성 : 70명** – 기간 : 2018. 11.~ (격월방문) – 건강생활실천 지식습득 및 자가건강관리 강화 – 지역건강축제 건강정보 전파 * **새마을부녀회 건강파트너 양성 :108명** (산양읍, 광도면, 무전동) – 기간 : 2019. 4. ~ 9.(월1회) – 건강생활실천 지식습득 및 자가건강관리 강화 – 지역사회 건강캠페인 홍보 및 지역 건강도우미 역할 * **걷기파트너(지도자) 양성 : 30명(희망시민)** – 걷기파트너와 함께하는 건강 십리걷기 – 十里걷기 =〉 1회 완주자 걷기 마일리지 1점(현금 400원적립) =〉 방문건강관리 대상자에게 1:1건강정보전달 및 쌀 기부	* **치매극복선도 단체 양성 : 22명** – 대상 : 학교, 기업, 기관, 단체, 대학 도서관 등 – 치매파트너 교육에 학생 및 교직원이 참여하고 파트너로 등록 * **치매파트너 양성 : 580명** – 대상 : 통영 시민 및 학생 – 관내 치매극복선도학교 직원 및 학생 – 양로원, 요양원 및 병원직원 – 관공서(시청 및 읍면동)직원 * **치매파트너 플러스 양성 : 74명** – 치매파트너학생 대상 치매 안심센터 내 사업보조 자원봉사 프로그램 참여 – 치매극복선도학교 내 동아리와 연계 양성
사업비	10,000천원	12,000천원	23,000천원
추진 체계	걷기지도자자원봉사자, 청소년 금연서포터즈, 경남 · 통영교육지원청 관내 학교, 보건소	걷기지도자자원봉사자 모범택시 · 부녀회 건강파트너 건강십리 건강파트너,보건소	관내 학교, 학교 내 동아리, 관내 양로원, 요양원, 도서관 보건소, 치매안심센터

3. 추진성과

구분	내 용	관 련 사 진
주요 성과	**건강파트너 양성으로 내 가족 내 친구 지키기 '건강파트너와 함께 하는 움직이는 학생, 건강한 가정 · 학교'** • **청소년금연파트너 및 걷기파트너 양성으로 내가족, 내친구에게 건강파트너 역할을 수행** ▫ 청소년 금연 서포터즈 양성 : 87명 ▫ 금연서포터즈 금연홍보 캠페인 및 건강정보 전달 : 5회/3,800명 ▫ 가족 1:1 건강파트너 역할 수행: 4회/91명 ▫ 걷기파트너와 함께 하는 워킹스쿨 운영 – (상반기) 제석초 : 주2회(화,목) 21회 3,150명/충무초 : 주2회(수,금) 21회 1,680명 – (하반기) 제석초 : 주2회(화,목) 21회 3,150명/충무초 : 주2회(수,금) 21회 1,680명 – 걷기파트너 자원봉사자 다수 지원으로 1:1 코칭 – 걷기실천우수학생 시상: 어린이걷기왕 3명, 우수참여학생 177명	〈내가족, 건강파트너〉 〈내친구, 걷기파트너〉

경상남도 통영시 보건소

주요 성과	**통영을 누비는 건강파트너 '다 함께 더 건강하게, 건강한 삶을 위한 365건강파트너'** – 택시, 새마을부녀회, 걷기파트너 등을 양성하여 통영시민에게 맞춤 건강레시피를 전달하여 건강도시 조성 ▫ 모범택시 건강파트너 양성 70명 ⇒ 레드써클캠페인 건강지도자 건강릴레이 거리 퍼레이드 홍보 ▫ 새마을부녀회 건강파트너 양성 108명 ⇒ 레드써클캠페인, 자기혈관숫자알기 거리 퍼레이드, 찾아가는 동네건강소확행, 건강플러스 행복플러스(이미용,수지침 봉사연계) 사업 추진 ▫ 새마을부녀회 방문건강관리 대상자 신규발굴 및 연계 ⇒ 산양읍(32명), 광도(38명), 무전동(18명) ▫ 요양보호사(70명), 생활관리사(45명) 건강파트너 양성 ⇒ 건강취약계층의 건강관리, 건강행태 개선 활동에 참여 – 의료사각지대 신규발굴 및 사업연계 88가구, 지정경로당 보건교육, 혈압관리, 복약지도, 방문진료의뢰 등 ▫ 지역축제 연계 지역주민 1:1 건강정보 전달 : 3회/1,260명 ▫ 걷기파트너(지도자) 양성 30명, 걷기지도자자원봉사자 및 참여자 30명 ⇒ 건강십리걷기 주3회 80회 3,200명 – 통영 걷기좋은길 26선(자체제작책자)을 따라 걷기파트너와 함께 걷기마일리지를 쌓아 이웃사랑실천(쌀 기부) ▫ 도서지역 및 섬주민을 중심으로 걷기 환경 조성 및 각종 건강관련 홍보(소매물도) 2회 100명
	치매파트너 & 치매파트너 플러스 '치매 인식개선 및 치매 친화적 환경 조성' – 다양한 직군의 치매파트너 양성으로 지역사회 치매인적자원 양성 및 치매극복선도단체 지정을 통한 치매친화적인프라 조성 ▫ 치매극복선도단체(기관): 22개소 양성(통영시청, 전 읍·면·동 15, 학교 2, 대한노인회, 복지관 2) ▫ 치매파트너 양성 3,385명, 치매파트너플러스 양성 : 635명 ▫ 치매극복걷기행사 학생치매파트너 봉사활동 참여 : 1회/30명 ▫ 치매파트너플러스 봉사회 운영 : 독거치매노인 가정방문 봉사, 150회 방문/512시간 봉사
목 표 달성도	▫ 청소년 금연서포터즈 양성 290%달성, 워킹스쿨 운영 상 · 하반기 100%달성, 모범택시운전자 양성 100% 달성, 새마을부녀회 건강파트너 양성 100%달성, 치매파트너 양성 583% 달성, 치매파트너플러스 양성 858% 달성
모니터링 및 환류	▫ 청소년 흡연율, 자가비만율, 성인의 흡연·음주율, 고혈압·당뇨 인지율, 지역사회치매관리율 : 지역사회 건강통계 평가(미발표) ▫ 심뇌혈관질환 예방관리 인지도, 실천도, 만족도 : 사후 설문조사 결과 평가(사업종료 후)
성공 요인	▫ 보도자료 및 자치단체장(시장, 국회의장)의 캠페인 참여로 정책적 · 사회적 건강 이슈 활용으로 캠페인 메시지 효과 확산 ▫ 모범택시운전자의 모범적이고 건강한 이미지홍보 효과로 택시운전자의 통합건강증진사업 적극 동참 ▫ 교육청, 관내 학교(금연선도학교 등)과 협력하여 청소년금연서포터즈를 추천받아 친구들의 금연과 흡연예방을 돕는 적극적인 금연서포터즈를 양성하여 학생 및 시민들에게 더 쉽게 다가갈 수 있는 홍보캠페인 분위기 조성 ▫ 지역유관기관과 협력을 통한 심뇌혈관질환 고위험군(택시운전자)이 건강파트너가 되어 건강생활실천 분위기를 조성하고 심뇌혈관질환 고위험군(독거노인, 어르신 등)을 직접 관리하는 요양보호사, 생활관리사의 건강지도자 양성을 통하여 지역행사, 축제 시 홍보대사로서 주민주도형 참여유도 ▫ 다양한 연령별, 계층별 치매파트너 양성으로 지역사회의 많은 시민들의 치매인식개선과 치매친화적 환경조성에 기여
노력도	▫ 모범택시운전자를 건강도우미로 활용하여 택시이용 시민 및 관광객 대상으로 건강멘토링 및 건강증진홍보 ▫ 지역사회에서 사회활동이 많은 부녀회, 요양보호사, 생활관리사 등을 타겟으로 맞춤형 건강교육 및 건강증진 홍보
차별성	▫ 지역특성에 맞는 건강문제 인식으로 생애주기별 건강파트너와 건강거버넌스 구축 – 흡연율이 높은 청소년을 위한 청소년금연서포터즈, 비만율이 높은 학생들을 위한 걷기파트너, 만성질환 위험군(택시운전자), 고혈압 · 당뇨병 투약순응율을 높이기 위한 요양보호사, 생활관리사 건강파트너 ▫ 사업추진을 위한 유관기관(경남 · 통영교육지원청, 관내 학교, 모범택시 · 부녀회, 관내 양로원, 요양원 등), 취약지역 건강위원회 중심의 다양한 형태의 협조체계 ▫ 통영시 걷기좋은길을 발굴하여 자체제작한 책자를 바탕으로 걷기지도자와 함께 시민참여자의 걷기실천으로 참가자 개인의 건강증진을 향상시키고 걷기우수자에 대한 보상으로 지속적인 걷기실천 의지를 강화시켰으며, 걷기를 통해 쌓은 걷기마일리지로 건강취약계층에게 쌀을 기부하여 시민들에게 걷기홍보 및 걷기실천 의식을 고취시켰음 ▫ 치매파트너플러스 양성 및 통영시 자원봉사센터와 협의하여 치매파트너 플러스 봉사회 구축, 운영으로 독거치매 어르신들의 삶의 질 향상에 기여
향후 개선 방향	▫ 2019년 지역사회통합건강증진사업 우수사례 선정 시 생애주기별 건강파트너 사업의 효과적인 역할을 전파 ▫ 보건소의 주도하에 지역의 기관, 단체를 활용하여 건강파트너를 양성하여 주민참여기반 확대 ▫ 흡연율과 비만율을 낮출 수 있는 흡연자 금연홍보와 다양한 신체활동 교육프로그램 개발 ▫ 다양한 기관, 단체를 활용하여 사업을 추진함으로 지속적인 협력체계의 구축으로 사업의 지속적 운영 ▫ 도서지역 어르신 등 지역적으로 통상적인 접근이 어려운 곳의 건강취약계층을 위한 통합건강증진사업 운영

〈택시, 건강파트너〉
〈새마을, 건강파트너〉
〈건강 十里, 파트너〉
〈선도단체 및 파트너 양성현황〉

부록

경상남도
고성군 보건소

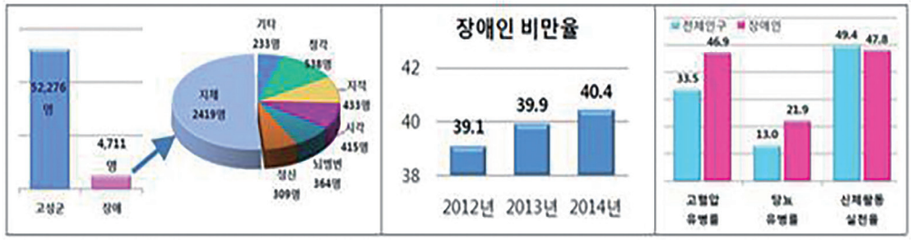
부 서 : 건강증진담당
담당자 : 정혜영

건강가치 우리같이,
모두가 함께 건강한 고성군

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	형평성 강화	기타(장애인)	(주영역) 비만예방 / (부영역) 영양, 심뇌혈관질환예방관리

1. 추진배경

■ 고성군 장애인 현황



•2018년 기준, 전국장애인 4.9%(2,585,876명)과 비교하여 9.8%로 높은 편으로, 타 시군대비 150% 장애인 사회복지 시설이 있으나, 장애인 사회복지 시설을 제외하여도 여전히 고성군의 장애인 비율은 높음

■ 사업추진배경

•장애인의 고혈압·당뇨병 유병률은 전체인구에 비교하여 높은 수준이며, 현재 흡연율은 전체 인구에 비해서 낮으나 18.7%로 흡연 및 간접흡연 환경에 노출돼 있음

•장애인의 비만율은 매년 높아지고 있으며, 비만의 원인은 고혈압, 흡연, 고혈당, 신체 활동부족 순으로, 이는 당뇨, 고지혈증, 우울감, 스트레스 등을 유발하여 정신건강에도 부정적인 영향을 미치므로 꾸준한 관리가 필요

•시설 별 건강조사에 따른 건강 문제를 발견하고, 그에 따른 건강관리를 하고자 함

〈참고〉 고혈압·당뇨병 유병률,
현재 흡연율: 2017년 장애인 실태조사&자체설문지
운동실천율: 2016 장애와 건강통계(보건복지부 국립재활원,2018)&자체설문지

2. 추진내용

■ 사업목적

지역사회 내 건강형평성 제고를 위하여 장애인별 차별화된 맞춤형 건강증진 서비스를

✔ 선택 하고
✔ 집중 제공하여

→ 사업의 효율성 극대화

■ 사업대상: 시설(지체, 지적, 뇌병변) 2개소, 시각장애인협회 1개소, 보건소 1개소

■ 사업 전략 및 추진방향

천사의 집	사랑나눔공동체	시각장애인	보건소 내소 장애인	재가 장애인
• 총 37명 중 과체중 5명, 비만 13명, 고도비만 8명으로 70% 이상이 비만	• 영양사 부재로 식단의 영양 불균형, 대부분이 과자를 좋아함	• 총 28명 중 고혈압 6명, 당뇨 1명, 고혈압 · 당뇨 9명, 위험군 3명으로 68%가 관리 대상	• 칫솔질은 꾸준히 한다고 하나 방법의 문제 등 구강관리가 제대로 이루어지지 않음	• 보건의료서비스 미충족자 발굴로 1:1 장애인건강 관리 제공
비만예방	영양	심뇌혈관질환 예방관리	통합건강 증진사업	재활 서비스

■ 사업내용

대 상	내 용	관 련 사 진
천사의 집	• 기간: 2019. 8. ~ 12. • 내외부자원 – 내부자원: 영양, 비만예방, 금연 – 외부자원: 생활체육회 • 대상 및 실적: 30명/신체활동 회, 교육 회 • 내용 – 주 2회 땡땡 운동 – 2주 1회 비만예방 교육 (비만조끼체험, 영양표시읽기, 짠맛테스트, 신체활동)	
사랑 나눔 공동체	• 기간: 2019. 8. ~ 12. • 내외부자원 – 내부자원: 영양, 비만예방, 금연 – 외부자원: 생활체육회 • 대상 및 실적: 30명/신체활동 회, 교육 회 • 내용 – 주 2회 땡땡 운동 – 2주 1회 영양 교육 (싱겁게먹기, 간식만들기, 짠맛테스트, 색깔과일야채 등)	
시각 장애인	• 기간: 2019. 8. ~ 12. • 내외부자원 – 내부자원: 심뇌혈관질환예방관리, 영양, 비만예방, 금연 – 외부자원: 경남장애인 협회 • 대상 및 실적: 30명/신체활동 협회, 교육 협회 • 내용 – 주 2회 땡땡 운동 – 2주 1회 심뇌혈관질환예방관리 교육 (내 혈압혈당 알기, 짠맛테스트, 스트레스관리, 심뇌혈관질환예방관리 및 발생 조치 방법 등)	
보건소 내 장애인	• 기간: 2019. 3. ~ 12. • 내부자원: 신체활동, 금연, 영양, 비만예방, 심뇌혈관질환예방관리 • 대상 및 실적: 30명/신체활동 회, 교육 회 • 내용 – 주 2회 유산소 근력운동, 스트레칭 지도 및 영양식이 교육, 상담 등	
재가 장애인	• 기간: 2019. 7. ~ 12. • 내부자원: 지역사회중심재활, 방문 건강관리서비스 • 대상 및 실적: 308명/753회 • 내용 – 주 1회 방문 일상생활 동작 훈련, 건강상담 – 재활정보제공 및 정서적지지 – 연계서비스 제공: 치매 · 우울증 · 혈압 · 혈당 검사 등	

■ 사업투입 인력, 예산 등

구분		계	역할
인력	내부	7명	– 대상자 발굴, 사업운영 지원
	외부	12명	– 프로그램 내 신체활동 프로그램 운영, 프로그램 보조, 행정 지원
예산		6,000천원 (국3,000천원/도900천원/군21,00천원)	

3. 추진성과

■ 주요 성과

• 맞춤형 건강증진 프로그램 운영으로 건강행태 개선에 기여

– 사업대상자와 건강문제 현황분석 후 대상자별 맞춤형 건강생활실천교육 운영

• 건강리더 활용

– 월 1회 건강리더 지정으로 조별 구성원 관리 및 교육 분위기를 형성, 독려

■ 모니터링 및 환류실적

시기별/사업별	모니터링	내용
사업 시작 · 종료 시	외부기관 간담회	– 사업시작 관련 스케줄 조정 및 추진 상황 점검 – 협의체 간 사업수행 시 문제점 등 의견 교류 – 14개 보건기관 담당자, 팀장 등 전원 참석하여 사업 개선 방향, 향후 계획 수정, 예산 지출 등 종합적인 검토 실시
수시	내부 사업별 담당자 모니터링	– 사업담당자 및 참여자 대상 설문 통한 환류
수시	언론보도, 캠페인 등 홍보	– 지속적인 보도자료 작성 및 자원봉사 활용한 캠페인 기회 확대

4. 주요 성공요인 및 향후 계획

■ 성공요인

• 충분한 사전 건강 설문조사 및 유관기관과 간담회를 통한 건강문제 도출

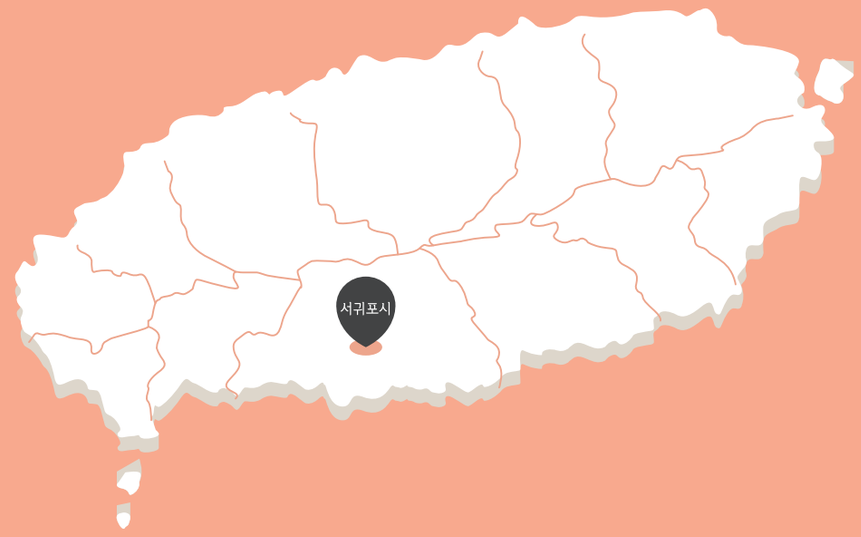
• 의료접근성이 상대적으로 낮은 장애인 계층의 건강형평성 제고를 위한 노력

• 내부사업 및 외부자원 연계

■ 향후계획

• 사회복지시설 연계 취약계층 건강증진사업 운영 확대

• 지역자원(고성군체육회, 노인실버놀이 등) 연계 사업의 효율성 증대 및 건강 제고



제주특별자치도

01 서귀포시(서부) 보건소
『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수 UP! 프로젝트

02 서귀포시 보건소
힘내라! 3050 건강UP 프로젝트

제주특별자치도
서귀포시(서부)보건소

부 서 : 건강증진팀
팀장 : 박은경 / 담당자 : 고은교

『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수UP! 프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	주민 참여	전체	신체활동

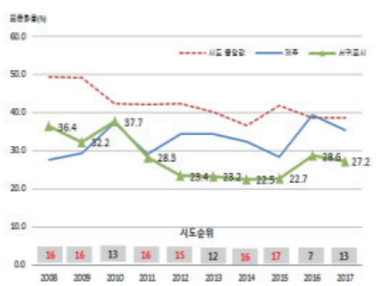
1. 추진배경

■ 서귀포시서부지역 3년간 지역사회건강조사 건강지표율 심각수준으로 주민이 체감할 수 있는 건강문제 해결전략과 마을별 건강생활실천과 일상속에서 걷기실천을 유도하는 분위기 조성

영역	산출지표	서귀포시 서부지역			2017 제주도	2017 전국 중앙값
		2015	2016	2017		
신체활동	중등도 이상 신체활동 실천율	35.3	30.9	19.3	25.2	22.3
	걷기실천율	24.8	20.8	15.5	35.4	39.7
비만	비만율	27.7	28.3	32.0	29.5	28.6
	체중조절 시도율	63.5	45.1	53.1	54.0	62.8
삶의질	양호한 주관적 건강수준 인지율	45.8	43.9	54.1	22.7	24.5

■ 걷기실천과 비만율은 전국, 제주도보다 높게 지속적으로 상승하고, 걷기실천율은 낮게 수치를 보여 점진적으로 개선이 필요함.

■ 걷기실천율 추이



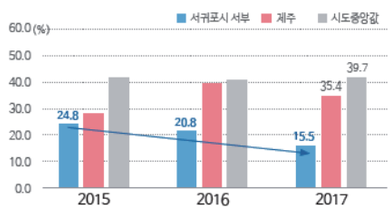


그림 1. 서귀포시 서부지역 걷기실천율(2015년-2017년)

※ 걷기실천율(2017 지역사회건강조사)

■ 신화역사공원 및 영어교육도시조성 등 중장년층 유입인구 증가 및 노인인구비율증가에 따른 사전 만성질환예방, 걷기실천율향상을 위한 주민참여와 건강문제에 대한 인식률을 높이고, 걷기실천 생활화에 대한 마을별 안전한 걷기환경 조성

■ 농어촌지역특성상 네트워크를 통한 마을 생활터 중심의 지속적이고 체계적인 건강증진프로그램 운영를 통한 일상에서 행복, 건강한 발걸음으로 지역의 주요 건강문제인 걷기실천율 향상과 비만율 감소로 삶의 질 및 지역건강지수 향상이 절실하게 필요

■ 취약한 의료기관 분포 및 의료접근성 저하로 분석을 근거로 보건기관중심으로 지역자원 연계협력으로 지역보건서비스 강화

2. 추진목표

■ 1일 40분이상 주5일 걷기 실천율 사전대비사후 5% 향상

■ 건강3·6·9프로젝트 참여자 중 3kg 이상 감량 20% 이상

■ 프로그램 운영에 대한 대상자 만족도 85%이상

3. 추진전략

비전	주민 모두가 함께하는 행복한 일상에서 건강한 발걸음으로 행복한 마을 조성
목적	건강생활실천을 통한 걷기 실천율 향상 및 비만율 감소

전략 및 주요 추진과제

[전략1] 지역사회자원협력체계구축 및 건강생활실천사업 기반강화
1. 주민주도형 생애주기 · 생활터 별 맞춤형 건강관리 통합서비스 제공
2. 마을 주민참여와 조직의 협력관계를 강화하여 건강수준향상
3. 업무협약추진을 통한 실무협력체계 네트워크 구축
4. 건강생활실천을 위한 홍보 및 캠페인 전개로 인식개선 및 실천유도

[전략2] 낮은 걷기 실천율 향상을 위한 일상 속 걷기 실천 유도
1. 건강생활습관 실천을 위한 마을단위 안전한 걷기 환경 조성
2. 전문적인 교육을 통한 지역 내 청.장년 걷기지도자양성하여 건강책임감 갖고 참여할 수 있는 걷기실천분위기 확산
3. 모바일 걷기앱 워크온, 보건진료소, 마을별 걷기동호회 연계 마을 단위 걷기 활성화

[전략3] 비만관리 및 적정체중유지를 위한 건강생활실천프로그램
1. 비만예방, 금연, 영양, 절주, 구강관리 교육강화로 자가 건강관리 역량 강화
2. 올바른 식생활개선을 위한 찾아가는 저염음식체험교실 운영
3. 마을, 학교, 직장, 경로당 등 생활터별 맞춤형 신체활동 프로그램 강화
4. 생애주기별 건강생활실천교육 및 건강증진센터 체력단련운영

4. 건강문제와 해결능력에 영향을 미치는 환경

내부분석

〈Strength〉
– 비만개선, 걷기실천율 중점과제 선정 및 다양한 걷기 프로그램 진행
– '18년부터 시작한 11개 보건진료소 하영걸을락(樂) 운영 지속 및 활성화
– '19년 마을 중심 걷기 코스 개발

외부분석

〈Opportunity〉
– 월 걷기 행사 시 마다 참석인원 증가
– 월 걷기 우수자 시상으로 인하여 마을 및 직장 걷기 분위기 조성
– 건강행태 개선을 위한 모바일 웹 활용 건강관리서비스 제공
– 지역주민의 건강증진에 대한 관심 증대

S W O T

〈Weakness〉
– 제한된 자원(예산, 인력)으로 다양한 보건의료서비스 제공 한계

〈Threat〉
–65세 이상 인구 19.2%(고령사회)
–인구 대다수의 청장년층은 밭농사 등 1차 산업 종사자가 많음
– 자동차 선호, 신체활동 환경 부족
– 환경개선에 대한 주민요구도 낮음
– 다년간 다양한 걷기 프로그램 운영 그러나...걷기실천율 전국 하위 수준

SO전략 (강점–기회)	•지역사회자원 연계 월 걷기행사 지속하여 건강관리 강화 •온·오프라인 건강증진 프로그램 개발을 통해 주민 요구에 부합되는 건강관리 •걷기우수자 시상 지속 워크온(모바일 걷기앱)커뮤니티 모집확대 : 팀별경쟁, 출석체크 등 •11개 보건진료소 마을걷기 하영걸을락 활성화
ST전략 (강점–위협)	•지역주민 건강형평성을 고려한 사업계획 수립 및 강화 •직원 역량강화로 전문인력 활용 건강문제 접근 •생애주기별 맞춤형 건강증진 서비스 제공 •'19년 개발 마을 걷기코스 홍보 및 운영 공식화 •신체활동환경조성을 위한 부문 협력 확대, 예산확보 노력지속
WO전략 (약점–기회)	•안전한 걷기 친화적환경 조성을 위한 주민공감대 형성 •주변환경 이용 다양한 지역내 건강리더 육성 활용 •주민요구도 up
WT전략 (약점–위협)	•예산 및 안정적 인력구성을 위한 통합적인 노력 •낮에는 일하고 저녁에는 운동하는 주민을 위한 마을 걷기코스 안전성 확보 필요

5. 자원투입의 결과

구 분		『행복한 일상, 건강한 발걸음』 건강지수 – UP! 프로젝트
인 력	자 체	17명(건강증진3, 방문간호3, 보건진료소 11)
	외 부 강 사	6명(대한걷기연맹2명, 서귀포요리학원, 서귀포시체육회, 한라대학, 민들레 엔터테인먼트)
예 산		1,180천원

6. 협력체계구축

협력기관명	연계 목적 (*회의, 협약 등)	주요역할 및 협력사항 (사업 대상, 목적, 내용 및 연계 자원의 역할 등)
서부걷기연합회	주민과 함께 걷기행사일정관리 사전답사 및 코스개발	– 걷기의 중요성에 대한 대주민 홍보 , 사전답사 및 코스개발 – 서부지역걷기동호회 재정비 및 활성화 : 15개소 간담회: 2회
국민건강보험공단 서귀포지사	지역주민 건강증진 및 건강관리 사업 연계 · 협조	– 경로당 체조교실 프로그램 강사지원, 건강생활실천 지역협의회 : 2회 – 건강백세 운동교실 전년대비 3개소 운영
대정읍, 안덕면 사무소	보건사업 연계	– 각종보건사업 안내 및 홍보 각종 보건사업 안내 및 홍보 – 읍면사무소 전광판 이용 보건사업 홍문서발송
리장 협의회 및 부녀회, 연합청년회	보건사업 홍보 및 사업연계	– 마을별 걷기분위기조성 및 걷기실천,비만관리를 위한 프로그램 적극 참여 – 종 행사시 건강생활실천홍보기회제공마을별 걷기실천 – 각종 행사시 건강체험홍보관 운영
마을 35개소	보건사업 홍보 및 사업 연계	– 통합건강증진프로그램 운영, 업무협의 및 홍보, 정보제공, 자원연계 – 보건사업 홍보 주민건강증진프로그램 운영, 건강생활실천 및 보건교육 – 주민 건강걷기 운영 홍보
노인대학 2개소 경로당49개소	보건사업 홍보 및 사업연계	– 경로당 및 노인대학 프로그램 연중 운영 운동 및 보건교육 시 회원 참여 독려 – 프로그램 운영 장소 제공 및 건강생활실천프로그램 교육
지역아동센터 초 · 중 · 고등학교 어린이집	보건사업 홍보 및 사업연계	– 지역아동센터 건강관리교실, 청소년건강생활실천 프로그램 – 건강한 돌봄놀이터 운영프로그램 운영 장소 제공, 각종 보건사업 연계 – 걷기 행사 시 학생 자원봉사 참여
서귀포시 체육회	지역주민 건강증진을 위한 사업 연계	– 생활터별 신체활동 프로그램 및 건강증진센터 맞춤형 헬스 트레이닝 강사지원 – 경로당 체조교실, 돌봄놀이터 신체활동, 건강한 직장 만들기
대한걷기연맹	걷기지도자2급 양성과정	– 걷기지도자2급 양성과정프로그램 연계, 걷기행사 연계
서광서리 · 가파리 · 마라리 마을회	주민주도형 건강마을 만들기 사업 추진	– 건강증진 교육 및 프로그램 장소 제공, 마을별 주민 참여 독려 – 건강마을 협약식, 건강생활실천교육, 건강마을 체조교실, 주민 건강걷기
한국외식업중앙회 서귀포시지부	보건사업 홍보 및 연계	– 보건사업 홍보 및 이동건강홍보관 운영:
한국남부발전㈜ 남제주화력발전본부	보건사업 홍보 및 연계	– 건강한 직장 만들기 운영, 사업장 내 나트륨 줄이기 사업 실시 :건강간식 배부 및 사전사후 변화 결과 공유
지역사회통합 건강증진사업단	사업 모니터링, 교육 등 업무 지원	통합건강증진사업 모니터링 및 계획서 컨설팅

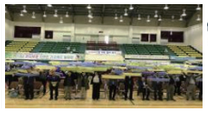
제주도 서귀포시(서부) 보건소

제주

7. 추진 내용

지역사회 및 협력체계 구축, 건강생활실천사업 기반강화

- 지역사회건강증진통합사업 T/F팀 조직하여 본격 추진 : T/F팀 6차 운영회의
- 지역사회협력자원 네트워크 간담회 개최 : 2019.2.19
- 업무협약 추진을 통한 실무협력체계 네트워크 구축, 지역협의체 구성
- 마을중심 걷기동호회 자조모임 결성 : 15개 걷기동호회 결성, 걷기지도자양성과정
- 건강한마을 3개소MOU 체결, 179회 3,779명 건강한직장만들기 1개소 24회442명, 건강생활실천교육 연계 운영, 협력지원
- 2019년 서부보건소 걷기 프로그램 운영성과(보건진료소 힐링업 하영걸을락 연계) 대회 : 90명, 걷기칭찬우수사례 기고 : 13편

건강생활 실천사업 기반강화				
	T/F팀 본격 추진	지역사회협력자원 간담회 개최	건강생활실천캠페인 (걷기실천, 금연, 절주결의대회)	TV,보도자료,SNS,기고 등 홍보

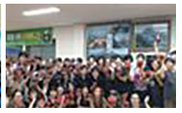
낮은 걷기 실천율 향상을 위한 일상 속 걷기 실천 유도

- 걷기실천율 사전·사후조사 및 마을별 걷기 프로그램 운영, 만족도 조사 : 3월, 11월
- 모바일 걷기 앱 (워크온)활용 일상걷기활성화 자체 걷기동호회 가입 35개팀 1,060명
- 월별 걷기출석 및 워크온 걷기 우수자 월1회 인센티브 제공 : 8회751명
- 주5일 이상 가까운 거리는 걸어 다니기 홍보 및 캠페인 전개 : 7회 1,720명
- 마을 안전걷기코스 활용한 하영걸을락 주 2~3회 주민과 함께 걷기 프로그램 운영 11개마을 981회 11,220명, 레드써클 걷기마일리지 실시 51명
- 건강걷기지도자 2급 양성과정 : 66명 2급자격 취득 및 자조모임 결성
  – 걷기운동의 이론 및 실기, 올바른 걷기, 자세교정 및 실습 등
- 걷기실천 향상을 위한 " 건강한 발걸음, 함께 걸어요" 월1회 걷기행사 : 9회 2,650명
  – 행운권 추첨, 금연/절주/걷기실천 결의대회 및 건강체조 실시 등

일상 속 걷기 실천 유도				
	마을단위 걷기코스 개발 및 걷기맵 구축	마을 단위 하영걸을락 프로그램	걷기 지도자 2급 자격증 취득 66명	주민과 함께 걷기 행사 9회 2,650명
일상 속 걷기 실천 유도				
	중장년층 모바일 걷기앱(워크온)활용	건강한 발걸음 우수자 이벤트	건강한 발걸음 함께 걸어요! 초대장	건강한 발걸음 함께 걸어요 걷기행사 개최

비만관리 및 적정체중유지를 위한 건강생활실천프로그램

- 건강증진센터 이용 체력단련 운영 : 17,602명, 맞춤형 헬스트레이너 운영 : 74회 567명
- 튼튼 제주 건강 3·6·9 프로젝트를 통한 체중관리 확산 : 298명,
- 경로당체조 251회 3,972명, 마을 체조교실 337회 4,742명, 체성분측정 및 운동상담 1,711명
- 학교, 경로당, 마을, 생활터별 건강체조 등 신체활동 프로그램 28개소 722회 11,005명
  – 사전·사후 체지방측정 및 설문조사, 생활터별 건강체조, 만족도조사 등
- 생애주기별 건강생활실천교육 : 455회 11,838명, 건강체조발표회 450명
- 올바른 식생활개선을 위한 찾아가는 음식체험교실 운영 9회 331명

비만관리 건강생활실천 프로그램				
	건강증진센터 이용 15,414명	혼디모영 지꺼진 건강체조 발표회 (마을로 찾아가는 체조교실 547회 7,558명)	찾아가는 음식체험교실 9회 331명	비만예방 건강 퍼포먼스
비만관리 건강생활실천 프로그램				
	아동신체활동프로그램	성인신체활동프로그램	찾아가는 건강생활실천프로그램	건강생활실천프로그램 교육

8. 추진 성과

- 지역사회 네트워크를 형성하여 11마을 진료소별 안전걷기코스 개발 및 마을 걷기지도(Map) 구축해서 마을중심의 맞춤형 건강생활실천프로그램 활성화
  → 마을걷기 프로그램 참여 인원 대폭 증가 : '18년 816회 5,776명 →'19년 981회 11,220명
- 모바일 걷기 앱 (워크온)을 활용한 걷기 활성화 목표 800명 대비 132.5% 달성함.
- 건강한 발걸음 함께 걸어요 월별 주민과 함께 걷기 9회 2,650명으로 목표(8회 1,000명) 대비 초과 달성 : 3년간 걷기대회 참여 인원수 지속적 증가
  →'17년 1,100명 → '18년 1,270명 → '19년 2,650명, 일상에서 걷기 실천 붐 조성
- 건강 3·6·9프로젝트(3Kg 체중감량) 목표 20% → 25.8% 달성(초과 달성)
- 걷기 프로그램 대상자 걷기 실천율 향상 : (사전) 14% → (사후) 71.4%
- 높은 수준의 프로그램 만족도 : 건강체조발표회 98.4%, 찾아가는 저염음식체험교실 96%, 하영걸을락 걷기 프로그램 99.2%, 건강마을 97%, 걷기지도자 양성과정 100%
- 2019년 서부보건소 걷기프로그램 운영성과대회 90명 참석, 주민칭찬기고 13편
- 걷기지도자 양성과정 보수교육실시에 따른 자조모임 결성
- 지역사회건강조사 건강지표율 향상 (건강찾아 의료비 절감)
  - 걷기실천 2017년 15.5%→2018년 21.7%향상, 비만율2017년 32%→2018년 29% 낮아짐
- 마을별 다양한 운동 프로그램 보급 및 지역사회 걷기행사로 함께하는 걷기실천분위기 조성하여 건강증진 향상

8. 주요 성공요인 및 노하우

〈 성공요인 〉

- 지역사회 자원(35개리장, 15개걷기동호회장, 11개 보건진료소장) 연계하여 지역현황과 보건사업공유 및 주민요구를 반영한 생애주기별, 생활터프로그램 지속적 운영
- 마을중심의 네트워크형성하여 마을단위 안전걷기코스개발 및 마을 걷기지도 구축 등 매주 2~3회 저녁 7시 마을단위 하영걸을락 추진하여 지역사회 파트너쉽 강화
- 걷기앱에 연계된 팀별경쟁, 마을별 출석부체크, 우수자 이벤트, 걷기지도자 (건강한 발걸음 함께 걸어요!, 우리마을 안전걷기 등)걷기행사 연계, 금연·절주결의, 건강걷기 체조, 건강체조발표회, 걷기프로그램 성과대회 등 지속적으로 다양한 프로그램 운영으로 주민의 높은 만족도로 시너지 발휘
  : 건강체조발표회 98.4%, 저염음식체험교실96%, 하영걸을락 걷기 99.2%, 걷기지도자2급과정 100%
- 내외부자원 연계하여 사전사후마을과 긴밀한 협조체계구축으로 수시 모니터링, TV,보도자료, 홈페이지, SNS 문자알리미, 현수막 등 홍보강화하여 참여 극대화 : 사전 참여자 모집시 모집기간 3일만에 수요 충족
- 2019년 11월호 질병관리본부 지역사회건강과 질병의 『제주특별자치도 서귀포시서부지역의 걷기실천 개선사업』 근거기반 지역보건활동 정책수립 시행

〈 노력성 〉

- 모바일 걷기 앱(워크온)을 활용하여 동호회별로 걷기 기록을 경쟁하는 방법으로 운영하여 지역사회 걷기 열품을 조성함.
- 마을별 걷기코스개발 및 11개 걷기 맵(Map)을 구축시 보건진료소 걷기 프로그램과 연계하여주민이 직접 걸으며 코스개발과정에 참여하여 걷기프로그램에 참여할 수 있는 계기를 마련함.
- 건강증진팀과 연계한 걷기 행사운영으로 만성질환자들의 걷기실천율 및 체질량지수 개선함

〈 차별성 〉

- 모바일 걷기 앱(워크온)을 활용한 걷기 : 마을, 직장, 지역주민들이 걷기 앱 설치하여 동호회를 자체적으로 결성하도록하고 월별 걷기우수자를 동호회별 1~3등을 선정하여 시상하는 방식으로 인센티브를 제공함.
- '19년 건강한 발걸음 함께 걸어요 걷기행사는 기존 걷기행사와 달리 새롭게 출석도장 쿠폰(3회참여 시 인센티브제공) 및 행운권 지급으로 걷기행사 참여에 대한 흥미를 유발함.
- 만성질환자를 대상으로 한 모바일 걷기 앱(워크온)활용 레드서클 걷기 마일리지를 신규사업으로 운영하여 유질환자 대상으로 생활 속 걷기를 실천할 수 있도록 함.
- 월별 걷기 행사 시 지역사회 초·중·고등학생자원봉사를 실시하도록 하여 환경정비와 함께 걷기행사에 참여할 수 있도록 함.

제주도 서귀포시(서부) 보건소

9. 연차별 사업수행 체계도 및 향후 환류

2018년(1차년)	2019년(2차년)	2020년(3차년)
〈올레길, 우리동네길 함께 걷기〉 • 월 1회 주민걷기행사 • 7개 보건진료소 마을 하영 걸을락 걷기프로그램 (주2–3회) • 건강생활실천리더 양성과정 • 건강생활 실천마을 운영	〈건강한 발걸음, 함께 걸어요〉 • 월 1회 주민걷기행사 (금연,절주결의, 건강걷기체조 시연, 홍보관운영, 치매 예방 걷기:도장 쿠폰) • 11개 걷기코스개발, 지도 구축 및 11개 하영 걸을락 연계 운영 • 걷기 지도자 양성 (2급 자격증 취득) • 모바일 걷기 어플 '워크온' 월별 걷기 우수자 시상, 고혈압 당뇨 유질환자 대상 레드서클 걷기 마일리지 운영	〈건강한 발걸음, 함께 걸어요〉 –19년 사업 지속– • 19년도 개발한 걷기코스 홍보 및 안내 표지 제작 • 지역축제 연계 걷기대회 운영 • 걷기 지도자 양성과정 추가 신설 및 보수교육 운영 • 2020년 걷기 프로그램 우수참여 지역주민 대상 성과대회 개최
마을 걷기 분위기 조성	걷기코스 개발 및 걷기 지도 구축 동호회 활성화 및 주민 역량 강화	주민참여 걷기코스 정비 걷기지도자 자조모임 지원

■ **지속적인 마을단위 걷기 하영걸을락 걷기코스 환경조성 정비로 걷기코스 안내 표지 제작 마을단위 주민위주에서 일반지역주민 안전한 걷기 코스 활성화 및 확대 운영**

■ **걷기지도자 양성과정 추가신설과 보수교육 및 자조모임 건강관리 역량강화**

제주

제주특별자치도
서귀포시 보건소

부　서 : 건강증진팀
담당자 : 이경미

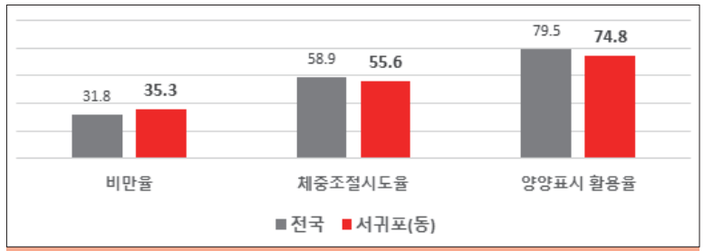
힘내라! 3050
건강UP 프로젝트

구분	전략별 분류	생애주기별 분류	건강영역별 분류
신규	지역실태 중심	성인	영양 · 비만 · 신체활동

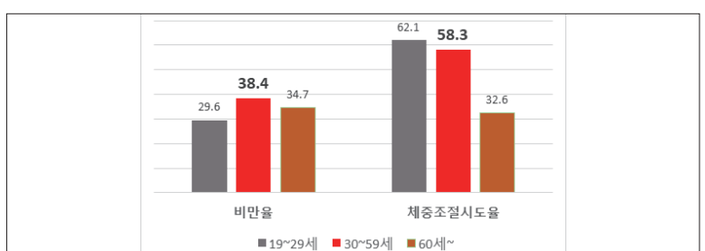
1. 추진배경

■ **2018년도 지역사회건강조사 결과 서귀포 동지역 비만율은 전국 최고의 수준임**

• 성인 지역사회건강조사 결과 건강지표 전국 비교 현황



전국 비교 서귀포 동지역 지표 현황



서귀포 동지역 연령별 건강지표 비교 현황

※ 자료원 : 지역사회 건강통계 2018

⇒ 청·장년층(30대~50대) 대상으로 비만율을 개선하기 위해 건강생활실천 프로그램 등 다양한 사업 필요성 대두

• 비만율 감소를 위한 올바른 생활습관실천 교육 및 적극적인 실천유지를 위한 프로그램 필요

• 전국 대비 낮은 서귀포 동지역의 체중조절 시도율을 높이기 위한 다양한 사업 필요

• 서귀포 동지역 좋지 않은 지표개선을 위한 통합적 건강증진 관리 프로그램 필요

⇒ 주민건강증진센터를 이용하거나 시·공간적 제약으로 보건소 내소가 어려운 직장인 대상으로 30대~50대 비만율 개선을 위한 다양한 프로그램이 요구됨

2. 추진내용

■ **사업대상 :** 관내 사업장 6개소 근로자 및 주민건강증진센터 이용자하는 청·장년층

■ **사업목적 :** 비만관리 프로그램으로 청·장년층(30대~50대)이 적정 체중을 유지하며, 올바른 건강에 대한 정보제공으로 스스로 건강관리능력을 향상시킨다.

■ **사업목표**

• 과체중(BMI≥23) 참여자(700명)의 15%(105명)이상 BMI 1이상 감소한다.

• 사업장 대상 건강생활실천 교육 등 2,600명에 대하여 건강증진 프로그램을 운영한다.

• 사업장 대상 '비만율 1% 낮추기' 위한 비만상담클리닉을 30회 운영한다.

■ **추진전략**

건강문제		해결방안		
협력체계 부족	➡	협력체계 강화		• 내 · 외부 자원 협업 및 지역자원 연계 협약 체결
			내부 자원	• 건강증진팀 – 모바일헬스케어사업 – 튼튼 제주, 건강 3 · 6 · 9 프로젝트 사업 – 운동 등 프로그램 및 주민과 함께 걷기 프로그램 • 방문간호팀: 심뇌혈관질환예방관리 사업 • 정신건강팀: 스트레스, 우울증 예방관리 사업
			외부 자원	• 서귀포시 고혈압 · 당뇨병 등록관리 센터 협업 추진 • 서귀포시 체육회 협업 추진: 강사지원 등 • 제주한의약연구원 협업 추진: 귤피 활용 항비만 사업 추진
청 · 장년층 건강행태 자료 부재	➡	건강 모니터링		• 건강행태 설문조사 실시, 기초검진 및 결과 분석
청 · 장년층(30~50대) 건강문제 • 높은 비만율 • 낮은 체중조절 시도율	➡	건강문제 해결		• 사업장 대상 건강증진 프로그램 개발 및 운영 – 건강생활실천(비만예방, 영양, 신체활동, 금연 등) 교육 운영 – '비만율 1% 낮추기' 비만상담 클리닉 및 '비만탈출' 운동 프로그램 – 건강한 직장인을 위한 타부서 협업 건강관리 • 귤피를 활용한 항비만 공동사업 추진 • 모바일헬스케어사업(영양, 신체활동, 비만예방 중점) 추진 • 주민건강증진센터 비만예방 프로그램 운영 – 튼튼 제주, 건강 3 · 6 · 9 프로젝트 및 운동교실 등 운영 – 주민과 함께 걷기 프로그램 운영
건강생활실천 홍보 부재	➡	건강생활 실천 홍보		• 건강생활실천 환경 조성 및 지방지 또는 인터넷 신문 등 홍보 – 건강생활실천 분위기 조성을 위한 홍보관 및 다양한 매체 홍보 – 환경조성 스티커, 소책자 배부 및 건강계단 조성

■ 사업내용

1. 건강한 지역사회 환경조성을 위한 지역자원 연계 및 협력체계 구축

•사업장 대상 협력 체계 구축

– 협약체결 : 서귀포보건소 ⇔ 한국국제교류재단, 한국전력공사, 서귀포소방서, 제주기지전대의무대, 해양경찰서, 한국국제교류재단

– 협약일시 : 2019. 2. 27.

– 협약내용 : 힘내라! 3050 건강UP 프로젝트 사업 추진

사업장 협약

•내부자원

– 모바일헬스케어사업 사업, 튼튼, 제주 3·6·9 프로젝트

– 직장인 건강관리를 위한 방문관리팀(심뇌혈관예방관리사업), 정신간호팀(스트레스 관리 등)

한의약연구원 협약

•외부자원

– 귤피를 활용한 '항비만 공동사업'운영을 위한 협약체결

* 서귀포보건소 ⇔(재)제주한의약연구원

– 서귀포시 고혈압·당뇨병 등록센터 : 심뇌혈관질환예방관리사업

– 서귀포시 체육회 : 신체활동사업

2. 청·장년층 건강 모니터링을 위한 건강상담 및 설문조사

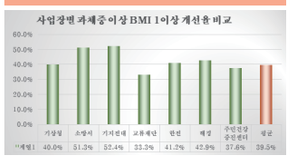
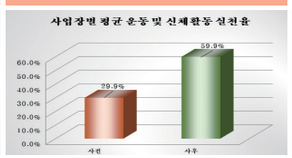
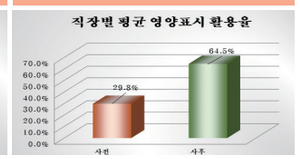
•청·장년층 대상 건강행태·인식 설문조사 실시

– 대상 : 6개 사업소, 주민건강증진센터 이용 청·장년층 1,046명

– 기간 : 2019. 2월 ~ 10월

– 내용 : 비만도 측정 및 신체활동 실천율, 영양표시 활용률 등 건강행태 설문조사 실시

•설문조사 결과

과체중 대상자 BMI 1이상 개선율	신체활동 실천율	영양표시 활용률
		
BMI 1이상 감소 39.5%	사전 29.9% → 사후 59.9%	사전 29.8% → 사후 64.5%

3. 건강생활실천 교실 운영

•올바른 인식개선을 위한 직장인 건강생활실천 교실 운영

– 대상 : 관내 사업장 6개소(23회 798명)

– 내용 : 영양, 신체활동, 심뇌혈관질환예방, 금연, 스트레스 관리 교육 등

건강생활실천교육

4. 비만율 개선을 위한 건강증진 프로그램 운영으로 생활습관 변화 유도축

•'비만율 낮추기' 비만상담 클리닉 운영 : 6개소 30회 757명

– 대상 : 관내 사업장 6개소(사업장 별 5회 방문 프로그램)

– 운영내용 : 체지방 측정, 개인별 운동·영양·비만상담, 짠맛 미각테스트 등

비만상담클리닉

•'비만 탈출' 운동교실 운영 : 128회 2,471명

– 대상 : 사업장 3개소 과체중 이상 직장인

– 운영내용 : 스트레칭, 필라테스, 요가 등

운동교실

•제주한의약연구원 연계'귤피를 활용한 항비만 공동사업'추진

– 대상 : 만19세 이상, BMI 25이상 지역주민 121명

– 운영내용 : 체지방 측정, 혈액검사 및 상담, 비만증 관련 한의 상담 및 처방

•건강생활습관 형성을 위한 모바일헬스케어사업 운영

– 대상 : 건강위험요인을 1개 이상 가지고 있는 대상자 120명

– 모바일 앱을 활용한 영양, 운동 등 서비스 제공으로 비만 및 만성질환 예방

귤피 활용한 항비만

•주민건강증진센터를 이용하는 청·장년층 대상 비만예방 프로그램

– 주민건강증진센터운영 30,860명

* 개인별 영양·비만·운동 상담 : 18,539명, 체지방측정 5,456명, 체력 단련실 6,865명

– 튼튼 제주, 건강 3·6·9 프로젝트 운영 : BMI 23이상 378명

* 개인별 목표 체중 설정 및 모니터링, 6개월 동안 3kg 감량자 인센티브 제공

– '신나GO 빠지GO 운동교실 운영': 4기 156회 3,072명

* 과체중 이상을 대상으로 다이어트 핏, 태보, 요가, 스트레칭 운영

– 걷기 활성화를 위한 주민과 함께 걷기 프로그램 운영

* 지역주민과 함께 걷기 행사 운영 : 17회 1,961명

* 1일 7천보 걷기 활성화를 위한 모바일 앱 '워크온' 가입 : 509명, 21만보 48명 달성자 인센터브 제공

모바일헬스케어사업

걷기활성화

제주도 서귀포시 보건소

제주

5. 건강생활실천 UP! 건강한 직장 환경조성

•사업장 대상 건강생활실천을 위한 내·외부자원 연계 건강관리
– 흡연자 대상 금연클리닉 운영 : 5개 사업장 25회 148명
– 구강 개인상담 : 6개소 183명, 불소용액양치 배부 : 6개소 35회 3,155개
– 혈압·혈당 측정 등 심뇌혈관질환예방 건강 상담 : 35회 811명
– 원예요법, 유리공예 등 정신건강 프로그램 운영 : 4개소 16회 309명
•건강한 직장 환경조성
– 사업장 이동 건강 홍보관 운영 : 6개 사업장 42회 971명
* 비만예방, 영양, 금연, 구강 등 건강 상담 홍보관 운영
* '자기혈관 숫자 바로알기'심뇌혈관예방관리 홍보관 운영
– 건강 소식지, 건강걷기 스티커 제작 배부, 건강행태 개선 페널, 베너 전시 등
– 건강 계단(서귀포해양경찰서, 한국전력공사) 제작으로 걷기환경조성

심뇌혈관예방관리

홍보관 운영

올바른 걷기 스티커

■ 자원투입의 결과

•사 업 비 : 20,000천원(기금 6,000천원, 도비 6,000천원, 자체 8,000천원)

•투입인력

총 투입인력	정규직	전문인력	비고
33명	11명	22명	

3. 추진성과

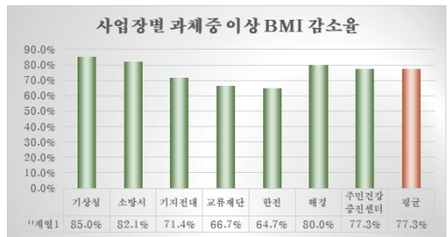
■ 목표 달성도

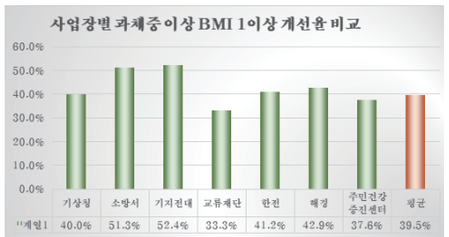
구 분	계획	결과	달성	평가방법
비만도 개선율(50%): 과체중(BMI ≥23) 이상 참여자의 BMI 1 이상 감소	700명	749명	263.3%	과체중 이상 참여자의 비만도 1이상 개선율/목표×100
	15% 개선 (105명)	39.5% 개선 (296명)		
직장인 대상 건강증진 프로그램 참여율	2,600명	3,166명	121.8%	건강생활실천 교육 및 운동교실 등 건강증진 프로그램 참여 인원/목표×100
'비만율 낮추기' 비만상담 클리닉 운영	30회	30회	100%	비만상담 클리닉 운영 횟수/목표×100

■ 주요성과

1. BMI 과체중 이상 변화율 ⇨ 비만율 개선 39.5%

구 분	전체		국립기상과학원		소방서		제주기지전대		한국국제교류재단		한국전력공사		해양경찰서		주민건강증진센터	
	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%
계	749	100	40	100	39	100	42	100	12	100	17	100	35	100	564	100
감 소	579	77.3	34	85.0	32	82.1	30	71.4	8	66.7	11	64.7	28	80.0	436	77.3
현행유지	12	1.6	0	0.0	0	0.0	1	2.4	0	0.0	2	11.8	1	2.9	8	1.4
증 가	158	21.1	6	15.0	7	17.9	11	26.2	4	33.3	4	23.5	6	17.1	120	21.3



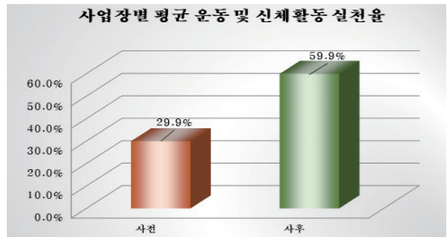


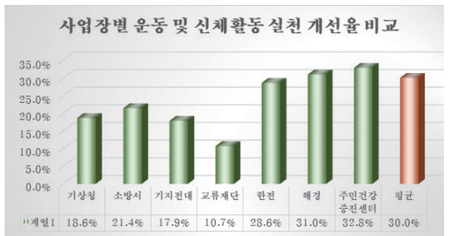
⇒ 과체중 이상 749명 중 579명 77.3% 감소되었고 그 중 296명(39.5%)이 BMI 1이상 감소됨

2. 건강증진 프로그램 제공으로 생활습관 개선 → 신체활동 실천율 30.0%, 영양표시 활용률 34.7%개선

•운동 및 신체활동 실천 개선율 비교

구 분	전체		국립기상과학원		소방서		제주기지전대		한국국제교류재단		한국전력공사		해양경찰서		주민건강증진센터	
	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%
개선율	314	30.0	11	18.6	9	21.4	10	17.9	3	10.7	6	28.6	13	31.0	262	32.8





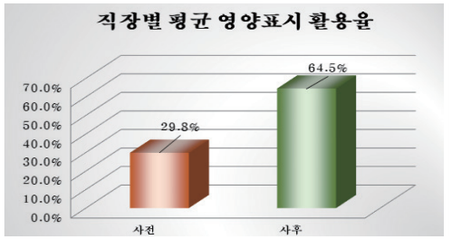
⇒ 전체 1,046명 중 사전 313명 29.9%에서 사후 627명 59.9%으로 30.0% 개선

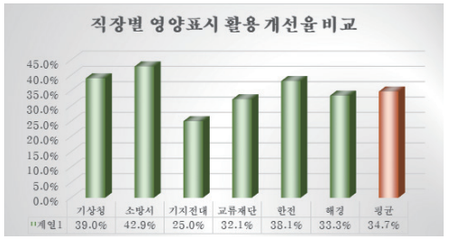
제주도 서귀포시 보건소

제주

• 영양표시 활용개선율

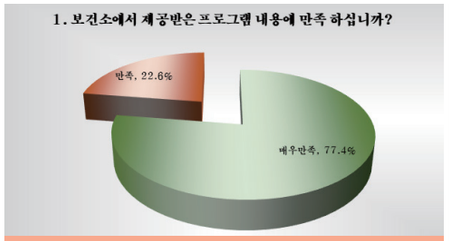
구 분	전체		국립기상과학원		소방서		제주기지전대		한국국제교류재단		한국전력공사		해양경찰서	
	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%	명	%
개선율	86	34.7	23	39	18	42.9	14	25	9	32.1	8	38.1	14	33.3



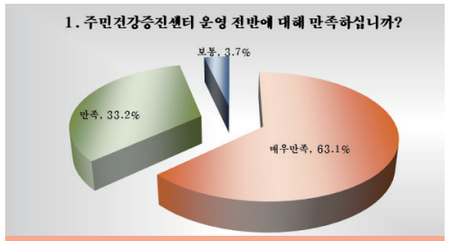


⇒ 전체 248명 중 사전 74명 29.8%에서 사후 160명 64.5%으로 34.7% 개선

3. 다양한 프로그램 제공 ⇨ 프로그램 만족도



건강한 직장 만족도 100%



주민건강증진센터 만족도 96.3%

■ 모니터링 및 환류실적

모니터링	빈도	내용	환류
건강행태조사	42회	• 건강행태 및 인식조사	• 프로그램 운영 및 사업 평가 시 사업근거 및 기초자료로 활용
협력기관과 실무자 간담회	수시	• 협의체 간 사업추진 상황 점검 • 건강요구 문제 파악 및 의견 교류	• 건강지표 개선을 위한 다양한 체험형 건강증진 프로그램 운영 • 건강홍보관 및 캠페인 전개
언론보도 및 홍보	수시	• 건강한 직장 환경 조성	• 걷기실천 건강계단 2개교 조성 • 보도자료 및 교육자료 배부

4. 성공요인

■ 성공요인

성공요인 (노력도)	• 업무 협약 및 사전요구도 조사 등을 실시하여 사업의 이해도를 높임 • 협력 기관과 지속적인 만남과 소통 등 협력체계 구축을 통하여 건강한 직장 조성을 위하여 논의하고 사업을 추진 • 청 · 장년층 건강문제가 무엇인지 사전에 조사하고 건강문제 해결을 위한 기초 자료로 활용 및 다양한 프로그램 제공 ⇨ 생활습관 개선 도모
차별성	• 지속적인 참여 및 생활습관 개선을 위해 일회성 교육에서 탈피하여 내 · 외부자원 연계하여 다양한 건강생활실천을 위한 비만예방 등 건강생활실천 기회 제공 • 튼튼 제주, 3 · 6 · 9 프로젝트, 귤피를 활용한 항비만 공동사업, 모바일헬스케어사업 등 청 · 장년층 비만관리 사업 중점 추진함 • 건강한 환경조성을 위한 건강계단, 건강 소식지 등을 제작 · 배부하여 건강생활실천 향상 도모
향후 개선방향	• 청 · 장년층 건강요구도 및 건강지표를 활용하여 2020년 사업계획 수립 등 반영 • 건강에 대한 인식개선을 위한 동기부여 강화 프로그램 개발 및 운영 ⇨ 건강한 직장 환경조성에 기여

2020년 지역사회 통합건강증진사업 우수사례집	
발 간 종 류	통계집류
관 리 번 호	사업–05–2020–026–01
등 록 일	2020년 12월
발 행 일	2020년 12월
발 행 처	한국건강증진개발원
발 행 인	조인성
편 집 인	통합건강팀
주 소	(04554) 서울특별시 중구 퇴계로 173 남산스퀘어빌딩 24층
전 화 번 호	02–3781–3569
홈 페 이 지	www.khealth.or.kr
인 쇄 처	아샤르프린팅 / ☎ 1566–6245