

문서번호	건강정책과-6783
결재일자	2015.5.8.
공개여부	대시민공개

★

담 당	건강도시담당	건강정책과장	보건소장	
차원경	박대석	유인옥	05/08 황원숙	
협 조	문화체육과장	장순봉	홍보전산과장	대이주남
	안전치수과장	윤석수	치수담당	유장우
	일자리경제과장	지덕환	시장관리담당	서병철
			민간협력담당	김성동

가족과 함께 손잡고 북한산국립공원에서 건강걷기
5월 주민주도 성북구민 걷기행사 계획

2015. 5.



**성북구보건소
건강정책과**

가족과 함께 손잡고 북한산국립공원에서 건강걷기
5월 주민주도 성북구민 걷기행사 계획

주민주도의 걷기행사를 추진하여 구민의 자발적인 걷기운동 생활화를 유도하고, 범 구민적 걷기 붐(boom)을 조성하여 걷기를 통해 행복해지는 건강도시 성북을 구현하고자 함

I 추진근거

- 국민건강증진법 제6조(건강생활의 지원)
 - 국가 및 지방자치단체는 국민이 건강생활을 실천할 수 있도록 지원하여야 한다.
- 서울특별시 성북구 생활체육진흥 조례 제6조(재정적 지원)
 - 구청장은 구민의 자발적인 체육동호인 조직, 스포츠클럽, 생활체육 관련 단체 등에 대하여 예산의 범위에서 보조금을 지원할 수 있다.
- 2015년 「다함께 건강 걷기」 활성화 사업 계획 [건강정책과-2054(2015.2.10.)]

II 추진방향

- 월별로 직능단체별 순환 주관으로 걷기 참여 주민대상 확대
 - 직능단체 회원의 걷기운동(행사) 참여 활성화
- 가족과 함께 참여하는 행사 추진으로 주민 관심과 참여 유도
 - 월별 특색있는 테마 체험 부스 운영
- 걷기홍보관 운영으로 걷기와 건강에 대한 관심 제고
 - 걷기의 필요성, 효과, 자세, 방법 등 걷기 홍보판넬 전시
- 걷기동아리 모집 창구를 운영하여 신규 동아리회원 증대
 - 행사현장에서 동아리 회원으로 가입할 수 있도록 회원모집 부스 운영

「2015년 성북구민 걷기행사 개요」

- 일 정 : 2015년 3월 ~ 12월 넷째주 토요일 09시 (연 9회)
※ 7월 제외, 12월 둘째주
- 장 소 : 매월 걷기 좋은 코스 지정
- 주 최 : 성북구 직능단체
- 주 관 : 성북걷기동아리연합회
- 방 법 : 구민의 건강! 화합! 행복을 이끄는 행사추진
주민과 공감할 수 있는 주제 선정으로 가족단위 참여 도모
- 내 용 : 걷기운동, 경품행사(개회식), 건강부스, 걷기인증제 등

【걷기인증제 및 걷기왕 선발】

1. 인증기간 : 2015. 3월 ~ 12월
2. 걷기기록인증
 - 걷기동아리연합회에서 주관한 걷기행사에서 지급한 걷기인증카드를 항상 소지하여 걷기행사시 마다 걷기코스를 완주한 사람은 인증스탬프 날인을 받아야 한다.
3. 걷기왕 선발방법
 - 걷기행사 참여 횟수가 가장 많은 사람을 선발한다.
 - 선발 인원이 많을 경우 10명만 추천하여 다시 선발한다.
4. 걷기왕 시상 : 2015년 마지막 걷기행사



III 행사개요

- 일 시 : 2015. 5. 23(토) 09:00~11:00
※ 공식행사 : 2015. 5. 23(토) 10:10 - 정릉시장 고객편의센터앞 마을마당
- 집 결 : 정릉 북한산탐방안내소
- 대 상 : 걷기동아리 회원 및 주민 등 약 800명
- 코 스 : 북한산국립공원~정릉천 산책로 약 3.5km ※ 1시간 소요

북한산탐방안내소(집결) → 정릉탐방지원센터 → 북한산국립공원 자연관찰로 → 정릉천
→ 정릉시장고객편의센터 앞 마을마당(도착)

□ 진행순서

시 간	내 용	장 소
09:00~09:10(10')	스트레칭 및 건강체조	탐방안내소
09:10~10:10(60')	북한산국립공원, 정릉천 걷기	북한산국립공원 ~ 정릉천
10:10~10:20(10')	공식행사 - 국민의례, 내빈소개, 인사말씀 등	정릉시장 고객편의센터 마을마당
10:20~11:00(40')	경품행사	

- 주 최 : 성북구 전통시장 상인연합회
- 주 관 : 성북구걷기동아리연합회
- 내 용
 - 스트레칭 및 건강체조
 - 걷기운동
 - 공식행사 : 국민의례, 내빈소개, 인사말, 격려사
 - 경품행사
 - 부대행사
 - 찾아가는 건강한마당
 - 걷기인증카드 배부 및 인증스탬프 날인
 - 가족(어린이) 체험행사 : 『천연 입욕제(스파블) 만들기』 체험

IV 세부 계획

1. 성북구민 걷기행사

□ 걷기운동(09:00~10:10)

- 스트레칭 및 건강체조 : 걷기지도자 4인
- 북한산국립공원~정릉천 산책로 걷기 : 약 3.5km

□ 공식행사(10:10~10:20)

구 분	내 용
국민의례(1′)	참가자 전원
내빈소개(2′)	구청장, 국회의원, 구의원, 시의원 등
인사말씀(2′)	전통시장상인연합회장, 성북구걷기동아리연합회장
격려사(5′)	구청장, 국회의원

□ 경품행사(10:20~11:00)

- 경품준비 : 성북구 전통시장 상인연합회
- 경품내용 : 자전거, 스포츠용품 등

2. 부대 행사

□ 찾아가는 건강한마당(건강부스)

- 건강증진 생활실천(금연, 절주, 영양, 운동) : 건강정책과 건강증진팀
- 대사증후군 검진 : 의약과 검진팀
- 감염병 예방관리 홍보 : 건강관리과 감염병관리팀

□ 걷기동아리 회원 모집 및 걷기홍보 판넬 전시

□ 걷기인증제 : 걷기인증카드 배부 및 인증스탬프 날인

3. 가족(어린이) 체험 행사

□ 『천연 입욕제 만들기』 체험

- 가족과 함께 “천연입욕제(스파블)”을 만드는 체험과 병행한 아토피 환아의 입욕법 교육과 아토피 상담으로 아토피피부염 등 환경성 질환 예방과 관리에 대한 올바른 정보 제공형성
- 베이킹소다, 구연산, 옥수수 전분을 주재료로 천연 입욕제를 가족과 함께 만드는 체험 (1인당 10분 소요)
- 아토피 증상이 있는 환아 및 가족 상담

4. 행사지원 자원봉사자 활용

□ 대 상 : 초·중·고·대학생 및 일반인 자원봉사 100명

- 자원봉사자 활동시간 : 08:00 ~ 11:00

□ 활동내용 : 코스 안내, 걷기 인증스탬프 날인, 행사부스 지원, 행사장 정리 등

V 홍보 계획

□ 오프라인 홍보

- 성북소리, 신문보도, 아파트, 학교, 복지관, 도시관리공단 등 홍보물 게시
- 전통시장, 대형마트 홍보물 게시 및 산책로, 천변 코스에 현수막 게시
- 구·동주민센터 직능단체 회의시 홍보물 배부

□ 온라인 홍보

- 카페 및 블러그, 트위터, 페이스북 등 홍보
- 아파트 엘리베이터 영상 홍보
- 주민센터 및 보건소 인터넷 홈페이지, 웹진, 구청 전자액자 게시

부서명	협조사항
홍보전산과	· 지역신문 게재, 지역방송, 뉴스레터, 페이스북, 트위터 홍보
문화체육과	· 성북구생활체육회 등 단체 참여 협조
일자리경제과	· 전통시장 상인연합회(주최) - 회원(임원) 안내 · 전통시장, 대형마트 홍보 협조
안전치수과	· 정릉천 장소 협조 및 주변정리
행정지원과	· 음향기기 지원
자치행정과	· 각 직능단체 참여 협조
의약과	· 건강부스 지원
건강관리과	· 건강부스 지원
주택관리과	· 아파트 주민 걷기동아리 참여 및 홍보
복지정책과	· 행사진행 자원봉사자 모집 협조
도시관리공단	· 현수막 게시 및 각 사업장에 리플릿 비치
의회사무국	· 구의회 의원 걷기행사 안내
동 주민센터	· 각 직능단체 월례회의 시 홍보 철저 · 프로그램대상자 참여유도 및 걷기동아리 전원참석 격려 · 동 홈페이지 및 전광판 행사안내 및 포스터 게시

붙임 5월 걷기행사 안내문 1부. 끝.