

등록번호	건강도시과-2813
등록일자	2016.2.18.
결재일자	2016.2.19.
공개구분	부분공개

주무관	보건분소운영팀장	건강도시과장	보건소장
박선희	최영순	임택	02/19 홍혜정
협조			

## 중림동 주민 건강증진 프로그램 운영 계획



중구보건소  
건강도시과



\*\*\*\*\*



중림동 주민을 대상으로 일대일 건강검진 과 사후관리 및 홍보를 실시하여 동(洞)주민의 건강증진을 도모하기 위함

### I 현 황

#### □ 중림동 인구

- 중구는 65세 이상 인구가 서울시 평균비율보다 3.4% 높으며, 그 중 중림동은 중구 평균보다 높은 17.4%를 보임

(단위 : 명)

구분	계	19세 미만	19~29세	30~64세	65세 이상
서울시	10,022,181 (100%)	1,645,801 (16.4%)	1,570,509 (15.7%)	5,543,435 (55.3%)	1,262,436 (12.6%)
중 구	125,733 (100%)	15,993 (12.7%)	18,959 (15.1%)	70,700 (56.2%)	20,081 (16.0%)
중림동	8,656 (100%)	1,155 (13.4%)	1,093 (12.6%)	4,899 (56.6%)	1,509 (17.4%)

※자료출처 : 중구 보건분소 자체자료(2015. 12. 31 기준)

#### □ 중림동 병.의원

- 중구 병원 총 473개 중 2.7%가 중림동에 위치하며, 대형병원이 없고 의료시설이 부족하여 지역보건에 대한 수요가 높음

(단위 : 개소)

계	의원	한의원	치과의원	기타
13	3	5	5	약국 5개소

## □ 보건분소 이용현황

- 보건분소 중구민 이용률은 56.2% 이며 중림동 주민 이용률은 38.6%로 보건수요가 높는데 비해 이용률은 저조한 편임

(단위 : 명)

구분	실인원	연 령 별			
		19세 미만	19~29세	30~64세	65세 이상
총 계	2,974 (100%)	187	211	1,266	1,310
중 구 (중림동)	1,671 (56.2%) (1,149)	129 (105)	58 (39)	595 (379)	889 (626)
타구, 타 시도	1,303 (43.8%)	58	153	671	421

## □ 중구민 대사증후군검진 현황

- 보건분소 전체 이용률 중 중구민 이용률은 1,680명으로 전체의 65.1% 임

구분	총 계	중 구	타자치구	타 시도
연인원수	2,580	1,680	745	155

※연인원수 : 동일인이 같은 연도에 2회 이상 이용한 경우까지 고려한 중인원. 실제 이용인원 누계와 일치하지 않음  
※자료출처 : 대사증후군 오락프로젝트 DB(2015. 12. 31. 기준)

## II 추진 방향

### □ 연차별 성과목표 설정으로 중구민 이용률 제고

구 분	2015실적	2016	2017	2018	2019
계	1,671(56.2%)	60%	63%	66.2%	70%
중림동	1,149(38.6%)	40%	42%	44.1%	46.2%
중구타동	522(17.6%)	20%	21%	22.1%	23.8%

### □ 대사증후군 검진 홍보와 건강검진 사후관리를 통한 중림동 주민 이용 증진

### □ 65세이상 어르신들의 건강수명 연장을 위한 예방운동 및 지속적 관리로 건강증진 향상

## III 세부추진계획

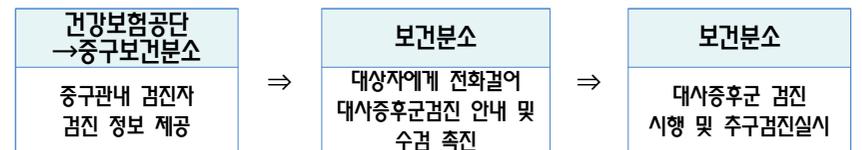
### □ 『5가지 즐거운 건강체크』 대사증후군 검진 홍보

- 일 시 : 3~10월 둘째 목요일 15:30 ~ 17:30
- 방 법
  - 다중이용시설 및 관내 주거지역에서 대사증후군검진 리플릿 배부
  - 시설 관리실에 대사증후군검진 포스터 부착 요청
  - 홍보 당일 혈압 측정 및 결과 상담
  - 혈압약 또는 당뇨약 복용자에게 지속적인 약물 복용 필요성 안내
- 홍보계획(안)

날 짜	장 소	준 비 물
3월 10일	시정역	리플릿, 혈압계
4월 14일	삼성사이버아파트	
6월 9일	손기정체육공원	
7월 14일	중정로역	
8월 11일	삼성사이버아파트	
9월 8일	시정역	
10월 13일	손기정체육공원	

### □ 공단건강검진 사후관리

- 일 시 : 연중
- 방 법
  - 중림동에 거주하는 건강보험공단 기건강검진자에게 대사증후군검진 전화 안내
- 내 용



□ 『**건강만세! 건강백세**』 관내 경로당 건강 교육

- 일 시 : 매 월 첫째 목요일 15:30 ~ 17:30
- 방 법
  - 중구 관내 경로당에 방문하여 매월 다양한 주제로 건강관리 교육 제공
  - 교육에 적극적으로 참여하는 어르신을 건강리더로 양성하여 교육 효과 지속
  - 매 프로그램마다 혈압 측정하며 건강 상담
- 교육계획(안)

날 짜	내 용	준비물 (매회 혈압계 지참)	장 소
2월 4일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육1	스트레칭밴드 밴드제조화보	중림경로당
3월 3일	건강박수 교육	스피커, 교육 자료	
4월 7일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육2	스트레칭밴드 밴드제조화보	
5월 12일	치매 예방 교육	스피커, K-MMSE (간이형 지매검사)	삼성사이버빌리지 경로당
6월 2일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육1	스트레칭밴드 밴드제조화보	
7월 7일	건강박수 교육	스피커, 교육 자료	
8월 4일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육2	스트레칭밴드 밴드제조화보	중림래미안아파트 경로당
9월 1일	치매 예방 교육	스피커, K-MMSE (간이형 지매검사)	
10월 6일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육1	스트레칭밴드 밴드제조화보	
11월 3일	건강박수 교육	스피커, 교육 자료	
12월 1일	근력강화 스트레칭 밴드 제조 교육2	스트레칭밴드 밴드제조화보	

○ 추진실적 : 2016. 2. 4.(목) 15:30~17:30 중림경로당 15명 참석



혈압체크 및 건강상담

근력강화 밴드스트레칭

## IV 기대효과

- 대사증후군검진에 대한 관심 증대로 중림동 주민 검진 활성화
- 일상생활 건강관리로 활발한 생활 유지

## V 행정사항

- 대사증후군검진 홍보자료 및 검진시약 지원 : 의약과
- 관내 경로당 연계지원 : 건강관리과
- 건강검진 대상자 자료 제공 : 의약과(건강보험공단에서 연계)