

행복한 교통문화를 선도하는 5678서울도시철도



# 서울특별시도시철도공사

수신자 수신자 참조  
(경유)

제목 " 16년 맞춤형 건강증진 프로그램 운영계획 알림

### 1. 관련근거

가. 산업안전법 시행령 제3조의 6 「건강증진사업등의 추진」 및 7 「사업주의 협조」

나. 보건환경지원처-679('16.3.3) " '16년 맞춤형 건강증진 프로그램 운영계획"

2. 종합적이고 체계적인 건강증진 활동을 통해 직원들의 건강을 유지, 증진시키고 유소견자 중점 관리를 통한 질환자 개선 등 사후관리와 건강지수 관리 평가로 전 직원이 건강한 직장을 만들고자 다음과 같이 '16년 맞춤형 건강증진 프로그램을 운영하오니 각 소속에서는 건강증진 프로그램 추진 및 참여에 적극 협조해 주시기 바랍니다.

가. 추진분야 : 금연, 비만, S헬스, 스트레칭, 대사증후군, 7330, 절주, 정신건강 등

### 나. 주요 추진(변경)사항

|          |  |
|----------|--|
| 금연       | 금연클리닉 운영, 금연목표제 및 권역별 관리제 운영, 외부 전문금연 캠프 참여지원, 금연 우수사업장(현업) 선정, 금연전도사 지정 운영 포스터 제작 등 홍보 강화 |
| 비만       | 년 2회, S헬스 '몸짱' 프로모션으로 진행, 랭킹제/목표제 운영   |
| 7330, 걷기 | 소속별 S헬스로드 홍보, S헬스 '걷기짱', '체력짱' 프로모션 진행 전문가 프로그램 운영, 부서 추진 활성화를 위한 건강지킴이 운영                 |
| 절주       | 외부강사 초빙, 보건관리자 등 교육 강화   |
| 스트레칭     | 년 2회 점검 실시, 포스터 제작 및 동영상 신규 배포, 실시회수 확대 근골격계 통증 개선 재활운동 실습                                 |
| 정신건강     | 현장상담실(군자, 공덕) 'Total Care 센터' 운영   |

### 다. 운영결과 인센티브 지급

- 1) 금연클리닉, 비만 '몸짱' 성공자 : 3만원 상당 기념품
- 2) 금연 우수사업장 참여자 전원 : 1만원 상당 기념품
- 3) 참여 우수자(개인별 포인트제) : 3만원 상당 기념품(예산범위 내 선정)
- 4) S헬스 프로모션(시행중) : 랭킹상위자 포상금(1~2만원), '몸짱', '체력짱' 최상위(5명) 5만원 상당 기념품

### 라. 행정사항

- 1) 건강지킴이(전소속), 금연전도사(현업) 선정 제출 및 소속별 걷기코스(S헬스로드) 제출(별첨 양식) : '16.3.11한
- 2) 개인별 포인트제 운영 관련, 자체 사업추진시 관련문서/서명부 제출

3) 소속별 건강증진사업 적극 추진 및 대내외 사업 진행시 장소, 비품, 직원 참여 등 적극 협조

붙임 : '16년 맞춤형 건강증진 프로그램 운영계획 1부. 끝.

서울특별시도시철도공사



수신자 나1~나43, 다1~다43, 라1~라2

과장 류주희

처장 전결 03/04  
김재신

협조자 부장 두연호

시행 보건환경지원처-698 (2016.03.04.)

접수

우 04806 서울특별시 성동구 천호대로 346/http://www.smrt.co.kr

전화 2095 전송 4290 / cute1234@smrt.co.kr / 대시민공개

부패 '0'의 공기업! 청렴이 우리의 경쟁력입니다. 인사 이권청탁 배격