

여 성

1. 임신부 등록관리 사업
2. 산모·신생아 건강관리사 지원사업
3. 난임부부 지원 사업

성 인

1. 국가 암검진 사업
2. (토요)열린보건소 금연클리닉
3. 의료급여수급권자 건강검진
4. 고혈압 당뇨병 상설교육
5. 평생건강누림센터 운영
6. 대사증후군 관리사업
7. 동 건강이음터

부 록

1. 성동 감염병 뉴스레터-AI(조류인플루엔자) 꼼짝마!!
2. 심폐소생술의 기적, 골든타임 4분!

유·아동

1. 만 12세 여아 자궁경부암 예방접종
2. 우리아이 건강관리 의사 사업

어 르 신

1. 65세이상 폐렴구균 무료예방접종
2. 성동 실버운동지도자 모집

취약계층

1. 스마트 건강증진 서비스

1월 건강테마: 인플루엔자 유행 빨라, 예방하려면 어떻게?

생활 속 인플루엔자 예방수칙

- ① 예방접종 우선 권장대상자*는 예방접종을 받습니다.
* 65세 이상 어르신, 만성질환자, 생후 6~59개월 소아, 임산부, 50~64세 연령 등
- ② 비누를 사용하여 자주 손을 30초 이상 씻고 개인 위생수칙을 잘 지킵니다.
- ③ 기침, 재채기 할 때는 손수건, 휴지, 옷깃으로 입을 가리는 기침 예절을 지킵니다.
- ④ 발열과 호흡기 증상(기침, 목 아픔, 콧물 등)이 있는 경우 마스크를 착용합니다.
- ⑤ 인플루엔자가 유행할 때에는 가급적 사람들이 많이 모이는 장소의 방문을 피합니다.
- ⑥ 인플루엔자 의심 증상이 있는 경우 즉시 의사의 진료를 받습니다.

1월 프로그램



월	화	수	목	금	토
2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14
상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)		상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	(토요) 열린보건소 금연클리닉 (09:00~13:00)
16	17	18	19	20	21
상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)	고혈압·당뇨병 자조모임 10:00~12:00	상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	
23	24	25	26	27	28
상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압 교육 (10:00~12:00)		상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	상설 당뇨병 교육 (10:00~12:00)	설날
29	30	31			
	대체휴일				

임산부 등록관리 사업

성동구보건소에서는 임산부를 위해 아래와 같은 지원을 실시하고 있습니다.

구분	임신의심시	임신탐진시	임신 ~ 12주	임신 ~ 15주	16주 ~ 출산	16~18주	24~28주
제공 서비스	임신여부 검사(소변)	임산부 엠블럼 증명	임신초기 검사	엽산제 지급	철분제 지급	기형아 검사	임신성 당검사 및 빈혈검사

- ▲ 장 소: 성동구보건소 1층 모성영유아실
- ▲ 대 상: 관내 임산부
- ▲ 일 시(이용시간): 월~금(평일) 09:00~18:00, 둘째~넷째주 토요일 09:00~13:00
- ▲ 문 의: 성동구보건소 모성영유아실 ☎02-2286-7096~7

산모·신생아 건강관리사 지원사업

일정 소득계층 이하의 출산가정에
산모·신생아 건강관리사를 이용할 수 있는 바우처를 지원해 드립니다.

- ▲ 장 소: 성동구보건소 3층 건강관리과
- ▲ 대 상: 전국가구 월평균 소득의 80%이하 가정
※회귀난치성질환 및 장애인 산모(신생아), 쌍생아, 둘째아 이상 출산가정, 새터민·결혼이민 산모, 미혼
모 산모(만18세 이하 또는 미혼모 시설에 입소)의 경우 전국가구 월평균 소득의 100%이하 가정
**제외대상: 해산급여대상자(해산급여대상자가 해산급여 포기 각서 제출 시 제공 가능)
- ▲ 일 시: 매주 월 ~ 금 09:00 ~ 18:00
- ▲ 내 용
 - 산모·신생아의 건강관리를 위해 건강관리사가 가정 파견되어 서비스 제공
 - 서비스 기간
 - 단태아 2주(10일), 쌍태아 3주(15일), 삼태아 및 중증장애 4주(20일)
 - (※ 본 기간은 표준형으로서 기간 단축 및 연장 가능)
- ▲ 구비서류: ※ 방문시 신분증 지참

신청서(필수)	구비서류(해당자에 한함)
<ul style="list-style-type: none"> • 행정정보 열람 가능 서류 <ul style="list-style-type: none"> - 건강보험증 사본, - 건강보험료 납부고지서 - 주민등록등본 • 본인 지참 서류 <ul style="list-style-type: none"> - 산모수첩 (출산 후는 출생증명서) 	<ul style="list-style-type: none"> • 휴직증명서(휴직자는 상세상담 포함) • 가족관계증명서 <ul style="list-style-type: none"> - 주민등록 상 배우자 여부 확인되지 않을 경우 • 진단서(쌍태아, 삼태아 경우) • 사업자등록증명원 <ul style="list-style-type: none"> - 맞벌이 부부 중 자영업일 경우

- ▲ 문 의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7168

난임부부 지원 사업

체외수정시술 및 인공수정시술 등 특정치료를 요하는 일정 소득계층 이하의 난임부부에게 시술비의 일부를 지원합니다.

- 장 소: 성동구보건소 3층 건강관리과
- 대 상: **부인 연령 만 44세 이하로서 체외수정시술 및 인공수정시술을 요하는 정부지정 난임시술 의료기관 의사진단서 제출자 (소득기준 폐지)**
- 일 시(이용시간): 월~금(평일) 09:00~18:00
- 내 용
 - 지원횟수: 체외수정 최대 7회(신선배아 4회, 동결배아 3회), 인공수정 3회
 - 지원금액: 체외수정 - 신선배아 1회당 240만원 범위, 동결배아 1회당 80만원 범위
인공수정 - 1회당 50만원 범위
(※ 소득별 지원 횟수 및 금액이 달라 확인 필요)
- 구비서류: ※ 방문시 신분증 지참

신청서(필수)	구비서류(해당자에 한함)
<ul style="list-style-type: none"> • 행정정보 열람 가능 서류 <ul style="list-style-type: none"> - 건강보험증 사본, 최근 월 건강보험료 납부고지서 - 주민등록등본 • 본인 지참 서류 <ul style="list-style-type: none"> - 인공(체외)수정을 요하는 진단서 	<ul style="list-style-type: none"> • 휴직(무급·유급)시 휴직증명서 (휴직자는 상세상담 포함) • 가족관계증명서 <ul style="list-style-type: none"> - 주민등록상 배우자 여부 확인되지 않을 경우 • 사업자등록증명원 <ul style="list-style-type: none"> - 맞벌이 부부 중 자영업일 경우



만 12세 여아 자궁경부암(HPV) 예방접종

- ▶ 대 상: 만 12세 여아(2004.1.1.~2005. 12. 31. 출생자)(무료)
- ▶ 장 소: 전국 위탁의료기관 및 보건소
- ▶ 준 비 물: 접종자 주민등록번호, 예방접종 수첩
- ▶ 접종방법: 1차 접종 6개월 후 2차 접종
- ▶ 문 의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7096~7

우리아이 건강관리 의사 사업

건강관리 의사의 **지속적인 아동 건강관리와 상담**으로
건강관리 수준의 향상 및 평생 건강의 기틀을 마련하세요.

- ▶ 대 상 : 0~13세 영유아 및 아동
- ▶ 기 간 : 연중 (평일 09:00 ~ 18:00)
- ▶ 서비스내용 : 건강관리 의사가 1년 주기로 대상아동의 연령별 건강사정, 상담계획 수립, 상담 및 건강평가 서비스 제공
- ▶ 신청방법
 - ① 보건소 영유아·모성실 및 건강관리과 사무실 방문
 - ② 참여 의료기관 방문 (삼성드림소아청소년과의원 ☎02-497-1007)
- ▶ 문 의 : 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7089

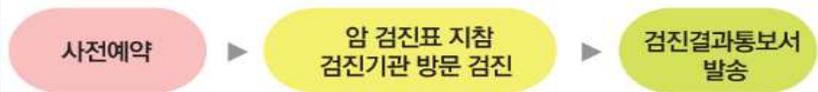


국가 암검진 사업

- ▲ **검진대상:** 의료급여수급권자, 건강보험 하위 50%에 해당되는 분 중 짝수년도 출생하신 분(대장암은 홀수, 짝수년도 검진가능)
- ▲ **검진기간:** 2017. 1. ~ 12.
- ▲ **검진 암종류 및 대상자 기준**

대상암	검진대상	검진방법	검진주기
위 암	만 40세 이상 남녀	위장조영술 또는 위내시경	2년
대장암	만 50세 이상 남녀	분변잠혈검사 (이상소견시 대장내시경검사)	1년
유방암	만 40세 이상 여성	유방단순촬영	2년
자궁경부암	만 20세 이상 여성	자궁경부질세포검사	2년
간 암	만 40세 이상 남녀 간암 고위험군	간초음파+혈청알파태아 단백검사	6개월

▲ 검진방법



- ▲ **검진기관:** 성동구 건강검진 지정 의료기관(검진안내문 참조)
* 만약 검진안내문을 받지 않으셨다면 국민건강보험공단 홈페이지 (www.nhis.or.kr) 또는 1577-1000(공단)으로 문의하시기 바랍니다.
- * 국가 암검진으로 암이 발견된 분은 **암 치료비 일부를 지원**해드립니다.
- ▲ **문 의:** 성동구보건소 보건의료과 ☎02-2286-7060

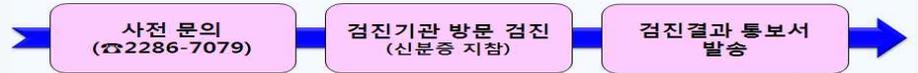
(토요)열린보건소 금연클리닉

- ▼ **기 간:** 연중
- ▼ **일 시:** 금연클리닉 - 평일 09:00 ~ 18:00
토요 열린보건소 - 2째, 4째 토요일 09:00 ~ 13:00
- ▼ **신청대상:** 지역 내 흡연자(청소년 포함)
※ 주민등록상 지역주민이 아니더라도 이용자의 접근성과 편의를 고려하여 서비스 제공 가능
- ▼ **지원내용**
 - 금연상담 및 교육: 6개월 9차이상 금연상담 (호기 일산화탄소 측정을 포함한 다양한 금연행동요법)
 - 니코틴 보조제 제공 : 니코틴 패치, 니코틴 껌 등(6주간)
 - 행동강화 물품 및 6개월 금연성공 기념품 제공
- ▼ **문 의:** 성동구보건소 금연클리닉 ☎02-2286-7131~2

의료급여수급권자 건강검진

<일반>

- ▼ **검진기간:** 2017. 1. 1. ~ 12. 31.
- ▼ **검진대상:** 만19~64세 세대주로 홀수년도 출생자 및 만41~64세 홀수년도 출생자 (만40세 및 만66세는 생애전환기 건강검진 대상자임)
- ▼ **검진항목:** 심·뇌혈관질환을 중심으로 진찰 및 상담, 신체계측, 흉부X선검사, 혈액검사, 소변검사, 구강검사 등
- ▼ **검진방법**



- ▼ **검진비용:** 본인부담 없음
- ▼ **검진기관:** 성동구 건강검진 지정의료기관(검진안내문 참조)
* 검진안내문을 받지 않으셨다면 국민건강보험공단 홈페이지 (www.nhis.or.kr) 또는 ☎1577-1000(공단)으로 문의하시기 바랍니다.

<생애전환기>

- ▼ **검진대상:** 만40세(1977년생) 및 만66세(1951년생)
- ▼ **검진항목**
(공통)심·뇌혈관질환을 중심으로 진찰 및 상담, 신체계측, 흉부X선, 혈액, 소변, 구강검사 등 (연령별 추가 검진항목)

만40세(1977년생)	만66세(1951년생)
① B형간염검사 (B형간염표면항원-항체 양성자 제외)	① 골밀도 검사(여성만)
② 구강검사(치면세균막 검사)	② 노인신체기능검사(낙상검사)
	③ 인지기능검사 등

- ▼ **검진방법:** 일반건강검진과 동일
- ▼ **검진비용:** 본인부담 없음
- ▼ **문 의:** 성동구보건소 건강검진센터 ☎02-2286-7079

고혈압 당뇨 등록

- ▼ **일 시:** 연중
- ▼ **대 상:** 지역주민 누구나
- ▼ **장 소:** 고혈압당뇨병 등록교육센터(금호분소)
- ▼ **신청방법:** 전화 또는 방문신청
- ▼ **교육일정**

교육명	일시	내용
고혈압 교육	월, 화 오전10시	기본, 고급실습(영양)교육
당뇨병 교육	목, 금 오전10시	기본, 고급실습(영양)교육
건강요리교실	첫째, 셋째주 수요일 오후2시	건강요리 체험
자조모임	셋째주 수요일 오전10시	당뇨병 길잡이교육(Map활동)

- ▲ **문 의:** 성동구 고혈압당뇨병 등록교육센터 ☎02-2038-3337

평생건강누림센터 운영

- ▼ 대상: 만 19세 이상
- ▼ 일시: 월 ~ 금, 09:00 ~ 17:00
- ▼ 장소: 성동구청 3층 평생건강누림센터
- ▼ 내용: 기초의학검사, 생애주기별 체력측정, 결과상담 등
준비물 - 간편한 복장, 운동화, 신분증 지참
- ▼ 비용: 무료
- ▼ 예약 및 문의: 평생건강누림센터 02)2286-7190~6 (※사전예약 필수, 신분증)

대사증후군관리사업

- ▼ 대상: 만 20 ~ 64세
- ▼ 이용: 월 ~ 금, 9:00 ~ 11:30(전화예약필수)
- ▼ 장소: 성동구보건소 1층 대사증후군전문관리센터
- ▼ 비용: 무료
- ▼ 내용:
 - 대사증후군 검사(혈압, 혈당, 콜레스테롤 등)
 - 체성분검사(체지방률, 근육량, 복부지방률 등)
 - 분야별 전문상담(의사, 간호사, 운동처방사, 영양사)
- ▼ 문의: 대사증후군 전문관리센터 ☎02-2286-7171

동 건강이음터

- ▼ 대상: 20세 이상~
- ▼ 일시: 매주 월 ~ 금, 09:00 ~ 17:00
- ▼ 장소: 동 건강이음터(찾아가는 동 주민센터 內)
- ▼ 비용: 무료
- ▼ 내용:
 - 대사증후군 검사(혈압, 혈당, 콜레스테롤 등)
 - 체성분검사(체지방률, 근육량, 복부지방률 등)
 - 마을간호사의 맞춤형 통합건강상담
- ※ 65세 이상은 혈압·혈당·체성분 검사만 가능
- ※ 대사증후군 검사(65세 이하)는 공복시 가능
- ▼ 문의: 성동구보건소 대사증후군실 ☎2286-7080



만65세 이상 어르신 폐렴 무료접종

- ▲ 대상: 만65세 이상 어르신(1952년 12월 31일 이전 출생자)
- ▲ 장소: 성동구보건소 예방접종실
- ▲ 시간: 오전 9시~ 오후 5시(점심시간 12~ 1시 제외)
- ▲ 준비물: 신분증(주민등록증 등)
- ▲ 문의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7096~7

2017년 성동실버운동지도자 모집

- ▲ 관내 어르신들을 대상으로 운동지도 자원봉사를 하실 '성동실버운동지도자'를 모집합니다. 평소 다양한 자원봉사 활동경험이 있는 분이면 대환영입니다. ^^
- ▼ 모집기간: 2017. 1. 2.(월) ~ 1. 13.(금)
- ▼ 교육과정: 어르신 신체활동 프로그램 지도법
2017. 2. 14.(화) ~ 2. 17.(금) - 4일간 총 24시간
- ▼ 활동내용
 - 교육이수 후 주 1~2회 노인복지시설 방문 운동지도 (자원봉사 시간인정)
 - 연 16회 이상 활동 시 서울시장 명의 신체활동리더 이수증 발급
- ▼ 신청방법: 홈페이지 공지사항 신청서 작성 후 이메일(lym262@sd.go.kr) 제출
- ▼ 문의: 성동구보건소 건강관리과 이유미 (☎2286-7054)

♥취약계층

스마트 건강증진서비스

- ▶ 신청기간: 연중(선착순 70명)
- ▶ 신청장소: 보건소 1층 대사증후군센터/ 방문시 구비서류(신분증,건강보험증)
- ▶ 대 상: 만 20세 이상/ 기준중위소득 120%이하
- ▶ 서비스 내용:
 - 건강측정장비 5종 지급하고 맞춤형 건강관리서비스 제공
(혈압계,혈당계,체성분계,활동량계,태블릿PC)
(1년 서비스 종료 후 개인에게 지급)
 - 건강 측정 상시 모니터링, 개별 영양상담 및 교육
- ▶ 서비스 이용기간: 12개월
- ▶ 비 용: 본인부담(월 11,000원)/ 정부부담(월99,000원)
- ▶ 문 의: 성동구보건소 대사증후군 전문관리센터 ☎02-2286-7171

캐디 홈(CADY Home)타입-가정용



부록1. 성동 감염병 뉴스레터



성동 감염병 뉴스레터

제 316 호 (12월 2주)
2016. 12. 14. (수)

감염병 예방요령

- AI(조류인플루엔자) 꼼짝마!! -



성동감염병 뉴스레터는 매주 수요일 다양한 주제로 여러분을 찾아 갑니다.

1주 감염병 상식 | 2주 감염병 예방요령 | 3주 예방접종 바로알기 | 4주 유행 감염병 정보

* 발행처: 성동구보건소 질병예방과 감염병예방팀(T. 2286-7034 / F. 2286-7095)

* 정기적으로 구독을 원하시는 경우, 이메일 주소를 알려주시면 발송하여 드립니다.

부록2. 심폐소생술의 기적, 골든타임 4분!

“당신의 손에 한 사람의 생명이 달려있습니다.”

구조 및 응급처치 상설교육장 운영

▶ 교육일정

일 정	시 간	정 원	비 고
매주 월 ~ 수	1회차: 10:00 ~ 12:00 2회차: 14:00 ~ 16:00	1회 30명	단체 접수 시 요일 및 시간 조정가능

- ▶ 대 상: 성동구민 누구나
- ▶ 장 소: 성동생명안전배움터(성동구 마장동 소재)
- ▶ 신청방법(예약필수)
 - ① 인터넷 예약: 서울시 공공서비스예약(<http://yeyak.seoul.go.kr>) 접속
 - ② 유선예약: 070-4047-4276
- ▶ 문 의: 성동생명안전배움터 ☎02-2286-6087
성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7187

찾아가는 심폐소생술 교육 안내

- ▶ 대 상: 학교, 사업장, 공공시설 등
- ▶ 내 용: 응급처치, 심폐소생술 이론 및 실습
- ▶ 신청 및 문의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7187

1. “ 깨 우 ”



양쪽 어깨를 두드리면서 환자의 의식과 호흡을 확인합니다.

2. “ 알 리 ”



주변 사람들에게 119 신고를 부탁하고 아무도 없을 경우 본인이 신고합니다.

3. “ 누 르 고 ”



가슴 중앙을 5-6cm 깊이로 분당 100회-120회로 30번 압박합니다.

4. “ 자동 심장 충격 ”



자동 심장 충격기가 있으면 환자에게 사용 후 구조를 기다립니다.