

건강한 e-소식 2017 07

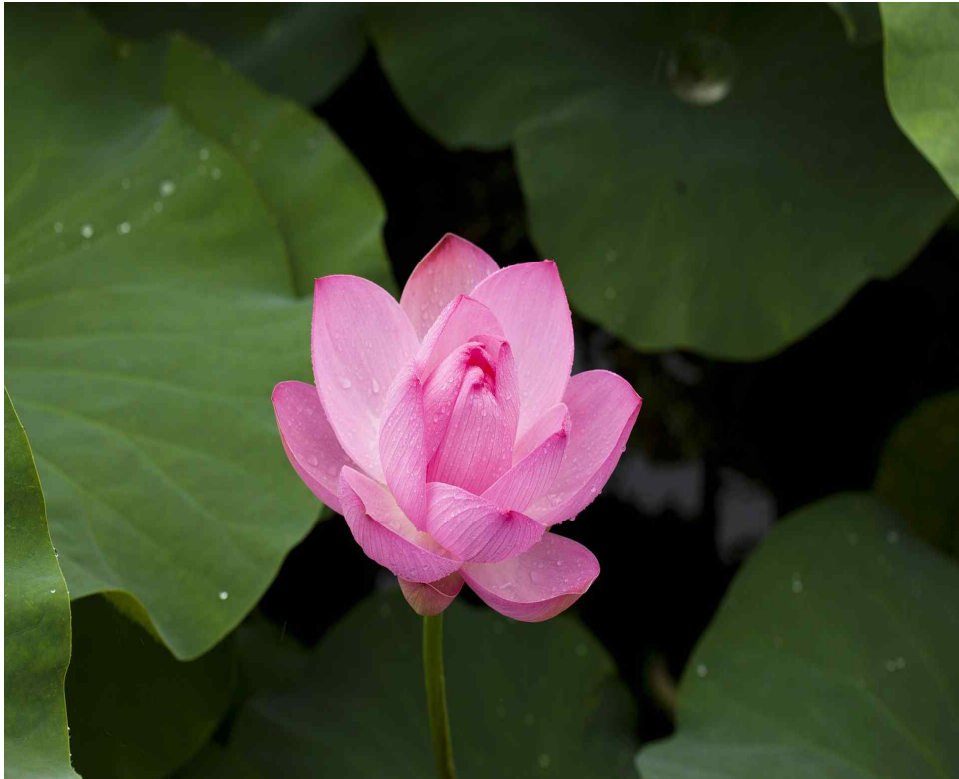
제 25호
발행일 2017. 7. 3.(월)

03 **임산부**
임산부 등록관리
산모 건강관리사 지원
난임부부 지원
서울아기 건강첫걸음

05 **유아동**
만12세 이하
자궁경부암 예방접종
항생아동 치료주치의
우리아이 건강관리 의사
치아건강 보물상자
잠복결핵감염 검진

07 **성인**
주민건강관리센터
대사증후군 관리
고혈압당뇨병 교육
동 건강이음터
평생건강부림센터 운영
(한방) 금연클리닉
결핵예방교육
국가 암검진
50대 정신건강검진
의료급여 건강검진
걷기마일리지

13 **어르신**
만65세 이상 폐렴구균
무료접종
한약 건강증진 사업
찾아가는 치매검진
무료 치매조기검진
채력중진교실 건강백세모집
고혈압당뇨병 의료비지원
취약계층
한방·만성병 무료진료
성동형 의료복지



건강한 e-소식 2017 07월 건강테마




신나는 여름, 해수욕하기 전 주의하세요.

모래사장의 모래 주의

모래사장의 모래 1g엔 3천여 종의 박테리아와 곰팡이가 살고 있다고 합니다. 그중에는 각질에 기생하거나 피부에 침입해 염증성 질환을 일으키는 '피부사상균', 만성질환이 있거나 면역이 약한 사람이 감염되면 치사율 50%의 패혈증을 일으키는 '비브리오균'이 있어 주의가 필요합니다.



● 모래사장의 모래 주의하자

- 1) 모래사장에 그냥 앉거나 눕지 않기
- 2) 모래사장을 걸을 땐 맨발로 다니지 말고 신발을 꼭 신기 
- 3) 해수욕 후엔 반드시 깨끗하게 씻기 
- 4) 깨끗이 씻은 후에는 세균이 살 수 없도록, 피부를 잘 말리고 건조하게 유지하기 

해파리 주의

최근 해수의 온도가 높아지면서 우리나라 해변에서 잘 보이지 않았던 해파리가 나타나, 해파리에 쏘여 피해를 입는 분들이 늘어나고 있는데요. 심한 경우에는 사망까지 이를 수 있어 주의가 필요합니다.






● 해파리에 쏘였을 때의 증상 - 대표적으로 심한 통증이 발생하며, 채찍모양의 상처가 발생

● 해파리 미리 피하자

- 1) 한 번씩 주위를 살피며 물속을 관찰해 희뿌연 무언가가 보인다면 바닷물에서 일단 빠져나오는 것이 좋습니다.
- 2) 죽은 해파리에도 독이 남아있을 수 있기 때문에 피하는 것이 좋습니다.

● 해파리에 쏘였을 때 응급처치방법

- 1) 해파리에 쏘인 즉시 바닷물에서 빠져나와 쏘인 부위를 확인
- 2) 해파리에 쏘인 부위는 수돗물이 아닌 바닷물로 세척
- 3) 핀셋이나 플라스틱 카드를 이용해 촉수를 제거(맨 손으로 만지지 않기)  
- 4) 응급처치가 끝난 후에는 가까운 병원을 찾아 치료를 받습니다. 

건강한 e-소식 2017 07월 프로그램

월	화	수	목	금	토
					1 09:00~11:30 토요 대사검사센터
3	4	5	6	7	8 09:00~13:00 토요 열린보건소 (모성·영유아실 금연클리닉) 09:00~11:30 토요 대사검사센터
상설 고혈압기본교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압심화교육 (10:00~12:00)		상설 당뇨병기본교육 (10:00~12:00)	상설 당뇨병심화교육 (10:00~12:00)	
10	11	12 건강요리교실 (14:00~16:00)	13 상설 당뇨병기본교육 (10:00~12:00)	14 상설 당뇨병심화교육 (10:00~12:00)	15 09:00~11:30 토요 대사검사센터
상설 고혈압기본교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압심화교육 (10:00~12:00)				
17	18	19 고혈압·당뇨병 자조모임 (10:00~12:00)	20 상설 당뇨병기본교육 (10:00~12:00)	21 상설 당뇨병심화교육 (10:00~12:00)	22 09:00~13:00 토요 열린보건소 (모성·영유아실 금연클리닉) 09:00~11:30 토요 대사검사센터
상설 고혈압기본교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압심화교육 (10:00~12:00)				
24	25	26 건강요리교실 (14:00~16:00)	27 상설 당뇨병기본교육 (10:00~12:00)	28 상설 당뇨병심화교육 (10:00~12:00)	29 09:00~11:30 토요 대사검사센터
상설 고혈압기본교육 (10:00~12:00)	상설 고혈압심화교육 (10:00~12:00)				
31 상설 고혈압기본교육 (10:00~12:00)					

임산부 등록관리 사업

성동구보건소에서는 임산부를 위해 아래와 같은 지원을 실시하고 있습니다.

구분	임신의심시	임신헌인시	임신~12주	임신~15주	16주~출산	16~18주	24~28주
제공 서비스	임신여부 검사(소변)	임산부 엠블럼 증정	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 지원 사업

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
※ 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 요함) • 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 난임 부부에게 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 요함) • 가족관계증명서 - 주민등록상 배우자 여부 확인되지 않을 경우 • 사업자등록증명원 - 맞벌이 부부 중 자영업일 경우

▲ 문 의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7168

서울아기 건강첫걸음 사업

관내 출산 가정에 방문간호사가 찾아가 건강관리서비스를 제공해 드립니다.

- ▲ 장 소: 신청 가정
- ▲ 대 상: **관내 임신 20주 이상 ~ 출산 4주 이내 가정**
- ▲ 일 시(이용시간): 사전 방문 간호사와 일정 조율
- ▲ 내 용: 산모와 신생아 건강상태 사정 및 상담, 신생아 돌보기, 모유수유, 산후우울증 평가 등
- ▲ 문 의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7125~7

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

학생 및 아동 치과주치의 사업

- ▶ 일 시: 2017년 3월부터 사업 완료 시까지
- ▶ 장 소: 보건소 구강보건실 및 관내 치과 병·의원 46개소
- ▶ 대 상:
 - 아동 복지시설 소속 아동 및 저소득층 아동
 - 관내 초등학교 4학년 아동(치과주치의사업 신청 학교 아동만 해당)
- ▶ 내 용 **※구강검진 및 서비스료 일체 무료**
 - 구강검진 및 치면세균막 검사, 개별 구강보건교육
 - 예방서비스: 불소도포, 치아홈메우기(실런트), 스케일링 등
 - 치과치료비 지원: 아동복지시설 소속 및 저소득층 아동에 한함
- ▶ 문 의: 성동구보건소 구강보건실 ☎ 02-2286-7067

우리아이 건강관리 의사 사업

건강관리의사의 **지속적인 아동 건강관리와 상담**으로 건강관리수준의 향상 및 평생 건강의 기틀을 마련하세요.

- ▶ 대 상: 0~13세 영유아 및 아동
- ▶ 기 간: 연중 (평일 09:00 ~ 18:00)
- ▶ 서비스내용: 건강관리의사가 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

열린보건소 '치아건강 보물상자'

- ▶ 일 시: 2017년 5월부터 매월 둘째, 넷째 주 토요일 10시, 11시
- ▶ 장 소: 보건소 구강보건교육실
- ▶ 대 상: 6세 이상 자녀를 둔 관내 가족 및 친구(시간 당 최대 4명)
- ▶ 내 용
 - 치과체험놀이: 치과체어 관찰, 치과 의사 및 위생사 역할놀이
 - 내 입 속 세균 관찰: 위상차 현미경 세균관찰, 큐스캔 프라그 관찰 등
 - 치아관리하기: 올바른 칫솔질 체험, 치아홈메우기 체험, 치아목걸이 만들기
- ▶ 문 의: 성동구보건소 구강보건실 ☎ 02-2286-7067

어린이집 종사자 대상 잠복결핵감염 검진 및 교육 실시

- ▶ 대 상: 관내 어린이집 종사자
- ▶ 일 시: 5월 ~ 12월
- ▶ 장 소: 성동구보건소 5층 보건교육실
- ▶ 내 용: 결핵 고위험군인 영유아를 보호하기 위하여 어린이집 보육교사를 대상으로 잠복결핵감염검진 및 교육을 실시하여 결핵발병 이전 선제적 예방관리로 결핵으로부터 안전한 성동구를 구현하고자 함.
- ▶ 예약 및 문의: 성동구보건소 질병예방과 ☎2286-7038

※ **잠복결핵이란?** 결핵균에 감염은 되었으나 균이 잠복하고 있는 상태로 결핵의 증상이 없고 흉부X선 및 객담검사에서도 모두 정상이며, 외부로 결핵균이 배출되지 않아 다른 사람에게 전파하지 않습니다. 혈액검사(인터페론감마 분비검사)로 감염여부를 알 수 있으며, 잠복 결핵감염자 중 약10%가 평생에 걸쳐 결핵으로 발병하므로 사전예방이 중요합니다.

주민건강관리센터

- ▼ 대 상: 만 20세 이상 지역주민 누구나
- ▼ 일 시: 월 ~ 금, 09:00 ~ 18:00
- ▼ 장 소: 보건소 1층
- ▼ 내 용: 의사의 맞춤형 건강관리
- ▼ 예약 및 문의: ☎02-2286-7064, 7171

꼭 방문하세요

1:1 건강관리 받으세요



※ 건강관리계획이란?

개인별 건강위험요인, 생활습관 등 건강문제를 분석·평가하여 그 결과를 기초로 의사가 대상자(환자)와 함께 건강유한 실천 목표를 세우고 관리하는 것입니다. 위험요인 및 생활습관 개선을 위한 실천 목표를 세우고 관리하는 것입니다.

대사증후군관리사업

- ▼ 대 상: 만 20세 ~ 64세
- ▼ 이 용: 월 ~ 금, 09:00 ~ 11:30(전화예약필수)
- ▼ 장 소: 보건소 1층 주민건강관리센터(대사증후군 검사실)
- ▼ 비 용: 무료
- ▼ 내 용:
 - 대사증후군검사(혈압, 혈당, 콜레스테롤 등),
 - 체성분검사(체지방률, 근육량, 복부지방률 등)
 - 분야별 전문상담(의사, 간호사, 운동처방사, 영양사)
- ▼ 문 의: 대사증후군 전문관리센터 ☎02-2286-7171

고혈압·당뇨병 교육

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

교육일정	교육명	일 시	내 용
	고혈압 교육	월, 화 오전10시	기본, 고급실습(영양)교육
	당뇨병 교육	목, 금 오전10시	기본, 고급실습(영양)교육
	토요 교실	셋째주 토 오전 10시	관리교육, 혈압혈당 측정 및 상담
	건강요리교실	둘째, 넷째주 수요일 오후2시	건강요리 체험
	자조모임	셋째주 수요일 오전10시	당뇨병 길잡이교육(Map활동)

- ▼ 문 의: 성동구 고혈압당뇨병 등록교육센터 ☎02-2038-3337

토요 대사증후군 검진 및 관리

- ▼ **대상:** 만 20세 ~ 64세
- ▼ **이용:** 토, 09:00 ~ 11:30 (**전화예약필수**)
- ▼ **장소:** 보건소 1층 주민건강관리센터(대사증후군 검사실)
- ▼ **비용:** 무료
- ▼ **내용:** - 대사증후군 검사(혈압, 혈당, 콜레스테롤 등)
- 체성분검사(체지방률, 근육량, 복부지방률 등)
- 분야별 전문상담(간호사, 운동처방사, 영양사)
- ▼ **문의:** 주민건강관리센터 ☎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


평생건강누리센터 운영

- ▼ **대상:** 만 19세 이상 누구나
- ▼ **일시:** 월 ~ 금, 09:00 ~ 17:00 (※매월 2/4째주 토요일 09:00 ~ 12:00)
- ▼ **장소:** 성동구청 3층 평생건강누리센터
- ▼ **내용:** 기초의학검사, 생애주기별 체력측정, 결과상담 등
준비물 - 간편한 복장, 운동화, 신분증 지참
- ▼ **비용:** 무료
- ▼ **예약 및 문의:** 평생건강누리센터 02)2286-7190~6 (※사전예약 필수, 신분증 지참)

금연클리닉 운영

- ▼ **기간:** 연중
- ▼ **일시:** 평일 금연클리닉 09:00 ~ 18:00
토요일 금연클리닉 2째, 4째 토요일 09:00 ~ 13:00
- ▼ **신청대상:** 지역 내 흡연자(청소년 포함)
※ 주민등록상 지역주민이 아니더라도 이용 접근성과 편의를 고려 서비스 제공 가능
- ▼ **지원내용:** - 금연상담 및 교육: 6개월 9차 이상 금연상담
(호기 일산화탄소 측정을 포함한 다양한 금연행동요법)
- 니코틴 보조제 제공 : 니코틴 패치, 니코틴 껌 등(6주간)
- 행동강화 물품 및 6개월 금연성공 기념품 제공
- ▼ **문의:** 성동구보건소 금연클리닉 ☎02-2286-7131~2

한방 금연클리닉

- ▼ **대상:** 흡연자 누구나
- ▼ **일시:** 월 ~ 금, 09:00 ~ 18:00
- ▼ **장소:** 성수분소(월,수,금), 금호분소(화,목)
- ▼ **내용:** 금연침요법, 금단증상별 침, 한약 이용한 대증치료(비용: 무료)
- ▼ **예약 및 문의:** ☎02-2286-7172(성수), 02-2286-7102(금호)

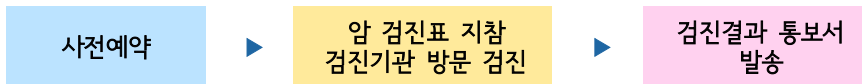
유치원, 초·중·고 교직원 대상 결핵예방교육 실시

- ▼ **대상:** 관내 유치원, 초·중·고 교직원
- ▼ **일시:** 6월 ~ 12월
- ▼ **장소:** 보건소 또는 유치원, 학교
- ▼ **내용:** 결핵 고위험군인 유치원 및 학교 교직원을 대상으로 결핵예방교육을 실시함으로써 결핵에 대한 인식개선 및 결핵예방 강화
- ▼ **방법:** 보건소에서 유치원, 초·중·고 보건교사 대상 결핵예방교육 실시
유치원, 초·중·고에서 보건교사 주도로 기관 내 교직원 전달교육
※ 유치원 및 학교에서 교육 요청 시 보건소에서 강사 파견 가능
- ▼ **예약 및 문의:** 성동구보건소 질병예방과 ☎2286-7038
※ **결핵이란?** 결핵균이 증식하여 염증반응을 일으키는 상태로, 결핵은 우리 몸 어디에서나 발생할 수 있으며, 약 85%는 전염성결핵환자의 기침, 재채기 등을 통해 배출된 결핵균이 호흡기를 통해 폐에 감염되며, 전염성은 폐결핵에서만 있습니다.

국가 암검진 사업

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

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+혈청알파태아단백검사	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 일부**를 지원해드립니다.
- ▼ **문 의:** 성동구보건소 보건의료과 ☎02-2286-7060

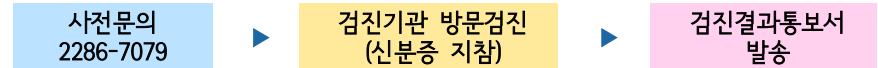
50대 정신건강검진 및 상담비 지원

성동구민의 마음건강을 위하여 우울, 불면, 스트레스 등에 대한 전문의 상담비 일부를 지원해 드립니다.

- ▼ **대 상:** 50세 이상 ~ 65세 미만 성동구민(1953.1.1~1967.12.31 출생자)
- ▼ **지원내역:** 전문의 상담비 본인부담금 중 일부 지원
(초회 상담시 3만원/ 2차 상담시 1만원/ 3차 상담시 1만원)
- ▼ **이용방법:** 검진대상자 안내문 수령(보건소) -> 지정기관 방문진료(신분증 지참)
- ▼ **문 의:** 성동구보건소 질병예방과 (02-2286-7093)
- ※ 본 사업은 조기검진 사업의 일환으로 이미 정신과 약물을 투약하고 있거나, 정신질환 치료를 받고 있는 분은 지원 대상에서 제외됩니다.

의료급여수급권자 건강검진
< 일반 >

- ▼ **검진기간:** 2017. 1. 1. ~ 12. 31.
- ▼ **검진대상:** 만 19~64세 세대주로 홀수년도 출생자 및 만 41~64세 홀수년도 출생자 (만 40세 및 만 66세는 생애전환기 건강검진 대상자임)
- ▼ **검진항목:** 심·뇌혈관질환을 중심으로 진찰 및 상담, 신체계측, 흉부X선검사, 혈액검사, 소변검사, 구강검사 등

검진방법


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

< 생애전환기 >

- ▼ **검진대상:** 만 40세(1977년생) 및 만 66세(1951년생)
- ▼ **검진항목**
(공통)심·뇌혈관질환을 중심으로 진찰 및 상담, 신체계측, 흉부X선, 혈액, 소변, 구강검사 등
(연령별 추가 검진항목)

만 40세(1977년생)	만 66세(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

걷기마일리지 프로젝트

‘워크온’을 다운로드하고 스마트폰을 지니고 다니면
오늘하루 나의 신체활동이 자동으로 기록됩니다.

우리 동네 커뮤니티에 가입해서 누가 제일 많이 걷나 순위도 확인 할 수 있고
챌린지에 참여하여 목표 걸음을 달성하면 선물도 받고, 어려운 이웃에게 기부도
할 수 있어요!

- ▶ 참여대상: 스마트폰 이용하는 주민 누구나
- ▶ 참여방법



기존 가입자분 들은 꼭 커뮤니티에 가입해주세요 -!!

※ 실행 시 커뮤니티 탭 안보일 경우 → 기존 어플 업데이트 후 이용 가능합니다.



- ▶ 참여문의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7054

만 65세 이상 어르신 폐렴구균접종

- ▶ 대상: 만 65세 이상 어르신(1952년 1월 1일 이후 출생자)
- ▶ 장소: 성동구 보건소
- ▶ 준비물: 신분증(주민등록증, 운전면허증, 여권 등)
- ▶ 접종방법: 1회 접종
- ▶ 문의: 성동구보건소 건강관리과 ☎02-2286-7096~7

성동형 어르신 한의약 건강증진 사업

- ▶ 신청기간: 8월말까지 선착순 접수
- ▶ 신청대상: 만 60세 이상 어르신
- ▶ 신청방법: 보건소로 문의
- ▶ 내 용
 - 1) 한의약적 인지기능 강화 프로그램
 - 대상: 치매·우울선별검사 상 인지기능 저하 및 우울감 있는 어르신
 - 장소: 성동구 관내 27개소 한의의료기관
 - 내용: 한방진료(침 시술 및 한약), 1:1 건강 상담
 - 2) 뇌 건강증진 프로그램
 - 대상: 프로그램 참여 희망하는 어르신, 치매우울 선별검사 상 정상으로 판정된 어르신
 - 내용: 치매 및 우울증 예방교육
- ▶ 문의처 : 성동구보건소 보건의료과(2286-7057)

마을로 찾아가는 치매검진 '행복한 기억 찾기'

치매지원센터가 주민센터로 찾아갑니다.
 '1년에 1번' 치매검진 받으시고 치매예방하세요~

▼ 대상: 만 60세 이상 어르신

▼ 7월 일정 및 장소

일정	검진장소	시간
7. 5.(수) ~ 7. 7.(금)	성수2가1동 주민센터 2층 회의실	오전 9시 30분 ~ 오후 3시
7.12.(수) ~ 7.14.(금)	성수2가3동 주민센터 5층 주민사랑방	※준비물: 신분증

▼ 내용: 선별검사(MMSE-DS), 정밀검사(CERAD-K),
 의사 진료(검사결과 치매고위험자 대상)

▼ 문의: 성동구치매지원센터 ☎02-499-8071~4

무료 치매조기검진

치매 예방만큼 좋은 치료제는 없습니다.

▼ 대상: 만 60세 이상 어르신

▼ 장소: 성동구치매지원센터(성수분소 2층)

▼ 시간: 평일 오전9시 ~ 오후5시 (점심시간 12:00 ~ 13:00)

▼ 내용: 선별검사(MMSE-DS), 정밀검사(CERAD-K), 치매관련 상담

▼ 준비물: 신분증 지참

▼ 문의: 성동구치매지원센터 ☎02-499-8071~4

평생건강누림센터 '건강백세 운동교실 4기 모집'

▼ 대상: 만 65세 이상 어르신 (※ 연 1회만 참여가능, 사전사후 체력측정 필수)

▼ 일정 및 장소: 성동구청 3층 평생건강누림센터

▼ 모집인원: 선착순 40명

▼ 모집기간: 2017. 7. 3. ~ 7. 31. (※ 전화 및 방문신청)

▼ 참여일시: 2017. 8. 21. ~ 10. 13. (8주, 월/수/금, 12:30 ~ 13:30)

▼ 내용

- 유연성, 근력 향상을 위한 다양한 운동프로그램 참여
- 사전, 사후 체력측정을 통한 체력 향상도 비교
- 건강운동관리사의 지도 및 관리 등

▼ 비용: 무료

▼ 신청 및 문의: ☎02-2286-7190~6

고혈압당뇨병 의료비(진료비, 약제비) 지원

만65세 이상 예고혈압당뇨병 등록환자는
 본인부담 진료비/약제비 정액을 지원해드립니다.

▼ 대상: 주민등록상 관내 거주하는 만 65세 이상 고혈압당뇨병 환자

▼ 신청: 성동구 등록의원에서 진료시 신청서 작성

▼ 내용: 진료비 1,500원, 약제비 고혈압·당뇨병 각 2,000원 감면(월1회)

※ 지원 금액을 초과한 의료비는 본인부담

▼ 등록관리 절차

고혈압·당뇨병 환자	지정 의원	지정 약국	등록·교육 센터
65세 이상, 30세 이상 등록·관리 희망자 • 등록동의서 작성 • 지정의원에 제출	• 진료상담 • 65세 이상 진료비 1,500원/월 감면	• 복약지도 • 65세 이상 약제비 감면 고혈압 2,000원/월 당뇨병 2,000원/월	• 고혈압·당뇨병 교육 • 1:1 맞춤형 상담 • 진료 예약일 알림

▼ 예약 및 문의: 고혈압당뇨병 등록교육센터 02)2038-3337

한방 및 만성질환 무료진료 지원

- ▶ 신청기간: 연중
- ▶ 신청대상: 건강보험 하위20% 이하 세대의 65세 이상 어르신 또는 1~3급 장애인
- ▶ 신청방법: 보건소 방문 구비서류 제출
- ▶ 구비서류: 지원대상자 신분증, 최근 2~3개월 이내 납부한 건강보험료 지급 확인서(영수증)
- ▶ 지원내용
 - 국민건강보험법 또는 의료급여법에 따른 환자 본인부담금 면제
 - 한방진료: 1인당 4회/월 무료 진료
 - 만성질환 진료: 고혈압·당뇨병·이상지질혈증 무료 진료
- ▶ 문의처: 성동구보건소 보건의료과 ☎02-2286-7057

성동형 의료복지

- ▶ 운영기간: 연중
- ▶ 지원범위: 질병치료 목적의 진료에 한함
- ▶ 지원대상 및 구비서류
 - 기초생활수급자: 수급자 증명서 ,
 - 한부모가족 : 한부모가족증명서
 - 우선돌봄차상위: 우선돌봄차상위 확인서
 - 장애인수급자: 장애인연금 수급자 확인서 또는 장애인수당수급자 확인서
- ▶ 지원절차
 - 대상자는 구비서류를 발급받아 협약의료기관에 진료 시 제출하여 등록
 - 1년간 협약의료기관에서 비급여 진료비용 20% 감면(한양대병원, 동부병원, 서울시장장애인치과병원 별도 적용)
 - 1년 후에도 진료를 받고자 할 시는 증명서를 재발급 받아 등록
- ▶ 협약 의료기관
 - 의원급: 98개소(의원 22개소, 치과의원 55개소, 한의원 21개소)
 - 병원급: 8개소(한양대병원, 서울중앙병원, 연세슬기병원, 서울연세병원, 서울프라임병원, 제인병원, 동부병원, 서울시 장애인치과병원)
- ▶ 문의: 해당 주민센터, 성동구 보건소 보건의료과 ☎02-2286-7052



부록1. 수족구병 예방하기

I-SEOUL-U
내와 나의 서울

수족구병 예방하기

<p>위험연령/시기</p> <p>5세 이하 영유아</p> <p>5~8월 가장 많이 발생</p>	<p>감염경로</p> <p>환자의 대변 또는 호흡기 분비물과 직접 접촉 *침, 가래, 콧물, 수포의 진물 등</p> <p>오염된 물건을 통해 전파 *수건, 장난감, 집기 등</p>
<p>증상</p> <p>발열 38℃ 정도</p> <p>수포성(물집) 발진 손등, 손바닥, 발등, 발바닥, 엉덩이, 혀, 볼점막, 입천장, 잇몸, 입술</p> <p>구내염</p>	<p>예방법</p> <p>올바른 손씻기의 생활화 특히, 기저귀를 갈고 난 후 비누를 사용해 손 씻기!</p> <p>청결(소독)유지 아이들 장난감, 놀이기구, 집기 등</p> <p>철저한 소독 환자의 배설물 묻은 옷 등</p> <p>타인과의 접촉 최소화 수족구병 환자와 접촉 피하기</p>

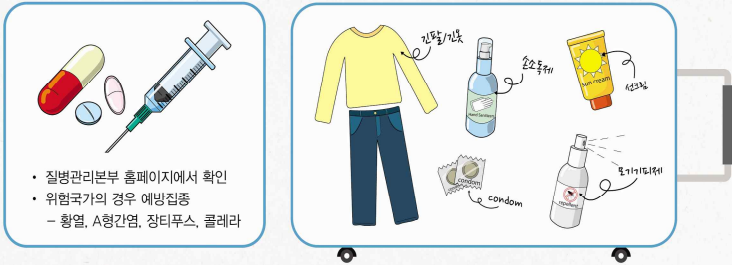
수족구병이 의심되면 어린이집, 유치원 및 놀이시설 등에 보내지 않도록 합니다.
자세한 내용은 질병관리본부 홈페이지 또는 24시간 콜센터 1339에서 확인할 수 있습니다.

부록2. 동남아 여행자를 위한 감염병 예방수칙 !

동남아 여행자를 위한 감염병 예방수칙!

2017년 3월 6일

1. 해외에 가기 전에 준비해요!



2. 여행가서 주의할 사항이에요!



3. 여행 후가 중요해요!

다음과 같은 증상이 나타나면



- 1 감염관에게 신고하고 검사를 받아요!
(건강상태질문서 작성)
- 2 병원을 방문하여 여행한 국가와 지역을 알리고 검사 및 치료를 받습니다
- 3 질병관리본부 콜센터 1339로 연락해 주세요!

부록3. 올바른 손씻기 이렇게 실천해요 !

올바른 손씻기 이렇게 실천해요!

올바른 손씻기는 감염병을 절반으로 줄일 수 있습니다



“감염병 예방을 위한 손씻기 6단계” 꼭 지켜주세요!



부록4. 요리의 기본! 식중독 예방에서 시작됩니다.



6가지 식중독 예방 실천 POINT!



01 손씻기

흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



02 익혀먹기

중심온도 육류 75℃, 어패류 85℃ 1분이상



03 끓여먹기

끓은 물여먹기



04 소독·세척하기

과일과 채소는 염소소독 (100ppm) 5분 침지, 흐르는 물3회 세척 후 절단



05 보관온도 지키기

조리 후 90℃ 이상 또는 바로 식혀 5℃ 이하 보관



06 구분사용하기

조리거리는 해소용, 식재료, 어류용 구분

부록5. WHO에서 말하는 건강도시 Health in All Policies 성동구 건강도시 정책 소개

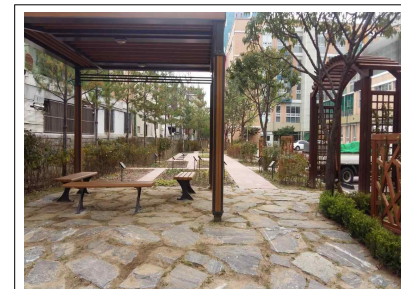
학교 유휴공간에 녹지와 생태공간 조성 '에코스쿨'

학교 유휴공간에 다양한 녹화유형을 적용한 녹지와 생태공간을 조성하여 학생들의 생태학습 및 건전한 정서 함양을 도모하고 지역주민의 커뮤니티 공간으로 활용하고자 하였습니다.

- 2017년 대상학교: 응봉초, 동마중, 무학중(3개교)
- 내 용
 - 자연학습장 및 텃밭 조성, 옥상녹화, 휴게공간 조성 등
 - 초·중·고 맞춤형 녹색공간 조성 및 지속가능한 관리체계 구축
 - 교육청, 학교 협업을 통한 친환경 교육환경 조성
- 에코스쿨 조성 사례 (2015~2016)



동명초 완공 사진(2015년)



경동초 완공 사진(2016년)



경일중 완공 사진(2016년)