

문서번호	건강정책과-3800
결재일자	2015.3.16.
공개여부	부분공개

★주무관	건강도시담당	건강정책과장	보건소장		
김지은	박대석	유인욱	03/16 황원숙		
협 조	미디어담당	윤성열			
	언론홍보담당	이주남			
	총무담당	현병구			

라인댄스와 함께 하는  
**상설 걷기운동교실 시범운영 계획**

**2015. 3.**

**성북구보건소  
건강정책과**



## 라인댄스와 함께 하는 상설 걷기운동교실 시범운영 계획

단조로운 걷기운동에 재미와 건강을 더하고 누구나 자유롭게 참여하여 함께 운동할 수 있는 「라인댄스와 함께 하는 상설 걷기운동교실」을 시범 운영하여 걷기실천 향상 및 구민 건강증진에 만전을 기하고자 함

☞ 라인댄스란? 즐거운 음악에 줄을 맞추어 추는 춤으로서 누구나 쉽게 따라 할 수 있는 동작으로 구성된 유산소 운동

### I 추진근거

- 국민건강증진법 제6조(건강생활의 지원)

### II 추진방향

- 단조로운 걷기운동에 흥미를 유도하고 신체활동을 증진시키는 일석이조의 효과를 얻을 수 있도록 걷기운동에 라인댄스를 복합구성하여 운영
- 누구나 자유롭게 함께 어울려 운동할 수 있도록 열린 야외공간에서 상설 운영
- 시범운영 기간동안 호응도 및 참여도가 높을 시 타 장소에도 확대 운영

### III 추진내용

- 기 간 : 2015. 4월 ~ 5월 매주 수요일 19:00~20:00 **【2개월간 시범운영】**
- 장 소 : 성북천 바람마당
- 대 상 : 구민 누구나
- 강 사 : 전문강사(걷기운동 및 라인댄스 지도)
- 내 용 : 전신 스트레칭, 걷기운동, 올바른 걷기자세, 라인댄스 지도

## IV 홍보 계획

- 온 라인 : 성북웹진, 성북누리 블로그, 홈페이지, 페이스북, 동아리카페 등
- 오프라인 : 보도자료, 성북소리, 구청 전자액자, 현수막 게첨 등

## V 소 요 예 산

- 예 산 액 : 총 430천원
- 예산내역
  - 현수막 70,000원 × 1개 = 70,000원
  - 강사비 40,000원 × 9회 = 360,000원
- 예산과목 : 건강정책과, 다양한 건강증진프로그램 운영구축, 보건소 운영개선 (열린보건소)사업, 사무관리비 / 기타보상금

## VI 행 정 사 항

- 행정지원과 : 성북구청 바람마당 대관협조
- 홍보전산과 : 성북소리, 구청 전자액자, 보도자료 등 홍보협조. 끝.