

문서번호	건강정책과-18788
결재일자	2015.12.17.
공개여부	부분공개

주무관	건강도시담당	건강정책과장	보건소장		
김지은	박대석	정종철	12/17 황원숙		
협 조					

2015년 **추민이** 주도하는

「다함께 건강 걷기」 사업 평가회 결과보고




2015. 12.

성북구보건소
건강정책과

2015년 주민이 주도하는
「다함께 건강 걷기」 사업 평가회 결과보고

I **평가회 개요**

- 행사명 : 2015년 주민이 주도하는 「다함께 건강 걷기」 사업 평가회
- 일시 : 2015. 12. 08.(화) 14:00~15:30
- 장소 : 보건소 sb문화홀(9층)
- 참석인원 : 총 76명(각 동아리 회장·걷기지도자 66명, 구청장 및 관계자 10명)
- 주관 :  성북구 걷지우연합회
- 주요내용
 - 2015년 사업 성과보고
 - 2015년 인센티브 시상(총 4개 부문 ※ 부문별 대표자만 시상)
 - 걷기운동교실 참여부문(동아리 1)
 - 구민 걷기행사 참여부문(동아리 1)
 - 체중 개선부문(동아리 1)
 - 체지방 개선부문(개인 30명)
 - 우수활동 사례발표(4명)
 - 2016년 사업 개선방안 제안
 - 소감 나누기

II

세부 내용

1. 내빈소개 및 인사말씀

- 내빈소개** : 구청장, 회장, 부회장, 고문, 감사, 사무국장(사회자)
- 인사말씀** : 구청장, 회장



2. 2015년 사업 성과보고

- 발 표 자** : 김용선 부회장
- 주요내용**
 - 걷기동아리 구성 및 운영
 - 주민주도 성북구민 걷기행사
 - 걷기지도자 교육 및 활동
 - 1530 걷기운동 캠페인 및 홍보활동 등



3. 2015년 인센티브 시상

- 표창훈격 : 성북구 걷지우연합회장
- 시상대상 : 총 4개 부문 ※ 부문별 대표자만 시상
 - 걷기운동교실 참여부문(단체) : **끼리끼리동아리**
 - 구민 걷기행사 참여부문(단체) : **삼태기동아리**
 - 체중 개선부문(단체) : **모랫말동아리**
 - 체지방 개선부문(개인) : **장송자 외 29명**



4. 우수활동 사례발표

- 발표자 : 총 4명
 - 동아리 활성화 사례 : **조승호**
 - 걷기실천을 통한 건강개선 사례 : **정송자**
 - 걷기지도자 활동 사례 : **이형옥, 노영희**



5. 2016년 사업 개선방안 제안

- 대상자 : 참석자 전원
- 제안방법 : 메모지에 작성하여 보드판에 부착(사회자가 마무리시간에 발표)
- 제안건수 : 총 22건 <붙임 1> 참조

6. 소감 나누기

- 대상자 : 참석자 전원



Ⅲ

자체 평가

- 민·관이 함께 사업의 방향, 과정, 평가를 공유하고 개선방안 등을 논의할 수 있었던 의미있는 자리로 평가 됨
- 사업을 이끄는 주민들이 주관하여 평가회를 개최함으로써 주민주도의 사업체계의 지속적 발전을 위한 발판이 구축되었음
- 동아리 간의 소통을 확장하고, 걷지우 단체의 화합과 결속력을 도모할 수 있었던 계기가 됨
- 동아리 회장 및 걷기지도자들이 「다함께 건강 걷기」 사업 추진에 책임감과 자부심을 갖고 더욱 매진할 수 있는 동기부여가 됨

붙임 참석자 의견 및 명단 각 1부. 끝.

〈붙임1〉

참석자 의견 - 2015년 좋았던 점

- 정기적인 모임으로 주민간 화합이 좋아짐(서로의 건강을 챙기며), 전문 걷기지도자의 지도로 동아리의 질이 높아짐.
- 걷는 것이 즐거워졌습니다. 바른 자세로 걷는 법을 알게 되어 좋았습니다. 걷기행사에 걷기의 다양한 프로그램이 있어 좋았습니다.
- 계속 걸으니깐 살이 빠지고 근육이 생겨서 좋습니다. 송용옥.
- 돈암2동 믿음동아리 걷기를 통해서 걷는 습관을 가지게 되었고, 허리 디스크 증세가 좋아졌습니다.
- 3년 걷기하면서 몸이 좋지 않았던 분들이 걷기를 실시한 후 스트레칭으로 자세를 잡아 드린 후 어깨 관절이 많이 좋아지셨음.
- 걷기운동을 하면서 나 자신도 건강이 좋아질뿐 아니라 회원분들이 혼자 걸을 때는 스트레칭을 안하니까 걸어도 힘들고 피곤했는데 스트레칭 하고 걸으니 피로가 풀리는 것이 정말 나타난다고 너무 좋아하시는 회원분들이 많으셔서 보람을 느꼈습니다.
- 한신한진아파트 김금례입니다. 2016년엔 더욱 열심히 하겠습니다. 서로 건강을 위하여.
- 너도 건강 나도 건강 내일이 즐겁다. 활기찬 걷기는 미래의 희망 횡타. 브라운스톤 이정숙.
- 열심히 걸어서 열심히 살을 빼겠습니다.
- 올 한해 열심히 했는데도 부족했습니다. 내년에는 시행착오 없이 더 발전하는 한해 되도록 해보겠습니다.

참석자 의견 - 2016년 바라는 점

- 방학동안 쉬는 것이 운동하는데 지장이 많습니다. 방학없이 계속 운동 했으면 좋겠습니다.
- 계속 지속적으로 주2회 하기를 바랍니다.
- 주1회로 부족합니다. 적어도 주2회 이상하면 좋겠습니다.
- 500세대 미만의 아파트는 10인 이하라도 보건소의 지원이 있어야 한다고 생각합니다.
- 지도자들의 계속적이고 정기적인 재교육을 적극 지원했으면 합니다. 현재 사업 잘하고 계십니다.
- 걷기지도자님들의 3차에 걸친 보수교육이 좋았습니다. 앞으로도 실전에 필요한 교육, 보수교육이 많이 있었으면 좋겠습니다.
- 성북힐스테이트아파트 걷기 활성화를 위해서 걷기교육 및 지도자교육 해주세요(길음2동)
- 뭐든 지속되어야지 변화가 있습니다. 단기간 결과내기를 재촉하지 마시고 기다려 주세요. 물론 꾸준한 지원도 부탁드립니다. 항상 감사합니다.
- 스트레칭 포스터 만들어서 많이 주세요.
- 성북구 지역을 걷기로 인하여 모르는 곳을 많이 알 수 있어 좋았습니다. 더 여러군데를 개발하여 더 많은 곳을 볼 수 있게 해주세요.
- 주민주도 걷기운동이 더 홍보하여 많은 주민들이 참석할 수 있도록 홍보부탁.
- 지속적으로 아파트관리실에 걷기의 중요성에 대한 홍보(동료에게도)

<붙임 2>

참석자 명단

연번	소속	성명	직책	비고
1	개운산	송영애	걷기지도자	
2	개운산	최옥수	회장	
3	건강보험공단성북지사(뚜벅이)	공일조	회장	직장
4	걸으며얘기하며	장미애	회장	
5	길따라물길따라	양순애	회장	
6	길따라물길따라	이해영	걷기지도자	
7	길음래미안3차	임용호	회장	아파트
8	길음서희스타힐스	김선애	회장	아파트
9	끼리끼리	조승호	회장	
10	날마다좋은날	이향옥	회장	
11	누리	황춘영	회장	
12	독수리	김태웅	회장	
13	돈암한진	한금례	회장	아파트
14	돈암현대힐스테이트	전정희	회장	아파트
15	동그라미	곽금연	회장	
16	동방장곡	이종식	회장	
17	래미안길음뉴타운9단지	김주신	회장	아파트
18	몸짱얼짱	권은옥	회장	
19	민음	유혜준	회장	
20	브라운스톤돈암	이정숙	회장	아파트
21	삼선푸르지오	이수효	회장	아파트
22	삼태기	김언주	회원	
23	삼태기	나순금	회원	
24	삼태기	박은영	회장	
25	상월곡실버복지센터	도숙기	회장	복지관

연번	소속	성명	직책	비고
26	생명의전화복지관아가페집	이수진	회장	복지관
27	생명의전화복지관(happy walking)	강희주	회장	복지관
28	석관코오롱	박승림	회장	아파트
29	성북구보건소(두발로)	김홍연	회장	직장
30	성북구보건소(두발로)	이주아	회원	
31	신바람	송용욱	회장	
32	신바람	이정숙	회원	
33	아띠	정송자	회장	
34	아리랑	박상찬	회장	
35	안암삼익	진취평	회장	
36	우리끼리	문부남	회장	
37	우정회	엄순득	회장	
38	월곡두산제2아파트	김옥녀	회장	아파트
39	월곡두산제2아파트	심우균	아파트관리소장	아파트
40	유유자적	김영자	지도자	
41	유유자적	윤재갑	회장	
42	일신건영휴먼빌	구연옥	회원	아파트
43	일신건영휴먼빌	김재동	회장	아파트
44	자스민	황용순	회장	
45	장삼	김용선	회장	
46	장삼	한미희	건기지도자	
47	정릉골아름다운사람들	박현진	회장	
48	정릉실버복지센터(회춘)	김숙자	회장	복지관
49	정릉실버복지센터(회춘)	유명자	회원	복지관
50	정릉이 좋다	박정근	회장	
51	정릉풍림아이원	박종록	회장	아파트
52	종암삼성래미안	조대근	회장	아파트
53	창조	권미숙	회장	

연번	소속	성명	직책	비고
54	청수	안정옥	회장	
55	청수	이형옥	건기지도자	
56	파랑새	이행자	회장	
57	푸르름	권공순	회장	
58	푸르름	조경희	건기지도자	
59	한걸음 더	류정희	회원	
60	한울타리	김영미	회원	
61	한울타리	이순화	회장	
62	해바라기	최명숙	회장	
63	해피투게더	노영희	회장	
64	해피트리(돈암2동)	김기풍	회장	아파트
65	힐링워킹	김미화	회장	
66	힐링워킹	최흥순	건기지도자	

끝.