

문서번호	건강정책과-4815
결재일자	2016. 4. 7.
공개여부	부분공개

★

담당	건강증진담당	건강정책과장	보건소장	
김혜련	김영복	정유섭	04/07 황원숙	
협조				

- 건강한 식생활 공동체 구현을 위한 -  
**건강동행 『3食6各5色 건강밥상』 프로젝트 계획**

2016. 4.

**성북구보건소  
 건강정책과**

- 건강한 식생활 공동체 구현을 위한 -  
**건강동행 『3食6各5色 건강밥상』 프로젝트 계획**  
 3食6各5色 : 하루에 세 번 6가지 식품군을 다섯가지 색깔

**I 추진근거**

- 국민건강증진법 제15조 영양개선
- 국민영양관리법 제10조 영양·식생활 교육사업

**II 추진배경**

- 실태분석
  - 건강식생활과 관련된 부서별 산발적·분절적인 사업추진
    - 건강정책과, 보건위생과, 복지정책과, 교육청소년과, 어르신복지과 등 관련부서별로 단편적이고 분절적으로 식품(음식, 영양) 관리 사업 수행
  - 밥상이 식품위생 및 안전관리 사업에서 건강을 위한 영양중심으로 이동
    - 집단급식소 식중독 예방 등 식품 안전사고 방지 위주의 밥상이 건강과 관련하여 영양관리 개념으로 이동
  - 건강과 관련된 영양 지식이 건강 식생활로 옮겨지는 행동 실천 변화 미흡
    - 비만과 만성질환의 증가 및 다문화 가정, 취약계층 등 상존으로 체계적 영양관리를 위한 전문 인력, 환경, 지역자원 활용 등 다각적인 방법 필요
  - 건강밥상과 관련된 공신력 있는 정보 및 관련 네트워크 홍보 부족
    - 인터넷, 방송매체 등 정보 홍수 속에서 무분별한 정보 수용으로 인한 잘못된 지식과 지역 네트워크 구성 및 홍보 부족

### Ⅲ 사업 개요

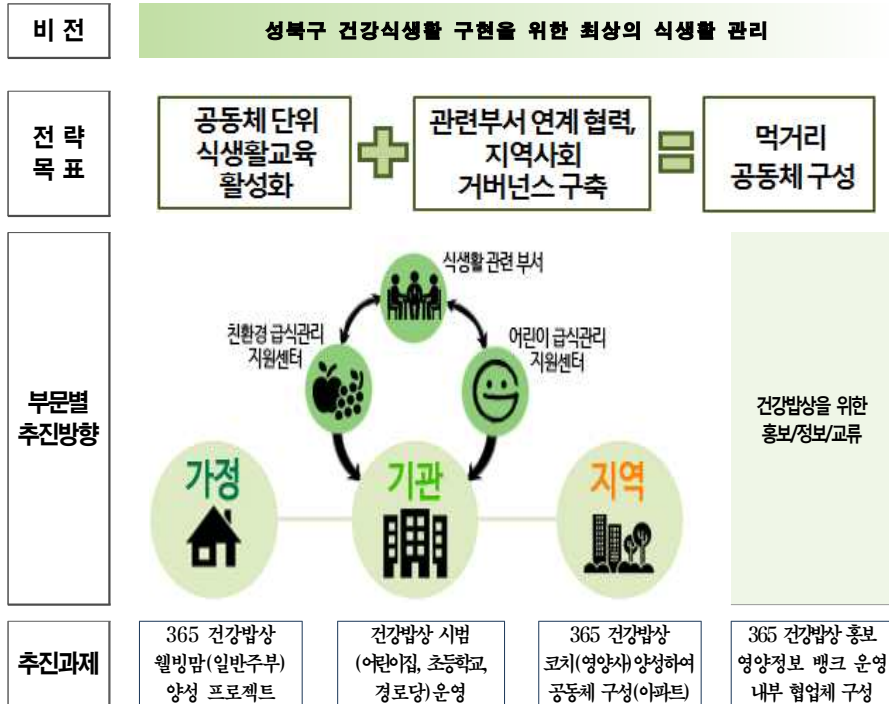
#### □ 사업목적

주민의 자발적 활동으로 습득한 건강지식을 생활 속에서 건강밥상으로 실천함으로써 개인이 건강해지고, 주민주도의 건강밥상 동아리를 활성화하여 주민 전체가 건강한 성북을 만들고자 함

#### □ 추진내용

- 지역자치 자율적 건강밥상 공동체 형성 및 건강밥상 코치 양성
- 건강밥상 레시피 개발 및 주민 이용도 향상을 위한 다각적 홍보 전개

#### □ 추진방향



### Ⅳ 세부추진계획

#### ○ 지역사회 거버넌스 구축 및 관련 부서와의 협력 체계 구축

- 친환경급식지원센터, 관내 대학교 식품영양학과, 어린이급식관리지원센터, 성북푸드마켓, 행복플러스마켓, 푸드뱅크, 학교, 아파트 등 관계기관과 협력
- 교육청소년과, 보건위생과, 복지정책과, 어르신복지과 등 관련부서와 지원체계 구축

#### ○ 건강밥상 아파트 공동체 구성 및 운영 활성화

- 건강밥상 아파트 공동체 구성
  - 구성 : 모집공고 및 동주민센터, 지역단체 추천을 통한 공동체 선정
- 건강밥상 아파트 공동체 운영 활성화
  - 아파트 게시판 건강밥상 레시피 부착 및 도시농업 연계
  - 공동체 구성원 “건강한 입맛 살려 내 몸 살리기” 3개월의 변화 프로젝트 (염도계, 건강밥그릇 제공, 입맛측정, 식사일기, 체성분 측정 비교 등)
  - 월1회 건강식생활 홍보 및 캠페인 정기 행사 추진(저염식사회,국없는날 등)
  - 우수공동체 활성화(레시피 개발, 공동조리) 유공자 구청장 표창

#### ○ 365일 건강밥상 코치 양성 및 활동

- 성북구 365건강밥상 코치 구성
  - 식품영양학과 대학생 : 관내 대학교 교수협의회와 협력하여 학생들 기회제공
  - 경력단절 영양사 : 전문자격을 활용한 사회활동 기회 제공
- 365건강밥상 코치 보수교육 운영 : 매월 마지막주 금요일
- 활동분야
  - 기관, 지역 영양교육 강사(건강식, 조리과학, 음식궁합, 미각혁명 교육)
  - 건강밥상 관련분야 홍보 및 공동체 쿠킹클래스 행사 시 지원 등

○ 건강밥상 웰빙맘(일반주부) 만들기 프로젝트 운영

- 기간 : 2016. 3/ 6/ 9/ 11.(월4회 이상 분기별 운영)
- 장소 : 보건소 4층 보건교육실
- 대상 : 관내 성인(주부)
- 방법 및 내용
  - 산업의 발달과 생활수준 향상으로 식품에 대한 소비패턴 패러다임 전환  
“단순먹거리에서 건강중심 먹거리로”
  - 한가정에서 식사를 책임지고 있는 주부를 대상으로 식생활에 대한 이해도와 태도를 높여서 가족전체의 식생활개선 향상
  - 주입식 이론교육을 지양하고 조리 및 체험 중심 교육 진행

○ 건강밥상 기관(생애주기 생활터) 및 동 시범 운영

- 기간 : 2016. 4 ~ 11월
- 장소 : 관내 보육기관, 초등학교, 둔암2동 경로당(8개소)
- 방법 및 내용
  - 어린이집 : 시범 어린이집 주방 위생 점검 및 점심시간 올바른 식사지도, 전문 영양사에 의한 식생활교육 교재 및 프로그램 개발·보급
  - 초등학교 : 시범 초등학교 영양교사 및 영양사와 연계하여 친환경 식재료 공급, 학교급식을 “살아있는 교재”로 활용하여 영양 교육
  - 경로당 : 둔암2동 전체경로당에 찾아가는 건강밥상 프로그램 추진

○ 건강밥상 홍보

- 365건강밥상 캠페인(지하철역 등 다중이용 거리 캠페인)
- 오프라인 홍보 : 지역정보지, 신문보도, 아파트, 학교, 복지관 등 홍보물 게시
- 온라인 홍보 : 홈페이지, 성북누리 블러그, 성북웹진, 인터넷카페(네이버) 등
- 365건강밥상 Logo 및 구민 참여 유도를 위한 슬로건 제작, 체험수기 등 공모

V 세부일정획

로드맵 사업명	목표	1월~3월	4월~6월	7월~8월	9월~12월
가정 건강밥상(웰빙맘 프로젝트)	60가구	10%	40%	70%	100%
기관 건강밥상(시범 보육기관, 학교)	25개소	0%	40%	60%	100%
지역 건강밥상(아파트 공동체)	1개	10%	40%	70%	100%
홍보 캠페인	10회	0%	50%	50%	100%

VI 소요예산

국비(%)	시비(%)	구비(%)	기타(%)
<b>총50백만원</b>			
25(50%)	7.5(15%)	17.5(35%)	
가정건강밥상 프로젝트 운영비 8,000천원 지역건강밥상(공동체)운영비 12,000천원 건강밥상 업무추진 3,000천원		기관건강밥상 운영비 21,000천원 건강밥상 코치 양성 아카데미 운영 6,000천원	

끝.