

광진구 나트륨섭취저감화사업 결과 보고서

2015 나트륨섭취저감화사업 결과 및 정산보고서

2016. 01.

광진구

I 사업개요 및 총괄표

1 먹을만큼 적당하게 사업 추진

- 대 상 : 사업참여 신청업소 12개소
- 기 간 : 2015. 7. ~ 12월
- 방 법
 - 음식 제공량 다양화 추진을 위한 물품 지원
 - 대상업소 음식물쓰레기량 저감화 지도 및 모니터링
 - 음식점영업주 및 일반인 대상 사업참여 홍보
 - 일반음식점 영업주 대상교육 및 캠페인실시

2 저염실천참여 외식업소 지정·운영

- 대 상 : 사업참여 신청업소 33개소(음식점 30, 집단급식소 3)
- 기 간 : 2015. 7. ~12월
- 방 법 : 대상업소 월 1회 염도 모니터링 및 저염 지도
- 저염실천참여음식점 인센티브 제공 및 홍보
- 음식점영업주 대상 나트륨줄이기 교육

표1. 나트륨섭취 저감화 사업 참여 현황

(단위: 개소)

구 분	일반음식점				집단급식소		
	전체	저염참여 업소	저염실천 업소	건강식단제공 업소	전체	참여업소(3개월 이상)	
						신고	미신고
2014년		21	6	-	-	-	-
2015년		30	8(4개소중복)	-	3	3	-
총 계	2015기준	30	10		3	3	

3 음식문화개선 인식제고를 위한 홍보 및 캠페인 실시

- Web을 통한 저염정보제공
- 이동건강체험 홍보관 운영 : 신청학교방문 패널, 배너, 식품모형전시
- 식품별 나트륨함량식품 모형전시 및 나트륨 섭취 저감화 영양상담, 각종 홍보물 배부
- 음식문화개선을 위한 어린이 인형극 공연
- 유동인구가 많은 곳에서 음식문화개선 홍보 및 캠페인 실시

4 식생활정보센터와 함께하는 싱겁게 먹기 식생활배움터 운영

구분	한걸음 다가서는 식생활정보센터	2015 맛을 찾으러 가자 <어린이 미각형성교육>	나는 얼마나 짜게 먹을까? <상설염(미)도 코너>	생애주기별 싱겁게 먹기 프로그램
대상	지역주민	어린이집 20개소 어린이	각 생애주기 지역주민	초·중·고등학생, 질환자 등 지역주민
기간	2015. 1~12월	2015. 4~11월	2015. 3~12월	2015. 2~12월
내용	·나트륨 과다섭취 관리를 위한 영양상담 ·저나트륨 영양정보 및 조리법 제공 ·식품 전시관 운영	영양교육과 영양환경 개선으로 구분하여 체험위주 교육실시	염도계 대어 및 나의 짠맛 알아보기 등	대사증후군 및 만성 질환자, 청소년, 성인, 어르신 취약계층으로 구분하여 대상별 염도 관리

5 음식문화개선을 위한 민간참여 확대

- 소비자식품위생감시원을 활용한 홍보, 모니터링 및 지도
- 저염실천참여음식점 사업, 먹을만큼 적당하게 사업 등

5 영양성분 표시이행 점검

- 서울동화축제시 어린이대공원주변 영양성분 의무표시업소 점검
- 어린이식품안전보호구역내 영양성분 의무표시업소 점검

□ 사업결과 총괄표(당초계획 대비 추진실적 요약)

추진 분야	세부 사업명	대상	성과평가				담당 부서
			지표명	목표 (건, 회, 명)	결과 (건, 회, 명)	목표 달성도(%)	
먹을만큼 적당하게	참여음식점 모집 및 관리, 교육 및 홍보	일반음식점 20개소	교육 및 홍보 실시	4회	4회	100	보건 위생과
저염실천 참여음식점 운영	참여음식점모집	일반음식점 30개소	참여음식점 모집 및 관리	30개소	33	110	보건 위생과 식품 위생팀
	모니터링 및 지도점검		월별 모니터링 및 지도점검실시	7회	7회	100	
	교육 및 홍보		참여음식점 등 교육 및 홍보	2회	4회	200	
	나트륨관리시스템 Na지수 운영	일반음식점 30개소	염도측정 및 Na지수관리	7회	7회	100	
음식문화개선 인식을 위한 홍보 및 캠페인	나트륨섭취 줄이기 On-Off Line 홍보	지역주민	식품별 나트륨함량 및 저염식단 전시 싱겁게먹기 정보제공	66회	66회	100	보건 행정과
	음식문화개선 홍보 및 캠페인	지역주민	먹을만큼 적당하게, 음식점 나트륨섭취줄이기	5회	7회	140	보건 위생과
식생활 정보센터와 함께하는 싱겁게먹기 식생활배움터	한걸음다가서는 식생활정보센터	지역주민	나트륨과다섭취로 인한 만성질환상담	2,300명	2,373명	104	보건 행정과 건강 증진팀
	맛을 찾으러 가자!	어린이집 20개소	미각교육	20개소	20개소	100	
	나는 얼마나 짜게 먹을까?	지역주민	염도 및 염미도 측정	1,000명	1,027명	103	
	염도 모니터링	어린이집, 경로당	급식에 제공되는 국 염도 측정	25개소	25개소	100	
	생애주기별 싱겁게먹기 프로그램	지역주민	싱겁게 먹기교육	4,000명	4,475명	112	

II

세부사업 추진 내용

1 『먹을만큼 적당하게』 사업 추진

☐ 참여음식점 공개모집 및 참여방법 결정

- 기 간 : 2015. 5. 26. ~ 6. 9.(2주간)
- 대 상 : 기존참여업소, 모범음식점 및 저염실천참여음식점 중 참여 희망업소 12개소
- 방 법 : 사업안내 공문발송 및 구 홈페이지 활용 홍보
업소 메뉴에 맞는 음식 제공량 다양화 방법 결정
ex) 대·중·소, 밥 반공기, 소형찬기, 공동·복합찬기 등

☐ 대상업소 음식물쓰레기량 모니터링

- 음식 제공량 다양화 추진을 위한 물품 지원
 - 지원시기 : 2015. 8월
 - 지원 품 : 밥반공기 등 6종 1,015개
- 모니터링 방법
 - 영업주가 매일 음식물쓰레기량을 측정하여 배부한 기록지에 기록
 - 회수한 기록지별 일평균 배출량을 계산하여 음식물쓰레기량의 변화 모니터링 및 음식물쓰레기량 저감화 독려
- 모니터링 횟수 : 총 7회

☐ 사업 교육 및 홍보

- 영업주 대상 교육 : 9회, 2,632명
 - 주방문화개선을 위한 결의대회 : 1회, 214명(2015.4.6)
 - 음식문화개선사업참여업소 특별교육 : 1회, 22명(2015.7.20)
 - 일반음식점 영업주 위생교육 : 6회, 2,366명(2015. 9~10월)
 - '불황시대 음식업 승부, 신의 한수' 교육 : 1회, 30명(2015.11.11)
- 구민 대상 캠페인 및 홍보
 - 캠페인 : 5회, 약 1,385명

- 홍보 : 6건(맛집멋집 리플렛·e-book제작, 광진구 IP TV를 통한 스팟광고, 마을버스38대 내부 홍보물부착, 보건소민원실 전광판홍보, 포스터제작, 남은음식찌주키 종이가방제작)

2 저염실천참여외식업소 지정·운영

☐ 저염실천 참여외식업소 공개모집 및 지정

- 기 간 : 2015.5.20.~6.9.(음식점) 6.8~6.15(집단급식소)
- 지 정 : 33개소(음식점 30, 집단급식소 3-어린이집, 학교, 직장별 1개소 선정)

☐ 대상업소 염도모니터링 및 저염지도

- 업소별 저염 실천 메뉴 선정(국물있는 메뉴)
- 모니터링 실시
 - 저염실천 독려 및 염도 관리
 - 업소별 월1회 이상 모니터링을 실시하여 나트륨케어프로그램으로 관리



☐ 참여외식업소 인센티브 제공 및 홍보

- 업소별 염도계 지원 : 업소에서 자체적으로 염도를 측정함으로써 점차적으로 염도를 낮출 수 있도록 함
- 저염실천 참여음식점 표지판 및 염도기록판 제작, 배부
- 자체 제작한 나트륨 저감화 BI활용
- 저염실천 여부 등에 대한 점검 및 모니터링 실시 : 7회
- 나트륨줄이기 홍보
 - 일반음식점 나트륨 줄이기 교육자료(나트륨바로알기) 제작 및 배부 4,000부
 - '싱거운음식 건강한내입맛' 리플렛을 통한 우리동네 저염음식점현황 홍보
 - 보도자료를 통한 언론홍보 : 우리일보, 전국매일, 아시아경제, 시민일보 등 10개 매체
 - 대사증후군센터와 식생활정보센터 이용자 대상 저염음식점현황 홍보



□ 음식점영업주 대상 나트륨 줄이기 교육

- 주방문화개선 결의대회
 - 일 시 : 2015. 4. 6.(월)
 - 대 상 : 일반음식점영업주 214명
 - 내 용 : 나트륨줄이기운동에 동참하여 저염식단제공으로 주방문화개선에 기여 등
- 광진구 명품 맛집멋집 아카데미 교육
 - 일 시 : 2015. 4. 22.(수)
 - 대 상 : 명품 맛집멋집 아카데미 교육 대상자 16명
 - 장 소 : 광진구보건소 보건교육실(4층)
 - 내 용 : 나트륨섭취 현황, 음식점 저염 사업의 필요성 등
- 일반음식점 기존 영업자 위생교육시 병행 교육
 - 기 간 : 2015. 9~10월중 6회
 - 대 상 : 일반음식점 기존 영업자 위생교육 대상자 약 2,366명
 - 장 소 : 광진구청 1별관 3층 대강당, 나루아트센터 소공연장
 - 방 법 : 나트륨줄이기 실천 매뉴얼 및 저염 레시피 책자 제작 및 배부(4,000부)
- 저염실천참여음식점 영업주 특별교육
 - 일 시 : 2015. 7. 13(월)
 - 대 상 : 저염실천참여음식점 영업주 및 종사자 22명
 - 내 용 : 저염실천참여음식점 사업개요 및 추진방향 등

□ 외식분야 음식 중 염도 모니터링 : 자치구 종합평가 자료 활용

표2. 외식의 나트륨줄이기 등록·관리율

구 분		산출식	결과
일반 음식점	저염참여음식점 등록율	【저염참여음식점 수(14~15) ÷ 관내 일반음식점 수】×100= 30/4153×100	0.72%
	저염실천음식점 지정율	【저염실천음식점 지정 수 ÷ 저염참여음식점 수】×100=10/30×100	33.33%
집단 급식소	나트륨모니터링 관리율	【참여기관 염도관리시스템 입력건수(14~15) ÷ 참여 집단급식소 수】×100=436/3×100	14533%
	저염실천율	【메뉴 염도관리 달성 기관 수 [※] ÷ 나트륨줄이기 3개월 이상 참여 집단급식소 수】×100	100%

※ 메뉴 염도관리 달성 : 사업참여 후 염도 10% 이하 또는 나트륨함량 1,400mg 미만

3 음식문화개선 인식제고를 위한 홍보 및 캠페인 실시

□ Web 이용한 저염관련 정보제공

- 기 간 : 2015년 연중
- 방 법 : e-영양정보관(보건소홈페이지/건강정보마당/건강정보/e-영양정보), 광진구 건강지킴이(다음 카페)
- 내 용
 - 저염식 메뉴 레시피, 천연 조미료 만들기 등 저염섭취 관련 정보 제공
 - 매주 수요일 '국 없는 날' 식단 제공
 - '짬순이 짬돌이 페이스북 이용안내(www.facebook.com/lownatrium)-서울시 운영
 - '저염송', '나트륨 줄이기 동영상' 홍보 콘텐츠 확산(서울시 제작)

□ 이동 건강체험 홍보관 운영

- 일시 및 대상

연번	일자	학교명	대상	인원(명)
1	05.14	신양중학교	1학년	150
2	05.21	장안초등학교	1~3학년	317
3	05.29	양남초등학교	3~6학년	200
4	10.22	대원국제중학교	3학년	550
5	10.23	동의초등학교	4~5학년	156
6	10.28	대원고등학교	1학년	753
계				2,126

- 방 법 : 나트륨 관련 패널, 배너, 식품 모형 등 전시

□ 건강정보관 운영 나트륨 관련 홍보물 제작 및 배부

- 기 간 : 2015년 연중
- 장 소 : 광진구보건소 1층
- 내 용
 - 식품별 나트륨 함량 식품 모형 전시
 - 나트륨 섭취 저감화 영양상담
 - 나트륨 홍보물 배부(싱겁게 먹고 건강하게 삽시다 1000부, 저나트륨 건강 메뉴 300부)

□ 음식문화개선을 위한 인형극 공연

- 기 간 : 2015. 9. 15.(화)
- 대 상 : 관내 어린이집 어린이 1,179명, 2회 공연
- 장 소 : 나루아트센터(광진구 능동로 76(자양동))
- 방 법 : 인형극 공연업체 의뢰
- 내 용 : 「나트륨 섭취 줄이기」

□ 음식문화개선을 위한 홍보 및 캠페인 실시

- 캠페인
 - 기 간 : 2015년 2, 4, 9, 10월 중 7회(명절시 동서울터미널, 행락철 아차산역, 주말 뚝섬유원지, 롯데백화점 등)
 - 방 법 : 피켓 및 홍보물 제작·배포, 직원 및 소비자식품위생감시원 활용
 - 내 용 : 가정에서 소금적게 넣고, 급식에서 음식적게 담고 나트륨섭취 줄이기 실천사항(저염실천참여음식점 명단 포함) 등

○ 홍 보

- 기 간 : 연 중
- 방 법
 - 구청 전광판 및 보건소민원실 전광판, 보건위생과 민원대기실 식품안전홍보관
 - 구청 및 동주민센터 24개소 IP TV 활용 스포츠광고 및 자막홍보, 음식문화개선 홍보동영상 방영
 - 아파트 엘리베이터 미디어보드활용 포스터 게재
 - 홍보물 제작 및 배포 : 10종(나트륨바로알기, 더 건강한 밥상, 싱거운음식 건강한 내 입맛 등)
- 내 용
 - “염도줄인 외식을 원하신다면 저염실천참여음식점을 이용하세요”
 - “저염식으로 건강하게, 먹을만큼 적당하게”
 - “소금섭취! 이제는 줄여야 할 때입니다.” 등


4 식생활정보센터와 함께하는 싱겁게 먹기 식생활배움터 운영

□ 한걸음 다가서는 식생활정보센터

- 목적 : 올바른 영양정보 제공 및 상담을 통해 싱겁게 먹기 식생활 실천을 유도함으로써 만성질환 예방
- 대상 : 지역주민
- 기간 : 2015. 1월~12월
- 방법 : 보건소 내소 주민 및 진료실·검사실 연계 실시
- 내용
 - 나트륨 과다섭취로 인한 만성질환예방 및 관리를 위한 영양상담
 - 저나트륨 섭취를 위한 영양정보 및 조리법 제공
 - 식품 전시관 운영 (식품모형을 통해 식품 속 나트륨함량알기)

□ 2015 맛을 찾으러 가자! <어린이 미각형성교육>

- 목적 : 평생 식습관이 형성되는 유아기에 편식예방을 위한 미각에 대한 이론 및 체험교육 실시를 통해 올바른 식습관 형성 및 건강한 성장발달 도모
- 대상 : 어린이집 20개소
- 기간 : 2015. 4월~11월
- 방법 : 교육 지도안을 토대로 이론교육 보육교사, 체험교육 보건소 영양사 실시
- 내용

프 로 그 램		내 용
영양 교육	어린이	- 단맛, 짠맛, 쓴맛, 신맛, 맛의조화 - 이론교육 및 체험교육 실시 
	보육교사	- 어린이 교육지도안 및 식생활관련 교육
	학부모	- 어린이 영양관련 가정통신문 (월 1회)
영양환경개선		- 국 염도 낮추기 · 어린이집 급식 염도체크 실시 (보건소에서 염도계 대여) - 어린이를 위한 건강 식단 · 어린이집에서 활용 가능하도록 식단 및 저염 레시피 제공 (월 1회)

□ 나는 얼마나 짜게 먹을까? <상설염(미)도 코너>

- 목적 : 염도 및 염미도 측정 시각화를 통해 저염식 실천유도로 나트륨과잉 섭취로 인해 발생할 수 있는 질병을 예방하기 위한
- 대상 : 각 생애주기 지역주민
- 기간 : 2015. 3월 ~ 12월, 매주 수요일
- 장소 : 보건소 식생활정보센터, 지역주민 생활 터
- 내용
 - 가정 음식 염도 체크(우리 집 염도 체크)
 - 국, 찌개 등 나트륨 과다 섭취 주요 기여 식품
 - 염도계 대여 및 염도일지 작성, 염도판정
 - 나의 짠맛 알아보기 (염미도 테스트 운영)
 - 염미도 시료 5종(콩나물국)을 활용한 나의 짠맛 알아보기
 - 염도 및 염미도 테스트 결과 상담 후 저염 실천 카드 제공

□ 생애주기별 싱겁게 먹기 프로그램

- 목적 : 나트륨 섭취 감소에 대한 이론교육과 체험위주의 프로그램 운영으로 싱겁게 먹기 실천을 향상
- 대상 : 초·중·고등학생, 질환자, 지역주민 누구나
- 기간 : 2015. 2월 ~ 11월
- 장소 : 보건교육실 및 식생활정보센터, 생활터 별 접근
- 추진방법 및 내용
 - 대사증후군 및 만성질환자
 - 나트륨 과다섭취의 문제점 및 혈압관리를 위한 싱겁게 먹기 위한 영양교육
 - 염도, 염미도 · 오염 측정 및 결과 상담
 - 청소년(초·중·고등학교, 복지관 및 지역아동센터 아동)
 - 「이동건강 홍보·체험관」 운영 시 반별 영양교육 실시 (식품 별 나트륨 함량 및 싱겁게 먹는 법)
 - 「찾아가는 건강학교」 운영 시 취약계층 아동 대상으로 염미도 측정 및 나트륨 저감화 교육 실시

- 성인 (직장인 및 주부)
 - 나트륨 과다섭취의 문제점 및 싱겁게 먹기 위한 교육
 - 비만교실(도전! S라인), 영양플러스 대상자 저염실천법 공유 SNS(Daum 카페 : 광진구보건소 건강지킴이 및 광진구 영양플러스)운영
- 어르신
 - 「청춘백세」 프로그램 운영 시 짠 음식을 피하고 싱겁게 먹는 법 교육
 - 경로당 및 노인복지관에서 제공되는 국·찌개 염도 측정
- 취약계층 나트륨 줄이기
 - 대상 : 만성질환자 고혈압 집중관리군
 - 내용 : 3회에 걸쳐 혈압과 평소 집에서 섭취하는 국·찌개염도측정 염도변화와 혈압 변화를 관찰

5 영양성분 표시이행 점검

- 서울동화축제시 어린이대공원주변 영양성분 의무표시업소 점검
 - 일시 : 2015.4.13~4.24(기간중 5일)
 - 대상 : 어린이대공원 내부 및 주변 업소 118개소
 - 방법 : 공무원과 소비자식품위생감시원 합동점검(2인 1조 9개반)
- 어린이식품안전보호구역내 영양성분 의무표시업소 점검
 - 일시 : 2015.10.26~10.27(2일간)
 - 대상 : 어린이식품안전보호구역내 업소 69개소
(학교주변어린이기호식품 취급업소 점검 360개소 점검시 병행)
 - 방법 : 소비자식품위생감시원 2인 1조 20개반

Ⅲ 지역사회 자원활용 실적

☐ 소비자식품위생감시원을 활용한 홍보, 모니터링 및 지도

- 활동배경 : 전체 업소수 및 업무에 비하여 정규 인력의 부족
주민인 소비자식품위생감시원을 활용함으로써 구 음식문화개선사업에 대한 관심을 확산시킴
- 활동내용 : 모니터링(먹을만큼 적당하게, 저염실천참여음식점 사업) 및 캠페인 등 홍보
- 활용횟수 : 홍보 4회, 모니터링 및 지도 : 7회

Ⅳ 참여인력 및 업무분장

연번	성명	소속	직위	업무분장	비고
1	고영석	보건위생과	보건위생과장	나트륨저감화사업 총괄, 음식점 나트륨 사용 줄이기 등 음식문화개선사업 총괄	내부
2	이영애		식품위생팀장	나트륨저감화사업 및 음식점 나트륨 사용 줄이기 등 음식문화개선사업 기획	내부
3	김은희		담당	나트륨저감화사업 총괄 담당 및 음식점 나트륨 사용 줄이기 등 담당	내부
4	소비자식품위생감시원		자원봉사	염도 모니터링 및 지도점검	외부
5	이경수	보건행정과	보건행정과장	식생활정보센터와 함께하는 싱겁게 먹기 식생활 배움터 총괄	내부
6	조애란		건강증진팀장	싱겁게 먹기 식생활 배움터 전반적인 사업기획, 지역 내 인프라구축	내부
7	박은미		입기제 마교	싱겁게 먹기 식생활 배움터 운영 (계획, 수행, 평가 등)	내부
8	양은경		간호7급	건강생활실천사업 연계 및 행정업무 지원	내부
9	김혜린		기간제	싱겁게 먹기 식생활 배움터 업무지원	내부
10	민경진		기간제	싱겁게 먹기 식생활 배움터 업무지원	내부
11	정유진		보건지소	입기제 마교	영양플러스 요리교실 연계

Ⅴ 사업정산

1. 총괄표

○ 정산내역 - 1. 나트륨섭취 저감화사업

(단위 : 원)

예산액			집행액		시비 집행 잔액
총사업비	시비 보조금	지자체 부담금	시비 보조금	지자체 부담금	
41,400,000	20,400,000	21,000,000	20,182,400	20,906,000	217,600(낙찰차액)

2. 사업비 정산 세부내역

(단위 : 천원)

사업명	예산내역			총예산액	결산금액		잔액(시비)
	편성목	통계목	산출내역		시비	구비	
먹을만큼 적당하게	일 반 운영비	사무관리비	홍보물, 반공기, 소형 공동찬기 등 제작배부, 버스광고	5,000	4,838.6		161.4
	일 반 보상금	행사실비보상금	소비자식품위생감시원 활동비	1,360	1,360		0
저염실천 참여음식점 운영	일 반 운영비	사무관리비	염도계, 표지판, 염도기록관 등 제작배부	3,000	3,000		0
		사무관리비	홍보물 제작(리플렛10종, 수저셋팅지, 칫솔 등)	9,440	4,408.8	5,000	31.2
		사무관리비	남은음식포장봉투, 포스터제작	16,000		15,906	
		행사운영비	음식문화개선사업 영업주 특별교육	600	600		0
	일 반 보상금	행사실비보상금	소비자식품위생감시원 활동비	2,000	2,000		0
음식문화개선 인식제고를 위한 홍보 및 캠페인	일 반 운영비	행사운영비	음식문화개선을 위한 인형극	2,000	1,975		25
식생활정보센터와 함께하는 싱겁게 먹기 식생활배움터	일 반 운영비	사무관리비	홍보물 구입 (계량국자, 잡곡)	2,000	2,000		0
총 계				41,400	20,182.4	20,906	217.6

다로붙임 나트륨케어프로그램 저염참여음식점 현황 및 저염실천음식점 산정결과 1부. 끝.