

2023. 10. 6.(금) 조간용

이 보도자료는 2023년 10월 5일 오전 11:15부터 보도할 수 있습니다.



보도자료

담당부서 : 시민건강국 스마트건강과

스마트건강과장	채명준	2133-8345
스마트건강정책팀장	전기호	2133-8356
스마트헬스케어운영팀장	백명철	2133-7503
건강생활팀장	김해숙	2133-7570
건강돌봄지원본부장	김유진	6386-8470

서울특별시공공보건의료재단

사진없음  사진있음  매수 : 6매

## 서울시, '가을 건강운동회' 서울광장으로 모이세요

- 10.9(월) 10시, 시민의 일상 속 건강생활 실천 활성화를 위해 참여형 행사 추진
- 오 시장, 시민과 함께 박 터트리기, '마음이 모이면 건강한 서울이 됩니다' 공유
- 신체활동 스탬프 챌린지 등 운동회 추억 물씬, 걷기챌린지 '9988 하는 날'도 진행
- 개막행사에서 손목닥터9988 참여자 우수 후기 공모전 시상, 수상작 공개
- 가족 놀이터, '캐리TV'와 함께하는 어린이 건강 싱어롱쇼 등 가족 체험도 풍성

- 서울시는 운동하기 좋은 가을에 많은 시민이 건강활동을 즐기며 실천할 수 있도록 10월 9일 서울광장에서 '시민과 함께하는 가을 건강운동회'를 개최한다. 광장에서 박 터트리기 등 추억 돌리는 운동회, 주변 일대 걷기챌린지, 이야기 콘서트 등 일상에 활력을 불어넣을 수 있는 다채로운 행사를 진행한다.
- 서울광장에서 '박 터트리기' 퍼포먼스, △손목닥터 9988 참여 우수 후기 시상, △신체활동 도장 참여잇기, △스마트기기 활용 건강관리 체험, △어린이 뛰움 체조 결선대회, △'캐리TV'와 함께하는 '어린이 건강 싱어롱쇼'가 진행된다. 시청 지하2층 바스락홀에서는 '닥터프렌즈' 오진승 정신건강전문의 이야기 콘서트가 열린다. 서울광장 주변 일대에서는 걷기대회 '9988 하는 날'이 진행된다.

## 〈건강운동회 개막·무대 행사〉

- 〈서울광장 무대〉에서는 오전 10시부터 가을 건강운동회 개막 행사가 진행된다. 오세훈 서울시장, 김현기 서울시의회 의장, 서울시 건강분야 명예시장인 강재현 교수가 참석해 자리를 빛낼 예정이다.
- 개막행사에서 손목닥터 9988 참여자 대상으로 진행한 우수 참여 후기 공모전 수상자 시상식을 진행해 시민들의 생생한 실제 후기도 들을 수 있다. 또한 ‘99’팀, ‘88’팀으로 나누어 행사 공식 개회를 알리는 ‘박 터트리기’ 퍼포먼스도 진행되는데, 시민 1천여 명이 참여해 행사의 열기를 더할 예정이다.
  - 손목닥터9988 참여 우수후기 공모 접수는 지난 9.8.(금)부터 24.(일)까지 17일간 진행되었으며, 총 1,258건이 접수되었다. 건강생활 습관의 변화, 건강수치의 개선 등 참여자들의 진솔한 이야기 중에서 10.4.(수) 심사를 통해 최종 43개의 수상작을 선정하였다. 행사에서는 3명의 수상자의 이야기를 소개하고 재미있는 상 이름을 만들어 시상도 할 계획이다.
- 〈서울광장 무대〉 오후 1시부터는 ‘서울아이 뛰움’ 체조 경연대회 결선 무대가 열린다. 결선 무대에 오르는 6팀은 무려 23대 1의 경쟁률을 뚫고 선정된 어린이집(유치원)이며, 현장에서 경연을 마치고 최종 시상식까지 이어진다. 경연대회가 끝나면 아이들의 아이돌인 캐리TV 캐릭터들과 함께 ‘어린이 건강 주제 싱어롱쇼’를 진행한다.
  - ‘서울아이 뛰움 체조 경연대회’는 지난 8.1.(화)부터 어린이집·유치원을 대상으로 진행되었다. 총 138개팀이 신청했으며, 1차 예선심사를 통해 최종 6팀이 선정되어 결선 무대에 오른다.
  - ‘어린이 건강 싱어롱쇼’에서는 아동 오락 전문방송인 ‘캐리TV’와 함께 아이들의 건강생활실천(신체활동·건강한한식생활)을 신나는 노래와 율동으로 함께 응원한다.

### 〈서울광장, 신체활동·체험 행사〉

- 〈서울광장 잔디〉에서는 어린이부터 어른까지 참여할 수 있는 ▲신체활동 도장 참여잇기, ▲스마트기기를 활용한 건강관리 체험 공간 등 시민들의 다양한 신체활동 체험 공간을 마련하였다.
- 가족기차 달리기, 터널 통과하기, 한마음 그네 달리기, 림보, 3단 농구대, 후크볼 던지기 등 12개 스탬프 챌린지와 어린이들이 신나게 뛰어놀 수 있는 에어바운스, DIY 종이집 만들기 등도 준비되어 있다.
- 광장 한편에는 디지털 기술 활용한 건강관리를 체험할 수 있는 스마트 건강 체험 부스를 마련해 운동회의 재미를 더한다. 참여 기업으로 리얼PT, 오르론, 두잉랩, 코끼리, 사운드블헬스, 라이프시멘틱스 등이 시민을 맞이한다.

### 〈시청, 마음건강 이야기 콘서트〉

- 〈서울시청 바스락홀〉에서는 인기 유튜버 ‘닥터프렌즈’(구독자 112만명) 오진승 정신건강전문의를 “스마트하게 마음 챙기는 방법”을 주제로 이야기 콘서트를 진행한다. 콘서트는 강연, 청중과 대화, 저서 사인회가 이어지며, 진행은 최국화 아나운서가 맡아 건강한 서울을 만들기 위한 행사에 의미를 더할 예정이다.

### 〈광장 주변, 9988 하는 날 걷기〉

- 〈서울광장 주변 일대〉에서는 ‘가을하늘 아래 9988 하는 날’도 운영한다. 손목닥터9988 참여자들을 위해 매월 야외에서 진행되는 걷기 대회로, 이날 현장에서 인증을 완료한 참여자는 ‘9988 특별포인트’도 받을 수 있다. 서울의 중심지를 걸으며, 가을 정취도 느끼고 건강관리를 지속적으로 실천할 수 있는 기회가 될 것으로 기대된다.

- 참여 방법은 운영관에서 참여쿠폰을 수령한 후 스마트기기를 통한 건강관리 체험과 덕수궁 돌담길, 청계천로 등을 걸으며 8,000걸음을 달성한 뒤 QR코드를 스캔하여 참여를 인증하면 된다. 현장에서 인증을 완료한 참여자에게는 9988 특별포인트도 지급하여 걷기실천을 독려할 예정이다.
  - ‘9988하는 날’은 4월 서울대공원에서 시작하여 서래섬, 잠수교, 여의도, 광화문에서 매월 개최되었으며 매회 3,000명이 넘는 시민이 걷기 대회와 행사에 참여했다.
- 박유미 서울시 시민건강국장은 “시민들이 재미있게 건강활동을 했으면 하는 염원을 담아 옛 추억을 떠올리며 ‘서울시민과 함께하는 건강운동회’를 준비했다.”며 “많은 시민이 가족, 친구, 연인과 함께 오셔서 걷고 운동하며 즐거운 추억을 쌓길 바란다.”고 말했다.

□ 행사명 : 시민과 함께하는 가을 건강운동회

□ 일시 : '23. 10. 9.(월), 10:00 ~ 16:00

□ 장소 : 서울광장 등

○ (서울광장) 무대·잔디행사, (주변 일대) 9988 하늘날, (바스락홀) 토크콘서트

□ 주요내용 : 퍼포먼스, 스마트기기 건강관리 체험, 가족 건강활동 등

□ 행사순서

일 정		내 용	비 고	
무대행사	10:00~10:15	15'	건강퀴즈 O/X, 몸풀기 체조 등	
	10:15~10:20	5'	개회선언, 일정안내, 참석자 소개	사회자
	10:20~10:35	15'	◦ 인사말씀 : 서울특별시 시장 ◦ 축사 : 시의회 의장, 건강분야 명예시장(강재현 교수) ◦ 손목닥터 9988 우수참여자 시상(3명)	
	10:35~10:45	10'	◦ 박 터트리기 퍼포먼스	
	10:45~10:55	10'	◦ 부스투어	
	쉬 는 시 간			
	12:00~14:00	120'	서울아이 뛰움 체조 결선대회, 어린이 치어리더 축하공연	12~13시 리허설
	14:30~15:30	60'	어린이 건강 뮤지컬(캐리TV)	
잔디행사	10:00~16:00	330'	IT 기술 활용 건강 체험 부스 운영(10개) 가족 건강 놀이터 운영 : 뉴 스포츠, 집 짓기 등	
내부행사	10:30~13:00	150'	서울 디지털 헬스케어 토크 콘서트	바스락홀
9988 하늘 날	11:00~16:00	270'	9988 하늘 날 걷기 챌린지	서울광장 주변

