

2021. 8. 31.(화) 조간용

이 보도자료는 2021년 8월 30일 11:15부터 보도할 수 있습니다.

I·SEOUL·U

보도자료

담당부서 : 시민건강국 건강증진과

건강증진과장

정남숙

2133-7560

건강생활팀장

김수정

2133-7570

사진없음 사진있음 매수 : 6매

담당자

조성호

2133-7575

서울시, 청소년 체중관리 ‘꿈나무 건강’사업 시작 30명 선착순 모집

- 시, 시립동부병원과 사업모형 개발, 온라인 플랫폼 스마트기기 등 활용 비대면 첫 운영
- 서울 거주 초등학생(4~6학년) 중 경도 이상 비만자 신청 가능, 30명 선착순 모집
- 선정자, 9월 중순부터 12주간 의료검사·상담, 통합(운동·영양·심리) 프로그램 지원
- 온라인 플랫폼을 활용, 다양한 걷기코스를 개발 공유하는 비대면 ‘걷기 캠페인’ 지속 추진

서울시는 코로나19 장기화로 소아·청소년 비만이 증가함에 따라 체계적인 체중관리를 위한 ‘꿈나무 건강’ 사업모형을 개발하고, 초등학생 30명을 선착순으로 모집해 본격 추진한다.

○ 시는 이를 위해 시립 동부병원의 건강평가 및 심리 상담 운영 경험을 살려, 운동·영양프로그램을 추가한 사업모형을 함께 개발·운영하게 되었다.

최근 학교 등교 중지, 운동시설 폐쇄, 개인 간 거리두기 등으로 외부 활동이 줄고 집에서 지내는 시간이 늘어나면서 청소년의 소아·청소년 비만율은 증가추세를 보이고 있다.

○ 2020년 10월 대한소아청소년과 추계 학회에서 6~12세 초등학교 188명 대상 코로나19 이후 체중변화가 체질량지수 $18.5\text{kg}/\text{m}^2 \rightarrow$

19.3kg/m²로 상승, 과체중 아동 비율은 24.5%→ 27.7%로 증가한 것으로 발표하였다.

□ 질병관리청 청소년건강행태조사 결과에서도 2017년부터 조금씩 늘어나던 ‘하루 60분 주 5일 이상 신체활동 실천율’이, 2020년 감소하였으며, 주중 학습목적 외 앓아서 보내는 시간은 증가한 것으로 나타났다.

- 하루 60분 주 5일 이상 신체활동 실천율은 13.1%('16년) → 13.8% ('17년) → 13.9%('18년) → 14.7%('19년) → 14%('20년),
- 주중 학습목적 외 앓아서 보내는 시간도 185분('18년) → 167.3분 ('19년) → 229.7분('20년)으로 증가하였다.

□ ‘꿈나무 건강’ 사업은 코로나19 상황을 고려하여 진행하게 되는데, 대상자 건강평가를 위한 검진·상담을 제외한 모든 프로그램은 비대면으로 운영되며, 소그룹 상담·스마트기기를 통한 개인별 활동량 모니터링 등으로 개인별 맞춤 관리를 지원한다.

□ 참여대상은 서울 거주 초등 4~6학년 학생 중 경도 이상(체질량지수 95백분위수 이상) 비만자에 해당하는 청소년으로, 효과적인 프로그램 운영을 위해 인원은 30명으로 제한된다.

※ 경도 이상 비만(체질량지수 95백분위수 이상) 기준치는 아래 표 참조

만연령	남	여	체질량 지수
9	22.0	21.5	· 체질량지수 = 체중(kg) ÷ 신장(m) ² 예) 체중 63kg / 신장152cm / 만12세 남 $63 \div (1.52 \times 1.52) = 27.27$ (대상자)
10	23.1	22.4	
11	24.2	23.3	
12	25.1	24.1	

- 모집기간은 9월 1일부터 10일까지 선착순으로, 자세한 내용은 동부 병원 꿈나무건강사업단(02-920-9283)으로 문의하면 된다.
- 최종 선정된 참여자는 9월 중순부터 12월까지 12주 간 의료검진과 상담을 통한 통합적(운동·영양·심리) 체중관리 프로그램을 지원받게 된다.
 - 먼저 아동소아 전문의의 건강평가 및 상담을 거친 후, 주 1회 운동·영양·심리 전문가들이 개별 또는 소그룹으로 전화 또는 온라인 상담으로 진행하게 되는데,
 - 영양상담은 자신의 식사기록에 대한 평가와 실천방법, 간식 선택법 등을 상담 받게 되고, 운동상담은 비대면 신체활동 영상 콘텐츠를 제공하여 개인별 미션을 달성하도록 할 예정이다.
 - 심리상담의 경우 전문가가 참여하고 또래 친구들과 소그룹 대화를 통해 자존감 향상을 목적으로 진행하게 된다.
- 가급적 12주간 동일 아동을 동일 전문가가 담당하여 개인별 맞춤형 프로그램이 되도록 할 예정이며, 12주 종료시 건강평가 및 상담을 진행하여 처음보다 얼마나 개선되었는지 확인할 수 있도록 할 계획이다.
- 서울시는 코로나19로 청소년뿐만 아니라 성인·노인 등 연령·성별을 구분하지 않고 신체활동 실천 정도가 크게 악화됨에 따라 온라인 플랫폼을 활용하여 다양한 걷기코스를 개발 공유하는 ‘비대면 걷기 캠페인’을 지속적으로 진행할 계획이다.

□ 박유미 서울시 시민건강국장은 “소아·청소년기는 평생의 건강습관이 형성되는 중요한 시기로, 이번 꿈나무 건강 프로그램을 통해 비대면 사업의 효과가 나타나길 기대한다.”며 “청소년 비만은 성인 비만으로 이행되기 쉽다. 서울시는 앞으로도 비만 소아·청소년이 체중 조절과 건강습관 형성을 지원하는 사업을 적극 추진하겠다.”고 말했다.

붙임 1. 꿈나무 건강 사업 안내 포스터

2. 지원 신청서

붙임 1. 꿈나무 건강 사업 안내 포스터



서울특별시 동부병원에서는 서울특별시와 함께 가정에서도 스스로 건강한 운동, 식생활 습관을 실천할 수 있도록 체계적이고 전문적인 소아청소년 건강체중관리 프로그램을 제공합니다.

모집 대상자

연 령	초등학교 4학년 ~ 6학년
조 건	서울특별시에 거주하는 체질량 지수 95 백분위수 이상 어린이 30명 (선착순)

★ 95 백분위 수란? 100명의 어린이들을 체질량 지수 순서대로 한 줄로 세웠을 때 95번째인 어린이 (50 백분위수 : 평균 / 95 백분위수 이상 : 비만)

★ 체질량 지수 = 체중 (kg) / 키 (m)²

	남자	여자
9세	22.0	21.5
10세	23.1	22.4
11세	24.2	23.3
12세	25.1	24.1

QR 코드: 귀하의 몸무게를 입력해서 직접 계산해보세요!

프로그램 기간 및 내용

★ 주 1회씩 12주간 참여 (월, 화, 수, 목, 금 중에서 선택)

2021년 9월 27일 ~ 2021년 12월 17일(사전검사: 2021년 9월 10일 ~ 9월 17일 / 사후검사: 2021년 12월 6일 ~ 12월 10일)

★ 세부내용

소아청소년과 전문의와 함께하는 건강체중클리닉

- 진단(체성분 분석) · 혈액/소변/초음파 검사
- 원인분석(설문지) · 1:1 맞춤형 상담 및 치료

임상영양사와 함께하는 비대면 영양 프로그램

- 개인별 식사 분석 · 영양 교육
- 1:1 영양 상담 · 영양 안내자료 제공

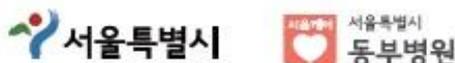
임상심리상담사와 함께하는 비대면 심리상담 프로그램

- 개인별 마음건강 선별검사 · 워라벨 부모교육
- 워라벨 키즈 집단 프로그램

운동처방사와 함께하는 비대면 운동 프로그램

- 개인별 체력 평가 · 생활 속 운동방법
- 다양한 소그룹 운동 · 운동 소도구 중점

- 비 용**: 전액 무료 (1인당 약 120만원 상당)
- 장 소**: 서울특별시 동부병원 1층 소아청소년과 외래 (서울특별시 동대문구 무학로 124)
- 신청방법**: 서울특별시 동부병원(www.dbhosp.go.kr)에 탑재된 신청서를 다운받아 작성 후 이메일(sg.j1384@dbhosp.go.kr)로 제출
- 문 의**: 서울특별시 동부병원 꿈나무건강사업 담당코디네이터 (☎02-920-9283 / 카카오톡채널: 꿈나무건강사업)



붙임 2. 지원 신청서

꿈나무 건강 사업(소아청소년 건강체중 관리 프로그램) 지원 신청서

등록번호 : 기재하지 마세요.

지원 경로 (해당 란에 체크)	<input type="checkbox"/> 학교 <input type="checkbox"/> 돌봄센터(지역아동센터 등) <input type="checkbox"/> 신문기사 <input type="checkbox"/> 그 외()			
참여자 정보	이름		나이	
	주민등록번호		연락처	
	주소			
	키/몸무게	cm	kg	희망진료요일 (해당 란에 체크) <input type="checkbox"/> 월 <input type="checkbox"/> 화 <input type="checkbox"/> 수 <input type="checkbox"/> 목 <input type="checkbox"/> 금
	학교정보	초등학교		학년
보호자 정보	이름		참여자와의 관계	
	이메일		휴대전화	

※ 본 사업은 보호자 동의 및 지지가 필수적이며, 향후 대상자로 선정되었을 시 보호자도 프로그램 일부에 함께 참여하게 됨을 알려 드립니다.

※ 희망진료요일은 병원 사정에 의해 임의로 변경될 수 있습니다.

※ 전액 무료로 제공되는 서울시 공공사업임을 고려하여 총 12회 중 8회 이상 참여하지 않으면 진료 및 세부 프로그램에 대한 본인부담금이 발생할 수 있으니 유의하여 주시기 바랍니다.

위와 같이 꿈나무건강사업 (소아청소년 건강체중 관리 프로그램)에 신청합니다.

2021년 월 일

개인 정보 수집	◎개인정보 수집이용 목적	본 사업 신청 및 지원 대상자 확인/ 본인식별 및 안내사항 전달
	◎개인정보 수집항목	이름, 주민등록번호, 주소, 연락처, E-Mail, 학교정보, 키/몸무게
	◎개인정보의 보유 및 이용기간	수집된 개인정보는 치료지원 사업이 종료되면 즉시 파기합니다.
	◎개인정보 동의철회 및 파기	서면, 전화, 이메일을 통하여 상기정보의 정정, 동의철회를 요청할 수 있습니다.
*개인정보 수집 및 이용에 동의하십니까? <input type="checkbox"/> 동의함 <input type="checkbox"/> 동의하지 않음		

