

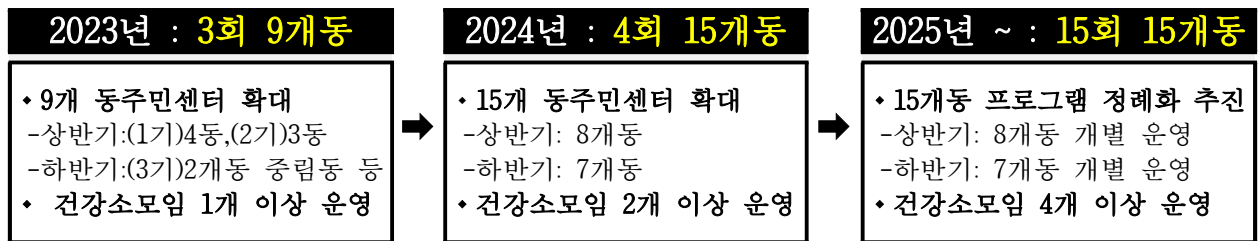
### 13. 찾아가는 시니어 건강센터 “청바지학교” 운영

관리번호	2-13	사업구분	임기내	사업시기	장기	사업예산	19백만원
사업주체	중구		신규여부	계속	이행단계	완료/완료(지속)/ <b>추진중</b> /일부추진	
작성 자	지역보건과장 : 김은경 ☎8262 방문보건팀장 : 양정애 ☎6351 담당 : 장성재 ☎6474						

중구 관내 어르신들의 신체적·인지적·정서적·사회적 기능향상 및 허약 등 건강수준 약화 방지를 위한 “찾아가는 건강 프로그램” 확대 운영

#### □ 정책개요

- 기 간 : 2022. 7. 1. ~ 2026. 12. 31.
- 대 상 : 65세 이상 허약 어르신 등
- 장 소 : 동 주민센터 강당 등
- 연차별 추진 계획



- 교육내용 : 8주(주1회,90분) 프로그램

구분	1교시 (50분) 「청바지 학교」 프로그램	2교시 (40분) 대상자 맞춤 운동 프로그램
내용	- 만성질환, 영양·운동·구강 관리 등 - 인지향상, 웃음·원예·문학치료 등	- 광희문 성곽길 등 산책로 걷기 - 실내운동(소도구, 가요, 게임 등 활용)
강사	방문간호사 등 보건소 인력 활용	건강지도자 및 동국대 체육대학원 연계
운영	 문학치유	 그림치료
	 원예치료	 실내체육활동
		 졸업식

□ **추진실적** 만족도 95.5점

○ 2023년 프로그램 운영지역 3배 확대: '22년 3개동 ➡ '23년 9개동 확대

**1 2023년 확산기 : 청바지학교 운영지역 3배 확대, 679명 참여**

운영지역	졸업생	출석률	참여자	운영효과
1가: 동화,신당,신당5,황학	29명 / 30명	89%	197명	우울 87%, 허약 75%, 균형 78%, 유연성 72% 악력 70% 개선 또는 유지
9개동 2가: 다산,약수,청구	27명 / 30명	88%	194명	
3가: 중림,회현	46명 / 49명	82%	288명	



○ 2023년 서울시 방문건강관리사업 프로그램 부문 **최우수상** 수상

**2 청바지학교 졸업생 대상 건강소모임 조직·운영**

- 청바지학교 프로그램 종료 이후에도 어르신들의 건강개선 효과를 유지 필요
- 방문간호사·졸업생 주축, 건강관리의 지속성 확보를 위한 건강소모임 조직

소모임명	참여자	추진기간	프로그램
<b>무병장수</b>	<b>333명</b> (1회 평균 18명 참여)	2023.5.18.~11.27. (19회)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 방문간호사 중심 건강교육 및 도전골든벨</li> <li>• 치매예방활동 및 근력강화 레크레이션</li> <li>• 부서간 협업 통한 한의약 건강증진 사업</li> </ul>
레크레이션		치예할 매방동	한의약 건강 증진사업 

**3 청바지학교 졸업생 및 예비 입학생 대상 한마음 운동회 개최**

일시	11.29.(수) 15:00~16:30	기념 사진	
장소	중구 구민회관 3층 대강당		
참여자	청바지학교 졸업생 및 예비 입학생 등 161명		
내용	건강을 위해 노력했던 한해를 돌아보고 건강관리에 대한 지속적인 동기부여 및 유대감을 형성하여 자발적인 건강소모임 참여 독려	한마음 운동회	

○ 주민 참여(소통) 실적

설명회·공청회 등	만족도 조사	민간전문가 자문	언론·방송보도	그 외 소통방안
-	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>10</b>

- 만족도조사 : 청바지학교 ('22.11, '23.5, '23.6, '23.11) 건강소모임 ('23.6, '23.11)
- 전문가 자문 : 22. 9~11월 서울대학교 간호대학 교수 등 자문

- 언론·방송보도 : 한겨레신문, 전국매일신문, 사정일보, 한국지방정부신문, 헤럴드경제 등
- 그 외 소통방안 : U행복소통 3, 중구광장 3, 유튜브 1, 카드뉴스 3

## 공약달성 확인지표 및 실적

단위사업(확인지표)	구분	2022	2023	2024	2025	2026	이행률 (%)
1. 청바지학교 확대운영	목표	1회(3개동)	3회(9개동)	4회(15개동)	15회(15개동)	15회(15개동)	21
	실적	1회(3개동)	3회(9개동)	-	-	-	
2. 출석률(%) / 만족도(점)	목표	60%/93점	60%/95점	60%/95점	60%/95점	60%/95점	40
	실적	82%/93점	88%/95.5점	-	-	-	
3. 건강소모임 조직·운영	목표	-	1개 이상	2개 이상	4개 이상	4개 이상	9
	실적	-	1개	-	-	-	

## 연차별 예산 확보 및 집행 실적

(단위 : 백만원)

구분		계	2022	2023	2024	2025	2026
확보액	소계	51	9	19	23	-	-
	구비	51	9	19	23	-	-
집행액	소계	28	9	19	-	-	-
	구비	28	9	19	-	-	-

## 향후계획 **15개동 전동 확대 운영**

### ○ 2024년 4권역 (15개동) 확대 운영 실시

- 6주간 주1회 90분 허약 예방 및 건강증진 프로그램 운영
  - ▶ 1교시(50분): 웃음치료, 그림치료, 문학치료, 원예치료, 건강교육, 치매예방활동 등
  - ▶ 2교시(40분): 건강지도자 연계 우리동네걷기, 동국대학교 체육대학원 연계 실내체육활동
- 동국대학교와 함께하는 청바지학교 졸업생 대상 건강소모임 운영

## 홍보계획

### ○ 찾아가는 「청바지학교」 대면 홍보

- 중구 관내 경로당 및 방문건강관리사업 대상자 대상으로 대면 홍보 실시

### ○ 어르신 건강관리 사업 대상자 연계 홍보

- AI·IoT, 고혈압·당뇨 교실, 치매안심센터 프로그램 참여자 등 다양한 사업 참여자 연계하여 홍보 및 대상자 모집