

제 목	국 문	건강증진프로그램 개발 사례		
	영 문	A Report on the Development of Health Promotion Program		
저 자 및 소 속	국 문	김한오 속초시 보건소 관리의사		
	영 문	HANO KIM Dr., Sokcho-City Public Health Center, Kangwon-do, KOREA		
분 야	보건소 관리	발 표 자	김 한 호 (일반회원)	
발표 형식	구연	발표 시간	15분	
진행 상황	연구완료 (), 연구중 (0) → 완료 예정 시기 : 년 월			

1. 개발 목적

한 사람의 건강에 영향을 주는 요소들은 환경, 생활습관, 개인의 생물학적 조건, 보건의료서비스체계로 대별할 수 있다. 이 중 개인의 노력으로 개선 가능성이 가장 높은 부분은 생활습관이며, 특히 만성퇴행성 질환이 증가하는 최근의 질병양상을 고려할 때 개개인의 생활습관 개선은 매우 중요한 보건의료서비스라고 판단된다. 그러나 현재 생활습관 개선과 관련된 보건의료서비스는 매우 제한되어 있고, 보건교육이나 보건교육자료들은 단편적인 지식 전달에 그치는 경우가 많아 개개인의 건강 향상에 큰 영향을 미치지 못하고 있다. 저자는 생활습관의 개선과 유리되어 있는 이러한 보건교육의 단점을 보완하는, 생활습관을 체계적이고도 점진적으로 개선하는 데 초점을 맞춘 보건교육 프로그램을 개발코자 하였다.

2. 개발 방법

- 1) 한 개인이 건강한 생활을 영위하기 위해 기본적으로 점검하고 개선해야 할 항목으로서 각종 문헌 검토를 토대로 40항목을 설정하고 이를 '생활과 체질 개선 40단계'로 명명하였다.
- 2) 이용자가 각 단계를 성공적으로 마치고 다음 단계에 진입케하기 위해 실천해야 할 바람직한 생활습관 개선에 초점을 맞춘 보건지식을 정리하여 자료은행화 하였으며, 각 자료에 일련번호를 매겨 '1000리행군'이라 이름지었다.
- 3) 보건교육자료(1,000종류)의 내용은 관련문헌을 검토하여 저자가 스스로 개발하거나 다른 보건교육자료에서 차용하기도 하였으며, 이를 '생활과 체질 개선 40단계'의 각 단계에 맞도록 체계화하였고, 환자의 요구에 맞추어 교육자가 개별보건교육 자료로도 활용가 능토록 하였다.

