

홍성군 주민건강체조 프로그램운영의 성과

이용숙

충남 홍성군 보건소 건강증진팀

I. 인구 현황

전체인구	20세이상~65세미만	65세이상	65세이상비율
60,242명	53,639명	16,339명	18%

II. 사업개요

1. 사업 배경

- 2005년 건강생활실천사업 운동실천율 평가 : 18.19%
- 65세이상 노인운동실천율 낮음 : 7.90%
- 보건소 운동사업 홍보의 필요성
- 고령사회 진입에 따른 노년기의 건강관리 필요

2. 사업 목적

- 운동실천의 기회가 적은 군민들에게 운동기회를 제공함으로써 신체 기능의 저하를 예방하고 군민 건강증진 도모
- 운동을 통한 노인들의 사회참여 및 정신적 건강을 활성화하여 노인 운동실천율을 높이고 궁극적으로 군민의 운동 실천율을 향상

III. 주요사업추진내용

1. 주민체조교실

- 추진내용
 - 관계자 사업설명회
 - 체조교실 운영마을 지정
 - 대상자 기초 건강검진
 - 대상자에 적합한 건강체조 개발
 - 1개소 주2회 체조 전문가 해당지역 방문 운동지도

- 체조교실 운영 부락 이동 금연클리닉, 영양교실, 절주교육, 비만도 평가 연계실시로 주민건강서비스 제공
- TV 등 홍보에 주력 : 새로운 사업에 대한 관심 유도
- 운영방법
 - 보건지소, 진료소 직원을 담당자로 지정 해당지역 출석율, 체조교실운영관리, 주민건강검사 실시

2. 주민체조실천대회

- 주민 체조교실과 연계
- 군민축제로 운영
- 모든 참석팀에게 시상금지급
- 진행은 전문 공연기획사에 의뢰
- 사진촬영, 비디오 촬영
- 참가자 간식 제공
- 건강장터 운영

3. 전국체조경연대회 참석

4. 운동의 지속성을 위한 방안

- 운동지도자 교육
- 노인운동자료 개발 제작 설치
- 노인운동 포스터 배부 : 개인별

IV. 사업 평가

1. 운동실천율 추이

년도별	2005년	2006년	2007년
비율(%)	18.19	19.20	21.57

2. 65세이상 운동실천율 추이

년도별	2005년	2006년	2007년
비율(%)	7.90	8.00	8.30

3. 평 가

- 사업 수행시 잘된 점

- 다양한 체조전문가로 구성된 적합한 운동 제공
- 담당자 사업설명회 개최로 사업 이해도 향상(적극적인 지원 가능)
- 건강장터 운영(건강서비스 제공)
- 사업 후 관계인과의 간담회 개최(향후계획 모니터링)
- 노인운동 자료 지원(사업의 지속성유지)
- 운동사업과 연계하여 이동 금연클리닉, 영양교실, 비만도 평가 등 주민서비스 제공(주민 만족도 향상)
- 지역자원(체육학원, 생활체육회 등)의 적극적인 후원

- 사업 수행시 미흡한 점

- 짧은 사업기간
- 선거법 관련 제한사항으로 충분한 서비스 부족
- 농번기 연속적인 관리 어려움
- 체조 전문가 부족
- 체조교실참석자중 대회참석의 부담감으로 중간탈락 주민 발생
- 운동종류에 따라 분열이 일어나기도 함

V. 사업 분석

1. 사업초기 보건 사업방향 전환에 따른 주민과 기관장들의 이해부족으로 어려움이 있었으나 해를 거듭할수록 적극적이고 긍정적인 변화를 가져옴
2. 주민들에게 운동을 할 수 있는 여건 즉 분위기(어떤 운동을, 얼마만큼, 어디에서, 어떻게) 제공으로 운동 실천을 향상
3. 규칙적인 운동을 통한 체력증진 및 건전한 여가시간을 보내게 됨으로서 생활의 활력이 됨
4. 보여주는 형태에서 참여하는 사업으로 주민들에게 자부심과 사회참여를 동시에 만족시킴
5. 주민들에게 보건소에서 추진하고 있는 운동사업에 대한 홍보효과를 높이고 운동실천 분위기 조성에 기여
6. 체조실천대회의 다양한 프로그램은 주민의 건강과 흥미를 동시에 충족시킴
7. 지역주민과 보건소, 보건 진료소와의 유대강화(보건사업에 협조적임)

8. 짧은 기간 운동실천분위기 조성에 역점을 두다보니 참가자들의 체중변화 및 혈압조절에는 기여가 적음
9. 선거법 관련 위탁운영으로 인한 상장수여가 불가능해 주민 만족도에 영향

VI. 향후 추진계획

1. 홍성군 운동실천기간 선포
2. 운동 지도자 지속육성
3. 연말부터 시작하여 연초로 이어질 수 있도록 사업시기를 조정
4. 경쟁의식보다는 어울리는 축제분위기 조성
5. 유관기관 적극 활용 : 사회복지부서, 건강보험공단
6. 마을 유대감 강화 방안 모색
7. 선거법 관련 적절한 대처 방안 필요
8. 남성들의 참여율을 향상 시킬 수 있는 방안 모색