

# 농민건강교실 설치 운영 사례

국 순 자

경기도 김포군 농촌지도소 생활개선계장

## 1. 농민건강교실 설치 배경

농민교육시 참가한 부녀자를 대상으로 조사한 바에 의하면 성인병예방과 건강에 대한 관심이 가장 높았으며, 농촌부녀자들은 대부분이 팔다리 쭉심, 허리통증, 머리가 아프고 어지러움, 어깨가 결리고 손발이 저림, 수족 냉증 등의 자각증상에 시달리고 있음을 확인하였다. 이러한 증상은 농작업 및 가사 작업 등으로 인한 과로에 따른 증상이므로 농촌주부들의 피로를 풀어주고, 건강을 향상시켜줄 수 있는 방법으로 농민건강교실을 김포군 사업으로 추진하기로 하였다.

## 2. 농민건강교실 설치 내용

'92년에 240만원의 예산으로 시범마을 중에서 학습단체 활동이 활발하며 연중 운영이 가능하고 생활개선 파급효과가 큰 2마을을 선정하였다.

통진면 가현4리의 경우 60평 건물의 2층 30평을 사용하기로 하고 사용목적에 맞추어 보수하였다. 시멘트 바닥에는 부직포를 깔고 그 위에 모노륨을 깔아서 넘어지더라도 다치지 않도록 하였으며 앞쪽 벽에 45평 크기의 거울을 설치하였고 2대의 천정 선풍기를 달았다.

헬스기구는 허리통증 해소를 위한 벨트 마사지, 손발저림 방지를 위한 헬스킴, 온몸 체력단련을 위한 런닝머신, 싸이클 로잉 머신, 허리와 상반신의 순발력을 위한 옆 도미널, 시트보드, 트위스트 머

신을 도입·배치하였다. 건강체크기구로는 사용이 손쉬운 자동 혈압 측정기, 체중계 등을 비치하였다

## 3. 농민건강교실 설치 효과 및 문제점

통진면 가현 4리에 건강교실을 운영하면서 에어로빅 체조도 실시하였는데 이들에 대한 효과는 세 가지로 요약할 수 있다.

첫째, 주부들의 자각증세가 약화 또는 감소되었으며, 생활의 활력소가 되었고, 둘째, 부락 부녀자들이 모이는 시간을 이용하여 집단교육을 시키거나 새로운 정보를 전달할 수 있어 행정·교육업무 수행능력이 높아졌고, 셋째 주민들 간의 체육행사 실시로 부락 전체의 친목이 도모되었다.

그러나 건강교실의 운영에는 여러가지 문제가 있다. 우선 건강교실에 설치된 기구의 분실, 파손, 고장이 잦으며, 고장신고 후 수리가 될 때까지 오랜 기간이 소요된다는 것이다. 이러한 문제는 윤번제 담당자를 정하거나, 이용지침을 철저히 지키도록 교육하는 방법, 수리기간을 단축하는 방법 등으로 해결하고자 노력하고 있다.

또한 농민건강교실이 자금이나 장소의 부족으로 기본적으로 갖추어야 할 세면장, 탈의실, 휴게실 등이 제대로 갖추어지지 않아 제 기능을 다하지 못한다는 문제가 남아있다.

이러한 문제점에도 불구하고 건강교실운영의 효과는 매우 높으므로 생활개선과제로 적극 권장하는 바이다.