

지역 내 소지역 건강격차 해소사업



DEPARTMENT

건강증진과 건강증진팀



CONTACT

yma7666@korea.kr.

해남군 보건소

목차

지역 내 소지역

건강격차 해소를 위한

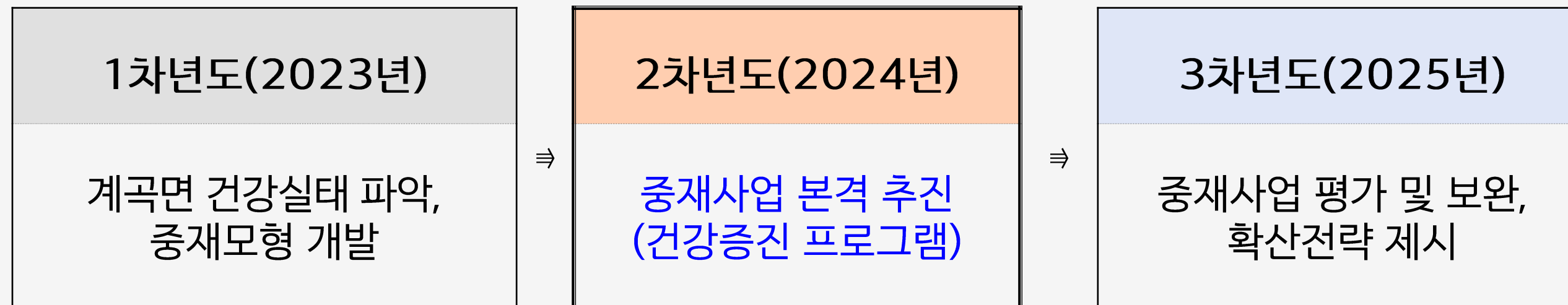
초초고령취약지역

건강돌봄서비스사업

1. 사업 개요
2. 1차년도 사업 추진현황
3. 1차년도 사업 수행결과
4. 2차년도 사업 추진 계획
5. 2차년도 사업 추진 현황
6. 2차년도 사업 수행 중간점검 결과
7. 이후 사업 추진계획

1. 사업 개요

- 사업명: 초초고령취약지역 건강돌봄서비스사업
- 사업기간: 2023. 1. ~ 2025. 12.(3개년 사업)
- 사업비: 400백만원(국비200^{50%}, 군비200^{50%}) ※ 3년간 1,200백만원
- 사업대상: 해남군 계곡면 31개 마을 / 65세 이상 주민 800명
- 사업방향: 연차별 단계적 추진



2. 1차년도(2023년) 사업 추진 현황

건강실태조사 실시

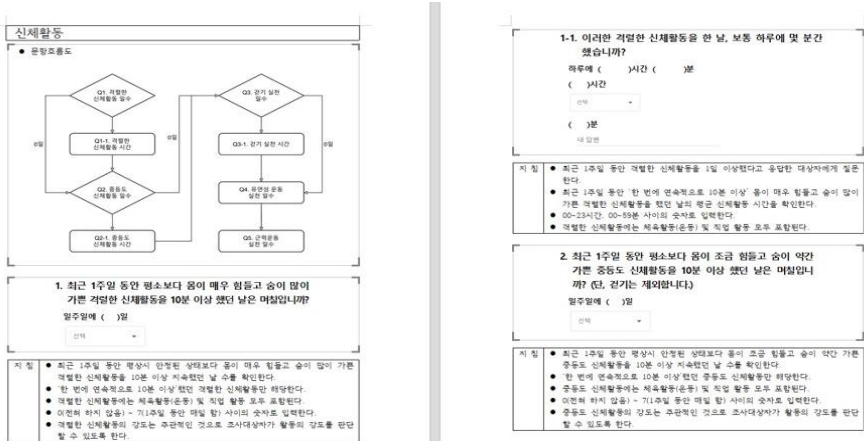
가구 방문 조사

조사인력 지역사회건강조사 경험 조사원 4명

조사기간 2023. 8. 21. ~ 2023. 9. 22.

조사내용 및 방법 9개영역 약 100문항 CAPI시스템 활용, 세부메뉴얼에따라 1:1 개인 면접 설문 진행

조사대상 873명(1,099명의 79.4%)



현장 신체계측 조사

조사인력 마을별 최대 2회, 2팀 운영(연구용역 전문인력)

조사기간 2023. 9. 4. ~ 2023. 9. 22.

조사내용 및 방법

주요 범주	조사 내용
신체계측	· 신장, 몸무게 · 허리 둘레, 엉덩이 둘레 · 장딴지 둘레, 상완위 둘레
심혈관 질환 위험인자	· 혈압 측정 · 심전도 측정
근감소증 위험인자	· 악력 측정 · 의자 일어서기 검사
혈액검사	· 혈당, HbA1c · 혈중 지질 · 간기능 검사 · 신기능 검사 · 혈액소 및 혈구수 · 요단백 등

조사대상 694명(873명의 79.5%)

2. 1차년도(2023년) 사업 추진 현황

시범사업 운영

- 일시: 2023. 10. ~ 11.
- 대상: 계곡면 3개마을(신평, 방춘, 신기마을)
- 사업 세부 내용

만성질환 관리

[1:1 맞춤 건강관리]

65세이상 주민에게 전문인력이
개인별 맞춤 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등
만성질환 관리
(혈압 혈당 측정, 질병,
영양, 운동에 대한 이론교육 등)

신체활동

[노르딕 워킹]

노르딕스틱(폴)을 이용한 걷기
(총 40분 /사전스트레칭 5분, 걷기 30분,
사후 스트레칭 5분)

[실내 근력강화 운동]

하지 및 코어근육 강화운동
28개 세부동작 처방

* 노르딕워킹 미참여자 수행하도록 권고

영양공급

[단백식이 제공]

근감소증 추정환자에게
식사에 영향을 주지 않는
단백식이 1일 1개씩 30일분 제공
(단백식이 제공시 섭취 교육)

[영양교육]

노인 영양불균형 영양섭취교육
만성질환관리 및 식습관 개선을 위한 건강식
만들기(실습후 함께 식사)

정신건강관리

[치매검진, 우울증 검사]

정신건강복지센터,
치매조기검진 사업



맞춤건강관리
전문인력

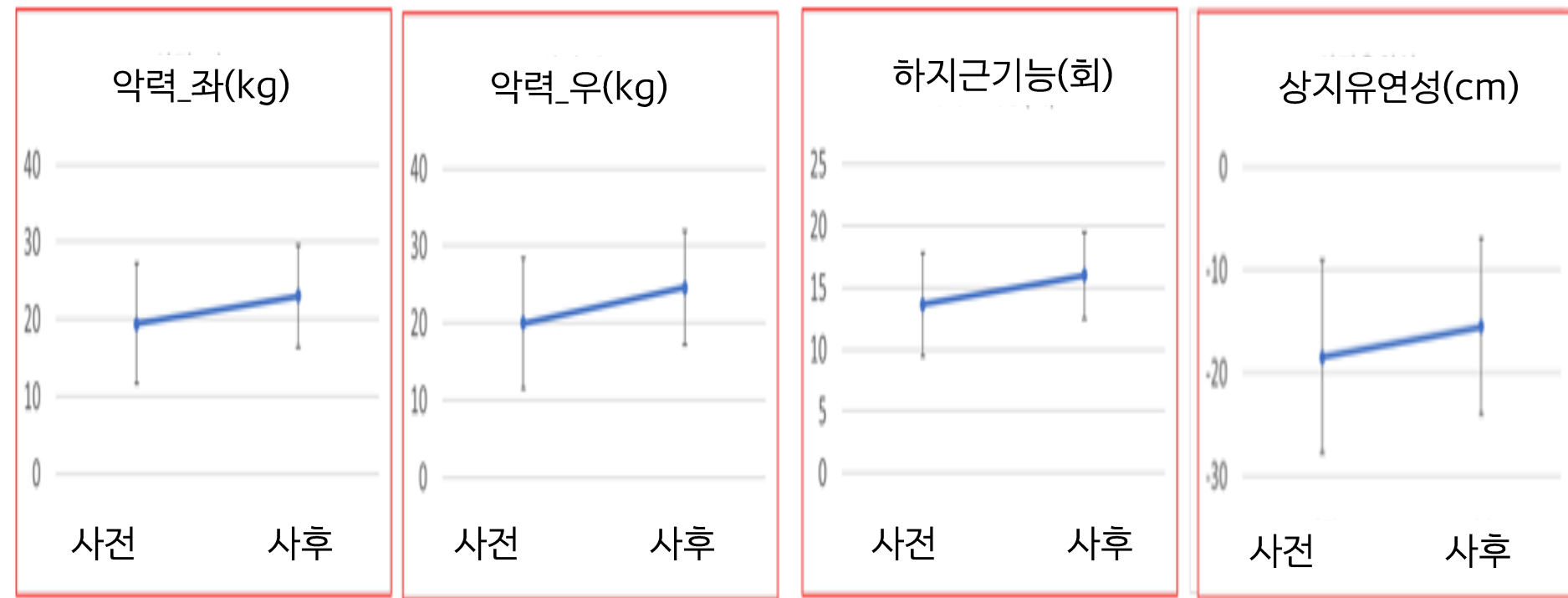
맞춤건강관리
대상자

[치매예방교육]

공예프로그램 운영

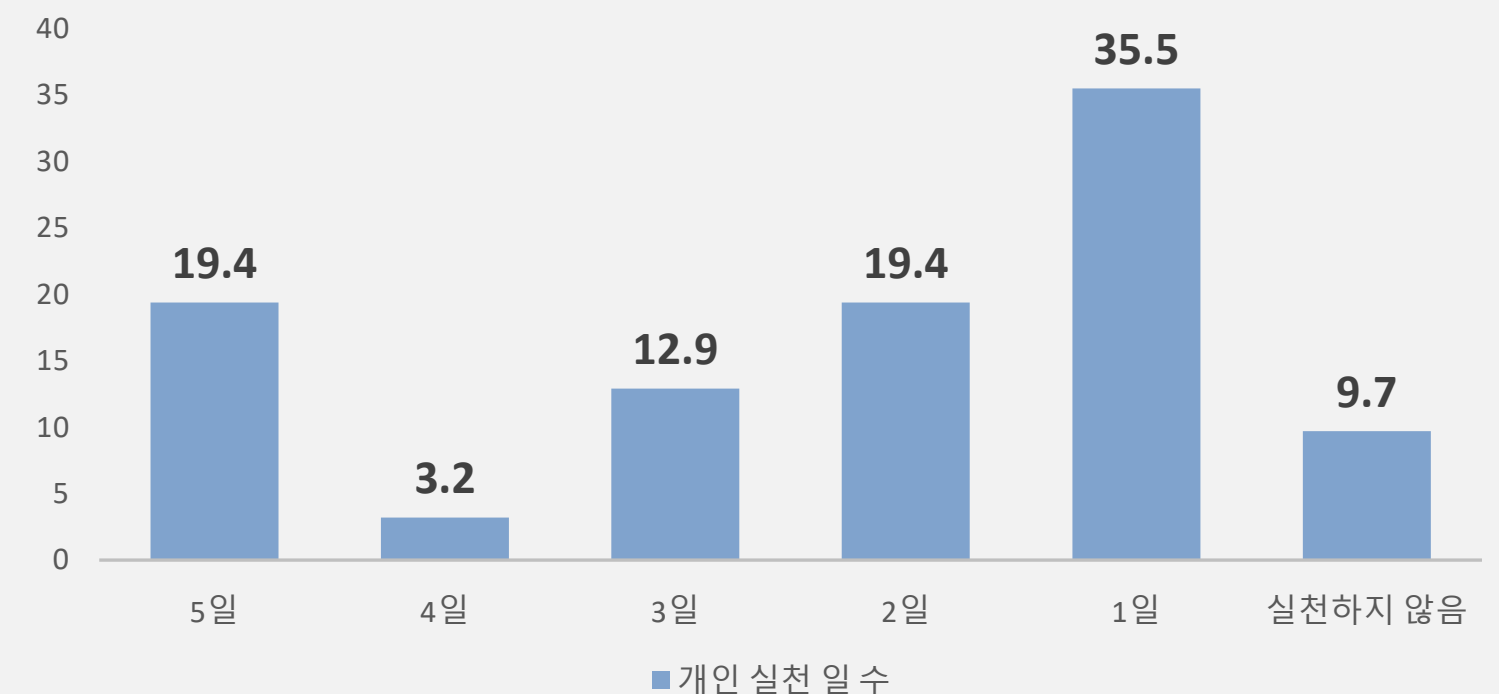
3. 1차년도(2023년) 사업 추진 결과

신체활동 영역



→ 신체 활동 전, 후 기초체력 측정결과, 전반적으로 지표 개선

개인 실천 일 수



→ 스스로 신체활동을 실천하는 개인 실천 일수가 개선됨

3. 1차년도(2023년) 사업 추진 결과

영양공급영역

1. 프로그램 내용 및 과정	1) 보충 식품 제공이 건강/영양 개선에 도움이 되었다	⑤ 매우그렇다	24(90%)
	2) 보충식품을 먹는 횟수 (하루 한 개)는 적절하였다.	⑤ 매우그렇다	25(94%)
	3) 공급된 보충식품의 종류 (셀렉스 코어프로틴)는 적절하였다.	⑤ 매우그렇다	25(94%)
	4) 보충식품의 배송 방법은 적절하였다.	⑤ 매우그렇다	25(94%)
2. 제공해 드린 보충식품 제공 프로그램에 대해 전반적으로 얼마나 만족하십니까?		⑤ 매우만족	25(94%)
3. 공급된 보충식품을 주 7일 평균적으로 며칠 정도 직접 섭취하였습니까?		⑤ 7일	23(88%)
4. 앞으로도 이러한 프로그램이 계속된다면 참여하실 의향이 있으십니까?		⑤ 매우그렇다	26(97%)
5. 이러한 프로그램을 다른 마을에도 추천할 의향이 어느 정도 있으십니까?		⑤ 매우그렇다	27(100%)

3. 1차년도(2023년) 사업 추진 결과

주민 만족도 조사



■ 매우만족 ■ 약간만족 ■ 보통
■ 약간불만 ■ 매우불만



■ 매우만족 ■ 약간만족 ■ 보통
■ 약간불만 ■ 매우불만



■ 매우만족 ■ 약간만족 ■ 보통
■ 약간불만 ■ 매우불만



■ 매우만족 ■ 약간만족 ■ 보통
■ 약간불만 ■ 매우불만

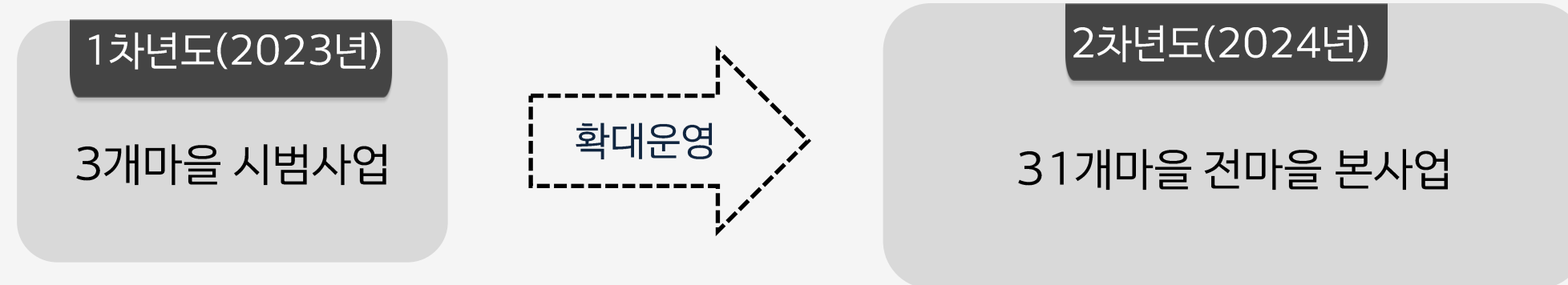


■ 다양한 프로그램
■ 운동, 건강 중요성 인식
■ 마을주민 소통
■ 기타

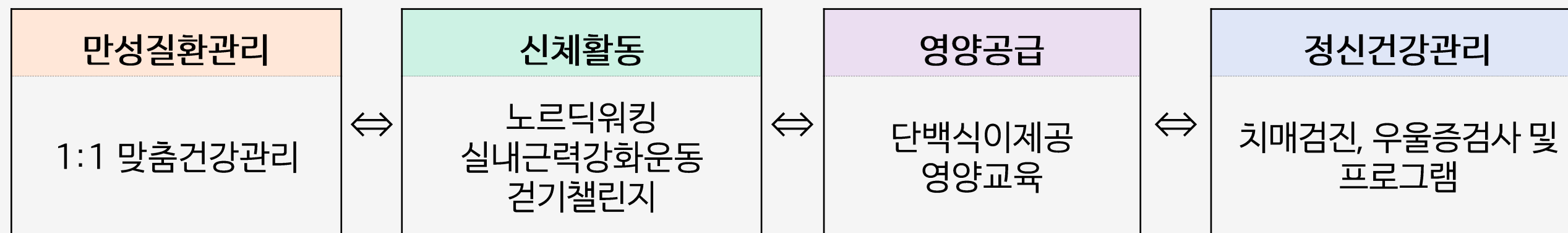
- 모든 프로그램에 대해 주민만족도가 매우 높았음

4. 2차년도(2024년) 사업 추진 계획

- 대 상 자: 계곡면 65세이상 거주 주민 (사전동의자 : 873명)
- 사업기간: 2024년 1월 ~12월 (연중)
- 사업장소: 전라남도 해남군 계곡면 31개마을
- 사업내용: 시범사업을 바탕으로 4가지 영역(만성질환관리, 영양, 신체활동, 정신건강) 건강증진프로그램 확대 추진



- 2차년도 사업 내용: 4개 영역 건강증진 프로그램 운영



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황

01 2차년도 사업설명회 실시

- 일시: 2024. 1. 12.
- 대상: 계곡면 31개마을 이장, 면사무소 관계자 등
- 내용: 2차년도 사업추진 계획 안내 및
건강증진프로그램 적극 참여 독려



02 사업 추진상황 모니터링 점검

- 일시: 2024. 1. 31. / 2. 26. / 5. 14. (총 3회)
- 대상: 건강증진과장, 건강증진팀장, 사업담당자,
전담인력 4명
- 내용: 사업 운영방법 모색, 문제점 및 개선방안 공유



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황

03 전문가 자문단 회의 개최

- 일시: 2024. 6. 10.
- 대상: 보건사업 전문가 7명, 건강증진과장, 건강증진팀장, 담당자
- 내용: 사업 추진방향, 이행사항 검토 및 피드백 등



04 보건소 내 지역협의체 회의 개최

- 일시: 2024. 1. 16. / 2. 8. (총 2회)
- 대상: 건강증진사업 담당자 7명
- 내용: 내·외부 자원 활성화 방안 검토 및 건강증진 프로그램의 효율적 운영 방안 모색



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황

사업대상자관리

전담인력(4명) 대상자 관리현황

마을명		성진, 신성,무이, 법곡, 장산, 용호,월신, 강철, 당산	신기, 태인,장소, 선진, 신주, 반계,대운	가학, 잠두,만년, 신평, 황죽, 방춘,마고	덕정, 둔주,월암, 여수, 용계, 사정,신촌, 용지
건강관리 담당자(4명)		서지유	김지혜	장선희	박은정
계	873명	219명	212명	231명	211명

관리사업별 대상자 현황

사업대상자	만성질환관리			영양공급		신체활동	정신건강
	고혈압 (혈압계 제공)	당뇨병	만성질환 교육	영양불균형 (단백식이 제공)	영양실습 및 교육		
873명	374명 (42.8%)	206명 (23.6%)	873명	213명 (24.4%)	873명	873명	873명

5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환관리 프로그램

건강모니터링

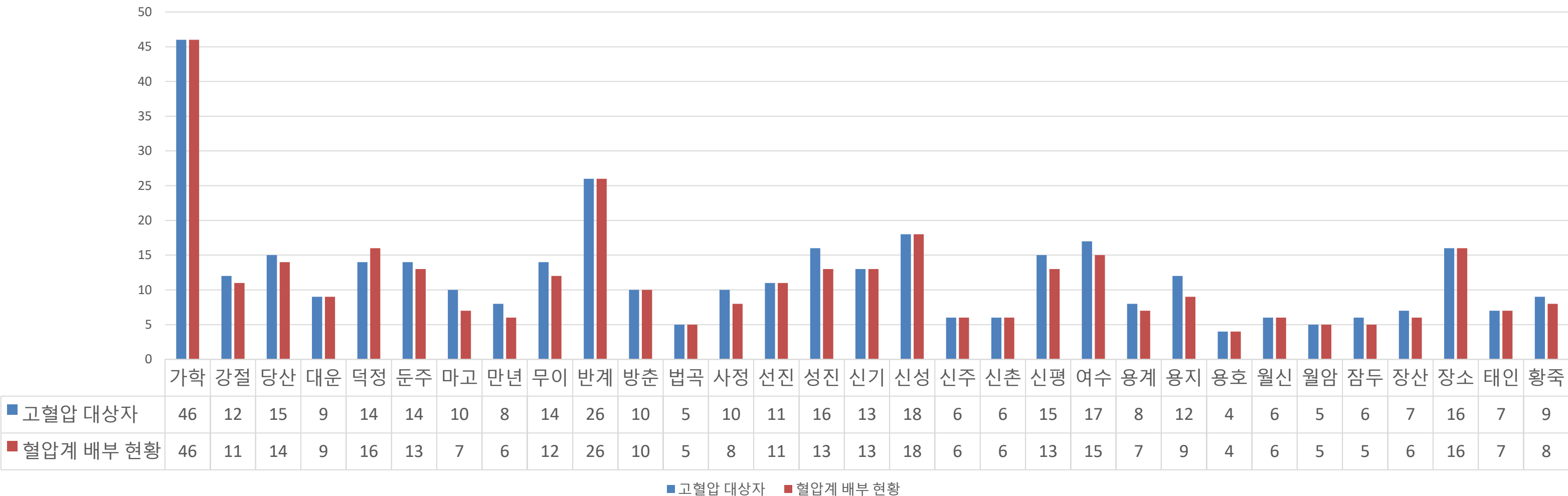
- 혈압계 배포
- 가정혈압의 측정 관리
- 자가혈당의 측정 관리
- 치료과정의 확인
- 비조절군 사례관리
- 건강검진 및 암검진 수검관리
- 예방접종 독려



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환 관리 프로그램

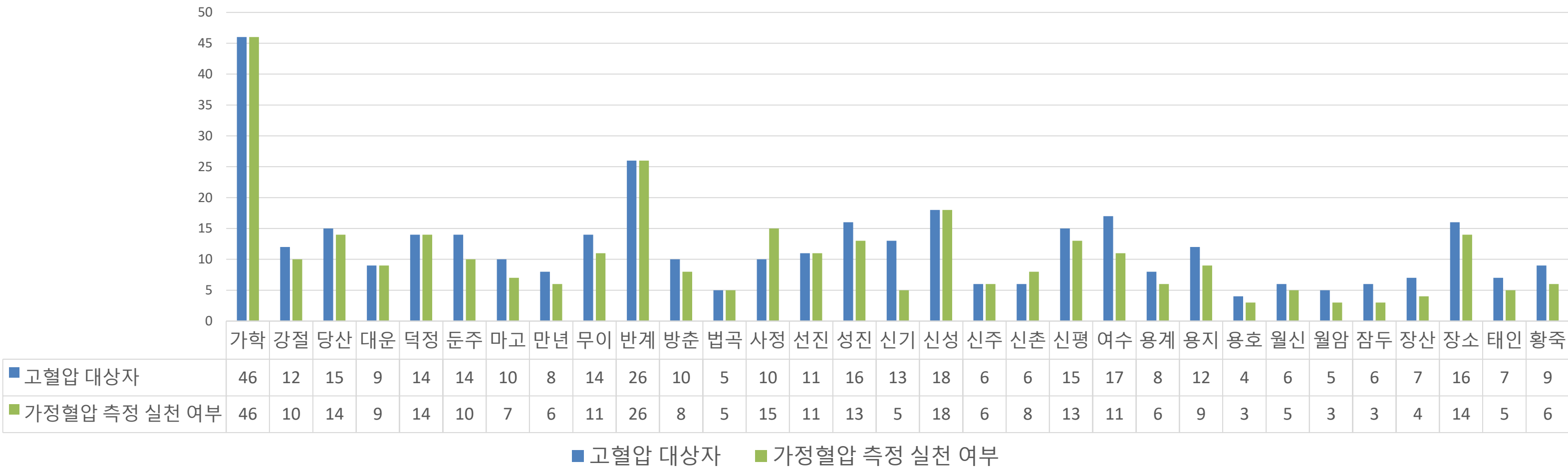
마을별 혈압계 **전체 93.6%** 배부 / 목표: 100% 배부



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환관리 프로그램

가정혈압 측정 실천 (월 7회이상) : 전체 대상자 중 **평균 86.4% 이수** / 목표: 80% 이상



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환관리 프로그램

만성질환 관리교육

만성질환에 대한 인식 개선 및 관리방법 교육

- 컬러링북 교육

어르신 흥미유발을 위한 컬러링북 색칠하기 활동을 통한 만성질환 예방교육(색연필제공)



- 만성질환 건강교실

만성질환 예방관련 트로트 개사해 노래부르기, 건강체조 및 건강인지 박수체조, 교육 평가를 위한 OX 퀴즈 대회 실시 등



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역



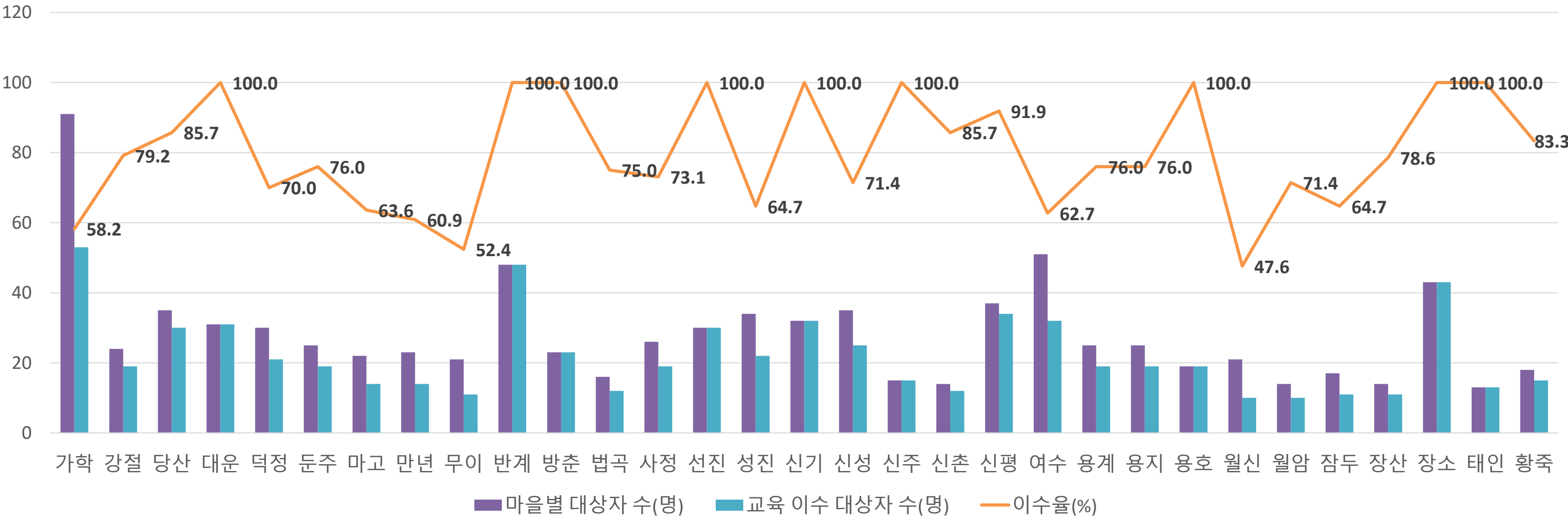
5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환관리 프로그램

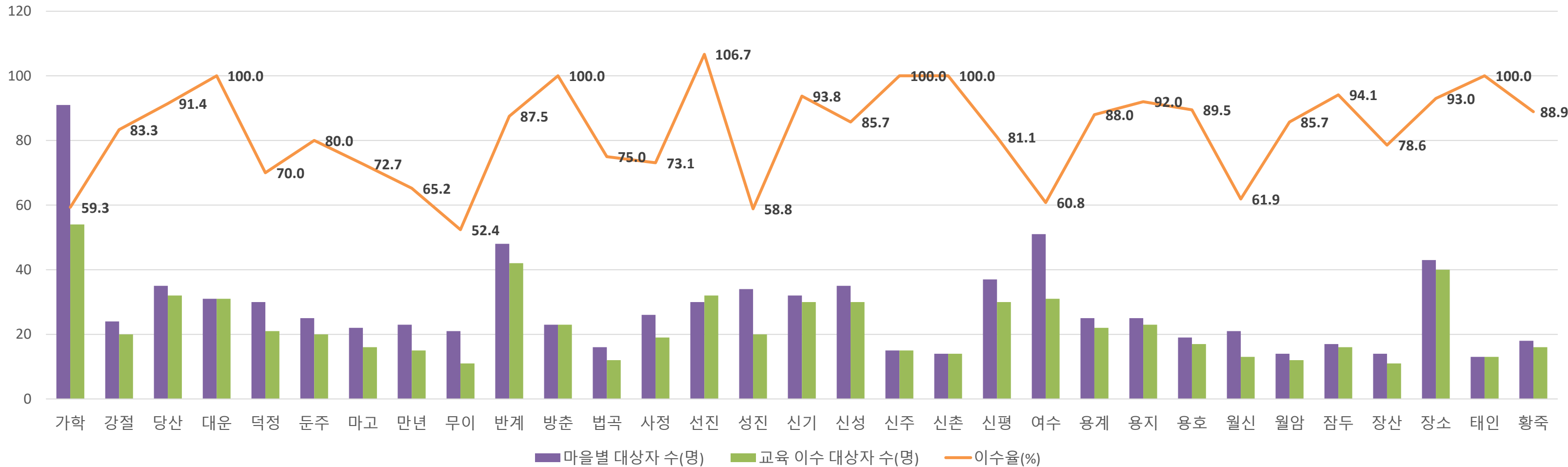
고혈압 관리교육 이수율 : 전체 대상자 중 78.7% 이수 / 목표: 70% 이상



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 만성질환관리 영역

만성질환관리 프로그램

당뇨병 관리교육 이수율 : 평균 80.4% / 목표: 70% 이상



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역

신체활동 프로그램

노르딕워킹 프로그램

- 운영기간: 23. 10. ~ 24. 11. (지속운영)
- 대 상 자: 시범사업 운영 3개마을 50여명
- 운영횟수: 주 2회 / 화, 목
- 운영장소: 마을길, 학교 운동장 등
- 운영내용
 - 이론교육: 노르딕워킹의 기본 원리와 기술, 노인의 신체적·정신적 건강상태에 대한 이해, 운동 중 위험상황의 예방과 대응법 등
 - 실습교육: 노르딕워킹의 기술을 직접 배우고 연습, 근 기능강화 운동 연습



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역



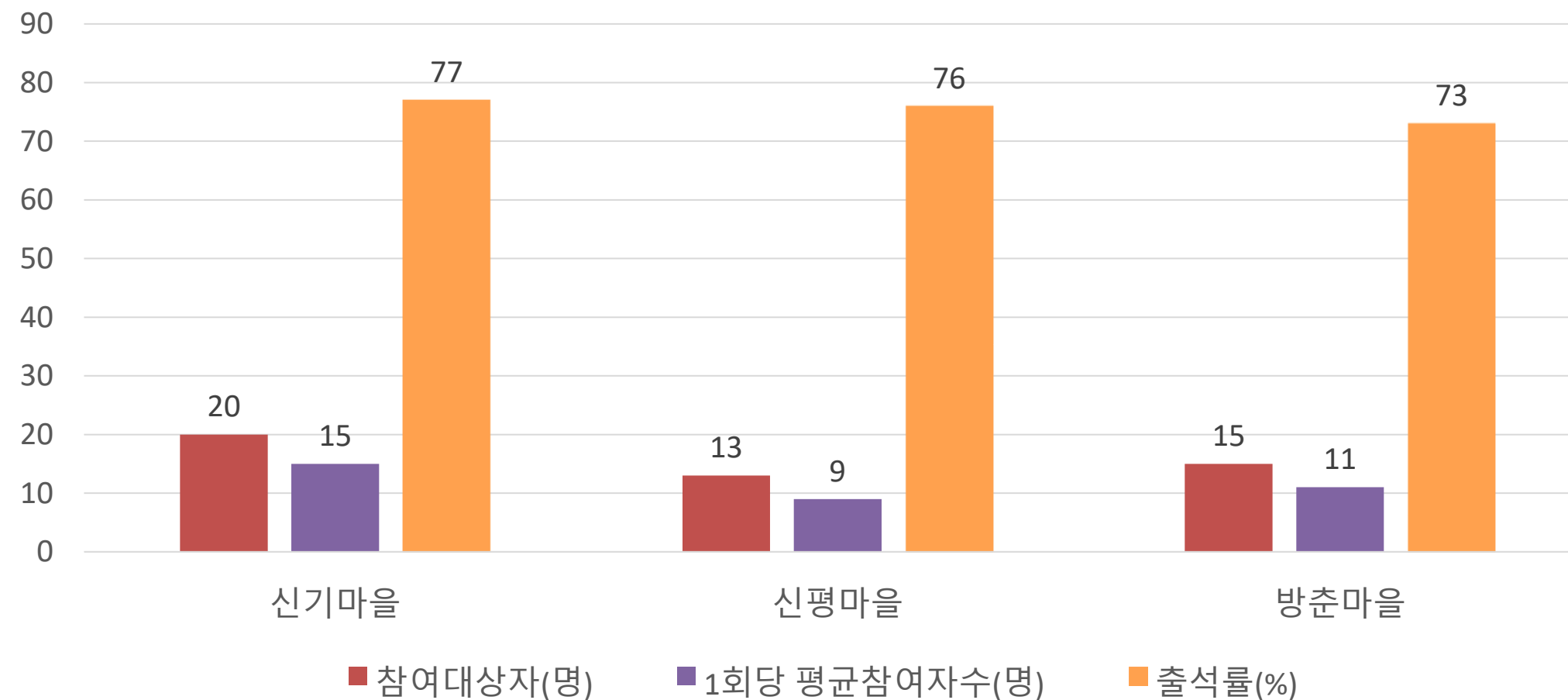
5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역

신체활동 프로그램

노르딕워킹 대상자 참여 현황



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역

신체활동 프로그램

실내 근력강화 운동

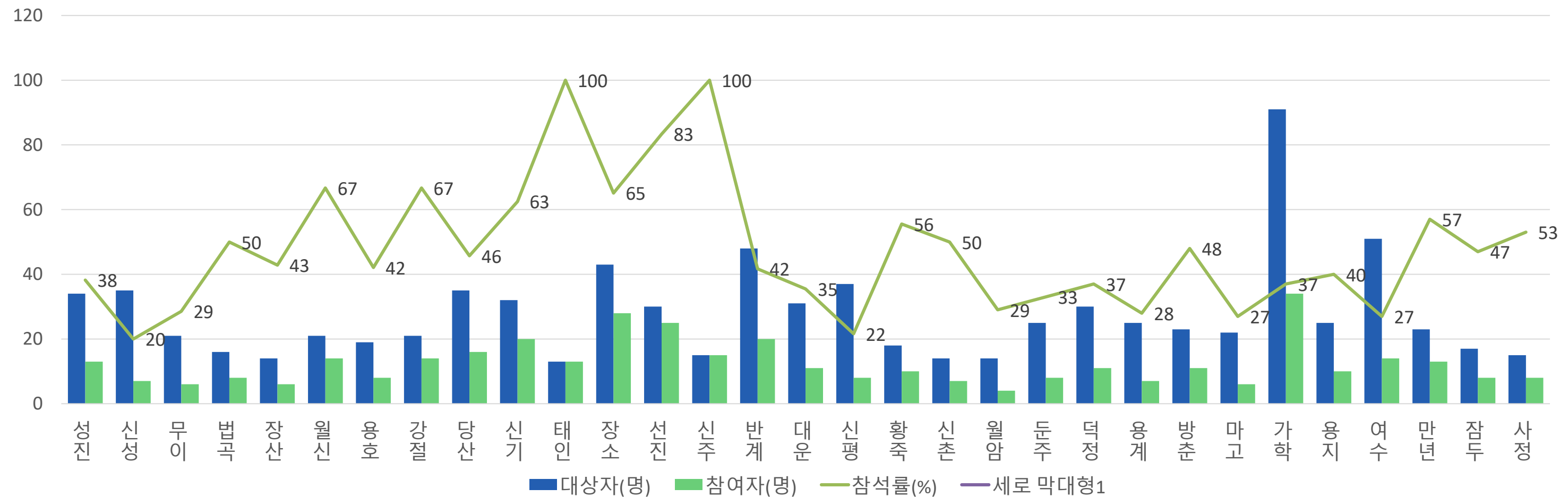
- 운영기간: 상반기 5~6월 / 하반기 7~10월
- 운영대상: 계곡면 31개마을 65세이상 어르신
- 운영횟수: 31개마을 각 3회 / 총 93회
- 운영장소: 각 마을 경로당
- 운영내용
: 집에서 실천가능한 11가지 근력강화동작 실습
- 운영강사
: 동신대학교 운동처방학과 교수 외 보조강사 2명



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역

신체활동 프로그램

실내근력운동 참여율: **평균 45%** 참여 / 목표: 60% 이상 참여

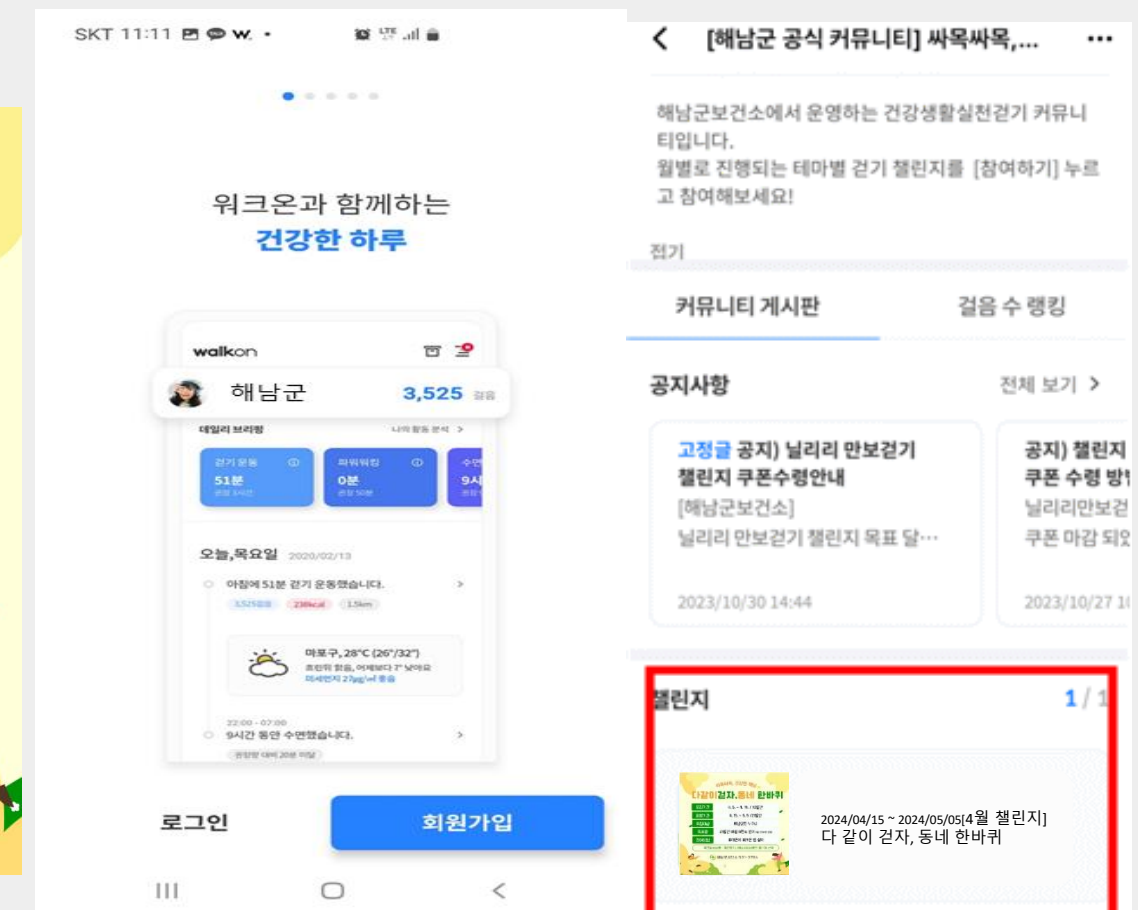
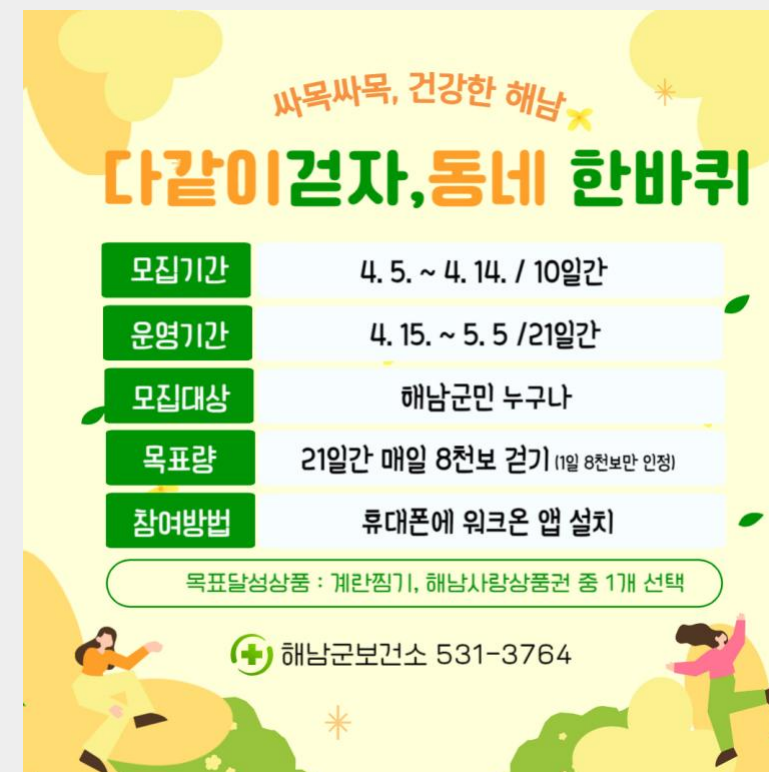


5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 신체활동 영역

신체활동 프로그램

워크온앱 활용 걷기 활성화

- 전군민 걷기활성화를 통해 계곡면 뿐 아니라 해남군 전체 걷기실천율 향상 목표
- 운영기간: 총 3회 / 4월, 10월, 11월
- 운영대상: 전군민
- 운영방법
: 워크온 앱 활용한 21일간 매일 8천보 걷기
- 목표달성자 달성상품 지급
- 결과
4월 - 참여자 1,177명 중 627명(53.2%) 달성
10월 - 참여자 1452명 중 1,160명(79.9%) 달성



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 영양공급 영역

영양공급 프로그램

영양보충식 제공

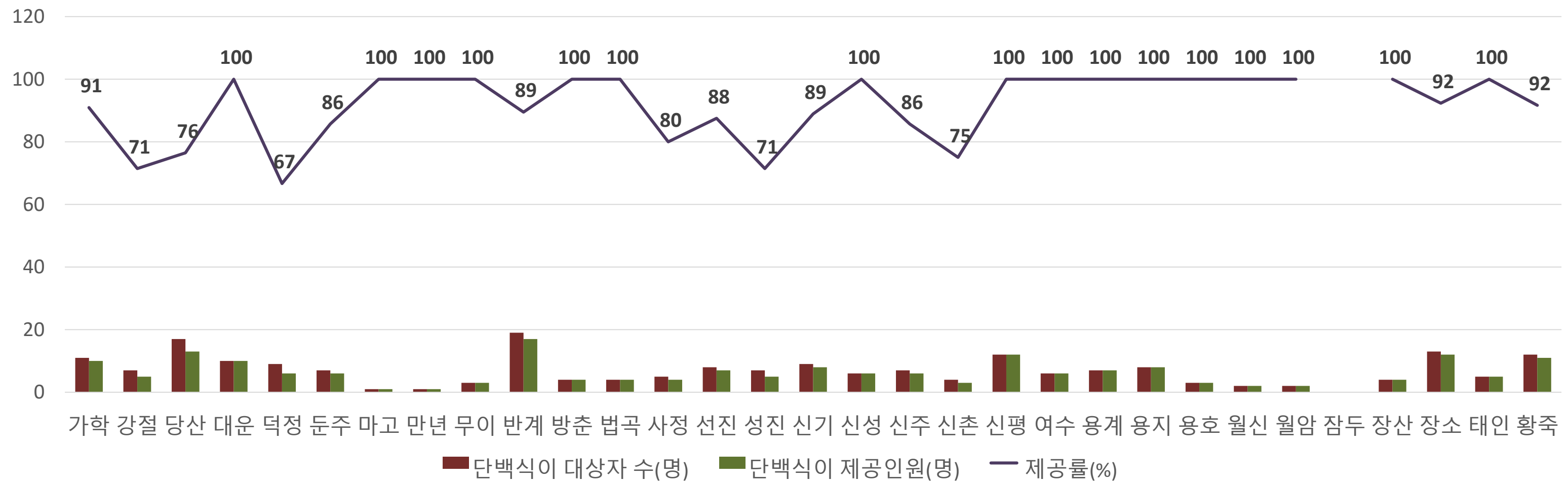
- 운영기간: 24. 4. ~ 12. / 7개월간
- 운영대상: 근감소증 진단척도를 통해 선별된 근감소증 위험 대상자(213명)
- 운영내용:
단백질 영양상태 개선을 위한 단백질 보충량 8~16g/일 적정기준을 준수할 수 있는 단백질 보충식을 매월 30일분씩 제공하고,
담당인력의 섭취 교육 및 관리



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 영양공급 영역

영양공급 프로그램

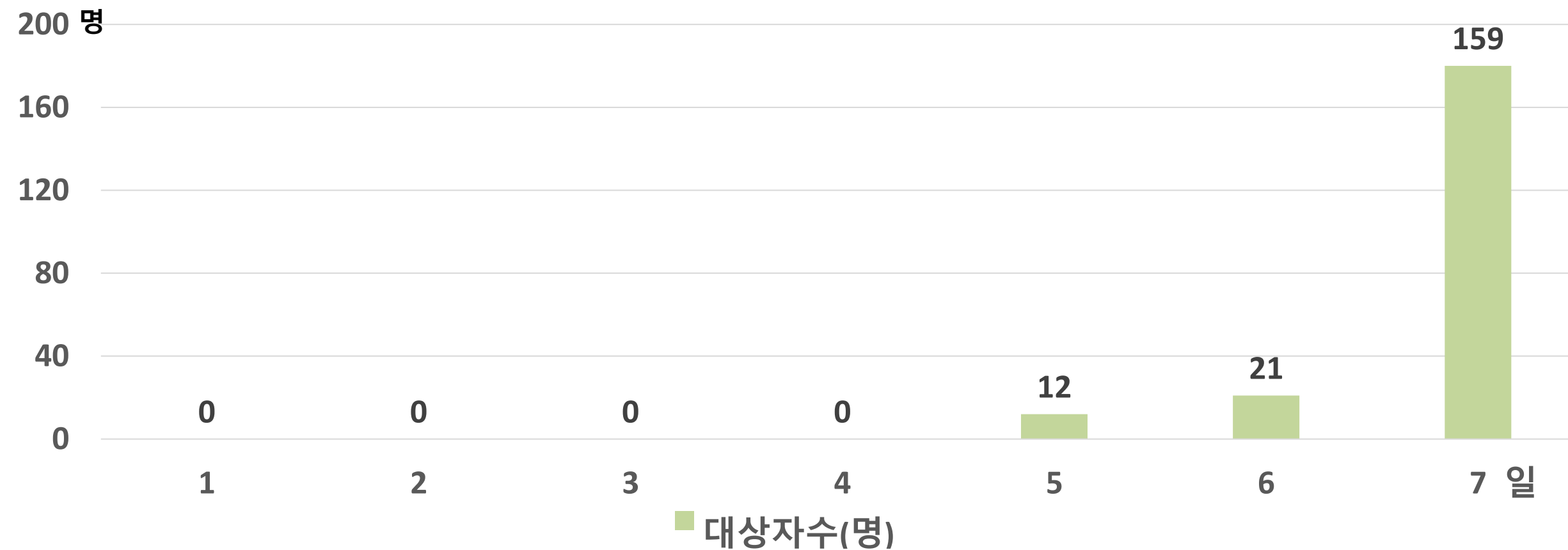
영양균형식 대상자 제공 현황: 전체대상자의 90% 제공 / 목표: 100% 제공



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 영양공급 영역

영양공급 프로그램

영양보충식 대상자 적정섭취 현황 (주7일간 섭취일수)



5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 영양공급 영역

영양공급 프로그램

우리농산물 활용 건강요리교실 운영

- 운영기간: 24. 7~ 11월
- 운영횟수: 31개마을 각 3회씩 / 총 93회
- 운영대상: 계곡면 31개마을 주민
- 운영내용:
 - 만성질환 예방과 근감소증 예방을 위한 생활속 요리법 이론 교육
 - 집에서 직접 실천할수 있는 요리 실습

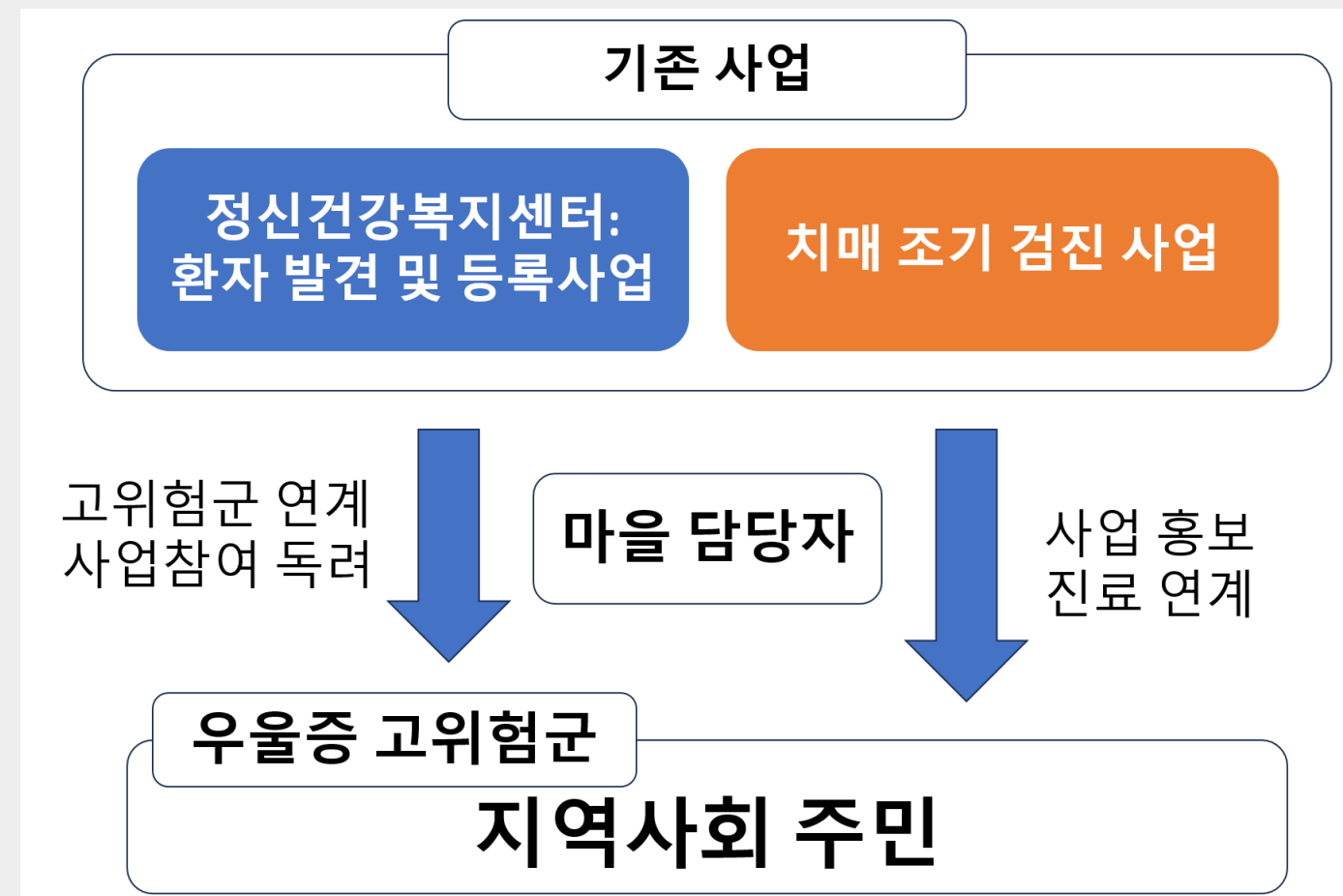


5. 2차년도(2024년) 사업추진 현황 - 정신건강관리영역

정신건강관리 프로그램

치매조기검진 및 우울증사업 연계

- 운영기간: 연중 운영
- 운영대상: 계곡면 31개마을 어르신
- 검사실시 현황 및 계획:
 - 우울증검사: 154명 실시
 - 치매조기검진: 11월말까지 치매관리 인력과 연계하여 873명 전수 검사 예정



6. 2차년도(2024년) 사업 수행 중간 점검 결과

사업 목표량 달성 현황

구분	지표명	대상자 수(명)	목표량	달성 현황(명)
만성질환관리	혈압계 배부율	고혈압 환자 374명	100%	350명(93.6%)
	가정혈압 측정 실천율(월 7회이상)	고혈압 환자 374명	80%	323명(86.4%)
	고혈압 관리교육 이수율	전체 대상자 873명	70%	687명(78.7%)
	당뇨병 관리교육 이수율	전체 대상자 873명	70%	701명(80.4%)
신체활동	실내근력운동 참여율	전체 대상자 873명	60%	393명(45%)
	노르딕워킹운동 참여율(1회당 평균)	참여 대상자 48명	70%	36명(75%)
영양공급	영양균형식 제공률	영양취약자 213명	100%	192명(90%)
	영양보충식 적정섭취율	영양취약자 213명	80%	159명(82.8%)
마음·치매관리	조기치매검사검진율	전체 대상자 873명	90%	412명(47.2%)

건강지표 개선 결과

※ 11월 말 지역사회건강조사와 사업대상자 설문조사를 통해 주요건강지표를 비교하여 사업 평가 예정

7. 이후 사업 추진 계획 (3차년도)

건강증진 프로그램 분야별 향후 계획

만성질환관리	건강모니터링: 연중	신체활동	노르딕워킹	영양관리	영양보충식 제공: 연중 ⁰³	정신건강관리	치매조기검진 및 우울증검사
	만성질환 관리교육: 연중		실내근력운동 워크온앱 걷기챌린지		우리농산물 건강요리교실		인지능력강화 공예프로그램

⇒ 사업 최종 평가 및 만족도 조사 실시

- ➡ 실천적 지역보건사업 모델을 활용한 마을별 맞춤 건강증진 프로그램 지속 추진
- ➡ 자가건강관리 능력과 삶의 질 향상을 위해 건강증진프로그램을 타 읍·면으로 사업 확산

감사합니다.