"어린이 비만 놀면서 극복해요"

초등학교·보건소·아동센터 초등 1~2학년 대상 '건강한 돌봄 놀이터' 비만 예방효과 '톡톡' 광주 456·전남 262명 참여

광주시 남구 장산초등학교에서 돌봄교실 학생들을 대상으로 소리와 냄새·모양 등 오감을 이용해 체험하는 '건강 돌봄 놀이터 미각 체험 교육'을 실시하고 있다. 〈광주시 남구 제공〉

"놀면서 비만 극복해요."

보건복지부가 아동비만예방을 위해 추진한 '건강한 돌봄 놀이터' 프로그램이 비만예방 효과를 톡톡히 내고 있는 것으로 나타났다.

보건복지부와 한국건강증진개발원이 지난해 초등학교 1·2학년 학생들을 대상으로 아동비만 예방사업 '건강한 돌봄놀이터 사업'을 실시한 결과, 아동 비만율이 3.8% 포인트나 감소한 것이다.

28일 보건복지부에 따르면 2018년 기준 우리나라 아동·청소년의 비만율은 16.5%로 110만여명이 비만으로 추정되고 있으며, 2008년 이후 매년 꾸준히 증가하고 있다. 특히 초등학교 저학년에서 고학년이 될 때 비만율이 급증하는 것으로 나타났다.

이에 따라 보건복지부와 한국건강증진개발원은 아동비만이 성인비만으로 이어지고 고혈압, 당뇨 등 만성질환의 위험요인으로부터 아이들을 보호하기 위해 건강한 식생활 습관 형성과 신체활동을 증진시키는 '건강한 돌봄 놀이터' 프로그램을 개발했다.

'건강한 돌봄 놀이터'는 초등 돌봄교실 및 지역아동센터를 이용하는 1~2학년생을 대상으로 식생활 교육 및 체험, 놀이형 신체활동, 과일 간식 제공 등이 이뤄진 건강증진 프로그램이다.

어린이들에게 건강 과일 간식을 규칙적으로 제공하고, 음식 만들기 체험과 활동이 끝난 뒤에는 간식으로 무엇을 먹으면 좋을지와 건강간식에 대해 알아보는 자유토론 및 영양 교육 등을 병행한다. 또 신체활동에 대해 알아보기와 이어달리기 등 다양한 신체활동 프로그램도 포함돼 있다.

전국 121개 보건소와 359개 초등학교, 38개 지역아동센터는 지난해 초등돌봄교실과 지역아동센터를 이용하는 아동 1만1866명에게 영양 및 신체활동 교육을 했다. 광주에선 보건소 5곳, 초등학교 17곳, 지역아동센터 1곳 등에서 456명, 전남은 보건소 10곳, 초등학교 10곳 등에서 262명이 참여했다.

'건강한 돌봄놀이터' 비만예방 프로그램 참여 전·후 비만도를 측정한 결과, 비만율은 29.5%에서 25.7%로 3.8%포인트나 감소했다.

'건강한 돌봄놀이터' 시작 전에는 과체중·비만 아동이 25.9%(1843명)에 달했으나, 종료 후에는 25.7%(1601명)로 나타나는 등 과체중·비만 아동이 3.8%(242명)나 감소하는 효과를 보였다. 정상체중 집단도 70.5%(70.5명)에서 74.4%(4635명)로 늘었다.

과체중·비만율 감소는 건강을 고려한 과일 간식을 규칙적으로 제공 받을 경우 더 효과적이었다. 돌봄놀이터 이후 건강간식 선택을 위해 노력하고 있다는 아동이 46.9%(2925명)에서 60%(3737명)으로 증가했다.

보건복지부 관계자는 "올해는 전국 보건소의 50% 이상이 '건강한 돌봄놀이터 사업'을 실시할 예정"이라며 "어린이 비만 예방에 대한 효과가 입증된 만큼 지방자치단체에 교육 자료를 보급하는 등 지원을 아끼지 않겠다"고 말했다.

/김한영 기자 young@kwangju.co.kr

광주시 남구, 에너지 효율 주거환경 개선

취약계층 대상 단열·보일러 교체 등 신청 접수

광주시 남구가 저소득 가정의 에너지 비용 절감과 열악한 주거환경을 개선하기 위해 '2020년 에너지 효율 주거환경 개선사업'을 실시한다.

28일 남구에 따르면 한국에너지재단과 남구청간 저소득층 에너지 효율개선 지원사업 협약에 따라 에너지 취약계층 및 저소득층을 대상으로 에너지 효율 주거환경 개선사업을 추진한다.

남구는 오는 7월까지 소재지 내 동행정복지센터에서 단열과 창호, 바닥공사, 보일러 교체, 냉방기기 보급 등 취약계층 가정의 주거환경 개선을 위한 신청서 접수를 받는다.

지원 대상은 국민기초생활수급자 세대를 비롯한 차상위 계층, 동장의 추천을 받은 복지 사각지대의 저소득 가구 등이다.

다만 단순하게 도배와 장판 등을 교체하고자 하는 가정이나, 주거급여 대상자 중 '자가' 소유인 가구, LH 및 도로공사 소유의 임대주택 및 아파트, 3년 이내 같은 사업을 통해 지원을 받은 가구는 지원 대상에서 제외된다.

남구는 수요 조사를 통해 에너지 사용과 주거환경 등이 열악한 가구 300세대를 선정해 가구당 200만원 내외로 국비를 지원할 방침이다. 남구 관계자는 "에너지 사용에 어려움을 겪고 있는 주민은 이 사업을 통해 에너지 비용도 절감하고 주거환경도 개선할 수 있다"며 "에너지 복지가 절실한 저소득 가구에 혜택이 돌아갈 수 있도록 대상가구 발굴 및 홍보에 최선을 다하겠다"고 밝혔다.

한편 남구는 지난해 이 사업을 통해 국비 10억원을 지원해 저소득층 520여가구의 주거환경을 개선하고, 2300여 가구에 선풍기 등 냉방 물품을 지원했다.

/김한영 기자 young@kwangju.co.kr

"광주시 서구 소식 음성으로 들으세요"

광주시 서구가 매달 발간하는 구청 소식지를 70여개국 언어 음성으로 들려주는 '보이스 아이 코드 시스템'을 도입한다. 이번 2월호부터 도입되는 음성 서비스는 소식지에 인쇄된 QR코드를 스마트폰 앱을 통해 인식하면 구청 소식지에 수록된 내용을 들을 수 있다. 서구는 시각장애인·고령자는 물론 이주여성들에게도 서구 소식을 알리는데 도움이 될 것으로 기대하고 있다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

광주시 동구 독거노인 고독사 예방

'365 안부 확인 책임체계' 운영

광주시 동구가 독거노인 고독사 예방을 위해 이웃이 이웃의 안부를 확인하고 돌보는 '365 안부확인 책임체계'를 운영한다. 28일 동구에 따르면 독거노인, 중증장애인 돌봄 서비스 중 하나인 응급알림서비스 사업이 보다 안전하고 효율적으로 운영되도록 관련기관, 동 복지센터, 구청이 협업해 독거노인 고독사 예방서비스를 제공한다.

응급알림 서비스기관은 기기 오작동 여부와 안전 알림서비스를 더욱 세밀하게 관리할 예정이다. 동 복지센터에서는 인근 이웃주민 또는 통장을 안부확인 책임관으로 지정해 토요일, 공휴일에도 안부를 확인하는 365 안부확인 책임체계를 운영한다.

동구는 3명의 어르신이 1모둠으로 백세친구 1800명을 600모둠의 백세친구 돌봄모둠 체계 구성하고, 민·관·학 협력체계 모델을 발굴해 2020년 노인돌봄서비스를 제공받지 못하는 어르신도 돌 볼 계획이다.

임택 광주시 동구청장은 "'365 안전책임 체계'가 따뜻하고 행복한 동구 지역사회를 만드는 단초가 될 것으로 기대한다"고 말했다.

/김한영 기자 young@kwangju.co.kr

기초생활수급자·차상위 계층 대상

'2020년 문화누리카드' 2월부터 발급

지원금 1인당 9만원

문화체육관광부는 다음 달 1일부터 '2020년 문화누리카드' 발급을 시작한다고 28일 밝혔다.

문화누리카드는 소외계층에게 문화예술·여행·체육 활동을 지원해 삶의 질 향상 및 문화 격차를 완화하기 위해 도입됐다.

6세 이상 기초생활수급자와 차상위 계층을 대상으로 한다. 올해 지원금액은 작년보다 1만원 오른 1인당 9만원이다.

다음 달 1일부터는 문화누리카드 홈페이지(mnuri.kr)에서, 같은 달 3일부터는 전국 주민센터에서 카드를 발급한다. 카드는 오는 11월 30일까지 발급하며 연말까지 사용할 수 있다.

가맹점은 전국 2만5000여곳이며, 국립현대미술관과 국립중앙박물관 무료입장 외에도 국립극장·국립국악원·국립아시아문화전당 50%, 놀이동산 50%, 영화 25% 등의 할인 혜택을 준다.

지역·분야별 가맹점 정보와 무료 및 할인 혜택, '나눔 티켓'과 이벤트 등 자세한 내용은 문화누리카드 사이트에서 확인할 수 있다. /연합뉴스

전남중부권아동보호기관, 복지부장관상 수상.

전남중부권아동보호전문기관(관장 유기용)은 "최근 보건복지부에서 주최한 아동보호전문기관 성과평가에서 보건복지부 장관상을 수상했다"고 28일 밝혔다. 아동보호전문기관 성과평가는 2017년 12월 31일 이전 개소한 전국 67개소 아동보호전문기관 중 6곳의 우수기관을 선정했다.

우수기관은 신고접수와 현장조사·처리 과정의 적절성 및 대응력·피해아동과 그 가족에 대한 지원·사후관리·심리치료 영역·조직의 운영·대외협력 등에 대한 종합평가로 선정됐다.

유기용 전남중부권아동보호전문기관장은 "지역사회 내 학대로 어려움을 겪고 있는 아동과 가정에게 전문성 있는 서비스를 제공할 수 있도록 노력하겠다"고 밝혔다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr