

1 포항시 청림동 우리 마을은 우리 힘으로, 주민이 만들어가는 푸른숲 건강마을 청림

위원

임종선	강정희	김성수
김영희	김인자	김하지
박옥자	손현애	이화자
정금희	조현숙	최인자
하경희	황보옥분	김정옥
이영숙	김영자	임정구
서재양	이옥규	김우현

위원장 **장경숙** 건강지기 **조숙형**

포항시 청림동은 나와 가족의 건강, 이웃의 건강, 마을의 건강을 위해 생활속에서 늘 가깝게 접근 가능한 모든 공간을 건강에 좋은 환경으로 만들어 가는 주민 참여 운동을 전개하고 있다.

주민요구도 및 설문조사 결과에 따라 우선순위에 운동(걷기포함)할 수 있는 환경조성을 위해 한마음 걷기대회 행사 및 걷기코스 개발, 걷기지도 작성, 걷기표지판을 마을에 설치하였으며 스포츠댄스, 탁구교실, 각종 건강동아리 활동으로 주민 주도형인 사업이 되기 위해 건강위원회 및 주민들이 앞장서고 있다.

또한 건강사랑방 및 인터넷 건강카페를 개설하여 주민이 쉴 수 있고 대화를 나눌 수 있는 공간을 마련하였으며, 청림동은 공간지역에 밀접해 있는 마을로 깨끗한 마을 환경조성을 위해 화단기르기, 마을 정화운동을 통해 주민들이 가꾸어가는 푸른숲 건강마을이 되도록 모두 함께 노력하고 있다.



2 포항시 기북면 건강새마을을 체조로 매일 아침을 여는 행복마을 기북면

위원

이원창	강세원	이종원
김동형	이종연	이상원
손태환	정용길	엄중수
송정웅	이대환	이병연
황성구	박기동	손익출
정영순	김태용	이희경
오락서	이석필	

위원장 **이지원** 건강지기 **이동미**

포항시 기북면은 "행복한 건강새마을을 기북면 우리주민이 함께 만들어가요"라는 슬로건을 걸고 전주민 참여 분위기를 조성하고 있으며, 건강위원회 활동을 효율적 운영을 위한 건강위원회 사무실 전용공간을 확보하고 매일 1회 이상 주민 회의를 개최하여 건강새마을을 성공적으로 추진하고 있다.

또한 2014년 9월에는 동국대학교경주병원과 "기북면 건강새마을을 조성사업 건강(임)간진 협약"을 맺었으며, 건강진전 99%를 달성함으로써, 기북면 주민의 질병을 조기발견함으로써 주민의 건강증진에 기여하고 있다.

2015년도 건강새마을 전략으로 우선 주민이 화합하여 주민주도형으로 움직이는 인식전환을 위한 역량강화교육, 마을별 협업체·영도계 비지도 건강체전 운영, 건강실천을 생활화하기 위해 1주인 1운동 참여를 위한 "늘 푸른청춘 기북 건강동아리 결성", 아침마다 마을별 자동차 시스템으로 출리나오는 건강새마을체조로 전주민이 건강새마을을 지킴으로써 건강하고 행복한 기북면민에게 최선을 다할 계획이다.



3 경주시 황남동 황남동 주민의 건강은 우리 스스로 지킨다

위원

오주도	김명녀	김지명
오창섭	한영란	김용구
김학대	박승직	김동해
김동렬	박수희	김영하
이덕춘	박선진	정태룡
노태일	윤희진	배경호
손석만	김영철	

위원장 **류창열** 건강지기 **송명수**

건강새마을 사업지로 선정된 황남동은 3개의 분과로 건강위원회를 구성하였다.

각 분과는 지역의 건강과 환경 문제를 해결하기 위해 월 1회 이상 정기회의를 한다.

주민의 건강증진을 위해 낙상예방교실, 기공체조, 저염요리 실습, 치매예방을 위한 인지재활 프로그램을 운영했다.

또한, 고혈압 환자 자조프로그램을 통해 고혈압 예방율은 높은 반면 치료율이 낮은 주민에게 실제로 혈압을 관리할 수 있는 실천 방법을 교육하고, 주민 자치센터에 자동혈압기를 비치, 상담을 하고 있다.

특히, 낮은 걷기 실천을 향상을 위해 걷기지도 작성과 주민들과 함께 거리를 측정하여 황남동을 6개 권역으로 걷기코스를 개발 하였다. 또한 직장인을 위한 야간 걷기코스도 운영하고 있다.

권역별 걷기동아리 활동을 적극 지원하여 주민의 건강향상에 기여할 것이다.

7 구미시 도개면 주민주도형 건강새마을조성사업으로 건강한 농촌 만들다

위원

윤기영	장오익	김은옥
민양기	민병환	정석도
민정숙	이기복	이준중
이성환	권순현	문수만
안홍덕	한영순	김은호
차봉석	김병철	임옥남

위원장 **김인목** 건강지기 **김영규**

구미시 도개면은 2014년 건강새마을조성사업 대상지로 선정되면서 주민의 의견 수렴을 통해 지역사회건강조사 결과 나타난 건강문제 해결을 위한 여러 가지 사업을 추진하고 있다. 어르신들의 신체적·정신적·사회적 안녕 상태를 증진시키기 위해 신나는 노래교실, 관절염 예방을 위한 체조 및 요가교실, 이동금연클리닉, 고혈압·당뇨교실 등 다양한 건강프로그램을 운영하고 있다. 또, 매일 건강위원회를 개최하여 사업을 추진하면서 나타나는 문제점 및 개선방안을 모색하여 사업에 반영하고 피드백을 통한 성공적인 사업추진을 위해 노력하고 있다. 2015년에는 낙동강을 따라 조성된 자전거 도로와 병행하여 걷기 코스 및 걷기 표지판을 만들고, 주민들이 스스로 걷기 동아리를 결성하여 운동할 수 있도록 적극 지원할 계획이다.



4 김천시 대덕면 25개 경로당에 전자동혈합계 배차로 스스로 건강을 지킨다

위원

장준현	최영주	김광택
김창환	이상기	정상영
박준식	김영철	송영수
박순제	송정호	문희준
정영수	송상호	정진교
전정순	백정인	김판규
김생중	이상중	신동찬
정상호	송영학	

위원장 **정태희** 건강지기 **이태주**

2014년 김천시 대덕면은 건강새마을을 조성사업의 대상지역으로 선정되면서 주민 스스로 건강문제해결을 위한 주민토론회를 수차례 개최하고, 건강위원회를 구성하였으며 한의약 정수건강마을, 웃음치료교실, 운영 등 다양한 주민참여 프로그램을 운영하고 있다. 또한 김천의료원, 건강보험공단, 도림노인병원, 김천시 종합자원봉사센터와 합동으로 찾아가는 행복병원 합동진료를 실시하고 심뇌혈관질환 예방 및 건강체조교실을 중앙보건지소 심뇌혈관질환과 연계하여 주민들이 참여하는 프로그램을 운영하고 있다. 또한 25개 마을 경로당에 자동전자혈압계를 설치하여 지역주민 스스로 자기혈압을 측정하여 스스로 건강을 지킬 수 있도록 하였다.

8 영주시 안천면 주민 스스로 운동 실천한다 맞춤형 세라밴드 운동법 개발 보급

위원

김연도	임 울	김춘진
김석구	박준호	박성국
황우근	권영호	권영호
박태진	안광환	이봉규
우병문	안유근	황도영
장호현	이창동	김재규
안우석	서성수	김원식

위원장 **송인호** 건강지기 **우병선**

영주시 안천면에서는 건강새마을을 조성사업의 일환으로 농촌지역 주민들이 대부분 고령을 받고 있는 근골격계 질환 예방을 위한 운동으로 세라밴드 운동을 보급하여 큰 호응을 얻고 있다. 2014년 건강새마을 조성사업 설문조사에서 50세 이상 지역주민의 57%가 퇴행성질환을 앓고 있는 것으로 나타나 근골격계 질환 예방을 위한 운동보급을 위해 특수시모를 도입하였다. 세라밴드 운동보급을 위해 안천대학교 체육학과와 협동하여 운동지도사 교육, 보건소 직원 교육, 부녀회장 교육을 실시하였으며, 지역주민들이 손쉽게 할 수 있는 동작을 개발하여 포스터를 개발하고 액자로 만들어 안천면 23개 모든 경로당에 게시하였다. 또한 주민들에게 세라밴드 운동 교육을 실시한 후 경로당에 세라밴드를 비치하여 수시로 운동을 할 수 있도록 분위기를 조성하였다. 농촌의 직업 특성상 관절의 무리한 사용으로 인하여 어깨, 허리, 무릎 등 사용빈도가 높은 관절이 손상되기 때문에 세라밴드 운동을 통해 근력을 증가시킴으로써 관절의 손상위험을 줄일 수 있다.

영주시는 지역주민들이 쉽게 접할 수 있는 세라밴드 운동을 지속적으로 보급하여 자기 건강관리 능력을 향상시키고 주민 스스로 실천할 수 있는 분위기를 조성해 나갈 것이다.



11 문경시 마성면 모두가 행복한 건강마을 만들기

위원

박상돈	박인식	김동일
김시현	김영택	장영자
김종민	안재한	장모옥
남찬우	천상우	민창기
지숙동	박영규	박성규
김국주	김영옥	

위원장 **지숙동** 건강지기 **박성규**

문경시 마성면은 건강새마을을 조성사업의 대상지역으로 선정하여 운동, 영양, 만성질환, 구강, 한방 등 마을별 건강 문제에 따라 다양한 사업을 진행하고 있다. 더불어 마을별로 "근육 땀방 마을", "미소가 아름다운 마을", "싱겁이 마을", "잘 통하는 마을" 등 건강마을 명칭을 정하여 각 마을회관 입구에 건강간판을 설치하였다.

또, 매년 강사가 교육하던 기존의 운영 방식에서 벗어나 강사 투입 횟수를 점차 줄이고 주민 스스로 참여해서 기록할 수 있도록 건강기록을 배부하고, 편한 시간에 동영상을 보며 쉽게 따라할 수 있는 운동 동영상 USB도 배부하는 등 주민 참여형 건강관리 사업을 확대하고 있다. 앞으로 주민역량강화교육, 선진지 견학 등을 통해 건강위원들의 역량을 향상시켜 주민 모두가 건강마을을 가꾸는데 최선을 다할 계획이다.

www.ilovegb.kr

사람 중심! 경북 세상!

건강을 향한 아름다운 동행, 경상북도가 함께 합니다!

- 119질주캠페인 1가지 슬로, 1차만, 9시 이전에 끝내요!
- 매일 30분 이상 운동은 체력향상 및 만성질환예방에 효과가 있습니다.
- 출연은 폐암의 원인이 됩니다. 지금 보건소 금연클리닉에서 도와드립니다.
- 정기적인 혈당, 혈압, 콜레스테롤 측정은 심뇌혈관질환예방의 지름길입니다.

건강새마을 사업이란?
경상북도민의 건강증진을 위해 건강취약지역의 건강문제를 지역주민이 스스로, 함께 참여하여 추진해 나가는 사업입니다.

경상북도 통합건강증진사업지원단

행복한 우리마을 건강30

주민이 스스로, 함께 만들어 가는 건강새마을 소식

창간호 2015년 4월

경상북도 | 우리마을 건강위원회 | 경상북도 통합건강증진사업지원단

5 안동시 남후면 한국 정선문화의 수도 안동 남후면 주민들 건강새마을 운동으로 건강 행진다

위원

염진호	이종연	최병섭
이종식	이종진	김진섭
김동섭	박우근	김재구
권순탁	황문기	권선동
김학동	손상규	이학욱
최희석	지미자	홍옥선
한재희	황준현	

위원장 **권혁기** 건강지기 **심강섭**

2014년 안동시 남후면은 건강행진자 결과 24개 읍면동 중에서 건강 취약 지역으로 나타난 건강새마을을 조성사업 대상지역으로 선정되어 주민들의 건강 증진과 건강 환경조성을 위해 다양한 건강교실을 운영하고 있다.

주민들의 건강문제 해결을 위해 "할매, 할배도 깨끗한 혈관이 100세 건강의 지름길 이시디" 건강교실, "건강한 차아·신체활동 100세 건강교실, "한방건강증진교실" 등 주민 참여형 건강교실을 운영하고, "우리래도 우리같이 걸어오, 걷기동아리를 결성, 걷기실천의 날을 운영하는 등 주민 주도형 건강생활실천 분위기를 조성하고 있으며 "깨끗한 마을 만들기, 건강새마을을 운동을 펼쳐 천혜의 자연경관이 수려한 남후면을 건강새마을로 만들기 위해 박차를 가하고 있다.

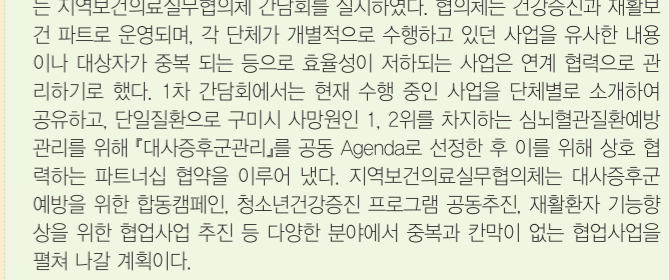


6 구미시 건강한 삶이 함께하는 구미시, 지역보건의료실무협의체 가동

2015년도 지역보건의료실무협의체 간담회

2015. 3. 6(일) 11:00

구미시는 시민의 건강한 삶을 위해 노력하고 있는 민·관 기관단체 간 소통 활성화, 효율적인 협업사업 추진을 위해 지난 3월 6일 17개 기관단체가 참여하는 지역보건의료실무협의체 간담회를 실시하였다. 협의체는 건강증진과 재해보건 파트로 운영되며, 각 단체가 개별적으로 수행하고 있던 사업을 유사한 내용이나 대상자가 중복 되는 등으로 효율성이 저하되는 사업은 연계 협력을 관리하고, 단일질환으로 구미시 사망원인 1, 2위를 차지하는 심뇌혈관질환예방 관리를 위해 "대사증후군관리"를 공동 Agenda로 선정 후 이를 위해 상호 협력하는 파트너십 협약을 이루어 냈다. 지역보건의료실무협의체는 대사증후군 예방을 위한 합동캠페인, 청소년건강진진 프로그램 공동주최, 재활한자 가능함을 위한 협업사업 추진 등 다양한 분야에서 중복과 칸막이 없는 협업사업을 펼쳐 나갈 계획이다.



9 영천시 참여와 실천으로 행복한 건강스타마을

영천시 2015년 건강스타마을

영천시는 2007년부터 시작된 1년과정의 건강스타마을을 만들기 사업과 2012년부터 3년간 일고된 3개리(명천3리, 사리, 황강리)에 주민 참여형 명품마을 만들기 사업의 성공적 추진을 기반으로 주민 참여형 "건강스타마을 만들기" 사업을 10개 읍면동에 10개 마을을 대상으로 세로이 확대하여 실시한다.

그 첫 번째 과정으로 주민 참여형 건강스타마을 만들기 발대식을 개최하였다. 발대식은 건강스타마을 주민 및 읍면동 공무원이 참석한 가운데 주민 참여형 건강스타마을 사업 설명 및 마을건강협의체 위원 위촉, 운동지도, 함께해서 행복한 노래 한가락(노래교실), 주민의견 청취 등의 내용으로 진행되었으며 이번 발대식은 사업에 대한 이해와 기대를 한층 더 높이는 계기가 되었다.

또한 2015년에는 마을 주민의 건강문제 및 요구도 파악을 위한 설문조사, 포커스그룹인터뷰, 포토보이스 등을 실시할 계획이며, 이를 바탕으로 마을의 우선 건강문제를 해결하기 위한 다양한 방법을 계획하고 있다.

12 경산시 건강마을에 가면 꼭 있는 것은? 우리 가정 건강도우미 "건강길라잡이"

경산시보건소는 건강한 생활태도(마을)만들기 사업의 일환으로 건강생활실천 분위기조성을 위한 19개 건강마을 출범식을 추진하였다.

마을 건강지도자 및 추진위원 위촉과 함께 건강길라잡이를 마을 주민에게 배부하고, 사용자 보건소장의 건강길라잡이 사용법에 대한 교육과 마을 건강지도자 및 추진위원, 주민들의 역할에 대한 설명, 2015년도 건강마을 만들기 사업 계획을 설명하였다.

【 경상북도 건강새마을 조성사업 지원교수 】

김건연 경북대학교	김미한 경일대학교	김상규 동국대학교	김종연 대구가톨릭대학교	이경수 영남대학교
이준정 경명대학교	한영란 동국대학교	홍남수 경북대학교	황준현 대구가톨릭대학교	황태연 영남대학교

10 삼주시 모서면 우리마을 건강은 우리 힘으로 해결한다

위원

김대환	강현보	전하복
민경문	진우형	차전식
김홍수	이종국	장용기
황인섭	이상권	김현길
성민완	조영주	조병준
박창권	전만기	신경대
김진철	김영옥	김경노
안재용	이근수	

위원장 **최문호** 건강지기 **손석용**

지역주민 참여형 건강생활실천 유도를 위한 건강동호회 및 자조모임 활성화 등 다양한 건강증진 프로그램 교육을 통해, 건강위원회에 개선 및 환경조성으로 건강생활실천을 향상과 각종 노인성질환 대응능력을 향상 시키고자, 1차년도(2014년) 모서면에서 건강새마을을 조성사업 건강위원회를 구성하고, 주민 설문조사 및 마을건강문제 현황파악으로 주민이 원하는 건강증진사업으로 심뇌혈관질환 예방관리사업을 추진하고 있으며, 3월 2일부터 모서면 5개 마을(도안1리, 소정1리, 지산2리, 득수2리, 정산1리) 회관에서 노래교실을 삼포리, 대포리, 석산리, 가덕2리, 호음2리 5개 마을회관에서 체조교실을 실시하였다.



건강길라잡이는 각 가정마다 비치하여 건강한 사람은 더욱 건강해지고 질병이 있는 사람은 치료기 잘 되도록 도와주는 가정 건강도우미로서의 역할을 할 것이다.

대구·경북지역암센터
DAEGU KYUNGPOK REGIONAL CANCER CENTER
대구시 북구 호국로 807
(칠곡경북대학교병원 대구경북지역암센터)
☎ 053) 200-3551

대구가톨릭대학병원
류마티스·관절센터
대구시 남구 두류공원로 17길 33(대명동)
☎ 053) 650-3000

경북대학교병원
관역 호흡기 전문질환센터
AMC Regional Center for Respiratory Diseases
대구시 남구 현충로 170 (대명5동)
☎ 053) 640-6604

경북대학교병원
관역심뇌혈관질환센터
Regional Cardiovascular Center
대구시 중구 동덕로 130
(경북대학교병원 관역심뇌혈관질환센터)
☎ 053) 200-6594

경상북도
아토피·천식 교육정보센터
www.eduinfo-allergy.com
경상북도 경주시 동대로 87
(동국대학교 경주병원신관 8층)
☎ 1899-7585

광역치매센터
경상북도
치매상담센터 1899-9988
http://gyeongbuknid.or.kr

13 군위군 산성면
군위군 산성면 우리마을 소식지

위원
김병태 양봉자 정영춘
김남순 김동자 편정학
조수옥 권용화 하옥난
박경옥

위원장 윤상조 건강지기 최인수

우리 산성면은 그나마 면단위로 주로 농사를 지으며 살아가는 전형적인 인산 출자 협동성이 강한 농촌마을로 대부분 65세이상 노인이 많으며 또한 심뇌혈관질환자가 많아 2015년도에는 운동교실과 영양교실을 통하여 생활습관 및 식생활습관을 변화시켜 질병관리는 물론 예방사업에 심혈을 기울이고 있다. 경로당 공간이 좁아 불편하지만 즐거운 마을가정으로 운동교실에 적극 참여하고 있으며, 저염식이 동성상 홍보 시청 후 주민 대부분 본인의 이야기인 특별한 관심을 나타냈다.

16 영양군 판곡면
건강백세마을, 우리 함께 만들자

위원
장원복 권한홍 구연범
강영길 김용주 조순녀
권주용 박영술 이재학
박시중 김선동 홍철표
이영숙 김주구

위원장 김 권 건강지기 권용동

또한 가정집 국물 요리 측정 시간에는 본인의 평소 어느 정도인지 몰랐던 염도에 대해서 알게 되어 앞으로 식습관을 변화 시키는데 크게 도움이 되는 귀중한 시간이 되었다 각 마을마다 걷기동아리를 결성하여 아간조명등 꽃길과 농로와 등산로로 주로 이용하여 걷기운동을 매주 규칙적으로 주민 스스로 실천하고 있다. 걷기동아리 역량강화 교육 받고 체험함으로써 주민 스스로 사업을 활성화 할 수 있는 분위기를 조성하여 건강하고 살맛나는 산성을 만들고자 적극적으로 참여 노력하고 있다.

할매·할매의 날이 되면...
Happy day

경상북도가 매일 마지막 토요일을 '할매·할매의 날'로 정합니다.
동구 밖에 낯선 차 소리만 들리고
아들 머리가 희어 벌써 늙어갑니다.
하지만 공부하는데 방해 될까봐
면 걸 피곤할까봐
보고싶다는 말 한마디 쉽게 할 수 없었던 어르신들.
그들이 으윽 우리 '손자' '손녀'들은
'눈에 넣어도 아프지 않을 녀석들'입니다.

경상북도
053-650-3000

14 의성군 옥산면
활력넘치는 희망 옥산 만들기
우리마을건강해결사 건강도우미로 적극 활동

위원
김규수(81) 조순옥 배연수
최병태 김규수(59) 최경호
남영주 심상진 조판래
황해중 오상문 김성환
배갑수 오봉희 신오중
이호구 박종택 박종두

위원장 이원호 건강지기 최미련

의성군은 건강취약지역인 옥산면민의 건강문제해결을 위해 권역별 세부 사업 추진 시 핵심인력으로 건강도우미 역할을 수행 할 우리마을 건강해결사를 양성교육과정을 통해 74명을 수료하였다. 우리마을 건강해결사는 17개의 마을별 주민대표를 선정하여 옥빛골 문화촌에서 건강지킴이 역할 강화와 봉사와 자긍심을 고취시킬 수 있도록 10주과정으로 프로그램을 운영하였으며, 특히 걷기지도자 2급 자격 34명 이수하여 옥빛골 걷기동호회를 결성 월2회 정기 동호회를 운영하고 있으며 마을별 걷기코스 정비와 마을별 걷기동호회 결성을 건강걷기 운동의 보급과 운동의 생활화를 몸소 실천하고 있다.

15 청송군 현서면
행복과 건강이 함께하는 현서면 우리가 만들어오

위원
장승량 홍순용 최병재
민병천 조세현 조종환
추연학 김시용 김호락
권동기 김석섭 위한일
이동균 김석규 김익수
박해성 김성국 정호우
현용경 백동기 김상덕
이춘자 최준순 박영자

위원장 정태중 건강지기 박명옥

사라 향기 가득한 현서면은 쉽고 재미있는 운동 확산을 위한 '함께걸어요! 동네한바퀴'로 마을마다 걷기동아리를 구성하고 지역 실정에 맞는 걷기운동을 전개하는 가운데 갈천리 마을은 전 주민이 아간걷기를 위하여 아간조명등을 구입하고, 1,530명 참여를 실천하고 있으며 열정 만큼은 20대 이상 조봉채 어르신은 계산 도리 재등 마을은 아침 6시 어르신 우렁찬 구령에 맞추어 건강 체조 후 40분 코스의 아산을 돌아오는 걷기를 매일 실시하며 '우리 동네 좋은 길 찾기' 시간 걷기 길을 개발 중에 있다. 현서면건강위원회는 15년은 걷기실천 확산, '자기혈관수자랑이' 등 다양한 건강증진 활동과 건강지킴이단 활성화, 주민역량강화를 적극적으로 추진하여 건강한 마을의 토대를 마련할 계획이다.

16 영양군 판곡면
건강백세마을, 우리 함께 만들자

위원
장원복 권한홍 구연범
강영길 김용주 조순녀
권주용 박영술 이재학
박시중 김선동 홍철표
이영숙 김주구

위원장 김 권 건강지기 권용동

2014년 영양군 입면면 건강백세마을 만들기 사업으로 선정되어 마을리더들의 열면 회의를 거쳐 걷기 실천을 높이기 위해 '함께 걸어요', '우울감해소와 자살생각을 낮추기 위해' '웃음 가득 행복마을 만들기'를 추진하기로 결정을 했다. '함께 걸어요' 사업은 작년 10월 걷기동아리 14개팀을 만들어 걷기코스 개발과팀원을 짓고 걷기운동을 시작했으며 팀별로 걷기리더를 양성하고 1월에 1차 보수교육으로 이론교육과 걷기 실습교육까지 병행하여 걷기리더의 역할에 자신감을 가지게 되었다. 4월 보건소의 행사와 연계하여 건강걷기대회를 실시하여 건강세마을 만들기 분위기를 조성해 박차를 가했다. 또한 주민역량을 강화하기 위해 바르게걷기, 심검검하기, 점심식 후 칫솔질실천 교육을 실시하고 심검검하기교육과 병행한 개별 국물 요리 측정시간에는 본인의 평소 어느 정도인지 몰랐던 염도에 대해서 알게 되어 앞으로 식습관을 변화 시키는데 크게 도움이 되는 귀중한 시간이 되었다 각 마을마다 걷기동아리를 결성하여 아간조명등 꽃길과 농로와 등산로로 주로 이용하여 걷기운동을 매주 규칙적으로 주민 스스로 실천하고 있다. 걷기동아리 역량강화 교육 받고 체험함으로써 주민 스스로 사업을 활성화 할 수 있는 분위기를 조성하여 건강하고 살맛나는 산성을 만들고자 적극적으로 참여 노력하고 있다.

17 영덕군 축산면
맞춤형 건강새마을사업으로 건강 UP

위원
김석원 정재용 김생기
윤철규 박노한 김일규
김광명 배한근 김종섭
최용식 김달현 강복남
장세환 김영수 김기원
전진룡 이종락 박동필

위원장 최학식 건강지기 김정용

영덕군 축산면은 마을별 다양한 보건교육과 사업홍보를 지속적으로 실시함으로써 건강한 마을을 만들기 위한 분위기를 조성하고, 주민대표로 구성된 건강위원회 회의를 매월 실시하여 주민과의 소통을 통한 맞춤형 프로그램 운영으로 건강새마을을 조성사업의 보다 성공적인 정착을 위하여 노력하고 있다. 2014년에는 '건강사랑방 운영'을 통한 다양한 보건교육과 '신바람체조교실', '치매예방프로그램 운영', '우울증예방교실' 등의 주민참여 프로그램을 실시함으로써 마을별 지속적인 보건교육과 신체활동 지원을 위한 경로당 어르신 체조교실, 마을별 자체 걷기동아리 운영 및 걷기코스 개발 그리고 열정, 열정 관리를 위한 마을별 제반 구극에 중점을 두고 추진해 갈 계획이다.

18 청도군 각남면
참여형 건강증진사업으로 주민건강을 책임진다

위원
이성근 임종자

도중환 김중대 문재근
전길수 이길자 정팔용
우용수 김경태 최현주
박종운 박정웅 김한기
장지필 서판상 장지훈
장수암

위원장 이성근 건강지기 임종자

2014년 청도군 각남면은 건강새마을 조성사업의 대상지역으로 선정되면서 주민의 건강문제해결을 위한 주민토론회를 여러 차례 개최한 결과, 다양한 주민참여 프로그램을 개발하고 운영하였다. 주민의 건강한 신체를 위한 '요가·스트레칭으로 몸도 마음도 건강' 프로그램과 '한방치러 허리 펴고 걷기 도전' 프로그램을 운영하는 한편, '신나는 노래로 스트레스 바이바이'와 '우울증 해소를 위한 웃음강좌'를 통해 정신건강을 위한 프로그램 등 다양한 참여형 프로그램을 진행하였다. 2014년 12월 말에는 청도군수와 의원 및 지역주민 등 300명이 모인 성과대회도 개최하였다.

19 고령군 우곡면
우리마을 건강마을로 거듭나자

위원
신동우 박태순

박도현 박영태 김진동
김창희 이근지 최대환
황인필 광상수 조창규
이정웅 광현영 김기현
노광덕 김승권 흥부기
김용옥 박국의

위원장 신동우 건강지기 박태순

고령군 우곡면은 8개 읍면중 건강행태가 가장 취약하여 건강새마을조성사업 대상지역 선정되었다. 우선 취약한 건강행태를 중심으로 우곡면 전체 주민을 대상으로 보건교육을 집중 실시하였는데 "잇솔질 실천형" 행상을 위한 구강보건교육, "저염식 선호도"를 높이기 위한 영양교육, "고혈압, 당뇨병 의사진단율"이 높아 혈압, 혈당, 콜레스테롤 측정과 함께 심뇌혈관질환예방관리교육을 실시하였다. 또한 걷기실천율이 낮아 마을별로 걷기지도자를 위촉하고 [걷기동호회]를 결성하여 주민 스스로 운영하고 있다. 우곡면은 전국에 비해 우울감경험률이 5배나 높고 골관절염환자를 받은 환자도 많아 '우울감해소 및 골관절염환자를 위한 노래와 함께하는 건강체조교실'을 운영하여 마을별로 노래스리와 웃음소리가 지속적으로 들려왔다 2014년 12월 26일에는 건강새마을조성사업 평가대회에서 체조교실을 운영한 3개 마을이 발표를 하여 뜨거운 박수를 받았다

20 성주군 대가면
건강새마을 조성사업으로 확 달라집니다

위원
정식영 이성명

배재만 이재동 이수경
김형광 배대용 정정숙
이준섭 김민자 황용순
이현호 정재권 이정수
백은홍 조성용 정경옥
하영동 김윤호 배한근
김준태 최상환 박관조

위원장 정식영 건강지기 이성명

성주군 대가면은 2014년 건강취약지역으로 건강새마을 조성사업 대상지역으로 선정되면서, 지역주민 대표들과의 간담회를 거쳐 건강위원회를 구성하고 지역사회 현황분석을 실시하여 주민의 건강문제 해결을 위한 다양한 주민 참여 프로그램을 운영하였다. 지역주민의 건강증진을 위하여 통합건강증진사업과 연계하여 대가면중추근사, 건강한 신체활동을 위한 운동실천 프로그램 운영, 심검검하기실천 프로그램 운영, 깨끗한공기, 깨끗한치아를 만들기, 정신건강증진 프로그램으로 다듬된 사랑방 운영 등 다양한 주민참여형 프로그램을 운영하였다. 2014년 10월에는 대가면 건강새마을을 축제를 실시하여 건강새마을 조성사업 활성화를 위한 지역주민 홍보와 사업 참여를 향상시켰으며 마을길 걷기를 통하여 걷기운동 실천의 동기를 부여하였고 신뢰와 화합을 다지고 협력하여 사업을 추진할 수 있는 기반을 조성하였다.

21 칠곡군 석적읍
건강새마을 조성마을 "한솔마을 이야기" 우리마을 자랑 좀 할까요

위원장
석윤정 윤영규 박선희 이정기
김숙자 박경란

위원
김준호 최병석 박현주 장정순 정익균 김미경 최심자
김학박 이현주 정혜란 양해선 김지혜 이지연 김지연 윤일여
이현숙 김경철 권순기 구경임
박정웅 김경자 김영일 송리순 이진남 이순이 심태임
조병성 한창지 조규향 이하연 정홍순 장순옥 장윤옥
오광아 최미혜 조규홍
우방신천지원 양재곤 김호수 장춘화 정임수 김창숙 김혜운
조희선 강태연 홍희경 권영주 서미희 이정자 조은경 박희숙
안솔기 정연규

위원장 석윤정 건강지기 윤영규 박선희 이정기 김숙자 박경란

우리마을에서는 마을주민들이 모여 우선순위를 정해서 프로그램을 운영하고 있는데 치아사랑 이다기 프로그램, 담배연기 없는 마을을 선포하였고, 한솔푸미밴드를 만들어 나트륨 줄이기 운동과 보건소에서 영양관련 자료를 밴드에 올려주어 우리 한솔푸미 밴드들이 정보를 잘 이용하고 있습니다. 이 외에도 어르신을 대상으로 요가교실, 직장인을 위하여 저녁시간에 에어로빅을 하고 있으며, 학부모를 대상으로 태블릿 멘스와 라인댄스를 하고 있어 너무 너무 즐겁게 운동하고 있습니다. 앞으로 걷기 동아리를 결성할 예정입니다. 이렇게 보건소에서 지원을 많이 받아 사업에 참여 할 수 있어 아파트주민들을 위해 수고하시는 분들은 감사드립니다. 앞으로도 더 많은 사업을 구성하고 있으니 지켜주세요.

22 예천군 감천면
건강새마을 조성사업으로 주민건강 붙들어 맨다

위원
이화섭 손병근

권영기 김춘현
임상호 오재권 민수목
이영락 정재원 김장한
유성열 이필성 진봉식
박봉규 유경호 송창선
조동성 조원호 김경이
권태열 김성배 정귀용
백도홍 변두량 김삼현
송인환 김부람 김주동
정의철 장종교

위원장 이화섭 건강지기 손병근

예천군 감천면에서는 3월 24일 오후 2시 예천권역원과 건강걷기에 대한 업무협약을 체결하여 연 초 건강위원회에서 협의과정을 통하여 심뇌혈관질환 및 임계방관리 사업을 중점사업으로 선정함에 따라 '질병 없는 건강 100세' 행복한 마을 만들기 함께 하기로 하였다. 이에 앞서 3월 13일에는 감천면사무소 전에서 예천군수와 군의원 등 지역주민 250여명이 참여한 가운데 감천면 '주민 건강100세 걷기대회'를 갖고 걷기운동 생활화와 지역 주민간 단합된 모습을 대내·외에 알리고 건강관심도와 참여도를 높여 건강과 화합을 다졌다. "10번 걷기대회를 통해 앞으로는 걷기운동의 생활화로 모든 주민들의 건강 증진 및 신체활동 실천을 위하여 체조교실운영, 걷기동아리운영, 동네 한바퀴돌기 등 감천면이 건강마을로 거듭나기 위해 최선을 다할" 계획이다.

23 봉화군
건강한 삶을 위한 주민 참여형 프로그램을 운영한다

위원
지진덕 황춘섭

장상훈 전병철 김승현
윤영택 임병중 김일문
임필성 도한순 장한희
노세정 신동국 이송휘
장병천 김중기 김우현
장성용

위원장 지진덕 건강지기 황춘섭

봉화군은 65세 이상 인구비율이 30%를 넘어 초고령화 사회로 접어들어 주민건강을 위한 프로그램이 고혈압, 당뇨 등 만성질환 관리가 '매우 필요하다' 또는 '필요하다'라고 응답하여 군민들의 건강행태를 개선하고 삶의 질 향상을 위해 '건강한 마을 만들기' 사업을 10개읍면을 대상으로 매주 1회씩 스트레칭, 건강 체조교실, 보건교육 등을 운영하고 있으며, 특히 노인인구가 많은 봉화군에서는 '우리마을사랑방' 치매예방을 올해부터 17개소(군 보건소 7개소, 보건지소 7개소)로 확대하여 미술, 작업회, 신체단련, 감각자극, 음악프로그램으로 구성된 인지활동 프로그램을 주 2회 운영하여 등록된 주민의 참여율이 95%가 넘는 정도로 인기를 끌고 있다.

24 울진군 매화면
우리마을 건강은 우리가 함께 지켜요

위원
지진덕 황춘섭

장상훈 전병철 김승현
윤영택 임병중 김일문
임필성 도한순 장한희
노세정 신동국 이송휘
장병천 김중기 김우현
장성용

위원장 지진덕 건강지기 황춘섭

울진군 건강취약지역으로 선정된 매화면은 마을 이장회의를 거쳐 '건강새마을 조성사업'에 대한 설명과 토의를 마친후 건강위원회를 구성한 주민주도형 사업을 운영해 나가고 있다. 또한 건강을 위한 원스톱 서비스로 '눈발길'을 걸어서 동네 한바퀴 건강 걷기, '내지역 반박편' 짝 손가락 운동, '신나는 건강댄스', '우울증 예방 노래교실', '한방치러 허리 펴고 바로서기 도전', '싱겁게 먹기 영양교육', '깨끗한 내 할관 지키기', '청결한 이웃관리' 등 다양한 프로그램에 주민의 참여도가 높고 주민 스스로가 건강증진을 실천해 나가고 있다. 향후 주민 참여형 건강 자조모임이 활성화 되도록 지역자원 연계 등 다양한 프로그램을 적극 활용할 계획이라고 했다.

25 울릉군 울릉읍
어르신 신체활동교실로 노년을 건강히

위원
지진덕 황춘섭

장상훈 전병철 김승현
윤영택 임병중 김일문
임필성 도한순 장한희
노세정 신동국 이송휘
장병천 김중기 김우현
장성용

위원장 지진덕 건강지기 황춘섭

울릉군 울릉읍은 건강새마을 분위기를 조성하고자, 어르신 건강 신체활동교실을 운영하였다. 신체활동교실을 통해 노년기의 신체적 변화를 받아들이고, 건강하고 행복한 노후를 보내기 위하여 노인 신체활동 프로그램을 제공함으로써 노인의 건강한 일상생활 수행 및 활기찬 생활을 영위할 수 있는 계기를 마련하였다. 또한, 만성질환의 조기발견 및 예방을 위하여 건강기초측정(혈압, 당뇨측정) 서비스를 제공하며, 건강한 삶의 유지를 위한 다양한 건강정보 및 운동정보, 영양정보를 제공하여 어르신의 건강증진에 기여하고 있다. 2015년에는 더 다양한 여가활동프로그램을 개발하여, 어르신 뿐만 아니라, 대상자들의 범위를 넓혀 많은 주민이 참여 할 수 있도록 건강생활 운동 사업을 운영할 계획이다.

【 경상북도 통합건강증진사업지원단 위원 】
김건영 경북대학교 김경환 대구대학교 김미한 경원대학교
김상규 동국대학교 김선아 금오공과대학교 박재원 대구보건대학교
박필숙 경북대학교 유왕근 대구한인대학교 이경수 영남대학교
이유정 대구보건대학교 이재철 경상북도 보건정책과 장해광 경상북도 보건정책과
정정옥 대구대학교 최원희 경북대학교 한영란 동국대학교
황준현 대구가톨릭대학교

【 경상북도 통합건강증진사업지원단 연구원 】
강민정 영남대학교 김연희 경북대학교 안선우 영남대학교
이수진 경북대학교