

# 서 면 답 변 서

소 속	평 창 군 의 회	질문위원	( 이창열 ) 위원	
답 변 자	평 창 군 수 (건강증진과장)	일 자	질의	2023년 12월 14일
			답변	2023년 12월 15일
회 의	제290회 평창군의회 정례회 제( 6 )차 예산결산특별위원회			

## 질문요지

- 보건진료소 노인건강 프로그램 운영 관련
  - 진료소 프로그램 운영 대상자, 운영 실적, 운영 내용 등

## 답변내용

### 1. 보건진료소 행복한 노년생활 프로그램

- 대상자: 65세 이상 노인(만성질환자, 경도인지장애, 허약노인)
- 운영실적: 134명/9개소(참석인원 1,288명)
  - ※ 고길, 다수, 면은, 개수, 수항, 거문, 용산, 두일, 유천보건진료소
- 운영프로그램 내역: 주2회 운영

구분	프로그램 내용	참여인원(명)
1차시	프로그램 설명 및 참여동의서 작성, 혈압, 혈당, 총콜레스테롤 측정, 악력검사, 인지선별검사, 노인우울감 검사	111
2차시	치매예방교육(치매안심센터 연계), 건강생활실천(절주, 금연) 교육	121
3차시	실버 미술프로그램, 치매·노쇠예방교육	100
4차시	실버 원예프로그램, 건강생활실천(구강) 교육	117
5차시	실버 미술프로그램, 건강생활실천(운동) 교육	94
6차시	실버 공예·원예프로그램, 심뇌혈관 예방교육	112
7차시	실버 미술 프로그램, 건강생활실천(영양) 교육	86
8차시	실버 원예 프로그램, 건강생활실천(비만)	115
9차시	실버 미술 프로그램, 감염병 예방수칙 교육	99
10차시	실버 공예, 원예프로그램, 건강검진 안내 및 교육	119
11차시	인지강화 프로그램(치매안심센터 연계), 요실금, 낙상 예방교육	106
12차시	프로그램 사후 평가(혈압, 혈당, 총콜레스테롤 측정, 악력검사) 인지선별검사, 노인 우울감 검사, 프로그램 만족도 조사	108
<b>합계</b>		<b>1,288</b>

**2. 노쇠예방관리사업 근감소증 예방·관리(운동/영양 복합 중재프로그램) 운영**

- 진료소별 프로그램 대상자: 근감소증 노인
- 운영 실적: 67명/15개소(근감소증 대상자)
  - ※ 4개반 운영 : 평창(남부권), 봉평(중부권), 진부(북부권)
  - (보건의료원 : 오전 15명, 오후 16명, 진부건강생활지원센터 20명, 봉평건강증진형보건지소 16명)
- 프로그램 운영 내용
  - 추진내용: 노인건강포괄평가에서 근감소증으로 확인된 어르신의 운동·영양 복합중재프로그램을 통한 근감소증 예방 및 관리
  - 추진기간: 2023. 9. 4. ~ 11.30. [3개월/12주/주2회/총24회 운영]
  - 건강돌봄: ICT 기반 비대면 노인건강돌봄사업 연계
    - AI스피커(아리아) : 정서적 지지 및 SOS기능, 건강생활실천서비스
    - AI전화(평창케어콜) : 안부전화 및 프로그램참여 독려, 노인포괄평가
  - 협력기관: 서울아산병원 노년내과(연구원 파견, 자문, 기획, 논문, 진료 연계)
    - GL연구소(단백질 제품 무상 제공 및 영양, 홍보 자문)
    - SK텔레콤(A이스피커-아리아, AI전화-평창케어콜, 무상제공 및 돌봄 자문)

운동실천 영역	영양관리 영역
① 중·고강도 근력강화 운동 - 국선도(2회/주, 1시간/1회, 24회) - 유산소, 근력, 균형 운동 - 출석 상황 평가 ② 악력 증진 훈련 - 악력기 2개: 왼손, 오른손 ③ 신체활동 교육 및 상담 - 노년기 신체활동	① 보건교육 및 상담 - 영양 교육 및 상담 - 구강관리 교육 및 상담 - 고혈압·당뇨 교실 운영 ② 고단백 영양음료 섭취 - 1일 2회 제공 - 운동 후 30분 이내 섭취 권장 ③ 건강가이드북 제공 - 나의 건강지킴이