

동구, 주민 건강지킴이 사업 ‘호평’

‘건강 동아리’ · ‘맞춤형 건강교실’ 인기 요가·라인댄스 등 동아리 192명 참여 근력강화·당뇨교실 등 맞춤 프로그램

광주 동구가 주민들의 꾸준한 건강 관리 위해 다양한 프로그램을 운영하고 있어 눈길을 끈다. 신체활동 증진을 위한 주민주도형 ‘건강동아리’와 ‘맞춤형 건강교실’ 등이 주민들에게 큰 호응을 얻고 있다.

19일 구에 따르면 최근 주민들의 걷기 활성화 및 신체활동 증진을 위해

‘2018 건강동아리 개강식’을 개최하고 본격적인 운영에 들어갔다.

‘건강동아리’는 동구가 10인 이상으로 구성된 건강 자조모임에 전문강사와 활동 및 모임장소·기초 건강체크·건강정보 등을 제공하는 주민건강증진 사업이다.

올해 건강동아리는 ▲운림 딸(댄스

포즈) ▲두암 힐링(라인댄스) ▲건강최고(요가·라인댄스) ▲혈압 코칭(유산소·근력강화) ▲비만 탈출(요가·근력강화) ▲유쾌상쾌통쾌(라인댄스·근력운동) 등 6개 모임에 모두 192명이 참여한다. 이들 동아리는 11월까지 해당 프로그램과 탐방 견기활동·건강캠페인 등에 참여하며 구는 스마트폰 앱으로 신체활동량을 측정해 우수 활동참가자에게 운동용품 등 인센티브를 제공할 예정이다.

구 대회의실에서 최근 열린 개강식은 동아리 참가자 및 주민 300여명이 참석한 가운데 ▲동아리팀 구호 제창 및 기념촬영 ▲건강퍼포먼스 시연 ▲양미희 동신대 운동처방학과 교수의 ‘건강과 운

동’ 특강 등으로 꾸며졌다.

특강 후엔 참가자들을 대상으로 혈압·혈당·콜레스테롤, 골밀도, 스트레스, 체지방, 유연성, 근력테스트 등 사전검사가 진행됐다. 구는 건강특성에 따른 맞춤형 건강프로그램 ‘건강친구나눔교실’도 본격 운영하고 있다. 보건교육실은 10월 말까지 치매예방과 고혈압·구강검진·타이치 운동·우울증·안구 질환·암·당뇨·근력 등 건강문제별 다양한 건강교실을 진행한다.

이달엔 허약 어르신 대상 ‘근력강화교실’과 심방세동이상군 및 고혈압 대상자 ‘심방세동 예방교실’ 등이 진행됐고, 20일엔 당뇨 환자 대상 ‘당뇨 건강교실’ 당

료 시식회가 개최된다.

이번 프로그램은 ▲호남대 물리치료학과 ▲광주전남권역심뇌혈관질환센터 ▲심뇌혈관질환예방지원센터 ▲전남대 치과병원 등 민·관·학 협력체계를 구축해 대상그룹별로 전문적인 교육과 프로그램을 제공한다.

아울러, 구는 보건소 교육실에서 최근 흡연자 50명을 대상으로 흡연과 남성 비뇨기질환에 관한 건강교좌를 열어 큰 호응을 얻기도 했다.

구 관계자는 “민·관·학 협력으로 진행되는 이번 건강동아리 사업이 기존 보건소 위주의 건강프로그램에서 벗어나 주민들의 신체활동 및 건강증진에 기여하는 주민주도형 프로그램으로 자리 잡을 것으로 기대된다”면서 “앞으로도 건강생활실천 분위기를 확산해 건강도시 조성에 최선을 다하겠다”고 말했다.

/고광민 기자

주목! 이사람



김성환 동구청장
청장은 20일 오전 11시 보건소에서 진행되는 ‘동구건강친구나눔교실 당뇨식이 시식회’ 행사에 참석한다.



임우진 서구청장
청장은 20일 오후 2시 30분 구청 대회의실에서 열리는 ‘2018년 운동프로그램 개강식’에 참석한다.

마을커뮤니티센터 ‘동구마루’ 개소 주민소통·교육·체험의 장 역할 기대

동구는 최근 주민소통 및 문화예술 활동 등 교육·체험의 장으로 활용할 마을커뮤니티센터 ‘동구마루’ 개소식을 개최하고 정식 운영에 들어갔다

구는 국토교통부 도시활력증진지역 개발사업 공모에 선정돼 2억 9,000여만 원의 사업비를 들여 산수동(경양로305번길 3) 나무전거리 연면적 94.87㎡ 부지에 2층 규모의 건축물을 준공했다. 최근엔 명칭 공모를 진행해 지역 명칭인 ‘동구’와 소통 공간을 의미하는 ‘마루’를 합친 ‘동구마루’를 최종명칭으로 정했다.

또, 동구마루의 특화프로그램을 운영할 전문단체를 모집해 ▲전통발효식초 제조과정을 진행할 ‘중초회’ ▲

목공예 프로그램을 진행할 ‘민예공방’ ▲천연염색, 자수 프로그램을 진행할 ‘도란도란사랑방’ ▲가죽공예를 진행할 ‘다미울’ ▲영상제작앨범과 천연비누 과정을 진행할 ‘문화예술교육공유총연합회’ ▲한지공예를 진행할 ‘한지월빙’ 등 6개 단체를 선정했다. 이들 단체는 올해 말까지 프로그램을 진행하며 동구는 담당자를 지정하고 자원봉사자를 배치해 시설을 유지 관리할 예정이다.

구 관계자는 “앞으로 동구마루에서 제작된 상품의 제작·판매·홍보를 지원하고 창업지원 등 자생력을 확보할 수 있도록 다각적인 노력을 기울이겠다”고 말했다.

/고광민 기자



어린이보호구역 대대적 정비

다음달까지 학교 주변 시설물 50곳 대상



동구는 초등학교 및 유치원 아동들의 교통사고를 방지하고 안전한 등하굣길을 조성하기 위해 다음달까지 관내 학교 주변 50곳의 시설물을 정비한다.

간인 오후 1시부터 3시까지를 중점 단속한다.

또, 통학로가 유사한 학생들을 묶어 노선을 정하고 교통 안전지킴이가 등·하굣길을 인솔하는 ‘등·하굣길 교통안전지킴이 사업’도 병행한다.

구 관계자는 “아동들이 안심하고 등·하교할 수 있도록 위험요인을 제거하고 안전시설물을 확충하는데 만전을 기해 나가겠다”고 말했다.

/고광민 기자

사회초년생 금융·경제 교육

신용관리·저축상품·가상화폐 등 다양

동구는 사회생활을 시작하는 청년들이 합리적인 금융생활을 할 수 있도록 ‘청년 맞춤형 금융교육’을 개최했다고 19일 밝혔다.

분기별 1회씩 모두 4회차로 진행될 이번 금융교육은 ▲금융사기 피해예방 ▲효율적 자산관리와 생애주기별 재무설계 ▲가상화폐 관련 질의응답 등의 프로그


램으로 구성됐다.

첫 강의는 최근 동구벤처빌딩 대강당에서 금융감독원 광주전남지원 박광식 부국장을 초청해 신용관리와 저축상품, 가상화폐와 보이스피싱에 관한 주제로 강의가 진행됐다. 이번 강의는 대학생, 사회초년생 등 금융지식이 필요한 청년 또는 주민 누구나 참여 가능하다.

/고광민 기자

영광주택매매(급매)

전원주택 (영광읍) 광주에서 30분!!
즉시입주 가능 (최근리모델링 전체 완료)
텃밭, 정원, 창고, 차량진입가능



토지 151평 / 건물 42평
(32평 아파트형, 창고 17평)

시세가 1억2천
매매가 9천4백

주인직매 010-6670-9800

신축원룸매매 원룸전문

- 월곡동 신축건물 (최고급)
(월곡시장 2분, 고려인마을 1분)
- 총 4층건물
(원룸 12개, 투룸2개)
- 월수익 550만 예상

▶ 매가 8억 5천만

- ① 월곡동·산정공원 바로앞 (코너) 주인집거주
▶ 매가 9억 5천만
- ② 전대정문 2분 (원, 투룸 18개) 월수익 800만
▶ 매가 13억 5천만

010-7384-7800 010-6670-9800

법률 경매 (대신경매)

- 1) 담양군 삼다리 (무인텔)
토 3,319평 건 750평
객실 32개 (월수익 4,500만 예상)
▶ 감평가 37억 → 최저가 17억
- 2) 화순 도곡면 (호텔)
토 617평 2,829평
▶ 감평가 26억 → 최저가 7억5천
- 3) 화순 도곡면 (무인텔)
토 3,289평 건 3,278평
객실 32개 (월수익 5,000만 예상)
▶ 감평가 39억 → 최저가 13억8천
- 4) 광산구 장덕동 (3층 근린주택)
1층(상가) 2층-3층 (아파트형 빌라·6개)
감평가 7억2천 → 최저가 5억
- 5) 남구 노대동(상가건물)어린이집
감평가 4억8천7백 → 최저가 3억4천1백
- 6) 광산구 수원동 (1층 상가)
감평가 9억6천 → 최저가 6억7천
- 7) 남구 진월동 (5층 상가원룸)
감평가 7억5천 → 최저가 7억5천
- 8) 광산구 신창동 (원룸빌딩)
감평가 3억8천 → 최저가 3억8천
- 9) 남구 진월동 (5층상가빌딩)
감평가 18억 → 최저가 18억
- 10) 동구 충장로 (3층상가빌딩)
감평가 4억6천 → 최저가 4억6천
- 11) 광산구 수원지구 (주차빌딩 1층)
감평가 12억7천 → 최저가 7억1천

APT·주택·공장·토지(기타)

- ① 서구 치평동 금호타운 아파트 (31평)
감정 2억2천4백 → 최저 1억5천6백
- ② 서구 내방동 내방주공아파트 (24평)
감정 1억5천3백 → 최저 1억7백
- ③ 남구 주월동 (무등파크) 25평
감정 1억4천 → 최저 9천8백만
- ④ 서구 치평동 금호대우아파트(24평)
감정 1억8천 → 최저 1억2천6백
- ⑤ 광산구 소촌동 스위트빌리 (34평)
감정 1억8천 → 최저 1억 2천6백
- ⑥ 광산구 용동 (공장) 토 500평 건 445평
감정 9억7천 → 최저 6억7천
- ⑦ 함평군 신광면 (공장)
감정 26억4천 → 최저 7억5천7백
- ⑧ 광산구 삼계동 (공장)
감정 6억 → 최저 4억2천
- ⑨ 목포시 산정동 (노유자시설)
감정 16억8천2백 → 최저 9억4천
- ⑩ 담양군 금성면 (임야 5.730평)
감정 9천 → 최저 5천

010-6670-9800 062) 382-5500

경매 교육

(3월초 개강)

경매로 이제부터 돈 많이 버세요~

광주최초

(입찰부터 ~ 건축, 개발, 리모델링, 매매까지)
(원스톱 가능)

☆ 경매 무료교육 ☆

- ① 기초반 → 경매기초 + 기본실전
- ② 실전투자반 → 기초+실전-매매까지

경매 가족을 모집합니다.

- 1) 경매 배우면서 근무하실분
- 2) 경매 컨설팅하면서 수익내실분

평생회원 → 책상, 컴퓨터, 교육(무료제공)

010-6670-9800 062) 382-5500