

발행
북이면장

북이면 소식지

제 2024-16호
2024. 9. 11.(수)

주소 : 전남 장성군 북이면 사남북길 38, 대표 전화번호 ☎ 390-7943

달이 빛나는밤에!

제23회

환가위 북이면민 노래자랑

2024년 09월 17일(화) 오후7시
사거리전통시장 주차장 특설무대

접수방법 북이면 총무과 또는 현장접수
(선착순 30명, 접수비 2만원)

시상내용

구분	대상	내용
최우수상	일반부	30만원 장성사랑상품권 + 트루퍼
	청소년부	20만원 장성사랑상품권
우수상	일반부	15만원 장성사랑상품권
	청소년부	10만원 장성사랑상품권
인기상		15만원 장성사랑상품권

경품추첨

경품내용	추첨시간
1. 벽걸이 LED TV 1대	시상후
2. 냉동고 1대	오후 7시30분
3. 압력밥솥	오후 7시
4. 기타 가전제품 및 생활용품 200점	행사중

동창회 천막부스 설치 지원



초대가수



진시론
보약같은 친구야



정은아
즐거게 살아



진해심
사랑은 맺고 짜고

주최 | 주관 |
북이면청년회

장성군
Jangseong

(북 이 면)

목 차

[총 무 팀]

1. 9월 문화가 있는 날 영화 「한섬가이즈」 상영 4
2. 장성군 공공체육시설 추석 연휴 휴관 안내 4
3. 2024년 신혼부부·다자녀 보금자리 지원 사업 5
4. 「9월 중 21세기 장성아카데미」 강연 안내 5
5. 2024년 장성 황룡강 가을꽃축제 참여 및 모집 홍보 6
6. 제4기 「장성군 청년협의체」 위원 모집 6

[주민복지팀]

1. 추석 연휴 기간 쓰레기 수거 일정 7
2. 북이면 공중목욕장 운영 7
3. 야생동물 피해보상보험 가입 운영 8
4. 효도권(바우처카드) 사용 안내 8

[맞춤형복지팀]

1. 장애인 보장구 수리비 지원 사업 9
2. 사회보장급여 부정수급 신고 안내 10
3. 10월 나눔 이동 세탁차(이불빨래) 운영 11

[산 업 팀]

- 1. 농기계 종합보험 가입대상 추가 안내 12
- 2. 장성사랑상품권 할인율 및 구매 한도 한시적 상향 12
- 3. 한국농업기술진흥원 맥류 종자 개별 신청 13
- 4. 「2025년 농촌산업팀 소관 보조사업」 수요조사 14

[민 원 팀]

- 1. 2024년 7월 1일 기준 개별공시지가 열람 및 의견 접수 ... 15
- 2. 주민등록 사실조사 실시 15

[북이보건지소]

- 1. 보건기관 통합운영 경로당 방문건강관리 일정 17
- 2. 코로나19 감염 예방 수칙 18
- 3. 진드기 매개 감염병 예방 19
- 4. 자기혈관 숫자알고 심뇌혈관 예방 20
- 5. 심뇌혈관 질환 예방 생활수칙 21
- 6. 치매극복 예방 실천 22
- 7. 비브리오 패혈증 예방 23
- 8. 추석 연휴 보건기관 및 관내 병·의원 운영 일정 24

총무팀

1 9월 문화가 있는 날 영화 「핸섬가이즈」 상영

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

- 상 영 일 : 9. 24.(화) 19:00 ~ (101분)
- 장 소 : 장성문화예술회관 대공연장
- 관람연령 : 15세 이상 관람가
- 관 략 료 : 선착순 무료 입장



2 장성군 공공체육시설 추석 연휴 휴관 안내

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

대상시설	휴관기간	문의처
홍길동체육관 옐로우시티스타디움 장성실내수영장 황룡강변생활체육공원 (풋살장)	9.16.(월) ~ 9.18.(수)	장성군 체육사업소 ☎ 061-390-8473
워라벨돔경기장	7.9.(화) ~ 9.30.(월) (시설물 유지보수)	
게이트볼장 파크골프장 그라운드골프장 황룡강변생활체육공원 (배구장, 족구장)	기간 내 시설개방	
국궁장		

3

2024년 신혼부부·다자녀 보금자리 지원 사업

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

- 신청기한 : 10. 18.(금)까지
- 신청자격 (신청일 기준)
 - (사업대상) 한국주택금융공사 등의 대출심사를 통과한 신혼부부 또는 다자녀가정
 - * 신혼부부 : 결혼 7년 이내 / 다자녀가정 : 미성년 자녀 2명 이상
 - (주 소) 가구 구성원 모두 주민등록상 주소지가 전라남도
 - (무 주 택) 세대주 본인 및 가구구성원(배우자 및 자녀)이 무주택이어야 함
 - (소득기준) 신 혼 부 부 : 부부합산 연소득 85백만 원 이하
다자녀가정 : 부부합산 연소득 1억 원 이하
 - (대상주택) 주택가격 6억 원 이하인 도내 주택으로 면적제한 없음
 - (구입시기) 2023. 10. 1. ~ 2024. 9. 30.
- 지원내용 : 주택구입 대출이자 지원(월 최대 25만원 × 36개월)
- 신청방법 : 본인 직접 신청, 신청자 주소지 관할 시군 읍·면·동사무소
※ 자세한 사항은 장성군 홈페이지 고시/공고 확인

4

『9월 중 21세기 장성아카데미』 강연 안내

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

- 일 시 : **첫째·셋째 주 목요일 16:00 ~ 18:00** ※ 식전공연 : 16:00~16:30
- 강연장소 : 문화예술회관 소공연장
- 운영방법 : 현장 및 온라인(유튜브 생중계) 동시 진행
- 강연안내
 - 제1193회 강연 : 9. 19.(목) 16:00 / 김 명 중 교수
 - * 강연주제 : 『평수와 EBS ; 위기 속 도전과 소통의 힘』
- 참여방법
 - 현 장 강 연 : 누구나 참여(선착순 입장)
 - 온라인 강연 : 누구나 시청(장성군 공식 유튜브)
 - ※ 강사에 따라 강연 시간 외 “다시보기” 는 안될 수 있음

5

2024년 장성 황룡강 가을꽃축제 참여 및 모집 홍보

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

- 축제기간 : 10. 5.(토) ~ 10. 13.(일), 9일간
* 나들이 기간 : 10. 14. (월) ~10. 20.(일)
- 장 소 : 황룡강변 일대(장성읍 기산리 26-1)
- 모집내용

모집분야	모집기간	모집대상	모집장소	모집인원	기타
버스킹	9.4.(수) ~ 9.10.(화)	음악, 댄스, 마술 등	장성군민회관 1층 축제사무국	24개팀	
푸드트럭		푸드트럭 운영업체		10개소	
간단먹거리		관내 식품업등록업체		10개소	
향토식당		관내 식품업등록업체	외식업중앙회장 성군지부 8개소		
플라워뷰티쇼 (패션쇼)	9.9.(월) ~ 9.23.(월)	꽃을 형상화한 바디 페인팅 후 주무대 런웨이 워킹 모델	장성군민회관 1층 축제사무국	11명 읍면별 2명 (남/여)내외	

※ 모집인원 및 규모는 모집 결과에 따라 변동 가능

※ 자세한 사항은 장성군 홈페이지 고시/공고 확인

6

제4기 『장성군 청년협의체』 위원 모집

(담당자 : 김지현 ☎ 390-7942)

- 신청기간 : 9. 5.(목) ~ 9. 20.(금)
- 대 상 : 18~49세 이하의 장성군 거주 청년 (1975 ~ 2005년생)
- 모집인원 : 30명 이내
- 임 기 : 위촉일로부터 2년
- 주요역할 : 청년정책에 관한 의견제시 및 군정발전을 위한 소통창구
- 협조사항 : 청년회, 여성단체 회원 및 청년 농업인 등 홍보 협조

주민복지팀

1 추석 연휴 기간 쓰레기 수거 일정

(담당자 : 윤은주 ☎ 390-7946)

추석 연휴 기간 쓰레기 수거 일정

구 분	9. 14.(토)	9. 15.(일)	9. 16.(월)	9. 17.(화)	9. 18.(수)
일반쓰레기	읍 시가지	휴 무	정상 수거	휴 무	읍 시가지
음식물쓰레기	정상 수거	휴 무	정상 수거	휴 무	정상 수거

- 협조사항 : 주민들에게 쓰레기 수거 일정 홍보 안내

2 북이면 공중목욕장 운영

(담당자 : 윤은주 ☎ 390-7946)

- 운영기간 : 2024. 9. ~
- 운영일 : 장날(1, 6) / 수, 토, 일요일
- 이용요금

(단위 : 원)

수급자 심한 장애인	아 동	노 인	일반주민
월 1회 무료	2,000	3,000	3,500

- 운영단체 : 북이면 여성의용소방대

3 야생동물 피해보상보험 가입 운영

(담당자 : 윤은주 ☎ 390-7946)

- 가입기간 : 2024. 8. ~ 2025. 8.
- 보 험 사 : 메리츠화재보험
- 피해보상 처리 절차

(민원인)피해신고서 작성 ⇒ (음·면)피해 신고서를 보험사 팩스 전송
 (☎0505-138-0290) ⇒ 보험사 사고접수 확인(박원종팀장 (☎02-476-8115))
 ⇒ 보험사에서 농가 현지실사 후 보상액 산정 지급

- 피해신고 대상
 - 인명피해 : 의료기관 치료비(최소 5만원 ~ 최대 500만원)
 - 농작물 피해 : 총 피해면적이 200㎡ 이상, 피해액이 20만원 이상인 경우
 (피해산출액의 80% 지급, 농가당 200만원 한도)
- 청구서류 : 피해보상 신청서, 피해 현장사진 등

4 효도권(바우처카드) 사용 안내

(담당자 : 최선경 ☎ 390-7947)

등 급			
건강권		일반권	
			
사용 처	이·미용, 목욕, 음식점 및 마트 사용 가능		이·미용, 목욕만 사용 가능
지 급	1분기 (1~3월)	상품권 지급	
	2분기 (4~6월)	이·미용, 목욕 : 45,000원 음식점, 마트 : 60,000원	이·미용, 목욕 : 105,000원
	하반기 (7~12월)	이미용 및 목욕 : 90,000원	

※ 12월 31일 이내 미사용 시 포인트 소멸 예정

맞춤형복지팀

1

장애인 보장구 수리비 지원 사업

(담당자 : 고제오 ☎390-7957)

- 사업기간 : 2024. 8. ~ 12.
- 지원대상 : 100명(장성군)
 - 장성군에 주민등록을 두고 실제 거주하는 등록장애인 및 노인 장기요양보험 등급판정자 중 장애인 보장구 이용자
 - 장애인보장구(3종) : 전동휠체어, 전동스쿠터, 수동휠체어
- 지원내용 : 보장구 수리비(소모품 포함)지원
 - 기초수급자 및 차상위 장애인 : 연간 300천원 이내
 - 그 외 장애인 및 노인장기요양등급판정자 : 연간 200천원 이내
- 신청접수 : 면 맞춤형복지팀
- 신청서류 : 신청서, 개인정보수집이용동의서, 주민등록등본, 장애인등록증, 노인장기요양보험 등급판정 수급증명서 (일반장애인 아닌 노인의 경우)
- 지원결정 : 자격확인 후 지원여부 결정(군)
- 수행기관 : 장성군 장애인종합복지관
 - 수리업체에서 읍·면 행정복지센터 순회방문 수리
- 협조사항 : 장애인 보장구 수리 홍보 신청 안내

(담당자 : 고제오 ☎390-7957)

○ 부정수급이란?

- 속임수나 그밖의 부정한 방법으로 급여를 받거나 타인에게 급여를 받게 한 경우
- 소득·재산·가구원 변동(출생·사망) 미신고, 축소신고
- 대상자 : 기초수급자 및 부양의무자, 기타 관계인

○ 신고사항

- 아래와 같이 변동사항이 발생한 경우 수급자는 즉시 신고할 의무가 있으며, 정확히 신고하지 않을 경우 변동사항에 따른 급여 변동이 있을 수 있음.

- 거주지역, 거주실태, 세대 구성의 변동
 - 부양의무자 유무, 부양능력 및 부양여부 변동사항
 - 수급권자 및 부양의무자의 소득 및 재산
 - 수급권자의 근로능력, 취업상태, 자활욕구 등 자활지원계획에 필요한 사항
 - 기타 수급권자의 건강상태, 가구특성 등 생활실태에 변저한 변동이 있는 경우
- ※ 법적근거 : 국민기초생활보장법 제37조(신고의 의무)

○ 신고처 : 북이면행정복지센터 또는 군청 주민복지과, 복지로
부정수급 신고시스템(www.bokjiro.go.kr)

○ 보장비용의 징수 및 처벌

- 허위 또는 기타 부정한 방법으로 급여를 받거나 타인으로 하여금 급여를 받게한 자 또는 급여의 대리수령을 위반하여 급여를 목적외의 용도로 사용한 자는 1년 이하의 징역, 1천만원 이하의 벌금, 구류 또는 과료에 처함

○ 협조사항 : 부정수급 사례 발견 시 신고 요망

(담당자 : 고제오 ☎390-7957)

- 신청기한 : 9. 13.(금)까지
- 지원대상 : 농어촌 어르신, 취약계층 등
- 지원기관 : 전라남도 및 장성군 자원봉사센터
- 운영횟수 : 주 3회(화, 수, 목)
- 세탁수량 : 신청 세대 당 이불 최대 3채 이하(총 세탁수량 20~30채)
- 참고사항
 - 신청서 접수 후 조율하여 세탁 일정 최종 확정
 - 세탁 시 세탁물 손상되는 경우 보상 불가
- 협조사항
 - 세탁 장소 급·배수 시설 및 주차, 건조대 설치 가능한 장소 확보
 - 세탁 차량 높이·너비를 감안한 도로 상태 파악 및 진입로 확보

산 업 팀

1 농기계 종합보험 가입대상 추가 안내

(담당자 : 장아영 ☎ 390-7953)

○ 가입대상 농기계 추가 현황

구분	농기계종합보험 가입 대상 농기계	비고
기존	트랙터, 이앙기, 콤바인, 경운기, SS분무기, 관리기, 농용동력운반차, 항공방제기, 농용로우더, 광역방제기, 농용굴삭기, 베일러	
개선	기존 + 농업용 고소작업차, 농업용 리프트	'24.8.26일부터 가입 가능

2 장성사랑상품권 할인율 및 구매 한도 한시적 상향

(담당자 : 김혜영 ☎ 390-7952)

○ 판매기간 : 9. 1. ~ 9. 30. (1개월)

○ 구 입 처 : 판매대행점 23개소(농협 등) 및 ‘지역상품권chak’ 어플

○ 사 용 처 : 1,693개소 ※ 연매출 30억 초과 가맹점 44개소 사용 제한

○ 할인율 및 구매한도 변경내용

구분	할인율	구매한도	보유한도	비고
지류형	10% 유지	(기존) 월 50만 원 ⇒ (변경) 월 100만 원	150만원	보유한도 초과 시, 충전불가
카드형	(기존) 10% ⇒(변경) 15%			

3

한국농업기술진흥원 맥류 종자 개별 신청

(담당자 : 장아영 ☎ 390-7953)

- 신청기간 : 9. 11.(수) 오전 9시 ~ 재고 소진 시 까지
- 신청방법 : 온라인 신청(종자광장, <https://www.seedplaza.or.kr>)
- 품종 및 가격

용도		품종명	보급수량(kg)	단가(원/kg)	신청단위
식용	겉보리 (2품종)	다향	8,000	1,582	20kg
		혜미	16,000		
	맥주보리 (2품종)	광맥	15,000		
		호단	6,500		
	쌀보리 (2품종)	누리찰	20,000	1,802	
		흑보찰	4,520		
	밀 (2품종)	고소	10,000	1,353	
		아리진흑	8,000		
소계 (8품종)		95,180			
사료 용	청보리 (2품종)	유진	16,960	1,582	
		연호	5,480		
	트리티케 일 (2품종)	조성	14,480	2,429	
		한영	27,000		
	겉귀리 (1품종)	하이스피드	101,060		
소계 (5품종)		164,980			
합계(13품종)		-	260,160	-	

- 공급시기 : 추석연휴 이후(입금 확인 후 순차배송) ※ 배송비 착불
- 문의처 : 063-919-1614~6

4

『2025년 농촌산업팀 소관 보조사업』 수요조사

(담당자 : 양한밀 ☎ 390-7951)

○ 신청기한 : 9. 19.(목)까지

※ 수요조사 신청자는 2025년 사업 대상자 선정 시 우선순위(가점) 부여

구분	사업명	지원 단가	지원대상	지원내용	보조 비율
계	8개 사업				
1	제조가공 지원사업 (인프라 구축, 강소농식품기업)	5억원 이내	연매출 3억원 이상 농산물 제조·가공 업체 등	농산물 제조·가공시설, 위생시설, 기계·장비 등	60
2	전통식품 산업화 사업	5억원 이내	전통식품 제조·가공 업체	농산물 제조·가공시설, 위생시설, 기계·장비 등	60
3	식품 제조업체 가동률 제고 지원	5억원 이내	도내 식품제조업체에 신규('25년 1월 이후)로 식품을 위탁 생산하는 업체	위탁생산 시 소요되는 동판 제작비, 포장재 구입비 등	70
4	김치 생산비 절감 설비 지원	3억원 이내	도내 김치 또는 절임배추 제조(생산)업체	절임염수 재활용 설비, 양념 속 넣기 등 김치 생산비 절감 기계·장비	70
5	농촌융복합산업 인증 경영체 강화	1.5억 이내	농촌융복합산업 인증경영체	체험·교육시설 신축, 제조·가공 시설 구축 등	60
6	로컬푸드 가공 활성화 지원	35 백만원	식품 제조·가공업 등록 법인업체, (개인의 경우 1년이상 운영실적이 있는 경우)	농산물 제조·가공시설 개보수, 기계·장비, 포장디자인 개발비 등	60
7	소규모농식품제조업체위생안전 (HACCP)시설 개선 지원	25 백만원	식품 제조·가공업 등록 법인업체, (개인의 경우 1년이상 운영실적이 있는 경우)	HACCP컨설팅, HACCP 시설자이, 제조·가공설비 지원 등	60
8	농산물 공동브랜드 (드림빌) 포장재 지원	40 백만원	친환경농산물 인증농가 및 단체, GAP 인증농가 및 단체 등	공동브랜드 활용 포장재 제작비 (참여농가당 1,500천원)	100

민원팀

1 2024년 7월 1일 기준 개별공시지가 열람 및 의견접수

(담당자 : 여고은, 고아라 ☎ 390-7956, 7944)

- 기 간 : 9. 2.(월) ~ 9. 23.(월)
- 대 상 : 토지소유자 및 이해관계인
- 내 용 : m²당 가격 열람 및 의견서 접수
 - 지가열람 : 방문, 전화(군, 면) / 인터넷(군 누리집)
 - 의견제출 : 개별공시지가 의견서 작성 제출 * 【붙임 1】 참고
- 협조사항 : 기한 내 토지소유자 및 이해관계인이 열람할 수 있도록 홍보 안내

2 주민등록 사실조사 실시

(담당자 : 여고은 ☎ 390-7956)

- 조사기간 : 7. 22.(월) ~ 11. 18.(월)
- 대 상 : 모든 세대 확인이 원칙이나, 다음 사항 중점 조사

- ① 복지취약계층의 주민등록지 실거주 여부
- ② 사망의심자의 생존 여부
- ③ 장기 미인정결석 및 학령기 미취학아동 실태조사
- ④ 100세 이상 고령자의 생존 여부
- ⑤ 5년 이상 장기 거주불명자 조사

※ 중점조사 대상 포함 세대는 비대면조사 참여 여부와 관계없이 방문 조사

- 협조사항 : ‘24. 9. 30.까지 조사 결과 제출 협조

【붙임 1】

■ 부동산가격공시에 관한 법률 시행규칙 [별지 제7호서식]

개별공시지가 의견서

접수번호	접수일	처리기간	의견제출 기간이 만료된 날부터 30일
의견 제출인	성명(법인명)	생년월일(사업자등록번호)	
	주소		
	전화번호	휴대전화번호	
	전자우편	소유자와의 관계	
대상 토지	소재지 및 지번		
	지목		
	실제이용상황		
의견제출 내용	열람지가	원/m ²	의견가격
	원/m ²		
의견제출사유			

「부동산 가격공시에 관한 법률」 제10조제5항 및 같은 법 시행령 제19조제1항에 따라 열람한 개별공시지가에 대하여 위와 같이 의견을 제출합니다.

2022 년 월 일

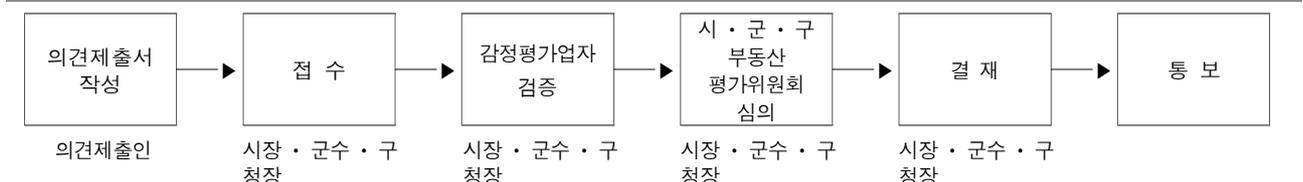
의견제출인

(서명 또는 인)

장성군수 귀하

첨부서류	의견제출 관련 참고자료(참고자료가 있는 경우에 한합니다.)	수수료 없음
------	----------------------------------	-----------

처리절차



210mm×297mm [일반용지 60g/m²(재활용품)]

북이보건지소

(북이보건지소 운영팀장 : 박혜지 ☎ 390-7965)

1 보건기관 통합운영 경로당 방문건강관리 일정

- 기 간 : 9. 3.(화) ~ 9. 26.(목)
- 내 용
 - 건강체크 (고혈압, 당뇨) 및 보건 교육
 - 보건사업 홍보
- 일 정

일자별 (요일)	방 문 시 간				비 고 (24개경로당)
	오후 2 : 00 ~ 4 : 00				
9. 3.(화)	북룡	조산	구목란	신목란	박혜지의외 1
9. 5.(목)	성동	내동	조양2	조양1	김미영외 1
9. 10.(화)	원덕	거마	용산	백암	박혜지의외 1
9. 12.(목)	꿀등재	남성	송산	오월	김미영외 1
9. 24.(화)	달성	서부	명정	궁동	박혜지의외 1
9. 26.(목)	사북	복암	모현2	모현1	김미영외 1

※ 업무일정에 따라 변경 가능

- 협조사항 : 일정별 마을방송 통한 홍보

□ 주요내용

구 분	내 용
격 리	주요 증상이 호전된 후 24시간 경과 시까지 권고
검 사 비	신속항원검사(RAT) 기준 1~2만원 대
치 료 제	(경 증) 일반 감기약 처방 (고위험군) 코로나 치료제 처방 * 의료급여수급자, 차상위 무상 지원 / 그 외 본인부담금 5만원
치 료 비	입원치료비 본인부담금 지원 종료

□ 예방수칙

2024.8.16. 질병관리청

함께 지켜요!

코로나19 감염 예방수칙

일상생활에서

- 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기
- 2시간마다 10분씩 환기
- 기침할 때는 옷소매나 휴지를 사용하여 입과 코 가리기
- 사람이 많고 밀폐된 실내에서는 마스크 착용이 감염 예방에 도움

코로나19 감염 시

- 다른 사람을 위해 마스크를 착용
- 불필요한 만남 자제
- 발열, 호흡기 증상이 심한 경우 집에서 쉬고, 증상이 사라진 다음날부터 일상생활 가능
- 회사 등도 구성원이 아프면 쉴 수 있도록 병가 등 제공

고위험군

- 사람이 많고 밀폐된 실내에서는 마스크 착용
- 대규모 인원이 실내에서 모이는 행사 등은 참여 자제
- 발열, 호흡기 증상이 나타나면 신속히 병원 방문

의료기관·감염취약시설

- 종사자·보호자·방문자는 마스크를 착용
- 발열, 호흡기 증상이 있는 종사자는 업무에서 배제
- 2시간마다 10분씩 환기

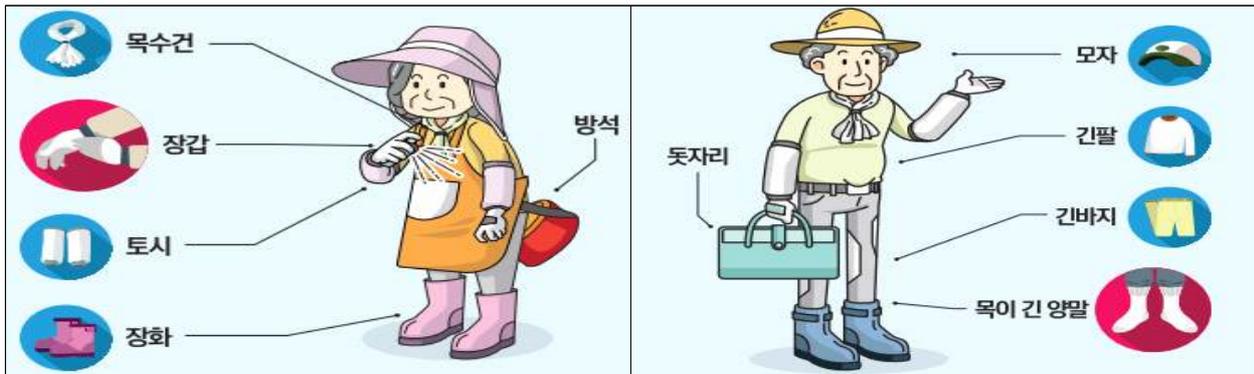
문의처 ☎ 390-7174 (감염병대응팀)

□ 주요 감염병

구 분	쯔쯔가무시증	중증열성혈소판감소증후군
정 의	세균, 바이러스에 감염된 진드기에 물려 발생하는 감염병	
위험요인	농작업, 야외활동(등산, 임산물 채취, 벌초 등)	
증 상	발열, 가피(검은딱지), 발진 등	38℃ 이상 고열, 오심, 구토, 설사 등
예방접종	예방백신 없음. 최선의 예방책은 진드기에 물리지 않는 것 !	

□ 예방 및 관리 수칙

예 방 ①옷 제대로 입고 ②기피제 뿌리고 ③풀숲 피하고 ④씻고, 빨래하고



관 리 ①증상 살펴보고 ②물린흔적 찾아보고 ③빨리 치료하고



문의처 ☎ 390-7174 (감염병대응팀)

□ 자기혈관 숫자란?

○ 내 혈관의 건강을 확인할 수 있는 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 말함

건강한 혈관을 위해,
정기적으로 확인 해요!



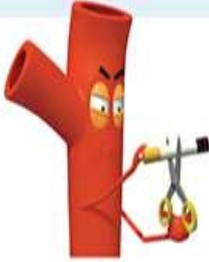
	정상 혈압 수축기 120mmHg 미만 이완기 80mmHg 미만
	정상 혈당 공복혈당 100mg/dL 미만
	정상 콜레스테롤 총 콜레스테롤 200mg/dL 미만

< 심뇌혈관질환 예방관리 기간 >

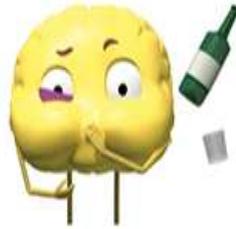
- (기 간) '24. 9. 1. ~ 9. 30. (1개월)
- (대 상) 장성군민 누구나
- (내 용) 자기혈관 숫자 알기, 심뇌혈관질환 예방을 위한 생활수칙 홍보 등

문의처 ☎ 390-8342 (방문보건팀)

심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙



담배를 피우지 않습니다.



술은 가급적 마시지 않습니다.



적당량의 음식을 규칙적으로, 골고루, 짜지 않게 먹고, 통곡물, 채소, 콩, 생선을 충분히 섭취합니다.



규칙적으로 매일 30분 이상 운동하고 오래 앉아서 생활하는 시간을 줄입니다.



적정한 체중과 허리둘레를 유지합니다.



스트레스를 잘 관리하여 즐거운 마음으로 생활합니다.



정기적으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 측정합니다.



고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 환자는 생활습관을 개선하고 약물치료 등 적절한 관리와 치료를 꾸준히 받습니다.



뇌졸중, 심근경색증의 응급증상을 미리 알아두고 응급 상황이 발생하면 즉시 119를 부릅니다.

*뇌졸중 조기증상 : 한쪽 마비, 갑작스러운 언어장애, 갑작스러운 시야장애, 갑작스러운 어지럼증, 갑작스러운 심한 두통

*심근경색 조기증상 : 갑작스러운 가슴통증, 식은땀·구토·현기증, 호흡곤란, 통증확산



국가건강정보포털

<https://health.kdca.go.kr>

[일일정보] > 건강교육자료실 > 자료실 검색
> 심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙 검색

□ 치매 알아보기

다양한 원인의 뇌 손상으로 인해 기억력, 언어능력, 판단력 등 기능이 저하되어 일상생활에 지장을 주는 상태로 인지기능 저하, 불안, 망상, 배회, 우울 등 증상이 나타납니다.

【 건 망 증 】

- 힌트를 주면 기억이 떠올라요
- 시간이 지나도 기억력이 비슷하거나 호전될 수 있어요
- 기억력 외에 다른 기능은 문제가 없어요
- 일상생활 활동에 지장이 없어요

【 치 매 】

- 힌트를 주어도 기억이 나지 않아요
- 시간이 지나면 점점 악화될 수 있어요
- 기억력 저하 이외에도 여러 가지 기능이 저하돼요
- 일상생활 활동에 지장이 생겨요

□ 치매 조기발견과 지속치료의 중요성

◆ 조기에 원인을 파악하면 치료될 수 있습니다.

- 뇌종양, 우울증, 갑상선질환, 약물 부작용 등으로 치매 발생시 조기치료로 회복 가능

◆ 조기 약물치료를 통해 병의 경과를 지연시킬 수 있습니다.

◆ 꾸준한 치료와 관리로 환자의 삶의 질을 높일 수 있습니다.

◆ 병의 악화로 인한 다양한 문제에 미리 대처할 수 있습니다.

□ 치매 예방하기

치매예방수칙 3·3·3 가족의 미래, 당신의 작은 실천이 결정합니다!



※ 치매극복의 날(9월 21일) 치매관리의 중요성을 널리 알리고 치매극복 공감대를 형성하기 위해 지정된 기념일

문의처 ☎ 390-7164 (치매예방팀)

7

비브리오 패혈증 예방

- 기 간 : 2024. 6. ~ 10.
- 원 인 : 바다 수온 18~20° C 이상 상승 시 비브리오세균의 증식
- 대 상 : 간질환자, 알콜중독자, 만성질환자, 면역저하자 등
- 주요증상
 - 발열, 오한, 혈압 저하, 복통, 구토, 설사
 - 증상발현 24시간 내 피부병변
- ※ 패혈증 치사율 : 50~90%(다발성 장기부전으로 사망)
- 예방수칙

<비브리오패혈증 예방수칙>

① 일상 생활

- ◇ 어패류는 충분히 익혀 먹는다
- ◇ 피부에 상처가 있는 사람은 바닷물과 접촉하지 않는다.

② 어패류 관리 및 조리

- ◇ 어패류는 -5 이하로 저온 보관한다.
- ◇ 어패류는 85도 이상 가열처리한다
 - * 어패류는 껍질이 익고 나서 5분동안 더 끓이고, 증기로 익히는 경우에는 9분이상 더 요리해야 함
- ◇ 조리 시 해수를 사용하지 말고 흐르는 수돗물에 깨끗이 씻어야 한다
- ◇ 날 생선 및 어패류를 요리한 도마, 칼 등은 반드시 소독 후 사용한다.
- ◇ 어패류 다룰 때 장갑을 착용한다.

8

추석 연휴 보건기관 및 관내 병·의원 운영 일정

□ 공공보건의료기관

공공보건의료기관 진료반 (09:00 ~ 18:00)			
근 무 일	보건소	보건지소	보건진료소
9. 14.(토)	-	남면	삼서두월
9. 15.(일)	-	북하	동화월산
9. 16.(월)	-	삼서	남면마령
9. 17.(화) (추석)	장성군보건소	-	-
9. 18.(수)	-	서삼	진원용산

□ 병원 및 약국

가고싶은 **장성!** 행복한 만남

2024년 추석 연휴 문여는 병원 및 약국



병원·약국	소재지	전화번호	9/14(토)	9/15(일)	9/16(월)	9/17(화)	9/18(수)
응급(1)	장 성 병 원	장성읍 390-9119	00:00~24:00	00:00~24:00	00:00~24:00	00:00~24:00	00:00~24:00
병원(2)	장 성 병 원	장성읍 390-9000	08:30~12:30	-	-	-	-
	장 성 혜 원 병 원	" 399-3000	08:30~13:00	-	08:30~13:00	-	08:30~13:00
의원(15)	에은가정의학과	" 395-2600	08:30~12:30	-	-	-	08:30~12:30
	장 성 중 앙 내 과	" 392-8575	08:30~12:30	-	-	-	-
	기 독 의 원	" 393-3403	08:30~13:00	-	-	-	-
	전 대 가 정 의 원	" 393-8528	08:30~13:00	-	-	-	-
	얼 린 의 원	" 394-5003	08:00~13:00	-	-	-	-
	한 솔 의 원	" 395-2290	08:30~13:00	-	-	-	-
	김 안 과 의 원	" 395-3950	08:30~13:00	-	-	-	-
	백 이 비 인 후 과	" 393-8250	08:00~13:00	-	-	-	-
	코발소마취통증의학과	" 392-8285	08:30~13:00	-	-	-	-
	편한신경외과의원	" 393-1684	08:30~12:30	-	-	-	-
	황 룡 의 원	황룡면 392-7599	08:00~12:30	-	08:00~12:30	-	-
	삼 계 중 앙 의 원	삼계면 394-7273	08:00~12:00	-	-	-	-
	삼 계 푸 른 의 원	삼계면 394-8262	08:00~12:30	-	08:00~12:30	-	-
	성 심 의 원	북이면 392-1019	08:30~12:00	-	-	-	-
	제일통증의학과	북이면 392-1141	08:30~12:00	-	-	-	-
약국(16)	터미널종로약국	장성읍 395-1175	08:30~18:00	09:00~18:00	09:00~18:00	09:00~18:00	09:00~18:00
	장 성 건 강 약 국	" 393-7060	09:00~18:00	09:00~18:00	09:00~18:00	-	09:00~18:00
	금 성 약 국	" 393-3904	08:00~14:00	-	09:00~18:00	-	-
	가 정 약 국	" 393-7576	08:00~16:00	-	-	-	-
	신 약 국	" 393-2815	08:00~14:00	-	-	-	-
	수 미 약 국	" 393-8595	09:00~19:00	-	-	-	-
	은 혜 약 국	" 395-9336	08:30~13:00	-	-	-	-
	중 앙 약 국	" 393-6600	08:30~13:00	-	-	-	-
	나 약 국	" 392-7178	08:00~13:00	-	-	-	-
	장 성 약 국	" 395-2535	08:30~14:00	-	-	-	-
	우 리 약 국	" 395-2480	-	-	-	-	-
	건 강 약 국	삼계면 394-1032	08:00~12:30	-	-	-	08:00~12:30
	조 은 약 국	삼계면 394-8840	08:00~12:30	-	08:00~12:30	-	-
	수 약 국	황룡면 393-0111	08:00~12:30	-	08:00~12:30	-	-
	민 약 국	북이면 392-9039	08:30~12:00	-	-	-	-
	진 원 약 국	진원면 394-5421	09:00~15:00	09:00~15:00	-	-	-


장성군보건소 ☎390-7550



가고싶은 **장성!** 행복한 **만남**

