

지역사회 걷기 사업의 한계와 발전방안

김 경 태
노르딕워킹 인터네셔널코리아

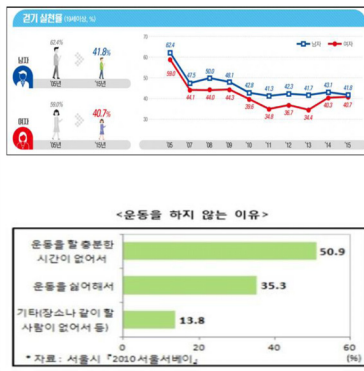
[세미나] 지역사회 체육 세미나

NWI development

성인 건강생활 실천율



운동을 하지 않는 이유



NWI development

당신이 규칙적인 운동을 잘 하지 못하는 이유는 무엇인가요?



규칙적인 운동을 하지 않는 이유



운동을 하지 못하는 이유

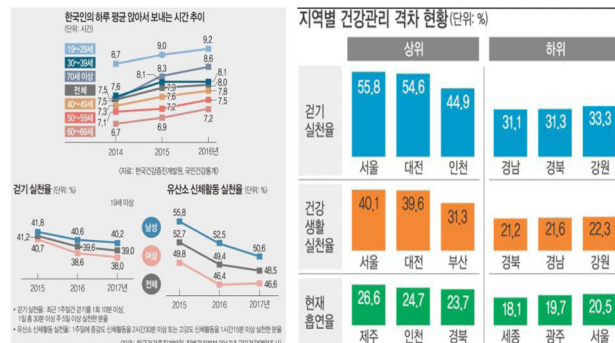


NWI problem

건강증진 활동의 핵심적 요소인 휴면, 음주 등과 같은 개인의 생활조건이나

노동조건과 같은 건강의 사회적 결정요인들에 크게 영향을 받게 된다.

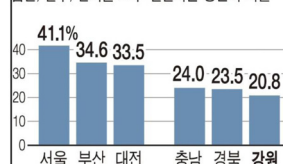
(Rootman, 2001; 백상수, 2012)



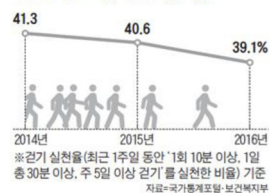
NWI problem

건강생활 실천율 및 걷기 실천율

건강생활실천율 상하위 시·도



성인 중 평소 자주 걷는 사람 비율



NWI problem

등산인구 2000만 시대



등산이 좋다 : 관절에 무리가 있는 사람에겐 '독'

NWI problem

지역별 보건소 운영의 한계

모든 프로그램의 무료운영
건강운동관리사의 업무과다(너무 많은 사업관리)
걷기지도자의 자질 및 노하우 부족
지방으로 갈수록 한지도자가 여러가지 프로그램 지도자로 활동
강사료의 현실화 필요성
보건소를 이용하는 사람이 제한적이다.(이용하는 사람들은 정해져 있다.)
지역사회의 고령화와 농번기, 농한기 노동력으로 인한 운동제한
최근들어서는
미세먼지와 황사, 번덕스러운 날씨때문에 밖에 나와 걷는 것을 포기함

NWI solution

문제의 해결방안은 무엇일까?

상위행정의 변화
현실화가 필요하다.

1. 상위 기관의 보건소사업비 증액
2. 강사의 근본적 강사료 증액
3. 보건소의 무료 프로그램 보완
4. 건강운동관리사 업무축소를 통한 업무집중 필요
5. 워킹교육과 연계한 프로그램운영

NWI solution

2019 강사수당 및 원고료 지급기준

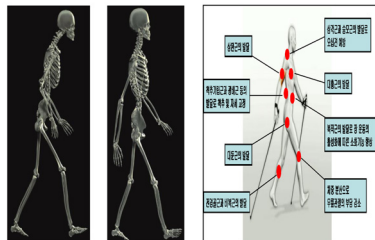
등급	직무명		지급기준(원)	
	일명	공직자 등	최초	초과
1급	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	40	3000
	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	30	200
2급	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	25	12
	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	15	8
3급	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	10	5
	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	5	3
4급	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	3	2
	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	전직 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호) 또는 전문직(대통령령 제219호)	2	1

NWI solution

걸어라: 걷는것 만이 최선일까?

노르딕워킹을 해라.

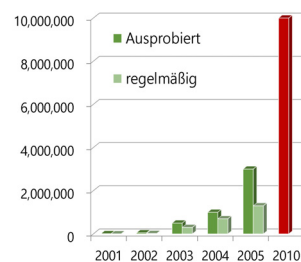
1. 자세교정 효과
2. 통증완화 효과
3. 칼로리 소모 효과



NWI solution

노르딕워킹이란?

전용 스틱을 사용하여 걷는 온몸 운동



NWI 발표자 소개

➤ 주요경력

- 고려대학교 국제스포츠학부 강사
- 사)노르딕워킹 I.K 대표이사
- 완도군 해양기후치유 노르딕워킹 프로그램개발 자문교수
- 고흥군팔영산 노르딕워킹센터 및 코스개발 자문교수
- 김경태 전기연구소 소장
- 스위스관광청 트레볼트레이너 자문교수



➤ 특기사항

- 이학박사(고려대학교 대학원)
- 특허등록(제10-1472658호, 2014년 12월 8일)
- 워킹트레이너 1급 자격
- 노르딕워킹 HeadCoach(독일)
- 서울시장표창장, 2005(생활체육)
- 남산노르딕워킹클럽 지도교수(2001-현재)
- 광교호수공원 노르딕워킹 지도교수(2015-현재)
- 완도군 해양기후치유 노르딕프로그램 운영



발표자 소개



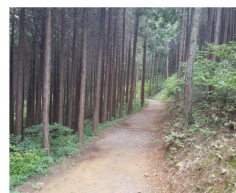
완도군 해양기후치유 노르딕워킹체험



완도군 해양기후치유 노르딕워킹체험



고흥군 팔영산 편백숲 노르딕워킹체험



고흥군 팔영산 편백숲 노르딕워킹체험

