

광양시, 건강가정 회복 위해 ‘광양여성상담센터’ 운영

가정폭력 피해자 치료·가해자 교정 치료 지원

현수막·소식지·거리 캠페인 등 홍보활동 병행

광양시는 가정폭력 예방과 피해자 지원을 위해 광양여성상담센터를 운영하고 있다.

광양여성상담센터는 1999년 가정폭력상담소로 지정돼 가정폭력 및 성폭력 상담과 함께 초·중·고등학교와 각종 기관의 가정폭력·성폭력 예방교육을 하고 있다.

폭력 예방을 위해서 근본적인 인식 개선이 필요한 만큼 교육뿐만 아니라 현수막, 소식지, 거리 캠페인 등 홍보활동도 병행하고 있다.

또한, 가정폭력·성폭력 피해자

를 위한 수사 지원, 법률 및 의료 지원 연계 등 피해자에게 필요한 서비스를 통합적으로 제공하고, 내담자를 위해 초기 상담부터 전문기관과 복지서비스를 연계해 재발 방지를 위한 사후관리까지 지원한다.

시는 2020년 광양여성상담센터에 접수된 1,319건의 상담 중 가정폭력 관련상담이 798건으로 전체 상담의 61%를 차지했다고 밝혔다.

2019년 총 상담건수 1,445건과 비교했을 때 상담건수는 감소했

나, 부부 갈등·가족 문제 등 가정 내 갈등 상담건수는 오히려 증가한 것으로 나타났다.

이는 코로나19 방역지침에 따른 사회적 거리두기, 외출 자제 등으로 가족 구성원들이 가정에서 보내는 시간이 늘어남에 따라 가정 내 갈등이 증폭된 것으로 보인다.

또한, 여성가족부 ‘가정폭력실태 조사 연구’에 따르면 폭력 피해를 경험한 응답자 중 폭력행위에 대해 주위에 도움을 청한 경우가 1.0%로 매우 적은 것이 확인됐다.

여성상담센터 방문이나 전화상담이 어려운 경우 광양여성상담센터 홈페이지(blog.naver.com/gwywca1254)를 통해 사이버상담이 가능하며, 폭력 예방교육은

광양여성상담센터(☎061-761-1254, 1256)에서 사전접수로 운영 중이다.

양경숙 광양여성상담센터소장은 “코로나19로 인한 경제적 어려움이나 가족 간 갈등이 자칫 가정폭력으로 이어질 우려가 있는 만큼 지역사회 구성원들의 가족과 이웃에 대한 세심한 관심이 필요하다”며, “광양여성상담센터가 가족 구성원과의 갈등으로 지친 분들의 건강한 가정회복을 위한 징검다리 역할을 하도록 노력하겠다”고 말했다.

최숙좌 여성가족과장은 “가정폭력은 피해자뿐만 아니라 가정 내 구성원들에게 심각한 피해를 야기하므로, 주변에 어려움을 겪고 있는 분이 있으면 광양여성상담센터를 소개해 달라”며, “가정폭력으로



상처받은 주민에게 보호·상담 서비스를 지원하고 가해자들의 인식 변화를 돕는 등 어려움을 함께하

는 건강한 광양시를 만들겠다”고 말했다.

동부취재본부 김택영 기자

나주 빛가람건강생활지원센터, ‘온라인 운동교실’

요가·기공체조 실시간 온라인 강습 운영



나주시 빛가람건강생활지원센터(이하 센터)에서 코로나19 장기화 속 주민 건강증진을 위해 운영하는 ‘온라인 운동교실’이 큰 호응을 얻고 있다.

센터는 사회적 거리두기로 인한 집합 운동 프로그램 제한 조

치에 따라 지난 1월부터 온라인 플랫폼을 활용한 비대면 신체활동 프로그램을 운영하고 있다고 4일 밝혔다.

프로그램 구성은 요가, 기공체조 종목으로 자세 교정 등 전문 지도자와의 상호 피드백이

가능하도록 실시간 온라인 강습으로 진행된다.

참여자에게는 운동 전·후 체지방 측정, 폴레스테롤 검사 등 체계적인 건강관리 서비스도 제공한다.

프로그램 참여를 원하는 주민은 빛가람건강생활지원센터(☎339-4753)에 방문 또는 유선으로 신청하면 된다.

김영식 나주시보건소장은 “코로나19 장기화로 대면·집합 교육이 어려운 상황에서 주민의 신체활동 부족과 실내 운동 욕구 해소를 위한 온라인 건강증진 프로그램을 지속적으로 발굴, 추진하겠다”며 “주민들의 올바른 운동 습관 형성과 자가 건강관리 능력 향상에 도움이 되길 바란다”고 밝혔다.

기동취재본부

여주시, ‘코로나19로 비타민D 부족’ 무료검사 실시

선착순 2500명 대상...부족·결핍자는 식생활개선 후 재검

여주시가 시민 2500명을 대상으로 비타민D 무료 검사를 실시한다.

비타민D는 우리 몸에 중요한 필수 영양소로, 골다공증을 비롯한 뼈, 관절 관련 질환을 예방해 주고, 체내 면역기능 유지와 심혈관 질환·암 위험성을 낮추고, 우울증 예방 등에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다.

시에 따르면 2019년 6월부터 지난해 12월까지 여주시민 3,546명을 대상으로 비타민D 무료검사를 실시한 결과 77.2%(2,737명)가 부족 또는 결핍으로 나왔다.

연령대가 낮을수록 수치가 낮았으며, 특히 10~30대가 부족하며 이 중 여성의 수치가 더 낮은 것으로 나타났다.

지난해는 2019년도에 비해 부족자와 결핍자 비율과 평균수치가

모두 낮아져, 코로나19로 인한 야외활동 감소가 시민의 건강에 영향을 미친 것으로 분석했다.

비타민D는 햇빛을 충분히 쬐면 체내에서 합성되기 때문에 강한 자외선을 피해 하루에 20분 정도 산책을 하는 것이 좋으며, 개인의 상태에 적합한 방식으로 식생활개선, 영양제나 주사제 등을 통해 비타민D를 보충하면 된다.

검사를 원하는 시민은 신분증을 가지고 중부보건지소(여서동주민자치센터 옆)에 방문해 채혈검사를 통해 본인의 비타민D 수치를 확인할 수 있다.

결핍자의 경우 3~4개월 동안 식생활 개선과 영양보충제 복용 등 생활 행태 개선을 위해 노력한 후 보건소를 방문하면 재검사를 통해 상태가 개선되었는지 확인해 준다.



시 관계자는 “시민들이 비타민D의 중요성을 인식하지 못하고, 노인층에서 비타민D가 부족할 것이라고 생각하지만 상대적으로 젊은 층에서 부족한 경우가 더 많다”면서, “젊은층일수록 비타민D에 대한 관심을 갖고 식생활과 생활습관 개선을 통해 주기적으로 비타민D 상태를 관리해야 한다”고 말했다.

기동취재본부

한국언론진흥재단
Korea Press Foundation

하나의 마음으로 대한민국의 이름으로

코로나19, 우리가 함께할 때 이겨낼 수 있습니다!

강도 높은 #사회적 거리두기 캠페인



외출을 자제하고 최대한 집안에 머물러 주세요!



마스크 쓰기, 손씻기 등 개인위생수칙은 준수해 주세요!



약수 등 신체 접촉을 피하고 2m 건강거리를 두어 주세요!