몸·마음 튼튼 '성장 프로그램' 인기

장수 장계면건강생활지원센터, 초4~중학생 대상 두달 여 간 운영

장수군(군수 장영수) 장계면건강생활지원센터에서는 관내 학생들을 대상으로 청소년기 올바른 성장을 위한 다양한 신체활동을 통한 기초체력 향상과 스트레스 해소, 비만 예방 등을 위한 '청소년 성장 프로그램'을 운영하고 있다고 1일 밝혔다.

대상은 신체 발달이 급격하고 활발히 이뤄지는 초등학교 4학년 부터 중학생들이며 지난 7월 10일부터 8월말까지 2개월간 화요일·목요일 주 2회, 오후 4시30분~5시30분까지 1시간 동안 운영하고 있다.

최근 국가비만관리 종합대책 발표에 의하면 청소년 비만율이 26%로 이미 OECD평균(25.6%)를 넘어서고 있으며 장계면 지역 청소년의 비만율은 전북도 평균 보다 약 2~6% 정도 높으며 비만율이 높아지는 추세에 있다.

이에 장계면건강생활지원센터에서는 작년 운영 성과가 좋고 참여자들의 만족도가 높아 학교 및 학부모들의 지속적인 프로그램 운영에 대한 요구가 많았던 '청소년 건강관리프로젝트' 금년도 계속해 시행한다.

장수군 장계면건강생활지원센터에서는 관내 학생들을 대상으로 '청소년 성장 프로그램'을 운영하고 있다.

'청소년 성장 프로그램'은 다이어트, 근력, 스트레칭, 키성장, 유산소 운동의 복합체 프로그램이다.

신체 계측, 체성분 분석 등 기초검사, 점핑동작을 통한 성장판 자극 및 균형감각을 향상시키는 트램폴린 운동, 음악과 함께하는 신나는 스트레칭 등의 신체활동을 비롯한 식생활 개선을 위한 맞춤 영양상담, 교육 및 건강한 간식 만들기 실습, 청소년 흡연예방교육이 다양하게 운영된다.

위상양 보건의료원장은 "본 프로그램을 통해 스트레스를 해소하고 꿈과 끼가 충만한 건강한 내일이 있는 청소년기를 보낼 수 있길 바란다"고 말했다. /장수=고판호 기자

무주군은 1일 전통문화의 집 대강당에서 황인홍 군수를 비롯한 무주군 공무원 2000여 명이 참석한 가운데 월례조회를 가졌다.

"뜻 모아 추진력 발휘하는 8월 만들자"

황인홍 무주군수 월례조회서 반딧불축제 준비 강조

무주군은 1일 전통문화의 집 대강당에서 황인홍 군수를 비롯한 무주군 공무원 200여 명이 참석한 가운데 월례조회를 가졌다.

'취임 후 첫 월례조회'라며 소회를 밝힌 황인홍 무주군수는 "본격적인 휴가, 방학 철을 맞아 바쁘고 폭염까지 겹쳐 지치지만 뜻 모아 추진력을 발휘하는 8월을 만들자"라고 말했다.

이어 △여름철 물놀이 안전과 △행락질서 확립, △재난위험지구 안전점검, △소외계층 주민들의 어려움을 헤아리는 일 △공무운 친절마인드 제고 등 시기를 놓쳐서는 안 되는 현안 업무를 꼼꼼히 챙겨 줄 것을 당부했으며 한 달 여 앞으로 다가온 제22회 무주반딧불축제의 성공적 개최를 위해 역량을 발휘해 줄 것을 강조했다.

특히 문화관광 대표축제 타이틀을 걸고 개최되는 첫 축제인 만큼 격에 맞는 축제, 기대에 부응하는 축제로 만드는데 심혈을 기울여야 할 것 이라며, 8월 한 달 간 축제 지원단을 중심으로 분야별 맡은 바 역할을 완수하는데 최선을 다해 달라고 말했다.

한편, 제22회 무주반딧불축제는 9월 1일부터 9일까지 무주군 일원에서 개최될 예정으로 9일 간 반딧불이 신비탐사 원정대를 비롯한 낮에도 반딧불이의 발광모습을 관찰할 수 있는 주제관과 1박 2일 생태탐험 등 다양한 프로그램을 만날 수 있다.

/무주=전문선 기자

지역 메아리

진드기 매개 감염병 예방 주력

진안군보건소(소장 성을경)은 전북 도내 진드기 매개 감염병중 중증열성혈소판감소증후군(SFTS) 환자 발생과 사망자가 증가함에 따라 예방에 총력을 기울이고 있다.

보건소는 감염병 예방을 위해 지난 7월부터 관내 마을회관과 무더위 쉼터를 직접 방문해 진드기 매개 감염병중 쯔쯔가무시증와 SFTS의 발생원인, 임상증상, 예방수칙 교육을 실시하고 있다.

또한 예방물품인 기피제를 전 세대(12,140세대)에 배부를 마치고 마을방송시스템을 활용해 마을 전역으로 진드기 매개 감염병 예방수칙을 지속적으로 홍보할 계획이다.

SFTS는 혈소판감소증후군을 일으키는 바이러스에 의한 중증열성바이러스성질환으로 바이러스에 감염된 작은소피참진드기가 사람을 물어 감염된다. 이에 따라 농작업 및 야외활동 후에는 몸에 진드기가 붙어있는지도 꼼꼼히 확인하는 것이 중요하며 1~2주 내에 고열과 동시에 소화기 증상 등이 있을 경우에 즉시 의료기관에서 진료를 받아야 한다.

진드기 매개 감염병을 예방하기 위해서는 진드기에 물리지 않도록 하는 것이 최선의 예방법이며 예방 수칙으로는 ▲피부노출 최소화하기 ▲작업복과 일상복은 구분해 입기 ▲풀밭 위에 옷을 벗어두거나 눕지 않기 ▲농작업 후 옷은 털고 반드시 세탁하고 목욕하기 등을 생활화 해야 한다.

보건소 관계자는 "10월말까지 인식 및 행동개선을 목표로 교육과 홍보 활동을 펼칠 예정이다"고 말했다.

/진안=우태만 기자

"민선7기 군민과의 약속 반드시 이행"

무주 공약사업 실행계획 보고회서 추진방안 논의

무주군이 민선7기 공약사업의 속도감 있는 추진을 위해, 1일 황인홍 무주군수 주재로 공약사업에 대한 실행계획 보고회를 가졌다.

대회의실에서 개최된 이날 보고회는 공약 소관부서의 부서장과 사업담당들이 참석해 공약별 사업기간, 재원조달 계획, 사업시행에 따른 문제점과 대책 등 공약사업의 구체적인 추진방안에 대해 심도 있게 논의했다.

주요 논의 대상 사업으로는 세계적인 으뜸관광, 건강가득 소득농업, 함께하는 주민복지, 지역맞춤 특색개발, 움직이는 자치행정 등 5개 분야, 10개 정책과제, 89개 세부사업(신규사업 53건, 계속사업 31건, 기타 5건)으로, 지역경제 활성화와 주민복지 향상을 통해 농촌의 가치가 공존하는 품격 있는 무주를 만들어 군민 행복 시대를 열어 가겠다는 각오다.

무주군이 민선7기 공약사업의 속도감 있는 추진을 위해, 1일 황인홍 무주군수 주재로 공약사업에 대한 실행계획 보고회를 가졌다.

이날 황인홍 군수는 공약사업 부서장과 사업담당이 모두 모인 자리에서 "공약사업은 군민과의 약속이며, 군민 행복과 밀접한 관련이 있는 만큼 반드시 이행될 수 있도록 최선을 다 해 달라"고 당부했다.

무주군은 앞으로도 추가적인 보고회를 개최하고 주민 배심원단 운영 등 군민 의견을 수렴해 공약사업을 확정한 후 사업을 내실 있게 추진해 나갈 것이라고 밝혔다.

한편 무주군은 민선 7기 출범 직후, 군수 공약사업 종합 관리 계획을 수립하고, 무주군수 공약사업 관리규칙안을 마련해 공약사업이 효율적이고 체계적으로 추진될 수 있도록 힘써왔다. /무주=전문선 기자

장수, 샐러드채소 계약재배로 농가소득 향상 기대

장수군은 샐러드생산 전문업체와 샐러드채소 계약재배를 통해 총35톤을 올해 7월부터 11월까지 납품할 계획이라고 밝혔다.

계약재배 품목은 멀티그린, 멀티레드, 로메인, 적근대, 버터헤드 5개 작목이며 4농가가 2,500평 재배중으로 7월 12일 첫 출하 이후 매주 1.4톤 납품할 하고 있으며, 하절기에는 5톤가량 추가 납품할 예정이다.

또한 2017년 6월부터 농가에 체계적이고 안정적인 판로를 구축하고 정기적인 소득원을 창출하기 위해, 샐러드채소(멀티리프, 찰스 등)를 하우스 2,000평에 시범적으로 계약재배를 진행해왔다.

그 결과, 샐러드채소는 더운 날씨에 취약한 작물로 하절기에는 좋은 품질을 기대하기 어려우나 장수군은 준고랭지로 일교차가 커 고품질의 샐러드채소를 생산하고 있어 타 지역에 비해 가격경쟁에 유리했다. 또한 포기로 수확해 고령화돼 가는 농촌에 노동력을 절감시키고 최신 소비트렌드를 반영한 작목재배로 안정적인 소득을 창출했다.

농업기술센터 서정원 소장은 "작년 대비 올해 계약재배 물량은 300% 이상 증가해 새로운 소득원으로 자리잡았으며, 납품업체 확장을 위해 새로운 작물도 지속적으로 시험재배 할 예정이다"고 말했다.

/장수=고판호 기자

장수사과 폭염 피해 최소화 최선

장수군은 고온과 강한 햇빛에 의한 사과 일소(햇빛데임)피해 발생 최소화를 위해 과원관리 지도에 최선을 다하고 있다고 1일 밝혔다.

전국적으로 폭염에 의해 사과 일소피해가 많이 발생하고 있으나, 장수군은 금년에 사과 일소피해가 많이 발생 할 것을 예상하고 군비 1억여원을 투입, 예방제를 미리 지원함으로써 타 지역보다는 피해가 덜한 것으로 나타났다.

특히 장수군은 신규과원 조성 시 관정을 함께 지원함으로서 계속되는 가뭄에도 사과나무들이 큰 피해 없이 성장하고 있다고 한다.

군 관계자는 "농작물 기상재해는 사전 예방이 중요하므로 내년에도 사과 전면적에 대해 저온피해와 일소피해에 대한 예방제를 지원해 피해를 최소화 할 계획이며, 토양 수분관리, 잎따기 작업 늦추기 등 과원관리 기술지도를 지속적으로 해 나갈 계획"이라고 말했다.

/장수=고판호 기자