

【모범사례 1】

국민체력100 거점체력센터 운영

- 과학적 시스템을 통한 시민의 건강 체력 수준 객관적으로 평가
- 맞춤형 운동처방 및 체력관리를 제공하여 시민건강 증진에 기여

□ 추진개요

- 사업경비 : 196,000천원(국비)
- 사업장소 : 종합운동장 113호(면적 : 250m²)
- 사업기간 : 2013. 3. 5. ~ 2013. 11. 22.
- 사업대상 : 성인 및 어르신(만19세 이상)

□ 추진실적

- 체력측정 및 운동처방
 - 목표 : 3,200명 - 실적 : 2,379명(74.3%)
- 체력증진교실 운영현황
 - 목표 : 300명 - 실적 : 258명(86%)
- 체력왕 선발대회 개최(5.1)
- 거점체력센터 홍보
 - 출장체력측정 등 30회 신문보도, HCN '뉴스와이드' 등 홍보

□ 향후계획

- 성과보고회 개최(7월, 11월) 및 하반기 체력왕 선발대회 개최
- 소외계층 출장 측정 강화

□ 기대효과

- 체력수준, 행복지수 증대를 통한 건강한 100세 포항 건설 주도
- 과학적 체력관리 지원을 통한 생활체육 참여율 증진

【모범사례 2】

노인복지회관 1.3세대 통합프로그램 운영

청소년과 노인이 함께 하는 나눔 봉사활동을 실시하여 세대간, 장벽을 없애고
우리사회의 소외된 계층과 약자들이 상호 연대하여 공동체 의식을
키울 수 있는 기회를 제공하고자 함

□ 추진방향

- 서로 배우고 돌보는 과정을 통해 노인 소외, 학교폭력, 집단 따돌림 등의 문제를 해결할 수 있는 나눔과 배려, 관용을 배울 수 있는 기회를 제공하고자 함
- 지속적인 봉사와 친교 나눔, 다양한 프로그램을 통해 공동체 의식을 함양시키고자 함

□ 추진개요

- 일 시 : 연중 상시 운영
- 대 상 : 학생 80명, 노인복지회관 어르신 80명
- 내 용 : 어르신들과 함께 교육프로그램 및 체육활동 참여
- 후 원 : 공익사단법인 체험학습연구개발협회 경북본부

□ 추진실적

- 실 적
 - 2012년 6회 850명(학생 400명, 어르신 450명)
 - 2013년 5회 200명(학생 100명, 어르신 100명)
- 내 용: 스포츠특강, 체험활동, 트로트댄스 배우기 등

□ 기대효과

- 노인과 청소년의 교류 확대를 통해 복지회관 홍보 효과
- 노인의 지혜와 청소년의 지식을 나눔으로써 교류 확대