

 보건복지부	보 도 자 료 7월 4일(목) 조간 (7.3.수.12:00 이후 보도)			
 한국건강증진개발원				
배 포 일	2019. 7. 3. / (총 6매)			
보건복지부 건강증진과	과 장	정 영 기	전 화	044-202-2820
	담 당	배 철 희		044-202-2821
한국건강증진개발원 건강실천팀	팀 장	조 아 라	전 화	02-3781-3586
	담 당	유 혜 진		02-3781-3592

건강한 돌봄놀이터, 아동 비만을 1.8%p 감소

- 보건복지부·건강증진개발원, 2018년 아동비만예방사업 추진성과 발표 -

□ 보건복지부(장관 박능후)와 한국건강증진개발원(원장 조인성)은 2018년에 초등돌봄교실 이용 아동(초등학교 1~2학년)을 대상으로 영양·식생활 체험 및 놀이형 신체활동 프로그램을 제공하는 ‘건강한 돌봄놀이터’ (아동비만예방 사업) 사업을 진행한 결과, 아동 비만율이 1.8%p 감소하는 등의 성과가 있었다고 밝혔다.

○ 2018년에는 전국 93개 보건소, 305개 초등학교가 참여하여 총 1만 542명 아동에게 영양·식생활 체험 및 놀이형 신체활동 프로그램을 제공하였다.

* (‘17년) 23개 보건소, 61개 초교 2,354명 → (‘18년) 93개 보건소, 305개 초교 10,542명 <붙임2 참고>

□ 사업 참여 아동을 대상으로 프로그램 참여 전·후 비만도, 영양지식, 식생활 행태, 신체활동량의 변화를 평가하였고, 부모, 학교 및 보건소 사업관계자 대상으로 만족도 조사를 실시하였으며, 주요 내용은 다음과 같다.

○ (비만율 감소) 프로그램 참여 전·후 과체중·비만 아동 비율이 참여 전 20.3%에서 참여 후 18.5%로 약 1.8%p 감소하였다.

- (체질량지수 감소) 비만판정 지표인 체질량지수(BMI, Body Mass Index)도 참여 전 17.29kg/m^2 에서 참여 후 17.23kg/m^2 으로, 0.06kg/m^2 감소하였다.
- (영양 지식·행태 개선) 영양지식(100점 만점)은 참여 전 83.25점에서 참여 후 88.01점으로 4.76점 상승하였고, 식생활 태도 점수(100점 만점)는 참여 전 73.34점에서 참여 후 74.30점으로 0.96점 증가하였다.

- (신체활동 행태 개선) 주당 중강도 신체활동 시간*은 참여 전 778.15분에서 참여 후 969.31분으로 191.16분 증가하였고, 주중 앉아서 보낸 평균 시간은 참여 전 303.46분에서 참여 후 267.42분으로 36.04분 감소하였다.

* 중강도 신체활동은 평소보다 숨이 더 차는 활동으로, 빨리 걷기, 자전거 타기, 배드민턴 연습 등이 속함

- (사업 만족도) 전체 응답의 83.6%가 프로그램에 만족한다고 답하였으며, 83.3%가 2019년에도 다시 참여하겠다는 의지를 나타냈다.

- 특히, 학교 내 돌봄 담당 교사의 경우 프로그램 만족도 95%, 2019년 사업 재참여 희망률 91.7%, 다른 학교로의 확대 희망률 94.0%, 비만예방 및 건강증진의 도움 정도 88.4%로 높은 만족도를 보였다.

- 보건복지부 정영기 건강증진과장은 “건강한 돌봄놀이터 사업의 성과가 입증된 만큼 2019년에는 지역아동센터 이용 아동까지 대상을 확대하고, 프로그램 운영기간도 3개월에서 한 학기 운영으로 늘렸다”고 전했다.

- 아울러 “아동 비만대책의 핵심과제로써 이 사업을 통해 성장기 아동들이 건강한 생활습관(올바른 식습관 및 신체활동량 증가 등)을 형성할 수 있도록 다양한 교육내용을 개발하고 프로그램의 질을 향상시켜 나갈 계획”이라고 밝혔다.

- 한국건강증진개발원 조인성 원장은 “2019년에는 사업 대상 및 운영기간을 확대하였으며, 120여 개 지방자치단체에서 본 프로그램을 운영 중”이라고 말했다.
- 또한 “지방자치단체 사업 상시 기술지원, 교육매체 개발·보급, 사업 홍보내용을 제작하여 적극적인 사업 추진 및 홍보를 통해 국가 대표 아동비만예방사업으로 자리매김할 계획”이라고 전했다.

- < 붙임 > 1. 2019년 아동비만예방관리사업 「건강한 돌봄놀이터」 설명자료
2. 2018년 아동비만예방관리사업 「건강한 돌봄놀이터」 성과

붙임 1 2019년 아동비만예방사업 「건강한 돌봄놀이터」 설명자료

□ (목적) 건강한 아동기 성장환경 조성을 통해 올바른 식습관 형성 및 신체활동 증가 등 건강생활습관 정착 및 아동비만예방 실현

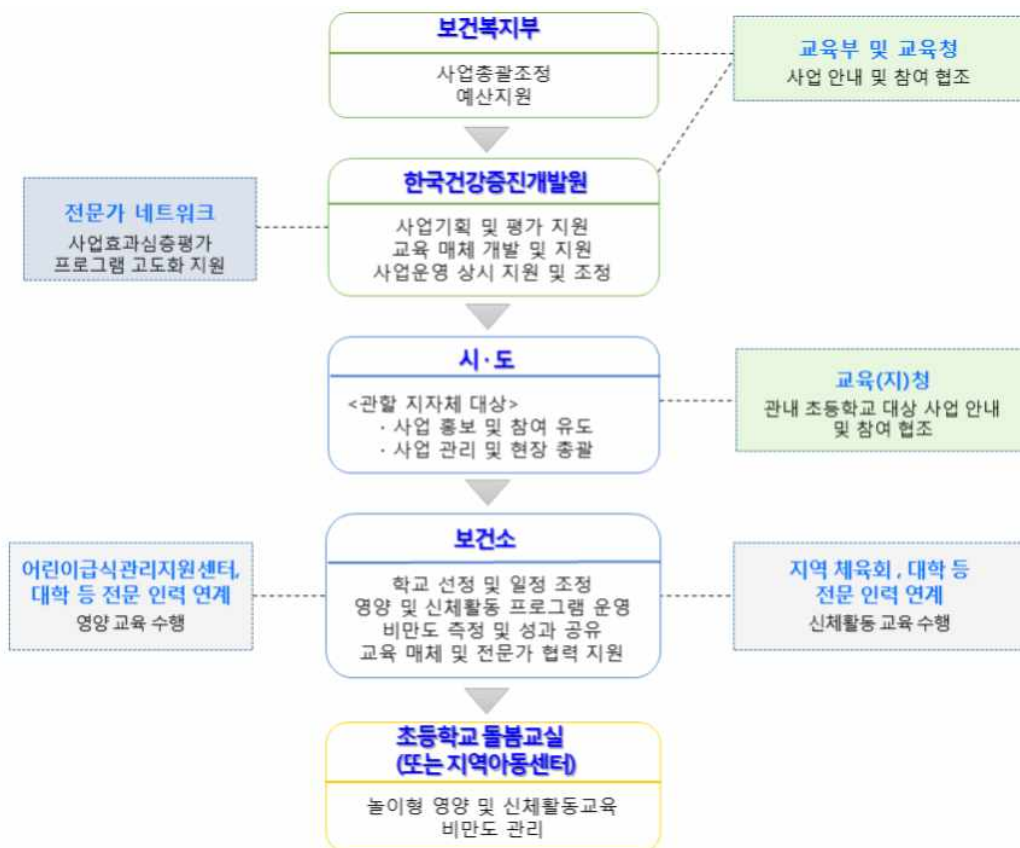
* 추진경과 : ('16년) 8개 보건소, 10개 돌봄교실, 아동 248명 → ('17년) 23개 보건소 61개 돌봄교실, 아동 2,357명 → ('18년) 93개 보건소, 305개 돌봄교실, 아동 1만542명 → ('19년) 102개 보건소, 402개 기관 참여 중

□ (내용) 초등돌봄교실, 지역아동센터 이용 아동(1~2학년) 대상으로 영양 및 신체활동 교육 등의 비만예방 프로그램* 운영('16.9월~)

* 구성 : 놀이형 영양 교육(24차시), 신체활동 교육(96차시), 비만도 측정 및 건강습관 평가

□ 추진체계

○ 지역사회 자원(학교-보건소-지역단체·기관) 및 부처 간(복지부-교육부(청)) 협력을 통한 아동비만예방관리 환경구축



붙임 2 2018년 아동비만예방관리사업 「건강한 돌봄놀이터」 성과

□ 사업 운영 현황

시·도명	보건소 수 (개소)	참여 총계(개교, 명)		표준형(개교, 명)		활용형(개교, 명)	
		학교 수	아동 수	학교 수	아동 수	학교 수	아동 수
총 계	93	305	1만542	280	9,147	25	1,395
서울특별시	5	17	554	17	554	0	0
부산광역시	16	50	1,179	50	1,179	0	0
대구광역시	1	5	203	5	203	0	0
인천광역시	3	7	306	7	306	0	0
광주광역시	5	18	573	18	573	0	0
울산광역시	3	13	418	13	418	0	0
경기도	21	92	4,372	74	3,143	18	1,229
강원도	6	18	415	18	415	0	0
충청북도	4	9	232	9	232	0	0
충청남도	9	23	693	21	653	2	40
전라북도	2	3	75	2	27	1	48
전라남도	2	7	198	7	198	0	0
경상북도	5	14	409	14	409	0	0
경상남도	5	14	372	10	294	4	78
제주특별자치도	6	15	543	15	543	0	0

※ 사업모형 : (표준형) 프로그램 프로토콜 준수, (활용형) 교육매체를 활용하여 지자체 여건에 맞게 운영

□ 프로그램 효과평가 결과

○ 아동의 비만을 현황

구분	정상체 중군	과체 중·비만군	계
사전	4,778(79.7)	1,217(20.3)	5,995(100.0)
사후	4,886(81.5)	1,109(18.5)	5,995(100.0)

Values are n(%).

※ 2017년 소아·청소년 성장도표에 의한 성별·연령별 체질량지수 백분위수 기준 적용함

(비만) BMI 95백분위수 이상, (과체중) BMI 85-95백분위수, (정상) BMI 5-85백분위수, (저체중) BMI 5백분위수 미만

○ 체질량지수 및 건강행태 변화

구분	사전	사후	변화
중강도 신체활동 시간(분)*	778.15±1032.75	969.31±1278.44	191.16분 증가
주중 잤아서 보낸 시간(분)*	303.46±299.18	267.42±277.31	36.04분 감소
영양지식 점수(점)*	83.25±18.47	88.01±16.65	4.76점 증가
영양행태 점수(점)*	73.34±16.89	74.30±16.89	0.96점 증가
체질량지수(kg/m²)*	17.29±2.87	17.23±2.94	0.06kg/m² 감소

Values are Mean±SD, * $P<.001$

□ 사업관계자 프로그램 만족도 조사 결과

※ ‘매우만족’ 또는 ‘만족’, ‘매우 그렇다’ 또는 ‘그렇다’ 라고 응답한 현황임(5점 리커트 척도)

구분	학부모 (n=5,995)	학교관계자 (n=623)	보건소관계자 (n=381)	총계 (n=6,999)
전반적 프로그램 만족	82.3(4,933)	95.0(592)	85.0(324)	83.6(5,849)
‘19년 사업 재참여 희망	83.2(4,986)	91.7(571)	71.4(272)	83.3(5,829)
타 학교로의 확대 희망	82.7(4,962)	94.0(586)	79.3(302)	83.6(5,850)
비만예방 및 건강증진 도움	76.4(4,581)	88.4(551)	78.5(299)	77.5(5,431)

Values are %(n).