

Yeosu Web Contents

2024년 05월 03일 07시 53분



목차

목차	2
보도자료 - 전체	3
여수시, 고혈압·당뇨병 건강충전 운동교실 운영	3

보도자료

해명자료

여수시, 고혈압·당뇨병 건강충전 운동교실 운영

2024.03.12 조회수 87 담당부서 건강증진과 담당자 장민채 연락처 061-659-4361

‘운동하GO 건강올리GO!’...동부도시보건지소 건강증진실, 주2회

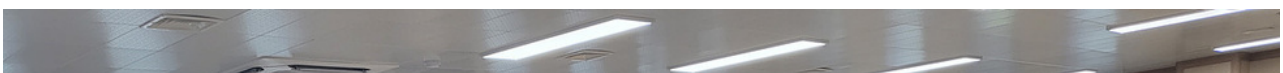
여수시(시장 정기명)는 오는 18일부터 1기 ‘운동하GO 건강올리GO!’ 건강충전 운동교실을 운영한다.

동부도시보건지소 건강증진실에서 3~8월 총 8주간, 주 2회(월,수) 오후 2시부터 3시까지 운영되며 앞서 모집된 보건소 등록 고혈압·당뇨병 질환자 15명을 대상으로 진행된다.

과정은 ▲사전·사후 기초 건강 검진(혈압, 혈당, 총콜레스테롤, 체중, 복부둘레, 체성분) ▲만성질환 관리를 위한 덤벨, 폼롤러, 세라밴드 등 다양한 기구를 이용한 올바른 운동 처방 ▲고혈압·당뇨병에 대한 올바른 이해 등 이론과 실습으로 구성됐다.

시 관계자는 “고혈압·당뇨병 질환자에게 개인별 건강 상태를 고려한 운동 처방과 규칙적인 운동프로그램을 제공코자 한다”며 “이를 통해 만성질환 자가 건강관리 능력 향상으로 시민들이 더욱 건강한 삶을 영위하기 바란다”고 전했다.

한편 2기는 9~12월까지 진행되며, 기 모집된 보건소 등록 고혈압·당뇨병 질환자 15명이 참여한다.





첨부파일

[전체\(Zip\)다운로드](#)

5 여수시, 고혈압·당뇨병 건강충전 운동교실 운영.jpg (39 hit/ 354.0 KB) ↓

[미리보기](#)

5-2 여수시, 고혈압·당뇨병 건강충전 운동교실 운영.jpg (40 hit/ 381.9 KB) ↓

[미리보기](#)

목록

이전글

여수시, 드론 조종 자격취득 교육 참여자 모집

다음글

여수시, '전세보증금반환보증 보증료 지원' 전 연령..

COPYRIGHT © YEOSU-CITY. ALL RIGHTS RESERVED.

(http://www.yeosu.go.kr)

Yeosu Web Contents

