



모바일로 만나는
중랑구 소식



음성으로 만나는
중랑구 소식

중랑 소식

2022 11월
제554호

출산에서 교육까지

아이 키우기 좋은 중랑



특별기획

- 아이 키우기 좋은 중랑
- 중랑구 모아타운이 알고 싶다

중랑안테나

- 겨울편 중랑행복글판 문안 공모
- 중랑구 장애인 일자리박람회 개최

의회소식

- 제257회 정례회 개최
- 2022년 의원연구단체 활동 본격 시작

건강톡톡

- 서울형 유급병가 지원
- 국가암검진 대상자 안내

엄마·아빠도 아이도 행복한 도시,

아이 키우기 좋은 중랑

온 마을이 다함께 아이를 키운다는 마음으로 '아이들이 더 행복하게 자라는 중랑'을 만들기 위해 다양한 육아 복지 혜택을 제공하고 있습니다. 임신부터 출산, 육아 그리고 교육까지 중랑구 엄마·아빠와 아이들이라면 누구나 도움받고 누릴 수 있는 혜택들을 소개해드립니다.

• 두근두근 우리 아이와의 첫 만남을 응원해요 •



아기와 엄마의 건강한 시작

임산부 건강관리

임산부가 건강하게 아이를 출산할 수 있도록 맞춤형 건강관리 서비스를 지원합니다.

산전관리 서비스

지원대상 관내 주소지 임산부

지원내용 임신초기·중기 검사

- 초기(임신 ~ 16주) : 혈액검사
- 중기(임신 24 ~ 28주)
: 임신성 당뇨병검사, 빈혈검사

신청방법 중랑구보건소 방문 검진

임산부 철분제 및 엽산제 지원

지원대상 보건소 등록 임산부

지원내용

- 임신 16주부터 철분제 지원 (5개월 분)
- 임신 3개월까지 엽산제 지원 (2개월 분)

신청방법 중랑구보건소 방문 신청

건강증진과 모자보건팀 ☎ 02-2094-0836



우리 아이와의 첫 만남을 위한

첫만남이용권

우리 아이와의 첫 만남, 출산 가정의 초기 양육비 부담 경감을 위해 첫만남이용권 바우처를 지급합니다.

지원대상 '22. 1. 1. 이후 출생아(만 0세)

지원기간 아동 출생일(주민등록일)로부터 1년

지원방법 출생아당 200만 원의 국민행복카드 이용권(포인트) 지급

사 용 처 유흥업종, 사행업종, 레저업종 등 제외한 다양한 곳에서 사용 가능

신청방법 **방문 신청** 동주민센터

온라인 신청 복지로(bokjiro.go.kr) 및 정부24(gov.kr)



행복출산 원스톱 서비스 이용하기

주민센터에서 출생신고와 함께 한 번의 통합신청서 작성으로 첫만남이용권, 양육수당, 아동수당 등 각종 출산지원 서비스를 편리하게 신청할 수 있습니다.

여성가족과 여성다문화팀 ☎ 02-2094-1767



출산가정으로 직접 찾아가는

따뜻한 중랑 산후조리 서비스

출산가정의 경제적 부담을 덜고 건강하게 산모와 신생아를 돌볼 수 있도록 산후조리 서비스를 지원해드립니다.

지원대상 산모·신생아 건강관리 서비스 신청 후 이용 완료한 가구

지원조건 아래 조건을 모두 충족하는 가구

신청 시 중랑구에
주민등록을 둔 산모

중랑구 실제 거주 1년 이상
산모 또는 배우자

영아의 출생신고를
중랑구에 등록한 가구

※ 단, 거주기간의 합이 1년 미만인 가구는 신청기간 내 1년이 도래한 시점에 신청

지원내용 산모·신생아 건강관리 지원 사업 정부지원금 외에 발생하는 본인부담금의 90% 지원(표준형 한도 내)

지원방법 산후도우미 서비스 이용 후 산모 통장으로 이체

신청기간 출산일로부터 1년 이내

신청방법 중랑구보건소 방문신청 또는 이메일 접수(ngn88@jn.go.kr)

※ '22. 1. 1. 출생아부터 소급지원 : 11. 1.(화)부터 신청 가능



바로가기



산모·신생아 건강관리 서비스란?

이용대상 중랑구 모든 출산가정 (기준중위소득 150% 기준에 따라 차등 지원)

신청기간 출산 예정일 40일 전 ~ 출산일로부터 30일까지

신청방법 중랑구보건소 방문 또는 복지로 홈페이지(bokjiro.go.kr)

지원내용 건강관리사가 출산가정을 방문하여 산모의 산후 회복과 신생아 양육 지원

이용방법 바우처 서비스 제공기관(상단 QR코드 참고) 선택, 계약 체결 후 이용

이용가격 태아 유형별로 상이 (이용가격 = 정부지원금 + 본인부담금)

* 본인부담금의 90%는 따뜻한 중랑 산후조리지원 사업을 통해 환급

• 우리 아이, 온 마을이 함께 키워요 •



아이 돌봄, 같이해요

공동육아방

중랑구의 영유아 가족들이 함께 놀이하고 자녀 양육에 대한 정보교류, 상담 서비스를 이용할 수 있는 공간입니다.

이용대상 만 5세 이하 영유아(보호자 동반)

운영내용 영유아 발달 놀이 프로그램, 실내놀이공간 조성

이용방법 중랑구 육아종합지원센터 홈페이지(jccic.or.kr)에서 예약

※ 5호점(공동육아나눔터)은 전화예약만 가능, 8호점(동원시장)은 임시휴무



▲ 중랑구 공동육아방 11호점 [도란도란]

시설현황 총 13개소

구 분	시설명	위 치	이런 점이 좋아요
1호점	아이티움	망우로67길 10, 6층(망우본동) ☎ 02-495-0030	아이 캠핑장과 복층놀이공간이 있어요
2호점	면목	동일로 591(면목5동) ☎ 02-439-6722	시설이 넓고 깨끗해요
3호점	중화	중랑역로3길 28(중화2동) ☎ 02-436-3681	1층에 장난감도서관이 있어요
4호점	아이사랑	망우로60길 37, 2층(망우본동) ☎ 02-437-1123	교통기관, 상점놀이 테마가 있어요!
5호점	공동육아 나눔터	용마산로 327, 2층(면목3·8동) ☎ 070-7434-5500	2층을 단독으로 사용해요
6호점	햇살아래	신내역로 131, 2층(신내1동) ☎ 02-3421-1120	탐색놀이 공간이 신나요
7호점	먹골꼬마	공릉로12가길 70-15, 2층(묵1동) ☎ 02-949-0032	아기자기하게 꾸며진 주방 놀이기구가 있어요
8호점	동원시장	상봉로11길 27-3(면목본동) ☎ 02-2209-0220	시장 안에 있어 접근성이 좋아요
9호점	상봉키움	신내로7가길 71, 2층(상봉1동) ☎ 02-435-0032	책 다락방에서 마음껏 시간을 보내요
10호점	장미향기	중랑천로 252-1, 2층(묵2동) ☎ 02-977-0032	트램폴린, 볼 풀장이 있어 활동적으로 놀아요
11호점	도란도란	봉화산로30길 89, 101호(상봉1동) ☎ 02-491-1123	지붕 모양 인테리어가 아늑해요
12호점	아이신나	면목로31길 60, 2층(면목4동) ☎ 02-436-1123	활동적인 놀이시설이 있어 아이~ 신나요!
13호점	망우자람	용마산로 461, 2층(망우3동) ☎ 02-433-1123	올해 새로 개소하여 아기자기하고 알찬 놀이터

📢 14호점(면목3·8동), 15호점(묵2동)이 새로 생길 예정이에요!

여성가족과 보육행정팀 ☎ 02-2094-1774



맞벌이 가정 돌봄 고민 해결사

우리동네키움센터

방과 후 돌봄이 필요한 초등학생들이 이용할 수 있는 휴식·학습·놀이 공간을 조성하고, 믿을 수 있는 돌봄 서비스를 제공합니다.

이용대상 만 6세 ~ 12세 아동

운영내용 놀이, 쉼, 아동주도형 배움 활동 등 돌봄 서비스 제공
※ 간식포함, 급식비 별도

이용방법 희망 센터에 전화 또는 방문 상담 후
우리동네키움포털(icare.seoul.go.kr/icare) 온라인 신청



3호점

구 분	시설명	위 치
1호점	신내동 우리동네키움센터	신내역로1길 145, 101호 (☎ 02-435-2157)
2호점	묵동 우리동네키움센터	신내로25가길 2, 303호 (☎ 02-972-6633)
3호점	면목4동 우리동네키움센터	용마산로 209, 상가1동 1호 (☎ 02-492-9598)
4호점	면목7동 우리동네키움센터	용마산로51길 42, 202호 (☎ 02-6212-0232)
5호점	망우본동 우리동네키움센터	양원역로 92 1층 (101동) (☎ 02-493-7942)

여성가족과 아동복지팀 ☎ 02-2094-1792



우리동네 육아정보가 궁금할 때엔

우리동네 꼼꼼 육아정보

우리동네 보육반장이 발로 뛰어 만든 우리동네 육아정보들을 한데 모은 책자입니다. 출산에서부터 아동기까지의 생애주기별 육아정보를 한 눈에 알아볼 수 있고 아이와 함께 즐길 수 있는 놀이터와 공원 등 체험공간까지 아이를 키우면서 궁금한 육아정보들이 가득합니다.



우리동네 꼼꼼 육아정보(jccic.or.kr)참고

중랑구 육아종합지원센터 ☎ 02-495-0030

서울시 **최대규모** '공공형 키즈카페' 「중랑실내놀이터」에서 신나게 놀아요!

아이들이 부담 없이 마음껏 뛰어놀 수 있는 중랑구의 첫 공공형 키즈카페 중랑실내놀이터를 소개합니다.

재미 보장

#1. 최신 놀이시설 가득 갖춘 **핫플레이스!**

탁 트인 놀이터 내부에는 트램폴린, 미끄럼틀, 모래 놀이터 등 14종의 놀이기구로 꽉 차 있어 아이들이 맘 나도록 뛰어놀다 보면 2시간이 순식간에 지나간답니다. 각기 다른 매력을 가지고 있는 다양한 놀이시설은 아이들의 잠재된 창의력과 상상력을 자극하고 신체 발달을 증진시켜 줍니다.

부담 없이

#2. **저렴한 비용**으로 마음 편히 즐겨요

중랑실내놀이터는 저렴한 비용으로 부모님의 부담을 줄이는 동시에 모든 아이들의 놀 권리를 보장합니다. 2시간에 1 ~ 2천 원의 입장료로 부모와 아이가 모두 즐거운 시간을 보낼 수 있습니다.

안심 공간

#3. **안전하고 쾌적한 놀이 공간**

미세먼지, 날씨 · 계절에 상관없이 아이들이 안전한 환경에서 뛰어놀 수 있습니다. 철저한 위생관리가 이루어지고 있으며, 보육교사와 시설 안전요원들이 곳곳에 배치되어 아이들이 안전하게 놀 수 있습니다.



쑹쑹팡팡 트램폴린



궁금한 파이프

놀자 놀이터

이용안내

주 소 중랑구 용마산로209(공공기여시설 1층)

이용대상 25개월 ~ 취학 전 아동

운영시간 화요일 ~ 일요일 / 10:00 ~ 17:30

구 분	이용시간	화 · 수 · 목	금 · 토 · 일
1회차	10:00 ~ 12:00	단체(어린이집 등)	개인
2회차	13:00 ~ 15:00	개인	
3회차	15:30 ~ 17:30	개인	

※ 이용정원 : 회차별 아동과 보호자 포함 40명

이용금액 아동 2천 원, 보호자 1천 원(2시간 기준)

예약방법 **개 인** 서울시 공공서비스예약 홈페이지(yeyak.seoul.go.kr)

단 체 중랑구 육아종합지원센터 홈페이지(jccic.or.kr)



정고은 엄마, 이로운 어린이
신내동 거주

신체놀이가 한창 활발해질 시기에, 미세먼지에 구애받지 않고 마음껏 뛰어놀 수 있는 실내놀이터가 생겨서 기뻐요. 다양한 놀이기구로 공간이 알차게 구성되어 아이도 무척 좋아해요.

중랑실내놀이터
영상으로도 만나요~



• 꿈과 희망 가득한 미래를 함께 열어가요 •



미래 인재 양성을 위한
중랑구 통합 교육 플랫폼

방정환교육지원센터

방정환교육지원센터는 망우역사문화공원에 영면해 계신 소파 방정환 선생님의 교육철학을 이어, 희망을 위해 내일을 위해 우리의 아이들을 잘 키우자는 의지를 담은 중랑구 통합 교육지원센터입니다.



조은혜 님

방정환교육지원센터 프로그램 기획·운영팀장

서로 협력하여 함께 성장하는 상생교육, 자기주도적으로 소질과 적성을 펼칠 수 있는 창의교육, 누구나 원하는 교육을 받을 수 있도록 지원하는 책임교육을 실현하는 곳입니다.

#1. 다양한 체험과 교육을 한 곳에서

4차 산업 시대에 맞춰 3D, VR, 코딩, 드론, 로봇 등을 경험할 수 있는 진로체험부터 인문학 및 문화·예술·과학 여러 분야의 교육 및 명사 특강까지 다양한 교육 프로그램을 운영합니다.

#2. 아이부터 어른까지 누구에게나 열린 공간

어린이들을 위한 방정환 전인교육을 운영하며, 학생들이 미래의 인재로 성장하도록 도와주는 진로직업 및 4차 산업 체험, 1:1 컨설팅 등을 적극 지원합니다. 또한 학부모를 위한 엄마표 학습, 성인 인문학 강좌 등 평생학습 기회를 제공합니다.



홈페이지

이용안내

이용대상 중랑구민 누구나

이용시간 월 ~ 금 09:00 ~ 22:00 / 토 ~ 일 10:00 ~ 18:00

주 소 중랑구 망우로 325(상봉동)

홈페이지 educenter.jungnang.go.kr

중랑구 방정환교육지원센터 ☎ 02-2094-1885



청소년 커뮤니티 공간

딩가동 1·2번지

딩가동은 청소년이라면 누구나 무료로 이용 가능한 청소년들의 자기주도적인 삶이 실현되는 공간입니다.

#1. 딩가동에서 놀며 쉬며 배워요

청소년들이 편하게 드나들며 숙제를 하거나 모임, 취미·여가 활동 등을 즐길 수 있어 청소년들의 자치역할을 톡톡히 하고 있습니다.

#2. 청소년이 직접 만들고 참여해요

청소년들로 구성된 운영위원회가 직접 기관을 운영하고 각종 프로그램들을 기획하며 청소년의 욕구와 의견을 반영하고 있습니다.



이용안내

홈페이지 dingga.jungnang.go.kr



홈페이지

1번지

이용시간 • 수 ~ 금 13:00 ~ 21:00
• 토 ~ 일 10:00 ~ 18:00
※ 월, 화, 공휴일 휴무

주 소 용마산로117길 42(신내동)

운영시설 모임존, 보드게임존, 노래방 등
딩가동 1번지 ☎ 02-2094-0085

2번지

이용시간 • 화 ~ 토 13:00 ~ 20:00
※ 일, 월 공휴일 휴무

주 소 면목천로 127(면목동)

운영시설 PC·독서·게임공간, 루프탑 등
딩가동 2번지 ☎ 02-2207-7942

3,4,5번지도 곧 만나요~

3번지

주 소 공릉로2길 8-4(묵동)
개관일 '22년 11월 중

4번지

주 소 봉우재로6길 5(면목동)
개관일 '23년 2월 중

5번지

주 소 양원역로 92(망우동)
개관일 '22년 12월 중



11월 24일부터 1회용품 사용이 금지됩니다

11월 24일부터 1회용품 사용규제가 확대 시행됩니다. 환경을 위하여 1회용품 사용 줄이기에 함께 동참해주세요!

시행일자 11. 24.(목)

시행근거 「자원의 절약과 재활용 촉진에 관한 법률 시행규칙」

주요내용

대상업종	사용규제 1회용품
식당, 카페	1회용 컵, 1회용 종이컵, 1회용 플라스틱 빨대·젓는 막대 등
대규모점포	1회용 봉투 및 쇼핑백(종이재질 제외), 1회용 우산 비닐
제과점, 편의점	1회용 비닐봉투·쇼핑백

※ 사용기준 위반 시 300만 원 이하의 과태료가 부과될 수 있습니다.

청소행정과 자원순환팀 ☎ 02-2094-1946

김장쓰레기 특별 수거기간 운영

수거기간 11. 1.(화) ~ 12. 31.(토) 2개월간

수거대상 김장쓰레기(배추, 무, 파 등 채소류)

배출방법 일반종량제봉투(10, 20, 30ℓ)에 김장쓰레기만 담아 배출

- 일반·음식물·재활용 쓰레기와 혼합 배출 시 수거 불가

- 물기와 이물질(염분, 고춧가루)을 최대한 제거 후 배출

각 동주민센터 / 청소행정과 음식물종량제팀 ☎ 02-2094-1933

겨울편 중랑행복글판 문안 공모전 개최

공모기간 11. 2.(수) ~ 11. 18.(금) 18:00까지

공모대상 중랑구 관내 거주하거나 사업장에 종사하는 누구나

공모내용 겨울을 맞이하여 구민과 감성을 나눌 수 있는 문안

※ 한글 자수 30자 이내(띄어쓰기 제외)

응모방법 중랑구청 홈페이지(junghang.go.kr) 온라인 신청

시 상 중랑사랑상품권(당선작 1명 : 50만 원, 가작 5명 : 10만 원)

※ 자세한 내용은 중랑구청 홈페이지 공고문 참조(11월 게시 예정)

행정지원과 총무팀 ☎ 02-2094-0323

2022 중랑구 장애인 일자리박람회 <Good Job!> 개최

대 상 취업을 원하는 등록장애인 누구나

일 시 11. 22.(화) 14:00 ~ 16:00

장 소 중랑문화체육관(사가정로72길 47)

내 용 현장면접, 취업알선, 면접용 사진촬영 및 메이크업 등

참가방법 현장접수 및 참가 ※ 사전신청 없음

준 비 물 장애인복지카드, 이력서(현장 비치), 반명함 사진 1매

장애인복지과 장애인정책팀 ☎ 02-2094-2472

2022년 청년 이사비 지원

지원대상 '22. 1. 1. 이후 서울시로 전입 및 서울시 내에서 이사한

만 19세 ~ 39세 청년 가구

지원내용 이사비 및 중개수수료 최대 40만 원 한도 내 실비 지원

신청기간 11. 16.(수)까지

신청방법 청년몽땅정보통(youth.seoul.go.kr) 온라인 신청

청년이사비지원 콜센터 ☎ 1877-9358 / 다산콜센터 ☎ 02-120

여성 청소년 생리용품 바우처 지원

지원대상 수급자, 차상위, 한부모 가구의 만 9 ~ 24세 여성 청소년

※ '98. 1. 1. ~ '13. 12. 31. 사이의 출생자

신청방법 동주민센터 방문, 복지로 홈페이지(bokjiro.go.kr) 또는 모바일 앱

지원기간 신청일 ~ 만 24세에 도달하는 연도 말까지

지원금액 월 13,000원(반기별 일괄지급)

지원방법 국민행복카드를 통해 생리용품 구입비용(바우처) 지급

사용기한 매 연도 12월 31일까지(미사용분 이월, 환급 불가)

※ '20년도 이전 신청자 중 연령 초과로 지원이 중단되었던 만 20~24세 ('98년 ~ '02년생)는 재신청 필요

체육청소년과 청소년팀 ☎ 02-2094-0082

걱정되는 집 구하기, 주거안심매니저와 상의하세요

1인가구 전월세 안심계약 도움서비스 사용설명서

이용
방법

대 상 중랑구에 거주하거나 거주를 앞둔 1인 가구

신청방법 서울시 1인가구포털 홈페이지(1in.seoul.go.kr) 신청 또는 중랑구가족센터에 전화

상담일시 월, 수 ~ 금 13:30 ~ 17:30 ※ 화요일 제외 **비용** 무료

서비스
내용

지역 여건에 밝은 '주거안심매니저'가 안전한 전월세 계약을 위해 함께 합니다.

☒ **전월세 계약 상담** 주택임대차 계약 유의사항, 등기부등본 점검, 건축물대장 확인 등

☒ **주거지 탐색 지원** 전월세 형성이 문의, 주변 환경 안내, 건물 입지 분석 등

☒ **집보기동행** 물건확인 현장동행 지원, 주거환경 점검 및 조언

☒ **주거정책안내** 개인 맞춤형 지원정보 제공(주거복지, 주택보수, 금융 등)

중랑구가족센터 ☎ 02-435-4144 / 여성가족과 여성다문화팀 ☎ 02-2094-1750

위험한 '깡통 전세' 이렇게 예방하세요~!

• 전세 계약 관련 임대차 전문 상담

서울시 전월세 보증금 지원센터

☎ 02-2133-1200~8

• 깡통전세 위험지역 확인

서울주거포털 홈페이지 > 전·월세 정보몽땅

• 적정한 전세 예정가격 확인

서울부동산정보광장 홈페이지 > 전세 가격

상담센터 이용

• 전세보증금 반환 보증보험 가입 확인

주택도시보증공사, 한국주택금융공사,

서울보증보험 통해 가입

부동산정보과 부동산관리팀 ☎ 02-2094-1482



모아서 새롭게, 더 좋게!

중랑구 모아타운 이 알고 싶다

중랑구는 총 16곳에서 지역 여건에 맞는 주택개발 사업을 통해 주거 환경 개선을 신속히 추진하고 있습니다.
이 중 5곳은 새로운 정비모델인 '모아타운'을 통해 노후 저층 주거지역을 살기 좋은 동네로 탈바꿈할 예정입니다.
중랑구의 모아타운, 함께 더 자세히 알아볼까요?

▲ 면목본동 86-3일대
정비 후 예상 조감도

저층 주거지의 새로운 모델, 모아타운

■ 모아주택, 모아타운이란?

'모아주택'이란 다가구·다세대주택 필지 소유자들이 개별 필지를 모아 블록단위로 적정 필지 규모 (1,500㎡) 이상의 중층 아파트를 개발하는 것으로 이러한 블록 단위의 '모아주택'을 한 그룹으로 묶어 단지화를 이루면 '모아타운'이 됩니다.

■ 모아타운의 장점

주차난 등 저층 주거지의 고질적인 문제를 해소하고, 무분별한 개별사업으로 인한 나홀로 아파트를 방지할 수 있습니다.



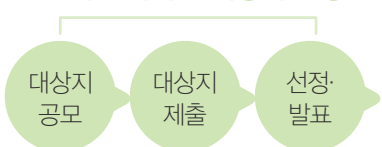
■ 중랑구 모아타운 지정 현황

유형	주소(면적)	현재 추진현황
시범 사업지	1 면목본동 86-3일대 97,000㎡	관리계획 수립중
	2 면목본동 297-28일대 55,385㎡	
공모 선정지	3 면목38동 44-6일대 76,525.5㎡	관리계획 수립을 위한 용역사 선정중
	4 망우3동 427-5일대 98,171㎡	
	5 중화1동 4-30일대 75,015㎡	

모아주택, 모아타운은 어떻게 추진하나요?

모아타운은 크게 ①모아타운 대상지 선정, ②계획 수립 및 지정, ③사업시행 총 3단계로 추진됩니다. 일반적인 재건축·재개발 사업과 비교 시 정비계획 수립, 조합추진위 승인, 관리처분계획 인가 절차가 생략됩니다.

1단계 모아타운 대상지 선정



2단계 모아타운 계획 수립 및 지정

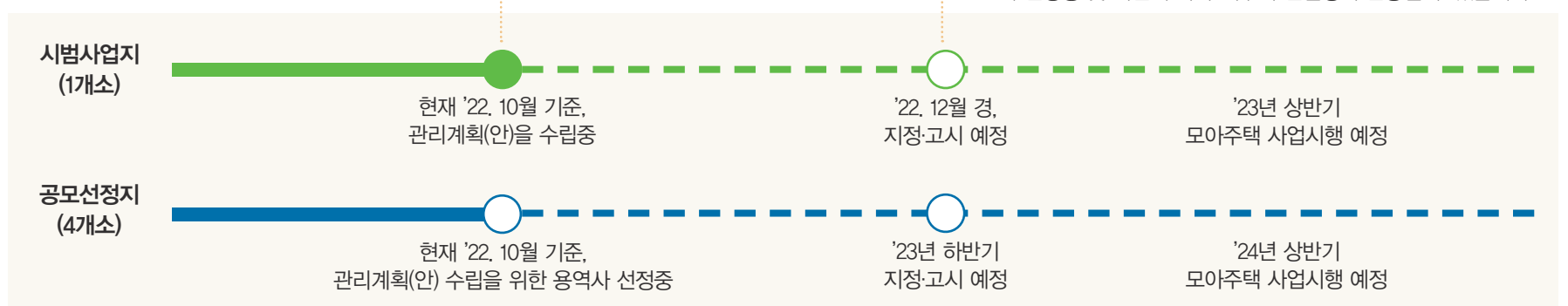


3단계 모아주택 사업시행



■ 중랑구 모아타운의 추진 일정

※ 추진상황 및 여건에 따라 세부 추진일정이 변동될 수 있습니다.





중랑구의회 소식

중랑구의회 홈페이지를 방문하시면 더욱 다양한 의정활동을 보실 수 있습니다.

홈페이지 council.jungnang.go.kr

페이스북 www.facebook.com/jungnangcouncil

제257회 정례회 개회

행정사무감사, 2021회계연도 결산 승인, 조례안 등 총19개 안건 처리

서울시 중랑구의회(의장 조성연)는 10월 12일부터 11월 7일까지 27일간의 일정으로 제257회 정례회를 개최하였습니다. 이번 회기는 9대 의회 개원 후 개최하는 첫 정례회로서 행정사무감사, 2021회계 연도 결산 승인, 구정질문 등 주요 안건을 처리하게 됩니다. 정례회 세부일정으로는 10월 12일 제1차 본회의를 시작으로 10월 13일부터 9일간 8개 주민센터와 구청 전부서, 구의회사무국, 시설관리공단, 중랑문화재단에 대한 행정사무감사를 실시합니다. 10월 22일부터 30일까지 9일간 상임위원회별로 2021회계연도 결산 승인의 건과 일반안건 등을 심의합니다. 이후 31일 예산결산특별위원회를 열어 상임위원회 심의를 마친 2021회계연도 결산 승인의 건과 예비비 지출 승인의 건에 대해 4일간 면밀히 심사하게 됩니다. 이어서 11월 4일부터 6일까지 집행부에 대한 구정질문을 실시한 뒤 마지막 날인 11월 7일 제3차 본회의에서 2021회계연도 결산 승인의 건, 2022년도 행정사무감사 결과보고서 채택의 건, 일반안건 등을 처리한 후 제257회 정례회를 모두 마무리할 계획입니다.



2022년도 하반기 중랑구의회 회의운영 일정(안)

회의구분	회의기간	일수	주요 부의안건
제257회 정례회	10. 12.(수) ~ 11. 7.(월)	27	2021회계연도 결산 승인 - 구정질문 - 행정사무감사 - 일반안건 처리
제258회 정례회	11. 28.(월) ~ 12. 19.(월)	22	2023년도 예산안 및 기금운용계획안 - 구정질문 - 일반안건 처리

※ 상기 회의기간 및 부의안건은 변경될 수 있습니다.



중랑구의회 모의의회 신청하세요!

중랑구의회는 지방의회의 역할에 대한 이해를 돕고 민주적인 의사결정 과정을 체험할 수 있도록 모의의회를 운영하고 있습니다. 구민 여러분의 많은 참여 바랍니다.

운영일자 11. 14.(월) ~ 11. 25.(금) (희망일자 10일 전 신청)

참가대상 관내 초·중·고등학교 및 단체 등

참가인원 20명 이내(의장, 사무국장 포함)

신청방법 홈페이지 접수(council.jungnang.go.kr), 방문 신청 등

의회사무국 의사팀 ☎ 02-2094-2076

중랑구의회는 구민 여러분에게 항상 열려 있습니다!

인터넷과 모바일을 통해 중랑구의회를 보다 가까이에서 만나보실 수 있습니다. 중랑구의회 홈페이지(council.jungnang.go.kr)에서 중랑구의회 기능과 역사, 의안, 회의록 등 다양한 정보를 더욱 편리하게 만나보세요.

〈의회에 바란다〉〈열린게시판〉〈방청안내〉 등 여러분이 직접 의정활동에 참여하실 수도 있습니다. 구민 여러분의 많은 관심과 참여 부탁드립니다.



2022년 의원연구단체 활동 본격 시작

중랑구의회는 지난 9월 2일 구민의 주요 관심사에 대해 의원 스스로 연구하고 학습하며 합리적인 정책대안을 만들기 위한 의원연구단체 활동을 본격 시작하였습니다. 이번에 구성된 4개의 의원연구단체는 지방의회의 정책개발 및 입법활동 활성화를 통해 구민의 복지향상을 목적으로 하고 있습니다. 간담회와 현장조사 등을 거쳐 11월까지 진행되는 분야별 연구결과는 12월 중 중랑구의회 홈페이지(council.jungnang.go.kr)에 게시할 예정입니다.

더 잘사는 중랑 만들기 정책개발 연구모임



- **설립목적** 중랑구 저소득 취약계층에 대한 복지사각지대 적극 해소 및 취약계층의 사회안전망을 강화하여 지금보다 더 잘 사는 생활 여건을 만들기 위한
- **구성의원** 한성수(대표), 이은경(간사), 주덕성, 신예진
- **연구내용** 문헌조사 및 현장방문, 관련 공무원인터뷰 및 전문가 자문 등을 통해 취약계층의 생활안정을 도모할 수 있는 정책적 방안 마련

맑고 투명한 중랑 만들기 정책개발 연구모임



- **설립목적** 중랑구의 재정 운용 전반에 대한 현황을 살펴보고 문제점을 도출하여 대책을 마련함으로써 중랑구의 재정확충과 건전성 강화에 기여하고자 함
- **구성의원** 최윤찬(대표), 전유정(간사), 전경구, 조현우
- **연구내용** 문헌 조사, 심층면접조사, 전문가 자문 등을 통한 중랑구의 재정운용 건전성 강화를 위한 개선방안 마련

중랑구 축제발전 정책개발 연구모임



- **설립목적** 서울장미축제에 대한 지역주민들의 관심도를 높여 지역 경제 활성화를 도모하고 글로벌한 축제로 발전할 수 있는 대책 마련
- **구성의원** 김미애(대표), 최은주(간사), 최경보, 이윤재
- **연구내용** 국내·외축제 현황및 동향연구, 전문가FGI를 통해 서울장미축제 세계화 모델 제안 및 지역경제 활성화 방안 마련

NG 포럼(Next Generation Forum)



- **설립목적** 기후위기 극복을 위한 폐기물 관리정책의 변화와 실천적 대응 방안을 연구하여 다음 세대를 위한 더 나은 사회를 만드는 역할을 하기 위한
- **구성의원** 고강섭(대표), 김민주(간사), 나은하
- **연구내용** 중랑구 및 타 지역 사례조사, 현장답사, 전문가 심층 면담을 통해 기후위기 극복을 위한 폐기물 관리정책의 변화와 실천적 대응방안 연구

• 중랑구의회, 그것이 알고싶다 : 행정사무감사 •

‘행정사무감사’는 중랑구의 행정이 효율적으로 수행될 수 있도록 행정사무 전반을 파악하고 의정활동과 예산심사에 필요한 정보를 획득하여 행정의 잘못된 부분을 적발하고 그 시정을 요구하는 것입니다.

중랑구의회는 매년 정례회 기간 중 9일 이내 기간을 정해 행정사무감사를 실시하고 있으며, 올해는 10월 13일부터 21일까지 9일간 8개 주민센터와 구청 전부서, 구의회사무국, 시설관리공단, 중랑문화재단에 대한 행정사무감사를 실시했습니다.

2022년 행정사무감사에 대한 구민 여러분의 많은 관심을 부탁드립니다. 지난 행정사무감사에 관한 사항은 중랑구의회 홈페이지(jnc.go.kr) 회의록과 의정연보를 통해 확인하실 수 있습니다.



▲ 2022년 동행정 사무감사 모습



어르신 잘 모시는 행복한 중랑

이웃들의 따뜻한 마음들이 모여
어르신 얼굴에 환한 웃음꽃이 활짝!

중랑구는 10월 '경로의 달'을 맞아 16개동에서 어르신들께 감사와 공경의 마음을 전하는 시간을 가졌습니다. 어르신~ 항상 건강하시고 행복하세요!

공예와 체험을 한번에!
어르신 사랑 담은 효(孝)마당

면목본동



10. 19.(수)

다채로운 공연을 개최하고 천연화장품 만들기 체험을 진행하며 즐거운 시간을 보냈습니다.

원예식물 치유로 피어난
어르신의 웃음꽃

면목2동



10. 6.(목)

원예식물을 꾸미는 원예치료 프로그램으로 어르신들 얼굴에 웃음꽃이 피었습니다.

어르신 장수사진 찍고
오래오래 건강하세요~

면목3·8동



9. 27.(화)

어르신의 무병장수를 기원하며 장수사진을 앨범으로 제작해 드렸습니다.

흥겨운 노래 한마당,
스트레스 싹~

면목4동



10. 7.(금)

어르신들이 무대에 올라가 노래 실력을 발휘하며 즐거운 시간을 보냈습니다.

어르신들의 웃음, 건강은
우리가 책임진다!

면목5동



10. 6.(목)

건강체조와 장구난타&민요공연으로 알차고 흥겨운 시간을 함께 하였습니다.

아름다운 국악의 향연에 흠뻑!

면목7동



10. 13.(목)

찾아가는 국악 공연과 정성껏 준비한 식사로 행복한 시간을 보냈습니다.

어르신 행복 충전하는 건강교실

상봉1동



10. 14.(금)

활기찬 생활을 응원하는 건강교실 프로그램으로 행복을 가득 충전해 드렸습니다.

덩실덩실 흥겨운 경로행사

상봉2동



10. 19.(수)

어깨춤이 절로 나는 민요 공연과 맛있는 식사로 이웃사랑을 나누었습니다.

작은 음악회와 함께하는
따뜻한 식사 한끼

중화1동



10. 17.(월)

음악 공연과 함께하는 정성 가득한 식사로 어르신들께 감사의 마음을 전하였습니다.

즐겁고 행복한 경로잔치에
어르신들 '싱글벙글'

중화2동



10. 17.(월)

맛있는 식사, 흥을 돋우는 공연, 노래자랑으로 즐겁고 행복한 경로잔치가 열렸습니다.

95세 어르신들의 건강 비법 전수

목1동



10. 11.(화)

95세의 어르신들이 건강한 노년 비법, 지혜와 경험을 이웃 어르신들께 전수해 드렸습니다.

활력을 불어넣는
어르신 힐링체조

목2동



10. 14.(금)

힐링체조 교실을 진행하며 어르신들의 스트레스를 훌쩍 날려버렸습니다.

따뜻한 식사대접으로 '훈훈'

망우본동



10. 11.(화)

공연이 곁들여진 식사를 하시며 이웃들과 편하게 담소를 나누는 행복한 시간을 가졌습니다.

웃음과 행복 가득한
공연 & 안마봉 만들기 체험

망우3동



10. 13.(목)

중랑아티스트와 노벨어린이집이 준비한 공연, 안마봉 만들기 체험으로 감사의 마음을 전했습니다.

꽃향기 맡으며 힐링~
비누꽃바구니 만들기 체험

신내1동



10. 20.(목)

향기 가득~ 비누꽃바구니를 만들며 어르신들은 힐링의 시간을 가졌습니다.

하하호호
어르신 청춘회복 프로젝트

신내2동



10. 20.(목)

청춘회복을 위한 꽃중년 건강댄스, 스트링아트 프로그램으로 기쁨 가득한 시간을 보냈습니다.



방정환교육지원센터 프로그램

신청기간 10. 26.(수) 14:00 ~ 선착순 마감

신청방법 중랑구 방정환교육지원센터 홈페이지(educenter.jungnang.go.kr) 신청

장 소 중랑구 방정환교육지원센터 강의실[중랑구 망우로 325(상봉동)]

구분	프로그램명	강의일정	대상
명사특강	〈조진표 대표〉 미래인재상과 진로 설계	11. 18.(금) 10:00 ~ 12:00	학부모
영화 인문학	영화 ‘나의 산티아고’	11. 21.(월) 14:00 ~ 16:00	중랑구민
가족 평생학습	자녀와 함께 하는 융합 미술 (서로의 얼굴 그리기)	11. 13.(일) 13:00 ~ 15:00	초등1 ~ 3학생 & 부모
		11. 13.(일) 15:30 ~ 17:30	초등4 ~ 6학생 & 부모
	자녀와 함께 하는 4차 산업 (3D 모델링, 3D 펜)	11.20.(일) 10:30 ~ 12:30	초등1 ~ 3학생 & 부모
		11.20.(일) 13:30 ~ 15:30	초등4 ~ 6학생 & 부모
	자녀와 함께 하는 한국사 (거북선을 통해 보는 이순신)	11. 24.(목) 16:30 ~ 18:30	초등1 ~ 3학생 & 부모
		11. 27.(일) 13:00 ~ 15:00	
	자녀와 함께 하는 한국사 (수원 화성을 통해 보는 정조)	11. 24.(목) 19:00 ~ 21:00	초등4 ~ 6학생 & 부모
		11. 27.(일) 15:30 ~ 17:30	
전공탐구	한국사 연표 만들기(개화기)	11. 16. ~ 12. 7. 수 15:00 ~ 16:30 / 4회	초등 5 ~ 6학년
	보드게임 창의수학	11. 14. ~ 12. 5. 월 15:00 ~ 16:30 / 4회	초등 3 ~ 4학년
평생학습	[커피 힐링 & 브루잉] 나에게 맞는 커피 & 라떼 아트	11. 21. ~ 12. 19. 월 10:00 ~ 12:00 / 5회	중랑구민
		11. 21. ~ 12. 19. 월 19:00 ~ 21:00 / 5회	중랑구민
	엄마표 초등 통합수학 <도형>	11. 16. ~ 12. 14. 수 10:00 ~ 12:00 / 5회	학부모
	엄마표 역사 산책 <궁궐과 함께 떠나는 조선 역사 산책>	11. 11. ~ 12. 9. 금 10:00 ~ 12:00 / 5회	학부모
	영화로 떠나는 도시 인문학 〈아시아편〉	11. 15. ~ 12. 13. 화 14:00 ~ 16:00 / 5회	중랑구민
	아는 만큼 보이는 궁궐 인문학	11. 25. ~ 12. 23. 금 14:00 ~ 16:00 / 5회	중랑구민
	깊이 읽어 보는 인문 고전 한줄 〈어리석음이 세상을 구원한다〉	11. 17.(목) 14:00 ~ 16:00	중랑구민
진학지원	1:1 진로진학컨설팅	11. 26.(토) 10:00 ~ 18:00 *화요일 상시/야간	중·고등학생 & 학부모
학습지원	MBTI 검사와 1:1 학습·소통 코칭	11. 5.(토) 14:00 ~ 16:00 ※ 상담일 개별통보	초등 4 ~ 고등 2학년
	MBTI 가족캠프(가족 참여 워크숍)	11. 26.(토) 13:00 ~ 18:00	중랑구민 10가족
진로직업 체험	1DAY 직업체험의 날 로봇코딩, 캔들아티스트	11. 7.(월) 15:30	초등 3 ~ 4학년
	〈JOBS DO IT〉마술사	11. 21.(월) 16:30	초등 5학년 이상
드림하이 직업탐사	엔트리코딩교실	매주 화, 목 16:30 ~ 18:00	초등 5학년 이상
	코딩으로 내 맘대로 로봇활동		
	드론교실(비행과 장애물 통과) VR 메타버스 생활	매주 수, 금 16:30 ~ 18:00	
직업탐사 (특화)	디지털 드로잉 캐릭터 만들기 4기	11. 5. ~ 26. 토 10:00~12:00 / 4회	중학생 이상 12명
4차산업 심화탐사	로봇 메이커 및 코딩	11. 5. ~ 26. 토 10:00~12:30 / 4회	중학생 이상 12명
	알만툴 / 게임 만들기	11. 5. ~ 26. 토 13:30~16:00 / 4회	
동행교육	동행 – 학부모 힐링원예	11. 14. ~ 12. 12. 월 10:00 ~ 12:00 / 5회	발달장애 학생의 부모
독서지원	세계이야기와 놀이문화	매주 목 15:00 / 4회	초등 1 ~ 3학년
	우리가족 마음톡톡	매주 토 14:00 / 4회	초등 1학년&학부모
	마음팡팡 책놀이터	매주 토 16:00 / 4회	초등 2 ~ 3학년
	생각이 자라는 톨아읽기	매주 토 16:00 / 4회	초등 4 ~ 6학년
상설 프로그램	1DAY 진로직업체험	상시접수(유선문의)	중·고등학생
	찾아가는 진로/진학 프로그램		
	대학 캠퍼스 투어(서울대 등)		

※ 자세한 사항은 중랑구 방정환교육지원센터 홈페이지를 확인하시기 바랍니다.

중랑구 방정환교육지원센터 ☎ 02-2094-1885



평생학습관 프로그램

신청기간 10. 27.(목) 10:00 ~ 10. 31.(월) 18:00(선착순 마감)

신청방법 중랑구 평생학습관 홈페이지(lifelong.jungnang.go.kr)에서 신청

장 소 중랑구 평생학습관 강의실(망우본동북합청사 4 ~ 5층)

프로그램명(강사)	강의일정	모집정원	수강료
[겨울특강] 뱀킨활용 미니가죽가방 만들기	11. 23. ~ 12. 7. 수 13:30 ~ 15:20 / 3회	12명	1만 원
피렌체 여행에서 만나는 문학의 거장 단테의 발자취	11. 17.(목) 10:00 ~ 12:00 / 1회	50명	무료

※ 패션봉제(가방)전문가양성과정 참여작품 전시회가 11. 1.(화) ~ 2.(수) 서일대학교
흥학관 1층 기념관에서 열립니다.(무료)

※ 자세한 사항은 중랑구 평생학습관 홈페이지를 확인하시기 바랍니다.

중랑구 평생학습관 ☎ 02-2094-1926~7



서일대학교와 함께하는 중랑아카데미

신청기간 10. 26.(수) 09:00 ~ 선착순 마감

신청방법 전화접수

장 소 서일대학교 흥학관 다목적실

프로그램명(강사)	강의일정	모집정원	수강료
건강한 가정을 만들기 위한 유머 소통(조래훈, KBS 공채 개그맨)	11. 3.(목) 10:00~12:00	80명	무료
와인 잔에 담긴 인문학 (황헌, 인문학 작가)	11. 17.(목) 14:00~16:00		

서일대학교 평생교육원 ☎ 02-490-7268



중랑미디어센터 프로그램

신청기간 10. 24.(월) ~ 프로그램 전일까지

신청방법 중랑미디어센터 홈페이지(jnmc.or.kr)에서 신청

장 소 중랑미디어센터(용마산역 3번출구 300m, 쌍용더플래티넘 104동 건물)

미디어 교육

프로그램명	강의일정	모집정원	수강료
영상제작의 첫 걸음, 스마트폰 하나면 나도 유튜브! [8기]	11. 2. ~ 11. 30. 수 10:00 ~ 12:00 / 5회	12명	25,000원
알아두면 쓸데 많은 신기한 <포토샵>	11. 3. ~ 12. 1. 목 10:00 ~ 12:00 / 5회		
중랑 라디오 제작단 : 나도 라디오 DJ	11. 15. ~ 12. 20. 화 10:00 ~ 12:00 / 6회	10명	30,000원

무료 영화 상영

구분	상영일정	상영작	관람등급	모집정원
우리동네 화목한 영화관	11. 1.(화) 19:00	조선명탐정	12세	회당 30명
	11. 10.(목) 14:00	극한직업	15세	
	11. 15.(화) 19:00	공조	15세	
	11. 24.(목) 14:00	엑시트	12세	
와글와글 시네마	11. 5.(토) 14:00	안녕, 티라노 : 영원히 함께	전체	
	11. 12.(토) 14:00	하늘에서 음식이 내린다면		
	11. 19.(토) 14:00	레고 배트맨 무비		
	11. 26.(토) 14:00	라따뚜이		

※ 자세한 사항은 중랑미디어센터 홈페이지를 확인하시기 바랍니다.

중랑미디어센터 ☎ 02-2094-0663

 중랑구 환경교육센터 프로그램

신청기간 10. 25.(화) ~ 선착순 마감
신청방법 중랑구청 홈페이지(jungnang.go.kr)에서 신청
수 강 료 무료 ※ 일부 프로그램 재료비 별도



프로그램명	강의일정	대상
(오예!) 달콤해! 친구와 함께 붕붕붕	11. 19.(토) 10:00 ~ 11:30	6~7세 12명
	11. 26.(토) 10:00 ~ 11:30	
실감미디어로 바다 동물 지키기	11. 5.(토) 10:00 ~ 11:30	초등 1~2학년 15명
	11. 12.(토) 10:00 ~ 11:30	
클로버야, 조심해!	11. 26.(토) 13:00 ~ 14:30	초등 1~2학년 12명
커피박 키링, 탈취제 만들기	11. 5.(토) 10:00 ~ 11:30	초등 1~3학년 15명
진관우 작가님과 함께 한글로 그리는 멸종위기동물들	11. 5.(토) 13:30 ~ 15:00	초등 1~3학년 12명
	11. 19.(토) 13:30 ~ 15:00	
뽕뽕, 환경오락실	11. 26.(토) 10:00 ~ 11:30	초등 1~3학년 13명
(환경 보드게임) 에코링크 &젠가	11. 26.(토) 13:30 ~ 15:00	초등 1~3학년 12명
(환경 보드게임) 에너지 플러스 마을 만들기	11. 19.(토) 13:30 ~ 15:00	초등 3~6학년 12명
주방을 부탁해	11. 17.(목) 10:00 ~ 11:30	성인 15명
	11. 24.(목) 10:00 ~ 11:30	
자연작가, 생각을 써보다	11. 1. ~ 11. 25. 화, 금 10:00 ~ 12:00 / 8회	성인 15명

※ 자세한 사항은 중랑구청 홈페이지 및 중랑구 환경교육센터 블로그를 확인하시기 바랍니다.

중랑구 환경교육센터 ☎ 02-3423-2981~3

 구민정보화교육 프로그램

신청기간 10. 25.(화) 09:00 ~ 10. 27.(목) 18:00
※ 정원 미달 시 10. 28.(금) 13:00 ~ 10. 31.(월) 18:00 선착순 추가 접수
신청방법 중랑구청 홈페이지(jungnang.go.kr) 및 기초반은 콜센터 전화
대 상 30세(1993년생) 이상 중랑구민
선정자 발표 10. 28.(금) 13:00 수강 신청 시 기재한 휴대폰으로 문자 발송
교육기간
- 정규과정(과정별 8회 진행)
• 월·수 과정 : 11. 7.(월) ~ 11. 30.(수) / 화·목 과정 : 11. 3.(목) ~ 11. 29.(화)
- 특강과정(월·수, 과정별 4회 진행)
• 1차 : 11. 7.(월) ~ 11. 16.(수) / 2차 : 11. 21.(월) ~ 11. 30.(수)

수 강 료 무료
교육과정

교육장소	교육시간	정규과정		모집 인원
		월/수	화/목	
스마트 교육장	09:30~12:00	(활용) OA 스타트 업! 엑셀	(기초) ★재미있는 세상을 보는 창, 엣지	15명
	13:00~15:30	(특강) 아바타로 만나는 사이버세상 메타버스 1차 (특강) 아바타로 만나는 사이버세상 메타버스 2차	(활용) DIY 스마트폰 활용 유튜브 크리에이터	
면목5동 교육장	09:30~12:00	(활용) 교통 및 생활편의 로드맵 100배 활용	(기초) ★재미있는 세상을 여는 창, 윈도우	10명
	13:00~15:30	(활용) 한달완성! DIAT엑셀 자격증		
망우본동 교육장	09:30~12:00	(활용) OA 스타트 업! 한글	(활용) 한달완성! DIAT 파워포인트 자격증	10명
	13:00~15:30		(기초) ★재미있는 세상을 연결하는 스마트폰	

중랑구 구민정보화교육 콜센터 ☎ 02-2094-0579

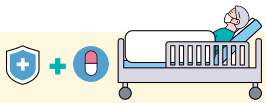
 자치회관 11월 프로그램

자치회관	프로그램명	강의일정	대상
면목본동 02-2094-6023	요가아간(B)	화, 목 18:30 ~ 19:20	성인
	요가아간(C)	화, 목 19:30 ~ 20:20	
면목2동 02-2094-6056	동화랑스피치반	금 16:00 ~ 17:00	6~7세
	통기타교실	월 19:00 ~ 20:30	누구나
면목3·8동 02-2094-6111	단전호흡(1부)	월, 수, 금 09:40 ~ 10:40	성인
	단전호흡(2부)	월, 수, 금 11:00 ~ 12:00	
면목4동 02-2094-6139	중국어(중급)	화, 금 14:00 ~ 16:00	중국어 중급반 수업 가능자
	탁구(기초)	월, 수 13:00 ~ 15:00	누구나
면목5동 02-2094-6172	일본어(중급)	화, 목 09:00 ~ 10:30	성인
	단전호흡(국선도)	화, 목 08:50 ~ 10:20	
면목7동 02-2094-6225	생활영어(초보)	수 14:00 ~ 16:00	성인
	손뜨개	화 14:00 ~ 16:00	
상봉1동 02-2094-6254	라인댄스 B	수, 금 16:50 ~ 17:50	성인
	노래교실	화 12:40 ~ 14:10	
상봉2동 02-2094-6294	핸드페인팅	목 19:00 ~ 21:00 *재료비 별도	성인
	도자기 원데이클래스	수 14:00 ~ 16:00	
중화1동 02-2094-6333	채색화	수 14:00 ~ 16:00	성인
	서양화	목 14:00 ~ 16:00	
중화2동 02-2094-6373	영어초보	화 10:00 ~ 12:00	성인
	민요교실	수 11:30 ~ 13:30	
목1동 02-2094-6415	수납정리	월 10:00 ~ 12:00	성인
	우쿨렐레	금 15:30 ~ 17:30	초등 ~ 성인
목2동 02-2094-6453	어린이 한자	화, 목 17:00 ~ 18:00	초등학생
망우본동 02-2094-6505	생활한자	월 11:00 ~ 12:50	성인
	흥겨운 민요교실(야간)	월 18:30 ~ 20:00	
망우3동 02-2094-6533	요가 A	월, 수, 금 16:30 ~ 17:30	누구나
	요가 B	월, 수, 금 17:40 ~ 18:40	
	요가 C	월, 수, 금 19:00 ~ 20:00	
	에어로빅	월, 수, 금 08:00 ~ 09:00	
신내1동 02-2094-6574	스토리텔링 논술	화 17:00 ~ 18:30	초 2 ~ 4학년
	POP 예쁜 손글씨	수 10:00 ~ 11:30	
	캘리그래피	금 10:00 ~ 12:00	
신내2동 02-2094-6628	아로마테라피	목 11:00~12:00	누구나
	캘리그래피	화 14:00~16:00	

※ 상기 프로그램 외 다른 프로그램의 자세한 사항은 중랑구 자치회관 홈페이지 (community.jungnang.go.kr)를 참고하시기 바랍니다.

서울형 유급병가 지원

아르바이트, 일용직, 자영업자 등의 입원기간 생활비를 지원해드립니다



지원대상

- 입원, 입원연계 외래진료, 공단 일반검진 기간 동안 '국민건강보험 지역가입자'로 소득은 기준중위소득 100% 이하, 재산 3억 5천만 원 이하의 근로소득자 또는 사업소득자
 - 입원, 입원연계외래진료, 공단 일반검진일, 코로나19 백신 접종 이상반응으로 인한 외래진료 1일 기준 30일 전부터 지급완료일까지 서울시민
- ⇒ 위 조건에 해당하는 자 중 입원, 입원연계외래진료, 공단 일반검진, 코로나19 백신접종 이상반응 외래진료를 실시한 경우
- ※ 중복수혜자 제외 : 국민기초생활보장, 서울형기초보장, 긴급복지(국가형, 서울형) 생계급여만 해당, 산재보험, 실업급여

지원일수

- 연 15일
- ※ 입원 13일(입원연계외래진료 3일 이내), 코로나백신접종 이상반응 외래진료 1일, 공단 일반건강검진 1일

신청기한

- 입·퇴원 또는 공단 검진일로부터 180일 이내
- 코로나19 예방접종 후 4주(28일) 이내의 외래진료일로부터 180일 이내

신청방법 관할 동주민센터 또는 보건소 방문, 등기우편, 팩스

보건행정과 보건행정팀 ☎ 02-2094-0743

전문의에게 마음건강상담 받아보세요

대 상 만 19세 이상 서울시민 ※ 정신과 약 복용 중이거나 진단받은 자 제외

내 용 정신건강의학과 전문의 검진 및 상담 제공

상담비용 무료 ※ 최대 3회까지 지원, 약제비는 별도

참여방법 보건소 사전 예약 후 신분증 지참하여 지정 의료기관 방문

참여기관

의 원 명	소 재 지	전화번호
성모마음정신건강의학과의원	동일로 903(목제2동)	02-972-4300
세화정신건강의학과의원	면목로 456, 3층(면목본동)	02-439-5522
이종일정신건강의학과의원	사가정로 384, 5층(면목제7동)	02-2209-2209
성모누리정신건강의학과의원	면목로 299, 3층(면목제7동)	02-6952-5222
마음담은정신건강의학과의원	사가정로 401, 6층(면목제3·8동)	02-2038-3070

건강증진과 정신보건팀 ☎ 02-2094-0835

잊지 말고, 국가암검진 받으세요!

대 상 짝수년도 출생자 중 암 종별 연령 및 검진 주기에 해당하는 자

구분	위암	대장암	간암
연령	40세 이상	50세 이상	40세 이상 고위험군*
검진주기	2년	1년	6개월
구분	폐암	유방암	자궁경부암
연령	54 ~ 74세 고위험군*	40세 이상 여성	20세 이상 여성
검진주기	2년	2년	2년

※ 간암 고위험군 : 간경변증, B형 간염 바이러스 항원 양성, C형 간염 바이러스 항체 양성, B형 또는 C형 간염 바이러스에 의한 만성 간질환 환자

※ 폐암 고위험군 : 현재 흡연중인 자로 전 2년 내 국가건강검진 시 작성하는 문진표로 흡연력이 하루 한갑 기준 30년 이상으로 확인되는 자

검사비용

- 건강보험가입자 : 공단 90%, 수검자 10% 부담
- ※ 대장암, 자궁경부암은 공단 부담
- 국가암 대상자와 의료급여수급권자 : 본인부담 없음

국민건강보험공단 ☎ 1577-1000 / 의약과 검진팀 ☎ 02-2094-0918

건강돌봄팀이 집으로 찾아갑니다

대 상 집에서 건강관리가 필요한 건강 고위험군
(건강 관리가 필요한 퇴원환자, 어르신 등)

내 용 3개월 맞춤형 집중 건강관리 돌봄서비스

- 재활운동 : 통증 및 운동기능 평가 후 맞춤형 재활운동서비스 제공
- 영양관리 : 식생활상담, 영양 교육, 영양보충식품 지원
- 사회복지지원 연계

의약과 방문보건팀 ☎ 02-2094-0141

정신건강 : 일상으로의 회복



이해우

서울특별시 정신건강복지센터
센터장(중랑구의사회 정책이사)

지난 3년간 코로나-19는 우리의 일상생활 구석구석에 여러 변화를 가지고 왔습니다.

“거리두기”는 어느새 익숙해졌고, “마스크”는 필수품이 되었습니다. 방역에 필요했던 “물리적 거리두기”는 “사회적 거리두기”처럼 영향을 주었습니다. 마스크를 쓰면서 서로를 만나 상대의 표정과 기분, 생각을 읽는데 어려움이

생기고 학업과 일, 나의 일상에서의 활동에 제약이 생기면서 우울과 불안감을 느끼는 사람들이 늘어나기 시작했습니다.

미래에 대한 경제적 불안감, 백신에 대한 불안감, 코로나-19 감염이 우리 가족에게 미칠 것에 대한 걱정 등 여러 불안감을 우리는 받아들이고 일상으로의 회복을 하는 중입니다. 그 일상은 이전과 다른 일상일 수 있으나 친구들과 산책하고, 학교에서 수업을 듣고, 직장을 가는 것이 회복의 시작이라 생각합니다. 그동안 비대면 상황에 익숙해진 우리들은 각자 서로가 처한 상황에 따라 일상으로의 복귀에서 필요한 시간과 노력, 느끼는 기분이 다를 수 있습니다.

우울, 불안 등의 정신건강 문제들은 코로나-19 상황 전에도 중요했지만 현재 우리에게도 중요합니다. 대인관계, 직장, 학업에서의 스트레스, 가족관계에서의 갈등 등은 사회적 변화가 있을

때 더 증가할 수도 있지만 회복의 경험을 통해 자신감이 생기고 성장할 수 있기 때문입니다.

우리들의 정신건강을 위해서 중요한 것은 부정적 감정과 스트레스를 느끼지 않고, 피하는 것이 아니라 이러한 기분과 감정은 “나에게만 생긴 문제”가 아니라 우리 모두가 느낄 수 있음을 아는 것입니다. 동시에 평소와 다른 자신의 상태를 잘 확인하고 혼자 해결하기에 어렵다고 느껴질 때는 정신건강 전문가의 도움을 받는 것입니다. 우리들 모두 소소한 생활에서의 행복을 느끼는 노력을 하며 일상으로의 회복을 함께하길 바랍니다.





중랑구를 빛낸

중랑구민대상 수상자를 소개합니다

중랑구에서는 지역사회 발전 및 구민복지의 증진을 위해 봉사과 나눔을 실천한 모범구민들을 찾아 중랑구민대상을 수여하고 있습니다. [2022년도 행복한 미래, 새로운 중랑] 만들기에 앞장선 자랑스러운 구민들을 소개합니다.



봉사상 권분남님(면목5동)

주민자치위원회 및 청소년육성회 활동 등을 통해 지역사회 발전에 앞장서고 있습니다. 특히 꾸준한 나눔 봉사 활동을 통해 이웃사랑을 실천하고 있습니다.



모범가족상 최영근님(면목본동)

100년이 넘도록 삼대 이상이 함께 거주하면서 화목한 가정을 이루고 있으며, 이웃 주민들과도 화합하고 소통하며 선한 영향력을 끼치고 있습니다.



봉사상 오성문님(바르게살기운동 중랑구협의회)

동네를 꾸준히 청소하며 깨끗한 중랑 만들기에 기여하였으며 태극기 달기 및 에너지 절약 운동과 각종 봉사 등의 솔선수범으로 타인의 귀감이 되고 있습니다.



특별상 이재춘님(묵2동)

중랑소방서 의용소방대에서 17년 동안 활동하며, 다양한 봉사 및 사회공헌 활동을 통해 적극적으로 나눔 문화를 실천하고 있습니다.



효행상 한상민님(면목5동)

몸이 불편한 어머니의 임종 직전까지 안부를 매일 살피고 지극정성을 다하여 보살피며 효행을 실천하여 효의 본모기를 보여주고 있습니다.



특별상 중랑구새마을부녀회(단체)

사랑의 김장 나누기, 밑반찬 나누기, 어르신 보양식 대접하기, 환경 정화 등 다양한 활동을 통해 더불어 살아가는 공동체 구현에 힘쓰고 있습니다.

중랑구민 참여마당

망우산의 가을 정취

글 | 신내동 노상학님

올가을에도 망우리 공원에는 고즈넉한 정경이 어김없이 펼쳐진다. 신내동으로 이사 온 지 30여 년이 지났지만 매주 한두 번 공원을 찾는 것은 지금까지도 변함이 없다.



그동안 강산이 세 번 변했지만 보잘

것 없었던 망우리 공원이 상전벽해가 되었다. 망우 공간 쉼터까지 건립되어 역사공원으로 거듭난 것은 정말 뜻깊은 일이다. 오늘도 사색의 등산로를 따라 가을의 정취를 만끽하며 박인환, 이중섭에 이어 야트막한 정상에 위치한 요절한 이인성 화가의 안식처에도 눈길 한 번 주면서 스쳐 지나간다.

망우리의 사계절 중 봄과 가을의 풍경을 나는 가장 좋아한다. 이른 봄부터 여기저기 빠죽 내민 철쭉의 자태와 저 멀리 두견새의 애달픈 울음소리가 가슴이 저리도록 좋고, 웬지 스산한 주변을 둘러보며 상념에 빠져 인생의 여정을 반추해 볼 수 있는 망우산 가을이 좋다. 산 자와 죽은 자의 경계를 수시로 가고 오면서, 변치 않는 자연의 순환 속에서 이 순간을 살아가며 삶의 고단함과 영원한 안식의 평온함을 동시에 깨닫게 된다.

가을의 길목에서 불교에서 말한 돈오돈수의 경지에 들어서지 않았나 은근 슬쩍 자만에 빠져보는 곳이 바로 망우리다.

가을의 중랑을 뜨겁게 달군 생활체육



2022 서울시장애인생활체육대회
중랑구 종합 3위

자랑스러운 중랑의 선수들에게 격려와 축하의 박수를 보내주세요~!



제16회 국무총리배 생활체육
전국게이트볼 대회 우승

그 외에도...

- 2022 서울시민체육대축전 종합준우승
- 제16회 문화체육관광부장관기 생활체육 전국국학기공대회 단체전 어르신부 은상

구민 참여마당 12월 주제는 나눔입니다.

나눔과 관련된 중랑구민의 소중한 일상의 이야기를 기다립니다!

응모분야 사진·수필(250자 내외)·시 ※ 성명과 연락처를 함께 기재

접수기간 수시 **신청방법** 담당자 이메일(pseola@jn.go.kr) 접수

※ 채택되신 분께는 소정의 문화상품권을 보내드립니다.

홍보담당관 홍보팀 ☎ 02-2094-0562

독자QUIZ

중랑구 첫 공공형 실내놀이터로 아이들이 안전하게 마음껏 뛰어놀 수 있는 실내 놀이 공간의 이름은 무엇일까요? <4면 참조>

① 중랑실내놀이터 ② 용마폭포공원 ③ 방정환교육지원센터

정답을 맞힌 20명을 추첨하여 문화상품권을 보내드립니다.

응모기간 10. 25.(화) ~ 11. 9.(수)

당첨결과 11. 10.(목) / 중랑구청 홈페이지

정답 올리는 곳 ▶



문화 소식

▶ 중랑구청 유튜브 채널

[중랑매거진]을 확인하세요!

하나된 마음으로 꿈과 희망을 연주하는 “중랑구립 청소년오케스트라”



중랑구립 청소년오케스트라 정기연주회

매주 토요일, 중화문화복지센터에서는 아름다운 선율이 울려 퍼집니다. 주인공은 바로 ‘중랑구립 청소년오케스트라’, 만 7세 ~ 18세의 중랑구 학생들로 이뤄진 30명의 단원을 성주진 지휘자가 이끌어가고 있으며, 지난 9월에는 ‘대한민국 청소년 교향악축전’에서 클래식부터 영화음악을 넘나드는 다채로운 무대를 선보이며 기량을 펼쳤습니다.

다가오는 11월에는 구민들의 마음을 따뜻하게 달래줄 첫 정기연주회가 열립니다. 한 뼘 더 성장한 모습으로 영화 ‘사운드 오브 뮤직’, ‘포레스트 검프’ 및 ‘조스’ OST 등 감동적인 연주를 선사할 예정입니다. 오늘도 중랑구립 청소년오케스트라는 끊임없는 연습을 하며 더 큰 무대를 밟기 위해 노력하고 있습니다.

제1회 정기연주회 개최 안내

일 시 11. 26.(토) 19:00 (예정) 장 소 중랑구청 대강당
신청기간 11. 7.(월) ~ 11. 24.(목) 신청방법 중랑구청 홈페이지(jungnang.go.kr) 및 전화 접수



중랑구립 청소년오케스트라에서 추가 단원을 모집합니다!

모집부문 현악기, 관악기, 타악기 등 14개 부문

접수기간 10. 20.(목) ~ 11. 2.(수)

※ 자세한 내용은 중랑구청 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.



문화관광과 문화공연팀 ☎ 02-2094-1822

우리은행과 함께하는 중랑구민 힐링 콘서트

일 시 11. 16.(수) 16:00
장 소 중랑구민회관 대공연장
대 상 중랑구민 누구나
출 연 진 서울심포니오케스트라, 중랑구립 실버합창단, 테너 임철호

문화관광과 문화공연팀 ☎ 02-2094-1823

제3회 망우역사문화공원 시낭송대회

접수기간 11. 10.(목)까지
접수방법 참가 신청서, 시낭송 동영상 이메일 제출
※ 담당자 이메일 : character89@seoul.go.kr
참여대상 초등학교 이상 누구나
공모주제 망우역사문화공원(인물, 역사, 유래 등)과 관련된 시
※ 본선대회는 11. 21.(월) 예정
※ 자세한 사항은 중랑구청 홈페이지(jungnang.go.kr) 참고

문화관광과 문화관광팀 ☎ 02-2094-1816

제4회 중랑청소년 꿈축제 & 혁신교육박람회

일 시 10. 29.(토) 13:00 ~ 19:00
장 소 용마폭포공원(용마산로 250-12)
대 상 학생, 청소년, 학부모, 교사, 지역주민 등 교육주체
내 용 체험부스 60개, 전시부스 24개, 공연 24개팀

교육지원과 혁신교육팀 ☎ 02-2094-1903~4,1906

중랑은 지금! 중랑의 **화** 한 소식을 전해드립니다.

중랑 겨울 미끄럼길 없앤다! 빙판길 걱정 덜어주는 ‘도로 열선’ 설치

중랑구는 겨울철 빙판길 안전사고를 예방하기 위해 도로 열선을 설치하고 있습니다. 올해 설치 구간은 △면목로22길, △면목로30길, △면목로54길, △면목로56길, △용마산로40길, △용마산로45길, △용마산로99길, △봉우재로64길, △면목로 327(버스정류장), △사가정로 387(버스정류장) 총 10곳입니다. 이 밖에도 △자동염수 살포장치, △누구나 사용할 수 있는 무료 제설도구함, △보도제설용 제설기 운영 등을 통해 폭설에 대비하며 구민의 안전사고 예방에 최선을 다하겠습니다.

도로과 도로계획팀 ☎ 02-2094-2696



상봉먹자골목, 찾아오고 싶은 특화거리로 탈바꿈

상봉동 봉우재로33길 일대 ‘상봉먹자골목’이 특화거리로 재탄생하였습니다. 그동안 좁고 노후된 보도, 낡은 간판으로 환경 개선의 시급성이 높았던 상봉먹자골목은 도로 재정비, 간판·보안등 교체, 전선 지중화 사업 등을 통해 거리 경관이 개선되어, 상징성을 가진 음식문화 공간으로 탈바꿈하였습니다. 이번 개선을 통해 찾아오고 싶은 특화거리가 된 만큼, 인근 상권들도 활기를 되찾아 지역 경제 발전에 긍정적인 에너지를 가져올 것으로 기대됩니다.

도시경관과 디자인팀 ☎ 02-2094-2532