



## 중랑구가 서민 경제 살리기에 앞장서고 있습니다

- 예산절감 및 조기집행 적극 추진
- 전 직원 전통시장 상품권 공동구매(구매액 7,500만원)
- 예산을 절감하여 다양한 일자리 창출 도모
- 자금난 중소기업 및 소상공인 지원(70억원)
- 소자본 창업강좌 및 전자상거래 교육 실시(연8회) 등



동영상 다시 보기  
중랑구인터넷방송(JBN) '이달의 브리핑'

지 | 면 | 안 | 내 2~4면 | 구정마당 5면 | 의정마당 6면 | 정보마당 7면 | 건강마당 8~9면 | 주민마당 10~11면 | 동네마당 12면 | 문화마당



**03**  
봄맞이  
깨끗한 중랑  
가꾸기 추진



**05**  
중랑구의회,  
지역경제 살리기 '온 힘'



**09**  
저소득  
어르신들과 함께  
한 효도관광



**11**  
고혈압자조관리교실  
회원 모집

**구정마당**



『소방방재청 주관 2008 지역안전도 추진실태 평가』  
**232개 시·군·구 중 지역안전도 1등급 선정**

중랑구는 소방방재청에서 실시한 『2008년 지역안전도 추진실태 평가』에서 전국 232개 시·군·구 중 1등급에 선정되는 영예를 안았다. 소방방재청이 주관한 이번 평가는 학계 전문가 5명으로 구성된 진단반이 55개 시·군·구(연차별 진단 실시)를 대상으로 실시한 것으로 풍수해저감대책 및 방재시설 운영 관리 등 3개 분야 81개 지표에 걸쳐 방문실시를 통해 평가되었다. 그 결과 중랑구는 풍수해 방지 대책, 배수펌프장 유지 관리 적절성, 도로제설취약구간 관리 실태, 각종



재난 예방대책 등 전 분야에 걸쳐 높은 점수를 받았다. 특히 중랑구는 과거 매년 상습침수 및 중랑천 범람으로 인한 피해를 입었던 지역으로 풍수해 등 자연재해에 매우 취약하였으나 7개 빗물펌프장 운영 (간이펌프장 3개 포함), 망우산 저류조, 노후하

수관개량공사 시행 등으로 재해예방에 철저히 대비해 왔다. 중랑구 관계자는 “타구에 비해 경제적 여건이 열악하고 지형적으로 재해 발생률 및 피해규모가 상대적으로 클 수밖에 없는 불리한 상황인데도 금번 평가에서 1등급으로 선정될 수 있었던 것은 재해예방에 대한 기관장의 높은 관심과 열정이 큰 역할을 했으며, 앞으로도 각종 재해로부터 주민들의 소중한 생명과 재산을 보호하기 위해 최선의 노력을 다할 계획”이라고 말했다. **치수방재과 ☎ 490-3415**



봄을 맞아 묵은 때를 깨끗이 씻어냅니다  
**봄맞이 깨끗한 중랑 가꾸기 추진**

새봄을 맞아 겨우내 묵은 먼지를 제거하고 가로환경을 아름답게 가꾸는 등 우리 주변 정리를 통해 깨끗하고 질서 있는 도시환경을 조성하고자 『깨끗한 중랑 가꾸기』 사업을 실시합니다. 깨끗한 중랑구를 만들기 위해 주민 여러분들의 적극적인 참여를 부탁드립니다.

추진기간: 2009. 3. 1 ~ 5. 31(3개월간)  
장소: 중랑구 전 지역  
주요 추진내용  
• 내 집 앞 내 골목 깨끗이 청소하기  
• 집 주변 화분 내놓기 및 자투리땅 화단 조성하기  
• 더러워진 간판을 교체하거나 세척하기  
• 지저분하고 퇴색된 담장 도색하기  
• 위험한 시설물을 점검하고 정비하기 등  
자치행정과 ☎ 490-3475

휴·폐업 영세업자, 실업급여수급자까지  
**긴급지원 확대 실시**

최근 경제상황 악화로 서민·중산층의 빈곤층 전락 방지를 위해 휴·폐업 영세업자와 실업급여수급자까지 긴급지원을 확대 실시한다.

- 지원대상**
- 휴·폐업 신고 전 종합소득금액이 2,800만원 이하인 자로 휴·폐업 신고 후 1개월이 경과하고 6개월 이내 신청한 자
  - 고용지원센터에서 실업 신고하여 취업희망카드를 받은 후 1개월이 경과하고 6개월 이내 신청한 자 (※재산 및 소득, 금융재산 등 조사 후 대상자 선정)
- 지원내용:** 생계비 등 위기사유에 맞는 지원 (1개월 지급 원칙)
- 제출서류:** 휴·폐업사실증명원, 소득금액증명원, 취업희망카드 등
- 주민생활지원과 ☎ 490-3358

**2009년 『아동인지능력향상서비스』 이용 안내**

연령기준: 만2세 ~ 6세 이하(2003. 1. 1 ~ 2007. 12. 31)  
서비스대상: 기초생활보장수급자 아동, 한부모가정 아동, 장애아동, 부모 모두 장애인인 아동, 조손가정 아동, 다문화가정 아동  
지원가능인원: 가구당 1명  
개인별자격기간: 서비스 개시일로부터 10개월  
정부지원액: 월 27,000원(추가가격은 본인부담)  
※서비스 개시일은 결과 통보서상의 바우처 제공기간 첫 월임  
※문의: 동주민센터, 구청 교육지원과  
교육지원과 ☎ 490-3202~5

**적십자회비, 어려운 이웃에게 힘이 됩니다.**  
\*모집기간(집중모금): 2009. 1. 20 ~ 2. 28(40일간)

**만화로 보는 구정 소식**

news. 2  
망우묘지공원 분묘 이전 지원금 지급

이곳은 1933년부터 1973년까지 40년간 2만8천여기가 공동묘지로 조성되었고.. 이후, 많은 분묘가 이전하였으며..

현재 망우공원 묘지의 중랑구 소재 분묘는 1만 5천여기가 남아 있습니다.

분묘 이전 지원대상에게 지원되는 금액은 1기당 80만원이며.. 기간은 2009년 12월 31일까지입니다.

지원 대상인 분들은 분묘이전 절차와 방법에 대해 중랑구청 정책사업기획단으로 문의해 주세요~

**중랑구청 정책사업기획단**  
☎ 490-3823

아차산과 용마산 연결

# 구정마당

## 2009년도 보육료 지원대상 선정 시기 조정

### 2009년 상반기(3월~6월) 2008년 보육료 지원제도 운영

- 2008년 보육료 지원대상자: 2009년 6월까지 기존 자격 유지
  - ※ 2월경 보육료 지원신청서를 제출할 필요 없음
- 2009년 신규 보육료 지원신청자: 2008년도 보육료 지원대상자 선정기준을 적용하여 지원 대상여부 결정 (2009년 6월까지 한시적)

### 2009년 하반기(7월~) 보육료 전액지원 확대에 따른 신규 지원제도 적용

- 보육료 전액지원 대상 소득기준 및 평가방식 결정: 2009. 4월
  - (2008년 보육료 지원대상자) 2009년 4월부터 2009년도 보육료 지원신청서를 제출 → '보육료 지원대상 확정통지' 수령 → 7월부터 보육료 지원
  - (2009년 신규 보육료 지원신청자) 신규 기준에 의해 해당 읍면동에서 지원수준 등을 재산정할 예정으로 보육료 지원신청서 반복 제출 불필요
- ※ 보육료 지원을 받고자 하는 가구는 4월 1일부터 금융재산 조회 동의서를 제출하여야 하며, 4월 1일 이전 보육료 지원신청서를 제출한 가구도 4월 1일 이후 금융재산 조회 동의서를 제출해야 합니다.

가정복지과 ☎ 490-3490

## 도시에서 전원의 정취를! '황실배 주말 농장' 회원모집



중랑구는 지역 특산물인 황실배의 우수성을 널리 알리고자 '황실배 주말농장' 개설하고 주말농장 회원 300명을 선착순 모집한다. 망우동 일대에 개설된 '황실배 주말농장'에서는 다른 배 품종에 비해 높은 당도와 수분을 함양하고 있는 신고 배를 1년간 임대 하는데, 농장 주인이 거름주기 등 일반적인 나무관리 작업을 하고, 주말농장 회원은 인공수분, 열매숙기, 봉지 씌우기, 배 수확 등의 행사에 참여하면 된다.

**모집기간**  
2009. 2. 23 ~ 3. 31까지

**대상:** 선착순 300명  
(자격 지역 제한 없음)

**분양가:** 배나무(신고배) 1그루당 9만원

**신청:** 구청 지역경제과(전화 또는 방문신청)

지역경제과 ☎ 490-3367~8

## 음식물쓰레기 「단독주택 거점수거」 시범실시 음식물쓰레기 배출방식이 확! 달라집니다

**용기 거점수거란?** 기존의 봉투사용 집안배출 방식을 개선하여 소형용기에 음식물쓰레기만 담은 후 거점에 설치된 중간 수거용기(1200)에 수시로 배출하는 방식

**시행시기:** 2009년 4월중

**시행대상:** 단독주택(20세대 미만의 다세대 연립 포함), 소규모음식점

**대상지역**

시범실시 동 주민센터		수거 대행업체
일·화·목	월·수·금	
중화2동	목2동	용마용역
면목2동	상봉2동	중랑환경
면목3·8동	망우2동	우리환경

**처리비용**

• 전화요금(KT전화, 휴대전화)에 각 세대별로 병기 합산부과 청구

• 2인 이상 세대 : 1,500원, 1인 단독세대 : 1,000원

**배출요령**

• 물기는 최대한 제거하고 분리하여 배출(혼합 배출 금지)

• 거점 수거용기(1200) 설치 협조

가정



1세대당 1개 무상지원(음식물을 담아서 분쇄 및 파손으로 추가필요시 유상 구입)

거점(골목)



30~50세대당 1개 설치 (거점용기에 배출) 분쇄 및 파손시 추가 지원

수집·운반



수집 운반업체에서 지정일 수거 및 세척

청소행정과 ☎ 490-3378

## 간추린 소식

### 2009년 주민등록 일제정리 안내

추진기간: 2009. 2. 11 ~ 4. 7(56일간)

조사자: 동 주민센터 공무원

(필요시 통장 합동으로 세대 방문)

**주요내용**

- 주민등록 사실조사 및 직권조치
- 주민등록 말소자 재등록 및 주민등록증 미발급자 발급
- 자진신고에 의해 주민등록을 정리(재등록, 주민등록증 발급) 할 경우 과태료 1/2경감

자치행정과 ☎ 490-3313

### 2009년에도 출산축하금을 지원합니다

**지원대상:** 2008년 4월 1일 이후 둘째아를 출산한 부모 중 아이의 출생일을 기준으로 1년 이상 중랑구에 주민등록을 둔 중랑구민

**지원금액:** 둘째아(50만원), 셋째아(100만원), 넷째이상(200만원)

**신청방법:** 출생신고 시 출산축하금신청서, 통장사본 제출

**신청장소:** 중랑구청 민원여권과, 동주민센터

가정복지과 ☎ 490-3490

### 부동산등기신청 해태 과태료 부과 안내

• 등기신청기준일(잔금지급일 등)로부터 60일 이내에 소유권이전 등기를 신청해야 합니다.

• 정당한 사유없이 등기신청을 해태한 때에는 그 부동산에 대한 등록세액의 5배 이하에 상당하는 금액의 과태료를 부과합니다.

〈과태료 부과기준〉

부과기준	부과금액
2월 미만 해태	등록세액의 100분의 5
2월 이상 5월미만 해태	등록세액의 100분의 15
5월 이상 8월미만 해태	등록세액의 100분의 20
8월 이상 12월미만 해태	등록세액의 100분의 25
12월 이상 해태	등록세액의 100분의 30

※ 과태료처분에 불복이 있을시 처분을 받은 날로부터 60일 이내에 이의제기 할 수 있으며, 이의제기시 관할법원에 통지하여 비송사건 절차법에 의거 처리됩니다.

지적과 ☎ 490-3496

### 자금난 중소기업 및 소상공인 지원 안내

#### 중소기업육성자금 지원

**지원규모:** 20억원(1개업체당 1억원 이내)

**신청기간:** 2009. 2. 16 ~ 3. 6(3주간)

**용자대상:** 중랑구 내 공장을 두고 사업자등록을 한 후 3개월 이상 계속하여 사업을 영위한 중소기업자 및 지식서비스산업 영위자

**용자조건:** 연리 3%, 2년 거치 3년 균등분할 상환

부동산 담보 또는 신용보증서 제출

#### 영세소상공인 지원

**지원규모:** 20억원(1개업체당 3천만원 이내)

**신청기간:** 2009. 2. 16 ~ 자금소진 시까지

**용자대상:** 중랑구 내 사업장을 두고 3개월 이상 계속하여 사업을 영위한 소상공인

**용자조건:** 연리 5.5%내외, 1년 거치 3(4)년 균등분할 상환

신용보증

지역경제과 ☎ 490-3365~7

**구정마당**

『희망 2009 따뜻한 겨울보내기 사업』  
우리 모두가 참여합시다!

저소득 주민의 따뜻한 겨울나기를 돕기 위한 「따뜻한 겨울 보내기」 사업에 동참하여 주신 주민 여러분께 진심으로 감사드립니다. 후원하신 성금·성품은 우리 중랑구의 어려운 이웃에게 모두 지원됩니다.

성금 및 성품 접수현황 (2008. 1. 1~2009. 1. 31)  
모금총액 : 338,432천원(성금 102,894천원, 성품 235,538천원)



**중랑구** ▶ 민간어린이집연합회, 가정보육시설연합회, 중랑구 청어직원회, 가정복지와 직원일동, 중랑구 기능미화 협의회(중랑지회), 현대건설(주), 벽담건설(주), 신우건설산업주식회사, 성일건설주식회사, 보명종합건설(주), 투에이건설, (주)피닉스건설, (주)더블유웨딩(대표이사 : 이병규), (주)비와이씨, 쌍용건설주식회사, 동양메이저 건설 중화동현장, (주)디자인파크개발, (주)지케어, 용성건설, 공원복지와 직원일동, 고려조경, 유오종합건설(유오봉), 교육지원과 직원일동, 교통지도와 직원일동, 교통행정과 직원일동, 사단법인 경찰청 모범운전자 중랑지회, 구의회 직원일동, 기획홍보과 직원일동, 도로과 직원일동, 도시개발과 직원일동, (주)신도디엔텍, (주)삼진애드컴, 한국외국광고협회 중랑구지회, 도시디자인과 직원일동, 중랑구립여성합창단, 중랑구축구연합회, 중랑구게이트볼연합회, 문화체육과 직원일동, 중랑구축구연합회(최홍준), 중랑구자전거연합회(채명자), 중랑구배구연합회(황규옥), 중랑구체조연합회(이영환), 중랑구체육회, 민원여권과 직원일동, (사단법인)대한미용사회 중랑구지회, 보건위생과 직원일동, 중랑간호사회, 보건지도와 직원일동, 원산지관리추진반 직원일동, 중랑구약사회, 의약과 지원일동, 자치행정과 직원일동, 재무과 직원일동, 전산정보과 직원일동, 독지가, 초록어린이집 원아, 면목재가노인복지센터, (주)나임종합건축사무소, 주택과 직원일동, (주)한신코아건설, 신내주유소, 망우주유소, 지역경제과 직원일동, (주)기지에너지, (주)풍림에너지, 지적과 직원일동, 김동일, 청소년행정과(재활용품 판매 수입), 한주연, 총무과 직원일동, 한국종합기술(대표 : 이강록), 치수방재과 직원일동, 중랑구녹색어머니연합회, 이레패션(김재현), 나눔로또, 농협중앙회 면목역지점

**면목본동** ▶ 서병일, 김규환, 전정애, 이진기(중랑구재활용센터), 김선규, 윤경녀, 정해복, 임필규, 김민석(삼일빌딩), 한마음산악회(조규대), 주부환경봉사단, 현창, 박동철, 오경숙, 전용철, 김정숙, 권수진, 김숙자, 정복순, 오명석, 서삼옥, 심척기, 김영석, 한충수, 석일신, 송재민, 권오현, 홍경자, 박경순, 황길일, 전한준, 전영희, 강환권, 이종석, 양수옥, 면목본동 방위협의회, 바르게살기운동면목본동위원회, 면목본동청소년아동복지위원회, 주부동우리봉사단, 한국자유총연맹면목본동지도위원회, 한국청소년육성회(면1회), 한국청소년육성회(면6회), 적십자봉사단(면6동), 더나아봉사단, 면목본동통장협의회, 면목본동새마을부녀회, 면목본동자율방범대, 면목본동어머니자율방범대, 면목본동자율방범운영위원회, 면목본동새마을협의회, 면목1, 2동민간어린이집, 면목본동주민자치센터 민요팀, 면목본동 주민자치센터 에어로빅팀, 면일어린이집, 나래어린이집, 해오름어린이집, 금빛어린이집

**면목2동** ▶ 신문표, 김산, 생활체육 중랑축구회, 면목2동주민자치위원회, 한만규, BHS무역(윤한기), 남정옥, 엄제석, 면목2동 환경감시단(김성창), 장순남, 김명희, 박종근, 오봉세, 독지가, 동우어패럴(박종현), 창대어패럴(박종갑), 원희권, 동은교회, 면목2동새마을금고, 심지운(해바라기어린이집원장), 덕수콜텍시, 목성회, 면목2동자율방범대

**면목3·8동** ▶ 면목3·8동 통합방위협의회(회장 조규중), 영

남향우회, 손정덕, 김효정, 정건호, 22동장 김양순, 영진유치원(재원어린이 및 교직원일동), 면목3·8동 청소년아동복지위원회(위원장 도옥희), 면목고등학교(교장 이재홍), 면목3·8동 10동주민, 독지가, 면목3·8동 주민자치위원회(위원장 이동호), 면목3·8동 15동장(김종만) 및 주민(한용성, 김종만), 용마한신아파트2차부녀회(회장 이은진), 하모니마트(대표 김장임), 25동장 유윤자, 21동장 장재선, 성심교회(담임목사 김신일), 면목3·8동 9동주민, 용마한신아파트1차 부녀회(회장 최미희), 면목3·8동 통장협의회(회장 박삼택), 박삼택, 면목3·8동 직원, 진로마트(대표 이오섭), 면목3·8동 새마을부녀회(회장 김호숙), 면목3·8동 자율방범대(대장 손태영), 면목3·8동 부녀방범대(대장 권오순), 면목3·8동교통협의회(회장 배재학), 면목3동어린이집(원장 한경순), 영안교회, 삼일주택개발 (대표 김석모), 면목3동 적십자봉사단(회장 임경숙), 면목8동 적십자봉사단(회장 박경옥)

**면목4동** ▶ 황판남(면목4동 자유총연맹여성회), 권문선, 조월주, 염수연, 김규익(면목4동 주민자치위원), 김민중(중랑구 문구조합 옹마회), 김형인(면목4동 방위협의회 고문), 박성호(면목4동 바르게살기협의회), 면목4동 부동산개사협회, 문상훈(글로벌인더스트리 대표), 유희원, 면목4동 이화어린이집 어린이, 김순재(면목4동 이화어린이집 원장), 흥인실(면목4동 예능어린이집 원장), 면목사회복지관 직원일동, 송성학(동일교회 목사님), 박종진(성화교회 목사님), 김재규(성수교회 목사님), 강금선·김대기(사랑의 열매), 김정옥(삼호아파트부녀회), 김삼임(늘푸른동아아파트부녀회)

**면목5동** ▶ 중랑사랑회, 진미치킨, 면목5동 환경감시단, 장안제일시장 상우회, 진영유통, 면목5동직원일동, (주)동서울택시, 면목5동새마을문고, 적십자봉사단, 독지가, 한국암웨이(주), 정희순, (주)인성메디칼, 주부환경봉사단, 자율방범대, 장준영

**면목7동** ▶ 유한약국, 면목성결교회, 최영순, 면목7동직원일동, 리더스빌딩(최명식), 갈비촌(유경자), 면목7동 새마을부녀회, 김선아, 정보보안지도위원회 회원일동, 황재용, 독배기바지락칼국수, 조마루빠다귀, 최승만, 성백진, 적십자봉사단, 자율방범대, 성동웨딩홀, 면목7동 자율방범대, 독지가, 박미애(예쁜머리)

**상봉1동** ▶ 상봉1동통장협의회, 부광통상(주), 구분화, 신내종합사회복지관, 모범택시, 상봉1동대한적십자봉사회, 상봉1동 바르게살기 위원회

**상봉2동** ▶ 옛골토성, (주)디피엠, (주)동우씨앤디, 남양상운(주), 유동재, 상봉2동 직원일동, 상봉삼성어린이집, 새싹어린이집, 한국전력, 한길교회, 22동장, 상봉2동 발전협의회, 상봉2동자율방범대, 잇츠호텔(장자현), 스위스호텔(주병도), 하나헬스(김대용), 영안교회, 적십자봉사회, 토지공사, 고구려축산(배은경), 독지가, 16동주민일동

**중화동** ▶ 소나무한의원(손종근), 에센시아(주), 김기자, 중화동 건강체조교실(회장 : 김기자), 거봉어패럴(대표 : 전혜연), 중화동 주민자치위원장 라승재, 김대근, 김준희치과, 중화동직원일동, 안치연(천마산건설), 중화동번영회, 이영애, 중화동 주민자치위원회, 청광플러스원(아)부녀회일동, 삼진한의원(송혁진),

중화동 한신아파트부녀회, 영안교회, 임유영, 독지가, 조인란

**중화2동** ▶ 김병식, 박경빈, 중화2동직원일동, 태능시장상가번영회, 새마을지도자 협의회, 주민자치위원회, LCD랜드, 성원(주), 안치연(천마산건설)

**목1동** ▶ 김광정, 고윤서, 조숙, 고성남, 목1동 자유총연맹, 새양화장품(이동규), 목1동 직원일동, 장인식, 몬테소리어린이집, 조한승, 김기남, 목1동주민자치위원회, 목1동 보안지도위원회, 그리스도대사단 교육훈련원(그리스도대사단교회), 유상근, 목1동 바르게살기위원회, 목1동 부녀방범대, 문덕춘, 독지가, 이석창, 라옥자, 월등스카이뷰입주자대회, 목1동통장협의회, 목동화랑새마을금고, 흥상회동물병원

**목2동** ▶ 도완구, 채수명, 목2동직원일동, 이남중, 차금례, 민방위협의회, 독지가, 목동화랑새마을금고, 청솔회, 세계일보 조사위원 중랑구협의회, 새마을지도자협의회, 영세교회, 새마을부녀회, 목동교회, 김진한, 청소년육성회, 조질순, 객인근, 통장협의회

**망우본동** ▶ 망우본동직능단체및직원, 박노익(중랑해모르동 대표), 동국기회(주), 강옥녀(보천사주지스님), 금파어린이집, 독지가, 김학례, 박성준, 망우본동 직원일동, 망우본동방위협의회(우덕인), 발전협의회(조영형), 망우본동자유총연맹, 임동조(미성석제), 송곡여고(왕금식), 바르게살기위원회(이희우), 김행분, 고점순, 망우동교회, 서정수(망우본동망우2동대장), 망우본동통장단, 원흥전설, 심진강 유향오리 이종남, 용주사, 삼룡사, 이마트, 한일씨너스빌 아파트 관리사무소, 대순진리회, 오현승 한의원

**망우3동** ▶ 지광원, 이정옥, 이명자, 유석준, 대한타일(대표:최건일), 새마을부녀회(오성희), 새마을협의회(왕정현), 금란유치원(김희정), 망우찜땀방(유옥희), 권상순, 아해뜰어린이집, 망우3동직원일동, 망우3동 대한적십자사 회원일동, 독지가, 박종덕, 망우3동주민자치위원회, 유신어패럴(손갑심), 면일초등학교(박수환)

**신내1동** ▶ 주태영건설, 녹주맥반석찜질중랑점(유기원), 신선한우촌, 소문난빠해장국(최미란), 중앙하이츠부녀회(한춘자), 윤부영, 천지연스파월드(이재학), 신내1동직원일동, 신내주유소(박명숙), 노고단칼국수(박원규), 성수식당(최희신), 태능쇼핑백(장훈), 유원종합목재, (주)기지에너지, 신내동새한아파트통반장, 정원석, 석탑아파트부녀회(최명수), 대성유니드아파트통반장(소미영), 무봉리순대국, 청소년아동복지위원회(전화순), 그물에 걸린 바다(홍순승), 신내동경남아파트통반장, 현대건축도매상사(김영애), 신내동자율방범대(천마산업), 독지가, 한중연, 신내동 새마을금고(진혜자), 신내1동 새마을부녀회(유경례)

**신내2동** ▶ 신내2동 통장협의회, 김남훈(자율방범대), 홍명숙, 신내2동 새마을지도자협의회, 김희태, 한명희, 신내6단지 입주자 대표일동, 신내2동새마을부녀회, 신내2동 직원일동, 신내동성당, 신내동 새마을금고, 자비의 집, 적십자봉사회, 신내동새마을금고, 새마을부녀회

# 의정마당



## 현장의정으로 구민에게 희망을 중랑구의회, 캐치프레이즈 선정

己丑年을 맞이하여 중랑구의회는 올해를 희망의 원년으로 정하고, 희망 의정, 희망 중랑을 만드는데 초점을 두고 『현장의정으로 구민에게 희망을!』이라는 캐치프레이즈를 내 걸었다. 이 캐치프레이즈는



공모작 35개 중 선정된 것으로, 올해 의원들에게 현장 위주의 의정활동이, 구민에게는 희망이 가장 필요하다는 뜻을 담고 있다. 구의회 본회의장에서 17명 의원이 모두 참석한 가운데 ‘할 수 있다’는 의지를 재확인 하는 캐치프레이즈 선포식을 가졌다.

## 중랑구의회, 지역경제 살리기 ‘온 힘’

중랑구의회는 경제난 극복과 지역경제 활성화를 위해 경기침체와 대형마트 범람 등으로 어려움을 겪고 있는 전통시장 살리기에 나섰다. 구의회에 따르면 지난 2월 6일 의원별 20만원, 사무국 직원별 10만원 등 총 600만원을 모아 관내 우림시장, 동부시장, 동원시장, 면목시장 등 4개 전통시장에서 공동 사용할 수 있는 상품권을 일괄 구입하고, 11일 면목시장과 우



림시장을 방문하여 상품 팔아주기 운동을 전개하며 물건을 직접 구매하기도 했다. 중랑구의장(이성민)은 “수출 감소에 따라 내수 경기 회복 없이는 경제가 살아날 수 없다.”며, “전통시장 상품권을 이용해 소비생활에 적극 참여함으로써 전통시장 활성화는 물론 지역 경제에 활력을 불어넣는 계기가 되었으면 좋겠다.”고 말했다.

## 의원발의 조례건수 작년이 ‘最高’

중랑구의회(의장 이성민)는 지난해 역대 의회 가운데 가장 많은 34건의 조례안을 의원(위원회)발의한 것으로 나타났다고 밝혔다. 이는 전년대비 2~3배가 증가한 것으로 조례 발의는 자치구의회의 가장 중요한 역할인 입법기능이기도 하다. 의원발의 조례로는 구명순 의원의 옥외광고물 등 관리 조례 일부 개정 조례안 등 총 3건이 있었다. 또한 구의회는 지난해 9월 24일부터 주민생활에 불편을 주거나 현실에 맞지 않는 조례의 일제정비를 위해 조례정비특별위원회를 구성·운영하고 있다.



조례정비특별위원회는 144개 구조례를 의원별로 정비대상을 배분하고, 면밀히 연구 검토해 호적과 태료 부과징수 조례 폐지 조례안, 사회복지시설 설치 및 운영에 관한 조례 일부 개정 조례안, 폐기물관리 조례 일부 개정 조례안, 주차장 설치 및 관리 조례 일부 개정 조례안 등 현재까지 총 31건의 조례안을 정비하였다. 구의회는 조례 입법 능력 향상을 위해 의원 세미나를 여러 차례 가졌으며, 의원연구실을 설치, 수시로 토론회를 갖는 등 의원들의 전문성 강화를 위해 다각적으로 노력해 왔다.

### 구청질의 >>



**박초양 의원**  
(면목2, 상봉2동)

박초양 의원은 중랑구의회 148회 정례회에서 청량리-신내동간 경전철 신설에 대한 국토해양부 최종확정 발표와 관련하여 겸재길 면목2동사거리에 역사를 설치할 계획은 없는지에 대하여 질의했다. 이에 대하여 집행부는 면목5동 주민센터 앞 동일로 상의 경전철 역사를 최대한 남측으로 이전하여 면목4,7동 고밀도 주거단지 주민들의 경전철 이용불편을 최소화시키고 면목2동사거리에 경전철 역사가 추가로 설치되도록 서울시에 적극 건의하겠다고 답변했다.



**김동울 의원**  
(상봉1, 신내2동)

김동울 의원은 상봉동 테크노타운 끝부분, 봉화산 하단에 배드민턴장 등 체육시설을 설치할 용의가 있는지에 대하여 질의했다. 이에 대하여 집행부는 현재 구에서는 봉화산 내 배드민턴장 12개소를 모두 철거하고 신내공원에 다목적체육관을 이미 개관한데 이어, 법장사 앞에도 2009년 10월까지 다목적체육관을 건립할 계획이라며, 체육관 이용에 불편이 많은 상봉동과 중화동 주민들을 위해 상봉동 테크노타운 공원지역 하단에 체육관 설치를 검토 중에 있는 만큼 서울시와 긴밀히 협의해 체육관이 설치될 수 있도록 노력하겠다고 답변했다.

중랑구의회 홈페이지 주소가 2월 1일부터 <http://www.jungnangcouncil.seoul.kr>에서 <http://www.jnc.go.kr>로 변경되었습니다.

## 의원 동정



**김삼량 의원** (중화1,2동)은 1월 22일 새마을부녀회 주관으로 중화1동 주민센터에서 열린 설맞이 어르신 사랑의 떡국잔치 행사에 참여해 독거노인 및 관내 어르신들께 떡국, 과일 등의 음식을 나르는 자원봉사를 통하여 훈훈한 이웃간의 정을 전했다.



**김수자 의원** (비례대표)은 1월 14일 프레스센터에서 열린 제24회 한국여성유권자연맹 정기총회에 참석, 양성평등한 세상은 남녀 모두가 행복한 세상이며, 이를 위해 여성유권자의 시민의식 함양과 여성의 정치참여 확대를 위해 노력하겠다고 말했다.



**김시현 의원** (면목3·8, 4, 7, 망우3동)은 1월 20일 중랑구 도시브랜드 가치 향상을 위한 도시디자인 기본계획 착수 보고회에 참석하여 명품도시 중랑구 건설을 위한 자문역할을 충실히 하여 모두가 잘사는 행복한 도시를 만들기 위해 최선을 다하겠다고 말했다.



**김윤수 의원** (목1,2동)이 발의한 「저소득 틈새계층 국민건강보험료 지원 조례」가 제정되었다. 본 조례는 「국민기초생활보장법」상의 수급자가 아닌 저소득 틈새계층에게 국민건강보험료를 지원하는 내용을 담고 있다.



**이병호 의원** (면목3·8, 4, 7, 망우3동)은 용마산길 SH공사 면목아파트 정문 앞 비보호 좌회전 개통을 위해 주민 탄원서를 구청장, 경찰서장에게 제출하는 등 다각적인 노력을 해 온 결과 지난 1월 22일 면목아파트 정문 앞 비보호 좌회전이 개통되었다.



**이성민 의원** (중화1,2동)은 1월 16일 옥외광고협회 중랑구지회 정기총회에 참석, 지금 우리는 세계화 시대에 살고 있으며 국제적인 경쟁은 더욱 치열해지고 있다며, 생존경쟁에서 살아남는 방법은 오직 철저히 준비하고 실천하는 것 뿐이라고 말했다.

# 정보마당

## 「제2기 이화-중랑 아카데미」 운영

접수기간: 2009. 3. 9(월) ~ 3. 20(금)  
 ※3. 25(수) 발표  
 접수방법: 인터넷접수(평생학습센터 홈페이지)  
<http://lifelong.jungnang.seoul.kr>  
 대상: 중랑구 거주 주민(80명)  
 교육기간: 2009. 4. 2 ~ 6. 18 (매주 목 10:00 ~ 12:00)  
 장소: 중랑구립정보도서관 4층 대강당  
 수강료: 250,000원(본인부담 25,000원)  
 교육지원과 ☎ 490-3204~5

## 예술 아카데미 운영 「아는 만큼 보이는 미술이야기 클릭! 명화속으로」

접수기간: 2009. 2. 23 ~ 3. 6 ※3. 10 발표  
 접수방법: 인터넷접수(평생학습센터 홈페이지)  
<http://lifelong.jungnang.seoul.kr>  
 대상: 중랑구 거주 주민(100명)  
 교육기간: 2009. 3. 18 ~ 5. 20  
 (매주 수요일 10:00 ~ 12:00)  
 교육장소: 중랑구립정보도서관 4층 대강당  
 수강료: 20,000원  
 교육지원과 ☎ 490-3204~5



동영상 다시 보기  
**중랑구인터넷방송(JBN) '이달의 브리핑'**

## 다문화가족 “나눔의 숲” 캠프 참가자 모집

캠프기간: 2009. 3. 14(토) ~ 15(일) 1박2일  
 캠프장소: 강원도 횡성군 소재 “숲채원”  
 참가대상: 중랑구 거주 다문화가족 80명  
 접수기간: 2009. 2. 16(월) ~ 마감 시까지  
 참가비: 1인당 24,000원(국민기초생활수급자, 저소득  
 한부모 가족 등 참가비 무료)  
 접수방법: 방문접수 >> 동 주민센터, 구청 가정복지과  
 이메일접수 >> 담당자 이주희  
 (primaljoy@jungnang.seoul.kr)  
 ※신청서 양식: 구청 홈페이지에서 다운로드  
 가정복지과 ☎ 490-3492

## 건강보험제도 관련 Q&A

**Q** 금년도 건강검진은 어떻게 실시합니까?  
**A** 금년부터 70세, 74세 노인에 대한 치매선별 검사를 확대 실시하고, 일반 건강검진의 주요 목표 질환을 고혈압·당뇨병·이상지질혈증·비만 등 ‘심뇌혈관질환’으로 설정하여 1차검진부터 심뇌혈관질환을 집중 발견하고 2차로 의사의 사후상담을 추가하여 심뇌혈관질환 의심자에 대한 예방·관리를 강화할 예정이다.  
 이번 건강검진 제도개선은 가속화되는 인구 노령화에 대응하기 위한 것으로 2009년도 건강검진대상자에게 달라지는 개편 사항을 포함한 안내문과 검진표를 2. 12부터 2. 28까지 발송하고 본격적인 검진사업을 실시할 예정이다.  
 국민건강보험공단 1577-1000

## 무료 컴퓨터교실 수강생 모집

접수기간: 2009년 2월 26일(목)~2월 27일(금) 업무시간 내  
 접수방법: 기초 및 인터넷과정 ⇒ 방문 및 전화접수  
 인터넷활용과정 및 중랑 여성 디카교실 ⇒ 인터넷접수  
 선정방법 및 선정발표: 전산추첨, 3. 2(월) 12:00 홈페이지게시 및 문자전송  
 \* 중랑 여성 디카교실은 3. 13(금) 홈페이지 게시  
 교육장소: 구민전산교육장(신내2동), 중곡초 전산교육장(면목4동)  
 교육과정: 중랑구청 홈페이지 [www.jungnang.seoul.kr](http://www.jungnang.seoul.kr)



### 기초 및 인터넷(컴퓨터 “왕초보”를 위한 과정)

반별	교육기간	교육시간	교육내용
주부반(50세이하 주부) 누구나반	3. 9 ~ 3. 20(10일)	10:00~12:00	· PC의 기본개념 및 조작법 · 인터넷사용법, 정보검색 · 이메일 가입 및 활용 등
		15:30~17:30	
누구나반(중곡초 전산교육장)	3. 16 ~ 3. 27(10일)	14:00~16:00	

### 인터넷활용 및 중랑 여성 디카교실(인터넷이용 가능자)

반별	교육기간	교육시간	교육내용
주부반(50세이하 주부) 누구나반	3. 23 ~ 4. 3(10일)	10:00~12:00	· PC의 기본개념 및 조작법 · 인터넷사용법, 정보검색 · 이메일 가입 및 활용 등
		15:30~17:30	
중랑 여성 디카교실	접수: 3. 9 ~ 3. 13 16시 교육: 3. 23 ~ 4. 3	13:00~15:00	

전산정보과 ☎ 490-3702

## 1일 특강 수강생 모집

접수기한: 개강일 3일전까지 접수  
 매월초과정은 전월 28일까지 접수  
 접수방법: 인터넷접수, 방문접수, 전화접수  
 중랑여성인력개발센터 홈페이지  
<http://www.womanpro.org>

### 무료특강

과정명	일자	시간	수강료
실패하지않는 성공투자 1단계	3. 2(월)	10:00~12:00	무료
실패하지않는 성공투자 2단계	3. 9(월)	10:00~12:00	무료

### 1일특강

과정명	일자	시간	재료비	
천연화장품	촉촉 수분크림	3. 11(수)	10:20~11:20	1만7천원
	마백 에센스 세럼	3. 18(수)	10:20~11:20	1만7천원
	모근 트리트 헤어샴푸 비누	3. 25(수)	10:10~11:20	1만9천원
펠트	병아리 딸랑이	3. 19(목)	10:30~13:30	6천원
퀵트	꽃비늘 쌈지	3. 26(목)	10:30~13:30	1만원
비즈공예	2겹 꽃잎 목걸이	3. 13(금)	10:30	1만7천원
	진주 링 긴출체인 귀걸이		13:00	1만2천원
요리과정	봄나물 만들기	3. 18(금)	14:00~16:00	1만4천원
제과제빵	모카롤케이크, 콘볼	3. 10(화)	14:00~17:00	1만4천원
초크아트	문걸이, 웰컴판, 키걸이판	3. 17(화)	10:30~12:30	1만2천원

중랑여성인력개발센터 ☎ 3409-1948

## 중랑여성인력개발센터 3월 수강생 모집



## 2009년도 제8기 수도 모니터 모집



모집기간: 2009. 2. 6(금) ~ 2. 28(토)  
 모집인원: 2,000명  
 자격: 만20세 이상 서울시 거주 시민으로  
 인터넷 사용 가능한 자  
 활동기간: 2009. 3 ~ 2010. 2  
 역할: 상수도 주요사업 및 시민고객의 생활불편사항  
 모니터링 및 의견제출  
 제출서류: 제8기 수도모니터 지원서  
 접수처: 상수도홈페이지(<http://arisu.seoul.go.kr>)  
 인터넷접수  
 서울 상수도사업본부 홍보과 ☎ 3146-1218

## 서울특별시 무료 시민 직업교육생 모집

### 모집학과

- 주간 1년 과정
  - ▶ 로봇전자과, 사인아트디자인과 등 5개학과
- 야간 6개월 과정
  - ▶ 전자출판과, 전자기기 등 5개학과
- 준고령자 과정 ▶ 도배과, 조경관리과

### 지원자격

서울시민(주민등록 등재자)으로  
 만15세 ~ 55세(주간1년 과정, 야간6개월 과정)  
 만50세 ~ 65세(준고령자 과정)  
 서울시립 상계직업전문학교 ☎ 2092-4700, 4800

# 보건소에 오시면 건강해집니다!

2009년 중랑구 평생건강관리 프로젝트 ②



## 약물치료는 효과 못지않게 안전도 중요합니다



만성질환(예 : 고혈압, 당뇨병, 고지혈증)에 대해 약물치료를 할 때 의사가 고려하는 것으로 두 가지가 있습니다. 첫째, 약물치료는 효과가 있어야 합니다. 둘째, 약물치료는 부작용이 없어야 합니다. 효과가 없는 약은 쓸 필요가 없습니다. 효과가 있더라도 부작용이 있으면 사용하기 어렵습니다. 약물을 처방하는 의사는 약물효과 판정을 위해 적절한 간격으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치, 중성지방 수치를 모니터링 합니다. 약물로 인한 효과 판정만큼 중요한 것이 '약물의 부작용 모니터링'입니다. 물론, 현재 의사가 처방하는 혈압약, 당뇨약, 고지혈증 치료제는 부작용 면에서 가장 안전한 약물군에 속합니다. 그렇다 하더라도 약과 구합이 맞지 않아 부작용을 보이는 환자분이 종종 발견됩니다. 그래서 만성질환을 치료하는 의사가 진

료 시 관심 두는 사항 중의 하나가 현재 환자에게 사용 중인 약물로 인해 부작용이 발생했는지 모니터링(감시)하는 것입니다. 모니터링(감시) 방법은 두 가지입니다. 첫째는 환자의 증상을 모니터링(감시)합니다. 둘째는 약물부작용을 조기발견하기 위해 적절한 간격으로 검사를 합니다. 약물로 인한 부작용은 환자 자신이 증상으로 느끼는 것이 있습니다. 그러나 부작용이 발생했다면, 환자 자신이 증상을 느끼지는 못하기에, 부작용을 찾아내기 위해서는 반드시 검사가 필요한 경우도 있습니다. 어떤 혈압약은 두통이나 발목이 붓는 발목부종을 일으킬 수 있습니다. 어떤 혈압약은 가래 없는 기침, 즉 마른기침을 일으킬 수 있습니다. 어떤 당뇨약은 배에 가스가 차고, 방귀가 많이 나오고, 트림이 많이 나는

증상을 일으키기도 합니다. 어떤 고지혈증약은 온 몸이 때로 두들겨 맞은 듯이 아프다고 표현되는 근육통을 유발할 수 있습니다. 어떤 혈압약은 콩팥기능이 나빠지거나 전해질 이상을 일으킬 수 있습니다. 콩팥기능 이상이나 전해질 이상이 발생해도 초기에는 환자는 아무런 증상을 느끼지 못하지만, 실제 콩팥기능이상이나 전해질이상 발생한 경우 치명적일 수도 있습니다. 때문에 의사는 그런 혈압약을 사용할 때 환자가 적절한 시점에 적절한 검사를 받도록 권고합니다.



글 | 김남균 가정의학과 전문의 중랑구보건소 일차진료실

### 가정 불용의약품 수거 안내

가정에서 사용하지 않고 보관 중인 의약품 중 유효기한 경과 및 변질 의약품을 약국에서 수집하고 있습니다. 구민 여러분의 참여로 '나'와 '내 가족'의 건강도 지키고 깨끗한 환경도 만들어요~

장소 : 집에서 가까운 약국  
문의 : 의약과 ☎ 490-3431

### 고혈압 자조관리교실 회원 모집

일자 : 2009년 3월 10일 ~ 3월 31일  
(매주 화요일 오전 10시~12시)  
장소 : 중랑구보건소 4층 보건교육실  
대상 : 고혈압 환자 및 가족 40명 (선착순)

내용

- 10:00 ~ 11:00 : 이론강의 (고혈압의 이해, 치료, 식사요법, 음악요법 등)
- 11:00 ~ 12:00 : 운동강의(건강체조 및 스트레칭)

평생건강관리센터 ☎ 490-3762



### 실종 우려 어르신 무료 인식표(명찰) 보급

신청기간 : 2009년 1월부터 ~ 계속  
신청대상 : 배회가능 어르신  
신청장소 : 보건소 3층 보건지도과  
구비서류 : 신청 어르신 사진매, 신분증

보건지도과 ☎ 490-3747

### 치매예방으로 건강한 노후 생활 보내세요

기간 : 연 중  
장소 : 중랑구정신보건센터(보건소 1층)  
대상 : 관내 60세 이상 어르신  
내용 : 1) 치매선별검사  
2) 치매진단검사(인제대학교 상계백병원 연계)  
※선별검사 후 약간의 치매가 의심되는 분에게 치매진단검사 실시  
검진방법 : 전화예약 후 방문검진(건강보험카드 지참)

보건지도과 ☎ 490-3805, 3422-3804

### 2009년도 제1기 아토피 아카데미(강좌) 개설

아토피피부염, 천식, 알레르기비염 환우 또는 아토피질환에 관심 있으신 분들의 많은 참석 바랍니다.

#### 아토피 아카데미(강좌) 일정

시간	일시	강사	강좌내용
1교시	2009. 3. 12(목)14:00	이진애(환경운동가 및 저술가)	아토피 질환과 어린이건강
2교시	2009. 3. 26(목)14:00	김점희(여성환경연대)	아토피질환과 식품첨가물
3교시	2009. 4. 3(금)14:00	이선임(여성환경연대)	아토피 질환과 환경호르몬
4교시	2009. 4. 17(금)14:00	장이정수외(여성환경연대)	아토피 보습제 등 체험교실



보건지도과 ☎490-3746



동영상 다시 보기 중랑구인터넷방송(JBN) '이달의 브리핑'

정부가 건강이다  
**보건사업 홍보 코너**

### 2009년 필수예방접종 비용 국가부담사업 안내

『필수예방접종비용 국가부담사업』은 민간병원에서 국가 필수예방접종을 받을 때에도 비용의 일부를 국가에서 지원합니다.

시기 : 2009년 3월부터 연중  
대상 : 만 12세 이하 소아 ('97년 1월 1일 이후 출생자)  
지원대상백신 (8종) : B형간염, BCG(피내용), 디프테리아·파상풍·백일해(DTaP), 폴리오(IPV), 홍역·볼거리·풍진(MMR), 일본뇌염(사백신), 수두, 디프테리아·파상풍(Td)  
지원수준 : 2009년도 예방접종비용의 30% 수준  
참여의료기관 확인 홈페이지

- 중랑구보건소 (<http://www.healthcare.go.kr/index.htm>)
- 필수예방접종 국가부담사업 (<http://nip.cdc.go.kr>)

보건지도과 ☎ 490-3424

### 공수병(Rabies)을 예방합시다

- \* 공수병이란 사람이 광견병에 걸린 동물에게 물리거나 핏자국에서 공수병바이러스가 신경계를 감염시켜 뇌척수염을 일으키는 질환
- \* 감염경로
- 공수병 바이러스에 감염된 야생동물(너구리 등)이나 사육동물(개, 고양이 등)에 물리거나, 감염된 동물의 타액 또는 조직을 다룰 때 눈, 코, 입 상처를 통해 전파
- \* 예방요령
- 애완동물에 대한 광견병 예방접종 실시
- 애완동물과 야생동물의 접촉 방지
- 야생동물과 사람의 직접적인 접촉 금지
- 의심되는 동물에 물렸을 때는 물린 직후 강한 물에 상처부위를 비누로 깨끗이 씻고 알코올 등의 소독제로 응급처치 후 보건소에 신고(☎490-3428)

# 주민마당

## 2009년 상반기 민방위대원 교육 일정 안내

### 신규 편성대원 기본교육 (민방위 1년차)

교육일자	교육시간	교육대상동
3. 12(목)	오후 14:00~18:00	면목3·8동, 면목7동
3. 17(화)	오후 14:00~18:00	면목2동, 상봉2동
3. 19(목)	오전 09:00~13:00	목1동, 망우본동
3. 19(목)	오후 14:00~18:00	중화동, 신내1동
3. 20(금)	오후 14:00~18:00	상봉2동, 면목4동
3. 23(월)	오후 14:00~18:00	망우3동, 면목본동
3. 24(화)	오전 09:00~13:00	망우본동, 면목3·8동
3. 24(화)	오후 14:00~18:00	중화동, 신내2동
3. 26(목)	오전 09:00~13:00	면목7동, 중화2동
3. 26(목)	오후 14:00~18:00	면목5동, 상봉1동
3. 30(월)	오후 14:00~18:00	면목본동, 목2동
4. 6(월)	오후 14:00~18:00	중화2동, 목1동

### 일반대원 기본교육 (민방위 2~4년차)

교육일자	교육시간	교육대상동
4. 8(수)	오전 09:00~13:00	면목5동, 면목3·8동
4. 13(월)	오후 14:00~18:00	면목2동, 신내2동
4. 14(화)	오전 09:00~13:00	면목본동, 신내1동
4. 14(화)	오후 14:00~18:00	망우3동, 망우본동
4. 16(목)	오후 14:00~18:00	목2동, 중화2동
4. 17(금)	오전 09:00~13:00	면목본동, 상봉2동
4. 17(금)	오후 14:00~18:00	면목2동, 면목4동
4. 22(수)	오전 09:00~13:00	목2동, 면목3·8동
4. 22(수)	오후 14:00~18:00	신내1동, 목1동
4. 23(목)	오후 14:00~18:00	신내1동, 목1동
4. 28(화)	오전 09:00~13:00	면목4동, 신내2동
4. 28(화)	오후 14:00~18:00	면목본동, 중화1동
4. 29(수)	오후 14:00~18:00	망우본동, 상봉2동
5. 8(금)	오전 09:00~13:00	망우3동, 목1동
5. 8(금)	오후 14:00~18:00	면목본동, 중화1동
5. 11(월)	오후 14:00~18:00	상봉1동, 면목본동
5. 12(화)	오전 09:00~13:00	목2동, 면목3·8동
5. 12(화)	오후 14:00~18:00	신내1동, 면목4동
5. 19(월)	오전 09:00~13:00	중화1동, 신내2동
5. 19(월)	오후 14:00~18:00	망우3동, 중화2동
5. 25(월)	오후 14:00~18:00	면목5동, 목1동
5. 27(수)	오전 09:00~13:00	면목2동, 면목7동
5. 27(수)	오후 14:00~18:00	망우본동, 상봉1동
5. 29(금)	오후 14:00~18:00	상봉2동, 중화2동

교육장소: 중랑구민회관 대공연장  
편의제도에 의한 교육(대원 누구나 참석 가능)  
특별교육

- 일요일교육: 4월 12일, 5월 24일 09:00 ~ 13:00
  - 야간교육: 4월 24일(금), 5월 20일(수) 19:00 ~ 23:00
- 자치행정과 ☎ 490-3325

## 여성 자가운전자를 위한 자동차 정비 교육

일 시: 2009. 3. 5(목) 10:00 ~ 12:00  
(수강료 무료)

대 상: 중랑구 거주 여성 20명  
교육장소: 부광통상(상봉1동주민센터에서  
철길방향 300m)

교육내용: 일상점검 및 자가점검 요령, 부품교환  
주기와 점검, 고장발견 요령 등

접수기간: 2. 26(목) ~ 3. 3(화) 16시까지  
접수방법: 구청 홈페이지 인터넷 접수

가정복지과 ☎ 490-3492

## 건강칼럼

### 봄철 운동법

입춘이 지나 따뜻한 봄날을 맞이한 요즘 추위가 물러가고 야외 운동하기 좋은 계절이 돌아왔다. 하지만 겨우내 운동을 안 하다 갑작스럽게 운동을 시작하면 굳어 있던 몸에 무리를 줘 발목, 무릎, 손목, 어깨, 허리 등 관절에 염좌나 좌상과 같은 운동 상해가 발생할 수 있으므로 안전하게 봄철 운동을 즐기기 위해서는 서서히 운동 강도를 높여나가는 것이 중요하다.

모든 운동을 시작하기 전 준비운동으로 충분히 몸을 풀고, 근력운동으로 넘어가는 것이 좋다. 일반적인 운동의 강도는 최대 맥박수의 65-75%를 한다. 40세인 경우 최대맥박수 = 220 - 40세, 유효한계맥박수 = 180 × 0.7 = 126과 같이 계산된다. 40세인 경우 1분에 126회 맥박이 되도록 해야 신체에 무리를 주지 않고 효과적으로 운동을 즐길 수 있다.

20~30대 청년들은 본인이 좋아하는 운동은 어떤 것도 상관없다. 비만을 예방할 수 있도록 축구, 농구, 인라인스케이트 등 유산소 운동을 하는 것이 좋다. 40~50대 불

혹을 넘긴 중·장년층의 경우 운동의 강도와 종목선택에도 세심한 주의가 요구된다. 특히, 고혈압이나 심장질환 등 심혈관계에 질환이 있는 환자들은 반드시 운동하기 전 준비운동을 통해 갑작스런 운동으로 발생할 수 있는 위험을 예방해야 하며 성인병을 갖고 있는 사람이 처음 운동을 시작하는 것이라면 전문의와 상담을 통해 질환에 맞는 운동을 하는 것이 좋다.

50대부터 노년층의 경우 몸에 무리가 따르지 않는 운동을 하는 것이 좋다. 운동을 시작하기 전엔 반드시 준비운동을 해 심박수를 증가시키고 체온을 올려 혈류량을 높여줘야 무리가 없다. 운동량은 주2~3회 하루 1시간 정도 걷는 것이 가장 적합하다.

그러나 평소 운동을 하지 않은 사람이라면 주2회 이상 30분 정도 걷는 것이 적당하다. 어느 정도 속달이 된 후 운동량을 서서히 늘려가는 것이 좋고 지속적으로 실시해야 운동의 효과를 기대할 수 있다.

### 자랑스런 우리 학교



## 신현고등학교, 각종 교육 활동 영역에서 '최우수교'로 선정

상봉1동에 자리 잡고 있는 신현고등학교는 학생 중심의 다양한 교육활동을 전개하는 학교로 지난해 서울특별시 교육감으로부터 '2008학년도 봉사활동, 생활지도, 환경교육' 부문에서 최우수 학교로 선정되는 쾌거를 이루기도 하였다. 2009학년도 대학입시에서는 정진욱 군이 서울대학교 공과대학 재료공학부에 특기자 전형, 정주성 군이 서울대학교 사범대학 사회교육계열에 정시 전형에 합격, 2학년여 재학 중인 왕지성 양이 포항공과대학교 물리학과 수시 2학기 전형에 합격하여 첫 조기 졸업의 영예를 안게 되는 등 좋은 성적을 거두기도 하였다. 지난 2004년 3월에 개교한 신현고등학교는 5년의 짧은 역사를 가진 학교지만, 2010학년도 학생과



학부모가 선택하는 고교 선택권 확대에 발맞추어 그동안 학생 중심의 맞춤형 교육과정 편성 운영, 영어·수학 수준별 이동수업, 영어·중국어 원어민 보조교사 활용 수업, 학생·교사·학부모 샤프론 봉사단이 함께 하는 지속적인 봉사 활동의 지도 및 전개, 실험 실습 위주의 과학 탐구 학습, 정보 도서관을 활용한 독서·논술 토론 교육, 학생들의 정서 순화를 위한 하늘 정원 설비, 쾌적한 『솔마루 공부방』 자율학습실 정비 개관을 비롯하여 최첨단 체육관을 신축하고 있는 등 나날이 새롭게 발전하는 모습을 보여 지역 사회를 선도하는 명문 고등학교로 발돋움하고 있다.

신현고등학교 ☎ 3422-2713

유료광고

### 디자인 No.1 파트너 동/일/기/획

**현수막**

복지관/ 학교/ 관공서  
교회 (절기별 디자인)

**인쇄물**

- 명함 Design  
- 전단 Design  
- 카달로그 Design

**실사출력**

- 고해상도 출력기 보유 (JV4, Dura Jet-1904T)  
- 옥외용 솔벤트 출력기 보유

“ Dream Design  
Dream Printing ”  
동일기획은 20년 Know-How의 중랑구 최대규모 디자인 전문 회사입니다.

www.kosign21.com

전화: (02) 437-6800(대)

유료광고

유료광고

### 20회 공인중개사 시험합격 랜드윈이 책임지겠습니다.

공개강좌: 2/23 ~ 2/28

학개론 민법 중개사법 공법 세법 공시법

최강의 교수진 17명이 모여 수년간의 부동산자격증 합격노하우를 담은 부동산교육사이트 랜드윈.

3월 2일  
개강

다들 학원이나 동영상이냐는 없는  
최강의 저자진이 집필한 차별화된 교재  
핵심을 찌르는 명쾌한 강의, 체계적이고 효율적인 학습관리시스템  
고화질의 동영상 강의서비스, 수준높은 전국모의고사 등  
최고의 부동산교육 컨텐츠로 여러분의 합격을 책임지겠습니다.  
최강의 교수진, 최고의 학습시스템

부동산교육의 합격 NO.1 WWW.landwin.kr  
랜드윈 공인중개사학원(상봉학원) 02)439-1197  
7호선 상봉전철역 2번출구 국민은행 4층  
\*\*\*직장인 국비지원합니다!

유료광고

# 주민마당

## 「수희」 카페 이야기

면목4동 이순희

여유로운 일요일 아침. 온 가족이 한상에 둘러앉아 아침밥을 먹고, 아이들은 제각기 제 할 일을 하러 가고, 난 뒷정리를 하러 싱크대로 가고 남편은 커피 주전자에 물을 담아 가스렌지의 불을 켜다. 잠시 후, 남편은 두 잔의 커피를 타 가지고 소파로 가며 나를 불렀다.

“수희 카페로 와요”

갈색체크무늬 담요로 온몸을 감싼 폭신한 3인용 소파가 남편이름 명수의 ‘수’ 내 이름 순희의 ‘희’ 자를 따서 이름 지은 ‘수희카페’이다.

식후엔 항상 티 타임을 가지며 하루 있었던 일들을 몽땅 쏟아내며 개운하게 속풀이를 하는 그런 장소. 때론 아이들도 합세하여 조잘 조잘 이런 저런속내를 털어놓는 그런 장소.

어떨 땐 대(?)풍년이 펼쳐지기도 한다. 누군가 사회를 보며 (주로 내가)

“지금부터 전국~ 노래자랑 대회를 시작 하겠습니다.” 하고 외치면

“우우우~ 짹짹!!”

한사람씩 나와 춤과 노래를 섞어 열창을 해댄다. 때론 가족 모두 뒤편벽 돼 막춤이 벌어지기도 한다. 누군가는 핸드폰으로 동영상 찍어

대고... 수희카페는 우리가족의 행복충전 발산 장소다. 오늘도 밥만 먹고 그냥 일어서면 쉽다. 커피한잔 마시고 일해야지.

“오늘도 수희카페 문 열어요?”

“예에~연중무휴예요. 커피 식어요. 어서와요.”

한편에선, 세탁기가 휘익~ 철썩 돌아가고, 싱그러운 화분들이 쇼파와 거실 주변에 둘러져 있고, 뼈꾸기 시계가 ‘뽀뽀’ 하고 10시를 알렸다.

“어머! 이 카페는 너무 멋져요. 물소리도 나고, 숲도 우거지고, 새소리도 나고, 게다가 근사한 옆모습의 웨이터 아저씨도 있고.....”

“어머! 그래요. 저도 영광이네요. 이렇게 아름답고 우아한 여성분이 손님으로 와주시니...”

그리고 입을 맞추어 노래 한 곡조 뽑아냈다.

“우리 만남은~ 우연이 아니야..... 사~랑해~ 사~랑해 너를...”

“히히히... 헤헤헤.....”

둘은 유치란만한 영화의 한 장면을 찍고 나는 설것이를 하러가고 남편은 털이개를 들고 대청소를 하러가고...

행복이란, 잡힐 듯 잡히지 않는 무지개를 쫓는 소년처럼 먼 곳만 바라보는 것이 아니라 가까운 내 가정에서부터 유치한 영화의 한 장면을 연출하며 작은 것으로부터 큰 만족을 누리라는 것이라 할까?

중랑구소식은 주민 여러분의 소중한 글(수필, 시)이나 디카에 포착된 아름다운(재미있는) 사진을 기다립니다. 채택시 3만원 상당의 상품권을 드립니다. 보내실 곳: yhk3280@jungnang.seoul.kr ※ 디카사진은 300만 화소 이상으로 jpg파일(간단한 사연과 함께 보내주세요)

## 중랑꿈나무프로젝트

1 “고맙다 교복아” 교복 기증 안내

기증기간: 2009. 2. 15 ~ 3. 15  
기증품목: 관내 중·고등학교 중고 교복 (춘추복, 하복, 동복)  
기증장소: 구청 가정복지과, 각동 주민센터

2 중랑 유스(Youth) 구정 참여단 모집

모집기간: 2009. 2. 15 ~ 3. 15  
모집인원: 관내 초·중·고·대학생 50명  
모집방법: 중랑구 청소년복지 홈페이지 (http://teen.jungnang.seoul.kr) 및 전화접수

중랑 유스(Youth) 구정 참여단의 주요활동 >> 청소년 모니터링 자원봉사단 활동, 청소년 명예기자 활동, 청소년 관련 사업에 대한 의견 제출, 자원봉사 교육 지원 강화 등

가정복지과 ☎ 490-3493

## 수화통역 전문 자원봉사자 양성을 위한 수화교실 초급과정 수강생 모집

모집기간: 2009. 2. 11(수) ~ 3. 4(수)  
모집인원: 40명(선착순 접수)  
수강대상: 수화에 관심 있는 주민 누구나  
교육기간: 2009. 3. 5(목) ~ 5. 21(목) 14:00~15:30 (매주 화·목요일)  
교육장소: 중랑구자원봉사센터 회의실  
수강료 및 교재비: 무료      주민생활지원과 ☎ 490-3827

## 예쁜 오색풍선으로 이웃사랑을 실천하는 풍선아트 봉사자 양성과정 수강생 모집

모집기간: 2009. 2. 11(수) ~ 3. 11(수)  
모집인원: 30명(선착순 접수)  
수강대상: 풍선아트에 경험이 있거나 관심 있는 주민 누구나  
교육기간: 2009. 3. 12(목) ~ 4. 16(목) 14:00~16:00  
교육장소: 중랑구자원봉사센터 회의실  
수강료 및 재료비: 무료      주민생활지원과 ☎ 490-3827

## 애원시니어대학교 신입생 모집

신입생 입학자격: 서울시내 거주하는 60세 이상 어르신  
모집인원: 20명  
학사일정: 1학기 3월~6월(16주), 2학기 9월~12월(16주)  
제출서류(서류심사): 입학원서, 주민등록등본, 반명함판사진 2매  
수업기간: 총 4년(8학기)  
수업시간: 선택하신 과목에 따라 요일 및 시간결정  
수업과목  
· 전공: 노인복지의 이해, 노인과 건강, 사회보장론, 현대사회문제 등  
· 교양: 영어, 일어, 요가, 컴퓨터교육  
· 문화: 문화의이해(MT, 졸업여행, 현장학습 등), 대중가요, 경기민요, 시니어체육, 한국무용, 한문서예 등  
기타: 애원시니어대학교 교학 업무 및 어르신 활동 보조 자원봉사자 모집 문의: 신내종합사회복지관 애원시니어대학 교학처(☎ 3421-3400)

찾아오시는 길

신내종합사회복지관 애원시니어대학

애원시니어대학교 ☎ 3421-3400

## 국비무료교육생모집

노동부 지정 경리사무실무(전산세무회계)과정 3월 11일 개강(5개월)

훈련기간	2009.3.11~2009.7.29
훈련시간	09:00~16:30(일일 7시간)
교육내용	원도우, 인터넷, 회계원리, 원가회계, 전산세무회계, 재무회계, 한글, 엑셀 등
특 전	매월 수당 11만원 지급 교재비 전액 무료
제출서류	구직 등록필증, 신분증, 사진 1매, 우체국통장 ※ 조기 마감 될 수 있습니다.

※ 수시접수(제작자환급과정): 사무자동화, 전산회계  
교육상담 02-493-2233  
JR 중랑직업전문학교 www.jrit.or.kr

## 2009학년도 2년제·3년제 신입생 모집

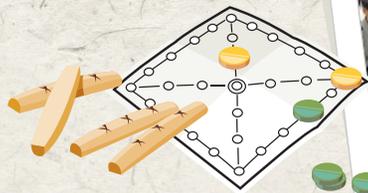
전학·편입·복학(수시 모집중)

- 대상(신입생 원서 접수 중)  
중학교 졸업(예정)자, 고등학교 중퇴자, 검정고시 합격자
- 모집인원: 400명 · 3년제: 4학급 · 2년제: 4학급
- 특전 (2년제·3년제 동일)  
· 전학·복학·편입 가능  
· 2년제: 2년만에 고등학교 졸업장 취득  
· 고교 내신성적으로 특별전형 혜택 - 다수 대학진학  
· 각종장학금 혜택

청량정보고등학교 www.dreamschool.hs.kr  
청량리역(1호선, 국철) 도보 5분 거리 ☎ (02)2212-3166, 9104

동네마당

# 정월대보름 맞이 '주민한마음 윷놀이 대회' 동주민센터별 개최



각 동주민센터에서는 2009년 정월대보름을 맞이하여 지난 2월 6일부터 2월 14일까지 16개 동주민센터 별로 민속놀이 행사를 개최하였다. 정월대보름 맞이 전통 민속놀이는 우리민족의 전통 민속놀이를 계승 발전시키고, 주민화합을 위해 매년 개최되는 것으로, 올해에도 윷놀이대회, 풍물놀이, 제기차기, 부럼 나누어 먹기 등 다양한 행사가 지역 곳곳에서 개최되었다.

민속놀이 행사는 지난 6일 묵1동, 망우3동을 시작으로 8일 상봉1동, 중화1동, 묵2동, 10일에는 망우본동, 신내2동, 11일에는 면목본동, 면목2동, 면목5동, 12일에는 상봉2동, 13일에는 중화2동, 14일에는 면목3·8동, 면목4동, 면목7동, 신내1동을 끝으로 행사를 마무리 하였다. 지역 주민들은 민속놀이를 함께 하면서 이웃간의 정이 쌓고 맛있는 음식을 나누어 먹으며 주민 화합의 시간을 가졌다.



면목본동, 중화1동 >>



**사랑의 어르신 떡국잔치 이어져**  
기축년 새해를 맞아 면목본동 관내 직능단체들이 출선하여 경로당 떡국잔치를 개최하고 있다. 지난 1월30일 더나눔봉사단(회장 윤경녀)의 면목본동경로당 떡국잔치를 시작으로, 1월31일 재향군인회여성회(회장 배광순)의 인수경로당 떡국잔치, 3월2일 적십자봉사회(회장 김인순)의 은행길 경로당 떡국잔치(예정) 등 직능단체들의 효행이 이어지고 있다. 떡국 잔치에는 떡국 대접 뿐 아니라 신명나는 풍물, 민요 등의 흥겨운 자리를 마련해 적적하신 어르신들의 웃음꽃을 피우게 하였다.



또한 지난 1월 22일 중화1동 주민센터에서도 지역 어르신 200여명을 모시고 '어르신 사랑의 떡국잔치' 행사를 가졌다. 익명의 독지가가 후원한 물품(만두, 떡국떡, 김치, 과일 등)으로 중화1동 새마을부녀회(회장 김경옥) 회원 10여명과 직원이 함께 어르신들에게 떡국대접 자원봉사를 하였다. 추운날씨에도 지역 어르신들이 많이 참석해 따뜻하고 풍성한 자리가 되었다.

면목5동 >>

**지역의 이웃사랑에 앞장서는 (주)로템푸드**  
면목5동주민센터는 최근 경제여건 악화로 그 어느 때 보다 어려운 시기에 이웃사랑을 앞장서 실천하는 기업이 있어 훈훈한 겨울을 보내고 있다. 이웃사랑 실천에 귀감이 되고 있는 회사는 면목5동에 소재한 (주)로템푸드이며 『서울마님죽』으로 알려져 있다. 이 회사의 대표(양건태)는 지난 1월 면목5동주민센터를 찾아와 “경제가 어려워지면 생활이 곤란한 이웃이 가장 먼저 고통을 받게 된다”면서 100만원의 성금을 기탁하고 앞으로도 계속 지역 내 어려운 이웃을 위하여 지원하겠다는 뜻을 밝혔다. 이와 같은 이웃사랑은 양건태 대표가 거주하는 지역에서는 오래전부터 펼쳐왔으나 “이제부터는 회사가 있는 지역 주민을 위해서도 돕고 싶은 마음에서 시작하게 되었다”고 하면서 회사사정이 좋아지면 지원도 늘려나가겠다는 생각도 덧붙였다.

묵2동 >>

**저소득 어르신들과 함께 한 효도관광**  
묵2동 관내에 거주하는 독지가(최재복, 51세)가 지난 2월 12일(목) 본인 소유의 차량(관광버스)을 이용하여 관내 홀몸노인 등 저소득층 어르신 43명을 모시고 충남 덕산 온천으로 효도관광을 다녀왔다. 지난 몇 년간 지역 어르신들을 위한 효도

관광 등 자원봉사활동에 앞장 서 온 최재복씨는 이번 행사를 통해 어르신들에게 중식제공, 온천욕 및 일대 관광을 실시하는 등 평소 어렵게 생활하시는 어르신들에게 잠시나마 소외감을 덜어주고 즐거운 시간을 갖게 하여 경로효친 사상을 몸소 실천하는 모범을 보였다.



신내1동 >>

**최신 노래에 맞춰 댄스를~**  
신내1동주민센터에서는 겨울방학 특색프로그램으로 '어린이 방송댄스'를 개설해 지난 1월부터 운영하고 있다. 원래 초등학생만을 대상으로 하는 프로그램이었으나 취학 전 아동들에게도 호응이 높아 6세부터 접수, 현재 약 20여명의 어린이들이 수업을 받고 있다. 스트레칭으로 몸을 푸는 것을 시작으로 신나는 최신가요에 맞춰 댄스를 하다보면 1시간 30분이 금방 간다고 수업을 받은 어린이들은 입을 모아 말한다. 수강생들은 벌써 3곡의 최신댄스를 배워 주위 친구들에게도 춤짱으로 통한다고 한다. 또한 어린이 방송댄스가 정규프로그램으로 만들어져 계속 배우고 싶다고 한다.



# 동네마당



## 자치회관의 다양한 기능

우리가 사는 동네의 “자치회관(주민자치센터)”은 주민편의와 복리증진을 도모하고 주민자치기능을 강화하여 살기 좋은 지역공동체를 만들기 위해 설치된 곳으로 주민여러분들의 공간입니다. 자치회관에서는 주민들이 서로 만나 교감하고 공동의 관심사를 의논하며 살기 좋은 동네를 만들어 가는 공동의 장으로 다양한 기능을 수행하고 있습니다.

- 01 문화여가기능** 지역주민들에게 다양한 문화활동, 취미교실, 생활체육 관련 여가서비스를 제공하여 주민의 삶의 질을 향상시킵니다.
- 02 주민자치기능** 지역주민들이 스스로 지역사회의 문제에 관하여 토론하거나, 주민들의 의견을 반영하여 활동을 전개하고, 지역의 문제를 해결합니다.
- 03 지역복지기능** 장애인, 저소득층, 노인 등 늘어나는 복지수요에 효율적으로 대처하고 이웃과 함께 더불어 살아가는 공동체의 모습을 나눕니다.
- 04 주민편의기능** 주민편의 시설의 제공과 주민의 실생활에 도움을 줄 수 있는 서비스를 제공합니다.
- 05 시민교육기능** 교양강좌, 건강교육 등 지역주민의 평생교육의 장으로 활용될 수 있도록 합니다.
- 06 지역사회진흥기능** 내 집 앞 청소하기, 불우이웃돕기 등 지역 활성화에 기여합니다.



우리동 자치회관에서  
삶의 질을 Up!Up!Up!

자치회관에서 다양한 프로그램으로  
즐겁고 행복한 삶을 즐기세요~



동명	프로그램 및 동아리		전화번호
	성인프로그램	어린이프로그램	
면목본동	요가, 댄스, 에어로빅, 노래, 한글, 성인한자, 성인피아노, 어르신두뇌개발, 건강체조, 유희, 민요, 장구, 탁구, 서예, 한국무용, 풍물, 수지침 치료	초중생한자, 토요논술, 역사NIE, 수채화, 가베, 레고, 발레, 그림책, 동화구연, 영어, 종이접기, 어린이요리교실	2207-1011~3
면목2동	어머니영어, 한자교실, 한지그림공예, 노인댄스교실, 풍물, 한국전통무용, 부부댄스동아리, 노래교실	어린이난타(예정)	2207-2011~3
면목3·8동	단전호흡, 댄스스포츠, 한문, 한글, 서예, 어르신체조교실, 고전무용, 국선도, 탁구, 노래교실	인터넷 방과후 공부방, 어린이영어(초중고급), 영어회화, 영어동화(외국인)	2207-3011~3
면목4동	노래교실, 스포츠댄스, 요가, 발리댄스, 탁구, 한국무용, 풍물, 에어로빅	주산암산, 아동미술	2207-4011~3
면목5동	단전호흡, 서예, 탁구, 일본어(초,중), 요가, 민요, 노래교실, 발리댄스, 에어로빅, 건강체조교실, 한국어(입문, 초급, 중급), 한지·비즈공예	케이넥스, 동화구연, 어린이발레	2207-5011~3
면목7동	서예, 한문, 가요교실, 웰빙댄스, 한글교실(외국인 대상), 태권도교실, 장구, 민요	어린이 중국어	2207-7011~3
상봉1동	요가, 댄스스포츠, 하모니카, 풍물, 생활영어첫걸음, 워킹댄스	레고, 주산식암산, NIE논술, 아동미술, 어린이한자, 종이접기, 역사야 놀자, 드림교실	2209-4011~3
상봉2동	스트레칭&필라테스, (가요교실, 스포츠댄스, 요가-상봉경관장 연계)	주산식암산, 어린이발레, 청소년한문예절교실	2209-5011~3
중화동	에어로빅, 탁구, 일본어, 중국어, 노래교실, 스포츠댄스, 요가, 국악교실, 노인건강체조	아동미술, 장애아동찰흙놀이교실	2209-1011~3
중화2동	노래교실, 민요, 한국무용, 풍물, 단전호흡, 에어로빅, 탁구, 요가, 스포츠댄스, 서예교실	어린이영어동화(초, 중), 유아발레	2209-3011~3
목1동	서예, 노래교실, 문인화교실, 서각교실, 식물성화장품비누만들기	레고덕타, 주산암산	949-5011~3
목2동	스포츠댄스, 발리댄스, 요가교실, 노래교실, 민요, 에어로빅	창작미술	949-7011~3
망우본동	요가, 경기민요, 댄스스포츠, 서예, 탁구, 한국어(입문, 초급), 단전호흡, 배구교실, 게이트볼 교실	종이공예, 구슬공예(초등부), 어린이미술, 소묘&수채화	2209-6011~3
망우3동	노래교실, 요가(주, 야간), 일본어(초, 중), 풍물, 게이트볼 교실(어르신)	어린이방송댄스, 비전스쿨, 어린이한문교실	2209-8011~3
신내1동	필라테스, 선물포장, 리본공예, 노래교실, 댄스스포츠, 발리댄스, 민요, 탁구, 한글서예, 일본어 회화	영어동화, 종이접기, 아동미술, 동화표현놀이, 동화논술, 방송댄스	2207-9011~3
신내2동	단전호흡, 요가(새벽, 야간), 댄스스포츠, 시군자, 풍선공예, 탁구, 가요교실, 영어소설 읽기, 동화모임	발레, 주산암산, 동화구연	3422-3671

# 문화마당

## 2월 금요일음악회

일시: 2009. 2. 27(금) 19:30  
 장소: 중랑구청 대강당  
 연주: 중랑심포니오케스트라  
 관람료: 무료(24개월 미만 입장 불가)

공연관람: 인터넷 또는 전화 예약접수  
 (2월 20일부터)  
 인터넷예약: 중랑구청 홈페이지 ⇒ 생활  
 문화정보 ⇒ 문화관광정보  
 ⇒ 축제/행사 ⇒ 공연예약  
 ※ 프로그램 등 기타 자세한 사항은 중랑  
 구청 문화관광홈페이지(<http://culture.jungnang.seoul.kr>)를 참조 하세요.



문화체육과 ☎490-3410~3

## 어린이 창작무용 즉흥과 도구놀이의 만남



교육일정: 2009. 3월 중순 ~ 6월 중순(3개월) 매주 토요일  
 ▶ 1회차(토요일 13:00 ~ 14:00) ▶ 2회차(토요일 14:00 ~ 15:00)  
 교육장소: 면목본동 주민센터  
 교육대상: 엄마와 어린이(1명) 함께 신청  
 ※ 회차별 30명(엄마 15명, 6~7세 어린이 15명)  
 지도교사: 문정은(한국예술종합학교, 충남대학교, 부산대학교 강사)  
 접수기간: 2009. 3. 6(금) 09:00부터(선착순 전화접수)  
 준비물: 교육에 필요한 도구는 각자 구입  
 문화체육과 ☎ 490-3410~3

## 2009년 제2기 생활체육교실 수강생 모집

운영기간: 2009. 3월 ~ 4월 (2개월)  
 접수기간: 2009. 2. 23(월) ~ 3. 2(월) 18:00  
 접수방법: 구청홈페이지 팝업창을 통해 접수 (전산추첨)  
 운영종목: 제1·2주부볼링교실, 제1·2평일 탁구교실,  
 주말테니스·탁구교실

### 운영장소

- 제1주부볼링교실 >> 현대볼링센터 (☎ 439-7726)
- 제2주부볼링교실 >> 삼보볼링센터 (☎ 437-6104)
- 제1평일 탁구교실 >> 중랑구탁구연합회관 (☎ 435-0008)
- 제2평일 탁구교실 >> 광복배탁구장 (☎ 436-7970)
- 주말테니스교실 >> 용마폭포공원내 테니스장
- 주말탁구교실 >> 해바라기 탁구장

수강대상: 해당종목을 접해 보지 않은 초보자  
 수강인원: 해당 교실 각 30명, 예비자 10명 (수강료무료)  
 ※ 기타 자세한 사항은 중랑구청 홈페이지 구청소식란  
 (<http://jungnang.seoul.kr>)을 참조하세요  
 문화체육과 ☎ 490-3412

## 중랑 어린이 축구교실 회원 모집

신청기간: 2009. 2. 9(월) ~ 2. 27(금)  
 신청대상: 관내 초등학교 4~6학년생  
 신청방법: 각 학교별 일괄 신청접수 및  
 개인 신청접수 가능  
 선발일시 및 장소: 2009. 3. 2(월) 16시, 중랑구립잔디운동장  
 선발내용: 기초체력(50m 달리기) 및  
 축구기본기술 테스트 후 24명 선발  
 운영기간: 연중 주3회(월·수·금) 16:00 ~ 18:00  
 ※ 선발된 단원에게는 축구 용품 일체 지원  
 문화체육과 ☎ 490-3412



## 제1회 중랑구청장기 및 연합회장기 등산대회 개최 겸 척사대회 개최

일시: 2009. 3. 7(토) 오전 9시  
 장소: 용마폭포공원  
 참가대상: 중랑구민 누구나  
 상품: 상패, 기념품, 중식 등  
 중랑구 국민생활체육 등산연합회  
 ☎434-8255, 3422-6270



## 제10회 사이버 중랑신춘문예 공모

공모기간: 2009. 3. 1 ~ 5. 31(3개월간)  
 응모자격: 제한없음(전국 공모)  
 응모대상: 중랑구를 소재로 한 순수 창작품  
 응모분야: 시(시조), 수필, 아동문학(동시, 동화), 단편소설  
 응모방법: 중랑구청 문화관광홈페이지(<http://culture.jungnang.seoul.kr>)접속 ⇒ 축제/행사 ⇒ 행  
 사게시판 ⇒ 공모전 접수  
 문화체육과 ☎ 490-3410~3



동영상 다시 보기  
 중랑구인터넷방송(JBN) '이달의 브리핑'

## 중랑구립정보도서관 개관 10주년 기념행사

일시 및 장소: 2009. 3. 14(토) 11:00 ~ 16:00  
 중랑구립정보도서관(목1동 22번지)

### 행복디자이너 최윤희의 '희망의 흥련을 날려라' 강연회 및 기념식

일시: 3. 14(토) 11:00~12:30  
 장소: 중랑구립정보도서관 4층 강당  
 초청강사: 최윤희(행복디자이너, 방송인)  
 ★ 200명 선착순 강당 입장



### 어린이 문화마당

일시 및 장소: 3. 14(토) 11:00~12:30,  
 중랑구립정보도서관 1층 문화교실  
 내용: '라따뚜이' 영화 상영, 페이스페인팅,  
 풍선불어주기 등  
 ★ 유아 ~ 초등학생 선착순 200명

### 움직이는 가게 바자회

일시 및 장소: 3. 14(토) 12:00~16:00,  
 중랑구립정보도서관 주차장  
 내용: 문구, 아동용품, 생활용품, 먹거리 등  
 중랑구립정보도서관 ☎ 490-9122

한국학원 총연합회 지정  
**중랑구 우수학원**

### “중랑교육”은 저희가 책임집니다.

꿈의 열매는 고난의 씨앗을 심어 인내의 양분과 사랑의 햇빛, 노력의 수분으로 키우는 것입니다. 저희들은 농부의 마음으로 아이들의 꿈의 열매를 맺을 수 있도록 땀 흘리겠습니다. 우수학원으로서의 자부심과 열정으로 **당당한 사람**을 만드는 교육을 하겠습니다.

망우동	면목동	성우학원	433-9982	히늘교육학원	438-0110	프라임학원	974-7910	중화동
김상하수학학원	경일학원	수도학원	491-9993	핵심학원	438-7991	신내동		가나학원
뉴세종학원	교석학원	에이스학원	435-5957	프라임에듀학원	2207-8000	비전넷스쿨학원		고려학원
대웅	뉴스터디학원	에이투학원	434-0984	오름학원	493-2408	신내고려학원		교일학원
BMA학원	대정학원	오름학원	493-2408	이레학원	435-1176	와이즈만학원		대산학원
삼각형학원	면목고려학원	이보영학원	2209-0594	정상학원	2208-4222	올림수학학원		삼성학원
A+학원	면일학원	중로M학원	438-3030	중양학원	437-5942	올림피아드학원		올림피아학원
정진학원	모아리더스학원	중양학원	437-5942	GGE학원	438-7787	이홍례학원		영재학원
지산학원	바른센학원	최강학원	437-7888	첼린저학원	437-0795	JSL학원		예일학원
카이노스학원	서림학원	첼린저학원	437-0795			초석학원		예원학원
해오름학원	서울학원					태산학원		이헌수학학원
	선화학원					한결학원		중화한맥프라임학원
								한결학원