

# 어린이집 · 유치원 · 학교주변, 금연구역 확대

## 흡연 적발 시 '과태료 10만 원'

### 어린이집, 유치원, 초·중·고교 경계선으로부터 30m 이내

대구광역시 국민건강증진법 개정으로 8월 17일(토)부터 어린이집과 유치원, 초등학교·중학교 및 고등학교 경계선으로부터 30m 이내를 금연구역으로 확대했다.

법 개정으로 인해 교육시설 금연구역의 수는 기존 1,331곳에서 1,813곳으로 증가하게 되며, 금연구역 내에서 흡연 행위가 적발될 경우 10만 원의 과태료가 부과된다. 다만, 30m 이내에 위치하더라도 주거용 사적 공간은 금연구역에 포함되지 않는다.

시는 구·군 및 교육청, 학교와 협력해 유치원, 어린이집, 학교 인근에 금연구역 스티커 및 현수막을 설치하고 홈페이지, 소식지, SNS 등을

통해 금연구역 확대 및 신설에 대한 적극적인 홍보에 나선 계획이다.

정의관 대구광역시 보건복지국장은 “교육시설 주변 금연구역 확대를 통해 어린이와 청소년들의 간접흡연 피해를 최소화하고 담배 연기 없는

건강한 교육 환경을 조성할 수 있도록 최선을 다하겠다”고 말했다.

한편, 대구시는 조례 개정으로 시행된 횡단보도 금연구역에 대해서도 집중 홍보를 강화하며, 금연구역과 공공장소에서 금연하는 시민의식 확산

을 위해 지속적인 계도 활동을 추진할 예정이다.

지역 사회의 흡연자들이 금연을 실천할 수 있도록 보건소에서는 금연클리닉을 통해 금연 상담 서비스를 제공하고 있으며, 금연을 희망하는 사람은 가까운 보건소를 방문해



상담받을 수 있다.

〈자료제공:대구시청〉



### 대구성서경찰서, 아동학대 예방 합동 캠페인

대구성서경찰서(서장 이재욱)는 지난 14일(수) 오후 5시 달서아이꿈센터에서 달서구청 아동보호팀과 협업해 아동학대 예방 합동 캠페인을 진행했다.

성서경찰서는 올해 2월부터 학대예방경찰관과 달서구청 아동보호팀이 함께 근무하는 시스템인 ‘달서 아이별 센터’를 통해 아동학대 신고를 신속히 공유, 동행 출동하고 주기적인 아동학대 사례 회의를 열어 아동학대에 적극적인 대응을 하고 있다.

〈자료제공:성서경찰서〉

## 건강칼럼



보생조한의원 원장 조현정



### 운동 후 발생한 통증, 스포츠한의치료로 관리

파리올림픽이 막을 내렸다. 여러 이슈가 많았던 올림픽 중 한의학과 관련된 내용이 뉴스를 타기도 했다. 바로 배드민턴 금메달리스트 안세영 선수가 한의치료를 받았다는 내용이다.

부상 후 물리치료를 받았으나 호전 속도가 미미하여 한국에서도 치료를 받았던 한의사를 초빙하여 치료를 받고 경기를 치러 금메달까지 따게 된 스토리로, 안세영 선수 외에도 많은 국내외 스포츠스타들이 운동 후 발생한 통증을 침, 부항 등으로 관리하고 있다.

특히 한방스포츠치료는 도핑의 위험이 없기 때문에 선수들이 안전하게 치료를 받을 수 있다는 장점이 있다. 운동 후 발생한 근골격계 부상치료는 침, 부항, 약침, 도침 등의 치료가 중심이 된다. 침을 맞으면 치료가 들어간 부위의 국소면역성분 증가와 혈액순환 촉진 등의 작용이 일어나 손상된 인체 부위를 빠르게 회복시켜 준다. 또한 통증유발점(TP)를 비활성화하고 과긴장된 근육을 이완시켜 통증을 완화한다.

인대나 건손상의 경우 침치료도 좋지만, 도침이나 뜸치료가 도움이 된다. 도침은 끝이 칼처럼 날카로운 침을 이용하여 인대나 근육, 근막의 유착된 부위를 제거하는 치료법이다. 온침(溫鍼)요법은 침병에 뜸을 꽂아 뜸의 온열자극을 침을 통해 깊게 전달하여 통증을 치료하는 방법으로 인대질환이나 순환이 떨어진 만성통증에 도움이 된다.

환자의 회복속도가 더딘 경우, 또는 빠른 회복을 원하는 경우 체질에 맞는 한약복용이 도움이 되기도 한다. 최근에는 운동 전 생맥산(生脈散) 복용으로 여름철 운동 후 발생할 수 있는 부상이나 컨디션 저하를 예방하는 분들이 많다.

건강을 위한 운동이지만, 잘못된 운동자세나 몸상태에 맞지 않은 운동, 과도한 운동은 부상을 초래할 수 있다. 운동 후 발생한 통증을 방지하려면 해당 부위의 약화를 유발하고 만성통증의 원인이 될 수 있는 만큼 통증이 3일 이내 호전되지 않는다면 한의원을 찾아 원인을 파악하고 몸상태에 맞는 치료를 받는 것이 좋다.

대구시 달서구 달구벌대로 1607 / 보생조한의원 ☎053-564-0401



### 건보 대구달서운영센터 ‘노인장기요양보험’ 설명회

국민건강보험공단 대구달서지사(지사장 조제만, 센터장 이수윤)는 지난 9일(금) 계명문화대학교에서 고위험 수급자 발굴 및 장기요양 수혜 사각지대 해소를 위해 지역주민과 달서구청 노인일자리사업 참여자 200여 명을 대상으로 노인장기요양보험제도 설명회를 실시했다. 〈자료제공:국민건강보험공단 대구달서지사〉



### 대구서부지청-안전보건공단 대구서부지사 관계기관 간 폭염대응 상황 점검

고용노동부 대구지방고용노동청 대구서부지청과 안전보건공단 대구서부지사는 지난 13일(화)에 관내 민간재해예방기관(안전·보건·건설분야)과 함께 모여 폭염 대응 관련 상황점검 회의를 가졌다. 이날 각 기관에서는 폭염 취약업(직)종인 물류·유통·건설현장 및 외국인 다수 고용사업장 중심의 온열질환 예방을 위한 활동 내용을 점검하고, 온열질환 예방 가이드의 현장 작동성 확보 방안에 대해 논의하였다.

〈자료제공:안전보건공단 대구서부지사〉