관악소리

발행일 2025년 4월 25일 | **발행인** 관악구청장 박준희 | **편 집** 홍보과
전 화 02-879-5261 | **주 소** 서울특별시 관악구 관악로 145(봉천동)

05
2025 VOL.352

기획특집_ 우리 가족 관악에서 녹색힐링해요! 02
구정소식_ 1인가구도 외롭지 않아요! 슬기로운 관악생활 05
구정소식_ 2025 관악구민 체육대회 이모저모 06
복지정보_ 전동보장구 이용 전 알아두세요! 11

우리는 관악에서 녹색힐링해요!

관악 대한민국 청년수도

관악산공원 모험숲놀이터에서

관악구청 홈페이지

소리로 듣는 소식지

관악소리 QR코드

우리가족 관악에서

가정의 달, 5월! 사람 많고, 미세먼지 심한 도심에서 벗어나 가까운 산과 도시숲을 가보는 건 어떨까요?

숲 200% 즐기기! 숲에서 놀고, 숲에서 힐링해요!

숲에서 만끽하는 여유

관악산 치유의 숲

운영기간 2025년 3월~11월 *공휴일 휴무
장 소 관악산 치유센터(관악산나들길 128 일대)
시 설 치유센터, 체조광장, 전망쉼터, 활력쉼터, 소리길, 명상쉼터 등
내 용 갱년기 여성, 청소년, 성인, 가족 등 대상별 맞춤 프로그램 운영
문 의 관악산 치유센터(☎070-8869-9500)
여가도시과(☎02-879-6547)

자연아 노올자~

숲해설 프로그램

운영기간 2025년 4월~11월 *월요일 휴무
장 소 관악산도시자연공원(대학동 산56-2번지) 등 관내 도시숲, 공원
프로그램 관악산 초등탐사대, 정원처방 프로그램, 관악산 숲해설 등
문 의 여가도시과(☎02-879-6547)

아이와 즐기는 안전한 숲놀이터

유아숲체험원

운영기간 2025년 3월~11월 *운영시간은 체험원별로 상이함
대 상 유아 및 초등 저학년 아동 동반 부모
장 소 청룡산 유아숲체험원 등 7개소
(낙성대공원, 선우공원, 삼성동, 당곡, 청룡산, 대학동, 인헌동)
내 용 계절의 변화 탐색 및 생태놀이
참 가 비 무료
문 의 낙성대공원 유아숲체험원(☎02-871-8043)
여가도시과(☎02-879-6547)

색다른 체험~

관악산 모험숲 어드벤처

운영기간 2025년 4월~11월 *월, 화 휴무
대 상 8세 이상 65세 미만인 자 *신장 140cm 이상
장 소 관악산 모험숲(신림동 210 일대)
모집정원 10명(단체일 경우 최대 25명)
이용안내 *5명 이상 단체일 경우 2천 원씩 할인, 현장 결제만 가능

요 일	운영시간(80분 소요)	이용요금	비 고
수~일	1회차 – 10:20~11:40 2회차 – 13:20~14:40 3회차 – 15:20~16:40	초등학생 5천 원 중·고등학생 7천 원 성인 1만 원	

체험코스 21종 어드벤처(코알라코스, 다람쥐코스, 고릴라코스)
문 의 모험숲 운영센터(☎02-876-7771)
여가도시과(☎02-879-6547)

***안심하고 이용하세요!**
- 응급상황에 대비하여 안전요원 배치, 월 1회 장비 정기점검 실시
- 자동심장충격기 AED, 비상의약품 등 상시 구비

함께하면 힘들지 않아요~

관악산 숲길 등산

운영기간 2025년 4월~11월
장 소 관악산 일대
내 용

프로그램명	대 상	요 일	시 간	내 용
작은 쉼표, 황톳길에서	누구나	수~금	10:00~10:30 11:00~11:30	우리동네 황톳길 걸으며 건강하게 운동하기
작은 걸음 깊은 쉼 무장애숲길 트레킹	누구나	목, 금	13:30~15:30	무장애 숲길과 주변 등산로를 걸으며 기초 상식 배우기
관악산 하하숲길 작은 등산 교실	가족 4팀 (5~13세)	토, 일	10:00~12:00 14:00~16:00	월 1회 총 4회에 걸쳐 등산의 기초, 산행 시 안전사고 예방법 등 배우기
	청년 (17~39세)	토	14:00~16:00	
	성인 (70세 이하)	일	10:00~12:00	
관악산 시간을 걷다	성인 (70세 이하)	4주째 토, 일	10:00~15:00	걷고, 먹고, 쉬며 관악산의 시간을 걸어보기

참 가 비 무료
문 의 여가도시과(☎02-879-6547)

***모든 숲체험 프로그램 예약은 온라인(서울시공공서비스예약 홈페이지에서 '관악산' 검색)으로 가능합니다!

녹색힐링해요!

자연의 소중함을 배우고, 맑은 공기를 맡으며 가족과 함께 건강하게 힐링하세요!

일상 속 소확행을 누리다! 관악 도시농부의 삶!

함께 배우며 도심에서 자연을 느껴요~

관악도시농업 프로그램

기　　간 2025년 1월~12월(프로그램별 기간 상이)
장　　소 강감찬 도시농업센터, 낙성대텃밭, 관악도시농업공원 등
내　　용

- **성　　인**: '텃밭브런치 한접시', '텃밭새참한끼' 등 15개 강좌
- **가　　족**: '텃밭곤충과의 하루' 1강좌
- **초등학생**: '초등 별미 디저트', '초록이 마음가드닝' 2개 강좌

*전체 프로그램 내용은 4페이지에서 확인 가능

문　　의 여가도시과(☎02-879-6547)

알록달록한 텃밭의 매력!

무지개 매력텃밭 교실

기　　간 2025년 4월~7월
장　　소 강감찬 도시농업센터, 힐링텃밭
내　　용 다양한 색감의 텃밭 농작물을 활용한 원데이클래스

프로그램명	기 간	대 상	내 용
하루 한끼 채소 도시락	5~7월 *7회 수요일 10:00~12:00	성인 12명	텃밭 채소를 활용한 도시락 만들기
이웃의 텃밭 (텃밭처방전)	5~6월 *6회 수요일 14:00 ~16:00	성인 20명	텃밭을 산책하며, 경작 사례 장단점을 찾아 보고 처방전 제안받기

문　　의 여가도시과(☎02-879-6571)

일상에 지친 직장인을 위로하는

퇴근후 도시농업

기　　간 2025년 4월~6월
장　　소 강감찬 도시농업센터 2층 교육실 등
내　　용 평일 낮 수강이 어려운 구민을 위한 야간 프로그램 운영

프로그램명	프로그램 내용	대 상	내 용
퇴근후 농업생활	4~6월 *10회 목요일 19:00~21:00	성인 20명	친환경 텃밭 및 유기농업 기능사 알기 등
낭만 꽃꽂이	4~6월 *5회 수요일 19:00~21:00	성인 20명	꽃과 함께 하루를 정리하며 휴식
금요 와인 탐구생활	4~6월 *6회 금요일 20:30	성인 15명	와인을 음미하며 하루 일과 마무리
오래도록 맛있도록 (절임과 발효)	5~6월 *6회 수요일 19:00~21:00	성인 15명	전통 발효를 활용해 건강한 식생활 회복
나를 돌보는 한끼	4~6월 *6회 수요일 19:00~21:00	성인 15명	친환경으로 재배된 계절별 음식을 접하며 식습관 개선

문　　의 여가도시과(☎02-879-6571)

도시농부를 꿈꾸는 주민들을 위한 공간

강감찬 도시농업센터

위　　치 낙성대로 96(낙성대동)
운영시간 수~일요일 10:00~17:00(매주 월, 화, 공휴일 휴무)
공간구성

- **1층** 전시 온실, 씨앗도서관, 북카페, 체험실
- **2층** 상설전시관, 특별전시관, 교육실

문　　의 강감찬 도시농업센터 (☎02-879-2701)

관악도시농업공원

위　　치 광신길 140(삼성동)
운영시간 수~일요일 10:00~17:00 (매주 월, 화, 공휴일 휴무)
공간구성 관악도시농업센터, 경작체험원, 습지원, 커뮤니티 공간, 양봉체험원, 허브장미원, 치유숲, 유아숲터 등
문　　의 관악도시농업공원(☎02-878-6573)

***모든 도시농업 프로그램 예약은 온라인(서울시공공서비스예약 홈페이지 내 교육강좌 ➡ 관악구 ➡ 도시농업)으로 가능합니다!

2025년 도시농업 프로그램을 확인하세요!

연 번	대 상 (인원)	프로그램명 (장소)	운영기간 (요일)	횟 수 / 시 간	내 용	참가비
1	성인 (12명)	텃밭브런치 한접시 (강감찬도시농업센터 체험실)	3~12월 (수)	10회 (월 1회) / 10:30~12:00	주제: 작물을 활용한 브런치 한접시 • 우엉떡잡채, 해초두부김밥, 가지덮밥 등 만들기	5천 원
2	성인 (12명)	텃밭새참한끼 (강감찬도시농업센터 체험실)	2~4월 10~2월 (토)	6회 (월 1회) / 14:00~16:00	주제: 제철 작물을 활용한 새참 도시락 • 영양톳버섯두부밥, 도라지무밥, 부지깽이 나물밥 등 건강한 새참 만들기	5천 원
3	성인 (12명)	홈술족을 위한 페어링 푸드 (강감찬도시농업센터 체험실)	3~11월 (일)	7회 (월 1회) / 10:00~12:00	주제: 가양주에 곁들일 작물 페어링 푸드 만들어 맛보기 • 전통술과 어울리는 음식 만들기	5천 원
4	초등생 (12명)	초등 별미 디저트 (강감찬도시농업센터 체험실)	7~12월 *10월 제외 (일)	10회 (월 2회) / 14:00~16:00	주제: 초등학생이 하는 작물활용요리 • 토마토 치킨타코, 양배추 불고기베이크, 크레페 등	3천 원
5	성인 (15명)	참쉬운 천연발효식초 (농업공원)	5, 6, 10월 (일)	6회 (월 2회) / 10:00~12:00	주제: 작물을 활용한 식초 만들기 • 씨초만들기, 식초발효를 위한 딸기와인, 토마토와인, 포도와인, 매실식초와 오매, 감식초와 콤부차	5천 원
6	성인 (15명)	허브랑 삶 (강감찬도시농업센터 체험실)	10~12월 (토)	6회 / 14:00~16:00	주제: 허브식물을 활용한 아로마 테라피 • 허브미니키친, 허브솔트와 오일, 허브티 블렌딩 등	5천 원
7	성인 (10명)	온실 속 가드닝 (강감찬도시농업센터 교육실)	1~12월 (일)	36회 (월 3회) / 14:00~15:30	주제: 강감찬도시농업센터 씨앗도서관 연계 프로그램, 실내 가드닝 • 눈 속에 피는 꽃(동백), 운명적 만남(보라싸리), 달빛처럼 은은한 사랑(월광화) 등 가드닝 수업	5천 원
8	성인 (10명)	도화지 위의 텃밭 (강감찬도시농업센터 교육실)	5~6월 (토)	2회 (월 1회) / 10:00~12:00	주제: 오일파스텔로 도시텃밭 풍경 그리기 • 오일파스텔 텃밭그림 원데이클래스	5천 원
9	초등생 (15명)	초록이 마음 가드닝 (강감찬도시농업센터 교육실)	7~8월 11~12월 (일)	8회 (월 2회) / 10:00~12:00	주제: 실내 가드닝을 통한 초등생 마음건강증진 • 꽃식물 심기, 반려식물 키우기 등	3천 원
10	성인 (20명)	힐링천연화장품 (농업공원)	4~12월 (일)	8회 (월3회) / 10:00~11:30	주제: 작물활용 천연화장품 만들기 • 꿀, 과일 등을 활용한 천연화장품 만들기	5천 원
11	가족 (15명) 45명	텃밭곤충과의 하루 (농업공원)	5~10월 (일)	10회 (월 2회) / 10:00~12:00	주제: 텃밭에 살고 있는 곤충 알아보기 • 텃밭 곤충의 이해, 채집 관찰하기, 곤충 산업 알아보기, 곤충 쿠키 만들기	3천 원
12	성인 (20명)	관악도시 양봉교실 (농업공원)	5~7월 (토)	10회 (월 4~5회) / 14:00~16:00	주제: 성인 대상, 도시양봉 배우기 • 도시양봉의 이해, 양봉 체험하기 • 정기참여형	3만 원

***모든 프로그램 예약은 온라인(서울시공공서비스예약 홈페이지 내 교육강좌 ➡ 관악구 ➡ 도시농업)에서만 가능합니다!

1인가구도 외롭지 않아요!

슬기로운 관악 생활!

「1인가구를 잇는 거점공간」

관악구 1인가구지원센터

위　　치 낙성대동주민센터(낙성대로4가길 5) 4층

내　　용 1인가구의 외로움과 고립을 예방하고, 사회적 관계망 형성과 삶의 질 향상을 돕는 1인가구 거점 공간

- 1인가구 맞춤형 전문 심리상담 서비스 운영
- 생활밀접형 교육·여가·문화 프로그램 제공 (요리교실, 경제교육, 다도체험 등)
- 여가·자기계발 모임을 통한 사회관계망 형성

문　　의 1인가구지원센터(☎02-883-9391)

「1인가구 소통공간」

씽글벙글 사랑방

위　　치

들　　락 성민종합사회복지관(호암로 549)

봉 다 방 서울YWCA봉천종합사회복지관 (관악로 254)

신림낙낙 신림종합사회복지관(난곡로 110)

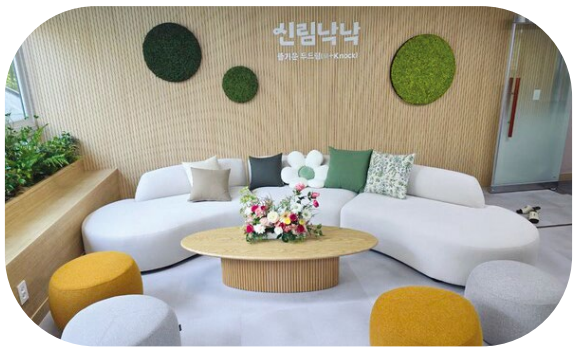
내　　용 1인가구지원센터 분소역할 및 복합 소통공간

들　　락 모임공간 개방, 소그룹 활동장소 대관 등

봉 다 방 프로그램 운영, 스토리마켓, 전시회 등

신림낙낙 공유거실, 힐링존, 스터디룸 등

문　　의 들락(☎02-876-0900)
봉다방(☎02-870-4400)
신림낙낙(☎02-851-1767)



「더 나은 내일 잇당 '堂'」

서울마음편의점 관악점

위　　치 성민종합사회복지관(호암로 549) 내

내　　용 외로운 주민들이 모여 라면, 티 등을 함께 즐기며 이야기 나누는 소통공간

힐링푸드 라면 한끼 나눔, 티테라피 체험 등

힐링마인드 전문 심리지원, 명사 특강 등

힐링헬스 건식 족욕, 목·어깨 등 마사지, 스트레스 및 혈관건강 체크 등

문　　의 서울마음편의점(☎02-876-0900)

전월세 계약, 혼자라서 어렵다면?
전월세 안심계약 도움서비스

대　　상 관악구 거주 또는 거주 예정인 1인가구

내　　용
- 전월세 계약상담(주거지 탐색 및 지원정책 안내), 주거안심동행 지원 등
- 1인가구 등 청년들에게 서비스 제공을 위해 찾아가는 현장상담실 운영

운영일정

전월세 계약상담	주거안심동행
매주 월, 목요일 13:30~17:30 관악구청 1층 부동산정보과	신청자 희망일시에 주거안심매니저 매칭

신청방법 온라인('씽글벙글서울' 홈페이지) 또는 유선 및 방문상담

이 용 료 무료

문　　의 부동산정보과(☎02-879-6611)

병원갈 때도 외롭지 않게,
서울시 병원 안심동행서비스 사업

지원대상 병원 이용에 도움이 필요한 시민

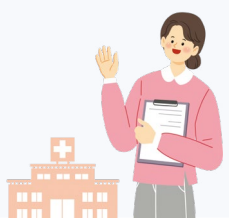
내　　용 병원 출발 및 귀가 시 동행,
병원 이용 중 접수·수납·약국 동행 등 지원

이용시간 평일 07:00~20:00, 주말 09:00~18:00

이 용 료 시간당 5,000원
*중위소득 100% 이하 시민
48회까지 무료 지원

신청방법 전화 신청(당일 또는 예약)
*주말은 사전 예약 건만 가능

문　　의 콜센터(☎1533-1179, 일인친구)



키오스크 사용 교육, '디지털 새내기를 위한 키오스크 내 주문을 받아줘!'

전문강사가 21개 동주민센터로 찾아가는 키오스크 교육으로 일상생활에 편의 제공

'키오스크(무인단말기)'는 식당, 병원 등 일상 곳곳에 존재하지만, 기기 조작이 익숙하지 않은 아동, 어르신 등 디지털 취약계층에는 키오스크의 존재가 '공포감'으로 다가오는 일이 많다.

구에서는 키오스크 기기 사용이 어려운 구민들을 위한 디지털 문해 교육 '디지털 새내기를 위한 키오스크 내 주문을 받아줘!'를 실시한다.

주요 교육 내용은 ▲공공기관 민원 발급기 ▲은행 키오스크 ▲식당 및 카페 무인 주문 단말기 사용법 등을 배우는 체험 위주의 교육이다. 참여 대상자의 접근 편의를 위해 4월부터 9월까지 21개 동주민센터에서 진행되며, 교육비는 무료이다.

교육 신청은 21개 동주민센터로 전화 또는 방문 신청하면 된다. 교육은 각 동별로 2회씩 진행되며, 한 회당 15명을 선착순으로 모집해 운영된다.

무인 단말기 사용이 어려운 구민 누구나 참여할 수 있는 키오스크 교육에 대한 자세한 사항은 해당 동주민센터로 문의하거나 관악구 홈페이지(교육 ➡ 공지사항)에서 확인하면 된다.

문 의 관악구평생학습관(☎02-879-5673)

도로명주소 상세주소 신청 안내

상세주소란? 도로명주소의 건물번호 다음에 표기하는 동·층·호로, 주민등록 주소 활용과 정확한 우편물·택배 수령이 가능하며 신속한 응급서비스를 받을 수 있음

행정구역	도로명+건물번호	상세주소
서울특별시 관악구	행운7길 75,	203호

신청대상 단독주택, 다가구주택, 다중주택, 원룸 등(공동주택 제외)
신청자격 건물 소유자 또는 임차인
신청방법 구청 부동산정보과 방문, 정부24, 우편, 팩스(02-879-7836)
문 의 부동산정보과(☎02-879-6641~6642, 6644)

2025년 서울시 안심 집수리 융자 지원사업

신청기간 2025. 4. 9.(수) ~ 8. 8.(금) (4개월간) *예산 소진 시까지
대상주택 서울시 내 사용승인 후 20년 이상된 저층주택
신 청 자 등기부등본상 토지 및 건물 소유자
내 용 노후 저층주택 집수리 비용 융자 지원
*관악구 홈페이지 ➡ 뉴스소식 ➡ 관악소식 내 공고문 참고
융자금액 공사비용의 80% 이내(최소 1천만 원~최대 6천만 원)
*고정금리 0.7%, 3년 거치 10년 균등분할상환(중도상환수수료 없음)
신청방법 신청서류 작성 후 관악구청 6층 주택과 방문 접수
문 의 주택과(☎02-879-6457)

2025년 서울시 안심 집수리 보조사업

신청기간 2025. 4. 21.(월) ~ 5. 2.(금) *예산 소진 시까지
대 상 서울시 내 10년 이상된 저층주택 중 취약가구 거주주택, 반지하주택 등
*주거취약가구: 기초생활수급자, 차상위계층, 중증장애인, 65세 이상 고령자(1960. 3. 31. 이전 출생), 다자녀 가족, 한부모 가족, 다문화 가족
신 청 자 등기부등본 상 소유자
(임차인이 주거취약가구인 경우, 소유자가 신청 가능)
내 용 노후 저층주택 집수리 비용 지원
*관악구 홈페이지 ➡ 뉴스소식 ➡ 관악소식 내 공고문 참고
지원금액 공사비용의 최대 80%(최대 지원금액 1,200만 원) / 자부담 20%
*지원대상별 상이
신청방법 신청서류 작성 후 관악구청 6층 주택과 방문 접수
문 의 주택과(☎02-879-6457)

2025년 5월 종합소득세 및 개인지방소득세 신고·납부

대 상 2025년도 종합소득세 및 개인지방소득세 신고 대상자
신고기간 2025. 5. 1.(목) ~ 6. 2.(월)
신고방법 홈택스 또는 위택스 연계 신고
문 의 지방소득세과(☎02-879-5515)

2025 관악구민 체육대회 이모저모

2025. 4. 12.(토) / 관악구민운동장

관악구 명소에서 청년 버스킹 공연을 만나다

올해 10월까지 청년 19개 팀이 관악구 명소에서 정기 버스킹 공연 시행

'2025년 관악 청년 버스킹 공연'이 지난 4월 10일부터 본격 시작했다.

지난 2월부터 진행된 공개모집에는 노래, 악기 연주, 퍼포먼스, 댄스 등 다양한 장르에서 활동하는 청년 예술가들이 참여하며 청년들의 큰 관심을 모았다. 심사를 통해 선발된 최종 19개 팀은 올해 10월까지(혹서기 7~8월 제외) 관악구 내 유휴공간에서 정기적으로 공연을 선보인다.

공연 장소는 별빛내린천 수변무대, 관악산 으뜸공원, 낙성대공원, 관악구청 광장 등 지역 주민의 발길이 잦은 유동인구 밀집 지역으로 구성되었으며, 이를 통해 청년 예술가들과 지역 주민 간의 자연스러운 문화 소통의 장이 마련될 것으로 기대된다.

특히 올해는 공연 일정이 특정 시기에 집중되지 않도록 공연팀 간 일정을 사전에 조율했으며, 이를 통해 정기적이고 안정적인 공연이 가능하도록 기획했다. 정기공연 일정은 관악구 홈페이지(뉴스소식 ➡ 새소식 ➡ 관악소식)에서 확인할 수 있으며, 보다 궁금한 사항은 청년정책과로 문의하면 된다.

문 의 청년정책과(☎02-879-5922)

창업 Start 아카데미 프로그램 참여자 모집

대 상 창업에 관심 있는 예비/초기 창업가

장 소 서울대학교(관악로1) 942동 1층 메이커스페이스(창업동아리실)

모집인원 40명 이내(교육비 무료)

내 용

구 분	1회차	2회차	3회차	4회차
일 시	2025. 4. 29.(화) 16:00~18:00	2025. 5. 13.(화) 16:00~18:00	2025. 5. 22.(목) 16:00~18:00	2025. 5. 29.(목) 16:00~18:00
주 제	스타트업 생태계와 기업가 정신	자금 조달 (투자 유치의 비밀을 풀다)	AI를 활용한 창업 생산성 향상	디지털 마케팅과 브랜드 구축 전략
강 사	노태준 파트너 최재웅 전무	지현석 수석심사역 김중철 교육사업총괄	박태영 대표	김용훈 CEO 위한솔 팀장
신청 기간	2025. 4. 9.(수) ~ 4. 25.(금) 11:00	2025. 4. 23.(수) ~ 5. 9.(금) 11:00	2025. 5. 2.(금) ~ 5. 19.(월) 11:00	2025. 5. 9.(금) ~ 5. 26.(월) 11:00

*신청기간 이후에도 모집인원 내에서 신청가능

신청방법 QR코드 접속 후 신청서 제출

문 의 서울대 캠퍼스타운 사업단(☎070-7791-4632)

투명페트병 편하게 배출하고 보상받으세요!

매주 목요일, 투명페트병을 모아오면 종량제봉투로 교환해주는 '에코투모로우' 운영

운영기간 2025년 4~6월

운영일시 매주 목요일 14:00~16:00
*사정에 따라 운영 일정이 일부 조정될 수 있음

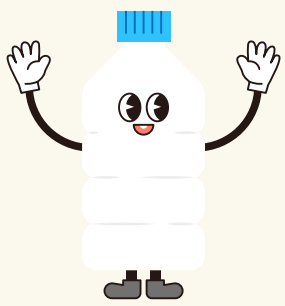
운영장소 각 동주민센터

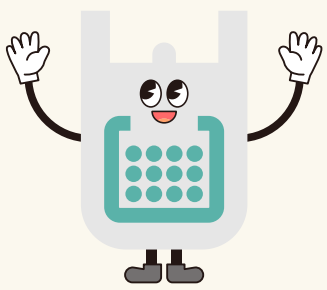
교환내용

투명페트병(용량무관) 25개 → 일반종량제 10L 1장

또는

투명페트병 2L 10개 → 음식물 종량제 2L 1장





문 의 청소행정과(☎02-879-6224)

소통과 화합으로 신뢰받는 **열린의회**

GWANAK

관악구의회, 제304회 임시회 폐회

관악구의회(의장 장동식)는 4월 1일 제3차 본회의를 끝으로 3월 24일부터 9일간의 일정으로 열린 제304회 임시회 회기 일정을 모두 마무리했다.

이번 임시회에서는 ▲구정질문 ▲각종 조례·규정안 등 안건 30건을 원안 및 수정 가결했다.

장동식 의장은 폐회사를 통해 “이번 임시회 동안 다양한 정책과 안건을 심도 있게 논의하며 협조해 주신 동료 의원들과 집행부 직원 여러분께 깊이 감사드리며, 의결된 안건들이 구민 삶의 질 향상과 복지 증진에 실질적인 도움이 되길 바란다”라고 말했다.

상임위원회 심의를 거쳐 제3차 본회의에서 통과된 안건은 다음과 같다.

연번	안건명	제출자(대표발의자)	심사결과
1	서울특별시 관악구의회 공무원 복무 조례 일부개정조례안	박용규 의원	수정가결
2	서울특별시 관악구의회 공무원 공무 국외출장 규정 일부개정규정안	장현수 의원	원안가결
3	서울특별시 관악구의회 의원 공무국외출장 규정 전부개정규정안	장현수 의원	원안가결
4	서울특별시 관악구의회 입법 · 법률고문 운영 조례 일부개정조례안	이경관 의원	원안가결
5	서울특별시 관악구 결산검사위원 선임 및 운영에 관한 조례 일부개정조례안	안한영 의원	원안가결
6	서울특별시 관악구 예산절감 및 낭비 사례 공개에 관한 조례안	이경관 의원	원안가결
7	서울특별시 관악구 일자리정책 기본 조례 일부개정조례안	주무열 의원	원안가결
8	서울특별시 관악구 공무원 후생복지에 관한 조례 일부개정조례안	관악구청장	원안가결
9	서울특별시 관악구 홍보대사 운영에 관한 조례 일부개정조례안	구가환 의원	원안가결
10	서울특별시 관악구 장애인 고용촉진 및 직업재활 지원에 관한 조례안	위성경 의원	원안가결
11	서울특별시 관악구 중증장애인 자립생활지원 조례 전부개정조례안	손숙희 의원	원안가결
12	서울특별시 관악구 경로당 건립 기금 설치 및 운용 조례 일부개정조례안	주무열 의원	원안가결
13	서울특별시 관악구 보육 조례 일부개정조례안	김연옥 의원	원안가결
14	자치회관 작은도서관 운영 민간위탁 재계약 동의안	관악구청장	원안가결
15	서울특별시 관악구 재활용품 수집인 지원에 관한 조례안	노광자 의원	원안가결
16	서울특별시 관악구 건강도시 기본 조례 일부개정조례안	노광자 의원	원안가결
17	서울특별시 관악구 보건소 수가 조례 일부개정조례안	관악구청장	원안가결
18	서울특별시 관악구 예방접종 지원에 관한 조례안	구자민 의원	원안가결
19	서울특별시 관악구 어르신등 건강동행서비스 운영 및 지원에 관한 조례안	임춘수 의원	원안가결
20	서울특별시 관악구 학생 치과주치의 및 저소득층 아동 의료지원 조례 전부개정조례안	구자민 의원	원안가결
21	서울특별시 관악구 식품접객업 옥외영업에 관한 조례안	표태룡 의원	원안가결
22	서울특별시 관악구 아동복지심의위원회 구성 및 운영에 관한 조례 일부개정조례안	민영진 의원	원안가결
23	서울특별시 관악구 공동주택 지원 조례 일부개정조례안	임창빈 의원	원안가결
24	서울특별시 관악구 임대주택 관리 분쟁 조정위원회 설치 및 운영 조례 폐지조례안	정현일 의원	원안가결
25	서울특별시 관악구 긴급고지라디오 지원에 관한 조례안	민영진 의원	원안가결
26	서울특별시 관악구 마을버스 재정지원에 관한 조례 일부개정조례안	주무열 의원	원안가결
27	서울특별시 관악구 공공문화시설 등 셔틀버스 운영 조례안	관악구청장	원안가결
28	서울특별시 관악구 유해야생동물 먹이주기 금지구역 지정 등에 관한 조례안	주순자 의원	원안가결
29	서울특별시 관악구 도로점용허가 및 점용료 등 징수 조례 일부개정조례안	정현일 의원	원안가결
30	서울특별시 관악구 현수막의 친환경 소재 사용 촉진 및 재활용 활성화 조례안	표태룡 의원	원안가결

문의 의회사무국(☎879-7593)

5분 자유발언 3월 24일 제1차 본회의

노광자 의원 (비례대표)

관악구의 더 나은 정신건강복지를 위한 제언

주무열 의원 (낙성대동, 인헌동, 남현동)

인헌중, 인헌고, 사당초 학생들의 안전을 위한 도로 및 보도 열선 설치 제언

구가환 의원 (성현동, 청림동, 행운동)

공공산후조리원에 대하여

이경관 의원 (신사동, 조원동, 미성동)

층간소음에 대하여

김순미 의원 (청룡동, 중앙동)

소형폐가전 수거함 확대 설치에 대하여

위성경 의원 (삼성동, 대학동)

별빛내린천 상류 하천 길 조성 제언

5분 자유발언 4월 1일 제3차 본회의

주순자 의원 (신사동, 조원동, 미성동)

유해야생동물 피해 예방 대책 마련에 대하여

박용규 의원 (보라매동, 은천동, 신림동)

보행약자를 위한 횡단보도 개선방안에 대하여

정현일 의원 (신사동, 조원동, 미성동)

화재로부터 안전한 관악구를 만들기 위한 제언

김연옥 의원 (비례대표)

치매안심 경로당에 대하여

손숙희 의원 (난곡동, 난향동)

관악구 산불 예방 및 대응체계 강화에 대하여

표태룡 의원 (성현동, 청림동, 행운동)

관악 힐링정원도시 조성 제언

구자민 의원 (낙성대동, 인헌동, 남현동)

관악구 재정자립도 및 세입 확보방안 제언

구정질문 3월 28일 제2차 본회의

구자민 의원 (낙성대동, 인헌동, 남현동)

구정운영 실적에 대하여

제305회 관악구의회 정례회 개최 안내

◆ 기간 : 6. 9.(월) ~ 6. 20.(금)
◆ 장소 : 관악구의회 본회의장 및 회의실
◆ 안건 : 2024년도 결산 및 예비비 지출 승인, 조례안 등 안건처리, 여름철종합대책 보고

집 앞으로 배달되는 문화 정보

2025 서울시 야외도서관이 함께하는 '관악 힐링 북 페스타'

대 상 어린이 가족 및 누구나
장 소 별빛내린천 일대
(서원보도교 수변무대 ~ 신림교 전 구간)
내 용

구 분	본행사	야외 독서힐링존
기 간	2025. 5. 3.(토) 13:00~18:00	5. 3.(토) ~ 5. 11.(일) 기간 중 토, 일 13:00~18:00
내 용	버스킹 공연, 작가와의 만남, 버블쇼 등 메인 프로그램 진행	어린이, 청소년, 성인, 시니어, 환경 주제 북큐레이션

문 의 관악문화재단 도서관플러스팀(☎02-828-5825)

2025 S1472 어린이주간 〈모두가 예술가〉 '제4회 관악 별빛 사생대회'

대 상 미취학 아동 및 초등학생 *2020년생부터 신청 가능
대회일시 2025. 5. 3.(토) 10:00~18:00
대회장소 관천로 문화플랫폼 S1472 앞 수변
참여방법
- 사전접수(구글폼 및 QR코드): 2025. 4. 16.(수) ~ 4. 30.(수)
- 현장접수(접수처에서 등록): 2025. 5. 3.(토) 10:00~17:00

시 상 30명(유치부, 초등부 저학년, 초등부 고학년)
특 전 사생대회 작품 S1472 전시 *5. 20.(화) ~ 6. 1.(일)
유의사항 참가비 무료, 도화지 현장 배부
*그림도구, 화판, 물통, 앞치마, 돗자리 등 개인 지참
문 의 관악문화재단 생활예술팀(☎02-6357-5002)

재주소년 〈머물러 줄래〉 콘서트

공연일시 2025. 5. 17.(토) 15:00
공연장소 관악아트홀 공연장
관람대상 전 연령
공연내용 가정의 달 맞이 어린이와 함께 즐길 수 있는 재주소년 동요앨범 콘서트
공연시간 약 100분 내외
관 람 료 44,000원
*할인가(어린이·청소년 7,700원, 대학생·24세 이하 28,000원, 관악구민 25,000원)
문 의 관악문화재단 예술진흥팀(☎02-828-5854)

기획전시 〈뚝딱뚝딱 브릭타운〉

전시기간 2025. 4. 17.(목) ~ 6. 14.(토)
10:00~18:00 *월, 화 및 공휴일 휴관
전시장소 관악아트홀 전시실
관람대상 누구나
전시내용 '레고로 만드는 우리집, 우리마을 in 관악' 다양한 브릭아트 작품 및 디오라마 작품을 만나보고 우리가 꿈꾸는 마을을 상상하며 레고로 직접 만들 수 있는 체험형 전시
관 람 료 무료
문 의 관악문화재단 예술진흥팀(☎02-828-5853)

관악구 자전거 초보자교육

교육기간 매월 첫째주 월요일 ~ 마지막주 금요일
교육시간 10:00~12:00
교육장소 관악구 자전거교육장
(신대방역 1번출구 별빛내린천)
문 의 관악구 자전거연맹(☎02-879-6869)
교육장(☎010-9360-3862)

관악경찰서 치안소식 Talk! Talk!

TALK

관악구 주민과 함께하는 '우리동네 길'스마트 신고

개선 필요사항 편안하게 접수해주세요!

서울관악경찰서 SEOUL GWANAK POLICE STATION

- 2025. 4. 1.(화) ~ 5. 30.(금) 두 달 동안 우리동네 개선이 필요한 교통시설에 대해 주민 여러분들의 소중한 의견을 받아 개선해나가고자 합니다!
- 불편하거나 불합리하다고 느끼는 교통안전시설, 신호운영체계 및 도로 부속시설 일체에 대하여 서울청·경찰서 홈페이지 또는 QR코드를 이용하여 '우리동네 길' 스마트 신고 접수해주시면 검토 후 개선해나가겠습니다!

평소 불편하거나 개선이 필요한 교통시설에 대해 주민 여러분의 소중한 의견을 주시면 가능성을 검토하여 개선해 나가겠습니다.

참여대상
우리동네 교통시설에 관심이 있는
서울시민 누구나

참여방법
서울경찰청 및 서울시 자치경찰위원회 홈페이지
또는 QR코드로 접속

신고분야
1 보행자 안전을 위해 개선이 필요한 곳 / 2 운전자 편의를 위해 개선이 필요한 곳 / 3 그밖에 우리동네를 위한 교통시설 개선 아이디어

관악소방서 안전소식

서울엄마아빠택시 지원사업 이용하세요!

신청기간 2025. 11. 30.(일)까지 *예산소진 시 조기 마감
지원대상 관악구에 주민등록을 둔 24개월 이하의 영유아 양육 가정
지원내용 택시 이용포인트 10만 원 지원 *운영업체에서 최대 2만 원 포인트 추가 지급
이용방법
① 몽땅정보만능키 누리집에서 신청(영유아 1명당 운영업체인 타다, 파파 중 1곳 선택)
② 포인트 부여 완료 시 선택한 개별 앱 설치 및 실행 후 이용 *선택한 운영업체는 변경 불가
사용기한 포인트 생성일 ~ 2025. 12. 15.(월) 23:59분(차량하차 기준)
유의사항
- 영유아와 동반 외출 시만 사용 가능(영유아 미동반 탑승 시 사용한 금액은 전액 현금 환수)
- 몽땅정보 만능키에 가입된 핸드폰 번호와 선택한 운영사 내 가입 휴대폰 번호가 동일해야 이용포인트가 지급됨

문 의 여성가족과(☎02-879-6135)

가족돌봄자 VR 힐링 프로젝트

기 간 2025년 3~12월
*월~토요일 09:00~18:00, 야간(화, 수, 목) 18:00~21:00
대 상 간병, 노인 부양, 자녀양육 등으로 지친 가족 구성원
장 소 관악구가족센터(1센터) 3층 상담실
내 용 360도 VR 체험 10분+심리상담 40분(주 1회, 총 8회기)
(자연풍경과 함께 하는 시각 명상, 패러글라이딩 체험 활동, 추억의 장소 속에서 머물러보기 등)
신청방법 QR코드 접속 후 답변 작성하여 제출
*접수 순서대로 상담 일정 협의 및 상담 진행
문 의 관악구가족센터(☎070-5030-5698)

국세청 근로·자녀장려금 신청 안내

신청기간 2025. 5. 1.(목) ~ 6. 2.(월)
신청자격 2024년 근로소득, 사업소득 또는 종교인소득이 있는 거주자로서 소득요건 및 재산요건에 부합하는 자
*자세한 요건은 국세청 홈택스 홈페이지에서 확인 가능
신청방법 ARS(1544-9944), 홈택스(인터넷), 손택스(모바일앱)
*반기신청한 경우 정기신청 및 자녀장려금을 다시 신청할 필요가 없으며, 심사과정에서 감액 또는 지급 제외될 수 있음
지급시기 요건 충족여부를 심사하여 8월 말 지급 예정
문 의 장려금 상담센터(☎1566-3636)

한부모가족 아동양육비 지원

대 상 기준중위소득 63% 이하이면서 18세 미만 자녀를 양육하는 한부모가족
내 용 자녀 1인당 월 23만 원 아동양육비 지원
*단, 자녀가 고등학교 재학 중인 경우 22세 미만까지 지원
*미혼모·부/조손가족의 5세 이하 자녀, 청년한부모(25~34세)의 자녀의 경우 월 5~10만 원 추가 지원
신청방법 거주지 관할 동주민센터 방문 또는 온라인 '복지로' 신청
문 의 여성가족과(☎02-879-6132), 동주민센터

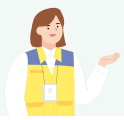
청소년 한부모 아동양육비 지원

대 상 기준중위소득 65% 이하이면서 자녀를 양육하는 청소년 한부모
(청소년 한부모: 모 또는 부의 나이가 24세 이하인 한부모)
내 용 자녀 1인당 아동양육비 지원
(0~1세 자녀) 월 40만 원 / (2세 이상 자녀) 월 37만 원
기타지원 아동양육비 외 자립촉진수당(학업, 직업훈련 참여시 월 10만 원), 검정고시·재학생 학습(교통비 등 연간 154만 원 이내) 지원
신청방법 거주지 관할 동주민센터 방문 또는 온라인 '복지로' 신청
문 의 여성가족과(☎02-879-6132), 동주민센터

서울형 키즈카페 행운동점 개관

공공형 실내놀이터 서울형 키즈카페 행운동점을 4월 28일부터 운영합니다!

운영시간 월~토요일 09:00~18:00
장 소 서울형 키즈카페 행운동점(행운1마길 29, 에덴교회 2층)
이용대상 3~7세 아동 및 보호자(연나이 기준)
이용방법 온라인('우리동네키움포털' 홈페이지) 사전예약
이용금액 3천원 (동반 보호자 포함, 2시간 기준)
놀이기구 트램펄린, 집라인, 터치슬라이드, 암벽등반 등
정 원 개인 20명, 단체 35명[평일 3회차, 주말 4회차]
문 의 서울형 키즈카페 행운동점(☎02-2039-8574)



장애인·어르신 전동보장구(보조기기) 이용 전 알아두세요!

장애인 전동보장구(보조기기) 안전교육

일　　시 매주 목요일 14:00~16:00 *혹한기, 혹서기 제외
대　　상 장애인전동보조기기 사용자 및 구매예정자, 관심있는 일반인 *기수당 15명
장　　소 관악구 장애인 전동휠체어 운전연습장 *관악구민체육센터(낙성대로3길 37) 맞은편
내　　용 도로교통법규, 도로주행연습, 사고 시 대처법 등 (3회 이상 수강 시 수료증 발급)
수 강 료 무료
신청방법 관악구장애인단체연합회(☎02-887-9878) 전화 또는 이메일(2002cjy@hanmail.net) 신청

장애인·어르신 전동보장구 보험 보장

보장기간 2025. 1. 20.(월) ~ 2026. 1. 19.(월)
피보험자 관악구에 주민등록 되어 있는 전동보장구 사용 등록장애인 및 65세 이상 어르신
보장내용 전동보장구 운행 중 발생한 제3자(대인·대물) 배상책임 보장
보장금액 사고당 5천만 원 한도(자부담 없음), 사고당 변호사 선임비용 500만 원 한도
청구방법 피보험자 또는 법정상속인이 직접 청구
청 구 처 휠체어코리아닷컴(☎02-2038-0828, ARS 1번)

문　　의 장애인복지과(☎02-879-6013)

우리동네 이야기

주민과 함께 만들어 가는 따뜻한 우리동네 소식 전해드려요!

고립NO, 은둔NO! 민·관 협력 청년발굴단이 나선다!

인헌동

인헌동주민센터(동장 정경주)는 청년 1인가구가 많이 거주하고 있는 지역 특성을 고려하여 고립·은둔 청년 발굴 및 지원을 위해 지난 3월 31일 인헌동 청년발굴단 발대식을 개최했다.

이번 발대식은 지역주민들의 자발적 참여로 구성된 청년발굴단이 주도하며 중앙사회복지관, 인헌동주민센터, 인헌동 지역사회보장협의체가 함께 협력하여 고립된 청년들을 발굴하고 맞춤형 지원을 제공하는 중요한 첫걸음이다.

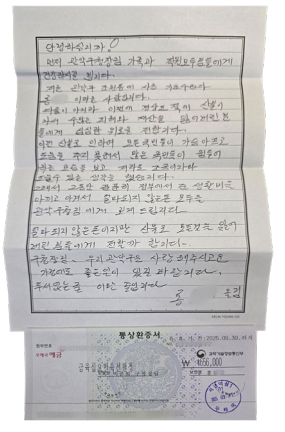
청년발굴단은 지난해 하반기부터 시범 운영해 왔으며, 올해 1월 민·관 합동 총 11명의 위원으로 단원을 구성해 본격적인 활동을 시작했다. 발굴이 어려운 대상자 특성을 고려해 동네 소식에 밝고 지역 활동에 열정 있는 주민들로 구성했으며, 지역 내 고립·은둔 청년 발굴시스템을 확립하고 임대인, 부동산, 고시원 등 청년 관련 네트워크 형성을 통해 지역 안전망을 확대하고자 한다.

청년발굴단은 매월 셋째 주 월요일에 발굴·지원 활동을 펼치고, 발굴된 대상자에 대해서는 초기상담으로 위기 상황 및 복지 욕구를 파악하여 취약계층 청년 맞춤형 복지서비스를 제공하며, 심리 정서적 어려움 등을 위한 집중 모니터링과 외부 서비스 제공기관 연계를 지원하고자 한다.

시범 운영 때부터 현장에서 청년들과 소통했던 중앙사회복지관 조빛나라 팀장은 "지역주민들의 복지 증진을 위해 노력하고 있는 중앙사회복지관에서는 관할 동인 인헌동의 고립이나 은둔 상태인 청년들을 적기에 발굴하여 지원함으로써 사회에 복귀하실 수 있도록 최선을 다하겠다"고 말했다.

미담 사례

"내 작은 정성이 누군가에겐 위로가 되길…"



관악구 조원동에 거주하는 기초생활수급자 홍00 어르신이 영남지역의 대규모 산불 피해 소식을 접하고 2년여간 아껴 모은 생활비 65만 6천 원을 전액 기부해 잔잔한 감동을 주고 있다.

지난 4월 1일 관악구청 앞으로 65만 6천 원의 통상환증서와 함께 한 통의 편지가 도착했다.

이 어르신은 편지를 통해 "산불로 삶의 터전을 잃은 이재민들과 힘들어하는 국민들을 보면서 마음이 아팠다"며, "조금이나마 도울 수 있는 방법을 생각해 보다가 그동안 푼푼이 아껴 모은 생활비로 얼마 되지 않은 돈이지만 도움이 되었으면 하는 마음에 보낸다"고 밝혔다.

어르신은 기초수급비를 아껴쓰며 매월 2~3만 원의 금액을 저축해 왔으며, 그렇게 모은 65만 6천 원을 이번 산불 피해 이재민을 돕기 위한 성금으로 내놓은 것이다.

이 기부금은 서울사회복지공동모금회를 통해 피해 복구 및 이재민 지원을 위한 구호 활동에 지원되었다.

문의 관악구장애인종합복지관(☎ 877-0750)

장애인, 비장애인 모두가 할 수 있는 운동을 소개합니다!

하체 근력을 강화해서 노화를 예방하는 브릿지 운동! 가정에서 누구나 할 수 있으니, 시간이 되실 때 따라해보세요!
1번과 2번 동작을 5~10회 반복하시면 됩니다. 어렵다면 천천히 1회씩 늘려가도 좋아요!

다리를 접을 수 있을 때

1

다리를 접어 벽에 고정시키고 양손은 엉덩이 옆에 위치시킨다.

2

호흡을 내뱉으며 엉덩이에 조이는 힘을 주고, 발바닥으로 바닥을 눌러 엉덩이를 들어올린다.

다리를 접기 어려울 때

1

발목 밑에 베개 혹은 받칠만한 물건을 두고 양손은 엉덩이 옆에 위치시킨다.

2

호흡을 내뱉으며 엉덩이에 조이는 힘을 주고, 받친 물건으로 바닥을 눌러 엉덩이를 들어올린다.

중장년 여성 마음건강증진 교육 '다시 봄날'

일　　시 2025. 5. 28.(수), 6. 11.(수) 14:00~16:00
대　　상 관악구 거주 중장년 여성
장　　소 관악구보건소 보건교육실
강　　사 이소영 교수(식물세밀화가, 서울국제정원박람회 조직위원)
내　　용 식물세밀화를 통한 중장년 여성의 마음건강 챙김
신청기간 2025. 4. 28.(월) 09:00 ~ 선착순
신청방법 선착순 전화 신청, 일자별 40명
문　　의 관악구 정신건강복지센터(☎02-879-4911)

내 가족과 이웃을 살리는 4분의 기적 '심폐소생술' 교육

일　　시 연중 주 3일(월·수·금) 10:00, 14:00, 16:00 *예약제
대　　상 10세 이상 일반인 및 단체
장　　소 관악구 보건지소 심폐소생술 상설교육장(봉천로 279-7)
내　　용 성인 심폐소생술, 자동심장충격기(AED) 사용법, 기도폐쇄 응급처치(하임리히법) 이론 및 실습
비　　용 무료
신청방법 온라인(관악구 보건소 홈페이지) 또는 전화 신청
*관악구 보건소 ➡ 온라인서비스 ➡ 인터넷예약
문　　의 관악구보건소 보건지소(☎029-879-4911)

영유아 발달 정밀검사비 지원

대　　상 영유아 건강검진 발달평가에서 '심화평가 권고'로 판정된 영유아
*동일 유형의 발달장애인 등록자는 사업대상에서 제외
내　　용 발달 정밀검사에 직접적으로 필요한 검사 및 진찰료에 대한 지원
지원금액 기초생활수급자, 차상위계층 최대 40만 원,
건강보험가입자 최대 20만 원
신청방법 ① 지정된 검사기관 이용 시, 관악구 보건소에서 의뢰서 발급
② 원하는 검사기관 이용 시, 관악구 보건소에 정밀검사비 청구
문　　의 지역보건과(☎02-879-7155)

의료전문의 초청 주민건강특강

대　　상 관악구민 누구나(선착순 50명)
장　　소 관악구 보건소 4층 보건교육실
내　　용

	퇴행성 척추질환	치아 관리
일 시	4. 29.(화) 10:00~11:00	5. 13.(화) 10:00~11:00
강 사	서울특별시 보라매병원 신경외과 박성배교수	관악서울대학교 치과병원 구강악안면외과 전문의 이주영 교수

참여방법 전화(☎02-879-7104) 또는 온라인(관악구 홈페이지) 신청
비　　용 무료
문　　의 보건행정과(☎02-879-7104)

2025년 5월 <건강한 출산·똑똑한 육아> 교육 운영

대　　상 임신 20주 이상 임신 가정 및 생후 100일 출산가정
신청기간 (비대면교육) 2025. 5. 1.(목) ~ 5. 15.(목)
(대면교육) 2025. 4. 20.(일) ~ 5. 11.(일)
내　　용

교 육	퇴행성 척추질환	치아 관리
(대면) 임산부 요가교실	임신부 대상 요가	2025. 5. 14.(수) 14:30~15:30 장소: 보건지소 3층
(비대면) 예비부모 출산교실	1. 분만리허설	2025. 5. 19.(월) 19:00~20:00
	2. 신생아 실전케어 A to Z	2025. 5. 26.(월) 19:00~20:00
(비대면) 신생아 리듬마사지 & 영아놀이법	영아마사지 및 신체놀이	2025. 6. 10.(화) 15:00~16:30

*비대면 프로그램은 'ZOOM 화상회의'로 운영
신청방법 관악구 홈페이지 신청 선착순 모집
(관악구 홈페이지 ➡ 참여/예약 ➡ 참여신청 ➡ 강좌/행사 예약)
문　　의 관악구보건소 지역보건과(☎02-879-7155)

건강칼럼

봄철 환절기, 면역력 관리는 필수

한림대학교
강남성심병원
가정의학과
최민규 교수

어느덧 완연한 봄입니다. 하지만 요즘 날씨를 보면 아침저녁으로 쌀쌀하고 낮에는 따뜻한 봄볕이 내리쬐며 일교차가 10도 이상 벌어지는 날이 많습니다. 게다가 건조한 대기에 미세먼지까지 극성인 날이 잦아졌습니다. 이런 급격한 온도와 대기 환경의 변화는 우리 몸의 면역 체계를 흔들어 감기, 독감, 알레르기성 비염 등 각종 질환에 쉽게 노출되게 합니다. 이에 따라 봄철 면역력 저하의 원인을 살펴보고, 건강을 지키는 방법을 소개해 드리고자 합니다.

큰 일교차로 인한 신체 부담

최근 날씨를 보면 아침저녁으로는 기온이 5도 이하로 떨어지지만, 낮에는 15도 이상까지 올라가는 등, 일교차가 10도 이상 벌어지는 날이 많아지고 있습니다. 이러한 급격한 온도 변화는 우리 몸의 항상성을 유지하는 데 큰 부담을 줍니다. 우리 몸은 체온을 일정하게 유지하기 위해 피부 혈관을 수축하거나 확장하는 등의 조절 기능을 수행하는데, 일교차가 클수록 이 과정이 더욱 활발해지면서 신체가 많은 에너지를 소모하게 됩니다. 특히 교감신경과 부교감신경이 빠르게 전환되면서 면역 체계가 일시적으로 약화될 수 있습니다. 그 결과, 면역세포의 활동이 저하되고 호흡기 점막이 건조해지면서 감기, 독감과 같은 호흡기 질환에 걸릴 확률이 높아집니다. 또한, 체온이 낮아지면 혈액순환이 원활하지 않아 각종 바이러스와 세균에 대한 방어력이 떨어지게 됩니다. 이를 예방하기 위해서는 외출 시 기온 변화에 대비해 겉옷을 챙기고, 충분한 영양 섭취와 수분 보충을 통해 신체의 면역력을 유지하는 것이 중요합니다.

봄철 미세먼지·황사로 인한 면역 저하

최근 미세먼지와 황사가 심해지면서 호흡기 건강이 위협받고 있습니다. 미세먼지는 크기가 작아 폐 깊숙이 침투할 수 있으며, 호흡기 점막을 자극해 감기, 기관지염을 일으키고, 비염, 천식 등의 알레르기성 질환을 악화시킬 수 있습니다. 특히 황사에는 중금속과 세균이 포함되어 있어 면역력이 약한 사람들에게 더 큰 영향을 미칩니다.

면역력 강화 방법

1. 규칙적인 수면으로 면역력 충전

우리 몸의 면역력은 숙면을 통해 회복됩니다. 하루 7~8시간의 충분한 수면을 유지하는 것이 면역세포의 활동을 원활하게 하는 데 매우 중요합니다. 특히 자기 전 스마트폰을 오래 사용하면 블루라이트가 뇌를 각성시켜 수면 호르몬인 멜라토닌 분비를 방해합니다. 따라서 잠들기 30분~1시간 전에는 스마트폰, TV, 컴퓨터 사용을 줄이고 독서나 가벼운 스트레칭 등 편안한 활동을 하는 것이 좋습니다. 또한 수면 환경을 어둡고 조용하게 만들고, 침실 온도를 18~22도로 유지하여 편안한 숙면을 유도하세요.

2. 무리한 운동은 금물! 가벼운 운동부터

봄철 날씨는 아침저녁으로 쌀쌀하고 낮에는 따뜻해 일교차가 큽니다. 이러한 환경에서 갑자기 격렬한 운동을 하면 체온 조절이 어렵고, 면역력을 약화시키는 원인이 될 수 있습니다. 따라서 운동을 할 때는 가벼운 활동부터 시작하는 것이 중요합니다. 먼저 가벼운 산책, 스트레칭, 요가, 자전거 타기 등 저강도 유산소 운동을 꾸준히 실천하는 것이 좋습니다. 운동을 하면서 몸에 약간의 땀이 날 정도로 활동하면 면역세포가 활성화되고, 혈액순환이 원활해져 면역력이 강화됩니다. 운동 전후로 스트레칭을 충분히 하여 운동 중 넘어지거나 근육이 다치지 않도록 주의합니다.

3. 기온 변화에 대비한 옷차림

체온이 1도 떨어지면 면역세포 생산량이 무려 30% 감소하고 원활한 혈액순환도 방해하게 됩니다. 따라서 적절한 옷차림을 유지하여 체온이 급격히 변화하지 않도록 하는 것이 중요합니다. 외출 시 얇은 옷을 여러 겹 겹쳐 입어 기온 변화에 유연하게 대처하세요. 낮에는 덥더라도 아침저녁으로 기온이 떨어질 수 있으므로, 가벼운 겉옷을 챙겨 다니는 것이 좋습니다.

4. 알레르기 예방

봄철에는 황사와 미세먼지가 자주 발생하면서 호흡기 질환이 증가합니다. 이러한 외부 환경 요인은 면역력을 떨어뜨리고 감염병에 걸릴 위험을 높일 수 있습니다. 따라서 미세먼지 농도가 높은 날에는 외출을 자제하고, 부득이하게 외출할 경우 KF94 이상의 마스크를 착용하는 것이 좋습니다. 특히 알레르기성 비염이 있는 분들은 미리 항히스타민제를 복용하여 증상을 예방할 수 있습니다. 특히 꽃가루가 심한 날에는 창문을 닫고, 실내 공기청정기나 가습기를 활용하여 실내 환경을 쾌적하게 유지하는 것이 좋습니다. 실내 습도를 40~60% 수준으로 유지하면 호흡기가 건조해지는 것을 막고, 바이러스와 세균의 활동을 억제할 수 있습니다.

어르신 일상에 AI를 더하다 서울시 AI 동행버스 출발합니다!

- 2025년 “서울 AI 동행버스” 어르신 대상 찾아가는 AI 기반 체험교육 서비스
- 서울시 어르신 거점기관을 비롯하여 어르신 친화적 장소라면 어디든 운영 신청 가능
- 어르신 AI 일상화 지원 위한 AI 기반 헬스케어 기술, 로봇 서비스 등 총 7종 체험교육
- 운영 장소에서 누구나 체험가능하며, 연내 더 많은 시민들이 체험할 수 있도록 노력

AI가 일상 속으로 들어온 요즘, 어르신들도 눈 건강 확인하기, 로봇과 바둑 두기 등 활용하기 좋은 스마트 기술을 무료로 체험하고 배워볼 수 있는 **서울 AI 동행버스** 운영이 시작된다.

서울 AI 동행버스는 서울디지털재단이 어르신의 일상 속 AI를 지원하기 위해 추진하는 사업으로, 버스 형태의 이동식 교육장에서 AI를 포함한 디지털 서비스를 제공한다. AI 일상화 속 어르신의 디지털 격차해소를 위해 서울시 내 어르신이 많이 방문하는 장소(복지관, 경로당, 공원 인근 등)에 서울 AI 동행버스를 파견하고, 올해 4월부터 11월까지(혹서기(8월), 혹한기(12월) 제외) 체험교육을 제공한다고 밝혔다.

AI 동행버스에서는 총 7종의 AI 기반 디지털 기기 및 로봇을 체험해 볼 수 있다. 구체적으로 헬스케어 (눈 건강, 치아관리), 돌봄로봇 (대화용, 교육용), 미러키오스크(여가지원), 일상지원(챗GPT, 바둑로봇) 등 다양한 기술이 탑재된 서비스를 경험하게 된다.

특히, 이번 교육은 스마트폰, 키오스크와 같이 어르신이 기존에 알고 있던 디지털 기기가 아닌 AI 기반의 새로운 기기를 직접 체험해 볼 수 있는 기회를 제공한다는 점에서 AI 일상화 속 어르신들의 기술에 대한 거부감을 해소하는데 도움을 줄 것으로 기대된다.

서울 AI 동행버스는 서울 시민 누구나 무료로 체험할 수 있으며, 버스가 파견되는 장소는 에듀테크캠퍼스(서울디지털재단) 홈페이지 소통 공간 공지사항(https://sdfedu.seoul.kr/main/index.jsp)에서 확인할 수 있다.

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

젊음의 열정, 한강 위에 울려 퍼지다! 2025 한강 대학가요제

한강에서 펼쳐지는 대학생들의 순수 창작곡 경연!
열정 가득한 젊음의 무대로 여러분을 초대합니다.

▶**일시:** 2025년 5월 24일(토) 19:00~22:00 ※ 본선 무대 기준
▶**장소:** 뚝섬한강공원 수변무대
▶**사회:** 아나운서 오상진, 가수 미주(러블리즈)
▶**축하공연:** 비비지(VIVIZ), 영파씨(YOUNG POSSE), 스윗소로우(SWEET SORROW)
▶**심사위원:** 작곡가 김형석, 작사가 김이나, 가수 이상민, 싱어송라이터 강승윤
▶**주요내용:** 본선 진출 10개 팀 경연, 축하공연, 시민참여 체험부스 운영 등

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

치료는 안심, 일상은 든든! 2025년 서울형 입원 생활비 지원 신청

생계걱정에 아파도 치료 안받고, 건강검진도 미루는 노동약자를 위해
서울시가 입원, 국가 일반건강검진 기간 동안 생활비를 지원합니다!

▶**신청기간:** 퇴원일(입원·입원연계 외래진료) 및 공단 일반건강검진일로부터 180일 이내
▶**지원내용**

- **지원항목:** 입원(입원연계 외래진료), 국민건강보험공단 일반건강검진
- **지원일수:** 연 최대 14일
  [입원 13일(입원연계 외래진료 3일 포함), 국가 일반건강검진 1일]
- **지원금액:** 1일 94,230원(연 최대 1,319,220원) ※ 25년도 생활임금 기준
- **신청조건:** 국민건강보험 지역가입자로 입원·검진 전월 기준 90일간 근로자는 24일 이상 근로, 사업자는 45일 이상 사업장 유지(임대업, 법인 제외)
- **소득·재산기준:** 신청인과 가구원 합계 소득기준 중위소득 100% 이하, 재산 3억 5천만원 이하

▶**신청방법:** 거주지 관할 보건소·주민센터 방문 또는 온라인 신청
(http://sickleave.seoul.go.kr)

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

2025년 서울스프링페스타

도심 속에서 K-컬처, K-패션, K-푸드를 한꺼번에
즐길 수 있는 서울스프링페스타가 화려하게 펼쳐집니다.

▶**기간:** 2025년 4월 30일(수) ~ 5월 6일(화)
▶**장소:** 서울광장, 광화문광장, 덕수궁길 등 서울 전역
▶**주요내용:** seoulfesta.com 참고

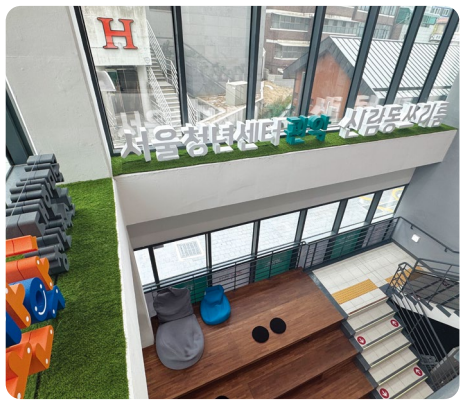
1. 빅쇼③	
원더쇼	전 세계인이 함께 즐기는 K-pop, K-컬쳐 스페셜 공연! (4.30. 월드컵경기장)
시그니처쇼	미디어 아트, 음악, 퍼포먼스로 떠나는 3일간의 환상 여행 (5.1.~5.3. 서울광장)
로드쇼	펀 카와 함께 야경을 따라 걷는 ‘펀 나이트워크 5K’ (5.4. 광화문~청와대 일원)
2. 테마공간③	
서울광장 원더파크	힐링과 공연(5.1.~3.), 소울푸드파티(5.1.), 키즈플레이그라운드(5.3.)
광화문 원더플라자	K-컨텐츠 체험존, 패션, 푸드 등 펀시티 서울 체험 (5.1.~5.6.)
덕수궁 원더풀로드	덕수궁길을 따라 펼쳐지는 모던한복패션쇼와 플라워 포토존(5.2.~5.6.)
3. 연계행사	
한강 드론라이트쇼, 서울 유아차 런, 해피해치데이, K-푸드 페스티벌 넉넉, 롯데타운 명동 아트 페스티벌, DDP봄축제 디자인 테마파크, 서울안전한마당, 서울서커스페스티벌, 차 없는 잠수교 뚜벅뚜벅축제 등	

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

명예주민 기자가 뛴다

명예주민기자
류미정

'신림동 쓰리룸'에 가면 쉼과 여유 그리고 다양한 지원까지!



서울청년센터 관악 '신림동 쓰리룸'은 2019년 8월 관악구에 처음으로 개관한 청년센터입니다. 이후 올해 3월 새로운 공간에서 확장 이전을 완료하고 개관식을 했는데요,

1인가구 특히 청년 비율이 굉장히 높은 관악구 대학동에 거실, 서재, 작업장(공방) 등 특성화 공간을 공유하며 제3의 대안 공간으로서 청년들이 자유롭게 휴식하고 활동하는 공간으로 만들어졌습니다.

벌써 7년차 청년 공간이자 청년정책 종합지원센터로 현재 약 5만 2천여 명의 회원이 함께하고 있으며, 연간 약 4만 5천여 명이 방문하는 명실상부한 관악구 대학동 지역의 청년문화 커뮤니티 공간이 되었습니다.

특히 이번에 신축 건물로 이전하면서 더욱 쾌적하고 넓은 공간에서 관내 청년들을 지원할 수 있게 되었는데요,

넓어진 교육실과 공방, 공유 서재와 공유 부엌 등 북카페 형식으로 편하게 이용할 수 있습니다. 청년지원매니저가 알려주는 커뮤니티 프로그램 및 교육, 강의 프로그램에 참여가 가능합니다.

또한 청년정책 종합상담, 관계망 형성 지원, 고립 은둔 청년 지원, 1인 가구 주거 지원, 사회초년생 문화예술 지원, 구직 청년 취업 역량강화 지원 등 지역 청년들의 삶에 실제로 도움되는 다양한 지원 사업을 진행하고 있습니다.

서울청년센터 관악 '신림동 쓰리룸'의 공간을 이용하고 싶다면 저렴한 비용으로 대관도 가능하며, '서울시 공공서비스예약' 홈페이지 접속 ➡ 청년공간 ➡ 서울청년센터 ➡ '우리 동네 서울청년센터 찾기'에서 사전예약을 통해 청년이면 누구에게나 열린 공간으로 함께 할 수 있습니다.

- **안내 및 문의** 신림동 쓰리룸(☎02-878-0823)
- **홈페이지** 〈우리동네 청년센터〉 https://youth.seoul.go.kr

명예주민기자
박순정

질병을 예방하기 위해서는 올바른 정보 습득과 실천이 중요합니다!

관악구 보건소 4층 보건교육실에서 심·뇌혈관 질환 예방관리를 목적으로 고혈압, 당뇨, 이상지질혈증 교실이 1기생을 대상으로 운영되었습니다.

교육내용은 질환 교육, 영양교육, 운동교육으로 나누어져 주 1회 3주 차에 걸쳐서 진행되었는데요,

질환 교육은 고혈압, 당뇨, 이상지질혈증 질환에 관련된 기초지식 및 관리방법 합병증의 고위험과 예방방법에 대한 교육이, 영양교육으로는 나트륨 및 당류 저감 식단 및 체중감량 등을 통한 자가건강관리법을, 운동교육은 질환별 운동의 중요성 및 집에서도 가능한 스트레칭, 유산소운동, 근력 운동법 등을 배웠습니다.

교육대상은 고혈압, 당뇨, 이상 질환 혈증 환자 및 건강에 관심이 있는 관악구민입니다. 이번 보건소 예방 교육프로그램을 적극적으로 활용하면 건강관리에 큰 도움이 될 것입니다.

음식을 얼마나 짜게 먹었는지? 어느 정도가 싱겁게 먹은 건지? 가늠하기가 정말 어려웠는데 염도계를 희망하는 교육생에게 대여해주어 명확하게 제대로 알게 되었다며 좋은 호응을 얻었습니다. 앞으로 2~6기까지 교육이 진행된다고 하니 관심을 가지고 선착순 모집 프로그램에 참여해 보시는 건 어떠실까요?

심·뇌혈관 질환은 예방이 가장 중요하다고 합니다. 올바른 정보를 습득하고 생활습관을 실천함으로써 발병위험을 크게 줄일 수 있습니다.

예방 교육을 통해 건강한 생활습관을 형성하고 지속적인 관리와 실천을 통해 건강한 삶을 유지하는 것이 중요합니다. 각 개인과 사회가 함께 노력하여 심뇌혈관 질환을 예방하고 건강한 미래를 만들어가야겠습니다.

해피매거진 구독 신청

관악의 소식, 각종 구정 홍보, 기타 유익한 정보 등을 담은 관악구의 뉴스레터 「해피매거진」을 신청하시면 매주 목요일 이메일 또는 카카오톡으로 발송해 드립니다.

- **신청** 관악구 홈페이지 → 뉴스소식 → 미디어 → 해피매거진 → 구독신청 또는 카카오톡에서 관악구청 친구 추가
- **문의** 홍보과(☎879-5272)

독자 투고

관악소리에 글을 보내주세요.
시, 수필, 편지글, 사진 등 장르에 제한이 없으며, 채택되신 분에게 소정의 원고료를 드립니다. *분량 : A4용지 절반 이내

- **주소** 서울시 관악구 관악로 145, 1동 8층 (봉천동)관악구청 홍보과 '관악소리' 담당자 앞
- **E-mail** asasas1@ga.go.kr

※ 다른 잡지나 신문에 게재된 중복 원고는 접수하지 않으며 게재된 원고는 반환하지 않습니다.
※ 접수 시 연락처를 꼭 기재하여 주시기 바랍니다.

관악소리 정기구독 신청

관악소리는 우리 구에서 매월 25일 발행하는 구정 소식지로, 정기구독을 신청하시는 구민께 우편으로 무료 발송해드리겠습니다.
(우편발송 소요기간: 3 ~ 5일)

- **신청** 관악구 홈페이지 → 참여/예약 → 행정접수 → 관악소리 정기구독 신청 → 접수하기
- **문의** 홍보과(☎879-5261)

※ 관악소리를 카카오톡으로 받고 싶다면? TALK
'관악구청' 공식채널 카카오톡 친구추가만 하면 매월 관악소리가 카카오톡 메시지로 발송됩니다.

명예주민 기자가 뛴다

2025년 '제4기 관악구 협치회의' 힘차게 출발

지난 3월 18일 관악구청 기획상황실에서 '제4기 관악구 협치회의' 위원 31명이 위촉되어 2025년 제1차 전체 회의를 진행했습니다.

이날 회의에서는 민간공동의장 선출과 3개년 기본계획 안내, 추진경과 보고 및 2025년 협치추진 계획안 승인 안 등을 처리하고 '주민과 함께하는 2025 관악협치'를 힘차게 출발했습니다.

민간공동의장에는 前관악사회복지 이사장인 박승한씨가 연임되어 향후 2년간 지역사회 협치의제 발굴 활동과 민관협치 체계 구축과 활성화를 위한 안건을 심의·조정하는 역할을 맡을 예정입니다.

'관악 협치회의'는 행정경제분과, 복지보건분과, 도시건설분과, 청년문화분과 등 4개 분과로 조직되어 있으며, 주민참여를 통해 다양한 지역사회 문제를 해결하고 민–관이 공동으로 정책을 발굴하여 집행 및 평가하는 협치 추진 체계로 2025년에는 e스포츠대회 등 4개 협치과제를 꼼꼼하게 추진해 나갈 예정입니다.

이날 발표된 2025년 협치과제는 ▲탄소중립 JUMP 모두가 관악 그린리더(행정경제분과), ▲주민 밀착형 건강증진 민관협력 체계구축(복지보건분과), ▲동네를 더편하게 안전하게 PM관리체계 구축(도시건설분과), ▲관악구 e스포츠대회(청년문화 분과) 등 4개 과제로 확인되었습니다.

한편, 관악구 협치회의 공동의장 박승한씨는 "혁신, 포용, 협치의 구정기조 아래 주민과 함께 거버넌스 도시 '협치관악'을 만들기 위한 노력에 기여하는 협치위원이 되자"고 말했습니다.

이에 앞서 관악구 협치회의는 지난달 11일 관악구청 별관 강당에서 '2025 협치과제 실행 추진반 교육'을 실시하고 협치 추진체계도, 분과위원회 소개, 협치과제 실행추진반 운영, 등 협치로 성장하는 관악에 대한 실행 계획을 조목조목 설명한 바 있습니다.

명예주민기자
송규명

놀이체험실 '꿈자람터'를 소개합니다

관악가족행복센터(남부순환로 1491) 1층에 위치한 놀이체험실 '꿈자람터'는 5세 이하 영유아들이 가족과 함께 즐길 수 있는 공간으로 멀티미디어를 이용한 최첨단 놀이시설을 겸비하고, 영유아의 발달영역을 고려하여 구성한 놀이체험관입니다.

영아들의 대·소근육 발달을 위한 놀이 환경을 제공하고 유아들이 올바른 정서적 성장과 꿈을 키워 갈 수 있는 놀이공간을 제공해 유아의 전인적 발달과 창의성 함양을 돕는 곳입니다.

점심시간(12시~13시) 및 환경 정비시간은 통화 및 이용 불가하며, 현장 접수자가 먼저 방문하였더라도 사전 예약자 우선 이용이니 꼭 사전 예약 후 이용하는 것을 권장합니다.

꿈자람터 이용을 위해서는 사전예약이 우선이므로 보호자 및 영유아 인원수에 맞게 예약해야 하며 예약 건은 양도 불가합니다.

꿈자람터 이용 시에는 쾌적한 놀이환경을 위해 음식물 반입과 섭취를 금지합니다. (사탕, 과자, 간식류도 금지) 또한 놀이체험실은 반드시 보호자와 함께 입장 가능하며, 자녀가 한 명일 경우 보호자 1인만 입장 가능합니다. (자녀가 2명이면 보호자도 2명 입장 가능) 시설 이용 중 시설 및 장난감을 파손한 경우 AS비용 또는 동일한 장난감으로 변상해야 하며, 영역별 놀이 후 다른 영역으로 이동 시 놀이한 장난감을 정리한 후 이동해야 합니다.

놀이체험실 꿈자람터는 매주 화~토요일 오전 9시 30분부터 오후 5시 30분까지 이용 가능하며, 월요일, 공휴일, 근로자의 날은 휴관합니다. 가정의 달 5월을 맞아 아이들과 함께 방문해 보시기를 추천합니다.

문 의 꿈자람터(☎02–867–2837)

명예주민기자
홍수진

독자투고

목련꽃

김영수(신사동)

그 긴 털 속에 숨어
기다림으로 추위를 견디고

오직 한마음
때 묻지 않은 그리움으로
하얗게 지새운 그대

고고한 여인이여
담장 너머의 꽃이여
목젖 환히 열어놓고 웃는
봄이여

봉천사거리의 봄

최복주(성현동)

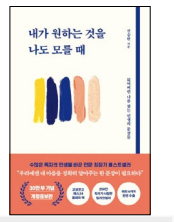
벚나무 가로수
목련꽃 시샘하듯
서둘러 꽃망울을 터트린다

사거리가 환해진다
횡단보도 앞 사람들 얼굴도
꽃잎, 꽃잎이다

꽃샘 바람에 나무는
관절염을 앓듯 휘청거리고
가지는 연둣빛 희망을 틔운다

슬기로운 독서생활

내가 원하는 것을 나도 모를 때

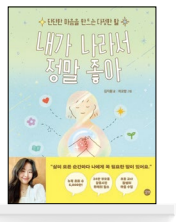


저자 전승환
출판사 북로망스
출간년도 2025년

성인 도서

인문, 동서양 고전, 철학, 시, 소설 등 여러 분야를 관통하며 인생에 대한 진솔한 통찰과 지혜를 전할 뿐만 아니라, 저자가 삶의 방향을 잃고 헤맬 때 다시 일어설 용기와 앞으로 나아갈 힘을 준 150여 편의 '인생 문장들'을 소개하며 독자와 함께 이야기 나눈다.

내가 나라서 정말 좋아



저자 김지훤
출판사 길벗
출간년도 2025년

아동 도서

저자는 스스로에게 해 준 따뜻하고 다정한 말들이 쌓여 지금의 단단한 어른으로 성장할 수 있었다고 말한다. 이 책을 읽는 어린이들이 나를 먼저 아끼고 사랑하는 연습을 해 보길, 더 나아가 다정한 마음을 나눌 줄 아는 멋진 어른으로 자라길 응원하는 마음으로 책을 썼다.

이토록 위대한 장

저자 줄리아 엔더스
출판사 북라이프
출간년도 2025년

건강 도서

책에서는 지금까지 음식을 소화하고 몸의 찌꺼기를 처리하는 기관으로만 알고 있던 장이 얼마나 복잡하고 위대한 기관인지 재미있게 소개한다.

장을 비롯한 소화기관과 박테리아가 몸에서 어떤 역할을 하는지 이해를 바탕으로 백세시대에 장 건강을 지키고 비만, 우울증, 치매 등 질병을 예방하는 방법을 발견해 보자.

문의 관악중앙도서관(☎02-828-5834)

2025년 5월 구민정보화교육 안내

교육과정 안내

교육장소	요일	교육시간	교육수준	과정번호	과정명	모집인원
난곡동 교육장 (더 난곡 건물 4층)	월/수	1교시 09:30~12:00	기초	1	★ 컴퓨터 기초(윈도우11)	20명
		2교시 13:00~15:30	활용	2	엑셀 활용(2016)	
		3교시 15:30~18:00	활용	3	스마트폰 활용	
	화/목	1교시 09:30~12:00	심화	4	스마트폰으로 여행 즐기기	
		2교시 13:00~15:30	기초	5	★ 인터넷 기초(구글크롬)	
	금 (5. 9.)	1교시 10:00~13:00	심화	6	「트렌드 특강」 생성형 AI로 이미지 만들기	
		2교시 14:00~17:00	심화	7	「트렌드 특강」 미리캔버스로 감사카드 만들기	
성현동 교육장 (성현동 주민센터 2층)	월/수	1교시 09:30~12:00	활용	8	한글 활용(2020)	30명
		2교시 13:00~15:30	기초	9	「현장체험 특화과정」 ★ 키오스크 현장 체험과 함께하는 스마트폰 기초	15명
		3교시 15:30~18:00	심화	10	「어르신 특화과정」 디지털 교육 보조 지도자 양성과정 (3개월)	10명
	화/목	1교시 09:30~12:00	활용	11	스마트폰으로 똑똑하게 정보검색하기	30명
		2교시 13:00~15:30	심화	12	AI와 함께 배우는 크롬 구글링	
		3교시 15:30~18:00	기초	13	★ 파워포인트 기초(2016)	
	금 (5. 16.)	1교시 10:00~13:00	심화	14	「트렌드 특강」 생성형 AI로 블로그 글 쓰기	
		2교시 14:00~17:00	심화	15	「트렌드 특강」 디자인툴을 활용한 나만의 로고와 명함 만들기	

교육신청 안내

교육기간
- 월/수 정규과정 : 2025. 5. 7.(수) ~ 5. 28.(수)
  ※ 5. 5.(월) 공휴일 휴강, 5. 23.(금) 보강
- 화/목 정규과정 : 2025. 5. 8.(목) ~ 5. 30.(금)
  ※ 5. 6.(화) 대체공휴일 휴강, 5. 30.(금) 보강
  ※ 정규과정 20시간(1회당 2시간 30분), 과정별 8회 진행
- 어르신 특화과정(3개월) : 2025. 5. 7.(수) ~ 7. 28.(월)
- IT트렌드 특강 : 5. 9.(금) / 5. 16.(금) / 1회 30시간

교육대상
- 주민등록상 55세(1970년생) 이상 관악구민
  (단, 장애인, 국민기초생활수급자, 결혼이민자, 북한이탈주민 등 지능정보화 기본법 시행령 제46조에 해당되는 경우 55세 미만이라도 수강 가능, 개강 첫날 관련 증빙자료 제출 필수)

선발기준 선착순

수 강 료 무료(교재비 별도)

신청기간 2025. 4. 25.(금) ~ 4. 28.(월)
- 기초(★표시)과정: 10시부터 인터넷 또는 전화 신청 가능
- 그 외 과정: 11시부터 인터넷 신청 가능

※ 인터넷 신청방법(※ 회원가입 필수)
관악구청 홈페이지(www.gwanak.go.kr) ▶ [자주찾는 메뉴] – [교육행사] – [구민정보화] ▶ 과정 선택 후 수강신청

추가신청 2025. 4. 29.(화) 10시부터 가능

선정발표 2025. 4. 29.(화) 10시
(수강 신청 시 기재한 휴대폰으로 문자 발송)

교육신청 시 유의사항
- 교육 첫날 주소 및 본인 확인을 위해 반드시 신분증을 지참 바랍니다.
- 매월 강좌 구분없이 2강좌만 신청 가능합니다.
  (단, 미달된 강좌에 한해 추가신청 가능)
- 모든 스마트폰 과정은 안드로이드폰으로 강의를 진행합니다.
- 교육일정은 교육장 상황에 따라 과정과 시간이 변경될 수 있으며, 청강생은 입실이 불가합니다.
- 교육 첫날 무단결석 시 자동 취소 처리됩니다.
  (단, 콜센터로 사전 연락 시 제외)

관악구 구민정보화교육 콜센터 ☎ 02-879-6080

2025년 6월 구민 정보화교육 신청 예정일: 2025. 5. 26.(월)

■ 본 유료 광고는 관악구청과 무관합니다.
■ 유료광고는 매달 1일(휴일인 경우 다음날) 관악구청 홈페이지(www.gwanak.go.kr) ▶ 참여/예약 ▶ 참여신청 ▶ 행정접수 ▶ 관악소리 광고신청에서 접수합니다.

엔젤 데이케어 재활
● 엔젤 재활 데이케어 오픈 ●
최고의 신규 재활시설!
넓은공간(250평)
◎ 치매개선 프로그램
◎ 편백나무 찜질방
◎ 재활 신체기능강화
(재활전문트레이너 도움)
워킹머신 사용

상담: 02-882-2011~2
관악구 난향길 5 (난곡종점)

사당역 7번출구 직진 신한은행 3층(2,4호선)
사당요양보호사 교육원
※국비지원 (내일배움카드소지자)
매월개강!!
주간/야간수시모집 간호,요양 선착순모집
상담문의 3472-7742~3
사당간호학원 www.sdnurse.ac.kr 3월 9월
※국비지원(내일배움카드소지자)
★입학과 동시에 병/의원 아르바이트 100% 추천
★고3재학생, 고졸이상 남/여 ★코디네이터 무료수강
★간호/보건대학 진학 희망자,병/의원근무자, 취업희망 주부
※의료법 제 8조에 따른 정실질환,마약,대마,향정신성의약품 중독자는 제외

서울에덴실버타운
"사랑과 정성이 머무는 편안한 보금자리"
* 서울에덴요양원은 전문적인 틀봄 서비스를 제공합니다 *

주소: 서울특별시 관악구 장군봉 1길 56, 4~7층
전화번호: 02-871-5400, 010-4685-5400
FAX: 02-871-5300
홈페이지: https://blog.naver.com/sest5400

주간 · 야간 (2년제)
2025학년도
중·고등학교 신입생 모집
• 주부 반, 성인 반, 청소년 반 – 2년제(나이 제한없음)
• 신입생 및 편입생 – 1, 2, 3학년 수시모집
• 본교는 특성화 고등학교 과정으로 수능 성적 없이 내신 성적만으로 수도권 대학 다수 진학함.
교과서비·등록금 전액 면제!!!
학력인정
신동신정보산업고등학교 · 신동신중학교
☎ 02) 599 - 5586
☞ 지하철 4호선 총신대 ⑭번 / 7호선 이수역 ⑫번
☞ 이수역 ⑭번 출구 앞 무료 셔틀버스 운행

※ 길가에 버려지거나 방치되어 있는 관악소리를 보시면 즉시 신고해주시기 바랍니다.

관악소리 방치·폐기신고 홍보과 ☎02-879-5261