관악소리

발행일 2025년 8월 25일 | **발행인** 관악구청장 박준희 | **편 집** 홍보과
전 화 02-879-5261 | **주 소** 서울특별시 관악구 관악로 145(봉천동)

기획특집_ 관악 경제의 밝은 미래를 응원합니다! 02
구정소식_ 9월, 관악에서는 매주 축제가 열린다 04
구정소식_ 독자 사진 이벤트 선정작 05
복지정보_ 서울형 키즈카페 3개소 개관 10

09
2025 VOL.356

더 나은 내일 관악에서 함께해요!

관악 경제의 밝은

우리 가족도, 이웃집 사장님도, 관악의 모두가 행복할 수 있도록!

사장님을 든든하게!

관악사랑상품권 발행

발행일자 2025. 9. (예정)
구매한도 월 50만 원(보유한도 150만 원)
구 매 처 모바일 앱 '서울pay+'에서 구매 가능
문 의 지역상권활성화과(☎02-879-5743)

관악땡겨요 상품권 이용 인증 이벤트

기 간 2025. 8. 20.(수)~예산 소진 시까지
내 용
- ① 땡겨요 앱 내 가맹점에서 관악땡겨요 상품권으로 결제한 인증샷과 ② 관악구청 카카오톡 채널 친구 추가 인증샷을 네이버폼으로 제출
- 서울사랑상품권 1만 원 증정(선착순 500명)

문 의 지역상권활성화과(☎02-879-5743)

관악구 중소기업육성기금 융자 지원

신청기간 2025. 8. 25.(월)~자금 소진 시까지
융자규모 16억 원
융자한도 중소기업 1억 원 이내, 소상공인 5천만 원 이내
융자금리 연 1.5% (2년 거치 3년 균등분할상환)
접 수 처 우리은행 관악구청지점(관악구청 지하1층)
문 의 지역상권활성화과(☎02-879-5749),
우리은행 관악구청지점(☎02-887-3803, 내선번호 310)

소상공인 온라인 마케팅 홍보지원

지원대상 관악구 내 소상공인(상시근로자 5인 미만) 점포
지원규모 30개소 (신림역 인근 지역상권 회복을 위하여 신림동·서원동·신원동 점포 가점 부여)
점포선정 관악구청 홈페이지를 통한 모집(추후 공지)
사업내용 맞춤형 1:1 컨설팅을 통한 홍보 전략 수립, 맞춤형 홍보 콘텐츠 제작, 생활정보 플랫폼 마케팅 지원, 온라인 키워드 홍보 지원 등
문 의 지역상권활성화과(☎02-879-5744)

서울형 안심통장 특별보증 안내

신청기간 2025. 8. 28.(목)~자금 소진 시까지
지원대상 ①~③ 요건을 모두 충족하는 서울시 소재 중소기업 및 소상공인
① 개업 후 1년 초과하는 개인사업자
② 대표자의 NICE신용평점 기준 600점 이상
③ 최근 3개월간 매출 합계 2백만 원 이상 또는 최근 1년분 신고 매출액 1,000만 원 이상
지원조건 보증료율 연 1.0%, 1천만 원 한도 마이너스 통장 방식
신청방법 서울신용보증재단 앱 비대면 신청
문 의 서울신용보증재단 관악종합지원센터(☎02-2174-4555)

서울국제정원박람회 연계 상권 유입 이벤트

가든 스탬프투어 인근 상점 할인 이벤트

운영기간 2025. 5. 22.(목)~10. 20.(월)
내 용 지정 정원 7개소 중 6곳 이상을 방문하고 스탬프를 찍으면, 관악구 이벤트 참여상점에서 모든 메뉴 10% 할인 혜택 제공
참여상점 34개소
문 의 관악구보건소 위생과(☎02-879-7256)

정원박람회 연계 상권유입 SNS 인증샷 이벤트
꽃길따라 걷GO, 영수증 찍GO, 상권 응원하GO

운영기간 2025. 6. 25.(수)~10. 20.(월)
내 용 3가지 미션을 완료하고 업로드하면 매주 70명 추첨하여 서울사랑상품권 1만 원 증정(매주 목요일 랜덤추첨/매주 금요일 문자 발송)

STEP 1	STEP 2	STEP 3
정원박람회 참여 인증	외식 영수증 인증	카카오톡 채널 인증
서울국제정원박람회 가든스탬프투어 인증샷	관악구 내 외식업체 및 전통시장 이용 영수증 인증샷	관악구청 카카오톡 '채널 추가' 후 화면 캡쳐본

문 의 지역상권활성화과(☎02-879-5743)

미래를 응원합니다!

든든한 응원군, 관악구가 함께 뜁니다!

가정경제를 풍요롭게!

회복과 성장의 마중물

민생회복 소비쿠폰 관악구에서 사용하세요!

관악구에는 18,000여 개의 사용처가 있습니다!

신청기간 (1차) 2025. 7. 21.(월)~9. 12.(금) (2차) 2025. 9. 22.(월)~10. 31.(금)

신청지역 기준일(2025. 6. 18.) 당시 주민등록상 주소지 관할 지자체

신청주체 개인별 신청(미성년자는 주민등록 세대주)

지급금액

구 분	상위 10%	일반국민	차상위·한부모	기초생활 수급자
1차 선지급	15만 원	15만 원	30만 원	40만 원
2차 추가지급	–	10만 원		
합 계	15만 원	25만 원	40만 원	50만 원

※ 비수도권지역 1인당 3만 원, 농어촌 인구감소지역 1인당 5만 원 추가 지원

지급수단 지역사랑상품권, 신용·체크카드, 선불카드 중 선택

사 용 처 (지역사랑상품권) 지역사랑상품권 가맹점
(신용·체크·선불카드) 연 매출액 30억 원 이하 매장

사용기한 2025. 11. 30.(일)

문 의 행정안전부 콜센터(☎1670-2525), 서울시(☎120), 관악구 콜센터(☎02-879-5230~5)
※ 가맹점·사용처 문의: 지역상권활성화과(☎02-879-5743~7)

관악구에서 가장 많이 만날 수 있는 골목형상점가

신규 지정 골목형상점가 3개소를 소개합니다

골목형상점가로 지정되면 전통시장과 동일하게 온누리상품권 가맹 지원, 시설현대화 사업, 각종 이벤트 등의 상권 활성화 사업의 대상이 됩니다!

제10호 녹두S밸리 골목형상점가

• 호암로22길 76

• 고시촌이라는 별칭처럼, 오랜 기간 수험생들의 고향이자 생활 터전이었던 대학동의 두 상권. 다양한 먹거리, 식료품, 생필품 판매로 이제는 수험생만이 아닌 각계각층 주민생활의 중심으로 자리매김한 상권의 매력을 느껴보세요~

제11호 녹두 골목형상점가

• 신림로11길 20

제12호 신림별빛거리 골목형상점가

• 봉천로6길 29

• 2호선과 경전철이 교차하는 신림역의 접근성을 그대로 강점으로 가진 상권. 패스트푸드부터 주점까지 MZ세대들의 입맛을 사로잡는다!

관악구 전통시장, 계속해서 편리해지고 있습니다

• 난곡골목형상점가에 노후된 시설을 리모델링하여 고객편의센터를 설치하였습니다. (2025. 6. 완료)

• 관악신사시장에서 쾌적한 장보기가 가능하도록 아케이드 내 노후화된 증발냉방장치를 수리하였으며, 긴급 상황 시 안내 방송이 신속하게 이루어질 수 있도록 방송장비를 설치하였습니다. (2025. 8. 완료)

• 미성동 도깨비시장에 상인 교육 공간과 편의 시설이 있는 고객편의센터가 생깁니다.(2025. 11. 예정)

표지 촬영 뒷이야기

신림 순대타운에서 장사한 지 어느덧 35년이 되어갑니다. 순대타운에 오시면 특제 양념과 함께 먹는 백순대를 비롯하여 감칠맛 나는 양념 순대 등 순대볶음의 진수를 맛보실 수 있습니다. 지금까지 해왔던 것처럼 앞으로도 맛있는 음식과 친절한 응대로 손님분들을 모시겠습니다.

무더운 여름이 지나고 가을이 되면 신림역 인근에서 많은 축제와 행사가 열릴 예정입니다. 10월 중순에는 순대 축제도 열리고 겨울에는 별빛축제도 예정되어 있으니, 가족 친구들과 함께 여러 이벤트도 참여해 보세요. 순대타운을 비롯한 신림역 주변 음식점에서 맛있는 음식도 즐겨주세요. 관악구 파이팅!

서원동상점가 민속순대타운 시네마전라도집 대표 이다인

9월, 관악에서는 매 주 축제가 열린다

어느새 성큼 다가온 가을, 풍성한 가을처럼 풍성한 축제들을 즐겨보세요!

* 축제 일정 및 내용은 사정에 따라 변동될 수 있습니다.

둘째주

2025 관악 청소년 축제
제4회 청아즐 #마음의 정원

- **일 시** 2025. 9. 13.(토) 11:00~17:00
- **대 상** 관악구 청소년 및 주민
- **장 소** 낙성대공원 광장 일대
- **내 용**
  - k-pop 랜덤플레이댄스, 청소년 동아리 공연, 체험 부스
  - 청소년의 마음건강 힐링존 마음의 정원
  - 축하공연(리센느, 라스트릿크루)
- **문 의** 교육지원과(☎02-879-5662)

셋째주

제7회 관악 청년축제
별별청춘

- **일 시** 2025. 9. 20.(토) 13:00~19:00
- **대 상** 관악구 청년 및 주민
- **장 소** 별빛내린천 수변무대 일대
- **내 용** 청년의 날을 맞아 청년들이 직접 프로그램을 기획하고 참여하는 화합의 장
  - 관악 청년 예술인 공연 및 토크쇼(김영만), 축하공연(백아연)
  - 러닝메이트와 함께 뛰는 5km 러닝
  - 각종 전시 및 체험부스 등 즐길 거리
- **문 의** 청년정책과(☎02-879-5915)

넷째주

2025. 관악 평생학습축제
관악이 들썩! 배움이 춤추는 평생학습도시!

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 10:20~16:50
- **대 상** 관악구민 누구나
- **장 소** 관악구청 광장(관악로 145)
- **내 용**
  - 문해 백일장 및 성인문해 시화전
  - 쓱쓱싹싹 그림책 콘서트 〈떳다! 세계 음악 여행〉
  - 평생학습 공연 및 체험부스 운영, 작품전시
  - 축하공연(뮤지컬 배우 조성린, 국악인 이혜진)
- **문 의** 교육지원과(☎02-879-5673)

넷째주

주민이 만드는 건강이야기
관악 건강 축제

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 10:00~16:00
- **대 상** 관악구민 누구나
- **장 소** 별빛내린천 수변무대 일대
- **내 용**
  - 건강부스: 신체적·정신적 건강 프로그램, 건강 체험 부스 등
  - 주민참여부스: 주민건강실천단 부스, 힐링·놀이 부스 등
  - 건강공연: 기념행사, 주민건강실천단 및 소모임 공연 등
- **문 의** 관악구보건소 보건행정과(☎02-879-7104)

9. 27.(토) 동네에서 즐기는 축제

9월의 마지막 토요일, 우리동네 상권에서, 우리 마을에서 축제가 벌어진다.
각양각색의 축제들! 특색에 맞게 내 마음대로 골라서 즐겨보자!

보러오라! 보라빛 골목시장 어울마당

보라매동

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 15:00~20:00
- **장 소** 보라빛 거리 골목상권 일대
- **내 용** 미식거리 체험, 놀이마당, 플리마켓 등
- **문 의** 보라매동주민센터(☎02-879-4203)

2025 우리는 예술인마을

남현동

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 14:00~19:00
- **장 소** 예촌 어린이공원
- **내 용** 감자시네마 영화공연, 우리동네 아나바다 마켓, '모두의 색, 하나의 그림' 등
- **문 의** 상록지역아동복지센터(☎02-586-6364)

제16회 중앙동 마을축제 '이랑'

중앙동

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 11:00~16:00
- **장 소** 신봉초등학교 운동장
- **내 용** 다양한 체험 및 먹거리부스 운영, 무대공연 등
- **문 의** 중앙사회복지관(☎02-872-5802)

대추초롱 조원복길 골목상권 축제

조원동

- **일 시** 2025. 9. 27.(토) 15:00~21:00
- **장 소** 대추초롱 조원복길 골목상권 일대
- **내 용** 로컬미식, 로컬마켓, 로컬아트 등
- **문 의** 지역상권활성화과(☎02-879-5743)

10월에도 더 많은 축제는 이어집니다

무더운 여름! 관악에서 여름을 이겨내는 나만의 꿀팁을 함께 나누어요!

‘관악에서 시원하게 여름나기!’
관악소리 8월호 사진이벤트 선정작

역시 여름엔 물놀이가 최고~
물놀이장과 물놀이터 사진을 가장 많은 독자들이 보내주셨어요.

김대홍 님

관악산공원 물놀이장에서 시원하게~

한경철 님

귀여운 너구리 카트와 더위도 잠시 잊게 하는 자연 속에서 시원한 물놀이~
멀리 가지 않아도 가까운 곳에 힐링 물놀이였습니다^^

김영효 님

우리 가족의 선택은 2023년부터 생겨난 낙성대공원 어린이 물놀이장! 매년 시원한 물놀이를 즐기다 오는 곳입니다.
올해는 쉼터에 정자가 생겨서 놀고 쉬고 먹거리도 즐기고 두배로 즐겁게 물놀이를 즐기고 왔어요. 내년에도 낙성대 물놀이장 생겼으면 좋겠습니다.

진주 님

안녕하세요. 5년 지기 친구들과 여름방학마다 물놀이를 다녔는데 올해는 낙성대 물놀이장에서 신나는 하루를 보냈네요!
고학년이 되어도 함께하는 물놀이는 너무 즐거워하네요♡

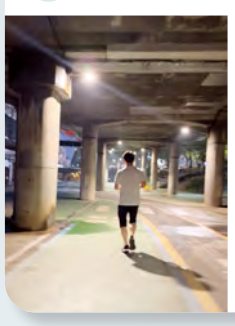
올해 관악구에서는 **물놀이장 4곳**(관악산공원 물놀이장, 관악산 자연 계곡 물놀이장, 낙성대공원 어린이 물놀이장, 별빛내린천 물놀이장)과 **어린이 물놀이터 4곳**(합실 어린이공원(삼성동), 새숲 어린이공원(조원동), 중앙 어린이공원(중앙동), 비안 어린이공원(청룡동))을 운영했습니다.
특히나 관악산에는 **너구리 전동카트**를 운영해 접근성을 높이고 큰 호응을 얻었습니다.
어린이 물놀이터는 8월 24일로 종료되었지만, 물놀이장은 8월 31일까지 운영하니 마지막 여름을 즐겨보시고

내년에 다시 만나요~!

파비앙 님

관악구에 산 지 19년 된 프랑스인입니다. 6월에 낙성대공원에서 달리기를 하면서 아름다운 수국을 많이 볼 수 있어 정말 좋았습니다. 지난 2월에 태국에 가서 비슷한 축제를 보았지만, 우리 관악 낙성대만큼은 아니어서 아내에게도 "왜 굳이 해외 가느냐, 집 옆에도 여행할 때만큼 예쁜 것이 많다"고 말했습니다.

유영환 님



별빛내린천에서 야낑!

이나은 님

밤에 놀이터에서 틱톡 챌린지 찍어요

*이외에도 다양한 모습으로 여름을 이겨내는 모습을 보내주신 관악소리 독자님들, **남은 여름도 건강하고 안전하게 보내세요.**

관악구 경제 발전을 위한 '관악일자리행복주식회사', '관악중소벤처진흥원' 문을 열어

'좋은 일자리가 넘치는 도시', '창업하기 좋은 도시' 관악을 조성하기 위한 출자·출연기관 출범

지난 7월 '관악일자리행복주식회사'와 '관악중소벤처진흥원'이 각각 출범식을 개최하며 관악구의 경제 발전을 지원하기 위한 시작을 알렸다.

'관악일자리행복주식회사'는 관악구가 전액 출자해 설립한 일자리 창출 기관으로, 지역 내 고용의 선순환 구조를 만들기 위해 설립되었다. 일자리 취약계층에 장기적이고 안정적인 양질의 일자리를 제공하고, 지역 기반의 수익사업 발굴을 통해 수익은 재투자하여 자생하는 고용 생태계 조성을 최종 목표로 한다.

'관악중소벤처진흥원'은 관악구가 출연해 설립한 창업지원 전문기관이다. 구에서 추진 중이던 관악S밸리 사업을 더욱 체계적이고 전략적으로 추진하기 위해 설립된 기관으로, 벤처·창업기업들에 초기 창업부터 스케일업, 글로벌 진출까지 전문인력의 내실 있는 지원을 제공한다.

'관악일자리행복주식회사'는 공공건물 청소, 카페 운영, 로컬브랜드 사업 등을 시작으로 운영에 박차를 가하고 있고, '관악중소벤처진흥원' 역시 관악S밸리 벤처·창업 생태계를 확대하기 위해 만반의 준비를 하고 있다. 보다 자세한 사항은 일자리벤처과로 문의하면 된다.

문 의 일자리벤처과(☎02-879-6677, 6686)

• 창업페스티벌 개최

일 시 2025. 9. 19.(금) 10:00~18:00
장 소 관악구청 대강당, 광장 및 로비, 별관 7층 강당 등
대 상 (예비)창업기업, 창업전문가, 유관기관, 대학생, 주민 등
내 용 창업강연, 토크쇼, 로봇AI경진대회, 전시/체험부스 등
문 의 일자리벤처과(☎02-879-6683)

• 9월 꿈시장 운영

기 간 2025. 9. 11.(목)~9. 12.(금) 10:00~18:00
장 소 관악구청 앞 광장
내 용 식품, 생활용품 등 사회적경제기업 물품 판매 및 버스킹 공연 등
문 의 일자리벤처과(☎02-879-5753)

• 찰칵! 관악 구(9)경 스팟 챌린지 SNS 인증샷 하반기 이벤트

참여대상 관악구민 및 관광객 누구나
참여기간 2025. 8. 1.(금)~9. 21.(일)
참여방법
① 관악구 대표 관광명소 9곳 중 1곳 이상 방문하여 본인 인증샷 촬영
※ 인증장소(9): 관악산, 낙성대공원, 강감찬생가 터, 샤로수길, 별빛내린천, 문화플랫폼 S1472, 서울대학교, 신림 순대타운, 구 벨기에영사관
② 개인 SNS에 해시태그(관악구 가볼 만한 곳, 장소, 명칭 등)를 포함하여 업로드
③ QR코드를 스캔하여 참여인증 링크(네이버폼)에 접속하여 참여 신청서 및 게시물 링크 제출
상품지급 무작위 추첨을 통해 네이버페이 교환권(1만 원권) 지급
※ 10월 초 당첨자 개별 발송 예정
문 의 문화관광체육과(☎02-879-5604)

• 9월 찾아가는 동물병원 운영

일시·장소

구분	일시	장소
1차	2025. 9. 16.(화) 14:00~16:00	청룡동주민센터 2층 뜨락
2차	2025. 9. 17.(수) 14:00~16:00	대학동주민센터 2층 회의실
3차	2025. 9. 18.(목) 14:00~16:00	은천동주민센터 3층 다목적실

내 용 반려동물 무료 종합 건강상담 (간이검진, 위생미용, 영양상담, 행동상담)
문 의 일자리벤처과(☎02-879-6693)

주민 교통편의 증진을 위한 마을버스 '관악02' 분할 노선 신설 안내

'관악02' 노선이 '관악02-1'과 '관악02-2' 노선으로 분할됩니다!
분할 노선은 2025. 8. 25.(월) 개통됩니다.

구분	운행구간	운행대수	배차간격
관악02-1(기존 노선)	낙성대역 ↔ 서울대신공학관	13대	3~7분
관악02-2(분할 노선)	낙성대역 ↔ 행정관	4대	7~17분

문 의 교통행정과(☎02-879-6855)

기존노선 (관악02 → 관악02-1)
분할노선 (관악02-2)

9월 관악산 캠핑숲에서 '관악산 산림 여가 프로그램' 열려

가족들과 함께 숲에서 즐기는 여가·문화 힐링 프로그램 운영

9월 한 달간 관악산에서 힐링할 수 있는 다채로운 산림 여가 문화 행사가 개최된다. 관악산 캠핑숲과 물놀이장 일대에서 4가지 특별 프로그램이 운영되어 9월의 주말을 색다르게 채울 예정이다.

먼저 9월 7일 10시 숲에서 즐기는 문화 공연 프로그램 '관악산 숲.소.리'가 개최된다. 남성 4인조 성악 팝페라 그룹 '포엣'과 혼성 5인조 아카펠라 그룹 '나린', 남성 5인조 색소폰 밴드 '색소가이즈'가 출연하며, 신청은 8월 21일부터이다.

9월 13일에는 '관악마불 숲여행'과 '밤하늘 영화제' 두 프로그램이 운영된다. 오전 10시 '관악마불 숲여행' 에선 지도와 나침반을 활용하여 숲길 찾기와 가족 미션을 수행하는 숲티어링 프로그램을 즐길 수 있다. 오후 5시 '밤하늘 영화제'는 가을 저녁 관악산 물놀이장에서 영화를 보며 힐링 체험을 제공한다.

9월 27일 오후 7시에는 '관악마불 숲여행' 밤 프로그램이 운영된다. 지도와 나침반, 손전등을 활용한 숲길 탐색과 가족 미션으로 구성된 야간 숲티어링 프로그램을 체험할 수 있다.

프로그램에 참여하려면 서울시 공공예약 사이트에서 '관악산'을 검색하여 사전 신청하면 된다. 신청은 선착순이며, 보다 자세한 사항은 여가도시과로 문의하면 된다.

문 의 여가도시과(☎02-879-6547)

그루브 인 관악 스트릿 댄스 페스티벌

기 간 2025. 8. 30.(토)~8. 31.(일) 12:00~21:00
장 소 신림역 인근 별빛내린천(서원보도교 메인무대, 봉림교 등)
내 용 스트릿댄스 배틀, 스트릿 체험·전시 프로그램, 공연 등
문 의 관악문화재단(☎02-828-5764)

2025년 공동주택 관리노동자 근무환경개선 지원사업

대 상 관내 공동주택 146개 단지(아파트 124개소, 연립 22개소)
신청기간 2025. 8. 11.(월)~9. 19.(금)
지원내용 공동주택 관리노동자 기본시설 개선 및 냉난방기 전기료 지원

지원항목	지원기준		비고
	지원비율	지원상한액	
에어컨, 난방기, 공기청정기 설치	90%	31만 원/개소, 124만 원/단지	상반기 지원단지 제외
근무공간, 휴게공간 및 화장실, 샤워실 개·보수	70%	200만 원/단지	
냉난방기 전기료	혹서기(6~8월)	시설 1개소 당 1개월 최대 2만 원	

신청방법 관악구청 홈페이지(뉴스소식 ➡ 고시공고) 확인 후 서류 작성하여 방문 또는 우편 제출
문 의 주택과(☎02-879-6332)

가정용 친환경 보일러 보조금 지급 안내

대 상 2025년에 가정용 친환경 보일러를 설치한 취약계층 또는 기준중위소득 100% 이하 다자녀가구
신청기간 2025. 12. 15.(월)까지 ※ 예산소진 시 조기마감
지원규모 1대당 60만 원
신청방법 관악구청 홈페이지 ➡ 뉴스소식 ➡ 관악소식 ➡ 2025년 가정용 친환경 보일러 시행 공고 참고
- 온 라 인 http://ecosq.or.kr/boiler 회원가입 후 신청
- 오프라인 관악구청 4층 녹색환경과 녹색에너지관리팀 방문신청

문 의 녹색환경과(☎02-879-6282)

9월 재산세 납부 안내

납세의무자 2025년 6월 1일 현재 주택 및 토지 소유자
※ 주택분 재산세는 연간 금액을 7월, 9월에 각각 1/2씩 과세
납부기간 2025. 9. 16.(화)~9. 30.(화)
납부방법 은행, 인터넷뱅킹, 이택스(ETAX), 스마트폰(STAX), 간편결제사 앱(카카오페이, 네이버페이 등), ARS(☎1599-3900)
문 의 재산취득세과(☎02-879-5411~5, 5421~4, 5762~5)

상세주소 신청 안내

상세주소란? 도로명주소의 건물번호 다음에 표기하는 동·층·호로, 주민등록 주소 활용과 정확한 우편물·택배 수령이 가능하고 신속한 응급 서비스를 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 방문, 정부24, 우편, 팩스(☎02-879-7836)
문 의 부동산정보과(☎02-879-6641~2, 6644)

「친환경자동차법」 위반 과태료 부과 안내

부과구역 모든 환경친화적 자동차 충전구역 및 전용주차구역

구분	이용 가능 차량	이용 불가 차량
환경친화적 자동차 충전구역	• 전기자동차 • 외부충전식 하이브리드자동차	• 내연기관 자동차 • 수소 전기자동차 • 일반 하이브리드자동차
환경친화적 자동차 전용주차구역	• 전기자동차 • 하이브리드자동차 • 수소 전기자동차	• 내연기관 자동차 ※ 저공해자동차 스티커 부착 차량 이용 불가

과태료 부과 기준

주차 위반 (과태료 10만 원)	• 충전구역 내 이용 불가 차량의 주차 • 전용주차구역 내 이용 불가 차량의 주차
전기차 충전 방해 행위 (과태료 10만 원)	• 충전구역 및 그 주변, 진입로에 물건 적치 또는 주차 • 전기차 충전 외의 용도로 사용하는 행위 • 이용 시간 이상 초과 주차하는 행위 (급속충전구역: 1시간 초과 시/ 완속충전구역: 14시간 초과 시)
훼손 행위 (과태료 20만 원)	• 충전시설, 주차구획선, 문자 등을 고의로 훼손하는 행위

문 의 녹색환경과(☎02-879-6264)

집 앞으로 배달되는 문화 정보

한국 포크록의 상징, 안치환 콘서트 〈가을저녁, 노래를 거닐다〉 개최

일　　시 2025. 9. 13.(토) 17:00 (러닝타임 100분)
내　　용 '내가 만일', '사람이 꽃보다 아름다워' 등 수많은 히트곡을 남긴 싱어송라이터 안치환의 콘서트
장　　소 관악아트홀 공연장
관람대상 만 12세 이상
관 람 료 R석 40,000원, S석 25,000원 (관악구민 50% 할인)
예매방법 NOL티켓, 네이버예약
문　　의 관악문화재단(☎02-828-5858)

3분기 평생학습 문화예술 특강 '초로로록 관악' 수강생 모집

신청기간 강좌별 개강일 전까지(선착순 모집)
교육장소 싱글벙글교육센터
내　　용
- 싱글벙글 예술톡톡: 유명 문화예술가 렉처 콘서트 (무료)
- 싱글벙글 예술놀이: 댄스, 마술, 아카펠라, 공예 등 지역 연계 문화예술교육 14개 강좌 (유료)

신청방법 관악문화재단 홈페이지(gfac.or.kr) 온라인 신청
문　　의 싱글벙글교육센터 (☎02-878-1114, 02-889-9235)

예술의전당 × 관악문화재단 SAC ON SCREEN 무료 상영

일　　시 2025. 9. 18.(목) 14:00, 19:00 (2회)
장　　소 싱글벙글교육센터 싱글동 1층 다목적강당
상영작품 티에리 위에의 어린 왕자(음악)
러닝타임 84분
관 람 료 무료(별도 예약 없이 당일 방문)
문　　의 싱글벙글교육센터 (☎02-878-1114)

다문화가정 문화체험

함께하는 어울림 축제

일　　시 2025. 9. 20.(토) 13:00~17:00
장　　소 관악산 으뜸공원(신림로 21)
내　　용 전통모자 및 전통놀이 체험, 세계 전통공예 만들기, 다문화 요리 클래스 (텀블러 지참) 등
문　　의 다올사회적협동조합(☎010-2301-2360)

We路-글로컬-데이, 글로벌가족과 지역(로컬)주민이 마을에서 함께 어울리는 하루

일　　시 2025. 9. 27.(토) 10:30~15:30
장　　소 신림종합사회복지관(난곡로 110)
내　　용 We路(위로) 부스, 전통의상 포토존, 음식 체험, 언어체험 등
문　　의 신림종합사회복지관(☎010-8239-1767)

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)

찾아가는 폐가전제품 무상방문수거서비스 안내

운영기간 상시
내　　용 별도 가입 및 수수료 없이 수거기사가 직접 가정을 방문하여 무거운 폐가전을 수거해가는 서비스
신청방법 온라인 신청(www.15990903.or.kr) 및 전화 신청(☎1599-0903)
문　　의 청소행정과(☎02-879-6226)

응답소 현장민원 주민신고 안내

운영기간 상시
내　　용 생활에서 발생하는 불편사항을 신고하면 현장방문 등을 통해 신속하게 처리
신고방법 120다산콜센터 전화(☎120) 또는 문자(☎02-120), '서울 스마트 불편신고' 앱, 카카오톡 챗봇 '서울톡'
문　　의 120다산콜센터(☎120)

남부여성발전센터 직업교육 교육생 모집

교육기간 2025. 10.~12.
신청기간 2025. 9. 중순
내　　용 디지털(정보화), 취업역량강화, 자격증 준비 등 직업교육
신청방법 온라인 신청 (nambu.seoulwomanup.or.kr)
문　　의 남부여성발전센터(☎02-802-0922)

관악경찰서 치안소식 Talk! Talk!

서울관악경찰서 SEOUL GWANAK POLICE STATION

교통질서 확립, 교통안전 활동 예고

"도로 위 교통질서 확립을 위한 5대 반칙운전 No!"

"도로 위에 작은 실천! 멈춰요! 5대 반칙운전"

❶ **새치기 유턴**
- 유턴구역에서 후방차량이 선행차량보다 먼저 유턴하여 통행을 방해

❷ **버스전용차로 위반**
- 이용불가 자동차가 전용차로 위반

❸ **꼬리물기 금지 위반**
- 교차로 내 정체 시 진입금지 위반

❹ **끼어들기 금지 위반**
- 정지·서행구간 끼어들기 금지 위반

❺ **비긴급 구급차 법규위반**
- 긴급한 용도로 운행하지 않음에도 경광등 또는 사이렌을 울리거나 법규위반

나부터 지키는 기초질서, 안전한 대한민국, 안전한 관악구

소통과 화합으로 신뢰받는 **열린의회**

GWANAK

관악구의회, 중국 호화호특시 청소년 대표단 접견

서울특별시 관악구의회는 2025년 8월 11일 의장실에서 관악구의회를 방문한 중국 내몽고자치구 호화호특시 청소년 대표단을 접견하고 환영의 뜻을 전했다.

이날 의회를 찾은 중국 호화호특시 청소년 대표단은 장동식 의장, 임창빈 부의장과의 간담회 자리에서 주요 의정활동에 대한 설명을 듣고, 본회의장 견학 등 의회의 기능과 역할을 체험했다.

장동식 의장은 “이번 교류를 계기로 청소년들이 다양한 문화를 이해하고 글로벌 역량을 넓히는 뜻깊은 시간이 되길 바란다”라고 하며, “앞으로도 관악구와 호화호특시가 인적 · 물적, 문화 · 경제적으로 활발한 교류를 이어가 상호 윈윈할 수 있기를 기대한다”라고 교류활동을 격려했다.

한편, 관악구는 2012년 중국 호화호특시와 자매결연을 체결한 이후 청소년 홈스테이 등 다양한 국제교류 활동을 매년 지속적으로 추진하고 있으며, 올해도 대표단 방문을 통해 양 도시 간 우호 협력 관계를 더욱 공고히 하고 있다.

관악구의회, 해외비교시찰 예산 전액 삭감해 민생경제 회복에 재투자!

서울특별시 관악구의회는 의정 역량 강화 일환으로 추진해 온 해외 선진 비교시찰 예산 전액을 삭감해 민생경제 회복을 위한 사업비로 활용하기로 의원 전원 만장일치로 결정했다.

관악구의회는 제307회 임시회에서 2025년도 제2회 추가경정예산안에 기존에 편성된 의원 국외여비 등 2억 175만 원 전액을 감액하고, 해당 예산을 고물가와 경기 침체로 어려움을 겪는 소상공인 및 중소기업 지원, 일자리 창출 등 향후 지역경제 활성화 사업에 활용해 줄 것을 집행부에 요청했다.

장동식 의장은 “내수경기 침체 장기화로 민생경제의 어려움이 갈수록 커지고 있다”라고 하며, “관악구의회는 불요불급한 예산을 과감히 줄이고 재정 건전성 확보에 앞장 서, 구민 복지와 민생 안정을 위한 실질적 정책 마련에 최선을 다하겠다”라고 밝혔다.

아울러 관악구의회는 앞으로도 ‘주민의 눈높이에 부합하는 재정 운영이 무엇인지’에 대해 지속적으로 고민하며, 더욱 신중하고 책임 있는 자세로 의정활동에 임할 계획을 밝혔다.

관악구의회 주민 참여 안내

의회에 바란다	구민 여러분의 정책 건의 및 민원 사항, 자치법령의 제도 개선사항 등 다양한 의견을 게시할 수 있는 열린 공간입니다.
회의 방청 및 관람	회의 방청을 원하시는 분은 신청권 접수 후 방청권을 교부 받아 방청 및 관람하실 수 있습니다.
청원 안내	청원을 원하실 경우, 지방의회 의원의 소개를 얻어 홈페이지에 게시된 청원서를 작성하여 제출해주세요.
방문 민원	의원과의 상담을 원하시는 분은 사전 연락 후 의회를 방문하여 대면상담 가능합니다.

제307회 관악구의회 임시회 개최 안내

◆ 기 간 : 2025. 8. 27.(수) ~ 9. 10.(수) (15일간)　◆ 장 소 : 관악구의회 본회의장 및 회의실　◆ 안 건 : 구정질문, 2025년도 제2회 추가경정예산안, 조례안 등 안건처리

문의 의회사무국(☎02-879-7593)

서울형 키즈카페 '은천동점'·'보라매동점'·'난향동점' 개관

지난 8월 관악구에서 세 군데의 서울형 키즈카페가 문을 활짝 열었다. 관악구의 다섯 번째 서울형 키즈카페이자, 유일하게 24개월 미만 영아 전용으로 조성된 은천동점(국회단지4길 32, 3층)은 베이비스파 시설을 갖춰 주민들의 열띤 호응을 얻고 있다. 스파 시설은 앞면이 유리로 되어 보호자가 아이들의 움직임을 안전하게 관찰할 수 있다. 구비된 튜브와 물놀이용품, 바디타월 등도 자유롭게 이용할 수 있고, 별도의 플레이 룸이 있어 물놀이 외 놀이 활동도 즐길 수 있다.

보라매동점(봉천로23길 6, 3층)과 난향동점(난곡로9길 29-2, 3층)은 기존에 공동 육아방으로 활용되고 있었지만, 최근 리모델링을 통해 각각 '밀가루 놀이'와 '도자기 만들기' 체험시설이 있는 테마형 키즈카페로 탈바꿈했다. 성현동에도 특색 있는 키즈카페를 개관할 예정이며, 내년 상반기 개관을 목표로 하고 있다.

서울형 키즈 카페 이용 요금은 아동 1인당 3천 원(동반 보호자 포함)이며, 우리동네키움포털(icare.seoul.go.kr)에서 사전 예약하여 이용할 수 있다. 지점별로 이용 연령이나 이용 시간대 등에 차이가 있으며, 홈페이지에서 확인할 수 있다.

문 의 여성가족과(☎02-879-6108)

은천동점 베이비스파

보라매동점 밀가루놀이터

난향동점 도자기놀이터

2025년 양성평등주간 기념행사 개최

일 시 2025. 9. 3.(수) 15:00~17:00
장 소 관악구청 8층 대강당
대 상 주민, 여성단체 회원 등 200여 명
내 용
- **기 념 식**: 유공자 표창, 특별강연(방송인 전원주)
- **부대행사**: 여성폭력예방캠페인, 여성교실 작품 전시회 및 프로그램 홍보 등

문 의 여성가족과(☎02-879-6123)

2025년 제6회 사회복지의 날 기념 음악회 개최

일 시 2025. 9. 1.(월) 16:00~18:00
장 소 관악문화예절원(낙성대로3길 45)
대 상 관내 사회복지 시설 종사자 등 200여 명
내 용 사회복지의 날 기념 유공자 표창, 음악회 등
문 의 복지정책과(☎02-879-5853)

자녀 출산 무주택가구 주거비 지원사업 하반기 모집

대 상 2025. 1. 1. 이후 자녀를 출산한 서울시 거주 무주택 가구
지원금액 월 최대 30만 원(2년간 총 720만 원)
신청기간 2025. 8. 1.(금)~10. 31.(금)
신청방법 몽땅정보 만능키(umppa.seoul.go.kr) 온라인 신청
신청조건
① 서울시 거주 무주택 2025. 1. 1. 이후 출산 가구의 부 또는 모
② 기준 중위소득 180% 이하
③ 공공임대주택 거주 및 주거 관련 정책 기수혜자 제외
④ 전세보증금 3억 원 이하 또는 보증금 월세 환산액과 월세액을 합산하여 130만 원 이하(전·월세 전환율 5.5% 기준)
문 의 서울시 여성가족재단(☎1533-1465)

관악구 깡충깡충 성장양육지원금 안내

대 상 2세, 3세, 4세 대상영유아의 보호자 (①, ② 모두 충족하는 자)
① 대상영유아: 관악구에 주민등록을 두고 실거주하는 2세, 3세, 4세
② 보호자: 대상 영유아의 지원대상이 되는 날(생일 도래일)을 기준으로 6개월 전부터 계속하여 관악구에 주민등록을 두고 실제 거주하는 대상영유아의 보호자
신청기간 해당연도 지원대상이 되는 날(생일 도래일)로부터 6개월 이내
※ 첫해 신청 후 자동신청이 아니며, 대상이 되는 해마다 신청해야 함
지원내용 연 1회 관악사랑상품권 30만 원 지원(익월 20일 지급)
신청방법 정부24(보조금24) 온라인 신청
문 의 여성가족과(☎02-879-6133) 또는 거주지 동주민센터

일상 속 장애 감수성! 함께 가져봐요!

장애감수성이란 일상생활에서 경험하는 다양한 일들을 장애인의 관점에서 인식하고 해석하는 것입니다. 각각의 성별과 인종이 다르듯이, 장애도 하나의 특성으로 바라보면 어떨까요?

행동하기 전에 먼저 질문해주세요!

사람마다 장애의 유형과 특성이 다르기에 모든 장애인이 도움이 필요한 것은 아닙니다.

혹시라도 도움이 필요한 사람이 있다면, "도와드릴까요?"라고 먼저 질문해주세요!

장애인화장실, 엘리베이터 이용 시 양보해주세요!

장애인 화장실과 엘리베이터는 누구나 이용할 수 있지만, 장애인, 노인 등 교통약자가 우선적으로 사용할 수 있어야 합니다.

누구나 화장실과 대중교통을 이용할 수 있도록 해주세요!

장애인 보조견은 어디든 출입할 수 있습니다!

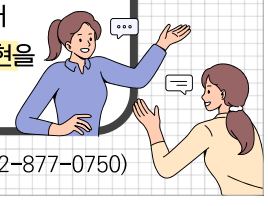
시각, 청각, 지체, 치료도우미견 등 다양한 장애인 보조견이 있는데요, 장애인 보조견은 법적으로 어디든 출입이 가능하답니다.

단, 만지거나 부르면 집중력이 흐트러질 수 있어요!

올바른 표현을 사용해주세요!

정상인, 일반인 → 비장애인
정신지체 → 지적장애
간질 → 뇌전증

말하기 전에 한 번 더 생각하고, 올바른 표현을 사용해주세요!



※ 자료출처 : 보건복지부, 한국장애인개발원, 한국장애인고용공단

문의 관악구장애인종합복지관(☎02-877-0750)

누구나 아름다워질 수 있는 '장애인 행복 미용실' 5개소 지정

지난 7월 관내 미용실 5개소가 장애인의 편리한 미용 서비스 이용을 돕는 '장애인 행복 미용실'로 지정되었다. 이번에 지정된 5개소(▲중앙동 '서순옥헤어' ▲행운동 '롯데미용실' ▲신원동 '황석민헤어아트' ▲조원동 '시은미용실' ▲삼성동 '궁전미용실')는 봉사활동에 적극 참여하고 장애 인식 수준이 높은 미용실을 추천받아 접근성과 지역적 균형 등을 종합적으로 고려하여 선정되었다.

이들 미용실에는 장애인 고객이 출입에 불편을 겪지 않도록 경사로, 자동문, 안전손잡이 등 이동 편의시설이 설치될 예정이다. 장애유형을 고려한 의사소통 보조자료, 저소음 이미용기, 대형 가운 등 맞춤형 기자재도 함께 구비될 예정으로 장애인의 일상생활 불편 해소를 돕는다.

'장애인 행복 미용실'이 단순한 미용 서비스 제공 기관을 넘어 지역 사회와의 소통을 촉진하는 '동네 사랑방' 역할을 수행할 수 있도록 구는 지속적인 관심과 협력을 독려할 예정이다.

문 의 장애인복지과(☎02-879-6013)

우리동네 이야기

주민과 함께 만들어 가는 따뜻한 우리동네 소식 전해드려요!

관악새마을금고, 지역 어르신께 냉방물품 전달로 건강한 여름나기 지원!

지난 7월 25일 관악새마을금고(이사장 이정범)는 구립 청림경로당을 비롯한 청림동 소재 경로당 5개소와 저소득 폭염 취약가구에 냉방물품을 전달하며 지역 어르신들의 건강한 여름나기를 지원했다.

이번 행사를 통해 MG새마을금고 지역희망나눔 재단 '기후 취약계층 에너지 지원사업'에 선정되어 지원받은 500만 원 상당의 냉방물품을 전달했다.

구립 청림경로당 이경석 회장은 "에어컨과 선풍기 추가 설치로 우리 경로당 회원들과 무더위쉼터를 찾는 주민들에게 더 쾌적한 이용 환경을 제공할 수 있게 되어 기쁘다"며 감사의 마음을 표현했다.

또한 관악새마을금고 이정범 이사장은 "이번 기회를 통해 기록적인 폭염으로 어려움을 겪고 계신 이웃분들에게 조금이라도 도움이 될 수 있어 기쁘다"며 소감을 밝혔다.

신사동, 주민 자발적 참여로 민생회복 지원 앞장

지난 7월 신사동 통장협의회(회장 김수학)와 자원봉사캠프(회장 이은하)가 민생회복 소비쿠폰 신청 안내를 위한 봉사활동을 펼쳐 지역사회에 훈훈한 감동을 안겼다.

신사동 통장협의회는 지난 7월 초에도 전신주 불법부착물 정비 및 도로 잡풀 제거 등 환경정비 활동을 통해 쾌적한 마을환경 개선에 기여한 바가 있다. 신사동 주민센터 관계자는 "통장은 지역 사회의 든든한 뒷받침이 되고 있다"며 "앞으로도 민과 관이 협력해 주민 중심의 행정서비스를 제공하겠다"고 전했다.

신사동 통장협의회 회장 겸 관악구 통장협의회 회장인 김수학 회장은 "통장은 지역주민에 모범을 보여야 하는 자리로, 주민들이 민생회복 소비쿠폰 신청에 불편함이 없도록 동 직원들과 노력하겠다"며, "신사동에 소재한 신사시장 활성화에도 도움이 되었으면 한다"고 밝혔다.

2025 관악구 약수사 템플스테이, 도심 속 문화 힐링!

명예주민기자 **이정임**

2025년 7월부터 서울 관악구 약수사(약수암1길 28)에서 진행하는 특별한 문화예술 프로그램인 '템플스테이'에 대한 인기와 관심이 높아지고 있습니다. 종교와 관계없이 누구나 참여할 수 있는 이 프로그램은 '감각의 경계에서 깨어나는 아름다움'을 주제로, 일상에 지친 현대인에게 명상, 독서, 예술을 통해 힐링과 성찰의 시간을 제공합니다.

템플스테이란 사찰에 머물면서 사찰의 일상생활과 수행정신을 체험해 보는 것을 말하는데 단순히 머무는 것을 넘어 불교문화의 소양을 닦고 독서, 명상, 전시, 공연을 통해 마음을 나누는 시간을 만들어 갑니다.

주요 프로그램으로는 불교문학 독서 모임(7~10월, 유료), 몸과 마음을 이완시키는 선명상 및 싱잉볼 체험(6~11월, 유료), 그래픽 아티스트 Sitch와 함께하는 현대미술 전시(9~10월, 무료), 그리고 네팔 영화 상영 및 사운드 퍼포먼스 공연(9월 중, 무료)이 있습니다.

템플스테이 관계자는 "약수사가 접근성이 좋아 쉽게 참여할 수 있으며. 독서와 테라리움 등 약수사 주변 자연경관을 이용한 참선이 참가자들의 호응이 좋다"고 전했습니다. 2025년 7월부터 12월까지 관악구 신림동 약수사에서 진행되는 템플스테이는, QR코드 스캔 또는 공식 신청 페이지(www.templestay.com)를 통해 참여할 수 있습니다.

선착순 마감될 수 있으니 관심 있는 분들은 서둘러 신청하시길 바랍니다.

2025년 관악구 장애인식 개선 캠페인 "같이의 가치, 함께 여는 내일"

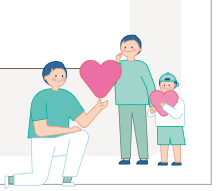
일 시 2025. 9. 23.(화) 10:00~16:00

장 소 관악구청 광장

내 용

같이 함께 ZONE	가치 ZONE	내일 ZONE
장애인식개선 체험, 활동	**작품 전시, 홍보, 공연**	**생산품 판매, 취업 안내**
• 장애이해 퀴즈, 이벤트 • 다양한 장애인식개선 체험 활동 등	• 장애인 작품 전시, 버스킹 공연 • 장애인복지 시설(단체) 홍보	• 장애인 생산품 판매 및 홍보 • 장애인 취업상담 안내 등

문 의 장애인복지과(☎02-879-6013)



“가볍게, 걷고, 마시고, 줄이자” 걷기 캠페인

대　　상 구민 누구나
참여기간 2025. 9. 21.(일)~9. 30.(화) (10일)
참여방법 ① 카카오톡 채널 ‘관악구보건소 건강관리센터’ 추가
② 2025. 9. 21.(일)~9. 30.(화) 중 7일 이상 하루 8천 보 걷기 실천
※ 걸음 수 측정 앱(손목닥터9988, 삼성헬스, 워크온 등) 사용
③ 2025. 10. 2.(목)까지 카카오톡 채팅방에 ‘걷기 인증사진’ 전송
당　　첨 추첨 100명 텀블러 (2025. 10. 14.(화) 개별연락)
문　　의 관악구보건소 의약과(☎02-879-7031, 7034, 7042)

2025년 치매안심센터 주민건강특강 “치매와 함께하는 지혜로운 삶”

대　　상 관악구 주민 450명
일　　시 2025. 9. 22.(월) 14:00~16:00
장　　소 관악구청 8층 대강당
강　　사 박건우 교수(고대안암병원 신경과 전문의)
내　　용 치매 걱정 대신 지혜로 마주하는 법(치매 예방과 관리)
신청방법 전화신청 또는 QR코드 접속하여 네이버 폼 작성 (선착순)
문　　의 관악구보건소 지역보건과
치매안심센터(☎02-879-4910)

토요일 건강검진 하러 가자! 관악청년 1인가구 무료 건강검진

대　　상 19세~39세 관악구 거주 청년 1인가구(주민등록 등재기준)
운영일시 주말 2025. 9. 13.(토), 12. 13.(토) 09:00~12:00
(평일은 09:00~11:00 연중 운영)
검진비용 무료
검진장소 관악구보건소(접수처: 2층 건강관리센터)
준비사항 신분증, 주민등록등본(1개월 이내 발급)
검진항목 혈액검사(간 기능, 신장 기능, 빈혈, 중성지방, 간염, 갑상선 기능 검사 등), 흉부 X선, 혈압, 신장 및 체중
문　　의 관악구보건소 의약과(☎02-879-7072, 7121)

관악구 공공심야약국 운영

대　　상 야간 시간대 의약품 구매·조제·복약지도가 필요한 구민 누구나
내　　용 365일 야간시간대 이용 가능한 약국 운영
운영장소 종로늘푸른약국(신림로 137, ☎02-885-0074)
• 위치확인: 스마트서울맵 ➡ 도시생활지도 ➡ 공공심야약국
(https://map.seoul.go.kr/smgis2/short/6N1ZE)
운영시간 밤 10시~새벽 1시
문　　의 관악구보건소 의약과(☎02-879-7213)

“심장이 말하고 뇌가 답한다” 심뇌혈관질환 건강강좌

대　　상 관악구민 누구나
일　　시 2025. 9. 25.(목) 14:00~15:30
장　　소 관악50플러스센터 1층 마루홀(관악로5길 95)
강　　사 김양현 교수(고대안암병원 가정의학과)
내　　용 심근경색, 뇌졸중의 증상, 대처방안, 관리 등
신청방법 전화 또는 QR코드 사전신청, 현장접수(선착순)
문　　의 관악구보건소 의약과(☎02-879-7036, 7121)

위암, 대장암 예방 건강강좌 운영

대　　상 관악구 주민 150여 명
일　　시 2025. 9. 23.(화) 14:00~16:20(중간 휴식 10분)
장　　소 관악50플러스센터 1층 마루홀(관악로5길 95)
강　　사 김소정 교수, 최규혜 교수(서울성모병원 암센터)
내　　용 위암, 대장암의 예방과 관리 및 질의응답
신청방법 전화 및 QR코드 사전신청
문　　의 관악구보건소 지역보건과(☎02-879-7186)

건강칼럼

계절이 바뀌면, 내 마음도 달라지는 이유

계절성 우울증에 대하여

한림대학교
강남성심병원
정신건강의학과
이유진 교수

선선한 바람과 높아진 하늘, 들녘을 물들이는 아름다운 색이 가을의 시작을 알립니다. 하지만 이런 아름다운 계절이 시작되었음에도 이유 없이 마음이 가라앉고 무기력한 감정을 느끼는 분들이 계십니다. 더러는 사람들과 어울리는 것이 귀찮고 일상적인 일도 버겁게 느껴지기도 합니다.

계절성 우울증이란 무엇인가요?

계절성 우울증(Seasonal Affective Disorder)은 특정 계절에만 반복적으로 나타나는 우울 증상을 의미합니다. 주로 가을이나 겨울철에 발생하며, 봄이나 여름이 되면 증상이 완화되는 특징이 있습니다. 무기력하고 피로감이 심해지며, 기분이 우울해지고 집중력이 떨어지는 등 일상생활 전반에 영향을 미칩니다.

잠이 늘어나고 식욕이 증가하는 경우도 많으며, 특히 당분과 탄수화물을 많이 찾게 되는 경향이 있습니다. 사회적 활동을 기피하고 혼자 있고자 하는 시간이 늘어나는 것도 흔히 관찰됩니다. 이러한 증상은 단순한 기분 변화가 아니라 치료가 필요한 문제일 수 있습니다.

계절성 우울증이 생기는 이유

아직 정확한 원인이 완전히 밝혀지지는 않았습니다. 하지만 많은 연구들에서는 생물학적인 요인과 환경적인 요인 간의 상호작용이 계절성 우울증을 유발하는 것으로 추정하고 있습니다. 생체 리듬의 이상, 세로토닌 시스템의 조절 이상, 유전적인 요인 등이 원인이라고 여겨집니다. 멜라토닌 분비 이상이나 비타민 D 결핍도 기여 요인으로 제시되기도 합니다.

가을철이 되면 해가 늦게 뜨고 해가 일찍 지면서 햇빛에 대한 노출이 감소하게 됩니다. 이러한 햇빛 노출의 감소는 생체 리듬에 이상을 가져올 수 있고 이는 계절성 우울증의 주요한 환경적인 유발 요인으로 여겨집니다.

일상 속에서 예방할 수 있는 방법

계절성 우울증을 예방하거나 증상을 완화하기 위해서는 일상생활에서 몇 가지 건강한 습관을 유지하는 것이 중요합니다. 무엇보다 중요한 것은 아침 햇빛입니다. 아침에 30분 정도 햇빛을 보고 신체 활동을 하도록 노력하세요. 해가 떠 있는 동안은 커튼을 열어 실내에서도 자연광이 들어오도록 하고 실내 조명도 밝게 유지하는 것이 좋습니다.

또한 규칙적인 생활을 통해 생체 리듬을 안정화시키는 것이 필요합니다. 식사 시간도 일정하게 유지하고 기상 시간을 정해 두는 것이 좋습니다. 과도한 낮잠이나 늦은 기상을 피하세요. 특히 최근에는 밤늦게까지 스마트폰을 보는 등 인공 조명에 노출되기 쉬운 환경이므로 취침 2시간 전부터는 스마트폰이나 모니터 등 밝은 빛을 피하는 것도 생체 리듬을 유지하는데 큰 도움이 됩니다.

도움이 필요할 땐 혼자 참지 마세요

계절성 우울증은 시간이 지나면 나아지겠지 하고 방치하기보다는, 조기에 인지하고 관리하는 것이 중요합니다. 가을, 겨울철에 악화되는 우울증 증상이 2년 이상 반복되거나 일상생활에 지장을 줄 정도로 심해진다면 가까운 정신건강의학과에 방문해 전문가의 진료를 받는 것이 좋습니다.

현재 증상, 병력, 그리고 기분 삽화의 계절적인 양상을 포함한 면담이 필요합니다. 또한 기분과 행동의 계절 변화를 확인하는 평가 도구를 사용하여 계절의 영향을 고려한 우울증의 정도를 살펴볼 수 있습니다. 생체 리듬과 수면에 대한 모니터링을 통해 생체 리듬의 이상이 있는지 확인해 보는 것이 좋습니다.

전문적인 치료로는 광치료, 인지행동치료, 약물치료 등이 있습니다. 그 중 광치료는 가장 많이 연구되었고 널리 사용되는 치료법입니다. 항우울제 등 약물 치료가 병행되어야 하는 경우도 많습니다. 이 외에도 인지행동치료와 더불어 신체 활동 증가, 수면 위생 개선, 자연광 노출을 늘리는 등의 생활 습관 개입도 도움이 될 수 있습니다.

가을 탈 땐, 아침 햇살과 나를 마주하세요

가을은 풍요롭고 아름다운 계절이지만, 마음속 허전함이나 외로움을 불러올 수 있는 시기이기도 합니다. 이럴 때일수록 내 감정에 이름을 붙여주고, 현재의 몸과 마음의 신호에 귀 기울이는 것이 필요합니다. 매년 가을이 울적한 분들은 아침 햇살과 마주해 보세요. 정도가 심하다면 용기를 내어 정신건강의학과 진료를 받아 보시길 꼭 추천합니다. 아름다운 계절의 변화를 보다 여유롭게 느끼게 될 것입니다.

선착장~지하철 연결하는 '무료 셔틀버스'로 한강버스 타러가자

서울의 새로운 대중교통 수단으로 주목받는 '한강버스'가 시민들에게 한층 더 가까워진다. 한강버스는 마곡에서 잠실까지 7개 선착장을 연결하는 친환경 수상 교통수단으로, 출퇴근 시간에는 15분 간격으로 운행된다. 탁 트인 파노라마 창과 탁월한 개방감 덕분에, 도심 속에서도 여유롭고 쾌적한 이동 경험을 제공한다. 현재, 한강버스는 시범운행 중이며 정식 운행은 9월 중에 이뤄질 예정이다.

한강버스의 접근성과 이용 편의를 높이기 위해, **시에서는 선착장과 주요 지하철역을 연결하는 무료 셔틀버스를 운행한다.** 이 셔틀버스는 마곡, 잠실, 압구정 등 주요 지역의 지하철역을 출발해 선착장 인근까지 순환 운행되며, 배차 간격은 15~30분이다. 덕분에 지하철과 한강버스 간의 환승 할인(평일 기준)도 적용받을 수 있어 더욱 효율적이고 경제적인 이동이 가능하다.

시범운행 시간표

구분	출발시간	화,목요일	비고
출근체험단(마곡▶여의도)	07:30	(마곡) 07:00~11:30	8/12 운행 개시
여가관광체험단(여의도▶잠실)	10:30	(잠실) 11:00~10:30	
퇴근체험단(여의도▶잠실)	19:00	(잠실) 17:00~21:30 (마곡) 17:00~19:30	

무료 셔틀버스는 한강버스 정식 운항과 발맞춰 평일 출·퇴근 시간대(06:30~09:00/17:30~22:00)에 운행한다 '마곡 선착장'을 오가는 셔틀버스의 경우 인근 가양나들목을 기점으로 9호선 양천향교~ 5호산 발산역 인근에서 회차하며, 정식 운항 시작 이후에는 15분 직선 구간으로 운행한다. '잠실 선착장'은 잠실새내나들목을 기점 삼아 2호선 잠실새내역~2·9호선 종합운동장역을 지나며, 잠실 엘스아파트 단지 주변을 도는 순환 형태로 오간다. 아울러, '압구정 선착장' 셔틀버스도 운행한다. 신사나들목에서 3호선 압구정역을 왕복하는 이 셔틀버스는 30분 간격으로 운행한다.

'무료 셔틀버스'를 통해 시민과 관광객은 더 편리하게 한강버스를 이용할 수 있으며, 이후 한강버스 선착장이 단순한 교통거점의 기능뿐 아니라 이용자들이 **먹거리, 여가를 즐기는 공간으로 자리매김 하는데 큰 역할을 할 것으로 기대된다.**

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

서울시 대학(원)생 학자금대출 이자지원

시에서는 다음과 같이 한국장학재단으로부터 대출받은 '일반 상환학자금' 및 '취업 후 상환학자금'에 대한 대출이자를 지원하오니 대학생·대학원 재학생 및 졸업생 여러분의 많은 신청 바랍니다.

▶**대 상:** 한국장학재단 학자금대출을 받은 서울 거주 대학생 · 대학원생

▶**주요내용:** 한국장학재단 학자금대출에 대해 2025년 1월~6월(상반기)에 발생한 이자액을 소득분위별로 기준지원과 같이 지원

▶**참여방법:** 청년몽땅정보통(https://youth.seoul.go.kr)에서 온라인 접수

● **문의** 서울특별시 120다산콜센터 ☎02-120

2025년 전기차 충전인프라 안전시설 지원사업 안내

서울시는 시민들이 더욱 안전하게 전기차를 이용할 수 있는 환경을 조성하기 위해 공동주거시설(아파트 등)에 자치구와 함께 안전시설 설치비를 지원합니다.

▶**지원대상:** 지하 주차장에 전기차 충전기가 설치된 공동주택(아파트, 연립주택 등)

▶**지원내용:** 화재 예방 및 대응을 위한 안전시설 지원(자부담 50%)으로 지하 주차면수 별 차등 지원

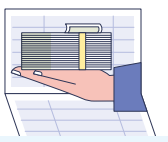
▶**지원절차:** 지원사업 신청→적정성 검토→지원대상 선정→사업실시

▶**신청방법:** 자치구 주택과(혹은 환경과)에 지원사업 신청

● **문의** 각 자치구 주택과 혹은 환경과

서울시, '프리랜서 안심결제' 이용하고 상품권도 받아가세요!

'서울 프리랜서 안심결제'로 안전하고 믿을 수 있는 거래를 경험해 보세요.
프리랜서 안심결제는 의뢰인이 결제한 작업 대금을 은행 같은 안전한 기관에 먼저 보관하고, 작업이 끝난 뒤 프리랜서에게 지급하는 서비스입니다.
서울시에서 활동하는 프리랜서·의뢰인 누구나 이용할 수 있습니다.



▶**이용대상 :** 서울시에서 활동하는 프리랜서 및 의뢰인 누구나

▶**이용방법**

① 프리랜서와 의뢰인이 사전에 계약체결

② 프리랜서 안심결제 서비스 페이지 접속 후 회원가입 및 이용동의
(링크 : https://www.seoullabor.or.kr/work/main.do, 상단 QR코드)

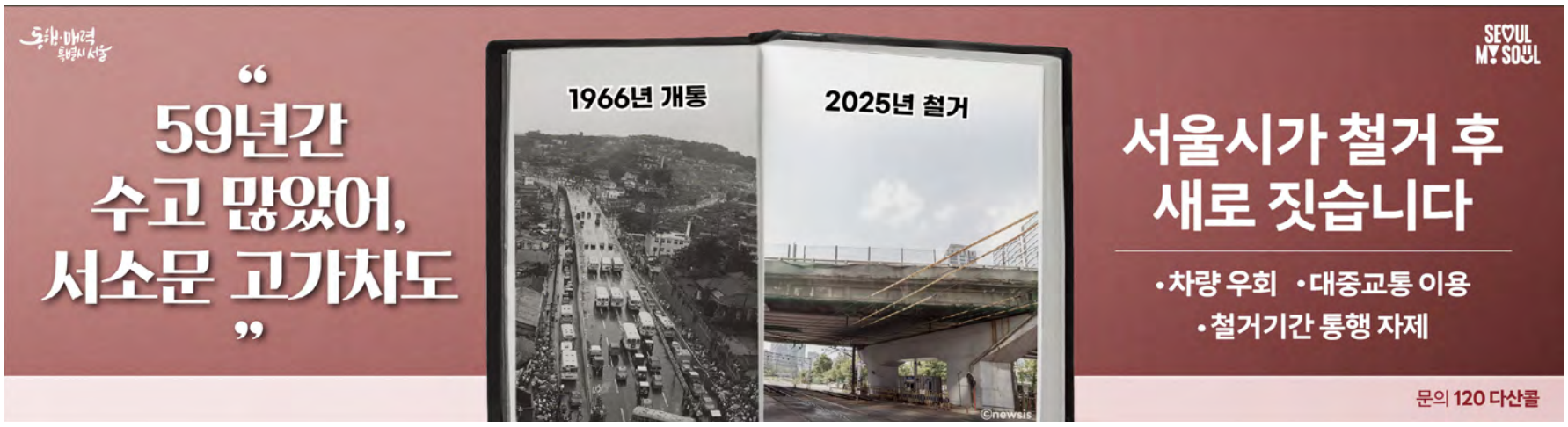
③ 계약 등록 → 결제 요청 → 작업 완료 후 승인 시 대금 지급

▶**이용혜택**

· (이용 수수료) 서비스 이용 수수료 없음 ※ 카드결제 시 카드결제수수료(2.53%)는 발생
· (이벤트 혜택) 8월 1일 ~ 9월 30일까지 총 172명에게 서울사랑상품권 및 커피상품권 증정

▶**신청방법:** 안심결제 사용 시 이벤트 자동참여

● **문의** 이용문의 02-2133-5528, 5591 / 시스템 장애문의 02-2278-2900



명예주민 기자가 뛴다

명예주민기자
이미순

잎사귀가 보낸 SOS, 관악구 반려식물 클리닉에서 다시 피어난 스킨답서스

출근 전, 퇴근 후에 초록 초록한 잎을 보기만 해도 기쁨을 주던 스킨답서스가 어느 순간부터 새 잎을 내지 않고 기운이 없어 보이기 시작했다.

누렇게 변한 잎이 생기고, 웃자라면서 잎 없이 줄기만 길게 뻗어 수형도 점점 못나게 변해갔다. 급히 옥상으로 옮겼지만 잎이 노랗고 검게 변해 버렸다. 다시 건강한 모습을 볼 수 없을 것 같았다.

그 때, 8월호 관악소리에서 보았던 관악구 반려식물 클리닉 기사가 생각났다. 관악구민이라면 누구나 매주 화요일부터 토요일까지 반려식물의 진단, 처방, 상담을 무료로 받을 수 있는 곳. 전화 상담을 통해서 친절한 원예지도사의 도움을 받을 수 있고, 방문 진료가 필요한 경우에는 서울시 공공서비스 예약 시스템을 통해 미리 예약 후 방문하면 치료를 받을 수 있다. 당일에는 전화로 사전 예약을 하고 방문할 수도 있다. 단, 방문 치료 제외 식물도 있고, 1인당 반려식물 수량도 정해져 있어서 방문 전 주의사항을 확인하는 것은 필수다.

나의 스킨답서스는 화상이 심해 방문이 필요했다. 작년에 꽃이 피고 웃자라기만 하며 꽃망울을 터뜨리지 않는 부겐빌레아와 안 시리움도 도움이 필요할 것 같아 함께 데려 가기로 했다. 내 반려식물들의 문제는 과습과 화상이었다. 친절한 돌봄 센터 선생님이 식물클리닉에 방문한 대부분의 반려식물의 문제는 과습이라고 하셨다. 식물마다 적절한 물주기가 있으므로, 클리닉에 반려식물의 사진만 보내 상담해도 많은 식물들이 다시 건강해질 수 있다고 하셨다. 분갈이 후 식물에게 물을 주는 모습에서 식물들에 대한 애정이 느껴졌다.

클리닉에 방문할 때 분갈이를 염두에 두고 집에 있는 알맞은 화분을 지참하라는 등의 여러 꿀팁에 감동받을 즈음, 반려식물 클리닉에서 다른 여러 프로그램도 진행한다는 것을 알게 되었다. 친환경 텃밭의 수확 나눔이나 씨앗 대출, 센터 투어 등 많은 활동을 하고 있었다. 센터의 커다란 온실에서 바나나나무와 무화과나무를 보며 힐링하고, 아팠던 나의 반려식물들이 치료받고 건강해지는 걸 보는 기쁨으로 가득찬 하루였다.

명예주민기자
김혜진

관악구 난곡보건분소 장애인치과, "가까이에 있어 정말 든든해요!"

관악구는 지역주민들의 건강을 꼼꼼히 살피는 다양한 복지 프로그램을 운영하고 있습니다. 그중에서도 난곡보건분소의 장애인치과(☎02-879-7019)는 지역 장애인을 위한 전문 진료 시설입니다.

이곳을 방문한 한 주민은 "시설이 넓고 깨끗해서 첫인상부터 좋았고, 의료진들이 친절하게 맞아주셔서 마음이 한결 편안해졌어요"라며, "보통 치과 진료는 긴장되기 마련이지만, 이곳에서는 따뜻하고 친근한 분위기에서 진료를 받을 수 있어서 좋았어요"라며 소감을 전했습니다.

스케일링을 사전 예약하면 치아 엑스레이 촬영과 구강검진이 함께 이루어집니다. 의료진이 환자의 불편한 점을 잘 살피고 친절하게 설명해 주셔서 좋았습니다. 진료가 끝난 후에는 몇 개월 뒤 예약을 잡아주고, 나올 때 치약과 칫솔 세트 같은 실용적인 기념 선물까지 제공해 만족도가 높았습니다.

실제 이용자들은 "이렇게 좋은 시설과 친절한 의료진이 가까이 있어 든든하다", "관악구에서 전문 치과 진료를 받을 수 있어 정말 고맙다"는 등 긍정적인 반응을 보입니다.

관악구에서는 장애인치과뿐 아니라 지역주민을 위한 구강검진 및 예방 진료도 연중 운영되고 있습니다. 65세 이상 어르신에게는 무료 또는 저렴한 비용으로 스케일링을 제공하고, 어린이와 청소년을 위한 예방 진료도 마련되어 있어 모든 세대가 혜택을 누릴 수 있습니다. 앞으로 더 많은 분들이 주민 맞춤형 구강 보건 프로그램을 통해 건강한 미소와 행복을 지키시면 좋겠습니다.

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(☎02-879-5272)

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** jungeun113@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(☎02-879-5261)

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

명예주민 기자가 뛴다

문화플랫폼 S1472, ‘SPACE S’ 전시 운영

관천로 문화플랫폼 S1472에서는 7월부터 8월까지 두 달간 공간지원 기획사업 공모에 선정된 지역 예술가 3인의 릴레이 전시를 운영합니다. ‘SPACE S’는 예술가가 자율적으로 콘텐츠를 기획·운영하며 창작 역량을 발휘할 수 있도록 마련된 공간지원 기획 사업입니다.

이번 전시에는 공모를 통해 선정된 박원경, 이다혜, 권류원 작가가 참여해 각자의 회화 작품 세계를 선보입니다. 세 작가 모두 관악구 거주 또는 관악구에서 활발히 활동 중인 예술가들로, 복합문화예술공간 S1472의 특성과 개별 창작 세계를 조화롭게 결합해 관람객에게 새로운 시각적 경험을 느낄 수 있게 합니다.

박원경 작가는 동물 형상을 통해 유토피아의 개념을 표현한 회화 작품 ‘이 거리의 유토피아 – 별빛 아래, 우리’를 전시했습니다. 가족 간 정서적 유대와 감정적 풍요로움을 중심으로 한 따뜻한 서사를 담고 있습니다.

이다혜 작가는 ‘집’을 단지 물리적인 공간이 아닌 정체성, 기억, 관계, 감정이 얽혀 있는 서사적 장소로 풀어냅니다. 이사라는 반복적 행위를 통해 ‘정착’과 ‘무정착’ 사이를 오가며 그 안에 깃든 감정과 기억을 섬세하게 표현했으며, 동양화 재료를 현대적으로 해석한 ‘영원히 기억될 나의 집’을 선보였습니다. 마지막으로 권류원 작가는 고양이 캐릭터를 주인공으로 관람객에게 친근하고도 색다른 미술 경험을 제공합니다.

S1472는 누구나 무료로 전시나 공연을 관람할 수 있는 오픈 플랫폼입니다. 주민과 예술가의 소통, 다양한 프로그램으로 더 풍성한 이번 전시는 단순히 작품을 감상하는 것을 넘어 다양한 연계 프로그램을 통해 주민들이 예술가와 직접 소통할 수 있는 기회를 제공합니다. 전시는 매주 화요일부터 토요일까지 오전 10시부터 오후 9시까지, 일요일은 오후 6시까지 관람할 수 있습니다. 월요일, 공휴일은 휴관입니다.

명예주민기자
홍수진

관악은 지금, ‘작은 도서관 여름나기 프로그램’으로 시원, 재미, 유익 1석3조!

올해도 여름 무더위로 ‘작은 도서관’들이 주민들의 쉼터이자 휴식 공간으로 인기를 누리고 있습니다. 매년 관악의 도서관 프로그램이 여름 휴가철을 겨냥해서 독서 주민들의 사랑을 받고 있는데요. 특히, 작년에 “여름아 놀자”, “도서관 순례–작은 도서관 스탬프 투어”에 이어 올해도 다양한 프로그램이 준비되어 여름방학을 맞이한 초·중·고 학생들과 가족들에 흥미진진 도서관 이용을 제공할 예정입니다.

먼저, 난향동 ‘뜰안에 작은 도서관’에서는 〈뜰안에 피는 꽃〉 행사로 8월 22일까지 도서관 자원봉사자가 그린 ‘보태니컬 아트 그림’과 난향동의 꽃들을 찍은 ‘사진이 전시회’가 진행되었습니다. 방문자 누구나 ‘나만의 꽃 책갈피 만들기’와 ‘꽃그림 컬러링’에 참여할 수 있도록 준비가 되었는데요. 전시를 감상하던 주민들은 “도서관에 꽃이 활짝 핀 것같이 화사해서 좋아요”, “더운데 멀리 안 가고 집 가까운 도서관에서 눈호강을 하고, 체험도 하니 정말 좋습니다”, “우리 동네에 이렇게 다양한 꽃과 식물이 있는지 몰랐어요”, “전문 작가가 아니라 봉사자가 그린 그림이라니 저도 도전해 보고 싶어져요”라고 칭찬하며 적극적인 참여로 함께 했습니다.

또한, 중앙동 ‘새싹 작은 도서관’은 〈여름맞이 뽑기 이벤트〉로 ‘양말목 친환경 텀블러 주머니 만들기’와 ‘포인세티아 수태볼 만들기’를 진행합니다. 8월 세계 고양이의 날 기념으로 〈사서 냥이 스티커 나눔 이벤트〉와 〈원화 전시회〉도 함께하고 있습니다.

한편, 관내 작은 도서관 곳곳에서 ‘광복 80주년 기념’으로, 8월 최다 대출자를 뽑아 선물하는 〈광복절 이벤트〉도 진행합니다. ‘뽑기’와 ‘독서통장 2배로 업 이벤트’(은천동 한울 작은 도서관), ‘행운목 화분 만들기’(행운동 마루 작은 도서관), ‘여름 코딩 클럽’(성현동 봉현 작은 도서관), ‘글짓기 대회’(서림동 글사랑 작은 도서관) 등 다양한 프로그램을 8월 말까지 만날 수 있습니다. 〈독서경진대회 독후감 및 편지글〉도 접수 중에 있으니 많은 관심 부탁드립니다.

명예주민기자
류미정

독자투고

관악 호수

김영수(신사동)

봄에는 벚꽃대첩
가을이면 단풍낙원

물가엔 산책인파
사계절 황홀한 풍관

우리 관악 빚내는

관악산길을 가면

깎아지른 벼랑 위에
곱게도 핀 산유화

목숨걸고 꺾었지만
받아줄 임이 없네
어느덧 인생은 황혼

홀로 짓는 미소

슬기로운 독서생활

편안함의 습격

저자 마이클 이스터
출판사 수오서재
출간년도 2025년

성인 도서

오늘날 우리는 그 어느 때보다 편안한 환경에서 살고 있다. 모든 실내는 완벽한 온도 조절 시설을 갖추었고, 배고픔을 느낄 새 없이 주변에 먹을 것이 풍족하며, 현대 의학의 발달로 기대 수명은 늘어났고, 생존을 위협할 만한 도전이 딱히 없다. 그러나 과연 편안함은 건강과 행복한 삶을 가져다주었을까?

별에게

저자 안녕달
출판사 창비
출간년도 2025년

아동 도서

예전 학교 앞에서 팔리던 병아리를 떠올리게 하는 '별'은, 우리가 그리워하는 모든 것을 상징하는 이름이다. 작가는 모녀와 별이 함께한 시간을 정성스럽게 그리면서 서로를 소중히 여기고 보살피는 마음이 어떻게 깊어지는지를 섬세하게 보여준다. 이야기 속 바닷가 마을의 풍경도 생생하게 펼쳐진다. 색연필로 그려진 바닷가 마을의 사계절 속에서 별빛과 밤바다가 어우러진 서정적인 화면이 따뜻한 설렘을 전한다.

저속노화 마인드셋

저자 정희원
출판사 웨일북
출간년도 2025년

건강 도서

노화는 단지 세포의 쇠퇴가 아니라, 개인과 사회가 그 쇠퇴를 '어떻게 받아들이느냐'에 따라 가속되거나 지연될 수 있다. 서울아산병원 노년내과 정희원 교수는 《저속노화 마인드셋》에서 바로 그 '마음의 속도'에 주목한다. 건강 실천에 매번 실패하는 이유는 몸이 아니라 마음에 있다고, 그러니 먼저 마음의 속도를 늦춰야 한다고. 속도를 늦춘다는 것은 내 몸의 주도권을, 나아가 내 삶의 주도권을 되찾겠다는 선언이다. '마인드셋'이란 이렇듯 몸에서 마음으로 관점을 전환하는 것이다.

문의 관악중앙도서관(☎02-828-5834)

2025년 9월 구민정보화교육 안내

교육과정 안내

교육장소	요일	교육시간	교육수준	과정번호	과정명	모집인원
난곡동 교육장 (더 난곡 건물 4층)	월/수	1교시 09:30~12:00	심화	1	유튜브 크리에이터 되기(PC)	20명
		2교시 13:00~15:30	심화	2	AI와 함께 다양한 문서 활용하기	
		3교시 15:30~18:00	활용	3	생활 밀착! 스마트폰 100배 활용	
	화/목	1교시 09:30~12:00	기초	4	★ 스마트폰 기초	
		2교시 13:00~15:30	활용	5	엑셀 활용(2016)	
	금 9. 19.	3교시 10:00~13:00	활용	6	「트렌드 특강」 AI로 SNS컨텐츠 만들기	
		3교시 14:00~17:00	활용	7	「트렌드 특강」 AI로 내레이션 영상 만들기	
성현동 교육장 (성현동 주민센터 2층)	월/수	1교시 09:30~12:00	활용	8	컴퓨터 활용(윈도우10)	30명
		2교시 13:00~15:30	활용	9	스마트폰 활용	
	월	3교시 15:30~18:00	활용	10	「특강」 한글을 활용한 문서만들기	
	수	3교시 15:30~18:00	심화	11	「특강」 ChatGPT로 건강한 생활 즐기기	
	화/목	1교시 09:30~12:00	기초	12	★ 한글 기초(2020)	
		2교시 13:00~15:30	활용	13	카카오톡 100배 활용	
		3교시 15:30~18:00	심화	14	스마트폰으로 소통하는 SNS와 블로그	
	금 9. 12.	1교시 10:00~13:00	활용	15	「트렌드 특강」 캔바로 카드뉴스 만들기	
		2교시 14:00~17:00	심화	16	「트렌드 특강」 Vrew를 활용한 홍보 영상 만들기	

교육신청 안내

교육기간
- 월/수 정규과정 – 2025. 9. 3.(수)~9. 29.(월)
- 화/목 정규과정 – 2025. 9. 4.(목)~9. 30.(화)

※ 구청 사정으로 9. 16.(화) 휴강 ▶ 9. 26.(금) 보강
- 월요 특강과정 – 2025. 9. 8.(월)~9. 29.(월)
- 수요 특강과정 – 2025. 9. 3.(수)~9. 24.(수)
- IT트렌드 특강 – 9. 12.(금) / 9. 19.(금)

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. 8. 25.(월)~8. 29.(금)
- 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

선정발표 2025. 8. 27.(수) 10시

추가신청 2025. 8. 27.(수) 10시부터 가능 (수강 신청 시 기재한 휴대폰으로 문자 발송)

교육신청 시 유의사항
- 교육 첫날 주소 및 본인 확인을 위해 반드시 신분증을 지참 바랍니다.
- 매월 강좌 구분 없이 2강좌만 신청 가능합니다. (단, 미달된 강좌에 한해 추가 신청 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 10월 구민 정보화교육 신청 예정일: 2025. 9. 25.(목)

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

사당역 7번출구 직진 신한은행 3층(2,4호선)
사당요양보호사 교육원
※국비지원 (내일배움카드소지자)
매월개강!!
주간/야간수시모집 간호,요양 선착순모집
상담문의 3472-7742~3
사당간호학원 3월 9월
www.sdnurse.ac.kr
※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

어머니영어
대 상
• 영어를 처음 배우는 주부, 숙녀
• 영어를 배운지 오래되신 분
• 영어를 척척 읽고, 쓰고 말하고 싶은 분
• 문화센터나 일반 학원에서 실패한 분
반 편 성
• ABC처음영어 • 초급영어
• 미국인회화반 • 회화반
• 해외여행영어 • 개인지도반
EBS방영(8/19) 「다큐매거진」 "New 미국인 회화반 개강"
시간(월 · 수반, 화 · 목반, 금요반)
• 오전 9:30~11:00 • 오전 11:30~1:00
• 오후 2:00~3:30 • 오후 3:30~5:00
• 저녁 6:30~8:00 • 저녁 8:00~9:30
가나어학원
www.wewel.com
☎02)3478-0509

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

더불어 함께 관악구
관악구청 카카오톡 채널 QR코드
카카오톡 채널 추가 하시고
관악구의 다양한 소식과 혜택/정보를
카카오톡 메세지로 빠르게 받아보세요!
관련 문의 | 관악구청 홍보과 (02-879-5271)

※ 길가에 버려지거나 방치되어 있는 관악소리를 보시면 즉시 신고해주시기 바랍니다.

관악소리 방치·폐기신고 홍보과 ☎02-879-5261