

발행인 서대문구청장 이성현

발행일 2023년 9월 25일

편 집 서대문구청 소통담당관

주 소 서울특별시 서대문구 연희로 248

서대문마당

2023 OCTOBER

VOL. 567

10



넉넉하고 여유 있는 추석 연휴 보내시기를 바랍니다

존경하는 서대문구민 여러분 안녕하십니까?

행복 100% 서대문구 구정에

지속적인 관심과 성원을 보내주심에 진심으로 감사드립니다.

민족의 명절 추석을 맞이하여

밝게 빛나는 보름달과 같이

구민 여러분의 마음이 모두 넉넉하게 채워지기를 소망합니다.

정부에서 10월 2일을 임시공휴일로 지정함에 따라

올 추석 연휴는 최대 6일이 되었습니다.

가족과 함께 풍요롭고 따뜻한 추석 연휴 보내시기를 바라며,

가정에 건강과 화목이 언제나 가득하기를 기원합니다.

감사합니다.



행복 100% 서대문

04

테마 인터뷰

문화 인프라가 풍족한
행복 100% 서대문

08

테마 정책

동물도 행복한
서대문구를 만나요

10

테마 스케치

아름다움이 가득한
서대문구의 자연 명소

공감 100% 서대문

12

친절한 트렌드 사전

“반려 가족을 소개합니다”
펫팜족

14

멋지기 때문에 놀러 왔지

추석에 알뜰살뜰하게
우리 전통시장 어때요?

16

서대문 생생정보 1

안전하고 쾌적하게
추석 연휴 보내요

18

서대문 생생정보 2

이웃과 함께하는
우리 동 축제를 소개합니다

20

이달의 서대문

10월의 구정소식

27

서울 이야기

28

열린 의정

29

푸드 테라피

추석 음식 건강하게 즐기기

소통 100% 서대문

30

행복한 부모 바라기

서대문구에서 맞이하는
행복한 임신&출산&육아

32

서대문 알리미

“모두가 함께 어울린 즐거운 축제”
2023 신촌글로벌대학문화축제

34

독자 우체통

<서대문마당> 어떻게 보셨나요?

35

가로세로 낱말퀴즈

퀴즈로 풀어보는 <서대문마당>



COVER STORY

이성현 서대문구청장과 반려견 몽실이
서대문구에서 산책하는 모습을 담았습니다.



웹진 소식지
바로가기



구 알림서비스
신청 바로가기

서대문구의 소식을
무료로 받아보세요.

종이 소식지 개별 구독 신청
이름, 주소 기재 후
sung20000@sdm.go.kr로
보내주세요.

문화 인프라가 풍족해진 서대문구에서 모든 구민이 행복할 수 있도록

이성현 서대문구청장이 말하는
행복 100% 서대문



서대문구는 짧은 기간 다양한 문화 경험을 나눌 수 있었습니다. 가장 최근 신촌에서 성공적으로 개최한 ‘글로벌대학문화축제’를 비롯해 ‘함신의 마에스트로와 심포니송 오케스트라’, 박찬숙 감독과 함께한 ‘서대문구청 여자농구단’까지 다채롭게 채울 수 있었습니다. 또한 흥제천 ‘카페 폭포’가 새로운 명소로 떠오른 것처럼 앞으로 안산 황톳길과 반려견 놀이터에도 큰 기대가 됩니다. 문화 인프라를 확장하는 데 노력을 기울이고 있는 이성현 서대문구청장과 더 자세한 이야기 나눠보았습니다.

Q— 안녕하세요, 구청장님. 그동안 어떻게 지내셨나요?
서대문 구민 여러분 안녕하십니까, 항상 서대문 구정에 애정을 갖고 성원해 주심에 감사드립니다. 지난 15개월 동안, 서대문의 변화와 발전을 위한 큰 기동을 세우는 데 집중했습니다. 서울 서북권 랜드마크 조성, 경의선 지하화 및 입체복합개발 추진, 서부선 경전철 정거장 위치 조정 및 강북횡단선 간호대역 신설 등 주민들이 더욱 편리하게 생활할 수 있도록 정책사업 추진에 만전을 기하고 있습니다. 효과적인 구정 운영을 위한 기틀이 조성된 지금부터는 더욱 신속하게 공약사업을 시행하겠습니다. 또한 빅데이터를 활용한 체계적인 신촌-이대 상권 회복, 통-반장과 같은 주민 네트워크 활성화를 통한 인생케어 평생동행 복지체계의 확립 등 분야별 민생정책도 더욱 적극적으로 추진하고자 합니다.

Q— 며칠 전에 신촌에서 ‘글로벌대학문화축제’를 성공적으로 개최하였는데요, 축제 비하인드 스토리와 앞으로의 계획을 듣고 싶습니다.
9월 14일 목요일부터 9월 17일 일요일까지 4일간 신촌 연세로, 스타광장, 명물거리, 창천문화공원에서 ‘신촌글로벌대학문화축제’를 개최하였습니다. 처음 기획한 축제인 만큼 걱정이 많았는데, 걱정이 무색하게도 많은 관객의 큰 호응을 받았습니다. 이번 축제를 계기로 신촌이 다시 청년문화의 중심지로 도약할 것이라고 믿습니다. 축제 추진 배경은 신촌의 특성을 활용하여 ‘신촌의 영광을 되찾자’는 생각에서 시작되었습니다. 서대문구에는 9개 대학이 있으며 신촌 인근의 대학까지 포함하면 11개나 되는 대학이 밀집해있습니다. 청년과 외국인 유학생이 많고, 여러 대학의 중심지인 신촌에서 전 세계 청년들 간 문화를 교류할 수 있도록 글로벌 소통의 장을 마련하기 위해 축제를 개최하였습니다.



앞으로도 ‘신촌글로벌대학문화축제’를 지속적으로 개최하여 서대문구의 대표 청년축제로 육성할 계획입니다. 이 과정에서 축제의 주인공인 청년들의 참여를 늘려 ‘청년에 의한, 청년을 위한’ 축제가 되도록 할 것이며, 전 세계 청년들이 매년 축제를 기대하게 만들고자 합니다. 이를 통해 ‘역동적이고 젊음이 넘치는 신촌’, ‘글로벌 문화관광도시 신촌’으로 도시 이미지를 브랜딩하여 과거 청년문화의 중심지였던 신촌의 명성을 되찾고, 글로벌 청년문화 중심지로 한 단계 도약하도록 만들 것입니다.

Q— 서대문구 문화·체육 진흥을 위해 큰 노력을 기울이고 있다고 들었습니다.
현재 서대문구의 문화 인프라는 구민들의 문화소비 욕구를 충족시키기에 매우 부족한 상태입니다. 변변한 공연장조차 하나 없을 정도로 서대문 구민들은 그동안 문화 혜택을 누리지 못했습니다.

함신의 마에스트로와 심포니송 오케스트라
구민분들이 양질의 문화행사를 꾸준히 경험할 수 있도록 함신의 마에스트로라는 세계적인 지휘자와 협업을 진행하고 있습니다. 8월 독립축제, 9월 신촌글로벌대학





문화축제에서도 함신익 마에스트로가 지휘하는 오케스트라인 '심포니 송의 환상적인 공연을 선보였는데요. 앞으로도 서대문구에서 정기적으로 공연을 개최함으로써 그동안 문화공연으로부터 소외됐던 구민분들의 문화 욕구를 풍족히 충족시키고자 합니다.

아울러, 문화예술 활동으로부터 특히나 더 소외된 사회적배려계층 아동·청소년들에게도 주체적으로 문화예술 활동에 참여하며 끼를 발산할 기회를 제공하고자, 관내의 9세에서 18세 사회적배려계층 아동과 청소년으로 구성된 '주니어윈드오케스트라'를 운영하고 있습니다. 현재 56명의 단원이 활동하고 있는데, 매주 연세대학교 이



철웅 교수를 비롯한 전문가들에게 악기 및 합주 강습을 받고 있습니다. 지난 8월에는 제주도에서 개최된 제주국제관악제에 참가하여 실력을 선보였으며, 이때 참가했던 단원들도 잊지 못할 추억이었다면서 굉장히 만족하였습니다.

박찬숙 감독과 여자농구단

지난 3월 29일에 정식 창단식과 기자설명회를 개최하여 서울시 유일의 구 여자실업농구단 출범을 알렸습니다. 초대 감독으로는 대한민국 여자농구의 전설 박찬숙 감독님을 모셨습니다.

저는 평소 체육활동이 구민 건강을 증진시켜 삶의 질을 높이는 데 큰 역할을 한다고 생각해왔습니다. 복지의 한 분야로서 생활체육 활성화에 많은 관심이 있었으며, 이와 같은 철학을 구정 운영에 반영하여 지난해와 올해 2년 연속 '서울시민체육대축전' 종합우승을 차지하기도 했습니다.

개인종목에 비해 더 큰 비용이 드는 데도 불구하고 단체 종목을 선정한 이유는, 체육을 통해 우리 구민분들에게 단합과 화합의 메시지를 전달하기 위함이었습니다. 여럿이 함께하여 결과를 만들어내는 모습을 서대문구청 여



자농구단이 구민들에게 보여준다면, 서대문구 또한 하나가 될 수 있으리라 생각했습니다.

특히나 우리 여자농구단 선수들은 농구를 하다가 그만뒀던 아픈 경험이 있는데, 그럼에도 불구하고 최근 개최된 '전국남녀종별농구선수권대회'에서 창단 4개월 만에 첫 승을 이뤄내었고 강호 대구시청을 상대로는 두 번째 승리를 쟁취해내었습니다. 또한, 서울시 대표 선발전에서 서울시농구협회를 상대로 승리하여 이번 달에 개최될 전국체전에서는 서울시 대표로 출전할 예정입니다. 우리 선수들이 보여주는 이러한 활약을 통해 끝까지 포기하지 않고 '다시 도전하면 된다'는 긍정적인 메시지를 구민분들에게 전달할 수 있을 것이라 기대하고 있습니다.

안산에 황톳길이 생겼다고 들었습니다. 앞으로의 계획도 기대되는데요.

지난 8월 17일, '안산 황톳길'을 개장하였습니다. 개장과 동시에 많은 구민들의 사랑을 받았는데요. 지금은 하루 방문 인원이 2,000~3,000명으로, 우리 구 대표 명소로 자리매김하였습니다.

황톳길에 대해서 간략히 설명해드리겠습니다. 황톳길은 길이 450m, 폭 2m로 조성되었으며, 쾌적한 이용을 위해 양쪽 끝 지점에 세족 시설과 쉼터를 설치하였습니다. 안개 분수 시설도 설치하여 황토가 항상 촉촉한 상태 유지할 수 있도록 했습니다. 또한, 황톳길을 걸을 때와는 또 다른 자극을 발바닥에 줄 수 있도록 '황토족탕'도 설치하여 주민분들이 황톳길을 다양한 방식으로 즐길 수 있도록 조성하였습니다.

올해 말에는 반려견과 함께할 수 있는 산책로 및 놀이터도 안산에 조성할 예정이며, 안산·인왕산·북악산·북한산·백련산·궁동산을 연결한 서대문구형 목걸이 이음길도 조성하여 주민분들에게 더욱 다채로운 숲속 여가 경험을 제공하고자 합니다.

구청장님의 동물 사랑은 유명한데요, 반려동물을 위한 정책들도 궁금합니다.

앞서 말씀드린 바와 같이, 안산에 반려견 산책로 및 놀이터를 조성할 예정입니다. 반려견과 보호자가 안산에서 힐링할 수 있는 환경으로 만들겠습니다.

또한, 내년 1월 준공을 목표로 반려동물 문화센터를 개소할 예정입니다. 반려동물 문화센터에서는 유기동물 보호·관리 및 입양 상담·분양을 지원하며, 반려동물과 함께하는 전문교육을 실시할 예정입니다. 아울러, 동물을 매개로 한 치유 프로그램을 운영하여 치유견을 통한 심리적 안정과 건강에 도움을 주는 프로그램을 추진할 계획입니다.

서대문구에는 많은 명소가 있는데요. 그중에서도 구청장님이 생각하는 대표 관광 명소는 어디인가요?

서울시에서 지천 르네상스 사업으로 서울형 수변감성도시를 조성하고 있는데, 그 첫 번째 성과가 올해 4월 1일 개장한 커피점 '카페 폭포'입니다.

카페 폭포는 홍제천 인공폭포 맞은편에 있는데요, 도심속에서 폭포 뷰를 감상하며 차를 마시거나 휴식을 취할 수 있는 감성적인 공간입니다.

워낙 잘 조성되어서 그런지, 벌써 입소문을 타 월 10만명 가까이 카페 폭포를 방문하고 있으며, 구민뿐만 아니라 외국인 관광객들도 들르는 관광 명소로 자리 잡고 있습니다. 하루에 평균 음료 500잔 이상이 판매되며, 이로 인한 수익금은 청년 장학금으로 사용할 예정입니다.

최근에는 카페 폭포 별관이었던 곳에 '폭포 책방 아름다운도서관'을 조성하였는데요. 독서도 하고, 홍제천 폭포도 감상하러 놀러 오시기 바랍니다.

마지막으로 구민들에게 하고 싶은 말씀 부탁드립니다.

행복의 기준은 돈의 많고 적음이 아니라고 생각합니다. 하루하루의 삶 속에서 보람과 만족 그리고 재미를 느낄 수 있어야 비로소 행복하다고 할 수 있을 것입니다. 서대문구청장으로서 지역의 발전도 당연히 신속하게 추진하겠지만, 무엇보다도 구민분들의 삶이 행복한 서대문을 만드는 데 집중할 것입니다.

주민 생활 밀착형 사업들을 연달아 추진한 덕분에 주민분들의 일상 속 행복이 굉장히 증진되었다는 이야기를 듣고 있습니다. 남은 임기 동안에도 사람 살기 좋은 행복 100% 서대문을 만드는 데 집중하고자 합니다. 감사합니다.



동물도 행복한 서대문구를 만나요

서대문구는 동물들도 행복하게 살 수 있는 도시를 만들기 위해 힘쓰고 있습니다. 동물들과 더불어 살아갈 수 있도록 지원책을 마련하고, 책임감 있는 반려 가족이 늘어날 수 있도록 맞춤형 사업을 추진하고 있습니다. 내년 1월에 조성되는 서대문 반려동물 문화센터를 통해 유기 동물 입양과 더불어 반려동물 교육과 복지에도 앞장서나갈 예정입니다.



서대문 반려동물 문화센터가 조성됩니다

유기 동물 입양을 활성화하고, 동물에 대한 올바른 교육을 제공하고자 내년 1월 준공을 목표로 반려동물 문화센터를 조성하고 있습니다. 성숙한 반려동물 문화 조성에 앞장서는 서대문구가 되겠습니다.

개관예정일 2024. 1.

위치 서대문구 모래내로 333 (홍은동)

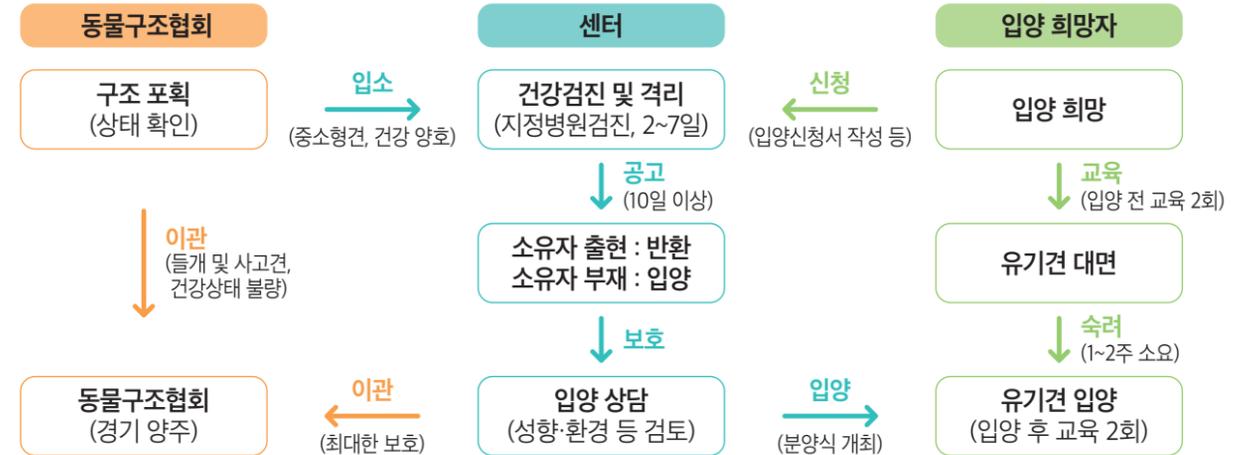
주요 시설 교육장, 상담실, 커뮤니티룸, 보호실 및 놀이실

지원 내용

- 유기동물 보호·관리 및 입양상담·분양
 - 보호 대상 : 관내에서 구조·포획한 유기 및 유실 동물 중
 - 건강 상태가 양호한 중·소형견 대상으로 센터 입소·관리
 - 들개, 치료가 필요한 동물 등은 당초와 같이 한국동물구조관리협회 이송
 - 보호기간 : 최소 60일(동물보호관리시스템 공고기간 + 입양대기 기간)
- ※ 유기견 입양 후 입양 지원금 신청 가능(2023년도 기준 1마리당 최대 25만 원)
 - ☞ 진료비, 치료비, 중성화수술비 등 실비기준 지원
- 반려동물과 함께하는 전문교육 실시
 - 반려견 입양교육, 반려견 행동 교정 교육, 반려견 아카데미 등
- 동물매개 치유 프로그램 운영
 - 추진 대상 : 관내 아동, 청소년, 장애인(발달장애, 정신장애), 우울증 환자 등
 - 추진 방법 : 관련분야 경력자(동물매개심리상담사) 프로그램 운영
 - 추진 내용 : 치유견을 통한 심리적 안정과 건강에 도움을 주는 프로그램 추진



우리구 보호동물 처리 및 입양 절차



2023년 서대문구 내장형 동물등록 비용 지원받으세요

사업 기간 2023. 5. 15.(월) ~ 11. 30.(목)

지원 대상

- 동물등록 시 주민등록상 주소지가 서대문구이고 서대문구 동물등록 대행기관 동물병원에서 내장형칩으로 동물등록을 실시한 소유자 [지원 제외자] 1) 외국인 및 주민등록상 주소지가 서대문구가 아닌 자 2) 관외 동물병원에서 등록한 자

지원 금액 마리당 4만 원 이내(개인별 계좌로 입금 처리)

지원 내용

- 관내(서대문구) 동물등록 대행기관(동물병원)에서 내장형칩으로 동물등록 시 내장형 동물등록 수수료 1만 원을 제외한 내장형칩 및 시술비 지원
 - 반려묘의 경우 의무 등록대상동물은 아니나 등록 시 동일하게 지원
 - 기존 외장형칩을 내장형으로 변경 등록하는 경우도 지원
 - 사업시행일(2023.5.15.)부터 관내 동물병원에서 등록한 경우 지원
 - 가구당 2마리까지 지원

신청 방법 관내 동물병원에서 지원신청서 작성

문의 관내 동물병원 및 보건소 보건위생과 ☎02-330-1516

2023년 가을철 반려동물 광견병 예방접종 시행합니다

접종 기간

2023. 10. 16.(월) ~ 10. 31.(화) (예정)

실시 장소

서대문구 관내 동물병원(선착순 접종)

접종 대상

생후 3개월 이상의 모든 개, 고양이 (※ 단, 개의 경우 동물등록 선행)

접종 방법

소유주가 인근 동물병원에 직접 방문하여 접종

시술료 10,000원(소유주 부담)

문의 보건위생과 ☎02-330-1522



아름다움이 가득한 서대문구의 자연 명소



반려견 산책로 및 놀이터

서대문구는 올해 말까지 안산 산책로의 일부를 반려견과 함께할 수 있는 공간으로 재조성하여, 반려견과 동행할 수 있는 산책로 및 놀이터를 마련할 예정입니다. 이곳에 반려견과 함께 안산에서 건강하게 산책할 수 있도록 음수대와 쉼터를 조성하고, 반려견 이용 관련 안내판을 설치해 모두가 안전하게 이용할 수 있도록 할 계획입니다. 일반 보행자가 이용하는 공간과 구분할 예정이므로 다른 등산객들도 안심하고 방문할 수 있습니다. 넓은 공간이 준비된 반려견 놀이터에서 반려견에게 필요한 운동량을 충족시키고, 반려견과 보호자가 마음껏 휴식을 취할 수 있길 기대합니다. 안산에서 사랑하는 반려동물과 소통하며 소중한 추억을 만들어보세요.



준공예정일 2023. 12.
위치 반려견 놀이터 : 영천동 5-644 일대
반려견 산책로 : 연희동 산2-14 일대

안산 황톳길

서대문 구민의 건강을 책임질 안산 황톳길이 지난 8월 개장했습니다. 2미터의 폭과 450미터의 구간으로 마련된 안산 황톳길은 현재 우리 구 명소로 자리 잡았습니다. 더 많은 구민이 즐길 수 있도록 앞으로 황톳길을 확대 조성할 계획입니다. 아름다운 가을 경치를 감상하며, 맨발로 황톳길을 걸을 수 있는 안산으로 놀러 오세요.



개장 2023. 8. 17.(목)
위치 연희동 산2-36 일대 (제2세족장 ~ 안산 산책도서관 약100m 연장 예정)

서대문구에는 자연의 아름다움을 한껏 느낄 수 있는 곳이 많이 있습니다. 이번에 새로 개장한 안산 황톳길은 맨발로 자연을 더 가까이 느낄 수 있으며, 홍제천 폭포 근처에는 자연 속에서 책을 읽을 수 있는 폭포 책방도 문을 열었습니다. 이밖에 반려견 산책로 및 놀이터도 올해 말 준공을 앞두고 있습니다. 자연과 함께하는 서대문구의 특별한 매력에 빠져 보세요.

수변감성도시 홍제천 Cafe 폭포

서대문의 대표 핫플! 서대문의 자랑, 홍제천 카페 폭포를 소개합니다. 서울시 최초 수변감성도시 사업의 일환으로 조성된 홍제천 카페 폭포는, 여러 방송에 소개되며 구민뿐만 아니라, 외국인 관광객들에게도 큰 사랑을 받고 있습니다. 음악 콘텐츠를 기획하는 청년 벤처기업인 '유율리'와의 협력으로 8월 19일부터 11월 18일까지 매월 셋째 주 토요일 오후 5시에 카페폭포의 야외 상설 공연장에서 '월간폭포' 공연이 열리고 있습니다. '월간폭포' 공연에는 청년 음악 밴드 20여 팀이 출연할 예정입니다. 문화예술과 자연이 한데 어우러진 카페 폭포로 오셔서 일상에 지친 마음을 힐링해 보세요.



개장 2023. 4. 1.(토)
위치 연희로 262-24(홍은동 429)
운영 매일 11:00 ~ 22:00

폭포책방 아름인도서관

폭포책방 아름인도서관이 지난달 개관했습니다. 카페 폭포와 마찬가지로 아름다운 홍제천 폭포를 감상할 수 있는 아름인도서관은 디지털친환경 특화도서관으로 전자 독서를 할 수 있도록 e-book용 태블릿을 지원합니다. 또한 다양한 책들이 마련돼 있어 연령별로 맞춤형 독서를 할 수 있는 장점도 갖추고 있습니다. 가족과 함께 독서도 하고, 폭포 경치도 즐길 수 있는 아름인도서관으로 여러분을 초대합니다.



개관 2023. 9. 1.(금)
위치 연희로 262-32(카페 폭포 별관)
운영 매일 10:00 ~ 19:00
문의 ☎02-3217-0693
참고 폭포책방 아름인도서관에서 대출한 책은 해당 도서관에서만 반납 가능



반려 가족을 소개합니다

펫팜족

반려 인구 1,500만 명 시대, 반려동물을 가족 이상으로 생각하며 함께 사는 이들이 많이 늘었습니다. '펫팜족'은 반려동물을 가족 구성원으로 여기고 삶을 공유하는 사람들을 가리키는 용어입니다. 우리 주변에서도 쉽게 찾아 볼 수 있는 '펫팜족'에 대해 소개합니다.

우리 동생 반려동물

반려동물로 고양이를 키우는 친구의 집에 놀러 간 적이 있습니다. 현관 바로 앞에는 고양이가 밖으로 나가지 않도록 방묘문이 설치돼 있었고, 집 안 곳곳에는 고양이가 손톱을 정리할 수 있는 스크래처를 비롯해 고양이 방석, 캣타워 등 아이 물건 못지않게 고양이 관련 물품이 자리를 차지하고 있었습니다. 결혼 전부터 고양이를 키웠던 친구는 결혼하고 아이를 낳아 키우는 과정에도 변화 없이 고양이와 함께했습니다. 태어난 친구의 아이 또한 고양이를 마치 형제처럼 대하는 게 자연스러웠고, 두 고양이 중에 한 마리가 먼저 떠났을 때 그 슬픔을 견디기 힘들어했습니

다. 고양이가 무지개다리를 건널 때까지 않은 병원비를 감당했음에도 더 해주지 못한 것을 내내 마음에 담아두고 있는 친구 가족에게 고양이는 동물이 아니라 가족의 이름으로 남아있었습니다. 이렇처럼 반려동물을 가족처럼 여기는 가구가 늘면서 펫(애완동물)과 패밀리(가족)가 합쳐져 '펫팜족'이라는 신조어가 등장했습니다. 고양이나 강아지, 그 외 다른 동물들은 펫팜족의 삶에서 중요할 뿐만 아니라 일상에서도 큰 부분을 차지합니다. 단순히 집에서 키우는 동물이 아니라 진정한 가족 구성원으로서 서로에게 끈끈한 유대감을 느끼며 살아가고 있습니다.

확장되는 가족의 형태

어릴 때 교과서에서 배웠던 가족 구성원은 현재와 큰 차이를 보입니다. 그 시절에는 할머니, 할아버지를 포함해 혈연관계로 엮인 대가족이 대부분을 차지했지만, 핵가족을 거쳐 이제는 나홀로족, 딩크족, 펫팜족 등 새로운 가족 개념이 생겨나는 중입니다. 농림축산식품부가 지난해 실시한 온라인 패널조사(2022 동물보호 국민의식조사)에 따르면, 현재 거주지에서 반려동물을 직접 양육하는 가구 비율이 25.4%로 나타났습니다. 양육가구 비율(25.4%)과 우리나라 세대 수(가구 수)와 세대원 수를 고려하면, 2022년 기준 우리나라 반려동물 양육인구는 602만 가구, 1,306만 명으로 추정*됩니다. 이 중 '개'나 '고양이'를 기른다는 응답이 총 85%로 넘는것으로 나타났으며(복수응답 허용), 그밖에 3위는 물고기(7.3%), 4위는 햄스터(1.5%)였으며, 거북이(1.0%), 새(1.0%) 등이 그 뒤를 이었습니다. 반려동물 양육 가구의 증가로 인해 반려동물 시장 규모도 커지고 있으며, 동시에 반려동물을 키우는 사람들과 키우지 않는 사람들 간의 입장 차이도 더욱 두드러지게 나타나고 있습니다.

이러한 변화는 가족 개념과 사회적 관계에 대한 우리의 이해와 태도를 재고하고, 새로운 가족 형태와 함께 공존하는 방법을 고민하게 만드는 중요한 흐름임을 나타냅니다. 각자의 가치관과 우선순위 등 삶의 여러 방식에 큰 영향을 미치므로 사회적으로도 다양성을 받아들이며 이해하는 자세가 필요할 것입니다. 물론, 변화하는 시대에 맞는 포용력과 더불어 생명에 대한 존중과 책임감은 당연히 뒤따라야 한다는 것을 꼭 새겨두시길.

*2022년 가구 수(세대 수) : 2,370만 5,814세대, 가구당 평균 세대원 수 : 2.17명 (자료 : 행정부)



반려동물과 관련한 신조어에 대해 얼마나 알고 있는지 맞춰보세요!

1. 펫티켓

• 딩크족과 펫의 합성어로, 아이를 갖지 않는 대신 반려동물을 기르며 사는 맞벌이 부부를 뜻하는 말.

2. 펫로스 증후군

• 반려동물(Pet)과 예의를 뜻하는 에티켓(Etiquette)의 합성어로, 반려동물과 공공장소에 동반하거나 타인의 반려동물을 마주했을 때 갖춰야 할 예절.

3. 펫코노미

• 반려동물을 뜻하는 펫(Pet)와 경제(Economy)를 결합한 용어로, 반려동물과 관련한 시장 또는 산업을 일컫는 신조어.

4. 딩펫족

• 가족과 같은 반려동물이 사망해 상실감, 슬픔, 우울, 불안, 대인기피 등이 나타나면서 고통을 겪게 되는 현상.

추석에 알뜰살뜰하게 우리 전통시장 어때요?

추석을 맞아 우리 전통시장이 더욱 활기를 띠고 있습니다. 전통시장은 신선한 과일과 채소, 정육과 생선 등 한자리에서 장을 볼 수 있는 데다 덩까지 얹어주는 정 많은 인심에 마음마저 푸짐해지는 곳입니다. 알뜰살뜰하게 장바구니를 가득 채울 수 있는 서대문구 전통시장에서 올 추석 준비 어떠세요?



골목마다 우수한 상품이 자리한 홍제골목형상점가

골목상권 활성화를 위해 2021년에 새롭게 지정된 홍제골목형상점가는 총 73개 점포가 어우러져 농축산과 수산물 등을 판매하고 있습니다. 특히 정육과 부침개, 생선이 특화된 도매시장으로, 저렴한 가격과 더불어 직배송으로 편리하게 이용할 수 있습니다. 새벽 4시부터 아침을 여는 홍제골목형상점가는 저렴하고 우수한 상품으로 골목을 채우며, 홍제동 상권의 한 축을 담당하고 있습니다.

주소 서대문구 통일로 468~ 통일로40안길 5 일대
문의 02-395-5570



오랜 역사를 자랑하는 인왕시장

1960년 홍제천 주변 독방에서 자연시장 형태로 시작된 인왕시장은 대표적인 채소 도매시장으로, 대형 마트보다 저렴하게 신선한 채소는 물론, 반찬류와 건어물류 등을 구입할 수 있습니다. 시장 중앙에는 순대국밥을 비롯해 칼국수·족발·만두 등의 먹거리도 자리하고 있으며 시장 안쪽에는 젓갈·두부·생선·반찬가게 등 다양한 품목을 만나볼 수 있습니다.

주소 서대문구 인왕시장길 18
문의 02-394-8989



1970년부터 이어온 유진상가

유진상가를 둘러싼 외부에는 다양한 과일과 채소를 파는 청과시장이 있어 언제나 신선한 제철 과일을 구입할 수 있습니다. 내부에는 의류·이불·모자·가구·신발 등 다양한 품목을 파는 점포들이 자리해 편리합니다. 의류와 패션 액세서리부터 소품과 가구까지 다채로운 상품을 찾아보고 구매할 수 있는 곳입니다.

주소 서대문구 통일로 484 (홍은동 48-84)
문의 02-3217-9885



서대문구 전통시장

영천시장

주소 서대문구 영천시장길 27 (영천동294) 일대
문의 02-363-5350

포방터시장

주소 서대문구 포방터길 43 일대
문의 02-379-9902

백련시장

주소 서대문구 가재울로6길 53-87
문의 02-372-6032

안전하고 쾌적하게 추석 연휴 보내요



추석 연휴에 무료 개방하는 주차장

연번	구분	주차장명	위치	개방 면수	개방 기간(일시)
합계				525면	
1	거주자 우선주차	남가좌2동 제1공영주차장	가재울로14길 22	71면 중 35면	9. 28.(목) 09:00 ~ 10. 3.(화) 18:00
2		남가좌2동 제2공영주차장(1층만)	남가좌동 3-76	95면 중 23면	
3		북성초교 공영주차장	북아현로5나길 84	100면	
4		북아현동 제2공영주차장	북아현로6길 60	50면	
5		홍은2동 제3공영주차장(2층만)	연희로39길 12	54면 중 17면	
6		연희동 제6공영주차장	홍연길 16	43면 중 20면	
7		홍연초교 공영주차장	백련사길 55	89면	
8	민간위탁 공영	연희맛로 공영주차장	연희맛로 23 일대	8면 (시간제 주차장)	9. 28.(목) 10:00 ~ 10. 3.(화) 19:00
9		유진상가-인왕시장 앞 공영주차장	홍제동 294-45번지 일대	65면	
10	구청 부설	구청 제1부설주차장	구청 광장	50면	9. 28.(목) 09:00 ~ 10. 3.(화) 18:00
		구청 제2부설주차장	동신병원 뒤	42면	
11	직영운영 시간제 공영	신촌역동측광장 공영주차장 (소형차 구획만)	대현동 121-19	26면	9. 28.(목) 09:00 ~ 10. 3.(화) 22:00

『황금녁 동행축제(전국 단위 릴레이 소비촉진 캠페인)』 기간 전통시장 주변 한시적 주차허용

기간 2023. 8. 30.(수) ~ 10. 3.(화) "35일간"

장소 전통시장 주변도로 5개소

연번	구분	시장명	주정차 허용 구간				허용 시간	도로 차선
			시점	종점	허용면	연장(m)		
1	기존	모래내(서중)	수색로26(다이소)	수색로38(백화점약국)	편측	155	상시	8
2	한시적	영천	통일로183(남성크로크다일)	통일로191(뚜레쥬르)	편측	120	09~21	7
3		인왕 유진상가	통일로456(올포유)	통일로476(과일앤야채)	편측	180	09~21	7
4		포방터	홍은중앙로8길 4(중앙소공원)	홍은중앙로106(만리장성)	편측	200	09~21	2
5		백련	증가로129(이사렛 백련시장입구)	증가로117(GS25시 앞)	편측	150	09~21	2

허용 하위차로 1회 2시간 이내 한시적 주차허용 ※ 제 외 : 절대주정차금지지역, 어린이보호구역 등

9월 말부터 10월 초까지 이어지는 6일 간의 추석 연휴를 앞두고, 편리하게 이용할 수 있는 무료 주차장 및 의료기관과 약국 운영 정보를 안내해 드립니다. 아울러 추석 연휴 기간에는 폐기물을 수거하지 않으니 미리 확인하셔서 서로 배려하는 즐거운 추석 연휴 보내시길 바랍니다.

추석 연휴에 운영하는 의료기관과 약국

응급의료기관 운영

- 운영 기관 - 지역응급의료센터 : 연세대학교의과대학세브란스병원[연세로 50-1(신촌동)]
- 지역응급의료기관 : 동신병원[연희로 272 (홍은동)]



응급의료포털 홈페이지 바로가기

연휴 기간 문 여는 의료기관, 약국 지정 및 운영

- 운영 기간 2023. 9. 28.(목) ~ 2023. 10. 1.(일) [4일간]
- 운영 기관 관내 병·의원 및 약국
- 운영 안내 서대문구청 및 보건소 홈페이지 게시 예정
응급의료포털 홈페이지(www.e-gen.or.kr)에서 검색 가능
120(다산콜센터), 129(보건복지부 콜센터)에서 안내
※ 추석 연휴 운영하는 약국 안내 : <https://www.pharm114.or.kr>
- 문의 서대문구보건소 상황실 ☎02-330-8909



추석 연휴 운영 약국 바로가기

추석 연휴 폐기물 배출 안내

추석 연휴 기간 중 '마포자원회수시설'과 '수도권매립지'의 휴무로 폐기물을 수거하지 않습니다. 주민 여러분께서는 불편하시더라도 다음 사항을 준수하여 쾌적한 명절이 되도록 적극 협조해 주시기 바라며, 폐기물은 연휴가 끝난 후 내 집내 점포 앞에 놓아주시기를 바랍니다.

대상 지역	<월, 수, 금 배출지역> 총현동(舊 북아현3동), 천연동, 신촌동(舊 대신동, 대현동, 봉원동), 홍제1·2·3동, 홍은2동, 남가좌1·2동, 북가좌1동	<화, 목, 일 배출지역> 총현동(舊 총정로), 북아현동, 신촌동(舊 창천동), 연희동, 홍은1동, 북가좌2동
배출 금지 기간	2023. 9. 28.(목) 0:00 ~ 10. 1.(일) 24:00 (4일간)	2023. 9. 28.(목) 0:00 ~ 9. 30.(토) 24:00 (3일간)
정상 배출 일시	2023. 10. 2.(월) 18:00 이후	2023. 10. 1.(일) 18:00 이후

지역별 쓰레기수거 대행업체 현황

업체명	대행 구역	전화번호
서울환경	총현동, 천연동, 북아현동, 신촌동	☎02-312-7703
아이앤지환경	연희동, 홍제동, 현저동	☎02-337-0063
서부환경	홍은동, 남가좌동, 북가좌동	☎02-374-2221

- 문의 청소행정과 ☎02-330-1376

이웃과 함께하는 우리 동 축제를 소개합니다

코로나19의 여파로 2019년 이후 한동안 중단됐던 서대문구 동 축제가 다시 찾아왔습니다. 무엇보다 동 주민들이 함께 준비하고 개최한다는 점에서 더욱 뜻깊은 '2023년 동 축제'에 여러분을 초대합니다.



"지역주민과 함께 즐겨요" 2023년 10월 동 축제 일정(5개 동)

동명	축제명	개최일자	장소	내용
북아현동	굴레방 나눔 한마당 축제	10. 21.(토)	북성초등학교 운동장	화합과 나눔의 비빔밥 만들기, 주민장기자랑 등
신촌동	신촌문화축제	10. 7.(토)	신촌 연세로	대학생 동아리 문화공연, 시민노래자랑, 플리마켓 등
연희동	낭만연희	10. 28.(토)	연희동 자치회관 및 공뜰어린이공원 일대	푸드 존, 문화공연, 체험마당, 플리마켓, 어린이버룩시장, 자치회관 프로그램 발표회 등
홍제2동	인왕골 어울림 한마당 축제	10. 14.(토)	홍제2동 인왕골마당	자치회관 프로그램 발표회, 주민공연, 만들기-먹거리 부스 운영 등
남가좌1동	남하나동 마을축제	10. 14.(토)	가재어린이공원	문화공연 및 전시, 체험 부스, 푸드 존 등

※ 자세한 내용은 동 누리집(홈페이지) 참고

북아현동 '2023 굴레방나눔한마당' 축제에 놀러 오세요

일시 2023. 10. 21.(토) 10:00~16:00
장소 북성초등학교 운동장
주최 북아현동 굴레방나눔한마당 추진위원회
내용

- 나눔 한마당 : 어린신 생신잔치, 사랑의 쌀나눔, 화합과 나눔의 비빔밥, 사랑의 고추장 나눔
- 화합 한마당 : 자치회관 프로그램 발표, 주민 장기자랑, 초청공연
- 부대행사

- 체험 마당 : 풍선아트, 나만의 호루라기 만들기 등 체험 부스
- 즐길 거리 : 먹거리, 농산물직거래 장터, 나눔장터 등

문의 북아현동 ☎02-330-8673



북아현동 홈페이지 바로가기

홍제2동 '2023 인왕골 어울림 한마당'에 초대합니다

일시 2023. 10. 14.(토) 12:00~17:00
장소 홍제2동 인왕골마당(홍제동 460-5 일원)
주최 홍제2동 인왕골 어울림 한마당 축제추진위원회
대상 홍제2동 주민 등 누구나
내용

- 무대 : 주민 장기자랑, 자치회관 발표회
- 부스 운영 : 먹거리, 우산수리, 인왕산생태교육, 전통놀이, 페이스페인팅 등

※ 상세 내용은 홍제2동 누리집(홈페이지)참고

문의 홍제2동 ☎02-330-8689



홍제2동 홈페이지 바로가기

다양한 프로그램으로 알찬 10월을 만나요

선선한 바람이 부는 풍요로운 가을을 맞이해 서대문구에서 준비한 다양한 행사와 프로그램을 소개합니다. 홍제천에서 열리는 먹거리 장터를 비롯해 다문화가족 운동회, 취업정보박람회와 취업지원 교육 프로그램까지 알차게 챙겨보세요.

장도 보고, 먹거리도 즐기고! 홍제천 가을 먹거리 장터

일시 2023. 10. 21.(토) 11:00~16:00
장소 홍제천 폭포마당, 2층 수변카페 테라스
준비 장바구니(비닐봉지 NO! 환경 살리는 장바구니 YES!)
내용 전통시장 먹거리, 간식류, 무료 체험부스 등 30개 운영(구청 홈페이지 공지사항 참조)
문의 지역경제과 ☎02-330-4997



다문화가족과 함께하는 가족운동회 '대(多)가(家)가(加)Go!' 참여자 모집합니다!

일시 2023. 10. 28.(토) 09:30~12:00
접수 2023. 10. 10.(화) ~ 10. 20.(금)
 ※ 선착순 접수로 모집 인원 완료 시 조기 마감
대상 서대문구 주민 100가정
장소 서대문구청 6층 대강당
내용 가족운동회, 세계나라 체험 부스 운영, 축하공연
 ※ 세부내용은 추후 변경될 수 있음
신청 QR 접수(<https://forms.gle/5kYRUwqrauFbEN8c9>)
문의 서대문구가족센터 (☎070-4156-4177)



신청바로가기

'2023년 서대문구 취업정보박람회' 개최합니다

일시 2023. 10. 16.(월) 13:00~17:00
장소 서대문구청 6층 대강당
대상 취업을 희망하는 구직자 및 구인 기업
운영
 - 기업 채용관 : 채용기업과 구직자 간 1:1 현장 면접 실시
 - 취업 정보관 : 1:1 취업 상담 및 컨설팅, 일자리 유관 기관 지원사업 안내 및 홍보
 - 이벤트관 : 이력서 사진 촬영, 퍼스널 컬러 진단 등

구분	시간	메인 행사	부대행사
1부	13:00~14:00	일자리 협약식 및 취업 성공 토크쇼	직업 체험 부스, 이벤트관
2부	14:00~17:00	현장 면접, 취업정보관 운영	

'취업 지원 교육 프로그램' 참여자 모집합니다

교육명	모집 기간	교육 기간	대상	인원
경비원 신입교육(2기)	2023. 10. 16.(월) ~ 10. 20.(금)	2023. 10. 31.(화) ~ 11. 3.(금)	경비원으로 취업할 의사가 있는 만 18~70세 미만 구민	30명
반려동물관리사 / 반려동물행동교정사 양성교육 (자격증과정)	2023. 9. 25.(월) ~ 10. 6.(금)	2023. 10. 24.(화)~ 11. 14.(화) ※ 온라인강의+집합(4회)	반려견 돌봄 경험이 있는 만 18세 이상 구민	25명

비용 무료(자격검정 응시료 자부담)
신청 서대문구 일자리플러스센터 방문 접수(서대문구청 1층)
문의 서대문구 일자리플러스센터 ☎02-330-1419
 지역경제과 ☎02-330-8780



서대문구 일자리플러스센터 바로가기



연희노인복지관 '청춘교실'의 다양한 프로그램을 소개합니다

접수 ~ 2023. 12. 1.(금)
운영 2023. 8. 8.(화) ~ 2023. 12. 29.(금)
대상 60세 이상 서대문구민
장소 연희노인복지관(서대문구 홍제천로 2길 111)
내용

Table with 5 columns: 프로그램명, 요일, 시간, 장소, 정원. Lists various activities like 라인댄스, 의자요가, 스포츠댄스, etc.

비용 각 과목당 월 4,000원(1과목 8월~12월 16,000원)
신청 방문 신청

'가좌마을 주민건강강좌'에서 폐 질환 강의 들으세요

일시 2023. 10. 20.(금) 14:00~15:00
대상 서대문구민 40명(선착순)
장소 북가좌동 주민센터 4층 강당(서대문구 수색로 100-55)
내용 지역주민 건강교육을 위해 김영삼 교수(연세대학교 세브란스병원 호흡기내과)가 '알고 보면 치명적인 폐 질환'에 대한 주제로 강의를 진행
신청 전화 예약(☎02-3140-8366) ※사전 예약 필수
문의 가좌보건지소 ☎02-3140-8366

치매안심센터 '키오스크 교육' 참여자 모집합니다

접수 2023. 10. 2.(월) ~ 10. 13.(금)
운영 2023. 10. 18. / 25.(수) 10:00 ~ 11:30
대상 서대문구민 10명(조기 마감될 수 있음)
장소 서대문구치매안심센터
내용 키오스크 소개 및 실습(패스트푸드, 푸드코트, 카페, KTX 및 고속버스 예매, 영화예매, 은행 ATM, 병원진료발급기, 무인민원발급기)
신청 서대문구치매안심센터 전화 신청
문의 서대문구치매안심센터 ☎02-379-0183

2023년 구민 정보화교육 신청하세요

신청 2023. 10. 23.(월) ~ 2023. 10. 26.(목)
교육 2023. 11. 6.(월) ~ 11. 30.(목)
대상 만 55세 이상 서대문구민
비용 무료
방법 구 누리집(홈페이지) https://www.sdm.go.kr
내용

Table with 5 columns: 편성반, 기간, 시간, 교육 수단, 장소. Details computer and smartphone training classes.

※ 홍은1동 교육장은 건물 공사로 인해 10월~12월 운영을 중단합니다.

문의 스마트정보과 ☎02-3140-8336



구 누리집 홈페이지 바로가기



서대문구 제14기 리더스 아카데미 수강생 모집합니다

교육 2023. 10. 5. ~ 11. 23.(매주 목요일) 18:00~20:00(8주 과정)
신청 2023. 9. 1.(금) ~ 모집 완료 시 종료
대상 서대문구 관내 소상공인, 창업예정자
장소 서대문 50+ 센터
내용 소기업소상공인의 경영능력개발과정과 퍼스널 브랜딩
비용 60,000원
신청 및 문의 (사)서대문구 소기업·소상공인회 교육분과 ☎010-5514-1038 / ☎010-2705-5238

'서대문구 상공회 제17기 최고경영자과정' 수강생 모집합니다

모집 2023. 9. 27.(수)까지
교육 2023. 10. 5. ~ 11. 30. (매주 목요일) 17:00~19:00(2시간)
장소 하하호호 홍제마을활력소(통일로 483) 및 스위스 그랜드 호텔(개·종강식)
대상 법인/개인사업자 대표, 임원 또는 관공서 사무관급 이상
정원 30명
비용 40만 원(강사료, 수수료, 워크숍, 식사 제공 비용 등)
문의 서대문구상공회 사무국 ☎02-395-1591~3
공지사향 참조



서대문구상공회 홈페이지 바로가기

아빠와 함께하는 원데이 클래스 참가자 모집해요

모집 2023. 9. 11.(월) ~ 선착순 마감
교육 2023. 10. 14. ~ 10. 28. (매주 토요일) 10:00~12:00
대상 아빠와 7세 이상 자녀 10팀(20명)
장소 서대문구인생케어평생학습관
비용 무료(재료비 자부담)
신청 온라인(서대문구 평생학습 포털)
내용

Table with 3 columns: 일정, 강의 주제, 재료비. Lists workshop dates and topics.

문의 교육지원과 ☎02-330-1578

에너지 시민리더의 에너지 절약 교육 함께 들어오

일시 - 1차: 2023. 10. 05.(목) 16:00~17:00 [구청 4층 1회의실]
대상 서대문구민
장소 서대문구청 4층 1회의실 및 서대문구 기대공간(응암로2길 15)
내용 에너지절약 실천 방법, 에너지절약 기구 사용, 제로 웨이스트 만들기 활동
방법 온라인(https://naver.me/x7B3lh9N) 신청
문의 기후환경과 ☎02-3140-8097



에너지 절약 교육 신청 바로가기

교육



쑥쑥

2023 부모 시민학교, '미니멀 라이프를 떠나는 여행' 함께해요

일시 2023. 10. 12(목) ~ 11. 11(토) (매주 목요일) 10:00~12:00
※ 19일 강의 없음. 11월 11일 플라마켓 11:00~14:00 진행
대상 구민 20명(선착순 접수)
장소 (1~3강)서대문청년창업센터 3층, (4~5강)서대문두바퀴환경센터
방법 서대문구평생학습포털(www.sdm.go.kr/III)
문의 교육지원과 ☎02-330-8274

Table with 4 columns: 회차, 일시, 강의명, 강사. Contains 5 rows of course details.

QR code and text: 미니멀라이프를 떠나는 여행 신청 바로가기

'영양의 날' 기념 가좌보건지소에서 영양 퀴즈도 풀고 유익한 강의 들으세요

일시 2023. 10. 13(금) 1부: 10:00~12:00/ 2부: 14:00~16:00
장소 서대문구 수색로 100-55 북가좌1동 주민센터 야외부스 및 4층 강당
대상 서대문구 거주 지역주민 누구나
내용 - 1부(홍보캠페인) 1층 야외, 영양 퀴즈 맞추기 등 - 2부(건강강좌) 4층 강당
- 주제: '면역력 향상을 위한 건강식단'
- 강사: 김태일 교수(연세대학교 세브란스 병원)
방법 예약 없이 누구나 참여 가능
문의 서대문구 가좌보건지소 영양교실 ☎02-3140-8325

'내 몸 살리는 활력밥상, 식생활교육&힐링프로그램 제4기 모집합니다

접수 2023. 9. 18.(월) ~ 10. 5.(목)(선착순 마감)
운영 2023. 10. 10.(화) ~ 11. 4.(토) 총 8회
매주 화, 목 19:00~21:00
대상 서대문구민 중장년 1인가구 15명
장소 북아현 마을밥상(신촌힐스테이트 상가, 204호)
내용 식생활교육 및 실습 7회/ 힐링프로그램 1회(안산돌레길 걷기)
※ 자세한 내용은 서대문구청 및 한살림서울(홈페이지)참고
비용 24,000원(회차별 3천 원)
신청 구글접수(QR) 또는 한살림매장현장접수 (http://seoul.hansalim.or.kr)
문의 한살림서울식생활교육센터 02-3498-3638 지역경제과 ☎02-330-4327

QR code and text: 활력밥상 신청 바로가기

시민노동법률학교에서 노동자의 권리와 법률에 대해 배워요

일시 2023. 10. 19. ~ 2023. 11. 2.(매주 목요일, 3회)
접수 마감 시까지
대상 서대문구 구민 및 노동자 20명(선착순)
장소 서대문구 통일로 484, 유진상가 공유캠퍼스 331호 교육실
내용 - 10. 19. 1강 임금과 노동시간 - 10. 26. 2강 산재와 재해보상 - 11. 02. 3강 해고와 실업급여
신청 서대문구 노동자지원센터 누리집 또는 QR 접수
문의 서대문구 노동자종합지원센터 ☎070-8890-0717

QR code and text: 서대문구 시민노동법률학교 신청 바로가기

건강



튼튼

건강한 노후를 위해 '구강건강 100세 준비교실' 신청하세요

기간 2023. 10. 17.(화) 10:00~11:30.
대상 서대문구 거주 60세 이상 누구나
장소 북가좌1동 주민센터 2층, 문화3교실
내용 치주질환 예방법, 구강기능 향상을 위한 구강 내외 마사지, 입 체조 교육 등
제공 실습물품 및 가정에서 활용 가능한 구강위생용품
방법 구강보건실 전화 및 방문 예약
문의 서대문구 가좌보건지소 구강보건실 ☎02-3140-8372

가족돌봄청년을 위한 맞춤형서비스 '2023년 일상돌봄 서비스' 신청하세요

신청 2023. 9.
대상 질병·정신질환 등을 앓고 있는 가족을 돌보거나, 그로 인해 생계를 책임지고 있는 가족돌봄청년 (13~34세, ※ 출생연도 기준)
내용 일상생활에 도움이 필요한 대상에게 재가돌봄가사, 식사·영양관리, 병원 동행, 심리지원, 독립생활 지원 등 서비스를 통합적으로 제공
방법 주민등록상 주소지 동주민센터 방문 신청 부득이한 사유로 방문 불가한 경우 전화·우편·팩스 신청 가능(해당 동주민센터 확인 필요)
문의 인생케어과 ☎02-330-3831, 주소지 동주민센터 *상세내용은 서대문구청 홈페이지(공지사항)를 참고해 주시기 바랍니다.

전통시장으로 찾아가는 '결핵이동검진' 받으세요

목적 결핵 정기 검진을 통한 결핵 조기 발견 및 전파 차단으로 구민 건강 보호
대상 전통시장 상인 및 이용객 누구나
일정
장소 일정
영천시장 2023. 10. 11.(수) 14:00~16:00
인왕시장 2023. 10. 13.(금) 14:00~16:00
내용 -이동검진차량 장비를 활용한 흉부X-선 촬영검사, 유소견자대상 객담검사
-결과에 따른 국가결핵관리지침 근거 조치
-결핵예방교육 및 정기결핵검진 홍보(리플렛 및 홍보물 제공)
신청 당일 방문 접수
문의 보건소 결핵실 ☎02-330-8877

존엄한 삶의 마무리 '사전연명의료 의향서' 가좌보건지소에서 상담하세요

사전연명의료 의향서란?
19세 이상인 사람이 향후 자신이 임종 과정에 있는 환자가 되었을 때를 대비하여 연명의료 중단 결정 및 호스피스에 관한 의사를 직접 문서(전자문서 포함)로 작성한 것입니다.
기간 월~금, 09:00~18:00
대상 19세 이상 주민
장소 가좌보건지소 3층 구강교육실
방법 본인 신분증 지참 방문(본인 외에 대리 불가능) *전화예약 시 원하는 시간에 상담 가능
문의 서대문구 가좌보건지소 구강상담실 ☎02-3140-8372



행정



특특

10월 구청·동 주민센터에서 무료상담 받으세요

10월 구청 무료 법률·세무·건축설계 상담

구분	분야	일시	상담방법	예약 연락처
구청 상담	법률	10. 16.(월), 10. 23.(월), 10. 30.(월) 14:00~17:00	대면상담	☎ 02-330-8719, 8747
	세무	10. 12.(목), 10. 26.(목) 14:00~17:00	대면상담	☎ 02-330-8719, 8747
	건축 설계	월~금 13:00~17:00	대면상담	☎ 02-330-1953

※ 정기상담 일정은 변경될 수 있음, 방문·유선 사전예약 필수

10월 동 주민센터 무료 법률·법무 상담

- 서울시 마을변호사·마을법무사 무료상담 (대면 또는 유선상담)

구분	장소	예약 연락처
마을 변호사 (법률, 대면상담 또는 유선상담)	충현동	☎ 02-330-8178
	천연동	☎ 02-330-8262
	북아현동	☎ 02-330-8163
	연희동	☎ 02-330-8250
	신촌동	☎ 02-330-8760
	홍제1동	☎ 02-330-8290
	홍제2동	☎ 02-330-6765
	홍제3동	☎ 02-330-8609
	홍은1동	☎ 02-330-8483
	홍은2동	☎ 02-330-8501
	남가좌1동	☎ 02-330-8872
	남가좌2동	☎ 02-330-8772
	북가좌1동	☎ 02-330-8560
	북가좌2동	☎ 02-330-4368
마을 법무사 (법무, 대면상담 또는 유선상담)	충현동	☎ 02-330-8178
	천연동	☎ 02-330-8262
	연희동	☎ 02-330-8250
	신촌동	☎ 02-330-8760
	홍제2동	☎ 02-330-6765
	홍은2동	☎ 02-330-8501
	남가좌2동	☎ 02-330-8772
북가좌1동	☎ 02-330-8560	

※ 대면/유선 등 상담방법, 세부일정은 동 주민센터 연락처로 개별 문의, 방문·유선 사전예약 필수

문의 기획예산과 ☎02-330-8719 건축과 ☎02-330-195

서대문시니어클럽 노인일자리 시장형사업 참여자 추가모집합니다

접수 2023. 9. ~

대상 60세 이상 서울 내 거주자(서대문구 거주자 우대)

내용 노인일자리 시장형 사업 참여자 추가 모집

- 이동식스팀세차취의취의 - 출장세차, 스팀세차
- 밀반찬제조아미야미 - 밀반찬 제조 및 판매
- 시니어카페이스턴 - 카페음료 제조 및 판매
- 배달전문땀땀땀 - 밀반찬 배달, 카드 배송
- 시니어방과후코칭 - 아동 자기주도학습 및 양육코칭
- 보행자통행안전시니어서비스맨 - 스타벅스(드라이브 스루)보행자 통행 안전지원
- 시니어빨래방뽕뽕송 - 세탁 및 건조
- 취업알선형 - 경비·청소·주차관리 등

신청 문의 방문(서대문구 모래내로13길 13, 2층) 서대문시니어클럽 ☎02-6380-9988

2023년 하반기 회용품 사용규제 현장 점검 안내합니다

기간 2023. 9. 4.(월) ~ 12. 31.(일)
※ 계도기간 종료일: 2023. 11. 23.

대상 관내 집단급식소, 식품접객업, 목욕장업, 백화점 및 대규모점포, 체육시설, 매장면적 33㎡ 초과 도소매업 등

방법 기간 내 자체 점검반(2인 1조) 현장 방문
- (계도기간) 규제사항 홍보 및 계도
- (계도기간 후) 적발 시 행정지도 후 과태료 부과 검토

내용 '1회용품 사용 줄이기 적용범위 가이드라인' QR코드 참조

문의 청소행정과 ☎02-330-1514



◀ 1회용품 사용 줄이기 적용범위 가이드라인 바로가기

행정



특특

언제 어디서나 편리하게 무인민원발급기를 이용하세요

기간 연중

대상 민원 서류를 발급하려는 지역 주민 누구나

장소

장소	소재지	운영시간	비고	
서대문구청	연희로248	00:00~24:00		
서대문세무서	세무서길 11	09:00~18:00	평일	
세브란스 병원	연세로50 본관 3층	06:00~24:00		
연세대학교	연세로50 백양누리 지하 1층			
이화여자대학교	이화여대길52 ECC관			
명지전문대학교	가좌로134			
신촌역	신촌로 90 3번출구			
홍제역	통일로451 2번 출구			
가좌역	가좌로 134			
충정로역	충정로3가 303-2 지하 2층			
14개동 주민센터			09:00~18:00	평일
충현동 자치회관			09:00~18:00	평일

※ 가족관계증명, 제적등(초)본은 구청·주민센터·세브란스병원·세무서만 발급 가능

방법 증명종류 선택 ▶ 주민번호 입력 ▶ 지문 확인 ▶ 수수료 결제 ▶ 증명서 발급

문의 민원여권과 ☎02-330-1146

매주 수요일 일과 시간 외에도 편리하게 민원 서비스를 이용하세요

일시 매주 수요일 08:00~20:00

대상 서대문구민 누구나

장소 서대문구청 본관 1층 민원여권과

내용

- 통합민원 증명발급(주민등록등·초본, 인감증명서, 가족관계등록부, 지적관련 서류 등)
- 국내 혼인신고 접수
- 여권 접수 및 교부 ※ 여권 접수는 18:00~20:00만 가능

문의 민원여권과 ☎02-330-1146

가족관계등록신고 비대면 민원접수 서비스 이용해 보세요

기간 연중

대상 가족관계등록신고를 원하는 서대문구민 누구나

비대면 신고 방법

인터넷신고 또는 우편신고

인터넷 신고

- 종류 : 6종(등록기준지변경, 출생, 개명, 국적취득자의 성·본 창설, 가족관계등록 창설, 가족관계등록부 정정)
- ※ 단, 출생신고는 출생 병원별로 인터넷신고 여부 다름
- 신고방법 : 전자가족관계등록시스템 (<https://efamily.scourt.go.kr>)에 접속 신청
- ※ 공인인증서 필요, 문의 ☎1899-2732

우편 신고

- 종류 : 출생신고 등 34종 (상세내용은 관련 홈페이지 참고)
- 신고방법 : 대한민국법원 전자민원시스템 (<https://help.scourt.go.kr>)에 접속하여 신고서 양식 다운로드 후 작성하여 등기우편으로 제출 (신고기한 내 도착 필수)
- ※ 보내실 곳 : (03718) 서울시 서대문구 연희로 248, 서대문구청 1층 민원여권과
- ※ 정확한 신고서 작성을 위하여 반드시 전화상담 실시 ☎02-330-1424



◀ 전자가족관계등록시스템 바로가기

제31회 가곡의 밤에 놀러오세요

일시 2023. 10. 26.(목) 19:00

장소 연세대학교 백주년기념관 백양콘서트홀

문의 (주)서부신문사 ☎02-338-2341~3

행정



특특

서대문장애인가족지원센터 운영 안내

- 대상** 서대문구 관내 장애인 가족
- 내용**
 - 동료상담 : 장애 자녀를 둔 다양한 경험을 바탕으로 공감대를 형성하여 정서적 지지 및 정보제공 지원
 - 긴급돌봄 : 긴급 시 발생 되는 상황에 대해 돌봄 서비스 지원(일 8시간, 연 8회/연 64시간)
 - 지원 대상 : 만 6세 ~ 65세 중증장애인 (장애 정도 심한장애인)
 - 이용 비용 : 주중/시간당 1,500원, 주말/시간당 2,250원(차상위 초과 가정)
 - ※ 장애인활동지원서비스와 중복신청 불가
- 모집** 연중
- 신청** 서대문장애인가족지원센터 전화 및 방문 신청
세검정로 78-19, 1층(홍제동)
- 문의** 서대문장애인가족지원센터 ☎02-394-4430

내 주차장, 안 쓰는 시간만 공유해보세요!

- 사업 대상** 비어있는 주차 공간을 공유 희망하는 구민 또는 단체
 - 다세대·다가구 주택 주차장
 - 아파트·대규모 빌라 단지(공동주택), 회사, 상가 등 부설주차장
 - 종교시설, 병원 등 부설주차장
 - 세무서, 학교, 건강보험공단 등 부설주차장
- 사업 내용** 비어있는 주차 공간을 공유하여 해당 주차장이 필요한 사람에게 유료로 이용할 수 있게 하는 사업
- 공유 혜택**
 - 공유 주차로 발생한 수익금 70% 지급
 - (희망 시) 주차구획 도색 지원 및 주차 안내판 지원

- 이용 방법** 스마트폰 앱 '모두의주차장' 설치 후 주차공간 공유(주차공간소유자) 및 공유주차 이용(공유된 주차공간 이용희망자)
- 문의** 모두의주차장 ☎1899-8242 및 주차교통과 ☎02-330-1866

'쉽이 있는 노동, 쉽이 있는 서대문' 노동 4행시 공모전 참여하세요

- 기간** 2023. 9. 5.(화) ~ 10. 3.(화) (접수 기간 : 4주)
- 주제** ①일삶균형 / ②이동노동 / ③휴게시간
- 대상** 서대문구민 누구나
- 방법** 주제어를 택하여 4행시 작성 및 응모
 - ※ 1인당 응모 편수는 주제어별로 1건으로, 1인당 총 3건까지 가능. 단, 중복 시상은 하지 않음
- 접수** 온라인접수(bit.ly/2023노동4행시)
- 시상**
 - 노동행복상 1명 (30만 원 상당의 상품)
 - 노동존중상 3명 (10만 원 상당의 상품)
 - 노동사랑상 5명 (5만 원 상당의 상품)
 - 나눔상 50명 (추첨, 1만 원 상당의 상품)
- 시상 발표** 2023. 10. 11.(수) 센터 홈페이지 (www.sdmworker.org)
- 시상식** 2023. 10. 12.(목) 17:00 노동인권문화제 개막식
 - ※ 수상자 및 시상식 장소 개별 연락

문화제 기타 프로그램 안내

서대문구 노동자종합지원센터 홈페이지 (www.sdmworker.org)

문의 서대문구 노동자종합지원센터 ☎02-395-0720



◀ 서대문구 노동자종합지원센터 바로가기

다들 매력 특명서술

서울 이야기

www.seoul.go.kr



서울시가 10월, 가을을 맞아 한강에서 즐길 수 있는 다양한 행사들을 마련했다. 도심 속 자연과 함께 가을의 낭만을 만끽해보자.

올 가을 메밀꽃이 만발한 반포한강공원 서래섬 일대가 화려한 빛과 레이저를 활용한 미디어아트로 채워진다. 오는 10월 6일(금) 개막식을 시작으로 15일(일)까지 열흘간 서래섬과 반포 한강공원 일대에서 **2023 서울라이트 한강 빛섬축제**를 처음으로 선보인다. '빛'을 통해 떠올릴 수 있는 영감, 희망, 기쁨, 치유, 아름다움 등 5가지 긍정적인 감성들을 시민들이 직접 느끼고 체험할 수 있도록 다채로운 프로그램이 준비되어 있다.



책 읽는 한강공원이 아빠는 독서, 엄마는 공연, 아이는 놀이라는 주제로 하반기 새단장을 마쳤다. 독서·여의도 한강공원의 수변 야외 도서관에서 운슬과 노을을 보며 책을 읽을 수 있도록 편안한 문화공간을 제공한다. 매주 토요일 12시부터 20시까지 운영된다. 여의도는 '철수네 슈퍼', 독섬은 '영희네 문방구'라는 야외 도서관에서 책을 빌려서 읽으며 뉴트로 감성까지 즐길 수 있는 특별한 공간이 마련되었다. 폐막식은 10월 28일(토), 독섬 한강공원에서 진행될 예정이다.

한편 독섬 한강공원에서는 책 읽는 한강공원과 함께 10월 15일(일)까지 **2023 한강조각프로젝트** 전시회를

개최하여, 시민들에게 또 다른 볼거리를 선사할 것으로 기대된다. **한국 대표 조각가들이 출품한** 100여 점의 대형 조각작품이 한강의 풍광과 어우러져 방문객에게 감성 휴식을 제공할 예정이다.

올 봄, 한강 밤하늘을 수놓으며 장관을 연출했던 **2023 한강 불빛 공연(드론 라이트 쇼)**이 가을을 맞아 더 화려하고 풍성한 볼거리로 돌아온다. 10월 27일(금)까지 매주 금요일 독섬 한강공원 수변무대에서 정기적으로 개최된다. 최대 1,000대의 드론과 문화예술공연 등으로 무장해 다양한 볼거리를 선보일 예정이다. 관련한 자세한 사항은 공식 인스타그램(@seoultroneshow_official) 또는 다산콜센터(☎120)를 통해 확인할 수 있다.



*** 공연일정: 10.1.(일), 10.6.(금), 10.13.(금), 10.20.(금), 10.27.(금)**

잠수교 두벽두벽 축제도 선선한 가을에 시민들의 걸을 다시 찾아간다. 2026년 전면 보행화를 앞둔 잠수교에서 미리 한강 보행교 체험의 기회를 제공하고, 관광자원으로서 한강 다리의 가능성을 모색하기 위해 기획된 이번 축제에서 시민들은 다채로운 놀거리·먹거리를 누릴 수 있다.

*** 11월 12일(일)까지 매주 일요일(10월: 12시~20시, 11월: 12시~19시 종료) (*10.1.(일), 추석연휴기간 제외)**

그 외에도 어디선가 들어본 적 있는 익숙하고도 감성적인 오케스트라 선율이 발길을 머무르게 하는 **해질녘 가을 음악회**, 해가 저무는 가을 저녁, 헤드셋을 끼고 온전히 나에게만 집중하는 **나홀로 요가** 등 다양한 즐길거리가 준비되어 있다. 더 자세한 내용과 다양한 프로그램은 **2023 한강페스티벌** 홈페이지(https://festival.seoul.go.kr/hangang)에서 확인 가능하다.

서대문구 구민안전보험

누구나 별도의 가입절차 없이 자동가입되는 보험으로, 예상치 못한 재난 및 사고에 처한 구민들의 피해를 보상해 드립니다.

보장기간 | 2023. 4. 26. ~ 2024. 4. 25.
피보험자 | 서대문구에 주민등록된 모든 구민(등록외국인 포함)

보험청구
청구기간 | 보장기간 중 발생한 사고 발생일로부터 3년 이내
청구방법 | 피보험자 또는 법정상속인이 보험사에 직접 청구
보험문의 | 한국지방재정공제회 ☎1577-5939

보장내용			
구분	보장금액	내용	
뺑소니·무보험차	사망	500만원	뺑소니사고 또는 무보험자동차에 의한 사고로 사망하거나 장애상태가 된 경우
	후유장해	500만원 한도	
익사사고 사망		1,000만원	익사사고로 사망한 경우
가스상해	사망	1,000만원	가스사고로 사망하거나 장애상태가 된 경우
	후유장해	1,000만원 한도	
화상수술비		50만원 한도	화상을 입고 그 치료를 목적으로 수술을 받은 경우
개물림사고 응급실내원 치료비		10만원 한도	국내에서 발생한 개물림 사고로 응급실에 내원하여 치료를 받은 경우
개인형 이동장치	사망	1,000만원	전동킥보드, 전동이륜평행차 등에 의해 발생한 사고로 사망한 경우
	후유장해	1,000만원 한도	



제294회 서대문구의회 임시회



서대문구의회는 9월 14일(목)부터 8일간의 일정으로 제294회 임시회를 열었습니다.

이번 임시회는 크게 '2023년도 서대문구의회 행정사무감사 계획서 승인'과 '구정에 관한 질문', '조례안 등 안건 심사'를 진행했습니다.

각 상임위원회별 심사 안건은 다음과 같습니다.

의회운영위원회(위원장 이용준)

- ▶ 서대문구의회 의정활동비 지급에 관한 조례 일부개정조례안(강민하 의원 발의)
- ▶ 서대문구의회 교섭단체 구성 및 운영에 관한 조례안(김덕현 의원 발의)
- ▶ 서대문구의회 위원회 조례 일부개정조례안(서호성 의원 발의)
- ▶ 서대문구의회 회의 규칙 일부개정규칙안(이용준 의원 발의)
- ▶ 서대문구 마을버스 재정지원 조례 및 예산 행정집행 미실시에 대한 감사원 제2차 공익감사청구안

행정복지위원회(위원장 김덕현)

- ▶ 서대문구 통반 설치 조례 일부개정조례안(이경선 의원 발의)
- ▶ 서대문구 주민 구정활동 활성화를 위한 포인트제 운영 조례안(이경선 의원 발의)
- ▶ 서대문구 경로당 운영 활성화에 관한 조례안(이진삼 의원 대표발의)
- ▶ 서대문구 아이돌봄 지원에 관한 조례안(이종석 의원 발의)
- ▶ 서대문구 성별영향분석평가 조례 일부개정조례안(이진삼 의원 발의)
- ▶ 서대문구 부모교육 지원 조례안(강민하 의원 발의)
- ▶ 서대문구 초등학생 방과 후 돌봄지원에 관한 조례안(김덕현 의원 발의)
- ▶ 서대문구 아동친화도시 조성에 관한 조례 일부개정조례안(박진우 의원 발의)
- ▶ 서대문구 학교 밖 청소년 지원 조례 일부개정조례안(윤유현 의원 발의)
- ▶ 서대문구 입양가정 지원에 관한 조례 일부개정조례안(윤유현 의원 발의)
- ▶ 서대문구 지방공무원 복무 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 주민자치회 설치·운영에 관한 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 의료급여기금 특별회계 설치 및 운용 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 장애인복지위원회 구성 및 운영 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 체육시설의 설치 및 운영 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 지역보건법 위반 과태료 부과·징수 조례 일부개정조례안
- ▶ 「서대문구 추모의 집 운영」 사무의 민간위탁 동의안
- ▶ 「길고양이 중성화 사업」 사무의 민간위탁 동의안
- ▶ 서대문50플러스센터 운영 사무의 민간위탁 재계약 보고안

재정건설위원회(위원장 서호성)

- ▶ 서대문구 이에스지(ESG) 경영 활성화 및 지원에 관한 조례안(이경선 의원 발의)
- ▶ 서대문구 어린이안전관리에 관한 조례안(박진우 의원 발의)
- ▶ 서대문구 의용소방대 지원에 관한 조례안(이종석 의원 발의)
- ▶ 서대문구 산불방지에 관한 조례안(이경선 의원 발의)
- ▶ 서대문구 카페 폭포 운영 및 청년희망드림기금 설치·운영에 관한 조례안
- ▶ 서대문구 난지 음식물류폐기물 자원화시설 운영기금 설치 및 운영 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 주차장 특별회계 설치 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 건축안전특별회계 설치 및 운용 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 도로굴착복구기금 설치 조례 일부개정조례안
- ▶ 서대문구 지역개발 및 지하보행네트워크 조성 기금 설치 및 운용에 관한 조례 일부개정조례안
- ▶ 한국지방세연구원 출연금 예산편성 동의안
- ▶ 흥은5 주택재건축 정비구역 지정 및 정비계획 결정(변경)(안) 의견청취(안)
- ▶ 천연동-충현동 일대 도시재생활성화계획 변경(안) 의견청취(안)

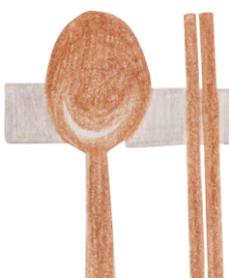
추석 음식 건강하게 즐기기

추석은 가족과 함께 보내는 소중한 명절인 만큼 맛있는 음식의 유혹도 가득합니다. 다양한 음식을 먹으면서도 살찌지 않고 보낼 수 있도록 열량과 레시피에 대해 함께 알아봅시다.

글. 김연수 푸드테라피협회 대표(전 의학전문기자)

살피기 쉬운 명절 음식

명절인 추석에는 송편·전·고기와 같이 풍성한 음식이 한 상 가득 차려지곤 합니다. 그런데 연휴 동안 이런 맛있는 음식을 즐기다 보면 어느새 몸무게가 부쩍 늘어나는 경우가 많습니다. 명절 음식은 보통 일상에서 먹는 음식보다 더 기름지고 열량이 높아 소화가 더디게 이루어지며, 식이섬유가 부족해 체중 증가가 더 쉽게 일어납니다. 특히 당뇨병 환자나 고혈압 환자와 같이 식이 조절이 필요한 사람들에게는 명절 음식이 건강에 해로울 수 있습니다. 평균 성인의 하루 권장 칼로리는 2,000~2,500kcal 정도인데, 추석 음식을 섭취하면 일상적인 칼로리 섭취량보다 약 1,300~1,400kcal 더 높아집니다. 후식으로 송편이나 식혜, 단감, 과일까지 먹으면 하루 섭취하는 칼로리가 5,000kcal를 쉽게 넘어서게 됩니다. 따라서 명절 기간에는 음식을 즐기되, 적당한 식사와 운동을 통해 건강을 유지하는 노력이 필요합니다.



가 됩니다. 송편은 1접시당 40~42kcal, 식혜 200ml가 200kcal, 단감 1개당 164kcal의 칼로리를 가지고 있습니다. 명절 음식은 기름에 지지거나 볶는 과정이 많아서 일반 음식보다 칼로리가 높습니다. 추석 음식을 더 건강하게 섭취하기 위해 재료나 조리법을 조금만 조절한다면, 고열량 음식을 저열량 음식으로 바꿀 수 있습니다.

송편, 나물류 저열량으로 먹는 조리법

대표적인 추석 음식 중 하나인 송편은 보통 멥쌀가루로만 반죽해 흰쌀 송편을 만드는데, 이보다는 썩을 첨가해 썩송편을 만들면 칼로리를 낮출 수 있습니다. 또한, 송편에 넣는 소를 100g당 212kcal인 깨와 꿀 대신 검정콩이나 팥으로 대체하면, 각각 197kcal 및 203kcal로 열량을 조금 낮출 수 있습니다. 나물류는 기름에 볶으면 칼로리가 높아지므로, 기름 대신 무치는 방법으로 조리하면 칼로리를 효과적으로 낮출 수 있습니다. 예를 들어 고사리나물의 경우, 기름에 볶을 때 한 접시당 (88g) 56kcal이지만 무치면 39kcal로 열량이 줄어듭니다. 소고기뭇국이나 토란국과 같은 탕류도 쇠고기를 양지 대신 사태로 바꾸면 열량을 줄일 수 있습니다. 이런 방식으로 재료나 조리법을 약간 조절하면 추석 음식을 더 건강하고 맛있게 즐길 수 있습니다.

추석 음식이 이렇게 고칼로리?

예를 들어 쌀밥 한 공기(약 290.9kcal), 쇠고기뭇국(약 266kcal), 소갈비찜 2점(약 300kcal), 전 3개(약 273kcal), 잡채 반 접시(약 148kcal), 고사리나물 반 접시(약 25.5kcal), 배추김치 반 접시(약 19kcal)를 먹으면, 총열량이 약 1,300~1,400kcal 정도

서대문구에서 맞이하는 행복한 임신&출산&육아



새로운 여정을 알리는 출산과 육아는 인생의 큰 기쁨입니다. 서대문구는 특별한 순간을 맞이하는 가족들이 꼭 필요한 도움을 받을 수 있도록 여러 지원 프로그램을 마련하고 있습니다. 임신·출산·육아와 관련한 지원 정보를 확인하고, 서대문구와 함께 행복한 순간을 만들어 가세요.

서대문구 거주 임신부에게 임신축하금을 지원합니다

신청 대상 2023. 7. 1.(토) 기준 6개월 이상 서대문구 거주 중인 임신부
- 소득, 재산 기준 없음
- 외국인의 경우, 외국인 등록자 중 180일 이상 거주하여야 하며, 부부 중 1명이 내국인으로 관내 주민등록 거주자

신청 접수 2023. 9. 1.(금) ~
※ 2023. 8. 1.(화) ~ 31.(목) 미접수자 소급 적용
신청 기간 임신확인서를 발급받은 날로부터 6개월 이내
※ 출산 전이어야 하며, 임신확인서의 경우 임신을 확인할 수 있는 서류로 대체 가능

지원 금액 태아 수에 따라 현금 차등 지급
※ 단태아 30만 원, 쌍둥이 60만 원, 셋쌍둥이 이상 90만 원
- 지급 방법: 신청한 다음 달 10일 이내 본인 계좌로 입금(월 1회)

신청 방법 온라인 신청 또는 방문 신청
- 온라인 신청 : 정부24(<http://www.gov.kr>) 접속 후 '임신축하금' 검색 신청

- 방문 신청
• 장소 : 관할 동주민센터 및 보건소
• 서류 : 신분증(외국인의 경우 외국인등록사실증명서), 신청서, 임신확인서(병의원 발급), 본인 통장 사본, 개인정보 수집 이용·제공동의서

문의 보건소 임신출산상담실
☎02-330-1825/1887



서울시임신출산정보센터 바로가기



정부24 바로가기

행복한 예비엄마 출산준비교실(3차)에서 만나요

접수 2023. 9. 11.(월) ~ 10. 5.(목)
운영 2023. 10. 10.(화) ~ 10. 11.(수) /
10. 17.(화) ~ 10. 18.(수) 14:00~16:00
(※ 4회기 과정)

대상 서대문구 임신부 60명(선착순)
장소 서대문구보건소(8층) 미소지움관
내용

회차	일자	주제	모집인원
1강	10. 10.(화)	분만 리허설	15명
2강	10. 11.(수)	수유의 모든 것	15명
3강	10. 17.(화)	신생아 실전 케어	15명
4강	10. 18.(수)	산후 트러블 및 산후 우울증 관리	15명

신청 온라인 신청(서울시임신출산정보센터) → QR 코드-보건소 교육 신청
문의 보건소 모자보건실
☎02-330-3804

'공공산후조리원'이 여러분을 맞이합니다

개원 시기 2023. 12. 예정
(2023. 10. 1.부터 예약 시작)

입소 예약 방법
출산예정일 2개월 전 신청
(예 : 2023년 12월 출산 예정인 경우 10월 신청)
- 온라인 예약 : 공공산후조리원 공식 홈페이지로 접속하여 신청
※ 홈페이지 주소 : <https://www.sdm-mom.or.kr>
또는 <https://www.품애가득.kr>
- 오프라인 예약(공휴일 제외) : 서대문구보건소 7층 지역건강과
※ 개원 후 공공산후조리원(서대문구 증가로30길 45)에서 접수

예약 시기 매달 1일 ~ 10일
입소자 선정 방법 공개 추첨
- 추첨 일자 : 매달 15일(15일 공휴일일 경우 사전 공지 후 전일 추첨 진행)
- 추첨 방식 : 장애인 산모실(2실)을 제외한 일반 산모실(10실)을 취약계층 70%, 일반산모 30% 비율로 배정하여 추첨
※ ① 취약계층 비율 70% 미달 시, 일반산모 비율 확대하여 추첨 진행
② 일반산모는 서대문구 주민을 대상으로 선정하고, 미달 시 타구 주민 추첨
③ 추첨 후 필요서류(등·초본 및 취약계층 입증 서류 등) 제출, 미제출 시 당첨 취소 및 차순위 대기자 선정

이용료
- 250만 원(2주)
- 취약계층(기초생활수급자 및 차상위계층, 한부모, 국가유공자 및 북한이탈주민 등) 우선입소 및 기본이용료 50% 감면
- 1년 이상 거주 서대문 주민 20% 감면
- 타 구 주민은 기본이용료의 10% 할증



공공산후조리원 바로가기

서울형 산후조리경비 지원해 드립니다

시기 2023. 9. ~
대상 신청일 기준 서울시 6개월 이상 거주 산모
※ 서울시 출생신고
내용 산모 1인당 산후조리 경비 바우처(100만 원 상당)지급
- 산모·신생아 건강관리 서비스(50만 원 상당)
- 의약품, 한약조제, 건강식품 구매 및 산후 운동수강 서비스(50만 원 상당)
※ 협약카드사 : 신한(국민행복카드), 삼성, KB국민, 우리, BC(IBK기업, 신한, 우체국, 새마을금고)

신청
- (온라인) 이용자가 서울맘케어(www.seoulmomcare.com)
- (현장) 동주민센터 방문하여 신청(신분증 지참)

기한 출산일로부터 60일 이내 신청
문의 가족정책과 ☎02-330-3841



서울맘케어 바로가기



“모두가 함께 어울린 즐거운 축제” 2023 신촌글로벌대학문화축제 성황리에 개최, 53만 명이 다녀가다



화려한 개막 퍼레이드로 시작한 축제

시원한 바람이 반가운 초가을, 국내외 청년들이 만들어 가는 열정의 축제가 젊음과 낭만의 거리 신촌에서 펼쳐졌습니다.

9월 14일 신촌 스타광장에서 지휘자 함신익과 오케스트라 ‘심포니 송’의 공연을 시작으로, 15~17일 연세로와 명물거리, 창천문화공원 등 신촌 일대에서 외국인 유학생과 주한 외국대사관, 대학과 지역사회 등이 함께하는 ‘2023 신촌글로벌대학문화축제’를 개최하였습니다.

15일 저녁에는 화려한 ‘개막 퍼레이드’가 진행되었는데요. 40여 나라의 외국인 유학생과 주한 외국대사관 공연팀, 연세대-이화여대-서강대 응원단, 국내 대학생 등이 참여하는 가운데 연세로 약 500m 구간에서 펼쳐졌습니다.



전 세계가 하나된 글로벌 콘텐츠가 가득

개막식에는 자카리아 알 사아디 주한 오만 대사, 량광중 주한 대만대표부 대표, 디압 알 라쉬디 주한 쿠웨이트 대사, 송칸 루앙무닌톤 주한 라오스 대사 등 15개국 30여 명의 외교관들이 참석했습니다.

16일에는 신촌 굿잡 일자리 콘서트, K-뷰티쇼 ‘신촌 페르소나’, 사람-사랑-일(事) 사.사.사 토크 콘서트, K-팝 댄스공연 등을 잇달아 선보였습니다.

축제 마지막 날인 17일에는 ‘세계는 하나’ 비빔밥 퍼포먼스, 여경래 셰프와 미카엘 셰프 등이 심사위원으로 참여하는 세계 요리 경연 대회, 방송인 타일러가 진행하는 청년공감 토크쇼 등이 진행되며, 많은 관객의 환호를 받았습니다.



대학생과 청년들이 적극적으로 참여한 축제

축제 폐막의 아쉬움을 달랠 ‘신촌 VIBE 콘서트’는 연세대 아카라카 응원단의 공연을 비롯해 케이팝 댄스, 록 밴드, 힙합, 비보이, 디제잉 공연 등으로 다채롭게 꾸며졌습니다. 축제 행사장에는 16~17일 ▲글로벌존 ▲세계음식존 ▲대학교존 ▲청소년존이 운영되었습니다. ‘글로벌존’에서는 각 대사관과 국내 외국인 유학생 커뮤니티가 50여 개의 홍보 부스에서 전통의상 체험과 전통음악 버스킹을 진행하고 공예품과 문화 관광 콘텐츠 등을 전시하였습니다.

올해 처음 열리는 이번 행사는 특히 경기대, 명지대, 서강대, 디지털서울문화예술대, 연세대, 이화여대 등의 대학생들로 구성된 중앙기획단과 실무협의체가 기획과 실무 전반에 참여해 청년들의 큰 호응을 얻었습니다. 유동인구 센서 분석에 따르면, 행사가 진행된 9월 14일~17일 평상시 유동인구보다 20.1% 증가한 약 53만 명이 축제에 다녀간 것으로 나타났습니다.

이번 축제를 발판으로, 신촌이 각국의 다양한 문화 콘텐츠를 교류하는 글로벌 명소로 거듭나기를 기대합니다.





지난 호 <서대문마당> 어떻게 보셨나요?

멋지기 때문에 눌러 왔지

직장인이라서 도서관 가는 것이 조금 여의찮았는데 홍제역에 있는 스마트 도서관을 통해편하게대출하고 반납할 수 있어 잘 이용하고 있습니다. 덕분에 출퇴근길에 지식도 충전하고, 감성도 충만 시키는 것 같아 좋습니다.

이지훈(홍제동)

이달의 서대문

관심 두지 않으면 알 수 없는 다채로운 프로그램들이 일목요연하게 정리되어 보기 편하네요. 사회복지, 교육 등 도움을 받을 수 있는 내용들이 많아 의미있고, 구정 업무의 수고로움도 느낄 수 있었습니다.

문용주(북가좌동)

테마 정책

'서대문구를 대표하는 새로운 축제'에 관한 내용 잘 읽었습니다. 연세대와 이화여대 등 유수의 대학들이 자리한 우리 서대문구는 젊음의 낭만과 열정이 넘치는 곳입니다. 9월에 펼쳐지는 각 대학의 다양한 축제에서 준비한 '대학문화축제'를 만끽하게 되어 마음이 설레고 기대가 됩니다.

김태완(신촌동)

서대문마당

우연히 '무료 우산 수리'에 대한 내용을 보고, 구청 근처에 가는 김에 챙겨왔습니다. 3시쯤 지나니 많은 사람이 우산을 가져와서 정말 깜짝 놀랐어요. 차례가 되어 우산을 보여드리니, 아주 꼼꼼히 그리고 친절하게 살펴주셔서 좋았습니다. 저 또한 누군가에게 필요한 사람이 되어 났다는 다짐과 함께서대문구에 살아 참 행복하다고 느꼈습니다.

김영자(남가좌동)

독자 여러분의 참여를 기다립니다

구민과 함께 만들어가는 <서대문마당>은 구민 여러분의 참여를 기다립니다.

사연이 소개되거나 새로운 기사 만들기에 채택되신 분께는 소정의 선물을 보내드립니다.

1. 가장 인상 깊었던 기사와 그 이유는 무엇인가요?

.....
.....
.....

2. 소개하고 싶은 사연이나 다루었으면 하는 기사를 추천해주세요.

.....
.....
.....

참여 기간 10월 5일까지 필수 기재 사항 이름, 거주하는 동, 연락처
QR코드 접속 방법 1) 스마트폰으로 QR코드를 찍고 2) 링크 누르면 바로 연결



독자 참여 바로가기

날마다 가로세로 Quiz



①					②			
①					②			
		③						
		③						
					④			
					④			

가로 퀴즈

- ① 올해 처음 열린 '신촌글로벌대학○○○○'가 큰 호응 속에 성황리에 개최됐습니다.
- ② 반려견들이 마음껏 뛰어놀 수 있도록 만든 공간, ○○○ 놀이터
- ③ 반려동물(Pet)과 예의를 뜻하는 에티켓(Etiquette)의 합성어.
- ④ 홍제천 폭포 뷰를 감상할 수 있는 ○○○○ 아름다운도서관이 지난달 개관했습니다.

세로 퀴즈

- ① 서대문구는 내년 1월 준공을 목표로 반려동물 ○○○○를 조성하고 있습니다.
- ② 사람과 정서적인 교감을 나누며 더불어살아가는 동물.
- ③ 가족과 같은 반려동물의 실종이나 죽음으로 상실감, 슬픔, 우울감 등을 느끼는 현상. ○○○증후군.
- ④ 2023년 4월 1일 개장한 홍제천 ○○○○는 서대문의 명소로 큰 사랑을 받고 있습니다.

지난 호 정답

어	자	농	구	단	글
		구			진
		선			별
		수			
		권			
해					
시	서	대	문	구	청
태					소
태	그	니	티		년

참여 기간 10월 5일까지
필수 기재 사항 이름, 거주하는 동, 연락처
참여 방법 QR코드에 접속하여 답을 제출해주세요.
QR코드 접속 방법 1) 스마트폰으로 QR코드를 찍고 2) 링크 누르면 바로 연결
* 정답을 맞으신 분 중 추첨을 통해 모바일 상품권을 보내드립니다.

* 지난 호 당첨자에게는 개별 연락드립니다.



전국 노래자랑

서대문구 편에 도전하세요!

일시 : 2023. 10. 24.(화) 14:00

장소 : 서대문독립공원(우천 시 연세대학교 대강당)

예선심사

일시 2023. 10. 22.(일) 13:00

장소 서대문문화체육회관 대강당

※ 예선심사 접수방법 등 자세한 사항은 구청 홈페이지를
참고하여 주시기 바랍니다.



사회 김신영

