

# 3월 청년신체건강증진서비스 신청·접수 계획

## □ 신청·접수계획

- 신청기간: 2023. 3. 13.(월) ~ 3. 24.(금)
- 대 상 자: 만 19세 이상 ~ 만 39세 이하 청년 중 BMI지수 23 이상 또는  
저체중 18.5미만인 자 ※ 소득기준 없음
- 접 수 처: 주소지 읍·면·동 주민센터
- 구비서류
  - 신청서류(읍·면·동 주민센터 비치) / 신분증 지참
  - 신분증
  - 다음 구비서류 중 선택 제출
    - ① 키와 몸무게 확인이 가능한 직장인 건강검진 결과표 등
    - ② 병원·보건소 등에서 발급한 인바디 검사결과지
- 접수인원 : 50명
- ※ 서비스별 접수인원 및 예산 상황에 따라 선정 인원은 조정될 수 있음

## □ 서비스내용

구분	서비스내용	서비스횟수	서비스가격
기 본 서비스	<운동 및 건강 프로그램> - 유산소, 근력향상, 체력증진 등 개인 맞춤형 운동처방 - 운동처방에 따른 제공인력의 직접 지도하에 정기적 운동 실시 - 식단 관리 및 영양 지도 등 건강 교육(월 1회)	<b>제공인력수 : 이용자수</b> (1:1 주 2회) 월 8회 (1:2 주 3회) 월 12회 (1:3 주 3회) 월 12회 (1:4 주 3회) 월 12회 <b>* 회당 서비스시간</b>	<b>월 240,000원</b> -정부지원 216,000원 -본인부담 24,000원
부 가 서비스	- 자세·체형교정(거북목, 라운드 숄더, 척추·골반 이상 등) 운동	1:1 60분 / 1:2 60분 1:3 70분 / 1:4 90분	

## □ 추진일정

- 신청·접수: 23. 3. 13.(목) ~ 3. 24.(금)
- 이용자 선정 작업: 23. 3. 25.(토) ~ 3. 26.(일)
  - 선정기준에 부합하나, 접수 인원을 초과하는 경우 대기자로 분류
- 이용자 선정결과 통지: 3. 27.(월) SMS통지 / 전화문의 가능
- 서비스 개시: 23. 4. 1.부터 이용 가능
- 서비스 제공기관: 국민체력센터es코칭(제주시 중앙로 126, 2층)
  - 바우처카드 결제 원칙
  - 서비스 시작 전(이용 월까지) 제공기관에 본인부담금 납부 필요

## □ 향후계획

- 6월 신규 대상자 신청·접수 예정: 2023. 6. 1.(목) ~ 6. 9.(금)

□ 문 의 : 제주시청 주민복지과 (☎ 064-728-2582)  
국민체력센터es코칭 (☎ 064-712-1972)