



월계종합사회복지관은 경로의 달 10월을 맞이하여 지난 1일 복지관 야외무대에서 월계동에 거주하는 어르신 1,000명을 모시고 경로잔치를 개최하였다.

월계2동 애심회봉사단은 지난달 16일 월계주공아파트 104동 앞에서 관내에 거주하는 홀몸어르신 130분께 송편과 과일을 전달하는 '사랑의 나눔 행사'를 열었다. 애심회봉사단은 19년째 매년 3~4회 관내 홀몸어르신들을 모시고 경로잔치, 상계탕 나눔 행사 등을 하며 든든한 이웃사랑을 실천하고 있다.



월계3동은 지난 5일 한내근린공원에서 월계3동 주민자치위원회, 주민복지협의회, 노원(종합)사회복지관, 노원교육

지원센터의 공동주최로 주민 1천여 명과 함께 '2013 월계3동 한마음 축제'를 개최하였다.



만나교회(월계3동 소재)는 지난달 8일 자체 바자회로 얻은 수익금 400만 원을 관내 어려운 이웃 3가구에 전달하였다.

철한기업(공릉1동 소재)직원일동은 지난 14일 관내에 거주하는 홀몸어르신, 저소득장애인, 한부모가족 등 생활이 어려운 주민 40세대에 전해 달라며 '사랑의 쌀' 400kg(10kg, 40포)을 공릉1동주민센터에 기탁하였다. 철한기업은 올해 6월부터 소외된 이웃에게 매월 쌀을 후원해오고 있다.



하계동은 지난 2일 골마을근린공원에서 마을 공동체 복원과 이웃 간 소통의 장을 마련하기 위한 '가재울골 공동체 한마당 축제'를 열었다. 작년에 이어 올해 두 번째를 맞은 행사로, 주민 200여 명이 참석한 가운데 자치회관 프로그램 공연, 동미니 탈 퍼레이드, 노래자랑 등 다채로운 공연을 펼쳤다.



하계1동주민복지협의회는 지난 21일부터 욕실 낙상사고 방지를 위한 미끄럼방지용매트를 만 65세 이상 홀몸어르신 200가구에 설치해 드리고 있다.

상계2동주민복지협의회는 지난달 16일 관내 저소득 홀몸어르신 40분에게 송편, 선물세트, 찹쌀 등의 행복나눔물품을 자원봉사캠프, 통장복지도우미와 함께 전달하였다.

관음선원(상계3·4동 소재)은 지난달 28일 관내 저소득층 학생 5명에게 1인당 장

학금 30만 원과 백미 10kg을 전달하였다.

노원구 생명지킴이와 노원정신건강증진센터 상담가로 활동 중인 김두철씨(상계3·4동 거주)는 지난달 16일 어려운 이웃을 위해 써 달라며 쌀 100kg을 노원구 보건소에 전달하였다.



상계10동 주민자치위원회와 주민복지협의회는 지난 15일 관내 풍천유치원, 아이디 유치원의 후원을 받아 어르신 100명을 모시고 경로잔치를 개최하였다. 이날 행사는 정성껏 마련한 점심식사를 대접하고 웃음치료 강사도 초빙하여 즐거운 분위기 속에서 진행되었다.

공무원노조 노원구지부, KT노동조합 노원지사 노원구지부, 노원구사회복지행정연구회는 오는 26일 상계3·4동 합동 마을에서 차상위계층 26세대 '사랑의 연탄배달' 봉사활동을 펼친다.



노원구청과 북부교육지원청이 함께하는 마을학교 지금 신청하세요!



마을학교명	기 간	시 간	장 소	대 상	재 료 비
어린이 건축 마을학교	10.26~12.28 (매주 토)	15:00~17:30	노원평생교육원 (제2강의실)	초등학생	2만 원
창의 독서지도 마을학교	10.22~14.17 (매주 월)	15:00~17:00	상계주공아파트 806동	초등학생	3개월 1만 5천 원
재미있는 연필 그림 그리기마을학교	10.22~12.17 (매주 화)	15:00~17:00	상계10동 주민센터	초등학생	무료
편편 영어 마을학교	10.22~12.29 (매주 화·수·금)	19:00~21:00	월계2동 정보도서관	중·고등학생	월 2만 원 소형농구기
프랑스어 마을학교	11.2~14.18 (매주 토)	10:00~12:00	중계2·3동 주민센터	중·고등학생	운영비 1만 원
기초 피아노 마을학교	10.29~12.31 (매주 화)	14:00~17:00	중계4동 경남아너스빌 아파트 선생님 자택	초등학생	1만 원
포크기타 음악 마을학교	11.4~12.23 (매주 월·목)	16:00~18:00	중계1동주민센터	초·중·고등학생	클래식 기타
어린이 벨리퀸 마을학교	10.12~12.30 (매주 토)	12:30~14:00	노원평생교육원	초등학생	무료
꿈단지 착한 경제 마을학교	10.21~12.30 (매주 월)	15:00~17:00	월계2동 주민센터	초등2~6학년	8천 원
꿈과 이야기가 있는 미술 마을학교	10.9~11.27 (매주 월·수)	15:30~17:30	이보석 Art Studio	초등학생	7만 5천 원
전통 민속 연체험 마을학교	11.2~11.30 (매주 토)	09:00~12:00	노원평생교육원	초·중·고등학생	2만 원
힐링 하모니카 마을학교	11.4~14.127 (매주 월)	15:00~17:00	상계10동 주민센터	초·중·고등학생	하모니카
글로벌 마인드 체스 마을학교	11.7~12.26 (매주 목)	16:30~18:30	상계10동 주민센터	초등학생	무료
재밌는 어린이 영어 마을학교	11.5~12.12 (매주 화·목)	15:00~17:00	월계3동 주민센터	초등학생 저학년	교재비 1만 원
도미노게임	11.9~11.23 (매주 토)	10:00~12:00	상상이룸센터 (스튜디오소나는)	초등4~중학생	무료
성장 이력 마을학교	11.9~12.28 (매주 토)	10:00~12:00	상상이룸센터 (공간상상)	중학교1년	8주 과정 교재비 1만 원
게임개발	11.9~11.23 (매주 토)	10:00~12:00	상상이룸센터 (아틀리에소노르)	초등5~6학년	무료
만화그리기	11.9~11.23 (매주 토)	14:00~16:00	상상이룸센터 (공간상상)	초등4~6학년	월 1천 원
목공	11.9~11.23 (매주 토)	14:00~16:00	상상이룸센터 (아틀리에소노르)	초등6~중학생	매주 재료비 1만 원

▶ 신청 : 노원마을학교지원센터 홈페이지(www.nest.nowon.kr)→각 마을학교별 입학, 주말체험 신청

(교육지원과 ☎ 2116-4438~4440, 3242)

※ 최소 인원(5명) 미달 시 개강이 연기될 수 있습니다.



살기좋은 노원 11

2013 11월호 제310호 10월 25일 발행

발행인 : 노원구청장 김성환 • 편집인 : 디지털홍보과장 • (우 139-703) 노원구 노해로 437

www.nowon.kr http://twitter.com/goodnowon

‘제로에너지 주택단지’ 만든다

에너지 절감 100%, 하계동에 121세대 건립



전국 최초로

위치 : 노원구 하계동 251-9 일대

제로에너지 주택 왜 필요한가?

우리나라는 주택건축 시 단열보다는 미관에 비중을 두다보니 주택 에너지 효율이 매우 낮다. 유럽 등 선진국은 자원고갈과 기후변화에 대응하기 위해 녹색건축 기술개발에 박차를 가하고 있다. 그러나 우리는 아직까지 녹색건축에 대한 인식이 부족하고 기술력도 미약한 상태다. 또한 건물에서 배출되는 온실가스가 전체의 25% 가량을 차지하고 있어 친환경 녹색건축의 도입이 시급하다. 이에 미래의 성장동력이 될 녹색건축 기술을 주도해 나가기 위해 우리 구와 국토교통부, 서울시, 명지대 등과 함께 하계동에 제로에너지 주택을 건립하기로 했다.

(주택사업과 ☎ 2116-3927)

주거문화에 어떤 변화가 오는가?

오스트리아 인스브르크에 들어선 패시브 주택은 영하 15도의 한파 속에서도 실내온도 24도를 유지하는 데 드는 난방비가 월 2만 5천 원이다. 하계동 제로에너지 주택단지가 건립되면 월 1만 원 이내의 콘센트 에너지 비용만 난방비로 부담하면 된다. 그리고 녹색건축물이 더 이상 결핍 장소가 아닌 실증단지로 조성되어 기존 주택에 대한 패러다임을 바꾸고 우리나라 녹색건축의 대중화에 크게 기여하게 될 것이다.

우리 구에 어떤 효과가 있나?

영국 런던에 있는 베드제드는 대표적인 친환경주거단지이고 효율·저에너지 녹색건축물을 보여준 전 세계에서 관광객들이 몰려들고 있다. 주민 사생활 보호를 위해 매

월 하루만 공개할 정도로 기후변화 대응의 명소가 된 것이다. 오는 2016년, 하계동 제로에너지 주택은 베드제드를 능가하는 세계적인 생태·관광도시로 새롭게 자리매김하게 될 것이다.

▶ 건립규모(총 121세대)

• 공동주택(7층) 37개동 1067구, 단독주택 2개동 27구, 합벽주택 2개동 47구, 3층 연립주택 1개동 97구

▶ 입주자격 : 신혼부부, 노원구민 우선 입주 등 주택공급에 관한 규칙 기준 대상자

▶ 시행주체 : 국토교통부(국토교통진흥원), 서울시, 노원구, 명지대 등 공동추진

▶ 부대시설 : 지역주민 커뮤니티시설, 상가, 국토부홍보관 등



이제 문화갈등은 중계동 '시립북서울미술관' 에서 풀어요

지난 9월 중계동에 문을 연 시립북서울미술관은 동북부 지역 주민들의 문화욕구를 해소하는 특별한 공간으로 각광받고 있다.

한국현대미술의 과거와 현재, 그리고 미래를 조망하는 특별전시회를 시작으로 다양한 전시회를 연다.

특히 어린이 상설전시장 운영 및 야외조각 테마파크 조성 등으로 주민의 삶의 역할도 폭넓게 할 전망이다.

▶ 위치 : 등나무근린공원 내(노원구민회관 맞은편)

▶ 운영

• 평일 : 10:00~20:00

• 토·일·공휴일 [하절기: 19:00까지]

• 동절기: 18:00까지

• 휴관 : 매주 월요일, 1월 1일

• 입장료 : 무료

서울시립 북서울미술관 개관 무료 특별전시

〈장면의 재구성#1 - SCENES vs SCENES〉展

- 한국현대미술의 과거와 현재, 미래를 조망하는 '장면'들로 구성
- 회화, 사진, 조각, 설치, 영상 등 80여 점 전시(11.24까지)

〈서울풍경 - SEOULscape〉展

- 서울의 과거, 현재, 미래를 담은 사진, 회화, 영상, 조각 등 30여점 전시 (11.17까지)

〈아이리브 서울 - I♥SEOUL〉展

- 어렵게만 느껴온 현대미술을 어린이의 눈높이에서 어떻게 느끼고 반응해야 하는지를 고민하고 구성한 전시공간
- 드로잉, 사진, 영상 30여 점 전시(12.29까지)

(시립북서울미술관 ☎ 2124-5209)



임대료 50%에 거주할 수 있는
'어르신-대학생 주거공유' 희망자 모집
집에 남은 방이 있는 어르신이 반값에 대학생에게 방을 빌려주고 대학생은 청소, 스마트기기 사용법, 말벗 되어드리기 등으로 도움을 주는 주거공유(룸세어링)

▶ 대상

- 어르신 : 68세 이상 어르신 (1945년 이전 출생) 중 60㎡ 이상 주택 소유자
- 대학생 : 관내 6개 대학 재(휴)학생 (광운대, 인덕대, 삼육대, 서울여대, 서울과학기술대, 한국성서대)

▶ 혜택 : 도배 장판 무료지원, 임대료 주변시세의 50%

▶ 신청 : 연중 수시

▶ 접수 : 전화 또는 방문 접수

(복지정책과 ☎ 2116-3664)

더 이상 '방치된 죽음'은 없다

어르신의 돌봄과 장례서비스 신청 안내

세상과 단절된 채 홀로 살다가 가족이나 주변사람의 임종 없이 홀로 삶을 마감하여 그 사신이 뒤늦게 발견되는 고독사를 예방하고, 혼자 외로이 생활하는 어르신의 안부 확인을 지원하기 위해 '무연고 어르신의 돌봄과 장례서비스'를 신청받는다.

▶ 대상 : 65세 이상 어르신

▶ 내용

- '말벗', '안부확인' 등의 개별맞춤 서비스

- 추모단과 장례지원봉사단을 구성하여 염습·발인·운구 지원

- 사망자의 유품정리 등

(어르신돌봄지원센터 ☎ 935-5000, 어르신복지과 ☎ 2116-3749)

노원구 '햇빛과 바람발전소'로 환경살리기

지난 11월 노원구청 주차장에서는 협동조합방식의 30kW급 '햇빛과 바람발전소 (태양광 발전소 1호기)'의 준공식이 있었다.

발전(發電)도 이제는 협동조합방식

햇빛과 바람발전소는 특이하게 지역 주민들의 참여로 발전(發電)한다. 이는 심각한 기후변화와 에너지 문제 해결에 관심 있는 지역 주민들이 모여 조합을 이루고, 공동으로 발전소를 운영하는 방식이다.

지난해 5월, '노원 햇빛과 바람발전 협동조합(이사장 박창수)' 설립 추진위원회가 만들어져 구청 야외주차장 등에 태양광 발전소를 건립하기로 뜻을 모으고 조합원 모집에 들어갔다. 그리하여 현재 서울시에 등록된 협동조합 중 가장 많은 1,156명이 참여해 최대 1천만 원부터 1만 원까지 1인 조합비를 모아 출자금 9,850여만 원을 마련하였다.

그 성과로 이번에 건설한 태양광 발전소는 모듈 120장이 34,602kwh 양의 전기를 생산한다. 구청 보건소 앞에 현황판을 설치해 누구나 현재 발전량과 누적 발전량, 이산화탄소 절감량을 확인할 수 있다. 생산된 전기의 판매수익금으로 조합원에 배당금을 지급하며 일부는 노원교육복지재단 등에 기부해 지역 내 어려운 계층을 도울 예정이다.

인류와 지구촌을 살리기 위한 노원의 작은 노력들

지구환경은 지금 적신호가 켜져 있다. 주원인인 '지구 온



난화'는 우리가 풀어야 할 최대 과제로, 이를 위해 이산화탄소 배출을 반드시 줄여야 한다.

또 전 세계적으로 불거지고 있는 일본발 방사능 오염 확산에 우리도 심각하게 노출되어 있다. 그에 맞서 무공해 발전소인 '노원 햇빛과 바람발전소'는 우리에게 희소식이 아닐 수 없다. 게다가 태양광 발전소는 구청 야외주차장에 지붕처럼 설치되어 차량들이 직사광선과 논, 비를 피할 수 있기에 1석2조의 효과가 있다.

한편 구청은 노원구 주택의 82%를 차지하는 아파트 베란다에 간단하게 설치할 수 있는 '미니 태양광 발전기' 38대를 지난 8월 구청사 6층 전면에 시범 설치한 바 있다. 우리가 살고 있는 세상에 온실가스 배출 없는 무공해 청정에너지가 각광받을 날이 머지않았다. 그 시작점이 우리 노원이라 반갑다.

햇빛과 바람발전 협동조합설립 추진위원회 ☎ 2116-4403
영예기자 최성욱

우리 구는 '청렴한 노원'을 위해
민원인에게 받은 음로수도 돌려드리는데
클린신고센터를 운영하고 있습니다

(감사담당관 ☎ 2116-3061)

두루누리
사회보험
고용보험·국민연금
보험료의 **50%**를 국가가 **지원**합니다!

지원대상
사업장 : 근로자 수가 10명 미만인 사업장
근로자 : 10명 미만 사업장에서 일하는 월 평균 보수 130만 원 미만 근로자

신청방법
전자신고 : 4대보험정보연계센터(www.4insure.or.kr)
서면신고 : 제출서류 작성하여 관할 근로복지공단 또는 국민연금공단에 우편, 방문, 팩스로 제출

지원금액
고용보험·국민연금 보험료 지원
(사업주·근로자 부담액 각각 50%씩 지원)

신청문의
1588-0075, (국번없이) 1355, 1350

(일자리경제과 ☎ 2116-3479)

행복은 반올림!
부담은 반내림!



값싸게 구매하고 환경도 살리고! 노원구 재활용품 판매장 소개

노원구 **되살림넷**

노원구 관내에는 재활용과 재사용 같은 자원순환을 통해 환경문제, 경제적 이익뿐 아니라 지역사회 내에서의 순환을 통해 나눔이라는 사회적 가치를 만들어내기 위해 노력하는 단체들이 있습니다. 순수 자발적 시민참여로 운영되고 있는 '되살림-자원순환' 단체 및 모임을 소개합니다.

우리동네방 자언터
'되살림-자원순환'을 통해 즐겁게 먹고살고 싶은 사람들의 복합 커뮤니티 카페
• 위치 : 상계2동 177-28 1층
• 문의 : ☎ 938-2611

청구3차아파트 녹색장터
친환경 생활습관 기르기
유용미생물 EM으로 지구를 살리자!
• 위치 : 중계로 233 청구3차아파트 단지 내
• 문의 : ☎ 935-8046

온다비 ondabi
기부받은 고장난 우산을 어르신들이 수리 후 재판매하여 자원의 재활용과 노인 일자리 문제를 해결하고자 하는 서울과학기술대학교 Enactus팀
• 위치 : 공릉로 232 창업교육센터 2층
• 문의 : ☎ 010-3385-4212(정희준)

아름다운가게 노안공공점
주민들로부터 사용하지 않는 물품을 기증받아 재사용하여 매장에서 판매하고 그 수익금으로 주변의 어려운 이웃과 단체를 돕는 비영리 시민단체
• 위치 : 공릉역 3번출구 직진(공릉동 494-15)
• 문의 : ☎ 906-2299, ☎ 1577-1113
• www.bstore.org

든든한 보파리
든든한 이웃과 함께하는 든든한 보파리(화목한 보파리)
'나눔-순환-되살림, 그리고 변화'
• 위치 : 공릉청소년문화정보센터 1층 네올마당
(자원순환과 ☎ 2116-3810)

우리 집 '새'는 '열' 잡아드립니다

동절기 우리집 에너지 컨설팅 신청 안내
지은 지 오래된 집일수록 단열효과가 떨어져 난방비는 많이 올라가게 마련이다. 이에 우리 구는 열화상 카메라로 측정 후, 열이 새고 있는 부분을 찾아내 조치할 수 있도록 무료 컨설팅을 진행하고 있다.

▶ 대상 : 노원구에 거주하는 주민 누구나

▶ 기간 : 연중 실시

▶ 신청 : 노원구청 홈페이지(www.nowon.kr), 복지정책과 및 동주민센터 전화 또는 방문접수



(복지정책과 ☎ 2116-3661~4)

'2014 대학 정시 1:1 무료 컨설팅' 예약 접수

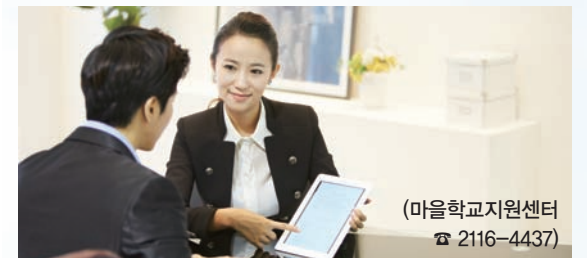
- 수시 2회차 원서접수 가능 대학, 정시 지원가능 예상대학 상담(가채점 기간)
- 개별 합격가능 대학·학과 상담(실채점 기간)
- ▶ 예약 : 노원마을학교지원센터 홈페이지 (http://nest.nowon.kr)

▶ 상담

- 11.11부터, 월~금, 09:30~17:30(1200~1300 제외)
- 노원평생교육원 3층 상담실(상계6동 우체국 뒤)

▶ 준비

- 가채점 기간(11.11~11.26) : 영역별 가채점 원점수, 학생부, 군별 희망대학, 학교 3순위까지
- 실채점 기간(11.28~12.24) : 수능 성적표, 학생부, 군별 희망대학, 학교 3순위까지



(마을학교지원센터 ☎ 2116-4437)

든든한이웃이 되어준 2013 자랑스러운 노원구민상 수상자

우리 구는 '2013 자랑스러운 구민상'에 헌신적인 봉사 정신으로 지역사회발전을 위하여 애쓰는 구민 8명을 선정하고 지난 10월 13일 노해근린공원에서 열린 제18회 노원 구민의 날 기념식에서 6개 부문, 수상자 8명에 대한 시상식을 진행하였다.

송재웅 (효행상, 하계1동)

치매, 당뇨, 고혈압 등을 앓은 시아버지를 지극정성으로 병간호했으며 시어머니를 극진히 모시는 등 효행을 실천해 주위의 귀감이 됨

김선제 (봉사상, 상계1동)

17년간 매주 하루 병원을 달고 저소득 및 거동장애 어르신들을 위한 무료한방진료와 취약지역 만성질환 예방 및 치료를 위한 의료봉사 실천함

김해슬 (봉사상, 동산정보산업고)

매일 점심시간을 이용하여 서울정민학교에서 장애인 봉사활동을 통해 일회성·행사성 봉사가 아닌 자발적이고 적극적인 봉사활동을 펼침

김효정 (봉사상, 대원외국어로)

어려운 환경 속에서도 밝고 긍정적인 자세로 재능기부 봉사와 음식 꽃동네 봉사 등 다양한 봉사활동을 펼침으로써 이웃사랑을 실천함

선운오 (청소년상, 재현고)

초등학교 시절부터 도서관방탈 및 학습지도 등 봉사활동에 참여하고 시립노원청소년수련관 청소년운영위원회 위원장으로서 많은 바 소임을 다함

장효범 (교육발전상, 상계1동)

창의적이고 혁신적인 학교경영과 장애·비장애 학생이 함께 수업을 받는 통합교육 실시로 교육 불평등 해소 등 교육발전에 기여함

박서정 (환경상, 상계9동)

청소년 대상 환경보전활동 및 환경교육, 하천 사랑하기 행사 등 시민과 자연이 공존하는 녹색도시 노원 만들기에 이바지함

지애주 (문화체육상, 상계2동)

노원문인협회 회장으로 '시낭송회', '문학기행', '동화읽고, 동시짓기' 등 다양한 사업을 통해 지역문화예술 발전에 힘씀

(자치행정과 ☎ 2116-3134)



노원구의회 <http://council.nowon.kr>



① 노원구의회, 운영위원회 개최

서울시 노원구의회(의장 황동성)는 제209회 임시회(폐회 중) 제1차 운영위원회(위원장 정병욱)를 10월 11일 개최하여 상정된 안건에 대하여 심사하였다.

노원구의회 운영위원회에 상정된 안건 및 심사결과

1. 제210회 노원구의회 임시회 의사일정 협의의 건
• 회기일정: 10.28 ~ 11.5(9일간)
2. 제211회 노원구의회 정례회 의사일정 협의의 건

- 회기일정: 11.25 ~ 12.20(26일간)
- 3. 2013년도 행정사무감사 실시시기 및 기간결정의 건
- 행정사무감사 기간: 11.26 ~ 12.4(9일간)
- 4. 2013년 상임위원회 세미나 실시
- 11.18 ~ 11.22 기간 상임위원회별로 실시
- 5. 2013년 교섭단체 세미나 실시
- 11.6 ~ 11.15 기간 중 교섭단체별로 실시
- 6. 노원구의회 홈페이지 수정안
- 행정사무감사 코너 신설(감사 지적사항 및 처리결과 게시)

② '남은 음식물 및 순환자원 음식물의 효율적인 처리방안을 위한 특별위원회' 전문가 초청강의 개최 및 방문

지난 10월 4일 노원구의회 소회의실에서 '남은 음식물 및 순환자원 음식물의 효율적인 처리방안을 위한 특별위원회(위원장 김승애)'가 한국지렁이 산업협의회 최훈근 교수를 초청하여 지렁이 액비 포집과 사용, 화분에 넣기 위한 지렁이 알 판매 등 외국사례 및 음식물 처리가 가능한 다단 화분 용기 개념 등 지렁이를 이용한 음식물쓰레기 처리방안에

대한 강의를 개최하였다.

특별위원회 위원 외에 노원구 부구청장과 관계공무원, 그리고 노원구 음식물쓰레기 제로화 대책협의회 위원, 경기 남양주시 별내면 아파트소장 및 이장, 지도자가 함께 참석하여 강의를 듣고 음식물쓰레기 처리에 대한 자문을 구하기도 하였다.

한편, 10월 15일 '남은 음식물 및 순환자원 음식물의 효율적인 처리방안을 위한 특별위원회'는 그 동안의 활동보고서를 채택하는 회의를 개최하였으며, 11월 2일 공식적인 위원회 활동을 종료한다.



(의회사무국 ☎ 2116-3398)

③ '2013 노원 탈 축제 및 노원구민 체육대회' 의정 포커스



정치인으로부터 축 부의 창조금융을 받으면
최고 50배의 과태료가 부과됩니다

노원구선거관리위원회
(☎ 952-1390)

120
다산콜센터

서울생활 행복도우미

우리말 다듬기, 후룩쿠(フロック)→어중치기('어중치기'는 '어중된(이도 저도 아니어서 어느 것에도 알맞지 않은) 물건이나 상태'를 뜻하는 우리말)

비좁은 땅, 커다란 한반도... 동시다발적 기상재해와 마주하다

2013년 여름, 극과 극의 기후가 우리를 괴롭혔다. 중부 지방에서는 집중호우로 인한 인명과 재산피해가 발생했으나 제주도는 폭염과 열대야, 극심한 가뭄에 시달렸다. 우리나라가 작다고 하지만, 서울과 제주에서 벌어진 기후 대비는 한반도가 작지 않다는 것을 보여준다. 이는 기상재해라는 환경재앙이 면적이라는 공간적 의미를 벗어나 인간에게 미치는 영향이 얼마나 큰 것인가를 일깨워주는 사건이다.

지난여름 기상재해 원인은 북태평양고기압에서 찾을 수 있다. 한반도 북쪽에서 발달한 북태평양고기압이 남부지방까지 세력을 확장, 남부지방에서는 열대야와 폭염 현상이 자주 나타났으며, 그에 치어 남하하지 못한 장마전선은 북한과 중부지방에 머물며 비를 뿌렸다.

북태평양고기압의 세력 확장은 지구온난화와 밀접한 관련이 있다. 지구온난화로 인한 기온상승은 해수면의 온도를 높여 고기압을 발달시켜 고온다습한 여름을 만들고,



제주도의 기후를 아열대로 변화시킨다.

지난여름의 이상기후는 다양한 분야에서 기상요소의 극값을 경신할 정도로 극한사례(extreme case)였다. 서울의 7월 강수량은 676.2mm로 평년보다 두 배 많았고, 강수량은 25일로 역대 2위였고, 평균 최저기온은 23.4℃로 역

대 3위였다. 반면 제주도는 7월 강수량이 16.8mm로 평년 대비 6%를 기록, 관측 이래 최소였으며 강수량은 4일에 불과했다. 7월 폭염일수는 6일로 1994년 이후 가장 많았고, 열대야 일수는 26.5일로 1973년 이후 가장 많았다.

서울의 홍수를 인재(人災)라고 하는 사람도 있지만, 누구의 잘못을 떠나 우리가 당면한 현실이다. 또 제주의 가뭄을 화산섬의 지질적 특성이라 말하기도 하지만 우리가 이겨내야 할 재해이다. 한해의 기상재해만으로 심각성을 인지하기엔 부족할 수도 있다. 그러나 기상재해는 삶의 터전을 잠식당하는 북극곰과 투발루 사람들 같은 남이아기가 아닌 '어느새 우리의 이야기'가 되었다.

우리는 기상재해가 인간의 이기심이 낳은 결과라는 것에 주목해야 한다. 이제 기상재해가 자연이 주는 무서운 형벌이 되지 않도록 녹색생활을 실천하는 우리가 되길 진심으로 바란다.

아시아기후변화교육센터 교육팀장 김병무



반려견 외출 시, 인식표·목줄 꼭 챙기고 배변봉투 준비하는 에티켓도 잊지 마세요!
▶미이행 시 과태료 5만 원 부과
(일자리경제과 ☎ 2116-3482)

'마을공동체 활동 사례' 원고 모집
마을살이에 대한 여러 이야기거리를 사례집으로 엮어 주민들과 두루 나누고자 11월 15일까지 마을공동체 활동 사례를 모집하며 채택된 원고는 사례집에 수록한다.
▶대상: 노원지역 마을공동체 활동에 참여하고 있는 주민 누구나

- ▶분야
- 마을공동체 토대를 만드는 일 (교육, 인식확산 운동, 홍보 등)
- 경제, 주거, 복지, 교육, 문화, 생태, 환경, 생명, 안전공동체 만들기 활동 사례
- ▶내용
- 위 분야별 활동과정과 주민들과 함께 나누고 싶은 모든 사례
- 아주 작은 소모임 활동사례라도 관계없음
- ▶분량
- 사례별 A4용지 2매 내외 (활동 사진자료 2장 이상 추가 제출)
- 사례 작성의 정해진 틀은 없으며 일반적인 수기 형식은 물론 다양한 형식(일기문, 만화 등) 환영
- ▶접수: 전자우편 (sojeong0@nowon.go.kr) 또는 노원구청 마을공동체 홈페이지 (<http://www.nowon.kr> → 마을공동체 → 마을나눔터 등록)

(자치행정과 ☎ 2116-3137)

불법명의로 자동차(속칭 대포차) 신고하세요
속칭 '대포차'는 자동차 소유자와 운전자가 서로 달라 의무보험 미가입, 자동차 검사 미필, 자동차 세금 및 과태료 미납 등 법적 의무사항을 이행하지 않는 자동차이다. 과속, 신호 위반, 위험 운전 등 교통질서를 문란케 하여 대형교통사고를 유발하고, 절도나 납치 등 강력 범죄의 도구로 사용되는 사례가 많아 우리 구에서는 대포차 신고 창구를 운영하고 있다.
▶신고: 인터넷(www.ecar.go.kr) 또는 노원구청 교통행정과 (교통행정과 ☎ 2116-4079, 국토해양부 ☎ 044-201-3843)

50cc 미만 이륜자동차, 사용신고 및 의무보험가입은 필수!
미신고 시 최고 50만 원의 과태료 부과
▶신고: 신규(2012.1.1부터), 기존(2012.1.1~계속) (자동차민원실 ☎ 2116-4075)

노래연습장, PC방 등 종사자 교육
종사자 준수사항, 행정처분 규정 및 주요 위반사례 교육
▶대상: 다중이용업소 종사자 437명
▶일시

•1차: 11.19(화) 14:00 / 월계동, 공릉동, 중계동, 하계동
•2차: 11.19(화) 16:00 / 상계동
▶장소: 구청 6층 소강당 (문화체육과 ☎ 2116-3776)

마들랜드(장애아동 실내놀이시설) 무료 이용안내
10세 이하의 장애아동 대상(반드시 보호자와 동반)
▶위치: 하계1동 288-1 동천스케이트장 (동천장애인재활체육센터 지하2층)
▶운영: 연중(설·추석은 제외) 10:00~17:00
▶신청

•단체: 사전예약
•개인: 운영시간 내 자유방문 이용
(마들랜드 ☎ 949-9114(내선 512))

교통량 줄이면 최대 100%까지 교통유발부담금 깎아드립니다
승용차5부제, 승용차2부제, 승용차요일제, 주차장유료화, 자전거 이용, 통근버스, 업무택시 등 교통량 감축 프로그램을 1년간 성실히 이행하면 2014년도 교통유발부담금을 최대 100%까지 감감해주는 '기업체교통수요관리 교통량감축 이행계획서'를 2014년 4월까지 접수한다.
▶대상: 연면적 1,000㎡ 이상의 시설물 소유자 (또는 관리자)
▶이행: 2013.8.1 ~ 2014.7.31(1년간)
▶신청: 서면 또는 인터넷(s-tdms.seoul.go.kr)접수 (교통행정과 ☎ 2116-4058)

삼화상운 1133번 노선조정
노선의 과다중복 해소 및 월계동 주민의 수유역방면 접근편의를 위해 회차지점을 창동역에서 수유역으로 변경, 운행하고 있다.
▶노선

•추가: 창동서울타워 앞(10251)~강북경찰서입구~강북구청사거리~반동사거리
•폐지: 창동서울타워 앞(10250)~북천역북부역~창일중학교~신창·창동시장 (교통지도과 ☎ 2116-4036)

강비람 따라 생생~ 무료 자전거교실
주 2회, 1개월 완성
▶일시: 월·화·토 일 10:00~12:00
▶장소: 녹천교 밑 (중계역에서 중앙로 방향으로 500m)
▶신청: 전화접수(선착순, 각 반 50명) (교통지도과 ☎ 2116-4096~8)

노원여성새로일하기센터, 베이비시터 양성과정 수강생 모집

영아 건강관리, 놀이법 등 국비 무료 직업훈련

▶대상: 미취업여성 50명

▶교육: 11.18(월)~11.22(금)

▶모집: 11.12(화) 18:00까지

※ 자세한 사항은 홈페이지 (www.job365.or.kr) 참조

(노원여성인력개발센터 / 노원여성새로일하기센터 ☎ 951-0187~8)

우리말 다듬기, 후카지 ふかし[吹かし]→폼제기: '폼'(행동이나 말에서 드러나는 태도나 됨됨이)과 '재기'['재다'(잘난 척하며 으대거나 뽐내다)의 명사형]의 합성어



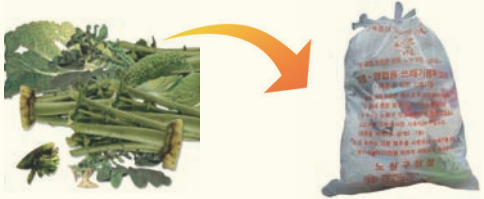
행복한 가정 꾸리기
'행복결혼 & 행복가정 아카데미' 수강생 모집
 10.28까지 홈페이지(www.nowon.kr) 또는 전화접수
 ▶대상: 노원구민 누구나(150여 명)
 ▶기간: 11.8~12.20, 매주 금요일
 (14:00~17:00, 7주간)
 ▶장소: 노원구청 6층 소강당
 ▶비용: 무료
 ※ 단, 가족통힐링 캠프(1박2일)는 희망자에 한하며
 본인 부담금 있음
 ▶내용

일정	주제
1주	11. 8(금) 결혼은 장사가 아니다
2주	11.15(금) 가족 간 대화법
3주	11.22(금) 시주 팔자와 자녀교육
4주	11.29(금) 자녀경제 부부경제 교육
5주	12. 6(금) 착한 결혼식 이해
6주	12.13(금) 인성교육이란?
7주	12.20(금) 가족通 힐링캠프(1박2일)

※ 사정에 따라 강의주제 및 강사가 변경될 수 있음
 (여성가족과 ☎ 2116-3721~3)

김장철 채소쓰레기 종량제 봉투 배출 안내
 11.1(금)~12.24(일), 54일간
 김장 채소쓰레기는 물기가 많아 퇴비나 사료로 재활
 용하기가 어려워 한시적으로 노원자원회수시설에 반
 입 처리하니 종량제 봉투에 담아서 버려야 한다.
 ▶방법
 •물기 제거 후 채소쓰레기만 배출
 •다른 음식물쓰레기와 혼합배출 시 미수거

(자원순환과 ☎ 2116-3813)



화석연료를 전혀 쓰지 않고 에너지를 생산 활용할 수 있는 환경체험 교육장

노원에코센터 11월 프로그램
 ▶접수: 10월 25일~11월 프로그램 시작 일주일 전 마감, 홈페이지(http://ecocenter.nowon.kr)
 ▶단체 신청은 전화 문의 ※사전 연락 없이 불참 시 향후 프로그램 참가 불이익
 (노원에코센터 ☎ 2116-4401~5)

구분	프로그램명	일시	대상	참가비
기후변화 에너지	기후변화 & 에너지의 이해	화, 수, 목, 금 10:00~11:40	유아·초등 단체	없음
	센터소개 & 에너지 체험 '우리 가족 에코센터 체험'	16일(토), 30일(토) 10:00~11:30	개인, 가족	없음
	가족과 함께하는 생태특강 '신나는 밭줄놀이'	9일(토), 23일(토) 15:00~17:00	개인, 가족	없음
에코 디자인	아삭아삭 가을 무우~ '깎두기 만들기'	매주 화 15:00~16:30	초등	3,000원
	건조한 공기는 이제 그만 '천연 가습기 만들기'	매주 수 15:00~16:30	초등	3,000원
생태환경	아낌없이 주는 열매로 '씨앗과 열매 & 효소 만들기'	매주 금 15:00~16:30	유아·초등	3,000원

집 가까운 곳에서 컴퓨터교육 받으세요
구민정보화교육 11월 수강생 모집
 직장인 저녁반 운영(노원구청 3층 정보화교육장)
 ▶과목: 컴퓨터기초, 한글2007,
 한글2007중급, 엑셀2007,
 파워포인트2007, 생활속인터넷,
 사진파르기 및 동영상 만들기,
 스위시팩스4
 ▶교육: 11.4(금)~11.29(화)
 (월·수·금반, 화·목반)
 ▶접수: 10.30(수) 18:00까지
 ▶신청: 노원평생교육포털(ill.nowon.kr),
 정원초과 시 전산추첨
 ※ 컴퓨터기초반은 전화접수 가능
 ▶장소: 구청, 노원평생교육원,
 공릉2동주민센터,
 중계2·3동 공공복합청사,
 월계종합사회복지관
 ※ 기초생활수급자, 만 65세 이상
 (1948.11.1 이전 출생자), 장애3등급 이상,
 국가유공자(본인), 모부자보호대상은 무료
 (평생학습과 ☎ 2116-3995)

장애인 가정방문 컴퓨터 무료 교육
 ▶대상: 지체 1~2급 장애인(PC 또는 노트북 보유자)
 ▶신청: 전화접수(선착순)
 (평생학습과 ☎ 2116-3995)

치매예방에 효과적인 제7회 바둑 무료 강좌
 ▶대상: 60세 이상 바둑을 전혀 모르는 분
 ▶강좌
 •개강: 11.4(월)
 •교육: 월~금, 11:00~12:30(3개월 과정)
 ▶장소: 노원구바둑연합회(노원기원)
 ▶신청: 전화접수
 (국민생활체육 노원구바둑연합회 ☎ 938-3605,
 ☎ 010-9266-6375)

공릉동 북카페 '다락'을 아시나요?
 지난 7월에 문을 연 북카페 '다락'은 누구나 찾아와 1,000여 권
 의 도서를 읽고 차와 함께 이야기를 나누며 모임 장소로도
 활용할 수 있는 사랑방 공간이다.
 1층은 작은 테이블(12석)을 마련하여 음악과 함께 서로의 생각
 을 나눌 수 있는 휴게 공간으로 조성하고, 2층(북층)은 바닥에
 온돌을 깔아 아이들이 집에서처럼 앉거나 뒹굴며 책을 볼 수
 있다.
 ▶위치: 공릉동 120-10(공릉동 대학생 공공기숙사 1층)
 ▶운영: 월~금 09:00~18:00



(평생학습과 ☎ 2116-3992)

영어회화와 NEAT 대비를 한번에!
노원 원어민 영어화상학습 수강생 모집
 1(원어민):4(수강생) 온라인 실시간 화상학습
 ▶대상: 노원구 거주 초등학교 3학년~
 중학교 3학년 / 성인(고등학생 이상)
 ▶교육: 11.4~12.30(2개월)
 ▶접수: 10.29까지
 ▶신청: 홈페이지(www.nise.kr)
 ▶교재: NEAT 6레벨 및 회화 12레벨
 ▶비용: 교재비 별도
 •학생 2개월 20,000원(구청지원 34,000원)
 •성인 2개월 64,000원
 ※ 기초수급자 및 저소득 한부모 자녀는
 수강료와 교재비 무료
 ※ 노원구 외 거주자 수강신청: www.nise.kr/etc
 (NISE 콜센터 ☎ 1577-0585)

제7회 노원교양대학 무료 강연
 시골의사 박경철 원장의 '고대 그리스에서 배우는 지혜'
 ▶일시: 10.29(화) 14:00~16:00
 ▶장소: 노원구민회관 대강당
 ▶대상: 구민 누구나(선착순)
 ▶강사: 박경철(안동 신세계연합의원 원장)
 (평생학습과 ☎ 2116-3996)

진로체험, 일과놀이, 배움이 조화로운
'구립 상상이룸센터' 11월 프로그램
 ▶신청: 방문 또는 전화접수(☎ 936-3326)

프로그램명	내용	일시
우리 동네 악국 체험	•초·중·고등학생의 지역악국 악사체험 •무료	수시 신청 가능
진로코칭 동기부여 과정	•스스로 진로를 찾도록 이끄는 동기부여 진로코칭 •6회기에 1만 원	신청 시 일정 조정
진로검사	•검사도구를 통한 흥미유형 탐색 및 해설 •무료	수, 목요일 16:30~19:00
진학상담	•현직 진로교사의 진로 및 진학상담(40분) •무료	매주 목요일 17:30, 18:20, 19:10
상상마켓	•청소년이 만든 작품 판매 (책세서리, 가방, 도자기소품 등) ※한책을 가져오시면, 먹거리와 교환해 드립니다.	11.2(토) 13:00~17:00

※ 진로코칭, 진로검사, 진학상담, 토요교실은 연중 진행
건강한 아이가 공부도 잘합니다
2014년 제6기 아키스포초단 단원모집
 ▶대상: 5세, 6세, 7세(2008.1.1~2010.12.31일생)
 ▶신청: 11.23(토) 08:00, 1층 안내대스크, 선착순
 (노원구서비스공단 노원구민체육센터 ☎ 2289-6815~6818)



**만 65세 이상~만 71세 어르신,
 폐렴 무료 예방접종**
 신분증(주민등록증, 운전면허증, 여권 등) 지참
 ▶기간: 11.4(월)~12.6(금) 25일간
 ※ 2014년부터는 보건소에서 연중 접종 가능
 ▶대상: 만 65세 이상~만 71세 어르신
 으로 주민등록상 노원구 거주자
 (1942.1.1~1948.12.31 이전 출생자)
 ※ 65세 이후 폐렴구균 예방접종을 한
 경우 접종 불필요(65세 이후 평생 1회만 접종)
 ※ 65세 이전 폐렴구균 23가 다당 백신을
 접종한 경우 최소 5년경과 후 접종
 ▶장소: 노원구보건소 2층 예방접종실
 ▶시간: 09:00~12:00, 13:00~17:00
 ▶일정

일 자	동 명
11. 4 (월)	월계1동
11. 5 (화)	월계2동
11. 6 (수)	월계3동(1~22동)
11. 7 (목)	월계3동(23~45동)
11. 8 (금)	하계1동
11.11 (월)	하계2동
11.12 (화)	중계본동
11.13 (수)	중계1동
11.14 (목)	중계2·3동 (1~21동)
11.15 (금)	중계2·3동 (22~42동)
11.18 (월)	중계4동
11.19 (화)	공릉1동 (1~23동)
11.20 (수)	공릉1동 (24~48동)
11.21 (목)	공릉2동 (1~21동)
11.22 (금)	공릉2동 (22~43동)
11.25 (월)	상계1동 (1~23동)
11.26 (화)	상계1동 (24~46동)
11.27 (수)	상계2동
11.28 (목)	상계3·4동 (1~29동)
11.29 (금)	상계3·4동 (30~59동)
12.02 (월)	상계5동
12.03 (화)	상계6·7동
12.04 (수)	상계8동
12.05 (목)	상계9동
12.06 (금)	상계10동

(생활건강과 예방접종실 ☎ 2116-4515)

생명지킴이 자원봉사자 모집 안내
 ▶대상: 생명존중 및 자살예방에 관심과
 사회적 취약계층 등에 대한 봉사
 활동에 뜻이 있으신 분
 ▶내용
 •어르신 정기적 방문 상담(또는 전화)을
 통해 정서적 지원
 •우울증 예방을 위한 정보수집 및 정기
 모니터링
 •정신보건 상담기관 안내 등 자살예방
 필요자원 연계 등
 (보건위생과 생명존중팀 ☎ 2116-4327)

소중한 가족과 함께 건강생활 실천하기!

1. 식탁에 꽃 한 송이 꽂기
2. 부부간에 존댓말 사용하기
3. 자녀에게 도시락, 먹는 물 싸주기
4. 가족과 함께 아침식사 하기
5. 술 취했을 때는 대화하지 않기
6. 가족과 함께 걷기
7. 공중목욕탕 같이 가기
8. 가족과 영화보기

(생활건강과 건강지원팀 ☎ 2116-4356)

'출생월에 검진하기'
2013년 국가암 조기검진 안내
 생년월일 기준으로 태어난 달에 검진하면 기억
 하기 쉽고, 관리할 수 있고, 준비할 수 있습니다
 가족을 위해, 자신을 위해 꼭 검진 받으세요

▶국가암 조기검진 대상자:
 국민건강보험공단에서 개별 통보
 ▶일반 조기검진 대상자:
 검진비 10% 본인 부담
 ▶암잠복 대상자 기준 및 검진주기

암종별	대장기준	검진주기
위암/유방암	만 40세 이상	2년
자궁경부암	만 30세 이상	
간암(고위험군)	만 40세 이상	1년
대장암	만 50세 이상	

▶방법: 건강보험공단에서 발급한 암검
 진표로 지정병원 예약 후, 암검진 받음
 (생활건강과 건강지원팀 ☎ 2116-4355)
 (국민건강보험공단 노원지사 ☎ 1577-1000)

가족과 함께해요! 심폐소생술 교육
 최초목격자의 신속한 대처로 돌연사 예방
 이론 및 사람 모형용 통한 체험실기 교육
 ▶대상: 지역주민
 ▶교육
 •평일교육(3회): 10:00~11:30,
 14:00~15:30, 16:00~17:30
 •토요교육: 매주 토요일 10:00~11:30
 •야간교육(2회): 11.13(수), 11.27(수)
 19:00~20:30
 ▶장소: 구청 1층 심폐소생술 교육장
 ▶신청: 전화, 방문, 홈페이지
 (www.nowon.kr/health/)
 ▶비용: 본인 부담금 없음
 (의약과 의무팀 ☎ 2116-3321~3)

**건강수명 100세,
 행복도시 노원**

주민의 건강관리

체력측정 + 기본검사 + 건강처방

고용격 건강관리 비용 ⇒ 전액 무료!

대 상: 노원구 주민
 센터이용방법: 운동하기 편한 복장, 혈액 검사 시 공복상태 유지(사전 정소)
 운 용 시 간: 09:00~18:00(야간운영-상계센터:매주 수요일 09:00~21:30)
 (중계·월계센터는 1, 3주 수요일 야간운영)

가까운 평생건강관리센터를 이용하세요!

상당전화 ☎ 2116-4368

상계 평생건강관리센터 (상계 진지역)
 노원구보건소 4층 ☎ 2116-4466

중계 평생건강관리센터 (중계 화계 지역)
 중계2·3동 복합청사 2층 ☎ 2116-4455

월계 평생건강관리센터 (월계 공릉 지역)
 월계3동 복합청사 2층 ☎ 2116-4567

음식물은 쓰레기가 아닙니다
자원을 소중하게 생각하는 생명사랑운동에 동참합시다
 음식은 생명! 소중한 음식물이 남겨져 버려지지 않도록 합시다.

▶ 음식물은 멀리서 옵니다

주요 품목	수입국	연수입량(t)	수입거리(km)	푸드마일리지(t×km)
옥수수 등 곡물	브라질 산토스	4,435	23,140	102,625,900
소고기	뉴질랜드 타오랑가	1,157	10,382	12,011,974

▶ 음식물은 고마운 손길로 만들어집니다
 ▶ 길거리 음식을 먹지 맙시다
 ▶ 음식점에서 반찬을 추가로 요구하지 맙시다
 반찬을 많이 먹으면 나트륨 섭취량이 많아집니다
 1일 나트륨 섭취량: 2,000mg(소금5g) 이하 - WHO 권고기준 -
 (보건위생과 식품위생팀 ☎ 2116-4318)



**호흡기 전염병(홍역, 결핵 등) 예방을 위해
 학교, 길거리에서 침을 뱉지 맙시다!**

(생활건강과 전염병관리팀 ☎ 2116-4346)

네 발로 걷는 '노르딕 워킹'으로 건강을...

노르딕 워킹을 보러 노원청소년수련관
 분수대 앞을 찾은 것은 아들이 바닥까지
 내려온 저녁이었다. 이미 20여 명이 몸을
 풀고 있었다. 이윽고 폴(지팡이)을 잡고
 중랑천으로 향했다. 네 발로 걷는 사람들
 을 두 발로 따라잡기가 벅했다. 창동교까
 지 왕복 4km를 걷는 이 행렬은 매주 목요일
 저녁 7시 30분부터 시작된다.

폴은 무료로 빌려드려요

노르딕 폴의 생김새와 사용법은 등산용

**여러 가지가
 좋아하는 운동**



노르딕워킹은
 1930년대 핀란드
 크로스컨트리선
 수들이 여름에 톨
 러를 타고 아스팔
 트에서 훈련하던

방법에서 고안되었다. 그들이 상체를 이
 용해 좋은 성적을 얻는 것에 착안, 그들의
 동작을 걷기에 응용한 이 운동은 1980년
 대에 대중화되어 세계 40여 개국에서 인
 기를 끌고 있다.
 우리나라에 도입된 것은 10여 년 전, 지
 금도 남산에서 매주 토요일 새벽에 이 운
 동이 시작된다. 지난여름부터 노원구에
 노르딕워킹을 보급 중인 노원건강생활
 협회 김영미 회장은 이 운동의 장점을 여
 러 가지로 꼽는다.
 •자세가 교정되어 허리가 펴진다.
 •네 발로 걷는 것이라 안전하고 리듬감이
 있으며 걷는 데 힘이 덜 든다.
 •하체에 몰리던 체중이 상체로 분산되어
 상반신 운동이 된다.
 •폴을 사용, 걷는 속도를 증가시켜 같은
 시간에 많이 걸을 수 있다.

지팡이와 다르다. 재
 봉틀 노루발처럼 생
 긴 신발이 달린 폴의
 줄을 양손목에 걸고
 손잡이를 살짝 잡은
 뒤, 45도 각도로 끌고
 가면 된다.

최근 노원건강생활
 트에서 훈련하던
 협회는 무료로 빌려주는 폴을 추가 구입
 했다. 걷는 방법도 김영미 회장이 손수 지
 도해주고, 물도 제공함으로 주민들은 가
 벼운 운동복 차림으로 나오면 된다.
 “아베님과 장인이르니 하리가안 좋으서
 서 그 분들을 위해 먼저 배우러 나왔었다.”
 며 이정철(38세, 상계3동)씨는 가족건강
 을 고려하여 이 운동을 선택했다.
 “스위스 노인들이 많이 하는 것을 보았
 다. 우리 구에서 한다니 반가웠다.”는 고
 미자(69세, 중계2동)씨는 “이 운동을 하
 니 몸이 개운하다.”며 생기 넘치는 표정
 을 지었다.
 눈이 오나 비가 오나 진행할 거라는 노
 르딕워킹교실에 시간 내서 참여해 본다
 면 새로운 건강 체험을 하게 될 것이다.
 노원구민들의 건강백세 도전은 늘 진행
 중이다.
 Daum 카페 : 노원건강생활협회
 김영미 회장 : ☎ 010-6391-6299
 명예기자 김영화

구청 앞 작은 숲터, 노원의 상징물과 역사를 한눈에



노원구청을 한번이라도 가보았다면 구청 앞에 세워져 있는 흰차چه 차오르는 모습의 역동적인 말 동상 '도약'을 기억할 것이다. 노원의 상징이자, 노원구청의 상징으로 청사 바로 앞에 위치해 있던 이 말 동상이 자리를 옮겼다. 청사에서 조금 떨어져 노원구청 앞 사거리 도로변으로 자리해 지나다니는 더 많은 주민들이 이 동상을 볼 수 있게 되었다.

노원구를 상징하는 것은 여러 가지가 있지만 그중에서도 말은 '마들'이라는 지명으로 남아있을 만큼 의미가 깊다. 노원은 남쪽과 북쪽을 이어주는 사통팔달의 교통요충지로 조선의 도읍인 한양과 가깝고 강원도와 함경도의 중간에 위치하면서 역원이 만들어지기도 했다. 바로 이 역원에서 키우던 말들이 갈대밭에 뛰어들어는 모습에서 유래한 지명이 바로 마들이다. 그만큼 말은 노원의 상징으로 여겨지기에 모자람이 없다.

기존에 분수대가 설치되어 있던 노원구청 앞 사거리의 작은 공터로 말 동상이 옮겨지면서 곡선형의 벤치도 설치되어 누구나 잠시 앉아 쉬어갈 수 있는 작은 숲터로 탈바꿈했다. 뿐만 아니라, 노원구의 상징물들을 한눈에 볼 수 있도록 정리하고, 노원의 역사를 간단히 설명한 안내판도 함께 설치하여 노원에 대해 좀 더 알아갈 수 있는 공간이 되었다.

미관상 보기 좋지 않았던 낡은 분수대를 철거하고 노원의 상징물로 채워진 이 작은 숲터가 주민들에게 노원의 역사를 알리고, 잠시나마 휴식을 선사하는 의미있는 공간이 되었으면 한다.



- 산비둘기(區 새) • 산철쭉(區 꽃)
- 은행나무(區 나무) • 갈대(區 초)
- 말(區 동물)

명예기자 이미경

KT IT 서포터즈와 함께하는 12월 구민 스마트폰 활용교육

무료, 스마트폰 활용반 30명 모집

▶ 모집 : 11월 1일(금) 09:00부터

(홈페이지를 통해 선착순 마감)

▶ 신청 : 구청 홈페이지(www.nowon.kr)

→ 참여세상 → 인터넷 모집 → 12월 구민 스마트폰 활용 교육생 모집

▶ 교육 : 구청 3층 정보화교육장(스마트폰 자칭)
15:30~17:30(월·수·금 2시간)

구분	교육일	교육과정
24기	12.2 / 12.4 / 12.6	스마트폰 활용(초급)

※ 12월 KT일정상 스마트폰 초급반 과정만 진행

(디지털홍보과 ☎ 2116-3430)

북부여성발전센터와 함께하는 일자리박람회

현장면접, 취·창업상담 및 직업시연, 컨설팅, 각종체험행사, 행운권추첨 등

▶ 일시 : 11.7(목) 13:00~17:00

▶ 장소 : 북부여성발전센터(7호선 중계역, 도보 3분)

(북부여성발전센터 ☎ 972-5506)

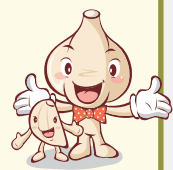
민을 수 있는 의성 농·특산물 직거래 장터 개최

우리 구와 자매결연을 맺고 있는 경북 의성군의 우수 농·특산품을 판매하는 직거래 장터가 11.1~11.2 이틀간 중계근린공원에서 열린다. 이날 행사에서는 의성마늘, 고추, 사과, 황토쌀, 의로운 쌀, 마늘묵장 등의 품목을 판매하고 옥사과, 흑마늘 엑기스, 향아초 등을 맛볼 수 있는 시식행사도 함께 진행된다.

▶ 일시 : 11.1(금) 14:00~18:00
11.2(토) 10:00~16:00

▶ 장소 : 중계근린공원(노원구민회관 옆)

▶ 품목 : 의성마늘, 고추, 사과, 황토쌀,
의로운 쌀, 마늘묵장 등



(일자리경제과 ☎ 2116-3483)

음식물쓰레기 분쇄기, '환경부 인증' 확인은 필수

음식물쓰레기 분쇄기(디스포저)는 하수도법 제33조에 따라 판매 및 설치를 급하고 있는 제품으로, 환경부의 인증을 받은(수질오염의 우려가 없는) 제품에 한하여 판매와 사용이 가능하다.

환경부의 인증이 없는 음식물쓰레기 분쇄기의 설치는 불법으로, 판매자는 물론이고 사용자 또한 100만 원 이하의 과태료가 부과된 주의할 필요가 있다. 가정용 오물분쇄기 구입 시에는 반드시 환경부 인증 여부를 확인해야 하며, 인증받은 제품 목록은 환경부 홈페이지(www.me.go.kr)에서 찾아볼 수 있다.

(자원순환과 ☎ 2116-3811, 3813)

밀반찬 조리 자원봉사자 모집

저소득 어르신 장애인 밀반찬 조리 봉사활동

▶ 활동 : 매주 화, 금 13:00~15:00

▶ 신청 : 전화 또는 방문접수

(월계종합사회복지관 ☎ 999-4211~3)



임소대기 연장신청 의무화 실시

서울시 북부지역 '임소대기' 입소신청 등록제에 동의하면 '임소대기' 입소신청을 연장 신청을 의무화 실시합니다.

- 연장기간 : 2014년 1월 1일 ~ 3월 31일
- 정리일 : 2014년 4월 1일 (화요일)
- 연장신청 방법 : 2014년 1월 1일에 공고

※ 연장 신청을 하지 않은 임소대기 신청자에 대해서는 삭제처리되거나 꼭 연장 신청을 하시길 바랍니다.

원룸, 다가구주택도

아파트처럼 동·층·호를 주소로 사용하세요

원룸, 다가구 주택 등은 층·호가 법정주소로 사용되지 않아 정확한 주소를 찾는 데 어려움이 많았다. 이에 상세주소를 건축물대장 등에 동·층·호가 등록되지 않는 건물에 부여하고 각종 공적장부에도 기재해 공법관계의 주소로 활용할 수 있도록 구청 부동산정보과에서 신청을 받고 있다. 앞으로 원룸, 다가구 주택도 우편물이나 택배물품이 정확하게 전달될 것으로 보인다. 한편 전입신고 이후에 상세주소를 부여받은 경우에는 동주민센터에 주민등록 정정신고가 필요하다.

▶ 상세주소 신청

• 대상 : 건물 소유자, 임차인

• 신청 : 노원구청 부동산정보과 방문(1층)

(부동산정보과 ☎ 2116-3607)

소규모 건물 건축·개축, 무료 상담받으세요

건축사의 찾아가는 무료상담실 운영
노원구건축사회에서는 소규모 건축물 도서작성 및 감리 무료서비스와 건축관련 무료상담실을 운영해 오고 있다. 보다 쉽게 상담을 받을 수 있도록 동 주민센터로 찾아가는 무료상담실도 진행하고 있으니 이번 기회에 돈들이지 않고 건축관련 상담을 받아보면 어떨까?

▶ 운영 : 매주 수요일 14:00~17:00

▶ 신청 : 전화예약(☎ 2116-3883)

일자	정소	일자	정소
10.30	중계4동주민센터	11.27	상계3·4동주민센터
11.6	노원구청 디자인건축과	12.4	노원구청 디자인건축과
11.13	상계1동주민센터	12.11	상계5동주민센터
11.20	상계2동주민센터	12.18	월계동주민센터

(디자인건축과 ☎ 2116-3883)

신용회복위원회 노원지부 개설

과중채무자를 위한 개인워크아웃 제도 운영, 저신용자들에게 대한 긴급자금 대출 등을 지원하고 채무종합상담 업무 수행

▶ 개소 : 10.1(화)

▶ 위치 : 상계동 734-5 3층(7호선 노원역 6번출구)

▶ 운영 : 월~금 09:00~18:00

(신용회복위원회 ☎ 1600-5500)

기고

우리 아이 딱 세 마디로 힐링하기... "이리 와!"

웰빙의 시대적 물결을 타고 힐링의 열풍이 불고 있다. 스마트 폰과 인터넷사용의 급증으로 삶의 질은 더욱 낮아졌다. 스마트 폰이 잠시라도 없는 시간은 쓸쓸하고 공허하고 힘들고 에너지가 줄어든다고 우울하고 힘이 없는 시간을 보내는 아이들이 늘고 있다.

마음의 빈 공간에 이미 들어와 있는 스마트폰은 재미를 주고, 호기심을 한없이 자극하고 다양한 오락의 기능으로 신기한 흥미를 불러일으킨다. 방안에서도 외부에서 일어나는 일들을 생생하게 보여준다. 날씨, 교통상황, 뉴스, 심지어 전문지식에 이르기까지 궁금증을 충족시켜주고 정보를 제공해준다. 시간과 공간을 초월하는 또 다른 세상이 열리고 수직심이나 자기의식이 없이 대화할 수 있는 공간이 아이들의 작은 손안에 주어져 있다. 외로움의 쓸쓸한 맛이 달콤하고 부드럽게 사라지게 하는 묘약이다.

이불을 뒤집어쓰고 휴대전화에 집중하는 아이들은 아침 태양이 뜨는 것과 저녁노을이 빌딩숲으로 넘어가는 모

습에 아무 감흥이 일어나지 않는다. 휴대전화의 흡인력이 마음과 시선을 빼앗아 가버렸다. 아이들은 흥분과 긴장과 재미와 놀이, 관계가 스마트 폰과 더불어 이루어지고 더없는 유능감과 전기전능감을 느낀다.

아이들의 마음의 외로움을 어떻게 힐링할 수 있을까? 부모, 자녀의 전통해가족은 13.5%라고 하는데(2000년 통계) 아이들의 외로움을 힐링하여 행복하고 슬기롭게 자기 이상을 꿈꾸는 아이로 만들 수 있는 간단한 방법이 없을까? 있다. 딱 세 마디로!

이리 와!

내가 바쁘니까 좀 나가 있을래? 시끄럽게 떠들지 말고 네 방에서 공부해라! 이런 말들은 엄마가 내 존재를 싫어한다는 상실감과 좌절감을 주어 외로움의 씨앗이 된다. 아이에게 훈계를 하고 싶으면 "이리와! 엄마가 할 말이 있거든.", "엄마 무릎에 앉아.", 또는 "우리 손잡고 이야기해 보자." 이때 서로의 피부를 통해서 스며드는 파스한 온기가 하고 싶은 말보다 더 많은 이야기를 전해 줄 것이다. '가까이 와!', 이 얼마나 파스한 존재론적인 이야기인가? 소

통은 가까움을 느끼는 것이다. 몸과 몸이 가까워지면 아이들은 몸으로 소통을 느끼게 된다.

자녀들이 학교에서 돌아오면 어머니는 수사탐정처럼 자녀에게 질문, 탐색, 조사한다. "숙제가 뭐지, 공부는 열심히 했는지? 시험은 잘 봤는지? 몇 점이었는지?" 아이들은 집으로 가까워올수록 마음도 무거워진다.

오늘부터 자녀의 어깨에 힘을 실어주는 말을 해보자. 아이들이 현관문을 밟고 들어오면 "이리 와", "엄마(아빠) 옆으로 가까이 오나라!" 부모를 향해 마음이 열린 자녀에게는 어떤 훈계도 사랑이다.



We 부모코칭, 가족상담 센터 소장_계정숙

다문화가정 '어울림교실' 회원모집

▶ 대상 : 노원구에 거주하는 결혼 이민자 가정

▶ 내용

• 한국어능력시험반(4급) : 매주 월·수 13:00~15:00

• 예쁜손글씨 POP교실 : 매주 월 10:00~12:00

(중계종합사회복지관 ☎ 952-0333~0335)

다양한 고민, 걱정거리를 상담하는

노원노인상담센터

성(性)상담, 가정상담, 부부상담, 생활상담 등 진행

▶ 대상 : 어르신 및 주민 누구나

▶ 장소 : 시립노원노인종합복지관(중계주공9단지아파트 내)

(시립노원노인종합복지관 ☎ 1688-3139)

3년 후 적립금 2배...

'희망플러스·꿈나래통장' 신규 참가자 모집

우리구는 10월 31일까지 '희망플러스·꿈나래통장' 사업 참가자 70명을 모집한다. '희망플러스 통장'은 저소득주민이 소득 수준에 따라 매월 5만 원~20만 원을 3년간 저축하면 서울시와 민간후원기관이 일정 금액을 추가로 적립해 주는 저축형 복지 프로그램이다. 예를 들어 차상위복지급여자가 매월 10만 원을 3년간 적립하면 3년 후에 '원금 360만 원+매칭금 360만 원+이자까지' 지출받는 형식이며, 주거자금, 창업자금, 교육·훈련비로만 사용할 수 있다. 또한 '꿈나래 통장'은 매월 3~10만 원을 3~5년간 저축하면 마찬가지로 일정 금액을 추가로 적립해 주며 적립금액은 자녀 교육자금으로만 쓸 수 있다.

▶ 자격 : 10월 11일 현재 관내 거주자로서 국민기초생활보장수급자, 차상위복지급여자, 소득인정액이 최저생계비 150% 이하인 가구 중,

• 희망플러스 : 최근 1년 기간 중 6개월 이상 정기적인 근로소득이 있는 재직자

• 꿈나래통장 : 서울시 거주 만 14세 이하 자녀 양육가구

▶ 신청 : 10월 31일까지 각 동주민센터 방문 접수

(우편접수 불가)

(각 동주민센터 및 복지정책과 ☎ 2116-3652)

담당 하문 자리에 내집 주차장 만들기

그린파킹(담당하문가) 신청 안내

도시주택가의 심각한 주차난을 없애고 이웃 간 분쟁을 막기 위해 단독주택, 다가구주택 등의 담당과 대문을 허물어 주차공간을 만드는 그린파킹, 일반주택의 경우에는 구청에서 공사를 대행하고 비용까지 지원한다.

▶ 기간 : 연중수시

▶ 대상 : 담당 및 대문을 허물어 주차장을 설치할 수 있는 단독, 다세대, 연립, 근린생활시설이 포함된 주택 등

▶ 공사

• 일반주택 : 구청대행

• 아파트 : 자체시행

▶ 지원

• 일반주택 : 가구당 주차1면 800만 원, 2면 950만 원
매1면 추가 시 100만 원 추가지원(최대 1,750만 원)
• 공동주택 : 주차장 조성 공사비의 50% 이내, 1면 당 최대 70만 원(아파트 당 최대 5천만 원)



〈공사전〉



〈공사후〉

(교통지도과 ☎ 2116-4100)

국제운전면허증, 노원구청에서

여권과 함께 신청하세요

도봉면허시험장과 업무협약을 통해 경찰서와 운전면허시험장에서만 발급하던 국제운전면허증을 10월 4일부터 노원구청에서도 신청할 수 있게 되었다. 구비서류는 국제운전면허신청서, 사진 1매(3cm×4cm), 수수료 7천 원이며 여권교부 시 면허증을 함께 수령하면 된다. 방문이 어려운 분들은 등기우편으로도 받을 수 있다.

한편 국제운전면허증은 '도로교통에 관한 국제협약(1949년, 제네바)'에 따라 외국에 머물면서 해당 국가의 운전면허증이 없어도 운전할 수 있는 증명서로, 제네바 협약에 가입한 국가에서만 운전이 가능해 체류할 국가가 가입국인지 반드시 확인해야 한다. 면허유효기간은 발급일로부터 1년이다.

(민원여권과 ☎ 2116-3283)

'11월 찾아가는 일자리 상담센터' 운영

직업상담사 자격을 갖춘 일자리설계사가 현장에서 구인·구직 상담 진행

▶ 대상 : 일할 사람이 필요한 사업장 및 구직자

▶ 일시 : 10:30~16:00

일자	정소	일자	정소
11. 1(금) 11.15(금)	중계종합사회복지관	11.14(목)	이마트 월계점
11. 8(금) 11.22(금)	월계종합사회복지관	11.19(화)	월계문화정보도서관
11. 6(수) 11.13(수) 11.20(수) 11.27(수)	노원구민회관	11.2(목)	롯데마트 중계점
11.12(화)	노원정보도서관	11.26(화)	상계문화정보도서관

(일자리경제과 ☎ 2116-3478)

쓰레기 무단투기 신고하면

100% 인상된 포상금을 지급합니다


무단투기를 하다 적발되면 관련법에 따라 과태료를 부과하며, 행위사실이 입증될 경우 신고자에게는 과태료 부과금액의 40%를 포상금으로 지급한다. 위반행위별 쓰레기 무단투기 포상금은 별도의 가구 없이 담배공조, 겸, 휴지 등을 버리는 행위는 2만 원, 비닐봉지, 천보자기 등을 이용하여 버리는 행위는 4만원으로 단속인력에 한계가 있어 주민 여러분의 적극적인 참여가 절실하다.

▶ 신고 : 블랙박스 또는 카메라를 이용해 증거(동영상, 사진 등) 확보

▶ 접수 : 전화, 전자우편(k5bjh@nowon.go.kr), 생활불편 스마트폰신고 앱, 국민신문고(www.epeople.go.kr) 등

▶ 지급 : 2만 원 또는 4만 원

(자원순환과 ☎ 2116-3803, ☎ 120 다산콜센터)



'굿바이! 대기전력'

멀티탭 스위치를 꺾면 한 달 전기료를 절약할 수 있습니다.

(한국전력공사 ☎ 123)

