
2023년 경기도 1인가구 지원사업 우수사례





여 성 가 족 국
(가족다문화과)

목 차

I. 1인가구 병원 안심동행 사업	1
II. 1인가구 지원사업	3
① 증장년 수다살롱	4
② 식생활 개선 다이닝	5
③ 건강돌봄 프로그램	6
④ 재무경제교육	7
⑤ 기타 사항	7
III. 1인가구 자유주제 제안사업	8
① (파주시) 심리정서 지원(마음클리닉, 테라피)	9
② (용인시) 힐링캠프, 문화공연, 문화관람	10
③ (성남시) 1인가구 중증질환자 맞춤형 식사 지원	11
④ (안양시) 지구사랑 친환경 사업 “그린 허그”	12
⑤ (광주시) 싱글의 라이프 밸런스 찾기 Project	13
⑥ (광명시) 힐링치유농장 I.허브.U	14
⑦ (양평군) 세대별 맞춤형 프로그램	15
⑧ (동두천시) 일상을 나눔(취미공유, 반려동물)	16

1인가구 병원 안심동행 사업

구분	내 용
참여시군	○ 6개 시군(성남, 안산, 광명, 군포, 포천, 과천(10월부터))
예산액	○ 개소당 평균 200,000천원(인건비 169,080천원, 홍보비 12,000천원, 운영비 18,920천원)
서비스 대상	○ 1인 가구와 병원동행 서비스가 필요한 실질적 1인가구(한부모, 노인가구, 조손가구 등) 포함
서비스 내용	○ 제공서비스 : 1인가구 병원 동행 서비스 지원 ※ 대중교통 이용 원칙(이동서비스 미제공) ○ 이용요금(자부담) - 관내 : 5,000원/3시간(30분 초과 시 2,500원) - 관외 : 5,000원/시간 ○ 운영시간 : 평일 09 ~ 18시 (병원 예약시간에 따라 9시 이전 가능) ○ 제공한도 : 월 8회 (단, 시군별 사업 수요에 따라 제공 한도 조정 가능)
서비스 절차	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 22%;"> <p style="text-align: center;">① 서비스 신청</p> <ul style="list-style-type: none"> · 서비스 신청 · 서비스 대상자 및 · 요구사항 확인 · 서비스 내용 절차 안내 </div> <div style="width: 22%;"> <p style="text-align: center;">② 동행인 출동</p> <ul style="list-style-type: none"> · 동행인 배정·출동 · 서비스 시작 전 신청서, 이용 확인서, 개인정보 수집 및 이용 동의서 작성 </div> <div style="width: 22%;"> <p style="text-align: center;">③ 서비스 제공</p> <ul style="list-style-type: none"> · 병원 등 이동지원 (집→병원 등→집) - 병원 내 수납진료 및 약국 등 동행 </div> <div style="width: 22%;"> <p style="text-align: center;">④ 사후 관리</p> <ul style="list-style-type: none"> · 비용 수납 및 확인 · 만족도 조사 </div> </div>
인력 운영 및 채용	○ 인력채용 : 서비스 운영자 1인 / 동행인 2명 이상 ※예산 범위 내 시간제 근무 허용 ○ 자격조건 : 국가 자격증(요양보호사, 사회복지사, 간호조무사 등) 소지자 ○ 교통비 : 동행인 교통비 실비지급(단, 대중교통 소외지역은 1만원 추가 지급)
이용요금 및 노쇼관리	○ 이용료 수납 : 기본요금 5,000원 선납, 추가요금은 서비스 종료 후 납부 ○ 노쇼(서비스 개시 전 1시간 내 취소 포함) 발생 시 1개월 서비스 이용 제한
안전관리	○ 운영자, 동행인 '상해보험' 및 '배상책임보험' 가입 ○ 동행인 안전관리 상 신청자와 성별 다를 시 2인 1조 출동 권고 ○ 이용자(노인, 거동불편자 등) 안전관리 상 2인 1조 출동 가능 ○ 동행 시 목걸이 명찰 및 조끼 상시 착용, 호루라기 지원 ○ 채용 후 기본 소양 및 역량강화교육 실시 후 투입
홍보용 배너이미지 및 사진	<div style="display: flex; align-items: center;">   </div>

【 사업운영 미담사례 】

(광명시) 신장투석 치료 환자

8월 25일부터 광명시에 거주하고 있는 박모씨는 1인가구로서 신장 투석 치료를 매주 3회 도보로 광명시 내과의원 인공신장실에 혼자서 방문하고 있었습니다.

투석 환자의 경우에는 투석 후 빈혈 수치가 올라가 어지러움, 메스꺼움, 구토, 저혈압, 근육경련 등의 문제가 나타날 수가 있습니다.

엘리베이터가 없는 병원을 혼자서 이용하시다 보니 잦은 낙상사고로 인하여 병원안심동행 서비스에 대한 전단지를 접하게 되어 자녀분께서 안전한 이동을 위해 광명시 1인가구 지원센터로 연락을 하여 사전 예약을 통해 서비스를 신청하게 되었습니다.

투석 후 잦은 낙상으로 인하여 보호자의 동행이 필요했지만 일주일에 3회씩 4시간 동안 받아야 하는 투석에 가족이 매번 동행하는 것은 어려운 상황으로 병원안심동행 서비스를 신청하셨으며, 노령으로 인하여 엘리베이터가 없는 병원은 이용하고 계셔서 보호자님께 이용자님의 잦은 병원 방문이 불편하기도 하지만 낙상의 우려와 안전한 이동을 위해 엘리베이터가 있는 ○○병원(종합병원)으로 옮기기를 권하였으나 보호자님께서 근거리를 이용한 이유는 잦은 병원 방문으로 교통비 부담이 크다고 하셨습니다.

광명시 1인가구 지원센터에서는 투석 치료 후 거동이 불편하므로 교통약자이동지원 차량 서비스(광명희망카)를 받을 수 있다고 안내드려서 이용자님께서 “병원안심동행 서비스를 이용하니 안전한 동행뿐만 아니라 보호자에게 필요한 서비스까지 알려주셔서 현재 ○○병원(종합병원)과 광명희망카를 잘 이용하고 있으며 도움이 되는 정보와 보호자 역할과 가족의 마음으로 동행서비스 해주셔서 너무 감사합니다.” 라는 말씀을 해주시며 이용을 하고 있습니다.

II

1인가구 지원사업 (중장년수다살롱, 식생활개선다이닝, 건강돌봄, 재무경제교육)

1

사업개요

□ 사업목적

- 1인가구 특화 프로그램 운영을 통한 사회적 교류증진, 식생활·건강개선, 자기 돌봄 역량 강화 등 1인가구의 삶의 질 향상 도모

□ 참여시군(16개)

- 수원시, 용인시, 화성시, 성남시, 부천시, 남양주시, 안산시, 파주시, 의정부시, 광명시, 하남시, 이천시, 안성시, 포천시, 가평군, 연천군

□ 사업내용 : 1인가구 지원프로그램(4개 사업) 운영

프로그램명	내용	사업량
중장년 수다살롱	중장년(40세~64세) 1인가구 관심분야 동아리 구성·지원	1,200천원 x 5그룹 x 13개소
식생활개선 다이닝	1인가구 식생활 개선 및 공동체형성을 위한 요리교실	2,500천원 x 2과정 x 14개소
건강돌봄 프로그램	연령대별 맞춤형 건강돌봄 프로그램 운영	2,500천원 x 2과정 x 13개소
재무경제교육	생애주기별 맞춤형 재무·경제교육 및 개인 재무상담	6,000천원 x 1과정 x 14개소

□ 주요성과 : 참여인원 8,473명 (남 1,781, 여 6,692) / 만족도 4.7

- 매년 1인가구 지원사업 참여 시군 및 참여인원 증가, 사업 확대
 - '21년도 4개 시군(2,454명) → '22년도 10개 시군(4,738명) → '23년도 16개 시군(8,473명)
- 유관기관과의 협력 및 홍보* 부분도 '22년 대비 개선되어 더 많은 참여자 모집
 - 지역 내 요리학원과의 MOU, 1인가구 캠페인, 노인복지관 및 행정복지센터와의 연계를 통한 지역사회 공헌, 군부대 연계 대상자 발굴 등

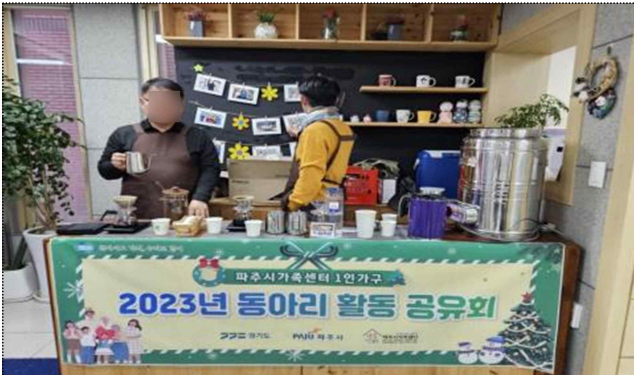
사업명	추진실적						
	회기		참여인원(연인원)				만족도 (평균)
	계획	진행	계획	진행	남	여	
소계	1,254	1,296	8,033	8,473	1,781	6,692	4.7
중장년수다살롱	739	706	2,489	2,638	717	1,921	4.7
식생활개선다이닝	158	173	1,785	2,018	407	1,611	4.8
건강돌봄프로그램	184	213	1,866	2,111	370	1,741	4.8
재무경제교육	173	204	1,893	1,706	287	1,419	4.7

2 프로그램 운영 사례

① 중장년 수다살롱

연번	시군	동아리명	인원		회기	사례 내용
			남	여		
1	파주시	바리스타 동아리	2	3	11	○ 바리스타 자격증 취득을 위한 교육과정을 이수하여, 단순 취미생활을 넘어 성취감 획득 ○ 파주시 가족축제, 가족나눔의 날에 부스 참여, 지역사회에 재능 환원
2	파주시	기타 동아리	1	3	11	○ 파주시 가족축제, 가족나눔의 날에 공연 참여, 지역사회에 재능 환원
3	광명시	세븐명스	1	5	21	○ 1인가구 반려인 동아리 - 반려동물 간식 만들기, 사회성 기르기, 산책, 봉사활동 등
4	하남시	반려동물 사랑	-	4	5	
5	수원시	요리쿡사 동아리	2	3	14	○ 식생활개선다이닝 프로그램에서 만난 참여자끼리 요리동아리 구성

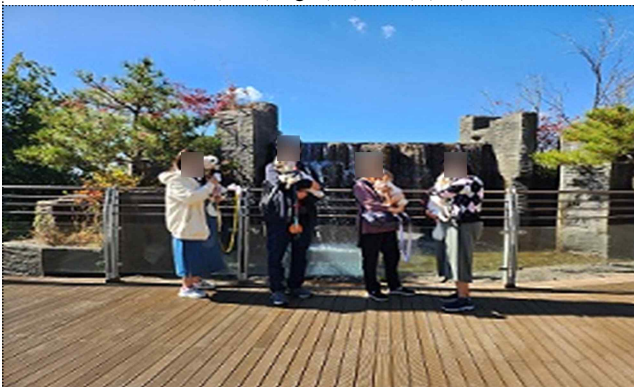
【 프로그램 활동 사진 】



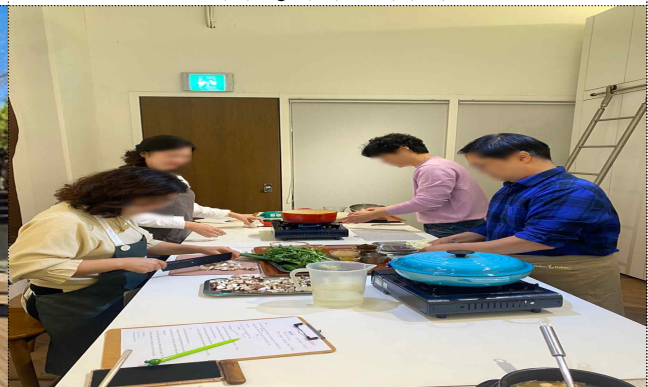
바리스타 동아리 / 파주시



기타 동아리 / 파주시



세븐명스 / 광명시



요리쿡사 / 수원시

② 식생활 개선 다이닝

연번	시군	프로그램명	인원	회기	우수사항
1	수원시	나의 체질에 맞는 건강요리	8~12	4	<ul style="list-style-type: none"> ○ 2회차는 이론, 2회차는 실습으로 구성 <ul style="list-style-type: none"> - 체질 테스트를 통한 내 몸 바로알기 - 체질에 맞는 식재료 학습하기 - 실습 2회 ○ 요리실습에서 나아가 개인 건강에 대한 이해와 식재료 탐구를 통한 지속가능한 건강한 식생활 추구
2	부천시	엄마 밥상 프로젝트	32	4	<ul style="list-style-type: none"> ○ 자취 처음하는 청년등을 대상으로 집밥 음식 만들기
3	이천시	김장하는 날	10	1	<ul style="list-style-type: none"> ○ 1인가구가 혼자서는 하기 어려운 김치 만들기 프로그램 운영
	의정부	여름김치	30	3	<ul style="list-style-type: none"> ○ 1인가구가 혼자서는 하기 어려운 김치 만들기 프로그램 운영 ○ 함께 만든 음식 일부 지역사회에 기부
4	의정부	맛있는 추석	10	1	<ul style="list-style-type: none"> ○ 1인가구의 외로움이 극대화 될 수 있는 명절 등의 시기에 맞춘 프로그램 ○ 함께 만든 음식 일부 지역사회에 기부

【 프로그램 활동 사진 】



건강한 한끼 솔밥 만들기 / 수원시



엄마 밥상 프로젝트 / 부천시



김장하는 날 / 이천시



음식 기부 / 의정부시

3 건강돌봄 프로그램

연번	시군	프로그램명	인원	대상	회차	프로그램 내용
1	수원시	효과만점 홈트레이닝& K-POP댄스	7	청년	1	○ 간단한 홈트레이닝과 K-POP 댄스
2	수원시	행궁동 별빛야행	7	청년	1	○ 문화해설과 함께하는 산책회
3	수원시	심폐소생술 (CPR) 교육	8	노년	1	○ 응급상황 시 행동요령 숙지 ○ 심폐소생술과 자동심장충격기(AED) 사용법
4	수원시	그림책과 함께하는 웰다잉 교육	7	노년	1	○ 미술로 인생 돌아보기, 노년기 죽음의 준비
5	이천시	치매예방교육 및 기억력 검사	12	노년	1	○ 치매예방교육, 기억력 검사
6	의정부시	셀프 집수리	27	공통	3	○ 신체, 정서 건강을 위한 주거환경개선
7	의정부시	멍멍스쿨	32	공통	5	○ 반려동물과 함께 생활하는 1인가구의 정서 안정
8	의정부시	셀프 집수리	27	공통	3	○ 신체, 정서 건강을 위한 주거환경 개선, 하자보수(세면대, 전기, 타일 등)
	광명시	내 손으로 해결하는 집수리	34	공통	4	

【 프로그램 활동 사진 】



심폐소생술 교육 / 수원시



치매예방교육 및 기억력 검사 / 이천시



내손으로 해결하는 집수리 / 광명시



멍멍스쿨 / 의정부시

4 재무경제교육 ※'24년부터 금융안전교육으로 변경

연번	시군	프로그램명	인원	대상	회차	프로그램 내용
1	광명시	신문으로 읽는 경제	26	통합	4	○ 경제신문으로 경제용어, 흐름, 투자방법 등 자신의 경제가치관을 정립하는 교육 ○ sns이용하여 1일 1회 경제신문 분석과제 수행
2		환경경제			2	○ 환경을 생각하는 친환경 소비 교육
3	공통	-	-	-	-	○ 연말정산 등 청년기에 챙겨야 할 정부 제도와 금융상품 점검 ○ 개인 실제 포트폴리오 사례 발표 및 공유 ○ (청년, 통합) 전세사기 예방교육 ○ (노년) 보이스 피싱, 소비자 피해보상 교육 ○ (중장년, 노년) 스마트폰에서 필요한 금융앱 사용법 교육 (은행 앱, 주식앱 등)

【 프로그램 활동 사진 】



5 기타 사항

구분		참고사항
인원 모집	부천시	○ 센터에서 주체적으로 주제별 동아리 개설 후, 참여자 모집 → 자발적 동아리 모집이 어려울 경우 활용 가능 ○ 신청인원 중 나이 및 거주지가 비슷한 참여자를 묶어서 동아리 구성
	하남시	○ 취미여가 생활에 접근하기 어려운 취약계층을 새롭게 발굴하기 위해 하남지역자활센터와 MOU를 체결
	공통	○ 참여자 모집이 어려운 재무교육 등을 식생활개선 다이닝과 같은 활동 프로그램과 엮어서 프로그램을 구성, 인원 모집
참여자 편의개선	수원시	○ 구글 폼을 통한 동아리 활동일지 제출 → 활동일지 작성 부담 최소화 ○ 사전교육 및 동아리 리더 교육을 통한 동아리 구성원 간의 갈등 예방 → 의사소통으로 인한 갈등예방, 리더십 교육 추가 진행
재무 교육	공통	○ 기본, 심화회기를 별도 구성하여 높은 수준의 교육을 원하는 도민육구 충족
사회적 관계망 확대	공통	○ 동아리 발표회 등 연 1~2회 활동 공유회 개최 ○ 식생활개선 다이닝 우수 참석자에 한하여 1회차 파티요리교실 등 제공

Ⅲ

1인가구 자유주제 제안사업

1

사업개요

□ 사업목적

- 시군별 지역특성에 맞는 1인가구 프로그램 발굴 및 활성화 추진

□ 참여시군(8개)

- 파주시, 용인시, 성남시, 안양시, 광주시, 광명시, 양평군, 동두천시

□ 사업내용

(단위 : 천원)

시·군명	프로그램명	예산액	프로그램 내용
계	8개 시군	72,000	
파주시	심리정서 지원 (마음클리닉, 테라피)	9,000	군인·청년기·중장년기·노년기 집단상담, 목공 체험 등
용인시	힐링캠프, 문화공연, 문화관람	9,000	1박2일 조별 체험활동, 문화공연 단체 관람
성남시	중증질환자 맞춤형 식사지원 서비스	9,000	중증 질환자 맞춤형 영양식 (저당식, 당뇨식, 암환자식 등) 제공
안양시	두루모아 Life	9,000	친환경 제작 활동, 음악테라피, 셀프디펜스 강의, 사진촬영, 인테리어 강의, 가구 제작 등
광주시	싱글의 라이프 밸런스 찾기 Project	9,000	세대별 싱라벨 Project, 혼자여행, 겨울밤 초대 등
광명시	힐링치유농장, 새 삶스런 공방	9,000	I.허브.U(허브재배,용품제작), 탄소중립/업사이클링 등
양평군	세대별 맞춤형 프로그램	9,000	정리, 목공(청년) / 요리, 피크닉(중년) / 홈파티(통합) 등
동두천시	일상을 나눔 (취미공유, 반려동물)	9,000	참여자 취미공유 / 체험, 반려동물 정보공유 및 소통

2

우수사례

1 (파주시) 심리정서 지원(마음클리닉, 테라피)

◆ 파주시는 군사접경 및 도농복합 지역으로 지역내 1인가구 비율(전체가구의 27.5%)이 매우 높으며, 파주시 지역주민 요구도 조사를 반영하여 수요가 높은 전연령층 심리정서지원 사업 추진

○ 사업대상 : 파주시 생활권 1인가구

○ 사업내용 : 군인·청년·중장년·노년 마음클리닉, 목공예테라피, 컬러 테라피, 향기테라피

○ 홍보방법

- 온라인 : 지역맘카페, 인스타, 카카오톡채널, 페이스북, 당근, 1인가구 오픈채팅방 등
- 오프라인 : 언론보도, 지역소식지, 주택홍보, 인식개선 캠페인 진행시 사업 홍보, 유관기관 공문발송, 센터 게시판 등

○ 주요성과 : 참여인원 206명 (남 37, 여 169) / 만족도 4.93점

- 중년 집단상담 종료 후 참여자 5명 중 4명이 칼림바 동아리 구성함. 이는 집단상담을 통해 1인가구의 자신감 및 자아효능감 향상에 기여
- 지역 내 유관기관 사례대상자 2명을 노년기 집단프로그램에 참여하게 하여 삶을 영위할 수 있도록 함

【 프로그램 활동 사진 】



군인 마음클리닉(퍼스널 컬러)



목공예테라피(우드조명 만들기)

② (용인시) 힐링캠프, 문화공연, 문화관람

- ◆ 용인의 특성상 넓은 지역에 1인가구가 고르게 분포되어 있어 여러 지역의 1인가구가 한정된 장소의 평일 프로그램에 참여가 어려운 점과 경제 침체기에 1인가구의 생활 안정에 도움을 주고자 주말에 진행하는 문화 프로그램을 기획

○ 사업대상 : 용인시 거주 1인가구

○ 사업내용 : 1박2일 캠프 및 문화 활동 지원

○ 홍보방법

- 용인관공서(도서관, 청년랩, 평생학습관, 행복주택 등) 및 1인가구 주거 밀집 지역의 상가 및 버스 정거장 홍보물 게시
- 카카오톡채널을 통한 지속적인 프로그램 홍보 및 문의 사항 응대

○ 주요성과 : 참여인원 198명 (남 102, 여 96) / 만족도 4.8점

- 1박 2일 프로그램을 통하여 친목도모를 비롯하여 정서적 유대감 형성 (우울감 및 외로움 해소)
- 주말 문화 프로그램을 진행하여, 혼자서 하기 힘든 뮤지컬과 문화해설 관람을 통하여 사회관계 단절 현상 예방과 생활 안정에 도움
- 프로그램 진행 후, 참여자 간 자조모임 진행 (새로운 사회관계망 형성)
- 직장으로 인해 타지역에서 이주해 온 참여자들이 다수로, 퇴근 후 취미 활동을 비롯하여 같은 조건의 여러 사람들과 대화를 할 수 있어서 외로움 등이 많이 해소되었다는 의견이 많았음

【 프로그램 활동 사진 】



힐링캠프 즐거운 촌캉스(양평 큰삼촌 체험마을)

3 (성남시) 1인가구 중증질환자 맞춤형 식사 지원

◆ 현재 식사 제공사업은 노인·장애인에 한정되어 있고, 질병이 있어도 회복을 돕는 가족이 없는 중장년 1인가구를 대상으로한 식사지원이 필요함

- 사업대상 : 성남시 거주 중장년 1인가구
- 사업내용 : 대상자별 영양 요구사항에 맞는 맞춤형 식사 지원
- 홍보방법 : 「1인가구 중증질환자 맞춤형 식사지원」 추진 계획서 송부 (50개동)
- 주요성과 : 참여인원 23명 (남 13, 여 10) / 만족도 4.73점
 - 중증질환자에게 도움이 되는 맞춤형 식사 지원으로 건강회복 지원
 - 야채를 포함한 건강식단을 매번 일정시간에 먹을수 있어 만족스러워했음

【 프로그램 참고 사진 】

식단	질환 관리 식단			회복식단		영양 균형 식단	칼로리 조절식단	간편냉동식단
이미지								
상품명	당뇨식단	암환자용식단	신장질환자식단	퇴원후회복식단	암환자회복식단	건강균형식단	350 쉐러드 식단	챌린지식단
상품소개	당뇨병 환자 등 당질섭취 관리가 필요한 사람을 위한 특수의료용도 식품	암 치료 후 지하된 체력회복을 돕는 암환자용 특수의료용도 식품	신장질환으로 투석중인 환자를 위해 설계된 특수의료용도 식품	건강균형식단 + 뉴케어 단백질 보충 식단	암환자용식단 + 뉴케어 체력회복을 돕는 회복식단	세계에서 100세 이상 장수 인구가 가장 많은 나라의 메뉴로 구성된 정상균형식단	평균 350kcal의 저지방식 샐러드 식단	300-600kcal 다양한 목적에 맞게 섭취 가능한 간편 냉동식단
배송방법	격일배송	격일배송	택배배송	격일배송	격일배송	격일 배송	격일배송	택배배송

1인가구 중증질환자 맞춤형 식사 지원 식단

4 (안양시) 지구사랑 친환경 사업 “그린 허그”

◆ 일회용 플라스틱 배출 실태 분석에 따르면 1인가구의 플라스틱 배출량은 다인가구의 2배 이상으로 나타났으며, 특히 일회용 포장재는 4배 이상 많은 것으로 조사되었음. 이에 생활쓰레기 배출량 감소를 위해 안양시 1인가구 제로웨이스트 제작활동 “그린 허그” 사업을 진행

○ 사업대상 : 안양시 생활권 1인가구

○ 사업내용

회기	내용
1	• 제로웨이스트 - 친환경 비누 만들기
2	• 생활쓰레기 재활용 - 양말목을 이용한 생활용품 제작
3	• 친환경 공기정화식물 기르기

○ 홍보방법 : 센터 매체(홈페이지, SNS, 블로그, 게시판),
지역사회 신문, ‘안양시복지콜센터’ 카카오플러스,
안양시청 뉴스레터 발송 등을 통한 참여자 모집

○ 주요성과 : 참여인원 30명(남 6, 여 24) / 만족도 4.96점

- 제로웨이스트 활동에 직접 참여해 1인가구에게 환경 보호에 대한 인식을 제고함으로써 지구사랑 친환경을 실천하였음
- 프로그램 당일에 사정이 생겨 참여가 힘든 참여자들에게 물품 키트를 배부하여 각 가정 내에서도 프로그램에 참여할 수 있도록 도왔음

【 프로그램 활동 사진 】



양말목 소품 제작



공기정화 반려식물



친환경 비누 제작

5 (광주시) 싱글의 라이프 밸런스 찾기 Project

◆ 2022년 진행된 광주시 사회조사에 따르면 1인가구 대상 여가지원, 공동체 활성화 사업, 사회안전망 구축사업 등 다양한 니즈(Needs)를 확인하여 건강한 여가 및 신체 건강에 대한 프로그램 진행의 필요성 대두

○ 사업대상 : 광주시 거주 1인가구

○ 사업내용 : 관내 1인가구 대상 생애주기별 신체 및 정서적 건강 안녕을 위한 프로그램 운영

1) 청년편 : MBTI, 아로마테라피, 건강 간편식 만들기

2) 중년편 : 에니어그램, 아로마테라피, 건강 간편식 만들기

3) 노년편 : 아로마테라피, 간편건강식, 나를 위한 짧은 인생여행

4) (모든 연령) 싱글의 라이프 밸런스 찾기 모두함께

○ 홍보방법 : 가족센터 SNS, 지역 온라인 커뮤니티, 광주시청 SNS, 지역 유관기관 연계(노인복지관 등)

○ 주요성과 : 참여인원 161명 (남 28, 여 133) / 만족도 4.81점

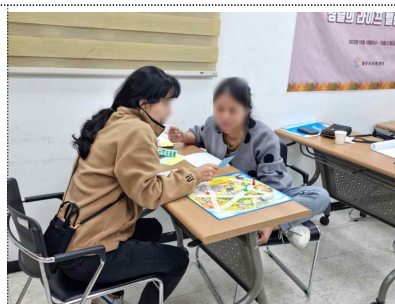
1) 모든 연령이 함께할 수 있는 온오프라인 프로그램 진행. 여행 유튜버와 함께하는 혼자여행 talk show, 랜선 음식 및 삶을 함께 공유하는 계절 프로그램을 진행하였음. 온라인 접근이 어려운 중·노년층을 위해 온오프라인 동시 진행함으로써 모든 1인가구가 함께 어우러질 수 있는 계기 마련

2) 각 생애주기별 프로그램은 MBTI, 에니어그램, 아로마테라피를 접목하여 스트레스 및 삶을 공유할 수 있는 워크숍 형태로 진행되어 이번 프로그램을 통해 새로운 친구를 사귄 수 있는 시간이 마련되어 좋았다는 평임

【 프로그램 활동 사진 】



아로마테라피(청년)



에니어그램(중년)



건강을 위한 간편식(노년)

6 [광명시) 힐링치유농장 I.허브.U

◆ 도시농업이 활성화 되어 있는 광명시의 지역적 특성을 반영한 「힐링치유농장 I.허브.U」를 통해 1인가구의 정서적 안정감을 도모하고 사회적 관계망을 형성함으로 고립감을 완화해 실질적인 삶의 질을 향상시키고자 추진

○ 사업대상 : 광명시 거주 1인가구

○ 사업내용 : 텃밭 식재·관리, 허브활용 제품제작 및 공예활동, 팜파티 등

○ 홍보방법

- 연령대별 온라인(SNS·당근마켓 등), 오프라인(고시원·시니어클럽 등) 홍보 방법 다양화
- 행정복지센터, 관내 유관기관(복지관, 행정복지센터, 청년동, 평생학습원 등) 연계를 통한 홍보 효과 극대화

○ 주요성과 : 참여인원 20명 (남 4, 여 16) / 연인원 156명 / 만족도 4.2점

- 1) 정서적 안정감 사전·사후 검사결과 5점 척도 기준 평균 0.2점 증가해 유의미한 결과를 얻을 수 있었음. 특히, 참여자 의견으로 ‘1인가구와 함께하는 시간이 기다려졌으며 행복했습니다.’ 등 참여자 대부분의 긍정적 반응
- 2) 참여자 대부분이 사업이 지속되기를 희망하였으며 만족도 조사에서 ‘참여자 간 친밀감이 형성되었다’는 문항에 대한 답변으로 4.75점(5점 척도)을 도출함으로써 참여자간의 관계망 형성에 긍정적인 효과성을 입증함.
- 3) 1인가구지원센터, 광명텃밭보급소, 지역사회보장협의체 등 MOU체결 및 지역사회 네트워크를 통한 1인가구 안전망을 구축함

【 프로그램 활동 사진 】



「힐링치유농장」 첫 삽 뜨기



「힐링치유농장」 팜파티

7 (양평군) 세대별 맞춤형 프로그램

◆ 지역 내 세대별 프로그램 구성으로 청년과 중장년 1인가구들의 특성과 욕구를 적극 반영한 맞춤형 주제 사업 추진 및 유관기관의 지역자원을 활용한 프로그램으로 사업의 다양한 대상층 연계

- 사업대상 : 양평군 거주 1인가구(예비, 청년, 중장년, 통합)
- 사업내용 : 생애주기별 1인가구 맞춤형 프로그램

프로그램 명	활동내용 / 회기	결과
예비 1인가구 '싱글라이프 새내기'	사회적 관계기술, 색채심리학, 과정연극 / 6회	• 사회적 기술, 의사소통기술, 사회적 관계망 형성에 긍정적 향상
청년 1인가구 '싱글라이프 2030'	정리수납, 목공 인테리어 / 5회	• 정리수납 및 목공 프로그램을 통해 실생활에 유용한 정보 획득
중장년 1인가구 '여행하는 부엌'	간단 요리와 도시락, 힐링 피크닉 / 5회	• 중장년 1인가구 관계망 형성에 긍정적 평가 • 의사소통 활성화 및 공감대 형성, 심리정서적 지원
통합 1인가구 '쉐어라이프'	쉐어라이프 홈파티 / 1회	• 다양한 세대의 1인가구와 지역 주민들의 상호 격려 및 응원의 호혜성 증진

- 홍보방법 : 온라인(페이스북, 인스타그램, 센터 홈페이지, 카카오톡 등)
오프라인(대학가 인근 게시판, 청년공간, 유관기관 홍보)
- 주요성과 : 참여인원 265명 (남 108, 여 157) / 만족도 4.9점
 - '따로 또 같이'라는 컨셉으로 독립적이고 개별적인 프로그램과 통합적인 프로그램을 병행하여 진행함
 - 1인가구 3그룹이 모여 각자의 직업을 소개하고 나름의 공통요소를 찾는 기회를 제공함. 이후에도 1인가구만의 자유여행에 대한 계획을 세워보는 후속 모임을 자발적으로 추진하기도 하였음
 - 지역 내 프로그램과 관련한 유관기관과의 업무협약을 통해 인적, 물적 자원을 활용한 프로그램으로 사업의 다양성을 증진함

【 프로그램 활동 사진 】



중장년 1인가구「여행하는 부엌」 요리 프로그램



통합 1인가구「쉐어라이프」북콘서트 프로그램

8 [동두천시) 일상을 나눔(취미공유, 반려동물)

- ◆ 관내에서는 다양한 연령층이 직접 체험해 보고 문화를 즐길 수 있는 공간이 다른 지자체보다 비교적 적어, 관내에서 각 참여자의 원하는 욕구 해소 및 취미 활동, 반려동물 관련 정보를 제공

○ 사업대상 : 동두천시 거주 1인가구(예비 1인가구 포함)

○ 사업내용

- 각 참여자의 취미 활동을 공유하여, 모든 참여자가 직접 체험해 보는 프로그램 진행
- 반려동물에 대한 전문적이고 필요한 정보 제공 및 다양한 활동 프로그램 진행

○ 홍보방법

- 관내 유관기관, 원룸 단지, 카페, 음식점 등 다양한 공간에서 오프라인 참여자 모집 활동 진행
- 지역 사회에 활성화되어 있는 온라인 커뮤니티를 활용한 참여자 모집 진행

○ 주요성과 : 참여인원 214명 (남 85, 여 129) / 만족도 4.8점

- 참여자 서로 간에 원활한 의사소통을 기반으로 사회적 지지체계 형성 및 인간관계 단절 문제 예방을 가장 큰 사업 목적이었으며, 이번 프로그램을 마친 이후에도 주기적으로 사적 모임을 하고 있다는 점을 확인하며 해당 프로그램에서 추구했던 가장 큰 목적, 목표를 달성하였음
- 반려동물편의 경우는 급격히 증가한 반려동물 양육에 대한 전문적인 지식과 정보를 제공할 수 있었음

【 프로그램 활동 사진 】



일상을 나눔-취미공유편 / 목공 체험



일상을 나눔-반려동물편 / 반려동물 정보 나누기