

# 다른 중구를 찾아주세요!

역사의 한 장면 속, **틀린 곳이 5군데** 숨어 있습니다.  
채택된 **5명의 독자분**에게 소정의 상품권을 드립니다.



출처 : 화도진 도서관

## 유유히 빛을 내는 자태, 인천우체국

인천시 유형문화재 제8호 인천우체국은 1923년 12월 10일, 처음 그 모습을 드러냈습니다. 우편 업무를 위해 지어진 건물이지만 웅대한 규모의 근대식 건축물로 역사적 가치를 지니고 있습니다. 어느덧 건물의 나이는 백 살이 다 되었지만, 여전히 분주한 인파 속에서 유유히 자신의 몫을 지켜내고 있습니다.

### <찰각중구> 독자참여 방법

정답을 표시한 후 사진을 찍어 이름, 주소, 전화번호와 함께 이메일로 보내주세요. 채택된 5명의 독자분에게 기프티콘(아메리카노 1잔)을 드립니다.

보내실 곳 | [icjgevent@naver.com](mailto:icjgevent@naver.com)  
(정답사진, 성함, 연락처, 주소를 기입)

응모기한 | 2021년 3월 8일까지

당첨확인 | 2021 <두드림톡> 4월호 기재

### 지난호 당첨자



한\*선  
(핸드폰 뒷번호 2406)  
김\*은  
(핸드폰 뒷번호 0176)  
황\*영  
(핸드폰 뒷번호 1035)  
최\*남  
(핸드폰 뒷번호 6899)  
김\*아  
(핸드폰 뒷번호 5591)

# 03

March. 2021

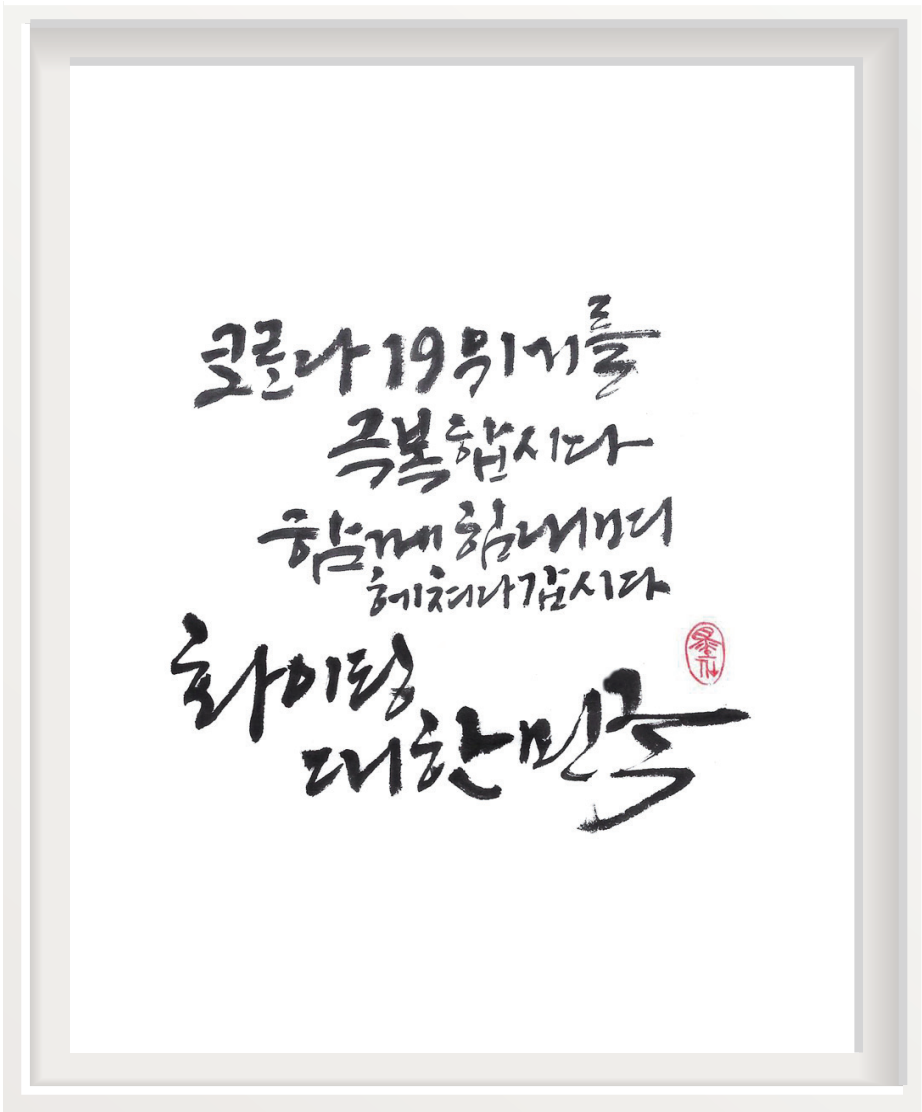
느긋하게 휴식을 즐겨봄  
활기찬 내일을 기대해봄



아름다운 풍경 속을  
여유롭게 산책하며,  
힐링할 수 있는  
중구의 둘레길 이야기



이달의 테마  
**[활기찬]**  
중구



노하연(마시란로)

중구 구민 노하연씨가 보내주신 코로나19 응원 메시지입니다.  
따뜻한 응원으로 지쳤던 마음에 위로가 되길 바라며,  
하루빨리 코로나19가 종식되어 구민 여러분의 삶에 봄이 찾아오길 바랍니다.

중구 구민들이 코로나19를 이겨낼 수 있도록 다양한 희망메시지를 보내주세요. 선정되신 분은 중구에서 활동 중인 (사)한국수목캘리그래피협회 묵선 김정미 작가님의 손길로 재탄생되어, 소식지 게재 및 예쁜 엽서 20매를 선물로 보내드립니다.

보내실 곳 icjgevent@naver.com 참여 방법 희망메시지, 사진, 그림 등과 함께 성함, 연락처를 기재해 메일 발송

03

2021 Vol. 219

발행일

2020년 2월 22일

발행인

인천광역시 중구청장

편집인

홍보체육실장

주 소

인천 중구 신포로27번길 80(관동1가 9)

전 화

760-7120(중구청 홍보체육실)

팩 스

032-760-7129

홈페이지

www.icjg.go.kr

디자인·제작

웨스트코(주)



두드림톡 오디오북

QR 코드를 스캔하시면 읽어주는  
인천중구 두드림톡을 만날 수 있습니다.

Contents

04 승승중구

중구 둘레길

10 달그락중구

중구의 오래된 가게 ‘신신옥’

12 생생중구

① 울목동 이야기

14 의정소식

중구의회 주요 이슈

15 튼튼중구

보건소 주요 소식

16 톡톡중구

코로나 우울 극복하기

18 중구게시판

알아두면 편리한 생활정보

23 독자의견

두드림톡에 대한 설문조사

인천 중구의 다양한 소통 플랫폼

페이스북 facebook.com/icjunggu | 트위터 twitter.com/icjunggu | 인스타그램 instagram.com/incheon.junggu

유튜브 youtube.com/user/icjgtv | 네이버블로그 blog.naver.com/icjunggu | 네이버포스트 post.naver.com/icjunggu

네이버TV tv.naver.com/icjunggu | 페이스북(영) facebook.com/jungguincheon | 웨이보(중) weibo.com/incheonjunggu

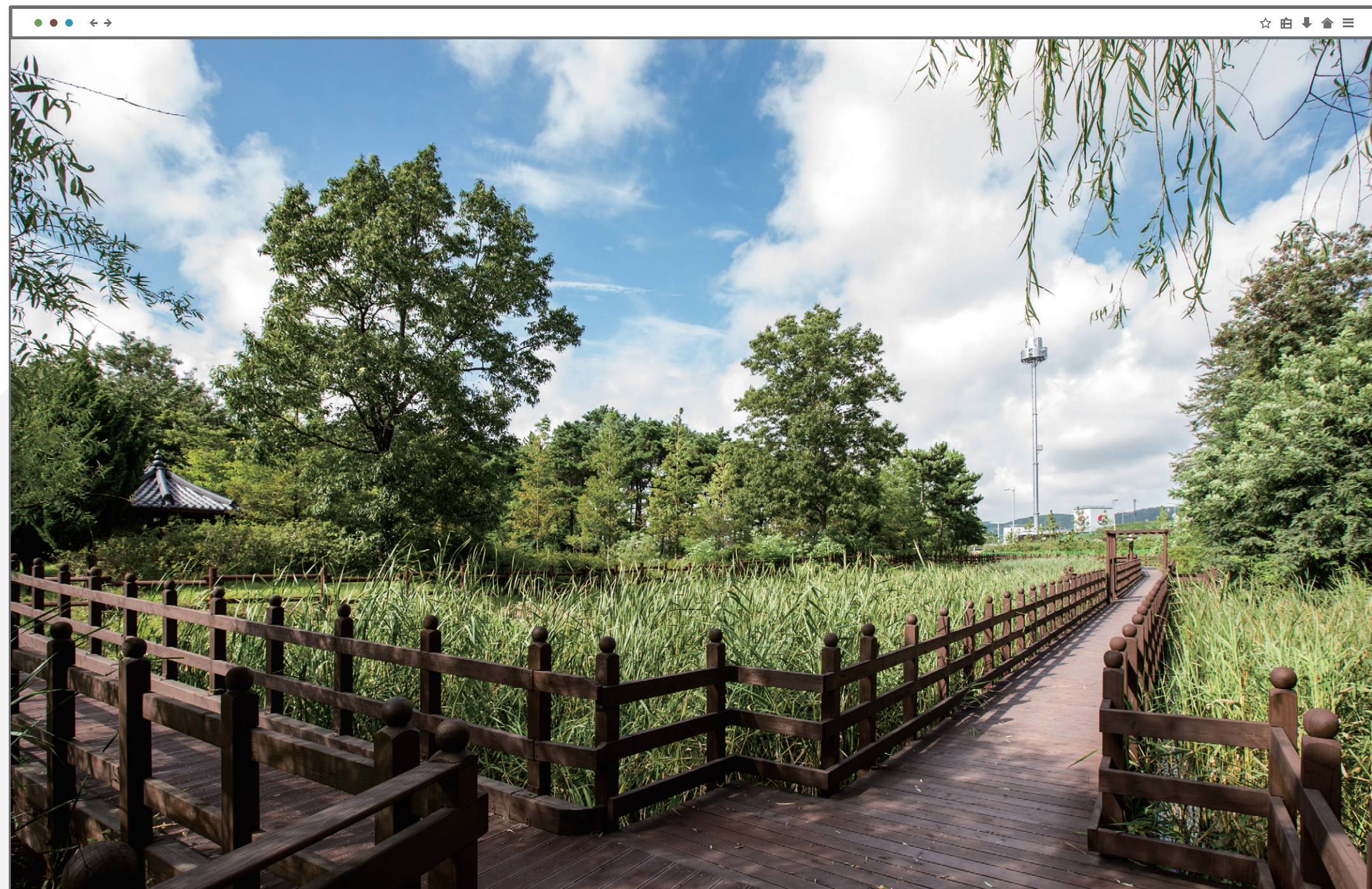
\* 카카오톡 플러스친구 ‘인천광역시 중구’를 추가하시면 중구의 코로나19 대응 현황뿐 아니라 다양한 소식을 받아볼 수 있습니다.



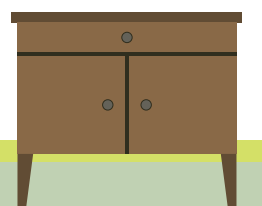
# 방구석에서 떠나는 힐링 산책

## 사계절 걷기 좋은 중구 둘레길

중구에는 느긋하게 걸으며 주변 풍경을 감상하는 것만으로도 휴식과 재충전을 할 수 있는 둘레길이 있다. 푸른 새싹이 돌아나는 봄이 다가오면 더욱 그 길을 걷고 싶어진다. 하지만 코로나19로 야외활동이 조심스럽다. 그래서 준비했다. 글과 사진으로 떠나는 방구석 힐링 산책. 중구 내 여러 둘레길에 대해 알아보며 중구를 둘러보는 상상을 해보자. 코로나19가 종식되어 신나게 뛰쳐나갈 그날을 기다리며.



안골유수지 연꽃단지(영종 운서동)







# 영종국제도시

## 색다른 풍경이 펼쳐진 영종 둘레길

영종국제도시에는 가볍게 운동을 즐길 수 있는 트레킹 코스가 구성되어 있다. 인천시 중구 둘레길 영종 코스(이하 영종 둘레길)로 1코스 건강백년길, 2코스 치유하늘길, 3코스 힐링바닷길로 이뤄졌다. 코스 이름에 걸맞은 명소를 포함해 영종국제도시 곳곳을 둘러볼 수 있는 길로 각각의 매력을 자랑한다. 또한 코스의 길이와 시간에 따라 난이도가 정해져 있어 트레킹 초보자부터 고수까지 실력에 따라 원하는 길을 걸을 수 있다.

1코스인 건강백년길은 영종 둘레길 중 가장 짧은 코스이다. 백련산 들머리를 지나 세계 평화의 숲을 크게 돌아보는 길로 벚꽃길, 안골 유수지 등 계절마다 다채롭게 물들어가는 풍경을 볼 수 있다. 2코스는 백련산과 백운산을 오르는 코스로 난이도가 상이지만, 깨끗한 공기와 나무 향을 맡으며 용궁사의 고즈넉한 분위기를 느낄 수 있어 좋다. 마지막 3코스는 해안을 따라 걷는 길로 씨사이드 레일바이크, 염전, 인천대교 기념관 등 즐길 거리가 다양하다.



1코스 건강백년길 세계 평화 숲



2코스 치유하늘길 백련산



3코스 힐링바닷길 씨사이드파크

### 영종 둘레길 명소 알아보기

- ① 건강백년길 : 운서역 - 연꽃단지 - 유수지 공원 - 세계 평화 숲 - 운서역
- ② 치유하늘길 : 백련산 - 백운산 - 용궁사 - 영종역
- ③ 힐링바닷길 : 구읍 뱃터 - 영종 역사관 - 씨사이드파크 - 인천대교 기념관



출렁다리



선녀바위

# 용유동

## 물결이 붉게 물들어가는 문화탐방로

문화탐방로는 선녀바위 해수욕장과 을왕리 해수욕장을 잇는 낙조 명소 둘레길이다. 길은 해수욕장의 모래사장을 시작으로 해안 데크, 48m의 출렁다리, 숲길 등이 어우러졌다. 크게 선녀바위 설화가 깃든 스토리텔링 길과 바다를 따라 걷는 을왕리 해안 데크 로드로 나눌 수 있다. 추억을 남길 수 있는 포토존이 코스 내 구성되어 있으며, 유명한 두 관광지가 연결된 만큼 더욱 많은 볼거리와 즐길 거리를 제공한다.

선녀바위 스토리텔링 길에서는 뾰족한 바위로 파도가 잔잔하게 밀려오는 풍경을 감상할 수 있다. 특히 해 질 무렵 바위 너머로 붉게 물드는 낙조는 감탄을 자아낸다. 을왕리 해안 데크 로드에서는 햇살에 반짝이는 물결을 따라 여유롭게 산책할 수 있다. 낙조 때에는 하늘과 바다가 점차 붉게 물들어가는 경관이 펼쳐진다. 총 3곳의 낙조 전망대가 자리해 문화탐방로를 걷다 보면 다양한 낙조 포인트를 만나게 된다.

### 용유동 문화탐방로 명소 알아보기

문화탐방로 : 선녀바위 해수욕장 - 출렁다리 - 선녀바위 스토리텔링 길 - 해안 데크 - 을왕리 해수욕장



# 무의도

## 바닷길과 숲길이 이어진 트레킹둘레길

무의도 트레킹둘레길은 바다와 산림이 어우러진 길로 작년 12월에 준공됐다. 큰무리 선착장에서 작은 하나개 해수욕장까지 이어진 트레킹 코스로 ‘구낙구지길’과 ‘까치놀길’로 구성되어 있다. 구낙구지길과 까치놀길, 두 코스 모두 해안 데크와 등산로로 구성되어 기암절벽을 감상할 수 있으며 상쾌한 숲길을 걷게 된다. 가장 큰 장점은 대중교통을 통한 접근이 쉽고 전망대와 포토존, 쉼터 등 여러 시설이 설치된 것이다.

무의도 트레킹둘레길은 무의대교를 건너면 바로 시작된다. 큰무리 선착장에서 연도교 바닷가 쪽으로 걷다 산으로 이어진 길에 오르면 본격적인 구낙구지길이 펼쳐진다. 이어지는 까치놀길은 실미도 해수욕장 방면 고개를 넘어가는 코스로 걷는 내내 가슴 탁 트인 바다 풍경을 즐길 수 있다. 또한 코스 곳곳에 무의도 설화, 역사 등 이야기거리를 활용한 안내판 및 조형물이 조성되어 있어 재미를 더한다.



무의도 트레킹둘레길 명소 알아보기

트레킹둘레길 : 큰무리 선착장 - 해안 데크 - 실미도 해수욕장 방면 - 해안 데크 - 작은 하나개 해수욕장



## 푸른 바다가 일렁이는 해상관광탐방로

해안을 따라 바다 위에 조성된 무의도 해상관광탐방로. 하나개 해수욕장 끝자락에서 시작해 호룡곡산 방면을 따라 이어진 데크길이다. 해변 일대의 주상절리와 기암괴석 등 천혜의 자연을 감상할 수 있다. 무엇보다 기존에는 바다 위에서 길이 끊어져 되돌아와야 하는 아쉬움이 있었으나, 작년 10월 해안 데크가 연장 설치됐다. 이에 무의도 해상관광탐방로와 호룡곡산 등산로 중 하나인 환상의 길이 연결되어 순환형 둘레길로 거듭났다.

무의도 해상관광탐방로에서 볼 수 있는 풍광의 포인트는 세 가지이다. 첫 번째는 파도가 호룡곡산 절벽에 부딪혀 부서지는 절경이다. 푸른 물결과 파도 소리, 아찔한 절벽의 조화로움이 시원하게 펼쳐진다. 두 번째는 사자바위, 만물상, 해식동굴 등 총 12경으로 이뤄진 기암괴석이다. 물이 빠지면 드러나는 독특한 모양의 바위를 찾는 재미가 쏠쏠하다. 마지막으로 호룡곡산 숲길에서 바라보는 바다 풍경으로 각 전망대마다 다른 분위기를 연출한다.

무의도 해상관광탐방로 명소 알아보기

해상관광탐방로 : 하나개 해수욕장 - 해안 데크 - 제3전망대 - 제2전망대 - 제1전망대 - 하나개 해수욕장



# 그때 그 맛을 변치 않고 지키는

## 튀김우동 가게 - 신신옥

중구에 있는 오래된 가게를 소개하는 지면으로 '신신옥'은 인천관광공사에서 선정한 오래된 가게 중 한 곳입니다.



먹거리가 가득한 신포국제시장 속, 진한 맛을 지켜오는 가게가 있다.  
쫄깃한 면발이 가득 담긴 튀김우동을 파는 '신신옥'이다.  
이곳에서 먹는 우동 한 그릇에는 옛 추억과 맛에 대한 자부심이 진하게 담겨 있다.  
변함없는 맛으로 오랫동안 자리를 지켜온 가게의 면에 열거해보자.

### 다시 이어가는 추억의 맛

가게에 들어서자 벽면 가득히 고전 영화 포스터가 붙어있다. 바래진 색만큼 켜켜이 쌓여간 세월이 보인다. 애관극장, 동방극장 등 주변에 극장이 많았던 옛 인천의 모습이 떠오른다. 신신옥은 황해도 신향민 박관옥, 유승천 부부가 1958년 창업한 우동집이다. 가난하고 배고프던 시절, 푸짐한 우동 한 그릇은 서민의 빈속을 달래는 음식이었다. 특히 신신옥 주인장의 넉넉한 인심 덕분에 사람들의 발길이 끊이지 않았다.

시간이 흘러 인천의 중심이 구월동, 부평동 인근으로 넘어가면서 손님들이 점차 줄어들었다. 또한 1972년 시작된 신포 지하상가 공사로 인해 상권이 침체되고, 단골마저 끊기면서 경영난을 이기지 못하고 1983년 폐업했다. 다시 문을 연 것은 20년이 지난 2001년이다. 우동의 맛을 그리워하는 주변 사람들의 권유로 아들 박진우 사장이 가게를 이어받게 된다. 이에 신신옥이라는 간판이 다시 걸렸고, 그가 2대 사장으로서 가업을 이어가고 있다.



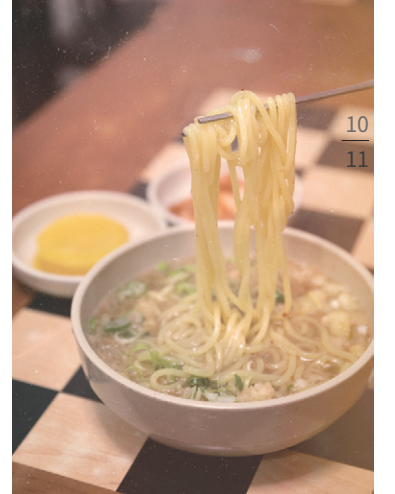
### 📍 튀김우동 가게 '신신옥'

주 소 인천 중구 우현로49번길 7  
영 업 매일 오전 11시~오후 9시  
가 격 튀김우동 5,000원,  
장어튀김 6,000원  
문 의 ☎ 766-0303

### 주인장의 손끝에서 나오는

메뉴는 튀김우동, 장어튀김, 물만두, 오징어 데침이 전부다. 단출하지만, 맛의 깊이는 다르다. 멸치로 진하게 우려낸 육수는 감칠맛이 돈다. 여기에 고춧가루를 뿌려 얼큰함도 더했다. 면발은 치자 우린 물로 반죽했으며, 냉면처럼 눌러 뽑아서 쫄깃하다. “예전에 아버지가 하셨던 방식을 그대로 지켜서 면을 뽑고 있어요. 가게를 잇겠다고 생각했을 때부터 결심했던 겁니다. 우리 가게는 맛도 맛있지만, 옛 추억을 느낄 수 있는 곳이니깐요.”

20년 전 기억을 더듬어 가게를 찾아온 손님들은 변하지 않은 맛에 고개를 끄덕인다. 신신옥의 오랜 단골들이 추천하는 메뉴 조합은 튀김우동과 장어튀김이다. ‘후루룩’ 면을 먹고 뜨끈한 국물을 한 입하면 감탄이 나온다. 게다가 장어튀김은 붕장어를 바삭하게 튀긴 것으로 함께 제공되는 소스에 찍어 먹으면 고소한 맛이 일품이다. 추억의 맛과 넉넉한 인심 덕분에인지 알음알음 입소문을 타서 요즘엔 젊은 사람들도 종종 방문한다. 앞으로도 우리의 속을 든든하게 채웠던 맛이 오래도록 간직되길 바라본다.





# 더 가까이 희망을 전하는 중구

율목동

## 율목동 행정복지센터 소식

삶의 질을 향상시키기 위해서는 ‘복지’와 ‘문화’가 중요하다. 율목동은 만 65세 이상 인구가 28%로 사회취약계층이 상당한 비율을 차지한다. 또한 원도심 중에서도 주거 밀집 지역으로 다양한 문화 활동의 기회가 필요하다. 이에 율목동 행정복지센터는 주민의 목소리에 귀 기울이며, 더 나은 삶을 살도록 여러 가지 사업을 추진하고 있다.



“더 가까이에서  
주민의 목소리를 듣고  
율목동 곳곳을 살피면서  
더 희망찬 동네로  
만들어가겠습니다.”

### 주민의 목소리에 귀 기울이다

코로나19로 어려움을 호소하는 사람들이 늘고 있다. 이에 중구는 구민이 체감하는 복지를 실현하기 위해 작년 10월 전 동에 ‘찾아가는 보건복지팀’을 신설했다. 이 사업으로 율목동 행정복지센터에도 새롭게 보건복지팀이 꾸려졌다. 율목동 보건복지팀은 먼저 만 80세 이상 홀몸 어르신, 장애인 가구, 코로나19로 생계가 힘든 가구 등을 대상으로 찾아가는 복지 상담을 진행했다. 그리고 장애, 노령, 질병 등 복지 위기 가구에 대한 통합적 사례관리를 실시하고 있다. 단순한 지원이 아닌 주민에게 실질적으로 도움이 되도록 문제 해결 이후에도 지속적인 상담 및 관리할 예정이다.

율목동 행정복지센터는 문화를 누릴 수 있는 기회도 제공한다. 그중에서도 주민의 기대가 가장 큰 것은 새롭게 지어지는 주민편익시설이다. 장소는 율목동 244-8번지로 홍물처럼 자리하고 있던 50년 된 낡은 건물이 철거되고 세워진다. 건물에는 주민 프로그램실, 체력단련실 등 주민자치회를 위한 공간과 세미나실, 대강당과 같은 평생학습시설이 조성된다.

또한 ‘제13회 밤나무골 밤수확 한마당’을 올해 9월 중 개최하기 위해 준비 중이다. 주민이 모여 밤을 수확하고 나누는 소통의 장으로 먹거리 장터, 체험부스, 축하공연까지 여러 즐길 거리로 가득한 율목동의 대표 문화행사이다.



## 주민자치위원회 이규택 위원장

율목동 주민자치위원회 ☎ 760-6180

### 주민과 살기 좋은 동네를 만들겠습니다

2021년 율목동 주민자치위원장으로 선출되어, 율목동을 살기 좋은 동네로 만들기 위해 노력하는 이규택입니다. 현재 주민자치위원회에서 가장 중요하게 생각하는 활동은 중구에서 추진 중인 공동주택관리 지원 사업에 협조하는 일입니다. 10년 이상 지난 공동주택에 대한 유지·보수 비용을 지원하는 것으로 노후주택이 많은 율목동에 꼭 필요하다고 생각합니다. 그 외에도 어르신이 많은 동네인 만큼 보행 중간 쉴 수 있는 간이의자, 보조난간 등의 설치를 구상 중입니다. 앞으로도 율목동 주민자치위원회는 주민의 삶의 질을 개선하기 위해 앞장서겠습니다.



+ Interview +

## 지역사회보장협의체 류한상 위원장

율목동 지역사회보장협의체 ☎ 760-6192

### 이웃과 동행하며 따뜻한 온기를 전하겠습니다

2016년 율목동 지역사회보장협의체 설립 이후 위원장을 맡으며, 율목동에서 봉사하는 류한상입니다. 율목동 지역사회보장협의체는 복지자원을 발굴하고 복지 사각지대에 있는 주민에게 생필품, 음식 등을 지원하는 조직입니다. 대표적으로 어려움을 호소하는 주민에게 필요한 물품을 제공하는 ‘율목애큐러미’, 어르신에게 코로나19 예방물품 및 부식을 전달하는 ‘찾아가는 노인잔치’ 등의 활동을 진행합니다. 올해도 율목동 주민을 위해 다양한 지원과 봉사에 힘쓰겠습니다. 또한 릴레이 기부, 봉사 등의 사업도 계획 중이니 많은 관심 바랍니다.





중구의회

## 영종국제도시에 항공정비(MRO) 산업단지 조성을 위한 관련법 개정 촉구



www.icjg.kr/council  
중구의회 ☎ 760-7631



중구의회는 지난 2월 3일 ‘영종국제도시에 항공정비(MRO) 산업단지 조성을 위한 관련법 개정’을 촉구하는 성명서를 발표했다. 이날 성명서를 통해 “하영제 국회의원 등이 발의한 「인천국제공항공사법 일부개정안」은 지역이기주의에 편승한 구태정치”라며 “인천국제공항공사의 업무 영역에서 항공기정비업(MRO)을 제외한다는 해당 개정 법률안을 폐기하고 관련법을 개정할 것”을 촉구했다. 항공정비(MRO) 산업은 대형공항 지역이나 그 인근에 입지해 발달하는 산업이다. 인천국제공항은 인력수급이나 육해공 물류운송이 수월하며 추가 이동이나 시간 제약 없이 항공기의 정비소요 시간과 비용을 가장 효율적으로 줄일 수 있는 곳이다. 그럼에도 정부는 지역균형이라는 편협한 시각에 갇혀 항공정비 산업단지를 수백 km나 떨어져 있는 경남 사천으로 분산시키려 하고 있으며 이는 항공산업 경쟁력과 항공안전을 위협하는 결정이 될 수 있다. 실제로 인천국제공항은 정비인프라가 부족해 비정상 운항건수가 지난 5년간 5000여 건에 달하고 있으며 지연·결항률도 연평균 10%씩 증가했다. 이에 중구의회에서는 하영제 국회의원 등의 개정안에 대해 강력하게 반발하며 “인천국제공항을 중심으로 항공정비(MRO) 산업단지를 조성하여 공항경제권을 시급히 구축해야한다”라며 “따라서 영종국제도시에 항공정비(MRO) 산업단지를 조성해야하기 위해 관련법 개정을 강력하게 촉구한다”라고 성명서를 발표했다.

### ❶ 의회에 바란다

제8대 중구의회에게 하고 싶은 말씀이나, 개선되어야 할 사항 등을 보내주세요. 구민 여러분의 의견을 적극 수렴하여 중구의 따뜻한 내일을 만들겠습니다.

참여방법 중구의회 홈페이지 접속 → [소식·참여] 클릭 → [의원에게 바란다] 내 의견 작성

## + 보건소 주요 소식 +

### 대상포진 예방접종 비용지원 사업

중구의 만 65세 이상 어르신의 건강한 노후 생활을 위하여 대상포진 예방접종 비용을 지원합니다.

**지원대상** 접종일 현재 중구에 1년 이상 주민등록을 두고 거주하는 만 65세 이상 지역주민  
※ 단, 과거 대상포진 예방접종 이력이 있는 경우 제외

접종 종류	대상자	지원금액
대상포진 (1회)	만 65세 이상 (해당년도 12. 31. 이전 출생자)	일반주민 50,000원
	차상위계층, 기초생활수급자	144,000원 이내 ※ 범위를 초과하는 금액은 의료기관에 자체수납

**접종기간** 연중

**접종장소** 관내 지정 의료기관 33개소

**문의** 건강증진과 ☎ 760-6020

### 호흡기 전담 클리닉 운영

코로나19 환자와 호흡기·발열 환자를 구별하여 집중적으로 진료하기 위한 호흡기 전담 클리닉을 운영합니다.

**시 기** 2021. 1. 1.부터

**지정병원** 인천기독병원

**운영시간** 9:00~17:00(평일) ※ 추후 운영시간 변경 가능

**이용방법** 호흡기·발열 환자 사전 예약 후 이용

**대표전화** 032-270-8000

**문의** 보건행정과 ☎ 760-6050

### 검사실 및 방사선실 운영

공공보건 의료서비스를 제공하기 위하여 영종보건지소에서 검사실 및 방사선실을 운영합니다.

**시 기** 2021. 4. 1.부터 코로나19 종식으로 진료 업무 개시할 경우 시행

**대 상** 중구보건소 국제도시보건과(영종보건지소)

**내 용** 건강진단결과서 발급, 각종 기능검사, 암표지자 검사, X-ray 검사 및 골밀도 검사 등

**문의** 국제도시보건과 ☎ 760-6805

### 폐렴구균 예방접종

폐렴구균 예방접종은 만 65세 이상 1회 접종만으로 폐렴구균 감염에 대한 패혈증, 뇌수막염 등 심각한 합병증을 효과적으로 예방할 수 있는 접종입니다.

**대 상** 만 65세 이상 어르신(1956년생) ※ 기 접종자 제외  
**백 신** 폐렴구균 23가 다당질백신  
**비 용** 무료

**준 비 물** 신분증

**장 소** 전국 위탁의료기관

※ 접종이 가능한 지 확인 후 방문

※ 전국 위탁의료기관 무료접종 가능

※ 감기, 항생제, 스테로이드제제 치료 중인

경우에는 치료 종료하고 1주일 후 방문

**문의** 건강증진과 ☎ 760-6073~4

국제도시보건과 ☎ 760-6819

### 저소득층 기저귀, 조제분유 지원

**대상**

▷ 기저귀 지원대상 : 0~24개월 미만 영아

- ① 기초생활보장수급자, 차상위계층, 한부모가족
- ② 중위소득 80% 이하의 장애인 가구 및 다자녀 (2인 이상) 가구

▷ 조제분유 지원대상 : 기저귀 지원대상 중

- ① 산모가 사망·질병으로 모유수유가 불가능한 경우
- ② 아동복지시설·공동생활가정·가정위탁보호 입양대상 아동 등

**내용**

기저귀 월 64,000원, 조제분유 월 86,000원

(국민행복카드 바우처 지원)

※ 국민행복카드 : 국가에서 시행하는 다양한 바우처를 하나의 카드로 이용할 수 있는 통합형

**바우처카드**

▷ 신청기간 : 영아 출생일로부터 만 24개월 되는 날의 전날까지 신청

▷ 신청장소 : 각 동 행정복지센터 및 중구보건소 (원도심/영종국제도시), 복지포(www.bokjiro.go.kr)

**문의** 국제도시보건과 ☎ 760-6813



중구 구민들을 위한 마음 돌봄 프로젝트

# 코로나 우울 극복하기

코로나19가 장기화되면서 스트레스, 우울감 등 부정적인 감정을 느끼는 ‘코로나 우울’이 증가하고 있다.  
생활방역 수칙은 물론 심리방역이 중요해짐에 따라 마음을 잘 다스리고,  
우울증을 극복할 수 있는 방법을 소개한다.



## 코로나 우울 자가진단

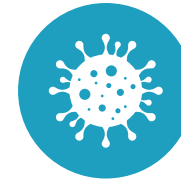
※ 각 문항을 읽고 해당하는 사항에 체크해보세요.

내용
<input type="checkbox"/> 하루 중 대부분 우울한 기분이 2주 이상 지속된다.
<input type="checkbox"/> 어떤 일에도 흥미나 즐거움이 뚜렷하게 저하된다.
<input type="checkbox"/> 특별한 이유 없이 체중이 감소하거나 증가했다.
<input type="checkbox"/> 불면증이나 과다 수면 증상이 나타난다.
<input type="checkbox"/> 지나치게 초조한 기분이나 무기력한 감정을 느낀다.
<input type="checkbox"/> 피로감과 활력 상실을 느낀다.
<input type="checkbox"/> 죄책감이나 무가치감을 느낀다.
<input type="checkbox"/> 사고력이나 집중력 저하, 우유부단한 감정이 지속된다.
<input type="checkbox"/> 죽음이나 자살에 대한 생각이 반복적으로 든다.

**[진단결과]** 9가지 증상 중 5가지 이상 해당한다면, 전문가의 도움이 필요합니다.

출처 : 질병관리본부 우울증 자가진단기준

## 코로나 우울 주요 증상



감염에 대한 걱정과 공포



무분별한 정보로 인한 불안감



경제적 타격으로 인한 혼란



사회적 관계 부족으로 무기력

## ‘마음 돌봄’ 실천하기



### 규칙적인 생활하기

일정한 시간에 식사하고, 규칙적인 가벼운 운동으로 활력을 유지한다. 특히 적당한 수면시간을 지키는 것이 중요하다.



### 올바른 지식 갖기

불확실한 정보는 이성적인 판단을 어렵게 한다. 가짜 뉴스에 현혹되지 않고 질병관리본부에서 제공하는 정보에 집중한다.



### 랜선 활용하기

사회적 만남이 제한되는 만큼 화상 전화, 메일, 온라인 등을 이용해 가족과 친구, 동료 등과 마음을 주고받으면서 소통한다.



### 심리 상담 앱 활용하기

불안, 우울 등 마음의 어려움을 겪는 사람을 대상으로 누구나 편리하게 이용할 수 있도록 비대면 심리지원 서비스가 제공된다.



**\* 마성의 토닥토닥** : 인지행동치료 기반의 심리치료 프로그램으로 일상생활에서 마주하는 스트레스를 극복하기 위한 마음가짐을 사례를 통해 알아볼 수 있다.



**\* 정신건강 자가검진** : 사용자 스스로 자신의 정신건강 문제를 간단하게 점검해볼 수 있으며, 각 지역 정신건강복지센터를 연계해 효과적인 치료 권고 서비스를 제공한다.



### 전문가의 도움을 받기

불안한 상태가 지속적으로 나타나면 전문가의 도움을 받아야 한다.

#### \* 중구정신건강복지센터

**원도심** : 인천 중구 참외전로72번길 21 중구보건소 5층

**이용시간** : 평일 9:00~18:00

**영종국제도시** : 인천 중구 운남서로 100-1 중구보건소 국제도시보건과 1층 마음건강상담실

**이용방법** : 전화예약 후 내소 또는 온라인상담(www.happymind.or.kr)

**문의** : 원도심 ☎ 760-6090, 영종국제도시 ☎ 751-6090



## 중구 게시판

알아두면 편리한 인천 중구의 알찬 소식들  
확인하시고, 다양한 혜택을 누리보세요!

### 01 2021년 인천광역시 시민안전보험

#### 가입내용

**피공제자** 인천시민(등록 외국인 포함)

**보장기간** 2021. 1. 1.(00시)~2021. 12. 31.(24시)

**공제회비** 인천광역시에서 일괄 납부완료

**가입절차** 인천광역시에 주민등록이 되어 있는 시민 자동가입 ※ 주민등록 전·출입에 따라 자동가입 및 해지

#### 공제금 청구

보험청구는 사고 발생일로부터 3년 이내(상법 제662조)

**공통서류** 공제금 청구서, 주민등록등(초)본, 신분증 사본, 통장 사본 등

**기타서류** 상담창구 및 보상부서 문의

※ 공제금 청구서식 : 한국지방재정공제회 홈페이지(www.lofa.or.kr)에서 다운로드 →

[정보마당] → [규정 및 서식] → [사업별 공제서식] → [시민안전공제(청구서 양식)]

※ 청구사유 발생 시 사고처리 전담창구에 문의

#### 보장내용

담 보 명	보 장 내 용	공제가입(보장)금액
자연재해사망	인천시민이 자연재해(일사병, 열사병, 저체온증 포함)로 인해 사망한 경우(만 15세 미만자 제외)	1,000만원
폭발, 화재, 붕괴 사태 상해사망	인천시민이 폭발, 화재, 붕괴, 산사태 사고로 상해 사망한 경우(만 15세 미만자 제외)	1,000만원
폭발, 화재, 붕괴 사태 상해 후유장해	인천시민이 폭발, 화재, 붕괴, 산사태 사고로 3~100%의 상해 후유장해가 발생한 경우	1,500만원 한도
대중교통 이용 중 상해사망	인천시민이 대중교통 이용 중 상해 사망한 경우(만 15세 미만자 제외)	1,000만원
대중교통 이용 중 상해 후유장해	인천시민이 대중교통 이용 중 3~100% 상해 후유장해가 발생한 경우	1,500만원 한도
전세버스 이용 중 상해사망	인천시민이 전세버스 이용 중 상해 사망한 경우(만 15세 미만자 제외)	1,000만원
전세버스 이용 중 상해 후유장해	인천시민이 전세버스 이용 중 3~100% 상해 후유장해가 발생한 경우	1,500만원 한도
강도상해 사망	인천시민이 강도에 의해 발생한 상해의 직접적인 결과로 사망한 경우(만 15세 미만자 제외)	1,000만원
강도상해 후유장해	인천시민이 강도에 의해 발생한 상해의 직접적인 결과로 3~100% 상해 후유장해가 발생한 경우	1,500만원 한도
스쿨존 교통사고 부상치료비	인천시민(만 12세 이하)이 공제기간 중에 어린이보호구역으로 지정한 지역에서 교통사고로 상해를 입은 경우	1,500만원 한도 (부상등급 1급~5급)

**사고처리** 한국지방재정공제회 시민안전공제사업

사고처리 전담창구 ☎ 1577-5939, 02-6900-2200

**보상관련** 공제보상부 ☎ 02-3274-2021 ※ 타 제도와 관계없이 중복보상

### 02 식품접객업소 옥외영업 신고

식품의약품안전처에서는 식품접객업소의 옥외영업을 원칙적으로 허용하는 내용의 식품위생법 시행규칙이 2021. 1. 1.부터 시행됐습니다. 따라서 영업장이 아닌 외부 장소에서 옥외영업을 하려는 영업자는 해당 장소에 대한 사용권한이 있음을 증명하는 서류를 추가로 제출하여 영업변경 신고를 하여야 함을 알려드립니다.

**신고대상** 식품접객업소 중 옥외영업을 하고 있거나 할 예정인 일반음식점, 휴게음식점, 제과점

**신고기한** (기존 업소) 2021. 6. 30.까지  
(신규 업소) 영업신고 즉시 또는 추후 영업신고 시작 시

**신고장소** 시내 지역(중구청 위생과),  
영종 지역(중구 제2청 친환경조성과)

**허용기준** ① 영업장과 직접 맞닿아 있는 건물 외부 장소로 해당 영업자에게 사용권한이 있는 곳  
② 「도로법」에 따라 도로의 점용 허가를 받고 옥외영업장으로 이용하려는 경우에는 점용 허가 범위(면적 및 점용시간)에 한하여 옥외영업 가능

**문의** 위생과 ☎ 760-7347

친환경조성과 ☎ 760-7743~4

※ 「건축법」, 「도로법」, 「도로교통법」, 「주차장법」, 「화재예방, 소방시설 설치 유지 및 안전 관리에 관한 법률」, 「다중이용업소의 안전관리에 관한 특별법」 등 다른 법령에 따라 타용도로 사용을 금지하거나 시설물 설치 등을 제한 하는 곳에서는 옥외영업 불가

※ 신청서류 및 시설기준 등 자세한 사항은 ‘중구청 홈페이지 내 공지사항’ 참고

### 03 아동급식카드 가맹점 신청

본 사업은 저소득 가정의 결식우려가 있는 아동들에게 적절한 급식을 지원하여, 아이들의 건강한 성장을 도모하고 아이들의 입가에 행복한 미소를 되찾아주는데 그 목적이 있습니다. 이렇게 의미 있는 사업의 파트너가 되어주시기를 바라며, 열악한 가정환경 등으로 인해 결식우려가 있는 아동들이 다양한 양질의 식사를 할 수 있도록 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

#### 아동급식카드 가맹점이란?

##### 아동급식카드

저소득 가정의 결식우려가 있는 아동이 식사를 할 수 있도록 급식비를 지원하는 충전식 카드

##### 아동급식카드 가맹점

아동급식카드를 사용할 수 있는 지정 음식점

**신청대상** 중구 관내 음식점

**운영방법** 일반카드 결제와 동일한 방법으로 결제

(별도 단말기 불필요)

① 1일~15일 결제금액 : 당월 20일 정산

② 16일~말일 결제금액 : 익월 5일 정산

※ 휴일 등의 사정으로 정산일정이 변동될 수 있습니다.

**신청방법** 사업장 소재지 동 행정복지센터 방문신청

※ 사업신청서 및 사업계획서 행정복지센터 내 비치

**구비서류** 사업자등록증, 신분증, 통장사본

**동 행정복지센터 담당자 연락처**

행정동	연락처	행정동	연락처
신포동	760-6116	연안동	760-6136
신흥동	760-6159	도원동	760-6175
율목동	760-6195	동인천동	760-6217
북성동	760-6234	송월동	760-6254
영종동	760-8895	영종1동	760-8996
운서동	760-6273	용유동	760-6294

**문의** 각 동 행정복지센터 또는 교육혁신과 ☎ 760-7942

### 04 2021년 찾아가는 세무·법률 이동 상담실 운영

납세자보호관·세무사·변호사가 함께 ‘찾아가는 세무·법률 상담실’을 운영하오니 지방세 및 국세 관련 고충이나 생활 속 법률 고민을 무료로 상담받으시길 바랍니다.

**이용대상** 중구 구민 누구나

**운영기간** 2021. 3.~ 12.

**상담일시** 매월 첫째~셋째 주 수요일

14:00~16:00(2시간)

**상담구성** 납세자보호관, 세무사, 변호사

**내용** 지방세 및 국세 상담, 생활 법률 상담

**문의** 기획감사실 ☎ 760-7052

※ 사전예약 후 상담 가능

※ 코로나19 상황에 따라 대면 및

비대면 상담(유선) 운영 (사전 문의)

#### 월별 상담장소

상담 월	장소(행정복지센터)		상담 월	장소(행정복지센터)	
	첫째 주	셋째 주		첫째 주	셋째 주
3월	신포동 (3.3.)	영종동 (3.17.)	8월	동인천동 (8.4.)	영종1동 (8.18.)
4월	연안동 (4.7.)	영종1동 (4.21.)	9월	북성동 (9.1.)	운서동 (9.15.)
5월	신흥동 (5.4.)	운서동 (5.18.)	10월	송월동 (10.6.)	용유동 (10.20.)
6월	도원동 (6.2.)	용유동 (6.16.)	11월	신포동 (11.3.)	영종동 (11.17.)
7월	율목동 (7.7.)	영종동 (7.21.)	12월	연안동 (12.1.)	영종1동 (12.15.)



### 05 북성·송월동 동 통합에 따른 통합 후 행정동 명칭 선정 공모

기존 법정동(도로명 주소, 각종 공부상 주소)은 변동이 없으며, 북성동과 송월동을 통합·관할하는 행정복지센터의 명칭만 변동됩니다.

#### 응모자격

- 공모기간 중 만 18세 이상 중구 관내 거주 주민(1인 1명칭 응모)
- 공모기간 중 중구 관내 사업장을 두고 있는 사업장의 대표자

**공모기간** 2. 22.(월)~3. 12.(금)  
※ 접수 마감일 근무시간(18:00) 내 접수에 한함  
(우편접수 불가)

- 응모방법** ① 방문 접수 : 중구청 총무과 자치행정팀  
또는 중구 동 행정복지센터  
② 팩스 접수 : 032-760-7159  
③ 이메일 접수 : icjgelect@korea.kr  
※ 방문접수 시 반드시 접수일시 기재 및 서명확인  
※ 접수일시 미기재 시 동일 명칭 접수에 따른  
우선권 미부여될 수 있음에 유의

- 선정기준** ① 지역의 역사성과 상징성, 특수성을 반영하는  
합리적 명칭  
② 해당 동 주민들의 정서에 반하지 않는 명칭  
(지나치게 한쪽 동으로 치우친 명칭이 되지 않도록 고려)

**신청서 문의** 중구 홈페이지 다운로드 또는 중구 동 행정복지센터 비치  
총무과 ☎ 760-7162

### 06 2021년 자동차 탄소포인트제 참여자 모집

자동차 운전자가 주행거리를 줄여 온실가스 감축을 실천하였을 경우 실적에 따라 인센티브를 제공하는 자동차 탄소포인트제 참여자를 모집합니다.

- 신청기간** 2. 25.(목)~3. 31.(수) 선착순 모집  
**모집인원** 13명  
**참여대상** 비사업용 승용·승합차(12승 이하), 휘발유·경유·LPG 차량  
※ 제외대상 : 법인 또는 단체의 소유, 사업용, 친환경  
경 자동차(전기·하이브리드·수소 등)

**참여방법** 자동차 탄소포인트제 홈페이지(car.cpoint.or.kr)  
에서 직접 가입 신청

#### 주의사항

- 가입 시 자동차 소유주 명의로 가입하여야 하며, 대리가입 불가  
(실제 운행자와 자동차 소유주가 반드시 일치하여야 함)
- 모집기간에 촬영한 사진에 한해서 참여가능
- 1가구(주소 기준)당 1대 차량만 참여가능
- 허위자료 제출 시 가입 취소(향후 재참여 불가) 및 지급된  
인센티브 지급 회수

**문의** 한국환경공단 온실가스통계부  
☎ 590-3445~6, 3426~7, 3436  
환경관리과 ☎ 760-7392

## 2021 달라지는 제도

생활이 편리하고 안전하며,  
삶이 행복해질 수 있도록 중구가 새로워집니다.

### 복지·교육 Welfare·Education

#### 01 찾아가는 보건복지서비스 확대 실시

지역 복지사각지대 해소를 위하여 주민 생활과 밀착한 등에 ‘보건복지팀’을 신설·확대 설치하여 선제적·보편적 보건복지서비스를 제공합니다. 또한 주민의 복지문제 해결 참여를 추진하여 주민들의 삶의 질 향상과 공동체 가치 회복을 위해 노력합니다.  
(시행일 : 2020. 10. 19.)

현행
· 4개 동 맞춤형 복지팀 설치 (신흥동, 동인천동, 영종1동, 운서동) · 취약계층에 대한 통합사례관리, 찾아가는 방문 상담, 복지사각지대 발굴 등 수행
변경
· 12개 전 동 ‘보건복지팀’ 신설·변경 · 통합사례관리, 찾아가는 방문상담, 복지사각지대 발굴 등 선제적·보편적 복지 서비스 확대 · 주민주도 마을복지계획 수립 등을 주민과 함께 복지 문제 해결 추진 · 건강관리 서비스 제공을 통한 동 건강기능 강화

**문의** 복지과 ☎ 760-6962

#### 02 고등학교 무상교육 지원대상 확대

2021년 1학기부터 고등학교 무상교육 지원대상이 전 학년으로 확대됩니다.(시행일 : 2021. 3. 1.)

현행	
지원대상	고교 2·3학년대상학교
변경	
지원대상	고교 전 학년

**대상학교** 「초·중등교육법」상 고등학교·고등기술학교 및  
이에 준하는 각종학교

**제외학교** 입학금·수업료를 학교장이 정하는 사립학교 및  
고교 졸업학력 미인정 고등기술학교 및 각종학교 등

**지원항목** 입학금·수업료·학교운영지원비·교과서비

**문의** 교육혁신과 ☎ 760-7935

#### 03 기초연금 선정기준액 및 기준연금액 상향

어르신들에게 안정적인 소득기반을 제공함으로써 어르신의 생활안정을 지원하기 위한 기초연금의 선정기준액 및 기준연금액이 상향됩니다.(시행일 : 2021. 1. 1.)

현행		변경	
단독 가구	선정기준액 - 소득인정액 148만원	단독 가구	선정기준액 - 소득인정액 169만원
부부 가구	선정기준액 - 소득인정액 236.8만원	부부 가구	선정기준액 - 소득인정액 270.4만원
기준연금액 : 254,760원		기준연금액 : 300,000원	

※ 소득인정액 : 소득평가액 + 재산의 소득환산액

**문의** 어르신장애인과 ☎ 760-7324

#### 04 저소득 노인 틀니 지원 범위 확대

취약계층 노인의 구강질환으로 인한 개인의 경제적 부담을 덜고 생활의 질 향상을 위해 틀니 지원 범위를 확대합니다.  
(시행일 : 2020. 7. 1.)

현행	
지원 내용	의료급여대상 어르신의 완전틀니 시술시 발생한 본인부담금 일부
변경	
지원 내용	의료급여대상 어르신의 완전틀니, 부분틀니 시술 시 발생한 본인부담금 일부

**문의** 복지와 ☎ 760-7525

### 안전·위생·환경 Safety·hygiene·and environment

#### 01 민방위 교육훈련 통지서 전자통지 서비스

비대면 서비스 시대에 맞추어 민방위 통지서 전달을 전자통지 방식으로 실시합니다.(시행일 : 2021. 4.)

**지원시기** 2021년 4월~계속  
**대상인원** 중구 소속 지역 및 직장 민방위대원  
**내용** 민방위 교육훈련 전자통지서 발송  
(카카오톡 등 활용)  
※ 전자통지 미동의, 전화번호 변경 등의 사유로  
전자통지가 불가능한 자는 기존의 종이 통지서 배포

**신청방법** 전자통지 사전 동의가 가능한 웹사이트 상시 운영  
(추후 알림)  
**문의** 안전관리과 ☎ 760-7817

#### 02 공동주택 도장공사 시 비산먼지 신고

공동주택에서 시행하는 건물외부 도장공사 시 발생하는 비산먼지를 저감하기 위해 구청에 비산먼지 발생신고를 하고 저감조치를 하여야 합니다.(시행일 : 2021. 1. 1.)

현행
<b>공동주택 건물외부 도장공사 시</b> - 구청에 신고하거나 비산먼지 저감조치를 하지 아니함
변경
<b>공동주택 건물외부 도장공사 시</b> - 비산먼지 발생사업 신고대상(건설업)에 포함 - 「공동주택관리법」에 따라 장기수선 계획을 수립하여 외부 도장하는 공동주택 <b>수성페인트칠 공사를 도급받은 자가 관할 지자체에 신고</b> - 비산먼지 저감조치 의무화

**문의** 환경보호과 ☎ 760-7403

#### 03 생활폐기물 수거시간 변경

생활폐기물 수거시간이 새벽시간에서 오전시간으로 변경됩니다.  
(시행일 : 2021. 1. 1.)

현행	
생활폐기물 수거시간	00:00~9:00
변경	
생활폐기물 수거시간	4:00~13:00

※ 폐기물 배출시간은 변경이 없습니다.

**문의** 환경보호과 ☎ 760-7410

#### 04 대기배출시설 자가측정 대상 확대

대기배출시설 방지시설설치면제사업장도 연 1회 이상 자가측정을 해야합니다.(시행일 : 2021. 1. 1.)

현행
방지시설설치면제사업장은 해당시설에 대한 자가측정을 생략 가능
변경
방지시설설치면제사업장의 경우도 해당 시설에 대하여 ‘연 1회 이상 자가측정’을 해야 함.(개정사항)

**문의** 환경보호과 ☎ 760-7403



