
 인천광역시		보 도 자 료		 시민이 행복한 세계 초일류 도시 인천	
		배포일자	2023년 8월 16일(수) 총 2매		
담당 부서	인천대공원 사업소	담 당 자	• 수목휴양팀장 • 담당자	정수경 ☎440-5851 최현진 ☎440-5852	
사진(이미지)		<input type="checkbox"/> 없음 <input checked="" type="checkbox"/> 있음		참고자료	<input checked="" type="checkbox"/> 없음 <input type="checkbox"/> 있음
보 도 시 점		배포 즉시 보도하여 주시기 바랍니다.			

인천시, 암 생존자 수면장애 개선 위한 산림치유 프로그램 운영

- 가천대 등과 협업해, 9월부터 11월까지 8회 과정 -
- 숲길 걷기, 아로마 마사지, 명상, 요가 등 진행 -

인천광역시(시장 유정복) 인천대공원사업소는 오는 9월부터 암 생존자 수면 증진을 위한 산림치유 협업 프로그램 ‘웰컴 굿잠’ 프로그램을 운영한다고 밝혔다.

인천대공원사업소는 지난 5월 암 생존자를 위한 도시숲 기반의 산림치유 프로그램 운영 활성화를 위해 가천대학교, 인천암생존자통합지지센터와 업무협약을 체결하고 암 생존자 피로 개선을 위한 산림치유 협업 프로그램을 운영한 바 있다.

암 생존자가 많이 경험하는 건강 문제에는 피로, 통증, 수면 등이 있는데 이중 수면은 건강을 유지하는 가장 중요한 결정인자로서 신체적, 정신적, 생리적, 삶의 질 측면에서도 매우 중요하다.

이번 산림치유 협업 프로그램은 이러한 수면장애 개선을 위해 진행되며 9월 13일부터 11월 11일까지 매주 1회씩 총 8회 프로그램으로 산에서 활동

이 가능한 암 생존자 각 15명씩 2개 반으로 구성해 운영된다.

숲길 걷기, 아로마 마사지, 풍욕, 허브 스머지스틱 만들기, 명상, 요가 등이 있으며, 참여 신청은 8월 16일부터 인천권역 암생존자통합지지센터에 전화 접수하면 된다.(☎032-460-8487)

고창식 시 인천대공원사업소 소장은 “암 경험자가 점차 늘면서 이들에 대한 관리의 필요성이 높아지고 있는데, 이번 산림치유 협업 프로그램 운영을 통해 암 생존자가 겪는 신체적·정신적 고통을 감소시키고 삶의 질을 향상하는데 도움이 될 것으로 기대한다” 고 말했다.

<관련사진>



