



오세훈 서울시장의 10일 서울시청 브리핑룸에서 ‘더 건강한 서울 9988’ 건강도시 서울 종합계획을 발표하기 앞서 체력측정기구를 체험하고 있다. /뉴시스

서울시, 건강 수명 3년 높인다

‘더 건강한 서울 9988’ 발표

서울시가 시민 건강수명을 늘리기 위한 종합계획 ‘더 건강한서울 9988’을 10일 발표했다. 코로나19 이후 악화된 생활습관과 고령화로 높아나는 의료비 지출에 대응해 운동·식습관·노인 건강 관리 등 전방위 대책을 내놓은 것이다. 10일 서울시에 따르면, 시민의 기대 수명은 83.2세(2022년 기준)이지만 건강수명은 70.8세로 12년 이상 차이가 난다. 잡곡류·채소류·통곡물 섭취율은 2020년 대비 4%p 줄고, 일일 당 섭취량은 늘었다. 이로 인해 연간 진료비는 20조 원을 넘었고, 60세 이상 진료비가 절반 이상(54%)을 차지하고 있다. 시는 2030년까지 건강수명을 3년 높이(70.8세→74세), 운동 실천율을 3%p 끌어올려 ‘평생 건강 도시 서울’을 구현한다는 목표다.

/이현진 기자

먼저 ‘체력인증센터’를 올해 하반기 자치구마다 1곳씩 설치해 2030년까지 100곳으로 늘린다. 시민은 체력 측정 후 전문가에게 맞춤형 운동 처방을 받고, 건강관리 앱 ‘마이 트레이너 서울’과 연계해 운동 실천을 이어갈 수 있다. 체력등급 향상 시 인센티브도 제공된다. 아울러 가상현실 스포츠실 100곳, 학교 체육시설 100곳을 개방해 생활체육 인프라를 확충한다. 식습관 개선을 위한 ‘통쾌한 한 끼’ 사업도 추진한다. 흰쌀밥 대신 잡곡밥을 선택할 수 있는 식당을 올해 1000곳에서 시작해 2030년까지 1만5000곳으로 늘리고, 배달앱과도 연계한다. 편의점과 학교 매점에는 어린이 눈높이 건강식품 전용 코너 ‘우리아이 건강키움존’을 도입해 내년 300곳 시범 운영 후 2030년까지 2000곳으로 확대한다.

학생 우울해소 등 정서안정 위해 상담교사 배치, 심리센터 만든다

서울시교육청, 마음건강 증진 계획
코로나19 이후 학생 마음건강 악화
예방-발견-개입-회복 통합지원

코로나19 이후 악화된 학생들의 정서 지표와 자살·자해 증가에 대응하기 위해 서울시교육청이 상담교사 확충, 사회정서교육 확대, 24시간 통합콜센터 운영 등 종합 대책을 내놴다. 서울시교육청(교육감 정근식)은 10일 세계 자살 예방의 날을 맞아 ‘서울 학생 마음건강 증진 종합계획’을 발표하는 기자회견을 열고 이같이 밝혔다. 교육청은 코로나19 이후 사회적 관계 감소로 학생들의 마음건강 지표가 악화되고 자살·자살시도·자해 학생이 급증했다고 밝혔다. 질병관리청의 제20차(2024) 청소년건강행태조사 결과에서도 스트레스 인지율(34.2%→42.3%), 우울감 경험률(25.2%→27.7%), 외로움 경험률(14.1%→18.8%), 불안장애 경험률(11.2%→14.1%) 등 모든 지표가 상승했다. 스마트폰·SNS과다사용이 우울·불안을 키우고, 전문가 도움이 필요한 학생 비율도 늘고 있다는 설명이다. 서울시교육청은 2026년 3월 시행되는 학생맞춤통합지원법에 맞춰 개별



정근식 서울시교육감은 10일 서울 종로구 서울시교육청에서 ‘서울 학생 마음건강 증진 종합계획’을 발표하고 있다. /서울시교육청

사업 중심의 단편적 지원에서 벗어나, 보편예방-선별지원-개별집중지원으로 이어지는 다층지원체계(MTSS)로 전환한다고 밝혔다. 이를 통해 학교-교육청-지역을 하나의 네트워크로 연결해 예방-발견-개입-회복의 통합 지원을 강화할 계획이다. 이번 종합계획의 네 가지 핵심 과제는 ▲모든 학교 상담(교)사 배치 ▲모든 학년 사회정서교육 운영 ▲서울학생통합콜센터 및 응급지원단 운영 ▲심리치유센터 ‘마음치유학교’ 구축이다. 우선 초등학교까지 상담교사를 확대 배치해 정서·행동 위기학생을 지원하고, 향후 5년간 매년 50명 이상 정원을 늘린다. 사회정서교육은 2026학년도부

터 전 학년 15차시 이상 확대되며, 교원 연수와 원격연수 과정도 마련된다. 학생이 언제든지 도움을 요청할 수 있는 서울학생통합콜센터는 24시간 운영되고, 위기 신호가 접수되면 48시간 내 첫 개입을 원칙으로 한다. 필요 시 응급구조단을 1시간 내 현장에 투입하거나 교육지원청 위기지원단과 연계한다. 또한 2026년 9월 완공 예정인 심리정서치유센터 ‘마음치유학교’를 통해 고위기 학생에게 상담·학습·의료 연계를 아우르는 대안교육을 제공한다. 이는 학생의 학교 복귀를 끝까지 지원하는 모델로 운영될 예정이다. 교육청은 학생 마음건강 지원은 법·제도적 한계가 있어 교육공동체, 시민사회, 지자체, 정치권, 중앙정부의 공동 참여와 지지가 필요하다고 강조했다. 정근식 교육감은 “교육감으로서 학생 자살 보고서를 받을 때 가장 마음이 무겁다”라며 “5년 안에 학생 자살률을 절반으로 줄일 방안을 찾겠다”고 말했다. 이어 “작은 신호도 놓치지 않겠다. 교실에서 시작한 작은 신호가 48시간 안에 ‘도움’으로 연결되도록 하겠다”며 “서울시교육청이 학생 마음의 울타리가 되겠다”고 말했다.

/이현진 기자 lhj@metroseoul.co.kr

경기도, 26일 ‘DMZ OPEN 국제음악제’

고양아람누리서 5일간 개최

경기도DMZ(비무장지대)를 중심으로 펼쳐지는 ‘2025년 DMZ OPEN 페스티벌’의 하나로 ‘DMZ OPEN 국제음악제’가 오는 26일부터 30일까지 경기도 고양아람누리에서 열린다. 올해는 ‘내일을 위한 교향곡 Symphony for Tomorrow’의 슬로건 아래 경기필하모닉, KBS교향악단, 한경arte필하모닉, 벨기에국립오케스트라가 차례로 무대에 오를 예정이다.

본 공연에 앞서 특별 사전 공연이 19일부터 21일까지 파주 캠프그리브스 탄약고, 김포 애기봉 평화생태공원 야외공연장 등 DMZ 일대에서 펼쳐진다. 먼저 9월 26일에는 김선욱 지휘의 경기필하모닉 오케스트라가 개막 무대에 오른다. 베토벤 ‘교향곡 제9번 합창’, 차이콥스키 ‘로코코 주제에 의한 변주곡’과 함께, 작곡가 한재연의 위촉작품 ‘사물놀이와 오케스트라를 위한 무무’가 세계 초연된다.

/경기=김동택 기자 mk4303@

내년도 서울시 공립교사 298명 선발

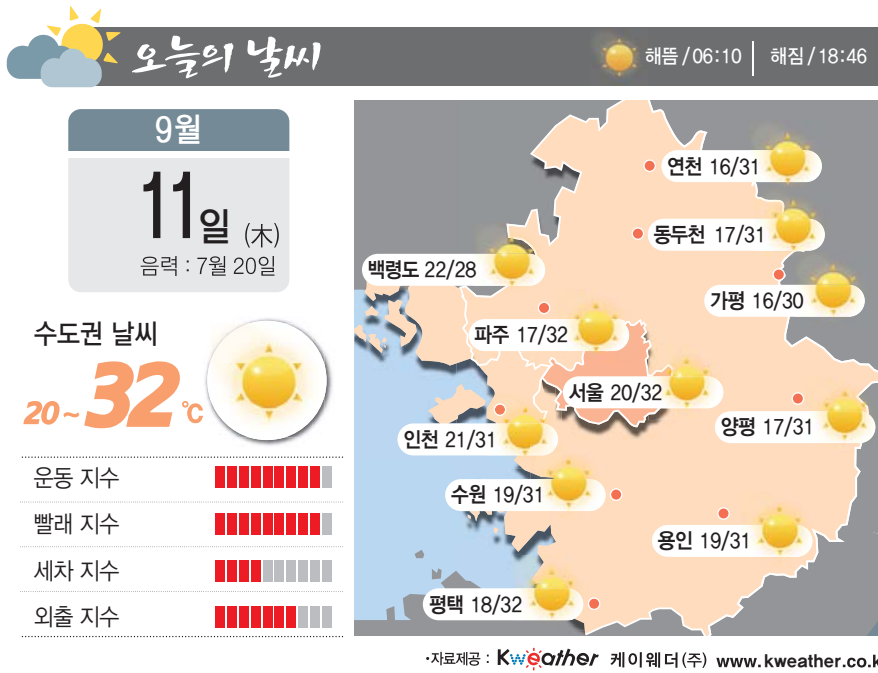
시교육청, 올해보다 47명 줄어들어
유치원 48명, 초등학교 212명 등

내년 서울시 공립 유치원·초등·특수학교 교사 선발 규모가 298명으로 확정됐다. 올해보다 47명 줄어든 수치다. 서울시교육청(교육감 정근식)은 10일 ‘2026학년도 공립(국·사립) 유치원·초등학교·특수학교(유치원·초등) 교사 임용후보자 선정경쟁시험 시행계획’을 시교육청 누리집(sen.go.kr)을 통해 공고한다고 밝혔다. 공립학교 교사는 유치원 48명, 초등

학교 212명, 특수학교(유치원) 8명, 특수학교(초등) 30명 등 총 298명을 선발한다. 이는 지난 8월 사전예고와 동일하며, 유치원 교사는 작년보다 33명 늘었지만 초등학교 교사는 53명 줄었다. 국립학교의 경우 서울맹학교 요청에 따라 특수학교(초등) 교사 2명을 선발하며, 제1·2차 시험은 공립과 동시에 시행해 최종 합격자를 학교에 통보한다. 사립학교 교사는 10개 학교별인의 위탁을 받아 초등학교 7명, 특수학교(유치원) 1명, 특수학교(초등) 12명 등 총 20명을 뽑는다. 이 가운데 2개 법인은 공사

립 동시지원제를, 8개 법인은 사립 복수지원제를 택했으며, 제1차 시험은 공립과 동시에 치러지고 제2·3차 시험은 각 학교별인이 별도로 시행한다. 응시원서는 9월 22일부터 26일까지 온라인 교직원 채용시스템(edurecruit.go.kr)에서 접수한다. 원서접수 불편사항이나 시험 문의는 서울교육콜센터(02-1396)를 통해 확인할 수 있다. 시험 일정은 제1차 시험이 11월 8일, 제2차 시험이 내년 1월 7일부터 8일까지 진행된다. 제1차 합격자는 12월 10일, 최종 합격자는 내년 1월 28일에 발표된다.

/이현진 기자



스마트시티 솔루션 기업 해외진출 지원

킨텍스-GH, 24일 시티테크 엑스포
킨텍스는 경기주택도시공사(GH)와 공동 주최하는 ‘2025 월드 시티테크 엑스포(World CITYTech Expo 2025, 이하 시티테크 엑스포)’를 오는 9월 24일부터 26일까지 킨텍스 제1전시장 4·5홀에서

연다고 10일 밝혔다. 시티테크 엑스포는 국내 스마트시티 솔루션 기업의 해외 진출과 글로벌 비즈니스 확대를 목표로 한다. 이를 위해 24~25일 진행되는 해외 바이어 초청 1:1 수출상담회에는 에스토니아, 스웨덴 등 유럽 투자사와 동남아시아 주요 국가 정

부기관 등 약 50여 개 해외 바이어가 참가할 예정이다. 또한 해외 투자 유치를 위한 ‘비즈니스 피칭 대회’도 열린다. 국내 스마트시티·도시기술 분야 스타트업이 참여해 혁신적인 서비스와 기술을 선보이고, 전문가 평가를 거쳐 우수기업을 선정·시상한다. 전시부스는 조립식 부스를 포함해 주최 측이 지원한다.

/경기=안성기 기자 ask9990@

메트로 한줄뉴스



▲트럼프 “이스라엘 ‘카타르 공습’ 기분 나빠…물랐다”
▲폴란드, “영공 침범” 러 드론 격추…“나토와 지속적으로 연락”

▲中 유학생·학자 10여명, “美 입국 과정서 심문·괴롭힘·송환”
▲EU “규칙 기반 세계 질서 끝났다…이민·무역·인도적 지원 등 모든 것 무기화”

▲美 보건부, “미국 다시 건강하게” 2차 보고서…백신부작용 연구 강화
▲캘리포니아 ‘가넷’ 산불 대확산…2000년 넘은 고대 레드우드 숲 위기