

마음이
행복한
익산





센터장
장승호

코로나 극복이라는 긴 터널의 끝에 와 있습니다.
익산시민분들의 몸 건강 그리고 마음 건강을 기원합니다.

낮과 밤이 바뀌고, 계절이 변해가듯, 우리 삶에도 고난과 기쁨은
함께합니다.

듣기만해도 무서웠던 코로나도 우리는 같이 극복해 왔습니다.
지금, 서로가, "함께한다"는 즐거움은 너무나도 달콤합니다.
그리고, 그 힘은 우리 모두가 아끼고 보듬고 위로하는 마음에서
왔다는 것을 압니다.

지난 핏터원에 있었던 참사는 또 다시 우리에게 고난을 주었습니다.
아직은 너무 마음이 아픕니다.
하지만, 이 고통도 우리는 함께 극복하리라 믿습니다.
우리에게는 서로에 대한 믿음과 사랑이 있기 때문입니다.

익산시정신건강복지센터는 시민분들의
마음동행자 (mind companion)가 되어 삶 속의 즐거움,
그리고 고난에 언제나 함께하겠습니다.



2021년 시정발전 유공시민 표창

2021년 시정발전 유공시민 표창 수여식

일시 : 2022. 1. 7(금) 16:00 장소 : 여왕동행정복지센터



2021년 시정발전 유공시민 표창 수여식에서 헌신적인 봉사정신으로 지역사회 발전을 위해 노력을 해왔으며 시민이 행복한 품격도시 익산을 만드는 데에 기여하여 익산시장 표창을 수상 받았습니다!

익산시 정신건강복지사업의 발전과 활성화에 기여해주신 한아름 선생님 축하합니다.

2022년 익산시장 유공 표창



2022년 제2회 익산시 사회복지박람회에서 지역 사회보장계획 수립·운영 및 민·관 협력 네트워크 구축 운영 활성화에 기여하여 익산시장 표창을 수상 받았습니다!

익산시 정신건강복지사업의 발전과 활성화에 기여해주신 정경혜 부센터장님, 정은선 팀장님 축하합니다.



마음이 행복한 익산을 위하여 애써주신 선생님들께 감사의 박수를 드립니다.



소개합니다

새로 입사한 직원을 소개합니다.



안녕하세요. 사회복지사 박성준입니다.

2022년은 저에게 뜻 깊은 한 해였습니다. 정신건강영역에서 활동하는 것은 처음이었기에 설레는 마음과 두려운 마음이 공존한 시기가 아니었나 싶습니다. 정신건강상담과 정신건강사업을 수행하면서 어려움이 많았지만 센터 선생님들의 가르침과 도움을 통해 배우고 성장하는 계기가 되었던 시간이었습니다.

앞으로 더 끊임없이 발전하고 성장하는 사회복지사가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요. 사회복지사 손지혜입니다.

1월 1일 새해에 입사하여 사회복지사로서 일하게 된 지 어느덧 1년이 다 되어 갑니다. 처음 입사한 한 달 동안은 새로운 환경과 업무에 적응하느라 힘들었지만, 여러 센터 선생님들의 도움으로 인해 잘 적응하여 지내고 있습니다.

앞으로도 지역주민 및 센터에 도움이 될 수 있는 사회복지사가 될 수 있도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요. 작업치료사 이해인입니다.

10월에 입사하여 새로운 환경속에서 아직은 많이 서툴고 부족하기만 합니다. 팀장님들 및 선생님들의 도움속에서 꾸준히 배우는 자세로 발전해 나아가는 팀원이 되겠습니다. 감사합니다.

소개합니다

새로 입사한 직원을 소개합니다.



안녕하세요, 간호사 조성경입니다.

겨울에 입사하여 두 번째 겨울을 마주하고 있는데요. 이런 추운 날씨일수록 옷을 따뜻하게 껴입는 것처럼, 우리 마음도 힘들고 시려 올 때면 혼자서 이겨내는 것이 아니라 도움이 필요한 순간들이 있는 것 같습니다.

익산 시민 여러분과 더불어 따뜻하고 건강한 마음을 회복할 수 있도록 노력하겠습니다.

마음이 힘들 때면 도움을 청해주세요. 함께 걸어가겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요. 작업치료사 하정희입니다.

항상 정신건강영역이 궁금하고, 일하고 싶다는 생각을 하였는데, 좋은 기회로 익산시 정신건강복지센터에서 일하게 되어 감사한 마음입니다.

좋은 팀장님과 팀원들 덕분에 많이 배우고 성장할 수 있었습니다. 이러한 경험을 발판삼아 익산시민의 정신건강을 위해 더욱 노력하고, 도움이 되는 요원이 될 수 있도록 노력할 것 입니다. 감사합니다.



안녕하세요 사회복지사 허서진 입니다.

6월에 입사하여 일을 시작하지는 오래 되지 않아 아직 미숙한 부분이 많이 있지만, 팀장님들과 센터 선생님들의 도움으로 많은 부분 성장할 수 있습니다. 배운 것 들을 토대로 하여 더 발전하고 전문적인 사회복지사로 성장할 수 있도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요. 정신건강사회복지사 흥한진입니다.

중증정신질환자관리사업팀으로 활동하게 되어 감회가 새로웠습니다. 모든 면에서 미숙했던 저는 선생님들의 도움을 통해 전문요원으로서의 역량을 한층 더 강화할 수 있었습니다. 많이 부족하지만 주어진 일에 최선을 다하여 업무를 성실히 수행해 나가는 센터의 구성원이 되겠습니다. 감사합니다.

소개합니다

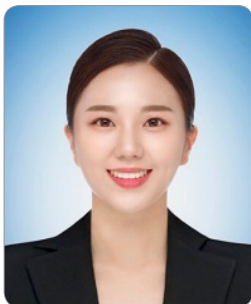
새로 입사한 직원을 소개합니다.



안녕하세요 정신건강간호사 소미숙입니다.

경력으로 입사하기는 하였으나 새로운 사업 분야에 놓여지니 다시 새롭게 시작하는 것 같습니다. 선생님들의 따뜻하고 세심한 배려와 도움이 큰 힘이 되고 있습니다.

빠른 시일내에 센터에 보탬이 되는 구성원이 되어 보답하겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요. 간호사 손유경입니다.

우선 익산시 지역사회 정신건강에 간호사로서 이바지할 수 있게 되어 영광으로 생각합니다. 따뜻한 분위기, 많이 배울 수 있는 저희 센터에 입사하게 되어 하루하루 감사함을 느끼고 있습니다.

아직 많이 부족한 신입 직원이지만 항상 긍정적이고 열정적인 마음으로 더욱 전문적이고 도움이 될 수 있는 팀원이 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



안녕하세요 사회복지사 하서희입니다.

다사다난했던 2022년이 지나고 2023년이 코앞으로 다가왔습니다.

4월에 익산시정신건강복지센터에 입사하여 서투르고 부족함도 많았지만 좋은 선생님들과 함께 근무하며 즐겁게 일하고 많은 배움을 얻을 수 있었습니다.

아직 미숙한 부분이 많지만 열정을 가지고 계속해서 배우고 좋은 사회복지사가 되도록 하겠습니다. 감사합니다.



중증정신질환자 관리사업



주간재활프로그램

등록회원을 대상으로 예술치료, 집단치료, 인지재활훈련, 스트레스관리훈련, 문예요법 등 다양한 프로그램을 진행합니다.



주간재활 방학식

주간재활 참여 회원들의 동기 강화와 보상을 하고 방학을 통해 재충전과 도약의 기회를 마련하고자 방학식을 진행하였습니다.



주간재활 활동프로그램 1

5월 주간재활 참여 회원들과 국립익산박물관에 다녀와 백제의 문화를 배우고 문화 상식을 한층 더 깊이 배울 수 있는 시간을 마련하였습니다.



주간재활 활동프로그램 2

7월 주간재활 참여 회원들과 군산 웃담요구르트를 다녀와 소시지와 과일이 첨가 되어있는 맛있는 요구르트를 만들어 보았습니다.





중증정신질환자 관리사업



주간재활 프로그램 가을야유회

주간재활 등록회원 대상으로 자연의 아름다운 전경을 감상하고 회원들 간의 친목을 도모하는 등 사회적 활동을 증진시킬 수 있도록 서천국립생태원에 다녀왔습니다.



안전교육

주간재활 등록회원 대상으로 폭염, 감염병 예방, 겨울철 안전사고 등 안전수칙 및 행동요령에 대한 안전교육을 실시하였습니다.



조기정신증 인지재활 프로그램

정신질환 발병 5년 이내 조기정신증 대상자들의 스트레스 해소 및 증상악화 예방을 위해 “마음을 들여다봄, 마음 돌봄”이라는 주제로 인지재활프로그램을 실시하였습니다.



조기정신증 사회재활 프로그램

정신질환 발병 5년 이내 조기정신증 대상자들의 사회 참여와 일상생활 회복을 위하여 “따뜻한 글 한 조각”이라는 주제로 사회재활프로그램을 실시하였습니다.



#

중증정신질환자 관리사업



행복뚝딱! 일상생활 프로그램

코로나19 상황으로 인해 외부활동 및 프로그램이 어려워짐에 따라 심리적 어려움을 겪고 있는 회원들에게 일상생활 키트를 배포하였습니다.



초록초록 제철 채소 키우기

코로나19 장기화로 인한 불안 및 우울 등 심리적 어려움을 겪고 있는 회원들에게 제철 채소 재배키트를 배포하였습니다.



삼시세끼, 일상훈련 버섯키우기

무더운 여름을 맞이하여 회원들의 무기력한 기운을 활기차게 만들 수 있는 표고버섯 재배키트를 배포하였습니다.



나만의 약물보관함 만들기

회원들의 효과적인 약물 복용 지도를 위하여 약물보관함 키트를 배포하여, 약물교육 및 규칙적인 약물복용을 할 수 있도록 하였습니다.





중증정신질환자 관리사업



가족지원사업

새해와 추석을 맞이하여 따뜻한 명절을 보낼 수 있도록 등록 회원들에게 후원물품을 전달하였습니다.



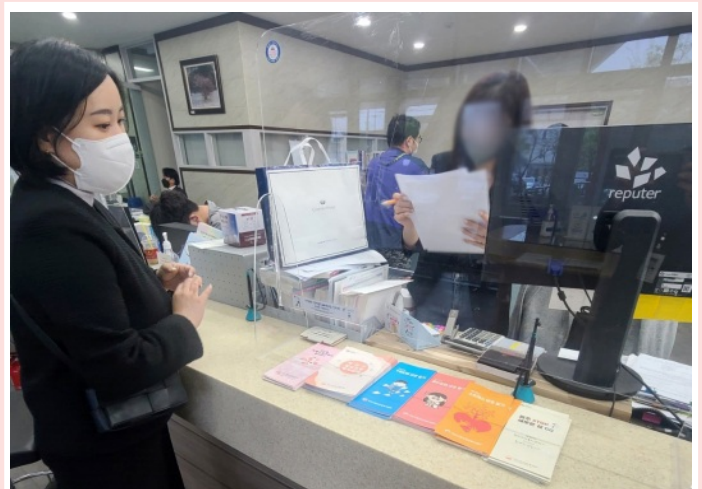
가족교육 및 가족모임

등록회원 가족을 대상으로 교육을 통해 소진을 예방하고 가족모임인 '상록수'를 더욱 활성화하여 가족들의 적극적인 참여를 도모하고자 실시하였습니다.



유관기관 회의 및 사례회의

정신건강사업기관 간 사업 소개와 연계 활성화 및 사례를 논의하는 시간을 가졌습니다.



지역사회 유관기관 방문

정신의료기관, 행정복지센터, 지역사회 유관기관을 대상으로 중증정신질환자 치료비 지원 사업 안내 및 초발정신질환자관리사업을 홍보하였습니다.



#

정신건강증진사업



3 정신건강증진사업

- 정신건강상담 1577-0199 (24시간 운영)
(우울, 불안, 스트레스 등 정신건강 문제)
- 정신건강교육 (관련요원, 주민, 직장인 등)
- 찾아가는 심리지원 서비스 운영
- 청년 등 생애주기별 정서지원 프로그램
- 지역조사
- 인식개선 활동 (캠페인·홍보)

정신건강증진사업 안내

익산시 지역주민들의 정신건강으로 인한 어려움을 해소하고 생애주기별에 맞춰 우울예방활동을 실시하고 있습니다.

코로나19 심리지원: 상담 및 키트 배포

오감만족키트

오감만족 키트 구성품

- 촉각 약력기
- 청각 칼림바
- 후각 디퓨저
- 시각 테이블 화분 키트
- 미각 작두공차

코로나19심리지원 : 상담, 키트배포

코로나19로 인해 정서적인 어려움을 겪는 익산시민들에게 심리 안정을 돕고 심리지원 정보를 제공하고자 상담 및 심리지원 물품을 배포하였습니다.

청년 정신건강 인식도 조사

익산시정신건강복지센터

지역조사

익산시 청년들을 대상으로 정신건강인식도 조사 및 정신건강 선별검사를 진행하고 자신의 상태를 파악할 수 있도록 선별검사 결과를 제공하였습니다.



유관기관회의

익산시 정신건강사업 활성화 및 정신건강 서비스 연계 방안 논의를 위해 지역 내 정신건강관련 유관기관회의를 실시하였습니다.





정신건강증진사업



유관기관 종사자 워크숍

관내 유관기관 종사자를 대상으로 정신질환에 대해 이해하고 전문적으로 사업을 수행할 수 있도록 유관기관 종사자 워크숍을 진행하였습니다.



정신건강 시민강좌

익산시민들을 대상으로 일상생활에서 느낄 수 있는 감정을 이해하고 감정 관리에 대한 정보를 제공하고자 정신건강 시민강좌를 진행하였습니다.



정신건강교육

익산시민 및 기업체 직장인을 대상으로 삶의 질을 향상시키고 스트레스 해소에 도움을 주고자 우울예방교육, 직무 스트레스교육을 진행하였습니다.



재난종사자 프로그램

코로나19 장기화로 업무에 지친 재난업무종사자들에게 힐링의 시간을 제공하고 우울 및 스트레스를 사전에 예방하고자 원예프로그램을 진행하였습니다.





정신건강증진사업



대학생 프로그램

코로나19에 확진 되었던 원광보건대학교 재학생들의 우울 및 스트레스, 불안감을 해소시키기 위하여 원예치료 프로그램을 진행하였으며, 정서적 안정감을 회복하였습니다.



청년 프로그램

익산지역자활센터(청년 자립 도전 사업단)의 우울 및 스트레스, 불안감을 해소하고자 향기 테라피 프로그램을 진행하였습니다.



중장년 · 노인 프로그램

익산시 지역의 중장년 및 노인을 대상으로 테라리움, 공기정화식물심기 등 여러가지 원예프로그램을 진행하였으며, 우울 및 스트레스를 해소하였습니다.



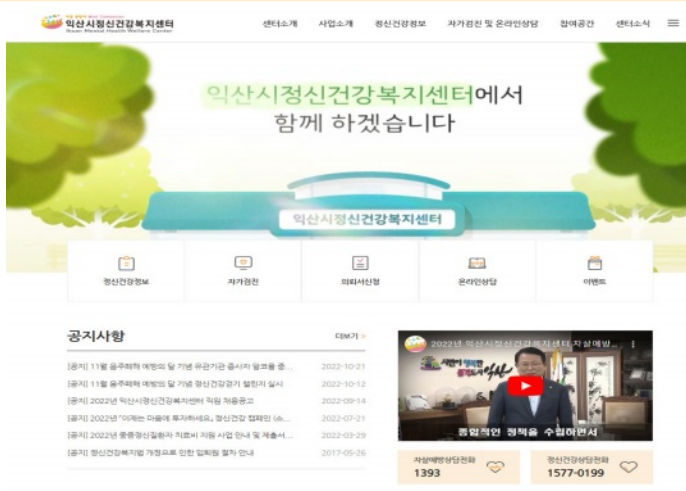
정신건강 취약지역 프로그램

익산시 지역의 정신건강 취약지역을 대상으로 다양한 정신건강프로그램을 진행하였으며, 우울 및 불안감을 회복하고 정서적 안정감을 갖도록 하였습니다.





정신건강증진사업



홈페이지 개편

각 사업에 대한 정보제공, 온라인 자가검진, 상담의뢰, 뉴스레터 활성화와 지역주민의 정신건강 접근성 강화를 위하여 홈페이지 개편이 완료되었습니다.



찾아가는 이동상담 운영

익산시민들을 대상으로 정신건강 고위험군을 발굴하여 정신건강 서비스 연계·지원 활성화를 도모하기 위하여 우울선별검사와 정신건강상담을 실시하였습니다.



정신건강 캠페인

익산시민들을 대상으로 우울 및 불안감을 해소하고 정신건강 인식 개선을 도모하고자 정신건강 캠페인을 실시하였습니다.



정신건강 온라인 캠페인

익산시민들을 대상으로 접근성을 높이기 위해 온라인 캠페인을 실시하였고, 워크온 등 다양한 플랫폼을 활용하였으며 연 6회 실시하였습니다.





중독관리사업



1대1 맞춤형 프로그램

중독관리사업 등록 회원을 대상으로 절주 및 단주를 돕기 위해 음주 대체활동(차 마시기, 목공스피커 만들기, 연잎 키우기 등)을 제공하여 사례관리를 진행하고 있습니다.



등록회원 가족지원사업

중독관리사업 등록 회원을 대상으로 설, 추석 명절기간 동안 식사관리에 도움을 줄 수 있는 물품을 제공하였습니다.



유관기관 회의 및 연합사례회의

지역사회 유관기관과 연합사례회의를 실시하여 익산시 내 거주하고 있는 중독 고위험군의 정보에 대해 공유하고, 사례 개입방법에 대해 논의하였습니다.



중독극복 여가재활 프로그램

중독관리사업 등록 회원을 대상으로 중독으로 인한 신체 능력을 점검하고 대체활동을 강화하여 활동성 증대 및 회복을 돕고자 중독재활프로그램을 진행하였습니다.



#

중독관리사업



중독예방캠페인

익산시 지역주민을 대상으로 중독 피해를 예방하고 알코올에 관한 인식을 개선하고자 중독폐해예방 캠페인을 실시하였습니다.



주최 | 익산시보건소 주관 | 익산시정신건강복지센터
 문의: 063)841-4235 www.iksanmh.or.kr

알코올중독 예방 온라인 캠페인 “금주할 결심”

익산시민들에게 알코올 중독의 심각성을 알리고 건강한 음주문화조성을 통한 무분별한 음주습관 개선을 위해 '금주할 결심' 온라인 캠페인을 실시하였습니다.



알코올 중독예방교육

지역주민을 대상으로 알코올 중독에 대한 이해를 돕고 건강한 음주습관에 대한 정보를 제공하기 위해 알코올 중독 예방 교육을 진행하였습니다.



인터넷·스마트폰 중독예방교육

관내 아동·청소년을 대상으로 인터넷·스마트폰 중독 폐해에 대한 이해를 돕고, 올바른 인식과 태도를 형성하기 위해 인터넷·스마트폰 중독예방교육을 실시하였습니다.



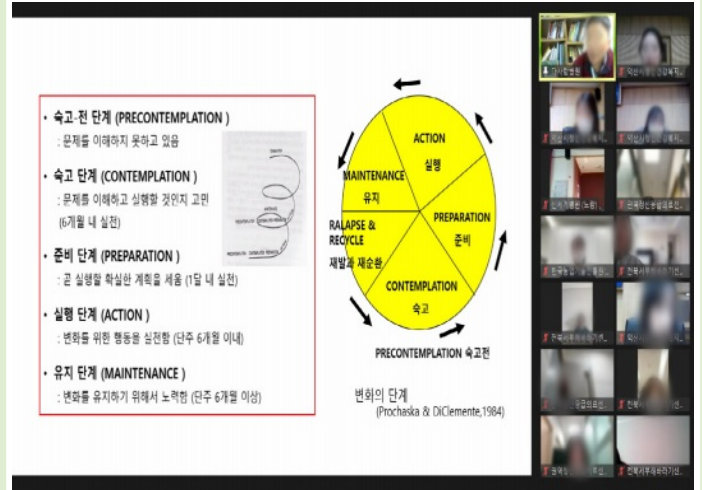


중독관리사업



스마트폰 과의존 예방 시민강좌

익산시민을 대상으로 현대사회 속 스마트폰 과의존을 예방하고 올바른 사용방법에 대한 정보를 제공하기 위해 “게임 세대 내 자녀와 소통하는 법”이라는 주제로 스마트폰 중독 예방 시민강좌를 진행하였습니다.



알코올중독 예방 종사자 워크숍

지역사회 유관기관 종사자 및 실무자를 대상으로 알코올 중독에 대한 이해와 치료 및 개입방법에 대해 정보를 제공하여 전문인력 역량강화를 도모하기 위해 온라인 중독워크숍을 실시하였습니다.



중독관리 이동상담소

지역주민을 대상으로 알코올 의존과 음주 습관에 관한 선별검사를 진행하고 알코올 관련 정보와 상담서비스를 제공하였습니다.



관내 주류판매업소 홍보물품 배포

익산 시민들에게 중독관리 사업에 대해 알리고 건강한 음주문화 및 절주를 독려하기 위해 절주 홍보 앞치마와 병따개를 제작하여 관내 주류판매업소에 배포하였습니다.





자살예방 심리치유 지원사업



자살예방의 날 기념행사

9월 10일 세계자살예방의 날을 기념하여 이상한계절의 미니콘서트와 「내 행복의 히든카드, #자존감」을 주제로 힐링강연을 진행하였습니다.

2022 생명사랑 온라인 캠페인

마
음
1
°C

올
리
기
↑

기간 2022.02.07 (월) ~ 2022.02.20 (일)
 대상 익산시민 누구나
 발표 2022.02.23(수) 14:00 센터홈페이지 참고
 방법 아래 캠페인 2가지를 네이버폼을 통해 작성

2022 온라인 캠페인 “마음 1°C 올리기”

익산시민들에게 자살예방 인식개선 및 생명의 소중함을 알리고자 “마음 1°C 올리기” 비대면 캠페인을 실시하였습니다.



생명사랑 캠페인

자살 예방에 대한 정보제공, 생명존중 문화 조성, 생명사랑 인식개선을 위해 생명사랑 캠페인을 실시하고, 우울 선별검사를 진행하여 자살 고위험군을 발굴하였습니다.



자살예방 집중관리기간 현수막게시

익산시 자살예방 집중관리기간(2월~5월, 7월, 9월)에 익산시정신건강복지센터 홍보 및 '24시간 자살예방상담 전화 1393'을 홍보하기 위해 현수막을 게시하였습니다.



#

자살예방 심리치유 지원사업



생명사랑 실천가게 번개탄 보관함 배포 및 모니터링

일산화탄소 수단으로 하는 자살률을 낮추고 자살예방 및 자살대처방법 등의 인식을 증진시키고 도움을 받을 수 있도록 생명사랑 실천가게에 번개탄 판매보관함을 배포하였습니다.



생명사랑 약봉투 제작 및 배포

자살고위험지역 중심으로 약국 및 정신건강의학과의원에 생명사랑 약봉투를 제작하여 배포함으로써 자살예방 인식 개선 및 지역사회 안전망을 구축하고, 자살예방상담전화 1393을 홍보 하였습니다.



농약안전보관함 보급

농약안전보관함을 보급하여 충동적 음독자살을 사전차단 하기 위해 금마면 2개마을에 농약보관함 60개를 보급하였습니다. 지속적인 모니터링을 진행하여 사용실태 등을 파악합니다.



농약안전보관함 보급마을 정신건강프로그램

농약안전보관함 보급마을을 대상으로 심리적 안정과 스트레스 완화를 위해 정서지원프로그램을 제공하였습니다. 또한 자살예방에 대한 올바른 인식과 전문지식을 전달하기 위해 자살예방교육 실시하였습니다.



#

자살예방 심리치유 지원사업



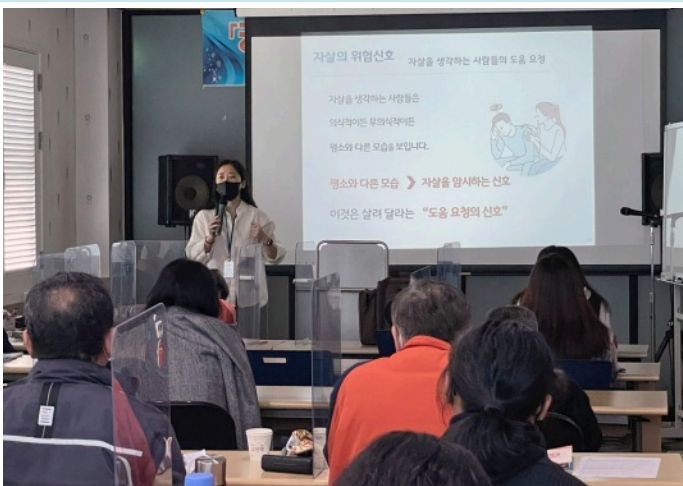
자살예방 지역공동체 네트워크

읍면동 행정복지센터 맞춤형 복지사업 담당자와 통합 사례관리사 등 지역사회 유관기관과 회의를 통해 다양한 지역사회 자원의 확보로 자살예방사업의 효과성을 높일 수 있도록 하였습니다.



응급의료기관 사후관리사업 키트 배포 (GO마음키트, 생명사랑키트)

응급의료기관 내원 자살시도자를 대상으로 정서안정 및 자살재시도 예방하기 위한 생명사랑키트, 관련 종사자들을 대상으로 본 기관 홍보하기 위해 GO마음키트 제작하여 배포하였습니다.



생명지킴이교육 및 자살예방교육

자살예방에 대한 올바른 인식과 태도를 갖게 하기 위해 관내 중·고등학교 및 대학교, 유관기관, 경로당 등을 대상으로 생명지킴이 교육을 진행하였습니다.



자살유족 자조모임

예기치 않은 사별로 인한 자살유족의 안정적인 애도과정을 다루고, 자살사고 및 우울감을 감소시키기 위해 자살유족 자조모임을 진행하였습니다.



#

자살예방 심리치유 지원사업



1:1 맞춤형프로그램 및 사례관리

등록회원을 대상으로 욕구에 맞는 1:1 맞춤형 프로그램 등 자살고위험군 위기지원서비스를 실시하여 우울감 및 자살에 대한 생각을 해소할 수 있도록 하였습니다.



'나는 꽃' 집단프로그램

자살사고와 우울감을 감소시키고, 긍정적 정서전환을 위해 자살고위험군을 대상으로 마음치유프로그램 '나는 꽃' 을 실시하였습니다.



여름 이겨내기 챌린지

코로나장기화로 활동량 감소와 무기력감을 해소하고 무더운 여름을 원활히 이겨낼 수 있도록 집에서 직접 체험할 수 있는 프로그램인 여름 이겨내기 챌린지를 (버섯 키우기 키트, 삼계탕 말키트 배포) 계획하여 진행했습니다.



등록회원 사례관리 키트 배포

자살고위험군 및 자살유족 등록회원을 대상으로 심리치유 및 정서안정도모와 원활한 사례관리를 위하여 키트를 제작하고 배포하였습니다.





아동·청소년 정신건강증진사업



등록회원 집단프로그램

등록회원을 대상으로 스트레스를 해소하고, 정서안정을 도모하기 위해 '힐링타임', '꿈꾸는 놀이터' 집단프로그램을 실시하였습니다.



등록회원 가족교육

등록회원들의 가족들을 대상으로 아동청소년의 정신 건강에 대한 관심을 유도하고 인식을 개선하기 위한 가족교육을 실시하였습니다.



등록회원 심리지원키트1 배포

등록 회원을 대상으로 일상생활 속에서 흥미를 되찾고, 상담의 효과성을 높이기 위해 상반기 심리지원키트를 배포하였습니다.



등록회원 심리지원키트2 배포

등록회원을 대상으로 스트레스 해소 및 정서환기를 도모하기 위해 정서 및 행동문제로 구분하여 하반기 심리지원키트를 배포하였습니다.





아동·청소년 정신건강증진사업



아동·청소년 정신건강교육

생명사랑 생명존중 문화를 조성하고, 생명의 중요성을 인식하기 위한 생명사랑·생명존중교육을 실시하였습니다.



교사 교육

교사를 대상으로 아동·청소년에 대한 이해를 높이기 위해, 청소년의 자살예방에 대한 교육을 진행하였습니다.



여름방학 마음건강프로그램 (마음아, 부탁해!!)

익산관내 초등학교 고학년을 대상으로 사회성 증진 및 행복감 증진을 위한 여름방학 마음건강프로그램을 실시하였습니다.



정신건강 집단프로그램

아동·청소년을 대상으로 행복감 증진, 분노 조절, 사회성 증진 집단프로그램을 실시하였습니다.



#

아동·청소년 정신건강증진사업



마음건강학교는 관내 학교 2곳을 선정해 재학생들에게 집중적 정신건강서비스 제공하여
원만한 학교생활 적응 및 원만한 대인관계형성을 도모하기 위한 시범사업입니다.



마음건강학교 심층상담

마음건강학교 재학생을 대상으로 정서행동문제 고위험군 선별 및 조기개입을 위해 월2회 심층상담을 실시하였습니다.



마음건강학교 정신건강교육

마음건강학교 재학생을 대상으로 자살위험에 대처하기 위해 생명존중교육을 실시하였습니다.



마음건강학교 정신건강프로그램

마음건강학교 재학생을 대상으로 원만한 대인관계형성 및 정서문제 조절을 위해 분노조절, 사회성증진 집단프로그램을 실시하였습니다.



마음건강학교 등곳길캠페인 ("친구야, 네가 있어 행복해")

마음건강학교 재학생을 대상으로 정신건강 인식개선 및 생명사랑, 생명존중 문화조성을 위하여 등곳길 캠페인을 실시하였습니다.



아동·청소년 정신건강증진사업



연합사례회의

익산시 아동·청소년 자살고위험군에 대한 사례논의 및 연계방안 논의하기 위해 연합사례회의를 실시하였습니다.



유관기관 실무자 워크숍

유관기관 종사자를 대상으로 아동·청소년 자살(해) 문제에 대한 효과적인 개입을 위해 “아동·청소년 자살(해) 위기지원상담의 실제”라는 주제로 유관기관 실무자 워크숍을 실시하였습니다.



정신건강온라인캠페인 (쇼미더마인드)

익산시 아동·청소년을 대상으로 정신건강 인식개선 및 정신건강증진사업 홍보를 위해 ‘쇼미더마인드’ 등 정신건강온라인 캠페인을 실시하였습니다.



사업홍보 현수막

아동·청소년 정신건강증진사업 홍보를 위해 익산 관내 초, 중, 고등학교 인근에 현수막을 거치하였습니다.





업무협약



녹색마을 프로젝트

익산시 자살률 감축을 위한 자살예방 및 정신건강증진 사업을 체계적이고 원활하게 진행하기 위해 각봉마을, 각산마을과 생명사랑 녹색마을 프로젝트 업무협약을 실시하였습니다.



동산여울휴먼시아

동산여울휴먼시아 3단지 유관기관 MOU 협약을 통해 익산시 자살률 감축을 위한 자살예방 및 정신건강증진 사업을 구축하였습니다.



북부노인종합복지관 외 4곳

익산시 정신건강사업 활성화 및 연계방안 논의를 위해 지역 내 정신건강관련 유관기관과 업무협약을 실시하였습니다.



원광대학교병원형wee센터 외 2곳

익산시 아동청소년을 대상으로 정신건강 및 자살 고위험군 발굴 및 연계를 위해 원광대학교병원형wee센터, 마음건강증진거점센터와 업무협약을 실시하였습니다.



시민 참여 온라인 캠페인

1. 익산시정신건강복지센터를 찾아라! - 주변에 숨어있는 익산시정신건강복지센터를 찾기



홈플러스 마트카트



이마트 마트카트



중앙체육공원
고보조명



버스광고

2. 아동·청소년 정신건강 캠페인(쇼미더마인드) - 나만의 스트레스 해소법 한 줄 작성하기

- ◆ 허0빈 : 내가 좋아하는 게임을 하거나 친구들이랑 놀면서 스트레스 해소하기
- ◆ 최0자 : 우울할 때 친구들과 만화카페 가서 수다떨기
- ◆ 천0진 : 잠을 자거나 혼자 있는 시간 갖기
- ◆ 정0빈 : 유튜브로 노래틀고 춤추기
- ◆ 장0름 : 태권도에서 줄넘기와 다른 운동 등으로 스트레스 풀기

아동·청소년 정신건강온라인캠페인

9월 05일 ~ 9월 18일

<p>대상</p> <p>익산시 만 6세 ~ 18세 아동·청소년 누구나!</p> <p>참여방법</p> <p>센터 홈페이지 또는 QR코드 사용하여 미션 참여!</p> <p>결과발표</p> <p>2022년 9월 21일(수) 14:00 홈페이지 게시</p>	<p>상 품</p> <p> 5,000원</p> <p>치킨도배일교향권 30명 편의점 5천원 교환권 100명</p> <p><small>* 상여지 중 무작위 추첨을 통해 상품을 드립니다!</small></p> <p>문의</p> <p>☎ 063) 841-4235(담당 박지윤) www.iksanmh.or.kr</p>
--	---

주최 익산시보건의료사업추진위원회 | 주관 익산시정신건강복지센터

마음건강 공모전 & 시민 참여 캠페인

3. 스마트폰 과의존 예방 캠페인 - “스마트폰 스마트하게 사용하기!”

- ◆ 스마트폰 과의존 예방을 위해 내가 실천할 수 있는 예방수칙 3가지 적기
- ◇ 이0회 : 1) 사용하는 시간과 장소를 명확히 하기
2) 스마트폰 내려놓고 잠시 쉬기
3) 공부나 집중이 필요할 때는 꺼두기
- ◇ 한0회 : 1) 스마트폰 내려놓고 잠시 쉬기
2) 꼭 필요하지 않은 앱은 삭제
3) 공부나 집중이 필요할 때는 꺼두기



4. 알코올 중독 예방 캠페인 - “금주할 결심”

- ◆ 알코올 중독 N행시 및 금주서약서 작성하기
- ◇ 임0진 알 : 알코올은 몸에 해로워요
코 : 코로나도 해롭잖아요
올 : 올레길을 같이 걸으며
중 : 중독에서 탈출해봐요
독 : 독이 되는 알코올보다 산책으로 건강 지켜요

나 임0진은 개인과 가정의 건강을 보호하기 위해 다음과 같이 금주를 실천할 것을 선언합니다.



따뜻한 관심과 사랑,
감사합니다.



주간재활강사 및 자원봉사자

예술치료 원광대학교 일반대학원 이효정 외 7명
집단치료 이수우, 정찬규

후원해주신분들

고정선, 김효정
박민지, 서창호
정경혜, 정병민
정은선, 한아름

후원내역

전년도이월금 1,191,809원
세입 100,090원 (이자포함)
세출 1,291,899원
잔액 0원

수입 (원)		지출 (원)	
<ul style="list-style-type: none"> ■ 2021년 이월금 1,191,809원 ■ 2022년 후원금 100,090원 <ul style="list-style-type: none"> - 비지정후원금 100,000원 - 기타예금이자수입 90원 		<ul style="list-style-type: none"> ■ 전년도이월금 1,191,809원 <ul style="list-style-type: none"> - 중증정신질환자 가족지원 1,190,000원 - 주간재활 활동프로그램 1,809원 ■ 비지정후원금 100,000원 <ul style="list-style-type: none"> - 중증정신질환자 가족지원 10,000원 - 주간재활 활동프로그램 90,000원 ■ 기타예금이자수입 90원 <ul style="list-style-type: none"> - 주간재활 활동프로그램 90원 	
합계	1,291,899원	합계	1,291,899원
총수입 1,291,899원 - 총지출 1,291,899원 = 잔액 0원			