



월간신문

부울경 달(月)달(甘)소식 <2025년 10월호>

▶ 장기요양기관에 매월(月) 달달한(甘) 소식을 전하는 신문

발행처: 국민건강보험공단 부산울산경남지역본부, 발행일: 2025. 10. 2.(목)

국민건강보험공단의 ESG경영 실행과 친환경·탄소중립을 위하여 월간신문 「부울경 달(月)달(甘)소식」은 장기요양 홈페이지 게시판*에 게시하고 있습니다.

* 게시판 경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 지사소식 > 부산울산경남지역본부

□ 10월호 주요내용

- 장기요양 뉴스(장기요양기관 지정갱신 신청 안내 등) ... 1p.
- 궁금해요 장기요양(인지활동형 방문요양 급여비용 산정 Q&A) ... 2p.
- 건강한데이(의자를 활용한 스트레칭 & 운동) ... 3p.
- 감염병 소식(백일해) ... 4p.
- 현장소식(공전노인복지센터), 대표자설명회 동영상 게시 ... 5p.
- 처우개선 조례 제정, 대표자설명회 및 건국콘서트 신청 ... 6p.
- 잠깐! 소방안전 정보(안전한 추석명절 보내기) ... 7p.

게시판 QR code



장기요양 뉴스



□ 장기요양기관 지정갱신 신청 안내

2020년 1월 1일 이전 지정 및 설치신고를 받은 장기요양기관은 당해 연도 첫 지정갱신 심사를 시행할 예정(2025년 12월)이오니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 접수 및 문의처: 장기요양기관 소재지 관할 시·군·구
- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [공지]

□ 장기요양급여 제공기준 및 급여비용 산정방법 교육 동영상 안내

장기요양기관 담당자의 업무 능력 향상 및 올바른 기관 운영을 도모하기 위하여 「장기요양급여 제공기준 및 급여비용 산정방법의 이해」 교육 자료를 동영상 강의 형태로 제작하여 게시하오니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [61386]

※ 자세한 사항은 장기요양보험 홈페이지(<http://www.longtermcare.or.kr>) 내용 참고

궁금해요 장기요양



□ 인지활동형 방문요양 급여비용 산정 Q&A

Q1) 가족인 요양보호사로 인지활동형 방문요양을 60분 제공하고 있습니다. 인지활동형 방문요양 120분 미만 제공 사유를 반드시 급여제공기록지에 기재해야 하나요?

A1) 맞습니다. 고시 제19조 제13항에 따라 가족인 요양보호사가 제공하는 급여로써 수급자에게 인지자극활동을 60분 이상 제공하는 경우에는 급여제공기록지에 가족인 요양보호사가 제공하는 급여로 120분 미만 제공하였음을 기재하여야 합니다.

Q2) 부부 수급자에게 같은 시간에 인지활동형 방문요양을 제공하고 청구할 수 있나요?

A2) 안됩니다. 인지활동형 방문요양은 수급자별 인지상태 등에 맞게 인지기능 악화방지 및 잔존능력 유지를 위해 제공하는 급여입니다. 인지자극활동은 수급자 개인별 인지상태에 맞게 프로그램을 제공해야 하며, 잔존기능 유지·향상을 위한 일상생활 함께하기 역시 수급자의 신체·인지상태 등에 맞추어 개별적으로 제공해야 합니다. 각기 다른 등급은 물론이고, 동일한 등급의 부부일지라도 동시간대 인지활동형 방문요양을 제공할 수 없습니다.

Q3) 5등급 수급자는 주·야간보호급여와 방문요양급여를 같은 날 이용할 수 있나요?

A3) 주·야간보호급여를 이용하는 경우 인지활동형 방문요양과 동일한 날에 제공이 불가능합니다. 5등급 수급자의 경우 주·야간보호기관에서 의무적으로 인지활동형 프로그램이 제공하도록 규정하고 있어 동일한 날에 인지활동형 방문요양이 제공되면 동일한 성격의 급여를 중복으로 제공받게 되므로 제한하고 있습니다. 다만, 주·야간보호급여를 1일 8시간을 이용한 날에 한하여 일반 방문요양급여를 주·야간보호급여 전후로 1일 2회 범위 내에서 1회 2시간까지 제공이 가능합니다.

건강한데이(Day)



□ 의자를 활용한 스트레칭 & 운동

1. 4자 다리 운동



- ▶ 의자에 걸터 앉아 왼쪽 다리를 들어 오른쪽 무릎에 올리기
- ▶ 양팔을 앞으로 쭉 피고 상체를 곧게 펴주기



- ▶ 가슴이 다리에 닿는 느낌으로 상체를 숙이기 (10회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시

2. 런지 운동



서 오른쪽 다리를 길게 뒤쪽으로 밀어주세요.



- ▶ 양손으로 의자를 잡고 서기
- ▶ 오른쪽 다리를 길게 뒤쪽으로 밀어주기
- ▶ 밀어준 다리를 당기면서 다시 원위치로 돌아오기 (10회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시

3. 사이드 런지 운동



- ▶ 양손으로 의자를 잡고 다리를 어깨넓이 2배만큼 벌리고 발끝을 45도 돌리기
- ▶ 오른쪽 무릎을 굽히면서 천천히 앉아서 유지하기



- ▶ 무릎을 펴서 일어나며 왼쪽 무릎을 굽히고 앉아서 유지하기 (10회 반복)

4. 발차기 운동



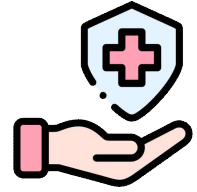
- ▶ 의자를 한 손으로 잡고 서고 다른 손은 허리를 잡기
- ▶ 몸통을 고정하고 앞, 옆, 뒤쪽으로 다리를 뺑 차듯이 들었다 내려주기 (3회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시



통이 흔들리지 않을 만큼만 다리를 올려

• 통증부위별 다양한 스트레칭 영상이 아래 네이버 밴드에 게시되어 있으니 많은 활용 바랍니다.
 -구해줘 홈S 밴드(<http://band.us/band/86691378>)로그인>공지사항(10+) 클릭>원하는 영상 시청
 자료제공: 국민건강보험공단 부산울산경남지역본부 요양지원부

이달의 감염병 소식



□ 백일해

백일해균 감염에 의한 급성 호흡기 질환으로 법정 감염병 2급으로 분류됩니다. 주로 늦은 여름에서 가을철에 발생하며, 모든 연령에서 발현되는 양상을 보이기 때문에 소아부터 성인까지 재 유행 가능성이 있어 주의가 필요합니다.

전파경로

- 전파경로: 감염된 사람이 재채기, 기침 시 퍼진 비말(침방울 등)에 의해 전파

증상

- 카타르기(1~2주): 콧물, 눈물, 경한 기침 (전염성이 제일 높은 시기)
- 발작기(1~6주): 심한 발작성 기침, 흡(whoop) 소리, 가벼운 기침 가능성 있음
- 회복기(2~3주~수주): 기침의 횟수나 정도가 호전됨

예방 및 관리

- 예방
 - 예방접종: 과거 접종력이 없는 경우 최소 4주 간격을 두고 2회 접종하고, 2차 접종 후 6~12개월 후에 Td 또는 Tdap 백신으로 총 3회 접종(3회 중 1회는 Tdap 백신 사용)
* 연령, 예방접종력에 따라 접종일정 상이
 - 예방관리: 올바른 손씻기(흐르는 물에 30초 이상), 기침예절 실시하기(입과 코를 가리고 기침)
- 관리
 - 환자관리: 항생제 치료 시 5일까지 격리, 치료를 받지 않은 경우 기침이 멈출 때(최소 3주 이상) 까지 격리, 마스크 착용하며 필요 시 보호구(가운, 장갑)까지 착용
 - 접촉자관리: 예방적 항생제 투여, 증상 발생 모니터링

치료

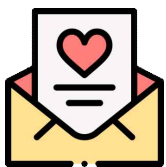
- 항생제 치료(증상 완화, 주로 이차적인 전파 억제 목적)

현장소식(The건강한돌봄)

장기요양기관의 소식 및 처우개선 사례를 선정하여 소개합니다.

궁전노인복지센터 '따뜻한 마음나누기 행사 진행'

진주시에 소재한 저희 센터는 매주 토요일 「따뜻한 마음나누기」 행사를 진행하고 있습니다. 장기요양 종사자와 어르신을 1:1로 지정하여 서로 따뜻한 마음을 나눌 수 있도록 진행하고 있습니다. 어르신과 한 주간 있었던 이야기를 하고 칭찬과 격려를 나누면서 정서적 지원을 하고 있습니다. 그리고 어르신의 건강 상 불편함이나 운동, 식사 등의 이야기를 듣고 어르신에게 필요한 부분이 무엇인지 확인할 수 있는 시간이기도 합니다. 이 시간에는 어르신의 손을 잡아드리고 안아드리면서 신체적 접촉을 통하여 타인의 온기를 직접적으로 느끼고 마음으로 소통하여 유대감을 가질 수 있도록 진행합니다. 저희 센터는 어르신의 일상생활과 더불어 마음까지 돌볼 수 있도록 계속해서 노력하겠습니다.



장기요양기관의 소식 및 처우개선 사례 등의 현장소식을 보내주세요!
선정된 사례는 월간신문에 게재되며, 감사물품을 제공합니다.

✓ 메일주소: 0200780@nhis.or.kr

※ 아이콘 출처: www.flaticon.com

대표자설명회 동영상 게시 안내

□ 2025년 신규 장기요양기관 대표자 설명회 교육 동영상 게시 안내

2025년 신규 장기요양기관 대표자 설명회를 진행하고 있으며 미참석 기관을 위하여 교육 동영상을 게시하오니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [61366]

처우개선 조례 제정

□ 장기요양 종사자 처우개선 관련 지자체 조례 제정 소식

○ 울산광역시

- 중구 장기요양요원 처우 개선 및 지위 향상에 관한 조례 (2025.9.29.)

○ 경상남도

- 창원군 장기요양요원 처우개선 및 지위 향상에 관한 조례(2025.9.18.)
- 사천시 돌봄노동자 권리보장 및 처우개선에 관한 조례(2025.9.18.)

대표자설명회 및 건국콘서트 신청

□ 부산·울산·경남 대표자 설명회 신청 안내

신규개설 장기요양기관 대표자의 기관운영 역량강화 지원을 위하여 「2025년 장기요양기관 대표자 설명회」를 실시하오니, 적극적인 참여 바랍니다.

- 설명회 일자: [부산] 10. 21.(화) / [울산] 10. 23.(목) / [경남] 10. 27.(월)
- 신청대상: 최근 1년 이내 신규개설기관 및 참석희망 관내 장기요양기관 대표자
- 신청기간: [부산] 10. 13.(월) ~ 14.(화) / [울산, 경남] 10. 14.(화) ~ 15.(수)
- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [공지]

□ 건강보험공단과 함께하는 국악 콘서트 2차 신청 안내

장기요양 종사자 정서지원을 위해 국립부산국악원과 협업하여 문화예술 나눔사업 「건국 콘서트(2차)」를 실시하오니, 적극적인 참여 바랍니다.

- 신청대상: 부산울산경남 장기요양기관 종사자
- 신청기간: 2025. 10. 15.(수) 9:00 ~ 17.(금) 18:00
- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [공지]

※ 자세한 사항은 장기요양보험 홈페이지(<http://www.longtermcare.or.kr>) 내용 참고

잠깐! 소방안전 정보



□ 안전한 추석명절 보내기



전기안전

1. 문어발식 콘센트 사용금지
2. 전선 피복 이상유무 확인
3. 물 묻은 손으로 전기제품 접촉금지
4. 누전차단기 매월 1회 이상 점검



가스안전

1. 삼발이보다 넓은 조리기구 사용금지
2. 휴대용조리기구 병열로 놓고 사용금지
3. 조리중 부탄캔은 화기주변에 두지 않기
4. 알루미늄 코일을 감은 석쇠 사용금지



소방안전

1. 주택용소방시설(소화기, 단독경보형감지기) 설치
2. 음식물 조리중 자리 비우지 않기
3. 식용유 화재시 물을 뿌리지 않고 K급 소화기로 소화
4. 성묘, 벌초 시 담배꽂초로 인한 산불화재 예방
5. 화재 대피시 승강기 사용금지, 계단 등을 이용하여 대피
6. 차량용 소화기 비치하기



집 비우기 전

집을 비우기 전 이것만은 꼭 확인

1. 애완묘(고양이)가 있는 경우 인덕션 전원차단 또는 전용덮개 설치
2. 로봇청소기, 제습기, 제빙기, 냉온수기, 선풍기 등 전자제품 전원 차단
3. 전등 은 장시간 켜 놓으면 과열되므로 반드시 소등
4. 가스 중간밸브(코크) 잠금기



자료제공: 119 부산광역시소방재난본부