

## 최은진·최슬기·강혜리·강효림



**【연구책임자】**

전진아 한국보건사회연구원 연구위원

**【공동연구진】**

최은진 한국보건사회연구원 연구위원

최슬기 한국보건사회연구원 부연구위원

강혜리 한국보건사회연구원 연구원

강효림 한국보건사회연구원 연구원

# 목차

## 제 | 출 | 문

보건복지부 장관 귀하

이 보고서를 귀부와 용역계약(2020. 9. 10.)한 「코로나19 이후 예방적 건강관리 지원방안 마련 연구」의 보고서로 제출합니다.

2020년 11월  
한국보건사회연구원 원장  
조 흥 식

제1장 서론.....	1
제1절 연구 필요성 및 목적.....	3
제2절 연구 내용 및 방법.....	16
제2장 코로나19 이후 건강 현황 및 예방적 건강관리 수요.....	23
제1절 코로나19 이전 건강행태.....	25
제2절 코로나19 이후 건강수준 및 건강행태 변화.....	43
제3절 예방적 건강관리 지원에 대한 수요.....	66
제4절 소결.....	85
제3장 국내외 건강관리 지원 사업 고찰.....	89
제1절 코로나19 이후 국내 예방적 건강관리 지원 사업 고찰.....	91
제2절 코로나19 이후 국외 예방적 건강관리 지원 사업 고찰.....	103
제3절 소결.....	113
제4장 코로나19 이후 예방적 건강관리 현황과 지원방안 모색을 위한 포럼.....	115
제1절 건강생활실천 영역 포럼.....	117
제2절 예방적 건강관리 지원 인프라 영역 포럼.....	141
제5장 코로나19 이후 예방적 건강관리 지원을 위한 단기 및 중장기 정책과제.....	165
제1절 코로나19 이후 예방적 건강관리 지원을 위한 단기 정책과제.....	171
제2절 코로나19 이후 예방적 건강관리 지원을 위한 중장기 정책과제.....	179
참고문헌.....	192
부록.....	196

부록1. 코로나19 이후 국민 건강행태 및 건강관리 수요조사 설문지.....	196
부록2. 전문가 서면의견조사 양식.....	210

# 표 목차

KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS

<표 1-1> 2015년 프랑스, 독일, 이탈리아, 스페인 및 영국에서의 건강하지 않은 식생활 및 낮은 신체활동 패턴으로 인한 당뇨병증의 2020년도 추정 비용.....	5
<표 1-2> 추진 시기별 코로나19 및 포스트 코로나19 대응을 위한 「보건방역분과」 세부과제	14
<표 1-3> 코로나19 이후 예방적 건강관리 지원방안 마련 연구 포럼 구성.....	20
<표 2-1> 조사 참여자의 일반적 특성.....	43
<표 2-2> 인구집단별 주관적 건강 인식.....	45
<표 2-3> 코로나19 이후 신체적 건강 변화.....	48
<표 2-4> 신체적 건강이 나빠진 이유.....	50
<표 2-5> 코로나19로 인한 스트레스 정도.....	52
<표 2-6> 지난 10개월 간 건강 관련 활동 시간 및 빈도 변화.....	53
<표 2-7> 지난 10개월 간 음주 행태.....	53
<표 2-8> 지난 10개월 간 음주 빈도.....	55
<표 2-9> 지난 10개월 간 흡연 행태.....	56
<표 2-10> 코로나19 발생 이후 신체활동 여부.....	57
<표 2-11> 코로나19 발생 이후 외식 빈도.....	58
<표 2-12> 코로나19 유행으로 인한 정신적 영향.....	59
<표 2-13> 코로나19 유행으로 인한 정신적 영향이 있다고 응답한 비율.....	61
<표 2-14> 인구집단별 코로나19 예방을 위한 행동 실천율.....	64
<표 2-15> 국민 건강증진을 위해 가장 중점을 두어야 하는 정책 영역.....	67
<표 2-16> 인구집단별 국민 건강증진을 위해 가장 중점을 두어야 하는 정책 영역 조사 결과.....	67
<표 2-17> 건강증진 서비스 강화 필요 영역.....	69
<표 2-18> 인구집단별 건강증진 서비스 강화 필요 영역.....	71
<표 2-19> 건강증진 정책 확대 필요 대상.....	73
<표 2-20> 인구집단별 건강증진 정책 확대 필요 대상.....	74
<표 2-21> 건강생활실천에 가장 도움이 되는 건강증진 서비스 .....	75
<표 2-22> 인구집단별 건강생활실천에 가장 도움이 되는 건강증진 서비스에 대한 인식.....	76
<표 2-23> 건강증진사업 참여 시 선호 방식.....	77
<표 2-24> 선호하는 비대면 방식.....	77
<표 2-25> 인구집단별 건강증진사업 참여 시 선호 방식 .....	78
<표 2-26> 인구집단별 선호하는 비대면 방식.....	79

<표 2-27> 모바일 어플을 활용한 건강관리 여부.....	80
<표 2-28> 보건소 이용 대상에 대한 인식.....	81
<표 2-29> 보건소의 역할.....	83
<표 2-30> 향후 보건소 건강증진사업 참여 의사.....	84
<표 3-1> 2020년 지역사회 통합건강증진사업 비대면 수행 사례.....	94

# 그림 목차

KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS

[그림 1-1]	코로나19 유행 현황(2020년 11월 30일 기준) .....	6
[그림 1-2]	코로나19 유행 시기의 정신건강 변화.....	7
[그림 1-3]	대상자 유형별 코로나19 이후 건강에 대한 관심도 변화 정도.....	9
[그림 1-4]	코로나19 건강생활수칙.....	11
[그림 1-5]	연령별 스마트 기기 이용능숙도.....	13
[그림 2-1]	19세 이상 성인 전체 현재흡연을 추이('10~'18).....	26
[그림 2-2]	19세 이상 성인의 성별 현재흡연을 추이('10~'18).....	27
[그림 2-3]	19세 이상 성인의 생애주기별 현재흡연을 추이('10~'18).....	28
[그림 2-4]	연도별 흡연 관련 사망자 수 추이('13~'17).....	29
[그림 2-5]	19세 이상 성인의 전체 월간 음주율 및 고위험음주율 추이('10~'18).....	30
[그림 2-6]	19세 이상 성인의 성별 월간 음주율 추이('10~'18).....	30
[그림 2-7]	19세 이상 성인의 생애주기별 월간 음주율 추이('10~'18).....	31
[그림 2-8]	19세 이상 성인의 생애주기별 고위험 음주율 추이('10~'18).....	32
[그림 2-9]	알코올 관련 질환 인구 10만명당 사망률 추이('10~'18).....	32
[그림 2-10]	19세 이상 성인 전체 걷기 실천율 추이('10~'18).....	33
[그림 2-11]	19세 이상 성인 전체 유산소 신체활동 실천율 추이('14~'18).....	34
[그림 2-12]	19세 이상 성인 전체 근력운동 실천율 추이('10~'18).....	35
[그림 2-13]	19세 이상 성인의 생애주기별 걷기 실천율 추이('10~'18).....	35
[그림 2-14]	19세 이상 성인의 생애주기별 유산소 신체활동 실천율 추이('14~'18).....	36
[그림 2-15]	19세 이상 성인의 생애주기별 근력운동 실천율 추이('10~'18).....	37
[그림 2-16]	국민 전체 아침결식을 및 외식을 추이('10~'18).....	38
[그림 2-17]	국민 전체 생애주기별 아침결식을 추이('10~'18).....	38
[그림 2-18]	국민 전체 생애주기별 외식을 추이('10~'18).....	39
[그림 2-19]	19세 이상 성인의 스트레스 인지율('10~'18) 및 우울장애 유병률('14~'18) 추이 40	
[그림 2-20]	19세 이상 성인의 생애주기별 스트레스 인지율 추이('10~'18).....	41
[그림 2-21]	19세 이상 성인의 생애주기별 우울장애 유병률 추이('14, '16, '18년도).....	42
[그림 3-1]	지역사회 통합건강증진사업 추진체계.....	92
[그림 3-2]	지역사회 통합건강증진사업 수행절차.....	93
[그림 3-3]	2020년 지역사회 통합건강증진사업 영역별 비대면 사업 운영 현황.....	98
[그림 3-4]	건강백세운동교실 비대면 운영(좌: 상주시사, 우: 호남제주본부).....	100
[그림 3-5]	국민체력100 질환별 운동루틴 프로그램 동영상.....	102



[그림 3-6]	신체 활동 증진 관련 10가지 어플리케이션.....	107
[그림 3-7]	미국 루이지애나주립대학교 Ag Center 제시 가상 영양 교육 영상 예시.....	109
[그림 4-1]	19세 이상 성인 1인당 알코올 소비량.....	122
[그림 4-2]	1인당 알코올 소비량 국제비교.....	122
[그림 4-3]	19세 이상 성인의 음주 행동.....	123
[그림 4-4]	WHO 절주 관련 정책 및 중재 방법.....	124
[그림 4-5]	신체활동 관련 연구분야.....	127
[그림 4-6]	건강행동 이론 발달과정: 개인 차원의 계획된 행동이론과 사회생태학적 모형.....	127
[그림 4-7]	지역사회 통합건강증진사업의 영양분야 추진배경 및 경과.....	130
[그림 4-8]	중점과제 및 영양부문 목표 및 주요 지표.....	131
[그림 4-9]	국내 배달 어플 사용량 변화.....	133
[그림 4-10]	연도 및 가구원수별 가구 규모.....	133
[그림 4-11]	일반 인구 대비 중증 코로나19 환자의 비만 유병률.....	134
[그림 4-12]	식단 및 운동 관련 어플리케이션 예시.....	138
[그림 4-13]	질병 맞춤 식단관리 어플리케이션 예시.....	139
[그림 4-14]	해외 비대면 건강관리 원격의료 기술 사례.....	139
[그림 4-15]	포스트코로나 시대의 영양정책 방향.....	140
[그림 4-16]	이종학문 간 융합.....	142
[그림 4-17]	헬스 리터러시 통합모델.....	147
[그림 4-18]	헬스 리터러시 프레임워크.....	147
[그림 4-19]	헬스 리터러시 관심도 증가 추이.....	148
[그림 4-20]	헬스 리터러시 측정도구 타임라인.....	149
[그림 4-21]	헬스 리터러시 정책 모델 .....	150
[그림 4-22]	보건소 취약계층 구분.....	154
[그림 4-23]	상황전파 및 현장대응 신속성 제고 로지스틱 .....	156
[그림 4-24]	호흡기전담클리닉 관련 참고사항.....	157