



월간신문

부울경 달(月)달(甘)소식 <2025년 12월호>

▶ 장기요양기관에 매월(月) 달달한(甘) 소식을 전하는 신문

발행처: 국민건강보험공단 부산울산경남지역본부, 발행일: 2025. 12. 4.(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

□ 12월호 주요내용

- 장기요양 뉴스(감염관리 실무안내서 제작·배포 등) ... 1p.
- 궁금해요 장기요양(장기근속 장려금 관련 Q&A) ... 2p.
- 감염병 소식(조류인플루엔자) ... 3p.
- 건강한데이(간편 유산소 운동) ... 4p.
- 현장소식(대산주간요양센터), 처우개선 조례 제정 ... 5p.
- 복지용구 이용 안내 ... 6p.
- 잠깐! 소방안전 정보(완강기 사용법 및 주의사항) ... 7p.

게시판 QR code



장기요양 뉴스



□ 장기요양기관 감염관리 실무안내서(손위생편) 제작·배포 안내

장기요양기관 맞춤형 감염관리 지원을 위하여 경상남도 감염관리지원단과 협업하여 「2025년 장기요양기관 감염관리 실무안내서(손위생편)」를 제작·배포하오니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 지사소식 [61246]

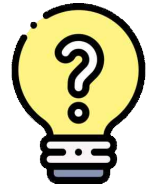
□ 국민건강보험공단 직원을 사칭한 홍보·판촉 전화 주의 안내

최근 공단 본부 직원을 사칭하여 시중은행 상품 또는 보험 상품을 판매하려는 사례가 발생하고 있어 주의를 당부 드립니다. 따라서 해당 내용과 유사한 전화를 받으실 경우 응대하지 마시고, 피해를 입은 경우 경찰서(112)로 신고하시기 바랍니다.

- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [61420]

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

궁금해요 장기요양



□ 장기근속 장려금 관련 Q&A

Q1) 요양보호사 A가 대표자가 다른 두 개 이상 장기요양기관에서 근무하고 있을 경우에는 장기근속 장려금을 어떻게 산정할 수 있나요?

A1) 고시 제11조의 4, 제6항에 따라 각각의 장기요양기관에서 근무한 기간 및 근무시간이 장려금 산정 기준에 충족하면 동일인에 대해 장기요양기관별로 장기근속 장려금 산정이 가능합니다.

Q2) 장기근속 장려금 근무시간 산정 시 방문요양 요양보호사가 실제 급여 제공시간이 185분일 때 근무시간은 어떻게 인정이 되나요?

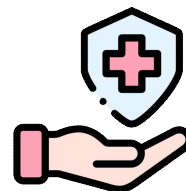
A2) 고시 세부사항 제4조의 3, 제2항 제1호에서 방문요양의 요양보호사 근무시간 산정은 각 급여비용의 최저시간을 적용한다고 되어 있으므로 실제 급여제공 시간이 185분이더라도 급여비용의 최저시간인 180분을 적용합니다.

Q3) 근무하고 있는 장기요양기관이 기관의 합병 또는 포괄적 양수·양도 등으로 인해 장기요양기관기호가 변경된 경우 장기근속 장려금을 받을 수 있나요?

A3) 고시 제11조의 4, 제3항 제7호에 따라 장기요양기관기호가 변경 되었다고 하더라도 직원에 대한 포괄적 고용승계가 이루어진 경우에는 장기근속 장려금을 산정할 수 있습니다.

다만, 기관의 고용승계 사실관계가 확인될 수 있는 자료가 있어야 근무기간 연계가 가능합니다.

이달의 감염병 소식



□ 조류(동물)인플루엔자

조류인플루엔자(Avian Influenza, AI)는 조류인플루엔자 바이러스가 사람에게 감염되어 발생하는 급성호흡기 감염병으로, 제1급 감염병에 해당합니다.

닭, 칠면조, 오리, 야생 조류 등을 감염시키며 일반적으로 사람에게 감염되는 경우는 드물지만, 최근 국외에서 간헐적으로 인체감염 사례가 보고되어 주의가 필요합니다.

증 상

- 발열, 기침, 인후통, 근육통 등 인플루엔자(독감)와 유사한 증상
- 결막염, 안구 불편감 등 안과 증상을 동반할 수 있음
- 폐렴, 급성호흡부전 등 중증 호흡기 질환으로 진행될 수 있음
- 구토, 설사 등 소화기 증상이 나타날 수 있음

예 방

- 국내에 예방 백신 없음
- 여행 중 농장 방문 자제 및 동물 접촉하지 않기
- 닭고기나 오리고기는 75℃ 이상 익혀서 먹기
- 개인위생 수칙 준수
 - 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 않기
 - 기침, 재채기 할 때 옷소매를 이용하고 기침, 재채기 후 손위생 실시

관 리

- 환자 관리
 - 국가지정 입원치료 병상 등 격리 병상에서 격리 치료(항바이러스제 투여) 및 관리
 - 항바이러스제 투약 완료 후 24시간 간격으로 PCR 2회 연속 음성인 경우 격리 해제
- 접촉자 관리: 감시 기간 중 증상 발생 시 증상 발생일로부터 48시간 이내 투약 실시
 - (밀접접촉자) 증상 발생 1일 전부터 회복까지 환자와 2미터 이내 또는 같은 공간에 상당 시간 함께 있었거나 환자가 감염력이 있는 기간 동안 환자의 분비물에 직접 접촉한 사람
 - (공동노출자) 환자가 노출된 위험요인과 동일한 시간적, 공간적 노출이 확인된 사람

건강한 몸 만들기 - 간편유산소운동



1. 버피테스트

- * 작용부위 : 전신 / 효과 : 전신 근육 및 심폐지구력 향상
- ① 바르게 선 자세에서 바닥을 짚고 앉는다.
- ② 양발을 뒤로 뻗어 상체를 일직선으로 만든 후 앉은 자세로 돌아온다.
- ③ 상체를 일으키며 팔을 들어올린다.
- ④ 12회 3세트, 세트 간 1분 휴식
- * 다리를 뻗은 자세에서 허리가 과도하게 처지지 않도록 한다.



3. 시저킥

- * 작용부위 : 복직근, 외복사근, 내복사근 / 효과 : 코어 안정성 향상
- ① 편하게 누운 후 양 손을 엉덩이 밑에 둔다.
- ② 바닥으로 부터 발을 뺀 후 양 발을 교차시키기를 반복한다.
- ③ 20회 3세트, 세트 간 1분 휴식
- * 허리가 바닥에서 뜨지 않도록 한다.



2. 팔벌려뛰기

- * 작용부위 : 전신 / 효과 : 전신 근육 및 심폐지구력 향상
- ① 바르게 선 자세에서 팔과 다리를 벌리며 뛴다.
- ② 원래의 자세로 돌아온다.
- ③ 20회 3세트, 세트 간 1분 휴식
- * 동작을 크게한다.



4. 스쿼트

- * 작용부위 : 대퇴근, 둔근 / 효과 : 전반적인 하체 근육 강화
- ① 어깨 넓이 만큼 다리를 벌리고 편하게 선다.
- ② 허벅지 뼈가 땅과 수평을 이루도록 천천히 앉은 후 일어선다.
- ③ 12회 3세트, 세트 간 1분 휴식
- * 허리가 말리지 않을 범위까지 앉는다. 무릎이 발끝을 과도하게 넘지 않도록 한다. 양 무릎이 안으로 모이지 않도록 한다.

현장소식(The건강한돌봄)

장기요양기관의 소식 및 처우개선 사례를 선정하여 소개합니다.

대산주간요양센터 ‘통합재가 서비스 사례’

창원시에 소재한 저희 센터는 어르신에게 통합재가 서비스를 제공하고 있습니다. 통합재가 서비스를 통하여 어르신이 살던 집에서 계속 생활하면서 필요한 서비스를 받을 수 있으니 만족도가 높아 그 사례를 소개하고자 합니다.

박○○ 어르신은 신경병증 진단으로 다리에 힘이 빠지는 증상이 있어 휠체어를 통해 생활해야 했습니다. 집에서 혼자 생활하기 어려워 요양병원 또는 요양원 입소를 고려하고 있는 상황에서 통합재가 서비스(주간보호 + 방문요양)를 접하면서 집에서 계속 생활할 수 있었습니다. 그리고 센터에서 운영하는 운동 프로그램을 꾸준히 참가하여 요즘은 워커를 이용하여 걷기도 하고, 집에서의 생활도 편해져 어르신이 정말 만족하십니다. 저희 센터는 어르신이 행복한 일상을 누릴 수 있도록 계속 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

처우개선 조례 제정

□ 장기요양 종사자 처우개선 관련 지자체 조례 제정 소식

○ 부산광역시

- 사하구 장기요양요원 처우개선 및 지위 향상에 관한 조례 (2025.11.7.)

복지용구 이용 안내

복지용구 이용 안내서

어르신들을 위한 복지용구 쉽게 이용하세요!

국립건강보험부
부산광역시청

01 복지용구 급여안내

복지용구란?
수급자의 일상생활·신체활동 지원 및 인지기능의 유지·향상에 도움을 주는 용품입니다

이용대상자
노인장기요양보험 재가급여 대상자

급여비용 안내
- 본인부담률

일반	감경	65세이하 미혼 의료급여수급자	국립건강보험대상자 미혼 의료급여수급자
15%	6% 또는 9%	6%	면제

- 복지용구 연 한도액 160만원 범위 안에서 구입 및 대여 가능

02 복지용구 제품안내(구입)

구입용품	사용가능 연수	급여가능 개수
① 이동전거기	최장수명까지 이용이 어려운 경우 용변을 돕고 안전하게 할 수 있는 용품	5년 1개
② 목욕의자	목욕 시 자세유지 및 편안한 목욕을 도와주는 용품	5년 1개
③ 성인용보행기	보행이 불편한 경우 실내에서 혼자서 이용할 수 있도록 보조하는 용품	5년 2개
④ 안전손잡이	손잡이를 설치하여 자립 환경을 조성하고 안전사고 예방을 위한 용품	없음 30개
⑤ 하의입장지움틀	침대에서 CC(커치)까지 앉도록 하여 낙상사고를 예방하기 위한 용품(장문, 매트, 베개)	없음 5개(입장, 5개(매트, 베개)
⑥ 전야전거기	목상상대, 소변조절 용이 어려운 경우 용변을 돕고 안전하게 할 수 있는 용품	없음 2개
⑦ 자립의자	보행이 불편한 경우 앉을 때 보조하는 용품	2년 1개
⑧ 목상상대	침시간 엎드려 있거나 목상상대를 이용해 용변을 돕는 용품	3년 1개
⑨ 자세변환용구	침시간 누워있는 경우 자세 및 위치 변환을 보조하는 용품	없음 5개
⑩ 요양수령서	매노 조를 가능 하여 용이로 요양수령서가 있는 수급자에게 용이한 일상생활을 지원하는 용품	없음 4개

03 복지용구 제품안내(대여)

대여용품	사용가능 연수	급여가능 개수
① 수동휠체어	보행이 불가능하거나 일시적 보행이 곤란한 경우 이용하는 용품	5년 1개
② 전동휠체어	말어나는 동작 등을 보조하고 자립을 지원하는 전동식 용품	5년 1개
③ 수동침대	말어나는 동작 등을 보조하고 자립을 지원하는 수동식 용품	5년 1개
④ 자동침대	거동이 불편한 경우 의사의 처방에 의거하여 의료용 침대로 전환하여 사용 가능한 용품	5년 1개
⑤ 목욕시안정기	목욕 시 발나발을 고정하여 안전사고 예방을 위한 용품	3년 1개
⑥ 목욕시안정기	목욕 시 발나발을 고정하여 안전사고 예방을 위한 용품	3년 1개

복지용구 제품안내(구입 + 대여)

구입 또는 대여용품	사용가능 연수	급여가능 개수
① 목상상대 (목상상대)	목상을 편안하고 용이하게 사용할 수 있도록 하는 용품	3년 1개
② 목상상대 (목상상대)	목상을 편안하고 용이하게 사용할 수 있도록 하는 용품	3년 1개

04 복지용구 급여이용 절차

- ① 사용 가능한 복지용구 제품 확인
복지용구 급여확인서 참고
- ② 복지용구 사업소 방문상담
어르신의 신체기능 및 주거환경에 적합한 제품 확인 및 이용 상담
- ③ 복지용구 급여계약
급여계약서 작성
계약한 복지용구 제품 유의사항 안내 받기
- ④ 복지용구 급여이용
복지용구 구입·대여 시 본인부담금 납부

복지용구는 어르신의 일상생활을 지원하는 꼭 필요한 용품입니다

복지용구사업소 찾기

복지용구 제품보기

복지용구 급여이용 안내 동영상

국립건강보험부
부산광역시청

잠깐! 소방안전 정보



□ 완강기 사용법 및 주의사항



1. 지지대 고리에 완강기 고리를 걸고 잠그기



2. 지지대를 창밖으로 밀고
말에 사람이 있는지 확인 후
줄을 아래 바닥으로 떨어뜨리기



3. 안전벨트를 가슴 높이까지 착용 후
고정링을 가슴쪽으로 당기기



4. 벨트가 풀리지 않게
양팔을 쭉 뻗어 벽면을 짚으면서 하강



타기 전 완강기 길이 확인
(1층 높이는 약 3m 내외)



벨트는 꼭 겨드랑이 아래까지 올려 착용



내려올 때 손이나 발로 벽면을
강하게 밀면 반동으로 다칠 수 있기 때문에 주의



손으로 벨트를 잡으면 줄이 빙그르 돌기 때문에
손을 앞으로 쭉 뻗어 벽면을 살짝 짚으며 하강

자료제공: **119** 부산광역시소방재난본부