



월간신문

부울경 달(月)달(甘)소식 <2025년 3월호>

▶ 장기요양기관에 매월(月) 달달한(甘) 소식을 전하는 신문

발행처: 국민건강보험공단 부산울산경남지역본부, 발행일: 2025. 3. 5.(수)

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

□ 3월호 주요내용

- 장기요양 뉴스(장기요양급여 고시 개정 안내 등) ... 1p.
- 궁금해요 장기요양(주·야간보호 월 한도액 추가 산정 Q&A) ... 2p.
- 감염병 소식(결핵) ... 3p.
- 건강한데이(침대를 활용한 스트레칭 및 운동 ②) ... 4p.
- 현장소식(스마일재가복지센터), 고사·청구 교육 안내 ... 5p.
- 걷기챌린지 신청 안내 ... 6p.
- 잠깐! 소방안전 정보(위급할 땐 119에 신고) ... 7p.

게시판 QR code



장기요양 뉴스



□ 장기요양급여 제공기준 및 산정방법 관련 고시 개정 안내

「장기요양급여 제공기준 및 급여비용 산정방법 등에 관한 고시」 개정 사항을 다음과 같이 안내드리니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 개정내용 ... 시행일 2025. 3. 1.
 - 통합재가서비스 제공기관은 등급별 월 한도액의 10% 범위 내에서 추가산정
 - 월 한도액 추가산정 및 지급기준 등 공단 이사장 위임 규정
- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [61287]

□ 2025년 장기요양 종사자 고충상담 사례집 안내

장기요양 종사자의 처우개선 및 권리보호를 위한 「장기요양 종사자 고충상담 주요사례」를 안내하오니, 업무에 참고하시기 바랍니다.

- 게시경로: 장기요양보험 홈페이지 > 알림·자료실 > 알림방 > 공지사항 [61292]

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

궁금해요 장기요양



□ 주·야간보호 월 한도액 추가 산정 관련 Q&A

Q1) 2025년 주·야간보호기관 이용 시 월 한도액 추가 산정 기준이 변경 되었나요?

A1) 고시 제13조에 따라 주·야간보호급여를 월 15일(1일 8시간 이상) 이상 이용할 경우 1~5등급 수급자는 20% 이내에서 월 한도액이 추가 산정이 가능했습니다. 2025년 1월 1일부터 1~2등급 수급자는 10%까지 추가 산정 가능하게 변경되었고, 3~5등급 수급자는 기존과 같이 월 한도액을 20% 추가 산정 가능합니다. (단, 제23조에 따른 가족인 요양보호사로부터 방문요양급여를 제공받은 월에는 등급별 월 한도액을 추가 산정하지 않음)

Q2) 주·야간보호기관 이용 시 월 한도액 추가 산정 기준이 중증(1~2등급)만 변경된 이유가 있나요?

A2) 중증(1~2등급) 수급자의 재가급여 이용량 확대를 위해 월 한도액을 시설급여 수준으로 단계적 상향 조정하여 전년 대비 1등급 236,500원(11.43%), 2등급 213,800원(11.44%) 인상되었으며, 주·야간보호급여 이용으로 인해 추가 산정된 월 한도액이 시설급여 이용 월 한도액을 초과하지 않도록 조정되었습니다.

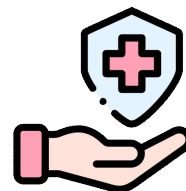
(단위: 원)

구 분	1등급	2등급	3등급	4등급	5등급	인지지원등급
2024년	2,069,900	1,869,600	1,455,800	1,341,800	1,151,600	643,700
2025년	2,306,400	2,083,400	1,485,700	1,370,600	1,177,000	657,400
증가액	236,500	213,800	29,900	28,800	25,400	13,700

Q3) 주·야간보호 내 치매전담실 이용 시 월 한도액 추가산정기준은 어떻게 되나요?

A3) 주·야간보호 내 치매전담실을 월 15일(1일 8시간 이상) 이상 이용할 경우 등급별 월 한도액 50%범위 내에서 추가 산정 가능합니다. 단, 인지지원등급 수급자의 경우 주·야간보호 내 치매전담실을 월 9일(1일 8시간 이상) 이상 이용할 경우 월 한도액의 30%범위 내에서 추가 산정 가능합니다.

이달의 감염병 소식



□ 결 핵

매년 3월 24일은 「결핵 예방의 날」입니다. 결핵 예방의 날을 맞이하여 결핵에 대해 알아보려고 합니다. 결핵은 결핵균이라는 세균이 몸에 침범해서 발생하는 감염병입니다. 우리나라 법정 감염병 중 사망률 1위를 기록하였으며(2022년 기준), 결핵 환자 중 65세 이상 노인층이 차지하는 비율이 매년 증가하여 현재 약 60%를 차지하고 있습니다. 노인들은 면역력이 약해져 결핵 발병 위험이 높고, 전형적인 결핵 증상을 보이지 않을 수 있기 때문에 정기적인 결핵검진이 중요합니다.

증 상

- 결핵은 폐결핵이 일반적(약 80%)이나, 인체 모든 장기에 발병할 수 있음
- 공통 증상: 발열, 전신 피로감, 식은 땀, 체중 감소 등
- 폐결핵: 발열, 기침, 가래, 혈담, 흉통, 심한 경우 호흡곤란 등을 보임
- 폐외결핵(흉막, 임파선, 복부, 요도, 피부, 관절, 골, 뇌막 등): 침범 장기에 따른 증상을 보임

감염경로 및 전파기간

- 공기 감염으로 폐결핵 환자가 말을 하거나 기침을 할 땐 공기 중으로 배출된 결핵균이 주위 사람이 숨을 쉴 때 폐로 들어가서 감염됨(감염이 되었다고 모두 결핵으로 발병하는 것은 아님)

예방 및 관리

- 예방
 - 2주 이상 기침 또는 가래 지속 시 의사 진료 후 검사
 - 기침이나 재채기를 할 때는 마스크 착용 또는 휴지나 옷소매로 입과 코 가리기
 - 꾸준한 운동과 균형 있는 영양섭취, 환기, 정기적인 결핵검진*
 - * 65세 이상 매년 1회 무료 결핵검진(신분증을 지참하고 거주지 관할 보건소에 방문)
- 관리
 - 활동성 폐결핵의 경우 결핵약 복용일로부터 2주간 공기주의에 준하여 격리 필요(의사 처방에 따름)
 - 결핵 환자의 접촉자는 결핵 노출 정도와 기저 질환에 따라 잠복결핵 검사와 치료 시행

치 료

- 대부분의 항생제가 듣지 않아 항결핵제 복합 요법을 사용함(6개월 이상 장기 복용)
- 처음 치료 시 꾸준히 복용하면 대부분 완치 가능함
- 중간에 임의로 약을 중단하면 내성 결핵균, 재발 위험이 있기 때문에 약 복용을 중단하지 않고 복용법에 잘 따르는 것이 중요

건강한데이(Day)



□ 침대를 활용한 스트레칭 및 운동 ②

1. 무릎, 발목 굽혔다 펴기



- ▶ 침대를 바라보고 서서 오른쪽 다리 올리기
- ▶ 무릎을 앞으로 밀어주기 (어렵다면 무릎에 양손 올리고 실시)
- ▶ 원위치로 돌아오기(7회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시



2. 다리 올려 발목 당겼다 밀기



- ▶ 침대를 바라보고 서서 오른쪽 뒤통치가 매트에 닿도록 올리기
- ▶ 발등을 몸쪽으로 당기기
- ▶ 발바닥을 바깥쪽으로 밀기 (5회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시



3. 다리 올려 몸통 숙이기



- ▶ ②의 자세에서 양팔을 앞으로 뻗기
- ▶ 몸통을 굽히지 않고 상체를 앞으로 숙이기
- ▶ 오른다리 뒤편이 당기는 느낌이 드는 위치까지 스트레칭 실시 (7회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시



4. 옆으로 다리 올려 몸통 숙이기



- ▶ 침대의 옆으로 서서 오른다리 올리고 왼손은 머리 위에 올리기
- ▶ 오른손으로 발을 잡으려 내려가기
- ▶ 오른다리 안쪽, 왼쪽 옆구리가 당기는 느낌이 드는 위치까지 스트레칭 실시 (7회 반복)
- ▶ 반대쪽도 동일한 방법으로 실시



• 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 영양지원부

현장소식(The건강한돌봄)

장기요양기관의 소식 및 처우개선 사례를 선정하여 소개합니다.

스마일재가복지센터(부산 금정) '함께하는 종사자 워크숍'

저희 기관은 부산 금정구에서 2019년도부터 장기요양기관을 운영하고 있습니다. 기관을 운영하면서 직원들과 소통하고, 직종과 상관없이 함께하는 것이 중요하다고 생각하고 있습니다. 그래서 매년 기관 종사자 모두 함께하는 워크숍을 진행하고 있습니다.

2024년은 '우리는 하나'라는 이름으로 워크숍을 진행했는데, 회동수원지 둘레길을 걷고 영화를 관람했습니다. 사회복지사, 영양보호사 등 다른 직종의 종사자가 함께하는 시간을 마련하니 서로를 이해하고 친분을 쌓을 수 있어 기관이 좋은 분위기를 유지하는 원동력이 되는 것 같습니다.

또, 분기별 우수 직원을 선정하여 표창하고, 직원 교육비 지원, 월례회 시 의견수렴 등 장기요양 종사자의 복지 및 처우를 개선하기 위해 노력하고 있습니다. 종사자의 힘, 힐링에 관심을 가지고 끊임없이 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

고시·청구 교육 안내

□ 2025년 장기요양 급여비용 고시 및 청구 방법 등 교육 안내

- 대상: 신규 장기요양기관 및 다빈도 청구오류 기관
- 신청기간 및 방법: 매월 15일 ~ 20일, 지역본부 문의(☎ 051-801-0680)
- 내용: ① 고시·청구 온라인 교육, ② 고시 및 다빈도 청구오류 사례 집합 교육

걷기챌린지 신청 안내

□ 장기요양 종사자 걷기챌린지 「걷GO! 돌보GO!」 신청 안내

국민건강보험공단 부산울산경남지역본부는 장기요양 종사자의 건강관리를 지원하기 위하여 2025년 장기요양 종사자 걷기챌린지 「걷GO! 돌보GO!」 사업을 실시하여 안내하오니, 많은 참여 바랍니다.

○ 대상: 부산울산경남지역 장기요양기관 종사자

○ 챌린지 일자: 2025. 3. 4.(화) ~ 4. 3.(목)

○ 챌린지 내용

1. 걷기 챌린지

- (아지랑이) 1개월 150,000보, 하루 8,000보 제한 ... 5,000원 기프티콘
 - (봄나들이) 1개월 250,000보, 하루 12,000보 제한 ... 10,000원 기프티콘
 - (삼삼오오) 1개월 350,000보, 하루 15,000보 제한 ... 20,000원 기프티콘
- ※ 챌린지 달성자 중 '아지랑이' 700명, '봄나들이' 500명, '삼삼오오' 300명 추첨하여 지급

2. 장기요양 종사자 미션

- 최다 인원 참여 장기요양기관 Top 10 ... 30,000원 상당의 물품 제공
- '장기요양 종사자' 그룹 내 걷기 기록 Top 20 ... 10,000원 기프티콘
- 게시물 업로드 및 활발히 소통한 인원 50명 추첨 ... 5,000원 기프티콘

○ 참여 방법: 걷기 앱(워크온)에 가입하여 커뮤니티 가입 후 각 챌린지 신청

(참여 QR코드)



(참여 방법)

- ① 핸드폰 카메라 어플 실행
- ② QR코드를 카메라로 비추기(촬영 X)
- ③ 링크가 나오면 링크를 클릭
- ④ 워크온 어플 설치 및 회원가입
- ⑤ 커뮤니티 '건보와 삼삼오오 걸어봄' 가입
- ⑥ 그룹 '장기요양 종사자' 선택
- ⑦ 닉네임 '지역/기관명/이름'으로 설정
- ⑧ 챌린지(아지랑이, 봄나들이, 삼삼오오) 신청

잠깐! 소방안전 정보



□ 올바른 119 신고 방법

<p>1</p> <p>화재, 사고 등 재난유형을 이야기해요</p>	<p>2</p> <p>정확한 위치를 알려요</p>	<p>3</p> <p>사고 상황을 설명해요</p>	<p>4</p> <p>구급대원의 안내에 따라 행동해요</p>
--------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------------

□ 다양한 119 신고 방법

문자 신고	앱 신고	영상통화 신고
▶ 119에 문자를 보내요	▶ 119앱 신고버튼을 눌러요	▶ 119와 영상통화를 해요

어르신을 위한 안전 정보

119 안심콜 서비스



119안전신고센터(www.119.go.kr)에 등록

※ 본인 및 대리인 신청 가능



[QR코드]

응급안전안심서비스



- ▶ 만 65세 이상 어르신 대상
- ▶ 행정복지센터(주민센터), 응급 안전 안심서비스 지역센터에서 등록
- ▶ 방문 및 전화로 신청 가능

※본인 및 대리인 신청 가능

자료제공: 부산광역시소방재난본부