



한국보건복지인재원, 원내 건강증진 프로그램 “오늘도 한 걸음, 헬씨코하이” 실시

- 걷기·운동·수분 섭취 등 일상 속 건강 실천 중심 참여형 프로그램 운영
- 직원 건강 증진과 활기찬 조직문화 조성을 위한 건강 복지 프로그램 추진

□ 한국보건복지인재원(원장 은민수, 이하 ‘인재원’)은 임직원들의 건강한 생활습관 형성과 조직 내 건강 문화 조성을 위해 원내 건강 증진 프로그램인 “오늘도 한 걸음, 헬씨코하이” 챌린지를 진행한다고 밝혔다.

□ 이번 프로그램은 모바일 앱(APP) 기반의 자율 참여형 방식으로 운영되며, 직원들이 일상에서 스스로 건강 목표를 설정하고 실천할 수 있도록 기획되었다. 헬씨코하이는 2025년 처음 도입된 직원 건강증진 프로그램으로 골격계 질환 예방을 위한 체험형 프로그램이다.

□ 프로그램 주요내용은 ▲영양제 복용 등 영양 관리 실천(오늘도 한 알) ▲하루 5,000보 걷기(오늘도 한 걸음) ▲하루 1L 물 마시기(오늘도 한 잔) ▲하루 1회 운동 실천(오늘도 한 운동) 등으로 구성되며, 참여 임직원은 모바일 앱을 통해 실천 내용을 인증할 수 있다.

□ 인재원은 참여자의 지속적인 건강 실천을 위해 개인별 참여 현황과 점수를 실시간으로 확인할 수 있도록 공개 집계 시스템을 운영하고, 참여 실천 다짐서 작성 등을 통해 자발적인 참여 분위기를 조성해 참여율을 높일 계획이다.

□ 이번 챌린지는 오는 6월 1일 부터 6월 26일까지 총 4주간 진행되며, 전 직원을 대상으로 주차 유형별 건강 미션을 수행하는 방식으로 운영된다.

□ 은민수 인재원장은 “이번 헬씨코하이는 일회성이 아닌 임직원 일상에서 건강 습관을 지속적으로 실천할 수 있도록 지원하는 참여형 건강 증진 활동 플랫폼으로, 앞으로도 임직원 건강 증진과 활기찬 조직문화 확산을 위해 건강 복지 프로그램을 확대해 나가겠다” 라고 밝혔다.



▲사진: 한국보건복지인재원 은민수 원장(오른쪽에서 다섯 번째)과 직원들이 실천 다짐서를 작성하고 기념사진을 촬영하고 있다. 출처: 한국보건복지인재원

담당 부서	인사혁신부	책임자	부 장	성규석	(043-710-9132)
		담당자	주 임	임지선	(043-710-9153)