

서울특별시 성인 비만 및 신체활동 부족 문제 SWOT분석

2534009 남인영, 2534013 방예은, 2534021 이정웅

목차

- 지역선정 이유
- 건강수준 현황 (1)비만
- 건강수준 현황 (2)신체활동
- 건강수준 현황 (3)좌식
- 건강수준 현황 (4)스트레스
- SWOT분석 개요
- Strength 강점
- Weakness 약점
- Opportunity 기회
- Threat 위협
- 전략
- 결론

지역선정 이유

서울 특별시는 국내에서 의료 접근성과 보건의료 인프라가 가장 우수한 지역임에도 불구하고, 성인 비만율과 신체활동 부족 문제가 지속적으로 증가하고 있는 가장 대표적인 도시형 건강문제를 가진 지역

-> 이는 의료환경은 우수하지만 생활습관 문제로 건강수준이 저하되는 구조 분석에 적절

*보건복지부, 보건의료자원 통계 *질병관리청, 지역사회건강조사

건강수준 현황 (1)비만

1. 비만을 증가

- 식습관 변화와 신체활동 부족이 주요 원인
- 생활습관 변화로 비만 인구 지속 증가

->서울특별시 성인의 비만율은 최근 지속적으로 증가하는 경향을 보인다.

*질병관리청, 「지역사회건강조사(2023)」

건강수준 현황 (2)신체활동

2. 신체활동 실천율 감소

- 일상 속 활동량 감소
- 운동 부족 현상 지속
- 신체활동 감소가 건강 위험 요인으로 작용

-> 중증도 이상 신체활동 실천율은 감소추세를 나타내고 있다.

*질병관리청, 「지역사회건강조사(2023)」

건강수준 현황 (3) 좌식

3. 좌식생활 증가

- 장시간 앉아있는 생활 증가
- 직장인, 학생 중심으로 확대
- 좌식생활 증가가 신체활동 부족과 건강 악화를 초래

-> 직장인 및 학생을 중심으로 앉아서 생활하는 시간이 증가하고 있다.

*질병관리청, 「지역사회건강조사(2023)」

건강수준 현황 (4)스트레스

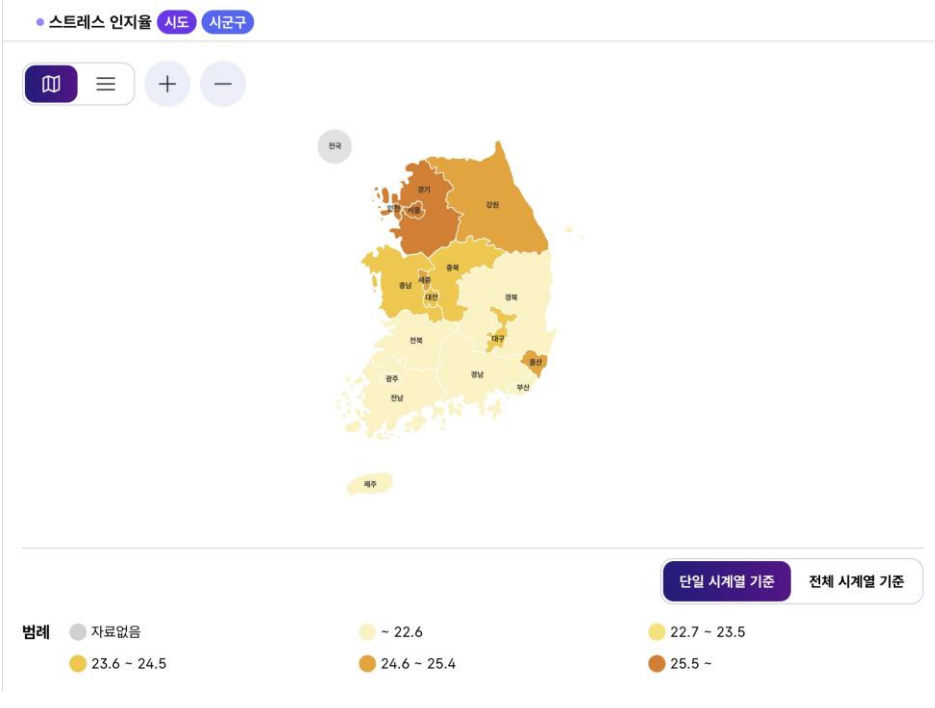
4. 스트레스 인지율 증가

- 도시 환경에서 스트레스 수준 높음
- 정신건강이 신체건강에 영향

->서울시민의 스트레스 인지율은 전국 평균 대비 높은 수준을 보인다.

*서울특별시청, 「서울시 건강통계(2023)」

*자료 출처: Kosis 국가통계포털



(단위: %)

| 행정구역별 | 2023 | 2024 | 2025 |
|---------|------|------|------|
| 서울특별시 | 27.1 | 25.9 | 26.3 |
| 부산광역시 | 23.9 | 22.6 | 22.2 |
| 대구광역시 | 23.8 | 21.9 | 24.3 |
| 인천광역시 | 27.0 | 25.5 | 25.6 |
| 광주광역시 | 24.7 | 24.7 | 22.1 |
| 대전광역시 | 28.3 | 25.4 | 24.4 |
| 울산광역시 | 25.8 | 22.2 | 24.5 |
| 세종특별자치시 | 25.8 | 23.8 | 24.7 |
| 경기도 | 27.7 | 24.9 | 25.7 |
| 강원특별자치도 | 27.2 | 24.4 | 24.7 |
| 충청북도 | 26.3 | 21.9 | 24.2 |
| 충청남도 | 27.7 | 24.6 | 24.2 |
| 전북특별자치도 | 26.5 | 24.8 | 21.7 |
| 전라남도 | 25.6 | 21.9 | 22.3 |
| 경상북도 | 23.9 | 21.6 | 21.7 |
| 경상남도 | 24.5 | 20.5 | 21.9 |
| 제주특별자치도 | 23.5 | 25.8 | 21.8 |

SWOT분석 개요

정의: 조직 외부의 환경적 요인과 조직 내부의 역량을 분석하여 사업의 전략적 방향을 도출해 내는 기법



Strength(강점)

(1)의료기관 접근성이 매우 높다.

*보건복지부, 보건의료자원 통계

(2)건강검진 시스템이 잘 구축되어 있다.

*국민건강보험공단, 건강검진 사업자료

(3)공공 건강증진 프로그램이 다양하게 운영되고 있다.

*서울특별시청, 건강증진사업

Weakness(약점)

(1)신체활동 부족

*질병관리청, 지역사회건강조사

(2)식습관 문제(배달음식 및 외식증가)

*농림축산식품부, 식생활 변화 통계

(3)스트레스 및 수면 부족

*서울특별시청, 건강통계

Opportunity(기회)

(1)국가 건강증진 정책확대

*보건복지부, 「국민건강증진종합계획(HP2030)」

(2)디지털 헬스케어 및 스마트 건강관리 기술발전

*과학기술정보통신부, 디지털 헬스 정책

(3)공공 체육시설 및 건강프로그램 확대

*서울특별시청, 체육시설 정책자료

Threat(위협)

(1) 1인 가구 증가로 인한 불규칙 식습관

*통계청, 인구총조사

(2) 좌식 중심 직장생활

*질병관리청, 국민건강영양조사

(3) 만성질환 증가(고혈압, 당뇨 등)

*질병관리청, 만성질환 통계

전략 도출

[SO전략]

- 공공 인프라와 정책을 활용한 운동 프로그램 확대

*보건복지부, 서울시 건강정책

[WO전략]

- 직장인 대상 신체활동 프로그램 강화

*질병관리청 건강행태 자료

[ST전략]

- 스트레스 관리 및 생활 속 운동 프로그램 개발

*서울시 건강통계

[WT전략]

- 만성질환 고위험군 집중관리

*질병관리청 만성질환 통계

결론

서울특별시는 의료 인프라와 건강관리 자원이 충분한 강점을 가지고 있으나, 신체활동 부족과 식습관 문제로 인해 건강수준이 저하되는 양상을 보인다.

->따라서 생활습관 개선 중심의 건강증진 전략이 필요하다.

감사합니다