

50+ 세대 건강한 일상 지원

전주시, '50+ 어른학교' 노후 준비·숲 체험활동 수강생 선착순 모집

전주시는 15일부터 전주시민을 대상으로 '50+ 어른학교' 일부 과정(7월 개강)의 수강생을 선착순 모집한다. 이번에 모집하는 과정은 '국민연금 공단과 함께하는 노후준비 과정'과 '힐링 포레스트 숲 체험활동 여름편'으로, 인생 후반기를 준비하는 시민들에게 실질적인 노후 설계 정보와 자연 속 치유 경험을 제공하기 위해 마련됐다.

먼저 '국민연금공단과 함께하는 노후준비 과정'은 국민연금공단 노후준비 전문강사가 참여해 노후 준비와 재무, 건강 등을 주제로 운영된다. 이 과정은 노후 생활에 필요한 기본 정보를 체계적으로 안내해, 은퇴 전후 시민들이 자신의 삶을 점검하고 안정적인 인생 후반기를 준비할 수 있도록 돕는 데 중점을 두고 운영된다. 오는

7월 6일부터 매주 월요일 오전 10시부터 12시까지 전주시 평생학습관에서 총 3차시로 운영되며, 모집인원은 20명이다.

또한 '힐링 포레스트 숲 체험활동 여름편'은 숲체험 활동가와 함께 전주 인근 숲에서 진행되는 야외 체험 프로그램이다. 참가자들은 숲에서 마음 챙김의 시간을 갖고, 다양한 숲체험 활동을 통해 일상 속 스트레스를 완화하며 건강한 여가문화를 경험하게 된다.

힐링 포레스트 숲 체험활동 여름편은 오는 7월 4일부터 매주 토요일 오전 9시부터 11시까지 전주 인근 숲에서 총 6차시로 운영되며, 모집인원은 20명이다.

노후준비 과정은 재무와 건강 등 실생활에 필요한 내용을 중심으로 구성

됐으며, 숲 체험활동은 커뮤니티 중심의 활동을 통해 시민 간 소통과 정서적 안정에도 도움을 줄 예정이다.

시는 이번 '50+ 어른학교' 과정을 통해 시민들이 노후를 보다 주체적으로 준비하고, 자연 속에서 몸과 마음을 회복하는 기회가 될 것으로 기대하고 있다.

김신옥 전주시 평생학습과장은 "50+ 어른학교는 인생 후반기를 준비하는 시민들이 배움과 활동을 통해 새로운 일상을 설계할 수 있도록 돕는 평생학습 프로그램"이라며 "이번 노후 준비 과정과 숲 체험활동에 관심 있는 시민들의 많은 참여를 바란다"고 말했다.

한편 수강 신청은 15일 오전 9시부터 선착순으로 진행되며, 자세한 사항은 전주시 평생학습관 누리집을 통해 확인된다. /권희성 기자

'어진에 담긴 조선왕실의 복식' 인문강좌

전주시 어진박물관, 18일 '월간어진' 3회차 강좌 운영

전주시 어진박물관은 오는 18일 '월간어진'의 3회차 강좌인 '어진에 담긴 조선왕실의 복식'을 운영한다. 이번 강좌는 올해 계획된 월간어진의 총 5회 과정 중 세 번째 시간으로, 어진과 왕실기록화 등 조선왕실의 회화 작품 속에 그려진 왕실복식을 통해 한복의 멋과 아름다움을 조명할 예정이다.

강연은 약 40여 년간 우리나라 복식에 대해 연구를 해온 이은주 국립경국대학교 명예교수가 맡아 진행한다. 이 교수는 국내 한국 복식사 연구의 권위자 중 한 명으로, 그간의 한복 연구에 대한 공로로 2025년 '한복문화공로상'을 표창받기도

했다.

이와 관련 '월간어진'은 전주시민들과 관광객들의 인문학적 소양 및 박물관과 연계된 문화유산에 대한 이해 증진을 위해 개설된 교양강좌로, 이번 강좌에 이어 △조선 왕실의 전주 삼역화 프로젝트(7월 16일) △태조 진전에 담긴 건축 특성과 공간 구성(8월 13일) 등이 예정돼 있다.

교육 참여는 사전 예약 및 현장 참여로 가능하며, 사전 예약은 회차별 2주 전부터 어진박물관 누리집(www.jonju.go.kr/eojinmuseum) 내 예약 페이지에서 접수하면 된다. /권희성 기자



전주시 어진박물관 인문학 강좌 '어진에 담긴 조선왕실의 복식' 포스터

전주시, 청년 창업 상담 프로그램 참여자 모집

26일 청년이음전주시 '청년 창업 금쪽 상담쇼' 운영

전주시가 창업 과정에서 어려움을 겪는 청년들을 지원하기 위해 전문 상담 프로그램을 운영한다.

시는 오는 26일 청년이음전주에서 전북지방중소벤처기업청과 공동으로 비즈니스지원단 전문 상담 프로그램인 '청년 창업 금쪽 상담쇼'를 진행할 예정이라고 15일 밝혔다.

이번 상담은 전문 지식에 대한 접근성이 낮아 창업 고민을 해결하기 어려

운 청년을 대상으로, 전문가 상담 프로그램을 통해 청년들의 창업 고민을 듣고 문제 해결을 돕기 위해 운영된다.

상담에는 경영전략 분야 전문가가 참여해 1:1 대면 상담을 무료로 제공한다.

참여를 희망하는 청년은 네이버 폼(naver.me/5fddGogA) 또는 전화(063-281-8761)를 통해 사전 신청하면 된다.

기사 자세한 사항은 전주시청 누리집(www.jonju.go.kr) 또는 전주시 청년플랫폼 전주청정지대(youth.jonju.go.kr)를 통해 확인할 수 있다.

이진선 전주시 청년일자리과장은 "청년 창업 금쪽 상담쇼는 창업 고민으로 막막해하는 청년들에게 큰 도움이 될 것"이라며 "맞춤형 창업 상담을 통해 청년들이 지역에 안정적으로 정착할 수 있도록 적극 지원하겠다"고 말했다.

/권희성 기자

전주시청 수영부, 맞춤형 코칭 재능기부 나서

학생 전문선수·생활체육인 대상 수영 기술·훈련 노하우 전수

전주시청 직장운동경기부 수영부(감독 한병선)는 지난 14일과 15일 이틀간 덕진수영장과 완산수영장에서 학생 전문선수와 생활체육인 대상 수영 재능기부 활동을 실시했다.

이번 프로그램은 전주시청 직장운동경기부가 지역사회와 함께하는 체육 문화 조성을 위해 추진하는 '종목별 릴레이 재능기부'의 일환으로 마련된 것으로, 수영부 선수단이 직접 참여해 전문적인 수영 기술과 훈련 노하우를 전수하는 시간을 가졌다.

먼저 지난 14일 덕진수영장에서는 학생 전문 선수 40명을 대상으로 재능

기부가 진행됐다.

참가자들은 영법별로 그룹을 나누어 전문 지도를 받았으며, 올바른 자세와 효율적인 영법 습득을 위한 맞춤형 코칭이 이뤄졌다.

또한 선수들은 실전 경험을 바탕으로 훈련 과정에서 필요한 노하우와 경기 준비 방법 등을 공유하며 참가 학생들과 적극적으로 소통했다.

이어 15일 완산수영장에서는 생활체육인 50명을 대상으로 스타트와 턴 동작 중심의 맞춤형 지도가 진행됐다.

참가자들은 평소 궁금했던 기술적인 부분에 대해 전문 선수들로부터 직접

설명을 듣고 실습하며 수영 실력 향상을 위한 다양한 조언을 얻는 시간을 가졌다.

이번 재능기부 행사에 참여한 학생 선수는 "전주시청 선수단에게 직접 지도를 받을 수 있어 매우 뜻깊었다"면서 "평소 부족했던 부분을 알게 되었고 앞으로 훈련하는 데 큰 도움이 될 것 같다"고 소감을 밝혔다.

한병선 감독은 "학생 선수뿐 아니라 생활체육인들과도 함께할 수 있어 더욱 의미 있는 시간이었다"면서 "앞으로도 지역 체육 발전과 시민 건강 증진을 위한 다양한 재능기부 활동을 지속적으로 펼쳐나갈 것"이라고 말했다.

/권희성 기자

팔복동 새마을협의회, 어르신 초청 짜장면 나눔으로 이웃사랑 실천

팔복동 새마을협의회(회장 황정영)가 지난 14일 지역 어르신들을 초청해 짜장면 나눔 봉사활동을 실시했다.

이번 봉사는 팔복동 새마을협의회와 대성반점(사장 김민호)의 후원 및 협조로 진행됐으며, 새마을협의회 회원들은 어르신들의 안전한 이동을 지원하고 대성반점은 따뜻한 식사를 제공하며 훈훈한 이웃사랑을 실천했다.

특히 거동이 불편하거나 이동이 어려운 어르신들을 위해 버스와 회원들의 차량을 활용해 식사 장소까지 안전하게 모셔드리는 등 어르신들의 편의를 위한 세심한 지원도 이뤄졌다.

팔복동 새마을협의회는 지난 3월에도 지역 어르신들을 대상으로 짜장면 나눔 봉사를 실시한 바 있으며, 앞으로



팔복동 새마을협의회가 지난 14일 지역 어르신들을 초청해 짜장면 나눔 봉사를 실시했다.

로도 지속적인 나눔 활동을 통해 지역 사회에 온정을 전할 계획이다.

황정영 회장은 "어르신들께서 맛있게 식사하시며 즐거운 시간을 보내시는 모습을 보니 큰 보람을 느낀다"며

"앞으로도 지역 어르신들을 위한 다양한 나눔 활동을 꾸준히 이어가며 따뜻한 지역공동체 만들기에 힘쓰겠다"고 말했다.

/권희성 기자

임종우 바르게살기운동·전주시협의회 수석부회장, 선봉기 20대 후원

효지2동 주민센터(동장 박정향)는 15일, 임종우 바르게살기운동·전주시협의회 수석부회장의 개인 후원으로 지역 내 에너지 취약계층을 위해 선봉기 20대를 후원받았다.

이번 기탁된 선봉기는 효지2동 관내 기초생활수급자 중 통합돌봄사업 대상자와 에너지 취약계층 중 독거 어르신에게 지원할 예정이다.

임종우 수석부회장은 "앞으로 더 더위질 폭염을 대비해 효지2동 어르신들이 더위를 잘 이겨낼 수 있도록 도움을 줄 수 있어 기쁘다"며 "나눔으로 지역사회에 보탬이 될 수 있을 때 큰 보람을 느낀다"고 전했다.

/권희성 기자



효지2동 주민센터는 15일, 임종우 바르게살기운동·전주시협의회 수석부회장의 개인 후원으로 지역 내 에너지 취약계층을 위해 선봉기 20대를 후원받았다.

전주천을 살립니다

자연과 인간이 어우러진 생태마천 - 전주천

전주의 남동쪽에서 북서쪽으로 흐르는 전주천은 유역면적 31.53km², 길이 30km의 지방 1급 하천이다.

전주에서 남동쪽으로 26km 정도 떨어진 임실군 관촌면 슬지에서 발원하여 시의 중심지를 관통하여 흐르는 전주천은 서신동 추천에서 삼천(三川)과 합류하는 만경강 제1지류이다