
2019년도

『숲태교』 프로그램 운영계획

2019. 3.



2019년 추진계획

□ 목 적

- 숲태교 서비스를 통해 임신부의 스트레스 완화 및 정서안정을 도모하여 행복한 출산을 실현하고 저출산 해소에 기여

□ 운영개요

- 기 간 : '19. 4월~11월
- 장 소 : 총 21개소
 - (국립) 8개소 : 치유의 숲 6, 국립산림치유원 1, 유아숲체험원 1
 - (공립) 13개소: 치유의 숲 13
- 대 상 : 임신 16주~32주 임산부 또는 임산부부 등
- '19년 변경사항

구 분	'18년	'19년
대 상	16주~32주 임산부	예비 임산부, 16주~32주 임산부
모 집	운영 5일 전까지 산림청 홈페이지 모집	운영 1달 전까지 기관별 탄력적 모집
운영기간 및 일자	4~10월 토요일	4~11월 요일제한 없음
운영형태	회기형(3·5회기), 당일형	회기형(3·5회기) 당일형, 숙박형 가족형(숲교육+숲태교)

□ 추진체계

- (산림청) 프로그램 운영총괄, 숲태교 운영안내 및 홍보
 - 숲태교 프로그램 운영계획 종합 및 안내
 - 숲태교 표준모델 개발 및 산림치유지도사 등 담당자 심화교육
 - 프로그램 만족도와 효과 측정을 통한 문제점 분석 및 발전방안 모색
- (운영기관) 참여자 관리 및 프로그램 개발·운영

- 프로그램 신청접수 및 참여안내(장소, 준비물, 프로그램 구성 등)
- 숲태교 프로그램 기획 및 운영
- 안전한 프로그램 운영을 위한 보험가입, 시설물 정비 추진
- 안전사고 발생 대비하여 즉각 대응할 수 있도록 인근소방서·보건소등과 연락체계 구축

붙임 1. 숲태교 프로그램 운영 개소 현황 1부.

2. 국립 치유의 숲 운영일정(총괄) 1부.

3. 국립 치유의 숲 숲태교 프로그램 운영 세부계획 각 1부.

붙임 1. 2019년 숲태교 프로그램 운영개소 현황 (참가신청 문의용)

구분	권역	치유의 숲	주소	연락처	홈페이지
국립 (8)	수도권	산음	경기도 양평군 단월면 고북길 347	031-774-7687	
		양평	경기도 양평군 양동면 황거길 262-10	031-8079-7948	http://www.fowi.or.kr (국립양평치유의숲)
	강원권	횡성 청태산	강원도 횡성군 둔내면 청태산로 777	033-340-6451	http://hoengseong.fowi.or.kr
		대관령	강원도 강릉시 성산면 대관령옛길 127-42	033-642-8380	http://www.fowi.or.kr (국립대관령치유의숲)
	전라권	장성	전남 장성군 서삼면 추암로 716	061-399-1828	http://jangseong.fowi.or.kr
	경상권	울산 대운산	울산 울주군 온양읍 대운상대길 225-92	052-255-9802	http://www.fowi.or.kr (국립대운산치유의숲)
		국립산림치유원	경북 영주시 봉현면 테라피로 209	054-639-3567	http://daslim.fowi.or.kr
	충청권	무궁화 유아숲체험원	세종시 연기면 세종리 92	044-868-4193	
공립* (13)	수도권	가평 잣향기푸른숲	경기도 가평군 상면 축령로 289-146	031-8008-6769	http://farm.gg.go.kr (경기농정)
		포천 하늘아래	경기도 포천시 신북면 금동리 산39	031-538-3338	
		양평 용문산	경기도 양평군 양평읍 쉬자파크길 28268-5	070-8811-1008	http://www.swijapark.com (양평쉬자파크)
	충청권	영동 민주지산	충북 영동군 영동읍 동정로 1	043-745-6575	http://chiyou.cbhuyang.go.kr
		충주 계명산	충북 충주시 충주호수로 1170	043-870-7930	http://gmf.cjfm.or.kr
	전라권	장흥편백숲	전남 장흥군 장흥읍 우드랜드길 180	061-864-3265	http://jhwoodland.co.kr
		화순 만연산	전남 화순군 화순읍 진각로 276-661번지	061-379-5896	http://jnforest.jeonnam.go.kr
		나주 빛가람	전남 나주시 산포면 다도로 7	061-338-4250	
		광양 백운산	전남 광양시 옥룡면 백계로 337	061-797-3910	
	경상권	부산	부산시 기장군 철마면 철마천로 101	051-976-2831	
		창원 편백	경남 창원시 진해구 장복산길 47	055-225-4241	
		합천 오도산	경남 합천군 봉산면 오도산휴양로 398	055-930-3733	
	제주	서귀포	제주특별자치도 서귀포시 산록남로 2271	064-760-3771	http://healing.seogwipo.go.kr

* 공립 치유의 숲 숲태교 프로그램 세부계획은 개별 문의

붙임 2. (국립) 숲태교 프로그램 운영계획 (종합일정표)

구분	운영일시	모집기간	운영형태
국립 산음 치유의숲 (경기 양평)	04. 20.(토) 13:30~16:30	04. 01.(일) ~ 운영 2일전	3회기
	04. 27.(토) 13:30~16:30	04. 20.(토) ~ 운영 2일전	
	05. 04.(토) 13:30~16:30	04. 27.(토) ~ 운영 2일전	
	05. 11.(토) 13:30~16:30	05. 04.(일) ~ 운영 2일전	
	05. 18.(토) 13:30~16:30	05. 11.(일) ~ 운영 2일전	
	05. 25.(토) 13:30~16:30	05. 18.(일) ~ 운영 2일전	
	06. 01.(토) 13:30~16:30	05. 25.(일) ~ 운영 2일전	
	06. 08.(토) 13:30~16:30	06. 01.(일) ~ 운영 2일전	
	06. 15.(토) 13:30~16:30	06. 08.(일) ~ 운영 2일전	
	09. 07.(토) 13:30~16:30	06. 15.(일) ~ 운영 2일전	
	09. 21.(토) 13:30~16:30	09. 07.(일) ~ 운영 2일전	
	09. 28.(토) 13:30~16:30	09. 21.(일) ~ 운영 2일전	
	10. 05.(토) 13:30~16:30	09. 28.(일) ~ 운영 2일전	
	10. 12.(토) 13:30~16:30	10. 05.(일) ~ 운영 2일전	
10. 19.(토) 13:30~16:30	10. 12.(일) ~ 운영 2일전		
국립 양평 치유의숲 (경기 양평)	04. 06.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	당일형
	04. 13.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	04. 20.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	04. 27.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 04.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 11.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 18.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 25.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 01.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 08.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 15.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 29.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 06.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 13.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 20.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 07.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 21.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 28.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
10. 05.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지		
10. 12.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지		
10. 19.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지		
10. 26.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지		
국립 청태산 치유의 숲 (강원 횡성)	04. 27.(토) 13:30~16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	당일형
	06. 29.(토) 13:30~16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 27.(토) 13:30~16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	08. 31.(토) 13:30~16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 21.(토) 13:30~16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 28.(토) 13:30~16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	
	10. 12.(토) 13:30~16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	숲태교 페스티벌
	10. 26.(토) 13:30~16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 18.(토) 10:00~17:00	04. 01.(금) ~ 운영일 당일까지	
	05. 19.(일) 10:00~15:00	04. 01.(금) ~ 운영일 당일까지	
	06. 08.(토) 13:30~09.(일) 12:00	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	10. 19.(일) 09:00~20.(일) 12:00	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지	

구분	운영일시	모집기간	운영형태
국립 대관령 치유의 숲 (강원 대관령)	04. 06.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	당일형
	04. 20.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 04.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	05. 18.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 01.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	06. 15.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 06.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	07. 20.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	09. 07.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	09 21.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
	10. 05.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지	
10. 19.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지		
국립 장성 치유의 숲 (전남 장성)	03. 23.(토) 13:30~16:30	03. 04.(월) ~ 운영 3일전	3회기
	04. 20.(토) 13:30~16:30	03. 17.(일) ~ 운영 3일전	
	05. 18.(토) 13:30~16:30	04. 20.(토) ~ 운영 3일전	
	06. 15.(토) 13:30~16:30	05. 19.(일) ~ 운영 3일전	3회기
	07. 20.(토) 13:30~16:30	06. 16.(일) ~ 운영 3일전	
	08. 17.(토) 13:30~16:30	07. 21.(일) ~ 운영 3일전	
	09. 21.(토) 13:30~16:30	08. 18.(일) ~ 운영 3일전	3회기
	10. 19.(토) 13:30~16:30	09. 22.(일) ~ 운영 3일전	
	11. 16.(토) 13:30~16:30	10. 20.(일) ~ 운영 3일전	
국립 대운산 치유의 숲 (울산)	09. 07.(토) 13:00~16:00	08. 01.(목) ~ 운영일 3일전까지	당일형
	11. 09.(토) 13:00~16:00	10. 01.(화) ~ 운영일 3일전까지	
	11. 16.(토) 13:00~16:00	10. 28.(월) ~ 운영일 3일전까지	
	09. 21.(토) 13:00~16:00	09. 01.(일) ~ 운영일 3일전까지	3회기
	10. 05.(토) 13:00~16:00		
	10. 19.(토) 13:00~16:00		
국립 산림치유원 (경북 영주)	07. 20.(토) 14:00~21.(일) 12:00	07. 01(월) ~ 운영일 1주일전까지	숙박형
	09. 21.(토) 14:00~22.(일) 12:00	09. 02(월) ~ 운영일 1주일전까지	

붙임 3. 국립 치유의 숲 개별 운영계획 각 1부.

2019년도 국립 산음 치유의 숲
『숲태교』 프로그램 운영계획

I 치유의 숲 일반연왕

□ 조성현황

- 위치 : 경기도 양평군 단월면 산음리 산84번지(고북길 347)
- 개장연도 : 2009. 1월(조성 : ' 07. 10월~' 08. 07월)
- 수용인원 : 2,000명(일일 최대)
- 구역면적 : 2,140ha(치유의 숲 운영 면적 : 56ha)
- ※ 국내 제1호 치유의 숲, 수도권으로 초기 산림치유 홍보에 기여

□ 산림현황

- 주요임상 : 잣나무림과 활엽수림, 낙엽송림, 침활혼효림 등
- 천사봉과 봉미산으로 이어지는 등산로가 있고 치유의 숲의 고도는 약 200m에서부터 1,000m까지 다양하게 분포하고 있어 기후요법, 운동요법 등을 활용한 산림치유 프로그램에 적합
- 치유의 숲은 지형이 복잡 다양하여 계곡이 잘 발달하여 수자원이 풍부
- 풍부한 수자원과 원시림과 같은 분위기의 계곡을 중심으로 치유의 숲길 조성, 산림치유프로그램을 실행하기에 최고의 조건을 갖추고 있음

□ 시설현황

- 산림휴양시설(숙박·야영시설) 현황

구 분	시설현황	비고
숲속의 집	○ 20동 20실 4인실(23㎡)-3실, 5인실(29㎡)- 3실 7인실(43㎡)-7실, 11인실(63㎡)-7실	휴양림 지구
연 립 동	○ 1동 2실 6인실(39㎡)-2실 (황토방, 장애인우선객실)	
산림문화휴양관	○ 1동 16실 4인실(26㎡)-8실, 5인실(33㎡)- 8실	
연 립 동	○ 5동 12실 4인실(26㎡)- 9실(복합형) 4인실(45㎡)- 2실(황토집, 단독형) 6인실(51㎡)- 1실(귀틀집, 단독형)	두 메 지 구
야영데크	○ 43개면(3.6m×3.6m)	휴양림 지구



< 산음 건강증진센터 >



< 산림문화휴양관(강의실) >



< 산림치유 데크로드 >

○ 산림치유 프로그램 운영시설

구 분	시설현황
산림치유시설	<ul style="list-style-type: none"> ○ 건강증진센터 1동(251㎡) ○ 치유숲길(휴양관지구: 2,320m, 수련장지구: 1,052m) ○ 명상공간, 산책로, 족욕장, 약수터, 치유연못, 맨발체험로 ○ 산림화휴양관 강의실 60인실(116㎡) ○ 연립동 지구 강의실 1개소(70㎡), 목공체험실 1개소(61㎡)
편 의 시 설	<ul style="list-style-type: none"> ○ 주차장 5개소(80대), 데크로드 1개소 (325m) ○ 임도(1995년, 8.7km), 산림레포츠 코스(MTB코스 26km)
위 생 시 설	<ul style="list-style-type: none"> ○ 취사장 2개소, 공중화장실 2개소, 세탁건조실 1개소 ○ 쓰레기분리수거장 1개소, 오수정화시설 등
안 전 시 설	<ul style="list-style-type: none"> ○ 화재감시카메라, 화재경보기, 재해경보기, 보안등, 사방댐 등

○ 산음 치유의 숲길

구 분	길이	고도	소요시간	구 간
치유숲길 1	1.0km	280~360	30분	산책로입구-소원바위-센터
치유숲길 2	1.8km	280~360	60분	산책로입구-소원바위-쉼터-치유숲길-센터
치유숲길 3	2.6km	280~385	90분	산책로입구-소원바위-치유숲길-데크로드-약수터-전나무길-주차장
데크로드길	320M	310~330	10분	잣나무 숲 데크로드



< 산림치유 프로그램 >



< 산음 태교의 숲(Ⅰ) >



< 산음 태교의 숲(Ⅱ) >

II '19년 운영계획(안)

□ 운영방향

- 숲을 찾는 국민들에게 향기, 경관 등 자연의 다양한 요소를 활용하여 인체의 면역력을 높이고 건강증진을 위한 산림치유 프로그램 제공을 통해 국민의 삶의 질 향상에 기여
- 증가하는 산림치유 수요에 따른 참여 대상별, 건강상태별, 환경인자별 맞춤형 산림치유 프로그램 개발 및 운영 필요
- 국민건강 증진을 위한 양질의 산림치유 프로그램 참여 기회 제공
- 인체의 면역력 향상을 통한 건강증진 등 산림치유에 대한 가치와 유용성을 전파 할 수 있는 적절한 산림치유 프로그램 개발 및 운영
- 산림치유에 대한 국민들의 수요에 대응하는 지속적인 산림치유 서비스 지원체계 구축
- 회기형 태교의 숲 프로그램 운영을 통해 임산부 심신 안정과 부모-태아 애착증진 도모
- 태교의 숲 프로그램 인지도 제고 및 운영 활성화를 위한 임산부 참여형 홍보 확대

□ 운영개요

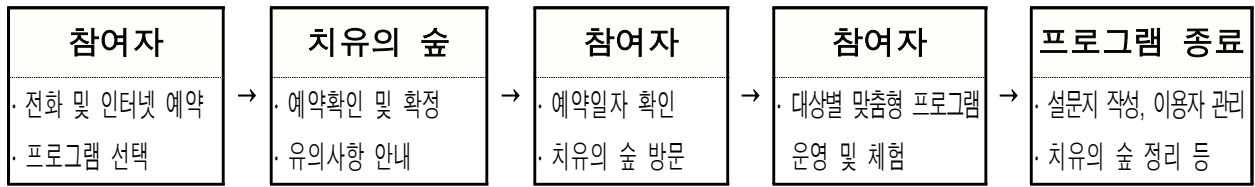
- 운영기간 : 2019년 3월 ~ 11월(약 9개월) ※ 운영형태 별 일정상이
- 운영장소 : 국립자연휴양림관리소 북부지역팀 산음자연휴양림(치유의 숲)
- 운영인력 : 10명

인 원	구 분	팀 장	주무관	공무직	산림치유지도사	
					1급	2급
10명		1	2	3	1	3

※ 2019년 국립자연휴양림관리소 산음자연휴양림 산림치유지도사 위탁사업 운영

- 예약방법산음 치유의 숲 유선전화 및 네이버 카페 접수
 - (유선전화) 건강증진센터 : ☎031 - 774 - 7687
 - (네이버 카페) 인터넷 접수 : <http://cafe.naver.com/saneumhealing>
- 이용요금 : 무료

○ 예약 및 프로그램 운영절차



○ 산림치유프로그램 보유 장비

기기명	바디체커(HRV)	인바디기	혈압계	체중계	체지방분석기	비고
수량(대)	2	1	2	2	1	

□ 안전관리 계획

○ 시설 안전관리

- 치유숲길 노선 훼손, 배수로 수시점검, 출입구 및 진입로 결빙 예방, 화재 예방시설 및 난방시설 점검

○ 이용자 안전관리

- 응급 안내 표지판 설치(긴급구조, 이용수칙 안내판 등), 점검 강화
- 진입도로 및 주차장 등 이용자 편의 및 안전을 위한 점검 강화
- 하절기에는 뱀 및 각종 해충에 대비하고 방역에 철저

○ 시설물 점검계획

기간	점검사항
매 일	○ 치유의 숲 안내센터 내부 청소 및 보안사항 ○ 전기이용장치 및 각종 조명기구 안전점검, 건강측정장치 점검
월 1~2회	○ 치유숲길 안내판 및 노면 점검, 목재시설(데크로드) 방충·방부 점검 ○ 전기설비, 소방시설 점검
분기 별	○ 냉·난방기 점검, 시설 주변 위해요소 점검, 임도변 배수로 점검 ○ 건강증진센터 및 휴양림 내 환경정비

□ 홍보계획

- 직영운영 산림치유 인터넷 네이버 카페 활용 홍보(<http://cafe.naver.com/saneumhealing>)
- 산림치유전문업 숲이좋아산림치유사회적협동조합 운영 블로그를 활용한 홍보(<http://cafe.daum.net/healingforest-coop>)
- 트위터 및 블로그, 인스타그램, 페이스북 등 SNS를 통한 카드뉴스 홍보
- 언론사 등을 활용 주기적인 보도자료 배포 방송 매체 등을 활용한 홍보강화

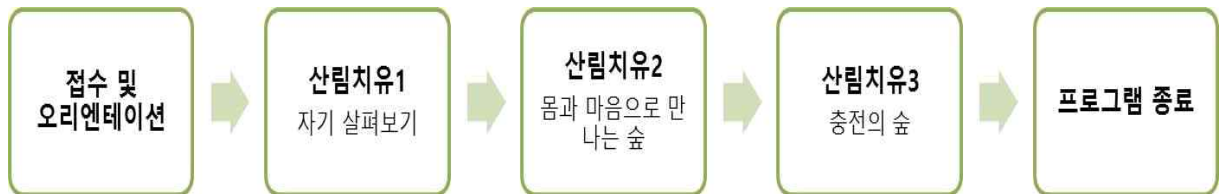
□ 프로그램 구성(안)

○ 프로그램별 대상 및 목적

프로그램 명	참가 대상	목적	
맞춤형	어울림 숲	임산부 동반가족 이용고객	
	해오름 숲		○ 일상의 스트레스로 소진된 에너지를 충전 ○ 의사소통과 공감나누기를 통해 대인관계 향상 ○ 구성원들의 화합과 발전을 위한 어울림 숲
	화목의 숲		○ 자유로운 숲에서의 활동으로 직장인들이 갖는 여러 스트레스 해소 ○ 삶의 가치를 높이고, 동료 간 의사소통 향상과 자아 정체성 회복을 위한 프로그램
	태교의 숲		○ 가족의 의미와 소중함 느끼고 의사소통의 기회를 통해서로 공감하며 사랑을 확인 ○ 화목을 도모하기 위한 화목의 숲
기획형	힐링 숲 (비예약제)	○ 임신부부의 스트레스 완화, 정서 안정 등 ○ 건강증진으로 건강한 아이 출산에 기여하기 위함	
		○ 비예약자들을 위한 프로그램 ○ 다양한 단위프로그램을 적용하여, 자신의 생활습관을 살핌 ○ 건강을 위한 정보 제공으로 건강하고 삶의 질을 높이도록 함	

○ 단위 프로그램 흐름도

- 각 단위 프로그램은 ‘접수 및 오리엔테이션’, ‘자기 살펴보기’
- ‘마음으로 만나는 숲’, ‘충전의 숲’, ‘프로그램 종료’ 흐름으로 진행



< 산림치유프로그램 흐름도 >

○ 태교의 숲 프로그램

진행시간	프로그램명	진행내용	준비물
행사전일	사전 준비	○ 명단확인(태명) 일정표	태명 이름표
13:30~14:00 (30분)	숲과 친해지기	○ 설문작성 ○ 산음치유의 숲 소개 ○ 태아, 우리, 숲과 인사하기	설문지, 펜
14:00~15:00 (1시간)	숲에서 느끼기	○ 숲속 태교 체조 ○ 숲속 가족 만다라 ○ 바디 스캔	가족별 보자기. 요가매트.
15:00~15:40 (40분)	숲과 교감하기	○ 태아와 대화하기 - 향기 맛사지	요가 매트, 오일
15:40~15:50 (40분)	숲과 하나되기	○ 행복한 기다림 - 꽃 편지 만들기, 문패 만들기	꽃 편지재료, 문패재료 (동근 나무, 목공풀, 핀셋, 네임펜)
15:50~16:00	정리하기	○ 설문지 작성	설문지, 펜

Ⅲ '19년 태교의 숲 운영일정(안)

□ 태교의 숲 일정(안)

구분		운영 일시	모집기간
1회차	1회기	04. 20.(토) 13:30~16:30	04. 01.(일) ~ 운영 2일전
	2회기	04. 27.(토) 13:30~16:30	04. 20.(토) ~ 운영 2일전
	3회기	05. 04.(토) 13:30~16:30	04. 27.(토) ~ 운영 2일전
2회차	1회기	05. 11.(토) 13:30~16:30	05. 04.(일) ~ 운영 2일전
	2회기	05. 18.(토) 13:30~16:30	05. 11.(일) ~ 운영 2일전
	3회기	05. 25.(토) 13:30~16:30	05. 18.(일) ~ 운영 2일전
3회차	1회기	06. 01.(토) 13:30~16:30	05. 25.(일) ~ 운영 2일전
	2회기	06. 08.(토) 13:30~16:30	06. 01.(일) ~ 운영 2일전
	3회기	06. 15.(토) 13:30~16:30	06. 08.(일) ~ 운영 2일전
4회차	1회기	09. 07.(토) 13:30~16:30	06. 15.(일) ~ 운영 2일전
	2회기	09. 21.(토) 13:30~16:30	09. 07.(일) ~ 운영 2일전
	3회기	09. 28.(토) 13:30~16:30	09. 21.(일) ~ 운영 2일전
5회차	1회기	10. 05.(토) 13:30~16:30	09. 28.(일) ~ 운영 2일전
	2회기	10. 12.(토) 13:30~16:30	10. 05.(일) ~ 운영 2일전
	3회기	10. 19.(토) 13:30~16:30	10. 12.(일) ~ 운영 2일전

※ 국립자연휴양림 성수기 시즌인 7월 ~ 8월은 운영기간에서 제외

2019년도 국립 양평 치유의 숲

『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 숲속에서의 건강증진활동을 통한 임신부의 심신안정 도모
- 임신부들의 참여기회 확대를 위한 당일형 숲태교 프로그램 운영확대
- 민관기관 협력 강화 위한 지역보건소 연계 찾아가는 숲태교 서비스 운영
- 이용자 안전관리 강화 및 치유시설 정비·보수

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 4. 6. ~ 10. 26.
 - * 성수기, 명절기간 제외 매주 토요일 운영 예정
- 운영면적 : 623ha
- 운영인력 : 3명
 - 운영총괄(대리) 1, 주임 1, 산림치유지도사 1
- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - 긴급상황 및 안전사고 대비 양동119지역대와 긴밀한 연락체계 구축
 - 대상 특성 고려 급한경사나 코스가 길지 않는 편안한 숲길 이용 유도

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 15회/ 80명 * 2018년(70명) 대비 약 114%
- 운영형태
 - 산림청 숲태교 당일형 프로그램 22회 운영(1회 당 10명 내외)
 - 이천 및 구리보건소 출산준비교실 연계 찾아가는 숲태교 운영
 - * 숲태교 운영효율화를 위한 참가자 수 기준설정(5팀 : 10명)
- 운영 프로그램 : 산림청 숲태교 프로그램 가이드라인(서울대) 운영

나. 홍보 계획

- 경기권 보건소 숲태교 프로그램 홍보자료 공문 발송(3월)
- 지역보건소 숲태교 프로그램 홍보 및 협업사업 추진(4~9월)

II

프로그램 세부 운영일정

구분		운영 일시	모집기간
당일형	1	04. 06.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	2	04. 13.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	3	04. 20.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	4	04. 27.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	5	05. 04.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	6	05. 11.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	7	05. 18.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	8	05. 25.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	9	06. 01.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	10	06. 08.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	11	06. 15.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	12	06. 29.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	13	07. 06.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	14	07. 13.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	15	07. 20.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	16	09. 07.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	17	09. 21.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	18	09. 28.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	19	10. 05.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	20	10. 12.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	21	10. 19.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	22	10. 26.(토) 14:00~16:00	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
찾아가는 숲태교	1~10회	월 1회 주중 운영 예정 ※ 협의 후 확정	-

□ 양평 치유의 숲

- 소재지 및 면적 : 양평군 양동면 황거길 262-10(623ha)
- 조성 및 개장년도 : (조성) '14~'16. 12 / (개장) '17. 10
- 연락처 : 031-8079-7943
- 주요시설

구분	시설현황
산림치유시설	건강증진센터(489㎡ 148평 2층), 온열치유실(36㎡ 11평 2동), 치유실(89㎡ 27평), 무장애 데크 192m, 숲길 12라인 12.6km
편익시설	관리동(85㎡ 26평), 주차장23면(818㎡ 장애 4, 일반 19)
건강측정기구	체성분분석기 1, 스트레스측정기 2, 자동혈압계 1, 자동신장체중기 2, 무인건강측정기 1

○ 치유의 숲 특성

- 주요수종 : 소나무(Ⅲ영급), 낙엽송(Ⅳ영급), 잣나무(Ⅲ영급) 등
- 체험시설 : 통나무놀이숲, 숲속교실, 숲속하모니, 숲속오두막, 치유명상움막 등
- 지형 : 과거 금광촌으로 상징성 있는 공간
- 교통 : 도심권(서울)에서 1시간여 거리에 위치

붙임1 치유의 숲 전경



붙임2 시설배치도



붙임3 주요시설물 사진



<건강증진센터>



<온열치유실>



<치유굴>



<통나무 놀이숲>



<위생시설>



<주차장>

2019년도 국립 청태산 치유의 숲
『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 임신부 심신안정 유도 및 태아 건강도모 신체활동 프로그램 운영
- 산림청 가이드라인 및 청태산 치유의 숲 숲태교 프로그램을 혼용한 안전하고 체계적인 프로그램 운영
- 보건소 등 지역 기관 연계 통한 홍보 활성화 및 찾아가는 숲태교 운영
- 숲태교 페스티벌 개최를 통해 전 국민대상 숲태교 홍보

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 4. 1. ~ 10. 30.
- 운영면적 : 95ha(시설면적 2,191m²)
- 운영인력 : 총 7명(산림치유지도사 3명, 숲해설가 1명)
- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - 치유센터 월별 안전관리(소방, 전기, 건축 등) 및 승강기 용역 점검
 - 동절기 혹한 폭설대비 시설물(동파예방 등) 관리 및 안전사고 예방 점검
 - 태교숲길 정비(야자매트 시공을 통한 보행환경 개선 등)

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 20회/ 320명 * 2018년(435명) 대비 약 73.5%
- 운영형태
 - 산림청 숲태교 프로그램 모니터링용(3회기형, 1회 운영)
 - 산림청 숲태교 가이드 기반 청태산 치유의숲 프로그램 운영(매주 토요일)
 - 강원권 지역기관 연계 찾아가는 숲태교 프로그램 운영
 - 숲태교 프로그램 홍보를 위한 숲태교 페스티벌 개최(5월, 1회)
 - 1박 2일형 숲태교 프로그램 운영(6월~10월, 2회)

○ 운영 프로그램

□ 청태산 치유의 숲 당일형 숲태교 프로그램

진행시간	진행내용	장소
13:00 ~ 13:30	- 도착 및 집결 - 혈압측정	청태산 치유의 숲 치유센터
13:30 ~ 13:50	- 오리엔테이션 - 일정 안내 - 안전교육	
13:50 ~ 16:20	- 부모됨을 선언하기 - 부모태아 애착증진(태명목걸이) - 임부체험키트 착용(아빠) - 아기에게 쓰는 숲속편지 - 부부 서로에게 주는 선물(아로마오일 손 마사지) - 임부정서안정(숲길걷기, 숲속명상)	청태산 치유의 숲 치유센터/숲길
16:20 ~ 16:30	- 프로그램에 대한 느낌나누기	청태산 치유의 숲 치유센터

□ 원주 건강지원센터 3회기용 프로그램

- 1회기

진행시간	진행내용	장소
14:00 ~ 14:10	- 인사 및 프로그램 일정안내	원주 건강지원센터
14:10 ~ 15:20	- 생명의 탄생(동영상시청) - 부모됨을 선언하기 - 부모태아 애착증진(태명목걸이 만들기) - 따라하기 쉬운 태교요가 I	
15:20 ~ 15:30	- 프로그램에 대한 느낌나누기 - 다음 프로그램 안내. - 다음회기 참석자 파악.	

- 2회기

진행시간	진행내용	장소
14:00 ~ 14:10	- 인사 및 프로그램 일정안내	원주 건강지원센터
14:10 ~ 15:20	- 부모됨을 선언하기 - 연필 팬던트 만들기 - 따라 하기 쉬운 태교요가Ⅱ - 태담태교, 명상	
15:20 ~ 15:30	- 프로그램에 대한 느낌나누기 - 다음 프로그램 안내. - 다음회기 참석자 파악.	

- 3회기

진행시간	진행내용	장소
14:00 ~ 14:10	- 인사 및 프로그램 일정안내	원주 건강지원센터
14:10 ~ 15:20	- 부모됨을 선언하기 - 아로마테라피 손 마사지 - 건강에 좋은 편백 팔찌 만들기 - 따라 하기 쉬운 태교요가Ⅲ	
15:20 ~ 15:30	- 프로그램에 대한 느낌나누기 - 태교를 잘하여 건강한 출산을 할 수 있도록 독려하며 3회기를 마칩.	

나. 홍보 계획

- 원주 MBC 임신육아교실 등 기관연계를 통한 숲태교 홍보 활성화
* MBC임신육아교실, 건강지원센터, 보건소 등
- 치유의 숲 블로그 및 숲체원 홈페이지 방문객 대상 숲태교 홍보 활성화
- 숲태교 참가자 및 임신육아교실 방명록 작성자 대상 문자·메일홍보

II

프로그램 세부 운영일정

구분	운영 일시	모집기간
당일형	04. 27.(토) 13:30 ~ 16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	06. 29.(토) 13:30 ~ 16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	07. 27.(토) 13:30 ~ 16:30	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	08. 31.(토) 13:30 ~ 16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
	09. 21.(토) 13:30 ~ 16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
	09. 28.(토) 13:30 ~ 16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
	10. 12.(토) 13:30 ~ 16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
	10. 26.(토) 13:30 ~ 16:30	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
숲태교 페스티벌	05. 18.(토) 10:00 ~ 17:00	04. 01.(금) ~ 운영일 당일까지
	05. 19.(일) 10:00 ~ 15:00	04. 01.(금) ~ 운영일 당일까지
숙박형	06. 08.(토) 13:30 ~ 09.(일) 12:00	04. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	10. 19.(일) 09:00 ~ 20.(일) 12:00	06. 01.(토) ~ 운영일 1주전까지
찾아가는 숲태교 (횡성보건소) 3회기	04. 17.(수) 14:00 ~ 15:30	04. 01.(금) ~ 운영일 2주전까지
	06. 26.(수) 14:00 ~ 15:30	
	10. 16(수) 14:00 ~ 15:30	
찾아가는 숲태교 (남원주 건강생활지원 센터) 6회기	05. 07(화) 14:00 ~ 15:30	04. 01.(금) ~ 운영일 2주전까지
	05. 14(화) 14:00 ~ 15:30	
	05. 21(화) 14:00 ~ 15:30	
	09. 09(월) 14:00 ~ 15:30	
	09. 16(월) 14:00 ~ 15:30	
	09. 23(월) 14:00 ~ 15:30	

□ 청태산 치유의 숲

- 소재지 및 면적 : 강원도 횡성군 둔내면 청태산로 777(95ha)
- 조성 및 개장년도 : (조성) '09~'10 (개장) '11. 8
- 연락처 : 033-340-6451
- 주요시설

구분	시설현황
산림치유시설	산림치유센터 1개소(건강측정실 1개소, 열치유실 3개소, 물치유실 2개소, 운동명상실 1개소), 치유숲길 6개소(약23km), 체조데크 1개소 등
편익시설	주차장(91대, 국립횡성숲체원 공동사용), 방문자센터 1동, 숲길안내판
위생시설	옥외화장실 1개소 등

○ 치유의 숲 특성

- 차량으로 수도권역 2시간 이내, 영서권역 1시간 이내에 위치하고 있으며 반경 100km이내, 강원·경기지역 10여개 도시에서 이용이 가능하다.
- 데크로드(1코스), 탐방로(6코스), 순환임도(2코스) 내 우수한 관망지점이 위치하고 있으며 양지 바른 완만한 남사면과 가파른 북사면의 풍부한 식생이 자라고 있다.
- 해발 400~800m에 위치한 중·산간지역에 위치하여 인간 생체리듬을 최적화하는 적정 기압을 유지되고 있으며, 산악지형 특성상 다양한 기후조건(습도, 광도 등)을 활용한 숲 치유프로그램 운영 가능하다.
- 경사가 완만한 지형에 잣나무 숲이 넓게 자리잡고 있어 잣나무를 활용한 휴식 및 교육·치유 프로그램 운영하는데 적합한 환경을 가지고 있다.

붙임1 청태산 치유의 숲 전경



산림치유센터 전경



치유의 숲길 전경(잣나무숲)

붙임2 주요시설물 사진

○ 치유시설



산림치유센터 전경



산림치유센터 로비



산림치유센터 (건강측정실)



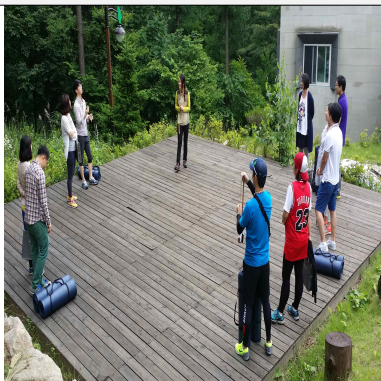
산림치유센터 (운동치유실)



산림치유센터 (물치유실)



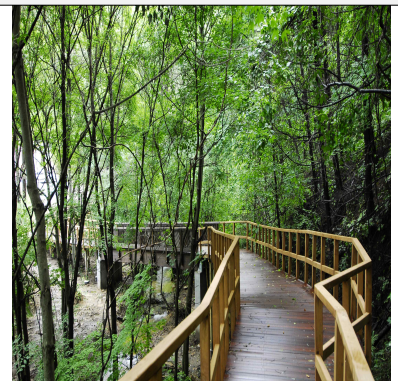
산림치유센터 (열치유실)



산림치유센터 (체조데크)



등산로(치유숲길 등)



<편안한등산로>

2019년도 국립 대관령 치유의 숲

『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 자체모집을 통해 우리 숲과 허균허난설헌 기념공원 소나무 숲에서 신사임당 숲태교 운영
- 강릉시 보건소 출산준비교실과 연계하여 홍보 및 찾아가는 숲태교 운영

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 3. 13. ~ 11. 6.
 - * 프로그램 운영기간은 현장 상황을 고려하여 탄력적으로 운영
- 운영면적 : 국립대관령치유의숲 224ha(중심시설지구 759.69m²) 외
- 운영인력 : 1명
 - 산림치유지도사 1명(전영순)
- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - 기상 여건에 따라 일정이 변경될 수 있으며, 폭염 및 강추위로 인해 8월과 11월은 실외 프로그램 미운영
 - 자체 예약대장을 통한 고객관리

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 10회/ 50명 * 2018년(31명) 대비 약 161%
- 운영형태 : 당일형 및 회기형
 - 자체모집을 통해 치유의 숲(월2회)과 허균허난설헌 기념공원(월1회)에서 정기적으로 프로그램 운영
 - 보건서 출산교실과 연계하여 찾아가는 숲태교 운영(5회)
 - * 산림청 숲태교 프로그램 모니터링을 위해 회기형(3회기) 프로그램 운영
- 운영 프로그램
 - 신사임당 숲태교

- ① 국립대관령치유의숲: HRV측정 및 인바디 검사(부성태교),
 꽃편지를 만드며 태담들려주기,
 감성(EQ)을 높이는 오감체험,
 축복의 왕관 만들기,
 태아와 함께하는 다도체험
- ② 허균허난설헌 기념공원: 탄생을 기념하며 꽃폭죽 터트리기,
 태명과 함께 열두나무로 축복하기
 아로마테라피, 숲태교 명상
- 찾아가는 숲태교: 부모선언문(꽃부채 만들기)

나. 홍보 계획

- 보건소 출산교실과 연계하여 찾아가는 숲태교 운영 및 홍보
- 지역맘카페, 인스타그램 등 다양한 온라인 홍보

II

프로그램 세부 운영일정

구분	운영 일시	모집기간
당일형	04. 06.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	04. 20.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	05. 04.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	05. 18.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	06. 01.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	06. 15.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	07. 06.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	07. 20.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	09. 07.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	09. 21.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	10. 05.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
	10. 19.(토) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 1주전까지
찾아가는 숲태교 (허균허난설헌 기념공원)	03. 19.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
	04. 16.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
	05. 21.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
	06. 18.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
	07. 23.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
	10. 15.(화) 13:30~16:30	03. 01.(금) ~ 운영일 3일전까지
찾아가는 숲태교 (강릉시보건 소)	04. 10.(수) 13:30~14:30	강릉시 보건소 자체모집
	05. 15.(수) 13:30~14:30	
	07. 10.(수) 13:30~14:30	
	09. 04.(수) 13:30~14:30	
	11. 06.(수) 13:30~14:30	

□ 대관령 치유의 숲

- 소재지 및 면적 : 강릉시 성산면 대관령옛길 127-42(224ha)
- 조성 및 개장년도 : (조성)'12. 12 ~ '16. 7 / (개장) '16. 9
- 홈페이지 : <http://www.fowi.or.kr> (메뉴소속기관-시설소개-국립대관령치유의숲)
- 전화번호 : 033)642-8650~2
- 주요시설 : 산림치유시설 및 부대시설

구분	시설현황
산림치유시설	건강측정실(61.20㎡), 치유체험실 및 강의실(338.94㎡), 숲길(5.2km), 무장애 데크로드(0.6km), 솔향기터(1식), 전망대(1식), 치유움막(8식), 치유평상(58식)
편익시설	방문자센터(117.99㎡), 관리실(135.99㎡), 주차장(2개소), 안내판, 전기, 통신, 방송음향 시설 등
위생시설	야외화장실(76.68㎡), 오수처리시설(25ton/일)

○ 치유의 숲 특성

- 강원도 강릉 대관령(224ha)에 자리잡은 대관령 치유의 숲은 우수한 소나무림으로 둘러싸여있으며, 대관령 자연휴양림, 대관령옛길과 연계하여 방문이 가능하고 직무스트레스 해소 프로그램, 가족형 치유프로그램 등 다양한 산림치유 프로그램을 진행하고 있다.

붙임1 국립 대관령 치유의 숲 전경



붙임2 시설배치도



붙임3 주요시설물 사진

산림치유시설



대관령 치유의 숲 시설(전경)



강의실, 체험실(전면)



강의실 (내부)



체험실 (내부)



건강측정실 (외부)



건강측정실 (내부)

2019년도 국립 장성 치유의 숲

『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 회기형 숲태교 프로그램 운영을 통해 임산부 심신 안정과 부모-태아 애착증진 도모
- 자연주의 출산 병원·지역보건소 등 연계기관 협력을 통한 임산부 숲태교PG 체험기회 확대
- 숲태교 프로그램 인지도 제고 및 운영 활성화를 위한 임산부 참여형 홍보 확대

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 3. 1. ~ 11. 30 ※ 운영형태별 일정 상이
- 운영장소 : 장성 치유의 숲, 미즈제일여성병원, 고창군보건소
- 운영인력 : 3명

구분	성명	소속	직책	자격증	출산 경험
1	윤소양	산림치유팀	대리	산림치유지도사 2급	有
2	최효정		산림치유지도사	산림치유지도사 2급	有
3	정혜정		산림치유지도사	산림치유지도사 2급	有

- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - (안전관리) 임산부 접근성 개선 및 안전을 위한 이동지원(대덕↔산림치유센터)
현장형 숲태교 PG 진행 시 필수 안전교육 및 위기상황 대처방안 안내
 - (고객관리) 노쇼(no-show)방지 및 만족도 향상을 위한 사전·사후 문자 서비스

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 20회/ 184명 * 2018년(176명) 대비 약 104.5%
- 운영형태 :
 - ① 장성 치유의 숲 숲태교 프로그램
 - (운영장소) 장성 치유의 숲 (운영일시) 매월 셋째주 토요일

구분	주제	프로그램명	편백 치유의숲 주요 활동	장소
1회기	부모-태아 애착증진	오리엔테이션/ 차테라피	<ul style="list-style-type: none"> 회기별 프로그램 안내 및 안전교육(PPT자료) 사전설문조사(나의 건강습관 알아보기, 나의 마음 알아보기, 나와 아이의 관계 알아보기) 	편백 치유의숲
		부모 됨을 선언하기	<ul style="list-style-type: none"> 부모-태아 애착 이해하기(숲태교 수첩활용) 부모선언문작성을 통한 부모 됨의 인식강화 	
		편백리스만들기/ 태명목자만들기	<ul style="list-style-type: none"> 특별한 선물인 태아를 환영하는 의미의 리스 만들기 건강한 아이의 성장을 기원하며 태명목자 만들기 	
		태담 요가/숲 산책	<ul style="list-style-type: none"> 모성 정체성 향상 위한 태담 요가 아기와 대화하며 편백숲 산책 	
2회기	태아발달 과정지지	차테라피 / 편백칩 로드산책	<ul style="list-style-type: none"> 태아의 발육에 대한 이야기 나누기 숲의 오감활동과 태아의 감각 발달과정 전달 	편백 치유의숲
		아기와대화하기/ 숲소리 경청하기	<ul style="list-style-type: none"> 아빠의 목소리로 동화책 읽어주기 뱃속의 아이에게 숲 소리 들려주기 	
		자연물손수건만들기/ 편백모빌만들기	<ul style="list-style-type: none"> 자연물은 온몸으로 느끼고 아이에게 전달하기 아기와 대화하며 아기를 위한 모빌 만들기 	
		태담 요가/숲 산책	<ul style="list-style-type: none"> 모성 정체성 향상 위한 태담 요가 아기와 대화하며 편백숲 산책 	
3회기	임부정서 안정	차테라피/ 숲속 명상	<ul style="list-style-type: none"> 차를 마시며 편백 아로마 마사지와 향기 명상 	편백 치유의숲
		가족액자만들기/ 자연물위빙만들기	<ul style="list-style-type: none"> 다양한 자연물을 활용하여 임부의 심신안정에 도움 땃줄의 의미의 실을 엮어 임부의 자기성취감 향상 	
		숲속 부부요가	<ul style="list-style-type: none"> 부부요가 동작을 통한 부부의 친밀감 도모 	
		마무리	<ul style="list-style-type: none"> 사후설문(나의마음 알아보기, 나와 아이의 관계 알아보기) 및 만족도 조사 	

※ 현장 및 날씨 상황에 따라 상기 프로그램 내용변경 가능.

② 가족 및 임산부 대상 숲태교 특별 프로그램

- (운영장소) 장성 치유의 숲 (운영일시) 상반기 4월 / 하반기 10월

프로그램 명	진행일	운영내용	장소
우리아이 탄생목 심기	'19. 04. 06(토)	(주요내용) 식목일을 맞이한 탄생목 심기 (기대효과) 아기 탄생목 조림지 활성화를 통해 생애주기별 산림복지 실천을 위한 운영시스템 구축	편백 치유의숲
숲에서 진행되는 임산부'D파티'	'19. 10. 12(토)	(주요내용) 임산부의 날을 맞이한 '임산부 D파티' 진행 (기대효과) 임산부 자기관리역량강화 및 분만자신감 획득	

※ 상기 프로그램은 추후 세부운영계획 작성 예정

③ 임신부 대상 찾아가는 숲태교 프로그램

- (운영장소) 미즈제일여성병원 : 이로재문화원 / 고창군보건소 : 고창병원
- (운영일시) 미즈제일여성병원 : 매월 넷째주 목요일

고창군보건소 : 매월 둘째주 금요일 ※ 「II. 프로그램 세부운영 일정」 참조

과정명	진행 시간(분)	운영내용
찾아가는 숲태교 프로그램	13:30~13:40(10분)	- 차테라피 - 태아와 인사하기
	13:40~14:40(60분)	- 숲 오감 태교활동 ※ 목표별 10회기 프로그램 진행 (*첨부1. 세부운영내용 참조)
	14:40~15:00(20분)	- 태교동화 북테라피 - 마무리/홍보활동

나. 홍보 계획

- 지역 맘카페 및 유관기관 홈페이지, 기관 SNS를 통한 홍보물 게시
 - 홍보포스터 제작을 통한 협력기관 게시판 부착 및 홈페이지 공고 진행
- 프로그램 참여후기 or 완성작품 SNS 업로드 시 기념품 제공
 - 사진촬영 및 후기 작성 ▶ 필수 태그를 입력 ▶ 완성품 SNS 게시 ▶ 직원인증
- ‘제6회 산림교육·치유 체험수기 공모전’ 숲태교 참여자 대상 참여 독려

II

프로그램 세부 운영일정

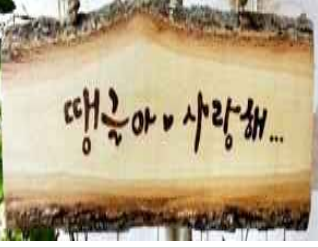

○ 장성 치유의 숲 숲태교 프로그램

구분	운영 일시		모집기간
1회차	1회기	03. 23.(토) 13:30~16:30	03. 04.(월) ~ 운영 3일전
	2회기	04. 20.(토) 13:30~16:30	03. 17.(일) ~ 운영 3일전
	3회기	05. 18.(토) 13:30~16:30	04. 20.(토) ~ 운영 3일전
2회차	1회기	06. 15.(토) 13:30~16:30	05. 19.(일) ~ 운영 3일전
	2회기	07. 20.(토) 13:30~16:30	06. 16.(일) ~ 운영 3일전
	3회기	08. 17.(토) 13:30~16:30	07. 21.(일) ~ 운영 3일전
3회차	1회기	09. 21.(토) 13:30~16:30	08. 18.(일) ~ 운영 3일전
	2회기	10. 19.(토) 13:30~16:30	09. 22.(일) ~ 운영 3일전
	3회기	11. 16.(토) 13:30~16:30	10. 20.(일) ~ 운영 3일전

○ 찾아가는 숲태교 교실(미즈제일여성병원, 고창군보건소)

구분	운영일시	모집기간
10회기 -고창군 보건소	03. 15.(금) 13:30~15:00	02. 25.(월) ~ 운영일 5일전까지
	04. 05.(금) 13:30~15:00	03. 18.(월) ~ 운영일 5일전까지
	05. 10.(금) 13:30~15:00	04. 06.(토) ~ 운영일 5일전까지
	06. 14.(금) 13:30~15:00	05. 11.(토) ~ 운영일 5일전까지
	07. 12.(금) 13:30~15:00	06. 15.(토) ~ 운영일 5일전까지
	08. 09.(금) 13:30~15:00	07. 13.(토) ~ 운영일 5일전까지
	09. 20.(금) 13:30~15:00	08. 10.(토) ~ 운영일 5일전까지
	10. 11.(금) 13:30~15:00	09. 21.(토) ~ 운영일 5일전까지
	11. 08.(금) 13:30~15:00	10. 12.(토) ~ 운영일 5일전까지
	12. 13.(금) 13:30~15:00	11. 09.(토) ~ 운영일 5일전까지
10회기 -대전미즈제일여성병원	03. 28.(목) 13:30~15:00	02. 15.(금) ~ 운영일 1개월전까지
	04. 25.(목) 13:30~15:00	03. 15.(금) ~ 운영일 1개월전까지
	05. 23.(목) 13:30~15:00	04. 15.(월) ~ 운영일 1개월전까지
	06. 27.(목) 13:30~15:00	05. 15.(수) ~ 운영일 1개월전까지
	07. 25.(목) 13:30~15:00	06. 15.(토) ~ 운영일 1개월전까지
	08. 22.(목) 13:30~15:00	07. 15.(월) ~ 운영일 1개월전까지
	09. 26.(목) 13:30~15:00	08. 15.(목) ~ 운영일 1개월전까지
	10. 24.(목) 13:30~15:00	09. 15.(일) ~ 운영일 1개월전까지
11. 21.(목) 13:30~15:00	10. 15.(화) ~ 운영일 1개월전까지	

※ 협력기관 참여자 자체 모집에 따른 모집기간 변경 가능 / 현장상황에 따른 운영일정 조율 가능.

회기	목표	프로그램명	프로그램사진	프로그램 내용
1	부모-태아 애착 증진	피톤치드 향기리스만들기		<ul style="list-style-type: none"> - 편백나무가 전해주는 피톤치드향에 대해서 나누어본다. - 우리가족에게 온 특별한 선물인 태아을 환영하는 의미의 리스에 건강을 뜻하는 편백나무잎을 엮어 만들어보도록 한다.
2		우드버닝&태명목 자 만들기		<ul style="list-style-type: none"> - 나무의 성장을 나타내는 나이테의 형성모습을 보면서 태어날 아이의 성장을 상상하며 아이의 태명목자를 만들고 부모-태아애착 증진활동을 할 수 있도록 한다. * 4월 '우리아이 탄생목 심기' 행사에 이용
3	임부자기관 리 역량강화	태교동화 북 테라피		<ul style="list-style-type: none"> - 태아에게 들려주고 싶은 엄마의 이야기를 담아보는 시간을 통해 임신으로 인한 변화된 모습을 인지하고 긍정적인 마음가짐을 갖도록 돕는다. * '숲태교 교실' 종결식에 이용
4		아로마 튜브살방지 오일 만들기		<ul style="list-style-type: none"> - 천연에센셜오일로 만든 튜브살방지 마사지 체험을 통한 임부의 자기애를 높일 수 있도록 한다.
5	임부정서안 정	태명액자(가족)		<ul style="list-style-type: none"> - 다양한 자연물을 이용한 태명꾸미기를 통한 태아와 교감 및 불안감 극복 효과를 갖게 한다.
6		자연물위빙		<ul style="list-style-type: none"> - 나무와 풀꽃을 태아와 연결고리인 텃줄의 의미를 갖는 실을 엮어 나만의 작품을 만들어보는 시간을 통해 임부의 자기성취감을 높여 임신부의 우울감을 낮춘다.

화기	주제	프로그램명	프로그램사진	프로그램 내용
7	태아발달과 정지지	자연물 아기손수건		- 풀꽃나무들이 가지는 다양한 색깔의 의미 전달을 통해 자연의 색을 태아에게 선물하는 의미를 손수건에 담아보도록 한다.
8		치유 편백 모빌		- 편백나무가 전해주는 편백숲이야기를 통해 숲과 태아의 연결고리를 찾아본다. - 편백나무조각들을 활용한 모빌 만들기 체험을 통해 태아와 대화할 수 있도록 한다.
9	분만자신감 획득	편백향 수유등		- 한지의 소재가 되는 닥나무에 대한 이야기를 통해 자연의 고마움을 태아와 나누어본다. - 수유등 만들기 체험을 통해 곧 만나게 될 태아의 밝은 미래를 계획해본다.
10		치유정원		- 나무의 나이테에 대해서 나누어보며 긴 기다림의 시간을 보낸 산모와 태아에게 서로의 응원의 메시지를 담아보도록 한다. - 건강한 출산을 위해 마음을 담아 치유정원을 만들어본다.

□ 장성편백 치유의 숲

- 소재지 및 면적 : 전라남도 장성군 서삼면 추암로 716(373ha)
- 조성 및 개장년도 : (조성)'10.~'11. 3 / (개장) '11. 4
- 연락처 : 061-393-1777~8
- 주요시설

구분	시설현황
산림치유시설	산림치유센터 1개, 치유숲길 6개소, 명상쉼터 4개소, 전망대 1개, 산림치유필드 1개소, 물치유시설 1개,
편익시설	안내소 2개, 대피소 1개, 안내게시판 4개, 임도, 목의자, 치유평상, 음이온데크(습지데크), 하늘바라기쉼터, 목의자 등
위생시설	오수처리시설 1개, 야외화장실4개, 정수기 5대 등
전기·통신시설	휴대전화중계기 3개, 방송·음향시설 1개 등
안전시설	CC-TV 13대, 긴급구조 위치표지판 36개소, 사방댐 1개소, 편백목책, 수목보호책 등

[치유숲길] - 10.8km, 테마별 6개코스

구분	길이	소요시간	특징
숲내음숲길	2.2km	1시간10분	피톤치드가 가득한 숲내음이 솔솔 풍기는 숲길
산소숲길	1.9km	1시간	다양한 수목과 고임종국선생 수목장을 지나는 숲길
건강숲길	2.9km	1시간30분	편백숲을 한눈에 조망할 수 있는 전망대가 있는 숲길
물소리숲길	0.6km	30분	물소리와 함께 편백숲으로 들어오는 숲길
맨발숲길	0.5km	30분	맨발로 걸으며 가벼운 산책하기 좋은 숲길
하늘숲길	2.7km	1시간20분	하늘을 바라보며 산림욕을 즐길 수 있는 숲길

○ 치유의 숲 특성

- 전남 장성군 서삼면 축령산에 위치한 장성편백 치유의숲은 총 373ha로 이루어져 있으며, 대부분 편백나무와 삼나무로 이루어져 있어 다량의 피톤치드가 발생되며, 다양한 테마와 경사에 따라 건강숲길, 숲내음숲길, 산소숲길, 맨발숲길, 물소리숲길, 하늘숲길 등 총 6개의 숲길이 개설되어있다.
- 또한 장성군의 축령산이 위치한 장성군의 최근 5년간 연평균기온이 14.3°C인데, 산지의 영향으로 최고.최저기온의 차가 심한편으로, 전라남도 내 타 지역보다 최고 기온은 2°C가량 높고 최저기온은 3°C가량 낮다.
- 장성편백 치유의숲에서는 이러한 지리적, 기후학적, 산림생태학적 환경을 활용하여 스트레스 예방·관리, 심신안정, 정신건강증진, 기초체력관리, 아토피증상 개선·완화 등 대상자에 따라 맞춤형 산림치유프로그램을 제공하여 국민건강증진에 기여하고 있다.

붙임1 시설배치도



- 치유평상
- 명상실터
- 음이온 데크
- 물치유시설
- 물치유장
- 산림치유필드
- 치유숲길 안내센터

붙임2 치유의숲 안내도



* 치유의 숲에서 길을 잃었을 경우 숲길에 따라 등영도(도)로 올라오거나 내려오시면 됩니다.

붙임3 주요시설물 사진



산림치유센터(전경)



안내소(모암, 금곡)



건강측정실(치유센터 내부)



야외화장실(센터, 대덕, 모암, 금곡)



하늘바라기쉼터



치유평상



대피소



전망대(하늘숲길)

2019년도 국립 대운산 치유의 숲
『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 숲 속에서 심신의 안정을 유도하는 활동을 통하여 임신부 및 태아의 건강 증진 유도
- 산림청 숲태교 가이드라인을 바탕으로 현장의 환경을 고려한 숲태교 프로그램 운영
- 생활권 녹지공간을 활용한 찾아가는 숲태교 프로그램 운영
- 다문화가정 등 소외계층 대상 숲태교 프로그램 참여기회 확대

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 5. 1. ~ 11. 16.
 - * 프로그램 운영기간: '19. 9~11월 (현장 상황을 고려하여 탄력적으로 운영)
- 운영면적 : 국립대운산치유의숲 25ha(중심시설관리지구 435.66m²)외
- 운영인력 : 6명 * 전년(6명) 대비 100%
 - 정규직 4명, 기간제 계약직 2명(운영업무보조 1, 산림치유지도사 1)
- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - 프로그램 사전 안전사고예방교육 실시
 - CC-TV 5대, 저출력심장충격기 1대, 안전관리 비상연락망 구비 등
 - 울산수목원 공사로 인한 진입로 협소로 찾아가는 숲태교 위주의 프로그램 운영
 - 체계적이고 원활한 프로그램 운영을 위하여 하반기 프로그램 운영
 - 고객 만족도 조사를 통한 프로그램 환류회의 실시 및 자체 예약대장 관리

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 6회/30명 *신규운영('18년 대관령치유의숲 운영실적 기준 목표 설정)
- 운영형태 : 당일형 및 회기형
 - 보건소 및 건강가정다문화가족지원센터 등 기관과 연계한 찾아가는 숲태교 운영
 - * 운영장소와 관련하여 울산시청, 울주군청, 보건소 등과 협의예정
 - 자체모집을 통한 프로그램 운영

○ 운영 프로그램

- 당일형 : 숲태교의 이해 & 맛보기 숲태교
- 회기형

1회기	우리 아이와 인사하기 (부모-태아 애착 증진)
2회기	우리 아이 건강 지키기 (태아 발달과정지시)
3회기	우리 아이와 만날 준비하기 (임부 정서안정)

나. 홍보 계획

- 지역유관기관 찾아가는 홍보 실시(건강가정다문화가족지원센터, 보건소 등)
- 철쭉제 등 지역행사 시 홍보부스 운영
- 맘카페·SNS 및 홈페이지 누리집을 통한 홍보물 게시

II

프로그램 세부 운영일정

구분	운영 일시	모집기간
당일형	09. 07.(토) 13:00~16:00	08. 01.(목) ~ 운영일 3일전까지
	11. 09.(토) 13:00~16:00	10. 01.(화) ~ 운영일 3일전까지
	11. 16.(토) 13:00~16:00	10. 28.(월) ~ 운영일 3일전까지
회기형 (3회기)	09. 21.(토) 13:00~16:00	09. 01.(일) ~ 운영일 3일전까지
	10. 05.(토) 13:00~16:00	
	10. 19.(토) 13:00~16:00	
찾아가는 숲태교 (울산대공원)	05. 11.(토) 13:00~16:00	유관기관자체 모집
	05. 25.(토) 13:00~16:00	
	06. 15.(토) 13:00~16:00	
	9월 날짜 추후확정(2회)	~운영 3일전

□ 울산 대운산 치유의 숲

- 소재지 및 면적 : 울산광역시 울주군 온양읍 운화리 산159-1, 25ha
- 조성 및 개장년도 : (조성)'13.~'17. 11
- 연락처 : 052-255-9802
- 주요시설
 - 산림치유시설 : 나눔힐링센터, 물 치유욕장, 산책로, 치유숲길(바람뜰치유길, 풀향기길, 명품숲길)
 - 편의시설 : 대피소, 쉼터, 소공연장, 숲속교실, 안내판, 주차장
 - 치유장비 : 자율신경 스트레스 검사기, 체지방·키몸무게 측정기, 혈압계, 반신욕기



2019년도 국립 산림치유원

『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 임신부의 심신안정 및 태아와의 교감을 증진하는 산림치유활동 제공
- 가족 숲태교 프로그램 운영을 통한 엄마와 태아의 건강 증진 및 행복한 출산문화 장려

2. 운영 개요

- 운영기간 : '19. 3. 1. ~ 11. 30.
- 운영면적 : 142ha
- 운영인력 : 2명(산림치유지도사)
- 이용자 안전관리 및 고객관리
 - 프로그램 운영 시 안전교육 실시 및 여행자보험 가입
 - 정기형, 방문형, 숙박형 프로그램 참여자 명단을 통한 참여 독려

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 운영 계획

- 운영목표 : 10회/ 300명 * 2018년(명) 대비 약 98.6%
- 운영형태 : 정기형(4회/120명), 방문형(4회/80명), 숙박형(2회/100명)
- 운영 프로그램 :
 - (정기·숙박형) 온가족 주말 숲태교 여행 『숲에서의 첫 교감』
 - (방문형) 『2019 엄마사랑 아가사랑 숲태교 행복교실』

나. 홍보 계획

- 영주시 SNS 홍보(영주시 밴드, 페이스북, 카카오토티)(4월)
- 숲태교 포스터 및 리플릿 제작을 통한 기관 홍보활동(6월)
- 프로그램 운영시 숙박형 『숲태교 캠프』 참가 희망자 섭외(4월~6월)

구분	운영 일시	모집기간
당일형	04. 11.(목) 14:00~17:00	04. 01(월) ~ 운영일 1주일전까지
	06. 05.(수) 14:00~17:00	05. 20(월) ~ 운영일 1주일전까지
	07. 11.(목) 14:00~17:00	06. 17(월) ~ 운영일 1주일전까지
	10. 10.(목) 14:00~17:00	09. 23(월) ~ 운영일 1주일전까지
숙박형	07. 20.(토) 14:00~21.(일) 12:00	07. 01(월) ~ 운영일 1주일전까지
	09. 21.(토) 14:00~22.(일) 12:00	09. 02(월) ~ 운영일 1주일전까지
찾아가는 숲태교 (예천보건소, 영주보건소)	05. 21.(화) 10:00~12:00	05. 07.(월) ~ 운영일 1주전까지
	5~11월 3회 진행예정	미정

□ 국립산림치유원

- 소재지 및 면적 : 경상북도 영주시 봉현면, 경상북도 예천군 효자면 / 2,889ha(중심시설지구 153ha)
- 조성 및 개장년도 : 2010~2016(7년간) / 2016년 개장
- 홈페이지 및 연락처 : daslim.fowi.or.kr / 054-639-3400
- 주요시설 : 건강증진센터, 수련센터, 수치유센터, 치유숲길 등
- 치유의 숲 특성
 - 산림산림치유원은 경북 영주/예천 일대(2,889ha, 중심시설지구 152ha)에 위치하여 백두대간의 풍부한 산림자원을 바탕으로 국민건강을 증진하고 삶의 질 향상을 위해 조성된 산림복지단지이다.
 - 국립산림치유원은 산림치유 서비스 제공뿐만 아니라 산림치유 전문 인력양성, 산림치유 관련 상품개발 및 산림치유 문화 확산 등 하나의 공간에서 통합적으로 제공되는 세계 최대, 세계 유일의 공간이다.

붙임1 시설배치도

주치골 지구(영주)



문필봉 지구(예천)



붙임2 주요시설물 사진



< 건강증진센터 >



< 수치유센터 >



< 상업판매시설 >



< 컨퍼런스홀 >



< 식당 - 주치지구 >



< 식당 - 문필지구 >

2019년도 한국산림복지진흥원 유아교육팀
『숲태교』 프로그램 운영계획

1. 운영 방향

- 도심형 숲태교 프로그램 시범운영을 통한 산림복지서비스 수혜대상 확대
- 산림의 환경요소를 활용해 태아에 대한 애착도와 임신부 스트레스 완화 등으로 행복한 출산 도모
- 한국산림복지진흥원 숲태교 프로그램 운영 활성화 체계 마련 및 모니터링

2. 운영 개요

- 프로그램명 : 아기와 함께 배우는 숲의 지혜
- 운영기간 : '19. 4. 9. ~ 10. 22.(7,8월 하절기 제외)
 - 월 2회 화요일(2, 4주), 2시간(14:00~16:00)
- 운영대상 : 16주 이상 32주 이내 임신부 20명 내외
- 운영면적 : 무궁화유아숲체험원 1.3ha(세종시)
- 운영인력 : 2명(산림교육전문가)
- 이용자 안전관리 및 고객관리

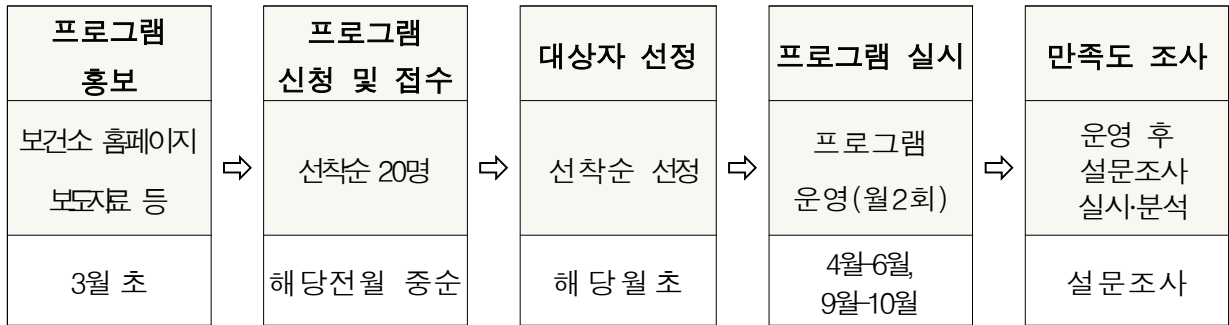
구분		주요 내용
안전 관리	교육	이용자 안전사고 예방교육, 운영진 안전교육 실시(상·하반기)
	시설	자동심장충격기(AED) 1대, 응급처치약품
	응급상황 대처	세종 소방서 응급구조 상시 대기(4km, 5분이내) 및 비상연락체계 구축
고객 관리	고객	관심 고객 및 예약고객 대장 관리
	관리	고객만족도 조사를 통한 환류체계 구축
		가족과 함께 즐기는 숲놀이 등 유아 및 가족숲 프로그램 확장 진행

- 협력기관 :
 - 1) 세종시 보건소
 - 프로그램 신청 및 접수(해당 전월 중순경, 보건소 홈페이지)
 - 프로그램 홍보 : 보도자료, 홈페이지 홍보
 - 프로그램 운영비 : 간식비 600천원 지원
 - 프로그램 만족도 조사 및 결과 공유
 - 2) 세종시건강가정지원센터
 - 프로그램 홍보 : 예비부부 교실 대상자 홍보(밴드, 카카오톡)

3. 세부 추진계획

가. 프로그램 세부 운영계획

- 운영목표 : 10회 / 200명
- 운영형태 : 당일형 및 2회기(10회)
- 운영내용 : 오리엔테이션, 숲길 산책, 오감체험, 숲 공예 등
- 업무 흐름도 :



- 소요예산 : 2,000,000원

- 예산과목 : 관)사업비 항)산림복지시설·운영관리 목)운영비 세목)일반수용비

구분	금액	비고
프로그램 재료비 및 운영물품	2,000,000	

* 세종시 보건소 지원: 간식비(3천원×20인×10회) 600천원

○ 운영 프로그램

1) 아기와 함께 배우는 숲의 지혜(1회기 1회차)

- 씨앗부터 나무까지의 성장과정을 관찰하며 태어날 아이의 성장을 대입시켜 보며 모자간 애착관계 형성을 높인다.
- 자연물 만들기를 통하여 태어날 아기를 위한 선물을 준비하며 태아와 교감할 수 있도록 한다.

구분	세부내용	장소
도입 (30분)	1. 오리엔테이션 (10분) 1) 인사 및 유아숲체험원 소개 2) 프로그램 및 오늘의 일정안내 3) 참가 임신부 컨디션 파악 및 안전 및 주의사항 전달	사무동
	2. 숲으로 이동하기 준비운동 (20분) 1) 참가자 인사 나누기로 서로간의 어색함을 풀며 친밀감을 유도한다. 2) 숲에 들어가기 전 간단한 스티레칭과 준비운동으로 안전사고에 대비하고 두 사람의 호흡이 태아의 뇌 속으로 전달 되도록 한다. 오늘의 체험은 둘이 하나가 되는 시간임을 알린다.	숲체험원 초입 벤치
전개 (60분)	1. 숲길 산책하기 및 생애주기별 숲의 모습체험 (60분) 1) 씨앗과 싹 찾아보기 (출생기의 숲) - 숲을 걸으며 씨앗과 싹을 띄우고 있는 나무를 찾아본다.(출생기 생명의 소중함과 신비함) - 씨앗의 번식 방법과 살아가는 지혜를 알아본다. 2) 어린나무 찾아보기 (유아기의 숲) - 건강하게 살아가는 어린나무를 찾아 쭉쭉 잘 자라길 빌어준다 - 아이들에게 사랑이 필요하듯 이 시기 어린나무에게 가장 필요한 것은 무엇인지 알아본다 3) 가장 건강하게 크고 있는 나무 찾아보기 (청소년기의 숲) - 나무를 이용한 신체 활동과 청진기 소리 듣기로 나무의 살아 있음을 안다 - 꽃과 열매를 맺고 있는 나무 찾아보며 건강한 숲의 모습을 발견한다 4) 다양한 숲의 어울림 모습 찾아보기 (장년기의 숲) - 풍성한 열매를 만든 숲에게 감사하고 참가자들도 건강하고 지혜로운 아이를 출산하도록 기원한다. - 다양한 종류의 열매를 찾아 번식의 지혜를 알아본다.	숲길 및 숲속 오두막 (참가자와 시간에 따라 프로그램 조정하여 진행)
마무리 (30분)	1. 건강차 마시며 나뭇잎 모빌 만들기 (30분) 1) 생강나무 차 체험하기 - 생강나무 향이 나는 차를 마시며 생강나무 차의 효능을 알아본다. 2) 나뭇잎모빌 만들기 - 나뭇잎에 태담써서 모빌 만들기 3) 마무리 및 느낌나누기	숲테크 (날씨 상황에 따라 사무동에서 진행)

2) 엄마랑 함께 오감 쭉쭉(1회기 2회차)

- 숲 속에서 미세한 오감 자극을 통한 출산에 대한 스트레스와 불안감을 해소하며 임신부의 정서 안정 등으로 건강하고 행복한 출산 도모.
- 태아와 교감 활동을 통하여 애착도 증진.

구분	세부내용	장소
도입 (30분)	1. 오리엔테이션 (10분) 1) 인사 및 유아숲체험원 소개 2) 프로그램 및 오늘의 일정안내 3) 참가 임신부 컨디션 파악 및 안전 및 주의사항 전달	사무동
	2. 숲으로 이동하기 준비운동 (20분) 1) 참가자 인사 나누기로 서로간의 어색함을 풀며 친밀감을 유도한다. 2) 숲에 들어가기 전 간단한 스티레칭과 준비운동으로 안전사고에 대비하고 엄마의 호흡이 태아의 뇌 속으로 전달 되도록 한다. 오늘의 체험은 둘이 하나가 되는 시간임을 알린다.	숲체험원 초입 벤치
전개 (60분)	1. 숲길 산책하기 및 숲속 오감체험 (60분) 1) 숲길 산책하기 (대화의 숲/ 태담나누기) - 숲길 걸으며 태아와 엄마의 대화를 통해 아기와의 애착을 증진시키며 태담을 나눈다. 2) 숲길 걸으며 호흡과 명상하기 (건강의 숲 / 스킨십나누기) - 깊은 호흡과 명상을 통해 숨을 들이쉬고 내쉴 때 마다 온몸의 긴장이 풀리며 마음이 편안해 진다 - 나무를 이용한 신체 활동과 서로의 스킨십 마사지로 임신부와 태아가 정서 안정을 느끼며 건강해진다. 3) 숲의 향기 찾기 체험 (향기의 숲 / 향기체험) - 향기 나는 숲의 나무와 풀들을 찾아보고 향기를 통해 머리를 맑게 하고 혈액 순환개선에 도움을 받는다. 4) 자연의 소리와 함께 노래 들려주기 (소리의 숲 / 태교음악) - 엄마의 목소리로 이야기와 노래를 들려준다.	숲길 및 숲속 오두막 (참가자와 시간에 따라 프로그램 조정하여 진행)
마무리 (30분)	1. 건강차 마시며 추억의 액자 만들기 (30분) 1) 생강나무 차 체험하기 - 생강나무 향이 나는 차를 마시며 생강나무 차의 효능을 알아본다. 2) 추억의 액자 만들기 - 건강한 나무와 함께 찍은 사진 자연물 액자 만들고 아기에게 편지쓰기 3) 마무리 및 느낌나누기	숲테크 (날씨 상황에 따라 사무동에서 진행)

나. 홍보 계획

- 각종 산림 박람회 홍보부스 운영을 통한 숲태교 프로그램 홍보
- 지역 연계기관 협력을 통한 프로그램 홍보 및 모객
 - * 지역 연계기관 : 세종시 보건소, 세종시건강가정지원센터
- 지역 온라인 커뮤니티, 한국산림복지 진흥원 홈페이지 활용한 홍보

II

프로그램 세부 운영일정

구분		운영 일시	모집기간
1	1회기	4. 9.(화) 14:00 ~ 16:00	전월 중순까지 세종시 보건소 자체모집
2	2회기	4. 23.(화) 14:00 ~ 16:00	
3	1회기	5. 7.(화) 14:00 ~ 16:00	
4	2회기	5. 21.(화) 14:00 ~ 16:00	
5	1회기	6. 11.(화) 14:00 ~ 16:00	
6	2회기	6. 25.(화) 14:00 ~ 16:00	
7	1회기	9. 10.(화) 14:00 ~ 16:00	
8	2회기	9. 24.(화) 14:00 ~ 16:00	
9	1회기	10. 8.(화) 14:00 ~ 16:00	
10	2회기	10. 22.(화) 14:00 ~ 16:00	