



Web Contents



2024년 05월 07일 08시 41분

목포시, 걷기좋은 환경조성에 집중...완연한 봄, 같이 걷자

2024.04.05 조희수 140 담당부서 공원녹지과, 건강정책과



- 양울산·초당산·동목포웰빙공원 맨발길 등...시민 호평
- 두발로 목포한바퀴 걷기 도전...올해 6차례 진행

목포시가 걷기좋은 도시 환경조성과 걷기 도전 행사를 통해 시민건강 향상에 앞장서고 있다.

최근 따뜻한 봄기운을 만끽하면서 하루 만보 걷기를 목표로 하는 시민들을 쉽게 만날 수 있다.

걷기는 비만과 성인병 예방에 도움이 되고 스트레스 감소 등 정신 건강에도 효과가 크다. 특히, 맨발로 걷는 것은 만성 염증 예방 치료, 비만 예방, 체질 개선, 피부미용, 신경통 치료 등에 효과가 있는 것으로 알려져 있다.

먼저, 목포시는 맨발로 걷기 좋은 환경을 조성하는데 힘을 쏟고 있다.

그동안 시는 시민의 건강증진, 숲체험과 휴식을 위해 도심생활권 산림과 공원지역에 양울산 ‘맨발로 청춘길’과 초당산 ‘오감만족 맨발길’을 조성했다. 이렇게 조성된 맨발 황토길은 지난 겨울철에도 많은 시민들이 찾았다.

이런 맨발 길은 주로 신도심권에 위치해 원도심권 주민들이 이용을 위해서는 버스 등 대중교통과 자가용을 이용해야 하는 불편함이 있었다. 이에 원도심권을 중심으로 맨발 황토길을 조성하고 세족장과 음수대 신발보관함, 휴게의자 등 부대시설을 설치해 편의를 높이고 있다.

지난 2월에는 동목포웰빙공원 일원에 황토맨발길을 조성했다. 동목포웰빙공원은 목포시 허파 역할을 하는 대표공원으로 맨발길은 길이 750m, 폭 1.5m로 조성되어 시민들의 건강증진과 힐링의 공간이 되어주고 있다.

시는 올해 유달산, 삼학도, 양울산 산림욕장, 입암산 등에 황토 맨발길을 조성하는 등 권역별로 걷기 좋은 환경을 조성할 계획이다. 또한, 세족장과 음수대, 신발 보관함, 휴게의자 등 부대시설을 설치해 편의성을 높인다는 계획이다.

시는 앞으로 이로웰빙공원에도 맨발길을 추가 조성한다. 이어 초당산과 옥암수변공원의 안전하고 편리한 황토길을 조성하기 위해 노면관리 및 배수시설 보강, 야간이용객 안전을 위한 보안등 등 시설을 지속적으로 확충할 계획이다.

또한, 맨발길 주변 곳곳에 계절감이 있는 왕벚, 동백 등 꽃나무와 맥문동 등 초화류를 식재해 다양한 볼거리를 조성하고 그늘목, 꽃나무, 초화류를 식재해 명품숲이 있는 맨발길로 조성해 나갈 계획이다.

맨발길 외에도 시는 걷기 좋은 길을 활용해 일상속에서 매일 걷는 시민 건강걷기 프로젝트로 「두발로 목포한바퀴」 걷기 챌린지를 운영한다

건강걷기 챌린지는 3월부터 10월까지 여름철을 제외하고 한달간씩 총 6회를 운영하고 4월 챌린지는 오는 30일까지 진행되는데, 도전 기간 동안 한달에 17만 5천 걸음을 달성하면 200명을 추첨해 모바일 상품권(스타벅스 카페라떼T)을 제공한다.

목포시 관계자는 “일상생활 속에서 걷기 환경 조성은 물론, 권역별로 맨발길을 조성해 시민들이 건강을 챙겨 나갈수 있도록 노력해 가겠다”고 말했다.

(공원녹지와 산림팀장 박정은 270-8230 주무관 임성기 270-8344)
(건강정책과 건강증진팀장 최인옥 270-8704 주무관 김연수 270-8483)

<p>첨부파일</p> <p>전체(zip)다운로드</p>	<p> 1-1.목포시,+걷기좋은+환경조성에+집중.jpg (6 hit/ 551.8 KB) 미리보기</p> <p> 목포시걷기챌린지.jpg (7 hit/ 534.7 KB) 미리보기</p>
--	---

목록

MokPo - Si
Web Contents

