



□ 정신건강에 관심 있는 사람은 누구나 10월 2일부터 10월 31일까지 정신건강 홍보주간 전용 누리집 (<http://www.ncmh.co.kr>)에 접속하여, 정부·지자체·민간 부문이 제공하는 정신건강 홍보주간 프로그램\*을 찾아볼 수 있다.

\* 정부·지자체·민간 부문 주요 프로그램 목록(9.30. 기준): 붙임 1~3 참고

○ 프로그램은 1차적으로 행동수칙 단계별로 분류되며 프로그램의 내용과 일자, 관련 접속 링크주소도 제공하여, 국민들이 개인별 수요에 맞게 홍보주간 프로그램에 참여할 수 있도록 지원한다.

○ 전용 누리집에는 이외에도 정신건강의 날 소개, 공식 기념행사, 홍보주간 주요 행사 등에 대한 정보도 제공되며, 정신건강 인식 개선을 위한 웹툰과 카드뉴스 등도 게재된다.

□ 보건복지부 권덕철 장관은 “올해 최초로 운영되는 정신건강 홍보주간은 온 국민의 마음건강 회복을 지원하는 것에 중점을 두고 있으며, ‘이제는 마음건강에 투자하세요’라는 핵심 메시지가 국민들에게 와닿을 수 있기를 바란다”라면서,

○ “코로나 이후의 일상회복을 위해서는 정신건강 관리가 무엇보다도 중요한 만큼, 일상생활 행동 4단계 수칙이 잘 실천될 수 있도록 정부도 지원과 노력을 아끼지 않겠다”라고 밝혔다.

- < 붙임 > 1. 정부 정신건강 홍보주간 주요 프로그램  
2. 지자체 정신건강 홍보주간 주요 프로그램  
3. 민간 정신건강 홍보주간 주요 프로그램  
4. 2021년 정신건강 홍보주간 대표 이미지  
5. 2021년 정신건강 홍보주간 전용 페이지

붙임1

정부 정신건강 홍보주간 주요 프로그램

단계	기관	날짜	프로그램 설명
[1단계] 내 마음 살피기 (정보 제공)	보건복지부·국립정신건강센터	10.2.~10.31.	(홍보주간 전용 홈페이지) 정신건강 인식개선 홍보주간 전용 홈페이지를 운영하여 홍보주간 행사에 대한 통합 정보제공 실시 * 전용 홈페이지 주소 : <a href="http://www.ncmh.co.kr">http://www.ncmh.co.kr</a>
	보건복지부·국립정신건강센터	10.5.	(웹툰 제작) “정신건강의학과에 가도 괜찮은 7가지 이유”라는 내용으로 정신질환에 대한 잘못된 인식과 편견을 해소할 수 있는 웹툰 제작·배포
	보건복지부·국립정신건강센터	10.4.~10.10.	(국민참여 퀴즈이벤트) 국립정신건강센터 온라인 채널을 활용하여 ‘21년 정신건강의 날’ 홍보 및 인식개선을 위한 참여형 퀴즈이벤트 진행 * 이벤트 내용 : 정신건강/마음건강/마음투자로 N행사 짓기
	보건복지부·국립정신건강센터	10.1.	(국립정신건강센터 기관소식식 특집호) ‘21년 정신건강의 날’ 홍보 메시지에 맞게 특집호(인쇄물 및 e-book 형태) 제작·배포
	보건복지부·국립정신건강센터	10.8.	(국가정신건강현황 보고서 배포) ‘2020 국가정신건강현황 보고서’ 배포 및 결과 발표를 통해 정신건강에 대한 국민의 정책 이해도 증대
	보건복지부·국립정신건강센터	10.4.	(카카오톡 채널 단체 메시지) 국가트라우마센터 카카오톡 채널 단체메시지 송출을 통해 정신건강 정보 제공 및 정신건강의 날 홍보
[2단계] 힘들다고 말하기 (정서 지원)	보건복지부·국립정신건강센터	10.8.	(힐링 토크콘서트) 코로나19 장기화로 지친 국민들의 마음을 위로하고 정신건강 인식개선도 유도하는 토크콘서트 개최 * 기념식 부대행사: 정신건강의 날 기념행사의 2부 행사로 진행 * 출연진: 박경림(연예인), 문천시(연예인), 김지용(정신과 전문의), 나태주(시인)
[3단계] 전문가 찾아가기 (상담·치료 연계)	보건복지부·국립정신건강센터	‘21.9.27~22.1.31.	(‘정신여고’ 송출) 청취자들의 실제 사연을 읽고, 정신과 전문의가 상담해주는 형식의 팟캐스트 제작·송출 * 팟캐스트명: ‘정신여고(정신과 의사가 여러분의 고민을 들어드립니다)’ * 출연진: 윤대현(서울대병원 강남센터 정신건강의학과), 심민영(국립정신건강센터 국가트라우마사업부), 김지용(정신과 전문의), 국소담(연세소담정신건강의학과 원장)
	보건복지부·국립정신건강센터	연중	(정신의료기관 정보제공) 국가정신건강포털( <a href="http://www.mentalhealth.go.kr">www.mentalhealth.go.kr</a> )을 통해 일반 국민에게 주변의 믿을만한 정신의료기관 정보 제공

단계	기관	날짜	프로그램 설명
[4단계] 함께 극복하기 (사회적 연대 강화)	보건복지부·국립정신건강센터	10.8., 14:00	(정신건강의 날 기념행사) 장관님께서 직접 관련 유공자를 표창하고 정신건강에 대한 사회적 관심을 제고하는 기념행사 개최 * 보건복지부 및 국립정신건강센터 유튜브 채널을 통해 기념행사 생중계
	보건복지부·국립정신건강센터	10.11., 10.13.	(YG와 JYP의 책걸상' 송출) 박재영 기자와 강양구 기자가 진행하는 팟캐스트를 통해 현대인의 정신건강문제를 집중 조명 * 팟캐스트 내용: 2회에 걸쳐 정신건강 관련 책을 선정하여 책에 담긴 정신건강 문제를 소개하는 토크 진행 * 출연진: 강양구(TBS 과학전문기자), 박재영(청년외사 편집주간), 김흔비 작가, 임선진(국립정신건강센터 노인정신과장)
	보건복지부·국립정신건강센터·국민건강보험공단	10.12., 10:00 10.15., 10:00, 14:00	(포럼 및 심포지엄) 미래사회 정신건강 분야에서의 공공 부문 역할을 주제로 포럼 및 심포지엄을 개최하여 국민의 관심과 참여 확대 ① (의료이용 실태 심포지엄) 건강보험공단 주관으로 정신질환 의료이용 현황과 단계적 특성에 대한 연구결과를 공유하고 논의하는 심포지엄 개최(10.12, 10:00) ② (정신건강비전포럼) '2050 종합미래사나리오 예측 연구' 결과를 바탕으로 정신건강 전문가가 향후 예측되는 정신건강문제 및 이슈를 토의(10.15, 10:00) * 국립정신건강센터-국회미래연구원 공동 개최 ③ (정신건강 심포지엄) 국립정신건강연구소 주관으로 '정신건강 미래와 공공의 역할'을 주제로 심포지엄 개최(10.15, 14:00)

**붙임2** 지자체 정신건강 홍보주간 주요 프로그램

단계	지역	날짜	프로그램 설명
[1단계] 내 마음 살피기 (정보 제공)	서울(노원)	10.6~10.7, 10.13~10.14.	'코로나19로 인한 정신건강강좌'를 개최하여 코로나에 따른 정신건강문제 해결방안과 생애주기별 정신건강정보 제공
	부산(수영)	10.4~10.17	카카오톡 채널에 고민을 기재하면 정신건강상담 서비스를 제공하는 '기적의 우체통' 프로그램 진행
	대구	10.12, 10.13, 10.15	자가검진 및 정신건강상담 서비스를 제공하는 '마음의 섬, 이동상담차' 운영
	대구(수성)	10.4~10.17	정신건강정보를 제공하는 '마음공방' 운영
	경기(화성)	10.7, 10.13.	온라인 정신건강 기획강좌 "섬 살롱"을 통해 정신건강 정보를 제공
	경기	9.17~10.10.	청년 대상 자가검진 "청년 마음건강 G퀴즈 이벤트" 진행
	충북(청주)	10.6, 10.12	"찾아가는 마음출출! 행복쑥쑥!" 정신건강 캠페인을 실시하여 정신건강 인식개선을 위한 정보 제공
	전북(남원)	9.27~10.17	버스 및 정류장을 통해 자가검진(QR코드) 홍보 및 정신건강 정보를 제공하는 "마음버스 정류장" 운영
	전남	10.4~10.17	정신건강 앱 "터치마인드"를 활용하여 코로나 우울 극복을 위한 전 도민 자가검진 캠페인("내 마음 살피기" 캠페인) 실시
	경북(영주)	10.10~10.16	자가검진 제공 및 자신을 이해하고 알아가는 시간을 가지는 "나에게 쓰는 편지" 행사 진행
	경북(영천)	10.4~10.17	독거노인 대상 안부 엽서를 발송하는 "사랑은 엽서를 타고" 행사 진행
	경남(통영)	10.5, 10.4, 10.11	경로당 어르신 대상 마음건강교실 "토닥토닥 마음건강교실" 운영 고용복지플러스센터 및 사회복지관 상담창구 개설 및 홍보활동 실시
[2단계] 힘들다고 말하기 (정서 지원)	서울	10.8	시청자 고민상담에 대한 토크와 음악공연이 어우러지는 토크 콘서트인 '정신건강콘서트 선물' 개최
	울산(중구)	10.4~10.17	힘든 마음을 글로 표현하여 심리회복이 가능하도록 자가 마음관리 KIT를 배부하는 "세심한 나" 행사 진행
	경기(수원)	10.4~10.17	우울, 불안, 걱정 등 마음속 이야기를 털어놓으며 나의 마음을 돌볼 수 있는 시민참여형 온라인 이벤트 "대나무숲에서 마음을 외치다" 진행
	강원	10.5	심리극을 통해 내면의 우울, 불안 등 정신건강 문제를 소통하는 '소시오드라마' 프로그램 진행
	충남(서천)	10.4~10.8	청소년, 청년층이 자신의 힘듦에 대해 이야기하고 이해해달라는 메시지를 확대하는 "힘든 나를 이해해줘" 챌린지 진행
	전남(무안)	10.15	대학교를 찾아가는 이동 상담실 '터치 마인드' 운영
	전남(해남)	10.6~10.7	코로나 우울 극복을 위한 온라인 마음건강 프로그램 '코로나 19 극복 한마음 힐링 프로그램' 운영
	경북(경주)	10.7	코로나로 인해 힘든 청년들을 위한 힐링캠프 '청년마음보듬 캠프'
경북(영천)	10.4~10.17	정신건강 사각지대 계층을 위한 이동상담 "찾아가는 마음사랑방" 운영	

단계	지역	날짜	프로그램 설명
<b>[3단계]</b> 전문가 찾아가기 (상담·치료 연계)	부산(해운대)	10.14~10.15	찾아가는 심리지원 서비스 “마음우체국”을 통해 정신건강검사, 심리지원상담, 스트레스 측정, 정신의료기관 연계 등 시행
	대구(남구)	10.7, 10.15	우울·스트레스 검사, 정신과 전문의 심리상담 등을 실시하는 “코로나 싸늘이! 남구 심리 방역차!” 운영
	광주	10.4~10.17	‘마음건강주치의’ 정신건강상담 서비스를 홍보하고 정신건강 전문의를 통한 정신건강상담 실시
	대전(유성)	10.4~10.17	정신건강상담 “마음청진기” 프로그램을 운영하여 주민이 선택한 날에 전문가 대면상담 진행
	경기(고양)	10.4, 10.17	정신과 전문의 상담 및 스트레스 측정검사를 찾아가는 정신건강 상담소 “토닥토닥버스” 운영
	충남(금산)	10.4~10.17	무인 정신건강검사기 검사자 중 정신건강 고위험군을 심리상담 치료로 연계하는 “33-55, 마음위로 희망위로” 프로그램 진행
<b>[4단계]</b> 함께 극복하기 (사회적 연대 강화)	서울(성동)	10.8	정신건강 전문가와 함께하는 힐링콘서트 “무엇이든 물어보살” 개최
	서울(금천)	10.4~10.17	정신건강의 날 캠페인 “괜찮지 않아도 괜찮아!” 실시
	대구	10.5	정신건강의 날 표창 및 토크콘서트 등 ‘2021 대구 정신건강 한마당’ 행사
	대구(동구)	10.4~10.17	정신질환 인식개선을 위한 “편견을 넘어 이해로” 캠페인
	인천(미추홀)	10.7.	누구나 겪을 수 있는 정신건강문제를 주제로 즉흥연극 영상을 상영하는 비대면 연극제 “별별고민 이야기 마당” 개최
	광주	10.1~10.31	코로나 우울예방을 위한 온라인 정신건강 문화행사(온라인 강연, 13개 정신건강테마 정보.체험관 등) “금쪽같은 내 정신건강” 진행
	대전	9.30~10.30	정신건강의 날 기념 온라인 박람회 “마음의 문을 두드립니다. 마음 똑똑, 정신건강의 집”(정신질환 정보제공, 정신건강 공모전 작품 전시 등) 진행
	세종	10.1~10.20	시민참여형 공모전 “코로나 끝나면 뭐할래?” 세종시민 대상 코로나19 극복을 위한 문구 공모 이벤트, 참여자 정신 건강선별검사 및 홍보품 제공
	세종	9월~12월	국립세종수목원을 활용한 시민 심리회복 행사 “힘내자, 치유하자 세종” 개최
	경기(수원)	10.4~10.17	정신적 어려움을 극복한 위인들의 이야기와, 위인을 통해 살펴보는 성격강점 등 정신건강 인식개선을 위한 영상을 홍보하는 ‘마음여행전’ 진행
	전남	10.7	전남 22개 시군정신장애인과 함께하는 ‘전남 정신건강 화합한마당’ 등 정신건강의 날 기념 행사
경남	10.8~10.29	정신건강의 날 기념 경상남도 온라인 문화예술제(정신건강연극 상영, 회복수기 스토리텔링 음악콘서트 등) 개최	

붙임3 민간 정신건강 홍보주간 주요 프로그램			
분류	단체	날짜	프로그램 설명
당사자 단체	안티카	10.4.~10.10. 10.8.~10.9.	· 정신질환 당사자 창작문화예술단으로서 정신건강 인식개선 주간에 매드 프라이드(10.4.~10.10), 매드 영화제(10.8.~10.9.) 등 문화행사 개최
	장애와인권 ‘파도손’	10.4.~10.10.	· “희망의 이름으로, 정신장애인 동료상담가” 개최
	송파정신장애인 동료지원센터	10.7.	· 2021 정신건강의 날 기념행사 “희망의 이름으로, 정신장애인 동료상담가” 개최
의료계	대한정신건강 재단	10.4.~10.8.	· 코로나 우울 극복과 일상 회복을 위한 정보전달을 목적으로 ‘온라인 정신건강 강연회’ 개최
	대한심경정신 의학회	10.4.~12.31.	· 마음의 거리를 가까이 이어주는 다양한 정신질환 정보와 정신건강 콘텐츠를 제공하는 ‘온라인 정신건강 축제’ 개최
정신재활 시설	한국정신재활 시설협회	10.15.	· 정신건강전달체계 개선을 논의하기 위한 추계전국대회와 협회 내 당사자연구네트워크가 주관하는 편견차별 해소 대회 진행
	송파어우리기 송파정신장애 인사회통합추 진연대	10.8.	· 정신적인 어려움을 경험하는 사람들과 조력자들이 함께 모여 정신건강의 중요성을 알리고 정신질환에 대한 오해와 편견을 바로잡는 ‘그들에서 우리로 캠페인’ 시행
	한울지역정신 건강센터	9.13.~10.22.	· 마음건강 이야기 공모전 ‘마음건강별 이야기 <마음별>’ 시행
	서울시영등포 아이존	10.6.	· 지역 내 학부모대상 열린강좌 “코로나19시대 우리아이 미디어 절제력 높이기”
	한마음의 집 (부산국제영화제)	10.9.	· 한마음의 집 제작 영화인 정신장애인 인권영화 ‘한 곳’ 이 부산국제영화제 ‘한국영화의 오늘’ 부문에 경쟁 상영
	아미정신건강 센터	10.6.	· 부산내 가족자조모임인 가디언스클럽 정신건강강좌 “가을 행복 콘서트 & 토크”
정신요양 시설	부산소테리아 하우스	10.8.	· 재난시대에 자기나면 살피기와 자기돌봄을 통하여 힐링을 체험할 수 있는 정신건강 인문학 강좌 개최
	자매정신요양원	10.12.	· 정신장애인의 문화·예술 활동을 지원하는 “만세 시스템즈” 프로그램 작품 전시회를 개최하고 영상 홍보 실시
	무지개마을	10.23.	· 정신건강의 날 기념 어울림 한마당을 개최하고(10.23.) 이후 정신질환에 대한 편견을 바꾸기 위한 홍보물 제작·배포
	영남정신요양원	10.1~10.14.	· ‘THE 나는 정신건강을 위한 슬기로운 가정 체험’ 진행 - 무연고 입소자를 지역사회 일반가정과 연계하여 가정을 체험하게 하고 정신장애인에 대한 이해와 편견을 해소할 수 있는 기회를 제공

붙임4

2021년 정신건강 홍보주간 대표 이미지

10월 10일은 정신건강의 날

이제는 **마음에 투자**하세요

세상에서 가장 중요한 건강 마음건강

2021년 '정신건강의 날' 기념행사 여러분을 초대합니다.

일시 : 2021년 10월 8일(금) 14:00~16:00  
 장소 : 누구나 참여가능(무료)  
 후원 : 보건복지부 후원한 콘텐츠 유통 가능  
 후원 : NCMH 유튜브 채널 \* '도움센터' 운영  
 행사명 : **10월 10일은 정신건강의 날** 정신건강 유공자 포상(행동주)

2. **지역행사** 포스터(지역별 지원)를 지원하는 유쾌한 도크스(녹화영상)

MC : 박영민, 강태민, 김민서, 김민서, 김민서, 김민서

주최 : 보건복지부, 주관 : 국립정신건강센터

<복지부 기념행사 포스터>

<지역행사 포스터>

이제는 **마음에 투자**하세요

10월 10일은 정신건강의 날

세상에서 가장 중요한 건강 마음건강

주최 : 보건복지부, 주관 : 국립정신건강센터

<웹 배너>

붙임5

2021년 정신건강 홍보주간 전용 페이지

10월 10일은 정신건강의 날

이제는 **마음에 투자**하세요

세상에서 가장 중요한 건강 마음건강

2021년 '정신건강의 날' 기념행사 여러분을 초대합니다.

일시 : 2021년 10월 8일(금) 14:00~16:00  
 장소 : 누구나 참여가능(무료)  
 후원 : 보건복지부 후원한 콘텐츠 유통 가능  
 후원 : NCMH 유튜브 채널 \* '도움센터' 운영  
 행사명 : **10월 10일은 정신건강의 날** 정신건강 유공자 포상(행동주)

2. **지역행사** 포스터(지역별 지원)를 지원하는 유쾌한 도크스(녹화영상)

MC : 박영민, 강태민, 김민서, 김민서, 김민서, 김민서

주최 : 보건복지부, 주관 : 국립정신건강센터

□ 전용 누리집(홈페이지) 구축

- 운영기간: 2021. 10. 2.(토) ~ 2021. 10. 31.(일)
- 홈페이지 URL : [www.ncmh.co.kr](http://www.ncmh.co.kr)
- 운영내용: 정신건강의 날 슬로건, 전국 정신건강홍보주간 프로그램·행사 안내

□ 지역별·단체별 정신건강 홍보주간 프로그램 홍보

- 홍보내용: 정신건강 홍보주간 동안 진행되는 프로그램 및 행사  
 - 국립정신병원, 지자체, 유관기관, 당사자 및 가족단체 등 주관
- 홍보방식: 홈페이지 게시, 홍보포스터 활용(전국 지도), 프로그램 목록피알(예정)