



강북구 가족센터

GANGBUKGU FAMILY CENTER  
강북구 가족센터



강북구 1인가구지원센터  
Gangbuk-gu Single-person Households Support Center

2026년 강북구 1인가구 지원사업

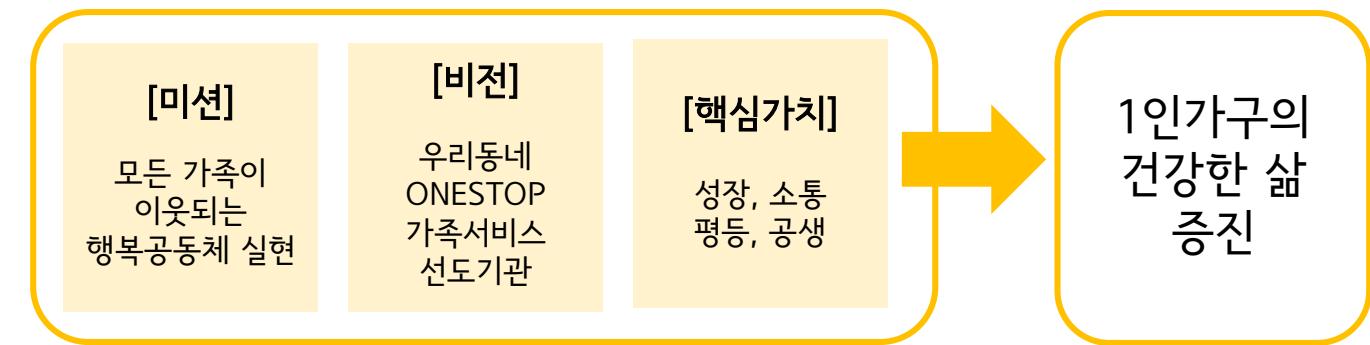
# [세대별 특성에 따른 맞춤형 1인가구 지원 프로그램 제안]

부제: 외로움·고립 예방을 위한 예방중심 통합 지원 모델

-강북구 1인가구지원센터-

## ◆ 강북구1인가구지원센터 소개

본 센터는 건강가정기본법 서울특별시 사회적 가족도시 구현을 위한 1인가구지원 기본 조례에 의거하여 증가하는 1인가구의 일상 안정과 사회적 참여를 지원하는 지역기반 전문기관입니다.



### 이용대상

만 19세~67세  
서울 생활권  
1인가구 누구나

### 운영시간

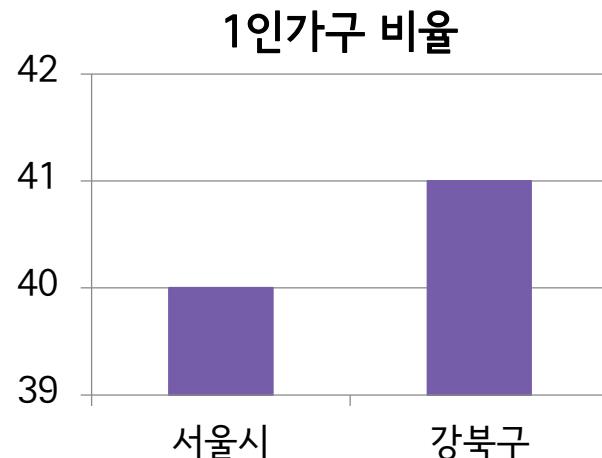
월-금  
(09:00-18:00)

### 센터주소

서울시 강북구  
덕릉로28길 28,  
아르테가수유역  
오피스텔 2층

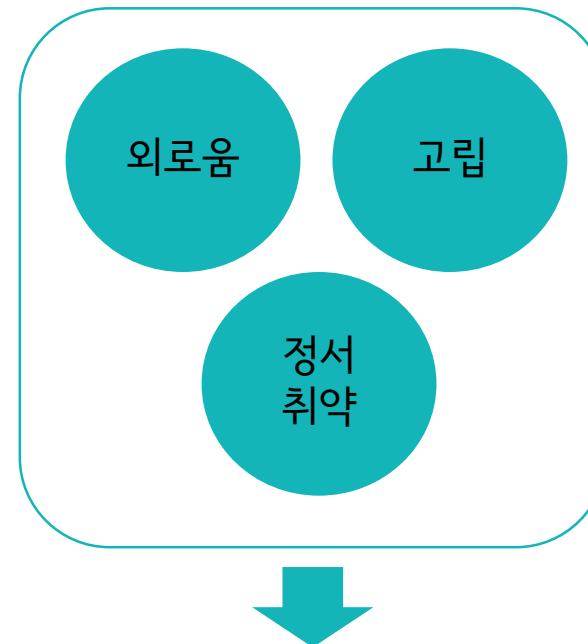
## ◆ 사업 추진 배경 및 정책 환경

### 1인가구의 지속적인 증가



서울시 전체 가구 중 1인가구 약 40%  
**강북구 1인가구 비중 41% 이상**

### 1인가구의 위험



### 서울시 정책 방향

- 취약 1인가구 중심
- 예방 조기개입 강화

## ◆ 지역특성과 대상자 분석

### 강북구 청년 1인가구 주요특성

- 주거 이동성 낮은 정착형 청년 다수
- 외로움 인식은 있으나 위기감은 낮음

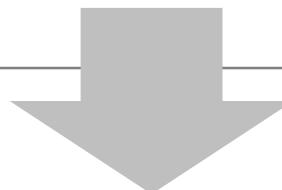
### 강북구 중장년 1인가구 주요특성

- 장기 1인가구 생활로 사회적 관계망 축소 누적
- 생활 및 건강위험의 구조적 취약
- 외로움·고립 장기화



### 공통 특성

- 위급 시, 도움 부재
- 경제적 부담
- 식생활 및 일상관리 문제



외로움·정서취약 수준에 따라 일반 및 취약 1인가구를 구분  
상담+교육·여가문화+사회적관계망지원을 연계한 예방중심 지원 체계 구축

## ◆ 사업 개요 및 사업 운영모델

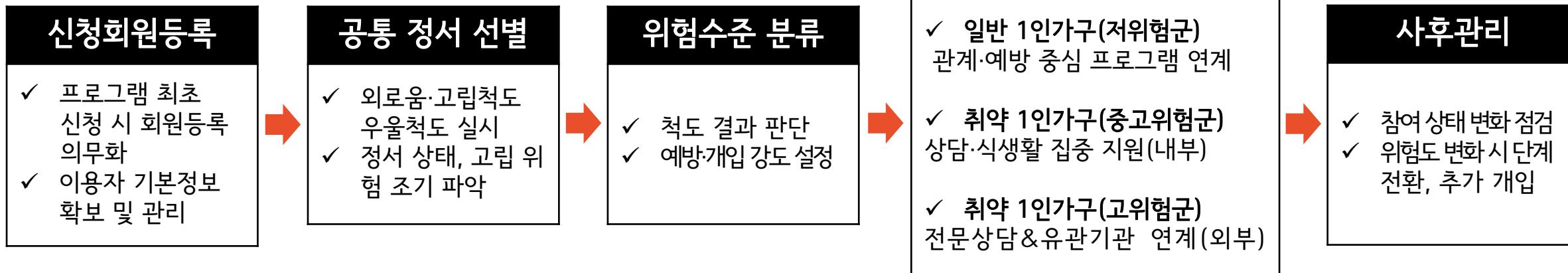
### ● 목적 및 진행방향

증가하는 1인가구의 세대별·위험수준별 특성을 고려하여 정서적 안정과 일상생활유지를 지원하고 외로움·고립 등 사회적 위험을 예방함으로써 1인가구의 안정적인 삶의 기반을 강화하고자 함.



일반 1인가구	취약 1인가구
예방·보편 서비스	집중·통합관리

### ● 운영 프로세스(단계별)



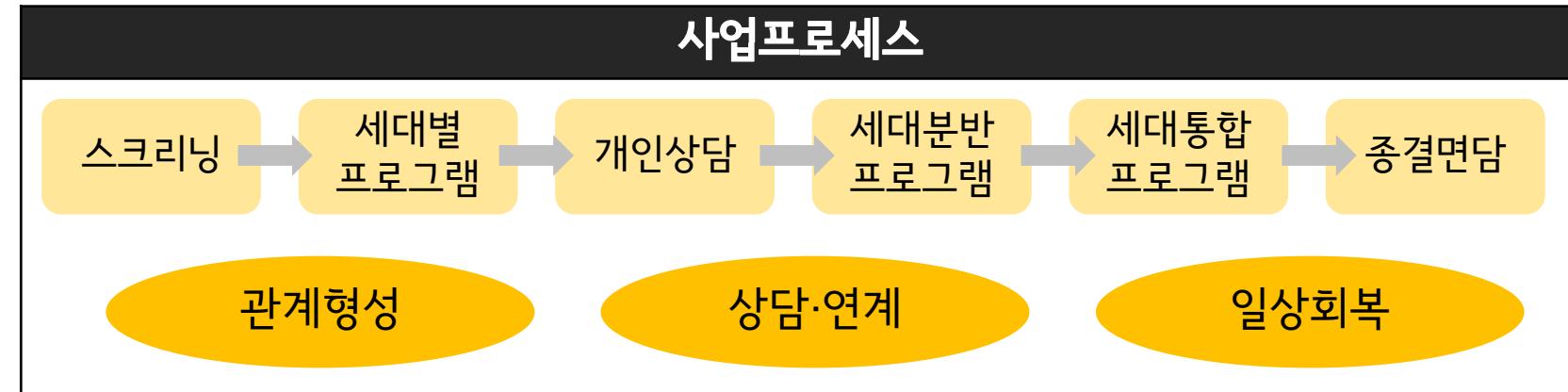
## ◆ 주요 프로그램 구성(중점사업)

정서취약 1인가구 일상회복 맞춤형 프로그램-일인일상

위기 이전 단계의 취약 1인가구의 외로움·정서취약을 조기에 발견하여 정서·관계·일상을 통합적으로 회복시키는 강북구 1인가구 중점사업입니다.

차별성	단회성 지원X 과정형 개입	프로그램 분절X 상담·관계·일상 통합	위기발생 후X 위기 이전 예방 개입
-----	-------------------	-------------------------	------------------------

추진배경
-강북구의 높은 1인가구 비중 -장기 거주 1인가구 높음 -외로움·고립·정서취약이 누적 되며 쉬운 구조 -단편적 프로그램이 아닌, 지속개입형 지원 필요



추진성과

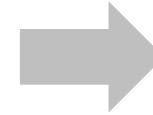
✓서울시 수기 공모 수상 ✓높은 참여 지속도 ✓정서·관계 회복 성과



## ◆ 주요 프로그램 구성(1인가구사업)

일반 1인가구

취약 1인가구



세대별, 위험수준별 1인가구를 선별하여  
예방 중심으로 지원하는 통합 1인가구 지원체계

중점	취약1인가구 지원사업	정서·관계·일상을 통합적으로 회복하는 과정형 집중 지원
	상담사업	정서취약 조기 선별과 위기 이전 개입을 위한 전문 상담 지원
기본	교육 및 여가문화	일상관리·자기돌봄 인식 형성을 통한 예방 중심 생활 역량강화
	사회적관계망지원	지속적 만남과 공동 활동을 통한 관계 형성 및 고립 예방

## ◆ 주요 프로그램 구성(1인가구사업)

### 상담 사업

개인상담 청년/중장년 1인가구	집단상담 청년/중장년 1인가구	일인일상 청년/중장년 1인가구
생애주기별 1인가구 대상으로 전문상담사를 통한 개인상담, 심리검사 실시 및 해석 진행 (※매주 화요일 야간상담, 토요 상담 운영)	세대 특성에 맞춘 표준화된 심리검사 및 심리극을 활용한 청년 및 중장년 1인가구 집단상담 운영	심리,정서,사회,경제 등 다양한 상황의 취약 1인가구를 위한 일상회복 통합 프로그램 운영 (※7개월 장기 과정)

### 교육 및 여가문화

관계증진 청년 1인가구	자기돌봄 청년/중장년 1인가구	생활밀착형 프로그램 중·장년 1인가구	경제교육 청년/중장년 1인가구	자치구 맞춤형 청년 1인가구
생애설계 교육, 생활용품 만들기 및 요리 체험	스트레스 조절 및 정서 조정 교육 진행	친환경 물품 제작 및 친환경 교육	일상생활과 밀접한 금융·경제 영역 중심 금융 교육	집수리 및 주거 관리 교육, 정서 교육을 통합 운영

### 사회적 관계망

뿌꾸동아리 청년 1인가구(4그룹)	우리동네보물지도 중장년 1인가구(2그룹)	야외문화과학체험 중장년 1인가구	식생활돌봄사업 중장년 1인가구	행복한밥상 중장년 1인가구
관심사(주제) 기반 모집 및 동아리 운영	사회적 연대성 기반 동아리 운영	서울시 내 명소기반 체험활동	반찬지원 및 건강정보 교육 통합돌봄사업	요리실습 교육 및 소통활동

### 협력 기대효과

1인가구지원센터와 기관과의 협력을 통해

- ① 외로움·고립 예방을 위한 조기 개입 효과
- ② 대상자 특성에 따른 맞춤형 지원 실현
- ③ 중복 서비스 예방을 통한 사례관리 부담 완화
- ④ 정책 연계형 우수사례 확보
- ⑤ 지역사회 돌봄 안전망 강화

실질적 운영 효과를 기대할 수 있음.

본 사업 협력을 통해  
고위험 1인가구를 조기에  
의뢰·연계하고,  
단독 개입의 한계를 보완하며  
사례관리 부담을 완화할 수 있음.

#### ◆ 주요 프로그램 구성(1인가구사업)



## 작년 1인가구지원센터 성과

실적

975회기  
2,655명

참여자



2024년  
서울시 1인가구지원사업  
참여수기 공모전  
**‘대상 수상’**



2025년  
서울시 1인가구지원사업  
참여수기 공모전  
**‘최우수상  
우수상  
장려상 수상’**

## 1인가구사업 홍보활동

홍보매체



싱글벙글 홈페이지



강북구 1인가구지원센터  
카카오채널



강북구1인가구지원센터  
인스타그램

뉴스레터



**“현장 성과와 소통 기반을 갖춘  
1인가구 전문기관”**

이러한 성과와 홍보 기반을 바탕으로,  
2026년에는 보다 체계적이고 전략적인  
1인가구 지원사업을 추진하고자 합니다.



강북구 가족센터

GANGBUKGU FAMILY CENTER  
02) 6221-0064 | 팩스 070) 7469-2568



강북구 1인가구지원센터  
Gangbuk-gu Single-person Households Support Center

**1인가구의 일상에 닿는 지원,  
함께 만들어가겠습니다.**

---

**감사합니다**

---

**강북구 1인가구지원센터**

서울특별시 덕릉로28길 28, 수유역아르테가 오피스텔 2층 전화 02) 6221-0064 팩스 070) 7469-2568 이메일 [gb1in@gbfamily.net](mailto:gb1in@gbfamily.net)

---