

1인가구 상담

갈등과 문제해결을 위해 함께 합니다.



1인가구 사회적 관계망 지원

사회적 관계망 형성·유지 및 사회 참여를 독려합니다.

- **모임 주제** 일상/여가/문화 등(예: 독서모임 등)
- **모임 요건** 1인가구 3인 이상, 월 1회 이상 정기 모임 활동
- **지원 내용** 모임 활동에 필요한 소정의 진행비(예: 재료비, 체험비 등)
- **사회적 관계망 활동 공유회** 지역 내 모임 간 교류를 통한 네트워크 형성 도모 및 성과 확산

자치구 맞춤형 프로그램



자치구 특성에 따른 자기돌봄 및 생활역량 강화

요리, 베이킹, 정리수납, 재무관리, 주거정책, 건강관리, 홈트레이닝, 소품 만들기 등

자세한 내용과 신청은
 '패밀리서울(<https://familyseoul.or.kr>)'을 참고하세요!
 ※ 자치구 1인가구지원센터에 따라 프로그램 내용 및 일정 이 상이함



1인가구

One person household

혼자서 살림하는 가구
 : 1인이 독립적으로 취사, 취침 등
 생계를 유지하는 가구
 (통계청-통계표준용어 및 지표)

서울시 1인가구지원센터 이용 대상



혼자 생활하는
단독 1인가구



(비혈연)타인과 함께 생활하는
동거 1인가구



가족과 떨어져 생활하는
분거 1인가구



2년 이내에 혼자 생활할 계획인
예비 1인가구

서울시 생활권자

주민등록상 거주지가 서울이거나 직장 소재지가 서울인 경우

서울시 1인가구지원센터는
다양한 1인가구 여러분과 함께 합니다!

서울시 모든
1인가구를
지원합니다.



서울시 1인가구 지원센터



교육·여가문화 프로그램

교육 및 여가 활동 참여 기회와
건강한 자립을 지원합니다.

관계증진 프로그램 슬기로운 1인생활



타인과의 소통·나눔을 통한 건강성 증진

모두의 식당 (요리)	내 00을/를 찾아서 (공예)	멋진 미래를 위한 생애설계
-------------------	------------------------	----------------------

자기돌봄 프로그램 마음근육 다지기



삶의 의미와 방향을 찾아 변화·성장

예禮 보이지 않는 것을 만든다는 것	악樂 시간의 향기	사射 나와 나의 관계에 대하여
어御 나와 남의 관계에 대하여	서書 디지털 리터러시	수數 경계를 넘어 길 떠나기

적응지원 프로그램 존중과 행복이 가득한 삶



1인가구에 대한 이해 및 적응

1인가구 바로보기	1인가구의 집	1인가구와 지역사회
--------------	------------	---------------

서울시 1인가구 지원센터

