

과천도시공사와 함께 떠나는 재미있는 도시여행

# 과천내비게이션신중년편

## · 신중년을 위한 제도 ·

01

### 안정된 경제생활 지원

- ⊕ 과천시
- ⊕ 경기도
- ⊕ 고용노동부

02

### 사회활동 교육 지원

- ⊕ 과천시
- ⊕ 경기도
- ⊕ 기타

03

### 건강한 삶 지원

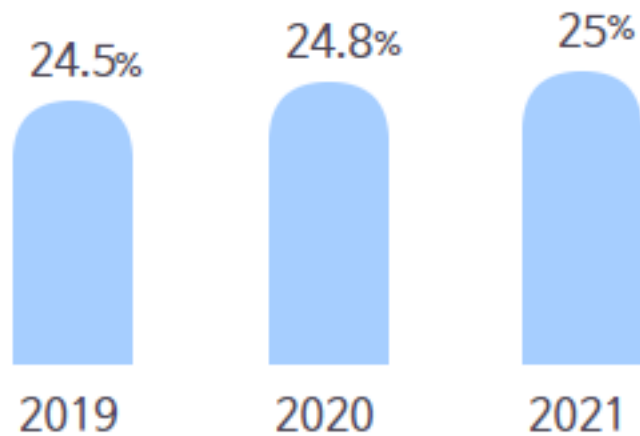
- ⊕ 과천시
- ⊕ 경기도



## 신중년

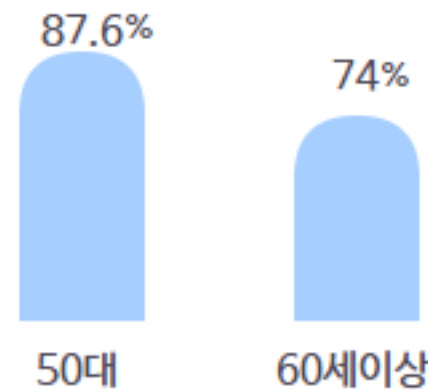
주된 일자리에서 퇴직하고 재취업 일자리 등에 종사하며 노후를 준비하는 과도기 세대(5060세대)

### 50-64세 과천 신중년 인구 비율



과천시 주민등록인구 통계(2021. 8월 기준)

### 노후준비 하고있다



2019 과천시 사회조사

### 노후준비 방법 2019 과천시 사회조사, 중복선택

50대 

- 1 국민연금 71.2%
- 2 예금, 적금, 저축성 보험 38.1%
- 3 사적연금 23.5%

60대 

- 1 예금, 적금, 저축성 보험 45.7%
- 2 국민연금 43.4%
- 3 부동산 운용 30.5%

# 일자리지원과천시

## 과천 신중년통합지원센터

상세내용 알아보기 

생애설계와 경력개발 등 과천시 신중년을 위한 다양한 프로그램 운영

### 주요 프로그램

프로그램명	주요내용	대상
4060 취업성공 프로젝트	취업에 필요한 구직기술 및 구직 역량 강화(1:1 컨설팅)	만40세~64세
신중년 미래 新직업	생애 경력 설계전략 및 일자리 정보 탐색	만50세~64세
신중년 인재뱅크	퇴직한 신중년의 전문지식 활용 컨설팅 활동	만50세이상
중소기업 퇴직자 재취업 지원	중소기업 퇴직자의 전직지원	퇴직(예정)자
진로설계 온라인 내일 찾기	다양한 교육을 통한 신중년의 진로 설계권 지원	만50세~64세

 과천일자리 센터 02-3677-2453  **과천일자리센터**

# 일자리지원\_경기도

## 5060 퇴직자 일자리창출 지원 사업


학식과 경험이 풍부한 5060 은퇴인력의 노하우를 활용 중소기업에 분야별 맞춤 전문 컨설팅 지원

 경기도 일자리경제정책과 031-8030-2872

## 4060 맞춤형 재취업 지원

상세내용 알아보기 


40대 조기퇴직자 부터 5060까지 구직자 대상 직업능력개발훈련 등 취업 역량 강화, 컨설팅, 고용유지 지원금을 통한 취업 지원

 경기도일자리재단 중장년일자리센터 031-270-9726

## 경기도 이음 일자리 사업

상세내용 알아보기 


취업컨설팅, 역량강화교육, 직무경력형성 등을 통해 5060 중장년 근로자와 도 중소기업 매칭 사업

 경기도일자리재단 중장년일자리센터 031-270-9669

## 중장년일자리 박람회

상세내용 알아보기 

중장년 대상 입사지원, 면접 컨설팅, 자기소개서 컨설팅 등 다양한 취업관련 서비스를 제공하여 실질적 구직활동 지원

 경기도일자리재단 중장년일자리센터 031-270-9639

# 일자리지원 고용노동부

## 중장년일자리희망센터

중장년 대상 근로단계별 맞춤형 고용지원서비스 제공

생애경력설계서비스

상세내용 알아보기 

만40세 이상 재직자 및 구직자를 대상으로 생애경력을 설계하고 인생 후반부를 미리 준비할 수 있도록 지원

전직스쿨프로그램

상세내용 알아보기 

만40세 이상 퇴직(예정)자 대상 퇴직 전 준비를 통해 제2의 인생설계를 위한 전직서비스 지원

재도약프로그램

상세내용 알아보기 

교육을 통한 퇴직이후 재취업, 창업, 귀농.귀촌 등 제2의 인생 설계 지원

신중년인생3모작패키지

상세내용 알아보기 

만50세 이상 장년 대상 생애경력설계를 통해 인생 후반기 계획수립 및 경력관리, 능력개발 지원

 경기중장년일자리희망센터 031-8014-8500


 위치보기

# 교육지원과천시

## 과천 신중년통합지원센터

상세내용 알아보기 

프로그램명	주요내용	대상
스마트폰200% 활용하기	스마트폰 뱅킹, QR체크인 등 스마트폰 활용 방법 교육	만50세~69세
신중년컴퓨터활용능력 교육	사무행정처리 능력 향상을 위한 문서작성 교육	만50세~64세

 과천 신중년통합지원센터 02-3677-2453

## 과천시 평생학습포털

상세내용 알아보기 

시 평생학습센터 및 유관기관에서 운영하는 강좌 관련 정보  
(분야별, 연령별, 시설별) 제공 및 수강신청 지원

### 주요 프로그램

프로그램명	주요내용	대상
과천아카데미	다양한 분야의 전문가 강연을 통한 새로운 지식습득 기회 제공	과천시민누구나
5060 인생이모작 프로젝트	5060 신중년 세대 은퇴 후 생활 지원 프로그램	만45세 이상


 과천시 평생학습센터 02-3677-2931

# 교육지원경기도

## 중장년 행복캠퍼스

상세내용 알아보기 


50~64세 중장년 대상 종합상담, 재사회화 및 취·창업 교육, 노후준비 지원 등 다양한 무료 교육 프로그램 운영

 경기도 노인복지과 031-8008-2633

## 경기도 생활기술학교

상세내용 알아보기 


5060 신중년 대상 노후 준비 및 지속적 사회 참여 확대를 위한 소양교육, 생활기술교육, 취·창업 기회 등 지원

 경기도 평생교육과 031-8008-4589

## 경기도 평생학습포털 '지식(GSEEK)'

상세내용 알아보기 

경기도민 대상 외국어, IT, 자기개발, 생활취미, 인문소양 등 8개 분야 1,500여개 온라인 교육 콘텐츠 무료 제공

 학습지원센터 1600-0999

# 교육지원기타

## 국가평생학습포털 늘배움

상세내용 알아보기 

모든 국민이 언제, 어디서나 원하는 평생학습을 할 수 있도록  
전국에 산재되어 있는 평생교육정보, 학습 콘텐츠 등 모아서 제공

 국가평생교육진흥원 02-3780-9958

## 한국형 온라인 공개강좌 K-MOOC

상세내용 알아보기 

온라인을 통해 누구나, 어디서나 원하는 강좌를 무료로 들을 수 있는  
온라인 공개강좌 서비스

 K-MOOC 1811-3118





## 과천시 보건소

프로그램명	주요내용	비고
체성분·체력검사	체성분 검사 및 체력검사 후 운동상담 지원	상세내용 알아보기
건강운동교실	만성질환 및 근골격계 질환 예방 운동교실	상세내용 알아보기
금연클리닉 운영	금연지원서비스 제공을 통한 금연실천 유도	상세내용 알아보기
자가건강 체크리스트	니코틴의존도, 알코올중독, 스트레스 수준, 비만도 측정을 통한 자가건강 체크	상세내용 알아보기

 과천시 보건소 02-502-5001

## 경기도 중장년 마음돌봄 전화상담

상세내용 알아보기 

50세이상 65세미만 대상 중장년이 겪는 갈등, 우울, 관계 향상을 위한  
전문 심리상담 지원

 경기도 노인종합상담센터 031-269-5064