

# 노인 삶의 질 향상을 위한 옥수수 치유농업 프로그램

## □ 배경 및 필요성

- 강원특별자치도 대표작물 「옥수수」를 활용한 치유농업 프로그램 개발을 통한 옥수수 신수요 창출 및 농업자원을 활용 대국민 서비스 강화
  - 2025년 초고령사회(65세 이상 인구비중 20% 이상)로 진입으로 노인을 대상으로 한 치유농업 프로그램 개발 필요

## □ 정보 내용

- 옥수수 치유농업 프로그램 주요활동 : 12회기(회기별 2시간)

활동명	주요활동	활동명	주요활동
1. 사전준비	·사전측정 : 인지, 우울, 삶의 질, 고독감, 스트레스 ·대상자 특성 파악 및 활동 선호도 조사	7. 똑똑	(재배) 인지건강에 좋은 식물들 심어보기 (음식) 옥수수술빵
2. 시작의 설레임	(음식) 자색옥수수차 마시며 인사하기 (재배) 옥수수 종자 파종 및 육묘	8. 기다림	(신체, 인지) 농장산책, 옥수수 변화 관찰 (인지) 알곡으로 촉감놀이 : 알곡+천궁죽옥
3. 아가야 잘 자라라	(감각자극) 옥수수알곡 촉각놀이 (재배) 옥수수 육묘상 물주기, 싹 관찰하기	9. 사랑 이야기	(인지) 암꽃, 수꽃 관찰 (재배) 추비주기(2차) : 커져라, 이삭!
4. 추억 나누기	(인지) 옥수수 관련 추억 이야기 나누기 (공예) 옥수수 표찰만들기	10. 이삭 살펴보기	(인지) 이삭이 잘 달리는지 관찰 (재배) 잡초야 가라, (음식) 옥수수피자 만들기
5. 땅에 심어 보기	(재배) 옥수수 묘종 땅에 심기 (음식) 옥수수범벅	11. 수확의 즐거움	(재배) 찰옥수수 수확하기 (공예) 옥수수로 해바라기꽃 만들기
6. 싹쑥 키우기	(재배) 추비주기(1차): 싹쑥 키켜라 (음식) 옥수수 올챙이국수	12. 나에게 주는 사랑	(재배) 자색옥수수, 팝콘옥수수 수확하기 (상장) 서로 격려하며 상장 수여 ·사후측정 및 참여자 만족도 조사

- 옥수수 치유농업 프로그램 효과
  - 긍정요인 : 인지 10%, 삶의 질 19% 향상
  - 부정요인 : 우울감 51%, 고독감 26%, 스트레스 20% 감소

## □ 파급효과

- 치유농업 자원으로 옥수수 활용으로 신제품 홍보 및 신수요 창출
- 옥수수 치유프로그램을 통한 노인 삶의 질 향상



## 세부 연구결과

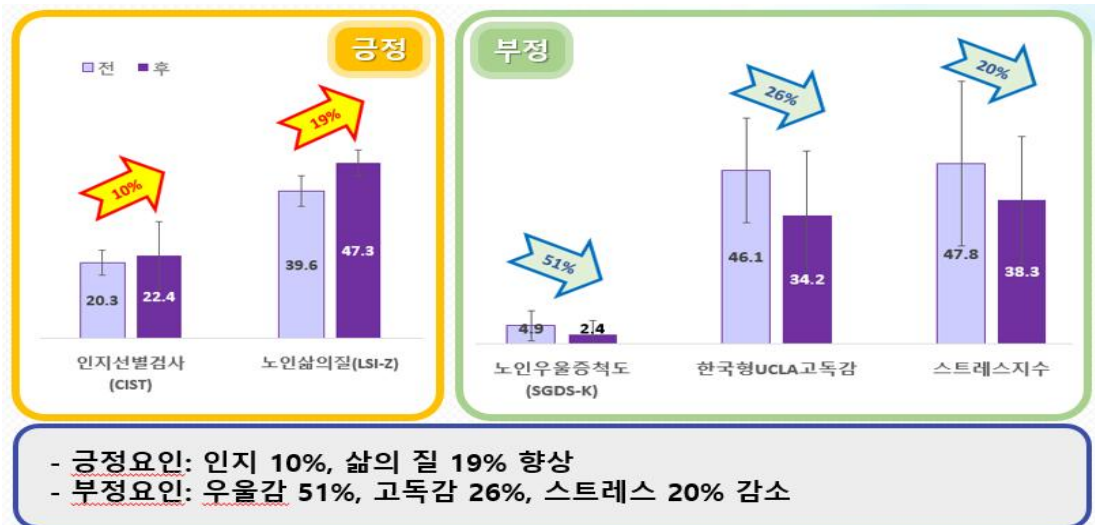
### ○ 노인대상 옥수수 치유프로그램 주요활동

회기	날짜	활동명	주요활동
1	4. 18.	사전준비	- 농장활동 사전 설명 - 농장산책: 농장자원 둘러보기 - 사전측정: 척도지(인지, 우울, 삶의 질, 고독감), 유비오맥퍼(스트레스) - 대상자 특성 파악 및 활동 선호도 조사 설문지
2	4. 25.	옥수수 시작의 설렘	- (음식) 자색옥수수차 마시며 인사하기 - (인지) 다양한 종자 관찰하고 심을 품종 선택하고 이름 쓰기 - (재배) 옥수수 종자 파종 및 육묘 ※ 재배 활동 전/후 몸풀기 체조 실시
3	5. 2.	아가야 잘 자라라	- (감각지각) 옥수수알곡 촉각놀이 ※ 알곡통에서 손으로 만져서 바둑알 찾기 → (게임) 누가 먼저 찾나? - (재배) 옥수수 육묘상 물주기 ※ 파종 육묘 한번 더 하기: 정식 적기 맞추기 - (인지) 옥수수 싹 관찰하기 → 몇 개가 올라왔나? 세어보기
4	5. 16.	추억 나누기	- (인지) 옥수수 관련 추억 이야기 나누기 ※ 어릴 때 먹었던 음식, 관련 경험 등, 다음 주에 먹을 범벅에 대하여 예고 - (재배) 옥수수 물주기 및 관찰하기 ※ 상토에 수분이 많은지 적은지 관찰하고 물주기 ※ 포장에 심을 적기에 대해 설명(앞 3.5개) - (공예) 옥수수 표찰만들기
5	5. 23.	땅에 심어보기	- (인지) 농장 산책하며 다양한 식물들과 인사 ※ 식물 관찰하고 이름을 알아보기 → 게임: 식물 이름 맞추기 - (재배) 옥수수 묘종 땅에 심기 - (음식) 옥수수범벅
6	6. 20.	우리 아이 쑥쑥 키우기	- (인지) 농장산책 및 농장 변화 이야기 - (재배) 추비주기(1차): 쑥쑥 키켜라 - (음식) 옥수수 올챙이국수
7	6. 27.	뚝뚝	- (인지) 인지에 좋은 식물 알아보기 - (재배) 인지기강에 좋은 식물들 심어보기 ※ 천일홍, 금전화, 달맞이꽃, 매리골드 등 (16종 중 선택) - (음식) 옥수수술빵
8	7. 4.	기다림	- (신체, 인지) 농장산책 및 옥수수 변화 관찰 - (인지) 알곡으로 촉감놀이: 알곡 족욕 + 천궁 족욕 - (음식) 옥수수 빵튀기
9	7. 11.	옥수수의 사랑이야기	- (인지) 암꽃, 수꽃 관찰 - (재배) 추비주기(2차): 커져라, 이삭! - (이야기 나누기) 젊은 시절 추억 나누기

회기	날짜	활동명	주요활동
10	7. 25.	옥수수 이삭 살펴보기	- (인지) 이삭이 잘 달리는지 관찰 ※이삭수 세어보기, 기억하기 - (이야기 나누기) 내 옥수수 이야기 - (재배) 잡초야 가라 - (음식) 옥수수피자 만들기
11	8. 1.	수확의 즐거움	- (재배) 찰옥수수 수확하기 - (공예) 옥수수로 해바라기 꽃 만들기 I : 알곡, 포엽 준비해두기 - (음식) 찐옥수수, 옥수수차 - (이야기) 칭찬 상장 - 어떤 상을 누구에게 줄 것인가 정하기
12	8. 14.	나에게 주는 상장	- (재배) 자색옥수수, 팝콘옥수수 수확하기 - (음식) 팝콘, 자색옥수수차 - (이야기 나누기) 활동하며 좋았던 추억이야기 - (상장수여) 서로 격려하며 축하하기 - 사전측정: 척도지(인지, 우울, 삶의 질, 고독감), 유비오맥파(스트레스) - 참여자 만족도 조사

### ○ 옥수수 치유농업 프로그램 효과검증(n=9)

구분	항목	측정법	활동전	활동후	차이	증감률(%)
긍정	인지	인지선별검사(CIST)	20.3	22.4	2.1	10.3
	삶의 질	노인 삶의 질 척도(LSI-Z)	39.6	47.3	7.7	19.4
부정	우울감	한국형 노인우울증척도 단축형(SGDS-K)	4.9	2.4	-2.5	-51.0
	고독감	한국형 UCLA 고독감 척도	46.1	34.2	-11.9	-25.8
	스트레스	유비오맥파 스트레스 지수	47.8	38.3	-9.5	-19.9



옥수수연구소

담당자 : 노희선, 류시환, 남궁민, 한정현, 왕승현, 최재근, 최해림, 안용진  
(033)248-6921, nhs1002@korea.kr