

20대 혈관 관리가 평생 건강의 시작, '내 혈관 숫자'를 확인해요

- 심뇌혈관질환 예방관리주간 맞아 「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 전국 추진
- 2040세대 고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 질환 인지율이 낮아, 50대 이후 질환 발생을 낮추기 위해서는 조기 진단과 꾸준한 관리 중요

질병관리청(청장 임승관)은 심뇌혈관질환 예방관리주간(9.1.-9.7.)을 맞아 전국 지방자치단체와 함께 「자기혈관 숫자알기-레드서클 캠페인」을 실시한다.



‘레드서클(Red Circle)’은 건강한 혈관을 상징한다. 올해 ‘레드서클 캠페인’은 국민 스스로 혈압·혈당·콜레스테롤 수치를 알고 관리하도록 돕고, 특히 20대부터 혈관 건강을 관리하는 것이 중요하다는 점을 집중적으로 알린다.

심뇌혈관질환은 심근경색, 뇌졸중과 이를 유발하는 고혈압, 당뇨병 등의 선행질환을 포함하는 질환으로, 우리나라 주요 사망원인 중 하나이며, 중증 합병증으로 이어져 국민들에게 큰 질병부담을 초래하는 만큼, 조기 발견과 지속적인 치료 등 예방·관리가 무엇보다 중요하다.

* '25년 사망원인 (2위)심장질환, (4위)뇌혈관질환, (7위)당뇨병, (8위)고혈압성 질환 (국가데이터처)

** '25년 진료비 고혈압 4.5조원, 당뇨병 3.3조원(단일상병 기준 진료비 1, 2위) (국민건강보험공단)

국민건강영양조사 결과(2025년, 질병관리청)에 따르면, 지난 10년간 성인의 고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 유병률은 전반적으로 증가하는 추세를 보였다.

【고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 유병률 추이('14-'24, 단위: %)】



고혈압 유병률: 수축기혈압이 140mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90mmHg 이상 또는 고혈압 약물을 복용한 분을
 당뇨병 유병률: 공복혈당이 126mg/dL 이상이거나 의사진단을 받았거나 혈당강화제 복용 또는 인슐린 주사를 사용하거나,
 당화혈색소 6.5% 이상인 분을(공복시간 8시간 미만자 제외)
 고콜레스테롤혈증 유병률: 총 콜레스테롤이 240mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강화제를 복용한 분을(공복시간 8시간 미만자 제외)
 [출처 질병관리청, 2024 국민건강통계]

또한, 해당 질환 유병률은 50대 이후 크게 증가하여, 60대 이상 성인 2명 중 1명은 고혈압, 고콜레스테롤혈증을, 4명 중 1명은 당뇨병을 앓고 있는 것으로 나타났다.

【연령별 고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 유병률('24년)】

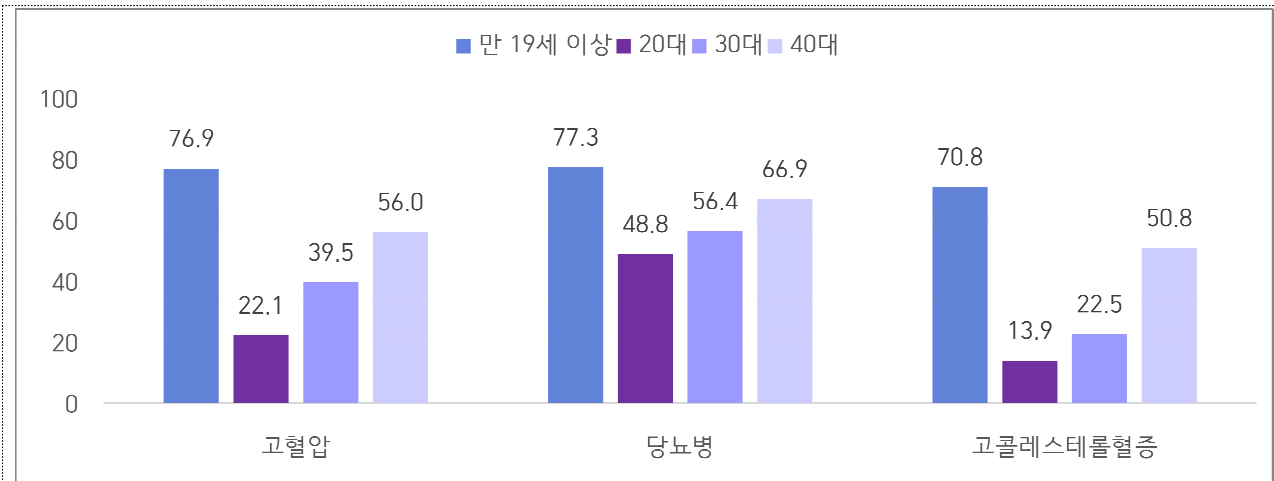
지표	만 19세 이상(전체)*	19-29세	30-39세	40-49세	50-59세	60-69세	70세 이상
고혈압 유병률(%)	22.2	3.1	9.1	20.4	34.7	51.4	65.2
당뇨병 유병률(%)	10.6	1.2	4.5	9.3	14.6	28.3	31.2
고콜레스테롤혈증 유병률(%)	23.6	6	14.3	21.3	40.3	50.8	45.6

* 2005년 추계인구로 연령표준화.

[출처 질병관리청, 2024 국민건강통계]

반면, 19세 이상 성인의 각 질환 인지율은 70% 이상이였으나 젊은 연령층에서 매우 낮아, 고혈압의 경우 20대 고혈압 유병자 중 의사로부터 고혈압을 진단받은 비율이 22.1% 수준으로 고혈압 유병자 5명 중 약 4명은 본인의 고혈압을 인지하지 못하고 있었다.

【2040세대 고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 인지율('22-'24, 단위: %)】



고혈압 인지율: 고혈압 유병자 중 의사로부터 고혈압 진단을 받은 비율

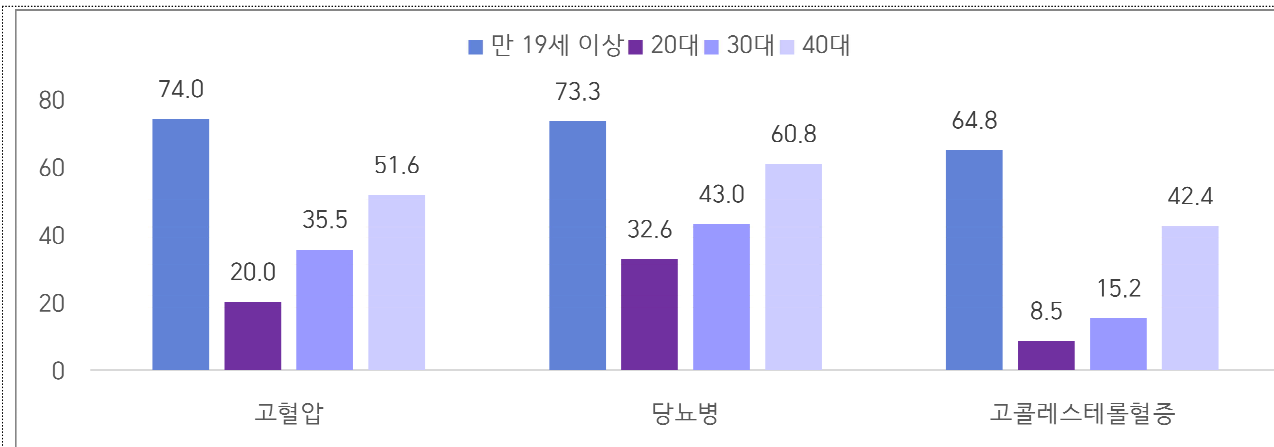
당뇨병 인지율: 당뇨병 유병자 중 의사로부터 당뇨병 진단을 받은 비율

고콜레스테롤혈증 인지율: 고콜레스테롤 유병자 중 의사로부터 고콜레스테롤혈증 진단을 받은 비율

[출처 질병관리청, 2024 국민건강통계]

질환 인지율과 유사하게 유병자의 치료율 역시 젊은 연령층에서 낮았으며, 특히 20대의 치료율은 고혈압 20.0%, 당뇨병 32.6%, 고콜레스테롤혈증 8.5%로 낮았다.

【2040세대 고혈압·당뇨병·고콜레스테롤혈증 치료율('22-'24, 단위: %)】



고혈압 치료율: 고혈압 유병자 중 혈압강화제를 한달에 20일 이상 복용한 비율

당뇨병 치료율: 당뇨병 유병자(공복혈당 또는 당화혈색소 기준) 중 현재 혈당강화제를 복용 또는 인슐린주사를 사용하는 비율

고콜레스테롤혈증 치료율: 고콜레스테롤 유병자 중 콜레스테롤강화제를 한달에 20일 이상 복용한 비율

[출처 질병관리청, 2024 국민건강통계]

질병관리청은 「심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙」 등 홍보 자료를 질병관리청 누리집에 제공하고, 국가건강정보포털에서 ‘자기혈관 숫자알기’ OX퀴즈 이벤트를 진행하여, 국민의 관심과 인지도를 높이하고자 한다.

전국 지방자치단체에서도 지역 특성에 맞는 다양한 온·오프라인 캠페인을 9월 한 달간 실시한다. 특히 2040 세대의 참여를 높이기 위해 공공장소 등을 중심으로 홍보부스와 건강캠페인을 운영하고 혈압·혈당 측정 서비스를 제공한다. 또한 TV, 라디오, 전광판 등 다양한 매체를 활용한 심뇌혈관질환 예방관리수칙 홍보도 함께 진행한다.

임승관 질병관리청장은 “심뇌혈관질환은 증상이 나타나기 전부터 꾸준히 관리하는 것이 중요하다”고 전하며, “특히, 젊은 연령층의 질환 인지율과 치료율이 낮은 만큼, 20대부터 혈압·혈당·콜레스테롤 수치에 관심을 갖고 관리하는 것이 중요하다.”라고 강조했다.

아울러, “이번 예방관리 주간을 계기로 2040세대를 비롯한 국민 모두가 자신의 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치에 관심을 갖고 건강한 생활습관을 실천해주시길 바란다”고 당부하였다.

- <붙임> 1. 「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 개요
 2. 「심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙」 포스터
 3. 「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 홍보물
 4. 「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 온라인 이벤트
 5. 「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 지자체별 시행계획

담당 부서	만성질환관리국 만성질환예방과	책임자	과 장	이연경 (043-719-7430)
		담당자	연구관	서승희 (043-719-7432)
		담당자	연구원	강지현 (043-719-7446)



□ 목적

- 혈압·혈당·콜레스테롤 수치를 알고 관리하여, 심뇌혈관질환을 예방하자는 취지에서 중앙 및 전국 지자체가 합동으로 레드서클 캠페인 추진

□ 대상: 전 국민, 특히 2040세대 중점 홍보

□ 기간: 26.9.1.(화) ~ 9.30.(수)

- 지역별·기관별 여건을 고려하여 9월 한 달간 실시하되, 9월 첫째 주*를 예방관리주간(9.1.~9.7.)으로 지정하여 집중 홍보 실시

* 백로(처서와 추분 사이의 24절기 중 하나로, 올해는 9.7.임) 전의 일주일로, 기온이 낮아지면서 심뇌혈관질환 위험이 높아지기 전, 국민들에게 관심을 당부하자는 의미로 지정

□ 슬로건: ‘자기혈관 숫자알기’

□ 주요내용

- 질병관리청은 홍보 콘텐츠 제작·배포, 지방자치단체는 지역 상황에 따라 지역사회 내 맞춤형 세부 프로그램 기획·시행
 - (레드서클존 운영) 혈압·혈당·콜레스테롤 간이 검사 체험, 질환 및 건강생활 실천 상담 등 실시
 - (건강강좌 개최) 지역주민을 대상으로 전문가를 초청하여 교육 실시
 - (생활밀착형 홍보) 전광판·대형모니터 등에 홍보 콘텐츠 송출 등

□ 포스터(자기혈관 숫자알기, 9대 생활수칙)

○ 질병관리청 누리집(<https://www.kdca.go.kr>)

- 알림자료 > 홍보자료 > 홍보지(2026년 레드서클 캠페인 홍보 KIT)

질병관리청 1339

자기혈관 숫자알기

레드서클 Campaign

오늘 숫자 확인했어요?

20대부터 시작하는
혈압·혈당·콜레스테롤 관리!
우리 모두 건강 동행!

자기 혈관 숫자 알기	정상 혈압	정상 혈당	정상 콜레스테롤	
	수축기 120mmHg 미만 이완기 80mmHg 미만	공복 혈당 100mg/dL 미만	총 콜레스테롤 200mg/dL 미만	



심뇌혈관질환
예방관리를 위한

9대 생활수칙



담배를 피우지
않습니다.



술은 가급적
마시지 않습니다.



적당량의 음식을 규칙적으로,
골고루, 짜지 않게 먹고,
통곡물, 채소, 콩, 생선을
충분히 섭취합니다.



규칙적으로 매일 30분 이상
운동하고 오래 앉아서
생활하는 시간을 줄입니다.



적정한 체중과
허리둘레를 유지합니다.



스트레스를 잘 관리하여
즐거운 마음으로
생활합니다.



정기적으로
혈압, 혈당, 콜레스테롤
수치를 측정합니다.



고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증
환자는 생활습관을 개선하고
약물치료 등 적절한 관리와
치료를 꾸준히 받습니다.



뇌졸중, 심근경색증의 응급증상을 미리 알아두고
응급 상황이 발생하면 즉시 119를 부릅니다.



**자기 혈관
숫자 알기**

정상 혈압
수축기 120mmHg 미만
이완기 80mmHg 미만

정상 혈당
공복 혈당
100mg/dL 미만

정상 콜레스테롤
총 콜레스테롤
200mg/dL 미만



□ 카드뉴스

○ 질병관리청 누리집(<https://www.kdca.go.kr>)

- 알림자료 > 홍보자료 > 홍보지(2026년 레드서클 캠페인 홍보 KIT)

자기혈관 숫자알기

오늘 숫자 확인했어요?

20대부터 시작하는 혈압·혈당·콜레스테롤 관리!
우리 모두 건강 돌볼게!

1 나도 이미 고혈압 환자?

국민(만 19세 이상)의 3명 중 1명은 고혈압 환자

고혈압 환자 4명 중 1명은 자신이 고혈압 환자라는 것을 모름

고혈압 환자 4명 중 1명은 치료를 받고 있지 않음

고혈압 환자 5명 중 2명은 혈압이 잘 조절되지 않고 있음

만 19세 이상 유병률 30.7%, 인지율 76.9%, 치료율 74%, 조절률(유병자 기준) 58.8%

3 나도 이미 고콜레스테롤혈증 환자?

국민(만 19세 이상)의 3명 중 1명은 고콜레스테롤혈증 환자

고콜레스테롤혈증 환자 3명 중 1명은 자신이 고콜레스테롤혈증 환자라는 것을 모름

고콜레스테롤혈증 환자 3명 중 1명은 치료를 받고 있지 않음

고콜레스테롤혈증 환자 5명 중 2명은 콜레스테롤이 잘 조절되지 않고 있음

만 19세 이상 유병률 30.2%, 인지율 70.8%, 치료율 64.8%, 조절률(유병자 기준) 58.9%

건강한 혈관은 숫자로 확인하세요!

정상 혈압
수축기 120mmHg 미만
이완기 80mmHg 미만

정상 혈당
공복혈당 100mg/dL 미만

정상 콜레스테롤
총 콜레스테롤 200mg/dL 미만

심뇌혈관질환이란 무엇일까?

10대 사망원인 순위 및 사망률

순위	사망원인	사망률
1	악성신생물(암)	174.3
2	심장 질환	65.7
3	폐렴	59.0
4	뇌혈관 질환(중풍)	40.2
5	그 외의 질병(기타)	29.1
6	알츠하이머병	23.9
7	당뇨병	21.7
8	고혈압성 질환	16.1
9	간질환	15.3
10	폐암	15.1

심근경색, 협심증, 심부전 등 심장질환과 뇌졸중, 뇌경색 등 뇌혈관질환, 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 등 선행질환을 총칭함.

2 나도 이미 당뇨병 환자?

국민(만 19세 이상)의 7명 중 1명은 당뇨병 환자

당뇨병 환자 4명 중 1명은 자신이 당뇨병 환자라는 것을 모름

당뇨병 환자 4명 중 1명은 치료를 받고 있지 않음

당뇨병 환자 5명 중 3명은 혈당치가 잘 조절되지 않고 있음

만 19세 이상 유병률 14.8%, 인지율 77.3%, 치료율 73.3%, 조절률(유병자 기준) 39.6%

2040세대 고혈압, 당뇨병, 고콜레스테롤혈증 인지율

만 19세 이상, 20대, 30대, 40대

질환	만 19세 이상	20대	30대	40대
고혈압	76.9	22.1	39.5	56
당뇨병	77.3	48.8	56.4	66.9
고콜레스테롤혈증	70.8	13.9	22.5	50.8

*[고혈압 인지율] 고혈압 유병자 중 의사로부터 고혈압 진단을 받은 분을
[당뇨병 인지율] 당뇨병 유병자 중 의사로부터 당뇨병 진단을 받은 분을
[고콜레스테롤혈증 인지율] 고콜레스테롤혈증 유병자 중 의사로부터 고콜레스테롤혈증 진단을 받은 분을

심뇌혈관질환 예방을 위한 9대 생활수칙

더 많은 정보는 QR코드를 스캔해보세요!

- 담배를 피우지 않습니다.
- 술은 거절하거나 적당합니다.
- 적당량의 운동을 규칙적으로, 골고루, 하지 않게 하고, 물 마시기, 휴식, 등, 상신운을 충분히伸展합니다.
- 규칙적으로 매일 30분 이상 운동하고 스트레스를 해소하는 시간을 둡니다.
- 적당한 체중과 허리둘레를 유지합니다.
- 영양과 수면 관리에 신경을 씁니다.
- 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 등 질환을 정기적으로 관리하고 치료를 받습니다.
- 스트레스를 잘 관리하여 즐거운 마음으로 생활합니다.
- 뇌졸중, 심근경색의 위험을 미리 알아두고 응급 상황이 발생하면 즉시 119를 부릅니다.

□ 리플릿

○ 질병관리청 누리집(<https://www.kdca.go.kr>)

- 알림자료 > 홍보자료 > 홍보지(2026년 레드서클 캠페인 홍보 KIT)

심뇌혈관질환 예방을 위한 9대 생활수칙

레드서클

건강한 혈관은 숫자로 확인하세요!

레드서클

2040세대 고혈압, 당뇨병, 고콜레스테롤증 인자들

자기혈관 숫자알기

레드서클

심뇌혈관질환이란 무엇일까?

10대 사망원인 순위 및 사망률

1. 허혈성심장질환 179.5

2. 심장 질환 65.7

3. 폐암 55.3

4. 뇌졸중 질환 48.2

5. 고혈압 질환 23.3

6. 당뇨병 21.7

7. 고콜레스테롤증 16.3

8. 간암 15.2

9. 폐렴 13.7

10. 백혈병 13.7

나도 이미 고혈압 환자?

만 19세 이상 유병률 30.7%, 인지율 76.9%, 치료율 74%, 조절률(유병자 기준) 58.8%

나도 이미 당뇨병 환자?

만 19세 이상 유병률 14.8%, 인지율 71.3%, 치료율 73.3%, 조절률(유병자 기준) 39.6%

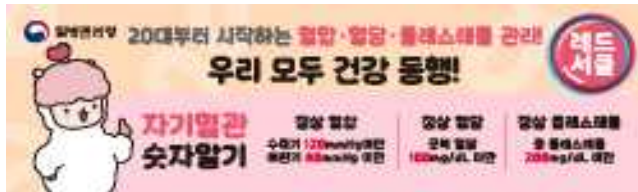
나도 이미 고콜레스테롤증 환자?

만 19세 이상 유병률 30.2%, 인지율 70.8%, 치료율 64.8%, 조절률(유병자 기준) 58.9%

□ 인터넷 배너

○ 질병관리청 누리집(<https://www.kdca.go.kr>)

- 알림자료 > 홍보자료 > 홍보지(2026년 레드서클 캠페인 홍보 KIT)



(250x80px)



(300x250px)



(700x600px)



(1500x270px)

붙임 4

「자기혈관 숫자알기, 레드서클 캠페인」 온라인 이벤트

- (이벤트명) 심뇌혈관질환 예방을 위한 자기혈관 숫자알기 이벤트
- (이벤트 기간) 2026. 9. 1.(화) ~ 9. 15.(화)
- (참여방법) 국가건강정보포털에 이벤트 참여하러 가기
- (당첨자 경품) 정답자 100명 선정/ 편의점 상품권(5,000원권) 증정
- (당첨자 발표) 2026. 9. 30. (수), 개별 안내 및 질병관리청 블로그 공지



시도	주요 장소	주요 내용
서울 특별시	구청, 광장, 대학교, 페스티벌, 복지관 등	- 캠페인 운영 · 혈압, 혈당 측정 및 자가 측정법 교육, 심뇌혈관질환 관련 톨렛 퀴즈, 건강 다짐 선언하기, 홍보물 배포 등 · 2040세대 인식 개선 홍보 · 대면 캠페인(해누리 타운, 지역 축제 연계) 혈압, 혈당 측정 및 상담 시행 - 홍보매체 운영 · 카카오톡 채널 및 알림톡, 보건소 홈페이지 배너, 관내 SNS 활용 등 - 2040 청장년층 맞춤형 프로젝트 · 찾아가는 직장터 레드서클(혈관 건강수치 측정, 결과에 따른 개별 맞춤 상담 및 보건사업 연계) · 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 야간 건강관리교실 운영 · 건강강좌 운영(심뇌혈관질환 교육) - 홍보부스 운영 · 보건소 건강관리 프로그램 및 관련 보건사업 안내, 홍보물 배포 · 혈관 건강수치 측정 및 결과상담 - 보건소 대사증후군 센터 내소자 대상 행사 · 혈압, 혈당 검사 및 측정방법 교육 · 혈압, 혈당 측정결과를 바탕으로 건강 상담 시행 · 심근경색 및 뇌졸중 조기증상 스티커가 부착된 홍보물 배포 · 1:1 만성질환예방 건강, 영양, 운동 심화 교육 시행
전남 광주 통합 특별시 (전남)	무안청사, 노인회관, 보건소, 시·군청, 복지관 등	- 매체운영 · 유튜브 채널 이용하여 자료 업로드 홍보, TV, 라디오, LED 전광판 홍보 · 보도자료 배포 및 공식 홈페이지, SNS 홍보 · 보건소, 시·군 홈페이지 팝업창 게시 · 9월 반사회보 게재 - 찾아가는 홍보부스, 캠페인 운영 · 지역행사(전어축제, 독거노인 위로잔치) 연계 캠페인 시행 · 2040 중심 관내 공공기관, 5060 갭년기 여성 심뇌혈관 건강교실 시행 · 보건소 신체활동 프로그램, 심뇌혈관질환 예방관리 정보 제공 · 혈압, 혈당, 간지 콜레스테롤 측정 및 결과상담, 응급상황 발생 시 대처요령 등 교육 - 레드서클 존 운영 · 보건소 내 심뇌혈관질환 홍보부스 운영(혈압, 혈당 수치 측정 및 상담) · 심뇌혈관질환 관련 OX퀴즈 및 홍보물 배포 · 심뇌혈관질환 예방관리 수칙 안내
전남 광주 통합 특별시 (광주)	전남대병원 강당, 보건소, 노인 요양시설, 복지센터 등	- 오프라인 합동캠페인 · 전남대병원 : 혈압 및 혈액검사 10종(기본검사), 가족성 고콜레스테롤혈증 유전자 검사(정밀검사) · 조선이공대 야외 부스 : 검진 동반 만성질환 관리 상담 시행 · 국립아시아문화전당(ACC) 재단 : 근로자 검진 통한 만성질환 관리 상담 시행 · 당뇨 합병증 참여 의료기관(21개소) 대상 자기혈관 숫자알기 주간 집중 홍보 협조 및 리플릿 홍보물품 배포 · 건강강좌 : 이상지질혈증 바로알기, 심근경색, 뇌졸중 예방관리 등 시행 - 매체 운영 · 카카오톡채널 '심뇌혈관질환예방관리사업 지원단' 채널 운영 · 청사 엘리베이터, 옥외 전광판 등 영상 송출

		· 행사 개최 관련 보도자료 배포 · 보건소 내 캠페인 영상 송출, 북소리, 반상회보 등 홍보 시행 - 찾아가는 캠페인 운영 · 행정복지센터 이용자, 2040세대 직장인, 지역주민, 6070세대 대상 혈압, 혈당 측정 및 결과상담, 홍보물 배포 등 시행
부산광역시	부산시청, 보건소 및 대학병원 등	- 합동캠페인 현장 운영 · 건강 홍보부스 운영(혈압, 혈당측정, 영양상담) · 건강상담(혈압·혈당 측정, 영양 상담 외) 동영상 상영 및 홍보용 리플릿, 물품 배포 - 매체운영 · 부산시 369개소 버스운행 정보기(전광판), 부산광역시청 청사 엘리베이터, 도로, 동아대학교병원 로비, 해운대 센텀, 서면 교차로 LED 대형 전광판을 통한 영상물 송출 · 지원단 SNS 계정(페이스북, 인스타그램) 활용 · 부산일보 모바일 배너 홍보 광고 등 - 교육 및 건강강좌 진행 · 2026년 하반기 보건전문인력 교육(동아대병원) · 해양과학기술원에서 건강강좌 시행(9.1.)
대구광역시	대구시청, 시민건강 놀이터, 대구지역 내 캠퍼스(9개교), 병무청, 약사회 등	- 2030세대 건강인식 개선 캠페인 · 현수막 및 홍보물 제작/배포, 중앙 및 지자체 개발 홍보 콘텐츠 배포 · 교내 온·오프라인 캠페인, 기타 보건소 연계 건강 캠페인, 홍보 콘텐츠 활용 - 대구·경북지방 병무청 연계 「청춘 혈관 체크 in」 · 입영 전 청년들이 자신의 건강 상태를 확인하여 인식 개선 및 건강 생활실천 유도 · 지역사회와 연계한 만성질환예방관리 프로그램 안내 · 지속적인 건강관리를 통한 안정적인 복무환경 지원 - 심뇌 건강파트너 약국 지정 및 홍보 · 심뇌 건강 파트너 약국 지정 및 전문성을 갖춘 약사의 복약지도와 연계한 심뇌혈관질환 예방관리수칙 홍보 - 「심뇌혈관질환 단디알기」 공동 캠페인 · 혈압, 혈당, 콜레스테롤 측정 및 상담 시행 · 심뇌혈관질환 조기증상 홍보, 금연 퀴즈 및 홍보 진행 · 대사증후군 홍보, 나트륨 줄이기 홍보관, 당류 줄이기 홍보관, 심폐소생술 교육 시행 · 기타 보건소 건강생활실천 홍보관(운동, 비만, 절주 등) 운영
인천광역시	인천 2호선 역사, 인천항 여객터미널, 풍물시장 등	- 레드서클 합동 캠페인 · 혈압, 혈당 측정 및 심뇌혈관질환 예방관리 교육, 건강상담 등 시행 · 이동 건강부스 운영 · 리플릿 등 홍보물 배포 - 온라인 매체 운영 · 인스타그램, 네이버 카페 등 카드뉴스를 게시하고, UCC 영상 송출하여 시민 접근성을 높이고 지속적 건강 정보 제공 · 전광판, 반상회보 등 홍보 진행 · 모바일 워크온 앱을 활용한 걷기 실천 챌린지 운영
대전광역시	복지관, 경로당, 행정복지센터 등	- 광고매체를 통한 레드서클 캠페인 홍보 · 라디오 송출을 통한 심뇌혈관질환 조기증상 안내(7.1.~9.30.) · 대학병원 대형전광판 및 미디어 게시판 송출(9.1.~9.30.) · 지역 내 전광판 송출(9.1.~9.30.) - 찾아가는 건강캠페인 운영 · 지역 내 보건소와 연계하여 혈압,혈당 측정, 리플릿 및 홍보물 배포 - 심뇌혈관질환예방관리주간 합동캠페인 운영(9.1.) · 혈압·혈당·콜레스테롤 측정 및 체성분 검사를 통한 건강상담 시행

		· 금연상담, 비흡연자 대상 폐활량테스트 및 상담, 천식 자가진단 체크리스트 시행 및 상담 진행 · 뇌졸중, 심근경색, 고혈압·당뇨병 OX퀴즈 진행 · 관련 홍보물 및 리플릿 배포
울산광역시	태화강역, 복지관, 경로당, 건강관리센터 등	- 찾아가는 캠페인 운영 · 사업장 및 주민 대상 혈압, 혈당 검사 및 심뇌혈관질환 예방관리 전문 강사 교육 진행 · 캠페인 부스 운영(OX퀴즈, 홍보물품 배포) - 매체운영 · 캠페인 홍보 현수막 게시, 보건소 누리집 홍보물 게시, 전광판 송출, SNS 홍보 활용 - 건강생활센터 대상 상담부스 운영 - 어르신 대상 심뇌혈관질환 예방관리교육 실시 · 혈압·혈당, 콜레스테롤 측정 등 기초 건강검진 실시 · 보건사업 연계 추진(합병증 예방 위한 안저검사 지원 등)
세종특별자치시	세종호수공원, 조치원우체국, 사업장 등	- 매체 홍보 · 라디오, 옥외광고, 전광판, SNS 통해 심뇌혈관질환 조기증상 홍보 및 레드서클 캠페인 홍보문구 송출 - 홍보부스 운영 · 혈압, 혈당 수치 측정 및 심뇌혈관질환 예방관리방법 홍보지, 홍보물품 배포 - 사업장 방문 교육 · 현대 L&C 사업장 대상 고혈압·당뇨병 교육, 심뇌혈관질환 예방관리 방법 리플릿 및 홍보물품 배포
경기도	도청, 군청, 보건소, 경로당, 지하철 역, 공원 등	- 홍보영상 제작 및 배포 · (동영상 제작) 혈관건강관리를 주제로 한 동영상 '오늘도 건강을 선택하세요' 제작 · (동영상 배포) 보건소와 고혈압·당뇨병 등록교육센터, 659개 사업장에 배포 - 매체 운영 · G버스 TV, 도청·산하기관 홍보용 모니터를 통한 영상 송출 - 건강강좌 개최 · 심뇌혈관질환 예방관리주간 홍보 및 3050세대 직장인 건강관리 방법 · '덜단덜짬' 캠페인 실시 및 염도 쿠키 미각테스트 체험 · 모바일 앱 활용 혈관튼튼 걷기 챌린지 운영 - 찾아가는 캠페인 운영 · 군부대, 재활병원, 대학교 등 2040세대 대상 캠페인 집중 홍보 실시 · 천일홍 축제 내 심뇌혈관질환 홍보 부스를 설치하여 혈압, 혈당 측정 및 개별 건강상담 실시 · 관내기업, 경로당, 스포츠 센터 등으로 찾아가는 캠페인 운영 · 고혈압, 당뇨병 건강교실 등 보건소 건강사업 연계 및 심뇌혈관질환 예방관리 홍보물품 배포
강원특별자치도	대학교, 사회복지기관, 병·의원, 보건소 등	- 레드서클 합동 캠페인(9.1.~9.30.) · 각 지역별 자기혈관 숫자알기 인식 향상과 관리의 중요성 설명 및 질환에 대한 인지도 조사와 홍보 진행 - 지역기관 연계 홍보 · 병·의원/약국 : 레드서클 캠페인 포스터 및 리플릿 게시 협조 · 사회복지기관 : 춘천시, 원주시, 강릉시 사회복지협의회 푸드뱅크 사업을 연계하여 복지기관으로 포스터 배포, 기관 내 게시 협조 · 대학교 : 강원대, 춘천교육대 현수막 게시 - 지역주민 대상 비대면 건강강좌 · 12개 시군 및 환자중심 중점 상담관리프로그램 참여 보건지소, 건강생활지원센터 대상으로 줌을 활용한 비대면 교육 운영 - 홍보매체 운영 · 농협 ATM 기기 자막을 활용한 슬로건 홍보(9.2.~9.8./9.22.~9.29.)

		· 전광판, LED 모니터로 레드서클 홍보 동영상 송출(9.1.~9.14.) · 2040세대 많이 모이는 장소 중심으로 현수막, 포스터, 리플릿 홍보 및 게시 - 지역 온라인 매체 활용 · 강원특별자치도 자기혈관 숫자알기 온라인 활용 홍보 및 지역신문에 게시 · 강원도민일보 건강면에 자기혈관 숫자알기 게시(2회) - 모바일 홍보(9.1.~9.30.) · QR코드 연계된 설문지 참여로 자기혈관 숫자알기에 대한 인식 향상
충청 북도	행사장, 사업장, 대학교, 복지관, 재래시장 등	- 집중 캠페인 실시 · 시군 축제 연계 캠페인(치매 극복의날, 제천국제음악영화제, 평생학습 어울림 축제, 구인, 구직 만남의 날 행사) · 홍보부스 운영(혈압, 혈당 측정 및 결과 상담, 홍보물 제공, 심뇌혈관질환 예방관리 수칙 홍보) - 찾아가는 캠페인 · 보건소 합동 캠페인, 2040세대 레드서클, 노인 대상(자기혈관 숫자알기 현수막, 배너 게시, 혈압·혈당 측정을 통해 혈관 숫자 알리기, 개별 심뇌혈관질환 교육 및 상담, 홍보물 배포) · 지역재래시장 캠페인 3040세대 대상 홍보(시장 배너 3종 게시, 인지도 조사, 홍보물품 배포, 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치 측정 등) - 매체운영 · 대중매체(TV, 라디오), 온라인 매체 캠페인 영상 송출 · 전광판, 디지털 미디어 게시대 활용, SNS(네이버 밴드, 워크온앱 등) 활용 - 건강강좌 운영(시민 대상 혈관건강 수업, 어르신 건강교실 운영, 생활터, 당뇨 교육센터 교육장 운영)
충청 남도	보건소, 권역 및 지역심뇌혈관 질환센터, 사업장 노인복지관, 시청 등	- 찾아가는 레드서클 캠페인 운영 · 혈압·혈당 측정 및 건강상담 제공, 건강퀴즈 운영, 심뇌혈관질환 예방관리 인식 제고 등 · 2040세대 대상 기초검진 측정 및 심뇌혈관질환 9대 생활수칙 교육 · 연계 캠페인(생명사랑, 한마음 치매극복 걷기) - 홍보부스 운영 · 혈압, 혈당 수치 측정 및 심뇌혈관질환 예방관리방법 홍보지 배포 - 온라인 매체 운영 · 네이버 폼 레드서클 퀴즈 캠페인 운영, SNS 보도자료 홍보, 관내 현수막 게시 및 전광판 캠페인 영상 송출, 보건소, 새울 홈페이지 홍보 - 건강강좌 교육 · 생애주기 및 대상자 특성을 고려한 맞춤형 건강 정보 제공 및 건강관리 역량 강화
전북 특별 자치도	보건소, 광장, 시청, 복지센터, 경로당 등	- 합동 캠페인 · 혈압, 혈당, 콜레스테롤 측정 및 상담, 심뇌혈관질환 관련 퀴즈 부스 운영 · 건강생활실천 안내, 금연, 절주 홍보 등 혈관건강 ON 퍼포먼스 · 심뇌혈관질환 교육 프로그램 안내 및 기관 홍보, 홍보물 제작 및 배포 - 매체 활용 홍보 · 전광판 활용하여 홍보 이미지 및 영상 송출 · 시청, 구청, 보건소 누리집 게재 홍보 · 보도자료 배포 및 현수막 설치 · 주민센터 및 관내 복지관 게시판에 홍보 이미지 게재 - 건강강좌 운영 · 고혈압 기본 이론, 영양교육 및 실습, 합병증 관리 교육 · 기초검진(혈압, 혈당 측정 등) 및 1:1 건강상담 - 찾아가는 캠페인 · 2040세대 대상 혈압, 혈당 수치 측정 및 결과 상담 · 심뇌혈관질환 예방관리 홍보물 배포

		- 레드서클 존(건강부스) 운영
경상 북도	체육관, 마을회관	- 매체 운영 · 언론홍보(신문 및 방송 광고/9-11월) · 심뇌혈관질환 예방관리 영상 송출 및 포스터 게시(청사 내 시설 활용) - 레드서클 합동 캠페인 · 자기혈관 숫자알기 홍보 및 심뇌혈관질환예방 리플릿 배포 · 체험부스 운영(혈압 측정, OX 퀴즈 등) - 레드서클 캠페인 홍보부스 운영 · 혈압, 혈당 자가 수치 측정 및 건강생활수첩 작성 배포, 심뇌혈관질환 예방 관리방법 홍보지 배포 - 레드서클존 운영 · 혈압, 혈당, 콜레스테롤 측정 및 상담 · 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 리플릿 및 자기혈관 숫자알기 홍보물 배포 - 레드서클 홍보관 운영 · 혈압, 혈당 측정 및 건강상담 · OX 퀴즈를 활용한 심뇌혈관질환 예방관리 교육 및 홍보 · 리플릿 및 홍보물품 배포
경상 남도	스마트경로당 37개소, 의료원, 복지관 등	- 매체운영 · 전광판, 현수막, 홈페이지에 자료 게시 및 송출(9월) · TV 홍보(심뇌혈관질환 예방관리 9대 생활수칙) - 합동캠페인 · 보건소 캠페인 현장 내 조기증상 OX 퀴즈 참여자 대상 홍보물품 증정 · 의료기관 연계 심뇌혈관질환 예방 캠페인 실시 - 이동상담실 및 찾아가는 캠페인 운영 · 혈압, 혈당, 콜레스테롤 측정 및 건강상담 · 9대 생활수칙 및 자기혈관 숫자알기 배너 전시 · 혈당기 대여 사업 및 보건소 상담실 운영 홍보, 홍보물 배포 · 3050세대 직장 방문 건강 상담 및 예방교육(9.2./9.9.) - 모바일 헬스케어 및 워크온 챌린지 - 레드서클 존 운영(상설, 생활터) · 혈압, 혈당 수치 측정 및 상담 · 원스톱 건강상담(상담 후 관련기관 의뢰) · 체성분 측정 및 상담 등 건강생활실천 교육
제주 특별 자치도	대학교, 우체국, 사무소, 하나로마트, 경로당, 보건소 등	- 매체 운영 · 대중매체(TV) 캠페인 영상 송출 · 온라인 매체(배너광고) 홍보 콘텐츠 · 제주 시청, 보건소 홈페이지, SNS, 전자배너 등 자기혈관 숫자알기 홍보 콘텐츠 게재 - 합동 캠페인 운영 · 자기혈관 숫자알기 홍보부스(레드서클 존) 운영 · 자기혈관 숫자알기 건강습관의 중요성 홍보 · 심근경색과 뇌졸중 전조증상 퀴즈, 인바디 측정 · 짬뽕 테스트 체험, 혈당에 좋은(안 좋은) 음식 맞추기 · 혈압, 혈당 측정 및 역량 강화 교육 - 모바일 걷기 앱(워크온)을 활용한 레드서클 걷기 챌린지 · 참여 후 7만 보 달성 시 응모 · 종료 후 추첨을 통해 지역사랑상품권 증정 - 레드서클 찾아가는 건강 부스 운영 · 혈압, 혈당 측정 및 건강부스 운영 · 심뇌혈관질환 9대 생활수칙 홍보