붙임 1 **4월 "나도 제주도민대학 강사!" 교육과정 교육생 모집 안내 공고문**

[공 고 문] (재)제주평생교육장학진흥원 공고 제 2026-56호

4월 "나도 제주도민대학 강사!" 교육 과정 교육생 모집 안내

(재)제주평생교육장학진흥원에서는 학습자 ↔ 강사 선순환 구조 기반 마련 및 전 도민 평생학습 참여기회 다각화를 위해 도민 강사 운영 과정인 **4월 "나도 제주도민대학 강사!" 교육과정**을 운영하오니 많은 관심과 신청 바랍니다.

2026년 3월 19일

(재)제주평생교육장학진흥원장

□ 운영 개요

번호	과정명	일시	시수	장소	인원	비용(원)
1	오카리나	2026. 4. 2 ~ 4. 30. 매주 목 13:00~14:30	5차시	성읍민속마을 체험공방- 몬딱뮤직	10명	0~ 23,000원
2	통증, 안녕! 부위별 힐링 운동	2026. 4. 13. ~ 4. 29. 매주 월,수 19:30~21:00	6차시	남원드림센터	10명	-
3	4060 디지털 기록법: 인스타그램과 캔바AI	2026. 4. 7. ~ 4. 23. 매주 화,목 10:00~12:00	6차시	표선면사무소	10명	-
4	다양한 툴을 이용한 굿즈 만들기	2026. 4. 3. ~ 4 24. 매주 화,금 (4/21(화)제외) 13:00-14:30	6차시	플레이웰에듀 (제주시 구좌읍)	10명	20,000원
5	나도 할 수 있다! AI로 내 가게 홍보하기	2026. 4. 7. ~ 4. 29. 매주 화(4차시만 4/29(수)) 14:00~16:00	4차시	제주평생교육 장학진흥원	10명	-
6	나 자신과 함께 하는 요가, 명상	2026. 4. 1. ~ 4. 29. 매주 수 10:00~11:30	5차시	영어교육도시사무소 3층 동아리실	10명	-
7	AI 하이브리드 북디자인 : 나만의 제주기록 수제북	2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 금 16:00~18:00	4차시	도련문화플랫폼 수작수작	10명	20,000원

번호	과정명	일시	시수	장소	인원	비용(원)
8	어우렁 덩쿵 놀아보세~	2026. 4. 8. ~ 4. 29. 매주 수 20:00~22:00	4차시	제주 한림체육관	20명	-
9	[스마트 제주] 챗GPT·제미나이로 만드는 '나만의 AI비서' 실전 과정	2026. 4. 1. ~ 4. 29. 매주 수 16:00~18:00	5차시	제주평생교육 장학진흥원	10명	-
10	영어로 떠나는 디저트 세계일주	2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 금 19:00~21:00	4차시	제주포머스 (제주시 한경면)	10명	10,000원
11	제주 바다를 담다, 일상 속 레진아트 인테리어 소품 만들기	2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 금 14:00~16:00	4차시	노꼬메공방 (제주시 건입동)	10명	50,000원
12	자연과 함께 어울려 줄기는 생활파크골프	2026. 4. 10. ~ 4. 26. 매주 금,일 9:00~11:00	6차시	노형미리내공원 파크골프장	10명	-
13	몸도 마음도 알로하 힐링댄스	2026. 4.8. ~ 4. 24. 매주 수,금 10:00~12:00	6차시	서귀포서부종합 사회복지관	10명	5,000원
14	제주올레길에 있는 유적지 탐방	2026. 4. 6. ~ 4. 27. 매주 월,금 (4/13(월)제외) 10:00~12:00	6차시	실외 현장수업 (한림읍, 애월읍, 조천읍, 구좌읍, 제주시내 등)	10명	-
15	AI에게 묻고 손으로 완성하는 코바늘 소품	2026. 4. 8. ~ 4. 24. 매주 수,금 18:00~20:00	6차시	낯섬 뜨개공방 (제주시 조천읍)	10명	-
16	제주도민을 위한 재미있는 합창교실	2026. 4. 2 ~ 4. 23. 매주 목 18:00~20:00	4차시	제주평생교육 장학진흥원	10명	-
17	시니어를 위한 AI 생활해결 실습 교실	2026. 4. 2 ~ 4. 29. 매주 수(1차시만4/2(목)) 14:00~16:00	5차시	제주평생교육 장학진흥원	10명	-
18	AI 시대의 건강관리	2026. 4. 1 ~ 4. 29. 매주 수 16:00~18:00	5차시	한림읍주민자치센터	15명	-

1. 오카리나

○ 교육일시: 2026. 4. 2 ~ 4. 30. 매주 목 13:00~14:30

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 윤소은

○ 교육장소: 성읍민속마을체험공방-몬딱뮤직 (서귀포시 표선면 성읍리 843-1)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 이름: 윤소은 · 주요이력 - 음악교육석사/ 중등정교사1급/ 보육교사2급/ 음악심리상담사1급 - 제주교육청예술프로그램강사/ 몬딱뮤직체험공방대표
제안배경	1인1악기 시대에 오카리나는 휴대성이 좋으며 흙으로 빚은 악기라 자연과 어울리는 소리를 가지고 있습니다. 소리의 울림도 좋은 악기입니다. 혼자가 아닌 함께 연주 활동을 하고 싶습니다. 소외지역에서 활발한 음악 활동을 함께 하고 싶습니다.
교육대상	오카리나를 연주하고 싶은 성인 도민 누구나
교육목적	오카리나를 배워 연주 활동을 함께 한다.
교육 준비물	· 개인별 준비물: 개인오카리나 또는 오카리나 구매비용 23,000원

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 2.(목)	오카리나 연주에 필요한 악보를 읽기	악보의 궁금증 해결하고 계이름 읽기	기초이론
2	4. 9.(목)	오카리나의 운지와 텅잉, 호흡법 익히기	운지와 텅잉, 호흡법 배우기	운지,텅잉,호흡법
3	4. 16.(목)	오카리나를 연주하기(1)	곡연습(라이브 반주에 맞추기)	연주
4	4. 23.(목)	오카리나를 연주하기(2)	곡연습(MR에 맞추기)	연주
5	4. 30.(목)	음악회를 통한 자존감 키우기	우리끼리 음악회	음악회

2. 통증, 안녕! 부위별 힐링 운동

○ 교육일시: 2026. 4. 13. ~ 4. 29. 매주 월, 수 19:30~21:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 양소정

○ 교육장소: 남원드림센터 1층 마음키움실1,2 (서귀포시 남원읍 남원회관로28)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 서귀포시 공공산후조리원 산후체조 강사 - 물리치료사, 생활체육지도자, 인강공학기사 - 공공기관 강의 다수
제안배경	임상 현장에서 잘못된 생활 습관이나 적절한 운동관리의 부족으로 인해 통증 조절이 힘든 경우를 많이 봐왔습니다. 이러한 문제를 개선하고자 부위별 강화 및 이완 운동법을 체계적으로 제공하고자 합니다.
교육대상	운동관리를 희망하는 누구나
교육목적	스스로 신체를 돌보는 방법 익히기
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0 원) · 개인별 준비물: 없음

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 13.(월)	뻐근한 목 부드럽게 만들기	- 목척추 정렬과 긴장패턴 이해 - 목 주변 근육 스트레칭 및 가벼운 움직임 운동	강의 실습 피드백
2	4. 15.(수)	어깨 가동성 회복하기	- 어깨 관절 움직임 제한 원인 이해 - 견갑.상완리듬 운동, 회전근개 강화 운동	
3	4. 20.(월)	저린 팔에 감각 되찾기	- 대표적인 상지 신경 주행경로 기초 이해 - 상지 신경 스트레칭	
4	4. 22.(수)	허리 바로 세우기	- 골반 정렬과 코어 근육의 역할 이해 - 호흡을 활용한 코어 안정화 운동	
5	4. 27(월)	다리의 무거움 덜어내기	- 대표적인 종아리 통증유발점 이해 - 하체 순환 스트레칭	
6	4. 29(수)	전신 안정성 다지기	- 발바닥,발목의 감각입력 이해 - 전신 협응을 통한 균형 유지 연습	

3. 4060 디지털 기록법: 인스타그램과 캔바AI

○ 교육일시: 2026. 4. 7. ~ 4. 23 매주 화,목 10:00~12:00
○ 교육인원: 10명
○ 강 사 명: 최진선
○ 교육장소: 표선면사무소 다목적실 (서귀포시 표선면 표선중앙로 74)
○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 도민대학 강사: AI 콘텐츠 첫걸음(25년 9월) - 도민대학 강사: 디지털마케팅 필수 컨텐츠 이해 및 활용(25년10월) - 나도 제주도민대학 강사 (26년3월)
제안배경	**"디지털 소외를 넘어 컨텐츠 생산자로 거듭나는 4060"** - 디지털 전환 시대의 필수의 역량: AI와 SNS는 이제 선택이 아닌 생존과 소통을 위한 필수 도구가 되었다. 하지만 4060 중장년층은 기술적 진입장벽으로 인해 이를 활용하는데 어려움을 겪고 있다.누구나 쉽고 빠르게 고품질의 콘텐츠를 제작하는 즐거움을 경험하게 하여 디지털 자신감을 회복하는 데 목적이 있다.
교육대상	- 인스타그램을 통해 나만의 일상을 멋지게 기록하고 싶은 4060 도민 - AI와 캔바(CANVA)등 최신 툴로 트렌디한 영상 콘텐츠를 만들고 싶은 분 - 디지털을 활용해 제2의 인생 퍼스널브랜딩 만들기를 희망하는 성인 도민
교육목적	캔바와 생성형 AI를 활용해 복잡한 편집 없이 고품질 콘텐츠를 제작하는 실무 역량을 강화하고,풍부한 삶의 경험을 인스타그램 기반의 퍼스널 브랜드로 구축하여 은퇴 후 디지털 자신감을 회복하며, 릴스 및 카드뉴스를 통해 세대 간·지역 간 능동적으로 소통하는 '인플루언서' 양성을 목적으로 함.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0원) · 개인별 준비물: 노트북 또는 개인 휴대폰

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 7.(화)	인플루언서의 첫걸음	- 4060 트렌드 및 인스타그램 성공 사례 공유 - 나만의 '에지' 있는 프로필 설정 및 퍼스널 브랜딩 컨셉 잡기	강의 실습
2	4. 9.(목)	캔바(Canva) 기초 마스터	- 캔바 인터페이스 익히기 및 세련된 색감 조합법 - 4060을 위한 '나만의 로고' 및 프로필 이미지 제작	강의 실습 피드백
3	4.14.(화)	가독성 좋은 카드뉴스	- AI 기능을 활용한 사진 배경 제거 및 보정 - 내 삶의 지혜가 담긴 '공감형 카드뉴스' 한 편 완성하기	강의 실습
4	4.16.(목)	캔바로 만드는 1분 영상	- 복잡한 편집은 NO! AI 툴을 활용한 자동 영상 생성법 - 여행/일상 사진을 세련된 숏폼 영상으로 변환하기	강의 실습
5	4.21.(화)	릴스(Reels) 실전 공략	- 인스타그램 릴스 음악 선정 및 자막 넣기 실습 - 조회수를 부르는 릴스 업로드 비법과 전략	강의 실습
6	4.23.(목)	디지털 소통과 수료식	- 실시간 소통법(스토리, 댓글) 및 팔로워 매너 학습 - 직접 만든 콘텐츠 상영회 및 인플루언서 선언	강의 실습 피드백

4. 다양한 툴을 이용한 굿즈 만들기

○ 교육일시: 2026. 4. 3. ~ 4 24. 매주 화, 금(4/21(화) 제외) 13:00~14:30

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 김보령

○ 교육장소: 플레이웰에듀(제주시 구좌읍 구좌로 77 2층)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개		
강사소개	New York University TESOL 석사, 로사북스 대표, 그리다제주 아티스트 그룹 대표 아이러브북스 공모전 대상 수상, 너와나의 제주 작가 제주북페어, 문구일러스트전, 제주북케이션 등 북페어 참여, 제주도서관, 동녘도서관 출강. 그림책과 캐릭터 굿즈 제작 기획, 지도.	제주연구원 제주지역균형발전지원센터 제주 문화중개소 이중언어 그림책 만들기 수업 강의, 우수강사상 수상. AI활용지도사1급, AI그림책제작운용지도사2급 AI마케팅전문가1급 영어스토리텔링지도사1급 미술교육지도사1급 북아트지도사1급 동화구연지도사1급 자격증 소지.
제안배경	다양한 툴(AI 생성형 도구, 인쇄 플랫폼 펨플릿 등)을 이용하여 만든 완성된 결과물을 일상에서 사용하거나 나눌 수 있어, 창작 활동이 개인의 삶 속에서 자연스럽게 이어지는 생활 문화 활동(플리마켓참여, 구좌문화시장 모모장 참여)으로 확장될 수 있다. 본 프로그램은 창작 경험이 없는 일반 시민들도 쉽게 참여할 수 있도록 구성하여 창의적 자기표현과 문화 향유 기회를 확대하고자 기획되었다.	
교육대상	굿즈 만들기에 관심이 있는 누구나.	
교육목적	-자기표현 능력과 창의성을 확장하도록 돕는다. -아이디어를 실제 결과물(굿즈)로 구현하는 창작 경험을 제공 -문화예술 활동에 대한 참여와 관심을 높인다. -창의적 자기표현 능력과 문화예술 참여 경험을 확장 -AI 도구, 템플릿 등 다양한 도구를 이용해 굿즈를 완성해 본다.	
교육 준비물	굿즈 제작비용 발생 (선택한 굿즈와 수량에 따라 다양할 수 있음), DIY BOOK 키트 2만원 (모든 재료 포함)	

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4.3.(금)	오리엔테이션&캐릭터/로고기획 -AI툴 활용	- 굿즈 사례 소개 - 레퍼런스찾기 (엽서, 스티커, 미니북 등) "내가 좋아하는 것 10가지" 아이디어 워크. 로고나 캐릭터 만들기	강의, 실습
2	4.7.(화)	디자인 초안 만들기. 스케치하기	손그림 또는 디지털 스케치 굿즈 디자인 초안 만들기	강의, 실습
3	4.10..(금)	엽서 또는 아트 카드 만들기	엽서 또는 아트 카드 디자인 완성 문장 또는 메시지 넣기 인쇄 또는 채색 작업	강의, 실습
4	4.14.(화)	스티커 또는 미니 굿즈 만들기	캐릭터 또는 아이콘 디자인 스티커 시트 제작, 커팅 및 패키징	강의 실습
5	4.17.(금)	원하는 굿즈 선택 & 제작해보기 DIY 키트 소개	엽서, 스티커, 이외 심플한 다른 굿즈를 하나 선택해서 제작 의뢰까지 해보기	강의 실습
6	4.24.(금)	업사클링 DIY book 키트 완성하며 내 아이디어 현실화 만들기	DIY book kit 완성 서로의 창작 이야기 나누기	실습, 피드백

5. 나도 할 수 있다! AI로 내 가게 홍보하기

○ 교육일시: 2026. 4. 7. ~ 4. 29. 매주 화(**4차시만 4/29(수)**) 14:00~16:00
○ 교육인원: 10명
○ 강 사 명: 변민경
○ 교육장소: 제주평생교육장학진흥원 본원(제주시 서사로 43)
3층 배움실301(1~3차시) / 5층 다목적홀(4차시)
○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 소상공인 대상 AI마케팅 강의 다수 진행 - 쇼폼 영상 제작 강의 다수 진행 디지털 마케팅 및 AI콘텐츠 활용 교육 강사로, 소상공인과 예비 창업자를 대상으로 실무 중심의 참여형·실습형 교육을 진행하고 있다. 특히 디지털 활용이 익숙하지 않은 초보자도 쉽게 이해할 수 있도록 단계별 설명과 밀착 지도를 통해 학습 만족도를 높이고 있다.
제안배경	AI를 활용한 마케팅·홍보·콘텐츠 제작에 대한 관심과 수요는 높아지고 있으나 소상공인은 비용·시간·전문지식의 부담으로 실제 활용에 어려움을 겪고 있다. 이에 누구나 AI도구를 손쉽게 활용해 매장 홍보·콘텐츠 제작·운영에 바로 적용할 수 있도록 본 과정을 기획하였다.
교육대상	AI 마케팅 활용에 관심있는 소상공인, 예비 창업자
교육목적	- 소상공인이 스스로 홍보 콘텐츠를 제작하고 온라인 플랫폼을 효과적으로 활용 할 수 있는 자기주도적 마케팅 능력을 향상시킨다. - 비용 부담 없이 실천 가능한 디지털 마케팅 방법을 습득하여 매출 증대와 매장 경쟁력 향상에 기여한다.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 0 원) · 개인별 준비물: 노트북

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 7.(화)	AI 개념을 이해하고 내 업종에 맞는 AI도구를 선택 할 수 있다.	- AI 리터러시 기초 - 온라인 홍보 채널 구조 이해 - 나에게 맞는 AI 찾기	강의+실습
2	4. 14.(화)	AI로 내 가게 홍보 이미지 제작과 리뷰를 작성 할 수 있다.	- AI로 쉽게 하는 네이버 플레이스 리뷰 관리 법 - AI로 내 가게 홍보 이미지 제작법	강의+실습
3	4. 21.(화)	AI로 홍보 영상 및 음악을 직접 제작 할 수 있다.	- 매출을 만드는 홍보 영상 제작법 - AI로 만드는 매장 홍보 음악 제작법	강의+실습
4	**4. 29.(수)**	홍보결과물 최종 완성.	- 최종 결과물 완성 및 발표	실습+발표+피드백

6. 나 자신과 함께 하는 요가, 명상

○ 교육일시: 2026. 4. 1. ~ 4. 29. 매주 수 10:00~11:30

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 고미진

○ 교육장소: 영어교육도시사무소 3층 동아리실 (서귀포시 대정읍 에듀시티로 86)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 이름: 고미진 · 전직 초등교사. 2010년부터 요가수련. 하타요가강사 자격증. - 인천 계산초등학교 전문적학습공동체 '요가와 함께하는 하루' 운영 - 대정읍 요가동아리 '고요한 요가' 운영. - 2025. 11월 제주도민강사
제안배경	자기 자신의 몸과 마음을 돌보고 중심을 바로 세우는 시간을 가지며 제주도민의 심신 안정과 건강 회복을 돕고 싶습니다.
교육대상	요가와 명상에 관심 있고, 자기 자신을 돌보는 시간을 가지고 싶은 성인 누구나.
교육목적	자신의 몸과 마음을 관찰하는 시간을 가지고 삶의 활력과 생기를 가지게 함.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0 원) · 개인별 준비물: 요가매트

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 1.(수)	몸의 기반 찾기	발바닥에서부터 몸의 기반을 찾아보고 느껴보기	실습
2	4. 8.(수)	골반과 어깨 풀기	골반의 안정화와 어깨의 가동범위를 알아보기	실습
3	4. 15.(수)	척추 에너지 깨우기	엉덩이에서 척추로 이어지는 에너지를 느껴보기	실습
4	4. 22.(수)	나 자신 사랑하기	매트 위에서 요가 하는 동안 나 자신을 사랑하는 마음 갖기	실습
5	4. 29(수)	온전한 나를 느끼기	호흡과 함께 움직이며 명상하고 온전한 나를 느껴보기	실습

7. AI 하이브리드 북디자인 : 나만의 제주기록 수제북

- ❍ 교육일시: 2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 금 16:00~18:00
- ❍ 교육인원: 10명
- ❍ 강 사 명: 이현옥
- ❍ 교육장소: 도련문화플랫폼 수작수작 (제주시 도련안길 44)
- ❍ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 광고홍보 출판 산업디자인전문회사, 디자인&에디터 실무경력 25년 -「한림이 가진 숨은 보물들」외 소식지, 잡지, 마을지 집필 다수 - 제주대학평생교육원 오름해설사 이수, 문화탐방지도사 자격 취득 - 제주학센터 시민아키비스트 이수 - 제주도교육청 마을교육활동가 이수 - 그림책심리지도사 2급 취득 - 제주도민대학 100시간 명예학사 학위 취득
제안배경	초지능 AI가 주도하는 디지털 전환의 파고 속에서, 역설적으로 우리는 인간 고유의 촉각적 경험과 인문학적 성찰에 주목하게 된다. 본 과정은 생성형 AI의 무한한 확장성을 도구 삼아 제주의 정체성을 시각화하고, 이를 다시 수제북이라는 고유한 물성으로 치환하는 과정을 경험해 본다.
교육대상	AI 기술로 기록하고 디자인하여 아날로그 감성의 수제북을 완성하고자 하는 성인 도민
교육목적	생성형 AI기술을 활용하여 개인의 서사와 제주의 정체성을 창의적으로 시각화하고, 이를 북바인딩 기법과 결합하여 나만의 물리적 기록물로 완성함으로써 디지털 문해력 향상과 인문학적 자아 성찰의 기회를 제공하는 것을 목적으로 한다.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 20,000원 내외) : 150x210mm 20페이지 출력비용 · 개인별 준비물 : 구글계정, 노트북(마우스)

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 3.(금)	영감의 시각화: AI와 만나는 제주 이야기	• OT 및 기록에 대한 인문학적 가치 공유 • 생성형AI(Prompt) 기초 : 주제 논의	워크숍
2	4. 10.(금)	기억의 구체화: AI로 생성하는 나의 기록	• 나만의 제주 아카이브 테마 확정 및 디지털 페이지 구성 • 고해상도 이미지 생성 및 카피라이팅	강의 실습, 피드백
3	4. 17(금)	디자인의 미학: 북 레이아웃 편집디자인	• 전문가의 레이아웃 가이드 적용 • AI 도구를 활용한 내지 디자인 및 출력	강의 실습, 피드백
4	4. 24.(금)	물성의 완성: 수제북(Art Book) 바인딩	• 내지 페이지 정렬 및 표지 제작 • 바인딩, 나만의 책 완성	실습, 공감

8. 어우렁 덩쿵 놀아보세~

- ❍ 교육일시: 2026. 4. 8. ~ 4. 29. 매주 수 20:00~22:00
- ❍ 교육인원: 20명
- ❍ 강 사 명: 박 민
- ❍ 교육장소: 한림체육관 1층 회의실 (제주시 한림읍 한림리 887-2)
- ❍ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	문화예술교육사 2급, 아동국악교육지도사 2급 前 문화예술원 더놂 공연팀장 現 풍물굿패 신나락 상쇠, 연행단장 / 제주고우리 수장고 / 제주두루나눔 악사 2025 제8회 제주전국국악경연대회 일반부 타악부문 장려상 수상
제안배경	굿은 사람, 삶이다. 여러 '사람'이 함께 하는 종합예술이다. 장단과 가락의 내고, 달고, 맺고, 다지고, 푸는 일련의 순환은 자연과 계절, '삶'의 섭리를 닮아 있다. 현대 일상에서 점차 옅어져 가는 우리 민족 공동체의 정서를 가득 담은 농악굿을 배우고 함께 향유하는 시간을 만들고자 한다.
교육대상	풍물놀이에 관심 있고 배우길 원하는 성인 도민 누구나 등
교육목적	풍물놀이의 기본장단을 배우고 함께 연주하면서, 우리가락에 깃든 신명과 흥을 경험한다.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 0 원) · 개인별 준비물: 농악기(쇠, 징, 장구, 북, 소고 등) 중 택일

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 8.(수)	악기별 기본 자세와 타법 배우기	악기별 기본자세, 파지법, 타법 정리, 인사굿, 일채, 이채	이론강의, 실습 및 연행
2	4. 15.(수)	이채(휘모리) 익히기	여러 가지 이채 변주 및 삼채 기본 장단	이론강의, 실습 및 연행
3	4. 22.(수)	삼채의 기본 개념 익히기	삼채 머릿장단과 내는 장단, 맺는 장단	이론강의, 실습 및 연행
4	4. 29.(수)	삼채(자진모리) 가락으로 놀기	삼채 기본 장단과 변주 및 달아가는 가락	이론강의, 실습 및 연행

9. [스마트 제주] 챗GPT · 제미나이로 만드는 '나만의 AI비서' 실전 과정

○ 교육일시: 2026. 4. 1. ~ 4. 29. 매주 수 16:00~18:00
○ 교육인원: 10명
○ 강 사 명: 배창봉
○ 교육장소: 제주평생교육장학진흥원 본원(제주시 서사로 43)
3층 다목적실(**1차시**) 및 배움실301(**2~5차시**)
○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 제주대학교·제주관광대학교 AI 활용·마케팅·창업 정규 교과 강의 - 제주평생교육장학진흥원 도민대학, 제주여성인력개발센터, 제주시평생학습관 평생교육기관 생성형 AI 실무 활용, 실전창업, 디지털 홍보마케팅 강의 다수 - AI활용지도사 1급 / AI마케팅전문가 1급 보유 - 생성형 AI를 도민의 일상 문제 해결에 바로 적용하는 실습형 AI 전문 강사
제안배경	· 최근 생성형 AI(ChatGPT, Gemini, NotebookLM 등)는 업무와 일상생활 전반에 빠르게 확산되고 있으나 많은 도민들은 실제 활용 방법을 잘 몰라 AI를 단순 검색 도구 수준으로만 사용하거나 아예 사용하지 못하는 경우가 많음. · 이에 본 과정은 생성형 AI를 도민의 눈높이에 맞게 이해하고 실습 중심으로 익혀 일상생활과 업무에서 바로 활용할 수 있도록 구성된 실전형 생성형 AI 교육 과정임. · ChatGPT, Gemini, NotebookLM을 중심으로 이론 50%, 실습 50% 방식으로 진행하여 교육 종료 시 수강생이 개인 맞춤형 AI 활용 방법을 실제 생활에 적용할 수 있도록 하는 것을 목표로 함.
교육대상	생성형 AI(ChatGPT·Gemini·NotebookLM 등)에 관심 있는 제주도 도민 누구나
교육목적	· 생성형 AI를 검색 도구가 아닌 개인 맞춤형 AI 비서로 활용하도록 지원 · 글쓰기, 정보 정리, 자료 요약 등 반복 업무를 AI로 효율적으로 수행 · ChatGPT·Gemini·NotebookLM을 활용한 실전 AI 활용 역량 강화
교육 준비물	· 개인별 부담금: 0원 · 개인별 준비물: 필기도구, 개인 노트북 또는 태블릿

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 1.(수)	생성형 AI 이해	• 생성형 AI 개념 이해 • ChatGPT·Gemini 기본 구조 이해 • AI와 대화하는 질문 방법 실습	강의 실습
2	4. 8.(수)	ChatGPT 실전 활	• ChatGPT로 글쓰기 및 아이디어 생성 • 공지글·이메일·SNS 글 작성 실습 • 프롬프트 작성 방법	강의 실습
3	4. 15.(수)	Gemini 활용	• Google Gemini 활용 방법 • 정보 검색 및 정리 활용 • 문서 작성 및 아이디어 확장 실습	강의 실습
4	4. 22.(수)	AI 글쓰기와 콘텐츠 제작	• ChatGPT를 활용한 글쓰기 자동화 • 블로그·홍보 글 작성 실습 • AI 이미지 생성 활용	강의 실습
5	4. 29.(수)	NotebookLM 활용 나만의 AI 비서 만들기	• NotebookLM 개념 이해 • 문서·뉴스·보고서 요약 실습 • 개인 맞춤 AI 활용 방법 정리	강의 실습

10. 영어로 떠나는 디저트 세계일주

○ 교육일시: 2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 금 19:00~21:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 최혜린

○ 교육장소: 제주포머스 (초록벽면) (제주시 한경면 청수로 218)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 싱가포르 유학 생활 10년, 뉴욕 주립 대학교 스토니브룩 교환학생 1년, 프랑스 페랑디 학교 제과 연수 수료, 영어 학원 강사 6년, 외국계 기업 세일즈 분야 인턴 근무, 제과제빵 현장 근무 - 제주 신사업창업사관학교 17기, 현재 영어 베이킹클래스 운영 중
제안배경	성인 학습자의 영어 스피킹에 대한 심리적 장벽을 해소하고자, '세계 디저트'라는 친숙한 인문학적 매개체를 활용한 자기 주도형 체험 교육을 제안합니다.
교육대상	영어와 디저트에 관심 있는 성인 도민 누구나
교육목적	본 과정은 세계 각국의 디저트를 매개로 한 인문학적 탐구를 통해 글로벌 문화 문해력을 높이고, 이를 영어로 표현하는 과정에서 소통의 즐거움을 체감하며 영어 스피킹에 대한 심리적 장벽을 완화하는 것을 목적으로 한다.
교육 준비물	· 개인별 부담금 (금액 : 총 10,000 원) (해당 금액은 디저트 준비 비용으로 사용됨) · 개인별 준비물: 없음

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 3.(금)	영어로 맛 표현과 첫인상 소감 나누기	**(프랑스): 오감으로 여는 대화** 마들렌의 맛을 영어로 표현하며 서로의 첫인상 나누기	강의 토론
2	4. 10.(금)	영어로 일상 공유와 스트레스 해소법 이야기하기	**(미국): 나만의 스트레스 해소법 공유** 초코칩 쿠키를 즐기며 나만의 일상 및 스트레스 해소법 공유하기	강의 토론
3	4. 17.(금)	영어로 사회적 에티켓과 나만의 가치관 표현하기	**(영국): 가치관과 매너 탐구** 스콘을 매개로 사회적 에티켓과 나만의 소중한 가치관 공유하기	강의 토론
4	4. 24.(금)	영어로 열정을 쏟는 일과 미래계획 나누기	**(이탈리아): 열정과 행복 찾기** 티라미수를 맛보며 열정에 대해 이야기해보고 미래계획 나누기	강의 토론

11. 제주 바다를 담다, 일상 속 레진아트 인테리어 소품 만들기

○ 교육일시: 2026. 4. 3 ~ 4. 24. 매주 화, 금 14:00~16:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 강윤서

○ 교육장소: 노꼬메공방 (제주시 동문로21길19-2 1층)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 제주 자연 소재(조개, 화산석 등) 활용 레진아트 전문 과정 수료 - 지역 커뮤니티 및 원데이 클래스 다수 운영
제안배경	제주의 아름다운 자연 경관을 레진아트라는 현대적 공예와 접목하여, 도민들이 일상 서 사용하는 소품을 직접 제작하며 예술적 성취감과 힐링의 시간을 제공하고자 함.
교육대상	레진공예를 통해 나만의 인테리어 소품을 만들고 싶은 성인 도민 누구나
교육목적	1. 레진아트의 기초 이론과 안전한 사용법 숙지 2. 제주 바다의 색감과 소재를 활용한 예술적 감각 함양 3. 실용적인 생활 소품(트레이, 손거울 등) 제작을 통한 자기계발
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 50,000원) · 개인별 준비물: 없음

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 3.(금)	레진아트의 이해와 바다 키링 제작	레진의 종류와 특징 이론, 조개와 모래를 활용한 제주 바다 키링	강의 실습
2	4. 10.(금)	압화와 레진의 만남, 소품 제작	압화와 레진을 이용해서 손거울만들기	강의 실습
3	4. 17.(금)	레진을 이용해서 제주바다 마그넷 만들기	일상속에서 많이 사용되는 마그넷만들기	강의 실습
4	4. 24.(금)	완성도 높은 인테리어 트레이 완성	악사사리.인세스홀더 사용이가능한 제주바다 트레이만들기	강의 실습

12. 자연과함께 어울려 줄기는 생활파크골프

○ 교육일시: 2026. 4. 10. ~ 4. 26. 매주 금, 일 09:00 ~ 11:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 김인복

○ 교육장소: 노형미리내공원 파크골프장 (제주시 미리내길 84)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 이름: **김 인 복** · 주요이력 / **파크골프 1급지도자, 제주시 한마음파크골프클럽 /회장** - 전)제주평생교육장학진흥원 / **제주도민대학 파크골프강사** - 현)제주시 조천읍, 애월읍사무소 / **주민자치프로그램 파크골프강사** - 현)사회복지법인 승담 / **파크골프 강사** - 현)제주특별자치도교육청 / **청렴도민감사관** - 제주특별자치도 / **인권보장 및증진위원**
제안배경	-자연공간에서 신체적.정신적 건강을위해 남녀노소가 어울려줄기는 생활파크골프강좌 -파크골프 프로그램을 통하여 만족감과 성취감을증진,도민들의 건강에 기여하고자함
교육대상	-남여노소 구분없이 자연과함께, 건강을위해 파크골프 운동을 희망하는 도민 누구나
교육목적	-도민들의 체력향상. 정신건강. 사회적유대감 형성등 삶의질향상 -파크골프를 통해 생활스포츠 개념을 이해하고 대인관계능력향상과 성취감 고취
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 :0 원) · 개인별 준비물: 파크골프채, 파크골프공, 간편한운동복, 운동화

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 10(금)	-파크골프에대한 이해와기초 -교육생대상 오리엔테인션	-파크골프개요 -파크골프용품이해 -에티켓과매너 -파크골프특징등	이론및실습
2	4. 12(일)	-파크골프 기본자세 숙지 -파크골프 신체기본동작숙지	-파크골프 그립잡는 요령 숙지 -파크골프 스탠스 및 어드레스 숙지 -파크골프 안전수칙 이해	이론및실습
3	4. 17(금)	-파크골프 거리감 숙지 -파크골프 6가지 단계별동작	-파크골프 스윙 및 단계별 스윙동작 -지형지물등 현장 맞춤형 스윙동작	이론및실습 파크장 현장실습
4	4. 19(일)	-종류별 샷하는 방법 숙지 -파크골프 퍼팅 거리감 숙지	-파크골프 샷의종류. 퍼팅방법 -경기절차,방법,규칙,스코어카드작성	이론및실습 조별 실전경기
5	4. 24(금)	-파크골프 경기 방법 숙지 -파크골프 경기절차.규칙숙지	-티샷. 어프러치샷. 샷의 순서 -그린주변에서의 샷방법. 홀아웃	상황별 실전연습
6	4. 26(일)	-파크골프장에서의 실전경기	-파크골프티샷부터 시작, 경기진행	조별파크골프경기

13. 몸도 마음도 알로하 힐링댄스

○ 교육일시: 2026. 4. 8. ~ 4. 24. 매주 수, 금 10:00~12:00
○ 교육인원: 10명
○ 강 사 명: 이현정
○ 교육장소: 서귀포서부종합사회복지관 3층 동알오름(서귀포시 대정읍 신영로 23)
○ 세부 운영 계획

강 의 소 개		
강사소개	-라니알로하인제주훌라스튜디오경영 2016- now -라니알로하공연단 단장 2014 - now -제주하와이훌라협회 대표 2016 - now -제주대학교평생교육원, 훌라강사 2022 - now -한라대학교평생교육원 훌라강사 2018~2020	-서귀포평생학습관 훌라강사 2015~2017 -도서'Shall we Hula' 출판제작 연구위원 2018 -한국직업능력개발원훌라지도사자격증'1급,2급,3급 발급자격관리자(현재도내훌라강사배출) -하와이INTERNATIONAL WAIKIKI HULA수료 2015 -설문대여성센터 문화교육훌라강사 _2022- now
제안배경	부드러운 손동작에 의미를 담아 전하는 하와이 훌라는 즐겁게 웃으며 소통하며 서로를 존중하는 마음의 바탕인 알로하 정신이 가미되어 건강한 신체와 정신의도움이 되는 힐링댄스로력이 약한 분들의 신체 리듬을 살리고 정서적 힐링을 도모할 수 있는 적합한 댄스입니다.	
교육대상	1.하와이훌라댄스를 희망하는분 2.몸치이나 춤을 배우고 싶은 누구나 3.평소 기본적인 스트레칭이 부족하여 유연성과 근력이 현져히 떨어지며 우울감이 많으신 시니어 * 참고: 교육 신청 시 제주도민대학 홈페이지에서 선착순 접수	
교육목적	훌라댄스는 동작하나하나에 의미를 담아서 표현하는 아름다운 수화형식의 하와이 민속무용이다.훌라를 통해 하와이안의 정서인 알로하스피릿(서로를 존중하고 배려하는 화합의 마음)과 긍정적인 마인드를 배우며 사람의 마음과 자연이 하나되는 훌라를 통해 인간도 자연의 일부라는 정신을 담아 감사하는 마음으로 자신의 내면의 힐링을 도모합니다.	
교육 준비물	· 개인별 부담금: 생화 레이 메이킹 재료(금액 : 5,000원) * 금액 필수 기재, · 개인별 준비물: 움직임이 편한 복장 또는 하와이안 훌라스커트복장	

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4..8.(수)	하와이 전통춤 훌라 (자연스러운 몸짓과 핸드모션으로 말하는 언어 훌라)	훌라의 의미 기본적인 스트레칭 훌라의 핸드모션 **(자연,사랑.감정의표현을 몸으로 말해보는 언어)**	실기
2	4.10.(금)	알로하! 알로하 정신 (긍정과,배려,안녕과사랑의 인사)	알로하정신의 뜻 기본적인 스트레칭 베이직핸드모션,베이직스텝(kaholo,kao) 작품 aloha oe 1	실기
3	4.15.(수)	훌라의 고향 하와이 (8개의 섬들)	하와이의 섬들을 알아보며 하와이에 관한 훌라 작품 기본적인 스트레칭과 베이직스텝(hela,ami) 작품 aloha oe 2	실기

4	4.17.(금)	훌라의 손동작 (바람도,바다도,꽃의 향기도 손으로 표현해요)	훌라와 손동작의 의미,표현 방법알아보기 기본적인 스트레칭 작품 lovely hula hands 1	실기
5	4.22.(수)	훌라 스텝 (체중이동과 짱구의 훌라훌라사이)	베이직핸드모션 베이직스텝(ami,amikuku) 작품 lovely hula hands 2	실기
6	4.24.(금)	하와이레이메이킹 (우리들의 하와이)	생화로 만들어보는 하와이 꽃 목걸이 (내가 만든 꽃목걸이를 하고 훌라훌라)	실습 그룹활동

14. 제주올레길에 있는 유적지 탐방

○ 교육일시: 2026. 4. 6.~4. 27. 매주 월, 금요일(4/13(월) 제외) 10:00~12:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 고상선

○ 교육장소: 실외 현장수업 (한림읍, 애월읍, 조천읍, 구좌읍, 제주시내 등)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 이름 : 고상선 · 주요이력 - 제주올레길 15회 이상 완주한 올레꾼 - 문화탐방지도사 자격 취득 - 올레꾼이 쓴 제주올레길'의 저자
제안배경	제주올레길에 산재해 있는 문화 유적지를 도보로 탐방하여 제주올레길의 가치를 발견함은 물론 힐링을 위한 걷기 운동을 진행
교육대상	제주올레길에 있는 유적지에 관심있는 성인 누구나
교육목적	-. 제주올레길에 있는 유적지를 탐방하여 제주올레길의 가치 발견 -. 건강을 위한 걷기 운동 효과
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0 원) · 개인별 준비물 : 물, 간식, 교통비

강 의 내 용				
차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 6.(월)	15B코스 유적지 탐방	-. 영등할망 신화공원 탐방 <한림읍>	현장수업
2	4. 10.(금)	16코스 유적지 탐방	-. 항몽유적지 탐방 <애월읍>	현장수업
3	4. 17.(금)	17코스 유적지 탐방	-. 관덕정, 용연 유적지 탐방 <제주시내>	현장수업
4	4. 20.(월)	18코스 유적지 탐방	-. 사라봉, 화북연대 탐방 <제주시내>	현장수업
5	4. 24.(금)	19코스 유적지 탐방	-. 조천만세동산, 방사탑 탐방 <조천읍>	현장수업
6	4. 27.(월)	20코스 유적지 탐방	-. 김녕사구, 광해군기착지 탐방 <구좌읍>	현장수업

15. AI에게 묻고 손으로 완성하는 코바늘 소품

○ 교육일시: 2026. 4. 8. ~ 4. 24. 매주 수, 금 18:00~20:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 강주희

○ 교육장소: 낯섬 뜨개공방 (제주시 조천읍 신촌7길 20)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 경희대학교 시간강사(여성학, 사회학) - 퍼실리테이션 운영 : 그룹 워크숍, 기업아이디어 워크숍, 시민모임 등 - 심리분석사(MBTI) 자격증 보유, 방과후 지도자 자격증 보유 - 제주학생문화원 뜨개 강의(15주차), 동녘도서관 “코바늘로 만드는 생활 소품” - 도민대학(2025년) : MBTI(성격검사), AI와 결합한 뜨개 수업 진행 - 뜨개 공방 낯섬 운영(원데이 클래스 운영)
제안배경	- 어렵게 느껴지는 생성형 AI를 실용적인 뜨개 취미에 접목하여 디지털 기술에 대한 심리적 장벽을 낮춤. - 직접 손으로 소품을 완성하는 과정에서 정서적 몰입과 성취감을 얻을 수 있음.
교육대상	손뜨개(코바늘)에 관심 있는 성인 도민 누구나
교육목적	- 생성형 AI(Gemini, ChatGPT 등) 기술 활용법 - 손뜨개 기초 학습, 뜨개 소품 1주일에 1개 완성(총 3개)
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0원) · 개인별 준비물: ‘없음’

강 의 내 용				
차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 8.(수)	AI 파트너와 기획하기	• 생성형 AI로 나의 취향 분석 및 소품 컨셉(색상, 테마) 확정	강의 실습
2	4. 10.(금)	디지털 색채학 실습	• AI가 추천하는 배색 레이아웃을 바탕으로 기본 소품 제작 시작	강의 실습
3	4. 15.(수)	스마트 도안 커스텀	• AI와 대화하며 기본 도안을 용도에 맞게 수정 및 제작	강의 실습
4	4. 17.(금)	몰입의 시간, 감성 니팅	• AI 큐레이션 음악과 함께하는 집중 뜨개 및 기법 심화 학습	강의 실습
5	4. 22.(수)	나만의 브랜드 아이덴티티	• AI 로고 생성기로 내 작품에 달아줄 'AI 시그니처 라벨' 디자인	강의 실습
6	4. 24.(금)	디지털 갤러리 전시	• AI 보정 툴을 활용한 작품 사진 연출 및 모바일 전시·공유	강의 실습

16. 제주도민을 위한 재미있는 합창교실

○ 교육일시: 2026. 4. 2. ~ 4. 23. 매주 목 18:00~20:00

○ 교육인원: 10명

○ 강 사 명: 문순배

○ 교육장소: 제주평생교육장학진흥원 (제주시 서사로 43) 5층 다목적홀

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 2005년~현재 제주도립 제주합창단 상임단원(수석2회, 차석3회 역임) - 2015년~현재 아라하모니합창단 지휘자
제안배경	. 노래의 관심이 있는 도민을 대상으로 기초음악이론 및 발성법을 지도함으로써 도민 합창의 기초를 마련하며 문화생활의 풍성함을 함양시켜주고자 한다.
교육대상	. 합창(음악,노래)에 관심 있는 성인 도민 누구나 등
교육목적	. 합창(음악, 노래)의 기초를 지도함으로써 문화생활의 윤택하고 풍성함 제공
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 0 원) · 개인별 준비물: 없음

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 2.(목)	발성	모음통한 발성	강의
2	4. 9.(목)	기초 음악이론	기초 음악이론 학습	강의
3	4. 16.(목)	기초 합창이론	기초 합창이론 (파트구분)	강의 토론
4	4. 23.(목)	합창곡 연습	쉬운 합창곡 연습	실습

17. 시니어를 위한 AI 생활해결 실습 교실

○ 교육일시: 2026. 4. 2. ~ 4. 29. 매주 수(1차시만 4/2(목)) 14:00~16:00
○ 교육인원: 10명
○ 강 사 명: 신성민
○ 교육장소: 제주평생교육장학진흥원(제주시 서사로 43)
3층 다목적실(1차시 4/2(목)) / 배움실301(2~5차시)
○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 디지털 문해교육 및 AI 활용 교육 강사 - 시니어 및 발달장애인을 대상으로 스마트폰 활용, 디지털 안전, AI 활용 교육 진행 - 일상생활에서 바로 활용할 수 있는 실용 중심 AI 교육을 지향
제안배경	최근 인공지능(AI) 기술이 빠르게 발전하며 다양한 분야에서 활용되고 있으나, 시니어 세대는 이러한 기술을 접하고 활용할 기회가 상대적으로 부족한 상황이다. 특히 생활 속에서 발생하는 글쓰기, 정보정리, 각종 생활 정보 탐색 등의 문제를 해결하는 데 있어 AI는 매우 유용한 도구가 될 수 있다. 본 강의는 시니어들이 AI를 어렵게 느끼지 않고 일상생활을 돕는 도구로 활용할 수 있도록 돕는 것을 목표로 한다. 글쓰기, 생각 정리, 생활 정보 찾기, 보험 및 생활 문서 정리 등 실생활과 밀접한 주제를 중심으로 AI 활용 방법을 배우고 스스로 문제를 해결하는 능력을 기르고자 한다.
교육대상	· AI 및 스마트폰 활용에 관심 있는 시니어 성인 누구나 - 디지털 활용 능력을 높이고 싶은 분 - 인공지능을 실생활에 활용하고 싶은 분 - 생활 정보 정리와 글쓰기에 도움을 받고 싶은 분
교육목적	· 인공지능(AI)의 기본 개념을 이해하고 일상생활에서 활용하는 방법을 익힌다. · AI를 활용하여 글쓰기, 생각 정리, 정보 탐색 등 생활 문제 해결 능력을 기른다. · AI를 활용해 다양한 관점에서 생각하고 스스로 문제를 해결하는 경험을 한다.
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 총 0 원) · 개인별 준비물: 스마트폰, 개인노트북

강 의 내 용

차시	일자	교육목표	교육내용	교수방법
1	4. 2.(목)	· AI의 기본 개념을 이해하고 생활 속에서 어떻게 활용할 수 있는지 알아본다.	- 인공지능(AI)이란 무엇인가 - 생활 속 AI 활용 사례 - ChatGPT 소개 및 기본 사용방법 - 간단한 질문을 통해 AI사용해 보기	강의 / 시연 / 실습
2	4. 8.(수)	· AI를 활용하여 글을 정리하고 생각을 표현하는 방법을 익힌다.	- AI를 활용한 글쓰기 - 일상 글쓰기 (감정 정리, 일기, 편지 작성, 답변 작성) - AI에게 질문하는 방법 (좋은 질문 만들기) - AI와 함께 글 수정하기	강의 / 실습 / 참여활동

3	4. 15.(수)	· 글의 의미를 이해하고 다양한 관점에서 생각하는 방법을 배운다.	- 글을 통한 의도 파악 - 상대의 감정과 상황 이해하기 - AI를 활용한 글 분석 - 나의 생각 돌아보기	사례 분석 / 토론 / AI 활용 실습
4	4. 22.(수)	· AI를 활용하여 생활 문서와 정보를 정리하는 방법을 익힌다.	- 보험 증권 정리 방법 - 생활 문서 정리하기 - AI를 활용한 정보 정리 - 필요한 정보 쉽게 찾는 방법	강의 / 실습
5	4. 29.(수)	· AI를 활용하여 생활에 도움이 되는 정보를 찾고 활용한다.	- 세금 혜택 및 생활 정보 찾기 - 정부지원 제도 찾는 방법 - AI를 활용한 생활 문제 해결 - 수업 정리 및 AI 활용 확장	강의 / 실습 / 질의응답

18. AI 시대의 건강관리

○ 교육일시: 2026. 4. 1 ~ 4. 29. 매주 수 16:00~18:00

○ 교육인원: 15명

○ 강 사 명: 정승모

○ 교육장소: 한림읍주민자치센터 (제주시 한림읍 한림로 636)

○ 세부 운영 계획

강 의 소 개	
강사소개	· 주요이력 - 의사, 예방의학박사로 다수의 건강강의 및 논문, 건강책자 - 공공보건, 노인병학회, 호스피스, 해외의료봉사활동
제안배경	노인인구의 증가와 무분별한 의학지식으로 기본적으로 신체와 기능에 대하여 알아야 할 것들이 등한시 되고 있고 AI시대에 넘쳐나는 의학지식을 분별할 수 있는 능력을 키우고 신체와 기능을 충분히 쉽게 설명할 수 있는 기회를 제공한다
교육대상	건강관리에 관심있는 성인 도민 누구나
교육목적	방송이나 AI가 제공하는 의학지식을 본인에게 맞게 이용할 수 있는 변별력을 기른다
교육 준비물	· 개인별 부담금(금액 : 0 원) · 개인별 준비물: 노트와 필기구

강 의 내 용				
차시	**일자**	**교육목표**	**교육내용**	**교수방법**
1	4. 1.(수)	우리 몸 신체구조 이해	신체구조의 해부학적 이해	강의 토론
2	4. 8.(수)	우리 몸의 의식구조 이해	생각고 몸은 어떻게 내외부에 반응하는지	강의 토론 피드백
3	4. 15.(수)	AI와 온라인 지식이해	AI와 온라인 지식을 자신에게 어떻게 이해하는 것이 좋을까	강의 토론
4	4. 22.(수)	눈, 코, 입, 치아, 항문 관리	우리몸의 중요한 부분인 눈, 코, 입, 치아, 항문 그리고 위장관계를 관리하는 방법	강의 토론
5	4. 29.(수)	체중관리, 식생활 관리	배나온 사람, 체중이 많이 나가는 사람은 어떻게 관리하는 것이 좋은가	강의 개인소견발표

□ 교육 신청

○ **신청 기간**: 2026. 3. 20.(금) ~ 3. 26.(목) 17:00까지

○ **신청 방법**: 제주도민대학 홈페이지 선착순 접수

○ **교육생 선정**: 2026. 3. 27.(금) 이후 개별 통보

□ 기타 사항

○ 해당 교육 과정은 "나도 제주도민대학 강사!" 교육과정으로 도민 강사가 교육과정 개설·운영을 희망하여 직접 강의 계획서 및 소개서 작성을 통해 운영되는 교육임

○ 모집 정원 대비 **읍·면 지역은 60% 이상, 그 외 지역은 90% 이상 모집**될 경우 개설

○ 교육 중 안전에 각별히 유의해 주시고, 모든 사건·사고에 대한 책임은 강사 및 학습자 본인에게 있음을 안내드립니다.

□ 문의

○ 제주평생교육장학진흥원 평생교육부 (Tel 064-726-0559)