

홍천신문

2024년 8월 (제123호)

행복한 어르신! 가고싶은 복지관! 함께하는 지역복지!

발행처 홍천군노인복지관
발행인 현윤재
창간일 2014년 5월
주소 강원특별자치도 홍천군·읍 태학여내길 80-3
전화 033-430-8700 FAX 033-430-8790
홈페이지 www.hcknowin.org/

복지관 사업 이모저모 (1)

노인맞춤돌봄서비스 어울림 프로그램



7월부터 11월까지 지역 특성상 다양한 프로그램을 접할 기회가 적어 노년을 외롭고 우울하게 살아가는 어르신들의 성취감을 고취하고 신체 및 인지기능을 향상하고자 요리, 원예, 공예 등의 활동이 담긴 어울림 프로그램을 제공하고 있다.

만원의 힘 후원회 초복 맞이 건강꾸러미 나눔



7월 15일, 만원의 힘 후원회(회장 박형균)에서 초복을 맞이해 삼계탕, 사골곰탕, 영양죽, 두유 등이 담긴 건강꾸러미를 8개 읍·면 홀몸 어르신 100명에게 전달하였다.

상반기 단위사업평가회의

7월 19일, 20일 이틀 간 홍천읍과 북방면에서 2024년 복지관 상반기 운영사업 전반에 대한 평가와 하반기 운영 계획을 모색하기 위한 회의를 진행했다.



너도나도 함께 락락 프로그램 평가회 및 나눔 활동

7월 22일, 토탈공예를 통한 긍정적 노년기 삶 영위 및 사회적 관계망 형성 프로그램 '너도나도 함께 락락' 평가회와 나눔 활동을 진행했다. 3월부터 진행했던 활동과 개선할 점에 대해 자유롭게 의견을 나눴고, 회의를 마친 후에는 홍천군노인요양원에 찾아가 대형 마크라메 사진 걸이 작품을 전달했다.



국립횡성숲체원 지원 '나눔의 숲 힐링 캠프'

7월 23일, 국립횡성숲체원의 지원을 받아 북방고령자복지주택 거주 어르신 40명과 함께 강원특별자치도 횡성으로 당일 힐링 캠프를 떠났다. 건강을 회복하고 동년배 간 친목을 도모할 수 있도록 스트레칭 및 체조, 아로마 손마사지, 꽃부채 만들기 공예, 숲 산책 등 산림 치유 활동을 진행했다.



MG새마을금고와 함께하는 중복맞이 삼계탕 나눔 행사

7월 25일, MG홍천새마을금고에서 삼계탕 500마리를 지원받아 중복 맞이 '건강한 여름나기 위풍당당' 삼계탕 나눔 행사를 진행했다. 국악&힐링컴퍼니와 한국연예예술인협회에서 사전공연, 만원의 힘 후원회에서 바나나 600개, 스마일광고기획에서 음료수 600개, 바잉마트에서 삼계탕 재료, 디싸인에서 현수막, 홍천초등학교 학부모회에서 배식 봉사를 지원하여 더욱 풍성한 행사가 될 수 있었다.



CONTENTS

- 01 - 복지관 사업 이모저모(1)
- 02 - 복지관 사업 이모저모(2)
- 03 - 복지관 소식, 지역 축제
- 04 - 지역 탐방(1)
- 05 - 지역 탐방(2), 인물 탐방
- 06 - 노년기 삶
- 07 - 환경 캠페인
- 08 - 인생 칼럼



후원계좌 : 국민은행 313501-04-161305 농협 301-0084-3440-11 우체국 200238-01-006584

*보내주신 후원금(물품)은 기부금공제법 제 25조에 의하여 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

SSN 사회복지법인 홍천군사회복지협의회
홍천군노인복지관

복지관 사업 이모저모 (2)

스마트 사회서비스 시범사업

6월부터 보건복지부에서는 스마트 사회서비스 시범사업을 시작하였다. 홍천군에서는 ㈜돌봄드림이 수행 기업으로 선정되어 라이프로그(심박, 호흡, HRV) 측정을 통해 관리할 수 있는 스마트 AI 조끼를 활용하여 노인 안전·안심 서비스를 제공한다.



이에 홍천군노인복지관에서는 안전관리가 필요한 134명의 노인맞춤돌봄서비스 대상 독거 어르신들을 추천하여 응급상황 발생 시 신속히 대처할 수 있는 체제를 마련해 사업을 운영하고 있다.

홍천군 어르신 병원동행서비스

7월 1일부터 만 65세 이상의 어르신을 대상으로 자택에서 함께 출발해 병원 업무를 보고 귀가까지 돕는 병원동행서비스 사업을 개시했다.

홀로 병원 방문이 어려운 지역 어르신들이 안전하고 편안하게 병원 진료를 보실 수 있도록 양질의 서비스를 제공하고 있다.



홍천군 선배시민 자원봉사단 활동



지혜와 경륜을 바탕으로 지역사회 문제에 관심을 갖고 공동체 발전에 기여할 수 있도록 봉사활동을 진행하는 선배시민 자원봉사단이 7월 19일, 31일에 간담회를 진행하여 상반기 활동을 점검하고 하반기 활동을 계획했다. 이번 8월에는 선배시민의 역할과 개념을 확립하고 봉사단의 역량을 강화할 수 있는 필수 교육을 수강할 예정이다.

‘요리쿡 조리쿡’ 요리 경연 대회



3월부터 남성 독거 어르신들이 안정된 식생활을 유지할 수 있도록 시행된 요리 교육 프로그램 ‘요리쿡 조리쿡’은 이번 8월 마지막 회기로 요리 경연 대회를 개최한다.

무료 노인 인권 전문 상담

이번 8월에는 어르신들의 인권증진 및 정서적 지원을 위해 강원특별자치도 노인 보호전문기관과 연계한 노인 인권 전문상담을 진행한다.

전문기관 소개, 노인 인권 및 노인학대 관련 초기상담, 원예 프로그램이 진행될 예정이다.

인권 상담



스틸 텅 드럼 지도사 자격증 취득 과정

6월부터 한국문화예술교육진흥원 지원사업으로 시작한 스틸 텅 드럼 지도사 자격증 취득 과정 수업은 9월에 야외 연주회, 11월에 발표회를 가질 예정이다.

많은 관심과 적극적 참여로 하나의 노년기 취미 여가활동이 될 수 있길 기대해 본다.



복지관 소식

노년사회화교육 밴딩재활운동

홍천군북방노인복지관에서는 6월 17일부터 노년사회화교육 참여 어르신들을 모집하여 지난 7월 1일에 2학기 수업을 개강하였다. 교양교육, 정보화교육, 예능활동, 세대특화 분야의 총 23개 과목으로 개인의 취향과 욕구에 맞게끔 원하는 과목을 선택하여 수업을 들을 수 있다.

예능활동 분야 과목 중 밴딩재활운동은 밴드를 활용하여 신체를 단련할 수 있는 운동이다. 비교적 근력이 부족한 어르신들도 함께 즐길 수 있으며, 덤벨이나 바벨을 이용한 근력 강화 운동보다 부상 위험이나 사고 발생률이 낮기에 어르신들 안성맞춤 운동이라고 볼 수 있다.

현재 밴딩재활운동 강사를 맡고 있는 양재수 강사는 운동 재활을 전문으로 하는 건강 운동 지도자로서 어르신들의 삶의 질을 향상하고 행복한 마음으로 운동할 수 있도록 지도하고 있다.

15명의 참여자는 자녀들을 도와주는 것은 돈



이 아니라 내가 건강해야 한다는 신념으로 수업에 참여하고 있으며 운동을 생활화하면서 점점 신체적으로 건강해지는 것을 느낀다고 한다.

마지막으로 양재수 강사는 “수강하고 계신 어

르신들이 종강할 때는 현재보다 더욱 건강한 모습을 만날 수 있길 기원한다.”라고 하였다.

김동식 기자

(dong-sik@hanmail.net)

지역 축제

제28회 홍천 찰옥수수 축제 ‘다함께 찰찰찰’



〈홍천문화재단 한효진 주임〉

더운 여름철 대표 간식으로 떠오르는 홍천 찰옥수수 축제가 7월 19일부터 21일까지 3일간 홍천종합운동장 주차장에서 개최되었다. 7월 3일, 축제가 개최되기 전 홍천문화재단 축제운영부를 방문해 자세한 내용을 들어보고 19일에는 직접 축제장을 찾아가 그 열기와 분위기를 느낄 수 있었다.

홍천군은 국내에서 유일한 찰옥수수 연구소를 보유하고 있으며 모든 찰옥수수 종자의 발원지로 지리적 표시 제15호에도 등록되어 있다.

그만큼 홍천 옥수수는 홍천의 대표 농산물로 자리 잡고 있어 지역 주민들뿐만 아니라



외지 사람들에게도 각광받고 있다 해도 과언이 아니다.

축제에서는 다양한 종자 거둬 개량, 재배에 최적화된 지역의 특성, 낮과 밤의 일교차와 최적의 기후 환경으로 쫄쫄쫄하고 고소하며 차진 맛의 홍천 명품 찰옥수수를 만날 수 있었다.

주최 측은 축제 기간 방문객들의 편의와 무더위에 대한 대비를 위해 무더위 쉼터를 운영하였고 옥수수를 구매한 방문객에게는 사전 설치한 승강장을 이용해 배달 서비스를 제공했다. 더불어 1일 9회 순환 셔틀버스를 운영했으며 해당 셔틀버스는 축제가 진행되는 3일 동안 매시 정각에 지정된 곳에서 출발했다.

옥수수를 주제로 한 다양한 체험 행사도 진행되어 손수건 천연 염색, 반려동물 스카프 꾸미기, 옥수수 목걸이 만들기, 옥수수 인형 만들기, 보리꽃다발 만들기, 벌레퇴치제 만들기, 옥수수 오카리나 만들기 등의 무료 및 유료 체험 행사를 즐길 수 있다.



홍천 찰옥수수 축제가 오직 판매에만 국한되지 않고 민관이 협력하여 다양한 옥수수 가공품을 연구 개발해 지역 생산 농가 활성화에 기여하는 전 국민 축제장으로 자리매김하기를 기대한다.

서행연 기자

(bonbon2202@naver.com)

지역 탐방 (1)

강원특별자치도 자연환경 연구공원 탐방기



요즘의 뉴스에서 보도되는 대형 사고 피해 소식은 사람들을 위축시킨다. 근로 현장에서 발생하는 인명피해도 많지만, 자연재해로 인한 피해도 빈번히 발생한다. 특히 빠지지 않고 찾아오는 여름철 폭우 피해는 연중행사처럼 우리 모두를 힘들게 한다. 올해의 장마가 완전히 끝나지도 않았는데 마스크를 통해 홍수로 인한 엄청난 피해가 세계 곳곳에서 들려오고 있다. 이에 따라 어느 해보다 많은 지역이 특별 재난지역으로 선포된 상황이다.

이러한 자연재해는 훼손으로부터 오는 당연한 이치이다. 우리가 생활 속에서 자연을 소홀히 한 인과응보이며 스스로 해결해야 할 과제이기도 하다. 우리 고장 홍천에 자연환경을 그대로 보존하고 연구하는 기관이 있어서 찾아가 보았다.

강원특별자치도 자연환경 연구공원

생명의 근원인 자연을 체험할 수 있도록 설립된 홍천군 북방면 성동리에 있는 자연환경 연구공원은 식물과 곤충의 생태와 보존에 관해 연구하는 곳이기도 하다. 아동부터 청소년, 성인들에게까지 현장 교육을 통해 자연환경 보호의 필요성을 깨우쳐 주고 정서 함양은 물론 마음의

평화를 얻는 데에도 도움을 준다. 또한, 여러 사회단체 및 대학과의 MOU 체결을 통해서 함께 연구하고 환경을 조성하고 있다.

다양한 체험 프로그램

생명의 소중함과 가치를 느낄 수 있도록 다양한 체험 프로그램을 운영하고 있다.



숲에 사는 생명체들을 직접 보고 느낄 수 있는 '유아 숲 체험', 나무 의사, 수질 분석가, 식물학자 등 미래 직업에 대한 정보를 제공하고 꿈을 심어주는 '청소년 진로 체험', 전시관 해설과 자연 공예를 통해 나만의 창작 기념품을 만들 수 있는 '탐험·체험' 등으로 많은 사람의 발길이 끊이지 않고 있다.

발전을 위한 노력

현재 연구팀의 인력이 부족하여 현장 보존조차 힘든 상황으로 창의적 연구가 이행되고 더욱 질 좋은 프로그램을 계획하기 위해서는 인력 증원과 운영 예산 지원이 필요한 상황이다. 더 많은 이들에게 관심을 얻고 소중함을 심어주기에는 아직 남은 숙제들이 많다.



이러한 어려운 상황 속에서도 최호순 소장은 (주)뉴스킨, 월드비전, 현대건설 등 여러 단체와의 교류를 통해 도움을 받으며 연구 활동에 박차를 가하고 있다. 방문자들에게 좋은 기억을 남겨 한 번 더 찾을 수 있게끔 만들고 싶다는 바람이 이뤄질 수 있길 바란다.

심연흠 기자
(simmusic@naver.com)

지역 탐방 (2)

흥천한우 사랑말 행복한 영농조합

강원특별자치도 흥천군에서 한우 축제를 진행할 만큼 흥천 한우는 육질과 맛이 좋아 많은 사람의 입맛을 사로잡았다. 이러한 흥천 한우 정육점과 식당을 운영하는 영농 조합 법인 흥천한우 사랑말은 2008년에 설립되어 올해로 16년이 되었다. 첫 조합장이신 나종구 조합장은 처음부터 지금까지 조합장을 맡아 봉사 해오고 있다. 사랑말이 성동리 북방리 화동리의 5개 마을에서 시작하여 최고의 브랜드로 자리매김하기까지의 운영철학과 그 과정을 들어본다.

흥천한우 사랑 말의 시작

흥천은 이렇다 하게 내세울 만한 것이 없지만 소를 키우기에 최적의 환경을 갖추고 있었다. 그리하여 농촌 마을 종합개발사업으로 한우 사업을 시작하였으나 한우 사업화는 시행착오의 연속이었다. 농가에서 소를 키우는 일밖에 모르던 농부들이 소를 키워서 소득을 창출하기는 어려운 일이었다. 사육값을 제외하고 나면 남는 게 없는 것

이 현실인데 가격이 폭락할 때는 속수무책으로 사육값조차 감당하기 어려울 때도 있었다. 그리하여 외지에서 들여온 사료는 품질을 인정받지 못했고 생산비도 절감하기 위해 질 좋은 사료를 생산해야 한다는 목적으로 배합사료(TMR) 공장을 준공하여 축산업 경쟁력을 강화하였다.

농가 직영 정육점 및 식당 건립- '우리가 팔자'

숫값이 폭락하여도 소비자는 여전히 비싸게 소비하는 현실을 보면서 소비자와 생산자가 함께 웃는 유통의 혁신을 이루고자 직매장과 한우식당을 건립하여 숫값의 폭락을 견딜 수 있었다.

이윤을 남기지 않는다. - 농가소득 보장

얼핏 들으면 '세상에 이윤 남기지 않는 사업이 어디 있나?' 라고 생각할 수 있다. 사랑말 농가에 지급되는 매입액은 전국 최고 수준이다. 농가는 유통비용을 부담하고 가격이 가장 높은 날의 경매가격을 적용한다. 또한, 1등급 한우, 무항생제



한우는 별도의 장려금을 지급하고 있다. 농가는 소를 판 이익 외에는 가져가지 않는 원칙을 세운 것이다.

김순화 기자
(hereme50@naver.com)

인물 탐방

흥천군 경로당 분회장을 찾아서 6탄 (영귀미면 이성기 분회장)

지난 7월 3일에는 영귀미면 행정복지센터 내 노인 분회 사무실에서 영귀미면 이성기 분회장, 이정수 분회사무장, 후동리 경로당 변영환 회장을 만나 영귀미면 경로당 활동 사항에 관해 묻고 답하는 형식으로 취재를 진행하였다.

영귀미면 분회장

이성기 분회장은 영귀미면 자운1리에서 태어나 원주에서 중학교 과정을 마치고 흥천으로 돌아와 고등학교에 다닌 후 횡성에서 대학교 생활을 하였다. 이후 1997년부터 2005년까지 약 8년간 동면 농협 조합장을 담당하다 2022년 영귀미면 분회장으로 취임하게 되었다. 14개의 경로당 회장과 협력과 타협으로 이끌어 나가고 있으며 경로당 회원들의 따뜻한 정으로 정겨운 보금자리 및 편안한 쉼터가 되도록 노력하고 있다고 한다.

영귀미면의 발전을 위해 노력하고 있는 주민자치회는 관내 경로당 회원들의 어려운 일이 있거나 부족한 것을 함께 채워가며 이웃 사랑을 베푸는 곳이기도 하다.

최근 이성기 분회장이 병원에서 오래 입원하고 퇴원하신 산수골에 거주하는 어르신에게 쾌유를 기원하며 염소탕을 사서 보내시는 것을 보고 경

로당 어르신에게 모범이 된다고 칭찬을 아끼지 않으셨다.

후동리 개복송아

수년 전 논밭 주변의 제방 둑을 이용하여 영귀미면 후동리 주민들과 변영환 회장이 공동으로 개복송아 나무를



심었다고 한다. 개복송아를 수확하여 마련한 수익금을 마을 공동 기금으로 사용하고 있으며 올해 수익은 약 700여만 원으로 이를 활용해 가을 여행을 다녀올 예정이라고 한다.

후동리 변영환 회장은 2025년도에는 더 좋은 품종을 많이 재배해 수익을 올려 큰 기금을 마련할 수 있도록 노력하겠다고 하였다.

사무장 겸 회장

분회사무장과 개운리 경로당 회장직도 겸하고 있는 이정수 분회장은 노인 일자리 사업에 참여하는 어르신들을 점검하고 각 회장 및 총무들과



<이성기 분회장(맨 우측)>

화합하는 등 분회장으로서 최선을 다하고 있으며, 회장으로서는 경로당의 살림살이를 담당하고 회원분들이 불편함이 없도록 많은 관심을 기울인다고 한다.

끝으로 이성기 분회장은 경로당마다 다양한 프로그램이 활성화되고 14개의 경로당이 행복하고 건강한 생활로 화합된 모습의 쉼터가 되었으면 하는 바람이 있다고 하였다.

안태수 기자
(taesu9110@naver.com)

노인공동체는 무엇으로 만드는가?

‘내가 태어나고 싶어 태어난 것이 아니듯, 내가 늙어지고 싶어 늙어진 것이 아니다.’ 젊음이 있기에 늙음도 있는 것이다. 젊은이나, 늙은이나 삶의 형태는 다르지만, 삶의 본질은 같다. 그런데 요즘 세대는 그 둘을 본질적으로 다른 존재인 것처럼 여긴다.

이상적인 노인공동체

노인이라면 누구나 그들이 살아온 연륜에 묻어내는 수없이 다양한 경험과 지혜를 지니고 있다. 과거에 자신이 어떻게 살아왔고 무엇을 했으며 어떤 지위에 있었는지는 마치 화수분과 같은 이야깃거리가 된다. 그리고 종종 세월의 희미한 기억 속에서 왜곡되고 편집되며 과장되기도 한다.

K 씨(67세, 서울)는 지방의 한 대학에서 교수로 재직하다 정년 퇴임했다. 재직 중에는 정년퇴직하게 되면 남편과 함께 여행이나 다니면서 노후를 여유롭게 살고자 했다. 남편도 교수였기에 둘이 연금을 합치면 돈 걱정 없이 편안하게 살 수 있으리라는 기대도 했다.

그런데 평소 술 담배를 즐기던 남편은 정년을 1년 앞두고 갑자기 심근경색으로 세상을 떠났다. 그렇게 K 씨는 어렵게 버티며 간신히 정년퇴직하게 되었다. 학교에 있을 때는 어떻게든 겨우겨우 버틸 수 있었지만, 자신도 퇴직하고 나니 삶의 질이 급격히 떨어졌다. 자식들이 가끔 들르기는 하지만 그때뿐이었다. 더군다나 앞친 데 덮친 격으로 평소에도 좋지 않았던 무릎 통증도 급격히 악화하여 걷기에 불편을 느끼게 되었다.

그렇게 K 씨는 정상적으로 생활하기가 점점 버거워졌다. 결국, 집 근처에 있는 실버타운에 입소하기로 마음먹었다. 살아온 지역에 위치해서 익숙하기도 하고 새로 시작한 곳이라 시설도 깨끗했다. 보증금이나 월 납부금이 만만치 않았지만, K 씨로서는 그게 대수가 아니었다.



입소 당시에는 입주자들과 소통하면서 남이 해주는 밥 먹으며 편안하게 살 생각에 약간 희망에 부풀기도 했었다. 하지만 꿈은 얼마 지나지 않아 무너지고 말았다. 서로 소통하면서 편안하고 심지어 아름답기까지 한 공동체 생활을 꿈꿨지만, 현실은 그렇지 않았다. 주고받는 대화의 주제는 화려했던 자기들의 삶이요. 자기 자랑, 자식 자랑뿐이었다. 그들에게 미래는 물론, 현재도 없는 것 같았다.

K 씨는 회의감이 들었다. 자기도 대학교수 출신이지만 그들에게는 대수롭지 않은 존재일 뿐이었다. 그들은 자기 손가락 끝으로 나라를 들었다 놔다 하는 존재처럼 자신을 과대 포장하는데 열을 올리고 있었다. K 씨는 ‘내가 이런 소리 들으려고 여기에 들어왔나?’ 싶어 한숨이 나왔다. 당장이라도 나가고 싶지만, 중도 위약금 때문에 그러기도 쉽지 않다.

노인공동체의 본질은 무엇인가?

나이가 들면 과거 이야기가 대화의 중심이 되기 마련이지만 과거 이야기에 자기 자랑과 자식 자랑으로 도배가 되면 결국 공동체를 꾸

러나가기가 곤란하다. 공동체의 본질은 더불어 살아가는 것이지만 공동체를 유지하는 힘은 무엇을 같이 하느냐에 있다. 정체되어 과거에 묶여있는 공동체는 건강하게 지속되기 어렵다.

공동체에 있어 같은 경험과 능력을 지닌 사람들이 모이는 것보다 중요한 것은 무엇을 같이 할 것인가를 공유하고 지향하는 사람들이 모이는 것이다. 그리고 이것이 공동체를 지속 가능하게 하는 것이다. 노인공동체는 그들이 살아온 이력만큼 복잡하고 다양할 수밖에 없다. 그러한 복잡하고 다양한 내용을 모두 담아낼 수 있는 공동체를 형성하는 것은 불가능하다. 또한, 과거가 그 공동체의 핵심 주제라면 그것은 친목 모임 이상이 될 수 없을 것이다.

노인 인구 일천만을 넘어선 상황에서 보다 생산적이고 지속 가능한 노인공동체는 함께 더불어 추진할 과제를 공유하고 실천하는 미래지향적 공동체이어야 할 것이다.

성문영 기자

(sunggoodnews@naver.com)

환경 캠페인

‘탄소중립’을 위한 생활 실천

기후변화에 따른 기온상승으로 전 지구의 평균기온은 지속해서 상승하고 있다. 1850~1900년 보다 2021년 기준 연평균 기온이 1.1℃ 상승했다. 평균 해수면 또한 연간 4.5mm씩 상승하여 전 세계적으로 장마, 홍수, 폭염, 한파, 폭설 등 극심한 이상기후 현상이 빈번히 발생하고 있다. 이렇듯 세계 곳곳에서 환경에 대한 목소리가 커짐에 따라 2020년 12월 파리협정은 2030년까지 2010년 대비 온실가스를 45% 줄여야 하고, 2050년까지는 탄소중립을 이뤄야 한다고 하였다. 우리나라도 2020년 10월 28일 ‘2050년 탄소중립’을 선언하였고, 12월 10일 ‘탄소중립 비전’에 대해 선포한 바가 있다.

탄소중립은 우리가 배출하는 탄소량과 흡수·제거하는 탄소량을 같게 함으로써 실질적인 탄소 배출량을 0(zero)으로 만드는 것을 뜻한다. 탄소중립은 산업뿐만 아니라 우리 사회의 모든 구조와 생활방식의 대전환을 의미한다. 우리 사회의 모든 생활방식이 탄소중립에 맞춰 변화하도록 하려면 개인의 영역인 가정, 사회생활의 주요영역인 기업, 그리고 미래세대를 육성하는 학교가 함께 노력해야 한다. 탄소중립 실천은 선택이 아닌 우리 인류의 생존을 위한 모

탄소중립 실천 방법	
구 분	내 용
전기 절약	하루 1시간 동안 6개의 전등을 소등하면 연간 35.3kw의 에너지와 15kg의 이산화탄소를 절감할 수 있다.
대중교통 이용	개인 차량 대신 대중교통이나 자전거를 이용하면 연간 약 218.5L의 연료를 아낄 수 있고, 약 469.4kg의 이산화탄소를 줄일 수 있다.
분리 배출	재활용 가능한 유리병, 캔을 분리 배출하면 연간 88kg의 이산화탄소를 줄일 수 있다. 또한, 개인 컵을 사용하면 연간 3.5kg의 이산화탄소를 줄일 수 있다.
나무 심기	나무를 심으면 공기 중의 탄소를 흡수하고, 미세먼지를 줄이는 효과가 있다.

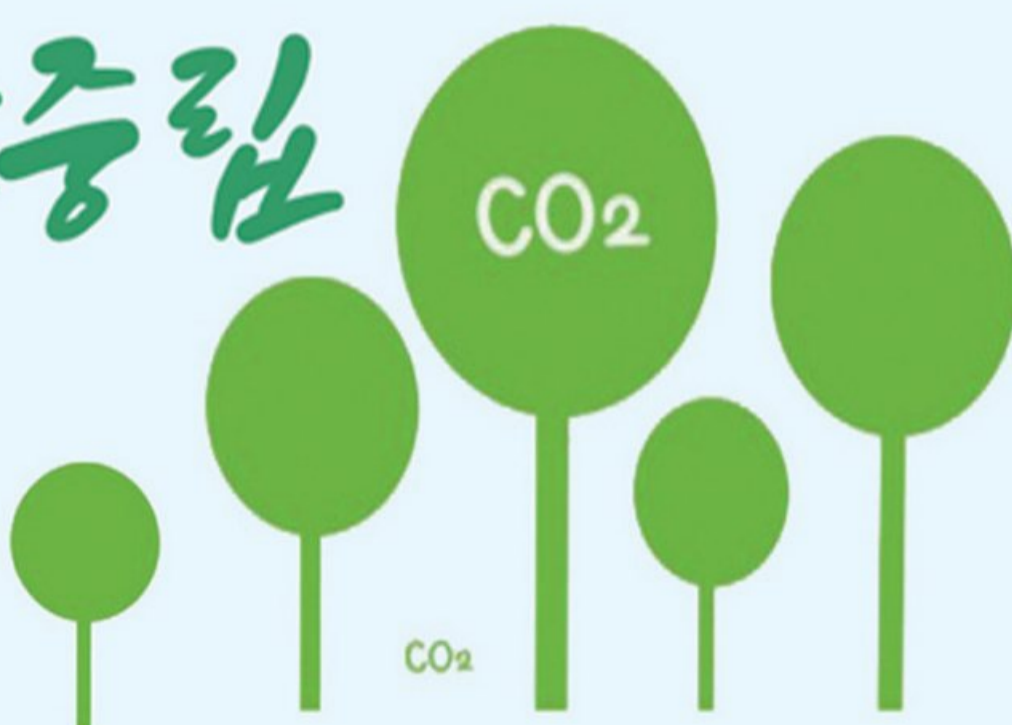
두의 의무이다. 모두가 각자의 자리에서 위기 의식을 갖고 탄소중립을 위해 노력해야 할 때인 것이다.

안타깝게도 2024년 현재는 탄소중립이 잘 이뤄지지 않고 있다고 한다. 지금처럼 지속된다면 우리의 후손들은 아름다운 환경을 누리지 못하

게 될 것이다. 선대들이 자신들의 평안보다는 후손들을 위해 큰 노력을 했듯이 우리도 후손들에게 좋은 환경을 물려줄 수 있도록 노력해야 할 것이다.

이복여 기자
(boy1145@hanmail.net)

탄소중립



인생 칼럼



석도익

소설가

‘사나이로 태어나서 할 일도 많다만 너와 나 나라 지키는 영광에 살았다.’ 대한민국 국군의 힘차고 자랑스럽게 부르는 ‘진짜 사나이’라는 군가의 한 소절이다. 현역 군인이 아니더라도 군가를 부르거나 듣기만 해도 누구나 자세가 바르게 펴지며 힘이 솟구치고 애국심으로 가슴이 벅차오르는 느낌이다. 용기와 기백이 정의롭고 때 묻지 않아 밝고 젊음이 넘쳐나는 청년 시절, 그 힘을 응집시켜 이 조국을 지키는 국군 용사들에게 우

리는 ‘진짜 사나이’라는 칭호로 높이 불러준다.

사회와는 격리되고 담과 철조망으로 둘러쳐진 병영 안에서는 전국 각지에서 저마다 살아온 젊은이들로 구성된 집단, 엄격한 군율과 상명하복 질서의 굴

치고 자신이 살아가야 할 목표와 시련을 견디는 끈기, 참을 줄 아는 인내, 할 수 있다는 용기와 힘, 자신을 제어할 수 있는 통제 기능 등을 망라하여 인성을 터득하고 깨우치게 된다.

우리나라의 어떤 대학이나 사

여 다양한 복지 혜택을 받을 수 있는 병역명문가증을 발급해 주고 있다. 병무청에서 발행한 이 병역명문가증을 제시하면 잔잔한 예우를 해주기도 하는데 현역이나 그 가족만을 위한 영외마트(PX)를 이용할 수 있으며, 정부나 지방자치의 공영 주차장이나 공공시설에서도 요금을 할인받거나 무료로 이용할 수 있다. 민간 단체나 기업에서도 가맹하여 예우해 주는 곳이 점점 늘어나는 추세이다.

나라를 위해 3대가 군에 입대하여 병역을 이행하기란 그리 쉬운 일이 아니기 때문에 국가에서도 이를 예우해 주려고 하는 것이니 정말 좋은 정책이 아닐 수 없다. 이에 해당하는 병역명문가는 스스로가 자랑스럽고 자부심 또한 높아질 것이다.

병역명문가(兵役名門家)

레 속에 짜인 시간, 어떻게 보면 지루하고 생산성 없이 그냥 시간만 죽이는 허송의 시간이라고 할 수도 있겠으나 그것은 겉으로 보이는 오해다.

실제 병영 생활에서 너무나 많은 것을 배우고 익히며 자기 자신을 찾고 조국을 알게 된다. 또 단이 가족의 소중함을 깨우

회에 어느 기관단체든 이렇게 종합적인 것을 실시하고 배우게 할 수는 없을 것이다.

국민으로서 국방의 의무를 완수한 자부심을 북돋아 주려는 정부 정책의 하나로 국가와 국민의 안녕을 지키기 위해 한 가문에서 3대에 걸쳐 병역을 성실히 마치면 병역명문가로 인정하

인생 칼럼



강정식

시인

사람이 살아가는 데는 자산은 절대적으로 필요하다. 물론 젊어서도 필요하지만 나이 들어서 는 더욱 그렇다.

자산은 세 가지로 크게 나뉜다. 부동산(토지), 동산(물건), 현금이다. 부동산은 주로 토지이고 동산은 건물이나 귀금속 따위가 있다. 현금은 말 그대로 동전, 지폐 등으로 분류된다. 물론 요즘은 주식이나 증

권, 가상화폐, 채권 등도 큰 의미로서는 현금으로 볼 수 있다.

젊어서 직장을 갖고 열심히 살다 그 생의 소임을 다하고 은퇴의 과정을 거친 후 편안한 노후를 맞는 것이 삶의 주기이다.

국가의 세금으로 급여를 받던 사람들은 직역 연금으로 편안한 노후를 보낼 수 있지만, 공공기관이나 사기업 또는 자영업을 하던 사람들은 따로 직역 연금이 없다.

자산은 자녀들과도 밀접한 관계가 있다. 은퇴 직후 일찍이 전 자산을 자녀한테 증여했다가 낭패를 본 사람들이 우리 주변에는 의외로 참 많다. 내가 충분히 쓰고 남은 자산을 자녀들에게 증여나 상속해야 한다. 자녀들과의 자산 분할 약속은 잘 안 지켜져서 자식 간 분쟁에 휩싸이는 것이 다반사다. 이를 위해서 국가에서 만든 제도가 주택연금과 농지연금 제도이다.

70세 전후 나이에 주택이나 농지를 담보로 맡기면 노부부의 생활비 정도의 일정 금액을 받을 수 있다. 부동산을 매매하지 않아도 자녀들과 큰 이해 충돌 없이 잘 관리할 수 있는 것이 자산관리 우등생인 셈이다.

노후의 안전한 자산관리

현직에 있을 때 노후 준비를 단단히 했다면 문제가 없으나 그렇지 못한 대다수는 경제적 곤란을 겪는다.

우리나라의 사회보장제도는 비교적 잘 마련되어 있으나 아직도 만족스럽지 못한 편이다.

그 대신 국민연금공단에서 운영하는 국민연금이 은퇴 후 일정 기간이 지나면 지급된다.

국민연금 미가입자는 노령연금으로 근근이 살 수 있다. 살아가는데 최소한의 생활비를 마련하는 근원이다.