

목숨걸고 소중히 지켜온 자유, 화랑무공훈장 자랑스러워

“해마다 6월이 오면 백마고지 전투의 포성이 들려오고 파편으로 절단된 부상부위가 저러오며 악몽으로 편안한 잠을 이루지 못했었는데, 올해는 남북정상회담을 통한 판문점 선언으로 평화무드가 조성되어 남다른 기쁨이 있습니다.”

화촌면 성산리 아담한 한옥에서 노환의 아내를 보살피며 편안한 노후를 보내는 국가유공자 김완수(金完洙·88) 씨의 목소리에는 생기가 넘쳐들었다.

김완수 씨는 서석면 검산리에서 출생하여 19세 때 청년방위군(약칭 청방)에 편입됐다. 당시 평창과 홍천 경계 지역에 북한 무장공비가 침투하여 양민을 괴롭히고 후방 교란을 하며 활개쳐서 이들을 섬멸하기 위한 불바래기 전투(불발령에서 벌어진 한국전쟁 전초전)가 치열하게 전개됐는데 청방이 이 전투에 투입됐다.

1950년 6·25전쟁이 발발해 북한군이 남침하자

피아가 접전하며 밀고 밀리는 치열한 전투가 진행되는 가운데 김 씨는 화천 사창리 전투, 양평 용문산 전투, 김화 천불산 전투에 참가하여 1년 5~6개월을 보냈다. 청평강 도하 중 중무장을 못 이겨 익사하던 병사들의 참상은 지금도 생생하다.

1952년 10월 치열한 백마고지 전투로 9사단의 병력손실이 커지자, 2사단 병력이 철원 백마고지에 투입됐고, 2사단 32연대 3대대 11중대(화기중대) 소속 김 씨는 특공대 역할을 하며 전선을 누볐다. 이 전투에서 아군의 전사자 및 부상자가 속출했고, 김 씨도 이 전투 중 적진에서 날아온 포탄 파편에 엄지발가락, 옆구리, 팔 등을 부상 당했지만, 이때는 나라를 지킨다는 애국심을 바탕으로 동료 병사들의 원수를 갚는다는 일념으로, 살점이 날아가도 뼈가 부서져도 신체 일부가 절단돼도 아픈 줄 모르고 두려운 줄도 몰랐다.



◇ 국가유공자 김완수(金完洙·88) 씨

다. 장군의 옆에 있다는 것이 자랑스러웠고 전투에 직접 참가하지 않으니 몸이 편했다. 몸이 편하니 그때서야 부상 부위가 아파왔다. 절단된 발가락이 저러왔고 파편 박힌 옆구리가 쑤서됐고 근육이 찢긴 팔뚝이 쓰러왔다. 운전병이 된 지 며칠 후 정 장군 부인이 찾아와서 돈을 주며 필요할 때 사용하라고 하였다.

당시에는 자동차도 도로도 좋지 않았고 운전병들의 운전 실력도 미숙하던 시대였으므로 자신의 남편의 생명을 지키는 운전병에게 믿음을 주려 한 듯싶었다. 김 씨는 가슴 떨릴 만큼 큰돈을 몸에 지니고 장차 대한민국 국무총리가 되실 분을 그 위험한 전선에서 안전하게 지켜냈다. 5년 복무를 마치고 전역을 하게 된 김 씨는 정 장군 부인에게 받은 돈을 한 푼도 쓰지 않고 반납했다.

무용담에 열중하던 김 씨는 아내가 가장 고맙다고 했다. 전쟁터에서 몸서리치는 부상과 정신적 고통을 얻고 그 악몽에 사로잡힐 때마다 “당신이 자랑스럽다.”며 격려했다. 그러던 아내 홍성기(85) 씨는 노환으로 남편과 요양보호사의 보호를 받으며 침대에 누워 있다. 남편이 얘기하는 동안 함께 경청하던 부인은 김 씨가 말을 마치자 미소 지으며 손가락으로 벽면을 가리켰다. 그 곳에는 화랑무공훈장을 목에 건 근엄한 모습의 김 씨 사진이 걸려 있었다.

김 씨는 남북 정상회담에 이어, 남북이 평화의 길로 들어설 수 있기를 간절히 기원했다. 목숨을 걸고 자유를 지켜냈고, 신체의 일부를 바치며 전쟁의 참혹함을 경험했기에, 평화의 소중함이 더욱 절실했다.

허남영 기자

수차례 전투 참여 신체 일부 바치며 전쟁의 참혹함 경험

남북정상회담 평화무드 조성에 기쁨, 평화의 소중함 절실

청방은 삼마치 전투를 거치며 대구로 후퇴했고 대구 제1훈련소에 입대하여 정규군 교육을 받은 김 씨는 제주도 모슬포로 이동하여 제주도 기간 사병으로 1년 4~5개월 동안 운전병 생활을 했는데 이때가 군 복무 중 가장 수월한 시기였다. 군 입대 전 취득한 일반 운전면허증이 아주 유용하게 쓰였다.

이 무렵 전쟁은 점점 치열해지고 아군의 피해는 늘어났다. 의성에 주둔한 2사단도 전사자와 부상자가 속출해 부대원을 보충하게 됐는데 김 씨도 의성으로 건너와 2사단에 재편성이 되었고 이때부터 생명을 건 치열한 전투 대열 일선에 서게 되었다.

원주 전투에서는 12월 중순 흑한기에 모포 1장으로 노숙을 하며 주먹밥으로 식사를 때웠다.

전쟁은 이토록 무서웠고 참혹하며 끔찍했다.

어느 날 우연히 대대장이 단독 무장을 하고 걸어가는 모습이 눈에 띄었다. 동료 병사에게 물어보니 운전병이 전사하여 30리 길을 걸어 연대에 간다고 하였다. 이 말을 들은 김 씨는 상관의 명령도 없이 지프차를 몰고 대대장에게 다가갔다. “대대장님 타십시오.” 그러나 대대장은 타려하지 않았다. 산악지대의 험한 도로에 합부로 자동차를 타는 것은 생명을 내놓는 것처럼 위험했기 때문이다. “걱정하지 마십시오. 저는 운전 면허증이 있고 사회에서 받은 면허증입니다.” 그때서야 대대장은 안심하고 승차했고 대대장은 이런 사실을 연대에 가서도 얘기했다. 김 씨는 1개월 후 연대장 운전병으로 발탁됐고 또 1개월도 못돼서 당시 2사단장이던 정일권 장군의 운전병이 되었

◆ 홍천군노인복지관 6월 행사일정

일	시	장 소	내 용
2018.06.07.	10시~	홍천군수타사	이심전심 나들이
2018.06.19.	12시~	한림정	재가어르신 생신잔치
2018.06.21.	13시~	홍천군노인복지관	노인재능나눔활동지원사업 간담회 및 활동교육
2018.06.26.	10시~	크리스탈웨딩홀	노인사회활동지원사업 상반기 평가회
2018.06.27.	08시~	정선아리랑센터	재가어르신 나들이

CONTENTS



02 - 홍천군노인복지관 NEWS

03 - 귀농·귀촌인 이야기

04 - 경로당 탐방

05 - 유적지 / 전설

06 - 다문화가정이야기

07 - 우리 직장 칭찬릴레이

08 - 건강칼럼

- 독자기고



홍천군노인복지관 NEWS

생명숲기억키움학교 '인지프로그램'

뇌자극으로 기억력 향상, 치매예방 최고 프로그램

생명보험사회공헌재단 지원으로 운영되고 있는 생명숲기억키움학교는 2016년 12월 노인복지관 별관 1층에 개소했다. 생명숲기억키움학교는 경증치매 어르신 20명을 대상으로 오전, 오후로 나눠 인지, 정서지원, 여가, 건강증진 등 치매예방과 더불어 경증치매에 대한 지연, 완화를 목적으로 다양한 프로그램이 진행된다. 생명숲기억키움학교는 매주 월요일부터 금요일 오전 10시부터 12시, 오후 1시부터 3시까지 하루에 2번 별관 1층에서 운영되며, 현재 인지프로그램이 진행되고 있다.

김혜숙(76) 씨는 “기억력을 향상시키고 재미있게 지내고 싶어 프로그램을 수강하였다. 또래들과 모든 것을 함께해 즐겁고 행복하다.”며 “프로그램이 재밌어 시간가는 줄 모른다. 프로그램 시간을 늘렸으면 좋겠다.”고 했다.

전옥순(74) 씨는 “인지프로그램을 통해 내 마



◇ 홍천군노인복지관 생명숲기억키움학교 '인지프로그램반'

인지프로그램 치매 지연·완화·예방에 효과성 입증
옛 추억 회상, 기억력 향상돼 복지관 이용 즐거움

음이 밝아졌다. 그리고 기억력도 많이 향상돼서 너무 좋다.”며 프로그램에 대한 칭찬을 아끼지 않았다. 또한 “코트라스(인지프로그램) 시간이 길었으면 좋겠다.”고 했다.

최홍자(75) 씨는 “건강을 위하여 프로그램을 신청했으며, 뇌를 자극하는 프로그램으로 치매예방에 너무 도움이 된다. 이러한 프로그램이 많이 개설됐으면 좋겠다.”고 했다.

박정자(75) 씨는 “프로그램을 하면서 옛 추억을 회상할 수 있었다. 더불어 기억력이 향상되어 너무 만족한다.”며 “프로그램으로 복지관 이용이

즐겁고 또래 친구들과 친해질 수 있어서 재미있다.”고 했다.

김유명(81) 씨는 “프로그램을 듣고 나서 생각하는 자세에 변화가 생겼다.”며 “수업에 열정적이고 적극적으로 참여하겠다.”고 했다.

강순옥(72) 씨는 “요즘 기억력이 떨어져 깜빡하는 일들이 많았지만, 프로그램을 듣고 기억력 향상이 됐다. 변할 수 있는 나 자신에 많이 놀랐다.”며 “주위 다른 친구들에게 추천해서 같이 듣고 싶다.”고 했다.

생명숲기억키움학교 인지프로그램을 맡고 있는

안경숙 강사는 “성인이 가장 두려워하는 질환 중 하나가 치매이다. 치매는 정확한 진단보다는 올바른 예방과 관리가 더욱 필요하다.”며 “어르신들을 가르친다거나 도와드려야겠다는 생각으로 시작했으나 시간이 흐르면서 점점 나 자신이 어르신들로 인해 겸손과 삶의 지혜를 배우고 서로 친밀감을 형성하면서 수업시간이 소중하고 감사한 마음이 생겼다.

다른 프로그램처럼 눈에 띄게 향상된 모습을 바로 보여줄 수는 없지만 어르신들에게 꼭 필요한 프로그램인 만큼 인지프로그램이 생활화될 수 있길 바란다.”고 했다.

한편 안 강사는 레크리에이션지도사, 실버체조지도사, 실버인지권기지도사, 실버놀이지도강사 자격증을 갖고 있으며, 현재 노인복지관 뿐만 아니라 주야간보호소, 경로당 등 다양한 곳에서 활동하고 있다.

KB국민은행 홍천지점 후원금 전달



KB국민은행 홍천지점(지점장 이규원)은 5월 8일 홍천군노인복지관에 100만 원을 후원했다.

한국전력공사 홍천지사 후원품 전달



한국전력공사홍천지사(지사장 최부영)는 5월 9일 홍천군노인복지관에 70여만 원 상당의 현물을 후원하여 지역 어르신들에게 전달했다.

귀농·귀촌인 이야기(16) 화촌면 풍천리 김구영·홍순오 씨 부부

GAP 자격 도전, 발전하는 농촌의 모범되고자 노력

화창한 봄날 화촌면 풍천리 가는 길은 양쪽에 높은 산이 있고 나무가 울창하여 마치 아름다운 외국의 풍경을 보는 듯했다.

서울의 대학에서 무역학을 전공하고 무역회사와 대기업에서 직장생활을 마치고 귀농한 김구영(70) 씨와 홍순오(65) 씨를 만났다. 이들 부부는 귀농한지 15년이 되었다.

이곳으로 귀농할 당시 이미 두 자녀를 출가시켰고 지금은 그 자녀들이 각각 손자와 손녀들을 3명과 4명을 낳아 다복한 가정을 이루고 있다. 요즘 과년한 아들딸을 결혼시키지 못해 애태우는 부모들에겐 부러움의 대상이 될 수밖에 없었다.

남편 김 씨의 고향은 하남시인데 일찍부터 서울로 가서 학교를 다녔으나 그때 고향에서 시골생활 하는 친구들을 보면 좋아 보였는데 그런 마음이 지금 이렇게 산골 생활하게 된 동기인지도 모른다고 느낀다. 처음 홍천으로 와서 자리 잡기까지 많은 시행착오와 어려움이 있었다고 한다.

처음 땅 약 1000평에 컨테이너 두 개를 붙여서 생활하고 동네에서 처음으로 비닐하우스를 짓고 농사를

kg에 1000원 받을 때도 있었다고 회고했다.

농사비용이 올라도 작물의 가격이 오르지 않아 초기 고생은 많았지만 부부가 서로 의지하고 격려하며 어려움을 견뎠다.

지금은 이웃과 협업으로 1200평에 눈개승마 나물을 심었다. 사포닌이 많고 맛이 좋아 인기가 상승하고 있는 작물이다.

올해는 4월에 날씨가 추워서 많이 얼어 죽고 10%만 건졌다. 이 봄나물로 첫 수확을 시작하여 6월에서 8월엔 블루베리가 나오고 8월엔 아로니아를 수확한다. 이어 가을에는 300그루를 심은 천황대추를 수확한다. 천황대추는 생과로 먹는 과일이다. 씨앗이 작고 과육이 많으며 맛이 좋아 인기가 있다.

요즘은 산양새싹삼을 팔고 있다. 인삼 씨앗을 임야 7,000평에 심었다. 이것도 이웃 3가구가 협업으로 하고 있다. 혼자 이 사업을 하기엔 어려움이 많다. 일할 일꾼도 없을 뿐 아니라 워낙 고가의 작물이라 모르는 사람에게 맡기기가 어렵고 관리도 어렵다.

새싹삼은 심은 지 3~4년생을 캐



◇ 김구영·홍순오 씨 부부는 홍천군 화촌면으로 귀농하여 산양새싹삼 등 다양한 작물을 재배하고 있다.

귀농 초기 어려움, 부부 서로 의지하며 행복 달성 산양새싹삼 등 이웃과 협업, 작물 재배·수확 기대

시작하였다. 이곳은 산촌이기 때문에 거의 임산물 수확으로 살아가는 동네였다.

우선 생활비를 마련하기 위해서 순환이 빠른 작물을 재배할 수밖에 없었는데 고추, 오이, 가지 등을 가락시장에 출하하였다. 그러나 농사 재료비와 인건비, 잡비 등을 제하면 남는 것이 없었고, 어느 때엔 고추 5

서 이파리 짜 생으로 섭취하는데 건강에 좋고 이 시기에는 잎에 영양분이 많아서 먹기 좋고 효과도 좋다.

부인 홍 씨도 농업기술센터에서 여러 가지 저장식품과 발효식품들을 배워 상품화하는 마케팅과 컴퓨터 공부를 해 “홍부네 농원” 이름으로 통신판매를 하고 있다. 또한 부녀회장을 맡고 있는데 동네에 알파카 울

드가 들어오면서 부녀회에 매장을 하나 내어 주었다. 아직은 매출이 많지 않지만 앞으로 회원들과 함께 연구하고 노력하여 매출을 올릴 계획이다.

남편 김 씨는 요즘 농업기술센터에서 GAP(농산물과 우수관리 인증제도)자격 시험 교육을 받고 있다. 농촌도 이제 새로운 농사기술과 안

전한 농약 사용을 배우고 익혀서 발전하는 농촌의 모범이 되고자 노력한다고 했다.

짧지 않은 15년 동안 어려움도 많았지만 후회하지 않으며, 서울에서 직장생활이 화려한 것 같았지만 되돌아보면 지금이 더 행복하다고 말했다.

삶의 목표는 누구나 행복하기를 원하는데 지금 이 시간 이들 부부는 목표를 이루었다고 생각하기 때문에 모든 것에 감사한다고 말했다.

김순화 기자



경로당 탐방시리즈 (48) 남면 명동리

매년 봄, 가을 소풍으로 좋은 추억 간직해요!



◇ 남면 명동리 경로당(회장 정호섭·앞줄 가운데)

홍천 남면 명동리경로당은 1997년 8월 30일 준공되어, 마을회관과 마을사무실 겸 이용되었다. 명동리경로당은 용주영 초대회장에 이어 현재는 정호섭(72) 회장과 이창석(72) 사무장이 경로당을 이끌고 있다. 또한 게이트볼장이 경로당 바

을 돕기 위해 많은 직원과 의료진이 방문하여 도움을 주고 있다. 또한 경로당 회원들은 경로당 주변에 화단과 꽃길을 만들어 깨끗한 환경 속에서 생활을 하고 있다.

스스로 화단과 꽃길 만들어, 깨끗한 경로당 가스통노출 위험, 출입구 가림막 설치 바람

로 옆에 준공되어 회원과 주민들의 건강을 지키고 회원 간 단합할 수 있어 여러모로 도움이 되고 있다.

경로당은 2004년 4월 대한항공과 1사1촌 자매결연을 해서 매년 농사철인 봄과 가을 바쁜 일손

경로당에는 건강체조 프로그램이 주1회씩 운영되고 있는데 회원들의 건강에 많은 도움이 되어 인기가 많다.

더불어 홍천군보건소 건강증진센터에서 주1회 당뇨와 치매에 대한 강의를 진행된다.

또한 재능나눔사업으로 활동하고 있는 노인들이 주1회 방문하여 가스점검, 보이스피싱 등 노인에게 필요한 강의가 꾸준히 진행되고 있어 회원들은 매우 유익해하고 있다.

명동리경로당 회원들은 매년 봄, 가을에 소풍을 간다. 올해 4월에는 강화도제적봉평화전망대-외포리-화문석 박물관을 다녀왔으며, 회원들 전원이 참석하여 좋은 추억이 되었다고 한다.

장수회원인 김영주(95) 씨는 경로당에 매일 나와 건강을 유지하고 있으며, 2017년 제12회 노인지도자 통합연찬회에서 장수상을 수상했다. 건강의 비결은 몸에 맞는 걷기운동을 하고 식사를 거르지 않고 소식하는 것이라고 했다.

김복순(87) 씨는 경로당 주변청소를 하고 화단을 스스로 가꾸고 있어 회원들로부터 부지런하다는 칭찬을 많이 받는다.

정 회장은 “경로당 뒤에 가스통이 있어 위험하며 출입구 가림막이 없어 눈이나 비가 오면 불편함이 많다. 노인들을 위해 가림막 설치가 필요하다.”며 “경로당에 오면 편안함을 느끼고 회원들과 함께 웃으며 건강하게 지내고 싶다.”고 했다.

경로당 회원 60명 중 남자 5명, 여자 7명이 일지리에 참여하고 있으며, 2명은 재능나눔 활동에 참여하고 있다.



안태수 기자

◇ 경로당 임원 현황

직책	성명	연령	직업
회장	정호섭	72	농업
부회장	이천순	71	농업
감사	윤호연	79	농업
사무장	이창석	72	농업

☎ 033-432-0193

* 홍천실버신문에서 홍천관내의 다양한 정보 및 원고를 모집하고 있습니다. 또한 다양한 정보와 이야기를 제공받길 원하는 분은 구독신청 바랍니다.

* 홍천실버신문은 60세 이상 어르신 기자단이 만들어 가는 신문으로 지역사회와의 유대를 강화하고 나아가 노인복지증진 및 지역사회 통합에 기여하기 위하여 매월 정기발행하고 있습니다. 활동을 원하는 실버기자를 모집하고 있으며, 관내 읍면별 행사 및 소식을 전해줄 읍면별 명예기자도 모집하고 있습니다. 많은 관심 부탁드립니다.

* 홍천실버신문은 개인 및 단체 광고를 받고 있습니다. 매월 1일자 2,000부가 발송되고 있으며, 광고료는 공식성 유무 확인 후 홍천실버신문 광고료 규정을 기준으로 책정합니다.

노인복지관형 치매예방프로그램 ‘KB 국민건강 총명학교’ 선정

KB금융그룹과 한국노인종합복지관협회 주최로 진행되는 ‘KB 국민건강 총명학교’ 사업에 홍천군노인복지관이 선정되어 5백만 원이 지원된다.

이는 100세 시대를 살아가는 고령자들이 치매 없이 건강한 노년을 맞이하고 치매로부터 안심하고 생활할 수 있는 사회를 만들기 위한 ‘노인복지관형 치매예방 프로그램’으로 노인 25명에게 총12회 치매예방 집단 프로그램이 5월부터 12월까지 8개월 간 진행된다.

유적지 기념물 제65호 홍천 동창보수로 및 암각명

생명의 땀줄 같은 물길 유지·보존위해 동창보 개인 설치



◇ 기념물 제65호 홍천 동창보수로 및 암각명

1994년 4월 25일 기념물 제65호로 지정된 동창보수로는 내촌면 물길리에서 벼농사를 짓기 위하여 1800년경 축조한 것이다. 서석면 수하리에서 내촌면 물길리 동창마을 일대까지 약 1Km

의 물길을 축조하고, 물을 끌어다가 농사를 지었다.

보(淤)는 하천에서 관개용수를 수로에 끌어들이려고 독을 쌓아 만든 저수시설을 말한다.

동창보수로 중간 지점인 동북쪽 암벽에는 김군보라는 보주(淤主) 이름이 기록되어 있는데 당시 조선시대 농경사회에서 전주(田主)나 전호(佃戶)들이 공동으로 보를 막고 관리하면서 필요한 농업용수를 사용하는 것이 일반적이었음을 감안할 때 동창보의 경우 개인이 설치한 보라는 점에서 주목된다. 요즘은 국가에서 공익사업으로 수로를 설치해 주고 있다.

동창보수로는 한말 이후 김승중이라는 사람이 관리해 왔다고 전해지고 있다. 생명의 땀줄 같은 물길이야말로 잘 유지하고 보존해야 하므로 매년 개수(開水)를 한 후에 산신과 자신에게 제사를 올려 보의 무사와 풍년을 기원하였다고 한다.

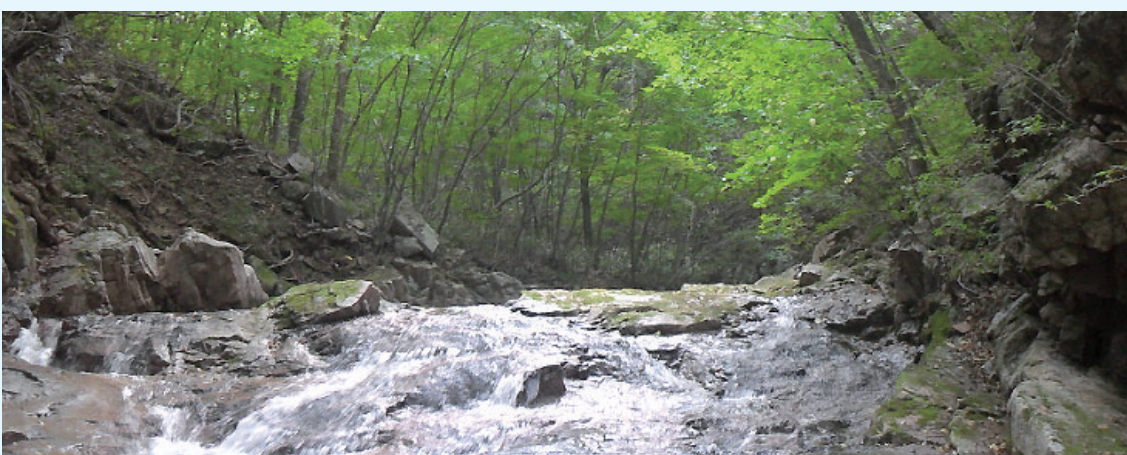
조선 시대 전형적인 농경문화의 표본으로 조선 후기의 수리 및 관개 시설 형태를 비교적 잘 보여 주고 있다.

박영권 기자



전설 서석면 미약골

그림처럼 아름다워 선녀가 하강하여 목욕했던 곳



◇ 서석면 미약골

미약골은 홍천군의 동남쪽(서석면 생곡리)에 위치하여 높은 산과 깊은 계곡으로 둘러싸여 한 폭의 그림처럼 아름다운 곳이다. 옛날 이곳을 지나던 풍수가가 지세를 둘러보고 삼정승 6판서가 나올 명당자리라 말하기도 하였고 이곳의 지세는 학이 울고 촛대바위가 아름답게 치솟았으며 선녀가 내려와 목욕을 했다는 암석폭포 등 바위들이 각기 아름다운 형상을 이루고 있어 미암동 또는 미약골이라 이름 지었다. 또한 원시

림의 자연생태계의 보고로써 맑고 깨끗한 용천수가 샘솟아 400리를 흘러 북한강 청평호로 유입되는 홍천강의 발원지이다.

홍천강 주변에는 각종 먹을 실과나무가 그치지 아니하고 달마다 새 실과를 맺으리니 홍천강 미약골에 용천수가 흐르므로 먹을 만하고 그 잎사귀는 약재료가 된다 하였다.

결국, 홍천강 유역은 문명이 발전되는 발상지가 되었다. 서석면에는 충신과 미인이 많고 자

작고개는 800여 명의 농민운동을 하던 동학군이 관군과 싸우다 전사한 곳으로 전적비가 세워져 있다. 홍천강 유역의 천년고찰 수타사와 공작산 산소길은 수많은 관광객이 찾아오는 명소가 되었다. 홍천읍의 홍천온천과 군부대는 홍천강 유역의 발상지의 표상이다.

홍천강 하류에는 고 남궁억선생의 선조가 살던 서면 보리울이 있다. 조선 독립을 위해 무궁화 재배와 보급으로 애국정신을 고취시킨 흔적이 있다.

미약골에서 발원한 물은 내촌천을 이루고, 굽이굽이 흐르던 물줄기는 철정리에서 남으로 흘러오는 두촌천을 만나 타 시·군과의 물이 합류되는 것이 없이 서면 마곡리를 지나 홍천의 가장 서남쪽인 청평에서 북한강과 합류하는데 청정 1급수로 수도권 주민들의 식수원이다.

동북쪽인 내면은 인제로 북류하는 내린천 수계인데다 해발고도가 높아 예전에는 생활권이 달랐다. 홍천부근에서 철정까지를 화양강이라 불러서 철정에는 지금도 국도변에 화양강휴게소가 있다.

이광명 기자



다문화가정이야기 (47) 홍천군 동면 다오 티리엔 (39) 씨

행복한 가정, 모범적인 부부로 인정, 부부 잉꼬상 수상

“낮에 김매고 일 많이 해도 전혀 힘들지 않고, 하룻밤 자고나면 괜찮다.”

베트남에서 시집와 홍천군 동면 노천리에 살고 있는 다오 티리엔 (39) 씨는 “젊을 때 열심히 일해야 한다.”고 했다.

그는 베트남 하이퐁에서 아버지 다오 반런 (62) 씨와 어머니 트란 티 비엔 (62) 씨의 2남3녀의 둘째로 태어났다. 부모님은 농사를 지으며 마트를 운영했고, 3층집을 가진 유복한 가정에서 태어나 어려움을 모르고 자랐다. 고등학교를 졸업하고 하이퐁에서 구두 만드는 회사에 4년간 다닌 후, 10년 이상 과일, 야채, 김치 등을 오토바이로 운반해 시장에서 판매했다.

한국 사람과 결혼 할 생각은 없었는데 한국으로 먼저 시집와 강원, 경기, 전북 등에 살고 있는 친구들이 “한국은 살기 좋고, 한국

있는 하이퐁으로 강원공장에 다니며 형의 농지 2000여 평의 땅에 농사도 짓고 있다.

남편과 함께 인천공항에서 동면 노천리 시댁에 처음 왔을 때 동서, 시누이 등 시댁 식구들이 집안을 이벤트용품으로 꾸미고 환영 행사를 해줘 기뻐했다. 또 “말은 통하지 않아도 가족들이 반갑게 안으며 맞아줘 따뜻한 정을 느꼈다.”고 했다.

그래도 얼마동안은 고향이 그리고 친정부모가 보고 싶어 많이 울었다. 지금은 시어머니가 아껴주고 남편의 사랑으로 안정이 됐다. 한국 날씨가 추워 고생했지만 한국은 공기 좋고 산 좋고 물 맑아 사람 살기 좋은 곳이라고 했다.

고향에서는 밭에 나가 직접 농사일을 해본적은 없지만 시집와서는 비닐하우스 안 농작물에 물을 주고 김을 매고 열심히 일한다. “구십



◇ 다오 티리엔 씨가 시모와 함께 밝게 웃고 있다.

러 다니는데 수업이 끝나면 참가자들과 함께 맛있는 음식을 먹으며 고향얘기를 나누는 것이 즐겁다고 했다.

부 잉꼬상’을 수상했다. 단기간에 지역사회에 성공적으로 정착하여 행복한 가정을 꾸리고 살아가는 모범적인 부부로 인정받아 지난해 11월 4일 홍천군 다문화가정후원회장의 ‘잉꼬상’을 수상했다. 같은 해 12월 27일에는 한국어 수업 프로그램의 시화전 발표에서 ‘삶과 마음’이라는 주제에 ‘사랑·믿음·행복’의 내용을 담아 ‘금상’을 수상하는 등, 한국에 온지 1년 정도 지났지만 능숙한 한국어 구사와 빠른 한국생활 적응에 많은 상을 받았고 주위 사람들과의 소통에 아무런 문제가 없다.

밭 한쪽에 베트남의 오이, 시금치, 옥수수 등을 재배한다. 가끔씩 고향음식인 찰조(만두의 일종)나 고이꾸온(베트남 찜의 일종)을 만들어 먹는데 시어머니는 “음식 솜씨가 좋아 어떤 음식도 맛있게 잘 한다.”고 했다.

그는 한국에 온지 2년이 경과되지 않아 국적을 취득하지 못했고 운전면허도 없다며 앞으로 제한기간이 경과하면 빠른 시일 안에 취득할 계획이라고 했다.



이옥희 기자

한국어 시화전 ‘금상’ 수상, 능숙한 한국어 구사
대한민국 국적 취득 후 운전면허시험 도전 계획

남자들은 마음이 착하고 부인을 아낀다.”고 해서 마음을 바꿨다.

2015년 9월 13일 지인을 통해 남편(박광수·55)을 만났다. 남편을 처음 만났을 때 마음이 좋아보였고 믿음이 갔다. 그는 부모의 승낙도 없이 남편을 선택했다. 그해 11월 21일 베트남에서 결혼식을 올리고 한국으로 갈 날을 기다리며 몇 개월 동안 한국어 공부를 했다. 그러나 서류작으로 지연됐고 1년이 지난 2017년 2월 15일에 한국에 왔다.

남편은 아버지 박종만(사망) 씨와 어머니 송묘순(88) 씨의 3남2녀 중 막내다. 홍천농업고등학교를 졸업하고 서울에 있는 철강제품제조회사에서 20여 년을 일하다 10년 전 고향으로 내려왔다. 북방면에

되어가는 시어머니도 밭에 나가 팟 흘리며 일하시는데, 젊은 사람은 몇 배 더 일해야 한다.”며 일손이 부족해 시어머니가 밭에 나가 일하는 걸 안타까워했다. 그는 “한국도 자보다 고향에서 가져온 모자 녀라(Non la)가 더 시원하고 수분 흡수도 잘돼 항상 쓰고 밭일을 한다.”고 했다.

금년 3월 15일 홍천읍내 크리스탈웨딩홀에서 다문화가족 5쌍 합동으로 결혼식을 올리고 대명비발디파크로 1박2일 관광을 했다. 시어머니는 “그 신부 5명 중에서 우리 며느리가 제일 예쁘고 마음씨도 곱고 어른 공경도 잘한다.”고 자랑했다.

현재 일주일에 2회 홍천군 다문화가족지원센터로 한국어를 배우

남동생의 결혼이 있어 남편, 시어머니, 시이모와 함께 올해 4월 1일 친정 베트남 하이퐁을 다녀왔다. 2주간 머물며 시댁식구들에게 베트남 3대사찰인 바방사원, 사이공민병대 땅굴체험, 꽃시장 등을 구경시켰다.

남편의 초, 중, 고 동창생 부부 모임이 많아 함께 동해안 구경이나 식당에서 생일잔치를 자주하지만 차멀미가 심해 장거리여행은 힘들다고 했다.

2017년 10월 27일 홍천군 다문화가족지원센터에서 주최한 ‘양성평등 기금사업 부부캠프 프로그램’ 행사에 남편과 함께 참가해 의자 등의 소품을 만들어 제출했는데 부부금실이 좋다는 평을 받았고 그 공로로 부부가 함께 센터장의 ‘부

우리 직장 칭찬릴레이 (49)

강원생활과학고등학교

강원도 유일의 보건간호과·미용예술과 특성화 학교

강원생활과학고등학교(교장 김세영)는 1974년 양덕상업고등학교로 개교해서 2002년 홍천정보과학고등학교로, 2012년 강원생활과학고등학교로 교명을 변경한 특성화 고등학교로 현재 43명의 교직원이 216명의 학생들을 가르치고 있다. 금년 2월 졸업생(42회) 82명을 배출하여 총 졸업생수는 4,577명에 이르며, 최신식 여학생기숙사(다양한 편의 시설, 기숙사비 지원)를 운영하고 있다. 학교는 보건간호과와 미용예술과가 있는데, 보건간호과는 간호조무사, 피부미용사, 병원코디네이터, 치과조무사 등을 양성(자격증 취득)하고, 미용예술과는 헤어디자이너, 피부관리사, 네일리스트, 메이크업아티스트, 미용교사, 스타일리스트 등을 양성(자격증 취득)하고 있다. 강원도 유일의 보건간호과 특성화 학교로 중소기업 특성화고 인력양성사업에 의한 산학협력 및 산학연계

교육을 통해 100% 맞춤형 취업중심교육(재향 중 병원 현장실습 등)을 실시하고 있다. 미용 부문은 현장체험실습프로그램과 수도권 대형 미용업체와 산학협정을 체결해서 대부분의 학생들이 취업을 하고 있다. 2013년 전국기능대회 대통령상 수상, 2014, 2015년 전국기능대회 강원도 대표로 출전해서 입상, 2015년 브라질 국제기능올림픽에서 피부미용 은메달 등 많은 실적을 거양하고 있다. 교사들이 교무실에 모여 칭찬릴레이를 시작했다.

이상진 교무부장이 이진아(25) 선생님을 칭찬했다. 2017년 3월에 입사해서 기능경기대회 지도와 미용예술과를 담당하고 있는 이 선생님은 2014년 제49회 전국기능경기대회 헤어디자인 부문에 출전해 은메달 수상, 국가대표 평가전 공동 1등, 전국대회 입상 등을 한 실력파이다. 학교 기숙사에 거거하면서 일반 수업을 마치고 나면, 선발된 학생들을 대상으로 매일 밤 늦게까지 중점교육을 실시하고, 기능대회에 나가기 1개월 전부터는 새벽까지도 학생들을 지도하며 주말도 반납하고 정성을 다한다.

그 결과 2018 강원 기능경기대회 미예분과에 지도 학생이 출전해서 금메달을 수상하는 쾌거

를 이뤘다. 그는 “졸업 후 취업한 학생들이 학교에 찾아와서 감사해 할 때가 가장 기뻐다.”면서, 올해 10월 여수엑스포 전국기능경기대회에 출전할 지도 학생에게 “유진아! 열심히 실력을 연마해서 이번에 꼭 금메달 따자.”고 힘주어 격려했다.

이 선생님은 황지영(27) 선생님을 칭찬했다.



이진아 선생님



황지영 선생님



권희송 취업코디네이터



박병만 학교보안관

이진아 선생님 - 강원기능경기대회 지도학생 출전, 금메달 수상 쾌거

황지영 선생님 - 부임 후 간호조무사 자격시험에 반 학생 전원 합격

권희송 코디네이터 - 취업업체 선정, 근무환경과 직원복지 개선 주력

박병만 학교보안관 - 군 근무 경력 살려 무사고 기록, 든든한 파수꾼

2017년 3월에 입사한 황 선생님은 입사 전 간호사와 보건실(중학교)에서 근무한 경험을 살려 보건간호과 3학년 학생들의 담임과 취업·진학을 담당하고 있다.

보건간호과 학생들은 1학년 때부터 간호조무사 자격증 취득을 위해 주력하고 있는데, 학교 부임 후 최선을 다한 결과 지난해 9월에 응시한 간호조무사 자격시험에서 반 학생들이 전원 합격해서 6년 연속 100% 합격이라는 학교 역사를 이어갈 수 있게 되었다. 졸업반 학생들은 피부과, 성형외과, 종합병원 등에 다양하게 취업하는데 학생들의 자기소개서 작성, 면접 준비까지 도와주고, 취업 후 직장생활에 잘 적응하고 있는지 현장 답사 및 모니터링을 실시한다. 그는 “취업한 학생이 학교에 찾아와 고맙다고 인사할 때, 또 직장에 만족하면서 직장 생활을 잘하고 있는 모습을 볼 때 대견스럽고 보람을 느낀다.”고 말했다.

황 선생님은 권희송(25) 취업코디네이터를 칭찬했다. 특성화 고등학교에는 중소기업 활성화를 위해 중소기업진흥공단과 연계된 업무(취업관련 및 행사 등)가 많은데, 교사가 학생 교육에만 전념할 수 있도록 중소기업진흥공단과

연계된 업무를 수행하는 것이 취업코디네이터의 역할이다. 홍천 태생으로 2017년 11월에 입사한 권 취업코디네이터는 취업 대상 업체를 선정하고 업체 담당자와의 소통을 통해 근무환경 및 직원복지를 개선하는 일에 주력하고 있다. 졸업생들이 취업하고 있는 50여 개의 미용실과 병·의원 등을 직접 방문도 하고 전화 모니터링도 해서 졸업생들이 잘 적응하고 있는지, 지속 근무가 가능한지를 파악하기도 한다. 전년도 실시한 취업 프로그램에 대한 분석을 통해 취업역량 강화를 위한 프로그램을 개선하고, 선배와의 대화를 통해 취업지원, 설문조사 및 평가 등을 실시해서 향후 나아갈 방향을 설정하기 위한 데이터 확보에 힘쓰고 있다.

권 취업코디네이터는 박병만(58) 학교보안관을 칭찬했다. 홍천 태생인 박 보안관은 육군 전역 후 2016년 3월에 입사했다. 학생들이 등교 시에는 학교 앞 도로에 나가 횡단보도에서 교통안전 지도를 하고, 하루 평균 7회 정도 교내 사고우려지역 및 흡연 가능지역 등을 순찰해서 학생 간 교내 폭행사과 예방에 주력하고 있다.

순찰 시에는 쓰레기 줍기와 등하교 시 후문 개폐도 병행한다. 외부인 출입 통제 시에는 도교육청 표준 가이드라인 적용으로 사고 예방은 물론 학부형과 민원인 등 출입자에게는 친절하게 응대하고, 학생들에게는 거리감 없는 소통을 통해 행복한 학교를 만드는데 기여하고 있다. 이렇게 군에 근무한 경험을 살려 철저한 출입자 관리와 CCTV 모니터링을 통해 무사고를 기록하며 든든한 파수꾼 역할을 하고 있다. 그는 “39년간의 군 생활 후 설렘과 기대감으로 첫 직장에 다니고 있는데 아주 보람 있는 제2의 인생을 살고 있다.”고 말했다.

교무실에 모인 선생님들은 서로를 칭찬하면서 “학생들이 훌륭한 인재로 성장할 수 있도록 최선을 다해 가르치겠다.”고 힘차게 말했다.

최정규 기자



건강칼럼**이영우**

호제요양병원장 내과전문의

심장은 온몸으로 혈액을 공급하는 중요한 장기이 나, 심장자신도 혈액을 공급받아야 기능을 수행할 수 있습니다. 심장근육(이하 심근)을 먹여 살리는 혈관을 관상동맥이라 하는데, 이 혈관이 막히거나 경련이 일어나 혈액이 충분히 공급되지 못할 때를 허혈성 심질환, 심한 경우 심근경색증이라 합니다. 통계청에서 발표한 사망원인통계에 의하면, 2014년도 한 해 동안 급성 심근경색증을 포함한 허혈성 심질환으로 사망한 사람은 14,184명으로 단일질환으로는 뇌졸중과 폐암에 이어 세 번째 순위를 차지하고 있습니다.

▶**원인**: 가장 근본적인 원인은 동맥경화증이며, 오랜 기간의 혈관병변

과정을 거쳐 혈전(피떡)이 좁아진 관상동맥을 막는 것이 가장 큰 원인입니다. 동맥경화증의 발생에 관여하는 위험인자는 잘 알려진 대로입니다. 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 흡연, 비만, 운동부족, 스트레스, 음주 등이 대표적이며, 교정가능인자라 합니다. 또한 가족력이 있는 경우, 성별 상 남성, 나이가 들수록, 인종적으로 백인 등에서 위험성이 높고 이들은 어쩔 수 없는 요인들로 교정 불가능인자라 합니다.

▶**증상**: 경험해보지 못한 쥐어짜는

받고, 작은 병원에서 시간 허비 없이 바로 관상동맥중재술 등이 가능한 큰 병원으로 가는 것이 최선입니다. 골든타임 6시간이란 6시간 안에만 가면 된다는 의미가 아닙니다. 빨리 가면 갈수록 좋습니다.)

▶**진단**: 기본적인 진찰과정과 함께 심전도나 혈액검사 등으로 대개 진단되며, 상황에 따라 심장초음파검사, 심혈관조영술로 확진이 됩니다. 심근경색증은 발생부위, 심한정도, 기존의 질환 등 여러 요인에 따라

할 수도 있습니다. 최근 약물요법, 관상동맥중재술, 우회로술 등의 발달로, 과거에는 치료할 수 없었던 복잡한 유형이나 위험한 환자들도 잘 치료되고 있습니다.

▶**치료후 경과**: 특별한 합병증이 없는 경우 대부분 1주일 내에 퇴원하여 가벼운 운동을 할 수 있고, 4주 정도 후에는 직장생활을 할 수 있을 정도로 회복됩니다. 합병증으로는 심부전, 부정맥 등이 올 수 있으며, 특히 고령자이거나 당뇨, 심부전, 만성신장질환 등이 있던 분들에게 잘 생길 수 있습니다. 꾸준한 약물치료와 함께 더욱 적극적인 2차 발생 예방노력이 필요합니다.

▶**예방 및 생활가이드**: 발병위험인자들의 철저한 관리가 중요합니다. 고혈압 당뇨 고지혈증 등의 약물치료를 철저히 하시면서 운동하는 습관, 금연, 건강한 식습관(저염, 저지방 및 신선한 야채, 과일)을 생활화합니다.

심근경색증 - 시간이 생명이다

듯한 가슴 통증이 30분 이상 지속되는, 심근경색을 의심하고 대처해야 합니다. 왼쪽으로 약간 치우친 가슴 통증이 주로 나타나지만 상복부통, 턱밑 또는 왼쪽 팔 쪽으로의 방사통, 구토증, 식은땀, 불안감, 호흡곤란 등의 다양한 증상으로도 올 수 있습니다. 필자의 경험으로 심하게 체했다며 구역증만 있는 할머니, 어지럼증만 보이는 분 등이 심근경색으로 진단된 예들이 있었습니다. (시간이 생명입니다. 처음 경험하는 증상이 5-10분 계속되면 가까운 의사에게 전화정도로 문의 후 조연을

향을 주므로 진단검사 및 치료과정 중의 검사들은 환자에 따라 조금씩 달라질 수 있습니다.

▶**치료**: 검사결과에 따라 내과적인 약물치료(혈전용해술), 심혈관중재술(풍선확장술, 스텐트삽입술) 또는 외과적인 관상동맥우회로술 등으로 환자에 따라 적절하게 치료합니다. 환자상태가 경한 경우는 약물치료 후 안정된 상태에서 심혈관중재술을 시행하는 경우도 있고, 응급상황인 경우는 즉시 관상동맥중재술이나, 다혈관질환 또는 스텐트삽입이 어려운 경우는 외과적 우회로술을 시행

3-3-3 원칙

- 1) 식이요법 : 소식, 채식, 저염식
- 2) 운동요법 : 3분 준비운동, 30분 이상, 1주 3일 이상
- 3) 생활요법 : 금연, 체중조절, 스트레스관리

독자기고**김윤동**

(83·충천읍 갈마곡리)

나는 아들이 저 세상으로 가고 없어 홀로된 며느리와 함께 살고 있다. 나도 남편이 20년 전 세상을 떠났다.

며느리는 요양보호사로 일하고 있어 아침이면 바쁘게 출근한다. 며느리가 먼저 먹고난 아침밥상 위에는 가끔 쪽지가 놓여 있었다. 하지만 나는 글을 제대로 읽을 줄 몰라 그 쪽지가 며느리가 나에게 주는 편지인지도 모르고 쪽지를 쓰레기통에 버리곤 했다.

바쁘게 살아가는 며느리 대신 늙

은 몸으로 집안일을 하다보니 같이 사는 며느리가 내게 짐이 되어 항상 피곤하게 느끼며 살아왔다.

한편으로는 남편없이 홀로 사는 며느리가 안쓰럽고 보기가 딱하면 서도 귀찮은 집으로 생각했다. 그래서 빨리 내 곁을 떠나주기를 바랐다. 이런 마음이 들어 며느리에게 다른 집을 얻어 나가라고 거의 매일 신신 당부했다. 그런데 며느리는 이런 말을 들으면서도 아무런 말도 없이 나가지 않고 한집에서 계속 살고 있다.

며느리가 준 쪽지 내용을 나중에 알게된 사연

그러던 어느날, 며느리는 내게 흥천군노인복지관에서 한글공부를 할 수 있도록 열린반(교사 김구옥)에 등록을 해줬다. 나는 늦깎이 학생이 되어 한글을 배우기 시작했다. 흥천군노인복지관에서 한글공부를 하면서 노래교실, 물리치료, 요가교실도 다녔다. 그러다 보니 매일 매일 생활이 즐겁고 몸도 건강해지는 것 같

았다.

그렇게 한글공부를 하던 어느날 공부시간에 작은 종이 쪽지에 글을 써서 주는 것도 편지라는 것을 한글 선생님으로부터 배웠다.

그때 며느리가 밥상 위에 놓았던 쪽지 생각이 났다. 나는 그 쪽지가 며느리가 내게 보낸 편지였다는 것을 알게 되었다. 그것을 알고부터는 쪽지를 읽기 시작했다. 그 쪽지에는 “어머니 사랑해요. 저를 내쫓지 말아주세요. 저는 이제 세상에서 의지하고 살 수 있는 분은 어머니밖에

저녁에 며느리가 퇴근하고 들어오면서 “어머니! 다녀왔어요. 아! 맛있는 냄새가 나네요.”하고 인사를 했다. 며느리는 밥상을 보더니 놀라면서 “어머니 친구분을 초대하셨어요?”하고 물었다. 나는 “아니다. 내가 너를 위해 차린거다. 어서 먹자.”라고 했더니, 며느리는 “네! 어머니 정말요? 고마워요.”하면서 맛있게 먹었다. 나는 며느리의 손을 잡고 “고맙다. 내가 너의 마음을 몰랐구나. 그리고 네 덕분에 한글을 배우면서 네 마음을 너무 늦게 알게 되었구나. 그래, 우리 서로 의지하고 위로하며 살자구나.”라고 말했다.

며느리와 나는 손을 꼭 잡고 한참을 울었다. 그동안 미운 감정은 눈 녹듯 사라졌다. 늦게 배운 한글이 내 마음의 눈을 뜨게 해줬다. 한글야! 고맙다. 어머야! 고맙다. 편지를 읽게 해주어 고맙다.

팔십 평생을 세상의 아무 것도 볼 줄 모르고 살아온 내게 세상 보는 눈을 뜨게 해준 한글이 너무나도 고마웠다.