

홍천노인신문

건강한 노후 · 활기찬 노후 · 일하는 노후 · 행복한 노후

2023년 1월 (제104호)

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

복지관 소식

만원의 힘 후원모임, 장학금 나눔행사

홍천군노인복지관 만원의 힘 후원모임(회장 송의순)에서 연말을 맞아 12.14(수), 홍천지역 사회 초·중·고등학교 장학생 12명에게 총 600만원의 장학금을 전달하였다.

만원의 힘 송의순 회장은 “미래의 주역이 될 우리 홍천지역의 학생들을 지지하고 응원한다. 앞으로도 지역의 인재를 육성하는 밑거름이 될 수 있도록 만원의 힘 후원 모임에서도 꾸준히 노력하겠다”고 말하였다.

이 날 전달식은 만원의 힘 후원자 250명의 뜻을 모아 전달하게 되었으며, 홍천군종합사회복지관(관장 허문순)으로부터 학생 대상자를 추천받아 12명을 선정하였다.

홍천군노인복지관 현운재 관장은 “장학금 나눔행사가 학생들에게 작은 희망과 용기의 원천



◇만원의 힘, 장학금 후원행사

이 되어 미래를 이끌어 가는 훌륭한 인재로 성장하기를 바라며, 지역사회에 복지발전에 몸소 기여해 주고 있는 만원의 힘 후원모임에 감사하다”라고 전하였다.

2023년 노년사회화교육 프로그램

(수강기간 : 2023. 01. 02. ~ 2023. 05. 19.)

강의실	시 간	월	화	수	목	금
예술극장	10:00~11:50	코어요가A	청춘댄스A	댄스스포츠	청춘댄스B	코어요가B
	13:00~14:50	사교댄스A	노래교실	예술단악단	사교댄스B	한국무용
	15:00~16:50	예술단악단	예술단악단	월례회의		
배움터3	10:00~11:50		생활영어	반갑다친구아	생활영어	내 인생 최고의 오늘
	13:00~14:50		기초영어	시낭송	기초영어	문학작품
	15:00~16:50					
배움터2	10:00~11:50	중국어	실버자본	중국어	실버자본	건강한 투덕토덕
	13:00~14:50			예술단가곡		
	15:00~16:50					
노리터	10:00~11:50					
	13:00~14:50					
	15:00~16:50					
꽃과벼루	10:00~11:50			허모니카	한문서예A	한글서예A
	13:00~14:50		수채화	사계절리듬단	한문서예B	한글서예B
	15:00~16:50			한글서예A		
컴퓨터실	10:00~11:50		고령운전자 교육	인터넷&스마트폰	인터넷&스마트폰	인터넷&스마트폰
	13:00~14:50			사진반	스마트폰	스마트폰
	15:00~16:50					
배움터1	10:00~11:50	아코디언A	알렛도우미양성 내소술집안	선배시민	기타초급	아코디언B
	13:00~14:50	웃음교실	북갈	홍노복자 시동울림다	문화예술	예술단가곡
	15:00~16:50					
새싹터	10:00~11:50	장수요가	몸매가성형운동	건강댄스	장수체조	음악난타
	13:00~14:50	풍물놀이	반당운동	기타연주	사물놀이	색소폰
	15:00~16:50					

*자율이용프로그램: 게이트볼, 당구, 바둑, 탁구, 헬스장

사회복지법인원정사복지재단 홍천군노인복지관 ☎ 033)430-8700

‘지병임 이용회원’ 난방유 및 연탄 5가구 후원

홍천군노인복지관(관장 현운재)은 11월 28일부터 12월 2일까지 홍천군노인복지관 만원의 힘 회원이자 지병임 이용회원의 후원으로 경제적 어려움을 겪으며 복지사각지대에 해당되는 5명을 지원대상자로 선정하여 난방유 4가구, 연탄 1가구를 지원하였다.

연탄을 지원 받으신 어르신은 “지난 여름철 폭우로 인해 연탄이 비에 젖어 반은 다 버리게 되어 추운 겨울을 어떻게 보내야 할 지 막막했는데 노인복지관에서 겨울을 날 수 있도록 도와주셔서 너무 감사합니다”라고 말하였고, 난방유를 지원받은 김○진 어르신은 “하루가 다르게 비싸지는 기름 값을 감당하기에는 너무 부담스러웠는데 노인복지관에서 좋은 일을 해주셔서 감사합니다”라며 감사인사를 전하였다.

홍천군노인복지관 현운재 관장은 “홍천군 내 겨울철 난방 취약계층을 위한 생활지원에 지병



◇ ‘지병임 이용회원’ 난방유 및 연탄 후원

임 이용회원분의 관심과 후원 참여에 감사드리며, 앞으로도 복지사각지대에 놓여 있는 어르신들에게 따뜻한 희망을 나눌 수 있도록 하며 어르신의 경제적 부담 완화를 통해 노년의 삶의 질을 개선시킬 수 있도록 노력하겠다”라고 말했다.

홍천군노인복지관

쿨한 1학기 수강신청

일정

2022.12.19.(월)~2022.12.27.(화)

추첨

2022.12.28.(수)
당첨자는 개별연락 대기자는 홈페이지 참조

수납기간

2023.01.02.~2023.01.06.

환불기간

2023.01.09.~2023.01.13.
수납 이후 7일 이내만 환불 가능

수강기간

2023.01.02.~2023.05.31.

비고

선착순 접수가 아닌 추첨제입니다.

문의

손민지 주임 033-430-8710

많은 관심 부탁드립니다.

CONTENTS



02 - 베이비붐 세대

03 - 지역특산물

04 - 인물탐방

05 - 이야기

06 - 지역탐방

07 - 인생칼럼, 구독자 글

08 - 행복나눔팔래방

09 - 후원소식&나눔가게

10 - 홍천살이

10 - 4차산업

11 - 노인맞춤돌봄

12 - 기자칼럼



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.

사회복지법인원정사복지재단
홍천군노인복지관

베이비붐 세대**베이비붐 세대의 삶이란?****느리면 어때, 그래도 2인 3각**

부부는 각자 정해진 역할이 있다고 흔히 생각한다. 요즘에는 이런 인식이 많이 깨졌지만 내면적으로는 여전히 존재한다. 그럼에도 남자의 육아휴직이나 남자가 집안일을 한다는 다소 생경한 소리가 점점 자연스러워 지는 추세이다. 남자가 음식을 못하거나 아이를 돌볼 능력이 없으면 아예 결혼할 생각을 하지 말아야 한다는 말이 더 이상 우스갯소리가 아니게 되었다.

그런데 이 말이 청장년층에만 해당되는 말이 아니다. 이제 노인세대에 편입된 베이비 붐 세대에도 적용되는 말이다.

어쩌다 부부, 또 어쩌다 단 둘이

청장년 시절의 베이비 붐 세대의 남성들에게 집안일과 육아는 먼 나라 이야기였다. 그런 것들을 짐짓 모르는 척



이렇게 시작해 함께한 30여년

하는 것이 남자다움이요 남편다움이였다. 사실 밖에 일 하느라 그런 일에 신경 쓸 겨를도 없었다. 직장 생활하는 부인은 집안일의 대부분까지 맡아서 하는 중노동에 시달렸다.

그렇게 세월은 가고 자식들은 독립하고 직장에서도 물러났다. 두 부부만 덩그러니 남게 되었다. 취미 생활을 같이 해 본적도



또 단 둘이 사랑해요(?)

없다. 보는 TV프로도 다르고 좋아하는 영화 장르도 다르다. 어쩌다 아이들 데리고 외식한 것 말고는 같이 해 본 것이 별로 없다.

둘이서 시작했는데 30여 년 지나고 보니 또 다시 둘이 되었다. 그런데 그 둘은 판이하게 달랐다. 앞의 둘은 당연한 것이었는데, 뒤의 둘은 그렇게 지낼 수 없는 상황이 되었다. 그리고 그렇게 되어서도 안 될 것 같았다.

장고 끝에 패착! 대마불사(大馬不死) (?)

M씨(66세)는 중학교에서 교편을 잡다가 정년퇴직했다. 그동안 많은 제자들을 가르쳤는데

그 중에 몇몇 제자들은 사회적으로 꽤 성공한 제자들도 있다. 그는 교육이 나라를 구하는 길이라는 신념으로 나름 열심히 후학들을 교육해 왔다. 충실한 교사의 역할 이외의 일에는 관심을 의도적으로 가지지 않았다.

모범적인 교육자로서의 역할을 다하고 명예롭게 정년퇴임하였다. 퇴임식 때는 소식을 주고받던 제자들도 찾아와 축하를 해주었다. 교직에 있으면서 때로는 자신의 능력의 한계로 괴로워하고 말썽피우는 학생들로 인해 가끔 마음 고생을 했지만 큰 과오 없이 무사히 교직 생활을 마칠 수 있었다.

M씨는 정년퇴직하고 아내와 함께 멋진 여행을 계획을 세웠다. 그동안 애 키우고 집안 살림 하느라 고생한 아내를 위로하고픈 마음이 들었다. 그는 많은 자료들을 뒤지고 여행사에도 알아보고 나름 괜찮은 여행 계획을 세웠다. 비용이 좀 부담이 되기는 했지만 ‘이번에 한 번 질러보는 거야’ 하는 호기를 부렸다. 아내도 오래 전에 여행가고 싶다고 몇 번 말하지 않았던가!

하지만 이런 중대발표에 아내는 오히려 콧방귀를 뀌었다. 그러면서 아내가 덧붙인 말이 귓전을 때렸다. ‘내가 가자고 가자고 할 때는 들은 적도 안하더니 이제 다 늙어서!’

여행보다 먼저 솔뚜껑 대리운전

M씨는 고민에 빠졌다. ‘그럼 뭐?’ 그러다 아내가 부엌에서 밥상을 준비하는 모습을 보고 깨달았다. 아내는 부엌에서 귀찮고 짜증내는 표정으로 상을 차리고 있었다. 그것도 여러 번. 죽어야 끝날 것 같은 그 일이 아내를 짜증나게 하는 일이구나. 수십 년 해 온 그 일이 귀찮아지는구나.

M씨는 계면적음을 억지로 이겨내면서 부엌을 들락거리다가 설거지를 하게 되었고, 이제는 밥과 된장찌개와 계란프라이도 하게 되었다. 아내는 처음에는 핀잔을 주고 밀쳐냈지만 점점 마음이 풀어지고 남편이 집안일하는 것을 기쁜 표정으로 보게 되었다.



설거지로 인생 2막 시작

M씨는 얼마 전 요리학원에 등록을 하였다. 한식, 중식, 일식을 모두 가르쳐 주는 과정이다. TV요리프로도 열심히 시청하고 있다. 아내의 마음을 풀어주기 위해 시작한 일이 이제는 재미까지 있어졌다. 돌아가신 부모님이 보시면 허를 차실 일이지만 장모님은 오히려 칭찬을 하신다.

30년 넘게 아내는 솔뚜껑 운전을 했다. 이제는 지칠 때도 됐다. 누군가 말하지 않았던가. ‘세상에 제일 맛있는 밥은 남이 차려주는 밥’이라고. 요즘은 주방기구들이 많이 좋아져서 웬만하면 누구나 다 할 수 있는 주방일이 되었다. 그동안 바쁘기도 했지만 일주일에 한 두 번씩은 할 수도 있는 일이었지만 알량한 자존심이 부엌 근처에도 가지 않게 만들었다. 이제 아내도 남편이 부엌에 드나드는 것을 은근히 좋아하는 눈치였다. 일을 시켜먹게 되어서가 아니라 부부가 함께 일상적인 일들을 나눠서 한다는 것이 좋은 모양이다.

2인 3각, 옆어지면 어때, 늦으면 어때, 같이 달리는 게 좋다

운동회에 가면 2인 3각 달리기를 빼놓지 않고 한다. 한쪽 다리씩 묶으니 두 사람이 호흡을 잘 맞추지 않으면 제대로 앞으로 나아갈 수가 없다. 마음만 급해서 제멋대로 다리를 뻗으면 필경 넘어지고 만다.



마음은 아니지만 그래도 함께

나이는 부부일수록 2인 3각 달리기를 잘 해야 하고 또 자꾸 하려고 해야 한다. 취미도 다르고 취향도 다르고 하는 일이 달라도 의식적으로 상대방에 맞춰줘야 한다. 이것은 내가 살기 위해서 그리고 같이 마음은 아니지만 그래도 함께 잘 살기 위해서 해야 하는 것이다. M씨는 올해는 그동안 아내 혼자 해왔던 일들을 같이 하려고 마음을 단단히 먹었다. 어색하고 때로는 귀찮기도 하지만 베이비 붐 세대 부부의 노후를 살아가는 행복의 길이 될 것이다. 여태까지 함께 살아온 세월보다 앞으로 더 살아가야 할지도 모르지 않는가!

성문영기자(sunggoodnews@naver.com)

지역특산품

홍천 '늘푸름 한우'

최고의 육질과 맛으로 손꼽히는 '늘푸름 홍천한우'



◇홍천 한우

“홍천군 공식 홍천한우 브랜드 ‘늘푸름’”

홍천은 북한강의 지류인 홍천강이 인접해 있어 예로부터 수로 교통이 발달했으며 지형이 동서로 길어 태백산맥과 가까운 동쪽은 산지가 많고 해발고도가 높은 반면 서쪽은 상대적으로 고도가 낮다. 그래서 서쪽은 임야와 밭이 많은 편이다. 그러다 보니 일소를 구하려는 사람이 많았고 거래량도 상당했다.

길이 험준하고 멀다 보니 마을 주변에 장이 서서 편리함을 도모했다.

도둑도 소몰이꾼으로 만들었던 홍천 우시장은 한국전쟁 이후에도 홍천 지역의 시장은 꾸준히 증가했고, 강원도 92개의 장 가운데 홍천에 무려 15개의 장이 있었다. 그러한 이유로 인구가 지속적으로 유입됐고, 각 시장마다 거래액이 큰 가축시장이 함께 열렸다.

홍천 우시장은 규모가 커서 강원 영서지방의 한우 흐름을 지배해 왔으며 청정자연에서 자란 홍천한우는 일찌감치 그 맛을 인정받았다.

1977년부터 홍천읍 갈마곡리 일대에 우시장이 형성 됐으나 2005년 주거지역으로 바뀌면서 북방면 하화계리로 옮겼다. 지금은 열리지 않지만 홍천한우는 국립농산물품질관리원이 운영 중인 지리적 표시제 등록 제51호(2008년 등록)로 등록되어 있다.

홍천의 한우가 맛으로 이름이 높은 데는 우선 지역적 특색으로 일교차가 15도 이상이 나는 강원 산간 지역의 소들이라 밤사이 낮아진 기온에 적응하기 위해 지방을 많이 축적해야 하기에, 이 지방으로 인해 고기의 육질을 더욱 부드럽게 만든다.

이에 늘푸름 홍천한우는 홍천에서 사육하는 순수혈통의 한우 암소에 고급육 우량형질의 숫소의 정액을 인공수정하여 생산된 송아지를 7개월이 되기 전에 거세한 뒤, 15개월부터 알코올 발효사료로, 27개월 이상 장기 비육된 송아지 중에서도 육량 B등급, 육질 1등급 이상의 판정을 받은 고급 한우 브랜드를 얻게 되었다.

홍천한우 품종 자체는 혈중 나쁜 콜레스테롤을 낮추고, 좋은 콜레스테롤을 올려주는 성분(올레인산)이 풍부하고 부드러운 육질을 가지고 있고, 홍천한우 고기가 맛있는 것은 단지 품종 덕인 것만은 아니다. 어떻게 사육을 하는가에 따라 맛 차이가 크게 나기 때문이다.

홍천 한우가 최근 소비자들에게 큰 사랑을 얻고 있는 것은 사육 방법의 차별화 덕이 더 크다. 2000년대 들어서는 홍천군 전체를 대표하는 ‘늘푸름 홍천 한우’가 탄생했고 이를 지금도 사용하고 있다.

이 브랜드의 관리는 홍천군, 홍천축협, 홍천농협 등에서 한다.

최근에는 무항생제 한우 생산 농가를 늘리면서 명품화를 꾀하고 있다.

홍천군과 강원대학교가 산학협동으로 전국 최초 개발한 발효사료를 먹이는 늘푸름 한우는 사양관리 프로그램에 의해 사육되어 생산한 육량 B등급, 육질 1등급 이상의 판정을 받은 고급육을 말하며, 맛과 품질에서 일반 한우와 차별화된 한우 최고급육이다.

“육질을 결정하는 것은 종자와 사양관리”다. 어린 소일 때 사료를 적게 먹여 ‘배통’ (소의 배부분)을 줄이고 비육기에 들면 알코올 발효사료를 먹이는 것이 홍천 한우의 기술이다.

한우의 육질이 형성되는 것은 사료가 중요하고, 어떤 회사의 사료로 사육하느냐에 마블링이 형성되기는 하는데 이게 한곳에 모여 ‘떡지방’이 형성된다. 그래서 맞춤 사료가 필요한 것이다.

홍천 한우의 맞춤 사료인 알코올 발효사료는 20개월 즈음에 시작하여 도축 전까지 10개월가량 먹여 키우는 것이 늘푸름 한우다.

최고의 육질과 맛으로 손꼽히는 우리 홍천의 자랑인 ‘늘푸름 홍천한우’ 브랜드를 전 지역에 널리 홍보하고 알려져 홍천군의 관광 상품의 하나로 육성되기를 기대해본다.

김명국 기자(myungkook@hanmail.net)

2023년 활기찬 검은 토끼 계묘년을 맞이하여



◇박병문 어르신(왼쪽), 이이용 어르신(오른쪽)

2023년은 검은 토끼띠의 해로서 토끼띠를 가지고 일평생을 살고 계신 두 어르신들을 만나 2022년 12월 10일 홍천군 북방면 원골 (농부와 시인) 카페에서 오후 3시부터 5시 30분까지 약 두 시간 반에 걸쳐서 취재를 하며 이모저모를 이야기 하면서 살아오신 발자취를 더듬어 보았다.

먼저 북방면 소매곡리에 사시는 이이용(85세)와 이야기를 나누었다. 만나 뵈게 되어서 반갑습니다.

기 자 : 홍천에서 사신지가 얼마나 되시는지요?

취재원 : 저는 고향이 경기도 안성인데 고향만 안성이지 홍천에서 처음부터 지금까지 열심히 일하며 건강하게 잘 살아가고 있습니다.

기 자 : 열심히 건강하게 일을 하시면서 사신다고 하던데 어떻게 지내고 계신가요?

취재원 : 직업은 여러 가지를 가지고 전전긍긍하며 살아 왔는데 지금은 나이도 있고 해서 노인복지관에서 일 할수 있는 기회를 주셔서 거동이 불편하신 어르신분들의 손과 발이 되어 빨래방에서 옷을 세탁하여 갖다 드리는 일을 하며 항상 행복한 하루의 일과를 보내고 있습니다. 밝고 건강하게 일하며 즐기고 사는 모습을 주위에서는 보는 이 마다 부러워합니다.

기 자 : 2023년 계묘년 검은 토끼해에 소망이 있으시다면 한 말씀 해 주세요.

취재원 : 소망이라야 별거 있겠어요. 하 하 웃으시며 이웃을 벗 삼아 어르신들과 어울리며 즐겁고 건강하게들 함께 사는 것

이지요. 복(福)은 검소함에서 생기고 덕(德)은 자신을 낮추는 데서 생기는 것 아니냐. 욕심을 버리고 검소하게 사니까 마음이 편하고 나와 관계없는 일에는 참견을 금하고 살아 온 것 같다. 남에게 의지하지 않고 절약하면서 자식들이 사회적으로 출세하며 잘 살아가는 것만 생각하는 것. 이웃 간에는 서로 이해하고 배려하며 내가 가진 것을 조금이라도 베풀면서 살아가는 것. 항상 편한 마음가짐으로 살아가는 것 또한 장수의 비결이라는 생각이 듭니다.

기 자 : 인생 100세시대 장수비결이 더 있을까요?

취재원 : 마음을 비우고 욕심 없이 살아가면 건강도 찾고 지금 시대는 100세를 살아가는 시대이기에 식생활은 소식이 절대적으로 필요하며 운동중에서 특히 걷기운동은 노인들에게 권장하는 것이며 매일 같이 하루하루를 즐겁게 사는 것에 비결이 있다고 알고 있다.

나에게는 친구란? 경로당이 역경을 이기는 온돌방과 같은 곳이어서 부모와 자식 간에도 이야기 다 하지 못할 것을 경로당 친구에게는 이런저런 옛 정담을 나누게 된다. 살아가고 있다는 것에 대한 보람도 지금은 많이 느끼며 살고 있는 것 같다.

이이용(85세) 어르신을 취재하고 나서 꺽충 꺽충 젊은 토끼띠를 만나 박병문(73세) 어르신을 만나서 홍천에 살게 된 계기를 물었다.

기 자 : 늘 이야기 했다고 살기 좋은 홍천에 살게 된 계기가 있는지요.

취재원 : 저는 고향이 경기도 남양주시에 살고 있다가 홍천에 사는 친구의 권유로 홍천에 오게 되어 조금도 후회없이 명품도시 홍천에서 살게 되었습니다. 또한 저는 제 칠일 안식교가 바로 집 주변에 있어 교우들과 하나가 되어 이웃도 돌아보면서 즐거움과 어려움을 함께하며 행복하게 잘 지내고 있습니다. 지금은 모든 것을 다 내려놓고 공기 좋은 홍천에서 수타사. 가리산. 팔봉산. 홍천 무궁화수목원 등 좋은 곳을 찾아다니며 건강도 지키고 행복도 찾고 일석이조의 삶의 보람을 느끼며 살고 있습니다.

기 자 : 홍천에 살면서 바람이 있다면 어떤 것이 있나요?

취재원 : ‘친구따라 강남간다’라는 말도 있듯이 홍천에 와서 살아 보니까 너무 좋아 고향 친구도 귀농귀촌하면서 살도록 권유하는 중이며 이곳 홍천에 자주 찾아와 밭에서 소일거리를 찾아보고 있다. 하오안리에 작은 농토가 있어 이것저것 여러 가지를 심어 보니 알찬 곡식을 추수 할 때면 적지 않은 보람도 느끼며 살고 있다. 바람이라고 하기에는 볼 것이 많이 있고 즐길 거리가 있으며 명품도시에 먹을거리가 많은데 홍천에 살아가면서 내가 내 자신에게 건네는 마지막 바람이라면 이웃을 좋은 벗 삼아 건강하게 사는 것이지요.

기 자 : 마지막 끝으로 하고 싶으신 이야기가 있다면 한 말씀 하시지요!

취재원 : 홍천군민이 하나가 되어 검은 토끼해(계묘년)에는 활기차게 뛰며 건강들 했으면 좋겠습니다.

2022년(임인년)을 뒤로 하고 2023년(계묘년) 검은 토끼띠의 해에는 7만 홍천군민이 함께 마음 먹었던 대로 건강하고 밝은 새해를 맞이하였으면 하며 취재를 끝냈으며 두 분의 건강과 앞날에 축복이 함께하시기를 기원하면서 글을 맺었다.

2023년 검은 토끼해에는 모두가 건강하게 밝은 태양을 바라보면서 새해를 맞이하였으면 한다.

홍천군 7만 군민 모두가 하나 되어 화이팅을 외칩시다!

안태수기자 (taesu9110@naver.com)

이야기

임 할머니와 딸

72세 토끼띠 임 할머니의 딸 자랑

올 해는 토끼의 해이다.

1951년생 토끼띠로 태어나신 임 할머니는 올해 72세이시다.

검은색 실과 옅은 아이보리 색 실을 가지런히 섞어서 머리에 엮으신 듯하다. 그렇듯 임 할머니의 머리카락의 색이 변해 가는 모습에 삶의 무게가 고스란히 담겨져 있다.

토끼는 노는 것을 아주 좋아 하고 영리하고 사회성이 있으며, 호기심이 왕성하다. 토끼띠이신 임 할머니의 삶은 어떠했는지 들여다본다.

임 할머니는 스무 살에 정씨네 맏며느리로 시집을 왔다. 시집을 와 보니 시부모님과 시동생 두 분과 시누이 세 분과 남편과 본인까지 아홉 식구였다. 시집 온 그 날부터 임 할머니는 가정부나 다름이 없었다고 한다. 새벽부터 밤까지 손이 부르트도록 일하며 힘들어도 힘들다는 말 한마디 못하고 쓰러져 잠들곤 했다.

미련한 곰처럼 힘들다는 말 한 마디 하지 않고 성실하고 부지런히 농사일과 집안일을 병행하며 살았다.

토끼는 피도 많다는데 임 할머니는 피부릴 줄도 모르고 살았다. 평생을 논밭에서 일에 파묻혀 살았다. 그 시절엔 이 땅에 여성으로 산다는 것은 참으로 힘든 삶이었다고 한다. 여성에게는 인권 자체가 없는 시절이었다.

요즘에는 세월이 너무 좋아져서 여성상위를 부르짖었던 것이 이미 옛날 얘기가 되었다.

지금은 여성도 인권을 인정해 준다.

아니 어쩌면 여성의 인권이 더 우월한 세상이 되었는지도 모른다.

임 할머니가 새댁인 시절에는 남아 선호 사상이 깊을 때 였다.

기자 : 임 할머니는 토끼띠로 사신 삶은 어떠셨습니까?

임 : 사람들이 하는 말은 토끼는 온순한데 저는 온순하지 않다고 하네요. ㅎㅎ

기자 : 그렇습니까? ㅎㅎ

기자 : 임 할머니는 슬하에 몇 남매를 두셨어요?

임 : 셋이요.

기자 : 첫째는 아들을 낳으셨어요? 아니면 딸을 낳으셨어요?

임 : 딸을 낳았어요. 첫 아이라서 딸이었어도 시부모님도 좋아 하시고 남편도 좋아 하셨어요. 아이가 예쁘게 생겨서 더 예뻐 하신 것 같아요.

기자 : 네~ 그렇군요. 그럼 둘째는 아들이예요? 딸이예요?

임 : 둘째도 딸을 낳았어요.

기자 : 그러셨군요. 시부모님의 반응이 어떠하셨어요?

임 : 두 번째 또 딸을 낳았을 때도 시부모님께서

는 아무 말씀 안 하셨어요.

기자 : 둘째도 또 따님을 낳으셨는데 서운해 하시지 않으셨어요?

임 : 속으로는 어떠셨을지는 모르겠지만 그냥 그러셨어요.

기자 : 네~ 속으로는 서운 하셨을지라도 내색은 안하셨군요.

기자 : 아이가 셋이라고 하셨는데 세 번째는 아들을 낳으셨나요?

임 : 세 번째도 또 딸을 낳았어요. 그게 어디 마음대로 되나요?

기자 : 그렇지요~ 마음대로 안 되지요~

기자 : 이번엔 시부모님 반응이 어떠셨어요?

임 : 이번에도 시부모님께서서는 내색을 안 하시더라고요.

기자 : 아~ 대단하십니다. 내색은 안 하셨어도 많이 서운 하셨을 것 같네요.

임 : 딸 셋이서 고맙게도 예쁘게 자라줬어요.

기자 : 네~에

임 : 세 딸을 키우면서 마음이 많이 아팠어요.

기자 : 왜요?

임 : 남편이 돈을 벌어서 몽땅 다 시부모님께 드리곤 했어요. 그래서 아이들을 위해 쓸 돈이 없었어요. 아이가 먹고 싶어 하는 아이스크림도 못 사 주고 과자도 사 주질 못했어요. 지금도 생각하면 가슴이 아파요.

임 할머니는 울먹이셨다.

기자 : 아~ 듣는 저도 가슴이 아프네요. 큰 따님은 자랄 때 어땠나요?

임 : 큰 딸은 머리가 좋았어요. 요즘처럼 과외 공부나 학원 같은데는 보내보질 못했어요.

기자 : 그럼 집에서 공부를 가르치는 사람이 있었나요?

임 : 아니요. 집에는 공부를 가르칠 사람이 없었어요.

기자 : 그러면 집에서는 공부를 하지 않았나요?

임 : 집에 와서는 학교에서 배운 것 가지고 스스로 공부를 하더라고요.

기자 : 큰 따님이 아주 영리한가 보네요.

임 : 네, 공부도 잘하고 자라면서 누가 가르쳐 주는 사람 없어도 그림도 잘 그렸어요. 교회에 가서 피아노도 똥똥 거리고 놀더니 피아노도 곧 잘 치더라고요.

기자 : 네~에, 그렇군요. 그럼 어른이 된 지금은 큰 따님께서 무엇을 하시나요?

임 : 그림도 잘 그리고 피아노도 잘 치고 그러더니 어른이 되어서는 예술가가 되었어요.

기자 : 하~ 큰 따님은 스스로 그렇게 잘 자라 주셨네요.

기자 : 그럼 둘째 따님은요? 둘째 따님은 어떻게 자랐나요?

임 : 우리 둘째 딸도 공부를 곧 잘 했어요.

기자 : 둘째 따님은 무슨 일을 하시나요?

임 : 우리 둘째 딸은 공부도 잘 했고 좋은 남편 만나서 전업 주부로 삽니다.

기자 : 그렇군요~ 참 잘 되셨습니다.

기자 : 이제 막내 따님이 낳으셨군요. 막내인 셋째 따님은 어떻게 자랐으며 요즘은 무엇을 하시나요?

임 : 우리 막내요? 우리 막내딸도 공부를 잘 했어요.

기자 : 세 따님이 공부를 다 잘하셨군요.

임 : 네 막내딸은 간호 대학 들어가서 간호사가 되더니 의사와 결혼을 했어요.

기자 : 아~ 의사 사모님이 되셨네요.

임 : 네 그렇지요.

기자 : 따님들이 다 잘 되셔서 좋으시겠습니다.

임 : 그냥 좋은게 아니예요. 내가 이번에 무릎이 아파서 계속 치료를 해도 차도가 없었어요.

기자 : 그래서요?

임 : 그런데, 셋째 딸이 그 말을 듣고 사위 병원에서 치료 하시라고 모시러 왔었어요.

기자 : 그 병원은 어디에 있는대요?

임 : 사위 병원이 서울에 있어요. 사위 덕에 병원에 예약도 하지 않고 무릎 수술을 받았어요. 그래서 내가 걸을 수도 있고 이렇게 좋아졌어요.

기자 : 네~에, 셋째 따님이 너무 대견스러우셨겠어요.

임 : 그런데, 세 번째도 딸을 낳았다고 남편은 서운해서 쳐다보지도 않더라고요.

기자 : 임 할머니께서 많이 서운 하셨겠어요

임 : 네, 서운해서 눈물이 나더라고요. 너무 속상해서 엉엉 울었어요. 그렇지만 이제는 누구보다 장하고 자랑스러운 내 딸들이예요.

기자 : 네~ 그러시겠어요.

딸만 셋을 낳아 환영 받지 못했지만 어느 딸은 예술가가 되었다. 또 어느 딸은 훌륭한 남편의 아내가 된 평범한 주부가 되었다. 또 어느 딸은 의사의 아내가 되었다.

임 할머니는 세 따님들을 입에 침이 마르도록 자랑을 하시면서 뿌듯해 하셨다.

임 : 아들은 낳지 못하고 딸만 낳아서 설움 받고 살았어요. 그런데 이제는 딸 덕을 보고합니다. 하시며 행복해 하셨다.

그 대진 세월을 깨끗하게 잘 살아오신 임 할머니께 박수를 보낸다.

기자 : “어르신~ 인터뷰에 흔쾌히 임해 주셔서 감사드립니다.”

기자 : 훌륭한 따님들을 두신 어르신 축하드립니다. “새 해 복 많이 받으시고 만수무강 하십시오.”

이경희 기자(kyung-hee@naver.com)

홍천군 갈마곡리 다방면으로 ‘새로고침’



국토부 도시재생 예비사업 진행 마을 환경개선·공동체 역량 강화 선진지 견학 등 주민 적극 참여

2022년부터 2023년까지 진행되는 국토교통부 도시재생 예비 사업 ‘삶과 문화를 잇는 갈마곡 새로고침’ 도시재생 사업 착수 전 작년 5월 한 달 동안 홍천 갈마곡리 주택을 대상으로 조사를 했더니 65세 이상 노령층이 17%였으며 20년 이상 건축물이 74%로 마을 내 주택 또한 노화가 진행되고 있는 것으로 나타났다. 이 조사와 더불어 주민들을 대상으로 설문지를 진행한 결과 주민들은 ‘동네에 문화, 휴식공간이 필요하다’가 53명, ‘동네 치안확보가 필요하다’ 13명, ‘동네 환경개선을 위해 참여하고 싶다’ 47명, ‘집 문제 해결을 위해 다양한 교육에 참여하고 싶다’고 43명이 응답했다.

이 중 동네 환경개선과 주거 문제해결에 높은 관심을 보인 주민들과 함께 이제부터라도 우리 마을은 우리 스스로 아름답게 꾸며보자는 취지로 2022년 4월 주민협의체를 구성했다. 4월 4일 32명이나 참석한 주민협의체 첫 회의는 그동안 주민들이 마을 환경 개선을 얼마나 희망했는지에 대한 방증이었다. 이날 주민협의체 회의에서는 갈마곡리 일원 도시재생사업지 현황과 도시재생예비사업의 도출 과정, 비전과 목표를 비롯해 도시재생 사업 전반에 대한 내용을 공유했다.

갈마곡리 도시재생 예비사업 중 하나인 지속 가능한 주거지 재생 추진을 위한 ‘주거환경 새로고침’은 지역재생 이슈 도출과 공동체 회복을 목표로 하고 있다. 이에 집수리학교를 개설해 지난 11월 26일부터 페인트 도색, 타일 교체, 도배장 관 교체 방법을 교육 중이며 내년 1월 14일까지 진행 예정이다. 갈마곡리 일원 주민협의체 활동으로 지난 11월 25일에는 경기 고양시 선진지 직접 방문 견학을 통해 관련 주제를 가지고 소통하

는 시간도 가졌다.

이어 고령 친화 도시재생 실현을 위한 사업 ‘지역활력 새로고침’은 오후반 20명, 저녁반 15명이 참여한다. 2022년 10월 25일부터 12월 8일까지 진행했으며 ‘액티브시니어’를 육성해 실버 건강교사로 향후 활용할 계획이다. 이들은 고령층의 건강지킴이 역할에 앞장 설 예정이다.

(또한 ‘삶과 문화를 잇는 갈마곡 새로고침’의 마지막 사업인 ‘지역 콘텐츠 새로고침’은 공동체 역량 강화를 통해 모두가 함께하는 소통의 장을 조성한다. 공동 체험형 주민역량 강화 프로그램으로 차에 대한 기초교육 및 심화과정을 통해 차를 활용한 마을상품을 개발할 계획 중이다.

홍천군 도시재생센터 최소영 센터장은 “고령임에도 열심히 참여하는 주민이 있기에 갈마곡리 일원에 활력과 희망이 넘친다. 더불어 갈마곡리 일원 주민협의체의 성공적인 운영을 위해 센터에서도 최선의 지원을 하겠다”고 말했다.

이복여(boy1145@hanmail.net)

인생칼럼



석도익

소설가

사람은 부부가 되어 가정을 이루어 가족이 함께 살며, 이웃과 더불어 살아가야하기 때문에 의사소통을 위하여 말이 만들어 지고 이를 기록하는 글이 만들어져 전하고 남기는 역사를 이어왔다.

말이란 목에서 소리를 내고 혀와 입을 움직여서 말을 만들어 자신의 의사를 밝히는 것으로 혀가 움직이고 이빨사이와 입술을 열고 나오는 소리는 모두 말 즉 언어가 된다.

말이 아닌 하품도 지루하다. 피곤하다. 자고 싶다. 라는 언어의 함축된 진실한 표현의 언어이고, 길

게 또는 짧게 토해내는 한숨 또한 기가 차다. 한심하다. 라든가 허허로 웃을 토해내는 언어다.

웃음도 여러 가지다. 손뼉 치며 크게 웃는 박장대소, 호탕하게 웃는 너털웃음, 입을 가리고 킁킁득 참는 웃음이 있는가 하면, 남을 무시하는 비웃음도 있고 모든 것을 포기하고 웃는 허탈웃음 등등 이 많은 웃음 또한 언어로 소통된다.

입을 통해서 내보내는 말 또 또한 가지각색이라, 아름답고 고운 말에 바른말이 있는가 하면, 수다에 거짓말까지, 은밀히 주고받은 귀엣말에 고성과 욕설 칭찬 아부예 고자질 협박까지 이르는 말은 어쩌다 정제되지 않고 튀어 나올 수도 있는 게 말이다.

한번 뱉은 말은 쏟아진 물과 같이 주워 담을 수도, 고칠 수도 지울 수

설도 있다. 열심히 기도하여 은혜 받았다고 감사해 하는가 하면, 꿈에서도 저주하여 원수 갚고 싶다고 하는, ‘사람 사는 세상’ 이토록 말이 씨가 되니 거친 말은 무기가 되어 사람을 죽이기도 하고, 고운 말은 약이 되어 살리기도 하며, 살길도 만들어 내게 하는 것이 말이다.

말은 사람의 몸에서 생성되어 표현되는 것임으로 그 사람의 인격도 함께 묻어나오기 마련이라 말 한마디에 그 사람의 됴됨이를 알 수 있으며, “말로 흥하기도 하고 말로 망하기도 한다.”는 것은 동서고금을 막론하고 있는 정설이다.

사람은 먹기 위하여 입으로 들어가는 음식은 꼭꼭 잘 씹어 삼켜서 건강을 지키는데 반하여, 자기가 세상에서 함께 살아가고자 소통하는 말은 씹지도 않아 정제되지 않은 거친 말을 내뱉기도 하여 사회를 오염시키기도 하고, 타인에게 피해와 깊은 상처를 입히기도 하니, 내가 하는 말은 내가 씹어 먹는 음식같이 곱게 다듬고 정제하여 내보내야 한다.

말로 흥하고 말로 망한다

울고 웃고 비명을 지르고 이 모든 것들이 사람이 입으로 할 수 있는 언어로서 모두가 이를 보고 들으면서 이해하고 소통하며 산다.

서로가 소통하는 언어는 나라마다 민족마다 다르고, 지방에 따라 방언이 있기도 하여 말이 다르므로 이때는 자기의 의사를 온몸으로 표현하여 소통할 수도 있으며, 또한 모두의 언어인 수어(수화언어)또한 농아인의 언어로 널리 이용되고 있다.

도 없음으로, 한말에 책임을 져야 하는데 이를 변명하기 위해 또 다른 거짓말로 수정하기 때문에 “아니 댄 굴뚝에 연기 날 리 없다”라는 옛말도 있다.

예부터 말을 중요시 여겨 신중한 언어를 구사하여 나라 간에 외교를 하여 전쟁의 위기를 평화로 전환하기도 하는가 하면, 전쟁이 발발하는 불씨가 되기도 하였으며 말 한마디로 천 냥 빚을 갚았다고 하는 전

〈구독자 시〉 이윤배

내 나이 칠십

어느 날 자다 문득 깨어 본 게
나이 칠십이 되부렀당께요.
옛날 같았음
북망산에 누워 있을 텐데,
살아온 칠십 년 세월이 아득하기만 해라.

좋은 일도, 힘든 일도 많았지만
한평생 그양저양 잘 살아 왔지라.
지금 떠난다 해도 여한은 없는데,
아직은 팔팔하당께요.

근데 뭣이 그리도 급했는가,
친구 여럿이
벌써 요단강을 건너 부렀달께요.
함께 못가 미안한 맘도 있지라.

요즘은 백 세 시대,
칠십은 아직 청춘이라 지라.
‘구구팔팔일이삼사’란 말도 있어라.
그때까지 바라는 것은 욕심이겠만
오래 사는 것이 중한 것이 아닌게,
죽는 날까지
무탈하게 살고 싶어라.

살다 기억 다 잃고
요양원으로 쫓겨 가
기약 없는 유배 생활.....
생각만 해도 맘이 아파 와라.

요양원 가기 전에,
먼저 떠날 수 있었음 참 좋겠어라
마지막 지 소원인디,
하느님께
열심히 기도하면
들어 주실랑가 모르것서라.

자식

밤낮으로 애지중지 키웠지라
어릴 때는 애교덩어리였당께요.

어느 날 문득 본께
흠쩍 커 버리고
지멋대로 골칫덩이가 돼 부렀당께요.
지도 그랬을까잉?
지 거울이라면 낯 뜨겁구만먼요.

시집·장가 보낸 논께
뭘시기 뭘시기한 날,
용돈 찢간 쥐여 주고는
자식 노릇 다했다고 빠진당께요.
지도 그랬을까잉?
자영자득이라면 부끄럽구먼요.

자식 놈들,
지 혼자 질로 큰 줄 안당께라.
가끔 서운하다고 투정도 한당께요
내 원 참.....

품 안에 자족이
머리 커 버린께
계륵(鷄肋)이 돼 부렀당께요.

부모란 원죄(原罪)는
왜 이리 길고도 질기당가요?
나는 참말로 모르것서라.

행복나눔 빨래방

행복나눔 빨래방에서의 활동을 되돌아보며...

“좋은 추억으로 간직하고픈 빨래방에서의 1년”

행복나눔 빨래방을 시작한지도 어느덧 10개월이 지나 금년을 마무리하는 종착역에 다다르게 되었습니다.

그 동안 4개조, 30명의 팀원들이 각자의 위치에서 맡은 바 자기 임무에 충실하고, 안전에 각별히 신경 쓰며 지내온 덕에 아무 탈 없이 지내게 된 것을 관계자 모두의 공으로 돌리고 싶습니다.

활동 기간 동안 총 1,370명의 신청자로부터 의뢰 받은 6,547건의 세탁물을 처리하였으며 부수적으로 군청의 요청으로 6,586건의 우유배달을 착오 없이 전달하였습니다.

그러나 흥천읍과 관내 10개 면을 연봉리 한 거점에서 모두 아우르다 보니 거리가 먼 내면과 두촌면, 서석면, 서면, 내촌면 등은 거리 및 시간상의 제약으로 효과적으로 대응하지 못한 부분들이 있어 못내 아쉽기만 합니다.

신청자중 여성(557명)이 남성(273명)보다 월등히 많은 비율을 차지하는 것은 어떻게 해석해야 할지 아리송하기만 합니다. ‘집안살림을 주로 할머니들이 도맡아 하시기 때문에 그럴까?’ 그렇게 좋게 생각하기로 했습니다.

신다는 것이 가능하리라고는 결코 생각되지 않습니다.



전화 설문조사로 행복나눔 빨래방의 활동내용을 진단 해 본 결과 수혜자님들은 별다른 불만 없이 대체로 큰 만족을 느끼고 있다고 답해주신 것을 보면 그 동안 큰 덩치의 빨래를 처리하기가 쉽지 않아 마음고생 하고 있었음을 쉽게 짐작 할 수 있을 것 같습니다.

이런 필요에 의한 문제해결의 결과이겠지만 조사결과 나타난 어르신들의 큰 호응과 대단히 만족스럽다는 대답은 그 동안 같이 일했던 30명 팀원들에게는 무엇보다도 큰 ‘마음의 선물’이 되었으며 기분 좋게 2022년을 마무리 할 수 있을 것 같습니다.

올해 연초에 빨래방 사업을 시작할 때 구상하며 수립하였던 사업의 의도와 목표였던 ‘老老케어’의 성과가 연말결산에서 그대로 도출된 것으로 보여 성공적인 사업이었다고 평가하고 싶습니다. 수혜자 어르신들께는 편의제공으로 큰 만족을 드리고, 활동하신 어르신(?)들도 여가시간 활용 및 경제적 도움으로 보람 있는 한 해를 보내게 되었으니 이것이 ‘老老케어’의 궁극적 표본이 아닐까 생각해 봅니다.



그러나 이 일을 통하여 밝고 긍정적인 면만 경험한 것은 아닙니다.

한편으로는 이번 활동으로 환경적으로 어려움에 처하신 어르신들을 마주치며, 나 자신의 미래를 보는 듯한 아련함이 느껴져 잠시 우울해지는 순간들도 적지 않았습니다.

지금부터라도 얼마 후 닥쳐올 나의 미래상을 생각하며 절제 있는 생활과 육체적, 정신적으로 여유로운 마음가짐을 가지고 건강한 노년 생활을 이어갈 수 있도록 자기관리를 꾸준히 하여야겠다는 다짐을 하며 하루하루를 지내게 되는 것도 큰 얻음으로 생각합니다.

한 해를 정리하며 관계자 모두가 한자리에 모여 지난 과정을 평가하고 개선점을 논의 하며 새로운 비전을 제시하는 발전적인 자리를 가진 만큼 내년에는 좀 더 효과적인 운영으로 좀 더 많은 어르신들께 고른 혜택이 돌아가며, 참여자 여러분의 몇몇 건의 사항들도 반영되어 모두가 안전하고 서로 윈윈(Win-Win) 할 수 있는 방향으로 개선되어 지기를 희망합니다.



행복나눔 빨래방 사업이 양적으로나 질적으로 좀 더 풍성해 지고 지역사회에 꼭 필요한 역할의 자리매김을 하리라는 부푼 꿈을 꾸며 새해를 맞이 합니다. 일 년 동안 행복나눔 빨래방 활동을 기획, 관리하고 참여했던 여러분 모두모두 ‘해피 뉴 이어!!’

박호관 기자(hokwan_park@daum.net)

2022년 활동성과							
2022. 2. 1 ~ 2022. 11. 30							
지역	수혜자			품 목			
	남	여	계	이불	운동화	기타 (커튼 등)	우유배달
흥천읍	273	557	830	3,203	450	214	6,586
회촌면	55	97	152	633	97	27	
두촌면	3	9	12	43	2	7	
내촌면	11	42	53	173	12	19	
서석면	3	7	10	39	12	3	
영귀미면	64	93	157	679	133	50	
남면	24	37	61	254	16	20	
서면	8	16	24	98	9	6	
북방면	36	35	71	298	27	23	
내면							
계	477	893	1,370	5,420	758	369	6,586

이불, 운동화를 그리고 커튼 등 기타 세탁물들은 연로하신 어르신들이 집에서 효과적으로 처리하기에는 무게와 크기 등으로 힘에 부치는 작업임에는 의심의 여지가 없어 보입니다. 행복나눔 빨래방 작업장에서도 큰 세탁조내의 젖은 이불빨래를 건조기로 옮기는 과정이 내부에서 일하시는 여성 작업자들에게도 조금은 부담스러운 과정인데 가정용 작은 세탁기에서 이런 부피와 무게의 세탁물을 연로하신 어르신들께서 작업하

후원소식&나눔가게

홍천군노인복지관 만원의 힘 후원회원

‘연봉리 제빵소 로스터리카페 후원금’ 전달



◇연봉리 제빵소 로스터리카페

강원 홍천군노인복지관 만원의 힘 후원모임의 회원인 ‘연봉리 제빵소 로스터리카페’ 대표인 남형기·안은숙 대표께서 ‘제 21회 강원도 아름다운 간관 공모전’에 우수상을 수상하였다.

‘연봉리 제빵소 로스터리카페’는 부부 대표는 2022년도부터 홍천군노인복지관의 ‘만원의 힘 후원모임(회장: 송의순)’에 가입을 시작으로 매월 꾸준히 후원활동에 동참하여 지역사회 복지발전에 함께 뜻을 모아 활동하고 있다. 이번 8월부터 두 달간 시행된 ‘제 21회 강원도 아름다운 간관 공모전’에 참여하여 우수상으로 수상의 영광을 안았고, 시상으로 받은 장려금 전액을 홍천군노인복지관에 전달하였다.

연봉리 제빵소 로스터리카페 남형기·안은숙 대표는 “홍천이 좋아 아무런 연고 없이 정착하게 되어 힘든 시간도 있었지만, 지역 주민들과 소통하면서 좋은 만남을 이어가고 있어서 좋다. 또 만원의 힘 후원모임에 뜻을 모아 동참하게 매우 기쁘고, 공모전에서 받은 성금을 전달할 수 있어서 매우 보람된다.”고 말씀하셨다.

도심 속의 카페

[홍천 로스터리카페 연봉리 제빵소]

주 소 : 강원도 홍천읍 남산마을길3길

영업시간 : 07:00~22:00

매주 화요일 휴무

연 락 처 : 0507-1345-5093



강원도 홍천에 소재한 “연봉리 제빵소! 로스터리카페!”를 소개합니다.

홍천읍 연봉리에 소재한 갓 구운 빵과 드립커피를 즐길 수 있는 연봉리 제빵소! 로스터리카페!

카페는 오전 7시 30분에 오픈하고 빵은 오전 9시부터 순차적으로 나온다.

연봉리 제빵소 건물은 화이트톤으로 칠해져 있어서 멀리서 바라보면 카페라고 느끼기보다는 곱스러운 분위기를 느낄 수 있는 건축작품에 가깝게 느껴진다. 넓고 깨끗한 매장에 다양한 형태의 베이커리, 천연호밀빵 발효종과 프랑스산 밀가루 재료를 사용하여 소화가 잘 되는 빵을 매일 만드는 연봉리 제빵소. 핸드드립 에스프레소를 직접 판매하고 로스팅하는 로스터리카페. 먹음직스러운 빵과 달콤한 커피.



빵을 좋아하고 커피를 즐겨 마시는 사람이라면 남녀노소, 어린 아이에서부터 나이에 어르신까지 지나가는 손님을 유혹하기에 충분하다.

또한, 영업시간 내 카페와 북카페를 자유롭게 이용이 가능하며 무엇보다도 아늑하면서도 따뜻한 분위기를 연출해 내는 측면은 연봉리 제빵소! 로스터리카페의 가장 두드러진 특징 중 하나이다.

서행연 기자(bonbon2202@naver.com)

수타사 신도회, 지역 어르신 난방연료 지원

강원 홍천의 대한불교조계종 수타사(주지 화광스님)와 수타사 신도회(회장 오승훈)는 최근 신도들이 동참한 가운데, 사회복지법인 월정사복지재단에서 운영하는 홍천군노인복지관(관장 현운재)과 연계하여 돌봄 서비스를 받고 있는 저소득층 및 홀몸어르신 가정 16가구에 난방유 15드럼, 연탄 2,400장에 난방연료를 지원하였다.

이번 지원되는 난방연료의 경우 난방유 12가정에 1드럼~최대 2.5드럼, 연탄은 4가정에 600장씩 지원되어 한파 속에서도 따뜻한 겨울을 보낼 수



있도록 12월 중순까지하여 지원하였다.

홍천군노인복지관 현운재 관장은 “올해 한파도 빨리 찾아오고 어르신들이 난방비에 대한 경제적 부

담이 많이 되었는데, 어르신들의 걱정을 덜 수 있도록 앞서 준 수타사와 수타사 신도회에 감사하고 어르신들이 따뜻하고 건강하게 생활하실 수 있도록 돌봄에 있어 최선을 다할 것”이라고 말했다.

수타사 신도회 오승훈 회장은 “겨울철에 어르신들이 난방비 부담을 덜고 춥지 않게 따뜻한 겨울을 보낼 수 있도록 힘쓴 수타사와 신도들께 감사드립니다”며 “수타사 신도회는 복지사각지대 소외 계층을 위한 나눔문화 확산과 복지보장체계가 더욱 강화될 수 있도록 노력하겠다”고 말했다.

계묘년, 72세 토끼띠의 홍천살이



다사다망했던 2022년이 저물어 가고 2023년 계묘년이 다가오고 있다.

내년은 흑토끼 띠로 陰陽五行과 짝을 이루는 五色을 나타낸 것으로 “靑赤黃白黑”순의 다섯방위를 나타내는데, 그중 다섯 번째 순으로 검은토끼띠의 해가 밝아오고 있다.

토끼는 착한 성품을 가지고 태어나고 이상주의자이며 감수성이 풍부하고 유머나 예능에 탁월하나 게으르고 참을성이 부족하다고 한다.

기자가 만난 72세 토끼띠 고애숙씨도 첫인상이 순해 보이고 이야기를 나누는 과정에서 조용히 말을 이어가는 것을 보고 익어가는 나이로 인해 이해심과 배려심이 남들보다 뛰어나다는 것을 느낄

수 있었다.

포항에서 6.25전쟁 중에 태어나서 아버지가 전사하시고 어린 엄마와 외삼촌 슬하에서 살다가 7살 무렵 어머니의 재혼으로 새 가정을 이루고 살게 되었고 그 당시에는 열 개중 9개를 잘하고 1개를 못해주었을 때 아버지에 대한 섭섭한 감정으로 힘들어 했는데, 70이 된 지금에야 새아버지를 이해할 수 있게 되었다고 이야기를 시작했다.

그때는 엄마가 자신을 버리지 않을까 라는 생각에 다른 사람의 눈에 거슬리는 행동을 하지 않으려 노력하며 내가 고통스럽지 않으려 은연중 자기 방어 본능으로 자기 자신이 없는 생활을 경험했고, 남들과 타협하는 삶을 살았다고 한다.

나이가 들면서 한걸음 물러서서 나 자신을 돌아보게 되고, 숨기지 않고 자신의 아픈 곳을 드러낼 수 있을 정도의 연륜이 쌓이게 될 정도라고 한다.

100명중 1,2명에게 발생되는 질환인 “선천성 이 루공”을 가지고 태어나서 지금까지 남들이 겪지 않는 고생을 하고 있으며, 2009년 갑상선염으로 수술까지 하게 되자 도시 생활을 벗어나 조용한 시골 생활을 찾다가 10년 전 홍천으로 이주 하였고 딸, 아들을 출가 시킨 후 귀촌할 생각이 없는

남편은 서울에서, 자신은 홍천에서 “노노케어(老老-Care)”로 행복나눔 빨래방에 근무하며 서울은 자주 왕래를 하고 지낸다고 하며 혼자서 조용히 할 일을 하며 지내는 것이 너무 행복하다고 한다.



홍천의 좋은 점은 조용해서 좋고, 원주민들은 처음에는 무뚝뚝한데 오래 사귀면 진국이며 가슴이 따뜻한 사람들이 많다는 것을 느꼈으며, 홍천에 바라는 것은 노인 인구들이 많은데 귀농귀촌 인구와 토박이들의 교류가 적은 것 같아 노년에 주변인들과 많은 좋은 만남을 기대하고 있고, 갈 수밖에 없을 때 까지 오래도록 홍천에서 살고 싶은 것이 작은 소망이라고 피력하였다.

서행연 기자(bonbon2202@naver.com)

4차산업

포스트코로나, AI로봇과 스피커

포스트코로나

대전환기를 맞이하여 4차 산업기술은 나날이 성장할 것이다. 사물인터넷, 은행에 가지 않아도 되는 핀테크, 자율주행차, 공유경제시스템, 디지털 헬스케어기술은 급성장 할 것이다. 코로나19는 인구가 그동안 경시해온 지구생태계 문제에 대해 보다 심각하게 생각하게 될 것이고 이는 아직 초입 단계인 4차 산업혁명의 여러 기술들을 앞당겨 성취시킬 것이다.

4족 보행로봇

스팟(Spot)은 세계적 로봇 기업인 보스턴 다이내믹스가 2015년 선보인 소형 상업용 로봇이다. 스팟은 인지기술을 활용해 장애물이 나타나면 스스로 피해서 걷고, 계단을 오르내린다. 심지어는 모터가 달린 관절을 자유롭게 움직이며 춤을 추기도 하고 강아지나 고양이처럼 몸을 비비 꼬며 애교도 부린다. 스팟은 처음에는 원격의료, 구조 등을 목적으로 개발되었지만 미국과 일본 등지에서는 시각장애인 안내견이나 인명구조용으로도 연구되고 있다.

AI스피커

AI스피커는 말 그대로 기존 스피커에 AI(인공지

능)의 기능을 더한 스피커이다. 음악감상이나 라디오를 청취하는 기능 외에 음성인식, 음성검색, 음성번역, 음성비서 등의 기능을 제공한다. AI는 인간이 가지고 있는 인지·학습·추론능력을 컴퓨터 알고리즘을 활용해 실현하는 기술이다. AI는 이미지 분석, 즉 사람이나 사물의 얼굴을 인식하고 알려주는 수준으로까지 발전하고 있다.

즉, 시각·청각·자연어 처리가 가능한 수준으로 사람이나 사물을 인식하고 인간과 어느 정도 유사한 수준의 언어를 이해하고 대화할 수 있다. 이런 기술을 이용하여 기존의 스피커에 AI가 제공하는 기능을 부가한 것으로서 사람이 가전제품을 제어하는 허브역할까지 한다.

로봇청소기

세계 최초의 로봇청소기는 스웨덴의 일렉트로룩스가 제조한 트릴로바이트로 1997년 영국에서 시제품이 공개되고 2001년 스웨덴에서 출시되었다. 청소에서 해방되고자 하는 욕구는 동서양이 다름없다. 로봇청소기는 기능에 따라 단순동작형, 중기능형, 고기능형으로 분류된다.

단순동작형은 단순한 충돌감지용 스위치와 약간의

센서를 통해 벽면이나 장애물과 충돌 시 방향을 전환하면서 청소하는 범퍼방식을 사용한다. 먼지흡입을 위한 모터 없이 단순히 정전기를 통해 먼지나 머리카락 등을 부착하는 식이다. 흡입모터가 있더라도 아주 저출력이다.

중기능형은 초음파, 적외선, 범퍼 등 다양한 센서를 장착하고 이를 통해 장애물을 감지하며 장애물에 대한 거리를 판별하고 대부분 충돌을 피한다. 자동충전 기능을 갖추고 있는 흡입모터를 장착하고 있으며 주로 무작위로 이동하는 랜덤방식을 취하고 있어 여러 곳을 신속히 이동하면서 청소하는 것이 장점이지만 중복청소의 문제와 청소 사각지대에 취약하다.

고기능형은 공간인식을 위한 센서와 카메라 등이 추가로 장착되어 로봇이 자체 판단능력에 따라 주행도중 자신의 위치를 정확하게 수정하는 것이 특징이다. 실내공간의 지도를 작성하여 청소경로를 설정하는 내비게이션 방식을 사용한다. 중복청소를 피하고 구석구석의 먼지까지 제거할 수 있어 아주 효율적이다. 하지만 공간 정보수집에 다소 시간이 걸린다. 현재 나온 가장 혁신적 단계의 청소기라고 할 수 있다.

김민호 기자(minho215@hanmail.net)

노인맞춤돌봄

직접 만든 목공예품 전달로 나눔 실천



◇노인맞춤돌봄서비스를 받는 어르신들께서 직접 만든 다용도함을 두촌면 10개 경로당에 기증했다.

홍천군 노인복지관(관장 현윤재)은 두촌면 노인맞춤돌봄서비스를 받는 어르신들과 6개월간 매월 2회씩 목공예 수업을 진행했다. 목공예 활동을 통해 제2의 두뇌인 손을 많이 사용함으로써 소근육 발달과 인지력 향상에 도움을 주었으며 어르신들이 직접 나무조립하기, 사포질하기, 망치질하기, 바니쉬 칠하기를 통해 성취감과 자신감을 얻은 것으로 나타났다.

더 나아가 그동안 쌓은 실력으로 마지막 회기에는 다용도함을 만들어 참여한 어르신 이름으로 두촌면 10개 경로당에 기증을 하였다.

직접 자신이 이용하는 경로당에 전달한 석00 어르신은 “경로당을 이용만 했지 내가 도움을 줄 생각은 못했는데 내 이름으로 기증까지 하니 뿌듯하다.”고 소감을 전했다.

김보라 팀장은 “앞으로도 노인맞춤돌봄어르

신께 다양한 평생학습 프로그램 수업을 통해 활기찬 일상을 보낼 수 있도록 노력하겠다.”고 전했다.

한편, 홍천군노인복지관은 만65세 이상 취약노인이 살던 곳에서 건강한 노후를 보낼 수 있도록 안전 확인 및 일상생활지원, 자원연계, 다양한 프로그램 등을 제공하는 노인맞춤돌봄서비스를 제공하고 있다.

새끼줄꼬기

오늘은 어르신을 모시고 아주 특별한 것을 준비했습니다.

대회가 열리자 어르신들의 시선이 하나로 집중되었습니다!

어르신의 얼굴을 자세히 쳐다보니 어르신들의 눈이 번쩍 번쩍합니다.

어르신의 참여가 말 그대로 폭발적입니다.

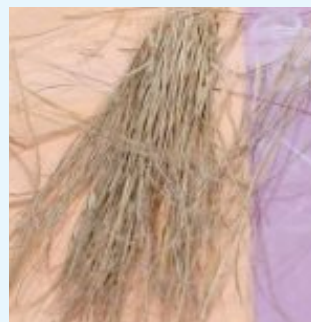
어르신의 이름을 따로 불러드리지도 않았는데 관객이 한 명 더 와 있습니다. 앞집, 옆집, 뒷집에 살고 계시는 동료 어르신이 마을회관으로 모여들었습니다. 결국 마지막에는 옆에서 지켜만 보고 계셨던 동료어르신들도 하나가 됩니다. 지역 면민 어르신 한마당 느낌이랄까? 그러한 분위기가 펼쳐진 그런 대회였습니다.

과연 이번 대회는 어떤 대회였을까요?

바로 새끼꼬기 대회입니다! 어르신 댁 주변은 우렁이 농법을 활용하여 무농약으로 키우는 친환경 논이 가득하기에 추수하고 남은 벼짚이 많았어

요. 주변에서 양해를 구하고 받은 잘 말린 벼짚은 이번 대회의 좋은 재료가 되었습니다. 첫 번째 어르신부터 능숙하게 새끼를 꼬기 시작합니다. 어르신들은 관심 폭발! 심지어 일어서서 구경하기 시작하셨습니다.

어렸을 적에 새끼 좀 꼬아본 어르신들은 총출동하신 모양입니다. 그 다음으로 두 번째 어르신이 나와서 대회의 막을 엽니다.



여자부 우성한 어르신의 새끼줄입니다. 2m라니 정말 어마어마 합니다.

새끼를 꼰 때 약간 물을 축축히 축여줘야 잘 꼬아진다고 합니다. 저도 새끼줄을 잘 꼬는 비결 하나를 깨달았습니다. 물그릇을 놓아 드려서 새끼줄을 잘 꼬실 수 있도록 도와드렸습니다.



나중엔 모두 모여 새끼 꼬기 한마당을 펼쳤습니다. 새끼줄 꼬기 한마당은 정해진 시간이 없어서 몇 미터나 되는 새끼줄을 만드셨던 어르신이 최고로 많이 꼬아내셨습니다. 모두가 즐겁게 노는 한마당입니다.

박경임 기자(kyung-lim@hanmail.net)

공공 축제**2023년 제11회 홍천강 공공축제**

다가오는 2023년 1월 13일부터 24일까지 총 12일동안 홍천군에서는 홍천읍 신장대리 85번길에서 제11회 공공 축제가 개최된다. 코로나로 중단된 지 3년 만에 진행되는 행사로 지난 축제와는 다르게 각종 안전사고 예방을 목적으로 부교낚시터, 루어낚시터, 가족 및 실내외 낚시터를 확대해서 운영할 예정이다. 또한, 얼음낚시터와 부시터 운영시간은 각각 오전과 오후로 나뉘어 많은 관광객이 낚시를 마음껏 즐길 수 있도록 하며 낚시터 및 맨손송어잡기 행사는 시간대별로 운영하게 된다. 프로그램 이용료는 1만 5,000원으로 책정하였고 이용자 전원을 대상으로 홍천사랑상품권 5,000원을 지급할 계획이며 30인이상 단체와 군, 경은 1만 2,000원에 이용할 수 있도록 하여 지역경제 활성화를 도모할 계획이다.

특히, 올해는 무게 1kg 길이 45~50cm이상을 차지하는 인삼송어가 사용되며 다양한 이벤트와 함께 찾아오는 이들에게 즐길거리를 충분히 제공할 계획이다.

체험프로그램으로는 모래놀이, 알파카 및 조류 먹이주기 체험, 4D VR체험, 얼음썰매, 포토존 등이 마련된다. 전명준 홍천문화재단 이사장은 홍천군의 대표적인 겨울 축제로 자리 잡은 공공축제는 안전을 최우선으로 하며 공공축제로 사용되는 송어는 인삼을 먹인 홍천인삼송어 개발을 통해 지구온난화를 대비하는 등 타축제와 차별화된 축제로 발돋움할 계획이며 다양한 프로그램 개발로 관광객을 유치하여 홍천군 지역경제활성화에 앞장서겠다고 밝혔다.



이복여 기자(boy1145@hanmail.net)

기자칼럼**배우고 익히는 것이 가장 큰 무기**

그 동안 알지 못했던 지난 나날의 기억이 머릿속에 어렴풋이 떠오릅니다. 그 날의 많고 많은 생각들이 내 머릿속을 별안간 스쳐 지나갑니다.

하루하루의 인생살이가 하루살이처럼 짧고 가볍게 느껴집니다. 그때 그 시절의 가장 힘들고 어려웠던 옛 모습이 다시 한 번 떠오릅니다.

가난한 가정형편 때문에 잘 알지 못했던 옛 그제의 기억들 하루하루를 전전긍긍하며 생선 비린내 자욱한 시장바닥에서 생선 한 마리를 더 얻기 위해 여기도 기웃거리고, 저기도 기웃거렸습니다.

하지만, 이제야 뒤늦게 깨닫습니다. 제 가격에 사는 생선이 가장 싱싱한 생선이라는 것을 깨달았습니다. 경험보다 값진 것이 또 하나 있었습니다. 뒤늦게 배움이라는 것을 깨달았습니다.

외로움때문에 알지 못했던 어제와 옛그제의 기억들이 존재합니다.

강 한가운데로 유유자적 가벼이 떠있는 외로운 배 한척에 몸을 실었다고 가정해 봅니다. 위로도 나아가고 아래로도 나아가 봅니다. 하지만, 오늘에서야 깨닫습니다.

정해진 항해로 나아가는 것이 가장 빠르고 정확한 길이라는 것을 알았습니다. 오랜 세월 몸에 익었던 낯익은 경험보다 더 값진 것이 배움이라는 것을 뒤늦게 깨달았습니다.

가난과 외로움의 싸움이 시작되었습니다. 시간은 속절없이 흘러갔고 내 나이는 어느새 육십이 훨씬 넘었습니다. 가난도 외로움도 지쳐서 내 곁을 빙 돌다가 마침내 내 곁을 떠나서 그 어느 날 배우고 익히는 것이 가장 큰 무기라는 것을 뒤늦게 깨달았습니다.

그 동안의 나의 무지에, 나의 용기에 내 스스로가 나에게 위로를 전합니다. 배움의 끝은 여기가 더 이상 아니겠지요. 앞으로 배울 수 있는 나날이 더욱 많겠지요. 배움에 대한 나의 열망에는 끝이 없음이 분명합니다.

김동식 기자(dong-sik@hanmail.net)

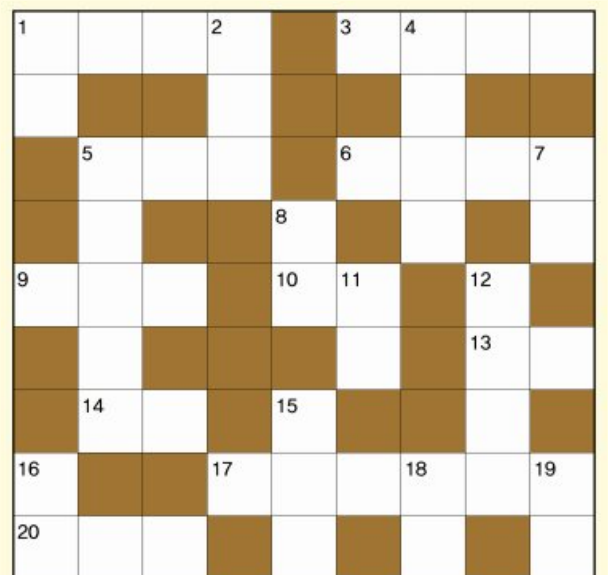
**살버신문 구독자와 함께하는
<가로세로 낚말퀴즈>**
**<가로열쇠>**

1. 토정 이지함이 일 년의 신수를 쉽게 볼 수 있도록 한 것?
3. 한 나라에서 발생하여 민중 사이의 전하여 내려오는 고유한 놀이?
5. 학생들이 한 학기를 마치면서 행하는 의식?
6. 어린 무로 담근 김치?
9. 고체가 외부에서 힘을 받아 형태가 바뀐 뒤 원래 본래의 모양으로 돌아가지 않는 성질?
10. 도덕에 어그러짐이라는 말
13. 새의 꿈무늬에 붙은 것?
14. 옛기름을 우린 물에 밥알을 넣어 식혀처럼 삭혀서 끓인 음식?
17. 어려움에 처한 국민들을 위하여 국가기관이 사회정책을 통하여 해결해주는 제도
20. 그 해의 복을 조리로 일어 얻는다는 뜻에서 걸어놓는 것?

<세로열쇠>

1. 2023년을 상징하는 동물?
2. 남녀가 부부관계를 맺는 서약을 하는 의식
4. 통나무로 지은 집
5. 빅히트 뮤직 소속 대한민국 7인조 보이그룹 K-PoP을 대표하는 메가스타
7. 지능, 의지, 기억 따위가 지속적 또는 본질적으로 상실되는 병
8. 설날 그릇이나 정초에 어른신께 인사로 하는 절
11. 남이 잘 되기를 비는 말. 주로 새해에 많이 나누는 말.
12. 홍천강에서 열리는 대표적인 겨울 축제
15. 집회 또는 화합 따위를 시작할 때 인사로 하는 말
16. 대한민국 고유의 의상
18. 가장 잘하는 재주
19. 사물을 너그럽게 용납하여 처리할 수 있는 넓은 마음과 깊은 생각을 일컫는 말

이경희 기자(kyunghee@hanmail.net)



퀴즈답변을 작성하셔서 기관으로 보내주시기 바랍니다.
20명을 선정하여 소정의 상품을 드립니다.

E-mail) hcknowin2@hanmail.net
Tel) 033-430-8721 Fax) 033-430-8790