

홍천실버신문

건강한 노후 · 활기찬 노후 · 일하는 노후 · 행복한 노후



2017년 9월 (제40호)

발행처 홍천군노인복지관 발행인 자월스님 주소 강원도 홍천군·읍 태학여내길 80-3 전화 033-430-8700 FAX 033-430-8790 홈페이지 www.hcknowin.org/

홍천 최고의 여성봉사왕들이 뭉쳤다

홍천 새마을을 사랑하는 모임



◇ 홍천 새마을을 사랑하는 모임(새사모·이옥자(68) 회장 뒷줄 왼쪽에서 두 번째)

65세 이상 22명 구성 회원들 총 봉사기간 150년 넘어 후배들에 참된 봉사 지도하고 숭선수범 가정에도 충실

“봉사는 자랑이 아니라 보람이며 기쁨이고, 자신을 돌아보게 하고, 남을 배려하는 삶속에 무한한 행복을 느끼게 해줍니다.”

홍천 새마을을 사랑하는 모임(새사모) 회원들이 생각하는 봉사는 자신과 어려움을 겪고 있는 사람을 위한 상생에 기초하고 있다. 이들은 새마을운동 마을단위 회원, 회장을 거친 읍면 회장과 홍천군회장 등을 역임한 65세 이상된 22명으로 구성했으며, 2003년 3월 출범했다. 이는 홍천지역 최대, 최고의 여성봉사자 단체 출신 모임이다. 회원들의 봉사기간을 합치면 150년이 넘는다

고 한다.

새사모 회원들은 각자 마을 단위로 독거노인 및 기초생활수급자 등에게 김장보내기, 마을주변 환경미화, 꽃길 가꾸기, 폐비닐 류·재활용품·헌 옷 등 수거, 판매 대금으로 결손·장애인 가정에 정기적으로 밑반찬 보내기, 마을 및 지역단위 행사, 체육대회, 단합대회, 경로당 노인잔치 및 호도관광 등 행사 때 식사와 간식을 제공하고 있다. 또 대안학교 지원, 거리 캠페인등 수많은 분야에서 봉사활동을 지원하고 직접 참여하기도 했다. 농번기 바쁜 시기에도 봉사활동을 멈추지 않

고 있다. 또한 친목도모를 위하여 매월 회의 및 모임을 가지며, 사이를 돈독하게 하고, 새마을 생활지도자 후원은 매년 진행하고 있다.

최고령 회원은 초대회장을 역임한 김동춘(79) 씨다. 그는 홍천여협 회장을 지냈고 신사임당상을 수상했다. 현재는 이옥자(68) 회장이 맡고 있다. 이 회장은 홍천군 새마을부녀회장과 홍천군새마을회장을 역임했다. 또 김명숙 전 홍천여협 회장 등 회원들은 지난날의 지역봉사시절을 회상하며 후배들에게 참된 봉사자들의 자세를 지도하고 숭선수범하고 있다.

이들 회원들은 봉사를 생활 좌우명으로 삼고 있으면서도, 모범적인 가정꾸리기를 실천하고 있다. 홍천지역사회 발전에 도움이 될 수 있도록 뒤에서 단체들을 돕고 있다고 했다. 또 지역 어르신들을 위한 봉사활동을 준비하고 있다.

이옥자 회장은 “새사모 회원들은 평생을 봉사활동에 참여하고 있는 사명감이 투철한 사람들”이라며 “이들은 봉사를 통해 다함께 살기 좋은 홍천지역을 만드는데 기여하고 있다”고 말했다.

박세구 기자

*홍천실버신문에서 홍천관내의 다양한 정보 및 원고를 모집하고 있습니다. 많은 참여 부탁드립니다.

*홍천실버신문은 55세 이상 어르신 기가단이 만들어 가는 신문으로 지역사회와의 유대를 강화하고 나아가 노인복지 증진 및 지역사회 통합에 기여하기 위하여 매월 정기발행하고 있습니다. 이에 다양한 정보와 이야기를 제공받고 싶은 분은 구독신청 바랍니다. 홍천군노인복지관으로 구독신청서를 제출해주시거나 전화로 신청하세요!

*홍천실버신문은 개인 및 단체 광고를 받고 있습니다. 매월 1일자 2,000부가 발송되고 있으니 광고를 원하시는 분은 연락 바랍니다. 광고료는 공익성 유무 확인 후 홍천실버신문 광고료 규정을 기준으로 책정합니다.

◆ 홍천군노인복지관 9월 행사일정

일 시	장 소	내 용
2017. 9. 7.(목) 10:00~	홍천군노인복지관 / 해모운	노인재능나눔활동지원사업 평가회의
2017. 9. 13.(수) 09:00~	용산 전쟁기념관	노인사회활동지원사업 문화활동 및 간담회
2017. 9. 28.(목) 10:00~	홍천군노인복지관	추석맞이 명절행사

CONTENTS

02 - 홍천군노인복지관 NEWS
03 - 귀농·귀촌인 이야기
04 - 경로당 탐방

05 - 다문화가정이야기
06 - 유적지/전설
07 - 우리 직장 칭찬릴레이

08 - 기자칼럼
- 독자기고



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.

사회복지법인월정사복지재단
홍천군노인복지관

자연과 생명 교감할 수 있는 최고의 취미

자연경관 수려한 곳에서 사진촬영 몸과 마음 저절로 힐링
많이 다니고 많이 찍는 것이 사진 잘 찍는 최고의 방법



◇ 홍천군노인복지관 사진반

사진촬영은 자연과 더불어 즐길 수 있는 노년에 딱 맞는 취미활동이라고 사진반원들은 입을 모았다.

홍천군노인복지관 평생교육프로그램인 사진반(반장 경운스님)은 매주 화요일(오전 10시~11시 50분) 자원봉사실, 금요일(오후 1시~2시 50분) 배움터3 교실에서 주2회씩 차주원 강사의 지도로 열리고 있다.

사진반 운영은 교실 강의와 현장실습을 병행하여 자연경관이 수려한 곳을 찾아다니고 있어 이른바 신선 같다고 했다.

석암사 주지인 경운스님은 사진촬영이 곧 수행이라고 했다. 그는 우리가 일상에서 하는 모든 일들이 수행 아닌 게 없다면서 한 송이 연꽃을 찍기 위해 밤을 도와 현장에 도착해서 먼동이 터 올 때부터 수백 번의 셔터를 눌러댄다고 했다. 연꽃과 교감하며 꽃봉오리에서 피어나는 과정을 장시간에 걸쳐 찍는다고 했다. “꽃봉오리에서 활짝 핀 연꽃을 보는 순간 아름다운 생명의 신비를 느끼죠. 작을수록 더 예뻐요!”

육안으로 보기 힘든 작은 야생화를 사진으로 찍어서 확대했을 때 그것은 아름다움을 초월한

생명의 환희입니다. 절로 감탄사가 나오죠. 사진반원들과 함께 산길을 걸어가며 동료애를 쌓고 자연과 대화하며 작품 활동을 하는 것은 사람만이 누릴 수 있는 특권이지요. 연꽃 앞에서 반야심경을 독송하면 마치 알아듣기라도 하듯 저에게 감사의 과장을 보내온답니다. 작은 돌도 손에 쥐고 온기를 보내주면 이내 기운이 전달돼요. 그러고 보면 이 세상에 생명체 아닌 것은 없다고 생각돼요. 거기에 어떤 의미를 부여하느냐에 달려있지요. 꽃도 사람이 이름을 지어 놓기 전에는 그저 작은 몸짓에 불과했지요. 촬영하러 다니다 보면 새삼 자연의 위대함과 신비함에 절로 고개가 숙여집니다. 우리는 늘 가까이 있는 것에 대해서 고마움을 모르고 삽니다. 청정한 자연속의 깨끗한 공기와 물의 소중함을 모르고 살고 있는 거죠. 분명한 것은 자연은 인간을 필요로 하지 않는다는 겁니다. 자연을 훼손시켜서는 안 됩니다. 우리가 후손들에게 깨끗한 환경을 물려줘야 하는 것은 의무이며 사명감이라고 할까요?”라고 말했다.

차 강사에게 사진을 잘 찍을 수 있는 방법을 묻자, 그것은 많이 찍는 것이라고 했다. 과거 아날로그 시대에는 필름 값 부담으로 많이 눌러댈 수 없었지만 지금은 디지털 카메라이니 많이 보고 많이 찍는 것이라고 했다. 그리고 찍은 것을 즉석에서 확인해 볼 수 있으니 발품은 많이 팔고 사진은 많이 찍는 것이 최고라고 했다. 노년의 삶에 사진 찍는 놀이 문화는 자연 속에서 많이 걷게 되니 몸과 마음이 힐링돼서 좋고 사진예술의 자부심과 품격 있는 취미활동이라고 극찬했다. 차 강사는 오랫동안 사진동아리 리더로서 활동해온 자연주의 사진 작가이다.

조정철 기자



박영권 홍천실버신문 기자 강원펜문학상 수상



박영권 홍천실버신문 기자(시조시인)가 제16회 강원펜문학상에 선정됐다. 강원펜문학회(회장 이갑창)는 지난 8월 26일 올해 강원펜문학상 선정 심의위원회를 열고 이같이 결정했다고 밝혔다.

박 기자는 강원펜문학 16집 신작 특집에 옥수수 등 5편의 작품을 게재했다. 이번 수상작

인 옥수수는 정형의 틀 속에 현대적 감각을 융해시켜 독자의 층을 확대시켰다는 평을 받았다. 박기자는 1998년 시조와 비평으로 등단해 강원시조문학상, 황산시조문학상, 홍천문학상 등을 수상했다.

홍천문인협회 회장 등을 역임하고, 강원펜문학회 부회장을 맡고 있다. 시상식은 11월 4일 홍천에서 열리는 제12회 강원펜문학 세미나에서 개최된다.

문학기행반 김유정 문학촌 방문



홍천군노인복지관 문학기행반은 8월 8일 춘천 김유정 문학촌을 방문했다. 문학기행반은 작품의 이해도를 높이기 위해 월1회씩 작품 배경지를 방문하고 있다.

귀농·귀촌인 이야기(9) 김진호 씨

귀농 3년째 올해 농산물 매출 1억 목표



◇ 김진호(56) 씨는 3년전 홍천과 인연을 맺었다.

홍천과 인연 전무 대형농기계 보유한 전업농 변신 농산물 값 등락 심한 것이 가장 가슴 아파 대책요구

김진호(56) 씨는 3년 전까지 건설업을 했다. 그의 귀농 동기는 자식들에게 쾌적한 자연 환경을 만들어 물려주고 싶어서였다.

아내(심순복·57)와 상의를 거쳐 귀농을 실행했다고 했다. 그러나 아내는 처음 귀농할 때 300평 정도의 텃밭에 야채나 가꾸며 살아가는 것으로만 알았다고 했다. 아내는 2년 늦게 귀농했다. 아내와는 초등학교 선후배 사이라고 한다. 그의 아내는 “아침 5시에 일어나 밤 11시까지 일해요. 농촌의 일은 끝이 없어요. 인부를 구하기도 힘들고 인력 사무소를 통해 사람을 쓰고 있는데 비

싸기도 하고 내가 일을 많이 한다.”고 했다.

지금 사는 화촌면 외삼포리는 아무런 연고도 없는 곳이다. 처음에는 정읍에 땅을 샀다고 했다. 처이모가 살고 있어 소개를 했다고 한다. 그러나 자식들이 사는 인천과 거리가 멀어 홍천에 정착했다. 처음 홍천을 찾은 계기는 친척모임이었다고 했다. 장소를 물색하다 홍천 지역의 펜션에 머문 것이 계기가 됐다. 땅값도 싸고 큰 도로와의 접근성도 좋아 망설임 없이 선택했다.

올해 키노아와 참깨, 배추를 재배해 매출 1억을 목표로 하고 있다. 그는 키노아 4000평, 후작으로

참깨와 배추 일만 포기를 재배하고 있다.

그는 “올해 키노아 작황이 별로 좋지 않아 수확이 많지 않다. 평당 500g 이상이 수확돼야 한다. 1kg에 1만8000원 정도의 시세지만 농약을 하지 않은 키노아는 1kg에 2만3000원에 판매한다”고 했다.

키노아의 열매는 조와 비슷하다. 곡물이 아닌 씨앗이며 안데스지역의 주요 농산물로 선진국에서 영양학적 가치를 높이 평가받아 요즘 쌀 다음가는 대체 주요 식량으로 각광 받고 있다. 현미와 비교했을 경우 단백질 2배, 칼륨 6배, 칼슘 7배, 식이섬유 16배, 철분 20배, 혈관을 유지하고 항산화제 역할을 돕는 비타민E 30배이며, 5년 근 인삼의 사포닌 2배가 함유 되어 있다고 하니 가치 영양의 보고인 셈이다.

다이어트용 건강식품으로 전부 계약수매로 재배하고 있어 판로 걱정이 없다고 한다.

그는 트랙터도 대형과 소형 2대, 중장비 2대와 다른 농기계를 소유하고 있어 장비 값만도 만만치 않은 전업농으로 변신했다. 농지도 1만2000평을 임차해 미래를 설계하고 있다.

그는 농산물 가격의 등락이 너무 심해 손해를 보면서 출하한 것이 가장 가슴 아프다고 했다. 가령 배추 한포기를 500원에 팔다가 가격이 하락되어 200~300원 받을 때 속상하고 농사의욕이 떨어진다며 정부에서 농업인 보호 차원에서 폭락대책이 있어야 한다고 강조했다. 3년의 농사 경험으로 농지 3만평은 경작을 해야 기업농으로 수익이 보장된다고 했다.

“지금 제가 일하고 있는 비닐하우스는 200평인데 동네 친구에게 80만원에 매입해 쓰고 있어요.” 그런데 문제가 생겼단다. 그는 돈을 받고 팔았는데도 비워 달라고 갈등을 빚고 있다.

그는 비닐, CCTV 구입 등 300만 원이 들었으니 그 돈을 내면 비워 주겠다며 버티고 있다고 한다. 전국을 떠돌며 건축 일을 했는데 못 참을 것도 없단다. 그는 귀농을 꿈꾸는 예비 귀농인들에게 “귀농은 단단한 각오 없이는 성공 할 수 없다”며 “귀농 전에 현지에서 1년 정도 살면서 그곳의 생활환경을 익히는 것도 좋은 방법이 될 것”이라고 말했다. 또 귀농도 젊어서 해야한다고 강조했다.

김정현 기자



경로당 탐방시리즈 (39) 동면 후동리 경로당

개복숭아 첫 수확 효소로 부수입 올린다

게이트볼 실력 최고 민요 건강체조로 생활 활력
도창조마을·새농촌우수마을·장수마을 선정 준비



◇ 동면 후동리 경로당(회장 이우영(80)·앞줄 왼쪽에서 세번째)

동면 후동리 경로당은 1991년 3월 5일 후동리 712번지 옆 약20평 규모로 건립됐다.

후동리 경로당은 2016년 이우영(80) 회장과 허남훈(70) 사무장으로 이뤄진 제8대 집행부와 함께 회원 45명(남자 20명, 여자 25명)으로 구성됐다.

경로당 회원들은 건강을 위해 건강체조와 민요 등을 하며 특별히 전 회원이 함께 할 수 있는 게이트볼을 익히고 있다. 경로당과 게이트볼장이 함께 옆에 있어 하루도 빠짐없이 건강을 지키고, 게이트볼에 대한 갈고 닦은 실력을 발휘해 각종대회에

참가해 우승 2회, 준우승 3회 등 많은 상을 받았다.

회원들은 후동리 마을 전체의 길 옆에 코스모스와 개복숭아를 심기 위해 풀과 잡초들을 뽑고 관리하고 있고 있으며, 건강도 찾고 부지런히 움직여 장수하는데 도움이 된다고 한다.

최고령자인 변동훈(86) 씨는 아침 5시면 논이나 밭에 나가 일을 하는 등 부지런히 움직이고 하루 세끼 거르지 않는 것이 건강 유지의 비결이라고 했다. 또 고령에도 불구하고 아픈 곳이 없이 5남매를 키웠으며, 지난 1월 사별한 배우자와 68년을

함께 살았다고 한다. 큰아들과 며느리, 손자와 손녀와 함께 살고 있어 더 이상 부러울 것이 없으며 받은 용돈으로 게이트볼 회원 간식을 제공한다고 한다. 큰아들 내외인 변기천(61), 정만옥(60) 부부가 효자·효부 대상자라고 칭찬을 아끼지 않는다고 한다.

이종운(67) 이장은 후동리는 83세대로 되어 있으며 귀농귀촌가구 5세대, 독거노인 10여 명으로 마을을 형성하고 있다고 한다. 2015년 홍천군 창조마을로 선정된 후 후동리 입구부터 양길 옆 도로 주변에 개복숭아를 1200주 심어 3년째인 올해 8월 처음

으로 수확해 경로당, 게이트볼장에서 향아리 150개에 개복숭아 효소를 담가 고수익을 올렸다. 여성회원과 후동리 부녀회원들은 개복숭아를 정리하는 주민들에게 간식을 제공하고, 점심에는 삼계탕을 대접했다.

또 창조마을 선정 시상금으로 후동리 토지 680평을 매입하여 경로당을 재건축한다는 계획이다. 올해 강원도 창조마을로 선정되면 시상금 5억 원을 받는다. 회원들은 올해는 도 창조마을, 내년에는 새농촌우수건설마을, 2019년에는 장수마을로 선정될 수 있도록 마을을 변신시키는데 강한 의욕을 보이고 있다. 그리고 귀농귀촌지역으로 인구증가에도 도움이 되고 마을이 하나로 이루어지기를 바라고 있다.

후동리 마을과 경로당은 3000평 정도의 휴경지를 이용해 농사를 짓고 있으며, 마을 소득원으로 매년 불우 이웃 돕기로 쌀 100포대(20kg)를 동면사무소에 후원하고 있다.

안태수 기자



◇ 경로당 임원 현황

직책	성명	연령	직업
회장	이우영	80	농업
부회장	변동훈	78	농업
감사	백영환	72	농업
사무장	허남훈	70	농업

☎ 033-436-1758

고시조

두류산 양단수를

- 조식(1501~1572) / 조선중기 성리학자

두류산 양단수를 예듣고 이제 보니
도화 뜬 맑은 물에 산영(山影) 조차 잠겼어라
아하야 무릉이 어디요 나는 연가 하노라

·양단수(兩端水): 두 갈래로 갈라져 흐르는 물줄기 ·산영(山影): 산의 그림자
·무릉(武陵): 도원명이 쓴 <도화원기>에서 유래한 말로, 이상향을 이르는 말
·해설: 두류산은 지리산의 다른 이름. 양단수와 한 것은 조식이 제자를 가르던 산천재가 대원사 계곡에서 흐르는 물과 덕산 쪽에서 흐르는 덕천강이 합수하는 곳이기 때문에 이른 말이다. 조식은 예순 한 살에 지리산 아래 산천재를 짓고 학문에 전념했다. 조식의 학문은 敬(경)과 義(의)로 요약되는데, 경으로 마음을 끈게 하고 의로 과단성 있게 생활해간다는 것이다. 그러한 학문체계를 완성해 간 곳이 바로 지리산이다. 무릉(도원)은 단순한 은둔의 공간이 아니라, 자신을 끊임없이 실천해나가는 참여의 공간이다. **조정철 기자**

사자성어

顛倒夢想(전도몽상)

·전도(顛倒)는 모든 사물을 바르게 보지 못하고 거꾸로 보는 것
·몽상(夢想)은 헛된 꿈을 꾸고 있으면서도 그것이 꿈인 줄도 모르고 현실로 착각하고 있는 것

·해설: 사람을 위해 돈을 만들었는데, 돈에 너무 집착하다보니 사람이 돈의 노예가 됩니다. 꿈을 보호하기 위해 옷이 있는데, 너무 좋은 옷을 입으니 내가 옷을 보호하게 됩니다. 사람이 살려고 집이 있는데 너무 좋고 집안에 비싼 게 너무 많으니 사람이 집을 지키는 개가 됩니다. 이런 걸 전도몽상이라고 합니다. 자기도 모르게 어느 순간 거꾸로 되는 것입니다. **조정철 기자**

다문화가정이야기 (38) 홍천군 남면 누엔 티터 (37) 씨

텃밭에 베트남 야채 재배 소득 ‘짹짹’



◇ 누엔 티터(37) 씨가 두 자녀와 밝게 웃고 있다.

여동생 소개로 남편 만나 3년에 한 번씩 고향방문 자녀교육에 엄격 한국음식 잘해 식당운영이 꿈

“한국어를 배우기 위해 양덕원에 있는 학원에 등록했어요. 어른은 없고 어린이들만 있었는데 같이 배우기 어려워 몇 번 나가다 그만뒀어요.”

베트남에서 시집와 홍천군 남면 신대리에 살고 있는 누엔 티터(37) 씨는 “힘들고 거친 일을 많이 해봐서 일은 힘들지 않았지만 말이 안 통해 제일 힘들었다.”고 했다.

그녀는 베트남 안장성 롱쑤엔에서 아버지 누엔 녹동(65) 씨와 어머니 누엔 티터이(65) 씨의 1남 4녀 중 셋째다. 아버지는 농사를 지었고 어머니는 쌀장사를 했다. 그녀는 고등학교를 졸업하고 어머니와 함께 메콩강 삼각주에서 자신이 직접 6톤 배를 밤새 운전해서 가마우에 가서 쌀을 사가지고 밤새 와서 팔았다. 방앗간에서 50kg 되는 쌀자루를 300개씩 배에 싣고 내리곤 했다. 장사가 잘되어 배도 사고 돈을 버니까 힘들어도 재미있었다.

집 앞에 메콩강이 흘러 배를 집 앞에 댄다. 아버지는 자식들을 강하게 키우려고 어렸을 때부터 강을 헤엄쳐 나오게 했다. 덕분에 그녀는 물에 빠

져도 겁내지 않고 헤엄쳐 나왔다. 뿐만 아니라 배 운전도 가르쳐 주지 않아 스스로 터득했다.

여동생이 그녀보다 2년 먼저 시집와 홍천읍에서 살고 있다. 그 여동생의 주선으로 2006년 2월 1일 남편 박기중(47) 씨를 만났다. 여동생이 괜찮은 사람이라고 했고 인물도 좋고 마음에 들어 주저하지 않고 남편을 선택했다. 2006년 2월 3일 베트남에서 결혼식을 올리고 서류를 준비해 2006년 5월 한국에 왔다. 2007년 4월 양덕원 강원생활과 학교등학교에서 홍천군 다문화가정 후원회 주관으로 합동결혼식을 했다.

남편은 아버지 박광성 씨와 어머니 최숙현 씨의 2남 4녀 중 넷째다. 남편은 초등학교 시절부터 트랙터로 밭을 갈고 골을 치고 아버지와 함께 33,000㎡의 땅에 농사를 지었다. 고등학교를 졸업하고 충청도 옥천에 있는 방위산업체에 4년간 근무하다 연로한 아버지를 도우러 2002년 고향으로 돌아왔다. 고향에 와서 농사를 지으며 3년간 건축일도 했다. 2005년 겨울 아버지가 심장마비

로 갑자기 사망했다. 현재는 1만5000㎡의 땅에 벼농사와 인삼, 그리고 텃밭에 채마를 재배하고 있다.

시집와서 김치는 냄새가 싫어 못 먹고 계란 프라이와 오이를 썰어 고추장에 찍어먹었다. 음식솜씨가 있어 고향에 있을 때 불러 다니며 잔치음식을 만들었기 때문에 시집와서도 시어머니의 음식 만드는 것을 보며 쉽게 한국음식을 잘 만들었다.

2008년 큰딸 다연(10)을 낳고 이어 작은딸 다정(6)을 낳았다. 첫딸 임신해서 베트남에서 먹던 오리 알과 곁들여 먹는 야채 라우람(Rau ram)이 먹고 싶었다. 당시 홍천 인근지역에 베트남 식재료가 흔치 않아 남편은 인터넷으로 검색해 전북 익산에 파는 곳을 알아내 자동차로 하루 종일 달려 구입했다.

지금은 텃밭에 여주(고야)나 다우밥 등 고국의 여러 종류 야채를 틈틈이 재배해 홍천읍내에 사는 베트남, 필리핀, 캄보디아 이주민들에게 판매하는 재미가 쏠쏠하다.

가끔씩 텃밭 재료로 고이꾸온(베트남 썸)이나 포(베트남 쌀국수)같은 음식을 해서 가족들에게 맛보이기도 하지만 지금은 한국음식을 더 좋아한다. 가족들이 회를 좋아해 횡집을 자주 다녀 생선 회도 잘 먹는다.

본인이 운전하면 멀미를 안 하는데 다른 사람이 운전할 때 옆자리에 동승하면 500m도 안가서 멀미를 한다. 그래서 작은딸을 임신한 후 운전을 배웠다. 베트남에서 6톤짜리 배를 운전했던 경험이 있어 2011년 12월 운전면허를 한 번에 취득했다.

2012년 2월 작은딸 낳아 6개월 지났을 무렵 전기 누전으로 집에 화재가 났다. 몇 달을 고생해서 그 자리에 새집을 지었다. 홍천다문화가정후원회에서 냉장고, 세탁기 등 가전제품을 후원해주었다.

시집온 다음해에 막내 동생 결혼식이 있어 부부가 함께 고향을 다녀왔고, 3년에 한 번씩 친정에 다녀온다. 2015년 1월 2일 홍천다문화가정후원회의 도움을 받아 그녀 부부와 여동생 내외가 함께 친정을 다녀왔다. 겨울이라 한국은 춥고 일도 없어 집안일 신경 안 쓰고 한 달간 편안하게 머물다 왔다. 그녀는 요즘사람들과 달리 자녀교육이 엄하다. 손님이 오면 갈 때까지 거실에 틀박거리지 않고 그들의 방에서 조용히 공부한다.

그녀는 자신의 특기를 살려 “홍천읍에서 음식점이나 다른 장사를 하고 싶다”고 했다.

이옥희 기자



유적지 탐방(19) 홍천 명개리 열목어서식지

열목어 서식 최적지 94년 도 기념물 67호로 지정



◇ 홍천 명개리 열목어서식지

열목어는 연어과에 속하는 종으로 맑고 깨끗한 찬물에서만 살아가는 연어과의 민물고기로 천연기념물로 보호하고 있다.

홍천 명개리 열목어서식지는 홍천군 내면사무소 인근 계곡을 따라 56

번 국도를 타고 계방천과 내린천 일대에 넓게 분포하고 있다. 강원도 내에서도 열목어 서식 환경이 가장 잘 갖추어진 곳으로 수온 10℃ 내외로 물속의 산소 함량이 10ppm이상 되는 환경조건을 유지하고 있다. 물

이 완만하게 흐르며 자갈이 깔려 있어서 산란장으로 적합한 환경을 제공하고 있어 1994년 9월 23일 강원도 기념물 67호로 지정되었다

남한지역은 세계적으로 열목어가 분포하는 남방 한계선으로 우리나라에서는 명개리와 더불어 인제 진동천, 양구 두타연 등 강원도 일원에서 많이 서식하고 있다.

최남단 서식지인 남한강 상류(정선군 고한읍 고한리)와 낙동강 상류(경북 봉화군 석포면 대현리) 서식지는 각각 천연기념물 제73호와 제74호로 지정되어 있다. 열목어는 민물어류 중에서도 대형 종에 속하고, 몸의 길이가 30cm 안팎인 것을 흔히 볼 수 있으며, 때로는 100cm가 넘는 것도 발견된다.

몸의 바탕색은 노란 갈색이며 머리, 몸의 양옆, 등지느러미와 기름지느러미에는 눈동자보다 작은 자주갈색의 열목무늬가 흩어져 있는데 특히 등 쪽에 많다.

열목어리는 이름은 눈에 열이 많아서 찬물을 찾아간다고 해서 불렀다고 전해지는데, 이는 열목어(熱目魚)가 찬물에서 서식하는 냉수성 어류이기 때문이다.

최근 기온 상승과 고랭지 농경지 개발로 수질 오염이 심각해지면서 서식지가 줄고 개체수도 급감하고 있어 열목어에 대한 특별한 관심과 보호가 필요하다.

박영권 기자



전설(19) 홍천 남면 황금 전나무 전설

스님이 준 나무 우물에 던져 홍수 막고 성장



◇ 홍천군 남면 화전리

옛날 스님 한 분이 남면 화전리 한 마을을 지나다 목이 말라 물을 얻어 마시려 누옥에 들렀다. “여보세요. 아무도 없어요.” 큰 소리로 주인을 불렀다. 한 노인이 “스님 무슨 일이지요?” 잠을 자다 나왔는지 게슴츠레한 눈을 뜨며 말을 했다.

“목이 말라 물 한 컵 얻어 마시려 들렀습니다.” 노인은 정중히 스님을 대하며 물을 길어 오기 위해 나섰다. 오랜 가뭄이 든 터라 물을 길어 오는 데 한참이나 걸렸다.

스님은 집에 우물을 파지 않고 멀리서 물을 길어 오는 노인에게 궁금해 물었다. “집에 우물을 파면 물을 먹기가 편할텐데 멀리서 길어 오느라 고생을 합니까?” 하고 물었다.

그러자 노인은 “이곳은 옛부터 지형이 배의 형국이라 우물을 파면 뱃바닥이 뚫려 큰 물난리를 겪게 될 것이기 때문에 우물을 못 파고 있지요.” 그 말을 듣고 있던 스님은 “그럼 내가 시키는 대로 이곳에 우물을 파되 조금이라도 더 파면 안 됩니다.”라고 몇 번이고 주의를 주었다. “만약 무슨 일이 생기면 이 지팡이를 던지면 됩니다.” 쥐고 있던 지팡이를 건네주며 말이 끝나기가 무섭게 사라졌다.

노인은 마을 사람들에게 스님이 말했던 지팡이를 보여주며 스님이 한 말을 얘기 했다. 마을 사람들은 스님이 일러 준대로 우물을 파기 시작했다. 한참을 파내려가니 신기하게도 맑은 샘물이 퐁퐁 솟아오르는 것이 아닌가? 더욱 놀라운 일은 샘 밑바닥에는 누런 황금 향아리가 있었다. 마을 사람들은 황금 향아리에 눈이 어두워 스님의 말을 잊어버리고 황금 향아리를 꺼냈다. 꺼내기가 무섭게 물기둥이 치솟기 시작했다. 어찌나 많은 물이 쏟아져 나오는지 온 마을이 홍수가 난 것처럼 물에 잠겨 버렸다. 마을의 모든 사람들은 세간을 찾길 시간도 없이 산위로 피난을 갔다. 이때 노인의 머리를 스치는 스님의 말이 생각이 났다.

스님이 주고 간 지팡이를 언제나 짊고 다녔기에 얼른 스님이 일러 준대로 우물을 향해 던졌다. 우물에 떨어진 지팡이는 갑자기 커지더니

우물의 물기둥을 막아 버렸다. 물이 점점 줄어들어 마을 사람들이 돌아왔고 황금 향아리의 욕심 때문에 스님의 말을 지키지 못한 것에 후회를 했다. 얼마나 세월이 흘렀을까? 우물 속에 던졌던 지팡이에서 파란 잎이 돋더니 한 그루의 커다란 전나무로 자라기 시작했다. 이때부터 마을 사람들은 이 전나무를 배의 형국 한 복판에 서 있다 하여 뜻대 전나무 혹은 황금 향아리를 파냈던 곳에 있다 하여 황금 전나무라 부르기 시작했다고 한다.

또한 이때 물난리로 산봉우리가 매 한 마리 앓을 만큼 남았다 하여 이 산을 매봉산이라고 불렀다. 그 후로부터 이 마을에서는 우물을 파는 사람이 없어졌다고 전해져 내려오고 있다.

이광명 기자



우리 직장 칭찬 릴레이 (40)

홍천군체육회

홍천 체육발전과 대회유치에 구슬땀

홍천군체육회(회장 노승락)는 총무시설팀, 사업 운영팀, 국민체육센터로 구성, 운영되고 있다.

2016년 3월 홍천군생활체육회와 통합돼 50명의 직원(생활체육지도자, 학교체육지도자, 어르신체육지도자 등)들이 홍천군민의 체력증진과 삶의 질 향상을 위해 노력하고 있다. 체육 인프라와 노하우를 통해 전국대회 및 도대회를 많이 유치해 지역경기 활성화에도 크게 기여하고 있다. 고양 오리온스 농구팀, 현대캐피탈 배구팀, 고려대 럭비팀, 국가대표 탁구팀, 국가대표 배구팀 등이 청정 홍천을 찾아 훈련을 함으로써 홍천이 스포츠의 메카 도시로 거듭나고 있다.

홍천군에는 36개 종목의 가맹경기단체가 활동하고 있다. 동호인들이 각종 체육시설을 이용하면서 운동에 참여할 수 있도록 편의를 제공하고, 종목별로 경기력 향상을 위해 15명의

전문 체육지도자들이 유소년(어린이스포츠단), 학생(수영, 축구, 야구, 배드민턴, 테니스 등 종목별 교실을 저학년부와 고학년부로 나눠 운영), 어르신(현장중심 지도)들을 체계적으로 지도해서 군민들의 엘리트체육과 생활체육 진흥을 위해 역량을 쏟아 붓고 있다. 직원들이 사무실에 모여 칭찬 릴레이를 시작했다.

홍천군체육회를 이끌고 있는 이정식 사무국장이 임병만(40) 총무시설팀장을 칭찬했다. 홍천 태생으로 2004년에 입사한 임 팀장은 학창시절 축구선수로 활동해 온 경기인 출신이다. 온화한 성품으로 체육회 구성 및 운영 전반에 관한 사항과 각종 체육시설의 효율적인 관리를 위해 창조적 리더십을 발휘해 오고 있다. 임 팀장은 유소년축구클럽 활성화와 지역축구교실 운영 등 지역축구 발전에 큰 이바지를 해왔다. 특히 현재 치러지고 있는 아이리그 축구대회에서도 유소년시절 임 팀장에게 지도를 받은 선수들이 좋은 성적을 거두고 있다. 이만큼 언제나 지역체육 발전을 위해 노력해온 임 팀장은 많은 체육인들의 목소리를 경청하며 수많은 민원

도 최선을 다해 해결해주어 홍천군 체육이 한걸음 더 나아갈 수 있는 밑받침이 되어주고 있다.

임 팀장은 이근호(39) 사업운영팀장을 칭찬했다. 홍천 태생으로 2005년에 입사한 이 팀장은 대학까지 축구선수로 활동해 온 경기인 출신으로 실업팀

대리의 주 업무는 군민들을 위한 스포츠 진흥사업을 추진하는 일이다. 군민의 건강을 지키고 체육의 보급을 위해 추진하는 진흥사업을 위해 직접 현장을 뛰며 군민의 귀가 되어 듣고 실행에 옮기며 한 명의 군민이라도 더 혜택을 받을 수 있도록 일선에

서 노력하고 있다. 지난 해부터 다양한 프로그램을 개발하여 군민들에게 보급하여 많은 군민들로부터 '좋은 혜택과 다양한 체험을 할 수 있어서 좋았다'는 평가를 듣고 있다. 언제나 체육의 활성화와 1인 1취미 갖기 운동을 위해 동분서주하고 있다.

박 대리는 안영은(38) 어르신지도자를 칭찬했다. 농구선수 출신으로 2010년 입사한 안 지도자는 열정과 패기로 지역 어르신들의 건강증진을 위해 경로당, 복지관, 마을회관 등을 직접 찾아다니며 소외된 어르신들에게 맞춤형 수업을 진행하고 있

다. 친절하고 넉넉한 미소가 트레이드마크인 안 지도자는 푸근한 이미지로 어르신들에게 웃음꽃을 피게 만드는 마력을 지녔으며, 어르신들이 운동시간을 기다릴 정도로 인기가 높다. 수업준비로 흐트러짐 없는 자세와 깊이 있는 내공으로 수업 전 어르신들을 섬세한 관찰을 통해 방문하는 곳마다 어르신들을 먼저 챙길 줄 아는 지혜가 안 지도자만의 노하우이다. 늘 기분에 충실하고 외적보다 내적을 먼저 챙길 줄 아는 따뜻한 마음을 가진 소유자로 안팎으로 사랑을 듬뿍 받고 있다. "어르신들의 건강과 행복한 노후를 위해 보람된 일을 하게 된 사실 만으로 행복하다"고 늘 이야기 하는 안 지도자는 "삶의 의미는 도전"이라고 말했다.

사무실에 모인 직원들은 서로를 칭찬하고 격려해 주며, 앞으로도 홍천군민들의 삶의 질 향상과 지역경기 활성화를 위해 최선을 다하겠다고 이구동성으로 말했다.

최정규 기자



임병만 시설팀장



이근호 운영팀장



박완병 대리



안영은 지도자

임병만 시설팀장 - 온화한 성격, 창조적 리더십 발휘해 체육시설 효율관리

이근호 운영팀장 - 남다른 기획력과 발상의 전환으로 참가 선수단에 호응

박완병 대리 - 체육활성화 위해 지역주민 1인당 1취미 갖기 운동 동분서주

안영은 지도자 - 어르신에 맞춤형 수업진행 웃음꽃 선사하는 마력의 소유자

(성남 일화)에서도 1년여 간 활동했다. 현장에서 부딪치면서 익힌 노하우로 각종 생활체육과 엘리트체육대회 운영, 선수관리 등에 있어 남다른 리더십을 발휘해 오고 있으며 체육회 직원들을 위해 큰 역할을 하고 있다. 특히 각종 대회 시 개·폐회식 운영 면에서 남다른 기획과 발상의 전환으로 참가한 많은 선수단에게 깊은 인상을 주고 호응을 얻는데 많은 기여를 했다. 또한 매년 참가하고 있는 도민체육대회와 도민생활체육대회에서도 현장의 중심이 되어 우리선수들이 경기에 집중할 수 있도록 적극적인 지원을 아끼지 않고 있다. 올해 도민체육대회에서 홍천군이 1부 5위의 성적을 올리는데 크게 기여했다.

이 팀장은 같은 팀에서 일하고 있는 박완병(34) 대리를 칭찬했다. 2008년에 입사한 박 대리는 대학에서 스포츠학을 전공하고 자신의 전공을 살려 사업운영팀에서 역량을 발휘해 오고 있다. 축적된 현장경험과 이론을 접목시켜 홍천에서 개최되는 모든 대회가 안정적으로 치러지고 성공적으로 마무리되도록 최 일선에서 땀을 흘리고 있다. 박

기자칼럼



김 순 화

홍천실버신문 기자

홍천은 살기 좋은 도시인가?

우리는 초등학교 교실이 콩나물시루 같았던 시대를 살았

고 지금은 100세 시대란 말을 체감하는 시대에 살고 있다. 노령 인구가 많아지는 입장에서 무엇을 어떻게 하면서 노년의 긴 세월을 보람 있게 살아야 할까를 심각하게 고민하며 또한 자녀 세대들에게 도움이 될 수 있을 까를 생각하게 된다.

올 봄 서울 정릉의 골목집 몇 집이 뜻을 모아 정원을 각자의 취향대로 아름답게 가꾸기로 하

였는데 자기들만 보기엔 아까워 이를 동안만 개방하기로 해 대문을 열고 손님을 맞았다. 모두들 작은 정원의 아기자기한 모습과 저마다 각색의 아름다운 꽃들을 보며 행복한 시간을 가졌다.

이런 행사는 참으로 좋은 이웃 간의 살아가는 모습이며 배우고 싶은 일이 아닐까 생각한다. 홍천은 나지막한 산과 강물

는 듯 한 모습은 쉽게 공감하기 어렵다.

나는 남편이 퇴직하기 전부터 홍천에 터전을 마련했으며 남편 퇴직 후 산지가 7년 되었다.

그동안 홍천을 살기 좋고 아름다운 작은 도시로 가꾸면 좋겠다는 생각을 했다.

그 일은 어느 한사람의 생각으로 될 수 있는 일은 아니기에

다. 스위스 같은 아름다운 도시로, 관광지로 만들어진 동네를 그려 보고 꿈꾸며 우리도 노년의 삶에 희망과 꿈을 가지고 그 일에 적극 나서보면 어떨까.

그 일들은 내 집 안팎 청소하기, 내 집 안팎 정리하기, 내가 보기 싫은 내 집 물건은 집 밖에 내놓지 않기, 이웃과 꽃씨 나누기, 잘 가꾼 집 구경하기 등은 돈 들이지 않고 조금의 노력으로도 할 수 있는 일들이다.

우리는 우리가 살고 있는 동네와 이

웃을 위하여 솔선수범하여 본을 보이기를 원한다. 이제 힘이 되는 한 이런 일에 우리들이 동네 길에 꽃 심기 운동을 하면 어떨까?

‘홍천을 깨끗하고 아름답게’란 구호 아래 적극 나서서 서로 돕는 이웃으로 살기를 바라며 아름답게 변하는 홍천의 미래에 우리 노년들이 큰 몫을 담당해 보기를 제안해 본다.

홍천을 아름답게... 노인들이 앞장서자

이 어우러진 자연이 살아 있는 산촌이다. 그러나 정리되지 않아서 지저분한 곳이 많다. 쓰레기며 사용하지 않는 물건들을 길거리에 내다 놓기를 별로 주저하지 않는 듯하다.

사람은 자신의 부끄러운 부분을 들어내기를 싫어하는 것이 당연하련만 그렇지 않고 오히려 사용하지 않으니 집밖에 내다 버리면 그만이라는 생각으로 사

늘 불만스러워 하며 살고 있다.

홍천을 도시인들이 오고 싶고, 살고 싶은 곳으로 만들 수는 없을까를 생각하고 있다. 작지만 아담하고 꾸미지는 않아도 깨끗하고 정감 있는 집들, 구불 구불 동네 길가엔 계절 따라 꽃이 피고 작은 마당엔 봉숭아 맨드라미 나팔꽃들이 피고 장독대며 우리들이 사는 모습 그대로지만 얼마든지 아름다울 수 있

독자기고

유치원생들에 한자 가르치는 보람



최 금 자(73)

홍천읍 갈마로

나는 내게 있는 재능을 사회를 위해 마음껏 발휘하면서 좀 더 보람된 삶을 살기 위해 노인 사회활동지원사업에 참여해 감사한 마음으로 홍천유치원과 마야유치원에서 한자를 지도하고 있다.

내가 지도하고 있는 대상은 6-7세가량의 어린 귀염둥이 80여 명이다. 교육과정은 각 유치원에서 공급하는 교과서를 중심으로 교과서에 맞도록 자료를 충실히 준비해서 열심히 가르치고 있다.

교육방법은 ①교과서에 나오는 한자를 모두 카드로 만들어 뜻과 음을 익히고 소리 내어 크게 읽는 훈련. ②배운 한자들을 확순에 따라

쓸 수 있는 쓰기연습. ③한 글자 한 글자 배운 한자들을 모아 모아 단어로 만들어 읽기와 쓰기를 병행하고 있다. ④7세반 어린이들은 해마다 시행되는 한자 검정 능력 8급에 대비한 기출 문제 풀이와 모의고사를 보고 있다.

어린이들은 떠들며 장난 하는 것 같으면서도 얼마나 열심히 잘 듣고 배우는지 어떤 때는 참으로 신기하고 놀랍다.

예쁜 귀염둥이들이 아무 힘도 없는 나를 너무 너무 좋아한다. 마치 아기 새들이 어미새가 주는 모이를 넉죽넉죽 받아먹듯이 나의 귀염둥이들은 한자를 한 자씩 가르쳐 주는 대로 차곡차곡 받아 머리에 쌓아 두었다가 시간마다 목청을 돋우어 큰 소리로 읽을 때마다 가슴이 뿌듯해지고 삶의 보람을 느낀다. 이들과 함께 생활하면서 오히려 내가 더 많은 것을 배운다.

그래서 교육이라는 것이 사랑하는 마음을 가슴에 품고 단순하게 반복해서 지속적으로 해 나갈 때, 충실하고 아름다운 열매로 익어가고 있음을 재확인 하게 되었다.

이처럼 우리들의 마음속에도 사랑으로 가득 채우면 기쁨과 감사가 넘쳐나게 되고 이것이 곧 우리 삶에 큰 활력소가 된다.

이 귀한 활력소를 자산으로 삼아 날마다 기쁘고 감사한 마음으로 내게 주어진 일들이 무엇이든지 기쁨으로 활기차게 일하는 원동력이 되고 있고 행복해진다.

내가 행복해지면 자연스럽게 건강은 보너스로 따라오게 되어 있다.

우리 모두 건강한 노후, 활기찬 노후, 일하는 노후, 행복한 노후를 향해 힘차게 달려 가자.