

나누는 기쁨! 커지는 행복! 너브나래人



◇ 홍천군노인복지관을 위해 활동하는 자원봉사자와 후원자들을 '너브나래人' 이라고 부른다. 지난해에는 2,600여명이 참여해 경로식당, 도시락 배달 등의 활동을 했다. 사진은 '너브나래人'으로 활동한 봉사자들 모습.

1. 너브나래란?

'자원봉사자와 후원자의 사랑과 관심이 하나 되어 홍천군을 따뜻하게 감싸는 넓은 날개가 되자'라는 의미로, 홍천군노인복지관을 위해 활동하고 있는 자원봉사자 및 후원자분들을 통틀어 너브나래人이라 한다.

2. 홍천군노인복지관의 자원봉사자 현황은?

2018년 한 해 남성 762명, 여성 1,837명으로 총 2,599명의 자원봉사자가 활동하였으며, 분야별 인원으로는 경로식당 1,449명, 도시락배달 636명, 기타활동 514명이 너브나래人으로 활동하였다.

경로식당 수라터는 매일 300여 명의 어르신이 점심식사를 하고 있어 자원봉사자 및 단체의 도움으로 운영하고 있으나 활동 강도가 높아 많은 자원봉사자가 어려움을 느끼고 있다. 또한 한 달 중 5일은 자원봉사단체마저도 없어 개인자원봉사자와 직원들이 당직을 통해 경로식당을 운영하고 있는 실정이다.

도시락배달의 경우 노인사회활동지원사업과 자원봉사를 통해 운영되고 있으며, 이미용은 춘천에 거주하는 개인 자원봉사 한 명이 월 2회 활동하고 있어 평균 2-4주의 기간을 대기해야 한다. 그 외 자원봉사활동에 참여하는 자원봉사자들은 수시 모집을 통해 운영되고 있다.

너브나래人의 관심에도 하루 300명, 연간 7만 2천 명이 이용하는 홍천군노인복지관에는 항상 도움의

3. 너브나래人은 어떤 활동을 하나요?

프로그램명	활동내용
경로식당	전처리(식재료 준비), 배식, 설거지, 후처리(청소)
환경미화	텃밭 가꾸기, 게시판 꾸미기, 프로그램실 청소
이미용	파마, 커트
도시락배달	홍천읍, 북방면 도시락배달
주거환경개선	집수리(사시, 도배, 장판, 지붕, 타일 등)
생신잔치	축하카드 제작, 생신잔치 송영(차량이동지원)
기능화복교실	소그룹 운동교실, 안마, 필라테스 등
의료봉사	혈압·혈당측정, 안과, 내과검진 등
실버자원봉사단	실버강사단(무료강의), 실버기자단(홍천실버신문), 실버공연단(지역사회공연), 실버게이 트키퍼(생명지킴이)
청소년봉사단 '리온'	세대교류, 스마트폰 활용안내, 프로그램 보조, 주말봉사, 체험부스 운영 등
지역사회봉사단 '가(家)치 포 같이'	내 이웃을 소중히! 어르신 벗 만들기 프로젝트로 생활환경개선, 이미용, 말벗, 안마 등 일상생활 전반에 대한 봉사활동
재능기부	법률, 심리, 의료, 기술 등 개인이 가지고 있는 재능 전반에 대한 봉사활동
기획사업	명절, 중복행사, 김장 등

4. 자원봉사 참여방법 및 혜택은?

참여방법	개인 및 단체 활동이 가능하며, 자원봉사활동 프로그램 중 희망하는 활동에 참여 전화, 내방신청(담당: 정은지 사회복지사 033-430-8710)
활동혜택	인증서 발행(VMS), 감사문자 발송, 우수봉사자 시상, 너브나래인의 날 초청 프로그램 기획-자원봉사 프로그램에 대한 아이디어가 있다면 언제든지 담당자와 협의 후 개인이나 단체의 특성을 반영한 프로그램을 계획하고 활동 가능

손길이 필요하다.

홍천군노인복지관에서는 특별한 재능이 없더라도 열정을 가지고 나누는 기쁨을 함께할 자원봉사자를

수시로 모집하고 있으며, 홍천군민의 많은 관심과 신청을 기다리고 있다.

홍천군노인복지관 정은지 사회복지사



02 - 홍천군노인복지관 NEWS
03 - 약초이야기
04 - 경로당 탐방

05 - 능안게이트볼클럽
06 - 축제 관련 행사
기자칼럼

07 - 자원봉사단체 소개
08 - 독자기고



홍천군노인복지관 NEWS

‘내 인생 최고의 오늘’ 운영

홍천군노인복지관에서는 2019년 홍천군 노인복지기금으로 운영되는 죽음에 대한 긍정적 태도 변화 프로그램 ‘내 인생 최고의 오늘’을 운영한다.

죽음 준비에 대한 올바른 태도와 적극적인 대처 자세를 배움으로써 생의 과업을 완성하고 건강한 노인세대 유지 및 죽음에 대한 긍정적 태도 변화를 통해 성숙한 노년을 맞이하도록 도움을 주고자 한다.

날짜	프로그램명	세부내용
3월~10월 매주 월요일 오후 13시~15시 (총 25회기)	품위있는 죽음	현 장례문화 현황에 대해 알아보기
	홀로서기	사별 후 경험하는 애도의 과정 및 대처방법 교육
	법률정보 공유	상속, 유언, 호스피스 등 법률지식 습득 교육
	내 삶의 멋진 마무리	납골당미니어처만들기, 인생곡선그리기, 버킷리스트 만들기, 엔딩노트완성하기 등

홍천군노인복지관 최보람 사회복지사

참여자 모집

‘두뇌톡톡’ 인지지원

홍천군노인복지관은 인지지원등급 경증치매 어르신을 대상으로 인지지원프로그램에 참여할 대상자를 모집한다.

- ◎ 기 간 : 2019년 1월~
- ◎ 장 소 : 홍천군노인복지관
- ◎ 일 시 : 주 3회(월, 수, 금요일) 10:00~14:00
- ◎ 대 상 : 인지지원등급 판정 경증치매 어르신
- ◎ 이용료 : 무료
- ◎ 내 용 : 인지지원·건강지원·여가정서·기타

생명숲기억키움학교

생명숲기억키움학교란?

생명보험사회공헌재단의 지원으로 노인장기요양보험제도에서 소외된 고연령, 치매 고위험군 어르신들께 인지 향상 및 건강 지원을 위한 다양한 프로그램을 제공한다.

- ◎ 기 간 : 2019년 2월~
- ◎ 대 상 : 고연령, 치매 고위험군 어르신
- ◎ 장 소 : 홍천군노인복지관
- ◎ 일 시 : 평일(오전반 10:00~12:00, 오후반 13:00~15:00)
- ◎ 이용료 : 무료
- ◎ 내 용 : 인지지원·건강지원·여가정서·기타

문의 : 홍천군노인복지관 033-430-8700

독거노인 대상 따뜻한 도시락 배달

홍천군노인복지관에서는 홍천읍사무소 및 북방면사무소와 협업하여 가정 형편이 어려운 저소득 독거노인을 대상으로 재가 노인 식사배달 사업을 추진하고 있다.

도시락 배달 봉사를 위하여 4명의 개인봉사자와 6곳의 봉사 단체가 매주 지정된 요일에 나와 재가대상자에게 따뜻한 도시락이 배달될 수 있었다.

목요일 도시락 배달을 책임지고 있는 봉사 단체 안전 보안관 대표는 “따뜻한 식사와 사람에 온정을 전해드리면서 한 마디 말이라도 밝게 해주면 받는 분도 감사하는 마음이 서로 전해지는 것 같아서 좋아요.”라고 전하며 도시락 배달 봉사에 대한 뿌듯함을 표현하였다.

2012년부터 8년째 이어온 재가 노인 식사배달 사업은 결식 우려 어르신 급식 사업을 통해 복지사각지대에 놓인 어르신을 최대한 발굴해 지원할 계획이며 어르신들이 노후를 건강하고 편안하게 보낼 수 있도록 노인복지 증진을 위하여 다양한 사업을 추진하고자 한다. 홍천읍 거주 만 65세 이상 저소득 독거노인에게 주 5일 도시락을 지원하고 있으니 많은 관심을 주고 신청하시길 바란다.

홍천군노인복지관 손민지 사회복지사



〈보도자료〉

홍천한우사랑말, 한우 1천여 두 매입 기념 불고기 기부행사 가져



홍천한우사랑말은 한우 1천여두 매입 기념으로 지난 2018.12.26일 홍천군청 앞에서 사랑말한우대표(나종구)와 홍천군수(허필홍)가 참가한 가운데 지역 관내 소외계층 및 기관에 홍천한우 불고기 기부행사를 가졌다.

이번 사랑말한우 기부대상은 홍천군과 협의를 통해 지역 내 소외계층 총 372세대(홍천군 25세대, 홍천읍 75세대, 북방면 80세대, 화촌면 65세대, 남면 65세대, 동면 65세대)이며, 그리고 (사)인순이와 좋은 사람들, 노인복지관, 장애인 근로작업장, 장애인복지관, 종합사회복지관이다. 선정된 가정 및 기관에는 홍천한우 불고기가 전달되었다.

한편 홍천한우 사랑말에서는 소외계층에게 한우 나눔행사, 다음세대 축복 프로젝트(홍천군에서 태어난 신생아와 산모를 위한 선물 나눔), 장학금 지급 등 지역사회환원사업을 진행하고 있다.

홍천한우 사랑말 나종구 대표는 “지역 관내 많은 도움이 될 수 있도록 더욱 노력하고 보답하는 사랑말한우가 되겠다.”라고 전했다.

홍천한우사랑말유통영농조합법인

약초이야기

맥문동(麥門冬)

겨울에도 푸른 잎 싱싱, 그늘지고 습한 곳에서 잘 자라



◇ 겨우살이풀이라고도 불리는 맥문동 잎은 난초처럼 밑에서 여러 개가 돌아 나온다. 뿌리는 럭비공, 땅콩 모양을 하고 있으며 6-8월에 보라색 꽃(사진 위)을 피운다.

효능 : 맛은 달고 약간 쓰며 성질은 차고 폐, 심장, 위경에 작용한다. 폐를 補하고 폐 열과 심열을 내리고 진액을 생겨나게 한다. 그리고 오줌을 잘 나가게 한다.

마른 기침, 만성기관지염, 열나고 가슴 답답할 때
입안 마르고 갈증이 나는데 효험 (강심 이뇨작용)

겨울은 대부분의 풀꽃들이 땅속에서의 긴 휴식을 통해 다가오는 봄에 새로운 생명 탄생을 위한 힘을 키우는 시간으로 인식된다. 하지만 겨울이라 하여 모든 풀꽃들이 우리의 들녘에서 자취를 감추는 것은 아니다.

푸른 잎을 간직한 채 겨울을 난다고 하여 “겨우살이풀”이라고도 하는 맥문동은 낮은 산과 들의 그늘지고 습한 곳에 자생하고 있다.

잎은 난초처럼 밑에서 여러 개가 돌아나온다. 뿌리는 짧고 긴 수염 모양이고 끝부분에 크기 1c

m정도로 럭비공 또는 땅콩모양의 덩이뿌리가 달린다.

겨울철도 검은빛 열매를 더욱 영글게 하고 땅속 덩이뿌리를 한층 더 살찌우게 한다. 물빠짐이 좋은 모래질의 비옥한 토양에서 잘 자란다.

백합과에 속하는 맥문동은 사철 푸른 잎을 가지는 겨우살이풀로서 6-8월에 보라색 꽃을 피우며 뿌리에 생기는 덩어리는 약용으로 사용하는 식물이다.

이 덩이뿌리에는 사포닌과 당당류를 함유하여

한방에서 기력을 북돋우고 폐를 튼튼하게 하는 약제로 사용하고 있으며 특히 피부나 코 등을 축축하게 하는 효과가 있어 겨울철에 건조하기 쉬운 피부를 보호하기 위한 목욕제나 차로 만들어 마시면 좋다.

이외에도 관상용으로도 인기가 많은데 건조한 곳과 그늘진 곳에서도 잘 자라는 특징을 살려서 도로변을 아름답게 꾸미거나 공원의 나무 밑에 잔디를 대신하여 모아 심어도 잘 어울리고 공기 중의 암모니아와 같은 유해물질을 제거하는 효과가 높아 실내조경용으로도 좋은 식물이다.

무더운 여름철에 기운이 쇠하기 쉬운데 좋은 처방으로 생맥산이 좋다. 처방은 맥문동 40g과 인삼 20g, 오미자10g을 물 2L에 넣어 물이 1/2로 될 때까지 약한 불로 끓여서 복용하면 좋다.

한국산림자원관리연구원 배홍섭 지도교수

마을공동체 활성화사업 적극 참여, 신축 경로당 올 봄 착공



◇ 홍천군 남면 신대1리 경로당 회원들이 지난해 창조마을만들기 우수사례 발표대회에서 우수상을 수상, 상금 7천만 원 받고 기념촬영을 하고 있다.

창조마을우수사례대회 우수상 수상 일조 60명 회원 마을개발사업 ‘한마음 한 뜻’

남면 신대1리(금낭화 힐링마을, 이장 이상연)는 새벽대기산(해발 553m)를 뒤로하고 동으로는 매화산(해발 747m) 산자락을 끼고 있으며 마을 앞으로는 양덕원천이 흐르고 있는 산촌마을로 1916년부터 신대리라고 부르고 있고 서울 잠실에서 약 1시간, 남면사무소에서는 약 7분 거리에 위치하고 있다.

신대1리 노인회는 현재 마을에서 진행하고 있는 마을개발사업의 중심역할을 하여 지난해 “창조마을 우수사례발표 대회”에서 우수상을 수상하는데 일조한 바 있다.

우수상의 부상으로 상금 7천만 원을 받았고 마을 리더 2명이 3박4일간 해외연수를 다녀왔다.

또한 마을축제(대동제/주민화합잔치)에서도 노래자랑 및 율동시범을 보였으며 영농조합법인 출자에도 적극적으로 참여하는 등 젊은이들에게 뒤질세라 마을공동체 활성화에 솔선수범하고 있다.

홍천실버신문이 2019년 기해년을 맞이하여 젊은 감각을 자랑하며 여성 회원들을 배려하려는 노인회 이광호 회장에게 신대1리 경로당의 새해 계획 등을 물어보았다.

◇ 새해 주요 계획을 말씀해 달라

나이 먹었다고 주눅이 들거나 침체되지 않고 건강을 유지하고 마을의 어른으로서 모범이 되며 살기 좋은 마을을 후대에 물려주기 위해 마을개발 사업에 적극 동참 하려고 하며 그 일환으로 금년에는 회원 60명이 한마음 한뜻으로

첫째, 마을에서 추진하고 있는 “산림휴양치유마을 사업”과 “기업형 새농촌사업”에 적극 동참하기 위해 경관작물인 유채꽃과 메밀을 심어 마을경관 개선에 이바지함과 동시에 메밀 판매로 소득도 창출하려고 한다.

둘째, 농한기에 TV시청이나 잡담으로 무료하게 시간을 보내는 것을 지양하고 건강 증진과 소일거리 발굴로 소득에도 보탬이 되기 위해 노래교실을 운영하고 마을사업인 국유림 보호활동에도 참여하며 빗자루, 삼태기, 지게 등 공예품을 만들어 판매해 보려고 한다.

◇ 정부 보조사업에도 관심이 많다고 하시는데 어떻게 준비하고 계시는지?

그렇다 지금까지는 정부 보조사업을 잘 알지도 못하였고 사업계획서 작성 등에 엄두를 내지 못하였지만 마을개발사업을 추진하는 마을 리더의 협조를 얻어 우선 금년에 “농촌건강 장수마을 육성사업”과 “농촌어르신 복지실천 시범사업”에 도전해 보려고 한다. 이 사업에 선정된다면 경로당의 환경개선은 물론 건강운동기구 등도 장만하고 난타, 사물놀이 등 동아리 활동전개와 각종 역량강화 교육 및 우수 장수마을 견학 등 다양한 프로그램을 진행하려고 한다.

◇ 경로당을 신축 한다고 들었는데 진행 상황은?

홍천군의 도움으로 작년에 경로당 신축 부지를 마련했으며 건축설계를 완료하여 올봄에 착공하여 상반기에 준공을 하려고 한다. 신축건물이 준공되면 가부장적 사고에서 벗어나 남자 회원보다 여성 회원이 많은 것을 감안하여 여성 회원들에게 큰방을 배정하려고 생각하고 있다.

인터뷰를 끝마치는 기자의 눈에는 신대1리 노인회가 젊은 감각으로 더욱 생동감 있게 발전될 것으로 느껴졌다.

김성배(안암) 기자(hcsbk@naver.com)

북방면 능안게이트볼클럽

각종 대회 입상, 정리정돈·단합 잘 돼 회원간 웃음꽃



홍천시내서 잿골터널로 5분내 도달 작년 신축한 능안게이트볼장 최고



◇ 경재수 (72) 능안게이트볼클럽회장

북방면 중화계리 능안게이트볼클럽은 잿골터널을 통해서 홍천읍 시내 중심가에 5분 이내에 도착할 수 있는 곳에 자리잡고 있다.

기존 게이트볼장이 노후되어 작년에 신축·완공된 후 회원들은 새 기분으로 운동을 즐기고 있다.

22명의 회원들은 간식 당반을 정해서 운동 후 친목도모를 하는데 가족보다 더 가족 같은 분위기에 행복해 한다.

경재수 회장(72세)은 “창조마을 1억 지원금을 받아 군청에 회사 후 게이트볼장을 새로 건립했는데, 새로운 시설에서 운동하는 회원들이 매우 즐거워한다.”며 정리·정돈이 잘되고 깨끗한 경기장을 자랑했다.

경재수 회장 부인 박금예 회원(67세)은 “우리 부부는 밤에는 집에서 함께 살고, 낮에는 게이트볼장

에서 함께 삽니다. 잉꼬도 우리 부부를 부러워 할 거예요.”라며 웃음 짓는다.

이순아 회원(76세)은 “우리 게이트볼클럽은 자랑거리가 아주 많다. 대회에 나갔다 하면 우승기와 트로피를 타온다.”며 경기장 정면에 진열된 각종 상패 있는 곳으로 안내하여 두루 설명했다.

운동 즐거움, 먹는 즐거움, 나누는 즐거움 코트 돌 땀 경쟁자, 마주 앞으면 이웃사촌

장성환 회원(76세)은 “오늘 간식당반이라서 치킨을 배달시켰다. 따끈따끈할 때 같이 들자.”며 식탁 주위로 회원들을 불러 모았다. 식탁 위에는 치킨 외에 굴, 감자떡 등 음식들이 다채롭게 차려졌다.

김근자 회원(63세, 부녀회장)은 “둘러앉아서 함께 음식을 먹을 때 회원들 간의 정감이 더해진다. 함께 이야기도 나누고 공도 치고 참 좋다. 공칠 때 잘 맞을 때만 재미있는 것이 아니고 안 맞아도 재미 있다.”며 오전에 경로당 어르신 식사 준비 후 오후에 운동하는데 스트레스가 다 풀린다고 했다.

경흥수 회원(75세, 노인회장)은 “게이트볼 북방면 분회장을 맡고 여러 회원들과 함께 활동하는 것에 보람을 느낀다. 게이트볼장 옆에 경로당이 좁아서 많이 불편한데 함께 잘 났으면 좋겠다.”며 노인회장으로서의 의견도 피력했다.

유규순(67세) 회원은 “부전에서 귀농하여 600평 옥수수 농사를 시작하면서 귀농이 힘들게 느껴졌다. 농사일 마치고 가끔 게이트볼을 쳐보니 처음에는 재미가 없었으나 기술이 늘면서 재미를 느끼고

있다. 부부가 함께 게이트볼을 즐길때면 귀농을 잘했다고 생각한다.”고 했다.

유규순 회원의 배우자인 최창선 회원(72세)은 “귀농 오니 아내가 모든 면에서 더 적응을 잘한다. 게이트볼이 우리 사이를 더 정다운 친구로 만들어 주었다.”고 화답했다.

“경로당 신축으로 게이트볼장 효율화 해야” 중화계리 마을주민 숙원 이루어지길 고대

이용갑 회원(67세, 중화계리 이장)은 “마을이장으로서 마을회관 겸 경로당을 신축하려고 노력 중이다. 경로당이 낡고 비좁아 어르신들이 불편하다. 새로 지으면 함께 모여 식사하고 오후에 게이트볼에 임하면 효율적이다.”며 관련기관의 협조를 기다린다고 했다.

홍문기 부회장(63세)과 박용석 감사(63세)는 중화계리 게이트볼클럽이 각종 대회에서 우승기 7, 트로피 30개를 받을 만큼 실력도 갖춘 클럽임을 강조했다.

김복순 회원(82세), 안인복 회원(79세), 박길선 회원(73세), 김정화 회원(77세)은 “게이트볼 치는 것이 생활화 되었다. 이것이 노년에 가장 중요한 부분이 될 줄은 몰랐다.” “자녀들이 다 나가 사는데 게이트볼이 오로지 곁을 지켜주고 있다.”며 경로당에서 게이트볼장을 오가는 생활이 외로움을 달래주고 위안을 준다고 했다.

허남영 기자



축제 관련 행사

홍천강 뽕뽕축제장

홍천강 뽕뽕축제장을 다녀와서

홍천은 문화 예술 분야가 활발하게 전개되고 활성화 되고 있는 예향의 고장이다. 제7회 홍천강 뽕뽕축제는 2019년 1월 4일부터 1월 20일까지 열렸다.

홍천 찰옥수수축제, 홍천 무궁화축제, 홍천강 별빛 음악축제, 강원, 홍천 인삼·한우축제와 더불어 제7회 홍천강 뽕뽕축제는 축제를 즐기려는 많은 사람들로 성시를 이루었으며 홍천의 5대 축제중 하나로써 홍천은 물론 전국적으로 이름난 축제로 자리매김 되어가고 있었다.

인삼 송어와 함께 하는 낚시 프로그램

홍천강변 고수부지 주차장 일대와 홍천강의 미끄러운 얼음 위에서 다양한 프로그램이 마련되어 즐겁고 행복한 시간을 보내기에 부족함이 없었다. 그 중에서도 단연 6년근 인삼을 먹인 송어 낚시와 송어 맨손으로 잡기가 인기가 좋았다. 인삼 송어를 잡으러 들어가기 전에 전문 에어로빅 강사의 춤에 맞춰 워밍업을 하고 들어가 곁에 있던 모든 사람들까지 따라 춤을 추기도 했다. 바로 축제의 진면목을 대한듯 모두가 즐거워했다.

하루 4~5회 운영하는 맨손 송어 잡기는 최대 30명을 수용하며 송어봉투와 가슴장화 그리고 수건까지 편의를 제공하며 2마리까지 반출이 허용이 되고 있었다. 일반 인삼송어 낚시터 외에 가족끼리 오붓하게 낚시를 즐길 수 있는 실내 낚시터, 부교 낚시터, 텐



트 낚시터 등 낚시를 즐기려는 사람들을 유혹하고 있었다.

다채로운 체험 프로그램

다양한 체험 프로그램은 인삼 송어 낚시와 더불어 볼거리를 즐기며 추억을 담아가기에 최적의 시공간을 제공하고 있었다. 비발디파크 스노우월드의 다른 지역 축제장과 차별화된 눈썰매장은 36개월 미만은 무료로 이용이 되고 있었다.

키자니아의 어린이들이 생생한 체험을 할 수 있는 작업교실. 알파카 월드의 알파카와 사진 찍기, 먹이 주기체험. 조류 체험장의 어린이들의 체험은 인기 만점이었다. 손위에 먹이를 먹일 때 새의 부리가 닿아

간지럽으로 느끼는 교감은 어린이들의 정서발달에 많은 도움이 되며 좋은 추억이 될 것이다.

다양한 전통기구 놀이인 어린이용 4륜 전동차와 A TV, 아르고 등도 있었다. 박물관에나 볼 수 있는 옛날 시골 초가집을 재현한 초가집의 이채로운 풍경을 사진으로 담아 가려는 사람들 포토존은 붐볐다. 현장에서 사연을 받아 진행하는 생방송 라디오의 현장 DJ 라디오 방송은 신청곡도 보내고 사랑하는 사람에게 사랑을 고백하며 라디오를 들으면서 인삼 송어를 잡는 멋진 프로그램이었다.

매일 매일 추첨을 통해 다양한 경품도 즐거움을 더해 주고 있었다.

골목 시장 투어

어느 지역에 관광을 가더라도 골목 시장과 전통 시장은 빼놓을 수 없는 좋은 관광 코스가 된다. 그만큼 그 지역의 인심과 정서를 가깝게 느끼며 사람의 냄새를 느낄 수 있기 때문이다. 이번 홍천 뽕뽕축제의 프로그램에 골목 시장 투어가 그 대표적인 예이다. 넓고 아름다운 홍천강과 수도권에 위치한 홍천은 화천의 산천어축제보다 더 좋은 조건을 가지고 있으며 더 많이 발전하고 홍천 군민의 행복지수를 높이는 견인차 역할을 하리라 믿는다.

김정현 기자



기자칼럼



이 광 명

홍천실버신문 기자

는 출산은 좀 더 행복한 후세를 출산하고 싶어 출산여행을 많이 간다. 인간은 생일을 중요하게 생각하여 생일잔치를 거창하게 차린다. 인간이 세상에 태어날 것을 몰랐으나 태어나고 보니 신비롭다.

노화의 비밀

인생은 나면서부터 노화된다. 백옥 같은 치아도 검은 머리로 고운 피부도 총명한 눈도 잘 들리는 귀도 점점 노화되면 어떠한 형상으로 변할지 모른다. 5대 통보를 이미 받았기

을지 아무도 모른다. 무한한 인간이 아니요 유한한 존재이므로 언젠가는 한 번 이 관문을 통과해야 한다.

구 소련의 문호 톨스토이(1817~1875)는 전쟁과 평화 등 다수 작품을 남겼다. 삶의 예찬 중에 삶의 느낌을 강조하면서 살았다. 반체제 인사로 몰려 사형수가 되었다가 집행 1분 전에 집행정지로 풀려난 톨스토이는 값진 여생을 살았다.

세상에서 제일로 부귀영화를 누렸던 솔로몬은 '산 개가 죽은 사자보다

Life is real! Life is earnest!
And the grave is not its goal,
Let us, then be up and doing,
Still achieving, still pursuing,
Learn to labor and to wait.

인생찬가

롱펠로우

“인생은 한낱 공허한 꿈일 뿐이라”고 나에게 애절한 시구로 읊조리지 마라.

인생은 참된 것 인생은 진지한 것이니!

무덤이 인생의 종착역은 아니니라. 그러면 이제 우리 함께 일어나 행동하자.

끊임없이 성취하라. 계속하여 추구하여라

힘써 일하며 인내심을 배워야 하느니.

금년 연대 명예교수인 김형석 교수는 금년 신년 인생극장에서 100세를 살아보니 65~75세 사이가 제일 좋았다고 하면서 98세에 작품을 냈다고 하였다.

2019년에도 계속 활동하는 노인이 되며 배우고 성취하는 무병장수하는 청춘이 되기를 기원한다.

인간의 비밀

에 인간은 말하기를 나는 아무 낙이 없다고 한다.

질병의 비밀

인간이 세상을 살다보면 어떠한 질병이 올지 모른다. 현대인에게는 현대병이라고 하는 질병이 나를 괴롭힌다. 인간이 세상에 살면서 어떠한 병에 걸릴지 모른다.

죽음의 비밀

인간은 언제 어떻게 죽을지 모른다. 직행으로 불의사고로 죽을지 노화되어 질병으로 인해 완행으로 죽

났다'라고 하며 살아있음을 예찬하였다.

미국 하버드 대학교수이자 시인인 롱펠로우는 인생찬가에서 함께 일어나 끊임없이 성취하여 계속 추구하는 활동과 배움을 강조하였다.

A Psalm of Life

H.W.Longfellow

Tell me not, in mournful numbers,
“Life is but an empty dream!”

인생은 다 비밀이 있다. 출생의 비밀, 늙음의 비밀, 질병의 비밀, 죽음의 비밀 등이 있다. 국가는 국가의 비밀, 군대는 군사비밀, 회사는 회사의 비밀이 다 있다. 비밀이 누설되면 이익과 손해가 발생한다. 이 비밀을 알아보려고 하는 간첩이 있고 산업스파이가 있다. 인생의 비밀은 세월이 흘러가면 드러난다. 이 비밀이 다 누설되면 인생의 마침표를 찍게 된다.

인간은 출생의 비밀이 있다.

출생의 비밀, 내가 세상에 출생할 것을 이전에는 몰랐다. 어느 부모 슬하에서 어떠한 환경 속에서 태어날 것을 몰랐다. 현대인들이 추구하

“35명 회원 대부분 사업가 바쁜 시간 쪼개 활동”



◇ 홍천군 진달래로타리클럽 회원들

12년전 출범, 회비 모아 군내 곳곳 찾아 헌신 청소년수련관에서도 봉사… “힘들어도 보람”

진달래로타리클럽은 출범한지 12년 된 국제적 여성 봉사단체이다.

주로 사업자들로 결성된 모임으로, 봉사정신과 희생정신 또한 사업가들답게 열정적이다. 회원이 되면 기부금은 국제적 기준에 따라 내며 월회비도 일반 봉사모임보다는 센 편이다.

봉사시간은 불규칙적이지만 필요할 때는 봉사부장의 주선으로 수시로 모여 봉사와 봉사를 위한 기타 논의도 한다.

회장 고순임, 총무 박인숙, 재무 양영란, 봉사위원장 이인화씨를 홍천군노인복지관에서 만나 봉사하면서 경험한 이야기들을 들어 보았다.

회원은 35명이며 대부분 사업하면서 바쁜 시간을 쪼개어 봉사에 나서므로 함께 여러 명이 모이는 어려운 상황이지만 정해진 일에 관해서는 확실하고 책임 있게 해낸다고 한다.

▶ 어떤 봉사활동을 하는가?

규칙적으로 시간을 정해서 하는 것은 아니지만 그때마다 할 수 있거나 하기로 결정되는 곳으로 나가서 봉사한다. 규칙적인 봉사는 장애인복지관 식당봉사, 홍천군노인복지관 도시락 배달 등이며 겨울철 연탄 나눔, 이불 나눔, 명절 때 물품 나눔, 요양원방문 등은 수시로 하는 편이다.

▶ 봉사하면서 가장 보람을 느꼈던 일은?

연말쯤 요양원을 방문할 때 어린이들과 함께 가서 노래를 부르고 재롱잔치를 하며 음식을 대접해 드렸는데 어르신들께서 눈물을 흘리며 기뻐하시고 행복해 하시며 이런 어린이들을 어떻게 만나고 볼 수가 있겠느냐며 감격스러워 하셨던 일이라고 한다.



◇ 고순임 회장

▶ 봉사하면서 가장 힘들었던 때는 언제?

작년 여름 맥주 축제 때 40도가 넘는 폭염 속에서 닭갈비를 판매해서 수익금을 군정에 위탁했다. 그 더운 날씨에 불판을 앞에 놓고 볶아서 판매를 한 경험은 잊을 수가 없다고 한다.

너무 더워서 쓰러질 것 같았지만 즐기면서 일했고 보람을 느꼈으며 그 힘이 어디서 나왔는지 알 수 없다고 이구동성으로 회고했다.

▶ 청소년들을 위한 봉사

청소년수련관에도 방과 후 학습을 돕고 생일잔치 같은 행사도 열어준다.

▶ 회원들 간의 결속과 유대관계는 어떻게 유지되고 있는지?

마음이 단합되지 않고 회의를 통해서 결론이 나지 않다가도 힘든 봉사활동을 하고나면 마음이 하나가 된다. 좋은 일에 나서기보다 굵은 일에 더 열심히 참여하는 회원들이라고 한다.

또한 봉사활동을 하면 중독처럼 마음이 기뻐지고 행복해지는 것은 봉사한 사람만이 깨닫는 비밀이라고 웃는다.

▶ 그 외의 자체행사 등에 참여하며 기금을 모아 장애인 교육이나 필요한 곳에 자원을 마련하여 보낸다.

▶ 앞으로 봉사영역을 확장할 계획이 있는지?

의견이나 안건이 들어오면 회의를 통하여 결정하고 합의가 이루어지면 시행한다.

회장 고순임씨는 “회원들간의 모임은 봉사를 위하여 모여 책임감과 희생, 봉사정신으로 만들어진 단체로 일반의 교제모임이나 계모임의 성격과는 아주 다르다.”며 “봉사는 나를 희생하는 것이며 희생 없는 봉사는 없지 않겠느냐고 했다. 그러나 신기한 것은 일할 때 힘들지만 하고 나면 마음이 즐겁고 행복하다. 그래서 또 봉사를 하는지도 모르겠다.”며 바쁘게 다음 약속장소로 발걸음을 재촉했다.

김순화 기자



독자기고

**이 세 현**

전 춘천시 학교운영위원장 협의회장

기해년(己亥年)새해가 밝았다. 기해년은 육십간지의 36번째 해이다. 해(年)을 일컫는 명칭은 10천간(天干)12지지(地支)를 결합하여 만든 60개의 간지에서 비롯됐다.

60간지를 또 다른 말로는 흔히 말하는 육십갑자라고도 부른다. 이 육십갑자는 고대 중국과 우리나라 역법(曆法)에서 사용되었던 주기를 말한다.

이제 2079년이 되면 또 기해년이 돌아오는 것이다.

육십갑자를 구성하고 있는 십간은 하늘에 자리한다고 하여 천간이라고 하고 십이지지(十二地支)는 땅에 자리한다고 하여 지지(地支)라고 불렀다. 음양오행에 속하는 육십간지 중 어느 하나도 같은 성질의 것은 없지만 상호관계성을 보아 좋고 나쁨을 가려 상극화합을

논한다. 이를 토대로 사주학을 풀이하기도 한다.

12지 가운데 12번째 동물인 돼지는 복을 가져다 준다는 동물로 묘사되고 있다.

기해년 새해가 되었지만 음력으로 보아서는 아직 기해년이 아니다. 양력으로 2월 5일이 되어야 음력으로 기해년 정월 초하루 설날을 시작으로 신년이 시작된다.

바로 2019년 기해년 천간의 “己”는 토에 해당하고 색깔로 따지

면 노란색 또는 황금색을 뜻한다.

따라서 기해년이 바로 황금돼지띠의 해가 된다는 것이다. 믿거나 말거나 말이다.

음력으로 정월 초하루 설날이 되면 아침 일찍 남녀노소가 모두 새 옷(설빔)으로 갈아입고 조상님께 차례를 지낸 뒤에 자리를 정리하고 조부모, 부모님께 먼저 절하고 형님, 누나 등 차례로 아랫사람이 윗 사람에게 절을 하여 새해 첫인사를 드린다.

그리고 차례를 지낸 음식, 떡국 등으로 아침식사를 마친 뒤에는 조상 묘소를 다녀온다. 그 뒤에 일가

친척과 동네 이웃 어른을 찾아가서 세배를 드린다.

요즈음은 그런 모습들이 많이 사라져가는 것이 아쉽다. 필자가 어린 시절에는 세배를 드려야 할 어른이 먼 곳에 살고 있을 경우 정월 대보름 전까지 찾아가서 세배를 드리곤 했다. 보름을 넘기지 않으면 예절에 어긋나지 않는다고 했던 것이다.

옛날에는 교통편이 좋지 않아 30~40리 까지도 걸어서 세배를 다니는 경우도 많았다. 세배하러온 이에게 대하여 어른에게는 술과 음식을 내어 놓는 것이 관례이다.

아이들에게는 술상을 차리지 않고 약간의 세배 돈과 또는 떡과 과일 등을 주었다.

특히 종갓집에는 정월 대보름까지 많은 세배꾼들이 출입했다. 아이들은 설날을 손꼽아 기다린다. 필자도 그 시절이 새삼 떠오른다.

그날은 설빔, 새 옷을 입는 날이고 세배 돈이 생기는 날이기 때문이다. 이집 저집 다니면서 세배 돈을 받는 액수가 자랑거리가 되곤 했다.

특히 종갓집에는 정월 대보름까지 많은 세배꾼들이 출입했다. 아이들은 설날을 손꼽아 기다린다. 필자도 그 시절이 새삼 떠오른다.

그날은 설빔, 새 옷을 입는 날이고 세배 돈이 생기는 날이기 때문이다. 이집 저집 다니면서 세배 돈을 받는 액수가 자랑거리가 되곤 했다.

특히 종갓집에는 정월 대보름까지 많은 세배꾼들이 출입했다. 아이들은 설날을 손꼽아 기다린다. 필자도 그 시절이 새삼 떠오른다.

그날은 설빔, 새 옷을 입는 날이고 세배 돈이 생기는 날이기 때문이다. 이집 저집 다니면서 세배 돈을 받는 액수가 자랑거리가 되곤 했다.

특히 종갓집에는 정월 대보름까지 많은 세배꾼들이 출입했다. 아이들은 설날을 손꼽아 기다린다. 필자도 그 시절이 새삼 떠오른다.

근래에는 농촌 등에서는 호별 방문의 번거로움을 피하고 경로의를 높이기 위한 수단으로 마을 어른들을 한자리에 모시고 젊은 층들이 단체로 세배를 올리기도 한다. 마을 신년 하례식인 셈이다.

그리고 마을 부녀회에서 준비한 음식으로 어른들을 대접하고 서로의 덕담을 나누며 어른들께서 하루를 즐겁게 보내시라고 배려한다. 이것은 마을 전체의 단합과 서로의 정담을 나누며 웃어른들에 대한 경노사상을 일깨우는 기회로 매우 바람직한 일이라고 본다.

즉 설이 혈연을 중심으로 모이는 명절이라 한다면 정월 대보름은 지연을 중시하는 명절의 성격을 띠고 있어 서로 다름을 알 수 있다.

그러나 설날에 청년회나 부녀회의 주도로 마을 어른들을 마을회관이나 경로당에 모시고 단체 세배를 드리는 것을 혈연적인 관계를 바탕으로 지연적인 유대의 확대를 도모한다는 점에서 의미가 있다고 하겠다.

이제 지난해의 어려웠던 모습들을 지워버리고 새롭게 삶의 여백에 희망의 설계도를 그리며 새해아침 창문을 활짝 열어 본다.

바라건대 기해년 새해에는 우리 강원도민 모든 가정에 희망차고 좋은 일들로만 가득 채워지는 한해가 되었으면 하는 소망을 가져본다.

기해년(己亥年)아침에

독자기고

**석 도 익**

소설가

우리는 정이 많은 민족이다. 서양 사람들이 껌 씹듯이 말하는 그 흔한 사랑은 남녀 간에도 주고받다가 부도가 가장 많이 나지만, 우리 민족은 가난한 살림에 살아가자니 어쩔 수 없이 지지고 볶으며 “어이구, 이놈의 원수야” 하면서도 미운 정도 고운 정으로 만들어가면서 마음을 나누며 서로 보듬고 살아왔다.

또한 상가 집에서 상주들의 슬픈 곡소리에 조문객도 함께 눈물을 흘렸을 만큼 정도 많고 눈물 또한 많은 민족이다.

북한은 거대 소련과 중국을 등에 업고 공산적화를 목적으로 같은 민족인 남한을 6.25남침 해음으로서 수백만 동포들이 귀중한 목숨을 잃었고, 불구가 되었는가 하면 이 혼란 중에 가족을 잃고 생이별의 아픔으로 살아가는 이산가족들은 또 얼마인가? 그것을 정치적으로 이용하는지 조금씩 얼굴만 보여주는 이산가족상봉이라는 한 모금의 물로

하다가도 끝에 가서는 “오죽했으면 나 같이 없는 사람에 돈을 떼어 먹겠냐?” “얼마나 살기 힘들었으면 지리도 못사는 우리 집을 털어갔겠냐?”하며 “에라 이놈아 잘 먹고 잘 살아라”하고 악담이 아닌 덕담으로 포기하고 마는 것이 우리민족의 정서다.

기독교를 믿지 않는 사람이라도 “원수를 사랑하라”는 예수그리스도의 가르침을 몸소 실행하고 있는 것이다.

남과 북은 서로 마주보며 그리워하고 있으나 골육상쟁을 한 원수지간이다. 그러나 우리 민족끼리라는 그 말에는 정이 가득 고이며 누구나 평화와 통일을 소원하던 중 평화의 실바람에 이성을 잃을까 염려되는 부분이다.

남과 북은 70여 년 전 원점에서

사상을 달리하고 다른 체제에서 반대방향으로 달려갔으니 140여년이라는 거리가 벌어져 있다.

북한의 정치는 세습 왕조로서 3대를 걸쳐서, 6.25를 일으켰고 2세 3세 모두 크고 작은 대남도발로 위협을 가하던니 중국에는 세계평화를 위태롭게 하는 핵을 보유하게 되었다.

그들의 도발과 위협에도 같은 민족이기에 “미운 놈 떡 하나 더 준다.”는 덕을 행하며 평화를 지향하고 모든 것을 감수하며, 경제발전에만 힘쓰며 여기까지 왔다.

그들도 우리와 같이 우리민족끼리 정을 나누며 함께하자고 국기가 아닌 한반도기를 들고 그들을 맞이하려 한다.

“그놈의 정 때문에” 그러나 우리 민족끼리라고는 하지만 민주체제와는 다르게 최고 영도자 한 사람의 뜻과 힘으로 통치되는 곳이라는 것을 잊지 말고 평화로 접근해야 하지 않을까 하는 생각이다.

남과 북은 70여 년 전 원점에서

그놈의 정 때문에