

홍천군노인복지관 소식

“돈 걱정없이 따뜻한 겨울을 보내 행복해요”

홍천군노인복지관, 에쓰-오일 Hope to You (油) 캠페인 난방유 지원사업 선정

홍천군노인복지관이 한국사회복지협의회가 주관하는 에쓰-오일 호프 투 유 캠페인 난방유 지원 사업에 선정되어 홍천군 내면에 거주하는 90대 홀몸 어르신께 50만원 상당의 난방유를 지원하였다.

홍천군 내면은 강원북부산간지역으로 겨울철 한파경보와 대설주의보가 자주 발생하는 지역이다. 어르신이 거주하고 있는 집은 외풍이 강한 구옥으로 난방이 절실하였으나, 경제적 어려움으로 인해 어르신 혼자 난방비를 감당하는데 어려움이 있었다.

지난 해 11월 지원 대상자로 어르신이 선정되어 올 해 까지 총 2회에 걸쳐 어르신 댁에 난방유를 지

원하였다.

어르신께서는 난방유를 지원받으면서 “내가 주저급여도 최근에 종료되어 받지도 못하고 올해 겨울이 매우 추워질 것이라는 걱정으로 하루하루 잠도 제대로 못 잤다.”며 “코로나로 외출도 못하고 창살 없는 감옥살이로 느껴지는 이런 시기에 생활지원사 선생님이 집에 들러 안부도 물어주고, 복지관에서 나 어려움 알고 지원해주어서 너무 고맙다. 덕분에 따뜻한 겨울을 보낼 수 있어 행복하다.”라고 말했다.

한편, 홍천군노인복지관 노인맞춤돌봄서비스는 홍천군 사회적 거리두기가 2월 15일부터 1.5단계로



하향 조정되어 철저한 방역수칙 준수 하에 주1회 방문, 주2회 전화서비스를 제공하고 있다.

자원봉사자 모집

- ▷모집대상 : 자원봉사 활동에 관심과 열의가 있는 개인, 단체
 - ▷모집기간 : 연중
 - ▷활동내용
 - 경로식당(조식/배식/정리)
 - 도시락배달(도시락 배달 및 수거)
 - 이미용서비스(커트, 파마 지원)
 - 전문교육지도(프로그램 교육)
 - 안마서비스(안마/마사지 지원)
 - 행사지원(행사보조)
 - 업무지원(행정업무 보조, 환경정리 등)
 - 기타(후원품 전달, 주거환경개선 등)
 - ▷활동혜택
 - 자원봉사 시간 등록(vms)
 - 활동 및 감사문자 발송
 - 너브나래인 배지 전달(정기 활동 시)
 - 우수봉사자 시상
 - 너브나래인의 날 행사 초청
 - 자원봉사자님의 귀한 손길과 발걸음으로 이 세상은 더욱 아름다워집니다. -
- 문의: 홍천군노인복지관 033-430-8700

홍천군노인복지관 바리스타 기초반모집

홍천군노인복지관 휴카페

모집대상	신청방법
만60세이상 어르신	유선접수 손민지 033-430-8715
활동기간	비고
2021.03.-07. 20회기	
매주 화요일 10:00~11:50	바리스타 기초반을 수료하시면 홍천군노인복지관 휴카페 일자리 선발에 가산점 이 부여됩니다
수강료 무료 (소액의재료비발생)	

홍천군노인복지관 | 손민지 주임 033-430-8715

홍천실버신문 신규 기자 모집

활동내용 홍천 관내 소식 취재 / 원고 작성 / 교정회의 등

지원자격 60세 이상 / 홍천군민 / 컴퓨터 활용 가능자

신청문의 ☎ 033) 430-8700 / 8718

접수방법 유선 / 내방

건강한 노후 · 활기찬 노후 · 일하는 노후 · 행복한 노후
사회복지법인 월정사복지재단 홍천군노인복지관

CONTENTS



- | | | |
|-----------------------|-----------------|----------------|
| 02 - 김준옥 회장 인터뷰 | 05 - 무인 편의점 | 07 - 인생칼럼 |
| 03 - 대한노인회 홍천군지회 서면분회 | 06 - 홍천군 산악연맹 | 건강정보 |
| 04 - 코로나19와 트로트 열풍 | 독립운동가 한서 남궁익 선생 | 08 - 달라지는 기초연금 |



홍천군 귀농·귀촌연합회 김준옥 회장 인터뷰

2016년 창립 귀촌·귀촌인 조기 정착 지원

면단위까지 지회 결성 농촌생활 경험 공유
“마을 사람과 화합하고 봉사해야 성공 가능”



◇홍천군 귀농귀촌 한마당(2019년도 행사 사진)

신축년을 맞이하여 김준옥 회장과 귀농·귀촌연합회에 대해 알아본다. 홍천군은 수도권에 자리하고 있으며 넓은 땅과 수려한 자연경관을 갖추고 있어 귀농·귀촌의 메카로 자리매김하고 있다. 귀농귀촌 특구로 지정되면서 적극적인 행정 지원도 뒷받침되고 있어 귀농·귀촌의 적지라고 볼 수 있다. 홍천의 귀농·귀촌연합회를 이끌어가고 있는 김준옥 회장과 일문일답을 나눴다.



◇김준옥 회장

- 안녕하세요? 반갑습니다. 코로나19로 인해 오랫동안 뵙지 못했습니다. 근황은 어떤지요?

다들 코로나19의 영향을 받지 않은 사람이 없으리라 믿습니다. 저 역시 제한받는 활동으로 인해 강아지와 산책하며 건강을 관리하고 있습니다. 시간 나는 대로 마스크 목걸이에 구슬을 끼워 치장하는 액세서리를 만들고 있습니다. 재료는 인터넷으로 청계천 상가나 동 평화 시장에서 주문해서 하고 있으며 주변의 사람이나 지인들에게 선물하고 있습니다.

- 작년부터 신종 바이러스 코로나19의 팬데믹으로 인해 어려움이 많았으리라 믿습니다. 올해도 예외는 아닌데요? 귀농·귀촌연합회의 성격에 대해서 말씀해 주세요?

귀농·귀촌연합회는 귀농·귀촌을 하려는 사람들에게 선배로서의 경험과 정보를 제공해 줌으로써 더욱 안정적으로 적응할 수 있도록 도와주고 있습니다. 회원 상호 간의 친목 도모는 물론이고요.

- 귀농·귀촌연합회가 언제 창립이 되었으며 회원은 몇 명이나 되며 구성은 어떻게 되어 있는지요?

귀농·귀촌 연합회는 2016년 9월 28일 창설했으며 가입 회원은 120명 정도입니다. 각 면 단위의 지회가 결성되어 있으며 지회장이 꾸려 나가고 있습니다.

밴드로 서로의 정보를 소통하고 있으며 상호 유대를 꾀하고 있습니다.

- 귀농·귀촌연합회가 하는 일이 주로 무엇이 있을까요?

홍천에는 귀농·귀촌 단체가 연합회 말고도 상생 네트워크 귀농·귀촌 단체가 있습니다. 작년에는 그 단체에서 귀농·귀촌 행사를 주관했습니다. 코로나19로 인해 축소된 행사로 치러지게 됐지요. 봄이 되면 4월쯤 고추, 가지, 상추, 오이 등 모종 나누기 자선 사업을 통해 귀농 귀촌인들의 유대를 강화하고 상생의 자리를 만들고 있습니다.

직접 운영하는 농장에서 체험 교실을 열어 여러 가지 농사를 실제 경험하는 프로그램도 운영하고 있습니다.

작년에는 제가 경영하는 듀오 가족 농원에서 팜파티를 개최하기도 했으며 사무국장의 표고 버섯

농장에서는 버섯 수확하기 체험 희망자들에게 모두 표고버섯을 선물해 참가하는 모두를 기쁘게 했습니다.

- 귀농·귀촌연합회에서 의미 있는 행사를 많이 하고 있는데 올해의 행사 계획은 어떻게 되나요?

귀농·귀촌연합회 한마당 행사와 더불어 프리마켓과 농산물 판매와 귀농·귀촌인들의 손재주를 보여주는 수공예품 다양한 소품들을 판매하기 위한 계획을 하고 있습니다. 온라인 판매와 지인들의 판매망 연결로 인해 소득을 올릴 기회를 마련하기도 합니다. 자기가 직접 생산한 농산물을 직판하거나 위탁판매도 가능하게 카페 같은 장소를 모색하고 있습니다.

- 앞으로 귀농·귀촌연합회가 나아가야 할 방향은 어떤 것으로 생각하나요?

귀농의 경우 가장 중요한 관건은 수입 창출입니다. 농사를 지으면 수입으로 연결하기 위해서는 많은 정보와 교육도 필요합니다. 기술센터에서 내가 희망하는 분야에 심층적인 교육을 받고 농사를 지으면 실패할 확률이 낮습니다. 군청이나 면사무소에서 정보를 얻어 자기에게 어떤 지원이 해당이 되는지 살펴보고 활용하면 큰 도움이 되리라 믿습니다.

- 회장으로서 개인적인 바람이 있다면 무엇일까요?

귀농하게 되면 처음에는 큰 포부를 갖고 시작을 합니다. 땅도 사고 투자도 하게 됩니다. 처음부터 한꺼번에 땅을 사고 시설이나 영농에 많은 투자를 해 힘들어하는 경우를 봐 왔습니다.

1년이나 2년 정도 교육도 받고 정보도 얻으며 자신의 계획이 적합하고 타당한지 살펴보고 해도 늦지 않습니다. 나한테 맞는 그리고 즐겁게 할 수 있는 것을 택해야 합니다.

끝으로 김준옥 회장은 의미심장한 말을 했습니다. 그 마을에 가면 그 마을 사람이 되라는 것입니다. 이른 시일에 적응하고 마을 사람들과 융합하려면 반장을 맡아 봉사를 해보라는 것을 권유합니다.

마을 사람들에게 다가가 어울리며 친밀감을 느끼기에는 그보다 좋은 방법이 없다며 강조를 했습니다. 마을의 돌아가는 정서도 파악하고 앞선 사람들의 지식도 얻을 수 있다고 합니다. 작목반도 있고 보조 사업도 있어 자신이 열정을 갖고 노력하면 성공은 꼭 있을 수 있다고 단정을 내렸습니다.



김정현 기자(kjh8639@hanmail.net)

대한노인회 홍천군지회 서면분회

올해 설계 착수 다목적실에 분회 사무실 마련



◇서면분회 임원진(오른쪽부터 윤석영 분회장, 이정부 부회장, 신안일 사무장)



◇서면분회 임원진(왼쪽부터 이정부 부회장, 윤석영 분회장, 신안일 사무장)

회장, 부회장, 사무장 모두 귀농·귀촌인 출신
“마을 일 앞장서는 노인회장 처우 개선했으면”

분회사무실 설계 확정으로 오랜 숙원 해결

전대미문의 코로나 사태로 마스크 쓰기가 일상화되어 가고 있는 가운데 대한노인회 서면분회 임원진과의 만남의 장소인 서면사무소를 방문하는 날은 한적한 가운데 강원도의 농민수당을 신청하는 농민들로 조금은 북적이고 있었다. 옛 어른들 말씀처럼 나이가 들었다고 느낄 때의 시간은 총알 같이 지나간다고 하는 말이 새삼 실감이 나는 가운데 벌써 새해가 밝은지가 두 달째이니 세월의 무상함을 되뇌이며 서면사무소 회의실로 들어섰다.

서면분회는 분회 사무실이 없는 관계로 서면사무소(이하 서면행정복지센터) 회의실에서 인터뷰를 진행하였다.

서면분회는 17개 경로당에 1,069명의 회원으로 구성되어 있는데 사무실이 없어 여기저기서 눈치 보며 업무를 보는 등 어려움을 겪어 분회 사무실을 갖는 것이 오랫동안의 숙원이었다고 한다. 다행히 행정복지센터 옆 공터 약 3,300㎡(약 1,000여 평)를 매입하여 다목적실을 건립하기로 계획되어 있어 이 건물이 올해 설계에 착수한 만큼 여기에 둥지를 마련키로 했다고 한다.

외지인 3인방 서면노인회 활성화에 앞장

홍천군 발전을 위한 다양한 아이디어 제안

서면분회 윤석영 회장을 필두로 부회장, 사무장 3인방은 도시지역에서 귀농·귀촌 한 분들로 서면 지역의 노인들을 위해 열정을 불태우고 있다. 3인방은 외지인들임에도 서면에 대해 훨씬 꿰뚫고 있

으며, 나름대로 지역의 공동체 활성화와 발전을 위한 몇 가지 의견을 제시하기도 했다.

우선 시범적으로 민원현황판을 설치하여 서면 17개 마을의 민원을 적기에 해결하고 주민들의 반응이 좋다면 홍천군 전체로 확대해 실행하면 좋겠다는 아이디어를 내놓았다. 등을 긁어 달라고 했을 때 가려운 데를 정확히 긁어 주어야지 엉뚱한 곳을 긁어서야 하겠냐고 반문한다.

이 제도가 활성화되면 주민들의 민원도 해결하고 홍천군의 예산 낭비와 중복투자를 줄이고 엉뚱한 곳에 사용되는 것을 막고 예산이 적재, 적소, 적기에 사용될 것이라는 생각이다.

3인방은 현재 농촌의 실정이 수명이 길어져 각 마을의 인구분포를 보면 대다수가 노인들 이어서 노인회 및 노인회장의 역할이 중요하고 막중함에도 처우는 뒷방 늙은이들의 모임 및 그 대표 정도로 취급되고 있다는 것이다.

각 마을의 이장은 준공무원 대우를 받고 수당도 받는 데 반해 이장에 버금가는 임무를 수행하고 오히려 비중으로 볼 때는 이장을 능가하는 대표성을 발휘하는 노인회장들은 푸대접을 받고 있다며 그 처우가 현실에 맞게 개선되어야 할 것이라고 역설하였다.

3인방들은 예전에는 자녀들이 경로당에 기부를 많이 하였는데 점점 기부가 줄어들고 있는 것이 경제가 어려운 탓도 있겠지만 인심이 점점 삭막해지고 있다는 것은 아닌가 하고 세태를 안타까워했다. 그리고 코로나 사태로 경로당이 폐쇄되어 있어 독거노인 자택에 홀로 있어 식사를 제대로

했는지 건강 상태는 물론 생사를 확인할 길이 막막한 현실이니 독거노인과 노인회장과의 비상 연락 체계를 구축해 주었으면 좋을 것이라는 의견도 제안했다.

여기에 더해 독립운동가로 홍천이 무궁화 고장이 될 수 있는 초석을 놓은 남궁억 선생의 활동 지역이 서면 모곡인데도 정작 무궁화공원은 타면에 조성되어 있고, 추념식 행사도 선생의 고향인 모곡에서는 주민들끼리 추념식을 하고 홍천군에서는 홍천읍 무궁화공원에서 추념식을 이중적으로 개최하는 일이 전개되고 있다며 쓴소리도 하였다.

이를 홍천군 차원에서 올해부터라도 시정하여 남궁억 선생이 무궁화 보급 활동을 한 모곡에서 체계적인 행사를 개최한다면 지역갈등도 해소되는 등 명분과 실리를 살릴 수 있는 계기가 되었으면 좋겠다고 한다.

여기에 더해 단발성, 일회성의 추념식으로 그칠 것이 아니라 추념식과 더불어 문화행사, 다양한 프로그램을 개발하고, 진딧물 등 병충해에 강한 다양한 무궁화품종을 개발하여 전국에 무궁화 묘목을 공급하는 종묘장 조성 등 말뿐이 아닌 명실상부한 무궁화 고장으로 발돋움하여 홍천지역의 새로운 관광자원이 되길 바랐다.

서면분회 3인방은 노인봉사단을 조직, 독거노인 가정의 도배와 생활환경개선, 꽃 가꾸기 등 정서함양의 봉사활동을 활발하게 전개하였으며 올 해도 마지막 열정을 다해 열심히 하겠다는 포부를 밝혔다.

또한 하루 빨리 코로나 사태가 해결되어 코로나 사태 전으로 일상생활이 회복 되어 우울증 상태로 까지 진행되고 있는 노인들의 삶이 회복되기를 간절히 바란다

전소열 기자 (silverhong21@naver.com)

코로나19와 트로트 열풍**중장년층만 선호하던 장르서 전 국민 안방 장악**

코로나 불안 초조 떨쳐버리고
신바람, 흥 불러 아픈 마음 위로
국민 하나되는 구심점 역할 톡톡

지금 대한민국은 트로트 전성시대다.

불과 얼마 전까지만 해도 가요무대에서나 볼 수 있었던 트로트가 TV 채널을 장악한 대세가 된 것이다.

코로나19 팬데믹으로 집콕하는 이들이 늘다 보니 트로트 경연대회를 많이 보게 되고 가수들의 기막힌 노래 솜씨가 사람들의 우울한 마음을 시원하게 풀어주는 사이다 같은 역할을 한 것 같다.

미스터트롯은 전염병 유행 시기와 맞물려 최고의 전성기를 이루면서 다시 미스트롯2로 이어져 TV 채널을 돌릴 때마다 예능이건 광고건 트로트 천지가 되었다

트로트 하면 뽕짝이니 왜식이니 하며 말도 많고 탈도 많았지만 미스터트롯이 던진 가장 큰 감동은 기성 가수들이 결코 넘지 못했던 트로트의 가벼움을 단번에 불식시킬 수 있었던 것이 가장 멋진 충격이었고 큰 감동을 주었음을 우리 국민은 오래오래 기억할 것이다.

그렇다면 트로트의 가장 큰 팬덤층은 어느 세대일까?

통계청에 따르면 노인의 기대 수명이 계속 늘어나 올해 83.2세에 달할 전망이다.

기대 수명이 늘어난 만큼 중·장년층이 정신적, 신체적으로 젊어졌다는 분석이 나온다.

이들은 '액티브 시니어' 혹은 '오파(OPAL)세대'로 불린다. '오파'는 활기찬 인생을 살아가는 신노년층(Old People with Active Lives)의 약자다. 베이비붐 세대를 대표하는 '58년생 개띠' 또래를 의미하기도 한다.

이들의 왕성한 활동으로 트로트 팬덤의 층이 두터워졌고 이는 곧 구매 상승으로 이어지고 있다는 분석이다.

하지만 나이 어린 가수나 젊고 멋진 청년 가수가 불려줌으로써 트로트가 더 이상 중장년층에만 국한된 장르가 아님을 여실히 보여주고 있다.

코로나 때문에 모든 국민이 창살 없는 감옥에 갇혀 하릴없이 불안과 초조, 그리고 스트레스 등으로 심지어 우울증까지 나타날 때 미스트롯과 미스터

롯이 국민의 신바람과 흥을 일으켜 쓰리고 아픈 가슴을 어루만져 주었다. 그만큼 트로트가 주는 힘은 온 국민이 하나가 될 수 있는 구심점이었다고 해도 과언이 아닐 것이다

김용임 가수가 부른 <훨훨>이라는 곡을 미스트롯 경연대회에서 두 명의 소녀 가수들이 불러 큰 감동을 안겨주었다.

사랑도 부질없어 미움도 부질없어
청산은 나를 보고 말없이 살라하네
탐욕도 벗어버려 성냄도 벗어버려
하늘은 나를 보고 티 없이 살라하네
버려라 훨훨 벗어라 훨훨 사랑도 훨훨 미움도 훨훨
버려라 훨훨 벗어라 훨훨 탐욕도 훨훨 성냄도 훨-훨-훨-
물같이 바람같이 살다가 가라하네
물같이 바람같이 살다가 가라하네

노래를 듣고 있자니 '청산은 나를 보고'란 나옹 선사의 시가 생각난다. 고려말 공민왕의 왕자로서,

조선 건국에 기여한 무학대사의 스승인 나옹선사, 660년 전에 충북 단양에 창건한 원통암의 나옹굴에서 참선을 하면서 지은 시가 바로 우리가 좋아하는 노래 "훨훨"의 노랫말인 "청산은 나를 보고"라는 시이다.

세상 시비에 얽매이지 않고 청풍명월과 벗하며 병 없이 늙다가 떠나고 싶은 무욕, 탈속의 경지를 노래할 수 있다면 얼마나 좋을까. 현대사회에서 맺고 끊음을 분명히 하며 산다는 건 어려운 일이겠지만, 명예와 권력에 얽매이지 않고 집착을 내려놓을 수 있다면 얼마나 좋을까.

고난과 역경에 시달린다 해도 희망의 끈은 놓지 말아야 하고, 근심과 걱정에서 시달린다 해도 미래는 있어야 한다. 코로나19 팬데믹으로 힘든 시기에 K방역에 이어 전 국민의 안방을 장악한 K-트로트 문화에 자부심을 가져보며, 소녀 가수들이 부르는 트로트 노랫말에서 옛 고승의 가르침을 듣고 싶은 오 늘이다.

조하경 기자(jok9621@daum.net)



무인 편의점이 늘어나고 있다

운영자 비용 절감, 소비가 편의성 더해 인기

가까운 미래에 모든 편의점 대체 전망 인공지능시대 일자리 감소 해결 과제

편의점에 판매하는 사람이 없다. 지금 막 성장 중인 무인점포, 무인 매장, 무인 편의점은 그 편의성과 효율성 때문에 나날이 발전하며 그 수가 늘어나고 있다. 특히 24시간 편의점은 속성상 하루 24시간 운영되기 때문에 편의점 주인으로서 자기 대신 점포를 보아줄 판매 로봇 정도를 꿈꾸지 않을 까.

하지만 로봇까지는 아니어도 이제 무인편의점이 있다. 이는 말 그대로 무인으로 운영되는 시스템 도입으로 인해 편의점 운영자로서도 비용을 절감할 뿐더러 고객으로서도 그 편리성 때문에 환영받을 수 있겠다.

판매점에 설치된 시스템

편의점 내부는 기존의 편의점에 비해 시스템이 다르다. 현재 가장 혁신적인 편의점이라 할 수 있는 BGF리테일의 인천 연수구 송도동에 위치한 '테크 프렌들리(Tech Friendly) CU' 1호점인 'CU삼성 바이오에피스점' 내부를 들여다보자. 점포 내부에는 상품 이동을 추적하는 '비전캠'이 있고, 소비자의 동선 추적용인 '모션캠'과 매장 전경을 촬영하는 '360캠'이 설치되어 있으며, 이상 행동을 감지하는 보안업체 에스원의 보안캠이 설치되어 있다. 약

30대의 AI카메라와 15g의 무게 변화까지 감지하는 선반 무게센서가 고객의 최종 쇼핑목록을 파악한다. 이 목록은 CU가 자체 개발한 '크리우드 POS 시스템'을 통해 고객의 결제수단, 멤버십 서비스, 제휴 할인 적용 여부, 월별 행사 품목 등 다양한 정보가 고객 맞춤으로 업데이트되어 판매자는 고객의 니즈 즉, 고객의 요구사항을 파악할 수 있고 고객은 자신에게 맞는 상품을 보다 저렴한 가격에 구입할 수 있다.

점포 입장에서 결제까지

무인점포이다 보니 매장 입장에도 인증이 필요하다. 입장할 때 안면 인증을 한다. 신용카드나 후불교통카드로 출입 조회를 하기도 한다. CU, 세븐일레븐, 이마트24, GS25 각 회사 편의점마다 조금씩 다르다. 물건 쇼핑할 차례다. CU편의점은 물건을 고르면 해당 편의점의 앱을 실행해 카메라로 제품의 바코드를 찍고 앱 내의 장바구니에 담는다. 계산대에 오면 완료바코드 전용 POS기에 스캔하고 앱에 등록된 신용카드로 결제한 후 나오면 된다.

CU가 완전 디지털화된 무인 편의점이라면 세븐일레븐 편의점은 자판기형 편의점을 보다 발전시킨 것으로 스마트폰 앱 사용이 자유롭지 못한 노년층

고객에게 편의성을 제공한다. 편의점 내에 스마트 자판기가 품목 카테고리별로 나뉘어져 있어 '푸드' 자판기는 실물을 확인하고 해당 상품번호를 입력한 뒤 계산하는 방식이고, 나머지 자판기는 키오스크 화면을 터치해 구매할 수 있다. 이는 별다른 앱이나 구매 조건이 없다.

이곳은 기존의 편의점처럼 전자레인지 2대와 온수기가 있고 바로 밑 서랍장에는 휴지 및 빨대, 종이봉투를 구비해놓고 있다. 기존의 편의점처럼 안에서 간단한 도시락, 컵라면을 먹을 수 있다.

편의점 시설, 물건은 안전할까

무인 편의점은 24시간 내내 카메라가 돌아간다. 게다가 보안 카메라까지 작동하니 기물을 부수거나 물건을 슬쩍하는 일은 불가능하다. 만약 편의점 내에서 제품을 훔치거나 기물을 파손하는 등 난동을 피우면 매장의 지능형 영상감지 시스템이 이상 행위를 탐지해 경보를 울린다. 이후 난동을 부리고 있는 사람에게 즉시 경고 메시지가 전달되고 보안요원이 출동한다. 이상 행동을 하는 사람을 신고하기 위한 비상 버튼도 있다.

모든 물품이 구매 가능할까? 그렇지 않다. 현행법상 무인으로 판매할 수 없는 주류는 제공되지 않으며 미성년자의 담배 구매를 방지하기 위해 담배자판기만 따로 마련되어 있어 다시 카드를 인식시키고 구매해야 한다.

이제 시작단계에 들어선 무인 편의점은 각 회사마다 다양한 판매 전략을 구사하고 있지만 추구하는 바는 같다. 가급적 판매자와 구매자가 서로 편의성과 경제성의 두 마리 토끼를 잡고자 무인편의점을 발전시키고 있는 양상이다. 현재 시범적으로 운영되는 무인 편의점은 가까운 미래에 모든 편의점을 대체할 것이다.

다만 사방도처에 우리를 감시하고 있는 카메라에 점점 좁아지는 우리들의 사생활보호 권리는 계속 논의되어야 할 사안이다.

또한 인공지능으로 계속 없어지는 사람들의 일자리 문제는 풀어야 할 숙제이다. 현재 활발히 논의되고 있는 전 국민 기본소득제가 해결 방안이 될 수도 있겠다.

참고: 1. 뉴스코리아(2021. 2. 1.)

2. 파이낸셜뉴스(2018. 8. 24.)

김민호 기자(minho215@hanmail.net)



홍천군 산악연맹

수려한 자연에 매료 10개 클럽 400여명 활동

가리산, 공작산 등 전국 100대 명산 보유
홍천군민이라면 누구나 가입 가능



◇홍천군 산악연맹 회원들.

홍천군 산악연맹의 어제와 오늘

홍천군은 자연이 주는 다양한 경관의 아름다움이 있는 고장으로 산악인들에게 힐링 공간과 새로운 에너지 원천의 장소를 제공하고 있다.

홍천군 산악연맹은 초대회장 안정수, 전무이사 김진우를 필두로 홍천군민에게 건강증진 및 활기찬 여가생활로써 등산을 널리 알리기 위해 발족하

였다. 홍천군 산악연맹은 10개의 클럽, 약 400여명의 동호인이 활동하고 있으며 연맹 회장과 부회장 그리고 각 클럽에서 추천한 이사진을 필두로 왕성한 활동을 이어가고 있다. 회원 간의 화합과 친목 도모를 통해 홍천군민이라면 누구나 부담 없이 가입할 수 있도록 항상 열린 마음으로 참여를 독려하고 있다.

초대회장 안정수에 이어 2020년 12월 김진우 회장이 제2대 회장으로 많은 산악인의 열렬한 박수 속에 취임하였다. 이임 회장 안정수는 “많은 분이 함께하며 물심양면으로 도와주신 덕분에 임기를 무사히 마칠 수 있었다. 앞으로 김진우 회장을 중심으로 하나 된 회원 간의 단합과 화합을 통해 더욱더 발전하는 홍천군 산악연맹이 되기를 바란다.”고 하였다.

제2대 회장으로 새로운 임기를 시작한 김진우 취임 회장은 “단합된 모습과 소통을 통해 안전한 산행을 할 수 있도록 노력하겠다. 또한 진정한 산악인 양성에 최선의 노력과 솔선수범하는 자세로 임하겠다.”고 포부를 밝혔다.

홍천군에는 전국 100대 명산 중 하나인 가리산과 천년 고찰 수타사가 있는 공작산, 팔봉산, 계방산, 오음산 등 명산이 많아 등산객들이 발걸음하기 좋은 곳이 많다. 또한 수타사, 무궁화수목원, 은행나무숲 등 다양한 볼거리가 있어 꼭 등산이 아니더라도 자연경관을 느끼기 충분하다.



안태수 기자(taesu9110@naver.com)

무궁화사랑! 나라사랑! 독립운동가 한서 남궁억 선생과 홍천

우리나라 꽃 무궁화 전국에 보급한 애국지사

일제 탄압 불구 교육 전념 애국심·민족의식 고취
나라사랑, 무궁화 사랑 정신 확고한 홍천의 자랑

홍천군의 자랑인 독립운동가 한서 남궁억 선생의 무궁화사랑에 대해 자세히 살펴보고자 한다. 남궁억 선생은 일제의 무궁화말살의 혹독한 탄압 속에서도 굳은 의지로 무궁화보급과 애국심 고취하는 일을 시작한 애국지사로서 무궁화가 우리나라의 꽃으로 국민의 가슴에 새겨지는데 결정적인 역할을 한 인물이다.

남궁억 선생은 배화학당에 재직하면서 한글공체를 발굴하여 한글서예의 바탕을 만들었고, 꽃이 핀 무궁화 열세송이로 조선13도를 표시한 한반도 지도를 도안하여 여학생들에게 수놓게 하여 배화여고뿐만 아니라 경향 각지의 여학교 및 가정주부도 그것을 수놓아 장식으로 걸게 하여 민족의식을

가슴에 수놓게 하였다.

그 후 선생은 선향인 홍천군 서면 모곡리(이하보리울마을)에 들어와 보리울학교를 세웠다. 이때 남궁억 선생은 보리울에서만 볼 수 있는 무궁화 묘포를 만들어 애국심을 일깨우려는 심산으로 전국 학교, 교회, 산하단체 등에 판매·보급 하였다.

일제가 무궁화 묘목을 판매하지 못하게 하자 무궁화 묘목과 유사한 뽕나무 묘목을 겹쳐서 길러 뽕나무 묘목이 오면 무궁화를 끼워주는 등 무궁화 번식을 위한 다양한 방법을 고안 했다.

남궁억 선생은 1931년 “무궁화동산”이란 노래를 보리울학교 학생들에게 가르치기 위해 만들었으나 당시 동아일보에 크게 보도된 후 “무궁화 동산



◇한서 남궁억 동상

사건”으로 남궁억 선생이 체포되고 보리울학교도 폐쇄되었으며, 심한 고문과 옥고로 말미암아 1939년 4월 77세의 나이로 타계 하였다.

한서 남궁억 선생이 전생애에 걸쳐 실현하고자 한 무궁화

정신은 서면 보리울마을 뿐만 아니라 홍천 전체의 자랑이라고 할 수 있다.

홍천군이 무궁화의 고장으로 손색없는 명실상부한 무궁화 고향으로 자리매김하여 남궁억 선생의 무궁화사랑, 나라사랑 정신이 후대에도 길이 이어지기를 기대해 본다.

참고 : 문화콘텐츠진흥원

전소열 기자(silverhong21@naver.com)

인생칼럼



석도익

소설가

사람이 만물의 영장이라고 하지만 크게 잘난 것도 없다. 덩치 큰 짐승보다 힘이 세지도 못하고, 새같이 날지도 못할 뿐더러, 다른 동물들에 비해 빨리 달리지도 못하고, 수리 매같이 멀리 볼 수도 없으며, 작은 소리도 잘 듣지도 못하고, 후각 또한 개만도 못하다. 이러한 신체적 조건 때문에 살아남기 위해 꾀를 내어 물질문명을 발달시켜 왔을 것이다. 이 같이 나약한 사람이기 때문에, 두려움을 의지하기 위해서 자연의 위대함을 숭배하고, 하늘을 믿으며, 태양을 섬기고 달에 소원을 말하고, 산과 바

다에서 일용할 양식을 얻음에 감사하며, 이곳에 있을 신이 노하지 않게 처신하고, 빌면서 살아온 후예다.

태양은 매일 어김없이 둥글게 떠오르지만 달은 매일 다른 모습으로 변하며 밤을 밝힌다. 그 변하는 모양에 따라 달이 가고 해가 바뀌는 현상에 만월의 둥근 보름달을 숭배했을 것이다. 우리 민족은 일 년에 두 번 보름달을 성스럽게 맞이한다. 정월달 대

씻고 일 년 동안 몸을 건강하기 위하여 체력을 보강하는 오곡음식과 견과류로 부럼을 깨물어 먹었고, 대보름날은 화를 식구숫자대로 만들어 보름달이 뜨는 동쪽을 향하여 나란히 꽃아놓고 횃불을 밝히며, 온가족이 둘러서서 달이 뜨기를 기다린다.

산마루에 빛이 어리고 달이 붕긔하게 떠오르는 만월을 향하여 귀를 붙들고 달을 향해 절을 하며, 각자의

아니라 우주선을 타고 가보았더니 별거 아닌 땅 덩어리에 불과하다고, 신비가 벗겨지고 나니, 그 어느 누구도 귀 붙잡고 절하며 자신의 소중한 소원을 이루어 달라고 빌어보는 사람은 없다.

세월이 흐를수록 정답고 아름다운 미풍양속(美風良俗)의 세시풍습(歲時風習)은 사라져 가고, 이해타산(利害打算)에 이기적 숫자만 거래되는 메말라가는 이즈음 미신일지라도 그냥 그렸으면 좋겠다고, 믿어가며 서로의 따듯함을 느끼고 싶다.

올해 갓 지나간 정월 대보름에는 개인의 소원성취야 각자의 노력으로 성취되도록 하고, 우리들의 힘으로 이루기 어려운 국태민안(國泰民安)의 으뜸인, 사람의 건강을 해치고, 자유롭게 만날 수도 없게 만들며, 장기전으로 고통을 주고 있는 코로나19를 하루속히 종식시켜 달라고, 다시 한번 더 다함께 빌어보자.

“나라는 태평하고 국민은 건강하며 평화로운 한 해가 되게 하여 주십시오.” 하고.

정월 대보름달에 바라는 소원

보름에는 소원을 빌었고 팔월 보름날을 추석이라 하여 일 년 농사를 잘하게 해준 하늘과 한가위 달에게 감사하는 마음을 빌었다. 새해를 맞이하는 설에는 조상을 위하고, 부모 친척 어른들께 효와 예를 올리는 세배를 드리고, 어른들은 아이들의 새해 꿈을 응원하며, 설빔을 입히고 세배 돈을 내림으로써 사랑을 표해왔다.

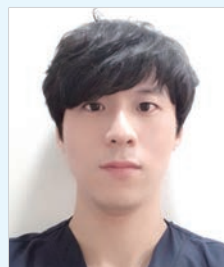
설을 지내고 열 나흘째는 액운을

소원을 빌고 나면, 어른들은 동네큰 집에 모여 술과 다과로 정담을 나누고, 아이들은 타는 횃불을 들고 동네 공터로 모여 쥐불놀이가 벌어진다.

정신없이 놀다보면 불뿔이 튀어 옷을 태우기도 하지만 지금의 화약불꽃놀이보다 더 흥미 있는 놀이였다.

달은 그 옛날이나 변함없지만 소원을 들어주는 신비스러운 달의 세계에 계수나무와 옥토끼가 살고 있는 것이

건강정보



김홍일

삼성마취통증의학과의원 과장

치명적인 위험 뇌졸중

국내 뇌졸중 환자는 매년 60만 명에 이른다고 합니다. 현대인에게 뇌졸중이 많은 이유는 고혈압, 당뇨병, 심장질환, 흡연, 과음, 기름진 식생활 등 위험요인들이 늘었음에도 제대로 관리하지 않기 때문입니다. 그대로 방치하다가 어느 날 갑자기 뇌졸중이 발생할 수 있게 됩니다. 뇌졸중은 한국인 사망 원인 4위 전 세계 사망원인 2위로 매우 위험도가 높습니다. 또한 살아남게 되더라도 3명 중 1명은 반신마비나 언어장애 등 평생 장애를 가지게 되어 본인을 포함한 가족들도 고생하게 됩니다. 세계보건기구는 매년 10월 29일을 세계 뇌졸중의 날로 지정하고 뇌졸중의 위험을 알리고 있을 정도입니다.

치명적인 위험 뇌졸중



뇌졸중 자가진단

* 아래 증상이 갑작스럽게 나타나면 뇌졸중을 강하게 의심해 볼 수 있으니 응급실로 내원해 정확한 진단을 받아야한다.

- 갑자기 심한 두통이 생긴다
- 갑자기 어지럽고 자주 넘어진다
- 갑자기 세상 반쪽이 잘 안 보인다
- 갑자기 한쪽 팔과 다리가 저려온다
- 갑자기 말을 못하고 발음이 어눌해진다

자료=서울아산병원

뇌졸중 주범은 동맥경화, 고혈압이 있으면 가속화!!

뇌졸중은 혈관이 막히거나 터져서 뇌 조직이 손상되는 질환입니다. 크게 혈관이 막히면 뇌경색, 터지면 뇌출혈로 구분하는데 전체 뇌졸중의 80%는 뇌경색으로 발생합니다. 뇌경색은 동맥경화가 주범으로 혈관 벽 내부에 지방과 염증이 쌓여 동맥이 딱딱하게 굳어진 상태를 말합니다. 고혈압이 있으면 동맥경화가 더 심해져 뇌졸중 확률이 5배 높아지게 됩니다. 젊은 사람도 고혈압이 심하면 뇌졸중이 올 수 있게 됩니다.

고혈압으로 혈압이 높으면 혈액이

혈관을 지날 때 마다 혈관 벽에 압력을 주게 되는데 이때 혈관 벽이 망가지면 혈관 속을 지나는 지방질이나 불순물이 혈관 벽 안으로 들어오게 되면서 콜레스테롤이 쌓이게 됩니다, 그러면서 염증반응으로 인하여 혈관 벽이 점점 두껍고 단단해지면서 혈관이 좁아지게 되는데 이때 혈액순환 장애가 발생하여 뇌졸중 등이 오게 됩니다. 동맥경화 외에서 심방세동, 판막증 등 심장질환도 뇌졸중을 일으킬 수 있는 위험한 질병입니다.

뇌졸중은 주로 55세 이후 발병률이 높아지는데 10살이 증가할 때마다 뇌졸중 발생률이 2배씩 증가하게 됩니

다. 이 뇌졸중의 주요 원인이 되는 동맥경화는 오랜 시간에 걸쳐 서서히 진행되어 혈관이 50%이상 좁아지고 나서야 증상이 느껴지게 됩니다. 사실 뇌졸중은 갑자기 발생한 것처럼 보이지만 실제로는 오랜 시간 전 부터 나빠져서 나타나는 결과입니다.

골든타임 3시간

뇌졸중은 발병시간 3시간 안에 혈관을 뚫어주면 뇌 손상을 크게 낮추어 후유증을 많이 줄일 수 있습니다. 시간이 지연될수록 환자의 상태는 악화되어 치명적이게 됩니다. 평소 뇌졸중 증상을 알아두었다가 이상증상을 빠르게 식별하는 것이 매우 중요하다고 할 수 있습니다. 대표적인 증상으로 심한 두통, 어지럽고 쓰러짐, 시야가 반이 잘 안보임, 한쪽 팔과 다리가 저림, 말을 못하거나 발음이 어눌해지는 현상이 있습니다.

만약 뇌졸중이 의심이 된다면 약이나 음식 등을 먹지 않고 빠르게 응급실로 가는 것이 가장 좋습니다. 뇌졸중은 심한 증상이 나타나기 전에는 쉽게 구분하기 어렵기 때문에 평소 운동을 자주하기, 음식 싱겁게 먹기, 음주 및 흡연하지 않기, 혈압과 콜레스테롤 수치 관리. 등 미리 미리 자신의 건강에 더욱 신경 써야 할 것입니다.

달라지는 기초연금 / 국민연금공단 홍천지사

65세 이상 어르신, 1월부터 기초연금 월 최대 30만원 받아

□ 2021년 1월부터 개정된 기초연금법에 따라 월 최대 30만 원 지급 대상이 **기초연금 수급자 전체**로 확대된다. 매년 변경되는 **선정기준액**은 노인 단독가구 기준 '21년 169만 원으로 14.2% 인상된다.

□ 2020년 소득하위 40%까지 적용되었던 월 최대 30만 원 지급대상*은 단계적으로 확대**되어, 올해에는 소득하위 70% 이하 **기초연금 수급자 전체**가 최대 지급액 대상자가 된다.

* 국민연금 수령액과 배우자의 기초연금 수급 여부 등에 따라 지급액 감액 가능

** 기초연금 최대 지급액 확대 추이 : ('14.7월) 20만 원 → ('18.9월) 25만 원 → ('19.4월) 소득하위 20%이하 30만 원 → ('20.1월) 소득하위 40%이하 30만 원 → ('21.1월) 수급자 전체 30만 원

○ 이에 따라 2020년 소득하위 70%이하 최대 지급액인 254,760원을 지급받던 어르신은 2021년 인상된 30만 원을 지급받아 매월 4.5만 원의 연금액이 인상된다.

□ 아울러, 노인 단독가구 기준 **선정기준액**은 '20년 148만 원에서 '21년 169만 원으로 14.2% 인상되었다.

* 부부가구 선정기준액 '20년 236.8만 원 → '21년 270.4만 원 (33.6만 원, 14.2% 인상)

○ 이로 인해 '20년도에 월 소득인정액이 148만 원을 초과하여, 기초연금을 받지 못했던 어르신도 '21년 1월부터 월 소득인정액이 169만 원을 넘지 않으면 기초연금을 받을 수 있다.

□ 또한, 일하는 어르신이 최저임금 인상으로 불이익을 받지 않도록, '21년도 **인상된 최저임금**('20년 8,590원 → '21년 8,720원)을 반영하여 **근로소득 공제액을 98만 원으로 상향** 조정하였다.

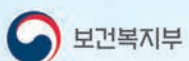
□ 2021년 달라진 기초연금제도의 혜택을 받기 위해서는 반드시 “**신청**”하여야 하며, 올해는 **만 65세에 도달한 1956년생** 어르신들이 신규 신청 대상이다.

○ 생일이 속한 달의 한 달 전부터 신청* 할 수 있으며, 신청 희망 시 주소지 관할 동 주민센터 및 읍·면사무소 또는 주소지와 관계없이 가까운 국민연금공단 지사를 방문하면 된다.

* 1956년 2월생 어르신은 2021년 1월 1일부터 기초연금 신청 가능

□ 경민수 **지사장**은 “「구슬이 서 말이라도 꿰어야 보배다」라는 속담이 있듯이 **변경된 기초연금 기준이 나에게 적용**되더라도 신청하지 않으면 받을 수 없으므로, 일단 한 번 **반드시 신청**해보실 것을 권해 드린다”고 밝혔다.

☎ 문의: 국민연금공단 1355 / 국민연금공단 홍천지사 033-439-5430



“기초연금 **인상** 좋아졌네!”

2021년 1월부터 만 65세 이상 어르신 중 소득하위 70%까지 월 최대 30만원 지급합니다.

주소지 관할 동 주민센터 (읍·면 사무소) 등 가까운 국민연금공단 지사 방문신청 (☎ 국번없이 1355)

