

전통시장 한가위 '온기' 되찾았다

거듭된 악천후와 더위 탓에 농수산물 고물가가 이어지면서 한산했던 전통시장이 추석에 코앞에 두고 '온기'를 되찾았다.

최근 맑은 날씨가 계속돼 작황이 좋아진 채소류를 중심으로 가격이 하락한데다 정부와 지자체, 기업들이 펼친 '온누리 상품권'을 구입한 것도 전통시장 돌기에 일조한 덕분이다.

8일 양동시장에 따르면 추석 '단대목'(짧은 대목)이 다가오면서 손님이 다소 늘었다. 농수산물 가격의 강세가 이어져 예년에 비해 크게 증가한 것은 아니지만 서민 위주로 저렴한 전통시장을 이용하려는 손님이 증가했다는 것.

이날 농수산물유통공사의 가격정보를 보면 실제 채소류를 중심으로 7일 전에 비해 가격은 떨어졌다. 광주지역에서 팔리는 시금치(상품) 1kg은 이날 6750원으로, 일주일 전 8750원에 비해 2000원가량 떨어졌고, 오이(다다기 상품) 1kg은 2400원에서 2333원으로, 토마토(상품) 1kg은 3700원에서 3000원으로, 방울토마토(상품) 1kg도 6000원에서 5600원으로 가격이 하락했다.

양동시장 김영호 상인회장은 "추석 대목은 설 대목에 비해

정부·지자체·기업 앞장서

'온누리 상품권' 구입 일조

채소류·과일 등 가격 하락

손님들 복직... 모처럼 활기

다소 짧은데다 더위 탓에 음식이 변질할 우려가 높아 추석이 코앞에 다가와야 복직하는 분위기가 이뤄진다"며 "추석을 앞두고 날씨가 좋아 과일·채소값이 떨어지면서 전통시장이 다소 활기를 띠고 있다"고 말했다.

전통시장 전용 상품권인 '온누리상품권'이 많이 팔린 것도 시장 상인들을 반갑게 했다.

지난 2010년 한해 광주·전남지역에서는 모두 129억2572만

원어치의 온누리상품권이 팔렸지만, 올해는 8월까지만 196억 3584만원어치가 시중에 유통됐다. 광주신용보증재단 등 관공서들은 구입한 온누리상품권을 이용해 '전통시장 장보기 행사'를 갖기도 했다. 이에 따라 시장 상인회장들은 올 추석 전통시장에서 사용된 온누리 상품권이 지난해에 비하면 40% 가까이 상승한 것으로 보고 있다.

하지만 일부 시장 상인들은 '반짝 활기'일 뿐, 올해는 '추석 대목 분위기를 느낄 수 없다'고 호소하기도 했다. 광주시 북구 말바우시장의 이모(여·43)씨는 "계속된 농수산물 고물가에 재고를 들이오지 못해, 막상 손님이 찾더라도 판매할 상품이 부족하다"며 "뒤늦게 물건을 주문했지만, 사실상 대목 판매는 끝난 것 같다"고 아쉬워했다.

광주시 남구 남광주시장 박모(56)씨도 "전통시장의 강점은 대형마트보다 저렴한 물건값에 있었지만, 올해 유독 가격이 뛰어버린 채소와 과일, 수산물 탓에 경쟁력을 잃어버렸다"며 "올 추석은 예전 추석과 분위기가 다르다"고 안타까워했다.

/임동률기자 exian@kwangju.co.kr

■ 2011추석연휴 특별무상점검 서비스 실시 장소

구분	현대	기아	한국지엠	르노삼성	쌍용
실시간	2011.9.9~9.16(6일)/귀향선 9.9~11, 귀경선 9.12~24				
종합상황실	080-600-6000	080-200-2000	080-3000-5000	080-300-3000	080-500-5582
호남	정읍	▽, ▲	-	▽, ▲	▽, ▲
	백양사	-	▽, ▲	-	-
중부	이천	-	-	▽, ▲	-
	음성	▽, ▲	-	-	▽, ▲
중부내륙	충주	▽, ▲	▽, ▲	-	-
	삼진강	-	-	▲	-
남해	진영	-	-	-	▽, ▲
	함안	▽, ▲	-	-	-
천안·안산	정안	▽, ▲	▽, ▲	-	-
	화성	▽, ▲	▽, ▲	-	-
서해안	홍성	▽, ▲	-	-	▽, ▲
	대전	-	-	-	▽, ▲
	군산	▽, ▲	▽, ▲	-	-

주 1. ▲표는 귀향선, ▼표는 귀경선
2. 서비스코너 운영시간 : 09:00~17:00 (8시간)

(자료:한국자동차공업협회)

고속도로 주행 공기 10% 더 주입

연료비 아끼고 타이어 수명 연장

■ 귀성길 안전운행 필수 타이어 상식

추석 연휴, 자동차 장거리 주행에서 가장 먼저 확인할 것이 '타이어'다.

지난해 한국소비자원이 대한타이어공업협회와 서울과 광주 등 5대 도시 운행 차량과 운전자 1051명을 대상으로 타이어 마모도 등을 확인한 결과, 전체 차량의 33%가 불량 타이어를 장착한 채 주행중이었다. 공기압 부족(64.6%)이 가장 많았고, 타이어 노화(29.6%), 마모 한도 초과(27.2%), 공기압 과다(20.4%)가 뒤를 이었다. 6개월 이상 타이어를 점검하지 않은 운전자도 40%에 달했다.

귀성길 등 장거리 운전을 앞두고 안전운행에 필수인 타이어 상식을 알아봤다. <마모된 타이어 가급적 바리=타이어의 홈을 살펴보면 마모도를 알 수 있는 줄이 있다. 이 줄 기준으로 깊이가 1.6mm 이하의 타이어는 제동거리가 급격히 늘어나 사고유발 가능성을 높일 수 있기 때문이다. 타이어 마모도는 한 달에 한 번 정도 운전자가 직접 확인하거나 가까운 정비소, 타이어 전문점에서 점검해야 한다. 비싼 고성능 타이어의 경우, 비용이 아까워 마모 한도 이상으로 사용하면 아무리 최고급이라 하더라도 일반 타이어의 성능에 미치지 못한다. <타이어 교환방법 숙지=주행 중 '핑크'가 나면 바람은 서서히 빠진다. 운전자가 주행 중 이상한 점을 느

끼 시간은 충분히 있는 셈. 이럴 경우 빨리 갖거나 고속도로 휴게소 등으로 이동하는 게 중요하다. 핑크가 나면 한쪽 바퀴에서 이상 진동·소음이 발생하거나 한쪽 방향으로 차가 쏠리고, 핸들조작이 어려워진다. 고속도로나 국도 한가운데서 핑크가 날 경우 긴급출동 서비스를 부를 수도 있지만 연휴기간 중에는 시간이 오래 걸릴 수도 있어, 차를 안전한 곳으로 옮긴 뒤 직접 타이어를 갈아 끼울 수 있다면 시간을 절약할 수도 있다. <고속도로는 10~15% 더 주입하라=자동차 정비소에서 타이어의 공기압은 보통 승용차 기준 30~33PSI를 유지하도록 하고 있다. 하지만 고속도로 주행시에는 공기를 10~15% 더 주입하는 게 좋다. 연료비를 최대 10%까지 아낄 수 있으며 타이어 수명 연장에도 도움이 된다. 또 타이어 공기압은 승차감과 안전성에도 큰 영향을 주기 때문에 장거리 주행 전에는 반드시 점검할 필요가 있다. 수명 연장과 연비 향상을 위해 1만 km 가량 주행한 뒤에는 앞뒤의 위치를 바꿔주는 것도 좋다. 대부분이 전문인 국내 승용차 특성상, 구동을 담당해 마모가 많은 앞타이어와 비교적 마모가 적은 뒷타이어를 정기적으로 교환하면 주행능수도 향상된다. /임동률기자 exian@kwangju.co.kr



8일 오전 광주시 남구 남광주시장이 추석을 코앞에 두고 장을 보려는 손님들로 북적이고 있다. 최근 채소류를 중심으로 작황이 좋아져 농산물 가격이 하락하면서 전통시장은 다소 '온기'를 되찾았다. /김진수기자 jeans@kwangju.co.kr

■ 추석 건강관리 이렇게

추석이 코앞에 다가왔다. 올 추석 연휴는 주말을 끼고 겨우 4일뿐이어서 귀향과 성묘, 귀경 등의 일정을 모두 소화하기에 상당한 무리가 따를 것으로 보인다. 더욱이 예년에 비해 보름가량 일찍 찾아온 추석이어서 고온다습한 날씨가 음식보관에도 악영향을 줄 것으로 전망된다. 전문가들의 도움말로 올 추석 건강관리요령을 알아봤다.

<짧은 추석 연휴, 무리한 일정이 건강 해칠 수도=명절 피로의 대부분은 장거리 운전과 수면 부족, 생체리듬의 변화에서 비롯된다. 특히 자동차로 새벽이나 야간에 장거리 이동을 하는 경우가 많아지고, 짧은 연휴로 정체가 심각해지면서 피로도는 극에 달할 것으로 우려된다. 명절이 끝나고 명절증후군을 겪지 않으려면 아무리 늦게 자더라도 아침에는 평상시의 기상 시간을 지켜 깨어나는 게 좋다. 가급적 연휴 마지막 날은

장거리 운전 2시간마다 10분 휴식 취해야

늦게 자더라도 평상시 기상 시간 지켜라

최대한 휴식을 취함으로써 남은 피로를 완전히 풀 수 있는 안중시간을 갖도록 해야 한다.

<정체된 도로, 안전운전의 비결은 스트레칭=귀향길이나 귀성길처럼 정체된 도로 위에서 운전이 단조로우 피로가 가중되고 자칫하면 졸음운전을 하기 쉽다. 따라서 2

시간마다 차를 세워 10분 이상씩 휴식을 취해야 한다. 범퍼에 한쪽 다리를 올려놓고 상체를 다리 쪽으로 굽힌 채 15초 동안 멈추기를 교대로 반복하는 체조가 운전자의 피로 회복과 정신 집중에 도움이 된다.

<고열량·고콜레스테롤 음식 주의=지방이 있는 환자와 귀향길에 동행할 때는 사전에 응급상황에 대처할 만한 준비를 해야 한다. 의료보험증과 상비약을 지참하는 것은 기본이다. 당뇨환자의 경우 과식으로 인한 고혈당도 문제지만 배탈이나 설사로 저혈당이 유발될 수도 있는 만큼 주의가 필요하다. /연행뉴스

풍성한 한가위

결실의 계절과 함께 찾아온 한가위
모든분들 가슴마다 정겨운 추석으로 물들었으면 좋겠습니다.
가족과 함께 즐거운 시간 보내시고 고향길 잘 다녀 오십시오.
언제나 감사 드립니다.

믿음이 있는 대학 · 믿음을 주는 대학 — **광신대학교**