정병석의 경제멘토링

고령화를 기회로 만들자

세계 각국이 급속한 고령화에 어떻게 대처해야 할지에 고심하고 있다. 이런 고령화는 우리에게 위기이고 도전이지만 한편으로는 새로운 사업기회를 의미한다.

새로운 비즈니스 기회를 감지하는 데는 역시 금융전문가들이 가장 빠른 것 같다. 서점에 나와있는 고령화 관련 서적들은 대개 금융전문가나 금융기관의 퇴직·연금 관련 연구소에서 작성한 것들이다.

한국은행에서는 2010년 44조원 규모의 실버산업이 10년 후면 149조원 규모로 커질 것이라고 전망한다. 고령화에 따른 의료 요양 노인보호 주택개량 취미 사회봉사 등 실버산업이 향후 급성장할 신 성장산업인 것이다.

실버산업을 육성하려면 우선 고령자 친화형 도시를 만들어 고령자들이 실제 생활하며 잘 적응하는지 실험해 보고 계속 보완발전시키는 것부터 해보는 것이 좋겠다.

장애인들이 휠체어를 타고 시내를 다니려면 엄청나게 힘들다고 한다. 시 당국에서는 장애인 편의형으로 도로 등을 잘 정비해 놓았다고 자랑하더라도 막상 당사자는 일반인들이 느끼지 못하는 많은 애로를 겪게 된다. 직접 해보지 않고 그 처지에 처해 보지 않으면 그 애로사항을 제대로 알기 어렵다. 도로 중간 중간에 끊어진 곳, 파손된 채 방치된 곳, 울퉁불퉁한 곳이 왜 그리 많은지. 이런 것을 직접 당사자가 되어 겪어 보지 않고 어떻게 이용자 편의형으로 만들 수 있겠는가.

그래서 어떤 도시나 지역을 지정해 고령자 친화도시로 만들고 모든 아이디어와 지혜를 모아 도로 교통체계 편의시설 등을 고령자친화형으로 만들어 보면 어떨까. 그곳에 고령자들을 많이 유치하여 생활하게 하면서 이들의 생활상황을 계속 모니터해 보는 것이다. 그렇게 하면 다른 사람이 느낄 수 없는 애로사항을 빨리 깨닫고 더 편리하게 시설을 바꾸는 아이디어가 만들어진다. 고령자 친화형 도시를 만들려는 다른 도시의 행정가들이 시찰하러 오게 하는 것이다. 이 자체도 비즈니스이다.

일본에서는 배리어프리 디자인이 유행한다고 한다. 더 보편적인 개념으로는 유니버설 디자인이라는 표현이 쓰인다. 그야말로 나이에 관계없이 장애인이라도 쉽게 조작하고 사용하며 또 쉽게 바꿀 수 있게 디자인하고 간편하게 만드는 것이 핵심이다.

배리어프리 주택, 램프, 미끄럼 방지 신발, 손쉬운 수도꼭지, 성인친화형 기저귀, 노인돕는 로봇 등 이미 많은 제품들이 나와 성공사례를 만들어 가고 있다. 전문가만 알 수 있는 특별한 디자인보다는 손쉽게 쓸 수 있는 디자인이 중요해 지는 시대가 된 것이다.

고령자 문제를 고령자를 활용해 풀자는 아이디어도 돋보인다. 노인요양, 노인보호, 안전 시설 등에 고령자를 대거 배치해 복지수준도 향상하고 일자리도 늘리는 식으로 운영하는 것이다. 이렇게 고령자 일자리를 늘리는 것이 복지증진에 예산을 쓰는 것보다 더 효과적이다.

보육시설이나 문화시설에도 고령자를 대거 일하게 하면 서비스 시간을 대폭 늘리고 서비스 질도 개선할 수 있다. 새벽부터 밤늦게까지 고령자들을 시간제로 배치하면 얼마든지 보육 서비스 시간을 늘릴 수 있다. 그런데 이렇게 하려면 무엇이 문제인가?

정규 근무시간이 아닌 시간대는 정규 보육이라기 보다 그냥 아동보호라고 볼 수 있어 자격증이 꼭 필요한 업무가 아니다. 젊은 부모들이 자기 자녀를 노인들에게 맡기기를 기피할까? 어차피 노인인 시어머니, 장모님이 억지로 맡아 하루 종일 애들을 돌보느라 허리디스크 생기게 하는 것보다 건강한 노인들이 하루에 2~3시간씩 나누어 보수를 받고 돌보게 하는 것이 더 낫지 않을까?

초·중학교에도 안전관리나 생활지도, 학습지도 등 이렇게 고령자들에게 개방할 분야가 넘쳐난다. 직장 경험도 많고 시간의 여유도 많은 고령자들에게 일하면서 후진들에게 봉사한다는 자긍심까지 갖게 한다면 일석이조를 넘어 많은 장점이 있다.

문제는 실천이다. 지자체 단위에서 여러 관계자들을 설득하여 이를 추진하면 된다고 생각한다. 손쉽게 할 수 있는 일부터 제대로 시행하는 것이 중요하다.

임금이나 근로시간 제도를 고령자가 일할 수 있게 개편하는 것도 필요하다. 우리나라처럼 근속기간에 따라 임금이 계속 늘어나는 근속급 체계를 갖고 있으면 고령자들을 채용하고 일하게 하는 게 어려워진다. 생산성이 더 늘어나지 않는 일정한 연령대를 넘어서면 임금이 감소하더라도 계속 일할 수 있는 일자리를 갖게 하는 것이 더 중요하다.

노사 서로가 적절한 양보와 타협을 해야 한다. 일을 계속 하려면 임금을 양보하는 자세도 필요하다. 근로시간이나 계약기간을 유연하게 만드는 것도 이런 면에서 중요하다.

고령자들이 정년 후 재고용 또는 새로운 일을 하게 하려면 적절한 맞춤형 재훈련이 필요하다. 업무에 대한 기술·지식은 말할 것도 없고 고령자에 맞는 안전관리 요령이나 후배 관리자·고객들과 일하는 데 필요한 직업관 등을 교육해야 한다.

〈한양대 석좌교수〉

종교칼럼

지금 이 순간

일담

하루는 천신이 부처님께 묻습니다. "저 수행자들은 거친 숲속에 거주하면서 하루에 한끼만 먹는데도 왜 안색이 저리도 맑습니까?" 그러자 부처님이 게송으로 답하시길

지나간 것에 슬퍼하지 않고
오지 않은 것을 동경하지 않으며
현재에 얻은 것으로만 삶을 영위하나니
그들의 안색은 그래서 맑도다.
아직 오지 않은 것을 동경하는 자
이미 지나간 것을 두고 슬퍼하는 자
어리석은 그들은 시들어가나니
푸른 갈대 잘려서 시들어가듯

몇 년 전에 플로리다에 있는 한국 절에 살았던 적이 있다. 한국 교포들이 만든 조그마한 절로 일요법회를 보면서 혼자서 생활해야 했다. 6개월쯤 지났을까? 한국보다 큰 땅덩어리를 가지고 있는 플로리다 주에 한국 승려는 오직 나뿐이라는 생각에 몸서리치게 외로웠다. 지금 생각해 보면 방랑벽이 또 도졌던 것인데 괜히 플로리다까지 왔다는 생각, 한국 사찰에 대한 그리움으로 괴로웠다. 책임감 때문에 절을 떠나지 못하니 넓은 마당과 야자수가 왜 그리 답답했는지 그때마다 명상으로 마음을 다스렸다.

당시에 토요일마다 미국인들과 함께 참선수행을 했다. 호흡에 집중하는 명상수행을 했는데 홀로 있는 시간에도 틈틈이 연습을 하곤 했다. 그날도 갑자기 답답한 마음에 법당에 들어가 홀로 앉아 호흡에 집중했다. 호흡에 집중하면 들끓던 마음이 쉽게 가라앉고 편안해지는 것을 그동안 참선 경험을 통해서 알았던 것이다. 어느 날처럼 편안해지는 마음을 바라보면서 문득 왜 이렇게 호흡에 집중하면 편안해질까라는 의문이 들었다. 해답은 너무 쉬웠다. 원래부터 나를 구속하고 괴롭히던 실재는 존재하지 않다는 사실이었다. 내 마음은 원래부터 편안했었다. 나를 붙잡고 있는 것은 아무것도 없다. 그냥 떠나고 싶으면 걸망을 싸서 오늘이라도 떠나면 된다. 무책임하게 들릴지 모르지만 출가한 승려에게 그것은 오히려 짐이 되지 않는다. 그런데 스스로 상을 만들어서 그 속에 갇혀 괴로워하고 외로워했던 것이다. 그 사실을 깨닫는 순간 자리를 털고 일어나도 답답한 마음이 생기지 않았다. 지금 이 순간에 집중하면 본래 편안한 내 마음자리가 드러난다는 사실을 통해 괴로움의 실체가 없다는 사실을 깨달은 것이다.

정현수 정신과 의사는 우리 마음이 과거와 미래에 갔을 때 괴롭고 불행해지고 정신이 불건강해진다고 한다. 즉 과거를 생각하면 좋은 것보다 괴롭고 후회스런 일들이 떠오르기 쉽고 좋았던 추억도 현재에 만족하지 못하기 때문에 떠오르는 경향이 강하다는 것이다. 또한 미래는 본래부터 불안한 것이라 암울한 생각이 들 때가 많고 계획을 세우고 실천하는 것은 미래를 생각하는 것이 아니라 현재적인 성격을 띠는 계획으로 현재 벌어질 일을 위하여 준비하는 작업이라는 것이다. 그래서 과거와 미래에 마음이 갔을 때 스트레스가 생기며 현재에 집중했을 때 스트레스에서 해방될 수 있다고 이야기한다.

호흡명상은 현재에 집중할 수 있게 훈련하는 쉽고도 좋은 수행법이다. 백련사에서 템플스테이를 하면서 아침저녁 명상시간마다 호흡에 집중하는 명상을 하게 한다. 그리고 집에 돌아가서도, 차를 운전하면서, 마트에서 장을 보면서, 누군가를 기다리면서도 자주 훈련을 하길 권한다. 호흡명상은 배우는 것이 아니라 연습을 통해서 지금 이 순간을 바로 살 수 있게 훈련하고 체득하는 것이다. 보통 사람들은 흔히 잊고 살아가지만 손가락을 코끝에 갔다 대면 코로 오고가는 숨결이 느껴진다. 손가락을 떼고 코끝에 들고 나가는 호흡에 집중해 보자. 바로 지금 이 순간을 살게 하는 수행법 호흡관의 시작이다.

〈백련사 총무 스님〉

기고

우리도 한때는 후진국이었음을

최범채

병원에 오는 해외 불임환자 중 유난히 몽골부부가 많다. 그들은 대체로 친지들의 도움까지 받아가며 돈을 모아서 의료선진국인 대한민국을 찾는다. 혈연의 의리를 보여주는 우리의 과거 정서가 기억나는 대목이다. 그런데 아무래도 우리나라가 그들보다 경제부국이다 보니 몽골인뿐만 아니라 이른바 개발도상국에서 온 사람들의 불법 체류가능성은 늘 상존한다. 불임치료의 특성상 반드시 부부가 동행해야 한다는 점과 막대한 치료비용을 마련해야한다는 점 등이 그들로서는 불법체류의 유혹에 빠지게 되는 요인이기도 할 것이다.

몽골환자 B씨 부부는 작년에 진행된 시험관아기시술로 인해 얻게 된 수정란을 부인의 자궁에 이식하기 위해 6개월 만에 다시 우리 병원을 방문했다. 호르몬 약만 복용하다가 적절한 배란 시기에 냉동해두었던 수정란을 해동해 자궁 내에 주입해주면 끝나는 마지막 과정이었다.

그런데 평소 은근히 걱정하던 일이 그들 부부에게서 터질 줄이야. 병원 도착 이튿날 아침, 외래 앞에서 B씨가 사색이 되어 발을 동동 구르고 있었다. B씨의 말에 의하면, 아침에 남편이 불법체류자로 천안에서 체포돼 대전 출입국관리소를 통해 청주 외국인보호감호소로 이송 중이라는 것이었다. 죄목은 의료 관광을 빙자한 외국인 불법체류. 분명 불임치료가 주목적이었던 B씨 남편의 순간적인 실수가 큰일을 만들고 만 듯했다. 그 순간 한 가지 생각이 떠올랐다. 그는 과연 제대로 된 통역과 한국 사정에 대한 설명이 뒤따른 조사를 받았을까? 그런 의문이 든 나는 최선을 다해 출입국 관리사무소에 소명서와 탄원서를 제출했다. 다행히도 담당 공무원은 우리 측의 탄원을 인정해주었다. 다시 부인 품으로 돌아온 남편의 몰골은 그 이틀 동안에 눈이 퀭해지고 저 사람이 그 사람일까 할 정도로 핼쑥해 있었다. 그는 내 진료실 문 앞에서 90도 각도로 허리를 굽히고서 고개를 들지 못하고 닭똥 같은 눈물을 흘렸다.

몽골에서 신문기자 생활을 하며 사회 유지로 살아오던 그가 생면부지 이국땅 구치소에서 이틀 동안이나 잡혀 있게 되는 악몽을 꾼 셈이다. 자초지종을 들어보니, 그는 국내에 거주하는 몽골친구를 따라서 2시간여 동안 일을 하다가 철장행이 된 것이다. 그를 변호해줄 사람은커녕 몽골어를 알아듣는 사람이 단 하나도 없었으니, 창졸간에 닥친 그 사태를 생각해보면 닭똥 같은 그 눈물의 의미가 십이분 이해되었다.

나도 언어 때문에 그와 비슷한 같은 경험을 미국에서 했었다. 유학시절, 자동차 면허시험장에서 생긴 해프닝이다. 그 당시 나는 '쓰리 포인트 턴(three point turn)'이 무슨 말인지 이해하지 못했다. 옆자리에 앉은 면허시험장 감독관이 소리를 질러대는 데도 나는 앞만 보고 계속 차를 몰았다. 목소리가 점점 커지더니 급기야 그는 문짝을 주먹으로 쿵쾅쿵쾅 두들기며 윽박질렀다. 미국에 도착한 지 일주일도 안 된 나로서는 그의 태도에 더더욱 긴장해서 운전대를 꼬옥 움켜쥐고 있을 뿐이었다. 그전까지 나는 미국 사람은 화를 못 내는 줄 알았다. 더군다나 그 분노의 당사자가 나라니! 놀란 가슴 반, 어색한 마음 반으로 웃는 표정을 지었더니, 그 남자는 눈알이 튀어나올듯한 표정을 지어보이며 나에게 알아들을 수 없는 영어 폭탄을 쏘아 댔다. 그 판국에도 나는 '히어링(hearing)'이 잘 안 되니 천천히 말해달라고 부탁했다. 그러자 그는 나에게 차에서 내리라고 하더니 손가락을 흔들어대면서 내가 거짓말까지 한다고 입에 거품을 물었다. 제복을 입은 다른 동료들이 튀어나와 나를 사무실로 데리고 갔다. 그제서야 나는, 내가 매우 험악한 쪽으로 연루되어간다는 느낌을 받았다. 사무실에 앉아있는 동안 별의별 생각이 스쳤다. 곰곰이 생각해보니 '쓰리 포인트 턴'이 우리식으로 하면 유턴(U-turn)인 것 같았고, '히어링'이 아니라 '리스닝(listening)'에 문제가 있다고 했어야 했다. 그러나 이미 깨진 항아리였다. 그 사건으로 보스턴 경찰이 출동하는 소동이 벌어졌다. 롱부츠에 독일군 장교 같은 차림의 경찰에게서는 위압감이 느껴졌다.

그런데 그런 상황을 유심히 지켜보던 나의 수호천사가 있었다. 캐롤(Carol)이라는 백발 할머니였다. 그분은 아까부터 이 상황을 유심히 지켜보신 게 틀림없었다. 이윽고 캐롤 할머니는 거칠었던 감독관과 경찰을 상대로 나를 변론해주기 시작했다. "저 사람은 영어에 서툴고 우리 문화에 서툴 수밖에 없는 동양인이다. 당신들이 이 나라 사람이라 해서 저 사람에게 당신들의 모든 것을 알고 있어야 한다고 하면, 그건 당신들의 오만이다." 이런 내용이었던 것 같다. 그들은 할머니의 당당한 논리에 곧바로 설복되었다.

나는 당시 한국에서는 목에 힘이 조금 들어가 있는 의사이자 교수였지만 미국 자동차 면허시험장에서 정확한 변명도 못하고 얼떨결에 혼자 당한 수모와 망가진 자존심을 이제까지 누구에게도 발설하지 못하고 살아왔었다. 그런데 몽골에서 신문기자인 B씨 남편으로 인한 소동이 그때 그 기억을 일으켜 세워주었다.

지금은 하늘나라에 계실 캐롤 할머니 20여 년이 지난 지금, 이제는 그분의 정신이 우리나라를 찾은 많은 개발도상국의 사람들에게도 절실한 시점이 온 것이 아닐까 생각해본다.

〈시엘병원장〉

◇독자투고 환영합니다

독자투고를 기다립니다. 주변의 작은 이야기들, 생활의 경험 등 어떤 내용의 원고나 사진, 만화, 만평도 환영합니다. 채택된 원고는 고료를 지급합니다. 원고를 보내실 때는 이름, 주소, 전화번호를 함께 적어 주십시오.

501-711 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2 광주일보 오피니언 담당자
전화 062-2200-628/팩스 062-222-4918/e메일 opinion@kwangju.co.kr

사설

여수엑스포 사후활용 시간끌기 안 된다

여수세계박람회가 폐막한 지 두 달이 넘었지만 박람회장 사후활용은 지지부진을 면치 못하고 있다. 정부가 사후활용을 책임질 별도기구 창설을 미루고 있는 데다 부지 매각도 늦어지고 있기 때문이다. 보다 못한 지역민과 시민단체들이 정부의 미온적인 태도를 규탄하고 나선 것도 이런 이유다.

전남도와 여수시에 따르면 정부는 최근 박람회 부지를 매입할 업체를 찾기 위해 '여수세계박람회 사후활용 개발사업'을 추진하고 있다. 오는 26일까지 신청 접수를 받고 심사를 거쳐 사업자를 선정한다는 구상이지만 기업들이 적극적으로 참여하지 않고 있다고 한다. 사업 면적이 65만㎡에 달하고, 정부의 선(先) 투자가 전혀 없는 탓이다.

게다가 사후활용을 맡아 운영하게 별도의 기구 설립도 하세월이다. 박람회 정산업무에 집중하느라 사후활용 작업은 아예 손을 놓고 있기 때문이다.

사정이 이렇다 보니, 박람회 폐막 후 "광주·전남지역에 남은 것은 영구시설인 아쿠아리움 밖에는 없다"는 볼멘소리가 터져 나오고 있다. 남해안 크루즈 관광의 교두보가 될 것으로 기대됐던 박람회장 내 크루즈 부두는 운영비 24억 원을 마련하지 못해 철수된 상태다. 또 박람회장 부지 매각이 늦어지면서 글로벌 해양레저관광 단지로 개발하려던 장밋빛 청사진도 올 스톱된 상태다.

이제나 저제나 사후활용대책을 고대해온 지역 시민단체들은 지난달 31일 성명을 통해 "정부가 여수박람회를 3개월 전시이벤트로 끝내고 잠시 눈길을 모았던 남해안 연안과 해양에 대한 관심을 외면하고 있다"고 비난하고 나섰다.

박람회 성공 개최는 관람객 유치는 물론 효율적인 사후활용을 통해 지역발전을 이끌어내자는 의미가 크다. 따라서 정부는 속히 구체적인 계획과 일정을 마련해 여수를 '해양관광의 메카'로 개발하겠다는 당초의 취지를 살려내야 할 것이다.

호남고속철 '몰아치기 공사' 부실 우려 크다

정부가 호남고속철도 건설사업과 관련해 완공 당해연도인 2014년에 예산을 몰아치기로 투입할 예정이어서 부실공사 우려가 크다. 한 해에 예산을 집중하다 보면 공사 과정에 많은 하자가 발생할 수밖에 없기 때문이다.

민주당 김동철 의원에 따르면 호남고속철 건설사업의 총 예산 8조7283억 원 중 올해 1조7300억 원(19.8%), 2012년 1조7400억 원(19.9%), 마지막 해엔 2조2756억 원(26.1%)이 투입된다고 한다. 경부고속철의 경우 1단계 예산이 완공 2년 전 14.1%, 1년 전 9.0%, 완공 당해 3.3%를, 2단계도 2년 전 19.8%, 1년 전 23.3%, 완공 당해 10.8%를 각각 배정한 것과 비교하면 그야말로 대조적이다.

건설공사는 사업 중반과 종반기에 예산을 집중 투입하고, 마지막 해에는 시운전 등 안전 점검에 치중하는 것이 기본 상식이다. 국가의 대형 프로젝트일수록 이러한 기본 원칙은 철저히 지켜야만 한다. 그런데도 유독 호남고속철만 남은 2년 동안 44%의 공사를 마쳐야 한다는 건 또 다른 홀대가 아닐 수 없다.

더딘 공정률도 문제다. 완공 2년 전인 올 현재 56.1%에 불과하다. 경부고속철의 완공 2년 전 공정률 1단계 92.0%, 2단계 60.9%와 비교해도 큰 차이가 난다. 막판 예산 몰아치기는 이명박 정부가 4대강 살리기 사업 등에 예산을 집중하면서 호남고속철 같은 국가기간사업을 외면한 데 있다. 호남고속철 예산 30%를 4대강에 쏟아부은 것이다.

완공 당해 연도에 예산이 몰리게 되면 무리한 공사에 따라 날림공사는 물론이고 대형사고를 유발할 가능성도 크다.

정부는 내년도 호남고속철 예산을 획기적으로 증액해야 한다. 대선 후보들도 말로만 '호남 구애'를 할 게 아니라 주요 현안에 대해 행동으로 보여줘야 할 것이다.

無等鼓

장오죄

조말생 사건 이후 장오죄를 저지른 당사자는 물론 후손들까지 벼슬길에 나가지 못하도록 제도화 했다.

장안(贓案) 또는 장오인녹안(贓汚人錄案)이라는 일종의 전과자 명부를 만들어 인사때마다 검증을 거쳤다. 그래도 조선후기로 갈수록 횡령이 속출해 관리들이 빼돌린 공금을 백성에게 떠넘겨 세금을 더 거두는 도결(都結)이 성행했다.

시대는 변해도 장오죄는 사라지지 않고 있다. 요즘에는 공무원들이 공금에 손을 대는 경우가 많다. 1994년 말에 일어난 부천 세도사건은 건국 이래 최대의 공무원 세금횡령 스캔들로 꼽힌다. 당시 부천시 원미구 공무원 35명이 5년간 지방세 100억 원을 빼돌렸다가 적발됐다.

2009년에는 충남 홍성군 공무원들이 사무용품을 구입한 것처럼 허위로 서류를 작성해 7억 원의 예산을 빼먹었다. 홍성군 전체 공무원의 16%인 108명이 이 사건에 가담한 것으로 드러났다.

이번에는 여수에서 기능직 말단 공무원이 76억 원이란 세금을 쌈짓돈처럼 사용하다 적발됐다. 완도에서는 여자 공무원이 2년간 5억원의 공금을 빼돌렸다.

연좌제법의 문제는 조상의 실수가 후손들의 앞길까지 막는다는데 있다. 그렇지만 세금도둑에 대해서는 장리자손금고법이라도 부활시켜 강하게 처벌하는 것을 고민해 봐야 할 시점이 아닌가 한다.

/장필수 사회부 차장 bungy@kwangju.co.kr

光州日報 The Kwangju Ilbo
사장·발행·편집·인쇄인 金汝松 논설주간 申港樂 편집국장 曺庚完
1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주가1(일간) 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2(우편번호 501-711)
대표전화 222-8111·2200-551〈지사·지국(구독신청·배달안내)〉 광고문의 062-227-9600
편집국안내
〈대표 FAX 222-4918〉 문화생활부 2200-661
편 집 부 2200-649 여론매체부 2200-621
정 경 부 2200-612 체 육 팀 2200-697
〈대표 FAX 222-4918〉 사 진 부 2200-693
사 회 부 2200-616 조 사 부 2200-571
〈대표 FAX 222-4267〉 전 산 팀 2200-685
경영지원국 2200-515 문화홍보국 2200-541
〈FAX 222-8005〉 〈FAX 222-0195〉
광고마케팅국 227-9600 독자서비스국 2200-551
〈FAX 227-9500〉 〈FAX 227-9500〉
디 자 인 2200-536 서 울 지 사 02-773-9331
기획사업국 2200-555 〈FAX 02-773-9335〉
※구독료 월정 10,000원 1부 500원
본지는 신문윤리 강령 및 그 실천요강을 준수합니다