

### 한국지방신문협회 공동 칼럼 光日春秋



이우걸 시조시인·한국시조시인협회장

젊은 영혼의 편력을 도시적 감수성으로 노래해서 화제가 되었던 '서른, 잔치는 끝났다'의 최영미 시인이 새로 펴낸 시집 '이미 뜨거운 것들'에는 '한국의 정치인'이란 작품이 있다.

대학은 그들에게 멍에 박사학위를 수여하고/ 기업은 그들에게 후원금을 내고/ 교회는 그들을 위해 기도하고/ 병원은 그들에게 입원실을 제공하고/ 비서들이 약속을 잡아주고/ 운전수가 문을 열어주고/ 보좌관들이 연설문을 써주고/ 말하기 곤란하면 대변인이 대신 말해주고/ 미용사가 머리를 만져주고/ 집안 청소나 설거지 따위는 격정할 필요도 없고 (도대체 이 인간들은 혼자 하는 일이 뭐지?)

### 철없는 철새들

지나치게 직설적이어서 굳이 설명을 덧붙일 필요조차 없다. 여기에 그려진 현실은 당연히 이 시 속의 가상(假想)현실일 뿐이다. 그럼에도 불구하고 이 시 속의 가상(假想)현실을 바로 우리가 일상적으로 만나게 되는 실제의 풍경이라고 생각하는 사람이 적지 않다. 그래서 이 시에 공감하는 독자가 많다. 공감하는 독자가 많다는 것은 이 시가 현실에 가깝다는 사실을 증명하는 것이다.

꺼여있는 일부 정치인들이 이런 일상으로부터 탈출을 꿈꾸고, 그 실현을 위해 노력해왔지만 안타깝게도 눈에 띄이는 성과가 별로 없다. 또 이 풍경이 중앙정치의 한 단면일 뿐이라고 우기는 사람에게는도 고개를 끄덕여 주기가 어렵다.

학식도, 인품도 의심스러운 사람에게 멍에박사학위를 예사로 주는 지역 대학들이 있고, 무소불위의 파워로 제왕적 지자체장을 지낸 뒤 사법 처리되는 경우를 우리는 허다하게 보아왔기 때문이다.

지금쯤 바야흐로 정치의 계절풍이 불기 시작했다. 지역 정가의 미풍은 태풍을 예고하는 신호다. 텃새들은 텃새들대로 새로운 일전을 준비하고 있고, 철새들은 철새들대로 성공을 꿈꾸며 조심조심 껴어들기를 시도하고 있다.

도하고 있다. 텃새라고 무조건 믿을 수도 없고, 철새라고 굳이 내칠 필요도 없다. 여러 지역, 여러 기관에서 경험을 쌓은 눈 밝은 철새들이 있다면 근시안적이고 비전 없는 텃새들보다 훨씬 지역 발전에 도움이 될 것이기 때문이다.

그러나 선거 때만 고개 숙이고 찾아오는 철새들이 대부분이다. 이들을 더 경계하고 의심하면서 마음속으로 다음과 같은 질문을 수없이 던진다. 그 첫 번째, 당신은 정말 이 지역을 사랑하는가? 두 번째, 당신은 이 지역에 대한 사랑만큼 철저한 공부를 하고 왔는가? 세 번째, 중앙정치의 어떤 힘만을 믿고 지역 일을 맡으려는 것은 아닌가? 네 번째, 이 일을 맡게 된다면 스스로도 행복하고, 지역민도 행복해지리라는 확신을 갖고 있는가? 마지막으로, 당신은 봉사하는 습관이 있는가이다.

흔히 외지에서 갑자기 날아온 철새들의 수사는 상투적이다. 이 지역이 고향과 같다거나 제 2의 고향이라거나 하는 경우뿐 아니라 심지어는 이곳에서 뼈를 묻겠다는 지킴이 어려운 국민까지 서슴지 않는다.

자극력이 유일한 실력인 철새의 경우 정치 앞전을 벌리게 되면 틀과 관계없이 심각

한 위법행위도 아랑곳하지 않는다. 중앙 정치에 연줄을 대며 우쭐거리는 철새는 대개 지역 관리 대리인 수준이다. 지금 이 시대 대한민국에서 마스터키를 가진 권력자가 어디 있는가. 대부분 이런 철새들은 허풍과 비현실적인 공약을 남발한다.

지역 단체장이 되거나 의원이 될 경우 지역민을 위해 봉사한다는 자세를 가져야 그 직무를 올바르게 수행할 수 있다. 그런 자세는 어느 날 갑자기 마음을 굳게 먹었다고 되는 것이 아니다. 습관화 되어있지 않으면 마음 따라 몸이 움직이지 않는다.

아울러 열과 성을 다해서 주민들의 신임을 얻으면 자연히 권력자가 된다. 자기가 가지지 않으려고 해도 가질 수밖에 없는 영향력이 권력이다. 직무와 관련된 공권력과 주민의 신뢰로 얻게 되는 영향력이 합쳐지면 상상할 수 없는 힘이 생긴다. 이 힘을 자제하여 현명하게 쓸 줄 아는 자에게까지 갖추고 있어야 한다.

이러한 질문에 대한 철저한 자기 검증도 없이 권력의 맛을 보려고 뛰어드는 철새가 있다면 '철없는 철새'라고 부를 수밖에 없다. 유권자들은 벌써부터 그런 철새들을 가려내기 위해 조심조심 눈과 귀를 열어놓고 있다.

### 의료칼럼

### 여름철 허리건강



강경도 세계로병원 5정형외과 원장

통증은 조기에 치료해야 만성화 통증으로 진행되는 것을 막을 수 있으며, 근본적인 원인을 찾아 병의 악화를 막아야 한다.

이월 때일수록 허리 건강에 대해 주의해야 한다. 허리 통증을 예방하기 위해서는 평소의 바른 자세, 적절한 운동, 올바른 식습관, 절주와 금연 등이 중요하다. 특히 허리 건강에는 평소 올바른 자세가 무척 중요하다. 허리가 과도하게 당겨지거나 늘어지지 않도록 하고 의자에 앉을 때는 4cm두께의 쿠션이나 베개로 허리 부위를 받치는 것이 바람직하다. 또 의자는 등받침이나 팔걸이가 있는 것이 좋다. 앉아 있을 때 발이 바닥에 닿지 않고 허공에 떠있으면 자세가 불안해지고 허리에 부담을 준다. 의자에 앉아 휴식을 취할 때나 방바닥에 누울 때도 허리 밑에 받침을 놓아 허리 곡선을 유지하는 것이 도움이 된다.

물건을 들어올릴 때는 허리를 굽힌 채로 하기보다는 허리를 꼭 편 채로 물건을 몸에 가까이 붙여서 들어올리는 것이 허리에 무리가 가지 않는다.

신발 역시 중요하다. 굽이 높은 구두, 하이힐, 킥힐 등은 신지 않는 것이 바람직하다. 굽이 높은 신발을 신게 되면 체중의 중심이 앞으로 이동하게 되어 허리 근육 및 관절, 디스크에 무리가 간다.

또한 높은 베개는 목 척추의 정상 곡선을 변형시키며, 목 뒷부분 근육과 인대 등이 긴장상태가 장시간 유지되면 뒷목 통증을 유발할 수 있다. 따라서 높은 베개는 피해야 한다.

허리가 불편할 때는 부드러운 베개를 무릎 밑에 받치면 허리의 근육 및 인대에 부담이 줄어들어 허리에 무리가 가지 않는다. 베개가 없다면 목욕수건을 말아 허리에 두르는 것도 도움이 된다. 또한 얇드려 잘 때는 베개를 베지 않는 것이 좋다. 얇드려 얼굴 밑에 베개를 놓고 목을 옆으로 돌려 장시간 잠을 자게 되면 목 척추가 비틀어진 채로 유지돼 목 근육 및 인대에 무리가 오며, 통증이 생긴다.

실외에서 육체적인 일을 하는 분들이 실내에서 일하는 분들보다 요통으로 더 많이

고생할 것 같지만 그렇지 않다. 이들은 몸을 자주 움직이면서 근육을 단련하기 때문에 강한 허리를 가지고 있다. 오히려 실내에서 일하는 사람들이 주말에 운동을 하거나 집 안일을 돕는다고 일하고 난 뒤 다음날 허리 통증으로 병원을 찾아오는 경우가 더 많다. 따라서 규칙적인 운동을 하는 것이 허리 건강에도 도움이 된다. 허리 건강에는 걷기, 등산, 수영, 자전거 타기 등이 좋다.

흡연은 백해무익하다는 것은 누구나 아는 사실이다. 흡연 속의 니코틴은 혈관을 수축시켜 척추 주변부의 혈액 공급을 부족하게 해 허리 주변 근육 및 인대를 약하게 하며, 디스크의 퇴행성 변화에도 영향을 준다.

허리 건강에 도움이 되는 음식으로는 단백질, 갈수록, 인산 등 뼈를 만드는데 도움이 되는 우유, 요구르트, 치즈, 멸치, 미역, 김 등이 있으며 골다공증 예방에도 좋다.

장마철에는 실내 습도 조절에도 신경을 써야 하며, 통풍 부위가 찬바람에 노출되면 증상이 심해질 수 있기 때문에 병방 조절에도 유의해야 한다.

### 社說

### 순천정원박람회 관람객 크게 줄고 있으니

반환점을 앞둔 순천만 국제정원박람회 관람객 감소폭이 심상치 않다고 한다. 더욱이 개최에 따른 '수해'가 미미하다는 지적까지 나오고 있어 이리다간 성공 개최에 빨간불이 켜지는 것 아니냐는 우려마저 높아지고 있다. 정원박람회 조직위원회에 따르면 일요일인 지난 14일 입장객 수는 7875명에 내려간 이후 3일에는 3764명으로 최저치를 기록했다고 한다. 9만6822명으로 최고치였던 지난 5월18일과 비교하면 5%에도 미치지 못한 참담한 결과다.

조직위는 무더위가 지나는 9월 중순부터는 관람객이 늘어 목표치인 400만 명이 넘을 거라고 말하고 있지만 현실은 암울하다. 박람회 전 기간 입장할 수 있는 시민권을 구입한 지역민의 재방문 횟수가 갈수록 늘고 있는데다 관람객 증가를 유도할 획기적인 대안도 없어 외지인들의 관람이 늘어날지 미지수다. 자칫 '알맹이'는 없고 수취만 부풀려질

가능성이 높다. 또 지역 발전의 교두보가 될 것이라고 기대를 했던 지역민들의 실망감도 커지고 있다. 그동안 다녀간 관람객들의 상당수가 '당일치기'이거나 편의시설이 좋은 여수·광양·보성 등지로 움직이면서 순천지역 상가, 숙박업소, 음식점 등에는 기대했던 소득을 안겨주지 못하고 있다. 당장 대책을 세우지 않는다면 6개월간 2455억 원의 천문학적 예산이 투입된 국제행사자 용두사미로 끝날 수도 있다.

조직위와 순천시는 개장 이후 운영과정에서 드러난 문제점을 철저히 점검하고, 남은 기간 성공 개최로 이끌 종합적인 대책을 마련해야 한다. 폐막까지 달성 가능한 치밀한 관람객 유치 시뮬레이션과 예측 분석도 필요한 시점이다. 목표 관람객 수 달성에 급급해 막판에 저가표를 남발하고, 각종 수익사업에서 실패의 쓴맛을 봤던 여수박람회의 교훈을 잊지 말아야 할 것이다.

### 광주시내버스 '짜증 노선' 재편 시급하다

광주시내버스 적자 보전책이 올해 404억 원에서 내년에는 635억 원으로 늘어날 것이라고 한다. 하지만, 지난 2007년 준공영제 실시 이후 매년 300억 원에 달하는 예산을 지원하는데도 시내버스에 대한 시민들의 만족도는 오히려 떨어지고 있다. 노선에 문제가 있는데다 광주시의 안일한 행정 때문이다.

16일 광주시가 현대산업정보연구원 에 의뢰한 시내버스 준공영제 발전방안 운영 결과에 따르면 수환 1·2통, 첨단 1·2통, 효천, 진월, 백운 택지개발지구 등 신도시 구역에 인구가 급증하고 있는데도 수년째 시내버스 노선 연장 및 신설이 되지 않아 주민들이 큰 불편을 겪고 있다고 것이다.

광산구의 인구밀집지역인 첨단 1·2통~수환~신항~신가~운남~유산~송정동을 경유하는 노선의 경우 첨단 40분 버스가 유일하고, 무려 1시간19분이 소요된다고 한다. 반면 구도심에서는 여러 대의 버스가 겹쳐 운행하는 중

복노선도 많아 적자 운영 등 각종 부자유이 속출하고 있다.

특히 시내에는 급행간선 4개, 간선 28개, 지선 62개 등 94개 노선에 930대의 버스가 운행 중이지만 이 중 흑자 노선은 급행 3개, 간선 2개 등 5개 노선에 불과하다. 이같은 적자 운영으로 인해 광주시가 지원하는 보조금만 2007년 196억 원, 이후 200~400억 원대에서 2018년에는 690억 원으로 대폭 늘어날 전망이다.

막대한 열세 지원에도 불편을 주는 것은 광주시가 늘어나는 재정 부담을 이유로 시민들의 이용 편의를 외면한 채 노선 개편을 고려한 데 있다.

따라서 광주시는 신도심에 노선을 확 대하고, 배차간격을 줄이는 등 재정비를 해야 한다. 또한, 구도심의 중복운행도 개선해 교통 혼잡과 운행 비용의 부담을 덜어줘야 한다. '시민의 발'이 제 역할을 할 수 있도록 전체적인 노선 재편이 시급하다.

### 無 等 鼓

사나이로 태어나서 할 일도 많다면/ 너와 나 나라 지키는 영광에 살았다/ 전투와 전투 속에...소리쳐 사나이 라느냐/ 너와 나 겨러 지키는 결심에 살았다/ 훈련과 훈련 속에 맺어진 전우야... 군대를 다녀온 대한민국 남성들에게는 가슴 뭉클한 군가 '진짜사나이' 다.

최근 MBC 예능프로그램 '일밤-진짜사나이'가 일요일 동 시간대 시청률을 평정하며, 대한민국 여성들의 군대에 대한 이해의 폭을 넓히고 있어 화제다. 남자들이 여자들 앞에서 하지 말아야 할 최악의 이야기 중 하나가 군대 이야기다. 여성들은 남자들이 2명 이상만 모이면 군대에서 힘들었던 이야기와 일화에 시간가는 줄 모른다고 꾸념한다.

그런데 '일밤-진짜사나이'가 이러한 여자들의 고정 관념을 바꿔 놓았다. 최근 방송에서 '진짜사나이' 공부부대 두 번째 이야기가 펼쳐졌다. 소위 무(無)에서 유(有)를 창조하는 공부부대는 불가능이 없는 곳이었다. 한여름 땀벌 아래서 검은 위장크림이 다 지워질 정도로 구슬땀을 흘리며, 다리

를 세운 공부들과 '진짜사나이' 멤버들의 고생을 본 이들이라면 이 단순한 장면에서 숙연함을 느낄 수밖에 없었다.

'진짜사나이'는 리얼 입대 프로젝트라는 말 그대로 진정성을 가지고 시청자들에게 다가간다. 인기 스타들이 비록 한 달에 한 번씩 4박5일간의 짧은 일정이지만 일반 병사들과 함께 똑같이 훈련하고 생활하는 모습에서 시청자들은 낯선 군대문화를 함께 공감한다.

### 진짜사나이



부대를 옮길 때마다 전 우애로 눈물지고, 고된 훈련이 끝난 뒤 바나나 라떼에 온 세상을 얻은 듯 환호하는 모습은 진정성이 넘쳐난다. 함께 고생하면서 땀과 열정으로 협동을 통해 결과물을 만들어 내는 모습은 송고하기까지 하다.

여성들은 고된 군복무의 실제와 그 과정에서 자연스럽게 생기는 진한 전우애를 통해 감동을 느끼고, 대한민국 보충자들에게 찬사를 보내고 있는 것이 다. 한여름 땀벌 아래서 군복도수호에 여념이 없는 대한민국 '진짜사나이'들에게 감사와 격려를 보낸다. /최재호 경제부장 lion@kwangju.co.kr

### 기고

### '빛가람도시' 중국 상하이 교류 교두보로 활용하자



나도팔 재광 나주항우회장·전 전남도혁신도시건설지원단장

(녹색기후기금, Green Climate Fund)를 유치했다. 우리나라가 처음으로 유치한 환경분야의 세계은행(WB)이라고 할 수 있으며, 개도국의 온실가스 감축과 기후변화 적응을 지원하는 대형 국제금융기구다. 기후변화 장기재원 중 상당부분의 조달과 집행에서 중추적 역할을 맡게 된다. 장기재원은 공공·민간재원 등을 통해 늘려나가며, 2020년까지 매년 1000억 달러 규모로 조성된다. 이를 통해 당장 500명 정도의 고급 일자리가 창출된다. 또, 송도에 미국의 뉴욕 주립대학을 필두로 국제적 명성이 있는 하버드대학 분교 등이 잇따라 동지를 틀어 국제도시로 빠르게 변모하고 있다.

친환경 농산물을 기대를 걸고 있는 전남은 향후 30년 이내 어떠한 변화를 기대할 수 있을까? 공급하다. 지방분권을 줄기차게 주장하고, 분권만 되면 만사가 해결되리라는 착각은 "그렇다면 당신의 자식을 지방 대학에 보내고 싶은가?"라는 질문을 해보면 자명해진다. 이는 광주·전남에 연봉 1억원짜리 직장이 몇 십개라도 생겨야 한다는 현실에 대한 반증이다.

막고 살 직장이 변변치 못하여 고향을 떠나는 젊은이들이 수도북한 현실에 이에 대한 예방책을 수립하는 것이 급선무이다. 이를 조금이나마 막아 줄 대안이 바로 나주혁신도시 '빛가람'이다. 인구 5만 명의 자족형 독립신도시지만 쾌적하고, 수도권과 1시간 대 교류가 가능하고, 자연풍광과 농어촌 식생이 풍부한 새로운 패러다임을 창조하는 도시이기 때문이다.

역사적으로 호남의 중심지 역할을 해온 나주에 새로운 바람을 일으키야 한다. 국내 최대 공기업이 함께 하는 혁신창출도시! 젊은이가 선호하는 직장이 많은 도시로, 한국 전력 등이 들어서면 그 방계회사들이 운집하게 될 것이다. 이를 기회로 지역 인재들이 고향 자립이로 나서게 될 것이며, 영산강 르네상스시대가 활짝 열릴 것이다.

모두가 꿈꾸고 누구나 살고 싶은 도시 빛가람으로 꾸며야 한다. 지난 3월 16개 이주 기관 중 처음 이주한 우정사업정보센터가 현관식을 갖고 공식 업무를 시작했다. 우정사업정보센터는 전국 우체국의 우편 및 금융정보화 시스템 개발 및 유지관리, 전산장

비 설치 등 우정사업 IT네트워크를 총괄 관리하는 기관이다.

이 첫 출발을 계기로 빛가람도시의 모습이 나비가 비상하는 형태인 점을 감안하여 '나비 효과'(butterfly effect)가 광주·전남 전역으로 확산하기를 기대한다. 지역의 영재들에게 장학의 기회를 많이 주어 모두가 서울로만 갈 것이 아니라 이제는 중국의 상업도시 상하이로 유학을 보내 그들이 학업을 마친 후 상하이와 전남의 가교역할을 할 수 있도록 장학제도를 운영하여 지역 인재 풀을 튼튼하게 만들어야 할 것이다.

무안 공항을 통한 해외 교류를 가정한다면 제일 크고 가까운 도시가 바로 중국 상하이이다. 지금도 정기 여객기가 오가고 있으니 여기에 조금만 힘을 보태면 인구 1500만명의 국제도시와 소통하게 되는 것이다.

지금 가장 중요한 것은 나주 혁신도시에 양질의 일자리를 창출하는 것이다. 품격과 여유가 있는 도시, 새로운 패러다임을 창조하는 도시 빛가람! 광주·전남의 미래를 환하게 비추는 도시로 탄생하길 기대해 본다.

### '데이트 폭력' 묵인 말고 자기표현 확실히 하자

데이트 폭력이라는 말에 익숙하지 않을 것이다. 사실 거부감적이고 전통적인 유교주의 사상에 깊은 뿌리가 있는 우리나라에서는 집안에서 아버지의 폭력조차 묵인되거나 당연시 되어 왔던게 사실이다. 하지만 아무리 아버지라 해도 아내 혹은 자녀를 때릴 경우 이것이 가장 폭력이 되고, 가장 폭력을 행사해서는 안 된다는 개념이 성립된 것도 그다지 오래전의 일은 아니다.

이와 마찬가지로 우리가 잘 염두에 두지 않았던 부분이 청춘 남녀간에 데이트 도중에 발생하는 데이트 폭력이 아닐까 생각한다. 즉 남자가 연인인 여성을 때리는 경우인데 대부분의 여성들이 그냥 참거나 이해하고 넘어가려는 경향이 있다. 그러나 모든 여성들이 염두에 뒀야 하는 문제는 이런 데이트 폭력을 그냥 묵인하거나 방조할 경우 그게 점차 심해지게 된다는 것이다. 그리고 정말 큰 문제는 연애 당시부터 이런 식으로 폭력이 일상화되고 익숙해진 경우 결혼 후 남편의 폭력으로 이어질 수 있다는 점이다.

가까운 친구는 남자친구를 만난 지 1년 정도 됐는데 이 친구가 조금만 잘못해도 때린다. 한번은 만나보니 온몸에 멍이 들기도 했고 가끔 칼을 들이대기도 한다는 것이다. 내가 너무 무서워서 즉시 헤어지라고 했으나 그 남자가 "죽고 싶으면 헤어져라"고 했다는 것이다.

정말 이 친구는 나중에 헤어지고 싶은데 무서워서 못 헤어지다가 휴대폰 번호를 바꾼 뒤 집 전체가 이사를 하면서 그나마 남자를 때려놓을 수 있었다.

이런 데이트 폭력을 방지하기 위해서는 폭력을 당했을 경우 자기표현을 확실하게 함과 동시에 애초에 자신이 원인을 제공했다는 식으로 자책하지 않아야하고, 계속 폭력적인 언행을 하지 못하도록 여성이 현명한 판단을 해야 한다. 안 그러면 결혼 후가 정폭력으로 이어지고야 말 것이다.

▲노정숙·광주시 서구 농성동

光 卍 日 報		The Kwangju Ilbo	
사장·발행·편집·인쇄인 <b>金汝松</b> 논설주간 <b>申滄樂</b> 편집국장 <b>奇賢鎬</b>			
1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주가1(일간) 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2 우편번호 501-1111			
대표전화 222-8111·2200-551(지사·지국)구독신청·매달안내) 광고문의 062-227-9600			
편집국내 (대표 FAX 222-4918) 편집부 2200-649 정 치 부 2200-612 (대표 FAX 222-4918) 사 회 부 2200-616 (대표 FAX 222-4267)	경 제 부 2200-663 문화생활부 2200-661 여론매체부 2200-621 체 육 부 2200-697 사 진 부 2200-693 조 사 부 2200-571	경영지원국 2200-515 (F A X 222-8005) 광고마케팅부 227-9600 (F A X 227-9500) 디자인실 2200-536 프로젝트팀 2200-555 ※구독료 월정 10,000원 1부 500원	문화사업국 2200-541 (F A X 222-0195) 독자서비스국 2200-551 (F A X 227-9500) (F A X 02-773-9331) (F A X 02-773-9335)
본지는 신문윤리 강령 및 그 실천요강을 준수합니다			