

즐기는 생활체육...건강한 광주·전남

참여율 전남 67.2% 가장 높아... 광주는 57.8%

전국 2.3%P오른 45.5%... 걷기·등산·헬스 順

광주·전남 지역민들이 건강을 챙기기 위해 배드민턴, 게이트볼 등 생활체육을 즐기고 있는 것으로 드러났다.

광주지역 일선 학교 운동장마다 배드민턴, 배구 동호회가 활동하고 노인 인구가 많은 전남 일선 시군도 앞다퉈 게이트볼 경기장을 건설하는 등 체육 인프라를 늘려 생활체육 인구 증가에 힘쓰고 있다.

또 우리 국민 가운데 규칙적으로 생활체육에 참여하는 사람이 100만 명이나 증가한 것으로 나타났다.

문화체육관광부는 17일 "지난해 11월과 12월에 걸쳐 전국 10세 이상 9000명을 대상으로 생활체육 참여 실태조사(신뢰도 95%, 오차범위 ±1.03%)를 실시한 결과 주 1회 이상 규칙적으로 운동하는 사람이 45.5%였다"고 발표했다.

이 같은 수치는 2012년의 43.2%보다 2.3% 증가한 것이며 전체 인구로 계산하면 생활 체육 참가자가 100만명이나 늘었다.

지역별 생활체육 참여율은 전남이 67.2%로 가장 높았고 제주 60.2%, 광주 57.8%, 인천 53.6%, 서울 50.7% 순이다. 충남의 생활체육 참여율이 36.5%로 가장 낮았다.

광주는 유니버시아드 대회 등 각종 국제 스포츠 행사를 유치하면서 체육에 대한 관심이 커지고, 관련 동호회도 늘어 생활체육인이 증가한 것으로 풀이된다.

또 전남은 체육시설 확충과 생활 스포츠를 진행하는 사회복지 시설이 많아졌기 때문에 생활체육을 즐기는 주민이 많은 것으로 분석된다.

이번 조사에서 한 달에 한 번도 운동을 하지 않는 생활체육 미참여율은 2012년 51.8%에서 지난해 41.8%로 10%나 줄었다.

성별로 보면 여성의 참여율이 40.0%에서 43.3%로 3.3% 증가했으며 남성은 46.6%에서 47.8%로 소폭 늘어났다. 연령별로는 30대가 39.6%에서 49.8%로 가장 많이

지역별 생활체육 참여율 (%)

지역	참여율		
	2013년	2012년	증감
전남	67.2	52.4	14.8
제주	60.2	55.6	4.6
광주	57.8	51.7	6.1
인천	53.6	48.9	4.7
서울	50.7	45.2	5.5
전북	48.8	48.8	0.0
대전	44.4	38.9	5.5
강원	43.7	48.6	-4.9
충북	43.5	33.2	10.3
경기	41.7	40.1	1.6
대구	41.6	43.0	-1.4
울산	40.2	57.4	-17.2
경남	39.9	34.4	5.5
부산	38.8	35.0	3.8
경북	38.0	48.2	-10.2
충남	36.5	37.9	-1.4

(문체부 제공)

증가했고 그 다음으로 20대가 5.0%, 60대는 3.1% 증가세를 보였다.

10대 여학생은 운동 참여율이 2012년 25.3%에서 지난해 20.6%로 떨어지며 가장 낮았다.

이처럼 생활체육 참가율이 증가하면서 국민 1인당 체육 활동에 투자하는 비용은 2012년 연 48만 9600원에서 지난해 61만3416원으

로 25.2%나 증가했다.

지난해 10세 이상 우리 국민이 생활체육에 투자한 총비용은 약 12조원에 이르는 것으로 추정된다.

특히 실태조사 응답자의 72%가 체육 활동으로 인해 의료비가 감소했다고 밝혀 경제적 파급효과는 더욱 클 것으로 보인다.

생활체육 참여 종목은 걷기가 31.8%로 가장 많았고 등산(22.6%), 헬스(9.7%), 축구(9.0%), 자전거(6.9%), 수영(6.7%), 배드민턴(5.4%) 순이다.

문체부는 10대 여학생들의 생활체육 참여율을 높일 수 있도록 치어리딩, 피구, 힙합·재즈, 요가, 피트니스 등 특화 프로그램을 운영하는 학교를 지난해 184개교에서 올해 850개교로 확대할 방침이다.

또 생활체육을 혼자 하기보다 친구, 가족들과 함께 참여하는 방식으로 변화되는 만큼 전 세대가 어울려 다양한 종목을 즐길 수 있는 종합형 스포츠클럽을 지난해 9개에서 올해 19개로 확대하는 등 체육시설 공급 방식을 바꿀 예정이다.

/오광록기자 kroh@kwangju.co.kr

수년간 지급 '장수수당' 이리지도 저리지도

광주 남구·전남 지자체, 기초노령연금과 90% 이상 중복

복지부, 유사수당 폐지 압박... 지자체 표 떨어질까 눈치

광주시 남구와 전남 일선 시·군이 수년간 지급해왔던 장수수당 지속 여부를 놓고 고민이 깊어지고 있다. 지금껏 지급해 왔던 것을 안 주자니 노인들한테 민보일 수 있고, 주자니 노령연금과 맞물려 중복지원 논란에다 정부의 압박도 무시할 수 없기 때문이다.

17일 광주시 남구와 전남도 일선 시·군에 따르면 광주 남구를 비롯한 전남 22개 시군 중 여수와 순천, 나주, 보성 등 19개 시·군에서 적게는 2만원에서 많게는 10만원까지 장수수당을 지급하고 있다. 광주의 나머지 지역은 4곳과 목포, 신안, 함평 등 3곳은 장수수당을 주지 않고 있다.

수혜 인원만 3만3000여명으로 지난해 기준 56억원 가량이 지급된 것으로 알려졌다. 장수수당에 대한 공감의 의미를 담아 75세 이상에서 100세까지 지자체별로 금액과 대상도

다양하다. 광주 남구는 3대가 5년 이상 관내에 거주한 가구 중 80세 이상 노인에게 연 10만원을 장수수당으로 지급하고 있다. 올해에만 597명이 대상이다. 여수, 순천, 나주, 고흥, 곡성 등 5곳은 장수 수당 말고도 100세, 효도, 효행장려 등의 명목으로 별도로 장려금을 주고 있다.

지난 2005년 고흥과 구례군을 시작으로 점차 늘기 시작해 지난해는 담양과 해남까지 조례를 제정, 지원에 나섰다.

하지만 민선 단체장 출범 이후 노인 공경이라는 애초 취지보다는 '선심성 정책'이라는 지적 등이 꾸준히 제기돼 왔다.

보건복지부는 지난 2008년 기초노령연금(65세 이상)을 시행하면서 지급 대상 90% 이상이 중복되며 폐지를 권고한 데다 오는 7월 노령연금

확대를 앞두고 지자체 지원예산 삭감 검토 등 강경한 태도를 보이고 있다.

그러나 일선 시군은 오는 6월 지방선거를 앞두고 장수수당을 폐지했을 때의 후폭풍을 우려, 이리지도 저리지도 못하고 눈치만 살피고 있는 실정이다.

전남의 모 지자체 관계자는 "수년간 수당을 줬는데 주지 않았을 때 그 후유증은 적지 않을 것"이라며 "고민이 크다"고 말했다.

기초노령연금이 전면 시행되면 도내 노인 인구의 83%가 20만원 안팎의 연금을 받을 전망이다.

전남지역 노인인구는 37만5300여 명으로 이 가운데 노령연금 대상자는 31만1021명이다. 지급될 예산만 5234억원으로 지난해 지급된 3261억원보다 2000억원 가량 늘었다. 연금의 재원은 국비 지원이 84%, 도비 3%, 시군비 부담 13%다.

전남 22개 시군 평균 재정 자립도는 12.3%로 상당수는 공무원 인건비 충당도 어려운 실정이다.

/윤현석기자 chad01@kwangju.co.kr



군 입대를 앞둔 신병들이 물 들어 처음으로 지난해 27일 광주전남지방병무청에서 열린 징병검사소에서 건강검진을 받고 있다. <광주일보 자료사진>

한국인 갑상선암 급증... 무분별 건강검진 때문

의료계 등 거센 논란

10년간 증가율 23.7%

5년 생존율은 100%

해마다 폭발적으로 늘어나는 갑상선암 원인을 두고 의료계에서 논란이 거세다.

원전사고 같은 특별한 이유가 있는 것도 아닌데 특정 암이 급증한 데 대해 일부 전문가들은 건강에 대한 과도한 집착·욕망과 무분별한 건강검진 체계가 낳은, 한국인의 기형적 산물이라고 강하게 비판하고 있다.

보건복지부와 국립암센터의 중앙암등록본부가 2013년 12월말 발표한 '2011년 국가암등록통계자료'를 보면 갑상선암은 1999~2011년 10여년간의 연평균 증가율이 23.7%로 1

위였다. 전체 암의 연평균 증가율 3.6%를 크게 웃도는 수치다.

가장 최근 통계인 2011년만 놓고 볼 때도, 그 해 가장 많이 발생한 암이 갑상선암이었다.

'암 경험' 인구가 빠져봐도 마찬가지다. 2012년 1월 현재 암 경험 인구는 109만7253명(여성 60만5748명, 남성 49만1505명)으로 이 중에서 갑상선암을 겪은 암 경험자가 가장 많았다.

암 경험 인구는 전국 단위 암 통계를 작성하기 시작한 1999년부터 2011년말까지 암 진단을 받은 사람 중에서 2012년 1월 기준 생존한 사람을 말한다.

이처럼 수많은 사람이 해마다 갑상선암 환자라는 골레를 뒤집어쓰며 정신적 고통에 시달리지만 정작 이

들은 육체적으로는 일반인과 다를 바 없이 건강하게 산다.

한국에서 진단받는 갑상선암 환자의 5년 생존율은 99.9% 이상, 거의 100%다. 환자 중 겨우 0.1% 미만만이 갑상선암으로 숨질 뿐이다.

게다가 암이 다른 곳으로 전이되지 않는 '국한 단계'에서 발견된 갑상선암의 5년 생존율은 100.5%에 이른다. 국한 단계의 갑상선암 생존율이 100%를 웃돈다는 것은 암에 걸리지 않은 일반인보다도 생존확률이 높다는 뜻이다.

일반인보다 자주 검진을 받고 스스로 관리하기 때문이지만 그만큼 모르고 지내더라도 거의 평생 문제를 일으키지 않는 '착한 암'이라는 뜻이다.

이 때문에 의료계 일각에서는 건

강에 대한 과도한 집착과 욕망이 우리나라의 기형적인 건강검진 시스템과 만나 빚어낸 산물이라고 꼬집는다. 특히 첨단 영상진단기기의 발전 덕분에 미세한 신체변화까지도 잡아낼 수 있게 됨에 따라 특별한 검사를 하지 않아도 될 갑상선암까지 진단하게 되면서 생긴 기현상이라는 것이다.

광주 모 대학병원 관계자는 "의료 기술의 발전은 상황에 따라 희망뿐 아니라 예기치 못한 고통을 안겨주는 '양날의 칼'이 되고 있다"며 "건강검진에 집착하기보다는 공해 없는 환경, 적절한 식사와 운동, 충분한 수면, 적당한 스트레스 해소 등을 통해 질병을 막는 게 부작용없는 건강 유지의 지름길이다"고 지적했다.

/채희중기자 chae@연협뉴스

대한의사협회 의료광고심의규정 제 13126-총-52297호

老年시려 노안교정

밝은광주안과

1566-9988

신세계백화점 대각선 맞은편 눈모양빌딩을 찾으세요

신뢰내용 노안리식 / Kamra Inlay를 이용한 시술 / 다초점 인공 수정체 / 레스트렌즈

2014년 새천년종합건설(주) 경력사원 모집

모집부문 및 지원자격

모집부문	직급	인원	응시자격	비고
건축	대리~부장	0명	공공주택(민간, 지자체사업) 현장소장, 공무/공사 업무 경력자	
			관련학과 전문대졸 이상 및 자격증 소지자	
전기/설비	대리~부장	0명	공공주택(민간, 지자체사업) 전기/설비사업 경력자	
			관련학과 전문대졸 이상 및 자격증 소지자	
사업개발/분양관리	대리~부장	0명	개발사업 및 인허가 경력자	
			주택분양 관리 경력자	
A/S	대리~부장	0명	건물주택 시공 경력자	
			건설사 설계업무 경력자	
A/S	대리~부장	0명	아파트 A/S 및 사후관리 경력자	

● 제출서류
· 입사지원서 ※ 홈페이지내 채용정보 당사 소정양식에 한함.
(www.new2001.com)
· 자격증 사본 1부
· 경력증명서(건설기술인협회 발행분) 1부

● 전형방법
· 1차 서류전형
· 2차 면접 (합격자에 한하여 개별통보함)

● 접수방법
· 접수기간 : 2014. 02. 28(수) 18 : 00
· 접수방법
우편접수 (500-862) 광주 북구 경일로 208(유동) 새천년빌딩4F 총무팀
메일접수 tulip310@naver.com
· 문의처 : 062/531-0080, FAX 062/531-0086

● 기타
· 접수된 서류는 입사용도외에 어떠한 용도로도 사용하지 않으며, 제출된 서류는 일체 반환하지 않음.
· 국가보훈대상자 및 장애인에 관한 법령에 따라 우대함.
· 입사 지원서 내용이 허위로 판명될 경우 입사를 취소함.

New Millennium Construction Co., Ltd.
새천년종합건설(주)

혈당조절 때문에 걱정되시죠?

유인메디카 식후혈당 상승억제에 도움을 줄 수 있는 고시형 건강기능식품 **클리코엔(N)골드**

식후혈당 상승억제에 도움을 줄 수 있음 / 고시형 건강기능식품 식용입니다 / 당의 흡수를 억제시켜 Glucose를 조절합니다

식후 2캡슐씩 하루 2번으로 혈당조절 OK!!

식후 혈당상승 억제!!

- 01 식후혈당상승억제에도움을주어 혈당조절이 잘 되지않을때 혈당조절을 개선시켜줍니다.
- 02 기능성과 안전성을 인정받은 원료로 제조한 고시형 건강기능식품입니다.
- 03 (주)유인메디카에서 "혈당조절"에 어려움을 겪고 계신분들에게 도움을 드리기 위해 정성된 마음으로 완성된 건강기능식품입니다.

전화주시면 책, 자료, 무료로 우송해 드립니다.

NAVER 백세생활건강 을 검색하세요

1899-3975 H.P 010-3598-7080