

박상현의 '맛있는 이야기'



명란젓

국내 최대 규모의 국제수산물도매시장과 거대한 냉동 창고가 밀집해 있는 부산 감천항. 이곳에서는 해마다 2월부터 5월 사이 흥미로운 수산물 국제 거래가 이루어진다. 바로 명태 알인 명란이다.

무분별한 남획과 지구온난화로 흔하디 흔한 생선이었던 명태가 우리 바다에서 자취를 감춘 지 이미 오래. 명태는 이제 러시아 수역인 오호츠크해와 미국 수역인 베링해에서만 잡힌다. 따라서 미국과 러시아는 개체 보호를 위해 명태의 어획량을 엄격하게 제한하고 있다. 오호츠크해와 베링해에서 잡을 수 있는 명태의 양은 연간 250만 톤, 여기서 얻을 수 있는 명란의 양은 2% 정도인 5만 톤. 그중 3만 톤은 러시아가, 2만 톤은 미국이 생산한다. 미국에서 생산된 명란은 전량 미국에서 거래되지만 러시아에서 생산된 3만 톤의 명란은 생산 즉시 부산 감천항으로 옮겨와 거래가 이루어진다. 감천항이 가진 우수한 냉동 설비와 저렴한 통관 및 보관 비용 때문에

명란을 소비하는 나라는 한국과 일본 단 두 나라. 러시아에서 생산된 3만 톤의 명란 가운데 한국은 5천 톤을, 일본은 2만5천 톤을 구매한다. 심지어 일본은 미국에서 생산된 2만 톤까지 전량 구매해 연간 4만5천 톤을 소비한다. 일본은 이렇게 구매한 4만5천 톤 전부를 명란젓을 만드는 데 사용하는 반면, 한국은 5천 톤마저도 젓갈용과 알탕용으로 나눠서 사용하

다. 소비하는 양만 보면 열 배 이상 많은 일본이 명란젓의 종주국으로 보일 만하다. 하지만 명란젓의 종주국은 엄연히 한국이다. 일본 역시 이 점을 분명히 인정한다.

1876년 강화도조약 체결로 조선은 부산항에 이어 1880년 원산항을 개방한다. 당시 원산항은 명태의 최대 집산지였다. 원산항으로 이주해 온 일본 상인들은 명태를 팔러 황태나 복어처럼 먹는 조선인 특유의 식습관을 목격한다. 돈이 되는 일이 라면 닥치는 대로 뛰어들던 그들이 이를 놓칠 리 없었다. 명태잡이와 가공 사업을 독점하고 조선인은 명태를 가공하는 노동자로 전락시켰다. 일본 상인들은 명태나 명태의 부산물을 임금 대신 지급하는 일이 빈번했다. 그런데 의외로 큰 저항이 없었다. 이유를 살펴보니 조선인 노동자들은 임금 대신 받은 명태와 부산물을 모아 삶고 먹는 식해, 알로는 명란젓, 아가미로는 서리젓, 창자로는 창란젓을 만들고 있었다.

적잖이 놀란 일본 상인은 그중에서 특히 명란젓에 주목했다. 일본인은 예로부터 날치, 청어, 연어 등의 알을 다산과 다복의 상징으로 여겨 즐겨 먹었다. 그들은 명란젓 역시 같은 개념으로 이해했다. 원산에서 만든 명란젓은 항아리에 담겨 부산을 거쳐 일본 시모노세키항에 닿았다. 당시 이를 독점하다시피 했던 '히구치상회'는 부산항과 시모노세키항에 명란젓

을 보관하는 저장 시설을 따로 둘 정도로 만만찮은 규모였다. 비록 일본 상인에 의해 시작되긴 했지만 명란젓은 우리나라 수산물 가공식품 수출 1호 목록에 올려도 손색없을 것이다.

명란젓이 다양한 젓갈 중에서도 유난히 비싼 이유는 원재료인 명태 알의 가격이 비쌀 뿐만 아니라 제조 과정 역시 복잡하고 손이 많이 가기 때문이다. 명란젓은 해동, 1차 조미, 2차 조미의 순서로 만들어진다. 우선 러시아 오호츠크해에서 명태를 잡자마자 배에서 바로 알을 꺼내 급속 냉동을 시킨다. 가장 신선한 상태에서 유통시키기 위함이다. 이렇게 냉동된 명태 알을 해동시키는 데만 하루가 걸린다. 냉동 이전의 신선한 상태를 복원해야 하는 까닭에 온도 관리에 각별한 주의를 기울여야 하기 때문이다.

해동된 명태 알은 소금물에 절여 1차 조미를 한다. 과거에는 높은 염도에 장기간 숙성시켰으나 요즘은 기술의 발달로 낮은 염도에서 1~2일 정도로 충분하다. 1차 조미가 끝난 명란은 조미액에 담가 2~3일 정도 숙성을 시킴으로 완성된다. 같은 명태 알을 사용함에도 제조사마다 맛이 다른 이유는 2차 조미 시 사용되는 조미액이 제조사마다 다르기 때문이다. 재래식 명란젓은 양념을 발라 숙성시켰으나 요즘은 외관상 깔끔하지 못하다는 이유로 조미액에 담그는 방식을 선호한다.

시장규모 면에서 굳이 일본을 이기고 애를 쓸 필요는 없다. 하지만 명란 종주국의 위상을 되찾자면 최소한 그들보다 명란을 자주, 그리고 다양하게 즐길 줄은 알아야 한다. 그러기 위해서는 다음 두 가지만 꼭 기억하도록 하자. 첫째, 알의 형태와 크기에 집착하지 말자. 일반적으로 명란은 알의 형태가 완전하고 크기가 클수록 비싸다. 이는 외관을 기준으로 한 상품성의 차이일 뿐 맛에는 거의 차이가 없다. 크고 비싼 명란을 고집하느니 차라리 작고 저렴한 명란을 자주 드시는 편이 낫다. 자주 먹다 보면 맛에 대한 기준도 자연스레 형성된다.

둘째, 명란젓이 짜다는 선입견은 버려라. 재래식 명란은 염도가 7~15% 정도로 높지만 최근에는 염도 4%대의 저염 명란도 많이 생산되고 있다. 대신 염도 7% 이상인 명란은 냉장 상태에서 40일 이상 유통이 가능하지만 저염 명란은 7~10일이 고작이다. 그래서 저염 명란은 대부분 냉동 상태로 유통된다. 염도가 높고 짜질 방부제 같은 첨가물이 사용되었을지 모르는 냉장 명란보다는 차라리 염도가 낮고 방부제를 사용하지 않은 냉동 명란이 오히려 안전하다.

햄살이 나오는 계절이다. 기름이 자르르 흐르고 날알이 선명하게 살아 있는 하얀 찹발 위에 올린 명란 한 점을 상상해 보시라. 이 가을에 이보다 더 맛있는 음식은 없다고 단언한다. <맛 칼럼니스트>

의료칼럼

변성기의 성대 관리



김동규 한국건강관리협회 건강증진의원 원장

중학교 3학년 남학생인 A군은 사춘기가 지났는데도 어린이 같은 목소리가 지속된다며 병원을 찾아왔다. A군의 목소리는 비정상적으로 높은 음도의 가성이며, 목소리의 강도도 약했다. 이런 경우 원인이 무엇이고, 치료는 꼭 필요한지, 평생 지속할 지 등을 걱정하는 환자들이 많다.

일반적으로 사춘기를 겪으면서 성대를 포함하는 목소리를 내는 기관인 후두가 전반적으로 내려가고, 성대 아래 공간이 넓어진다. 이때 후두 앞뒤의 길이가 길어지면서 성대도 같이 길어진다. 성대 점막의 강도가 세지며, 두께가 굵어져서 남자의 경우에는 1옥타브, 여자의 경우에는 1/3~1/4 옥타브가 떨어진다.

이러한 일련의 과정으로 음도가 변화하게 되는 것을 변성기라고 한다. 주로 남자에게서는 뚜렷하게 나타나며 여자에게도 약하게 나타나게 된다. 변성기 때 신체의 성장과 함께 정상적으로 일어나야 할 음도의 변화가 적절하게 일어나지 못하는 경우를 '변성기 발생 장애'라고 한다. 앞서 중3 남학생의 사례가 대표적이다.

변성기 발생 장애가 있는 경우, 사춘기 이전의 가늘고 강도가 약한 저음의 목소리를 낼 수 없다. 음이탈이 생겨 이중 음성이나 나타나기도 한다. 이는 기능적인 원인과 신체적 원인이 복합적으로 나타나는 경우가 대부분이다. 기능적인 원인은 발생법이 잘못되는 경우와 심리적인 경우다. 사춘기에 나타나는 신체의 변화와 호르몬의 변화로 성대의 길이가 증가되고, 음도가 낮아지는 것에 적응을 하지 못해 사춘기 이전 고음역의 목소리를 자신도 모르게 계속 내리는 습성을 보이는 사례다. 심리적으로는 변성기에 나타나는 변화를 무의식적으로 거부하거나, 성인이 되기보다는 어린이로 남아있고자 하는 욕구가 있는 경우가 원인이 된다.

신체적인 원인은 사춘기 이전부터 성대가 위축됐거나 흉터가 있는 사례 등이며, 호르몬의 불균형으로 인해 성대의 발육이 비정상적인 경우도 있다. 또한 남자의 경우 후두 모양이 여성의 후두 모양을 가지고 있거나 어린이 시절부터 청력이 나빠 자신의 목소리를 잘 인지하지 못하는 경우에도 변성기 발생 장애가 생길 수 있다.

변성기 발생 장애가 생기면 이비인후과 진찰을 통해 성대를 보는 내시경 검사와 목소리를 평가하는 검사를 받게 된다. 또 사춘기 때 나타나는 2차 성징에 영향을 미치는 전신적인 질환에 대한 검사와 심리 상담을 받아 성대 이외의 문제에 대한 평가도 받아야 한다. 발생하는 방법을 배우고 교정하는 음성 치료와 후두 압박술도 효과가 좋은 치료법이다. 후두 압박술은 손가락으로 목골대 주변을 후하방으로 압박하면서 내리는 방법이다. 성대의 긴장을 풀어주고, 성대점막을 증가시켜 저음이 나오도록 도와준다. 후두 압박과 음성 치료를 하는 동안 자신의 목소리를 녹음하고 피아해보면 더욱 효과가 좋다. 음성 치료가 효과적이지 못 할 경우 성대의 긴장을 감소시키고 성대

를 느슨하게 풀어주는 감성형성술이라는 수술을 시행할 수도 있으며, 성대 주변 근육에 보톡스 주사를 놓아 긴장을 풀어주는 방법도 있다.

변성기에 형성된 발생 습관은 평생을 가는 경우가 많기 때문에 변성기 동안 성대 관리를 하는 것이 중요하다. 평소 성대에 나쁜 습관은 자기 전에 간식을 먹는 습관이나 과식, 맵고 자극적인 음식물 섭취, 음주, 흡연 등이 있다.

이 습관들은 잠을 자는 동안 위산 역류를 일으켜서 음식물을 녹일 수 있는 강한 산이 성대와 성대 주변 조직을 화학적 화상을 입히게 만든다.

물을 조금씩 자주 마셔서 성대 주변 조직이 마르지 않게 하는 것이 좋으며, 입안의 나쁜 세균들이 인후부로 넘어가지 않도록 이를 잘 닦는 등 구강 위생을 잘 지켜주는 것이 중요하다.

첫 인상에서 목소리가 차지하는 비중은 무려 40%나 된다고 한다. 목소리는 상대방에 대한 호감도를 결정하는 중요한 요소다. 따라서 변성기 때 성대를 잘 관리해 성인이 되었을 때 멋진 목소리를 갖도록 해야 한다.

기고

전남형 '섬 활성화재단'이 필요하다



김준 광주전남연구원 책임연구위원

추석 연휴가 시작되기 전, 인천시가 마련한 '섬 활성화 정책토론회'에 참석했다. 다른 복잡한 일정들이 얽혀 있었지만 휴가까지 내가며 참석했다. 인천에서는 최근 '에인 섬 만들기' 사업을 추진하고 있다. 접근성, 정주 여건, 소득증대, 관광여건 개선을 통해 보고 싶고 가고 싶은 섬을 만들겠다는 것이다. 이런 정도 섬 정책은 그동안 술하게 추진해 와서 별로 주목할 만한 요소가 아니다. 오히려 전남도가 추진하는 '가고 싶은 섬 가꾸기' 정책이 훨씬 진전된 내용을 담고 있다. 그런데 북쪽을 딱 짝잡은 것이 있다. 만사 제쳐 두고 참석할 이유는 '섬 활성화 센터' 즉 중간 지원조직을 어떻게 만들 것인가 핵심이라는 전언 때문이었다.

인천의 섬 정책 관련된 움직임을 잠깐

보자. 2012년 인천 섬의 체계적이고 종합적인 보전과 발전을 위한 '인천 섬 연구모임'이 결성되었다. 이 모임은 '굴업도 골프장 건설' 계획으로 인해 위기에 처한 섬을 보전하기 위한 실천운동으로 시작되었다. 그리고 인천 섬 탐사 모임으로 이어졌다. 구성원을 보면 교수, 시민운동가, 생태전문가, 역사학자, 환경운동가, 시민 등 다양한 계층의 사람들이 자발적으로 참여해 회비를 내며 운영하고 있다. 이번 행사를 주관하는 '황해 섬 네트워크'가 만들어지는 배경이다. 이들 모임은 황해학당, 섬 보전센터, 섬 순례센터, 섬 유산위원회 등을 운영하며, 섬 총서를 발간하고 포럼도 운영한다.

전남도에도 섬 관련 민간조직이 없는 것은 아니지만 섬을 모니터링하고 섬 정책을 고민하며, 기초나 광역지자체에 정책제안을 하고, 참여와 비판의 목소리를 내는 민간단체는 없다. 내년에 인천 섬 발전 방향을 모색하기 위해 행정, 전문가, 시민사회가 그간 사업을 성찰하고 내린 섬 정책을 모색하기 위한 자리였다. 그리고 수립된 정책을 추진할 지원센터를 만들겠다는 것이 요지였다.

이쯤에서 우리 지역의 가고 싶은 섬을 되돌아보자. 4년째를 맞고 있다. 첫해에

섬을 선정했고, 이후 매년 2개씩 모두 10개 섬이 선정되어 사업이 추진되고 있다. 금년에 선정된 2개를 포함하면 이제 12개에 이른다. 사업비를 기초와 광역이 똑같이 분담하는 것과 '섬 개발'이 아니라 '섬 가꾸기'로 전환한 것은 주목할 만한 점이다. 사업 추진 방식도 주민 주도이며, 내용도 섬의 생태와 문화를 섬 발전 자원으로 삼은 것은 탁월하다. 10개년 계획을 세웠으니 이제 고개를 넘고 있다. 다른 지자체는 물론 중앙부처에서도 우리의 섬 정책을 예의 주시하고 있다. 자랑 같지만 '방향과 원칙'만은 나무랄 곳이 없다.

그런데 어디 정책이 방향과 원칙으로만 추진되던가. 게다가 선거라는 큰 복병이 있다. 정책 지속성을 결정하는 중요한 변수다. 여기에 작게는 일 년이 멀다하고 담당공무원이 바뀐다. 정책을 이해할만 하면 바뀐다. 주민 주도라는 원칙은 반복 교육과 인식 증진이 함께 이루어져야 할 대목이다. 그리고 섬에는 고령화라는 복병이 상존해 있다. 물론다 몇 배의 노력을 기울여야 한다. 이를 누가 어떻게 할 것인가, 기본계획을 수립하고 사업비만 집행한다고 사업이 마무리되는 것이 아니다. 기억할지 모르지만 국무총리가 된 이낙연 전 지사도 그랬다. '가고 싶은 섬 가꾸

기'는 기간 내에 완결되는 사업이 아니라 지속되는 과정이 곧 정책이었다.

그래서 기회가 닿을 때마다 정책 지속성과 주민 주도 원칙을 실현하기 위한 첫걸음이 '섬 활성화재단' 설립이라고 했다. 사실 가고 싶은 섬 가꾸기 정책을 수립할 때부터 공동합의대안센터가 북한인으로 정책 지속성보다는 효율성을 선택했다. 이해하지 못할 바는 아니다. 그런데 중장기로 본다면 정책 효율성을 위해서 정말 필요한 것이 민간 혹은 중간 영역 정책파트너다.

가고 싶은 섬 가꾸기 사업의 방향과 원칙이 옳다면 이제 그 정책 실현을 도와줄 지원 조직이 준비되어야 한다. 지금도 늦었지만 더 늦어서는 그나마 좋은 평가를 받고 있는 작은 성과도 물거품이 될 가능성이 크다. 중앙 부처에서는 물론 여러 지자체에서 반짝 주목을 받다 끝난 섬 정책을 쉽게 찾을 수 있다. 반면교사로 삼아야 한다. 그 원인의 공통점은 행정 주도나 전문가 주도에 주민 동행이다. 주민 주도가 아니라도 최소한 주민이 참여하려면 공무원과 주민을 지원해 줄 공공영역의 상설 지원센터가 만들어져야 한다. 이를 인식하고 전남도의회에서는 벌써 설립 근거가 되는 지원조례도 만들었다. 시도하지 못할 이유가 없다.

社說

신군부 5·18 '자위권 발동' 날조까지 했더니

광주 시민에 대한 집단 발표를 자위권 행사로 주장해 왔던 신군부의 주장이 날조된 것이라는 경찰의 공식 보고서가 처음으로 나왔다. 또한 시민군이 폭력사태로 물아기러는 신군부의 조작이었음이 드러났다. 전남지방경찰청은 어제 5·18 직전 광주의 치안 상황과 계엄군의 과격 진압, 시위대의 무기 탈취 과정에 대한 경찰 기록과 근무자 증언 등을 종합한 '5·18민주화운동 과정 전 남 경찰의 역할 조사 결과' 보고서를 내놓았다.

군 당국은 그동안 시민이 1980년 5월 21일 오전 8시 나주 반남지서, 오전 9시 나주 남평지서에서 무기를 탈취했기 때문에 자위권을 발동했다고 주장해 왔다. 하지만 이는 21일 낮 12시59분, 계엄군의 전남도청 앞 집단 발표를 정당화하기 위한 왜곡입이 입증됐다. 보고서에 따르면 1980년 6월 작성한 '무기피탈 관련 치안본부 감찰' 기록에

는 시민군의 최초 무기 탈취가 계엄군의 집단 발표 이후인 21일 오후 1시30분 나주 남평지서로 되어 있다. 따라서 시민군의 무장은 반대로 계엄군의 과잉 진압과 집단 발표에 대한 생존권 차원의 대응이었음을 알 수 있다.

또한 보안사가 보존중인 '전남도경 상황일지'에는 경찰이 보유하지 않은 장갑차를 빼앗겼다는 허위 내용이 있다. 게다가 5월 21일 시민군의 교도소 습격설 역시 당시 교도장이 공격이 없었다고 증언한 점과 공수여단이 경계를 서고 있던 상황을 감안하면 신군부가 조작한 사안으로 분석된다.

5·18 직후 신군부는 5·18을 폭동으로 왜곡하기 위해 군과 경찰의 기록 조작 등 모든 수단을 활용한 것으로 보인다. 전남 경찰이 이변에 수질한 증언과 자료를 영구 보존하는 한편 더 늦기 전에 5·18과 관련한 생존 경찰관·공무원·군인의 증언과 자료를 최대한 확보해야 할 것이다.

지역 격차 더 키우는 지방소득세 인상 보완을

정부가 지방 분권을 위해 추진하는 지방소득세 인상안이 되레 자치단체 간 재정 격차를 더욱 심화시킬 것으로 우려된다. 늘어나는 세수의 절반이 수도권에 집중되는 반면 산업체가 적고 재정자립도가 낮은 호남 지역 지자체는 별 혜택을 볼 수 없기 때문이다. 행정안전부는 최근 국세인 소득세와 법인세 세율 인상에 따라 지방소득세 및 법인세도 함께 조정하는 내용의 지방세 관계법 개정안을 국회에 제출했다. 지방 소득세의 경우 과세 표준액 3억~5억 원 구간에서 현행 3.8%의 세율을 4.0%로 올리고, 지방 법인세도 과세 표준액 2000억 원 초과 구간에서 2.2%를 2.5%로 조정하는 내용이다.

행정안전부는 이 가운데 법인 지방소득세를 인상에 따른 세수 효과를 2550억 원으로 추정했다. 문제는 서울·경기·인천 등 수도권 지자체가 48%인 1236억 원을 가져가게 된다는 점이다. 경기도가 24.6%로 가장 많고 이

어서울 20%, 충남 9%, 울산 7%, 경북 6.7% 순이다. 반면 산업체가 적은 광주와 전북은 각각 2.5%와 1.8%에 그쳤다. 여수국가산단과 대불국가산단 등이 있는 전남은 6.2%로 그나마 나왔다. 열악한 지방 공간을 채우려는 법안이 이른바 '부자 지자체'만 더 배부르게 하고, 재정자립도가 낮은 비수도권의 혜택은 미미할 것으로 분석된 것이다.

광주에는 과세 기준이 되는 3억 원 이상의 고소득자나 2000억 원 이상의 법인이 드물어 지방소득세 인상에 따른 효과를 기대하기 힘들다. 이런 상황에서 전국적으로 일괄 적용하는 지방소득세 인상은 심각한 지역 격차와 불균형을 더욱 고착시킬 우려가 크다.

따라서 정부가 별도의 보완 조치를 내놓을 필요가 있다. 아울러 진정한 재정 분권을 위해서는 낙후도를 감안해 지역 불균형을 해소하는 방식의 지방교부세 확대가 선행돼야 할 것이다.

無等鼓

'2016 국방백서'에 따르면 북한은 현재 약 6800명의 해커를 보유하고 있다. 북한은 해커 부대는 규모면에서 미국과 중국에 이어 세계 3위 수준인 것으로 알려졌다. 북한은 이 해커들을 정찰총국 산하에 두고 사이버 테러 전담 부대로 운영하고 있다. 이들은 그동안 국내외에서 발생한 굵직한 사이버 테러의 배후로 지목되기도 했다. 디도스(DDoS·분산서비스 거부) 공격을 시작으로 지난 2013년엔 언론·금융기관 전산

‘댓글 부대’

작이 정부 정책에 비판적인 의견을 제시하는 시민사회를 직접 제압하고자 했다. 이는 더욱 용납할 수 없는 일이다. 이 때문에 북한의 핵미사일 위협보다 우리 군에 대한 불신이 국민의 안보 불안 지수를 더욱 높이는 것 아니냐는 이야기가 나오고 있다. 검찰은 현재 이 같은 군 사이버사령부와 국정원의 '댓글 부대' 운영 의혹에 대해 수사를 진행하고 있다. 그동안 군 사이버사령부에서 도대체 어떤 일을 벌여왔는지 명명백백하게 진상을 밝혀야 한다는 게 국민의 한결같은 요구인 만큼 검찰의 철저한 수사와 엄중한 처벌이 있기를 기대한다. /최권일 정치부부장 cki@

光州日報		The Kwangju Ilbo	
사장·발행·편집·인쇄인 金汝松		주필 李洪載	편집국장 金日煥
1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주가11(일간) 우 61482 광주광역시 동구 금남로 238			
대표전화 222-8111·220-0551(지사·지국(구독신청·배달안내))		광고문의 062-227-9600	
편집국안내 (대표 FAX 222-4918)	경제부 220-0663 (FAX 222-4938)	경영지원국 220-0515 (FAX 222-8005)	문화사업국 220-0541 (FAX 222-0195)
편집부 220-0649	문화부 220-0661 (FAX 227-9500)	기획관리국 227-9600	업무국 220-0551 (FAX 227-9500)
정치부 220-0632	문화미디어부 220-0664	디자인실 220-0536	서울지사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)
사회부 220-0642	체육부 220-0697	※구독료 월정 10,000원 1부 500원	
사회 2부 220-0652	사진부 220-0693		

본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다