

서포인의 '좌측담장'



스토브리그를 지내는 방법

나처럼 매일 같이 야구를 보는 인간은 겨울은 자기 계발의 기회가 된다. 하루에 꼬박 내 시간, 거기에 이기는 날은 꼭 본다. 하이라이트 프로그램 시청 시간까지 합하면 다섯 시간 정도를 야구에 팔려 있었으니, 그 시간 다른 할 일이 오죽이나 많겠는가? 아이들을 돌볼 때에도, 야구를 하면 다섯 시간 정도를 야구에 팔려 있었으니, 그 시간 다른 할 일이 오죽이나 많겠는가? 아이들을 돌볼 때에도, 야구를

겨울철 야구 뉴스의 노르자는 아무래도 대형 계약 건일 수밖에 없다. 80억, 98억, 115억... 고급 요구르트에 함유된 유산균의 수를 말하는 게 아니다. 2017년 시즌이 끝난 후 본격적으로 전개된 스토브리그에서의 대형 에프에이(FA)의 몸값이다. 타이거즈는 작년 이맘때 FA 최형우를 100억 원에 영입했다. 뒤이은 이대훈의 국내 복귀(4년 총액 150억 원)로 인해 최고액 기록은 금세 깨졌지만, 최형우는 국내 스포츠 사상 최초로 100억 원을 돌파한 선수가 되었다. 그는 그만큼의 기대를 충족시키며 타이거즈의 통합 우승에 크게 기여한다. 대형 계약이 늘 팀의 성공으로 귀결되는 것은 아니다. 예를 들자면 2003년 당시로서는 거액인 28억 원을 들여 라이온스에서 영입한 거포... 서로 괴로운 이야기는 여기서 생략하는 편이 낫겠다.

올해 스토브리그(시즌이 끝난 겨울, 선수의 재계약이나 이적 소식 등으로 달아오르는 시기를 말한다)는 실제 리그가 한참이던 때보다 더욱 요란해진 뉴스들을 양산하고 있다. 몇몇 외야수들은 '오버페이' 논란을 일으키며 팀을 옮기거나 잔류를 택했고, 몇몇 베테랑 내야수는 대형 계약은커녕 선수 생활의 존속을 걱정해야 할 판이다. 한때 타이거즈에서 뛰기도 했던 1루수 정성훈은 예상치 못한 방출 후에 오갈 곳 없는 처지가 되었고, 평균 이

상의 홈런과 타점 능력을 갖춘 거포들도 주력과 수비력 및 부상 이력 등 결국 '나 이'라는 뒷에 걸려 계약에 애를 먹고 있다. 경기장에서의 야구는 엔터테인먼트나 드라마가 되기도 하지만 경기장 밖, 협상 테이블에서의 야구는 냉혹한 비즈니스가 되곤 한다.

어떤 소식은 꼭 충격적 인사이동을 알리는 사내 메일이나 문자처럼 느껴진다. 지난달에는 목례 정도만 주고받던 동료의 퇴사가 있었다. 직장의 문화라는 게 점점 바뀌고 있고 최근에는 그 양상이 기괴한 바, 거나하게 술을 마시고 다음 차를 몰색하는 퇴사 기념 회식은 어느덧 많이 사라졌다. 그저 간단히 점심을 먹고, 그간 수고 많으셨다 인사를 나누었다. 그는 잠깐 쉬거나 다른 팀이니, 회사로 이직할 것이다. 그러나 우리는 프로야구 선수가 아니고 평범한 직장인이다. 거액의 계약금 대신 실업수당을 받을 가능성이 더 크고, 어디서든 야구 선수만큼의 연봉을 받기는 대체로 힘들다. 그럼에도 불구하고 겨울이면 야구 선수와 조금 더 친밀성을 양산하고 있다. 몇몇 외야수들은 '오버페이' 논란을 일으키며 팀을 옮기거나 잔류를 택했고, 몇몇 베테랑 내야수는 대형 계약은커녕 선수 생활의 존속을 걱정해야 할 판이다. 한때 타이거즈에서 뛰기도 했던 1루수 정성훈은 예상치 못한 방출 후에 오갈 곳 없는 처지가 되었고, 평균 이

은 딱 알맞은 계절인 것처럼 느껴진다. 야구 없는 겨울이니 가능할 것 같았던 자기 계발로의 의지는 겨울 강추위에 꽁꽁 얼어버린 듯하다. 야구 경기가 없어 확보된 내 시간은 주먹 안에 모래처럼 어디론가 흘러가 버렸다. 양현종과 김주찬의 재계약 결과가 뜰까 봐 하루에도 몇 번씩 스마트폰을 들여다본다. 야구 커뮤니티에 접속해 매번 팬끼리 설전을 벌이기 마련인 '가상 트레이드 게시판'과 댓글도 흥미롭게 관찰한다. 무엇보다 내가 응원하는 팀이 다음 시즌에는 뭔가 일을 낼 것만 같은, 즐거운 상상이 얼마든 가능한 계절이 바로 겨울인 것이다.

야구는 이렇게 365일의 일상에 스며든 강력한 콘텐츠가 되었다. 수십 억 원을 호가하는 계약 소식에서부터 하루아침에 팀을 떠나게 된 선수의 안타까운 인터뷰를 읽을 수 있다. 심지어 바다 건너 미국과 일본 팀 정비 소식까지, 스토브리그는 야구 없는 시간의 외로움과 추위를 피해 스토브를 쬐는 시간이다. 이따가 갖가지 과한 정보로 불길히 세진 난로에 웃기가 타는 건 아닌지 걱정이 되기도 한다. 평생 만질 수 없는 돈을 기사로 보며 문득 느끼는 상대적 박탈감 같은 것도 거기에 해당할 것이다. 계약금이나 연봉이니 하는 것보다는 야구에서는 역시 안타나 홈런이니 하는 말들이 어울린다. 난로는 난로다. 멀리서 손이나 녹이는 게 제격일 테다. <시인>

의료칼럼

갑작스럽게 누구에게나 찾아오는 허리 통증



김 종 선  
첨단우리병원 척추센터 원장

점점 날씨가 추워지고 있다. 겨울에 몸 건강을 잘 챙겨두어야, 내년에도 건강하게 몸을 쓸 수가 있다. 척추는 우리 몸의 기둥이고 중요하다는 것을 누구나 알 것이다. 통계상으로 90% 이상이 한 번 정도는 허리 통증을 경험한다고 한다. 허리 아픈 것은 겉으로 보이지 않기 때문에 껍데기 같이 보이기도 해서, 남편이 몰라준다고 하소연 하는 경우도 있다.

진료하다가 많이 받는 질문중의 하나가 "저는 협착증입니까? 디스크 입니까?"이다. 중년의 환자가 500m정도 걸다가 다리가 땡기고 저려서, 쉬었다가 걸어야 한다고 하면 협착증 가능성이 많다. 또한 한쪽 다리가 땡기고 저릴 때, 누워서

땡기는 다리를 쪽 펴고 위로 들어오아서 50도나 60도에서 다리 통증이 심해져서 다리를 더 이상 위로 들 수가 없으면 디스크가 터져있다고 생각해야 한다.

허리보다는 엉치나 다리가 아픈 경우에는 디스크나 협착증을 의심해봐야 한다. 증상만으로 정확히 구분이 안 되는 경우가 적지 않게 있어, MRI 등의 정밀 검사로 확인해 보아야 한다. 허리가 주로 아픈 경우, 특히 오래 앉아 있을 때 허리가 아프다면 디스크에 문제가 있는 경우가 많다. 오래 앉아있으면 디스크 부위에 압력이 가해지는데, 약해지거나 신경이 예민해진 디스크 주위 조직이 통증을 유발시킬 수 있다. 다시 말해서 있을 때 보다, 앉았을 때 허리가 더 아프다면 디스크를 의심해볼 수 있다.

젊은 사람의 대부분의 허리 통증은 근육통인 경우가 많다. 초기에는 단순 물리 치료나 근육 이완제 약물로 많이 좋아진다. 일주일정도 단순 치료로 좋아지지 않거나, 증상이 악화되는 경우는 엑스레이(X-ray)등의 검사를 해 볼 필요가 있다.

그러나 꼭이 아프다고 하는 환자가 많이 있다. 오래 앉았거나 많이 걸으면 꼬

리뼈가 아프다고 하는데 신경이 눌려서 아픈 경우 즉 협착증이 있는 경우가 제일 많다. 그러나 근육이 약해서 꼬리뼈가 아픈 경우도 있어서 지속적인 근력 강화 운동은 필수적이다.

밤에 다리가 저리고 아파서 잠을 깨는 분들이 있다. 혈액 순환 장애 또는 하지불안 증후군도 고려를 해 보아야 한다. 이런 경우에 약물 치료로 좋은 효과를 볼 수 있다. 허리 옆쪽이 아프거나 옆구리가 아픈 경우에 허리 근육통인 경우도 있지만 골방에 돌이 있거나, 궤장 등의 내과적인 문제가 있는 경우가 있다. 골방 주위를 두들기거나 내과에서 초음파 등의 검사가 필요한 경우가 있다.

나이 드신 어르신들의 경우 허리나 등의 통증이 갑자기 생기는 경우가 있다. 특히 누웠다가 일어나기가 힘들 정도로 심한 통증으로 진행되는 경우에는, 척추 압박 골절을 생각 할 수 있다. 흔히 골절은 심한 외상에 의해 발생되는데, 연세 드신 분들 중 골다공증이 심하신 분들은 사소한 행동에도 골절이 발생되는 경우가 있다. 이런 경우에 신경 주사나 골시멘트 보강술(척추 성형술)이 통증은 조기에 없애

주고 일상 생활로의 조기 복귀에 도움을 주는 경우가 많다.

허리 통증이 짓누르듯이 심하게 오는 경우, 드물게 발생하는 척추내의 종양이나 척추 감염을 종종 발견하는 경우가 있다. 대부분의 경우 침을 맞거나, 단순한 약물 치료로 시간을 허비하는 경우가 있다. 이런 분들의 한결 같은 이야기는 조기에 검사를 하지 않아서 후회를 한다고 한다. MRI 등의 정밀 검사가 필요한 이유이다.

프로 선수는 경기를 하다가 다치면 바로 정밀 검사에 들어간다. 왜냐하면 정확한 진단 하에 적절한 치료를 하는 게 회복 기간을 빠르게 하기 때문이다. 몸이 중요한 것은 프로 선수나 우리나 마찬가지이다. 일반적인 치료로 증상의 호전이 명확하지 않으면 엑스레이, MRI 등의 정밀 검사를 해 보는게 좋다고 생각한다. 과학이 발달 되어 진단의 정확성이 높아졌고, 정확한 진단 하에 적절한 치료를 하는 게 빠른 회복을 보이는 것은 당연하다.

올 겨울 춥다고 집에 웅크리고 있지 말고, 스트레칭이나 반신욕을 통해서 건강한 허리를 지키고 건강하게 만들어 아픈다는 봄에 꽃구경을 즐겁게 할 수 있기를 바란다.

기 고

보랏빛 소와 전라도 방문의 해



최 성 진  
전남도관광과장

'보랏빛 소(Purple cow)가 온다'의 저자 세스 고딘은 "21세기 초경쟁 시대에 무엇이 소비자를 만족시키는지"에 대해 주목할 만한 답을 제시한다. 들판에서 풀을 뜯고 있는 누런 일발 소들 사이에 시선을 확 잡아끄는 보랏빛 소가 있다면 사람들은 깜짝 놀라 이목을 집중할 것이다. 보랏빛 소가 되기 위해선 내가 만든 상품이 리마커블(Remarkable- 주목할 만한)해야 한다. 얘기할 만한, 주목할 만한 가치가 있고, 새롭고, 흥미진진한 것이어야 한다. 다시 말해 독창적 아이디어로 제품 차별화가 이뤄야 소비자를 사로잡을 수 있다는 점을 예들러 강조하고 있다.

출간된 지 10년이 넘었지만 책에서 주장하는 작가의 통찰력은 오늘날까지 기업과 행정 조직의 여러 분야에 혁신 기제로 적용된다. 조직 혁신, 자기 변화, 인재

채용에 이르기까지, 관광 부문도 예외가 아니다. 오늘날 관광 산업은 국가의 주요 산업으로 자리잡고 있다. 국민 경제나 지역 경제에 주는 효과가 커서 미래의 성장 동력으로 육성하려는 경쟁 또한 치열하다. 레드 오션인 기업의 제품 시장 못지않게 21세기 비즈니스 키워드를 요구받는 분야가 관광이다. '보랏빛 소'가 될 것인가? '누런 소'가 될 것인가?

세계 최고의 관광대국 하면 가장 먼저 떠오르는 나라 중 하나가 프랑스다. 그렇다면, 프랑스는 어떤 리마커블한 관광상품과 마케팅으로 관광대국이 됐을까. 한해 평균 8000만명 이상 외국인 관광객이 찾는 프랑스 관광의 힘은 수도 파리뿐만 아니라 지방도 모두 경쟁력을 갖춘 데서 비롯된다. 지역 테마를 살린 독특한 차별화가 관광지로서 매력의 원천임을 강조한다. 외인을 생산하여 세계적 포도주로 특화하고 있는 부르고뉴 지방, 세계 시장에서 부동의 1위를 고수하고 있는 물과 골프의 고장 에비앙, 해발 325m의 분지에 자리한 기후 좋은 휴양지이면서 프랑스 향수 제조의 중심지인 그라스 등은 다른 지역과 대체할 수 없는 특성을 부각시켜 관광 상품화한 사례들이다. 우리나라 관광 역시 빠른 속도로 성장하고 있다. 2017년 세계경제포럼 관광경

쟁력 지수에서 139개국 중 19위를 차지할 만큼 그 위상이 높아졌다. 2016 국민여행 실태조사에 따르면 국민의 89.5%가 국내 여행을 다녀올 정도로 관광이 일상이 되고 있다. 그 중심에 229개 지역과 지역을 대표하는 관광자원 및 네트워크가 자리한다.

우리나라가 관광 산업을 더 키우고 발전시키기 위해선 차별화에 기반한 지역의 관광 진흥이 필요하다. 지역 관광 진흥은 지역 관광 인프라 확충을 놓고, 지역 균형 발전이라는 선순환을 가져오기 때문이다. 2018년은 전라도(定道) 천년을 맞는 해다. 전라도가 걸어온 천년을 기념해 지역 관광 발전이라는 상생과 협치의 모델로 '2018 전라도 방문의 해'를 운영한다. (의) 고장인 전라도는 임진왜란, 한말의 병, 동학농민운동에서 격동의 민주화운동에 이르기까지 역사적 고비마다 중심 역할을 해왔다. 대의를 위해 분연히 일어섰던 의로운 인물들이 곳곳에 살아 숨쉰다.

문제는, 전라도만의 관광 자원을 어떻게 보랏빛 소로 만들어 갈 것인가다. 즉, 어떻게 준비하고 켜느냐이다.

첫째, 내년 방문의 해 의미와 가치를 대내외에 널리 알리는데 주력해야 한다. 타깃 지역을 수도권으로 삼고 전국 단위로 확산시켜 나가되 지역 내시·군·에서부터

문의 해 불이 일어나도록 쌍방향 홍보전략이 필요하다.

둘째, 전라도 방문의 해가 잘 설계되고 원활히 운영되게 하려면 주도하면서 이끌 상설 협의체를 갖춰야 한다. 각 시·도를 대표하여 관광 전문가(PM), 관계 공무원, 유관 기관으로 구성된 정예 실무 추진단 가동이다. 공동 사업 과정에서 드러난 협력 수요에 신속히 대처하는 체계는 중요하다. 추진체가 앞에서 이끌지 않으면 따로가기 십상이다.

셋째, 도와 시·군이 서로 지혜를 모아 협력 체계를 공고히 하여야 한다. 방문의 해 성과는 도와 시·군이 얼마나 긴밀히 공조하느냐에 달렸다. 시·도의 공동 사업과 시·군의 사책을 시·군, 테마로 잘 엮어 시너지를 내게 하는 마스터 플랜이 필요하다.

마지막으로, 도와 시·군내 관광 관련 유관기관, 단체, 종사자들의 협력과 참여다. 지역 관광의 질적인 성장을 위해선 일선에서 관광 수용 태세의 개선과 자율적 자정 노력이 일어나게 해야 한다. 지역을 방문한 관광객에게 정확한 여행 정보 제공, 친절과 청결 실천 등 주민 참여의 협력 연대가 그것이다.

전라도 방문의 해는 지역 관광 도약의 기회이자 도전이다. 보랏빛 소로 가는 길은 지나친 비유일까.

社 說

신생아 중환자실 인프라 확충 시급하다

이화여대 목동병원 중환자실에서 치료받던 신생아 네 명이 잇따라 숨져 의료계는 물론 국민이 큰 충격에 빠진 가운데, 이를 광주·전남의 열악한 신생아 의료 인프라를 점검하는 기회로 삼아야 한다는 목소리가 높다. 특히 전남 지역의 신생아 중환자실 병상 수는 전국 최하위여서 대책이 시급하다.

신생아 집중치료 지역센터 연구 보고서에 따르면 출생아 1000명당 필요한 신생아 중환자실 기준 병상 수는 3.9개이다. 하지만 전남 지역 출생아 1000명당 신생아 중환자실 병상 수는 기준의 20% 수준도 못 되는 0.7개로 경북과 함께 전국에서 가장 적었다. 광주는 5.5개로 기준은 충족했으나 서울(7.1개) 등 수도권과는 격차가 큰 것으로 나타났다.

의료 인력과 장비도 부족하기는 마찬가지다. 신생아 중환자실은 광주의 경우 1명의 전문의가 11개의 병상을 담당해야 할 정도로 인력난이 심하다. 수석이 안 나는 비인기 분야 전공의는

더욱 구하기 힘든 탓에, 전남은 전공의가 단 한 명도 없으며 광주도 1개 병상당 고작 0.15명의 전공의가 있을 뿐이다.

간호사도 부족해 충원이 절실한 상태다. 또한 광주의 경우 신생아 중환자실 병상의 인공호흡기도 2개 병상에 1개꼴인 것으로 드러났다. 결국 병실·시설·인력 모두 부족하다는 말인데, 광주·전남에서도 이대목동병원 같은 사태가 언제든 발생할 수 있다는 점을 염두에 두어야 할 것이다.

갑수록 결혼 연령이 늦어지면서 고도의 치료가 필요한 2.5kg 미만의 저체중아, 인큐베이터 치료가 필요한 2.5kg 미만 극소 저체중아 출산이 늘고 있다. 신생아 중환자실은 최상의 위생 환경이 요구되는 시설인 데다 출산율과도 직결되기 때문에 정부의 예산 지원이 있어야 한다. 광주시와 전남도 역시 국가 차원 이전에 지역 내 신생아 중환자실에 대한 점검을 서둘러야 할 것이다.

정부도 인정한 광주시 청년 일자리 정책

광주시의 '청년 드림 사업'이 정부의 일자리 정책 평가에서 대상을 받았다. 정부는 이 사업을 전국의 자치단체와 지방 공공기관 등에 확산시키기로 했다. 민선 6기 들어 광주시가 의욕적으로 추진해 온 청년 일자리 정책이 성과를 인정받고 있는 것이다.

대통령 직속 일자리위원회와 행정안전부는 그제 열린 '지방 공공부문 일자리 우수사례 발표 대회'에서 광주시의 '청년 드림 사업'을 대상으로 선정해 대통령상을 수여했다. 광주시는 2억 원의 시상금도 받았다. 시는 시상금 전액을 청년 사업에 투입하기로 했다.

청년 드림 사업은 미취업 청년들에게 취업 의욕을 고취하기 위해 일정 기간 일자리를 경험하면 급여를 주는 방식으로 진행됐다. 지난 3월부터 4개월간 구직자들이 스스로 원하는 일 경험을 선택해 매주 25시간씩 사업장과 기관 등에서 일하면 시가 생활임금(시간당 8410원)을 적용한 급여를 제공했다.

단순히 구직자와 사업장을 연계만 해 주고 끝내는 기존 방식과 달리 일자리 경험과 교육, 진로 상담을 병행하게 한 것이 특징이다.

사업 효과도 당초 예상보다 컸다. 1기 140명 중 44명(31%)이 직무 역량을 인정받아 정규직으로 취업했다. 기업체의 구인 기준과 청년 취업자의 눈높이가 맞지 않아 발생하는 일자리 미스매치의 해법을 제시한 셈이다.

윤장현 광주 시장은 취업 직후 최초로 청년 전담 부서를 신설하고 청년들이 참여하는 청년위원회를 꾸렸다. 이를 바탕으로 구직에서부터 취업과 창업·주거·부채 등 지원 제도를 마련해 추진하고 있다. 하지만 갈 길이 멀다. 취약한 산업 기반 탓에 청년 고용률은 여전히 저조하다. 일자리는 청년에게 생존의 문제다. 광주시의 청년 정책이 좋은 일자리 창출로 이어져 청년들이 지역 사회의 당당한 주체로 설 수 있도록 지원을 아끼지 말아야 할 것이다.

無 等 鼓

농업이 모든 것의 중심이었던 조선 시대, 토지의 가치를 높여 수익을 내는 '개밭'은 없었다. 광주 또한 어느 중심 도시처럼 읍성을 지어 그 안에 뚫린 하모당, 객사, 아사, 향청 등 관공서를 집적시키고 주민들은 읍성 밖에서 촌락을 이루고 살았을 뿐이다. 인위적인 개발의 서막을 연 것은 다름 아닌 일제였다.

지만, 1965년 인구는 58만여 명에 달했다. 난개발이 시작된 것이다. 기반시설은 턱없이 부족했으며, 부실 주택들이 곳곳에 들어섰다. 80·90년대는 '촉진' 개밭 시대다. 외곽 택지 조성과 주택 공급에 모든 도시 정책이 집중됐다. 구도심은 급격히 쇠락해 갔다.

2000년대 이후에는 인구·자본·정책 등의 극심한 수도권 집중, 중앙집권 체제를 배경으로 한 '판박이' 고층·고밀도에 전남 도정을 지었다. 시가지가 내려다보이는 성거산(광주공원)을 허물어 신사를 짓고, 대대로 내려오던 광주천변의

에만 의존한 구도심 재개발·재건축은 초고층 아파트를 만들어 냈고, 논밭·임야

광주 개발 잔혹사

등에도 중·고층 아파트가 난립하면서 광주는 '아파트 도시'가 됐다. 시민 모두의 공간이자 공공(公共)의 장이어야 할 도시 광주가 사익 추구의 장이 돼 버렸다는 자조의 목소리가 높다. 일제가 그랬던 것처럼 지금의 개발 역시 지역 주민이나 지역 자원, 도시 전체에 대한 고려를 생략하고, 미래 세대에 대한 배려가 없다는 것이다. 후손에게 자랑스럽게 물려줄 수 있는 아름다운 도시 광주는 요원한 것인가, 걱정이 앞선다.

이후부터 1960·70년대에는 광주로 몰려드는 전남 농민들로 인해 인구가 기하급수적으로 증가했다. 1939년 일제가 수립한 광주 시가지 계획은 목표연도 1967년에 15만 명을 예상했

/유현석 정치부 부장chadol@

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) 頁 61482 광주광역시 동구 금남로 238			
대표전화 222-8111·220-0551(지사·지국)국독신청·배달안내) 광고문의 062-227-9600			
편집국안내 (대표 FAX 222-4918)	경 제 부 220-0663 (FAX 222-4938)	경영지원국 (FAX 222-8005)	문화사업국 220-0541 (FAX 222-0195)
면 집 부 220-0649	문 화 부 220-0661 (FAX 227-9500)	기획관리국 227-9600	업 무 국 220-0551 (FAX 222-0195)
정 치 부 220-0632	문화미디어부 220-0664	다 자 인 실 220-0536	서 울 지 사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)
사 회 부 220-0642	체 육 부 220-0697	사 회 부 220-0652	사 진 부 220-0693
*구독료 월정 10,000원 1부 500원			

본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다