

# “장수고를 보성에서 100세까지 건강하게 살자”

### 군 보건소, 경로당 25개소 방문 ‘저염식 영양교육’ 실시 건강행복마을 중심 생활체조·절주·금연 프로그램 운영

“장수고를 보성에서 100세까지! 건강하게 살자.” 보성군이 찾아가는 저염식 영양교육을 실시하는 등 주민들의 건강한 생활습관과 환경 기반 조성을 위해 발 벗고 나섰다. 보성군에 따르면 군 보건소는 ‘건강행복마을’로 선정된 경로당 25개소를 방문하여 어르신들을 대상으로 저염식 영양교육을 진행하고 있다. ‘장수 100세 건강하게 오래오래 살자’를 주제로 진행되는 영양교육은 건강행복마을 만들기 사업으로 추진되고 있다. 이번 영양교육에서는 저염식단 제공, 웰빙 영양요리 실습, 영양상담 등 전문 강사를 활용한 저염식 프로그램이 준비됐다. 상대적으로 건강에 취약한 노인들의 ▲ 올바른 영양관리 ▲ 체내 나트륨 섭취 줄이

기 ▲식생활에 대한 정보제공 ▲영양표시 활용 교육을 통해 건강한 식습관을 형성하고, 질병 없는 노후를 보내는 데 도움을 주기 위해 마련된 교육이다. 이와함께 보성군은 건강행복마을로 선정된 경로당을 중심으로 건강생활체조와 운동, 요가 등 마을별 주민요구를 반영한 프로그램을 운영하고 있다. 건강행복마을은 주민들의 건강한 생활습관과 환경 기반 조성을 목표로 2009년 시작된 사업이다. 또 영양관리교육과 절주, 금연교육, 구강보건교육 등 보건사업 홍보와 지식을 전달 병행하고 있어 주민들의 건강생활실천 인식개선에도 기여하고 있다. 보성군 관계자는 “앞으로도 건강행복마을 영양교육 프로그램을 확대 운영하는 등



보성군 보건소 관계자가 경로당을 찾아 어르신들을 상대로 건강에 좋은 저염식 식단에 대해 설명하고 있다. (보성군 제공)

다양한 주민 요구에 맞는 사업을 발굴하고 말했다. /보성=김용백 기자 kyb@



9일 대한간호협회 신규 간호사들이 고흥군 소록도 아기사슴교육관에서 ‘대한간호협회 신규간호사 워크숍’을 갖고 기념촬영을 하고 있다. (고흥군 제공)

### 대한간호협회 신규 간호사들 이들간 고흥 소록도서 마리안느·마가렛 봉사정신 체함

대한간호협회 간호사들이 지난 8~9일 2일간 고흥군 소록도에서 ‘대한간호협회 신규간호사 워크숍’을 갖고 마리안느와 마가렛의 봉사 정신을 체감했다. 대한간호협회는 고흥 소록도 아기사슴 교육관에서 ‘대한간호협회 신규간호사 워크숍’을 갖고 나환자들을 위해 봉사했던 두 간호사의 생명존중 정신을 되새겼다. 간호사로 첫발을 내디딘 신규 간호사들도 소록도에서 병으로 고통받는 환자들을 언제나 최우선으로 여기는 간호 정신과 생명을 더욱더 소중하게 여겨야 하는 간호사의 숭고한 직업정신을 깊이 새길 수 있었다고 밝혔다. 대한간호협회가 고흥 소록도를 워크숍 대상으로 선택한 것은 지난 4월 ‘고흥군-대한간호협회-(사)마리안느와마가렛’ 간 체결한 업무 협약에 의해 이뤄졌다. 첫발을 내딛는 후배 간호사들이 소록도에서 40여 년을 헌신적으로 봉사한 마리안느와 마가렛의 봉사정신을 배우도록 하기 위한 것이었다. 대한간호협회도 워크숍 프로그램을 ‘마리안느와 마가렛’과 관련된 이야기나 장소 등으로 구성해, 신규 간호사들이 ‘마리안느와 마가렛’의 따스한 사랑과 나눔 정신을 느낄 수 있도록 했다. 한편 대한간호협회는 고흥군 소록도에서 3차에 걸쳐 1박 2일 일정의 신규 간호사 워크숍을 가질 예정이다. /고흥=주각중 기자 gju@

### ‘별교꼬막축제’ 성황리 막내려...관광객 23만명 다녀갔다

소설 ‘태백산맥’의 주무대이자 꼬막의 주산지인 보성 별교에서 열린 ‘제17회 별교꼬막축제’가 23만명의 관광객을 끌어모으며 성황리에 막을 내렸다. 보성군에 따르면 별교문화과 함께하는 별교꼬막을 주제로 지난 2일부터 3일간 열린 이번 축제는 시가행진과 대형 꼬막화합비빔밥 만들기, 꼬막잡기, 삶고 시식하기 등 다채로운 체험행사가 열리면서 관광객들의 발길을 사로잡았다.

특히 새롭게 선보인 ‘황금꼬막을 잡아라!’ 체험행사는 군민들 뿐만 아니라 별교를 찾는 관광객들에게 호응을 얻었다. 이외에도 트로트 가수 흥진영 등이 출연한 MBC-TV 축하쇼와 별교 천변을 화려하게 물들인 불꽃쇼 등도 좋은 평가를 받았다.

100년 신문 향한 정통지 **광주일보** 창사66주년



### 곡성군 산불예방 진화대 발대식...산불방지 총력

곡성이 산불예방진화대 발대식을 갖고 산불방지를 위해 총력을 다하고 있다. 곡성군에 따르면 군은 지난 9일곡성군민회관참여마당에서 ‘2018년 가을철 산불예방진화대 발대식’을 개최했다. <사진> 이번 발대식은 산불전문예방진화대 등 감시 및 진화인력의 역량을 강화하고 산불예방 의지를 높이고자 산불진화 및 예방교육, 안전교육과 함께 추진하게 됐다. 곡성군 산불진화대원들은 지역의 소중한 산림자원을 지키는 파수꾼 역할을 수행하게 된다. 이들은 산불 취약지에 집중적으로 배치되어 무단입산자와 불법쓰레기 소각 단속 등 산불 사전 차단 활동과

산불 발생 시 조기 대응을 통한 산불 확산 방지 활동을 펼치고 있다. 곡성군 관계자는 “산불은 대부분이 사소한 부주의로 발생하기 때문에 산불이 발생하지 않기 위해서는 군민들의 자발적인 산불예방과 감시활동이 매우 중요하다”며 “모든 군민들이 진화대원이라는 의식을 갖고 산불예방에 협조해 줄 것”을 당부했다. 산림청은 올해 11월 1일부터 12월 15일까지를 가을철 산불조심기간으로 지정했다. 이에 따라 곡성군은 지난 1일부터 본격적인 산불현장 조동진화대운영체계를 운영하고 있다. /곡성=김계중 기자 kjkim@



### 구례군, ‘고맙습니다’ 교통안전 릴레이 캠페인

구례군은 최근 ‘고맙습니다! 교통안전 릴레이 캠페인’을 구례 5일 시장에서 전개했다. <사진> 이번 캠페인은 최정희 부군수를 포함하여 민관합동으로 익산지방국토관리청, 구례경찰서, 구례 교육지원청 및 순천소방서 구례119안전센터, 안전보안관 등이 참여해 ‘교통신호 준수, 정지선 지키기, 고맙습니다!’ 등의 피켓을 들고 5일 시장 상인과 시장을 찾은 어르신에게 안전보행 수칙을 홍보했다. 특히 이날 캠페인에는 계도 위주의 교통안전 캠페인에서 벗어나 주민 관심과

시선을 자연스럽게 이끌기 위해 한국연극협회 전라남도지회 연극인들이 안전맨·노인·학생으로 분장하고 노래와 춤 등 볼거리를 제공하는 길거리 버스킹 공연도 함께해 의미를 더했다. 구례군은 앞으로 ‘교통사고 사망자 수 절반으로 줄이기’를 목표로 선진교통안전문화 정착 캠페인과 어르신 대상 찾아가는 마을안전교육인 ‘남도안전학당’ 운영을 계속 추진하며 어린이 보호구역 개선사업, 교통사고 잦은 곳 개선사업 등 지원을 확대할 방침이다. /구례=이진택 기자 lit@

그린알로에

# 그린궁 **프라임에버 120**

GREEN GOONG PRIME EVER 120

다시 맞이하는  
빛나는 아름다운 여성의  
건강한 봄날을 위하여!

그린궁프라임에버120은 소중한 여성의 피부 건강과 저하된 면역력을 증진시켜 주며 장 건강 그리고 뼈 건강에 도움을 주어 활력있는 여성의 아름다운 건강을 위한 여성 건강기능식품입니다.

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.

소비자상담실 080-234-6588