

박상현의 '맛있는 이야기'



도다리썩국

“봄 도다리 가을 전어.” 이 말을 들을 때마다 마치 온 국민이 집단 최면에 걸린 것 같다는 느낌을 받는다. 모든 미디어가 관례처럼 봄이면 도다리를, 가을이면 전어를 다룬다. 대중의 입맛은 스스로의 결정보다 미디어의 영향을 받는 경우가 많다. 노출 빈도가 잦으니 자연스럽게 봄에는 도다리를, 가을에는 전어를 찾는다. 수요가 증가하니 봄에는 도다리의 몸값이, 가을에는 전어의 몸값이 치솟을 수밖에 없다. 맛과 어획량으로 봤을 때 '가을 전어'에는 별다른 이견이 없다. 가을이 되면 맛도 오르고 잡히는 양도 그만큼 늘어나기 때문이다. 그런데 '봄 도다리'를 두고는 의견이 분분하다.

르는 명칭. 셋째 가지미를 총칭해 부르는 명칭.

이처럼 다양한 어종을 도다리라 부르거나 어종과 환경에 따라 생태적 특징이 다르기 때문에 '봄 도다리'의 정의에 대해서는 의견이 분분할 수밖에 없다. 그럼에도 봄이면 도다리라는 공식이 정착된 것은 지역적 변수가 결합되면서 시너지 효과를 일으켰기 때문이다.

한반도의 봄소식은 언제나 남쪽 바다에서 시작된다. 봄철 남해에서 많이 잡히는 생선이 자연스레 봄의 대표 선수가 된다. 1990년대 이후 통영은 수산업과 관광 산업의 규모 면에서 남해를 대표하는 항구가 되었다. 통영에서 도다리라고 하면 십중팔구 문치가자미를 일컫는다. 심지어 문치가자미를 진짜 도다리라는 의미에서 참도다리라 부르기도 한다. 문치가자미는 12월에서 2월 사이에 산란을 한다. 때문에 12월 1일부터 1월 31일까지를 금어기로 설정하고 있다. 산란기가 끝난 문치가자미는 봄이 되면 새살을 붙이기 위해 영양분이 풍부한 연안 가까이 붙는다. 어획이 시작되는 시기와 연안으로 붙는 시기가 일치하니 어획량이 늘 수밖에 없다. 잡히긴 많이 잡히는데 치어는 성어든 횡감으로 쓰기엔

살이 충분치 않다. 그래도 어떻게든 먹으려니 포를 뜨기보다는 뼈째 썰어 먹는 것이 더 어울렸다. 봄 도다리화하면 '뼈째 썰기' (세꼬시)가 공식처럼 정착된 이유다.

그런데 이런 이유만으로 도다리가 봄의 대표 생선이 되었다고 하면 뭔가 좀 아쉽다. 좀 더 극적인 스토리가 필요했다. 문치가자미가 올라올 즈음이면 통영에는 봄기운을 품은 해풍이 불어온다. 이때를 맞춰 통영의 크고 작은 섬의 들판에서는 마른 땅을 뚫고 봄소식을 알리는 썩이 올라왔다. 바다에서 지천으로 올라오는 문치가자미와 땅에서 지천으로 썩이 있는 썩의 만남. 그 자체로 극적이고 그 자체로 봄이다. 예로부터 통영 사람들은 문치가자미로 끓여 낸 국에 들에서 캔 야들야들한 썩을 듬뿍 올려 봄을 누렸다. 자칫 심심할 것 같은 생선국에 봄내 가득한 썩이 곁들여지니 이 계절에만 맛볼 수 있는 특별한 맛이 되었고, 도다리썩국이 더해지면 '봄 도다리'는 하나의 서사로 완벽한 구조를 갖게 된 셈이다.

도다리썩국이란 명칭 때문에 이 음식의 주연이 도다리라 생각하기 쉽지만 천만의 말씀. 도다리썩국의 주연은 단연 썩이다. 봄철 썩국의 전통이 남아 있는 남

해의 어촌 마을을 가 보면 비단 도다리뿐 아니라 삼세기, 물메기, 용가자미, 조개 등 다양한 해산물로 썩국을 끓인다. 살이 연하고 국을 끓였을 때 맑고 담백하며 감칠맛이 풍부한 생선이라면 무엇이든 썩국의 재료가 될 수 있다. 이는 모두 주연인 썩의 부드러움과 향을 돋보이게 하기 위한 조건이다. 아울러 산지일수록 도다리썩국의 맛을 볼 수 있는 기간이 짧다. 이미 다 자라 거칠어진 썩보다는 어린 해썩만 고집하기 때문이다.

“평생 나는 삶의 결정적 순간을 찍으려 노력했다. 그런데 지나고 보니 삶의 모든 순간이 결정적 순간이었다.” 프랑스 출신의 유명 사진작가 앙리 카르티에 브레송이 남긴 말이다. 자연은 인간의 시간을 기다려주지 않는다. 봄은 짧고 봄 음식을 즐길 여유도 잠깐이다. 때로는 인간이 부지런히 자연의 시간을 쫓아갈 필요가 있다. 세상을 뒤덮은 미세먼지 때문에 우울하게 보내기엔 너무 아까운 순간이다. 먼 훗날 돌이켜 보면 도다리썩국 한 그릇을 먹었던 이맘때가 당신 인생의 결정적인 순간일 수도 있다. 모쪼록 미세먼지 따위에 당신에게 찾아온 찬란한 봄을 잃지 않기를 기원하는 바이다.

(맛 칼럼니스트)

의료칼럼

봄철 노인 건강 관리



정지연 상무힐링재활요양병원 원장

서 기온이 낮아지는 차가운 봄날이 반복된다. 또한 시베리아 기단이 지나가서 꽃샘추위가 기승을 부리기도 한다. 봄은 남쪽에서 찾아오고, 가을은 북쪽에서 찾아온다. 봄에는 남녘에서부터 매화, 벚꽃, 개나리꽃, 목련, 철쭉, 복숭아꽃, 살구꽃, 야기 진달래 등 아름다운 꽃이 피기 시작한다. 봄에는 온갖 꽃이 피어나고 꽃에는 벌과 나비가 날아드는 사랑이 시작되고 생명을 잉태하는 아름다운 계절이다.

봄이 오는 길목에서 노인들의 건강을 위한 몇 가지 조언을 하려고 한다. '건강과 젊음은 잃고 난 뒤에야 그 고마움을 알게 된다'는 명언을 잊지 말아야 한다.

첫 번째로, 일교차가 10도 이상 되는 환절기에는 감기를 조심하고 또 조심해야 한다. 감기는 원인도 다양하며 편도염, 비염, 천식, 폐렴 등 합병증이 발생하는 만병의 근원이다. 특히 감기는 추운 겨울이 아니라 일교차가 큰 환절기에 잘 걸린다는 것을 명심해야 한다. 독감은 예방 주사가 있지만 감기는 예방 주사도 없으며 대부분 바이러스로 감염된다. 환절기에는 가벼운 외투를 챙겨 체온을 제

로 유지하고, 손 씻기와 양치질을 습관화하고 마스크를 착용하는 것이 좋다.

두 번째로, 기온 역전이 큰 봄철에 많이 나타나는 미세 먼지를 조심해야 한다. 미세 먼지는 대기 중에 떠돌아다니는, 사람의 눈에는 보이지 않을 정도로 작은 먼지 입자를 말한다. 세계보건기구(WHO)에서 1급 발암 물질로 지정된 미세 먼지는 결막염, 비염, 기관지염, 천식, 피부병 등의 원인이 된다. 미세 먼지 경보가 나오면 실외 활동을 자제하고 부득이 외출을 하고 돌아오면 손, 발, 눈을 깨끗이 씻고 가글을 하는 것이 좋다.

세 번째로, 봄철에는 산행이나 꽃구경 등 나들이를 자주하게 되므로 안전사고에 주의해야 한다. 남녀노소를 가리지 않고 온몸이 나른해지고 피로감이 몰려오는 춘곤증을 조심해야 한다. 특히 운전 중의 춘곤증은 음주 운전 못지않게 위험하기 때문에 반드시 휴식을 취하고 스트레칭을 해야 한다. 또한 65세 이상 노인들은 야외 활동 시 낙상 사고를 조심해야 한다. 자신의 의지와 관계없이 갑자기 넘어져서 엉덩이뼈나 고관절 등이 골절되어 사망의 원인이 되기도 한다. 그리고

봄철에는 계절성 우울증 환자가 급증한다는 사실도 유념해야 한다.

마지막으로 우리 몸의 면역력 저하를 예방해야 한다. 면역력은 외부에서 들어온 병원균에 저항하는 힘을 말한다. 입안이 험고 입술 주위에 물집이 생기거나 만성 피로와 감기가 자주 걸리면 면역력 저하의 직선호이다. 스트레스와 과로, 잘못된 식습관과 운동 부족, 마음의 고민 등이 우리 몸의 면역력을 떨어뜨리는 주된 원인이다. 면역력 저하를 예방하기 위해서는 스트레스 해소와 규칙적인 운동이 중요하다. 수시로 손을 씻고 스트레칭을 자주 하고 적절한 음식을 먹는 것이 좋은 방법이다.

봄이 오면 낮 기온은 높고, 밤 기온이 낮아 일교차도 심해져서 수많은 불청객이 함께 찾아온다. 또한 미세 먼지 때문에 '봄이 왔지만 봄 같지 않다'는 말도 한다. '매화도 한철, 국화도 한철'이라는 속담처럼 건강은 건강할 때 지켜야 한다. 냉이, 달래, 주꾸미, 도다리 등 계절 음식을 즐기고 자기만의 방법으로 스트레스를 해소하여 건강을 관리해야 한다.

기고

목포의 눈물과 이순신의 혼



고광섭 목포해군대 해군사관학부 교수

있는 산과 섬이 마주 보며 공존하고 있다.

최근 목포 근대역사 문화공간 조성 사업과 관련하여 정당, 정치인 및 언론사 상호간에 설전과 상호 비방 등 진실 공방이 국민들의 이목을 집중시킨 바 있다. 부끄럽고 치욕적인 역사를 기록하고 역사적 가치가 있는 유물을 보존하여 교훈을 얻는 것도 의미 있는 일이라 생각한다. 그럼에도 불구하고 일제 강점기 치욕의 역사적 흔적이 남아있는 근대역사 문화공간 조성 사업에 대한 세간의 관심이 커질수록 우리의 숭고한 역사로 평가된 고하도 충무공 이순신 사적지에 대한 현주소를 상기하지 않을 수 없다. 부끄럽고 치욕적인 역사를 기록하고 보존하여 후세에서 반면교사로 삼는 것도 중요하지만, 자랑스럽고 숭고한 역사를 선양하고 교육하며 가슴 깊이 새기는 일을 소홀히 해서는 안 되기 때문이다.

유달산 바다 건너 작은 섬 고하도는 어떤 곳인가? 명량해전 이후 이순신 장군은 왜군의 추격을 피하면서 조선 수군 재건의 장소를 찾아 한반도 서남해안을

항해하였다. 새로운 수군 전략 기지로 고하도를 택하고 이곳에 상륙한 시기는 1597년 10월 이른 아침이었다. 1897년 목포 개항 시기로부터 300년 전의 일이다. 고하도에서 이순신 장군과 조선수군은 병사와 전선의 정비작 구축, 전선 건조, 무기 제작 및 병력 확보 등 철천령 해전에서 괴멸된 조선 수군을 재건하였다. 목포 앞 인근 섬과 고하도에서 이순신과 조선 수군이 얼마나 피 눈물을 흘리며 수군을 재건했는지에 대한 내용은 난중일기에 생생하게 기록되어 있다. 이를 두고 6·25 한국전쟁 해전 참전 용사 최영섭 용은 고하도를 '이충무공의 정국 서린 민족의 성지'로 평가한 바 있다.

이제부터라도 풍화작용으로 퇴색되어 가는 고하도의 유일한 이순신의 흔적, 유희비를 보면서 우리의 숭고한 역사를 선양하여 어떻게 후세에 물려주어야 할지 진지한 논의가 있기를 바란다. 우리의 아픈 역사의 현장이었던 유달산 아래 문화공간의 재생도 중요하지만 이순신 장군의 한과 혼이 서려있는 고하도의 숭고한 역사적 가치도 중요하지 않은가.

의 현주소를 쉽게 확인할 수 있다. 부끄러운 일이다.

'역사란 무엇인가'의 저자 에드워드 카는 역사는 '과거와 현재의 대화'라 했다. 아픈 역사의 과거도 우리의 숭고한 과거의 역사도 현재와 대화를 해야 한다. 이 역사의 상대국은 여전히 역사를 왜곡하고 있는 역사도 생산하고 있는 실정이다.

해마다 충무공 이순신 탄신일이 되면 지역 기관장, 단체장 및 정치인들이 고하도에 파도처럼 몰려왔다가 바람처럼 사라지곤 해 왔다. 올봄에도 충무공 탄신일 기념 행사를 위해 과거와 같은 연례 행사가 반복될 것으로 예상된다.

이제부터라도 풍화작용으로 퇴색되어 가는 고하도의 유일한 이순신의 흔적, 유희비를 보면서 우리의 숭고한 역사를 선양하여 어떻게 후세에 물려주어야 할지 진지한 논의가 있기를 바란다. 우리의 아픈 역사의 현장이었던 유달산 아래 문화공간의 재생도 중요하지만 이순신 장군의 한과 혼이 서려있는 고하도의 숭고한 역사적 가치도 중요하지 않은가.

社說

민간공원 아파트 개발 공공성을 최우선으로

민간공원 특례사업으로 중앙·중외·일곡 등 광주를 대표하는 다섯 개 공원에 최고 35층의 아파트 92개 동이 들어서는 데, 평당 분양가는 1900만 원에 이를 것으로 전망된다. 이에 따라 민간공원 내 아파트 개발이 자칫 분양가만 끌어올리고 주변 경관까지 해치는 것 아니냐는 우려가 커지고 있다.

광주일보가 입수한 민간공원 특례사업 2단계 관련 자료에 따르면 가장 면적이 넓은 중앙공원 1지구(241만 2688㎡)의 아파트 개발 면적은 18만 9361㎡로, 최고 25층 높이의 2014세대(39개 동)가 공원 인근 아파트 단지에 인접해 들어선다. 또 중앙공원 2지구에는 최고 28층 규모 640세대, 중외공원에는 29층 2529세대, 운암산공원에는 35층 734세대가 들어선다. 일곡공원과 신용공원에도 각각 29층 1166세대, 25층 256세대의 아파트가 공급된다.

우선협상 대상 업체들이 책정한 이들 아파트의 평당 분양가는 최고 1900

만 원에 육박하는 것으로 나타났다. 사업자들은 이를 통해 300억 원에서 1000억 원대의 수익을 낼 것으로 추정된다.

이들 공원 개발은 현재 사업자들이 낸 제안서에 대한 주민 의견 수렴 절차가 진행되고 있는데, 검토 결과 개발 면적과 규모는 크게 줄었지만 고층 아파트의 디자인 및 경관이 공원과 조화를 이룰 것이지에 대한 우려가 큰 상황이다. 분양가 역시 지난해 광주 지역에 분양된 아파트의 평당 평균 1078만 원과 격차가 커 자칫 가격 상승만 부채질할 가능성도 적지 않다.

민간 자본을 이용해 장기 미집행 공원을 해소하고자 도입된 민간공원 특례사업에서 우선적으로 고려돼야 할 가치는 공공성이다. 광주시는 남은 협상 과정에서 사업자의 수익보다 공원을 이용하는 시민의 편익과 적절한 아파트 분양가 책정, 주변 경관과 조화를 담보할 수 있도록 해야 할 것이다.

환경미화원 보다 안전한 작업 환경 기대한다

환경미화원은 늘 작업 도중 안전사고를 당할 위험에 노출돼 있다. 주로 새벽이나 밤 시간대에 일하는 데다 근무 환경마저 열악하기 때문이다.

환경부에 따르면 최근 3년간(2015~2017년) 안전사고를 당한 환경미화원은 사망 18명, 부상 1804명 등 모두 1822명에 달했다. 광주에서도 같은 기간 동안 49건의 안전사고(사망 3명)가 발생했다. 사고 유형을 보면 압축형 청소차 적재함 등에 신체 일부 끼임, 수거 차량 이동 중 떨어짐, 눈비로 인해 미끄러운 노면에서 넘어짐, 종량제 봉투 속 날카로운 물체에 베임, 차량 추돌에 따른 교통사고 등 다양했다.

이런 상황에서 어제 환경부가 새로운 '환경미화원 작업 안전 지침'을 마련해 전국 지자체에 통보했다. 지침은 원칙적으로 작업 시간대를 야간이나 새벽에서 낮 시간으로 전환토록 했다. 또한 청소차량에 작업자의 상황을 확인할 수 있는 영

상 장치 설치를 의무화하고, 청소차량 압축장치에 끼이는 사고 방지를 위해 안전 스위치 등 안전장치를 설치토록 했다.

이런 지침은 현재 법사위에 계류 중인 '폐기물관리법' 개정안 법제화에 앞서 운영되는 가이드라인 성격에 띠고 있다. 이후 개정안 법제화가 완료되면 구속력을 갖춘 별도의 안전 기준과 안전 지침(고시 형태)을 마련하게 될 것이다.

이런 지침은 생활 폐기물 수거와 가로 청소 등 현장에서 일하는 전국 4만3000여 명(위탁 포함)의 환경미화원들의 안전을 최우선시하고 있다. 이번 안전 지침을 이행하려면 지자체는 추가 인력과 예산을 확보해야 하는 재정적 부담을 안게 될 것이다. 하지만 이번 지침이 환경미화원들의 작업 환경 개선은 물론 부수적으로 쾌적한 거리 환경 변화 효과를 가져올 것으로 기대되는 만큼 지침 이행에 필요한 예산 확보에 차질이 없도록 해야 할 것이다.

無等鼓

며칠 전 남동성당 옆 '명음사'가 문을 닫는다는 소식을 들었다. 아는 이가 길을 건다 가게 정리하는 모습을 본 모양이었다. 명음사는 1980년 문을 연 음반가게다. 아주 오래된 LP음반을 사던 시절이 있었다. 시내에 나오면 음반가게에 들르곤 했는데 사모아 레코드가 단골이었다. 명음사도 방문했던 기억이 있다. 하지만 지금, 그 많은 음반점은 대부분 사라진 상태다. '아, 결국은 명음사도 문을 닫는 건가' 싶어 아쉬운 맘이 들었다.

오래된 가게

명음사를 다시 찾은 건 '광주, 시간 속을 걷다' 시리즈를 통해서였다. 오래된 장소와 가게 등 40여 곳을 취재했는데, 명음사도 그중 하나였다. 피아노 여제 마르타 아르베리치의 젊은 시절 포스터가 인상적이었던 공간에는 수많은 LP판과 함께 지금은 보기 어려운 카세트 테이프가 가득했다.

음악감상실 베토벤, 세계우표사, 유성양복점 등은 다행히 지금도 영업중이다. 80대 할아버지가 시계를 고쳐주는 '용문당'은 50년이 넘는 가게다. 열심히 시계를 고치고 막걸리 한잔으로 하루를 마치는 그는 며칠 전 TV에도 등장한 모양이었다. 반면 선술집 영흥식당은 지난해 문

을 닫고 말았다. 최근 광주시 동구가 '오래된 가게 인증 및 지원에 관한 조례'를 통과시켰다. 최소 30년 이상 된 공간, 주인이 바뀌지 않은 곳을 원칙으로 취재했던 가게는 대부분 광주 원도심 동구에 자리하고 있었다. 동구는 앞으로 심의위원회를 거쳐 가게를 선정한 후 표식판 제작, 홍보 등을 지원할 예정이라고 한다.

법안을 발의한 정영원 의원은 "30년 된 가게는 그 자체로 소중한 문화 자산"이라고 했다. 이 조례가 실질적으로 얼마나 도움이 될지 가능할 수는 없지만 오래된 가게의 가치를 인정했다는 건 의미 있다.

조금 전 명음사 주인장과 전화 통화를 했다. 문을 닫는 건 아니고, 계림동 오거리 인근으로 가게를 옮긴다고 했다. 그는 경기가 좋지 않기는 하지만 LP음이 불면서 수요가 조금씩 늘어나 한 10년은 더 할 수 있을 것 같라며 웃었다. 영화 '보헤미안 랍소디' 덕에 '롤' 음반을 많이 팔았고 70~80세대 음반은 여전히 인기라고 했다. 현책방 거리 부근의 LP전문점. 웬지 아날로그 향기가 물씬 풍겨 어울리는 것 같다. /김미은 문화부서 mekim@

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 광주가 1(일간)	
대표전화 222-8111 / 220-0551(지사·지국(국통 신청 배달 안내))		광고문의 062-227-9600	
편집국내선	(대표 FAX 222-4918)	경영지원국	220-0515 문화사업국
220-0649	220-0661	(FAX 222-8005)	(FAX 222-0195)
문 화 부	문 화 부	220-0632	220-0652
여 론 채 부	220-0692	(FAX 222-0195)	(FAX 222-0195)
경 처 부	220-0663	예 향 부	220-0693
220-0664	사 진 부	220-0664	220-0693
220-0642	체 육 부	220-0642	220-0697
*구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다			