

박상현의 '맛있는 이야기'



오월 광주와 주먹밥

5·18 민주항쟁 기념행사위원회는 올해 40주년을 맞는 5·18 기념행사의 엠블럼을 '오월 주먹밥'으로 결정했다. 엠블럼은 원형 이미지로 1980년 5월 항쟁 당시 광주 공동체가 실천했던 나눔의 가치를 상징하는 '주먹밥'과 5·18의 세계화를 의미하는 '따오르는 태양'을 형상화했다. 더불어 광주시는 지난해 주먹밥을 대표 음식으로 선정할 때 이어 올해부터는 광주 주먹밥의 브랜드화와 상품화에 속도를 내고 있다.

1980년 5월의 광주를 당시 중앙 언론은 폭도들의 약탈과 방화와 파괴가 넘치는 무법천지 난장판이라고 보도했다. 하지만 광주는 그 어느 때보다 평온했다. 진압군의 발포와 무자비한 폭력으로 도시는 해아릴 수 없는 분노와 슬픔에 잠겼지만, 시민들은 서로를 돌리려하며 질서를 유지했다. 양동시장과 대인시장의 상인들은 거리에 술단지들을 걸어 놓고 주먹밥을 만들어 시민군에게 나눠 주었다. 그때 그 주먹밥은 40년이 흘러 광주를 상징하는 음식이 되었다.

주먹밥은 쌀밥을 주식으로 하는 아시아, 그중에서도 동북아시아에서만 볼 수 있는 독특한 음식이다. 쌀의 종류는 크게

인디카와 자포니카로 나뉜다. 한국과 일본에서 먹는 쌀은 모양이 둥글고 길이가 짧은 자포니카다. 이에 반해 인디카는 모양이 가늘고 길이가 긴 쌀로 흔히 '인남미'라 부른다. 두 품종은 모양뿐만 아니라 찰기를 달리 한다. 쌀의 전분에는 아밀로스가라는 성분이 있는데 아밀로스가 높을수록 찰기가 강하다. 인디카는 아밀로스가 25 퍼센트 이상인 데 반해 자포니카는 20퍼센트 이하다. 때문에 자포니카는 잘 못쳐지는 반면 인디카는 푸석거리고 잘 못쳐지지 않는다. 자포니카의 이러한 특징이 가장 잘 반영된 사례가 바로 주먹밥 문화다.

주먹밥은 요리라기보다는 쌀을 섭취하는 형태이기 때문에 어느 나라가 원조냐를 따지는 것은 무의미하다. 다만 한국과 일본 두 나라 주먹밥의 역사를 살펴보면 기능적인 공통점이 발견된다. 전쟁 시에는 전투식량으로, 재난 시에는 구호식량으로 주로 사용되었다. 일본의 경우 전국시대 무사들의 비상식량에서 출발해 제2차 세계대전을 전후해 광복위하게 확산되었다. 2011년 동일본 대지진 당시에는 생활 터전을 잃은 이재민의 끼니가 되었다. 한국은 임진왜란 등의 전란과 한국전쟁 당시 전투식량으로 보급되었다. 5·

18 민주항쟁 당시 시민군에게 제공되었던 주먹밥 역시 이러한 역사의 연장선에 있다. 이처럼 주먹밥은 밥이라는 가장 근원적인 음식을 나눔으로써 공동체의 결속력을 '단단하게' 다지는 음식이다. 주먹밥은 태생 자체가 공동체를 결속시키고 고난을 극복하기 위한 음식이었다.

주먹밥의 이러한 속성은 만드는 과정에도 배어 있다. 주먹밥도 그렇지만 '스시'라 불리는 일본식 생선초밥도 사람의 손으로 밥을 쥐어서 만든다. 그런데 밥을 쥐는 행위는 같지만 들은 전혀 다른 결과를 지향한다. 스시에서 밥을 쥐 때는 밥이 잘 풀어도 좋지만 찰기가 풀리지 않아야 하는 적당한 공간이 있으며 서로 팽팽한 긴장 관계를 유지한다. 잘 만들어진 스시는 입안에 들어가 침과 섞이는 순간 자연스럽게 흠뻑 젖어준다. 그레야 밥 위에는 울린 생선회와 조화롭게 어울린다. 이에 반해 주먹밥은 밥이 잘 풀리지 않도록 문진다. 밥알은 서로 적극적인 협력 관계를 유지한다. 한입 베어 물었을 때 형태가 허물어지거나 손에 밥알이 덕덕 떨어지는 안 된다. 그래서 주먹밥을 만들 때는 양 손을 오목하게 해서 지루할 정도로 밥을 치대야 한다. 밥알 사이의

공기를 빼 내기 위해서다. 그럴수록 주먹밥은 맛있어지고 촉촉함은 오래 유지된다. 때문에 주먹밥은 오래오래 꼭꼭 씹어야 맛있고 오래오래 꼭꼭 씹는 행위를 통해 시련을 극복하려는 의지도 강해진다. 주먹밥에서 파생된 삼각김밥 역시 이러한 속성을 이어받았다. 우리나라 편의점에 삼각김밥이 처음 등장한 것은 1992년이다. 당시 삼각김밥 하나의 가격은 900원, 짜장면 한 그릇의 가격이 1000원이던 시절이니 결코 싼 음식이 아니었다. 하지만 포장 기술의 개선과 대량 생산이 가능해지면서 삼각김밥은 갈수록 저렴해졌다. 외환 위기의 시련 속에서도, 2002년 월드컵의 열기 속에서도, 삼각김밥은 시민들의 든든한 끼니가 되어 주었다. 조만간 광주에 있는 편의점에서 '5·18 삼각김밥' 혹은 '광주 삼각김밥'을 만날 날을 기대해 본다.

아름을 극복하지 못하면 상처가 되지만 극복하면 오히려 희망이 된다. 주먹밥을 통해 광주정신을 계승하려는 의지는 그런 점에서 희망적이다. 광주 시민의 음식 솜씨와 미의식은 주먹밥 하나에도 얼마든지 광주정신과 함께 계미진 맛을 녹여낼 것이라 믿는다. <맛 칼럼니스트>

의료칼럼

치아 교정 시기



이기현 선이고운치과 원장

입 안에 나는 시기와 턱의 성장 시기에 따라 치료 시기나 방법이 달라질 수 있다. 경우에 따라 이미 진행되고 있는 부정 교합을 조기 차단하거나 더 악화되지 않도록 해 추후 치료를 쉽고 간단하게 하는 조기 치료가 필요할 수 있다. 적절한 시기의 검진이 중요한 이유이다.

교정 전문의가 어린이의 위아래 턱 발육과 치아 이상 여부를 파악할 수 있는 가장 이른 시기는 초등학교 입학 무렵인 만 7세이다. 이 시기는 사랑니를 제외한 모든 영구치의 치배 즉 치아의 씨가 잇몸 안에서 만들어져 있고, '6세 구치'라 불리는 위아래의 큰 어금니와 영구치 앞니가 잇몸 밖으로 나오는 때이기 때문이다. 간단한 구강 검진과 파노라마 사진 촬영으로 교정 치료가 필요한지, 좋은 시기는 언제인지를 판단할 수 있다.

누구든 파노라마 방사선 사진을 촬영하면 아직 영구치가 다 나지 않은 경우에도 환자의 치아 수와 위치 이상을 확인할 수 있다. 치아가 부족한 경우를 결손치라 부르고, 남몰래 낄 수 있는 치아를 더 가지고 있으면 과잉치라 이른다. 과잉치는 주변 치아의 자리를 차지하거나 정상 치아의 배열을 방해하기 때문에 가능한 바로 제거해야 한다. 결손치의 경우는 그 공간을 메워주거나 아니면 공간을 유지해 추후 임플란트 등의 방법으로 치아를 회복시켜야 한다.

윗 송곳니의 위치 이상도 종종 일어나는데 앞쪽으로 경사지게 위치된 경우, 이를 조기에 바꿔주지 못하면 앞니 자리로 바뀌어서 나가거나 주변 치아의 뿌리를 흡수시켜 그 치아를 잃기도 한다. 6세 구치의 경우도 앞쪽으로 자리를 잘못 잡아 앞쪽 젓니 어금니 뿌리를 점차 흡수시켜 가며 전방에 자리를 잡아 젓니 어금니 자리에 나야 하는 치아의 자리를 차지, 그 치아가 젓니가 되거나 잇몸 밖으로 나오지 못하는 때북치의 원인이 되기도 한다.

이 시기 치아 교합의 이상 여부는 간단한 구강 검진이면 확인할 수 있다. 위아래 턱 치열의 후방에 위치한 좌·우 양 어금니와 치열의 맨 앞의 대문니가 영구치이기 때문에 향후 완성될 영구치의 물림 관계를 전후, 좌우, 상하 등 3차원으로 판단할 수 있는 최초의 시기이다. 앞니가 거꾸로 물리거나 젓니가 너무 튀어나와 토끼 이처럼 보이는 경우, 위아래 중심선

차이 등의 문제는 위아래 턱뼈의 성장 부조화와 관련된 경우가 많아 정확한 턱의 크기와 위치를 진단해 조기에 성장 조절 치료가 필요한지 평가해야 한다.

두 번째 검진 적기는 만 13세인 중학교 입학 시기이다. 개인차가 많지만 평균적으로 6세 구치 뒤에서 두 번째 큰 어금니가 나는 시기이다. 음식을 씹는데 제일 중요한 치아가 큰 두개의 어금니이기 때문에 그 위치 차가 자칫 틀어지면 음식을 씹는 기능적 문제를 일으킬 수 있다. 종종 위턱에 나는 두 번째 어금니는 볼쪽으로, 아랫니는 혀쪽으로 쓰러져 나서 위아래 어금니가 서로 맞지 못해 음식을 씹는 데 제대로 기능을 하지 못하는 경우가 있다. 어금니 뒤쪽이라 환자나 부모들이 놓치기 쉬운데, 일찍 관찰되면 쉽게 교정 치료가 가능하다.

아이가 건강한 치아와 가지런한 치열, 균형 잡힌 얼굴을 갖기 위해 가장 좋은 방법은 초등학교 입학 무렵 주변의 교정 전문의를 찾아가 상담을 받는 것이다. 당장 교정 치료가 필요없다면 가까운 치과에서 주기적인 치아관리를 해다가 중학교 입학 무렵 다시 교정 전문의를 찾아가 두 번째 어금니가 제대로 나고 있는지 확인하자.

기고

인구 절반이 여성인 전남, 여성 국회의원은 왜 없나



안경주 전남여성가족재단 원장

선거구에 도전장을 낸 다섯 명 안팎의 여성 후보가 유력한 후보로 거론되는 형세도 아니다. 2000년 이후 단 한 차례도 여성 국회의원을 배출하지 못한 '여성 의원의 불모지'가 된 전남 지역의 여성 인구는 94만 5423명(2019년 6월 기준)이다. 190만 전남 인구 중 약 절반이다. 인구의 절반인 전남 여성들의 정치적 대표성을 높이는 방안을 이제는 마련해야 할 때가 아니겠는가?

우선은 정치적 대표성에 있어서 남녀 기회균등을 위한 제도적 장치의 보완을 생각해볼 수 있다. '공직 선거법'에서 규정하고 있는 여성 할당제와 '정치자금법'에 규정된 여성 추천 보조금 제도는 6% 미만이었다면 여성 의원 비율을 17대 국회부터 10%대로 끌어올렸다. 여성 후보를 30% 이상 추천하도록 하는 지역구 선거의 경우 이는 단순 권고 조항으로 강제력이 없어 여성 후보 추천 비율은 실제로 낮다. 결국 전체 의원 중 비례대표 의원의 비율-국회의원 15.7%, 지방의원의 경우 광역 10.6%, 기초는 13.2%-정도에 위 제도의 적용이 가능하다는 한계를 갖는다. 20대 국회에서 지역구에서 의석을 차지한 여성 의원의 88%가 서울과 경기 지역에서 나왔고, 전북, 광주, 경북을 제외하고는 어느 지역에서도 여성 의원이 배출되

지 못한 점을 잠작하면, 지역구 선거에서 여성 후보 추천 비율에 대한 강제 규정을 도입하여 남녀 양쪽의 기회 평등을 법적으로 보장하는 것도 대안이 될 수 있다. 외국의 경우 선거직에서의 남녀 동수제를 시행함으로써 여성의 대표성을 상당한 수준으로 끌어올렸다. 프랑스는 1999년 개헌을 통해 "법은 선출직 공무원의 경우 선거직에서의 남녀 동수제를 시행함으로써 여성의 대표성을 상당한 수준으로 끌어올렸다. 프랑스는 1999년 개헌을 통해 "법은 선출직 공무원의 경우 선거직에서의 남녀 동수제를 시행함으로써 여성의 대표성을 상당한 수준으로 끌어올렸다. 동법 시행 이후 여성 의원이 지속적으로 증가하여 2019년 하원 39.7%, 상원 32.2%를 차지하고 있다. 우리나라도 지역구 국회의원 선거, 지역구 지방의원 선거, 지방자치단체장 선거에 남녀 동수제에 관한 법률 적용을 적극적으로 검토해 볼 필요가 있다.

정치 영역에서 남녀 동수제는 남성 중심의 정치 문화를 바꾸어내는 데도 이바지할 수 있다. 정치 지도자나 단체장은 당연히 남자라고 생각하는 사회, 즉 가부장제적 유산이 강하게 남아 있는 지역 사회에서 여성들은 남성 정치인의 보조자로 인식되어 아무리 뛰어난 여성 지도자라 하더라도 사회적 인정을 받기가 어렵

다. 전남 지역은 지역 성평등지수에서 하위 수준을 벗어나지 못하고 있으며 특별히 의사 결정 분야에서 남녀 격차를 크게 드러내고 있다. 성별에 따른 공사(公私) 이분법적인 문화가 강하게 적용하고 있는데 기인한다. '일하는 여성'이 우리에게 더는 낯선 모습이 아니듯이 '정치하는 여성'도 편안하게 받아들여질 수 있는 사회적 인식과 문화의 변화가 필요하다. 의식의 각성 및 변화를 위해서는 교육이 가장 효과적이다. 전남 지역은 전방위적으로 여성 인재를 발굴, 육성하여 정치적 주체로 키우는 것이다. 전문 지식인 남성이 대부분인 국회에서 여성, 청소년, 아동, 소수자의 입장과 관점을 대변할 여성들을 육성하여 정치 현장에서 저 목소리를 낼 수 있도록 해야 한다. 그런 면에서 최근 출범한 '전남여성정책포럼'과 전남여성가족재단의 여성 인재 육성을 위한 교육 프로그램에 거는 기대가 높다. 한 세대가 가기 전에 전남에서 '인간을 귀히 여기며 사람을 섬길 줄 아는 여성들의 출세(出世)'를 기대한다.

社說

콜센터 등 집단 감염 위험 지역 미리 살펴야

서울 구로구 콜센터 사무실에서 코로나19 집단감염으로 직원과 가족 등 95명(어제 오후 3시 현재)의 환자가 발생했다. 대구 경북 이외 지역에서 발생한 집단감염으로는 최대 규모다. 광주 지역도 비상이 걸렸다. 광주는 64개 콜센터가 있는 대표적인 콜센터 집결 지역이기 때문이다.

게다가 광주는 전국에서 인구 대비 신천지 교인 수가 가장 많은 지역이기도 하다. 최근 서울과 대구에서 집단감염이 발생한 공공임대주택도 곳곳에 산재해 생산이 가능해지면서 삼각김밥은 갈수록 저렴해졌다. 외환 위기의 시련 속에서도, 2002년 월드컵의 열기 속에서도, 삼각김밥은 시민들의 든든한 끼니가 되어 주었다. 조만간 광주에 있는 편의점에서 '5·18 삼각김밥' 혹은 '광주 삼각김밥'을 만날 날을 기대해 본다.

아름을 극복하지 못하면 상처가 되지만 극복하면 오히려 희망이 된다. 주먹밥을 통해 광주정신을 계승하려는 의지는 그런 점에서 희망적이다. 광주 시민의 음식 솜씨와 미의식은 주먹밥 하나에도 얼마든지 광주정신과 함께 계미진 맛을 녹여낼 것이라 믿는다. <맛 칼럼니스트>

약국 없는 농촌 지역 마스크 구입 보완책

지난 9일부터 약국을 중심으로 '마스크 구매 5부제'가 시행되고 있지만 여전히 빈틈이 많다. 전남 지역의 경우 약국이 없는 읍면이 절반에 달하는 데다 혼자 사는 고령 노인들은 대리 수령해 줄 사람조차 없어 어려움을 겪고 있는 것이다.

현재 정부가 공급하는 공적 마스크는 약국·우체국·농협 하나로마트에서 판매되고 있다. 한데 전남 지역은 229개 읍면 가운데 약국 없는 곳이 108개로 전체의 47%에 이른다. 이에 따라 이들 읍면 주민들은 우체국과 농협을 찾아야 하지만 대부분이 먼 소재지에 있으니 마스크 구매에 큰 불편을 겪는 것이다. 완도군 금당면 기학마을은 216명의 주민 가운데 65세 이상 노인이 140명으로 65%나 된다. 이들이 공적 마스크를 구입하려면 10km나 떨어진 먼 소재지까지 나가야 한다. 먼 소재지에도 약국은 없고 농협과 우체국이 한 곳씩밖에 없다. 그나마 하루에 공급되는 마스크는 160매에

불과한데 금당면 10개 마을 주민은 990명이나 턱없이 부족하다. 특히 완도 급일읍의 장도·원도 등 섬 주민들은 읍까지 한 시간가량 배를 타고 나와야 한다.

정부가 만 80세 이상 노인에게 대리 구매가 가능하도록 했지만 동거인으로 한정으로 주소지가 다를 경우는 불가능한 점도 한계다. 특히 13만 5000여 명이 사는 전남 도내 65세 이상 독거노인은 마스크를 사려면 직접 약국을 찾아 줄을 서야 한다. 정책적 배려가 절실한 대목이다.

이처럼 현재 시행 중인 5부제는 농어촌 고령 노인, 장애인, 기저질환 보유자 등 마스크 꼭 필요한 취약 계층에 대한 배려가 부족하다는 비판을 받고 있다. 따라서 이들에게 마스크가 우선 공급될 수 있도록 정책 보완을 서둘러야 한다. 지자체들도 주민센터를 통하거나 취약 계층을 직접 찾아가 배부하는 방법도 검토해야 할 것이다.

無等鼓

얼마 전, 택시를 탔는데 라디오에서 클래식 음악이 흘러나오는 것이었다. "클래식 방송을 들으시네요?" 보통 다른 기사들은 교통방송을 듣는 경우가 많기에 건넌 말이였다. 그는 클래식 방송이 있어 행복하다고 했다. 며칠 전에도 슈베르트의 '겨울 나그네' 전곡을 들었으니 이만한 호사가 어디 있느냐고도 했다. 이야기는 계속 이어졌다. "오늘은 어떤 음악이 나올까 기대하는 마음에 운전하는 일이 힘들기만 한 것은 아니다"라고. "클래식

다. 시리즈에서 다른 즐거움은 가장 많이 팔린 김홍희의 '술'을 비롯해 떡볶이, 메모, 문구, 양말, 택시, 스니더, 셔츠, 순정만화, 하루기 등이다. 자연스레 나의 '아무튼'도 한번 생각해 보게 된다.

아무튼, 일상

여행도 일상의 작은 행복일 수 있었다. 코로나19가 사태가 지속되면서 '일상'의 소중함, 소소한 행복에 대해 생각해 보는 요즘이다. 많이 이들이 산책하고, 영화 보고, 사람 만나 밥 먹고 이야기 나누는, 지금까지 너무나 당연히 여겼던 일상이 얼마나 귀하고 아름다운 일이었는지 이제야 알았다고 말하곤 한다. 오만했던 우리에게 겸손하라며, 힘든 시절이 가르쳐 주는 소중한 삶의 지혜다. /김미은 문화부장mekim@

光州日報		The Kwangju Ilbo	
시장·발행·편집·인쇄인 金汝政 주필 李洪載 편집국장 崔宰豪			
1952년 4월 20일 創刊 1980년 11월 29일 등록번호 광주기 11(일간)		우)61482 광주광역시 동구 금남로 224	
대표전화 222-8111 / 220-0551(지사 지국(구독 신청 배달 안내)) 광고문의 062-227-9600			
편집국내	(대표 FAX 222-4918)	경영지원	220-0515 문화사업국 220-0541
편집부 220-0649	문화부 220-0661	(FAX 222-8005)	(FAX 222-0195)
정치부 220-0632	예향부 220-0692	기획관리국 227-9600	업무국 220-0551
경제부 220-0663	사진부 220-0694	(FAX 222-0195)	(FAX 222-0195)
사회부 220-0652	체육부 220-0621	디자인실 220-0536	서울지사 02-773-9331
전남본부 220-0642			(FAX 02-773-9335)
*구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다			