

# 광주 서구, 정신질환자 사회 참여 돕는다

### 융합형 통합돌봄 서비스 추진 정신사례관리사와 1대 1 매칭 단계별 훈련·설정 과제 수행

광주시 서구가 정신 질환을 앓고 있는 주민들이 잠시나마 집 밖으로 나와 이웃들과 평범한 일상을 누릴 수 있도록 돕는 사업을 시행해 눈길을 끌고 있다.

“평소 살던 곳에서 편안한 삶”을 이라는 슬로건 아래 정신 질환자가 그들의 가족, 이웃과 함께 보통의 삶을 누릴 수 있는 융합형 지역사회 통합돌봄 사업이 그것이다.

19일 광주 서구청에 따르면 구는 정신 질환자가 지역사회의 구성원으로 참여할 수 있도록, 개인별 육구와 특성에 맞는 사회기술 훈련과 스스로 약물을 조절하고 증상을 관리해 정신 질환 재발을 방지하고 만성화되는 것을 저감하기 위해 정신질환자를 대상으로 하는 ‘일상으로 한걸음, 정신대상자 사회기술지원’ 프로그램을 추진하고 있다.

이번 통합 돌봄 사업은 특히, 갑작스런 증상 발현으로 입원 치료를 받은 후 퇴원해 지역사회에서 함께 거주하기를 원하지만, 사회기술이나 일상생활 능력이 저하돼 사회에 적응하지 못하는 정신 질환자들에게 큰 도움이 될 것으로 기대된다.

이번 통합 돌봄 사업의 주요 내용으로는 ▲질병



광주시 서구에 거주하는 정신 질환자들이 통합돌봄 ‘사회기술지원’ 프로그램에 참여하고 있는 모습. <광주서구청 제공>

관리 훈련(신체건강관리·약물복용관리·심리지원·외래진료·영양관리) ▲일상생활기술 훈련(식사·빨래·세탁·금전관리·주변시설 이용) ▲위생관리 훈련(개인위생·정소훈련) ▲여가활동 훈련 등이며 정신사례관리사와 자원봉사자가 1대 1로 매칭돼 가정방문을 통해 진행된다.

서구는 대상자와 계획된 훈련을 진행하고 그 훈련과 관련한 일간·주간 과제를 설정, 설정된 과제를 대상자가 수행하고 기록할 수 있는 기록지를 제공한다.

과제 설정은 대상자의 능력과 의지력을 사회기술

전문요원이 판단하게 되며, 구는 대상자가 목표를 달성하기 위해 단계별 훈련을 계획하고, 단계별로 변화된 훈련내용에 따른 과제를 새로이 부여한다.

이번 사업은 서구정신건강복지센터에 등록된 정신 질환자 10명을 대상으로 올 연말까지 진행된다.

이번 통합 돌봄 프로그램에 지원한 주민 A씨는 “소통할 사람이 없어 외로움과 우울감이 너무 심해 도움이 손길이 절실했는데, 사회기술지원에 참여하면서 앞으로 직업도 가지고 정상적인 생활이 가능하다는 희망이 생겼다”며 긍정적인 반응을 보였다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 환경칼럼

### 채식, 기후위기 극복의 핵심 퍼즐



조길예

전문가들은 우리 인류가 처한 현재의 위기를 기후 비상사태를 넘어 행성의 비상사태라고 규정한다. 지구 시스템을 유지하는 15군데의 생·물리학적 시스템 중에 9군데가 이미 급변점을 넘었거나, 그에 근접해가고 있기 때문이다.

그린랜드 빙하가 돌아올 수 없는 지점을 넘었다고 주장하는 과학자들이 있는가 하면 아마존 열대우림의 20%도 이미 탄소배출원으로 변해 우려를 낳고 있다. 북극 여름 바다빙하는 10년 전에 급변점을 넘었고 그레이트 배리어 산호군락의 백화현상도 되돌리기 어려울 것 같다.

이제 지구의 운명은 온실가스를 얼마나 줄이느냐가 관건이다. 또한 탄소를 흡수해주는 생태계 서비스가 언제까지 지속될 것인지도 의문이다. 숲과 토지, 바다와 같은 생태계는 한 해에 인류가 배출하는 온실가스의 절반을 흡수하고 있다. 이 생태계가 친구의 역할을 멈추고 온실가스를 배출하는 적으로 변하게 되면 그때는 인류가 최선을 다해 온실가스를 줄인다 해도 기후위기를 극복할 가능성이 거의 희박하다.

탄소흡수원 보호, 생태계 복원력 유지는 현재의 상황에서 가장 중요한 부분이라고 볼 수 있다. 과학자들이 식단의 전환 없이 기후위기 극복이 불가능하다고 주장하는 이유도 여기에 있다.

축산업은 우선 온실가스를 많이 배출한다. 축산업이 배출하는 온실가스는 보수적으로 잡아도 18~20%에 달한다. 단일산업 영역으로는 단연 1등이다. 그런데 더 큰 문제는 축산업이 숲과 토지, 해양과 같은 거대 탄소흡수원을 파괴하는 주범이라는 사실이다.

육식 위주의 식생활을 하면 18배의 농경지가 더 필요하다. 이 때문에 사료경작지와 목초지 확보를 위해 아마존 열대우림과 같은 인류의 소중한 자원을 불태우고 있다. 방화 과정에서 온실가스가 배출됨은 물론 경작과정에서 비료와 제초제를 쏟아 붓는 바람에 토양 건강이 악화되어 탄소를 흡수하지 못하는 불모지로 변하고 있다.

과도하게 사용된 질소 비료나 축산 분뇨는 강이나 바다로 흘러들어 수생계를 무너트리는 주범으로 작용한다. 질소 성분에 의한 영양물질 과부하로 인해 녹조가 발생하고, 물고기 폐죽음과 저산소증, 해양데드존의 원인이 된다.

2019년 유엔은 기후변화를 억제해주는 생물

다양성 손실의 주범도 축산업이라고 밝힌 바 있다. 축산업은 또한 자동차나 공장에서 발생하는 오염물질과 결합해서 2차 초미세먼지를 만드는 암모니아의 주발생원이다. 육식을 위해 감내해야 하는 희생과 피해가 너무나도 크다. 그리고 그 피해는 모두가 나눠 갖는다. 먹는 것은 더 이상 사적인 문제가 아니다.

2050년 넷제로(net-zero) 달성 시나리오를 살펴보면, 온실가스 배출량은 50억톤으로 억제하고 이를 탄소흡수원에서 흡수해서 순배출 제로를 달성한다는 것이다. 그런데 현재와 같은 식생활이 계속될 경우 먹거리 영역에서 배출되는 온실가스가 114억 t에 이르러, 넷제로 달성은 아예 불가능하다. 완전 채식을 할 경우 34억 t을 배출하여 불가피한 추가 배출을 합해 겨우 순배출 제로를 달성할 수 있는 정도다.

기후위기 대응전략으로 채식이 갖는 이점은 다양하다. 채식은 누구나 마음만 먹으면 추가 비용 없이 가장 실천할 수 있는 쉽고 값싼 전략이다. 한 사람이 완전채식을 통해 줄일 수 있는 온실가스는 연간 1.6 t에 이른다.

하지만 저명한 정책연구소나 위원회, 과학자들은 개인의 실천만으로는 현재의 기후위기를 잠재울 수 없다고 판단한다. ‘인류역사상 단 한번도 시도된 적 없는 식단의 대전환’이 시작되어야 하고, 전지구적 협력과 국가 단위의 이행속도로 이어져야 한다고 본다.

채식은 에너지 전환과 더불어 정부와 지자체의 기후위기대응 및 그린뉴딜의 핵심이제가 되어야 한다. 구체적인 감축 목표를 정하고, 그에 따른 전환 로드맵을 만들어야 한다. 개개인의 노력이 중요하다. 하지만 학교나 공공기관, 기업체 급식소에서 채식의 날 운영과 같은 채식 옵션 제공 등의 제도적 전환이 그 어느 때 보다 필요한 시점에 와 있다.

<기후행동비건네트워크 대표>

## “할아버지 셰프가 만드는 건강 보리빵 최고!”

### 광주 동구 지산2동 부녀회 ‘할배요리사 요리교실’ 운영

광주시 동구가 마을내 할아버지들에게 요리를 가르치는 등 여성가족친화마을 만들기에 나섰다.

20일 동구 지산2동 새마을부녀회에 따르면 지난 16일 여성가족친화마을사업의 일환으로 마을 내 남성 어르신들의 요리 프로그램 ‘할배요리사 요리교실’을 추진했다

이번 요리교실에서는 김영호 회장이 제빵사로 변신한 어르신들에게 재료 계량부터 손질, 틀 만들기, 찜기 등 전 과정에 참여해 ‘건강 보리빵 간식 만들기’ 시간을 가졌다. 2년째 추진 중인 이 사업은 지난해에는 오리탕과 불고기, 낙지전골 등의 요리를 만드는 시간을 가져 어르신들의 큰 호응을 얻은 바 있다.

광주시 공모사업으로 선정된 지산2동 새마을부녀회 여성가족친화마을사업은 마을중심으로 성인 지교육, 할배요리사 요리교실, 브랜딩 교육 등 다양한 주제와 생활에 유익한 사업을 추진하고 있다.

요리교실에 참여한 백영철(85) 씨는 “작년에 배운 일품요리를 가끔 집에서 해 주는데 가족들이 맛있게 잘 먹어줘 너무 기분이 좋았다”면서 “오늘 배



광주시 동구 지산2동 할아버지들이 지난 16일 새마을부녀회 주관으로 열린 ‘할배요리사 요리교실’에 참가해 직접 보리빵을 만들고 있다. <광주 동구청 제공>

운 보리빵은 우리 손주들에게 만들어줘야겠다”고 말했다.

김혜정 지산2동장은 “요리에 익숙하지 않은 남자 어르신들이 열심히 요리를 따라 하시며 소통하고 활짝 웃는 모습이 너무 보기 좋다”면서 “앞으로도 지산2동만의 특화된 마을 사업을 지속적으로

추진해 따뜻한 다복마을을 만들어나가겠다”고 말했다.

한편 지산2동 마을사업은 전북 고창군 등 타 자치단체의 마을공동체에서도 견학을 오는 등 여성역량 강화에 큰 역할을 하고 있다.

/정병호 기자 jusbh@kwangju.co.kr

## 국립공원공단 무등산사무소, 여름철 무질서 행위 집중단속

무등산 국립공원이 국립공원 내의 유증가 무등산 고성방가, 쓰레기 무단투기 등 각종 불법·무질서 행위에 대한 여름철 집중단속을 실시한다.

20일 국립공원공단 무등산국립공원동부사무소에 따르면 여름철 무등산국립공원 탐방객이 안전하고 쾌적한 여가생활을 즐길 수 있도록 다음 달 15일까지 주요 무질서행위에 대한 집중관리

를 시행한다.

공원사무소 통계에 따르면 전년도 여름철에 발생한 무질서 행위는 총 49건으로 계곡 등 수질 보호구역 출입 및 무단주차 등이며 지난12일부터 18일까지 사전예고 기간을 거쳐 여름철 무질서 행위를 사전에 예방하고자 한다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

함께하는 100년 농협

## 아름다운 동행 서광주농협

농업인·고객·지역사회와 함께 농업의 새로운 가치를 창조하고, 더불어 사는 밝은 미래를 만들고자 최선의 노력을 다하겠습니다.

NH **크** **뱅크**  
언제 어디서나 간편하게 쿨!

조회, 송금, 결제, 대출 그리고 금융비서까지!  
전국 3000여 개 하나로마트에서 쿨 바로 바로 확인까지 쿨!



올바른 POINT UP 카드  
국내·외 전 가맹점에서 무제한 포인트 적립!  
전 가맹점 최대%적립 + 생활밀착형 가맹점 추가 적립  
전자금융 수수료 면제, 국제공항 라운지 무료이용

NH가성비굿 **건강보험** 2004 (무배당)

가성비를 갖춘 합리적 선택!  
심장질환 + 뇌질환 2대 혈관질환! 든든하게 준비하기! 진단비와 수술비를 동시에!!



서광주농협에서 더 편안한 환전·해외송금을 말하다  
환전부터 해외송금까지 수수료 우대 적용

햇살론

열심히 사는 사람들을 위한 따뜻한 금융  
저신용자, 저소득자 서민(사업자 및 근로자)을 위한 대출, 개인신용등급에 따라 대출한도 차등 적용

본점 | 광주광역시 서구 죽봉대로 107(광천동) TEL. 062) 362-8400~6 FAX. 062) 362-8407

운암백삼지점 062)529-5335~6  
상무동지점 062)372-3741~2  
용산지점 062)526-0222~3  
지평지점 062)381-8212~3

쌍촌지점 062)381-6551~2  
빛고을로지점 062)531-1213~5  
화정지점 062)372-0421~3  
로컬푸드직매장 062)364-8400

유동지점 062)512-1984~5  
농성지점 062)361-4472~4  
동림지점 062)513-8521~3  
유덕아니로마트 062)373-3235

기아자동차지점 062)385-4977~8  
운암지점 062)527-3295~6  
유덕지점 062)373-3235~6  
아니로마트점점 062)511-2901~3

동운지점 062)528-2640~2  
비틀지점 062)381-1971~2  
운천지점 062)371-2772~3

지역대표 금융기관

