

휴양림·치유숲 조성으로 산림의 미래 가치 높인다

녹색은 난대림과 온대림을 보유한 전남의 산림을 상징한다. 전남 남부에서 중부, 북부로 이어지는 산림의 다양성이야말로 전남의 자랑이다. 잣, 밤, 편백 등 갖가지 임산물로 도민 소득 증대에 기여하면서 최근에는 휴식과 건강을 안겨주는 '쉼'의 장소로도 각광을 받고 있다. 코로나 팬데믹과 함께 산림의 가치와 중요성이 더 커지면서 전남동부지역본부는 추가로 다양한 수목으로 곳곳에 새로운 숲을 조성하고 있다.

전남의 휴양림은 전남 각 시·군에 자리한 이름 있는 산에 자리하고 있다. 수목의 종류도 각각씩이다. 편백나무, 삼나무, 소사나무, 소나무, 잣나무, 비목나무, 참나무, 고로쇠나무, 후박나무, 황칠나무, 동백나무, 가시나무, 단풍나무 등 400여종의 나무들이 식재돼 있다. 여기에 치유숲 체험로, 산악자전거길, 자생식물원, 한방식물원, 스트레스 해소 산림욕로, 풍욕 체험로, 황토길, 건강지압로, 산악마라톤 임도, 두통산림욕로, 건강약수터, 고로쇠 음용장, 자생약초 체험관, 참숯 등 생산체험, 허브단지, 수생식물원, 고혈압산림욕, 위장병산림욕, 스트레스 해소 산림욕로 등 각각의 지역 특색과 식재 수목의 효능에 따라 다양한 시설까지 갖추고 있다.

전남 산림의 보존과 휴양을 맡고 있는 전남동부지역본부에 따르면 전남의 자연휴양림은 16곳으로, 현재 운영되고 있는 곳은 15곳, 조성중인 곳이 1곳이다. 이 가운데 민간이 운영하는 곳은 광양의 느랭이골 자연휴양림(70ha, 편백), 화순의 무등산 편백 자연휴양림(35ha, 편백·삼나무) 등 2곳이다.

전남 자연휴양림 민간 2곳 등 16곳 다양한 수목으로 곳곳에 새로운 숲 여수 봉황산 편백, 광양 백운산 동백 건강 테마 정해 수목 식재·체험시설 치유의 숲은 12개소 3곳은 조성 중



화순 한천 자연휴양림 내 유아숲체험원에서 놀고 있는 어린이.

화순 한천 자연휴양림(1997, 148ha)은 화순읍에서 20분 거리로 도심에서 가깝고, 천운산 등산로(21.7km)와 연계돼 있다. 숲속의집 11동, 캠핑장, 물놀이장, 유아숲체험원 등도 갖췄다. 화순 백아산 자연휴양림(1990, 100ha)은 백아산 등산로와 연결돼 무등산과 지리산 천황봉까지 조망이 가능하며, 숲속의집 14동, 숲속수련원 1동, 잔디광장, 족구장 등이 조성돼 있다. 장흥 유치 자연휴양림(1991, 100ha)은 장흥읍 상류에 자리하며 편백·비목나무 등 400여종의 온난대 천연림과 보림사 300년 이상된 비자림 등으로 유명하다. 숲속의집 16동, 휴양관 1동, 캠핑장, 물놀이장 등이 있다. 강진 주작산 자연휴양림(2007, 169ha)은 완도 명사십리가 1시간 이내에 자리하며, 숲속의집 15동, 한옥펜션 10동, 휴양관 1동, 아영데크, 어린이놀이터 등을, 소사나무 군락, 침엽수림, 고천암호 등이 있는 해남 흑석산 자연휴양림(1995, 100ha)은 숲속의집 15동, 휴양관 1동, 물놀이장, 조류학습장 등을 갖췄다.

신안 다도해 자연휴양림(2013, 33ha)은 자은도에 있으며, 해수욕과 산림욕이 동시에 가능하다는 장점이 있다. '2023 섬꽃박람회'가 열릴 예정으로, 휴양관 1동, 수석정원, 조개박물관, 뮤지엄파크, 테마정원 등이 있다. 영암의 기찬 자연휴양림(46ha)은 현재 1단계 공사를 마무리하고 2단계 공사를 진행 중이다. 숲속의집 10동, 방문자센터, 활기찬 숲, 아영장, 피크닉장, 산책로 등이 들어설 예정이다. 이 외에도 전남도내 국립 자연휴양림으로 순천 낙안 민속, 장성 방장산, 장흥 전관산, 진도 자연휴양림 등 4곳이 있다.

◇건강 테마 정해 수목 식재 및 체험시설 설치=전남동부지역본부는 각 휴양림에 건강과 관련 테마를 선정하고, 이에 맞춰 나무를 심고 체험시설을 설치하는 방안을 추진 중이다. 여수 봉황산과 순천의 경우 '스트레스 해소'를 위해 편백, 후박, 황칠, 고로쇠, 소나무, 참나무 등을 심고, 치유숲 체험로, 산악자전거길, 자생식물원, 한방식물원, 산림욕장을 조성했다. 광양 백운산의 경우 '간기능 개선'을 위해 동백, 가시나무, 마가목 등을 심고 풍욕 체험로, 황토길, 건강지압로, 건강체험방, 황토방 등을, 고흥 팔영산은 '두통 해소'를 위해 산악마라톤 임도, 두통산림욕로, 건강약수터, 황토방 등을 각각 설치했다.

보성 제암산은 '위장병 개선'을 위한 고로쇠 음용장을, 화순 백아산은 '관절염 개선'을 위해 소나무, 상수리, 고로쇠, 헛개, 자귀 등의 나무를 심고, 맨발지압로, 피톤치드 임간사위장, 고로쇠시음장을 자리하게 했다. 화순 한천은 '불면증 해소'를 목표로 자생약초 체험관, 참숯 등 생산 체험실, 허브단지, 수생식물원을, 장흥 유치는 '고혈압 개선'을 위해 고혈압 풍욕체험, 황토길 등을 설치해냈다. 해남 흑석산은 '가려움증 개선'을 위해 참나무풍욕과교라, 신경통지압로 등을, 강진 주작산은 '성인병 예방'을 위해 황칠, 고로쇠, 황벽 등의 나무를 심고 고혈압산림욕, 위장병산림욕을 조성했다.

치유의 숲은 12개소로, 전국(69개소)의 17%에 해당한다. 순천 용계산 치유의숲, 신안 비금 해안 치유의숲, 임자 해안 치유의숲 등 3곳은 조성 중이다.

장흥 억불산 정남진 편백 치유의 숲에는 우드랜드, 편백소금집, 목공예센터 등이, 화순 만연산 테라피밸리 치유의 숲에는 소나무 천연림, 무장애숲길 3.1km, 치유센터, 건강오름숲, 하늘숲 등이 있다. 나주 산포면 산림자원연구소 치유의 숲에는 1,000여종의 식물자원, 숲길, 전시원 등이, 고흥 팔영산 편백 치유의 숲에는 30년생 편백 400ha, 노르딕 워킹코스, 유아와 석류를 활용한 치유센터 등이 자리하고 있다. 광양 백운산 메탈클리닉에는 물치유 테마의 치유센터가, 해남 가학산 땅끝해남 치유의 숲에는 참나무숲 명상원, 버섯재배체험원 등이 있어 방문객들의 인기를 얻고 있다.

완도 군의 동백 치유의 숲에는 치유전광대, 바람소리체험원, 치유숲길 등이, 무안 물맞이골 치유의 숲에는 치유체험실, 크나이프식물치유 등이, 지난 8월 문을 연 완도 약산 해안 치유의 숲에는 너울풍길, 동백향길, 해오름치유길 등이 조성돼 있다. 순천 용계산 치유의 숲에는 40년된 700ha 편백림을 활용한 치유숲길, 치유필드(풍욕장, 바람치유숲, 물치유숲) 등이 있다.

산림 치유는 향기, 경관 등 자연의 다양한 요소를 활용해 인체의 면역력을 높이고 건강을 증진시키는 것을 취지로 하고 있다. 도심지역과 도내 치유의 숲 대상지 공기 성분을 비교한 결과 치유의 숲 지역이 음이온의 경우 21배 많고, 미세먼지는 67%가 적으며, 부유세균 역시 도심의 3분의 1 수준이었다. 특히 음이온은 장성 축령산이, 피톤치드는 화순 만연산과 완도 동백숲이 가장 많은 것으로, 부유세균은 순천 용계산이, 미세먼지는 여수 봉황산이 가장 적은 것으로 조사됐다.

/유현석 기자 chadol@kwangju.kr



2018년 지정된 완도 자연휴양림에서 바라본 완도 앞 바다. 붉가시나무 등 전국 최대 난대림 자생지다.



보성 제암산 자연휴양림의 집라인. '위장병 개선'을 위한 고로쇠 음용장이 있으며, 아영장, MTB코스, 집라인, 어드벤처 시설 등을 갖췄다.



구례 산수유 자연휴양림의 전경. 지리산 구례수목원, 아영화생태공원이 자리하고 숲속의집 7동, 휴양관 1동, 아영장, 물놀이장 등에서 각종 프로그램이 진행되고 있다.

튼튼한 지킴이

실손의료보험! 국민건강!

올바른 의료이용에 대한 국민 여러분의 관심으로 모두의 건강을 지켜낼 수 있습니다!