

# “자격증만 106개…누군가에게 도전 동력 되고파”

‘도전의 아이콘’ 광주 북구 우리동네하백태권도 신은호 관장

수상인명구조·요리·비만관리지도자 등 다양…현혈 377회  
아프리카 오지에 태권도 전파…국·내외 아동 후원활동도

자격증 106개, 현혈 377회, 아프리카 오지에 태권도 전파.

한 가지만 달성하기도 어려운 타이틀이지만 우리 동네하백태권도(광주시 북구) 신은호(43) 관장은 모두 가졌다.

그는 특수잠수다이버, 뜨거운 물에서 구조하는 비만관리지도자, 요양보호사, 양식조리기능사, 한식, 수상인명구조 등 다양한 자격증을 갖고 있다. 한 가지 분야에 치중하지 않고 스포츠, 요리, 운전 등 새로운 종목에 끊임없이 도전하고 있다.

신 관장이 보유한 자격증은 106개에 달한다. 도장 수련생들과 더 적극적으로 호흡하고 싶은 마음에 자격증 취득을 시작했다. 수련생들과 한 가지 목표를 두고 함께 준비하다 보면 더욱 친밀해지고 공감대 형성도 쉽게 이뤄질 거란 생각에서다.

그 역시 시험에서 수차례 고배를 마신 경험이 있다.

“한식 필기 시험에서 3번을 떨어졌어요. 실기는 한번에 불었지만 필기는 쉽게 합격하지 못했죠. 또 어려서부터 물을 무서워 인명구조강사 자격증을 딸 때 많이 힘들었던 기억이 납니다. 전기기능사 시험도 과학문제가 굉장히 어려웠어요. 그래도 노력 한만큼 결과가 빛을 발할 때면 뿌듯합니다.”

신 관장의 자격증 취득 노하우는 타임테이블(시간 계획표) 작성이다. 신 관장은 고3 때부터 분 단위로 타임테이블을 작성했고 습관이 돼 현재도 월별, 연별, 5년, 10년 단위 타임테이블을 그리고 있다. 크고 작은 목표를 적고 이루기까지의 계획을 세우는 방식이다.

“저의 좌우명은 즉단즉결이에요. 뭔가 하기로 마음먹으면 곧장 실천으로 옮겨야 직성이 풀리죠. 제 성격은 해병대 특수수색대를 통해 형성됐어요. 3년 간 육·해·공훈련을 경험하면서 제 안의 가능성과 계획을 느끼고 도전정신의 매력을 알게됐어요.”



그는 한혈 등 아동 후원 등 따뜻한 나눔도 이어가고 있다.

신 관장은 현혈 377회 달성해 곧 400회를 바라보고 있다. 신 관장은 “횟수가 중요한 건 아니지만 300회를 넘기고 나니 마치

헬에원 마스코트가 된 것처럼 자부심을 갖게 됐다”며 “술도 약도 먹지 않고 아파서도 안된다는 생각으로 한혈에 입한다”고 말했다.

그가 인생에서 가장 큰 슬럼프에 빠졌을 때도 전 강상의 문제로 한혈이 불가능하다는 진단을 받았을 때였다. 오진 해프닝으로 끝났지만 그만큼 한혈에 진심이었다고 신 관장은 회상했다.

수익금 일부를 해외아동 1:1결연에 후원하는 굿네이버스 ‘좋은이웃가게’에 참여하고 있으며 지난 해에는 광주전남소외계층 아동에게 300여개의 후원물품을 전달하기도 했다.

신 관장은 24살에 아프리카 오지를 찾아가 태권도를 전파했다.

“초등학교 5학년 때부터 태권도를 배웠어요. 언젠가 아프리카에 태권도를 알려야겠다는 목표를 세웠었죠. 이후 도복 하나만 달랑 들고 남아프리카공화국 두두자 마을에 찾아갔어요. 전기도 들어오지 않고 음식도 없고 신발도 신지 못하는 가난한 동네였죠. 마을에 15일간 머물며 아이들에게 태권도를 알려줬는데, 떠나는 날까지 마을에 남아달라고 부탁했던 마을 사람들의 얼굴이 선합니다.”

신 관장은 최근 태권도 8단 승단하기도 했다. 8단 승단은 기술적 숙련도를 넘어 무도인으로서 완성 단계에 진입했음을 공인받는 일이다. 승단자에게는 국기원 승단 심사 심사위원 활동 자격이 주어진다.

올해 목표는 호신술 자격증과 한국사능력시험 취득이다. 또 현혈 400회를 달성하고 평신도 있다.

그는 “누군가에게 새롭게 도전하고 열심히 살아갈 동력이 되는 사람이 되고 싶다”고 웃어보였다.

/김다인 기자 kdi@kwangju.co.kr



## 대한노인회 전남연합회, 이웃사랑 성금 기탁

대한노인회 전남연합회가 전남사랑의열매에 이웃사랑 성금 1억 7500만 원을 기탁했다. <사진>

7일 무안 스카이웨딩컨벤션에서 열린 2026년 대한노인회 전남연합회 신년인사회에서 진행된 기탁식에는 22개 시군 지회장 등 200여 명이 참석했다.

성금은 대한노인회 전남연합회 시군지회와 주요

경로당 등 1600개소에 모금함을 설치, 어르신들이 자율적으로 참여해 모금됐다. 성금은 22개 시군 저소득층 어르신에게 지원될 예정이다.

정양수 대한노인회 전남연합회 회장은 “앞으로도 노인회는 ‘어른다운 노인’으로 지역사회 발전에 보탬이 되도록 나눔 활동에 적극 동참하겠다”고 밝혔다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 와이엔텍, 여수 취약계층 위한 성금 전달

㈜와이엔텍은 7일 저소득 취약계층 지원을 위해 성금 4000만 원을 전남사랑의열매 2026나눔캠페인으로 기탁했다.

이날 전달식에는 여수시장을 비롯해 박지영(주)와 이엔텍 대표이사와 박정열 전무이사 등이 참석했다. 기탁된 성금은 여수시 관내 저소득 가정과 사회 복지시설을 위해 2000만 원이 지원될 예정이며, 나

머지 2000만 원은 삼일동 지역사회보장협의체 사업비로 지정 기탁돼 활용될 예정이다.

박지영(주)와이엔텍 대표이사는 “지역사회와 함께 성장해온 기업으로서 어려운 시기에 작은 보탬이 되기를 바라는 마음으로 성금을 마련했다”며 “앞으로도 나눔 활동을 지속해 나가겠다”고 밝혔다.

/김다인 기자 kdi@kwangju.co.kr

## 에덴병원, 광주 북구에 돌봄이웃 후원금



에덴병원(대표원장 허정)은 사해를 맞이해 7일 광주시 북구에 지역 돌봄이웃들을 위한 희망2026나눔캠페인 사랑의 후원금 500만 원을 기탁했다.

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자 앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0655 FAX 062-222-4918

## 생활 게시판

### 알림

▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 조손가정, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.

▲광주시·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료 상담 1670-9512.

▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 ‘허그일 자리’ 무료 취업프로그램 신청·취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 지원사업 신청 접수. 한국법보보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.

▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.

▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를

사용할 경우 062-1366.

▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전용쉼터, 노인학대 신고=언제든 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.

▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370.

▲복구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여 가능 062-526-3370.

▲광주남부구중독관리통합지원센터=중독문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.

▲광주서구중독관리통합지원센터 마음건강주치의 운영=정신건강의학과전문의를 통한 중독·자살·

우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료 상담 062-654-3802.

▲비영리민간단체 노후를 듣는 사람들 노후생애를 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명상보감 등 진행. 062-223-1357.

▲사랑마루협동조합 사회적취약계층을 위한 복지장례서비스=기초생활 수급자, 조손가정, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관용품 무료지원, 장례지도사무료지원 062-369-4009.

▲지적장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월 ~금 오후 5~9시 사광모아 주간보호센터 062-385-0422.

▲지역아동센터 광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식육제공 등 다양한 서비스 제공 062-675-1391. (아동학대 신고전화 112)

▲전남사회복지협의회 법률서비스 ‘법률홀릭’

터’ 무료 상담=민사·형사 소송, 이전 법률상담과 법 교육, 조력기관 연계 등 1차 법률서비스 지원 월~금 오전 10시 ~ 오후 5시 061-285-1161.

▲아동일시보호 상담=미혼부모아동, 결손가정 아동, 경제적 사정, 아동 학대 등 양육환경에 어려움이 있는 6세미만의 아동들이 안정된 환경에서 성장할 수 있도록 입소상담, 광주영아일시보호소 222-1095, 1096.

▲빛고을아동보호전문기관=학대피해아동, 피해아동의 기족 및 아동학대행위자를 위한 상담·치료 및 교육, 기정의 사후관리, 일상생활지원 등 다양한 서비스 제공 061-320-7024.

▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.

▲꿈을 드는 사람들(광주학당)=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장·안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.

▲시립산수도서관 생활문화동아리 한글 서예반 회원모집=한문서예·문인화·한글서예 동아리 ‘서사모’ 2005년도 창립, 매주 화요일 4~6시, 회비 무료 010-3636-6410.

### 오늘의 날씨

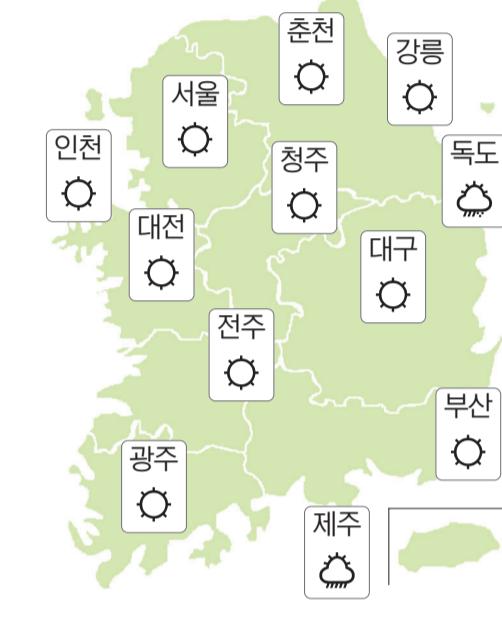
해뜰	07:41	달뜰	22:56
해짐	17:37	달짐	10:48

### 아침 기온 뚝

전남 서해안에 빗방울 또는 눈발 내리겠다.

광주	맑음	-4/3	보성	맑음	-6/2
목포	맑음	-2/2	순천	맑음	-6/2
여수	맑음	-4/4	영광	맑음	-4/2
나주	맑음	-6/3	진도	구름많음	-1/3
완도	맑음	-2/4	전주	맑음	-6/2
구례	맑음	-7/2	군산	맑음	-6/1
강진	맑음	-4/3	남원	맑음	-7/2
해남	맑음	-3/3	흑산도	맑음	1/4
장성	맑음	-6/2			

### 전국 날씨



### 바다 날씨

	오전	오후
	파고(m)	파고(m)
서해 남부	0.5~2.5	0.5~2.5
남해 서부	1.5~3.5	1.5~3.5
남해 서부	1.0~3.5	1.0~3.5
남해 서부	0.5~1.5	0.5~1.5