

박찬일의 ‘밥 먹고 합시다’



흑백요리사에게 우리가 배운 것

요리 경연 프로그램 ‘흑백요리사’의 여운이 길게 어지고 있다. 이 프로그램이 이렇게까지 인기를 끌게 되리라고는 제작사도 국민도 몰랐다. 요리를 놓고 겨루는 프로그램이 없었던 것도 아니었다. 원래 이런 제작물은 미국과 유럽, 일본에 흔했다. ‘마스터셰프’라는 외국 작품을 라이선스해서 한국에서도 제작한 적이 있다(이번에 ‘흑백요리사’에서 우승한 최강록셰프도 출연해서 우승했다).

아시다시피 당장 당대에도 셰프들이 등장해서 유명인의 냉장고를 주제로 요리 경쟁하는 프로그램도 있다. 하지만 ‘흑백요리사’의 파장과 인기는 상상을 초월했다. 우승은커녕 초반에 탈락한 셰프들도 인기를 크게 얻고 있을 정도다. 이렇게까지 이 프로그램이 성공한 이유는 뭘까. 여기서 그걸 헤아려볼 필요는 없다. 우리는 우승자 최강록의 발언에 주목한다.

“저는 특출난 음식을 하는 사람이 아닙니다. 전국 각지에서 묵묵히, 이름 없이 자기 주방을 지키며 일하는 수많은 요리사 중 한 명일뿐입니다.”라고 했다.

이 대목에서 많은 사람들이 감동했다. 덧붙여 이런 말도 했다.

“제가 이 자리에 있는 건 그분들을 대표해서 서 있는 것이라고 생각합니다.”

여기서 서사가 완성됐다. 이것은 각본을 짜서 될 일이 아니다. 최강록이란 인간의 내면을 보여주는 상징이었는데 여파가 컸다. 그의 품성에 대한 상찬이 이어

졌다. 프로그램이 끝난 후 여진이 길게 이어진 까닭이다. 우승해서 잘 난, 외국 요리유학도 가고 누가 봐도 성공한 요리사의 인생으로 다른 세계에 살 것 같은 사람이 대중들의 마음을 ‘포섭’했다. 겸손과 인격으로 공감을 획득했다. 요리는 요리이고, 인생의 교훈으로 삼게 된 사람이 생겨났다.

나도 큰 충격을 받았다. 나보다 어린 후배이지만 존경하게 됐다. 요리기술이야 놀라운 사람이 얼마나 많은가. 그는 그쪽으로는 최고가 아닐 수 있다. 우리는 공감할 때 그 사람과 나를 교집합 시킨다. 내가 그 사람이고 그 사람이 나다.

무엇보다 저 수상소감에 단순하게 접근해보자. 사실, 셰프가 인기 직업이 되었다고들 한다. 하지만 그 주변과 실상은 대중이 상상하는 그런 세계가 아니다. 호텔과 마쉐린 식당의 요리사? 어떻게 보면 백조의 발치 같은 것이다. 손이 베이고 고글격계를 다치고 수면부족에 시달린다. 산재 판정 1위 직업은 아니지만(1위는 건설노동자), 산재 신청까지 가지 않는 정도로 다치는 사람이 엄청나게 많은 게 요리사다.

주 5일을 얻게 된 것도 최근의 일이다. 주 5일 하더라도 하루 열 몇 시간은 기본이다. 서로 양해 하에 초과근동을 하는 경우가 많은데, 고급식당일수록 노동과 직언이면서 동시에 큰 꿈을 향한 수련의 시간이라는 전제가 깔려 있기 때문이다.(오해하지 말 것은, 요즘은 대개 초과수당 등 근근기준을 지키는 곳이 대다수다).

월급은 얼마인가. 최저임금 언저리로 시작해서 10년을 해도 중소기업의 비슷한 경력에 비추면 많지 않다. 20년, 30년을 하면 오히려 중소기업 수준과 격차가 더 벌어진다. 몇몇 주목받는 셰프이거나, 매출이 워낙 좋은 식당에서 일하는 일부 인원이나 쉼없는 대접을 받는다. ‘청담동 연봉 1억 셰프’가 없는 것은 아니지만, 그가 대한민국 300만 식당종사원을 대표할 리 없다.

게다가 한국의 식당은 겉핥기만 만한다. 문 열고 1년 이상 버티는 식당이 얼마나 있을까. 임금 체불이 퇴직금을 못 받는 직원들이 허다하다. 얼마 전에도 아주 유명한 식당이 문을 닫게 되어 거기서 일하는 후배들의 상담 전화가 내게 걸려왔다. 임금이 6개월 밀렸고 퇴직금은 연감생심이었다. 정부에서 줄 체당금(대지급금)을 기다리고 있다고 했다. 그나마 이런 혜택도 몇 년은 일해야 좀 챙겨받을 수 있다. 하지만 식당이란 게 워낙 영세한 종목이고 이직이 잦아서 몇 달 정도 일한 상태에서 망하면 건질 게 거의 없다. 실업수당도 단기근속자는 불리하다는 건 다 아시는대로다. 품 나느 대형식당, 고급 식당처럼 이른바 셰프들이 일하는 식당일수록 더 빨리 망한다. 나가는 비용이 크기 때문에 폐업도 빠르다.

한편쯤 우리의 요리 환경, 식당의 풍조에 대해 들어다보시길 바란다. 하기가 식당뿐이겠는가. 최강록셰프의 말처럼, 어디선가 묵묵히 일하는 수많은 이름없는 요리사들을, 식당종사자들을 응원한다.

〈음식 칼럼리스트〉

의료칼럼



손미경
조선대치과병원 보철과 교수

최근 치과 진료 현장에서 교합 문제를 호소하며 내원하는 환자들이 늘고 있다. 씹을 때 불편하거나, 치료를 받았는데도 뭔가 어색하다는 표현으로 시작되는 경우가 많다. 이는 특정 질환이 급증했다기보다는 현대인의 생활 환경과 치과 진료 환경의 변화가 복합적으로 작용한 결과로 이해할 수 있다.

많은 환자들은 치아교합을 윗니와 아랫니의 맞물림으로 생각한다. 그러나 의학적으로 교합은 단순한 치아 접촉을 의미하지 않는다. 치아뿐 아니라 턱관절, 저작근, 신경계, 그리고 오랜 생활 습관이 함께 작용하는 기능적 체계라고 할 수 있다. 씹고 말하는 과정 전반에 관여하는 이 균형 중 어느 하나라도 흐트러지면 ‘교합 이상’으로 나타날 수 있다.

교합 이상은 대부분 단일 원인으로 발생하지 않는다. 치아 상실이나 보철물 장착과 같은 구강구조의 변화, 편측 저작, 이갈이와 이악물기 같은 습관이 오랜 시간 누적되면서 기능의 균형이 서서히 무너지며 발생한

교합치료, 왜 시간이 필요한가

다. 따라서 환자가 증상을 느낄 때는 이미 상당한 시간이 경과한 경우가 많다. 즉, 교합 이상은 갑자기 생긴 것처럼 느껴지지만 실제로는 오랜 과정의 결과인 경우가 대부분이다.

현대사회에서 교합 환자가 증가하는 배경도 살펴볼 필요가 있다. 스트레스와 긴장이 일상화된 생활 환경은 턱 근육의 과사용을 유발하고, 임플란트나 보철치료 등 치과치료의 빈도와 범위가 넓어지면서 교합에 영향을 주는 변화의 순간도 많아졌다. 여기에 고령화로 인한 치아 상실과 근력 감소, 환자들의 감각과 기대 수준이 높아진 점도 영향을 미친다. 과거에는 막연한 불편으로 여겨지던 증상들이 이제는 ‘교합 이상’으로 인식되는 경향도 한 원인이다.

교합 이상이 다양한 원인에서 비롯되듯이 교합치료 역시 하나의 방법으로 이루어지지 않는다. 환자의 상태와 원인에 따라 교합 조정, 스플린트 치료, 임시 치아를 이용한 단계적 교합 형성, 보철치료를 통한 교합 재구성, 교정치료 등이 조합된다. 이러한 치료들의 공통된 목적은 즉각적인 변화를 만드는 것이 아니라 교합과 근육이 안정될 시간을 확보하는 데 있다.

교합치료의 또 다른 특징은 치료 결과를 객관적으로 설명하기 어렵고 증상의 변동성이 크다는 점이다. 치료 과정에서 좋아졌다가 다시 불편해지는 현상이 반복되거나, 이전과 다른 형태의 통증과 불편이 나타나는 경우도 흔하다.

이는 치료 실패라기보다는 근육과 신경계가 새로운 교합 환경에 적응하는 과정에서 나타나는 현상으로 이해할 수 있다. 그러나 이러한 적응의 시간은 환자에게 불편하게 느껴질 수 있고 치료 효과에 대한 혼란으로 이어지기도 한다. 교합 이상이 복합적인 원인에서 비롯되고 반복적인 상담과 조정, 경과 관찰을 위한 시간이 필요하기 때문에 치과의사의 입장에서 교합치료는 다른 치료에 비해 어렵고 복잡한 치료 중의 하나로 여겨진다.

교합치료를 단순한 기술이 아니라 치료와 관리가 함께 이루어지는 과정이다. 이는 교합이 치과의사 혼자 완성할 수 있는 문제가 아니며 환자 스스로의 생활 습관 관리와 스트레스 조절이 병행될 때 보다 안정적인 치료 결과를 기대할 수 있기 때문이다.

또한 교합치료를 빠른 해결이나 완벽한 교합을 목표로 하는 치료가 아니다. 몸이 새로운 상태에 적응할 시간을 주면서 무너진 구강기능의 균형을 회복해 일상생활에서 무리없이 씹고 말할 수 있는 기능적 안정을 목표로 한다.

따라서 치료에 시간이 필요한 이유, 증상의 변동성이 치료 과정의 일부라는 점을 함께 이해할 때 교합치료는 보다 현실적인 기대 속에서 진행될 수 있다.

교합치료를 단순히 치아의 맞물림을 조정하는 치료가 아니라 씹고 말하는 기능 전반의 균형을 회복해가는 치과의료의 영역이다.

가까이 갈수록 더 많은 생명을 구한다

씹을 맺고 매년 1월 헌혈자 대상 ‘슈퍼볼 관람 추첨 이벤트’를 올해까지 7년째 실시하고 있다. 영국에서는 겨울철 혈액제고 부족을 타개하기 위해 기업체 등 직장 단체 대상 헌혈의집 방문 캠페인을 실시하고 있으며 기업체 등 직장 헌혈 단체들에는 직원들의 헌혈 휴게 시간(Donate Breaks)을 보장해줄 것을 요청하고 있다. 가까운 일본에서는 겨울철 헌혈자 수가 감소하는 추세를 고려해 매년 1~2월에는 후생노동성, 각 현, 일본 적십자사가 공동으로 주관 및 방송국연합회의 후원을 통해 20살 성인을 맞는 젊은이들의 헌혈을 장려하는 ‘Give Blood at Twenty’ 캠페인을 펼치고 있다.

중국은 최근 계절적·지역적 편차에 따른 혈액부족 해결을 위해 선진국들의 헌혈 기준에 맞추어 1997년 이후 변경 없던 기준 55세의 헌혈 연령을 65세로, 기준 6개월 헌혈주기를 90일로 변경하는 헌혈법 개정을 검토하고 있다. 중국에서는 코로나19가 심화되어 혈액부족이 극심했던 2022년 말 겨울에는 정부기관, 국영 기업, 군부대 등 대상 헌혈 동원령을 내려 일부 지방에서는 소속 공산당원과 공무원들이 20% 이상 헌혈에 동참하도록 지시하기도 하였다.

이처럼 현재 저출산, 전염병 확산 등 여러 영향으로 인한 혈액 수급 안정화를 위해 전세계 주요 국가들은 헌혈이 보다 시민들에게 가깝고 쉽게 다가갈 수 있도록 노력을 기울이고 있다.

혈액 부족 위기에 국가 혈액사업 수행 기관인 적십자사 직원으로서 때로는 ‘혈액수급의 문제가 우리들만 겪는 어려움과 숙제인가’라고 느낄 때도 있지만 항상

뒤를 돌아보면 지자체, 각 기관, 헌혈자들께서 헌혈의 가치에 공감해주시며 응원해주시는 것을 보며 다시 힘을 얻고 있다. 우리 지역 모든 헌혈자분들과 헌혈 관계자 분들께 다시 한번 감사의 말을 전한다.

다음 달 설 명절 연휴 기간 중 혈액 수급이 어려울 것으로 예상된다. 하계 방학, 휴가철, 해마다 다른 모습으로 출현하는 신종 전염병 등 다양한 변수들로 인해 혈액 수급을 예상하기 쉽지 않다.

혈액이 부족한 1월 광주전남 혈액원에서는 ‘두쫌쿠큰’을 통해 잠시 여러 세대의 지역 주민들과 헌혈자들에게 좀 더 가까이 다가갈 수 있었다. 국민대전병원장인 이국종 병원장이 과거 영국에서 중증외상외과 관련 전문 연수 중에 지도교수에게 듣고 마음에 새기고 있다는 말이 떠오른다. 바로 ‘the closer, the better outcome’, (의사가) 환자에게 가까이 가면 갈수록 환자가 살 가능성은 높아진다는 의미다.

이 말을 혈액원에 적용해보면 수혈이 필요한 환자를 위한 혈액 확보를 위해 시민들이 헌혈의집과 헌혈버스에 외주기간 기다리지 말고 헌혈자 및 시민들에게 더 가까이 다가가라는 말처럼 들린다.

올해는 저출산, 고령화 등 많은 걸림물에도 불구하고 보다 재미있고 함께 나누고 소통할 수 있는 다양한 프로모션과 홍보, 헌혈교육을 통해 광주전남 지역 10대, 20대 생애 첫 헌혈 대상자들에게 좀 더 가까이 다가가고 싶다. 한 번이 아닌 계속해서 헌혈을 하고 싶어하는 다회 헌혈자들이 증가하도록 광주전남 모든 주민들에게 좀 더 가까이 나아가는 한 해가 되기를 소망한다.

社說

무늬만 특례인 전남광주통합법 보완해야

행정 통합의 틀을 담은 전남광주통합특별법이 부실 설계로 무늬만 특례라는 지적이 일고 있다. 핵심인 재정 특례조항의 구체성이 떨어지고 결정 자율성과 집행 속도 등 자율권에서도 타 지역 특별법에 비해 부족하기 때문이다.

현재 국회에 계류중인 행정 통합 관련 특별법은 전남광주, 충남대전, 대구경북 등 3개로 전남광주와 충남대전은 다불어 민주당이, 대구경북은 국민의힘이 발의했다. 발의 정당만 다름뿐 행정 통합을 통해 수도권에 맞서는 초광역 특별시를 만들겠다는 취지는 같다. 하지만 법안을 비교해보니 전남광주특별법이 상대적으로 구체성이 떨어져 보완해야 할 내용이 많다.

가장 큰 문제는 재정 확보의 구체성인데 어떤 세목을 얼마만큼 전남광주특별시에 배분하라는 조항 자체가 없다. 대구경북이 국세 중 법인세 10%를 통합특별시에 교부하도록 하고 충남대전이 자산 양도에 따른 양도소득세까지 교부 대상으로 명시한 것과 비교하면 하늘과 땅 차이이다. 대구경북은 심지어 내국세 총액의 일정

비율을 재원으로 하는 광역통합교부금을 신설해 교부하도록 할 정도도 재정 확보에 강한 드라이브를 걸었다.

자치권의 핵심인 ‘결정의 자율성’과 ‘집행의 속도’를 보장하는 조항도 타 지역에 비해 약하다. 대구경북은 ‘메가특구’ 조항을 통해 다양한 특구 지정 시 지자체가 정부 부처를 일일이 거치지 않고 원스톱으로 처리하도록 했지만 전남광주는 부처마다 상의를 받도록 했다. 이렇게 하면 지자체가 독자적으로 지역을 디자인 할 수 없어 특례법 취지와도 맞지 않다.

급하게 추진했다고 하지만 지역 정치권이 통합 특별법 설계에 안이하게 대처한 것은 아닌지 묻고 싶다. 수정안에는 정부 부처 이전 요구까지 담아 기대감을 갖게 하더니 정작 최종 발의안은 부실하니 말이다.

국회 심의과정에서 정부가 형평성 차원에서 제각각인 특별법의 재정특례 조항 등을 조정하겠지만 지역 정치권의 대응이 아쉬운 것은 사실이다. 남은 기간 국세의 지방세 추진 등 항구적인 재정 확보 방안과 자치권 확보에 올인 하길 바란다.

예산낭비에 소송비까지 안게 된 전남도

2012년 무렵 신안 도초도에 동물들이 자유롭게 뛰어노는 모습을 볼 수 있는 테마파크를 조성한다는 소식에 지역이 들썩인 적이 있다. 전남도가 추진한 ‘사파리 아일랜드’ 사업으로 가까이서 야생동물들을 지켜볼 수 있는 사파리와 체험 놀이 시설을 조성하겠다는 프로젝트였다.

전남도는 이를 위해 2012년부터 3년간 68억원을 들여 사업부지를 매입했는데 접근성 문제 등으로 민간 투자자를 유치하지 못해 첫 삽도 뜨지 못하고 무산됐다. 2021년 신안군에 부지를 매각해 신안군이 ‘아일랜드 주토피아’란 이름으로 비슷한 사업을 추진했지만 이것마저 불거움이 됐다.

문제는 전남도가 사업 추진도 못하면서 토지 원 소유주들에게 보상금 상당액을 지급하고 토지를 되찾을 수 있는 환매권을 보장하지 않아 결국 소송으로 갔고 때

소했다는 사실이다. 서울남부지법은 최근 토지 소유주들이 전남도를 상대로 제기한 손해배상소송에서 4억 985만원을 지급하라고 판결해 전남도는 자연이자까지 물게 됐다. 사업성 검토 실패로 인해 부지 매입비 등 예산을 낭비한 것은 물론 환매권 고지조차 하지 않아 행정의 신뢰성까지 잃게 됐다는 점에서 비난 받아 마땅하다.

전남도는 현재 이 사건과 유사한 소송 2건을 더 당해 계류중이다. 이번 1심 판결에 대해 항소하겠다는 입장이지만 법리 다툼을 떠나 사업성이 부족한 사업을 무리하게 추진할 경우 어떤 결과로 이어지는지 뼈저리게 깨닫는 계기로 삼아야 한다. 잘못된 사업 추진으로 형세 낭비가 초래된다면 사업 결정권자에게 구상권 등으로 책임을 묻는 제도적 장치 마련도 필요할 것이다.

無等鼓

“노년은 준비한 사람에게는 수확의 계절이지만, 그렇지 않은 이에게는 벌칙이다.” 고대 로마의 철학자인 키케로는 노후에 대해 이렇게 설명했다. 노후는 어느 날 갑자기 찾아오는 사건이 아니라 평생에 걸쳐 누적된 선택의 결과라는 의미다.

시대별 노후 대응을 보면 농경사회에서는 자식이 곧 노년의 연금 역할을 했고, 중세 길드 사회에선 길드 공동체가 노후를 맡았다. 산업화 이후에는 개인 노동이 임금으로 환산되면서 ‘은퇴’라는 개념이 생겼고 노후 역시 은퇴 후 개인이 스스로 책임져야 하는 미래로 바뀌었다.

노후준비

미국 건국의 아버지들 불리는 벤저민 프랭클린은 “오늘의 하나가 내일에는 둘의 가치가 있다”고 표현했다. 단순히 절약을 강조하는 말처럼 들리지만, 이 말의 핵심은 시간이다. 노후 준비에서 가장 강력한 자산은 돈이 아니라 ‘시간’이라는 것이다. 문제는 많은 이들이 그 시간을 너무 늦게 인식한다는 점이다. 소득이 발생하는 청·장년기에는 벌어들이는 만큼 지출도 많기 때문에 노후는 늘 뒷전으로 밀린다. 최근 보험개발원이 발간한 ‘은퇴시장 리포

트’는 이런 현실을 숫자로 설명한다. 40대와 50대의 90.5%가 노후 준비의 필요성을 느끼고 있지만, 실제로 준비가 돼 있다고 답한 비율은 37.3%에 그쳤다.

은퇴 시 받을 것으로 예상되는 평균 퇴직급여는 1억 6741만원으로 노후에 생활비로 쓰기에도 빠듯한 액수다.

노후 준비의 중심축으로 여겨지는 공적연금 역시 충분하지 않다. 2024년 기준 국민연금 노령연금 수급자의 소득 대체율은 22% 수준에 머물렀다. 현역시절 월 소득 5분의 1 남짓으로 노후를 버텨야 한다는 의미다. 공적연금의 공백을 개인연금으로 대비하고 있다는 응답은 6.8%에 불과했다.

노후는 더 이상 ‘나중에 생각할 문제’가 아니라는 점은 분명하다. 더욱이 요즘처럼 ‘100세 시대’를 당연시할수록 준비되지 않은 노후의 시간은 더 늘어나게 된다. 특히 직장 생활이 언제 끝날지 모르는 40~50대 직장인의 입장에서선 노후 준비는 이미 ‘발등의 불’이다. 그런데 현실은 지금 당장 쓸 생활비조차 부족하다. 답답할 노릇이지만 가능한 것부터 찾아 한 걸음씩 나가보자. /박진경 경제부장 lucky@

기 고



박진성
대한적십자사 광주전남혈액원장

최근 대한적십자사 혈액관리본부 소속 전국 혈액원에서 두바이쫌쿠큰(이하 두쫌쿠큰) 이벤트를 시행하여 혈액수급의 급한 불을 끄는 데 효과를 톡톡히 보았다. 1월 16일 서울중앙혈액원 소속 직원들이 혈액 부족 해소를 위해 기존 이벤트보다 효과적으로 헌혈자들에게 다가갈 수 있는 두쫌쿠큰 증정 프로모션의 아이디어를 내고 직원들이 발품을 팔아 물량을 확보하고 진행한 것에서 시작되었다.

광주전남혈액원에서도 해당 소식을 접한 직후 직원들이 힘을 모아 카페들을 수소문하여 1월 23일 금요일 ‘두쫌쿠큰’ 이벤트를 진행하게 되었다. 이벤트 결과 1월 동안 하루 평균 356명이였던 헌혈의집 헌혈자가 2.6배인 1002명 모집되었다. 이 효과가 그 다음날까지 이어져 광주전남 혈액부유량이 오랜 만에 적정재고과량인 5일분을 넘겼다.

겨울철 혈액 부족 해결을 위한 노력은 해외에서도 예외가 아니다. 미국에서는 1970년부터 국가 헌혈자의 달을 제정하여 전국적인 헌혈 캠페인을 실시하고 있다. 특히 미국 적십자사와 미식축구연맹(NFL)은 파트너