

교정본부 호송차량 랩핑 디자인 공모전

WRAPPING
DESIGN
CONTEST

공모기간

2020. 8. 3. 월 ~ 9. 25. 금 17:00

공모주제

수용자 교정교화와 재범방지를 통해 더욱 안전한 사회를 만들어가는 희망의 교정

- * 슬로건 : '더 나은 내일을 만들어갑니다, 대한민국 교정'
- * 교정(矯正) : 교도소 등에서 수용자의 잘못된 품성이나 행동을 바로잡음

공모분야

교정본부 호송차량 외관 랩핑 디자인

공모자격

대한민국 국민 * 최대 3명까지 팀으로 구성 가능

접수방법

공모전 홈페이지 접수(www.교정본부공모전.com)

제출규격

- 호송차량 측면, 후면 랩핑 디자인 시안 각 1개 제출 (총 2개 시안 제출)
- 비율 : 측면(가로 3.6 : 세로 1.1), 후면(가로 2 : 세로 0.5)
- 해상도 : 300dpi 이상
- 파일형식 : jpg파일, 파일용량 5MB 이하 (단, 수상작은 수정 가능한 원본 파일 제출)

디자인 가이드

- 교도관, 교도소 등의 1차원적 표현보다는 공모주제와 부합될 수 있는 디자인적 표현
- 어둡고 딱딱한 분위기보다 밝고 희망찬 느낌을 통해 대한민국 교정기관을 긍정적으로 표현

시상내역

- | | | |
|------|----|------------------|
| 최우수상 | 1명 | 법무부장관상(상금 300만원) |
| 우수상 | 1명 | 법무부장관상(상금 250만원) |
| 장려상 | 2명 | 법무부장관상(상금 100만원) |



세상을 지키는
따뜻한 사람들

이정

2020.08 VOL.531

개인과 조직을 변화시키는 힘:
일의 성과를 좌우하는 키워드

체력





8월호 <교정>의 테마는 '체력'입니다. 성공한 조직의 핵심 키워드는 체력입니다. 체력은 일의 성과를 좌우할 뿐만 아니라 삶의 질을 높여줍니다. 역발산 기개세의 체력을 키워 조직의 성공을 견인하는 교정인으로 자리매김하길 기대합니다.



QR코드를 인식하면 월간 <교정> 참여 웹페이지로 이동합니다. 참여코너 신청과 독자 의견 송부가 가능하니 많은 이용 바랍니다.

교정 2020년 8월 호(통권 531호) 64권 8호

www.corrections.go.kr

발행인 이영희 법무부 교정본부장

인쇄 서울남부교도소

기획디자인 하나로에드컴 02)3443-8005

월간 <교정>은 스마트폰 애플리케이션으로도 만나 보실 수 있습니다.

이 책의 무단전재나 복제를 금합니다.

수록된 내용은 법무부 교정본부의 견해와 일치하지 않을 수도 있습니다.

페이스북 주소
www.facebook.com/mojcor

유튜브 주소
www.youtube.com/교도소24시

웹진 주소
http://cwebzine.com/



페이스북과 유튜브에서 '법무부 교정본부'를 검색하시면 '좋아요'와 '구독'을 하실 수 있습니다.

마음을 잇다

04
취임사

06
인트로

으라차차, 힘내라 힘!

08
테마

체력이 경쟁력인 시대

10
피플

운동 유튜버,
피지컬갤러리 김계란



14
포커스

이루고 싶은 게 있거든 먼저,
체력부터 길러라

희망을 잇다

18
소원을 말해봐

어머니와의 특별한 데이트

22
즐거운 심포

한여름 밤의 야행(夜行)

내일을 열다

26
힐링타임

예술도 체력입니다

28
심리학 열전

행복해지는 일상의 마법

30
보라미, 보드미와 함께

32
무엇이든 물어보세요

교정공무원의 고민상담소

34
방구석 1열

<#살아있다> Vs. <곡성>

36
헬시라이프

무더위 속 체력 끌어올리는 법

38
트렌드 이슈

본캐와 부캐 사이에서 놀기

42
전국 교정인 자랑

<멋진 신세계>를 읽고



44
희망의 백일장

한여름 밤의 꿈이길...

46
교정은 지금1

이영희 신임 교정본부장의
찾아가는 취임인사

48
교정은 지금2

제38회 교정대상 시상식

50
교정리포트

56
본부소식&일선기관 소식

63
모범공무원

64
칭찬합시다

65
다른 그림 찾기

알립니다

이번 호는 코로나19 확산을 막고 생활 속 거리두기 실천을 위해 '교정이 쓴 다'와 '열린 교정은 쉬어갑니다.'

사랑하는 교정가족 여러분! 반갑습니다

신임 본부장 이영희입니다



취임사에 앞서 변혁의 시기에 과밀수용 해소를 위한 시설 증 개축, 분류센터와 심리치료과 설치, 인사 및 승진제도 개선 등 많은 성과를 이루고 열과 성을 다해 조직을 이끌어주신 전 임 최강주 본부장님께 심심한 감사의 말씀을 드립니다. 아울러, 어려운 여건 속에서도 수용자 교정교화와 수용질서 확립을 위해 각자의 자리에서 최선을 다해주고 계시는 전국의 교정가족 여러분께도 깊은 감사의 말씀을 드립니다.

저는 오늘 제8대 교정본부장으로 부임하면서 대내외적으로 요구되고 있는 변화와 개혁의 목소리를 책임감 있게 받아들이며, 저에게 남은 2년을 조직의 발전을 위해 헌신하겠다는

각오로 이 자리에 섰습니다.

저는 지난 31년 동안 역동적인 교정현장에서 고민하며 쌓아온 시간들을 마음껏 삼아 소통하고 경청하는 조직문화를 조성함으로써, 교정가족 여러분과 국민에게 신뢰받는 교정행정이 이루어질 수 있도록 끊임없이 노력하겠다는 다짐을 먼저 밝혀둡니다.

존경하는 교정가족 여러분!

여러분도 아시다시피, 지금 우리는 최근에 발생한 일련의 사건들로 인해 외부적으로는 교정행정에 대한 이미지와 신뢰가 하락하고, 내부적으로는 조직 구성원들의 사기가 저하되는 힘들

고 어려운 상황에 직면해 있습니다. 하지만 우리는 과거 어려움이 있을 때마다 수십 년간 다져온 탄탄한 업무 역량을 바탕으로 남다른 응집력과 탁월한 잠재력을 발휘하여 위기를 극복함과 동시에 꾸준히 조직을 발전시켜 왔습니다. 저는 흠어져 있을 때는 보이지 않는 이러한 힘이 다시 한 번 하나 된 마음으로 작동된다면, 지금의 위기는 곧 기회로 전환되어 우리 교정조직이 한 단계 더 도약할 수 있는 원동력이 될 것이라 믿습니다.

기존과 다른 새로운 시각에서, 변화와 개혁을 요구하는 조직 안과 밖의 목소리에 정확히 호응하여 잘못된 관행을 뿌리째 뽑아 근원부터 고쳐나가는 선진전곤(旋乾轉坤)의 자세로 여러분과 함께 교정의 위상을 높이는 데 최선을 다할 것을 약속드립니다. 법무행정의 한 축을 담당하고 있는 우리 교정 현장에서 인권의 가치와 법치가 제대로 구현되어 '국민이 편안하고 안심할 수 있는 나라'가 될 수 있도록 노력하겠습니다. 우리 교정조직에서 추구하고 있는 '더 나은 내일, 희망의 교정'이라는 비전과 가치가 여러분의 바람과 일치할 수 있도록 정책을 추진해 나아가겠습니다. 이를 위해 저는 '법치, 공정, 신뢰, 소통'이라는 네 가지 사항에 중점을 두고 조직을 이끌어 나가고자 합니다.

첫째, '법치'는 국가의 근간이자 공무원이 지켜야 할 기본 원리입니다. 법치에 대한 강한 신뢰를 바탕으로 적법하고 공평한 수용처우, 규정에 입각한 원칙적인 근무 자세가 견지된다면, 수용질서 확립과 수용자 인권 보장이 조화를 이루며 수형자 교정교화와 성공적인 사회복귀라는 가치를 달성할 수 있을 것입니다. 이에 공정사회의 근간인 법치를 기반으로 신뢰받는 교정행정을 만들기 위해서는 원칙과 기본을 지키는 여러분의 각별한 노력이 요구되는 만큼 적극적으로 동참해주시기를 부탁드립니다.

둘째, 국민과 교정가족 여러분 모두가 공감할 수 있는 '공정한 조직 문화'를 만들겠습니다.

정치·사회·교육·문화 등 각 분야에서 공정사회를 이루기 위한 변화와 노력들에 발맞춰 저 또한 교정의 여러 부문에서 공정한 가치가 실현될 수 있도록, 특권과 반칙이 없는 공정한 인사와 평가시스템을 정착시키고, 원칙에 따라 근무하고 적법한 법집행과 적극행정 구현을 위해 노력한 직원이 불이익을 받지 않도록 하겠습니다.

셋째, 모든 관계의 기본이자 출발점인 '신뢰' 회복을 위해 노력하겠습니다.

신뢰가 없는 조직은 생존할 수 없고 발전할 수도 없습니다. 대외적으로는 교정행정에 대한 국민의 신뢰를 회복하고 교정공무원에 대한 정당한 평가와 교정의 위상이 바로 설 수 있도록 교정교화 프로그램의 전문성을 강화하고, 수용환경 및 관리방법 개선 등을 통해 인권의 가치와 법치가 실현되는 교정현장을 만들겠습니다.

대내적으로는 저부터 직원들로부터 신뢰받을 수 있도록 현장에 대한 정확한 이해와 다양한 의견 수렴을 통해 현실적인 정책을 추진하고, 불필요한 업무나 잘못된 관행을 적극적으로 개선하겠습니다.

넷째, '소통'을 통해 품격 있는 교정행정서비스를 제공하고, 조직 전체의 역량을 높일 것입니다.

조직 구성원 개개인이 행복해야 조직이 발전하고 나아가 국민이 편안한 사회를 이룰 수 있습니다. 교정부부와 지방교정청, 일선기관 직원들 간 상시적 소통 창구를 마련하여 현장의 목소리를 경청하고, 인공지능(AI)을 기반으로 하는 스마트 관리시스템 구축, 재택의무관 화상진료시스템 도입 등 디지털 처우를 확대하여 근무방법을 획기적으로 개선하겠습니다.

또한 전문성, 자율성을 갖춘 인재들이 긍지와 사명감을 갖고 품격 있는 교정행정서비스를 펼쳐 나갈 수 있도록 필요한 지원을 아끼지 않겠습니다.

사랑하는 교정가족 여러분!

대내외적으로 어려운 시기에 막중한 소임을 맡게 되어 어깨가 무겁습니다. 하지만 여러분과 함께 국민이 원하고 체감할 수 있는 교정 정책을 실현하고, 각자 맡은 자리에서 서로 믿고 즐겁게 일할 수 있는 따뜻한 조직을 만들어갈 것을 분명히 약속드립니다. 여러분도 저와 같이 한마음 한뜻으로 힘을 합하여 교정행정의 새로운 변화와 개혁을 위해 앞으로 나아갑시다.

마지막으로, 여러분과 여러분의 가정에 항상 건강과 행복이 가득하기를 기원합니다.

감사합니다.

2020.7.6

교정본부장 이영희

으라차차, 힘내라 힘!

체력은 글자 그대로 해석하면 '몸을 움직이는 힘'이라고 합니다. 너무 힘들고 피곤할 때면 몸을 움직이기조차 싫어질 때가 있습니다. 이는 심리적 이유가 아니라 실제로 우리 몸에 체력이 방전되었기 때문에 나타나는 현상입니다. 추위나 질병으로부터 몸을 스스로 보호하는 능력도 체력입니다. 체력이 뒷받침되어야 병도 이기고 추위도 덜 느낀다는 뜻이 아닐까요.

우리는 힘들어하는 친구를 볼 때면 '힘을 내'라고 위로를 건네곤 합니다. '성의 없는 말 같지만 체력은 우리 몸속 깊이 내재된 힘이라는 인식에서 비롯된 말입니다. 그러니 '힘내'라는 말은 참으로 적절한 위로라는 생각이 듭니다. 으라차차 힘내라 힘!

체력이 경쟁력인 시대

“체력은 국력이다.” 오래전 어느 제약회사의 광고 카피로 시작해 정부의 구호가 되었던 이 말은 지금도 여전히 유효할까. 반세기 전과 비교하면 우리의 체격이나 평균 수명이 과거와 비교할 수 없을 정도로 좋아졌다. 체격은 서양인들과 비교해도 뒤떨어지지 않는다. 그러나 체력 면에서는 오히려 갈수록 ‘저질’ 체력 현상이 나타나고 있다. 운동과는 담을 쌓은 채 온종일 책상에 붙어 ‘깡’으로 버티는 직장인이 적지 않다. 체력이 국력인지는 확신할 수 없으나 직장인에게 체력은 경쟁력이다.



체격은 '고퀄'인데 체력은 갈수록 저질

체력과 관련해서 가장 흥미로운 통계는 1989년부터 시행하는 국민체력실태조사다. 3년에 한 번 하다가 2009년부터는 2년 주기로 한다. 이 조사에서 가장 눈길을 끈 수치는 신장의 변화다. 1998년과 2017년 국민체력실태조사 자료를 비교해 서울연구원이 '1998년과 2017년 서울 청년들의 체격 및 체력 변화'를 발표해 화제가 된 적이 있다. 20대 초반 남자는 1998년에 비해 평균 신장 1.5cm, 평균 체중 8.9kg 증가한 반면, 20대 후반 남자의 평균 신장은 무려 6.3cm, 평균 체중 11.4kg 증가했다. 특히 20대 후반 남자의 경우 신장 변화가 확연하게 드러난다. 이런 추세라면 평균 신장 180cm 시대가 멀지 않은 듯하다. 그렇다면 체격에 비해 체력도 좋아진 것일까? 아쉽게도 오히려 체력은 퇴보한 것으로 나타났다. 영양 섭취는 좋아졌으나 움직임이 줄어든 탓이 크다. 멀쩡한 허우대만 보고 그 사람의 체력을 짐작하기 어려운 시대가 되었다.

'체력은 국력이다'라는 구호 아래 1971년 우리나라에 체력장이라는 것이 도입되었다. 체력장이 비단 우리나라만의 제도는 아니

었다. 제1차 세계대전을 경험한 나라에서는 국민의 체력이 전투에서 얼마나 중요한지를 알게 되었다. 그래서 나라마다 일정한 표준을 만들어 체력장 제도를 도입했다. 청소년들의 체력이 좋아져야 미래의 국력도 좋아진다는 논리였을 것이다. 체력이 국력이었던 셈이다.

체력장으로 내몰린 학생들은 철봉에 매달려 안간힘을 써야 했지만 결과적으로 체력장은 우리나라 청소년의 체격 및 체력 향상에 상당한 영향을 미쳤다. 하지만 체력장은 1994년(대입 기준, 고입은 1997년)에 폐지되었다. 철봉에 매달리던 학생들은 너나없이 공부에 매달려 있다. 게다가 스마트폰과 인터넷에 빠지면서 체력은 더욱 약화되고 있다.

의학의 발달 등으로 평균 수명은 과거와 비교할 수 없을 정도로 늘어났다. 통계청에 따르면 2017년 한국인 평균 기대수명은 82.7년이다. 경제협력개발기구(OECD) 평균(80.7년)보다 2년 더 길다. 우리나라 사람은 현재 세계 최상위권의 수명을 누리고 있다. 그러나 체력이 뒷받침해주지 못하면 100세 시대가 행복할까. 한 통계에 따르면 한국인이 사망 전에 평균 17년 동안 병원 신세

를 지는 것으로 나타났다. 국가적으로나 개인적으로 큰 손실이다. 다시 '체력이 국력이다'를 외쳐야 하는 것은 아닐까.

건강한 육체에 건강한 정신이 깃들어야

“건강한 신체에 건강한 정신이 깃든다.” 그런데 인생을 좀 살아본 사람들은 안다. 이 말은 반만 맞고 반은 틀리다는 사실을. ‘사지 멀쩡한 놈이 왜 저 모양이야’라며 혀를 끌끌 차는 경우도 있지 않은가. 실제로 이 말은 원래의 취지가 왜곡되어 오늘에 전해지고 있다고 한다. 그 말의 출처는 로마시대 풍자시인 유베날리스라는 인물이다. 2세기 초, 로마는 지중해를 통째로 삼킬 기세로 막강한 힘을 자랑할 때였다. 로마 시민들도 외부의 적수들이 모두 사라지고 나자 힘을 분출할 곳을 찾지 못하고 있었다. 자만심에 빠진 귀족들은 사치와 향락에 푹 젖어두고 있었다. 하루도 빠지지 않고 검투 경기가 열렸기 때문에 검투사가 인기 직종이었다. 유베날리스는 검투사들의 신체 단련 열풍이 못마땅했다. 저마다 온몸에 기름을 바르고 칼싸움을 준비하는 모습을 보면서 자신의 풍자시 10편에 이런 글을 남기게 된다.

한 통계에 따르면 한국인이 사망 전에 평균 17년 동안 병원 신세를 지는 것으로 나타났다. 국가적으로나 개인적으로 큰 손실이다. 다시 '체력이 국력이다'를 외쳐야 하는 것은 아닐까.

“건강한 육체에 건강한 정신까지 깃들면 바람직할 것이다.” 건강한 육체만 만들면 건강한 정신은 자동으로 깃든다는 취지로 쓰이는 요즘의 말과는 뉘앙스가 많이 다르다. 그렇다고 '건강한 몸에 건강한 정신이 깃든다'는 말이 틀렸다는 뜻은 아니다. 젊은 시절을 헤프게 소비하고 나면 더욱 '명언'으로 다가오는 말이다. 나이가 들수록 신체 대사활동이나 근력의 저하는 객관적·의학적으로 볼 때 어느 정도는 불가피한 현상이다. 이런 문제를 극복하기 위해서는 일상을 바꿔야 한다. 그 어렵다는 습관 바꾸기부터 해야 한다는 말이다. 스트레스와 피로 누적으로 힘들어하는 많은 직장인이 운동으로 심신의 활력을 되찾았다는 사례들을 볼 때 분명 신체 건강과 정신 건강의 상관 관계는 비례하는 것이 확실하다. 체력이 국력으로까지 발전할지는 장담할 수 없으나 체력이 경쟁력인 것만은 확실한 시대다.



온라인 건강 주치의가 전하는 즐거로운 운동 생활

유튜브 '피지컬갤러리' 운영자 김계란

'건강한 일상'을 자전거에 빚댄다면 두 바퀴는 '운동'과 '식단'이 되어야 할 터.
하지만 잘못된 정보와 상식을 적용하면 되레 역효과를 불러올 수 있다.
현대인의 건강을 지키고자 다양한 솔루션을 전파하는 유튜브 피지컬갤러리의 김계란 씨를 만났다.
바쁜 일정 중에도 <교정> 인터뷰에 응해준 것은 그와 함께 일하는 매니저의 아버지가 교정공무원으로 근무하고 있어,
교정공무원들의 노고를 이해하고 있기 때문이다. 그가 전하는 올바른 건강 관리 노하우에 귀 기울여보자.

유쾌하고 명쾌한 운동 길잡이

요즘 '홈트'가 대세다. 코로나19 여파로 홈 트레이닝이 트렌드로 떠오르면서 혼자서도 효과적으로 운동할 수 있도록 돕는 유튜브 채널이 주목받고 있다. 그중 '피지컬갤러리'는 건강 관리 가이드를 제공하면서 믿을 수 있는 온라인 건강 주치의로 거듭났다. 피지컬갤러리는 전문적인 의학 지식과 정보를 일반인의 눈높이에 맞는 영상으로 제작하는 건강전문가 그룹. 현재 구독자 수 240만 명, 누적 조회 수 3억 5,000만에 이른다. 일명 '뽕뽕이 아저씨'로 통하는 김계란 씨는 해군특수전전단(UDT) 출신이다. 범상치 않은 외모와 굼직한 운동 경력, 명쾌하고 유쾌한 설명, 그리고 유머와 재치 넘치는 콘텐츠로 사랑받고 있다.

“아는 것이 힘이라고 하잖아요. 어떻게 하면 많은 사람에게 올바른 건강 정보를 전달할 수 있을까, 고민하다가 영상을 제작하게 되었어요. 운동 노하우를 비롯해 식단 및 건강 정보 등 다양한 콘텐츠를 담으려 노력하고 있습니다.”

건강도 하나의 경쟁력이 된 시대. 몸의 활력과 에너지는 곧 업무를 적극적으로 이어가는 힘이 되기 때문이다. 특히 교정 공무원들은 야간근무가 많아 체력 관리가 필수다. 하지만 생활 속에서 실천하기가 쉽지 않은 것이 사실. 김계란 씨는 운동을 즐겁게, 지속적으로 이어가기 위해서는 마음가짐이 중요하다고 강조한다.

“아는 것이 힘이라고 하잖아요. 어떻게 하면 많은 사람에게 올바른 건강 정보를 전달할 수 있을까, 고민하다가 영상을 제작하게 되었어요. 운동 노하우를 비롯해 식단 및 건강 정보 등 다양한 콘텐츠를 담으려 노력하고 있습니다.”

“매니저의 아버님이 교정공무원으로 근무하고 계셔서, 근무하면서 체력이 요구되는 순간이 많다는 걸 알고 있어요. 많은 사람이 건강이 나빠지면 '평소에 관리를 안 해서 벌을 받는다'라는 부정적인 마음가짐으로 운동을 하는 경우가 많습니다. 동기 부여가 잘 안 될 수밖에요. 내 능력, 이를테면 힘, 지구력, 체력, 외모를 한 단계 업그레이드한다는 생각으로 임해보세요. 장기적인 관점에서 나를 가꾼다는 생각으로 운동해보세요. 꾸준히 하다 보면 전보다 더 나아진 나를 보게 될 겁니다. 이는 운동을 즐기는 원동력으로 이어집니다.”

누구나 운동 효과를 빠르게 누리고 싶어 한다. 근육을 빠르게 키우기 위해서는 내게 맞는 운동 시간을 찾는 게 중요하다. 매일 같은 시간에 꾸준히 운동을 하면 운동 능력이 극대화되면서 운동 효율 또한 늘어난다. 자신의 컨디션이 가장 좋은 시간을 정해 운동하되, 오후 4시~7시 사이에 근성장이 잘 된다는 걸 기억할 것.



운동 정보 영상을 촬영 중인 모습

또한 '피로 해소를 위한 체력 관리'보다는 '피로 해소가 잘되는 체력을 만드는 것'이 중요하다는 말도 덧붙였다. 매번 고강도로 운동을 하는 것보다 낮은 강도의 운동을 하루에 한 번 정도 꾸준히 하는 게 더 효과적이다. 특히 다관절운동을 하면서 협응력을 기를 것을 당부했다.

동작은 올바르게, 식단은 균형 있게

운동을 잘못된 방법으로 하면 자칫 부작용이 일어날 수 있다. 흔히 땀을 많이 흘리면 좋다고 말한다. 하지만 땀을 많이 흘리면서 운동하면 지방 연소 효과와 운동 효과가 감소한다. 땀을 통해 노폐물보다는 수분과 전해질이 훨씬 많이 배출되면서 탈수 현상이 나타나고 이는 곧 운동 수행 능력 감소로 이어지게 된다. 또한 한 동작이라도 정확한 자세로 해야 효과를 극대화할 수 있다. 사람들이 흔히 하고 있지만 제대로 하지 못하는 운동이 바로 스쿼트.

“스쿼트는 제대로 하면 정말 많은 효과를 가져올 수 있는 운동입니다. 충분한 가동 범위를 가지고 근육을 협응하면서 해야 하는데, 대퇴근만 사용하거나 척추의 올바른 기립이 이루어지지 않은 채 하는 경우가 많아요. 스쿼트를 할 때는 척추를 바로 세우고 골반을 몸의 움직임에 맞게 움직이는 게 중요하죠.”

스쿼트를 할 때는 반드시 자신의 모습을 볼 수 있는 거울 앞에서 하면 좋다. 뇌한테 정확한 시각 정보를 전달해야 부상을 방지하고 힘도 제대로 줄 수 있게 된다.

여기서 주의할 것은 시선 처리. 스쿼트를 할 때 보통 천장을 보면서 하는 경우가 많은데 이는 최악의 자세다. 힘을 준다고 해서 근육만 수축하면 되지 않나 생각하는데, 시각적인 정보가 매우 중요하다. 언제 어느 순간에 근육을 어느 강도로 수축시킬지 뇌는 아주 정밀하게 계산하게 된다. 이 계산에 있어 가장 중요한 게 눈이다. 뇌에서 시각 정보를 받아들이고 근육에 올바른 명령을 내리는 것. 시선이 엉뚱한 곳을 향하면 운동을 어떻게 하는지에 대한 정보를 알 수 없다. 따라서 스쿼트를 할 때는 반드시 자신의 모습을 볼 수 있는 거울 앞에서 하면 좋다. 뇌한테 정확한 시각 정보를 전달해야 부상을 방지하고 힘도 제대로 줄 수 있게 된다.

김계란 씨는 교대근무와 야간근무가 잦은 교정 공무원들이 업

무 중 틈틈이 할 수 있는 틈새 운동을 추천하기도 했다. 운동을 꾸준히 해온 사람이라면 유·무산소 운동을 동시에 할 수 있는 버피테스트를 제안했다. 단시간에 칼로리를 많이 소모할 수 있는 전신운동이다. 입문자들이라면 무리 없이 할 수 있는 운동이 제격. 낮은 강도의 근력 운동인 스쿼트가 좋다.

건강은 식단 관리와 비례한다. 또한 운동과 식단은 떼려야 뗄 수 없는 관계. 그는 무엇이든지 편향된 식단을 주의할 것을 조언했다.

“흔히 단백질이 많으면 건강한 식단이라고 생각하는데 항상 정답은 아닙니다. 기본적으로 끼니당 단백질은 15~40g 정도 먹되, 탄수화물이나 지방을 기호에 맞게 추가하면 좋습니다. 매 끼니의 칼로리 양을 정하고 그날 총 칼로리를 맞춘다는 개념으로 식사를 해보세요. 예를 들면 끼니당 700kcal로 정했다면 아침, 점심, 저녁 식사를 총 2,100kcal에 맞춰 먹는 식이지요.”

매일매일 건강하고 행복한 하루

피지컬갤러리는 다양한 주제와 기획 카테고리로 콘텐츠를 제작한다. 운동 루틴, 식단, 재활 운동, 브이로그 등 골라보는 재미가 쏠쏠하다. 김계란 씨는 양질의 영상을 제작하기 위해 평소 많은 사전 준비를 거친다. 정확한 정보를 전달하기 위해 다각도

로 고민하고 접근하는 것. 필라테스 강사, 스포츠 영양사, 스포츠 의학박사, 물리치료사 등을 팀원으로 구성해 전문성을 강화한 것도 그 때문이다.

“가장 중요한 것은 시청자가 어떤 콘텐츠를 좋아하는지 파악하는 것입니다. 기획 단계에서 재미와 실용성, 유의함을 두루 갖춘 영상을 제작하기 위해 고민하지요. 영상을 업로드하는 것에서 끝나는 것이 아니라 시청자의 반응을 보며 피드백도 충실히 반영하고 있어요. 앞으로도 도움이 되고, 웃음을 선사하는 콘텐츠를 만들고 싶습니다.”

운동은 자신의 몸 상태와 연령대에 맞는 움직임을 찾아 꾸준히 하는 것이 중요한 법. 무작정 운동을 시작하기에 앞서 피지컬갤러리를 통해 나만의 운동법을 익히는 건 어떨까. 하루 10분만 투자해도 한층 에너지 넘치는 하루하루를 맞이할 수 있을 것이다. 김계란 씨는 교정 공무원을 응원하는 격려의 메시지도 잊지 않았다.

“항상 국민의 안전을 위해 힘써주시는 전국의 모든 교정 공무원 여러분, 노고에 깊이 감사드립니다. 코로나19로 업무에 어려움을 겪으실 텐데, 운동을 틈틈이 하면서 건강을 챙기시길 바랍니다. 피지컬갤러리에 오셔서 영상을 보고 기분 좋은 에너지를 얻어 가셨으면 좋겠어요. 하루하루 건강하고 행복하시길 응원합니다!”



김계란 씨가 운영하는 유튜브 콘텐츠 화면

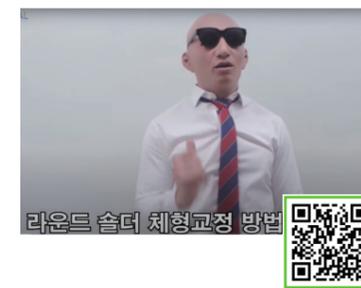


피지컬갤러리 추천 콘텐츠 TOP 3

QR코드를 확인하면 각각의 영상을 볼 수 있습니다



1. 직장인을 위한 운동 Best3
#코어운동 #운동의_정석
운동하고 싶은 직장인, 운동이 어렵고 귀찮은 직장인이라면 이 영상을 보자. 필수 운동 중에서도 필수라는 동작들을 소개해준다.



2. 50만명이 효과를 본 라운드숄더 교정루틴 A
#집에서_함께해요 #굽은_등_교정
여러 문제를 유발할 수 있는 흔한 체형의 교정법을 알려준다. 이런 체형으로 불편을 느끼고 있다면 따라해볼 것.



3. 김계란이 알려주는 '식단'에 따른 운동방법
#운동식단 #저탄고지_고탄저지
건강을 위해 꾸준한 운동만큼 강조되는 것이 올바른 식습관이다. 저탄고지, 고탄저지 등의 식단이 운동에 어떤 영향을 미치는지, 어떻게 운동하면 좋은지 알려준다.

이루고 싶은 게 있거든 먼저, 체력부터 길러라

이루고 싶은 것이 있다면 무엇부터 해야 할까? '노오력'을 해야 한다. 그러나 그보다 먼저 해결해야 할 것이 있다. 체력을 기르는 일이다. 우리의 '노오력'을 좌절시키고 삶을 어지럽히는 게으름, 나태, 권태, 짜증, 우울, 분노도 결국 체력이 바닥났을 때 나타나는 증상들이다. 과연 정신력으로 버틸 수 있을까. 그러나 현실을 직시하자. 노오력이니 정신력이니 하는 것도 '체력'이 뒷받침 되지 못하면 한낱 구호에 불과할 뿐이다.

철학도 체력이다



철학자라면 순수한 지적 활동을 하는 허약한 사람을 연상하기 쉽다. 이는 편견일 뿐 철학자의 외양은 그 반대이다. 아테네의 소크라테스가 군인 출신이었다는 것은 널리 알려진 사실이다. 소크라테스가 아테네에서 이름을 얻기 시작한 것은 그의 철학 강연이 아니라 바로 전투에서 세운 무용담 때문이었다. 소크라테스는 펠로폰네소스 전쟁에 네 번이나 참가했고 여러 번 험격한 공을 세웠던 인물이다. 그의 제자였던 플라톤은 어땠을까? 플라톤은 레슬링 선수로 이름을 날렸다. 플라톤의 원래 이름은 '아리스토클레스'였다고 한다. 레슬링 선수로 활동하던 시절 '플라톤'이라는 이름을 얻었다. 플라톤은 그리스어로 '넓다', '평평하다'는 뜻이다. 어깨가 넓적하고 우람하여 이렇게 불렸다고 한다. 그런 플라톤도 상에는 인연이 없었던 모양이다.

여러 차례 올림픽 경기에 참가했으나 한번도 우승을 차지하지는 못했다. 선수로서 방황하던 시절에 소크라테스를 만나 비로소 철학자의 삶을 걷기 시작했다. '서양 철학은 플라톤의 각주에 불과하다'는 말을 얻은 플라톤의 지적 사유가 '체력'에서 나왔다면 지나친 억측일까. 레슬링 선수로 올림픽에 참가할 만큼 강인한 체력을 지녔기에 더욱 열정적으로 철학에 몰입할 수 있었음은 충분히 유추할 수 있다. 철인들의 시대에 '건강한 정신은 건강한 육체에서'라는 말이 생겨난 것은 우연이 아니다.

철학뿐만 아니라 모든 학문의 길에서 체력은 디플트 값이다. 매사에 체력은 기본이지만 학문의 길에서 체력은 특별히 중요하다. 학문은 장기 레이스이기 때문이다. 열정을 오래 유지할 체력이 없으면, 소기의 성과를 낼 수 없다. 맹자는 말했다. 무엇인가를 행하는 것은 우물을 파는 것과 같다. 우물을 아홉 길 파도 샘에 이르지 않으면, 그것은 쓸모없는 우물이 된다. 계속 파는 수밖에 없다. 결국 체력 싸움이다.

약한 자여, 그대의 이름은

머리카락에서 힘이 나온다는 삼손과 키가 3m가 넘었다는 골리앗, 제우스의 DNA를 물려받은 헤라클레스. 이들의 공통점은 '힘'이다. 힘으로는 둘째가라면 서러운 존재들이다. 물론 신화 속 인물들이다. 인간은 이처럼 끊임없이 상상력을 발휘하여 힘의 아이콘들을 만들어냈다. 제 몸무게에도 못 미치는 것조차 못 드는 인간이 왜 이처럼 무한의 힘을 가진 존재를 창조해 냈을까. 아마도 인간의 '힘'에 대한 갈망이 투사된 것이 아닐까.

인간계에도 산봉우리를 통째로 뽑아버릴 정도의 기개를 자랑했던 천하장사가 실존했다. 천하통일을 눈앞에 두고 좌절했던 항우이다. 중국인 특유의 과장이 더해진 말이겠지만 항우의 힘은 산을 뽑을 만하고 기운이 세상을 덮을 만했다고 알려져 있다. 항우와 같이 힘이 센 사람이라는 뜻으로 쓰이는 '항우장사'라는 말도 여기서 유래되었다. 아무리 중국인의 과장법이 반영되었다 하더라도 항우는 역사 속 실존 인물이었던 만큼 한계를 지닌 인간이었다. 잘 알려졌지만 시피 '유약하기 짝이 없다'고 비웃던 유방과의 전투에서 패배한 후 사면초가 속에서 생을 마감했다. 역사 속 항우는 천하를 주름잡던 영웅이 아니라 허물이 더 많은 인물로 남게 되었다. 인간의 삶에서 실패의 원인을 분석할 때 항우의 이야기는 늘 '반면교사의 대상으로 회자된다. 이를테면 이런 것이다. "유방보다 좋은 집안에서 태어나 승승장구했던 항우는 자신의 힘을 과신한 나머지 신하들의 충고도 듣지 않았다. 불 갈고 거친 성격으로 참모와 부하들을 떨게 했다. 이 때문에 항우와 갈등이 생긴 신하들은 후환을 두려워한 나머지 유방에게 투항했다." 그리고 보면 "약한 자여, 그대의 이름은 여자로구나"라고 했던 햄릿의 독백은 잘못된 것이다. 약한 자여, 그대의 이름은 인간이다. 주어진 힘의 무게를 제대로 지탱하지 못했던 인간의 오만함은 늘 경계의 대상이다. 남들의 타고난 체력을 부러워하기보다는 나만의 체력을 키워나가는 노력이 필요한 이유다.



페테르 파울 루벤스의 작품 삼손과 델릴라

울퉁불퉁 근육질과 체력

강인한 체력은 전쟁터 같은 거친 삶을 헤쳐 나가는 데 필요한 갑옷과 같다. 체력은 크게 보아 근력과 근지구력에 의해 좌우된다. 근력이란 근육이 발휘하는 힘이고 근지구력은 반복해서 힘을 내거나 근육을 수축시킨 상태로 오래 버티는 힘을 말한다. 그렇다면 체력의 원천은 울퉁불퉁함을 자랑하는 근육일까? 근력과 울퉁불퉁한 근육질은 정비례하지 않는다. 근육 양에 따라 근력이 증가하는 것은 맞지만 근력은 근육 양만으로 결정되지 않는다는 것이다. 근육질의 몸매를 자랑하는 뽀빠이의 심볼도 울퉁불퉁한 알통이다. 만화에서는 힘의 상징으로 쓰이지만 의학적으로는 상완이두근의 윗부분이 찢어져 말려 내려가면서 나타나는 현상이다. 좀 더 거칠게 표현하면 근육파열이다. 실제로 근육을 무리하게 키우다가 근육이 버티지 못해 파열되거나 늘어지는 부작용을 겪는 사람도 많다.

그렇다고 근육이 체력에 불필요한 것은 아니다. 근육의 힘, 즉 근력은 체력의 기초여서 나이 불문하고 꼭 필요하지만 노년층에는 더 중요하다. 근력은 30세까지 증가하다가 점차 떨어져 50세 때까지 약 10% 감소하고 80세가 되면 50%까지 줄어든다고 한다. 근력이 감소한다는 것은 단순



히 힘이 줄어든다는 의미가 아니다. 근력의 감소는 기초 대사량의 감소로 이어져 비만을 유발하기도 한다. 혈액을 몸 곳곳으로 보내는 근육의 펌프작용이 약해지면서 혈액순환에도 장애가 생긴다. 나이 들면 근육의 양이 줄어든다고 괜히 의기소침해질 필요는 없다. 근력 운동을 꾸준히 한다면 근육 양을 약 30% 이상 증가시킬 수 있다고 하니 희망을 가져볼 일이다.

직장인이여, 이루고 싶은 게 있다면 체력을 먼저 길러라



윤태호 작가의 웹툰 작품 <미생> 시리즈

직장인들의 애환이 담긴 만화 <미생>에 나오는 대사의 한 구절이다. 이루고 싶은 목표가 생겼을 때 체력을 먼저 길러야 한다는 이 말, 직장인이라면 누구나 공감할 수밖에 없다. 약과 강으로 버티고 버티다 결국 후반부에 무너지는 것도 체력 탓이란 걸 경험으로 터득했기 때문이다. 미생의 대사는 주옥 같은 뿐만 아니라 폐부를 찌른다. 좀 더 되새김질해 보자.

“내가 이루고 싶은 게 있거든 체력을 먼저 길러라. 평생 해야 할 일이라고 생각되거든 체력을 먼저 길러라. 게임, 나태, 권태, 짜증, 우울, 분노, 모두 체력이 버티지 못해, 정신이 몸의 지배를 받아 나타나는 증상이야. 내가 후반에 종종 무너지는 이유, 데미지를 입은 후 회복이 더딘 이유, 실수한 후 복귀가 더딘 이유, 모두 체력의 한계 때문이다. 체력이 약하면 빨리 편안함을 찾게 마련이고, 그러다 보면 인내심이 떨어지고 그 피로감을 견디지 못하게 되면 승부 따윈 상관없는 지경에 이르지. 이기고 싶다면 충분한 고민을 버텨줄 몸을 먼저 만들어. ‘정신력’은 ‘체력’이란 외피의 보호 없이는 구호밖에 안 돼.”

꾸역꾸역 퇴근길을 뚫고 간신히 집에 도착해서는 다이빙 하듯 침대 속으로 가라앉고 마는 것도 다 체력 부족 탓이 크다. 체력은 중요하다. 많이 중요하다. 혹자는 이런 말도 했다. “친절한 미소와 다정한 제스처, 우아한 인내심은 모두 체력에서 나온다.” 이 말 역시 완전히 공감할 수밖에 없다. 몸이 처지면 마음도 처지고 상대방에게 신경 쓸 여력조차 없어진다. 피곤에 찌든 몸으로 날카로운 상대와 한 번이라도 회의를 해본 사람이라면 안다. 체력이 곧 인성이라는 것을.



사랑이 방울방울 결혼 앞두고 어머니와 특별한 데이트를 하고 싶어요

원주교도소 교사 최진혁

결혼은 인륜지대사라 일컬을 만큼 한 사람의 인생에서 가장 중요한 이벤트다. 평생 키워주신 부모의 품을 떠나 배우자와 새로운 가정을 꾸리는 일이기 때문이다. 특히 당사자뿐 아니라 부모에게도 자녀의 결혼은 무엇보다 중요한 일일 수밖에 없다. 자식을 품에서 떠나보내는 부모의 마음에는 기쁨과 동시에 섭섭함도 분명 존재할 터. 오늘 11월 결혼을 앞두고 있는 원주교도소 보안과 최진혁 교사는 어머니의 헛헛한 마음을 달랠 겸 좋은 추억을 만들기 위해 특별한 데이트를 준비했다.

딸 같은 아들의 데이트 신청

최진혁 교사의 어머니 김병옥 씨는 첫째 아들의 특별한 데이트 신청에 설렌 마음으로 오늘 집을 나섰다. 60대 후반이라는 나이가 무색하게 청바지에 화이트 셔츠를 멋스럽게 소화한 세련된 어머니와 교도관 제복을 멀끔하게 차려입은 든든한 아들의 모습이 무척 다정하다. 교정공무원이던 아버지의 뒤를 이어 든직한 교도관이 된 아들이지만, 아들만 둘인 집안에서는 부모에게 항상 애교 많은 딸 역할을 자처하는 살가운 장남이다.

“진혁이는 딸 같은 아들이예요. 자상하고 꼼꼼하죠. 맛있는 거 먹으면 엄마 생각난다고 같이 먹으러 가자 하고, 어디 다녀오면 작은 거라도 엄마 주려고 꼭 사들고 들어와요. 항상 표현도 잘 하고 엄마를 세심하게 챙겨주는 아들에게 무척 고맙죠. 이제 곧 결혼하는 아들과 오늘 좋은 추억 많이 남기고 싶어요.”

어머니를 위해 어떤 체험을 하면 좋을까, 오랜 고민 끝에 오늘 최진혁 교사가 준비한 이벤트는 바로 천연비누 만들기! 손재주가 좋은 어머니와 뭐든 손으로 만드는 걸 좋아하는 최진혁 교사



에게 안성맞춤 체험이다.

“지난 6월 ‘소원을 말해봐’에 참여했던 정춘교 계장님이 결혼 전 어머니와 좋은 추억 만들라고 추천해주셨어요. 제가 원주로 오기 전에 계장님과 강릉교도소 직업훈련과에서 같이 근무했었는데요. 그때 어머니께서 김밥 싸서 자주 오셨었거든요. 그래서 제가 어머니랑 사이가 각별한 줄 알고 추천하신 것 같아요. 오늘 결혼 전 마지막으로 어머니와 좋은 추억을 만들고 싶어요.”



“새로운 가정에 충실하고
행복한 결혼 생활을 잘 했으면 좋겠어요.
결혼해서 잘 사는 것만큼 큰 효도가 없으니까요.”

뽀드득뽀드득, 세상에서 하나뿐인 천연비누 만들기

오늘 체험을 진행할 강사는 A4용지를 나눠주며 이론 수업부터 시작했다. 강의가 시작되자 모자(母子)의 얼굴이 사뭇 진지해진다. 이름도 어려운 다양한 재료와 정확한 계량을 위한 숫자가 어지러이 쓰인 종이를 보니 만들기 어려우면 어쩌나 걱정이 앞서는 모양이다. 그런 모자의 모습에 강사는 테이블에 놓인 재료를 하나하나 설명한 뒤 바로 실천으로 들어갔다.

가장 먼저 어성초, 감초, 다시마, 녹차, 딸기 등 천연재료를 첨가한 기능성 천연비누 만들기가 시작됐다. 각자 자신의 피부 타입에 맞는 천연재료를 선택해 ‘나만을 위한 비누’를 만드는 것이다. 다양한 천연재료 중 최진혁 교사는 기미와 주근깨를 치료하고 안색을 곱게 만들어준다는 서시옥용산을, 평소 피부 건조함을 호소하던 어머니는 딸기 분말을 선택해 첫 번째 천연비누 만들기에 돌입했다. 먼저 선택한 분말 1g에 글리세린, 오일, 향 등 각종 재료를 넣은 후 녹인 비누 베이스와 잘 섞었다. 이때 각 재료를 저울에 올려 정확하게 계량하는 것이 가장 중요한 포인트. 재료들이 잘 어우러졌다면 원하는 모양의 비누 틀에 붓고 기포를 없애기 위해 알코올 스프레이를 뿌려준 다음 굳을 때까지 기다려야 한다. 모자는 첫 번째 비누를 완성한 후 조금 자신감이 생기는지 강사의 지시 없이 혼자서 두 번째 비누를 만들기 시작했다. 선택한 천연분말만 바꾸고 나머지 레시

피는 똑같기 때문이다.

“강사님이 가르쳐주신 레시피만 알고 있으면 내가 원하는 분말과 추출물을 넣어서 집에서든 만들 수 있을 것 같아요. 처음에는 어려울까봐 겁먹었는데 이렇게 배워보니 정말 재미있어요. 앞으로도 취미로 꾸준히 하고 싶어요.”

결혼을 앞두고 어머니와 추억 만들기

선택한 천연재료를 이용한 비누 외에도 피부재생에 효과가 좋은 카렌듈라 꽃잎을 넣은 비누와 요즘 마스크 때문에 생기는 피부 트러블을 완화시켜주는 숯 분말을 넣은 비누까지 완성한 후에는 피부 타입에 상관없이 누구나 쓸 수 있는 일반 비누 만들기가 시작됐다. 일반 비누는 효능보다 모양과 색, 향에 각별히 신경 써서 만들기로 한다. 특히 모자는 하나의 비누에 두 가지 색을 넣어 만드는 하트 모양 투톤 비누를 보고 너무 예쁘다며 꼭 만들어보고 싶다는 바람을 내비쳤다. 하트 반쪽은 원하는 색, 반쪽은 투명색의 투톤 비누를 만들기 위해서는 2개의 종이컵에 각각 원하는 색소와 비누베이스를 섞은 후 선택한 향까지 넣어 틀에 반반씩 부어줘야 한다. 강사의 설명을 들은 후 모자는 하트 투톤 비누를 만들기 위해 각각 색소와 향을 고르기 시작했다. 신중한 고민 끝에 최진혁 교사는 핑크색을, 어머니는 보라색 색소를 선택하고 이제 향을 고를 차례. 이것저것 향을



맡아보며 고민하는 어머니와 달리, 최진혁 교사는 망설임 없이 복숭아 향을 선택했다. 곧 결혼할 여자 친구의 집이 복숭아 농장을 한다는 것. 향긋한 복숭아 향이 밴 하트 모양의 투톤 비누는 아마도 예비신부의 몫인 듯하다. 아들의 사랑꾼 면모에 어머니는 흐뭇한 미소를 짓는다.

“진혁이가 결혼이 조금 늦은 편이라 그동안 아들이 빨리 결혼하기를 바랐어요. 그런데 막상 결혼한다고 하니까 기쁘면서도 한편으로는 마음이 울컥하기도 하더라고요. 워낙 엄마를 세심하게 챙기는 각별한 아들이었으니까요. 하지만 이제는 새로운 가정에 충실하고 결혼 생활을 잘해나갔으면 좋겠어요. 결혼해서 잘 사는 것만큼 큰 효도가 없으니까요.” 이런 게 부모의 마음일까. 주변 친구들이 딸 열 가진 엄마 부럽지 않겠다고 말할 정도로 살뜰한 아들이 부모 품을 떠나게 돼 섭섭한 마음이 들기도 하지만 이제 어머니는 아들이 행복한 가정을 꾸려나가길 바라는 마음뿐이다.

모자는 하트 모양의 투톤 비누를 완성한 후에도 무더운 여름을 시원하게 해줄 쿨멘톨 비누, 크기가 작아 휴대하기 쉬운 아기자기한 여행용 비누까지 척척 만들어내며 손재주를 뽐냈다. 얼마나 지났을까. 틀에 부어놓은 비누가 완전히 굳었다. 마지막으로 단단히 굳은 비누를 틀에서 빼내 표면에 고급스러움을 한층 더 해줄 도장까지 찍어주면 드디어 천연비누 완성! 모자는 서로 자

신의 작품을 자랑하며 오늘을 기념하기 위해 완성된 비누를 휴대폰에 담았다.

“제가 직접 만들어서 그런지 완성품을 보니까 정말 뿌듯하네요. 요즘 코로나19로 손을 많이 씻는데 오늘 만든 비누도 유용하게 잘 쓸 수 있을 것 같아요. 정말 너무 재미있었어요. 어머니도 좋아하시는 것 같아서 더 기쁘네요.”

천연비누 만들기가 끝난 후 모자는 오랜만에 함께 산책에 나섰다. 유유자적 거리를 함께 거닐며 도란도란 이야기를 나누는 모자의 얼굴에 웃음이 끊이지 않는다. 손을 꼭 잡고 걷는 모습이 어쩌나 화기애애한지 마치 연인 같기도 하다.

“오늘 아들과 재미있는 체험도 하고 이렇게 데이트도 할 수 있어서 무척 즐거웠습니다. 좋은 추억이 될 것 같아요.”

어머니의 함박웃음에 최진혁 교사의 마음도 행복해진다. 오늘 하루가 이제 곧 결혼을 앞둔 최진혁 교사와 어머니에게 두고두고 꺼내볼 수 있는 행복한 추억이 되길 바란다.



‘소원을 말해봐’ 코너에 참여하고 싶으신 분은 독자엽서 또는 이메일(correct2015@naver.com, yjw1219@korea.kr)로 신청해주세요. QR코드도 신청할 수 있습니다. 선정되신 주인공에게는 특별한 하루를 선물해 드립니다.



바람과 낭만 실은 한여름 밤의
한여름 밤의 야행 夜行

기나긴 여름날의 하루는 2막으로 이뤄진다. 무더위와 싸우는 전투적인 낮시간이 1막이라면, 잠시 땀을 식히며 쉬어가는 밤시간이 2막이다. 밤시간의 꿀맛 같은 휴식은 여름이 주는 선물이기도 하다. 그냥 흘러보내기 아까운 여름밤, 한줄기 달콤한 바람과 호젓한 낭만이 있는 그곳으로 나가보자.

호숫가 달빛 야행, 안동 월영교

얼마 전 TV 프로그램 <비긴어게인 코리아>는 안동 월영교를 배경으로 달빛 버스킹을 열었다. 매혹적인 음악 선율과 고혹적인 월영교 야경이 만나는 순간, 여름밤 낭만은 절정에 이르렀다. 안동호를 가로지르는 월영교(月映橋)는 길이 387m, 너비 3.6m 목책 인도교로 미투리를 형상화한 독특한 형태를 띤다. 미투리 모양을 채택한 데는 사연이 있다. 1998년 택지 개발 공사 당시 한 묘에서 건장한 남자의 유골과 함께 여러 통의 편지와 미투리가 발굴됐다. 조사 결과 남자의 아내인 '원이 엄마'라는 인물이 젊은 나이에 먼저 세상을 떠난 남편을 그리워하며 애절한 편지를 쓰고 본인의 머리카락으로 미투리를 만들어 관에 함께 묻었던 것. 사연은 조선판 <사랑과 영혼>이라 불리며 세상에 알려졌고 부부의 사랑을 기리는 뜻에서 미투리를 모티브 삼아 월영교를 축조했다. 다리 인근에는 원이엄마테마길도 조성했다. 강변을 따라 걸으며 원이 엄마의 사연과 편지 내용, 발굴 과정 등에 대한 전시를 살펴볼 수 있다.

애절한 사연을 담은 월영교의 특별한 형상을 전체적으로 눈에 담으려면 다리 입구 안동물문화관 전망대에 올라보자. 산과 호수를 배경 삼아 매끈하게 뻗은 월영교가 시원하다. 월영교는 반드시 밝을 때 한 번, 어두울 때 한 번 봐야 한다. 같은 위치에서 똑같은 대상을 바라보는데 느낌은 완전히 다르기 때문이다. 낮에는 산과 호수, 다리가 삼박자를 이루며 한 폭의 단아한 동양화를 완성한다면 밤에는 붉은빛과 보랏빛으로 물든 다리가 오롯이 주인공이 되어 몽환적인 수채화를 그린다. 밤에는 어둠이 집어삼킨 산과 호수 대신 조명을 받는 호반 산책로와 언덕 위 선성현객사(경상북도 유형문화재 제29호)가 은은한 배경으로 살아난다.

월영교는 달이 비치는 다리라는 뜻을 품었다. 그만큼 밤에 진가



월영교의 새로운 매력 포인트, 문보트

를 더욱 발휘한다. 다리 밖에서 바라볼 때도 근사하지만 안에서 걸을 때도 신비롭다. 다리 내부를 비추는 포근한 조명과 시원한 강바람이 여름밤 산책의 즐거움을 더한다. 다리 가운데 자리한 정자 월영정에서 잠시 쉬어가도 좋다. 오후 8시 30분 시작하는 분수 쇼는 결코 놓쳐서는 안 된다. 다리에서 분수가 뿜어져 나오는 순간 야경의 아름다움과 시원함이 극에 달한다. 월영교 분수는 10월 말까지 주말마다 하루 3회(오후 12시 30분, 6시 30분, 8시 30분) 20분씩 가동한다. 조명과 어우러지는 야간 분수 쇼가 특히 볼만하다.

월영교 야행에 재미를 더하는 요소는 더 있다. 황포돛배나 유람선을 타고 물 위를 유영하며 월영교를 감상하는 것. 오전부터 야간까지 운행하므로 시간에 따라 색다른 모미를 맛볼 수 있다. 올여름부터 이색적인 초승달 모양 문보트(Moon Boat)도 운항한다. 문보트는 월영교에 달이 떠다닌다는 상상력에서 탄생했다. 어둠이 내리고 선체 LED 조명이 불을 밝히면, 실제로 물 위에 초승달이 떠다니는 듯한 황홀한 장면이 연출된다.

바닷가 별빛 야행, 울산 대왕암공원

여름날의 무더위와 코로나19로 인한 답답함을 해소하는 데 대왕암공원이 제격이다. 우리나라 동남단 해안에 자리한 대왕암공원은 질푸른 소나무숲과 쪽빛 바다로 시원함을, 바다 위 웅장한 기암괴석으로 감동을 선사한다. 주차장에 차를 세우고 대왕암이 있는 바닷가 쪽으로 향하는 길, 약 1만 5,000여 그루의 소나무가 우거진 숲을 지난다. 키 큰 소나무가 어찌나 빼곡한지 피약벌마저 모두 막아낸다. 짙은 소나무숲의 신비로운 분위기에 계절 따라 피고 지는 꽃이 아름다움을 더한다. 봄에는 벚꽃이 흐드러지고 여름에는 수국이 소담스레 피고 가을에는 붉은 꽃무릇이 지천이다.

수령 100년이 넘는 해송이 우거진 숲길을 따라 걸어가면 울산 울기등대 구 등탑(등록문화재 제106호)이 나온다. 등대는 볼트형식의 출입구가 돌출한 형태로 8각형 평면 위에 입면이 3단으로 구성돼 독특한 모양새다. 현재는 등대로서 기능은 하지 않고 문화재로 보호받고 있다. 주변의 소나무들이 성장하면서 바다에서 등대 불빛이 보이지 않게 되자 1987년 바로 인근에 약 25m 높이의 새 등대를 세웠다. 촛대 모양의 신 등탑이 지금은 바닷길을 안내한다. 세월의 간극을 넘어 한 공간에 마주한 두 등대가 오묘한 조화를 이룬다.

등대를 지나면 탁 트인 바다가 펼쳐진다. 각양각색의 기암괴석



대왕암에서 내다보는 풍경



대왕암공원 해송 숲길



울기등대 구 등탑(왼)과 신 등탑



남도에서 바라보는 전망



자라섬 남도에 설치된 사슴 조형물

이 눈길을 사로잡는데 그중 으뜸은 역시 바다 위에 우뚝 솟은 대왕암이다. 이 공원의 주인공이기도 한 대왕암에는 신라 문무왕 비의 전설이 서려 있다. 왕비가 문무왕의 뒤를 이어 호국룡이 되어 죽어서도 나라를 지키겠다고 바위 아래 묻혔다고 전한다. 문무왕이 묻혔다는 수증릉, 경주 문무대왕릉(사적 제158호)과 쌍을 이루는 셈이다. 울산 대왕암은 경주 문무대왕릉과는 달리 접근성이 좋다. 육지 끝의 바위에서 철교(대왕교)를 건너 직접 대왕암에 가볼 수 있다. 서린 전설 때문일까. 대왕암에 서면 왠지 신성한 기운이 느껴진다. 바위는 웅맹스럽고 이를 에워싼 물줄기도 세차다. 대왕암에서 내다보는 풍치 또한 기가 막힌다. 가슴이 뻥 뚫리는 시원한 바다 풍경은 기본, 저마다의 사연과 이름을 가진 바위들, 질푸른 소나무숲과 그 틈으로 삐죽 고개를 내민 울기등대 신 등탑이 보는 맛을 더한다. 대왕암에서 놓칠 수 없는 포인트는 또 있다. 바로 야경. 어둠이 내리면 대왕교가 불을 밝힌다. 색색의 조명이 빛나는 밤의 대왕암 풍경은 낮과는 결이 다르다. 대차고 강렬하던 기운은 사라지고 잔잔하고 평온한 느낌이 충만하다. 거기에 시원한 바닷바람이 여름밤 낭만을 실어온다.

강가 꽃빛 야행, 가평 자라섬

국내 대표 관광 명소인 경기도 가평의 남이섬과 마주한 자라섬은 1943년 청평댐 건설로 생겼으며 동도, 서도, 중도, 남도 등 4개 섬으로 이뤄진다. 그간 자라섬을 대표하는 즐길 거리는 캠핑장과 재즈 페스티벌 정도였는데 최근 남도 꽃동산이 합류했다. 남도는 자라섬 입구에서 멀고 이렇다 할 볼거리도 없어 사람들이 굳이 찾아가지 않던 곳인데 꽃 테마공원을 조성하면서 얘기가 달라졌다. 유채꽃, 꽃양귀비, 백일홍, 구절초, 해바라기, 핑크몰리 등 계절별로 다양한 꽃이 만개해 장관을 이루면서 자라섬 명소로 자리 잡았다. 낮에는 화려한 꽃길 따라, 밤에는 화려한 불빛 따라 산책을 즐길 수 있다. 별이 뜨거운 한여름에는 대낮보다 해 질 녘 방문하면 좋다. 밝은 기운이 아직 남아 있을 때 꽃구경을 하고 어둠이 깔리면 본격적으로 야경을 감상한다. 반짝반짝 수많은 조명으로 꾸민 길이 나타나기도 하고 고보조명(메시지나 이미지를 바다에 빛으로 표현하는 조명장치)이 시시각각 다양한 그림을 수놓기도 한다. 조명으로 만든 꽃밭이 나타나는가 하면 음악에 맞춰 레이저 불빛이 춤을 추기도 한다. 어느 길목에서 어떤 야경을 마주할지, 남도를 걷는 내내 설렘이 가득하다.



살다 보면 신기한 인연을 만납니다. 시작도, 이어지는 방식도 종잡을 수 없는 독특한 인연 말이지요. 지난해 가을, 서울 필동에서 열리는 예술통 축제에 갔습니다. 골목마다 의미 있는 예술 작품과 재밌는 즐길 거리가 잔뜩이었죠. 사람들은 북적였고 분위기는 가벼웠습니다. 그때 골목 중앙에 설치된 간이 무대에 카우보이 모자를 쓴 한 남자가 섰습니다. 그는 즉석에서 크기가 다른 병 몇 개를 이용해 신기한 조형물을 만들어 보였습니다. 작은 병 위에 큰 병을 세울 땐 위태로워 숨죽이고 지켜봤지요. 몇 번의 시도 끝에 성공해 냈습니다. 큰 박수가 터져나왔죠.

- 저는 세상에서 실패를 가장 많이 한 사람입니다!

그는 밸런싱 아티스트, 변남석 작가였어요. 처음 접해보는 예술이고 처음 듣는 그의 이야기였죠. 그의 예술은 마음의 중심에서 시작합니다. 나의 중심을 잡고서 모든 사물의 중심을 생각하는 것이죠. 밸런싱 아트라는 것은 결국 세상의 중심 잡기입니다. 그의 일화는 흥미롭기 그지없습니다. 두바이에 가서 작은 나무 조각 위에 오토바이를 세우거나, TV 쇼에 나가서 사람이 앉아 있는 의자를 한쪽 다리로 세우거나. 아주 깜짝 놀랄 만한 퍼포먼스로 재미와 즐거움을 선사하죠. 그런데 그의 이야기는 결코 재미만 있는 것은 아닙니다. 결과라는 것은 끈질긴 노력과 도전의 산물일 테니까요.

- 세상의 모든 것에는 무게중심이 있어요. 그걸 찾아내면 되는 거고요. 저는 못할 거라고 생각하지 않아요. 무조건 긍정합니다. 실령 실패한다 해도 좀 창피하면 그만이지 않아요. 하하.

그의 인생관과 예술관이 놀라웠습니다. 철학을 공부한 것도 예술을 전공한 것도 아닌데, 그는 이미 어떤 경지에 오른 사유를 갖고 있었죠. 어느 날 그 이유를 알게 됐습니다. 그는 몇 십 년째 북한산에 오르고 있었어요. 마음이 힘들 때나 기쁠 때나 더울 때나 추울 때도 그저 묵묵히 산을 올랐다고 해요. 가장 먼저 봄의 새순, 여름의 물소리를 만나고, 제일 먼저 가을 단풍, 겨울의 서리를 마주했다고 해요. 매일 가도 산은 어느 계절, 어떤 순간도 같은 적이 없어 마음은 절로 겸허해지고 감사를 배웠다고요. 그러면서 산에게 강인한 체력과 정신을 선물받았다고요.

저도 걷는 것을 무척 좋아합니다. 어느 좋은 날에 북한산 백운대를 가보겠다고 겁도 없이 따라나섰다가 결국 중도 포기하고 말았죠. 예술도 체력이요, 사랑도 체력이요, 인생도 체력입니다. 변남석 작가는 예술 체력을 끝없이 확장해가고 있습니다. 산에서 자연의 돌로 만들어내는 순간의 조형 작품. 강에서 건진 돌로 쌓아 올리는 아름다운 설치 작품. 전시장에서도 그의 독특한 예술 작품들을 만날 수 있죠. 그의 밸런싱 아트는 순간의 예술입니다. 강한 체력과 정신력으로 초집중하여 이루어내는 어떤 경지지요. 숨이 멎을 듯한 긴장을 즐겨야만 가능한 일이고요.

북한산 실패 후에 연습을 하고 있습니다. 일단 가기에 만만한 산들을 오르고 있어요. 남산, 북악산, 인왕산, 대모산 등 산사람들이 들으면 코웃음 칠 산을 천천히 오르고 내려옵니다. 산을 오르며 나무와 함께 호흡하고 땅과 함께 발산합니다. 온몸으로 푸름을 받아들이고 온 맘으로 맑음을 껴안습니다. 조금씩 조금씩 체력이 좋아지고 더불어 삶도 건강해지겠지요. 마음의 중심을 찾고 삶의 균형도 맞추어가겠지요. 우리 교정인들에게도 몸과 마음의 건강과 균형은 몹시 중요한 과제일 것입니다. 우리 함께 마음의 중심을 생각해보며 뒷산에 오르는 것은 어떨까요? 그러다가 북한산 정상에서 마주칠지도 모르지요. 희망 사항입니다만.



지난 호에 자신의 대표강점을 파악할 수 있는 무료 온라인검사 사이트(www.viacharacter.org)를 소개했었다. 검사를 통해 자신의 대표강점을 확인했다면, 이제 그 대표강점을 일상에서 자주 활용하며 살기 위해 애써야 한다. '심미안' 강점을 위해 반드시 유명한 화가의 전시회에 가거나 훌륭한 음악가의 작품을 감상해야만 하는 것은 아니다. 이러한 작품 감상은 일상 속에서 자주 하기가 어렵지만, 일상 속의 심미안 활용은 사실 마음만 있다면 얼마든지 자주 할 수 있으며, 돈이 들지도 않고 효과는 훨씬 크다. 일출 또는 일몰을 감상하는 것, 출퇴근길에 잠시 주의를 기울여 하늘의 구름이나 길가의 가로수 혹은 꽃을 관심 있게 바라보는 것, 함께 일하는 동료의 성격강점을 배우고자 그를 유심히 보는 것 등이 모두 심미안 대표강점을 활용하는 방법이 될 수 있다. 만약 '유머'가 대표강점으로 꼽혔다면, 그날그날 있

었던 일들 중에서 재미있었던 일들을 찾아보고 되새겨 보는 것, 또는 유쾌한 일을 계획해서 주말에 실행해보는 것 등이 일상 속 활용법이 될 수 있다. 사람들은 자신의 대표강점과 관련된 것을 배우거나 익힐 때 그 과정 자체가 즐거우면 학습속도나 익히는 속도가 매우 빠르다. 대표강점을 사용하는 것은 사실 본성과 가까운 것이라 매우 자연스럽게 편안하게 느껴지는 것이다. 이는 대표강점을 사용하며 일을 할 때는 소진되기도 점점 더 고무된다는 점에서도 확인할 수 있는데, 직장에서 자신의 대표강점을 업무에 접목할수록 업무와 동반되는 스트레스에 잘 대처할 수 있다. '친절'이 대표강점인 사람은 친절을 발휘할 기회가 있는 서비스 업무가, '신중성'이 대표강점인 사람은 꼼꼼한 일처리가 필요한 재무 또는 행정 관련 업무가 개인의 행복이나 조직의 성장을 위해서도 바람직하다.



사람들은 자신의 대표강점과 관련된 것을 배우거나 익힐 때 그 과정 자체가 즐거우면 학습속도나 익히는 속도가 매우 빠르다. 대표강점을 사용하는 것은 사실 본성과 가까운 것이라 매우 자연스럽게 편안하게 느껴지는 것이다.

대표강점이 무엇이나에 따라 활용할 수 있는 용례는 지면 관계상 다 소개할 수 없어 아쉽다. 지혜/지식, 용기, 인간애, 정의, 절제, 초월성 6개 덕목의 24개 성격강점별로 총 120가지 활용법을 <심리학이 나를 안아주었다>(웨일북)의 274~279쪽에 제시하였으니, 궁금한 분은 참고하기 바란다. 저마다 삶의 조건이 다르고 생활 여건이 다르기에 자기만의 방식으로 응용하는 유연성과 창의성을 발휘하는 것이 좋다. 아래는 수많은 덕목과 성격강점의 활용법 중 일부를 발췌한 것이니 각자의 성향에서 맞춰 따라해보자.

▶ **지혜/지식 덕목 중 호기심에 강점이 있다면**

- ① 일주일에 3번 30분씩 책, 잡지, TV, 라디오, 인터넷 등을 보고 관심 분야의 지식을 넓히기. 전문가와 이야기하여 좋은 정보원에 대한 조언받기
- ② 새로운 음식 먹어보고 그 음식과 관련한 문화를 알아보기. 친구와 함께 식사하고 소감을 나누기

▶ **인간애 덕목 중 사회성에 강점이 있다면**

- ① 친구, 형제자매의 이야기를 공감적으로 듣기
- ② 누군가가 나를 불쾌하게 했을 때 상대의 의도에서 긍정적인 부분을 찾으려고 해보기

▶ **정의 덕목 중 공정성에 강점이 있다면**

- ① 자신의 실수를 인정하는지 점검해보기. 앞으로 하는 실수들에 대해 솔직해지려고 노력하기
- ② 토의나 활동에서 모든 사람이 고르게 참여하도록 격려하기. 특히 소외감을 느끼는 사람들을 챙기기

이를 실제 사례와 접목하면 이와 같다. 법원직 9급 공무원인 K는 심각한 심리적 증상이나 문제가 있는 것은 아니었으나, 현재의 삶이 만족스럽지 않고 좀 행복하게 살고 싶은데 어떻게 해야 하는지 알고 싶어서 상담실을 찾았다. 검사결과 K의 대표강점

은 영성, 감사, 신중성, 희망(낙관성), 조망(통찰)이었다. 학자들은 5개의 대표강점이 여섯 가지 덕목에서 골고루 얻어지면 그 사람의 인격은 균형 있게 발달된 것으로 해석한다. 대개는 평균적으로 3개 이상의 덕목에서 얻어지는 것으로 알려져 있으며, 한두 개의 덕목에 몰려 있는 경우는 발달이 균형적이지 않은 것으로 풀이한다. K의 경우는 영성, 감사, 희망은 '초월성' 덕목의 강점이고, 신중성은 '절제' 덕목, 조망(통찰)은 '지혜/지식' 덕목의 강점이니, 비교적 균형 있게 성격발달이 되어 있다고 볼 수 있다. 상담을 통해 K는 1위로 나타난 '영성'을 상담자의 조언에 따라 일상에서 중점적으로 활용해 보기로 했고, 상담자가 제시한 몇 가지 방법 중 천주교 신자인 K는 다음 방법들을 해보기로 했다.

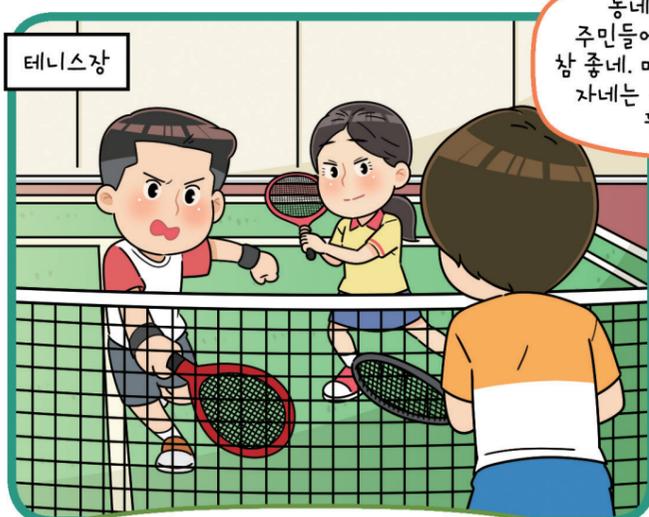
- 매일 자기 전 숨을 깊이 쉬며, 이완하고 명상한 후 자기를 관찰한 느낌 기록하기
- 매일 퇴근길에 하루 동안 한 일이 삶의 목적 및 가치 지향과 일치하는 것이었는지 묻기
- 다른 종교를 경험하기 위해 주 2회 법문스님의 즉문즉설 유튜브 영상 한 편씩 시청하기

다음은 이를 한 달간 실천한 후의 K의 소감문이다.

"앞만 보고 경주하듯 달리다 보니, 삶에 있어서 중요한 것들이 눈에 들어오지 않았습니다. 그런데 가르쳐 주신 방법대로 매일 연습을 하면서 시야가 조금 넓어지고 숨이 트인 느낌을 받았습니다. 아침저녁으로 명상하고, 일을 시작하기 전에 그 일을 왜 시작했고, 그 일이 내 삶의 목적과 어떤 관련이 있는지 생각하며 다른 관점으로 제 삶을 바라볼 수 있었습니다. 일을 대하는 태도 역시 달리 할 수 있었습니다. 일을 시작하기 전에 그 일을 제 삶의 목적과 연결함으로써 그 일을 단순히 해결해야 할 과제나 업무로 생각하는 것이 아니라, 제 삶과 연결짓다 보니 제 일에 어떤 신성함마저 부여하게 되었습니다. 제 강점인 영성과 관련된 계획을 매일 실행하면서는 제 본성과 가까운 것이어서인지, 편안하고 만족스럽다는 긍정적 정서를 자주 느낄 수 있었습니다. 나머지 다른 대표강점들도 이렇게 활용하면 조금 더 행복해질 거라는 믿음이 생깁니다."

우리 동네에

교정 시설이 들어올때!



사명감과 현실 사이, 저의 고민을 들어주세요

교정공무원의 고민상담소

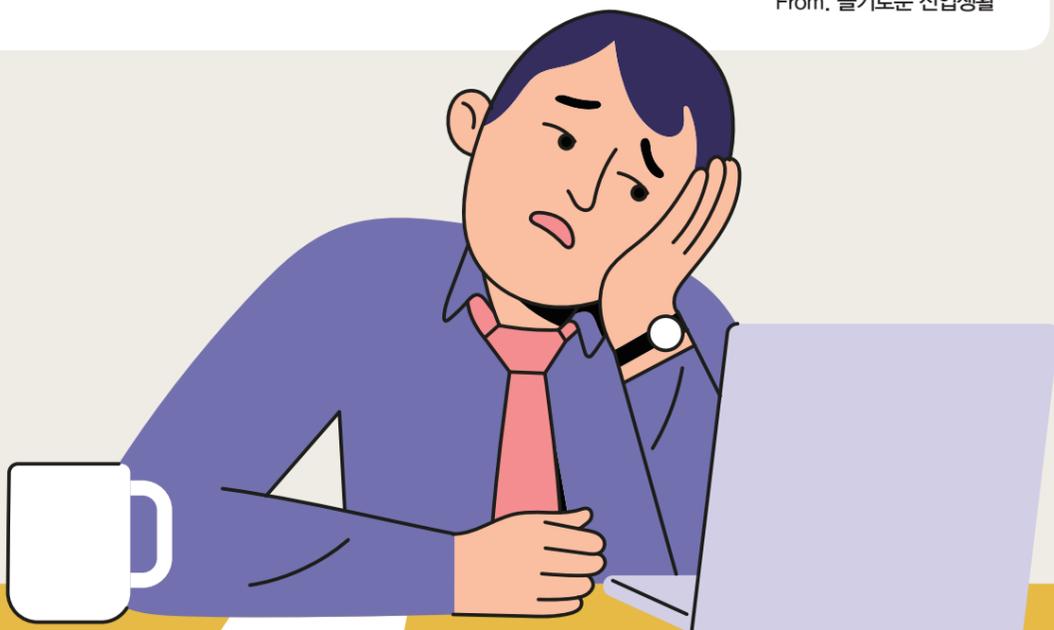
교정공무원으로 살면서 느낀 어려움, 스트레스가 있다면 익명으로 이야기해보는 시간을 가져볼까요?
사소한 고민이라도 월간 <교정>이 해결에 보탬이 되어드리겠습니다. 사연을 보내주시면 따뜻하게 상담해드립니다.

고민
사연



교정공무원으로 근무를 시작한 지 얼마 되지 않은 신입입니다. 제가 교도관이 됐다고 하니까 주위에서 <슬기로운 감빵생활>과 똑같냐고 하도 물어보는 통에 좀 귀찮을 지경입니다. 처음엔 저도 드라마가 현실과 얼마나 유사한지 굉장히 궁금하고 기대를 많이 했어요. 일을 시작하면서 수용자에게 새로운 희망을 줄 수 있다는 사명감과 국가와 사회에 봉사하고 있다는 자긍심을 갖게 됐고 보람도 느끼고 있습니다. 그러나 격무에 시달리다 보면 이런 사명감이 흔들릴 때가 있습니다. 힘들다는 말은 들었지만 각오했던 것보다 더 근무 환경이 열악합니다. '내가 이 고생 하려고 교정공무원이 되었나'라는 생각이 들 때가 있을 정도입니다. 한편으로는 여전히 훌륭한 교정 공무원이 되고 싶어서 혼란스럽기도 합니다. 다른 일을 하는 친구들도 직장 생활이 다 어렵다고는 하는데, 저만큼 힘들까 싶어요. 더 늦기 전에 다른 일을 찾아야 하는지 진지하게 고민 중입니다. 저는 어떻게 하면 좋을까요?

From. 슬기로운 신입생활



“ 사회생활의 첫발을 뗀 지 얼마 안 된, 인생 경력의 첫 단추를 끼운 지 얼마 안 된 신입입니다. 계속 고민하고 비교하고 간 보고 후회하고 부딪치고 헤치고 뚫고 나가는 수밖에 없습니다. ”



안녕하세요, '슬기로운 신입생활' 님. 반갑습니다.

'드라마와 현실은 다르다'는 말을 흔히들 합니다. 저는 그 말에 동의합니다. 콘텐츠에는 기승전결이 필요하고, 시선 집중을 위한 극적 장치도 필수입니다. 저는 프리랜서로 카툰을 그리고 여행작가로 활동하며 전시 관련, 방송 관련 일 등을 하는데요, 해당 분야를 어설픔게 다른 창작물을 볼 때마다 매번 어이없어합니다. 하지만 보통은 적당히 웃어넘기며 즐깁니다. 아마 다들 그럴 거예요. 선생님도 그러시겠죠.

보다 높은 윤리식과 사명감이 필요한 직종이 있습니다. 그에 따라, 종사자의 자긍심 역시 높으리라 생각합니다. 저는 선생님이 단지 드라마 때문에 교도관이 되었을 거라 생각하지 않습니다. 윤리식과 사명감, 자긍심이 선생님의 마음을 움직였을 것이며, 각오와 다짐 끝에 결정했을 것입니다. 그리고 현재 이직을 고민 중이시죠. 하지만 저는 뭐라 딱히 시원하게 드릴 말씀이 없습니다. 저는 교정공무원의 근무환경을 잘 모릅니다. 선생님이 힘들다면 힘든 것이고, 선생님이 열악하다면 열악한 겁니다. 자기 손톱 밑의 가시가 제일 아픈 법인데, 거기에 대고 제가 쉽게 말할 수 없어요. 어렵게 들어간 건데 버티라던가, 에라 모르겠다 때려치우라던가 라고요. 제 일이면 오히려 쉽게 결정할 수 있겠으나, 남의 일은 어렵습니다. 종종 사람들은 남의 일에 쉽게 입을 땁니다. 애정과 관심으로 조언하고 싶은 마음에서일 겁니다. 문제는, 개인의 시야는 좁을 수밖에 없다는 거예요. 자기가 겪은 게 곧 진실이라고 믿기 때문입니다. 그리고 그 진실을, 자신이 아끼는 이들에게 마구 권하고 싶은 겁니다.

계속 고민하세요. 선생님은 지금 하나하나 배워가는 과정에 있습니다. 이렇게 이야기하면, "내가 무슨 애야?"라고 생각하실까요.

맞습니다. 사회생활의 첫발을 뗀 지 얼마 안 된, 인생 경력의 첫 단추를 끼운 지 얼마 안 된 신입입니다. 계속 고민하고 비교하고 간 보고 후회하고 부딪치고 헤치고 뚫고 나가는 수밖에 없습니다.

다만 제 걱정은, 오늘의 대한민국은 개인에게 제2, 제3의 기회를 쉽게 주지 않는 사회라는 것입니다. 크고 작은 성공과 실패 속에서 다양한 경험을 쌓으며 자신의 길을 만들어나가는 것, 이상적인 사회라면 그게 가능하겠지만 현실은 그렇지 못합니다. 그 부분을 염두에 두고 가능성의 범위를 조절해 선택과 집중을 하시길 바랍니다.

그리고 매일의 일상을 살고 계신 사이사이 몸과 마음을 확실히 되근시키시라는 말씀을 드립니다. 오늘은 여기까지라고 선을 그을 필요가 있습니다. 휴대폰이 평소답지 않게 느릴 땐 전원을 껐다 켜봅시다. 혹시 용량 문제인가 하며 사진과 동영상 정리하고, 잘 쓰지 않는 앱을 지우기도 합니다.

선생님은 어쩌면 일을 시작하고 나서 지금까지 24시간 내내 정신 없이 돌아가고 있었는지도 모릅니다. 우리에게엔 물리적 퇴근뿐 아니라, 마음속까지 개운한 퇴근과 휴식이 필요합니다. 좋은 컨디션으로 중요한 결정을 내리시길.

<참여 방법>



어떤 사연이든 누군가와 상담하고 싶은 고민이 있다면 익명으로 신청해주세요. 신청은 이메일 (correct2015@naver.com, yjw1219@korea.kr) 또는 QR코드 응모 페이지로 받습니다. 이름과 개인 정보는 기재하지 말고 고민만 작성해 보내주세요.

지금은 좀비 시대

〈#살아있다〉 Vs. 〈곡성〉



매력적 영화엔 강력한 에너지가 필요한바, 그것이 배우의 매력인지, 감독의 미적 감각인지, 흡사 중소기업 한 해 매출 버금가는 제작비인지 모르겠으나 까지고, 찢어지고, 터지고, 멎들어야 진정한 좀비라는 좀비의 체력이야말로 '좀비 시대'를 견인하는 강력한 원동력이 아닐까?

〈곡성〉



최근 낯선 외지인이 시골 마을에 나타난 후 의문의 연쇄 사건이 벌어진다. 마을이 발각 뒤집히자 모든 사건의 원인이 외지인 때문이라는 소문이 퍼진다. 돌로 내리쳐도 죽지 않는 저주받은 좀비와 이를 조종하는 듯한 무당. 시골 경찰 종구는 이들과의 사투를 시작한다.

● 장르: 미스터리, 스릴러 시간: 156분 감독: 나홍진 출연: 광도원, 황정민, 천우희, 쿠니무라 준

〈부산행〉보다 두 달 일찍 개봉한 〈곡성〉은 한국형 좀비 영화의 선구자다. 보통 미국 영화 속 좀비는 아무개 바이러스에 감염됐다는 게 이른 상상력에 의존하지만, 〈곡성〉의 좀비는 무려 무당의 저주(살)에 걸렸다는 설정이다. 동서양 잡귀의 컬래버레이션이다. 쫓고 쫓기는 체력전에 의존하는 좀비 영화 특성상 금세 지루해지는 단점이 이 영화는 '저주의 원인'을 파헤치는 구성으로 보완했다. 여름방학 때 시골집 사랑방에서 종종 들던 "건넌마을 누구네 딸이 귀신 들렸다"식의 한국적 발상도 현실적 소재라 공포를 더하고 몰입감을 높인다. 또한 3명의 인물 중 누가 악신인지 함부로 예측하지 못하도록 계속 미끼를 던지며 현혹해 긴장감을 오래 유지한다. 시골 마을 주민들이 기괴한 증상을 보이며 서로 죽이고 또 죽어 나가자 지구대 경찰인 종구(광도원)는 형식적으로 수사한다. 그러던 중 그의 딸 효진(김한희)이 귀신 씌 증상을 보이자 귀신 장난질 치는 용의자를 찾아가 집안을 작살내고 온다. 과제중이 의심되는 시골 경찰치고 뛰어난 근지구력 및 폐활량을 지닌 의외의 체력왕 종구는 과연 지치지 않는 좀비와의 싸움에서 이길 수 있을까.

체력 삶의 현장



#1 편의상 CG 및 오픈세트물 쓰지만, 리얼리티를 위해 121회차 중 97회차 분량을 로케이션 촬영했다. 6개월간 함양, 철원, 곡성, 구례, 순천, 장성, 해남 등을 돌았다. 그야말로 체력전.

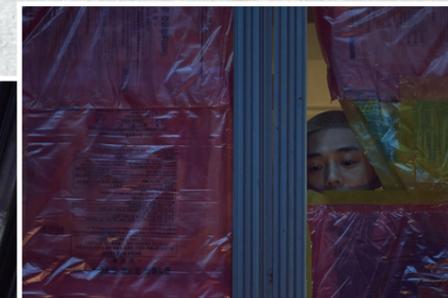
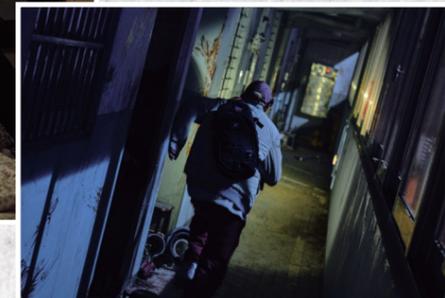


#2 나홍진 감독은 병원에 입원한 후에도 현장을 오갔고 광도원은 촬영하는 6개월간 "이러다 죽을 수도 있겠다" 싶을 만큼 체력적으로 힘들었다고 한다. 종구 역은 대부분 뛰고 구르는 장면 위주였다.



#3 천우희가 맡았던 '무명' 역은 원래 전 포미닛의 멤버 현아에게 주려고 제안했으나 거절했다고 한다. 참고로 현아는 연기 경험이 거의 없다.

〈#살아있다〉



최근 어느 날 눈떠보니 현관문 밖에 좀비가 득실거리는 아파트에 각각 갇히게 된 오준우(유아인)와 김유빈(박신혜). 고립된 상황에서 삶을 포기하려던 순간, 두 사람은 우연히 서로의 생존을 확인하고 골프채, 프라이팬 등 각종 생활용품으로 좀비 떼를 소탕하며 생존 경쟁에 뛰어들다.

● 장르: 드라마 시간: 98분 감독: 조일형 출연: 유아인, 박신혜

여타 좀비 영화와 〈#살아있다〉의 가장 큰 차별점은 차별점이 거의 없다는 것이다. 아무개 바이러스에 감염된 사람이 좀비가 되고 주인공은 그들과 화끈한 액션 장면을 연출한다는 식상한 내용이다. 하도 케케묵어 재가 된 설정이지만, 그럼에도 이 영화의 흥미로운 점을 찾자면 박지성을 능가하는 좀비들의 무한 체력에 의존한 추격전을 절삭하고 고립이라는 공포를 강조한 점이다. 상위 1%의 행운과 함께 태릉선수촌급 체력왕 주인공들이 범람했던 기존 좀비 영화와 달리 〈#살아있다〉에선 좀비만이 유일한 체력왕이다. 오준우와 김유빈의 체력이 약해도 상관없다. 오준우는 평소 FPS게임(배틀그라운드)을 즐겨하는 김돌이답게 약한 체력을 커버해줄 파밍*에 집중한다. 인바디가 거부하는 저질 체력을 각종 주방용품 및 골프채 등을 활용해 대처해 나간다. 영화 〈부산행〉의 마동석이 팔에 테이프를 돌돌 말아 물어뜯기는 참상을 극복한 것처럼 영화의 진행이 레벨을 올리고 아이템을 업그레이드하는 온라인 게임 같은 느낌이 드는 것은 FPS 김돌이로 유명한 각본가 멧 네일러의 시나리오 〈Alone〉을 원작으로 했기 때문이다. *전투에 필요한 장비를 찾으러 다니는 행위를 일컫는 온라인 게임상 용어

체력 삶의 현장



#1 〈부산행〉, 〈킹덤〉, 〈반도〉 등에 출연한 좀비 전문 배우가 대거 참여했다. 계속 뛰어다녀야 하는 배역이므로 현대무용, 발레 등의 경험이 있는 체력 좋은 배우들로 구성했다.



#2 좀비 전문 배우 전아희는 풋살을 하던 중 본인도 모르게 손에 힘을 꽂 주고 이상하게 뛰는 모습에 스스로 놀랐다고.



#3 암벽 등반에 조예가 깊은 캐릭터로 나오는 박신혜는 침착하고 잘 싸우는 배역을 소화하기 위해 액션스쿨에서 실 톱 없이 훈련했다.

무더위에 지치고 저하되는 체력 끌어올리는 법

장마가 물러가고 본격적인 폭염이 시작되었다. 폭염은 우리 몸과 마음을 지치게 하면서 체력도 떨어뜨린다. 가만히 있어도 땀이 줄줄 나는 요즘, 체력이 떨어지면 면역력도 저하되기 때문에 면역력 사수를 위해서라도 체력을 키워야 한다. 슬기롭게 여름을 나는 법을 소개한다.



깨지기 쉬운 생활 리듬, 냉방병 주의



〈동의보감〉에 따르면 덥고 습한 여름철에는 건강관리가 여러 모로 쉽지 않다는 내용이 있다. 여름은 낮시간이 길어 활동량이 늘어나 땀이 많이 나고, 기력도 쇠하기 쉽다. 더구나 여름철에는 긴 휴가는 있는 데다 열대야로 인한 수면 부족으로 생활 리듬이 깨지면서 피로감이 배가되기도 한다. 불규칙한 생활과 함께 더위까지 먹으면 몸에 열이 나고 가만히 있어도 땀이 줄줄 흐르기도 한다. 이처럼 기운이 다 빠질 정도로 체력이 떨어졌다면 원기를 회복할 수 있는 차를 끓여서 마시면 좋다. 물 2리터에 인삼, 오미자, 맥문동을 20g씩 넣고 약한 불로 달여 물 대신 수시로 마시자.

폭염에는 온열 환자로 생기지만, 반대로 냉방병 환자도 늘어난다. 덥다고 실내에서 에어컨을 계속 틀고 찬 음식과 음료를 수시로 먹는 것은 냉방병을 키우는 원인이 된다. 실내외 온도 차가 크고 차가운 바람을 계속 맞으면 두통이나 콧물, 재채기 같은 감기 증상으로 이어지기 쉽다. 요즘에는 냉방병으로 병원을 찾는 사람도 많으니, 특히 주의해야 한다. 냉방병을 예방하려면 덥다고 무조건 찬 음료를 찾기도 얼음이나 찬물로 입안을 행귀내는 정도로 더위를 식히는 것이 좋다.



무더위 속 체력저하, 무기력증 탈피하기



무더위에는 웬지 힘이 빠지고 뭔가를 할 의욕도 생기지 않는다. 많은 사람이 여름철에 휴가를 쓰는 것도 그런 이유다. 더위를 피해 몸과 마음을 편안하게 재충전하는 것이 원기 회복과 체력을 끌어 올리는 데 도움이 되기 때문이다. 체력저하나 무기력증, 만성탈수, 근육경직, 냉방병, 열사병 등은 여름에 주로 생기며 이에 대한 증상을 호소하는 현대인도 증가하고 있다.

무기력증에서 탈피해 생기를 돋우고 체력까지 끌어올리기 위해서는 규칙적인 생활습관이 무엇보다 중요하다. 해가 뜨거운 낮에는 가급적 야외 활동을 삼가고, 해가 진 이후 가볍게 산책을 하거나 자전거를 타면서 가볍게 몸을 풀어주면 좋다. 샤워는 차가운 물보다 따뜻한 물로 하는 것이 깊은 잠을 자는 데도 좋다. 또한 신선한 제철 과일과 채소를 비롯해 생선, 두부 등 비타민과 단백질을 많이 섭취하고 하루 2리터 이상 물을 마시도록 하자. 규칙적인 운동과 생활습관, 적당한 영양섭취와 숙면, 그리고 삶을 대하는 긍정적인 태도는 각종 스트레스와 질병을 예방하고 건강과 체력도 샘솟게 할 것이다.

본캐와 부캐

“내 속엔 내가 너무도 많아...”
 예전 어느 가요의 가사처럼 ‘내 속의 나’가 현실 속으로 뛰쳐나왔다. ‘부캐’라는 이름으로 나온 ‘내 속의 나’는 최근 방송, 예능계를 휩쓸며 하나의 트렌드로 급부상했다. 지금 ‘부캐’는 대중문화에서 가장 주목받는 테마로 인기를 얻으며 승승장구하고 있다. 새로운 전성시대를 연 ‘부캐’의 세계를 알아본다.



사이에서 놀기

부캐는 다음 혹은 둘째를 의미하는 부(副)와 캐릭터를 합쳐서 줄인 말이다. 부캐는 온라인 게임이나 커뮤니티에서 본래 사용하던 계정 또는 캐릭터 외에 새롭게 만든 캐릭터를 뜻한다. 어떤 사람이 원래 가진 캐릭터가 ‘본(本)캐’라면, 본캐 이외의 다른 캐릭터가 ‘부캐’인 것이다. ‘짜고 치는 고스톱’처럼 ‘캐릭터로 짜고 치는 다중 인격’인 셈이다. 이 캐릭터가 인기 연예인을 중심으로 ‘부캐’라는 이름으로 재미있게 포장되면서 대중에게 새로운 흥미와 즐거움을 주고 있다.

대중에게 ‘부캐’의 이미지를 각인시킨 것은 개그맨 출신 방송인 유재석이다. ‘사랑의 재개발’, ‘합정역 5번 출구’ 등의 인기곡을 낸 신인 트로트 가수 ‘유산슬’이 유재석의 대표적인 부캐다. ‘유산슬’은 가장 잘 알려진 부캐이자 크게 성공한 부캐로 대중의 마음에 확실히 자리매김했다.

유산슬은 지난해 진짜 신인 가수처럼 지방 공연까지 다녔고 연말에 MBC 연예대상에서 신인상 트로피까지 받았다. 이미 대스타이자 데뷔 30년에 가까운 유재석이 탈 수 없는 것이 신인상이지만, 그의 부캐가 신인 가수 ‘유산슬’이기에 수상이 가능했다. 이후 유재석은 천재 드러머 ‘유고스타’, 라면 끓이는 섹시한 남자 ‘라섹’, 치킨 열풍을 일으킨 ‘닭티유’까지 김태호 PD와 콤피를 이루며 다양한 부캐를 만들어냈다. 최근에 와서 유재석의 또 다른 부캐는 ‘유두래곤’이다. 린다G(이효리)와 비룡(비)과 함께 혼성그룹 ‘썩쓰리’를 결성했는데 커버곡 ‘여름 안에서’, 데뷔곡 ‘다시 여기 바닷가’는 큰 인기를 끌며 음원 차트 정상에 오르기도 했다.

대중에게 ‘부캐’의 이미지를 각인시킨 것은 개그맨 출신 방송인 유재석이다. ‘사랑의 재개발’, ‘합정역 5번 출구’ 등의 인기곡을 낸 신인 트로트 가수 ‘유산슬’이 유재석의 대표적인 부캐다.



유산슬

1 유산슬, 둘째이모 김다비 등 대세된 '부캐'



김다비 데뷔 앨범 '주라주라'

얼마 전, 한 예능 프로그램에서 개그우먼 김신영과 빼닮은 중년 여성이 나와 신나게 노래를 부르는 장면을 봤다. 이름이 '다비 이모'란다. 한껏 부풀린 머리 스타일과 반테 안경, 레이스 장갑으로 치장했는데, 얼굴이 낯설지 않다. 처음엔 김신영의 진짜 이모인가? 아니면 김신영과 많이 닮은 트로트 가수인가 생각했다. 나중에야 그때 봤던 '다비 이모'가 김신영의 '부캐'라는 사실을 알았다. 사람들이 '부캐'가 제2의 캐릭터라는 뜻을 이해하기도 전부터 '부캐'의 전성시대가 열렸다.

방송에서 김신영은 본래의 자신이 아닌, '둘째이모 김다비'로 자주 등장한다. '비가 많이 오는 날에 태어났다'는 김다비는 77살 잔나비 띠이고, 조카는 김신영이며 특기는 낚시 신교 약초 캐기다. 새벽에는 수영, 점심엔 에어로빅, 심야 테니스를 하며 체력을 다진다 고 소개한다. '김신영의 둘째 이모'라고 우기는 김다비는 김신영의 '부캐'다. 부캐 김다비가 지난 5월에 발표한 노래 '주라주라'는 유튜브 조회수 수백만 뷰를 기록하며 인기를 얻고 있다. 김다비는 예능 프로그램 <놀면 뭐하니>에서 첫선을 보였고 이후 독특한 캐릭터가 인기를 얻으면서 각종 예능 프로그램에서 활약 중이다.

2 뜻밖의 캐릭터로 대중에게 신선한 재미

'부캐'는 어느새 우리 사회에 하나의 트렌드로 자리 잡았다. 대중의 인기를 먹고사는 스타들이 자신의 원래 캐릭터 외에 '부캐'를 하나 더 장착하고, 이 부캐 역시 새롭게 인기를 끌면서 '부캐'가 하나의 예능 트렌드로 자리 잡은 것이다.

자신의 본래 캐릭터는 숨기고 엉뚱하고도 발랄한 제2의 캐릭터가 대중에게는 '본캐'를 까맣게 잊게 할 정도로 새롭고 흥미롭다. 거창하게 알리지 않고 어쩌면 즉흥적으로 만들어낸 듯한 부캐. 자신 안에 또 다른 끼와 열정을 부캐로 드러내는 스타와 그 캐릭터를 재미있어하는 대중의 욕구가 부캐 전성시대를 만들어냈다.

예전에는 어떤 캐릭터가 인기를 끌면 그 프로그램에서만 반짝 유행하다가 끝나버려 연예인의 인기도 금세 시들어버리는 경우가 많았다. 지금의 '부캐'는 여러 방송 프로그램을 비롯해 무대, SNS 등 다양한 채널에 등장하면서 남녀노소 누구에게나 신선한 재미를 주고 있다. 드라마나 영화 속에서 하나의 캐릭터를 연기하는 배우들도 동참하고 있다. 자신의 원래 SNS 계정 외에 '또 다른 캐릭터'를 동일시해 만든 부계정도 부캐의 일종이다. 아이유는 지난해 tvN 드라마 <호텔 델루나>에서 연기한 장만일의 SNS를 운영했고, 배우 김혜수도 SBS <하이엔>의 정금자 계정을 운영하면서 대중과 소통하였다.

3 인기 연예인이 만들고, 대중의 호응이 결합된 '부캐'

김신영의 부캐 김다비의 코믹스러운 분장과 노래에는 부담 없이 누구나 유쾌하게 웃는, B급 유머가 깃들여 있다. 허술한 듯하면서도 코믹한 B급 유머는 부캐의 인기 비결 중 하나다. 치킨의 맛을 연구하면서 치킨 열풍까지 일으킨 유재석의 부캐 '닭터유'도 재미를 넘어 유행까지 선도했다. 앞으로 대중문화계에 또 어떤 부캐가 등장할지, 어떤 부캐가 신선한 재미와 웃음을 선사할지 어쩌면 대중은 은근히 기대하고 있을지 모른다.

유재석의 유산슬 이후 새로운 부캐가 속속 나오고 있고 이러한 부캐의 등장을 대중은 신선하면서도 익숙하게 받아들이고 있다. 대중의 인기로 먹고살아가는 연예인들도 이러한 트렌드에 맞춰 발 빠르게 움직이고 있다. 자신의 새로운 이면을 이끌어내며 신선한 재미를 주기 위해 노력하고 있는 것이다.

한 사람의 캐릭터는 가면(페르소나)을 바꾸듯 다양한 얼굴로 무한히 확장된다. 이제 '부캐'는 자연스러운 현상이 되었다.



박소비- '다시 여기 바닷가' 뮤직비디오 캡처

4 무한한 상상력과 열정의 산물

서울대 소비트렌드분석센터가 2020년 소비 트렌드 10개 중 하나로 '멀티 페르소나'를 제시하였다. 멀티 페르소나는 '다중적 자아'라는 뜻이다. 페르소나(Persona)는 원래 그리스 어원의 '가면'을 나타내는 말로 '외적 인격' 또는 '가면을 쓴 인격'을 뜻한다. 자아가 겉으로 드러난 의식을 통해 내면 세계와 소통하는 주체라면 페르소나는 영화에서 페르소나는 종종 영화감독 자신의 분신이자 특정한 상징을 표현하는 배우를 지칭한다. 한 사람의 캐릭터는 가면(페르소나)을 바꾸듯 다양한 얼굴로 무한히 확장된다. 이제 '부캐'는 자연스러운 현상이 되었다.

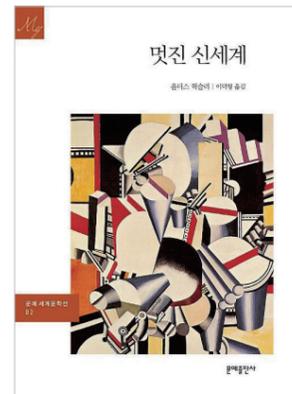
'부캐'는 무한한 상상력과 열정으로, 과감한 도전을 가능하게 한다. 어쩌면 자기도 몰랐던 또 다른 자아를 캐릭터로 창출하는 것이다. 또한 일반인이 부캐로 활동하는 것은 사실 불가능하기에 연예인의 부캐에 대리만족을 느끼고 있다. 현실의 근심, 걱정에서 벗어나 잠시나마 색다른 즐거움을 누리는 '부캐' 열풍은 앞으로도 지속될 것으로 보인다.



〈멋진 신세계〉를 읽고

불행할 자유가 없는 세계는 과연 행복할까

〈멋진 신세계〉는 올더스 헉슬리가 1931년에 쓰고 1932년에 출판한 디스토피아 SF 소설이다. 소설의 제목은 셰익스피어의 희곡 〈템페스트〉의 한 구절에서 따왔는데 미래를 가장 깊이 있고 날카롭게 파헤친 작품 중 하나로 평가받는 작품이다. 과학이 최고도로 발달해 사회의 모든 면을 관리·지배하고, 인간의 출생과 자유까지 통제하는 미래 문명 세계를 그리고 있다. 헉슬리가 그린 신세계 속 사람들은 모두가 행복하다. 불행을 느낄 때마다 ‘소마’라는 마약을 주입해 강제로 행복을 느끼게 만든다. 행복을 추구하는 현대인에게 또 다른 질문을 던진다. 불행할 자유가 없는 세상은 과연 행복할까.



〈멋진 신세계〉는 영국의 소설가이며 비평가인 올더스 헉슬리가 미래를 예상하며 쓴 디스토피아적 소설이다. 1932년 발표한 이 작품은 디스토피아적 관점에서 〈1984〉와 유사하며, 통제된 사회란 점에서 〈동물농장〉과 유사하다는 평가를 받는다.

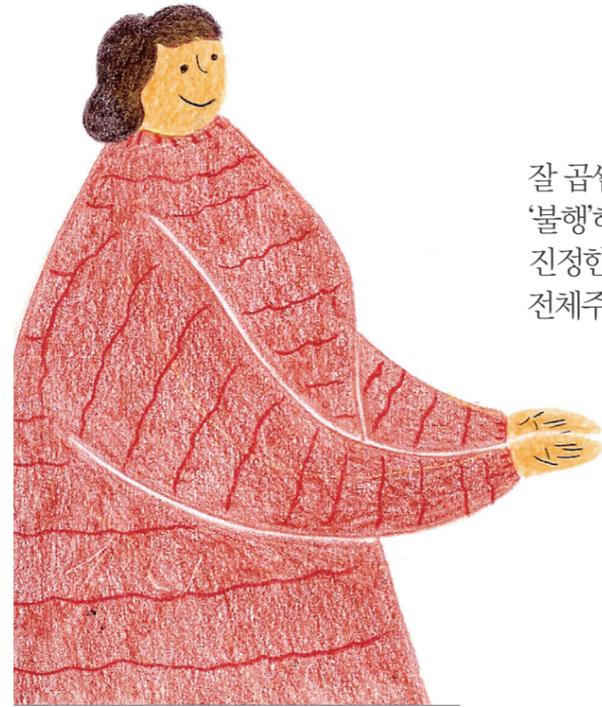
멋진 신세계 속의 사회는 고도로 통제된 사회다. 이 책의 세계에서는 모든 인간이 자연적인 생식을 통한 출산이 아닌 인공적인 생식을 통해 ‘생산’됐으며 단순히 인공생산에서 그치는 것이 아니라 알파, 베타, 델타, 감마, 엡실론이라는 5개 계급으로 나뉘어 생산된다. 이 생산과정 또한 놀라운 것이 태아를 생산할 때 인공적으로 공급되는 산소의 양을 조절하여 계급에 따라 신체적·정신적

차이를 두며 만든다고 하니 이 얼마나 비인간적인 방식인가 하는 생각이 들었다.

이렇게 생산된 인간들은 5개 계급에 따라 교육되는데 어릴 때부터 최면에 의한 교육을 받게 되어 어떤 불만도 말하지 않고 자신의 일에 만족하고 행복해하며 살아가고 ‘소마’라는 마약을 복용하며 이 행복함을 유지한다.

과학에 의해 생산되었으니 이들에게는 아버지, 어머니란 단어는 굉장히 터부시되며 부모가 누구냐는 물음은 굉장히 무례한 것이라고 생각하며 살아간다.

이 책의 주인공인 버나드는 베타 계급의 인물이지만 생산 시의 산소 주입의 오류로 다른 베타 계급보다 신체적으로 열등한 특징을 지닌다. 그래서 다른 베타 계급으로부터 고독감을 느끼며 또한 배양



잘 곱씹어 생각해보면 이 신세계에서는 ‘불행’해질 자유도 없으며 오직 행복해야만 하고 진정한 사랑, 감정을 느낄 수 없는 전체주의적 통제 사회라는 것을 알 수 있다



액이 과다 투입되어 감정을 쉽게 느끼는 부적응자다.

어느 날 야만인 보호구역에 들어갈 수 있는 허가를 받은 버나드는 자신이 좋아하는 레니나 크라운이라는 베타 계급의 여인과 동행한다. 그곳에서 린다와 인공부화소 소장의 아들인 존을 만나게 된다. 버나드는 그들을 문명사회로 데려오게 되고 자연부화의 산물인 존은 한순간에 유명인사가 된다. 한편, 문명사회로 오게 된 소장의 아들 존은 이 문명사회가 욕망만을 갈구하며 백치적인 사회란 것을 알게 되고 분노한다. 자신이 사랑한 레니나 크라운 또한 육체적 사랑만을 갈구하고 정신적 사랑을 이해하지 못하는 모습을 알게 되어 절망하게 된다.

소마에 중독되어 비참한 모습으로 사망한 어머니 린다의 모습과 문명사회의 실망스러운 모습을 목격한 존은 외딴 낡은 등대에서 은둔생활을 시작한다. 하지만 신세계의 문명인들은 끊임없이 그를 괴롭히고 결국 그는 자살로 생을 마감하고 만다.

〈멋진 신세계〉에서 묘사되는 신세계는 어찌 보면 정말 말 그대로의 신세계라고도 할 수 있다. 이 신세계의 문명인들은 아픔도 없고 슬픔도 없으며 이따금씩 발생하는 우울함의 경우 마약인 ‘소마’의 복용으로 너무나도 쉽게 행복해질 수 있다.

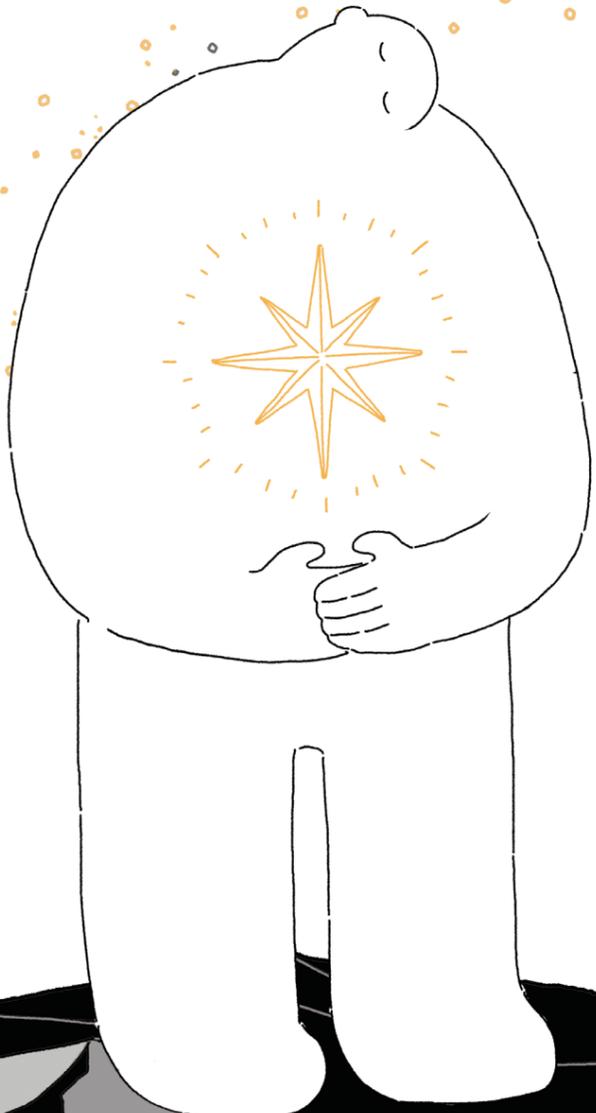
하지만 정말 멋진 신세계가 정말 멋지지만 한 곳인가? 잘 곱씹어 생각해보면 이 신세계에서는 ‘불행’해질 자유도 없으며 오직 행복해야만 하고 진정한 사랑, 감정을 느낄 수 없는 전체주의적 통제 사회라는 것을 알 수 있다.

“배부른 돼지보다 배고픈 인간이 되는 편이 낫고 만족해하는 바보보다 불만족한 소크라테스가 되는 것이 낫다”라는 존 스튜어트 밀의 말이 있다. 과연 어느 쪽이 나은가? 선택은 우리 독자들의 몫일 것이다.

한여름 밤의 꿈이 17년...



'희망의 백일장'은 수용자들이 반성하는 마음을 담아 출소 후 뒤편하고 희망적인 삶을 살겠다는 다짐으로 작성한 글입니다. 참회와 교화의 시간을 거쳐 사회로 돌아갈 수용자들이 용기를 얻을 수 있도록 독자 여러분의 격려가 필요합니다.

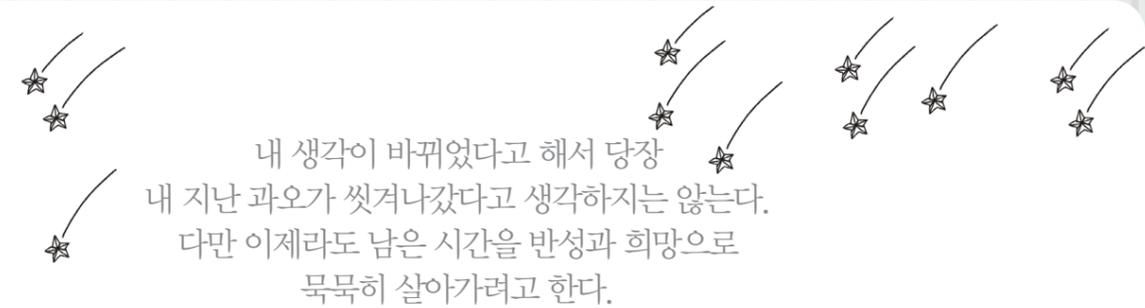


나는 20대에 이곳에 들어와서 지금은 40대가 되었다. 10년이 넘는 세월 동안 아침에 눈을 뜰 때마다 '제발 이 모든 것이 꿈이길'이라고 생각했다. 이 못난 생각들을 정리하고 마음을 고쳐먹은 것은 최근의 일이다.

사람은 어느 순간 지나온 시간을 돌아보면서 '한바탕 꿈을 꾸는 것 같다'는 말을 하곤 한다. 그것은 누군가에게 행복했던 어느 한 시 절일 수도 있고, 누군가에게 죽음을 앞두고 돌아보는 일생일 수도 있을 것이다.

나에게 감옥에서 보낸 지난 시간이 그렇다. 마치 12년간 한바탕 큰 꿈을 꾸는 것 같다. 이곳 생활을 처음 시작할 때는 매일 밤 잠들기 전 눈을 감고 이대로 잠에서 깨지 않게 해달라고 누군가에게 빌곤 했다. 내가 받은 형벌의 무게를 도저히 감당할 수 없었다. 나는 준비가 되어 있지 않았고 억울하다고 생각했었다. 그렇게 아침에 눈을 뜨면 다시 현실이 되는 생활이 반복되었다. 거짓말 같이 무의미한 삶이 그렇게 이어졌다.

그러던 어느 날 신문을 보다가 우연히 발견한 어느 일본 할머니의 시를 마주하고 난 뒤 나는 온몸에 전기가 흐르는 듯한 충격을 받았다. 내가 알고 있는 어떤 분이 쓰신 시와 많이 비슷해서였다. 그분은 바로 나의 할머니다. 할머니는 내가 구속되던 해 추석에 돌아가셨다. 문맹이셨던 할머니는 살아계실 때 또래 어르신들이 모여 한글을 배우는 일명 '회관'이라는 곳에 매일 다니셨다. 어느



내 생각이 바뀌었다고 해서 당장 내 지난 과오가 씻겨나갔다고 생각하지는 않는다. 다만 이제라도 남은 시간을 반성과 희망으로 묵묵히 살아가려고 한다.

날 시를 쓰는 것을 배웠다며 뻘뻘한 글씨로 눌러쓴 시를 내게 보여주셨다. 할머니는 나에게 한글을 가르쳐달라며 어린이이 처럼 조르곤 하셨는데 철었던 나는 귀찮은 마음에 늘 그 자리를 피했다. 그때 할머니께서 내게 보여준 시를 완벽하게 기억하진 못하지만 정확히 기억하는 한 구절이 있다.

"살아 있어서 그래도 좋았네".
신문에서 본 시바타 도요라는 시인의 시에도 "살아있어 좋았어"라는 구절이 있었다.

책이론 읽은 적 없는 할머니께서 시를 표절한 건 아니실 테고, 우연으로 비슷한 구절 몇 개가 겹친 것이 분명하다. 하지만 이제와 생각난 내 할머니의 그 문장은 왜 이리도 가슴에 각인이 되는 것인가. 어쩌면 하늘나라에 계신 할머니께서 우연을 가장해 내게 그 말씀을 하고 싶으셨던 것일까?

이유야 어찌 되었든 나는 이 시로 인해 거짓말처럼 삶에 대한 태도가 바뀌었다. 시간을 두고 지난 삶을 돌아보며 내가 얼마나 이기적이고 무책임한 시간을 보내왔는지 깨닫게 되었다. 때론 한편의 책이나 한 줄의 문장이 사람의 인생을 바꾸기도 한다는데 그 일이 나에게도 일어난 것이다. 내가 악몽이라 생각했던 지난 시간 동안 어쩌면 나로 인해 피해를 입은 분과 그 가족들 또한 악몽처럼 느껴지지 않았을까?

나는 내가 지은 죄는 생각도 않은 채 죄값의 무게만 생각하며 억

울해했고, 현실 도피를 위해 이것이 꿈이길 기도했다. 죽어 마땅한 죄를 저지르고도 살아 있음에 감사함을 몰랐고, 내 시간이 그리고 인생이 억울하고 아깝다는 생각을 했다. 진정한 성찰과 반성이 없었으니 악몽이었을 수밖에... 진짜 억울한 사람들은 피해자들일 텐데...

내 생각이 바뀌었다고 해서 당장 내 지난 과오가 씻겨나갔다고 생각하지는 않는다. 다만 이제라도 남은 시간을 반성과 희망으로 묵묵히 살아가려고 한다.

또한 주어진 삶에 감사하며 하루하루 최선을 다해 살아보고 싶다. 그것이 피해자들에게도, 돌아가신 할머니께도, 그리고 나에게도 최선의 도리가 아닐까 감히 생각해본다. 그리하여 먼 훗날 내 지나온 생을 돌아봤을 때 '너무나 끔찍한 악몽이었어'가 아닌 '한바탕 아름다운 한여름 밤의 꿈을 꾸는 것 같아'라고 말하고 싶다. 끝으로, 나를 악몽에서 깨워준 시바타 도요의 시 '약해지지 마'를 다시 한 번 읊어본다.

있잖아, 불행하다고 한숨짓지 마
햇살과 산들바람은 한쪽 편만 들지 않아
꿈은 평등하게 줄 수 있는 거야
나도 괴로운 일 많았지만 살아 있어 좋았어
너도 약해지지 마

이영희 신임 교정본부장의

찾아가는 취임인사



7월 6일, 이영희 신임 교정본부장이 취임했다. 교정본부장 자리에 여성이 발탁된 것은 이번이 처음이다. 코로나19가 지속되는 상황에서 의례적인 취임식을 하지 않겠다는 뜻에 따라 별도의 취임식 없이 업무를 시작했다. 이영희 신임 본부장은 취임 첫날부터 각 부서를 직접 방문해 직원들과 일일이 인사를 나누는 ‘찾아가는 취임인사’로 소통 행보를 시작했다.



취임 첫날, 이영희 신임 본부장의 첫 행보는 ‘찾아가는 취임인사’였다. 간부들과 간단한 티타임을 가진 후 곧바로 청사 1동과 5동의 교정본부 각 과 사무실을 빠짐없이 돌며 인사를 나누었다. 직원들은 따뜻한 박수와 꽃다발로 이영희 본부장의 방문을 맞이했다. 이영희 본부장은 각 부서를 다닐 때마다 낮익은 직원들에게는 오랜만이라며 반가운 얼굴로 그간의 안부를 묻기도 했고 낯선 직원들에게도 일일이 악수를 청했다. 격의 없는 행보 덕분에 이날 찾아가는 취임인사는 훈훈한 분위기 속에서 진행될 수 있었다.



이영희 본부장은 각 부서를 돌 때마다 당부의 말도 잊지 않았다. “내가 곧 우리 교도관 전체의 수준이라는 생각으로 업무에 임해 달라. 부서 간에 일을 떠 넘기는 업무 행태는 없어져야 한다. ‘내 일이다’ 싶으면 누가 지시하지 않더라도 적극적으로 선제적으로 조치해 주길 바란다”라며 직원들을 독려하는 한편 부서 이기주의의 문제점을 지적하기도 했다.

특히 일선 현장의 직원들을 대할 때의 태도에 대해서는 “겸손하고 공손한 마음가짐과 자세로 대해달라. 일선이 존재하기 때문에 교정본부가 존재하는 것이다. 굉장히 힘든 여건 속에서 사명감으로 일하는 직원들이다. 일선 현장의 직원들이 소외받는 듯한 느낌을 받지 않도록 최선을 다해달라”고 거듭 당부했다.

수용자 관리에 대해서는 인권의 중요성을 강조하였으며, 각 부서의 현안에 대해서도 꼼꼼하게 챙기는 모습을 보였다. 이날 이영희 본부장의 찾아가는 취임인사는 이처럼 세심한 부분까지 살피느라 점심시간이 가까워야 마무리 되었다.

교정본부 최초의 여성 본부장, 이영희 신임 본부장은?



이영희 신임 본부장은 1989년 6월 교정간부(31기)로 공직에 입문했다. 이후 31년 동안 법무부 사회복귀과장, 광주교도소장, 수원구치소장, 법무연수원 교정연수부장 등을 두루 거치고 교정본부장으로 부임했다. 이는 1948년 교정본부(국)가 설치된 이후 첫 여성 본부장 임명이다.

취임을 통해 “지난 31년 동안 역동적인 교정현장 속에서 고민하며 쌓아온 시간들을 마중물 삼아 교정가족 여러분과 국민에게 신뢰받는 교정행정을 이루어가기 위해 끊임없이 노력하겠다”라고 밝힌 이영희

교정본부장. 교정행정 전문가로서, 풍부한 현장 경험과 여성 특유의 섬세함을 바탕으로 한 단계 발전된 교정행정을 구현할 수 있을 것으로 기대를 모은다.

‘제38회 교정대상 시상식’을 소개합니다!

지난 7월 9일 정부과천청사에서 ‘제38회 교정대상 시상식’이 열렸다. 법무부와 서울신문, 한국방송공사가 주최하고 교정공제회가 후원하는 교정대상 시상식은 수용자의 교정교화를 위해 헌신해온 교정공무원과 교정 참여인사들을 격려하고 시상하기 위해 매년 개최되고 있다. 코로나19로 행사가 다소 축소되긴 했지만, 축하 열기만큼은 그 어느 때보다 뜨거웠던 교정대상 시상식 현장을 소개한다.

교정 현장의 영웅을 위한 축제의 장

교정 현장에서 교정교화를 위해 헌신하는 교정인들을 격려하기 위해 지난 1983년 시작된 ‘교정대상 시상식’이 올해로 벌써 38회를 맞이했다. 코로나19로 참석자들의 범위를 대폭 축소하여 차분한 분위기 속에서 진행된 올해 시상식에는 고기영 법무부 차관을 비롯해 고광현 서울신문사 사장, 임병길 한국방송공사 부사장 등 관계 인사들과 수상자 및 가족 50여 명이 참석했다.

이날 영예의 대상 수상자로는 군산교도소 보안과 김성완 교감이 호명됐다. 고기영 법무부 차관이 가족과 함께 단상에 오른 김성완 교감에게 상패를 전달하자 커다란 축하의 박수가 울려 퍼졌다. 그는 오랜 기간 교정공무원으로 근무하면서 많은 일이 있었

지만 지난 2011년 의료수용동 근무 당시 심한 우울증을 겪고 있던 수용자가 화장실에서 스스로 목매는 것을 발견하고 즉시 응급 조치를 하여 생명을 구할 수 있었던 것이 가장 기억에 남는다고 반추하며, “당연한 일을 했을 뿐인데 이렇게 큰 상을 받게 되어 한편으로는 부끄럽다. 앞으로도 제 소임을 다할 수 있도록 교정 현장에서 더욱 최선을 다하겠다”라고 수상의 기쁨을 표현했다. 계속해서 나머지 교정공무원 5인에 대한 시상도 이어졌다. 부산 구치소 분류심사와 박위철 교감(근정상), 창원교도소 총무과 성필순 교감(성실상), 청주교도소 보안과 최만호 교감(창의상), 수원구치소 보안과 이희관 교감(수범상), 서울남부구치소 총무과 권경옥 교위(교화상)가 교정행정과 수용자들의 교정교화에 힘쓴



공적을 인정받아 각각 수상의 영광을 안았다. 미성년수용자의 재범방지와 여성수용자들의 처우향상 등의 공을 인정받아 성실상을 수상한 창원교도소 총무과 성필순 교감은 “혼자가 아니라 주변 동료들이 많이 도와주고 함께 했기 때문에 지속적으로 봉사할 수 있었다. 앞으로도 수용자들에게 더욱 관심을 기울여 올바른 교정교화에 힘쓰도록 하겠다”라고 수상소감을 밝혔다.

건강한 사회를 위한 교정인들의 노력은 계속된다

교정대상 시상식에서는 매년 교정공무원에 대한 시상뿐 아니라, 수용자의 교정교화를 위해 힘쓰고 있는 교정 참여인사들을 위한 시상도 함께 하고 있다. 올해도 사랑과 봉사정신으로 수용자의 교정교화에 헌신한 교정 참여인사 11명에 대한 시상도 있었다. 1999년부터 20여 년간 수용자들을 위한 종교행사를 주관하고 신앙을 통해 새로운 삶을 살 수 있는 계기를 마련해준 공을 인정받아 박애상을 수상한 춘천교도소 한길용 교정위원을 시작으로, 경북북부제2교도소 이기학 교정위원(박애상), 진주교도소 박만식 교정위원(자비상), 장흥교도소 민양식 교정위원(자비상), 경북북부제1교도소 서영남 교정위원(자애상), 청주교도소 최중훈 교정위원(자애상), 의정부교도소 박순애 교정위원(공로상), 김천소년교도소 백락광 교정위원(공로상), 대전교도소 전궁수 교정위원(봉사상), 경북북부제3교도소 박혜심 교정위원(봉사상), 안양교도소 양미동 교정위원(장려상)이 차례로 수상의 영광을 차지했다. 웨딩홀 대표로서 출소자의 합동결혼식을 지원하고 다양

한 후원을 통해 수용환경 개선에도 기여한 공을 인정받아 봉사상을 수상한 전궁수 교정위원은 “저보다 열심히 하는 위원들이 많은데 이런 큰 상을 받게 되어 영광이다. 앞으로 더 열심히 하라는 채찍질로 알고 수용자들의 교정교화를 위해 더욱 노력하겠다”라며 교정 참여인사들을 대표해 수상 소감을 남겼다. 그밖에 지난 2013년부터 출소가 임박한 모범수형자를 대상으로 ‘빠스카 식품(두부생산 공장)에서 제조 노하우를 전수하고 기술을 습득한 작업장 수용자를 출소 후 채용하는 등 수용자의 성공적인 사회복귀에 기여한 사단법인 빠스카교화복지회가 특별상을 수상했다. 이날 시상식에서 고기영 법무부 차관은 국민이 인간으로서의 존엄을 보장받고 부당하게 차별받지 않도록, 인권의 가치와 법치가 현장에서 제대로 구현되는 교정행정을 펼쳐 나가는 데 법무부의 모든 역량을 집중할 것을 약속했다. 아울러 “교정대상 시상식이 교정행정에 대한 관심과 참여를 제고하고, 나아가 범죄로부터 안전한 사회, 정의로운 대한민국을 앞당겨 실현하는 계기가 되기를 바란다”라고 당부했다. 시상식에 이어 수상자들과 가족들을 위한 오찬이 마련됐다. 수상자들은 앞으로도 수용자들이 출소 후 안정적으로 사회에 복귀해 건강한 사회 구성원으로 살아갈 수 있도록 교정교화에 최선을 다하겠다고 다짐했다. 국민이 안심하고 살아갈 수 있는 사회를 만들기 위한 교정기관의 노력과 교정공무원 및 교정위원들의 희생과 봉사 정신을 다시 한 번 돌아볼 수 있었던 뜻깊은 자리였다.

국제 인권법상 수용자 의료 처우 준칙 및 형집행법령 개정 방향*

- I. 서론
- II. 수용자 의료 처우 관련 일반적 논의
- III. 국제 인권법의 수용자 의료 처우 준칙
- IV. 수용자 의료 처우 관련 형집행법령 개정방향
- V. 결론

* 교정연구 제29권 제4호 통권 제86호에 실린 논문을 수정 및 보완하였음.
 ** 계명대학교 경찰행정학과 교수
 ▶ 접수일(2019. 12. 2.) 심사일(2019. 12. 18.) 수정일(2019. 12. 22.) 게재확정일(2019. 12. 26.)

3. 국제 인권법상 노인 수용자 의료 처우 관련

유엔 피구금자 최저 기준 규칙은 제6조에서 “피구금자의 인종, 피부색, 성별, 언어, 종교, 정치적 견해 또는 여타 의견, 국가적 또는 사회적 출신, 재산, 출생 또는 기타 지위에 상관없이 공평하게 적용되어야 한다”고 규정함으로써 교정시설 내에서 연령에 따른 차별을 금지하였다.

세계보건기구는 의학적 관점에서 회원국에게 노인 수용자 및 만성 질환자 처우 규칙(The older prisoner and complex chronic medical care)을 제시하였다(WHO, 2016, 165-169). 이 규칙은 노인 수용자의 적절한 연령대, 노인 증후군을 반영한 수용자 처우 계획 및 프로그램, 노인 수용자에 대한 호스피스, 노인 수용자 출소 계획 등을 제시하였다는 특징이 있다.

4. 국제 인권법상 여성 수용자 의료 처우 관련

1) 여성 차별 철폐 협약

여성 차별 철폐 협약(United Nations Convention on the Elimination of all Forms of Discrimination against Women: CEDAW)은 1979년에 제정되었다. 이 협약은 회원국들에게 모든 형태의 여성 차별을 철폐할 것을 요구하고 있으며, 6개 장 30개 조문으로 구성되어 있다(UNOHCHR, Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women New York, 18 December 1979).

이 가운데서도 특히 형사 사법 시스템상의 여성에 대한 차별 철폐와 관련된 규정은 제2조와 제15조이다. 제2조 a는 “모든 회원국은 남녀평등의 원칙을 헌법상 보장하여야 하며, 이 원칙을 실천하여야 한다. 제2조 b는 여성에 대한 모든 차별을 금지하는 적절한 입법적 조치를 취하여야 한다. 제2조 c는 여성의 권리에 대한 법적 보호는 남성과 동등한 기준에 의하여 이루어져야 한다. 제2조 d는 모든 공공기관과 조직은 이 책임을 지켜야 할 의무를 진다. 제2조 f는 여성에 대한 차별적인 법령, 제도, 관습 등을 개정하고 철폐하여야 한다. 제2조 g는 여성에 대한 모든 차별적인 모든 국가의 형사법 규정을 폐지하여야 한다고 규정하였다. 제15조는 “여성은 법 앞에서 남성과 동일하게 자신의 능력을 행사할 수 있는 동등한 기회를 가져야 한다”라고 규정하였다.

한편 여성 차별 철폐 위원회의 일반 권고안 19(1992)는 “CEDAW를 효과적으로 시행하기 위하여 사법부에 대한 성 인지적 감수성 훈련이 필요하다”라며 이를 회원국에 대해 권고하였다.

2) 유엔 여성 수용자 처우 및 여성 피의자 비구금 처우 규칙

유엔 여성 수용자 처우 및 여성 피의자 비구금 처우 규칙(United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-custodial Measures for Women Offenders)은 방콕 규칙(Bangkok Rules)이라고도 한다. 방콕 규칙은 2010년 12월 1일 유엔총회에서 채택되었다(UNODC, THE BANGKOK RULES; 장

준오, 2010: 229). 방콕 규칙은 여성 수용자의 권리를 보호하고 수감 여성의 다양한 요구 사항을 명문화하고, 특히 성 인지적 관점을 반영한 의료 처우 준칙을 제시하였다는 점에 그 의의가 있다(Barberet & Rackson, 2017).

방콕 규칙은 모두 4개의 장과 70개의 조문으로 구성되어 있다. 제1장은 이 규칙의 기본 원칙과 여성 수용자의 입감, 개인 정보, 의료, 안전, 외부 교통 통신, 교정 관리자의 전문화, 여성 청소년 수용 등을 제1조부터 제39조에 이르기까지, 제2장은 분류 처우, 개별 처우, 교정 처우, 임신 수용자 처우, 자녀 동반 수용자 처우, 외국인 수용자 처우 등을 제40조부터 제56조에 이르기까지, 제3장은 여성 피의자에 대한 비구금 처우를 제57조부터 제66조에 이르기까지, 제4장은 여성 범죄 연구, 대중 매체와 공공기관 등의 관심과 교정 처우 정책 개발 등을 제67조부터 제70조에 이르기까지 각각 규정하고 있다.

이 규칙의 성격은 제1조와 제69조에서 매우 분명하게 드러난다. 즉 제1조는 “수용자 처우에 관한 표준 최소 규칙 제6조에 규정된 구체화된 차별 금지 원칙을 실행하기 위해서는 여성 수용자의 특별한 상황과 요구 사항을 고려하여야 하며, 양성 평등을 위해 여성 수용자의 요구를 수용하는 정책이 차별적인 것으로 간주되어서는 안 된다”라며 이 규칙의 필요성을 강조하였고, 성 인지적 관점의 여성 범죄자 처우의 방향성을 제시하였다(Gobeil, Blanchette & Stewart, 2016).

여성 수용자에 대한 의료 처우 규정은 제8조-제12조, 제4조, 제18조, 제48조, 제51조 등이며, 역시 성 인지적 관점을 요구하고 있다. 제8조는 여성 수용자의 개인 의료 정보의 비밀 유지 및 출산 이력에 대한 선별 검사 금지, 제9조는 여성 수용자가 아동을 동반하는 경우, 아동의 건강검진 및 지역 사회와 동등한 건강 관리 제공, 제10조는 지역 사회에서 이용 가능한 동등한 의료 서비스를 여성 수용자에게 제공(제1항), 여성 수용자가 여성 의료진을 요청하는 경우 가능한 여성 의료진의 처우 제공, 다만 불가피한 경우 여성 교도관이나 의료진의 입회하에 시행(제2항), 제11조는 의료 처우 시에는 의사가 요청하지 않는 한 교도관의 입회를 금지하며, 보안상 필요한 경우 여성 교도관만 입회해야 한다고 규정하였다. 제12조는 여성 수용자의 성별 특성을 반영한 정신 건강 의료 처우를, 제14조는 여성 수용자 특성을 고려한 HIV 예방, 치료, 관리 및 지원을 규정하고 있다. 제18조는 여성 수용자는 지역 사회와 동등한 생애 주기별 유방암, 자궁암 등과 같은 부인과 질환 검사 기회 부여, 제48조는 임신, 출산, 이동 동반 여성 수용자의 경우 별도의 의료 처우 기회를

부여해야 하며, 제51조는 이들에게 지역 사회와 연계한 의료 처우를 제공하여 특별한 의료적 상황에 대처할 것을 규정하였다.

5. 국제 인권법상 정신장애 수용자 의료 처우 관련

1) 유엔 피구금자 최저 기준 규칙

유엔 피구금자 최저 기준 규칙의 정신 장애 수용자 처우는 제22조, 제24조, 제25조, 그리고 제82조, 제83조에 규정하고 있다. 제22조는 교정시설에의 전문의를 1명 이상 배치하고, 국가 및 민간 의료 보건 체계와의 협력 체계를 구축할 것을 요구하고 있다(제22조 제1항). 제24조는 모든 교정시설은 수용자가 입소한 경우 가능한 한 빨리 육체적 또는 정신적 장애 및 질병, 감염 여부, 전염성 질환 여부 등을 검사하고 수용자의 격리 여부 및 개별 재활 프로그램이 필요한 환자 등을 분류하여야 한다고 규정하고 있다. 그리고 의료진의 신체적·정신 장애 수용자 치료 및 관찰, 보고를 매일 할 것을 의무 규정토록 요구하고 있다. 제25조는 교정시설의 의료진은 육체적 또는 정신적 문제를 가진 수용자를 치료하고, 매일 질병 상태를 관찰하고, 질병 상담 및 치료를 요하는 수용자에 대하여 관심을 기울여야 하며(제1항), 교정시설의 장애에 매일 수용자의 육체적 및 정신적 건강 상태 및 수감 생활로 인한 감염이나 수용 시설로 인한 감염 등의 우려가 있는 경우 등에 대하여 소장에게 보고할 것을 규정하고 있다(제2항). 제82조는 정신 장애 수용자의 치료 시설 이송 및 전문 의료진의 치료 처우를 요구하고 있다. 제83조는 필요한 경우 사회-정신학적 사후 보호를 위하여 석방 후 정신 치료가 계속되도록 적절한 기관과의 협의에 따라 조치를 취하는 것이 바람직하다고 규정하고 있다.

2) 유엔 정신 장애인 보호와 정신 보건 의료 향상을 위한 원칙

유엔 정신 장애인 보호와 정신 보건 의료 향상을 위한 원칙(Principles for the protection of persons with mental illness and the improvement of mental health care)은 1991년 유엔총회에서 채택되었다(UN, Principles for the protection of persons with mental illness and the improvement of mental health care). 이 원칙은 모두 25개 조문으로 구성되어 있고, 회원국들에게 강제성은 없지만 회원국들이 실천해야 할 정신 건강 서비스 표준을 제공한다.¹⁾

이 표준은 유엔의 각종 협약 중 정신 건강과 가장 관련이 있는 국제 인권법이라고 할 수 있다.

이 가운데 정신 장애 수용자의 처우와 관련된 조문은 제1조, 제9

조, 제20조가 해당된다. 제1조는 모든 사람은 건강 및 사회 복지 시스템의 일부가 될 수 있는 최상의 정신 건강 치료를 받을 권리가 있으며, 정신병을 앓거나 정신병을 앓고 있다고 간주되는 모든 사람은 인간으로서의 존엄성을 존중받아야 하며, 인도적인 대우를 받아야 한다고 규정하고 있다. 그리고 정신 질환자 또는 그러한 사람으로 간주되는 모든 사람은 경제적, 성적 및 기타 형태의 착취, 신체적 또는 굴욕적인 처우로부터 보호받을 권리가 있으며, 정신 질환을 앓고 있다는 이유로 차별 대우가 있어서는 안 되며, 정신 질환자의 권리를 보호하거나 승진을 배려하는 특별한 조치가 차별적인 것으로 간주되어서는 안 된다고 규정하였다.

제9조는 정신 장애자의 치료 원칙을 최소한의 자유 제한, 개별 처우, 유엔 의료 원칙을 준수할 것을 요구하고 있다. 즉 첫째, 모든 정신 장애 환자는 건강 필요성에 맞춰 최소한의 자유가 제한되는 환경에서 치료를 받을 권리가 있으며, 둘째, 개별 처우의 원칙을 준수하여야 한다. 환자 및 타인의 안전을 보호하는 데 필요한 적절한 조치가 이루어져야 하며, 개별적으로 처방된 계획에 근거하여 환자의 의견을 존중하고, 정기적으로 검토하고, 필요에 따라 수정하고, 그리고 전문 의료진이 제공해야 한다는 것이다. 셋째, 정신 보건 서비스는 항상 유엔 총회에서 채택된 의료 윤리 원칙을 포함하여 국제적으로 인정된 기준에 따라 제공되어야 한다. 제20조는 정신 장애 형사 범죄자에 대한 처우의 표준을 제시하였다. 즉 정신병을 앓고 있거나 그러한 병을 앓고 있다고 판단되는 사람이 형사절차상 수사를 받고 있거나 형을 받아 구금된 경우에도 이 표준이 동일하게 적용되어야 한다고 규정하였다.²⁾

^[1] 25개 원칙은 다음과 같이 구성되어 있다. 제1원칙 기본 자유 및 기본권(Fundamental freedoms and basic rights), 제2원칙 미성년자 보호(Protection of minors), 제3원칙 지역 사회의 삶(Life in the community), 제4원칙 정신 질환의 결정(Determination of mental illness), 제5원칙 건강 검사(Medical examination), 제6원칙 기밀 유지(Confidentiality), 제7원칙 공동체와 문화의 역할(Role of community and culture), 제8원칙 진료 표준(Standards of care), 제9원칙 치료(Treatment), 제10원칙 약물 치료(Medication), 제11원칙 치료 동의(Consent to treatment), 제12원칙 권리 통지(Notice of rights), 제13원칙정신 건강 시설의 권리와 조건(Rights and conditions in mental health facilities), 제14원칙 정신 건강 시설을 위한 자원(Resources for mental health facilities), 제15원칙 입원 원칙(Admission principles), 제16원칙 비자발적 입원(Involuntary admission), 제17원칙 신체 검사(Review body), 제18원칙 절차상의 안전장치(Procedural safeguards), 제19원칙 정보 접근(Access to information), 제20원칙 형사 범죄자(Criminal offenders), 제21원칙 고충 처리(Complaints), 제22원칙 관찰 및 치료(Monitoring and remedies), 제23원칙 이행(Implementation), 제24원칙 정신 건강 시설과 관련된 원칙의 범위(Scope of principles relating to mental health facilities), 제25원칙 기존 권리의 보존(Saving of existing rights)
2) 이 밖에도 정신 장애인 수용자에 대한 처우에 관한 유엔의 의료 처우의 준칙은 유엔 장애인 권리 협약의 제2조 밖 앞의 평등(Article 12 Equal recognition before the law), 제25조 건강(Article 25 Health), 1982년 12월 18일 유엔총회 결의문 37/194에 의해 채택된 고문 및 기타 잔혹한, 비인도적인 또는 굴욕적인 처우나 처벌에 저항하는 수감자

^[2] 유엔 구금자 보호를 위한 의료진, 특히 의사의 역할에 관한 유엔 의료 윤리 원칙(United Nations Principles of Medical Ethics relevant to the Role of Health Personnel, particularly Physicians, in the Protection of Prisoners and Detainees against Torture and Other Cruel, Inhuman or Degrading Treatment or Punishment, adopted by General Assembly resolution 37/194 of 18 December 1982)에서도 찾을 수 있다.

IV. 수용자 의료 처우 관련 형집행법령 개정 방향

1. 중증질환 수용자 등 의료 처우 관련

중증 질환, 자비 치료, AIDS/HIV 수용자에 대한 의료 처우의 근거가 될 수 있는 유엔 피구금자 최저 기준 규칙 및 유엔 경제사회이사회 결의안 2004/35와 형집행법령을 비교하면 <표 8>과 같다. 이를 바탕으로 형집행법령의 의료 처우 분야의 개정 방향을 다음과 같이 제안할 수 있다.

첫째, 중증 질환 수용자의 범주 및 처우 규정의 명문화가 필요하다. 둘째, 중증 질환자에 대한 가석방, 외부이송 등의 규정을 명확히 해야 하며, 상위법에 근거를 두어야 한다. 셋째, 임종 호스피스를 제공할 수 있는 근거 규정 명문화가 필요하다. 넷째, 중증 질환 수용자에 대해서는 적극적인 형집행 정지 결정을 우선시하도록 명문화하여야 하며, 교정시설 의무관의 의견이 보다 더 적극적으로 반영되어야 한다.³⁾

^[3] 인권위도 위암 말기 수형자가 경제적 능력이 없어 항암 치료제 비용을 국가가 부담해야 한다는 취지의 청구에 대하여, “...교도소의 의료비 예산상 현실적으로 수용자들의 자비 치료 규정을 두고 있으나, 수용자가 자비 치료를 할 경제력이 없고, 의료비란 질환의 경중과 시급성 여부에 따라 우선적으로 사용되어야 할 것이므로 항암 치료제 약값은 교도소에서 부담하여야 할 것”이라고 하면서 “위암 말기 환자로 예상 수명이 얼마 남지 않은 수용자에 대하여 적절한 치료를 해 주지도 못하면서 계속 교도소에 있게 하는 것은 생명권 침해의 소지가 있으므로 교도소 측에서 필요시 관찰 지방검찰청 검사장에게 수용자의 형집행 정지를 건의해야 할 것”이라고 결정하였다(국가인권위원회 2004.4.16. 03진안5418 결정).

다섯째, 교정시설 의료진은 앞서 당뇨병이나 고혈압, 암 등을 치료할 수 있는 내과, 혈액내과 등의 전문의 배치를 필수화하는 명문화와 이를 위한 의료예산의 확보가 필요하다. 여섯째, 외부진료 및 자비치료부담의 근거기준을 명확히 해야 한다. 일곱째, AIDS/HIV 보균자에 대한 의료처우 규정을 형집행법상에 명문화하여야 한다.

<표 8> 중증질환 수용자 등 의료 처우 관련 비교

유엔 피구금자 최저 기준 규칙	유엔 경제사회이사회 결의안 2004/35	형집행법령
모든 교정시설 전문의 1명 이상 배치, 전문의가 필요한 환자 수용자의 경우 외부 진료 이송 명시(제22조 제1항)	-	-교정시설은 의료법상 의원급 ⁴⁾ 이상을 갖춰야 함(시행 규칙 제23조) <p>-소장은 필요한 경우 외부 진료 허가(법 제37조 제1항, 시행령 제55조)</p> <p>-외부 시설 진료 시 가족예의 통지(법 제37조 제3항, 시행령 제56조)</p> <p>-외국인 수용자가 질병 등으로 위독한 경우 국적국의 영사관 등에 통보(시행규칙 제59조)</p> <p>-중환자 및 응급환자는 신속히 외부 의료 시설에 이송 진료하고, 형집행 정지 등 산형(지침 제9조 제1항)</p>
내부 치료 시에도 외부 기관과 동일한 치료 수준 명시(제22조 2항)	-	-중환자 의료 거실 수용(제12조) 치료 중점 교도소의 운영(지침 제23조 제1항)
교정시설 의료진의 환자 치료, 관찰, 상담 의무(제25조 제1항)	-	-중환자 간병인 지정, 동정 관찰(지침 제9조 제2항) <p>-치료 중점 교도소는 이입된 환자 상태 관찰, 의학적 상담, 진료 등의 적극적 실시(지침 제23조 제2항)</p>
교정시설 의료진의 매일 환자 관찰, 치료 상황 교정시설의 장에게 보고 의무(제25조 제2항)	-	-
-	AIDS/HIV보균자 비구금 처우, 사회 내 처우 등 대안적 처우 방식 도입(제2조)	후천성 면역 결핍증 환자의 분리 수용(지침 제11조)
-	AIDS/HIV 보균자가 적절한 의료진 및 환경에서 의료 처우 보장(제4조)	-
-	AIDS/HIV 보균자가 적절한 의료진 및 환경에서 의료 처우 보장(제4조)	-

^[4] 의료법 제3조는 의원급 의료 기관이란 의사, 치과 의사 또는 한의사가 주로 외래 환자를 대상으로 각각 그 의료 행위를 하는 의료 기관으로서 의원, 치과 의원, 한의원을 지칭한다고 규정

2. 노인 수용자 의료 처우 관련

노인 수용자에 대한 의료 처우의 근거가 될 수 있는 노인 수용자 및 만성 질환자 처우 규칙과 형집행법령을 비교하면 <표 9>와 같다.

노인 수용자 및 만성 질환자 처우 규칙	형집행법령
노인 수용자 연령 제시(제1조)	수용자 차별 금지(법 제5조) <p>노인 수형자 연령 규정(시행령 제81조)</p>
노인 수용자 의료계획(제2조)	노인 수용자 정기건강검진실시(지침 제4조)
노인중후군 치료 모델 개발(제3조)	-
노인 수용자 약물 처방 관리(제4조)	-
노인중후군 반영한 노인 수용자 평가(제5조)	노인 수용자 적절한 배려(법 제54조)
노인 수용자 건강 및 구성원 접근성 고려 시설 정비(제6조)	노인 수형 전담 교정시설의 장은 노인 성 질환 전문 의료 시설 및 의료진 확보 노력(시행규칙 제47조)
노인 수용자 치료 시 본인 의견 및 기대수명 등 반영(제7조)	-

노인 수용자 별도 교정시설(제8조)	노인 전담 교정시설 지정(시행규칙 제43조) 노인 수형자 특성 반영 처우 프로그램 운영(시행규칙 제48조)
노인 수용자 입감 시 적응 능력 진단(제9조)	-
노인 수용자 개인별 퇴소 계획(제10조)	-
호스피스 간호 등 제공(제11조)	-

이를 바탕으로 형집행법령의 노인 수용자 의료 처우 관련 개정 방향을 다음과 같이 제안할 수 있다. 첫째, 노인 수용자 의료 처우 규정의 명확화가 필요하다. 둘째, 노인 수용자를 배려한 교정시설 및 환경 정비 규정을 시행 규칙이 아닌 형집행법에 명문화하고, 별도로 노인 수용자의 장을 두어 의료 처우를 포함한 처우 프로그램 전반에 대한 근거 규정을 명확히 하여야 한다. 셋째, 노인 수용자 의료 처우 규정을 현재처럼 시행 규칙이나 수용자 의료 지침에 둘 것이 아니라 형집행법에 근

거 규정을 명확히 하여 제도의 실효성을 거두도록 하여야 한다. 넷째, 노인 증후군을 반영한 교육 및 의료 처우 프로그램의 개발이 체계적으로 이루어져야 한다. 다섯째, 질병을 앓고 있는 노인 수용자에 대한 가석방 조건의 완화가 필요하다. 여섯째, 노인성 질환을 앓고 있는 고령 수용자의 입증 호스피스의 근거 규정을 명문화하여야 한다.

3. 여성 수용자 의료 처우 관련

여성 수용자에 대한 의료 처우의 근거가 될 수 있는 방콕 규칙과 형집행법령을 비교하면 <표 10>과 같다.

<표 10> 여성 수용자 의료 처우 관련

방콕 규칙	형집행법령
여성 수용자의 개인 의료 정보 보호 및 출산 이력에 대한 선별 검사 금지(제8조)	-
아동 동반 여성 수용자에게 지역 사회와 동등한 의료 서비스 제공(제9조)	임산부인 수용자에 대한 정기적인 검진 등 필요한 조치(법 제52조 제1항) 수용자 출산 시 외부 진료 등 적절한 조치(법 제52조 제2항) 여성 생리용품 지급(법 제50조 제3항)
여성 수용자에게 지역 사회와 동등한 의료 서비스 제공(제10조 제1항) 여성 수용자가 여성 의료진을 요청 시 여성 의료진의 처우 제공, 다만 불가피한 경우 여성 교도관이나 여성 의료진의 입회하에 시행(제10조 제2항),	-
의료 처우 시 교도관 입회 금지, 보안상 필요시 여성 교도관 입회(제11조)	-
여성 수용자의 성별 특성을 반영한 정신 건강 의료 처우(제12조)	-
여성 수용자 특성을 고려한 HIV 예방, 치료, 관리 및 지원(제14조)	-
여성 수용자는 지역 사회와 동등한 생애주기별 예방, 자궁암 등과 같은 부인과 질환 검사 기회 부여(제18조)	건강 검진 시 부인과 질환 포함(법 제50조 제2항)
임신, 출산, 아동 동반 여성 수용자의 경우 별도 의료 처우 기회 부여(제48조)	-
임신, 출산, 아동 동반 여성 수용자의 지역 사회와 연계한 의료처우 제공, 특별한 의료적 상황에 대처(제51조)	-

이를 바탕으로 형집행법령의 여성 수용자 의료 처우 관련 개정 방향을 다음과 같이 제안할 수 있다.

첫째, 성 인지적 관점의 여성 수용자 처우 원칙의 명문화가 필요

하다. 둘째, 여성 수용자의 개별적 처우의 명문화가 필요하다. 셋째, 유아 동반 여성 수용자 개별 처우 및 동반유아 보호 규정의 강화가 필요하다. 넷째, 성 인지적 관점의 교도관 교육 및 직무 역량 강화 규정의 명문화가 필요하다. 다섯째, 여성 수용자의 비구금 다이버전 규정의 명문화가 필요하다. 여섯째, 여성소년 수용자의 특별처우 규정의 명문화가 필요하다. 일곱째, 교정 처우 정책의 성 인지적 관점의 진단 규정의 명문화가 필요하다. 여덟째, 성 인지적 관점의 여성 수용자와 여성소년 수용자 처우 행정 규칙의 제정이 필요하다

4. 정신 장애 수용자 의료처우 관련

정신 장애 수용자에 대한 의료 처우의 근거가 될 수 있는 유엔 피구금자 최저 기준 규칙과 형집행법령을 비교하면 <표 11>과 같다.

<표 11> 정신 장애 수용자 의료 처우 관련 비교

유엔 피구금자 최저 기준 규칙	형집행법령
모든 수용 시설에 정신과 전문의 배치	-
제22조 제1항	민간 국가 의료 체계와의 협력 - 교정시설 의료 기관의 정신 장애 여부 진단과 치료 가능 -
제22조 제2항	다른 교정시설로의 이송 규정 있음(법 제20조)
제25조 제2항	교도소장에게 매일 질병 상태 보고 -
제82조 제1항	정신 질환 수용자로 판정 시 신속히 교정시설이 아닌 정신과 의료 시설로 이송 법무부 장관의 승인하 치료 감호 시설로 이송 가능(법 제37조 제2항) 잔여 형기 3개월 미만 조한병, 분열형 및 망상 장애, 기분(정동) 장애자는 정신 질환 치료 중점 교도소로 이송(지침 제19조)
제82조 제2항	기타 정신 장애 수용자는 의료 관리 전문 시설로 이송 -
제82조 제3항	정신 질환 및 기타 정신 장애자가 교정시설 수용 시는 의무관의 특별 감독 정신 질환 의심자 정신과의 진료 조치(법 제39조 제2항)
제82조 제4항	일반 수용자에 대한 정신과적 서비스 교화 프로그램 운영 시 정신 질환 여부 감안(시행령 199조)
제83조	석방된 정신 장애 수용자 치료 -

이를 바탕으로 형집행법령의 정신 장애 수용자 의료 처우 분야의 개정 방향을 다음과 같이 제안할 수 있다.

첫째, 정신 장애 수용자 치료 시설 및 시설 기준의 명확화가 필요하다. 둘째, 정신 장애 여부 진단 방식 및 진단 기관 등의 명문화가 필요하다. 셋째, 국가 의료 체계와의 협력 및 외부 진료 기관과의 협력 체계 규정 명문화가 필요하다. 넷째, 정신 장애 수용자에 대한 치료 보고 및 특별 프로그램 운영 등의 규정 정비가 필요하다. 다섯째, 석방된 정신 장애 수용자에 대한 연계 치료 규정 명문화가 필요하다. 여섯째, 심리 치료 전담 교정시설에 정신과 전문의의 필수적인 배치 규정 명문화가 필요하다. 일곱째, 일반 교정 시설에의 정신과 전문의 배치가 어려울 경우 이를 보완할 수 있는 외부 진료 체계와의 연계 장치 등이 상위법에 명시되어야 한다. 여덟째, 정신 장애 수용자 의료 처우에 대한 별도의 장을 형집행법에 마련하여 체계적인 처우 및 의료진 확보, 전담 교정시설 확보 등의 근거를 확보해야 한다.

V. 결론

이 연구는 국제 인권법상 수용자 의료 처우 규정을 찾아보고 이를 바탕으로 형집행법령의 개정 방향을 제시하는 데 초점을 두었다. 이 연구를 통하여 발견된 가장 커다란 문제점을 정리하자면 다음과 같다.

첫째, 형집행법상 별도 의료의 장이 없다는 점이다. 현재는 제4장 위생과 의료를 두고, 제30조(위생·의료 조치 의무), 제34조(건강 검진), 제35조(감염병 등에 관한 조치), 36조(부상자 등 치료), 제37조(외부 의료 시설 진료 등), 제38조(자비 치료), 제39조(진료 환경 등), 제40조(수용자의 의사에 반하는 의료 조치) 등의 규정이 있을 뿐이다. 둘째, 앞에서 제시한 국제 인권법에 준하는 정도의 규정(조문)도 발견할 수 있지만 상대적으로 여성, 노인, 정신 장애, 중증 질환 수용자의 의료 처우에 대한 명문 규정이 형집행법에 명시되어 있지 않다는 점이다. 셋째, 결국 이러한 명문 규정의 불비는 불가피하게 의료 처우의 혼란을 가져올 수 있고, 상당한 책임이 일선 교정 시설에 전가될 우려가 있다는 점이다. 넷째, 수용자의 고령화 추세를 고려한 별도의 교정 처우 및 의료 처우 개선에 대한 교정 당국의 인식과 시설 개선, 의료진 확보, 예산 확보 등이 필요하다는 점이다. 다섯째, 성 인지적 관점의 여성 수용자 의료 처우에 대한 인식 개선

이 필요하다는 점이며, 이를 위한 여성 의료 인력의 확보가 시급하다는 점이다. 여섯째, 교정시설 전문의 신분의 재검토가 필요하다. 현재 이들은 공무원 임용령 제3조 제1항의 기술직군 의무직 신분을 보유한다. 교도관 직무 규칙 제75조 제1항은 이를 교도직 의무관으로 칭하고 이들의 의무를 의료와 기타 교정 사무로 규정하고 있다. 즉 이들은 의사이자 교도관으로서의 임무를 부여받고 있는바, 환자에 대한 치료와 국가 예산을 현실적으로 고민해야 하는 공무원으로서의 고민을 동시에 안게 된다. 따라서 좀 더 전형적인 의료진 신분의 변화와 이들에 대한 처우 개선 등이 함께 고려되어야 한다. 일곱째, 정신 장애 수용자에 대한 치료 처우를 전담하는 교정 병원의 개설이 시급하다는 점이다. 현재의 치료 감호소를 활용하는 방안 이외에도 교정청별로 전문 교정 병원을 설치하여 좀 더 체계적인 교정 치료 처우를 할 수 있는 여건 개선이 시급하며, 이는 결국 법령의 정비와 예산이 필수적으로 수반되어야 하는 과제이다.

나아가 이 연구에서 제시한 국제 인권법에 걸맞은 형집행법령을 개정하고 의료 처우 제도 등을 전격적으로 도입, 개선하려면 현재와 같이 법무부 장관 소속의 부서로서가 아니라 교정 처우 관련 전반적인 의사 결정과 집행권을 독립적으로 행사할 수 있는 행정 관청으로의 승격이 필요하다고 본다.⁵⁾

이를 토대로 수용자 의료 처우를 포함한 수용자 인권 처우에 필요한 법령의 전면적인 정비와 제도 개선, 인력 확보와 전문화, 사회 내 처우와의 연계 등 교정 패러다임의 일대 변화가 필요하다. 교정 당국이 국제 인권법을 모두 수용하는 정도의 수용자 의료 처우 개선을 꾀하기는 어렵지만 적어도 국제적 인권 규범상 준칙을 실정법에 반영하고, 실천하려는 노력은 국가의 책무이자 동시에 수용자의 재사회화를 지원한다는 측면에서도 매우 절실한 과제이다. 이 과제를 실천하는 데 어떠한 조직이 가장 효과적인 것인지에 대한 고민도 함께 하여야 한다.

5) 이는 행정안전부 소속의 경찰청과 같은 독립 외청의 행정 기관을 의미한다. 정부 조직법 제34조 ⑤ 차안에 관한 사무를 관장하기 위하여 행정안전부 장관 소속으로 경찰청을 둔다. <개정 2014. 11. 19., 2017. 7. 26.> ⑥ 경찰청의 조직·직무 범위 그 밖에 필요한 사항은 따로 법률로 정한다. <개정 2017. 7. 26.>를 참고할 수 있을 것이다(박영규, 2013; 이영근, 2017; 윤옥경, 2018).

「수용자 자녀 인권보호 T/F」 간담회 개최



지난 7월 23일 교정본부 회의실에서 「수용자 자녀 인권보호 T/F」 간담회가 개최되었다. 지난 6월 26일 수용자 자녀에 대한 종합적이고 체계적인 지원책 마련을 위해 발족된 「수용자 자녀 인권보호 T/F」의 효과적인 운영방안을 모색하고 사전 검토과제에 대한 의견을 교환하기 위해 개최된 이번 회의에는 T/F 팀장인 이영희 교정본부장을 비롯하여 양성평등정책담당관, 사회복지과장 등 실무 지원 인력 7명과 김승섭 고려대학교 교수, 권수진 한국형사정책연구원 등 외부자문단 7명이 참석하여 심도 있는 토의를 진행했다.

차세대 지능형 교정정보시스템 분석·설계 검토회의 개최



지난 7월 29일부터 7월 30일까지 진천 법무연수원에서 차세대 지능형 교정정보시스템 분석·설계 검토회의가 개최되었다. 본격적인 프로그램 설계에 앞서 개발 수행기업(LG CNS)의 프로그램 분석·설계 사항을 사용자에게 설명하고 사용자의 의견을 수렴하기 위해 마련된 이번 회의에는 일선 교정기관의 자문단 등 120여 명이 참석했다.

보호장비 체험 및 인권교육 실시

지난 7월 3일 서울지방교정청 대회의실에서 교정본부 사무관 이상 직원 전체를 대상으로 보호장비 체험 및 인권교육이 진행되었다. 사용자 또는 착용자가 되어 보호장비를 직접 몸으로 느낄 수 있는 체험과 국가인권위원회 직원의 인권교육을 통해 인권존중 필요성에 대한 공감대를 형성하였다.

수용자 국가 긴급재난지원금 특별지급 절차 마련

법무부는 교정시설 수용으로 인해 긴급재난지원금을 지급 받지 곤란한 단독가구(1인 가구) 수용자들의 고충해결을 위해 행정안전부와 협의하여 지난 7월 20일 재난지원금 특별지급 절차를 마련했다. 7월 20일부터 8월 10일까지 지급 신청을 한 수용자를 대상으로 40만원 상당의 온누리 상품권을 재난지원금으로 지급한다.

수용자 통신요금 등 소액채무 상환절차 마련

법무부는 SK텔레콤·서울보증보험과 협력하여 지난 7월 20일부터 수용자들이 통신요금 납부, 장기 일시정지 등을 쉽게 할 수 있도록 절차를 마련하고, 소액채무로 인한 신용불량자의 신용회복을 적극 지원하기로 하였다. 교정기관은 수용자들에게 업무처리 절차를 안내하고 신청서 작성을 도와주며, 영치금이나 작업장려금으로 통신요금 등을 납부할 수 있도록 지원한다. 또한 SK텔레콤과 서울보증보험은 접수된 민원을 처리하고 그 결과를 수용자들에게 회신한다.

「형의 집행 및 수용자의 처우에 관한 기본계획 수립」 연구용역 최종보고회 개최

지난 7월 29일 교정본부 회의실에서 교정본부장, 장관정책보좌관 등이 참석한 가운데 「형의 집행 및 수용자의 처우에 관한 기본계획 수립」 연구용역 최종보고회가 개최되었다. 경기대학교 윤옥경 교수가 「교정의 발전 과정에 대한 성과 및 한계 분석」, 「교정정책의 기본방향 및 중장기적 전략 제시」 등을 주제로 기본계획 연구용역 수행(경기대학교 산학협력단)에 대한 연구 성과를 발표하였으며, 제안사항에 대한 참석자들의 의견을 청취하는 시간이 됐다.

※ 「형집행법」 개정(19. 4. 23.)에 따른 후속조치 마련으로, 법의 목적을 효율적으로 달성하기 위해 5년마다 기본계획을 수립·추진

서울지방교정청

서울지방교정청 / 교위 노웅비

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

서울지방교정청은 7월 8일 전 직원을 대상으로 '인권 감수성 향상을 위한 교육'을 실시했다. 직원들은 보호의자 등 다양한 보호 장비를 직접 체험하며 보호 장비 오남용의 문제점에 대해 이해했다. 또한 외부 강사의 강연을 통해 인권의 중요성을 고취하는 계기가 됐다.

서울구치소 / 교도 김상혁

국제나은병원과 업무 협약 체결



서울구치소는 7월 23일 대회의실에서 국제나은병원과 의료 협력 업무 협약(MOU)을 체결했다. 국제나은병원은 수용자 치료 및 건강관리와 구치소 직원의 건강 증진을 위해 최선의 의료 서비스를 제공할 예정이다. 두 기관은 긴밀하고 유기적인 협조 체계를 구축해 수용자가 적절한 진료를 받을 수 있도록 최선을 다할 것이다.

안양교도소 / 교위 박준석

직원 상호회, 교정 장학금 전달



안양교도소는 7월 15일 교도소 인근 모락고등학교, 평촌공업고등학교 학생 총 7명에게 교정 장학금을 전달했다. 이날 장학금을 받은 학생들은 경제적 어려움 속에서도 성실하게 학업에 매진하는 모범생이다. 장학금은 안양교도소 직원 상호회 기금으로 마련된 것이며 장학생에게는 2020학년도 수업료와 학교 운영비가 지원된다.

수원구치소 / 교위 배창현

교정협의회, 수용자 생수 기증

수원구치소는 7월 20일 교정협의회로부터 생수 1만 병을 기증받았다. 이 생수는 삼복 더위를 맞는 수용자들에게 지급될 예정이다. 정병헌 소장은

“시원한 생수는 수용자들이 잠시나마 더위를 잊고 건강한 여름을 보내는 데 큰 도움이 될 것”이라며 감사의 뜻을 전했다.

서울동부구치소 / 교사 최재안

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

서울동부구치소는 7월 15일부터 28일까지 6급 이상 전 직원을 대상으로 보호 장비 체험 및 인권 교육을 실시했다. 체험 및 교육은 시청각 교육, 보호 장비 체험, 기관장 강평 등의 순서로 진행됐다. 직원들은 수용자의 입장을 체험함으로써 인권 감수성을 한층 더 높였다.

인천구치소 / 교도 이남웅

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시



인천구치소는 7월 14일 대회의실에서 소장 이하 각 과장 및 보안과 팀장급 근무자를 대상으로 보호 장비 착용 체험 및 인권 교육을 실시했다. 보호의자 등 보호 장비를 체험한 직원들은 “인권의 중요성에 대해 생각해 볼 수 있는 소중한 시간이었다”라고 참여 소감을 밝혔다.

서울남부구치소 / 교위 김광찬

교정협의회, 수용자 생수 기증

서울남부구치소는 7월 1일 교정협의회로부터 열린 생수 3만 병을 기증받았다. 이날 기증받은 생수는 혹서기에 수용자들에게 지급하기로 했다. 구자관 교정협의회장은 “열린 생수가 수용자들에게 청량제 같은 역할을 해 무더위를 극복하는데 조금이나마 도움이 됐으면 좋겠다”고 전했다.

화성직업훈련교도소 / 교위 이재희

화성유일병원과 업무 협약 체결

화성직업훈련교도소는 7월 14일 화성유일병원과 수용자 진료에 관한 업무 협약(MOU)을 체결했다. 이로써 수용자들은 외부 의료 시설 진료, 의료 상담 등 의료 서비스를 제공받아 건강한 수용 생활을 할 수 있게 됐다. 양 기관은 수용자 진료와 그에 따른 제반 업무를 적극적으로 협력해 나갈 예정이다.

의정부교도소 / 교사 최재성

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

의정부교도소는 7월 10일 기관장 및 부서장들을 대상으로 인권 감수성을 높이기 위해 보호 장비 착용 체험 및 인권 교육을 실시했다. 또한 보호 장비 사용에 따른 인권 침해 방지 대책을 모색하는 시간도 가졌다. 향후에는 수용팀장들을 대상으로 보호 장비 체험과 인권 교육을 실시할 예정이다.

여주교도소 / 교사 하승환

교정협의회, 수용자 생수 기증

여주교도소는 7월 17일 교정협의회로부터 생수 1만 병을 기증받았다. 민낙기 소장은 “코로나 19의 장기화와 장마, 무더위가 이어져 지친 수용자들에게 단비 같은 선물이 될 것 같다”라며 교정협의회에 감사함을 전했다. 기증받은 생수는 얼려서 지급할 예정이다.

서울남부교도소 / 교사 명수환

청렴 표어 공모전 개최

서울남부교도소는 7월 13일부터 17일까지 전 직원을 대상으로 청렴표어 공모전을 개최했다. 이번 공모전은 깨끗한 공직 문화 정착을 위해 마련됐으며 투표를 통해 최우수작 1점과 우수작 2점을 선정해 포상했다. 수상작은 청사 LED 전광판에 송출하는 등 직원의 청렴 의지를 제고하는데 활용된다.

춘천교도소 / 교도 이건희

법무보호위원 강원지부협의회, 수용자 생수 기증

춘천교도소는 7월 9일 법무보호위원 강원지부협의회로부터 생수 2,000병을 기증받았다. 장종선 소장은 “어려운 여건에도 지원을 아끼지 않은 지역 사회에 감사하며, 하절기 수용 관리를 위해 지속적으로 노력하겠다.”라고 밝혔다. 생수는 얼려서 수용자들에게 제공할 예정이다.

원주교도소 / 교사 천병호

보호 장비 사용 관련 직무 교육 실시



원주교도소는 7월 16일 보안과 직원 교육실에서

서 6급 직원을 대상으로 보호 장비 사용 관련 직무 교육을 실시했다. 이날 교육을 받은 직원들은 최근 개선된 보호 장비 사용 절차와 적용 방법을 숙지함으로써 직무 능력을 향상시켰다.

강릉교도소 / 교위 이태석

교정협의회, 수용자 생수 및 삼계탕 기부

강릉교도소는 7월 14일 교정협의회로부터 수용자를 위한 생수 2,000병 및 삼계탕 400인분을 기부받았다. 김일환 소장은 “지루한 장마와 무더위에 지친 수용자들에게 큰 선물이 되었다”라며 감사함을 전했다.

영월교도소 / 교도 정옥수

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

영월교도소는 7월 16일 청사 대회의실에서 소장을 포함한 각 부서장, 6급 이상 감독자를 대상으로 보호 장비 체험 및 인권 교육을 실시했다. 이들은 착용 체험을 통해 수용자의 입장이 되어 보고 인권 교육을 통해 인권 존중의 필요성에 대해서도 공감대를 형성했다.

강원북부교도소 / 교위 양인호

속초보광병원과 업무 협약 체결



강원북부교도소는 6월 29일 소회의실에서 속초보광병원과 수용자 의료 처우 향상을 위한 업무 협약(MOU)을 체결했다. 두 기관은 협약식 후 교도소 의료과 진료실을 찾아 의료기기 설치 현황을 점검하고 수용자 의료 처우에 대해 의견을 나눴다. 박경찬 보광병원 이사장은 “수용자의 외부 의료 시설 진료에 적극 협조하겠다”라고 약속했다.

수원구치소 평택지소 / 교위 윤우리

'청렴 리더' 전 직원 발송

수원구치소 평택지소는 7월 1일 법무부 메일을 통해 전 직원에게 '청렴 리더'를 발송했다. '청렴 리더'는 평택지소에서 자체 발간하는 청렴 소식지로 매월 1일 전 직원에게 발송된다. '청렴 리더'를 받은 직원들은 “평소 청렴에 대해 막연하게 생각했는데 '청렴 리더'를 통해 좀 더 구체적으로 생각하게 됐다”라고 소감을 밝혔다.

소망교도소 / 정은혜

모범 직원 표창 수여식 개최

소망교도소는 7월 1일 직원들이 참석한 가운데 승진 임용식 및 모범 직원 표창 수여식을 개최했다. 행사는 임명장(표창장) 수여, 꽃다발 전달, 기념사진 촬영 등의 순으로 진행됐다. 이번 행사는 각자의 자리에서 성실함과 탁월함으로 업무를 수행하고 있는 모범 직원 7명의 노고를 치하하는 시간이었다. 이들은 “수용자 교정교화에 힘쓰고 직원들의 소통 창구 역할을 하겠다”라고 다짐했다.

대구지방교정청

대구지방교정청 / 교위 이지훈

보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

대구지방교정청은 7월 13일 합동 청사 대회의실에서 6급 이상 직원들을 대상으로 '교정시설 내에서의 인권 보호'를 주제로 교육을 실시했다. 이번 교육은 계명대학교 경찰행정학과 최우정 교수를 초빙해 이뤄졌으며 인권 침해 가능성이 높은 보호 장비를 직접 사용 및 착용해 보는 시간도 가졌다. 이경식 청장은 “이러한 경험을 바탕으로 인권 옹호 기반 교정행정을 구현하는데 노력하자”라고 당부했다.

대구교도소 / 교위 김재현

초복맞이 치킨 데이 실시



대구교도소는 초복을 맞아 7월 14일부터 17일까지 4일간 보안아근부 직원들에게 치킨을 전달했다. 이번 행사는 무더위 속에서 수용 관리에 열정이 없는 보안아근부 직원들의 사기를 북돋우고 소속감과 유대감을 높이기 위해 마련됐다. 김승만 소장은 “앞으로도 직원들이 행복할 수 있는 직장을 만들기 위해 노력하겠다”라고 밝혔다.

부산구치소 / 교사 최병철

독후감 경진대회 및 효 편지쓰기 시상식 개최

부산구치소는 7월 8일 수용자를 대상으로 '독후

감 경진대회 및 효 편지 쓰기 시상식'을 가졌다. 수용자들의 자발적 참여로 다수의 독후감과 효 편지가 출품됐으며 총 13명을 선정해 기관장 표창을 수여했다. 행사를 후원한 김진영 교정협의회장은 “수용자의 심적 안정과 사회 복귀에 도움이 되도록 지속적으로 지원하겠다”고 말했다.

경북북부제1교도소 / 교도 진용혁

교정위원, 교정대상 상금 전액 기부

경북북부제1교도소 교정협의회 서영남 교정위원이 '제38회 교정대상 자애상' 수상으로 받은 상금 전액을 7월 27일 불우 수용자 영치금 지원을 위해 기부했다. 서영남 위원은 1995년부터 전국의 무연고 장기 수용자들을 지원했고, 2006년 소 교정위원으로 위촉된 이후 영치금과 교회물품을 꾸준히 지원해 오고 있다.

창원교도소 / 교도 한기상

사랑의 헌혈 운동 실시

창원교도소는 7월 24일 사랑의 헌혈 운동을 실시했다. 이번 헌혈은 코로나19로 혈액 수급에 어려움을 겪고 있다는 소식을 접한 창원교도소 직원들의 자발적인 참여로 이뤄졌다.

부산교도소 / 교위 박종철

교정 장학금 전달식 개최

부산교도소는 7월 2일 낙동중학교 학생 3명에게 장학금을 전달했다. 소는 2012년 체결한 교정 장학사업 협약서에 따라 직원들의 급여에서 공제한 기금으로 반기별 3명씩, 매년 6명의 학생에게 장학금을 지급하고 있다. 김영식 소장은 “주변에는 항상 지지하고 도와주는 사람들이 있다는 것을 꼭 기억했으면 좋겠다”라며 학생들을 격려했다.

포항교도소 / 교도 김병수

신규 직원 임용식 개최

포항교도소는 7월 13일 청사 대회의실에서 식품위생서기보 1명에 대한 임용식을 개최했다. 이날 임용식에는 코로나19 감염 예방을 위해 각과 과장들만 참석했다. 이동근 소장 직무대리는 “영양가 있는 식단을 통해 직원들의 사기 증진에 최선을 다해주시기를 바란다”라고 당부했다.

진주교도소 / 교위 성태현

교정협의회, 수용자 생수 및 삼계탕용 생닭 기증

진주교도소 교정협의회는 7월 16일 초복을 맞아 삼계탕용 생닭 600마리와 생수 1만 병을 기증했다. 삼계탕용 생닭은 수용자들의 저녁 식사로 제공됐으며, 생수는 냉동 보관 후 혹서기에 지급하기로 했다. 교정협의회장은 “비록 생수 한 병과 초복의 특식 한 끼에 불과하지만 수용자들이 무더위와 코로나19를 극복하는 데 조금이나마 도움이 되길 바란다”라고 전했다.

대구구치소 / 교도 김경민
직원 격려품 지급



대구구치소는 7월 14일부터 17일까지 4일간 전 직원을 대상으로 햄버거와 콜라를 지급했다. 이번 행사는 코로나19 유입 차단과 생활 속 거리 두기 실천을 위해 수고하는 직원들의 노고를 치하하고 사기를 진작하기 위해 마련됐다.

경북직업훈련교도소 / 교도 하우현
하반기 직업 훈련생 오리엔테이션 및 인성 교육 실시

경북직업훈련교도소는 7월 1일부터 3일까지 사흘간 각 공과별 전 훈련생을 대상으로 '2020년 하반기 직업 훈련생 오리엔테이션 및 인성 교육'을 실시했다. 총 6개 직종으로 구성된 이번 교육은 훈련생들이 산업 현장에 필요한 기능을 연마하고 사회 적응 능력을 배양해 출소 후 성공적으로 사회에 복귀할 수 있도록 마련됐다.

안동교도소 / 교사 김길수
교정협의회, 수용자 생수 기증



안동교도소는 7월 3일 교정협의회로부터 생수 2만 1,000병을 기증받았다. 기증받은 생수는 혹서기에 수용자들에게 전달할 예정이다. 수용자들이 건강하고 시원하게 여름을 나는 데 큰 도움이 될 것으로 기대된다.

경북북부제2교도소 / 교사 심상헌
감독자 인권 교육 실시

경북북부제2교도소는 7월 21일 직원 인권 감수성 향상을 위해 교정위원 김숙희 강사를 초청하여 감독자 대상 인권 교육을 실시했다. 최진규 소장은 “‘또 들어올 것으로 생각하고 수용자들을 대하는 것은 또 다른 인권 침해의 시작이다’라는 강사의 말에 공감하며 앞으로도 수용자 인권에 더욱 신경을 쓰겠다”라고 밝혔다.

김천소년교도소 교위 조덕래
보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

김천소년교도소는 7월 9일 직원 교육실에서 소장, 각 과장 등 6급 이상 감독자를 대상으로 보호 장비 체험 및 인권 교육을 실시했다. 양동석 소장은 “소극적 인권 침해 방지에서 적극적 인권 존중으로 사고의 전환이 필요한 시기”라며 수용자 인권 존중의 중요성을 강조했다.

경북북부제3교도소 / 교도 이영진
장학생 장학증서 전달식 개최



경북북부제3교도소는 7월 7일 진성중학교 성적 우수 학생 및 체육 특기생 4명을 기관으로 초청해 장학증서를 전달했다. 소는 지역 사회와 함께 하는 열린 교정행정을 구현하기 위해 2008년부터 현재까지 유관 기관인 진성중학교 학생들에게 장학금을 전달해왔다.

울산구치소 / 교사 황정목
교정협의회, 삼계탕용 생닭 기증



울산구치소는 7월 15일 교정협의회로부터 생닭 300마리를 기증받았다. 기증받은 생닭은 수용자들을 위한 '삼계탕 데이'에 쓰였다. 한천용 소장은 “지속적 관심과 따뜻한 마음이 모여 수용

자들에게 용기를 주어 사회가 밝고 건강해지는 계기가 될 것”이라고 감사의 뜻을 전했다.

경주교도소 / 교위 조경동
한국원자력환경공단, 수용자 생수 기증

경주교도소는 7월 16일 한국원자력환경공단으로부터 수용자 생수 5,000병을 기증받았다. 송상기 소장은 “이번 생수 기증은 수용자들이 건강하고 시원하게 여름을 나는 데 많은 도움이 될 것이다. 앞으로도 수용자들이 원활한 생활을 할 수 있도록 최선을 다하겠다”라고 밝혔다.

통영구치소 / 교위 강구혁
통영사랑나눔회, 지역사회 장학금 전달

통영구치소 통영사랑나눔회는 7월 7일 총괄여자중학교를 찾아 학업 성적이 우수하고 성실한 모범 학생 15명에게 장학금을 전달했다. 전 직원으로 구성된 통영사랑나눔회는 2007년 6월에 발족한 이래 13년 동안 매년 10~15명의 학생에게 장학금을 전달하고 있다.

밀양구치소 교사 최상훈
신규 직원 임용식 개최



밀양구치소는 7월 6일 신규 직원인 공업서기보 1명의 임용식을 개최했다. 이날 임용식에는 코로나19 감염 예방을 위해 최소한의 인원만 참석했으며, 임명장을 수여하고 꽃다발을 전달했다. 또한 신규 직원이 업무에 잘 적응하여 업무 능력을 향상할 수 있도록 멘티-멘토 결연식도 함께 진행했다.

상주교도소 / 교위 이상빈
보호 장비 체험 및 인권 교육 실시

상주교도소는 기관장 및 중간 감독자 26명에게 7월 10일과 28일 각각 보호 장비 체험 교육과 인권 교육을 실시했다. 이번 교육은 교정공무원의 인권 감수성 향상을 위해 이뤄졌다. 이번 교육을 통해 수용자에 대한 소극적인 인권 침해 방지에서 한걸음 더 나아가 적극적인 인권 존중 의식을 강화할 수 있었다.

대전지방교정청

대전지방교정청 / 교위 최재혁
전입 직원 환영 행사 실시



대전지방교정청은 7월 6일 전입 직원 신고식 및 환영 행사를 가졌다. 이날 김천수 청장은 전입 직원들에게 “본인의 역량을 마음껏 펼치고, 일선기관과 원활한 소통을 통해 상생 발전할 수 있기를 바란다”라고 당부했다.

대전교도소 / 교감 송재상
폭염 및 집중호우 대비 시설을 점검 실시

대전교도소는 7월 15일 폭염 및 집중호우를 대비하여 시설물 및 장비를 점검했다. 자체 점검반을 편성하여 구내 배수로 정비, 야외 무더위 쉼터 확보, 수용동 내 전선 상태 점검 등을 실시했다. 또한 여름철 식중독 예방을 위한 음식물 보관 상태 및 코로나19 예방 지침 준수 여부 등 직원 및 수용자 건강에 관한 사항도 철저히 확인했다.

청주교도소 / 교사 이승기
청주교도소장 국민포장 수상



청주교도소 김응분 소장은 7월 15일 '제9기 국민추천포상' 전수식에서 국민포장을 수상했다. 김응분 소장은 그동안 모교 7,200만 원 후원을 비롯해 청주여자교도소 모범 수형자의 취학 자녀들에게 1,290만 원의 장학금을, 가족 관계가 단절된 불우 수용자들에게 700만 원의 영치금을 지원하는 등 폭넓게 봉사 활동을 펼쳐온 공로를 인정받았다.

천안교도소 / 교도 전인호
7월 월례회 및 직장 교육 실시

천안교도소는 7월 6일 월례회 및 직장 교육을

실시했다. 이날 행사는 코로나19 감염 확산 방지를 위해 생활 속 거리 두기 예방 수칙을 준수하며 진행됐다. 서수원 소장은 “일선에서 수용자 처우를 위해 고생해 주어 고맙다. 앞으로도 정확한 규정과 절차를 지키며 수용 질서를 확립하자”라고 당부했다.

청주여자교도소 / 교사 김은정
청렴 실천 및 갑질 근절 공모전 개최

청주여자교도소는 7월 전 직원을 대상으로 '청렴 실천 및 갑질 근절 공모전'을 개최했다. 이번 행사는 청렴한 교정행정을 구현하고, 청렴 의식을 확산하기 위하여 시행됐다. 예비 심사에서 선정된 10건의 공모작 가운데 직원 투표로 총 7건을 선정했다. 입상작은 대표 청렴 문구로 사용될 예정이다.

공주교도소 / 교위 이희명
보호 장비 체험 및 인권 교육 실시



공주교도소는 7월 16일 6급 이상의 감독자 등을 대상으로 보호 장비 체험 및 인권 교육을 실시했다. 인권 침해의 가능성이 높은 보호 장비를 교도관이 직접 체험함으로써 인권 존중의 필요성에 대한 공감대를 형성할 수 있었다. 또한 인권 교육을 통해 수용자 인권을 보호하기 위한 구체적인 실행 방안을 모색하는 시간을 가졌다

충주구치소 / 교위 김인호
사랑의 헌혈 운동 실시

충주구치소는 7월 16일 대한적십자사 충북혈액원의 협조로 사랑의 헌혈 운동을 실시했다. 이번 헌혈은 코로나19의 장기화와 지역 사회 확산으로 헌혈 참여자가 급격히 감소함에 따라 혈액 수급을 안정화하고 나눔 문화를 확산하기 위해 실시했다.

홍성교도소 / 교도 조경환
반부패·청렴 나눔 캠페인 실시

홍성교도소는 7월 7일 '2020년 반부패·청렴 나눔 캠페인'을 실시했다. 직원들은 외부 정문에서 청렴 표어 '청렴은 당기세요, 부패는 미세



요'가 적힌 어깨띠를 두르고 지역 주민과 방문 민원인에게 캠페인을 홍보했다. 또한 민원실에 방문한 민원인에게는 청렴 표어가 새겨진 텀블러를 홍보물품으로 지급했다.

천안개방교도소 / 교감 노호성
직원 식당 및 민원실 가림막 설치

천안개방교도소는 7월 8일 생활 속 거리두기 전환에 따른 직원 및 민원인의 일상 활동 영위와 교정시설 내 코로나19 감염 예방을 위해 직원 식당과 민원실에 가림막을 설치했다. 직원 식당에는 아크릴 칸막이를 설치하여 1인 1식탁으로 전환했고 민원실에도 직원과 외부인 간의 직접적인 접촉 차단을 위해 가림막을 설치했다.

홍성교도소 서산지소 / 교도 김승인
수용자 물품 전달식 개최



홍성교도소 서산지소는 7월 10일 수용자들을 위한 생수 및 꿀떡 전달식을 가졌다. 이날 전달식에서 한국수자원공사 서산권지사는 생수 3,000병을, 교정협의회는 꿀떡 340팩을 기증했다. 유철홍 소장은 “수용자들을 위해 매번 관심과 사랑의 마음을 전해줘 감사하다”라며 앞으로도 수용자들의 사회 복귀를 위해 더욱 노력하겠다고 다짐했다.

대전교도소 논산지소 / 교도 박지우
전입 직원 환영식 개최

대전교도소 논산지소는 7월 1일 운전직 전입 직원 환영식을 가졌다. 이날 환영식에서 전입 직원은 따뜻한 환영과 축하를 받은 후 논산지소 직원들과 인사를 나누며 “말은 업무에 사명감을 갖고 근무에 임하겠다”라고 다짐했다.

광주지방교정청

광주지방교정청 / 교위 윤정구

광주청 소속 기관장 영상 회의 개최



광주지방교정청은 7월 22일 정부광주합동청사 영상 회의실에서 광주청 소속 기관장들과 영상 회의를 갖고 '코로나19 이후 교정행정이 나아가 갈 방향'을 논의했다. 이날 영상 회의에서 신경우 청장은 각 기관장들의 코로나19 대응을 격려했으며 포스트 코로나 시대의 교정행정 방향성, 교정사고 방지를 위한 직무 역량 향상 방안 등을 주제로 소통의 시간을 가졌다.

광주교도소 / 교도 심우민

하계 직인 격려 행사 실시



광주교도소는 7월 6일부터 16일까지 전 직원에게 팔빙수를 지급했다. 이번 행사는 코로나19로 침체된 내수를 진작하고, 방역 활동으로 땀 흘리는 직원들의 노고를 격려하기 위해 시행됐다. 직원들도 "덕분에 무더위와 스트레스를 시원하게 날릴 수 있었다. 앞으로도 적극적인 업무 수행으로 코로나19 등 당면 과제를 극복하도록 노력하겠다"라고 다짐했다.

전주교도소 / 교위 박승훈

교정협의회, 수용자 생수 기증

전주교도소 교정협의회는 7월 3일 수용자 생수 3만 병을 기증했다. 이번 생수 기증 덕분에 수용자들이 무더운 여름을 건강하게 이겨내는 데 도움이 될 것으로 기대된다. 얼음 생수는 혹서기에 전 수용자에게 지급될 예정이다.

순천교도소 / 교사 이승현

여자 수용동 진정·보호실 증축 공사 완료

순천교도소는 7월 4일 여자 수용동 진정·보호실 증축 공사를 완료했다. 90일에 걸친 공사 끝에 진정·보호실 1동을 증축했다. 이로써 여성 수용자 자살 및 자해 방지를 위한 설비를 갖추게 되었고 수용 환경도 개선됐다.

목포교도소 / 교사 김수인

사랑나눔회 지역사회 장학금 전달

목포교도소는 6월 25일 무안중학교 학생 5명에게 총 150만 원의 장학금과 장학증서를 전달했다. 목포교도소 사랑나눔회는 2013년부터 지역 학생들을 대상으로 매년 300만 원의 장학금을 전달하고 있으며, 형편이 어려운 소외 이웃에게도 매월 후원금을 지원하고 있다. 김춘오 소장은 "앞으로도 꾸준한 지원으로 나눔과 배려가 있는 교정행정을 실천하겠다"라고 다짐했다.

군산교도소 / 교도 김재민

교정협의회, 아이스크림 및 생수 기증

군산교도소 교정협의회는 7월 16일 초복맞이 아이스크림 1,000개, 생수 5,000병을 기증했다. 이번 기증은 혹서기에 발생하기 쉬운 교정사고를 예방하고 수용자의 심적 안정을 도모하고자 마련됐다. 신동윤 소장은 "아이스크림과 생수 기증으로 교정시설 내 수용자들이 큰 위로를 받을 것으로 기대한다. 혹서기에 안정된 수용 생활을 하는 데 많은 도움이 될 것이다"라며 고마움을 전했다.

제주교도소 / 교사 황승민

이동 금연 클리닉 운영



제주교도소는 지난 6월 29일부터 8월 3일까지 6주간 제주시보건소의 협조를 받아 이동 금연 클리닉을 운영했다. 그 결과 남상오 소장을 비롯해 총 13명이 금연을 다짐했다. 보건소는 금연 클리닉에 참여한 직원에게 금연 보조제와 금연 행동 강화 물품 등을 무료로 전달했다. 6개월간 금연 성공자에게는 별도의 기념품을 제공할 예정이다.

장흥교도소 / 교위 오창웅

업무 교류 협약식 개최 및 방역 활동 실시



장흥교도소는 7월 16일 한국범무보호복지공단 광주남부지소, 한국명군센터(주)와 업무 교류 협약식을 개최하고, 한국명군센터의 지원을 받아 구내·외 방역을 실시했다. 박병일 소장은 "광주 지역에서 사회적 거리두기를 2단계로 격상함에 따라 교정시설에 대한 방역 활동을 강화했다. 앞으로 유관 기관과 협력해 교정시설 내 코로나 19 유입 방지에 최선을 다하겠다"라고 밝혔다.

해남교도소 / 교사 이상문

감염병 예방 강화를 위한 방역활동 실시

해남교도소는 7월 17일 광주·전남 지역의 코로나 19 확산에 대응, 선제적 방역 강화를 위해 소독 전문 업체인 KSC 한국명군센터에 의뢰해 살균 소독을 실시했다. 이번 방역은 기업 이익의 사회 환원 차원에서 무상으로 실시됐다. 이로써 교정시설 내 방역 수준을 한층 더 향상시켰으며 수용자의 의료 처우를 제고했다.

정읍교도소 / 교도 박승현

야간 응급환자 출동 훈련 실시



정읍교도소는 7월 7일 야간 응급환자 출동 훈련을 실시했다. 이번 훈련을 통해 교정기관과 외부 의료 시설 간 긴밀한 공조 체계를 구축하여 야간 응급환자 발생 시 대처 능력을 제고했다. 또한 직원들의 긴급 상황 대처 능력을 향상 시킴으로써 교정사고 방지 효과도 기대할 수 있게 됐다. 소는 앞으로도 지속적인 훈련을 실시할 예정이다.

2020년 8월

모범공무원을 소개합니다



안양교도소 교사 김광모

김광모 교사는 직업훈련과 봉제 작업장 업무를 담당하면서 코로나19로 마스크 수급이 곤란한 상황에서 발 빠르게 마스크 제작용 원단 및 필터를 확보하고 지속적인 연구개발에도 앞장섰다. 면 마스크를 비롯해 필터 장착형 면 마스크, 필터 교체형 면 마스크에 이어 기능성 마스크와 필터 교체형 기능성 마스크, 하계 기능성 마스크까지 생산할 수 있도록 했다. 이처럼 품질 좋은 마스크를 지속적으로 생산·판매·공급하여 코로나19 확산 방지 및 교정기관 이미지 향상에 기여했다.



밀양구치소 교사 김기영

김기영 교사는 보호 장비 사용법 및 사용 요건을 숙지하여 수용자 폭행 등 교정사고 발생 시 적법 절차에 따라 장비를 사용함으로써 교정사고 확산을 방지하는 데 기여했다. 사실 관계 입증에 필요한 정황 증거 보전·확보에도 신속하게 대처함으로써 교정사고 예방에도 힘썼다. 범무보호복지공단과 연계하여 허그 일자리 프로그램을 실시함으로써 취업에 어려움을 겪는 출소 예정자들에게 개인별 맞춤형 취업 종합 서비스를 제공했다.



홍성교도소 서산지소 교감 김주일

대전교도소 총무과 구매총괄 파트에서 근무할 당시 김주일 교감은 수용자 물품 구입 시 가격 변동 추이를 수시로 파악하고 품질을 면밀하게 검수하여 적절한 가격과 우수한 품질을 확보할 수 있도록 했다. 특히 매일 외부에서 반입되는 수용자 자비 구매 물품까지 면밀히 검사해 물품 차입 과정에서 부정 물품이 반입되지 않도록 하는 등 교정 사고 예방에도 기여했다. 하자 물품에 대해서는 적극적으로 회수, 원인을 파악하고 구매 업체와 협상하는 등 적절한 조치를 함으로써 원활한 자비 구매 물품 유통에 기여하고 있다.



전주교도소 교위 조완섭

조완섭 교위는 2008년 교도로 임용된 이래 투철한 사명감과 성실함으로 근무에 임하고 있다. 지난 6월에는 타 교정기관에서 출소한 자가 만취 상태에서 흥기를 든 채 무단 침입하려는 것을 발견하고 신속하게 제압한 후 경찰에 신병을 인계, 교정시설 내 교정사고 방지에 크게 기여했다. 또한 인간적인 면모로 직원들의 고충을 귀담아듣고 적절한 조언을 할 뿐만 아니라 협조가 필요한 경우 출선수범함으로써 직원 간 일체감 형성에도 기여하고 있다.

서울구치소 이강철 교사를 칭찬합니다

현재 서울구치소에서 열심히 일하고 있는 이강철 교사. 저보다 한 살 많습니다. 그런데도 먼저 "우리 그냥 친구하자"며 손을 내밀어주었습니다. 이강철 교사는 말로는 "어이, 친구"라면서도 행동은 언제나 만형처럼 든든했습니다. 함께 근무할 때는 유도동호회에서 활동을 같이 했는데 언제나 먼저 도착해 유도장을 청소했습니다. 음료수도 늘 하나씩 더 챙겨와 땀 흘리는 저에게 불쑥 내밀기도 했습니다. 업무적으로도 많은 도움을 받았던 기억이 있습니다. 특히 교도소 내 시설 보수 업무를 할 때면 항상 굶은일은 그의 몫이 되곤 했습니다. 후배들에게는 술선수범하는 선배로, 선배들에게는 예의 바른 후배로 인정받는 이강철 교사! 서울구치소에서도 인정받는 직원이 되리라 믿어 의심치 않습니다. 친구 올 때는 코로나19로 무도대회가 미뤄졌지만 내년에는 열심히 운동해서 무도대회 때 꼭 보자!

칭찬해주신 분 : 포항교도소 교위 전두민

교정본부 심리치료과 송남옥 교감님을 칭찬합니다

몇 년 전, 심리치료팀에서 프로그램 업무를 담당하면서 본부 심리치료과에 근무하시는 송 계장님에게 업무 관련 문의를 드린 적이 있습니다. 바쁜 업무 중에도 친절하고 세심하게 잘 설명해주시고 일선 소 직원들의 고충에 대해 경청하는 모습을 보며 참 마음이 따뜻한 분이라고 생각했습니다. 그러던 중 프로그램 매뉴얼 개발 TF의 일원으로 송 계장님과 함께 할 수 있는 기회가 있었습니다. 상담심리 전문가인 송 계장님의 뛰어난 능력과 열정은 이미 알고 있었으나, 같은 팀원으로 일하면서 그분의 추진력과 배려심에도 큰 감동을 받았습니다. 또한 전문가임에도 불구하고 끊임없이 노력하는 모습을 보며 나를 돌아보는 계기가 되었습니다. TF 구성원들의 의견을 일일이 수렴해 일선 소 직원들의 눈높이에 맞는 매뉴얼을 만드느라 애쓰시던 모습이 아직도 눈에 선합니다. 함께 일할 수 있어 영광이었고 많이 배울 수 있어 감사했다고 다시 한 번 말씀드리고 싶습니다.

칭찬해주신 분 : 대전지방교정청 분류센터 교사 김나연



월간 <교정>이 동료 간에 칭찬을 주고받으며 행복하고 즐거운 직장문화를 만들어가기 위해 '칭찬합니다' 코너를 마련했습니다. 내 주변에 꼭 칭찬을 하고 싶은 동료가 있다면 월간 <교정>을 통해 소개해 주세요. 참여해주신 분에게는 소정의 상품을, 칭찬의 주인공에게는 특별한 하루를 선물해 드립니다.



- 사연은 이메일 correct2015@naver.com, yjw1219@korea.kr로 보내주세요.
- QR코드도 참여가 가능합니다.



다른 그림 찾기

두 개의 사진을 비교하여 서로 다른 부분 5개를 찾아보세요.

서로 다른 부분 5개를 표시한 후 사진을 찍어 이메일(correct2015@naver.com, yjw1219@korea.kr)로 보내주세요. 선정된 분에게는 '소원을 말해봐' 참여기회 또는 소정의 상품을 드립니다.

Before



After





“해보니까 다르더라”

일선 현장의 **업무 노하우**를 공모합니다

일선 현장에서 경험으로 터득한 자신만의 생생한
업무 노하우를 다른 직원들과 공유해주세요!

선정된 직원분의 업무 노하우는 월간 <해> 지면을 통해 소개하고
소정의 상품권을 선물로 드립니다. 직원 여러분의 많은 참여 바랍니다!



참여자격 : 교정공무원 누구나
공모기간 : 수시 모집 중
당첨자 선물 : 5만 원 상당 상품권
참여방법 : 이메일 correct2015@naver.com 또는 yjw1219@korea.kr로 보내주세요.
QR코드로도 참여가 가능합니다.

세계유산축전

Feel the REAL KOREAN HERITAGE

유네스코 등재 한국의 서원
7.3(금) ~ 7.31(금)

2020
WORLD HERITAGE FESTIVAL
세계유산축전

**한국의 세계유산을
즐기는 새로운 방법**

www.worldheritage.or.kr

경상북도
경주역사지구,
하회·양동마을,
영주 부석사·소수서원
**7.31(금) ~
8.30(일)**

제주특별자치도
제주 화산섬과 용암동굴
9.4(금) ~ 9.20(일)

주최: 문화재청
Cultural Heritage Administration

경상북도
GYEONGSANGBUK-DO

Jeju 제주특별자치도

주관: 한국문화재단
Korea Cultural Heritage Foundation

(재)한국의서원 통합보존관리단

세계유교문화재단
World Foundation for Confucian Culture

제주특별자치도 세계유산축전 사무국