

Magazine
새벽종
May + June 2022

지속가능한 새마을

 새마을운동중앙회



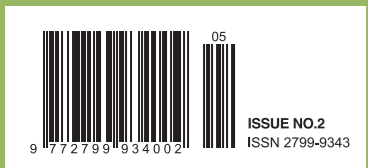
〈새벽종〉은 친환경 종이와 콩기름 인쇄로
제작되어 지구 환경 보호에 앞장섭니다.



표지 이야기

새마을운동이 일궈나가는 새 희망의 이야기를 전하는 〈새벽종〉. 이번 2022년 5+6월호 표지는 새마을운동이 탄소중립 실천으로 만들어가는 지속가능한 지구, 풍요로운 터전을 표현하였습니다.

새마을운동은 1974년 5월 창간한 월간 〈새마을〉, 1998년 3월 창간한 「새마을운동신문」에 이어 2022년 3월 새롭게 시작하는 격월간 종합교양문화잡지 〈새벽종〉으로 새마을정신과 시대정신을 이어갑니다.



ISSUE NO.2
ISSN 2799-9343



지속가능한 새마을

Prologue

우리나라, 우리국민은 유구한 역사 속 수많은 역경에도
상생과 협력으로 위기를 딛고 새로운 희망을 만들어왔습니다.

그 속에서 새마을운동은 국민을 하나로 모으고
손잡고 다시 서게 하는 버팀목이 되어주었습니다.

오늘날 전 세계가 겪고 있는 기후위기는
인류의 존속을 위협할 만큼 심각하고 시급한 문제이지만

이 또한 상생과 협력으로 극복해낼 수 있습니다.

나무를 심어 숲을 가꾸고 현명하게 에너지를 사용하고 자원순환을 실천하는 등
나와 너, 우리가 변화하고 행동하면

작은 변화들이 모이고 모여 기후위기 극복의 길을 열 수 있습니다.

지금 새마을운동은 탄소중립 실천을 통해
지속가능한 지구, 지속가능한 공동체를 만들어 가고 있습니다.

새마을운동이 만드는 또 하나의 기적.

기후위기 극복으로 환경과 인류, 우리 모두가
더불어 잘 사는 공동체가 반드시 실현되길 소망합니다.

CONTENTS

May + June 2022

매거진 <새벽종>을 휴대기기에서도
간편하게 보실 수 있습니다.



Magazine



Webzine

1

새마을 리뷰

06

Focus

새마을운동 제창 52주년, 제12회 새마을의 날 기념식

10

펼침

일상생활 속에서 시작하는 탄소중립 실천

14

어울림

새로운 기적을 만드는 오늘의 나무심기

18

누림

낮선 곳에서의 위로, 전에 몰랐던 제주를 만나다

- 제주, 서귀포 여행

22

울림

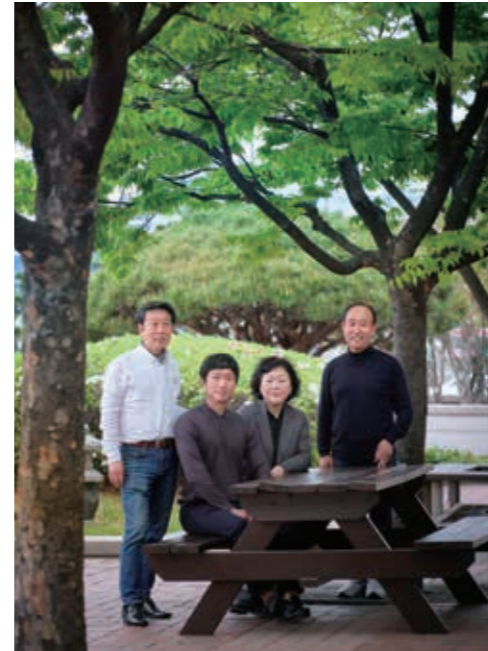
탄소중립 실천은 생명운동이다

- 염홍철 새마을운동중앙회장



2

새마을 리뷰



24

이슈 탐독

코로나, 자기관리 트렌드도 바꿨다

28

새마을 사람들 I

함께 가꾸는 광양, 함께 나누는 마음

- 전라남도 광양시새마을부녀회

32

새마을 사람들 II

단합된 힘으로, 선한 영향력 끼치는 녹색의 파수꾼

- 부산광역시 사상구새마을회

36

새마을동아리

새마을정신을 세계로, 내일의 글로벌 새마을 리더

- 영남대학교 새마을동아리

38

지구촌새마을운동

새마을운동이 만든 머나먼 이국땅의 변화

- 파푸아뉴기니, 부룬디

40

친절한 건강 가이드

관리와 예방이 답이다, 근감소증

44

슬기로운 탄소중립 생활

대충 하면 안 하느니만 못한 분리배출



3

새마을 뉴스

46

중앙회 소식

48

시·도 소식

50

현장은 지금

58

새마을 통통통

발행일

2022년 5월 10일

발행처

새마을운동중앙회

발행인

염홍철

기획

새마을운동중앙회 홍보실

T. 031-620-2373~5

F. 031-620-2379

편집·디자인

(주)홍커뮤니케이션즈

www.hongcomm.com

광고·구독·주소변경

T. 031-620-2373

magazine@saemaul.or.kr

본지에 게재된 저작물의 무단 전재 및
재배포를 금지합니다.



새마을운동 제창 52주년 제12회 새마을의 날 기념식

새마을의 날은 1970년 4월 22일 '새마을가꾸기운동'을 제창한 날을 기념하고 새마을운동에 대한 전 국민의 관심을 높여 지속적으로 추진하기 위해 2011년 국가기념일로 제정된 날로, 올해 12회를 맞았다. 새마을운동중앙회가 주관하고 행정안전부가 주최하는 '새마을운동 제창 52주년 제12회 새마을의 날 기념식' 현장을 스케치했다.

write/photo. 홍보실



1



2

●
50년이 지나
100년의 시대에도
대한민국의 자부심이
될 수 있도록
'살맛나는 공동체' 조성에
훈신의 노력을 다하겠다

지난 4월 22일 '새마을운동 제창 52주년 제12회 새마을의 날 기념식'이 새마을운동중앙회(대강당)에서 열렸다.

이 자리에는 김부겸 국무총리, 고규창 행정안전부 차관, 다올 마뚜데 메히아 주한 페루 대사를 비롯한 주요 외국대사, 대학새마을동아리 지도교수와 동아리 학생 등 250여 명이 참석했으며, 새마을운동글로벌리크(SGL)대표 등은 온라인 화상회의(Zoom)를 통해 참석했다.

'새마을의 날'은 1970년 4월 22일 '새마을가꾸기운동' 제창일을 기념하기 위하여 2011년 국가기념일로 제정됐다. 제12회 새마을의 날 기념식은 '새로운 도전, 살맛나는 공동체'라는 주제로 진행됐다.

이번 기념식은 세대보완을 통한 '영구(Young & 舊)잇기', 탄소중립 문화 조성, 갈등해소를 위한 사회적 자본 형성, 공동체 의식 회복 및 지구촌 공동번영을 위한 새마을운동 미래가치를 공유하기 위해 마련됐다.

기념식은 기념사와 축사를 비롯해 행정안전부 장관 표창, 새마을회장, 새마을기념장, 시도 및 시군구 평가 최우수상 시상, '영구잇기+탄소중립' 퍼포먼스 순으로 진행됐으며, 유튜브를 통해 생중계됐다.

염홍철 새마을운동중앙회장은 기념식에서 "새마을운동은 52년간 언제나 살아있는 국민운동으로 사회통합을 선도했다"며 "'영구(Young & 舊)잇기'를 통한

1
제12회 새마을의 날 기념식에
참석한 내빈 및 시도시군구 회장단

2
염홍철 새마을운동중앙회장이
김기호 새마을문고중앙회 고문에게
새마을휘장을 수여하고 있다.

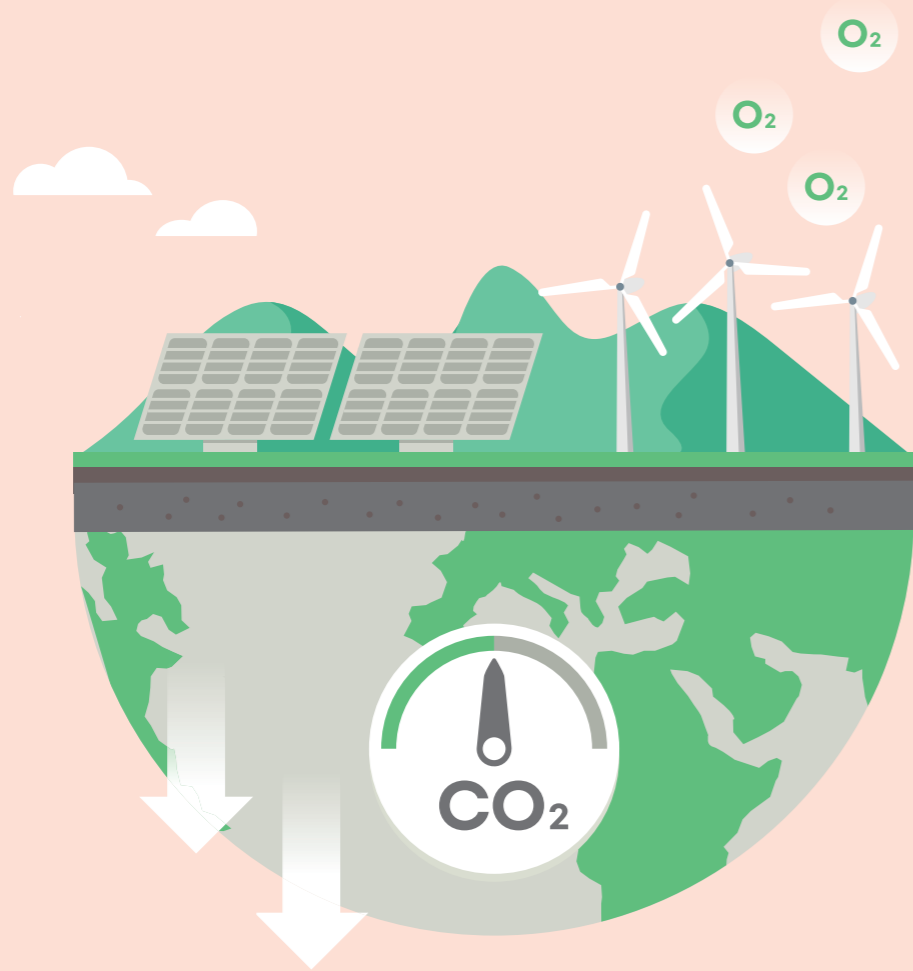
세대보완으로 젊은 새마을운동의 지평을 확대하여 50년이 지나 100년의 시대에도 대한민국의 자부심이 될 수 있도록 '살맛나는 공동체' 조성에 훈신의 노력을 다하겠다"고 밝혔다.

김부겸 국무총리는 축사를 통해 "지난날의 새마을운동이 '근면·자조·협동'의 정신으로 빈곤의 탈출구를 열었다면, 이제는 '생명·평화·공동체'운동으로 우리 공동체의 통합과 공존을 이끄는 새로운 국민운동으로 재탄생의 길을 걸어가고 있다"라며, "전국적인 조직과 실행력을 갖춘 새마을회가 탄소중립 실천 국민운동과 공동체 회복에 누구보다 앞장서 달라"고 당부했다. 더불어 "새마을운동이 MZ세대와 함께하는 새마을운동으로 거듭날 수 있도록 지속적으로 지원하겠다"라고 말했다.

다올 마뚜데 메히아 주한 페루 대사는 축사에서 "코로나19 팬데믹으로 전 세계가 '공존하는 지구촌'에 공감하고 있다"며 "대한민국이 새마을운동을 통해 경제발전을 이룬 경험이 페루에 적용될 수 있을 희망하고, 제12회 새마을의 날을 진심으로 축하한다"라고 축하를 전했다.

새마을운동중앙회는 새마을의 날 기념식을 통해 200만 새마을회원들과 함께 지역공동체운동을 중심으로 탄소중립사회로의 전환을 이끌고, '살맛나는 공동체'를 만드는데 최선을 다할 것을 결의했다. 🌱

일상생활 속에서 시작하는 탄소중립 실천



현재 전 세계의 화두인 탄소중립은 정부와 기업, 과학기술계의 노력만으로는 실현할 수 없다.
가장 중요한 것은 사람들의 생각과 삶의 방식을 바꾸는 일이다.
탄소중립 실현과 새마을운동이 맞닿아 있는 지점이 바로 그 부분이다.
'잘 살아보자'는 구호 하나로 국가발전을 이끌었던 새마을운동의 저력으로 실천하는 탄소중립.
새마을운동중앙회는 일상생활 속에서 탄소중립 문화를 조성하고 내실화하여
인류가 직면한 기후위기 극복에 동참하고 있다.

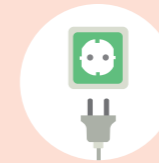
write. 성혜경

새마을운동중앙회는 탄소중립을 위한 새마을 실천수칙 동참 운동을 펼치고 있습니다

그린에너지



물 사용 절약하기



사용하지 않는
전기기기 플러그 뽑기



겨울철 내복 입고
난방기 사용 자제하기



엘리베이터 대신
계단 이용하기



태양광, 풍력에너지 등
자연에너지 활용 권장하기

녹색교통 · 생명경제



승용차 대신 BMW(버스,
지하철, 도보) 이용하기



3급(급출발, 급가속, 급감속)
운전 하지 않기



경유, 휘발유차를
전기차, 수소차로 바꾸기



친환경 마크 제품
우선 사용하기



탄소중립에 앞장서는 기업
물건 우선 구매하기

국토저탄소화 · 탄소중립 식생활



나무 심기운동
적극 참여하기



쓰레기 10% 감량운동
적극 참여하기



일회용품(플라스틱,
비닐 등) 사용 최소화하기



자원재활용운동
앞장서기



수입소고기 30% 줄이고,
채식식단 권장하기

물 사용 절약하기

물 사용을 절약해서 물 관리 산업공정에서 배출되는 이산화탄소 줄이기

출처 : 탄소포인트제도

실천항목	에너지	저감량	비용	
수도요금	수도 절수기 사용	11.8㎡	3.9kg	7,760원
	설거지 통 사용	1.2㎡	0.4kg	804원
	샤워 짧게 하기	1.7㎡	0.6kg	1,090원

경유, 휘발유차를 전기차, 수소차로 바꾸기

경유/휘발유를 연료로 운행하는 내연기관 자동차 운행 거리와 필요 연료 소모량을 줄여서 탄소발생량 줄이기

출처 : 한국기후환경네트워크

실천항목	이산화탄소 줄이기	비용
주회 도보/자전거 이용	2.1kg/월	7,760원/월
1주일 1회 대중교통	39.1kg/월	27,502원/월
경제속도(60~80) 준수	5.5kg/월	3,864원/월
트렁크에서 짐 빼기	4.7kg/월	3,285원/월
실시간 네비게이션 사용	32.6kg/월	22,933원/월
3급(급출발, 급가속, 급감속) 안하기	26.3kg/연	18,427원/연

나무 심기운동에 적극 참여하기

대기 중의 이산화탄소 흡수량

나무 한 그루 당 연간 이산화탄소 흡수량 (kg)

수령(년)	20	30	40	50	60
수종					
소나무	2.76	6.60	6.56	5.49	4.82
편백나무	4.84	5.56	5.48	5.12	4.31
신갈나무	5.81	6.96	9.20	11.20	12.79
잣나무	8.48	12.23	13.81	13.77	13.03
낙엽송	9.01	13.38	15.55	15.79	15.32
상수리나무	14.11	14.62	15.54	16.18	16.59

산림청, 주요 산림수종의 표준 탄소흡수량

새마을운동중앙회는 2021년 한 해 이렇게 활동했습니다

생명교육

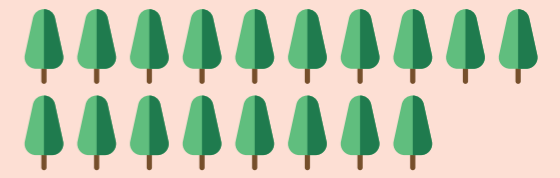


1,190회



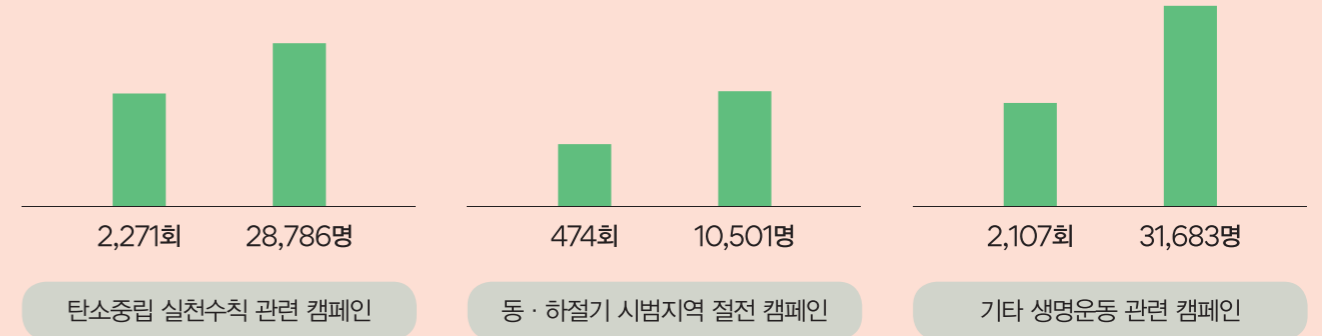
28,383명

나무심기



278,354그루

캠페인 전개



자원재활용품 수집



24,935톤
고철·폐지 등



15,083톤
다시 입을 수 있는 옷



33,378톤
농촌폐기물



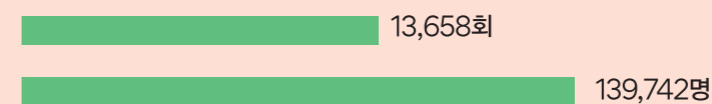
676회
횃수



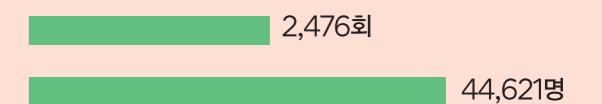
11,024명
참여자

각종 정화 활동

새마을 대청소



산·바다·하천



새로운 기적을 만드는 오늘의 나무심기

세계적 화두인 탄소중립 물결 속에 최근 연이어 발생한 강원·경북지역의 대형 산불로 나무심기의 중요성이 그 어느 때보다 절실한 요즘이다. 새마을운동중앙회는 탄소중립 생활문화 정착을 위해 다양한 활동을 펼치고 있는 가운데, 지난 3월 31일 제77회 식목일을 앞두고 '75만 그루 나무심기' 사업을 전개했다. 지구의 기후위기 극복을 위해서는 지금 당장, 내 주변부터 변화시켜야 한다. 오늘 한 사람 한 사람이 심은 나무 한 그루가 지구를 건강하게 가꾸고 기후위기를 극복하는 자원이 되길 바라며, '12만 그루 나무심기' 사업이 펼쳐진 전라남도 신안군을 찾아갔다.

write. 성혜경 photo. 김병구 illust. 버리



어느 때보다 뜻 깊은 식목일

우리나라에는 한강의 기적과 함께 세계가 인정하는 또 하나의 기적이 있다. 산림녹화를 통해 전쟁으로 폐허가 된 국토를 회복시킨 '민둥산의 기적'이다. 그래서 식목일은 우리 국민들에게 더욱 상징적인 의미를 갖고 있다. 최근 기후위기 속에서 산림의 탄소흡수 기능이 강조되면서 나무 심기는 다시 중요한 국가적 과제로 떠오르고 있다. 더불어 식목일은 관공서에서 기념식수를 하는 날이 아니라 탄소를 흡수하는 날로 그 의미가 새롭게 정립됐다.

제77회 식목일을 닮아 앞둔 지난 3월 31일, 전남 신안군 압해읍에 위치한 새마을생명동산에는 탄소중립 실현과 기후변화 극복에 뜻을 모은 사람들이 모인 가운데 뜻 깊은 행사가 진행됐다. 탄소중립을 위한 적극적인 실천의 일환으로 개최한 전라남도 '12만 그루 나무심기' 행사다.

전라남도새마을회가 주최하고 전라남도 신안군새마을회가 주관한 이날 행사에는 염홍철 새마을운동중앙회장과 박우량 전라남도 신안군수, 이귀남 전라남도새마을회장, 오인석

전라남도 신안군새마을회장, 강점석 전라남도 신안군새마을협의회장, 김영자 전라남도 신안군새마을부녀회장, 이화자 전라남도 신안군새마을문고회장, 세한대학교 새마을동아리 학생 등을 비롯한 130여 명이 참석해 자리를 가득 채웠다.

새마을생명동산에 심은 희망

전라남도새마을회의 '12만 그루 나무심기' 행사의 일환으로 열린 신안군새마을회 새마을생명동산 조성식에서는 새마을생명동산 기념비 제막식과 철쭉 7,000그루, 애기동백나무 100그루, 홍가시 100그루 등의 기념식수가 진행됐다.

화창한 날씨는 아니었지만 참석자들 모두 밝은 표정으로 묘목을 옮기고 땅을 파고 꽃을 심으며 새마을생명동산에서 기후위기 극복의 희망이 피어나길 기원했다.

한편 염홍철 새마을운동중앙회장은 생명동산 조성식에서 "지구온난화와 강원·경북지역 산불 사건 등으로 나무심기의 중요성이 그 어느 때보다 절실하다. 미래에 탄소 흡수를 활발하게 이뤄내기 위해서는 지금 당장, 나무를 심어야 한다"며 "과거



민둥산이었던 우리나라 국토가 세계 4위의 산림국가로 변모되기 까지 그 뿌리에는 새마을지도자들의 숨은 노고가 있었다"고 말했다. 이어 "온실가스를 줄이는 나무 심기 활동에 전국 200만 새마을지도자가 참여해 미세먼지를 줄이고 사막화 방지를 위한 노력을 이어가자"라고 밝혔다.

공동체이기에 실현 가능한 희망

탄소중립 실현은 개개인의 참여와 더불어 지속적인 노력이 관건이다. 이번 식목일에 이루어진 나무심기 역시 일회성 행사가 아닌 새마을운동중앙회가 중장기적으로 추진 중인 탄소중립 사회로의 전환을 위한 '전국 200만 그루 나무심기'의 일부이다. 새마을운동중앙회는 2021년 25만 그루, 2022년 75만 그루, 2023년 100만 그루 나무심기 3개년 중장기 계획을 통한 '2050 탄소중립 실현 범국민 나무심기 운동'을 펼치며 탄소중립 사회 만들기에 앞장서고 있다.

올해 새마을운동중앙회의 나무심기는 총 1,555개소에서 전국 2만2천여 명의 새마을지도자들이 참여하는 가운데 746,209 그루(관목류 470,000그루, 교목류 64,000그루, 과실수 18,000 그루 등)가 식재된다. 지역별로는 경기 21만420그루, 전남 11만7840그루, 대구 10만7130그루, 경북 7만1137그루, 충남 4만5700그루, 경남 4만1010그루, 충북 3만3143그루, 서울 3만2721 그루, 전북 1만9308그루, 부산 1만7672그루, 인천 1만5800그루, 광주 7515그루, 강원 7050그루, 울산 6903그루, 세종 4560 그루, 대전 4300그루, 제주 3000그루, 이북5도 1000그루이다. 초등학교도 익히 아는 '백지장도 맞들면 낫다'는 속담처럼, 200만 그루 나무심기의 목표도 탄소중립 실현도 함께 손을 모으면 이룰 수 있다. 공동체이기에 실현 가능하다. 대한민국을 세계 4위의 산림국가로 만든 민둥산의 기적 속에 새마을운동이 있었듯이 탄소중립 또한 새마을운동과 함께 실현되어 새로운 기적이 되길 기대해본다. ♡

200만 그루 나무심기의 목표도 탄소중립 실현도 함께 손을 모으면 이룰 수 있다. 공동체이기에 실현 가능하다



낮선 곳에서의 위로, 전에 몰랐던 제주를 만나다

제주, 서귀포 여행

일상의 공간이 답답하게 느껴질 때가 있다. 그 이유가 무엇이든 삶에 숨구멍이 필요한 순간이 있다. 그래서 사람들은 여행을 떠난다. 미리 계획된 스케줄, 예상되는 상황들... 그렇게 안정을 추구하는 일상의 패턴을 떨쳐버리고, 자유롭게 느슨하게 제주의 자연과 문화를 만나기 위해 떠나기로 했다. 굳이 멀리 갈 필요도 없었다. 가벼운 가방을 렌터카 조수석에 내려놓고 가장 가까운 해안 방향으로 차를 몰았다.

write. 성해경 photo. 김병구

신비로운 숲

소설가 김훈은 “숲’이라고 모국어로 발음하면 입 안에서 맑고 서늘한 바람이 인다”고 했다. 한때는 경작이 불가능해 개발에서 배제되고 격리되어 있던 땅. 그 덕분에 지금은 생태계 보존 지역으로 가꾸어지고 여행자들에게 아름다운 풍경을 선물하는 선흘 꽃자왈이 제주의 첫 여행지였다.

꽃자왈은 오랜 옛날 화산활동으로 분출한 용암이 식으면서 만들어진 암괴들이 불규칙하게 널려 있는 지대에 형성된 숲. 때문에 독특한 생태계가 유지되고 있다고 한다. 사스레피나무, 먼나무, 개가시나무, 모람, 멀꿀 등 산림유전자원보호구역 안내판에 적혀 있는 주 수종 이름들은 정말 난생 처음 들어보는 나무 이름들이었다.

선흘 꽃자왈은 ‘선흘곶 동백동산’으로 더 유명한데, 동백동산 탐방로를 따라 오르다보면 푸른 이끼 옷을 입은 돌들과 가지치기도 하지 않고 뿌리를 다 드러내놓고 있는 나무들이 때타지 않은 자연지대라는 것을 실감하게 해준다.

자연의 신비를 느끼며 걷다보니 어느덧 먼물곶에 다다랐다.

물을 잘 통과시키지 않는 넓은 용암대지의 오목한 부분에 빗물이

채워져 만들어진 습지인 먼물곶. 물을 잘 투과시켜 버리는 제주도에서 이렇게 고여 있는 물은 아주 소중한 것이다. 실제로 과거에는 사람과 가축을 위한 생활용수로 쓰였다고 한다.

탐방로를 둘러보고 내려오는 길. 올 봄에 예쁘게 피었을 홍매화 꽃잎들이 바닥에 떨어져 곱게 덮여 있었다. 짙은 녹음으로 가득한 꽃자왈의 마지막 장면에 더해진 분홍색이 인상적인 이미지로 남을 것 같았다.

구도심 속 화산한 공원

한라산 북쪽 사면 관음사 근처에서 발원해 아라동, 이도동, 건입동을 거쳐 흐르는 산지천을 따라 조성되어 있는 산짓물공원이 다음 여행 장소였다.

산짓물공원의 첫 번째 미력은 세월의 흔적이 느껴지는 원도심의 모습이다. 오래 전에 지어진 낮은 건물들과 관광지의 느낌보다는 동네 같은 분위기의 거리, 담쟁이가 뒤덮은 담벼락마저도 마음을 편하게 해주는 풍경이었다.

산짓물공원의 또 다른 매력은 공원 한중간에 펼쳐진 너른 툼립 밭. 노란색과 빨간색의 탐스러운 꽃봉오리들이 활짝 웃으며

반겨주는 것만 같았다. 누가 뭐라 해도 사진이 잘 나올 장소, 꽃의 키에 맞춰 잔디밭에 털썩 앉아 사진을 찍는 관광객들의 표정도 환하기만 했다. 웬지 그 곁에서 혼자 사진을 찍고 싶지는 않아 열심히 꽃들을 사진에 담았다. 이리도 선명한 빨간색과 노란색이 있을까 싶을 정도로 화사하게 사진에 담긴 튜립 밭. 사진을 넘겨보다 보니 작품을 건진 것 같아 흐뭇했다.

특별한 구멍이 있는 유적

제주의 벚꽃명소이기도 한 삼성혈의 초여름은 인적이 찾아들어 차분하고 고요했다. 삼성혈은 탐라국 시조에 대한 제의가 이루어지는 곳으로, 태초에 탐라국을 창건한 삼신(고씨·양씨·부씨의 시조)이 이곳에서 솟아났다고 전해진다.

'탐라국발상지'라고 새겨진 바위와 그 옆에 높이 서서 뭔가 신비로운 기운을 뿜어내는 홍살문, 그 너머의 삼성혈은 바깥세상과 분리된 특별한 공간처럼 느껴졌다. 홍살문 주변에는 수령 지긋하고 목들이 늘어서 삼성혈로 가는 이들을 보필해주는 듯 했다.



2



3

내부에는 여러 채의 건물이 있는데, 얼마쯤 걷다보니 그 중 가장 주요한 건물이라 할 수 있는 삼성전이 나타났다. 삼성전은 삼신의 위패를 모신 곳으로, 1698년(숙종 24)에 유한명 목사가 건립하였고, 1785년(정조 9)에는 정조가 「삼성사(三姓祠)」라는 편액을 친히 하사하여 국가의 제사를 봉향하도록 했다고 한다. 그러나 1871년(고종 8)에 대원군의 서원 철폐령에 의해 일부 건물이 헐렸다가 1890년(고종 27)에 다시 세웠다. 그 후 수차례 중건과 중수를 거쳐 현재의 모습을 하고 있는 삼성전은 옛 모습 그대로는 아니지만 기나긴 세월, 변화를 겪어낸 우직함을 느끼게 했다.

제주만의 바다

제주도에 와서 바다를 안 보고 돌아갈 수는 없었다. 제주 시내에서 가장 가까운 해수욕장인 이호테우해변으로 향했다.

제주공항에서 10분만 달리면 도착하는 이호테우해변은 새하얀 모래가 매력적인 장소. 이곳의 마스코트인 빨간색과 하얀색의 말 모양 등대가 멀리서도 눈에 띄었다.

해가 기울어 감빛이 번져가는 하늘과 하늘빛으로 물들어가는 바다. 어두워질수록 더욱 선명하게 보이는 말 등대를 바라보며 파도 소리를 배경음악 삼아 한동안 경치를 감상했다.

이호테우 해변을 따라 이어진 해안도로를 달리며 운치 있는

드라이브를 즐기고 나서는 마지막 여행지인 애월 구멍리 돌염전으로 향했다.

'돌염전'이라고 해서 어떤 모습일지 궁금했는데, 과연 내가 알던 염전과는 다른 풍경이었다. 검은 바위 위에 오각형으로 구획을 지어놓은 염전이 이어져 있었다.

1559년(명종 14) 강려 목사가 부임하면서 구멍리 주민들에게 소금을 생산하는 방법을 가르쳤는데, 그것이 바로 바위 위에 찰흙으로 독을 쌓고 그곳에 고인 바닷물이 햇볕에 마르면서 생기는 소금을 얻어내는 방식이다. 이후 구멍마을 주민들의 주요 생업의 터전이 되었던 소금밭에서는 품질이 뛰어난 천일염이 생산되었다고 한다. 해방 이후 폐기되어 소금 생산을 중단했지만 지금은 관광지가 되어 제주에서만 만날 수 있는 풍경을 보존해가고 있다.

돌염전 너머의 바다는 파도도 숨을 고르는지 잠잠했고 하늘에는 노을이 온유하게 번져 있었다.

돌아보니 꽤 바쁘게 돌아다니는 하루였지만, 한 곳 한 곳마다 충분히 여유로운 여정이었다. 위로 반기에 충분한 여행이었다. ↻

- 1 뿌리를 다 드러내놓고 있는 나무들은 꽃자왈이 때타지 않은 자연지대라는 것을 실감하게 해준다.
- 2 산지물공원 한중간에 펼쳐진 너른 튜립 밭. 노란색과 빨간색의 탐스러운 꽃봉오리들이 활짝 웃으며 반겨주는 것만 같다.
- 3 태초에 탐라국을 창건한 삼신(고씨·양씨·부씨의 시조)이 이곳에서 솟아났다고 전해지는 삼성혈
- 4 이호테우해변의 마스코트인 빨간색과 하얀색의 말 모양 등대가 눈에 띈다.



4

직장·공장새마을운동제주협의회(채움봉사단)



☑ 직장·공장새마을운동제주협의회 소개 부탁드립니다. 특히 대표적인 사업을 소개해주세요.

☞ 직장·공장새마을운동제주협의회(회장 안귀환)는 42개회 원사에 4,537명의 회원이 조직되어 활동하고 있는 단체입니다. 생명운동으로 탄소중립 실천을 위한 나무심기, 에너지절약운동, 일회용품 사용 최소화하기, 엘리베이터 대신 계단 이용하기, 승용차 대신 대중교통 이용하기 등 생활 속 탄소중립에 적극 앞장서고 있습니다.

☑ 탄소중립 녹색생활화운동을 비롯해 채움봉사단 활동을 하며 느끼는 보람은 무엇인가요?

☞ 봉사활동은 누군가를 위해 나를 희생해야 하는 것으로 생각할 수 있고, 그래서 시작하기도 쉽지 않은 것 같습니다. 직장 내에서 실시하고 있는 봉사활동에 참여함에 따라 쉽게 시작할 수 있었고, 여러 명이 참여하니 다소 어렵다고 생각한 일들도 쉽게 풀러가는 과정을 보면서 협동의 중요성에 대해 알기 시작했습니다. 직장 내에서 내가 쉽게 사용하고 버리는 것들로 인하여 누군가 불편할 수 있다는 사실을 알게 되면서 회용품 안 쓰기, 발생된 쓰레기 분리수거배출, 복사용지 이면지 재활용 등을 시작하게 되었고 동료들과 함께 실천하면서 소중함을 알게 되었습니다. 또한 오름, 해안가 등에 버려진 각종 쓰레기를 치우면서 누군가는 해야 될 일을 내가 하고 있다는 자부심과 직원 간 유대감도 커지고 있어 큰 보람을 느끼고 있습니다.

☑ 앞으로의 계획과 포부에 대해 한 말씀 부탁드립니다.

☞ 사회적 거리두기 전면 해제에 따라 지역사회와 고령화 되고 있는 지역농촌을 위하여 제주시농협이 가장 잘할 수 있는 봉사활동을 발굴하기 위해 많은 고민을 해야 할 때라고 생각합니다. 채움봉사단은 앞으로 지점 및 사업장별 사무소 주변정리를 시작으로 각 지역별 특성에 맞는 봉사활동 및 캠페인을 실시하고 고령화 되고 있는 농촌을 위해 일손 돕기에 적극 동참하도록 하겠습니다. 또한 탄소중립 녹색생활화운동을 통해 일상생활에서 가장 쉽게 실천할 수 있는 작은 것부터 찾아 맑고 깨끗한 지역사회 만들기 최선의 노력을 다하겠습니다.



탄소중립 실천은 생명운동이다

write. 염홍철 새마을운동중앙회장

●
온실가스 배출 제로의 목표를 달성하기 위해서는
기술개발 못지않게 개인의 생활습관과 삶의 양식을
바꾸는 것이 중요합니다.

얼마 전까지만 해도 '탄소중립'은 일반인에게는 생소한 전문용어였습니다. 그러나 이제는 일상어가 되었지요. 여러 매체에서 하루도 거르지 않고 탄소중립 관련 보도를 하고 있습니다. 먼저, 그 정확한 의미를 살펴본다면, 탄소중립은 '이산화탄소를 흡수하는 대책을 세워 이산화탄소의 실질적인 배출량을 0으로 만드는 개념'입니다. 이 용어는 지난 2006년 옥스퍼드 사전의 '올해의 단어'에 선정된 바 있지만 본격적으로 세계적 화두가 된 것은 2016년 발효된 파리협정 이후로 우리나라를 비롯한 121개 국가가 '2050 탄소중립 목표 기후동맹'에 가입함으로써 시작되었습니다.

현재 전 세계적으로 매년 50억 톤의 온실가스가 배출되고 있습니다. 이로 인해 대기 온도는 높아지고 폭풍과 홍수의 빈도는 증가했습니다. 뿐만 아니라 가뭄을 몰고와 농업에 치명적인 영향을 주고, 이는 곧 식량 생산의 감소로 이어져 빈곤층을 더 어렵게 만들고 있지요. 해수면이 상승하고 열대성 질병도 만연하게 됩니다. 이러한 기후위기에 대응하기 위하여 각국 정부와 빌 게이츠를 비롯한 많은 전문가들은 이산화탄소의 실질적인 배출량을 제로(0)로 만드는 '탄소중립'의 적극적인 대안을 제시하고 있습니다. '기후동맹'에 참여한 여러 나리들은 대체적으로 숲을 조성하여 산소를 공급하고, 화석연료를 태양력, 풍력 에너지 등 재생에너지로 대체하며, 탄소중립 사회에 대한 국민인식을 높이는 등의 대책을 내놓고 있습니다.

그러나 화석연료를 다루는 기업들과 청정에너지 기업들 간의 치열한 경쟁, 태양광이나 풍력이 제공할 수 있는 재생에너지의 한계, 화석연료를 이용하여 풍요와 편리함을 만끽하는 소비자들의 의식이 쉽게 바뀌지 않고 있습니다. 이러한 제약에도 불구하고 이산화탄소를 대기로부터 추출해서 대기 온도를 낮추는 기술이 개발되고 있고, 화석연료를 재생에너지로 교체하는 정책적 지원도 확대되고 있으며, 평균기온을 낮출 수 있는 산림자원 조성에 힘을 쏟고 있습니다. 우리나라만 해도 2050년까지 30억 그루의 나무를 심어 탄소 3,400만 톤을 줄일 계획을 세우고 있습니다.

그러면 왜 새마을운동이 나서야 하나요? 온실가스 배출 제로의 목표를 달성하기 위해서는 기술개발 못지않게 개인의 생활습관과 삶의 양식을 바꾸는 것이 중요합니다. 새마을조직은 이에 대한 교육과 홍보를 강화하고 동시에 200만 새마을가족들이 탄소중립 수칙을 실천하는데 앞장서고 있습니다. 또한 현재 매년 생명운동 지도자 1만명에 대한 현장교육을 추진하여 활동가를 양성하고 있습니다. 구체적인 실천수칙으로는 안 쓰는 동안 전자제품 전원 차단하기, 대중교통 이용하기, 물 절약하기, 나무심기, 1회용품 사용 최소화하기 등이 있습니다. 그러나 무엇보다 소비를 줄여야 하지요, 그래야 기후 재앙을 피할 수 있습니다. ●

Self Care



코로나, 자기관리 트렌드도 바뀌었다

2019년 중국 우한에서 처음 발생한 코로나 바이러스는 2020년 1월에 우리나라에 들어왔다. 전파력이 강력한 전대미문의 감염병을 경험하며 우리는 이웃사촌이라는 말이 무색할 만큼 사람들과의 만남을 회피하게 되었다. 대면 문화가 비대면 문화로 바뀌고 화식문화는 사라지고 혼자 있는 시간이 많아졌다. 직접적 소통이 적어지면서 코로나는 사랑하는 사람들의 사이도 갈라놓고 있다. 재택으로 인해 집에 있는 시간이 길어지자 부부간 갈등이 늘어나 이혼으로 이어지고 있는 것이다. 코로나를 의미하는 코비드(Covid)와 이혼(Divorce)을 의미하는 단어가 조합되어 코비디보스(covidivorce)라는 신조어도 생겼다. 2년 1개월 만에 사회적 거리두기 조치가 해제됐지만 코로나 사태 이전처럼 대면 활동이 자유로운 것은 아니다. 사람들은 늘어난 개인 시간을 어떻게 보내야 할까를 고민하게 되고 생각은 자연스럽게 자기관리로 집중된다. 공부나 일은 물론 사회생활을 위해 준비해야 하는 부분들에 대한 투자로 자신의 역량을 나아지게 만들기 위함이다.

write. 김용훈 시사평론가

떠오르는 자기관리 트렌드

바이러스의 감염문제는 사람들에게 두려움을 만들었다. 빠르게 진화하는 바이러스는 백신 접종으로도 안전을 보장받지 못한다. 치명률을 낮추어 준다고 하지만 사망자가 안 나오는 것은 아니기 때문에 사람들은 어느 때보다 위생과 건강문제에 민감해졌다. 따라서 자기 관리가 매우 중요해졌다. 우선 건강을 챙겨 온전한 면역기능을 확보하려고 스스로 운동을 하고자 하는 홈트족이 생겼다. 십대들은 자신의 능력과 지식을 향상시켜 부족함을 채우려는 열풍타로, 이삼십대는 규칙적이고 본보기가 되는 인생을 살고자하는 갓생으로 더 나은 자신을 만들어 가고자 한다.

• 홈트 Home Training

코로나는 집에서 운동하는 홈트족을 만들었다. 스포츠센터가 가지 못하니 집에 운동기구를 들여 놓고 신체를 단련하는 것이다. 건강을 지키기 위해 신체의 단련은 필수적이고 아웃핏이 중요한 젊은 층은 체력 단련을 통해 원하는 몸을 만들어 바디프로필을 촬영한다. SNS나 앱을 통하여 운동 정보를 얻고 장소는 다르지만 운동 모습을 공유하며 함께 운동한다. 코로나로 스포츠센터에 가지 못해 홈트를 선택했지만 집에서 운동하는 것은 시간과 비용을 절감하며 건강을 유지할 수 있는 긍정적 방법으로 자리 잡고 있다.

• 열풍타

열정을 품은 타이머를 말하는 '열풍타'는 Z세대의 자기관리 트렌드를 집적하는 말이다. 1990년 중반에서 2000년 초반에 태어난

Z세대는 어릴 때부터 디지털 환경에서 자라서 자기관리에 디지털을 떼어 놓을 수 없다. 주로 휴대폰을 이용한 앱을 통해 공부하고 생각하고 행동한다. 모르는 수학 문제를 입력하면 풀이과정과 해답을 알려주는 앱, 연습문제로 시험 예상점수를 보여주고 사용자의 약점을 파악하여 점수가 오르게 하는 앱, 강의와 퀴즈로 매일 새로운 영어표현을 알려주는 앱 등을 활용해 공부 시간을 측정하고 공유하며 상호자극으로 공부에 집중한다. 걷기, 체중체크, 물 마시기 등의 건강관리 앱으로 자신의 행동을 기록하고 확인하며 건강과 역량을 강화하는 자기관리를 하고 있다.

• 갓생 God生

부지런하고 다른 사람의 모범이 되는 삶을 모토로 하는 갓생은 20세에서 30세인 MZ세대에서 유행하는 자기관리로 신(God)과 인생(人生)을 조합한 신조어를 만들었다. 매일 아침 일찍 일어나기도하고 수행하는 성직자들의 삶처럼 규칙적인 좋은 습관을 만들어 내는 것을 목표로 한다. 자기관리의 내용은 일찍 일어나 아침을 시작하고 조깅하기, 책읽기, 유튜브, 공부, 컴퓨터프로그램 등의 뽀뽀한 일정표를 만들어 하루를 채운다. 계획된 일정을 마치면 인증샷을 남겨 공유하고 내일은 더 나은 인생을 만들자는 다짐으로 하루를 마감한다. 생활자체가 모범적이고 훌륭함을 실천하는 것이다. 일상을 완벽하게 만들고자 하는 바람은 한 번 뿐인 인생에 대한 진지한 접근이다. 코로나라는 재난은 미래를 신경 쓰지 않고 현재를 즐기는 분위기를 삶에 집중하게 만들었다. 작은 목표라도 성취하는 즐거움과 나도 해냈음을 공유하면서 존재감을 확인하고 있다.



외상의 경험은 고통을 가중시키기도 하지만 이를 통해 개인의 삶을 재정립할 수 있는 계기를 만들어 주기도 한다.

자기관리 어떻게 해야 하나

우리는 전대미문의 감염병인 코로나사태를 겪으면서 건강과 면역에 대한 강렬한 경험을 했다. 외상의 경험은 고통을 가중시키기도 하지만 이를 통해 개인의 삶을 재정립할 수 있는 계기를 만들어 주기도 한다. 중요한 실패 속에서 자기 존재의 의미를 발견하고 삶의 목표를 재설정하는 것이다. 그리고 이것을 달성하기 위해 자기를 조절하면서 더 큰 성장을 만들어 갈 수 있다. 관리라는 것은 현재의 상황보다 더 나은 상황을 만들기 위한 실천이다. 역경 앞에서 포기하는 사람도 있고 돌아가는 사람도 있고 그것을 뛰어 넘는 사람도 있다. 그 어느 방법도 잘못된 것은 아니다. 자기 스스로가 원하는 방향으로 삶을 풀어냈기 때문이다. 어떠한 목표를 정하기 위해 제일 먼저 해야 할 것은 상황파악이다. 현재 자기가 처해 있는 위치와 현황을 분석하고 미래에 원하는 목표와 얼마나 차이가 있는지 알아내는 일이다. 그리고 관리라는 단어로 자신을 더 나아지는 방향으로 이끌고자 한다면 그 목표를 달성할 수 있는 방법들을 생각해 내야 한다. 코로나로 인해 자기관리 트렌드는 누가 시켜서 하는 것이 아닌 스스로의 욕구에 의해 시작된 것이다. 어렵고 힘들게 하는 것이 아니라 즐기면서 한다는 것이 다른 점이다. 일과 전체를 투입하는 것이 아닌 필요한 부분을 특화하여 관리한다.

자기관리라는 것을 거창하게 생각할 필요는 없다. 새마을운동의 예를 들어보자. 새마을운동의 노래에도 있듯이 "새벽종이 울렸네 새아침이 밝았네 너도 나도 일어나"하는 구절은 아침 일찍 일어나는 내용이다. 새아침은 매일 주어지는 시간의 당연한 아침이

1

코로나는 스포츠센터에 가는 대신 집에 운동기구를 들여 놓고 신체를 단련하는 홈트족을 만들었다.

2

Z세대는 어릴 때부터 디지털 환경에서 자라서 자기관리에 디지털을 떼어 놓을 수 없다. 주로 휴대폰을 이용한 앱을 통해 공부하고 생각하고 행동한다.

아닌 내가 주도하는 새아침이고, 더 나은 나를 만들 성장의 에너지로 너도 나도 함께 하자는 외침이다. 아침 일찍 일어나는 것 하나로도 나를 관리 할 수 있다. 이것이 잘 수행되면 성취감과 자기효능감을 체험할 수 있다. 이것은 자신에 대한 기대감과 믿음으로 행동뿐만 아니라 사고를 발전시킬 수 있다. 평소보다 일찍 일어나면 일어나자마자 바쁘게 집을 뛰어나가는 쳄바퀴 일상이 아닌 하루를 설계하는 아침을 시작할 수 있다. 하루를 어떻게 보낼까에 대한 생각은 매일 스스로의 일상을 되짚어보며 좀 더 나은 생활을 고민하여 앞으로의 시간들을 달라지게 하고 삶을 변화시킬 수 있다. Z세대처럼 단순히 물 마시기 앱을 작동하여 부족한 수분을 섭취하듯 필요한 것을 시작하는 것이 자기관리이다.

지속성을 필요로 하는 자기관리는 쉬울 수도 있고 어려울 수도 있다. 그러나 필요성을 절감하는 사람에게는 즐거운 시간이 될 수 있다. 관리를 통해 나의 능력과 잠재력이 성장하고 무궁무진한 가능성이 생겨난다. 이러한 자신의 모습을 바라보며 현재와 미래의 만족감이 커지기 때문이다. 코로나 사태로 고립의 시간이 길어졌지만 우리는 새로운 가능성을 보았다. 집에서 회사업무를 진행할 생각도 못했지만 이제 거의 모든 일을 집에서 할 수 있다. 따라서 매일 출근이 아닌 완전 재택으로 사옥의 불필요성이 제거된다. 위기는 기회라는 말처럼 자기관리는 남녀노소 모두가 필요한 일이다. 관리라는 말은 목표를 달성하기 위한 노력이다. 일을 잘하기 위해, 친구를 만들기 위해, 맛있는 음식을 먹기 위해, 건강하기 위해, 남보다 뛰어나기 위해 등 무수한 행동의 효율과 적합성을 전제로 끊임없이 최적화를 찾는 일이기 때문이다. Ⓜ

함께 가꾸는 광양 함께 나누는 마음

전라남도 광양시새마을부녀회

묵직한 이불을 들고 가파른 언덕길을 오르는 세 사람. 숨이 가빠질 때 짙은 저수지가 내려다보이는 언덕마루의 아담한 집에 다다랐다. 마당에 나와 앉아계시던 백금자 할머니께서는 함박웃음을 지으며 일주일 만에 찾아온 광양시새마을부녀회원들을 반기신다. “엄니 잘 지내셨어?” 부녀회원들은 깨끗이 빨아온 이불을 방에 놔드리고는 편찮으신 곳은 없는지, 도와드릴 일은 없는지 살뜰히 살핀다. “할매들한테 잘 해줘서 정말 고마워. 내가 10년 더 살려고, 자네들도 늙지 말게.” 혼자 지내는 어르신들에게 광양시새마을부녀회원들의 관심과 정성은 감동이고 살아갈 희망이다. 그리고 도움이 필요한 이웃들을 위해 무언가를 줄 수 있다는 것에 광양시새마을부녀회원들은 보람 이상의 감동을 느낀다.

write. 성혜경 photo. 김병구

광양 사랑에 진심, 다채로운 사업들

광양을 아끼는 사람들, 광양이 더 살기 좋은 지역이 되길 바라는 사람들. 광양 사랑에 진심인 광양시새마을부녀회는 늘 에너지가 넘친다. 광양시새마을부녀회는 현재 12개 읍면동 329개 리통에서 469명의 회원들이 활동하고 있으며, 사랑의 밑반찬 나누기·저소득층 조손가정 동절기 부식 지원·다문화가정 친정집 선물 보내기 및 생필품 지원·공동육아나눔터 학습보조 및 음식 나눔·장난감도서관 세척 봉사·새마을부녀안심순찰·휴경기장작·농촌봉사활동 등을 의욕적으로 펼치고 있다. 뭐든 해보고 결정하면 너나 할 것 없이 적극적으로 참여하는 회원들. 그 덕분에 '2021년 새마을부녀회중앙연합회 종합평가'에서 시군구 최우수상 수상의 성과를 거두었다.

1
전라남도 광양시부녀회장단(왼쪽부터
김수덕 금호동부녀회장, 안영숙 광영동부녀회장,
황호순 시부녀회장, 김정순 옥룡면부녀회장,
이정순 태인동총무, 오경숙 옥곡면부녀회장,
차도순 광양읍부녀회장, 조정옥 봉강면부녀회장,
앞은 사람 왼쪽부터 유계숙 골약동부녀회장,
최갑이 진상면부녀회장, 박미정 중마동부녀회장)





2



3

“새마을메주공장은 지역 일자리 창출을 위해 2009년 9월 446.28㎡ 규모로 건립된 공간입니다. 광양시 관내 농가에서 생산되는 친환경 콩으로 저희가 직접 메주를 생산하고 있죠. 판매 수익금으로 지역을 위한 여러 가지 사업도 하고요, 젊은 층이나 다문화 가정에 우리나라의 전통을 알리는 데도 도움이 되고 있어요.”

생명·공동체운동의 일환으로 조성한 새마을메주공장은 메주 생산은 물론 매달 사랑의 밑반찬 나누기와 겨울철 김장 나누기, 다문화 가정 및 주부 대상 전통장 담그기 교육 장소로 활용되고 있으며 지역 일자리 창출 역할까지 하고 있다.

특히 사랑의 밑반찬 나누기는 12개 읍면동마다 각 2세대를 부녀

회장들이 직접 선정해 손수 만든 반찬을 전달하고 어르신들의 인부를 살피는 사업으로 복지사각지대의 도움을 받지 못하는 홀몸 어르신들에게 온정을 전하고 있다.

성범죄 예방 및 안전한 마을 만들기를 위해 2013년 광양경찰서와 업무협약을 체결하여 운영 중인 새마을부녀안심이 순찰대 역시 광양시새마을부녀회의 대표적인 성과로 꼽을 수 있다. 새마을부녀안심이 순찰대는 지구대 경찰관, 지역 자율방범대원들과 함께 야간 공원 순찰은 물론 여자화장실 몰래카메라 점검 등을 실시해 안전한 광양을 만드는 데 기여하고 있다.

또한 2013년 국유재산 토지 대부를 통해 광양시 성황동 일원에 콩을 경작하기 시작, 2016년부터는 고구마를 재배해 얻은 수익금으로 연말 소외계층에게 생필품을 전달하고 있다.

새마을운동, 생활 속의 배움

“올해도 이미 발을 다 갈아놨어요. 다음 주에는 두둑을 만들어야 하고요. 봄이 되니 더 바쁘지만 너무 재미있어요.”

새마을운동 활동이 쉽지만은 않지만 늘 설레고 즐겁다는 황호순 부녀회장. 나눔에 중독된 그에게 부녀회장으로서의 책임은 부담보다는 감사로 다가온다.

“물질적인 도움보다 저희로 인해 따뜻함을 느끼실 때 보람이 커요. 도시락을 배달해드리러 가면 음식도 음식이지만 외로운 분들이 저희들의 말 한 마디에 큰 위로를 받으시더라고요. 저희가 장애인 시설에도 많이 가는데요. 시각장애인들 야외 활동에 동행해서 눈과 발이 되어 드리기도 하고요. 고맙다고 저희 손을 잡아주시고 눈물을 흘리시는 분들도 계신데, 안타까운 마음이 크고 건강한 몸으로 재능기부를 할 수 있다는 것이 감사할 뿐이에요.”

다른 무엇보다 ‘함께하는 것’이 중요한 것 같다고 말하는 황호순 부녀회장. 정부와 공공기관의 손길이 미치지 않는 사각지대에 놓인 이웃들을 찾고 그들의 어려움을 해소해주며 광양이 모든 시민들에게 행복한 보금자리가 되도록 가꿔나가는 광양시새마을부녀회원들이다.

“새마을운동중앙연구원 입구에 ‘생활이 곧 교육이다’라는 글귀가 걸려있는데, 그 말이 참 공감되더라고요. 저에게는 새마을부녀회 활동이 곧 생활이고 인생을 배워나가는 과정인 것 같아요.”

모든 사업이 항상 순조롭다고 할 수는 없지만 내가 사는 지역, 내가 속한 공동체를 위한 일이기에 함께 해쳐나가는 광양시새마을부녀회원들. 그들의 긍정적인 생각이 광양을 더 살기 좋은 곳으로 변화시키고 있다.

물질적인 도움보다 저희로 인해 따뜻함을 느끼실 때 보람이 커요

연대와 협력의 힘으로 만들어갈 희망

“고마운 분들이 너무나 많은데요. 특히 2019년 저희 부녀회와 인연을 맺은 광양체철소 이진수 소장님과 암연부분 박종일 부소장님, 릴레이 나눔의 밥상 봉사동아리 회원분들 그리고 최경옥 전 라남도 새마을부녀회장님께 감사인사를 전하고 싶어요.”

스스로 원해서 하는 일, 좋아서 하는 일이지만 많은 분들의 도움이 없었다면 어느 사업 하나도 해낼 수 없었을 것이다. 연대와 협력이 얼마나 큰 힘을 갖고 있는지, 새마을운동을 통해 체득할 수 있었던 나날이었다.

“과도한 소비생활로 생활쓰레기가 갈수록 심각한 문제가 되고 있는데요. 새마을부녀회가 중심이 되어 시민의식을 바꾸는 데 기여하고 싶어요. 그리고 생명·평화·공동체 속에서 생명의 가치를 실천하는 사람들이 소통하는 공간이 되도록 새마을운동 활성화에 최선을 다하겠습니다.”

최우수상이라는 성과의 뿌듯함과 함께 부담도 적지 않지만, 지금까지 그래왔듯 회원들 그리고 이웃들과 힘을 모아 하나씩 이뤄나갈 것을 기대하는 황호순 부녀회장. 회원들에게 전하고 싶은 말을 문자 그는 즐겁게, 행복하게 봉사하자며 활짝 웃었다. 광양시새마을부녀회원들이 함께하는 곳마다 봄처럼 화사하고 밝은 에너지가 전해지길 기대해 본다. ☺

2
깨끗이 빨아온 이불을 들고 홀몸 어르신 가정을 찾아가는 회원들

3
회원들은 어르신께서 편찮으신 곳은 없는지 도와드릴 일은 없는지 살뜰히 살핀다.

4
회원들에게 즐겁게, 행복하게 봉사하자며 활짝 웃는 황호순 회장



4



단합된 힘으로 선한 영향력 끼치는 녹색의 파수꾼

부산광역시 사상구새마을회

꽃샘추위가 찾아와 어깨를 움츠리게 만들던 4월 어느 날, 다행히 비는 오지 않았지만 잔뜩 흐린 날씨와 뚝 떨어진 기온에도, 주례1동 행정복지센터에는 예정대로 사상구 새마을회 회원들이 한데 모였다. 지도자협의회, 부녀회, 문고 가리지 않고 모인 회원들의 표정에는 비장한 기운이 감돌았다. 그리고 김나미 부산시부녀회장의 설명을 들은 회원들은 일사분란하게 움직이며 유용미생물군(EM)흙공을 만들었다. 그야말로 전투적으로 뛰어들어 흙을 반죽하고 착착 빚어내는 회원들의 손길에 유용미생물군(EM)흙공들이 수북이 쌓여갔다.

write. 성혜경 photo. 김병구

사상구의 환경을 바꿔가는 새마을사람들

어떤 조직이든 단합만큼 중요한 것은 없다. 구성원들에게 리더에 대한 신뢰와 서로 돕는 마음이 있을 때, 조직은 목표를 향해 나아갈 수 있다.

부산광역시 사상구새마을회가 이룬 성과들 역시 단합의 힘이 없다면 이뤄내기 어려웠을 것이다. 12개 읍면동 296개 리통의 1만여 명 회원들이 함께 활동하고 있는 사상구새마을회는 작년 1월 김성원 회장 취임 이후 아름다운 사상구 만들기에 주력하면서 다양한 사업들을 전개해 나가고 있다.

김성원 사상구새마을회장 “빠르게 변화하는 시대 상황 속에서 현재의 새마을정신은 1970년대의 새마을정신과 확연한 차이를 보여줍니다. 지금의 새마을운동은 지구 환경까지 생각해야 해요. 우리 생활 속의 사소한 것들이 생태계를 파괴하는 주범이니까요. 이런 부분들을 변화시키기 위해 사상구새마을회는 환경지킴이로서 분주하게 노력하고 있습니다.”

1
부산광역시 사상구새마을회장단
(왼쪽부터 김성원 사상구새마을회장,
임선희 문고회장, 조혜옥 부녀회장,
전대일 협의회장)



회원들끼리 서로 선한 영향력을 끼치며, 주민들이 전한 작은 고마움에 보람을 느끼며 더 좋은 새마을을 만들어가는 사상구새마을회

사상구는 공단지역이라는 특성 때문에 하천의 수질오염이나 악취와 같은 환경문제를 갖고 있었다. 사상구새마을회는 공단과 그 주변에 케냐프숲을 조성하고 EM흙공을 만들어 하천을 정화시키는 등 사상구의 환경을 개선시키기 위한 사업들을 펼치고 있다.

EM은 사람에게 유익한 미생물 수십 종을 배양한 것으로, 사상구 새마을회는 EM흙공을 만들어 관내 3개의 하천과 밭, 화단 등에 뿌리고 있으며, 친환경 EM세제와 EM비누를 제조해 주민들에게 나눠주는 사업도 진행하고 있다.

김성원 사상구새마을회 회장 “여름철 하천에 가보면 모기유충도 많고 악취가 많이 났었어요. 아직도 효과가 100% 나타난 것은 아니지만 물고기가 보이지 않던 곳에 물고기가 다시 살게 되었고 물이 맑아지는 걸 육안으로 확인할 수 있었습니다.”

김성원 회장은 EM의 효과를 직접 확인한 후 아예 자신의 사업장에 EM 제조설비를 설치해 자체 생산할 수 있도록 했다. 나아가 EM비누의 경우에는 폐수정화 효과를 테스트해 관련 업체들에 홍보할 계획도 갖고 있다.

진정한 봉사의 모습, 헌신

조혜옥 부녀회장 “작년 코로나19가 한참 심했을 때, 하루에 부녀회원 20명이 예방접종센터에 가서 봉사활동을 했었어요. 그리고 마스크 대란이 일어났을 때는 당시 공포스러운 분위기 속에서도 다들 모여서 수제마스크를 제작해 마스크를 구하기 어려운 분들에게 전해드렸어요. 주변에 보면 코로나19로 새마을 활동들을 중단하는 경우가 많았는데, 저희는 어려운 여건 속에서도 지속해 나갔던 것이 힘들었지만 기억에 남아요.”

전대일 협의회장 “EM흙공 던질 때도, 케냐프숲을 조성할 때도 주민들이 반겨하지 않았어요. 코로나19 방역활동 할 때는 저희가 세금을 받고 하는 일인 줄 알고 대충한다며 나무라는 분도 있었죠. 다들 일터에서 근무하고 퇴근 후나 주말에 시간 내서 봉사하는 건데 말이죠. 그런데 조금씩 변화를 느끼시다 보니까 이제는 좋은 시선으로 봐주시는 것 같아요. 하천에서 악취가 덜 난다. 거품이 사라졌다. 케냐프숲이 생기고 모기가 줄었다고 하시면서 고맙다고 음료수를 건네시는 분들도 계시고요.”

다들 꺼려하는 일, 알아주지 않는 일을 하면서도 조금씩 변하는

지역의 모습에 보람을 느끼는 사상구새마을회원들이다. 이들이 이렇게 지역을 가꾸는 데 열심일 수 있었던 것은 서로를 보며 감동을 받고 배우는 것이 크기 때문이다.

임선희 문고회장 “같이 활동을 하다 보면 누구 하나 얼굴 찌푸리는 모습을 볼 수가 없어요. 모두 진심으로 우리 지역이 더 살기 좋아지기를 바라는 마음으로 참여하시죠. 저는 문고회장으로서 이렇게 좋은 새마을운동을 다음 세대로 이어가기 위한 노력을 더 열심히 하려고 합니다.”

김성원 사상구새마을회 회장 “회원들이 일하는 모습을 보면 존경심이 들어요. 뭐든 형식적으로 하는 게 아니라 열정적으로 하시거든요. 제가 도저히 해낼 수 없을 거라고 생각했던 일도 예상보다 빨리 끝내니까요. 작년에는 감장김치 400포기를 담가서 일일이 포장하고 직접 다 나눠드렸어요. 제가 이런 단체에 몸담고 있다는 게 너무 보람되고 매일매일 즐겁습니다.”

회원들이 더 즐겁게 봉사할 수 있도록

회원들끼리 서로 선한 영향력을 끼치며, 주민들이 전한 작은 고마움에 보람을 느끼며 더 좋은 새마을을 만들어가는 사상구 새마을회. 김성원 회장은 사상구새마을회원들이 더 즐겁게 봉사할 수 있는 여건을 만들기 위한 아심찬 계획을 갖고 있다.

김성원 사상구새마을회 회장 “제 임기 내에 회관을 건립하는 것이 하나의 목표입니다. 회원들을 보면 나이가 많으신 분들이 대부분인데 열악한 환경 속에서 봉사하시는 모습을 볼 때 안타까움을 많이

느끼거든요. 단순히 모이는 공간이 아니라 상설매장을 만들어서 전국 지회에서 만든 상품을 판매하기도 하고, 카페를 조성한다면 지수익사업을 진행할 수 있는 공간으로 만들 생각입니다.”

후원회를 조직해 자신의 몸과 시간을 들여 봉사하는 회원들이 재정에 대한 걱정 없이 봉사할 수 있는 환경을 구축하려는 계획도 갖고 있다. 나이가 젊은 세대가 새마을운동에 참여할 수 있도록 유도해 새마을운동 지속의 토대를 만들어 나갈 생각이다.

존경, 칭찬, 배려의 마음. 눈에 보이지 않고 아무 힘도 없어 보이지만 이루기 어려울 것 같은 일을 이룰 수 있게 하는 힘이다. 환경이 개선되고 경제적 효과가 있어서가 아니라, 이런 마음과 노력이 있기에 부산광역시 사상구는 행복하고 살기 좋은 지역이다. 🌱

2
일사분란하게 움직이며 EM흙공을 만드는 회원들

3
EM원액과 황토를 섞어 둥근 공 형태로 만든 EM흙공은 항산화력, 정화력 등이 탁월해 오염을 정화하는 데 큰 도움이 된다고 알려져 있다.

4
EM흙공 만들기에 참여한 사상구 새마을회 회원들



새마을정신을 세계로, 내일의 글로벌 새마을 리더

영남대학교 새마을동아리

영남대학교 새마을동아리는 새마을정신을 바탕으로 한 글로벌 리더십 확립과 청년들의 새마을운동에 대한 인식 개선 및 이해 증진을 위해 지난 해 11월 발대식을 갖고 출범했다. 영남대 새마을동아리에는 새마을국제개발학과 학생뿐만 아니라 박정희새마을대학원에 재학 중인 외국인 유학생 18개국, 40여 명을 포함해 약 90명이 회원으로 가입해 있다. 발대식에서 새마을정신을 일상생활에서 실천하고 글로벌 새마을 리더로서의 역할을 충실히 수행한다는 결의를 담은 선언문을 낭독하고 본격적인 활동을 시작한 영남대 새마을동아리. 새마을운동을 다음 세대로 잇는 든든한 다리가 되어줄 이들의 이야기를 담았다.

write. 성혜경 photo. 김병구



Q — 새마을국제개발학과에 진학한 이유는 무엇인가요?

민경민 고등학교 졸업 후 코이카 드림 봉사단을 통해 스리랑카에 컴퓨터 교육으로 1년 간 파견을 다녀왔는데, 가장 기억에 남는 것은 한 마트에 장을 보러 갔을 때 보았던 '새마을'이 적혀있는 버섯이었습니다. 먼 타지에서 한글을 보니 반가운 마음과 함께 새마을이 무엇일까라는 관심이 생겼습니다. 이를 계기로 새마을운동에 관심이 생겨 새마을학문과 지역개발, 그리고 국제개발학을 전공으로 하는 새마을국제개발학과에 진학하게 되었습니다.

장민석 새마을국제개발학과에서는 새마을학 뿐만 아니라 다양한 학문과 결합하여 개발도상국의 발전과 개발을 바탕으로 지구촌 모두가 잘사는 나라를 만들기 위한 학문을 배우고 있습니다. 졸업 이후에는 국제개발 분야인 코이카(KOICA), 코트라(KOTRA), 수출입은행 등 여러 공기업에 취업할 수 있는 기회를 만들 수 있고 사회복지 분야로도 진출할 수 있기 때문에 다방면으로 진로를 정할 수 있다는 장점을 보고 진학하게 되었습니다.

Q — 새마을동아리 참여 이전에도 지역개발, 국제개발 등에 관심이 있었나요?

하윤석 1학년 때 국제기구 세미나에 참석한 뒤로 국제개발의 매력을 느끼게 되어 관심을 가지기 시작하였습니다. 학과 생활을 하며 국제개발 관련 기관이 개최하는 세미나에 참석도 많이 해 보았으며 2학년 이후로는 지역개발과 국제개발을 알리는 홍보 분야 쪽으로 관심이 있습니다.

Q — 새마을동아리는 대학교에서 강의를 통해 배운 것들을 실천하고 경험하는 기회가 될 것 같은데, 동아리 출범에 대해 어떤 기대감을 갖고 계시나요?

박준영 학생 저는 새마을동아리가 우리 학과 그리고 영남대학교

에서 큰 역할을 할 것이라고 자부합니다. 새마을에 기초한 봉사 활동, 그리고 해외현장실습 등을 통해서 학생들은 진로 선택이나 취업 준비 과정에서 필요한 역량을 강화시킬 수 있다고 생각합니다. 동아리가 출범함에 따라 전국에 많은 대학생들이 새마을정신을 다시 한 번 돌아보고 발전시킬 수 있겠다는 기대를 하고 있습니다.

Q — 영남대학교 새마을동아리만의 특징은 무엇이라고 할 수 있을까요?

박준영 학생 매달 첫째 주 첫날 아침 새마을 청소를 하는 것입니다. 과거 새마을운동을 할 때도 아침마다 집 앞 골목부터 깨끗이 청소를 했습니다. 가장 기초적인 부분부터 변화를 만들어나갔던 새마을운동의 노력이 현재의 대한민국을 만들었다고 생각합니다. 그때의 경험과 기억을 외국 유학생들과 함께 공유하고 있으며, 청소 이후에는 교수님들과 선배님들의 특강도 진행하고 있습니다.

Q — 영남대학교 새마을동아리의 활동 계획과 포부를 말씀해주세요.

박준영 학생 앞으로 꾸준히 우리가 할 수 있는 것을 하려고 합니다. 학교에선 정기적으로 새마을 청소와 행사를 개최해서 많은 학우들에게 새마을을 알릴 수 있도록 노력할 것이며, 중앙회와 연계한 다양한 행사에도 참여할 예정입니다. 저희 학과는 본래 해외전공심화학습을 매년 나갔는데, 이번 코로나19 관련 방역정책의 완화로 많은 학생들과 신입생들에게 경험의 장이 열린 것 같아 기대를 하고 있습니다. 앞으로 영남대학교 새마을국제개발학과 학생들이 새마을정신을 세계로 전파하는 인재로 성장할 수 있도록 함께 노력하겠습니다. 영남대학교 새마을동아리 파이팅! 🙌

새마을운동이 만든 머나먼 이국땅의 변화

파푸아뉴기니, 부룬디



한 번쯤 들어봤지만 어디에 있는지, 어떤 환경과 문화를 갖고 있는지 아는 것이 많지 않은 나라. 파푸아뉴기니와 부룬디라는 낯선 이국땅에 대한민국의 새마을운동을 배우고 실천하는 사람들이 있다. 근면·자조·협동의 새마을정신을 통해 빈곤을 벗고 더불어 잘 사는 공동체를 만들어나가고 있는 지구촌 이웃들의 이야기를 담아 본다.

write. 성혜경 photo. 새마을운동중앙회



파푸아뉴기니 초청교육

함께 가꾸고 더불어 잘 사는 마을 만들기 파푸아뉴기니

태평양 뉴기니섬에 위치한 파푸아뉴기니는 천연 그대로의 자연을 간직한 도서국이다. 국토의 대부분을 덮고 있는 열대우림과 늘지, 9천여 종의 식물이 자생하는 생물다양성의 보고, 850개 이상의 언어 등 다채로운 모습을 간직한 나라이다.

주한 파푸아뉴기니 대사관은 파푸아뉴기니에 새마을운동 시범마을을 운영할 수 있도록 2010년부터 지속적으로 우리 정부와 새마을운동중앙회에 요청을 해왔다. 파푸아뉴기니 새마을운동 시범마을 조성이 급물살을 탄 것은 2016년 10월 강원도 평창에서 개최된 '2016 지구촌 새마을지도자 대회'에 참석한 줄리소소(JULIE SOSO) 이스턴하이랜드 주지사의 역할이 컸다. 줄리소소(JULIE SOSO) 주지사는 당시 중앙회장 면담에서 이스턴 하이랜드의 마을에 새마을운동의 자생마을이 활동하고 있음과 자신이 전폭적으로 지원하고 있음을 설명했고, 이듬해 4월 파푸아뉴기니



부룬디 밀 재배사업

신규 시범마을 선정에 위한 사전 타당성 조사를 통해 4개 마을(부쉬바타, 헤나가루, 카푸쿠, 카파나)이 시범마을로 선정됐다.

4개 시범마을은 개발수요가 큰 생활환경개선 사업(환경미화사업, 마을회관 건립, 배수시설 보수, 울타리 설치, 도로포장, 주택 개량 등)과 주민 다수에게 수혜가 돌아가는 소득사업(제빵사업, 커피재배, 양봉사업, 양계사업 등)을 선정하여 추진한 결과 주민 만족도가 매우 높다.

사업 초기부터 새마을회(이스턴하이랜드 새마을회)를 자발적으로 조직하여 민관 거버넌스에 기반한 사업관리체계를 구축하는 등 지속가능한 새마을운동 추진 여건을 조성한 점은 파푸아뉴기니 시범마을 정착의 밑거름이 됐다.

현재도 파푸아뉴기니 시범마을 주민들은 지속적인 공동체 개발을 위한 재원 확보에 힘쓰는 등 사업의 효과성과 자립적 발전 가능성을 높이고자 노력하고 있다.

황무지를 황금 들녘으로 바꾼 기적 부룬디

동아프리카 대지구대에 자리한 아프리카의 소국(小國), 부룬디에도 새마을운동의 바람이 일고 있다. 국토의 대부분이 1,500m 이상의 고원으로 이루어져 있고 고도가 낮은 동쪽에는 열대초원 사바나가 펼쳐져 있는 부룬디는 국토의 절반 가량이 농경지로 이루어져 있지만 오랜 내전의 여파로 농경지는 황폐화되고 경제적 어려움을 겪고 있다.

부룬디는 2005년 우리나라의 새마을운동을 본뜬 농촌개발정책을 수립했고, 2010년 부룬디 대통령실과 새마을운동중앙회 간 업무협약 체결을 계기로 본격적으로 새마을운동 도입에 나섰다. 2017년에는 중앙회와 외부전문가 및 기관으로 구성된 조사팀이 현지지를 방문해 2018년 신규사업국가 선정 사업타당성 조사를 실시했으며, 그 결과 4개 마을(난자락, 무기나, 남부예, 비소로)이 시범마을로 선정됐다.

이후 4개 시범마을에서는 농업 생산성 증대를 위한 사업이 활발히 전개됐다. 황무지 개간과 나무 식재사업을 통해 농경지를 회복시키는 데 힘썼으며, 과수재배, 채소재배, 양돈사업, 감자·밀 생산성 증대 등의 사업과 함께 마을 사업비의 유지와 확대 기반을 마련하기 위한 소득대출사업도 펼쳤다.

또한 마을회관을 건립해 주민들에게 생활편의시설을 제공하고 임대수익 창출을 통한 기금 확보 효과도 가져왔다.

이러한 부룬디의 변화 속에는 한국에서 새마을운동 연수를 받고 온 마을지도자들의 노력과 주민들의 적극적인 참여가 있었다. 마을지도자들의 부룬디를 바꾸고자 하는 의지는 변화를 만들어냈다. 변화를 꿈꾸게 하고 변화를 이루게 만들어준 새마을운동. 일시적인 원조가 아니라 지속적인 발전의 씨앗을 심어준 새마을운동의 결실이 파푸아뉴기니와 부룬디의 하루하루를 더 풍요롭게 만들어나가고 있다. 🌱

관리와 예방이 답이다, 근감소증

“많이 자도 이전보다 쉽게 피곤하다.”, “이전보다 허리가 더 아프고 다리가 더 당긴다.”, “예전만큼 운동을 못하겠다.” 나이가 들면서 흔히 이러한 증상을 호소하면서 병원을 찾는 분들이 많다. 그런데 병원에서 각종 검사를 해 봐도 특별히 문제가 없다는 이야기를 듣는다. 나이가 들어 그런 것 같다고 치부하기엔 본인에게 큰 문제로 다가온다. 이러한 다양한 증상은 기존 병으로 설명되지 않는 경우들이 너무 많다. 더구나 관절 이상이 없고 몸 상태는 예전과 비슷한데도 불구하고 위와 같은 증상들을 계속 호소한다면 한번쯤 근감소증으로 향해 가고 있는 상황은 아닌지 생각해 봐야 한다. 결국 마지막엔 근감소증이라는 진단을 받을 가능성이 높기 때문이다.

write. 이진한 동아일보 의학전문기자, 서울대 의대 겸임교수



노화와 근육의 변화

노화에 따라 전신의 근육량은 50~70세에 10~15%, 70~80세에는 30%이상 감소하며, 이로 인해 근력, 근기능의 저하 및 신체 기능이 감소하게 된다. 이를 노인성 근감소증이라고 한다.

젊을 때의 근육은 생성되고 분해되는 양이 거의 같아서 근육량이 일정하게 유지되는 경우가 많다. 더구나 운동을 하면 생성되는 근육이 많아져 쉽게 늘어난다.

그런데 나이가 들면 근육들이 4가지 정도로 변하게 된다. 일단 근육 생성이 줄어든다. 즉, 살근육의 재생이 안 되고 이전의 근육량을 유지하기가 쉽지 않다. 두 번째는 근육세포의 분해가 더 빨라진다. 나이가 들면 거동 자체가 힘들어지는 이유다. 또 나이가 들면 힘을 오랫동안 사용할 수 있는 근육인 지근(느린 근육)은 그나마 유지가 되는 반면에 빠른 운동, 민첩한 운동 등 여러 가지 운동을 복합적으로 할 수 있는 속근육이 줄게 된다. 속근육은 유산소 운동에도 도움이 되는 근육들이다. 따라서 똑같은 근육량이라도 속근육이 떨어져 잘 넘어지거나, 손발이 떨리거나, 단추 잠그기, 젓가락질 등이 예전에 비해 민감하지 못하게 된다. 더구나 근육이 있다고 해도 나이가 들면 다 쓸 수 있는 것이 아닌 경우가 많다. 근육을 지배하는 신경세포도 퇴화하기 때문이다. 이 때문에 본인이 가지고 있는 근육 중에 힘을 쓸 수 있는 것은 절반도 안 되는 경우도 있다.

노인성 근감소증은 한 가지 원인이 아니라 다양한 원인에 의해서 발생한다. 내분비장애, 염증성 질환, 당뇨병과 고지혈증을 포함한 대사질환, 기타 만성질환, 신체활동의 저하 혹은 영양 불량 등과 같이 다양한 원인에 의해 발생한다.

한승훈 한양대학교구리병원 재활의학과 교수는 “근감소증은 기초대사율 저하, 인슐린 저항성을 높여 당뇨병 발생을 촉진시킬 수 있으며, 인슐린 저항성과 당뇨병은 다시 근감소증을 악화시키는 악순환을 발생시킬 수 있다”면서 “또 노인성 근감소증은 고혈압을 유발하고, 심혈관계 질환의 위험을 3~5배 증가시켜 사망률을 높이기도 하며, 낙상과 이에 따른 고관절 골절의 위험을 높인다”고 말했다. 그러므로 노인들에게 적절한 근육량과 근력을 유지하는 것은 매우 중요하다.

유일한 예방법이자 치료법은 운동

노인성 근감소증을 예방하고 치료하기 위한 다양한 치료 방법이 연구되고 있으나 아직까지 적절한 운동 외에는 효과가 명확하게 밝혀진 것은 없다. 더구나 전문가들은 약물 개발에는 최소 수년 이상 더 걸릴 것으로 예상되고 있다.

서울아산병원 노년내과 이은주 교수는 “아직까지는 근력운동과 단백질 섭취, 비타민 D가 가장 효과적이고 검증된 치료로 알려져 있다”면서 “특히 이 세 가지를 동시에 하는 것이 가장 좋다”고 말했다. 즉, 근력운동은 운동의 방법과 강도가 중요하며 단백질은 필수단백, 특히 ‘류신’성분이 효과적이다. 비타민 D는 햇빛에 많지만 한국인은 대부분 부족하여 보충제가 필요한 경우가 다수다. 흔히 비타민 D가 부족하면 골다공증이 동반되므로 이에 대한 검사 및 치료가 추천된다.

우선 근력운동의 중요성이다. 다행히 노인에서도 근력운동을 시행할 경우 근력과 근육량이 증가한다. 무엇보다 근감소증을 예방하기 위해서는 근력강화운동과 유산소운동을 포함한 복합운동을 시행하는 것이 매우 중요하다. 본인이 가지고 있는 근육을 잘 지키고 근육의 효율성을 높이기 위해서도 꼭 필요하다. 원칙은 30분 이상의 운동을 일주일에 3회 이상 시행하는 것이 좋다. 걷기 등 하나의 근육만 오래 사용하면 상체 근력 발달은 거의 안 이뤄지기 때문에 전체적으로 균형을 잡는 운동을 하는 것이 좋다. 즉 운동 시 유산소 운동만으로는 근력을 키우는 효과가 거의 없기 때문에 유산소 운동과 함께 근력운동을 반드시 병행해야한다. 유산소+근력+스트레칭+균형 운동을 골고루 섞어서 하는 것이 가장 효과적이다. 운동 강도는 점진적으로 증가

해야 한다.

그런데 노인의 경우 심혈관계 질환이 동반되어 있는 경우가 많으므로, 적절한 강도로 운동하는 것이 중요하다. 협심증, 심근경색 등의 병력이 있을 경우 반드시 진료 및 검사를 시행한 후 운동을 하는 것이 필요하다.

당뇨병 환자의 경우 운동 후에 저혈당 증상이 올 수 있으므로, 운동 30분 전에 탄수화물을 적당량 섭취하는 것이 좋다. 운동 시간이 길어질 경우 탄수화물을 소량 섭취하며, 또한 다른 사람과 함께 운동을 하는 것이 좋다.

그리고 영양섭취도 매우 중요하다. 나이가 들면 고기 섭취가

어렵고 피하게 되는 경향이 있는데 식단에 단백질은 반드시 같이 섭취해야 근육 소실을 막을 수 있다. 고기 섭취가 어려우면 계란에는 류신이 많고 가격이 저렴하기 때문에 하루에 적어도 계란 2~3개를 먹도록 한다. 특히 달걀, 생선, 돼지고기, 닭고기, 소고기 등은 완전 단백질이라고 불리며 풍부한 필수 아미노산이 많은 대표적인 음식이다. 물론 콩, 두부, 견과류, 식물성 단백질로도 섭취가 되기는 하나 필수아미노산 섭취에 있어서는 부족할 수 있다.

이러한 단백질 섭취는 한 번에 많이 섭취 말고 자주 나눠서 섭취하는 것이 좋다. 소화가 어려운 분들은 보충제도 도움이 된다. 🍎

운동순서



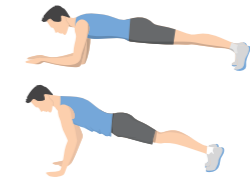
몸 풀기 및 스트레칭

5~10분간 가벼운 강도의 유산소 운동



본 운동

20~60분간 유산소, 근력, 스포츠 활동 등 시행



마무리 운동

5~10분간 가벼운 강도 유산소 운동



스트레칭

10분간 스트레칭 운동

각각의 운동 내용과 방법

근력강화운동

- 🕒 빈도 : 1주일에 2회 이상
- 🏃 종류 : 다양한 상하지 근력 운동(아령 들기, 스쿼트, 벽 기대고 일어나기 등)
- 👉 강도 및 횟수 : 8~12회 반복할 수 있는 중량 운동을 1~3회 시행

운동 강도는 점진적으로 증가

유산소 운동

- 🕒 빈도 : 1주일에 3~5회
- 🏃 종류 : 걷기, 사이클, 수영, 수영장에서 걷기
- 👉 강도 : 약간 숨이 차서 말은 가능해도 노래는 부르기 어려운 정도로 시행

고강도 운동을 해도 되는지 확인 필요

스트레칭

- 🕒 빈도 : 1주일에 2회 이상

느린 속도로 통증이 없는 정도로 시행

대충 하면 안 하느니만 못한 분리배출



코로나19에 따른 비대면 소비의 증가로, 식탁 위의 배달용기가 당연하게 느껴지고 있는 요즘이다. 이 과정에서 일회용품 사용량이 증가해 쓰레기 문제를 더욱 악화시키고 있다. 이에 따라 개인 스스로 짊어져야 하는 환경보호의 책임이 더욱 무거워지고 있다. 무분별하게 사용되는 일회용품 사용을 줄이고자, 제로웨이스트 상품을 구입하거나 '용기내 캠페인'에 참여하는 등 개개인의 노력이 계속되고 있다. 하지만 여전히 환경보호의 기본이 되는 분리배출에 대해서는 올바른 방법을 모르는 사람들이 많다. 분리배출이 잘 지켜지지 않아 재활용할 수 있는 자원조차도 소각되거나 매립되는 상황, 결국 대충 하면 안 하느니만 못한 게 태버린다. 하지만 올바른 방법으로 분리배출을 한다면 또 다른 자원으로 활용할 수 있다. 그렇다면 혼동하기 쉬운 재활용 분리배출 구별 방법에는 어떤 것이 있을까?

write. 우다희

우리나라는 전 세계적으로 재활용률이 높은 국가에 속한다. 그런데 이 재활용률은 분리배출 된 양이지 실제로 재활용된 비율을 뜻하지 않는다. 분리배출을 한다고 해서 모두 재활용이 되지 않아 실질재활용률은 40%도 되지 않는다고 한다. 반입된 재활용 쓰레기의 절반 이상은 그대로 버려지고 마는 것이다. 실질재활용률을 높이기 위해서는 올바른 분리배출이 필수적이다. 쓰레기를 종류별로 분리하여 배출해야 한다는 것은 익히 알고 있지만, 품목마다 분리배출 방법이 다르기 때문에 이를 완벽하게 숙지하고 실행에 옮기는 건 쉽지 않다. 이처럼 분리배출 방법이 헛갈릴 때는 올바른 방법을 알려주는 앱을 참고하면 편하다. 바로 '내 손안의 분리배출'이다.

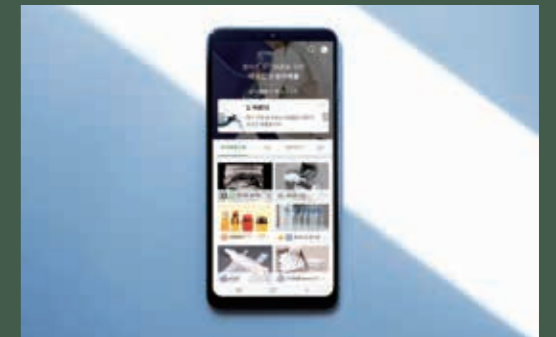
'내 손안의 분리배출'은 환경부, 한국환경공단, 한국포장재재활용사업공제조합, 한국순환자원유통지원센터가 협업해 만든 앱이다. 지자체와 정부의 통일된 분리배출 방법을 쉽게 확인할 수 있다. 이 앱에서 알려주는 가장 간단한 방법은 '비행분석'이다. 내용물은 비우고, 이물질은 행구고, 라벨 등 다른 재질은 분리하고, 재활용품은 종류별로 구분해 섞지 않도록 버리는 것이다. 용기 안에 내용물이 있거나 이물질이 묻어있는 경우, 애써 분리배출해도 선별장에서 일반쓰레기로 분류돼 그냥 버려진다. 어떤 재질이든 이물질은 꼭 깨끗이 제거해서 버려야 한다는 걸 잊지 말자. 또 재활용은 재질별로 진행되기 때문에 다른 재질과 혼합하여 만들어진 경우에는 꼭 분리해야 한다. 이 기본원칙만 기억한다면 누구나 어렵지 않게 실천할 수 있다. 이제 '비행분석' 4글자를 기억해두자.

코로나19로 인해 택배사용량이 급증하여 택배상자가 폭발적으로 많아졌다. 문제는 이 역시 분리배출이 제대로 이뤄지지 않는다는 것이다. 보통 코팅되지 않은 종이는 종이류로 배출하는 게 일반적이지만, 택배상자는 조금 다르다. 먼저 송장을 뜯고 테이프 접착면이 남지 않도록 잘 제거해야 한다. 송장과 테이프는 일반쓰레기에 버리고 상자만 납작하게 접어 배출한다. 또 물에 젖은 상자는 잘 말려 맑은 날에 버리면 된다. 스티로폼 상자 역시 종이상자와 마찬가지로 깨끗한 상태라면 재활용이 가능하다. 뽕뽕이라 불리는 비닐완충재는 테이프 붙은 부분을 제거해 공기를 터트려 비닐로 배출한다. 처치 곤란한 아이스팩은 성분에 따라 버리는 방법이 다르니 주의가 필요하다. 물로 만들어진 아이스팩은 물을 따라버리고 분리배출하면 되지만, 젤라이스팩은 같은 방식으로 버리면 환경에 악영향을 끼치게 된다. 미세 플라스틱의 일종인 고흡수성 수지(SAP) 성분으로 만들어져 환경오염을

유발할 수 있기 때문이다. 따라서 젤라이스팩은 반드시 뜯지 않은 채로 종량제봉투에 버려야 한다.

이보다 더 심각한 문제는 플라스틱이다. 무분별한 테이크아웃잔, 배달용기로 인해 엄청난 양의 쓰레기가 생겨나고 있는 지금, 여전히 많은 사람들이 플라스틱 배출 방법에 혼란을 겪고 있다. 게다가 같은 플라스틱이라도 재질이 다양하기 때문에 재활용 마크에 따라 구분해야 하므로 각별히 유의해야 한다. 특히 투명페트병은 기타 플라스틱과 별도로 배출해야 하는 제도를 시행하고 있다. 이 제도는 2020년 12월 25일부터 전국 공동주택에서 의무화됐다. 투명페트병의 별도 분리배출이 필요한 가장 큰 이유는 고품질 재활용 원료확보이다. 부족한 원료 확보를 위해 연 22만 톤의 페트병을 수입하는데, 투명 페트병 분리배출로 10만 톤의 국내 재활용원료를 확보할 수 있기 때문이다. 기존 2.9만 톤에 비해 3배 이상 많은 양이다. 투명페트병의 경우, 깨끗이 행군 다음 라벨을 모두 제거하고 압착한 뒤 뚜껑을 달아 전용수거함에 배출하면 된다. 올바른 분리배출 시 화장품 용기, 심지어는 옷이나 가방으로 재탄생될 수 있다.

이제부터라도 무심코 버려지는 자원을 막아 실질재활용률을 높이는 데 앞장서야 한다. 현재 그리고 미래에 함께 살아갈 지구를 위해 올바른 분리배출을 바로 지금 실천해보는 건 어떨까? 🌱



1 산불피해 이재민에 1억3천여 만 원 전달(22.03.17.)



새마을운동중앙회는 경북 울진, 강원강릉·삼척 등 동해안 지역 산불피해 복구와 이재민을 돕기 위한 성금 1억3천여만 원을 기부했다. 전국의 새마을가족들은 지난 3월 5일부터 17일까지 강원·경북 산불피해 지역에 대한 자발적인 캠페인을 벌여 1억700여만 원을 모금했으며, 27개 시도·시군구새마을(지)회는 구호품 3,660상자(2300여만 원 상당)를 지자체와 재난상황실 등에 기탁했다. 이번 성금은 피해지역 복구와 이재민들의 구호물품 등을 마련하는데 사용될 예정으로, 경북 울진 산불로 인해 주택이 전소된 복면과 죽면면 넘겨도자 4가구에 각 300만 원씩 우선 전달했다. 이와 함께 강원·경북 지역 새마을넘겨도자 540여 명은 산불피해 지역에서 이재민과 자원봉사자, 재난상황실 등에 식사를 제공하고 구호물자를 관리 및 배분하며 긴급복구지원 구호활동을 이어가고 있다.

2 블랙야크와 투명 페트병 자원순환 시스템 만든다(22.03.24.)

새마을운동중앙회는 ㈜비아이엔블랙야크(이하 블랙야크)와 지난 3월 24일 블랙야크 본사 5층 대회의실에서 투명 페트병 고품질 자원순환체계 구축을 위한 업무협약을 체결했다.

이번 업무협약은 새마을운동중앙회(회장 염홍철)와 블랙야크(회장 강태선) 양 기관이 투명 페트병을 재활용한 재생원료로 친환경 제품을 생산·소비하여 환경을 보전하고 탄소중립을 실현하는데 상호 협력하기로 했다. 상호 교류와 협력을 위한 주요 협약 사항은 탄소중립 실현을 위한 상호 협력, 친환경 제품 생산·소비의 지속가능한 자원순환 체계 모델 구축, 새마을로고를 활용한 제품 생산 및 판매 촉진, 그 밖에 협약기관 간의 협력이 필요하다고 인정되는 사항 등이다.



3 2022 지구촌 새마을협력관 초청 새마을교육(22.04.19.)



새마을운동중앙회는 지난 4월 18일부터 22일까지 중앙회 제4강의실에서 '2022 새마을협력관 초청교육'을 실시했다. 2022 지구촌새마을운동 새마을협력관은 총 12개국 16명이 활동중에 있으며, 이번 교육은 11개국 14명의 협력관이 참여했다. 이번 교육은 2022년 지구촌새마을운동 중점사업의 체계적인 추진과 새마을협력관의 새마을운동 이해 증진 및 현지 사업관리 역량을 강화하기 위해 마련됐다.

4 주한 앙골라 대사 면담(22.03.28) 앙골라 고위공무원 새마을운동을 배우다(22.04.25.)



새마을운동중앙회는 지난 4월 25일부터 27일까지 중앙회에서 '2022 앙골라 고위공무원 새마을교육'을 실시했다. 이번 앙골라 고위공무원 새마을교육은 새마을운동에 대한 이해를 높이고 새마을운동을 모범사례로 자국의 지역개발정책에 반영하자 마련됐다. 앙골라 정부 부통령 산하 고위공무원들은 한국의 새마을운동, 추진체계와 전략, 정부와 공무원의 역할 등의 이론 교육과 새마을역사관 견학, 경기 파주시새마을회·경기도새마을회·강원 횡성군새마을회 활동현장 방문 연계를 통해 새마을교육의 효과를 높였다. 한편, 지난 3월 28일 중앙회에 내방한 에드가르 아우구스트 브란당 가스파르 마르팅스 주한 앙골라 대사는 염홍철 중앙회장과 새마을운동 실천 경험을 공유하고 새마을운동 적용에 관한 다양한 의견을 교환했다.

5 청년홍보단 새립(SAELUV) 2기 발대식(22.04.21.)

새마을운동중앙회가 주관하고 행정안전부가 주최하는 새마을운동 청년홍보단 '새립(SAELUV) 2기' 발대식이 지난 4월 21일 중앙회 2층 회의실에서 개최됐다.

새마을운동 청년홍보단 '새립(SAELUV)'은 청년층과의 소통을 활성화하고 새마을운동의 주요 추진방향을 영상콘텐츠를 통해 대내외에 효과적으로 알리기 위해 출범했다. 청년홍보단 '새립(SAELUV) 2기'는 총 12개팀(37명)이 선발돼 발대식 이후 4월부터 12월까지 9개월간 활동하며, 생생한 새마을운동의 현장과 새마을운동 기록물 관련 영상을 제작해 새마을운동중앙회 유튜브 채널과 SNS 등에 게시할 예정이다.



새마을운동 후원회원 모집

- 대상** 새마을운동에 관심 있는 전직 지도자, 학계, 기업인
- 후원액** 후원회 활동 참가시 연 300,000원 이상
후원회 활동 미참가(금전후원) 연 100,000원
- 가입절차** 새마을운동후원회원 가입신청서 제출 및 후원금 납부
- 후원계좌** 우리은행 1005-603-291528
예금주 새마을운동중앙회

※ 가입신청서는 주소지 시·도새마을회 또는 새마을운동중앙회 기획조정국(031-620-2321)으로 문의하시기 바랍니다.

시·도 소식

서울

환경부장관 초청 간담회

서울시부녀회(회장 조동희)는 지난 4월 10일 강서구 화곡동에서 한정에 환경부장관을 초청해 '폐비닐, 폐플라스틱 자원화 간담회'를 가졌다. 함동현 도시유전 사업본부장 등 유관기관 인사들이 참석한 가운데 각 기관들은 플라스틱 함유 물질을 재활용한 기름 추출 사업의 협업을 모색했다.

부산

부산새마을동아리연합회 창립총회

부산시새마을회(회장 제중모)는 지난 4월 13일 회관 강당에서 부산새마을동아리연합회 창립총회(회원 436명)를 개최했다. 이날 총회에서는 관내 10개 각 대학의 새마을동아리 대표와 사회장단 등이 참석한 가운데 회칙 제정과 임원 선출 등 주요 안건을 의결했다. 부산가톨릭대 병원경영학과 3학년 유경빈 학생이 초대 회장으로 선출됐으며, 연합회 발대식은 4월 27일 개최됐다.



대구

내가 심은 나무! 소중한 산소 뽕뽕!

대구시새마을회(회장 최영수)는 지난 4월 4일 달성군 화원읍 천내천변에서 '내가 심은 나무! 소중한 산소 뽕뽕' 행사를 실시했다. 이날 나무심기는 최영수 회장을 비롯한 회원 50여 명이 참여했으며, 천내천변 400여㎡에 회양목 등 2,500그루 심기와 솎아주기 정원 가꾸기 등으로 추진됐다.



인천

사회장단 회의 개최

인천시새마을회(회장 김의식)는 지난 4월 4일 회관 회의실에서 사회장단 회의를 개최했다. 이날 회의에서는 2022년 인천새마을운동 활성화를 위한 사업추진 계획 등이 논의됐다. 특히 새마을회는 승기천 살리기, 의류 리폼, 환경왕 퀴즈 골든벨, 재능 나눔 등 회원단체별 특색사업 추진으로 2060 탄소중립 실천과 이웃 돌봄에 앞장선다는 계획이다.

광주

도심 속 나만의 상자텃밭 지원

광주시새마을회(회장 정경주)는 지난 4월 15일부터 관내 96개동 주민을 위한 상자텃밭을 조성하고 있다. '도심 속 나만의 상자텃밭'은 식물재배를 통해 기후변화에 대응하고 도시민에게 자연친화적 생활을 기반으로 한 안전한 먹거리 제공하고자 마련됐다. 관내에 주소를 둔 개인이나 어린이집, 노인정 등 희망자에게 총 440개의 화분(가구당 2개, 단체 5개)이 지원된다.



대전

제12회 새마을의 날 기념식 개최

대전시새마을회(회장 양용모)는 지난 4월 14일 유성구 유림공원에서 '새마을운동 제창 52주년 제12회 새마을의 날 기념식'을 개최했다. 염홍철 중앙회장, 허태정 대전시장, 새마을가족 등이 참석한 가운데, 양용모 회장은 기념사에서 "탄소중립사회로의 대전환을 위한 생명운동과 대학새마을동아리 활동을 통해 변화된 새마을운동을 널리 알리겠다"고 밝혔다.

울산

50만 그루 나무심기 전개

울산시새마을회(회장 정대식)는 지난 4월 19일 '2022년도 50만 그루 나무심기' 사업을 추진했다. 울주군 산불피해 현장에서 진행된 나무심기는 '2050 탄소중립 실현을 위한 새마을의 날 기념사업' 일환으로 마련됐다. 시와 구군 회장단, 회원 등 100여명의 참석자들은 편백나무 1,000여 그루를 심고, 지역 내 산림회복을 통한 탄소중립 실천을 다짐했다.



세종

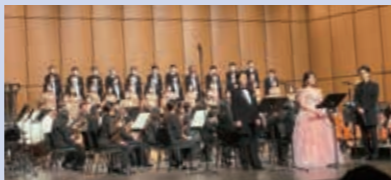
마을공동체 추진위원회 간담회 개최

세종시새마을회는 지난 4월 14일 마을공동체 추진위원회 간담회를 전의면에 소재한 단비책방에서 열었다. 마을이장과 부녀회장, 주민 등 13명이 참석한 가운데 도깨비도로에 대한 경관 개선과 다방리 마을공동체 사업 추진을 위한 활발한 논의가 이뤄졌다.

경기

새마을운동을 노래하다 '새마을 환타지아'

경기도새마을회(회장 송재필)는 지난 4월 25일 경기아트센터 대극장에서 '새마을 환타지아'를 초연했다. '우리도 한번 잘 살아보자'는 간절함으로 시작된 새마을운동의 역사를 대서사시 환타지아로 재탄생시킨 것이다. 이날 공연은 경기팔하모닉오케스트라(지휘 김성진)의 연주에 수원시립합창단, 김유미 소프라노, 이명현 테너가 새마을운동의 역사를 깊이 있게 노래했다.



강원

새마을머느리봉사대 홀몸 어르신 사랑잇기 발대식

강원도부녀회(회장 전미용)는 지난 3월 22일 회관에서 '2022년 새마을머느리봉사대 홀몸 어르신 사랑잇기' 발대식을 개최했다. 부녀회원들이 187개 읍면동의 차상위 또는 몸이 불편한 홀몸 어르신 570명과 결연을 맺어 생활밀착형 활동을 전개한다는 계획이다.



충북

조직 활성화를 위한 시군 순회간담회 개최

충청북도새마을회(회장 이화련)는 지난 4월 14일 진천군 진천읍행정복지센터 소회의실에서 시군 새마을회장 회의 및 순회간담회를 가졌다. 새마을회의 현안사항을 논의하고 전직회장에 대한 공로패 전달과 간담회 등이 추진됐다.



충남

남서울대 새마을동아리와 함께하는 나무심기

충청남도새마을회(회장 이경용)는 지난 4월 12일 남서울대학교에서 새마을동아리 회원들과 2060 탄소중립 실천을 위한 나무심기를 실시했다. 이날 행사는 지난해 11월 중앙회와 업무협약 체결 후 첫 번째 실시하는 협력 사업으로 윤승용 남서울대 총장을 비롯한 교수진 10여 명, 동아리 회원 40여 명, 새마을회 임원진 등이 참여했다.



전북

생·동·감 지역공동체운동 추진

전라북도새마을회(회장 구자강)는 지난 3월 17일 2022년 주요 사업인 생·동·감(함께 생각하며 동행하는 감동) 지역공동체운동 추진을 위한 연석회의를 개최했다. 새마을회는 탄소중립 실현을 위한 마을정원 힐링가드닝, 오르락(樂) 내리락(樂) 플로깅 사업 등을 전개하고, 엄마천(饑)스밀반찬 나눔, 사랑의 365 연남 나눔 등 살맛나는 공동체를 만드는데 앞장설 것을 결의했다.



전남

전라남도지사 간담회 실시

전라남도새마을회(회장 이구남)는 지난 4월 18일 새마을회관 회의실에서 김영록 전라남도지사와 간담회를 가졌다. 양 기관은 새마을운동과 도정 현안에 따른 협력 필요성에 공감하고 다양한 의견을 제시하며 간담회를 이어 나갔다. 특히, 전남의 청정한 블루자원을 활용해 사람 중심의 혁신 성장과 지속가능한 발전에 함께 힘을 모으는데 뜻을 같이 했다.

경북

울진군 산불피해 복구지원 성금 전달

경상북도협의회(회장 조성현)와 부녀회(회장 김옥순)가 울진군 산불피해 복구에 두 팔을 걷어붙였다. 협의회는 3월 29일 주택이 전소된 새마을지도자들에게 관내 시군협의회원들이 모금한 2,400만 원을 전달했다. 부녀회(회장 김옥순)는 4월 15일 경상북도청에 성금 1,000만 원을 기탁했으며, 향후 주택이 전소된 울진 부녀회원들을 위해 1,300만 원을 추가 전달할 예정이다.



경남

산불피해 복구지원 성금 전달

경상남도새마을회(회장 안화영)는 지난 3월 24일 강원도와 경상북도새마을회에 각각 산불피해 지원 성금 1,100만 원, 1,370만 원을 전달했다. 관내 18개 시군 새마을가족들은 강원도와 경북에서 발생한 산불로 삶의 터전을 잃은 주민과 새마을지도자들의 일상회복을 돕기 위해 자발적 참여로 성금을 모았으며 지난 18일에는 새마을운동 중앙회를 통해 230만 원을 전달했다.

제주

탄소중립 실천 결의 및 나무심기운동 전개

제주도협의회(회장 안창준)는 지난 4월 4일 한림읍 옹포천에서 '탄소중립 실천 결의대회 및 나무심기'운동을 전개했다. 고영권 제주도 정부부지사, 회원 100여 명을 비롯한 참석자들은 탄소중립 실천을 결의하고 옹포천을 따라 버드나무 1000그루를 심었으며, 향후 협의회는 정기적으로 나무의 사후관리에 힘쓸 계획이다.



이북5도

영구잇기 이북5도새마을장학회 발대식

이북5도새마을회(회장 조성원)는 지난 3월 28일 이북5도청 회의실에서 '영구(Young-舊)잇기 이북5도새마을장학회' 발대식을 열었다. 염홍철 중앙회장이 참석해 격려한 가운데 대학생 3명과 고교생 1명에게 총 350만 원의 장학금을 수여했다. 조성원 회장은 "어려운 여건 속에서도 우수한 인재들이 학업에 열중할 수 있도록 지속적으로 장학사업을 추진하겠다"고 밝혔다.

서울 · 인천 강원 · 이북5도 제주

생명

- 서울 동대문구 이문2동협의회(회장 유성근)는 지난 3월 27일 관내 일원에서 봄맞이 꽃길 만들기를 실시했다.
- 서울 노원구 하계동협의회(회장 김형주)와 부녀회(회장 최영숙)는 지난 3월 24일 관내 일원에서 도로 화단과 자투리 공간에 봄꽃을 심는 환경정비활동을 전개했다. 월계3동부녀회(회장 오경자)는 지난 3월 25일 관내 도로변과 인도 자투리땅에 꽃나무를 심었다.
- 서울 영등포구 당산2동협의회(회장 유대상)와 부녀회(회장 백승희)는 지난 3월 23일 봄맞이 환경정비사업으로 주민센터와 가로수 화단에 봄꽃심기를 진행했다. 대림2동부녀회(회장 김영자)는 지난 4월 5일 관내 일원에서 폐식용유로 재생비누를 만들어 관내 주민들에게 나눔을 실천했다.
- 서울 동작구 상도3동부녀회(회장 김안순)는 지난 3월 23일 성대시장 주변 대청소를 실시하고, 봄꽃을 심는 화단 작업을 했다.



- 서울 강남구 개포4동협의회(회장 이풍우)는 지난 3월 16일 관내 일원에서 새마을대청소를 실시했다. 개포2동협의회(회장 최도환)는 지난 3월 23일 관내 일원에서 쓰레기를 줍는 플로깅활동을 펼쳤다.
- 인천 계양구새마을회(회장 오명석)는 지난 4월 5일 인천교육대학교 뒷산에서 편백나무 500그루를 심었다. 작전서운동협의회(회장 박종철)는 지난 4월 1일 작전3동 공터에 무궁화나무 200그루를 심었다.
- 인천 옹진군 영흥면협의회(회장 김영일)는 지난 4월 2일 관내 방치된 영농폐비닐을 수거하는 '옹진군 클린 재활용' 사업을 전개했다.
- 강원 고성군부녀회(회장 전춘화)는 지난 3월 29일 재활용센터에서 읍면별로 수거한 아이스팩을 세척·건조해 관내 전통시장에 전달했다. 거진읍부녀회(회장 박정순)와 토성면부녀회(회장 최금순)는 지난 4월 1일과 8일 각각 관내 재활용센터에서 폐식용유로 비누를 제작·

배포해 탄소중립 실천에 앞장섰다.



- 강원 정선군협의회(회장 김낙균)와 부녀회(회장 김학순)는 지난 3월 16일 관내 도로변에 방치된 쓰레기를 수거하고, 정선읍부녀회(회장 최정숙)는 지난 3월 26일 클린하우스에서 버려진 쓰레기의 분리작업을 실시했다.
- 강원 화천군새마을회(회장 나병학)는 지난 3월 25일 관내 전통시장에서 시민들에게 장바구니를 배포하며 탄소중립 실천 캠페인을 실시했다.
- 제주 서귀포시 송산동협의회(회장 한영옥)는 지난 4월 1일 올레길 6코스와 해안변에서 쓰레기를 수거하는 플로깅활동을 전개했다.
- 제주 제주시 외도동협의회(회장 윤태선)는 지난 4월 3일에는 내도 알작지 해안가에서 포크레인을 이용해 낙엽과 해양쓰레기를 수거하는 환경정비활동을 벌였다. 아라동협의회(회장 김창현)와 이도2동협의회(회장 김원중)는 지난 4월 2일 각각 주요 도로변 버스정류장에서 방역 소독과 청소를 실시하고, 관내 클린하우스 및 위생취약지역에서 환경정화활동을 전개했다.



평화

- 서울 영등포구협의회(회장 조용준)는 지난 3월 28일 여의도심터 문화공원에서 새마을기를 교체하는 정비

작업과 공원청소, 가로수 가지치기 등 환경정비활동도 함께 실시했다.



- 서울 동대문구부녀회(회장 신미숙)는 지난 3월 11일 답십리동 간데메 공원에서 새마을기를 교체·게양했다.
- 서울 강서구새마을회(회장 김병남)는 협의회(회장 김상열), 부녀회(회장 이양자)와 함께 지난 4월 3일 파주시 일원의 농가를 찾아 감사심기에 일손을 보탤다.
- 강원 정선군새마을회(회장 최양진)는 협의회(회장 김낙균), 부녀회(회장 김학순)와 함께 지난 3월 21일 관내 9개 읍면 주요 도로변에 설치된 220여 개의 군집기 정비를 실시해 태극기와 새마을기를 교체하고, 새마을공원에서 환경정화활동을 전개했다.

공동체

- 서울 노원구 월계2동협의회(회장 윤기식)는 지난 4월 1일 관내 일원에서 홀몸 어르신들을 모시고 점심식사를 대접했다.
- 서울 양천구지회(회장 김용덕)는 지난 3월 15일 경북·강원 지역 산불피해를 입은 이재민을 위해 컵라면, 초코파이, 방역마스크 등 긴급구호물품을 구청에 전달했다.
- 서울 강서구부녀회(회장 이양자)는 지난 4월 11일 새마을회관 옥상에서 전통된장 담그기 사업을 펼치고 관내 취약계층 200세대에 전달했다.
- 서울 동대문구부녀회(회장 신미숙)는 지난 4월 7일 강원 강릉시 옥계면을 찾아 화재피해를 입은 이재민을 돕기 위한 성금 100만 원을 전달했다.
- 인천 계양구새마을회(회장 오명석)는 지난 4월 6일 경북과 강원지역 산불피해 복구를 위한 성금 332만 원을 계양구청에 전달했다.

- 인천 남동구새마을회(회장 신대현)는 지난 4월 13일 남동구청을 방문해 경북·강원 산불피해 지역에 피해 복구를 위한 성금 81만 원을 전달했다.



- 강원 춘천시부녀회(회장 정종임)는 지난 4월 7일 지회 사무실에서 홀몸 어르신 사랑잇기 사업을 위한 머느리봉사대 발대식을 개최했다.



- 강원 동해시지회(회장 홍순선)는 지난 3월 7일 양구군 새마을회에서 지원한 양구찐빵 1600개를 조리해 음료수와 함께 산불진화대원과 군인들에게 전달했다. 같은 날 부녀회(회장 김옥자)도 김밥 300인분과, 빵, 음료 등 음식을 마련해 산불진화에 투입된 자원봉사자들과 군인들에게 전달했다.
- 강원 화천군새마을회(회장 나병학)는 지난 3월 21일 사내면에서 사랑의 집짓기 사업을 실시했다.
- 강원 양양군부녀회(회장 김옥매)는 지난 3월 25일 새마을회관 다목적실에서 전통고추장 담그기 사업을 펼치고, 관내 홀몸 어르신과 다문화가정에 전달했다.
- 제주 제주시 삼양동부녀회(회장 양혜숙)는 지난 3월 30일 주민센터 교육실에서 결혼이주여성들과 함께 막장을 만들어 관내 취약계층 100가구에 5kg씩 전달했다.
- 제주 서귀포시 남원읍협의회(회장 김철윤)는 지난 4월 8일 관내 일원에서 '중장년 1인가구 이웃살피미 사업' 발대식을 가졌다.

부산·대구 경기

생명

- 부산 동구 범일2동협의회(회장 박승지)와 부녀회(회장 금순득)는 지난 4월 8일 관내 위생취약지역에서 새봄맞이 도시환경정비활동을 실시했다.
- 부산 영도구새마을회는 지난 3월 29일 봉래산 불로초 공원에서 꽃길 조성을 위해 산수국 750그루를 심었다.



- 부산 사하구부녀회(회장 박진숙)는 지난 3월 22일 괴정천 수질개선을 위해 직접 빛은 유용미생물군(EM) 휴공 60kg 던지기 사업을 실시했다.
- 부산 사상구새마을회(회장 김성원)는 지난 4월 5일 엄궁동 가족산책공원에서 '2050 탄소중립 실현을 위한 나무심기' 사업을 실시하고 철쭉 3,000그루를 심었다.
- 대구 달서구새마을회(회장 우동보)는 지난 3월 19일 와룡산 자락길에서 '우리 마을 동산가꾸기' 사업을 실시하고 편백나무 700그루를 심었다.



- 대구 동구부녀회(회장 이재경)는 지난 4월 11일 새마을회관에서 생활 속 생명운동 실천의 일환으로 친환경 유용미생물군(EM) 치약 만들기 사업을 전개했다.
- 경기 수원시새마을회(회장 최봉근)는 지난 4월 5일 장안구 중부세우관 앞 공원부지에서 '2050 탄소중립 실현을 위한 나무심기' 사업을 실시하고 철쭉 1,000그루를 심었다.



- 경기 고양시 식산동부녀회(회장 왕서하)는 지난 3월 25일 건달산에서 새마을지도자 10여 명이 참여한

가운데 환경정비활동을 펼쳤다.

- 경기 남양주시새마을회(회장 이덕우), 협의회(회장 이진현), 부녀회(회장 김정옥)는 지난 4월 19일 새마을회관에서 관내 16개 읍면동에서 수집한 다시 입을 수 있는 옷 판매 사업을 전개했다.
- 경기 김포시 통진읍부녀회(회장 홍미녀)는 지난 3월 25일 관내 행정복지센터 주변과 주요 도로변, 도시리 삼지공원 등에 팬지, 비올라, 석죽 등 봄꽃 18,000여 개를 심었다.
- 경기 이천시지회(회장 김동승)는 지난 3월 29~30일 청미천과 복하천에서 새마을지도자 600여 명이 참여한 가운데 봄맞이 하천 대청소를 실시했다.
- 경기 오산시새마을회(회장 한웅석)는 지난 4월 7일 오산천 작은 정원에서 환경정화활동과 비올라를 심었다.
- 경기 하남시 신장2동부녀회(회장 최영혜)는 지난 3월 24일 덕풍천 독방길에서 매화 2,500그루를 심었다.
- 경기 구리시새마을회(회장 안정섭)는 지난 4월 5일 식목일을 맞아해 구리한강시민공원에서 라일락, 말채나무 3,000그루를 심었다.
- 경기 안성시 대덕면협의회(회장 강성영)와 부녀회(회장 정향숙)는 지난 4월 1일 새마을지도자 40여 명이 참여한 가운데 관내 폐자원 모으기 사업을 통해 폐비닐, 고철, 재활용 의류 등 20여 톤을 수거했다.
- 경기 양평군새마을회(회장 김성은)는 지난 4월 1일 서종면 노문리 일대에서 '탄소중립 실천 나무심기' 행사를 실시하고 자작나무 1,000그루를 심었다.

평화

- 부산 강서구부녀회(회장 정경자)는 지난 3월 27일 강서구청 앞 광장에서 결혼이주여성과 함께하는 사랑의 고추장 담그기 사업을 펼치고 관내 취약계층 270세대에 전달했다.



- 부산 금정구 서3동협의회(회장 이상훈)는 지난 3월 27일 관내 새마을 군집기를 교체하고, 환경정비활동을 실시했다.

- 대구 중구새마을회(회장 권혁대)는 지난 3월 27일 경북 영주시 봉현면 하촌리 일원 복숭아농가에서 꽃잎숙기 농촌돕기활동을 했다.
- 경기 평택시 오성면부녀회(회장 김명자)는 지난 4월 16일 관내 휴경기 감자밭에서 싹빼주는 작업을 실시했다.
- 경기 이천시 부발읍협의회(회장 구교호)와 부녀회(회장 김복희)는 지난 3월 15일 관내 7개 학교에 각 20만 원씩 총 140만 원의 장학금을 전달했다.
- 경기 양주시 화천3동협의회(회장 권수택)는 지난 4월 15일 관내 회정교에서 새마을기 교제작업을 실시했다.

공동체

- 부산 연제구부녀회(회장 김복순)는 지난 3월 24일 연제구청에서 어려운 이웃을 위한 '사랑의 된장 나누기' 활동을 실시하고, 직접 담근 된장 210통을 관내 취약계층에게 전달했다.
- 문교 부산 수영구 수영동분회(회장 심춘수)는 지난 3월 22일 행정복지센터에서 '출생아 북드림' 사업을 통해 관내 출생 신고를 한 가정에 그림책과 장난감, 영유아용 책 20세트를 전달했다.
- 부산 중구지회(회장 김병현)는 지난 3월 31일 자갈치시장 일대에서 환경정화활동과 코로나19 소독살균제 13상자로 방역 활동을 실시했다.
- 부산 서구 서대신4동부녀회(회장 박연우)는 지난 3월 29일 관내 일원에서 봄나물로 밑반찬을 만들어 어려운 이웃 50가정에 전달했다.
- 부산 부산진구부녀회(회장 최정옥)는 지난 4월 20일 새마을회관에서 결혼세대 밑반찬 나누기 사업으로 관내 홀몸 어르신 200여 가정에 나눔을 실천했다.
- 대구 달성군새마을회(회장 정연옥)는 지난 3월 22일 새마을회관에서 지역 농산물 팔아주기 캠페인을 전개하고 60만 원 상당의 미나리를 구매했다.



- 경기 안산시새마을회(회장 임충열)는 지난 4월 21일 관내 문화센터에서 지역아동과 함께 '사랑 등불 케이크 만들기 체험 및 나눔 사업'을 실시했다.

- 직장·공장 경기 양주시협의회(회장 오수영)는 지난 4월 4일 관내 장애인 복지 증진을 위해 양주시장애인종합복지관에 다양한 계절의류를 전달했다.
- 경기 동두천시 보산동부녀회(회장 신미정)는 지난 3월 22일 행정복지센터에서 관내 홀몸 어르신 20가구에 밑반찬을 만들어 전달했다.



- 경기 화성시부녀회(회장 최옥자)는 지난 3월 22일과 4월 12일 사랑의 밑반찬 나눔 사업을 실시하고 관내 어려운 이웃을 위한 밑반찬 140세트를 전달했다.
- 경기 광주시지회(회장 박광성)는 지난 4월 14일 관내 일원에서 소외된 이웃가정에 반찬을 만들어 전달하는 '찾아가는 새마을 사랑의 빨간 밥차 사업'을 전개했다.
- 경기 과천시새마을회(회장 장종근)는 지난 3월 21일 선바위 휴경기지 1190㎡에서 씨감자 100kg를 심는 휴경기 경작 사업을 실시했다.
- 경기 연천군협의회(회장 이경주)는 지난 3월 31일 새마을회관 주차장에서 새마을지도자 25여 명이 참여한 가운데 '참 좋은 사랑의 헌혈' 사업을 가졌다.
- 경기 여주시협의회(회장 이진표)는 지난 3월 26일 새마을회관에서 여흥동협의회(회장 임창업)에서 기부한 건조추 48kg를 사용해 사랑의 고추장 담그기 사업을 실시했다.



- 경기 시흥시새마을회(회장 김근환)와 직장·공장협의회(회장 강동호)는 지난 4월 7일 코로나19 진단키트와 마스크를 구입해 외국인 가구와 관내 사회복지 시설에 전달했다.

- 세종 연동면협의회(회장 장태훈)와 부녀회(회장 허기분) 회원 23명은 지난 4월 11일 내판역 일원에서 나무 전지 작업과 잡초제거 활동을 전개하며 관내 경관개선에 힘썼다.



- 세종 금남면협의회(회장 홍선익)와 부녀회(회장 송은순) 회원 13명은 지난 4월 18일 일출봉 등산로 입구에 남천 나무 300그루를 심으며 생명운동을 전개했다.
- 광주 서구 화정1동협의회(회장 윤오영), 부녀회(회장 강경희), 문고(회장 김옥자)는 지난 3월 31일 관내 쾌적한 환경조성을 위해 내 집 앞 쓸기, 쓰레기 수거 등의 환경정화 활동을 전개했다.
- 광주 남구새마을회(회장 김진호)는 지난 4월 15일 관내 백운광장 주변과 푸른길 공원 일대를 중심으로 '쓰담쓸어 담다' 쓰담(쓰담으며 서로 격려하다) 동네 한 바퀴 줍기 활동을 실시하여 담배꽂이 등 불법투기된 쓰레기를 수거했다.
- 광주 북구 건국동부녀회(회장 김영주)는 지난 4월 9일 작은 음악회가 열리는 행정복지센터 주변에서 환경정화활동과 탄소중립 캠페인을 실시했다.



- 전북 진안군새마을회(회장 이상봉)는 지난 3월 25일 협의회(회장 김문옥), 부녀회(회장 이한옥), 문고(회장 김장섭) 지도자들과 진안읍 운산습지공원 일대에서 흉도화 나무 200그루를 심었다.
- 전북 장수군지회(회장 이상수)는 지난 4월 5일 번암면 새마을 생명살림공원에서 7개 읍면 협의회(회장 이상우), 부녀회(회장 이명순), 문고(회장 안옥순) 지도자들이 참여한 가운데 탄소중립 실현을 위한 수국 및 철쭉 400여 그루를 심었다.
- 전북 임실군지회(회장 위중량)는 협의회(회장 신유섭), 부녀회(회장 박선옥)와 지난 3월 29일 신평면 대리 제

6탄약창에 대왕대추나무와 왕자두나무 등 묘목 400여 그루를 전달했다.

- 전북 순창군지회(회장 양결희)는 지난 4월 6일 순창읍 일품공원과 금과면 방축리 심터공원 일대에서 협의회(회장 설재희), 부녀회(회장 정삼남), 문고(회장 윤영옥) 지도자 30여 명이 참여한 가운데 흉단풍, 동백나무, 철쭉 등 300여 그루를 심기 활동을 전개했다.
- 전북 전주시새마을회(회장 원석)는 지난 4월 6일 서노송동 예술촌 주변 유휴지에서 시새마을회 임원 및 전북대SMU동아리 회원 200여 명이 참여한 가운데 대추나무 100그루와 남천·철쭉 200그루를 심는 탄소중립 실천을 위한 나무심기 활동을 전개했다.



- 전북 고창군협의회(회장 표명섭)는 지난 4월 4일 관내 아산에서 탄소중립 실천의 일환으로 사과나무, 체리나무 등 1인 1나무를 심는 나눔 과수원을 조성했다.
- 전남 목포시새마을회(회장 오현석)는 지난 4월 1일 서해공원에서 협의회(회장 김종찬)와 부녀회(회장 서미숙), 직장·공장(회장 오영록), 문고(회장 모진성) 지도자와 대학새마을동아리 회원 100여 명이 참석한 가운데 철쭉 1,000그루를 심으며 '2050 탄소중립 실천을 위한 사랑의 나무 심기' 활동을 전개했다.
- 전남 함평군새마을회는 지난 3월 21일 기각마을에서, 4월 4일에는 철도법면에서 각각 '2050 탄소중립' 실천을 위한 200만 그루 나무심기 활동을 펼쳤다.
- 경남 양산시새마을회(회장 정문기)는 지난 4월 5일 식목일을 맞아 동면 법기마을 입구 도로변에서 코스모스 꽃씨 뿌리기, 쓰레기 분리수거장 정비 등의 환경정화 활동을 실시했다.



- 경남 의령군지회(회장 이동기)는 지난 3월 16일 의령천둔치에서 새마을지도자 30여 명이 참석한 가운데 주변에 방치된 고철, 폐지, 다시 입을 수 있는 옷을 수거하는 '숨은 자원 수집·재활용 운동'을 전개했다.

- 경남 산청군 산청읍협의회(회장 안병기)는 지난 3월 22일부터 4월 18일까지 정곡마을 폐비닐수거장에서 분리작업 및 마을 도로변 환경정비를 실시했다.
- 경남 함양군새마을회(회장 조명환)는 지난 3월 31일 함양읍 IC 입구에서 연산홍 200그루를 심으며 탄소중립 실천을 위한 '맑고 푸른 함양 가꾸기' 활동을 펼쳤다.

평화

- 전북 임실군새마을회(회장 위중량)는 지난 4월 8일 관내 지역사회단체 회원, 농협중앙회 임실군지부 직원 등이 참여한 가운데 두곡리 복숭아 과수원에서 복숭아꽃 속아내기 활동을 전개했다.



- 문고 광주 북구지부(회장 오선영)는 지난 3월 28일 회원들과 함께 북구 오치동 소재 소나무 데이케어센터를 찾아 요양 중인 어르신들을 대상으로 간식 및 기념품 전달, 노래·춤 공연, 시 낭송 등의 활동을 전개했다.
- 경남 김해시 칠산서부동부녀회(회장 김영희)는 지난 4월 19일부터 5월 14일까지 어버이날, 스승의 날 등 기념일을 앞두고 일손이 부족한 관내 10여 개 화훼농가를 방문해 화분 포장 및 출고 작업을 도왔다.
- 광주 서구 광천동부녀회(회장 이정남)는 지난 4월 12일 무진사회복지관과 협력하여 관내 홀몸 어르신 중 1~3월 생일자 6명에게 미역국과 떡, 과일 등 다양한 선물을 전달하며 이웃돌봄 활동을 전개했다.



공동체

- 광주 남구 사직동협의회(회장 이수원)는 지난 4월 12일 관내 홀몸 어르신 20여 가구를 직접 방문해 점심 도시락을 전달하며 이웃사랑과 나눔을 실천했다.
- 전북 남원시부녀회(회장 윤정옥)는 지난 3월 1일 전라북도 남원교육지원청에서 관내 초·중·고등학교생들에게 나눠줄 코로나19 항원 자가검사 테스트기를 포장하는 활동을 펼쳤다.
- 전남 화순군부녀회(회장 김덕희)는 지난 4월 1일 화순읍 주도리에서 이동세탁차량을 이용해 거동이 불편한 어르신들의 이불 빨래를 했다.



- 전남 장흥군 장평면부녀회(회장 김정희)는 지난 4월 13일 관내 다목적회관에서 10개 읍면 부녀회장단과 함께 홀몸 어르신들을 위한 밑반찬을 만들어 147가구에 전달했다.
- 경남 김해시 장유2동부녀회(회장 최순아)는 지난 3월 15일 행정복지센터에서 관내 저소득 어르신 30가구에 60만 원 상당의 달걀과 김 세트를 전달했다.
- 경남 밀양시부녀회(회장 하경자)는 지난 3월 16일 시새마을회관에서 읍면동부녀회장들과 손수 만든 메주로 사랑의 반찬 나누기 사업에 사용할 장 담그기 활동을 펼쳤다.
- 경남 창원군부녀회(회장 김봉희)는 지난 3월 31일 창원군장애인복지관 별관 주차장에서 읍면부녀회장 및 부녀회원 30여 명이 참여한 가운데 이웃사랑 나눔을 위한 봄김치 담그기 활동을 전개했다.



- 대전 유성구새마을회(회장 차정운)는 지난 4월 2일 관내 일원에서 탄소중립 실천의 일환으로 새마을 줍깅 데이 사업을 실시했다.



- 대전 대덕구부녀회(회장 심영낙)는 지난 4월 4일 관내 일원에서 수거한 아이스팩 600개를 세척·건조해 소상공인에게 전달했다. 회덕동부녀회(회장 전유진)와 대화동부녀회(회장 강영분)는 각각 지난 3월 31일과 4월 1일 탄소중립을 위해 수거한 아이스팩 약 500개를 관내 소상공인에게 전달했다.
- 울산 울주군지회(회장 송병열), 협의회(회장 최영식), 부녀회(회장 김옥희), 문고(회장 문군자)는 지난 3월 22일 관내 산불피해 지역 일대에서 피해복구를 위한 나무심기 사업을 실시해 헛개나무 3,000그루를 심었다.



- 충북 증평군새마을회(회장 김은영)는 지난 4월 10일 관내 하천에서 수질 보전을 위한 하천변 정화활동을 실시했다.
- 충남 금산군협의회(회장 박경용)는 지난 4월 8일 관내 일원에서 탄소중립을 위한 나무심기 사업으로 영산홍 4100그루를 심었다.
- 충남 서천군새마을회(회장 권순우)는 지난 3월 23일 새마을회관에서 13개의 읍·면에서 수거한 아이스팩을 세척하고 관내 시장 상인에게 전달했다.



- 충남 청양군 청양읍협의회(회장 복승수)와 부녀회(회장 성수현), 운곡면협의회(회장 임종현)와 부녀회(회장 명노순)는 각각 지난 4월 12일과 13일 관내 일원에서

농약병, 비닐 등 영농폐기물을 수거하고 마을 대청소를 실시했다.

- 충남 예산군 대흥면협의회(회장 소문영)와 부녀회(회장 고정순), 광시면협의회(회장 김광렬)와 부녀회(회장 고부영)는 각각 지난 4월 7일, 12일 관내 일원에서 깨끗한 충남 만들기 사업으로 영농폐기물을 수거했다.
- 경북 경주시새마을회(회장 손지익)는 지난 4월 5일 관내 일원에서 전국 50만 그루 나무심기 사업을 추진했다.
- 경북 안동시새마을회(회장 한성규)는 지난 4월 8일 관내 일원에서 탄소중립 실천을 위한 '2022 새마을 줍깅 데이'를 실시했다.
- 경북 포항시새마을회(회장 이상해)는 지난 3월 19~20일 양일간 형산강 및 칠포해수욕장 일원에서 '환동해 500리길 생명살리기 운동'을 진행했다. 이번 캠페인은 기후변화로 인한 환경위기 극복을 위해 플로깅(걸으며 쓰레기 줍기)을 실시해 우리 지역 및 하천 환경을 정비함으로써 새마을정신을 되새기고자 기획됐다.
- 경북 경산시협의회(회장 강홍준)는 지난 3월 25일 새마을회관에서 농약병과 비닐을 수거하는 흙 살리기운동 발대식을 개최했다.
- 경북 울릉군새마을회(회장 정석두)는 지난 3월 21일 관내 해변에서 국토대청결사업으로 해안가 쓰레기를 수거했다.
- 경북 성주군새마을회(회장 배대용), 협의회(회장 최경오), 부녀회(회장 정정숙), 문고(회장 김호경)는 지난 3월 25일 관내 5개 마을에서 환경 살리기 사업으로 하천 및 산책로 쓰레기를 수거했다. 월항면협의회(회장 배도원)와 부녀회(회장 이두례), 초전면협의회(회장 한형우)와 부녀회(회장 허복순)는 각각 지난 4월 4일, 8일 환경정비활동으로 관내 버스정류장을 청소했다.



- 경북 군위군 부계면부녀회(회장 전화자)는 지난 4월 4일 마을환경개선사업으로 하천에 버려진 쓰레기와 마을 내 영농폐기물을 수거했다.

평화

- 울산 북구 농소1동협의회(회장 이백준)와 부녀회(회장 김명자), 농소2동협의회(회장 김영식)와 부녀회(회장 김영숙), 농소3동협의회(회장 배두환)와 부녀회(회장 권성숙), 강동동협의회(회장 권청근)와 부녀회(회장 최명숙), 송정동부녀회(회장 이종순), 효문동부녀회(회장 이선희), 양정동협의회(회장 이성기)와 부녀회(회장 최달선), 염포동협의회(회장 정운화)와 부녀회(회장 이미영)는 마을환경정비를 위해 지난 3월 23일부터 28일 까지 각각 관내 새마을꽃밭에 꽃을 심었다.
- 충북 괴산군새마을회(회장 우태근), 협의회(회장 김창복), 부녀회(회장 임정숙)는 지난 3월 24일 관내 일원에서 농촌일손돕기 사업을 전개했다.
- 경북 상주시 낙동면협의회(회장 허남선)와 부녀회(회장 박순점)는 지난 4월 26일 상촌리 휴경기에서 연말 어려운 이웃돕기를 위한 고구마 심기 작업을 실시했다.
- 경북 칠곡군부녀회(회장 장춘화)는 지난 4월 11일 관내 가족센터에서 결혼이주여성과 함께하는 장 만들기 사업을 실시했다.

공동체

- 충북 증평군새마을회(회장 김은영)는 지난 3월 17일 관내 노인회관에서 코로나19 예방을 위한 손소독제를 만들어 각 마을 경로당 및 노인회에 전달했다.
- 충북 진천군새마을회(회장 남재호)는 지난 3월 18일 강원, 경북 산불피해 지역을 위한 성금 1,000만 원을 충북 사회복지공동모금회에 기탁했다.
- 충북 음성군새마을회(회장 신혜숙)는 지난 3월 15일 행정복지센터에서 사랑의 밑반찬나누기 사업을 실시해 관내 어려운 이웃 300가정에 반찬을 전달했다.



- 충북 단양군새마을회(회장 오수원), 협의회(회장 이희준), 부녀회(회장 심종진), 직장·공장협의회(회장 오창수)는 지난 3월 30일 울진군 체육공원에서 산불피해

지원 성금 200만 원을 울진군에 전달했다.

- 충남 청양군 장평면협의회(회장 이해넝)는 지난 4월 7일 관내 홀몸 어르신 2가구를 방문해 도배, 장판을 교체하는 '사랑의 집 고쳐주기 사업'을 실시했다.
- 충남 홍성군 갈산면부녀회(회장 나봉희), 홍북읍부녀회(회장 김성심)는 지난 3월 31일 각각 관내 일원에서 결연 어르신 가정을 방문해 식료품 전달 및 말동무를 해드렸다.
- 충남 예산군새마을회(회장 성낙구)는 지난 4월 1일 새마을회관에서 행복한 마을공동체 만들기 사업의 일환으로 노인자살예방교육을 추진했다.
- 충남 태안군 고남면협의회(회장 송현옥)와 부녀회(회장 송현주)는 지난 2월 10일 관내 어려운 이웃 가정을 방문해 도배, 장판, 싱크대를 교체하는 '사랑의 집 고쳐주기 사업'을 전개했다.
- 경북 경주시 용강동부녀회(회장 문명숙)는 지난 4월 18일 경주시교육청에서 코로나19 자기진단키트 소분 작업을 펼쳤다.
- 경북 김천시 구성면협의회(회장 김병기)와 부녀회(회장 서흥년)는 지난 4월 19일 마산리 황토펜션에서 밑반찬을 만들어 관내 홀몸 어르신들에게 전달했다.
- 경북 문경시 문경읍협의회(회장 윤정훈)와 부녀회(회장 전순남)는 지난 4월 13일 관내 상리 403-4번지 일원에서 아름다운 도시가꾸기 일환으로 벽화그리기 작업을 실시했다.



- 경북 안동시 강남동부녀회(회장 금정향)는 지난 4월 28일 미랜그린스토어에서 '사랑의 도시락 나눔' 사업을 열고 도시락 10인분을 만들어 관내 홀몸 어르신에게 전달했다.
- 경북 영주시 풍기읍협의회(회장 양창모)와 부녀회(회장 서경미)는 지난 4월 4일 울진 산불피해를 입은 주민에게 보탬이 되고자 성금 200만 원을 전달했다.
- 경북 영천시 동부동부녀회(회장 현명자)는 지난 4월 6일 동부동복지관에서 도시락을 만들어 관내 복지사 각지대의 어려운 이웃에 전달했다.

새마을 통통통

새마을운동중앙회 <새벽종>은 독자 여러분과 활발한 소통을 이어갑니다.

창간호 독자 의견

소문영

새로운 도전의 일환으로 <새벽종>을 창간하게 된 것을 진심으로 축하하며, 읽을거리가 많으면서 대한민국 새마을지도자들의 활동상을 골고루 알릴 수 있는 <새벽종>이 되길 진심으로 바랍니다.

전경숙

"새벽종이 올랐네 새아침이 밝았네" 매일 아침 울려 퍼지는 노랫소리에 하루하루 점점 밝아져갔던 마을의 모습이 지금도 눈에 선합니다. "잘살아보세"를 외쳤던 부모님들은 이제 안 계시지만 발전된 상황을 보시면 기뻐하실 모습이 그리워집니다.

서혜숙

표지부터 봄처럼 화사하고 내용도 알차고 좋았습니다. 친구들과 그리고 이웃 분들과 공유하겠습니다.

김안순

<새벽종> 창간호에 소개해주신 보령댐 자전거길, 꼭~ 가보고 싶군요. 전국에서 각기 펼쳐고 있는 새마을운동의 노력을 보고 더욱 단합하여 열심히 해야겠다는 다짐을 하였습니다.

김해경

새벽종을 알리는 새마을운동을 알게 되어 봉사를 할 수 있어서 뿌듯했습니다. 독자 여러 분 중에서도 봉사를 하고 싶은 분이 있다면 지역 새마을회에 들어오세요!

김영복

새 시대, MZ세대에 맞춰 새롭게 탄생한 새마을운동의 새 소식지 <새벽종>. 다양한 정보를 전해주셔서 고맙습니다.

<새벽종>을 공유해주셔서 감사합니다.

창간호

코웨이 공기청정기 권*우

소문내기 이벤트

배스킨라빈스 파인트 박*미, 임*아, 이*숙, 윤사*엘, 김*미, 김*옥, 윤*혜, 강*정, 최*옥, 우*경

당첨자

스타벅스 아메리카노 엄*숙, 김*미, 조*경, 김*순, 김*영, 장*열, 김*순, 강*희, 최*분, 조*희, 서*덕, 이*숙, 임*빈, 전*숙, 김*자, 양*희, 최*자, 김*숙, 심*연, 안*선, 윤*숙, 차*숙, 신*자, 김*경, 정*건, 김*희, 서*애, 박*순, 안*수, 황*덕



<새벽종>은 독자 여러 분의 소중한 의견을 기다립니다.

이번 호를 읽고 느낀 점, 좋았던 점이나 아쉬운 점, 바라는 점을 자유롭게 적어 보내주세요.

추첨을 통해 소정의 선물을 보내드립니다.

지금까지의 MG에 앞으로의 MG를 더하면,
디지털로 따뜻해지고 함께 성장하고
환경에도 진심인 무궁무진한 금융이 됩니다

금융 그 이상으로
무궁무진!
MGMG

 MG새마을금고

