



성남 백배 즐기기

석가탄신일을 맞아 가족과 영장산 나들이

천년고찰 봉국사와 망경암, 그리고 예쁜 산책로

4월이면 진달래와 벚꽃으로 산이 온통 분홍으로 물들고, 달콤한 꽃내음을 피우며 우리를 유혹한다. 특히 5월 2일(음력 4월 8일) 석가탄신일을 맞아 가족의 나들이 장소로 천년고찰인 봉국사와 망경암, 그리고 예쁜 산책로가 있는 영장산만한 곳도 없는 것 같다.

봉국사(주지 효림·수정구 태평2동)는 영장산 서남쪽 기슭에 자리한 고찰로서 고려 현종 19년(1028)에 법현선사가 창건한 천년사찰이다. 대한불교조계종의 직할교구인 봉국사는 한국불교의 근대사를 이끌어 온 만해 선사와 출성 스님의 법맥이 흐르는 성남의 대표적 고찰이다. 비교적 도심에 위치해 있어 주변에 많은 주택과 아파트 단지가 있지만, 일주문을 들어서면 문 안에 문이 있어서인지 공기부터 다르다.

봉국사 내에서 대광명전(경기도 유형문화재 101호)과 부처님의 정신사리(眞身舍利) 1매를 봉안해 놓은 3층 석탑과 석등, 만해(萬海)선사의 법맥을 이어 받은 유일한 상좌 유행(行城) 스님의 탑과 비를 둘러 보자 보면, 한국 전통불교의 향기와 함께 내 맘의 들끓는 것도 보게 되지 않을까. 뒷들 위에 허얀 코무늬의 아저씨 저저나 주인을 기다리고 있는 봉국사

를 뒤로 하고, 오르는 길도 내리는 길도 아름다운 산책길을 따라 망경암으로 향했다.

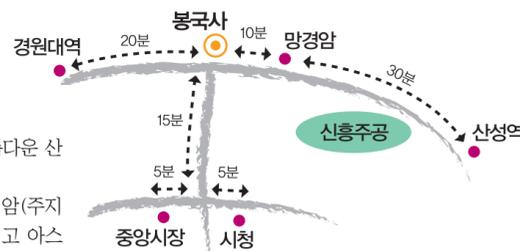
이정표를 따라 10여 분 남짓 오르니 망경암(주지 정범·수정구 북정동). 눈 아래 서울이 보이고 아스라이 남산타워도 보인다. 창경궁과 마주하고 있다는 망경암은 고려 말·조선 초 역대 임금들이 친히 찾아와서 나라와 백성의 안녕을 빌었던 전통사찰이다.

자연암 벽면에 새겨진 마애불좌상(경기도 유형문화재 102호)에 비친 유난히 눈부신 햇살, 고개를 돌려 보니 새로 단장한 대웅전 단청이 마치 아른 마음에 빨간약 발라놓은 것 같이 선명하다. 주지 정범스님은 "번잡하지 않아서 지나다가 절이 좋고 부처님이 좋고 산사가 좋아서, 기도하고 싶은 사람은 누구나 편안하게 들릴 수 있는 기도처"라고 소개한다.

언제고 가슴이 아프거든, 언제고 기쁨을 나눌 일이 있다면, 영장산 기슭에 있는 작고 예쁜 산책길을 따라 걸어보라. 그곳에 가면 문 안에 문이 있고, 길 위에 길이 있지만 제자리 지키고 있을 때 아름다운 것들과 만나게 될 것이다.

아프도록 아픈다고 여러 세씩, 그윽한 소나무 숲을 지나 묘무제 갈 길로 돌아가는 길, 30여 분만에 도착한 삼성역길. 그 길 끝자락에 꽃다발 같은 노오란 개나리꽃 밭이 영장산자락에 두코 온 내 마음을 흔들고 있다.

글·정경숙 기자 chung0901@hanmail.net
사진·최선일 snnews@korea.kr



“매화꽃 졌다 하신 편지를 받아주고
개나리 한창이란 대답을 보내었소
둘이 다 봄이란 말을 차마 쓰기 어려워”

- 이은상 '봄' -



- 1 시정포커스
성남시 고도제한 완화 시급
성남시 축제 안내
- 4 시정소식
13개 재래시장
통합 홈페이지 구축
- 8 특집
행복한 가족도시
성남 만들기
- 10 우리 이웃
5년 만에 국제대회 3번 출전
성남발명교실



표지 : 푸른 5월보다 더 푸른 중원구 은행동 중부초등학교 5학년 4반 어린이들 (사진 : 공보담당관실 최선일)

Photo News



공원 내 분수대 가동

겨우내 휴식을 취했던 공원 내 분수대가 4월 1일부터 일제히 기지개를 펴고 가동을 시작했다. 희망대공원 벽천분수 등 공원 내 16곳, 경관광장과 어린이공원 내 14곳 수경시설을 10월 말까지 운영, 공원을 찾는 시민들에게 볼거리와 즐거움을 선사한다.

공원과 공원운영팀 729-4274

시정연구모임 '스마트' 발표회



성남시 실무공무원들의 정책개발 연구 동아리 '스마트'가 4월 10일 오후 첫 연구과제 발표회를 가졌다. 14개 스마트팀에서 ▲시가 부여한 지정과제 '공공기관 이전부지 활용방안'을 비롯해 ▲생태 농업을 통한 도시녹화 프로젝트 ▲새 입주 민원 원클릭 서비스 ▲고령화에 대한 문제점 및 개선방안 등을 발표했다.

비전추진단 정책관리팀 729-2151

자원봉사센터 가족봉사단 발대식



성남시자원봉사센터 가족봉사단 37가족 137명이 3월 28일 발대식을 갖고 본격 활동에 나섰다. 4월부터 11월까지 매월 다른 프로그램으로 장애인·홀몸노인·다문화 가정 등 소외계층과 함께 하는 활동, 환경보전 활동 등을 월 1~2회 펼친다. 관심이 있는 분은 성남시자원봉사센터(729-4814)로 문의하면 된다.

자치행정과 민간협력팀 729-2321

성남시 고도제한 완화 시급 100만 시민 생존권·지역개발 위해

정부가 비행안전상 문제로 논란을 빚던 555m 높이의 제2롯데월드 건축을 3월 31일 최종 승인했다. 반면 현 45m의 고도제한을 서울공항 인근의 자연 장애물인 영장산 높이 193m로 완화시켜 달라는 성남시의 건의는 외면했다. 이에 시는 4월 1일 기자회견을 갖고 공식 입장을 표명했다.

이날 손순구 도시주택국장은 "정부가 발표한 제2롯데월드 허용 결정은 우리나라 경제 회복의 일환으로 긍정적으로 생각한다"며 "다만, 성남시 고도제한 문제가 전혀 언급되지 않은 채 잠실 제2롯데월드만 허용한 것은 유감스럽다"고 밝혔다.

제2롯데월드 건축행위의 순조로운 해결과는 달리 성남시 고도제한 문제는 '전국적으로 군사비행장에 대한 비행안전 영향 여부를 검토해야 한다'는 명목으로 급년 말까지 기다리라는 정부의 입장은 형평성에도 어긋남은 물론 40여 년간 기다려온 100만 성남시민의 염원을 철저히 무시했다는 것이다.

시는 교통의 중요한 인프라인 서울공항과 서로 상생할 수 있도록 서울공항의 비행안전을 보장하는 수준에서 고도제한 완화를 요구해왔다.

손 국장은 "그동안 정부와 공군에 수차례 고도제한 완화를 강력하게 요구한 가장 큰 이유는 바로 100만 성남시민을 살리기 위해서"라고 강조했다.

성남시 구시가지는 1968년 정부의 광주대단지 조성계획에 따라 서울시 철거민을 강제 이주시키면서 탄생했다. 따



글로벌 게임허브센터 성남 유치

성남시·문화체육관광부·경기도 MOU 체결

글로벌 게임허브센터(이하 센터) 구축을 위한 업무협약이 지난 4월 1일 체결됐다.

성남시장과 문화체육관광부 장관, 경기도지사, 게임산업진흥원장, 성남산업진흥재단 대표, 한국 MS 관계자 등이 참석한 가운데 열린 이날 협약식에서 성남시와 문화체육관광부, 경기도는 '센터'를 설립하고 운영함으로써 한국 게임산업의 발전에 기여하겠다는 비전을 발표했다.

또 센터 설립 운영에 필요한 상호협력, 게임산업발전을 위한 정보교류 및 홍보, 신규사업 발굴 및 지원협력, 게임기업 육성을 위한 입주시설 제공 등에 적극 협력하겠다는 내용에 공동 서명했다.

지식산업과 첨단산업팀 729-2652

2 롯데월드 허용과 관련 성남시 입장

2009. 4. 1(수) 11:00 성남시청 소회의실



라서 과거정부의 무계획적인 개발과 서울공항의 고도제한으로 인한 열악한 주거환경은 대형인명사고가 발생되기 전에 반드시 개선되어야 할 사항이라는 것이다. 시의 도시재생사업이 효율적으로 추진되기 위해서는 판교지구에 확보한 이주단지를 활용해야 하는데 고도제한 완료 시기가 늦춰지면 이를 활용할 수가 없고, 결국 성남시의 재건축·재개발에 막대한 지장을 초래할 수밖에 없다는 것이다.

경제적 효과 측면에서도 고도제한이 완화될 경우 약 5조 3천억 원과 8만여 명의 일자리 창출, 44만여 주택 세대수가 증가될 것으로 검토되고 있다. 경기개발연구원에 따르면, 이는 롯데월드의 고용창출 효과의 3배를 초과하는 규모로 국가경제 회복의 일환이자 지역경제 활성화를 이룰 수 있는 절호의 기회라는 것이다.

시는 이날 기자회견을 통해 고도제한 완화의 시급성을 다시 한 번 밝히고, 정부가 잠실 제2롯데월드의 해결을 시작으로 성남시 고도제한 완화 문제도 즉시 해결해 줄 것을 강력하게 촉구했다.

지난 4월 23일 탄천고수부지에서는 고도제한 완화를 100만 시민과 함께 해결해 나가기 위한 범시민 결기대회가 열렸다.

시의회와 시민단체의 항의 집회도 이어지는 가운데 시는 앞으로 시의 입장을 적극 전달할 수 있도록 민간단체와 협력하고 경기도와의 연계방안을 모색하는 등 고도제한 완화를 위해 총력을 기울여나갈 방침이다.

건축과 건축팀 729-3422



시민 여러분을 초대합니다!

제5회 성남시민건강축제 5월 17~22일 건강체험관, 걷기대회, 뮤지컬 등

요즘 현대인들은 정기적인 건강검진, 다양한 레포츠 등으로 예전보다 적극적으로 체계적으로 건강을 지키려고 노력한다. 이에 성남시 수정·중원·분당구보건소는 성남시민의 건강증진을 위한 건강주간을 설정, 5월 17~22일 '제5회 성남시민건강축제'를 연다.

5월 17일 남한산성유원지에서 개막식을 시작으로 성남시민 건강걷기대회가 열리며, 건강체험관 운영, 건강증진 행사인 건강상식 시민 퀴즈왕 선발대회 등이 마련된다. 5월 20~22일 성남시민회관 대극장에서는 휴먼·음주 예방 어린이 뮤지컬 '호랑이 구출작전'이 선보인다.

특히 올해에는 관내 종합병원들과 건강스포츠 관련 전문가들이 적극 참여, 그 어느 때보다도 질 높은 의료체험과 건강 정보, 볼거리를 접하는 축제가 될 것으로 기대된다.

"건강체험관도 지난해보다 4개동을 더 늘려 22개동으로 운영합니다. 간호사회 여러분과 봉사자가 많이 참여해 주셔서 예년보다 더 다양한 체험을

할 수 있을 겁니다." 중원구보건소 관계자는 시민들의 관심이 매년 늘어남에 따라 규모나 질적인 면에서 알차게 준비했다며 시민들의 많은 참여를 기다리고 있다.

햇살 따스한 5월! 남한산성의 신선한 공기도 마시며 다양한 건강상식도 배우고 지금의 건강상태도 체크해 보는 아주 좋은 기회가 될 것이다.

박혜정 기자 misop215@naver.com



개회식 및 성남시민 건강걷기대회

- 5.17(일) 10:30~13:30 남한산성유원지 놀이마당
- 개회식(10:00~11:00) : 보건の日 유공자 표창 및 감사패 전달
- 건강걷기대회(11:00~12:00)

건강체험관 운영

- 5.17(일) 10:00~17:00 남한산성유원지 놀이마당
- 금연정보 체험관 등 20여 개 체험관 운영

건강문화 행사

- 건강상식 시민퀴즈왕 선발대회 "꿀든벨을 울려라"
 - 5.17(일) 15:00~17:00 남한산성유원지 특설무대
 - 성남시민 대상 건강상식 퀴즈왕 선발대회 및 경품추첨
- 어린이 휴먼·음주 예방 뮤지컬 "호랑이 구출작전"
 - 5.20(수)~5.22(금) 10:30~12:30 성남시민회관 대극장
 - 휴먼 및 음주 예방에 관한 어린이 뮤지컬

성남시건강축제 공동추진위원회 705-1906
중원구보건소 건강증진팀 729-3912

시민을 찾아가는 토요일 미니콘서트

5~9월 토요일 야외무대서

오는 5월부터 9월까지 매주 토요일 저녁 시간대에 예술공연이 시민을 찾아가는 시는 바쁜 일상으로 공연장을 찾기 어려운 시민들을 위해 '시민을 찾아가는 토요일 미니콘서트'를 연다.

성남시립예술단과 성남예총이 주관하는 이 공연은 우선 5월에는 남한산성유원지를 비롯해 희망대공원, 분당구청 등에서, 평일은 모란장에서 개최될 예정이다. 시민이 원하는 장소가 있으면 공연장소를 탄력적으로 운영해 올해 총 85회 가질 예정이다.

공연단체로는 시립교향악단·합창단·국악단이 수준 높은 오케스트라 연주, 고운 화음의 합창, 우리나라 정서에 맞는 국악기를 연주하며, 성남예총에서는 활발하게 활동하고 있는 지역가수 및 인기 가수를 초청해 대중에게 친숙한 인기곡·트로트·포크송 등을 선보이는 등 시민과 어우러지는 공연으로 즐거움을 선사한다.

토요미니콘서트는 지난 2007년부터 남한산성유원지, 희망대공원, 별탄산공원, 모란장터 등에서 개최돼 시민들의 많은 사랑을 받아왔다. 저녁식사 후 가족과 함께 산책하며 한때의 여유로움과 공연예술의 감미로움을 느껴 보자.

문화예술과 예술팀 729-2982
박경옥 기자 qkdl9090@hanmail.net



13개 재래시장 정보가 한눈에 시, 재래시장 통합 홈페이지 구축 운영



성남시 관내 13개 재래시장 정보를 한눈에 볼 수 있다. 시는 관내 13개 재래시장을 통합한 홈페이지(http://market.cans21.net)를 구축, 4월부터 본격 운영에 들어갔다.

이번에 구축한 통합 홈페이지는 원클릭(One-Click)으로 재래시장에서 영업 중인 점포를 동시에 검색할 수 있고, 상인실명제 등을 채택하고 있어 소비자의 편리성과 재래시장·취급상품에 대한 신뢰성을 제고할 수 있도록 개발됐다.

특히 홈페이지 관리자기능을 강화해 상인들이 점포 및 상품정보는 물론 각종 행사일정 등을 쉽게 조작하고, 이용자는 13개 재래시장 전체를 한눈에 살펴볼 수 있도록 디자인됐다. 또한 동영상과 사진자료, 소비자에게 필요한 물가정보 등을 제공하는 한편 최근 개편된 성남시 생활지리안내 서비스와 연계해 이용자의 편의를 도모할 계획이다.

시 관계자는 "아직은 초기단계로 400여 점포가 참여하고 있으나 앞으로 많은 점포가 참여하도록 지속적인 상인교육을 실시할 계획"이라며 "향후 소비자가 재래시장의 다양하고 신선한 상품을 비교 구매하고, 공동구매·판매가 가능한 e-마켓플레이스로 육성시켜 당일배송시스템과 연계해 나간다면 재래시장 활성화의 견인차 역할을 수행할 것으로 기대된다"고 말했다.

생활경제과 유통팀 729-2596

관내 재래시장 현황

- 수정구(3) : 중앙시장, 현대시장, 신흥시장
- 중원구(8) : 성호시장, 삼대원시장, 하대원시장, 은행시장, 금광시장, 단대시장, 모란민속5일장, 모란종합시장
- 분당구(2) : 돌고래시장, 코끼리시장

시장알림

2008 기준 사업체 조사

종사자 1인 이상 모든 사업체(2008.12.31 기준)를 대상으로 준비조사(4.20~30)를 거쳐 본조사(5.11~6.19)를 실시한다. 통계조사원이 사업체를 방문 조사한다.

구청 총무과 기획감사팀
수정구 729-5034 중원구 729-6034 분당구 729-7034

2009년 개별(공공)주택가격 이의신청

주택의 소유자 및 이해관계인이 4월 30일~6월 1일 개별주택은 주택소재지 구청 세무과로, 공동주택은 국토해양부 홈페이지로 이의신청하면 된다.

구청 세무과 과표팀
수정구 729-5170~2 중원구 729-6170~2 분당구 729-7170~2

5월 주민세(종합소득세할) 신고납부

5월 1~31일 2008년 소득세 납세의무자는 성남 세무서에 신고하고, 소득세액의 10%를 주소지 구청 세무과에 납부해야 한다.

종합소득세 문의
성남세무서 소득세과 730-6361~74 / 730-6381~93
주민세 문의 : 구청 세무과 시세팀 / 수정구 729-5150~4 중원구 729-6150~4 분당구 729-7150~6

제증명 수수료 카드결제 가능

4월 27일부터 민원여권과 구청 시민과, 동 주민자치센터에서 발급하는 제증명 수수료를 카드로 결제할 수 있다. 결제가능 카드는 신용카드, 후불 교통카드, 선불 교통카드다. 차량등록사업소의 과태료, 보건소의 진료·검사수수료도 2월 9일부터 카드결제하고 있다.

세정과 세입관리팀 729-2701~4

지방세 팩스민원 자동처리 서비스

지방세 관련 민원서류를 팩스로 접수하면 업무담당자가 서류확인시 접수결과를 상대방 팩스 또는 핸드폰으로 자동 회신해준다. 적용가능 세목은 특별징수 주민세 신고서, 종업원할 사업소세 신고서, 법인세할 주민세신고서, 재산할 사업소세 신고서 등이다.

세정과 지방세정보화팀 729-2721

여성복지회관 단과반 수강생 모집

제2기(5.11~8.21) 3개월 과정으로 4월 13일~5월 8일 인터넷(http://snfamily.or.kr) 선착순 모집한다. 양식조리기능사, 전통떡·과과, 경락관리, 네일아트, 기초웃수선, 한식조리기능사, 영어회화 등 주·야간 19개 과목이 운영된다.

가족여성과 복지관운영팀 729-2951~6

사륜형이륜자동차(ATV) 사용신고

사륜형이륜자동차(ATV)도 50cc 이상이면 사용 등록해야 한다. 대상은 차동장치 및 속도제한장치를 설치한 ATV로 6월 30일까지 차량등록사업소 9번 창구에 신고하면 된다. 신고하지 않고 도로 운행시 50만원 이하의 과태료가 부과된다.

차량등록사업소 등록팀 729-3787



건강도 좋아지고 성적도 '쑥쑥' 어려운 가정 아동, 위스타트(We Start)로 기살려

성남시 위스타트 산성마을 개소 1주년 기념 한마음 가족 운동회 장면



산성·야탑3동 2개 마을 운영, 공정한 교육·복지 기회 제공

아버지와 여동생, 이렇게 셋이서 생활하던 정민이(가명·남·초6)는 학습에는 전혀 관심이 없고 자신을 무시한다며 친구들과 싸움을 일삼아 왔다. 그런 정민이가 위스타트마을 사회복지사 선생님을 만난 후 친구들이 인정하는 학급봉사자가 됐다. 선생님께 친구 사귀는 방법도 배우고 공부도 배워서 이제는 학교생활에 재미를 붙였다. 사업실패 이후 아이들에게 무관심했던 아버지도 위스타트 선생님과 대화를 나누면서 정민이에게 애정 어린 관심을 보이는 등 가족간의 대화시간도 많아졌다고 한다.

저소득 가정의 12세 미만 아이들에게 공정한 복지·교육 기회를 제공해 주기 위해 마련된 위스타트(Welfare Education Start) 사업은 2004년 분당구 목련마을을 시작으로 2007년 수정구 산성마을 등 현재 2곳에서 운영되며 괄목할 만한 성과를 보이고 있다.

경제적으로 어려운 환경에 있는 아동에게 건강·복지·교육·가족지원 등 각 분야에서 맞춤형 사례관리 서비스를 제공, 취약부분을 전문적으로 보완해준다.

위스타트 마을의 지역아동센터 선생님은 대화

가 필요한 아이에게는 대화를 나누는 친구가 돼 주고, 학습이 부족한 아이에게는 공부를 가르쳐 주는 선생님이 된다. 지역 보건소에서는 매년 정기적으로 구강·영양·운동·개인위생 등 건강상태를 체크해주는 등 아이들이 어느 한 부분도 소외받지 않고 평등하게 성장하도록 체계적이고 세심하게 보살핀다.

운동·체육분야에서는 시설관리공단이 올해도 목련마을 취학아동들이 매주 토요일 탄천종합운동장에서 신체발달 프로그램에 참여하도록 지원하고 있고, 수정초소년수련관 프로그램과 연계해 가족과 함께하는 자유수영교실도 열고 있다.

지금까지 총 355명의 아동이 위스타트의 체계적인 지원을 받고 있다. 운영 5년째를 맞는 위스타트운영센터 관계자는 "아동과 부모 모두가 적극적으로 미래를 설계하는 등 변화의 모습을 보이고 있어 지역 내 각종 단체와 기관들의 관심과 후원이 늘어나고 있다"고 말한다. 위스타트 마을은 전국 19개 지역 23개 마을, 경기도는 성남·수원·안산 등 8개 지역 12개 마을이 운영되고 있다.

올해에는 국비 100%의 정부주관이지만 '위스타트' 사업과 동일한 내용의 서비스를 제공하는 '드림스타트' 사업도 중원구에서 진행될 예정이다. 복지인프라가 풍부하고 저소득 아동이 밀집돼 있는 상대원2동 지역이 지난 3월 말 최종대상지로 선정돼 아동이 행복한 마을 만들기 준비에 한창이다.

성남시 We Start 운영센터 729-2961
윤현자 기자 yoonh1107@hanmail.net

취업, 희망이 보인다

성남청년뉴딜
만30세(군필자 만32세)미만 구직자를 대상으로 맞춤형 취업지원을 실시한다. 3기는 4월 27일~5월 17일, 4기는 6월 15일~7월 5일 모집한다. 밀착상담(6주), 전문교육·인턴근로(각각 최장 3개월), 취업알선·사후관리를 도와 준다.
성남시 취업정보센터 729-2858

성남시니어직업훈련센터
만40세 이상~65세 미만 실직자에게 맞춤형 직업훈련을 실시, 취업을 알선한다. 훈련직종은 보일러, 실내인테리어(에도배), 플로리스트 등 7개 과정이며 훈련비는 전액무료다. 4기(6~8월), 5기(9~11월) 과정이 준비돼 교육생을 상시 모집한다.
시니어직업훈련센터 739-4086~9

여성새로일하기센터
성남여성인력개발센터와 경기도여성능력개발센터가 여성부·노동부 지원 여성새로일하기센터로 지정돼 전문적인 원스톱 취업지원서비스를 제공한다. 여성전문취업알선, 주부재취업 지원, 여성인재 추천, 여성특화 취업정보와 직업훈련교육정보 제공 등이다.
성남 718-6696 www.snw.or.kr
경기 8999-180~5 www.womenpro.or.kr

성남년 채용박람회
5월 27일 성남 실내체육관에서 도내 유망 중견 중소기업 270개 업체가 참여한 가운데 열린다. 4월 16일~5월 31일 온라인박람회(www.injoin.kr/ggjob)도 상시 진행한다.
성남종합고용지원센터 739-3198~9

새동아와 새남이(8)

중소기업육성자금 융자지원
글·그림 김재영

성남시는 가동중인 공정등록한 중소기업창업, 벤처기업, 기술혁신형 중소기업 등의 운전자금을 지원하고, 아파트형 공장·벤처기업 직접시설 구입분양자금을 업체당 5억원 이내로 대출 지원하고 있습니다.

협약은행의 자금으로 대출하고 성남시는 관내업체 저리융자에 따른 이자차액(2.5%)을 보전합니다.

어떻게 지원하면 될까요?
성남시 홈페이지(www.cans21.net)에서 서식을 다운로드 받아 대출 취급은행에 구비서류와 같이 접수하세요.

제가 좋아하는 영 상개입기 제조업체도 지원받을 수 있나요?
자세한 사항은 성남시나 아래은행으로 문의하세요.

안 돼요. 불건전 사업 및 서비스업은 제외됩니다.

어네지키와

성남시 729-2581-4	국민은행 737-6975
농협은행 751-0161-5	우리은행 744-5885
새마을 743-0700	한국외환은행 737-6750
중소기업은행 743-3385-7	신한은행 777-1050
하나은행 746-5111	한국산업은행 789-1531

어려운 이웃과 함께하는 『드림Dream 나눔터』

분당구는 경제난으로 가장 먼저 타격을 받는 저소득계층을 돕기 위해 드림나눔터를 운영합니다. 재활용이 가능한 생활용품 등을 기증받으니 관내 공공기관·기업체·종교단체·시민들의 많은 협조를 당부 드립니다.

행사 내용

- 일 시 : 2009. 4. 30(목) 10:00~17:00(정자권) 2009. 5. 22(금) 10:00~17:00(서현권) 2009. 6. 29(금) 10:00~17:00(이매권)
- 장 소 : 분당구청 문화의거리
- 참여대상 : 관내 공공기관, 기업체, 단체, 일반시민 등
- 주 관 : 분당구
- 후 원 : 아름다운가게 분당이매점(매주 권석순)
- 지원내용 : 지원대상자 선정에 판매수익금의 30% 지원
- 물품기증
 - 장 소 : 구청, 관원 동주민센터
 - 기증물품 : 의류, 신발, 가방, 장신구, 잡화, 서적, 아동용품, 음반, 비디오, 패헌수막, 가구(소형), 가전(소형), 운동기구(소형), 침구류(새 침구류만) * 판매 및 사용 가능한 물품이어야 함.
- 문의처 : 분당구 주민생활지원과 사회복지팀 729-7211~6 관할 동주민센터(정자기·2·3동, 서현1·2동, 이매1·2동)

성남시 콜센터 1577-3100

성남시 시정과 민원을 빠르고 간편하게!!

성남시 콜센터 1577-3100

제5대 후반기 성남시의회 의정방향

시민의 꿈과 희망을 함께하는 성남시의회 !

- 민의를 받들고 섬기는 **어진의회**
- 희망과 열정을 담은 **오름의회**
- 친한경과 경제를 일구는 **아름의회**
- 더불어 함께 누리고 부흥하는 **나눔의회**
- 첨단도시를 구현하는 **보림의회**

100만 시민의 삶의 질 향상

2009년도 제160회 임시회 마무리

성남시의회(의장 김대진)는 지난 4월 7일 제160회 임시회 본회의를 열어 개업중인 변호사 중에서 2인 이내의 법률고문을 위촉하는 내용을 골자로 하는 "성남시의회 법률고문 운영 조례안" 등 38건의 임시회 부의안건을 의결하고 폐회했다.



□ 제160회 임시회 운영 결과

- 의회운영위원회(위원장 황영승)
 - 성남시의회 법률고문 운영조례안 - 원안가결 (홍석환 의원 등 10인)
 - 성남시의회 의원연구단체 구성 및 운영조례 시행규칙안 - 원안가결(안계일 의원 등 9인)
- 행정기획위원회(위원장 박문석)
 - 성남시 구·동의 명칭 및 위치에 관한 구역확정조정조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 통·반 설치조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 고문변호사 운영조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 소송수행자 보상금 지급조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 행정기구 설치조례 일부 개정조례안 - 부결
 - 성남시 지방공무원 정원조례 일부 개정조례안 - 부결
 - 성남시 주민자치센터설치 및 운영조례 일부 개정조례안 - 부결(박문석, 남용삼, 최윤길, 김재노, 홍석환, 정종삼, 최성은, 남상욱 의원)
- 경제환경위원회(위원장 이영희)
 - 성남시 수입증지조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 공유재산 관리조례 일부 개정조례안 - 원안가결(강한구, 이형만 의원 등 10인)
 - 성남시 소상공인 이자보전 지원조례안 - 심사보류(고희영 의원 등 10인)
 - 성남시 가족사육 제한지역에 관한조례 일부 개정조례안 - 심사보류(김유석 의원 등 8인)
 - 한국지역난방공사 증시상장계획 반대 재추구 결의안 - 부결(박문석 의원 등 10인)
- 문화복지위원회(위원장 이형만)
 - 성남시 청소년문화의 집 설치 및 운영조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 청소년육성재단 설립 및 운영조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 청소년수련관 설치 및 운영조례 일부 개정조례안 - 원안가결
 - 성남시 청소년 일시습터 민간위탁 동의안 - 원안가결
 - 성남시 다목적복지회관 설치·운영조례 전부 개정조례안 - 수정가결(한성심 의원 등 16인)
 - 성남시 사회적기업 육성지원에 관한 조례안 - 수정가결(고희영, 최만석 의원 등 12인)
 - 성남시 청년실업 해소 및 직업능력개발 훈련지원에 관한 조례안 - 심사보류(홍석환 의원 등 9인)
 - 분당판교청소년수련관 민간위탁 동의안 - 부결
 - 은행동 청소년문화의 집 민간위탁 동의안 - 부결
 - 성남시 청소년육성재단 정관변경 동의안 - 부결

- 도시건설위원회(위원장 장대훈)
 - 성남시 화물자동차 운송사업 차고지 설치의무 면제 조례안 - 원안가결
 - 성남시 옥외광고물 등 관리조례 일부 개정조례안 - 수정가결
 - 성남도시기본계획변경 수립에 관한 의견 청취안 - 채택
 - 2020년 성남시 도시 및 주거환경 기본계획 공전아파트 반영 청원-의견제시 채택 (소개: 지관근, 유근주 의원)
 - 2020년 성남시 도시 및 주거환경 기본계획 성지아파트 반영 청원 - 의견제시 채택 (소개: 지관근, 유근주의원)
 - 성남도시관리계획 변경결정(공원에 관한 의견 청취안 - 심사보류
 - 성남도시관리계획 변경결정에 관한 의견 청취안 - 심사보류
 - 성남도시관리계획(안) 결정에 관한 의견 청취안 - 심사보류
 - 성남시 주택조례 일부 개정조례안 - 심사보류(강한구, 김해숙 의원 등 9인)
 - 성남시 주택조례 일부 개정조례안 - 부결

- 예산결산특별위원회(위원장 강한구)
 - 2009년 제1회 일반 및 특별회계 세입·세출 추가경정예산안 - 수정가결
 - 2009년 제1회 일반 및 특별회계 세입·세출 추가경정예산안 수정예산안 - 수정가결

- 본회의
 - 시장 등 관계공무원 출석요구안 - 원안가결(남상욱 의원 등 8인)
 - 2008 회계연도 세입·세출 결산검사 위원선임 - 원안가결

고도제한 완화 관련 - 김성희 국회 국방위원 면담

성남시의회 김대진 의장은 지난 3월 16일 100만 성남시민의 숙원인 "성남시 고도제한 완화" 관련 국회 국방위원회 김성희 위원을 면담하고 고도제한으로 지난 40년간 성남시민이 겪고 있는 고통을 설명했다.

이날 면담은 3월 26일 "군사구역 및 고도제한 해법은 무엇인가"라는 주제로 김성희 국회 국방위원이 주관한 "안보와 경제 Win-Win 전략" 토론회에 앞서 이루어졌다. 당시 김대진 의장은 제2롯데월드 건축을 정부가 허가하려는 움직임에 대해 "100만 성남시민의 생존권을 무시하는 처사"이며 "그동안 중앙정부가 내세웠던 재개발, 재건축 정책에 반하는 행위"임을 강력히 천명했다.



제4차 체육조사위원회 개최

성남시의회 문화복지위원회(위원장 이형만)는 지난 3월 23일 문화복지위원회실에서 "성남시 체육행정개선"을 위한 제4차 체육조사위원회를 개최했다. 이날 개최한 조사위원회에서는 지난 1, 2, 3차 조사 자료를 토대로 질의가 이어졌으며 그동안 사용된 체육회 예산의 적법여부와 체육회 임원진의 겸직에 대해 잘못된 관행을 지적했다.



제23회 성남문화예술제 '팡파르' 올린다!

5월 1일 개막식을 시작으로 23일까지 다양한 행사 열려



행사일정

일시	시간	행사명	장소	주관	연락처
5.1(금)	13:00~21:30	개막식	남한산성유원지 놀이마당	성남예총	753-1020
5.1(금)	13:00~15:00	국악제	남한산성유원지 놀이마당	국악협회	753-1020
5.3(일)	19:00	시민노래자랑(접수 4.1~28)	남한산성유원지 놀이마당	연예협회	747-8704
5.9(토)~13(수)	16:00(9일 개막)	미술전	성남아트센터 분관 전시실	미술협회	753-1020
5.9(토)~13(수)	17:00(9일 개막)	사진전	성남아트센터 별관 전시실	사진협회	753-1020
5.18(월)~19(화)	19:00	음악제	성남아트센터 콘서트홀	음악협회	753-1020
5.18(월)	19:00	영화제(여자의 일생)	성남아트센터 앙상블시어터	영화협회	753-1020
5.19(화)	19:00	시민백일장 시상식	성남아트센터 앙상블시어터	문인협회	744-5005
5.20(수)	19:30	연극제(흥시 열리는 집)	성남아트센터 앙상블시어터	연극협회	756-8430
5.21(목)	19:30	무용제	성남아트센터 앙상블시어터	무용협회	753-1020
5.23(토)	19:00~21:00	폐막식	중앙공원 야외공연장	성남예총	753-1020

5.12(수)	15:00~17:00	제11회 성남시 창수무대	성남시민회관	국악협회	753-1020
5.15(금)	19:00	색다른 콘서트	남한산성유원지 놀이마당	성남예총	753-1020
5.30(토)	19:00	향토예술인 콘서트	남한산성유원지 놀이마당	연예협회	753-1020
5.31(일)	예선 10:30~본선 14:00~17:30	제14회 성남 청소년예술제	성남시민회관	성남예총	753-1020
5.9(토)	11:00	모란민속5일장 축제(개막식)	모란장	성남예총	753-1020
5.14(목)	15:00	모란민속5일장 축제	모란장	성남예총	753-1020
5.19(화)	15:00	모란민속5일장 축제	모란장	성남예총	753-1020

* 일정은 상황에 따라 변경될 수 있습니다.

클릭, 수련관! CLICK

킹! 왕! 짱! 명랑운동회

건전한 놀이문화 보급과 다양한 체험기회를 제공하기 위해 5월 3일(일) 오후 1시 1층 체육관에서 열린다. 프로그램은 ▲킹! 개인줄넘기, 탈벌 토너먼트 색판 뒤집기 ▲왕! 한자 골든벨 및 사자성어 맞추기 ▲짱! 축하무대와 장기자랑으로 구성된다. 4월 6~28일 중·고등학교생이나 14~18세 청소년으로 10명씩 20개 팀을 접수한다.

수정청소년수련관 740-5281 www.snyc.net, www.chamtv.com

나눔이 함께하는 'O's market'

직접 만든 물건과 중고물품을 교환 및 판매하고, 수익금 20%를 이웃돕기 성금으로 기부하는 기쁨도 누리는 나눔시장이 5월 16일(토) 아탑역 문화존에서 개최된다. 참여를 원하는 9~24세 청소년과 일반시민은 4월 21일부터 선착순 방문 접수하면 된다.

정자청소년수련관 783-4300(내선 404) www.tenten21.or.kr

구미도서관 '한국 미술 산책'

직장인과 취업준비생을 위한 야간 교양강좌로 5월 7일~6월 25일 매주 목요일 개설된다. 회화, 도자기, 건축, 공예품을 시대순으로 감상하며 한국미술을 이해하는 시간이 될 것이다. 4월 20~30일 선착순 인터넷(gm.snlib.net) 온라인 접수만 가능하다.

구미도서관 729-4693



성남문화원 756-1082

성남시 청소년 문화존 4~11월 토요일 야탑동 경관광장

청소년들이 만들고 체험하는 문화체험 프로그램의 장 '2009 성남시 청소년 문화존'이 막을 올렸다. '세계문화존'을 주제로 열리는 이번 행사는 봉당구 야탑동 경관광장에서 4월 4일부터 11월 14일까지 매주 토요일 오후 1~4시 총 25회에 걸쳐 진행된다. 세계건축모형제작, 전통과 함께하는 세계문화체험, 포토존, 로봇 및 과학체험, 청소년 공연 등 다양한 체험과 공연이 선보인다. 매일 첫째, 셋째 주에는 청소년 자율무대가 펼쳐져 청소년 누구나 자신의 끼를 발산할 수 있다.

중앙청소년수련관 750-4641~6

프로그램 내용

- 첫째주**
 - 한국문화재 모형 제작 - 송례문 모형제작
 - 청소년 자율무대 - 밴드·댄스·개그 분야 등 청소년예술 공연
 - 둘째주**
 - 로봇제작체험 - 종이로봇 및 댄스로봇 시연
 - 전통문화체험 - 전통혼례 체험 및 엮기기 놀이 체험
 - 앨범 만들기 - 나를 표현하는 앨범 제작
 - 셋째주**
 - 호주 현대건축물 모형 제작 - 시드니 오페라하우스 모형 제작
 - 과학원리체험 - 원소 미니 핸드폰줄
 - 자연놀이 체험 - 미니 화분 만들기 체험
 - 엮기 만들기 - 포토삼을 활용한 나만의 엮기 만들기
 - 넷째주**
 - 인도 조형물 모형 제작 - 타지마할 모형 제작
 - 한국류전 국악 공연 - 고전음악과 현대음악의 절묘한 조화
 - 다섯째주**
 - 로봇제작체험 - 스피커 및 청턴로봇 시연
 - 북아트 체험 - 세계여행 기념품 만들기
 - 스티커 사진만들기 - 포토삼을 활용한 나만의 스티커사진
 - 여섯째주**
 - 이탈리아 건물모형 제작 - 피사의 사탑 모형 제작
 - 과학원리체험 - 글라이더 만들기
 - 세계문화체험 - 유럽문화 음식 만들기 체험(샌드위치)
 - 핀버튼 만들기 - 자신의 개성을 표현하는 핀버튼 만들기
 - 기념상 2%(모토 패스티벌) - 인터넷을 통한 베스트 포토 선정
- 접수 : 체험 현장 접수(선착순)

성남시새마루회 703-0033

청소년전화 1388

24시간 상담·긴급구조·활동정보 제공



행복한 가족도시

결혼연령 상승, 자녀양육 부담, 평균수명 연장 등으로 저출산·고령화 시대로 접어들면서 우리 가정의 모습도 변하고 있다. 특히 국제결혼으로 인한 다문화가정, 홀몸노인가정이 늘어나면서 사회의 도움이 절실히 되고 있다. 건강가정지원센터, 다문화가족지원센터와 함께 아이·부부·부모, 가족 구성원 모두가 행복한 가족도시 성남을 만들기 위해 고민하는 모습을 담아본다.

자녀 양육하기 좋은 성남



시는 임신, 출산, 양육을 체계적으로 연계해 지원하고 있다. 임신부의 출산전후 관리, 불임부부 지원, 출산전 진료비 지원, 셋째 이상 자녀 출산축하금 지원 등으로 출산을 장려하는 한편 아동양육수당과 다자녀 안심보험, 아이돌보미를 지원, 아이를 키우는 부담도 덜어주고 있다.

특히 결혼이민자가 늘어나면서 이들의 지역 적응을 도와주는 성남시다문화가족지원센터(740-1175)의 역할도 커지고 있다. 언어와 문화소통을 돕기 위해 한글교육, 양육지원 등 다양한 프로그램을 마련하고 있다. 5월 가정의달을 앞둔고는 이민자가족 대상 생애주기별 가족생활교육을 4월, 5월 실시한다. 결혼과 가족, 의사소통, 부부관계, 함께마음나누기 등으로 꾸며진다.

노후가 행복한 성남

홀몸노인가정이 늘어나면서 노인들에게 경제력 확보가 최우선 과제. 시는 실버인력뱅크와 실버비즈니스사업단을 운영, 노인일자리 창출에 나서고 있다. 성남시니어클럽과 노인복지관 등을 둘러보면 심심찮게 일자리를 찾아볼 수 있다.

다른 어느 도시보다 노인복지시설 인프라가 풍부한 성남. 노인보건센터를 중심으로 치매 등 건강관리를 받을 수 있고, 노인복지관에서는 다양한 취미생활을 즐길 수 있다.

건강가정지원센터에서는 은퇴 후 활기찬 노후생활을 즐길 수 있도록 교육, 상담, 문화 통합 프로그램을 4~7월 진행한다. 부부 행복지수 높이기, 부모자녀 이해증진, 가족과 함께 은퇴자금 설계하기 등을 통해 가족의 이해도를 높이는 기회를 가질 수 있다.



가족문제 상담은 '성남 가족의 전화'

건강한 가정을 꾸리기 위한 아이디어가 필요하면 좋은 부모 되기 워크숍, 집단상담, 가족봉사단 활동 등 건강가정지원센터의 도움을 받으면 된다.

20~30대 자녀와 갈등으로 어려움을 겪는 50~60대 부모라면 5월 12, 19, 26일과 6월 2일 진행되는 집단상담 '즐거운 이별, 행복한 출발'에 참여해보자. 갈등 해결과 서로 이해하는 방법을 찾을 수 있을 것이다. (4월 20일부터 선착순 홈페이지 접수. 가족상담팀 755-9329, 홈페이지 www.family.go.kr)

살아가면서 이런저런 문제가 생길 때는 고민하지 말고 전문가의 도움을 받아보자. 평일(12:00~17:00) 성남 가족의 전화(755-9338)를 이용하면 부부문제에서 자녀관계, 한부모가족, 재혼가족 등 이혼전후 가족문제, 기타 가족관계 스트레스까지 고민을 터놓고 해법을 찾아볼 수 있을 것이다.



박문숙 기자 moons4326@hanmail.net

다문화 가족 이동주·오소 세비 씨 부부

오꾼 짜란짜란! 사려 깊고 영리한 우리 집 복덩어리~

봄벌이 웅크린 벚꽃 몽우리를 손쉽게 팝콘처럼 활짝 터뜨렸다. 봄벌처럼 따뜻하고 밝은 웃음꽃을 집안 가득 피우는 사람들이 있다. 호소 세비 씨 가족(수정구 수진2동)이다.

2008년 1월, 이동주(36) 씨와 결혼한 호소 세비 씨는 생후 2개월 된 딸과 시어머니와 건강하고 행복하게 살고 있다. 시어머니와 남편이 지어준 그녀의 한국 이름은 '이세인'이다.

"고온다습한 열대지방에서 자랐기 때문에 겨울에 무척 고생했다"는 그녀는 "착한 남편과 자상한 시어머니 덕분에 모두 극복할 수 있었다"며 감사의 말을 건넨다. 남편은 넉넉지 않은 살림에도 캄보디아의 처가를 위해 의류며 목돈을 보내고 영상편지를 만들어 보낸다.

"말보다 행동이 앞서서 내 아내는 사려가 깊고

쾌활해서 대인관계도 좋다. 내 아이를 낳아준 고맙고 귀한 사람이다"라는 남편. 엄마와 딸로 만났다는 시어머니는 "가화만사성이다. 착하고 영리한 세인이가 집안을 화목하게 한다. 우리 집 복덩어리다"며 그녀의 손을 마냥 쓰다듬는다.

2008년 3월부터 단대동 여성복지회관에서 한글 초급과정을 수료한 그녀는 현재 출산 후 성남시다문화가족지원센터 지도사 박길숙(55) 씨에게 일주일에 두 번, 아이 양육에 대한 정보와 한글 중급과정을 집에서 배운다. 고국에서 회계학을 전공할 만큼 영리한 그녀는 한글 습득 능력도 남다르다. 기회가 되면 캄보디아에서 못다 한 대학공부를 한국에서 할 예정이다.

피부미용과 봉제에 관심이 많은 그녀는 컴퓨터 보급이 아직 활성화되지 않은 캄보디아에서 중고

컴퓨터 취급 및 수리사업을 할 계획이다. 물론 컴퓨터 기술자인 남편의 도움을 얻어서다.

"과거 없는 현재와 미래는 없다"며 "뒤를 돌아보는 여유를 갖고 더 나은 미래를 위해 서로 존중하고 배려하며 살자"는 남편의 말에 수줍은 그녀는 남편과 시어머니에게 말한다.

"오꾼 짜란짜란!"(캄보디아어로 '정말 감사합니다!')

조민자 기자 dudldk@hanmail.net



성남만들기



제87회 어린이날기념 『2009 성남어린이날 큰잔치』

<p>주행사 5. 5(화) 09:30~16:00 울동공원(관리사무소 앞)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 기념식 : 모범어린이 표창 ■ 식전·후 공연, 어린이(가족)장기자랑 등 다수 ■ 놀이체험마당, 과학마당, 그리기 마당 ■ 「꿈과 희망을 주는 과학관 운영 ■ 내 용 : 자연, 과학, 로봇, 전시/체험관 운영 ■ 대학마당 : 6개 코너 ■ 경 원 대 : 핸드 퍼펫, 요술풍선 만들기, 리본 머리끈 만들기, 태권도 시범 ■ 동서올대 : 치어공연, 엄마·아빠와 꿈을 하늘 높이 ■ 신 구 대 : 치어 및 난타공연, 페이스페인팅, 파리 만들기 ■ 단체마당 : 8개 코너 ■ 한솔중합사회복지관 : 조랑말 타기 	<p>개별행사 함께 웃는 어린이날!</p> <p>5.5(화) 10:00~17:00 남한산성 놀이마당</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 사물놀이 ■ 음률 외 4 ■ 소고춤 ■ 한삼춤 ■ 치어 나비공연 ■ 내가 만든 정난감 - 과학 정난감 3종 제작 	
<p>개별행사 어린이날 푸른 한마당</p> <p>5.5(화) 10:00~17:00 회양대공원</p> <p>전래놀이 마당 제기차기, 윷놀이, 널뛰기, 단체줄넘기 만들기 마당 제기 및 나무목걸이 만들기, 매직풍선 그리기 마당 타일그림그리기, 페이스페인팅 이벤트 마당 달랠라 꽃마차 등 어울림 마당</p>	<p>개별행사 푸른 어린이날 인형극제 "애들아~ 놀자"</p> <p>5.5(화) 10:30~16:00 한솔중합사회복지관</p> <p>[1회 공연]</p> <ul style="list-style-type: none"> • 구연동화 • 택견 시연 • 인형극(밥 안 먹고 투정하는 아이) • 참여마당 핸드프린팅, 가운쓰기, 풍선아트 등 <p>[2회 공연]</p> <ul style="list-style-type: none"> • 인형극 : 1회 공연과 동일 • 사물놀이(하늘연의 사물놀이) • 마술쇼 	
<p>개별행사 조손가정과 함께하는 "어린이날 한마음 축제"</p> <p>5.5(화) 10:30~15:00 대원공원</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 한마음마당 오재미 던지기, 지구를 돌려라 장애물던지기, 줄다리기 ■ 축제마당 풍선만들기, 윷놀이 등 ■ 특별마당 풍물놀이 ■ 이벤트마당 추억의 숯사탕, 사진찍기 페이스페인팅 등 	<p>개별행사 장애아동과 함께하는 신나는 어린이날</p> <p>5.5(화) 10:30~15:00 정자동 탄천변 및 발바닥 공원</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 걷기대회 백현초교에서 서천교 ■ 체험놀이 페이스페인팅, 이름표를 달아오, 방울방울 내 방울, 일록달록 내 셔츠, 풍선아트 주먹밥 만들기, 아이유 썩썩 ■ 가족 및 단체게임 지구 두비퀴, 발목어 달리기, 주사위릴레이 일록달록 공던지기 	<p>개별행사 오늘은 어린이날 우~리들 세상</p> <p>5.5(화) 10:00~16:00 양지근린공원</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 참여마당 나무목걸이·팽이 만들기 제기 만들기, 탁본뜨기 ■ 놀이마당 굴렁쇠굴리기, 간줄넘기 제기차기, 고무줄놀이 물풍선 던지기, 닭싸움 고무신던지기 ■ 특별마당 풍선아트, 페이스페인팅 간식나눔 ■ 경품추첨



이 장점이고 유연성과 평형감각, 균형을 잡아주며 근력강화 훈련으로 노인병을 예방할 수 있다"고 말했다.

뇌졸중·요실금 등 노인병 예방

밴드운동을 가장 오래했다는 송동순(72)·이금순(77) 어르신은 "처음엔 밴드가 운동이 될까 싶었는데 아픈 어깨가 풀리고 뻣뻣했던 몸도 부드러워졌다"며 이마에 맺힌 땀을 닦았다. 양순임(63)·정예순(71) 어르신도 "처음엔 근육이 땅기고 아팠는데 계속하다 보니 몸이 시원하고 부드러워졌다"며 "일주일에 이 운동을 한 번 하고 있는데 두 번으로 늘려 달라고 건의하는 중"이라고 말했다.

밴드운동은 초창기에 뇌졸중 환자들에게만 보급했을 정도로 효과가 큰 운동으로 알려져 있다. 매주 월요일 오전 10시부터 11시까지 1시간씩 진행된다.

한편 수정노인종합복지관은 시니어들이 열정적으로 참여하고 있는 "연극"과 신나게 두드러면 스트레스가 확 풀린다는 "난타", 멋진 모습으로 연주하는 "기타", 그 밖에도 "하모니카" 등 다양한 프로그램으로 본인의 적성에 맞게 골라서 참여할 수 있도록 배려하고 있다.

수정노인종합복지관 731-3394 이길순 기자 eks323@hanmail.net

행복한 노년 시니어 건강증진 활동 수정노인종합복지관 '테라밴드 스트레칭'

밴드를 이용 평형감각과 유연성 길러

해를 거듭할수록 늘어만 가는 고령화 연구는 이전 세삼스럽지 않다. 어떻게 하면 시니어들이 좀더 적극적으로 건강한 삶을 영위할 수 있을지 정부는 물론이고 가족의 관심이 절실하게 필요할 때다.

성남시 3개구의 노인복지관은 다양한 프로그램으로 시니어들의 삶의 질을 높이는 데 도움을 주고 있다. 특히 수정노인종합복지관에서는 건강증진 프로그램으로 성남에서 최초로 시도한 '테라밴드 스트레칭' (이하 밴드운동)이 시니어들의 인기를 얻고 있다고 한다.

유영에 사회복지사의 안내를 받고 3층 강당으로 들어서자 30명이 넘는 시니어들이 밴드운동을 하고 있다. 밴드를 하나씩 잡고 지도강사의 지시에 따라 열심히 한다. 유영에 복지사는 "밴드운동은 2008년 6월 30일 시니어들의 추천으로 이곳에서 시작했는데 큰 무리 없이 할 수 있는 운동이라 생각 외로 시니어들에게 큰 호응을 얻게 됐다"고 한다.

윤수는 지도강사는 "밴드운동이 개발된 지 몇 년 지났지만 대중들에게 선을 보이게 된 것은 최근이다. 성남에선 최초로 시작했는데 어르신들이 너무나 좋아한다. 우선 몸에 큰 무리 없이 할 수 있다는 것

5년 만에 국제대회 3번 출전 '성남발명교실' 낙생고교 교사 지도, 초등 4~6학년 대상



아이의 호기심을 풀어주는 성남발명교실 김홍석 교사

우리 조상들은 독보적이고 자랑스러운 발명품들을 물려주었다. 세계 최초 감우량 측정기인 측우기, 해시계 양부일구, 세계 최초 철갑선 거북선, 설계도가 현존하는 세계 최초의 로켓화포 신기전... 한 나라의 국력이냐 경제성장을 가능하는 것도 과학과 발명의 힘이 아닐까?

기초반	심화반	영재반
· 발명의 중요성 · 발명을 통해 얻는 점 · 발명의 기법 · 지적 재산권의 중요성	· 기초반 수료자 중 선발해 운영 · 아이디어를 내고 도면을 그림 · 글과 그림으로 표현해 토론 · 특허출원을 해 봄 · 창의적 표출 · 대회출전	· 심화반에서 활동이나 발명에 뛰어들 수 있음 · 난 소질이 있는 학생으로 편성 · 일대일의 강화 프로그램

낙생고등학교 내에 위치한 '성남발명교실'의 초등학생들도 자랑스러운 선조들의 뜻을 이어받아 발명에 눈을 뜨고 있는 중이다. 성남발명교실은 성남시 초등학교에서 발명에 취미와 소질이 있는 학생을 조기 발굴해 발명활동에 대한 흥미와 관심을 높이고, 과학적인 사고력과 창의력을 신장시켜 발명을 생활화하기 위해 운영된다.

성남시 관내 초등학교 4~6학년을 대상으로 하며 학교장의 추천을 받은 30명으로 한 기가 구성된다. 수요일 오후 3시 간씩 총 30시간 운영하며 이수학생에게는 수료증을 수여한다. 모든 경비는 경기도 교육청에서 무상으로 지원한다.

5년 동안 성남발명교실을 이끌어오고 있는 낙생고등학교 서재홍(47) 교사는 국제학생 창의력 올림피아드 한국대회 수상은 물론 국제대회에만 3번을 출전시킨 경험에 있는 성남의 베테랑 선생입니다. 창의적 생각과 발명 마인드, 적극적인 도전 습관으로 국가 인재 성장을 위한 발판을 마련하는 것이 서 교사의 바람이다.

“창의적 발명을 위해서는 집과 학교, 학원만 맴도는 생활만 하지 말고 다양한 독서, 박물관 견학, 미술 전시회·음악회 등의 예술 경험, 자연을 바탕으로 한 좋은 인성, 봉사활동 등을 통해 폭넓은 사고를 가진 사람이 돼야 합니다. 부모님들은 비교와 조급증을 없애고 우리 아이의 장점을 살리고 특색을 키워주는 교육을 하는 것이 좋습니다. 발명교실을 수료하면 사물을 보는 시야가 넓어지고 깊어지며 앞으로의 진로와 공부에도 동기유발이 됩니다.”
2008년 성남발명교실 심화

반을 수료한 학생들로 구성된 Seven Ice팀과 오로라팀이 국제 창의력 올림피아드 한국대표 선발전에서 금상과 은상을 휩쓸었다. 은상을 받은 오로라팀은 초·중·고 전체에서 한 팀만 수여하는 핀디자인 제작 부문에서도 최우수상을 받아 5월 미국 오하이오 주립대에서 열리는 국제대회에 출전한다.

오로라팀의 팀장 이승보(매송초 5) 군은 앞으로의 포부와 발명교실에 대해 자신의 생각을 펼쳤다. “성남시 최초로 국제대회에서 꼭 입상하고 싶어요. 지금은 영어 실력과 창의적 문제해결능력을 기르기 위해 준비 중입니다. 발명교실을 다니면서 가장 많이 배운 것은 7명이 한 팀이 돼 도전과제를 해결해야 되기 때문에 다른 사람의 의견을 존중하는 법입니다.”

“발명교실을 다니면서 가장 많이 배운 것은 다른 사람의 의견을 존중하는 법입니다.”
“창의적 발명을 위해서는 집과 학교, 학원만 맴도는 생활만 하지 말고 다양한 독서, 박물관 견학, 미술 전시회·음악회 등의 예술 경험, 자연을 바탕으로 한 좋은 인성, 봉사활동 등을 통해 폭넓은 사고를 가진 사람이 돼야 합니다. 부모님들은 비교와 조급증을 없애고 우리 아이의 장점을 살리고 특색을 키워주는 교육을 하는 것이 좋습니다. 발명교실을 수료하면 사물을 보는 시야가 넓어지고 깊어지며 앞으로의 진로와 공부에도 동기유발이 됩니다.”
2008년 성남발명교실 심화

4월 8일부터 초등학교 성남발명교실 15기(사진 아래)가 운영되고 있다. 앞으로 이 나라와 인류를 위한 큰 발명가가 탄생하는 산실이 되길 기원한다.

낙생고등학교(내) 성남발명교실 709-1233
구현주 기자 sunlin-p@hanmail.net



책 읽는 성남 교보문고 성남점 북마스터 최희남 씨

교보문고에서 북마스터로 일하는 최희남(37) 과장. 18년간 책과 함께 근무하면서 그의 손을 거쳐 간 책은 헤아릴 수 없다.

“북마스터”라는 직업은 지난 SBS TV 드라마 ‘연애시대’에서 감우성 역으로 잠시 선보인 적이 있다. 북마스터는 책에 대한 열정과 책에 대한 다양한 지식을 습득해 고객에게 필요한 가치를 제공하는 Book Expert(종합도서전문가)다.

고객에게 최적의 도서를 친절히 안내하는 전문상담가이자, 도서 출판과 유통에 관련한 다양한 계획을 수립하는 상품기획자(Book Merchandiser)며, 초급 사원을 지도하고 지원해 북마스터 후보군을 양성하는 코치인 멘토이기도 하다.

교보문고에서 근무한 4년 이상으로 연차별 교육 이수와 독서학점(독서·역량·교양 관련) 취득자 가운데 최근 2년간 인사고과 우수자를 기준으로 뽑고 있다. 그 후 북마스터 아카데미에서 6개월간 교육을 거쳐야만 진정한 북마스터가 된다.



최희남 씨가 북마스터가 된 지는 10년 정도. 매장을 찾는 손님에게 하루 50~60권의 책을 소개하고 있다. 보통 한달에 4~5권의 책을 정독한다는 그는 “여러 사람을 많이 만날 수 있고, 아무래도 정보 속에서 사니 모든 부분에서 정보가 빠른 것”이 북마스터의 좋은 점이라고 말한다.

추천 도서 **시간여행**
에스터릭스와 제리릭스 | 이가서 | 2008. 8.

순수한 열 살 소녀의 성장기록을 담은 성장소설인 《시간여행》. 미국의 권위자 (육체, 정신, 영혼)이 우수도서로 선정했다. 사라와 그 친구들이 정신적으로 성장해가는 이야기를 재미있으면서도 교육적으로 그리고 있다. 청소년들뿐만 아니라 어른들에게도 성공과 행복을 가져다주는 공식, 꿈을 현실로 만드는 과정과 방법, 죽음을 바라보는 새로운 시각 등을 제시한다. 말쑥꾸러기 반 아이들과 흥미를 느낄 수 없는 학교생활, 버릇없는 남동생 등으로 인해 사라의 삶은 그다지 행복하지 않다. 그러던 어느 날, 사라는 현명한 늑은 울베이 솔로몬을 만나게 되면서 세상을 보는 눈이 달라진다. 솔로몬은 사라에게 무조건적인 사랑의 눈으로 사물을 보는 방법과 항상 긍정적인 에너지로 간직하는 방법을 알려준다.

장영희 기자 younghee21@hanmail.net



기획연재 성남 역사 이야기 4

복원 추진 중인 지역 대동놀이 판교 板橋 쌍용 거트 줄다리기



놀이와 노동이 조화된 민속놀이

우리는 일상을 놀이와 노동, 어느 한쪽에 치우치지 않고 적절하게 조화를 이루면서 살아가야 한다. 이들은 상반된 듯 보이지만 우리의 실생활에서는 생산성 향상을 위해 상호 깊은 관련을 맺고 있다. 줄다리기는 이러한 우리의 생활을 내포하고 있는 대표적인 민속놀이로 전국적으로 행해지던 대중적인 정월 세시 풍속의 행사였다.

암줄과 수줄의 쌍줄에서 유래

판교지역에서도 줄다리기가 정월 보름에 행해졌는데, 이 줄다리기를 『널다리 쌍용 줄다리기』라 부르다가 현재에 와서 『판교 쌍용 거(巨)줄다리기』로 명명했다. 여기서 ‘널다리’는 현재 ‘판교’의 명칭으로, 과거 이 지역을 가로지르는 운중천을 널빤지로 다리를 놓고 다녔다는 사실에서 유래했다. ‘쌍용’은 황룡줄(암줄)과 청룡줄(수줄)의 쌍줄을 이용해 겨루는 놀이에서 유래했다.

판교의 줄다리기는 3천 평 분량의 벼짓으로 만든 황룡줄(암줄, 둘레 3~3.7m)과 청룡줄(수줄, 둘레 2.5~3m)을, ‘용두’라고 하는 줄머리에 원형 고리를 만들어, 수줄의 용두부분을 암줄의 용두에 끼워 넣고, 비너처럼 생긴 커다란 비너목을 꽂아 암줄과 수줄을 하나로 결합한 상태에서 줄다리기를 했다.

참여인원은 220여 명 가량으로, 황룡줄은 기혼여성 과 미혼남녀가 한 편이 되고 청룡줄은 기혼남성이 편을 이루어, 미혼남녀 1명씩 쌍용 줄의 용두에 서서 진두지휘하며 3판2선승제로 힘을 겨뤘다. 특히 암줄이 이겨야 풍년이 든다고 해 여성에게 승리의 기쁨과 즐거움을 제공했다고 한다.

풍농(豊農)과 안녕(安寧) 기원

행해진 장소는 현재는 없어진 판교교출소에서 낙생초등학교까지의 판교 옛 길인 ‘너더리 길’이다. 줄다리기에 앞서 지역주민들은 마을의 장터마당 앞 회나무에 모여, 풍농(豊農)과 안녕(安寧)을 기원하는 제사를 지냈다. 그때의 회나무는 최근 새로 이전한 낙생초등학교 뒷산에 심겨어 있다.

성남문화원 중심으로 복원 추진

『판교 쌍용 거(巨)줄다리기』는 판교지역에서 60년대 초까지 전승돼 행사가 펼쳐졌으나, 그 이후 급속한 산업화와 이주민의 증가로 중단과 재현을 반복해 왔다.

2001년부터는 성남시의 지원 아래 판교지역 주민들로 구성된 ‘판교 쌍용 거(巨)줄다리기 보존회(회장 김영운)’를 중심으로 재현돼 5회까지 행사가 개최됐다. 같은 해, 성남문화원을 중심으로 성남 대표팀을 구성해 ‘제13회 경기도 민속예술축제’에 출전, 노력상과 소품상을 수상하는 등의 성과를 거두었다.

현재는 신도시 개발공사로 인해 중단된 상태지만 2008년부터 성남문화원이 기존의 보존회를 흡수·통합해, 올해는 성남시 지원으로 본격적인 복원사업 준비를 추진하고 있으며, 2010년 정월 보름에 시연회를 개최할 예정이다.

판교의 역사가 비상(飛上)하는 증거

판교지역은 도시형 첨단 아파트가 즐비한 뉴타운으로 예전의 줄다리기를 하던 너더리 길도, 제사를 지내던 회나무도 원형 그대로의 모습을 찾아볼 수 없다. 그러나 타 지역에서는 이런저런 이유로 이미 사라진 지 오래된 줄다리기를 지금껏 복원에 매진하고 있다는 것만으로도, 판교의 역사가 사장(死藏)되지 않고 전승되면서 해마다 비상(飛上)하고 있다는 증거일 것이다.

자료제공 : 성남문화원 부설 향토문화연구소
정리 : 이보영 연구위원



대동여지도에 나타난 판교일대(부분)

새마을이동도서관 '책 많이 읽는 너티마울'



“책을 무료로 빌려 드립니다.” 매주 수요일 오전 10시~11시 50분, 새마을이동도서관 차가 오는 시간은 분당구 정자동 너티마울 주부들에게 가장 바쁜 시간이다. 아이를 유모차에 태우고 온 주부에서 할머니까지 책을 반납하고 대출해주는 주민들로 차안이 붐볐다.

책을 집에 쌓아 놓지 않아도 되고 누구나 손쉽게 빌려 볼 수 있는 이동도서관

이동도서관은 얼마나 많은 사람을 행복하게 해주는지 모른다. 이차 온 지 3년이 되었다는 수인(3·사진 위)이 엄다. 유모차에 책을 싣고, 수인아와 이동도서관을 찾았다. “아이 데리고 책 빌러 다니기 불편한데 집 앞까지 오니까 참 좋아요. 그리고 무료잖아요.” 매주 15권의 책을 빌린다는 그는 아들 성호(6)가 유치원에서 돌아오면 수인아와 함께 읽을 책이라고 한다.

4년째 너티마울에 살고 있는 강혜미(35) 씨는 동화책이 더 많이 필요하며 두 아들 재민(4), 민서(7)에게 주로 창작동화책을 보여준다고 10권의 책을 대출받았다.

〈산타 할아버지 뽀뽀해 드릴래요〉 청개구리 반동화 〈나도 엄마에게 잔소리를 하고 싶어요〉 등 재미있는 동화책과 무협지, 소설, 문학지, 요리책 등 다양한 책이 이동도서관의 양쪽을 빼곡히 채우고 있다.

보유도서 8만5,355권 중 지난해 연말까지 너티마울(1,776세대) 주민이 3만4,340권으로 가장 많은 책을 읽었다. “어린이가 커서 중학생이 되고 유치원생이 자라서 고등학생이 되었을 때 가장 보람을 느낀다”는 새마을이동도서관 조영림 관장은 “지금도 책 보급에 한계가 있지만 좀더 여건이 좋아지면 다양한 행사와 다독 가족에게 표창도 하고 싶다”는 바람을 갖고 있다.

이화연 기자 maekra@hanmail.net

새마을이동도서관 이용 안내

지난 93년 개관 후 차량 4대로 관내 59곳을 누빈다. 월~금요일 차량별로 하루 3곳을 방문 순회 대출한다. 회원카드를 발급받아 이용할 수 있다. 본인카드는 주민등록증이나 운전면허증을, 가족카드는 의료보험증·주민등록등본을 제출하면 된다. 대출권수는 2권이며 이용실적에 따라 5권까지 가능하다. 도서대출기간은 1주일, 비용은 무료다. 해당지역 순회일정은 홈페이지 참조. 홈페이지 : www.songnamstl.co.kr

새마을이동도서관 703-0033

생생 재테크(3)

저축을 많이 하는 방법 2 (예산의 편성과 가계부의 활용)

FV=PV(1+i)ⁿ 저축가용자금 만들어 내기

예산의 편성

이번에는 평균화된 소득에 맞춰 예산을 편성하고 활용하는 방법을 알아보도록 하자. 예산을 편성할 때에는 소비지출을 각 항목별로 분리해 책정해야 한다. 그래야만 내가 어떤 지출이 과도했는지, 아낄 수 있었던 항목은 어떤 것이 있었는지 쉽게 알아볼 수 있기 때문이다.

또 한 가지 중요한 점은 무리한 계획을 잡지 않아야 한다는 것이다. 부자가 되기 위해서 천정에 굴비한 마리 걸어 두지는 말자. 지나친 압박은 추후 보상심리에 의한 지출을 늘릴 수 있기 때문이다.

고정지출과 변동지출의 관리

아래항목 중 식비·교통비·공과금·교육비 등은 매월 일정하게 지출되는 항목이다. 반면 문화생활비·의류비·보건의료비·연1회성 등은 매월 일정한 지출이 발생되지는 않는다. 즉 변동성이 있어 예산을 적용하기 쉽지 않다. 그래서 이 항목들은 연 평균 지출로 예산을 편성하고, 지출이 없는 달에는 모아 두었다가 지출이 발생되는 달에 모아진 자산을 활용해야 한다.

흔히 지난달 지출을 기준으로 예산을 편성하게 되는데, 비정기적 지출이나 연1회성 지출은 간과할 수 있어 문제가 된다. 이 때문에 예산대로 실행하지

못하고 저축을 계획대로 진행할 수 없거나 증도에 포기하게 된다.

가계부의 활용과 정산

옆의 표를 보면 각 항목별로 예산액과 5일 단위의 소계를 통해 예산 대비 지출이 어떻게 이루어지는지를 쉽게 알 수 있다. 이는 예산에 맞춰 잔여기간 대비 지출이 과도하였는지 알 수 있기 때문에 소비성 지출의 통제를 용이하게 한다.

상담을 하다 보면 가계부를 사용하는 가정에서도 정산을 통해 예산의 실행을 점검하는 가정은 의외로 많지 않다. 가계부는 '소비에 대한 일기장'이 아니다. 반드시 정산을 하고 처음에 계획한 대로 지출이 이루어지는지를 스스로 점검해 보도록 하자.

한 달에 한 번 가족끼리 모여서 지출에 대해 이야기해 보고 과도한 지출이 없었는지 생각해 보면서 돈을 사용하는 철학을 가지게 될 수도 있을 것이다. 학교에서는 가르쳐 주지 않는 돈 쓰는 방법에 대해 자녀에게 미리 교육할 수 있고, 부모간의 즐거운 대화도 더 많아지지 않을까.

포도재무설계 재무상담사 남기일
moneyplan@podolp.com

* 다음호에는 '올바른 보험설계'에 대해 알아보겠습니다.

항목	식비	교통비	문화생활비	의류비	공과금	교육비	보건의료	연1회성	기타소비
내용	주식 부식 외식	대중교통 유류대	운동 회비 모임 경조사비	의류 신발 화장품	관리비 월세 전기수도 가스 통신비	공교육 사교육 유아비 교재비	의료비 건강식품 약약품	휴가비 명절 기념일 생일	부모님용돈 현금 기부금
예산	30만	20만	20만	10만	20만	50만	5만	20만	30만
5일	5	5	15	0	0	0	0	0	20
10일	10	5	15	0	0	0	0	0	21
15일	15	10	15	0	0	0	0	0	22
20일	20	10	20	0	0	5	0	0	23
25일	25	15	20	0	0	10	0	0	24
30일	30	15	25	5	20	50	0	0	30
적립액	0	+5	-5	+5	0	0	+5	+20	0

직접 만드는 DIY 교실 4

마음을 이어주는 향초, 청크필라향초 만들기

가끔은 친구들과 함께할 시간을 만들어보자. 이때 향초를 만들어 보면 어떨까. 파라핀을 녹이며 재미있는 이야기를 나누고, 파라핀 조각을 한 개 한 개 틀에 넣으며 어긋났던 서로의 생각을 맞춰가 보면 좋을 것 같다.

'청크필라 향초' (사진)를 만들 때는 파라핀에 염료를 섞어 만든 파라핀 블록과 파라핀141, 틀이 필요하다. 이렇게 만들면 된다. 1. 먼저 나무젓가락을 이용해 틀에 심지를 고정시킨다. 2. 유도 등으로 틀의 밑부분을 막아준다. 3. 나중에 초가 잘 빠지도록 틀에 이형제를 뿌린다. 4. 위에서 2cm 정도 남기고 틀에 파라핀 조각을 넣는다. 5. 파라핀 덩어리를 녹여 40~50°C 정도로 맞춘다. 6. 녹은 파라핀에 향을 넣어 틀에 부어준다.

향은 꽃향기가 나는 자스민·로즈, 심신을 안정시켜주는 라벤더, 비염에 좋은 유칼립투스·페퍼민트, 정진집중에 좋은 로즈마리·페퍼민트, 모기퇴치에



도움이 되는 시트로넬라 등이 있다.

후루룩 재빠르게 블록을 담은 기자의 모습을 보던 강사가 한마디 한다. "틀의 벽쪽으로 조각을 붙여가며 담고 파라핀 가루가 섞이지 않게 넣어야 나중에 초가 예쁘게 나와요. 그리고 초가 완성되면, 담을 때 위쪽이었던 곳이 아래쪽이 된다는 것 기억하시고요."

주의점은 또 있다. 가스렌지에 파라핀을 녹이는 것은 위험하니 전기렌지에 녹이는 것이 좋다.

재료는 인터넷 쇼핑몰에서 구입할 수 있으며 백화점 문화센터에 강좌가 마련돼 있다. 또 매달 둘째·넷째 목요일 오후 2시에 마리에서 강사의 도움으로 여러 가지 향초를 만들어 볼 수도 있다.

도움말 마리 최연실 실장
708-3071

박인경 기자
ikpark9420@hanmail.net

소비자 Info

GM식품
바로 이해하고 선택하기

최근 우리 앞에 자주 등장하는 용어가 유전자재조합, 유전자조작, 유전자변형이다. 모두 GMO(Genetically modified organism)를 일컫는 말로 "유전자변형생물체"라고 한다. 유전자 재조합 기술을 이용해 어떤 생물체의 특정 형질을 가진 유전자를 다른 생물체의 염색체에 넣어 특정한 목적에 맞도록 만든 생물체다. GM농산물, GM동물, GM미생물로 분류된다.

GMO는 식량문제 해결, 난치병 치료, 식품의 기능성 강화 등 긍정적인 측면과 맛이나 영양의 불확실성, 항생제내성·알레르기과 같이 새로운 질병에 대한 우려, 환경생태계 오염 등 부정적인 측면이 서로 논란을 빚고 있다.

GM식품은 유전자변형생물체를 원료로 제조된 제조 가능한 식품 또는 식품첨가물을 말한다. 이에 정부는 소비자들이 제대로 알고 선택할 수 있도록 "유전자재조합식품 표시제"를 시행 중이다. 유전자변형 된 콩이나 옥수수 등을 원료로 만든 식품에 대해서는 "유전자재조합식품"이라고 제품의 용기나 포장에 표시해야 한다. 만일 유전자 재조합 여부를 알 수 없는 경우는 "유전자재조합○포함가능성 있음"으로 표시할 수 있다. 따라서 소비자는 이러한 표시제도에 대해 제대로 알고 식품을 선택할 필요가 있다.

성남소비자시민모임 756-9898

건강칼럼

분당차병원 정형외과 최우진 교수

발목통증, 고질병 되기 전에 잡으세요!

볼철 운동부상 급증...
인대 손상 넘어 연골 손상 우려



바야흐로 따뜻한 햇볕과 선선한 봄바람에 야외활동을 하기 더할 나위 없이 좋은 5월이다. 야외활동이 잦아지고 스포츠를 즐기는 사람들이 늘어남에 따라 이 시기에 크고 작은 부상으로 정형외과 병원을 찾는 사람도 겨울철 대비 약 2배 이상 증가하는 것으로 집계되고 있다. 특히 축구나 달리기, 등산 등을 할 경우 가장 흔히 부상을 당하는 신체부위가 바로 발목이다.

우리가 흔히 발목을 삐었다는 것이 바로 발목 염좌인데, 이 경우 일반적으로 뼈에는 이상이 없고 발목을 구성하고 있는 인대가 손상돼 통증이 오게 된다.

심한 염좌는 수 주간의 고정이 필요하며, 이 정도의 손상을 받았을 경우 주변 조직 또한 손상을 일으키기 쉬우므로, 다발성 인대 손상이 되었다면 불안정성 회복을 위해 수술이 필요하기도 하다.

발목이 삐면 대부분 '시간이 지나면 낫겠지' 하고 간단한 처치만 하거나 방치하는 경우가 있다. 그러면 그 이후에도 자주 발목을 삐거나 통증이 지속돼 연골 부위 손상으로 인한 '박리성 골연골염'으로 발전해 수술까지 필요한 큰 병을

자초할 수 있다. 따라서 초기에 적절하게 치료를 잘하는 것이 중요하다.

발목이 삐었을 때 하는 초기치료는 수상 후 부종·출혈·통증의 감소와 회복중인 인대를 보호하기 위해서이며, 충분한 휴식, 냉찜질, 압박, 거상, 보호의 순서로 치료를 하게 된다.

초기에 붓기가 빠지는 정도는 재활기간의 단축에 중요한 영향을 미치게 되므로, 수상 직후에 전문의 상담을 통한 조기 검사와 적절한 고정 치료를 시작하는 것이 만성적 발목 불안정성과 연골 손상을 예방하는 지름길이다.



건강게시판

재활기구 대여나눔 서비스

질병 사고 등으로 재활이 필요한 주민에게 재활기구를 무료로 대여한다. 보건소는 휠체어·워커·에어매트리스·이동식 변기·목욕의자·네발지팡이·아령 등 7종을, 수정구 동주민센터는 휠체어를 대여한다. 수정구보건소 지역보건팀 729-3844 관할 주소지 동주민센터

임산부 등록 관리 및 모자보건교육

시 거주 임산부에게 산전·산후관리, 보건교육을 체계적으로 실시한다. 기본혈액검사, 철분제 지급, 유축기 대여, 산생아 청각 선별검사 무료 쿠폰 지급, 선천성 대사이상검사 및 대사이상아 의료비 지원, 미숙아 의료비 지원 등이 이루어진다. 수정구보건소 등록 관리 중인 임산부를 위해 행복한 출산준비 교실, 임산부와 남편을 대상으로 엄마와 아빠가 함께하는 아기맞이 교실이, 5~10개월 영아를 대상으로는 영아 오감발달 놀이교실이 진행된다. 선착순 방문·전화 접수한다. 수정구보건소 임신부실 729-3845~7

모기·유충 구제는 방역소독으로

웅덩이, 하수구, 정화조, 집수정, 방치된 물통 등 생활주변의 모기 서식지를 신고하면 보건소 질병관리팀 방역기동반에서 방역소독을 실시한다. 보건소 방역기동반 수정구 729-3862 중원구 729-3923 분당구 729-3983

호스피스 환자 '행복나들이'

호스피스센터에 등록된 환자와 가족, 자원봉사자, 관계자 등이 참가해 4월 30일 분당 중앙공원(분수대 앞에서) 가간다. 공원산책, 레크리에이션, 영정사진 촬영 등이 있다. 분당구보건소 지역보건팀 729-3964

보바스 당뇨교실

4월 29일(수 13:30~16:00) 보바스기념병원 보바스홀에서 연다. 운동 효과, 당뇨관리, 해피니스, 맞춤 운동처방 등의 교육과 함께 무료 혈당 측정 및 혈당 분석체력, 혈당기 교환 및 기기점검 이벤트도 있다. 보바스기념병원 786-3000

분당서울대병원 창작 뮤지컬 공연

노인환자들을 위해 5월 8일 어버이날을 맞아 특별 호도공연이 마련된다. 소아청소년과 양혜란 교수가 직접 대본을 쓴 친환경 국악 뮤지컬 '행복한 고물상'이 1층 로비에서 무료로 선보인다. 분당서울대병원 787-1122

응급상황엔 언제나 1339

국번없이 1339, 지역번호 + 1399(휴대폰)

응급처치·질병상담, 병·의원 및 약국 안내
응급의료정보센터 www.1339.or.kr(24시간 연중무휴)

목욕탕에서 만난 할아버지

류용구, 증원구, 금광1동

“나이를 먹으니까 현기증이 나! 늙으면 죽어야 하는데 죽지 못해 또 왔네. 미안하네.” “할아버지, 무슨 말씀이요. 괜찮습니다.” “올해 몇인가?” “에, 토끼띠입니다.” “응, 우리 막내 아들보다 두 살 많은 그네. 허허~ 이렇게 염치없이 매번 부탁하네.” “네, 얼마든지 괜찮습니다. 저도 고향에 할아버지의 등을 밀면서 이런저런 얘기를 나눴다. 할아버지를 처음 만난 건 서너 달 전이지만 2, 3주일에 한 번쯤 우연인지 필연인지 자주 마주친다. 할아버지의 얌디얌한 등줄기, 삶의 파편들이 군데군데 자국으로 남아있는 모습에서 내 아버지를 떠올렸다.

처음에 이 할아버지는 한참 목욕 중인 내 곁으로 다가와서 등을 밀어달라고 청했다. 너무나 노쇠한 모습에 몸을 가누기조차 버거운 듯한 노인이었다. 일순간 머뭇거리기도 했지만 어느새 불 때마다 등을 밀어드리는 일이 마치 약속이 나 된 듯 자연스럽게 이어졌다.

어머니가 돌아가신 지 5년째다. 급기야 아버지는 1년 전부터 노인성 치매 증상을 보여 오랫동안 병원신세를 지고 있다. 기억의 저편에서 건너오지 못한 채 누워 계시는 아버지의 모습이 눈에 밝혀, 지금 밀고 있는 이 할아버지의 등과 교차한다.

지난번에도 그 어르신 의 등을 밀어 드리면서 불현듯 부모의 은혜, 자식들을 향한 뭉툭한 고통과 헌신을 되새겨 보았다. 당신들의 그 무조건적 사랑 덕분에 못한 자식들은 오늘 이만큼 자랐는데, 내가 그 은혜의 반에 반이라도 보답하고 있는지 자문해보니 부끄러워진다.

내가 지금 내 자식들에게 쏟는 정성과 애정의 반이라도, 활랑하게 왜소해져 가는 아버지께 바쳐야겠다는 다짐을 골백번도 더 해본다. 그걸 제대로 할 줄 알아야, 그리고 그런 아버지의 모습을 올바르게 바라보는 자식들이 있어야 건강한 가정 이 이뤄지는 게 아닐까.

건강한 가정의 근원은 바로孝다. 효를 행함은 예의와 덕행을 아는 사람이고, 그런 밑받침 위에서만 타인에 대한 존경과 배려가 우리나라이기 때문이다. 오늘 또다시 이 할아버지의 등을 밀어드리며 건강한 가정의 조건은 아주 가까운 데 있음을 되새겨본다.



포토· 남한산성 무술제
김순중, 증원구 상남동

4월 11일 남한산성유원지에서 열린 제1회 남한산성 무술제의 한 장면. '나도 한 무술' 하는 아이들이 악당에 맞서 싸우고 있다.

이달의 독자 <비전성남> 보고 취업했어요!

한대화(27· 증원구 상대원2동)

“엄마는 무슨 신문인데 그렇게 열심히 보세요?” “너도 한번 보렴.” 육군 병장으로 제대하고 개인회사에 취업했지만 부모가 나서 직장을 그만두었다. 원하는 일자리는 자격증도 없고 경험도 없어서 취업이 쉽지 않았다. 점점 자신감을 잃고 어머니가 운영하는 세탁소에서 일을 돕고 있을 때 집배원 아저씨가 <비전성남>을 전해 주었다. 한 장 한 장 읽어 가던 중 “계획적으로 두드려라”란 제목의 기사에서 맞춤형 취업지원 ‘성남청년뉴딜’ 모집공고를 봤다. “그래, 두드려 보는 거야” 인터넷으로 접수하고 6주간의 교육을 받았다. 내성적인 성격에 수줍음 많은 나였는데 무엇이든 도전해 보고 싶은 자신감이 솟아났다. 배운 대로 이력서와 자기소개서를 작성해 여기 저기 도전한 결과, 지금은 가전제품 AS 기사로 인턴생활 중이다. 새벽 6시에 가세해 출근하고 늦은 시간에 집에 오니 피곤하기는 하지만 하고픈 일을 한다는 것과 3개월 후면 정식 직원이 된다는 게 기쁘기만 하다. 열심히 최선을 다해 AS의 일인자가 될 것을 다짐해 본다. <비전성남>을 꼼꼼히 살펴보면 도움이 되는 정보가 많다. 청년 실업자와 구직자가 많은 요즘, 적성에 맞는 취업을 할 수 있게 해준 <비전성남>에 감사드립니다.



성남중원경찰서 생활질서계 735-1146

수필(다음오 주제는 '내가 절망의 왕'), 사진(성남지역의 풍경·사람들 사진, 200만 화소 이상), 이달의 독자를 모집합니다. 5월 6일까지 보내주세요.

채택된 작품에는 약간의 원고료를 드립니다. 많은 참여 바랍니다(주소, 연락처 기재바람). 보내실 곳 : <비전성남> 편집실 729-2075~6 이메일 : snnews@korea.kr

2009년 5월 문화 행사 캘린더

4월	2009년 5월																																						
27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
아트 & 파크 <봄 나들이>展 ● 5.6(수)까지 성남아트센터 야외광장 ● 김석, 박예철, 오원연 등 7명 작가 설치작품 ● 성남문화재단 전시기획부 783-8141~6				성남국제무용제 ● 4.25~5.2 ● 성남아트센터오페라하우스, 앙상블시어터, 송의광장, 빛의계단, 울동공원, 모란시장, 남한산성 ● 월드스타 Gala, 국가관 광장프로젝트 시리즈, 크로스오버 댄스, 젊은·중년 무용가 공연, 어린이를 위한 공연, 무용 사진전·음악연주·영화감상 ● 성남아트센터 783-8000 www.smart.or.kr				제10회 증원구민 건강달리기 대회 ● 5.3(일) 07:00~10:00(개회식 07:30) ● 달리기구간 : 울동운동장 주경기장 → 증원구청 사거리 → 하대원주안센터 → 하대원 아른빌(아) → 하대원 GS성남지이(아) 중앙분리대(반환점) → 울동새마을금고 앞 → 성남동 현대(아) 앞 → 증원구청 → 울동운동장 주경기장(약 4.5km) ● 증원구청 총무팀 729-6021~5				제1회 탄천사랑 아름답송 경기대회 ● 5.10(일) 오전 10시 분당구청 앞 잔디광장 ● 대회코스 : 탄천변 6km구간의 2시간 소요 ● 인터넷www.abn.co.kr 및 현장 접수 ● 아름답송 콜센터 1544-1100				제7회 천계산철학제 ● 4.26(일) 오전 10시 천계산(옛말)을 등산로 입구 ● 철학제, 동주인센터 프로그램 공연, 음악공연, 참여자 정기자랑, 환경정화 활동 등 ● 고등동주민센터 729-5881				안 갤러리 전시회 ● 박주옥·이유림·최정선 4.15~5.9 ● 사랑한다(다)구자승 장지현 5.14~6.7 ● 앤 갤러리 070-7430-3323 www.ngalleryart.com				2009 서울국제도서전 '책의 확장, 책의 상상력' ● 5.13~17 코엑스 태평양홀·인도양홀(서울 삼성동) ● 국내외 다양한 도서 전시, 유명 북이브 작품, 영화 상영, 유명 작가 발표회, 저자 초청 토크 등 ● 02-3270-7913				'제1회 미래 내 모습 그리기 대회' 작품 공모 ● 작품접수 : 5.1~6.30 ● 18세 이하 국민이 직접 그린 그림 또는 컴퓨터 활용 그림 ● (주)코엑스 SP팀 02-6000-1413 www.yourfuture.co.kr				제1회 탄천사랑 아름답송 경기대회 ● 5.10(일) 오전 10시 분당구청 앞 잔디광장 ● 대회코스 : 탄천변 6km구간의 2시간 소요 ● 인터넷www.abn.co.kr 및 현장 접수 ● 아름답송 콜센터 1544-1100				증원도서관 인형극 공연 ● 매일 넷째 토요일 10:30 3층 시청각실 ● 4.25(토) '금구슬 은구슬' 유아~초등 저학년 ● 5.23(토) '종정군 구리구리' 어린이와 부모 ● 6.27(토) '오즈의 마법사' 어린이와 부모 ● 정보봉사팀 752-3916			

<p>5월 근로장려금 신청 신청자격 : 부부연간 총소득액 1,700만원 미만 등 신청일시 : 5.1~6.1 주소지 관할 세무서 성남세무서 730-6624~6629, 730-6632~6638 http://www.eitc.go.kr(근로장려세제)</p>	<p>성남시니어클럽 노인일자리사업 참여자 모집 대상 : 시 거주 60세 이상 심신 건강한 어르신 모집분야 : 장인두부, 엄마밥상, 계단청소, 시니어IT 전통놀이, 노인학대 지킴이단, 베이비시터 모집기간 : 4.1(수)~5.1(금) 선착순 성남시니어클럽 735-6333/8333</p>	<p>창세학교 한글 및 영어주부반 학생 모집 대상 : 중·고·대학 검정고시반 수업 : 월~금(오전 및 오후) 수시접수 창세학교(수정구청 뒤) 744-7004</p>	
<p>예비군 홈페이지 및 인터넷 훈련 선택 내용 : 훈련시간, 장소안내 전국단위 예비군훈련, 휴일훈련 신청접수 훈련일정 선택·결과 확인 향토예비군 http://www.yebigun1.mil.kr</p>	<p>청솔아간학교 학생 연중모집 대상 : 중·고등부 과정을 공부하고자 하는 분 수업 : 매주 월~금요일(저녁 7시~10시), 무료 청솔아간학교 753-8995 http://cafe.daum.net/chungsolyahak</p>	<p>국비지원 (직업능력개발계좌제) 훈련과정 수강생 모집 영상 및 디바이스전문가 수강생 : 4.15~11.6 회망 차수별 수시 모집 리뷰수선전문가과정 수강생 : 4.15~5.23 한국방송통신대학교 경기지역 산학협력단 711-0009 http://hrd.knou.ac.kr</p>	
<p>국가기록관 관내 초·중학생 무료 견학 내용 : 대통령기록관 및 나라기록관 견학 기간 : 4월~6월까지(6회) 대통령기록관 750-2222</p>	<p>한강물환경생태관 개관 초·중·고학생 무료 개관 : 평일 오전 10:00~17:00 한강물환경연구소 770-7203</p>	<p>'2009년 에너지 지도자양성교육' 참가자 모집 대상 : 만 25세 이상 49세 이하 성남시민 (에너지교육 유경험자나 교육관련 종사자 우대) 기간 : 4.20 ~ 5.8 참가비 : 20,000원(교재비) 일정 : 홈페이지(www.sosimo.org)에 게시 특전 : 교육이수후 에너지교육 강사로 활동예정 (사)성남소비자시민모임 756-9898</p>	
<p>마약류 투약자 특별자수기간 기간 : 4.1~6.30(3개월간) 대상자 : 마약류 투약자(중독자 포함) 본인 직접출두, 전화·서면 등(비밀 절대 보장) 수원지방경찰청 성남지청 739-4740~1</p>	<p>내일의 일자리로 가는 희망일구기 일시 : 5.19~5.22(4일간) 오전 10시~오후 4시 내용 : 자기소개서 작성, 면접법 등 프로그램 참가 후 특전 : 무료취업 알선 및 사후 관리, 실업급여 수급자는 구직활동으로 인정 성남남부지역자활센터 748-9904, 9959</p>	<p>성남일화 천마축구단 5월 경기 일정 피스컵 코리아 : 5.5(화) 오후 3시 VS 전남 2009 K-리그 : 5.9(토) 오후 7시 VS 부산 2009 K-리그 : 5.23(토) 오후 7시 VS 전남 장소 : 성남종합운동장 성남일화 천마축구단 709-4133</p>	
<p>법국민 기초질서 운동 전개 계도 및 단속 : 연중 실시 오물방치, 광고물 무단첨부, 침 뺑기 등 기초질서 위반행위 성남중원경찰서 생활질서계 735-1146</p>	<p>노인취업알선센터 회원모집 대상 : 시 거주 55세 이상 신체 건강한 취업희망자 수정노인종합복지관 731-3390</p>	<p>성남YWCA 자원 활동가 모집 도·농 프로그램 참가자 모집(방문·체력, 20명) 대상 : 안전한 먹을거리에 관심 있는 분 소비자 상담원 및 모니터 양성교육(10명) 청소년유해환경감시단(25명) 성남YWCA 사회환경부 709-9855</p>	
<p>노인자원봉사자 모집 대상 : 성남시 거주 60세이상 어르신 내용 : 점심방송 DJ(주1회 2시간 이상), 안내봉 사(행사진행보조, 청소 봉사 등) 이주여성과 1:1결연을 맺어 우리의 전통예절, 생활습관, 음식만들기 지도 오디오북(어르신들이 읽어주는 녹음도서) 수정노인종합복지관 731-3393~4</p>	<p>산재보험 직업훈련교육 신청안내 대상 : 만 60세 미만의 1~12급 산재장애인 실직자 신청기간 - 2008년 6월 30일 이전 장애결정자 : 2009년 6월 30일(화) 전까지 - 2008년 7월 1일 이후 장애결정자 : 장애판정일로부터 1년 이내 근로복지공단 성남지사 720-1287</p>	<p>성남일화와 함께하는 유소년 축구 클럽 성남일화 축구클럽</p>	
<p>가정폭력 및 여성폭력 무료 상담 성남가정폭력상담센터 751-6677</p>			<p>이사할 때 알아두면 유용한 정보 우체국 : 주소이전 신고시 3개월 동안 우편물을 새주소지로 배달 콜센터 1588-1300</p>

2009년 5월 시민정보화 무료 교육 일정 안내

기관명	구분	자격	교육기간	교육시간	인원	접수일/접수처
수정구청	수정구청	성남시민	문서작성 입문	5.6~5.29	09:30~11:00	30 4.24(금)~4.28(일) 09:00~
			파워포인트 디자인	5.6~5.29	11:30~13:00	30 선택은 방문·홈페이지 접수
			실버세대 컴퓨터출력	5.6~5.29	14:00~15:30	20 (s.snlib.net/sjeong) 743-9600(214)
			컴백서(50세이상)	5.6~5.29	14:00~15:30	20 *직장인만
중원구청	중원구청	성남시민	직장인 디카사진 포토샵	5.9~5.30	10:00~12:30	20 인터넷 접수만 가능
			포토상용	5.6~5.29	09:30~11:00	30 4.28(화) 09:00~4.30(목) 18:00
			일러스트레이션	5.6~5.29	11:30~13:00	30
			실버세대 컴퓨터출력	5.6~5.29	14:00~15:30	30 인터넷 선착순 접수 http://www.snlib.net 752-3916
(사)성남시 정보화협회	정보화협회	장애인 및 가족	컴퓨터반	5.9~5.30	10:00~13:00	30
			엑셀반	5.9~5.30	10:00~13:00	30
			워드반	5.9~5.30	10:00~13:00	30
			인터넷	5.9~5.30	10:00~13:00	30

* 자세한 교육일정은 성남시 홈페이지 시민정보화 교육에서 확인 가능합니다.