

칼럼

장기채 주필



노노(老老)케어 참여자의 행복한 노년

“만약 제가 천사라면 당신님께 건강을 드리고 꽃이라면 향기를 드리겠지만 나는 사람이기에 사랑을 드립니다.”

어느 건강한 노인이 불편한 노인을 돌보고 수발하면서 기도드리고 있는 말이다.

지금 순천에서는 건강한 노인들이 불편한 노인을 찾아가 돌봐주고 수발하면서 행복을 깨고 있다. 순천시 노인들이 주관하는 노노(老老)케어 사업은 다시 말하면 대한노인회가 추진 중인 노인 사회활동 지원 사업에 앞장서 나 아닌 다른 사람을 돌본다는 사실에 즐겁고 행복한 시간을 보낸다고 한다.

노노케어 사업은 노인문제를 앞장서서 해결하겠다는 의지 없이 는 될 수도 없겠구나 대한노인회의 결속력이 얼마나 큰가를 알 수 있는 대목이다

순천시 노인회의 노노케어 사업은 노인이 노인을 돌봄으로써 소외된 노인을 사회 속으로 이끌어 재할 하도록 돕는다.

또 노인의 건강회복과 우울증 해소, 사회참여 지원, 자살예방 등

사회적인 문제를 한 번에 해결하는데 발 벗고 나선 사업이다.

노노케어에는 늙은 노(老)자가 두 개 들어간다. 노인이 노인을 돌본다는 뜻이다.

처음에는 참여자가 수혜자를 돌보는 것으로 시작하지만 잠깐 삶의 맛을 알게 되는 참여자 쪽이 오히려 더 케어를 받게 되는 행복함도 느끼게 된다.

이 나라는 노인이 되면 3고(高)에 시달린다. 미처 국가의 손이 미치지 못하는 소외 노인을 위해 노인이 노인을 돌보는 노노케어 사업은 전국에 메이리쳐 호뭇한 훈풍을 일으키고 있다.

순천시 노인회에서도 관내 660개소 경로당에서 222명의 노노케어 참여자를 선발해 444명의 수혜자를 돌보는데 여념이 없다.

노노케어 참여자는 희생하는 마음, 봉사하고 사랑하는 마음 없이는 할 수 없는 일이다. 때로는 수혜 어르신들을 부축하고 경로당까지 동행해야 하고 말벗 외출동행 웃음치료가 되어야 한다.

풀이켜 보면 이 시대 노인들은 격동의 대한민국 근·현대사를 관

통하며 온갖 고통과 역경을 극복한 어르신들이다. 그렇게 어려운 시대에 모든 것을 다 버렸던 어르신들의 희생을 바탕으로 오늘날 대한민국이 세계가 부러워하는 나라가 됐다.

이제는 쉬어야 할 노인들이 백발이 성성한 노인임에도 불구하고 나보다 더 불편한 노인을 돌보는 헌신을 스스로 택한 것이다.

노인 자살률 세계 1위, 세계에서 가장 못사는 대한민국 노인이라는 불명예를 씻자는 신념은 이제 요원의 불길처럼 타오르고 있다.

노노케어 참여자들은 그동안 수혜자가 얼마나 외로움, 그리고 힘들고 두렵게 살아왔는지를 알았다고 한다.

그동안 말벗 한 사람 없이 살아온 자신에게 노노케어 참여자는 분명 친구요, 고마움으로 사무쳤을 것이다. 그것은 수혜자의 눈빛에서 읽을 수 있었을 것이다.

어느 참여자는 수혜자 할머니의 얼굴을 바라보면서 “할머니 그냥 친구처럼 편하게 해요. 그냥 동기처럼 기대하세요.” 그렇게 눈

으로 말했다고 눈시울을 적시기도 했다.

케어(care)의 사전적 의미는 시중들다, 수발하다, 보호하다 등의 의미를 갖는다.

옛말에 늙으면 애 된다는 말이 있다.

순천의 참여자들은 한결 같이 수혜자들을 애기같이 조심조심 시중을 들어야 한다고 입을 모은다. 낯은 일 마다 않고 극진히 돌보아야 한다고도 한다. 그럴 때 서로가 서로를 위해 마음 터놓고 소통이 이루어진다고도 한다. 어느 때는 웃음치료가 어느 때는 말동무 또 어느 때는 미술사가 되기도 한다. 부축하면서 같이 걷고, 마주보면서 이야기 하고 같이 웃기도 한다.

순천시 노인회의 노노케어 사업은 이제 수혜 할머니들의 얼굴에서 행복이 보인다. 참여자의 마음도 호뭇해진다. 그렇게 행복이 가까이 있었다.

그래서 자신이 예방되고 고독이 스스로 물러나게 될 것이다. 이제 노인이 노인을 돌보는 ‘노노케어’로 순천시민의 신뢰를 얻고 ‘존경받는 노인’으로 거듭나는 등 경로당의 존재 가치가 더욱 높아질 것이다.

순천시노인회 노노케어 사업이 더욱 풍성한 열매를 맺었으면 좋겠다. 그렇게 보면 실버들이 당당한 사회, 생각만 해도 얼마나 멋지고 아름다운가. 참여자 그리고 수혜자 어르신들 행복하십시오. 건강하십시오.

社說

여름철 빗길 사고 주의해야

최근 5년 동안 국내에서 발생한 교통사고 사망자 중 10% 가까이 비 오는 날 사고로 인해 숨진 것으로 집계됐다. 이들 중 3분의 1은 여름철 사고를 당했다.

도로교통공단이 최근 5년(2013~2017년) 동안 국내에서 발생한 교통사고 사망자를 분석한 결과에 따르면 2만2952명 중 2008명(8.75%)은 빗길을 달리다 목숨을 잃었다.

특히 장마 기간인 여름철에 피해가 집중됐다. 우천시 교통사고 월별 발생 현황을 보면 7월이 1만 2477건으로 전체의 15.4%를 차지해 점유율이 가장 높았다. 사망자와 부상자도 각각 302명(15.0%), 1만3853명(15.7%)으로 가장 많았다.

6~8월로 기간을 넓혀보면 비 오는 날 교통사고는 34.4%(2만 7776건) 수준이다. 사망자와 부상자 발생 비중도 32.2%(646명), 34.8%(4만4097명)로 여름철이 다

른 계절에 비해 높은 것으로 분석됐다.

빗길 운전은 맑은 날씨에 비해 제동거리도 많이 확보해야 하고 시야가 흐려 위험한 운전상황에 처할 가능성이 높다. 전문가들은 사전에 차량의 안전상태를 꼼꼼히 살피는 동시에 안전수칙을 준수하는 것이 빗길 안전운전의 최고 요령이라고 조언했다.

따라서 잦은 비가 도로를 훼손해 크고 작은 웅덩이가 생기는데 물이 고인 웅덩이가 위로 주행하게 되면 자칫 핸들조작에 문제가 발생할 수 있으니 한 손 운전은 삼가야 한다.

특히 빗길 교통사고를 미연에 예방하기 위해서는 타이어 마모 상태와 공기압, 와이퍼 및 워셔액 상태 등을 꼼꼼히 점검하고 전조 등 켜기를 생활화해야 할 것이다.

여름철 우기 주의 운전은 아무리 강조해도 지나침이 없을 것이 다.

인터넷 호남신문

www.i-honam.com



신문으로 배우는 千字文

樓 樓 觀 飛 驚
다락 누 관 비 경
樓 觀 飛 驚
▷ 뜻: 궁전(宮殿) 가운데 있는 물건대(物見臺)는 높아서 올라가면 나는 듯하여 놀람.



독자투고

E-mail : ihonam@naver.com

Fax : 062-222-5548

사이버학교폭력 마음의 상처 치유를 위해

학교폭력하면 신체, 정신 도는 재산상의 피해를 수반하는 물리적 행위라고만 생각하는 경우가 많다.

하지만 스마트폰의 보급률이 높아지면서 사이버 폭력이 생겨나고 급속히 증가해 방과 후에도 메신저(SNS, 카카오톡 등)를 통해 사이버 폭력이 지속되므로 하루를 마무리하는 누군가는 끝없는 하루를 보내고 있다.

사이버bullying(cyber bullying)이란 사이버상에 초대해 1인을 대상으로 상상할 수 없는 욕설을 하거나 기프트콘을 강제구매 시키는 등

사이버 폭력을 이어가고 있다.

이뿐만 아니라 단체 방에 혼자만 남겨두고 떠나버리는 사이버왕따 등 메신저 감금·폭탄, SNS폭격, 데이터 셔플 등 갈수록 다양하고 지능적으로 변화를 거듭하여 사이버 폭력이 증가하고 있다.

사이버폭력 가해 이유로는 ‘상대방이 싫어서 42.2%, 상대방이 먼저 그런 행동을 해서 40%, 재미나 장난으로23.8% 내의견과 달라서 15.2%, 특별한 이유 없음 12.3%’로 지극히 평범하거나 사소한 문제로 시작되는 경우가 많다.

위와 같은 데이터로 보면 지극히 평범한 일상 속에서 일어나는 일이고 무엇이 잘못이고 무엇이 나쁜 행동인지 정확한 개념이 잡혀있지 않은 경우가 대부분이다.

또한 위와 같은 상황에 대해 어떤 대응을 해야 하는지 모르는 경우가 많기 때문에 수면에 들어가지 않고 스스로 감당하는 경우가 많아 아직 정확한 판단을 할 수 없는 청소년에게는 더욱 위험 할 수 있다.

우선은 청소년에게 사이버 상의 문제점 알려 사이버공간 에티켓을

교육해 올바른 사이버 공간을 형성할 수 있게 해야 한다.

또한 학생들에게 도란도란, U-안심알라미, 117챗(학교폭력 신고 앱) 등 학교폭력 상담시설들을 적극 홍보해 혼자 속을 썩지 않고 상담을 할수록 해 스스로 울추려 들지 않게 해야 할 것이다.

우리 어른들은 방과 후에도 피해학생 및 가해 학생에 대한 관심으로 적극적 면담과 올바른 사이버공간 활용방법을 미리 교육해 실례는 방과 후 즐거운 휴식과 가고 싶은 학교가 될 수 있게 부모나 우리 어른들이 도와줄 수 있도록 노력해야 할 것이다.

오승훈 / 나주경찰서 빗길파출소

湖南新聞
본사: 광주광역시 동구 남문로 753번길 7 (광주시 동구 학동 633-3번지 정도프라자 5층)
서울취재본부: 서울특별시 노원구 하계1동 167-16 Tel (02) 2238-0003
명예회장 이신원 회장 정재조
발행·편집인 김부사장 최산순
총괄이사 이홍재 편집국장 강서원
1946년 3월 창간 / 구독료 월 10,000원 1부 500원 인쇄 (주)남도브린테크
본지는 신문윤리규정 및 그 실천요강을 준수합니다.

“독자의견을 환영합니다” E-mail : ihonam@naver.com

외부필자의 기고는 본지의 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

문화융성
국인이 행복한 대한민국
서로의 입장을 바꿔보면 어떨까요?
자기 자신만을 생각하기 보다 상대방 입장에서 한번 더 생각하면 서로 배려하고 존중하지 않을까요?
당신의 작은 배려가 상대방을 미소짓게 합니다. 세상을 더욱 따뜻하게 합니다. 행복한 대한민국을 만듭니다.
한국언론진흥재단