

# “건강한 노후 태! 권!” 광주 광산구 실버태권도 확대 운영

### 송정·침단권으로 권역 확대...기초 건강관리 서비스 제공 마을 건강수준 향상을 위한 ‘우리마을 상생보건소’의 일환

광주 광산구가 어르신들의 건강한 노후를 뒷받침하기 위해 올해 ‘실버태권도’를 확대 운영한다고 밝혔다.  
‘실버태권도 교실’은 마을 건강수준 향상을 위한 ‘우리마을 상생보건소’의 일환으로 지난해 10월부터 3개월간 더불어락노인복지관에서 처음으로 운영됐다.  
태권도 전문 강사의 지도를 바탕으로 품새와 관절 유연성 운동, 기초체력 강화 운동 등을 진행했다. 이후 참여 어르신 전원이 노란 락 승급심사에 합격하는 감격을 누리기도 했다.

올해는 운남권인 더불어락노인복지관에 더해 송정권과 침단권으로 대상 권역을 확대할 예정이다.  
광산구태권도협회의 참여로 태권도 품새 수련 및 체력 증진을 위한 스트레칭, 유산소 운동을 펼칠 예정이다. ‘우리마을 상생보건소’ 운영과 연계해 혈압, 혈당 측정 등 기초건강 측정과 건강상담 등 어르신 건강관리 서비스도 제공한다.  
우선 2월부터 더불어락노인복지관에서 관내 60세 이상 어르신 30명을 대상으로 주 2회 실버 태권도 교실 운영을 시작한다. 나머

지 2개 권역도 조만간 세부 일정을 확정하고 운영에 들어갈 예정이다.  
지난해 이어 올해도 실버태권도에 참여하는 한 어르신은 “지난해 태권도를 배우면서 건강도 좋아지고, 여럿이 함께 운동하니 기운도 생겨났다”며 “무엇보다 새로운 도전에 대한 자신감이 생겨 올해도 참여하게 됐다”고 말했다.  
광산구 관계자는 “어르신의 몸과 마음 건강에 도움을 주고자 올해는 3개 권역으로 확대해 실버태권도 교실을 운영한다”며 “어르신들의 체력증진뿐만 아니라 치매예방에도 큰 효과가 있는 실버 태권도를 통해 건강한 광산구를 만드는 데 최선을 다하겠다”고 밝혔다.

임형택기자



## 장흥군 장평면 번영회, 목욕탕 청소 봉사 실시



장흥군 장평면 번영회에서는 지난 1일 장평면 북부거점 목욕탕 청소 봉사활동을 실시하였다.  
지난 2021년 1월 200여명의 규모로 준공한 북부거점 목욕탕은 월평균 이용객 320여명이

이용하는 등 주민 생활 편의시설 역할을 톡톡히 하고 있다.  
이번 봉사활동은 강설 등 유난히 추웠던 겨울날씨로 목욕탕 이용객이 증가함에 따라 이용객의 안전을 위해 실시하였다.  
김용문 번영회장을 비롯한 10여명의 회원들은 목욕탕 바닥 미끄러움 현상으로 어르신들의 낙상사고 예방을 위해 손을 건어 부쳤다.  
김용문 번영회장은 “농촌지역 어르신들의 건강한 노후생활에 필요한 목욕시설을 깨끗하게 관리하여 살기좋은 장평면을 만들어 나갈 것”이라고 밝혔다. 장흥=김도영기자

## “나누면 기적이 됩니다” 나주시, 단체헌혈로 생명사랑 실천



나주시 공무원들이 올해도 단체 헌혈로 혈액 수급난 해소와 나누면 기적이 되는 생명사

랑을 실천했다.

나주시는 2일 시청사 대회의실에서 대한적십자사 광주·전남 혈액원과 공동으로 ‘헌혈 및 장기기증 희망등록’ 행사를 가졌다고 밝혔다.  
이날 헌혈에는 오전 9시부터 오후 4시까지 공무원 110명, 시민 12명이 동참했다.  
1명의 뇌사 장기 기증으로 최대 9명에게 새로운 삶을 선물할 수 있는 장기기증에는 30명이 등록했다.

시는 헌혈 참여 공직자에게는 공가 및 상시 학습 시간을, 시민에게는 봉사시간과 나주시 량상품권 1만원권을 각각 증정했다.  
나주시 관계자는 “코로나19 방역 상황은 완화됐지만 응급 환자를 위한 혈액 수급은 여전히 어려움이 크다”며 “타인에게 주는 것이 아닌 나 자신을 위해 잠시 빌려주는 헌혈에 앞으로 많은 참여를 부탁드린다”고 밝혔다.

나주=송준표기자

## 호산 안중삼 서장 유족회, 이웃돕기 성금 기탁

구례군은 3일 호산 안중삼 서장 유족회와 관내 어려운 이웃을 위해 기부금 5백만 원을 기탁하는 전달식을 가졌다고 밝혔다.  
호산 안중삼 서장 유족회는 2019년과 2020년에 관내 어려운 이웃과 수재민을 위해 이미 2천만 원을 기부한 바 있다.  
안국순 대표는 “관내 저소득층과 복지사각지대 소외계층에게 조금이나마 도움이 될 수 있기를 바라며 앞으로도 지역 주민과 함께 온정을 나눌 수 있도록 노력하겠다”라고 밝혔다.  
김순호 구례군수는 “혹한기 겨울나기를 하고 있는 어려운 이웃을 위해 불우이웃 성금 기탁에 깊은 감사를 드리며, 어려운 이웃에게 소중히 전달하여 따뜻한 겨울을 지낼 수 있도록 하겠다”라고 말했다.



한편, 호산 안중삼 서장은 1950년 7월 24일 한국전쟁 당시 전남 구례지역에서 경찰서장으로 역임하며 당시 국민보도연맹원 480명의 군민을 구했으며 현재 안중삼 서장의 공적을 기리는 동상이 구례경찰서에 세워져 있다.

구례=박진호기자

## 2023순천만국제정원박람회 성공신포탄! 연이은 기업의 기부

2023순천만국제정원박람회 개막이 두 달이 채 남지 않은 가운데 부영그룹이 박람회 성공개최를 위해 2억 원의 통 큰 기부금을 전달했다. (재)순천만국제정원박람회조직위원회는 최근 시청 시장실에서 노관규 이사장(순천시장)과 부영그룹 이희범 회장이 참석한 가운데 기부금 전달식을 가졌다.  
부영그룹은 기업의 사회적 책임을 실천하기 위해 국내외 다양한 분야에서 지속적인 사회공헌 활동을 통해 모범적인 ESG 경영 활동을 실천하고 있는 대표적 기업이다.  
창업주 이종근 회장은 2013정원박람회 후원회장을 역임하면서 5억 원을 지원하였으며, 10년 만에 개최되는 2023정원박람회에도 소중한 뜻을 전했다.

### 부영그룹, 2023순천만국제정원박람회 성공 개최 위해 2억 기부



노관규 이사장(순천시장)은 “2023정원박람회 성공을 위한 부영그룹의 통 큰 기부에 감사드리다”며 “2023정원박람회는 2013정원박람회의 리뉴얼이 아닌 완전히 달라진 박람회로 도시 전체가 정원이 되는 모습을

볼 수 있다. 기후위기 시대, 탄소중립이 화두가 되고 있는 요즘 순천은 2023정원박람회를 통해 미래 도시가 따라야 할 새로운 이정표를 제시하겠다”고 강조했다.

순천=김승호기자

**“생활소식을 알려드립니다”**

**안 내**

- ▲한국노총 중앙법률원 진담상담소=(061-792-0362) 한국노총 순천노동상담소 (061-721-7363) 한국노총 여수 상담소 (062-685-5293)
- ▲호남해바라기아동센터 시스템 무상제공=13세 아동 및 정신 지체 장애인대상 긴급구조, 상담, 의료 심리치료 (062-232-1375)
- ▲생활상담 연구원 무료 방문, 전화, 온라인 상담=개인,주부,가족폭력,성,청소년 고민 등 (062-363-5599)
- ▲알코올상담 서비스 실시=인광알코올상담센터 무료 알코올 상담=술로인해 고통받는 사람 상담 및 교육 정보제공 (222-5666)
- ▲국가인권위원회 광주지역 사무소 인권상담=월~금요일 오전9시~오후5시 (일반전화 국번없이 1331, 전화 062-1331)
- ▲월 연탄 100장 기증 회원, 연탄배달회원(연10회)=1년 내내 자동이체 후원자,전남 거주자, 광주 장애인 사랑봉사회 연탄 100장으로 봉사 광주본부 (522-8909)
- ▲찾아가는 장애인 생활체육서비스=장애인 체육 동호인 및 선수를 모집 광주광역시 장애인 체육회 상담전화(1577-7976)
- ▲빛고을 한사랑 회원모집=광주전남 전북 지역에 거주하는 제주출신 환영합니다. 문의 (062-374-5885, 010-2444-4500)
- ▲남녀 배구회원 수시모집=수시 (매주 월, 수,금,토요일) 광주 북구 일곡동 일동중학교 문의 (011-612-2112)
- ▲영상과 브레인 회원 모집=시나리오 (8mm) 스테디 그룹, 읍지버, 드라마(구

성작가) 등 공동 창작활동 관심있는사람, 20~30대 응모가능, 40대는 경력자

- ▲빛고을 한사랑 회원 모집=영아원 및 지체장애시설 봉사에 뜻이 있는 20세 이상 남녀 (010-9974-9390, 문자환영)
- ▲평동지역아동센터(공부방) 직원,자원봉사자 모집=사회복지사 자격증 소지자로 미술,만화 등 예능에 소질있는분, 문의 062-363-5599
- ▲푸른복지문화센터회원=댄스 스포츠, 웰트, 팝 062-531-1769
- ▲광주지방보훈청 제대군인지원센터=중·장기복무 제대군인 소송 분쟁서비스 지원 (132,1577-8339)
- ▲광주·전남 MC품바 회원 모집=품바 배우실분(010-4624-8787)
- ▲신용사회만들기 시민연합 무료 채무상담=많은 채무로 고통받고 있는 사람들이나 신용불량자들의 신용회복을 위해 채무상담 매주 월~금 오후 5시. (062-226-9001~2)
- ▲종합민요사랑모임 회원=민요를 사랑하며 사회봉사에 뜻이 있는 45세 이상 남녀 (019-601-6989)
- ▲신용사회만들기 무료 채무상담=월~금 오후 5시 (062-226-9001~2)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲제주특별자치도민회원 모집=광주 전남 전북 지역에 거주하는 제주출신 환영합니다 문의 (063-374-5885, 010-2444-4500)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲오지종합사회복지관 결혼이주여성 한글교실 회원모집=초급반: 화,수요일 중급반: 월,수,금요일 수강료 무료 문의 (062-267-3700)
- ▲푸른복지문화센터회원=댄스 스포츠, 웰트, 팝 062-531-1769
- ▲광주지방보훈청 제대군인지원센터=중·장기복무 제대군인 소송 분쟁서비스 지원 (132,1577-8339)
- ▲광주·전남 MC품바 회원 모집=품바 배

우실분(010-4624-8787)

- ▲신용사회만들기 시민연합 무료 채무상담=많은 채무로 고통받고 있는 사람들이나 신용불량자들의 신용회복을 위해 채무상담 매주 월~금 오후 5시. (062-226-9001~2)
- ▲종합민요사랑모임 회원=민요를 사랑하며 사회봉사에 뜻이 있는 45세 이상 남녀 (019-601-6989)
- ▲신용사회만들기 무료 채무상담=월~금 오후 5시 (062-226-9001~2)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲제주특별자치도민회원 모집=광주 전남 전북 지역에 거주하는 제주출신 환영합니다 문의 (063-374-5885, 010-2444-4500)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲오지종합사회복지관 결혼이주여성 한글교실 회원모집=초급반: 화,수요일 중급반: 월,수,금요일 수강료 무료 문의 (062-267-3700)

우실분(010-4624-8787)

- ▲신용사회만들기 시민연합 무료 채무상담=많은 채무로 고통받고 있는 사람들이나 신용불량자들의 신용회복을 위해 채무상담 매주 월~금 오후 5시. (062-226-9001~2)
- ▲종합민요사랑모임 회원=민요를 사랑하며 사회봉사에 뜻이 있는 45세 이상 남녀 (019-601-6989)
- ▲신용사회만들기 무료 채무상담=월~금 오후 5시 (062-226-9001~2)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲제주특별자치도민회원 모집=광주 전남 전북 지역에 거주하는 제주출신 환영합니다 문의 (063-374-5885, 010-2444-4500)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲오지종합사회복지관 결혼이주여성 한글교실 회원모집=초급반: 화,수요일 중급반: 월,수,금요일 수강료 무료 문의 (062-267-3700)

우실분(010-4624-8787)

- ▲신용사회만들기 시민연합 무료 채무상담=많은 채무로 고통받고 있는 사람들이나 신용불량자들의 신용회복을 위해 채무상담 매주 월~금 오후 5시. (062-226-9001~2)
- ▲종합민요사랑모임 회원=민요를 사랑하며 사회봉사에 뜻이 있는 45세 이상 남녀 (019-601-6989)
- ▲신용사회만들기 무료 채무상담=월~금 오후 5시 (062-226-9001~2)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲제주특별자치도민회원 모집=광주 전남 전북 지역에 거주하는 제주출신 환영합니다 문의 (063-374-5885, 010-2444-4500)
- ▲국가인권 위원회 광주지역 사무소 인권상담 (일반전화 국번없이 1331)
- ▲오지종합사회복지관 결혼이주여성 한글교실 회원모집=초급반: 화,수요일 중급반: 월,수,금요일 수강료 무료 문의 (062-267-3700)