

풍성한 가을 즐거움 가득 가득

풍요로운 추석입니다.

가족과 함께 웃음 풍년 맞이하시기 바랍니다.

MIR^{ZINE}

2012 FALL

미르진은 미르를 찾는 여러분에게 무료로 배포되고 있습니다.



www.mirnetwork.com

미르치과네트워크



가을, 또 다른 시작

여름내 무성한 녹음을 자랑하던 나뭇잎들이
찬란한 빛깔로 온 몸을 불태우고
쓸쓸한 풍경 속으로 사라져갑니다.

봄부터 가을까지 있는 힘껏 살아내고
한 살이를 마무리하며 아름답게 퇴장하는 나무들,
단풍에 대한 우리들의 생각은
지금껏 여기까지였는지 모릅니다.

그런데 알고 계세요?
낙엽은 가을 나무가 겨울을 나기 위해
과감하게 잎을 버리는 현상이라는 것ですよ,
그렇게 소박한 모습으로 겨울을 나고
또다시 새로운 봄을 준비하기 위함인 것ですよ.

나무에게 가을은 끝이 아니라
새로운 시작을 위한 준비의 시간입니다.
감상에 젖기 쉬운 가을, 새로운 내일을 준비하며
의욕을 불태우는 시간으로 만들어보는 것은 어떨까요?

CONTENTS

2012 fall MIRzine

통 권 제30호
 발행인 박진호
 발행일 2012년 10월
 발행처 (주)미르네트워크 대구광역시 중구 삼덕2가 149-132
 기획/편집 토크라에이티브 / 권태숙
 디자인 편집회사美談 (02.325.4209)
 사진 Beautiful SCENE
 인쇄 청송인쇄 (02.838.0851)



MIR Gallery	가을, 또 다른 시작	02
感性Interview	새로운 미래를 그려나가는 미르의 날개 미르네트워크 자원모임 <그린나래> <미가온> 교육으로 미래를 만들어갑니다 <미르해> 미르를 아름답게 가꾸어 갑니다 <미다솜> 편안한 진료문화를 만들어 갑니다 <미르식> 효율적 병원경영을 펼쳐 나갑니다	04 06 07 08 09
Season's Special	다이아몬드, 그 빛나는 성공과 가치에 대하여 미르 창립 10주년 기념 비전 선포식 & 심포지엄 성공하는 사람들의 흥미로운 공통점 변화하는 삶의 가치와 라이프스타일	10 12 14 16
블로거열전	짜릿한 쾌감이 있는 암벽등반의 세계	18
Trend	펫 페어런츠 문화가 온다	22
실림의 달인	장바구니 들쭉 정이 담긴 재래시장	24
재테크	재테크의 시작, 통장 쪼개기	26
Travel essay	빛을 따르는 꾀달음의 여행, 인도	28
문화가산책	Movie & Book	34
덴탈 Q&A	치아상식, 얼마나 알고 계세요?	36
미르뉴스		38
고객 이벤트		42

새로운 미래를 그려나가는 미르의 날개

미르네트워크 지원모임 〈그린나래〉

지난 10년 간 미르 네트워크는 우리나라 치과계에 새로운 역사를 써왔다. 지역의 역량 있는 치과들이 자발적으로 네트워크를 형성하여 창의적이고 혁신적인 방법으로 네트워크 치과의 바람직한 전형을 보여준 것이다. 그런 미르네트워크가 또 하나의 혁신적인 활동을 시작했다. 올해부터 본격적으로 활동을 시작한 그린나래가 바로 그 주인공이다.

그린나래란 네트워크의 원활한 운영과 발전을 돕는 지원 모임이다. 〈미다솜〉, 〈미르썬〉, 〈미가온〉, 〈미르해〉 4개의 모임으로 구성되어 있으며 각 모임별로 진료, 경영, 교육, 디자인 등 전문 분야를 담당하고 있다. 각 모임은 네트워크 및 회원 병원에서 분야별로 적성과 관심을 갖고, 자발적으로 참여한 직원들을 중심으로 구성되어 있다.

‘그린 듯이 아름다운 날개’라는 뜻의 순 우리말, 그린나래가 미래를 향한 힘찬 날갯짓을 통해 미르네트워크의 새로운 비상을 이끌어주기를 기대해본다.



미르씨 :: 경영지원팀

포항미르치과병원 손상준 원장을 중심으로 7명의 팀원들이 미스터리 소풍을 통해 모니터링 및 점검을 실시하고 그 결과를 토대로 병원 운영에 관한 실무집을 제작하여 회원 병원에 배포하는 역할을 맡고 있다. '배끼고 흠치고 창조하고 적용하라'는 슬로건처럼 진료를 제외한 모든 분야에서 네트워크를 지원하는 모임이다.

〈미르씨〉를 이끌어가는 사람들

목포미르 안성준 회장 / 순천미르 김성호 실장
수원미르 진재천 실장 / 전주미르 민영환 실장
부천미르 김승준 실장 / 상우미르 류요필 과장
포항미르 조동원 대리



미르해 :: 디자인지원팀

〈미르해〉는 병원에서 실제로 활용되는 홍보인쇄물과 진료실 활용자료 등 디자인 결과물을 공유하며 네트워크 회원 병원에 정착시킬 수 있도록 아이템을 구상하고 협력하기 위한 모임이다. 그린 나래 소개 페이지 디자인은 물론 〈미다솜〉, 〈미가온〉, 〈미르씨〉, 〈미르해〉의 로고마크 및 타이포그래피 디자인도 〈미르해〉의 작품이다. 이밖에 디자인 가이드북 제작 및 홍보 게시물 관련 교육, 〈미가온〉 PPT 배경 자료도 실시하고 있다. 사진동호회 활동을 해온 전주미르치과병원 노창세 원장과 디자인에 관심 있는 4명의 미르인이 〈미르해〉 팀원으로 활동 중이다.

〈미르해〉를 이끌어가는 사람들

전주미르 채희성 회장 / 청단미르 정좌주 대리
목포미르 이슬 / 전주미르 안현정



미다솜 :: 진료지원팀

미르치과병원의 진료 표준화 및 병원 활성화를 위해 정보를 교류하고 협진 시스템을 구축하여 화합을 도모해나가기 위한 모임이다. 수원미르치과병원 전창훈 원장을 중심으로 총 7명이 활동 중인 〈미다솜〉은 고객이 이해하기 쉬운 진료 리플렛, 미르 서비스 북 제작, 고객관리 매뉴얼 북, 고객상담 업그레이드를 위한 심리교육 등 미르네트워크 회원 병원과 원장님들 간의 소통 및 효과적인 진료를 위한 진료 시스템 구축 활동을 하고 있다.

〈미다솜〉을 이끌어가는 사람들

상우미르 조효순 회장 / 전주미르 송한나 부장
청단미르 조민경 부원장 / 목포미르 박영심 부장
부천미르 김세라 부장 / 수원미르 윤정강 실장
순천미르 하수정 실장



미가온 :: 교육운영팀

미르네트워크의 가장 큰 경쟁력 중 하나가 교육이다. 미르네트워크가 치과계의 중심으로 우뚝 설 수 있었던 이유는 교육을 통해 진료 및 서비스의 질을 높여왔기 때문이라 할 수 있다. 대구미르치과병원 하도원 원장을 중심으로 한 〈미가온〉은 '미르의 중심을 지키자'는 목표 아래, 신입 직원 워크숍 강의 및 기획, 교육요청 병원에 교육 자원, 심포지엄 강의, 교육 커리큘럼 공유, 팀장 역량 강화 등 다양하고 체계적인 교육을 통해 미르네트워크 발전에 일조하고 있다.

〈미가온〉을 이끌어가는 사람들

대구미르 김연우 회장 / 순천미르 박정미 실장
목포미르 정혜란 실장 / 경산미르 김희정 부장
부천미르 임경은 실장 / 상우미르 조혜은 팀장
포항미르 최진영 실장 / 전주미르 고경희 부실장



Education

미가온

교육으로 미래를 만들어갑니다

대구미르치과병원 하도원 원장

“그를 지니어스라는 책이 있습니다. 인류의 발전은 뛰어난 한 사람 한 사람에 의해 이루어진 것이 아니라 많은 사람들의 아이디어와 열정의 상호작용으로 인해 집단적으로 빚어낸 결과라는 것입니다. 마찬가지로 네트워크의 발전은 한 사람 한 사람에 의해 이루어지는 것이 아니라 네트워크의 구성원들이 다양한 정보를 공유하고 학습할 때 이루어진다고 생각합니다. 그 중심에 훌륭한 교육이 있습니다.”

대구미르치과병원 하도원 원장의 말처럼 교육은 네트워크의 발전에 매우 중요한 동력이다. 우리가 생명력을 유지하기 위해서는 산소를 공급하는 혈액이 필요하듯 미르네트워크를 새롭게 하고 성장시키기 위해서도 교육이 반드시 필요하다. 그 교육을 위해 뭉친 사람들이 바로 그런나래 <미가온>이다.

그간 네트워크의 회원 병원들은 저마다 교육을 실시해왔다. <미가온>은 이러한 교육을 함께 공유하고 더욱 효과적인 교육의 기회를 마련하기 위한 장이라고 할 수 있다. 실제로 <미가온>은 매년 열리는 신입사원 워크숍은 물론, 미르심포지엄, 세미나 등에 연자로 참가하는 한편, 함께하는 연자들과 교육, 피드백, 자료

공유 등을 통해 성공적인 심포지엄이 되도록 준비하는 역할을 하고 있다. 뿐만 아니라 팀장 역량 강화 프로그램을 실시하고, 교육을 요청하는 병원이나 각 지역의 대학 및 교육센터에 출강하기도 한다.

“흔히 교육이라고 하면 딱딱한 강의 의자에 앉아 어쩔 수 없이 받아야 되는 지루한 시간이라고 생각하는 사람들이 많아요. <미가온>에서는 이런 고정관념을 깨기 위해 노력하고 있습니다. 즐겁고 재미있는 교육, 자발적으로 참여하고 싶고, 받고나면 또 받고 싶어지는 교육문화를 만들어나가고 싶습니다.”

하도원 원장의 이야기를 들으며 <미가온> 회원들의 열정을 느낄 수 있었다. <미가온>에는 각자의 자리에서 머무르지 않고 언제나 새로운 것을 탐구하고 또 함께 나누기 위해 자신의 시간과 노력을 아낌없이 내놓는 사람들이 있다.

‘중심’이라는 뜻의 순 우리말인 ‘가온’처럼, <미가온>이 교육을 통해 끊임없이 성장해 나가는 미르의 중심이 되어 미르가 처음 품었던 뜻을 지키고 키워나갈 것이라고 기대해본다.

Design

미르헤

미르를 아름답게 가꾸어 갑니다

진주미르치과병원 노창세 원장



옛말에 '같은 값이면 다홍치마'라는 말이 있다. 아름다움을 추구하는 사람들의 본성은 먼 옛날에도 다르지 않았던 모양이다. 흔히들 '디자인'의 시대라고 일컫는 현대사회에서 디자인은 더욱 그 중요성을 인정받으며 새로운 경쟁력으로 떠오르고 있다. 전 세계가 상향평준화 되어감에 따라 시장에서 차별화된 경쟁력을 갖기가 더욱 어려워졌기 때문이다. 이러한 배경에서 탄생한 것이 디자인 지원 모임인 <미르헤>이다.

"업종과 규모를 막론하고 디자인이라는 경쟁력 있는 무기를 보유할 필요가 제기되고 있습니다. 치과병원의 경우, 뛰어난 진료 실력도 중요하지만 '병원=두려움'이라는 딱딱한 이미지를 순화시키며 친근하고 감성적으로 고객과 소통할 필요가 있지요, 이를 위해 디자인이 의사소통의 또 다른 방법이 될 수 있습니다." <미르헤>를 담당하고 있는 진주미르치과병원 노창세 원장의 말이다. 미르헤는 감성적이고 실용적인 디자인으로 진료실 환경을 업그레이드하고 수준 높은 홍보 마케팅 전략을 공유하며 미르치과 네트워크 회원병원 발전에 기여하고자 만들어진 디자인 지원 모임이다. <미르헤>라는 이름은 '해의 밝은 빛으로 미르의 색을

입힌다.'는 뜻을 담고 있는데, 고정적이고 틀에 박힌 병원 이미지를 밝게 환기시키고자 하는 의미에서 지어졌다고 한다.

<미르헤>의 가장 큰 특징은 진료를 하는 진료팀과 달리 컴퓨터 그래픽을 다룰 줄 알고 실용성과 감각을 갖춘 인력들이 모여 만들어진 모임이라는 점이다. 이러한 미적 감각을 통해 미르헤 팀원들은 그린나래 소개 페이지 디자인 작업은 물론, <미다숨>, <미가온>, <미르씨>, <미르헤> 로고 및 타이포그래피 디자인을 완성했으며, 디자인 가이드 북을 제작하고 홍보 게시물 관련 교육을 실시하는 등 아름다운 미르를 만들어가는 데 주력하고 있다. 그 중 대표적인 성과는 2012년 미르 10주년 기념 심포지엄 코엑스 전시 및 디자인 작업을 들 수 있을 것이다.

"우선 지금은 홍보 디자인에 집중하고 있지만, 앞으로는 문화홍보 마케팅으로 자리 잡을 수 있도록 노력할 생각입니다." 노창세 원장은 <미르헤>가 정직하게 준비하고 실천하는 많은 일들이 미르를 사랑해주시는 분들에게 즐거움이 될 수 있도록 아름다운 색과 선으로 찾아오겠다는 약속을 남겼다.

‘환자와 고객들은 어떤 치과를 원할까?’ 하는 질문을 던져 보자. 그러면 치과병원이 나아가야 할 방향이 명확하게 보일 것이다. 만족스럽고 효과적인 진료는 치과병원의 핵심이자 성패를 결정하는 기준이다. 그런 면에서 미르네트워크가 여타 치과병원들과 다른 가장 큰 특징이 있다면 ‘대한민국 표준 치과’를 목표로 오래 전부터 진료 표준화를 실시해 왔다는 점일 것이다. “그런나래 <미다솜>은 네트워크를 구성하는 전국 19개의 미르치과 병원 실장, 부장 등 진료 및 상담 분야에서 최고 실력자들이 모인 진료지원 모임입니다.”

<미다솜>의 담당 원장인 수원미르치과병원 전창훈 원장의 말처럼 <미다솜>에는 각 병원의 실무 베테랑들이 포진해 있다. 진료 지원 활동을 표방하고 있는 <미다솜>에서 하는 일은 크게 두 가지. 첫째 고객이 만족하는 진료 환경을 만들어가는 것이다. 고객들이 이해하기 쉬운 진료 리플렛, 미르 서비스 북, 미르만의 고객관리 매뉴얼 집 제작 등이 여기에 포함된다. 두 번째는 진료 시스템과 관련한 것이다. 효율적인 진료를 위해 시스템을 구축하고 정비하는 한편, <미가온>의 지원을 받아 각 병원에



서 교육을 실시하고 있다.

<미다솜> 회원들은 두 달에 한 번씩 정기모임을 통해 미르치과 및 네트워크의 전반적인 발전을 도모하는 주제를 토론하는 시간을 갖고 있다. 모임에서는 네트워크 각 병원들의 장단점에 대해 함께 이야기를 나누곤 하는데, 장점은 서로가 받아들여 극대화하고 단점은 해결책을 공유하여 조금씩 보완해 나가기 위함이다.

“<미다솜>의 궁극적인 목표는, 보다 품격있는 치과 상담관리로 新 병원문화 창조에 기여하는 것입니다. 끊임없이 노력하는 자세로 보다 편안한 진료 시스템, 모두가 행복한 병원 분위기, 만족하는 병원 서비스를 만드는 것이죠. 치과의사가 최상의 진료에만 전념할 수 있도록 기타 부가적인 병원 운영의 효율성을 극대화 시키고 싶습니다.”

진료 및 시스템에 관련된 부분은 하루 아침에 변하는 것이 아니다. 하지만, <미다솜>이 서서히 그리고 조금씩 미르치과의 진료 환경을 보다 나은 방향으로 만들어 가고 있다는 건 확실하다. 전창훈 원장은 미르가 10년에 걸쳐 오늘날의 시스템을 만들어 온 것처럼, 갑작스러운 변화보다는 조금씩 더 좋은 방향으로 변화해가는 미르를 느끼게 해드리고 싶다고 말한다. 각 병원의 문화가 다르고, 조금 천천히 움직인다고 해서 멈춰 있는 것은 아니기 때문이다.

Dental
Treatment
미다솜

편안한 진료문화를 만들어 갑니다

수원미르치과병원 전창훈 원장



만, '베끼고 훔치고 창조하고 적용하라.'는 슬로건처럼 적극적으로 신속한 행보를 보여주고 있다. 매월 정기적인 모임은 기본이고, 한 달에 1~2회 화상회의를 통해 의견을 나눈다. 또한 홈페이지 게시판이나 웹하드를 통해 수시로 자료를 교환한다. 지난 2011년부터 준비한 치과병원 실무 운영집이 발간을 앞두고 있으며, 2012년에는 제10회 미르심포지엄에서 미스터리 쇼핑을 통한 병원 진단, 개인정보보호법 포스터를 발표하기도 했다. 진료 때문에 <미르쇠> 활동에 충분한 시간을 할애하지 못해 회원들에게 항상 미안한 마음이 앞선다는 손상준 원장. 그는 가까운 위치에서 미르쇠를 지켜본 사람으로서 자신 있게 말할 수 있는 한 가지가 있다고 한다. 그것은 미르쇠가 뜨거운 열정을 갖고 적극적으로 움직이며 그에 상응하는 결과를 꾸준히 만들어내는 자랑스러운 모임이라는 것이다. 그의 말처럼 '일신우일신(日新又日新), 일보우일보(一步又一步)'하는 <미르쇠>의 끊임 없는 전진을 기대해본다.

병원도 경영이 필요한 시대가 된 지 오래다. 병원 경영은 이익을 극대화하기 위한 일반 기업의 경영과는 다른 차원이다. 의료진이 원활한 진료를 할 수 있고, 환자들이 쾌적한 환경에서 편안한 마음으로 질 높은 서비스를 받을 수 있도록 제반 여건을 마련하는 일 모두가 병원 경영을 통해 이루어진다.

그런나래 경영지원 모임 <미르쇠>는 개인과 병원, 그리고 네트워크의 발전을 위해 자발적으로 참여한 전국 미르치과 경영지원실 실무자들의 모임이다. 담당원장을 맡고 있는 포항미르치과병원 손상준 원장은 <미르쇠>의 핵심적인 역할을 '병원 컨설팅'이라고 말한다. 작게는 지금 당장 해당 병원들을 진단, 보완, 발전시키는 것부터, 나아가 19개 미르치과 네트워크를 업그레이드시킬 수 있는 콘텐츠 제작, 앞으로 합류할 예비 미르치과병원의 설립과 그에 관한 조언 등 병원 경영에 필요한 모든 부분이 <미르쇠>의 활동 영역인 셈이다. 이를 통해 대한민국 치과의 표준을 제시하는 것이 <미르쇠>의 궁극적인 목표다.

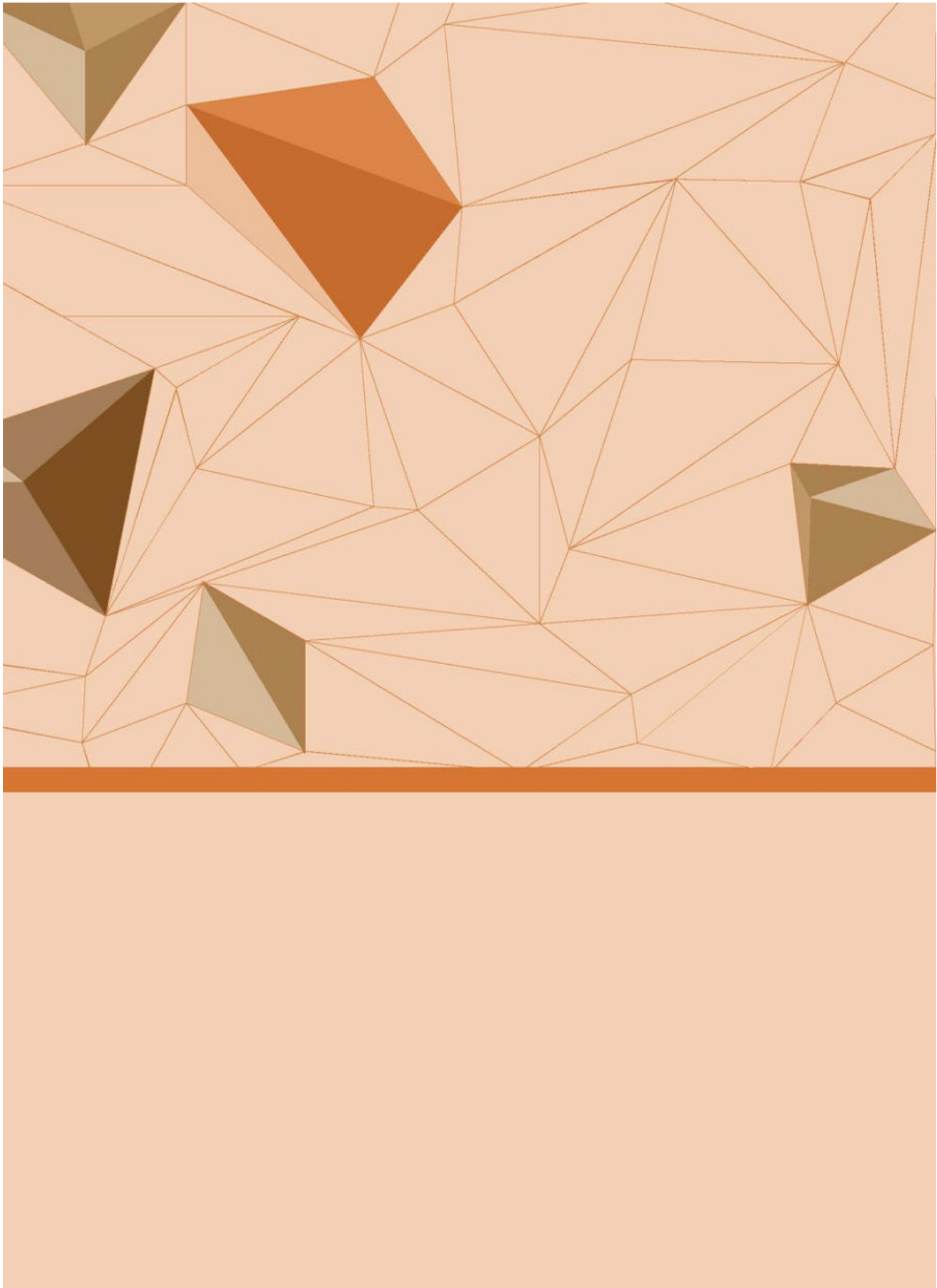
"개인적인 시간을 할애하면서 적극적으로 활동하는 회원들의 모습에 감동 받곤 합니다. 뜻이 있기에 열정이 있고, 열정이 있기에 쉽게 포기하지 않는 것이라는 생각이 들어요."

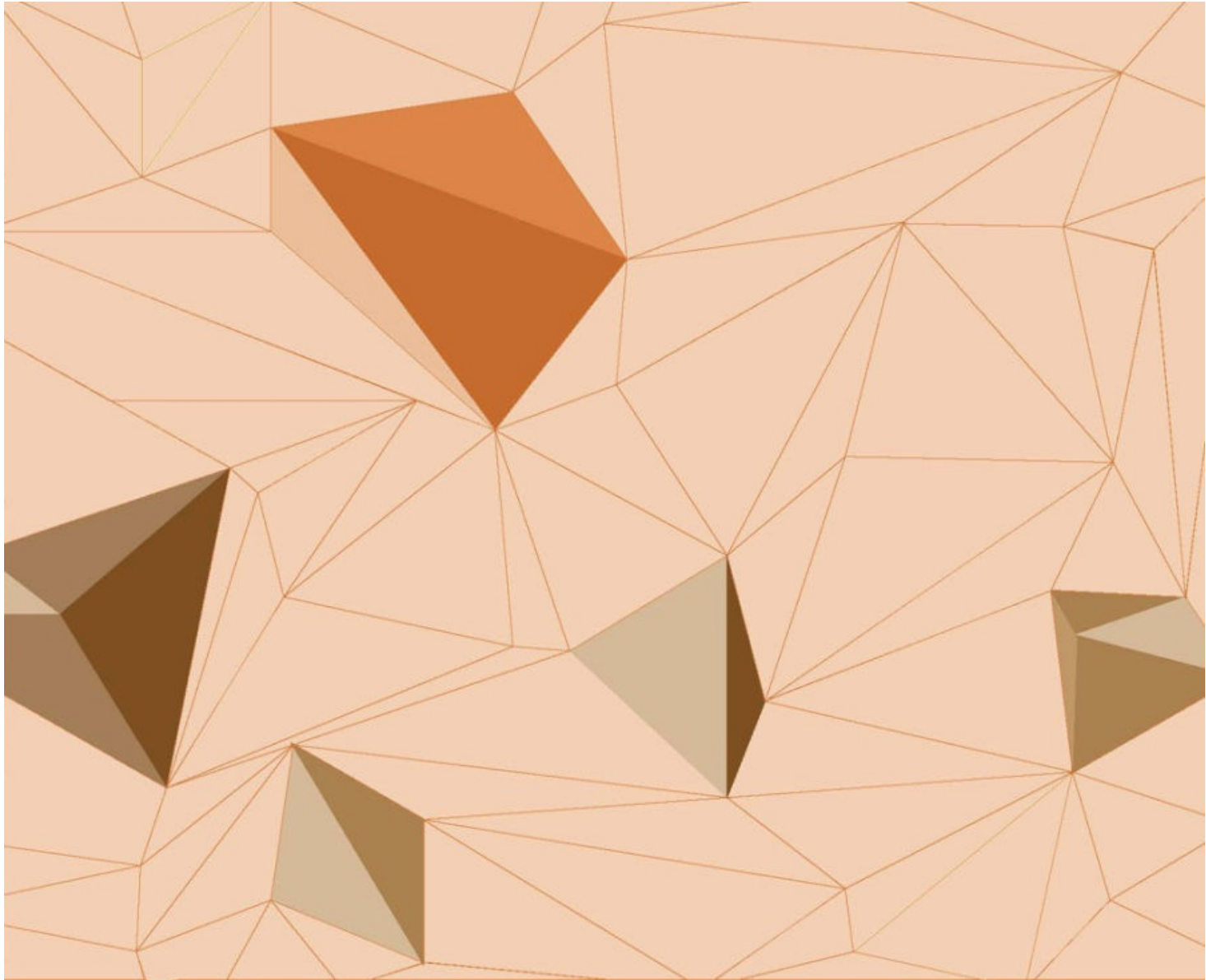
손상준 원장의 말처럼, '미르의 마당쇠'를 자처하고 있는 <미르쇠> 회원들은 열정적이다. 활동을 시작한 지 얼마 되지 않았지

Management
Support
미르쇠

효율적 병원경영을 펼쳐 나갑니다

포항미르치과병원 손상준 원장





Special Theme DIAMOND

다이아몬드, 그 빛나는 성공과 가치에 대하여

보석 중의 보석, 다이아몬드. 다이아몬드는 흔히 성공과 가치, 견고함과 영원함을 상징한다. 하지만 다이아몬드의 그 빛나는 아름다움도 어떻게 가공하느냐에 따라 그 가치가 많이 달라지게 된다. 인생의 성공과 가치도 마찬가지다. 자신의 인생을 어떻게 꾸리고 만들어가느냐에 따라 성공한 인생, 가치 있는 삶이 될 수 있을 것이다. 이번호 미르진에서는 다이아몬드처럼 견고한 성공과 가치 있는 삶을 만들어나가는 사람들, 그리고 보석처럼 빛나는 인생을 살아갈 수 있는 방법에 대해 소개하고자 한다.

미르 10년 값진 성공과 아름다운 가치

미르 창립 10주년 기념 비전 선포식 & 심포지엄

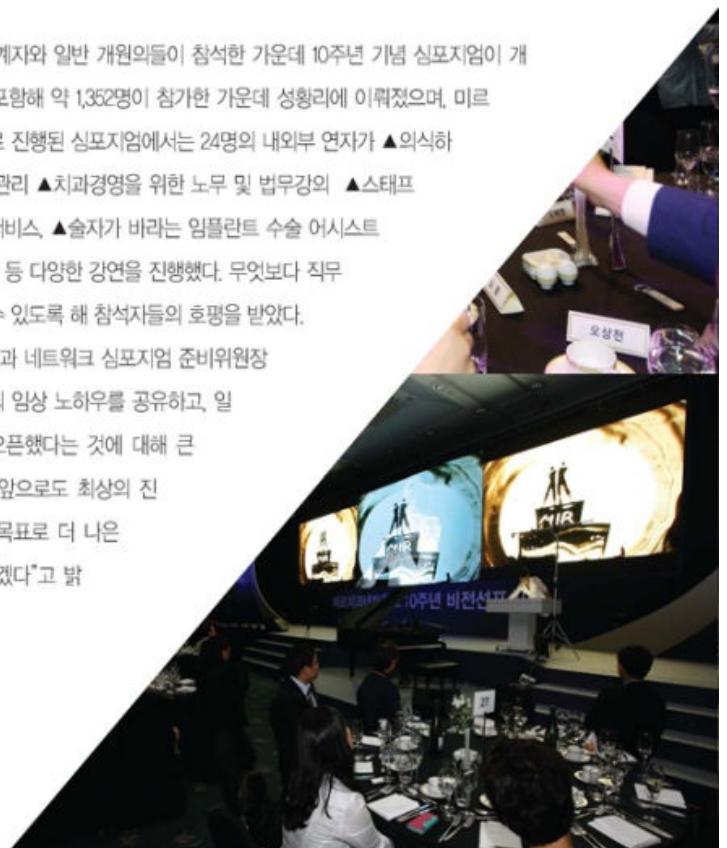
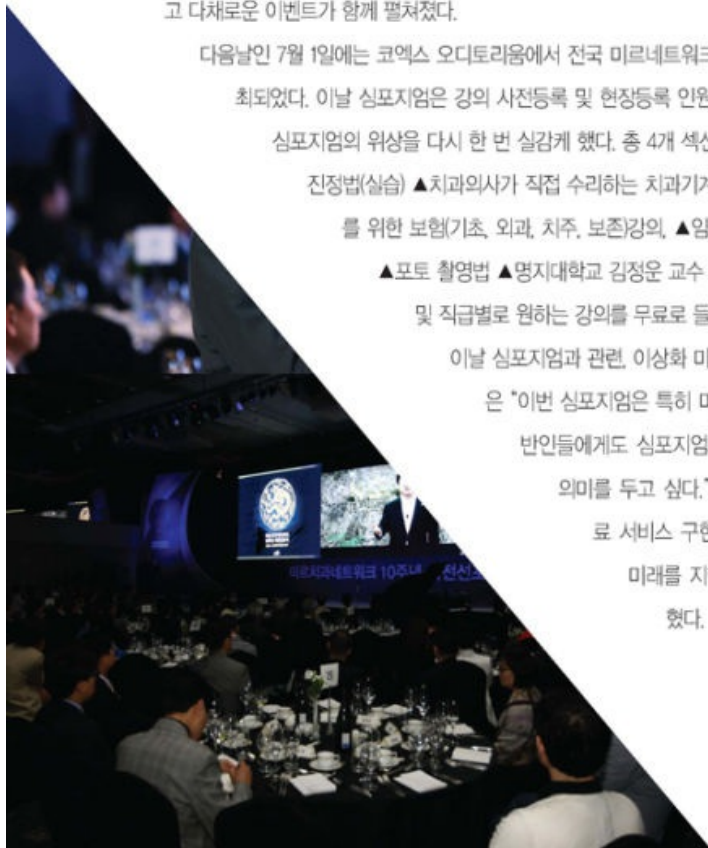
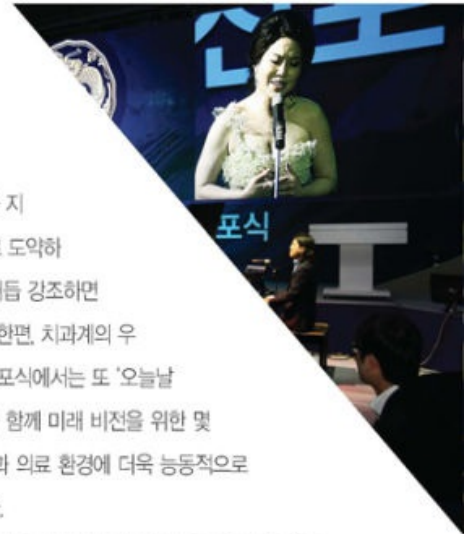


미르네트워크 10주년 기념행사는 크게 비전 선포식과 심포지엄으로 구성되었다.

먼저 6월 30일 웨라톤 그랜드 워커히 호텔에서 열린 비전 선포식에서 미르네트워크는 향후 10년을 위한 새로운 비전을 공표했다. 이는 최상의 진료 서비스로 환자를 만족시키고 사회적 공헌과 지속 성장의 기반을 다지기 위해 치과 관계자들과 끊임없이 소통하는 병원으로 도약하겠다는 의지의 표현이다. 이날 미르네트워크 박진호 회장은 '소통'의 중요성을 거듭 강조하면서 앞으로 문화와 인적 교류를 더욱 활성화 해 협력과 제도적 기반을 강화해 나가는 한편, 치과계의 우호 친선 분위기를 조성하고 화합의 문화를 정착시키는 데 앞장설 것을 약속했다. 비전 선포식에서는 또 '오늘날 치과계가 필요로 하는 변화와 환경, 미래인재 양성을 위한 교육의 실현'이라는 새로운 목표와 함께 미래 비전을 위한 몇 가지 실천방안이 발표되었다. 미르네트워크는 이와 같은 미래비전과 실천 방안을 토대로 향후 치과 의료 환경에 더욱 능동적으로 대응하고, 대한민국 치과계를 대표하는 병원으로서 세계 일류 치과 네트워크 브랜드로 도약할 계획이다.

한편, 이번 행사에는 대한치과병원협회 우이형 회장을 비롯해 약 300명의 내외부 인사 및 관계자들이 참석해 축하 메시지를 전하는 등 미르네트워크 10주년을 함께 축하했다. 뿐만 아니라 미르네트워크 10년사 헌정, 미르의 역사와 미래를 소개하는 홍보 영상과 샌드아트 공연, 시 낭송, 축하공연 등 화려하고 다채로운 이벤트가 함께 펼쳐졌다.

다음날인 7월 1일에는 코엑스 오디토리움에서 전국 미르네트워크 관계자와 일반 개원인들이 참석한 가운데 10주년 기념 심포지엄이 개최되었다. 이날 심포지엄은 강의 사전등록 및 현장등록 인원을 포함해 약 1,352명이 참가한 가운데 성황리에 이뤄졌으며, 미르 심포지엄의 위상을 다시 한 번 실감케 했다. 총 4개 섹션으로 진행된 심포지엄에서는 24명의 내외부 연자가 ▲의식화 진정법(실습) ▲치과의사가 직접 수리하는 치과기계와 관리 ▲치과경영을 위한 노무 및 법무강의 ▲스태프를 위한 보험(기초, 외과, 치주, 보철)강의, ▲임상 서비스, ▲술자가 바라는 임플란트 수술 어시스트 ▲포토 촬영법 ▲명지대학교 김정운 교수 특강 등 다양한 강연을 진행했다. 무엇보다 직무 및 직급별로 원하는 강의를 무료로 들을 수 있도록 해 참석자들의 호평을 받았다. 이날 심포지엄과 관련, 이상화 미르치과 네트워크 심포지엄 준비위원장은 "이번 심포지엄은 특히 미르의 임상 노하우를 공유하고, 일반인들에게도 심포지엄을 오픈했다는 것에 대해 큰 의미를 두고 싶다."며 "앞으로도 최상의 진료 서비스 구현을 목표로 더 나은 미래를 지향하겠다"고 밝혔다.



올해로 창립 10주년을 맞이한 미르네트워크가 지난 6월 30일과 7월 1일 양일간에 걸쳐 비전 선포식과 10주년 기념 심포지엄을 개최했다. 대한민국 치과의 표준이 되겠다는 목표 아래 지난 10년 간 치과계의 발전을 선도하며 성장해 온 미르네트워크, 지난 10년간 쌓아올린 성공 스토리와 앞으로 가꾸어나갈 새로운 가치를 보여주었던 행사 현장으로 가본다.



작은 차이가 성공과 실패를 가른다

성공하는 사람들의 흥미로운 공통점

큰 성공을 거둔 사람들에 대한 이야기를 들을 때면, 그들은 나에게 없는 엄청난 능력이 있는 것이 분명하고, 뭔가 특별한 비법이 숨겨져 있을 것만 같다는 생각을 지울 수가 없다. 하지만 성공한 사람들의 공통점을 살펴보면, 누구나 알고 있는 것을 실천하고 있을 때가 많다. 그리고 작은 습관 하나, 사소한 일상의 차이가 성공과 실패를 나눌 때가 훨씬 많다는 것을 깨닫게 된다. “설마, 이거?” 라고 할 만한 성공하는 사람들의 흥미로운 공통점을 알아본다

꾸준히 독서를 한다

미국 역사상 가장 오랫동안 대통령의 자리에 올랐던 프랭클린 루스벨트 대통령, 미국이 대공황으로 허우적거리던 시절, 뉴딜정책으로 경제를 안정시킨 장본인으로 손꼽히는 그는 소문난 책벌레였다. 어린 시절, 아버지 서재에서 뛰어놀며 하루를 보냈던 그는 독서의 중요성에 일찍 눈을 뜬 부모님 덕분에 많은 책을 접할 수 있었다. 훗날 그 때 쌓은 배경지식이 그가 나중에 대통령이 되었을 때 큰 힘이 되었다고 밝혔다.

참여연대부터 아름다운 가게와 희망제작소까지, 시민운동가이자 소셜 디자이너(Social Designer)로 활약했던 박원순 서울시장. 책 많이 읽기로 소문난 그의 독서열은 시장 보궐선거를 통해 널리 알려진 바 있다. 올해 3월부터는 매일 셋째 주 수요일 서울시 공무원들과 함께하는 독서모임 ‘서로(書路) 함께’도 진행하고 있다고 한다. 새로운 지식을 얻고, 창의적인 아이디어를 내는데 있어서 독서만큼 효과적인 것도 없다. 다 알고 있는 사실이지만, 실천하는 사람은 드물다는 것이 함정.

아침식사를 거르지 않는다

얼마 전까지 최고령 세이브 기록과 최다 세이브 기록을 보유했던 전설의 소방수, 김용수 중앙대 감독. 포수 최초 신인왕 수상, 역대 포수 최다 골든 글러브 수상(7회), 역대 최고령 포수 출장 기록을 가지고 있는 김동수 넥센 히어로즈 배터리 코치. 화려한 업적을 남긴 이 두 사람의 공통점은 모두 마흔 넘어서까지 선수 생활을 했다는 것이다.

매해 새로운 신인들이 도전장을 내밀고, 그 어떤 곳보다도 치열한 경쟁이 펼쳐지는 프로야구 관에서 40세 넘어서까지 프로야구 선수로 뛸 수 있다는 것은 결코 쉽지 않은 일. 그럼에도 불구하고





두 사람이 이렇게 오랫동안 야구를 할 수 있었던 비결은 바로 아침 식사다. 경기를 마치고 숙소에 돌아오면 밤 12시를 넘기기 일쑤인 불규칙한 일상 속에서도 김용수 감독과 김동수 코치는 아침 식사를 거르지 않는 것으로 유명했다. 후배들보다 일찍 일어나 아침 식사를 한 뒤에는 조깅으로 몸을 풀었다고 한다. 아침식사를 비롯해 철저한 자기관리를 한 덕에 아들 뺨인 어린 선수와의 경쟁에서도 밀리지 않고 통련할 수 있었던 것은 아닐까.

단점보다는 **장점**에 주목한다

최근 개봉 첫 주 100만 관객을 모으며 흥행돌풍을 예고한 영화 〈이웃사람〉. 이 영화가 관객을 끌어 모을 수 있었던 비결은 배우들의 뛰어난 연기력과, 원작의 탄탄한 스토리 덕분이었다. 〈이웃사람〉의 원작을 그린 이는 바로 만화가 강풀. 그는 만화를 그리고 싶어 수백 곳에 자신의 작품을 보여줬지만 받아주는 곳이 없어서, 자신의 홈페이지에 만화를 올리기 시작했다. 만화를 받아주지 않는 이유는 바로 그림을 못 그렸기 때문이었다. 초창기에는 “내가 그려도 그것보다 낫겠다.”는 댓글이 달릴 만큼 단순하고 투박한 그림체에 반감을 가진 사람도 많았다. 스스로도 그림을 못 그린다고 생각했지만, 만화가 좋아기 때문에 거기서 그만둘 수는 없었다. 늘지 않는 그림 실력 대신 그가 선택한 것은 바로 탄탄한 구성과 흡입력 강한 스토리였다. 그 결과 〈아파트〉, 〈순정만화〉, 〈바보〉, 〈그대를 사랑합니다〉, 〈26년〉 등 그의 웹툰은 영화를 비롯해 연극, 뮤지컬 등 다양한 장르에서 환영받으며 진정한 원소스 멀티 유즈의 사례로 손꼽히고 있다. 만약 그가 그림을 남들처럼 잘 그릴지 못한다는 단점을 극복하려고 그림 연습만 했다면, 지금의 강풀과 사람들을 울고 웃긴 그의 웹툰은 지금 없었을지도 모른다.

자신의 일을 즐기면서 한다

2012년 8월을 뜨겁게 달군 런던올림픽에서 올림픽 축구대표팀이 사상 첫 메달 획득이라는 놀라운 성과를 거두었다. 많은 사람들이 10년 전의 2002년 월드컵 4강 신화를 떠올렸다. 당시 대표팀 감독을 맡았던 허딩크 감독은 한 방송 다큐멘터리에서 이런 말을 남겼다. “즐거라, 자기가 하는 일을 즐기면서 해라. 일을 즐기면서 하면, 진지해지고 좋은 결과가 나오게 된다. 그러나 한국 사람들은 즐기자고 하면 논다고 생각한다. 하지만 논다는 것과 즐기라는 말의 정의는 다르다.” 이번 올림픽 대표팀의 홍명보 감독도 경기를 즐기면서 할 것을 주문했다고 한다. 그 결과는 이제 누구나 알고 있다.

논어를 보면, ‘지지자 불여호지자, 호지자 불여낙지자(知之者 不如好之者 好之者 不如樂之者)’라는 말이 나온다. 알기만 하는 사람은 좋아하는 사람만 못하고, 좋아하는 사람은 즐기는 사람만 못하다는 뜻이다. 일찍이 우리 조상들도 알고 있던 지혜를 외국인 감독을 통해 다시 배운 것이다. 지금 자신에게 물어보자. 과연 나는 내가 하는 일을 즐기고 있는가?

변화하는 삶의 가치와 라이프스타일

사회가 발전하면서 사람들이 추구하는 가치도 점차 달라지기 마련이다. 1970년대의 우리나라 사람들은 경제성장에 가장 큰 가치를 두고 살았다. 당시 사람들의 라이프스타일을 움직이는 키워드는 근면과 성실, 절약과 같은 것들이었다. 먹고 사는 문제가 가장 중요했던 당시의 사회상이 사람들의 라이프스타일에도 반영되었기 때문이다. 21세기가 도래한 이후, 먹고 사는 문제는 여전히 중요하지만, 사람들이 중요시하는 가치는 예전과는 다르다. 삶의 질을 보다 중시하는 현대인들의 가치관을 보여주는 몇 가지 키워드를 통해 요즘 사람들이 추구하는 가치와 라이프스타일을 들여다본다.



가족 Family

21세기 사회에서는 가족에 대한 새로운 정의가 쓰여지고 있다. 핵가족화가 심화되고 사회적 성공을 우선시하면서 점차 가족을 소홀히 하던 현대인들이 가정의 소중함을 다시금 깨닫게 되었기 때문이다. 무엇보다 가족들과의 관계에 있어서 소외되어 있던 아버지들의 변화가 눈에 띈다. 많은 아버지들이 가정으로서의 권위보다는 친구 같은 아버지가 되는 길을 선택하고 있다. 여성들의 사회 진출이 늘면서 가사노동을 분담하는 한편, 심지어 남편 간의 성 역할에 대한 집착을 버린 '홈 데디'들도 생겨나고 있다. 최근 가족 캠핑이 유행처럼 번지고 있는 이유도 주말을 가족과 함께 보내려는 아버지들이 많아졌기 때문이다. 가족에 관한 이러한 변화는 신 가족주의라는 새로운 개념을 탄생시켰고, 최근에는 기업들도 이러한 사회적 분위기를 반영하여 가족친화 경영에 적극적으로 나서는 추세다.

환경 Environment

지구온난화와 환경 문제가 인간의 삶을 심각하게 위협하는 상황에서 환경 문제는 현대사회의 가장 큰 화두가 되었다. 이는 또한 삶의 여유가 생기면서 사람들이 다음 세대까지 생각하는 지속 가능한 삶에 관심을 갖게 되었기 때문이기도 하다. 산업 분야에서 저탄소 녹색성장을 추구하고 있다면 개인의 삶에 있어서도 에코백 이용하기, 지나친 육류 소비를 지양하는 의미에서의 채식주의, 식품의 운송 거리를 줄임으로써 탄소 배출을 줄이기 위한 로컬푸드 운동, 환경과 사람 모두에게 이로운 오가닉 라이프, 생활용품의 리사이클링 등 친환경적인 삶을 위한 다양한 시도가 이루어지고 있다.

'노블리스 오블리제'처럼 부유한 사람들의 특권으로 여겨졌던 나눔과 기부의 문화가 이제는 일반 대중들의 삶 속으로 파고들고 있다. 연예인과 스포츠 스타들의 적극적인 사회 참여와 기부 활동도 이러한 나눔의 문화를 확산시키는 데 크게 한몫 했다. 이러한 영향으로 더 많은 사람들이 나눔 활동에 참여하게 되었으며 최근에는 팬들이 스타의 이름으로 기부활동을 하는 바람직한 팬덤 문화까지 형성되고 있다. 기부문화가 확산됨에 따라 단순히 금전적인 기부 이외에 재능을 기부하거나 마일리지 기부하는 형태의 새로운 기부 방법도 탄생하고 있다. 기부 보험, 기부 카드 등 다양한 금융 상품, 서비스 마일리지 활용 기부활동에 참여하는 해파빈, 심지어 기부의 기회를 선물하는 기프트카드까지 생겨나는 등 나눔의 문화는 일상이 되어가고 있다.

나눔 Donation

고도로 문명화되고 디지털화 된 세상에서 사람들은 소통의 중요성에 더욱 무게를 두고 있다. 인터넷과 모바일 기기가 생활품으로 자리잡은 디지털 시대에 트위터나 카카오톡 같은 소셜 네트워크 서비스는 즉각적이고 동시다발적인 소통의 도구로 등장한 지 오래다. 소통에 대한 사람들의 열망은 온라인은 물론 오프라인 상에서 다양한 커뮤니티를 탄생시키고 있으며 이러한 트렌드는 기업 경영에까지 영향을 미치고 있다. 회사와 직원, 기업과 고객 간의 소통은 기업의 성장과 발전을 위한 필수 요소가 되었다. 건강하고 행복한 사회를 만드는 가장 기본적인 바탕은 이해와 공감에서 출발한다는 생각으로, 기업이 나 가족들은 감정 코칭, 부모교육 등 서로를 이해하고 배려하기 위해 적극적인 노력을 기울이고 있다.

소통 Communication

힐링 Healing

의학의 발달로 인간의 수명이 길어지면서 사람들은 건강에 뜨거운 관심을 갖게 되었다. 얼마나 오래 사는가보다는 어떻게 사는가가 더 큰 관심사로 떠오르게 된 것이다. 건강을 지키기 위해 규칙적으로 운동을 하는 사람들이 늘었고, 각종 건강식품들도 불티나게 팔리고 있다. 뿐만 아니라 사람들은 먹거리를 비롯해 생활 전반에 '힐링'이라는 개념을 접목시키고 있다. 힐링 푸드, 힐링 스파, 힐링 코드, 힐링 뮤직 등 치유를 위한 각종 라이프 서비스가 인기를 얻고 있다. 육체적 치유뿐만 아니라 정신적 치유의 중요성이 부각되면서 요가는 이미 오래전에 국민체조가 되었고, 명상에 대한 관심도 매우 뜨겁다.

평생학습 Long-learning

사회의 고령화에 따라 실버 라이프와 평생학습에 대한 관심과 욕구가 높아졌다. 노인들을 위한 문화 체육 프로그램이 대폭 늘고 있으며, 지자체들도 주민들을 위해 수많은 평생학습 서비스를 제공하고 있다. 삶을 풍요롭게 만들어주는 문화 교양 강좌부터 인생 2모작을 위한 직업 재교육 서비스까지, 다양한 평생학습 프로그램은 특정 계층을 위한 것이 아니라, 누구나 언제나 어디서나 참여할 수 있도록 점차 그 접근성이 좋아지고 있다.

이러한 현상에서 알 수 있는 21세기의 라이프 코드는 길어진 인생을 보다 건강하고 행복하게, 그리고 능동적으로 살아내기 위한 것이다. 건강하고 행복한 삶을 위해 적극적으로 참여하고 실천하는 것이 현대인들이 추구하는 가장 큰 가치인 것이다.

짜릿한 쾌감이 있는 암벽등반의 세계

깎아지른 듯한 절벽을 아슬아슬하게 오르기도 하고, 맨 손과 두 다리만을 이용해 자연의 지형지물을 자유롭게 넘나들기도 하는 사람들. 바로 클라이머다. 자연과 함께 호흡하며, 끊임없이 도전할 수 있다는 매력이 살아 숨쉬는 클라이밍은 이미 우리나라에서도 많은 사람들이 즐기는 레저 활동으로 자리 잡은 지 오래. 클라이밍의 매력을 보다 많은 사람들에게 알리기 위해 자신의 클라이밍 경험을 다양한 사진과 뒷이야기로 흥미진진하게 전달하고 있는 블로거 이성재 씨를 만나보았다.

클라이밍 블로거
이성재
blog.naver.com/
andgigs
(climbon.co.kr)

운동화 신고 올랐던 인수봉

최근 취업난과 스펙 경쟁 때문에 동아리 활동이 많이 축소되었다고는 하지만, 여전히 봄 기운이 물씬 넘치는 학기 초 캠퍼스에는 새내기들을 영입하기 위한 각 동아리들의 치열한 홍보전이 펼쳐지기 마련이다. 수많은 동아리의 유혹 속에서 2002년 갓 대학에 입학했던 이성재 씨가 선택한 곳은 바로 산악부. “어렸을 때, 태권도장 사범님이 산에 다니시는 것을 보고, 막연히 나중에 등반 같은 것을 해보고 싶다고 생각했었어요.” 그렇게 산악부에 첫 발을 내딛은 지 얼마 지나지 않아, 긴장되는 첫 등반에 나서게 된 이성재 씨. “북한산 인수봉에 도착해서 보니, 커다란 바위가 제 앞에 딱 놓여 있는데 위압감이 느껴

지더라고요. 사실 그날 동아리방에 있던 암벽화를 가지고 갔었는데, 선배들이 그냥 운동화를 신고 오르라고 하더라고요.” 암벽 등반할 때는 자꾸 운동화가 미끄러져서 중심 잡기도 힘들었고, 등산로에서는 선배들이 준 20kg가 넘는 짐을 지고 다니느라 말로 표현할 수 없을 만큼 힘든, 그야말로 단내 나는 산행이었다. 나중에 보니, 대학에 들어왔다고 큰 맘 먹고 산 새 운동화 앞코가 다 벌어져 있었다.

“그 때는 아무 것도 모르는 초보자였기 때문에, 선배들이 알려준 구호를 잘못 외치기도 하고 말 그대로 실수를 연발해가며 한 발 한 발 올랐었죠. 운동화를 신고라고 했던 것도 선배들이 암벽화 같은 필수 장비들을 잘 챙겨야 한다는 것을 몸소 체험하게 해주려고 그랬던 것 같아요.” 평생 잊지 못할 추억이자, 사전 준비의 소중함을 일깨워준 첫 등반이 된 셈이다.

잊지 못할 마다가스카르의 추억

대학 산악부를 통해 암벽등반의 매력에 빠진 이성재 씨는 틈나는 대로 암벽에 올랐다. 누가 시켜서 하는 일이라면 이미 중간에 그만 두었을 터. 하지만 중력을 거슬러 오르는 일은 무엇과도 비교할 수 없이 즐겁고 짜릿했다. 그렇게 꾸준히 클라이밍을 하다 보니 어느새 여러 대회에 입상할 만큼 실력도 쌓여갔다. 하루에도 몇 번씩 클라이밍과 관련된 새로운 정보를 찾기 위해서, 외국 사이트를 수시로 찾고 들여다보는 것이 일상이 됐다. 그리고 그곳에 소개된, 감탄사가 절로 튀어나오는 클라







이밍 장소들이 점차 눈에 들어오기 시작했다. 그 때부터 마음 맞는 사람들과 함께 세계 곳곳의 클라이밍 코스를 찾아 나서게 되었다. 그렇게 지금까지 찾은 나라만도 프랑스, 스페인, 태국, 중국, 호주, 뉴질랜드 등 예닐곱 국가가 넘는다.

그 중에서 이성재 씨는 아프리카 남단에 위치한 섬나라 마다가스카르 공화국 안드링기차 국립공원의 짜란누루를 가장 인상 깊었던 곳으로 꼽는다. “짜란누루는 사실 2000년에 들어서야 개척이 되었을 정도로 잘 알려지지 않은 곳이었거든요. 그런데 인터넷에서 사진 한 장을 봤는데, 정말 여긴 꼭 가야겠다는 생각이 들더라고요. 2009년에 지인 2명과 함께 갔었는데, 오래 사신 현지 한인 분도 처음 가보는 곳이라고 할 정도로 낯선 곳이었어요.”

무모하다 싶을 정도로 부족한 정보에 의지하여 시작한 클라이밍 여행이었지만, 그것은 후회 없는 결정이었다. 아직도 이성재 씨는 짜란누루에 갔을 때의 감동이 잊혀지지 않는다고 한다. “높이는 1km 정도인데, 너비가 15km에 육박할 정도로 광활했어요. 그야말로 거대한 절벽이 끝없이 펼쳐져 있는 셈이죠. 그런 곳에 저희 3명만 있었으니, 정말 환상적이었어요. 사전 정보 없이 탐험등반을 했는데, 새로운 곳을 개척하는 뿌듯함을 느낄 수 있었어요. 비록 루트를 새로 개척한 것은 아니지만, 수많은 다른 클라이머보다 먼저 이곳을 밟아보았다는 쾌

감을 느낄 수 있었던 거죠. 정말 아침부터 해 떨어질 때까지 미친 듯이 오르고 또 올랐던 것 같아요.”

블로그로 클라이밍을 말하다

클라이밍을 하면 할수록 새로운 정보에 대한 갈증이 커져만 가던 그 때, 이성재 씨가 외국 사이트를 찾아다닐 수밖에 없었던 데는 다 이유가 있었다. 국내에는 클라이밍과 관련된 체계적인 기록이나 정보를 제공하는 곳이 거의 없었기 때문. “검색을 해 보면 등산이나 암벽등반, 스포츠클라이밍, 볼더링 등 클라이밍과 관련된 블로그나 카페가 있기는 해요. 하지만 꾸준히 포스팅을 하고 정보를 올리는 곳은 거의 없다고 할 수 있죠.”

더 큰 문제는 몇몇 산악 전문 잡지들도 기존 정보를 재탕하거나, 아웃도어 브랜드를 홍보하는 광고성 기사들로 지면을 채우는 바람에, 정작 필요한 정보는 제공하지 못하고 있다는 점이 었다. 히말라야를 가고 싶어도 감상문은 넘쳐나지만, 정작 그 장소에 가는 방법, 등반 루트와 같이 필수적인 정보를 찾기란 하늘의 별따기였다.

“결국 어느 날, 목마른 사람이 우물 파는 심정으로 나부터라도 내가 갔던 곳에 대한 기록을 남기고, 정보들을 공유해야겠다고 결심했어요.” 그대부터 이성재 씨는 블로그에 자신이 갔던 클라이밍 코스에 대한 정보와 사진을 꾸준히 포스팅하기 시작



했다. 클라이밍에 관심 있는 사람들이 찾기 시작하면서, 블로그 방문객 수도 꾸준히 늘어나기 시작했다.

클라이밍 전문 웹진으로 이어지다

블로그를 통해서, 사람들이 자신과 마찬가지로 클라이밍 정보에 굶주려 있다는 것을 깨닫게 된 이성재 씨는 얼마 전, 뜻을 같이 하는 사람들과 함께 클라임몬스터(<http://climbmonster.com>)라는 웹진을 만들었다. “클라임몬스터는 클라이밍을 소개하고, 전문적인 정보를 제공하기 위해 만든 인터넷 매거진이에요. 실내암장 소개부터 클라이밍 팀, 최근 클라이밍 관련 뉴스까지 클라이밍에 대해서 알려주고 싶은 정보들을 가감 없이 전달하고 있죠. 클라이밍과 관련해서 사람들이 볼 만한 콘텐츠를 만들어나가는 게 목적인데요.” 기존 매체처럼 업체의 임김에 휘둘리지 않도록 상업성을 배제하고 광고도 없이 운영하고 있다. “태국에 갔을 때, 처음 보는 분이 제게 혹시 클라임몬스터 운영진 맞냐고 물어보시면서 정말 잘 보고 있다고 하시더라고요. 정말 뿌듯했었고, 보람도 많이 느꼈어요.”

이성재 씨에게 블로그는 자신의 클라이밍 이야기를 기록하는 일기장이자, 클라이머들의 사랑방과 같은 곳이다. 클라이밍의 숨겨진 매력을 한껏 느낄 수 있는 그의 블로그는 지금도 정상으로 향해 끊임없이 오름것을 하고 있다.

클라이밍에 입문하고 싶다면?



처음 클라이밍을 접하는 사람들이 흔히 갖는 오해 중 하나가 클라이밍은 장비가 많이 필요할 거라는 생각이다. 하지만 알고 보면 암벽화와 초크백만 있어도 누구나 시작할 수 있는 것이 클라이밍이다. 클라이밍이 처음이라면 실내 암장에서 클라이밍에 필요한 홀드 잡기, 달기, 이동하기 등 기초 동작을 몸에 익힌 후에, 실외 암장이나 자연 암벽에 도전하는 것이 좋다.

(주요 장비)

1. 암벽화



바위에서 미끄러지지 않도록 밑창은 마찰력이 강한 재질로 되어 있으며, 엄지발가락에 힘을 모아줄 수 있도록 신발 앞쪽이 튀어나온 독특한 구조를 가지고 있다. 발에 밀착될 수 있도록 딱 맞는 사이즈를 고르는 것이 좋다.

2. 초크백

암벽을 오를 때, 홀드를 잡은 손이 미끄러지지 않도록 탄산나트륨수에 송진을 섞은 기름을 손에 묻혀서 하는데, 그 기름을 보관하는 주머니가 바로 초크백이다. 초보자나 경우, 주머니 입구가 넉넉한 것을 고르는 것이 편리하다.



3. 로프

주로 50~60m 길이의 로프를 사용하며, 양쪽 끝부분에 스무츠클라이밍 용도로 쓰이는 로프임을 나타내는 UAA와 D이 표시된 것을 확인한다.



4. 안전벨트(Harness)



로프와 몸을 연결해주는 장비인 안전벨트는 벨트를 꼭 조였을 때 손바닥이 들어갈 정도면 된다. 허벅지 부분이 너무 느슨하지 않으면서도 다리를 움직였을 때 편안해야 한다.

5. 퀵 드로우(Quick Draw)

카리비너의 일종으로, 암벽에 고정된 볼트와 로프를 이어주는 장비. 볼트에 퀵 드로우를 걸면서 등반을 하게 된다. 퀵 드로우는 개폐구가 일직선인 다이렉트와 약간 휘어진 렌트 게이트로 구분되는데, 다이렉트는 볼트에 렌트 게이트는 로프에 통과 시켜 사용한다.



6. 확보기(Gri-Gri)



확보는 등반하는 사람의 안전을 위해, 등반자의 모든 상황을 관리하며, 추락에 대처하는 방법을 말한다. 확보에는 로프를 잡아주는 역할을 하는 확보기를 사용하기도 하는데, 대표적인 장비로 그리그리가 있다.



펫 페어런츠 문화가 온다 너는 펫? 인생의 동반자!

언젠가부터 애완견, 애완동물보다는, '반려동물'이라는 용어가 더욱 익숙하게 들리기 시작했다. 최근에는 유기견을 돌보는 연예인의 봉사활동이 주목받으며, 동물 학대에 대한 인식도 점차 변해가고 있다. 이처럼 키우고 있는 동물을 또 하나의 가족으로 받아들이는 '펫 페어런츠 문화'가 점차 우리 사회에 변화를 몰고 오고 있다.

애완동물에서 반려동물로

반려동물(companion animal)이라는 단어가 처음 등장한 것은 1983년 오스트리아 빈에서 열린, 인간과 애완동물의 관계를 주제로 하는 국제 심포지엄에서였다. 곁에 두고 귀여워하는 동물이라는 뜻의 애완동물(pet animal) 대신, 인간과 함께 살아가는 동반자(companion)라는 의미를 담아 처음 제안되었다.

반려동물이라는 말이 널리 쓰이기 시작할 수 있었던 것은 실제로 키우는 동물에 대한 태도나 생각이 점차 '애완용'에서 '가족'이나 '친구' 등으로 바뀐 것이 한몫 했다. 젊은 독신인구가 꾸준히 늘어나고, 사회 고령화로 인한 홀몸노인 증가 등으로 최근 10년 새 1인 가구가 2배 이상 늘면서 반려동물을 가족처럼 생각하며 키우는 사람들이 많아졌다는 것이 전문가들의 분석이다.

펫 전용 매장부터 호텔, 스파까지

이러한 '펫 페어런츠' 추세에 발맞춰, 다양한 펫 비즈니스가 활발하게 이뤄지고 있다. 이마트의 '몰리스샵'과 롯데마트의 '펫 가든'에서는 동물에게 의류를 직접 입혀 보고 구입할 수 있는 피팅 존은 물론, 전용 놀이터, 전용 화장실, 마용실, 동물 병원 등을 갖추고, 반려동물 관련 토털 서비스를 제공하면서 매출 증대 효과를 톡톡히 누리고 있다. 한 반려동물 복합문화공간에서는 한 발 더 나아가 전용 호텔과 유치원을 운영하고 있다. 이곳에서는 수의사가 회진을 돌면서 건강상태를 확인해주기도 하고 주인이 CCTV로 반려동물의 상태를 직접 확인할 수도 있다고 한다. 그밖에 고급 스파, 수증 재활치료 등 사람 못지않은 특화 서비스를 제공하는 곳들이 늘고 있다.



반려동물 장례지도사, 전용 가구 디자이너의 등장

반려동물을 가족 구성원의 일부로 여기는 만큼 이들에게 쏟는 정성이나 대우도 달라지고 있다. 2000년 초부터 시작된 반려동물 장례식은 2008년 동물보호법 개정으로 죽은 동물의 사체를 개인이 임의로 처리할 수 없게 되면서, 더욱 많은 사람들이 찾고 있다. 수의와 전용 관까지 갖추고 전용 화장터에서 화장한 뒤 납골당에 유해를 안치하는 일을 진행하는 반려동물 장례지도사가 새로운 직업으로 등장했다.

뿐만 아니라, 반려동물을 잠시 돌봐주는 펫 시터, 반려동물 전용 가구를 제작하는 가구 디자이너, 수제 애견 간식 제조업체 등 반려동물과 관련된 신종 직업들까지 생겨나면서 일자리 창출 효과도 따라오고 있다.

유기견 키우는 이효리, 길고양이 돌보는 캣맘

반려동물을 키우는 사람들이 늘어나면서 비단 자신이 키우는 반려동물만 아니라 모든 동물을 아끼고 보호하려는 인식이 확산되고 있다. 트위터의 타임라인에는 하루에도 수십 건씩 잃어버린 개나 고양이를 찾는다든 내용의 트윗과 함께 버려진 개나 고양이를 임시로 보호하거나 키울 수 있는 사람을 찾는다든 내용의 트윗이 올라온다. 잃어버린 반려동물뿐만 아니라 유기된 반려동물을 돌보는 사람도 증가했음을 잘 보여주는 사례다.

연예인 중에서는 가수 이효리 씨가 대표적인 예다. 한쪽 눈이 보이지 않는 유기견 순심이를 키우는 이효리 씨는 유기견 관련 캘린더 제작과 책 발간을 통해 마련된 수익금을 유기견 보호 활동에 기부하면서, 유기동물에 대한 인식을 바꾸는데 기여하고 있다. 도심 속에서 인간과 함께 살아가는 길고양이들을 돌보는 캣맘들도 늘어나는 추세다. 길고양이의 독립성을 해치지 않는 범위 내에서 먹이를 제공하며 먼 발치에서 돌보는 사람들을 뜻하는 캣맘은 길고양이를 잡았다(Trap) 중성화 수술(Neuter)을 시킨 뒤 제자리에 방사하는(Return) TNR 프로그램을 돕기도 한다.

동물학대에 대한 인식도 변화

이처럼 내가 키우는 동물뿐만 아니라 동물 전체에 대한 관심이 깊어지면서, 미약했던 동물학대에 대한 생각도 사뭇 달라지고 있다. '사람도 아니고 동물인데 좀 막 대해도 되지.'라는 생각에서 이제는 '동물을 괴롭히고 폭행했다면 법적 처벌을 받는 것이 당연하다.'는 방향으로 인식이 변화하고 있다.

실제로 그동안 법원에서는 동물을 학대했을 경우, 대부분 집행유예 처리하거나 벌금 50만 원에 처하는 것이 전부였다. 남의 반려동물을 훔치거나 죽였을 경우에는 해당 동물의 시가를 기준으로 변상액을 정하거나 처벌 수위를 정하곤 했다. 하지만 2009년, 분양 받은 반려견 8마리를 잔인하게 학대한 주인이 벌금 500만 원에 기소되기도 했고, 올해 이웃집 개를 죽인 한 전직 승려는 징역 6월에 처해졌다. 이는 반려동물에 대한 인식의 변화에 따라 주인의 정신적 피해까지 고려한 판결이었다.



장바구니 듬뿍 정이 담긴 재래시장



연일 치솟는 물가에 주부들의 근심 걱정이 이만저만이 아니다. 게다가 가을에는 민족의 큰 명절인 추석이 있고, 추석이 지났나 싶으면 곧이어 김장철이 다가온다. 이럴 때 살림의 달인들은 재래시장을 찾는다. 난전에 수북하게 쌓인 물건들, 목적을 높이며 손님을 끄는 장사꾼, 여기 저기서 흥정을 하는 손님들로 꽉 채워진 재래시장은 그야말로 사람 사는 맛과 정보는 즐거움이 가득한 곳이다. 이번 호에는 시장경영진흥원 '시장 투어' 프로그램에 포함되어 있는 지역별 전통시장 네 곳을 소개한다.

황성전통시장

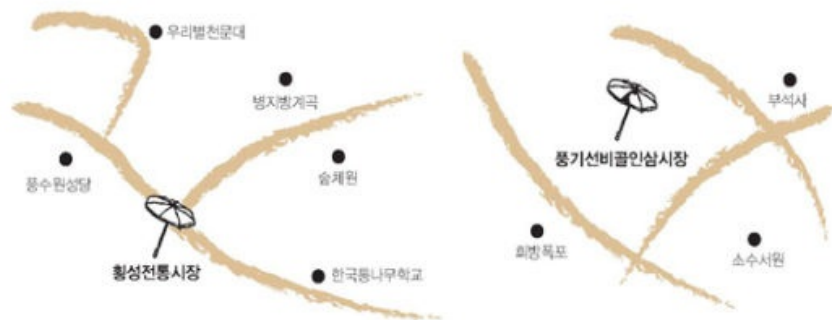
'황성 한우'로 유명한 황성전통시장은 우리나라 4대 우시장 중 하나로 120여 년 전부터 한우의 거래와 소비가 왕성했던 강원도 황성읍 일대에 자연스럽게 형성된 민속장이다. 예부터 동대문 밖에서 제일 가는 장이라 할 정도로 전국적으로 이름이 높았다. 지금은 매 1일과 6일에 열리는 오일장으로서 견어물, 그릇, 의류, 포목, 농산물 등 다양한 품목이 거래되고 있다. 특히 청정지역으로 꼽히는 황성의 한우와 더덕, 지역 명물인 인홍편빔 등은 황성전통시장을 대표하는 특산물이다. 소박한 농촌의 정겨움을 느낄 수 있는 곳이다.

위치: 강원 황성군 황성읍 읍상리 277-3번지 / 주변 먹거리: 인홍편빔, 콩나물국밥, 곤드레나물밥, 부꾸미전 등 / 시장투어일: 2022년 10월 6일, 20일 / 시장투어 코스(당일): 서울 광화문 출발(0700) - 풍수원생당 - 시장 - 인홍편빔마을 - 도착(1750)

풍기선비골인삼시장

금산, 강화와 함께 인삼의 고장으로 꼽히는 풍기. 풍기선비골인삼시장은 현대화된 시설을 갖춘 전국 최대 규모의 단일시장이다. 풍기의 특산물인 인삼과 인견 등이 특히 유명하며 홍삼, 인삼 캔디류 등 인삼가 공식품도 다양하게 갖추어져 있다. 깔끔한 외관과 잘 정비된 매장들이 줄지어 있는 이곳은 재래시장의 소박한 풍경과는 조금 거리가 있지만, 전국의 수많은 한의원에서 인삼과 약재를 구매하기 위해 찾아올 정도로 전문적인 인삼시장이다. 근처에 인삼 재배지가 있고 시장 안에 인삼 전시관까지 갖추고 있는, 그야말로 인삼 향기가 물씬 나는 곳이다.

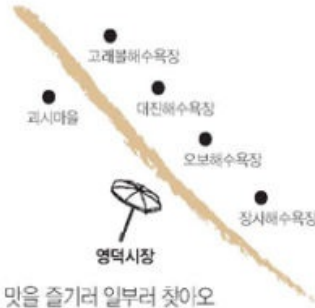
위치: 경북 영주시 풍기읍 선비리 448-4 / 주변 먹거리: 한우, 한우인삼갈비탕, 인삼튀김, 한우옛날국밥 등 / 시장투어일: 2022년 10월 7일, 14일, 21일, 28일 / 시장투어 코스(당일): 서울 광화문 출발(0700) - 소수서원 - 부석사 - 시장 - 도착(1930)



영덕시장

대계로 유명한 영덕. 그러나 영덕시장에는 대계만 있는 것이 아니다. 은어와 전복 같은 생선류와 건어물들이 대계 못지않게 유명하다. 다양한 제수용 음식들도 눈에 띈다. 오십천을 안고 재방으로 둘러싸여 있어 교통이 편리한 영덕시장은 신선한 회를 막 썰어 파는 횡집들이 사람들의 발길을 잡고, 찜계, 소라, 도넛 같은 푸짐한 먹거리들이 자천이다. 그래서인지 영덕의 맛을 즐기러 일부러 찾아오는 사람들도 제법 많다. 4일과 9일에는 오일장이 열려, 직접 재배한 곡식과 과일을 팔러 나온 난전 상인들로 더욱 북적거린다.

위치: 경북 영덕군 영덕면 남석리 23-1 / 주변 먹거리: 잔치국수, 보리밥, 대계, 소라, 각종 회 등 / 시장투어일: 2012년 9월 29일, 10월 14일 / 시장투어 코스(당일): 대전 출발(0700) - 삼시해상공원 - 어촌민속전시장 - 시장 - 과시리전통마을 - 목은이재기념관 - 도착(1900) (무박) 서울 광화문 출발(2300) - 래크이공원(익일 0600) - 블루로드길 - 삼시해상공원 - 어촌민속전시장 - 시장 - 과시리 전통마을, 목은이재기념관 - 도착 (1950)



나주목사고을시장

현대적인 시설로 정비된 나주목사고을시장은 보다 편리하고 쾌적한 분위기 속에서 지래시장 특유의 훈훈한 정과 인심을 느낄 수 있는 곳이다. 4일과 9일에 오일장이 서는 종합시장으로 농산물, 채소류, 젓갈, 곡류, 철물 등 다양한 품목들이 거래된다. 비옥한 나주평야에서 재배된 쌀과 해외로 수출되는 나주 배 등 특산물을 저렴하게 구입할 수 있다. 이밖에 매운, 방울, 토마토, 단감, 포도, 고추, 피망 등 나주에서 농산물들도 시장을 찾는 사람들에게 인기가 많다.



위치: 전남 나주시 상동동 1386-6 / 주변 먹거리: 굴탕, 장어, 홍어, 국밥, 매운탕, 불고기, 오리 등 / 시장투어일: 2012년 9월 22-23일, 10월 6-7일, 13-14일, 20-21일 / 시장투어 코스(무박): 대전 출발(0700) - 나주영상테마파크 - 시장 - 형포동단배나무터지 관할 - 도착(2000)

(자료제공: 시장경영진흥원)

장도 보고 여행도 하는 시장투어 프로그램

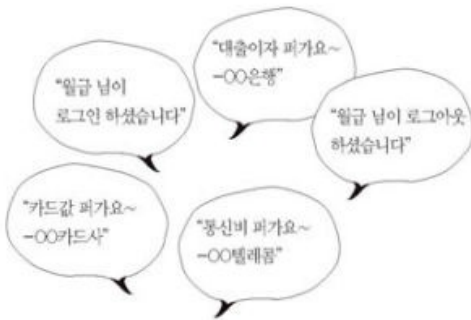
전통시장의 활성화를 위해 다양한 지원을 실시하고 있는 시장경영진흥원에서는 대행사인 센터투어와 함께 일반인들을 대상으로 한 '시장투어' 프로그램을 실시하고 있다. 시장투어는 전통시장과 주변 관광지를 연계한 관광 상품으로 각 지역 특산물 정보기와 주변 관광, 지역문화 체험을 동시에 할 수 있는 프로그램이다. 소요 비용은 당일 코스 13,000원, 무박 코스 26,000원. 차량비 및 여행자 보험료를 국가에서 지원하므로 참가자는 관광지 입장료와 문화 체험비, 여행사 수수료 등만 부담하면 된다. 9월~10월에는 7개 시장으로 투어 일정이 잡혀 있다. 시장투어 프로그램에 참여하고 싶은 사람은 시장투어 홈페이지에서 '우리시장(자랑)시장투어'를 클릭하면 일정과 참여방법을 확인할 수 있다.

시장경영진흥원 마케팅지원팀 02-2174-4345 www.sijang.or.kr
2012년 운항대행사 센터투어 02-735-7312 www.center4tour.co.kr



흠어지면 죽고, 뭉치면 산다? 이젠 쪼개야 산다!

재테크의 시작, 통장 쪼개기



손꼽아 기다려 온 월급날. 역시나 이번 달에도 통장에 월급이 들어오자마자, 카드사, 은행 등 여기저기서 댕글을 달기 시작한다. 어느 새 월급통장 한 페이지가 자동이체된 내역들로 빼곡히 채워지고 나면, 수중에 남는 건 다음 월급날까지 겨우 버틸 수 있을 정도의 빠듯한 생활비뿐. 이런 악순환에서 벗어나고 싶다면 일단 통장부터 쪼개자. 재테크의 첫 걸음, 통장 쪼개기의 놀라운 힘을 확인할 수 있을 것이다.

월급통장부터 쪼개라!

용도별로 쪼개라!

보통 월급통장에는 월급과 상여금 입금 내역과, 각종 이체 내역이 뒤섞여 있어, 언제 어떻게 돈이 빠져나갔는지도 모를 때가 많다. 하지만 재테크의 기본 중의 기본은 자신의 수입과 지출 내역을 정확하게 파악하는 것. 통장만 잘 쪼개면 가계부를 쓰지 않아도 수입과 지출 내역은 물론 자금의 흐름을 한 눈에 파악할 수 있다.

먼저, 급여 이체를 받는 월급통장에는 현금성 생활비 지출을 위한 최소 경비만 남기고, 생활비 통장, 투자 통장, 비상금 통장으로 신속하게 월급을 옮긴다.

생활비 통장에는 각 가정의 상황에 따라 적절한 생활비를 미리 떼어놓는다. 재테크 전문가들은 학부모가 된 40대 부부라면 월급의 60%를, 자녀가 어리거나 맞벌이를 하고 있는 30대 부부라면 월급의 40~50%, 자녀가 없거나 미혼이라면 월급의 30~40% 정도를 생활비로 소비하는 것이 바람직하다고 조언한다. 이 통장에 카드값, 대출이자, 통신비, 보험료, 각

종 공과금 등 매달 고정적으로 지출되는 이체 항목을 연계하면, 지출 내역도 관리할 수 있고 혹시 연계된 것은 없는지 확인하기에도 편리하다. 대출상환금이나 카드값 등은 연체이자도 만만치 않지만, 연체 내역이 신용등급에도 영향을 미치기 때문에 꼼꼼히 관리하도록 한다. 통장은 쪼개되, 이체일은 통일하는 것이 좋다.

투자 통장은 적립식펀드, 정기예·적금, 개인연금 등 투자나 저축을 위한 자금을 넣어 두는 통장으로, 현재 자신의 투자 포트폴리오를 한 눈에 살펴볼 수 있다는 장점이 있다.

비상금 통장에는 월급의 10% 가량을 넣어 두는데, 3~4개월 생활비 정도의 잔고를 항상 유지하도록 한다. 갑작스런 사정이 생기거나 급하게 여유 자금이 필요할 때 요긴하게 쓰인다.

쪼개면 따라오는 고금리 혜택

일반적으로 회사에서 급여를 이체 받는 통장은 시중은행의 수시입출금식 예금인 경우가 많다. 그런데 수시입출금식 예금 금리는 보통 0.1~0.2%로 이자수익을 기대하기 힘들다. 시중 금융기관에서는 주거래 고객들을 잡기 위해 급여 이체를 하거나 체크카드나 신용카드를 연계하여 사용하면, 수시입출금식 예금에도 각종 수수료 면제와 고금리 혜택을 주고 있다. 최근 소액 예금에 대해서 3~4%의 고금리를 주는 통장이 늘어남에 따라, 통장을 어떻게 쪼개는가에 따라 정기예금 부럽지 않은 월금통장을 만들 수도 있다.

KB은행에서는 100만 원 이하 잔고에는 4.0%의 높은 우대금리를 적용하는 'KB스타트통장'이 대표적인 상품. 단, 만 18세부터 만 35세까지 가입할 수 있으며, 100만 원 초과 금액에 대해서는 0.1%의 금리만 적용된다.

우리은행의 '아이티치우리통장'도 100만 원 이하 금액에 대해 3.5%, 100만 원 초과 금액에는 0.5%의 금리를 준다. 다만, 우리V체크카드를 연계해 이용해야 혜택이 주어진다.

하나은행의 '하나빅빳슈퍼월금통장'은 50만 원 이상 200만 원 이하 구간에서는 3%, 그 외 구간에는 0.1%의 금리를 적용하지만, IBK기업은행의 'IBK 급여통장'은 반대로 50만 원 이하 금액에만 3.2%의 금리를 제공하는 대신, 이체·출금수수료가 무료다.

시티은행은 '참 똑똑한 A+통장'과 '참 좋은 수수료 제로 통장'을 내세워, 월금통장 잡기에 나섰다. '참 똑똑한 A+통장'은 입금일로부터 30일까지는 금리가 0.1%에 불과하지만, 31일 이후에는 3.3%의 고금리를 제공한다. '참 좋은 수수료 제로 통장'은 잔고 50만 원 구간까지는 0.1%, 50만 원부터 200만 원 구간까지는 4%, 200만 원 이상 구간에는 2%의 금리를 적용한다. 두 예금 모두 타행 이체 수수료는 물론, 타행자동화기기에서의 출금 수수료도 정해진 횟수만큼 면제해주는 혜택도 제공한다.

월금통장만 쪼개다고? 정기예금도 쪼개야 이익!

1년짜리 정기예금의 만기일이 코앞인데, 갑자기 목돈이 필요해서 눈물을 머금고 해약한 경험이 누구나 한 번쯤 있기 마련이다. 정기예금도 잘 쪼개면 높은 금리는 다 누리면서 해약으로 인한 손실을 줄일 수 있다.

이러한 정기예금 쪼개기는 일명 '퐁차돌리기'로도 잘 알려져 있는 재테크 기법이다. 만약 1,200만 원의 여유자금이 있다면, 한 번에 1년짜리 정기예금에 가입하는 것이 아니라, 1월에 100만 원, 2월 100만 원 이런 식으로 매달 100만 원씩 1년짜리 정기예금에 가입하는 것이다. 그러면 1년 후부터는 만기가 돌아오는 정기예금이 매달 생기게 된다. 필요하다면 가입 시점이 가장 빠른 것부터 해약해서 사용하면 되기 때문에, 해약에 대한 부담도 덜 수 있다. 매달 가입해야 하는 번거로움도 해결하고 창구보다 0.1%라도 높은 금리를 원한다면, 인터넷뱅킹이나 스마트폰뱅킹 전용 정기예금에 가입하는 것이 좋다. 쪼갬수록 불어나는 자산관리의 시작, 통장 쪼개기에 도전해보자.

빛을 따르는 깨달음의 여행, 인도

아그라, 파테뿌리 시크리, 다즐링

글/사진 · 김진아 여행작가





왼쪽 동쪽 문에서 바라본 타지마할 본당의 모습. 대칭적인 모습이 인상적이다.

1 타지마할 본당으로 들어가기 위해 거쳐야 하는 1차 관문으로, 동·서·남쪽에 자리한 출입문. 이 문을 지나야만 타지마할 본 건물로 향하는 정원을 만날 수 있다. 붉은 사암으로 이뤄진 문에는 아랍어로 코란 경구가 빼곡하게 새겨져 있다.

2 이곳을 방문하는 인도 현지인들의 경우, 남자보다 여자가 훨씬 많이 보였다. 이유를 물어보니 영원한 사랑을 영원하는 인도 여자들이 많기 때문이라고 한다. 시대를 초월해 영원한 사랑이란 가장 큰 관심사인 듯하다.

3 '간단한 무덤'이라고 불리는 타지마할은 인도인들이 가장 사랑하는 유적지로, 주말이면 인도 각지에서 여행객들이 몰려든다. 맨발로 타지마할의 이곳저곳을 둘러보기도 하고, 빛에 따라 색깔을 달리하는 대리석을 가까이에서 만져보기도 한다.

인도인들이 가장 사랑하는 곳, 새하얀 대리석의 타지마할로 유명한 곳, 아그라. 아그라는 무굴제국시대(1526~1761년 칭기즈칸의 후예라 칭하며 인도 전역에서 가장 전성기를 누렸던 이슬람제국)에 변성했던 도시였다. 오늘날 그 시절의 위용은 희미해지고 희뿌연 매연이 거리를 가득 메우고 있는 아그라에서 희색빛 도심과 대조적으로 빛나는 명소가 있으니, 다름 아닌 타지마할이다. 타지마할의 대리석 조각에서 제국의 도시가 아닌, 한 남자의 이루지 못한 사랑이 빛나는 공간으로서의 아그라를 느낄 수 있다.

타지마할을 빛으로 물들이는 한 남자의 사랑

타지마할은 무굴 제국의 다섯 번째 왕인 샤자 한이, 17년의 결혼 기간 동안 14명의 아이를 낳고 열다섯 번째 아이를 출산하는 도중 사망한 그의 아내 몸타즈 마할을 위로하기 위해 지은 무덤이다. 몸타즈 마할이 사망한 이듬해인 1632년부터 시작한 공사는 22년 동안이나 계속됐다. 타지마할 건축을 위해 사용된 인원만도 2만 명에 이르고, 건축 자재 운반을 위해 1천여 마리의 코끼리가 사용되었으며, 공사비만도 현 시가로 약 720억 원에 달하는 것으로 알려져 있다.

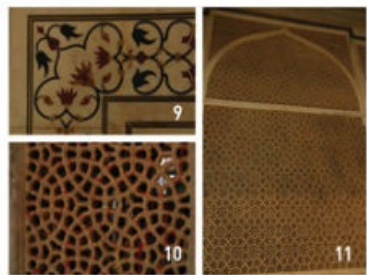
그러나 이러한 물량적인 수치를 모른다고 하더라도, 타지마할은 그저 바라보는 것만으로 경외감을 불러일으킨다. 미로같이 얽힌 길들과 끊임없이 여행자들을 상대로 호객행위를 하는 사람들 사이를 빠져나와 타지마할 본당과 연결된 마당으로 들어서면 마치 다른 세상에 온 듯한 고요함이 일렁인다. 이른 아침부터 해가 질 무렵까지 대리석에 내려앉은 빛을 따라 보고 있노라면, 반투명 순백의 새하얀 대리석에 스며든 푸른빛부터 붉은 빛까지 말로는 표현할 수 없는 신비로운 색채가 마음을 사로잡는다. 또한 타지마할 본당에 새겨진 화려하지 않으면서도 반복된 문양을 보고 있노라면 아내를 향한 샤자 한의 깊고 은은한 사랑이 전해져오는 듯하다. 타지마할이 이처럼 보는 각도와

보는 시간에 따라 오묘하고 다양한 빛깔을 드러내는 이유는 그 건축기법 때문이다. 타지마할 건축기법은 모자이크 기법의 일종으로, 르네상스 시절 이탈리아 피렌체 지역에서 사용되었던 방식이다. '피에트라 두라' 기법으로 불리는 이 방법은 순백의 대리석에 문양을 파낸 뒤 파여진 홈에 색깔이 다른 돌이나 준보석을 넣어 채우는 방법으로 빛이 비치는 방향과 보는 각도에 따라 서로 다른 빛깔을 나타낸다.

이러한 빛깔의 디테일을 눈여겨볼 줄 아는 여행자들이라면, 하루 종일 타지마할에 머물렀다고 해도 결코 지루하지 않을 정도로 신비스럽다. 나 역시도 이른 아침에 타지마할을 찾아 해가 뉘엿뉘엿 넘어가는 초저녁까지 타지마할 안에 머물렀고, 밤에는 숙소 옥상에 올라 달빛에 일렁이는 타지마할에 마음을 내려두었다. 순전히 타지마할이 가진 다양한 빛의 색깔 덕분이다.

못 다 이룬 사랑을 타지마할로 이루고자 했던 샤자 한은 타지마할 건축으로 무굴제국의 재정을 휘청거리게 만든다. 이에 샤자 한의 막내 아들 아우랑제브는 반란을 일으키고, 자신의 아버지를 타지마할 맞은 편 성에 가둬버린다. 샤자 한은 죽을 때까지 그토록 사랑했던 몸타즈 마할의 무덤을 그저 멀리서 바라만 보다가, 마침내 죽음에 이르러 서야 아내 곁에 묻혔다고 한다.

인도 여행을 다니는 동안 길에서 만난 현지인들에게 항상 묻곤 했다. 인도 전 지역을 걸쳐 가장 사랑하는 곳이 어디인지 말이다. 그럴 때마다 거의 모든 현지인들이 주저 없이 타지마할이라고 유쾌하게 대답하곤 했다. 타지마할에 대한 그들의 자부심과 애뜻함을 느낄 수 있는 대목이다. 그도 그럴 것이 주말이면 동이 뜨기 전부터 줄을 서서 입장을 기다리는 수많은 현지인들을 만날 수 있었다. 건축물로 형상화된 한 남자의 사랑이 후세 인도인들에게 하나의 역사가 되어버린 것이 아닌가 하는 생각마저 들게 한다.





5 타지마할 본당을 방문한 인도 여행자들. 그들은 그곳에서 자신의 소망을 담은 기도를 정성스럽게 올린다. 기도를 올리고 본당을 나서는 인도인들의 얼굴에는 웃음이 번져 나온다.

6, 7, 8 옛 수도의 위용은 사라지고 그저 소박한 모습을 갖춘 파테부리 시크리 바자르(시장). 작은 시장이지만 분주한 서민들의 모습을 찾아볼 수 있다.

9 타지마할 본당에 새겨진 문양들은 '파이트라 두라' 기법으로 불리는 모자이크 기법의 일종으로 순백의 대리석에 문양을 파낸 뒤 거기에 색깔이 다른 준보석을 새겨넣는 기법이다.

10,11 이슬람을 상징하는 별 문양의 창살에 수많은 사람들이 자신의 소원을 빌며 붉은 실을 매달아 둔다.

폐허가 된 파테부리 시크리에서 인생을 생각하다

다양하고 오묘한 색채로 빛나는 타지마할이 있는 도시. 아그라에서 현지 버스로 1시간 반을 달리 당도한 곳은 타지마할의 색채와는 너무나도 대조적인 폐허, 파테부리 시크리였다. 그곳은 아그라와 달리 한적하고 조용한 곳으로, 아담한 규모의 서민풍 바자르(시장)와 이슬람 사원인 자마 마스지드 유적지만이 전부인 유령 도시이다.

파테부리 시크리는 타지마할을 건축했던 무굴제국의 세 번째 왕, 악바르가 자신의 대를 이을 아들을 점지해준 이슬람 예언자의 제의로 건설한 수도였다. 하지만 물 부족으로 인해 고작 14년 만에 수도를 아그라로 이전하게 되면서 폐허로 방치된 채 남아 있다. 시간 속에 잊혀져 간 옛 수도는 수도로서의 기세등등한 모습은 사라져버렸고, 희미한 길과 돌 틈 사이에 무성하게 자란 잡초만이 시간의 흐름을 말해주는 듯하다.

파테부리 시크리의 유일한 유적지인 자마 마스지드 내부에는 악바르의 대를 이을 아들을 점지해준 성자의 무덤이 마련돼 있는데, 아들을 바라는 수많은 인도 여인이 이곳에 찾아와 창살에 붉은 실을 묶으며 기도를 올린다. 일반 여행자들도 그들 여행의 행운을 빌며 붉은 실을 정성스럽게 창살에 묶기도 한다.

한 남자의 이루지 못한 사랑의 영원한 상징물 타지마할에서 시간을 보내고 난 뒤, 폐허가 된 파테부리 시크리에 앉아 강 건너 아그라 쪽을 물끄러미 바라보고 있으니, 권력은 사라지고 사랑만이 더욱 오래 남아 빛나는 것 같은 감상적인 생각이 문득 떠오른다. 혹은 사랑도 권력도 영원히 머무를 수 없는 것은 아닐까? 그야말로 '인생무상'이라는 가르침을 보여주는 듯하다. 이 모두 인도가 여행자에게 건네는 깨달음이 아닐까.

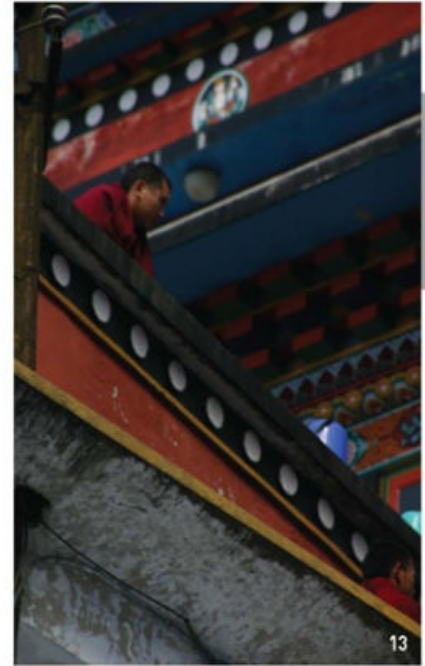


12

12 다즐링은 고산지대에 대부분의 집들이 바위에 뺨박하게 지리 좁고 있다.

13 다즐링 공 마을에 위치한 티벳 사원에서 만난 승려. 다즐링은 네팔의 국경지대에 위치해 티벳 사람들과 티벳 불교사원을 만날 수 있다.

14 다즐링 비자르(시장)의 모습. 한 여름 성수기를 보내고 난 뒤의 비자르는 조금은 한적한 모습으로, 현지인들의 여유 있는 생활을 엿볼 수 있다.



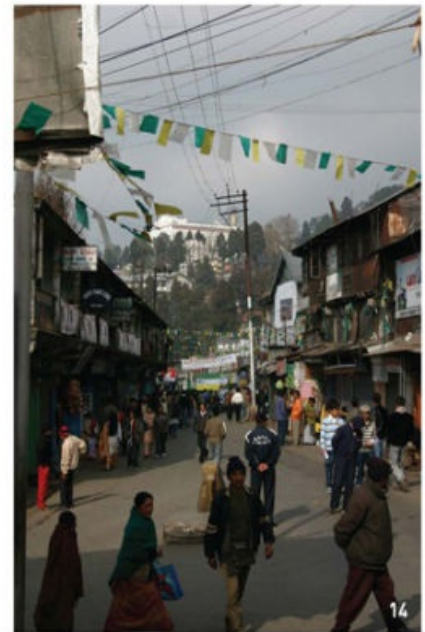
13

다즐링

‘전형적인’ 인도의 풍경, 거리를 가득 메운 사람들과 그 틈을 느리게 확보하는 소, 호객 행위를 일삼으며 지겹도록 쫓아다니는 상인들, 여기저기서 뱅뱅대는 차의 행렬, 이러한 소음과 풍경에 지쳤을 무렵 나의 몸은 본능적으로 히말라야를 원했다. 고산지대의 맑은 공기와 깨끗한 하늘, 하얀 눈을 머금은 봉우리들을 직감적으로 원했던 것이다. 그 길로 즉시 기차역으로 가서 다즐링행 야간열차를 예매했다. 나의 인도 여행방법이기도 했다. 마음이 지칠 때는 무조건 인터스 히말라야나 한적한 시골로 향하기.

다즐링은 인도가 영국의 통치를 받던 식민지 시절에 산간 휴양지로 개발되었다. 고산지대에 위치하고 있어 여름이면 시원한 공기를, 겨울이면 맑은 시야의 히말라야 봉우리를 선사한다. 일조량이 풍부하고 공기가 맑아 세계에서 손꼽히는 홍차 원산지로 유명하다.

캘커타에서 다즐링으로 향하는 야간열차는 분주했다. 휴가를 보내러 가는 현지인 가족



14



아그라, 다즐링 여행 정보

시기 인도를 여행하기 가장 좋은 시기는 10월 ~ 2월. 3월이 넘어가면 기온이 40도를 웃돌고 6월부터는 몬순이 시작된다.

교통 인천 - 델리(항공 8시간 소요)

델리 - 아그라(기차 6시간 소요)

아그라 - (바라나시) - 캘커타(기차 20시간 소요)

캘커타 - 뉴질랜드(기차 12시간 소요)

뉴질랜드 - 다즐링(기차 4시간 소요)

Tip

아그라 타지마할 입장 시 엄격하게 소지품 검사를 한다. 이는 타지마할 보존 및 테러 예방을 위한 수단으로 칼, 라이터, 담배, 음식 등의 소지품은 일체 소지가 불가능하다. 따라서 타지마할을 관람하러 갈 때는 속소에 두고 오거나, 입구의 소지품 보관함에 맡겨야 한다. 또한 입장권은 당일에만 사용 가능하기 때문에 식사를 하고 다시 재입장할 수도 있다. 다즐링은 고산지대로 여름의 계절에 해가 떨어지면 온도가 현저히 떨어지며, 대부분의 숙소는 난방장치를 찾아보기 힘들다. 추위로부터 보호할 모자나 솜 등을 갖추는 것이 좋다.

들의 끊이지 않는 수다, 사업상 일 처리를 하러 가는 벡타이 아저씨들의 웃음, 캘커타에서 방송 촬영을 하고 돌아가는 다즐링 명가수 남매의 구성진 노래 소리... 상대방이 어떤 일을 하든, 어떤 조건이든 상관없이 먼저 다가서는 친밀한 사람들, 그들의 낙천적인 성격으로 야간열차는 덩실덩실 춤을 추며 다즐링으로 향하고 있었다.

기차가 멈춰서는 뉴질랜드구리 역에서 다시 지프나 토이 트레인을 타고 다즐링까지 가야 하는데 그 여정이 결코 만만치만은 않다. 사람과 짐을 가득 실은 지프차는 미로처럼 구불구불한 산길을 아찔하게 잘도 따라 넘어간다. 켈썸과 날렵한 지프 옆으로 그렇게 빠른 속도는 필요치 않다는 듯 유유자적 느릿느릿한 토이 트레인이 제 길을 가고 있다. 세계문화유산에 등록된 이 꼬마 기차는 지금까지도 석탄으로 증기를 내뿜으며 운행되는 다즐링의 명물이다. 느릿한 속도에 지루해지려고 할 때쯤이면 커다란 정적소리를 내뿜으며 유쾌하게 다즐링으로 향했다.

여름 한철 분주했던 휴양지의 모습을 보내고 비수기로 접어드는 다즐링의 풍경은 조금은 한적했다. 거리는 비어 있고 한가로운 배낭여행자들만이 느릿느릿 현지인들 사이를 누비고 있었다. 현지인들과 여행자들은 햇살을 쫓아 광장의 이곳저곳으로 옮겨다녔다. 고산지대에서는 햇살이 비치는 시간이 그들에게는 천연 난로가 되는 셈이었다. 햇살을 쫓아 이리저리 걸음을 옮기니 도시의 매연과 소음들이 햇살에 증발되는 기분이 들었다. 마치 다즐링의 산뜻한 흥차를 곁들인 여행의 티타임이 된 것 같은 느낌이다.

다즐링 마을 어디에서도 날씨가 맑다면 파란 하늘 밑 춤추는 하얀 설산의 봉우리, 칸첸중가를 볼 수 있었다. 이는 히말라야를 눈앞에 두고 즐기곤 여행자들이 다즐링을 찾는 가장 큰 이유이기도 하다.

조금 더 가까이, 조금 더 선명하게, 더 많은 히말라야 봉우리들의 해돋이를 보기 위해 지프를 빌려 해돋이 명소로 유명한 굽 언덕으로 향했다. 새벽길을 나서는 나에게 숙소의 주인은 "네가 정말 운이 좋은 여행자라면 날씨가 맑아 해돋이를 잘 볼 수 있을 거야. 잘하면 에베레스트도 볼 수 있어."라는 농담을 건넸다. 그만큼 제대로 된 해돋이를 보기가 힘들다는 다른 표현인 것이다.

다즐링에서 만난 여행자들이, 혹은 다즐링을 향했던 여행자들이 모두 입을 모아 말했다. 다즐링 굽 언덕에서의 해돋이는 세계 최고라고, 새벽 어둠을 깨치는 히말라야의 해돋이는 여행자들의 영혼마저도 깨운다고 말이다.

코끝이 시리도록 추운 새벽을 얼마나 견뎌왔을까. 어둠이 서서히 걷히고 맑고도 푸른 기운이 조금씩 번져 나온다. 그러더니 어느새 붉은 기운이 온 대지를 감싸고, 순식간에 뽕뽕 숨겨두었던 하얀 설산의 봉우리들이 이곳저곳에서 나타남과 동시에 커다란 함성 소리도 여기저기서 터져 나오기 시작한다. 인더스 히말라야의 해돋이를 만나는 순간이다. 아무리 원을 그리며 돌아보아도 넘실대는 수많은 능선들에 가슴이 벅차온다.

그리고 이어지는 사람들의 더 커다란 함성 소리. 태어나 처음 만나는 세계에서 가장 높은 봉우리 에베레스트가 아주 잠시 가슴에 찍히고 파묻혔다. 거짓말처럼 아주 잠시 그 모습을 보여주었고 이내 눈에서 사라져버렸다. 덕분에 아주 운이 좋은 여행자라고 스스로 미소 지을 수 있었다.



EXHIBITION

장진이 만든 유쾌 통쾌 코믹 소란극 서툰 사람들

◎기간 : '2012. 10. 3 ◎공연시간 : 화, 목, 금 20시 / 수 16시, 20시 / 토, 공
휴일 15시, 18시 / 일 15시(월요일 공연 없음) ◎장소 : 대학로 아트원씨어터 2
관(서울 종로구 동숭동 1-181) ◎관람요금 : R석 35,000원 / S석 25,000원(2인
이상 예매 시, 할인 적용) ◎문의전화 : 02-762-0010(아트원씨어터)

비록 남의 집을 터는 도둑이지만, 집 주인을 배려하면서 훔치는(?) 서툰 도둑
장덕배. 낮은 상냥하고 완벽한 영어선생님이지만, 집에만 오면 잠옷 바람에
캔 맥주를 원샷 하는 건어물녀 유화이. 어느 아침 반 밤, 유화이의 집에 들어간
장덕배는 몽타주까지 배포된 도둑임을 강조하며, 집주인인 유화이를 위협한
다. 하지만 팔에 자국이 남지 않도록 수첩에 적어온 매듭법대로 묶으려고 애
쓰고, 훔쳐갈 만한 물건 하나 없는 집을 뒤지는 장덕배의 모습에 유화이는 비
상금의 위치를 제 입으로 말해주기에 이른다. 티격태격 싸우다가 어느 새 두
사람은 친구 사이로까지 발전하는데...

지난 2008년 공연 당시, 류승룡, 김성진 등 인기파 배우들과 함께 한채영의
첫 연극 무대 데뷔로 화제를 모았던 〈서툰 사람들〉, 서투르지만 사랑스러운,
장진 특유의 코믹한 캐릭터들이 펼쳐는 유쾌한 연기의 향연이 설 새 없이 관
객들의 웃음보를 자극한다.



BOOK



진중권과 정재승, 그들이 바라본 한국 사회 크로스 season 2

진중권, 정재승 공저 | 웅진지식하우스

나는 꿈수다. 서바이벌 오디션, 그리고 레یدی 가가. 2011년 한 해 동안 우리 사회를 강타한 대표적인 키워드다. 지난 시즌 1에 이어 진중권과 정재승, 두 사람이 각각 미학과 과학이라는 다른 시각에서 수많은 신드롬과 현상을 읽어 내려가면서 그 속에 숨겨진 인간의 욕망과 시대가 흘러도 변하지 않는 본질을 이야기한다. 두 사람의 시각 차이와 깊은 통찰력은 사물을 더 깊이 이해하고 다른 시각으로 현상을 바라볼 수 있는 힘을 길러준다. 과연 10만 원씩 20주 내내 로도를 시면 부자가 될 수 있는지, 노는 것이 제일 좋다는 뿌로로의 치명적인 매력에 과연 무엇인지 궁금하다면, 크로스 season 2에서 그 해답을 찾아보자.

학생, 교사, 부모가 주체가 되는 살아있는 교육 마을이 아이를 키운다

마을교육연구소 저 | 한티재

2008년부터 대구에서 활동해온 마을교육연구소가 펴낸 마을교육, 마을학교에 대한 책. 현 교육 현실에 대한 문제의식을 바탕으로, 제3의 교육 영역으로서의 마을학교를 연구하고 실천 중이다. 1부에서는 마을학교의 필요성과 그 역사에 대한 이야기를 소개하고 있으며 2부 '대구의 마을학교들'에는 대구지역 공부방, 방과후학교 등 현장 교사들의 생생한 목소리를 담았다. 4부 '동네에 마을학교 만들기'에서는 마을학교의 운영과 재정 등 실천에 꼭 필요한 자료들을 실었다. 5부 '남은 이야기, 이어갈 이야기'는 아이와 부모가 모두 행복한 교육공동체로서의 마을학교를 만들어가는 데 더 많은 사람이 함께하기를 바라는 마음을 전하고 있다.



제주사람들이 즐겨 찾는 제주의 대표 맛집 탐방기 제주를 맛보다

강석균 저 | 넥서스BOOKS

올레길 열풍으로 제주도를 찾는 사람들이 늘어나면서, 동시에 '제주 알이'를 하는 사람들도 생기고 있다. 아름다운 자연과 도보 여행의 자유로움, 그리고 제주도 향토음식의 매료되어 늘 제주를 그리워하는 것이 바로 '제주 알이'의 대표적인 현상이다. 각재귀국, 몸국, 객주리조림, 김이죽, 보말갈국수, 족탕 등 제주도 향토음식은 이름만 들어서는 도무지 그 정체가 무엇인지 알 수 없는 경우가 많다. 같은 생선이나 재료라도 제주도에서는 부르는 이름부터 다르기 때문이다. 이 책은 제주도에서 특별한 이름과 맛으로 재탄생한 향토음식을 맛보고 싶은 사람들에게 더할 나위 없이 좋은 가이드가 되어줄 것이다.



치아상식, 얼마나 알고 계세요?

① 잇몸병(치주병)을 먹는 약으로 고칠 수 있나요?

잇몸병의 원인은 흔히 프라그(치태)라 불리는 음식 찌꺼기와 세균 덩어리들입니다. 치태는 그 자체로 또는 더 농축된 형태인 치석의 형태로 잇몸에 염증을 유발합니다. 이 치태와 치석을 제거하지 않으면 염증은 점점 커져 전 잇몸으로 퍼지게 되고, 급기야는 치아가 뼈(치조골)가 아닌 연조직에 뚫뚫이 있는 상황까지 가게 됩니다. 따라서 치주병의 예방과 치료의 방법은 치태와 치석이 형성되는 것을 방지하고 이미 형성되어 있는 치태와 치석을 제거해 주는 것입니다. 가장 많이 사용되는 방법이 치석제거술(스케일링)입니다. 하지만 화학요법(약물)으로 치태와 치석이 제거된다는 보고는 없습니다. 다만 요즘 광고되는 잇몸약들이 치료와 동반되어 사용되면 칼슘의 침착을 도와 치조골의 재형성에 도움을 준다는 보고가 있을 뿐입니다. 그러나 잇몸병의 원인인 프라그와 치석을 방지한 채약을 복용하는 것은 가시가 박혔는데 가시를 뽑을 생각을 하지 않고 약만 먹는 꼴입니다. 단지 일시적인 완화 효과로 오히려 병을 방지시켜 악화시키게 될 것입니다. 특히 잇몸병은 만성병으로, 치료 후에도 계속 관리하는 방법을 배우지 않으면 심중팔구는 재발되고 말 것입니다.

② 스케일링을 하면 치아가 깎여나가거나 약해지지 않나요?

스케일링은 치주염의 원인이 되는 치석을 제거하는 것으로서 이를 갈아내는 것이 아닙니다. 치아에 붙어있는 치석을 떼어내는 것으로 치아에는 거의 손상을 주지 않습니다. 단지 치석이 많은 환자가 스케일링을 하면 치석이 제거됨으로 해서 일시적으로 이가 사리게 되거나 치석이 제거된 이와 이 사이가 보이게 되기도 합니다. 이러한 불편감이 이가 약해진다는 잘못된 상식으로 와전된 것 같습니다.

성인의 경우 이를 빼야 되는 원인이 충치보다 잇몸병으로 인한 경우가 훨씬 많기 때문에 잇몸병의 치료와 예방에 노력이 필요합니다. 이를 위해서 가장 기본적인 것은 정기적인 검진과 스케일링입니다. 잇몸질환의 원인에는 여러 가지가 있지만 대부분 치석이 원인인 경우가 많습니다. 치석은 음식물 찌꺼기와 세균 덩어리가 치아와 잇몸 사이에 끼어 돌처럼 단단하게 되는 것으로 잇몸

과 턱뼈를 서서히 파괴하는 잇몸질환의 원인이 됩니다.

이런 잇몸 질환은 몇 년에 걸쳐 만성적으로 진행되기 때문에 자각증세를 거의 느끼지 못합니다. 뼈가 부러지면 정형외과에서 붙이지만 서서히 녹아 없어진 뼈는 현대의학으로도 다시 붙일 수 없습니다. 즉 원상회복이 거의 불가능하다는 것이죠. 이를 예방하고 치료하기 위해서는 정기적인 치과 검진이 필수적입니다. 통계를 보면 30세 이후부터는 충치 발생률보다 풍치가 훨씬 많습니다. 나이가 들어 틀니를 하는 사람의 90% 이상이 충치보다는 풍치가 그 원인이 되므로 유의해야 합니다.

⑦ 치약은 비싼 것일수록 더 효과가 좋은가요?

치약은 약이 아닙니다. 정확히 말하면 이를 닦는 데 도움을 주는 세제제입니다. 그런데 치약이라고 불리면서 마치 치약의 선택이 이를 잘 닦는데 가장 중요한 것인 양 오해를 불러 일으키고 있습니다. 사실 잇솔질에서 제일 중요한 작용을 하는 것은 잇솔모의 기계적인 작용입니다. 치약은 잇솔이 치아 표면을 문지르면서 청소하는 데 도움을 줄 뿐입니다.

보통 치약에는 마모력을 크게하는 성분, 치아 표면을 매끄럽게 하고 광택을 내게 하는 성분, 세제 성분, 청량감을 주는 성분이나 향 등이 들어 있습니다. 또 일부 치약에서는 불소를 넣기도 하고 효소 성분이 있어 치태(플라그)를 더 부드럽게 만들기도 합니다.

잇솔질의 목적은 그 날 먹은 음식 찌꺼기와 치태(플라그)를 없애는 것이기 때문에 잇솔질을 정확한 방법으로 하는 것이 중요하지 어떤 치약을 쓰는가는 중요하지 않습니다. 단 불소는 이를 닦는 데 도움을 주는 것이 아니라 이 자체를 더 튼튼히 하는 작용을 하기 때문에 우리 나라와 같이 상수도에 불소를 넣지 않는 나라에서는 불소가 들어있는 치약을 쓰는 것이 좋습니다. 하지만 치약을 선택할 때 반드시 고려할 점이 하나 있습니다. 그것은 치약의 마모도입니다. 모든 치약은 적당량의 마모제를 사용하는데 자신의 잇솔질 빈도나 방법 등을 고려하여 적당한 마모도의 치약을 써야 합니다. 치태가 쉽게 부착되는 분들은 마모도가 높은 치약을 선택해야 하는 반면 치아가 사린 사람은 마모도가 약한 치약을 사용하는 것이 좋습니다.

⑧ 이가 아프면 가라앉히고 치과를 찾아야 할까요?

아플 때 병원에 가야 적절한 치료와 함께 고통도 줄일 수 있습니다. 치료 시기를 놓치면 치료 기간도 길어질 뿐 아니라 치료 후의 재발 가능성도 높아집니다. 따라서 치료 비용도 늘어나는 악순환을 겪게 됩니다. 단지 붓고 염증이 심할 때 당장에 이를 빼지 못한다는 것이 잘못 전해져서 마치 아플 때는 치과에 가봐야 소용이 없는 것처럼 된 것입니다. 만약 이를 뺄 수밖에 없는 상황이라고 해도 우선 처치를 받고 이를 제거하는 것이 순서입니다.

특히 요즘에는 이를 빼는 것보다 가능한 이를 살리는 시술이 주로 진행되므로 치아에 문제가 있을 때는 가능한 빨리 치과를 방문하는 것이 좋습니다.

⑨ 치약 대신 소금이나 죽염으로 이를 닦는 것은 어떤가요?

치약에는 이를 잘 닦이게 하는 미세한 연마제가 포함되어 있습니다. 그러나 소금으로 잇솔질을 하면 소금의 입자가 커서 치아를 마모시키고 실질적으로 필요한 치아의 면이 잘 닦이지 않게 되어 치아의 건강에는 좋지 않습니다. 다만 치약으로 이를 닦은 후 소금물로 헹구는 것은 잇몸 질환의 예방에 도움이 되므로 권할 만합니다.

〈자료제공: 부천미르치과〉

MIR NEWS

미르네트워크

미르 10주년 비전 선포식 & 심포지엄 개최

미르네트워크 10주년을 기념하는 행사가 성황리에 완료되었다. 지난 6월 30일 서울 웨라튼워커히호텔 무궁화홀에서 열린 비전 선포식에서는 내외부 초청 인사 300여 명이 참석한 가운데 축하공연을 즐겼다. 7월 1일에는 코엑스에서 1000여 명의 내외부 관계자가 참석한 가운데 미르 비전 심포지엄이 열렸다. 비전 심포지엄에서는 20여 개의 나눔 강의를 통해 미르가 쌓아온 10년 간의 노하우를 공유하는 시간을 가졌다. 이번 10주년 기념 행사는 미르네트워크의 지난 10년을 회고하고 다가올 내일의 청사진을 제시하는 의미 있는 자리였다.



제5회 미르치과기 전국 여자 검도선수권대회 개최



지난 2012년 9월 15일~16일 양일간 서울 잠실학생체육관에서 미르치과기 전국 여자 검도선수권대회가 개최되었다. 올해로 5회째를 맞이한 미르치과기 전국 여자 검도선수권 대회는 건전한 스포츠 정신을 계승하고 검도 스포츠의 저변 확대에 기여하고 있는 국내 유일의 여성 검도인 대회다. 특히 올해부터는 경기 종목이 초/중/고 학생부까지 확대된 것이 특징이다. 생활체육으로서 검도 스포츠에 보다 많은 선수들이 참여하게 됨으로써 미르를 알리고 사회에 기여하는 동시에 스포츠문화를 전제로 한 건전한 기업정신 확대에도 도움이 될 것으로 기대한다.

10주년 기념 슬로건 공모전 성료

창립 10주년을 맞아 진행된 미르치과네트워크 브랜드 슬로건 공모전이 많은 관심과 참여 속에 마무리되었다. 이번 공모전에는 총 507명, 1069개의 슬로건이 응모되었으며 다양하고 멋진 아이디어로 미르의 내일을 표현한 슬로건들이 많았다. 외부에서 초빙된 브랜드 전문가의 심사과 미르치과 네트워크 상임이사회의 평가를 결합하여 우수작을 선정한 결과, '행복한 미소를 향한 정직한 약속'이라는 슬로건이 1등상을 수상하였다. 당선자들에게는 1등 300만 원, 2등 100만 원(2명), 3등 50만 원(2명)이 지급되었으며 입선(10명)은 기념 로고가 새겨진 16G 고급 USB가 상품으로 주어졌다.

대구미르 치과의료봉사활동



지난 7월 15일과 8월 12일 2차례에 걸쳐 대구미르치과병원 의료진이 주민들의 구강건강을 위한 치과의료봉사활동을 실시했다. 이번 의료봉사는 대구 달성군 하빈면 무등리에서 진행되었으며 의료진과 지원팀 등

총 26명이 참여하여 주민들을 대상으로 치과 구강검진 및 치료를 시행했다.

- ▶ 홈페이지 리뉴얼 오픈(7월 초)
- ▶ TBC클리닉 건강365 이승엽 원장 출연(7.21)
- ▶ 러시아치과 의사 병원투어(7.16)

광주첨단미르 필리핀 해외의료봉사 실시



첨단미르치과병원과 (사)희망나무가 지난 8월 24일부터 27일까지 필리핀 수해지역으로 해외의료봉사를 다녀왔다. 박석인 원장을 의료단장으로 치과, 안과, 소아과, 내과 등 각 분야 의료진으로 구성된 봉사단은 진료

및 구강 교육을 실시하고 생필품을 전달하는 등 태풍 피해를 입은 수재민들에게 위로와 희망을 전하고 돌아왔다.

- ▶ 열한 번째 문화강좌 <현대미술과 창의적 세계> (8.20)

전주미르 정희웅 대표원장, 닥터 MBC 방송 출연



지난 8월 16일 정희웅 원장이 닥터 MBC 방송에 출연하여 '아름다운 잇몸라인으로 회복시키는 치료법'을 소개했다. 방송에서 정희웅 원장은 부리가 보이는 잇몸의 치료 방법, 치아 치료와 잇몸의 심미성, 잇몸라인

치료 후 주의사항 등 심미성에 중점을 둔 잇몸치료에 대해 설명했다.

포항미르 노충 원장, 노년기 치주질환에 관한 세미나 개최



운 강연으로 호응을 얻었다.

- ▶ 제 20회 미르정기연주회 (6.18)
- ▶ 개원 18주년 행사(9.1)

포항미르치과와 노충 원장은 지난 8월 23일 '노년 건강을 위협하는 잇몸병, 치주질환'에 대해 세미나를 진행했다. 포항시 소재 교회의 목사 등 지역 인사들과 일반인들이 참석한 이번 세미나는 유익하고 이해하기 쉬

목포미르 MBC 건강교실 개최



지난 6월 28일 오후 목포미르치과병원 5층 강당에서 '목포미르치과병원과 함께하는 MBC 건강교실'이 열렸다. 강당을 꽉 채울 정도로 많은 사람들이 찾았던 이번 건강교실은 유

민기 원장의 <관안한 치과치료, 수면 진료>와 서진희 원장의 <잇몸이 붓고 아파요>라는 강의로 진행되었다. 강의 후에는 수면진료와 잇몸질환에 관한 질의응답 시간도 마련되어 큰 호응을 얻었다.

- ▶ KBS 사랑나눔 의료봉사 활동 참여

진주미르 물방울 레이저 사용방법 교육



최신 장비이다. 이번 교육은 국내 물방울레이저 전문 업체인 명진 D&T 김동문 처장의 강연으로 진행되었으며 팀별 교육을 통해 사용법을 완벽히 숙지할 수 있도록 하였다.

- ▶ 실내 공기질 측정 (8.21)

진주미르치과병원은 지난 7월~8월, 진료 스태프 및 교육 희망자들을 대상으로 물방울레이저 사용방법 교육을 실시했다. 물방울레이저란 치과 치료 시 통증을 줄여주며 보다 안전하고 편안하게 시술 받을 수 있는

광주상무미르 사회적 기업 결연사업 협약



적 기업이 공동으로 추진하는 1사1사회적기업 결연 사업이다.

- ▶ 개원 9주년 기념 행사 (8.23)
- ▶ 전남과학대학교 학생들 병원 투어 (8.30)

상무미르치과병원은 지난 8월 14일 엠마우스복지관에서 열린 사회적 기업 서구청 결연사업 협약식에 참여했다. 이번 협약식은 사회적 기업의 자립기반 강화를 위해 광주광역시 서구청과 13개 후원기관, 13개 사회

순천미르 노인 대상 구강보건교육 실시



심을 받았다.

순천미르치과병원이 8월 24일 순천 조계복지관 노인복지센터에서 노인 구강보건교육을 실시했다. 이번 교육에서는 순천미르치과 걱정미 실장이 '침! 뱀을까? 삼킬까?'라는 주제로 강연해 노인들의 많은 관

경산미르 고대호 원장, TBC 클리닉 건강 365 출연



유익한 정보를 소개했다.

- ▶ 7주년 개원기념일 (7.23)

매주 토요일 오전 9시 40분에 방송되는 TBC클리닉 건강 365에 경산미르치과 고대호 원장이 출연했다. 고대호 원장은 지난 7월 7일 방송분에서 '최신 치아보철 치료의 모든 것'이라는 주제로 보철 치료와 관련된

창원미르 미르치과배 탁구대회 개최



원인 이번 대회를 비롯해 앞으로도 지역 주민들을 위한 생활체육 활성화에 꾸준히 노력할 계획이다.

- ▶ 임직원 워크샵-통영 욕지도 (7.21~22)

8월 15일 창원미르치과병원이 주최한 제회 미르치과배 탁구대회가 열렸다. 마산 가교파탁구장에서 개최된 이번 대회에는 창원, 김해 지역 탁구 동호인 200여 명이 참석해 탁구 실력을 겨뤘다. 창원미르치과병

미르진은 굿네이버스를 후원합니다



죽어가는 땅, 사헬(Sahel)의 아이들을 구해주세요

끝이 보이지 않는 가뭄으로
희색빛 죽음의 땅이 된 아프리카 사헬 지역

희미한 숨을 이어가고 있는 생후 5개월의 로카야
빈 젖을 물리던 엄마마저 영양실조로 세상을 떠나고
작은 몸으로 홀로 세상에 남은 아이...

로카야 같은 5살 이하의 아이들 100만 명 이상이
영양실조로 죽어가고 있는 상황입니다

당신의 나눔만이 생명을 구할 수 있습니다

굿네이버스 사헬 긴급구호

아프리카 사헬지역의 남쪽 가장자리에 위치한 사헬 지역은 지난해부터 극심한 가뭄이 시작되어 총 1,500만여 명이 심각한 영양실조를 겪고 있습니다.
굿네이버스는 사헬의 피해지역을 대상으로 긴급구호를 진행하여 식량배분을 하고 있으며, 장기적 식량위기 타개를 위해 농업지원 및 추가 식량을 지원할 계획입니다.

긴급구호 후원신청 **1599-0300** (매월 2만원) www.gni.kr

정기후원금은 재난, 재해가 발생한 지역의 구호사업에 사용됩니다

굿네이버스는 1991년 한국인이 설립하여 전세계 32개국에서 전문사회복지사업과 구호개발사업을 수행하고 있는 국제구호개발 NGO입니다.

 굿네이버스
Good Neighbors

10년만에 당신을 만나는 미르, 선진형 치과네트워크로 성장해왔습니다.



2002년 변화의 필요성을 절감한 대구, 광주, 순천, 창원, 포항 치과원장들이 모여 결성한 미르네트워크는 10년이 지난 지금 130여명의 의료진, 830여명의 직원들이 상호 발전하는 19개 네트워크로 성장하였습니다. 특별한 마케팅을 하지 않아도 지역에서 큰 사랑을 받아온 미르만의 성장노하우와 육성된 인재들의 실무 노하우가 미르의 경쟁력을 말해줍니다.

"미르에서 치료하면 된다"는 신뢰의 근원-연구와 지식 공유

MIR는 임상과 경영에 대한 다양한 학술모임과 세미나를 통해 최신 임상연구 및 경영 지식을 공유하고 노하우를 창출합니다. 폭넓은 발전을 위해 외부의 치료 의료진, 패컬티와도 지식과 경험을 나누고 있습니다.

"미르인은 친절해"라는 인정의 근원-교육과 문화 형성

MIR는 네트워크 전직원의 정기적 교육과 다양한 문화행사, 인재양성시스템 등을 통해 미르인의 자긍심, 상호존중과 자발성 형성 문화, 고객감동 교육, 자기계발 등을 실현하고 정기근속문화를 구축해왔습니다.

"미르에는 인재들이 모인다"는 맨파워의 근원-인재 육성 & 산학협동시스템

MIR는 국내외 우수 대학들과의 연계를 통해 핵심역량 강화에 힘쓰고 장학제도를 통해 각 대학 인재를 유치하여 임상교육을 해오고 있습니다. 또한 의료기기 산업체와 공동연구, 제품개발을 추진하는 등 산업체와 상호협력 관계를 구축하고 있습니다.

"미르는 어디에 있든 미르다"라는 경쟁력의 근원-치과의 고유성과 브랜드의 조화

MIR는 네트워크 치과 각각의 경영철학과 개성은 존중하면서 경쟁력있는 브랜드의 공동 이미지를 구축하여 브랜드 파워를 형성해온 선진형 네트워크입니다. 경영, 홍보, 교육, 임상 연구, 자재 구매 등을 효율적으로 지원함으로써 지역별 경쟁력을 확보합니다.

MIR 미르치과 네트워크

미르네트워크 경기 부천 수원 안산 / 경상 거제 김산 구미 뉴욕 대구 밀양 시대구 목포 진주 창원 포항 / 전라 목포 광주성무 순천 전주 광주영단

미르와 함께하는 방법을 소개합니다

진행 중인 퀴즈 및 칭찬 이벤트는
미르네트워크 홈페이지에서 참여하실 수 있습니다.

당첨자 발표 및 더 자세한 사항은 미르네트워크 홈페이지에서 확인하세요.

www.mirnetwork.com

검색창에서 **미르네트워크** 를 치세요.

이벤트 **하나** 미르, 나에게는 특별한 이름

Opinion is the Best!

미르가 여러분에게 특별한 이름으로 기억된 적 있으셨나요?

진료후기나 칭찬, 혹은 따뜻한 제안들을 소개해주세요.

* 이벤트에 응모해주신 분 중에 10분을 선정하여 문확상품권을 보내드립니다.

* 2012.9.24 ~ 2012.10.31

* 당첨자 발표 www.mirnetwork.com

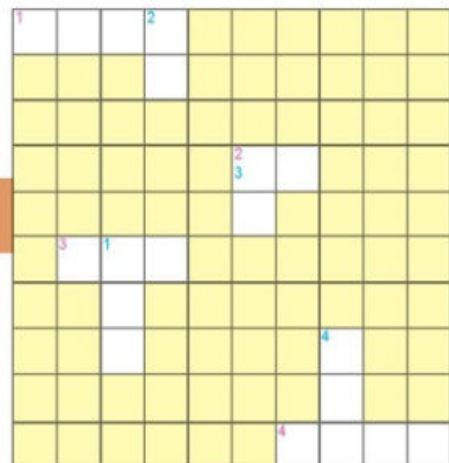
이벤트 **둘** 미르를 알자, MIR QUIZ

당신의 미르, 알고 계신 것보다 더 많은 일을 하고 있습니다.

항상 미르를 믿고, 사랑해주시는 여러분들을 위해 작은 퀴즈 코너를

마련하였습니다. 아래의 힌트를 보고 정답을 작성하신 다음, 미르네트워크

홈페이지에서 이벤트에 응모해 주세요



[가로]

- 10월 25일로 올충도의 부속 섬으로 정한 대한제국칙령 제 41호가 제정된 1900년 10월 25일을 기념하기 위해 제정된 기념일. ○○의 날.
- 가을에 단풍잎의 빛깔이 변화하는 현상. 혹은 그 잎
- 가배, 가위, 가윗날과 함께 추석을 일컫는 말로, 음력 8월 15일이며 우리나라 최대 명절 중 하나이다.
- 기차를 타고 떠나는 여행

[세로]

- 털로 짠 스웨터의 하나, 앞자락이 트여 단추로 채우게 되어 있으며, 소매가 있는 것과 없는 것이 있다. 크림 전쟁 당시 이 옷을 즐겨 입은 영국의 가디건 백작의 이름에서 유래했다.
- 새나 곤충의 몸 양쪽에 붙어서 날아다니는데 쓰는 기관. 순우리말은 나래
- 단감나무의 열매로 단단하고 맛이 달다
- 유자를 가늘게 채 썰어 살탕에 넣어 두었다가 뜨거운 물에 타서 마시는 차

당첨을 축하합니다

2012 미르매거진 여름호 퀴즈 당첨자가 선정되었습니다. 미르네트워크 홈페이지

www.mirnetwork.com을 방문하셔서 나도 행운의 주인공이 될 수 있는지 확인해보세요~



[출품자격] 고객님, 직원 등 미르를 사랑하는 모든 분들.

[공모부문] 에세이, 시, 질문, 진료후기, 사진

[주 제] · 10주년을 맞은 미르에 축하인사
· 미르를 찾아 기분 좋았던 경험
· 겨울과 관련된 추억
· 사랑하는 가족 이야기
· 치아에 관련된 모든 질문
· 미르를 방문기, 혹은 진료 후 느낀 점
· 기타 함께 나누고 싶은 이야기

[접수마감] 2012. 11. 10(토) PM 2:00

[접 수 처]

접 수 처	홈페이지	이메일
주 소	www.mirnetwork.com	mirnw@mirdental.co.kr
비 고	메인화면 우측에 있는 배너를 클릭, 온라인 접수창을 통해 참여	제목에 [원고모집]을 기재.

게재된 이야기의 주인공에게는 소정의 상품을 보내드립니다.
시상 및 보다 자세한 내용은 www.mirnetwork.com에 있습니다.

[문 의] 053-212-2084

