



“그 쌤의 이중생활”
분필과 카메라, 따로 또 같이
**Teacher &
Creative Director**
대호초등학교
박준호 교사



07

2020
VOL.35

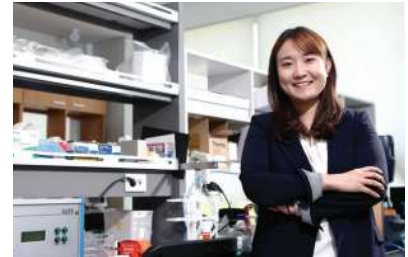
웹진



- ◀ 어제, 기억하기 • The-K 인터뷰 _ 젊은 과학자가 그리는 생체 재료의 미래, 성균관대학교 신미경 교수
- ▶ 오늘, 생각하기 • The-K 리포트 _ 캠퍼스 없는 혁신 대학, 미국의 '미네르바 스쿨'
- ⏸ 지금, 쉬어가기 • 라이프 연구소 _ 머리부터 발끝까지, 장마철 건강 솔루션!
- ▶▶ 내일, 행복찾기 • The-K Focus _ 한국교직원공제회가 새롭게 선보이는 '건강검진 통합 서비스'

Contents

04 여는 글 기쁨을 키워가는 일상



◀ 어제, 기억하기 ————— Remember_역사 이야기 & 회원 참여 & 인터뷰

- 06 에세이
‘함께’라는 소중함을 느낀, 그해 7월
- 08 The-K 갤러리
지금, 행복 그리고 우리
- 10 The-K 인터뷰 1
젊은 과학자가 그리는 생체 재료의 미래
_ 성균관대학교 글로벌바이오메디컬공학과
신미경 교수
- 14 The-K 인터뷰 2
회복적 서클, 관계의 기적을 빚어내다
_ 대구광역시교육청 관계회복지원단
강호민 교사
- 18 교과서에 없는 역사 이야기
머나먼 이국땅에서 더욱 빛난 투혼!
헤이그 특사 ‘이준’ 선생

▶ 오늘, 생각하기 ————— Think_교육 기획 테마 & 세대별 맞춤 콘텐츠

- 24 The-K 스페셜
‘언택트(Untact)’ 시대,
교육을 ‘콘택트(Contact)’하다
- 28 The-K 리포트
캠퍼스 없는 혁신 대학, 미국의 ‘미네르바 스쿨’
- 30 공간의 재구성
공간의 변화로 모든 변화를 꿈꾸다
_ 풍동고등학교
- 34 [+25] 그 뺨의 이중생활
분필과 카메라, 따로 또 같이
_ 대호초등학교 박준호 교사
- 38 [+35] Be Myself
‘공감적 경청’으로 이어가는 진정한 소통
- 40 [+45] 티처&티처
가족 간 갈등 해소는 ‘공감과 공존’으로부터
- 42 [+55] 인생 2모작
행복한 인생 2막, 콘 브리오!
_ 지휘자 박영철 회원

발행일 2020년 7월 1일
발행처 한국교직원공제회
서울시 영등포구 여의나루로 50
www.ktcu.or.kr
발행인 차성수
(직무대행 이진석)

기획 홍보마케팅부 미디어소통팀
유중훈, 이정우, 김경희, 김충환, 황수현

편집 수석기자 이영경
객원기자 정라희, 이성미, 이경희, 정은주
교열 이영경

디자인 아트 디렉터 이영임
디자이너 김도윤, 현예림

사진 포토그래퍼 김도형

법률 자문 김용욱 변호사(법무법인 JP)
애플리케이션 제작 (주)이팝 웹개발팀
디자인, 제작 (주)이팝 02-514-7567



웹진



안드로이드 앱



아이폰 앱



「The-K 매거진」은 한정된 부수만 발간하여 학교나 기관 등으로 발송해 드리며, 웹진과 모바일 앱으로도 보실 수 있습니다.
www.thekmagazine.co.kr



지금, 쉬어가기

Relax_여행 & 건강

46 지금, 여기

매력 넘치는 런던, 그리고 근교의 작은 도시들

52 라이프 연구소

머리부터 발끝까지, 장마철 건강 솔루션!

54 건강한 밥상

무더위 걱정 매 상큼 시원하고, 달달하게
기력 채우는 여름철 보양 레시피

58 마음쉼

코로나19가 바꾼 일상, 마음 방역은
'The-K 마음쉼'과 함께

60 더-쉽

인생의 속도를 늦추고 싶을 때
'라오스 한 달 살기'



내일, 행복찾기

Happy_공제회 주요 소식 & 이벤트

The-K Focus

64 한국교직원공제회가 회원과 가족의 건강을
위해 새롭게 선보이는, '건강검진 통합 서비스'

66 두 배로 신경 쓴 노후 건강설계
한국교직원공제회 생명보험,
'교직원라이프 더블업종합공제(2002)'

68 'The-K 크리에이터'가 공유하는
일상의 생생한 콘텐츠 속으로!

70 '더 따뜻한 말, 더 든든한 맘'
The-K행복서비스 응원 · 희망 메시지

73 The-K News
공제회 주요 소식 및 이벤트

76 The-K Guide
공제회의 각종 금융제도와 복지서비스
'레저/문화/항공, 법률/세무 상담' 편



지상 강의

78 디지털 네이티브의 새로운 교육 패러다임



소통하고,
함께하는 The-K 매거진

80 독자 의견

82 독자 퀴즈

83 즉석 당첨 이벤트

「The-K 매거진」은 한국교직원공제회에서 발간하는 정기간행물입니다.

「The-K 매거진」에 게재된 글과 사진은 한국교직원공제회의 공식 견해가 아니라 필자의 생각을 나타낸 것입니다.

「The-K 매거진」에 게재된 글과 사진은 사전 동의, 허락 없이 무단 도용할 수 없습니다.

한국교직원공제회

회원콜센터 1577-3400 보험콜센터 1577-3993



기쁨을 키워가는 일상

태양은 점점 높은 곳을 향해 가고
 열매는 더욱 둥글어지는 푸르른 계절입니다.
 포도나무와 사과나무도 한결 풍성해지고 있는데,
 나무의 모양을 아름답게 만들고, 풍성한 과일을 얻으려면
 가지를 치고 순을 따줘야 하지요.
 잎을 따면 새순이 나고, 가지를 잘라내면 양분이 힘차게 위로 오르듯
 위기를 느낀 식물이 생장에 더 힘을 쏟게 되는 이치입니다.

7월의 「The-K 매거진」에서는 젊은 과학자로서 학생들과 교감하는 신미경 교수님과
 회복적 서클로 관계의 기적을 빚어내는 강호민 선생님의 뜨거운 열정을 담았습니다.
 또한, 장마철 주의해야 할 질병과 입맛 돋우는 요리 레시피 소개로
 지친 일상을 건강하고 활력 있게 가꾸고자 했습니다.
 더불어, 코로나19의 위기 극복을 위해 노력하는 분들을 응원하는 희망의 메시지를 담아
 회원들의 진심 가득한 마음을 널리 공유하고자 했습니다.

때론 내면의 힘든 감정들도 웃자랍니다.
 건잡을 수 없는 감정이 가지를 뺏어 나갈 때
 불필요한 감정의 잔가지들을 쳐내야 다시 건강한 감정이 솟아납니다.
 지친 일상 속 힘들었던 감정들은 조금씩 털어내고
 「The-K 매거진」과 함께 기쁨을 키워가는 일상을 만들어주세요. ㉠



‘함께’라는 소중함을 느낀, 그해 7월

글. 서성환(회덕초등학교 교사)

다섯 해 전 7월이었다. 유난히 더운 그해 여름, 20명 남짓의 아이들은 에어컨도 이기지 못하는 더위에 연거푸 손부채질만 하고 있었다. 여름방학을 앞두고 각종 행사로 뒤쳐진 수업 진도를 나가기 바빴다. 지쳐가는 아이들과 마음만 조금해진 선생님의 온도 차는 점점 커졌다. 학기 초의 설렘과 열정은 더위와 함께 늘어지고 있었다. 우리 반은 늘 꼴찌 반이었다. 이상하게도 다른 반과 운동 시합을 하면 매번 지고, 시험을 쳐도 늘 마지막을 차지했다. 보이지 않게 서로에 대한 원망이 쌓여갔다. ‘누구 때문에 졌어’라는 마음이 아이들의 마음에 몰래 싹트고 있었나 보다. 아이들이 너무 기죽어 보여 무엇이라도 해야 할 것만 같았다. 다 같이 어깨가 으쓱할 만한 일 말이다.

아이들이 모두 떠난 텅 빈 교실에 문자 메시지 알림 소리가 울렸다.

「우리 학교 자랑하기 UCC 대회 참가 안내」

고민으로 가득 찼던 머릿속이 시원하게 뚫리는 기분이었다. 교내에서 서로 경쟁하는 것보다 바깥세상에서 많은 사람과 소통하는 경험을 하게 해주고 싶었다. 학교밖에 더 넓은 세상이 있다는 것을 아이들에게 느끼게 해주고 싶은 마음이 무엇보다 컸다. 모두 한 팀이 되어서 말이다.

그러나 뜨거운 여름날의 6학년 학생들을 움직이게 만드는 것은 쉽지 않았다. 다른 사람들 앞에서 무엇인가를 연기해야 한다는 부담감, 자신의 외모에 대한 콤플렉스, 해보지 않은 일에 대한 두려움으로 선뜻 지원하지 않았다. 특히 부끄러움으로 가득 찬 6학년 아이들에게 표현활동은 엄청난 일이었다. 그러나 내게는 비장의 카드가 있었다. 바로 상금이다.

“이 대회의 상금은 여러분들이 사회에서 처음 버는 돈이 될 것입니다. 첫 번째 미션은 ‘우리 학교자랑 UCC’를 다 함께 만드는 일입니다.”

아이들은 술렁이기 시작했다. 자신의 노력으로 작품을 만들어 상금을 받을 수 있다는 것은 아이들에게 큰 동기부여가 되었다. 지쳐있던 아이들의 눈동자에 반짝 빛이 났다.

“우리가 상금을 받으면 두 번째 미션이 주어질 것입니다. 여러분이 만든 상금 지출 계획서 중 가장 우수한 것을 뽑아 그대로 사용하겠습니다.”

※서성환 선생님은 아이들 스스로가 자신의 소중한 가치를 깨닫게 하는 데 도움을 주며 세상에 희망을 심는 농사꾼입니다.





아이들은 또다시 술렁거렸다. 게임머니를 사겠다거나, 현금으로 나눠 가져가겠다는 등 신나서 이야기를 했다.

“하지만 우선 첫 번째 미션을 해내는 것이 중요하겠죠? 우리 다 같이 해봅시다.”

우리 반의 열기는 결국 여름날의 무더위를 이겨냈다. ‘학교 자랑거리 10가지 찾기’라는 첫 번째 미션에 아이들은 학교에 관심을 가지기 시작했다. 학급 어린이회의는 UCC 제작협의회가 되었고, 그렇게 오랜 논의 끝에 10개의 자랑거리와 각자의 역할을 정할 수 있었다.

모든 아이들은 각자의 역할을 다했다. 촬영, 연기는 물론 소품, 효과음, 대사 작성 등 자신이 할 수 있는 일을 하나씩 맡았다. 동영상 만들기에 딱히 할 것이 없었던 아이들은 자진하여 잡일을 도맡아 했다. 처음으로 20명의 아이들이 하나가 되는 순간이었다. 동기 부여가 얼마나 중요한지 새삼 느끼게 되었다.

촬영은 순조로웠지만, 편집은 고통스러웠다. 열심히 찍은 영상이었지만 막상 편집하려고 보니 어색하거나 실수투성이었다. 5분짜리 영상을 만들기 위해서 며칠을 밤새 컴퓨터 작업을 했다. 촬영을 마치고 일주일 후 우리 반에는 큰 웃음소리가 퍼졌다. 끝나지 않을 것만 같던 동영상 편집이 끝나 시사회를 열었기 때문이다. 영상 속 자신의 모습에 부끄러워하거나 자신이 상상하지도 못했던 부분을 발견하기도 했다. 무엇보다 행복했던 것은 하나같이 즐거워하는 아이들의 모습이었다. 이 순간 우리는 모두 1등이었다.

결과 발표가 났는데, 무려 우수상이다. 수상 소식을 알리자 아이들의 환호성에 교실이 떠나갈 듯했다. 대상이 아니어도 아무도 서운해하지 않았다. 그날 하루만큼은 모두 축제 분위기였다. 너무나 기뻐 우리가 만든 동영상을 다시 보고 또다시 봤다. 처음에는 부끄러워하던 아이들도 이제는 자신의 모습을 자랑스러워했다. 소식을 듣고 부러워하는 다른 반 아이들에게 마음껏 우쭐거렸다.

아이들도 ‘함께’의 힘을 느꼈나 보다. 처음 발표와는 달리 상금 지출 계획서는 모두를 위한 내용으로 가득 찼다. 선생님 감사선물, 불우이웃돕기, 동생들 간식 사주기, 학급문고 구매 등 계획서를 읽는 것만으로도 마음이 훈훈해졌다.

한 편의 영화 같았던 시간이 지나고, 다시 2020년 7월로 돌아왔다. 코로나19로 당분간 사회적 거리두기, 생활 속 거리두기가 계속될 것 같다. 교실의 책상은 서로 떨어져 있고, 쉬는 시간 웅기종기 모여 재잘거리는 모습을 당분간은 볼 수 없을지도 모르겠다. 하지만 그날의 추억을 다시 한번 떠올리며 무엇보다 건강과 안전이 우선인 요즘, 우리 아이들의 마음속에 ‘함께’라는 소중한 마음이 잊히지 않기를 바라본다. ㉔



지금, 행복 그리고 우리

「The-K 갤러리」는 ‘한국교직원미술대전’에 출품한 작품들을 선보이고자 합니다.
전국 교직원들의 문화예술 창작품을 감상하면서 바쁜 일상 속
‘지금, 행복, 그리고 우리’에 대해서 생각하는 시간을 만들어보는 건 어떨까요?

어느 여름날
오후

정옥수
퇴직회원
(대전둔원초등학교)

장지에 채색 | 71.5x59cm, 2017

더운 여름날 오후에 청둥오리 가족이 시원한 강가에서
놀이 있는 풍경을 멀리서 지켜보면서, 더위를 잊고 시원하고
행복한 마음을 실어 보낸다. 버드나무가지는 그들을
만들어주고, 오가는 바람에 그리움과 추억을 만들어주는
느낌이 든다.

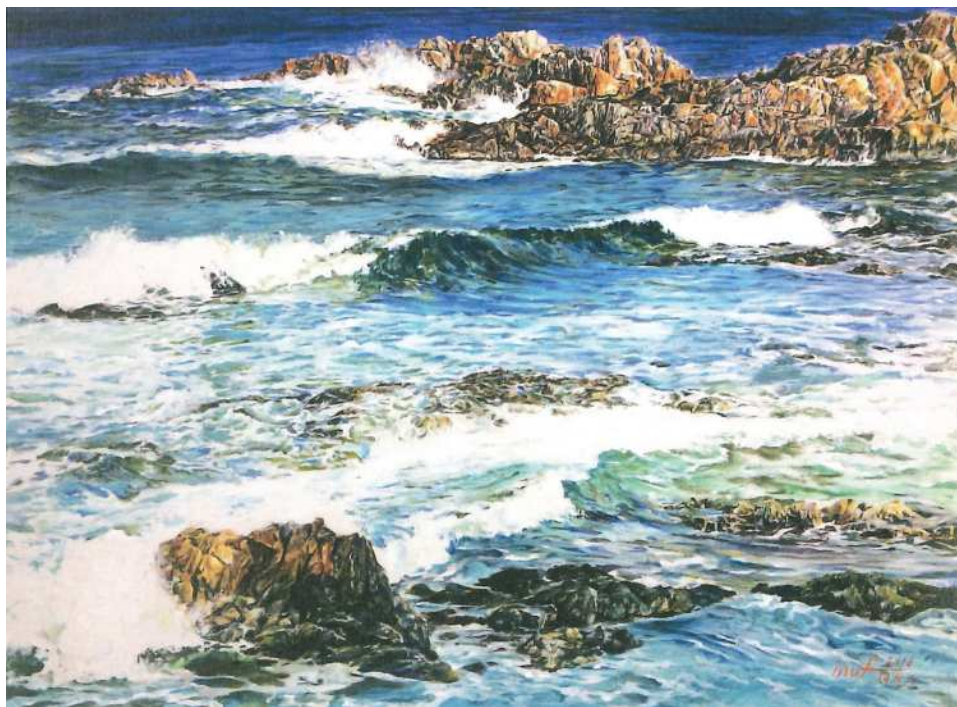


파도 소리를
보다

채경문
거진정보
공업고등학교

아크릴 | 72.7x53cm, 2018

바다의 파도 소리를
이미지와 색상으로
형상화하여, 흡사 파도
소리를 보는 듯한 느낌을
가질 수 있도록 표현했다.

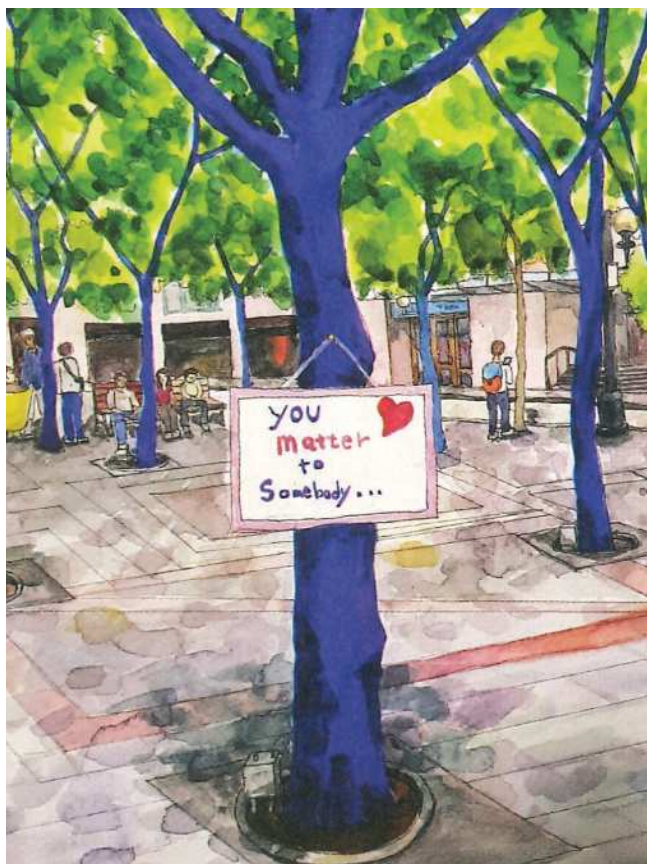


소중해.
우리 존재

신경림
용정초등학교

종이에 수채 | 30x40cm, 2019

인종·성별·사회적 배경 등 조건과 관계없이
모두가 소중한 존재이다.



「The-K 인터뷰 1」은 각 전공별 명사가 된 교수들을 인터뷰하는 코너로, 교육가족이 명사의 교육 가치관과 철학을 공감할 수 있는 내용으로 구성하고 있습니다.

젊은 과학자가 그리는 생체 재료의 미래

성균관대학교 글로벌바이오메디컬공학과 신미경 교수

신미경 교수를 소개할 때면 ‘33세 젊은 공대 교수’라는 수식어가 자주 따라붙는다. 30대 초반에 교수로 임용되었다는 사실 자체만으로도 화제가 되기 충분한 까닭이다. 그러나 그는 ‘젊은 교수’라는 타이틀에 머무르지 않는다. 지금껏 해온 연구의 의미를 찾고, 앞으로 해야 할 과제를 신중하게 검토하며 집중한다. ‘젊다’라는 형용사만으로 그를 설명하기에는 부족하다.

글. 정라희 사진. 김도형



세계가 주목하는 과학자

얼마 전, 신미경 교수에게 반가운 소식이 들려왔다. 지난 ‘2018 한국 로레알-유네스코 여성과학자상’* ‘펠로십’ 부문 수상에 이어 ‘2020 로레알-유네스코 세계 여성과학자상’*에서 아시아 대표로 신진 여성 과학자 부문 ‘인터내셔널 라이징 탠런트 (International Rising Talent) 상’을 받은 것이다. 세계에서 불과 열다섯 명에게만 돌아기는 영광. 국제무대에서 각국의 연구자들과 경쟁해서 얻은 성취이기에 의미가 남달랐다. 한국에서 뛰어난 성과를 냈더라도 세계 각국의 쟁쟁한 연구자들 사이에서 인정받아야 하기 때문이다. 그러나 신미경 교수는 “운이 좋았다”는 말로 수상 소감을 전했다. 아쉽게도 올해 시상식은 코로나19로 인해 내년으로 연기됐지만, 오히려 그는 이듬해 다가올 연합 시상식에 기대를 걸고 있다.

“저에게 시상식은 세계 각국에서 활동하는 신진 과학자들과 소통하는 기회가 될 것 같아요. 내년에 올해 수상자 15명과 내년 수상자 15명이 함께 모일 텐데, 세계 각국의 연구자들을 만나면서 동기부여도 될 것 같고요.”

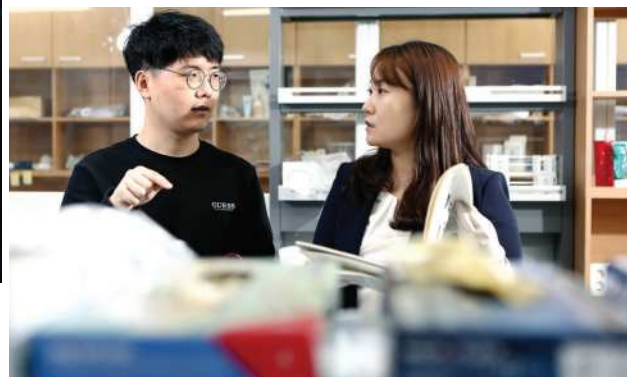
계속해서 연구를 이어가야 하는 연구자에게 수상 기록은 오랜 기간 쏟은 열정과 노력을 대외적으로 인정받는 것을 넘어, 자신에 대한 확신을 구하는 과정이다. 그도 그럴 것이 그는 지난해 9월에 신규 임용된 조교수다. 성균관대학교에 오면서 직접 자신의 이름을 건 연구실을 개설하고, 시스템도 정비했다. 덕분에 그는 요즘 학위 과정 때보다 더욱더 연구자의 자세에 대해 깊이 있게 고민하고 있다.

“지난해에는 연구실 시스템을 갖추느라 정신없이 시간을 보냈습니다. 그리고 올해 1월에 비로소 연구실 문을 열었어요. 여전히 갈 길이 멀죠. 제가 학생일 때와 달리, 학생을 가르치는 입장이 되니 연구자로서 책임감이 더 크게 다가옵니다. 학생 시절에는 제 연구를 통해 사회에 이바지하겠다는 생각은 거의 하지 못했어요. 하지만

*한국 로레알-유네스코 여성과학자상
: 2002년 제정되어 로레알코리아, 유네스코한국위원회, 여성생명과학기술포럼이 공동 주관하는 국내 최고 권위의 상으로 매년 대한민국 여성 과학자에게 수여한다.

*로레알-유네스코 세계여성과학자상
: 매해 과학 분야에서 탁월한 연구 업적을 달성한 여성과학자 5인에게 세계여성과학자상을, 15명의 전도유망한 신진 여성과학자에게는 인터내셔널 라이징 탠런트(IRT) 상을 수여한다.





지금은 좀 더 사회 전반에 도움을 줄 수 있는 기술을 고민하게 됩니다. 더불어 지금 하는 연구가 왜 중요한지 학생들에게 설명할 수 있어야 하지요. 덕분에 저도 더 열심히 공부할 수 밖에는요.”

자연 현상에서 발견한 생체 재료에 집중하다

신미경 교수에게 수상의 영예를 안겨준 연구 주제는 생체 재료 중에서도 지혈과 관련한 소재다. 미디어에서는 이를 두고 ‘맞아도 피 안 나는 주삿바늘’이라고 표현했다. 주사를 맞으면 미세한 피가 나는데, 무출혈 주삿바늘을 사용하면 주사를 맞아도 피가 나지 않는다. 거센 파도가 이는 바다에서 제자리를 지키는 홍합의 접착력에서 아이디어를 얻어 ‘홍합 모사 접착성 지혈 고분자’를 이용한 코딩 기술을 통해 맞아도 피가 나지 않는 주삿바늘을 개발했다.

“처음에는 ‘주삿바늘을 찔렀는데도 피가 나지 않으면 좋겠다’는 생각에서 시작한 연구였습니다. 어떻게 연구하면 좋을지 구체적인 계획도 없었죠. 당장 주어진 연구 과제를 하나하나 해결해나가다 보니 좋은 결과가 나온 것 같아요.”

주사를 맞을 때 미세하게 나는 피는 닦으면 그만이라고 생각

할지도 모르겠다. 하지만 유전성 질환 중 하나인 혈우병 환자들은 혈액을 응고해주는 인자가 부족해 피가 잘 멈추지 않는다. 그런 환자들에게 이러한 신소재 개발은 분명 희소식이다. 물론 이 연구를 바탕으로 실제 제품이 나오려면 아직은 건너야 할 산이 많다. 생체 재료와 의료기기 분야가 얹혀 있어 각종 허가 절차가 복잡하기 때문이다. 어쩌면 지난 과정은 그에게 연구 인생의 1기에 해당하는 일일지도 모른다.

학위 과정을 밟았던 KAIST를 떠나 성균관대학교에 자리 잡은 신미경 교수는 이제 기존 연구를 확장하고자 시도 중이다. 우선은 자연 현상에서 유래한 새로운 접착 소재를 찾으려고 한다. 응용 분야에서도 3D 바이오 프린팅 잉크 소재를 활용해 조직공학에 가까운 연구를 이어갈 계획이다.

“저의 연구 분야 가운데 한 가지는 자연 현상을 모사하는 화학적인 작용을 바탕으로 재료에 접근하는 것인데요. 아직 이쪽으로는 밝혀진 화학적 메커니즘이 없어요. 그래서 기초 현상과 기초 화학 지식을 바탕으로 재료를 만들어보고, 해당 재료로 세포 실험을 하는 모든 단계를 하나씩 시도해보고 있어요. 언젠가는 심혈관계 질환 연구에 집중해 이를 극복할 수 있는 약물 소재도 개발하고 싶습니다.”

진심으로 학생들과 교감하며

그는 학생들과 세대 격차가 거의 없는 젊은 교수로서 학생 상담도 자주 한다. 그가 먼저 나서지 않아도 스스로 교수연구실 문을 두드리는 학생들도 꽤 있다. 나이 차가 크지 않다 보니 학생들도 좀 더 부담 없이 다가오는 편이다.

“저 역시 학생들을 보면 동생을 보는 듯한 느낌이 들어요. 그래서 현재 우리가 살아가는 사회에 맞는 조언을 하려고 고민하고 있습니다. 물론 사회의 변화 속도가 무척 빨라서 제가 예전에 겪었던 상황과 지금 세태가 달라진 것도 많아요. 요즘 학생들의 가장 큰 고민은 취업인데요. 제가 해결책을 주지는 못하더라도 진심으로 학생들을 생각하며 그들과 소통하려고 노력하고 있습니다.”

학생 신분에서 벗어나 교직 생활을 하는 지금도 그는 어린 시절부터 지켜오던 한 가지 습관을 놓지 않고 있다. 오랫동안 그를 지탱해준 그 습관은 바로 ‘생활계획표 짜기’다. 스스로 자신을 관리할 수 있도록 분 단위로 생활 계획을 세워놓고, 연구 노트에 연구 과정을 기록하고 있다.

“교직에 오면서 연구 외에도 할 일이 많아지다 보니 예전처럼 꼼꼼하게 시간 계획을 지키기는 어려워요. 하지만 항상 그 계획을 기준으로 삼고, 마음에 새기면서 생활하려고 합니다. 그렇게 하면 예상하지 못한 변수를 통제할 수 있거든요. 지금도 시간 관리가 가장 중요하다고 생각하고 있고요.”



● “처음에는 ‘주삿바늘을 찔렀는데도 피가 나지 않으면 좋겠다’는 생각에서 시작한 연구였습니다. 어떻게 연구하면 좋을지 구체적인 계획도 없었죠. 당장 주어진 연구 과제를 하나하나 해결해나가다 보니 좋은 결과가 나온 것 같아요.”



공교롭게도 어린 시절 그의 장래 희망은 교수였다. 30대 초반에 일찌감치 꿈을 이룬 그를 두고 누군가는 선망할지도 모른다. 하지만 오히려 그는 자신보다 앞서 그 길을 걸었던 선배 과학자들의 자취를 살피며 본받으려 하고 있다.

“로레알-유네스코 세계여성과학자상에서 해마다 단 한 명만 선정하는 여성과학자 부문이 있어요. 수상자 명단을 보니 올해 수상자가 저의 박사 후 과정(대학원 박사학위를 받은 후의 연수과정) 지도교수님이셨던 크리스티 앤세스(Kristi S. Anseth) 교수님이시더라고요. 생체 재료 분야에서 한 해에 두 명이 상을 받는 일이 흔하지 않은데, 그분과 같은 시기에 상을 받아서 매우 영광이었습니다.”

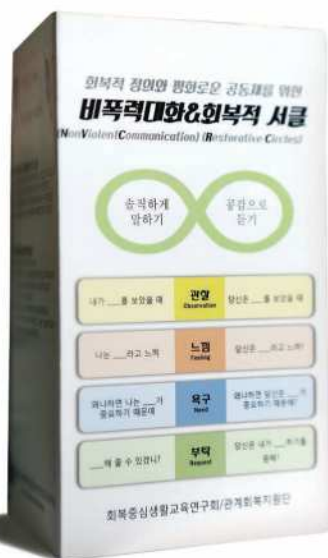
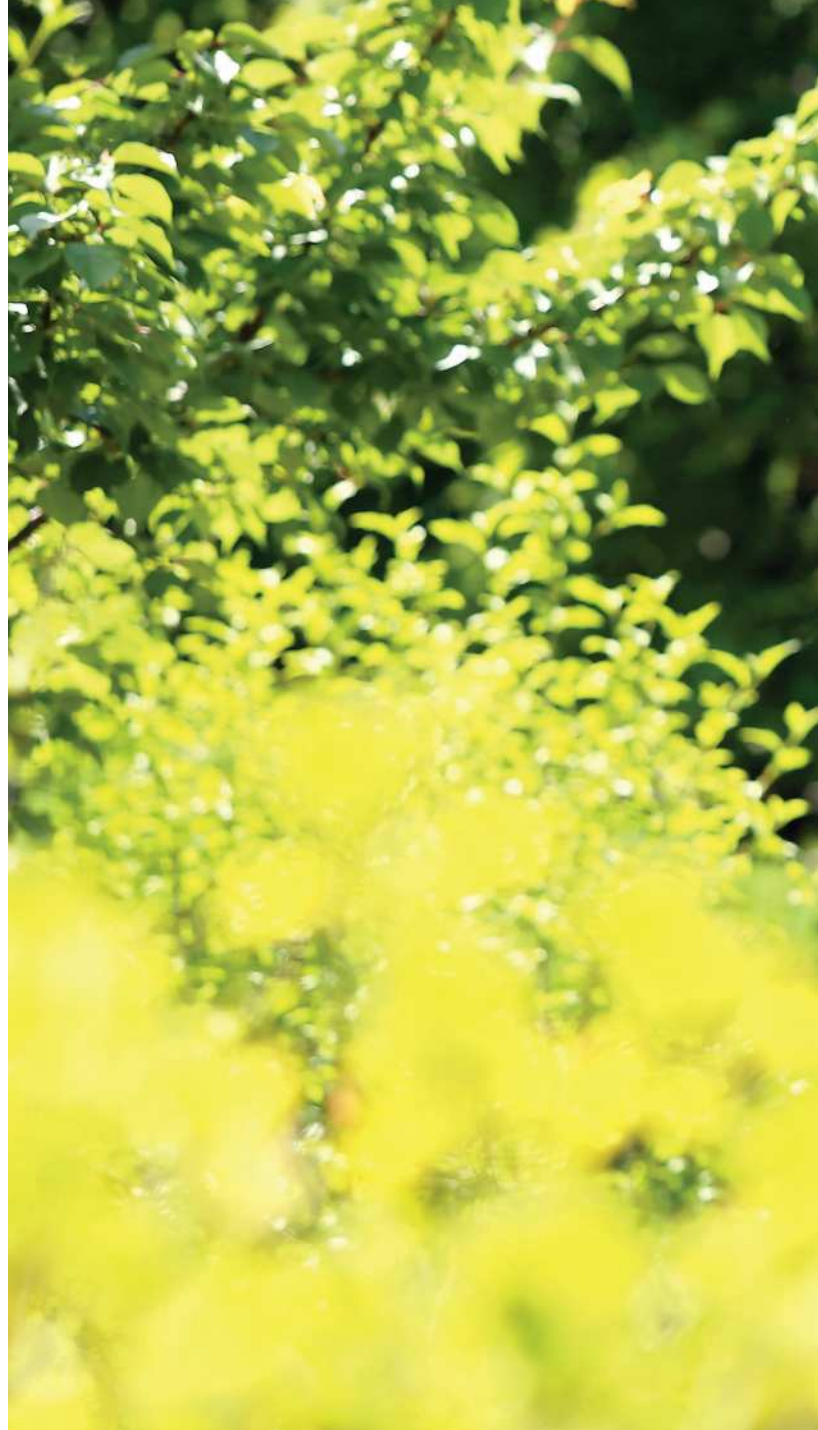
그보다 앞서 활약해온 연구자들이 있었기에, 현재의 자신도 있을 수 있다는 생각. 그래서 그는 자신이 다음 세대의 징검다리가 될 수 있도록 그 자리에서 더욱더 최선을 다하려 한다. ㉔

회복적 서클, 관계의 기적을 빛어내다

대구광역시교육청
관계회복지원단 강호민 교사

엄마의 품에 처음 안긴 순간부터 사람은 누구나 타인과의 관계 속에 놓이게 된다. 그리고 그 관계 맺기는 나이와 성별에 관계없이 어려운 과제로 모든 이의 어깨에 묵직하게 얹힌다. 강호민 교사는 학교생활에 어려움을 느끼는 학생들과 학부모·교사들에게 회복적 서클을 통해 도움의 손길을 내미는 인물이다. 그가 들려주는 회복적 서클 이야기에 귀를 기울여보자.

글. 이경희 사진. 김도형



안전한 학교를 위한 발걸음이 시작되다

이른 불별더위가 기승을 부리던 날, 대구에서 만난 주인공은 대구광역시교육청 관계회복지원단의 강호민 교사다. 그가 교육청에 들어온 것은 지난해였다. 관계회복지원단 활동을 위해 작년부터 교육청에서 2년째 파견 근무 중이다. 쓰인 단어 덕분에 어렵פות이 짐작은 가지만, 정확한 의미 파악이 어려운 ‘관계회복지원단’이란 무엇일까?

“관계회복지원단은 파견 교사와 학습연구년 교사를 포함한 현장 교사 30여 명으로 구성되어 있는데 비폭력대화는 기본이고, 회복적 생활교육, 회복적 서클, 학급긍정훈육법, 교



사역할훈련 등 관련 연수를 최소 200시간 이상 받은 분들로 꾸려졌습니다. 말 그대로 각 학교에 문제가 생겼을 때 직접 나가 그 해결을 지원하고 돕는 조직입니다.”

관계회복지원단이 하는 일은 크게 4가지로 나누어진다. 회복적 서클, 교사돌봄 서클과 회복교실, 찾아가는 연수 그리고 마지막으로 학생 또래 조정자 교육, 리더십 교육이다. 이 중 가장 핵심이 되는 회복적 서클은 다음과 같다.

“학교폭력이 발생하면 학교폭력전담기구의 사안 처리 과정은 피해자의 회복과 같은 교육적 시도보다는 가해 학생 징계에 초점이 맞춰집니다. 그러다 보니 절차적 사안은 종결되

있더라도 가해 학생과 피해 학생 간의 관계개선은 되지 않은 채 감정적 악순환을 끊지 못하는 것이 현실이에요. 예를 들어, 학교폭력 심의위원회 결과에 따라 서면사과와 사회봉사 조치를 받은 가해 학생의 얘기를 들어보면 오히려 억울하다고 합니다. 피해자라는 친구는 늘 웃고 다니고 아무렇지도 않은데 자기만 고생하고 있다고 하는 거죠. 반면에 피해 학생은 보복을 당할까 봐 늘 두렵다고 합니다. 이런 상황에서 우리는 ‘회복적 서클’, 즉 일종의 중재 매뉴얼을 통해 피해자의 피해 회복과 가해자의 자발적 책임에 초점이 맞춰지도록 돕고 있습니다.”



“5년 전 회복적 생활교육을 만나면서 부조리한 제도 개혁에 관심이 많았던 제 삶의 철학이 달라지기 시작했습니다. 많이 유연해졌고 지도나 지시가 아닌, 열린 질문을 통해 학생들이 갖고 있는 내면의 빛, 내면의 지혜를 스스로 찾게 했어요. 회복적 생활교육을 만난 게 제게는 큰 행운이자, 운명인 것 같아요.”



회복적 서클을 통한 마음 잇기

강호민 교사는 빠르게 변하는 세상과 그보다 더 빠르게 변하는 학생들이 사는 이 시대에 ‘응보적 정의(잘못된 행동이 있을 때 그에 상응하는 처벌을 부여하는 것)’는 결코 도움이 되지 않는다고 말한다.

“여전히 응보적 정의가 주류이고 이는 여러 부작용을 일으킵니다. 피해자의 회복보다는 가해자의 처벌에 관심을 더 두게 되는 것, 당사자는 외면되고 제3자에 의해 주도되는 것, 변호사 선임 등으로 고비용이 들어가며 공동체 전체가 영향을 받게 되는 것 등이 모두 포함되지요.”

‘회복적 서클’은 국내에서 만들어진 개념이 아니다. 1990년대 브라질에서 비폭력대화(NVC) 국제인증 지도자인 도미니크 바터(Dominic Barter)에 의해 만들어졌다. 바터는 회복적 서클을 브라질 빈민가의 마약쟁 청소년들과의 대화에 적용해서 당사자들 간 만족스러운 동의를 통해 갈등과 폭력 사례 400건 중 93%를 해결했고, 2010년 영국의 사회적 혁신 정책연구소인 NESTA의 「근본적 효율성(Radical Efficiency)」 보고서에서는 전 세계 가장 중요한 100개 프로그램(교육·과학·기술·예술 분야) 중 가장 우수한 10개 프로그램 중 하나로 회복적 서클을 선정하기도 했다.

그렇다면, 회복적 서클은 현장에서 어떻게 진행될까? 먼저 학교 요청으로 관계회복지원단 교사들이 양측 학생들과 학부모들을 각각 따로 만나서 면담을 한다. 이것을 ‘사전 서클’



이라고 하는데 ‘무슨 일이 있었는지’, ‘그 일이 본인들에게는 어떤 의미인지’에 대해 대화를 나누고, ‘상대측을 만날 의향’이 있는지를 묻는 과정이다.

그 뒤 당사자 학생과 담임선생님, 그리고 서클 진행자가 모여서 ‘본 서클’을 진행한다. 본 서클에서는 ‘상대방이 알아주기를 바라는 자신의 감정’과 ‘스스로에게 중요했던 욕구’에 대해 경청하는 과정으로 진행되는데 이때 상대가 했던 말을 그대로 반복해서 들려주는 것이 중요하다. 했던 말을 반복하는 것은 상대의 말에 동의한다는 뜻이 아니라 상대방이 원하는데로 표현한 것이 맞는지 확인하는 방식이다. 그리고

‘서로가 할 수 있는 약속’을 정한다. 회복적 서클의 마지막 단계는 ‘사후 서클’인데, 본 서클 이후 3~4주 뒤에 서로에게 했던 이 약속을 잘 지키고 있는지 확인하고 축하하는 자리다. “물론 100% 성공하지는 못해요. 도미닉 바터만큼은 어렵지만, 이러한 과정을 거쳐 대략 80% 정도는 서로 잘 연결되어서 좋은 결과로 이어지더라고요.”

회복하다, 미래로 나아가다

이를 통해 성과를 거둔 사례는 상당히 놀랍다. 중학교 여학생 8명이 얹힌 학교폭력 사건이 학부모 갈등으로 번져 고소로 확산된 상황을 원만히 해결하거나, 중학교 3학년 남학생의 교권 침해에 교사가 회복적 서클을 요청해 결국 서로가 이해하고 노력하는 모습을 보인 사례들이 그것이다.

지난 한 해 동안에는 회복적 서클(25건, 49회), 위기학급 지원 회복교실 프로그램(24학급, 39회), 교사돌봄서클(17회), 찾아가는 연수(72회), 또래중재교육(5회) 등 교사 및 학생 2,456명을 대상으로 관계회복 프로그램을 진행함으로써 교육계가 주목할 만한 성과를 냈다.

강호민 교사는 초등학교 교사로 임용된 지 올해로 22년 차지만 담임으로서 자신의 반 학생들의 갈등에 접근하는 것과 달리 관계회복지원단으로 처음 만나는 학생이나 학부모, 교사 사이의 갈등 안으로 들어가는 것은 결코 쉽지 않았다고 한다.

“진행교사로서 늘 긴장된 마음으로 교실에 들어섭니다. 하지만 ‘갈등을 꼭 해결해야지’라는 부담을 가지면 잘 안 되고, ‘이 학생들을 연결하는 데 의미를 두자’고 마음먹으면 의외의 결과가 나왔어요. 회복적 생활교육에서는 갈등을 해결하는 것이 아니라 갈등을 전환시켜서 꽃피우는 것이라고 하는데, 그 말이 꼭 맞아떨어진 경우를 많이 만났습니다.”

강호민 교사는 이번 인터뷰가 자신보다는 회복적 생활교육과 관계회복지원단 활동에 초점을 맞춰주길 바랐다. 사람

간의 관계가 개선되고, 치유되며, 갈등이 해결됨으로써 삶 자체에 긍정적인 변화를 끌어내는 이 활동들이 더욱 널리 알려지고 확산되길 바라는 마음에서다.

“개인주의가 팽배하고 인권이 신장되는 사회로 변화됨에 따라 학생 간, 교사와 학생 간 갈등과 불협화음으로 위기학급이 증가하고 있습니다. 힘들어하는 선생님과 작은 서클을 만들어 사연을 충분히 들으며 함께 공감한 뒤, 정직하고 열린 질문을 통해 스스로가 답을 찾아가는 교사돌봄 서클과 회복교실 역시 매우 중요하게 생각하는 프로그램이에요.”

그에게는 꿈이 있다. 회복중심생활교육연구회의 출발을 기반으로 교육청에 관계회복지원단이 만들어진 것처럼, 향후 회복중심생활교육 지원센터가 만들어져 보다 다양하게 회복적 생활교육이 이루어지고, 회복중심생활교육에 기반한 학교를 만드는 것이다.

“5년 전 회복적 생활교육을 만나면서 부조리한 제도 개혁에 관심이 많았던 제 삶의 철학이 달라지기 시작했습니다. 많이 유연해졌고 지도나 지시가 아닌, 열린 질문을 통해 학생들이 갖고 있는 내면의 빛, 내면의 지혜를 스스로 찾게 했어요. 회복적 생활교육을 만난 게 제게는 큰 행운이자, 운명인 것 같아요. 이 프로그램을 통해 우리 아이들이 존중과 공감, 평화와 인권, 공동체성과 관계 맺기 등 4차 산업혁명 시대, 첨단산업 시대에 더욱 필요한 인성을 갖춘 시민으로 성장할 수 있으면 좋겠어요.”

그는 이 프로그램의 운영을 위해서 가장 중요한 것은 진행자의 자기돌봄이라고 말한다. 마음이 바쁘고, 안 좋은 일이 있거나 몸 상태가 별로면 참가자들이 바로 느낀다는 것이다. 편견 없이 평정심과 평온함을 유지하는 것이 중요하다고 말하는 강호민 교사에게 회복적 서클은 자신에게서 출발해 교육현장 전체에 이로운 열매를 맺게 하는 아름다운 과정임이 틀림없어 보였다. (K)

‘The-K 인터뷰 2’는 독자 여러분이 주인공입니다

남들과 다른 혁신적인 생각과 활동으로 교육 현장을 풍성하게 가꾸어가는 독자 여러분의 신청을 기다립니다. 선생님이 아니어도 누구나 신청 가능하며, 혹은 추천해 주셔도 좋습니다. 「The-K 매거진」이 지면에 담아, 다양한 교육 혁신 현장을 소개하여 미래세대의 성장을 돕는 동반자로서 함께 나아가는 마중물이 되겠습니다.

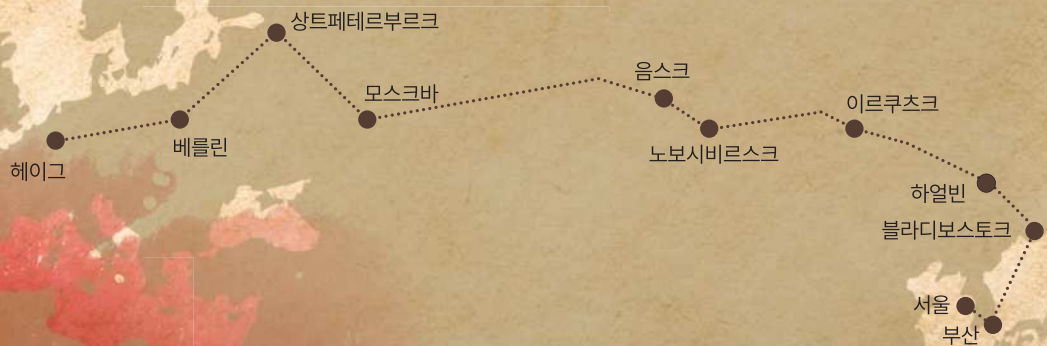
「The-K 매거진」편집실

이메일: thekmagazine@ktcu.or.kr로 연락 바랍니다.



2019년은 대한민국 임시정부 수립 100주년, 2020년은 6·25가 일어난 지 70주년이 되는 해입니다. 「교과서에 없는 역사 이야기」는 오늘날의 대한민국을 있게 한 숨겨진 영웅들의 이야기를 소개하여 역사적인 의미를 되새기고자 마련한 코너입니다.

떠나면 이국땅에서 더욱 빛난 투혼! 헤이그 특사 ‘이준’ 선생



독립운동가이자 정의에 맞선 대한민국 1세대 검사인 이준 열사. 슬픈 역사를 짊어진 젊은 열사는 떠나면 타국에서 외롭고 고단한 여정을 겪으며 일제의 부당함을 알리는 데 온몸을 바쳤다. 비록 돌아오지 못한 헤이그 특사였지만, 이준 열사가 보여준 뜨거운 나라 사랑과 희생정신은 우리 마음속에 두고두고 간직될 것이다.

글. 정상규(『잊혀진 영웅들, 독립운동가』의 저자)



이준(李儁) 선생 (1859.1.21. ~ 1907.7.14.)

- 구한말 검사이자 외교관
- 1896년 독립협회 평의원
- 1904년 공진회 회장
- 1906년 비밀결사 신민회 조직
- 1907년 헤이그 특사 파견
- 1962년 건국훈장 대한민국장 추서



이준 열사 기념 우표
(2018년 8월 15일 발행)

세상에 널리 빛나는 사람으로

이준은 1859년 함경남도 북청군에서 태어났다. 당시 대학자로 불리던 이병관의 아들이자, 완풍대군(완산군) 이원계의 직계 후손이다. 완산군은 고려 무신 이자춘의 아들이며, 태조 이성계의 이복형이다. 그러나 이러한 집안 배경에도 불구하고, 유년 시절 이준 선생의 삶은 불우했다. 그는 세 살에 부모를 잃고 고아가 되어 조부와 작은아버지 밑에서 한학을 배우며 성장했다.

이준의 원래 이름은 성재였다. ‘인간이란 본시 하늘의 뜻을 따름이다’라는 뜻이다. 이준은 성장해서 ‘세상에 널리 빛난다’는 뜻을 담아 스스로 이름을 준(儁)으로 고치고, 호를 일성(一醒, 세상을 한 번에 깨우침)으로 지었다. 실제 세상을 보는 선각자적 식견과 정세 판단력이 뛰어난 인물로 평가받는 이준은 어려서부터 학문에 뛰어난 두각을 나타냈다.

그는 열두 살에 북청 향시에 합격했다. 하지만 나이가 어리다는 이유로 시험에 합격하고도 급제에 이르지 못하는 못했다. 부당한 처우를 받았다는 생각에 화가 난 그는 시험지를 들고 북청 남문루에 올라 지나가는 사람들에게 억울함을 호소했다. 어린나이에도 불구하고, 의협심과 배짱이 좋았던 이준. 세상의 부당함에 대한 열두 살 소년의 도전은 인상적이었다.

재사로 인정받고, 최초의 검사가 되다

1875년, 큰 뜻을 품고 상경한 이준은 흥선대원군에 의해 형조판서 김병시 대감에게 천거된다. 대원군으로부터 이준의 됴됨이를 익히 들어 알고 있던 김병시는 이준을 데리고 다니면서 세상을 배우게 했다. 그렇게 이준은 당시 형조판서인 김병시, 최익현 등으로부터 재사(才士, 재주가 뛰어난 선비)로 인정받았다.

1884년 이준은 함경도에서 장원 급제했고, 이후 그는 처음으로 설립된 우리나라 최초 법관양성소에 입학하여 우수한 성적으로 졸업했다. 이준은 구한말 대한제국이 육성한 최초의 근대 법조인이자 최초의 검사였다. 졸업 직후에는 한성재판소 검사보로, 올바른 법 집행을 하며 사회정의 실현을 위해 노력했으나 탐관오리들의 중상모략으로 2개월 만에 그만두게 되었다.

이후 이준은 미국에서 귀국한 독립운동가 서재필을 만나게 되고, 구국운동을 전개하며 ‘조선독립협회(한국 최초의 근대적 사회정치단체)’의 평의원이 되어 「독립신문」 간행, 독립문 건립, 기두연설 등 맹활약을 펼친다. 개화파가 몰락하자 일본으로 건너가 와세다 법과 대학 졸업 후 귀국하여 1898년부터 ‘조선독립협회’가 주최하는 ‘만민공동회(외세 배격과 언론·집회의 자유를 주창하는 민주주의적 성격의 운동)’에 적극 가담했다. 그러다 수구파(조선 말기, 명성황후를 중심으로 하여 중국

정상규 작가는 지난 6년간 역사에 가려지고 숨겨진 위인들을 발굴하여 다양한 역사 콘텐츠로 알려왔다. 최근까지 514명의 독립운동가 후손을 만나 그들의 이야기를 기록하고, 그들의 보 건 및 복지문제를 도왔으며, 오랜 시간 미 서훈(나라를 위하여 세운 공로의 등급에 따라 훈장을 받지 못한)된 유공자를 돕는 일을 맡아왔다.

청나라를 배경으로, 자주독립을 표방하는 독립당과 대립한 무리)의 모략에 의해, 당시 가두연설을 함께 했던 이승만, 이동녕 등 17인과 함께 투옥됐다.

민족열사로서의 구국활동

1902년 이준은 효율적인 구국운동을 전개하기 위하여 비밀결사인 ‘개혁명당(전 독립협회 활동가들이 개혁활동을 지속한 당)’을 조직했다. 또한 1904년 ‘한일의정서(러·일 전쟁 뒤에 우리나라와 일본이 맺은 조약)’를 근거로 일본이 한국의 황무지 개척권을 일본인에게 허가해줄 것을 요구하고 나서자 이준은 ‘보안회(일본의 조선황무지 개간권 요구에 대항하기 위하여 조직된 항일단체)’를 조직하여 반대 상소와 시위운동을 주도했으며, 전국 도처에서 이 ‘보안회’를 중심으로 저항운동이 일어났다. 일제의 강압으로 보안회가 와해되자 이준은 이상설, 이상재, 이동휘 등과 함께 보안회의 후속 단체인 ‘대한협동회’를 조직해 민족운동을 이어나갔고, 일제의 황무지개척권 요구를 완강히 반대해 결국 이를 저지시키는 데 성공했다. 이준은 이러한 와중에 일본 헌병에 강제 체포되기도 하나, 고종의 특사로 풀려났다. 또한 이준은 개화노선을 표방하고, 민회를 열어 정부를 비판하며 내정개혁을 요구했던 ‘공진회(대한제국 때 부보상들로 조직된 사회운동단체)’에 참여해 적극적인 활동을 펼쳤다. 그러던 중 1904년 12월, 이준을 비롯한 공진회 간부들이 궁내부 관리들을 탄핵하다가 대신을 모욕했다는 이유로 체포된다. 유형 3년을 선고받은 이준은 황해도 해주에 유배되었지만 역시 고종의 특사로 풀려났다. 유배에서 풀려난 후 이준은 계몽활동에 주력했다. 1905년 5월에는 윤효정, 양한묵 등과 함께 ‘헌정연구회’를 창립, 부회장직을 맡았다. 헌정연구회는 근대 법학에 기초하여 국민은 법률이 보장하는 권리를 자유롭게 누릴 수 있어야 함을 주창한, 법치주의의 확립을 지향한 단체였다. 이듬해인 1906년 4월 이준은 ‘국민교육회(애국계몽단체)’를 조직하고, 회장으로 취임해 국민교육운동에 앞장섰다. 그리고 전채산을 들여 돈화문(창덕궁의 정문, 보물 제383호) 근처에 야학인 보광학교를 설립해 청년 계몽운동을 전개했다.

강직함으로 세상에 맞서다

한편, 이준은 강직한 성품으로 고위직 관리들과 번번이 마찰을 빚었고, 모함을 당해 두 차례나 검사직을 박탈당했다. 순탄치 않은 검사로서의 삶이었지만, 권력에 굴복하지 않고 법치주의를 지키고자 했던 점은 정의로운 검사의 표본이 되었다. 그러나 1906년 10월 그의 검사 생활에 종지부를 찍는 사건이 일어났다. 황태자의 혼례를 앞두고 고종황제가 특별사면을 내렸는데, 이때 법무(1895년 법무행정을 관장하기 위해 설치한 관청)에서는 이준에게 은사(특별사면) 대상자 명단을 전달하며 그대로 은사안을 작성하라고 명령을 내렸다. 하지만 국법상 은사안 작성은 검사의 고유 권한이므로, 이준은 명단대로 진행하라는 요청을 거부했고, 법무에서는 이준이 작성한 은사안 명단을 자신들의 입맛에 맞게 변경해 황제에게 보고했다. 이 사실을 알게 된 이준은 1907년 2월 법무 형사국장 김낙헌을 고소했고, 법부는 부하가 상관을 고소했다며 이준을 체포했다. 이때 이준의 석방에 도움을



고종황제가 이준 열사에게
수여한 헤이그 특사 위임장(1907.4.20)

준 것은 조정 대신들도, 가문도 아니었다. 애국계몽단체 회원들과 백성들, 국민들의 요구가 쇄도하여 3일 만에 석방된 것이다. 한 달 후, 재판장에 선 이준은 태형 100대에 처하는 판결을 받았고, 아래와 같이 항변했다.

‘판사가 일본에서 법률 공부를 했다고 하나, 오늘 보니 법률에 대해서 아주 우매하도다. 임금이 잘못하면 신하가 간하고, 아버지가 허물이 있으면 자식이 간하는 것이거늘, 상관이 법을 공정하게 집행하지 못할진대 하관이 어찌 이를 논란하여 책망하지 못하겠는가’

— 대한매일신보 1907년 3월 5일자 재판광경

그렇다면, 당시 이준의 재판에 왜 그렇게 많은 사람이 관심을 가진 것일까? 이준은 강직함으로 세상에 맞서며 국민교육운동에 앞장서는 등 누구보다 백성들을 생각하며 가까이 소통하는 ‘명연설가’ 검사였기 때문이다.

이상설, 이위종과 함께 헤이그 특사의 임무를 맡다



이준 열사가 헤이그에 가져간 태극기

그러던 어느 날, 이준은 황제로부터 급히 궁으로 들어오라는 연락을 받았다. 고종은 이준에게 1907년 7월 네덜란드 헤이그에서 ‘제2회 만국평화회의(군비 축소와 세계 평화를 위해 열린 국제회의)’가 개최된다는 소식을 전했다. 그리고 평화회의에 특사로 파견을 나가, 을사조약(1905년 일본이 한국의 외교권을 박탈하기 위해 강제로 체결한 조약)이 무효임을 세계만방에 알리고, 한국독립을 위해 열국의 지원을 요청하라는 임무를 내렸다. 특히 오랜 시간 대한제국의 특사 임무를 수행한 미국인 헐버트 박사는 요시찰 인물로 일제의 감시가 집중되고 있으니, 이 기회를 틈타 연해주로 건너가 이상설을 만나 헤이그로 가라는 명령이었다.

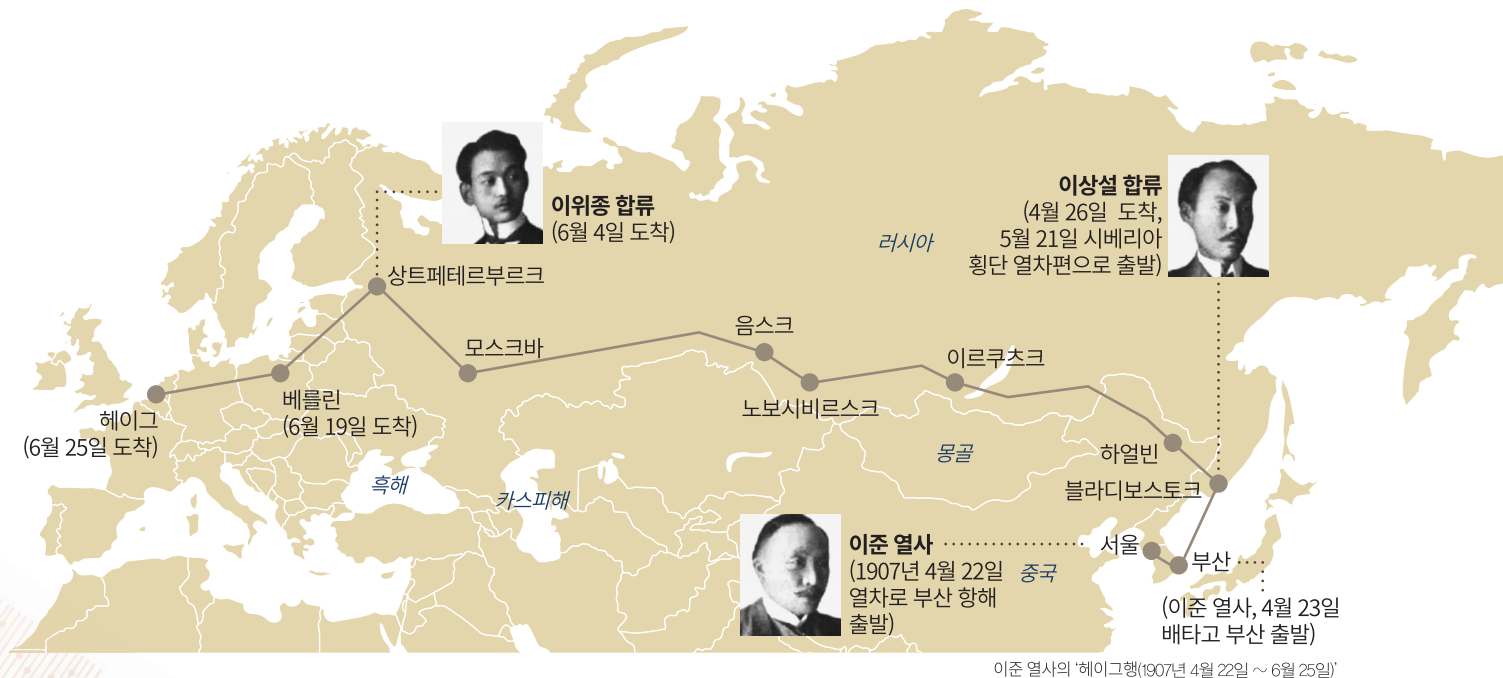
왜 하필 이준이었을까? 고종황제는 이준을 아꼈다. 당시 대한제국이 배출한 첫 번째 검사이며, 을사조약의 부당함을 알리고, 불의와 불법에 목소리를 내온 정의로운 검사였던 곧고 올바른 성품의 이준은 명연설가이자 누구보다 일본의 불법 침탈과 불법 행위를 만천하에 알릴 수 있는 책임자였다.

러시아 블라디보스톡에 도착한 그는 이상설과 재회해 1907년 6월 4일 상트페테르부르크에 도착했다. 그리고 곧바로 이범진 대한제국 공사를 만났다. 을사늑약으로 외교권을 박탈당한 뒤 일제가 각국에 파견된 대한제국의 외교관들을 모두 국내로 송환했을 때, 유일하게 일제의 부당한 명령을 거절하고, 러시아에 주재하고 있던 외교관이 바로 이범진이었다.

이범진은 미국·프랑스·러시아에서 외교활동을 하며 늘 아들 둘을 데리고 다녔는데, 덕분에 둘째 아들인 이위종은 영어·프랑스어·러시아어를 할 줄 아는 보기도문 4개 국어 능통자가 되었다. 이범진은 이준, 이상설에게 아들 이위종을 소개했고, 조국 정세에 대한 이야기를 전해 들었다. 이위종은 세 번째 특사로 합류하여 능통한 불어 실력으로 「한국을 위한 호소문」을 작성하고, 을사조약이 무효임을 알리는 「장서」의 공고사를 불어로 번역해 인쇄했다. 6월 25일 네덜란드 헤이그에 도착한 특사 일행은 숙소로 도착하자마자 가방에서 태극기를 꺼내 한국의 특사들이 왔음을 헤이그에 공표했다. 숙소 창문 밖으로 대한제국의 태극기가 펄럭였다.

헤이그 특사로 파견된 이준, 이상설, 이위종(왼쪽부터)





헤이그에서 평화와 정의를 외치다



을사조약의 무효화와 일제의 침략상을 폭로하고
평화회의에 참석시켜 줄 것을 요청하며
3인의 헤이그 특사가 각국 대표들에게 전달한
'독립호소문'(1907.6.30)



만국평화회보(1907.7.9, 1면)

이들이 헤이그에 도착했을 때는 만국평화회의가 한창 진행 중이었다. 특사들이 회의장에 들어가려 했으나 문전박대를 당했다. 을사조약에 의해 대한제국의 외교권이 박탈되었으므로, 일본이 참석권을 소유하고 있다는 입장 때문이었다. 당시 서구 열강들은 일제처럼 식민지를 지배하고 있는 나라가 많았고, 그들은 대한제국의 편이 아닌, 일제의 편을 들었다.

3일간의 시도 끝에 특사 일행은 6월 28일 「장서」와 함께 일제의 침략상과 불법행위를 담은 책자를 40여 참가국 위원들에게 보냈다. 대한제국이 독립국임과 을사조약이 무효임을 선언하는 공고사를 배포한 것이다. 그리고 다음 날인 6월 29일, 특사들은 평화회의를 주재한 의장이자 러시아 대표인 넬리도프 백작을 무작정 찾아갔다. 그러나 네덜란드 정부의 소개가 없다는 이유로 만남을 거절당했다. 그 다음날 특사들은 평화회의의 부회장인 네덜란드 전 외무대신 뽀포로를 방문했으나 이 역시 만남을 거절당했다.

한편, 이들의 노력을 눈여겨보던 사람들은 전 세계에서 몰린 인권운동가와 언론인들이었다. 그들은 현장에서 특사들과 인터뷰를 한 뒤 공식적인 기자회견을 열어주었다. 사실상 기적에 가까운 일이 일어난 셈이다. 그렇게 7월 9일자 「만국평화회보」를 통해 기사 1면으로 그들의 이야기가 보도되면서 각 나라 신문 기자들에게 대한제국의 간절한 목소리가 널리 알려졌다. 일제의 한국 침략을 폭로·규탄하고 을사조약이 무효임을 선언하는 공고사가 전 세계 신문에 실린 것이다.

일제는 이러한 특사들의 노력에 위기감을 느껴 노골적으로 활동을 방해하며 저지하려고 했는데, 이때 이위중의 역할이 눈부셨다. 7월 9일 국제협회 귀빈으로 초대되어 이위중이 불어로 연설했는데, 그의 열성적인 호소는 참석한 각국의 언론인은 물론, 평화회의의 각국 대표로부터 찬사를 받았다. 세계 언론의 도움에 힘을 얻은 특사들은 네덜란드 외무대신 테츠에게 서한을 급송하여 면회를 요청했으나, 역시나 평화회의에서의 발언은 어렵다는 통지로 거절당했다. 평화와 정의를 외치던 각 나라의 권력자들은 아무도 대한제국의 특사들을 만나주지 않았다. 당시 참가국은 46개국이었고, 약 247명의 대표가 참석했다.

이준의 죽음, 그리고 일본의 태도



1907년 7월 25일자 독일 신문 '알게마이너 차이퉁'에 실린 헤이그 특사 로이터 통신 인터뷰 기사 (내가 살해당해도 나를 위해서 아무런 신경을 쓰지 마라. 너희들은 특명을 다하라. 대한제국의 독립주권을 찾아라)



네덜란드 헤이그
외곽 묘지에 있는
이준 열사의 흉상

그런데 그로부터 며칠 뒤, 이준은 숙소에서 사망한 채로 발견됐다. 당시 황성신문은 그의 자살설에 대해 보도했는데, 이준의 죽음에 대한 진실은 과연 무엇일까? 사학계에서는 이준의 죽음을 자결로 확정했다. 그 이유는 다음과 같다. 이준은 어릴 적부터 불의를 참지 못하고 거리에서 시위하던 아이였고, 상급자의 부당함을 고소하고 황제에게 청원하던 청년이었으며, 을사늑약의 부당함을 알려 일제로부터 관찰 당하던 인물이었다. 고종황제가 눈물로 호소한 국제사회를 향한 외교적 도움 요청을 위해 조국의 운명을 안고 헤이그에 도착했으나 문전박대를 당함에도 이에 굴하지 않고 이상설, 이위종과 함께 회의를 끝나는 시간마다 전단을 돌리며 회의 의장과 부의장 집을 찾아가 간절함을 호소했던 애국자였다.

설상가상으로 이위종의 아내가 아파 이위종은 잠시 상트페테르부르크로 돌아갔고, 입과 귀가 막혀버린 이준과 이상설은 헤이그에 체류하고 있었다. 일본 관리들은 즉시 이토 히로부미에게 이 사실을 외교문서로 전달했고, 이준, 이상설, 이위종에 대한 궤석 재판(피의자나 피고인이 없는 상태에서 검사와 판사가 진행하는 재판)이 진행되었다. 이때 이준과 이위종은 종신형, 이상설은 사형이 구형됐다.

조국의 운명이 걸린 임무를 성공시키지 못했다는 자책감에 시달린 이준, 그의 사망 소식을 일제는 무조건 막으려 했고, 나중에는 피부병, 건강 악화로 사망했다는 왜곡된 보도를 내보냈다. 그 이유는 너무나 명징했다. 이준의 자결 소식은 조선 팔도의 민중들이 들불처럼 일어나는 도화선이 될 것이 분명했기 때문이었다.

당시 상당수의 공직자와 의병장들은 자결로 일제의 간담을 서늘하게 했고, 민중들을 모아 그들의 뜨거운 의지가 독립운동으로 계속해서 이어지게 했다. 통시적으로 이준의 죽음을 자결로 추정하는 이유가 여기에 있다.

암울했던 시기, 자결을 선택한 독립운동가들의 행보는 어쩌면 생애 마지막 순간 까지도 조국과 민족을 위해 고군분투했던 이준과 같은 진정한 애국자들이었기 때문인 것이 아닐까? ㉠

네덜란드 헤이그에 있는 이준 열사 기념관



이준 열사 유해봉환식 - 국민장 서울운동장(동아일보 1963.10.04, 7면)





4차 산업혁명 시대 교육은 어떻게 진화해야 할까? ⑪

‘언택트(Untact)’ 시대, 교육을 ‘콘택트(Contact)’하다



글. 이성아(금오공과대학교
기획협력처 연구교수)



캠퍼스가 없는 대학, 미국 미네르바 스쿨의 수업은 온라인으로 이뤄진다. 정해진 수업 시간이 되면 교수와 학생이 온라인 강의실에 접속해서 토론 중심의 수업을 진행한다. 그리고 온라인 협업 도구를 통해 서로 의견을 교환하고, 팀 과제를 진행한다. 그간 이러한 미네르바 스쿨의 사례는 ‘미래 학교’의 대표적인 모델로 제시되었다. 다른 나라의 사례로만 생각하고 있었던 ‘미래 학교’가 아이러니하게도 코로나19 사태로 인해 우리에게 현실로 다가왔고, 초·중·고 및 대학 교육 현장은 불과 몇 달 전과는 다른 모습이 되었다. 언택트(비대면·비접촉) 교육에서 교수자와 학습자, 학습자와 학습자, 학습자와 학습 내용을 콘택트(연결)하기 위해서는 학생이 느끼는 실재감과 교사가 느끼는 ‘테크노스트레스’를 고려할 필요가 있다.



T E C H N O - S T R E S S





언택트 교육에서 ‘학생이 느끼는 실재감’

‘실재감(presence)’은 어딘가에 존재하는 느낌 또는 지각으로, 학습이 일어나는 가상공간에서 교수자나 동료 학습자와 실제로 함께 존재한다고 지각하는 것을 예로 들 수 있다. 이는 상대적인 것으로, 같은 장소에 있다 하더라도 개인마다 느끼는 실재감은 다르게 나타난다. 학습자는 온라인 수업-학습이라는 낯선 학습 방식을 경험하는 과정에서 실재감을 낮게 느낄 수 있다. 실재감이 낮은 학습자는 집중도가 떨어질 수밖에 없기 때문에 학습 과정에 적극적으로 참여하지 않을 확률이 높으며, 중도 포기를 하거나, 학습을 완료해도 성공적인 학습을 경험하지 못하는 경우가 많다. 반면, 실재감을 높게 느끼는 학습자는 학습 과정에 능동적으로 참여하고, 몰입하여 긍정적인 학습 효과를 경험하게 된다.

실재감은 ‘교수 실재감(teaching presence)’, ‘인지적 실재감(cognitive presence)’, ‘감성적 실재감(emotional presence)’, ‘사회적 실재감(social presence)’으로 구분된다.

‘교수 실재감’은 온라인 수업에서 효과적인 학습이 일어날 수 있도록 학습 내용을 조직하고, 다양한 활동을 촉진하는 교수자의 역할에 대해 학습자가 인식하는 정도다. 즉, 학습자가 온라인 수업에서도 실제 대면 수업과 같이 교수자와 함께 있다고 느끼는 것을 뜻한다. 학습자가 교수 실재감을 높게 느끼면 학습 내용에 대한 인지적 이해가 높아지며, 정서적으로 안정감을 느끼게 된다. 학습자가 온라인 수업에서 교수 실재감을 느끼지 못하면 인지적·감성적·사회적 실재감을 느끼는 데 어려움을 겪게 된다.

‘인지적 실재감’은 온라인 학습 내용에 대한 학습자의 이해도, 학습을 위한 정보 수집 및 지식 창출 등 학습 활동에 대해 인식하는 정도다. ‘감성적 실재감’은 온라인 수업에서 학습자가 학습을 수행하면서 느끼는 다양한 감정을 표출 및 조절하는 것으로, 이때 감정 조절의 실패에서 오는 스트레스는 학업 성취도에 부정적인 영향을 줄 수도 있다.

그리고 ‘사회적 실재감’은 온라인 수업에서 누군가와 지속해서 교류하고 있다고 느끼는 정도다. 사회적 실재감은 온라인 학습뿐만 아니라 면대면 학습 환경에서도 교수자와 학습자, 학습자 간 상호 의사소통을 통해 심리적 거리를 좁혀주며, 이는 학습 만족도 및 성취도와도 연결된다. 특히 온라인 수업 환경에서는 교수자와 학습자, 학습자와 학습자가 주고받는 상호작용의 깊이에 따라 학습 성과의 질에 차이가 나타난다. 즉, 온라인에서 주고받는 의사소통



은 교수자와 학습자 간 물리적인 공간의 한계를 극복하고, 교육의 질을 높이는 중요한 요인이 될 수 있다.

따라서 교수자는 온라인 수업에서 학습자가 느끼는 실재감을 고려하여 교수자-학습자, 학습자-학습자, 학습자-학습 내용 간 상호작용과 유의미한 학습 활동에 초점을 두고 수업을 설계해야 한다. 또한, 온라인 수업에서의 학습 경험과 교실 수업의 연계성을 고려하여 수업을 설계하고, 실시간 채팅과 온라인 협업 도구를 활용해서 상호작용을 높일 수 있는 관련 학습 환경을 제공할 필요가 있다.

언택트 교육에서 ‘교사가 느끼는 테크노스트레스’

‘테크노스트레스(techno-stress)’는 ‘technology(과학기술)’와 ‘stress(스트레스)’의 합성어로 개인이나 조직이 새로운 테크놀로지에 대한 적응에 어려움을 겪을 때 발생한다. 교수자가 테크노스트레스를 경험하는 주요 원인은 다음과 같다.

첫째, 테크놀로지를 활용한 수업에 필요한 자료 설치, 사용법 설명에 소요되는 시간이 많아 실제 수업 운영 시간이 부족할 때

둘째, 수업 중 발생하는 기술적인 오류에 대한 두려움이 있을 때

셋째, 테크놀로지를 활용하여 수업하는 데 필요한 테크놀로지 교수 내용 지식(technological pedagogical and content knowledge, TPACK)이 부족할 때

넷째, 테크놀로지 활용 수업에 문제점이 발생할 때나 주변 동료의 기술적 지원이나 심리적 지원을 받지 못할 때

다섯째, 학습자마다 테크놀로지 활용 능력이 상이하여 활용 능력이 다소 떨어지는 학습자에게 별도의 교육을 해야 할 때





여섯째, 테크놀로지 활용 수업에서 학습자가 직면하는 문제 상황이 각각 다르게 나타나고, 교수자가 통제할 수 있는 능력의 한계를 느낄 때

교수자가 테크노스트레스를 경험하게 되면 학습자에게 의미 있는 학습 경험을 제공하는 것보다 테크놀로지의 문제에 치중하게 되어 수업 운영을 어렵게 만들고, 이는 학습자의 수업 몰입을 어렵게 하는 원인이 될 수도 있다.

테크노스트레스는 ‘디지털교과서’, ‘플립러닝(온라인을 통한 선행학습 이후 오프라인 강의를 통해 교수와 토론식 강의를 진행하는 역진행 수업 방식)’ 환경, ‘소프트웨어 활용 교육(컴퓨터 과학의 기본적인 개념과 원리를 기반으로 다양한 문제를 창의적이고 효율적으로 해결하는 컴퓨팅 사고력을 기르는 교육)’, ‘실감형 콘텐츠(교과서에 수록된 교과 학습 내용을 중심으로 3D 모델링 그래픽을 이용, 입체 시각 효과 기술을 활용하여 풍부한 학습 경험을 제공하는 콘텐츠)’ 등 수업에 새로운 테크놀로지를 적용하면서 기존 수업 방법이나 전략을 수정해야 하는 경우에 발생한다.

그동안 테크노스트레스 관련 연구 결과(엄우용, 이희명, 이성아, 2020; Al-Fudail & Mellor, 2008; Joo, Lim, & Kim, 2016)에서는 테크놀로지 활용 능력이 비교적 높은 교수자가 테크노스트레스를 덜 느끼는 것으로 보고됐다. 그러나 갑작스럽게 변화된 언택트 시대의 교육 환경에서는 대부분의 교수자가 테크노스트레스를 경험할 수 있다.

따라서 학교나 관련 연수기관 차원에서 실시간 수업을 위한 다양한 플랫폼의 사용법, 온라인 수업 환경에서 학습자의 학습 경험을 확장할 수 있는 각종 도구 활용 방법, 수업 내용과 테크놀로지를 통합하여 가르칠 수 있는 역량을 함양할 수 있는 교내 혹은 지역별 수업 사례 발표, 관련 연수 제공, 온라인 커뮤니티 활성화 등 다양한 방법을 통해 교수자의 테크노스트레스를 감소시킬 방안이 필요하다.

새로운 교육 혁신의 기회로

코로나19 사태로 급변한 수업 환경은 교수자와 학습자, 그리고 그 외 교육 전문가 및 관계자가 모두 처음 겪는 특수한 상황이다. 학기 초에는 당장 시급한 온라인 플랫폼 구축, 콘텐츠 제작 및 운영 등에 초점을 두고, 학습자의 학습 결손을 방지하기 위해 다양한 노력을 했다.

온라인 수업과 교실 수업의 두 가지 유형이 동시에 진행되고 있는 현재 교육 현장에서는 언택트 교육에서 이루어지는 교수자-학습자, 학습자-학습자, 학습자-학습 내용 간 콘택트, 즉 ‘연결성’을 고려하여 학습의 질을 향상시킬 수 있는 방안을 적극적으로 모색해야 한다.

온라인 학습 환경에서 학습자가 느끼는 실재감을 높이고, 온라인 수업 운영에서 교수자가 겪는 테크노스트레스를 감소시킬 수 있는 구체적인 방안이 만들어진다면, 새로운 교육 혁신의 기회로 나아가는 전화위복의 좋은 기회가 될 수 있을 것이다. ㉔

캠퍼스 없는 혁신 대학, 미국의 ‘미네르바 스쿨’



지난 2011년 설립된 미국 미네르바 스쿨의 가장 큰 특징은 물리적인 교실이 없다는 점이다. 모든 학생은 4년 내내 100% 온라인으로 수업을 받고, 온라인 수업이 이뤄지기 때문에 교사는 제약 없이 원하는 곳에서 거주할 수 있다. 미네르바 스쿨에서 진행되는 온라인 수업은 단순히 강의를 틀어주는 데서 그치지 않는다. 자체 개발한 영상통화 도구를 수업에 활용한다. 이처럼 미네르바 스쿨은 새로운 교육 방식으로 교육 현장에 다양한 영향을 주고 있다.

글. 김재춘(영남대학교 교육학과 교수)

M I N E R V A S C H O O L



오로지 학생을 위한 글로벌 허브 ‘미네르바 스쿨’

미네르바 스쿨 설립자 벤 넬슨(Ben Nelson)에 따르면, 학교의 설립 목적은 단 두 가지다. 가장 똑똑하고 열심히 공부하는 학생들이 비용 부담 없이 선택할 수 있는 세계 최고의 대학을 만들겠다는 것과, 이 학교를 통해 기존 대학들이 교육 과정에 대해 새롭게 생각하도록 만들겠다는 점이다. 이처럼 미네르바 스쿨의 교육 과정은 여러 측면에서 혁신적이다. 대학 캠퍼스를 없애고, 대학 안팎의 경계를 허문 대학이며, 하이테크 기술을 적극 활용하는 대학이자 진정으로 전 세계에 열린 대학이다. 또한, 온라인 교과 수업과 기숙사에서 교과 외 활동을 병행하는 ‘블렌디드 교육(Blended Learning)’을 시행하는 대학이다. 혁신이라는 이름에 걸맞는 교육이 펼쳐지는 미네르바 스쿨의 특징을 살펴보자.

미네르바 스쿨의 5가지 특징



• 최고의 교육을 저렴하게 제공한다

대학 캠퍼스가 없다. 강의실·실험실·도서관·체육관도 없다. 오로지 기숙사만 있다. 강의실 대신 온라인 공간을, 실험실 대신 인턴제도를, 도서관과 체육관은 관련 공공시설을 활용한다. 그 대신 세계 최고의 오프라인 대학에서 제공하는 교육을 미국 명문 사립대에 비해 반값 이하 비용으로 제공한다.

• 대학 안팎의 경계를 허문다

학생들이 주로 대학 캠퍼스 안에서 활동하는 일반대학과 달리, 미네르바 스쿨의 학생들은 실제 직업 현장에서 인턴 활동을 경험하고, 도서관·체육관 등 다양한 공공시설물을 적극 활용하면서 캠퍼스 밖 세상을 학습의 장으로 삼는다. 특히 2학년부터는 매 학기마다 세계 주요국의 도시로 기숙사를 옮겨 다니면서 해당 나라의 정치·경제·사회·문화 등 실생활과 관련된 내용을 학습한다.

• 하이테크 기술을 적극 활용한다

미네르바 스쿨에서는 교과 수업을 100% 실시간 온라인 세미나 방식으로 운영한다. 또한 학생과 교수 간 활발한 상호작용을 위해 한 강좌의 학생 수가 19명이 넘지 못하도록 제한한다. 학생 중심의 토론으로 진행되는 수업은 자동으로 녹화되어 학생들이 필요로 할 때는 언제든지 다시 시청하거나 다양하게 활용할 수 있다.

• 세계로 열려있다

미네르바 스쿨은 다양한 대륙의 학생들로 구성되어 있다. 어떤 대륙 출신의 학생도 30%를 넘지 않고, 6개 대륙(아시아·유럽·남아메리카·북아메리카·오세아니아·아프리카)에서 온 다양한 국적의 학생들로 채워진다. 또한 1학년 과정은 본부가 있는 샌프란시스코에서 보내지만, 2학년부터는 한국, 인도 등을 포함한 아시아·유럽·남미 등 여러 나라로 캠퍼스를 옮겨 다니면서 각 지역과 연계된 교육을 경험한다.

• 블렌디드 교육을 실시한다

미네르바 스쿨에서 교과 수업은 100% 사이버 공간에서 이루어지지만, 다양한 교과 외 활동은 기숙사 제도를 통해 오프라인에서 진행된다. 특히 세계 여러 나라에 걸쳐 있는 기숙사에 머물 때는 현지의 각종 기업·대학·공공기관·역사/문화적 명승지 등을 방문하면서 다양한 교과 외 활동을 병행한다.

미래형 대학의 대표 주자가 되어

하버드나 스탠퍼드 등 세계적인 명문대학의 입학 허가율이 대체로 5% 안팎인 데 반해, 미네르바 스쿨의 입학 허가율은 이보다 훨씬 낮은 2% 정도로, 세계에서 입학하기 가장 어려운 대학이다. 또한 미네르바 스쿨은 신입생과 재학생을 대상으로 여러 차례 실시한 미국의 대학학업 성취도평가 결과 참여 대학 중 최고의 성적을 얻은 바 있다.

현재 미네르바 스쿨은 입학생 확보와 대학교육의 성과 측면에서 비교적 성공적이라고 볼 수 있다. 미네르바 스쿨이 처음 알려졌을 때만 해도 이른바 ‘미네르바 스쿨 방식’은 우리에게 커다란 충격으로 다가왔다. 그러나 코로나19를 계기로 우리 또한 실시간 온라인 수업을 경험하면서 이의 장점과 동시에 단점도 점차 깨달아 가고 있다. 미네르바 스쿨의 사례는 코로나19 이후, 학교 교육이 나아가야 할 방향 탐색에 우리에게 많은 시사점을 가져다 줄 것이다. (K)

풍 동 고 등 학 교

공간의 변화로 모든 변화를 꿈꾸다



01. 2층에 새롭게 꾸며진 스터디카페, 입구부터 깔끔하고 세련된 느낌이 물씬 풍긴다
02. 학생과 교직원, 학부모들이 뜻을 모아 새롭게 만든 홈페이지다. 곡선형 벤치까지 전부 짜서 맞춘 섬세한 인테리어가 인상적이다. 코로나19가 종식되면 가장 바쁜 공간이 될 것이다.

대학 입시와 진로 선택을 목전에 둔 고등학교는 아주 오래된 건물이 아니고서야 공간을 바꾸기 쉽지 않다. 그래서 풍동고등학교가 버려진 공간을 확 바꾸었을 때 모두의 반응은 더 뜨거웠다. 아름다운 모양새만큼이나 그 쓰임에 집중한 풍동고등학교의 효용 높은 공간을 만나보자.

글. 이경희 사진. 김도형



공간 혁신을 위한 선택과 집중

풍동고등학교에 들어서자 사방을 채운 무성한 녹음이 마치 공원에 온 듯한 청량감을 안겨준다. 첫 발걸음부터 기분 좋은 곳, 풍동고등학교는 지난 2008년 첫 입학생을 맞았다. 현재 학년별로 각 10학급, 총 학생 숫자는 800여 명, 교직원 숫자는 90명여 명에 달하는 규모를 가진 이 학교는 오랜 역사를 가진 인근 고교들에 비해서는 비교적 후발주자이지만, 풍동고만의 고유한 색깔을 한창 쌓아 올리고 있는 중이다.

어느 곳이나 마찬가지지만, 혁신은 리더가 동의하거나 주도하지 않으면 빠르게 움직이기 쉽다. 풍동고등학교의 공간 혁신 역시 최명순 교장의 선택과 집중이 없었다면 아마도 더 많은 시간이 소요됐을 터였다.

“지난 3월 1일에 부임해왔을 때 둘러본 학교는 무척 아름다웠어요. 하지만 꼼꼼히 안쪽을 살펴보니 내부 공간 구성에 아쉬운 점이 많았습니다. 기능적인 실용성보다는 외형적인 아름다움에 치중하다 보니 생긴 틈이었지요.”

학교라는 공간은 학생들이 온종일 시간을 보내는 곳이기 때문에 무엇보다 학생들에게 유용한 공간으로서 존재해야 한다는 것이 최명순 교장의 지론이었던 만큼 그는 교직원들과 의논하여 공간혁신을 위한 사업을 시작했다. 때마침 경기도 고양시에서 공간혁신 공모사업을 발표하면서 학교의 움직임은 더욱 바빠졌다. 교직원과 학생, 학부모까지 참여한 프로젝트팀이 꾸려졌고 학교의 핫플레이스 위치가 어디였으면 좋겠는지, 어떤 기능을 갖기를 바라는지 모두가 머리를 맞대



● 버려진 공간이 유의미한 공간으로 바뀌게 되면서 최명순 교장이 학생들에게 기대하는 것은 하나다. 바로 공간의 변화로 인한 ‘사고의 전환’이다. 풍동고등학교 교사원들은 제4차 산업혁명 시대를 살아가는 학생들이 공간에 종속되어 행동에 제약을 받는 것이 아닌, 공간으로 인해 보다 다양한 사고와 재능을 펼칠 수 있기를 바라는 것이다.

고 의논하며 학교 곳곳을 탐색했다. 나중에는 공간을 만들기 위해 전기기사, 건축업자까지 모두 회의에 동참했다니, 새롭고 편리한 공간을 향한 열망은 그만큼 뜨거운 것이었다.

무엇이든 할 수 있는 공간, 무엇이든 될 수 있는 공간

교내에서 핫플레이스로 낙점된 곳은 2층에 위치한 유희 공간이었다. 통로를 중심으로 양쪽에 공간이 있었지만 사용하지 않으니 불필요한 물건들이 쌓이는 장소로 변했고, 말 그대로 학생들에게서 외면받는 공간이 되어버렸다. 백문불여일견! 최명순 교장의 안내로 함께 그곳을 방문해 보았다. 들어선 순간 이곳이 버려진 공간이었다는 게 믿어지지 않을 정도로 깔끔하고 세련된 공간이 눈에 들어온다. 복도를 가운데 두고 꾸며진 두 개의 공간 중 하나는 스터디카페다.

“야간 자율학습이 많이 활성화됐을 때는 5층의 교실 5개를 열람실로 만들었습니다. 그곳에서 학생들이 밤늦게까지 공부를 했는데 야간 자율학습이 없어졌어요. 지금은 적은 숫자여도 학교에 늦게까지 남아 공부하는 학생들이 있는데 저녁 때 학생들을 5층까지 보내기가 걱정되더라고요. 그래서 아예 이곳에 카페형 공부공간을 따로 만들었습니다. 더 안전하게 공부할 수 있게끔요.”





03. 작지만 알차게 꾸며진 스터디카페는 오래 앉아있어야 하는 학생들을 위해 최고급 의자를 설치했다. 04. 홈페이지의 유리 벽면은 아이들의 작품을 이용해 갤러리로 꾸몄다. 05. 중앙현관 로비에서 방문객들의 시선을 사로잡는 풍동고의 비전 06. 작은 냇물이 흐르는 잘 가꾸진 정원. 풍동고 학생들과 교직원들의 힐링 공간이다. 07. 작은 정원과 연결되는 안마당, 깔끔하고 관리가 편한 시원한 알루미늄 벤치가 무성한 나무와 잘 어울린다.

도서관을 두고 일부러 카페에 가서 공부하는 학생들이 늘어난 요즘, 이곳은 그야말로 공부하는 학생들을 위한 최적의 공간이다. 학생들이 오래 앉아있어도 편안함을 느끼도록 아주 좋은 의자를 구입했다는 최명순 교장의 귀띔에서는 학생들에 대한 애정이 가득 묻어난다.

메인 공간인 홈페이지는 세련되고 환한 느낌이 물씬 풍긴다. 낮은 무대가 설치되어 있고, 그 앞에는 곡선형 벤치가 무대를 향해 둥글게 놓여있다. 오른쪽 벽면에는 책들로 가득찬 서가가 있고, 왼쪽 벽면에는 학생들의 미술 작품을 전시할 수 있는 갤러리가 꾸며져 있다. 공연을 하거나 모임이 있을 때의 소음을 차단하기 위해 흡음도어를 설치했고, 무엇보다 3면 모두 유리벽으로 시공을 한 것이 눈에 띈다.

“여기서는 버스킹·토론·수업·댄스·노래 등 무엇이든 학생들이 원하는 걸 할 수 있습니다. 이곳을 투명하게 만든 이유는 닫힌 공간이 아니라 열린 공간을 지향하고 시각적으로 답답해 보이지 않도록 하기 위해서죠. 조만간 빔 프로젝터를 구입해서 이곳에서 영화도 볼 수 있도록 할 예정이에요.” 최명순 교장의 말에 고개가 절로 끄덕여진다.

공간의 변화, 사고의 변화

이 홈페이지에는 결코 그냥 지나칠 수 없는 부분이 하나 있다. 바로 창가 아래 나란히 꽂힌 서가이다. 학교에 가면 흔하게 만날 수 있는 책들이 특별한 이유는 여기 있는 책들이 모두 폐기 도서이기 때문이다. 일정 기간이 지나면 버려지는

책들이 아까워 이곳에 다시 꽂아두자 여기에서 책을 읽는 학생들이 생겨났다. 읽다가 집으로 가져가도 상관이 없고, 대출하지 않고도 책을 읽을 수 있으니 책과 학생들의 거리가 한층 더 가까워졌다. 발상의 전환이 가져온 또 다른 혁신인 셈이다. 버려진 공간이 유의미한 공간으로 바뀌게 되면서 최명순 교장이 학생들에게 기대하는 것은 하나다.

바로 공간의 변화로 인한 ‘사고의 전환’이다. 고등학교의 특성상 명문대 진학 여부로 그 이름을 평가하기 마련이지만, 풍동고등학교 교직원들은 제4차 산업혁명 시대를 살아가는 학생들이 공간에 종속되어 행동에 제약을 받는 것이 아닌, 공간으로 인해 보다 다양한 사고와 재능을 펼칠 수 있기를 바라는 것이다.

“4층에도 2층 홈페이지와 똑같은 공간이 있어요. 그곳은 3학년 학생들이 사용하고 있기 때문에 향후 진학탐구센터로 만들어보려는 계획을 갖고 있습니다. 또 3개 교실을 터서 도서관을 수업과 열람이 가능한 곳으로 만들어보려 하고 있어요. 저희는 색다른 경험과 체험으로 학생들이 자신의 미래를 선택하고, 길을 찾아가는 데 중요한 역할을 하고 싶습니다. 학교 공간이 각각의 재능이 살아날 수 있는 토양이 되길 바라고 있어요.”

학생들이 주인공이 되는, 새롭게 변모한 공간의 기적을 믿고 있는 풍동고등학교. 그 의미 있는 시도가 학생들의 미래를 위한 중요한 방향키가 되길 바라본다. ☎

분필과 카메라, 따로 또 같이

대 호 초 등 학 교 박 준 호 교 사

Teacher &



취미와 일 사이에서 즐거운 균형 잡기

이토록 재기발랄한 선생님이라니. 분위기를 반전시키는 재능을 태생적으로 탑재한 듯, 박준호 교사가 있는 자리에서는 다들 목소리가 반 톤쯤 올라간다. 그의 인생에서 ‘재미’를 지우면 아마도 온전한 그림이 그려지지 않을 터. 대화는 ‘교사는 이래야 한다’는 통념을 지우는 것에서부터 출발한다. 그는 애초에 재미있는 일을 찾아내는 걸 좋아하는 캐릭터였다. 교사가 되기 전에는 잠시 개그맨을 꿈꾸었고, 유튜브가 대중화되기 한참 전부터 교사이자 유튜버로서 활동을 시작한 것만 봐도 짐작 가능한 대목이다.

“군대 동기로 만난 수원다솔초등학교 김상현 선생님과 꽤 오래전부터 연구모임에 관한 이야기를 나눴어요. 그러다 초등학교 선생님들의 일상을 영상으로 담아 보자는 결론에 도달했죠. 그저 재미있는 영상을 만들어서 즐겁게 살자는 소소한 목표였어요. 8개월 정도 준비 기간을 거쳐 2016년 7월 유튜브와 페이스북에 ‘몽당분필’ 채널을 오픈했는데, 그즈음 함께할 1기 멤버도 꾸려졌어요.”

그렇게 선보인 몽당분필의 첫 영상은 ‘나는 초등학교 교사다’라는 주제였다. 그는 2분 남짓의 짧은 영상에 교사의 이상과 현실을 풍자하며 이 시대 교사에 관한 ‘오해’를 ‘이해’로 바꾸고자 하는 바람을 녹여냈다. 사실 몽당분필이라는 이름만 들여다봐도 전하고자 하는 메시지는 명확하다. ‘몽당’은 ‘짧다’를, ‘분필’은 ‘교사’를 의미하는데, 여기에는 분필이 짧아지도록 열정을 쏟은 교사, 이에 더불어 교사의 소진이라는 중의가 내포되어 있다.

“교육에 대한 다양한 사회적 요구와 함께 교육 현장에서의 업무도 늘어나고 있어요. 교사는 점점 소진되고요. 그래서 파급력이 빠르고 광범위한 영상매체에 우리의 생각을 담아 사람들에게 전하기로 한 거죠. 대신 가볍고 재미있게요. 어떻게 하면 콘텐츠를 과자 먹듯 편하게 접하도록 만들 것인가, 그럼에도 임팩트 있게 그럴 방법은 무엇인가를 늘 고민해요.”

‘덕업일치’라는 말이 있다. 앞뒤 짝 것 없이 좋아하는 일을, 비로소 업으로 삼는다는 뜻이다. 박준호 교사에게는 영상 제작이 바로 그 대상. 엄밀히 따지자면 업은 아니나 본업인 교사로서의 일거수일투족을 영상으로 담아내니 ‘덕’과 ‘업’의 교집합이 절묘하다. 영상을 기반으로 한 교육 콘텐츠 제작 공동체 ‘몽당분필’을 통해 교사, 학생, 학부모를 유쾌하게 잇는 박준호 교사 그리고 동료 교사들을 만났다.

글. 정은주 사진. 김도형





「그 샘의 이중생활」은 QR코드를 스캔하면 동영상으로도 만나볼 수 있습니다. 열정 넘치는 교사들과 함께 만드는 '몽당분필' 채널을 통해 학생들에게 선한 영향력을 전하는 박준호 교사의 이야기를 들어보세요! ▶



Creative Director

Creative Director &



“학생들은 어른들과 달리 언어체계가 완전히 발달되기 전이기 때문에 다양한 매체로 정보를 투입해주는 게 좋다고 생각해요. 여기서 매체는 시대에 따라 바뀔 텐데요, 기술이 발전해서 바뀐다기보다, 당시 가장 효과적인 것들을 찾아가는 과정이라고 봅니다. 지금은 그게 영상이고요, 미래에는 AI·VR 등으로 또 발전하겠죠.”

영상으로 더 잘 통하는 사이

혼자였다면 업무를 못 냈을 테다. 재미로 시작한 일에서 의미와 목표를 찾는 데도 시간이 오래 걸렸을 것이다. 재능 많고 열정 넘치는 교사들이 모여 시너지를 내고, 또 동료 교사들과 학생들에게 선한 영향력을 미치고 있는 지금의 몽당분필이 그래서 그에게는 더 특별하다.

“몽당분필이 시작된 2016년에 학생들은 이미 검색을 할 때 유튜브를 활용하고 있었어요. 어른들은 아직 포털사이트 위주였고요. 유튜브로 흐름이 넘어간 현재를 보면, 미디어에 접근해 활용하는 데 학생들이 어른들보다 빠르다는 게 압니다. 그러니 우리가 적극적으로 다가가서 미디어에 교육을 접목해야 해요. 교육이 있는 곳에 학생들을 끌고 오는 게 아니라, 학생들이 있는 곳에 교육이 다가가야죠. 몽당분필이 그 역할을 함께 해내길 바라구요.”

영상 콘텐츠가 하나둘 축적되고 내용과 스타일이 다양해지면서 몽당분필의 파급력도 자연스럽게 커졌다. 교육현장에서 미디어가 적극적으로 활용되는 시대, 학생들도 텍스트보다는 영상을 더 친근하게 여기는 요즘, 영상매체와 교육의 접목은 자연스럽고도 필요한 흐름이라는 데 몽당분필 멤버들은 생각을 같이한다. 때문에 최근에는 교육 영상 제작에도 공을 들이고 있다.

인터뷰에 함께 참여한 인천발산초등학교 이상권 교사는 특히 학생들 눈높이에 맞는 영상이 필요하다는 다양성에 관한 사례를 들려준다.

“기존에는 선생님들이 EBS에서 만든 영상을 많이 활용했어요. 그런데 영상 대부분이 중·고등학생에게 초점이 맞춰져 제작된 거라 초등학생들에게는 어려웠어요. 보여주려면 재편집을 하거나 부연설명을 해야 했죠. 초등학생들 눈높이에 맞는 영상이 필요해서 ‘사물함 정리하는 방법’ 같은, 사소하지만 교실에서 필요로 하는 영상이 나오게 된 거예요.”

역시 반응은 뜨거웠다. 학생들을 직접 가르치는 교사들이 필요성을 느껴 만든 자료답게 구성부터 이야기를 풀어내는 방법까지 현장성이 탁월했다. 수십 번 말로 설명할 일이 짧은 영상 한편으로 깔끔하게 정리가 됐다. 이에 함께한 김상현 교사는 초등학생 세대에게 가장 적합한 매체는 영상이라고 덧붙인다.

“학생들은 어른들과 달리 언어체계가 완전히 발달되기 전이기 때문에 다양한 매체로 정보를 투입해주는 게 좋다고 생각해요. 여기서 매체는 시대에 따라 바뀔 텐데요, 기술이 발전해서 바뀐다기보다, 당시 가장 효과적인 것들을 찾아가는 과정이라고 봅니다. 지금은 그게 영상이고요, 미래에는 AI·VR 등으로 또 발전하겠죠.”

결국엔 좋아서 하는 공부야 답

재미로 가볍게 시작한 일이 커졌다. 새로운 영상을 기다리는 사람들을 위해 게을리할 수 없다는 책임감도 묵직해졌다. 그래서 작년부터는 영상 편집기술을 알려주는 ‘몽당찰각’, 수업에 필요한 자료를 만드는 ‘몽당책가방’, 학생 눈높이에 맞춘 계기 교육을 만드는 ‘몽당오늘’ 등 채널을 5개로 세분화했다. 채널마다 매월 서너 편의 영상을 제작하는 시스템이다. 협업이 기본이지만 여유 있는 스케줄은 결코 아니어서 당연히 개인적인 시간은 적을 수밖에 없다. 그럼에도 박준호 교사는 아이디어를 짜고, 영상을 촬영하며 편집하는 과정이 무척 즐겁다. 힘들기는커녕 더 잘하고 싶다는 의지가 불끈 솟는다.

사실 지금은 영상의 재미에 푹 빠져 있지만 생초보였던 시절이 불과 몇 년 전이다. 만들다 보니 매력을 느껴 파고든 게 지금의 수준까지 이른 셈이다. 유튜브와 구글로 공부하고, 더 나은 콘텐츠를 제작하고 싶다는 욕심에 주말도 반납하며 영상 제작 및 디자인 아카데미를 다녔다. 사실 이걸 몽당분필 멤버라면 누구나 공감할 이야기다. 강요하는 사람 하나 없지만, 스스로 공부하고 발전하게 된다는 말에 모두 고개를 끄덕인다.

“교육의 질은 교사의 질을 넘지 못한다는 말이 있어요. 교사가 많이 경험하고 배우는 건 그만큼 중요해요. 실제로 교사

의 취미나 관심사는 그대로 학생들에게 전이됩니다. 여행을 좋아하는 사람이라면 사회시간에 더 많은 이야기를 해줄 수 있을 테고, 그림을 잘 그린다면 판서를 하더라도 남다를 거예요. 몽당분필 선생님들의 경우 일 년에 한두 번쯤은 수업에 아이들과 함께 영상 제작을 도입하겠죠.”

교사의 성장은 곧 학생들의 성장으로 이어진다. 이를 연수로 풀어내면 다른 교사들의 성장 기회로까지 확장된다. 그런 의미로 학습공동체는 교사에게 분명히 필요한 모임이라는 게 박준호 교사의 생각이다.

“저는 활동을 할수록 스스로의 정체성이 점점 흐려져 간다고 느껴요. 교사이자 유튜버, 교사이자 영상제작자니까요. 요즘 시대에는 다양성이 많아질수록 경쟁력이 있다고 생각합니다. 저는 어릴 적 텔레비전에 나오고 싶다는 꿈이 있었는데, 지금은 방송의 개념이 넓어져서 마음만 먹으면 누구나 출연할 수 있게 됐으니 유튜브 덕분에 꿈도 일부 이루었다고도 볼 수 있겠네요.”

세상과 늘 소통하고자 노력하는 열정적인 교사들의 취미·배움 활동에 관한 걱정은 말자. 다양성과 포용력, 호기심과 색다름이 세상을 더 풍성하게 만드는 법이니까. 이 순간에도 학생들을 위해 유익하고, 재밌는 아이디어를 발견하려는 눈을 반짝이는 박준호 교사 그리고 몽당분필 멤버들처럼 말이다. (K)

왼쪽부터 박준호, 이민영(서울경인초), 이상권(인천발산초) 교사



‘그 쌤의 이중생활’은 독자 여러분이 주인공입니다

25~35세 독자 여러분 중 열정 넘치는 이중 생활로 세상과 활발히 소통하는 분들의 신청을 기다립니다. 선생님이 아니어도 누구나 신청 가능하며, 혹은 추천해 주셔도 좋습니다. 「The-K 매거진」이 지면에 담아, 많은 교직원분들과 공유하여 학교와 교실의 담장을 넘는 빛나는 꿈과 열정이 더 높은 곳에 닿을 수 있도록 응원하겠습니다.

「The-K 매거진」 편집실 이메일: thekmagazine@ktcu.or.kr로 연락 바랍니다.

‘공감적 경청’으로 이어가는 진정한 소통

프랑스 석학으로 ‘소통학’의 창시자인 도미니크 불통은 디지털 시대의 특성을 ‘소통 속 불통’으로 규정했다. 현대사회는 해외에 있는 사람과도 실시간으로 연락을 주고받을 수 있을 만큼 소통의 기술이 발전했다. 그만큼 소통하기가 훨씬 쉬워졌는데도, 현대사회는 소통이 필요한 사회라고 한다. 진정한 의미의 소통이 되지 않기 때문이다. 그렇다면 진정한 소통의 비결은 무엇일까? 소통은 편견이나 선입견 없이 상대방의 의견을 경청하는 것에서부터 시작된다. 그리고 나의 의견을 과장이나 강요 없이 잘 표현하는 대화 방식을 통해 진정한 소통으로 나아갈 수 있다.

글. 강일수(두디스코칭 대표)



최대한 개방적으로 생각해야 한다

세계 최대 헤지펀드인 '브리지워터'의 CEO 레이 달리오는 “대부분의 사람들은 자신의 사고방식이 스스로의 눈을 멀게 한다는 것을 모른다”고 말했다. 자신의 사각지대를 이해하고, 놓치고 있는 것을 알아채기 위해서는 생각의 폭을 최대한 개방적으로 넓혀야 한다. 그리고 우선 자기 자신에게 솔직해야 한다. 옳다고 생각하는 것에 집착해서는 안 된다. ‘내가 옳다’는 생각에서 ‘내가 옳다는 것을 어떻게 알 수 있을까’라는 질문으로 사고방식을 전환할 필요가 있다. 상대방과 의견이 충돌할 때에는 의견 충돌의 원인에 관심을 가져야 한다. 그리고 객관적인 제3자나 독립적으로 사물을 보는 전문가들과 의견을 나눠보는 것도 도움이 된다.

사람들의 뇌는 서로 다르게 작동한다는 것을 이해하라

사람의 뇌는 외부에서 발생하는 사건에 대해 일련의 정보처리 과정을 거친다. 그리고 그 사건에 대한 ‘내적 표상’을 만든다. 내적 표상은 마음속 이미지와 소리·느낌·맛·냄새·흔젯말 따위로 이루어진다. 이러한 내적 표상은 다시 생리 반응과 결합하여 개인의 정서 상태를 만들고, 이 상태는 그 사람의 언어와 행동에 영향을 미치게 된다.

외부의 사건은 시각·청각·촉각·후각·미각과 같은 감각 기관의 입력 경로를 통해 정보가 들어오는데, 그 과정에서 사람의 뇌는 지각작용을 여과하는 필터링을 하게 된다. 필터는 그 사람이 지니고 있는 태도나 가치관·신념·성격·결정·기억·언어·에너지 등과 같은 것이 총체적으로 결합된 인식의 틀(프레임)이다. 이 필터에 의해서 외부의 정보는 일부만 생략되고, 왜곡되며, 일반화되기도 한다. 두 사람이 똑같은



상황에 놓여 있는데 서로 다른 반응을 보이는 이유는 각자의 내면에 형성되어 있는 필터가 다르고, 그로 인해 현실을 다르게 인식하기 때문이다.

공감적 경청은 마음의 문을 여는 열쇠

상대방이 자신의 방식으로 생각하고 행동하는 데에는 그만한 이유가 있고, 그것을 알아야 상대방을 비로소 이해할 수 있다. 그러므로 대화를 나눌 때는 상대방의 생각, 느낌과 감정, 욕구와 의도에 귀를 기울이면서 경청해야 한다.

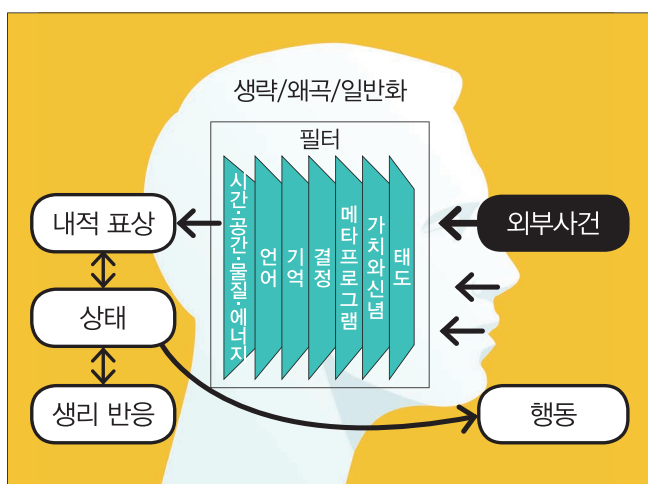
‘아, 이 사람은 진심으로 날 이해하고 있구나!’하는 느낌을 상대방에게 줄 수 있어야 한다. 이렇게 공감해줄 때 상대는 마음의 빗장을 열게 된다. 공감적 경청을 통해 상대방의 마음을 열 수 있는 것이다. 상대의 이야기를 경청하고 공감하는 것은 객관적인 사실과는 그다지 상관이 없다. 중요한 것은 상대의 주관적 진실이다. 그래서 상대방의 관점에서 들어야 한다. 상대가 처한 상황이나 환경을 있는 그대로 바라보며, 상대의 생각과 감정을 이해하고자 노력하는 것이 중요하다.

상대방의 긍정적인 의도를 이해하라

모든 행동의 이면에는 긍정적인 의도가 있다. 문제는 상대방의 긍정적인 의도를 쉽게 알아차리기 어렵다는 점이다. 심지어 본인조차 잘 알아차리지 못하는 경우도 있다. 비생산적인 행동이나 다른 사람에게 해를 끼치는 행동, 아무 생각 없이 하는 행동조차도 그 배후에는 긍정적인 의도가 존재한다. 다만 그 실행 방법이 잘못되었을 뿐이다.

사람은 누구나 자기가 손에 넣을 수 있는 자원으로 최선을 다하려 노력하고, 그 선택이 최선이라 믿는다. 그러므로 상대방이 저지른 행동만 바라볼 것이 아니라 상대방의 긍정적인 의도를 이해하려는 태도가 필요하다.

상대방의 긍정적인 의도를 이해하지 않고, 말이나 행동만으로 선부르게 판단하는 것은 지혜롭지 못하다. ‘인간관계론’의 저자인 데일 카네기의 말처럼, 잘못을 저지른 사람에게도 그 나름대로 까닭이 있다는 것을 인정해야 한다. ㉔



출처_ 도서 「정청(正聽)」의 「신경학적 관점의 의사소통 모델」

가족 간 갈등 해소는 ‘공감과 공존’으로부터—————

부모와 자녀 간에는 기본적으로 ‘인간적 감성’이 먼저 발현되기 때문에 갈등은 나의 문제가 아닌 상대의 문제라 생각하는 경향이 크다. 그러나 갈등의 요소를 분석하고 소통한다면 상대의 문제와 더불어 나의 문제도 보이기 마련이다. 갈등 해소는 가족 모두의 과제이므로 공감과 공존을 통해 적극적으로 갈등을 극복해 나가야 한다.

글. 김동철(심리학 박사)



자아실현 도구이자 갈등을 이겨내는 장치, ‘공감과 공존’

사람은 누구나 자신만의 방법으로 자아실현을 이루기 위해 부단히 노력하며 살아간다. 그런데 사람은 결국 ‘사회적 동물’이라는 습성 때문에 타인과의 공존과 소통 없이는 자아실현을 쉽게 이룰 수 없음을 깨닫게 된다. 따라서 부족한 부분을 타인에게서 채우고자, 상호 공존하고 협력함으로써 서로에게 원하는 것을 얻어내며 살아간다. 결국, 자아실현은 자신의 욕구에서부터 시작되지만, 그 욕구에 대한 수행과정에서 수많은 사람과 갈등·조율·소통을 함께하며 자아실현을 하나씩 이뤄가게 되는 것이다. 이처럼 자아실현 목표에 도달하고자 애쓰는 과정에는 ‘공감과 공존’이 함께한다. 공감과 공존은 자아실현 과정에서 발생하는 갈등을 해결하는 지적인 방법이기도 하다.





간만 흐르고 있다면, 자녀는 합리화를 통해 문제의 원인이 부모에게 있다고 단정 짓게 되고, 자신만의 편협한 정보로 정리해 자기 편중사고를 갖게 되는 경우도 생긴다. 그렇기에 자아실현을 이유로 서로가 공감하지 못하는 행동은 자제하는 편이 좋다. 어떠한 일이든 상대방에게 공감을 얻어내지 못하고 요구만 한다면 서로에 대한 감성적 공존은 파괴될 것이며, 결국 함께라는 행복의 가치를 잃어버릴 수 있기 때문이다.

가족이라는 이유의 함정

일반적으로 가족은 타인과 다르게 더욱 돈독한 상호 공존을 하고 있어서 개인의 자아욕구와 자아실현을 이루기 위해 가장 먼저 협력하는 관계다. 그런데 간혹 부정적인 효과가 나타날 때가 있는데, 가족이라는 이유 하나만으로 자기중심의 무조건적인 자아욕구를 일방적으로 강요하는 경우다. 즉, 가족의 감성적 담보를 무기로 과도한 요구를 하는 것이다. 이런 경우, 거친 의사표현이 동반되기도 한다. '가족인데 어떻게 안 해 줄 수 있어?' 등의 막무가내 행동이 나타나는 것이다. 이러한 상황은 결국 갈등의 골을 깊게 해 가족 간의 관계가 타인보다도 못한 관계로 치달는 경우까지 발생한다.

이는 가족은 '혈족'이라는 생각으로 무조건적인 봉사와 신뢰, 애정을 담보로 하여 오랜 시간 가족 공동체를 형성해왔기에 가족의 거절 의사 표명은 타인과 비교할 수 없는 강한 배신감과 스트레스로 발현되기 때문이다. 더불어 감성에 상처를 받았다고 느끼는 서운함의 시작이 결국 과거에 있었던 가족의 실수나 잘못을 다시 끄집어 내서 갈등을 확산시키는 것도 문제가 된다.

공감 없는 행동이 깊은 골을 남고

일반적으로 부모와 자녀 간의 갈등은 자신의 요구 관철에서 시작된다. 그 요구에 대한 해결이 늦어지거나 무시될 경우 갈등은 지속되고, 서로에 대한 비판적 사고는 더욱 커지게 된다. 때문에 자녀의 경우에는 '자신은 부모에게 인정받지 못했다'라는 생각을 하거나, 부모의 애정을 왜곡하기도 하며 스스로 위축되기도 한다. 만약 자녀와의 갈등이 해결되지 못한 채 시

여유를 갖고 함께 해결점을 찾아야

그렇다면 가족에게 일어난 갈등을 어떻게 해결해야 할까? 가족 공동체는 타인과 비교할 수 없을 정도의 믿음과 신뢰가 형성되어 있다. 이러한 것을 두고 '가족의 절대적 공감사고'라고 하는데, 그 기본적 모태가 되는 것이 감성적 공감이다. 부모와 자녀 간에는 기본적으로 인간적 감성을 뛰어넘는 유전적 동질성이 기반이 되기 때문에 감성 공감이 누구보다 뛰어나다. 자녀의 몸에 상처가 생기면 부모 자신이 그 고통을 느끼는 것과 같은 감정이 드는 것처럼, 부모와 자녀는 그 고통까지도 공유하는 관계다. 그렇기에 조금의 시간을 두고 서로의 문제를 차분히 하나씩 여유 있게 풀어간다면 서로에 대한 공감을 통해 갈등이 점차 해소될 것이다. 그리고 해결에 대한 만족과 쾌감이 동반된다면 서로의 공존을 확인하며 소통에 대한 좋은 경험을 오래오래 간직하게 될 것이다. 





행복한 인생 2막, 콘 브리오!*

광주YMCA 안 연습실 문틈으로 피아노 선율이 흘러나온다. 피아노 앞에 앉아 고운 소리를 만들어내는 이는 덩치 큰 고령의 남자다. 일생을 음악과 함께 살아왔는데, 그는 나이를 먹었지만 음악은 나이를 먹지 않았다. 그래도 여전히 그와 음악은 가장 좋은 친구 사이다.

글. 이성미 사진. 김도형

지휘자
박영철 회원

*콘 브리오(con brio): 악보에서 기운차고 활발하게 연주하라는 말.



「인생 2모작」은 QR코드를 스캔하면 동영상으로도 만나볼 수 있습니다. 음악과 늘 함께하는 삶을 행복하게 가꿔나가는 선생님, '광주의 베토벤'이라 불리는 박영철 회원의 활력 넘치는 일상을 함께하세요. ▶



고향 땅에 음악의 씨앗을 심다

“1959년 3월 교육 현장에 들어와 2002년 해남 마산초등학교 교장으로 퇴임하기까지 43년 11개월간 교직 생활을 했습니다. 광주에서 태어나 이곳에서 초등학교부터 대학교까지 나오고 또 바로 교단에 섰으니 일생을 학교에서만 있었던 셈이지요.” 지난 교직 생활의 헛수를 셈하며 박영철 회원은 호탕하게 웃어 보였다. 그러면서 한 마디로 ‘즐거웠노라’고 평했다. 돌아보면 어렸을 때부터 바랐던 교사의 꿈을 이뤘고, 그가 좋아하는 음악도 실컷 하며 살아왔다. “知之者不如好之者, 好之者不如樂之者(지자불여호지자, 호지자불여락지자)”라는 공자의 말처럼 그는 단순히 배우고 좋아하는 것을 뛰어넘어 음악을 즐기며 살아왔다.

박영철 회원과 합창의 만남은 60여 년 전으로 거슬러 올라간다. 광주교육대학교에 입학한 그는 그곳에서 광주 CBS 여성합창단 지휘자인 장신덕 교수를 만나 음악적 소양을 넓혔다. 합창뿐만 아니라 피아노 연주, 국악 등 장르를 불문하고 음악에 심취한 그는 교사가 된 후에도 광주전남 지역 음악 동호회인 ‘소리회’, ‘전남 초등교원합창단’ 등을 창단하고 모임을 이끌어나갔다. 그가 건넨 명함 뒤편에는 전(前) 전남초등음악교육연구회 회장을 시작으로 현(現) KWIC 여성합창단 단장까지 10줄이 넘는 이력이 쭉 적혀있다. 그는 묵묵히 한 길을 걸어오며 뿌린 음악의 씨앗에서 건강한 열매들이 탄생했다고 자부한다.

“제가 광주 중앙초등학교에 재직했을 당시인 1975년, 음악 교육 지도법과 아동 음악 등을 연구하는 모임인 소리회를 창단했습니다. 소리회 활동을 통해 유명 작곡가, 지휘자 등을 배출했을 뿐만 아니라 광주전남 지역 음악 교육 관련 모임은 모두 소리회에서 시작했다고 해도 과언이 아닐 정도로 큰 영향을 끼쳤지요.”

소리회 뿐만 아니라 전·현직 교사들이 모여 만든 전남초등교원합창단도 교사들의 음악적 역량을 키우고, 학교에서 다양한 음악적 시도가 이루어지는 데에 보탬이 되고 있다. 이렇게 음악과 관련된 활동을 활발히 해오다 보니 사람들은 박영철 회원을 ‘광주의 베토벤 박영철’, 줄여서 ‘박토벤’이라고도 부른다고. 박영철 회원은 “당시 머리 긴 헤어스타일도 박토벤이란 별명을 얻는 데 한몫한 것 같다”라고 말하며 웃음을 터뜨린다.





“멈추지 마세요. 퇴직은 끝이 아니니까요. 마음만 먹으면 어떤 방식으로라도 좋아하는 일을 계속할 수 있고, 여의치 않다면 새로운 일을 기획해 시작할 수도 있습니다. 그게 무엇이든 멈추지 마세요. 쉽 없이 도전하면 분명 성과가 있을 거예요. 매일 태양을 어깨에 지고 바람을 맞는 나무에 열매가 맺는 것처럼 말이에요.”



행복한 인생 2막, 칸타빌레!

음악의 길을 묵묵히 걸어오다 보니 어느덧 정년이 되었다. 교단에서 내려오면서 그는 더 많은 시간 동안 음악을 즐길 수 있었다. 평생 쌓아온 노하우를 후배 교사들에게 전수할 기회도 생겼다. 퇴임 후 광주교육대학교 교원연수원 겸임교수로 일하게 된 것. 그렇게 선생님의 선생님이 되며 박영철 회원의 입지는 광주전남 지역 음악 교육의 뿌리로서 더욱 단단해졌다. 그리고 7년 후인 2009년, 한 번 더 교단을 내려오며 그는 일반 시민에게로 눈을 돌렸다.

그는 (사)한국복지정보통신협의회(Korea Welfare Info-Communications Association, 약칭 KWIC) 소속으로 여성합창단을 창단하여 건강한 여가를 보내고 싶어 하는 사람들을 모으고, 지휘봉을 들었다. 물론 일반인을 대상으로 합창단을 조직하고 운영하기란 쉽지 않았다. 연습실을 비우게 되면서 급히 이사할 곳을 찾아야 했던 일, 집안 사정으로 합창단 활동을 계속하지 못하게 된 단원을 위로하며 함께 속앓이 했던 일 등 고비와 어려움이 많았다. 지금은 광주YMCA 안에 있는 연습실을 얻어 사용할 수 있게 되었지만, 올 초부터 코로나19가 확산하며 모임을 자제하고 있다고.

크고 작은 시행착오를 거치며 그가 깨달은 사실은 합창단 지휘자에게 가장 필요한 능력은 절대 음감이나 타고난 음악적 재능이 아니라는 것이다. 합창단 지휘자의 최고 자질은 자세

를 낮추고, 사람의 마음을 구하는 겸양(謙讓)이다.

“합창은 단순히 입에서 나오는 소리를 모으는 일이 아니에요. 깊은 곳에서부터 우러나오는 마음을 모으는 일이지요. 단원 한 사람 한 사람이 세상일에 대한 근심을 잊고, 오롯이 소리에 집중할 수 있도록 돕고, 진정으로 음악을 즐길 수 있게 하는 것이 바로 지휘자의 역할입니다.”

단원들과 공기 좋고 물 좋은 곳을 찾아 여행을 다니고, 함께 봉사활동을 하는 것도 이들의 진정한 행복을 위해서다. 덕분에 박영철 회원과 합창단원들은 고령임에도 여전히 성장하고 있다.

음악만 해도 인생은 짧다

세계적인 음악가 세르게이 라흐마니노프는 말했다.

“음악은 인생을 위해 충분하지만, 인생은 음악을 하기에 너무나 짧다.”

그의 말처럼 음악은 우리의 인생을 풍족하게 채워준다. 동시에 평생을 해도 부족하다 느낄 만큼 음악은 사람을 몰입하게 한다. 그가 80세가 넘는 지금까지 지휘봉을 놓지 않는 이유도 같은 것일지 모른다.

“건강이 허락하는 한 계속해서 음악을 하고 싶어요. 음악을 더 오래 하기 위해 꾸준히 건강 관리를 하는 것일지도 모르겠습니다.”

박영철 회원은 산행 동아리를 만들어 매주 무등산에 오르며 건강을 챙기고 있다. 그러면서 동아리 단원들끼리 십시일반 돈을 모아 무등산 봉황대 아래에 있던 6·25 참전 용사 충혼비를 새로 제작해 세우는 등 의미 있는 활동도 함께 이어가고 있다.

그는 그간의 활동이 담긴 빛바랜 사진들을 한 장씩 보여주며, “나를 필요로 하는 곳이라면 지금도 어디든 버선발로 뛰어나간다”라고 말한다. 인생 2막을 살아가는 다른 이들도 자신과 같은 마음이길 바란다.

“멈추지 마세요. 퇴직은 끝이 아니니까요. 마음만 먹으면 어떤 방식으로라도 좋아하는 일을 계속할 수 있고, 여의치 않다면 새로운 일을 기획해 시작할 수도 있습니다. 그게 무엇이든 멈추지 마세요. 쉽 없이 도전하면 분명 성과가 있을 거예요. 매일 태양을 어깨에 지고 바람을 맞는 나무에 열매가 맺는 것처럼 말이에요.”

정성을 다해 계속 앞으로 나아가는 박영철 회원의 삶이, 그가 음악의 길에 뿌려놓은 씨앗이 발아해 피어난 꽃이, 쉽 없이 도전하면 반드시 성과가 있다는 것을 증명하고 있다. ㉔





매력 넘치는 런던, LONDON

그리고 근교의 작은 도시들



*송일봉 작가는 (사)한국여행작가협회 회장을 역임했으며 해외여행전문지 '코리안 트레블러' 편집부장과 대한항공 기내지 '모닝캄' 편집장을 지냈다. 국립중앙도서관에서 주관하는 '길 위의 인문학' 기획위원과 국립공원관리공단에서 주관하는 '국립공원 대표경관 100경' 선정위원 등을 지냈다. 현재 문화답사 프로그램 '송일봉의 감성여행'을 24년째 진행하고 있으며, 매주 KBS, MBC, 교통방송 등에 출연하고 있다.

「지금, 여기」는 국외의 다양한 여행지를 소개하고자 마련된 코너입니다. 현재 코로나19로 인해 국외 여행이 자유롭지는 않지만, 그간 「지금, 여기」를 통해 다양한 여행 정보를 얻을 수 있을 뿐 아니라 갑갑한 현실 속에서 힐링을 하고, 잠시나마 여행 기분을 느껴볼 수 있어 좋았다는 많은 독자 의견을 반영하여 이번 7월호부터 다시 「지금, 여기」 코너를 게재하게 되었습니다.

“런던에 지친 사람은 인생에 지친 사람이다”라는 말이 있을 정도로 영국 런던은 좋은 여행지로서 매력이 많은 도시다. 하지만 최근 들어서는 런던 근교의 작은 도시들을 여행하는 프로그램들이 많은 인기를 얻고 있다. 남들과 차별화된 여행을 꿈꾸는 여행자들이 진짜 영국다운 모습을 만나기 위해 작은 도시들을 찾는 것이다. 런던에서 기차를 타고 도심지를 조금만 벗어나면 개성이 강한 작은 도시들을 많이 만날 수 있다. 특히 옥스퍼드와 스트래트퍼드-어폰-에이번은 런던에서 하루 일정으로 부담 없이 다녀올 수 있는 근교여행지로 인기가 높다.

글_사진. 송일봉(여행작가)



- 01. 런던 여행의 출발지 가운데 하나인 '트라팔가 광장'
- 02. 런던을 대표하는 미술관 가운데 하나인 '내셔널 갤러리'
- 03. 런던 킹스크로스 역 입구에 세워져 있는 지하철 표지판

런던 여행의 출발지, 트라팔가 광장

런던 여행은 지하철 채링크로스 역 근처, 코번트 가든에 있는 '트라팔가 광장'(사진 1)에서 시작하는 것이 좋다. 런던을 대표하는 주요 관광명소들이 이곳에서 도보로 약 1시간 거리 이내에 밀집되어 있기 때문이다. 런던을 대표하는 미술관 가운데 하나인 '내셔널 갤러리'(사진 2)도 트라팔가 광장 바로 옆에 있다. 주요 지하철역 입구에는 '언더그라운드' 로고가 그려진 표지판(사진 3)이 세워져 있다.

지금으로부터 200여 년 전인 1805년 10월 21일, 당시 영국 해군의 지중해함대 사령관이었던 넬슨 제독은 '트라팔가르 해전'을 앞두고 “영국은 그대들 모두가 스스로 의무를 다할 것을 기대하고 있다”라는 훈시를 했다. 이 해전에서 영국 함대는 프랑스·스페인 연합 함대와 싸워 승리했고, 넬슨 제독은 기함인 빅토리아 호에서 47세의 나이로 전사했다. '트라팔가 광장'이라는 이름은 바로 이 해전의 승리를 기념하는 의미로 붙여진 것이다. 광장 한가운데는 55m 높이의 넬슨 제독 기념탑이 세워져 있다.

현재 영국 왕실의 '버킹엄 궁전'은 런던에서 가장 유명한 관광명소 가운데 하나다. 비록 궁전 안으로 들어가 볼 수는 없지만, 근위병 교대식(사진 4)이 런던 최고의 구경거리로 손꼽히기 때문이다. 이 행사는 4월부터 7월까지 매일 오전 11시 30분부터 약 45분 동안 진행된다. 하지만 계절과 요일에 따라, 또는 왕실의 사정에 따라 변동사항이 있을 수 있다.

대형 시계탑인 '빅벤(엘리자베스 타워)'(사진 5) 역시 런던을 상징하는 건축물 가운데 하나다. 빅벤 옆에 있는 웅장한 건축물은 역대 영국 왕들이 대관식을 올린 '웨스트민스터 사원'이다. 현재 영국 여왕인 엘리자베스 2세도 1953년 이곳에서 대관식을 올렸다.



04



05

04. 버킹엄 궁전의 근위병 교대식 장면
05. 관광객들에게 인기가 많은 시계탑인 '빅벤'
06. 런던을 대표하는 녹지공간인 '하이드 파크'
07. 소박하게 꾸며져 있는 하이드 파크의 꽃밭



06

‘자연스러움’이 돋보이는 런던의 공원들

런던에서 가장 유명한 공원은 ‘하이드 파크’(사진 6)다. 무려 160만㎡에 이르는 넓은 숲이 서펜타인 호수를 사이에 두고, 켄싱턴 가든(면적 110만㎡)과 맞붙어 있다. 하이드 파크의 특징 가운데 하나는 ‘자연스러움’이다. 세계적으로 유명한 공원이지만 하이드 파크에서 ‘세계적 명성’에 걸맞은 위상은 찾아보기 어렵다. 잔디밭 곳곳에 조성된 꽃밭(사진 7)은 초등학교 화단을 연상케 할 정도로 소박하다. 산책로에서는 종종 귀여운 다람쥐(사진 8)도 볼 수 있다. 공원 한가운데는 자동차 통행이 가능한 왕복 2차선 도로가 관통하고 있다.

규모를 빼고는 거의 ‘동네 공원’ 같은 소박한 느낌이지만, 하이드 파크에서 보내는 시간이 길어질수록 방문자들은 묘한 행복감과 평온함에 빠져들게 된다. 가공되지 않은 자연이 주는 편안함을 느낄 수 있기 때문이다. 울창한 숲과 넓은 잔디밭을 사랑하는 하이드 파크는 런던 시민들의 휴식처인 동시에 자유언론의 광장이다. 공원 동북쪽 모퉁이에는 일종의 자유발언대인 ‘스피커즈 코너(Speaker’s Corner)’가 있다. 이곳에서는 주말마다 다양한 주제에 대한 자유로운 연설과 토론이 펼쳐진다. 하지만 아무리 감정이 격해지더라도 ‘몸싸움’이 일어나지 않는다. 성숙한 토론문화가 생생하게 펼쳐지는 현장인 셈이다.

버킹엄 궁전 왼쪽에는 ‘꽃보다 나무’라는 말이 어울리는 녹지공간인 ‘그린 파크’가 있다. 예전에 왕실에서 사냥터로 사용하던 곳인데, 지금은 런던 시민들이 아끼는 휴식공간으로 탈바꿈했다. 버킹엄 궁전 바로 앞에는 조그만 개울과 호수를 끼고 있는 ‘세인트 제임스 파크’(사진 9)가 있다. 근위병 교대식을 본 관광객들이 새소리를 들으며 잠시 휴식을 취하기 좋은 곳이다.



07



08. 하이드 파크에서 다람쥐를 스마트폰에 담은 소녀들
09. 늘 맑은 새소리가 들리는 '세인트 제임시즈 파크'



영국 런던 위치

대서양

북해



‘이상한 나라의 앨리스’ 무대, 옥스퍼드

런던에서 북서쪽으로 80km쯤 떨어져 있는 ‘옥스퍼드’는 런던에서 하루 일정으로 가볍게 다녀올 수 있는 대학도시다. 옥스퍼드를 상징하는 ‘옥스퍼드 컬리지’의 역사는 770여 년 전에 시작됐다. 프랑스 파리에 유학을 마친 영국의 수도사들이 하나둘 고국으로 돌아와 1249년에 컬리지 제도를 만든 것이 그 시초다. 옥스퍼드의 각 컬리지는 저마다 독특한 전통을 지니고 있다. 그 가운데서도 가장 대표적인 곳이 대학 겸 성당인 ‘크라이스트 처치’다. 예전에 교수와 학생들만 출입할 수 있었다는 ‘툼 타워(Tom Tower)’(사진 10)는 크라이스트 처치의 대표적인 명물이다. 영국의 건축가 크리스토퍼 렌의 작품인 이 탑에는 무려 6톤이나 되는 무거운 종(그레이트 벨)이 매달려 있다. 옥스퍼드는 동화 ‘이상한 나라의 앨리스’의 무대로도 유명하다. 크라이스트 처치 대학의 수학 교수였던 루이스 캐롤이 당시 학장이던 리텔 교수의 세 딸에게 재미있게 들려주던 이야기를 엮은 동화책이 바로 ‘이상한 나라의 앨리스’다.



09



10



10. 옥스퍼드 크라이스트 처치의 명물인 '툼 타워'
11. 크라이스트 처치 근처에 있는 '앨리스 상점'

- 12. 옥스퍼드의 오래된 펍인 '더 체커스'
- 13. 셰익스피어 생가를 관리하는 '셰익스피어 센터'
- 14. 늘 많은 사람들로 붐비는 셰익스피어 생가 출입구

현재 크라이스트 처치 근처에는 동화에 나오는 물건들을 판매하는 '앨리스 상점'[\(사진 11\)](#)이 있다.

영국 사람들에게 펍(Pub)은 생활의 일부분이라 해도 과언이 아니다. 간단한 식사와 함께 술, 음료를 마실 수 있을 뿐만 아니라 새로운 친구를 사귀고 정보를 교환하는 공간이기 때문. 옥스퍼드에도 800여년의 오랜 역사를 자랑하는 펍이 있는데 시내 중심가에 위치한 '더 체커스'[\(사진 12\)](#)가 바로 그곳이다. 이곳에서는 영국 사람들이 즐겨 먹는 간편식인 '로스트 비프' 또는 '피시 앤 칩스'를 맛볼 수 있다.

셰익스피어의 고향, 스트래트퍼드-어폰-에이번

영국을 찾아온 여행자들이 꼭 가보고 싶어 하는 도시는 바로 세계 최고의 극작가 윌리엄 셰익스피어(1564~1616년)의 고향인 스트래트퍼드-어폰-에이번이다. 다소 긴 이름의 이 도시는 런던에서 북서쪽으로 160km쯤 떨어져 있다. 이 도



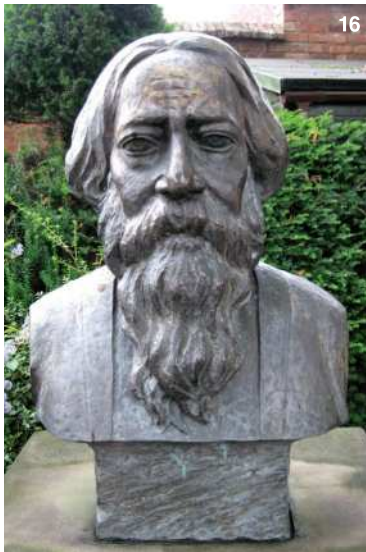
12



13



14



15. 셰익스피어 생가의 소박한 정원
16. 셰익스피어 생가에 있는 타고르의 흉상

시를 대표하는 관광명소인 셰익스피어 생가는 16세기 무렵에 유행하던 튜더식 목조건축물(3층)로 지어져 있다. 생가 옆에는 지난 1964년에 개관한 ‘셰익스피어 센터’(사진 13)가 있다. 이곳은 셰익스피어 생가를 관리하는 일과 자료 보관업무 등을 담당한다. 셰익스피어 생가를 찾은 방문자들은 먼저 생가 옆에 있는 매표소를 통해 전시실로 입장을 한다. 각종 전시물과 영상물로 이뤄진 3개의 전시실을 지나면 마침내 생가 출입구(사진 14) 앞에 줄을 서게 된다. 한꺼번에 많은 사람이 들어갈 수 없어 직원의 안내에 따라 순서대로 입장해야 한다.

생가 내부는 셰익스피어가 유년시절을 보낸 1570년대 당시 부유한 가정의 생활상이 재현되어 있다. 1층에는 거실, 고급 장갑을 만들던 작업실, 주방과 식탁이 있는 홀 등이 있고, 넓고 좁은 계단은 2층과 이어져 있다. 2층은 본래 가족들의 침실로 사용되었던 곳이지만 지금은 셰익스피어가 사용했던 침대·의자·책상·가재도구 등을 전시하고 있다. 또 이곳을 다녀간 유명인사(토마스 칼라일, 나다니엘 호돈, 윌터 스콧, 찰스 디킨스, 마크 트웨인 등)들이 유리창에 새긴 사인도 남아있다.

생가에서 나오면 멋진 영국식 정원(사진 15)이 나타난다. 영국 정부에서 관리하고 있는 1800년대 중반에 조성된 정원이다. 이곳에 있는 허브식물을 포함한 대다수의 꽃과 나무는 셰익스피어의 작품에 등장한다. 정원 한쪽에는 인도의 시인이자 철학자인 ‘라빈드라나트 타고르(1861~1941년)’의 흉상(사진 16)이 세워져 있다. 타고르는 생전에 셰익스피어에게 소네트(Sonnet, 정형시 중에서 가장 대표적인 시의 형식, 유럽에서 나온 서정시 형식의 하나)를 헌정했는데 그것이 인연이 되어 흉상이 세워지게 되었다. (K)

TIP

영국이 자랑하는 세계적인 식물원, ‘큐 가든’



런던 외곽의 템즈 강변에 있는 ‘큐 가든(로열 보타닉 가든스 큐)’(사진 17)은 런던 사람들이 무척 아끼는 영국왕립식물원이다. ‘큐 가든’은 1772년부터 식물학자인 조셉 벅크에 의해 식물원으로서의 모습을 갖추나가기 시작했다. 그

의 뒤를 이어 식물원장으로 임명된 윌리엄 후커는 팜 하우스를 만드는 등 본격적으로 식물을 연구하고 보존하는 일에 주력했다. ‘큐 가든’에는 볼거리들이 많은데 3개의 식물관은 필수다. 각각 팜 하우스, 템퍼레이트 하우스, 웨일즈 왕자관이라는 이름으로 불리는데 이곳에서는 세계적으로 희귀한 식물들을 아주 가까운 곳에서 관찰할 수 있다. 웨일즈 왕자관에서는 식물들을 관찰하면서 각기 다른 지구촌의 10개 기후대를 함께 체험할 수 있다.

‘큐 가든’은 단순히 꽃구경만 하는 곳이 아니다. 식물의 수집과 보존관리에 대한 열정 또한 세계 최고 수준을 자랑한다. 특히 식물분류학 분야의 발전에 큰 기여를 할 뿐만 아니라 멸종위기식물들을 보호하고 보급하는 데도 많은 노력을 기울인다. ‘생태계의 살아있는 박물관’ 또는 ‘식물의 백과사전’이라는 별명이 말해주듯 식물의 보존에 기여하는 녹색실험실이다.

이곳에서 연구 활동을 하는 식물학자들은 새로운 식물이 발견되면 지구촌 어디라도 즉시 현장으로 달려가 표본을 채취하고 새로운 이름을 붙이는 일을 해내고 있다. 이 같은 노력의 댓가로 ‘큐 가든’은 지난 2003년에 유네스코로부터 세계유산으로 지정되는 큰 영예를 안았다. 영국의 환경운동가인 제인 구달은 그의 저서 ‘희망의 씨앗’을 통해 ‘큐 가든’의 원예사들에게 경의를 표하기도 했다.

머리부터 발끝까지, 장마철 건강 솔루션!

매년 여름이면 찾아오는 장마철. 잔뜩 흐린 하늘에 몇 날 며칠이고 내리는 비, 여기에 후텁지근한 더위까지 겹치면 건강관리에도 비상이 걸린다. 하지만 지피지기면 백전백승이라 했다. 이맘때 특히 주의해야 할 질병, 그리고 핵심 예방법은 무엇인지 알아보자.

글. 편집실

머리 냄새의 원인, **두피 모낭충**

더운 날씨 탓에 땀과 피지 분비가 늘어나면 두피는 세균이 번식하기 쉬운 환경이 된다. 여기에 장마철 습기까지 더해질 경우 얽힌 데 덮친 격. 두피 모낭충이 성장하는 최적의 조건이 갖춰진다.

모낭충이란 0.3~0.4mm 크기의 기생성 진드기로, 일명 '여드름 진드기'라고도 불린다. 단순히 모낭충이 생긴 것만으로 두피 건강에 이상이 있다고 볼 수는 없지만, 피부 표면 1cm²에 기생하는 모낭충이 5마리 이상이라면 악취·가려움·염증 등이 생겨 문제가 된다. 때문에 평소 두피와 모발을 청결하게 관리하는 것이 중요하다. 온종일 쌓인 먼지와 노폐물을 제거하기 위해 저녁에는 꼭 머리를 감고, 감은 뒤에는 두피까지 완전히 말려야 한다. 만약 비를 맞았다면 비에 섞인 대기오염물질이 두피의 모낭 입구를 막아 염증을 일으킬 수 있으므로 가능한 한 빨리 머리를 감도록 한다. 또한 평소 유분이 많은 헤어 제품은 사용을 삼가는 것이 좋다. 두피는 눈에 보이지 않아 관리를 소홀히 하기 십상이지만, 방치할 경우 탈모의 원인이 될 수도 있으므로 염증이 생겼다면 피부과 전문의에게 적절한 치료를 받는 것이 바람직하다.

날씨처럼 축축 처지는 기분, **우울증**

장마철에는 날씨만 오락가락하는 게 아니다. 생체리듬 역시 들쭉날쭉하기 마련. 일조량이 적은 탓에 생체 리듬과 관련된 호르몬을 형성하는 멜라토닌 분비가 현저히 줄어들기 때문이다. 이 같은 변화는 의욕을 저하시키고, 우울한 감정을 유발한다. 또한 호르몬 변화 외에 날씨로 인해 활동량과 운동량이 저조해지는 것도 우울증을 야기하는 원인이 된다.

실제로 장마철에는 우울증과 무기력감을 호소하는 사람들이 늘어난다. 남성보다 여성에게 두 배 이상 많이 나타나는 것으로 알려져 있으며, 일반적인 우울증과 달리 잠이 늘고 식욕이 왕성해지는 것이 특징이다.

예방을 위해서는 간혹 햇빛이 날 때 밖으로 나가 햇볕을 충분히 쬐는 것이 도움이 된다. 여의치 않다면 자신이 즐길 수 있는 실내 활동을 찾아 규칙적으로 운동하는 것도 방법. 스트레스 완화를 위해 마음을 편안하게 만들어주는 요가·명상·음악 감상 등도 추천할 만하다. 가벼운 우울감은 시간이 지나면 자연스럽게 완화되기도 하지만, 심한 우울감이 2주일 이상 지속되면 신경정신과 전문의의 상담을 받아야 한다.



콧속 쑤시는 마디마디, **관절염**

‘비가 오려나?’ 관절 마디마디가 쑤실 때 흔히 드는 생각이다. 실제로 우리 몸의 관절은 습도와 기압에 매우 민감해 장마철에 예민하게 반응을 한다. 원리는 이렇다. 기압이 낮아지면 관절 내 압력은 상대적으로 올라가는데, 이때 관절 내부 조직이 팽창하고 활액막(관절 주머니의 속을 싸고 있는 막)에 분포된 신경들이 자극을 받게 되는 것이다. 특히 약한 부위일수록 통증이 가중되기 때문에 관절 통증은 평소보다 심해지게 된다. 보통 때보다 두 배 이상 치솟는 습도도 문제다. 습도가 높아지면 관절 내 순환이 잘 이루어지지 않는다. 때문에 실내 습도를 40% 내외로 유지하는 것이 기본. 제습기를 사용하거나 서큐레이터 등으로 공기를 순환시켜주면 효과적이다. 간혹 습기 제거를 목적으로 에어컨을 켜기도 하는데, 찬바람이 관절에 직접 닿을 경우 주변 근육이 빠르게 수축되면서 통증이 더 심해질 수 있으므로 바람 방향을 조절하고, 얇은 긴 소매 옷을 입도록 한다.

갑작스러운 구토와 설사, **식중독**

장마철에는 고온다습한 환경 탓에 세균 번식이 활발하고, 모기와 파리로 인해 세균과 바이러스의 전염성도 높다. 게다가 장마철의 집중호우로 식중독균이 지하수에 침투될 위험도 있어 음식 섭취에 특히 각별한 주의가 필요하다.

식중독에 걸리면 구토·설사·복통·발열 등의 증상이 나타나는데, 이때 탈수를 막기 위해 따뜻한 물 혹은 이온 음료 등을 자주 마시는 것이 좋다.

식중독 예방에는 생활습관 관리가 무엇보다 중요하다. 첫째는 요리를 할 때나 식사 전에 손을 깨끗이 씻는 것이다. 손을 통해 세균이 옮겨질 수 있기 때문이다. 또한 음식은 반드시 익혀서 먹고, 물도 끓여 마시는 것이 안전하다. 주방을 깨끗하게 유지하는 것도 필수. 먹다 남은 음식물이 외부에 방치되

지 않도록 주의하고, 행주·도마·식기·조리도구 등은 끓는 물에 수시로 소독해 사용한다. 더불어 음식물은 밀폐한 후 냉창고에 보관하고, 사용하지 않은 깨끗한 수저로 필요한 만큼만 덜어서 먹는 습관을 실천해야 한다.

홍반 부위가 간질간질, **사타구니 습진**

대체로 무좀균이 원인인 사타구니 습진은 높은 온도와 습도가 큰 영향을 미친다. 세균 번식이 왕성해지기 때문인데, 사타구니 습진이 생기면 사타구니와 허벅지 부위가 심하게 가렵다. 또한 홍반이나 각질이 나타나기도 하며, 심한 경우에는 엉덩이와 배까지 번질 수도 있다.

이를 예방하기 위해서는 평소 샤워를 자주 하는 등 청결에 신경 쓰는 것이 중요하다. 특히 씻은 후에는 물기가 남지 않도록 피부가 접히는 부위까지 완전히 건조해야 한다. 땀을 많이 흘리는 사람이라면, 면 소재의 헐렁한 옷을 입어 통풍이 잘 되도록 하는 것도 도움이 된다. 또한 옷에 습기가 있을 경우 곰팡이가 번식해 피부로까지 번질 수 있으므로, 옷장에 제습제를 넣거나 옷 사이사이에 신문지를 끼워두는 등 습기 관리를 철저히 해야 한다. ㉔

TIP

장마철 집안 곰팡이, 이렇게 제거하세요!

- **화장실** _ 과자나 김 봉지 등에 들어 있는 실리카겔을 모아 부직포 주머니에 담은 후 욕실에 달아두면 습기 제거에 도움이 된다. 욕실 바닥에 곰팡이가 끼었다면, 헹겊에 소다 폰 물을 적셔 닦아주면 된다. 이때 식초를 함께 사용하면 세정력이 더 강해진다.
- **주방** _ 실리콘 이음새는 곰팡이가 생기기 쉽다. 희석한 락스 혹은 곰팡이 제거제를 뿌린 다음, 티슈를 붙인 상태로 하루 동안 두었다가 떼어내고 닦으면 간편하게 제거할 수 있다.
- **에어컨** _ 에어컨 필터는 칫솔로 먼지를 털어낸 후 전용 클리너를 이용해 깨끗이 세척하고, 바람이 잘 통하는 곳에서 말려 사용한다. 에어컨 날개는 작은 빗자루 등으로 먼지를 털고 깨끗한 걸레로 닦으면 된다. 이때 소다를 희석한 물을 묻혀 닦으면 더 효과적이다.
- **세탁기** _ 통돌이 세탁기는 세제 혹은 빙초산 300ml를 넣고 뜨거운 물을 가득 받아 반나절 정도 두었다가 일반 코스로 가동한다. 드럼 세탁기는 드럼 전용 세정제를 넣고 살기 코스로 돌리면 된다. 시판용 세탁소 곰팡이 제거제를 사용해도 좋으며, 1년에 3~4회 실시한다.

* 출처: 환경부 <곰팡이 관리 매뉴얼>

100년 만의 무더위가 찾아올 거라는 예보에 바짝 긴장하게 되는 올여름. 무더위는 체력을 떨어뜨리기 때문에 각종 질환의 발병을 증가시킨다. 이때 필요한 것이 보양인데, 여름철 보양은 면역력을 높여 건강을 지켜주는 중요한 요소가 된다. 이례적인 폭염 속에서 우리 몸의 기력을 채워줄 여름철 보양식, 지금 집에서 만들어보자.

글. 편집실 사진. 쿠켄



무더위 걱정 마! 상큼 시원하고, 달달하게 기력 채우는 여름철 보양 레시피



| 오징어전복물회 · 초계탕 · 냉 단팔죽 |

더위에 지친 심신을 달래줄 보양식 생각이 간절한 요즘, 어떤 음식을 먹어야 더위도 이기고, 건강도 챙길 수 있을까?

바다를 접한 곳에서는 삼계탕, 보신탕 못지않게 여름 활어로 만든 물회를 여름철 대표 보양식으로 꼽는다. 그중 대중적인 여름철 물회가 오징어물회다. 오징어회는 육질이 조금 무르게 느껴질 수 있는데, 차갑게 물회로 만들어 먹으면 쫄깃쫄깃한 육질을 제대로 느낄 수 있다. 여기에 전복을 추가하면 더 좋은데, 전복은 단백질과 비타민 B1·B12 함량이 많고 칼슘·인 등 미네랄이 풍부해 원기 회복에 탁월하다. 특히 아미노산 성분과 타우린이 풍부해 피로 회복에 좋을 뿐 아니라 지방 함량은 적고, 칼로리는 낮아 몸매 관리에 신경 쓰이는 여름에는 더없이 훌륭한 식품이다. 칼칼하면서도 새콤달콤한 오징어전복물회에 신선한 채소를 곁들이면 더위는 한 방에 날아간다. 당장 바다로 떠날 수 없다면 바다의 풍미가 담긴 오징어전복 물회 한 그릇으로 집에서 시원하게 더위를 날려보자.

두 번째 추천 메뉴는 차게 먹는 여름 보양식 초계탕으로, 닭가슴살만 이용하여 담백하게 끓여 보자. 맑은 닭 육수에 맛있게 양념한 가슴살과 신선한 채소를 곁들이고, 메밀 소면까지 한 젓가락 말아 넣으면 어른뿐 아니라 아이도 부담 없이 먹는 시원하고 든든한 한 그릇이 된다.

옛 조상들은 삼복날 닭고기와 팔죽으로 몸을 보양했다는데, 후식으로는 진하고 달콤한 팔죽을 추천한다. 팔은 비타민 B1이 풍부해 피로 회복에 좋고, 식이 섬유가 많아 소화에도 도움을 준다. 팔빙수 대신 엄마표 냉 단팔죽을 조금씩 만들어 냉장고에 넣어두었다가 디저트나 간식으로 권해 본다. 팔을 불릴 필요도 없어 쉽게 똑딱 만들 수 있다. 끓인 직후엔 그대로 따뜻한 팔죽으로 먹어도 좋다.



Recipe



바다향이 물씬 오징어전복물회

재료 : 전복 1마리, 오징어 2마리, 동치미 국물 200mL, 깻잎 4장, 오이 0.5개, 치커리 약간, 배 0.25개, 당근 0.5개

양념/소스 : 참기름 약간, 올리고당 1큰술, 다진 마늘 1큰술, 소금 약간, 고운 고춧가루 1큰술, 설탕 2큰술, 고추장 2큰술, 연겨자 0.5큰술, 간장 0.5큰술, 통깨 약간, 식초 3큰술

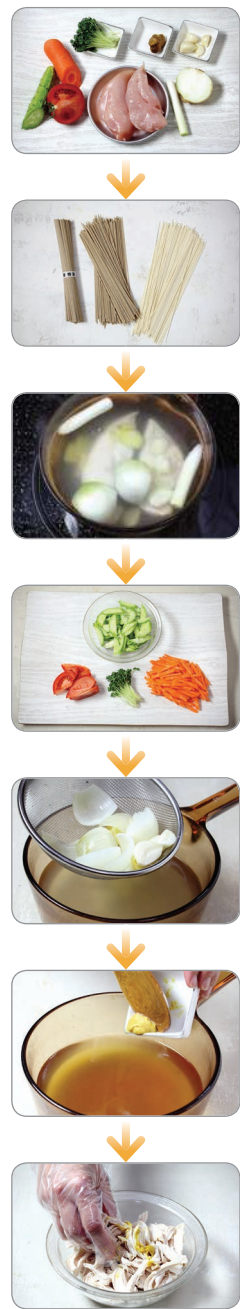
- ① 오징어와 적정 분량의 재료를 준비한다.
- ② 오징어는 살짝 데쳐 몸통은 링으로 썰고, 다리는 먹기 좋게 자른다.
전복은 손질하여 먹기 좋은 크기로 썬다. 오이, 당근, 깻잎, 배는 채를 썬다.
- ③ 양념장 재료(고운 고춧가루 1큰술, 설탕 2큰술, 올리고당 1큰술, 간장 0.5큰술, 식초 3큰술, 고추장 2큰술, 다진마늘 1큰술, 연겨자 0.5큰술, 참기름 약간, 통깨 약간, 소금 약간)를 모두 섞는다.
- ④ 그릇에 오징어와 채소를 듬뿍 담는다.
- ⑤ 얼음 동동 띄운 동치미 육수에 양념장을 섞어 부어 낸다.

Tip.

동치미 육수가 없을 땐
다시마 물을 사용한다.



Recipe



입맛 살리는 든든한 한끼 초계탕

재료 : 닭 가슴살 2쪽, 마늘 3톨, 양파 0.5개, 생강 1톨, 당근 약간, 무순 약간, 토마토 0.5개, 오이 0.5개, 대파 15cm

소스 재료(닭 육수 2컵 기준) : 국간장 1큰술, 설탕 0.3큰술, 식초 2큰술, 겨자 1작은술, 소금 약간

- ① 닭 가슴살에 물을 넉넉히 붓고, 마늘, 생강, 양파, 대파를 넣어 푹 끓여 준다.
- ② ①의 닭 가슴살을 건져 가늘게 찢어 놓고, 겨자, 소금, 설탕 식초를 조금 넣고 살짝 무친다.
- ③ 닭 육수는 면보에 걸러 차갑게 식혀 놓는다.
- ④ ③에 소스 재료를 잘 섞은 후에 냉장 보관한다.
- ⑤ 오이는 굵게 썰어 소금에 절였다가 꼭 짜서 물기를 뺀다.
- ⑥ 당근은 채 썰고, 토마토는 먹기 좋은 크기로 자른다.
- ⑦ 그릇에 닭고기, 면, 토마토, 오이, 당근, 무순을 담고 차갑게 만들어둔 육수를 부어 완성한다.
- ⑧ 메밀면이나 소면을 삶아 초계면으로 먹어도 좋다.

진하고 달콤한 냉 단팥죽

재료 : 팥 250g, 찹쌀가루 35g, 올리고당 100g, 황설탕 60g

- ① 팥은 불리지 않은 채로 끓인다. 처음 2~3번은 끓어오르면 물을 버리고, 다시 물 1ℓ를 넣어 푹 삶는다. 중약 불로 30~40분 정도 끓여 주는데, 팥이 익으면 국자나 주걱으로 알갱이를 으깨준다.
- ② 물 150cc에 찹쌀가루를 잘 개어 ①에 부으면서 짓는다.
- ③ ②에 설탕과 올리고당을 넣어 한소끔 끓여준다.
- ④ 차게 식혀 기호에 맞게 고명을 얹어 낸다.

Recipe



코로나19가 바꾼 일상, 마음 방역은 'The-K 마음쉽'과 함께

코로나19 사태가 우리 일상 풍경을 크게 바꿔 놓았습니다. 필수가 되어버린 마스크 착용이나 손 씻기부터 재택근무와 온라인 수업, 사회적 거리두기 등 이전과는 다른 일상이 이어지고 있는데요. 기존 생활의 익숙한 패턴이 무너지고, 사회 전반에 님선 변화가 찾아오면서 우리는 소소했던 일상의 소중함을 더욱 크게 느끼며, 심리적으로 불안한 마음이 들기도 합니다. 코로나19가 바꾼 일상으로 인해 지치고 걱정스러운 마음에 방역이 필요하다면 'The-K 마음쉽'을 기억하세요.

글. ㈜다인

QR코드를 스캔하면
'The-K 마음쉽'의 자세한 이용 안내를
확인할 수 있습니다.



너무나 평범했던 일상의 단편들

‘모자’라는 필명으로 활동 중인 작가가 쓴 「숨」이라는 에세이에는 모두 34개의 이야기가 담겨있습니다. 사랑, 이별 이야기부터 버스 운전기사, 폐지 줍는 할머니, 우표를 사는 할아버지 이야기 등 소소한 우리네 이야기입니다. 그중 젊은 버스 운전기사 아저씨의 이야기를 소개합니다.

아저씨는 매일 편의점에 들러 천원을 놓고 갑니다. 버스가 돌아올 때쯤 편의점 가게 주인은 컵라면을 준비해서 주고, 가끔은 커피도 타 줍니다. 아저씨는 편의점 주인에게 때론 자신의 아기 사진도 보여주고, 좀 더 나은 버스회사에 가서 일하고 싶다는 투정도 해봅니다. 그러한 일상이 그들에겐 소소한 즐거움이고, 기다림입니다. 그러다가 편의점이 문을 닫는데, 마지막 날에도 편의점 주인은 그에게 담배와 라면을 건넵니다. 마치 아무 일도 없는 것처럼, 그렇게 그들은 이별합니다.

에세이에는 너무 평범해서 더 이상 특별할 것도 없는 일상의 기억들, 잊고 지냈던 추억들, 무심코 흘려보냈던 시간에 관해 이야기합니다. 평범한 일상을 꾸밈없이 담백하게 이야기함으로써 독자는 에세이 속 소박한 삶에 공감하기도 하고, 어린 시절을 추억하기도 합니다. ‘숨’이라는 상징성은 우리가 매 순간 마주하고 있지만, 그 소중함을 모르는 일상에 대한 경각심을 되새기게 합니다.

일상이 주는 소중한 울림을 느끼다

매일 경험하는 일상은 어떤 모습이기에 우리에게 그토록 소중한 걸까요. 대부분의 사람은 휴대폰 알람 소리를 듣고 아침을 시작합니다. 일어나자마자 출근 준비를 하고, 만원 지하철과 버스를 번갈아 타고 회사에 도착합니다. 숨 돌릴 틈도 없이 회의가 시작되고, 회의가 끝나면 업무 메일을 열어본 뒤 보고서를 작성하다 보면 점심시간이 됩니다. 무얼 먹을까 고민할 새도 없이 휙쓸려 나가 밥을 먹고 커피 한잔을 손에 든 채 사무실에 들어옵니다. 오후에도 비슷한 일을 하고 퇴근합니다. 똑같은 길을

따라 집에 들어와 밥을 먹고, TV를 보다가 잠이 듭니다. 그리고 다시 아침, 다람쥐 쳇바퀴 도는 듯하다고 표현하는 일상의 모습입니다. 그런데 이게 왜 소중한 것일까요.

바로 내가 살아있음을 느끼게 하는 다양한 신호 때문입니다. 매일 같은 일상 속에서도 조금씩 다른 모습들이 나타납니다. 일상이 가져다주는 소리, 느낌, 대화, 즐거움, 고단함, 외로움을 느끼며 하루가 갑니다. 나의 오감을 통하여 무수한 감정의 기억들이 내 머릿속에 차곡차곡 쌓여갑니다.

그런데 코로나19로 우리 일상에 조금씩 변화가 생깁니다. 그리고 습관처럼 받아들일 준비가 되어 있던 기억 속에 갑자기 그런 일상의 기억이 들어오지 않으면 당황하기 시작합니다. 처음에는 서로에게 거리를 두며 조금 홀가분하기도 합니다. 자유로움도 느끼고, 편안함도 있습니다. 그러다 시간이 지나면 가장 먼저 느껴지는 건 외로움입니다. 코로나19로 인한 사회적 거리두기가 역설적으로 타인의 온기 없이 인간이 얼마나 살기 힘든 사회적 동물인지 새삼 깨닫게 한 것입니다.

이처럼 내가 가진 것들, 나와 같이 있는 사람들, 자신이 누리고 있는 것들을 당연하게 여기는 ‘일상성의 함정’에서 벗어나면 그 일상의 소중함을 알게 되고, 그 자체가 마음의 자산이 됩니다. 관계의 균열은 사소한 일에서부터 오고, 영혼 없는 대답에서부터 오는 것처럼, 조그마하고 소소하게 보이는 무미건조한 일상을 가치 있게 만드려는 노력이 필요합니다.

코로나19 전쟁의 끝은 아직 보이지 않습니다. 시민 열 중 넷이 무기력과 위축감, 경계심을 호소했다는 한 조사 결과도 있습니다. 이제 코로나19 이전 일상으로 돌아가기 어렵다는 목소리도 나오는데요, 무엇보다 현재 상황을 긍정적으로 받아들이려는 노력이 필요합니다. 그래도 불안함을 떨쳐버리기 어렵다면 ‘The-K 마음침’을 찾아주세요. 대면상담이 망설여진다면 전화 상담을 적극적으로 이용해보는 것도 좋겠지요. 모두가 건강하게 코로나19 사태를 잘 극복해 나가며 순간순간 더 반짝일 수 있기를 ‘The-K 마음침’이 항상 응원합니다. ㉠

힐링도 두 배, 행복도 두 배

— 한국교직원공제회 현직 회원을 위한 2가지 마음침 이벤트 —



코로나19로 인한 생활의 변화로 스트레스를 받는 회원들을 위해 ‘The-K 마음침’이 특별한 이벤트로 찾아옵니다. 7월 1일부터 7월 31일까지 ‘The-K 마음침’ 홈페이지 이벤트에 댓글을 달아주시는 회원 1천명에게 선착순으로 스타벅스 아이스 아메리카노를 드립니다. 시원한 커피 한 잔으로 마음속 스트레스도 시원하게 날려 보세요!



매주 찾아오는 월요일, ‘월요일’ 때문에 힘들지 않으신가요? 이른 무더위에 몸도 마음도 지치는 요즘, 7월 동안 매주 월요일에 ‘The-K 마음침’ 심리 상담을 신청하신 회원님을 선정하여 특별한 선물을 드립니다. 마스크팩·비타민·초콜릿 등 다양한 선물 받고, 한 주의 시작 월요일을 기운차게 보내세요!

※자세한 사항은 한국교직원공제회 홈페이지에서 확인하실 수 있습니다.(이벤트 문의: 1577-3400)



인생의 속도를 늦추고 싶을 때 ‘라오스 한 달 살기’





지구상에서 평화로운 나라 중 하나로 손꼽히는 '라오스'. 맛있는 것을 먹으려면 태국으로 가고 사람들을 만나려면 라오스로 가라는 말이 있듯이, 순수한 사람들을 만나고 싶으면 라오스로 가라고 말하고 싶다. 특히 라오스 사람들의 수줍은 미소를 보면 누구라도 슬그머니 경직된 어깨를 풀게 된다. 그 미소를 보고 있으면 맑은 물속을 들여다보고 있는 것처럼 편안해진다. 게다가 일상이 바쁜 한국과는 달리 라오스에는 여유가 훨씬 느껴진다. 그래서인지 라오스는 한 번 머물러 본 사람들은 반드시 다시 찾게 되는 '쉼'의 나라이기도 하다. 삶의 여유를 느껴보고 싶다면 라오스 한 달 살기를 적극 추천한다.

글_사진. 조숙(여행작가)



01. 루앙프라방 중심가 풍경

라오스 입국은 국내 저가 항공으로

라오스에는 공항이 수도 비엔티엔 한 곳밖에 없어서 항공편을 이용하려면 비엔티엔으로 입국해야 한다. 우리나라에는 저가 항공편이 자주 운행한다. 한 달 살기를 계획한다면 몇 달 전에 티켓을 예약하자. 왕복 20만 원 정도로 저렴하게 구입할 수 있다.

중요한 것은 수화물의 양이다. 수화물이 없다면 최저 5만 원(편도) 짜리 항공권도 있다. 필자는 라오스에서 세 번째 한 달 살이를 했는데, 횡수를 거듭할수록 수화물량이 줄어든다. 여행을 하면 할수록 요령이 생겨 가방이 가벼워지기 때문이다. 한편, 라오스는 메콩강을 따라 태국, 베트남, 미얀마, 중국과 인접해 있는 나라이기 때문에 육로로 입국하는 방법도 다양하다. 주변의 다른 나라에서 장기간 여행하는 사람도 쉽게 라오스로 들어올 수 있다.

'버펄냥'으로 통하는 라오스 인사

라오스의 기본적인 인사는 '사바이디'로 '안녕, 평안'이라는 뜻이다. '사바이디' 만큼 많이 쓰는 말이 '버펄냥'이다. '괜찮다'라는 뜻인데 이 말은 두루두루 많이 쓰인다. 자신의 감정을 잘 드러내지 않는 라오스 사람들은 슬플 때나 기쁠 때나 화났을 때도 그저 '버펄냥'이라 하고, 뭔가 부족하거나 지나쳤어도 콧소리 섞은 '버펄냥' 한마디면 끝이다.

한 달 살기 숙소는 루앙프라방에서

라오스 한 달 살기를 계획했다면 루앙프라방에서 가장 오래 머물기를 권한다. 루앙프라방은 비엔티엔에서 국내선 항공으로 한 시간 만에 갈 수도 있고, 방비엥에서 출발하는 버스를 타고 가도 된다. 수도인 비엔티엔보다 음식과 숙소도 더 좋은 곳이 많다. 유럽인들이 한 달 살기로 루앙프라방을 선호하는 이유다. 로터리를 중심으로 주변에 프랑스풍의 예쁜 숙소가 많고, 가격은 1박에 15~25불 선으로 저렴한 편이며, 대부분 조식을 제공한다. 하루에 한 곳씩 옮겨가며 숙박하는 재미도 있다.



02



03

02. 루앙프라방의 먹거리 시장
03. 라오스에서 흔히 볼 수 있는 바게트

이동 수단은 바이크와 툽툽으로 자유롭게

교통수단이 발달하지 않은 라오스에서는 바이크를 타고 여행하는 것이 가장 편리하다. 바이크나 자전거를 일주일씩 렌트해서 움직이는 것을 추천한다. 가까운 곳은 자전거로, 멀리 갈 때는 툽툽(오토바이 뒤에 승객이 탈 수 있는 좌석 칸을 연결해 개조한 이동수단)로 충분하다. 툽툽이 이용 가격이 비교적 저렴해서 가끔씩 이용하기에 큰 부담이 없다.



04

04. 메콩 강변의 바이크 주차장
05. 교통사고가 나면 나뭇가지를 꺾어 사고 지점을 표시하는 모습
06. 전통치마를 만들기 위해 베를 짜는 모습
07. 소수민족 몽족들의 몽족축제
08. 순수한 미소가 돋보이는 라오스 여인
09. 방비엥의 풍경
10. 신비한 물빛이 매력적인 광시폭포



05

저렴한 물가와 풍부한 채소·과일

라오스 화폐 단위는 킵(k)이다. 가장 많이 쓰는 돈이 10,000킵인데 우리나라 화폐로 치면 1,400원이다. 이 돈으로 1.5리터짜리 물 두 병을 살 수 있다. 가장 고액권이 100,000킵(14,000원 정도)이다. 현지 식당에서는 될 수 있으면 고액권을 사용하지 않는 게 좋다. 쌀국수 한 그릇(10,000킵) 먹고 100,000킵을 사용했다가는 거스름돈을 구하러 온 동네를 돌아다니게 만들고, 바뀔 때까지 무작정 기다려야 하는 사태가 발생할 수도 있기 때문이다.

라오스에서는 쌀국수와 참쌀밥, 바게트, 메콩강에서 잡은 민물고기를 대표 음식으로 꼽을 수 있다. 또한, 가장 유명한 것은 '라오 맥주'인데, 누구나 얼음 넣은 '라오 맥주'를 즐기고 물보다 더 자주 마신다. 바다가 없는 라오스는 해산물을 모두 수입하므로 신선도가 떨어져 비싼 편이고, 닭고기와 돼지고기 역시 비싸 조금씩 먹는다. 하지만 라오스 물가는 전반적으로 주변 다른 나라들보다 저렴한 편이고, 신선한 채소와 과일은 풍부해서 부담 없이 즐길 수 있다.



TIP

라오스 여행 시

- 한국인은 15일 동안 무비자로 입국이 가능하데, 15일 이상 체류를 하려면, 도착 후 한달 간 체류가 가능한 Arrival Visa 발급 신청이 가능하다. 발급은 공항에서 받으면 되고, 사진 1장도 필수로 준비해야 한다.
- 방비엥에서 액티비티한 체험을 할 때는 아쿠아슈즈나 튼튼한 샌들을 신는 게 좋다.
- 더운 나라이지만 숙소에서 에어컨을 많이 틀기 때문에 얇은 긴팔 옷을 꼭 챙긴다.



06



07

라오스, 어디를 여행해볼까?

라오스 한 달 살기 여행은 크게 세 군데 도시로 나뉘서 머무르면 좋다.



08

첫 번째 추천 여행지, 새벽시장이 매력적인 수도 '비엔티엔'

공항에서 비엔티엔의 중심지인 여행자 거리까지는 10분 정도 걸리는 가까운 곳에 있다. 라오스 전역에 메콩강이 흐르고 있기 때문에 메콩강으로 시작해서 메콩강으로 끝난다. 다운타운 역시 메콩강변에 있다. 태양이 힘을 잃을 오후 3시부터 비엔티엔 시민들은 물론 여행자들도 슬슬 움직이기 시작해 여행자 거리를 중심으로 밤마다 야시장이 열리고, 메콩강변에는 곳곳에서 에어로빅 강습이 열린다. 자신에게 맞는 스타일의 강사를 선택해서 같이 운동하다 보면 어느새 라오스의 매력에 동화된다. 비엔티엔에서 가장 복잡한 곳은 '딸랏싸오' 새벽시장이다. 주로 야채와 과일 생선 등 먹을거리를 도소매하므로 식당 상인들이 새벽에 싱싱하고 신선한 식재료를 구입하러 나온다. 수제 햄과 메콩강에서 잡은 큰 생선도 판매한다. 특이한 식재료들도 눈에 띄는데 다양한 개구리 종류와 물소껍질도 볼 수 있다. 오전 8시가 되면 마무리하라는 의미의 종이 새벽시장에 울려 퍼진다.

두 번째 추천 여행지, 액티비티 천국 '방비엥'

방비엥에는 비교적 싼 비용으로 즐길 거리가 많다. 특히 방비엥에는 세 군데 '블루라군 (푸른 연못을 말하는데, 물빛이 에메랄드빛인 데다 주변에 고목이 있어서 숲속의 웅덩이 같은 곳)'이 있는데 라오스 하면 블루라군이 떠오를 정도로 유명하다. 도심에서 30분 정도 떨어진 거리에 있어서 버기카(4륜 구동차)를 이용하기도 하고 여행사에 신청해서 투어로 가기도 한다. 블루라군 위를 줍라인을 타고 가로지르기도 하고, 나뭇가지 위에 만들어 놓은 다이빙대에서 다이빙을 즐길 수도 있다. 또한, 튜브를 타고 동굴을 탐험하는 '동굴 튜빙'과 쏘강을 따라 카약을 타고 내려오는 '카약킹' 체험도 추천한다.



09



10

세 번째 추천 여행지, 멈추고 싶은 곳 '루앙프라방'

루앙프라방은 도시 자체가 세계문화유산으로 등록된 곳이다. 변화의 속도나 일상의 패턴이 느리다 보니 사람들의 발걸음도 느리다. 낮에는 카페나 식당에서 어깨에 힘을 풀고 앉아있다가 해질녘 가까운 '푸시산'을 오르거나 야시장을 슬슬 걷는다.

야시장에서 물건을 파는 사람들은 대부분 소수민족인데, 주로 수공예품을 판매한다. 또한, 비엔티엔에서 접한 변화의 물결과 방비엥에서 한껏 들떠 있던 마음을 차분하게 가라앉게 해주는 곳이 바로 루앙프라방이다. 루앙프라방은 '탁발(수행하는 스님들이 걸식하며 생계를 잇는 과정)'으로 새벽 문을 여는 것이 새로운 문화가 되었다. 새벽 5시 30분부터 왕궁박물관 근처에서부터 주황색 장삼을 입은 스님들이 어깨에 발우를 메고 줄지어 맨발로 걸어 나온다. 그러면 찰밥을 조금씩 주걱이나 손으로 떼어 발우에 담아 공양하면 된다. 공양받은 밥은 옆에서 기다리고 있는 가난한 아이들에게 다시 나눔으로 이어진다. 이밖에 신비한 물빛이 매력적인 팡시폭포와 루앙프라방에서 가장 오래되고 아름다운 사원인 왓 씨앙통 사원을 구경하는 것도 좋다. ㉔

한국교직원공제회가
회원과 가족의 건강을 위해
새롭게 선보이는,

‘건강검진 통합 서비스’

- 모바일 앱을 통한 제휴 검진기관
예약 시 최대 60% 할인
- 회원 및 배우자, 배우자의 직계
존비속까지 이용 가능



한국교직원공제회
홈페이지
‘건강검진 통합 서비스’



건강검진은 평소 인지하지 못했던 다양한 전신 질환을 발견할 수 있도록 돕습니다. 만성질환을 예방하고, 조기에 발견하려면 건강할 때 정기적으로 건강검진을 받는 것이 매우 중요합니다. 그런데 전 세계를 강타한 코로나19로 인해 외출을 자제하면서 건강검진을 받는 사람이 지난해보다 올해 대폭 감소했다고 합니다. 국민건강보험공단에 따르면, 코로나19가 국내에서 본격 확산되기 시작한 올해 2월 이후부터 일반 건강검진의 수검률이 확연히 낮아졌습니다. 하지만 이처럼 건강검진을 제때 받지 않는다면 질병을 조기에 발견할 기회가 늦어질 우려가 생기고, 특히 건강검진 항목들은 면역력을 저하시키는 기저질환과 관계되는 항목들이 많습니다. 면역력의 중요성은 코로나19를 비롯한 감염질환의 예방을 위해서도 강조되고 있는데요, 따라서 가능한 빠르게 검진을 받아서 이상 소견이 있는 사람은 조기 치료와 관리를 통해 건강을 유지·

Q

**이번에 새롭게 오픈한 서비스의
장점은 무엇인가요?**

한국교직원공제회 회원이라면 모바일 앱을 통해 가입용 추천 코드(고객사 코드)를 입력한 후 희망일자에 전국 약 150개의 제휴 검진기관 중 원하는 곳을 편리하게 예약할 수 있으며, 일반검진료 대비 10~60%정도 할인된 금액에 이용할 수 있습니다. 또한 모바일 앱을 통해 상시 검진 결과 및 이상 소견 등을 간편하게 확인하실 수 있고, 검진기관이 상이하더라도 최근 3개년 검사 결과 비교 및 이력 관리가 가능합니다.



가 득 담 앓 습 니 다 !

증진하는 것이 더욱 바람직한 선택이 될 것입니다. 또한 평소에는 개인위생 수칙을 지키고 금연·금주·균형 잡힌 영양소 섭취·적절한 운동 등 건강한 생활 습관 실천을 통해 면역력 강화에 노력해야 합니다.

이처럼 건강한 삶을 위해 꼭 필요한 건강검진이지만, 다소 비싼 비용에 부담을 느껴 망설이는 분들이 많으실 텐데요. 한국교직원공제회는 이러한 고민을 해결하고, 회원과 직계가족들의 건강한 삶을 위해 전국 주요 대학병원 및 지정 의료기관과의 제휴를 통해 종합건강검진 할인 혜택을 드리고 있습니다. 특히 2020년 6월부터는 디지털 헬스케어 솔루션 대표 기업(주)유비케어와 제휴를 맺어 건강검진 통합 서비스를 새롭게 제공합니다. 모바일 앱 '에버헬스 가족검진'을 통해 전국 약 150개의 제휴 검진기관 예약이 가능하며, 검진 기관별 검진 항목 비교 및 예약일자 선택도 가능합니다. 그리고 일반 검진

료 대비 10~60% 정도 할인된 금액의 다양한 검진 패키지를 제공하며 상시 검진 결과 확인뿐 아니라, 최근 3개년 검사 결과 수치 비교 및 이력 관리까지 가능합니다. 또한 회원 본인을 포함하여 회원의 배우자, 회원 및 배우자의 직계존비속까지 건강검진 통합 서비스를 이용하실 수 있습니다. 보다 자세한 내용은 한국교직원공제회 홈페이지 복지서비스 → 의료기관 → 건강검진 통합 서비스에서 확인할 수 있습니다.

※본 제휴서비스 및 혜택 내역은 시기별로 상이할 수 있으니 이용 전 홈페이지를 참고하시거나, (주)유비케어로 문의해주시기 바랍니다.

☎ 02-3449-4825 (주)유비케어 고객센터)



Q&A 건강검진 통합 서비스가 궁금해요!

Q 건강검진 통합 서비스를 이용하려면 어떻게 예약해야 하나요?

- 준비** 가입용 추천코드(고객사 코드) 확인
※가입용 추천 코드(고객사 코드)는 한국교직원공제회 홈페이지에 로그인하여야 확인 가능합니다.
- 설치** 스마트폰에서 '에버헬스 가족검진' 앱 설치
- 가입** 앱 설치 후 한국교직원공제회 고유번호 입력하여 회원가입
- Step 1.** 로그인 페이지 하단 '가족검진 가입하기' 클릭 → 가입인증 정보 입력 후 다음단계 클릭

Step 2. 가입인증 완료 후 '가입용 추천 코드(고객사 코드)' 입력

Step 3. 아이디, 비밀번호, 이메일(선택) 입력 → 다음단계 클릭 → 이용약관, 개인정보처리방침 동의 후 확인 → 가입 완료
- 예약** 검진기관, 검진 패키지, 일자 등 확인 후 예약 신청 및 일자 확정
- 방문** 확정 받은 일자에 검진기관 방문 및 검진 완료

Q PC로는 예약이 안 되나요?

해당 서비스는 모바일 어플리케이션 '에버헬스 가족검진' 설치를 통해서만 이용이 가능합니다.

Q 건강검진 통합 서비스 이용대상은 어떻게 되나요?

한국교직원공제회 회원 및 배우자, 회원 및 배우자의 직계존비속까지 이용가능하며 회원의 배우자 및 직계존비속도 동일한 가입용 추천 코드(고객사 코드)를 입력하여 개별적으로 회원가입을 해야만 이용 가능합니다.

※회원 및 배우자, 회원 및 배우자의 직계존비속 외 본 서비스 이용 시 불이익 처분을 받을 수 있습니다.

'에버헬스 가족검진' 앱 다운로드



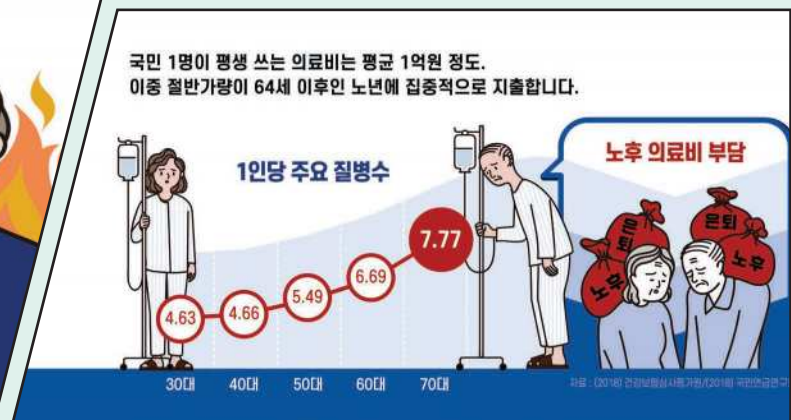
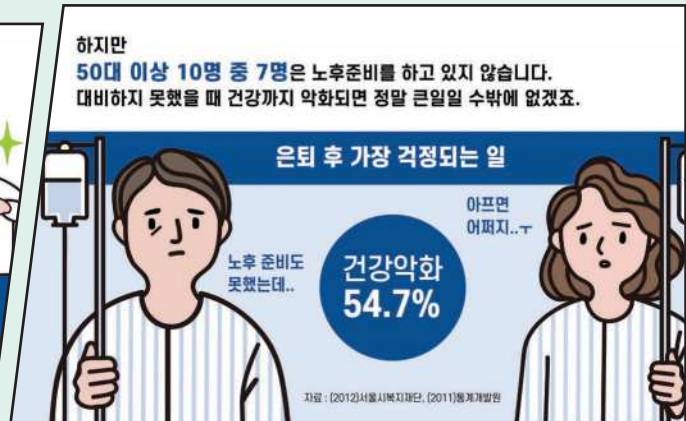
구글 플레이



앱스토어

두 배로 신경 쓴 노후 건강설계 한국교직원공제회 생명보험, ‘교직원라이프 더블업종합공제(2002)’

요즘 우리는 코로나19로 인해 한번도 경험하지 못한 경제적 어려움 속에 직면해 있다.
이럴 때일수록 건강과 풍요로운 노후를 책임질 보험상품이 절실하다. 교직원에게 주로 발생하는 질병을 고려한 맞춤형 100세 보험,
‘교직원라이프 더블업종합공제(2002)’는 60세 이후부터 특약을 두 배로 보장해주는 든든한 보험이다.
교직원만을 위해 다양한 보장으로 설계된 더블업종합공제(2002)를 눈여겨 보자.



한국교직원공제회 생명보험 교직원라이프
더블업종합공제(2002)에 가입하려면?

보험 가입 상담

보험 콜센터

공제회 홈페이지



(1577-3993)



▲상담 신청 하기



노후 막대한 의료비 부담을 줄이기 위해
보험료 인상없이(비갱신) 최대 100세까지
60세 전/후 2배 강화 보장 (해당특약 가입 시)



네, 그리고 값비싼
고액 암치료비도
보장해 주더라고요



60세 이후부터
2배로 보장해 주면
큰 보탬이 되겠어요!

암진단비 역시 이원화된 보장설계로 2배 보장 강화
일반암 최대 1억 2천만원 지급 (6구좌기준, 해당특약가입시)

<구좌 기준>

암 종류	60세 이전	60세 이후
고액 암	2,000만원	4,000만원
일반 암	1,000만원	2,000만원
소액 암	200만원	400만원



조금이라도 빨리
준비해서 든든한
노후 보내고 싶어요



그러게요.
노후 걱정 이제
한시름 놓겠어요!

오직 교육가족만을 위한 혜택!

- ✓ 보험료 인상없이(비갱신) 최대 100세까지 보장
- ✓ 교직원만을 위한 특별한 3가지 특약 마련
(해당특약 가입시)
- ✓ 60세 전 · 후 이원화된 2배 보장설계

교직원라이프는 교직원분들의
더 건강한 라이프를 응원합니다!



‘The-K 크리에이터’가 공유하는



일상의 생생한 콘텐츠 속으로!



“신규 교사원들을 위한 장기저축급여의 모든 것”

The-K 크리에이터 반월초등학교 박지원



- 회원의 안정적인 노후 생활자금 마련을 위해 높은 급여율로 설계된 장기 저축상품 '장기저축급여'를 소개합니다.
- 현직 회원이자 교사인 The-K 크리에이터가 신규 교사원을 위해 궁금한 점들을 Q&A 형식으로 정리해보았습니다.



“장애학생과 함께하는 통합교육 이야기”

The-K 크리에이터 경희학교 이성진



- ‘통합교육’이란 장애학생이 일반학교에서 또래와 함께 개개인의 교육적 요구에 적합한 교육을 받는 것을 말합니다.
- 특수학교 선생님이 전달해주시는 생생한 실제 교육현장, 생활지도와 교육 팁까지 가득하니, 함께 만나볼까요?



“더워지기 전에 건강 챙겨! 당신의 건강은 안녕한가요?”

The-K 크리에이터 의왕초등학교 정예슬

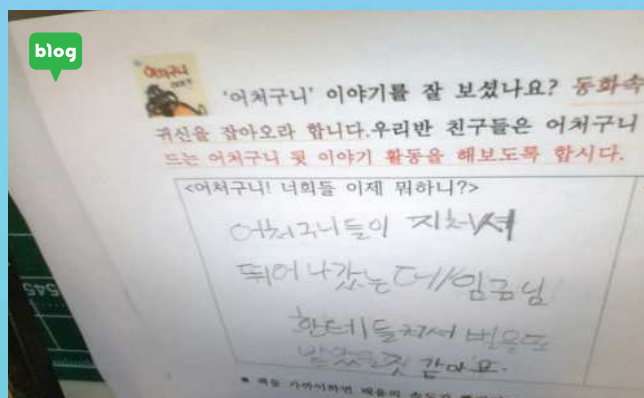


- 소중한 교육가족 여러분들의 건강을 위해 일상 속에서도 간편하게 참고할 수 있는 유용한 정보들을 알려드립니다.
- 우리 다함께 훌쩍 다가온 무더운 여름에 맞서 우리의 건강을 지켜낼 준비를 시작해볼까요?



“글쓰기 감각 키우기 활동으로 빛나는 우리 반”

The-K 크리에이터 황지중앙초등학교 장규동



- 어린이에게 글쓰기를 가르칠 때, 학생들의 눈높이를 고려한 지도를 통해 글쓰기 습관을 만들어주는 것이 중요합니다.
- 고민이 많으실 선생님들과 학부모님들을 위해 글쓰기 지도 방법과 수업 사례를 3단계로 소개해주는 알찬 콘텐츠!



한국교직원공제회의 'The-K 크리에이터'는 교육가족 여러분과 가까이 소통하며 다양한 제도, 각종 혜택, 교육·업무현장과 관련된 알찬 소식들을 글과 영상으로 알려주실 다양한 연령대·지역·소속의 한국교직원공제회 회원님들로 구성되어 있습니다. 19명의 회원님들이 직접 전해주는 생생한 현장 속으로 빠져보세요!



한국교직원공제회 블로그
“교육가족의 다락방(多樂房)”



한국교직원공제회 유튜브
“The-K 한국교직원공제회”

※ The-K 매거진에 소개된 콘텐츠는 The-K 크리에이터 분들께서 직접 제작해주신 한국교직원공제회 블로그·유튜브 채널에 게재된 콘텐츠이며, 해당 채널에 접속하시면 The-K 크리에이터들의 콘텐츠를 더 많이 만나보실 수 있습니다.

“북&JOY 도서증정 행사로 읽어본 하버드 상위 1%의 비밀”

The-K 크리에이터 수주중학교 이정현



- 한국교직원공제회는 베스트셀러 20종의 도서 중 회원이 희망도서를 직접 선택할 수 있는 북&JOY 도서 증정 행사를 매월 개최하고 있습니다. 실제 당첨 후기, 만나볼까요?
- 응모, 당첨후기부터 책 소개까지 재미있는 영상으로 만나요!



“구글 Art&Culture로 떠나는 우리나라 그리고 세계 곳곳 사이버 현장 체험”

The-K 크리에이터 금일초등학교 이탁훈

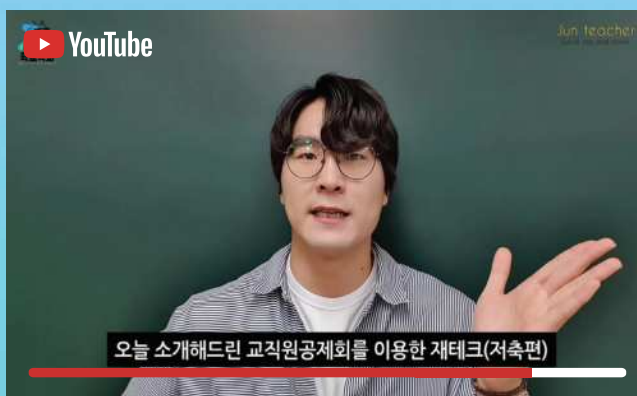


- 온라인에서 현장체험을 할 수 있다는 사실, 알고 계셨나요? 코로나19로 체험활동이 제한된 요즘, 아이들과 함께 즐겁게 온라인으로 박물관이나 미술관을 탐방할 수 있는 방법을 소개합니다.
- 구글 아트앤컬처를 활용해 실제 수업에도 함께 적용해 봐요!



“학생들을 위해 재테크를 하자 (#1. 저축편)”

The-K 크리에이터 광양중마초등학교 선민준

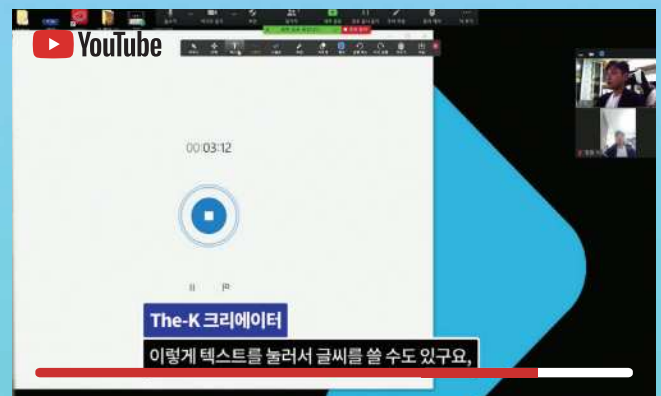


- 학교생활의 A부터 Z까지! 모르는 것 빼고 다 알려드리는 '준티처의 학교백과'가 돌아왔습니다. 이번에는 교육가족들을 위한 재테크, 한국교직원공제회의 '장기저축급여'와 '목돈급여'를 알기 쉽게 설명해드리니 클릭해 살펴보세요!



“원격수업의 대표주자 'ZOOM' 파헤쳐보기”

The-K 크리에이터 석암초등학교 이정환



- 코로나19로 인한 첫 온라인 개학, 원격수업 때 유용하게 쓰이는 교육 프로그램, 'ZOOM'의 다양한 활용 기능을 소개해드립니다. The-K 크리에이터와 함께 따라해 볼까요?
- ZOOM 프로그램 첫 가입부터 활용법까지 모두 알려드립니다!



‘더 따뜻한 말, 더 든든한 맘’

The-K행복서비스 응원·희망 메시지 나눔 이벤트

한국교직원공제회는 지난 5월 25일부터 6월 21일까지 홈페이지를 통해 코로나19 극복을 위해 의료진과 동료 교직원들에게 응원과 희망의 메시지를 남기는 ‘The-K행복서비스 특별 이벤트’를 시행했습니다. 그리고 응원 댓글을 남겨주신 회원들 중 추첨을 통해 당첨 회원 8천명에게 건강관리에 도움을 드릴 수 있는 특별한 기념품을 증정했습니다. 회원들이 손수 남겨주신 따뜻한 응원과 멋진 희망의 메시지를 통해, 지금 이 순간에도 최선을 다해 애쓰고 계시는 의료진과 교직원들이 현장에서 더 힘을 낼 수 있도록 격려하는 마음들이 더 널리 퍼져나가길 바라며 메시지 일부를 ‘The-K 매거진’ 독자 여러분에게 소개합니다.



※상기 이미지는 예시로, 실제 구성품과 다를 수 있습니다.

건강관리 선물세트 구성품

- 홍삼진고 데일리스틱(5포), 레모나(10포), 마사지볼, 스트레칭 로프, 핸드워시(300ml), 손소독제(50ml), 쿨링패드(4매)



※ 실제 본 이벤트 응모 사연을 발췌했습니다.

당연하게 여겼던 것들의 소중함을 느끼다

저도 병원에서 일하는 의료인으로서 이번 코로나19의 여파는 엄청났다고 생각합니다. 평소에는 당연하게 여겼던 편한 모든 것들이 그냥 이뤄진 것들이 아니라는 것을 몸으로 직접 체험하고 나니 다시는 이러한 일이 없어야겠다고 생각합니다. 코로나19 환자를 검사할 날에는 방호복을 입었지만 가족들과 함께 잘 수 없었어요. 하지만 이 모든 고통을 함께해주신 의료진과 동료 교직원들 덕분에 코로나19가 그 어느 나라보다도 가장 먼저 종식될 거라 믿습니다. 파이팅!



참고 견디는 국민성을 발휘하는 기회로

점점 더워지는 날씨에도 불구하고 코로나19 확진자 발생이 줄어들지 않고 있지만, 긴긴 우리의 역사를 보면 이보다 더한 어려움 속에서도 우리 국민들은 참고 견디며 이겨내 왔습니다. 우리 또한 그들의 자손으로 반드시 극복하고 코로나19를 물리칠 수 있습니다. 모두 힘들지만, 그동안 잘 참아왔습니다. 좀 더 힘을 내어봅시다!

고마운 분들 덕분에 일상으로의 복귀를 꿈꾸다

온라인 등교 준비에 애써주시느라 고생 많으셨습니다. 이제 등교로 인해 학교에 아이들 소리와 웃음이 들리니 진짜 학교 같아요. 다시 일상으로의 완벽한 복귀는 시간이 걸리겠지만 조금만 더 힘내보아요. 근 몇 개월 동안 어느 누구보다 애쓰시는 의료진분들에게는 어떤 감사의 말과 응원의 글을 드려야 할지 능력이 안 되지만, 감사하고 또 감사합니다.

우리 삶을 지켜주는 의료진과 교직원들께 감사를

코로나19는 우리 삶의 많은 모습을 변화시켰지만, 삶의 현장마다 위기를 극복하기 위한 작은 몸짓이 모두 연결되어 이겨내고 있음을 여실히 느낍니다. 강한 대한민국, 강한 국민들. 그리고 현장에서 가장 치열하게 고생하는 의료진들과 교직원분들께 덕분에 우리의 삶을 지켜가고 있다고 감사하다고 꼭 전하고 싶습니다. 여러분이 우리의 삶이자 희망입니다. 함께 이겨냅시다!



함께이기에 이겨낼 수 있다는 믿음으로

의료진 여러분들, 감사합니다. 여러분들의 헌신 덕분에 우리 국민들의 자존감이 10배 이상 높아졌습니다. 부디 어려운 상황 속에서도 건강을 잃지 않으시길 간절히 바랍니다. 아울러 동료 교직원 여러분들, 온라인 개학 속 원격 수업과 이제 등교 개학 이후 학생들을 맞이하면서 전에 겪지 못한 어려움을 대면하고 있습니다. 하지만 우리는 함께이기에 어려움을 이겨낼 수 있습니다. 부디 교직원 여러분도 건강을 꼭 챙기면서 함께 이 시련을 이겨내길 기원합니다.



어두운 터널 뒤에 만날 환한 빛을 향해 나아가다

참으로 힘들었던 2020년 상반기입니다. 어쩌면 앞으로도 더 힘들 수도 있을지 모릅니다. 그럼에도 불구하고 당신들이 있어서, 함께 가기에 견뎌낼 수 있다는 희망이 생깁니다. 맞닥뜨리지 않았으면 좋았을 일들이지만 이미 벌어진 일에 대해서 또 하나의 경험을 쌓았다 생각하며 조금 더 힘을 내봅시다. 어두운 터널 뒤편 반드시 환한 빛이 나오니까요. 함께 힘내서 지금을 잘 헤쳐 나가서 코로나19 뒤의 세상에 더 좋은 일들만 생기길 기원해봅니다.

집단지성의 힘을 오롯이 느끼다

온라인 수업 시대를 겪으면서 교육의 가치와 의미, 교육자로서의 역할에 대해 진지하게 고민하게 되었습니다. 그동안 교사는 혼자 수업을 하기 때문에 교사 혼자만 잘하면 되는 독립된 직업이라고 생각해왔습니다. 하지만 이번 일로 정보를 공유하며 함께 고민하고 도와준 동료교사가 없었다면 도저히 온라인 수업을 할 수 없었으리라 생각합니다. 어려운 상황일수록 서로 뭉쳐서 이겨내야 한다는 것을 알게 됐고, 집단지성의 힘을 느꼈습니다. 한국의 교직원분들께 감사드립니다.



함께 돕고 힘내서 이겨내자

저는 현재 대학병원 중환자실에서 근무 중인 간호사입니다. 코로나19로 인해 정말 많은 것들이 변화되었는데요. 중환자실은 면회가 없어졌고, 환자는 물론, 보호자들이 병원에 들어올 때는 문진표는 물론 코로나19 검사까지 해야 입원이 가능한 시스템으로 바뀌었습니다. 의료진들도 보호 장구가 많아지면서 땀 흘리며 일하고 있습니다. 저희 병원에 코로나 병동이 생기면서 저도 지원을 나가 일하게 되었는데 정말 힘들더라고요. 대구 간호사분들이 얼마나 대단한 분들인지를 느낍니다. 모든 국민들이 힘들지만, 모두 함께 돕고 힘내서 이겨내요.

늘 기도하고 응원하는 마음으로

가만히 있어도 땀이 나는 요즘 마스크와 때 아닌 전쟁 중에, 하루 종일 코로나 위험과 싸우고 계신 모든 의료진들께 감사드립니다. 답답한 방호복과 갑갑한 마스크는 일상일 텐데, 우리는 밖에 나가기 어렵다는 이유와 모두 남 탓이라 생각하는 현실이 부끄럽게 느껴집니다. 하루하루가 전쟁인 그곳에 계신 마음을 제가 어떻게 다 이해할 수 있을까요. 정말 대단하다는 말밖에는 표현할 방법이 없네요. 힘들고 지치더라도 늘 마음으로 기도하고 응원하겠습니다.



치료제 개발로 웃는 날을 소망하며

흐드러진 봄꽃을 만끽하지도 못했는데, 마스크를 쓰고 맞아야 할 여름은 더 혹독하게 다가오네요. 하지만 이런 불평은 코로나19의 최전선에서 밤낮없이 애쓰시는 의료진과 곳곳이 학교를 지키시는 교직원들께 실례겠지요. 개인의 안위보다 국민의 생명과 미래의 아이들을 지키기 위해 애쓰시는 분들의 노고에 감사드립니다. 그리고 존경합니다. 하루빨리 코로나19 치료제가 개발되어 함께 웃을 수 있는 날이 오기를 두 손 모아 소망합니다.



밤낮없이 뛰어다니는 모든 분들이 지켜가는 대한민국

대학병원에서 근무하며 처음 겪는 대형 전염병 사태에 감염될까 두렵기도 하고 처음 입는 방호복이 답답하고 불편하기도 했습니다. 하지만 병원에 같이 계시는 선생님들뿐 아니라, 학생들을 위해 밤낮없이 뛰어다니는 모든 선생님들의 노력 덕분에 대한민국이 패닉에 빠지지 않고 이렇게 일상으로 돌아가려는 노력을 할 수 있었습니다. 여러 선생님들 덕분에 저도 이렇게 일상을 지켜낼 수 있었습니다. 정말 감사합니다.



모든 분들의 희생과 더불어 함께 지켜가는 일상

지금의 일상이 의료진의 희생으로 이나마 누리고 있음에 감사합니다. 저도 당신들의 노력과 희생에 보답하는 마음으로 제가 머무르고 있는 이곳 학교에서 학생들을 위해 최선을 다하는 마음으로 임하고 있네요. 동료 선생님들뿐 아니라 학교 모든 관계자분들이 방역을 위해 매일 애써주셔서 감사합니다. 우리 모두 함께 손을 잡고 그 터널을 희망을 노래하며 함께 통과하고 싶은 마음으로 응원합니다.



몸은 멀지만, 마음은 가까이하며 함께 이겨내길

저는 초임 신규 교사로 고3 담임을 맡고 있습니다. 코로나19로 힘든 시기인지라 첫 제자인 학생들의 얼굴도 제대로 보지 못한 채 마스크 쓰고 거리 유지하라며 잔소리만 하고 있어 마음이 좋지 못한 요즘입니다. 그래도 마스크 너머 아이들의 웃음소리에 에너지를 얻고 있습니다. 최전선에서 힘쓰시는 의료진들께서도 몸은 힘들지라도, 조금씩 나아지는 상황에 보람을 느끼고 있으리라 생각합니다. 몸은 멀지만 마음은 어느 때보다 가까이하며 우리 같이 멋지게 이겨내 봅시다!



진정한 영웅들이 모인 자랑스런 대한민국

환자들을 위해 1분 1초도 쉬지 못하고 고군분투하시는 의료진 분들! 그리고 아이들을 위해 애쓰시는 학교 현장의 모든 선생님들! 여러분들이야말로 타인과 국가를 위해 기꺼이 자신을 희생할 줄 아는 이 땅의 진정한 영웅이십니다. 위대한 여러분들 덕분에 우리 국민들은 위기에 맞서 어려움을 좀 더 잘 이겨내고 있습니다. 고맙습니다. 희생적이고 가슴 따뜻한 여러분들이 너무 자랑스럽고, 이런 사람들이 모여 사는 대한민국이 너무 좋습니다. 감사합니다. 힘내세요!

스스로를 돌보며 지치지 않기를 바라는 마음으로

밤낮으로 힘들게 보내시는 의료진분들께 이제는 감사하다는 말조차 죄송스럽습니다. 의료진도 사람인데 얼마나 지치고, 그 긴장 속에서 얼마나 에너지가 남았을까요. 여유 한 점은 사치일 것 같은 신념으로 지금껏 버티셨을 텐데, 더 이상 버티란 말씀은 못 드리겠습니다. 자신도 생각하면서, 꼭 해야 하는 업무 말고는 무리하지 마시길 바랍니다. 맛있는 것도 잘 챙겨 드시고, 쉬는 날이라도 늦잠을 자며 지친 몸도 달래가면서 일하시길 간절히 바랍니다. 저도 제 자리에서 최선을 다하겠습니다. 여러분, 힘내세요!

안전한 대한민국이 되는 그날까지 파이팅

쌀쌀하고 추운 겨울 끝 무렵 1월경에 발생한 코로나19, 코로나19에 목숨 걸고 뛰어든 전국에 있는 의료진들의 도움의 손길이 참 따뜻했고 감동이었습니다. 지금도 코로나19 발병이 끊임없이 이어지고 있으나, 의료진뿐 아니라 교육계에 있는 수많은 선생님들이 있어 아이들이 안전하게 학교에 등교할 수 있게 되어 감사드립니다. 방역수칙을 잘 지켜서 안전한 대한민국이 될 수 있게 만듭시다.

든든한 그대들을 힘껏 응원하며

소소한 일상이 이토록 소중한 일인지 몰랐습니다. 무엇보다 코로나19 대처 능력이 전 세계에서 가장 우수한 우리나라 대한민국에 태어난 사실이 이렇게 감사한 것도 처음입니다. 이 모든 것은 학생을 아끼지 않는 의료진과 2세 교육에 매진하고 계시는 교육관계자 여러분 덕분입니다. 우리 국민들은 든든한 그대들을 응원하고 있으니 조금만 힘내세요. 우리는 이길 수 있습니다. 대한민국 국민이니깐요. 모두모두 힘냅시다.





The-K 출사회사 여름 소식



The-K호텔서울 자연 속 '워킹 인 더 포레스트' 패키지



The-K호텔서울에서는 공제회 회원을 위해 도심 속 자연 친화적인 경관과 피톤치가 가득한 산책로와 청정 힐링 휴식 공간에서 즐길 수 있는 '워킹 인 더 포레스트' 패키지를 진행한다. 양재시민의 숲과 양재천 등이 당 호텔 내부의 넓은 녹지공

간과 연결되어 있고, 호텔 옆 서초문화예술공원에는 메타세콰이어길을 비롯해 43종 9만4800여 그루의 나무로 조성된 수림대가 형성되어 있다. 본 패키지는 ▲일반실 1박과 조식 2인 이용권, 피크닉 세트(구성되어 있으며, 피크닉 세트로는 뷔페 레스토랑 더파크 메뉴로 구성된 '뷔페 시그니처' A 또는 B세트를 선택할 수 있다. 또한 피크닉 매트와 생수 2개를 함께 제공한다. 공제회 회원이라면 ▲패키지A는 16만7천원, ▲패키지B(조식 제외)는 11만7천원이라는 특가에 이용할 수 있다. 또한, 프라이빗한 공간에서 셀프 그릴 바비큐를 즐길 수 있는 '우첼로가든 바비큐' 패키지도 준비되어 있다. ▲패키지A는 일반실 1박과 함께 소고기 안심·갈비살·LA갈비·등심 중 1종(360g 기준)을 선택할 수 있으며, ▲패키지B는 일반실 1박, 소고기 1종(360g 기준)과 함께 조식 2인 이용권으로 구성되어 있다. 공제회 회원이라면 ▲패키지A는 12만5천원, ▲패키지B는 17만원에 이용할 수 있다. 운영시간은 오후 12시부터 21시까지이며, 사전 예약제로 운영한다. 패키지 이용 시 레스토랑 우첼로·더파크, 베이커리 카페 델리에서 식음료 15% 할인혜택이 제공되며, 사우나·헬스장 일일 입장 50% 할인 등 다양한 혜택을 누릴 수 있다. 자세한 내용은 The-K호텔서울 홈페이지에서 확인할 수 있다.

☎ 02-571-8100(The-K호텔서울)

The-K지리산가족호텔 7월 맞이 특별 이벤트



The-K지리산가족호텔은 7월을 맞아 당 호텔에 투숙하는 공제회 회원을 대상으로 '지리산 계곡으로 가자!' 특별 이벤트를 시행한다. 호텔

근처의 지리산 계곡은 뱀사골 계곡, 피아골 계곡, 구룡 계곡, 달궁 계곡, 중산리 계곡 등이 있으며, ▲계곡 이름을 확인할 수 있는 풋말 앞 기념사진 1장과 계곡에서의 기념사진 1장, 총 2장을 호텔 프론트에 제시하면 선착순 10명에 한해 경품을 제공한다. 경품으로는 ▲조식·커피숍·사우나 2인 이용권 혹은 행사상품 중에서 1개를 선택할 수 있다. 본 이벤트는 7월 매주 토요일과 7월 7일, 17일, 27일에 이용할 수 있다.

한편, 가족·연인과 함께 즐거운 추억을 만들고 싶은 회원을 위해 '과일화채·과일꼬치 만들기' 이벤트도 선보인다. ▲체험비는 1인당 5천원이며, 1팀당 최대 4인. 선착순 10팀에 한해 운영된다. 본 이벤트는 7월 매주 토요일 17~18시(1회)에 이용할 수 있으며, 사전 예약제로 운영된다. 또한 회원의 안전을 위해 반드시 개인 마스크 착용 후 이용이 가능하다. 패키지 및 이벤트 이용안내 등 자세한 내용은 The-K지리산가족호텔 홈페이지에서 확인할 수 있다.

☎ 061-783-8100(The-K지리산가족호텔)



The-K호텔경주, 여름 맞이 Summer Special 패키지



The-K호텔경주는 여름을 맞아 다양한 특별 패키지를 선보인다. 7월 25일부터 8월 31일까지 진행하는 'Summer Special 패키지'는 ▲스탠다드 객실과 조식 2인 이용권으로 구성되어 있으며, 공

제회 회원이라면 ▲주중(일~목) 12만5천원, 금요일 13만원, 매주 토요일과 8월 9~13일에는 15만원이라는 특가에 이용할 수 있다. 단, 성수기(7월 31일, 8월 1~8일, 14, 15일)는 별도 요금 적용으로, 18만원에 이용 가능하다. 본 패키지 고객은 수영장 및 사우나 시설 이용 시 2인 기준 2만6천원이라는 할인 혜택도 받을 수 있다.

또한 더위에 지친 방문객들을 위해 7월 1일부터 당 호텔 내부에 위치한 커피숍에서 눈꽃인절미 빙수, 눈꽃망고요거트 빙수, 망고 스무디, 아마씨 건강 미숫가루, 자몽에이드 등 시원한 여름 메뉴도 함께 선보인다.

한편, 공제회 회원의 여유로운 힐링 여가를 위한 'Special 힐링 패키지'는 ▲스탠다드 객실과 조식 2인 이용권으로 구성되어 있으며, ▲주중(일~목) 10만2천원, 금요일 11만1천원, 토요일 12만1천원에 이용할 수 있다. 1인 3실까지 예약이 가능하며, 7월 24일까지 시행한다.

이 외에도 회원의 풍요로운 문화생활 지원을 위해 ▲스탠다드 객실, 조식 2인 이용권, 정동극장 '월명' 공연입장권 2매로 구성된 '정동극장 패키지'도 진행하고 있다. 7월 24일까지 운영하는 본 패키지는 ▲주중(일~목) 11만2천원, 금요일 12만1천원, 토요일 13만1천원에 이용할 수 있으며, 1인 3실까지 예약이 가능하다. 자세한 내용은 The-K호텔경주 홈페이지에서 확인할 수 있다.

☎ 054-770-9144,5(The-K호텔경주)



공 제 회 주 요 소 식 & 이 벤 트

"법인 적립금의 안정적인 운용 서비스로 더 나은 교육 환경을 만들어드립니다"

한국교직원공제회, '법인예탁급여' 6월 4일 출시 학교법인 및 소속기관 대상, 급여율 2.2%

한국교직원공제회는 학교법인 등의 재정건전성 강화를 목적으로 적립금의 안정적 운용과 수익률을 제고하기 위해 출시한 '법인예탁급여'를 지난 6월 4일 선보였다. 이에 가천대학교가 1호로 가입 신청을 했다(사진).

본 법인예탁급여는 사립학교법 제2조2호에 따른 학교법인과 소속기관, 평생교육법 제31조제2항의 평생교육시설, 동법 제33조제3항에 따른 법인이 가입할 수 있다. 상품 종류는 '예탁형'이며, 고정금리 2.2%(세전)의 높은 급여율을 보장한다. 가입금액은 최저 1억 원에서 최고 300억 원까지이며, 가입기간은 1년이다.

한편, 한국교직원공제회는 지난해 회원 자격을 학교 법인 및 소속기관 등 법인 회원으로 확대하는 내용을 골자로 한국교직원공제회법을 개정하고, 뒤이어 지난 4월에 정관을 개정한 바 있다. 이진석 한국교직원공제회 이사장 직무대행은 "법인예탁급여는 높은 금리를 보장하고 공제회에서 운용하는 만큼, 안정성과 수익성을 동시에 만족시킬 수 있어, 학교 법인 적립금 운용에 큰 도움을 줄 것"이라고 말했다. 법인예탁급여에 가입하고자 하는 경우 가입신청서 작성 등의 가입절차를 거친 후 부담금을 납입하면 된다. 법인예탁급여에 대한 더욱 자세한 내용은 공제회 법인회원 홈페이지(<https://biz.ktcu.or.kr>)를 통해 확인할 수 있다.



한국교직원공제회가 출시하는
법인예탁급여에 가천대학교가 1호로
가입신청을 했다.
사진은 한국교직원공제회 이사장
직무대행 이진석(왼쪽),
가천대학교 총장 이길여(오른쪽)



"더 커진 한국교직원공제회 대여 혜택"

보증보험 이용 한도액 1인당 최대 3천만원 확대

7월 1일부터 회원별 신용 등급 및 한국교직원공제회 가입기간에 따른 보증보험 이용 가능 한도액이 1인당 최대 3천만원 확대된다. ▲신용등급 1등급·2등급의 경우 보증보험 이용 한도액이 7천만원에서 1억원으로 3천만원이 확대되고, ▲신용등급 3등급·5등급의 경우는 가입기간에 따라 보증보험 이용 한도액이 각각 2천만원, 1천만원씩 확대된다. ▲신용등급 4등급·6등급은 기존과 동일하게 유지된다.

한편, 한국교직원공제회는 회원이 생활의 여유로움을 누릴 수 있도록 다양한 복지혜택과 대여제도를 운영하고 있으며, 자세한 내용은 공제회 홈페이지에서 확인할 수 있다.

※ 보증보험 이용 가능 한도액 (SGI서울보증)

가입기간 3년 미만	가입기간 3년 이상 5년 미만	가입기간 5년 이상
1:2등급 : 1억원 3등급 : 7000만원 4등급 : 5000만원 5등급 : 4000만원 6등급 : 3000만원	1:2등급 : 1억원 3등급 : 8000만원 4등급 : 6000만원 5등급 : 4000만원 6등급 : 3000만원	1:2등급 : 1억원 3등급 : 9000만원 4등급 : 7000만원 5등급 : 5000만원 6등급 : 4000만원

☎ 1577-3400 (한국교직원공제회 회원콜센터)

한국교직원공제회, 2020년도 조손가정 장례지원 사업 시행 The-K에다함상조 장례서비스 및 장례비용 무료 지원

한국교직원공제회는 국내 유일의 교직원복지기관으로서 사회적 책임 이행을 위해 2011년부터 분회 출자 상호회사인 The-K에다함상조를 통해 경제적 어려움을 겪고 있는 복지 사각지대의 조손가정 학생들을 대상으로 조부모에 대한 장례지원 사업을 시행하고 있다. 2020년에는 전국지역아동센터협의회를 통해 초·중·고교에 재학 중인 조손가정 학생 약 100명을 선정하여 '장례지원 증서'를 전달할 예정이다. 대상자로 선정된 학생들은 조부(모) 사망 시 장례인력·장례용품·장의차량 등 The-K에다함상조의 각종 장례서비스와 시설 이용요금 및 제물 구입비 등 장례비용을 함께 지원받을 수 있다.

한편, 한국교직원공제회는 매년 교육현장과 취약계층 지원을 위해 조손가정 장례지원 사업 외에도 장애인 교원 교육보조기기 지원, 희망나눔캠페인 기부금 조성, 코로나19 구호성금 기부 등 지속적인 사회공헌활동과 더불어 사회적 가치 창출을 위한 책임 있는 역할에 적극 앞장서고 있다.



"나만의 베스트셀러를 고르는 즐거운 시간"

북&JOY 도서 증정 정기 행사 7월 19일까지 응모

한국교직원공제회는 지난달에 이어 7월 북&JOY 도서 증정 이벤트를 개최한다. 국내 대표 종합 서점 및 온라인 서점의 베스트셀러 20종을 선정하여 7월 1일부터 7월 19일까지 응모한 회원 중 추첨을 통해 당첨회원 1400명을 대상으로 희망도서 1인 1권을 증정한다. 당첨 발표일은 7월 22일이며, 당첨회원에게는 응모 시 입력한 주소로 8월 초 순차 배송될 예정이다. 본 이벤트에 참여를 원하는 회원은 PC 또는 모바일 공제회 홈페이지에서 로그인 후 간편하게 응모할 수 있다.



"집에서 즐겨요, 슬기로운 집관 응원"

스포츠&JOY 집관 응원 이벤트

7월 12일까지 응모

한국교직원공제회는 코로나19 극복에 동참하고, 회원들의 취미여가를 지원하기 위해 집에서 프로 스포츠 경기를 간식과 함께 즐길 수 있도록 The-K 행복서비스 온라인 행사, '스포츠&JOY 집관(*집에서 관람하기) 응원' 이벤트를 개최한다. 프로 스포츠 중 야구·농구·축구·배구·골프 종목 하나를 선택한 후, 원하는 응원 간식을 골라 본 이벤트에 응모하면 추첨을 통해 당첨된 회원 1000명에게 선택한 응원 간식을 모바일 쿠폰으로 제공한다. 응원 간식은 BBQ치킨·음료 세트 혹은 모바일 문화상품권 2만원권 중에서 선택할 수 있다. 7월 12일까지 응모할 수 있으며, 당첨 발표일은 7월 20일이다. 자세한 내용은 공제회 홈페이지에서 확인할 수 있다.



"행복은 Do IT Yourself!, 선물받아가세요!"

2020년도 제1차 The-K 은빛동행 행사

7월 10일까지 응모

한국교직원공제회는 코로나19 극복에 동참하고, 특별(퇴직)회원(장기저축급여 분할급여금 및 퇴직생활급여 가입 회원)의 풍요로운 문화생활과 취미여가를 지원하기 위해 2020년도 제1차 The-K 은빛동행 행사, '행복은 Do IT Yourself' 특별 이벤트를 개최한다. 6월 29일부터 7월 10일까지 본 이벤트의 퀴즈 풀이 후 응모한 특별회원 중 추첨을 통해 당첨회원 500명에게 천연비누 만들기 D.I.Y(Do IT Yourself: 미완성의 제품을 소비자가 직접 조립, 제작하는 체험형 상품) 키트를 증정한다. 당첨 발표일은 7월 15일이며, 상품은 이벤트 응모 시 직접 입력한 주소로 7월 17일부터 순차 배송된다. 본 이벤트에 참여를 원하는 회원은 공제회 홈페이지(PC, 모바일)에서 로그인하여 간편하게 응모할 수 있다.



"함께한 50년, 함께할 50년"

'장기저축급여 50주년 카운트다운' 특별 이벤트

한국교직원공제회는 장기저축급여 출시 50주년인 2021년을 앞두고 있으며, 이를 기념하여 장기저축급여에 가입한 일반회원을 대상으로 '장기저축급여 50주년 카운트다운' 특별 이벤트를 시행한다.

7월 1일부터 8월 31일까지 본 이벤트의 퀴즈 풀이 후 '장기저축급여 50주년' 축하 메시지를 작성하여 응모한 회원 중 추첨을 통해 5명에게는 LG그램 노트북(제세공과금 당첨자 본인 부담), 550명에게는 신세계 모바일 상품권 3만원권을 제공한다. 본 이벤트와 관련된 자세한 사항은 7월 1일부터 공제회 홈페이지에서 확인 가능하며, 참여를 원하는 회원은 홈페이지(PC, 모바일)에서 로그인하여 간편하게 응모할 수 있다.

한편, 1971년 시행돼 한국교직원공제회 역사와 함께하며 오랫동안 많은 회원들에게 사랑받아 온 '장기저축급여' 제도는 회원의 노후 생활자금 마련을 목적으로 높은 급여율(이자율)을 적용하여 설계된 장기 저축상품이며, 회원 83만여 명이 가입하고 있는 공제회의 가장 대표적인 저축상품(적금형)이다. 장기저축급여에 가입하면 회원자격이 부여됨과 동시에 다양한 복지 서비스를 제공받을 수 있으며, 이외에도 회원만을 위한 다양한 급여, 대여, 복리·후생 사업을 운영하고 있다.



2019년도 S2B 청렴계약 우수기관 53개 기관 선정

6월 9일부터 수상기관별 시상식 개최

한국교직원공제회는 S2B(교육기관전자조달시스템)를 활용하여 공정하고 청렴한 계약문화를 만들어 가는 데 기여한 우수 이용기관을 선정하여 지난 6월 '2019년도 S2B 청렴계약 우수기관 시상식'을 개최했다. 이번 시상식은 코로나19로 생활 속 거리두기에 따라 지역별 혹은 기관별 방문 시상으로, 6월 9일 서울동작관악교육지원청을 시작으로 진행됐다. 올해로 8회를 맞는 S2B 청렴계약 우수기관 시상식은 시도교육청, 교육지원청, 각급 학교 세 개 부문으로 구분하여 S2B 이용실적, 전년대비 증감률 등 부문별 선정기준에 따라 총 53개 우수기관을 선정해 시상했다.

시도교육청 부문에는 강원·세종·부산교육청이 선정되었고, 교육지원청 부문에는 인천광역시동부교육지원청 외 15개 지원청, 각급 학교 부문에는 서울대진고등학교 외 33개 학교가 선정되었다. 특히 인천광역시동부교육지원청, 울산광역시강북교육지원청과 제주송송학교는 7년 연속, 서울특별시동작관악교육지원청, 대전동아마이스터고등학교는 6년 연속 우수기관으로 선정됐다.



한국교직원공제회는 지난 6월 9일 '2019년도 S2B 청렴계약 우수기관 서울동작관악교육지원청 시상식'을 개최했다. 사진은 S2B 사업대표 임병술(왼쪽), 서울동작관악교육지원청 교육장 최춘옥(오른쪽)



The-K Guide

공제회의 각종 금융제도와 복지서비스 '레저/문화/항공, 법률/세무 상담' 편

한국교직원공제회는 모든 회원들이 재직 중에는 물론 퇴직 후에도 교직의 보람과 생활의 풍요함을 누릴 수 있도록 각종 공제제도와 더불어 여러 가지 복리·후생 혜택을 제공하고 있습니다. 일상생활에 힘이 되어드릴 생활복지서비스에는 결혼, 출산 등 각종 복지부조금 및 기념품을 비롯하여 심리적인 어려움을 해결하기 위한 무료 심리 상담 서비스인 The-K 마음심, 장기간 여가활동을 지원하기 위한 The-K 휴스테이 등을 운영하고 있습니다. 뿐만 아니라 회원전용콘도·직영호텔·제휴리조트·제휴복지카드 등 다양한 266가지 제휴복지서비스를 운영하고 있습니다. 그 중 회원만을 위해 제공하고 있는 레저·문화·항공 분야와 회원 무료 법률·세무 상담소 운영 서비스를 소개합니다.



※ 유튜브
[교직원공제회
연구소]
문화생활편



※ 유튜브
[교직원공제회
연구소]
의료·법률·항공편

레저(아쿠아리움, 골프장) · 문화 · 항공



- 여가 생활의 질을 높일 수 있도록 전국의 레저(아쿠아리움, 골프장)·문화·항공 등 다양한 분야의 시설과 제휴를 통해 회원 이용 시 할인받을 수 있는 서비스 제공

• 본회에서는 회원이 레저·문화·항공 시설 이용 시 할인된 금액으로 이용할 수 있도록 생활복지시설을 지정하여 운영하고 있습니다. 앞으로도 회원 및 가족의 문화생활의 질을 높일 수 있도록 전국적으로 다양한 생활복지시설을 지정하여 할인 혜택을 드리고자 합니다.

- 제휴할인 내용

• 골프장, 항공, 문화공연 등 제휴 할인 혜택 제공

- 이용 방법

• 예약 및 결제 과정에서 한국교직원공제회 회원증 또는 교직원복지카드 제시 후 할인 혜택 적용

아쿠아리움

63아쿠아리움 ☎ 02-789-5663 코엑스 아쿠아리움 ☎ 02-700-7301,7303,7305

부산아쿠아리움 ☎ 051-740-1711~2

골프장

소피아그린 C.C ☎ 031-887-8100 중원골프클럽 ☎ 043-849-8000 서산수 C.C ☎ 041-689-7777

상록 C.C(천안,화성,남원,김해) ☎ 1588-4321 사이언스대덕 C.C ☎ 042-865-3000

통영 동원 로얄 C.C ☎ 055-640-5001~4 아덴힐 C.C ☎ 1588-7208 엘리시안 제주 C.C ☎ 064-798-7000

오라 C.C ☎ 064-747-4900

스파 및 워터파크

파라다이스 스파도고 ☎ 041-537-7100 퍼시픽랜드 ☎ 1544-2988

문화공연

세종문화회관 ☎ 02-399-1114 난타 ☎ 02-739-8288 인터파크 ☎ 1544-1555

항공

에어부산 ☎ 1666-3060 이스타항공 ☎ 070-8660-8153 제주항공 ☎ 1599-1500

※ 레저·문화·항공 혜택 내역은
시기별로 상이할 수 있으니 이용 전
반드시 홈페이지를 참조해 주시기
바랍니다.



※ 한국교직원공제회
홈페이지
'레저·문화·항공'



※ 한국교직원공제회
홈페이지
'문화'





- 각종 법률문제 및 세무 상담을 위한 회원 무료 법률·세무 상담소 이용

- 한국교직원공제회는 서울 및 전국 주요 대도시에서 회원 무료 법률 상담소 및 무료 세무 상담소를 지정, 운영하고 있습니다.
- 한국교직원공제회 회원에 한하여 회원번호 제시 후, 방문·유선·서신·이메일을 통해 무료로 상담할 수 있습니다.

- 서울 및 각 대도시 지역별로 지정하여 운영

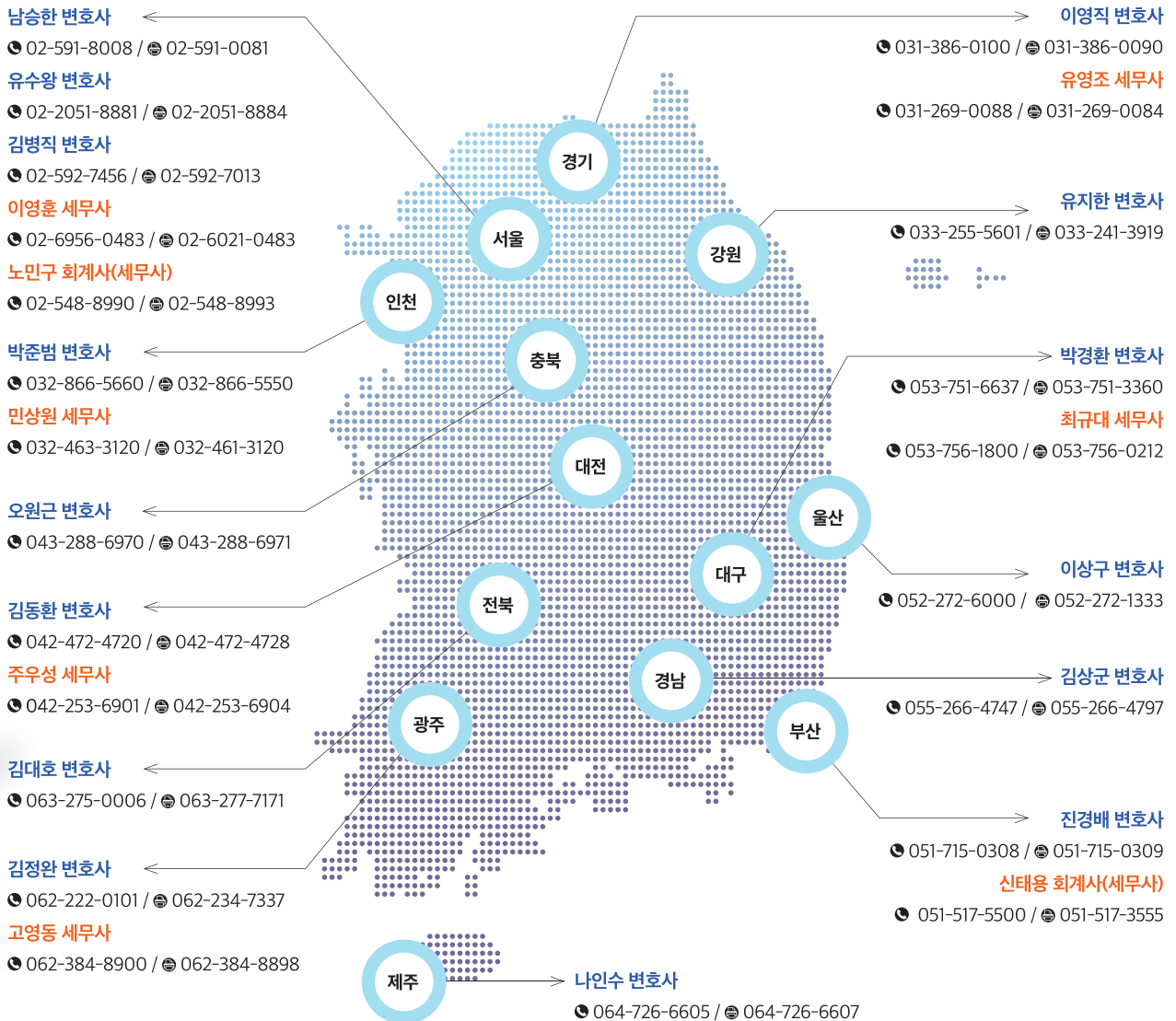
- 무료 회원 법률 상담소 : 13개 지역 15개소
- 무료 회원 세무 상담소 : 7개 지역 8개소

- 상담 종류

- 방문·유선·서신·이메일 등

- 상담 방법

- 내방 상담 : 사전 상담시간 협의 후 내방
- 유선 상담 : 회원번호 제시 후 상담 진행
- 서신·이메일 상담 : 회원 인적사항, 연락처 기재와 함께 해당 상담소로 발송



※ 원활한 상담을 위하여 가급적 소속 지역 상담소를 이용하여 주시기를 부탁드립니다.



※ 한국교직원공제회 홈페이지 '회원 무료 법률·세무 상담소'

디지털 네이티브의 새로운 교육 패러다임

준비 없이 다가온 온라인 개학은 '디지털 네이티브'인 우리 학생들에게는 당연한 과제이고, 학부모나 교사들에게는 큰 도전이었다. 이제 제4차 산업혁명 시대를 맞이한 만큼, 앞으로 모든 패러다임은 컴퓨터 기반(Computer-based)이 될 것으로 보인다. 따라서 디지털 네이티브인 우리 학생들의 시대에는 전통적인 교육 환경을 탈피해야 할 큰 임무가 주어질 것이다. 그렇다면 디지털 기반의 학습 방법과 우리가 적용할 수 있는 방법에는 무엇이 있을까?

글. 이민영(현대경제연구원 전문교수)



디지털 네이티브에 걸맞는 학습 방법의 필요성

‘디지털 네이티브’란 어린 시절부터 디지털 환경에서 성장한 세대를 뜻하는 말이다. 다양한 디지털 기기를 원어 민처럼 자유자재로 활용하는 세대라는 의미를 지닌 이 용어는 2001년 미국 교육학자 마크 프렌스키가 「디지털 원주민, 디지털 이민자」라는 논문에서 처음 사용했다. 1980년에서 2000년대에 태어난 세대를 말하며, 그 이전 세대는 디지털화된 생활을 하지만, 적응력이 원주민과는 다르다 하여 ‘디지털 이민자’이라고도 한다. 디지털 원주민인 오늘날 학생들은 기존의 교과서보다 모바일 앱에서 더 많은 걸 발견하고 학습할 수 있다.

프렌스키는 교육이 맞닥뜨린 가장 큰 문제를 ‘교사가 시대에 뒤쳐진 디지털 이전의 언어를 갖고서 거의 완전한 디지털 언어를 사용하는 이들을 가르치려 한다는 점’이라고 보았다. 무엇보다 교육에서 이 두 세대 간 가장 큰 차이는 바로 ‘교육 콘텐츠의 접근 방법’이다. 다시 말하면 학습 방법이 달라졌음을 의미한다. ‘학습’의 사전적 의미는 ‘과거의 경험을 통해서 새로운 지식이나 기술을 배워서 익힘’이다. 이제는 학습의 의미가 달라져야 한다. 현대에 이르러서는 기술의 발달로 새로운 지식이나 기술에 접근하기가 매우 쉬워졌다. 과거 평가의 기준은 얼마나 많은 것을 ‘암기’하고 있느냐였다. 「교실 없는 시대가 온다」

의 저자 존 카우치는 오늘날 기술의 발달로 암기를 통해 익히는 것은 거의 쓸모없게 되었으며 진정한 학습이란 다양한 맥락 속에서 무언가를 이해하는 것이라고 강조한다.

효과적인 수업 방식, ‘블렌디드 러닝’

‘블렌디드 러닝(Blended Learning)’은 두 가지 이상의 학습 방법을 결합하여 이루어지는 학습을 말한다. 일반적으로 온라인 학습과 오프라인 학습이 혼합된 학습을 뜻하나, 다양한 학습 방법이 혼합되면 모두 블렌디드 러닝이라 할 수 있다. 최근 미국 교육부에서 실시한 블렌디드 러닝의 메타 분석(수년 간에 걸쳐 축적된 연구 논문들을 요약하고 분석하는 방법)에 의하면, 100% 오프라인 혹은 온라인 강의보다 블렌디드 러닝이 더욱 효과적인 것으로 나타났다. 이는 온라인 개학을 하면서 원격 수업과 등교 수업을 병행하고 있는 우리의 현실을 긍정적으로 생각하게 해주는 연구 결과다. 그러나 온라인 수업만을 의미하는 것은 아니다. 좀 더 다양한 교수법이나 다양한 채널의 활용, 그리고 온라인 기반 과제 등이 포함되어야 할 것이다. 예를 들어, EBS를 활용하거나, ‘닥Zoom(DocZoom, 1인 콘텐츠 저작 도구)’ 등을 수업에 활용하는 방법이 있는데, 사실상 이러한 방법들을 쌍방향 블렌디드 러닝이라 말하기는 어렵다. 교사의 강의 내용을 듣는다는 맥락에서 등교 수업과 별반



다르지 않기 때문이다.

현재 활용되는 EBS 수업 역시 교과서의 내용을 기반으로 하고 있으며, 그 또한 암기형 학습이다. 기술의 발달로 지식에 대한 접근이 다양하고 쉬워졌기에 교사는 지식의 전달을 목적으로 하기보다는 학생 스스로 학습할 수 있도록 다양한 교수법을 활용해야 한다.

도전하면서 배우는 ‘도전기반학습법’에 집중하자

가령, 국어 시간에 ‘서평 쓰기’에 대해 다룬다고 가정해보자. 서평과 관련하여 진도를 나가기 전에 인터넷을 활용하여 과제를 수행하도록 하는 것이다.

‘인터넷에서 좋은 서평을 찾고, 본인이 좋은 서평이라고 생각한 이유를 작성하시오’라는 과제가 주어진다면, 누군가는 서평의 의미를 포털사이트의 국어사전에서 찾아볼 것이다. 이를 통해 ‘책의 내용과 특징을 소개하거나 책의 가치를 평가한 글’, ‘책에 대한 평가를 담고 있어서 다른 사람이 그 책을 선택하는 데에 도움을 주고자 쓰는 글’이라는 것을 알게 될 것이다. 다음으로는 서평을 어디서 찾아볼 것인가를 고민하게 될 것이다. 인터넷 서점 사이트가 될 수도 있고, 북튜버의 영상을 찾아볼 수도 있다. 혹은 책에 대한 평가를 담고 있는 글을 열심히 찾아볼 수도 있다. 많은 서평을 읽어보다가, 내가 그 책을 읽고 싶

다고 느끼게 된다면 바로 내 입장에서 좋은 서평이 된다. 이런 과제를 제출한 후, 서평에 대한 선생님의 강의를 듣게 되면 교과 내용이 더욱 쉽게 이해가 될 것이고, 책을 구매할 때 서평을 적극 활용하게 될 것이다.

이러한 교수법이 바로 블렌디드 러닝이라고 할 수 있는데, 이 학습 안에는 컴퓨터 이용학습(Computer-based Learning)뿐만 아니라, 플립러닝(Flipped Learning, 수업 내용을 온라인으로 먼저 학습한 뒤 수업을 진행하는 학습 방식), 문제중심학습(Project-based Learning), 경험학습(Experiential Learning) 등이 활용된다.

영어 시간에 수동태에 대해서 배웠다고 가정해보자. 필자의 학창 시절에는 ‘be 동사 + P.P’라는 문법의 틀을 배우고, 수동태 문장을 외웠었다. 그런데 ‘수동태가 나오는 팝송이나 랩의 가사 찾기’ 같은 과제는 어떨까? 디지털 네이티브의 음악 듣기 스케일은 우리의 상상을 초월한다. 또는 본문을 외우는 시험보다는 본문과 관련된 이슈를 주제로 에세이를 써보게 하는 것도 디지털 네이티브들에게 좋은 방법이다. 인터넷 번역기를 활용해도 좋다. 과제를 수행하는 과정 안에서 새로운 단어들과 문장의 형태뿐만 아니라, 아이디어의 확장까지 경험하기 때문이다. 결국, 지식의 암기보다는 지식 접근 방식의 다양화에 집중해야 함을 기억하자. ㉞

소통하고, 함께하다 ‘독자에게 듣는 The-K 매거진’

지난 2019년 9월, The-K 매거진 개편 이후 많은 독자들이 매월 이메일과 웹진, 앱을 통해 다양한 의견을 보내주셨습니다. 보내주신 관심어린 의견 한 줄 한 줄이 The-K 매거진을 더욱 성장하게 합니다. The-K 매거진은 독자와 함께하는 양방향 커뮤니케이션으로써 열린 마음으로 경청하고 함께 고민하려 합니다. 그간 보내주신 의견 중 지난 5월호를 읽고 보내주신 의견들 중에 더 많은 독자 여러분들과 공감하고 나누고 싶은 의미있는 의견들을 소개합니다. The-K 매거진을 읽고 계신 모든 분들의 일상이 더 행복해질 수 있도록, 더 사랑받는 The-K 매거진을 꿈꾸며 힘껏 정진하겠습니다.

※아래 소개된 14분의 회원님을 포함하여 선정되신 30분에게는 모바일 문화상품권(3만원)을 드립니다.



이상석 회원 옥정중학교

신규 교사로 5월호부터 처음 읽기 시작했는데 매거진의 구성이 독자에게 자신의 어제와 오늘, 내일을 함께 생각하게 만들어 주는 것 같아서 인상적이었습니다. 인터뷰 기사 중 연세대학교 예방일 교수님은 최근 이슈화된 바이러스와 질병이라는 주제와 과거 역사적 사실을 연계해서 그것이 주는 시사점에 대해서 말씀해주셨습니다. 이는 우리가 코로나19 상황을 어떻게 인식해야 하는가와 맞닿아 있다고 생각하게 해주었습니다. 또한 어려운 상황이라든가 인문학적 가치를 잊지 않는다면, 이를 즐겁게 극복할 수 있을 것이라는 생각이 들었습니다.



정현주 회원 불암중학교

가장 인상 깊었던 내용은 ‘에듀테크’입니다. EBS를 활용한 온라인 클래스를 진행하면서 평소에 문제행동을 일삼거나 학교에 잘 적응하지 못했던 아이들이 생각보다 수업을 열심히 들어서 놀랐기도 했습니다. 또 평소에 스마트폰과 가깝게 지내는 아이들을 지켜보면서 앞으로 기술이 우리 선생님을 대체할 수 있을지 아니라면 선생님과 기술의 적절한 조합은 어느 정도일지 궁금했었는데 그런 점들에 대해 더 생각해 보게 하는 계기가 되었습니다.



공민우 회원 통영교육지원청

조직생활을 하는 공무원이라면 익숙함으로부터 벗어나 새로운 것을 시도하는 것에 어려움을 느꼈을 겁니다. ‘최선을 추구하는 비판적 사고와 창의성’의 글을 읽고 지금까지의 조직생활을 한번 돌아볼 수 있는 좋은 글이었습니다. 앞으로 익숙함으로부터 벗어나 창의적이고 새로운 것도 한 번쯤 시도해보겠습니다.



노은주 회원 이동중학교

문태준 시인의 에세이를 보면서 초등학교 시절이 생각났습니다. 동산 같은 학교에서 친구들과 나뭇굴며 함께 성장하는 모습을 서로 지켜봐 주는 공생 관계의 소중함을 배우고, 부모님 같은 선생님들은 학생들을 자식처럼 아끼고 사랑하였습니다. 급속한 문명 시대에 사교육 시장으로 내몰리는 학생들의 각박한 삶에서는 엿볼 수 없는 자연과 함께하는 오감을 일깨우는 교육은 살아갈 힘을 불어넣었습니다. 사제 간의 정을 확인하며 지냈던 그 시절을 추억하며 온라인 개학으로 힘든 시간을 보내고 있는 여러 선생님의 수고로움을 생각합니다.



정병국 회원 전라남도교육청

닥터 프렌즈가 인상적이었습니다. 우리의 일상생활은 기본에서 시작해야 한다는 것을 다시 한 번 느꼈습니다. 혁신의 시작은 일상 그리고 기본에서 출발합니다. 사회적 연대, 마스크 쓰는 습관, 최대한 서로 조심하는 것, 당연한 것이 우리를 살리고 일상으로 돌아가게 하는 것입니다. 고생하신 선생님, 학부모님, 의료진 여러분께 다시 한번 감사드립니다.



김두리 회원 대전대암초등학교

5월은 다양한 분들께 감사와 사랑을 전하는 달이지만, 아무래도 교사인 저에게는 스승의 날이 특별하게 느껴집니다. 그래서인지 ‘스승의 날 감사 메시지’ 코너가 좋았습니다. 선생님 한 분, 한 분의 사연이 너무 감동적이어서 편지를 다 읽고 나니까 제 마음이 따뜻해졌습니다. 선생님의 크고 작은 말과 행동이 누군가에게 든든한 힘이 되어주고, 누군가에게 교사의 꿈을 심어주었다는 것에서 교사라는 존재가 무엇인지 생각해보게 되었습니다. 이번 사연만으로 충분히 멋진 선물을 받은 느낌입니다.



김은경 회원 설봉초등학교

나라가 어려울 때 혼자 몸으로 살아가기에도 벅찼을 시기에 큰 용기를 내어 주신 독립운동가 어윤희 선생에 대한 이야기는 코로나19로 어려운 시기에 자신의 역할과 책임을 묵묵히 실천하는 전국의 간호사와 의료진들, 널스노트 오성훈 대표 같은 분들의 이야기인 것 같아 감동입니다. 김차명 선생님의 그림을 보며 현 교육현장의 문제와 어려움을 생생하게 표현해주어 정말 공감이 되고 모처럼 웃었습니다.



이정걸 회원 호저중학교

The-K 인터뷰 1, 2 모두 좋았습니다. 의학과 인문학에 소통의 다리를 놓아서 서로 이해하기 쉽게 설명하여 학생들 교육에도 도움이 될 것 같아요. 그리고 거꾸로 실험으로 만드는 올바른 과학세상은 과학교사로서 더 배울 수 있는 자료를 얻어가는 듯 했습니다. 이외에도 The-K 스페셜에서 박남기 교수가 미래 교육의 방향을 제시해 주시고, 현재의 온라인 수업이 미래형 교육을 이끌고 간다고 하니 코로나19 사태에서 우리 교사의 교육 방법에 대해 한 번 더 생각해보고 미래를 준비하는 데 도움이 되었습니다.



박지희 회원 천안일봉유치원

코로나19로 인한 침체된 지역경제 활성화를 위하여 온누리 모바일상품권을 즉석당첨 이벤트로 제공한 공제회의 세심한 배려가 돋보였고, The-K 마음섬은 개학이 연기되면서 지치고 힘든 교직원분들이 상담을 받으면서 정신적 위로를 받을 수 있어 좋은 정보였습니다. 그리고 야외 활동이 자유롭지 못한 때에 간단히 집에서 할 수 있는 운동·스트레칭 코너로 보다 건강한 생활을 할 수 있도록 도움을 주셔서 유익했습니다. 캡처해서 매일 30분씩 따라 하기를 해보는데, 쉬운 동작이어서 앞으로도 꾸준히 해보렵니다.



박영희 회원 덕산고등학교

코로나19로 바깥 외출이 꺼려지는 지금, 직접 가지 않아도 눈으로 힐링할 수 있는 다양한 명소를 소개해 주셨으면 합니다. 예를 들어, 복촌 감고당길 같은 국내 나들이 장소부터 성 바실리 대성당 같은 해외 유명 랜드마크까지 스토리가 있는 장소에 대한 소개와 더불어 유래를 소개해 주시면 상식도 늘고 유용할 듯합니다. 직접 가는 것만큼은 아니겠지만, 다양한 명소도 알고 또 유래까지 알 수 있다면 일석이조가 아닐까요?



김성희 회원 와룡초등학교

이번 달에는 특히 '그 씬의 이중생활' 기사를 너무 흥미롭게, 부럽게 읽었습니다. 수요일밴드의 '오늘의 나에게 내일의 나에게'도 찾아서 들었습니다. 많은 생각을 하게 되네요. 바쁜 교직생활에 늘 '피곤하다'만 늘어놓으며 살고 있는데 이렇게 하고 싶은 일을 하면서 웃으며 생활하시는 선생님들의 모습을 보니 노래를 좋아하는 1인으로 부럽기도 합니다. 생각에 따라 모든 건 완전히 다른 일이 되는 건데 참 쉽지 않지요. 다시 한 번 많은 것을 배우고 생각합니다.



최신영 회원 문수초등학교

소도시에 근무하며 여러 학교의 선생님들 이야기, 나아가 교육 전반을 둘러싼 환경, 역사와 앞으로 나아갈 길을 여러 각도에서 조명하는 기사들을 읽는 게 참 재미있습니다. 이번 호의 '슬기로운 교사생활'이 참 좋았습니다. 온라인 개학을 맞이하고 준비하는 선생님들의 입장을 잘 그려주셨다고 생각해요. 코로나19로 인해 환경과 생태 쪽으로 눈을 돌리게 되는데, 앞으로 환경+생태와 관련한 교육, 그 분야의 화젯거리도 다루어주셨으면 좋겠습니다.



한윤덕 회원 산곡중학교

퇴직하고 1년이란 시간만 흘러갔습니다. 물론 아내와 그동안 못했던 여행은 많이 다녀왔습니다. '이젠 뭐하고 지내야 될까?' 막연하던 차에 '인생 2모작'을 접하게 되었답니다. 신앙란, 오형권 부부의 퇴직 후 노후 삶은 제게 잔잔하면서도 실감나게 다가왔습니다. 여유롭게 여덟 번째 책을 집필하며, 올해 지을 채소의 씨도 뿌리면서 산골농부로서의 인생을 즐기는 부부의 모습이 참으로 부럽고 보기 좋았습니다. 오늘은 내내 시간을 내어 앞으로의 삶에 대해 다시 한 번 생각해 볼 마음입니다.



신동욱 회원 건국대학교

스승의 날 감사 메시지, 인문학과 의학의 소통이 되는 인터뷰, 어윤희 선생에 대한 역사 이야기 등 5월호 내용이 풍성해 읽으면서 소소한 행복을 느꼈습니다. 특히, 건강하게 내 몸 지키는 '실내 운동법'이 무엇보다 재활의학 관점에서 안전하면서도 효율적이어서 도움 되었습니다. 해외 여행을 현재 거의 못하는데 각 나라, 도시에 대한 소개 비중을 높이면, 대리 만족도 할 수 있고 코로나 사태가 종식되었을 경우에 관심 지역으로 방문할 수 있어 좋을듯합니다.

7월호



독자퀴즈



이번 호 「The-K 매거진」을 잘 읽어보셨나요? 아래 퀴즈의 정답을 모두 적어 보내주시면 정답자를 추첨해 100명에게 모바일문화상품권(1만원)을 드립니다.

※ 독자퀴즈는 한국교직원공제회 회원만 참여가 가능합니다.

보내실 곳 : thekmagazine@ktcu.or.kr

정답과 보내시는 분의 성함, 분회명(현재 혹은 퇴직하신 소속 기관명), 휴대폰 번호를 함께 보내주세요.

응모 기간 : 7월 1일 ~ 7월 31일



※5월호 독자퀴즈
및 독자의견 선정
자는 웹진(www.thekmagazine.co.kr)
혹은 QR 코드를
통해 7월 1일 확인할
수 있습니다.

※6월호 선정자는
2020년 8월 1일부터
확인할 수 있습니다.

Quiz 1

미국에 있는 캠퍼스 없는 혁신 대학으로 하이테크 기술을 적극 활용하는 새로운 교육 방식으로 교육 업계에 다양한 영향을 주는 학교 이름은?

○○○○ 스쿨 (28~29p 참고)

Quiz 2

한국교직원공제회가 새롭게 선보이는 건강검진 통합 서비스로, 공제회 회원은 모바일 앱을 통해 전국 약 150개의 제휴 검진기와 예약이 가능하며 일반 검진료에 비해 10~60%정도 할인된 다양한 검진 패키지 이용이 가능하다. 이 모바일 앱의 이름은?

○○○○ 가족검진 (64~65p 참고)

Quiz 3

어린 시절부터 디지털 환경에서 성장한 세대를 뜻하는 말로, 다양한 디지털 기기를 원어민처럼 자유자재로 활용하는 세대라는 의미를 지닌 용어는?

디지털 ○○○○ (78~79p 참고)

6월호 독자퀴즈 정답

Quiz 1. 유일한

Quiz 2. 캄보디아

Quiz 3. 크리에이터

「The-K 매거진」은 독자 여러분과 함께 만들어갑니다!

따뜻한 칭찬부터 톡톡 튀는 아이디어, 그리고 따끔한 충고까지 독자 여러분의 소중한 의견을 기다리고 있습니다.

5월 한 달 동안 총 216명의 독자님이 소중한 의견을 보내주셨습니다. 스승의 날 메시지가 감동적이었다는 의견들이 많았고, 연세대학교 예방일 교수의 의학과 인문학의 커뮤니케이션에 대한 기사가 좋았다는 의견들이 많았습니다. 또한 지속되는 코로나19 상황 속 실내 운동법 소개가 알차다는 의견들이 있었고, 지역경제 활성화를 위해 즉석당첨 이벤트 상품 중 온누리 모바일상품권을 제공하여 의미 있었다는 의견들도 있었습니다. 앞으로 더 다양한 지역 명소 소개를 해달라는 제안도 있었습니다. 보내주신 모든 의견을 즉각적으로 모두 다 반영할 수는 없지만, 추후 기획·편집 시 참고하여 최대한 독자들의 의견을 많이 담아내도록 하겠습니다. 소중한 의견을 주신 독자님들께 다시 한번 감사드리며, 크고 작은 목소리에 귀 기울이며 더욱 성장하는 The-K 매거진이 되겠습니다.

이번 호를 읽고 느낀 점과 좋았던 코너나 내용, 새로운 의견(The-K 매거진에 바라는 점) 등을 아래 메일로 보내주시면 추첨을 통해 30명에게 모바일문화상품권(3만원)을 드립니다.

「The-K 매거진」 편집실 이메일: thekmagazine@ktcu.or.kr

*이메일을 보내실 때는 보내시는 분의 성함, 분회명(현재 혹은 퇴직하신 소속 기관명), 휴대폰 번호를 남겨주세요.



독자 의견



The - K 매거진 7월호 즉석당첨 이벤트

여름아 행운을 부탁해

무더위에 지치고 힘든 당신을 위해
The-K 매거진이 시원하게~~쏩니다!
Cool한 행운 잡으러 지금 가볼까요?

| 이벤트 기간 | 7월 1일 ~ 7월 31일



배스킨라빈스
10,000원권(100개)



온누리 모바일상품권
5,000원권(300개)



이디야 아이스아메리카노
(600개)

참여 방법

경품 옆 QR코드를 스캔하거나 www.thekmagazine.co.kr에 접속, '7월 즉석당첨 이벤트' 클릭
→ 마음에 드는 상품정보 확인 → 당첨 여부 확인 → 당첨 확인 후 인적 사항 기입

유의 사항

- 기프티콘은 8월 중순 발송 예정 (**회원이 아닌 경우, 당첨되어도 경품 발송을 하지 않음**)
- 당첨은 경품당 매월 1인 1회까지만 유효한 것으로 인정
- 개인정보를 정확히 입력 후 응모해주세요. 오기재 또는 미기입으로 인한 배송 오류는 책임지지 않음
- **당첨시 입력하는 성명과 연락처는 한국교직원공제회에 등록된 회원정보와 동일해야만 경품이 발송됨**
- 부정행위 방법이나 허위 정보로 이벤트 참여 시 전체 당첨이 취소될 수 있으며, 참여에 제약을 받을 수 있음

		새	로	운		일	상		
생	활		속		거	리		두	기

아프면 3~4일 집에 머물기

두 팔 간격 건강 거리 두기

‘실내 다중이용시설’ 및 ‘2m 거리 두기가 어려운 실외’에서는 마스크 착용 필수

30초 손씻기, 기침은 옷소매

매일 두 번 이상 환기, 주기적 소독

거리는 멀어져도 마음은 가까이

코로나19를 이기는 새로운 일상,
우리가 함께 만들어갑니다.

