



오늘의 날씨와 생활

2월 17일 수요일 음 1월 6일 (13월)

기상정보

구름 많음



제주 전역에서 구름많고 흐린 날씨가 이어지다 오후부터 비가 오거나 산간에는 눈이 오겠다. 산간 예상 적설량은 1-3cm다. 아침 최저기온은 제주 2°C, 서귀포 2°C, 낮 최고기온은 제주 3°C, 서귀포 5°C로 다소 추운 날씨를 보이겠다.

Table with 4 columns: 오전, 강수 확률, 제주, 오후. Rows show 60% probability for rain, snow, and sleet.

Table with 2 columns: 해돋이, 달뜨기. Rows show times for sunrise (07:16) and sunset (10:18).

Table with 2 columns: 내일, 모레. Rows show weather and temperature forecasts for the next two days.

Table with 2 columns: 생활·안전 기상정보, 주의. Rows show UV index and fog warnings.

월드뉴스

인니서 “성관계 없이 아이 낳았다” 주장

경찰, 사실관계 조사 나서



황당한 주장을 펼친 시티 자이나.

인도네시아의 여성이 성관계 없이 임신했고, 임신 사실을 안 지 불과 한 시간 만에 출산했다고 주장해 논란이 되자 경찰이 사실관계 조사를 나섰다. 16일 트리뷴뉴스 등에 따르면 서부 자바주 짜안주르 수카푸라마에 사는 시티 자이나(25)라는 여성이 지난 10일 오후 딸을 출산한 뒤 “성관계 없이 기적적으로 임신했다”고 주장했다. 시티는 “10일 오후 기도를 드리는 데 앞드렸는데 자궁 속에 바람이 들어오는 느낌이 있었다”며 “배가 아프더니 부풀어 올랐고 곧바로 보건소로 달려가 출산했다”고 지역 매체들과 인터뷰에서 말했다. 시티는 “보건소에서 정상적으로 출산했고, 아기의 몸무게는 2.9kg이었다. 시티는 홀로 두 살배기 딸 한 명을 키우는 여성으로, 두 번째 출산 1시간 전까지 임신 증상을 전혀 못 느꼈

고 생리도 규칙적이었다”고 말했다. 시티는 당초 낙 태 된 남편과 헤어진 ‘싱글맘’으로 알려졌다. 결혼 담당 종교사무국(KUA)은 “시티가 2017년 5월 2일 결혼했고, 법적으로 여전히 혼인 상태를 유지하고 있다”고 밝혔다. 전문가들은 드물긴 하지만 임신 거부, 성폭력 등 심리적 문제 때문에 출산 직전까지 임신 증상이 없을 수 있다고 본다. 경찰은 “대중에게 영동한 소문이 퍼지는 것을 원치 않는다”며 시티를 임신시킨 남성을 찾고 있다. 연합뉴스

한리일보 logo and contact information including website, phone, and address.

건강&생활



신 윤 경
보정신건강의학과의원장

코로나바이러스 팬데믹의 끝이 보이지 않는다. 감염의 공포뿐 아니라 전파자가 될 것에 대한 두려움이 우리를 더욱 위축시킨다. 사람이 사람을 만나고 함께 음식을 먹는 것이 죄가 되는 세상이라니! 그런데 이는 인간 스스로 초자연 위기이다. 이 상황이 우리에게 던지는 메시지는 무엇일까? 겨울엔 유독 부끄러웠다. 나무가 메마르고 땅이 얼 듯 생명의 기운이 기울기 때문이다. 올 겨울은 팬데믹에 이르기까지 겹치며 슬픈 이별 소식이 더욱 많았다. 필자도 가장 사랑하던 이를 갑작스레 잃었다. 그는 평소와 다름없이 산책하고 친구와 통화하

죽음을 기억하라

고 가족을 위해 식사 준비를 하다가 화장실에서 쓰러져 돌아오지 못했다. 필자는 119를 부르며 그에게 심폐소생술을 시행했지만 멈춘 심장은 다시 뛰지 않았고 의식이 사라져 갔다. 그리고 뇌의 작동이 멈추었음에도 몇몇 심장이 약물의 힘으로 힘겹게 뛰다가 며칠 후 완전히 멈췄다. 죽음에 관한 이야기를 읽으며 낯설고 불편한 감정이 들지도 모르겠다. 예상치 못했다가 불쑥 접해사이기도 하겠고, 우리가 삶은 좋은 것, 죽음은 나쁜 것이라는 이분법적 문화 속에 살아가기 때문이기도 하다. 세상에 건강하고 젊게 사는 것에 대한 이야기와 방법들이 난무하고 사람들은 죽음에 대한 두려움을 질병보험, 상조회사 가입으로 상쇄한다. 대부분의 사람들이 병원에서 죽음을 맞이하며 많은 이가 가족의 죽음을 조차 그 과정을 제대로 경험하지 못한다. 우리 모두 죽을 운명임에도 죽

음에 관심을 가지는 사람은 드물다. 작금의 팬데믹과 인류멸종을 예언하는 기후위기는 인간이 죽음을 삶과 분리하고 외면하면서 시작했다. 죽음을 의식하며 살아가는 존재는 자연스럽게 이타적이 되므로 타자를 착취·소비하지 않고 돌본다. 사랑하는 이의 죽음을 지켜보는 과정은 삶을 강렬하게 일깨운다. 가슴 찢어지게 그립고 미안하고 고맙고 죽을 만큼 괴로운 상상의 경험이 인간을 성숙시킨다. 방금 전까지 나와 웃고 밥 먹고 이야기 나누던 존재가 어느 순간 그저 물질덩어리가 되는 과정을 통해 생명이란 무엇인가 깊이 생각하게 된다. 육신에 갇혀 있던 그 의식 혹은 영혼은 이제 어디에 있는가? 지인이 초등학교 5학년 아들을 데리고 납골당을 다녀오며 아들과 필자 가족의 죽음에 대해 이야기 나누었다고 한다. 평소 자주 함께 산책하고 밥 먹던 사이였으므로 지인의 아들은 슬

퍼하며 처음으로 죽음을 진지하게 생각해보았다고 한다. 삶을 살담게 만드는 죽음을 터부시하며 숨기는 것은 얼마나 잘못된 교육인가. 사랑하는 이의 돌아감을 경험한 이들은 안다. 죽음은 끝이 아니다. 눈에 보이지 않는다고 없는 것이 아니다. 손톱보다 작은 씨앗이 땅에 심어져 나무로 자라는 과정과 현미경으로 관찰할 크기의 수정란이 인간이 되는 과정의 신비를 보라. 그리고 그것들의 죽음도 보라. 생명은 사라지지 않는다. 필자 가족의 장례식장에는 교체하던 대학교 학생들과 신부님의 노래가 울려 퍼졌고, 그와의 추억을 웃고 울며 나누는 친구들의 이야기가 떠들썩했다. 한결같이 그에 대해 이룬 나 이야기에 돌아가 안타깝지만 참사람이었다고, 잘 산 인생이었다고 했다. 지속되는 팬데믹과 기후위기 그리고 죽음이 우리에게 묻는다. ‘진정 잘 살고 있습니까?’

열린마당

우리 동네 안전 스스로 살펴야



박 창 열
제주연구원 책임연구원

영국 드라마를 보면, ‘neighborhood watch area’란 표현이 등장한다. 표면적으로 주민감시구역이란 뜻인데, 속내는 우리 동네 안전을 스스로 돌본다는 의미이다. 어찌 보면, 참으로 숨 막힐 노릇이다. 일상생활을 하는 데도 동네사람들의 눈치를 봐야 하니 말이다. 이런 정책이 우리나라에서 운영될 수 있을지는 의문이다. 아마도 주민들 간의 갈등으로 사회적 합의가 쉽지 않을지도 모른다. 주민감시 정책은 행정안전부의 ‘안전신문고’ 제도와 유사한 측면이 있다. 주민이 감시한다는 전제는 동일하다. 다만, 안전신문고는 신고자 중심의 일방향 감시인 반면, 주민감시 프로그램은 양방향 또는 다차원의 감시체계가 된다. 이는 주민감시

정책의 효과가 최소 갑절 이상이 될 수 있음을 시사한다. 주민감시 프로그램의 정책적 순기능을 생각해보자. 주민감시는 지역 사회 안전 역량을 지탱하는 개인 안전의식 유지에 보탬이 된다. 주민 스스로 동네를 관리하면서 마을 안전의 연대 책임감도 갖게 한다. 안전 이슈가 발생할 때 마다 제기되는 안전불감증 문제도 찾아준다. 안전관리의 새로운 패러다임, 주민 주도형 관리체계의 시발점이 될 수도 있다. 삶의 질이 향상되면서, 안전은 삶의 기본 니즈가 됐다. 주민들의 기대 수준도 높다. 안전이란 매우 포괄적 개념이다. 이에 관리 범주는 매우 광범위한데, 인력·인프라 등은 제한적이다. 누군가의 도움이 절실하다. 우리 동네 안전은 스스로 살펴보면 좋지 않을까. 나의 안전, 우리 가족의 안전을 지킨다는 사명감이 있는 것으로 얻을 수 있다. 나의 작은 관심이 지역사회 안전 향상에 이바지하고, 삶의 안정을 가져다 줄 것이다. 우리 동네를 돌보는데 작은 힘을 보탬 때다.

월동무의 가치 스스로 이해하라



이 미 숙
동부농업기술센터 농촌자원팀장

무는 배추, 고추, 마늘과 함께 우리나라 대표 4대 채소에 속한다. 어느 시기를 흔히 구할 수 있어 한국인의 식탁에 빼놓을 수 없는 채소지만 맛과 기능이 우수해 그 가치가 매우 높으며 김치, 반찬, 국 등 다양한 음식에 활용되고 있다. 잘만 먹으면 인삼 못지않은 효과를 볼 수 있다는 무! 감기, 인후통, 독감은 물론 각종 성인 질환에 효과적이고, Diastase, Amylase 등 소화효소가 있어 예부터 국수나 보리 음식을 먹고 체했거나 고기를 먹을 때, 또는 식중독에 걸렸을 때 무를 먹었던 조상들의 지혜가 있었다. 무가 천연 소화제라고 불리는 이유이고, 최근에는 무에 함유된 폴리페놀 성분이 항산화 기능을 가져 암과 같은 질병을

억제하는 것으로도 알려졌다. 무의 부위별 활용도를 보면 윗부분은 단맛이 강해 샐러드나 무채, 동치미 등에 사용되고, 가운데 부분은 조직이 단단해 묵, 전골, 조림 등 요리에 알맞으며, 끝부분은 매운맛이 강하므로 열을 가하거나 발효시키는 볶음이나 무나물에 사용한다. 무는 동치미, 나박김치와 깍두기, 무생채, 무조림, 무나물 등 다양하게 활용되고 있다. 통계에 따르면 무를 원료로 거의 100여 가지, 60여 가지의 반찬을 만들 수 있다고 한다. 특히 서리 맞은 월동무는 아삭아삭 씹히는 맛이 일품일 뿐 아니라 기온이 아주 강해서 건강식품으로도 빼놓을 수 없이 중요하다. 작년 한 해 잦은 태풍, 긴 장마와 한파 등 기상이변으로 온갖 고난을 이겨낸 제주의 월동무가 각종 영양소와 기능성을 품어 제맛을 느낄 수 있는 지금 다양한 레시피로 제대로 즐기는 것이 면역력을 높여 코로나 19를 슬기롭게 이겨내는 식문화가 아닌지 함께 생각해보고 실천할 수 있는 계기가 되기를 희망해 본다.

SM그룹 에스엠신용정보 advertisement with large text and contact information.

Jeju City News (제주시정소식) section containing various public notices and announcements.