



청재설현 내부 산책로의 모습. 사진=제주관광공사 제공

“일렁이는 봄바람 타고 웰니스 관광 떠나요”

코로나19 장기화로 찾아온 ‘코로나블루’... 제주자연으로 극복 청재설현·서귀포 치유의 숲·환상숲곳자왈 담양족욕 등 풍성

코로나19 장기화로 집에서 보내는 시간이 늘어나면서 우울감과 무기력증을 겪는 ‘코로나블루’의 심각성이 높아지고 있다. 이러한 코로나블루를 제주자연으로 극복하는 것은 어렵다. 최근 제주에서는 웰니스 관광이 주목받고 있다. 웰니스 관광은 웰빙과 행복을 추구하는 새로운 관광트렌드로 웰니스 관광지는 치유, 휴식, 건강과 함께 몸과 마음이 회복될 수 있는 관광을 말한다. 보고, 먹고, 느끼는 단순한 즐거움에서 힐링과 치유로 지친 마음까지 위로받을 수 있는 여행으로 트렌드가 변하고 있는 것이다. 제주관광공사는 지난해 7월 코로나19 여파로 침체된 관광시장에 활기를 불어넣기 위해

제주 웰니스관광 15선 선정사업을 추진키로 하고 자연·숲 치유, 힐링·명상, 뷰티·스파, 만남·즐거움 치유 등 4개 분야의 웰니스관광지를 발표했다. 이중 제주만의 특별하고 청정한 자연환경과 어우러져 치유와 힐링을 제공하는 제주 봄의 웰니스관광지를 소개한다.

▶자고, 먹고, 쉬는 숲 속의 집 ‘청재설현’
서귀포 도평동에 위치한 청재설현은 단잠을 자고 주객이 함께 아침 식사를 하는 숙박시설이다. 주객이 만나 서로 인사 나누며 따뜻한 아침밥과 차를 나누는 시간은 호화스러운 호텔이나 여타 숙박시설과 달리 소통이 있고, 소박하지만 정감하다. 낮에는 숙소의 통유리 창을 열고 바람 소리를 벗 삼아 독서 즐기

에 안성맞춤이고, 밤에는 가릴 것 하나 없는 검푸른 밤하늘에 흘러가는 달빛을 구경하는 여유도 누릴 수 있는 아늑한 보금자리다.

▶편백나무와 삼나무로 가득한 ‘서귀포 치유의 숲’
서귀포 치유의 숲은 대부분 평균 수령 60년 이상의 나무가 주를 이루며 특히 편백나무와 삼나무가 넓게 조성된 큰 숲이다. 피톤치드, 음이온 등이 뿜어져 나오는 숲에서 ‘숯굴이영’, ‘엄부랑’ 숲길 탐방, 쉼팡 등의 산림치유 프로그램도 즐길 수 있다. 산책을 끝내고 내려와 먹는 ‘차롱치유밥상’은 아주 특별한 경험을 제공한다. ‘차롱’은 제주에서 음식을 담기 위해 대나무로 만들어 사용하던 바구니다. 여기에 마을 주민들이 제주 향토 음식을 만들어 담아 제공하는 것이다. 제주의 사람, 자연과 만남을 즐기으로써 몸과 마음을 치유할 수 있는 곳이다.

▶숲속에서 만나는 힐링 ‘환상숲곳자왈 담양족욕’
담양족욕은 제주의 천연원시림을 볼 수 있는 ‘환상숲곳자왈공원’ 내에 위치해 있다. ‘담양’이란 ‘담아서’의 제주어로 관광과 숲길 탐방으로 지친 방문객들의 다리를 자생식물 한방 족욕테라피 ‘발담양’, ‘차담양’ 프로그램으로 힐링해주는 곳이다. 결명초 씨앗, 천궁, 갑초, 비트 등의 한방 재료가 우려난 족욕물에 맨발을 담궈보면 개운함이 남다르다. 곳자왈 숲을 느끼게 걸으며 미처 보지 못한 마음의 여유를 찾고, 음악과 명상, 그리고 몸의 긴장을 풀어주는 스트레칭으로 지난 여독을 푸는 시간을 가져보기를 권한다. 코로나19 장기화로 누적된 피로감을 제주 자연 속에서 극복해 보는 것도 좋은 방법 중 하나다. 다가오는 주말 제주 웰니스관광으로 건강을 회복하길 바란다.

이태윤기자 ty9456@ihalla.com



제주소리샘
원장 송시봉

본 광고는 사전심의필 2007-GN1-25-0147

잘 안들리십니까? 소리샘 디지털 보청기와 함께 하십시오.

오라파출소 터미널 신제주
광양 한국병원 소리샘 보청기

① 소리샘 디지털 보청기는 미국 스타키와 마이크로텍사의 제품을 취급합니다.
② 소리샘 디지털 보청기는 고객의 청력에 적합한 올바른 보청기 상담 및 A/S를 책임집니다.
■ 신성정, 노인성, 소음성 난청으로 고생하시는 분들께 무료 청력검사 및 방문 상담 가능

소리샘 보청기
제주시 삼도1동 507-3(2층)

TEL. 753-5347