

군포소식

Gunpo Monthly Magazine

2016

06

제347호

심폐소생술은 내 가족과 이웃의 생명을 구하는 작은 기적입니다.
안전한 군포, 건강한 군포를 위한
군포시의 심폐소생술 교육은 계속되고 있습니다.



심폐소생술 교육중인 최철호(맨 왼쪽) 강사와 군포시시설관리공단 직원들

02 행복한 군포

반짝이는 아이디어로
안전하고 건강한 군포를 만들다

+
안전한 도시, 건강한 도시를 만들기 위한
군포시의 몇 가지 아이디어와 노력을 소개
한다.



08 군포 삼매경

한얼공원과 현충탑
호국영령의 숭고한 희생을 기억하다

+
한얼공원에는 현충탑과 월남참전기념탑
등이 세워져 있어 나라사랑을 실천한 많은
이들을 기리고 있다.



10 반갑습니다

가족과 이웃을 살리는 4분의 기적
군포시산본보건지소 심폐소생술 교육

+
산본보건지소는 가족과 이웃의 생명을 구하
는 심폐소생술 교육을 연중 진행하고 있다.



16 건강쑥쑥

여름철, 노곤한 불청객
무기력증

+
6월이 되면 '무기력증'이 불청객처럼 찾아
온다. 강된장찌개 한 상으로 식욕을 깨우고
부족한 수분도 보충해보자.





Idea 1
안심 비상벨

밤에도 안심하고 이용하세요. 공원 여성화장실 21곳에 설치된 '안심 비상벨'

밤늦은 시각, 한적한 공원 화장실을 맘 놓고 이용하기는 머뭇거리진다. 더구나 여성이라면 더더욱 망설여지는 것이 사실이다. 군포시는 이러한 현실을 반영해 시민과 여성이 안전하게 공원 화장실을 이용할 수 있도록 도시공원 내 공중 여성화장실에 비상벨을 설치했다.

근린공원과 어린이공원, 산림지역 등의 여자 화장실 21개소에 여성안전 비상벨을 설치한 것은 공원 화장실이 불특정 다수가 이용하지만 밀폐된 분리공간으로 이루어진 터라 항상 범죄의 위험에 노출될 수 있다는 판단에 따라 안전사고 예방 차원에서 시행됐다.

공중화장실 이용객이 화장실 내부에 설치된 비상벨을 누르면 외부 출입구에 설치된 경광등이 작동하며 경보음이 울리게 된다. 이 경우 화장실 주변을 지나가는 시민이 듣고 보면, 경찰에 신고하거나 직접적인 도움을 줄 수 있어 응급상황에 처한 여성이 신속하게 시민과 경찰의 도움을 받는 것이 가능해진다. 이를 위해 군포시는 공중 여성화장실 내 비상벨이 울릴 경우 관심과 신고가 이어질 수 있도록 지역사회에 널리 홍보할 계획이다.

한편 군포시는 공중 여성화장실 비상벨을 시범 운영하며 효율성을 수시로 확인하고, 군포경찰서와 긴밀히 협조해 비상벨이 울리면 112상황실로 자동 신고·접수되는 체계를 구축할 예정이다.

공원녹지과 390-0412



Idea 2
자동 제세동기

생명을 살리는 기적의 전기충격, 자동 제세동기 신규 설치

군포시는 생명을 살리는 전기충격(자동 제세동기)을 확산하고 있다. 시는 지역 내 동 주민센터 6개소와 새로 개소한 산본보건지소 내에 '자동 제세동기'를 설치 완료했다.

자동 제세동기는 갑작스러운 심정지 환자가 발생했을 경우 응급처치를 가능하게 해주는 장비로, 의학 지식이 부족한 일반인도 쉽게 사용할 수 있도록 만들어져 있다. 이미 선진국에서는 사람이 많이 모이는 공공장소에 자동 제세동기를 비치하고 있으며, 이를 통하여 많은 심정지 환자들의 생존율이 극적으로 증가한 것이 많은 연구를 통해 증명됐다.

군포시가 자동 제세동기를 추가로 설치한 것은 심폐소생술 교육 활성화를 꾀해 시민의 생명을 보호하는 환경 시스템을 더욱 공고히 한다는 방침에 따른 조치이다. 군포지역 내에는 군포시보건소가 설치한 39대와 소방서와 학교 등이 자체 설치한 기기를 합해 총 97대의 자동 제세동기가 상시 운영 대기 상태에 있다. (5월 20일 기준)

자동 제세동기 추가 설치와 함께 산본보건지소는 시민과 지역 기업체 종사자 등을 대상으로 무료 심폐소생술 교육에 대한 홍보도 활발히 전개하고 있다. 안영란 산본보건지소장은 "심장 질환과 관련된 긴급 상황이 발생했을 때 시민 누구나 기초 응급 구조를 할 수 있도록 환경 조성에 노력하고 있다"며 "시민이 가족처럼 서로를 돌보고, 함께 건강하고 행복한 군포 만들기를 위한 사업을 꾸준히 개발·시행해 나가겠다"고 말했다.

산본보건지소 390-8961



Idea 3
신변안전부스

공중전화부스의 착한 변신, 신변안전부스를 아시나요?

군포시민 중 많은 이들이 좋아하는 사람의 목소리를 듣기 위해, 혹은 급한 용무로 인해 동전을 들고 공중전화부스를 찾아 헤매던 기억이 있을 것이다. 지금은 휴대전화 보급률이 100%를 넘어섰지만, 십여 년 전만 해도 휴대전화 이용률보다 공중전화 이용률이 더 높았던 것이 사실이다.

지금은 철거 비용이 만만치 않을뿐더러 아직 필요로 하는 사람이 있기에 이렇지도 저렇지도 못한 애물단지로 전락해버린 공중전화. 하지만 군포의 공중전화들은 착하다 착한 변신을 꾀하고 있다.

만약 신변에 위협을 받고 있는데 주변에 도움을 청할 사람이 보이지 않는다면 앞으로는 공중전화부스로 대피하면 된다. 군포경찰서와 KT링크스는 성범죄에 대한 사회적 불안감 해소와 긴급 상황으로부터 여성, 아동 등 치안 약자의 피난처를 설치, 안전한 군포를 만들기 위해 기존의 공중전화를 신변안전부스로 개조해 활용하고 있다. 신변안전부스는 범죄 위협을 받은 시민이 대피하면 자동으로 문이 닫혀 외부와 차단된다. 이어 안전부스에 설치된 사이렌이 울리고 경광등이 작동해 주변의 도움을 요청할 수 있다. 또 CCTV(폐쇄회로카메라)와 스마트 미디어를 통해 범인의 얼굴이 녹화된다.

신변안전부스는 급박하게 도움이 필요로 시민을 위한 곳이므로 장난으로 이용한다든지 잔한 애정행각을 한다면 전부 녹화될 수 있으니 이점 유의하자.

설치장소: 군포역 1번출구, 금정역 4번출구, 산본시장 서편, 군포신협 금정점, 산본로대오거리(군포시청 맞은편)

군포경찰서 390-9348

보다 쉽고 편하게 각종 행정서류 준비하세요

무인민원발급기, 병원 2개소에 신규 설치

군포시는 시민들의 제증명 서류 발급 편의를 위해 원광대학교 산본병원, 군포지샘병원에 무인민원발급기를 추가로 설치했다. 추가로 설치된 무인민원발급기는 주민등록 등·초본을 비롯해 55종의 민원서류 발급이 가능하다.

이전까지 시는 전철역 6개소 등 11개소에 무인민원발급기를 설치해 운영중이었으나 이번에 원광대학교 산본병원, 군포지샘병원 내 무인민원발급기 추가 설치로 몸이 불편한 환자와 가족들이 관공서를 찾지 않고 민원서류를 발급받을 수 있게 되어 시간·공간적 불편이 해소될 것으로 기대하고 있다.

또 무인민원발급기는 평일, 공휴일 관계없이 오전 6시부터 자정까지 운영돼 관공서 근무시간 이외에 민원서류 발급이 필요한 아들에게 큰 도움이 될 뿐만 아니라 민원창구보다 50% 이상 저렴하게 이용할 수 있다.



최근 3년간 군포시 관내 무인민원발급기 총 이용 건수는 연평균 7만3천건(월 6천여건)에 달할 정도로 시민 수요가 높다. 무인민원발급기 위치 등 상세 이용 정보는 민원봉사과에 문의하면 자세히 안내받을 수 있다.

한편 군포시는 맞벌이 부부 및 직장인 등 근무시간 중 민원서류를 발급받을 수 없는 시민들을 위해 주민등록 등초본, 인감, 가족관계등록 증명서류뿐만 아니라 여권접수 및 가족관계 등록신고를 할 수 있도록 2010년부터 매주 화요일 야간 민원실을 운영 중이다.

이와 더불어 시는 지난 3월 동 주민센터 6개소에 민원인 전용 컴퓨터와 팩스를 추가로 설치, 11개 동 주민센터 전체에 민원인 전용 사무기기를 완비했다.

민원봉사과 390-0626

한 눈에 보는 군포

10번째 금연아파트 지정·고시

군포시 산본보건지소가 부곡동 삼성마을 4단지 지역 내 10번째 금연아파트로 지정·고시했다. 금연아파트는 국민건강증진법과 군포시 금연환경 조성 및 간접흡연 피해방지 조례에 의해 입주세대 50% 이상이 자발적으로 찬성해야 지정되는 것으로, 시는 지난 2014년 8월 첫 번째 금연아파트를 지정한 바 있다.

금연아파트로 지정된 곳은 계단과 복도, 지하주차장, 엘리베이터 등의 공동구역이 금연구역으로 고시된다. 이후 20여일의 유예기간이 지난 후 금연구역에서 흡연행위가 적발되면 관련 조례에 따라 5만원의 과태료가 부과될 수 있다.

금연아파트 지정을 희망하는 공동주택 입주자는 입주세대 50% 이상의 동의를 얻어 신청하면 되며, 자세한 사항은 산본보건지소로 문의하면 안내받을 수 있다.

산본보건지소 390-8931

국제운전면허증 발급 서비스 개시

군포시는 5월 16일 도로교통공단 안산운전면허시험장과 업무협약을 체결, 국제운전면허증 접수 및 교부업무를 지원하기 시작했다. 이에 따라 시는 민원인이 여권과 국제운전면허증을 발급받기 위해 시청과 경찰서 2개 기관을 방문하지 않아도 돼서 시간은 절약되고, 편의는 높아질 것으로 기대한다.

민원인이 시청을 방문해 여권을 신청하며 국제운전면허증 발급도 희망할 경우, 시는 신청서를 접수해 안산운전면허시험장에 관련 서류를 보낸다. 이후 시험장에서 국제운전면허증을 제작해 군포시청으로 보내면, 민원인이 여권을 수령하며 국제면허증도 동시에 발급받을 수 있다.

한편 유효기간이 1년인 국제운전면허증은 여권 신청 시 운전면허 소지자면 누구나 발급 가능하며, 제네바 협약 가입국 96개국에서 이용할 수 있다. 발급 요청 시 준비할 서류는 운전면허증, 여권용 사진(3.5×4.5cm) 1매, 수수료 8,500원이다.

민원봉사과 390-0137

애국심 기리며 애향심도 키워요

군포장 항일 시민 독립만세운동 기념탑 제막



군포시가 일제강점기에 항일 독립만세운동을 펼쳤던 군포시민들의 애국심과 희생정신을 기리기 위해 군포역 광장에 높이 11m의 기념탑을 세웠다.

1919년 3월 31일 군포장(軍浦場, 오일장, 현 호계동)에는 장날을 맞아 2천여명의 주민이 모였고, 이들은 1.8km 떨어진 일본의 군포장경찰관주재소(현 군포시 군포로 538번길 16)로 행진하며 만세운동을 전개했다. 각종 사료에는 당시 일본이 경찰 외에도 군 병력까지 출동시켜 총을 발포하며 독립운동에 참여한

시민을 해산시켰다고 나온다.

이에 따라 시는 죽음을 각오하고 조국 독립을 위해 나선 옛 군포시민들의 애국심과 희생정신을 널리 알리기 위해 기념탑을 조성했다. 오늘의 군포시와 대한민국을 있게 한 선열들의 숭고한 정신을 널리 알리고 계승하기 위해 건립한 기념탑을 통해 지역 청소년을 비롯해 많은 시민들의 애국심과 애향심이 드높아질 길 기대해본다.

복지정책과 390-0211

폐건전지·폐형광등 꼭 분리배출하세요~

재활용이 가능한 건전지·형광등의 종류

- 건전지 망간전지, 알칼리 망간전지, 니켈수은전지 등 모든 전지류
- 형광등 직관형, 환형, 안정기내장형, 콤팩트형, 기타 수은을 함유한 조명제품

배출방법

- 일반주택 가까운 동 주민센터 내 폐건전지·폐형광등 수거함에 분리배출
- 아파트 아파트 단지 내 폐건전지·폐형광등 수거함에 분리배출

※ 소량 발생 폐건전지는 통장을 통해 배출 가능

제218회 군포시의회 제1차 정례회 의사일정

일시	차수	부의안건
6. 1(수) 오전 10시	1차	① 제218회 군포시의회 제1차 정례회 회기 결정의 건 ② 제218회 군포시의회 제1차 정례회 회의록 서명의원 선출의 건 ③ 2015회계연도 일반 및 기타특별회계 세입·세출 결산 승인의 건 ④ 2015회계연도 수도사업특별회계 수입·지출 결산 승인의 건 ⑤ 2015회계연도 하수도사업특별회계 수입·지출 결산 승인의 건 ⑥ 예산결산특별위원회 구성 결의안 ⑦ 예산결산특별위원회 위원 선임의 건 ⑧ 조례 및 기타안건심사 특별위원회 구성 결의안 ⑨ 조례 및 기타안건심사 특별위원회 위원 선임의 건 ⑩ 관계공무원 출석요구의 건 • 휴회의 건
6. 2(목) - 6. 16(목)	-	• 행정사무감사 특별위원회 활동(6. 2~7. 10) • 예산결산 특별위원회 활동(6. 13~6. 15) • 조례 및 기타안건심사 특별위원회 활동(6. 16) • 행정사무감사 특별위원회 활동(6. 16)
6. 17(금) 오전 10시	2차	① 2015회계연도 일반 및 기타특별회계 세입·세출 결산 승인의 건 ② 2015회계연도 수도사업특별회계 수입·지출 결산 승인의 건 ③ 2015회계연도 하수도사업특별회계 수입·지출 결산 승인의 건 ④ 2016년도 행정사무감사 결과보고서 채택의 건 ⑤ 조례 및 기타안건 처리

- 행정사무감사 특별위원회 위원장 이견행 의원, 간사 주연규 의원
- 예산결산 특별위원회 위원장 이석진 의원, 간사 장경민 의원
- 조례 및 기타안건심사 특별위원회 위원장 박미숙 의원, 간사 홍경호 의원

Interview

[열린 의정]



군포시 생활임금 조례 대표 발의 근로자들의 인간다운 생활과 군포 경제의 발전 도모 이견행 의원

Q. 지난 4월 생활임금 조례가 제정·공표했습니다. 어떤 내용의 조례인가요?

A. 한 마디로 근로자들의 인간다운 삶을 보장하기 위한 조례입니다. 임금 노동자의 실질적 생활이 가능하도록 규정한 제도로 최저선의 생계비인 법적 최저임금을 넘어서는 개념입니다. 최저임금 이상의 생활임금 지급을 조례로 보장해 군포지역 기업이나 중소기업에 종사하는 근로자들의 인간적인 생활 보장과 노동력의 질적 향상을 도모하는 동시에 지역경제의 건전한 발전과 지역사회 안정에 이바지하는 것이 목표입니다.

Q. 이 조례를 대표 발의하게 된 계기가 궁금합니다.

A. 우리 시의 출자·출연기관 소속 근로자 등은 실질적으로 생활임금 조례가 없어도 현재 생활임금 이상의 보수를 받습니다. 그러나 시의 위탁사무나 용역 등을 제공하는 기관의 근로자들은 그렇지 못한 부분이 있습니다. 따라서 적절한 생활임금의 지급 보장을 통해 더불어 살아가는 지역사회를 만들어 보고자 했습니다.

Q. 조례안을 준비하며 어려웠던 점은 없으셨나요?

A. 조례안을 준비할 때 노동운동하시는 분들이 찾아왔어요. 그렇지 않아도 군포시에 생활임금 조례를 만들어 달라고 부탁하려 했는데 한발 앞서 발의해 줘서 고맙다고 하더군요. 제가 그 역할을 할 수 있어서 스스로 뿌듯했습니다.

Q. 조례의 시행으로 어떤 효과를 기대할 수 있나요?

A. 조례에도 명시돼 있듯이 시 사업의 위탁 사무기관이나 용역 기관의 근로자, 또는 그 하수급인이 고용한 근로자까지 실질적인 생활임금을 받는 환경이 정착되리라 기대합니다.

Q. 군포시민에게 전하고 싶은 한마디?

A. 지역의 장점을 모든 시민이 공유하며 더욱 발전시키는 환경을 만드는 데 최선을 다하겠습니다. 시민 여러분도 삶의 질이 향상되는 만큼 이웃과 정을 나누고, 더불어 사는 희망의 공동체를 지향해 주시면 고맙겠습니다. 살기 좋은 군포는, 우리가 함께 만드는 것입니다.



시의회 단신

'국립한국문학관 군포 유치' 열기 확산을 위한 서명운동



군포시의회(의장 김동별)는 5월 13일 산본 로데오거리에서 시민들을 대상으로 국립한국문학관 군포 유치를 위한 서명운동에 발 벗고 나섰다.

이날 행사에는 군포시의회 김동별 의장을 비롯한 군포시의원들이 참석해 시민들에게 국립한국문학관 유치의 당위성을 알리고 서명운동에 동참하도록 홍보했다.

군포시는 지리적으로 수도권 중심에 위치하고 있고 5개의 고속도로와 2개의 전철이 지나가는 사통팔달의 교통망을 갖추고 있으며, 문화체육관광부로부터 '대한민국 제1호 책읽는 도시'로 지정되는 등 문화가 함께하는 도시이며, 군포시에 위치한 수리산 도립공원과 연계한 관광벨트화로 실효성 있는 국립한국문학관을 건립할 수 있는 최적의 조건을 갖췄다.

의회사무과 390-8713

2016 행정사무감사 대비 현장확인 실시

군포시의회는 6월 2일부터 10일까지 실시하는 2016 행정사무감사를 위해 지난 5월 16일부터 17일 양일간 초막골공원 및 골프장둘레길 등 10여개 주요사업현장을 확인 점검하며 현장 중심 감사를 준비했다.

이날 시의원들은 현장을 둘러보며 집행부 관계자들에게 사업추진현황에 대한 보고를 받고 사업의 적정성 및 민원사항 발생여부를 질의하는 등 사업현안에 대한 심도있는 토론과 문제점에 대한 대안을 제시했다.

행정사무감사 특별위원회 이견행 위원장은 "이번 현장확인 은 행정사무감사에 앞서 사업현황을 현장에서 직접 확인하여 행정사무감사가 실시될 때 시정되어야 할 문제에 대해서는 대안을 제시하고 해결책을 도출해 내기 위해 이루어졌다"며 "발로 뛰는 현장중심의 행정사무감사가 되도록 할 것"이라고 말했다.

의회사무과 390-8713

청소년들의 자유로운 자립 공간

인생나자작업장 사회적협동조합

인생나자작업장 사회적협동조합(이하 인생나자)은 학업중단, 비취학, 학교부적응 청소년들을 포함한 청소년들의 자립지원과 위기청소년들에 대한 사회안전망 구축을 목적으로 설립됐다. 청소년과 청년들의 '인'권옹호, '생'태적 삶, '나'눔의 실천, '자'립의 다양성을 실현하기 위한 4가지 핵심가치의 앞 글자를 따서 만든 이름처럼 '인생나자'의 주요 사업 내용들도 4가지 핵심가치를 기반으로 진행되고 있다.

글 편집실 사진 인생나자작업장 사회적협동조합



군포지역 청소년 나눔활동의 디딤돌

2013년 9월에 설립된 인생나자는 청소년과 청년이 함께 협력할 수 있는 구조를 지역차원에서 만들며 다양한 자립의 가능성을 찾고 있는 곳이다.

지역에서 10년 넘게 청소년 지원 일을 해 온 활동가 두 명(김지수 이사장, 손윤경 팀장)이 의기투합해 소셜펀딩으로 청소년들의 보금자리를 마련한 뒤 활동을 시작했다.

“청소년들과 나누고픈 인권옹호, 생산적 삶, 나눔의 실천, 자립의 다양성의 첫 글자를 하나씩 모아서 소중한 공간에 '인생나자'라고 이름 붙였죠.”

김지수 이사장은 인생나자가 청소년들의 재능을 소중한 자원으로 품을 수

있는 공간이 되도록 지역사회에서 준비해야 할 지점들을 앞서 고민하고 있다고 말한다.

나눔교육, 인권교육, 민주시민교육, 통일교육, 다문화국제이해교육 등의 독자적인 청소년활동프로그램을 개발해 당동과 산본동 지역의 초·중·고등학교 10개교와 협력사업을 진행하고 있으며, 진로교육은 지역의 중학교 3개교의 자유학기제와 연계해 운영하고 있다.

특히 2014년에는 경기도자원봉사센터의 우수 자원봉사프로그램 공모에 '청소년재능나눔 플랫폼-포레' 사업이 우수상을 수상하면서 군포시 청소년 나눔활동의 거점기관으로서 역할을 지속적으로 실천해 오고 있다.

오늘보다 조금 더 행복한 내일을 위해

“주5일 수업제 실시 이후 주말에 나 홀로 집에 있는 청소년들이 많다는 사실을 발견했어요. 어떻게든 이 문제를 해결해야 한다고 생각했어요.”

인생나자는 이를 위해 토요일 오후 2시부터 4시까지 '배불러 카페' 운영을 시작했다. 청소년들이 주말을 외롭지 않게, 굶지 않고 보낼 수 있도록 작은 관심을 기울인 것이다.

또 자신의 꿈을 아무도 지지해 주는 사람이 없는 청소년들에게 매월 소정의 씨앗머니(용돈장학금)를 지원하며 그들의 꿈을 응원하고 있어 우리 청소년들을 바라보는 인생나자의 따뜻한 시선을 느낄 수 있다.

“별다른 지원 없이 다양한 사업을 추진하다 보니 늘 재정에 어려움이 생깁니다. 사무실 운영이나 인건비 등의 고정비용들을 충당하기 위해 매년 새로운 방식들을 고민하고 있죠.”

오는 6월 9일(목) 오전 11시부터 밤 11시까지 '기부하는 굿데이 시즌 2' 행사를 준비하고 있는 인생나자는 산본로테오거리 '파티마마슈'에서 그동안 청소년들이 만든 다양한 수제품을 판매하고 후원행사를 가질 예정이다. 군포의 청소년이 오늘보다 내일 조금 더 행복해지길 바란다는 인생나자에게서 작지만 밝은 희망을 기대해본다.

인생나자작업장 458-7972

페이스북 www.facebook.com/insaengnaja

스스로 학습 플러스

기간 5월 21일~7월 9일(매주 토요일) 총 8주간
내용 시간 관리 및 계획 세우기, 시험대비 전략 등
시간 오전 10시~12시
대상 초등학교 5~6학년
수강료 10만원(교재비 포함)
모집 마감 때까지



군포시청소년상담복지센터 390-1452

통합예술집단상담 프로그램 '꿈틀 교실'

신청기간 3월~11월
대상 학교부적응, 또래관계, 스트레스 관리에 어려움을 겪는 청소년
장소 신청 학교 집단상담실
신청방법 신청서 작성 후 팩스 또는 메일로 전송
• fax 395-1452
• e-mail gp1318@hanmail.net

군포시청소년상담복지센터 390-1454

'멘토와 함께하는 학과탐방' 대학생 멘토단 모집

신청자격 2·3·4년제대학 대학생
*대학원생 및 휴학생 포함
활동기간 7월~2월 / 1회 2시간, 평일 중 월 1회 (센터 요청시 추가로 활동 가능)
멘토혜택 멘토비 지급(1회 5만원) 등
제출기간 7월 8일(금)까지
제출서류 대학생 멘토 신청서 1부
제출처 angel20209@nate.com(이메일로만 파일제출)

군포시진로체험지원센터 390-1427



지역경제 뿌리 위한 영양제 제조

뿌리산업 진흥·육성 종합계획 추진

군포시가 지역경제의 뿌리를 튼튼하게 만들 영양제를 만들기 시작했다. 현재 시는 '뿌리산업 진흥 및 육성을 위한 종합계획 수립 연구용역'을 시행하기 위해 적합 업체를 찾는 중이다.

내달 중에 용역 수행업체가 선정되면 지역 소재 주조·금형·용접·소성가공(塑性加工)·표면처리·열처리 등 6개 기술 분야의 부품 혹은 완제품을 생산하는 업체의 현황을 조사하고 분석해 맞춤형 지원정책을 개발할 방침이라고 시는 밝혔다. 전문 용역을 통해 중·장기 계획을 수립하고, 관련 조례를 제정하는 등의 노력을 기울여 지역 실정에 맞는 뿌리산업 진흥·육성 전략을 세우겠다는 의미다.

한편 시는 뿌리산업 육성과 관련해 지난해 11월 지

역 내 금형 분야 기업 대표를 시청으로 초대, 애로 사항과 각종 제안을 수렴하는 등 산업 현장의 목소리를 듣는 자리를 마련한 바도 있다. 군포에는 경기도 내 전체 금형기업의 2.8%인 157개 기업이 밀집돼 있다. 때문에 시는 매년 우수·건전 기업을 선정해 지원하고, 각종 제도를 활용해 경영 활성화를 유도 중이다.

이와 관련 지난 5월 17일에는 지역 내 30개 금형기업들이 협의회를 창립, 자체 네트워크를 강화하는 동시에 시와의 협력 관계를 돈독히 하는 행보를 시작하기도 했다. 이날 창립 회의에 참석한 군포시장은 "수출 효자이자 지역산업의 근간인 자동차, 핸드폰 등의 소재부품을 생산하는 지역 금형기업들이 안정적으로 성장할 수 있도록 기업 대표들의 이야기를 수시로 들



어 시 지원 정책이 효과적으로 시행되게 노력할 것"이라고 말했다. 시의 각종 기업지원 정책과 관련해 상세 정보를 얻거나 지원을 신청하려면 시 지역경제과에 문의하면 안내받을 수 있다.

지역경제과 390-0379

'군포산업진흥원' 건립 추진

군포시가 지역 내 2천 여 중소기업의 경쟁력 강화와 일자리 창출에 전초기지 역할을 맡게 될 군포산업진흥원 건립을 추진하고 있다. 군포산업진흥원은 부곡동 군포첨단산업단지 내 지하 3층, 지상 5층(부지면적 6,633㎡, 건축연면적 10,073㎡)으로 건립될 예정이며 총 300억원이 투입된다.

현재 공모를 통해 건축설계가 진행 중이며, 오는 9월 착공해 2017년 12월 완공 예정이다. 산업진흥원에는 일자리센터, 기업홍보관, 교육훈련장, 벤처창업보육센터 외에도 수영장, 휘트니스센터, 북카페 등 산업단지 내 근로자를 위한 편의시설 등이 조성된다.

공영개발과 390-0817

2016 하계 대학생 아르바이트 모집공고

모집 6월 7일 오전 9시~6월 13일 오후 6시

인원 50명

운영 7월 4일~7월 29일(4주간)

자격 접수일 현재 군포시 관내주민등록이 되어 있고, 국내에 소재하고 있는 전문대이상의 대학에 재학 중인 자

※ 제외자 : 대학생 아르바이트기 참여자(1순위자 포함), 휴학생(복학예정자 포함), 평생교육원, 사이버대학 재학생

접수 인터넷 접수(군포시청 홈페이지 새소식란)

추첨일 6월 14일 오전 10시

담당 행정업무 보조

자치행정과 390-0834

국내 전시회 개별 참가기업 지원

기간 연중

부문 2016년 중 국내에서 개최되는 전시회

대상 제조업을 영위하는 군포시 소재 중소기업

규모 1억1,400만원(57개 업체)

한도 업체당 2백만원 이내

내용 부스임차료, 기본장치비, 홍보물제작비 등

모집 연 2회(상반기 2월/하반기 6월)

지역경제과 390-0284



군포일자리센터 6월 추천 일자리



gyeonggi.work.go.kr/gunpo/main.do 390-0613

회사명	주소	사업내용	모집 직종 및 인원	근무시간	임금	전화번호
(주)송추가마골	군포시 번영로 485, 7층 (산본동, 롯데피트니스)	음식(한식)점업	조리부, 홀씨빙 14명	주 6일 10:30~22:00	월급 180만원	031-8033-1410
삼원레이저	군포시 엘에스로 182번길 18(산본동)	씰링 목금형	경리, 사무 보조 1명	평일 08:30~18:00	월급 150만원	031-348-5566
INNOTECH	군포시 봉성로 82-10(당정동)	친환경 식기류 사출 및 금형제작	사출 검사원 1명	평일 08:30~17:30	월급 150만원	031-427-4870
보람요양원	군포시 고산로 211번길 31, 4층 (당정동, 성원프라자)	장기요양기관	요양원 조리사 1명	주 6일 07:00~17:30	월급 140만원 이상	031-477-7588
한국아쿠르트	군포시 산본로 234번길 24, (주)한국아쿠르트 당동점 (당동)	우유, 유가공식품, 건강기능식품	경리사무원 1명	평일 09:00~18:00	월급 130만원	031-399-0121
씨엔에프화장품	군포시 공단로 140번길 7(당정동)	화장품 제조, 도소매업	영업지원(전산관리), 생산관리 사무원 4명	평일 09:00~18:00	연봉 1,800만원	031-444-3707
세무법인 제일	군포시 고산로 150, 203 (당정동, 맥시움빌딩)	세무회계	세무회계, 사무 1명	평일 09:00~18:00	월급 150만원	031-427-6002
(주)이우기기	군포시 흥안대로 15-31(금정동)	가스누설경보기, 가스감시제어시스템, 차단장치	전자제품 개발 및 펌웨어 프로그램 개발직 1명	평일 08:30~17:30	연봉 4,000만원	031-459-6773
보라전기공업(주)	군포시 엘에스로 166번길 13, 보라전기공업(주) (금정동)	파우더 브레이크 제조 및 판매	자재관리, 구매관리 2명	평일 09:00~18:00	연봉 3,500만원	031-455-8183
(주)대림이앤씨	군포시 당정역로 38번길 17(당정동)	전문 소방시설 공사업·관리업	소방시설 자체 점검 및 안전관리 2명	평일 09:00~18:00 (격주 토요일 근무)	월급 150만원	031-451-8202

한일공원과 현충탑 호국영령의 숭고한 희생을 기억하다

매년 6월이면 나라와 겨레를 위해 목숨을 바친 순국선열과 호국영령의 숭고한 희생에 절로 머리가 숙여진다. 그분들의 희생으로 말미암아 지금의 우리가 존재할 수 있기에 1년에 단 한 번이라도 진심으로 그들을 추모하는 것이 도리일 것이다. 군포시청 뒤편에 자리한 한일공원에는 현충탑과 월남전참전기념탑 등이 세워져 있어 나라사랑을 몸소 실천한 많은 이들을 기리고 있다.

글 김은 사진 주효상



애국 혼과 얼을 담은 경건한 곳

등잔 밑이 어둡다고 했던가. 군포시청 후문으로 나가면 작은 언덕 하나가 시야에 들어오는데, 그곳에 자리한 한일공원을 잘 모르는 군포시민이 의외로 많다.

한일공원은 군포시 금정동 군포시청 뒤 야트막한 야산에 조성된 근린공원이다. 원래 금정4호근린공원이라 불리다가 2008년에 현충탑, 월남참전기념탑, 육탄10용사 이회복 용사 동상, 호국무공수훈자 공적비 등을 이전·건립한 후 그해 11월부터 한일공원으로 명칭이 바뀌었다. 대한민국의 얼을 담은 공원이라 칭함은 애국충정의 마음으로 온몸을 희생한 이들을 기리는 곳에 걸맞은 이름이다.

공원으로 향하는 돌계단을 하나둘 오르면 드넓은 평지가 방문객을 맞는다. 바로 정면에 커다란 석상의 현충탑이 모습을 드러낸다. 현충탑 뒤를 소나무가 빙 둘러싸고 있어 마치 병풍과도 같다.

원래 한일공원은 현충탑 부지와 그 일대가 여산송씨 정가공파 재궁종산 문중의 사패지(賜牌地)였다.

나라에서 하사받아 600여년 동안 소유하고 있었으나 지난 1995년 호국영령의 숭고한 넋을 기리고 지역사회 문화발전을 위한다는 뜻에서 현충탑 부지를 시에 기증해 현재의 장소로 조성됐다. 한일공원은 그 탄생부터가 애국심에 기인한 것이라 더욱 뜻 깊은 곳이 아닐 수 없다.

한일공원이 전하는 이야기에 귀를 기울이다

한일공원은 특히나 숲이 아름답다. 곳곳에 상수리 나무 군락지가 잘 보존돼 있고, 산책로도 잘 닦여 있다. 호국영령을 기리는 현충탑 이외에도 왼쪽 오솔길을 올라가면 아담한 공간에 월남전참전기념탑, 호국무공수훈자 공적비가 충충이 자리하고 있다. 육탄 10용사는 박격포탄을 안고 적 기관총 진지에 몸을 던져 장렬하게 목숨을 바친 이들을 말하는데, 군포시 출신 이회복 용사의 영령을 추모하기 위한 육탄10용사 이회복 용사 동상도 있다.

제법 높은 지대에 위치한 공원답게 한일공원 정상

에 오르면 금정동과 재궁동 일대가 시원스레 한눈에 들어온다. 간간히 들려오는 새소리 이외에는 조용하기 그지없어 도심 속 공원이란 믿기지 않을 만큼 한적하고 고즈넉하다.

현충탑을 중심으로 왼편이 추모의 공간이라면 오른 쪽 오솔길을 따라 올라가면 농구장, 족구장, 배드민턴장이 자리하고 있어 레포츠의 공간이라 할만하다. 남녀노소 누구나 부담 없이 즐길 수 있는 공간이라 이곳을 찾는 이들에게 휴식과 여가를 선사하고 있다.

군포시는 향후 한일공원에 호국영령 기념비를 건립하고, 다양한 향토수를 식재해 추모·역사·안보를 주제로 한 특성화공원으로 꾸밀 예정이다. 한일공원은 그리 넓지 않은 면적과 눈에 띄지 않는 곳에 자리한 위치 탓에 찾는 이가 많지 않지만, 숨은 보석처럼 분명 우리들 곁에서 많은 이야기를 전하고 있다. 한일공원을 찾아 그 이야기에 잠시 귀를 기울여보는 6월을 보내는 건 어떨까.

한일공원(면적: 15만1천㎡) / 주소 군포시 금정동 356-8





군포 어르신들의 건강하고 행복한 노년을 위해! 성민재가노인복지센터

65세 이상의 1인 가구 수가 급증하며 경제적 빈곤 문제와 고독사 등 여러 사회 문제가 발생하고 있다. 편안하고 여유로워야 할 노년의 시기가 생존이라는 가장 원초적인 문제에 직면한 것이다. 이런 노인 문제를 해결하고자 군포시 성민재가노인복지센터는 어르신들에게 필요한 맞춤형 서비스를 통합적으로 지원하고 있다. 군포 어르신들의 건강하고 행복한 노년을 위해 노력하는 성민재가노인복지센터를 만나보자.

글 편집실 사진 성민재가노인복지센터



집으로 직접 찾아가는 복지서비스

1998년에 설립된 성민원은 군포제일교회의 부설기관으로 아동, 청소년, 노인, 장애인 등을 대상으로 다양한 전문 복지서비스를 제공하고 있다. 성민원의 산하기관으로 1999년에 설립된 성민재가노인복지센터도 기본이념인 섬김, 나눔, 사랑을 바탕으로 신체적, 정신적, 환경적으로 어려운 재가노인과 독거노인들에게 여러 가지 지원 서비스를 제공하며 그들의 편안한 노후를 돕고 있다.

성민재가노인복지센터가 다른 노인복지기관과 차별되는 점은 노인들에게 필요한 맞춤형 서비스를 통합적으로 관리하고 제공하기 때문이라고 김희숙 센터장은 강조한다. “사업별로 주무부처와 기관이 분할된 다른 지자체와는 다르게 군포시는 성민재가노인복지센터가 중심이 돼 모든 사업을 진행하고 있습니다. 그만큼 보다 많은 어르신들이 편리하게 서비스를 이용하실 수 있죠.”

성민재가노인복지센터는 노인을 위한 다양한 사업을 진행하고 있다. 재가노인 1,299명을 대상으로 실시하는 재가노인지원 서비스, 노인돌봄기본 및 종합 서비스, 지역사회자원연계사업, 사회 서비스(바우처), 노인장기요양 서비스, 독거노인 응급안전돌봄비 등의 사업을 운영하며 노인들의 삶의 질 향상과 지역 사회 복지증진에 기여하고 있다.

어르신들의 손과 발이 되어드립니다

성민재가노인복지센터는 거동이 불편한 노인들이 부담 없이 서비스를 이용하실 수 있도록 전문적인 교육을 받은 직원들이 직접 찾아가 일상생활 지원, 주거환경 개선 등의 전반적인 생활 편의를 제공하고 있다.

또한 노인 문제 중 하나인 고독사를 방지하고자 다각적인 노력을 기울이고 있는데, 군포지역 65세 이상의 독거노인을 대상으로 주기적인 방문과 전화로 안부를 확인하고 다양한 생활교육을 통해 건강하고 안정적인 생활을 지속할 수 있게 도움을 주는 독거노인돌봄 서비스가 대표적이다.

독거노인 친구만들기는 절친한 친구를 사귀어 노인 우울증을 예방하고 보다 적극적인 사회참여를 유도하고 있다.

독거노인의 갑작스러운 사고에 신속히 대처하려고 소방방재청과 연계해 시행 중인 응급안전돌봄비 서비스는 신체적 어려움이 있고 고립생활을 하는 독거노인을 대상으로 실시하는 구급사업으로 독거노인의 응급구조에 크게 기여하고 있다.

이 밖에도 가사활동과 신체활동을 지원하는 노인 돌봄종합 서비스와 장기요양 중인 노인들에게 실시하는 노인장기요양보험 서비스를 통해 거동이 불편한 어르신들의 또 다른 가족이 되어주고 있다.

어르신들의 복지사각지대 제로에 도전하다

성민재가노인복지센터는 어르신들의 전반적인 생활지원사업과 더불어 지역사회자원연계사업을 통해 지역사회의 자원을 발굴하고 각자에게 필요한 복지를 맞춤형으로 지원하고 있다. 지역의 보건복지 정보를 제공하고 대상자들과의 상담을 통해 다양한 서비스를 지원하는 것은 물론 모니터링 및 만족도를 확인하는 등의 사후관리도 철저히 해 서비스 만족도를 높이고 있다.

또한 지역사회의 기업과 후원처에서 물품을 받아 노인에게 지원하는 후원 사업과 독거노인들의 건강한 문화생활 지원을 위해 열리는 아름다운 콘서트를 통해 그들의 경제적 어려움을 완화시키고 심리적 안정을 찾도록 돕고 있다.

“작년 추석에 군포시와 합동으로 개최한 추석맞이 콘서트는 독거 및 취약계층 어르신들에게 따뜻한 명절을 선물한 지역사회연계사업 중 하나”라고 설명하는 김 센터장은 “앞으로도 성민재가노인복지센터가 군포시·지역기업과 연계해 어르신들을 위한 다양한 복지사업을 펼침으로써 복지 사각지대를 없애는 데 앞장서겠다”고 각오를 밝혔다.

성민재가노인복지센터 397-2020

주소 군포시 군포로 487 동영프라자 5층

카페 <http://cafe.naver.com/sungminsilver>

TIP

“ 한 눈에 보는 성민재가노인복지센터 사업 ”

편안하고 건강한 노년, 성민재가노인복지센터가 함께합니다

재가노인지원 서비스

대상 65세 이상 노인
(저소득, 긴급지원 대상자)
내용 사례 관리, 예방적 사업, 사회안정망 구축, 긴급 지원

노인돌봄기본 서비스

대상 65세 이상 독거노인
내용 안전 확인, 생활 교육, 서비스 연계

독거노인 친구만들기

대상 65세 이상 독거노인
내용 1명 이상의 절친한 친구를 만들어 줌으로써 고독사 및 우울증, 자살 예방

독거노인 응급안전돌봄비 서비스

대상 안전에 취약한 65세 이상 독거노인
내용 독거노인 댁내 안전 센서 설치

지역사회자원연계사업

대상 노인장기요양 1~5등급 중 재가장
기요양서비스 이용자
내용 맞춤형 사례관리, 후원물품 지원,
문화생활 지원, 정보 제공 등

노인돌봄종합 서비스

대상 만 5세 이상 노인
내용 가사활동 지원제공 등

가사간병방문관리 서비스

대상 기초수급자 및 차상위 계층
(만 65세 미만)
내용 취약계층에 재가간병·가사지원
등 제공

노인장기요양보험

대상 노인장기요양 1~5등급 받은 노인
내용 방문 요양, 방문 목욕

가족과 이웃을 살리는 4분의 기적 군포시산본보건지소 심폐소생술 교육

심폐소생술은 정지된 심장을 대신해 심장과 뇌에 산소가 포함된 혈액을 공급해주는 아주 중요한 응급처치다. 대한심폐소생협회에 따르면 우리나라에서 발생하는 급성 심정지 환자는 연간 2만5,000여 명에 이르며, 이는 한해 교통사고 사망자수 5,000여 명보다 5배 가량 많은 수치다. 내 가족과 이웃을 살릴 수 있는 기적의 골든타임 4분을 지키기 위해 산본보건지소는 시민을 대상으로 심폐소생술 교육을 연중 진행하고 있다.

글 김은 사진 주효상



심폐소생술은 심정지 환자 생존율 90%까지 높여

푸른 하늘과 화창한 날씨가 눈부시던 5월 중순, 부곡동에 자리한 복합생활스포츠타운에서 심폐소생술 교육이 한창이다. 산본보건지소 최철홍 응급구조사가 강사로 나선 이날, 야외축구장 옆 작은 정자를 강의실 삼아 군포시시설관리공단 소속 직원 10여명을 대상으로 수업이 진행됐다.

'심폐소생술 및 자동 제세동기 사용법 - 심폐소생술 실습' 순으로 진행된 1시간 남짓한 교육 시간 내내 수강생 모두는 혹시나 모를 위급상황에서 가족과 이웃을 살릴 수 있는 심폐소생술을 익히기 위해 진지한 눈빛으로 수업에 임했다.

최 응급구조사는 "급성 심정지 환자 50% 가량이 가정에서 발생하고, 병원 밖 평균 생존 확률은 5%에 불과하다"며 "심장이 멎었을 때 4분 이내 심폐소생술을 하면 생존율을 90%까지 높일 수 있다"는 말로 심폐소생술의 가치와 중요성을 강조했다.

1급 응급구조사 자격을 갖춘 최철홍 강사는 산본보건지소에서 진행되는 심폐소생술 강의를 도맡아 진행하는 베테랑 강사다. 군포시 산하기관은 물론 학생, 직장인 가릴 것 없이 10명 이상의 시민이 강의를 요청해오면 보건지소 혹은 직접 현장을 찾아 심폐소생술을 알기 쉽게 전달하고 있다. 심폐소생술 교육에 대한 시의 의지가 강한데다가 시민들의 참여도 적극적이라 수업 요청이 쇄도해 눈코 뜰 새 없이 바쁠 때도 있지만, 이 모두가 군포시민의 생명을 지키는 일이라 생각하며 보람을 느낀다고 한다.

2014년 2월에는 보건지소에서 심폐소생술과 자동제세동기 사용법 교육을 받은 전철 1호선 군포역 역무원 등이 심정지로 고통받는 승객을 응급처치해 생명을 구한 일, 또 2013년 10월에 군포시민체육광장 체육관에서 운동하다 쓰러진 70대 노인을 수업을 이수했던 군포시시설관리공단 직원이 심폐소생술 교육 경험을 살려 생명을 구한 예는 심폐소생술이 왜 4분의 기적인지 깨닫게 하는 값진 교훈이다.

겁내지 말고 일단 시작하는 게 중요

군포시는 심폐소생술 교육 이외에도 시민의 안전과 건강을 위해 응급의료체계를 확고하게 구축하고 있다. 심폐소생술 교육 수요자 확산과 심정지 환자 생존율 향상을 위해 올해 2월 23일 군포소방서, 원광대학교 산본병원, 지샘병원과 손을 잡고 의료체계 구축 협약을 맺은 것도 이와 같은 이유에서다.

군포시를 포함한 4개 기관은 지역 내에서 심폐소생술 교육을 시행하는 각자의 역할을 분담해 심정지 환자 발생에 대처하는 응급의료체계를 더욱 효율적으로 관리하고 발전시키기로 약속했다. 이에 따라 군포시는 현재 심폐소생술 교육을 전 시민으로 확대하고, 자동 제세동기(AED) 보급률을 높이며, 필수 홍보물 제작·지원 활동을 펼치고 있다.

한편 찾아가는 교육을 마친 최 응급구조사는 "급성 심정지가 가장 많이 발생하는 장소는 가정(전체 발생장소 중 57.4%)이지만 심폐소생술을 받은 경우는 10명 중 1명도 안 된다"고 말하며 "심폐소생술에 대해 미리 숙지하고 응급상황 발생 시 적절히 대처하는 것이 내 가족과 이웃을 살리는 최선의 방법이기 때문에 당황하거나 겁내지 말고 일단 심폐소생술을 시작하는 게 중요하다"라고 강조했다.

그의 말처럼 심정지 후 4분 안에 응급조치를 받으면 생존율이 3배까지 높아진다는 통계가 있다. 하지만 우리나라의 심폐소생술 교육 역량은 인구대비 2.95%로, 미국의 1.6%보다 높은 수준임에도 불구하고 급성 심장정지를 목격한 사람의 심폐소생술 시행률은 3%에 불과하다고 한다. 그러기에 구급대원과 의료진이 도착하기 전에 최초 목격자인 우리가 시행하는 심폐소생술이야말로 생명을 구할 수 있는 첫 단계가 될 수 있다. 누구나 안심하고 건강한 생활을 할 수 있는 안전한 군포, 건강한 군포를 위해 오늘도 그리고 내일도 심폐소생술 교육은 계속될 것이다.

교육문의 산본보건지소 390-8924

1분 만에 배우는 심폐소생술



① 심정지 확인
양쪽 어깨를 두드려
반응(의식)과 호흡 확인



② 도움 요청
119 신고 및
제세동기 요청



③ 가슴압박 30회
양손을 깎지 끼고 손바닥의
뒷꿈치로 가슴을 압박



④ 인공 호흡 2회
고개를 젖혀 기도 개방, 환자의
코를 막고 입을 밀착 후 호흡



⑤ 가슴압박·인공호흡 반복
가슴압박 30회, 인공호흡 2회,
구급차가 오기 전까지 반복



군포시립소년소녀합창단&청소년실내관현악단

합창과 연주로 꿈의 나라 펼쳐요



음악은 많은 힘을 가졌다. 기쁨과 흥을 배가시키기도 하고, 슬픔과 상처를 위로해주며, 꿈과 희망을 심어주기도 한다. 군포시립소년소녀합창단과 군포시청소년실내관현악단 학생들에게 음악은 꿈과 희망의 동의어다. 음악을 통해 꿈을 키워가는 학생 단원들을 만나보자.

글 김은 사진 주효상



80명이 만들어내는 아름다운 멜로디

매주 2번 화요일, 목요일에 군포시문화예술회관 2층 연습실에서는 아름다운 화음과 멜로디가 흘러나온다. 군포시립소년소녀합창단과 청소년실내관현악단의 연습이 있는 날이기 때문이다.

이 단체를 이야기할 때 빼놓을 수 없는 자랑은 전국에서 유일하게 시립소년소녀합창단과 관현악단이 통합 운영되고 있다는 점이다. 시립소년소녀합창단과 청소년실내관현악단을 운영하는 시는 더러 있을지라도, 군포처럼 한 명의 상임지휘자 아래 체계적으로 운영되는 곳은 드물다. 1993년 군포소년소녀합창단으로 시작해 1996년 시립으로 전환되고, 2001년에는 청소년실내관현악단까지 창단돼 지금까지 이어져 오고 있다. 현재는 군포시 초·중·고등

학생 총 80명(합창단 53명, 관현악단 27명)으로 구성되어 아름다운 합창과 연주를 통해 학생 단원들이 꿈을 키워나가고 있다.

창단부터 20여년 넘게 합창단과 관현악단을 이끌고 있는 남희 상임지휘자는 산본신도심이 조성된 이듬해인 1993년에 합창단을 창단했다.

“어릴 때부터 음악을 통해 꿈을 키워주면 학생들이 나중에 커서도 인생에 좋은 영향이 이어질 수 있으리라 생각해 창단을 구상하게 됐죠.”

아이들과 음악을 함께하는 게 좋았기 때문에 아무런 계산 없이 이 일에 뛰어들었다는 남 지휘자는 아이들과 함께 음악을 느끼고 교감하는 이 일에 20년 전이나 지금이나 기쁘고 감사하며, 보람을 느낀다고 한다.

실력과 인성을 함께 키우다

합창단과 관현악단은 시립으로 운영되는 만큼 단원들의 실력 향상은 물론, 예산집행과 운영에 있어 투명성과 공정성을 기하고 있다. 학부모들의 지나친 관심과 간섭을 배제하고자 어머니 회도 운영하지 않는다.

단원 모집은 1년에 한 번 각 학교에 공문을 보내 1차적으로 학생들을 모집하고, 이후 공정한 오디션 통해 선발하고 있다. 해가 거듭될수록 학생들의 관심도 날로 높아져 작년 11월 모집 때는 6대의 경쟁률을 기록하기도 했다.

“저를 비롯해 사무장, 반주자 선생님 등 상임직원과 오케스트라 및 합창단 강사 선생님들이 열과 성의를 다해 가르치고 있습니다. 단순히 실력향상뿐만 아니라 더불어 성장할 수 있는 배려와 인성도 함께 길러주고자 심혈을 기울이고 있습니다.”

현재 합창단과 관현악단은 6월 7일에 있을 '제38회 정기연주회' 준비로 한창 구슬땀을 흘리고 있다. 매년 2회에 걸쳐 정기연주회를 열고 있는데, 합창단은 '고향의 봄', '반달' 등의 변주곡을, 관현악단은 '오페라의 유령', '시인과 농부 서곡' 등을 공연할 예정이다. 특히 청소년실내관현악단 출신의 김호범(경기예고) 군이 피아노 협연을 함께하기에 남다른 의미가 있는 공연이 될 전망이다. 군포시민 누구나 공연을 관람할 수 있도록 6월 1일부터 3일까지 군포시

문화예술회관 수리홀 대표소에서 관람권을 무료(선착순) 배부한다고 하니 학생들의 꿈과 열정을 직접 만날 수 있는 좋은 기회가 아닐까 한다.

정기연주회 이외에도 한국합창제, 전국시립소년소녀합창제, 오케스트라 페스티벌 등 다양한 행사에도 적극적으로 참여해 값진 경험을 쌓아가고 있는 합창단과 관현악단 단원들. 이들이 만들어가는 화음과 멜로디에 귀를 기울여보자. 군포에서만 느낄 수 있고, 만날 수 있는 학생들의 풋풋함에 절로 미소가 번질 것 같다.

카페 <http://cafe.daum.net/gpcc>



[생생 인터뷰]

군포시립소년소녀합창단&청소년실내관현악단 남희 상임지휘자

학생들이 만들어내는 음악은 순수하기에 더욱 아름답습니다

합창단과 관현악단을 이끌어오면서 보람을 느낄 때는 언제인가요?

한번은 합창단원 학생의 부모님이 찾아오셔서 말씀하시길, “아이가 자폐 증상이 있었는데, 합창단 활동을 하면서 정말 많이 좋아졌다”며 감사하다고 했을 때 큰 보람을 느꼈습니다. 음악은 역시 사람을 변화시키고, 마음을 움직이는 가장 좋은 도구인 것 같습니다.

정기연주회를 앞두고 있습니다. 준비는 어떻게 하고 있나요?

매주 정기연습 이외에도 틈틈이 시간을 내어 준비하고 있습니다. 관객들의 다양한 취향을 만족시키기 위해 클래식 말고도 가곡, 가요 등 다채로운 레퍼토리를 준비하고 있습니다. 관객이 많을수록 단원들의 성취감 또한 높아지기에 시민 여러분의 많은 관람을 부탁드립니다.

단원들에게 전하고 싶은 말씀이 있다면?

아이들이 참 순수하고 때 묻지 않아서 좋습니다. 그 모습이 좋아 지금껏 일을 하고 있는지도 모르겠습니다. 그 순수한 마음 변치 말고 자라줬으면 합니다. 실력도 하루하루 늘면 더할 나위 없이 금상첨화겠죠.



지역 서점과의 상생으로 책나라군포에 날개를 달다

‘대한민국 책의 도시’ 군포시가 지역 서점 육성 및 활성화를 위해 올 한해 9억원의 예산을 투입한다. 시민들이 공공도서관이나 작은도서관이 아니어도 책을 쉽고 편하게, 더 다양하고 많이 접할 수 있도록 하기 위한 정책이다. 이미 상반기에 공공도서관 도서 구매 예산의 60%(5억4천만원)를 집행해 지역 서점 확대와 활성화를 꾀하고 있다.

글 편집실



군포시 지역 서점 현황

- 명문서점 군포시 산본천로 193 지하1층 T.393-3142
- 자유문고 군포시 산본천로 62 인베스텔 지하1층 T.395-0002
- 산본문고 군포시 산본로323번길 16-12 센타빌딩 지하1층 T.396-6097
- 열린문고 군포시 군포로 464번길 2 광진빌딩 지하1층 T.397-7963



2016년 상반기 지역 서점
도서구매액 5억4천만원(약 6만권)

1년 예산(9억원)의
60% 조기집행

입찰방식 변경해 지역 서점과의 상생 모색

군포시는 도서정가제 시행(2014.11.21)에 따라 지역 서점을 살리고 시민들의 정보 욕구에 적극 대응하기 위해 공공도서관 비치 도서를 연간총액입찰로 구매했던 방식을 지역 서점(한국서점조합연합회 인증 서점) 대상 수의계약으로 변경했다. 이에 대비해 군포시는 지난해 11월에 지역 서점 활성화 추진을 위한 간담회를 열어 도서정가제 시행에 따른 도서구입 계약방법 변경에 대한 충분한 설명과 도서업체의 애로 및 건의사항을 청취한 바 있다.

또 새로운 제도 도입에 문제가 없는지 확인하기 위해 올해 상반기 동안 지역 서점 도서 구매 결과를 정기적으로 평가하고, 문제점을 파악해 수시로 보완하는 등 지속적이고 효율적으로 도서구입 정책을 시행하고 있다.

지역 서점은 책나라군포의 소중한 자산

책 읽는 군포는 대한민국 책의 도시를 넘어 누구든 언제 어디서나 책을 읽고 쓰고 토론하며, 독서예술문화를 선도하는 ‘책나라’를 꿈꾸고 있다. 지역 서점을 활성화할 도서구입 정책도 그 일환으로

볼 수 있다.

현재 군포 관내 6개 공공도서관(중앙·산본·당동·대야·어린이·부곡도서관)은 관내 서점(온라인 유통업체 제외)들과 수의계약을 통해 도서를 구입함으로써 납품 의사가 있는 관내 서점들에 균등한 기회를 제공하고 있다. 이로써 공공도서관과 지역 서점의 적극적인 협력 체계를 구축해 상생의 기반을 삼고, 시민의 독서 증진에 기여함은 물론 지역 서점 활용을 통한 골목상권과 지역 경제의 활성화를 유도한다는 방침이다.

중앙도서관 390-8875

책읽는정책과 390-0903

어린이장난감나라 회원모집

군포시어린이장난감나라에서 2016년 3차 연간회원을 모집합니다.

- 대상 미취학 자녀를 둔 군포시민 및 군포시 소재 직장에 재직중인 직장인
- 인원 250명(1기구당 1명만 선정)
- 접수 6월 1일 오전 9시~ 6월 10일 오후 6시
- 추첨 6월 15일 오전 11시(참관 가능)
- 공지 6월 16일(홈페이지 공지 및 SMS 개별 통보)
- 문의 군포시어린이도서관 390-8685

시민 한책장터 베품시장 운영

가정에서 잠자고 있는 헌책을 기증받고 교환합니다. 소중한 인연을 찾아 판매도 가능합니다. 필요가 없어진 책을 새로운 인연과 만나게 해주실 분들의 많은 참여 바랍니다.

- 일시 4월~10월 (매주 토요일 오후 1시~5시)

※ 6월 베품시장: 6/4, 6/11, 6/18, 6/25

- 장소 산본이마트 앞
- 대상 군포시민 누구나 (개인, 단체, 가족 등)
- 접수 인터넷 및 전화접수
- 문의 산본도서관 390-8841~2

군포시 도서관의 6월 추천 도서

01

〈아동〉
국립한글박물관에 가자!

한글을 만들고 지켜 내는 과정을 역사 속에서 체험함으로써 한글의 가치와 의미를 자연스럽게 느낄 수 있다.

02

〈청소년〉
지구가 빨갳다

환경 문제의 심각성을 알려 주고 호기심을 불러일으키기 위해 다양한 사진 자료와 지도, 그래프 등 감각적인 시각 자료를 풍부하게 담았다.

03

〈성인〉
생각하는 인문학

‘인문고전 읽기’를 통해 미래를 바꾸는 힘을 제시했던 <리딩으로 리드하라>의 실전편. 인문학의 본질은 독서나 공부 아닌 ‘생각’에 있음을 밝히고 있다.

※ 더 많은 추천도서는 군포시 도서관홈페이지(www.gunpolib.or.kr)를 통해 확인할 수 있습니다.

‘인물로 본 서양의 역사’ 강좌 운영

2016 열린인문학



인물로 본 서양의 역사

- 기간 6월 1일~7월 20일 매주 수요일(8강)
- 시간 오후 7시 30분~9시 30분
- 장소 산본도서관 2층 문화강좌실
- 대상 군포시도서관 홈페이지 회원 60명
- 모집 인원 마감시
- 수강료 무료

차수(일자)	강의주제
1차(6월 1일)	카이사르
2차(6월 8일)	무함미드
3차(6월 15일)	잔다르크
4차(6월 22일)	미켈란젤로
5차(6월 29일)	콜럼버스
6차(7월 6일)	나폴레옹
7차(7월 13일)	히틀러
8차(7월 20일)	코코 샤넬

군포시산본도서관은 지난 1월부터 하루의 시작과 끝을 인문학과 함께할 수 있는 ‘열린 인문학’ 프로그램을 운영하고 있다. ‘열린 인문학’ 강좌는 군포시민이라면 누구나 무료로 참여해 듣고 토론하며, 다양한 독서문화를 체험할 수 있는 배움의 장이다.

누구나 참여할 수 있는 인문학 강연으로 문화생활에 대한 관심을 높이고, 독서의 즐거움을 알 수 있는 2016 ‘열린 인문학’ 강좌는 주부와 장년층을 위해 오전에 아침인문학을, 저녁에는 직장인과 학생들이 참여할 수 있도록 야간인문학을 진행하고 있다. 상반기 아침인문학은 예술 중심의 강좌로 ‘세상에서 가장 비싼 그림들의 비밀’, ‘클래식, 인문으로 입문하다’ 등이 시민을 찾아가며, 야간인문학은 상반기에 철학과 역

사 중심의 내용인 ‘얼굴의 인문학’, ‘한국현대철학 : 동학에서 함석헌까지’, ‘인물로 본 서양의 역사’ 등 3가지 주제의 강연이 이어진다.

6월 1일부터 7월 20일까지 열리는 ‘열린 인문학’에서는 ‘인물로 본 서양의 역사’가 진행될 예정이다. 이 강좌는 고대부터 현대까지 카이사르, 잔다르크, 나폴레옹, 히틀러 등 역사 속 주요 인물들을 통해 시대정신을 만나보는 강의이다.

자세한 일정이나 강의 정보는 군포시 도서관 홈페이지를 참조하거나 전화로 문의하면 알 수 있다. ‘열린 인문학’ 하반기 일정은 6월 중 공지된다.

산본도서관 390-8842

홈페이지 www.gunpolib.or.kr

청소년이 바꾸는 지역사회(청바지) 모집

- 모집 5월 24일~6월 25일
- 장소 수련관 내·외
- 대상 관내 중1~고2(총 20명)
- 내용 청소년 올바른 성문화 정착 관련 교육, 성문화 센터 견학 등
- 접수 매일 접수 및 방문 접수
- 문의 군포시청소년수련관 390-1428

군포나눔미학교 6월 프로그램 참가자 모집

- 일시 6월 1일~6월 30일
- 장소 군포시평생학습원 및 군포시여성회관 등
- 대상 일반시민(강좌에 따라 수강대상 제한가능)
- 내용 누구나 배우고 누구나 가르치는 재능나눔 문화 공동체
- 수강료 강사료와 수강료 모두 무료(재료비 별도)
- 신청 네이버카페 군포나눔미학교 <http://cafe.naver.com/gpnanumi>
- 문의 군포문화재단 390-3071-3

남성을 위한 성악&보컬이야기

일주일의 스트레스를 날리고 활력소가 되어줄 멋진 시간

- 일시 6월 2일~8월 18일(매주 목) 오후 8시~9시
- 수강료 45,000원
- 대상 15명(남성)
- 내용 발성, 호흡연습 등 성악과 보컬의 모든 것
- 문의 평생학습원 390-3050

동화나무 북파티

재미난 공연과 체험이 있는 동화나무 북파티에 놀러오세요.

- 일시 6월 8일 오후 4시~5시 10분
(전래놀이극 ‘도깨비와 개똥이’ 및 빛그림 공연)
6월 8일~9일 오후 3시~6시(향초만들기)
- 장소 군포시평생학습원 5층 동화나무도서관, 상상극장, 마당
- 대상 유아 및 초등학생 누구나 선착순 입장(무료)
- 문의 동화나무도서관 390-3059

꿈을 더하고 사랑을 나누는 꿈사랑 프리마켓

누구나 쉽게 참여하여 손수 만든 창작물을 판매할 수 있고, 일반시민에게 다양한 볼거리를 제공하는 우리들의 순수 창작물 장터 꿈사랑 프리마켓

- 진행일시 6월 16일 오전 10시 30분~오후 4시
- 장소 군포시평생학습원 1층 로비
- 대상 관심 있는 누구나
- 신청기간 6월 4일까지 선착순 방문접수
- 문의 군포시평생학습원 390-3050

2016 군포아트마켓 개최

- 일시 6월 18일 오전 10시~오후 6시
- 장소 군포 ‘문화의 거리’
- 내용 시민이 만든 생활문화예술 창작품을 만나는 문화장터
- 문의 군포문화재단 390-3071-3

군포G시네마 감독과의 대화

- 일시 6월 29일 오후 7시
- 장소 군포시평생학습원 상상극장
- 대상 일반시민 누구나(입장료 1,000원 동일)
- 내용 [마이 페어 웨딩] 관람후 장희선 감독과의 대화
- 문의 군포문화재단 390-3071-3

☆ 수요일영화산책 ☆

6월 1일 명량(2014)
주연 최민식, 류승룡
등급 15세 이상 관람가

6월 8일 보리밭을 흔드는 바람(2006)
주연 킴리언 머피, 리암 커닝햄
등급 15세 이상 관람가

6월 15일 남은 먼곳에(2008)
주연 수애, 정진영
등급 15세 이상 관람가

6월 22일 고지전(2011)
주연 고수, 신하균, 이제훈
등급 15세 이상 관람가

6월 29일 전쟁과 평화(1956)
주연 오드리 헵번, 헨리 폰다
등급 전체 관람가

일시 : 매주 수요일 오후 3시 / 장소 : 중앙도서관 지하1층 소극장 / ☎ 390-8884 / 선착순 80명, 무료관람

우리 세 식구 파이팅♥ ^^

우흥명 | 군포2동

재작년 2년의 유산으로 힘든 시간을 보냈던 우리 가족, 시간이 약이라고 아픈 기억들을 잊으려 더 열심히 살았습니다.

작년에 다시 삼월전해 열심히 운동도 하고, 몸 만들며 지내다 아내가 여름에 임신해서 5월 9일 그토록 기다리던 우리아가 세상에 태어났습니다.

총 5년 동안 전국 유명한 명이는 다 찾아다녀 임신에만 집중해 있던 그 시간이 이제는 절대 헛되지 않았음을 깨달으며 행복의 결실을 보게 돼 너무 행복한 요즘입니다.

나이도 많고 유산경력과 사술 횡수도 많아 고위험 산모로 분류돼 임신 기간 내내 주사와 약을 투약하며 힘들어했는데, 결국은 우리가 해내고 말았습니다. 여보!!! 열 달의 임신 기간 내내 수고 많았고, 힘들었는데도 내색 한번 안 하고 견디셔서 너무 고마워

이제 우리도 육아전쟁에 뛰어들겠지만, 행복하게 육아 생활하자!!! 내가 많이 도와줄게 그토록 바라던 우리 세 식구 늘 행복하자 사랑하는 아기가~

엄마, 아빠라는 이름을 만들어줘서 고맙고, 우리에게 와줘서 너무 감사해. 즐겁고 행복한 추억 많이 만들 수 있게 아빠가 열심히 노력할게. 여보, 너무 고마워 사랑해 우리 가족~ ^^



<군포소식>이 시민 원고를 기다립니다.

참여대상 군포시민 또는 군포에서 직장생활을 하는 누구나

제출방법 이메일 gunpo-city@nate.com, 매월 접수

원고분량 150자 이상, 900자 이내(글자 10포인트 기준)

첨부내용 원고, 기고자 성명, 주소, 전화번호, 사진(게재를 원할 경우)

- 원고가 채택된 기고자에게는 소정의 문화상품권을 드립니다.
- 접수된 기고가 모두 게재되지는 않으며, 지면 사정에 따라 분량이 조정될 수 있습니다.
- 많은 시민의 참여를 보장하기 위해 기고 접수에는 내부 규정(연속 기고 제한, 최소 6개월 내 재기고 지양)이 적용됩니다.

문의 군포시청 홍보실 390-0663



숨은그림찾기



숨은그림 버섯, 밥주걱, 양말, 아령, 금붕어, 서예붓, 골프채
수수께끼 심폐소생술은 '두 손의 00', '4분의 00'으로도 불린다. ⇨ 10면 참조
정답제출 숨은그림과 수수께끼의 정답 표기 후 사진 촬영해 6월 21일까지, 군포시 페이스북(facebook.com/gunpocity)을 방문해 메시지로 남겨주세요. 다섯 분을 추천해(페이스북 공지) 1만원 상당의 문화상품권을 드립니다.

새벽녘 수릿길

유한근 | 산본2동

새벽녘 선잠에서 깨어나
먼저랄 것도 없이 서로 만나
동트는 산길 따라 걷는다

오동나무와 낙엽송이 어우러진
틈새에 고개를 들기 시작한
일출은 달힌 가슴의 문을 열어주고

빠두름히 기지개 켜는
들꽃의 꽃내와 신선한 바람은
가슴 속을 쓸어내어 새롭게 하며

실랑이는 나뭇가지에 맞추어
흉내 낼 수 없이 지저귀는 새소리에
발걸음도 가볍고 야슬거림도 즐겁다

산자락의 자옥한 안개에 밀려가듯
굽이굽이 수릿길을 오르내리며
계절이 더 깊어지기 전에 오늘도 걷는다

상품권 발송을 위한
개인 정보 수집 동의

- 개인 정보의 수집 목적 : 당첨시 본인 확인 및 상품권 배송
- 수집하는 개인 정보 항목 : 성명, 전화번호, 주소
- 개인 정보의 보유 및 이용 기간 : 1년 보유 후 파기

동의함
동의 안함

직장인밴드 '딕시'의 가슴 뜨거운 사운드!

해가 지고 어스름이 번지기 시작하는 늦은 오후, 금정역 근처의 합주실로 삼삼오오 사람들이 모여든다. 서류가방 대신 기타를, 장바구니 대신 악보책을 들고 가벼운 발걸음으로 합주실에 들어서는 이들은 15년차 직장인밴드 '딕시'의 멤버들이다. 그들을 따라 후끈한 열기로 가득 찬 합주실에 들어섰다.

글 김은 사진 주효상

살아있음을 확인하는 짜릿한 순간

예전 어느 통신사 광고에 나온 '나이는 숫자에 불과하다'는 문구가 많은 이들의 공감을 사며 공전의 히트를 친 적이 있다. 삶의 열정과 도전정신은 나이와 무관하다는 뜻으로, 얼마 전 '아이야야~ 내 나이가 어때서', '아직은 젊어서 못 간다고 전해라~'라던 노랫말 역시 그와 비슷한 주제를 담고 있다. 이처럼 무언가에 흠뻑 빠져 혼신을 기울이는 것은 젊은이들만의 전유물이 아니다.

직장인밴드 '딕시' 멤버들의 나이는 적게는 40대에서 많게는 60대이다. 나이가 들었다기에는 한창 푸릇하고, 젊다고 하기엔 다소 민망한 숫자다. 그럼에도 이들이 연주를 통해 뽐어내는 열정과 아우라는 20대 그 이상이다.

15년 전 다른 직장인밴드에서 각자 활동을 하다가 어울린 인연으로 탄생한 '딕시'는 여러 해를 거치며 지금의 멤버들로

굳어졌다. 드디어 마음에 꼭 맞는 아들로 완전체를 이룬 것이다. 창단 멤버인 이창희(기타) 씨는 "멤버들은 주부에서부터 자영업자에 이르기까지 자신만의 영역에서 최선을 다하는 사람들"이라며 "직업은 다르지만 음악에 대한 열정과 노력만큼은 모두가 같다"고 말한다.

각자 다른 직업을 갖고 있기에 매주 연습을 이어가는 게 여간 어려운 일이 아니지만, 무슨 일이 있더라도 연습만큼은 빼먹지 않는다는 것이 '딕시' 멤버들 간의 불문율이다. '딕시'에게 있어 '밴드 음악은 자신이 살아 있음을 확인하는 가장 뜨거운 방법이기 때문이다.

음악으로 화합하고 연주로 하나되다

기타, 드럼, 세컨드 기타, 보컬, 베이스, 키보드 6인조로 구성된 '딕시'. 소싯적에 밴드 활동으로 꽤나 이름을 날린 이도 있고, 느지막한 나이에 음악에 쫓



힌 이도 있다. 직업군이 다른 만큼 음악을 시작한 시구나 계기도 모두 다르지만, '딕시'와 '음악'은 그들을 하나로 묶는 강력한 매개체다.

"아무리 실력이 좋아도 혼자 뽐낼 생각만 한다면 밴드 음악은 결코 완성될 수 없습니다. 다른 멤버들의 실력을 존중하고 컨디션까지 배려할 수 있어야 제대로 된 아름다운 연주를 할 수 있거든요." 밴드의 리더인 나희정(드럼) 씨는 '딕시'의 가장 큰 장점으로 음악에 대한 열정, 다음으로 멤버들 간의 합(合)을 꼽는다. 서로를 믿고 의지하는 마음이 '딕시'를 오래도록 유지하는 가장 큰 원동력이라고.

'딕시'는 무대에 오를 기회가 있다면 가리지 않는다. 책나라군포 철쭉축제 당시에도 공연을 했고, 분기별과 송별 공연은 빼놓지 않는 연례행사다. 연주 곡 역시 귀에 익숙한 7080 음악에서부

터 하드락에 이르기까지 폭넓다. 합주를 하며 가슴이 터질 듯한 사운드와 가슴이 쿵쾅거리는 비트에 몸을 한껏 담그고 나면 스트레스는 저 멀리 사라진다는 '딕시' 멤버들은 보다 많은 군포시민이 자신만의 취미와 재능을 살려 적극적인 동호회 활동을 하길 바란다고 입을 모은다.

고만할 시간마저 아까운 게 인생이란단다. 자신의 심장을 뜨겁게 만드는 그 무언가에 흠뻑 빠지는 것처럼 매력적이고 멋진 일이 또 있을까. '딕시'가 뽐어내던 어마어마한 사운드가 아직도 귀에 선하다.

생활문화동호회 교류의 활성화를 위해 운영되고 있는 군포시의 생활문화동호회 네트워크 '군포생동감'(군포의 생활문화예술 동호회 함께 느껴요)에 참여하고자 하는 동호회 및 시민은 군포문화재단(031-390-3071~3)에 문의하면 된다.



산본도서관 새마을회 바르게살기 군포사랑장학금 기탁

군포시와 군포사랑장학회는 3곳의 기관 단체로부터 총 315만원의 장학기금을 기탁받았다. '책나라군포 철쭉축제' 기간 동안 시민헌책방을 개장한 산본도서관과 먹거리장터를 개설한 새마을회 군포시지회 바르게살기운동 군포시협의회가 운영 수익금을 장학금으로 내놓은 것이다.

한편 새마을회와 바르게살기는 먹거리장터 수익금 100만원씩을 각각 기탁했는데, 축제의 즐거움과 이익을 지역 청소년의 미래를 위해 투자하기 위해 이번 장학금 전달을 계획했다고 밝혔다.

군포사랑장학회는 지난 2007년 시 출연금 등을 기본 자산으로 설립된 이후 이번처럼 각계각층으로부터 기부를 받아 약 116억2천여만원(2015년 말 기준)의 기금을 운영 중이다.

책읽는정책과 399-0785



군포시교통약자이동차량 이용 안내

이용대상 장애 1~2급, 노인장기요양 전제등급, 임신부 5개월 이상

이용방법 2일 전부터 선착순 예약 (안양, 의왕 거주자 1일전 예약)

차량운행 평일 오전 6시~오후 12시
주말(공휴일) 오전 8시~오후 8시

운행지역 이동목적

- 관내(군포, 의왕, 안양)
- 관외(서울, 수원, 광명, 과천-편도운행)

치료목적

- 경기도, 서울시, 인천시 전역 (2시간 대기 및 왕복운행-증빙서 제출)

기타 공항

이용요금 1,200원(10km), 5km당/100원

상담문의 교통약자이동지원센터 1899-4428



가습기살균제 피해자 추가 조사 안내

· **가습기살균제 피해자 찾기**

대상 가습기살균제로 인하여 폐질환이 의심되는 국민

접수 한국환경산업기술원

홈페이지 www.keiti.re.kr/wat/page12.html

문의 02-380-0575

· **피해자 지원**

- ① 현재 환경보건센터(서울아산병원)를 통해 가습기 살균제 사용으로 정신적인 트라우마를 겪고 있는 피해자들을 대상으로 심리검사 등을 실시한 후 필요한 경우 지역 정신건강증진센터 안내, 치료 처방 등을 조치
- ② 가습기 살균제로 인한 피해가 인정되는 경우 검진 과 치료를 위해 지출한 의료비와 장례비 지급



여름철 노곤한 불청객, 무기력증



6월이 되면 더워지는 날씨에 '무기력증'이 불청객처럼 찾아온다. 만사가 귀찮아지고 쉽게 피로해지는 무기력증으로 자칫 일상생활의 흐름이 깨지며 큰 지장을 초래하는 경우를 종종 볼 수 있다. 개인에 따라 차이가 있고, 보통은 잠시 힘들다마는 경우가 대부분이지만 무기력증이 길어진다면 반드시 원인을 알고 대처해야 한다.

무기력증의 원인 ?

계절적인 영향 여름에는 밤이 짧고 낮이 길어진다. 이는 우리 몸의 생체리듬에 불균형을 초래할 수 있다. 고온다습한 환경에 땀 배출이 많아져 몸의 균형이 깨지면 쉽게 무기력증을 느끼게 된다.

저혈압 저혈압은 대부분 특별한 증상을 보이지 않는 경우가 많은데 증상이 발생하게 되면 주로 현기증, 두통, 무기력증이 나타나게 된다.

무기력증 예방과 대처법 !

목표를 세울 것 반복되는 무기력증에 익숙해지면 나중에는 무기력증을 벗어나려는 시도조차 안 하게 된다. 업무나 일상생활에서부터 목표와 계획을 세워 규칙적인 생활을 하도록 하자.

몸을 움직여라 운동과 식습관을 조금만 바꿔보면 된

다. 햇빛이 과도하게 노출되는 곳에서의 운동을 피하고 수영이나 실내 스포츠와 같이 시원하게 즐길 수 있는 운동이 좋다. 해가 지고 나서 하는 산책도 크게 도움이 된다. 단, 운동할 때는 주기적인 수분 섭취에 유념해야 한다.

스트레스는 만병의 근원 긍정적이고 낙천적인 태도로 문제를 해결하고, 좋아하는 취미 생활을 통해 스스로 스트레스를 줄이고자 노력해야 한다.

수분 섭취 무더위에 땀이 많이 배출되므로 수분 섭취는 매우 중요하다. 평소에 물을 자주 먹지 않는다면 의식적으로라도 수분을 보충해주도록 한다. 이왕이면 수분이 충분히 들어있는 과일이나 채소를 섭취하는 것도 도움이 된다. 여름철 대표적 과일인 수박, 참외, 포도는 수분과 구연산, 비타민C가 풍부해 피로해소에 효과적이다.

무기력증을 이겨내는 한 끼 밥상 강된장찌개



뚜렷하게 증상이 나타나지 않는 무기력증을 이겨내기 위해서는 적절한 운동과 균형 잡힌 식단, 수분 섭취가 매우 중요하다. 깔끔한 강된장찌개 한 상으로 식욕을 깨우고 부족한 수분도 보충해보자.

재료 - 애호박, 양파, 표고버섯, 쇠고기 다짐육 75g, 홍고추, 풋고추, 두부, 대파, 식용유, 육수(물 3컵, 다시마 1장, 국물용 멸치 10마리), 양념(맛술 1TS, 후춧가루, 된장 2TS, 고추장0.5TS)

조리방법

- ① 표고버섯, 애호박, 양파, 두부는 사방 2cm 크기로 썰고 고추와 대파도 썰어둔다.
- ② 쇠고기 다짐육에 맛술 1TS과 후춧가루를 넣고 버무려둔다.
- ③ 냄비에 육수 재료를 모두 넣고 끓인 다음, 물이 끓어오르면 다시마를 건져내고 약 10분간 더 끓여 멸치 다시마 육수를 만든다.
- ④ 달군 냄비에 식용유를 두르고 쇠고기를 넣어 볶는다.
- ⑤ 쇠고기의 겉이 익으면 애호박, 양파, 표고버섯을 넣어 중간 불에서 볶는다.
- ⑥ 양파가 반쯤 투명해지면 육수와 고추장 0.5TS, 된장 2TS를 넣어 끓인다.
- ⑦ 국물이 자작해지면 두부와 고추, 대파를 넣고 한 번 더 끓여 마무리한다.

고혈압 건강교실

기간 6월 1일~6월 22일(매주 수요일)
시간 오전 10시~11시(1시간)
대상 지역주민 약 30명
장소 산본보건지소 3층 소교육실(운동은 대교육실)
방법 선착순 전화접수
기타 4주 교육수료 후 7월 고혈압 영양요리교실 신청 시 우선 접수가능
문의 산본보건지소 390-8951

당뇨병 건강교실

기간 6월 3일~6월 24일(매주 금요일)
시간 오전 10시~11시(1시간)
대상 지역주민 약 30명
장소 산본보건지소 3층 대교육실
방법 선착순 전화접수
기타 4주 교육수료 후 7월 고혈압 영양요리교실 신청 시 우선 접수가능
문의 산본보건지소 390-8951

심폐소생술 교육 신청 안내

일시 6월 매주 월, 금 오전 10시~11시 20분, 오후 2시~3시 20분
 6월 25일(토) 오전 10시~11시 20분
내용 심폐소생술 교육의 필요성, 실습, 자동 심장 충격기 사용법
대상 교육을 희망하는 일반시민
장소 산본보건지소 3층 대/소 교육실
방법 선착순 전화접수
강사 산본보건지소 1급 응급 구조사
문의 산본보건지소 390-8961, 8978

2016년도 국가 암 검진 사업

기간 12월 31일까지
대상 의료급여수급권자, 건강보험가입자 중 하위 50% 해당자
 * 직장가입자 월 건강보험료 87,000원 이하, 지역가입자 월 건강보험료 86,000원 이하
항목 5대암 중 해당 암종
 * 5대암 : 위암, 대장암, 간암, 유방암, 자궁경부암(년 2회)
기관 관내 28개소 지정 검진 의료기관 (군포시보건소 홈페이지 참고)
www.gunpohealth.or.kr
 * 일·공휴일 검진 의료기관 : 삼성즈은내과, 365연한내과
방법 건강보험공단 안내문 또는 신분증 지참해 검진기관 방문 검진
문의 산본보건지소(390-8932), 건강보험공단(1577-1000)