



나눔으로 행복하게!  
해운대나눔과행복병원



# Monthly 나눔과행복소식 (24호)

매월 해운대나눔과행복병원에서 일어나는  
크고 작은 소식을 묶어서 전해드립니다.  
하루가 쌓여 계절이 되고,  
계절이 쌓여 기록물이 될 것입니다.

2024.04

미션  
MISSION

# 사랑으로 봅니다

모든 중심에 사람이 있는 세상, 사람을 봅니다.

비전  
VISION

비전 2025

정직한 의료와 최적의 치료로 사랑받는 병원, 나눔과 행복

핵심가치  
CORE VALUE

전문성

최고의 전문성을 지향하며  
노력하고 성장하는 사람

공정함

사람을 대함에 있어  
공정함을 유지하는 사람

사회적책임

더 나은 사회를 위해  
공익적 가치를 실현하는 사람



진정성

진정성을 담아 말하고  
행동하는 사람

함께함

열린 소통, 배려, 공감으로  
함께 나아가는 사람

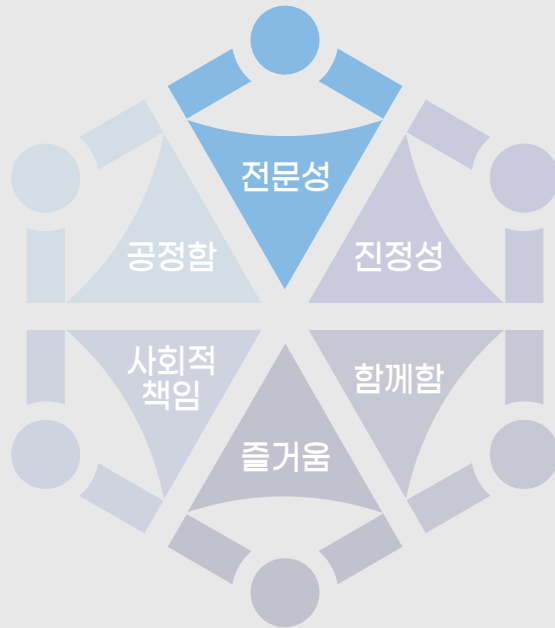
즐거움

과정을 즐기고 보람을 느끼며  
자아를 실현하는 사람

전문성을 근간으로 진정성을 담아, 공정함으로 대하고 함께함을 느낄 때, 사회적책임과 즐거움이 실현되는 곳!

## 전문성

최고의 전문성을 지향하며  
노력하고 성장하는 사람





## 해운대구보건소, 동래구보건소, 기장군보건소와 함께하는 건강UP 사업간담회 (04.30)

‘건강UP 사업’은 부산의 사회적 문제 완화와 부산시민들의 건강한 삶을 향상 시킬 수 있도록 부산에 있는 75개 마을건강센터를 기반으로 65세 이상 부산 시민을 대상 ‘다 같이 더 건강하게’하는 건강증진 사업입니다. 마을건강센터에서 노쇠선별 검사를 실시하여 맞춤형 중재 프로그램을 제공하는 서비스입니다.

검사내용은 노쇠검사, 근감소증 선별검사, 우울 검사, 사회적 고립검사 등을 실시하며, ‘건강UP’ 교실 프로그램을 운영하여 진행하고 있으며, 부산시 회복기재활병원 7곳과 협력해서 전문가 자문과 운동교육을 하게 됨으로써 부산 시민들이 더 건강한 삶을 누릴 수 있도록 지원하고 있습니다.

부산 회복기재활병원 7곳 중에 해운대나눔과행복병원이 선정되었고, 우리병원은 해운대구, 동래구, 기장군 보건소와 함께 진행하고 있습니다.

이날 해운대구 보건소장님과 주무관님, 동래구 보건소장님과 건강증진과장님, 기장군보건소 과장님, 팀장님, 주무관님이 참석하셔서 병원 라운딩과 함께 ‘건강UP’ 사업관련 간담회를 진행하였고, 건강한 공동체를 만들어가기 위한 다양한 피드백을 서로 주고받았습니다.





## 만나서 반갑습니다. 신입직원교육 (04.13)

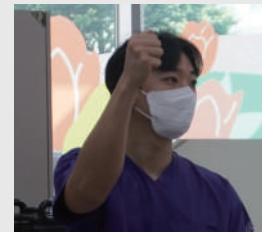
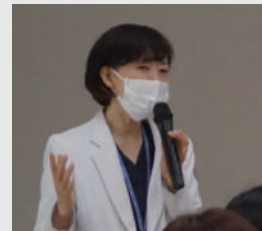
한 사람이 온다는 것에 대한 얘기를 할 때면 어김없이 '정현종' 시인의 '방문객'이라는 시가 등장하곤 합니다. 시 문구처럼 사람이 온다는 건 실은 어마어마한 일이잖아요. 그 사람의 과거와 현재, 그리고 미래가 함께 오기 때문이죠.

병원에 해마다 정든 직장을 떠나는 직원이 있는 반면, 새로운 신규입사자들이 오십니다. 갓 사회에 나온 신입직원도 있고, 어느정도 연차가 쌓인 경력직 입사자도 계십니다. 그들이 함께 어울려 또 하나의 낯선 환경에서 새로운 문화에 적응해 나가게 되죠.

이렇게 누군가에게는 새로운 경험이 되고, 누군가에게는 기회가 되기도 하는 이 모든 것들이 살아 있는 병원 풍경, 직장 풍경이라는 생각을 해봅니다.

이러한 과정 속에서 신규입사자들의 입사를 진심으로 환영하고, 그 분들이 병원에 잘 적응하며, 병원 조직문화의 이해를 돕고자 올해부터 신입직원교육을 실시하였습니다.

4/13(토) 9층 회의실에서는 신입직원 교육을 가졌으며, 교육순서는 교육 전 티타임으로 아이스브레이킹, 병원장님 인사말, 병원소개와 필수교육을 거쳐 개인비전을 수립하는 것으로 진행이 되었습니다.

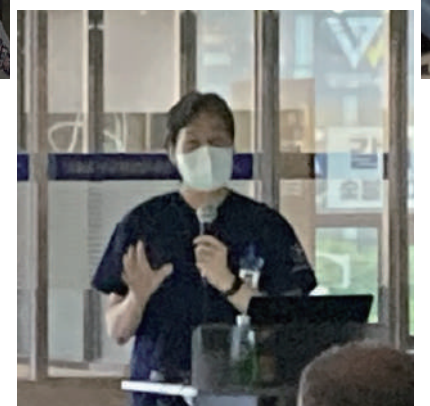


## 운동치료와 기구운동의 필요성 재활치료 1팀 강봉학 부팀장 (04.17)

강의 시작 전 참석자 총 68명(참여자 30명, 보호자 38명)이 참여하였으며, 재활치료 1팀의 물리치료 소개, 재활치료의 필요성, 운동기구에 대한 설명과 치료 효과에 대해 안내함으로써 참여자와 보호자에게 재활치료에 대한 이해를 돕고 실제 운동치료에 접목해 볼 수 있는 유익한 시간이었습니다.



2회차 교육, 재활치료 1팀 강봉학 부팀장님께서 운동치료와 기구운동의 필요성이란 주제로 강의를 진행해 주셨습니다.



## 슬기로운 재활생활

총 44명(참여자 22명, 보호자 20명)이 참여하였으며, 재활치료 2팀의 작업치료에 대한 자세한 내용과 목적을 참여자, 보호자분들에게 이해하기 쉽게 교육하였습니다.

경험을 바탕으로 한 내용으로 참여자, 보호자분들의 마음을 헤아리고 이를 통해 재활과정에서 참여자의 자발성, 적극성을 자연스럽게 촉진하고 응원해 주셨습니다.



3회차 교육, 재활과정에서 꼭 필요한 작업치료라는 주제로 재활치료 2팀 백영수팀장님께서 강의를 진행해주셨습니다.



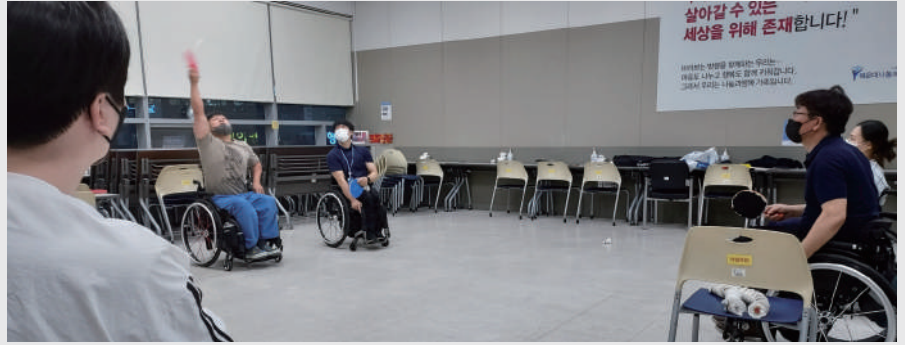
## 재활과정에서 꼭 필요한 작업치료! 재활치료 2팀 백영수 팀장 (04.24)

## 뉴스포츠 (04.08)

탁구채를 이용해 배드민턴공을 치면서 주고 받는 시간을 가졌습니다.

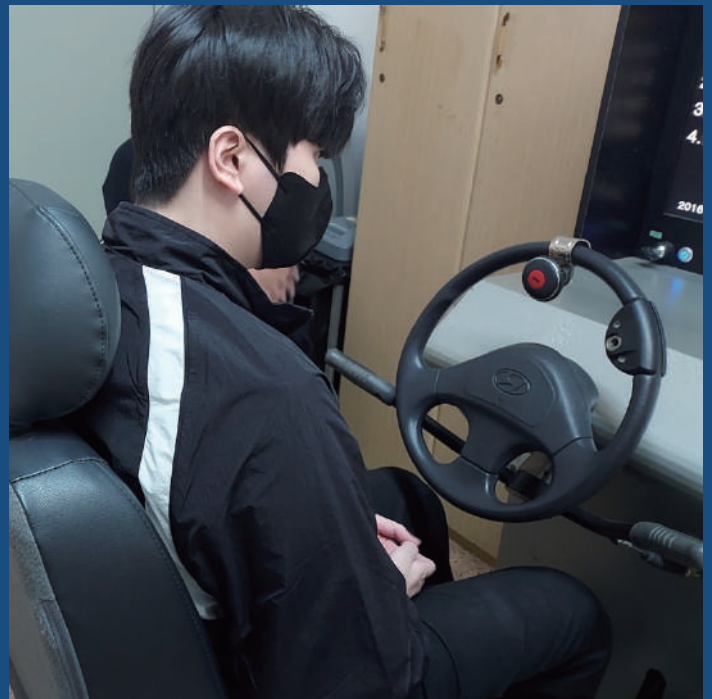
이OO님은 프로그램에 처음 참여하셨는데 운동을 같이하면서 참여하신분들과 친해지는 계기가 되었습니다.

일과후 간단하지만 운동이 되는 탁배를 진행해보았습니다.



## 밖으로 한걸음씩 (04.17)

일상생활에 필요한 운전면허증을 취득하기 위해 부산남부에 위치한 면허시험장을 다녀왔습니다. 안전교육 1시간을 받고나서 운동능력평가를 진행하였는데 가볍게 통과하였습니다.





# 스포츠체험 휠체어배드민턴 (04.22)

4월에는 4명의 참여자분들과 함께 휠체어배드민턴을 체험해 보았습니다.

우리가 찾아간 곳은 사상청소년수련관이었는데요. 도착하니 휠체어배드민턴 동호회 분들이 반갑게 맞이해 주셨습니다.

참여자 각자의 체형에 맞는 휠체어를 찾아 바꿔 탄 후에 배드민턴의 기본자세와 방법 등을 배우고 셔틀콕을 주고받으며 가볍게 몸을 풀었습니다. 연습을 마친 후 숨은 실력을 뽐내며 3인전 게임도 해 보았습니다.

신나게 경기를 하다 보니 어느새 점수는 몇 대 몇인지 기억하지 못했지만 서로를 격려하고 응원하면서 또 한 번 자신감을 가지는 시간이 되셨기를 바라봅니다.



최고의 전문성을 지향하며 노력하고 성장하는 사람



# 일상재활센터(낮병동) 출석왕·자립왕 시상식 (04.05)



누군가에게는 아무것도 아닌 참여와 한마디가 다른누군가에게는 희망이 되고 힘이 되지 않을까요?

일상재활센터에서는 '나 스스로 한다'라는 자립활동을 통해 참여자 스스로 무언가를 할 수 있다는 자신감, 성취감을 느끼고, 가정과 사회에서 스스로의 역할을 찾아나가는 과정을 위해 시행하고 있습니다.

다른사람들에게 축하받으며 지속적으로 역할을 찾고 의미와 목적이 있는 활동을 하기 위하여 '출석왕 & 자립왕'을 매월 선정하여 시상하고 있습니다. 이번달 출석왕에는 박○미, 박○자님이 수상하셨고, 자립왕에는 채○자님이 수상하셨습니다. 다양한 자립활동과 꾸준한 출석으로 시작한 참여자분들 모두 축하드리고 계속 파이팅입니다!!

# 집단상담 프로그램 '마음톡톡' (04.18)

집단상담 마음톡톡 프로그램은 8명 이내의 소그룹으로 구성하여 함께 마음여행을 떠나게 됩니다.

3월부터 총 7명의 참여자와 함께했으며 4월 18일 4회차로 마무리했습니다. 낯선 참여자, 보호자가 서로의 이야기를 나누고 경청하는 일은 사실 엄청난 에너지를 필요로 합니다.

성향이 맞지 않는 관계도 있고 서로 다른 의견도 존재하며 언어적 소통이 어렵기도 하고, 나의 아픔이 깊어 이루 다 말하지 못하고 눈물로 대신할 때도 있지만 이 시간을 통해 나의 관점을 새롭게 하고 서로의 대화 속에서 어려웠던 마음을 가벼이 위로와 격려를 건네며 다시 힘을 낼 수 있는 시간이기도 했습니다.

본 프로그램을 통해 내 안의 힘을 들여다보고, '나'를 다시 일으킬 수 있는 작은 계기가 되셨기를 바랍니다.



# 2024년 4월 손위생 수행률

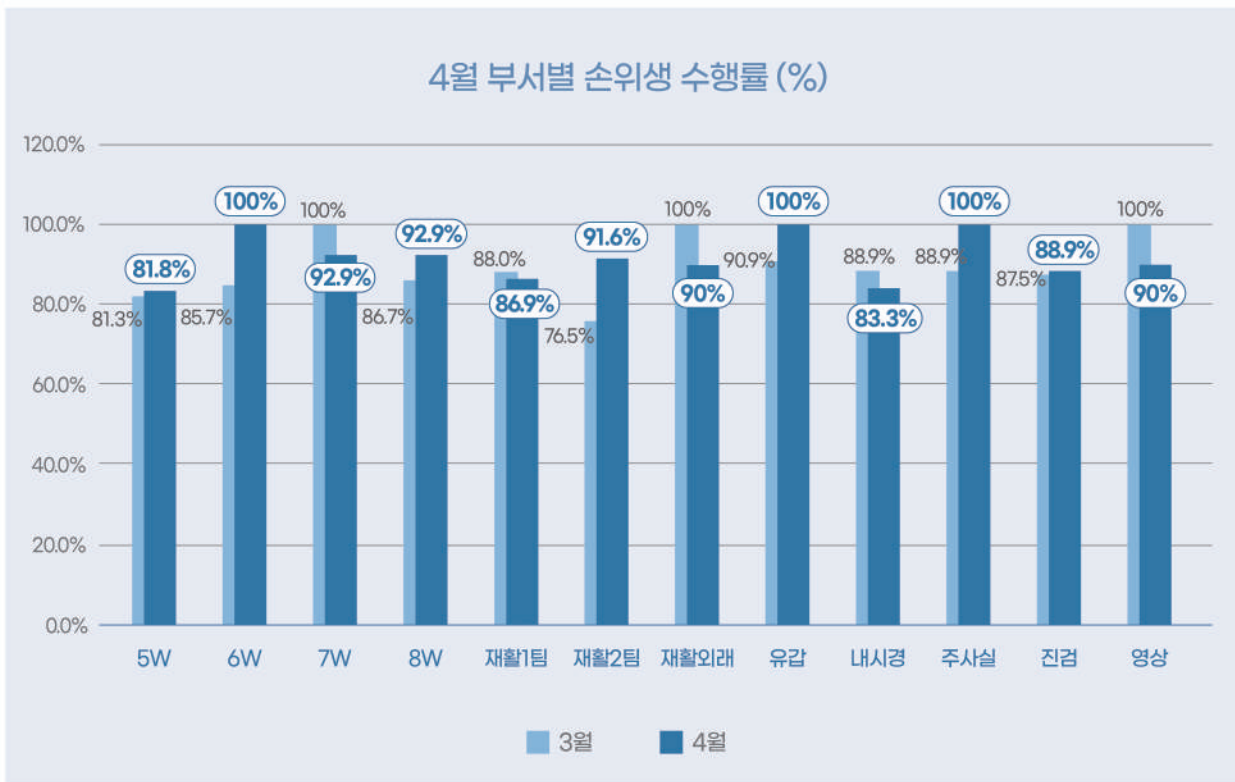
## 1. 손위생 수행률 결과

모니터링 기간	2024년 04월 01일 ~ 2024년 04월 30일
모니터링 장소	환자 접점 부서
모니터링 방법	직접 관찰(손위생 실무 요원 및 감염관리전담간호사)
손위생 수행률(%)	실제 손위생 수행 건수/손위생을 해야 하는 행위 건수 X 100
모니터링 결과	2024년 3월 결과와 비교 분석

## 2. 지표 결과

목표(%)	전체 관찰건수(건)	수행건수(건)	결과(%)	전 분기 증감률
90	154	140	90.9%	+2.6%

## 3. 부서별 손위생 수행률



### 맞춤형 상담을 하고 개입하다.

윤OO님은 고등학교 1학년을 마치기 전 선천적인 대뇌해면기형 발병으로 인해 학업을 중단하고 본원에 입원하였습니다. 고등학교 생활을 통해 배워야 할 것이 많은 청소년이기에 학업 유지 및 복학 문제에 대한 개입이 가장 필요한 상황이었습니다.

사회사업팀에서는 현 상황에 대한 문제해결방안 모색을 위해 거제도교육청과 협력하여 심층적인 상담을 진행하였습니다. 거제도교육청에서는 윤OO님의 경우 병원에 입원하고 있어 건강장애 학생으로 원격교육이 하루에 2시간씩 가능하며 퇴원 시 교육청에서 가정방문을 통해 추가적인 학습지원이 가능하다는 감사한 소식을 전해 주었습니다. 이로써 윤OO님은 맞춤형 상담을 통해 더 이상 휴학이 아닌 입원 기간 중에도 학습지원을 받으며 무사히 졸업까지 바라볼 수 있게 되었습니다.

그리고 열심히 재활 치료를 받으며 한때는 불가능하다 생각했던 '복학'을 준비하기 시작했습니다.

### 준비된 사회복귀를 위해 가족컨퍼런스를 시행하다.

윤OO님의 안전하고 준비된 사회복귀를 위해 주치의, 간호사, 물리치료사, 작업치료사, 사회복지사 등 재활의료 팀별 담당자들이 모여 가족컨퍼런스를 진행했습니다.

가족컨퍼런스를 통해 참여자와 가족에게 현 치료상황을 공유하고 함께 치료계획을 조정하였으며 안전한 사회복귀를 위한 공통의 목표를 수립하였습니다.

윤OO의 가족컨퍼런스 토의내용으로는 장기적인 진로 탐색, 퇴원 준비 및 주거환경개선, 지속적인 치료관리 계획이었으며 이를 토대로 '사회복귀'를 준비하기 시작했습니다.

### 설레는 마음으로 새학기를 준비하다.

사회사업팀에서 컨퍼런스 이후 복학 준비를 위해 학교 환경을 살펴보고 재활치료시간에는 자립적으로 이동할 수 있도록 로보휠 조작 방법과 이동 연습을 했습니다. 치료 외 시간에는 복학에 도움이 될 만한 학습능력, 자격증에 대해 사전에 준비하여 학업을 이어갈 수 있도록 학습을 시작하였습니다.

심층 사회사업상담은 물론 재활코치팀에서 동료상담을 통해 사회복귀 의지를 다지며 장애인 당사자인 본인이 활동하는 모습을 널리 알릴 수 있는 '유튜버'라는 꿈을 갖게 되었습니다.

그리고 진로 문제에 맞춰 부산광역시 장애인보조공학기기센터를 방문하여 컴퓨터 이용 시 필요한 보조공학기기를 살펴보고 성능을 체험해보고 입원생활 중 장비를 대여하고 활용해보며 컴퓨터를 보다 편리하게 사용할 수 있었습니다.

또 교육청 및 학교의 변동상황 들을 파악 후 실시간 공유할 수 있도록 지원했으며 경제적 지원으로는 푸르메 재단 장애청소년 지원사업에 연계하였습니다.

윤OO님은 가족과 본원 직원 모두의 응원 덕분에 사회복귀 의지를 높여나갈 수 있었고 현재 복학하여 학업에 정진하고 있습니다.



## 참여자 주요 사항

	대상	성별	나이	보호유형	대상질환	발병일	입원기간
		남성	17세	일반	대뇌해면기형	2022. 09.	2022. 11 ~ 2023. 12
참여자 사항	가족사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 가구형태 : 4인 가구</li> <li>■ 주보호자 : 부모</li> </ul>					
	심리·사회적 사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 발병으로 인한 우울감, 무기력감</li> <li>■ 부모님의 심리·정서적 지지도 매우 높음</li> <li>■ 고등학교 재학 중 발병, 학업 중단(휴학)</li> </ul>					
	경제적 사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 부모님의 경제적 지원으로 치료비 부담</li> <li>■ 보장보험 있음</li> </ul>					
	주거사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 주거형태 : 아파트</li> <li>■ 주거환경 : 3거실, 주방 방 공간 재배치 및 안전바 설치 필요 화장실, 세면대, 방지턱 재설비</li> </ul>					
	문제사항 및 욕구	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 학교 복학 시 적응 문제</li> <li>■ 전동휠체어 이용한 이동권 확보 필요</li> <li>■ 심하지 않은 장애 판정(이의제기 신청)</li> </ul>					
사회복귀 지원 프로그램 및 서비스 연계	퇴원계획	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 퇴원경로 : 자택</li> <li>■ 치료계획 : 일상재활센터(낮병동)</li> <li>■ 이동수단 : 수동/전동휠체어, 가족 자차</li> <li>■ 학업복귀</li> </ul>					
	참여 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 교육 : 슬기로운재활생활, 휠체어스쿨</li> <li>■ 상담 : 참여자 및 보호자 수시 상담, 재활코치 동료상담</li> <li>■ 정서지원 : 이벤트프로그램, 나를찾아떠나는여행, 1박2일 캠프</li> </ul>					
	지역자원 안내 및 연계	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 거제도제일고등학교 건강장애학생 등록</li> <li>■ 고등학교 복학 준비 지원(학교환경 평가)</li> <li>■ 교육청 및 학교 변동사항 실시간 공유 지원</li> <li>■ 부산광역시장애인보조공학기기 견학</li> <li>■ 현대제철 장애어린이 보조기구 지원사업 신청</li> <li>■ 거제도의료기관 탐색(대학병원, 보건소, 재활병원, 신경외과)</li> <li>■ 거제도지역사회자원(장애인평생교육지원센터, 장애인자립생활센터)</li> </ul>					



## 함께함

열린 소통, 배려, 공감으로  
함께 나아가는 사람



## 가로세로 낱말퀴즈, 사진전 개최 장애인의 날 행사 (04.19)



장애인의 날은 우리가 장애인에 대한 이해를 깊게 하고, 장애인의 재활 의욕을 고취하기 위한 목적으로 제정된 기념일로 매년 4월 20일로 지정하고 있습니다.

예전엔 '재활의 날'로 민간단체에서 진행해오던 것을 1981년 국가에서 '장애인의 날'로 정했죠. 1981년 제1회를 시작으로 올해 벌써 44회째를 맞이하고 있습니다.

우리병원은 재활병원이라는 특성상 '장애', '장애인'이라는 단어와 연관성이 많고, 실제 뜻하지 않는 질병이나 사고로 인해 장애를 갖게 되고 입원해 집중적인 재활에 다하고 있습니다.

이번 44회 재활의 날을 맞이하여, 사진전과 가로세로 낱말퀴즈 이벤트를 진행하였습니다.

장애인의 날과 관련된 다양한 퀴즈를 풀면서 장애에 대한 용어도 알아가고, 병원에서 진행했던 다양한 행사들의 사진을 펼쳐보는 시간을 가졌습니다.





## 참여자, 보호자, 직원이 함께 떠나는 행복한 나들이 (03.30)

♪ 봄바람 휘날리며~ 훑날리는 벚꽃 잎이~  
울려 퍼질 이 거리를 둘이 걸어요.~♪

팝콘 알갱이처럼 몽글몽글 피어난 벚꽃을 보며  
봄노래가 저절로 흥얼거려지는 봄이 왔습니다.  
이런 계절에 병실에만 있을 수 없겠지요?  
그래서 우리도 다녀왔습니다. 행복한 봄나들이ですよ.

여행은 원래 떠나기 전이 더 설레는 법인가 봅니다.  
외출복으로 예쁘게 단장하고  
환하게 웃으며 모이신 참여자분들의 미소 속에서  
설렘이 느껴집니다.

휠체어 리프트가 설치된 31인승과 9인승의 차량으로  
한 분씩 안전하게 탑승을 마치고 드디어 출발~  
기장 정관에 위치한 병산저수지로 향했습니다.

4개의 조로 편성 후  
2개조씩 짝을 이루어 이동하면서 봄을 만끽합니다.

개화시기보다 조금 빨랐던 터라 수줍게 피어있는 벚꽃과  
바람과 풍경을 느끼며, 무엇보다 함께한 이들이 있어서  
더욱 즐거운 시간을 보내었습니다.

이번 나들이 때 #행복한순간 #어울림 #동행 #나눔 이란 키워드로 조별 사진전을 개최 했는데요. 여기저기 “찰각찰각” 행복한  
표정들을 담은 손길들이 바뻐답니다. 즐거운 식사시간!! 함께 식사하며 두런두런 이야기도 나누고 조별로 제출한 사진전 시상식도  
있었답니다. 사진 속 표정만 보아도 느껴지지요? 우리의 동행이 행복하다는 것을. 이번 “행복한 나들이”가 참여자분들과  
보호자분들께 힘겨운 재활의 시간에 작은 응원이 되셨기를 바라봅니다.

또한 이러한 동행이 장애를 긍정적이고 올바르게 받아들여 사회의 일원으로 나아갈 때에 용기와 힘이 될 수 있기를 바랍니다.

우리 다음엔 어디로 떠날까요?^^



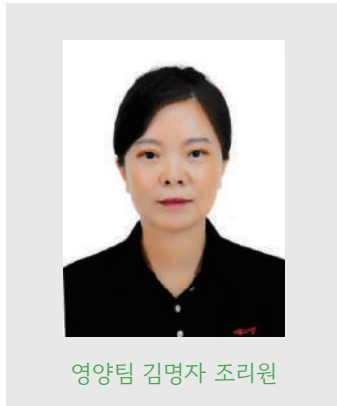
# 출산예정 직원에게 드리는 출산휴가 선물

## 재활치료1팀 윤설아 부파트장

(04.19)



## 우리는 가족입니다. 4월의 신규입사자



열린 소통, 배려, 공감으로 함께 나아가는 사람



## 사회적책임

더 나은 사회를 위해  
공익적 가치를 실현하는 사람



# 헤임당 주거환경개선사업 가정방문 (04.11)

(사)나눔으로행복한동행 헤임당 주거환경개선사업은 참여자 가정 구조 개선을 통해 안전한 주거환경을 지원하고 있습니다.

3월에는 총 4명의 참여자가 헤임당 주거환경개선사업에 신청해주셨으며 엄격한 심사를 통해 이OO님이 선정되었습니다. 선정된 이OO님은 40대 가장으로 본원에 입원하여 재활치료를 받고 있으며 뇌경색으로 인한 오른쪽 편마비로 후유장애가 남을 가능성이 높습니다. 향후 약 6개월 뒤 원직장으로 복직을 계획하고 있어 자택으로 돌아가기 전 안전한 주거환경을 준비하기 위해 4월, (사)나행동 운영진과 본원 담당 작업치료사, 사회복지사, 참여자가 함께 이OO님의 가정을 방문하여 주거환경을 점검하였습니다.

이OO 참여자는 현재 휠체어를 이용하며 보호자 도움 하에 잠깐 보행이 가능하신 분으로 엘리베이터로 이동 가능한 아파트에 생활하시며 이동을 하는데 어려움이 없었습니다. 하지만 자택 내 화장실 이용이 너무 어려웠습니다. 오른쪽 편마비인 참여자의 현재 신체 기능은 손잡이를 잡고 일어서서 부족하여 천천히 이동이 가능한 상태입니다. 가장 개선이 필요한 공간은 화장실로 화장실 입구가 좁아 휠체어가 들어갈 수 없으며 화장실 문은 참여자에게 불편한 요소가 되어 문을 제거하고 자바라를 설치하기로 하였습니다. 그다음으로 낙상 위험이 높아 안전손잡이가 필수적인 참여자를 위해 화장실의 벽면 두 곳에 안전손잡이를 설치하기로 하였습니다. 또 샤워 부스가 부착형으로 되어있어 턱을 넘기 힘든 참여자에게 위험도가 높아 부스를 제거하고, 일체형 세면대와 작은 변기로는 앉고 서기가 어렵고 안전손잡이 설치가 어려워 고민 끝에 타일, 천장, 등 화장실의 전체 교체를 결심하였습니다. 화장실 내 샤워하는 공간에는 목욕의자에 앉아서 이용할 수 있게 안전손잡이를 앉은 키에 맞춰서 설치하기로 하였습니다. (사)나행동은 재활전문가가 함께하여 참여자의 기능을 파악하여 참여자 맞춤형 개선사항을 조언해 드리고 환경개선 도움을 드리고 있습니다. 새롭게 탄생할 이OO님의 주거환경을 기대하며 직원들과 함께 주변 환경을 하나씩 점검해 나가고 계시는 이OO의 '가정복귀'를 응원합니다.



# 공연봉사를 위한 후원금 전달식 (04.26)

(사)나눔으로행복한동행에서 (사)한국예술문화복지사 부산광역시지회 '리브뮤직문화공연단'에 공연봉사를 위한 후원금 전달식을 가졌고, 다과와 함께 간담회 시간을 가졌습니다.



# 생명나눔실천본부 '황○○ 참여자' 치료비 전달식 (04.12)

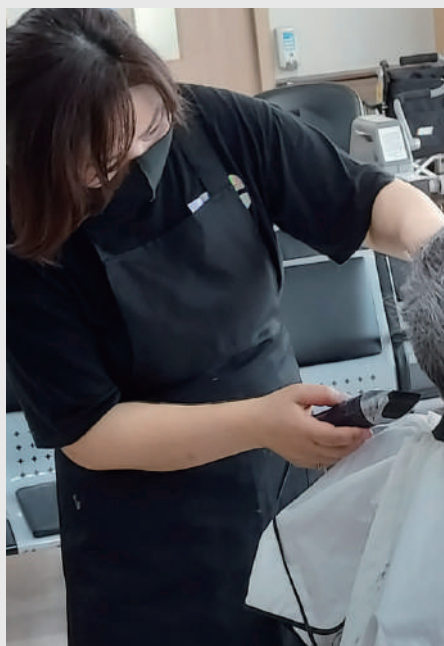
황○○님은 저소득층으로 민간보험이 없어 개인 간병비와 병원비를 가족들이 고스란히 부담하고 있는 상황으로 경제적 어려움을 호소하였습니다. 이에 사회복지사와 상담 후 생명나눔실천본부 치료비지원사업에 4월 대상자로 선정되어 250만원 상당의 치료비를 지원받으실 수 있게 되었고 병원비 부담완화로 재활치료에 집중할 수 있게 되었습니다.



## 이미용 프로그램 (04.16 / 04.26)

사회사업팀에서는 병원 생활 동안 참여자의 일상생활 편의를 위해 매일 이미용 프로그램을 진행하고 있습니다.

4명의 자원봉사자께서 입원 참여자를 위해 약속된 시간에 방문해주시고 재능나눔을 통해 더불어 행복한 사회를 만들어 주고 계십니다. 이번 달에는 총 85명이 이미용 서비스를 신청해주셨습니다.



더 나은 사회를 위해 공익적 가치를 실현하는 사람

# 영양팀장의 말, 말, 말

카카오워크에서 전한 글입니다. (04.23)

## 음식과 관련된 순우리말

오늘은 음식과 관련된 순우리말을 엮어  
점심을 예스롭게 소개해 보겠습니다.

살랑살랑 봄바람이 불어오는 날씨와 다르게  
왠지 모를 헛헛함을 느끼고 계실 해나행 가족여러분께  
도리깨침할 수 있는 차반을 준비하였습니다.

평소에는 깨지락깨지락 밥을 드셨던 분도  
오늘 만큼은 소나기밥을 드실 수 있도록  
마음에 짝 들어올 차돌깍두기볶음밥, 야끼파스타, 새우까스 등을  
준비해 보았습니다.

오늘의 알전은 차돌깍두기볶음밥입니다.  
여러 번의 실패 끝에 맛을 찾아낸 오늘의 알전,  
성공한 음식으로 기억 될까요? ㅎㅎ

잔반을 남기지 않으시면 결두리로 준비된  
농후 발효유(비요뜨)가 있으니 적극 참여하셔서  
결두리가 있는 오후를 즐겨보세요.

(이 글을 한 번에 이해 하셨나요?  
한 번에 이해 하셨다면 진정한 우리말 지킴이입니다.  
한 번으로는 살~짝 이해가 어려우셨다면  
아래 붙임을 보시면 두 번째에는 온전히 이해하실 수 있습니다.)

- \*도리깨침: 무척 먹고 싶거나 탐이 나서 저절로 삼켜지는 침
- \*차반: 맛있게 잘 차린 음식
- \*깨지락깨지락: 달갑지 않는 음식을 먹지로 매우 느리게 먹는 보습
- \*소나기밥: 보통 때에는 얼마 먹지 아니하다가 갑자기 많이 먹는 밥
- \*알전: 음식 가운데 가장 맛나는 음식
- \*결두리: 끼니 외에 참참이 먹는 음식



### 내가 책을 선택하는 방법

걱정보다는 긍정, 절망보다는 희망을 먹고 살아가는 나.

아내는 중고서점에서 산 책을 보고 표정이 안 좋아진 내 표정을 읽는다. 이런 상황이 익숙하다는 듯 대수롭지 않게 생각한다. 나의 표정을 보고 직감하고 있었다. 속으로 이렇게 얘기할 터이다. '저녁 먹고 책 환불하러 당장 가겠구먼!'

좋아하는 책의 분야도 다양하듯이 책을 구매하는 방법 또한 다양하다. 서점에서 책을 꼼꼼히 확인한 후 사는 사람, 인터넷으로 구매하는 사람, 다양한 후기를 통해 확인하고 인터넷으로 주문하는 사람 등. 어떤 게 옳고 그름의 차이는 아니다. 좋고 나쁨도 아니다. 그저 지극히 개인의 경험에서 나온 선택이다. 그 다양한 방법 중에서 난 조금 더 까다롭다고 해야 할까?

십 수 년째 도서관에서 책 빌리기를 반복하고 있다. 예전에는 취미였다면 약 5년 전부터는 일상이 되었다. 2주마다 5권의 책을 빌린다. 2주 후 반납하러 간다. 반납하고 또 5권 빌린다. 또 반납한다. 다시 빌린다. 이 과정을 싫든 좋든 반복해야 한다. 책을 빌린 이상 반납하러 가야하니깐. 가서 빌리지 않는 이상은 말이다.

이렇게 책을 5권 빌리면 모두 다 읽을까? 어렵었다. 14일 이내 읽는 권수는 고작 한 두 권이다. 그 기간에 2권 읽으면 선방했고, 운 좋게 3권 읽으면 대성공이다. 물론 1권도 안 읽는 기간도 많다. 책 5권을 빌리고서도 집에 있는 책을 읽을 때도 있고, 서점에서 책을 사 놓고서도 도서관에서 빌린 책을 읽을 때도 많다. 정해진 규칙도 없다. 그날 내 마음대로다. 그때그때 책의 내용에 따라 선택하고, 책은 선택을 받는다.

책을 선정하는 기준도 다양하다. 업무상 필요한 책도 있고, 읽고 싶었던 책도 있다, 다른 책에서 추천된 책도 있고, 그날 즉흥적으로 선택되어지는 책도 있다. 하지만 도서관에는 가장 핫한 책은 늘 '대출중'인 경우가 많다. 때문에 약간은 기간이 지난 책들을 빌리게 마련이다. 그래도 도서관은 나의 가장 좋은 놀이터고 가장 편안한 쉼터인 것은 분명하다.

그렇게 빌린 책 5권 중 먼저 읽고 싶은 책을 선택한다. 이번 2주간은 이 책이 우선이 된다. 빌린 책 중에는 가끔 한 번 더 보고 싶은 책도 있고, 소장하고 싶은 책도 있다. 그렇게 구매욕구가 생기면 우선 '당근' 어플에 '책'과 '도서'를 입력한다. 누군가가 혹시 올려놓은 게 있는지 알아본다. 운 좋게 내 품에 꼭 안기는 날도 있지만 대부분 그렇지 못하다. 그럼 이번에는 중고서점 사이트에 접속한다. 책 제목을 검색하고 물품을 확인한다.

중고서점 사이트도 온라인과 오프라인이 있는데 가급적이면 내가 매장에 가서 확인하는 오프라인을 이용한다. 그렇게 중고서점의 양대 산맥인 yes24와 알라딘의 매장과 가격을 비교해보고, 퇴근길이나 휴일에 가서 낚아챈다.

2년전 여름이었다. 코로나로 인한 자가 격리로 아내는 며칠째 집에 있다. 있어야만 했다. 덕분에 내가 주말 아이 둘을 데리고 자전거를 태우러 나갔다. 신나게 한바탕 놓고 집으로 오는 길에 낮에 검색 해놓은 책이 중고서점 매장에 있는 걸 알고 부리나케 가서 책 2권을 손에 쥐었다. 며칠 전부터 필사에 대한 생각으로 내 머리 속은 온통 베껴 쓰기로 가득 차 있었고, 그 첫 번째 책으로 김훈의 '자전거 여행1,2'를 찔렀던 것이다. 다행히 양장본이 중고서점 매장에 있었고, 부리나케 포장해서 집으로 돌아왔다. 주차 때문에 너무 급했던 나머지 책을 열어보지 않고 샀던 게 나중에 문제가 될 줄이야.

집으로 오는 길에 뒷좌석에 있는 큰 아들에게 책 상태가 어떤지 뒤늦게 확인했고, 그 중 한권이 찢어짐이 있다는 것을 그때야 알아챈다. 그 이후 내 머릿속은 복잡해졌고, 말수는 급격히 적어졌다. 아이들과 난 시원한 막대아이스크림만 먹을 뿐이었다. 말이 없었다. 아이스크림이 창밖 주홍빛 노을과 함께 녹아져 가고 있었다.

집에서 중고서점 매장까지는 16km 거리다. 일요일 저녁시간을 감안하면 약 25분 걸린다. 왕복 32km, 왔다갔다 50분 이상의 거리다. 나는 6,200원 주고 산 이 책을 환불하기 위해 그만큼의 시간과 버려지는 기름 값을 지불하며 한밤중에 달려갈 것인가? 그냥 필사할 목적인데 상관없다고 나 자신과 타협한 채 있을 것인가? 고민에 또 고민을 거듭하고 있었다. 하지만, 아이 엄마는 직감하고 있었다. '저녁 먹고 책 환불하러 당장 가겠구먼!'

아내의 예상은 빗나간 적이 없었고, 나는 기어이 먼 거리를 이동해서 책 한권을 환불했다. 그렇게 자전거여행 1권만 내 품에 넣고 나서야 집으로 돌아올 수 있었다.

책값 좀 아껴보겠다고 하다가 책값만큼의 기름 값만 날렸냐고? 그렇지 않다. '손에 넣은 그 한 권으로 멋지게 필사에 완성하고 2권을 구입해야지'라고 생각하며 기쁜 마음으로 잠들었다.

나는 걱정보다는 긍정,  
절망보다는 희망을 먹고 살아가니깐.

그건 인정.



오늘을 기록합니다.  
그리고 기억합니다.  
그날을 추억합니다.

공유하는 기억이 있어야 합니다.  
그래야 앞으로도 계속 함께 갈 수 있습니다.