

‘으뜸 봉사단체 위해 노력하자’

포천시상록회 제2차 월례회의에서 밝혀

(사)한국상록회 경기도 포천시 상록회(회장 최호열)는 10월16일 오후7시 포천시상록회 대회의실에서 30여명의 회원이 참석한 가운데 제2차 월례회의를 개최하고 사업 계획 및 애경사 규정의 건 등의 안건을 처리했다.

이날 회의에서 앞서 최호열 회장은 “8월 창립총회, 9월 월례회의, 10월 이사회회의를 개최해온 포천시 상록회가 오늘은 제2차 월례회의로 모이게 되어 반갑다”며 “이사회회의에서 심도 있게 논의된 안건을 오늘 월례회의에서 승인해 주시길 바라며 2009년에 실시할 사업을 깊이 연구하여 내실 있는 단

체가 될 수 있도록 협조해 달라”고 당부했다.

이날 처리한 애경사 규정은 애사 와 경사로 구분하여 애사는 친부모 상, 본인상, 배우자상, 경사는 본인 개업식(이전식), 자녀결혼식에 대해서 회비를 지출하기로 의결했으며 사업별 담당이사를 선정해 구체적인 사업계획에 들어가기로 했다.

아울러 회원영입을 위해 전 회원들이 포천시 상록회 취지에 맞는 회원들을 영입하여 참된 봉사 사업별 담당이사를 선정해 제3차 월례회의에서 사업계획을 발표하고 연내 2009년 사업을 확정지



(사)한국상록회 경기도 포천시상록회는 10월16일 오후7시 포천시상록회 대회의실에서 30여명의 회원이 참석한 가운데 제2차 월례회의를 개최했다.

어 내년부터는 본격적인 사업을 추진하기로 했으며 각 사업별 담당 이사는 다음과 같다.

▶환경보전 사업(송태도 홍보이사/연효숙 봉사이사) ▶청소년교 육훈련지도 사업(권윤만 기획이사

/신형숙 총무이사) ▶구제 사업(김철수 사업이사/이은미 재무이사) ▶충효상상 및 경료효친사업(함양 사업(함용식 조직이사/김양숙 봉사이사)

김영복 기자 best114@paran.com

식물과 사람 ⑪ 감국 Dendranthema indicum

달콤 향긋한 노랑 빛 들국화

국화꽃 향기의 또 다른 주인공, 우리나라 대표 들국화인 감국이 색노란 열매로 들꽃동산에 피어났다. 달 감(甘), 국화국(菊)을 써서 ‘달콤한 국화’라는 뜻이다. 항상 식물에 관한 글을 쓰기 전에는 그 꽃을 꺾어다가 한참을 들여다보는데, 오늘은 유난히 진한 국화꽃향기가 손에 배어난다.

무릎에서 허리 높이 정도로 키가 크고, 100원짜리 동전크기 만한 꽃이 10월-11월 사이에 피어났다. 감국과 비슷한 들국화인 산국도 이 시기에 노란 꽃을 피워 흥분하는 사람이 많은데, 흔히 꽃의 크기로 쉽게 구별이 가능하다. 산국은 감국에 비해 꽃이 작고 잎도 더 많이 갈라지며 잎 끝이 감국에 비해 뾰족한 느낌이 있다. 또 감국은 남부지방에서, 산국은 중부지방에서 만났다가 더 쉽다.

감국은 가을에 채취한 종자를 이듬 봄에 파종하면 잘 발아하는데, 가을철이나 이른봄에 분주를 하여 증식을 하기도 한다. 봄철에 올라오는 줄기를 가늘이 되기 전에 잘라주면 키를 줄여 쓰러지지 않게 키울 수 있는데, 그 줄기로 꺾꽂이를 하면 뿌리가 잘 내려 번식이 용이하고 그 해에 꽃을 피울 수 있다.



감국은 국화주나 국화 차를 만드는 재료로 인기가 좋다. 한 방에서 쓰이는 감국은 서리가 내리기 전 꽃이 활짝 피었을 때 채취하여 말라서 사용하는 데 현기증, 두통, 눈물이 나는 병, 기침 등 심한 사람에게 달여 먹으면 좋다. 감국이나 산국 뿌리를 따서 말린 것을 배게 속으로 넣고 자면 머리가 맑아져 두통이 있는 사람에게 효과가 있다. 올 가을이 가기 전에 고맙고 사랑하는 이에게 산과 들에 흔한 노란 들국화를 따다



손 자은
 향약식물원 기원관리팀
 문의: 031-531-7750

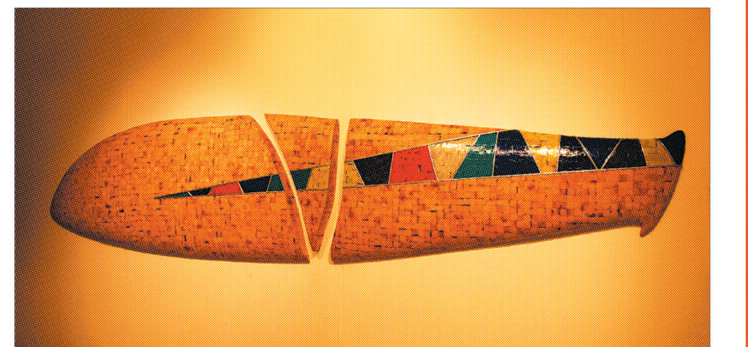
紙上갤러리 ⑩ 그림에서 드러나는 의미와 상징

정보균의 ‘나는 꿈꾼다’

사각 소나무의 연이은 불임으로 물고기 형상을 이룬 정보균의 작품 ‘나는 꿈꾼다’는 물고기의 유연한 곡선과 중심부를 관통하는 철심의 기하학적인 직선의 교합으로 이루어진 고부조 형식의 나무 조각이다. 나무를 하나씩 붙여가면서 형상을 드러내게 하는 것은 소조의 형식을 띄고 있으나 불여진 덩어리를 다시 자르고 깎아가며 마무리하는 과정은 조각의 방식이다. 이는 나무에 대한 특성과 나무를 다루는 기술적인 면을 연마하지 않고는 이를 수 없는 것으로, 전국의 무형문화재 소목장을 찾아가 수년간 배웠던 기술과 나무에 대한 그만의 이해가 있었기에 가능한 것이다.

일심으로 정진하라는 의미를 갖는다. 나무의 조각들이 엮이고 쌓여 하나의 형상으로 이루는 과정은 인체가 세포조직이 모여 이루어지듯이 집단이나 사회도 사람과 사람간의 관계에 있다. 이 관계는 서로간의 조화로운 배합을 두고 있기에 정보균의 ‘나는 꿈꾼다’는 물고기형상을 통해 인간관계에서 오는 아름다움을 전하고 싶은 마음으로 조화로운 삶을 내고 색 입힘에서 드러나는 그 소망은 인간 내면의 문화적인 특성을 서로 간에 이해하고 그것을 바탕으로 조화로운 삶을 이어가려는 통합의 미를 함축한다. 눈과 눈을 제거하고 오방색 철심의 심장관통은 진정 마음으로 세상을 대하고 자신을 들여다보려는 그만의 꿈이라 생각된다.

글/ 김구원(화가, 계간비질주인) 017-317-5731



작품명: 나는 꿈꾼다, 2008

특별인터뷰 ... 울트라그랜드슬래머 진장환 포천시선거관리위원회 관리계장

“전국 선관위 경유 公明選舉 홍보하고 싶다”

전국일주울트라마라톤대회 1504km 16일만에 완주 기록

포천시선거관리위원회 진장환(63·사진) 관리계장이 제2회 전국 울트라마라톤 대회에 참가해 369시간 40분만에 완주해 화제가 되고 있다. 진 계장은 건강이 좋지 않아 지난 2000년부터 마라톤을 시작한 지 8년 만에 울트라마라톤 그랜드 슬래머가 되었다. 그동안 진 계장은 직장에서의 업무로 바빠서 마라톤을 할 수 없었는데, 이번 대회에 참가하게 된 것은 건강을 되찾고 싶어서였다. 42.195km를 도전해 성공한 다음에는 울트라 마라톤에 도전했다. 2003년 제주일주, 2004년 한라산 종주, 2004년 대한민국 횡단, 2005년 대한민국 종단, 2006년

대한민국 종단을 마치고 울트라그랜드슬래머가 되었다. 이후 진 계장은 2007년부터 제1회 울트라마라톤대회를 직접 개최하여 도전했으나 지난해는 부상으로 실패했다. 다시 1년 동안 피나는 노력을 통해 올해 제2회 대회에서 완주하게 된 것이다. 모두 20명이 출발전으로 8명만이 완주기록을 세웠다. 오후6시에 사무실에서 나온 진 계장은 만세고-일동면-이동면-와수리-갈매-운천을 거쳐 사무실로 돌아오는 100km 코스를 13시간만에 완주하는 훈련을 통해 체력을 다진 것으로 알려졌다. 다음은 진 계장과 그의 소감과 앞으로의 계획이다. (편집자주)

▶소감은?
 이번 대회를 완주할 수 있도록 도와주신 여러분들께 진심으로 감사드립니다. 나의 사랑 나의 조국 대한민국을 내 품에 안고 싶은 마음에서 도전했고 그 꿈을 이루었다. 특히 중앙선거관리위원회의 격려에 감사드립니다.



울트라그랜드슬래머 진장환

▶마라톤을 하게 된 계기는?
 2000년 당시 건강이 좋지 않아 시작하게 되었다. 아프고 시작해서 점점 거리를 늘렸다.

▶포천시선거관리위원회 근무한 것은?
 2002년부터 2005년까지 근무했으며 2008년8월1일자로 부임해 근무하고 있다. 국회의원 선거, 국회의원 재선거 등을 치르면서 포천의 공명선거를 위해 노력했다.

▶전국일주울트라마라톤 도전은?
 하루에 100km를 제한시간 안에 뛰어야 성공할 수 있다. 첫 날 100km는 18시간 안에 뛸 수 있다. 하지만 시간이 지날수록 체력의 한계로 시간을 넘길 수밖에 없다. 게다가 하루에 4시간 이상 잠을 잘 수 없다. 운동화도 5켤레나 준비해야 한다. 도전에 성공하면 온 몸이 완전 보린 된다. 달리기 모드로 전환된다. 완주를 위해서는 철저하게 체력단련을 해야한다. 도전하기 위해서는 국토횡단 및 종단의 마라톤 경력이 요구된다.

▶대회 기간동안 수면은?
 하루에 4시간 이상을 잠을 잘 수 없다. 가다보면 파출소나 파견감문소를 이용하고 여관도 숙박에 없다. 게다가 하루에 4시간 이상 잠을 잘 수 없다. 운동화도 5켤레나 준비해야 한다. 도전에 성공하면 온 몸이 완전 보린 된다. 달리기 모드로 전환된다. 완주를 위해서는 철저하게 체력단련을 해야한다. 도전하기 위해서는 국토횡단 및 종단의 마라톤 경력이 요구된다.

▶이번 대회코스는?
 9월19일 오후 서울시청 앞 서울광장을 출발해 파주, 속초, 동해, 경주, 울산, 부산, 목포, 서천, 안산, 인천을 경유해 출발 16일 만인 10월1일 아침 6시 서울광장에 끝났다. 이 구간의 거리는 1,504km다.

고 절약하면 1인당 200만 원 정도 소요된다. 하루에 식사는 6~7기 정도 해야 한다. 운동화는 300km를 달리면 새것으로 교환해야 한다. 그래서 5켤레를 준비해야 하는 데 1켤레 당 20만원 정도이다.

▶울트라마라톤 그랜드슬래머?
 울트라 그랜드슬래머란 강하도 창후리에서 강릉 경포대까지의 308km(국토 횡단)와 전남 해남 평광 마을에서 강원도 고성 통일전망대까지의 622km(국토 종단)와 부산 해운대에서 경기도 입진각 망배단까지의 547km(국토종단)를 완주한 사람을 말한다.

▶이번 대회에서 선관위 홍보는?
 깨끗하고 건전한 정치자금 기부문화조성을 위한 홍보에 나섰다. 우리 국민들은 정치자금에 대해 부정적인 시각을 갖고 있다. 일반인들이 정치자금을 후원하는 것도 알지 못한다. 정치인들이 검은 돈의 유혹에 넘어가지 않고 제대로 정치활동을 할 수 있도록 국민들이 나서서 후원해야 한다. 이를 위해 홍보에 나서 것이다. 1회 대회에는 대통령선거 투표참여를 유도하는 홍보물이 배포되었다.

▶앞으로 계획은?
 2010년 지방선거를 대비해 전국 모든 시·군의 선거관리위원회를 경유해 슬로건을 문몸에 붙이고 한바퀴 돌면서 공명선거 홍보를 해 보고 싶다. 협의해서 가능했으면 하는 바람이다.

김영복 기자 best114@paran.com

포천시 POCHON-시 시민생각 주민자치 시정을 펴나갑니다.

제1회 산촌페스티벌 (잣숲걷기대회)

하늘아래 청정지역의 깨끗한 마을
지동산촌생태마을로 오세요

■ 개최일: 2008.10.25(토) 09:00~17:00
 ■ 장소: 포천시 신북면 금동2리(지동산촌생태마을 휴양관)
 ■ 주최: 지동산촌생태정보화마을 추진위원회
 ■ 주관: 포천시
 ■ 후원: 포천시, 포천시산업조합, 포천시의회, 포천자

포천시 POCHON-시 시민생각 주민자치 시정을 펴나갑니다.

제1회 산촌페스티벌 (잣숲걷기대회)

하늘아래 청정지역의 깨끗한 마을
지동산촌생태마을로 오세요

■ 개최일: 2008.10.25(토) 09:00~17:00
 ■ 장소: 포천시 신북면 금동2리(지동산촌생태마을 휴양관)
 ■ 주최: 지동산촌생태정보화마을 추진위원회
 ■ 주관: 포천시
 ■ 후원: 포천시, 포천시산업조합, 포천시의회, 포천자

시 간	프로그램	내 용
09:00~10:00	환영식 및 길놀이 행사	행사소개
10:00~12:00	잣 숲 걷기대회	대회시작
12:00~13:00	산촌백일장	글짓기·포토콘테스트
13:00~14:30	통나무 자르기	일부별 게임
14:30~15:30	떡 매치기	
15:30~17:00	청소년 참여행사	보물찾기(미션)·잣줍기
17:00~	시상식 및 폐회식	자작시낭송·경품추천

상기 일정은 행사일정에 따라 다소 변경될 수 있습니다.

경기 포천 지동산촌마을

산촌마을의 역사와 유래

우리 마을은 (지동)이라는 고유 마을명이 있다. (지동)은 이조후기 덕계나무를 심어 장호지를 만들고 삼나무를 심어 삼배를 짜내서 유래된 종이를 만드는 마을이름이다.

산촌마을 소개

천년이 넘는 은행나무가 있는 마을~
 우리 포천 지동산촌마을은 사시사철 늘 푸른 아름다운 잣나무 숲 이 마을을 감싸안아 정관울이루고 마을 중앙에는 천년 은행나무와 더불어 850,650,500원 은행나무들이 마을 사람들에게 애환과 사랑을 간직하고 마을에 자립으로 자리하고 있는 자연을 갈보존하고 있는 마을입니다.

전통과 역사를 지켜가는 마을~

또한 마을 환경에 세워져 있는 이조후기의 효자 기병의 효자정문에서 볼 수 있듯이 옛부터 효자가 많았다고 하며, 이러한 문화와 옛 조상들의 정신을 마을주민들은 잘 보존하고 있습니다.

맛과 멋, 휴식이 어울리는 마을~

우리 지동산촌마을의 특산물인 잣과 한방, 은행과 산촌마을에 산재가 유명합니다. 포천시는 국내 3대 잣 생산지의 하나이며, 우리마을의 잣은 조선시대 임금님께 진상될 정도로 맛과 품질면에서 우수한 특산물입니다. 한방은 마을 주민들이 공동으로 철저한 품질관리를 하고 있으며, 500~1000년이 넘는 은행나무에서 생산되는 은행은 열매 이상의 가치를 갖고 있습니다. 우리마을 인근에는 대형 리조트 급인 신북면천을 비롯하여, 허브아일랜드, 금곡 유원지 등 편안한 휴식을 즐기실 수 있는 관광지가 산재하고 있으며, 마을 내부에서는 등산로 및 산책로, 민박 등을 제공하고 있습니다.

때묻지 않은 산촌마을~

우리 포천 지동산촌마을은 주민 대부분이 농업에 종사하고 있어 때묻지 않은 농촌의 훈훈한 인상을 유지하고 있습니다. 앞으로 마을의 전통과 자연, 인심을 지킴으로써 노력할 것입니다. 청정한 자연과 역사 유양과 함께 때묻지 않은 산촌을 느끼실 수 있는 지동산촌마을로 여러분을 초대합니다.

잣나무의 유래 및 영양성분

잣나무는 신라왕이라 하여 이때부터 알려져 있으나, 기록으로는 고려 성종, 인종때 영을 내려서 식재를 권한 과수의 하나였다. 잣에는 탄수화물, 단백질, 지방 등의 기본 영양성분은 물론 무기질과 비타민까지 골고루 갖추고 있어 완전 식품이라고 말할 수 있다. 특히 지방과 단백질의 함량은 100g 당 각각 64.2g과 18.6g으로서 다른 어떤 식품과도 비교가 안될 만큼 높다.

하늘아래 청정지역의 깨끗한 마을
지동산촌생태마을로 오세요

찾아오시는길

1. 대중교통 이용시
 1. 버스이용시
 포천시(외)버스터미널 → 포천 기업은행 앞 → 57버스터미널 → 금동2리 (버스시간: 좌승시간대별 각10분(첫차:06:10~라지20:10)
 2. 열차이용시
 소요산역(1호선) → 소요산역 맞은편(57번 버스) → 금동2리 (버스시간: 휴수시간대별 각45분(첫차:05:45~라지19:45)
 3. 자가용 이용시
 1. 서울 → 의정부(3번 국도 이용)
 2. 의정부 → 주내역 → 주내 검문소(좌회전) → 덕정 → 동두천 → 3번 국도, 344번 지방도 이용
 3. 동두천 → 동인역 → 소요산 진입로 → 초성역(우회전) → 범수교 → 3번 국도, 344번 지방도 이용

문의처
 ▶포천 지동산촌생태마을센터 (http://jldong.invil.org)
 ▶031)535-5399 · 위관전: 011-9786-9018