

# 지역주민의 건강은 곧 지역발전의 원동력



심 대 평 충청남도지사

**얼** 마전 우리 고장 공주에서 동아일보·충청남도·공주시가 공동 주최하는 2004 백제 큰길 마라톤대회가 열려 선수와 가족 등 2만여 명이 함께 어우러지는 흥겨운 시간을 가졌다.

89세의 어르신에서부터 4세의 어린이에 이르기까지 가을꽃이 핀 금강변을 따라 가지각색의 옷을 입고 긴 행렬을 이루며 달리는 모습은 그야말로 장관이었다.

출발 신호와 함께 힘차게 달려나가는 선수들을 보며 이른 바 웰빙시대를 맞아 건강에 대한 국민들의 관심이 높아졌음을 새삼 느낄 수 있었다.

일찍이 미국의 건국 지도자인 벤저민 프랭크린은 “건강을 보존한다는 것은 자기 자신에 대한 첫째 의무이자 사회에 대한 의무이기도 하다.”고 하여 건강의 사회적 중요성을 강조한 바 있다.

이처럼 이제 한나라 국민의 건강은 단순히 한 개인의 문제가 아니라, 사회와 국가가 함께 관심을 가져야 중요한 문제로 대두되었다.

더욱이 최근 우리나라는 출산율이 급격히 떨어지고, 노인 인구는 급속도로 증가하는 가운데 40대 성인남자 사망률은 세계 최고 수준이어서 문제의 심각성을 더해주고 있다.

21세기 무한 경쟁시대를 맞아 국가 경쟁력 제고를 위해 노력하는 지금 노동 인구의 질과 그 수의 감소는 커다란 장애요인이 아닐 수 없다.

정부에서는 이러한 문제의 심각성을 깨닫고 내년도 복지 예산을 대폭 증액하는 등 국민건강을 위한 투자를 확대해 나가고 있다.

우리 도에서도 도민의 다양한 욕구에 부응하는 건강관리 체계를 구축하고자 노력하고 있으며, 특히, 저소득 계층, 어르신, 장애인 등에 대한 지원을 강화하여 복지의 사각지대를 해소하는 데 힘쓰고 있다.

아울러 생활 체육은 가족 건강을 지키는 밑바탕이요, 사회에 활력을 불어넣는 원동력이며, 지역 화합과 국가 통합을 이끄는 구심체라는 인식 아래 지난 해에는 전국 최초로 여성생활체육대회를 개최하여 생활 속에서 건

강을 지키기 위해 노력하고 있다.

또한 개발과 보전이 조화를 이루는 쾌적하고 건강한 생태환경을 조성하는 데도 주력해나갈 계획이다.

이제 본격적인 지방 분권시대를 맞아 지역주민과 가장 가까이 있는 지방자치단체에서 주민들이 건강하게 생활할 수 있도록 더욱 많은 관심과 배려를 기울여야 한다.

지역주민의 건강은 곧 그 지역의 경쟁력이요, 사회를 밝고 활기차게 만드는 원동력이기 때문이다.

하지만 무엇보다도 중요한 것은 주민 스스로가 건강을 지키고자 노력해야 한다.

혹자는 바쁜 생활로 운동할 시간이 없다고 말할지 모르지만, 바쁜 것으로 따지자면 나도 둘째 가라면 서운할 정도로 매일 뻘뻘한 일정을 소화해 내고 있다.

심지어 퇴근 후 집에서조차 결제 서류나 보고서를 검토하느라 밤늦게까지 일하고 있다.

이렇게 바빠 살면서도 지금까지 건강을 유지해 온 것은 아침에 일어나 맑은 공기를 마시며 맨손체조와 아령 들기, 그리고 집 주변을 산책하는 일을 꾸준히 해 온 덕분이라고 생각한다.

늘 시간에 쫓기고 스트레스가 늘어만 가는 현대 생활을 활력 있게 살아가기 위해서는 매일 밥을 먹는 것처럼 필수적으로 운동을 해야 한다.

지금까지 건강을 소홀히 해왔다면 이제부터라도 가장 소중한 자신의 몸과 마음을 위해 하루 중 다만 몇 십분이라도 시간을 내자.

행복이라는 집은 건강한 몸과 건전한 정신이라는 두 기둥이 있어야만 지탱할 수 있기 때문이다. **77**

