

도시도 건강에 투자해야

이 명 박_ 서울특별시장

건강을 지키는 것만큼 효율적인 투자도 없다. 건강한 신체는 활발한 생산력과 노동력을 갖게 해 준다. 건강을 지키지 못했을 때 찾아오는 만성질환과 생활습관병, 그것에 소요되는 정신적, 경제적 지출까지 생각한다면 건강을 지키는 것이 얼마나 값진 투자인지 더 이상 설명할 필요가 없을 것이다.

마음의 건강은 훌륭한 보약

나의 건강 비결은 부지런함과 긍정적인 사고이다. 바쁜 일정 가운데 언제 운동을 하느냐는 질문을 간혹 받곤 하는데, 바쁘기 때문에 오히려 건강 관리를 잘 할 수 있다. 시간이 많은 사람은 늘 시간이 있으려니 하고 게을러지기 쉽다. 반면 바쁜 사람은 바쁘기 때문에 더 부지런히 움직이고, 더 치밀하게 시간 계획을 세우게 된다. 내 경우는 아침 일찍 일어나 40분 정도 달리기를 하고 격주로 테니스를 치는데, 아무리 피곤하고 바쁘더라도 규칙적으로 시간을 투자한다. 머리를 쓰는 만큼 육체를 써 줘야 균형이 맞는다는 것이 내 지론이다. 또한 마음의 건강은 육체적인 건강을 지탱하는 보약이다. 남을 미워하면 그 마음이 상대방에게 전해지는 게 아니라 내 마음만 상하게 한다. 긍정적으로 생각하면 미움도 없어지고 스트레스도 사라진다. 이제까지 살아오는 동안 어려운 일이 많았지만 늘 밝게, 희망적인 생각으로 살았기 때문에 건강도 지킬 수 있었다고 자부한다.

서울의 건강을 챙기는 ‘건강도시’ 프로젝트

그러나 이제 건강은 단순히 개인의 문제가 아니다. 개인 건강에 영향을 미치는 요인의 반 이상을 국민소득수준이나 환경오염, 교육수준과 같은 사회적 요인들, 그리고 의료기관이나 보건사업과 같은 공공부문이 차지하고

있기 때문이다. 개인의 건강을 사회가 책임지고 해결해 가는 체계가 필요한 시점이 되었다. 서울시는 올해부터 '건강도시' 프로젝트를 추진하고 있다. 이제까지의 보건의료사업이 질병관리나 전염병 예방과 같은 1차적인 수준에 머물렀다면 '건강도시'는 질병이 발생하기 전에 질병을 일으킬 수 있는 원인을 찾아 제거하는 개념이다. 따라서 보건의료 서비스의 질을 높이는 것은 물론 도시의 환경, 경제, 사회적 요인과 개인의 습관을 개선하는 일들도 함께 진행된다. 우선 그 첫 단계로 시민의 건강상태와 문제점을 규명하고 각 요인별 지표를 관리할 수 있는 통합시스템을 구축할 것이며, WHO(세계보건기구) 건강도시 연맹 가입도 추진하고 있다. 오는 6월에는 올바른 건강정보를 제공하고 무료 의료상담, 의료제품 전시 등을 펼치는 'Hi Seoul 2004 건강 EXPO'도 개최할 계획이다. 이를 통해 시민 삶의 질이 높아지고 건강에 소요되는 사회비용도 줄어들 것으로 기대하고 있다.



건강한 환경이 시민의 삶의 질 높여

건강도시 만들기는 보건정책과 환경조성, 개인의 질병 대처능력 향상 등이 동시에 이뤄질 때 가능하다. 특히 급속한 개발로 진행된 서울은 녹지를 조성하고 건강한 생태계를 가꾸는 것이 매우 시급하다.

도심에 맑은 물이 흐르는 청계천을 복원해 친수공간을 조성하고, 개발계획이 세워져 있던 독섬지역을 '서울 숲'으로 만드는 것도 녹지가 주는 정서적, 환경적 혜택이 개발이익보다 더 크다는 판단에서였다. 일 예로 시청 주차장의 아스팔트를 걷어내고 공원으로 만들었더니 처음엔 주차장이 없어져 불편해 하는 사람들도 있었지만 곧 주변 직장인들에게 사랑받는 쉼터로 자리잡았다. 녹지가 주는 혜택이 주차장의 편리성을 이긴 것이다. 새로 태어난 '서울광장' 역시 이러한 변화의 상징이다. 교통소통을 우선적으로 생각했던 사람들도 잔디밭에 들어가 밟고 누고 쉬는 기쁨을 맛보면서 생각을 바꾸게 될 것이다.

서울은 지금 산과 강이, 그리고 시민이 하나가 되는 '세계적인 숲의 도시'를 꿈꾸고 있다. 녹색 숲을 시민 삶의 공간으로 끌어들이기 위해 옥상을 정원화하고, 마을마다 쌈지공원을 만들고, 학교와 주택가, 관공서의 담장을 헐어 녹지로 만들고 있다. 이를 통해 오는 2020년까지 시민 1인당 녹지 1평, 총 1천 만평의 생활 녹지를 확보할 것이다. 과거 우리사회 최고의 관심사는 개발과 성장이었지만 이제는 삶의 질을 높이는데 최고의 가치를 두는 시대가 되었다. 서울이 건강해지면 그 속에 사는 시민 개개인 역시 건강해진다. 서울의 환경을 개선해 건강한 도시로 만드는 것이 시민의 삶의 질을 높이고 더 나아가 서울의 국제 경쟁력도 높이는 길이라 믿는다. 