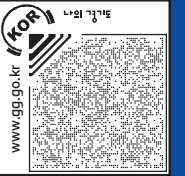


나의 경기도

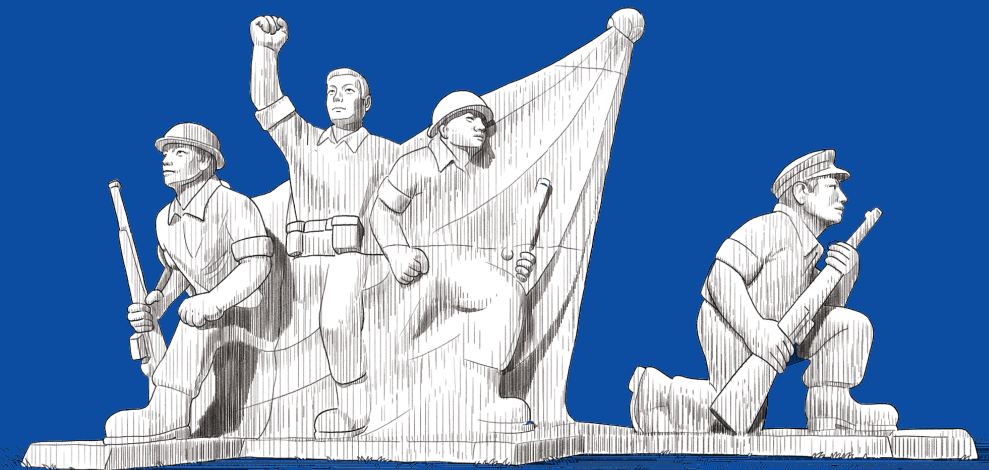
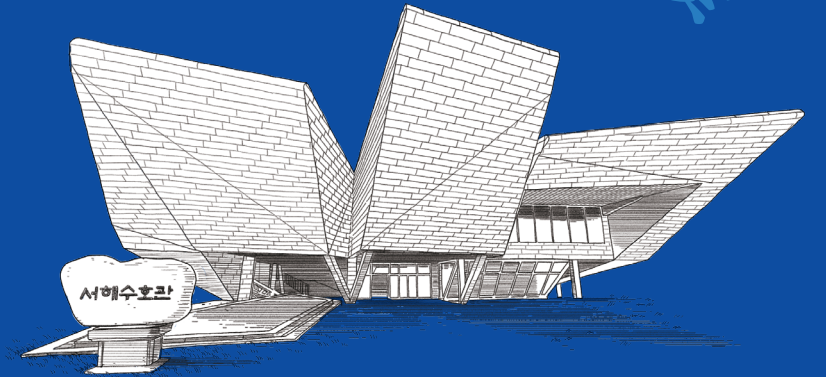
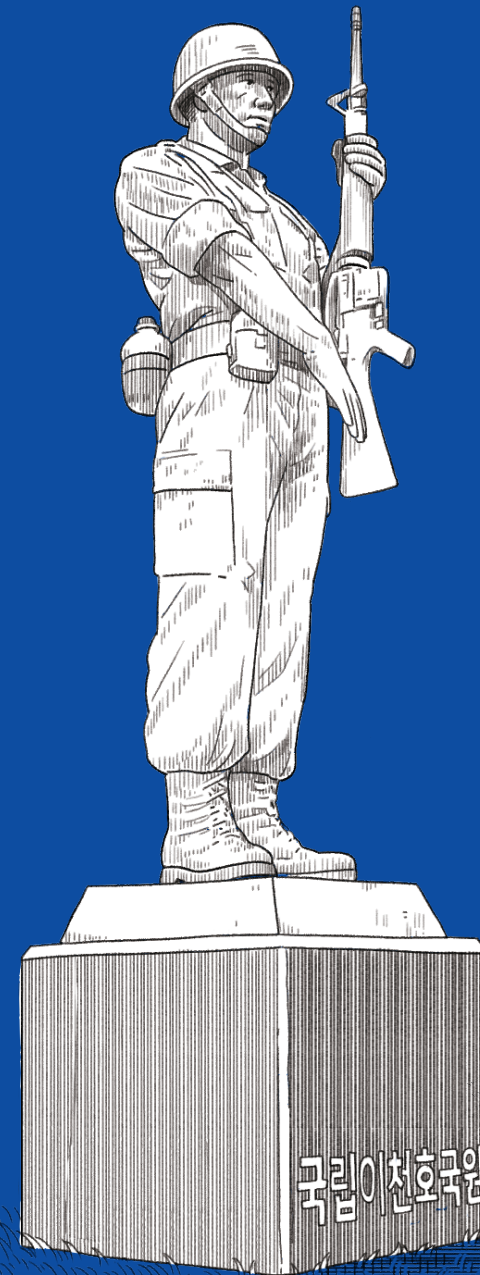
2025

06



변화의 중심
기회의 경기

조국의 뿌리 위에서
피어나는 평화의 꽃



2025 JUNE



경기도 소식지는 FSC®(Forest Stewardship Council®, 산림관리협의회) 인증을 획득한 인쇄 파트너사에서 FSC® 인증 용지를 사용하여 제작하였습니다.

변화의 중심
기회의 경기

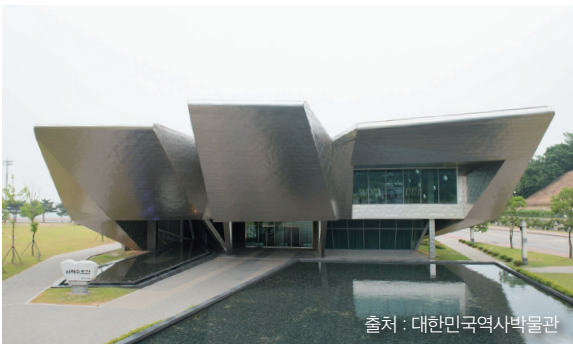


호국의 뿌리 위에서 피어나는 평화의 꽃



호국보훈의 달은
나라를 위해 몸과 마음을 바친 분들의 희생을 기리고
나라사랑을 실천하는 달입니다.
누군가의 아들·딸이자, 아버지·어머니, 친구이자 이웃이었을
수많은 이들의 용기와 헌신을 잊지 않고
계속 이어 나가는 것이
현재를 살아가는 우리의 의무일 것입니다.
당신의 위대한 헌신,
영원히 가슴에 새기겠습니다.

(좌측부터) 평택 서해수호관, 국립이천호국원



출처 : 대한민국역사박물관



평택 서해수호관



국립이천호국원



수원 현충탑



수원 현충탑

Contents

2025. 06. VOL.192

기획 경기

도민을 위한 정책 가이드

06

지금, 더, 특별한 경기

나라사랑의 의미 다시 한번 새겨볼까?
경기도로 떠나는 안보 여행

14

기획의 경기

자격시험 응시료? 걱정 마세요!
1,004종 응시료 30만 원 지원
경기청년 역량강화 기획 지원 사업

20

이로운 경기

2025년 상반기 경기 살리기
통큰 세일

22

기획소득 고마워!

예술인 기획소득 × 기획의 날개
예술인 기획소득이 만든 변화

변화 경기

특별한 소통과 참여

24

읽이 있는 시(詩)간

젊은 시인에게 보내는 편지(릴케)

26

인터뷰

10전 10승! 완벽한 금메달의 주인공,
경기도청 여자컬링팀 '5G'

30

슬기로운 경기생활

Q&A로 알아보는 국가유공자 생활보조보훈수당

32

경기, 광복 80주년

독립운동의 일선에서 활약한
조계림 애국지사

34

친환경 경기생활

지구를 지키는 생태 놀이터 경기도 갯벌 여행지

36

기획기자단

기획기자단이 본 별별 경기

일상 경기

더 나은 삶을 위한 생활, 문화

38

토마토가 궁금해!

맛도 건강도 다 잡은
멋쟁이 슈퍼푸드, '토마토'

42

천권으로

무용(無用)하기에 소중한
우리 동네 독립서점 '무용'

46

특별한 하루

자연이 뽐내는 아름다운 색
안병현·이현주 가족의 천연염색 체험

48

웰니스 라이프

현대인의 고질병으로 자리 잡은
'거북목 증후군'



문자 음성 변환 코드, 보이스아이

50

소방관 허창범

안전을 위해 미리 챙겨야 할
여름철 집중호우 대비와 안전수칙

52

의회 인사이드

56

이달의 노력

58

경기도는 지금

60

독자 이벤트

62

일잡꿈잡

GYEONGGI MONTHLY MAGAZINE

발행처 경기도

발행인 경기도지사 김동연

편집인 홍보기획관 김원명

제작부서 도민소통담당관

발행일 2025년 6월 1일



<나의경기도>는 경기도가 무료로 발간하는 도정 소식지입니다.
본지의 저작물은 '공공누리' 출처 표시·상업적 이용 금지·변경 금지 조건에 따라 이용할 수 있습니다.
단, 사진, 일러스트, 만화는 이용할 수 없습니다.



나의 경기도 오디오북



나의 경기도 웹진



경기도 누리집



경기도 유튜브

나라사랑의 의미 다시 한번 새겨볼까? 경기도로 떠나는 안보 여행

6월은 순국선열과 호국영령의 숭고한 희생정신을 기리는 '호국보훈의 달'이다.

경기도에는 호국선열들을 기리고 국가 안보와 나라사랑의 의미를 되새겨볼 수 있는 의미 있는 곳들이 많다. 뜻깊은 달을 맞아 경기도의 다양한 호국보훈 명소를 방문해 잊고 있던 평화와 자유의 가치를 다시금 새겨보면 어떨까.



한 국 현 대 사 와 분 단 의 현 실 을 마 주 하 다

캠프그리브스는 DMZ 남방한계선에서 2km 떨어진 곳으로 민간인출입통제선 내 위치하고 있다. 국내 가장 오래된 미군기지 중 한 곳으로 미군이 1953년부터 조성하여 미 육군 2사단 506연대가 2004년 8월 철수할 때까지 50여 년간 주둔했던 곳이다. 2007년 우리나라로 반환한 이후, 경기도가 2013년 역사·문화 체험시설로 개방한 이곳은 미군이 사용했던 건축물을 원형 그대로 보존·활용한 민통선 내 유일한 역사·문화·예술 체험 장소로 역사적 의미와 가치가 있다. 2016년 문화재생사업으로 리모델링한 10개 전시관을 중심으로 'DMZ 평화정거장(DMZ Peace Platform)' 문화예술 프로젝트를 통해 역사·문화·예술이 집약된 DMZ평화 관광의 거점 공간으로 발전하고 있다.

캠프그리브스 경기도 파주시 적십자로 137



자 유 와 평 화 의 소 중 함

동두천 소요산 내에 위치한 자유수호평화박물관은 한국전쟁의 참상을 통해 자유와 평화를 사랑하는 모든 분의 희생을 기리고 후손들에게 전하고자 건립한 곳이다. 한국전쟁 당시 나라를 지키기 위해 희생하신 국군과 유엔군의 고귀한 정신을 기리고 다양한 전시자료를 통해 이를 전 세계에 널리 알리고 있으며, 민족상잔의 비극이 되풀이되지 않도록 온 국민의 안보 교육장으로 활용되고 있다. 1층 전시장은 해방부터 6·25전쟁 후까지 시대적 사실을 12개의 도자기로 표현한 이미지 부조가 위치해 있으며 2층 전시장은 유엔 참전 전투지원 16개국과 의료지원 5개국의 유물과 자료가, 3층 전시실은 6·25전쟁에 관한 자료를 영상으로 소개하고 있다. 이 외에 다양한 체험 프로그램도 운영된다.

자유수호평화박물관 경기도 동두천시 평화로2910번길 96-63, 031-860-3333



희 생 의 땅 에 서 전 하 는 평 화 의 메 시 지

6·25전쟁 및 유엔군 초전(오산 죽미령 전투) 70주년이 되는 2020년 7월 5일에 정식 개장한 오산죽미령평화공원은 6·25전쟁 발발 10일 만인 1950년 7월 5일 북한군과 유엔군 지상군(美 스미스 특수임무부대)이 첫 교전을 치러 많은 희생자를 낳았던 죽미령에 조성된 역사 공원이다. 남북 화해 협력의 장이자 한미 우호 동맹의 상징적인 장소인 이곳에는 1955년 미 제24사단에 의해 세워진 구 유엔군 초전기념비를 비롯해 1982년 확장 개수된 신 유엔군 초전기념비, 2013년에 건립된 유엔군 초전기념관과 2020년 건립된 스미스 평화관이 위치해 있다. 전쟁이 일어난 곳이었다고는 믿기지 않을 만큼 평화로운 정취가 가득해 많은 시민이 찾는 명소로 자리 잡았다.

오산죽미령평화공원 경기도 오산시 외삼미동 600-1



오랜 역사 속 분단의 아픔을 체감하다

한국전쟁 이전, 서울과 원산을 오가며 사람과 물자를 실어 나르던 기차는 이젠 신탄리역에서 회차한다. 신탄리역에서 옛 철원역을 지나 휴전선 너머 평강 사이에는 철길이 없어진 상태다. 현재 신탄리역 근처에는 ‘철마는 달리고 싶다’라는 문구가 새겨져 있다. 경원선 철도의 남쪽 중단점을 알리는 뜻말이 분단의 아픔을 느끼게 한다. 이곳은 경원선의 대광리역과 백마고지역의 중간 역으로 1913년 7월 10일 영업을 시작했고, 1945년 8·15 광복과 동시에 북한에 귀속되었다가 1951년 수복되었다. 1971년에는 철도중단점 표지판을 설치하였다. 현재는 통근 열차가 운행되고 있으며 여객, 승차권 발매 등의 업무를 담당하고 있다.

신탄리역 경기도 연천군 신서면 고대산길 4, 1588-7788



지나온 시간을 되돌아볼 수 있는 곳

유난히 큰 변동을 많이 겪었던 대한민국의 20세기 문화. 일본이 통치권을 앗아간 1910년부터 40년대, 뼈아픈 6·25전쟁이 있던 1950년대, ‘잘 살아보자’는 일념 하나로 온 국민이 똘똘 뭉쳤던 1970~80년대까지. 격동의 시기를 거쳤다고 해도 과언이 아닐 한국의 근현대사가 잊히지 않고 계속 기억되길 바라는 마음에서 만들어진 곳이 바로 이곳이다. 사립박물관으로 30년 동안 모은 각종 시각유물 자료 7만여 점을 2005년, 지금의 헤이리마을로 옮겼다. 박물관은 각종 레트로 아이템이 가득하다. 입구부터 과거의 냄새를 물씬 풍기는 한국근현대사박물관은 지하 1층, 지상 3층으로 이루어져 있으며 층별로 각기 다른 시대의 한 마을을 통째로 재현한 한국 최초의 근현대사 테마 박물관이다.

한국근현대사박물관 경기도 파주시 탄현면 헤이리마을길 59-85 1층, 0507-1419-1156



해 군 그 리 고 안 보 체 험 의 명 소

김포함상공원은 지난 62년간 바다를 지켜오다 2006년 12월 퇴역한 상륙함(LST)을 활용하여 조성한 수도권 최초의 안보의식 체험장 함상공원이다. 문화관광해설사의 설명을 들으며 영상관, 선실재현공간, 한국전쟁 홍보관, 한주호 준위 추모관 등 전시관을 보다 심층적으로 관람할 수 있고 상갑판을 지나 조타실, 전탐실을 올라가면 군인들이 생활하던 공간을 통해 간접적으로나마 해군의 생활을 엿볼 수 있다. 대부분의 시설에 휠체어도 접근이 가능하도록 웬만한 곳은 계단과 턱을 없애고 경사형으로 통로를 만들었다. 운봉함의 가장 꼭대기인 함교에 올라서면 서해의 정취를 눈앞에서 느낄 수도 있다.

김포함상공원 경기도 김포시 대곶면 대명항1로 110-36, 031-987-4097





자격시험응시료? 걱정 마세요!

1,004종 응시료 30만 원 지원 경기청년 역량강화 기회 지원 사업

일을 하고 싶어도 그럴 수가 없는 요즘의 청년들은 일자리 부족, 경력 위주 채용, 과도한 자격요건에서 주로 어려움을 느끼는 것으로 나타났다. 또한, 미취업 청년들이 생활에서 겪는 어려움은 불확실한 진로에 대한 고민, 우울감·무기력감과 같은 심리적 불안정, 경제적 부담 순으로 나타났다.*

이처럼 어려운 경제적 여건으로 취업에 얹매이는 청년들에게는 시험 응시료가 또 다른 어려움이 될 수 있다. 이에 경기도는 19~39세 미취업 청년에게 어학·자격시험 응시료를 최대 30만 원 지원하는 ‘경기청년 역량강화 기회 지원 사업’을 시작했다. 일시적인 비용 부담을 해결하는 것을 넘어 취업까지 연계될 수 있는 응시료 지원 사업의 내용을 살펴보자.

* 한국경제인협회에서 미취업 청년 500명을 대상으로 실시한 설문조사 결과



미취업 청년을 대상으로 시험 응시료 최대 30만 원 지원

‘경기청년 역량강화 기회 지원 사업’은 경기도의 청년 기회 시리즈 정책 중 하나로, 자체적으로 사업을 추진하는 성남시를 제외한 나머지 30개 시·군이 참여하고 있다. 개인당 30만 원 범위 내에서 시험 응시료를 실비로 지원하며, 지난해 지원 여부, 응시 횟수, 신청 횟수 등의 제한 없이 신청할 수 있다. 신청일 기준 경기도에 거주하여야 하며, 신청일 당시 주민등록이 되어있는 시군에 신청하면 된다. 이때 청년에 대한 연령 기준은 시·군별로 다르므로 신청하기 전에 확인이 필요하다.

시험 응시일 기준 미취업 상태인 청년을 대상으로 지원하므로 시험 응시일이 지난 이후에 취업한 경우라도 신청이 가능하다. 또한 취업자 중 1년 미만 단기간근로자도 미취업자로 간주해 지원 대상에 포함한다.



경기도 미취업 청년

※ 시군별로 연령 기준이 다르므로 확인 필요



어학·자격 1,004종



1인당 최대 30만 원 지원

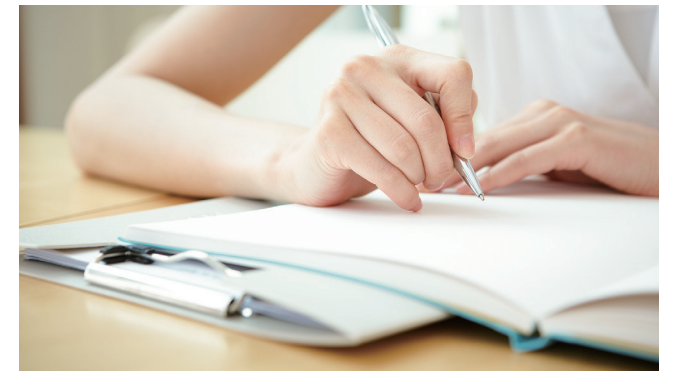
(신청 횟수 제한 없음)

어학·자격 시험 1,004종 응시료를 지원

경기도는 더 많은 청년이 지원을 받을 수 있도록 국가전문자격 전 종목을 지원하는 것으로 확대해 작년 대비 95종을 추가했다. 이로써 어학시험 19종, 한국사능력시험(국사편찬위원회 주관), 국가기술자격 540종, 국가전문자격 347종, 국가공인민간자격 97종을 포함한 총 1,004종의 응시료를 지원한다. 지난해 가장 많이 신청한 자격증으로는 토익, 컴퓨터활용능력, OPic, 한국사능력시험 등이 있다. 자격증 종류에 대한 자세한 사항은 ‘잡아바 어플라이(apply.jobaba.net)’에서 확인할 수 있다.

11월 30일까지 일자리재단 통합접수시스템에서 신청 접수

응시료는 올해 5월 2일부터 지원하기 시작해 11월 30일까지 신청을 받아 서류 및 검증 과정을 거친 후 본인명의 계좌로 입금된다. 이때 국민취업지원제도 등 중앙정부, 타기관(지자체, 학교, 학원 등) 유사 사업 참여 시 지원 대상에서 제외되니 유의해야 한다. 다만 고용노동부 ‘청년 국가기술자격시험 응시료 지원’의 경우에는 본인부담액에 한해 지원받을 수 있다. 신청은 일자리재단 통합 접수 시스템 ‘잡아바 어플라이(apply.jobaba.net)’를 통해 온라인으로만 가능하며 신청이 접수된 후에는 시·군별 담당자가 서류를 순차적으로 검증해 지급한다. 사업에 대한 일반 문의사항, 신청 접수 확인, 취소, 선정 확인 등은 시군 담당부서를 통해 안내받을 수 있다. 시·군별로 예산 소진 시까지 선착순으로 지원하니 관심 있는 청년이라면 놓치지 말고 신청하자!



시험 응시일 기준 미취업 상태인 청년을 대상으로 지원하므로 시험 응시일이 지난 이후에 취업한 경우라도 신청이 가능하다. 또한 취업자 중 1년 미만 단기간근로자도 미취업자로 간주해 지원대상에 포함한다.

어학·자격증 종류(총 1,004종)



어학시험 19종



한국사능력시험(국사편찬위원회 주관)



국가기술자격 540종



국가전문자격 347종



국가공인민간자격 97종

신청하기



잡아바 어플라이
(apply.jobaba.net) 접속



지원항목
선택



생년월일, 지역
선택



사업정보 및
신청하기



FAQ.

자주 묻는 질문



Q3.
동일한 어학·자격 시험을 여러 번 응시한 경우에도 지원받을 수 있나요?

네, 그렇습니다. 지난 연도 지원 여부, 응시 횟수에 제한 없이 신청이 가능합니다.



Q1.
미취업 청년의 범위가 궁금해요!

시험응시일 기준 건강보험 자격득실 확인서상 직장가입자로 되어있지 않은 청년(직장피부양자는 미취업청년에 해당)입니다. 신청일 당시 취업 여부에 관계없이 신청 가능하므로, 시험응시일이 지난 이후에 취업한 경우에도 신청할 수 있습니다. 또한, 1년 미만의 단기간근로자 역시 미취업자로 간주하여 지원 가능(필요시 근로계약서 등 첨부)합니다.

Q2.
군복무 중이거나 대학생도 신청할 수 있나요?

네, 그렇습니다. 미취업 청년인 경우 자격요건에 부합한다면 누구나 신청할 수 있습니다.



Q4.
필기시험만 지원 받을 수 있나요?

필기시험, 실기시험, 온라인시험, 오프라인 시험 모두 가능합니다.



Q5.
자격증 시험 결과 불합격한 경우에도 지원받을 수 있나요?

네, 그렇습니다. 합격 여부에 상관없이 시험에 응시한 경우에는 신청이 가능합니다.



한눈에 보는 경기청년 역량강화 기회지원

지원 대상

경기도 미취업 청년으로 신청일 기준 도내 주민등록지에 신청

※ 시군별 연령 기준 상이

- 19~34세 : 김포시
- 19~39세 : 수원시, 화성시, 부천시, 남양주시, 안산시, 평택시, 안양시, 시흥시, 파주시, 의정부시, 광주시, 하남시, 군포시, 양주시, 오산시, 이천시, 안성시, 구리시, 의왕시, 동두천시, 과천시, 가평군, 연천군
- 18~39세 : 용인시, 고양시, 양평군, 여주시, 광명시
- 19~49세 : 포천시

지원 내용

어학·자격시험 응시료 1인당 최대 30만 원 지원(횟수 제한 없음)

※ 시군별 사업비 소진 시까지 선착순 지급



총 1,004종

- 어학시험 19종
- 한국사능력시험(국사편찬위원회 주관)
- 국가기술자격 540종
- 국가전문자격 347종
- 국가공인민간자격 97종

신청 기간

2025. 5. 2.(금) 9:00~11. 30.(일) 18:00

신청 지역

30개 시군

※ 성남시는 자체사업(올패스) 별도 추진

선정 기준

시군별 사업비 소진 시 선착순(접수순서) 마감

※ 순차 지급

신청 방법

일자리재단 통합접수시스템 '잡아바 어플라이' 누리집에서 온라인 접수

문의처

각 시군 담당 부서 문의



잡아바 어플라이 바로가기



2025년
상반기

경기 살리기 통큰 세일 “100억” 쓴다

행사기간 6. 21.(토)~6. 29.(일)

행사장소 경기도 전통시장, 골목상권 등 400개소 내외

‘영수증 인증’하고 ‘최대 20% 페이백’ 받아 가자!

민생 전력질주 프로젝트

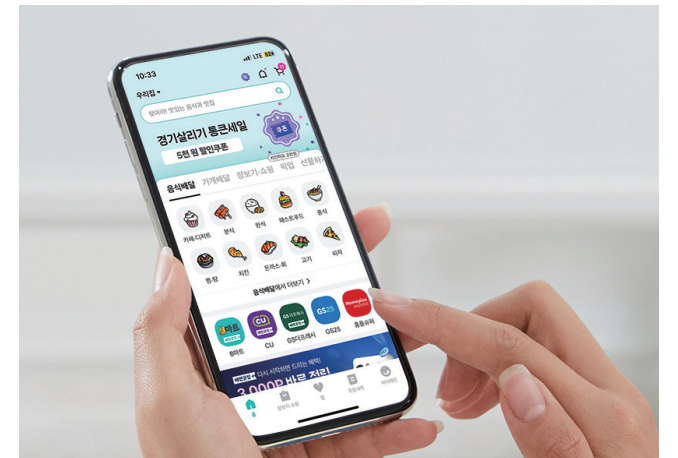
작년보다 개선·확대된 ‘통큰’ 지원

작년에는 총 40억 원이었던 예산이 올해는 총 100억 원으로 확대됐다. 2024년 상반기 통틀어 골목상권과 전통시장 등 340여 곳에서 진행한 반면, 올해는 상반기에만 400여 곳에서 진행할 계획이다. 행사는 6월 21일 토요일부터 6월 29일 일요일까지 9일간 진행하여, 작년 상권별 행사 기간이 각각 달라 소비자가 찾아가기 어려웠던 부분을 개선했다.

눈에 띄는 내용은페이백(환급) 부분과 공공배달앱 할인쿠폰 지원 부분이다. 상권별 페이백 중심의 소비촉진행사가 개최되며, 페이백은 최대 20%(최대 3만 원, 1일·1인)이다. 경기지역화폐, 온누리상품권 또는 사은품으로 지급된다. 예를 들어, 구매액이 3~5만 원 미만일 경우 환급액은 5천 원이지만, 20만 원 이상 구매할 경우 3만 원까지 돌려받을 수 있다. 다만, 일부 상권에서는 환급 대신 사은품을 지급할 수도 있고, 환급액 소진 시에는 조기에 종료될 수 있다. 또한 공공배달앱으로 지정된 배달특급, 땡겨요, 먹깨비를 통해 주문 시 5천 원의 할인쿠폰도 지급한다.

다양한 곳에서 누리는 혜택

전통시장과 상점가는 군포역전시장, 청평여울시장, 오이도전통수산물시장, 평택국제중앙시장, 장안문거북시장, 안양 박달시장, 이천도자예술마을 에스파크 상점가, 안산 예술광장로 상점가 등이 참여하며 총 151개소에서 만나 볼 수 있다. 골목형 상점가는 안성 명동거리, 부천 상동 상상의거리, 부천까치울역카페거리, 송내영화의거리, 의왕예술의거리 등이 참여하며 총 64개소에서 만나 볼 수 있다. 골목상권 공동체는 양주 기산문화관광특화거리, 안양시 비산골음식문화특화거리 등 총 127개소에서 만나 볼 수 있다. 통큰세일에 참여하는 400여 개소에 대한 자세한 정보는 6월 9일 월요일 이후 경기도청 누리집(www.gg.go.kr)와 경기도시장상권진흥원 누리집(www.gmr.or.kr)를 통해 확인할 수 있다. 고물가시대, 가벼워진 지갑에 장 보기가 무섭다면? 올해 더 많은 혜택으로 돌아온 ‘2025 경기 통큰세일’로 장바구니를 풍성하게 채워보자.



공공배달앱을 통해 주문 시 5천 원의 할인쿠폰 지급

환급액 지원

	3~5만 원 미만	5~10만 원 미만	10~20만 원 미만	20만 원 이상
구매액				
환급액	5,000원	10,000원	20,000원	30,000원

Tip.	경기살리기통큰세일
기간	2025. 6. 21.(토)~6. 29.(일), 9일간
장소	전통시장·(골목형)상점가, 골목상권 공동체 등 400여 개소
주요내용	상권별 페이백(환급) 중심 소비촉진행사 개최 · (페이백) 최대 20%(최대 3만 원/1일·1인)
구매액	3~5만 원 미만
환급액	5,000원
5~10만 원 미만	10,000원
10~20만 원 미만	20,000원
20만 원 이상	30,000원
· (공공배달앱) 배달특급, 먹깨비, 땡겨요 등 3개 사 배달앱 이용 주문 시 5천 원 할인쿠폰 지급	
참여상권	전통시장, 상점가 등 400여 개소는 경기도 누리집(www.gg.go.kr)과 경기도시장상권진흥원 누리집(gmr.or.kr)에서 확인
 	
경기도청 누리집 경기도시장상권진흥원 누리집	

경기도 기회소득 예술인 × 기회에 날개를

예술인 기회소득이 만든 변화

3년 전 가족과 함께 경기도 안산에 터를 잡은 줄라이 현 작가는 예술인 기회소득을 통해 창작과 생활의 균형을 이루고, 지역사회와 더 가까워지는 예술 활동을 펼치고 있다.



경기도 안산에서 활동 중인 시각예술가 줄라이 현 작가는 패브릭을 주요 매체로 삼아 자신만의 독창적인 작업 세계를 펼치고 있다. 그의 작품은 주로 천, 실, 그리고 다양한 직물 소재를 활용해 공간과 감각, 기억의 층위를 탐구한다.

본격적으로 작품활동을 시작하기 전, 그는 영문학과 비교문학을 전공한 뒤, 신문과 잡지 제작을 하며 글로 세상과 소통해 왔다. 그러던 중 독립출판을 계기로, 자연스럽게 시각예술로 영역을 확장했다. 3년 전 안산으로 주거지를 옮긴 후, 작가는 안산문화재단의 전시 후원, 지역 미술관과의 협업 등 다양한 기회를 얻으며 지역 예술가로서의 삶을 본격적으로 시작했다.

예술인 기회소득, 창작의 공간을 넓히다

예술가의 삶은 언제나 녹록지 않다. 창작활동과 생계를 병행해야 하는 현실에서, 줄라이 현 작가 역시 늘 지원사업을 찾아야 했다.

“옥탑방에서 작업할 때 강풍이 불어 작품이 망가진 적도 있고, 공간이 좁아 큰 작품을 만들기 어려웠어요. 이런 상황에서 예술인 기회소득은 큰 도움이 됐죠. 지원금 덕분에 더 넓은 작업 공간을 구할 수 있었거든요. 작업의 질이 확실히 달라졌습니다.”

경기도는 예술인 기회소득 수혜자를 위한 다양한 프로젝트도 함께 지원한다. 특히 줄라이 현 작가는 그와 같은 예술인 기회소득 수혜자들이 한현민 패션디자이너와의 콜라보를 통해 의상과 가방을 실제 제작하는 ‘기회에 날개를’ 캠페인에 참여하였다. 작품이 실제 의상으로 탄생한 것도 신기했지만 무엇보다 다양한 사람들이 작품을 보고 의견을 나누고 아이디어를 제시하는 과정이 흥미로웠다.

새로운 성장의 기회가 된 예술인 기회소득

“제 작품을 보고 사람들이 우산이나 팬츠를 만드는 아이디어를 제시하기도 하고 자신의 추억을 떠올리기도 하는데, 하나하나 공감이 가더라고요. 앞으로의 작품 활동에 대한 방향을 고민 중이었는데, ‘대중에게 조금 더 친근하게 다가갈 방법을 생각해 보자’는 방향성을 정한 계기가 되었죠.”

줄라이 현 작가의 이야기는 예술인 기회소득이 미치는 긍정적 변화를 보여준다. 앞으로 더 많은 예술인이 이 제도를 통해 자신만의 색을 펼치고, 지역과 함께 성장하는 기회를 얻길 기대한다.



예술 관람 인증 이벤트

경기도 내의 전시, 공연, 버스킹 등의 예술 관람 후 인증 사진을 보내주시면 추천 후 예술인들의 작품으로 만들어진 제작 의상 또는 가방을 드립니다

이벤트 기간 2025년 6월 4일(수)~6월 30일(월)



경기도청 인스타그램

경기도 기회소득 예술인

With. 경기

경기도 예술인 기회소득이란?

사회적 가치 창출 활동에 대한 정당한 보상으로 예술인이 창작활동에 전념할 수 있는 기회와 도민이 일상에서 문화를 누리는 기회를 확대하는 예술인 기회소득은 도에 거주하는 예술활동증명유효자 중 개인소득이 중위소득 120% 수준 이하인 예술인에게 연 150만 원을 2회에 걸쳐 지급하는 정책이다.

젊은 시인에게 보내는 편지

Briefe an einen jungen Dichter

릴케 / 독일

나무는 봄의 폭풍우 속에서도 태연하게 서서
뒤이어 여름이 오지 않을지 모른다는
걱정은 하지 않는다.

나무에게 여름은 꼭 다가온다.
그러나 여름은
마치 지금 영원함이 있다고 하듯이
아무런 욕심도 없는 마음으로
조용하고도 천천히 대응하는
인내심 강한 사람들에게만 다가온다.



경기도청 컬링팀 '5G'

① 경기도청 컬링팀의 '5G'라는 애칭은 다섯 선수 중에 네 명의 선수 이름에 '지'가 붙고, 설예은 선수의 예전 별명이 '돼지'라는 데 착안해서 지어졌다. '5G' 선수 모두 컬링 명문고로 불리는 의정부 송원고 출신으로, 2022년 '5G'로 뭉친 후 대한민국 컬링을 세계에 알리고 있다.

현재 컬링팀 선수는 스킵 김은지, 서드 김민지, 세컨드 김수지, 리드 설예은, 펄스 설예지로 '5G'라는 애칭으로 불린다.

10전 10승! 완벽한 금메달의 주인공, 경기도청 여자컬링팀 '5G'

2018년 평창 동계올림픽 이후, 대중적인 인기를 끌고 있는 컬링. 최근 경기도청 여자 컬링팀은 탄탄한 실력으로 대한민국 컬링을 세계에 알리며 당당히 컬링 스타로 자리 잡고 있다.

2025년 하얼빈 동계 아시안게임에서 10전 전승으로 중국을 꺾으며 금메달을 거머쥐었을 뿐만 아니라 다수의 국내 대회에 출전해 역대급 성적을 냈다.

계속 새로운 도전을 이어가는 경기도청 여자 컬링팀을 만나기 위해 한창 훈련에 힘을 쏟고 있는 의정부컬링경기장을 찾았다.

'5G'라는 애칭이 붙은 완벽한 팀

컬링은 4명의 선수가 한 팀을 이뤄 8개의 스톤을 얼음 위에 그려진 표적(하우스)에 가깝게 위치시키는 팀 스포츠이다. 스톤을 정확히 던지는 기술력과 스톤의 속도와 방향을 조절하는 스윙핑 기술, 공격과 수비를 조절하는 전략적 판단이 중요하다. 특히 팀원 간의 호흡이 잘 맞아야 하는 스포츠이다.

경기도청 여자 컬링팀이 계속 좋은 성적을 낼 수 있는 비결에도 남다른 팀워크가 큰 몫을 차지한다. 경기도청 여자 컬링팀은 2012년 6월 창단했지만, 지금의 완전체가 된 것은 2022년 김민지 선수가 합류하면서부터이다. 현재 컬링팀 선수는 스킵 김은지, 서드 김민지, 세컨드 김수지, 리드 설예은, 펄스 설예지로, '5G'라는 애칭으로 불린다. '5G' 선수 가운데 맏언니인 김은지 선수와 막내인 김민지 선수는 아홉 살 차이로, 쌍둥이인 설예지·설예은 선수와 김수지 선수도

세 살 차이가 난다. 나이 순서대로 하면 차례대로 세 살씩 터울이 진다. 하지만 나이 차와 상관없이 소통이 잘 되는 비결은 주장인 김은지 선수에게 있다고 다들 입을 모아 말한다.

“항상 저희를 챙기는 엄마 같은 존재예요. 전지훈련을 나가면 빨래도, 요리도 도맡아서 저희가 ‘맘’이라고 부를 정도예요. 또 늘 마음을 열고 후배를 대하니 팀워크가 좋을 수밖에 없죠.”

김은지 선수가 컬링 베테랑이자 선배로서 팀을 이끈다면, 김민지 선수는 막내지만 ‘아기호랑이’란 별명이 붙을 만큼 자기주장과 소신이 뚜렷한 실력파다. 거기에 배려의 아이콘이자 팀 일에 계획을 짜고 문제를 해결하는 데 앞장서는 사람은 김수지 선수. 쌍둥이 중 동생인 설예은 선수가 밝고 긍정적인 에너지를 팀에 부여하는 역할을 한다면, 언니인 설예지 선수는 분위기 메이커로 누구와도 자연스럽고 어울리며 팀을 편안한 분위기로 이끈다.



세계 무대에서 보여준 탄탄한 실력

2025년 하얼빈 동계아시안게임에서 금메달을 따며 최근 더욱 주목을 받고 있지만 ‘5G’ 팀의 지난 몇 년 간 활약은 대단했다. 2023~2024 시즌에는 한국 컬링 사상 최초로 그랜드슬램 오브 컬링 내셔널에서 우승을 차지했다. 그랜드슬램 오브 컬링은 월드 컬링 투어 대회 중 가장 큰 상금이 걸린 대회로 마스터스, 내셔널, 오픈, 플레이어스 챔피언십 등 4개 대회를 메이저 대회로 부른다. 또 2024년 전국동계체육대회 결승에서는 라이벌인 강릉시청 ‘팀킴’을 꺾고 금메달을 따며 대회 2연패를 달성했고, 범대륙컬링 선수권대회(PCCC)에서는 2023년과 2024년 각각 우승과 준우승을 차지했다.

경기도에서는 체육인 기회소득, 체육인 기회소득 스포츠교실 등 체육인을 위한 정책을 다양하게 운영 중이다.

‘5G’ 팀 역시 도내 컬링 꿈나무를 찾아가 일일지도 및 멘토링 등 재능 나눔을 꾸준히 해오고 있다.

국내뿐 아니라 세계 무대에서도 당당하게 대한민국 컬링의 실력과 수준을 보여준 데에 대한 격려로 지난해 연말 열린 2024 경기도 체육상에서 대상을 받기도 했다. ‘5G’ 팀은 수상자 중에 한 팀으로 경기도체육상을 받는다는 소식만 들었고, 현장에 가서 상을 받을 때 비로소 그 상이 대상이라는 것을 알았다. 김은지 선수는 “경기도에 우수한 체육인이 많은데, 그 자리에서 대상을 받는다는 것 자체가 감격적이고 감사했다”라며 당시의 기억을 떠올렸다. 경기도에서는 체육인 기회소득, 체육인 기회소득 스포츠교실 등 체육인을 위한 정책을 다양하게 운영 중이다. ‘5G’ 팀 역시 도내 컬링 꿈나무를 찾아가 일일지도 및 멘토링 등 재능 나눔을 꾸준히 해오고 있다. 김민지 선수는 경기도에는 체육인들이 더 나은 환경에서 운동할 수 있도록 지원해 주는 정책이 많아 경기도 체육인으로서 뿌듯함을 느낀다고 전했다.

맹렬하지만 즐겁게, 다음을 위한 준비

지난 3월 의정부컬링경기장에서 2025 세계컬링선수권대회가 열렸다. 여자 컬링 대회로는 최고 권위의 대회라 ‘5G’ 팀도 기대가

켰지만 아쉽게도 4위에 머물렀다. 하지만 이 대회로 내년에 열린 밀라노·코르티나담페초 동계올림픽 출전권을 따냈다. 6월 19일부터 27일까지 의정부컬링경기장에서 국가대표 자리를 놓고 치열한 승부가 펼쳐질 예정이다.

치열한 경쟁이 예상되는 만큼, ‘5G’ 팀도 맹렬한 훈련에 돌입했다. 신동호 감독은 특히 선수들의 팀워크와 의사소통을 다지는 데 힘 쓰고 있다.

“컬링은 서로 경기 중 의사소통이 중요한 스포츠이기 때문에 상황에 따라 어떻게 표현해야 하는지 연습하고 있습니다. 중요한 대회를 앞두고 모두 열심히 하고 있는 만큼 좋은 결과도 기대하고 있습니다. 마지막까지 우리 선수들이 즐기면서 할 수 있었으면 합니다.” 2026 동계올림픽을 앞두고 ‘5G’ 팀은 지금까지 그래왔던 것처럼 서로를 믿고 ‘한 마음’으로 임할 계획이다. 선수들은 앞으로의 각오 역시 한목소리로 말한다.

“경기도청과 경기도체육회에서 저희의 가능성을 믿고 물심양면으로 지원해 주고 있는 것이 가장 큰 힘이예요. 격려하고 응원해 주시는 만큼 경기도 컬링이 대한민국을 빛내는 컬링이 될 수 있도록 노력하겠습니다.”



Mini Interview.

‘5G’ 팀이 전하는 각오 한마디



설예지(웍스)

경기도 하면 컬링, 컬링 하면 경기도가 떠오르도록 열심히 하겠습니다. 경기도민 여러분들의 많은 응원 부탁드립니다.



김은지(스킵)

경기도민 여러분, 앞으로 경기도청 컬링팀을 많이 지켜봐주시고 사랑해주시기 바랍니다. 응원해 주시는 만큼, 저희는 멋진 성적으로 보답하겠습니다.



설예은(리드)

자랑스러운 경기도의 체육인으로서 경기도민 여러분이 기뻐하실 수 있는 좋은 성적을 내도록 하겠습니다.



김민지(서드)

동계올림픽 등 앞으로도 컬링 종목이 빛을 발할 대회가 많이 있습니다. 컬링 열풍이 불 수 있도록 경기도청 컬링 팀이 더 열심히 하겠습니다.



김수지(세컨드)

컬링이 많이 대중화되었다고 하지만 아직도 모르는 분들이 많습니다. 이번 동계올림픽을 통해 컬링의 재미를 더 많이 보여드릴 테니 기대 바랍니다.



나라 지킨 호국영웅 경기도가 지원합니다 국가유공자 생활보조보훈수당 지원

경기도는 나라를 위해 헌신한 국가유공자를 위해 각종 명예수당뿐만 아니라 의료비·장례 지원 등 다양한 복지·기념사업을 추진하고 있습니다. 그중 차상위계층 국가유공자를 위한 ‘생활보조보훈수당’은 대상자에게 월 10만 원을 지급하는 제도입니다. 에디터들과 함께 자세한 내용을 살펴볼까요?



Q.
국가유공자면
되는 건가요?
기준이 궁금해요.

A.
기준중위소득 50% 이하인 차상위 계층의 국가유공자이면 지원을 받으실 수 있습니다. 참전유공자, 독립유공자, 상이군경 등 도내 국가유공자 중 차상위계층 이하에 지급됩니다.

※ 국가유공자법 제4조, 특수임무유공자법 제3조, 보훈보상자법 제2조에 따른 대상자

Q.
어떤 지원을 받게
되는 거죠?
신청하면 바로 받을 수
있나요?

A.
15일 이전 신청자는 신청일이 속하는 달부터 매월 15일에 10만 원이 지급됩니다. 16일 이후 신청자는 신청일 다음 달부터 지급되며 신청월을 기준으로 소급 지급됩니다. 단, 요양시설(시설입소자)에 입소하여 생계비를 부담하지 않는 사람은 지급이 제외됩니다.

Q.
지급 대상은
어떻게
확인하나요?

A.
읍면동 주민센터 등에서 보유한 자료를 토대로 기준 이하 소득 여부를 우선 확인한 후, 소득인정액 조사 등의 절차에 따라 확인 후 대상자를 확정합니다. 기존에 보유한 자료를 검색하여 기준 소득 이하에 포함될 것으로 판단되는 국가유공자 분들은 안내문을 보내드립니다.

Q.
신청은 어떻게 해야
하나요? 꼭 방문해서
신청해야 하나요?

A.
그렇습니다. 국가보훈대상자분들을 위한 지원 신청은 방문을 통해 진행됩니다. 신청을 희망하시는 분들은 각자 거주하고 계신 지역의 읍면동 주민센터나 시·군·구청에 방문하여 신청하시면 됩니다.

국가유공자 생활보조보훈수당 지원 한눈에 보기

지원 대상	국가보훈대상자 중 소득인정액 기준중위소득 100분의 50 이하인 자
신청 기간	상시 신청
신청 방법	읍면동 주민센터나 시·군·구청에 방문 신청
지원 형태	현금, 본인 계좌로 지급
지급 기준일	매달 15일
지급액	인당 10만 원(대상자 명의 계좌 지급)



독립운동의 일선에서 활약한 조계림 애국지사

독립운동가이자 정치사상가이며 정치·경제·교육의 균등을 골자로 한 삼균주의를 제창하여 임시정부 정강정책의 바탕으로 삼은 인물 조소앙 선생.

선생의 집안은 11명의 독립유공자를 배출한 명문이다.

이 중 한 사람인 조계림 애국지사는 조소앙 선생의 딸로서 부친의 활동을 보좌하는 동시에 독립운동에 헌신했다.

임시정부의 외무부 직원으로서 일하다

광복을 1년 앞둔 1944년 7월 5일, 중국 중경(重慶)에 있는 대한민국 임시정부 외무교(부장 조소앙) 앞으로 중경주재(重慶駐在) 체코슬로바키아 대사가 다음과 같은 한 통의 편지를 보내온다.

“부장 각하! 저는 1944년 6월 26일 자의 각하의 서한을 감사히 받았음을 알려드리는 영광을 먼저 전합니다. 동시에 각하의 요구를 받아들여 각하가 보내온 성명서와 각서 모두를 외무부를 통하여 저희 정부에 전달한 것을 기쁘게 생각합니다. 이 기회에 체코슬로바키아 정부는 체코슬로바키아 국민과 더불어 가장 성실한 동정을, 한국의 해방과 독립을 위해 보내는 것을 확신하는 바입니다. 우리들의 적을 격멸할 날이 가까워져 오는 것은, 동시에 고귀한 국민의 해방을 가져오는 것임을 의심할 나위가 없습니다. 그날이 곧 오기를 저는 바랍니다. 부디 부장 각하께서는 저의 최상의 존경의 표시를 받아 주시기 바랍니다.”

이 일화만 보더라도 대한민국 임시정부가 걸어온 길이 얼마나 큰 수난의 가시밭길이었는지 푸른 눈의 체코슬로바키아 대사의 편지에서도 절절히 느껴진다. 이러한 어려운 시기에 임시정부의 외무부 직원으로 대내외 일을 맡아서 헌신한 여성이 있다. 바로 조계림 애국지사이다.

독립의 운동의 일선에서 활약하다

조계림 애국지사는 경기도 개성에서 태어났다. 부친의 독립운동을 보좌하며 1939년 창설된 한국광복진선 청년공작대에서 통신·정보수집·모금활동을 하였고, 1940년 5월 중국중경의 대한민국 임시정부 외무부 총무과원으로 근무하였다. 또한, 1943년 4월 2일 개최된 임시정부 국무회의에서 외무부 과원으로 선임되어 임시정부에서 활동하였다. 1940년 5월에는 중경에서 한국국민당, 재건한국독립당, 조선혁명당 등 3당이 통합하여 결성된 한국독립당에 입당하여 여성 당원으로 독립운동의 맨 앞에서 활약하였는데, 1945년 광복 때까지 임시정부에 몸을 담고 독립운동을 전개하였다.

8.15 광복 후 귀국한 조계림 애국지사는 서울에서 조용히 지내다 1965년 7월 14일 사망했다. 정부에서는 고인의 공훈을 기리어 1996년에 건국훈장 애족장을 추서하였다.



조계림 대한민국 임시정부 외무부 과원 선임에 관한 공보 기록
(『대한민국 임시정부 공보 제80호』 1944. 4. 15.)

With. 경기

광복 80년을 맞아, 경기도와 광복회 경기도지부가 <올해의 경기도 독립운동가> 80인의 이야기를 담은 웹툰 80편을 순차적으로 공개합니다. 더 자세한 내용은 광복회 경기도지부 인스타그램과 경기뉴스광장에서 만나보실 수 있습니다.

광복회 경기도지부
<80인의 독립운동가>
웹툰



경기뉴스광장



광복회 경기도지부
인스타그램

조계림 애국지사

어려운 시기에 임시정부의 외무부 직원으로
대내외 일을 맡아서 헌신한 여성이 있다.
바로 조계림 애국지사이다.



지구를 지키는 생태 놀이터 경기도 갯벌 여행지

산림을 대신할 탄소흡수원으로 각광받는 갯벌.
갯벌에 사는 수많은 생명체가 만들어내는 산소는
지구 전체 산소량의 70%에 달할 정도라고 한다.
경기도 근교에는 다양한 갯벌이 산재한 갯벌 여행지가
있어 언제든지 방문해 다양한 체험을 즐길 수 있다.
바다도 즐기고, 바다생물도 만날 수 있는
갯벌 여행지로 이번 주말 나들이를 떠나보는 건 어떨까.

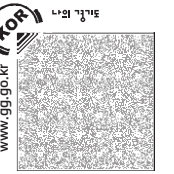
다양한 체험거리 가득한 ‘오이도 어촌체험마을’

오이도는 수산물어시장, 횃집, 조개구이집 등 신선한 해산물
맛집이 가득한 경기도의 대표 바다 휴양지이다. 원래는 섬이었지만
1922년 염전을 만들기 위해 제방을 쌓아 육지와 연결되었으며,
1980년 시화지구 개발사업으로 오늘날과 같은 모습이 되었다.
어촌체험휴양마을에서는 오이도 바다와 갯벌을 직접 체험할 수
있도록 조개잡이와 같은 체험 프로그램을 진행하고 있다. 오이도

갯벌 체험장은 빨강등대 바로 옆, 오이도항 선착장(오이도로 156)
에 위치해 있다. 체험을 원할 경우 현장에서 매표 후 바로 이용
가능한데, 물때에 따라 체험 가능 시간이 달라지기 때문에 체험을
할 생각이라면 사전에 미리 오이도어촌체험마을 누리집에서
물때를 확인하고 오는 것이 좋다. 체험장 입장 시에는 장화 착용이
필수이니 개인 장화를 챙겨오거나, 매표소에서 대여해야 한다.

오이도 어촌체험마을

경기도 시흥시 오이도로135번길 39
031-319-0205



아름다운 풍경과 제철 먹거리 풍성한 ‘탄도항 누에섬’

주말이나 휴일에 당일치기 여행으로 좋은 서해 대부분은 해안선을
따라 이어지는 멋진 해변과 바다 전망으로 유명한 곳이다. 그중
특정 시간에만 나타나는 탄도바닷길을 따라 갯벌과 탄도발전기의
이색적인 풍경을 바라보며 걸어볼 수 있는 이색적인 산책길이
백미다. 예능 프로그램 ‘나 혼자 산다’ 전현무 방송 편에 일몰 장면
으로 등장한 곳이기도 하다. 또한, 탄도어촌계 마을은 탄도항 주변
으로 어업에 종사하는 마을로 천혜의 관광자원과 더불어 일출과
일몰을 모두 볼 수 있는 곳으로 수도권에서 각광받고 있는 여행지
이다. 갯벌체험 외에도 조개잡기 체험이나 망둥어 낚시를 할 수 있고
겨울에는 굴 따기 체험을, 3~4월에는 파래 채취를 할 수 있다.
체험 외에도 탄도항에서 어촌계원들이 직접 잡아 올린 싱싱한
어패류를 맛볼 수 있으며, 서해안의 자연환경을 활용한 낚시나
요트, 보트를 즐길 수도 있다.

탄도항 누에섬

경기도 안산시 단원구 대부항길 17-34
0507-1322-3745

백 가지 맛이 있는 마을 ‘화성 백미리어촌체험마을’

경기도 화성에 위치한 백미리 마을은 눈부신 바다와 끝없이 펼쳐진
갯벌이 인상적인 아름다운 어촌마을이다. 깨끗하게 정비된
시설과 끝없이 펼쳐진 잘 관리된 갯벌이 많은 체험객을 불러 모으는
비결이다. 백미리 마을은 ‘백 가지 맛이 있는 마을’이라는 별칭에
걸맞게 봄철 주꾸미, 여름철 밀국낙지, 가을 대하, 전어가 유명
하고 백미리갯벌에서 방금 건져 온 바지락으로 끓인 칼국수와
망둥이조림은 별미 중의 별미다. 다양한 해산물과 그 맛 또한 다양
해서 ‘백미리’라고 불리는 것처럼 갯벌에서는 다양한 어종을 만날
수 있다. 특히, 이곳의 갯벌에는 바지락이 많은 만큼 아이들이
체험하기에 더없이 좋다. 망둥어 낚시 체험, 카약 체험 등 다채로운
체험으로 지루할 틈이 없다.

화성 백미리어촌체험마을

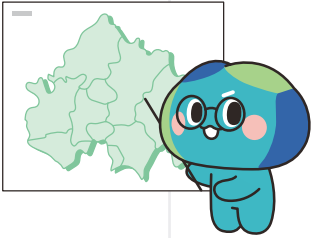
경기도 화성시 서신면 백미길 210-35
031-357-3379





기회기자단이 본 별별 경기

경기도 기회기자단이 전하는 경기도 소식 이모저모



#01



드라마 <정년이>의 실제 무대세트를 옮겨놓은 ‘국립극장 무대예술지원센터’

파주 헤이리에 위치한 이곳은 국립공연예술단체 무대용품 전문적으로 보관하며, 재제작 공간 및 공유 플랫폼 운영을 통해 무대예술 제작을 지원하는 곳이다. 더불어 일반 관람객들을 위한 전시 및 체험, 공연 이벤트, 센터 투어 등 다양한 복합문화 서비스도 제공한다. 전시는 극장에서 공연을 관람하는 과정을 모티브로 구성되어 관람객들은 극장 로비를 시작으로 ‘제1막: 오늘의 무대’(1층 체험극장), ‘인터미션’(2층 복도), ‘제2막: 영원한 무대’(2층 상설전시실), ‘커튼콜’(2층 개방형 보관소)의 공간을 차례로 관람하며 체험할 수 있다. 여러 가지 실내·야외 공연을 무료로 관람할 수 있으니, 주말에는 관심 있는 공연 일정을 확인하고 방문해 보는 건 어떨까?

홍태은 기자(일반기자단)



홍태은

기회기자단
· 일반 ·

#02



1회용품 없는 경기 특화지구, 가톨릭대는 회수율이 95%?

1회용품 없는 경기 특화 지구는 경기도가 기후 대응을 위해 2024년부터 시행하고 있으며, 2026년까지 4년간 총 30억 원의 도비를 투입하여 행정 구역별로 구분이 가능한 지역에

다회용기 기반 시설을 구축하고 특화지구 내에서 1회용품을 사용하지 않도록 한 제도이다. 부천시, 안산시, 광명시, 양평군과 함께 시행하고 있다. 특히, 가톨릭대는 모든 카페에서 1회용품 대신 다회용 컵을 제공하는데 4월 기준 컵 회수율이 95%로 매우 높은 편임을 확인할 수 있었다. 음료를 다 마시고 다회용컵 반납수거함에 컵과 뚜껑을 반납하면 ‘탄소중립 실천포인트’를 받을 수도 있다. 더욱 건강하고 지속 가능한 사회로 나아가는 데 큰 힘이 될 다회용컵 사용에 보다 많은 도민이 참여해 주길 바란다.

박도현 기자(대학생기자단)



박도현

기회기자단
· 대학생 ·

#03



‘대한 독립 만세’ 외친 연천의 소녀들, 소은숙·소은명 자매

경기도는 ‘올해의 독립 운동가 80인’을 순차적으로 공개하며 그동안 널리 알려지지 않았던 독립운동가 80명을 재조명하고 있다. 지난 4월 11일에는 임시정부 수립

일을 맞아 21인의 독립운동가가 공개됐는데 그 중 눈에 띄는 두 사람이 있다. 바로 소은숙·소은명 자매다. 자매는 1920년 3월 1일에 3·1 운동 1주년을 기념하는 만세운동을 주도하였는데, 3·1운동 이후 학생들을 주시하고 있던 일제 경찰들에게 체포되어 재판을 받았다. 당시 소은명 지사의 나이는 고작 14세였다. 위험한 시기에 태어나지 않았다면 평범하게 살 수 있었을 소녀들. 지금을 있게 해준 독립투사들에게 더욱 감사한 마음을 가져야 할 이유다.

최세연 기자(청소년기자단)



최세연

기회기자단
· 청소년 ·

어린이의 특별한 친구 봉공이!

경기도의 캐릭터 ‘봉공이’와 특별하게 만날 수 있는 ‘봉공아 놀자!’ 팝업 스토어가 4월 23일부터 5월 6일까지 스타필드 하남 1층 몰리스 아트리움에서 열렸다.

팝업 스토어 안에는 작은 봉공이의 집, 볼풀장, 귀여운 굿즈 등 즐길 거리가 가득했다. 특히 ‘봉공이 스티커 투어’에서는 매장 곳곳에 숨어 있는 봉공이 스티커를 찾아 미션을 수행하면 봉공이가 그려진 컵받침을 받을 수 있었다. 굿즈의 모든 수익금은 취약계층 이웃의 자활을 위해 쓰인다고 해 착한 소비를 이유로 기분 좋게 구매했다. 기자단 발대식, 지구의날 행사, 어린이들뿐만 아니라 취약계층도 함께할 줄 아는 나의 특별한 친구 봉공이, 꼭 다시 만나러 가고 싶다.

김채원 기자(꿈나무기자단)



김채원

기회기자단
· 꿈나무 ·

#04



양시원

기회기자단
· 꿈나무 ·

#06



가족과 함께 맨발 걷기로 에너지 충전하는 수리산황톳길

군포시 수리산 산림욕장에는 맨발 걷기를 즐길 수 있는 ‘수리산 황톳길’이 있다. 약 430미터 정도 되는 이 길은 습식황토로 이루어져 있다. 또한, 맨발 걷기 후 발을 씻을 수 있는 세족장, 지압길 구역도 있어서 일석이조로 건강을 챙길 수 있다. 황톳길은 맨발로 걸으면 혈액순환이 좋아지고, 발바닥 근육도 튼튼해지며 무릎과 허리 통증까지 완화되는 효과가 있다고 한다. 최근에는 맨발 걷기가 어싱, 그라운드이라고 불리며 많은 관심을 받고 있다. 가족과 함께 맨발걷기를 하며 스트레스를 풀고, 에너지도 충전할 수 있는 수리산황톳길을 힐링명소로 추천한다.

송지윤 기자(꿈나무기자단)



송지윤

기회기자단
· 꿈나무 ·

#05



맛도 건강도 다 잡은 멋쟁이 슈퍼푸드, ‘토마토’

햇살을 머금고 탐스럽게 익은 토마토는 맛과 건강 그리고 즐거움을 담은 선물이다.
특유의 새콤달콤한 맛과 다양한 요리 활용도는 물론, 몸에 좋은 성분들로 ‘슈퍼푸드’라 불리는 토마토.
이제 본격적으로 붉은 옷을 입고 식탁을 물들이기 시작한, 토마토의 계절이 돌아왔다.



토마토는 과일일까, 채소일까?

“울퉁불퉁 멋진 몸매에 빨간 옷을 입고~ 멋쟁이 토마토!”
노래로도 익숙한 토마토는 남녀노소 모두에게 친근하고 사랑받는 식재료다. 토마토는 과채류로 분류된다. 과채류란, 열매를 식용으로 하는 채소를 통틀어 이르는 말로 대표적으로 가지, 수박, 오이, 참외, 토마토, 호박 등이 있다. 1887년 미국에서는 과일이 아닌 채소에만 세금이 붙는 관세법이 통과되면서 ‘토마토는 과일인가, 채소인가’라는 법적 공방이 벌어졌다. 토마토에 과일보다 높은 관세를 붙인 미국 세관에 수입업자들이 반발하여 소송을 제기한 것. 결국 미국 연방대법원은 “토마토는 식물학적으로는 과일이지만, 일반적으로 식사에서 반찬으로 먹기 때문에 법률상 채소”라고 판결하였다. 이후 ‘과채류’라는 개념이 정착되며, 토마토는 여전히 과일과 채소의 경계를 지닌 흥미로운 존재로 남아 있다.
남아메리카 열대지방이 원산지인 토마토는 16세기 초 스페인과 이탈리아를 거쳐 유럽 전역으로 전파되었는데 당시 사람들은 새빨간 토마토가 성경에 나오는 ‘선악과’라는 오해에 휩싸여 토마토를 먹으면 바로 죽는다는 미신과 함께 토마토의 겉모습이 당시 ‘악마의 열매’로 불리던 ‘맨드레이크’라는 독초와 비슷하여 같이 악마의 열매로 취급받았다. 그렇게 천대받던 토마토가 사실은 건강에 좋은 슈퍼푸드임이 밝혀지면서 세계 10대 푸드로 꼽히며, 이탈리아에서는 ‘황금의 사과(Pomodoro)’, 영국에서는 ‘사랑의 사과(Love Apple)’라 불릴 만큼 각광받는 식품이 되었다.

일상 속 힐링푸드, 토마토

토마토는 100g당 20kcal로 다이어트에 효과적이고 특히 칼륨이 풍부하여 체내 나트륨을 배출시키며 혈압을 조절해 고혈압 예방에 효과적이다. 짜게 먹는 식습관이 많은 우리나라 식단과도 잘 어울려, 건강을 지키는 대표 식재료로 주목받고 있다. 또한 토마토의 붉은 빛을 내는 성분인 ‘라이코펜’은 강력한 항산화 작용을 통해 노화의 원인인 활성산소를 제거하고, 전립선암, 유방암 예방에도 도움을 주는 것으로 알려져 있다. 특히 라이코펜은 열을 가했을 때 흡수율이 높아져, 익힌 토마토 요리로 더욱 건강하게 섭취할 수 있다. 피로 해소, 피부미용, 불면증 완화, 당뇨 개선 등 다양한 건강 효능을 지닌 토마토는 남녀노소 누구나 즐길 수 있는

With. 경기



경기도 토마토, 이것이 궁금해!

국내 토마토 재배는 1980년대 정체와 감소를 거쳐, 1990년대 방울토마토의 등장과 함께 꾸준히 증가해 2012년에는 재배면적 6344ha에 이르렀다. 경기도에서는 연간 100~300톤 규모의 토마토가 재배되며, 과채류 중에서도 상위 재배 작목으로 분류되고 있다. 광주, 평택, 양주, 화성, 양평, 안산, 파주 등 여러 지역에서 토마토가 재배되는데, 그중 광주와 평택이 주요 생산지로 꼽힌다. 특히 2019년에는 경기도농업기술원이 안산 대부도의 염분이 높은 토양에서 고당도 토마토 재배 기술을 개발해 주목을 받았다. ‘소금밭 토마토’라 불리는 이 토마토는 빛짙과 퇴비 등 유기물 활용을 통해 어려운 환경 속에서도 당도가 높은 품종 생산에 성공한 사례다. 최근에는 이상기후, 농업 인구 감소에 대응하기 위해 스마트팜과 빅데이터를 활용한 고효율 토마토 생산 기술 연구도 활발히 진행되고 있다.

‘만능 힐링푸드’라 해도 과언이 아니다.

실제로 토마토는 다양한 요리에 활용되며 우리 식탁에 친숙하게 자리 잡고 있다. 햄버거, 감자튀김, 달걀 요리에 빠지지 않는 케첩부터 파스타와 피자에 빠질 수 없는 토마토소스, 찌개나 탕에 넣으면 감칠맛을 더하고 토마토주스나 스튜 등으로도 다양하게 즐길 수 있으니 토마토의 변신은 끝이 없다.



지역특산물 토마토가 더 사랑받기 위한 ‘수와연’

경기도 광주시 퇴촌면은 경기 최고의 토마토 생산지로 꼽히는 곳이다. 약 41.8ha에서 10ha당 4,427kg을 생산하는 약 70개의 토마토 재배 농가들은 청정지역 팔당호 주변에서 천적활용 해충방제, 수정벌 이용 등 친환경으로 토마토를 재배하여 육질이 단단하고 당도가 높은 고품질의 토마토를 생산하고 있다. 또한 ‘퇴촌토마토거리축제’를 통해 토마토를 전국적인 특산물로 발전시키고 있는데, 다가오는 6월 중순에도 다채로운 체험과 맛있는 토마토를 마음껏 즐길 수 있는 제23회 ‘퇴촌토마토거리축제’가 열릴 예정이다.

경기도 광주에 위치한 ‘수와연’은 토마토를 활용한 다양한 건강 요리를 선보이는 곳으로, 팔당호를 바라보며 즐기는 토마토밥 코스요리가 인기가. 강낭콩, 송고버섯, 토마토를 넣고 맛있게 지은 토마토술밥과 함께 강된장, 나물, 두부카나페, 토마토묵사발까지 새롭고 맛있는 푸짐한 한상이 차려진다. 수분이 많고 건강한 토마토를 이용해 갓 지어 먹는 술밥은 붉은 옷을 입어 보기에도 좋고, 그 자체로도 맛이 깊다. 토마토를 색다르게 즐길 수 있는 토마토 묵사발도 별미로, 새콤하고 시원한 맛 덕분에 여름철 인기 메뉴로 떠오르고 있다. ‘수와연’은 지역 특산물 토마토의 대중화를 위해 토마토밥과 토마토묵사발을 직접 개발했다. 신선한 토마토 본연의 맛을 살린 요리들은 눈도, 입도, 몸도 만족시키는 1석 3조 건강식이다.

Info.

수와연

📍 경기도 광주시 남종면 산수로 1680 분원리

🕒 화~일 11:30~20:30(월요일 휴무)

☎ 0507-1402-6446



토마토와 송고버섯, 강낭콩으로 만든 향토음식, 토마토밥

‘수와연’ 대표님이 전하는 토마토 Tip!

“토마토는 의사들이 가장 싫어하는 음식이라고도 하죠 토마토를 먹으면 병에 안 걸린다는 말이 나올 정도로 건강에 참 좋은 식품입니다. 토마토를 고를 땐 단단하고 색이 선명한 것, 그리고 꼭지가 마르지 않은 것이 중요합니다. 너무 마른 꼭지는 수확한 지 오래된 토마토일 가능성이 높으니 참고하시면 좋아요. 이제는 바이러스와 함께 살아가는 시대인 만큼, 건강하게 먹는 것이 무엇보다 중요합니다. 팔당호의 맑은 공기와 함께, 매력 만점 토마토로 건강한 여름 보내시길 바랍니다!”



맛있는 토마토요리, 제가 먹어볼게요!



더 자세한 영상은
경기도청 유튜브에서 확인하세요.



경기도의 이색 토마토 요리!

토마토라멘

- ① 의정부 혼다라멘 금오점
경기도 의정부시 청사로47번길
12 성산타워 110호



카치아토라(토마토 짬뽕)

- ① 부천 아미네부엌
경기도 부천시 소사구 옥길로 123 2층



홍합 토마토 스프

- ① 수원 세프스 스위트
경기도 수원시 팔달구 정조로
801번길 27



토마토체험농장

- ① 가평 찰익은토마토체험교육농장
경기도 가평군 상면 청군로 910-22 파머스리빙



토마토잼

- ① 남양주 팜아트홀릭
경기도 남양주시 진건읍
진건우회로 88 팜아트홀릭



제23회 퇴촌토마토거리축제

- ① 2025. 6. 20.(금)~6. 22.(일)
경기도 광주시 퇴촌면 광동로 일대



토마토 쌀국수

- ① 광주 포카페
경기도 광주시 태종로 20



맛과 건강 모두 행진 이색 토마토 요리

육즙이 살아있는 ‘토마토 파씨’

요리 시간 60분

재료 완숙 토마토 4개, 쇠고기 다짐육 1/3근,
빵가루, 양파, 건바질, 허브가루 약간,
올리브오일, 그뤼에르 치즈, 소금, 후추

만드는 법

- ① 토마토는 꼭지가 있는 윗부분을 잘라내고 나머지 부분의 속을 파내어 준비한다. 손질한 토마토는 수분이 빠질 수 있도록 소금을 조금 뿌린 뒤 뒤집어 키친타월에 올려둔다.
- ② 양파는 잘게 다지고 불에 소고기, 양파, 빵가루, 허브, 소금, 후추를 넣고 잘 치댄다.
- ③ 파낸 토마토의 속을 치댄 고기로 채운다.
- ④ 그뤼에르 치즈와 소금, 후추를 뿌린다.
- ⑤ 뚜껑을 덮고 올리브유를 살짝 뿌린 뒤 200도로 예열한 오븐에서 40분간 구워낸 뒤 약 10분간 식히면 완성!



무용無用하기에 소중한 우리 동네 독립서점 '무용'

경기 북부에서 가장 오래된 전통시장으로 손꼽히는 가평자고을시장. 이곳에서 1분 거리의 좁은 골목길로 들어서면 숨어 있는 보물 같은 공간을 만날 수 있다. 가평으로 여행을 왔다면, 예쁜 문구 아이템과 선물하기 좋은 책들이 가득한 이 독립서점에 들러보면 어떨까.



골목길 어귀에서 만나는 동화 같은 공간

작은 골목을 따라 걷다 보면, 가평자고을시장 한편에 자리한 '무용'이 마치 오래된 동화책 속에서 툭 튀어나온 듯 모습을 드러낸다. 책방에 들어서면 목재선반과 빈티지 소품, 그리고 작은 공간을 가득 채운 아날로그적 온기가 공간에 들어선 사람들을 과거의 어느 한 시절로 데려다주는 듯하다.

무용은 독립시집을 출간한 시인과 문구를 좋아하는 디자이너가 함께 만든 공간이다. 초록색 벽면은 시인인 서한솔 책방지기의 공간으로 시집이나 에세이, 산문집 등 독립서적을 주로 다룬다. 코랄핑크색 벽면은 디자이너 양아실 책방지기의 공간이다. 직접 만든 실크스크린 작품과 함께 연필, 북다트, 연필깎이 등 아기자기한 문구류가 큐레이션되어 있다.

두 사람은 같은 공연예술팀에서 활동 중이기도 하다. 책방의 인테리어도 두 달에 걸쳐 직접 완성했다. 그래서 공간에도 두 사람의 취향이 듬뿍 반영되어 있다. 5평 남짓으로 넓지 않은 공간이지만 볼거리가 가득하다. 테이블 위에 놓은 베이지색 타자기부터 원래 있던 문책을 떼어내 만든 매거진랙, 빨간머리앤에 나올 법한 레트로한 디자인의 의자들은 책방을 영화 속 공간같이 느끼게 해준다. 전면

유리통창 너머로 보이는 초록현관과 기와지붕이 돋보이는 집까지도 이곳의 운치를 더하는 요소다.

모두에게 편하고 재밌는 휴식처가 되기를

책방의 이름이 '무용'이 된 것은 서한솔 책방지기의 아이디어다. 지칠 때 훌쩍 여행을 떠나는 것, 좋아하는 음악을 들으면서 위로를 받는 것. 배금주의 시대에 이런 것들은 유용한 일로 취급받지 못한다.





무용에는 예쁘고 따뜻한 문장을 가진 책이 많다.
책방지기가 정성스레 골라놓은 서적 중
취향에 맞는 책을 찾아보는 것은 어떨까.



하지만 그는 삶이 지칠 때마다 무용(無用)한 행위로 위로를 받았고
그래서 책방지기에게 무용은 ‘소중함’을 뜻한다. 그렇게 책방 이름도
무용이 되었다.

책방지기에게 무용은 심의 공간이다. 실제로 카운터를 지키기보
다는 구석에 있는 폭신한 벨벳의자에 몸을 파묻고 휴식을 취할 때가
 많다는 서한솔 책방지기. 현재 공연예술팀에서 활동 중인 두
사람은 책방을 지키며 에너지를 충전하곤 한다. 다만 현업 때문에
정기휴무는 월요일이지만 비정기적으로 쉬는 날도 있다고.

무용이 책방지기의 취향이 반영된 편하고 즐거운 공간인 만큼
그들은 더 많은 사람이 이 공간을 즐기기를 바란다. 그래서
“대관료를 받지 않을 테니 책방을 활용해 보시라”고 동네 주민들
에게 자주 권하고 있다. 언제든 독서 모임이나 토론회 등을 열 수
 있도록 중앙에 큰 테이블 위도 비워두었다. 책이 올라와 있으면
테이블 의자에 앉기 어렵기 때문이다.

사실 책방 오픈 초반에는 무용이라는 이름에 착안해 동네주민들의
무용교실을 열기도 했고, 싱어송라이터의 1인 콘서트나 인형극 등을
개최한 적도 있다. 하지만 현업을 병행하고 있는 만큼 직접 행사를
기획하기는 어려운 상황이라고.

무용에는 예쁘고 따뜻한 문장을 가진 책이 많다. 책방지기가 정성
스레 골라놓은 서적 중 취향에 맞는 책을 찾아보는 것은 어떨까.
공간에 머무르며 쉬다 가거나, 책을 읽으며 시간을 보내는 것도
무용을 즐기는 방법 중 하나다. 골목길 어귀에서 이 동화 같은
공간을 찾아냈다면, 여행하듯 차근차근 천천히 무용의 매력을
발견해 보자.

가평에는 무용서점뿐 아니라 가볼 만한 곳이 많다. ‘жат고을 전통
시장’에서 가평의 특산물인 잣을 활용한 다양한 음식도 맛보고
근처 ‘노랑다리 미술관’을 방문해 이색적인 작품을 감상해 보는 것도
좋겠다.

Info.

무용

📍경기도 가평군 가평읍 장터길 3-41 1층

① 화~일요일 12:30~19:00

※ 매주 월요일 정기 휴무(책방지기 사정에 따라 비정기 휴무 있음)

☎ 010-5016-0510

Tip.

무용 책방지기 서한솔 씨의 추천도서 3선



가라 인생

강백수 | 시인동네

피식피식 웃으면서 쉽게 읽을 수 있는 책으로,
책방지기가 최근 가장 재밌게 읽은 시집.
시가 어렵다는 이들에게 추천하고 싶다.



그러니 그대 사라지지 말아라

박노해 | 느린걸음

삶의 아픔과 슬픔 그리고 울림, 인류의 물음과
삶의 근원에 대한 성찰을 담은 시들을 하나로
엮어냈다. 살아가는 데 용기가 필요할 때
아무 곳이나 펼쳐 보자.



아무 목이나 끌어안고 울고 싶을 때

황수영 | 이불섬

가볍고 한손에 들어와 이동하면서 읽기 좋은
산문집으로, 따뜻하고 아름다운 문장을
읽고 싶은 사람들에게 추천한다.

Tip.

2025년 봄 시즌 한정 구독형 전자책 다독왕 선정 이벤트

대상	경기도사이버도서관 구독형 전자책 서비스를 이용하는 도민
기간	2025. 5. 12.(월)~6. 13.(금)
발표	2025. 6. 19.(목)
내용	위 기간 동안 대출 권수 상위 100명에게 5천 원 상당의 모바일 쿠폰 증정
참여	경기도사이버도서관 누리집(library.kr) 또는 모바일 애플리케이션 이벤트 페이지 응모하기



경기도사이버도서관



모바일 애플리케이션 이벤트 페이지



자연이 뽐내는 아름다운 색 안병현·이현주 가족의 천연염색 체험

도시에서 살고 있지만 농촌을 좋아하고, 자연에서 경험할 수 있는 체험을 좋아하는 남편과 아이들을 위해 자연에서의 특별한 하루를 선물한 이현주 씨. 바쁜 일상에 함께 참여하진 못했지만, 가족이 자연 속에서 웃고 교감하는 모습에 함께 행복한 하루가 되었다고 한다. 덕분에 세 사람은 자연과 함께 멋진 작품을 만드는 특별한 하루를 보냈다.



도시를 벗어나 자연 속으로, 푸른 쪽빛으로 물든 하루

천연염색은 자연 그대로의 재료를 이용해 물건에 색을 입히는 이색체험 활동이다. 참숯은 검회색, 쪽은 카키색, 자초는 보라색, 쪽은 푸른색 등 재료마다 고유의 빛깔이 살아 숨 쉬며 단순한 공예를 넘어 농촌의 삶과 지혜를 오롯이 느낄 수 있다. 이번 체험은 농촌 체험의 일환으로 아빠 안병현 씨와 딸 안예원, 안유진 양이 설레는 마음으로 남양주에 위치한 천연염색 체험장 '약초보감'을 찾았다. 이곳은 20여 가지 천연염료와 염재를 활용해 다양한 체험은 물론, 의류와 침구 등 천연염색 제품도 생산하는 전문 공간이다. 세 사람은

에코백, 티셔츠, 스카프 등 자신이 원하는 아이템을 고른 뒤 직접 무늬를 만들고, 손수 염료에 담가 조물조물 색을 입혔다. 햇살과 바람으로 자연건조를 마치자, 이 세상 단 하나뿐인 자신만의 색이 담긴 작품이 완성됐다. 자연에서 얻은 색으로 물든 고유한 무늬는 각자의 개성과 정성이 더해져 더욱 특별하게 다가왔다. “쪽이라는 식물로 염색할 때 처음엔 녹색 빛이 돌다가 점점 짙은 푸른빛으로 변하는 모습이 정말 신기했어요. 자연이 주는 색이 역시 제일 아름답네요”라며, 세 사람 모두 자연에서만 누릴 수 있는 소중한 경험에 환한 미소를 지어 보였다.



NEW 독자 참여 이벤트. 특별한 하루

경기도의 다양한 체험 거리와 함께하는 원데이 클래스에 여러분을 초대합니다. QR코드를 찍고 아래 리스트 중 한 가지 체험을 골라 성함, 참여 인원, 사연을 간단히 적어 보내주시면 추첨을 통해 원데이 클래스 참여 기회를 드립니다. 여러분의 많은 관심과 참여를 부탁드립니다.

- ※ 원데이 클래스에 참여하신 분들은 인터뷰와 촬영을 통해 <나의 경기도>에 게재됩니다.
- ※ 주제에 따라 진행 일시는 유동적일 수 있습니다.
- ※ 개인 체험 후기 컷을 SNS에 3회 이상 업로드하여야 합니다.

- ① 임진각 평화누리캠핑장에서 즐기는 낭만 캠핑 * 캠핑 장소만 제공
- ② 양평헬스투어에서 즐기는 치유와 힐링 체험 * 당일~1박2일, 3명까지 지원
- ③ 안산에서의 이색 유리공예체험
- ④ 이천에서 누리는 치킨데이, 치킨대학 체험
- ⑤ 힐링과 웰빙 체험을 한번에, 미리내 힐빙클럽



신청하러가기

천연염색은 처음 해보는데 정말 재밌었어요. 덕분에 아빠와 언니와 멋진 추억을 만들 수 있어서 좋았습니다. 다음에 엄마와 함께 또 오고 싶어요!

우리나라 천연염색의 역사부터 체험까지 알찬 시간을 보냈습니다. 체험 도중 풍겨오는 숲 향기에 절로 기분이 좋아지네요. 이런 경험을 아이들과 함께해서 더욱 의미 있고 특별했습니다.



Info.

천연염색 체험장 약초보감

경기도 남양주시 별내면 용암샨말길 3-76

☎ 0507-1386-7227

당신도 혹시
거북목...?
현대인의
고질병으로
자리 잡은
‘거북목 증후군’

TURTLE NECK SYNDROME



현대인 질병

거북목 증후군



스마트폰과 컴퓨터 사용이 일상화된 현대 사회에서는 고개를 앞으로 내민 채 오랜 시간 화면을 들여다보는 자세가 흔해졌다. 그러다 보니 잘못된 자세로 인해 목, 어깨의 근육과 인대가 늘어나 통증이 생기는 증상이 나타나는데, 거북이가 목을 뻗 상태와 비슷하다 하여 ‘거북목 증후군’이라 불린다.

스마트폰에 폭 빠진 현대인의 질병

거북목 증후군은 평소 컴퓨터 모니터를 많이 보는 사람, 특히 낮은 위치에 있는 모니터를 내려다보는 사람에게 많이 발생하는데, 스마트폰이 일상화된 현대인들에게는 거의 고질병으로 자리 잡았다. 이는 잘못된 자세와 생활습관으로 인해 목의 자연스러운 곡선이 무너지고 경추 정렬에 이상을 초래하며 머리가 정상적인 위치보다 앞으로 돌출되는 증상으로 나타난다. 옆에서 봤을 때 귀, 어깨, 골반, 무릎, 발목이 일직선상에 놓여 있는지를 기준으로 판단할 수 있다. 만약 목이 앞으로 돌출된 모습이라면 거북목 증상을 의심할 필요가 있다.

고개를 앞으로 15도 숙일 경우, 척추에 가해지는 하중은 약 12kg에 달한다고 한다. 고개를 60도 숙이면 그 무게는 무려 27kg까지 증가한다. 이처럼 지속적인 경추 압박은 목의 통증이나 어지러움은 물론, 뇌에 공급되는 혈류의 양을 저하해 집중력에 영향을 미칠 수 있다. 초기에는 단순히 목이 뻣뻣하거나 피로감을 느끼는 정도나, 시간이 지남에 따라 어깨와 등의 통증이 심해지고, 손 저림이나 두통 같은 신경 증상이 동반될 수도 있다. 심하면 밤잠을 설치게 할 정도의 통증이 발생할 수 있으며 방치할 경우 목 디스크나 경추 협착증 같은, 보다 심각한 질환으로 이어질 위험이 크다.

Tip.

거북목을 예방하는 스트레칭



Step 1.

벽에 기대어 정렬 체크

뒤통수와 어깨, 엉덩이를 벽에 붙이고 잠시 유지한다. 척추와 경추의 기본 정렬을 감각적으로 익혀본다.



Step 2.

턱 당기기

등을 곧게 편 채 고개를 살짝 뒤로 젖힌다. 턱을 천천히 당기면서 정면으로 돌아오는 동작을 10회 반복한다. 뒤통수를 뒤로 미는 듯한 느낌을 인지한다.



Step 3.

깎지 올리기

등 뒤로 손을 깎지 껴 들어 올린다. 가슴이 열리고 굽은 어깨가 펴지는 동작이다.



Step 4.

상체 트위스트

의자에 앉아, 상체를 오른쪽으로 천천히 돌리고 5초간 정지. 다시 왼쪽으로 돌려 정지하는 동작을 반복한다. 좌우 5회씩 트위스트를 해주면 등 뼈와 척추가 부드러워진다.



Step 5.

호흡 스트레칭

양손을 위로 들어 머리 위에서 각지를 끼고 숨을 들이마셨다가 내쉬면서 팔을 양쪽으로 뻗으며 내린다. 호흡에 집중하며, 가슴과 갈비뼈를 확장하는 것이 중요하다.



물리치료와 약물치료 등으로 증상을 완화할 수 있지만, 이보다 더 중요한 것은 올바른 자세를 유지하고 스마트 기기 사용을 줄이며, 정기적인 스트레칭으로 근육의 긴장을 해소하는 생활습관 개선이다. 지금 바로 1분만 시간을 내어 간단한 스트레칭으로 몸의 정렬을 맞춰보자.

Tip.

거북목 증후군의 자가 체크리스트

- ✓ 어깨와 목 주위가 자주 빠근하다.
- ✓ 옆에서 보면 고개가 어깨보다 앞으로 빠져나와 있다.
- ✓ 등이 굽어 있다.
- ✓ 쉽게 피로하고 두통이 있으며 어지럼증을 느낀다.
- ✓ 잠을 자도 피곤하고 목덜미가 불편하다.



안전을 위해 미리 챙겨야 할 여름철 집중호우 대비와 안전수칙

짧은 시간 매우 많은 비가 오는 집중호우는 매년 6월에서 8월 사이에 찾아온다. 한꺼번에 많은 비가 내리는 만큼 다양한 사건·사고도 많아 안전에 특히 주의해야 하는 시기이다. 2022년 집중호우가 몰렸던 8월에는 신고가 연평균 대비 66%가 늘었고, 2023년 폭우가 내린 7·8월에는 연평균 대비 56%가 증가했다. 자연재해 중 가장 인명사고가 많이 발생하는 집중호우 시기에는 무엇을 미리 알고 대비해야 할까. 허창범 소방관이 파주소방서 119구조대 이창준 소방장을 만나 집중호우 대비와 안전수칙을 들어보았다.

허창범 소방관

① 2016년 경기도 소방공무원에 임용되어 300여 건의 크고 작은 화재·구조·구급현장에서 활동했으며, 구조행정, 화재예방점검 등의 직무를 수행했다. 현재는 경기도청 도민소통담당관실에서 소방SNS 기획업무를 담당하고 있다.

이창준 소방장

① 2015년 경기도 소방공무원에 임용되어 일산소방서 119구조대에서 6년 근무하고, 2022년부터 파주소방서 119구조대에서 구조현장 출동 업무를 하며 시민들의 안전을 지키고 있다. TV방송 채널A <나는 몸신이다> 등에 출연해 생활 속 응급 처치법을 소개하기도 했다.



기후변화로 인해 갈수록 날씨 예측이 어려워지고 있는데, 집중호우에 대한 대비는 어떻게 해야 할까요?



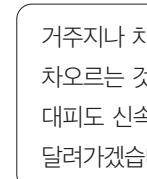
이러한 대비에도 불구하고 침수 사고가 발생했다면 어떻게 행동하는 것이 좋을까요?



전화 신고 외 도민이 활용할 수 있는 신고방법이 있다면 알려주세요.



마지막으로 집중호우 피해를 줄이기 위해 전하고 싶은 당부 말씀이 있다면?



거주지나 차량에 물이 들어와도 '조금 있으면 관창을 거야'라고 생각하고 대피를 망설일 수 있습니다. 하지만 물이 차오르는 것은 순식간입니다. 안전은 아무리 강조해도 지나침이 없습니다. 평소 대비를 철저히 하고, 사고 위험 시 대피도 신속하게 해야 합니다. 국민 여러분께서 해결하기 힘든 상황이라면 반드시 119에 신고해주십시오. 빠르게 달려가겠습니다.



주소에 대한 기상정보를 수시로 확인하는 것이 우선입니다. 가정이나 사무실이 위치한 곳의 배수구나 하수구를 미리 청소해서 막힘이 없도록 하고, 저지대에 위치해 있다면 차단막이나 모래주머니로 차수벽을 만들어 침수를 대비하는 것이 도움이 됩니다. 각 지역에 마련되어 있는 대피소 위치를 미리 확인하는 것도 좋은 대비법입니다.



신속하고 침착하게 대응하는 것이 가장 중요합니다. 주거지나 일터에서 침수 사고가 발생했다면 즉시 전기와 가스를 차단하고 옥상이나 고층 등 높은 지대로 이동해야 합니다. 차량으로 이동 중에 침수 위험이 닥치면 시동을 끄고 창문을 열거나 깨서 탈출해야 합니다. 유속이 빠르지 않고 물 높이가 허벅지 아래 정도라면 높은 지대나 건물로 대피하고, 유속이 빠르거나 물이 1m 이상 차올랐다면 자동차 지붕으로 올라가 119에 신고하셔야 합니다.



119에서는 전화 외에 다매체 신고 서비스를 운영하고 있습니다. 앱스토어에서 119신고 앱을 다운받아 설치해 두시면 신고 시에 GPS로 현 위치가 자동으로 전송되고, 청각 등 언어 장애가 있거나 한국어 구사에 어려움이 있는 외국인도 편리하게 신고할 수 있는 기능이 있습니다. 또 문자나 영상통화, 인터넷 접속으로도 119 신고가 가능합니다. 집중호우와 같은 재난상황에서 119 유선신고가 어려울 경우, 이러한 다매체 신고 서비스를 활용하시기 바랍니다.





농정해양위원회



경기도의회
Gyeonggido Assembly



의회 소식
경기도의회의 더 많은 소식은
의회 누리집(www.ggc.go.kr)에서 확인할 수 있습니다.

안전한 먹거리,
건강한 환경,
활력 넘치는 농촌!
경기도
농정해양위원회가
만듭니다

농정해양위원회는 식량안보 확보와 경관 보전 및 환경보호 등 다양한 공익적 기능을 수행하고, 국민에게 안전하고 건강한 먹거리를 공급하며, 농업인의 소득 증대 및 삶의 질 향상을 위해 여야 구별 없이 협치를 기반으로 활동하는 상임위원회이다. 방성한 농정해양위원장을 비롯해 12명의 위원으로 구성된 농정해양위원회는 경기도 농업의 발전을 위한 조례의 제·개정, 행정사무감사, 예산심사 등을 통해 경기도 농업의 경쟁력 강화와 지속가능한 농업 환경 조성이라는 목표를 달성하기 위해 열심히 노력하고 있다. 소관부서로는 농수산생명과학국, 축산동물복지국, 기후환경에너지국(산림복지과)이 있으며, 산하기관으로 경기도농업기술원, 동물위생시험소(북부 포함), 해양수산자원연구소, 산림환경연구소, 축산진흥센터, 종자관리소 등을 두고 있다.

농어업분야 예산 도비지원 확대 추진

농정해양위원회는 농어민의 소득 안정과 지속가능한 농어업 발전을 위해 다방면으로 지원방안을 추진하고 있다. 「경기도 지방보조금 관리 조례」에서 정하고 있는 농어업분야 기준보조율 상한을 50%에서 70%로 상향 조정하여 시·군 농어업



보조사업에 도비 보조금 지원을 확대할 수 있도록 제도적 기반을 마련하였다. 특히 경기도 농어민 기회소득 사업에 대해 「경기도 농어민 기회소득 사업 시·군별 차등보조율 적용 촉구 건의안」을 중앙부처 및 국회, 경기도에 송부하여 재정 여건에 따라 시·군별 보조율을 달리 적용하고 재정력이 약한 시군이 적극적으로 사업을 추진할 수 있도록 지원하는 방안을 촉구하였다.

지속가능한 농업·농촌, 법적 근거로 뒷받침

농정해양위원회에서는 농업 전반에 필요한 법적 근거를 마련하여 농업·농촌의 지속가능한 발전과 공익적 기능을 제고하고 농업인의 복리 증진을 도모하고 있다. 특히, 많은 농민이 기후변화, 고령화, 농촌 일손 부족 등의 문제로 기존의 전통적인 농업방식만으로는 농업을 유지하는 데 어려움을 겪고 있는데, 이를 위해 농작업의 자동화·지능화를 촉진하여 미래 농업경쟁력을 확보할 필요가 있다. 이에 따라 「경기도 스마트농업 육성 조례」, 「경기도 푸드테크 활성화 및 산업 지원 조례」 등을 제·개정한 바 있다. 이외에도 시대적 상황을 반영한 조례를 다수 제·개정하였다.

발로 뛰며 소통하는 현장의정 실현

농정해양위원회는 매년 현장을 찾아 농어업, 축산, 산림 분야의 실효성 있는 정책을 발굴하기 위해 노력하고 있다. 올해에는 화성, 안산, 여주 등 현장을 방문하여 도내 농어업·산림 관련 주요 시설의 운영 현황을 점검하였고, 특히 경기도 해양자원의 활용 방안으로서 해양치유 도입 방안과 경기바다의 섬을 활용한 관광 활성화 방안을 모색하는 등 융합형 정책 실현을 위해 노력하고 있다. 또한, 타 지역 우수사례를 참고하기 위해 경상남도를 방문하여 기후위기에 대응한 아열대 작물 연구와 수산물 안전성 검사 및 양식 기술을 살펴보고 경기도 농어업에 적용하기 위한 논의를 진행하였다.



축산악취 문제 해결을 위한 경기도의 노력

경기도는 전국 지방자치단체 중 축산업이 가장 빠르게 성장하는 지역이나, 일부 도농복합도시에서는 축산악취에 대한 민원이 끊이지 않고 있다. 이에 농정해양위원회에서는 효과적인 저감 방안을 도출하기 위해 관련 계획을 수립하고, 피트모스(늪지대의 이끼류가 퇴적되어 분해된 토양)를 활용한 축산환경 개선 효과 검증을 위해 '경기도 축산악취 저감 방안 마련 연구' 용역을 추진하고 있다. 이번 연구용역을 바탕으로 경기도형 축산악취 저감을 위한 정책 제안과 관련 조례의 제·개정을 추진하여 경기도민이 체감할 수 있는 개선 성과를 도출할 계획이다.

경기도의회 마스코트 소원이예요!

귀여운 외모와 달리 재주가 많고 지식이 풍부해 어떤 문제든 똑딱 해결하는 경기도의 든든한 해결사랍니다. 정의로운 성격으로 불의를 보면 참지 못하고 봉사정신이 투철한 소원은 이웃들의 미소와 칭찬이 가장 큰 힘이 됩니다.





의회 소식

경기도의회의 더 많은 소식은

의회 누리집(www.ggc.go.kr)에서 확인할 수 있습니다.



2025년도 1차 청년행정인턴 임명식 개최

경기도의회는 지난 5월 7일 2025년도 1차 청년행정인턴 임명식 및 오리엔테이션을 개최했다. 올해 1차 청년행정인턴 채용에는 총 10명 모집에 111명이 지원하면서 11.1대 1이라는 높은 경쟁률을 기록하기도 했다. 청년행정인턴은 근무기간동안 도의회 각 부서에 배치돼 부서별 단위사무, 정책자료 수집·조사·분석 지원 등의 업무를 하게 된다. 특히, 올해부터는 보다 심화된 실무 경험을 제공하기 위해 근무 기간을 기존 3개월에서 4개월로 확대했으며, 근무기간 동안의 성과와 지식을 바탕으로 우수 활동 보고회를 개최할 예정이다.

이날 임명식에서 경기도의회 의회사무처장은 10명의 청년행정인턴에게 임명장을 수여하며, “경기도의회에서 청년 여러분이 행정업무의 다양한 현장을 체험하면서 소중한 경험을 쌓고 미래를 설계하는 소중한 계기가 되기를 바라며, 한 걸음 더 성장할 수 있도록 적극적인 자세로 임해주길 바란다”라고 축하와 격려의 인사를 전했다. 추후 있을 2차 모집에는 17명을 선발할 예정이다.

한편, 경기도의회 청년행정인턴 사업은 경기도 거주 청년 또는 도내 대학(교) 재·휴학 및 졸업생을 대상으로 다양한 직무경험과 진로탐색 기회를 제공하기 위해 추진 중인 사업이다.



의정정보화 종합계획 수립 본격 착수

경기도의회는 5월 2일, 경기도의회 지하 1층 대회의실에서 「경기도의회 의정정보화 종합계획(ISP) 수립」 착수보고회를 개최하며, 지방의회 디지털 전환과 독립적 정보시스템 구축을 위한 첫걸음을 내디뎠다. 이번 사업은 지방의회 인사권 독립과 디지털플랫폼 정부 정책에 부응하여, 경기도 의회만의 독립적이고 선진적인 디지털 업무환경을 마련하기 위해 추진된다. 급변하는 ICT 기술 변화에 대응하고, 의원 중심의 효율적인 의정 활동 지원 체계를 구축하는 것이 주요 목표다.

경기도의회는 이번 사업을 통해 중장기 정보화 전략계획 수립, 의원 중심 디지털 업무 서비스 강화, 업무 효율화 방안 수립, 독립적 정보시스템 기반 구축 및 디지털 전환 추진 등 이를 통해 의정보포, 전자회의시스템 등 기존 시스템 고도화는 물론, 생성형 AI, 클라우드, 블록체인 등 신기술을 접목한 혁신적인 디지털 업무환경을 구현할 방침이다.

이번 운영은 2025년 4~9월까지 6개월간 추진되며 도의원, 의회사무처, 시군의회를 대상으로 한 워크숍을 통해 의견을 수렴하고, ‘디지털 의정 비전 선포식’, 5개년 로드맵 및 세부과제 수립 등의 과업을 통해 9월 중 사업을 완료할 예정이다.



지역상담소 활성화를 위한 소통 DAY 개최

경기도의회는 5월 15일부터 16일까지 이틀간 화성 라비돌리조트에서 ‘지역상담소 활성화를 위한 소통 DAY’를 개최했다. 이번 행사는 도내 31개 시·군에 설치된 지역상담소의 직원들을 대상으로 진행되었으며, 조직 내 소통을 강화하고 건강한 직장 문화를 조성하기 위해 기획되었다. 경기도의회는 그동안 지역상담소가 지역 민원 소통의 거점으로서 제 역할을 다할 수 있도록 인적·조직적 기반을 다져왔으며, 이번 소통 DAY는 구성원 간 유대감을 높이고 업무 효율성을 증진하기 위한 실질적인 프로그램으로 구성되었다.

행사 첫째 날에는 ‘AI를 활용한 보도자료 작성 및 스마트폰 사진 촬영 기법’ 교육이 진행되었으며, ‘노후에 꼭 필요한 재무 상식’ 강의를 통해 상속·증여·연금·보험 등 실생활에 유익한 정보를 얻었다.

둘째 날에는 ‘MBTI 성격유형을 통한 나와 타인에 대한 이해와 소통’ 프로그램을 통해 소통의 중요성을 되새겼으며, ‘힐링 티 테라피’를 통해 차(茶)에 대한 이해와 함께 심신을 치유하는 시간을 가졌다.

한편, 올해로 설립 10주년을 맞이한 경기도의회 지역상담소는 지난 10년간 도민과의 소통창구 역할을 수행해왔다.



미래과학협력위원회, 인공지능 AI 기반 행정 효율화를 위한 연구용역 추진 논의

경기도의회 미래과학협력위원회는 지난 5월 2일, 위원회 연구단체인 ‘인공지능 정책 연구회’의 2025년도 연구용역 추진과 관련하여 사전 논의를 진행했다. 이날 회의는 인공지능을 활용한 행정 효율화 방안과 경기도의회와 경기도의 정책 대응 역량을 강화하기 위한 연구용역 추진을 목적으로 마련되었으며, 위원장을 비롯해 AI 관련 실무 부서 및 전문가들이 모여 의견을 교환하는 시간을 가졌다.

회의에서는 경기도의회 AI 활용 역량 강화 방안, AI 기반 행정시스템 구축 및 내재화 전략 등 주요 의제가 논의되었으며, 향후 의회와 집행부는 긴밀한 협력을 바탕으로 연구용역을 추진하고 그 결과가 실질적인 정책으로 이어질 수 있도록 적극 노력할 계획이다.

미래과학협력위원회 위원장은 “AI를 통해 행정의 효율성과 예측 가능성을 높이고, 도민이 정책의 변화를 체감할 수 있도록 의회와 집행부가 함께 준비해 나가야 한다”라고 강조했다. 한편, 인공지능 정책 연구회는 경기도 차원의 AI 정책 수립과 제도 기반 마련을 위해 구성된 미래 과학협력위원회 연구단체로서 향후 연구 결과를 바탕으로 정책 제안 및 조례 제·개정 등 입법 활동을 추진할 예정이다.



메모하세요! 농치면 아쉬운 6월의 문화생활

신록이 푸르른 초여름의 요즈음.

경기도의 다양한 문화생활을 누리며 신록이 주는 청량한 에너지를 만끽해보자.

오픈 스토리지 2025



경기문화재단이 운영하는 공공 소장품 컬렉션 ‘경기미술창고’를 통해 2024년 새로 수집한 작품들을 중심으로 구성된 기획전이다. 경기 청년 신진작가들의 작품 23점과 대중미술 장르 작품 19점을 비롯하여, 회화, 사진, 조각, 뉴미디어 등 다양한 현대미술 작품 총 64점이 전시된다. 공공 소장품의 가치와 의미를 보다 많은 이들과 공유하기 위해 마련되었다.

□ 2025년 5월 30일(금)~2025년 6월 27일(금)
📍 경기상상캠퍼스 공작22
🎫 무료
☎ 031-296-1980
① sscampus.ggcf.kr

아름답고 슬픈 멸종동물 이야기



46억 년의 역사를 가진 지구. 그동안 지구에는 공룡을 포함한 수많은 종이 멸종하고 새로 태어났다. 공룡이 사라진 마지막 대멸종이 있는 지도 어언 6천6백만 년이 되어간다. 기획전 <아름답고 슬픈 멸종동물 이야기>에서는 이제는 더 이상 만날 수 없는 털매머드, 검치호, 네안데르탈인, 도도새의 이야기를 만나 볼 수 있다. 아름답지만 슬픈 그들의 이야기를 들어보면서 공감하고 현재 위기에 있는 동물들을 생각해 보는 건 어떨까.

□ 2025년 5월 2일(금)~2025년 8월 31일(일)
📍 1층 전국선사박물관 기획전시실
🎫 무료
☎ 031-830-5600
① jgpm.ggcf.kr

밭으로 간 실학자



실학박물관에서 살아있는 체험을 통해 실학 정신을 배우는 가족 참여형 주말 프로그램 <밭으로 간 실학자>를 운영한다. 실학자들이 자연과 농사, 먹거리를 바라본 태도를 바탕으로 오늘날 우리의 삶을 돌아보고 지속 가능한 삶의 가치를 생각해 보는 교육적 의미를 담아냈다. 직접 자연과 농사를 체험하며 실학자들의 삶과 정신을 느껴보는 뜻깊은 시간이 될 것이다.

□ 2025년 6~9월 토요일
📍 실학박물관 교육실, 체험학습장
🎫 15,000원
☎ 031-579-6021
① silhak.ggcf.kr

가위집과 시저품



프랑스자수 클래스가 경기상상캠퍼스에서 운영된다. 야생화자수를 수놓아 생활용품을 만들어볼 수 있다. 1회차에는 린넨천을 재단해 여러 스티치로 장미꽃과 잎을 수놓는다. 2회차에는 안감과 접착층, 방울솜을 넣어 핀쿠션을 만든 후 비즈와 레이스를 달아 패더스티치로 마무리한다. 일상 속 작은 힐링의 시간이 되어 줄 것이다.

□ 2025년 5월 20일(화)~2025년 6월 6일(금)
📍 경기상상캠퍼스 생생1990 생활창작공방 취미공방
🎫 8,000원
☎ 010-8490-2119, 031-296-1758
① sscampus.ggcf.kr

퀀텀점프 : 경기예술인 창작역량 도약 워크숍



공연예술, 전통예술, 문학 3개 장르의 창작자를 위한 3회차 집중 워크숍이 운영된다. '퀀텀점프'는 예술가들이 자신만의 비전을 정립하고, 동시대 창작 환경을 입체적으로 이해하는 여정이다. 열린 질문과 탐색하는 과정을 통해 나만의 예술 세계를 만들어갈 수 있다. 경기도 내 예술가이면 누구나 참여할 수 있으며 장르별 20명 이내로 운영된다.

□ 2025년 6월 10일(화)~2025년 6월 26일(목)
📍 경기상상캠퍼스 디자인1978 2층 교육실1
🎫 무료
☎ 070-7575-3102
① sscampus.ggcf.kr

With. 경기

경기문화재단·문화 기관 관람 안내

- ① 경기문화재단 멤버스 누리집(members.ggcf.kr)과 각 문화 기관 누리집에서 예약해 주세요.
- ② 경기아트센터 공연 관람 전 누리집(ggac.co.kr)을 확인하세요.





야간·휴일
소아 진료,
이곳에서!

경기도 소아 야간·휴일 진료기관 안내

경기도가 45개 소의 소아 야간·휴일 진료기관을 운영하며 중증부터 경증까지 빈틈없는 진료 인프라를 구축했다. 도는 2021년 달빛어린이 병원 5개에 불과하던 소아 야간·휴일 진료기관을 현재 45개(소아응급 책임의료기관 3, 달빛어린이병원 31, 취약지 소아 야간휴일진료기관 11)로 분류해 확대했다. 이에 따라 3개 책임의료기관이 경기 남·북부 권역을 나눠 소아응급환자를 담당하게 됐다. 밤에도 낮과 동일하게 소아 환자를 진료하는 달빛어린이병원 31곳은 평일 23시, 주말 18시 까지 외래 진료를 통해 응급실 과밀화와 이용 부담을 줄여준다.

진료기관 확인 경기도 누리집(www.gg.go.kr/ggkidsclinic)



환자는 더 편안하게,
가족은 더 안심되게

경기도의료원, 간호간병통합서비스 시행

간호간병통합서비스는 보호자나 간병인 대신 전문 간호사가 환자 중심의 간병과 간호서비스를 제공하는 서비스로, 2016년 9월부터 경기도 의료원 6개 병원에서 시행 중이다. 종합병원 6인실 기준(2025년 기준) 본인 부담 입원료가 1만5,520원, 사적 간병비가 14만 원으로 총 15만5,520원이지만 간호간병통합서비스는 건강보험공단에서 지원을 해주기 때문에 사적 간병비 없이 본인 부담 입원료 2만6880원만 부담하면 된다. 개인 간병인 고용 시 드는 비용이 보통 1일 평균 14만 원임을 고려하면 간병비 부담이 약 81% 감소하는 것으로, 경제적으로도 큰 도움이 되는 서비스다.

신청 방법 각 병원으로 문의[수원병원(031-888-0114), 의정부병원(031-828-5000), 파주병원(031-940-9100), 이천병원(031-630-4200), 안성병원(031-8046-5000), 포천병원(031-539-9114)]

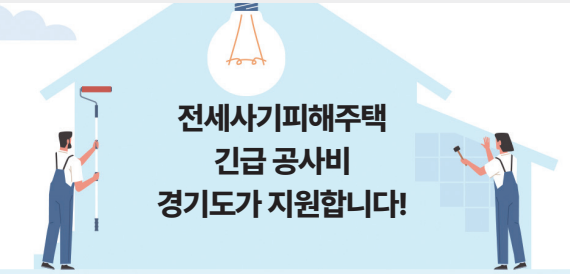


경기도 청원 운영

경기도 청원 운영

경기도는 온라인 청원시스템 운영을 통해 도민의 도정 참여 확대 및 참여 민주주의를 실현하는 경기도 청원을 운영하고 있다. SNS(네이버, 카카오톡) 계정이 있다면 누구나(비실명, 내·외국인, 거주지역 제한 없음) 경기도 청원 누리집을 통해 도정 관련 주요 현안 및 정책 사항 등에 관한 청원을 신청할 수 있다. 해당 청원을 30일 동안 1만 명 이상이 동의하면 청원 성립일로부터 30일 이내 도지사가 직접 답변 하고 있다.

신청 자격 누구나(비실명, 내·외국인, 거주지역 제한 없음)
신청 방법 SNS(네이버, 카카오톡) 계정으로 로그인 후 온라인 신청, 경기도 청원 누리집(petitions.gg.go.kr)



전세사기피해주택
긴급 공사비
경기도가 지원합니다!

전세사기피해주택에 긴급 공사비 지원 최대 2천만 원까지

경기도가 안전 확보를 위해 긴급하게 시설 보수가 필요한 전세사기 피해 주택에 공사비 최대 2천만 원을 지원하는 '전세사기피해주택 긴급 관리 지원 사업'을 실시한다. 이번 사업은 2024년 9월에 개정된 '전세사기피해자 지원 및 주거안정에 관한 특별법'에 따른 것으로 2024년 11월 시범 사업을 거쳐 올해 4월 경기도의회에서 통과된 '경기도 주택임차인 전세피해 지원 조례'에 세부적인 내용을 담았다.

지원 대상 임대인의 소재를 알 수 없고 연락이 두절된 전세사기 피해 주택에 전세사기피해자 등이 거주하는 경우

지원 금액 공용부(세대들이 공동으로 사용하는 부분) 최대 2,000만 원, 전유부(각 세대가 사용하는 부분) 최대 500만 원, 전세 사기피해자 등으로 결정된 세대가 빈집인 경우 빈집 세대 만큼의 소방안전관리 및 승강기유지관리 비용



청년에겐 일자리,
기업엔 인재를!

북부특화형 일자리 사업 참여자 모집

경기도는 특성화고·전문대 청년과 중소기업을 연결해 정규직 전환까지 지원하는 '북부특화형 일자리 매칭 패키지' 사업 참여자를 모집한다. 이는 경기북부 내 일자리·기업 정보 부족과 경력자 중심의 수시 채용으로 취업에 어려움을 경험하고 있는 청년과 구인난을 겪는 중소기업 기업 간 일자리 미스매치를 해소하기 위해 올해부터 시작했다. 경기북부 특성화고·전문대 청년(졸업생, 졸업예정자)을 연결(매칭)하고 기업에서 3개월 동안 근무(일경험) 후 기업별 자체 평가를 통해 해당 인력을 정규직 채용하는 방식으로 진행된다.

모집 기간 5월 15일~6월 13일
자격요건 및 신청 방법 경기도 일자리재단 누리집(www.gif.or.kr) 확인
문의 경기도일자리재단 북부광역사업팀 031-270-9847



반려동물,
이제 안심하고
키우세요!

유기동물 입양자 반려동물 보험가입 무료 지원

경기도가 유기동물 입양자를 대상으로 반려동물 보험(펫보험) 가입을 지원하는 '경기도 입양동물 안심보험 무한돌봄 지원사업' 신규 가입자를 모집한다. 이 사업은 도내 직영·위탁 동물보호센터에서 유기동물을 입양한 도민에게 입양한 동물의 질병·상해·안전 사고에 대한 입양자의 불안감을 줄이고자 동물보험료를 지원해 양육 부담을 줄여주고 입양 문화를 확산하기 위해 마련된 것으로, 가입일로부터 1년 동안 상해·질병 치료비와 배상책임비를 지원해 주는 보험이다.

지원 내용 입원·통원비, 수술치료비, 배상책임비 등
지원 대상 2025년 1월 1일 이후 도내 직영·위탁 동물보호센터에서 입양해 동물등록이 완료된 개, 고양이
신청 방법 유기동물을 입양한 동물보호센터에 신청서 제출
문의 경기도 반려동물과 031-8030-4483
DB손해보험 1660-1621



우리 동네 실시간 생활정보,
'경기데이터드림'에서
확인하세요!

경기도 생활이동인구 및 소비 분석 웹서비스 신규 추가

경기도는 도가 운영하는 경기도 공공데이터플랫폼 경기데이터드림(data.gg.go.kr)에 경기도민들의 일상과 소비 흐름을 한눈에 파악할 수 있는 데이터를 담은 통신·카드·교통 데이터를 활용한 신규 정보 서비스 2종을 추가했다. 이번에 공개된 서비스는 경기도 생활이동 소비분석 상황판, 경기도 실시간 방문소비 현황지도 두 가지로, 도가 확보한 통신데이터(KT)와 카드데이터(KB국민, BC, 하나, 롯데, 삼성)를 분석해 시각화한 것이 특징이다. 모든 서비스는 경기데이터드림(data.gg.go.kr)에서 누구나 무료로 이용할 수 있으며, 모바일·태블릿 등 다양한 환경에 최적화된 반응형 웹으로 제공된다.

확인 방법 경기데이터드림(data.gg.go.kr) 접속 → 메인배너 (실시간 방문소비 현황지도, 생활이동 소비분석 상황판) 클릭



기후위기,
경기도가
먼저 대비한다

농작물재해보험 지원 강화

경기도가 기후변화에 따른 자연재해에 대응하기 위해 농작물재해보험 지원을 강화한다. 올해 보험 가입을 희망하는 모든 농가가 가입할 수 있도록 지원 예산을 60억 원으로 확대했다. 또한, 과수 냉해 예방시설 지원사업, 시설원예농업 난방시설 지원사업 등 도 및 시군에서 추진하는 각종 농업시설 지원사업 시 보험 가입 농가를 우선 지원해, 농업인의 농작물재해보험 가입이 의무화될 수 있도록 유도하고 있다. 특히, 과수 냉해 예방시설 지원사업은 올해부터 시행되는 것으로, 냉해를 방지하는 방상팬이나 미세살수 장치를 설치하는 사과·배 농가에 보험료 할인도 기존 20%에서 25%까지 확대한다. 농작물재해보험은 품목별로 가입 시기가 다르므로 가입을 희망하는 농업인은 가까운 지역 농·축협이나 품목농협에 문의하면 자세한 안내를 받을 수 있다.

문의 경기도 친환경농업과 031-8008-4431



<나의 경기도>
5월호를 읽고

5월호에서 가장 인상 깊었던 기사는 ‘평화누리길, DMZ열차’에 관한 내용이었어요. DMZ를 따라 이어지는 평화누리길과 DMZ열차를 직접 체험할 수 있는 정보를 담고 있어서, 평소에 쉽게 접하기 힘든 비무장지대의 자연과 역사를 가까이 느낄 수 있다는 점이 정말 매력적으로 다가왔습니다.

고유미

경기도가 아빠 육아휴직 장려금을 월 30만 원씩 지원한다는 기사가 가장 인상 깊었습니다. 경기도처럼 인구가 많은 지역에서 이러한 지원이 확대되면 사회 전반에 긍정적인 변화가 생기리라 기대됩니다.

고광일

기후위기로 인해 전 세계가 어려움을 겪고 있는데 도민을 위한 기후보험을 통해 도움을 받을 수 있다는 것이 반갑게 느껴졌습니다. 많은 도민이 혜택을 받아 어려움을 극복하고 일상생활을 영위할 수 있는 기후보험에 관심을 가지게 되길 기대합니다.

김성철

다음 QR을 스캔하여 구독후기를 보내주세요.



*후기가 실린 세 분에게는 1만 원 상품권과 ‘기회에 날개’ 캠페인 참여 작가의 작품으로 만들어진 가방을 선물로 보내드립니다.
단, 가방을 수령하신 분은 개인SNS에 착용샷과 나의 경기도 캠페인 내용을 업로드하여야 합니다.

기타 당첨자

전기홍 010-XXXX-4618
오주현 010-XXXX-3463

사진 퍼즐 이벤트



정답 : 루덴시아 테마파크, D-A-F-B-C-E

당첨자

하은순 010-XXXX-8611
이경재 010-XXXX-0025
이정아 010-XXXX-5819
김민수 010-XXXX-7604
임은주 010-XXXX-8432

낱말퀴즈 이벤트

1 아	바	1 육	아	후	직
		개			
		2 장	2 기		
			후		
			보		
			협		

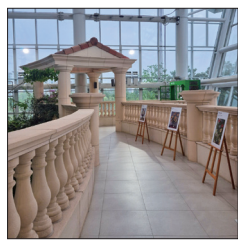
당첨자

장웅선 010-XXXX-5008
고은호 010-XXXX-6610
심은하 010-XXXX-7539
김성란 010-XXXX-8014
최우준 010-XXXX-1513

경기 명소 인증샷 이벤트



강순임



이지현



오영진

기타 당첨자

김미숙 010-XXXX-5246
백진주 010-XXXX-5997

정기 구독 신청 안내

경기도에서 발행하는 <나의 경기도>는 무료로 배부되는 월간 소식지입니다. 정기 구독을 신청하시면 다음 호부터 발송해 드리겠습니다.



구독 신청, 구독 취소, 주소지 변경

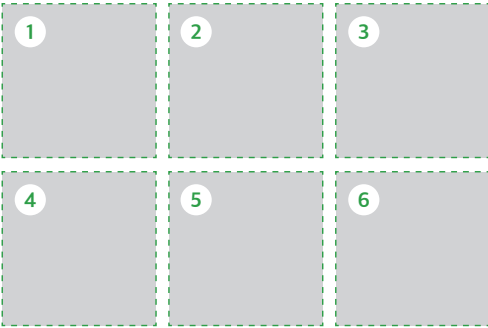
apply.gg.go.kr/myggd
문의 031-8008-2827 / magazine@gg.go.kr

<나의 경기도>
이벤트에
참여하세요!



EVENT 1. 이곳은 어디일까요?

아래 사진은 <나의 경기도> 6월호에 실린 사진입니다. 조각조각 흩어져 있는 사진의 순서와 사진의 장소가 어디인지 정답을 맞춰주세요!



정답

장소 :

알파벳 : () - () - () - () - () - ()

참여 방법 ① 상단 QR 코드를 찍어 ② 장소 이름과 ③ 우측의 숫자 순서대로 알파벳을 적어 보내기
참여 기간 6월 20일(금)까지
당첨 선물 1만 원 상품권

EVENT 2. 가로세로 낱말 퀴즈

아래 설명을 읽고 빈칸 속 낱말을 적어보세요. 정답 중 두 가지는 <나의 경기도> 6월호 속에 있습니다.

1					2		
2							



낱말 퀴즈 응모하기

가로1. 개인당 30만 원 범위 내에서 시험 응시료를 실비로 지원하는 청년지원 제도
가로2. 양쪽의 사이
세로1. 역사를 전문으로 연구하는 사람
세로2. 만난 자(者)는 반드시 헤어짐

참여 방법 ① 상단 QR 코드를 찍어 ② 각 빈칸에 맞는 정답 적어 보내기
참여 기간 6월 20일(금)까지
당첨 선물 1만 원 상품권

EVENT 3. ‘경기 명소 인증샷’ 이벤트

여러분이 생각하는 경기도의 명소는 어디인가요? 해당 장소에서 찍은 사진과 간단한 설명(때, 장소, 함께한 이, 장소에 대한 감상 등)을 공유해주세요.



참여 방법 ① 상단 QR 코드를 찍어 ② 본인이 촬영한 풍경사진 원본과 ③ 사진에 대한 간단한 설명 적어 보내기

참여 기간 상시
당첨 선물 1만 원 상품권



● 2025년 경기남부 지역새일센터 직업교육 훈련생 및 행사 모집 안내

주요내용 : 취업을 희망하는 여성 구직자를 위한 직업교육과정 및 행사 안내

지역	과정명	신청대상	신청기간	교육일정	교육장소	신청방법
성남	경력보유여성 취업준비교육 '취업희망교실'	재취업을 희망하는 여성	7기 8기 9기	6. 5.(목) 18:00 6. 9.(월)~ 6. 13.(금) 6. 9.(월)~ 6. 19.(목) 18:00 6. 23.(금) 6. 27.(금) 6. 20.(금)~ 7. 3.(목) 18:00 7. 7.(월)~ 7. 11.(금)	6. 9.(월)~ 6. 13.(금) 6. 23.(금) 6. 27.(금) 7. 7.(월)~ 7. 11.(금)	누리집 (www.snw.or.kr) 또는 전화 031-718-6696
	시활용이모티콘 크리에이터 양성 과정	도내 미취업자 및 경력보유여성	~7. 6.(일)	7. 22.(화)~ 10. 22.(수)	성남 여성인력 개발센터	방문 또는 이메일 (snw0502@daum.net) 031-718-6696
	세무회계 사무원 양성 과정	도내 미취업여성	~7. 13.(일)	7. 21.(월)~ 10. 14.(화)		
	행사안전요원 양성 과정	도내 만 40세 이상 50세 이하 여성	~6. 17.(화)	6. 18.(수) 10:00~13:00		전화 접수 및 내방 예약 031-718-6696
	대체급식조리원 진입 준비 교육	도내 만 40세 이상 취업 의지가 있는 여성	6. 16.(월) ~7. 17.(화)	7. 18.(금) 10:00~13:00		
	직업상담사 전문가 과정	도내 여성 구직자	~6. 20.(금)	7. 7.(월)~ 9. 22.(월)	수원 여성인력 개발센터	방문 접수 031-206-1919
영통	소원몰 창업 과정	도내 여성 초대를 이상 구직자	~6. 27.(금)	7. 7.(월)~ 9. 22.(월)		
	세무회계 실무자 양성 과정	도내 여성 구직자	~7. 9.(수) 18:00	7. 17.(목)~ 10. 20.(월)	연락 후 방문 접수 031-453-4360	
안양	실전경제교육 강사 양성과정	도내 여성 구직자	6. 9.(월)~8. 12.(화) 16:00	8. 19.(화)~ 11. 4.(화)		
	치매예방 관리 전문가	구직여성(요양보호사, 간호조무사, 사회복지사 우선 선발)	~7. 4.(금)	7. 18.(금)~ 9. 15.(월)	방문신청 031-439-2060	
안산	청소 매니저	도내 중장년 여성 구직자	선착순	7. 9.(수)	방문 070-4924-9009	
	중장년 생애설계특강			6. 20.(금)		

지역	행사명	신청대상	신청기간	주요 내용	문의처
영통	2025년 기업한계 개선행사	영통새일센터를 통해서 여성근로자를 채용한 기업	~6. 30.(월)	1개 기업당 총 사업비의 70%까지 지원 (사업비 500만 원 한도 내) 시설환경개선 및 물품구입	031-206-1919
이천	2030 청년특화 프로그램 '청심환'	이천 관내 청년구직자 (19~39세)	6. 3.(화)~ 6. 20.(금)	3차 일시: '25. 6. 10.(화) 14:00(20명) 주제: 나를 발견하고 가치를 더하다 강사: 이주현(코코멘토 컨설팅) 4차 일시: '25. 6. 25.(수) 14:00(20명) 주제: 할기로 내면의 나와 만나는 시간 강사: 정혜미(살루벨공방) 장소 이천여성회관 강의실	031-634-2956
성남	심리상담	구직(준비)/재직 여성	~11. 30.(선착순 마감)	~(심리상담)취업전략 수립, 진로고민, 경력개발 등 일시: 선발 후 13:00~17:00(1인 1시간/최대 3회) ~(노무상담)계약서, 퇴직금, 무단해고, 실업급여 등 일시: 선발 후 14:00~18:00(1인 1시간/최대 3회) ~내용: 1:1 무료 대면상담	031-718-6696
	노무상담				
	기업체 노무상담 컨설팅	성남시 및 인근지역 기업체		운영횟수: 1개 기업 기준 2회 무료 컨설팅 내용: 전문 노무사가 기업으로 방문하여 기업의 인사노무 관리 및 근로계약, 퇴직금 등 솔루션 제언	
	예비창업자 대상 '창업컨설팅'	창업을 위해 컨설팅이 필요한 여성		운영기간: '25. 7.~11.(5회 운영) 1일/3시간 장소: 성남여성인력개발센터 내용: 성공적인 창업을 위한 무료 컨설팅 제공	
안양	안양여성 인력개발센터 30주년 기념 행사	도내 여성구직자	~6. 19.(목)	일시: 6. 20.(금) 14:00~16:00 장소: 안양시 평생교육원/동안평생학습센터 강당 내용: 오프닝 공연, 취업성공 스토리, 강연 등	031-453-4360
	2025년 꿈이룸 페스티벌	지역 주민	-	일시: '25. 6. 14.(토) 13:00~17:00 내용: 플리마켓, 체험 부스 운영 등	031-439-2060
안산	승승장구 커리어 설계	재직(우선선발) 및 구직여성	연중	1:1상담(3회), 참여자와 일정 조율, 경력개발 상담	031-439-2060
	내마음을 토닥토닥			1:1상담(10회), 참여자와 일정 조율, 심리고충 상담	
	오리스 핫플	센터를 통해 여성 근로자를 채용한 기업	~6. 30.(월)	기업당 총 사업비의 70%, 최대 500만 원 여성화장실 등 사무공간 및 작업공간 개선	
	인식개선 캠페인 커피차 지원	안산시 관내 기업체		100인 이상의 여성근로자 비율이 높은 기업 경력단절예방 캠페인 진행	

● 2025년 경기북부 지역새일센터 직업교육 훈련생 모집

주요내용 : 취업을 희망하는 여성 구직자를 위한 직업교육과정

지역	교육명	운영장소	신청대상	모집 인원	모집기간	교육기간	신청방법
남양주	ERP 재무사무원 (여성가족부지원 직업훈련과정)	한글과컴퓨터 학원	경력회계 분야 취업희망 여성	20명	~6. 30.(월)	7. 11.(금)~ 9. 15.(월)	방문, 온라인 (nyjsa0886@naver.com) 031-577-0886
양주	일티사무원 양성과정	양주시 여성일생활 균형지원센터 (고암길226)	수료 후 취업 의지가 확고한 여성	20명	~6. 20.(금)	7. 7.(월)~ 8. 29.(금)	방문접수 031-849-2357
	집단상담 프로그램	양주고용복지플러스센터 2층 프로그램 1실	취업을 희망하는 50~60대 여성	15명	상시	6. 16.(월)~ 6. 20.(금)	이메일 또는 방문 접수 031-849-2353~4
포천	시활용 굿즈 이모티콘 디자이너	대진대학교 및 본센터		16명	~6. 4.(수)	6. 12.(목)~ 10. 2.(목)	방문접수 031-541-7943 070-4543-7947
	집단상담 취업준비 프로그램	근로자종합 복지관 4층 (집단상담실)	취업 희망여성	15명	~6. 5.(목) ~6. 23.(월)	6. 9.(월)~ 6. 11.(수) 6. 24.(화)~ 6. 26.(목)	

● 2025년 경기도 청년 복지포인트 1차 모집

주요내용 : 1년간 총 120만 원(반기별) 복지포인트 지급!

경기도 청년 복지포인트 신청하세요!

모집내용	
신청자격	만 19세 이상~만 39세 이하 경기도 거주 청년 근로자
신청기간	6. 1.(일)~6. 12.(목) 18:00까지
모집인원	10,000명 내외
신청방법	온라인 신청(http://youth.jobaba.net)
문의	청년노동자지원사업 콜센터 1577-0014(평일 09:00~18:00)
상세요건	
※ 병역 의무 이행자는 병역의무이행 기간만큼 신청연령 연장(최고 3년) ※ 4대 사회보험 미가입자 신청가능 ※ [중복참여가능] 내일채움공제, 청년재직자내일채움공제, 청년내일채움공제 사업 참여자 신청 가능	
- 경기도 내 중견·중소기업, 소상공인업체, 비영리법인 재직자 중 주 36시간 이상 근무 및 6개월 이상 동일 사업장 근무자(단, 비영리법인 중 국가·지방자치단체, 공공기관 재직자 신청 불가) - 건강보험료 6개월(24년 12월~25년 5월) 평균 127195원(월 과세금액 359만 원) 이하 납부자 (4대 사회보험 미가입자의 경우 6개월(24년 12월~25년 5월) 평균급여 359만 원 이하인 자) ※ 세부 신청자격 등은 공고문 및 신청 누리집 참고	

● 2025년 경기도 베이비부머 인턴십(기업근무형) 참여기업 및 참여자 모집

주요내용 : 베이비부머 직무 경험 제공과 기업 인력난 해소를 지원합니다.

상세내용		
모집내용	지원자격	(참여기업) 근로자 5인 이상 경기도 소재 중소·중견 사회적·소셜벤처 기업 (참여자) 40세 이상~65세 미만(1961~1985년생) 경기도 거주 구직자
	모집기간	~9. 15.(월) 18:00(900명 인턴 매칭)
	접수방법	온라인 신청 (잡아바 어플라이: https://hr.kr/cgX5P)
지원내용	참여기업	인턴 1인당 월 120만 원씩, 총 3개월간 인건비 지원 (최대 10명)
	참여자	① 인턴십 근무 기회 제공 (주 40시간, 3개월, 4대 보험 가입) ② 직장 적응 멘토링 및 역량 강화 교육 제공

※ 세부 내용은 잡아바 어플라이 통합접수시스템에서 확인해주세요.

문의: 경기도일자리재단 광역지원팀(1555-6525)



지금 바로 신청하세요!



카드받고



앱 깔고



등록하세요

※ K-패스 전용카드 발급 후, K-패스 홈페이지 또는 App에서 등록만 하면 자동 환급

19~39세 청년은 **30% 환급**

40세 이상 일반은 **20% 환급**

다자녀가구는 **30~50% 환급**

저소득층은 **53% 환급**

전국 어디서나 이용가능한

The 경기패스

※ 월 15회 이상 대중교통 이용시 무제한 환급 지원

※ 단, 시외(고속)버스, 공항버스, KTX 등 별도 발권받아 탑승하는 교통수단은 제외