변화의 중심
기회의 경기

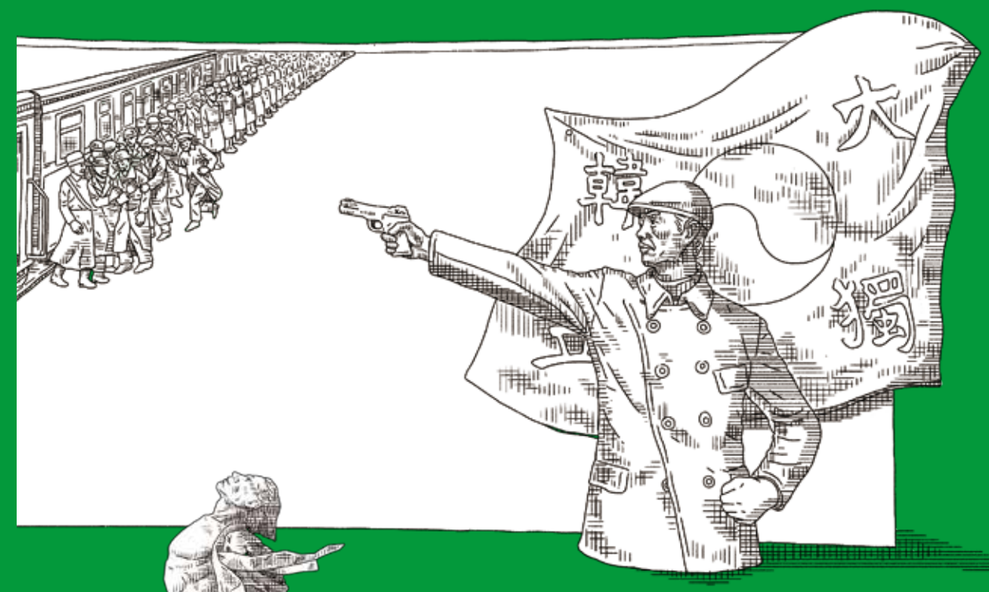
MIX
Paper | Supporting responsible forestry
FSC® C199968
www.fsc.org

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

나의 경기도

나의 경기도

2025
03



우리가 되찾은 빛
제대로 반듯하게

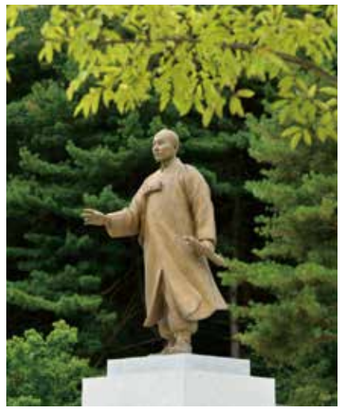
2025 MARCH

변화의 중심
기회의 경기

글 편집실 사진 김성재

우리가 되찾은 빛 제대로 반듯하게

'역사를 잊은 민족에게 미래는 없다'라는 말처럼
우리의 치열한 역사가 지금의 평온한 일상을 있게 한 근간이자
원동력임을 반드시 기억해야 할 3월, 그리고 2025년.
광복의 의미를 '제대로 반듯하게' 알고 또 이어 나가는 것은
자유와 독립의 가치를 되새기는 중요한 과정입니다. 광복 80주년이라는 기념비적인 해의
의미를 따로 떠올리지 않더라도 우리의 삶과 일상은 늘 선열들의 숭고한 희생과
독립에의 의지가 있었기에 존재할 수 있는 것임을 잊지 말아야 하겠습니다.



안중근공원

3.1운동기념관

조소앙기념관

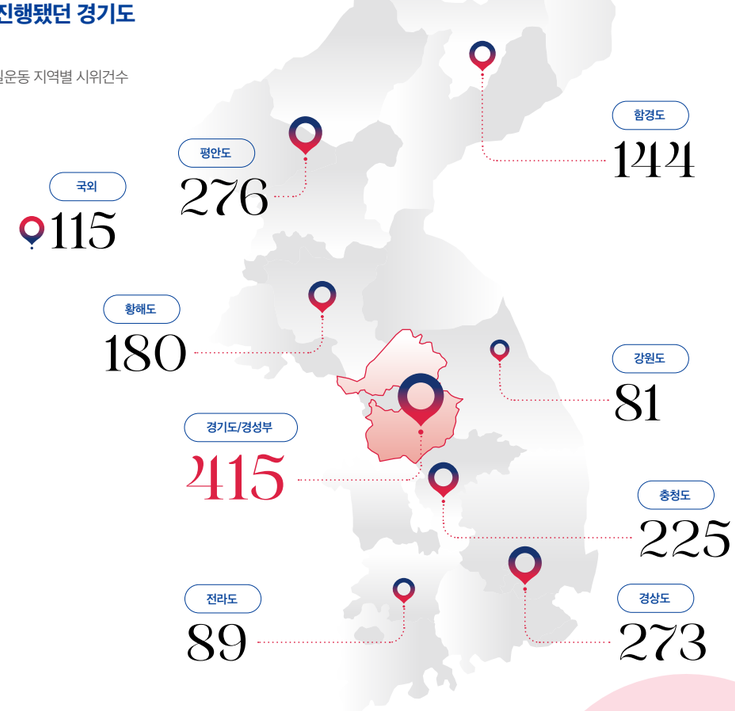
정리 편집실 **참고** 일제의 식민지정책과 경기도((사)기전역사문화서포터즈, 2020)

3·1운동의 중심지였던 경기도

일제는 1910년 조선을 병합하면서 우리 민족 말살을 위한
강압적인 무단통치와 토지조사사업 등을 통해 전 민족의 생존을 위협하였다.
이에 일제에 대한 분노와 저항은 전민족적인 항일운동으로 이어졌다.
서울을 비롯한 주요 도시에서 시작된 3·1운동은 순식간에 전국적으로 확산되어
3월 상순에 이르러 13도 전역으로 퍼져 나갔다.
그중 경기도 지역은 전국에서 가장 치열하게 만세시위를 벌인 지역이었다.

전국에서 가장 격렬한
항일운동이 진행됐던 경기도

1919년 국내외 삼일운동 지역별 시위건수



출처 : 우리역사넷

1919년 3월부터 3개월간의 항일운동 추이를 살펴보면 경기도와 경성부의 합계 횟수는 415회이다. 경성부의 31회를 제외하면 경기도는 384회로, 이는 경기 지방에서 가장 열심히 운동이 전개되었다는 것을 나타낸다. 특히 고양군, 개성군, 양주군, 장단군, 강화군, 시흥군, 수원군이 격렬했다. 처벌자의 숫자가 압도적 우위를 점하고 있다는 사실을 통해서도 이를 확인할 수 있는데, 전국의 지역별 탄압 수치에 관한 연구 결과에 따르면, 전체 총 776건 중에서 경기도가 256건으로 전체의 33%를 차지하였다.

또한, 경기 지방의 항일운동은 한국독립운동 각 영역에 걸쳐 빠짐없이 전개되었다. 의병전쟁과 계몽운동을 거쳐 3·1운동 후에는 정치적으로 임시정부의 수립과 활동, 사회경제적으로는 농민운동, 노동운동, 여성운동, 학생운동, 소년운동, 물산장려운동, 협동조합운동으로 확대되었다. 그리고 수원·인천·개성을 중심으로 민립학교들의 민족교육을 비롯한 문화운동에 이르기까지 모든 영역에서 독립운동을 전개한 곳이 경기도였다.

벽화로 남겨진 이정근 선생과 발안장 3·1운동 / 출처 : 화성시

발안 지역에서는 발안 장날인 1919년 3월 31일을 기해 1,000여 명이 모여 독립만세 시위를 했다. 이정근은 이날 시위에 참여한 남성들에게 흰 갓을 쓰거나 기존의 갓에 흰 천을 두르게 했다. 흰 갓, 백립은 3월 초 승하한 고종황제를 추모하는 의미였다.

1982년 제암리 발굴 현장 / 출처 : 경기도

가장 치열했던 경기남부의 독립운동

지금의 수원시, 오산시, 화성시 인근을 모두 포함하는 옛 수원군의 3·1운동은 전국에서 가장 치열하게 벌어졌다. <경기도 항일독립운동사>(1995)에서는 수원군의 3·1운동에 대해 '3·1 독립전쟁'이라고 불러도 좋을 만했다고 썼다. 실제 상해 '독립신문'은 수원의 3·1운동 시위대를 '독립군'이라고 표현하기도 했다. 특히, 일제의 제암리 학살은 이 지역 운동의 치열함과 일제의 잔혹함을 보여주는 사건인데, 이 사건의 단초가 된 것이 발안장 시위였다.

수원·화성 지역의 3·1독립만세운동은 송산·사강 지역, 우정·장안 지역, 발안 지역으로 구분된다. 이 가운데 발안 지역의 3·1독립만세운동을 이끈 인물이 이정근이다. 발안 지역에서는 발안 장날인 1919년 3월 31일을 기해 1,000여 명이 모여 독립만세 시위를 했다. 이정근은 이날 시위에 참여한 남성들에게 흰 갓을 쓰거나 기존의 갓에 흰 천을 두르게 했다. 흰 갓, 백립은 3월 초 승하한 고종황제를 추모하는 의미였다. 시위 군중들은 만세를 소리높여 부르며 행진하면서 길가의 일본인 가옥에 돌을 던졌다. 이정근은 시위대를 이끌며 맨 앞에서 '조선독립만세'를 외치고 있었다. 수비대장 사이다(左板)가 칼을 들고 이정근의 복부를 내리치자, 이정근은 흘러내리는 피를 손으로 받아 수비대장의 얼굴에 뿌리면서도 '조선독립만세'를 외쳤다. 결국 일본 수비대장의 칼에 이정근은 63세의 나이로 유명을 달리하게 된다. 이후 정부는 이정근의 공적을 기려 1991년에 애국장을 수여했다.

발안장 시위에서 확산된 제암리 학살 사건

당시 수원군 중 현재 화성 지역은 일제강점기 다른 어느 지역보다 강렬한 독립 투쟁이 벌어진 곳이다. 지역 주민들은 일제의 통치기구인 면사무소와 헌병 주재소를 표적으로 삼았다. 발안장 시위에서 이정근을 비롯한 주민들이 일제의 칼에 목숨을 잃으면서 주민들의 분노는 더욱 거세졌다. 이때 육군 '보병 79연대' 소속 중위 아리타 도시오(有田俊夫)가 지휘하는 보병 11명이 발안에 왔다. 주모자들의 대대적인 검거로 만세 시위가 잦아드는 듯했지만, 시위는 계속되고 있었다. 아리타 중위는 발안장에 또다시 모인 군중이 제암리에 있는 예수교·천도교인이라는 첩보를 듣고 부하 11명과 일본 순사, 순사보를 대동해 제암리로 향했다. 그는 당시 인근에 거주하는 일본인 사사카와 조선인 순사보 조희창을 내세워 제암리에 사는 성인 남자들을 교회에 모았고, 오지 않은 사람이 있으면 직접 찾아가 교회로 모이게 했다. 천도교 전교사 안종환은 일본의 검은 속내도 모른 채 어린 아들을 안고 교회당으로 들어갔다가 함께 무참히 살해됐다. 아리타 중위는 학살이 끝나자 교회에 짚더미를 던지고 석유를 뿌려 불을 질렀다.

일본군의 학살은 여기에서 그치지 않았다. 건너 마을인 고주리로 가서 집에 있던 일가족 6명을 모두 산 채로 태워 죽이는 만행을 서슴지 않았다. 이 일은 커티스, 테일러, 언더우드 등의 선교사에 의해 알려지게 된다. 학살의 주범인 아리타 도시오는 해당 사건을 은폐하려고 시도했으나, 그해 7월 국제적인 여론에 떠밀려 군사재판에 넘겨졌다. 하지만 재판부는 학살을 자행한 아리타 중위에게 무죄를 선고했다.

두고두고 기억해야 할 아픈 역사

해방이 되기 전까지 제암리 사건은 언급조차 될 수 없었다가 1959년 4월이 되어서야 비로소 알려지며 이승만 전 대통령의 친필로 된 순국 기념탑을 세울 수 있었다. 1990년대 중반 중앙청(구 조선총독부 청사)을 철거하는 등 일제 잔재 청산 및 복원 움직임이 활발해지면서 제암교회도 재복원 사업이 시작되었다. 이에 따라 1997년에 문화재관리국 주도로 제암교회 복원 및 새로운 3·1운동 순국유적기념관 건축 사업이 추진되었고 1만7천여㎡의 제암리 성역단지 내에 1,300여㎡ 규모의 새로운 순국기념관, 23인 순교묘지, 상징조형물 등이 조성되어 2001년 3월 1일에 완공되었다. 현재도 명맥을 이어오고 있는 제암교회에서는 영상물과 교육자료 등을 통해 제암리 학살 사건 당시의 내용을 자세히 알아볼 수 있다.

제암리 학살과 방화 현장 /
출처 : 화성시

Contents

2025. 03. VOL.189

기회 경기

도민을 위한 정책 가이드

04
경기, 광복 80주년
3·1운동의 중심지였던
경기도

10
지금, 더, 특별한 경기
켜켜이 쌓인 이야기 따라 걷는 그 길
경기 골목길 투어

18
기회의 경기
경기도가 제시하는
중장년일자리 해법 찾기

24
이로운 경기
돌봄의 발상을 바꾸다
경기형 가족돌봄수당

26
기회소득 고마워!
경기도는 지금 '기후행동' 열풍!
송한목 탄소중립지원센터 도민추진단 단장

변화 경기

특별한 소통과 참여

28
슬기로운 경기생활
Q&A로 알아보는 경기도 4.5일제

30
친환경 경기생활
도심 속 푸른 공기청정기
경기도 도시숲

32
시터뷰
우리가 잊지 말아야 할 역사,
우리가 이어 나가야 할 독립운동 정신
광복회 이종찬 회장

36
천권으로
나무와 책을 갈고 닦는 곳
우리 동네 독립서점 '수연목서'

40
막걸리가 궁금해!
막걸리는 못 참지!
'#막확행(막걸리가 주는 확실한 행복)' 200% 즐기는 법

일상 경기

더 나은 삶을 위한 생활, 문화

44
특별한 하루
직접 만들어 더 특별해!
백은비·박지오 부부의 막걸리 빚기 체험

46
웰니스 라이프
천천히 나이 들고 싶나요?
그렇다면 '저속노화식단' 하세요!

48
소방관 허창범
소화기 없으면 과태료 낸다구요?
주택용 소방시설 설치

50
의회 인사이드

54
이달의 놀력

56
경기도는 지금

58
신규 구독 이벤트

60
독자 이벤트

62
일잡꿈잡

www.gg.go.kr 나의 경기도

문자 음성 변환 코드, 보이스아이

GYEONGGI MONTHLY MAGAZINE

발행처 경기도
발행인 경기도지사 김동연
편집인 홍보기획관 이원일
제작부서 도민소통담당관
발행일 2025년 3월 1일

변화의 중심 기회의 경기

OPEN 공공누리 출처표시 상업용금지 변경금지 공공저작물 자유이용허락

<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 웹진 | 경기도 누리집 | 경기도 유튜브

글 편집실 **사진** 김성재

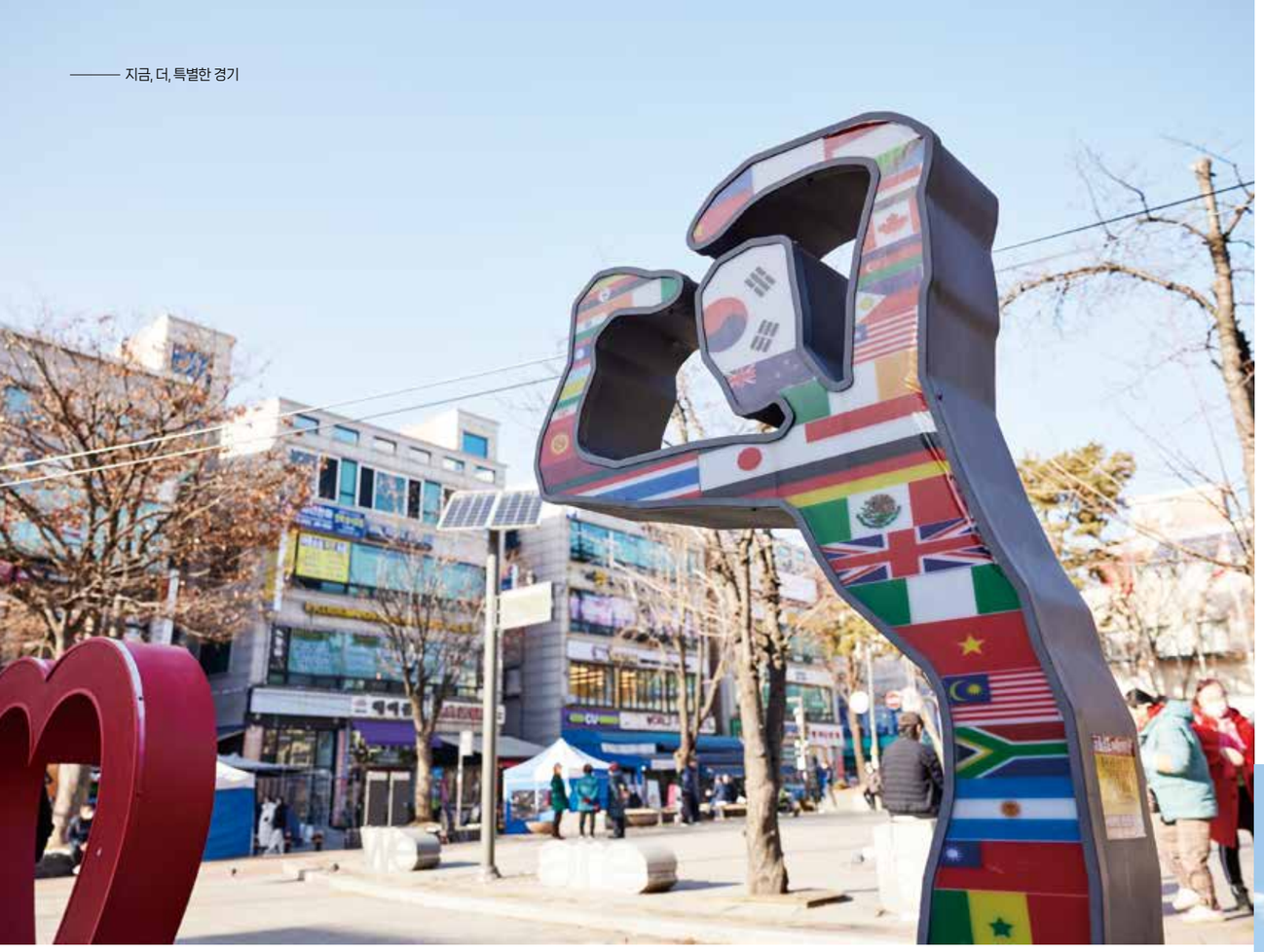
켜켜이 쌓인 이야기 따라 걷는 그 길 경기 골목길 투어

골목길은 정해진 기간 내 만들어지는 조형물과는 결을 달리한다.
어제, 그제, 10년 전, 100년 전 그 누군가가 밟고 달리고 멈춰서길 반복했던 곳이자,
사라지고 나타나고 올라가고 내려가길 반복한 수없이 많은 풍경을 거쳐 현재에 이른,
시간의 적층물이라 해도 과언이 아니다.
그래서 골목길에는 과거가 있고 우리가 내달려야 할 미래가 있다.
그 골목길에 쌓인 다양한 이야기를 들어보는 시간.

자박자박, 옛이야기를 따라 걷는 길

골목여행의 묘미는 한 걸음 한 걸음 길을 따라 걸으며 숨은 명소를 발견하는 데 있다. 여기에 매력적인 이야기가 더해진다면 그야말로 금상첨화다. 정조대왕이 사랑했던 조선의 거리부터 K-드라마의 주인공이 되어보는 인증사진 명소까지 크고 작은 골목들이 다채로운 분위기를 자아내는 수원 행리단길. 웅장하고 아름다운 수원화성에 둘러싸인 이곳은 과거와 현재, 미래를 넘나드는 팔색조 매력을 품고 있어 오랜 세월 수원의 대표 명소로 꼽히는 곳이다. 역사·문화 명소부터 SNS 인기 맛집까지 구석구석 즐길 것이 많아 발길 닿는 대로 가볍게 둘러봐도 좋다.

수원 행리단길 경기도 수원시 팔달구 장안동



다양한 문화의 평화로운 공존

경기도 안산시는 외국인이 가장 많은 고장이다. 외국인에 대한 편견 때문에 불편한 시선을 던지는 사람도 많다. 하지만 그 알량한 편견을 조금만 접어두면 한국 속 작은 세계가 보인다. 안산시 단원구 원곡동 일대는 2009년 다문화특구로 지정되면서 거리풍경도 점점 달라지기 시작했다. 세계 각국의 다양한 음식을 맛볼 수 있는 다문화음식거리도 있어 해외로 나가지 않아도 각국의 전통음식을 즐길 수 있다. 다양한 문화가 평화롭게 교차하여 마치 외국에 나와 있는 듯한 이국적인 느낌마저 든다.

안산 다문화거리 경기도 안산시 단원구 다문화길 16

KOR 나의 경기도
www.gg.go.kr

향긋한 커피 한잔으로 일상에 특별함을

동편마을은 '변두리 마을'이다. 차로 지나다 보면 평범한 신도시의 택지지구 모습을 하고 있다. 그러나 한 걸음 들어서면 이야기는 달라진다. 주말이면 외지에서 온 젊은이들로 북적이고, 주중에는 인근 주민들의 쉼터이자 도심 속 커피 한 잔의 여유를 즐기는 낭만 넘치는 곳으로 변신한다. 여느 신도시처럼 한적하던 곳. 골목 곳곳에 감성 넘치는 카페들이 자리를 잡으면서 평범하던 골목은 이제 '카페거리'로 불리게 됐다. 대부분 개성 강하고 형형색색의 젊은 감성을 뿜는다. 향기로운 커피와 브런치 메뉴로 여유를 만끽할 수 있다.

안양 동편마을 카페거리 경기도 안양시 동안구 동편로183번길 일원

매일 도자기를 빚는 마을

고운 흙과 맑은 물로 대표되는 이곳은 이천 예스파크의 마을 중 하나인 회랑마을의 골목길로, 공방과 공원이 조화를 이룬 국내 최대의 공예마을이다. 4가지 테마 마을로 구성되어 있으며 각 마을마다 색다른 볼거리와 즐길 거리가 풍부하다. 사부작마을과 회랑마을, 가마마을과 별마을을 거닐며 커다란 도자기 조형물이나 개성적인 건물 아래서 하나뿐인 인생사진을 남겨볼 수 있다. 골목 구석구석에 숨은 공방에서 예술가와 함께 도자기를 만들어 칠하고, 갤러리에서 작품을 감상하거나 공예품을 구매할 수도 있다.

이천 도자예술마을 회랑길 경기도 이천시 신둔면 도자예술로62번길 28-22

KOR 나의 경기도
www.gg.go.kr

차곡차곡 쌓인 시간의 적층물 따라

골목길 따라 차곡차곡 쌓인 돌담, 푸릇한 기운이 조금씩 싹을 틔우는 풀과 나무들, 저 멀리 보이는 산등성이…. 한음골 돌담길은 남양주 조안면의 한음마을을 지나는 골목길이다. 도시에서는 좀처럼 보기 힘든 돌담길이 정겨운 마을, 탁 트인 경관과 어우러진다. 한음 이덕형 선생이 사랑했던 풍경이기도 하다. 조용하고 아름다운 한음마을에 세워진 '한음골 별서터'는 한음 이덕형 선생이 부친을 봉양하고 여생을 보내기 위해 지은 집의 터다. 별서터에는 한음 선생이 직접 심은 은행나무 두 그루가 남아 있는데, 남양주시 보호수로 지정되었다. 돌담길을 따라 걸으며 느림의 미학을 몸소 경험해 봐도 좋겠다.

남양주 한음골 돌담길 경기도 남양주시 조안면 한음길4

음악 타고 시간이 흘러드는 곳

때때로 과거에서 새로운 길을 찾을 때가 있다. 아스라한 기억의 끄트머리를 좇다 보면 우연히, 갑자기, 불현듯 깨달음을 얻게 되는 그런 때. 과거로 향하는 열차를 타고 음악이 흐르는 공간 속에 발걸음을 멈춰 세운다. 경춘선 시간여행거리는 가평역에서 과거로 잠시 돌아가 보는 시간을 선사한다. 구 가평역이 문을 닫은 후 10여 년 만에 다시 돌아온 무궁화호 열차는 추억을 가득 담은 전시장으로 꾸며졌고, 기차역은 음악 문화공간으로 새롭게 변신했다. 음악을 타고 추억이 흘러들어오는 곳. 방문객은 이내 거리의 매력에 푹 빠진다.

가평 경춘선 시간여행거리 경기도 가평군 가평읍 대곡리 174-3

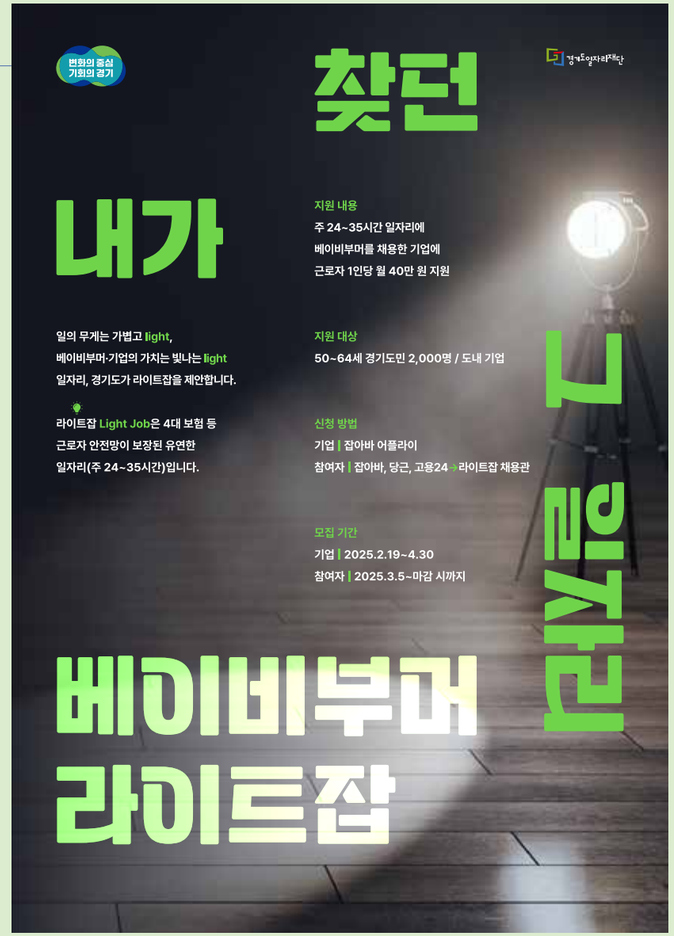
경기도가 제시하는 중장년일자리 해법 찾기

올해부터 944만 명에 달하는 2차 베이비부머 세대의 은퇴가 본격적으로 시작된다. 2차 베이비부머는 1차 베이비부머(685만 명)보다 수도 많은 데다, 특성도 달라 사회적 준비의 필요성이 계속 제기되어 왔다. 고용노동부에 따르면 2차 베이비부머가 1차 베이비부머와 다른 점은 '고학력·사무직'이라는 점이다. 문제는 이런 고학력·사무직 근로자가 은퇴 후 자신의 경력을 살리기가 쉽지 않다는 데 있다. 경기도는 이러한 문제를 해결하고자 중장년의 재취업을 위한 정책 마련에 나섰다. 일과 삶의 균형을 위해 시간제 근무를 희망하는 베이비부머의 수요가 전일제 못지않게 많다는 점에 착안한 '베이비부머 라이트잡' 사업과 경력 전환 전 일 경험을 위한 '인턴십 사업'이 그것이다.

내가 찾던 그 일자리 베이비부머 라이트잡

라이트잡이란?

'라이트잡'은 경기도의 새로운 중장년 일자리 브랜드명으로, '일의 무게는 가볍지만(Light) 베이비부머와 기업의 가치는 재조명(Light)되는 일자리'라는 뜻이다. 풀타임 근무보다 부담 없이 경제활동에 참여할 수 있고, 경험과 전문성의 가치를 재조명하는 데 적합한 일자리를 말한다. 도는 올해 도비 62억8,000만 원을 확보해 도내 50세 이상 65세 미만 중장년층 2,000명에게 사회안전망이 보장된 유연한 일자리를 지원하고, 채용기업에는 근로자 1인당 월 40만 원을 지원한다. 즉, 베이비부머는 주 24시간 이상 35시간 이하로 근무하며 4대 보험과 각종 직무·소양 교육, 안전한 근로 환경을 보장받을 수 있고, 해당 일자리에 50세 이상 65세 미만의 도민을 채용하는 기업의 경우 근로자 1인당 월 40만 원의 안전망 소요 경비를 지원받을 수 있게 된다.



'라이트잡'은 경기도의 새로운 중장년 일자리 브랜드명으로, '일의 무게는 가볍지만(Light) 베이비부머와 기업의 가치는 재조명(Light)되는 일자리'라는 뜻이다.

참여를 희망하는 기업이라면?

사업 참여를 희망하는 기업은 2월 19일부터 4월 30일까지 잡아바어플라이 통합접수시스템을 통해 신청서를 제출하면 된다. 작년 11월 라이트잡 사업에 대한 기업 사전 수요조사 결과에 따르면, 도내 기업 365개 사가 라이트잡 직무에 약 950명의 베이비부머 채용 의사를 밝힌 바 있다. 참여 희망 기업은 자격 등 자세한 내용을 경기도일자리재단 누리집 내 공고문에서 확인할 수 있으며, 예산 소진 시 선착순 선정 마감 예정이다.

근로를 희망하는 베이비부머라면?

라이트잡 근로를 희망하는 베이비부머는 오는 3월 5일부터 당근, 잡아바어플라이, 고용24 플랫폼을 통해 참여기업의 채용 정보를 확인하고 이력서를 제출할 수 있다. 경기도일자리재단과 경기중장년내일센터의 직업상담사가 기업과 베이비부머 간 빠르고 효율적인 구인·구직 매칭 서비스를 지원할 계획이다.

사업 참여를 희망하는 기업은 2월 19일부터 4월 30일까지 잡아바어플라이 통합접수시스템을 통해 신청서를 제출하면 된다.

With. 경기

경기 베이비부머 라이트잡 모집 안내

당근 잡아바 고용24

참여자

모집 기간 2025. 3. 5.(수)~마감 시까지

지원 자격

· 2025년 기준 50~64세(1960~1975년생)

· 신청일(또는 근로시작일) 기준 경기도에 주민등록을 둔 자

· 기타 참여 배제 조건에 해당하지 않는 자

지원 방법 잡아바, 당근, 고용24의 라이트잡 채용관에서 이력서 제출

* 지원 가능한 기업 채용 공고가 실시간으로 업데이트됩니다.

참여기업

모집 기간 2025. 2. 19.(수)~4. 30.(수)

지원 자격

· 인력 채용 사업장 소재지 및 채용자 주 근무지가 경기도인 기업

· 고용보험 피보험 근로자 1인 이상 기업

· 기타 자격 제외 대상(파견업 등)이 아닌 기업

지원 방법 잡아바어플라이에서 지원서 제출

기업과 베이비부머 모두의 Win-Win을 위한 베이비부머 인턴십

컨설턴트 활동비 지원하는 베이비부머 인턴십(컨설팅형)

베이비부머가 경험과 전문성을 활용하여 기업의 애로사항 해결에 도움을 줄 수 있도록 컨설턴트 활동비를 지원하는 사업이다. 컨설턴트는 R&D, 경영, 마케팅, 수출 등 대상 기업의 수요 분야에 따라 활동하게 된다. 특히 올해는 우수한 컨설턴트 인재 유입을 위해 컨설팅 수당을 작년 1회당 20만 원에서 30만 원으로 상향 조정하였다. 또한 컨설턴트의 역량을 강화하기 위해 심화교육 프로그램도 운영되며, 경기도 라이트잡센터 공간도 활용할 수 있게 된다. 컨설턴트 지원 자격은 5년 이상의 전문 경력을 보유한 40세 이상 65세 미만의 경기도민 100명이며 지원 기업은 도내 중견기업·중소기업·사회적기업이다.

* 1회 30만 원 × 연 최대 24회 컨설턴트 활동비 지원

구직자와 기업을 연결하는 베이비부머 인턴십(기업근무형)

구인난을 겪고 있는 중소·중견·사회적기업과 베이비부머 구직자를 연결해 인턴십을 지원하는 사업이다. 중장년층 대부분은 퇴직 후 지속적인 경제활동을 희망하는데, 경력 전환을 희망하는 중장년에게 가장 필요한 서비스는 '직업 경험'이다. 또한, 2023년 전경련 조사 결과 기업은 채용 시 '소통·인성'을 '전문성'보다 더 중요시하는 것으로 나타나 정규직 채용 이전에 상호 검증을 할 수 있는 기회가 필요하다. 이렇게 일하고자 하는 베이비부머와 채용하고자 하는 기업의 요구를 모두 충족시키기 위해 마련된 것이 바로 베이비부머 인턴십(기업근무형)이다. 도는 기업과 근로자에게 더 많은 참여 기회를 제공하기 위해 사업규모, 교육, 사후관리 등의 프로세스를 개선했다. 이 외에도 '매칭데이'가 신설됐다. 사회적기업의 참여율을 높이기 위해 사회적경제 관련 특강, 사회적기업 부스 운영(매칭, 면접 등)을 추진한다. 채용기업에는 근로자 1인당, 최대 3개월 동안 월 120만 원의 인건비가 지원된다.

* 인턴 근무 종료 시 기업에 지급

일하고자 하는 베이비부머와
채용하고자 하는 기업의 요구를
모두 충족시키기 위해 마련된 것이
베이비부머 인턴십(기업근무형)이다.

With. 경기

잡아바

참여기업 모집

모집 기간 2025. 3. 4.(화)~
대상 기업 도내 중견기업, 중소기업, 사회적기업
선정 절차 컨설팅 운영 계획, 법 위반 사실 여부 확인 등 자체 심사 후 대상 기업 선정
지원 방법 잡아바어플라이

컨설턴트 모집

모집 기간 2025. 3. 10.(월)~
모집 대상 해당 분야 5년 이상의 경력을 보유한 40세 이상 65세 미만 도민
모집 분야 R&D, 자금(투자), 경영, 마케팅, 수출 등 기업 희망 분야
지원 방법 잡아바어플라이

With. 경기

잡아바

참여기업 모집

모집 기간 2025. 3. 4.(화)~ ※ 모집 상황에 따라 추가 모집
대상 기업 도내 중견기업, 중소기업, 사회적기업, 소셜벤처
지원규모 1개 기업당 최대 10명
· 피보험자(고용보험 가입 기준) 수의 30%, 10인 미만 3명, 최대 10명
지원 방법 잡아바어플라이

참여자 모집

모집 기간 2025. 3. 10.(월)~(매칭 완료 시까지)
참여 대상 도내 40~65세 미만 미취업자
지원 방법 잡아바어플라이

정리 편집실

돌봄의 발상을 바꾸다 경기형 가족돌봄수당

'한 아이를 키우는 데 온 마을이 필요하다'라는 아프리카의 속담은 경기도 가족돌봄수당의 목적을 함축적으로 설명한 말이기도 하다. '돌봄'은 물리적으로 누군가를 안정적으로 돕는 행위를 넘어 유기적 공동체, 건강한 사회를 만드는 초석이다. 이는 보다 안정적인 돌봄을 위한 지원정책인 경기형 가족돌봄수당의 지향점이다.

경기도 '경기형 가족돌봄수당'은 경기도의 대표 복지정책 시리즈인 '360° 언제나 돌봄' 중 하나다. 특히 2023년 12월 경기도 인구톡톡위원회에서 논의된 안건이 실행된 사례로, 친인척 외 사회적 가족(이웃 주민)까지 돌봄비를 지원한다. 지난해 6월부터 화성, 평택, 광명, 군포, 하남, 구리, 안성, 포천, 여주, 동두천, 과천, 가평, 연천 등 13개 시군에서 서비스를 시작해 3,993가구(아동 4,298명)를 선정·지원했다.

KOR 나의 경기도
www.gg.go.kr

돌봄의 패러다임을 바꾼 폭넓은 지원

도는 지난 2월 3일부터 신청 접수를 시작했으며, 사전 협의된 화성, 안양, 파주, 광주, 광명, 하남, 군포, 오산, 양주, 구리, 안성, 포천, 양평, 여주 등 17개 시군의 양육공백 가정 5천여 가구를 선정·지원할 예정이다.

생후 24~48개월 미만 아동을 돌보는 4촌 이내 친인척(조부모 등) 또는 이웃 주민이라면 최대 월 60만 원을 지원받을 수 있다. 양육자(부 또는 모)와 아동(생후 24~48개월 미만)은 주민등록상 참여시군에 거주하고 맞벌이 등으로 양육공백이 발생한 가정이어야 하며 소득제한은 없다. 돌봄비를 받는 돌봄조력자인 조부모 등 4촌 이내 친인척은 타 지자체 거주자도 가능하지만, 사회적가족인 이웃 주민은 대상 아동과 같은 읍면동에 거주해야 하며 동일 주소 읍면동에 1년 이상 거주한 경기도민이어야 한다. 또한, 돌봄조력자로 선정되면 돌봄활동 전 '경기도평생학습포털(GSEEK)'에 회원가입 후 아동안전, 아동학대예방, 부정수급 등 의무교육을 이수해야 한다. 월 40시간 이상 돌봄을 수행하면 되며, 아동 1명일 경우 월 30만 원, 2명은 월 45만 원, 3명은 월 60만 원을 받는다. 아동 4명 이상은 제한을 둬서 돌봄조력자 2명 이상이 세심한 돌봄을 수행하도록 했다. 신청은 매달 1~10일(첫 달은 2월 3일부터 접수) 신청 양육자(부 또는 모)가 돌봄조력자의 위임장을 받아 '경기민원24 누리집(http://gg24.gg.go.kr)'에서 일괄 신청해야 한다. 자세한 문의는 관할 시군주민센터 또는 경기콜센터(031-120)로 하면 된다.

돌봄의 가치를 인정하는 사회를 위해

수혜자들은 '돌봄의 모든 순간이 행복할 수는 없지만 경기형 가족돌봄수당은 힘든 돌봄 과정의 적절한 보상이 되어준다'라고 말한다. 또한, 맹목적으로 조부모이기 때문에 손자녀 돌봄에 대한 무조건적인 희생을 요구받았던 시대적 패러다임을 바꾸었다는 장점도 있다. 초저출산 현상이 지속됨에 따라 심각한 인구 감소를 직면하고 있는 우리 사회에서 자녀를 낳고 키우는 돌봄부담은 온 사회

가 함께 나누어야 하는 과제로 받아들여지고 있다. 이에 경기도는 '360° 언제나 돌봄'이라는 비전 아래 아동돌봄체계를 마련하고 돌봄 사각지대를 해소하기 위해 다양한 사업들을 추진하고 있으며, 이들 사업 중 하나인 '경기형 가족돌봄수당' 사업을 통해 현재 한국 사회에서 맞벌이, 다자녀 등 양육공백 가정의 중요하고 실질적인 돌봄자원인 가족돌봄의 사회적 가치를 인정하고 있다.

Tip. 2025년 경기형 가족돌봄수당

신청 기간 2025. 2. 3.~5. 10. ※ 매월 1~10일 신청 가능

지원 대상
- 양육가정 : 생후 24~48개월 미만 아동이 있는 맞벌이 가정 등 양육공백이 발생한 가정
- 돌봄 조력자 : 4촌 이내 친인척(조부모 등 타 지자체 거주자 가능), 이웃 주민(대상 아동과 같은 읍면동 거주자)

지원 금액 아동 1명당 월 30만 원, 2명 월 45만 원, 3명 월 60만 원

신청 방법 양육자가 돌봄조력자의 위임장을 받아 경기민원24 누리집에서 일괄 신청
※ 제출서류 등은 경기민원24 누리집 참조

문의 관할 시군주민센터 또는 경기콜센터(031-120)

글 편집실 사진 김경수

경기도는 지금 '기후행동' 열풍!

송한목 탄소중립지원센터 도민추진단 단장

'이 사회를 위해 내가 무엇을 할 수 있을까?' 고민하던 송한목 단장은 환경 문제와 기후 위기 대응에 기여하는 일이 매우 가치 있다는 것을 깨달았다. 그는 환경교육사 공부를 시작하며 일상 속 탄소중립과 경기도 기후행동 기회소득 실천에 앞장서고 있다.

송한목 단장은 안심 행정사 사무소 대표이자 경기도 탄소중립 도민추진단 단장으로 활동 중이다. 보건복지부 공직을 퇴직한 후, 그는 우리 사회를 위한 실천의 하나로 환경교육사 공부를 시작했다. 5개월 간의 교육 과정에서 그는 환경 문제에 관한 관심이 단지 국내 차원을 넘어, 전 세계적인 문제임을 깨달았다.

"공직에 있을 때는 주로 국내 문제만 집중했지만, 환경 공부를 시작하면서 이 일이 세계적인 차원에서 생각할 일이라는 사실이 피부로 다가왔어요. 일상 속 작은 실천이 환경에 미치는 영향이 크다는 것을 깨닫고 자연스럽게 탄소중립, 기후행동에 관심을 가지게 되었죠."

이러한 환경 운동은 일상적인 실천으로 이어졌다. 출퇴근길, 사람들이 많이 지나다니는 거리를 청소하며 깨끗하게 유지하고, 눈이 오는 날에는 제설함을 이용해 염화칼슘을 뿌려 안전을 돕는다. 평소에는 잘 보이지 않았던 제설함을 살펴보며 '누구든지 눈이 오면 사용하세요'라는 메시지를 발견했다고 한다. 송한목 단장은 제설함을 여는 행동이 누군가의 안전을 지키고, 눈길 사고를 예방하는 결과를 가져오니 우리 사회에 이런 따뜻한 마음과 행동이 확산돼야 한다며, 이것이 기후행동 기회소득 실천과 같은 방향성이라고 목소리를 높였다.

"경기도에서 시행한 기후행동 기회소득 활동 중에 걷기 활동이 있죠. 지구와 건강을 지키면서 리워드도 받을 수 있으니 얼마나 좋은 기회인가요? 그래서 저는 계단을 이용하고 가까운 거리는 걸어다닙니다. 항상 텀블러를 가지고 다니며 일회용품 사용을 줄이고 있기도 하고요. 또한 자연 보호를 위한 마음도 중요하다고 생각해요.

산림교육전문가 교육을 받으며 자연 보호에도 힘쓰고 있어요. 기후행동을 실천하면서 뿌듯함도 느끼고, 사명감도 자연스레 생겨났어요."

실천이 중요한 기후행동 기회소득

송한목 단장은 도민들이 일상에서 기후행동 활동을 실천할 수 있도록 경기도 기후행동 기회소득이 중요한 동기부여 역할을 한다고 강조하며, 기후행동 기회소득이 실천을 유도하는 정책으로 매우 의미 있다고 말한다.

"아무리 좋은 정책도 실천하지 않으면 아무런 의미가 없습니다. 경기도 기후행동 기회소득은 리워드를 통해 도민들이 자발적으로 기후행동 활동에 참여하게 만드는 매우 의미 있는 정책이라고 생각해요. 주변에서도 기후행동 기회소득에 대한 관심이 대단합니다. 현재 앱 다운로드 수가 111만 건에 달한다고 해요. 기후행동 기회소득을 실천하는 과정에서 단순히 보상만 생각하는 것이 아니라, 실천이 환경에 미치는 영향도 함께 생각해 보고, 더 나아가 탄소중립과 기후 위기 대응을 위해 내가 더 할 수 있는 일이 무엇일지 생각하는 계기가 되었으면 좋겠어요."

경기도 탄소중립 도민추진단은 올해 경로당, 사회복지기관, 노인복지시설 등을 중심으로 탄소중립 교육과 기후행동 기회소득 앱 홍보를 진행할 계획이다. 송한목 단장은 이를 통해 경기도 31개 군에서 남녀노소 누구나 기후행동 기회소득을 이용하고 혜택을 누릴 수 있기를 바란다는 마음을 전했다. 또한 올해는 '더 많아진 기후행동, 더 넓어진 기회소득+'라는 주제로 일상생활 속에서 더욱 다양한 기후행동 활동에 참여할 수 있게 업데이트도 진행 중이다. 지구를 아끼고 생각하는 마음을 함께 나누며, 앞으로도 기후행동 기회소득에 많은 도민이 동참하기를 바란다.

경기도 기회소득 기후행동

With. 경기

경기도 기후행동 기회소득이란?

일상생활 속에서 온실가스 감축활동인 '기후행동'에 대한 사회적 가치에 주목해 평가와 보상을 하는 정책으로 전용 앱을 사용해 도민이 일상생활 속에서 실천한 탄소 감축 활동 실적을 기록하고 그에 따른 보상을 지역화폐로 지급한다.

PART 1. **Q&A로 알아보는 경기도 4.5일제**

경기도 4.5일제가 뭐예요?

0.5일의 효과는 대단합니다. 노동자에게는 일과 삶의 균형을 통해 활력을 높이고
기업에게는 높은 생산성과 우수 인재 유치로 경쟁력을 높입니다.
이제 경기도와 함께하는 경기도 4.5일제로 일주일을 업그레이드하세요.

Q. 4일제? 5일제? 4.5일제가 뭐예요?

A. 전 세계적으로 노동시간을 줄이는 것이 화두입니다. 프랑스는 주 32시간제를 논의 중이고, OECD 대부분의 국가에서 주 40시간 이하로 노동시간을 줄이는 데 공감하고 있지요. 주 4.5일제는 이러한 세계적 추세에 맞춰 노동시간을 점차 줄여나가고자 하는 시도입니다. 매주 주 1회 반일근무, 주 35시간제, 격주 주 4일제 가운데 노사합의로 하나를 선택해 노동시간을 단축하는 제도입니다.

Q. 기업 입장에선 손해 아닌가요?

A. 그렇지 않습니다. 노동시간이 줄어드는 데 필요한 임금은 도에서 일부 지원하기 때문입니다. 장기적으로 보았을 때 워라밸의 질을 높이면 자녀를 키우기에 더 좋은 환경이 만들어집니다. 이는 기존 노동자들의 만족도를 높여 이직률을 낮추는 것으로 이어지고 회사의 경쟁력으로 자리 잡아 새로운 인재를 유치하는 데도 도움이 됩니다. 기업과 노동자 모두에게 이로운 선순환이 이루어지는 것이죠.

Q. 일하는 시간이 줄면 급여도 줄어드는 거 아니에요?

A. 아닙니다. 노동시간 축소에 따른 비용은 도에서 일부 부담하기 때문에 걱정하지 않으셔도 됩니다. 임금 축소 없이 노동시간을 선택할 수 있어 노동자의 삶의 질은 더욱 개선될 것입니다.

Q. 참여하고 싶어요! 어떻게 하면 되나요?

A. 도는 3월 12일부터 4월 11일까지 도내 민간기업 50곳을 모집할 계획입니다. 기업에서 해당 사업에 참여·선발된다면 노동자들은 4.5일제에 직접 참여할 수 있게 됩니다.

경기도 4.5일제 한눈에 보기

기간 2025~2027년(한시적·시범적 제도도입)

대상 도내 민간기업 50여 개

내용 임금 축소 없는 선택형 노동시간 단축 시범사업
(유형) ① 4.5일제(요일 자율선택) / ② 주 35시간제 / ③ 격주 주 4일제
(지원) 노동시간 단축분에 대한 임금보전 등 지원
- 노동자 1인당 경기도 생활임금 수준(2025년 기준 1인당 월 26만 원) 장려금 지원
- 업무 프로세스, 공정개선 등 컨설팅, 관련 시스템 구축 지원(기업당 2천만 원 이내)

글 편집실

도심 속 푸른 공기청정기 경기도 도시숲

매년 봄이 되면 그 누구도 환영하지 않는 불청객 '미세먼지'가 골칫거리로 떠오른다. 이에 경기도는 도시 전체의 공기정화를 위해 미세먼지를 차단하는 도시숲 조성에 나섰다. 지난해 산림청이 선정한 '녹색도시 우수사례 공모'에서 선정된 두 개의 도시숲을 소개한다.

도민 건강 위협하는 미세먼지의 습격

미세먼지란 공기 중에 떠다니는 지름 10마이크로미터(μm) 이하의 매우 작은 입자로, 코와 입에서 걸러지지 않고 폐까지 침투해 건강을 위협하는 원인이 된다. PM10(10μm 이하)과 PM2.5(2.5μm 이하)로 나눌 수 있으며 PM2.5는 초미세먼지로 분류되는데, 눈에 보이지 않을 만큼 매우 작기 때문에 대기 중에 머물러 있다가 호흡기를 거쳐 폐 등에 침투하거나 혈관을 따라 체내로 이동하며 건강에 나쁜 영향을 미칠 수 있다. 미세먼지가 많은 날 외부 활동을 하게 되면 눈 따가움, 목 간지러움, 호흡기 질환의 증상 등이 생기는 것도 다 이러한 이유에서다. 미세먼지는 자동차 배기가스, 공장 배출, 화석 연료 연소, 자연적인 먼지 및 화산 활동 등 다양한 원인으로 발현된다. 현재 WHO에서는 미세먼지를 1군 발암물질로 지정하고 있으며, 전 세계적으로 미세먼지의 저감·예방에 대한 중요성이 커지고 있다.

산림청 선정, 미세먼지 잡는 경기도 대표 도시숲 2선

시민과 생태가 공존하는 곳

김포시 '한강야생조류생태공원'

이곳은 강물과 바다가 만나는 기수역의 장점을 살려 인공적으로 만들어진 생태공원이다. 아파트가 늘어선 신도시 바로 옆에 철새들이 노니는 생태공원이라니, 이색적이면서도 꽤 낭만적이다. 과거에는 생태공원 위치에 특정 기업이 운영하는 농경지가 있었지만, 김포 한강신도시를 추진하고 개발하면서 기존 농경지에는 야생동물이 노닐 수 있는 생태공원을 조성했다. 조성 초기의 걱정과는 달리 철새가 머물기 좋은 수위로 습지의 물 높이를 조절하자 여름에는 왜가리, 민물가마우지 등이 찾아오고 겨울에는 재두루미, 큰기러기 등이 찾아왔다. 2017년에는 전 세계에 3,300여 마리만 남은 저어새가 관찰되었을 정도로 철새의 새로운 보금자리로 자리 잡았다.

김포한강야생조류생태공원

경기도 김포시
김포한강11로 455
☎ 031-980-5635~7

특히, 이곳은 숲으로도 유명한데 신도시가 조성되면서 운양동·장기동·구래동 지역에 자라던 나무들을 모아 조성한 참나무류 숲과 대곶면 쇄암리 수묘장에서 100그루, 고촌읍 신곡리에서 신도시 개발로 인해 옮겨진 소나무 400그루를 심어 조성한 송송(松松)숲이 대표적이다.

도심속 푸른 힐링길

부천시 '송내대로 가로수길'

삭막했던 도심 속 도로가 '걷고 싶은 숲길'로 재탄생했다. 부천시의 송내대로가 그 주인공. 법원사거리에서 중동전화국사거리까지, 부천테크노파크 일대를 포함한 약 4km 구간은 다양한 수종이 어우러져 도심 속에서도 계절의 변화를 한껏 느낄 수 있도록 테마 공간으로 조성됐다. 송내대로 일대의 가로수와 공공녹지를 통합해 하나의 녹지 축으로 조성한 이곳은 시민들에게 쾌적하고 건강한 휴식 공간을 제공하고 있다. 또한, 야간에는 화려한 경관조명이 시민을 맞이한다. 덕분에 낮과 밤 모두 다채로운 분위기를 연출해 시민들의 산책·휴식공간으로 자리 잡았다.

지난해에는 맨발로 걷는 힐링 숲길을 여가 활동 트렌드에 맞춰 시범적으로 부분 도입해 큰 관심을 끌기도 했다. 도입 후에는 시민들의 자발적 참여를 통한 관리가 활성화되면서 이용 문화의 모범 사례로 떠오르고 있다.

부천송내대로 가로수길

경기도 부천시
원미구 중동

글 편집실 사진 최이현

우리가 잊지 말아야 할 역사, 우리가 이어 나가야 할 독립운동 정신

광복회 이종찬 회장

이종찬 광복회장은 '독립운동 정신의 회복'을 강조하며 우리가 취해야 할 자세로 '화이부동(和而不同)'을 꼽았다. 대한민국의 국민이자 독립유공자의 후손으로서, 또 광복회장으로서 그가 말하는 독립운동 정신과 우리가 나아가야 할 방향은 무엇일까.

독립운동 정신의 회복에 주력할 것

2025 을사년은 일본과의 불평등 조약인 을사늑약이 체결된 지 120주년 되는 해이고, 광복 80년이 되는 해이며, 한일 국교가 정상화된 지 60주년이 되는 해인 만큼 우리 역사에 있어 중요한 의미를 지닌다. 광복회장으로서 그 어느 때보다 바쁜 한 해를 보내고 있는 이종찬 회장은 "올해야말로 우리가 어떻게 광복을 맞이하게 되었는지 다시금 되돌아보고 그 의미를 되새겨야 할 시점"이라고 강조한다.

"광복은 결코 외세에 의해서 절로 얻어진 것이 아닙니다. 광복은 불의에의 처절한 투쟁을 통해서 쟁취해 낸 결과물입니다. 그만큼 선열들의 희생과 애국정신을 승화해 우리 후손에게 바르게 인계할 책임을 더욱 무겁게 느끼고 있습니다."

이어 그는 '독립운동 정신'을 다시금 회복하는 데 주력할 생각이라고 덧붙였다. 그렇다면 그가 말하는 독립운동 정신이란 어떤 것일까.

이종찬
① 제23대 광복회 회장, 우당이회영선생교육문화재단 이사장, 제22대 국가정보원장, 제11·12·13·14대 국회의원, 육군사관학교 16기

"이는 크게 세 가지로 나누어 설명할 수 있을 것 같습니다. 첫 번째, 3·1 독립선언서에는 '조선이 주권을 가진 독립국임과 조선인이 자주민'임을 선언하고 있습니다. 여기서 말하는 '독립'과 '자주'가 독립운동 정신의 뿌리라 할 수 있겠지요. 두 번째는 '국민주권'입니다. 당시 조선은 왕정국가였습니다. 독립운동을 하면서도 왕정을 유지하고 있었어요. 그러던 중 1919년에 고종이 승하하며 절대왕정에 대한 관념에서 벗어나기 시작합니다. 국민의 마음속에 민주공화제가 새로이 자리 잡았고, 이를 향해 나아가고자 한 것이 두 번째 독립운동 정신이라 할 수 있겠습니다. 세 번째는 외세에 의존하지 않고 자주적인 투쟁을 통해 나라를 다시 찾고자 한 것입니다."

이종찬 회장은 이러한 독립운동 정신이 조금씩 쇠퇴해 가는 지금, 이를 다시 회복해 국민과 우리 후손들에게 바르게 전하기 위해 지난해 '학술원'을 개원했다. 이곳저곳에 산재해 있던 독립운동 관련 자료를 집체화하여 독립운동의 역사와 정신을 체계적으로 정립하고, 독립선열들의 업적에 부응하는 후손 미래 지도자를 양성하는 것이 목표다. 또한, 이를 중장기적 계획으로 이어나가기 위해 '기획조정실'을 개편해 더욱 발전시켜 나갈 것임을 약속했다.

나라 잃은 설움을 몸소 겪었던 독립유공자의 후손

독립유공자 우당 이회영 선생의 손자인 이종찬 회장은 중국 상해에서 태어나 10살까지, 즉 해방이 되기 전까지 고국 땅을 밟을 수 없었다. 그리고 중국인들 틈에서 성장하며 '나라 없는 노예 같은 사람'이라는 뜻의 '망국노'라 불렸다. 이러한 말은 그의 가슴에 욕처럼 박혔다. 그가 해방의 순간 어머니에게 가장 먼저 한 말은 '이제 망국노 소리 안 듣게 됐다'라는 것일 정도로 나라 잃은 설움은 어린 가슴에 깊숙이 새겨졌다. 이러한 일을 겪으며 그는 나라가 없다는 것이 얼마나 슬픈 일인지, 다시는 이런 일을 겪지 않으려면 어떻게 해야 하는지를 늘 고찰하며 성장했다.

"제가 사관학교에 입학할 때의 일입니다. 아는 사람도 없이 광복군 출신이신 분의 추천서를 받아 지원했는데 일본 지원군 출신의 시험관이 대뜸 '네가 독립운동 가문의 출신이야?'라고 말하더군요. 깜짝 놀랐습니다. 이렇듯 독립운동을 한 것이 일종의 결격 사유가 되는 시절도 있었지요. 일련의 일들을 통해 저는 독립운동 정신을 올바르게 세우는 것이 우리나라의 정체성을 제대로 세우는 것임을 뼈저리게 느꼈습니다. 다른 나라가 우리를 경시하지 못하도록 힘을 키우고, 더 나아가 세계의 모범 국가가 될 수 있도록 하는 것이 우리 후손들의 몫이 아닌가 생각합니다."

'역사를 잊은 민족에게 미래는 없다'라는 말처럼 이종찬 회장은 나라의 정체성을 공고히 하기 위해서는 독립운동사를 정리하는 것에 그치지 않고 이를 체계적으로 가르쳐야 한다고 말한다. 또한, 선열들의 숭고한 희생을 함부로 폄하해서는 안 되며 '피로 얻어진 역사'의 가치를 그 자체로 인정해야 한다고 강조했다.

경기도는 독립운동의 중심이 되었던 지역입니다. 앞으로도 경기도가 독립운동 정신을 다시 불러일으키고 독립운동의 역사를 바로잡는 데 앞장선다면 전 국민적인 호응이 있지 않을까 생각합니다.

궁극적인 방향성을 잊지 않고 화합의 길로 나아가야

'안정'과 '화합'.

이번 3·1절을 기해 광복회에서 새로이 정한 캐치프레이즈다. 안정 없이는 화합할 수 없고, 화합을 위해서는 우선 안정이 필요하다는 것이 이종찬 회장의 생각이다.

"이 두 개념은 동전의 양면과도 같습니다. 어느 하나 중요하지 않다고 할 수 없지요. 이를 위해서는 '화이부동'의 자세가 필요하다고 생각합니다. 같지 않아도 화합을 이룰 수 있도록 서로의 다름을 인정하고 궁극적인 방향을 향해 함께 나아가는 태도가 필요한 때입니다. 이는 민주주의의 또 다른 이름이기도 하고요. 다른 쪽의 의견을 경청하여 내 의견이 혹시 틀리지는 않았는지, 오류는 없는지를 스스로 검증하고 그러한 과정에서 타협이 이뤄진다면 화합의 길로 나아갈 수 있으리라 봅니다."

한일 관계에 대한 그의 생각도 이와 크게 다르지 않다. '인고·인내·화해'를 통해 마음의 문을 열어야 한다는 것이다. 이는 무조건적인 인내가 아닌 '화해'에 가깝다. 또한, 일본 역시 이에 상응하는 태도를 보여주어야 한다고 말한다.

"'전전(戰前) 일본'과 '전후(戰後) 일본'을 구분하여 생각해야 합니다. 전전 일본이 제국주의인 일본이자, 남의 나라를 침범하는 일본이요, 우리를 핍박한 일본이라면, 전후 일본은 민주주의 국가인 일본입니다. 전전·전후 일본을 혼용한 담론들은 앞으로의 발전적인 관계에 크게 도움이 되지 않습니다. 이는 한일 양국 모두 마찬가지지요. 한일 국교를 정상화하며 맺은 한일기본조약 2조는 '1910년 8월 22일과 그 이전에 대한제국과 대일본제국 간 체결된 모든 조약과 협정이 이미 무효임을 확인한다'라는 내용입니다. 하지만 '이미 무효'란 표현을 두고 한일 간 입장 차가 있어요. 우리는 병합조약이 체결될 때부터 원천 무효라고 봅니다. 일본의 식민 지배가 불법이라는 의미이지요. 반면 일본은 1945년 8월 광복 이후부터 병합조약이 무효라고 주장하고 있습니다. 우리의 주장대로라면 한국을 강점했던 시기의 모든 것이 불법화되기 때문이지요."

이러한 가운데 최근 일본의 지식인들이 이번 3·1절을 기해 한일기본조약 2조에 힘을 실어주는 공동성명을 발표했다. 조약을 체결할 당시부터 이미 무효라는 한국의 의견이 정당하다는 것이다. 이에 광복회는 '일본 정부는 일본 지식인들의 의견을 경청하여 한국과 일본 간의 이견을 다시 조정해 줄 것'을 정중히 요청했다.

"독립은 결코 도둑처럼 찾아온 것도, 갑자기 이뤄진 것도 아닌 처절한 투쟁의 결과물입니다. 앞으로도 광복회는 독립운동 정신의 올바른 계승과 보전을 위해 총력을 다하겠습니다."

독립유공자의 후손, 베테랑 정치인 그리고 광복회의 회장으로서 그가 전하는 메시지는 간결하지만 묵직한 울림을 준다. 다양한 담론이 난무하는 시대, 그가 말하는 독립운동 정신과 화합의 길을 통해 광복 80주년의 의미를 되새겨보면 어떨까.

글 편집실 사진 김성재

평생독서 프로젝트
1000BOOK

수연목서는 2021년 한국건축문화대상을 받은 곳으로도 유명하다. 여주 중심가에서 꽤 떨어진 한적한 산북면에 있는 이곳은 두 개의 건물이 연결된 곳으로 한 곳은 목공스튜디오, 또 한 건물은 카페를 겸한 독립서점으로 운영된다. 너른 통창과 원목의 테이블, 건축과 도시를 주제로 한 도서들 그리고 사진 작품이 함께 전시되어 있으며 주인장의 작품이 담긴 마그넷과 엽서 등도 자리하고 있다. 대단히 현대적인 감성의 건물이지만 분위기는 시각과 후각, 미각을 자극하는 아날로그 감성으로 가득하다.

잔잔한 붉은색이 선사하는 또 다른 시각

나무 木, 책 書. 최수연 주인장의 이름 뒤에 두 한자의 음이 더해져 탄생한 수연목서는 목공스튜디오와 북카페가 공존하는 복합문화공간이다. 본래 이 건물은 사진을 찍거나 나무를 다루는 작업자들을 위한 공간이었다. 하지만 갑자기 나타난 단정하고도 오묘한 붉은색을 띠는 건물에 호기심을 가지고 물어오는 사람들이 많아졌다. 수많은 문의 끝에 결국 일반인들도 마음껏 즐길 수 있는 공간으로 탈바꿈해 지금의 수연목서로 재탄생되었다.

나무와 책을 갈고 닦는 곳 우리 동네 독립서점 '수연목서'

건축이 주는 미학은 새로운 곳을 찾고자 하는 사람들의 욕구와 맞아떨어진다. 독특한 공간이 주는 특별함은 이국적인 곳으로의 여행이 주는 정서적 만족감과도 그 결을 같이 한다. 여기에 카페와 책이 더해진다면 낯선 곳에서 찾은 익숙한 정서가 금세 공간에 대한 몰입감을 높인다. 목공 스튜디오와 북카페로 운영 중인 수연목서가 바로 그러한 곳이다.

나무 木, 책 書. 최수연 주인장의 이름 뒤에 두 한자의 음이 더해져 탄생한 수연목서는 목공스튜디오와 북카페가 공존하는 복합문화공간이다.

계단을 타고 내려와 목공 스튜디오에 들어서면 공간을 모두 지배한 날 것의 나무 냄새가 가득하다. 이곳에서 수연목서의 테이블과 의자, 책장 대부분이 탄생했다. 2021년 한국건축문화대상에서 우수상을 받은 수연목서의 수상 경위는 '담담하면서 명쾌한 건물'이다. 붉은 벽돌색으로만 표현되는 단조로운 건축물 안에서 무엇의 용도인지를 명쾌하게 파악할 수 있도록 통유리로 창을 낸 모습을 실로 담담하면서 명쾌하다고 표현한 것이다. 사진을 찍거나 목공을 하는 작업 외에도 어떻게 하면 더 좋은 공간을 만들 수 있을지를 계속해서 고민한 흔적이 여실히 드러나는 수연목서에는 이곳을 방문하는 모든 이들이 일상과는 또 다른 특별한 순간을 만끽했으면 하는 주인장의 작은 바람이 담겨있다.

Info.

수연목서

경기도 여주시 산북면 주어로 58

수~금요일 10:30~18:00, 토요일 10:30~20:00, 일요일 10:30~19:00

※ 매주 월·화 정기 휴무

031-885-5958

수연목서는 총 2개의 건물이 2층에 놓인 구름다리를 통해 이어진 형태를 띠고 있다. 한 건물은 사진과 건축에 관련된 책이 진열되어 있고 커피를 마실 수 있는 공간이 합쳐진 북카페로 운영되고 있다. 노출 콘크리트로 이어진 내벽은 대나무 줄기 화석으로 만들어졌으며, 공간마다 엄선한 조명들이 은은한 색으로 각자의 자리에 놓인 진열품을 빛내주고 있다. 책장에 진열된 200여 개의 책은 사진을 전공한 주인장과 박철수 서울시립대 건축학과 교수가 직접 큐레이션한 서적으로 한 권 한 권마다 그 의미가 남다르다.

2층으로 올라가는 계단 아래에는 다양한 크기의 액자들이 전시되어 있는데, 이 사진들 또한 주인장의 작품이다. 액자 외에도 구형 코닥 필름 카메라, 인화기, 타블로이드판 인쇄기 등 다양한 기계들이 진열되어 있다. 어느 하나 튀지 않고 자연스러운 조화를 자랑하는 내부는 주인장의 탁월한 감각을 보여준다.

책과 나무가 어우러진 멋스러운 공간

북카페 2층으로 올라가면 1층 카페 전체가 내려다보인다. 건너편 건물인 목공 스튜디오 건물로 이어지는 구름다리도 건널 수 있다. 목공스튜디오 건물 2층은 현재 갤러리로의 변신을 목전에 두고 있다.

Tip.

수연목서 주인장 최수연 씨의 추천도서 3선

BOOK #1

묵상: 건축가 승효상의 수도원 순례

승효상 | 돌베개

신학자를 꿈꾼 건축가 승효상의 수도원 기행기이자, 그가 종교 건축물을 순례하며 사색한 기록을 담은 건축 여행 에세이

BOOK #2

당신을 사랑할 수 있어 참 좋았다

곽재구 | 해냄

베스트셀러 <곽재구의 포구기행> 출간 이후 15년 만에 다시 포구마을을 찾은 곽재구 시인의 신작 기행 산문집

BOOK #3

잃어버린 것들의 목록

유디트 샬란스키 | 뮤진트리

독일의 작가 유디트 샬란스키가 열두 가지의 '사라진 것'과 그 상실을 문학적으로 재현해낸 독특한 애도의 기록

Event.

추천 프로젝트

모두에게 추천하고 싶은 책을 골라
추천사와 사연을 보내주세요.

'경기도민 1천 권 추천 프로젝트'에 기재하고, 선물을 드립니다.

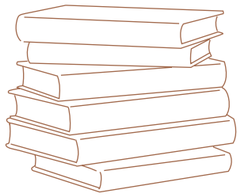
참여 기간 2025. 3. 7.(금)~3. 28.(금)

당첨 발표 2025. 4. 4.(금) 오전 11시 ※ 공익캠페인 페이지에서 발표

참여 방법 ① 추천할 책 생각하기 ② 추천사 작성하기 ③ 사연 작성하기 ④ 개인정보 입력하기

당첨 선물 라니 만년필(30명), 스타벅스 아메리카노 Tall 사이즈(30명)

이벤트 참여하기



* 경품은 상품별 재고 수량에 따라 임의로 달라질 수 있습니다.

글 편집실 **사진** 최이현

막걸리는 못 참지!
'#막확행 막걸리가 주는 확실한 행복' 200% 즐기는 법

시간이 흐를수록, 시대가 변할수록 다양한 술이 사람들과 어울리지만, 좋은 쌀과 깨끗한 물로 빚은 막걸리는 여전히 우리나라 전통주로서 그 위력을 자랑한다.
같은 재료로 만들더라도, 어디서, 어떻게 만드는지에 따라 막걸리의 맛과 분위기는 천차만별이다.

비 오는 날, 파전에 막걸리 한 잔 어때?

"비도 오는데, 파전에 막걸리 한 잔 어때? 두부김치도 좋고~"
양은 주전자에서 뽀얀 색의 술이 콸콸 흐른다. 양은 잔에 가득 담긴 막걸리를 시원하게 한 모금 들이켜고, 바삭한 파전을 크게 찢어 간장에 푹 찍어 먹으니, 행복이 따로 없다. 서로의 희로애락을 나누며 막걸리에 위로를 얻는다. 부드러운 목 넘김과 달콤 쌉싸름한 매력적인 맛, 이것이 막걸리가 오랫동안 사랑받는 이유다. 비 오는 날, 특히 파전과 함께 생각나는 전통주 막걸리에는 오덕(五德)이 있다. 허기를 채워주는 덕, 기운을 북돋아 주는 덕, 추위를 덜어주는 덕, 취기가 심하지 않은 덕, 소통을 원활하게 도와주는 덕. 막걸리에는 우리나라 고유의 정서가 잘 녹아 있다.
역사 속 귀한 술이었던 막걸리는 주몽 신화에 등장하는 계몽주로, 고려시대에는 떠먹는 막걸리 이화주로 기록되며, 유네스코 인류무형유산인 종묘대제에서는 막걸리를 제일 먼저 헌작한다. 이는 모든 술의 모체가 막걸리이기 때문이라고 전해진다.

With. 경기

경기도 막걸리, 이것이 궁금해!
2024년 기준, 전국 쌀 생산량은 358만 5천 톤으로, 그중 경기도는 36만 3천 톤의 쌀을 생산하며 전국 쌀 생산량 5위를 차지했다. 그만큼 경기도 각 지역에서는 특색 있는 쌀이 활발히 생산되며, 이러한 경기미는 특유의 향미가 풍부한 고품질 막걸리 생산에 적합한 벼 품종으로 평가받고 있다. 쌀만큼 중요한 재료는 물이다. 경기도 포천과 가평은 미네랄이 풍부한 물로 유명한데, 이 물로 빚은 막걸리는 빠른 발효와 강한 탄산으로 더욱 깊은 풍미를 자랑한다. 경기도는 막걸리 산업을 적극적으로 지원하며, 세계화에 앞장서고 있으며, 이색적이고 특색 있는 막걸리를 계속해서 개발하고 있다.

* 자료 : 통계청, 경기도농업기술원

톡! 쏘는 경기 막걸리, 맛도 매력도 톡톡!

찹쌀, 보리, 밀가루 등을 쪄서 누룩과 물을 섞어 발효시켜 만드는 막걸리는 조선시대까지 집집마다 가양주(家釀酒)로 빚어졌으나, 일제강점기를 거쳐 광복 이후 1960년대에는 약 4,000개의 양조장이 생기면서 양조장 막걸리로 새로운 전환점을 맞았다. 국내 쌀 부족으로 쌀 막걸리 금지, 맥주와 소주의 등장 등 어려운 상황이 있었지만, 여전히 막걸리는 국내에서 가장 사랑받는 술이었다. 1990년대에는 멸균 막걸리의 탄생으로 해외수출이 가능해졌고, 1994년에는 경기도 포천의 이동막걸리가 월평균 5천 병 이상 해외로 수출되면서 막걸리의 세계화가 본격적으로 시작됐다. 국내에서 양조장이 가장 많이 모여있는 곳은 경기도다. 또한 국내 쌀 생산량 상위 5위*에 속하는 경기도에서는 포천, 김포, 가평, 양주, 고양 등 경기 북부는 물론 오산, 평택, 용인, 안성 등 경기 남부에서도 경기 지역의 쌀로 활발하게 막걸리가 생산되고 있다. 경기도 막걸리는 각 지역과 양조장의 특징을 살린 다양하고 특색 있는 막걸리로 인기를 끌고 있다. 용인의 홍국으로 만든 빨간 막걸리, 양평의 쌀과 다양한 재료로 만드는 씨막걸리, 또 막걸리를 활용한 아이스크림, 커피와 같은 이색적인 음식과 막걸리 비누 만들기, 양조장 견학 등 막걸리를 활용한 다양한 체험과 교육까지 다채롭게 즐길 수 있다.

*출처 : 통계청, 2024년 쌀 생산량 조사 결과

발효 중인 각종 재료와 누룩(왼쪽부터 쌀, 천혜향, 딸기)

한반도의 배꼽, 평택에서 빚는 막걸리 '호랑이배꼽양조장'

평택은 드넓은 평야와 윤택한 땅이라는 뜻으로 예로부터 쌀 맛이 좋기로 유명한 지역이었다. 쌀 맛이 좋으면 당연히 막걸리 맛은 좋을 수밖에 없는 법. 평택 끝자락, 서해를 마주하고 있는 '호랑이배꼽양조장'은 평택에서 나오는 햅쌀과 깨끗한 천연 암반수로 막걸리를 빚고 있다. 해풍을 맞으며 자란 햅쌀은 병충해가 적고, 깨끗한 지하수로 농사짓기 때문에 막걸리의 재료로 더할 나위 없이 좋은 환경을 제공한다. 이 양조장의 또 다른 특징은 바로 국내 최초로 '라이스 와인 방식'으로 막걸리를 빚는다는 점이다. 익히지 않은 생쌀로 천천히 발효하고, 숙성하는 방식으로 일반 막걸리가 3~7일 발효된다면 이곳은 100일의 시간이 필요하다. 100일간 발효하고, 저온 숙성한 막걸리는 고급스럽고, 라이트한 바디감을 자랑하며, 청량하고 시원한 배맛과 은은한 꿀 향을 느낄 수 있는데 이것은 막걸리 재료의 본래의 맛과 향을 고스란히 간직한 덕분이다. 경기도 막걸리답게 이곳 또한 역시 개성 있는 막걸리를 보여준다. 제철 과일과 재료를 이용한 딸기 막걸리, 천혜향 막걸리, 사과, 로즈마리, 오이와 바질을 이용한 막걸리 칵테일 등 이색적인 막걸리를 원데이 클래스로 진행하여 직접 빚어 더욱 특별하고 맛있는 이색 막걸리를 경험할 수 있다.

Info.

호랑이배꼽양조장

경기도 평택시 포승읍 충열길 37

화~토 11:00~17:00(매주 월·일요일 휴무)

0507-1311-0984

'호랑이배꼽양조장' 대표가 전하는 막걸리 Tip!

"생쌀을 으깨서 만든 전통적인 방식으로 막걸리를 양조하고 있습니다. 그 덕분에 와인처럼 맑고 깔끔한 맛을 자랑하는데요. 국내에서 생산되는 막걸리 중 가장 라이트하고 자연스러운 향미를 갖고 있습니다. 막걸리는 대표적인 발효주로, 발효된 음식과 궁합이 뛰어나죠. 예를 들어, 김치나 채소 스틱, 쌈장과 함께 즐기면 정말 잘 어울리고 서양의 발효 음식인 치즈와도 궁합이 맞습니다. 의외로 동남아시아 요리나 이탈리안 음식인 피자와 파스타와도 아주 잘 어울리죠. 경기도에서 생산되는 다양한 막걸리로 즐거운 막걸리 생활을 만끽하세요!"

평택은 드넓은 평야와 윤택한 땅이라는 뜻으로 예로부터 쌀 맛이 좋기로 유명한 지역이었다. 쌀 맛이 좋으면 당연히 막걸리 맛은 좋을 수밖에 없는 법.

KOR 나의 경기도
www.gg.go.kr

경기도엔 이런 막걸리도 있다! 이색 막걸리 지도

양주도가
경기도 양주시 광적면 현석로 755
별산 막걸리

구디가든 브런치 카페
경기도 포천시 내촌면 매봉길 64-1
막걸리크림라떼

배다리도가
경기도 고양시 일산서구 가좌로 14 201호
라베막걸리

숯지움 공유양조벤처센터
경기도 가평군 상면 청군로 248
막걸리 체험 공간

배혜정도가
경기도 화성시 정남면 서봉로 835
메로니아

씨막걸리
경기도 양평군 옥천면 아신역1길 21
시그니처 큐베

뚜월
경기도 수원시 팔달구 정조로905번길 9
리코타치즈 막걸리

술맵
경기도 용인시 처인구 양지면 죽양대로 2298-1
술취한원숭이

막걸리와 페어링하기 좋은 음식

사이다
막걸리에 사이다를 섞으면 달콤함과 청량감 UP!

꿀+우유
거품이 몽글몽글, 크림 같은 질감으로 풍미 더하고!

들기름 두부구이
고소함은 더하고 부담은 더는 가벼운 안주로 제격!

주꾸미볶음
매콤한 주꾸미에 탁주 한사발이면 시름 제로!

고등어구이
바싹 구운 고등어 한 점에 막걸리 한 잔, 말모말모~

글 편집실 사진 이대원

직접 만들어 더 특별해! 백은비·박지오 부부의 막걸리 빚기 체험

막걸리를 좋아하는 신혼부부가 직접 술을 만들어보기 위해 양조장을 찾았다.
막걸리는 두 사람에게 단순한 취미가 아니라 '소통'과 '힐링'의 매개체다.
그래서 직접 만든 막걸리를 개봉하는 그 시간이 더 기다려진다.

수제 막걸리 만들기에 도전한 백은비·박지오 부부

전통술 막걸리에 빠지다

한국의 전통주 중에서도 가장 오랜 역사를 자랑하는 술, 막걸리. 이런 유서 깊은 막걸리를 직접 만들어볼 기회를 앞두고 있으니 설레지 않을 수 없다. 캠퍼스 커플로 시작해 7년의 연애 끝에 지난해 결혼한 백은비, 박지오 부부. 데이트할 때도 술 한 잔을 기울이며 끊임없이 대화를 나눴다는 두 사람은 "어제도 막걸리를 마시고 왔어요"라며 오늘 체험에 대한 기대감을 드러냈다. 막걸리는 발효 과정에서 쌀알이 부서져 뿌옇게 흐린 빛깔을 띠는데, 이런 모습 때문에 백주(白酒)라고 부르기도 하고 과거 농번기 때 농민들이 즐겨 마시던 술로, 농사일 중간에 피로를 풀고 에너지를 보충하는 데 사용해 농주(農酒)라고 불리기도 했다. 막걸리에 대한 유래를 들은 두 사람은 본격적인 막걸리 만들기 체험을 시작했다.

KOR 나의 경기도 www.gg.go.kr

제 손으로 직접 만들어서 그런지 더 기대돼요!

다이어트 중이지만,
막걸리는 못 참지...!

수제 막걸리 만들기

준비물

찹쌀 또는 멥쌀, 누룩, 물, 발효 용기, 면보, 찜기

1. **쌀 찌기** : 쌀을 깨끗이 씻어 불린 후 찜기에 넣고 찰기가 생길 때까지 쪄준다.
2. **누룩 풀기** : 누룩을 물에 풀어준다. 누룩 종류에 따라 물의 양과 풀기 시간이 다를 수 있으니 유의해야 한다.
3. **혼합** : 찐 쌀과 누룩물을 잘 섞어준다.
4. **발효** : 혼합물을 발효 용기에 담고 따뜻한 곳에서 3~7일 정도 발효시킨다. 발효 온도는 25~30℃가 적절하다.
5. **걸러내기** : 발효가 완료된 막걸리를 면보에 걸러 찌꺼기를 제거한다.
6. **숙성** : 걸러낸 막걸리를 다시 용기에 담아 서늘한 곳에서 2~3일 정도 숙성시킨다.

아내가 신청해 준 덕분에 좋아하는 막걸리를 만들어볼 수 있어서 좋았어요. 완성되면 아내와 함께 하루에 한 잔씩 마시면서 즐거운 추억을 떠올리고 싶어요.

평소에 체험 활동을 좋아하는데, 두 사람이 함께한 첫 원데이 클래스라 의미 깊은 것 같아요. 오늘 부드러운 손길로 막걸리를 빚었던 것처럼 앞으로 서로 보듬으며 행복하게 살아가고 싶습니다.

당장 맛보고 싶지만
맛있는 막걸리를 완성하기 위해선
꼭 참아야 하겠죠?

Info.

미미소 양조장

경기도 포천시 원모루로2길 46

☎ 010-4383-3357

글 편집실 **참고** 서울경제, 헬스조선

천천히 나이 들고 싶나요? 그렇다면 '저속노화식단' 하세요!

'고자극'을 추구하던 젊은 층의 입맛이 최근 180도 바뀌었다. 렌틸콩과 귀리 등을 듬뿍 넣어 슴슴하지만, 영양가 높은 '저속노화밥'에 꽂힌 것이다. 대체 무슨 이유로 MZ세대는 갑자기 '저속노화'에 관심을 갖게 된 걸까. 저속노화 식단을 제시한 서울아산병원 노년내과 정희원 교수는 건강한 식단이 수명을 최대 10년까지 연장할 수 있다고 주장한다.

WELLNESS LIFE →

저속노화법

저속노화 유행, 그 배경은?

'마라탕후루'를 아는가. 이는 자극적인 음식의 끝판왕이라 불리는 '마라탕'과 과일에 설탕을 코팅한 후식인 '탕후루'를 합친 말로, 마라탕의 맵고 짠 맛과 극강의 단맛을 자랑하는 탕후루가 내는 시너지를 일컫는다. 이렇게 고자극에서 오는 즉각적인 도파민을 따르던 MZ들이 최근 들어 '저속노화'라 불리는 새로운 건강관리 트렌드를 좇기 시작했다. 저속노화란, '몸에 고장이 쌓이는 속도를 느리게 만드는 것'이다. 저속노화식단을 제시한 서울아산병원 노년내과 정희원 교수가 직접 내린 정의다. 서울아산병원에서 설명하는 노화(Senility)는 나이가 들어가며 신체 구조 및 기능이 점진적으로 퇴화하는 것. 신체 구조와 기능의 퇴화라는 대목을 정 교수가 말한 '고장이 쌓이다'라는 표현으로 대체하면 이해가 쉬워진다. 정 교수는 노화의 결정적 요인에 대해 '30% 정도는 유전자, 70% 정도는 생활습관'이라고 말한다. 생활습관을 잘 만들고 실천하면 노쇠가 오는 시기를 최대한 뒤로 미룰 수 있다는 접근이다. 또한, 건강한 식단이 수명을 최대 10년까지 연장할 수 있다고 주장한다. 지나친 단순당류, 정제 곡물, 탄수화물 등 노화를 가속하는 음식의 섭취를 줄이고 렌틸콩이나 현미, 귀리 등의 잡곡을 듬뿍 넣은 밥과 녹황채소, 흰살생선 등을 고루 챙겨 먹는 것이 핵심이다. 노화는 자연스러운 삶의 과정이라지만 이를 최대한 더디게 겪고 싶은 것은 인간의 어쩔 수 없는 열망이다. 조금 더 천천히, 보다 더 건강하게 나이 들고 싶다면 오늘부터 '저속노화'를 습관화해 보면 어떨까.

Tip.

저속노화의 핵심은 '식습관'

1. 흰 쌀밥은 무조건 안 된다? No!

흔히 흰쌀밥은 건강에 좋지 않다는 것은 정설로 통했다. 하지만 정 교수는 '60~70대로 갈수록 흰쌀밥 비중을 늘려야 한다'라고 이야기한다. 젊은 세대는 흰쌀밥을 줄이는 게 맞고, 70대 이상일 경우 흰쌀밥과 육류 중심의 고단백질 식사와 근력운동이 필요하다는 것이다. 고령으로 갈수록 근육량의 소실은 빨라진다. 이를 늦추기 위해서는 꾸준한 근력운동이 필요한데, 많은 에너지를 필요로 하는 근력운동을 수행하기 위해 에너지를 빠르게 공급할 수 있는 흰쌀밥은 도움이 될 수 있다. 흰쌀밥을 먹은 직후 운동을 하면 도움이 되지만, 그냥 앉아 있거나 누워있게 되면 혈당이 빠르게 오른다는 사실을 명심해야 한다.

2. 다이어트 식단, 간헐적 단식이 좋다? No!

정 교수에 의하면 칼로리에만 초점을 맞춘 다이어트 식단은 가속노화를 촉진할 수 있다. 몸의 대사 효율을 떨어뜨리기 때문이라는 것. 무조건 칼로리를 낮추는 데에만 집중하지 말고, 충분히 먹으면서도 혈당 변동성을 줄이는 식사를 하는 것이 중요하다. 또한, '간헐적 단식'에 대해서도 정확한 정보가 바탕이 되어야 함을 강조했다. 먹는 것을 중단한 채 운동을 안 하면 지방보다 근육이 먼저 소실되기 때문. 흡수가 빠른 정제 탄수화물을 위주로 섭취하면서 단식 중에는 운동을 하지 않는 패턴이 반복되면 기초 대사량이 저하된다. 소위 '물만 먹어도 살이 찌는' 체질이 될 수 있는 것이다.

3. 무엇이든 '골고루' 먹으면 된다? No!

건강에 관심이 있는 사람이라면 최근 들어 자주 등장하는 '거꾸로 식사법'을 들어본 적이 있을 것이다. 이는 정희원 교수도 추천한 저속노화 식사법으로 식사할 때 채소나 나물을 먼저 섭취하고, 이후 고기나 생선, 마지막으로 밥과 면 등 탄수화물 순서대로 식사하는 방식이다. 채소나 나물 등 식이섬유를 가장 먼저 먹게 되면 혈당이 느리게 오르고 포만감을 오래 유지할 수 있다는 장점이 있다. 또한 식이섬유는 다른 영양분에 비해 소화가 더딘데, 그 덕분에 단백질과 탄수화물도 잇따라 천천히 소화된다. 소화가 오랫동안 진행되면 배고픔을 느리게 느낄 수 있기 때문에 자연스럽게 덜 먹게 되는 장점이 있다.

소화기 없으면 과태료 낸다구요? 주택용 소방시설 설치

하루 중 많은 시간을 보내는 장소인 우리 집. 그런 만큼 한 번 화재가 나면 그 위험성은 더욱 높을 수밖에 없다. 최근 5년간 주택화재는 전체 중 15% 정도를 차지하지만, 화재의 위험성이 커 주택화재로 인한 사망자 수는 전체의 30%가량을 차지할 정도다. 이에 주택화재 인명피해를 방지하기 위해 관련 법* 개정이 이루어졌다. 허창범 소방관과 함께 주택용 소방시설의 개정 내용을 살펴보자.

*「소방시설 설치 및 관리에 관한 법률」 제10조(주택에 설치하는 소방시설)

주택용 소방시설은 화재 초기 소방대 역할을 합니다!

주택용 소방시설이란 화재가 확산되기 전, 초기에 화재를 진압할 수 있는 소화기와 화재 발생 상황을 초기에 알려주는 단독경보형 감지기를 말한다. 불이 나면 119에 신고를 하게 되는데 소방대가 도착하기 전 화재 초기의 공백에 대응하는 것이 바로 이 주택용 소방시설이다. 주택용 소방시설의 의무화가 시작된 2012년 이후부터는 연평균 주택화재 발생 건수가 1.5% 감소했고, 주택화재 사망자는 10%나 감소한 수치를 보였다. 2017년부터는 모든 공동·단독주택(아파트·기숙사 제외)에 주택용 소방시설 설치를 의무적으로 해야 한다.

소화기와 주택용 화재경보기의 설치와 관리는 이렇게 하세요!

화재 초기 소방차 한 대와 같은 역할을 하는 '분말소화기'

소화기란 소화약제를 압력에 따라 방사하는 기구로 사람이 수동으로 조작하여 소화(消化)에 사용하는 기구이다. 화재안전기준 '소화기의 형식승인 및 제품검사의 기술기준'을 충족하며, 한국소방산업기술원의 형식승인을 받은 제품이어야 한다.

사용방법 안전핀을 뽑은 후, 바람을 등지고 노즐이 불을 향하게 분사
설치기준 각 층마다 설치, 33㎡ 이상으로 구획된 각 거실에 배치
점검방법 지시압력계 확인(녹색), 외관상태 확인(용기 변형, 손상, 부식 등)

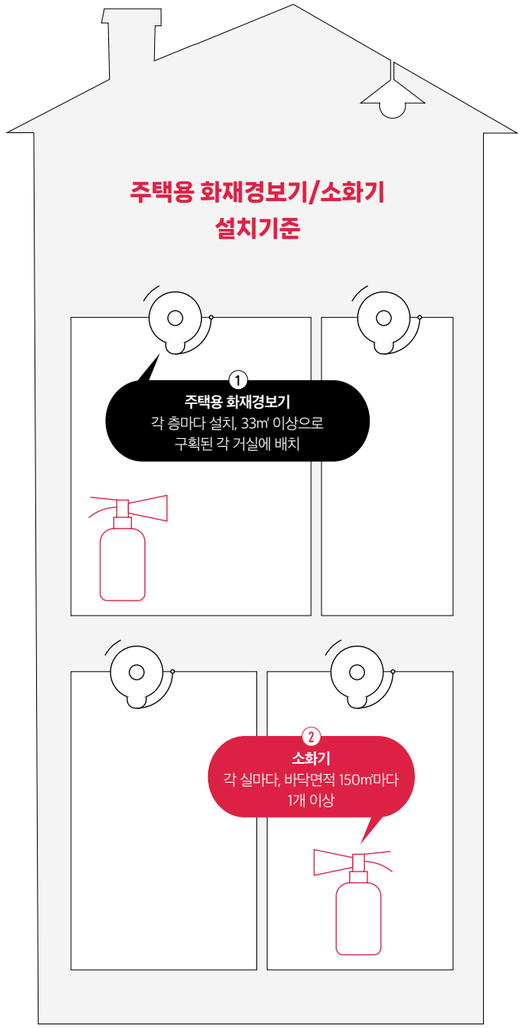
잠을 잘 때도 화재를 감지하는 '주택용 화재경보기'

화재발생 상황을 단독으로 감지하여 자체에 내장된 음향장치를 통해 경보음을 울려 신속하게 대피할 수 있도록 하는 장치로, 건전지 수명은 약 10년 정도다.

설치기준 각 실마다, 바닥면적 150㎡마다 1개 이상
관리방법 주기적으로 건전지를 교환, 오작동 시 리셋 버튼을 눌러 재설정

허창범 소방관

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



경기도의회
경제노동위원회

경기도의회
Gyeonggido Assembly

상임위원회 소개
경기도의회의 더 많은 소식은 의회 홈페이지(www.ggc.go.kr)에서 확인할 수 있습니다.

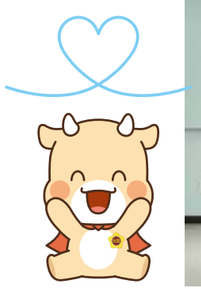
경기도 경제·노동의 중심이자 지속가능한 성장과 안전한 일터를 위한 구심점

경제노동위원회는 경기도 산업 및 경제 활성화를 목표로 전통시장, 골목상권부터 중소기업, 미래먹거리 육성에 이르기까지 넓은 범위에 걸친 중추적 역할을 수행한다. 또한, 안전한 노동 환경을 조성하고 일자리 창출과 노동 존중 정책을 추진하는 한편 지속가능한 사회적 경제 생태계와 마을 자치 기반 구축을 위해 다양한 노력을 기울이고 있다.

고은정 위원장을 비롯한 14명의 위원으로 구성된 경제노동위원회는 경제실, 사회혁신경제국, 노동국, 경기경제자유구역청 등 4개 실·국과 협력하며, 경기신용보증재단, 경기도일자리재단, 킨텍스, 코리아경기도주식회사, 경기도시장상권진흥원, 경기도사회적경제원 등 6개 공공기관의 사무를 관리·감독하고 있다. 아울러 경제 및 노동 분야의 정책적 기반을 강화하기 위해 관련 조례를 제·개정하며, 소관 기관과의 원활한 소통과 협치를 실현하는 데에도 힘쓰고 있다.

일하는 사람 모두의 권리를 보장한다

최근 산업구조가 변화하며 노동을 둘러싼 환경이 급변함에 따라 새로운 노동형태가 등장하며 플랫폼노동자, 프리랜서 등 새로운 직종이 나타나고 있다. 이에 따라 기존 근로기준법 체계에서 보호를 받지 못하는 사각지대가 점점 늘어나고 있어 고용상의 지위, 계약 형태 등에 상관없이 일하는 사람의 인권과 노동권을 보장할 수 있는 행정적·제도적 지원 근거 마련이 필요한 상황이다. 경제노동위원회에서는 「경기도 일하는 사람 권리보장 조례안」 제정을 통해 근로 사각지대를 해소하고 불안정 고용을 완화하며 노동자 차별 금지, 균등한 기회 보장 및 안전한 근로환경을 조성하여 노동 기본권 보호를 도모하는 데 이바지하는 중이다.



경기경제자유구역 추가 지정을 위한 원동력

경제자유구역은 「경제자유구역의 지정 및 운영에 관한 특별법」에 따라 세제 감면 등 각종 혜택과 더불어 국·공유재산 임대료 감면, 개발규제 완화 등 해당 지역의 기업 유치에 큰 이점으로 작용한다. 경기도에는 현재 평택 포승지구 및 현덕지구, 시흥 배곧지구가 경제자유구역으로 지정되어 있으며 고양과 안산의 추가 지정이 추진되고 있다. 이에 경제노동위원회에서는 「경기경제자유구역 활성화 지원 조례안」을 제정하고 경제자유구역 활성화 촉진을 위한 지원사업과 재정지원 근거를 마련하였고 경제자유구역 추가지정을 위한 실질적 지원이 가능해졌다. 이와 같이 경제노동위원회에서는 경제자유구역 개발을 통한 첨단산업 유치와 지역경제 활성화를 위해 앞장서고 있다.

아동돌봄 활동에 대한 사회적 가치 인정

경기도에서는 마을 주민들이 자발적으로 비영리 목적의 아동돌봄 공동체를 만들어 맞벌이 부부, 취약 계층, 방학 기간 등에 발생하는 돌봄공백 해소를 위해 노력하며 사회적 가치를 창출하고 있으나 운영비와 인건비 부족 등을 겪고 있었다. 이러한 돌봄 활동이 지속될 수 있도록 경제노동위원회에서는 「경기도 아동돌봄 기회소득 지급 조례」를 전국 최초로 제정하여 마을이 함께 아이를 키우고 돌보는 활동에 대한 사회적 가치를 인정하는 아동돌봄 기회소득을 지급하여 참여 동기를 부여하고, 지역사회가 함께 아이를 키우고, 마을 중심 돌봄 문화를 조성하는 데에 기여하고 있다.

경기도 소상공인 디지털·AI 기술 및 서비스 도입을 위한 정책연구용역 진행

소상공인의 디지털 전환은 기존의 오프라인 중심 운영에서 벗어나 디지털 기술을 도입함으로써, 고객과의 거래, 내부 생산 및 운영을 포함한 경영 전반을 디지털화, 지능화, 연결화하여 효율성을 높이고 경쟁력을 강화하는 과정이다. 경제노동위원회에서는 '경기도 소상공인 디지털·AI 기술 및 서비스 도입 방안 연구'에 대한 정책연구용역을 실시하여 경기도 소상공인의 디지털 전환 실태를 조사하고 이를 분석해 소상공인이 효과적으로 디지털 전환을 이룰 수 있는 방안을 모색하였으며, 해당 연구용역의 결과에 따라 관련 정책과 제도를 개선하는 조례 입안을 추진 중이다.

경기도의회 마스코트 소원이에요!

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

의회 소식

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

AI 행동패턴 기반 학교시설복합화 연구회, 정책연구용역 중간보고회 개최

경기도의회 의원연구단체 'AI 행동패턴 기반 학교시설복합화 연구회'(회장 김근용 의원)는 지난 11일 교육행정위원회 회의실에서 'AI 기반 행동 예측을 활용한 지역사회 연계 학교시설 복합화 활성화 방안 연구용역' 중간보고회를 개최했다.

연구수행기관인 ㈜두구다는 인구, 의료기관 시설수, 고용률 등 공공데이터를 활용해 지역별 행동패턴을 분석하고, 경기도를 '고령친화 커뮤니티 지역', '청장년 산업 중심지', '중장년 경제거점 지역', '균형형 위성도시' 등 4개의 클러스터로 구분해 지역별 정책 방향 등을 제시하고 향후 계획을 보고했다. 이어 연구회는 실질적인 정책 실행을 위해 보다 정교한 분석이 필요하다고 지적했다. 또한, 연구 결과가 효과적으로 정책 수립과 실행에 반영되려면 지역별 맞춤형 분석을 강화하고, 각 지역 내 학교별 특성을 고려한 복합화 방안을 도출하는 것이 중요하다고 언급했다.

연구회는 이번 중간보고회에서 제기된 의견을 반영해 연구의 완성도를 높이고, 3월에 예정된 최종보고회에서 학교시설 복합화를 위한 실효성 있는 정책 방향을 제시할 계획이다.

경기도 및 경기도교육청 자치법규 정비 연구용역 중간보고회 개최

경기도의회는 지난 12일 의회운영위원회 회의실에서 '경기도 및 경기도교육청 자치법규 정비 연구용역 중간보고회'를 개최했다. 이번 연구는 지방자치 발전과 자치 입법권 강화로 인해 자치법규 수가 증가하고 정비 필요성이 대두됨에 따라 상위법령에 불부합하거나 제·개정 사항을 적시성 있게 반영하지 않아 주민의 권리를 침해하는 자치법규 전반에 대한 체계적 정비를 위해 지난해 10월부터 추진하게 되었다.

양우식 위원장은 "현재 경기도에서 시행되고 있는 자치법규에 대한 정비 및 개정안 도출을 통하여 경기도 현실 대비 자치법규의 적합성·실효성 확보 및 도민의 행복과 삶의 질 향상에 기여하는 자치법규로 정비하는 데에 그 목적이 있다"라고 밝혔다.

특히, 현행 경기도 및 경기도교육청의 자치법규 정비, 개정안 도출뿐만 아니라, 자치법규 체계도 마련, 검토기준 매뉴얼 제시, 자치법규 정비 모델 제안 등 전체적인 입법역량 강화 방안을 마련하는 것 또한 도의회의 의도다. 한편, 연구용역은 오는 4월 최종보고회를 앞두고 있으며 결과는 경기도·경기도교육청 자치법규 정비 및 경기도의회 입법역량강화 방안의 기초자료로 활용될 예정이다.

후반기 제4차 의정홍보위원회 개최…도의회 소식지 3월호 및 2025 웹드라마 제작 계획 심의

경기도의회 의정홍보위원회(위원장 유영두, 이하 의정홍보위) 제4차 회의가 11일 오후 2시 도의회 정담회실에서 열렸다. 이날 회의 안건으로 경기도의회 소식지 3월호 제작 및 2025년 웹드라마 제작 계획(안) 등이 상정됐다.

먼저 올해 소식지는 도의원의 의정활동을 담은 '협치의 길', 교육·사회적 약자·농업 종사자·어르신 등 모든 경기도민이 소외되지 않고 소식지를 즐길 수 있도록 다양한 콘텐츠가 담긴 '소통의 길'로 나누어 꾸밀 계획이다. 특히, 올해는 보행 약자의 여행 콘텐츠가 실릴 예정인데 보행이 어려운 장애인 또는 보행 약자 어르신이 여행할 수 있는 장소나 유명 관광지를 직접 휠체어를 타고 여행하는 등의 생생한 정보를 전달할 예정이다. 2025년 제작되는 웹드라마에 대한 보고도 진행됐다. 올해 웹드라마는 오는 3월까지 시나리오 제작 등의 과정을 거쳐 6월 제작발표회, 9월 송출을 목표로 제작될 예정이다.

소식지 '경기도의회'는 구독 희망 도민, 각 공공기관 및 지역상담소 등을 대상으로 발행·배포 중이며, 전화(031-8008-7123) 또는 도의회 홈페이지(www.ggc.go.kr)에서 신청하면 누구나 무료로 받아볼 수 있다.

안전행정위원회, 분당 야탑동 화재 대응 소방관 표창 수여

경기도의회 안전행정위원회(위원장 임상오)는 지난 1월 3일 발생한 성남시 분당구 야탑동 복합건출물 화재에서 신속한 화재 진압과 인명구조에 헌신한 소방관 7명에게 경기도의회 의장 표창을 수여했다. 이번 표창은 윤성근 부위원장(국민의힘, 평택4)의 추천으로 화재 현장에서 위험을 무릅쓰고 신속한 대응을 펼쳐 310명의 건물 내 시민을 안전하게 대피시키고, 화재 확산을 막아 대형 참사를 예방하는 데 기여한 소방관들의 공로를 기리기 위해 마련되었다.

수상자는 경기도소방재난본부 119종합상황실 이종갑(소방경), 분당소방서 조상호(소방경), 김영인(소방위), 김현(소방장), 김세현(소방교), 성남소방서 박세홍(소방교), 용인서부소방서 정기영(소방사) 등 총 7명이다.

수상자 중 대표 분당소방서 조상호 구조대장은 "도민에 대한 봉사를 당연한 것으로 여겼는데 상을 주셔서 감사하다"라며 "이를 계기로 더욱 더 도민을 위해 봉사하는 소방관으로 거듭나겠다"라고 소감을 전했다.

정리 편집실

메모하세요!
놓치면 아쉬운 3월의 문화생활

성큼 다가온 봄기운이 마음 들뜨게 하는 3월. 다채로운 콘텐츠 가득한
경기도에서 문화생활을 마음껏 누려보자.

랜덤 액세스 프로젝트 4.0

2025년의 문을 여는 첫 전시로, 백남준아트센터가 동시대의 실험적인 젊은 작가들을 소개해 온 프로젝트의 네 번째 버전이다. 올해는 고요손, 김호남, 사룻 수파수티벡, 얀투, 장한나, 정혜선·육성민, 한우리로 구성된 국내외 7팀(8명)이 참여하여 정형화된 인식과 틀에 얽매이지 않는 예술로 백남준의 실험정신을 보여주는 작품 14점을 선보인다.

- 2025년 2월 20일(목)~2025년 6월 29일(일)
- 백남준아트센터 제2전시실
- 무료
- 031-201-8541
- njp.ggcf.kr

2025 영 아티스트 시리즈 - 국제콩쿠르 입상자 콘서트 '피아니스트 선율'

뛰어난 기교와 음악성을 가감 없이 무대에서 보여주는 피아니스트 선율은 2024년 지나 바카우어 국제 피아노 콩쿠르에서 우승과 청중상, 학생 심사위원상까지 수상하고 대회 3관왕에 오르며 국내외 클래식계에서 많은 주목을 받고 있다. 이 외에도 2023년 4월 포르투갈에서 열린 비제우 국제 피아노 콩쿠르에서 2위와 함께 청중상을 수상하며 유럽 무대에서 주목받았다.

- 2025년 3월 27일(목)
- 이천아트홀 대공연장
- 전석 10,000원
- 031-636-2202
- artic.or.kr

종이비행기에 소원을 담아

공생광장에서 진행하는 이번 전시는 맡은 역할을 다한 폐종이를 활용해 나만의 진심 어린 소원 종이비행기를 만들어 소원 행성으로 보내는 이야기이며 미디어아트 체험형 콘텐츠로 선보인다. 버려지는 종이들을 재활용하여 미술 창작활동을 체험하고, 환경 문제를 인식하게 하여 해결할 수 있는 영감을 일깨울 수 있도록 구성하였다.

- 2025년 1월 11일(토)~2025년 6월 29일(일)
- 용인문화도시플랫폼 공생광장
- 무료
- 031-323-6630
- yicf.or.kr

창작희곡의 발견- 부인의 시대 & 우체국에 김영희 씨

2023년 '경기아트센터 제3회 창작희곡공모' 당선작 <부인의 시대>(대상)와 <우체국에 김영희 씨>(우수상). 2024년 낭독극과 입체낭독극으로 만나 희극의 진가와 매력을 음미할 수 있었던 두 작품이 올해 경기도극단 첫 기획작품으로 찾아온다. 경기도극단 배우들의 밀도감 있는 앙상블과 완벽한 호흡이 가감 없이 펼쳐질 예정이다.

- 2025년 3월 20일(목)~2025년 3월 23일(일)
- 경기아트센터 소극장
- R석(1층) : 3만 원 / S석(2층) : 2만 원 / 만원의행복석 : 1만 원
- 031-230-3302~4
- ggac.or.kr

푸룻푸룻프렌즈 과일우주여행

과일과 우주로 표현된 작품들을 통해 상상력, 감각, 창의성을 자극하고 자신만의 예술적 경험을 제공하는 교육형 아트 체험이다. 우주에 사는 독특한 모습의 과일을 상상해서 직접 그려보는 우주과일 만들기, 마이크로 수음되는 소리로 영상이 바뀌는 인터렉티브 미디어아트, 소리로 키워줘, 타이머로 숨쉬듯이 부풀어 오르는 대형토마토 공기 조형물 등 8개의 체험 전시존이 마련되어 있다.

- 2024년 12월 9일(월)~2025년 3월 29일(토) 10:00~17:00(16:00 입장 마감)
- 경기상상캠퍼스 디자인1978 1F 전시실A
- 참가비 2,000원
- 031-296-1621
- 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.

경기문화재단 멤버스 바로가기

경기아트센터 바로가기

회의실 대관부터 법률상담서비스까지 경기공유서비스 이용하세요!

'모임을 할 만한 넓은 공간이 없을까?', '친구들과 축구하고 싶은데 어디서 신청해야 하지?', '급하게 휠체어가 필요한데 빌릴 방법이 없을까?' 등을 고민하고 있다면 경기공유서비스를 이용해보자. 경기공유서비스는 도, 공공기관, 시군에서 제공하는 공유서비스 정보를 통합해 제공하는 플랫폼이다. 개방 중인 공공시설을 예약하기 위해 각 기관에 연락하거나 개별 홈페이지에서 일일이 찾아야 하는 불편함을 대폭 줄였다. 또한 검색 및 예약·결제 서비스도 제공한다.

신청 방법 경기공유서비스(share.gg.go.kr) 접속 후 지역별·서비스별 자원 확인·신청
문의 콜센터 031-120

경기 소상공인 힘내GO카드 신청하세요!

경기 힘내GO카드는 자재비, 공과금 등 필수 운영비에 한해 최대 5년간 무이자 6개월로 사용할 수 있으며 최대 50만 원 캐시백과 세액공제 혜택을 받을 수 있는 카드로, 소상공인의 자금 부담을 줄이고 경제적 어려움을 덜기 위해 마련됐다. 이 카드는 이자, 보증료, 연회비가 모두 없는 것이 특징이다. 업체당 최대 5년간 500만 원까지 사용할 수 있어 경기지역 소상공인 3만여 명에게 혜택이 돌아갈 예정이다. 경기도 내 소상공인(신용점수 595점 이상)이라면 누구나 신청할 수 있으며, 신청 기한은 지난 1월 6일부터 한도 소진 시까지이다.

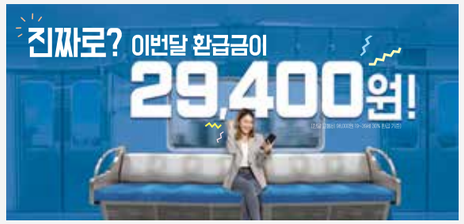
신청 방법 'Easy One' 앱 다운로드 후 신청
문의 경기신보 고객센터 1577-5900
기업은행 콜센터 1588-2588

3월의 기회

더 나은 양육 환경 만드는 '아동 언제나돌봄' 플랫폼

경기도의 언제나돌봄 서비스는 12세 이하 아동 긴급돌봄이 필요한 가정이 365일 24시간 원하는 시간·장소에서 언제나 아이를 믿고 맡길 수 있는 경기도의 대표 아동 돌봄 사업이다. 아동 언제나돌봄 플랫폼의 주요 기능으로는 언제나돌봄 서비스 신청, 절차 안내, 아동돌봄시설 현황 지도 및 시설 정보 제공 등이다. 기존의 종이서류 작성과 방문 접수로 진행하던 사전 아동등록 또한 플랫폼에서 가능하다. 플랫폼에서 신청 가능한 언제나돌봄 서비스는 초등 시설형 긴급돌봄, 언제나 어린이집 운영, 방문형 긴급돌봄 등이다.

신청 방법 아동 언제나돌봄 플랫폼(www.gg.go.kr/always360) 회원가입 후 신청
문의 경기도 아동언제나돌봄광역센터 010-9979-7722



100만 명이 선택한 '돈 버는 카드' 더 길어진 지하철도 The 경기패스와 함께

지난해 12월 28일 개통한 수도권광역급행철도(GTX) A노선 파주 운정중앙역~서울역 구간에도 경기도민 맞춤형 교통비 지원 정책인 'The 경기패스' 혜택이 적용된다. 20~30대 청년은 30%, 40세 이상은 20%, 저소득층은 53%까지 환급 혜택을 받을 수 있다. GTX-A노선의 요금은 평일 기준 기본요금 3,200원에 5km마다 250원씩 추가된다. 이에 파주 운정중앙역에서 서울역까지 요금은 4,450원이지만 'The 경기패스'를 이용하면 청년의 경우 3,120원으로 1,330원을 환급받을 수 있게 됐다.

신청 방법 총 13개 카드사에서 전용 카드를 발급받은 후 K-패스 누리집 회원가입
문의 경기도 광역교통정책과 031-8030-3901

경기도 주민참여예산 제안공모

경기도는 예산과정에 도민참여를 확대하고 예산의 투명성과 민주성을 높이기 위해 2026년 예산 편성을 위한 주민참여예산 제안공모를 진행한다. 경기도민이라면 누구나 참여할 수 있으며 추첨을 통해 제안자 100명을 대상으로 1만 원 상당의 모바일 상품권을 증정하고 제안이 선정되면 10만 원의 시상금을 지급한다. 우수 제안자에게는 심사 후 도지사 표창이 수여된다. 경기도 주민참여예산 홈페이지나 우편, 이메일 등으로 참여가 가능하다.

접수 기간 4월 6일까지
접수 방법 경기도 주민참여예산 홈페이지(yesan.gg.go.kr)를 통해 확인
문의 경기도 예산담당관 031-8008-2859
경기도 소통협치관 031-8008-5497
경기도 청년기회과 031-8008-3452

연간 최대 120만 원 간병비 지원하는 '간병 SOS 프로젝트' 개시

경기도가 간병의 어려움을 겪고 있는 노인들의 간병비 부담을 덜어주기 위해 '경기도 간병 SOS 프로젝트'를 올해 새롭게 시행한다. 지원 대상은 도내 65세 이상 노인 중 기초생활수급자(생계·의료·주거) 또는 차상위계층에 해당하면서 2025년 이후 상해나 질병 등의 이유로 병원급 의료기관 이상에 입원해 간병서비스를 받은 경우다. 다만 경기도형 긴급복지 사업이나 시군 자체 간병비 지원 사업 등 다른 사업을 통해 간병비를 지원받는 경우는 제외된다.

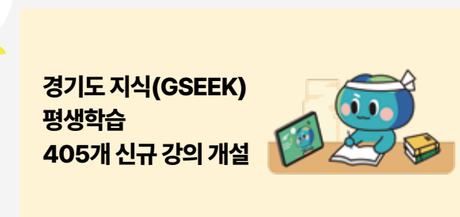
신청 방법 2월 20일부터 읍·면·동 행정복지센터 방문 접수(수시 신청)
대상 시군 고양·화성·남양주·평택·시흥·광주·광명·이천·안성·양평·여주·동두천·과천·가평·연천
문의 경기도 노인복지과 031-8008-2607

경기도민을 위한 이달의 혜택

치매환자 돌봄 가족이라면 '안심휴가' 지원받으세요!

경기도가 치매환자 가족의 돌봄 부담을 덜어주기 위해 시행하는 '치매가족돌봄 안심휴가 지원'은 치매환자를 돌보는 가족이 부득이한 외출이나 출타로 며칠간 집을 비워야 하거나 장기간 돌봄에 지친 가족이 일정 기간 육체적·정신적인 휴식이 필요할 때 지원하는 사업이다. 경기도가 운영 중인 도내 6개 경기도립노인전문병원에 치매환자의 단기 입원을 지원한다. 입원 기간은 연중 최대 10일까지며 입원 기간 중 간병비(일 3만 원)를 연간 최대 30만 원까지 도에서 지원한다. 입원비는 가족 부담이다. 노인전문병원을 이용하지 않는 가족의 경우엔 방문요양서비스나 단기보호시설 이용 시 발생하는 이용료의 본인부담금을 연간 10일간 최대 20만 원(일 2만 원)까지 지원한다.

문의 경기도 광역치매센터 031-271-7030



AI부터 마음건강 돌봄까지 GSEEK 평생학습에서 만나요!

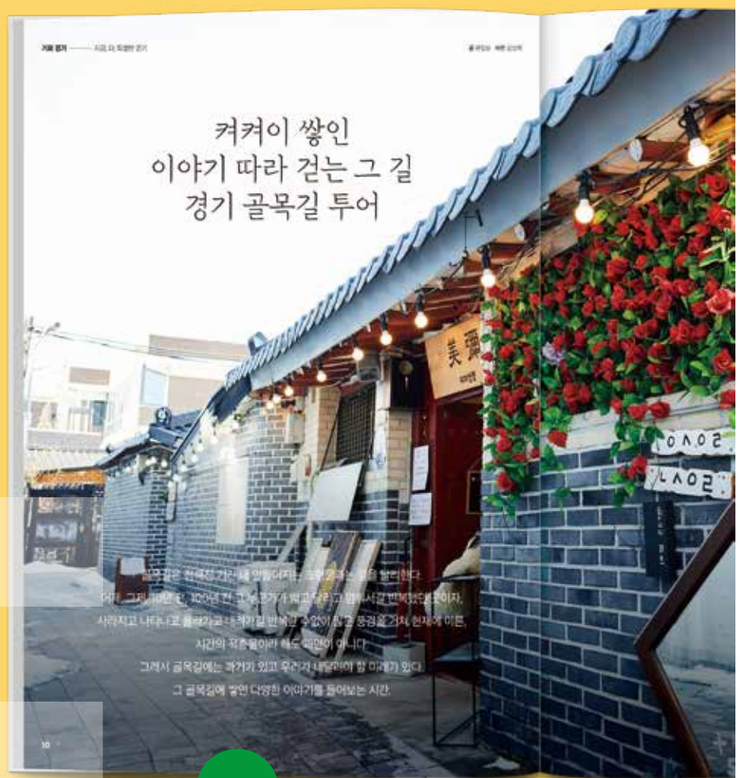
생성형 인공지능(AI), 금융·재테크, 마음 건강, 은퇴 설계, 취미생활 등 다양한 분야의 강좌 405개가 경기도평생학습포털 지식(GSEEK)에 개설됐다. 신규 강좌를 포함한 전체 강좌 수는 13개 분야 총 1천8백여 개다. 도는 도민의 학습 수요와 최신 트렌드, 이슈를 반영해 신규 강좌를 구성했다. 온라인 강사진은 김미경 강사, 김경일 심리학자, 김상욱 물리학자, 홍춘욱 경제전문가, 정재승 물리학자, 윤대현 정신건강의, 김헌 인문학자 등 분야별 명사로 꾸렸다. 주요 강의로는 디지털 역량강화, 생활 취미, 인문·교양, 직무 역량 개발 등이 있다.

이용 방법 '경기도평생학습포털 지식 누리집(gseek.kr)에 접속하여 무료 이용
문의 학습지원센터 1600-0999

글 편집실

더 새로워진 <나의 경기도>를 만나보세요!

많은 경기도민이 애독하고 있는 <나의 경기도>가 2025년을 맞아 새롭게 변신했다. 가독성을 높인 디자인과 좀 더 다채로워진 콘텐츠로 매달 경기도의 다양한 소식을 전할 <나의 경기도>.
어떤 점이 달라졌는지, 독자 이벤트는 무엇인지 함께 살펴보도록 하자.



경기도의 정체성을 강조한 콘텐츠 신설

올해 <나의 경기도>에는 크게 세 가지 콘텐츠가 새로이 자리하게 됐다. **첫 번째**는 광복 80주년의 의미를 강조하고 그 의미를 되새겨보고자 마련된 '경기, 광복 80주년' 코너다. 일제에 의한 불평등 조약으로 말도 안 되는 수탈과 핍박을 견디며, 또 격렬하게 저항하며 다시금 광복을 맞이한 우리 독립운동의 역사를 되짚어본다. 특히, 경기도 지역에서 일어난 다양한 독립운동의 양상을 사건별, 인물별 등으로 살펴볼 예정이다.

두 번째는 평생독서 프로젝트(1000BOOK)와 연계하여 경기도 내 특색 있는 독립서점을 탐방해 보는 '천권으로' 코너다. 지역 내 사랑방으로, 문화 공간으로, 또 새로운 이벤트의 공간으로 자리하고 있는 독특한 독립서점들의 면면을 새로이 조명해 볼 예정이다. 여기에 더해 각 독립서점 대표들의 추천도서들도 만나볼 수 있다.

마지막은 경기도 특산물과 그를 활용한 먹거리를 소개하는 '○○○가 궁금해!' 코너다. 예로부터 비옥한 땅과 맑은 물로 다양한 농특산물이 재배되는 곳인 경기도. 각 지역의 특산물을 소개하는 것에 그치지 않고 이를 활용한 음식들을 좀 더 자세히 살펴볼 수 있도록 했다. 3월의 주제인 '막걸리'의 경우, '딸기·한라봉 막걸리', '막걸리 칵테일' 등 막걸리를 좀 더 다채롭게 활용할 수 있는 방법과 떠먹는 막걸리, 막걸리 라테 등 상상할 수 없었던 특별한 막걸리 활용 먹거리를 함께 소개했다.

독자들과 함께 만들어가는 <나의 경기도>

올해 <나의 경기도>는 독자들이 참여하는 이벤트에도 변화가 생겼다. '특별한 하루'는 도민들의 응모를 통해 원하는 원데이클래스를 체험할 수 있도록 한 코너로 독자들이 직접 주인공이 되어 경기도의 다양한 체험 프로그램을 경험해 볼 수 있도록 했다.
'경기 명소 인증샷' 이벤트는 경기도민이 생각하는 경기도의 명소 인증샷을 소개하는 코너로 상시 응모할 수 있다. 익히 알려진 곳뿐만 아니라 우리 동네, 나만 아는 장소 등 미처 알지 못했던 경기도의 숨은 명소를 알아가는 기회가 될 것이다.

Event.

신규 구독 이벤트 <나의 경기도> 를 구독해 주세요!

<나의 경기도>
구독 신청하러 가기

<나의 경기도>가 새로워졌습니다.
가장 빠르게 도정소식을 만날 수 있는 <나의 경기도>!
지금 구독하시고 매월 발행 시 알림 문자를 받으세요!
구독 신청자 중 50명을 선정해
스타벅스 커피쿠폰을 발송해드립니다.

이벤트 기간

3월 24일(월)까지

신청방법

① 경기도 접수센터(apply.gg.go.kr)
② <나의 경기도> 구독 신청
③ 책(종이소식지)으로 받기, 웹진 발행 문자 알림받기, 책(종이소식지)과 웹진 모두 받기 중 선택 신청

* 해당 기간 내 구독 신청자는 이벤트에 자동 응모됩니다.

당첨자 발표

3월 31일(월)

<나의 경기도> 2월호를 읽고

경기 이색도서관들 소개 잘 보았습니다. 경기도 곳곳에는 지역 특색과 주민들의 수요를 잘 반영한 맞춤형 도서관들이 많이 있어 좋은 것 같네요. 지역민들의 지식 창고이자 가족 친화적 문화공간으로 많은 사랑을 받았으면 하는 바람입니다.
이지훈

평소에 기회소득을 많이 들어서 알고는 있었지만 어떤 분야에서 어떠한 혜택들이 지원되는지에 대해서는 잘 몰랐는데 기회의 경기를 통해서 자세하게 알게 되었습니다. 경기도민만을 위한 경기도만의 정책이라니, 경기도민으로서 든든합니다.
주문희

양평군 양서파출소에 근무하는 김정현이라고 합니다. 근무 중 잠깐 커피 마시다가 <나의 경기도>를 여러 권 읽어보았습니다. 평소 바빠서 잊고 있었는데 경기도의 소식과 좋은 정보를 많이 얻어갑니다. 너무도 유익하고 좋은 매거진이네요. 앞으로도 경기도만의 좋은 제도, 좋은 정보 많이 알려주세요.
김정현

기타 당첨자
김현철 010-XXXX-2702
김선희 010-XXXX-4890

사진 퍼즐 이벤트

정답 : 남사도서관 A-D-E-C-B-F

당첨자
이승아 010-XXXX-3590
김경락 010-XXXX-4672
최형훈 010-XXXX-8014
김효진 010-XXXX-1004
홍민영 010-XXXX-2603

낱말퀴즈 이벤트

① 날				
사				
① 도	자	② 기		
서		회		
관		② 소	나	기
		득		

당첨자
김유미 010-XXXX-3661
김하은 010-XXXX-3091
안정현 010-XXXX-2615
김성철 010-XXXX-8919
이정희 010-XXXX-5157

경기 명소 인증샷 이벤트

김경인

장하선

정화진

기타 당첨자
남순희 010-XXXX-6806
이민희 010-XXXX-3104

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/mygod
문의 031-8008-2827

<나의 경기도> 웹진 구독 이벤트에 참여하세요!

EVENT 1. 이곳은 어디일까요?

아래 사진은 <나의 경기도> 3월호에 실린 사진입니다. 조각조각 흩어져 있는 사진의 순서와 사진의 장소가 어디인지 정답을 맞혀주세요!

사진 퍼즐 응모하기

1	2	3
4	5	6

정답	장소 :	알파벳 : ( ) - ( ) - ( ) - ( ) - ( ) - ( )

참여 방법 ① 상단 QR 코드를 찍어 ② 장소 이름과 ③ 우측의 숫자 순서대로 알파벳을 적어 보내기
참여 기간 3월 19일(수)까지
당첨 선물 1만 원 상품권

EVENT 2. 가로세로 낱말 퀴즈

아래 설명을 읽고 빈칸 속 낱말을 적어보세요. 정답 중 두 가지는 <나의 경기도> 3월호 속에 있습니다.

	①		②		
①					
②					

낱말 퀴즈 응모하기

세로1. 탄소중립 실천 활동을 한 도민에게 리워드를 지급하는 기회소득 중 하나
세로2. 동력으로 프로펠러를 돌리거나 연소 가스를 내뿜는 힘에 의하여 생기는 양력(揚力)을 이용하여 공중으로 떠서 날아다니는 항공기
가로1. 미국에서 제2차 세계대전이 끝난 1946년부터 1965년 사이의 베이비붐 시대에 태어난 사람들
가로2. 같은 때나 시기

참여 방법 ① 상단 QR 코드를 찍어 ② 각 빈칸에 맞는 정답 적어 보내기
참여 기간 3월 19일(수)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.

경기 명소 인증샷 응모하기

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

경기도일자리재단 잡아바

www.JOBaba.net

● 2025년 경기IT새일센터 직업교육 훈련생 모집

주요내용

IT 직무로 취업을 희망하는 여성 구직자를 위한 직업교육과정

과정명	모집기간	교육기간	지원자격	모집 인원	문의	교육방법
SW테스팅(검증) 전문가 양성과정	~3. 5.(수) 18:00까지	3. 17.(월)~ 4. 30.(수)	IT 직무로 취업을 희망하는 경기도 거주 미취업여성 (개강일 기준)	20명	031-270-9805	오프라인 교육
디지털디자인 포트폴리오 과정	~3. 9.(일)	3. 13.(목)~ 6. 24.(화)		20명	031-270-9939	온라인 교육 (ZOOM 이용)
피그마 활용 UX/UI 앱디자인 포트폴리오 (with AI) 과정	~3. 10.(월) 18:00까지	3. 13.(목)~ 6. 27.(금)	수도권에(서울 또는 경기도) 주민등록상 주소를 두고 있는 만 34세 이하 미취업 여성	20명	031-270-9804	온오프 블렌디드 강의
AI활용 영상편집 (모션그래픽) 제작자 과정	~3. 13.(목) 18:00까지	3. 20.(목)~ 6. 12.(목)	IT 직무로 취업을 희망하는 취업 의지가 강한 미취업 여성(개강일 기준)	18명	031-270-9823	오프라인 교육
SNS 마케팅 기획 프로젝트 과정	~3. 23.(일)	4. 3.(목)~ 6. 3.(화)	마케터 취업을 희망하는 취업 의지가 강한 경기도 거주 여성	20명	031-270-9819	온오프 블렌디드 강의

※ 과정별 자세한 교육 내용과 일정 등은 잡아바 어플라이 통합접수시스템 모집 공고 확인

교육장소 : 경기도일자리재단 남부사업본부(경기도 수원시 권선구 권중로46)

접수방법 : 온라인 신청(잡아바 어플라이 : https://apply.jobaba.net)

● 2025년 경기도기술학교 미래성장산업 무료기술교육생 모집

주요내용

미래 모빌리티 시대를 준비하는 정규교육과정

구분	과정명	모집기간	교육기간	정원
취업전문교육	전기에너지과정	~3. 21.(금) 17:00까지	4. 1.(화)~ 9. 26.(금)	20명
	스마트제조과정			20명
	전기자동차정비과정			20명
지원내용	교육비 일체 무료 교재, 실습복, 재료 등 교육 보조 물품 일체 지급 훈련수당, 취업장려금 지급 (조건 충족 여부에 따라 변동 가능) 자격증 취득 시 필기/실기시험 응시료 지원 등			

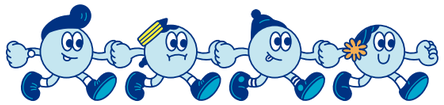
※ 과정별 자세한 교육 내용과 일정 등은 잡아바 어플라이 통합접수시스템 모집 공고 확인

모집대상 : 공고일 기준 만 19세 이상 경기도민

교육장소 : 경기도기술학교(경기도 화성시 기산로 31-6) *통학버스 운행

접수방법 : 온라인 신청(잡아바 어플라이 : https://apply.jobaba.net)

문의 : 경기도일자리재단(031-270-6654, 6655)



● 2025년 베이비부머 라이트잡 참여기업 및 참여자 모집 공고

주요내용

경기도가 베이비부머의 가볍고 유연한 일자리를 응원합니다!

구분		상세내용
참여기업	모집기간	~2025. 4. 30.(수) *선착순 마감
	지원내용	50~64세 베이비부머를 주 24~35시간 일자리에 채용하고 3개월 이상 고용 유지 시 1인당 월 40만 원 지원(최대 9개월 960만 원)
	지원대상	사업장 및 채용근로자 주 근무지가 경기도이면서 고용보험 피보험 근로자가 1인 이상인 기업(1인 기업, 파견업 제외)
	접수방법	온라인 신청(잡아바 어플라이 : https://apply.jobaba.net)
참여자	모집기간	2025. 3. 5.(수)~마감 시까지
	지원내용	4대 보험 등 최소한의 근로자 안전망이 보장된 유연한 일자리 연결 주 24~35시간 근무
	지원대상	경기도에 주민등록을 둔 50~64세(1960~1975년생) 2,000명 *2025년 기준
	접수방법	온라인 이력서 제출(잡아바, 당근, 고용24 라이트잡 채용관)
접수 사이트		① 잡아바 : https://www.jobaba.net/ ② 당근 : https://www.daangn.com/ ③ 고용24 : https://work24.go.kr/

※ 상세 자격 요건 및 추가 자세한 내용은 잡아바 어플라이 통합접수시스템에서 확인해 주세요.

※ 예산 소진 시, 조기 마감될 수 있습니다.

문의 : 경기도일자리재단(031-270-9941, 9757)

● 2025년 ChatGPT 활용 디지털 마케팅 전문가 양성과정 교육생 모집

주요내용

경기북부새일센터 고부가가치 직업교육과정

과정명	모집기간	교육기간	지원자격	모집 인원	문의	교육방법
ChatGPT 활용 디지털 마케팅 전문가 양성과정	~3. 14.(금) 18:00까지	3. 27.(목)~ 6. 25.(수)	교육 수료 후 마케팅 분야로 취업 의지가 분명한 20~40대 여성	20명	031-270-9869, 9900	온오프 블렌디드 강의

※ 과정별 자세한 교육 내용과 일정 등은 잡아바 어플라이 통합접수시스템 모집 공고 확인

교육장소 : 경기도일자리재단 북부사업본부(경기도 의정부시 범골로 137)

접수방법 : 온라인 신청(잡아바 어플라이 : https://apply.jobaba.net)

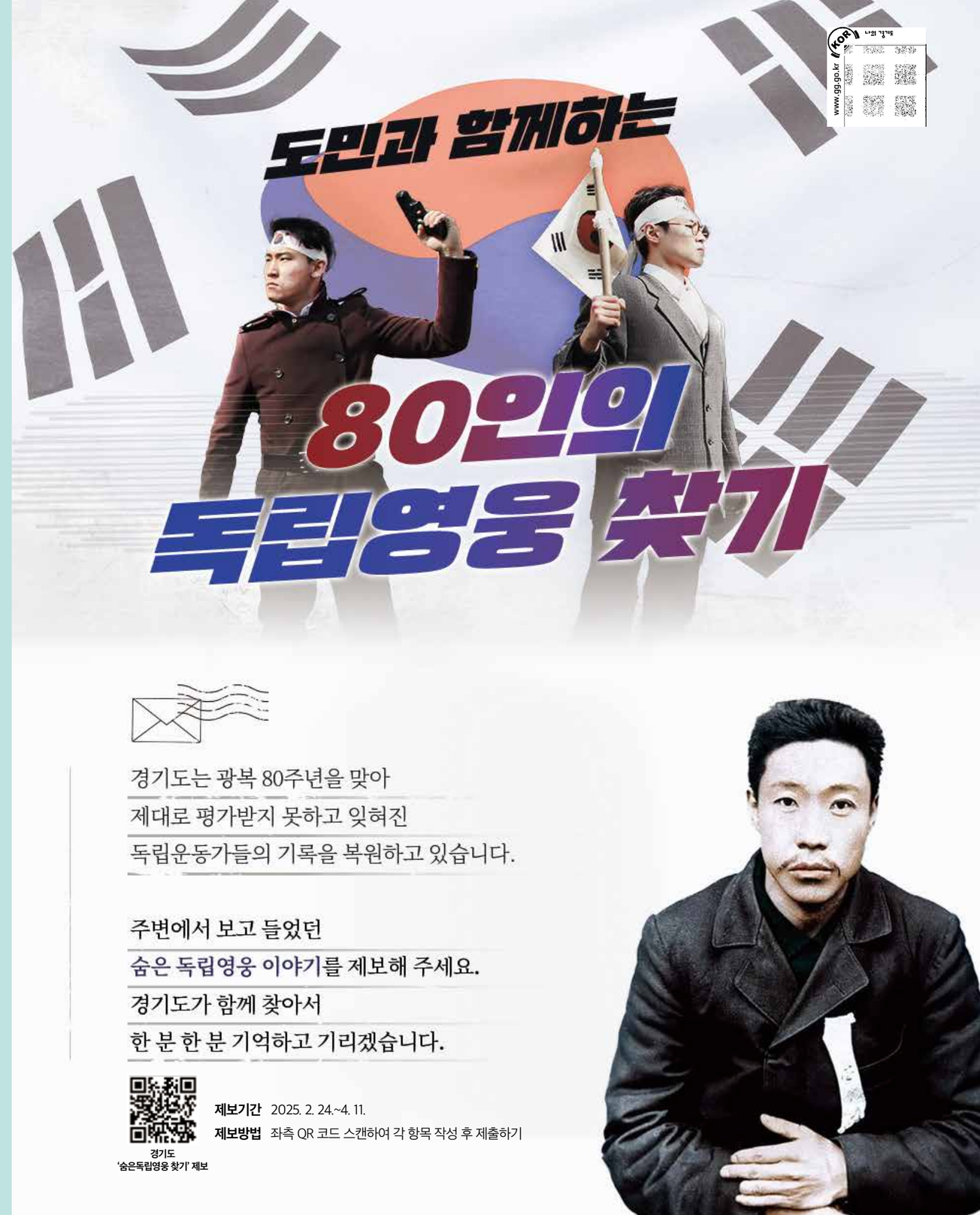
● 2025년 행정회계 사무OA 과정 교육생 모집

주요내용

전산회계, 사무OA 여성전문 기술교육

과정명	모집기간	교육기간	지원자격	모집 인원	문의	교육방법
행정회계 사무OA 양성과정	~3. 11.(화) 18:00까지	3. 25.(화) ~6. 10.(화)	관련 분야 취·창업 의지가 뚜렷하고 취업 가능성이 높은 경기도 거주 여성	20명	031-270-9894, 9897	온오프 블렌디드 강의

※ 과정별 자세한 교육 내용과 일정 등은 잡아바 어플라이 통합접수시스템 모집 공고 확인

교육장소 : 경기도일자리재단 북부사업본부(경기도 의정부시 범골로 137)

접수방법 : 온라인 신청(잡아바 어플라이 : https://apply.jobaba.net)