

전인건강학회

HOLISTIC HEALTH ASSOCIATION

전인건강학회소식지

1

월호

2011년

토끼처럼 귀는 크게
곧게 세우고
모든 소리들을 잘 들도록 하소서
아름답고 은혜로운 소리들로 항상 채워주시되
한숨과 하소연과 불평과 조언들도
귀담아 들게 하소서
눈은 맑게, 크게 뜨고
세상을 바로 보게 하여 주시고
그러나, 입은 되도록 작게 열고
낮은 음성으로 필요한 말만 하도록 하소서
사뿐사뿐 가볍게 발을 옮기는 토끼
땅 위에 너무 무거운 욕심을 두지 말고
또 한 해를 순하게 살아가게 하소서



CONTENTS

2 전인건강의 샘 권두언 조무성
첫 소식지 전인건강을 생각하며

5 사회와 물건강 정창덕
인구노령화 시대 유비쿼터스로 삶의 질을

7 마음(영혼)건강 박상희
영적건강과 웰빙의 의미

9 전인건강 : 건강도시 김공현
건강에 이로운 도시 프로젝트 의
추진배경과 지역사회의 바람직한 역할

15 전인건강학회 학회 소개

16 전인건강학회 이사회 소개
2011년 12월 5일 이사회 회의록

17 전인건강학회 이모저모

19 전인건강학회 동역단체 소개
전인건강운동본부
글로벌케어

전인건강학회 소식지 1월호 1권

발행처 전인건강학회 매월 발행 전인건강은 참행복입니다
발행인 조무성 편집인 노영상 편집간사 이연형 협력위원 조현복 이재훈 김인환

첫 소식지 전인건강을 생각하며

권 두 언

로댕의 “생각하는 사람” (The Thinker)은 대체 무엇을
골똘하게 생각하고 있을까?

원래 신곡을 쓴 단테를 모델로 하여 큰 시를 구상하는 모습으로 조각했다고 하고 일반적으로 강한 내적 갈등과 싸우는 진지한 사색의 인간을 표현했다고 한다. 오른 쪽 팔꿈치를 왼 쪽 무릎 위에 놓고 턱에 손을 괴고 웅크려 있는 자세는 깊은 생각이 묻어 나오는 것처럼 보인다. 가끔 철학자의 모습을 대변한다고 한다.

내가 전인건강을 탐구하게 된 것은 1993년 암수술을 받고 투병 생활을 시작할 때였다.



조 무 성 교수

전인건강학회 이사장
고려대학교공공행정학부 교수
고려대학교건강도시연구센터장

몸이 고통스러웠다. 수술부위가 아프고 불순물을 뿜기 위해 코에 관을 씌운 것이 몹시 힘들었다. 마음도 아팠다. 한창 나이인 40대 초반에 가족을 등질지도 모르고 교수로서의 학문적 성취의 꿈도 접어야 될지 모른다는 삶의 불안을 지울 수가 없었다. 사람들이 방문해서 위로하는 것은 고맙지만 돌아가면 여전히 고독감을 느꼈다. 입원기간 병원에 갇혀 있는 것이 답답하기도 했다. 내가 암에 걸린 원인이 무엇일까를 생각하고 여러 가지 정보를 접하면서 전인건강의 중요성을 크게 깨달았다. 내가 직장생활에서 받은 스트레스, 편식의 습관과 휴식의 부족, 대인관계의 배신감 등도 암의 촉진 요인이 되었다는 생각이 들었다. 평소에 소홀히 했던 맑은 공기와 물을 마시고 좋은 경치를 즐겨보는 것이 중요하다는 것을 새삼 깨닫게 되었다.

마음의 건강, 몸 건강, 사회건강, 환경건강으로 말해지는 전인건강은 내가 학문하는 세계와 접목되게 되었다. 현상을 이해하고 설명하며 예측하고 통제하는 학문활동의 궁극적 목적이 원가에 대해서 생각하면서 삶의 질 향상을 답으로 생각하게 되었다. 향상된 삶의 질이 무엇인가를 자문하면서 전인건강이라고 답하게 되었다. 나의 분야인 행정학을 생활행정학으로 부르면서 어떻게 하면 국민의 삶의 질을 높일까 고민하게 되었다. 왜 국민의 마음, 몸, 관계, 환경이 건강하지 않은가?에 대해서 시민의 마음, 몸, 사회, 환경의 건강을 위해 애쓰는 도시인 건강도시에 깊은 관심을 가지고 탐구하게 되었다. 생활행정학은 보다 이론적인 것이라면 건강도시사업의 연구는 보다 실천적인 것이다. 건강도시를 연구하면서 기독인으로서 교회의 역할을 연결하게 되었다. 일반적 의미의 건강도시는 교회가 추구하는 살롬커뮤니티인 성경적 건강도시와 비교해서 영적 건강을 제외하고는 공통분모를 추구할 수 있다고 생각하게 되었다. 그래서 교회의 자원을 통하여 하나님 사랑을 뿌리로 하는 영적 건강뿐만 아니라 이웃사랑에 기초한 이 사회의 육체적, 정신적, 사회적, 환경적 고통을 교회의

자원으로 어떻게 치유할 것인가에 대해서 탐구하게 되었다.

하나님 나라의 산물로서 샬롬공동체의 건설은 교회가 하나님 나라의 결과물로서 성경적 전인건강을 핵심으로 하는 성경적 건강도시를 이룩해 가는 것이라고 생각하게 되었다. 이것은 한국교회를 비롯한 세계교회가 믿지 않는 사람들의 육체적, 정신적, 신체적, 사회적, 환경적 고통의 치유에도 교회의 자원을 잘 활용해야 할 책임을 가지고 있다는 것을 깊이 인식하게 되었다. 하나님 사랑 없는 이웃사랑은 뿌리가 없는 것이고 이웃사랑 없는 하나님 사랑은 공허한 것이기 때문이다.

나는 전인건강의 눈으로 내 가정과 내 직장을 바라본다. 내 가족구성원의 마음의 고통이 뭘까, 몸의 고통이 뭘까, 서로간의 불편한 감정은 없는가, 우리 가족이 사는 환경은 안전하고 쾌적한가 하고 스스로에게 물어 본다. 내 직장의 구성원은 정신적으로, 육체적으로, 사회적으로, 환경적으로 건강한가 물어 본다. 그래서 나의 직장이 건강캠퍼스가 되길 애쓰며 소망한다. 나는 성경적 전인건강의 눈으로 교회를 바라본다. 내가 속한 교회 구성원의 영적, 신체적, 정신적, 사회적, 환경적 고통이 치유되길 기도하고 소망한다. 그래서 내가 속한 교회가 샬롬커뮤니티의 본이 되길 기도하고 열망한다. 한국 교회에 그리고 해외의 교포 교회에 많은 갈등과 다툼이 있는 것이 마음이 아프다. 예루살렘성을 재건한 느헤미야의 회개 기도와 실천이 우리에게 요구된다.

나는 전인건강의 눈으로 우리 사회를 본다. 이기심과 자존감의 결핍과 부정직성이 지배하는 위험한 문화, OECD 국가 중 자살률 1위와 젊은 층의 증가, 정당간·세대간·지역간·계층간 갈등의 팽배, 암사망률 1위와 암발생률과 암 사망자수 계속 증가, 사회와 환경의 부정적인 모습도 많이 보인다. 나는 전인건강의 눈으로 우리 세계를 본다. 막스 베버가 의도한 책임 있는 자본주의보다 무책임한 자본주의 때문에 가난한 사람들의 신체적, 정신적, 사회적, 환경적 고통이 점증되고 있다. 자본축적이 약한 가난한 나라들은 더욱 힘들어 진다. 미국이나 중국 등 강대국이 기후변화에 대한 기본대책에 소홀하다. 가뭄으로 인한 농사실패와 온난화에 따른 질병 및 폭설과 태풍 등 갑작스런 기후변화, 바다의 수위증가와 북극의 빙산녹음 등 기후변화에 대한 관심과 여론이 아직 약하다.

사람이 개인이나 집단구성원으로 어디에 살든지 전인건강은 행복에 대한 보다 적절한 정의다. 마음과 몸 및 사회와 환경의 건강은 따로 따로 노는 것이 아니라 서로 영향을 주고 받기 때문이다. 스트레스를 받으면 밥맛이 없고 몸에 기운이 없으면 의욕이 떨어지며 누가 나에게 스트레스를 주면 불쾌하고 좋지 않은 환경 속에 있으면 몸과 마음이 괴롭다.

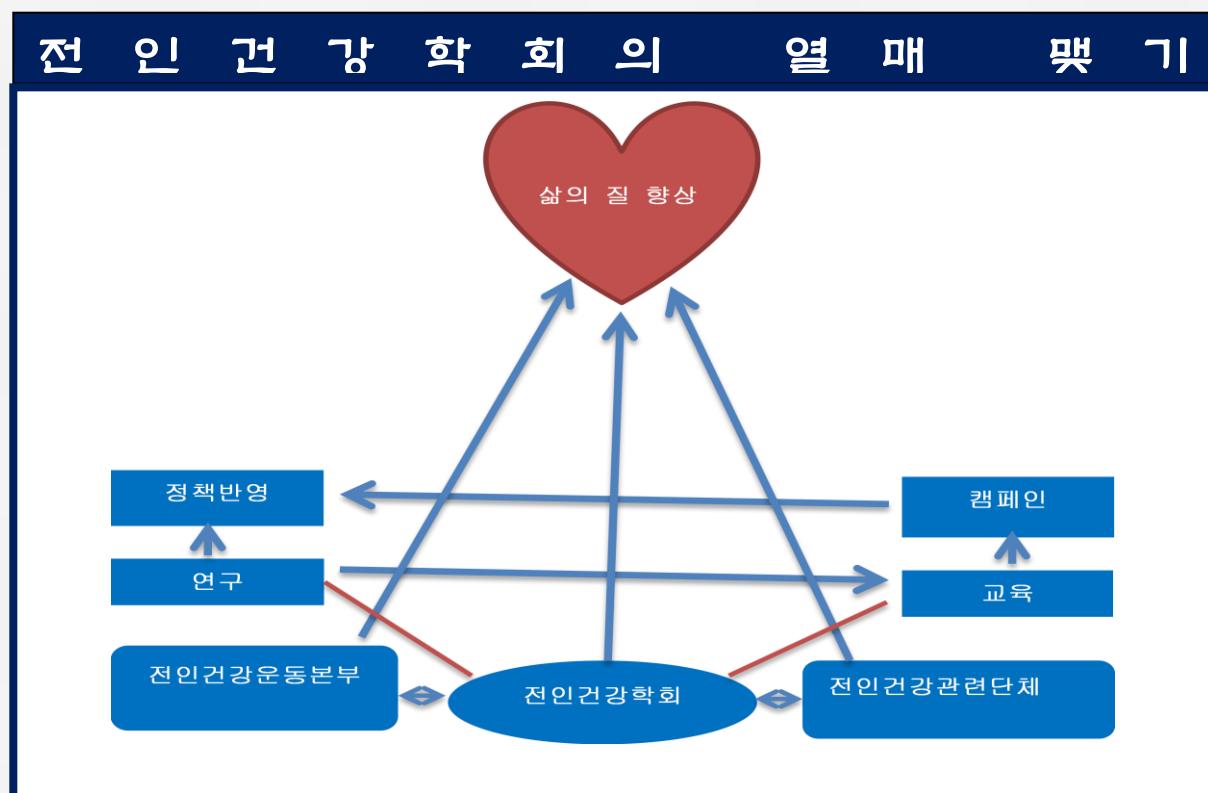
따라서 전인건강의 개념은 자신과 가족, 직장, 교회, 사회 및 세계의 고통과 문제 그리고 행복을 보는 중요한 인식틀이다. 그러나 이러한 고통을 치유하고 문제를 해결하는 것은 개인이 아니고 철저하게 관계중심의 협동이 요구된다. 하나님과의 관계, 인간자신과의 관계, 인간과 인간의 관계, 인간과 자연과의 관계 가운데 전인건강 특히 성경적 전인건강이 유지되기 때문이다. 나는 자신이 갖는 고통치유의 역량에 대해 무능함을 느낄 때가 많다.

전인건강을 이 땅에 심고 연구역량이라는 줄기가 커지고 교육이라는 가지를 뻗고 삶의 질의 향상이

라는 열매를 맺기 위해서는 특히 전인건강에 관한 지식을 생산하는 학문공동체와 그 지식을 적용하는 직업공동체의 역할이 중요하다. 특히 교회공동체는 이러한 학문직업공동체의 원천이 된다. 흘어진 교회의 구성원으로서 초·중·고·대학의 모든 학생과 교사와 연구원 교수는 학문공동체의 중요한 구성요소이다. 전인건강에 관한 지식을 생산하고 전파하는 역할을 담당하기 때문이다. 신학, 인문, 사회, 자연과학 등의 지식을 사회에 적용하는 다양한 직업분야의 사람들은 직업공동체의 중요한 구성요소이다. 그래서 이러한 학문직업공동체는 하나님 나라를 위해 이론과 실천이 유기적으로 연결되어 이 땅에 성경적 건강도시인 샬롬커뮤니티를 더욱 알차게 형성해 갈 수 있을 것이다.

이 땅의 고통 치유의 학제적 접근을 추구하는 전인건강학회가 해야 할 일은 고통 받는 이웃에 대한 사랑의 마음을 가지고 전인건강에 대한 성경적 세계관인 뿌리를 공유하고 학문의 숲을 학제적 관점에서 바라보고 자신의 분야를 갈고 닦으며 아름다운 숲을 가꾸기 위해 서로가 학문적으로 협력하여 전인건강학의 학문을 함께 발전시켜 이 땅의 고통을 이해하고 원인을 규명하고 대안을 제시하는 것이다.

전인건강은 이론적으로 탐구하고 실천적으로 적용할 보석이다. 특히 우리의 구주 예수그리스도를 위해 성정적 전인건강을 깊이 연구하고 실천하여 우리 학회구성원 모두가 이 보석을 함께 갈고 닦아 우리 개인이 행복하고 가정과 직장이 유쾌하며 사회와 세계의 고통을 치유하고 교회의 샬롬을 회복하는데 보탬이 되는 학회의 소식지 되길 바라는 마음 간절하다.



인구노령화 시대 유비쿼터스로 삶의질을...



정 창 덕 교수
전인건강학회 이사
한국유비쿼터스학회 회장
고려대학교 컴퓨터정보학과교수

현재 65세 이상 인구가 총인구에서 차지하는 비중이 10.7%를 넘어섰다 문제는 고령화가 진행되는 속도이다. 한국은 고령화가 세계에서 가장 빠르게 진행되고 있어 향후 그 부정적 영향이 단기간에 크게 증폭될 것으로 우려된다. 한국은 현 추세가 지속된다면 앞으로 9년 후인 2018년에 65세 이상 고령인구의 비중이 14.3%로 고령사회에 진입할 예정이며, 2026년에는 초고령 사회(20.8%)에 진입할 것으로 예상된다. 그리고 2050년에는 38.2%로 세계 최고령사회가 될 것으로 예측되고 있다.

또한 기대수명이 1년 늘어날 때마다 저축률은 0.8% 증가하지만, 유년·고령 인구의 저축률은 생산가능인구의 저축률에 비해 크게 낮기 때문에 생산가능인구 비중의 하락으로 총 저축률은 감소할 것으로 전망된다. 연금 부담 및 임금상승 등 기업의 부담 증가로 R&D나 신규투자가 축소될 가능성이 높고, 자본증가율 감소를 포함한 총 저축률 감소로 투자가 위축될 것으로 전망된다.

그리고, 저출산·고령화의 급진전은 상품시장 재편에도 영향을 미칠 것으로 전망된다. 저출산과 기대수명의 연장으로 소비자의 소비패턴이 변화하면서 자녀를 대체하는 애완동물 시장, 저렴한 의약품 시장과 늘어난 노후를 대비한 건강비지니스와 재테크 금융상품 시장은 지속적으로 성장할 것으로 전망된다.

향후 고령화로 인해 한국사회는 큰 변화를 겪지 않을 수 없게 되었다. 이러한 변화에 대응하기 위해 한국사회가 준비해야 할 과제에 대해 살펴보고자 한다. 우선적으로 전세계적으로 노인인구가 늘어나지만 노인용품만을 유비쿼터스 첨단IT와 결합되어 만드는 집중적 단지가 없다.

노인용품(IT융합장남감, IT융합노인용게임, 노인용 서비스제품.....)을 만드는 첨단 노인 특구 단지를 통해 노인용품과 기타 아이를 위한 용품을 만드는 일이다. 즉, 노인이 정신적 육체적으로 계속일 할 수 있는 자리를 통해 사회적 소외로부터 전인건강적 사회시스템을 만드는 것이며 나아가 많은 노인 분들이 새로운 인생 이모작을 할 수 있는 장을 열어

주자는 것이다. 이는 사회에 이바지 할 수 있는 길을 열어주는 동시에 오히려 노인들이 활동함으로서 건강을 증진시키며 삶의 질을 높일 수 있을 것이다. 또한 이를 통해 사회적 배려와 가족간의 화합 나아가 노인 분들의 경제적 자립이 달성될 수 있다.

둘째, 우리나라는 3대문화와 효 그리고 팜(farm)의 문화가 있다. 따라서 이 문화를 살리는 유비쿼터스 형 노인복지시설건립이다. 3대가 함께 살 수 없어도 유비쿼터스 스마트 형 화상시스템을 통해 손자, 손녀 그리고 자녀와 원격으로 대화하여 3대가 마치 함께 사는 것처럼 느끼게 하고, 효와 팜의 문화를 살려 1달에 1번씩이라도 같이 모여 복지시설의 근처에서 주말 농장도 경작하는 새로운 형태의 한국형 유비쿼터스 복지시스템을 건립하여 외국에도 수출할 수 있는 모델이다. 그리고 생산인구 감소를 완화하기 위해서는 경제활동참가자의 양적 확대가 필요하다. 가족친화적인 근로문화를 조성하고 임금 피크제를 활성화하여 여성과 고령인력의 경제활동참가를 확대하는 것이다.

셋째, 인구고령화와 기업 내 인력고령화와 관련해, 기업 인사제도 및 관행의 다양화를 촉진하고 외부노동시장을 유연화하는 정책이 추진되어야 할 것이다. 또한 노인 분들을 위한 급속히 증가할 재교육비즈니스에 부응할 수 있는 인프라구축도 시급하다.

정 창덕 고려대컴퓨터정보학과교수(한국유비쿼터스학회 회장) 내용문의 02-2226-4372

한국유비쿼터스학회는 ?

한국유비쿼터스학회는 1987년 한국창조성 유비쿼터스연구회로 시작하여, 한국에 유비쿼터스 용어를 처음 도입한 공로로 2002년 5월 10일 서울정보통신대학원 정창덕 박사(현재 고려대 정창덕 교수)를 회장으로 추대 발대식을 갖고, 윤은기(경영전략연구소), 주대준(청와대 IT 정보처장) 고문단의 구성과, 이명훈박사(단국대)를 감사로 임명하고, 서현진(서울대 교수) 등 50명의 이사진으로 구성된 유비쿼터스를 한국형 환경에 맞게 구성하기 위한 학회이다. 자체 학술세미나는 물론 타 학회와 공동으로 다수의 학술대회를 개최하여, 한국형 유비쿼터스 발전을 정착하고, 이와 관련된 각종 하드웨어 및 소프트웨어를 개발하고, 세계적 유비쿼터스 표준화를 위한 학술연구를 계속하고 있는 정부사단법인 비영리 학술 단체이다.

"영적건강과 웰빙의 의미"

안녕하세요?

세계에서 가장 좋은 인사법을 가진 나라는 우리나라이다.

미국 사람의 아침인사는 굿모닝(Good morning) 즉, 좋은 아침이라는 뜻이다. 일본 사람의 아침인사는 오하요우고자이마스(おはようございます)이다. 이 말을 일본 사람에게 물어보면 좋은 뜻은 알겠는데 정확히 무슨 말인지는 모른다라고 대답한다.

한국 사람의 인사는 아침, 점심, 저녁 그리고 잠자기 전에도 “안녕”이라는 말로 인사한다. 안녕이라는 말은 영어로 표현하면 Well-Being이라는 뜻이다. 많은 사람들이 웰빙이라고 하면 잘먹고 잘사는 것으로 알고 있는데 이 말은 원래 육신적으로 정신적으로 사회적으로 그리고 영적으로 아무런 문제가 없는 상태 즉 웰빙한 상태를 의미하는 것이다.

1948년 세계보건기구(WHO)에서는 인간의 건강에 대하여 발표했다. “건강이란 육체적 건강(Physical Health), 정신적 건강(Mental Health) 그리고 사회적건강(Social Health)으로 완전히 양호한 상태(Well-being)”라고 발표하였다. 그러나 약 반세기를 지난 지금 전 인류는 육신적으로는 암을 비롯한 수많은 불치병에 시달리고 있다.

WHO 연구팀은 2010년 한 해에 약 1,240만명이 암으로 진단을 받고 약 760만명이 암으로 사망할 것이라고 밝혔다. 우리나라는 평생동안 남자는 3명 중 1명, 여자는 4명 중 1명이 암에 걸리는 것으로 나타났다. 2008년 한해동안 6만 8,000명 정도가 암으로 사망했다.

정신적으로는 지구 전체가 정신병동이라 일컬을 만큼 수많은 사람이 정신적인 고통으로 우울증에 시달리며 한국에서만 하루에 35명씩 자살로 연결되고 있다. 또한 사회적으로는 전 세계는 계속되는 경제불황으로 경제적 갈등과 인간성 상실 등으로 살인과 이혼 그리고 이혼으로 인한 자녀문제 등 행복해야 될 인간이 행복하지 못하고 점점 불행해지고 있다.



박상회 박사

(의학박사, 인정건강심리카운셀러)
도쿄대학 의학부 객원연구원
후생노동성국립정신보건연구소연구원
대한임상건강의학회 국제학술이사
대한임상암예방학회 상임이사

파스칼은 말하기를 “인간의 가슴에는 커다란 구멍이 있는데 이 구멍을 메우려고 노력하면 노력할 수록 바닷물을 마시는 거와 마찬가지로 갈증을 느낀다”고 하였다. 즉, 인간은 영적인 존재로서 영적으로 만족이 안되면 절대적으로 행복할 수 없음을 표현한 것이다.

마침내 WHO에서는 건강의 정의에 영적건강(Spiritual Health)을 제안하였다. 육신적, 정신적 그리고 사회적 건강과 더불어 영적건강이 연합하여 강한상태(Dynamic)가 될 때 비로서 진정한 건강이라고 발표하였다. 지금 전 세계는 영적건강이라는 말에 많은 관심을 가지고 연구를 진행하고 있다. 세계적으로 영적건강의 의미를 알며 복음화에 눈뜬 나라가 세상을 정복했다.

로마가 이 영적비밀을 알 때 모든 길은 로마로 통하였고, 영국이 이 사실을 알았을 때 해가 지지 않는 나라가 되었다. 미국에 이 복음이 들어 갔을 때 전 세계를 정치와 경제로 지배하는 나라가 되었다.

약 100년 전에 젊은 미국선교사에 의해 한국에 복음의 씨가 뿌려졌다.

현재 한국은 인구비례로 볼 때 세계에서 가장 많은 선교사를 파송하는 나라이다.

이는 영적 비밀을 가진 나라는 것을 의미하는 것이다. 지금 나는 영적으로 건강한가를 체크해보고 영적건강의 의미를 깊이 생각해 보는 시간이 필요하다.

인간은 영성을 가지고 있기에 본능적으로 창조주하신 하나님을 찾는다.

마치 엄마품을 떠난 아기가 엄마품을 찾듯이 하나님을 찾는다. 인간은 하나님을 만날 때에만 영적으로 만족이 되며 참 행복을 느끼게 되는 것이다.

영적건강이란 바로 생명되시고 복음되신 그리스도를 내 마음에 품고 누리고 사는 삶을 의미한다. 즉 안녕한 상태이다. 지금, 안녕이라는 말의 진정한 의미를 알고 나와 가까운 사람과 인사를 하자. 그리고 많은 사람들에게 안녕의 의미를 알려주자.

“안녕하세요? “많은 사람들이 웰빙의 의미를 바로 알고 건강한 삶을 살아가길 기도한다.

“건강에 이로운 도시 프로젝트” 의 추진배경과 지역사회의 바람직한 역할

1. 사람과 건강

사람이 기본적으로 무엇 무엇을 갖추고 있어야 그를 사람이라고 칭할 수 있을까? 무엇보다 먹어야(食) 할 것이다.

다음은 입어야(衣)할 것이며, 셋째는 살아갈 집이(住) 있어야 할 것이고, 넷째로 건강하여야 한다. 이들 네 가지 가운데 어느 하나라도 갖추지 못하면 그 사람은 사람다울 수가 없게 된다. 그래서 이 네 가지를 “인간의 4대 기본요구”라고 칭한다. 오늘날 대부분의 사람들은 식, 의, 주는 기본적으로 해결이 되고 있으나, 건강은 아직도 재대로 누리지 못하는 사람들이 많이 있다. 사람이 다른 요구들을 충분히 누리고 있다하여도 건강하지 못한 사람은 사는 것인사는 것 같지 않다고 하겠다.

건강을 잃으면 가지고 있는 다른 모든 것들은 아무 쓸모가 없게 된다고 세상 사람들이 말하고 있지 않는가.

그렇다면 건강이 무엇이기에 그렇게 중요할까? 사람이 건강하다면 무엇보다 먼저 질병이 없거나 허약하지 않아야 한다. 그러나 여기에 머무르지 않고 신체적으로 튼튼하고, 정신적으로 안정되며, 사회적으로 관계가 원만하여야 하며, 영적으로 충만하여야 비로소 건강다운 건강을 누린다고 말할 수 있다.

남자나 여자, 부자나 가난한 자, 배운 사람이나 못 배운 사람, 사회적 신분이 높거나 낮거나를 구분함이 없이 모든 사람들이 골고루 신체적으로 정신적으로 사회적으로 영적으로 참다운 건강을 누리려면 어떻게 하여야 할까? 누구든지 아프거나 허약해지면 초기에 바로 올바른 진료를 받아야 할 것이다. 그러나 이것만으로는 오늘날 복잡한 도시의 주민들은 참다운 건강을 누리며 살아갈 수가 없게 되어 있다. 왜냐하면 한 개인의 건강은 그 개인을 둘러쌓고 있으면서 각 개인들이 평상시에 생활하고, 일하며, 휴식을 취하는 과정에서 늘 부딪치는 여러 환경(環境)들, 즉 자연적, 경제적, 사회적, 문화적, 정치적 환경 등에 의해서 크게 영향을 받아 건강의 상태나 수준이 결정되고 있기 때문에 이를 여러 환경들을 “건강에 이로운 환경들(healthy environments)”로 만들어야만 비로소 가능해진다.

또한 사람의 건강은 건강이 나빠진 후(後)나 혹은 건강에 해로운 위험요인들에 노출된 다음에 어떤 대책을 세워 조치를 취하기보다는 건강할 때, 또는 이들 위험요인들에 노출되기 이전에 그 위험요인들을 건강에 이롭게 변화시키는 것이 경제적으로나 사회적으로 효과가 훨씬 크게 되어있다.



김 공 현 교수

전인건강학회 이사

인제대학원대학교 자문교수

전 인 건 강 : 건 강 도 시

그런데 근래 세계의 각국에서는 선진국이나 후진국을 가릴 것 없이 모두가 성장과 발전을 추구하면서 산업화를 지향하고 있다. 그 결과 건강에 해를 끼치는 각종 오염물질들이 대량으로 배출되고 있다. 그 뿐만 아니라 노동인구를 중심으로 농촌의 사람들이 도시로 몰려들어 전국이 급격하게 도시화가 진행되고 있다. 특정한 지역에 단시일 내에 인구가 급격하게 증가되면 그 지역은 필연적으로 자연환경이 훼손되고, 건강에 이로운 삶에서 필수적으로 요구되는 상하수도시설은 부족하게 되며, 주거상태가 불량해지고, 교통은 혼잡하게 되며, 생활폐기물과 인간배설물의 처리는 방만해질 수밖에 없다. 그 결과, 대기오염, 수질오염, 토양오염 등을 유발하여 도시의 물리적 환경, 사회적 환경, 경제적 환경 등이 모두 나쁘게 변화되어 도시민들의 건강에 심각한 영향을 미쳐 그들의 건강의 상태와 수준을 형편없이 떨어뜨린다.

2. 건강에 이로운 도시 프로젝트의 연원(淵源)

세계보건기구는 1980년대 중반 무렵부터 위에서 언급된 점들을 종합적으로 고려하여 세계 인구의 절반 이상이 일상생활을 하고, 일하며 쉬는 터전인 도시 자체를 건강에 이롭게(healthy city) 하여야 비로소 지구촌(地球村)의 모든 사람들이 건강하게 살아 갈 수 있다는 것을 깨닫게 되었다. 이러한 깨달음에서 비롯되어 출발하게 된 건강사업의 하나가 “세계보건기구의 건강에 이로운 도시 프로젝트(WHO Healthy Cities Project)”라고 말할 수 있다.

3. 도시 거주민의 건강 향상을 위한 접근방법

도시에 거주하는 사람들의 건강 수준을 유지/향상시키려면 각 개인들이 보건의료서비스를 잘 이용하게 하고, 각 사람이 생활양식을 건강에 이롭게 가지는 것은 기본적으로 필요하나, 이들보다 더 중요한 것은 도시 사람들이 일상생활을 영위해 가는 모든 생활/작업 환경들이 시민들의 건강을 지지하게 만들어야 하는 것이다. 즉 도시의 물리적, 사회적, 경제적, 문화적 여러 환경들이 사람들의 건강에 이롭게 되고 지지하게 될 때, 비로소 도시에 거주하는 주민들의 건강이 유지 또는 증진될 수 있다는 말이다.

만일 여기에서 우리가 위의 주장을 수용한다면 그 다음에 부딪히게 되는 쟁점은 “급격한 도시화로 인하여 발생되는 환경 문제들을 해결하려면 어떻게 해야 할 것인가?”이다. 이 질문에 대한 응답으로 WHO가 1980년대 중반부터 착안하여 적극적으로 옹호하고 추천하는 새로운 접근방법이 바로 “건강에 이로운 도시 프로젝트(Healthy Cities Project)”이다.

4. “건강에 이로운 도시 프로젝트” 의 뜻과 구비요건

1) 뜻

우리나라에서 현재 쓰이고 있는 “건강도시”란 용어는 WHO가 사용한 영어 “Healthy Cities”를 우리말로 번안(翻案)한 말이다. 그런데 건강도시란 용어는 건강과 도시 간의 관계를 애매하게 표현하고 있고 도시가 건강하다는 말인지 이해가 쉽게 되지 않는다. 그래서 어떤 사람들은 이를 다

시 “건강한 도시”라고 번안하는 사람도 있으나, 이 용어 역시 “도시가 건강하다”는 말하는 것 같아 “건강도시”라는 말과 유사하게 들린다.

그래서 필자는 조금 긴 표현이기는 하지만 “건강에 이로운 도시”라고 번안하여 사용함으로서 도시 그 자체를 건강하게 만드는 것이 아니라 같은 도시 안에서 생활하고 일하며 쉬는 사람들의 집단이 주체라고 생각하면서, 도시가 이들 도시민들의 건강에 이롭게 되어야 한다는 것을 강조하려고 노력하고 있다.

또한 “건강에 이로운 도시”는 도시민들이 현재 누리고 있는 건강상의 어떤 결과물이나 상태를 강조하기 보다는 도시민들의 건강을 지금보다 더 향상시키려고 노력해가는 과정을 보다 중시한다는 점을 포함하고 있다.

1988년에 캐나다의 Hancock은 “건강에 이로운 도시(healthy cities)란 사람의 생명의 모든 기능이 재대로 발휘되고 그 잠재력이 최대한 개발되도록 시민들이 서로를 지원하는 물리적 사회적 환경을 계속적으로 창출하고 개선하며 이를 위하여 지역사회의 자원을 확대해가는 도시”라고 정의하였다.

그래서 “건강에 이로운 도시”는 그 도시에서 생활을 하면서 일하고 쉬고 있는 개인, 지역사회, 민간조직, 비정부기관, 그리고 지방정부가 시민의 건강에 대하여 함께 같이 생각하고 이해하며, 생각하고 이해한 그대로의 건강을 실현해 나가는 의사결정의 방법을 변화시킬 것과 도시를 개발하고 관리해 나감에 있어서 그것들이 시민의 건강에 어떠한 영향을 미치는가를 항상 고려하는 것이 중요하다고 강조된다.

2) 건강에 이로운 도시의 구비 요건

어떤 한 도시가 “건강에 이로운 도시(healthy city)”가 되려면 적어도 다음과 같은 11 가지 요건들을 구비하고 있어야 한다고 WHO는 주창하고 있다.

- (1) 도시 전체의 물리적 환경(주거환경을 포함하여)이 깨끗하고 안전하며 질적으로 높은 수준에 있어야 한다.
- (2) 생태계(ecosystem)가 안정되어 있어야 하고 그 안정이 장기적으로도 지속 가능하여야 한다.
- (3) 도시에 실존하는 각종 지역사회가 강력하고, 서로 서로를 지지하며, 어떤 개인이나 집단 도착취당하지 않아야 한다.
- (4) 시민들이 자신들의 삶, 건강 그리고 복지 등에 영향을 미치는 의사결정에 적극적으로 관여(involvement)하며 통제할 수 있어야 한다.
- (5) 모든 시민들의 의, 식, 주, 건강 등 기본적 요구(basic needs)들이 충족되어야 한다.
- (6) 시민들이 서로 간에 다양하게 접촉하고, 상호작용하며, 의사소통을 할 수 있는 기회를 가지면서 여러 가지 경험과 자원에 접근할 수 있어야 한다.
- (7) 도시의 경제가 다양하고 생동적이며 혁신적이어야 한다.

전인건강 : 건강도시

- (8) 시민들이 개인적으로나 집단적으로 서로 연결되고, 현재와 과거의 문화적, 생물학적 유산과도 연계되어야 한다.
- (9) 도시의 형태가 앞에서 언급된 여러 요건들과 양립하면서 강화되어야 한다.
- (10) 모든 시민들이 누구나 보건의료서비스에 쉽게 접근하여 쉽게 이용할 수 있어야 한다.
- (11) 시민들의 건강상태의 수준이 높아야 한다.

5. 건강에 이로운 도시 만들기 위한 지역사회의 역할

1) 현대 건강문제의 특성

우리사회에서 우리 모두가 많이 가지고 고생하는 건강 문제의 특성을 몇 가지를 소개하면 다음과 같다.

첫째가 문제의 원인들이 단순하지 않고, 여러 가지 복잡한 원인들이 뒤엉켜 서로 영향을 주고받는다는 것이다. 다시 말하자면 개인적 특성(성, 연령, 유전적 소인), 개인의 생활양식, 지역사회와의 네트워크, 사람들이 일상적으로 생활하는 생활환경, 일하는 작업환경, 대기와 수질, 토양 등과 같은 물리적 환경, 사회적 경제적 환경 등등이 모두 도시민들의 건강에 긍정적으로 또는 부정적으로 영향을 끼친다.

둘째는 원인에 폭로된 다음에 문제가 바로 발생하는 것이 아니고 오랜 기간 숨어 있다가 서서히 그 모습을 들어나 문제를 지니고 있는 사회 전체에 고통을 준다는 것이다.

셋째는 일단 발생된 문제는 전문가가 시술하는 의료기술이나 그들이 제공하는 의약품만으로는 해결되기가 쉽지 않고, 시간적으로도 오래 걸리며, 문제를 가진 당사자의 적극적 의지와 끈기, 그리고 문제를 관리할 수 있는 수기(手技 : skills) 등이 필요하다는 것이다. 다시 말하면 이들 문제들은 보건의료조직이나 전문가들의 노력만으로는 해결이 안 되며, 관계 되는 여러 부문(部門)들이 참여하고, 특히 지역사회가 주인노릇을 하여야만 실마리가 풀리기 시작하게 되어 있다는 것이다. 여기에서 말하는 부문들의 참여란 각종의 사회문제를 다루고 있는 사회부문, 경제부문, 문화예술부문, 주택부문, 교통부문, 노동부문 등이 가지고 있는 힘들을 한 데로 모으고, 서로 서로 협조하고 협동할 때 건강문제는 실질적으로 풀리기 시작하게 된다는 말이다.

넷째 문제의 원인들의 원인 즉 근원적(根源的) 원인을 찾아서 먼저 그 원인을 제거하여 처음부터 문제가 시발되지 않도록 예방하는 조치를 취하는 것이 문제를 해결하는 가장 빠른 지름길이 된다는 것이다.

6. 오늘날의 건강문제를 해결하기 위한 접근방법

지난날의 사람들은 건강문제가 발생하면 의사(醫師) 등 의료인이나 의료기관을 찾아가 문제를 호소하고 그들의 조언을 듣고 그들이 제공하는 진료(診療)를 수동적으로 받기만 하였다. 다시 말하면 어떻게든지 의사의 진료만 받으면 건강문제는 해결되는 것으로 생각하였다. 그런데 아무리 그렇게 하여도 지역사회의 건강문제들이 해결되지 않고 그대로 남아있게 된다는 사실을 알게 되었

다. 어떤 분들은 앞에서 말씀드린 그대로 따라 하시는 분들이 아직도 있다. 그러나 그렇게만 한다면 지역사회가 가지고 있는 건강문제들은 결코 해결되지 않는다. 그 이유는 앞에서 말한 현대에서 우리가 가진 건강문제들이 가지는 특성 때문이다.

그렇다면 오늘날 우리들이 가지는 건강문제들은 어떻게 해결하여야 한단 말인가? 무엇보다 먼저 확실하게 알아두어야 할 일이 있다. 그 일이란 오늘날의 건강문제는 어떤 특정한 건강문제들이 발생된 후에 전문가나 전문기관을 찾아가 그들에게 진료를 받는 등 의료서비스를 받는 것만으로는 결단코 근본적으로 해결이 안 된다는 사실이다. 다시 말하면 문제가 발생되기 전에 그 문제의 근원적 원인을 찾아 그 원인을 해결해야 한다는 것이다.

예를 들어 보겠다. 폐암의 원인은 여러 가지가 있으나 폐암의 원인들의 원인 즉 근원적 원인은 “흡연행동”이다.. 오늘날에도 폐암은 일단 걸리게 되면 치료가 거의 불가능하다. 폐암에 걸리지 않으려면 평소에 금연하는 것이 가장 좋은 행동이다. 뇌졸중에 걸리면 역시 완치가 거의 안되고, 일생동안 그 후유증을 안고 살아갈 도리밖에 없다. 뇌졸중에 걸리기 전에 평소에 신체활동을 충분히 하고, 동시에 건강에 이로운 음식을 섭취하며, 스트레스를 적절하게 해결하는 것이 가장 빠른 지름길이다. 교통사고로 생긴 불구 역시 꼭 같다. 사고를 당하기 전에 교통사고를 예방하는 조치를 취하는 것이다.

둘째, 오늘날의 건강문제의 해결은 문제를 당한 개인이 가진 수기나 역량(力量)만으로는 해결이 불가능하다는 것이다. 특정한 지역사회에 소속감을 가지고 그 지역사회가 가진 공동의 문제를 지역사회가 함께 해결해야 한다는 책임감을 가지는 사람들이 조직을 이루어 앞장서서 총체적 역량을 발휘해야만 문제의 실마리가 풀리기 시작한다는 것이다. 오늘 우리사회에서는 “흡연”, “신체활동과 건강에 이로운 식생활”, “교통사고의 예방” 등 그 어느 하나도 개인의 수기와 역량만으로는 만족하게 성취할 수 없는 문제들이다.

어디 누군들 흡연행동을 처음부터 하고 싶어서 저 훈자의 선택과 결단으로 흡연하기 시작하였는가? 동료의 꿈에 빠져서, 동료가 하는 것이 좋게 보여서, 어른들이 특히 아버지가 흡연하니까 나도 어서 빨리 어른이 되고 싶어서, 담배 값이 싸니까, 담배를 아무데서나 누구나 손쉽게 구매할 수 있어서, 좋아하는 배우가 연출하는 흡연행동이 너무 멋이 있게 보여 그를 닮아보려고, 큰 거리에 걸려 있는 담배 광고탑의 문구가 마음에 끌려서 등등, 이런 저런 이유들이 단독으로 혹은 복합적으로 작용하여 철부지 어린나이에 흡연행동을 시작하였을 뿐이다. 흡연행동은 한 번 시작하였다 하면 니코틴에 중독되어 끊기를 아무리 열망해도 끊을 수 없는 그래서 호흡기 질환에 자주 걸리고 드디어는 폐암에 걸려 속절없이 죽게 될 뿐 아닌가?

셋째, 그렇다면 오늘날 우리가 직면하고 있는 건강문제들을 개인이 가지고 있는 수기와 역량만으로 해결할 수 없다면 어떻게 하여야 할까? 우리의 주위에서 발생되는 여러 문제의 해결에 책임감을 느끼면서 특정한 문제의 해결하는 방법에 대하여 뜻을 같이 하는 사람들의 집단, 즉 “지역사회”가 문제 해결을 꾀할 목적을 가진 조직을 뚜렷하게 만들어, 현재 가진 힘을 한 데 모으고, 앞으로 이 힘을 더욱더 기르고, 그 힘을 한 데 모아 쏟을 때, 비로소 실태래처럼 엉켜 있던 문제

들도 해결의 실마리가 풀리기 시작할 것이다. 예를 들어 보자. 지역사회가 금연을 옹호하는 조직을 결성하여 활동을 전개하면서, 이 조직이 흡연행동을 건강을 해치는 주범으로 규정하고, 공동으로 일어나서 각 가정을 금연구역으로 정하고, 흡연하는 아빠들의 금연을 촉구하는 행동을 시작한다면 각 가정은 담배연기로부터 자유로운 장소 그래서 건강에 이로운 장소가 되기 시작할 것이다. 또한 지역 내의 담배소매점이 미성년자에게 담배를 파는 행위를 감시하고 어기는 자에게 벌칙을 가하도록 당국에 촉진할 때 청소년들의 담배에 대한 접근은 좀 더 어려워지고 멀어지기 시작할 것이다. 여기에서 한 걸음 더 나아가 담배 값을 지금보다 훨씬 인상하도록 담배 값을 선거쟁점으로 삼아 선출직에 압력을 가한다면 담배 값은 지금보다 더 올라가게 되어 흡연자의 담배에 대한 접근도가 떨어지게 할 것이다. 그렇게 되면 우리 사회의 담배소비량은 훨씬 줄어들 것이고, 최종으로 흡연으로 인한 우리 사회의 건강문제들이 풀리기 시작할 것이다.

이렇게 지역사회가 조직화된 힘을 한 데 모아 문제의 해결에 앞장서야만 비로소 우리들의 건강문제의 원인들의 원인을 쉽게 찾아지게 되고, 그 원인 자체를 원천적으로 해결해 수 있게 되어 우리 사회의 건강문제들이 발생되기 이전에 적절하게 필요한 조치를 취할 수 있게 된다. 그 결과로 주민들 한 사람 한 사람은 더 나은 건강을 누리게 되고 삶의 질은 한층 높아지게 될 것이다.

맺는 말

WHO가 1985년 이후 주장해온 “건강에 이로운 도시 프로젝트”는 오늘날 세계 도처에서 들불처럼 번지고 있는 산업화/도시화의 결과로 발생되는 많은 문제들 가운데 도시민들의 건강과 관련되는 쟁점들을 체계적으로 해결하여 건강한 삶을 보장하려는 새로운 접근방법으로, 현재 선진국이나 후진국 가릴 것 없이 많은 국가의 도시들이 채택하여 실시하고 있다. 급속하게 도시화가 진행되어온 우리나라에서도 이미 서울특별시의 성북구를 비롯하여 수개 구(區)들과 몇몇 지방의 시(市)들이 WHO가 주장하는 “건강에 이로운 도시 프로젝트”의 개념, 목표와 목적을 수용하여 사업을 계획하고 시행한 경험을 가지고 있다.

그러나 WHO가 주장하는 바대로 관련부문과 지역사회의 참여와 환경들을 중요시하는 등, 사업을 통합적으로 종합적으로 참여적으로 추진하고 있는 사례는 많지 않은 것 같다. 날로 열악해지는 환경에서 거주하는 시민들 모두가 건강한 삶을 영위해 갈 수 있도록 우리나라도 WHO가 주장하는 원리와 전략을 올바로 수용하여 “건강에 이로운 도시 프로젝트”를 계획/실시하기 위하여 정부의 당국자, 학계의 전문가, 지역사회 조직들이 모두 함께 이에 대한 검토/논의를 활발하여 할 것으로 생각한다.

현대인들의 건강의 문제들은 “지역사회”가 조직적으로 그리고 적극적으로 나설 때에만 해결의 실마리가 풀리기 시작한다. 건강 문제의 해결 과정에서 지역사회가 조직된 노력을 펼치는 일이 가지는 중요성은 아무리 강조하여도 결코 지나치지 않을 것이다. 다만, 어떻게 하여야 특정한 지역사회가 자신들의 건강 문제를 해결하고자 조직적으로 일어설 것인가? 누가 어떻게 시작하여 지속적으로 끌고 나가 열매를 맺게 할 것인가가 과제라고 생각한다.

전인건강학회 및 이사회

학회 소개

학회 안내

홈페이지

주소 : <http://www.hha.kr/>

공지사항 : 학회 학술대회일정. 이사회등 학회 소식
관련단체 일정소개

문의

E - Mail : holisticheal@naver.com

학회

춘계학술대회

장소 : 장로회신학대학교

주제 : 전인목회와 목회 간호

<춘계학술대회의 구체적인 일정은 2월 22일 이사회에서 확정 예정입니다.>

추계학술대회

장소 : 미정

주제 : 자살등 현실적 이슈

학회 소식지

간행 : 매월 1회

칼럼 : 이사. 회원분들 작성하여 학회 메일로 전송해 주세요.

칼럼에 삽입될 증명사진을 보내주시면 좋겠습니다.

칼럼은 학회에 도착순서대로 소식지에 작성 되어집니다.

회원 소식 : 책발간. 사진(경치등). 소속변경 등

학회 회비

영회비

회장 30 만원 부회장 20 만원 이사 10 만원

학회 등록비(참가비)

2 만원

계좌

2011년 2월 22일 이사회 이후에 안내해 드리겠습니다.

전인건강학회 및 이사회

이사회 소개 (2010년 12월 5일 이사회 회의록)

일시: 2010. 12. 5. 오후 6 시

장소: 서울대학교병원 13층 스카이라운지

참석자: 구교성, 권양순, 김공현, 노영상, 박시운, 박용준, 박재형,

서동일, 유은광, 이대희, 이종웅, 조무성, 조현복, 최회균, 황수덕

토의내용

전인건강학회 이모저모

김애자 이사님은 현재
미국에서 거주하고
계십니다.

연구회 발표를 마치고 조무성 교수님께서
저녁식사를 모두에게 사셨습니다.



2010년 추계 학술대회 연주 마치고
전인건강학회 이사 김애자 피아니스트

정창덕 강은정 최회균 김종률 고수진 구교성



전인건강학회 산하 건강도시연구회

이재훈 유병권 조무성 이병수 박상은

회원동정

모임

2월 5일 제 1회 시카고 바보모임 수련회
"예수 깊은 평생 섬김: 바보의 기본자세"
방월설 (삼일교회 목사, 전인건강학회 이사)
엄재정 (박사, 전인건강학회 이사)
조무성 (교수, 전인건강학회 이사장)

출국

조무성 교수님 (12월)
노영상 교수님 (1월)
김수지 교수님 (2월 아프리카
남동부 말라위 출국예정)

출판

사랑의 돌봄은 기적을 만든다(2010.12.20)
김수지/비전파리더십

제시판

이사회

2011년 2월 22일 오후 7시 서울대병원
오후 6~7시 - 식사

원고

소식지에 담겨질 칼럼을 학회에 보내주세요.

회원

회원 여러분들의 소식을 학회에 보내주세요.

문의

holisticheal@naver.com

공동대표 박상은 손영규 조무성

전인건강운동본부 비전

전인건강운동은 기독인들이 성경적인 치유와 건강회복을 하도록 도와 이 땅에 성경적인 전인치유문화와 전인건강문화가 형성되도록 힘쓰며 아울러 국민의 마음과 몸의 질병을 치유하고 전인건강을 회복하도록 도와 전인교육을 중시하는 건전한 시민문화가 형성되도록 노력한다.

전인건강운동본부 사역

- 1) 바른 건강을 위한 전인건강학교의 운영
- 2) 전인건강센터의 모델개발과 건립
- 3) 전인치유센터의 모델 개발과 건립
- 4) 기독교암센터의 모델개발과 건립

홈페이지 <http://www.holistichealth21.net/>

이사장 박용준

설립목적

글로벌케어는 지구촌의 가난하고 소외된 이웃들에게 의료와 복지의 손길을 통해 사랑과 소망을 실천하기 위해 1997년 설립된 medical NGO(국제의료구호기관)입니다. 글로벌케어는 국내뿐 아니라 전 세계의 가난하고 소외된 이웃을 직접 찾아가 사랑을 몸소 실천하고 한국인의 인간 사랑과 봉사의 실천을 펼치는데 그 목적이 있습니다.

기관설명

글로벌케어는 1980년대부터 국내외의 의료봉사활동을 하였던 기독 의료인들이 중심이 되어 가난과 질병, 재난 등으로 고통받는 소외된 이웃들에게 사랑을 실천하고자 1997년 2월에 창립되었습니다. 한국에서 활동하는 NGO들이 대부분 SNGOs(선진국의 프로그램과 자금을 지원받아 복지서비스를 제공하는 NGO)인 것과는 달리 글로벌케어는 한국에서 태동한 자생적인 의료 NGO로서 한국으로부터 국제사회를 향해 나아간다는 특징을 갖고 있습니다.

홈페이지 <http://www.globalcare.or.kr/>

홈페이지 : <http://www.hha.kr/>
E - MAIL : holisticheal@naver.com

전 인 건 강 학 회

H O L I S T I C
H E A L T H
A S S O C I A T I O N

우리 자신, 가정, 교회, 사회, 환경의
성 경 적 건강을 추구합니다

소식지 내용의 저작권은 전인건강학회가 소유합니다.
무단전재와 복제를 금합니다.