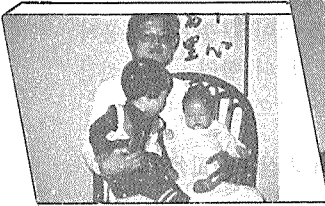




『우리집에선 고른 영양식단을
만들어 먹어요.』



아빠 장하천
엄마 김미홍
아들 장용석
장용준

『누나, 안녕. 어서와』 용석(남 5세) 이의 서투른 인사. 용준(남 4세) 이 역시 옆에서 손뼉을 치면서 기자의 방문을 반가워 했다.

늦은 오후 한산한 화곡동의 거리엔 비가 부슬거렸고, 덕분에 따뜻한 집에 간혀(?) 놀아야 했던 두 아이들은 새로운 사람을 만나는 것만으로도 무척 반가운 모양이었다.

김미홍(주부, 31세, 강서구 화곡본동 955-7호 우성빌라 나동 302호)씨의 훈훈한 대접을 받으면서 용석·용준이의 집을 찾은 것이다.

『우리 아빠는요 일찍 들어오셔서 우리랑 같이 권투도 하고 씨름도 해요. 그리고 저기 산에 놀러도 가요』 아빠와 장난치는 시간이 제일 재미있다는 아이들의 얘기다.

퇴근 후 특별한 일이 없는 한 일찍 귀가해 가족들과 함께 시간을 보낸다는 장하청(33세·현대종합복지리바트근무)씨가 가장 많이 즐기는 것은, 근처 그리스도 신학대학 뒷쪽의 산을 가족들과 함께 산책하는 것이란다.

『주로 아침보다 저녁에 더 자주 가게 됩니다. 산책이 하루의 피로도 덜어주고 또 소화에도 도움을 주기 때문에 누구에게나 권하고 싶습니다. 또 가족들과 함께 대화할 수 있는 좋은 때라고 생각해요』 장하청씨의 산책찬양론.

『6년전 같은 회사에서 근무하면서 친구처럼 지내다가 결혼했어요. 성실하고 묵묵하면서도 자상하게 보살펴주는 점이 그때나 지금이나 좋아요. 그리고 남편과

전 지금도 친구예요』 김미홍씨가 장하청씨를 처음 만나 결혼하게 된 동기를 얘기하면서 남편을 바라보는 눈속엔 조금도 변함없는 사랑이 가득 담겨져 있었다.

『일상생활 그 자체가 건강과 직결한다고 봐요. 어릴 때 용석이가 편식하는 습관이 있었어요. 그걸 고치기 위해 평소의 식단에서 같은 음식이라도 여러가지 형태로 변형시켜주고 했더니 지금은 식습관이 아주 좋아졌어요』라면서 김미홍씨는 가족의 건강과 올바른 생활은 주부의 지혜로부터 오는 것이라고 강조했다.

『저희 가족의 영양식은 아침식전에 모두 야채주스를 마시는 겁니다. 아이들을 위해 과일류를 많이 넣었죠. 생활수준이 향상되면서 고기류섭취가 너무 많아져 영양소가 편향되는 경우가 많은데 야채류를 특별히 신경써서 섭취하도록 하는 것이 바람직하다고 봅니다』 김미홍씨는 고른 영양편성의 중요성을 얘기했다.

『아이들이 사물에 관심을 가지면서 질문이 많아졌어요. 때론 엉뚱한 질문을 하기도 해 당황하기도 하지만 아이들 성장과정이라고 생각하면 신기하기도 해요』

애들 키우느라 못했던 여행, 연극구경도 이제 많이 해야겠다는 김미홍씨, 장하청씨, 그리고 용석, 용준 네 가족에게 주어진 건강, 사랑의 대화, 행복이 10년 혹은 그후까지도 지켜지길 바라는 마음을 깊이 새기면서, 이들 가족이 즐겨 찾는다는 산에 심어진 나무들의 비에 젖은 모습 뒤로 하고 정하청씨 맥을 떠났다.