



이달의 안전제언

안전은 각자의
마음가짐이
중요하다.

오래 살 수 있는 비결

평균수명이 높아질수록 국민들의 건강에 대한 관심도는 점점 커지고 있다.

수년 전까지만 하더라도 신문사에서 연초의 특집기사로 국민들이 가장 소망하는 바가 무엇인가를 설문 조사하면 돈, 명예, 지위 등으로 건강은 Top Ranking에 끼지도 못했다. 그러나 지금은 이 순위가 바뀌어 단연 건강이 그 으뜸을 차지하고 있는 것을 비추어 볼 때 사람들의 건강에 대한 관심도가 얼마나 커졌는가를 알 수 있다. 건강을 유지하려면 건강할 때 몸을 아끼고 관리를 철저히 하라는 말이 있다. 한창 젊은 나이에는 노후를 걱정하는 사람은 많지 않다. 대부분의 사람이 그런 것을 생각하고 싶지 않기 때문이다. 그러나 노후는 누구에게나 닥치는 것이 사실이다.

옛날 중국의 유명한 성리학자인 주자는 “연못가에 풀이 돋아나 봄의 꿈에 부풀어 있는 것을 좋아할 시간이 없다. 뜰 앞의 오동잎은 이미 가을의 소리를 가져오고 있으니까.” 라고 인생의 덧없고 빠름을 한탄했다. 이와 같이 인생이란 뒤돌아보면 언제, 어떻게 지나갔는지 모르게 빠르게 흘러가 버린다.

적당한 운동, 절제있는 생활, 과욕으로부터의 탈피 등은 모두 여러분을 오래 살게 해주는 비결이 될 것이다.

일하다가 다침은 곧 수치

전쟁에서 적과 싸우다가 불구가 되면 우리는 이들을 상이용사로써 극진한 대우를 해준다.

그러나 산업재해로 몸을 망친 사람들에게는 그 만큼의 대우가 뒤따르지 않는다. 왜냐하면, 전쟁에서의 부상은 불가피한 것으로 여겨지지만 일터에서의 산업재해로 인한 상해는 사전에 봉쇄될 수 있기 때문이다. 더구나 이것이 자기의 잘못으로 기인되었을 때에는 더욱더 수치로 알아야만 할 것이다. 선진국가의 작업자들은 재해를 입는다는 것을 매우 부끄럽게 여기고 이에 대한 대비를 하는 데 그들의 이에 대한 사고방식은 매우 간단하다. 그것은 바로 “산업재해란 막을 수 있다.”라고 하는 확고한 신념 때문이다.

우리의 주변에서 재해를 입으면 대부분의 경우 운이 나쁘거나 재수가 없어서 화가 나에게 미쳤다고 생각한다. 운이 나빴다. 그러나 그 운을 자초한 사람의 다름 아닌 나 때문이었다고 생각하는 사람은 몇이나 될까?

일하다가 다침은 부끄러운 일이다. 다쳐서는 아니 된다는 이 간단한 논리를 다시 한번 음미하며 내 몸은 내가 아끼도록 하자. 