



친환경농업 이모저모

고교생 친환경농업 글짓기 작품 공모전

친환경농업의 국민적 공감대 형성위 해 농림부와 환경부가 공동으로 개최

친환경농업에 대한 국민적 공감대 형성을 위해 농림부와 환경부가 공동으로 전국 고등학교생 친환경농업 글짓기작품 공모전을 개최한다. 학교장 또는 지도교사의 추천을 받은 고등학교생은 참여가 가능하며 응모작품은 친환경농업의 소중함과 중요성을 인식할 수 있는 내용이나 체험 내용을 주제로 한 자유로운 산문형식으로 작성하면 된다. 응모를 희망하는 자는 오는 20일부터 다음달 31일까지 우편 또는 인터넷(kfsa@chol.com)을 통해 접수하면 된다. 문의(02)792-0934

친환경인증신청, 전남도 9월현재 11.908ha로 급증

생산·가공·유통 등 전 과정을 신뢰할 수 있는 유통인증시스템구축키로

전남도가 친환경농업 확대를 역점사업으로 추진하고 있는 가운데 9월초 현재 친환경농산물 인증신청이 연말 목표치의 70%를 넘어선 것으로 나타났다. 전남도는 7월 22개 시·군에서 국립농산물품질관리원 등에 친환경농산물 인증신청을 한 면적이 1만1,908ha로 올해 목표치 1만6,000ha의 74%를 넘어섰다고 밝혔다. 지난해 친환경농산물 인증면적은 전체 경지면적의 1.3%인 4,093ha였다. 이에 따라 전남도는 친환경농산물에 대해 소비자가 생산·가공·유통 등 전 과정을 신뢰할 수 있도록 유통인증시스템을 구축하기로 했다. 또 관로 개척을 통한 소비확대를 위해 농협 등 생산자단체와 생협 등 소비자단체를 통한 계통공급 확대와 대량소비처 발굴에도 적극 나서기로 했고, 신청 농업인에 대한 적기 처리를 위해 인증기관 인력과 기구 확대 등을 중앙정부에 건의할 계획이라고 말했다.

화천군, 친환경농업대학 1기생 모집

사회적인 요청에 부응하기 위해 유기농 최고전문가 육성키로

친환경 유기농 기술보급과 국제기준에 맞는 유기농업 실천에 앞장설 친환경농업 분야 최고 전문가를 양성하는 제1기 화천군 친환경농업대학 희망 농업인을 모집한다. 화천군은 참여하는 농업인들이 친환경농업 최고 전문가로서 선도적 역할을 수행할 수 있도록 △전문적인 친환경농업 최고 전문가 양성으로 과학적 유기농 실천 토대 마련△국제 기준에 맞는 유기농업 교육 과정 운영△국내 선도 유기농가 방문 및 연구기관 연수△새로운 친환경농업 기술 및 유통 정보 등의 지속적 제공△지역 또는 마을 친환경농업의 선도적인 역할 제고 등 심도 있는 교육을 실시할 계획이다. 이번 교육의 모집 인원은 50명이며 10월 24일까지 대상자를 선정해 11월 1일 입학식을 시작으로 매주 1시간(화·목요일) 오후 2시부터 6시까지 4시간씩 내년 1월 28일까지 실시한다.

전남도, 친환경농업육성 조례 제정

조례에 따라 도는 5년마다 친환경농업 육성계획을 수립해야

전남도는 최근 전국 광역자치단체 가운데 처음으로 친환경 농업을 체계적으로 육성·지원하기 위한 '전남도 친환경농업 육성 조례'를 제정·공포했다고 밝혔다. 조례에 따라 도는 5년마다 친환경농업 육성계획을 수립해야 한다. 이 계획은 농업분야 환경보전을 위한 정책목표 및 기본방향, 환경오염 실태 및 개선대책, 친환경 농산물의 생산·유통 활성화 및 소비촉진 방안 등을 담겨 있다. 또 친환경 농업 추진시책 등을 사전 심의하도록 분야별 전문가를 위원으로 하는 '전남도 친환경 농업 추진위원회'를 20명 이내로 구성·운영하도록 했다. 이밖에 친환경 농산물 생산·유통업자에 대해 친환경 농자재 구입, 시설 설치 자금 등을 지원할 수 있도록 명시했으며 친환경 농업으로 발생할 수 있는 소득감소에 대비한 소득안정 지원대책의 근거도 마련했다.

약이 되는 웃음, 약이 되는 웃음 운동

심영익(삼육대학교 교수, Tel. 017-231-1960)

캐나다 학자 존체슬리(John Chesley)는 웃음이 혈압을 올려 순환을 자극하여, 피가 굳는 기회를 줄여준다고 주장

1) 웃음은 내장 마사지
불치병이 웃음으로 치유됐다는 사실을 지켜본 의학계는 치료 방법을 재검토하기 시작했다. 환자 자신의 몸속에 내재해 있는 자연치유력을 중요하게 여기게 된 것이다. 유머 치료법, 마음-육체의 의학 등 새로운 시도들이 속속 선보였다. 소리 내어 웃는다는 것은 정신을 움직이는 것, 근육, 신경, 심장, 뇌, 소화기관이 총체적으로 작용한다. 손으로 피부와 근육을 마사지는 것을 외부 마사지라 한다면 웃음은 내장을 마사지하는 내부 마사지인 셈이다.

2) 웃음은 강력한 유산소 운동
소리 내어 웃는 것은 또 훌륭한 유산소운동이다. 뒀몸통, 폐, 심장, 어깨, 팔, 복부, 허리, 다리 등 모든 근육이 움직인다. 생리학적으로 하루에 1백-2백번 정도 소리 내어 웃으면 10분간 조깅하는 것과 같은 효과를 갖는다고 알려져 있다. 소리 내어 웃으면 통증을 느끼는 신경계를 마비시켜 진통 효과를 준다. 웃으면 「엔도르핀」과 「엔케팔린」이라는 2개의 신경 펩타이드의 분비가 촉진되는데, 이것은 통증을 억제하는 물질들이다.

1987년 요강 박사는 「행동의학」저널에 「불편을 느낄 때 소리 내는 웃음의 효과」란 논문을 발표, 소리 내어 웃는 것이 임상에서 환자의 통증을 없애 준다고

발표했다. 그 밖에 소리 내어 웃는 웃음은 근육의 긴장을 이완시켜 주고 교감 신경계의 스트레스를 어루만져 준다. 심호흡을 하는 것과 같은 효과가 있으며 혈액순환도 촉진된다.

3) 혈압조절
캐나다의 학자 존체슬리(John Chesley)는 웃음이 혈압을 올려 순환을 자극하여, 피가 굳는 기회를 줄여준다고 주장했다. 또한 혈액에 산소를 공급하고 박테리아의 발생 요소가 되는 잔여 공기를 폐 밖으로 몰아낸다고 했다. 더욱이 웃음은 엔도르핀을 생성하는 카테콜아민의 분비를 증가시킨

웃음은 인면근육을 질 좋은 근육으로 만들고, 웃을 때는 얼굴에 혈액순환이 왕성해져 피부가 영양보급이 잘되어 얼굴에 광채가 난다

다. 면역은 극대화되어 우리 몸에서 스트레스에 관련된 화학물질 즉 폴라스마 코티졸, 에피네프린과 도파민 등을 감소시킨다고 발표했다.

4) 정신적 유연성 개발
웃음은 정신적 유연성을 불러일으키

- ① 머리맡
- ② 웃음의 비밀
- ③ 웃음에 대한 의학계의 검토
- ④ 웃음이 주는 효과를 요약해 본다면
- ⑤ 증상별 웃음처방 결과
- ⑥ 먹지라도 웃어야 할 이유
- ⑦ 웃는 법
- ⑧ 맺음말

고, 정신적 육체적 건강을 도모하여 사회성을 개발하여 다른 사람들과 잘 어울리고 직장에서 협동심을 높여준다고 했다.

5) 웃으면 젊게 보인다.
웃음처럼 안면근육을 종합적으로 운동시키는 것은 아직은 세상에 없다. 웃음은 인면근육을 질 좋은 근육으로 만들고, 웃을 때는 얼굴에 혈액순환이 왕성해져 피부가 영양보급이 잘되어 얼굴이 광채가 난다. 또한 눈물샘을 자극하여 안구가 촉촉해져 눈이 빛나고, 신나게 웃고 나면 복근의 수축력이 강화되어, 소화가 잘되며, 복부비만인 사람에게는 가장 효과적인 운동법이다.

▶ 다음호에 계속

한남용 이사, 그림과 서예작품 정읍시에 기증

왕금명(중국)의 작품 '매화도'와 중국 유명 서예가 호건영의 작품을 전달

35년여동안 유기농업실천에 앞장섰으며, 국내 유기농업의 선구자로 널리 알려진 본회 한남용 이사(58세, 신대인용 백산리 천단마을)가 동양화 한 폭과 서예작품을 정읍시에 기증했다. 지난 21일 정읍시를 방문하고 왕금명(중국)의 작품 '매화도'와 중국 유명 서예가 호건영의 작품을 전달한 것. 한이사는 "유기농포도축제 등 지역발전에 여러 가지로 힘써준 시에 감사의 마음을 전하고 싶었다"고 기증배경을 밝혔다. 가로 180cm 세로 120cm의 매화도는 고가의 작품으로 만개한 매화의 화사함을 담은 동양화이며 또 서예작품은 1939년생으로 42년여간 작품활동을 해온 호씨로부터 한씨가 직접 받은 작품 「農則 繼 農」으로 알려졌다. 한이사는 "양보다는 질이 우선시되는 소비시대에 접어든 만

름 이제는 농업도 예술정신으로 임해야 한다"며 "우리 정읍의 농산물을 예술의 정신으로 생산하기를 바라는 마음에서 친분이 있는 호씨에게 부탁, 작품을 받아 시에 기증하게 됐다"고 밝혔다.

시는 기증자의 뜻을 기리기 위해 이들 작품을 시청 1층과 농업기술센터에 걸어 보다 많은 시민들이 감상할 수 있도록 하겠다고 밝혔다.

한편 신대인에서 3천평규모의 포도농원을 운영하고 있는 한이사는 오랜 유기농 경험을 바탕으로 중국 북경시 정부 농업기술고문과 북경시 농업기술전문교수로 재직중이며, 한국포도회 부회장으로 활동하고 있다.

괴산, 친환경품질인증농가 증가

전년비 50% 증가, 22종 사업 36억3천200만원 지원

괴산군의 친환경품질인증 농가가 전년대비 50%가 증가 되는 등 농가의 참여가 매우 활발해지고 있다. 군에 따르면 친환경품질인증을 받은 농가는 전년에 비해 50% 증가된 129호가 인증을 받았다. 변적으로는 10ha에서 53ha가 증가된 156ha이며, 유기농·무농약품질인증 농가가 작년에 비해 유기농이 7ha, 무농약이 36ha가 증가했다. 품목별 농가를 보면 곡류 66농가 면적 66.9ha, 과수 45농가 62.1ha로 가장 많은 증가를 보였다.

이처럼 친환경품질인증 증가를 보이고 있는 원인으로는 품질인증관련 교육 실시와 농가들의 적극적인 참여, 군 지원, 홍보 등 3박자가 맞고 있기 때문으로 군은 분석하고 있으며, 앞으로 괴산군 친환경 품질인증 농가는 증가 할 것으로 예상되고 있다.

군 관계자는 "친환경품질인증과 관련해 농가의 집단화가 되고 있으며, 특히 감물면의 경우 친환경품질인증 농가가 군내에서 37%를 차지 할 정도로 집단화에 성공했다"며 "판매 증가를 위한 다양한 체험 행사들 통한 소비자와 생산자와의 만남 행사를 추진 신뢰도를 구축하고 있다"고 설명했다. 군은 이와관련해 3개 분야, 22종 사업에 36억3천200만원을 지원했다.

또 농가 홈페이지를 통한 친환경품질인증 홍보를 벌여 판매신장세를 보이고 있으며, 군에서는 품질인증 농산품을 정보화 마을에 등록시켜 판매를 지원하고 있다.