

가을호

2018. Oct
no. 018

자명종

경북교육노조 임원과 교육감간의 간담회
제73차 상임위원회 및 봉사활동
임종식 후보의 경상북도교육감 당선을 축하하며...
2018년 노조임원 노동교육 및 대표자회의 개최



경상북도교육청공무원노동조합

행 복 / 김 윤 호

그 자리 그대로인 초등학교가 참 작아 보일 때
난 그리운 행복을 느낍니다.

오랜만에 만난 옛 친구의 흰머리에서
난 고마운 행복을 느낍니다.

깊은 밤 곤히 잠든 아내의 숨소리에서
난 미안한 행복을 느낍니다.

새벽빛속 배달된 신문에서
난 약속의 행복을 느낍니다.

밤하늘을긋는 한 줄기 별뚱별에서
난 유한(有限)한 삶의 의미를 생각합니다.

네가 있어 내가 행복했기에
그 누군가에게 나는 네가 되기에

난 지금 행복을 꿈꾸며 살아 갑니다.

contents

2018.10 No.18



권두시 2

행 복 / 김윤호

성명서 4

학교내 권력 강화를 노린 부교장 직면 도입을 선동하는...

노사협의회 결과 5

2018년 2/4분기 노사협의회 결과

토론회 6

공무원노조의 사회적 역할 강화를 위한 노동기본권 개선

노조소식 8

● 경북교육노조 임원과 교육감간의 간담회 ● 제73차 상임위원회 및 봉사활동

노조논평 10

임종식 후보의 경상북도교육감 당선을 축하하며...

노조소식 11

● 2018년 노조임원 노동교육 및 대표자회의 개최 ● 제35차 임시대의원대회 개최
● 2018년 하반기 조합원 노사교육 실시 ● 2018년 2/4분기 노사협의회 개최

문화소식 / 신간도서(베스트셀러) 14

우리도 예술가 15

경상북도교육청연구원 주무관 / 우성한

2018년 하반기 달라지는 제도 16

조합원 칼럼 20

비 청도교육지원청 주무관 / 신복실

자존감 수업 경상북도교육청정보센터 / 조석홍

생활의 지혜 22

함께해요 23

자명종

통권 제18호

발행인 김중기 위원장

발행일 2018년 10월 1일

경상북도교육청공무원노동조합

☎ 054-805-3981

편집위원 서종철 김태균 최정연 신영찬

김진수 정원상 김성은 박달원

배용호 이제복 정정옥 전현철

박나연

학교내 권력강화를 노린 부교장 직명 도입을 선동하는 초·중등교육법 개정법안을 즉시 철회하라!

2018년 7월 31일 자유한국당 이은재 의원이 대표 발의한 초·중등교육법 개정안에서는 현 교감 명칭을 ‘부교장’으로 바꾸는 내용의 개정안을 국회로 제출하였다.

그 법안에는 초·중등교육법의 개정과 아울러 교육공무원법, 지방공무원법, 한국과학기술원법, 유아교육법도 싸잡아 개정할 것을 요구하고 있다. 그런데 위 개정법안은 이은재 의원 등 자유한국당 의원들만 발의했으며 발의자 중에서 국회 “교육위원회” 소속 의원들은 단 한 명도 없다. 법안의 제안 이유를 들여다 보면, 교감이 학교 경영책임자로서의 지위와 역할을 명확히 하고, 교감이 일본식 표현이므로 부교장으로 변경해야 한다는 것이다.

이에 대한민국 공무원노동조합총연맹(공노총)은 학교 권력 강화에 눈먼 학교 현장의 교원들과 이를 선동하는 자유한국당 일부 의원들이 형태를 개탄하지 않을 수 없다.

법안 제안 이유에서 노골적으로 교감을 학교 경영책임자라고 호도하고 있으나 교감은 법률상 교장을 보좌하며 “교무”를 관리하는 자이다. 더구나 학교의 행정사무는 교감의 업무 영역에 속하지 않으며 행정직원 즉, 행정실 관할에 속하는 사항이다. 또한 교감이 일본식 표현이라는 주장도 인정하기 힘들다. 일본은 교두(教頭)를 교감의 직명으로 사용하고 있기 때문이다.

자유한국당 일부 의원들이 어떤 배경 하에 위 법안을 제안하였는지를 고민해 보면, 오로지 교감의 학교 내 권력 강화에 동조하는 정치적 형태로 평가된다. 교감의 업무 영역인 교무 사무를 두고, 개정안에서는 경영책임자로 호도하면서 마치 교감이 학교 전반을 통괄하는 것인 양 기만하고 있다.

위 개정법안대로라면 현재에도 학교 현장에서 시행하고 있는 교감의 행정사무와 행정실에 대한 월권 행위를 더욱 조장하게 된다 아니 할 수 없다. 이는 초·중등학교가 대부분 공립학교라는 점을 상기하면, 교육행정에서 지켜져야 할 “법치행정”이라는 법원칙마저 파괴하려는 시도라 평가된다.

현재 학교현장에서는 교무와 행정사무가 법률상 구분되어 있으나 교무 분야에서 파생되는 각종의 관련 업무를 무단으로 행정실 직원에게, 일방적으로 전가하고 있는 실정이다. 업무는 전가시켜 놓고도 교감 등 교원의 경우 그 행정사무에 대한 법적 책임은 전혀 지지 않으며, 단지 일방적인 지시나 간섭 내지 업무에 관한 전횡이 횡행할 뿐인 것이 현실이다.

위 초·중등교육법 개정안은 교감이 그동안 저질러온 행정 사무에 대한 전횡을 더욱 조장하려는 것이 법 개정의 목적이라고 의심하지 않을 수 없고, 교육 선진화를 위한 학교 행정 전문화라는 시대적 요청에도 반하는 것이다. 즉, 위 법안은 후진적이고 권력투쟁적인 정치형태이며 특히 교육을 “경영”으로 간주하여 교감이 경영책임자라는 주장을 공공연히 하고 있는 자유한국당 일부 의원들의 교육관도 심각한 문제가 있음을 지적하지 않을 수 없다.

그렇다면, 우리 공노총은 학교권력에 눈이 먼 위 법안의 즉각적인 철회를 요구하지 않을 수 없다. 인성과 기예를 함양하는 과정인 초·중등교육 현장에서 ‘부교장’이라는 허울을 가장하여, 권력쟁탈을 획책하며, 국회를 학교권력의 강화 수단으로 전락시키려는 교육현장의 현실에 대해서도 깊은 우려를 금할 수 없다.

자유한국당 이은재 의원이 대표 발의한 초·중등교육법 개정안은 즉시 철회하여야 마땅하다.

부교장제 반대 온라인 서명운동

온라인으로 서명하면 경북교육노조의 상급단체인
전국시도교육청공무원노동조합에서 취합하여 온라인 청원을 실시할 예정입니다.

2018년도 2/4분기 노사협의회 결과

안 건	노조 요구 사항 및 1분기 협의 결과	협의 내용
학교여건을 고려한 정원관리	▷ 1인 행정실장 학교의 실제 운영 여건을 고려한 정원 조정 ▷ 시설관리직 정원을 학교규모 및 업무량을 고려하여 조정 [1분기 협의결과 : 수정수용]	○ '18.7.1. 정원 조정 - 6학급 초등학교 중 조리교(25교)에 1명(행정8급) 증원 ○ 시설관리직 배치 기준 조정 - 교육부의 시설관리직 정·현원 운용 가이드라인 결정 후 검토 ○ 소규모학교 시설관리비 지원 확대 검토(총무과)
소수직렬 근무여건 개선	▷ 운전직렬에 대한 운전자보험 가입 및 대체 운전직 배치 [1분기 협의결과 : 수정수용]	▷ 차량보험 가입시 "법률비용 지원 특약"을 추가하여 가입 하도록 학교에 안내(2018.4.28.) ▷ 통학차량 대체 운전원 인력풀 운영 계획 수립·시행 (2018.4.28.)
	▷ 급식소 단기 근로자(배식, 설거지 업무) 채용 [1분기 협의결과 : 추후검토]	▷ 조리원 과원 인력 경계학교 우선 배치 검토 ▷ 초단시간(일 2~3시간) 근무 인력 배치 여부 검토 - 교육실무직담당 부서와 협의
	▷ 시설관리직렬 표준업무 개선 [1분기 협의결과 : 추후검토]	▷ 교육부의 시설관리직렬 정책연구 결과 검토 후 필요시 개선안 마련
	▷ 기타 직렬 거주 여건 대책 [1분기 협의결과 : 추후검토]	▷ 연립주택 거주기간에 대한 설문조사 실시 - 조사기간 : 6.21.~6.26. - 조사 결과에 대한 분석 후 주거기간 조정 여부 검토 ▷ 지역 내 미활동 사택을 인근 학교 교직원들이 활용하는 방안 권장
맞춤형복지제도 개선	▷ 맞춤형복지점수 상향 조정 [1분기 협의결과 : 수정수용]	▷ 맞춤형복지비 지원 확대 검토 - 대상 항목 : 기본 점수 - 시행 시기 : 2019년 예정
교육실무직 급여 처리 방법 개선	▷ 교육실무직 급여 교육지원청에서 일괄 처리 [1분기 협의결과 : 수정수용]	▷ 급여체계 및 근무형태가 정형화된 대표 직종을 선정하여 시범 운영 검토 - 시행 시기 : 2019년 예정

토론회

» 공무원 노조의 사회적 역할 강화를 위한 노동기본권 개선

공무원노조의 사회적 역할 강화를 위한 노동기본권 개선



2018년 9월 3일(월) 13:00 | 국회의원회관 대회의실 | 주최: 더불어민주당 이용득, 자유한국당 문진국, 장석춘 국회의원

주관: 한국노동조합총연맹, 대한민국공무원노동조합총연맹



「공무원 노조의 노동기본권 개선」 국회토론회 참여

경상북도교육청공무원노동조합(위원장 김종기, 이하 경북교육노조)은 전국시도교육청공무원노동조합(위원장 오재형, 이하 교육청노조)과 함께 2018.09.03. 국회의원회관 대회의실에서 열린 “공무원 노조의 사회적 역할 강화를 위한 노동기본권 개선” 국회토론회에 참여했다.

이날 개최한 국회 토론회는 대한민국공무원노동조합총연맹(이하 공노총)과 한국노동조합총연맹(이하 한국노총) 공동 주최, 이용득 더불어민주당 의원, 문진국, 장석춘 자유한국당 의원이 주관했다. 또 이날 국회 토론회에는 설훈, 우원식, 서영교, 홍영표, 이용득, 송옥주 더불어민주당 의원, 김학용, 김석기, 김선동, 김성원, 이완영, 이철규, 김정재 자유한국당 의원, 정동영 민주평화당 의원 등이 참석해 여·야 모두 힘을 모아야겠다고 하였다.

토론자로서는 유정엽 한국노총 정책실장, 최병욱 공노총 수석부위원장, 노상현 경실련 노동위원장, 이종수 참여연대 노동사회위원회 부위원장, 류경희 고용노동부 공공노사정책관, 연원정 인사혁신처 공무원노사협력관이 참석해 열린 토론회를 펼쳤다.

토론회를 통해 “공무원의 노동기본권 보장 및 노조 할 권리의 증진을 위해 제도상의 문제점과 한계를 파악하고 공무원노조법을 중심으로 향후 보완해야할 정책과제를 제시하고자 한다.”고 밝혔다.

이번 토론회에는 김종기 위원장, 신영찬 부위원장, 김진수 부위원장, 정원상 사무총장, 이재복 고령지부장, 박달원 연대협력국장, 정정옥 조직관리국장이 참석하였다.





경북교육노조 임원과 임종식 교육감간의 간담회

경상북도교육청공무원노동조합(위원장 김종기, 이하 경북교육노조)은 2018.07.19. 임종식 교육감과 경북교육노조 임원진과의 간담회를 겸한 상견례를 가졌다.

이 자리에서 임종식 교육감은 "모든 교육행정을 시행하면서, 노동조합의 의견을 청취하여, 좋은 의견은 적극 반영하겠다."고 하면서, "타 노동조합도 투쟁이 아닌 상생과 소통으로 많은 성과를 내고 있는 경북교육 노조를 본받아야 한다."고 하였다.

이날 경북교육노조는 간담회에서 "지방공무원 권익개선을 위한 정책" 제안을 하였고, 이에 교육감은 "좋은 제안은 언제라도 허심탄회하게 받을 것이며, 오늘 제안한 의견은 적극 검토 후 실천방안을 노조와 협의하여 추진하겠다."고 하였다. 간담회에는 노조측에서 김종기 위원장, 서종철 수석부위원장, 김태균, 최정연, 신영찬, 김진수 부위원장, 정원상 사무총장이 참석하였고, 김창규 행정과장과 권오현 공무원단체 담당이 배석하였다.

제73차 상임위원회 및 노사합동 봉사활동

2018.07.20.에는 경주교육지원청에서 김종기
위원장 및 노조 상임위원 23명이 참석한 가운데
제73차 정기상임위원회를 개최하였다.

이번 상임위원회에서는 주요 활동사항과 경북교
육노조 15년사 발간 추진경과에 대한 보고와 노조
현안에 관한 건으로 하반기 노동조합 행사 및 일정
에 관하여 논의하였다.

김종기 위원장은 "연일 이어지는 폭염과 바쁜
학사일정에도 불구하고 참석해 주신 상임위원 동지
여러분께 감사드리며, 올해도 벌써 절반이 지나간
시기인 만큼 2018년 사업계획을 완수할 수 있도록
노력하자."고 인사말을 대신 하였다.

이어서 경주시 구정동에 위치한 경주성애원에서
노동조합 본조 임원 및 시·군지부장, 본청 과장
및 공무원 단체 담당 등 40여명이 함께 노사 합동
으로 나눔의 기쁨을 실천하는 봉사활동을 실시
하였다.

이날 봉사활동에 참석한 노사 모두는 "함께하고
나누는 기쁨의 소중함을 다시금 깨닫는 시간이었으
며, 앞으로도 행복한 세상을 위하여 따뜻한 마음을
나누는 봉사활동을 함께 실천하자."고 다짐하였다.



주민 직선 4기 임종식 후보의 경상북도교육감 당선을 축하하며...

먼저 임종식 후보의 주민직선 제4기(제17대) 경상북도교육감 당선을 축하드립니다.

경상북도교육청공무원노동조합(위원장 김종기, 이하 '경북교육노조')은 임종식 교육감의 당선을 축하하며, 당선소감에서 밝힌 대로 학생과 교직원이 주인이 되는 경북교육, 우리아이들과 학부모님들이 어렵고 힘들 때 편히 기댈 수 있는 교육청, 항상 낮은 자세로 도민과 교육가족 여러분의 목소리에 귀 기울이는 교육감이 되어 주실 것을 당부드립니다.

이번 6·13 지방선거에서도 지난번과 같이 소위 진보교육감이 대거 당선된 것은 대한민국의 총체적 부실과 정부의 무능, 사람이 아닌 돈을 앞세우는 사회 전반적 분위기, 과정이 아닌 결과만을 내세우는 우리 사회의 부실한 시스템을 어떻게 바꿀 것인가에 대한 학부모와 국민들의 선택일 것입니다.

그럼에도 보수로 분류되는 임종식 교육감이 당선된 것은 일정부분 보수적인 지역 정서에 힘입었다는 점은 부정할 수 없을 것입니다. 그러므로 당선자는 타시도의 상황을 타산지석으로 삼아 아이들과 더불어 배움의 장을 안전하고 행복하게 만들어가는 교직원을 우대하고, 학교 내 다양한 구성원들을 보듬어 주는 현장 중심의 교육을 하라는 도민들의 목소리를 명심해야 할 것입니다.

이렇듯 새로 시작 될 주민직선 교육감 4기는 기대와 함께 해결해야 할 과제도 안고 있습니다. 우선 당선자는 나누어진 민심을 하나로 모아야 합니다. 경북교육노조는 학생, 학부모, 교직원 등 학교 구성원 모두가 자신들의 권리를 누리며 행복하게 성장하는 학교를 만들기 위해 중단 없이 노력해 줄 것을 거듭 당부드립니다.

경북교육노조는 '경북교육이 대한민국 교육의 표준이 되도록 하겠다.'는 임종식 교육감의 교육발전 정책에 적극 협력할 것이며, 동반자적 위치에서 따뜻한 교육혁명을 실현하기 위해 함께 노력할 것입니다.

그러나 경상북도교육청의 정책 추진이 기득권 세력들의 저항에 밀려 제 자리 걸음을 할 경우, 경북교육 발전을 위해 조합원들과 함께 주저 없이 행동에 나설 것임을 천명하면서 다시 한번 당선을 축하드립니다.

2018. 06. 14.



경상북도교육청공무원노동조합

2018년 노조 임원 노동 교육 및 대표자회의 개최

경상북도교육청공무원노동조합(위원장 김종기, 이하 경북교육노조)은 2018.08.16.~17. 2일간 문경새재리조트에서 본조 및 지부 임원 45명을 대상으로 노동교육을 실시하였다.

이날 김종기 위원장은 인사말을 통해 “노동조합 임원의 자세는 자신을 위해 생활하는 것이 아니라, 조합원들을 위해 일하는 것”이라며 “자신보다 조합원의 권익을 위한 활동을 해야 한다.”고 임원으로서의 자세를 더욱 확고히 해 줄 것으로 당부하였다.

교육생들은 2일간의 교육일정동안 △김종기 위원장의 노동조합 간부의 역할과 자세 △김한창 공공정책연구원장의 현 정부의 노동정책과 공무원노동조합의 역할 △박광진 중앙노동위원회 위원의 민간 노사관계 우수사례 △석현정 시·군·구연맹위원장의 대정부교섭 추진 현황에 대한 강의를 들으며 개인과 조직의 역량을 키우는 자리를 가졌다.

또한 이날, 임종식 교육감이 격려 방문하여 “취임한 지 2개월 정도 되어 가는데, 앞으로 교육감으로서 역할을 수행할 시간이 많다.”며, “노사 상생을 통한 밝은 경북교육을 만들어 가자.”고 하였다.

한편, 전국시·도교육청공무원노동조합(위원장 오재형, 이하 교육청노조) 제46차 가맹조합대표자회의를 08.16. 16:00에 경북교육노조에서 개최하였다.

임종식 교육감과의 격려 방문을 통해 교육청노조의 최대 단위노조로서의 면모를 보여주었으며, 이어서 진행된 대표자회의에서는 대한민국공무원노동조합 총연맹 최병욱 수석부위원장이 현재 중요 진행사항을 공유하는 자리를 가졌으며, 회의에서는 전차회의보고 및 안건으로 △하반기연수일정 △기타(국회토론회 참석 외)등에 대해 논의했다.

이날 경북교육노조 김종기 위원장을 비롯하여, 오재형 교육청노조위원장(서울교육노조 위원장), 안종현 수석부위원장, 김광진 부위원장, 김재하 부위원장, 이제복 부위원장, 김인석 교육청노조사무총장, 편경천 부산교육노조위원장, 김윤조 대구교육노조위원장, 박현자 인천교육노조위원장, 안명호 경기교육노조위원장, 정기웅 전북교육노조위원장, 기백관 전남교육노조위원장, 진영민 경남교육노조위원장, 류지훈 제주교육노조위원장이 참석하였다.

경북교육노조는 앞으로도 교육청노조 및 타 시·도 교육청 노조와 함께 조합원들의 염원인 '학교행정실 법제화' 법령 개정이 이루어지도록 할 것이며, 노조 임원 및 대의원들의 노동의식 고취를 위한 교육활동과 조합원의 권익신장 향상을 병행해 나갈 것이다.



제35차 임시대의원대회 개최

경상북도교육청공무원노동조합(위원장 김중기, 이하 경북교육노조)는 2018.06.22에 경상북도교육청에서 24개 시·군지부 대의원 약 110여명이 모인 가운데 제35차 임시대의원대회를 개최하였다.

김중기 위원장은 대회를 통해 “먼길까지 대의원 대회에 참석해 주신 대의원 동지들께 감사드리며 경북교육노조가 지금까지 발전해 올 수 있었던 것은 지역에서 대의원들이 역할에 최선을 다하였기 때문”이라면서 “올 하반기에는 공무원노조 관련 많은 변화가 예상되어 상급단체와 연계해서 변화의 물결을 함께 잘 헤쳐 나가야겠다.” 고 하였다.

보고사항으로 전차 회의 결과, 주요 활동 보고와 2017년도 하반기 회계감사 결과 보고가 있었으며, 안건 심의에서는 △2017년 경북교육노조 세입·세출 일반 및 특별회계 결산(안) 승인에 관한 건이 원안가결 되었다.

특히, 이날 대의원대회에서는 6월 30일로 퇴임하는 이영우 교육감의 특강시간을 마련하였다. 이영우 교육감은 “그동안 공무원노조의 격의 없는 소통을 통해서 현장의 소리를 직접 들을 수 있어 교육정책 추진에 많은 도움이 되었다.”면서 앞으로도 건전한 노사 관계 발전에 최선을 다해서 경북교육발전에 밑거름이 되어 줄 것을 당부한다.”라고 하였다. 경북교육노조에서는 그동안 지방공무원관련 제도개선과 복지증진에 대한 감사의 뜻으로 감사패를 전달하였다.

앞으로도 경북교육노조는 조합원들의 복지향상과 권익을 위해 최선을 다할 것이다.



2018년 하반기 조합원 노사 교육 실시

경북교육노조는 2018년도 하반기 조합원 노사 교육을 8월 9일 경상북도청 동극관(안동)과 8월 10일 경상북도교육청문화원(포항)에서 실시하였다.

경상북도교육청 소속 6급 이하 전체 조합원을 대상으로 실시하는 노사 교육은 올해로 6년째 시행되고 있으며, 동·하절기 방학 중 개최하기로 지난 2013년도 경북교육노조와 경북교육청과의 단체협약에 의해 실시되고 있다.

교육 기간 양일에 걸쳐서 임종식 교육감은 인사말을 통해 “교직에 입문하기 전 학교 행정실 근무 경험이 있어, 지방공무원의 고충을 이해한다.”고 하면서, “새로운 경북교육의 방향을 설정하는데 있어 지방공무원들이 배제되지 않도록 최선을 다하겠다.” 하였다. 이어 이동진 시인의 ‘삶’을 낭송하면서 “노사상생을 위해 적극 노력하겠다.”고 하였다.

이에 김중기 위원장은 “전국의 공무원 노동조합 중에서 이렇게 동·하절기 방학 기간에 전 조합원을 대상으로 노사교육을 실시하는 곳은 경상북도교육청이 유일하다. 오늘 참석한 조합원 동지 여러분들이 이러한 기회를 바탕으로 노동조합에 대한 이해가 더 깊어진다면 교육의 성과는 달성된 것이고, 이렇게 노동조합이 후원하는 행사에 많이 참여하는 것이 노조의 힘과 단결을 보여 주는 것이다.”고 하면서 “좀더 발전된 경북교육노조가 될 수 있도록 전 조합원과 노조 집행부 임원들이 함께 노력하자.”고 하였다.

2018년 2/4분기 노사협의회 개최

경북노조는 2018년 06월 27일에 경북교육청 신청사 본관 101호 회의실에서 2018년 2/4분기 노사협의회를 개최하였다.

협의회에 앞서 김종기 위원장은 “교육감 퇴임과 취임, 도의회 관련해서 업무가 바쁘신데도 참석해 주셔서 감사드리며, 노사협의회 참석이 국과장 입장에서는 부담스럽겠지만 현장의 얘기를 전달하는 의미로 이해하시고, 법과 규정에 따라 근무하는 공무원의 입장에서 불합리한 부분을 공정하게 개선 되기를 바라며, 적극적으로 열린 마음으로 받아 주었으며 좋겠다.”면서 인사말을 대신 하였다.

이에 운영태 행정지원국장은 “1/4분기 노사 협의회를 한 지 얼마 되지 않은 것 같은데 2/4분기 노사협의회를 하니 세월의 빠름을 느낀다. 신뢰와 믿음으로 노사관계 구축을 통하여 타기관의 우수사례가 될 수 있도록 한 단계 발전하는 계기가 되길 바라며, 생각의 차이를 이해하고 노사화합의 장을 이루어지길 기원하며, 경북교육노조 및 조합원의 발전을 기원한다.”고 하였다.

이번 노사협의회 안건은 1/4분기 노사협의회에서 합의된 안건의 추진된 사안으로 △학교 여건을 고려한 정원 관리 △소수직렬 근무 여건 개선(운전 직렬 운전자 보험 가입 및 대체 운전직 배치, 급식소 단기 근로자 채용, 시설관리직렬 표준 업무 개선, 기타 직렬 거주 여건 대책) △맞춤형복지제도 개선 △교육실무직 급여 처리 방법 개선 등에 관하여 논의하였다.

논의 결과는 적극 검토하여 최종 확정 후 노조에 통보하기로 하였다.

이날 협의회에 노조측에는 김종기 위원장, 서종철 수석부위원장, 정원상 사무총장, 박달원 연대협력국장, 배용호 정책교섭국장이 참석하였으며, 집행부에서는 운영태 행정지원국장, 양재영 체육건강과장, 김창규 행정과장, 심영수 학교지원과장, 이은미 재무정보과장이 참석하였다.

경북교육노조에서는 향후에도 조합원들의 의견을 수렴하여 복지와 권익 개선을 위해 최선을 다할 것이다.

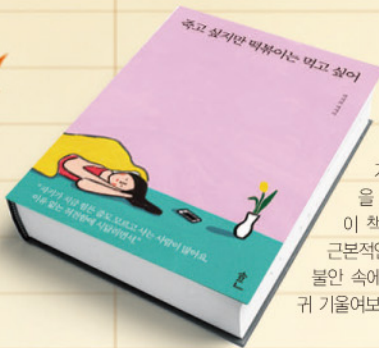


10일에는 장경식 경상북도의회 의장과 이재도(포항 7, 민주당) 교육위원이 격려차 참석하였다.

이번 노사 교육은 김종기 위원장의 「공무원 노동조합의 주변정세」, 노광표 한국노동사회연구소 소장의 「공무원 노사관계의 이해」, 조기정 감사관의 「청렴」 교육으로 진행 되었다.

이번 노사 교육에는 경북교육감 소속 지방공무원 약 2,000여 명이 참석하였다.





죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 | 백세희 에세이

의심 없이 편안하게 사랑하고 사랑받고 싶은 한 사람의 이야기

10년 넘게 기분부전장애(가벼운 우울 증상이 지속되는 상태)와 불안장애를 겪으며 정신과를 전전했던 저자와 정신과 전문의와의 12주간의 대화를 엮은 『죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어』. 지독히 우울하지도 행복하지도 않은 애매한 기분에 시달렸고, 이러한 감정들이 한 번에 일어날 수 있다는 사실을 알지 못해서 괴로웠던 저자는 2017년 잘 맞는 병원을 찾아 약물치료와 상담치료를 병행하고 있다.

이 책은 저자의 치료 기록을 담고 있다. 사적인 이야기가 가득하지만 어두운 감정만 풀어내기보다는 구체적인 상황을 통해 근본적인 원인을 찾고, 건강한 방향으로 나아가는 것에 중점을 두고 있다. 겉보기에는 멀쩡하지만 속은 끓아 있는 사람들, 불안 속에 하루하루를 버티고 있는 사람들에게 이제까지 간과하고 있었지만 본인으로부터 나오고 있을지 모를 또 다른 소리에 귀 기울여보게 한다.



행복해지는 연습을 해요 | 덜 신경 쓰고, 더 사랑하는 법 | 전승환 에세이

행복의 실마리는 가까운 곳에 있다!

7년 동안 한결같이 좋은 글귀를 선택해 독자에게 전해 온 《나에게 고맙다》의 저자 전승환이 전하는 행복의 메시지 『행복해지는 연습을 해요』. 하루하루 열심히 살아가고 있는데도 행복은 여전히 손에 잡히지 않고, 행복할 수 있는 무수한 기회를 놓치고 살아가는 우리의 행복 감수성을 일깨워주는 글들을 담았다.

1장에서는 내 행복을 방해하는 세상의 모든 것들에 무심해지기를 권하고, 2장에서는 필요할 때만 나를 찾아오는 가짜 관계가 아닌 늘 내 옆을 지켜주는 진짜 내 사람들에게 시선을 돌린다. 3장에서는 여전히 떨치지 못한 채 발목을 잡고 있는 미련과 아픔, 지나간 사랑을 놓아주라고 권하며 그만하면 되었다고 뜨겁게 인아준다. 4장에서는 무엇을 더 하지 않아도 이미 충분하다 위로하며 저쳐 쓰러져가는 마음을 일으켜 세우고, 마지막 5장에서는 스쳐지나간 소중한 일상을 놓치지 말고 더 사랑하라고 초대 한다.

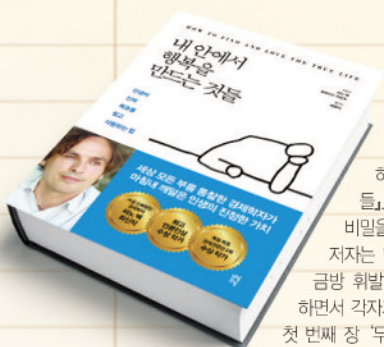


열두 발자국 | 정재승 | 에크로스

생각의 모험으로 지성의 숲으로 지도 밖의 세계로 이끄는 열두 번의 강의

이 책은 지난 10년 간 저자의 강연 중 가장 많은 호응을 받았던 12개의 강연을 선별하여 다시 집필하고 묶은 것이다. 더 나은 선택, 더 나은 미래를 위해 고군분투하고 있는 청춘들과 이 땅의 리더들에게 주는 뇌과학의 지혜와 통찰이 이 책에는 가득하다. 통념을 뒤집고 뒤통수를 후려치는 생각의 전복, 관계없어 보이던 사실과 지식이 연결되는 놀라운 생각의 모험, 차갑게 보이는 과학과 지성의 성찰이 어느새 가슴 뛰는 삶의 통찰로 바뀌는 이야기들이다.

창의적인 사람들의 뇌에서는 어떤 일이 벌어지고 있을까, 더 나은 선택과 의사결정을 위한 뇌과학의 지혜는 무엇일까, 4차 산업혁명 시대, 새로운 기회를 어떻게 발견할 것인가, 인공지능 시대를 살아갈 서툰 시민들을 위한 조언은 무엇인가. 언제나 새로고침하고 싶은 인생의 난제를 앞에서, 숨 가쁘게 변화하는 시대의 한 가운데에서 저자는 질문을 던지고 해답을 독자와 함께 탐색한다. 그리고 독자들은 생각의 모험으로, 지성의 숲으로, 지도 밖의 세계로 이끄는 저자의 발자국을 따라 인간이라는 거대한 우주로, 아직 오지 않은 세상을 탐험하는 근사한 여행을 떠날 수 있을 것이다.



내 안에서 행복을 만드는 것들

| 하노 벡, 알로이스 프린츠 지음 | 배명자 옮김 | 다산초당

인생의 진짜 목표를 찾고 사랑하는 법. 진정한 인생의 가치는 무엇인가?

지난 수십 년간 경제기자로, 경제학 교수로, 경제학자로 지내며 경제의 흐름과 삶의 이면을 파헤쳐온 하노 벡이 경제학자로서 평생에 걸쳐 던진 질문에 대한 해답을 들려주는 『내 안에서 행복을 만드는 것들』. 쾌락을 추구하는 사회를 사는 우리에게 저자는 오랫동안 만끽하고 느낄 수 있는 행복에 관한 인류의 비밀을 말한다.

저자는 한 번뿐인 소중한 인생을 숫자에 끌려 다니며 쓸모없는 걱정들과 공허한 한숨으로 뒤덮고 싶지 않다면, 금방 휘발되는 즐거움을 쫓기보다 '어떻게 살아가고 싶은가'라는 근본적인 질문에 답할 수 있어야 한다고 강조하면서 각자가 어떻게 선택하고 행동해야 하는지에 대한 통찰을 통해 인생에 거대한 질문들을 던진다.

첫 번째 장 '무엇이 인생을 결정하는가'에서는 인류의 존재 이래로 끝없이 추구해온 욕망인 행복의 기원을 살펴본다. 두 번째 장 '어떻게 불확실한 세상을 헤쳐 나갈 것인가'에서는 행복하기 위해 무엇을 해야 하고 무엇을 하지 말아야 하는지 철학, 심리학을 넘나들며 조언을 듣는다. 마지막 장 '왜 우리는 타인의 인생을 사는가'에서는 행복을 위해 우리 사회가 어떤 구실을 하고 행복의 길 위에 어떤 난관들이 숨어 있는지 살펴본다.

우리도 예술가

» 경상북도교육청연구원 주무관 우성환

예로부터 조상들은 자연에서 얻어지는 재료를 바탕으로 일상에 적용하며 그것을 토대로 삶을 일구어 왔다. 문명의 발달과 함께 지혜로운 선인들은 그 재료를 가지고 조금씩 응용하여 편리성을 더할 수 있는 생활용품을 만들어가는 지혜를 지니고 있었다.

어린 시절을 시골에서 자란 사람들은 일상 생활용품들이 완벽하게 자연 속에서 얻어진 산물이란 것임을 알 수 있을 것이다.

그러나 시대의 흐름은 차츰 물질문명의 변화와 함께 더욱더 편리할 수 있는 화학 제품들이 그 자리를 차지하게 되면서 뒷전으로 밀려나기 시작한 나무와 풀, 그리고 돌 등의 천연재료들이 현실에 와서는 차츰 그 자취를 감추기 시작하면서 그 효용성이 떨어지게 되고 수요가 떨어짐에 따라 그 제품을 만들고 맥을 이어오던 공예품들에 이수자가 점점 떨어지게 되고 신세대들에겐 생소한 문화로 변해버린지 오래이며, 짚풀공예가 무엇인가를 찾아봐도 딱히 답을 줄 수 있는 곳도 아주 드물 정도로 잊혀져 가는 문화임에는 틀림없다.

옛 우리문화의 정서와 정취가 흠뻑 묻어가는 토속적인 짚풀공예...

짚풀공예는 계속 그 맥들 이어갈 수 있을까? 하는 의구심이 든다.



01

금융·재정·조세

1 기획재정부

국가등이 공급하는 재화·용역의 면세범위 조정 시행일 : 2018년 7월 1일

Before

국가 등이 공급하는 재화와 용역 중 과세 대상도 군인, 군무원 및 이들의 배우자·직계존비속에게 공급하는 경우에는 면세



After

군인, 군무원 및 이들의 배우자·직계존비속에게 공급하는 용역이라 하더라도 골프연습장 운영업은 과세



2 기획재정부

외국법인 소속 파견근로자에 대한 원천징수제도 개선 시행일 : 2018년 7월 1일

Before

외국법인 소속 국내 파견 외국인근로자에 대한 원천징수 제도



After

외국법인 소속 국내 파견 외국인근로자에 대한 세원관리 강화



3 국토교통부

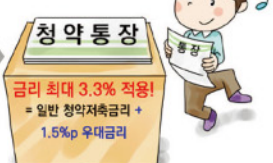
저소득·무주택 청년을 위한 청년우대형 청약통장 출시 시행일 : 2018년 7월말

Before

일반 청약저축에 재산형성 기능을 강화한 청년우대형 청약통장 출시

※ 자격요건: 저소득·무주택·세대주청년
 • (나) 단 19세 이상 29세 이하 (영역기간 최대 6년 후기 인정)
 • (소득) 3천만원 이하

After



4 중소벤처기업부

중소·중견기업에 재직중인 청년근로자가 5년간 3,000만원을 마련할 수 있도록 정부가 1,080만원 지원 시행일 : 2018년 6월 1일

Before

중소·중견기업에 재직중인 청년근로자의 장기근속 촉진과 목돈 마련을 돕기 위해 청년재직자 내일채움공제 시행!
 • (청년) 5년간 720만원 적립 + (기업) 5년간 1,200만원 적립 + (정부) 3년간 1,080만원 지원 = 3,000만원(6년)

After



(만15세 이상~34세 이하)

02

교육

1 교육부

3년 이상 중소기업 재직 중인 고졸 후합습자에게 대학 등록금 전액 지원 시행일 : 2018년 9월

Before

신 설

After



- 2018년 2학기부터 고졸 중소기업 3년 이상 재직자들에게 대학 등록금 전액 지원

2 교육부

직업교육을 받고 중소기업에 취업하는 고3학생 (졸업예정자)들에게 취업연계 장려금(3백만원) 지급 시행일 : 2018년 10월

Before

신 설

After



03

여성·육아·보육

1 여성가족부

디지털 성범죄 불법촬영물 삭제 지원 및 구상권 청구 시행일 : 2018년 9월 14일

Before

피해자들이 직접 삭제 요청을 하거나, 자비로
'디지털 기록물 삭제 전문 업체' 등에 의뢰하여
정신적 고통과 금전적 부담이 있었음



After

여성가족부는
'디지털 성범죄 피해자 지원센터'를 설치



2 보건복지부

상급종합병원·종합병원 2·3인실에 대한 건강보험 적용 시행일 : 2018년 7월 1일

Before

입원실 중 4인실까지만 건강보험 적용.
1~3인실(상급병원)의 경우 건강보험 미적용



After

'18년 7월부터 상급종합병원·종합병원
2·3인실에 건강보험을 적용하여 건강보험 보장성 강화



3 보건복지부

장애인연금 기초급여액 25만원으로 인상 시행일 : 2018년 9월

Before

그동안 장애인연금 기초급여액은
매년 소비자물가상승률 정도 인상되었습니다.



After

장애인연금 기초급여액을 '18년 9월부터는
큰 폭으로 인상하여 중증장애인의 생활안정에
기여할 계획입니다



- 연령 20만9,960원 → 25만원으로 인상

4 보건복지부

소득하위 90%이하 만6세 미만(최대 72개월) 아동에게
'18.9월부터 월10만원 아동수당 지급 시행일 : 2018년 9월
(18.6.20일 사전 신청 접수시작)

Before

한국의 GDP 대비 아동 관련 공공지출 비중은
OECD 주요국에 비해 매우 낮은 수준



After

아동 양육에 따른 경제적 부담을 경감하고 건강한
성장환경을 조성하고자 2018년 9월 아동수당 도입



1 보건복지부

국민건강보험료 부과체계 개편 시행 시행일 : 2018년 7월

Before

소득이 적지만 성별, 나이, 재산, 자동차 등으로
보험료 부담이 큰 지역가입자가 있었던 반면,
소득이 충분해도 보험료를 내지 않은
경우가 있었습니다



After

저소득 지역가입자는 건강보험료 부담이 줄어듦,
충분한 부담능력이 있는 피부양자,
상위 1% 직장가입자 등은 적정 부담하게 됩니다.



5 보건복지부

인플루엔자 국가예방접종 지원 확대 시행일 : 2018년 9월 11일
(초회 접종, 기초 2회 접종 대상자의 경우
해당, 1회 접종자는 10월 2일부터 시행)

Before

'17년 생후 6개월~만 5세 미만 영유아를 대상으로
인플루엔자 무료접종 지원



After

'18년 9월부터 무료접종 지원대상을
생후 6개월~12세 이하 어린이로 확대하여
인플루엔자 예방접종 및 아동 건강보호에 노력



〈인플루엔자 무료접종 대상〉
생후 6개월~만 5세 미만 → 생후 6개월~12세 이하로 확대

2018년 하반기부터 이렇게 달라집니다.

6 보건복지부

기초연금 '18년 9월부터 25만원으로 인상 지급

시행일 : 2018년 9월

Before

기초연금은 '14년 7월 제도 도입이후 매년 소비자가 상승률을 반영하여 인상되어 왔습니다.



After

기초연금은 '18년 9월부터 25만원으로, 가장 큰 폭으로 인상되어 지급될 예정입니다.



-(기초연금) 현행 20만원 → 25만원으로 대폭 인상

2 경찰청

모든 도로, 전 좌석에서 안전띠 착용 의무화

시행일 : 2018년 9월 28일

Before

지금까지 일반도로는 앞좌석에서, 고속도로와 자동차 전용도로는 전 좌석에서 안전띠 착용 의무 부과



After

2018년 9월 28일부터는 모든 도로에서 전 좌석 안전띠 착용 의무 부과



7 보건복지부

중증치매 독거노인 공공후견제도 시행

시행일 : 2018년 9월 20일

Before

그동안 민법에 따라 성년후견제도가 시행되어 왔지만 중증치매, 저소득, 독거 등 취약계층 치매어르신들은 제도를 이용하기 어려웠습니다.



After

'18년 9월 20일부터 치매로 인해 정신적 제약이 있는 어르신들에게 의사결정을 도와드리는 '치매노인 공공후견제도'가 시행됩니다.



06
국방·병무

1 국방부

국군병사들의 목돈마련 지원을 위한 적금상품 개편

시행일 : 2018년 8월(잠정)

Before

지금까지 국방부는 은행과 협약을 맺고 병사를 위한 적금상품을 개발하는 등 병사들이 저축할 수 있는 여건 마련



- 적금상품 적립한도 월 20만원
- 우대금리 5%이상
- 비과세 혜택 없음
- 적금상품 협약 은행 2개

After

병사가 전역 후 취업준비·학업등을 위한 목돈 마련을 돕기 위해 적금상품 대폭 개편



- 월 40만원으로 증액
- 우대금리에 추가 적립 인센티브(5%이상+1%p(세정지침))
- 비과세 혜택 부여
- 협약 은행 14개로 확대(국민, 기업, 신한, 우리 등)

05
공공안전 및 질서

1 경찰청

자전거 음주운전자에게 범칙금 부과

시행일 : 2018년 9월 28일

Before

그 동안 자동차 및 원동기장치자전거에 한해 음주운전을 처벌해 왔습니다.



After

2018년 9월 28일부터는 자전거를 음주운전한 행위도 처벌의 대상이 됩니다.



2 국방부

군 수사절차에서 인권보장 강화 시행

시행일 : 2018년 7월 1일

Before

군 수사절차에서 인권보장 기준, 국민기대에 미흡!



After

군 수사절차에서 인권보장 강화를 위하여, "군 수사절차상 인권보장 등에 관한 훈령" 전면 개정



07

일반공공행정

1 외교부

여권 유효기간 만료 사전 알림서비스

시행일 : 2018년 8월

Before

우리 국민의 출입국 편의를 제고하기 위하여
여권 유효기간 만료 6개월 전
사전 알림서비스 도입 예정!

After



2 행정안전부

문서24 서비스 확대 및 양방향 유통체계 마련

시행일 : 2018년 9월

Before

'16년 7월 서비스 개통 후
"문서24 서비스" 6개 업무 분야에 대해 우선 실시



· 문서24 서비스 : 국민이 언제 어디서나 인터넷을 통해 행정기관에 공문서를 제출할 수 있는 서비스

After

2018년 9월부터 "문서24 서비스",
정부 업무 전 분야로 확대



· 일방형 (국민 → 행정기관) 편문서 제출 서비스가
기능하도록 문서유통 체계 개선 예정

3 고용노동부

1주 최대 노동시간 단축, 근로시간 특례업종 축소 (‘주52시간’ 제도 시행에 앞서 최장 6개월의 시정기간 부여)

시행일 : 2018년 7월 1일

Before

지금까지 휴일근로가 연장근로에 포함되지 않아
주 68시간까지 근로할 수 있어
장시간 노동의 원인이 됨



After

노동자가 근로할 수 있는 최대 시간이 휴일근로를
포함하여 1주 52시간으로 제한



다만, '주52시간' 제도가 산업현장에 원활히
안착되도록 최장 6개월의 시정기간을 부여

4 고용노동부

연간 3일 난임치료휴가 신설

시행일 : 2018년 5월 29일

Before

신설

After



· 난임치료휴가 3일전까지 사업주에게 신청

5 고용노동부

연차유급휴가 산정시 육아휴직 기간을 출근한 것으로 인정

시행일 : 2018년 5월 29일

Before

연차유급휴가 산정시 필요한 출근을 계산시
육아휴직 기간 제외



· 출근율은 연차유급휴가 발생조건

After

근로기준법 개정으로 연차유급휴가 산정시
육아휴직 기간을 출근한 것으로 인정



6 고용노동부

계속 근로기간 6개월 이상이면 육아휴직 허용

시행일 : 2018년 5월 29일

Before

노동자가 육아휴직을 신청한 경우, 해당 사업장에서
계속 근로한 기간이 1년 이상이어야만
사업주에게 육아휴직 허용 의무 발생



1년 이상

After

법 개정으로 노동자가 육아휴직을 신청한 경우,
해당 사업장에서 계속 근무한 기간이 6개월 이상인
경우에는 사업주에게 육아휴직 허용 의무 발생



6개월 이상

7 고용노동부

아빠 육아휴직 보너스 상한액 200만원으로 인상

시행일 : 2018년 7월 1일

Before

같은 자내에 대해 두번째 육아휴직자에게 주는
첫 3개월간 육아휴직 급여 상한액을 첫째 자녀 150만원,
둘째 이상 자녀 200만원으로 차등지원



After

같은 자내에 대해 두번째 육아휴직자에게 주는
첫 3개월간 육아휴직 급여 상한액을 첫째 자녀,
둘째 자녀 관계없이 200만원으로 인상



비

청도교육지원청 주무관 신복실

양철지붕 위로 떨어지는
작은 소리 가슴에 담으려
구비 구비 돌아선 길을 따라
헛티재를 숨차게 넘어 간다

만남보다 더 빠른 이별이
빗금으로 그려지는 설레임
양철지붕 골과 골 사이에서
젖은 소리로 하염없이 떨어진다

잠재우려는 기억의 뒀안길
빗소리는 서성거리는 아픔
안으로 안으로만 스며들어
잠자는 그리움을 깨우는 비

「자존감 수업」을 읽고나서...

경상북도교육청정보센터 주무관 조 석 홍

요즘 사람들 사이에서 흔히 쓰이는 ‘멘탈붕괴’ 소위 ‘멘붕’이라는 말이 있다. 주로 어떠한 부정적인 상황에 직면했을 때 이를 견디지 못하고 아노미 상태에 이르는 것을 뜻하는 신조어다.

누구에게나 한 번쯤은 스스로 마음을 다스려내지 못하는 상황이 오게 된다. 믿었던 사람에게 배신당하는 순간, 목표를 좇아 쉼 없이 달리다가 코앞에서 놓치게 되는 순간이 그런 것이다. 하지만 이러한 힘든 일에 몇 번을 휘말려도 단단하게 중심을 지키는 사람이 있고, 단 한 번의 나쁜 일에 살아온 인생 자체를 부정하는 사람이 있다. 이러한 차이는 어디서 나오는 것일까?

여기서 우리는 ‘자존감’이라는 단어를 떠올릴 수 있다. 보통 자존감이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람에 비하여 좌절을 덜 한다고 한다. 그렇다면 자존감이란 무엇일까? 저자는 글을 시작하기에 앞서 자존감에 대하여 이렇게 말한다. “자존감의 가장 기본적인 정의는 ‘자신을 어떻게 평가하는가’ (self-esteem)다. 곧 자신을 높게 평가하는지 또는 낮게 평가하는지에 대한 레벨을 의미한다.” 옛날과는 다르게 복잡하고 어려운 목표 설정에 방향까지 맞춰 뛰어가는 요즘 사람들에게 이 자존감은 더욱 화두가 되고 있다. 자기계발서와 심리 관련 도서들이 유행을 하는 것도 그러한 이유가 아닐까.

『자존감 수업』의 저자 윤홍균은 의사선생님이라는 그의 직업 특성에 걸맞은 글의 흐름을 보여준다. 자존감의 하락이라는 증상에 대한 원인과 예후(경과)를 서술하고 그에 대한 처방 즉 자존감 향상에의 구체적인 방법을 알려준다. 그 중 하나는 글의 사이사이에 ‘자존감 향상을 위해 오늘 할 일’이라는 구간이 있는데 이는 아주 단순하면서도 흥미로운 주제들로 구성되어 있다. 가령 “퇴근 후 회사 생각 금지”, “나의 특이한 점을 적고 의견 듣기” 와 같은 것이다.

돈구름 잡는 형태의 자기계발서가 난무하는 가운데 이 『자존감 수업』은 실로 실용적이지 않을 수 없다. 이 책의 자존감 향상을 위한 실천적 접근법을 따라 우리의 마음 속 ‘나를 사랑하는 나’를 찾아보도록 하자.

[자존감 수업 / 윤홍균 글 / 심플라이프 / 2016]



가을에 조심해야 할 질병



감기 는 꼭 가을에만 걸리는 것은 아닙니다. 어쩌면 겨울에 더 많이 걸린다고 할 수 있겠지요. 그럼에도 가을에 걸리는 감기는 또 다른 의미가 있다고 생각합니다.

감기는 대개 바이러스 감염에 의한 질환이지만 그 전에 온도와 습도 조절에 문제가 있을 때 생기기 쉽습니다. 특히 여름에서 가을로 넘어가는 때는 일교차가 심해 낮에는 덥지만 아침, 저녁으로는 쌀쌀한 바람이 불어 체온 유지가 쉽지 않지요. 또한 냉방을 하는 대중교통이나 실내에서 활동하다가 바깥 공기를 쐬면서 체온 조절이 되지 않는 경우도 많습니다.

때문에 가장 먼저 적절히 체온을 유지하는 것이 중요합니다. 특히 아침, 저녁에 추운 느낌이 들지 않도록 긴팔로 된 여벌옷을 가지고 다니면서 필요에 따라 입는 것이 좋지요. 만약 찬 바람을 맞아 몸이 살짝 떨리거나 추운 느낌이 가시지 않으면 몸을 따뜻하게 하는 생강차 또는 쌍화탕(雙和湯) 등을 마시는 것도 좋은 방법입니다.

아울러 가을 감기는 목이 아픈 경우가 많습니다. 침을 삼키려면 목이 따끔거리고 아픈 것이지요. 이는 인후(咽喉)가 지나치게 건조해진 상태가 되기 때문입니다. 또한 기침을 동반한 감기의 경우 가래는 거의 없지만 마른 기침이 오랫동안 끊이지 않는 경우도 많습니다. 이 또한 코부터 목까지 심하게 메마른 상태일 때 잘 나타나지요. 따라서 평소에 수분 섭취를 충분히 하고 습도 조절을 하는 것은 가을에 감기에 걸리지 않도록 하는 방법입니다.



알레르기 질환 이 있는 분들은 가을이 오면서 악화되는 경향을 나타내기 쉽습니다. 특히 알레르기 비염이 있는 분들은 심해지는 경우가 많지요. 감기와 유사하게 환절기에는 콧속을 비롯한 주요 부위의 온도 조절이 잘 되지 않고 염증이 생겨 재채기, 콧물, 코막힘이 생기기 쉽습니다. 때문에 온도와 습도 조절을 잘 해야 하고 충분한 휴식을 취하는 것이 우선이지요. 아울러 가족이나 주위에 감기에 걸린 사람이 있다면 잠시 접촉을 피하는 것도 현명한 방법입니다.

특히 아침, 저녁으로 찬 바람을 맞으면 즉시 재채기와 줄줄 흐르는 콧물이 생기는 분들은 반드시 옷을 따뜻하게 입어야 합니다. 또한 몸을 따뜻하게 하는 생강차, 레몬차나 쌍화탕 등을 마시는 것은 큰 도움이 되지요. 앞서 인용한 황제내경(黃帝內經)에서 가을의 변화하는 기운에 거스르면 폐(肺)를 상한다고 했지요. 이는 가을에 감기부터 비염까지 각종 호흡기 질환이 생기기 쉬움을 뜻합니다.



피부염 한의학에서는 피부도 호흡의 중요한 요소로 생각하기에 폐(肺), 대장(大腸)과 통한다고 보았는데 이는 가을에 피부 질환이 생기기 쉬움을 뜻하지요. 피부염에는 여러 종류가 있지만 비염과 마찬가지로 가을에 심해지는 경우가 많습니다.

특히 아토피 피부염은 그렇지요. 날씨가 서늘해지는 것은 특별히 문제될 것이 없지만 갑자기 건조해지면서 피부에서 수분이 증발되어 건조해지기 쉽기 때문입니다. 이런 상태가 개선되지 않으면 가려움증이 심해지지요.

학생의 경우는 또 다른 변수가 있습니다. 방학 동안 집밥을 먹다가 학교 급식을 먹으며 나빠지는 것이지요. 보통 학교 급식에 육류, 유제품 등을 재료로 하는 반가공 식품이 많아 이로 인한 염증 반응이 갑자기 많아지기 때문입니다. 실제로 개학과 동시에 아토피 피부염이 악화되는 경우는 아주 흔하지요. 따라서 가을이 되면서 피부 증상이 악화된다면 각별히 조심해야 합니다. 우선 여름처럼 너무 자주 목욕하지 않는 것이 좋고 목욕을 하더라도 비누는 가급적 쓰지 않는 것이 좋지요. 씻고 3분이 지나기 전에 자극이 적은 천연 오일이나 보습제를 꼭 발라 피부가 건조해지지 않도록 해야 합니다.



면역력 저하 환절기에는 소위 말하는 면역력이 저하되기 쉽습니다. 여름 동안 많은 땀을 흘리며 활동하고 열대야로 잠을 이루지 못하는 등으로 인해 체력적인 부담이 쌓이기 때문이지요. 특히 수면이 부족한 상태가 지속되면 떨어진 면역력으로 인해 불편한 증상이 생기기 쉽습니다.

가장 두드러진 증상은 변화된 온도에 적응하지 못하는 것입니다. 앞서 이야기한 감기, 비염과도 통하는 것으로 면역력이 떨어지면서 몸의 점액 분비가 줄어들고 점막이 메마르는 변화가 생기며 다양한 증상으로 유발되는 것이지요. 점액, 호르몬 등의 물질은 면역계와 깊이 관계되며 한의학적으로는 수(水)의 기운과 연결됩니다.

면역력 저하로 인한 질환은 감기, 비염 등을 비롯하여 요즘 청장년층에게도 많은 대상포진을 예로 들 수 있습니다. 특히 야근이 많거나 밤낮이 바뀐 생활을 하여 수면이 부족한 분들은 조심해야 하지요. 아울러 건선(乾癬), 류마티스 관절염, 쇼그렌 증후군 등의 자가 면역 질환 등이 생길 수도 있기에 무리하지 않도록 관리하는 것이 현명합니다.

						낮		천	장
			준			말	소	리	
		알	거	지		유		교	
		로		대	개	관	측	통	
	오	에	스		가	요	계		지
	엠		냅			추			옥
기	아			안	면			채	
	르			방			야	권	
				극	렬	분	자		흑
				장			유	록	색

자명종 17호 낱말 맞추기 이벤트 당첨자 발표

순번	소속기관	성명
1	경산중학교	전 주 향
2	의성중학교	원 치 관
3	지품천중학교	최 동 열
4	지품천중학교	배 태 열
5	쌍림중학교	임 현 옥
6	부석초등학교	최 영 록
7	부석중학교	김 미 옥
8	부석초등학교	방 병 원
9	부석초등학교	윤 기 혁
10	의성중학교	김 영 범
11	의성중학교	김 분 자
12	의성중학교	김 경 호
13	구운초등학교	이 주 영
14	성주초등학교	이 명 선
15	형곡고등학교	김 일 태
16	상주낙동동부초등학교	김 형 옥
17	경상북도교육청 총무과	이 잠 수
18	경상북도교육청 시설과	유 윤 주
19	경상북도교육청 시설과	황 진 혜
20	경상북도교육청 적정규모학교육성추진단	변 봉 호

※ 이벤트에 응모해 주신 조합원 여러분께 감사드리며,
당첨되신 모든 분들께 축하를 보내드립니다.

응모방법

정답을 보내오신 조합원들 중에서 추첨을 통하여 소정의 상품권을 드립니다. 응모하실 때에는 A4용지에 낱말 맞추기와 소속기관 주소, 우편번호, 성명, 소속, 핸드폰 번호를 적어주시기 바랍니다.

- 응모기간 : 2018년 11월 9일(금)까지
- 보내실곳 : 경북 안동시 풍천면 도청대로 511 경상북도교육청공무원노동조합 사무실(☎36759)로 우편 또는 직접방문, 팩스송부(Fax.054-805-3989)

※ 당첨자는 경상북도교육청공무원노동조합홈페이지
(www.gbe.or.kr)공지사항란에 알림

조합원 투고 안내

조합원 소식, 기행문, 시, 수필, 공트, 만화 등 소재에 구별 없이 경상북도교육청공무원노동조합사무처로 보내주시기 바랍니다. 채택된 분에게는 소정의 상품권을 보내드립니다.

- 보내실곳 : 화랑이(아이디03ina)
또는 메일(03ina@gyo6.net)
- 문 의 : 경상북도교육청공무원노동조합사무처
(054-805-3981)

함께해요 »» 낱말 맞추기

변화하는 경북
희망찬 경북 교육행정

자명종

1		2		3	4		5
6	7		8		9		
10		11		12			13
14	15					16	
				17	18		
19			20				21
	22				23		

가로 문제

3. 잠을 자거나 누울 때에 머리를 괴는 물건. 맞춤법에 주의하세요.
6. 죽고 시는 것을 돌보지 않고 끝장을 내려고 함.
9. 똥통을 나르는 데 쓰는 지게.
11. '생각 밖에 둔다'라는 뜻으로, 내버려 두고 문제 삼지 않는다는 뜻.
14. 봄바카과의 상록 교목으로 말레이 반도에서 재배되며 천국의 맛과 지옥의 냄새를 모두 가지고 있는 열대 과일로 '과일의 왕'이라는 별명을 가지고 있다.
16. 사람들 입에 오르내려 전하여 들리는 말.
17. 이야기를 시작할 때의 말의 첫마디.
19. 높이나 경계로 가로막은 사물의 저쪽, 또는 그 공간.
22. 영화를 상영하기 위한 백색 또는 은색의 막.
23. 단자(端子)와 단자 사이를 이어 주는 전선

세로 문제

1. 인류 사회의 변천과 흥망의 과정, 또는 그 기록.
2. 세상에 알려져 있지 않은 자기만의 뛰어난 방법
4. 길가나 들 같은 곳에 저절로 생겨난 참외. 참외보다 작고 맛이 없어 보통 먹지 않는다.
5. 몸길이는 5~15cm, 몸빛은 대체로 선홍색이다. 표면에 돌기가 있고 특유의 향으로 포장마차 술안주로 인기가 높다.
7. 싱싱하고 힘찬 기운.
8. 무를 시들시들하게 말리거나 소금에 절인 다음 물기를 뺀 일본식 찐지. 치자색.
10. 이야기의 첫머리.
11. 국가 사회의 안녕과 질서를 유지, 보전함으로써 나라를 편안하게 다스림. 또는 그런 상태.
12. 조인
13. 음양가나 점술에 정통한 사람이 술법을 부리거나 귀신을 쫓을 때 외는 글귀.
15. 염기를 만나면 푸른색, 산을 만나면 붉은색이 되는 지시약.
16. 물체의 진동에 의하여 생긴 음파가 귀청을 울려 귀에 들리는 것.
18. 다이버나 잠수부를 일컫는 옛말. 제주에서는 잠수를 전문으로 물질하는 남자를 칭하기도 한다.
20. 남의 권리나 인격을 짓밟음.
21. 눈이 가는 길, 또는 눈의 방향.

주	결	두	트	크	지	유	참	움	너	게	스	역
단	치	베	사	생	머	화	드	린	문	외	개	도
기	동	리	시	리	말	명	구	선	무	비	안	머

※ 위의 글자로 단어를 생각해 보시면 쉽게 풀 수 있습니다.



조합원의
작은 희망을
앞장 서 대변하겠습니다.



조합원의 작은 희망을 앞장 서 대변하겠습니다!

경상북도교육청공무원노동조합

(36759) 경상북도 안동시 풍천면 도청대로 511
전화 053)805-3981 팩스 053)805-3989 www.gbe.or.kr