



한걸음... 한걸음

9일 광주시청 야외음악당에서 열린 '제2회 광주·전남 시·도민 한마음 건강 걷기대회'는 1,000여 명이 한데 어울린 가을 축제로 치러졌다. 걷기대회에 앞서 열린 식전행사에서는 스타리 댄스팀의 공연에 이어 가수 유연주, 김하준, 고맹이, 김상배 등이 마이크를 잡고 흥겨운 무대를 만들었다. 준비 운동을 마친 참가자들은 야외음악당을 출발, 천년 자전거도로 4.2km 구간을 걸으며 가을 정취를 만끽했고, 한시간여의 가벼운 걷기 후 다시 모여 경품 추첨을 하며 즐거운 시간을 보냈다. 제2회 광주·전남 시·도민 한마음 건강 걷기대회 이모저모를 사진으로 담았다.

# 푸른 창공·살랑이는 바람·사랑하는 이들과 함께 걸었다



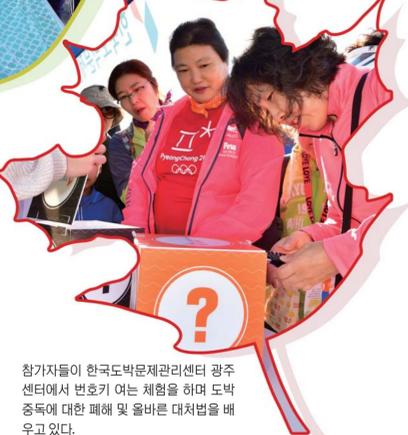
9일 오전 광주시청 야외음악당에서 개막한 '제2회 광주·전남 시·도민 한마음 건강 걷기대회'에 참가한 시·도민들이 익새꽃이 흐드러지게 핀 광주천변을 걸어가고 있다. /김태규 기자



박철홍 전남매일 회장(왼쪽 두번째)과 임성자 (재)골드클래스문화재단 이사장, 김선남 전남매일 대표이사가 걷기대회 개막식에 참가한 내·외빈들을 반갑게 맞이하고 있다.



광주시 서구청 공직자들이 대회 참가자들에게 홍보물을 나눠주며 서청동백익새축제를 홍보하고 있다.



참가자들이 한국도박문제관리센터 광주센터에서 변호기 여는 체형을 하며 도박 중독에 대한 폐해 및 올바른 대처법을 배우고 있다.



김선남 전남매일 대표이사가 대회사를 하고 있다.



김경미 광주시 안전정책관(왼쪽), 김미숙 전남매일 광주·전남 CEO경제아카데미 사무처장이 경품추첨 당첨자들을 시상하고 있다.



대한적십자사광주전남지사에서 참가자들에게 심폐소생술 교육을 하고 있다.



4인조 여성그룹 스타리가 멋진 춤동무로 참가자들의 시선을 붙잡고 가수 김상배(오른쪽)씨가 '멋미터 앞에 두고'를 열창하고 있다.



부모님 손을 잡고 대회에 참가한 한 어린이가 페이스페인팅을 하고 있다.

## “생각 못했는데 너무 큰 상품 받아 기뻐요”

서구 쌍촌동 김학례씨 경품 김치냉장고 행운

“걷기대회에는 항상 참가하는 편인데, 이렇게 큰 상품을 받게 돼서 너무 기쁩니다. 내년에도 한마음 걷기대회에 꼭 참가하겠습니다.”  
지인들과 함께 제2회 광주·전남 시·도민 한마음 건강 걷기대회에 참가했다는 김학례씨(76·서구 쌍촌동)는 돌아가는 길을 내내 가슴 떨려 했다. 걷는 것이라면 자신 있다는 김씨는 적지 않은 나이에도 불구하고 지역에서 열리는 걷기대회라면 항상 참가하는 ‘걷기 마니아’다.  
김씨는 “참가비를 받지 않으면서도 광주에서 가장 아름다운 천변을 걸을 수 있다는 이야기를 듣고 평소 알고 지내던 지인들과 함께 참여하게 됐으며 ‘아침에는 조금 쌀쌀했는데 대회 시작에 들어가니 옷이 따뜻해져서 좋았다’고 말했다. “다른 대회에서도 경품을 받아봤지만 이렇게 큰 경품은 처음이다. 지금도 심장이 떨린다”고 소감을 밝혔다. 이어 “내년에는 남편과 함께 한마음 걷기대회에 참가하겠다”고 말했다. /김종찬 기자



걷기대회 직후 열린 경품 추첨 현장에서 김씨는 자신의 눈을 믿을 수가 없었다고 했다.

좋은 날씨에 좋은 코스를 걸어 기분 좋았다는 그는 경품행사에서도 가장 큰 경품인 김치냉장고에 당첨된 것이다. 그는 자신이 가지고 있던 번호 ‘877’ 번을 확인, 자리에서 일어나 무대로 나가는 동안에도 믿을 수 없어 계속 추첨권을 들여다봤다.  
김씨는 “한끼는 친구 내외가 경품을 받았을 때도 믿을 수 없었지만 기분 마음으로 축하했다. 그런데 1등에 내가 당첨될 줄은 꿈에도 생각지 못했다”며 “다른 대회에서도 경품을 받아봤지만 이렇게 큰 경품은 처음이다. 지금도 심장이 떨린다”고 소감을 밝혔다. 이어 “내년에는 남편과 함께 한마음 걷기대회에 참가하겠다”고 말했다. /김종찬 기자

어린이집 교사들 부스 봉사 참여

○제2회 광주·전남 시·도민 한마음 건강 걷기대회 '광주사회복지공동모금회' 홍보 부스에서 자원봉사자들이 이목을 끌었다.  
참가자들의 시선을 사로잡은 자원봉사자들은 4명의 어린이집 교사들이었다. 이들 교사는 어린이집이 쉬는 날 봉사하기 위해 '광주사회복지공동모금회' 부스를 찾았다. 이들은 바빠 걷기대회에 참가하지 못했지만 부스에서 사랑의 열매 배지를 나눠주고 참가한 시·도민들을 상대로 목소리 높여 사랑의 열매 홍보에 팔을 걷어붙였다.  
서은씨(39·여)는 “걷기대회 현장은 처음인데 코스를 완주한 참가자들을 보니 함께 걷고 싶은 생각이 들었다”며 “걷기대회와 함께 복지 사각지대 해소에 앞장서는 광주 사랑의 열매도 많은 관심 부탁드린다”고 말했다.



바쁘게 걷기'가 가장 좋은 운동

○광주 서구보건소에서 '바쁘게 걷기'를 홍보하기 위해 대회 당일 홍보 활동 펼쳤다.  
서구보건소는 오는 12월 서창 들녘 익새 축제에서 열리는 걷기대회 홍보와 함께 보

건소에서 운영하는 걷기지도자 교육에 대한 홍보를 위해 이날 대회장에 홍보부스를 차리고 참가자들에게 물티슈와 물티슈, 건강 서구 산책길 지도를 배부했다.  
이들은 홍보 활동이 끝난 뒤 함께 걷기 대회에 참가, 시·도민들과 함께 왕복 4.2km를 걸으며 바쁘게 걷기에 대해 알렸다.  
이경 서구보건소 건강증진과장은 “운동 중 땀이 안 들면서 가장 효과가 좋은 것이

바쁘게 걷는 것이다”면서 “시·도민들의 건강 증진을 위해 '바쁘게 걷기 지도자' 양성을 위해 최선을 다하겠다”고 다짐했다.

동신대 도박근절 캠페인

○동신대 '도박문제예방활동반(P·S·W)' 학생들 20명이 '한국도박문제관리센터 광주센터' 부스 봉사와 더불어 걷기대회에 참가해 화제를 모았다.  
이들은 대회장 뒤편에 자리한 부스에서 도박의 중독성에 대해 알리고, 게임을 통해 도박중독을 치유하는 방법을 소개하는 등 참가자들이 쉽게 이해할 수 있도록 홍보에 열을 올렸다.  
학생들은 모두 사회복지학과 소속으로 도박중독에 대해 학내·외를 구분하고 홍보를 유도하는 '도박문제예방활동반(P·S·W)' 동아리 회원들이다. 많은 시·도민들이 참가하는 이번 대회를 통해 도박중독 근절을

을 알리기 위해 부스 도우미로 나섰다. 이들은 평소 홍보와 더불어 걷기대회에도 참가, 초콜릿 과자 등이 들어 있는 봉지를 준비해 시·도민들 100여명에게 도박중독의 심각성을 알렸다.  
박주희 회장(21·여)은 “도박이라는 것은 멀리 있지 않다. 우리가 흔히 볼 수 있는 다양한 곳에서 도박을 경험할 수 있다”며 “이번 대회에 많은 참가자가 신청했다는 이야기를 듣고 도박이라는 것과 중독됐을 때 치유할 수 있는 방법을 알리고 싶어 참가하게 됐다”고 말했다.

댄스팀 흥겨운 몸품기 체조

○'걷기대회 오프닝'을 맡은 광주 여성댄스팀 '스타리'가 대회 시작 전 몸품기 체조로 내서 인기를 끌었다.  
'스타리'는 오프닝에서 흥겨운 공연을 펼친 뒤 대회 시작 전 참가자 몸품기 무대에

올라 시·도민들을 대상으로 흥겨운 음악에 몸품기 체조를 유도했다.  
“발을 꼭- 무릎 돌리고 손목 털며 점프”, “오른손, 왼손, 엉덩이 흔들고”라는 함창 목소리에 참가자들은 즐겁게 몸을 풀었다.  
오 모은(8)은 “제2회라고 하면 학교에서 하는 국민체조나 기지개 켜기밖에 몰랐는데 음악이랑 하나씩 꼭 춤을 추는 거 같았다”며 “걷기대회는 처음인데 엄마와 함께 다치지 않고 열심히 걸어보겠다”고 다짐했다.

지난해 이어 올해도 팝콘은 '인기'

○'걷기대회 시작 전 출발장소인 광주시청 야외음악당에 고소한 팝콘 향기가 은은하게 퍼지며 참가자들의 식욕을 자극했다.  
부모의 손을 잡고 행사장을 찾은 어린이 참가자는 “팝콘 맛있어요. 감사합니다”라는

인사말을 전해 팝콘 부스의 보람을 더했다. 이날 팝콘은 전남매일이 준비한 팝콘 용기 500개를 매진시켰고, 용기 대신 사용한 일회용 봉지도 1,000여개 이상 소진했다.  
부스 관계자는 “지난해 이어 올해도 팝콘이 전부 소진됐다”며 “참가자들이 팝콘을 좋아해서 다행이다. 내년에는 더 많이 준비할 수 있도록 하겠다”고 약속했다.

제1전투비행단 100여명도 참가

○제1전투비행단과 31사단 소속 군인들 100여명이 걷기대회에 참여해 건강 증진을 도모.  
제2회 광주·전남 '한마음 걷기대회' 대회장인 광주시청 야외음악당 구석에 검은 모자를 쓰고 생활복을 입은 건강장원들이 참가했다.  
이들은 모두 4.2km 대회 코스를 무사히 완주, 대한민국 공군의 저력을 선보였다.

“도끼·태극기 얼굴에 그려요”

○-지난해에 이어 올해도 걷기대회에 참여한 페이스 페인팅 부스가 남녀노소 불문하고 인기를 끌었다.  
오전 9시가 지나 부스 운영에 나선 '페이스 페인팅' 팀은 오전 10시 40분 대회 출발까지 인산인해를 이뤘다.  
어린이들에게는 토끼나 고양이 등의 동물이 가장 인기가 좋았으며, 군인 등 청년들은 태극기 문양이 제일 선호도가 높았다. 또 페이스 페인팅이 낯선 어르신들은 얼굴에 작은 하트를 그리고는 속삭이듯하기도 했다.  
부스를 운영한 추광진씨(44·여)와 배건희씨(20·여)는 “대회 시작 전과 대회 끝난 뒤에도 많은 참가자가 부스를 찾아와 놀랐다”면서 “내년에는 더 다양한 그림을 그려드릴 수 있도록 노력하겠다”고 전했다. /김종찬 기자

