



하나·둘·셋 소식지

제 4 호

96. 1



하나·둘·셋 유아원

서울시 강북구 미아동 791-2289. Tel. 945-1018/984-0880

왜 하나·둘·셋이냐구요 ? 힘차게 출발하려고요.

하나. 둘. 셋 가족을 소개합니다!!

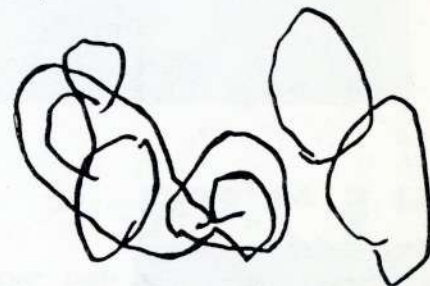
• 어린이, 자원활동교사 소개 •



사람(최화규)

●최평규(남아 7세), 화규(남아 5세)●
수다쟁이 평규형아가 몇달뒤면 국민학생이 된다. 모든 친구들과 사이좋게 놀아서 아이들 모두 그냥 좋아 한다. 아이들에게 옹고, 그림을 가르쳐주기도 하고. 너무 모든 일을 잘해서 국민학교에 들어가면 반장을 할 것같은 예감을 받는다. 그러나 어머니가 오면 그 착하던 평규도 평소와 달리 화규와 같이 소리를 지르거나 마구 뛰어 논다. 그리고 애기처럼 큰소리를 내어 울 때가 가끔있다. 그 뿐이다.
화규는 유아원에서는 조용한데 평규가 만만한가보다. 집에 가면 형아에게 짓궂게 장난을 잘 친다. 유아원에서는 순한 토끼(?), 집에서는 여우(?)

●송건영(여아 6세)●
목소리 크고 걸음걸이도 크고, 눈물 방울도 크다. 선생님 말 끝나기가 무섭게 행동하는 모범생(?그러나 신참 선생님들의 말은 잘 안듣는다는 풍문이 있다.) 고운 목소리로 또박또박 일르기를 잘 한다. 엄살도 약간, 공주병도 약간...그래도 친구들을 해꼬지하지 않고, 동생들을 너무나 잘 챙겨주는, 빨리 엄마가 되고 싶은 어린이다. 지연언니가 나오지 않으면서 어떤 놀이에서든 주도권을 쥐려고 한다. '너는 이거하고, 너는 이거해.' 그리고 신참 선생님들도 잘 가르친다. '아니요, 그렇게 하는게 아니라고....' 이때 건영이의 손을 잘 볼 필요가 있다. 옛날에 보아온 아란언니와 지연언니의 제스처어가 그대로 나온다.



선생님(박주영)

●배영미(여아 7세)●

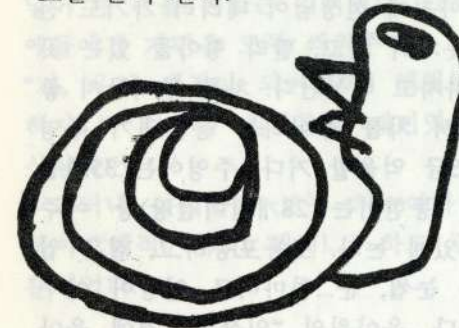
오후반이라 늦잠 자고 늦게 아침을 먹는다. 그러니 점심시간과 낮잠시간에는 거의 파배기가 되어 밥은 안먹고 친구들이 빨리 먹고 노는 모습을 보면서 깔깔대며 웃는다. 동생들도 잘 데리고 놀고, 남이 어지럽힌 장난감도 잘 치운다. 단점은 선생님을 너무 좋아한다는 것이다. 가끔 아무일도 없는데, 소녀같은 눈에 맑은 눈물이 고이기도 한다. 아! 예쁜 아이들은 왜 이렇게 빨리 커서 우리 곁을 떠나게 될까? 곧 유치원을 가게 되어 아마도 우리 소식지에 마지막으로 실리게 될런지도 모른다.



냉장고(조민정)

●조미리(여아 7세)●

미리가 한글공부를 시작했다. 말도 늦고 여러가지로 어른들 걱정을 시키더니 어느날 예쁘게 한글을 쓰기 시작했다. 친구들 때리고 뛰어 도망가는 미리가 야속하기도 하지만 동생들 안아주고 뽀뽀해 주면 정말 이쁘다. 언제나 선생님이 들어오면(특히 남자 자활선생님) 가장 먼저 달려와 반가와 해준다. 그러나 친구들을 자주 귀찮게 한다. 특히 낮잠 시간에 자는 친구들을 건드리고, 깨물어 다 깨우고는 뒤늦게 드르렁코를 끌며 잔다.



달팽이(조민호)

●박주영(남아 4세)●

2살이나 형인 민혁이랑 말도 트고 단 짝으로 놀기도 잘하고, 싸우기도 잘한다. 처음에 비해 많이 얄전해져서 교사들은 한숨 돌릴 수 있게 되었지만, 아직도 이유없이 아무나 툭툭치고, 장난감 뺏는 일을 제일 좋아한다. 또 제일 좋아하는 것은 차인데, 기특하게도 자기가 가지고 있는 차를 몽땅 가져와서 친구들이랑 같이 가지고 논다. 그러다 오히려 다른 친구에게 자기의 차를 달라고 사정하기도 하고, 빼앗기도 하지만... 아이들에게 주영이의 예쁜 점이 무어나고 물으니....'얼굴'이란다. 어떤 선생님도 주영이의 천사처럼 웃는 얼굴에는 못 당한다.

●조민호(남아 6세), 민정(여아 4세)●

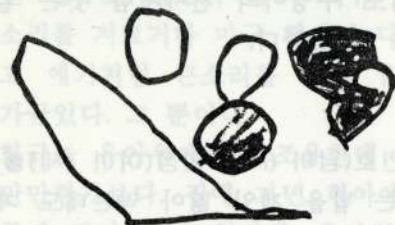
민호는 밥을 제일 많이 먹는데도 제일 빨리 먹고 '나무블럭 해도 되요?'라고 하루도 빠지지 않고 묻는다. '그래'

하고 대답하다가 선생님들이 지겨워서 '안돼'하면 '미끄럼 타도 되요?', '...되요?', '...되요?' 끝까지 묻는다. 결국은 선생님들이 지고 만다.

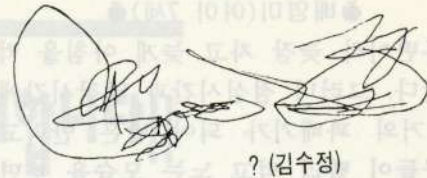
민정이는 선생님이나 어떠한 상황도 눈치보지 않으며 용감하게 웃고, 운다. 두 얼굴을 가진 어린인가? 올때는 아주 거창하다. 선생님에게도 반말하고, 손이 올라간다. 민호, 민정이 둘다 친구들 먼저 때리지 않고, 김치도 잘 먹고, 예쁜 점이 많다. 단, 유아원을 마치고 기가 무섭게 아빠 손 끌고 가게에 가서 군것질하는 습관이 있다. 그래서 주영이가 따라가길 좋아한다.

●박병희(남아 20개월)●

지난 겨울 1주일간의 방학을 마치고, 아침에 오기 싫어 엉덩이를 빼며 울었다. 벌써 선생님들의 얼굴이 낯설은 것이다. 병희의 매력이다. 단순하고, 잘 까먹는다는 것! 유아원에 들어오면 조금 울다가 선생님 얼굴을 만지고, 침 흘리는 입을 볼에 대며 애교도 잘 부린다. 똥을 싸고도(이 사실도 까먹는지, 둔한건지) 깔고 앉아 아주 재미있게 아무렇지도 않은듯이 잘 논다. 야단치면 입을 내밀고, 눈을 마주치지 않으려고 고개를 살짝 돌린다. 선생님에게 야단 맞으면 형아들에게 가서 이른다(말은 못하고 손가락으로).



자동차(김민혁)



? (김수정)

●김민혁(남아 6세),수정(여아 20개월)●

민혁이는 주영이와 더불어 유아원 최대의 말썽장이다. 청개구리처럼 용감하게 반대로 놀다가 막상 친구들 앞에 세우면, 손가락을 입에 꽂고 몸을 비비곤다. 처음에는 동생에게 관심도 애정도 없더니 친구들이나 선생님들이 수정이를 물고 빨고하니까 유세를 부린다. '내 동생이야!'

수정과와 병희는 유아원의 꽃이요, 얼굴이다(제일 어리니까, 게다가 예쁘니까). 선생님들끼리 이 꽃들을 차지하기 위한 암투가 치열하다. 수정이는 방학이 끝나고 기저귀를 과감히 벗어 던졌다(옹가는 아직까지 옷에다...그러나 병희는 아직 꿈도 못 꾸다). 입을 쭉 내밀고 알아듣지 못하는 말을 열심히 쫓알거리고, 기분이 나쁘면 눈을 깜빡깜빡 거리기도 한다.

●이동현(남아 4세)●

유아원 생활을 처음하는데도 친구들하고도 잘놀고, 선생님 말씀도 잘 따른다. 아침에 선생님이 데리러 가기도 전에 옷차려 입고, 빨리 형아들 있는 곳에 가자고 나선다. 차를 무지무지 좋아해서 차를 좋아하는 동갑내기 주영이(조금 억울할 거다. 주영이는 35개월인데 동현이는 28개월이걸랑)랑 아주 재미있게 논다. 포동포동하고, 짙은 입술과 눈썹, 눈...한마디로 인상이 아주 찼다. 유아원의 "인상파" 전에 유아원에 다녔던 이동민의 동생

●김영철(남아 5세)●

한달반 정도 어머니의 사정으로 쉬다가 다시 나오고 있는데, 꽤나 낯설은가보다. 나이에 어울리지 않게 울고, 내일부터 안나온다나? 어디 두고 보자고.... 특별히 친구들을 때리거나 귀찮게 하지 않고 잘 지낸다. 먹는 시간을 제일 좋아하고, 국민학생인 형아랑 나이 차이가 나서 형이나 엄마에게 어리광을 부린다. 하지만 수정이를 예뻐해서 오빠처럼 의젓한 때도 있다. 유아원에 오기 싫다고 하다가도 엄마가 "수정이 보러가자"고하면 금방 나선다나?

○○○○

7시가 조금 넘어 7명 가량의 아이들이 이정남 선생님과 무료하게 (집에 갈시간이 다 되어서인지 심심한 선생님 탓인지?) 놀고 있었다. 그래서 나는 오래 전에 완구 박람회에서 가져온 해적가면을 쓰고 나와 놀려주려고 했다. 가면이 애꾸눈이라 구멍이 한개 나 있었는데, 찌르만 병희가 겁에 질려 우는 것이 아니라 자꾸 그 구멍에 손가락을 넣어 내 눈을 찌르는 것이었다. 그래서 애들에게 가면을 모두 씌워주며, "자, 우리 해적이 되어볼까? 해적놀이 하자...!" 얼마나 신비롭고 재미있을까 상상하던 나!

그러나 아이들이 모두 의논이나 한듯이 "해적! 해적! 해적!..." 하고 말할 뿐이었다.

○○○○

●자원활동가 선생님 소개●

- △최은식(서경대 94)
- △이현미(덕성여대 95)
- △이정남(광운대 94)
- △박미자,박소영,이봉선,허수영 (덕성여대 94)
- △김은경 (덕성여대 93)
- △이경학(광운대 90)
- △손일문(외대 89)
- △길기호(광운대 92)
- △조성자(직장인)

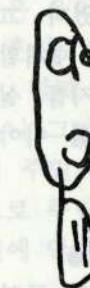
12월부터 자활선생님들이 방학을 맞아 집으로 내려가거나 아르바이트 등으로 요일, 시간의 변동이 많습니다. 자활선생님들!

자주 만났으면 좋겠네요. 우리 애들이 선생님들 얼굴 다 잊어버리겠네!

○○○○



강은향선생님



박권희선생님



태재원선생님

(조미리)



고사의 글 아나

우리 동네에 부는 바람

태재원(고사)

1주일간의 기나긴 방학(2년 동안의 방학이었다. 95년 12월 말일부터 96년 1월 첫째 주까지 였으니...)을 마치고, 돌아와 보니 미아 7동에 공람공고가 나있었다. 정말 놀랍고 당황스러운 일이었다. 바로 한달 전, 아니 우리가 방학을 하기 전에만 하더라도 '재개발, 흥, 짧아야 10년이다.' 누군가(많은 사람들이) 그렇게 말하고 있었고, 나역시 5년이상 이 동네에 살며 보아 온 결과 그 말에 수긍하고 있던 참이었다. 그런데 그렇게 갑작스레 '공람공고'를 접하고 보니, 당장 우리 유아원 아이들의 가정을 생각했고, 유아원의 장래에 대해서도 걱정하지 않을 수 없었다. 그래서 잘은 모르지만 우리동네 재개발의 역사에 대해 알아본 몇 가지를 실어 많은 사람들과 함께 이 문제를 이야기해 보고자 한다.

●재개발의 진행 과정●

우리 동네는 1973년 재개발 구역으로 지정되었다. 이렇게 되면 신축, 증

축, 개축 등의 건축행위가 금지된다. 1989년 가칭 재개발 조합 설립 위원회(현재 추진위)가 대부분 복덕방업자들로 구성되었다. 그리고 많은 사람들이 재개발을 포기하고 있을 무렵인 1994년 결정고시(아파트를 몇 층까지 짓느냐, 몇 동을 짓느냐하는 구체적인 사업 윤곽을 정하는 것인데, 결정고시 3개월 전부터 살았던 세입자들한테만 임대아파트나 주거 대책비 중의 하나를 주게 된다.)가 떨어졌다. 그 후 설립위에서는 건축심의와 토목심의를 거쳐 조합승인과 사업시행인가를 구청에 신청하고, 구청은 인가 전에 30일간 서류를 일반인에게 공람시켜 의견이 있으면 심사하도록 되어 있다.

조합은 승인 후 30일 내에 조합총회를 개최하여 임원과 대의원을 뽑고, 건설회사와 자금차입 방법 및 이율, 상환 방법 등을 결정하게 된다. 아울러 관리 처분 계획(분양 신청을 한 조합원-가옥주-들에게 재개발 전 개인별 토지와 건물 금액이 얼마나 되는가를 계산하고 아파트 건립 후 균형있게 나누기 위한 것으로 공람기간 30일을 거쳐 확정된다.)을 구체적으로 작성하게 된다.

사업시행인가가 떨어지면 공사에 들어가기 위해 조합원은 분양신청을 해야되며, 국공유지 소유자(무허가)는 불하대금을 지불해야 한다. 이러한 문제가 해결될 경우 철거가 이루어지고, 본격적인 공사에 돌입하게 된다. 공사 후 조합은 서울시에 공사완료 보고서를 제출하고, 준공검사를 받아서 입주가 가능케 된다. 그러나 입주시 건설회사에서 빌린 돈과 이자를 전부 갚아야 하고, 자기가 신청한 아파트 평수의 분양금에 비해 재산 평가 부분에서 부족한 금액도 납부해야 한다.

●이전까지 진행된 재개발의 문제점●

재개발은 개발이익을 남겨서 그것을 좀 더 나은 주거환경을 마련하자는 것인데, 돈없는 주민들은 눈앞에 아파트를 두고도 돈 때문에 밀려나야 하고, 부동산 업자들이나 복부인들이 싼값에 집을 사서 많은 이득을 남긴다. 다른 지역의 경우 재개발 후 원주민의 입주율이 10%에 불과했다는 사실이 이를 입증하고 있다. 또한 주민들의 의견수렴이나 정확한 홍보없이 투기, 사기, 허풍 등으로 돈 많은 사람들의 이익에 중점된 사업이 되어왔다.

게다가 우선 집을 지어 팔고 보자고 눈가림하다보면 환경문제, 교통문제, 상하수도 문제 등의 근본적인 문제를 무시하게 된다. 특히나 우리동네의 경우 노동, 의류하청 등의 일을 통한 인간관계나 생활여건이 형성되어 있는데 재개발은 이러한 귀중한 생활터의 가치를 무시하고, 일자리마저 빼앗게 되는 것이다.

정말 오랫동안 기다리고, 많은 이들이 재개발은 물건너 갔다고 포기 할 무렵 어떤 이들에게는 갑작스레 떨어진 날벼락이고, 혹 어떤 이들에게는 황금같은 기회가 온 것이다. 강은향 선생님과 나는 이사오기 전의 유아원(미아 7동)이 집이라 세입자로서의 권리와 금중을 가지고, 여기저기 문의해 본 결과 우리 동네의 재개발은 정말로 진행되고 있었다.

20년이 넘게 재개발 지구로 묶여 건축행위가 불가능했기에 건물은 낡을대로 낡았다. 연탄개스에 홀로 살던 노인들이 소리없이 돌아가시거나, 장마철에 축대가 무너지고, 낡은 수도관의 누수로 인해 10만원을 웃도는 수도 요금을

내기도 하였다. 더 이상은 버티기 어려운 상태라고 해도 과언이 아닐 것이다.

앞에서 지적한 문제점들이 한낱 노파심이고, 오히려 교훈으로 삼아, 많은 주민들의 의견을 담은 주민들을 위한 올바른 재개발이 되었으면 한다. 특히나 영세 가옥주들과 세입자들을 위한 올바른 주거 및 생활대책을 마련하는 것이 올바른 재개발의 핵심과제가 되어야 한다. 처음 재개발이 시행될 무렵에는 세입자들은 보상은 커녕 철거 깡패에게 행패를 당하고, 죽는 사람들도 많았단다. 그런 희생의 댓가로 이주비나 임대아파트 등 세입자들의 권리가 생겨난 것이다.

재개발 지역에는 유언비어가 많이 떠도는데, 재개발 사무실이나 구청의 주택과를 찾아가거나 전화 문의로 진실을 확인하고, 누가 말했는지도 정확히 알아야 한다. 300만원이라는 불하대금을 지불할 능력이 없는 영세 가옥주들도 세입자와 마찬가지로 서로에 대해 애정을 갖고, 관심을 가져야 한다.

우리 동네 겨울 한가운데로 세찬 바람이 분다. 산동네라 아무데도 거치지 않고 오는 바람은 매섭기만하다. 올 겨울은 우리 주민들의 바람(희망)을 실은 훈훈한 바람이 불어 우리의 땀과 손, 발과 가슴을 녹여주기를 기다린다. 아니 그냥 기다리는 것이 아니라, 나역시 주민의 한사람으로서 좀 더 적극적으로 주민들의 실정을 들여다 보고, 주변에 알리는 일을 해보고자 한다.



새해 복 많이 받으세요!

강은영(고사)

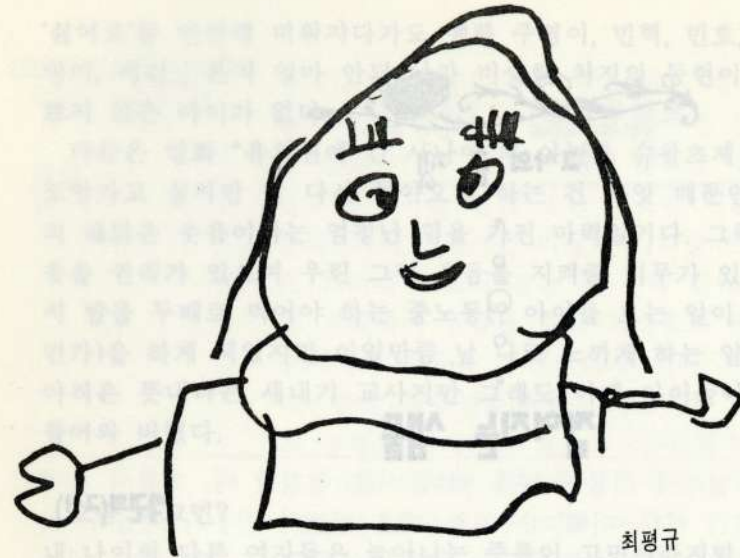
아직은 추운 겨울, 봄은 먼 산 너머에서 올 생각을 않고 있는데, 한해가 가고 새해가 시작되었다. 모든 것은 한순간, 그 일년 365일도 잠시 다른 생각에 잠긴 잠깐 사이에 흘러가 버린 듯하다. 하지만, 하나·둘·셋 유아원의 일년을 되돌아보면 많은 일들과 변화가 있었다.

미아7동에서 이곳 미아1동으로 터를 잡은 일은 그 어떤 일보다 시급했던 일이었기에 은행 대출을 받으면서도 강행하게 되었다. 유아원 살림이 생각보다 많았지만, 어린이들이 놀 공간이 더 넓어진다는 기쁨에 피곤한 줄도 모르고 짐을 옮기고 놀이방을 쓸고 닦고...그렇지만 모두가 만족스럽지는 않았다. 천정이 낮고 환기가 잘되지 않는다는 것. 부모님들에게, 어린이들에게 늘 미안하게 생각한다.

그리고 또 하나는 부모님들, 자원활동가선생님들과 함께 하루술집을 했던 일이다. 감히 우리 힘으로 아니, 이렇게 몇 안되는 사람들이 힘써서 될까 하는 우려를 보기 좋게 꺾어 버렸던, 하루술집은 그래도 무사히 잘 끝났고, 대출받은 전세금 2,300만원 중 260여만원의 빚을 갚을 수 있었다. 수고한 사람들의 수에 비해서 이익금은 적었지만, 이 모든 일들을 많은 사람들의 수고에 의해 이루어진 것들이라 그 이상의 기쁨은 없다.

두달전에는 18명이었는데, 지금은 13명의 아이들이 함께 생활하고 있다. 94년 3월부터 다니기 시작했던 슬기, 지연, 대호가 그만두었고, 가끔 일이 없어 집에서 쉬게된 어머님들이 생기면서 몇명이 빠져나가고... 그동안 정이 들었던 아이들이 그만둘때는 품안에 있던 자식을 출가시키는 서운함을 뒤로 남기면서, 유아원의 자리를 지켜나가고 있다.

마지막으로 도움을 주시는 많은 분들의 관심과 격려를 빼놓으면 안될 것이다. 주점때나 이전식, 개원잔치때 보여주신 많은 분들의 관심을 열거하자면 엄청날 것이다. 올 한해도 그 많은 분들의 관심과 격려속에서 하나·둘·셋 유아원은 힘차게 걸어나갈 수 있음을 감히 지면으로 전하며, 새해를 맞아 여러분들께 건강과 기쁨이 함께 하기를 바란다.



최평규



김영철



비행기

(이동현)

아빠차



고사의 글 셋

○
○
○
○

접어지는 샘물

박권희(고사)

바람이 차다. 겨울의 한복판. 어느새 사고 많고 일도 많았던 95년이 가고 유난히 낮은 기온으로 시작한 96년은 나에게겐 겨울을 몰아낼 만큼 정신없고 더운 시작이라는 생각이든다. 시리도록 파랗고 높은 하늘을 두고 찾아 들어선 곳은 내 키에 머리하나 더하면 달을 듯한 천정을 가진 작은 유아원이다.

울망줄망한 아이들의 소리로 유아원이 터져 버릴 것같은 작은 공간 여기저기 펼쳐놓은 장난감들이 유난히 많아 보이는 유아원 이곳 유아원의 첫인상은 모두 그렇게 작아보였다. 꼭 걸리버가 소인국에 간 것같은 느낌이랄까? 작은 손가락. 조그만한 옷하며, 나는 몇 발작이면 지나다닐 곳을 아이들은 신나게 뛰어 돌아다닐 수 있는 곳.

그러나 아이들은 내가 생각했던 것과는 조금은, 아니 아주 많이 달랐다. 스스로의 규율에 따라 놀이를 하고, 이 조그만 공동체에서 어우러져 살아가는 법을 터득해가는 그런, 조금은 어른스러운(?) 모습이었을까? 이런 모습으로 다가온 아이들은 나에게 두려움을 안겨주었다. 학교에서 배운대로 하면 되겠지, 아이들이 싸우면 이렇게 저렇게 해봐야지, 하는 많은 생각으로 아이들을 만났지만 이론과 실제의 차이가 크다는 것을 입증이라도 하듯 나를 당혹하게 하는 일이 끊임없이 이어졌다. 이것저것 하나하나 옳고 그름을 가름해야 하고 조금이라도 아니다 싶으면 훈시를 서슴치 않는 아이들의 말에 나또한 다르게 생각하는 법을 배워간다고나 할까.

요즘은 거의 매일 통통부은 얼굴로 출근을 하고, 쉬어빠진 파김치처럼 퇴근을 하지만 잠자리에 누워서도 가끔씩 품에 꼭 안겨오는 아이들을 생각하면 바보처럼 씨익 웃음이 난다. 작은 체구에 밥을 두그릇씩 척척 먹어버리는 병희, 허짧은 소리로 선생님을 열심히 불러대는 수정이, 무척 어른스러운 평규, ~하자하면

‘싫어요’를 연발해 미워지다가도 예쁜 주영이, 민혁, 민호, 민정이, 화규, 영미, 건영이, 미리... 온지 얼마 안되 나와 비슷한 처지의 동현이, 영철이까지 한명도 이쁘지 않은 아이가 없다.

가끔은 영화 “유치원에 간 사나이”의 아놀드 슈왈츠제네거와 같이 소리지르며 도망가고 싶지만 날 다시 돌아오게 하는 건 무엇 때문인지... 그건 아마 아이들의 해맑은 웃음이라는 엄청난 힘을 가진 마력일거다. 그렇다. 아이들에겐 해맑게 웃을 권리가 있으며 우린 그런 웃음을 지켜줄 의무가 있다. 난 이일을 시작하면서 밥을 두배로 먹어야 하는 중노동(? 아이들 보는 일이 가장 힘들다고 하지 않던가)을 하게 되었지만 이일만큼 날 나로 느끼게 하는 일이 없다는 생각이 든다. 아직은 풋내나는 새내기 교사지만 그래도 이제 아이들이 나의 삶의 한부분으로 들어와 버렸다.

요즘 내고민?

내 나이의 다른 여자들은 늘어나는 주름이 고민이지만 난 나날이 젊어지는 샘물을 먹는 기분이다.(우리 유아원엔 젊어지는 샘물이 열셋이나 있으니) 그렇다고 고민이 없을라고. 내고민은 바로 내일은 뭐하며 놀까, 무슨 노랜 부를까이다. 웬 행복한 고민이냐고. 이 고민 또한 날 웃게 만드는 숨겨진 묘약이랄 수 있다. 그리고 보면 웃게하는 묘약과 젊어지는 샘물을 가진 부자는 나밖에 없다는 생각이 든다. 그리고 낳지는 않았지만 내 새끼들이 열셋이나 있는 아줌마(?) 이런 자랑찬 명함을 달고 열심히 살 생각이다.

P.S. 어머님들, 선생님들, 그리고 귀여운 우리 아이들아!

비록 부족하지만 아이들을 사랑하는 마음으로 당차게 살아가겠습니다.

언제나 따듯한 충고와 따스한 사랑으로 바라봐 주십시오.

○○○○



사람 (조민정)

생활의 지혜



기름때는 식용으로 제거

보일러에 기름을 넣을 때나 차를 점검할 때, 기름이 손에 묻기 쉽다. 이때 비누로는 때를 완전히 지우기 어렵다. 기름때는 설탕으로 뽀 수 있지만 식용유로도 가능하다. 기름때를 기름으로 녹여 빼는 셈이다. 기름이 묻은 손에 식용유를 부어 양손을 잘 비빈다. 쓰지 않는 천조각이나 종이로 기름을 잘 닦아 낸 후 비누로 씻는다. 기름때 뿐만 아니라 기름냄새도 없어진다. 기름이 많이 묻었을 때는 식용유로 비비고 천으로 닦는 것을 2~3회 반복한다.

일회용 기저귀의 처리

일회용 기저귀는 부직포, 흡수제(펄프 및 고흥수성 폴리머), 방수 필름, 고무밴드, 접착 테이프 등으로 구성되어 있다. 이중 흡수제 속의 펄프를 제외한 부직포, 방수 필름 등은 자연분해가 거의 되지 않는 플라스틱 물질이다. 또한 사용한 후에는 젖어 있는 상태이므로 소각할 수도 없고 땅에 묻어 처리해야 한다. 땅에 묻으면 기저귀에 묻어 있는 분뇨도 같이 묻히게 된다. 따라서 매립지에서 나오는 유출수로 인해 수질 오염 및 분뇨로 인한 매립지의 위생상 문제 등 2차 오염도 문제가 된다. 일손을 덜 수 있다는 장점 때문에 사용되는 일회용 기저귀이지만 환경 문제를 고려한다면 꼭 필요한 경우에만 쓰는 것이 바람직하다. 일회용 기저귀를 쓰더라도 쓰레기가 많이 생기고 가격도 비싼 팬티형보다는 조금 불편하더라도 기저귀 커버를 이용하는 일자형 기저귀를 사용하는 것이 좋다. 일회용 기저귀를 사용한 후에는 배변은 변기에 넣고 나머지만 쓰레기통에 버리는 것이 환경 오염을 줄이는 한 방법이 된다.

약의 복용과 음료

홍차나 녹차 같은 떫은 맛을 내는 차속에는 타닌이라는 성분이 들어 있다. 이 타닌은 철분과 결합하면 철분의 성격을 변화시킨다. 따라서 빈혈 등으로 철분을 복용하고 있는 경우에는 차를 함께 또는 비슷한 시간대에 마시지 않아야 한다. 적어도 한시간 이상의 간격을 두는 것이 좋다. 또 커피나 코코아 같은 것 속에 들어 있는 카페인도 대뇌를 자극하여 졸음을 쫓는 각성효과 뿐 아니라 심장박동을 증가시켜 가슴을 두근거리게 한다. 이런 각성효과 때문에 대부분의 복합진통제에는 카페인도 들어 있다. 또한 강심제 중에도 카페인도 함유된 것이 많으며 흔히 마시는 드링크류에도 대부분 카페인도 들어 있다. 이와 같은 종류의 약(물질)을 복용중에 커피를 마시면 카페인을 한꺼번에 과잉복용하는 꼴이 되어 갑자기 가슴이 마구 뛰고 다리에 힘이 없어지는 증상이 일어날 수 있다. 약을 사용하고 있을 때는 그 속의 카페인 함유여부와 양을 확인하는 것이 좋다.

민간요법 피부습진

습진은 피부병 중에서 가장 흔하기도 하거나와 잘 낫지도 않는 귀찮은 병이다. 한방에서는 피가 탁해졌을 경우 습진이 잘 발병한다고 한다. 따라서 습진이 잘 생기는 사람은 초콜릿, 코코아, 새우, 게, 오징어, 어란, 죽순, 떡 등 피를 혼탁하게 하는 식품은 피하는 것이 좋다. 다음은 습진치료에 도움이 되는 민간요법이다.

국화:국화잎을 가제에 싸서 잘 비벼 즙을搾다. 여기에 식초를 조금 넣어 환부에 붙이면 좋다.

오이:오이는 식용으로나 외용으로나 염증이 있는 경우에 잘 듣는다. 오이를 쥘어 그 즙에 붓사가루를 넣어 환부에 붙이면 좋다.

호두:먹으면 피부에 윤기를 돋우며 머리를 검게 하는 작용이 있으며 외용하면 여러가지 피부염에 잘 듣는다. 호두를 잘게 뺀 다음 새카맣게 되어 기름이 스며나올 때까지 볶아 1일 2회 정도 환부에 바른다.

마늘:마늘을 달인 액으로 환부를 씻는다. 마늘에는 강한 살균작용이 있으므로 피부진균 등으로 생긴 습진에 큰 효과가 있다.

부추:부추를 쥘어 그 즙을 환부에 바른다. 두드러기에도 효과가 있다.

신나는 바깥 놀이

10월 7일
4·19탑

16명의 어린이와 6명의 자활 선생님, 그리고 교사들이 마음껏 뛰어다니면서 팽이 놀이도 하며 즐겁게 놀았습니다. 유아원에서 점심을 먹고 출발하여 그곳에서 놀 시간이 짧아 아쉬웠습니다.

10월 14일
뒷산 약수터
배드민턴장

1동 마을버스 종점을 따라 올라가 배드민턴장이 있고, 약수터가 있는 뒷산에 다녀왔습니다. 12명의 어린이와 교사 6명이 함께 다녀왔습니다. 다음에는 배드민턴과 홀라후프 등의 놀이 기구를 가지고 가기로 했습니다.

10월 21일
뒷산 배드민턴장

팽이도 돌리고, 달리기도 하고 어머님들이 맛있게 싸 주신 도시락을 먹고 왔습니다. 교사들의 것까지 넉넉하게 준비해 주신 어머님들께 감사사를 드리고요.

10월 22일
한신대약원
'책마을 잔치'

장소는 한신대학원이었구요, 오후 1시부터 주민도서관 '책 읽는 마을'에서 강북구의회 협찬으로 '책잔치·글마당' 문화행사를 했습니다. 교사 3인과 평규, 화규, 영미, 영미언니, 병희와 병희형이 어머님들과 함께 다녀왔습니다. 극단 '아리랑(대표 김명곤·영화 태백산맥과 서편제에 나온 영화배우랍니다.)'의 '엄지의 시간여행'이라는 인형극을 재미있게 보고, (2번 본 어린이도 있구요) 낡은 책을 가지고 가서 새책으로 바꾸고, 떡볶이도 사먹었습니다.

10월 24일
수원의 철도박물관

11명의 어린이들과 교사 4인이 차를 빌려 수원에 있는 '철도 박물관'에 다녀왔습니다. 수원에 도착해서 바로 어머님들이 준비해 주신 점심을 먹고 박물관 구경을 했습니다. 철도박물관에는 옛날 증기기관차부터 현대의 기차가 실외에 전시되어 있었구요, 실내에는 철도와 기차의 역사라 할 만한 것들이 모두 전시되어 있었습니다. 그리고 증기기관차에서 내뿜는 기적 소리에 아이들은 무서워 도망치기도 했고, 모형으로 도시를 꾸민 곳에서는 작게 만든 기차가 달리는 것을 볼 때는 너무 신기해했습니다. 또 1량으로 된 협궤 열차를 짧은 거리였지만 직접 타 보기도 했습니다.

참, 어린이사랑방 친구들과 차 두대로 나란히 갔다왔습니다.

11월 3일
동덕여대 아동제

형님들 7명과 교사 1인이 동덕여대 아동학과에서 준비한 아동제에 다녀왔습니다. '어린이사랑방' 자활 선생님들의 초대로 아동극(탁아소의 하루 생활), 인형극(그림자 인형극-'욕심 내지 말자' 등)을 보고, 우리 나라의 전통 놀이(자치기, 투호)도 하며 새로운 것을 많이 알게 되었구요. 날씨가 춥고 인형극이 너무 늦게 시작하여 많은 어린이들이 함께 보지 못해 아쉬웠습니다.

11월 7일
실내 놀이동산
'누리노리'

'누리노리'에서 배영미 어린이의 생일잔치도 하고, 돌아와서는 친구들이 노래를 불러 주고, 생일 음식을 먹었습니다. 수정이랑 병희는 커다란 누리 아저씨를 보고는 울었습니다. 날이 춥고, 비도 내렸지만 우리 어린이들 모두 '누리노리'에서 재미있게 놀고, 친절한 진행 요원의 배움을 받으며(버스 정류장까지 안아다 주셨어요.)무사히 다녀왔습니다. 아저씨! 고맙습니다.

• • ○ ○ • •

이사 뒤의 정리 정돈, 날씨가 추워짐, 연령이 낮아짐, 수익 사업 준비 등으로 인하여 바깥 놀이를 자주 하지 못해 아쉬웠습니다. 날씨가 풀리고, 자활 선생님들이 오시면 자주 나가고 싶어요. 사실은 선생님들이 더 나가고 싶어합니다.

• • ○ ○ • •

하나.둘.셋 유아원 행사및 소식

- 매주 금요일 - 어린이들이랑 은행에 가서 그동안 저금통에 모은 것을 통장에 저금합니다.
- 10월 2일 - 귀족제 복음
- 10월 8일 - 불우이웃돕기 위한 제5회 '우리 동네 노래 자랑'이 미양국민학교에서 있었습니다. 유아원에서는 아동용 스웨터와 가방, 목걸이, 인형, 엽서, 현수 판매를 하였습니다. 수익금도 모두 불우이웃돕기 기금으로 후원했습니다.
- 10월 13일 - 자모회. 『상해보험, 화재보험 가입. 놀이방으로 신고했음을 알려드립니다.』
- 10월 21일 - 민초한의원 이진식에 어린이들 몇명과 함께 다녀왔습니다.
- 10월 26일 - 삼성 자동차 직원 세분이 오셔서 하루 자원봉사해주시고 놀이감을 후원해 주셨습니다.
- 10월 29일 - 자원활동가 모임. 『첫 모임이라 인사 나누는 시간을 갖고 '하루살집' 준비에 대해 이야기했습니다.』
- 11월 4일 - 자모회. 『하루살집에 대해 이야기 하고 자모회 회칙을 검토했습니다.』
- 11월 8일 - 다솔금보(정릉4동) 개원잔치에 다녀왔습니다.
- 11월 12일 - 자원활동가 모임. 『하루살집 준비(티셔츠판매와 홍보물)에 대해 이야기 나누고 직접 홍보물을 만들었습니다.』

- 11월 26일 - 전세금 마련을 위한 하루살집이 대학로에 위치한 '민주광장'에서 있었습니다. 어머니들과 자활 선생님들이 애써주시는 덕분에 260여만원의 수익금을 마련했습니다. 도움주신 모든 분들께 감사드립니다. '지역사회 타아소연협회'의 10주년 기념행사가 여성개발원에서 있었습니다.
- 12월 8일 - 자모회. 『하루살집에 대한 평가와 송년잔치, 겨울방학, 소식지(4호)에 대해 논의했습니다.』
- 12월 10일 - 희망의 집 놀이방 개원잔치에 다녀왔습니다.
- 12월 16일 - 자원활동가 모임. 『성탄절 행사 준비와 주점 뒷풀이가 있었습니다.』
- 12월 17일 - 발은지(정릉4동 놀이방) 개원잔치에 다녀왔습니다.
- 12월 23일 - 한해를 마무리하는 송년잔치가 조촐하게 있었습니다. 이날 어린이들은 멀리 사랑방으로부터 파견되어 오신 산타할아버지께서 주시는 선물도 받고, 후원자 분들이 준비하신 모자와 장갑, 양말 등의 선물도 함께 받았답니다. 그리고 병희 큰어머니께서 커다란 케익을 만들어 주셨습니다. 아바니들의 참여가 없어서 조금 쓸쓸했다고요.
- 12월 28일 - 강북구에서 지원금 80만원을 받고, 유아원에서 20만원을 보태어 놀이감과 동화책, 전자제품 등을 마련했습니다.
- 12월 29일 - 강민정 선생님이 개인적인 사정으로 당분간 쉬십니다.
- 12월 30일 ~ '96년 1월 6일 겨울방학
- '96년 1월 3일~5일 - 지역사회 타아소연협회 주최로 송실대 사회복지관에서 열린 전국 교사 수련회에 다녀왔습니다.
- 1월 8일 - 송실대 졸업, 명지대 '보육사 양성교육' 받으신 박권희 선생님(27세)이 새교사로 오셨습니다.



어머니의 글

일일주점을 마치며...

최선희(박병의 어머니)

티켓을 받아 들고 참 난감했다. 어떻게 해서든 팔긴 팔아야 할 것 같아서 좀 무리하게 티켓양을 주문했다. 결국 조카들과 집안 친척들께 그 책임을 물게 했다. 아무 말없이 유아원을 위해서 아니 솔직히 말하면, 병희를 위해서 사주신 것이다. 그리고 젊은 선생님들의 열기와 성의가 대단하다는 평소 집안 사람들의 좋은 인식 때문이기도 하다.

일일 주점은 내게 두 가지를 느끼게 해주었다. 하나는 잊고 살았던 내 젊은 20대를 생각나게 했다. 그때 느끼던 감정들, 생각들 그리고 친구들의 얼굴들. 홀에 있는 대학생들의 젊은 모습과 대화는 10여년 전의 내 모습을 보는 듯했다. 삶이라는 것에 밀려 살면서 참 많은 부분을 잊어버리고 살아온 것이다. 마음만 먹으면 되살아날 수 있을 것 같은 20대의 추억도 세월 속에서 많이 퇴색해 버린 모습이다. 더 퇴색해 버리기 전에 많이 돌아보아야겠다. 그리고 40대를 위해서 30대의 추억 거리도 많이 준비해야겠다. 노후 재산에 지난날에 대한 많은 추억 거리가 충분한 부분을 차지하지 않을까? 이런 생각을 한다면 어느 한 순간도 막연하게 보내지는 않을텐데, 하지만 수시로 변하는 게 사람의 마음인지라 어영부영 보내는 시간이 더 많은 듯하다.

일일 주점을 하며 느낀 또 한가지는 하나·둘·셋 선생님들의 의욕이다. 그 큰 일을 겁없이 실천하는 선생님들이 내게는 대단하게 보였다. 음식 준비서부터 티켓 판매까지, 그냥 작은 울타리 치며 살아온 내게는 도저히 상상하기 힘든 부분이었다. 그런 젊음의 열기가 있기에 다른 유아원들과는 색다른 면을 자주 보게 되는 것 같다. 아이들을 대하는 것부터도 많이 다르다. 마치 엄마가 자식들을 보살피듯이 돌봐 주셔서 항상 마음이 편안하다.

일일 주점 준비 단계서부터 당일 행사를 하는 날까지 많은 도움을 드리지 못했지만 내게도 나름대로 좋은 일을 했다는 것으로 위안을 삼고 싶다. 그리고 이 자리를 빌어 하나·둘·셋 유아원 선생님들 그리고 자원 봉사 선생님들께도 감사의 인사를 전해 드리고, 일일 주점을 위해 애쓰신 어머님들께도 수고하셨다는 말을 전하고 싶다.

마지막으로 하나·둘·셋 유아원이 보여줄 또 하나의 깜짝스런 일이 기대된다.

아루술집 방명록

아루술집 방명록

아루술집 방명록

95년 11월 26일 아루술집 방명록 중에서

- 꽃이 가득한 하나·둘·셋 유아원.
(강성희, 박국자-강현정 선생님 언니와 어머니)
- 하나·둘·셋, 수고들 많으십니다. 원하시는데로 모든 사업
(육아, 연애) 잘 되시길 바랍니다. (박경숙, 김은숙)
- 전함이 있었습니다. 바다를 가는데 앞에 밝은 불빛을 보았답니다.
불빛때문에 아무것도 안보이니까 전함도 불을 밝게 밝히고, "우리는 전함이다. 비행기도 대포도 많고, 크기도 엄청 크다. 그러니까 억은 비켜라, 안그러면..." 반대편에서도 듣습니다. "아니다. 네가 비켜라." 전함은 한가 나서 다시 경고했습니다. "우린 전함이다. 마지막 경고다." 반대편에서도 총동작전까지 이르러 당당하게 씩칩니다. "난 등대다. 네가 비켜라." (박광렬)
- 뻥도 없는 네가 뭐 하겠다고 나같은 대식가를 오라 했는지 모르겠다. 천지가 좋으니 열심히 하여라. (이정남 선생님 누님)
- 다음부터 약도 좀 잘 그려 주세요! (빛나리 약대동 일동)
- 좋은 일 하신에 박수를 보냅니다. (빈천사목 후원회 한순희)
- 하루술집에서 돈 많이 버시고, 사랑스러운 아이들 더 열심히, 나나의 동양으로 키워주세요. 감사합니다. (삼성자동차 군중+군중)
- 존경할 수 있는 본들이 하나 둘씩 없어지는 시대 스스로 그런 인물이 되도록 노력해 봅시다. (도기탁)
- 하루술집에 손님이 이렇게 많은 건 처음! (구직구직한테만 다녔나 봐요!) 기분 좋네요! 자-알 먹고 갑니다. 그리고 유아원 셔츠가 참 예쁘네요. 미운 미자 얼굴이 이렇게 예뻐보이는 건 셔츠 덕분이겠지요. (박미자 선생님 친구)

아루술집을 위해 애써주신 분들과 그자리에 참석해주신 모든 분들께 감사드립니다.



후원자의 글

어...? 재원누나네?

박광필(외대영어과 88학번, 현 경제정의실천시민연합 간사)

경실련에서 발행하는 '시민의 신문'을 읽다가 재원누나의 사진을 보고서 저절로 눈이 휘둥그레졌다. 다른 기사보다 더 유심히 읽어내려갔다. '지탁연'에 대한 내용과 그 중 하나로 "하나·둘·셋 유아원"을 탐방한 기사였다. 기쁨과 함께 자랑스러움을 느꼈다. 만약 내가 눈물이 혼한 사람이었다면 그 기사를 보고 눈물을 흘렸을 것이다. 몇 년전에 미아동의 '어린이 사랑방'에서 일하다 어렵게 '하나·둘·셋 유아원'을 시작하고, 다시 지금 자리로 꺾꺾대며 이사를 하던 재원누나가 생각났기 때문이다. 언젠가 누나가 사랑방의 교사로 있을 때, 애들하고 놀아준다고 기타를 메고 찾아간 적이 있었다. 그러나 아직 말도 잘 못하는 애들에게 기타는 신기한 물건 취급을 받았고, 멋지게 공연을 해보려던 내 계획은 물거품으로 끝나고 말았다.

며칠 전에 누나에게서 글부탁을 받고서 약속한 날짜보다 하루늦게 이 글을 쓰고 있다. '후원자'라는 거창한 이름으로 말이다. 사실 '하나·둘·셋 유아원'의 후원자라는 말을 듣기가 부끄럽다. 시간있을 때 친구들과 어울려 노는 일에 정신이 없어서 제대로 한 번 찾아가 '하나·둘·셋 유아원'의 애들하고 놀아준 기억도 없고, 그렇다고 지금 직장생활을 하면서 금전적으로나마 넉넉하게 후원해주고 있지 못하기 때문이다. 다만 재원누나와 은향누나를 좋아하는 후배로서 마음으로나마 '하나·둘·셋 유아원'을 지지하고 두분(지금은 세분이라고 들었다.)을 믿고 있다는 정도이다. 여러 선생님들과 특히 자원봉사하시는 분들에게는 절로 고개가 숙여진다. 지금에 와서야 하는 말이지만, 여유가 있을 때 유아원을 찾아가 애들하고 놀아주었다면 지금 더 당당하게 이 글을 쓸 수 있을텐데하는 미련도 남는다.

마을버스도 힘에 겨워 털털거리며 올라가는 미아동 꼭대기(?)에서 시작하여 지금은 어엿하게 미아동 아이들의 마음의 고향으로 자리잡았으니, '하나·둘·셋 유아원'은 그 동안 많은 발전이 있었다고 할 수 있을 것이다. 미아동 곳곳에는 은향누나와 재원누나의 땀이 배어 있을 것이다. 그 땀을 존경할 만한 자격이 나에게 있다면 영광일 따름이다. 그리고 앞으로도 더 많은 땀을 흘리시고, 그 땀냄새

가 여러곳으로 퍼지기를 진심으로 바란다.

늦었지만 여기서 어떻게 우리가 '하나·둘·셋 유아원'을 후원하게 되었는지를 소개하고 싶다. 재원누나는 대학 선배님이다. 대학을 졸업하고서 뿔뿔이 흩어져 일상에 파묻혀서만 살지 말자고 '외대 영어과 88학번' 몇명이 모여서 모임을 만들었다. 처음 1년간은 모임을 정착하는데 신경을 쓰다가 뭔가 의미있는 일을 계획하기 시작했고, 그 과정에서 '하나·둘·셋 유아원'을 생각해 낸 것이다. 행복은 멀리있는 것이 아니라 가까운 곳에 있듯이, 우리가 할 수 있는 일이라는 것도 멀리 있는 것이 아니라 바로 옆의 사람과 조그마한 애정이나마 나누는 것이 옳다는 판단에서였다. 성의껏 두분을 지지하고 있기는 하지만 여전히 마음 한 구석에는 '좀 더...'라는 미련이 남는다. 매번 보내주시는 유아원 소식지를 받을 때는 더욱 그렇다. 잊지 않고 함께 보내주시는 작은 편지글에서 '하나·둘·셋 유아원'의 장래를 엿본다. 여러사람에게 애정을 갖고 있는 분이니까 아이들에게 주는 애정은 특별할 거고, 바로 그곳에 '하나·둘·셋 유아원'의 원동력이 들어있다는 생각이 든다.

하지만 이제는 '하나·둘·셋 유아원'을 자랑스럽게 생각해야겠다. 살림꾼 재원누나와 사람좋기로 소문난 은향누나, 그리고 젊고 생기있는 박권희 선생님이 꾸리고 있는 '하나·둘·셋 유아원'이 미아동을 빛내고 있으니... 남들은 권력, 명예 등을 향해 높은 곳으로 올라가는 것을 좋아한다지만 '하나·둘·셋 유아원'은 자꾸 밑으로 내려가, 결국은 밑에서부터 위까지, 모든 어린이들과 부모님들이 사랑하는 공간으로 자라나길 바란다.

반면에 걱정거리가 하나 있다. 아직 결혼도 하지 않은 노처녀들이 애들을 이렇게 잘보면 결혼해서 자기 애들에게는 오히려... 그것보다도 얼른 좋은 남자들이 나타나서 두분을 도와줘야 할텐데... 이 후배는 심히 걱정스럽기만하다. 혹시 애들에게 노처녀 히스테리를 부리면 곤란하니까. 해해~

마지막으로, 우리 후배모임은 '하나·둘·셋 유아원'이 존재하는 한 계속해서 힘닿는데까지 후원할 것이며, 행여 없어지더라도(웬 주책?) 탁아사업을 지지후원할 것을 약속한다. 존경하는 교사님들의 건강과 유아원의 발전을 바라고, 어서 아이들이 커서 이 사회의 주춧돌이 되어 '하나·둘·셋 유아원'을 기억하고, 또 다른 '하나·둘·셋 유아원'이 전국에서 생겨나기를 희망한다.

• • ○ ○ •

어린이 식생활에 관하여

1. 아이가 밥을 잘 먹지 않아 늘 억지로 먹여야 합니다.

많은 부모들은 아이가 건강하기를 원한다. 그래서 아이가 조금만 밥을 잘 안 먹어도 야단을 치는 경우가 많다. 그러나 야단을 칠수록 아이는 밥을 먹지 않으려 들고 그러다 보면 밥상은 엄마와 아이의 싸움터로 변하는 것이다. 특히 어린이 나이가 3,4세를 지나 반항기에 들어가면 이러한 경향은 더 심각하다.

부모들은 우선 아이가 일시적으로 식욕이 없어지는 시기가 있다는 것을 알아야 한다. 병이나 피로, 정신적 흥분이나 계절적인 요인들은 어른들과 마찬가지로 아이의 식욕을 떨어뜨린다. 그 외에 연령이나 체질에 따라서도 식욕은 다르다. 이를 고치기 위해서는 우선 어른이나 아이나 다같이 느긋하게 즐거운 마음으로 식사를 하는 자세가 필요하다. 어린이에게 싫어하는 음식을 굳이 강요할 것이 아니라 다른 조리방법이나 재료를 사용해 아이가 거부감없이 먹을 수 있도록 한다. 즉, 야채를 싫어하면 과즙을 준다든가 육류를 싫어하면 그대신 계란을 준다든가 한다.

또한 아이에게 집단생활(유아원에 다니는 우리 아이들의 경우처럼)의 경험을 주는 것도 좋은 방법이다. 이렇게 해서 식습관이 좋아지는 경우가 의외로 많다. 어떠한 방법이든 무리하게 식사를 강요하지 말고 규칙적인 생활을 유도하고 아이가 좋아하는 음식을 주면서 부모들이 자신감을 갖고 차분하게 고쳐 나간다.

2. 우리 아이가 다른 아이보다 허약해서 걱정인데 어떤 식품이 좋을까요?

허약아에 특별한 기준이 있는 것은 아니지만 대략 다음과 같은 경우 허약아라고 할 수 있다. 몸무게와 키의 불균형이 심하고 입술이 자주 부르트거나 헛바늘이 서며 이빨 역시 약한 경우, 약간의 운동후에도 쉽게 눈이 충혈되고 눈물이 고이는 경우, 얼굴에 허연 버짐이 생기고 입 가장자리가 자주 터지는 경우 등이 허약의 징후들이다.

이는 선천적인 경우도 물론 많지만 후천적인 경우가 일반적이다. 이러한 아이들을 위해선 부모의 각별한 보살핌과 정성이 필요하다. 특히 잘못된 식생활이 허약아를 만드는 경우가 많으므로 좋은 식품을 골고루 섭취하는 것이 우선적이다.

가장 결핍되기 쉬운 비타민을 풍부히 함유한 식품은 간(비타민 A,B,C,D,E,K), 근대(비타민A), 시금치 등이 있고 어린이 성장에 필수적인 칼슘과 단백질을 풍부히 함유하고 있는 식품으로는 번데기(단백질), 붕어(단백질), 소라(단백질), 아욱(단백질,칼슘), 우렁이(단백질,칼슘), 멸치(단백질,칼슘), 해삼(칼슘,철분)등이 있다.

이외에 우유나 치즈와 같은 유제품과 로열젤리도 빼놓을 수 없는 고단백 영양식품이다. 이러한 제품들은 대부분이 부담없는 가격으로 쉽게 시장에서 구할 수 있는 것이므로 식탁에 늘 이러한 식품들이 오르도록 배려해야 한다.

3. 아이가 편식습관이 있어 야채나 콩 같은 것은 아예 먹으려 들지 않아요.

억지로 먹으려 하면 오히려 역효과가 날 수 있으므로 엄마의 지혜가 필요하다. 야채를 생으로 주는 것이 물론 가장 효과가 크지만 무조건 생으로 먹어야 한다는 법은 없다. 비타민C같은 경우, 하루 50mg만 섭취하면 되는데 꺾 하나에 50mg의 비타민 C가 들어있다. 다른 비타민도 조리하면 파괴되지만 적절한 조리법으로 변화를 주는 것도 필요하다. 특히 야채튀김은 거의 비타민 손상이 없는 조리법이다.

콩 역시 콩만을 따로 아이에게 먹이기보다는 갈아서 우유에 타 두유를 만들어 준다거나 빈대떡을 부쳐 주는 등 모양과 맛을 바꿔보도록 한다.

야채도 마찬가지로 사과와 섞어 즙을 만들어 준다거나 즙을 내어 우유에 섞어주는 방법이 있다. 특히 시금치 같은 채소를 즙을 내어 우유와 섞으면 단백질과 칼슘이 조화된 이상적인 음식이 된다. 이것이 번거로울 때는 시중에 나와있는 각종 야채가루를 이용하는 것도 한 방법이다.

4. 아이가 한사코 인스턴트 식품만을 먹으려 합니다.

가능하면 아이에게 화학재료를 쓰지 않은 식품을 먹이고 싶다는 생각을 누구나 할 것이다. 되도록 신선한 야채와 엄마가 정성껏 조리한 음식에 맛을 들이도록 하되, 인스턴트 식품을 고를 때 되도록 첨가물이 적은 것, 제조연월일이 오래되지 않은 것을 선택한다.

햄이나 어묵 등의 식품은 끓는 물에 담그듯이 넣었다가 건져서 조리하면 첨가물과 함께 불필요한 기름기, 소금기도 빠져나와 맛도 좋아진다. 양이 많은 경우에는 썰어서 소쿠리에 나란히 놓고 뜨거운 물을 위에서 끼얹어도 마찬가지로 효과가 있다.

과자류는 너무 많이 먹으면 당분뿐만 아니라 염분을 과잉섭취할 우려가 있으므로 아이에게 봉지째로 주지 말고 조금씩 그릇에 담아 주도록 한다. 야자유, 팜유로 튀긴 과자는 산화되기 쉬우므로 제조날짜를 잘 확인한다.

5. 단백질 섭취가 성장을 좌우한다.

근육이나 혈액의 주요성분인 단백질은 어느 연령층에도 필수적이지만 성장이 빠른 유아기에는 더욱 더 필요하다. 그러므로 항상 우유나, 달걀, 육류등의 고단백식품을 다양하게 조리해 아이가 넉넉히 섭취할 수 있도록 한다.



자활의 글 아나

이정남(광운대 환경공학과 94학번)

95.9.20

-남을 위해 봉사한다는 것-

말을 들었을 때는 뭔가 있을 것 같다는 느낌을 강력하게 받았다. 그래서 여기 저기 기웃거리려고, 시간은 많이 지났음에도 얻은 것은 없었고... 별로 아이를 좋아하지 않는 나지만 나름대로 오늘 최선을 다했다고 생각한다. 그리고 아이가 조금씩 좋게 느껴진다. 앞으로 시간이 흐르면 더욱 좋아지겠지. 단 몇시간 아이들과 놀아주는데 정신이 하나도 없을 지경인데, 아이들을 매일 관리하시는 분들은 마치 초인같다. 사실 지금 기억나는 아이들 이름이 하나도 없다. 그 17개월된 남자 아이. 94년도 생, 난 94학번인데... 정말로 94년생이 있긴 있었다. 대단했다. 그 애가 하는 행동이 너무 신기했다. 그리고 애들이 가끔 선생님의 권위에 도전을 해 올때가 있었다. 지금이야 서먹하니까 넘어갔지만, 다음부터는...! 열심히 되는데까지 최선을 다해서 노력해야지.

95.9.27.

어쨌든 두번째 활동.

내 앞에서 귀염을 잘 떠는 잘떠는... 잘떠는... 누구더라? 문득 이름이 생각나지 않는군. 그리고 그 중 어른스런 행동으로 내가 애들에 둘러싸여 정신 없을 때 나를 도와주곤하는 건영이와 그리고... 그리고... 또 이름이 생각나지 않는다. 어쨌든 조금씩 조금씩 적응되어 가겠지. 힘이 든다. 단 몇시간만 있는데도... 매일을 말썽꾸러기들과 함께 시작해 끝내시는 선생님들이 정말 대단하다고 또 다시 생각하게 된 하루였다. 자꾸 늦게 와서 죄송합니다. 10-20분씩 늦는 좋지 않은 버릇때문에...

95.10.4.(3:00-7:45)

오늘의 수확이라면 애들의 이름을 좀 알았다는 것이다. 사실 2명밖에는 모른다. 킬킬! 슬기하고... 슬기하고... 아! 방금까지만 해도 생각났었는데. 난 애들 이름을 너무 못외운다. 큰일이군. 애들하고 손잡고 돌아다니기도... 참... 난 애들이고, 어른이고, 친구고 손잡고 다니는 일은... 뭐랄까? 좀 느끼하다고 하나? 어쨌든 할만했다. 야구보러 가야겠다.

95.10.27.

2주만에 왔다. 시험본다고 공부도 안하면서 오지 않았다. 오랜만에 보니 반갑기도 하고, 역시 오랫동안이라 그런지 좀 피곤하다. 다음주 부터는 제 날짜에 나와야겠다. 민혁이, 평규, 화규, 아라... 오늘 새로 외운 이름, 다음주에 다 잊어버릴지도 모른다. 그리고, 슬기가 이제 오지 않는다. 서운하다. 나중에 인연되면 또 보겠지. 슬기야! 슬기로운 아가씨가 되기를! 오늘 하루도 끝나가는구나.

95.11.1

문득 9월 20일 찍은 사진을 보았다. 벌써 한달이 넘었다니. 그러면 뭐하나, 여전히 애들 이름은 다 못 외웠는데. 이 일들이 나에게도 많은 도움이 되어가고 있다. 애기를 싫어했던 나였고, 유아원에서의 활동은 일종의 도전이었다. 애들을 안아주거나, 달래거나 하는 일은 상상도 할 수 없는 일이었는데... 많이 변했다. 그리고 계속 변해야지.

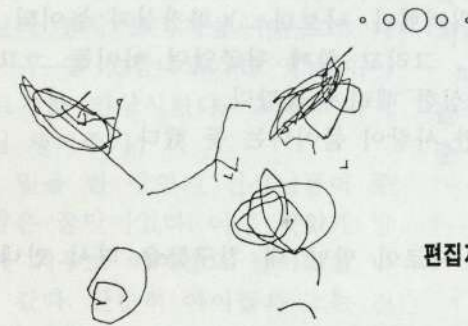
95.11.22.

동생 수능 시험이 있는 날. 동생 배웅하느라 일찍 일어나고(6:30-나는 이 시간에 일어나는 경우가 거의 없다.), 수업 끝나고 야구하고, 으~으~ 피곤이 밀려온다. 일요일 일일호프의 성공을 기원하고, 병 걸린 아이들이 많은 것 같던데, 빨리 빠른 시일내에 완쾌되길 바란다. 집에... 가야겠다... 그리고... 자야지...

95.12.1

4시까지의 낮잠 시간을 제외하고, 간식먹고, 커피마시고, 먹으러 왔다는 느낌이다. 다음 소식지에 내 글이 실린다는 충격적 소식을 접한 오늘! 이제부터 자활일지를 신경써서 써야겠다. 상근이가 말을 너무 안듣는다. 목표는 하나. 상근이. 요놈의 버릇(나쁜버릇)을 고쳐 놓고야 말겠다. 기필코... 학교 가야겠다.

* 자활일지에서 발제함



박병희

편집자 주 : "뭐 그린거야?" 하니까 자꾸만 내팔을 톡톡친다. 아뭏든 코흘려가며 열심히 그렸다.

작가의 글



배려가 아닌 진정한 사랑

박지영(삼성자동차)

안녕하세요? 박지영입니다.

그 모습이야 어떻든 새로운 사람을 만난다는 건 또 하나의 작은 설레임을 갖게 한다. 아침부터 긴장된 마음으로 집을 나섰는데 하필... 눈이 너무 아프다. 혹시 눈병?
아이들에게 눈병이라도 옮기면 안될텐데...
가지 말까하는 마음도 앞섰는데, 다행히 누가 늦는 바람에 병원에 갈 시간이 생겼다.

드디어 도착. 사실 자신은 없었다.
아이들과 어떻게 하루를 보내야 할지....
하지만 우리보다 더 반갑게 맞아주는 아이들을 보자 그 모든게 기우였음을 느끼게 했다. 지금 생각하면 하나하나 예쁜 기억으로 남는다. 병회 손을 꼭잡고 병원에 간 일(병회는 씩씩했다. 나보다.....) 화장실과 놀이터 갈 때 나의 보디가드가 되어준 대호, 그리고 함께 뒹굴었던 아이들.... 그리고...선생님들의 아이들에 대한 세심한 배려에 놀랐다.
아니 거기엔 배려가 아니고 진정한 사랑이 묻어나는 듯 했다.

많이 보고 싶을 게다. 내 친구들
그게 언제일지는 모르겠지만 꼭! 새로이 만난 내 친구들을 다시 만나러 가야겠다.

작가의 글

9

개월만의 느낌!

이근홍(삼성자동차)

아이들에 대한 호기심 때문이었는지
아침부터 설레이는 마음을 억누르면서
어떤 아이들을 만나서 어떻게 하루를
보낼까 무척이나 긴장되었다. 졸업후
약 9개월 동안 봉사활동을 중단하다시피
한 나의 생활을 반성하는 의미도 되고
그 동안 답답했던 나의
생활을 돌아보는 기회도 된
다고 생각해서 지원한 봉사
활동이었다.

아이들과의 첫 만남은 기대이상이었다. 세파에 찌들지 않고 밝은 얼굴을 하고 있는 아이들의 미소는 직장 생활의 피로를 날려버리기에 충분했다. 동시에 아이들은 너무 정신이 없었다. 붙잡고 싸우는 아이, 자기 발바닥 빨아 먹고 있는 아이, 장난감 안 뺏기려고 부둥켜 안고 안 놓는 아이 등등.

처음으로 나에게 부여된 일은 기름나르기. 괜히 객기를 부리느라고 수레로 해도 될 일을 손으로 직접 날랐다. 덕분에 나는 며칠동안 뻘뻘한 어깨를 그날의 봉사 표징처럼 주무르고 다녔다. 이후 헛 옷장나르기는 옛날 이사 짐 나르기를 연상시켰다. 그리고 아이들 점심 챙겨주기..

힘든 일을 한 탓인지 선생님들이 주시는 밥은 꿀맛이었다. 아주 맛있게 밥을 먹어 치우고 아이들과 놀이터로 나들이를 갔다. 단순히 아이들과 노는 것뿐 만이 아니라 많은 차가 통행하는

길에서 사방으로 뛰어 다니는 아이들을 지키기란 여간 어려운 게 아니었다. 손을 붙잡으려고 했지만 막무가내로 손을 뿌리치고 달려나가는 아이들은 부모들에게 육아가 얼마나 힘든 것인가를 짐작케하기에 충분했다.

계속해서 팽이끈을 맡아달라고 하는 아이, 오재미 던지는 재미에 시간가는 줄 모르는 아이, 남노는데 흠뻑리며 뒹방놓는 아이 등등 아이들의 행동과 장난은 나의 상상을 초월했다.

바쁜시간 중의 망중한이라던가? 아이들의 오침시간에는 전쟁후의 적막을 느낄 수 있었다. 아이들이 단순히 피곤해서가 아니라 낮잠을 안재우면 나중에 부모님들과 함께 있을 때 꾸벅꾸벅 졸기 때문에 낮잠을 재운다는 선생님들의 설명은 선생님들의 행동 하나하나에 주의 갖게끔 만들기에 충분했다.

나중에 안 일이지만 간식도 그냥 사서 안먹이고 튀김을 해준다던지 다른 음식을 직접 만들어 준다는 이야기를 듣고 많은 감명을 받았다. 이런 선생님들이라면 내가 부모라도 안심하고 맡길 수 있으리라고 생각했다. 또한 예절 교육이라던지 존대말 교육이 상당히 철저히 이루어지고 있었다.

내가 평상시 고민하고 있던 문제점들에 대해 일정정도 해결책을 제시해준 봉사활동이었다.

살림살이

10

수입(총 2,570,000)
교육비 2,050,000
후원금 520,000

지출(총 2,459,540)
주식비 84,300
부식비 203,840
간식비 165,910
교육자료비 79,000
소모품비 16,400
비품시설비 10,300
공과금비 86,250
사무비 574,040
건학비 16,000
위생비 3,500
인건비 850,000
광열비 20,000
주거비 50,000
대출이자 300,000

잔액 110,460원

11

수입(총 2,830,000)
교육비 2,250,000
후원금 530,000
물품판매 50,000

지출(총 2,785,210)
주식비 36,500
부식비 128,110
간식비 136,900
교육자료비 63,500
소모품비 5,700
비품시설비 1,900
공과금비 124,770
사무비 740,630
인건비 1,010,000
위생비 2,000
주거비 50,000
광열비 185,200
대출이자 300,000

잔액 44,790

12

수입(총 2,274,000)
교육비 1,630,000
후원금 644,000

지출(총 2,515,540)
주식비 37,500
부식비 74,270
간식비 71,750
교육자료비 107,090
소모품비 3,020
광열비 132,000
공과금비 92,840
사무비 537,210
비품시설비 25,800
위생비 11,800
인건비 880,000
주거비 50,000
대출이자 300,000

잔액 -241,470

- 주거비는 월세이고, 인건비는 교사3인의 인건비를 합한 것입니다. 11월, 12월의 사무비에는 차량인수비(정진영님이 다마스를 후원해 주셨습니다.)와 보험료가 포함되어 있습니다.
- 대출금 2,300만원(유아원 전세금)은 지난 소식지 살림살이에 보고하였듯이 예비비 등으로 2,636,000원을 갖고, 11월의 일일주점 수익금 2,689,470원을 갚아 현재 대출금 잔액은 17,674,530원입니다.
- 위표의 잔액은 그달 수입과 지출의 차액이며, 95년 9월 잔액 -94,470원을 포함하여 12월 현재 최종 잔액은 -180,690원입니다.

10월

총 520,000

최영옥 10,000
이해웅 20,000
박경숙 10,000
오민기 10,000
외대영어과 88학번 50,000
신봉길 10,000
정미애 20,000
박진영 10,000
길기호 20,000
오성탁 10,000
이일우변호사 300,000
도시철도공사 (2기 지하철노조) 50,000

11월

총 530,000

최영옥 10,000
김영미 10,000
박경숙 10,000
오민기 10,000
외대영어과 88학번 50,000
정미애 10,000
임석천 20,000
남호영 30,000
박진영 10,000
박정순, 신철우 30,000
이해웅 20,000
이미경 20,000
이일우변호사 300,000

12월

총 644,000

도시철도공사 (2기 지하철노조) 50,000
최영옥 10,000
박경숙 10,000
오민기 10,000
신봉길 20,000
정미애 10,000
박진영 10,000
길기호 20,000
김민혁어머님 4,000
이미경 20,000
이일우변호사 300,000
유홍림교수 50,000
박재형선생님 40,000
유혜경 50,000
진선이 20,000
박용찬 20,000

여러분의 따뜻한 후원에 감사드립니다

● 그 밖에도 물품을 후원해 주신 많은 분들께 감사드리며, 일일이 열거하지 못함을 양해해주시기 바랍니다.

세월은 흘러간 물이요, 쏘아 놓은 화살이라....
내 나이 벌써 꺾어진 완갑을 맞고 보니 세상
이제가 한 눈에 보이는 듯 달인이 된듯, 남들
의 추측과는 정반대로 몸과 마음이 가볍고 편안
해 짐을 느낀다.
내 일! 첫 발을 내디딘지 벌써 6년이다. 물론
중간에 방황을 한 적도 있지만 서른여덟 나이
를 걸고 깊이 생각에 몰려 후회는 없다.
내 마음에 바람이 든다. 올해는 올 임마의 성
화가 아니더라도 내가 추워서 못가던것처럼,
님을 찾아 매대에게 달려지도 모른다.
끼끌끼끌... 마음은 아직도 10대, 아니 오려 수정
이와 병희랑 노는 것이 좋은 영아수준인데....
앞으로 더욱 잘 하겠습니다.(이번 호에는 제발
오타가 없어야 말텐데.....)

✉재연

최근 언론에서 운명이니 예언가들의 대예언이니 하는 것들을 크게 부각시키는 바람에 안그래도 심
난한 세상이 더 뒤숭숭해 버렸다. 스스로를 돌팔이 선무당이라고 자부(?)하고 있는 나로서는 이런
시점에서 한마디하지 않을 수 없다. (이 대목에선 목소리를 좀 엄숙하게 깔고... 킁~)
별점같은 석양점을 단순한 확률통계라고 하면, 사주팔자나 조어점이니 하는 우리네 점술은 음양오행
철학을 바탕으로 하고 통계로써 증명되고 있는 하나의 체계적인 과학이다. 한의학도 이런 의미에
서 맥을 같이 한다고 볼 수 있다.
개인적으로 운명은 단지 어떤 흐름이라고 생각한다. 그런 흐름으로 갈 강양이 짙다 라고 하는 어느
정도 신빙성있는 단순한 흐름. 오는 운명 따위에 앞매일 필요가 없다는 거다.
운명은 운명론자에게나 있는 법 !!!
근데 여기 편집후기란 뜻이 ?

✉기호

편집후기를 쓰려면 부담감이 생긴다. 왜?
한 일이 별로 없으니깐, 솔직히 말하자면
글을 늦게 늦게 쫓으니, 할 말이 없지
오..... 다음 호는 진짜 정신을 차려야지.
(생각만 어렵면 안되겠지?)
유아원과 함께 많은 날이 지나갔다. 일년,
이년, ... 그리고 또 새해, 많은 날이 기
다리고 있다. 지난 일년은 너무 많은 일들을
매치와버렸다는 생각에 아득해진다. 한편으
로는 언제까지나 잊혀지지 않을 것이다. 사
람들과의 만남, 헤어짐이 뒤범벅이 되었던
한해를 보내고 이제 막 시작되는 새해를
오려 유아원의 이름처럼 한글음씨, '하나.둘.
셋' 임산 발걸음으로 걸어가고자다.

✉은향

글/심/는/순/서

표지사진 : 성탄절에 산파할아버지와 함께...산파할
아버지를 모셔와하는 친구들은 사진도 같이 못
찍었어요.

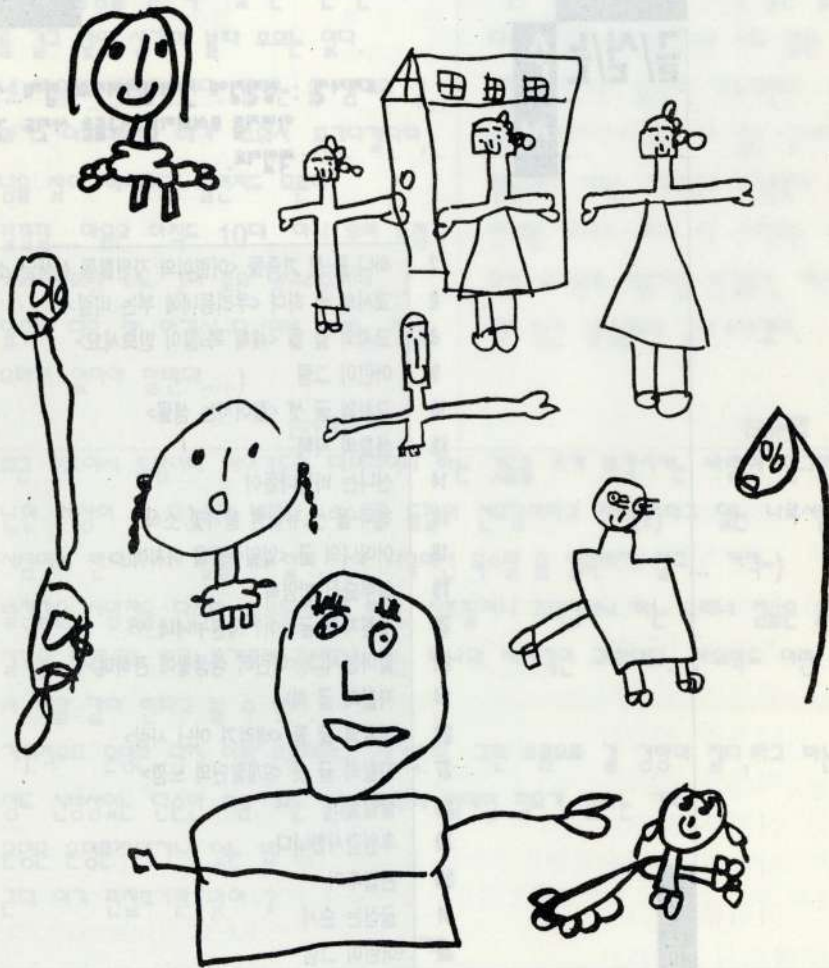
- 2 하나·둘·셋 가족들 <어린이와 자원활동 선생님 소개>
- 6 교사의 글 하나 <우리동네에 부는 바람>
- 8 교사의 글 둘 <새해 복 많이 받으세요>
- 9 어린이 그림
- 10 교사의 글 셋 <젊어지는 샘물>
- 12 생활의 지혜
- 14 신나는 바깥놀이
- 16 하나·둘·셋 유아원 행사및 소식
- 18 어머니의 글 <일일주점을 마치며...>
- 19 하루술집 방명록
- 20 후원자의 글 <어? 재원누나네...?>
- 22 알아봅시다 <어린이 식생활에 관하여>
- 24 자활의 글 하나
- 26 자활의 글 둘 <배려가 아닌 사랑>
- 27 자활의 글 셋 <9개월만의 느낌>
- 28 살림살이
- 29 후원감사합니다
- 30 편집후기
- 31 글심는 순서
- 32 어린이 그림
- 33 후원자카드

유아원 선생님들의 그림잔치

어떤 친구가 어떤 그림을 그려볼까요?

알아 맞춰보세요.

그런 어린이 : 네영매, 송기영, 최광고, 임대호, 조대려



후원자 가입 신청서

이름	(남,여) 세
자택	주소: ☎ :
직장	주소: ☎ :
후원 내용	1.매월:()원 씩, ()개월 간 2.매년:()원 씩, ()년 간 3.비정기적으로: ()때 4.그 밖에: 물품후원() 자원봉사()
송금 방법	1.온라인:()월()일까지 ()은행으로 2.방문하여 직접 전달 () 3.기타()

- 잘라서 하나·둘·셋 유아원 (141-101 서울 강북구 미아1동 791-2289)으로 보내주세요
- 여러분의 작은 정성이 모여 '하나·둘·셋 유아원'이 무럭무럭 자라납니다.
- 후원금은 자동이체하시면 더욱 편리합니다.

☎ 945-1018 / 984-0880

‘하나·둘·셋 유아원’은
뜻있는 많은 분들의 참여와 관심의 힘으로 커
나갑니다.

이렇게 참여하실 수 있습니다.

● 후원 회원 ●

- . 매월 정하신 금액을 은행으로 보내시면 됩니다.
- . 장난감, 동화책 등의 유아 용품이나, 비정기적으로 후원금을 보내 주시면 됩니다.

● 자원 활동 ●

아동교육에 관심이 많으시거나, 아이들과 함께 하기를 좋아하시는 분, 혹은 교사의 업무를 함께 하시고자 하는 분 모두 환영합니다.

농	협: 092-02-213984	강 은향
조	흥: 980-06-021617	강 은향
국	민: 027-21-0392-929	태 재원
제	일: 252-20-340887	태 재원
중소기업:	005-13-0408-805	태 재원