

# 자 화 일 기 리 란

2015 VOL.14

## 숫자로 보는 자활 이야기

자활센터는 제게 새로운 삶을  
가져다준 '선물' 같아요  
서로좋은가게 세종점 조옥란 매니저

관상어 사업으로  
새로운 희망을 꿈꾸다  
판매·체험 프로그램 등 다각화 노력

카툰에세이  
용기는 작지만 큰 힘을 가집니다





제2회 자활사진전 금상작 **강건양**(정음지역자활센터)

### 〈자활읽기〉를 E-Book으로도 만나보세요!

〈자활읽기〉는 중앙자활센터 홈페이지([www.cssf.or.kr](http://www.cssf.or.kr))  
→ 소통마당 → 홍보자료실에서 e-book(전자책)과  
PDF파일로도 볼 수 있습니다.

ISSN 2288-0445 재단법인 중앙자활센터 〈자활읽기〉 통권 제14호

발행일 2015년 6월 발행인 심성지 담당자 한보라 발행처 (재)중앙자활센터 ☎ 02-3415-6900

주소 서울시 서대문구 신촌로 155 해암빌딩 2층 [www.cssf.or.kr](http://www.cssf.or.kr)

디자인·인쇄·제작 동아이앤디 ☎ 02-2020-1760 표지 일러스트 이신혜 내지 일러스트 김민지

• 본지에 게재된 기사나 사진 등의 자료는 중앙자활센터의 사전 동의 없이 어떠한 형태의 전재·복제를 금하며,  
외부 필자의 글은 발행처의 견해와 일치하지 않을 수 있습니다.

# 자활 이야기

2015 VOL.14

## Contents

- |                                                                                 |                                                                              |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 04 <u>포토 에세이</u><br>그 길의 끝에 희망이 있다                                              | 20 <u>건강이야기</u><br>상큼한 맛, 깔끔한 멋,<br>여름의 건강친구 매실<br>피로 회복·살균작용 일품             | 32 <u>우리 기업을 소개합니다</u><br>관상어 사업으로<br>새로운 희망을 꿈꾸다<br>판매·체험 프로그램 등 다각화 노력 |
| 06 <u>자활사업 소개</u><br>숫자로 보는 자활 이야기                                              | 22 <u>특별한 만남</u><br>하동 매실은 저의 삶 자체, 행복입니다<br>맛도, 향도 자신 있어요!                  | 34 <u>자활경제</u><br>저소득층과 신빈곤층의 자활을 위한<br>다양한 주거지원사업 활용하기                  |
| 10 <u>희망스토리 I</u><br>자활센터는 제게 새로운 삶을<br>가져다준 '선물' 같아요<br>서로 좋은가게 세종점 조옥란 매니저    | 24 <u>그곳에 가면</u><br>남해해수욕장                                                   | 36 <u>카툰 에세이</u><br>용기는 작지만 큰 힘을 가집니다                                    |
| 14 <u>희망스토리 II</u><br>'보이지 않는 손'으로 일구는 희망<br>세종지역자활센터의 숨은 조력자들<br>김혜영·홍영미 팀장    | 26 <u>추천 먹거리</u><br>엄마들의 정성으로 담아낸<br>건강하고 맛있는 요리<br>춘천의 명물 '츠뎃갈비'            | 37 <u>자활talk</u><br>알고 보면 어렵지 않아요!<br>자주 묻는 질문 Q&A                       |
| 16 <u>알아두세요</u><br>소중한 당신의 꿈을<br>더 크게 키워드립니다<br>희망키움통장 I, II &<br>내일키움통장에 가입하세요 | 28 <u>자활상품이 좋다</u><br>천연성분으로 모기 퇴치,<br>천연향으로 아로마테라피까지<br>향기를 담아내는 곳 '아로마하우스' | 38 <u>세상을 밝히는 따뜻한 에너지</u><br>에너지 효율 개선 사업                                |
| 18 <u>친절한 법률정보</u><br>'억'소리 나는 법을 비용<br>비싸서 걱정이라고요?<br>무료·저렴하게 지원 받는다           | 30 <u>재미톡톡</u><br>왜 모기는 나만 무는 걸까?<br>어두운 색상의 옷·향수 피해야                        |                                                                          |

## 그 길의 끝에 희망이 있다

우리 인생의 길에는  
비바람도 있고 어두운 길도 있다.  
그래도 우리는 계속 그 길을 따라간다.  
끝까지 가보지 못한 사람은 결코 느끼지 못할  
그 무언가가 길 끝에 있음을 알기에.  
그 길의 끝에는 사람 냄새가 나는 희망이 있다.  
그걸 보려고 우리는 쉼 없이 걸어가고 때론 달려 본다.  
그리고 드디어 그 길의 끝에 다다랐을 때  
심호흡을 한 번 하고 눈앞에 펼쳐진  
풍경을 여유롭게 즐긴다.

-윤방부의 《건강한 인생, 성공한 인생》 중에서.



# 숫자로 보는 자활 이야기

자활사업, 알쏭달쏭~ 궁금하다고요?

한 눈에 알아보기 쉽도록 숫자로 정리해 보았습니다.

언제 시작해서, 그동안 어떠한 성과가 있었는지 숫자로 들려주는 자활 이야기,  
한번 살펴볼까요?

## 2000년

### 국민기초생활보장제도 시행

자활사업은 2000년 「국민기초생활보장법」 시행을 계기로 제도적 기반을 가지게 되면서 전국적으로 실시되었습니다.



## 1,311명

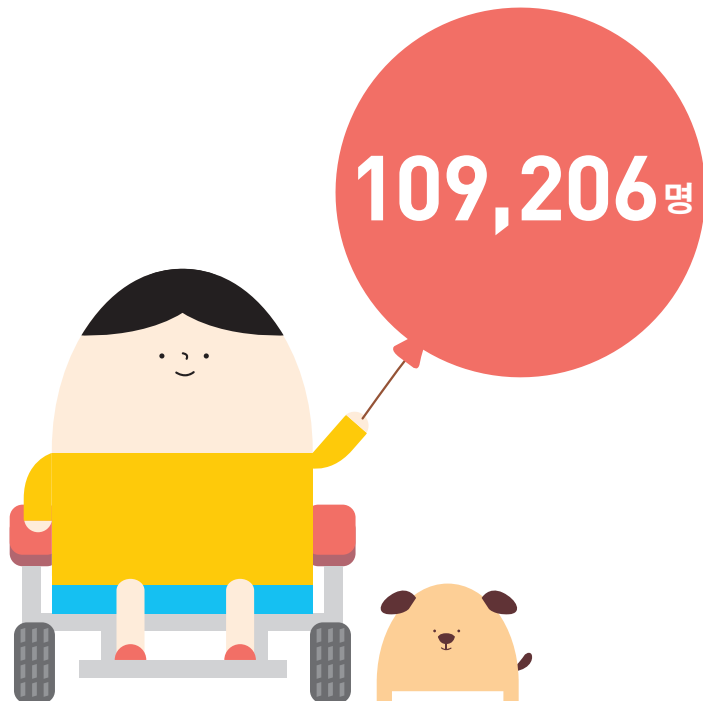
### 창업자금 융자

희망키움뱅크 사업(마이크로크레딧)은 저소득층에게 창업자금을 융자하여 성공적인 자활을 촉진 합니다. 2005년부터 2008년까지 자활기업(176개) 대상 약 79억원, 2009년 개인 및 자활기업(1,311명) 대상 약 263억원의 창업자금을 융자하였습니다.

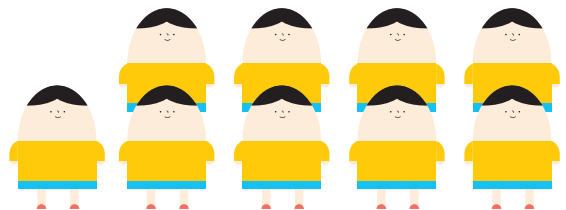


### 자활사업 참여 인원 109,206명

2013년도 자활근로사업(48,002명), 자활기업(8,629명), 희망리본(10,433명), 취업성공 패키지(15,008명)를 통해 82,072명이 새로운 일자리를 찾았고, 희망키움통장(26,904명), 생업자금(230명) 등 다양한 정부지원의 복지서비스를 통해 27,134명의 참여자가 자립의 희망을 키우고 있습니다.(2013년 기준)



 = 10,000명



## 1,221개 자활기업

자활기업은 일정 조건을 충족하는 참여자가 모여 신뢰할 수 있는 물품과 서비스를 공급하는 기업입니다. 자활사업은 사회적 의미와 공동의 협력적 일자리, 지속가능한 일자리를 만들고, 키우고, 성장시켜 나가고 있습니다.(2015년 3월 기준)

1,221개

53,186명

### 희망·내일키움통장 가입자

일하는 수급자가 3년 동안 매월 일정금액을 저축하면, 본인 저축액과 동일한 금액의 정부지원금, 민간매칭금(희망키움통장)을 지원하여 목돈을 마련할 수 있도록 지원합니다. 주택구입·임대, 교육, 창업 등 자립에 필요한 용도로 사용할 수 있습니다.(2015년 4월 기준)



115개

### 사회적기업 인증 취득 자활기업

자활기업은 사회적 기여와 저소득층의 일자리 제공이라는 두 가지 목적을 달성하고자 노력하며, 사회적 기업의 성장과 함께 하고 있습니다. 많은 자활기업이 정부의 까다로운 사회적 기업 인증요건을 통과하여 사회적 기업 인증을 취득하였습니다.



1,900여종

#### 자활상품

자활사업을 통해 배운 기술로 만들어 낸 상품의 종류가 다양합니다. 자활 상품은 서로좋은가게 온·오프라인 매장을 통해 장애인, 사회적 기업 상품들과 함께 판매하고 있습니다.

\* 서로좋은가게 [www.sogoodstore.co.kr](http://www.sogoodstore.co.kr)



52.1%

#### '13년 희망리본 취·창업 유지율

희망리본(Re-born)사업은 맞춤형 고용-복지 통합의 취업지원 프로그램으로, 안정적이고 지속적인 일자리가 유지될 수 있도록 지원하는 성과 연계형 사업입니다. 개인별 여건에 맞는 맞춤형 지원으로, 취업·창업 후 6개월까지 이어지는 적극적인 서비스를 제공하고 있습니다. (2014년 기준)



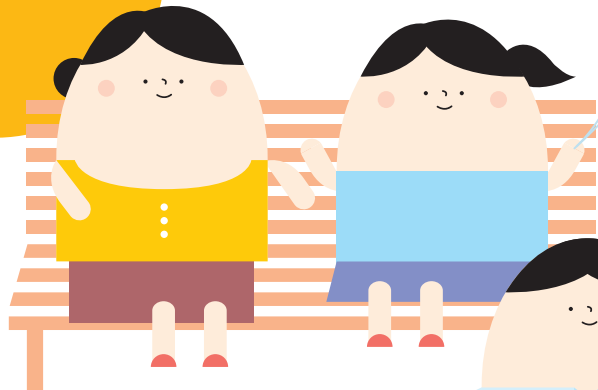
정리 | 한보라

#### 자활 성공률 31.8%

자활사업 참여자 가운데 많은 분들이 어려운 환경에서도 스스로 빈곤으로부터 벗어나 '내일(My Job)을 통한 내일(Tomorrow)의 행복'을 꿈꾸고 있습니다. 전체 참여자 47,734명 중 7,620명(15.9%)이 취·창업 하였으며, 7,571명(15.9%)이 수급권을 탈출하였습니다. (2013년 기준)



31.8%

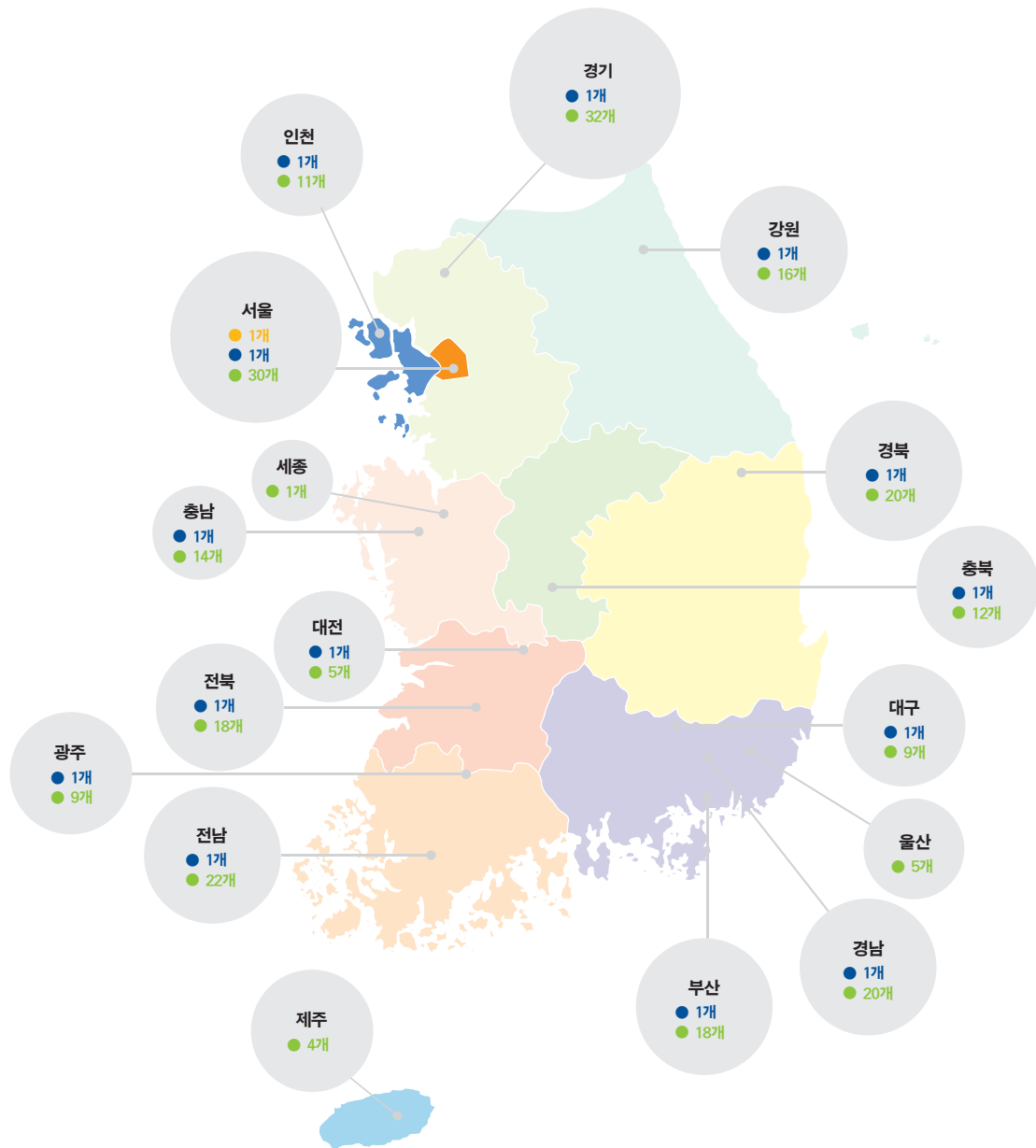


# 전국 자활센터 현황

전국 자활센터의 세부정보는 [중앙자활센터 홈페이지\(www.cssf.or.kr\)](http://www.cssf.or.kr) → 전국 자활센터 현황을 통해 확인하실 수 있습니다.

**261** 개소(2015년 5월 기준)

중앙-광역-지역자활센터 자활사업 지원을 위해 전국에 지역자활센터, 광역자활센터, 중앙자활센터가 설립되어 운영 중에 있습니다.



전국 자활센터 현황

- 중앙자활센터 1개소 ..... 중앙자활센터는 자활사업 전달체계를 일원화하고 총괄 조정합니다.
- 광역자활센터 14개소 ..... 광역자활센터는 광역단위 인프라를 통해 자활사업 네트워크를 확대합니다.
- 지역자활센터 246개소 ..... 지역자활센터는 지역사회에서 자활지원 사업을 직접적으로 수행합니다.

# 자활센터는 제게 새로운 삶을 가져다준 ‘선물’ 같아요

## 서로좋은가게 세종점 조옥란 매니저

가정경제가 무너져 살아야 할 이유도 삶의 의욕도 잃어버린 그 때,  
조 매니저에게 한 줄기 희망으로 다가온 세종지역자활센터. 조 매니저는 세종지역자활센터에서 지원하는  
일자리로 삶의 리듬을 되찾고, 다양한 경험을 통해 이것저것 해보고 싶은 욕심까지 생겼다고 말한다.  
간절히 바라면 이루어진다고 했던가. 그의 인생을 바꾼 선택이자 삶의 터전을 만들어준  
세종지역자활센터와의 스토리를 들어본다.



**세종지역자활센터(이하 센터)와는 언제부터 인연을 맺게 되셨는지 궁금합니다.**— 부도가 나고 생활이 어려워지면서 많이 힘들었어요. 심신이 지쳐 아무것도 하고 싶지 않았죠. 자활센터라는 곳이 있는 줄도 몰랐는데 도움을 받을 수 있는 곳이 있더라고요. 처음에는 마음의 문을 꼭 닫고 있다가 센터를 찾아갔죠. 2012년 5월부터 일을 시작했어요. 그 때는 ‘착한공방’이라고 커피를 이용해 공예품을 만드는 곳에서 일을 했었는데, 지금은 ‘서로좋은가게 세종점’ 매니저를 맡고 있습니다.

**서로좋은가게가 낯선 분들도 계시 텐데요, 어떤 곳인지 간략히 설명 부탁드립니다.**— 서로좋은가게는 자활상품 등 우리 이웃들의 일자리를 만드는 착한 상품들을 판매하는 곳이에요. 여기서 판매되는 물품을 구매하면 일자리가 늘어나고 지역경제를 살리게 되는 것이죠. 자활상품이나 장애인들의 생산품, 사회적 기업의 상품 등 다양한 상품들이 판매되고 있는데요. 우수한 품질에 아마 놀라실 겁니다. 써보신 분들은 다 좋다고 하시더라고요.

**세종점이 좀 특이한 매장이라고 들었는데, 어떤 식으로 운영되고 있나요.**— 자유롭게 움직이는 이동형 매장이예요. 오픈 당시부터 그렇게 시작했어요. 이동형 매장이라 차량에 매대를 장

착할 수 있어서 요청하는 곳은 어디든 달려갈 수 있답니다.

**매니저로 계시면 업무량이 꽤 되실 것 같은데, 일에 대한 만족도는 어떠신지 궁금합니다.**— 여기 세종점은 지난해 7월에 문을 열었어요. 현재 7명이 함께 일하고 있는데, 제가 매니저로 있다 보니까 아무래도 이것저것 신경 쓸게 많이 있더라고요. 판매되는 제품 확인하고 관리하다보면 하루가 금세 갑니다. 최근에는 착한공방 지원에도 나서 손이 두 개라도 모자랄 판이지만 즐겁게 일하고 있습니다(웃음).

**현재 매장에서 일하는 동료들과 협력이 좋은 편인가요, 힘든 점은 없으신지요.**— 자활센터의 수급자들 중에는 몸이 불편한 사람들도 있어요. 저와 함께 일하는 친구들은 지적 장애인인데, 전혀 불편함 없이 즐겁게 일하고 있어요. 장애인 네 명과 일하다보니 제 손길이 많이 필요하긴 하지만, 저를 잘 따르고 성실하게 맡은 몫 다하며 일하고 있어서 힘이 많이 되고 있죠. 도움을 받아 협력하는 것도 물론 좋지만, 제가 가장 좋다고 느끼는 부분은 ‘함께 일하는’ 자체인 것 같아요.

그냥 같이 일할 수 있다는 것 자체만으로 넘 행복하거든요. 그런 마음 때문인지 트러블 없이 가족처럼 기대고 응원하며 생활하고 있습니다.





커피점토로 만드는 커피부엉이 씨울(C-Owl)은 일상생활에서 다양하게 활용할 수 있다. 습기에 민감한 씨울은 세균과 병균예방에 탁월한 효과가 있고, 신발장이나 냉장고 탈취제로도 그만이다. 만든 모양 그대로 인테리어 소품으로 활용이 가능할 뿐 아니라 메모 꽃이나 왕클립을 꽃아 각종 꽃이로도 사용할 수 있다.

착한공방 ☎ 044-868-1004 📍 세종특별자치시 조치원을 새내2길 29

**사업에 참여해서 가장 보람을 느낀 적은 언제인지 궁금합니다. 기억에 남는 에피소드가 있을까요.**— 작년까지만 해도 방과 후 수업으로 중학생 아이들에게 공방체험 교육을 했어요. 학교를 자주 가다보니 학생들이 저를 잘 따르더라고요. 수업시간이 아니더라도 길에서 마주치면 달려와서 안기고 인사하고 가는데 그 모습이 얼마나 예쁜지 몰라요. 그런 게 참 기억에 많이 남고 가슴 따뜻해지고 좋더라고요. 삶이 정말 무의미하다 느끼며 좌절했던 저인데, 인생의 소중함을 알게 해준 아이들이 고마울 따름이죠.

**자활사업 참여 전과 현재를 비교했을 때 크게 달라진 점은 어떤 것이 있나요.**— 아무래도 생활이겠죠. 제가 여기 처음 왔을 때 급여 이야기에 깜짝 놀랐던 기억이 있어요. 생각했던 것보다 많이 주셔서 놀랐거든요. 너무 만족하고 있습니다. 경제적으로 숨통이 트이니까 삶에 활력을 되찾고, 그러다보니 하고 싶은 일들이 생기더라고요. 뭔가 더 열심히 하고 싶고, 잘하고 싶다

는 욕구가 생겼어요. 과거 아픈 때문에 고개도 못 들고 다니던 저였는데 지금은 긍정적인 사람으로 변해가고 있다는 게 행복해요. ‘자활을 10년 전에만 알았다라면 얼마나 좋았을까’ 하고 생각해 본적이 많을 정도로 현재 생활에 만족하고 있고요, 또 감사히 생각하며 지내고 있습니다.

**매니저님에게 ‘자활센터’란 어떤 의미인가요. 센터에 바라는 점이 있다면 한 말씀 해주세요.**— 자활은 저에게 즐거움이자 희망이에요. 일과 생활 모두를 안겨주었고, 대부분의 시간을 센터에서 보내다보니 그냥 삶 자체가 돼버린 것 같아요. 센터 담당자 분들도 저를 믿고 일을 맡겨주시니까 책임감도 늘게 되고요.

**앞으로 매니저님이 계획하고 있는 목표가 있다면 들려주세요.**— 체력만 받쳐준다면 지금보다 훨씬 많은 일들을 하고 싶은 게 제 욕심인데요(웃음), 그래서 목표가 참 많아요. 현재 업무 이외에 색다른 아이템을 개발해서 재미있는 공간을 만들어보고 싶어요. 개인 사업장을 운영하고 싶은 거죠. 현실적인 가장 큰 꿈이지요. 그 목표 안에 지금 같이 일하는 친구들과 함께할 수 있다면 금상첨화겠죠. 꿈은 간절히 바라면 이루어진다고 했는데, 얼마나 이를 수 있을지는 잘 모르겠어요. 할 수 있을 거라는 생각으로 즐겁게 지내보려고 합니다. 📺

글·사진 | 손희정

# 서로 좋은 가게



서로 좋은 가게

www.sogoodstore.co.kr

착한소비, 그 이상의 가치  
당신이 주인공입니다.

정직하게 만들고 -  
올바르게 나누고 -  
착하게 소비해서 -  
서로 좋아요, 서로좋은가게!

## ● 서로좋은가게에 입점하려면 \_

### 대상

자활, 장애인, 노인, 사회적 기업 등 생산시설

### 선정기준

취약계층(장애인, 노인, 자활 등)의 경제적 자립을 위한,  
일자리 창출의 목적으로 취약계층을 직접 고용하여 생산되어야 합니다.

※ 직접 생산하기 어려운 품목(수산물)의 경우 예외로 둘 수 있습니다.

국내산 원료를 사용해야 합니다.

※ 공정무역 등을 취급하는 경우 예외로 합니다.

반드시 사업자등록이 되어 있어야 하며, 상품의 표시사항을 준수해야 합니다.

## ● 서로좋은가게를 개설하려면 \_



: 입점 및 개설 상담 ☎ 031-305-5775 / 고객센터 1566-9659



# ‘보이지 않는 손’으로 일구는 희망 세종지역자활센터의 숨은 조력자들

김혜영·홍영미 팀장

누군가를 돕는다는 건 생각보다 어려운 일이다. 힘든 여건 속에서도  
참고 견디는 인내가 필요하기 때문이다. 그 기다림의 여정에 이따금 지칠 때도 있지만,  
희망을 찾고자 하는 이들에게 길을 안내할 수 있어 행복하다는 두 사람.  
앞으로 자활의 미래가 더욱 기대되는 이유가 아닐까.



인터뷰에 응해준 김혜영 팀장(왼쪽), 홍영미 팀장(오른쪽)

## 세종지역자활센터

2002년 12월에 설립하여 지역 내 저소득층의 건강한 일자리를 새롭게 창출하고,  
지역과 함께 발전하는 사회복지시설로 거듭나고자 노력하고 있습니다.

한걸음 한걸음으로 함께하는 ‘희망 공동체’를 만들어 갑니다.

www.sjjahwal.com ☎ 044-868-1004

사회복지에 대한 관심이 남다르셨나요. 어떤 계기로 자활센터에서  
일하게 되셨는지 궁금합니다.

**김혜영** — 사회복지를 전공하기도 했지만 유독 이 분야에 관심이 많았어요. 2000년 공주지역자활센터에서 근무를 시작했  
고요, 세종지역자활센터(이하 센터)에서는 2008년부터 일하고  
있습니다. 요양보호사를 하다가 센터로 오게 됐는데, 몇 년을  
하다보니 보람된 직업이더라고요. 웬지모를 중독성 때문에  
여기까지 올 수 있었던 것 같아요.

**홍영미** — 고등학교 때 자원봉사 동아리 활동을 하다가 사회  
복지기관, 지역자활센터를 알게 됐어요. 이후 동아리와 직장  
체험 등을 통해 꾸준히 봉사활동을 하면서 사회복지에 관심  
을 가졌죠. 그리고 주변의 권유로 지원을 해 2005년부터 근무  
를 시작하게 됐습니다.

현재 센터에 몇 명의 직원이 함께 일하고 계신가요. 센터에서 각각  
담당하고 계신 업무 소개 부탁드립니다.

**김혜영** — 현재 센터장을 포함해 6명이 함께 일하고 있어요.  
저는 서로좋은가게, 착한공방, 세종로컬푸드 이렇게 3개 사업  
단을 맡고 있고요. 다들 맡은 업무량이 많아서 힘들게 일하고  
있답니다.

**홍영미** — 저는 지역자활센터 내 청소년자활지원 프로그램을  
담당하고 있어요. 지역 내 청소년들을 대상으로 진로지원, 가  
족역량강화, 사례관리 등의 업무를 진행합니다.

일하시면서 언제 가장 보람을 느끼시나요. 기억나는 에피소드 있으면 말씀해주세요.

**김혜영** — 고등학교를 중퇴하고 센터로 오게 된 10대 남학생이 있었어요. 제 담당 학생이었지만 저한테도 굉장히 무뚝뚝하고 표현도 없는 그런 친구였죠. 그 친구가 센터에서 운영하는 카페에서 근무를 하게 됐는데, 틈틈이 노력해 바리스타 자격증을 취득했어요. 그 후 언제 커피를 만들어주려나 내심 기대했죠. 어느 날 빨간 찻잔에 라떼 아트를 선보인 커피 한 잔을 선물해줬어요. 얼마나 감동이었는지 그 때 생각만 하면 아직도 가슴이 뭉클하답니다.

**홍영미** — 복지를 하면서 가장 보람을 느낄 때에는 사람과 사람이 소통한다는 기분이 들 때예요. 참여자 선생님들이 고맙다는 말 한마디, 혹은 지역 내 청소년들이 성인이 되어서도 찾아와 주고 인사를 할 때 많은 보람을 느낍니다.

지난 4월 22일, 제9회 사회복지사의 날 기념 시상식에서 세종지역 자활센터가 한국사회복지사협회장 표창을 수여했는데, 그 이유는 무엇이라고 생각하시나요.

**김혜영·홍영미** — 저희 센터에서 처음 시도했던 게 착한공방에서 한 ‘커피박공예’예요. 커피 찌꺼기로 공예 작업을 해보면 어떨까 해서 시작했는데, 지금은 25곳에서 커피박공예가 활성화되고 있어요. 반응이 너무 좋더라고요. 뿌듯했죠. 저희는 무모한 도전이라 할 정도로 새로운 사업이 뭐가 없을까 항상 고민하고 시도해보곤 하는데, 이러한 점들이 아마 상을 받게 된 공이 아닐까 생각해 봅니다.

두 분이 계획하고 있는 올해의 목표는 무엇인지 궁금합니다.

**김혜영** — 현재 자활사업의 운영 상태는 어려운 편이에요. 이유는 경제적인 측면이 가장 크겠죠? 자활사업단을 자활기업으로 만들고 싶은 게 목표예요. 이를 계기로 자립을 할 수 있는 분들이 많이 늘어나면 좋겠습니다.



제9회 사회복지사의 날 기념 시상식에서 세종지역자활센터가 한국사회복지사협회장 표창을 수여하고 있다.

**홍영미** — 올해도 세종지역자활센터와 함께 하면서 자기 역량을 개발하는 시간을 갖고 있어요. 많이 부족한 점들을 조금씩 채우고 경험해서 사회복지에 보탬이 될 수 있는 좋은 서비스를 지원하고 싶습니다.

마지막으로 센터에 바라는 점이 있다면 말씀해주세요.

**김혜영** — 20~30대를 센터에서 보냈어요. 저에겐 일상과도 같은 곳이지요. 현재 센터 근처에 바리스타·제과제빵·공예 등 교육장이 모여 있는데, 더 많은 체험 교육장이 들어서서 센터 식구들이 다양한 경험을 했으면 좋겠다는 생각을 해봅니다.

**홍영미** — 센터에서 근무하면서 참여주민, 지역 내 청소년 등 소중한 사람들과 함께 했어요. 저희 슬로건처럼 ‘함께하는 희망 공동체’로써 앞으로도 지역 내 주민들을 위한 다양한 사업이 많이 활성화됐으면 하는 바람입니다.  글·사진 | 손희정

알아두세요

## 소중한 당신의 꿈을 더 크게 키워드립니다

## 희망키움통장 I, II & 내일키움통장에 가입하세요



### ☑ 희망키움통장, 내일키움통장은 무엇인가요?

**희망키움통장 I** 일하는 생계·의료수급자가 목돈을 마련하여 자립할 수 있도록 3년간 매월 저축(10만원)하면, 본인 저축액과 동일한 정부지원금(근로소득장려금) 및 민간매칭금을 적립하여 지원해 드립니다.

• **가입기준** : 신청 당시 가구 전체의 총 근로소득이 기준 중위소득의 40% (의료급여 수급자 선정 기준)의 60% 이상.

| 구분    | 기준 중위소득 40%의 60% 기준 |
|-------|---------------------|
| 1인 가구 | 374,961원            |
| 2인 가구 | 638,447원            |
| 3인 가구 | 825,927원            |
| 4인 가구 | 1,103,408원          |
| 5인 가구 | 1,200,888원          |
| 6인 가구 | 1,388,369원          |

매월 본인저축 + 매월 정부지원금 적립 → 3년 내 탈수급 시 일괄정산·지급  
월 10만원 적금 근로소득장려금

**희망키움통장 II** 가입자가 3년간 매월 저축(10만원)하고, 소득하한 이상을 유지할 경우 본인 저축액과 동일한 금액의 정부지원금을 함께 지원해 드립니다.

• **가입기준** : 소득인정액이 최저생계비 120% 이하인 주거·교육급여 수급 가구 및 기타 차상위계층으로 최근 1년 중 근로활동 사실이 있으며, 총 근로·사업소득이 최저생계비 70% 이상.

| 구분    | 최저생계비 70% 이상<br>(근로·사업소득) | 최저생계비 120% 이하<br>(소득인정액) |
|-------|---------------------------|--------------------------|
| 1인 가구 | 432,097원                  | 740,737원                 |
| 2인 가구 | 735,734원                  | 1,261,258원               |
| 3인 가구 | 951,782원                  | 1,631,626원               |
| 4인 가구 | 1,167,830원                | 2,001,995원               |
| 5인 가구 | 1,383,879원                | 2,372,364원               |

매월 본인저축 + 매월 정부지원금 적립 → 3년 내 탈수급 시 일괄정산·지급  
월 10만원 적금 근로소득장려금

**내일키움통장** 자활근로사업단 참여자가 자립할 수 있도록 3년간 매월 저축(5만원 또는 10만원)하면, 내일키움장려금과 내일키움수익금을 적립하여 지원해 드립니다.

• **가입기준** : 신청 당시 최근 3개월 이상 연속 자활근로사업단에 성실하게 참여(매월 12일 이상 근무)해야함.

매월 본인저축 + 내일키움장려금 적립 → 3년 내 취·창업 시 일괄정산·지급  
월 5만원 또는 10만원 적금  
시장진입형 1:1,  
매출 10%이상 사회서비스형 1:0.5,  
매출 10%미만 1:0.3  
내일키움수익금 적립  
지역자활센터, 사업단별 차등 지급  
(최대 월 15만원)

☑ 희망키움통장, 내일키움통장에 가입하는 방법은?



☑ 희망키움통장, 내일키움통장 적립금액은 어디에 사용할 수 있나요?



\*참고 : 3년간 가입 시, 최대 수령금액

**희망키움통장 I** 최대 2,952만원 수령  
 본인저축 10만원 +  
 정부지원금 47만원  
 = 월 57만원(3인가구 기준)

**희망키움통장 II** 최대 720만원 수령  
 본인저축 10만원 +  
 정부지원금 10만원  
 = 월 20만원

**내일키움통장** 최대 1,260만원 수령  
 본인저축 10만원 + 내일키움장려금 10만원 +  
 내일키움수익금 15만원  
 = 월 35만원

## ‘억’소리 나는 법률 비용 비싸서 걱정이라고요?

**무료·저렴하게 지원 받는다**

살다보면 법률문제와 부딪치는 경우가 있다. 소송에 휘말리면 변호사 비용만 몇 천만 원이 든다느니, 소송이 길어지면 집 한 채가 날아간다느니 말들이 많다.

경제적 여유가 없는 사람들이라면 더욱 그렇다.

비용 부담 없이 법률 지원 서비스를 받을 수 있는 곳이 있을까?





## 경제적으로 어려운 사람들이 무료 혹은 저렴한 비용으로 법률 지원을 받는 제도에 관하여 알고 싶습니다.

국민이 사회생활을 하면서 생기는 다양한 법률문제를 해결함에 있어서 평등하게 대접받으며 공정한 재판을 받을 권리가 있음에도 현실은 돈의 많고 적음, 혹은 법률적 지식이 있고 없음에 따라 헌법상 보장된 기본적 인권을 침해받는 경우가 많이 있습니다. 이러한 사태를 방지하기 위하여, 특히 경제적으로 어려운 국민들이 법률적인 지원을 받는 제도로 ‘민사소송법상 소송상의 구조제도’, 형사소송법상의 형사피고인에 대한 ‘국선변호인제도’가 있습니다. 또한 민간 주도하에 법률구조업무를 담당하고 있는 기관으로 법무부에 등록되어 있는 대한법률구조공단, 한국가정법률상담소가 있으며, 기타 변호사단체 등이 있습니다.

아래에서는 이에 관하여 구체적으로 살펴보도록 하겠습니다.

민사소송법상의 소송구조는 소송비용을 지출할 자력이 부족한 사람을 위하여 소송비용의 지급을 유예해 주는 제도를 말합니다. 소송구조를 받기 위해서는 소송비용을 지출할 자력이 부족한 사람이 패소할 것이 명백하지 않아야 하며, 이를 통해 변호사 보수 등을 지원받을 수 있습니다.

그리고 형사 절차에 있어 수사나 재판 과정에서 경제적 빈곤 등으로 인하여 변호인을 선임할 수 없는 사람에 대하여 국가가 변호인을 선정하는데 이를 국선변호사라고 합니다. 현재 국선변호사 제도가 많이 활성화되어 거의 대부분의 경우 당사자가 원하는 경우 국선변호사의 지원을 받을 수 있습니다. 물론 국선변호사의 보수는 국가에서 지급합니다.

법률구조법이 1986년 공포되었는데 이 법률에 따라 1987년 민간 주도의 특수법인인 대한법률구조공단이 창설되었습니다. 대한법률구조공단은 법원이 있는 전국 모든 곳에 사무소가 설치되어 소속된 변호사나 공익법무관이 상담과 소송을 하고 있습니다. 상담은 무료이고 경제적으로 어려운 사람들에게는 무료로 소송을 하고 있습니다.

또한 대한변호사협회는 법률구조사업에 관한 규정을 두어 빈곤, 기타 사유로 권리를 구제받기 어려운 사람들에게 법률구조사업을 실시하고 있습니다.

한편 민간단체로 1956년 창설된 법률구조기관으로 인간의 존엄성과 만민평등의 이념을 실현하기 위하여 가난한 자, 억울한 자, 불행한 자, 약자 등 빈민하는 이웃의 편에서 서서 이들의 인권옹호에 필요한 모든 법률구조사업을 무료로 제공, 인권 회복, 가정의 평화를 이루는 것을 목표로 하는 한국가정법률사무소가 있습니다. 이 단체는 서울에 본부를 두고 전국에 지부를 두고 있습니다.

이 외에 YMCA시민중계실은 1986년 변호사 24인을 주축으로 한 ‘시민권익보호 변호인단’을 구성한 이후 시민의 권익을 위한 상담, 교육, 조사 활동은 물론 소송구조에까지 영역을 넓혀 본격적인 법률구조활동을 전개해 오고 있습니다. 나아가 경제정의실천연합회, 환경운동연합, 여성의 전화, YWCA 등 시민단체와 대학의 법과대학 부설상담소에서도 각각의 특성에 맞는 법률구조를 위한 활동을 하고 있고, 한국소비자보호원, 시청이나 구청 등 행정기관의 민원실 등에서도 법률구조업무를 담당하고 있습니다.  글 | 이영직 변호사(법무법인 시민)

# 상큼한 맛, 깔끔한 멋, 여름의 건강친구 매실

## 피로 회복·살균작용 일품

우리나라 대표 한방 의학서인 '동의보감'에 따르면 '매실은 맛이 시고  
독이 없으며 기를 내리고, 갈증과 설사를 멈추게 하고 근육과  
맥박이 활기를 찾게 한다'고 기록되어 있다.  
만병통치약처럼 다양한 효능을 지닌 여름철 푸른 보약 '매실'에 대해 알아보자.

여름이다. 뜨거운 태양이 세상을 뜨겁게 달구고 있다. 푸르른 숲과 시원한 물, 넘치는 생명이 느껴진다. 모든 것이 마음먹기 나름, 덥다고 축 처져있기보다는 힘차게 생활하는 편이 좋다. 물론, 건강상태를 생각하면서 정도를 지켜야겠지만. 여름이라고 아무것도 안 하는 것보다는 아침저녁으로 가볍게 달리고도 하고, 실내에서 즐길 수 있는 스포츠도 마다할 일이 아니다. 물 놀이야 대환영. 또 땀이 많이 났으니 영양을 보충해 주는 것도 중요하다. 여름이 다가오면서 매실의 시원함, 싱싱함, 향긋함이 그리워진다. 땀 흘리고 났을 때의 지친 몸을 위한 시원한 매실주스 한잔. 풍성한 보양식을 먹고 났을 때 텁텁한 입을 정갈하게 해주고 부글거리는 속을 차분하게 식혀주는 매실차 한잔, 그리고 여름밤의 시원함을 느끼며 정겨운 벗들과 마주앉아 세 상사를 나누며 함께 마시는 매실주 한잔. 매실은 이 무렵이면, 이렇게 늘 우리 곁에 다가와 있는 정겨운 친구 같은 존재다.

### 매실에 함유된 시트르산, 각종 해독 기능

슈퍼 푸드로 꼽히는 매실은 다양한 효능을 갖고 있다. 매실의 효능 중에서도 신맛을 내는 시트르산이 주목받는 것은 어찌 보면 당연한 일. 레몬, 라임과 같이 풍부한 신맛을 내는 과일

박카스 같은 피로회복제에 주로 함유되어 있다. 매실은 85%의 수분, 10%의 당분, 5%의 유기산으로 구성되어 있는데, 이 유기산의 대부분을 차지하고 있는 것이 시트르산(구연산)이다. 시트르산의 효능을 발견한 사람은 영국의 생화학자 크레브스 박사. 그는 우리가 흔히 피로감을 느끼는 것은 몸 안에 젖산이 많이 축적되기 때문인데 이 시트르산이 인체의 젖산 축적을 막아 피로를 해소하고 노화를 방지한다는 것을 밝혀냈다. 매실은 일시적인 피로를 해소하기도 하지만 특히 육류나 인스턴트 식품 등을 많이 섭취해 산성화되어 있는 현대인들의 체질개선에 좋은 식품이다. 몸의 밸런스를 맞추고 건강을 지키기 위해서는 알칼리성 식품을 섭취해야 한다.

대표적인 알칼리성 식품인 매실에는 각종 유기산과 함께 칼슘, 철분, 마그네슘, 아연 등의 알칼리미네랄이 함유되어 산성화된 혈액을 알칼리화시키는 작용을 한다. 혈액의 알칼리 농도가 높아지면 혈액순환이 활발해지고 면역력 증강에까지 효과를 볼 수 있다. 혈액 순환이 잘 되면 위장과 피부 미용에도 효과가 있다. 혈액이 노폐물로 더러워지거나 혈관 벽에 찌꺼기가 쌓이면 혈액의 흐름이 나빠져 위장 장애와 피부 트러블을 유발 시킨다. 더욱이 땀을 많이 흘리는 여름철에 매실의 풍부한 수분은 체내와 피부에 충분한 수분을 공급하고 기미나 주근깨 등을 예방하는데 도움이 된다.

### **배탈이 났을 때 먹던 매실, 강력한 항균작용**

또한 흔히들 식중독 예방에는 매실이라고 알려져 있듯 여름철 차가운 음식을 많이 먹고 배탈이 났을 때 먹으면 좋은 음식으로 흰 쌀밥, 바나나 이외에 매실이 있다. 매실은 장내 세균에 대해 강력한 항균작용을 발휘해 식중독이나 설사를 치료한다. 매실에는 강한 해독과 살균작용을 하는 카테킨산이 들어 있는데, 이 성분이 이질균, 장티푸스균, 대장균, 비브리오균 등의 발육을 억제하는 항균작용을 하는 것이다. 매실의 사과산은 장의 연동운동을 도와 유해균과 노폐물을 깨끗이 배출시키게 되고, 따라서 매실을 꾸준히 복용하면 만성설사나 변비에 효과를 볼 수 있다. 이 밖에도 매실은 숙취해소에 탁월한 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 매실에 있는 피루브산과 피크린산은 간과 신장 기능을 원활하게 하고 간에 쌓인 독성을 분해하는 효과가 있다. 또한 매실에는 숙취의 주된 원인인 아세트알데히드를 분해시키는 효능이 있는데, 매실즙이 이 분해 효소(ALDH)의 활성을 40% 가까이 높인다는 연구결과가 있다.

### **붉은 장아찌의 맛, 푸른 매실의 독성**

우리는 종종 붉은색을 지닌 매실장아찌를 맛보면서 매실은 푸른색인데 이걸 왜 붉은 색일까 하는 의문을 한번쯤은 가져봤을 것이다. 이것은 바로 매실장아찌를 만들 때 사용하는 차조기 잎이 매실을 붉게 변색시키기 때문이다. 깻잎과 비슷하게 생긴 차조기 잎은 매실과 좋은 궁합을 보이며 맛과 향미를 더해줘 매실장아찌를 담글 때 많이 사용된다. 일본에서도 세계적인 장수 식품으로 꼽힌 우메보시의 아름다운 붉은 빛깔은 차조기 잎에서 나온 색이라고 한다. 우메보시는 매실을 소금에

절인 식품으로 일본에서 생선회를 먹을 때 식중독을 예방하기 위해 자주 곁들이는 식품이다. 매실은 독을 해독하는 기능도 탁월하지만 매실 자체가 독성 성분을 지니고 있기도 하다. 그래서 매실을 직접 사서 담그려고 마음을 먹었다가도 괜히 잘 모르고 만드는 것은 아닌지 찜찜한 기분이 들 수도 있다. 하지만 매실은 청이나 장아찌 등으로 가공하게 과정을 거치게 되면 아미그달린이라는 독성 성분이 사라져 안심하고 먹어도 된다. 한의학에서도 매실을 낱것으로 먹거나 덜 익은 채로 먹으면 매실의 독성 성분 때문에 복통, 설사 또는 뼈와 치아를 상하게 할 수 있다고 말하며, 특히 이러한 매실은 임산부와 어린이에게는 금기 식품이라고 말한다. 매실을 고를 때는 신맛과 향이 진하고 과육이 단단하며 표면이 윤택한 것이 좋다. 그리고 단단한 씨앗을 가진 매실을 골라야 한다. 매실을 신발로 밟았을 때 매실 씨앗이 깨지면 덜 익은 매실, 매실 씨앗이 깨지지 않으면 잘 성숙된 매실이다. 또한 망종(6월 6일)을 전후로 해 수확한 매실을 구입해야 맛과 효능이 가장 좋고, 우리나라에서는 주로 전남 순천과 광양, 경남, 경북 등지에서 수확하니 참고하자.

### **간단하게 만드는 매실청을 아시나요**

매실을 깨끗이 씻어 말린 다음 꼭지는 모두 떼어 내고 병에 매실과 설탕을 일대일 비율로 담아 청매실은 90일, 황매실은 60일 정도 숙성시킨다. 이렇게 만든 매실청을 5~7배의 물에 희석해 여름철 시원한 음료로 즐기거나 요리에 첨가할 수 있다. 생선과 육류 요리에 매실청을 사용하면 비린내를 없애주고 육질을 부드럽게 만들어 더욱 깔끔한 맛을 느낄 수 있을 뿐만 아니라 육류를 잘 소화하지 못하는 사람에게도 좋다. 

글 | 홍현표 월간웰스조신 취재본부장



특별한 만남

# 하동 매실은 저의 삶 자체, 행복입니다

맛도, 향도 자신 있어요!

가지마다 알알이 달린 매실, 지리산의 맑은 공기와 섬진강의 깨끗한 물,  
그리고 생산자의 오랜 신념이 더해진 덕분일까?  
하동에서 만난 매실은 첫 만남부터 뭔가 남다른 게 있어 보인다.  
하동지역자활센터 소개로, 지난 5월 수확을 기다리는 현장을 찾아 나섰다.



## 하동 매실 구입처

허무영 이장 ☎ 010-6758-4566 📠 055-884-4537

10kg 35,000원(택배비 무료, 주문 후 다음날 받아보실 수 있습니다)

※단, 가격은 시세에 따라 변동될 수 있습니다.

**최근 매실이 여러 지역에서 생산되고 있는데요, 하동 매실만의 특징을 소개해 주세요.**— 이곳은 섬진강 주변이라 공기, 바람, 햇빛 등이 좋아 하동 매실은 옛날부터 유명 했어요. 아침에는 강바람이 밑에서 위로, 오후에는 위에서 밑으로 내려가는 골바람이 있어 다른 지역보다 꽃이 일주일 정도 빨리 피어요. 또한 아침, 저녁의 온도차가 커서 매실을 생산하기 위한 최적의 조건을 갖추었다고 볼 수 있죠. 이 덕분에 매실 향도 좋고, 구연산 함량이 높아 맛도 좋고, 탱글탱글한 것이 하동 만큼 좋은 곳이 없죠.

**하동 매실 인기가 많을 것 같은데 보통 어떤 식으로 수확 및 판매하고 계신지요.**— 하동 매실은 다른 지역보다 10~12일 정도 일찍 수확하는 편이에요. 5월 26일 농협에서 첫 수매를 하는데, 마을별 훌쩍제로 출하하여 수급 양을 조절하고 있어요. 알이 크고, 좋은 매실만을 선별하여 판매하고 있으니 적거래를 희망할 경우 언제든지 연락주시면 믿고 구입하실 수 있습니다.

**하지만 그만큼 힘든 일도 있으실 것 같아요. 어떤 부분이 제일 힘든지 여쭙 봐도 될까요.**— 아무래도 힘든 것은 가격에 대한 부분이라 할 수 있어요. 2013년까지만 해도 매실 가격이 1kg당 4천~5천원 정도로 괜찮았어요. 그러나 요즘에는 1kg당 5~8백원대로 폭락한 반면, 인건비, 농약가격 등이 상승하여 호주머니에 들어오는 돈이 적어져 점점 주름의 골이 높아지고 있습니다. 또한 작년부터는 크기가 작은 매실 5번과(흔히 '소'자로 불림)를 농협에서 수매 못하겠다고 하여 열심히 키워놓은 매실을 버려야하는 상황입니다. 수요가 안 따라준다면 어쩔 수 없는 것이지만, 진짜 애가 터지더라고요.

**그렇다면 앞으로 하동 매실을 알리고, 판매를 늘리기 위하여 필요한 것은 무엇이 있을까요.**— 제일 필요한 것은 공동생산, 공동판매라 생각합니다. 매실을 재배하는 농가가 공동생산을 통



해 과잉생산을 예방하고, 공동으로 판매한다면 좋은 품질의 상품을 저렴한 가격으로 소비자에게 제공할 수 있겠죠. 더불어 재배 농가에는 적절한 가격 선을 유지할 수 있으니, 모두가 한 마음이 되어 생산 및 판매하는 것이 필요해 보입니다.

**마지막으로 이장님에게 매실은 어떤 의미가 있으신지요.**— 매실은 저의 삶 자체입니다. 그렇기 때문에 가격이 폭락하더라도, 내가 지켜나가야 할 것이라 생각합니다. 이 것 때문에 자식 3명 공부시킬 수 있었고, 지금도 밥은 먹고 살잖아요(웃음). 곰곰히 생각해보면 시골에 와서 살게 된 것이 자랑스럽고, 성공한 사람이라는 생각까지 들어요. 내가 노력한 만큼 얻을 수 있고, 부모로써 자식의 그림자로 살아갈 수 있게 해 준 존재. 그래서 매일이 행복하고 즐거워요. 하동 매실 많이 홍보해 주시고, 구입해 주시면 감사하겠습니다. 🍷

글·사진 | 한보라

그 곳에 가면

## 남해해수욕장

희고 깨끗한 백사장과 마을 내 민박이 많아 가족단위 피서객이 애용하는 곳으로  
남해항이 접하고 있어 싱싱한 활어회와 배낚시 등을 동시에 즐길 수 있다.

가는 길 | 강원도 양양군 현남면 안남애길 8

남해해수욕장은 물이 깨끗하고, 수심이 낮아  
가족단위 여름휴가를 즐기기 안성맞춤이다.  
남해항에 들려 당일 잡은 싱싱한 물고기, 수산물을 구입할 수 있으며  
손으로 조개를 주을 수도 있어 일석이조!





## 엄마들의 정성으로 담아낸 건강하고 맛있는 요리

### 춘천의 명물 '춥닭갈비'

살림하는 엄마들이 한 데 모여 '자활공동체'라는 이름으로 가족처럼 일하는 협동조합 참닭갈비(대표 김민희)는  
닭갈비 재료를 손질한 뒤 양념해 바로 먹을 수 있게끔 만드는 포장·배송 전문 업체다.

어느덧 4~5년차 된 베테랑들이 함께해 환상호흡을 자랑한다고...

인터뷰 내내 웃음소리가 끊이지 않던 그 유쾌한 현장 속으로 출발~!



인터뷰에 응해준 김민희 대표(왼쪽), 강미옥 씨(오른쪽)



**협동조합 참닭갈비**는 조금 더 믿고 먹을 수 있는 먹거리 제공을 위해 노력하는 식품 공동체입니다.

참닭갈비는 온라인쇼핑몰에서도 구입 가능합니다.

영업시간 평일 09:00~18:00 / 토요일 09:00~13:00 / 일요일, 공휴일 휴무

온라인쇼핑몰 [www.chamdak.com](http://www.chamdak.com) ☎ 033-242-5263

가격 엄마야빠닭갈비(순한맛, 매운맛) 13,500원 | 애들닭갈비 14,000원 | 슋불닭갈비 14,000원

배송비 3,000원(5kg 이상이면 무료)

**어떤 상품을 취급하고 계신지 설명 부탁드립니다.**— 저희 업체에는 오로지 닭갈비만 있어요. 마트에 가면 바로 요리해 먹을 수 있도록 재료들이 포장되어 있는 거 보신 적 있으시죠. 그런 식으로 만드는 겁니다. 순한맛, 매운맛을 고를 수 있는 ‘엄마빠닭갈비’, 아이들이 먹을 수 있는 간장소스로 맛을 낸 ‘애들닭갈비’, 여름철 한정 메뉴로 판매하는 ‘숯불닭갈비’ 이렇게 세 가지 메뉴를 만들고 있어요. 가격은 1kg에 1만 3500원~1만 4000원으로 일반 가게보다 훨씬 저렴하고 푸짐하게 즐기실 수 있어요. 주문만 하시면 일부러 식당을 가지 않아도 집에서 손쉽게 닭갈비를 드실 수 있답니다.

**현재 직원은 몇 분이신가요. 일할 때 서로 협력이 잘 되시는 편인가요. 어머님들이 모여 일하셔서 가족 같은 분위기일 것 같은데요.**— 현재 4명이 함께 일하고 있어요. 그 전에는 좀 더 있긴 했는데 일이 쉽지 않은지 그만두는 사람들도 있었고, 매출이 아주 좋은 곳이 아니라서 사람을 많이 쓸 수 없어 현재 남은 사람은 넷 됐네요. 다들 아줌마들이라 집안일은 기본이고, 출근해서 일도 해야 하기 때문에 바쁜 걸 너무 잘 알죠. 그래서 누구 하나가 일 있다고 하면 어느 누군가가 일손을 채워주고, 바쁜 와중에도 서로 이해하며 잘 꾸려가고 있습니다. 어느덧 4~5년 된 사람들이라 손발 척척 맞죠. 별 문제 없이 업무량을 소화하고 있습니다. 일하면서 업무 외 시간에는 부침개도 해먹고 삼삼오오 모여 살아가는 이야기도 하면서 즐겁게 일하고 있어요.

**하루의 업무는 어떻게 이뤄지고 있는지 과정을 설명해 주세요.**— 오전에는 닭을 분해해 뼈를 바르는 발골 작업이 이뤄집니다. 부위별로 먹기 좋게 자르고, 펼치고, 가르는 작업을 하는 거죠. 발골을 마치면 소스에 버무린 후 그랩 수를 맞춰 비닐봉투에 나눠 담고 진공 포장을 합니다. 포장까지 마친 상품은 조리 설명서와 함께 택배 박스에 담아 발송을 하면 하루 업무가 끝나는 거죠.

**참닭갈비만의 특징이 있다면 자랑 좀 해주세요.**— 특별히 내세울 건 없지만, 주재료인 닭고기와 고춧가루 등 모두 국내산을 쓴다는 게 자랑이면 자랑이고요, 포도 효소와 강원 토종별꿀을 첨가해 감칠맛을 더한 점이 특징이에요. 또 보통 양념장을 만들 때 물(정제수)을 넣기도 하는데, 저희는 소스를 만들 때 물을 넣지 않아 조금 더 깊은 맛을 내고자 했습니다. 그 맛을 알아주시는 건지 한 번 드셔본 분들은 다시 주문을 해주시더라고요. 감사할 따름이죠. 한 가지 더 말씀드리자면, 가족들 밥상을 책임지는 엄마들이 정성스럽게 만들기 때문에 안심하고 구매하셔도 됩니다.

**주문하면 전국 어디에서든 받아볼 수 있는 건가요. 택배·배달 시스템은 어떻게 되는지 알려주세요.**— 춘천권은 2kg이상 주문 시 배송비 없이 직접 배송을 해드리고 있습니다. 전국권은 1kg 이상 주문 시 배송비 3000원으로 택배 배송이 가능합니다. 배송비는 온라인으로 결제하실 때 선불·착불 선택 가능하시고요. 옵션으로 야채선택이 있는데 원하실 경우 3000원을 추가로 지불하시면 양배추와 떡, 고구마, 대파가 들어있는 야채팩을 함께 넣어 드립니다. 현재 오프라인으로는 춘천권 7개 마트에서만 구입하실 수 있고, 거의 대부분 택배로 나가고 있습니다. 온라인으로는 전국 어디든 가능하시니까 안심하고 주문하세요. 일본에서도 주문이 들어와요. 완제품으로 는 수출이 안돼서 일단 양념만 배송되고 있지만요.

**사업 확장이나 배송지 확대 등 앞으로의 계획이 있으시다면 말씀해주세요.**— 일손이 부족한 실정이고 업무 환경이 아직은 딱딱하게 돌아가기 때문에 사업이 안정권에 들어설 때까지는 확장은 못할 것 같고요, 지금보다 매출이 조금만 더 올라주면 좋을 것 같습니다. 크게 욕심 부리지 않고 열심히 일에 매진하다보면 점점 좋아지지 않을까요(웃음). 🍗

글·사진 | 손희정

## 천연성분으로 모기 퇴치, 천연향으로 아로마테라피까지

향기를 담아내는 곳 '아로마하우스'

경북 구미시 임은동에 위치한 아담한 공방가게. 천연비누부터 아로마향초,  
천연모기퇴치연고까지 천연재료를 바탕으로 다양한 상품을 만들고 있는 만능재주꾼 정현순, 이수민 씨.  
'향기'와 고군분투하는 매일이 즐겁다는 두 분을 만났다.



매장에 들어서자 천연모기퇴치 스프레이와 연고,  
형형색색 다양한 모양으로 만들어진 향초가 눈에 띈다.

굉장히 다양한 제품들이 있는데요, 언제부터 관련 일들을 시작하  
셨고 하시는 건 동기는 무엇인지 궁금합니다.— 자활 교육프로그  
램 중에 아로마테라피 수업이 있었어요. 비누, 연고, 향초, 리본  
공예까지 만드는 수업이었죠. 손으로 만드는 작업을 좋아해서  
인지 흥미롭고 재미있더라고요. 처음에는 비누 만들기로 시작  
을 했어요. 그 후 2010년부터 천연 모기퇴치연고를 만들었고  
향초까지 손을 대면서 일이 커지게 됐죠. 관련 일들을 하면서  
공부하여 아로마테라피스트, 플로리스트 자격증도 따냈습니  
다. 이 정도면 전문가다워 보이나요(웃음)?

매장을 둘러보니 '천연 모기퇴치연고제'가 가장 눈에 띄어요. 특별  
한 제품 같은데 소개 부탁드립니다.— 아토피 걱정하는 사람들  
이 늘면서 천연제품에 대한 관심이 높아졌어요. 그래서 천연원  
료를 이용한 제품이 뭐가 있을까 고민하다가 모기퇴치연고를  
만들기 시작했는데 써 본 사람들은 아주 만족해하고 있습니다.  
우선 화학성분이 아닌 모두 천연성분이에요. 이름이 좀 어려울  
수도 있지만, 호호바·달맞이 오일, 시트로넬라, 페퍼민트, 로즈  
마리 등이 들어갑니다. 10분이면 제조가 끝나요. 간단하죠? 집  
에서 누구나 쉽게 만들 수 있습니다.

일반 마트나 약국에서 판매하는 모기퇴치제와는 어떻게 다른지 알  
려주세요.— 시중에 판매하는 모기퇴치 연고는 발랐을 때 따끔  
거리거나 살이 부어오르는 등 부작용이 간혹 발생하는데, 천연  
모기퇴치연고는 부작용이 없어요. 천연 성분으로 만들어서 유  
아, 어른 모두 안심하고 바르셔도 됩니다.



인터뷰에 응해준 정현순 씨(왼쪽), 이수민 씨(오른쪽)

## 모기퇴치연고 만들기

### 준비재료

호호바 10g, 달맞이오일 5g,  
밀랍 6.5g, 시트로넬라 6dr, 페퍼민트 3dr,  
로즈마리 2dr, 라벤더 1dr

### 만드는법

- step 1** 식물성 오일과 경화제를 필요한 양만큼 측정, 가열해 녹인다.
- step 2** 완전히 녹은 시점에서 60도 정도로 온도가 떨어지면 에센셜 오일을 넣고 섞는다.
- step 3** 용기에 붓고 굳힌다.

**모기퇴치연고의 효능을 주변에서 들어보신 적이 있는지요. 직접 써보시긴 하셨겠지만, 효능이 어느 정도인지 반응이 궁금합니다.**—  
제 딸이 남미로 봉사활동을 떠난 적이 있어요. 그곳은 그야말로 모기가 들끓는 곳이지요. 제가 이 연고 만드는 것을 알고 잔뜩 챙겨서 남미로 갔는데, 잘 때마다 꼼꼼히 바르고 아침에 일어났더니 한 군데도 물리지 않았다는 거예요. 신기했죠.

**그럼 이외에도 인기가 좋은 상품은 어떤 게 있을까요.**— 천연비누, 아로마향초, 소이캔들, 리본핀, 리본공예 등 다양한 제품을 만들고 있는데요, 그 중 비누와 향초가 인기예요. 천연성분이라 인체에 해롭지 않고 자신에게 맞는 성분을 골라 만들 수 있는 재미도 있고요.

인기 있는 향으로는 기억력에 좋은 ‘로즈마리’, 두통에 효능이 좋은 ‘페퍼민트’ 등이 있습니다. 향초는 폭력성이 있거나 우울증 있는 분들에게 치료용으로도 쓰이고 있어 일상에서 사용하거나 선물용으로도 매우 좋습니다.

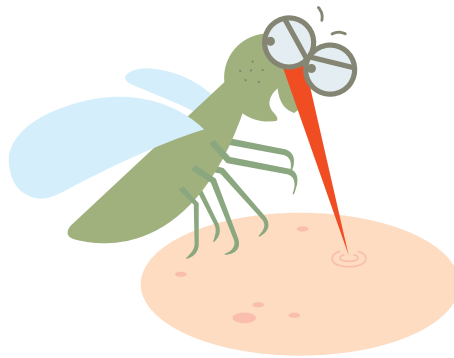
**앞으로 두 분의 계획을 말씀해주세요.**— 요즘 향초 만들기가 인기죠. 근데 예쁜 것에만 신경 써서 만들다보니 초를 켜올 때 과연 안전한지 아닌지에 대한 여부는 신경을 못쓰고 있는 것 같아요. 불이 붙었을 때 오래갈 수 있는지 금방 녹아 기울거나 쓰러지지는 않는지 등 생각을 많이 해봐야 하거든요. 안전하면서도 예쁜 디자인으로 만들 수 있는 방법들을 만들고, 알리고 싶어요. 🇰🇷

글·사진 | 손희정

# 왜 모기는 나만 무는 걸까?

## 어두운 색상의 옷·향수 피해야

여러 사람이 야외의 한 공간에 모여 있어도 ‘모기의 밥’이 되는 사람은 꼭 있다. 그럴 때면 우리는 ‘피가 달다’고 하거나 ‘O형인 사람이 많이 물린다’는 등의 속설들을 이야기한다. 과연 그럴까. 과학적 관점에서 보면 그렇지 않다. 모기의 공격 대상 1순위는 열이 많고 땀을 잘 흘리는 사람인데, 조금 더 근본적인 이유는 그 사람이 본래적으로 가지고 있는 체취 때문이다.



### 여성을 좋아하는 모기, 계피 사용하면 효과적

모기가 좋아하는 사람은 어떤 스타일일까. 모기는 젖산을 좋아하기 때문에 열이 많고 젖산 분비가 활발한 어린 아이를 좋아하며 남성보다는 연한 피부를 가진 여성을 더 좋아한다. 모기가 여성을 더욱 좋아하는 이유는 바로 화장품 냄새 때문이다. 모기는 시각보다는 뛰어난 후각을 이용해 공격의 대상을 찾는데, 화장품과 바디용품, 향수가 모기를 유혹하는 큰 역할을 한다. 하지만 무엇보다도 땀 냄새와 발 냄새가 모기에게는 가장 매력적인 향기이다. 이외에 모기는 검정색과 같은 어두운 색을 좋아하기 때문에 야외에서 활동할 때는 어두운 색상의 옷을 피하는 것이 좋다. 요즘에는 향을 피우고 살충제를 뿌리고 모기장을 치는 노력을 들이지 않아도 간편하게 모기를 제압할 수 있는 방법들이 속속들이 등장하고 있다. 모기를 쫓기 위해 모기향이나 모기 살충제를 사용하면 향이 강하고 두통을 유발해 오히려 숙면에 방해 받을 수 있다. 따라서 후각에 가장

민감한 모기가 가장 싫어하는 향을 이용할 수 있다. 모기는 계피향을 가장 싫어하므로 계피를 달인 물을 분무기에 넣고 집안 구석구석 뿌려주거나, 통풍이 잘 되는 주머니에 계피를 넣어 두고 현관이나 창틀에 놓으면 모기를 쫓는데 효과적이다. 또 유칼립투스, 라벤더, 페퍼민트 등의 향초를 활용하거나 관련된 향이 나는 바디제품을 사용하는 것도 좋은 방법이다. 그리고 집안에 물 웅덩이나 풀숲 등 모기 서식지가 있다면 미리 제거하는 것이 좋다. 집 주위에 있는 드럼통, 통조림 캔, 페타이어, 꽃병 등에도 물이 고이면 모기가 알을 까기 때문이다.

### 모기의 흡혈은 알을 낳기 위한 것

모든 모기가 다 사람을 무는 것은 아니다. 사람의 피를 먹는 모기는 산란기의 암컷 모기로 수컷 모기는 꽃의 꿀이나 나무의 수액, 이슬 등을 먹고 살기 때문에 사람에게 피해를 주지 않는다. 암컷 모기는 주위의 방해를 받지 않는다면 최대 90초

동안 자신의 몸무게의 3배인 5~10mg 정도 까지 흡혈한 뒤 조용한 곳에서 가만히 앉아 뱃속의 피를 영양분으로 소화하는 과정을 거친다. 유독 암컷 모기가 피를 빠는 이유는 배가 고파서가 아닌 자신의 난자를 성숙시키기 위해서이다. 사람이나 동물의 피에는 철분 및 단백질이 풍부해 암컷 모기의 난자를 성숙시키는데 중요한 영양소가 많이 담겨있기 때문이다.

한편 모기가 빨아먹는 피의 90% 이상은 소나 돼지 등 몸집이 큰 동물이다. 모기는 이산화탄소에 민감한데 사람이 하루 250ml의 이산화탄소를 내뿜는데 비해 소는 하루동안 무려 2천ml의 이산화탄소를 배출한다. 그런 이유에서 사람도 몸집이 크고 더 많은 이산화탄소를 내뿜는 뚱뚱한 사람이 모기에 물릴 확률이 더 높다. 임신한 여성 역시 임신하지 않은 사람에 비해 이산화탄소 배출량이 많고 체온이 높기 때문에 모기의 표적이 되기 쉽다.

요즘 우리나라에서는 모기에 대한 경계심이 비교적 많이 없어졌지만, 50~60년대의 모기는 매년 수천 명을 일본뇌염에 감염시켜 40% 수준의 높은 치사율을 보였던 무서운 존재였다. 이렇듯 모기는 생각보다 위험하다. 모기를 손으로 잡더라도 하면 복수라도 한 듯 이상한 채감이 들지만 이는 피해야 할 행동이다. 모기를 손으로 잡으면 감염의 위험이 있기 때문에 신체에 닿지 않게 잡는 것이 좋다. 한번은 마이크로소프트 창업자인 빌 게이츠가 자신의 블로그에 ‘세계에서 가장 치명적인 동물, 모기’ 라는 글을 공개해 관심을 끈 적이 있다. 세계보건기구 WHO에서는 통계자료를 바탕으로 지구에서 가장 위험한 동물을 순서대로 뽑아 게재했는데 지구상에서 인간의 목숨을 가장 많이 빼는 동물을 다름 아닌 모기라고 밝혔다. 모기는 말라리아, 황열, 뎅기열 등의 병을 옮기고 이로 인해 숨지는 사람이 매년 72만 5천여 명에 이른다고 한다. 지난해 말에도 할리우드 스타인 린제이 로한이 남태평양 보라보라 섬으로 휴가를 떠났다가 모기에 물려 감염되는 열대병에 걸려 치료를 받기도 했다.

## 야외에서 긴팔입고 모기 퇴치기 사용하기

우리가 야외에서 활동할 때 모기를 보고 쫓겠다고 팔을 휘저으면 땀 냄새가 퍼져 오히려 모기를 불러 모을 수 있으니 이러한 행동은 삼가야 한다. 모기에 물리지 않기 위해서는 가급적 긴 팔 옷을 입어 피부의 노출을 최소화하고 밝은 색 옷을 입는 것이 좋다. 또 캠핑을 즐기는 사람이 많아지면서 초음파 퇴치기, 모기퇴치 밴드 등이 휴대용 모기 퇴치기들이 많이 나오고 있으니 이 제품들을 활용해 보는 것도 좋은 방법이다. 최근에는 모기가 싫어하는 주파수대역의 소리를 이용해서도 모기를 쫓을 수 있는 앱도 등장했다.

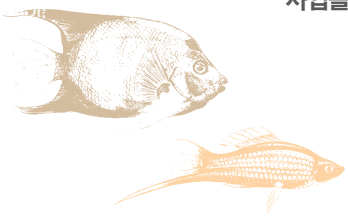
모기에 물렸다면 피를 먹고 배가 빵빵해진 모기는 벽에 붙어 쉬면서 소화를 시키므로 주변 벽부터 살펴보는 것이 좋다. 자다가 모기에 물리면 잠결에 가려워서 간혹 침을 바르는 경우가 많다. 하지만 침은 산성이기 때문에 일시적으로 가려움을 해소해 줄지는 모르나 오히려 세균에 의해 상처를 오염시킬 수 있다. 따라서 가볍게 찬물로 씻어내거나 가능하면 얼음찜질을 해 주는 것이 좋다. 꿀 바르기, 레몬즙 바르기 등 여러 가지 방법이 있지만 녹차 티백이나 잎을 진하게 우린 물에 수건을 적셔서 모기 물린 곳에 올려두면 부기 완화에 도움이 된다. 녹차의 성분에는 진정 작용이 있기 때문이다. 그리고 멘톨이 포함된 연고나 물파스를 바르는 것이 바람직하다. 만약 세균이 감염 된 경우에는 반드시 항생제를 바르거나 복용해야 한다. 

글 | 정지혜

# 관상어 사업으로 새로운 희망을 꿈꾸다

## 판매·체험 프로그램 등 다각화 노력

자활기업의 고민, 바로 차별화된 사업 아이템이다. 자활임기에서는 참고하면 좋을만한  
아이템을 연재하여, 함께 나누고자 한다. 이번호에 찾아간 곳은 ‘관상어’를 활용하여  
사업을 준비하고 있는 평택지역자활센터다. 짝 들어찬 수족관에 200여 마리의 관상어를 키우며,  
함께 꿈을 키워나가고 있는 노현수 실장을 만났다.



관상어가 좁은 공간에서 2~3개월 양성해 고가에  
판매 가능한 고부가가치 산업으로 알려지면서,  
관상어 사업이 양식업의 블루칩으로 떠오르고 있다.

**‘관상어 사업’ 조금은 생소한 느낌이 드는데요, 어떤 계기로 사업을 시작하게 되었나요.**— 어느 날 수족관 운영 경험이 있던 참여주민 한 분이 관상어사업을 제안 하셨어요.

처음 제안을 받았을 때는 애완동물을 키워본 경험도 없고, 잘 모르는 분야라 청계천에서 금붕어, 구피를 사다가 작은 어항에서 키워봤어요. 그런데 열대어를 키우다보니 정서적으로 많이 위안을 받게 되는 변화가 생기더라고요(웃음). 그러면서 아, 이거 사업성이 있겠다 싶어서 2014년 3월부터 본격적으로 사업을 준비하게 되었습니다.

**그럼 본격적인 사업을 준비한 지 한 1년 정도 지난 상태인데, 현재는 어느정도 진행 중인가요.**— 2014년 3월부터 12월까지는 초기 사업을 제안했던 분, 대형마트에서 수족관을 관리했던 분, 실장인 저까지 3명이 프로젝트 팀을 구성하여 시장조사도 하고, 관리도 하면서 세부적인 사업을 구상했습니다.

그 사이 LH공사에서 지하상가를 저렴하게 임대받아 약 200마리의 관상어를 키우게 되었고, 17명의 주민 분들이 함께 참여하여 각 어항마다 담당자를 지정, 스스로 내부규칙을 정해 물고기 구입, 번식, 청소 등의 관리를 하고 있는 중이에요. 또한 양어장 방문, 관련 교육, 행사 등에 적극적으로 참여하며 참여주민도, 저도 열심히 배우고 있는 중입니다.

**사업규모가 많이 커졌네요. 사업을 하다보면 비즈니스 모델을 고려하지 않을 수 없는데요. 어떻게 비즈니스 모델을 만들어나갈 계획이신지요.**— 저희는 크게 세 가지를 계획하고 있어요. 첫 번째는

점점 없어지는 동네 수족관을 다시 복원하고, 쉽게 물 생활을 접할 수 있다는 것을 지역주민 분들에게 홍보하고, 일반인 대상으로 한 판매 및 체험을 계획하고 있습니다. 두 번째는 지역 내 장애인주간보호시설 등 사회복지시설에 어항을 만들고 체험할 수 있는 프로그램을 보급하여 동물매개치료 형식의 정서안정에 도움이 될 수 있도록 하는 것이고요, 세 번째는 공공기관에 어항을 설치하여 기관의 이미지 개선과 어항관리를 참여자분들이 하며 이미지를 높여나가는 계기를 마련하고자 합니다.



**그렇다면 이것을 위한 앞으로의 계획이 궁금 합니다. 알려주실 수 있을까요.**—

지금은 지하에서 물고기를 양어장 개념으로 키우고 있는데, 올해 9월에는 건물 2층에 매장을 오픈하여 관상어를 판매할 계획을 가지고 있습니다. 즉, 양어장과 판매를 동시에 하는 것이죠. 현재 경기대학교 재능기부로 디자인을 개발하고 있는데, 6월에 디자인이 나오면 간판, 홍보물에 통일된 디자인을 입히고자 합니다. 또한 홈페이지나 블로그를 만들어 본격적인 영업도 진행해 나가고 관상어자격증 취득도 준비할 계획입니다. 그렇게 된다면 내부적으로 교육팀, 매장관리팀, 영업팀 등 팀도 나뉘야겠지요.

특히, 센터에 목공사업단이 있는데 목공사업단에서 어항대를 만들어 세트로 함께 파는 것을 고려하고 있습니다. 이렇게 된다면 부가가치를 높일 수 있으리라 생각 됩니다.

**만약, 이 글을 읽고 다른 자활센터에서 관상어 사업을 진행한다면 어떤 점을 고려하는 것이 좋을지 참고 될 만한 이야기를 부탁드립니다.**—

사업을 시작하기 전에 기관에서 인테리어 비용으로 쓸 수 있는 예산을 확인하여, 실무자가 쉽게 키울 수 있는 물고기를 먼저 키워보며 연습 해보면 어떨까 싶어요. 또한 참여자 한두 명을 어항에 배치하여 함께 과정을 공유하면서, 준비기간을 최소 6개월 이상 갖는 것이 필요할 것 같습니다.

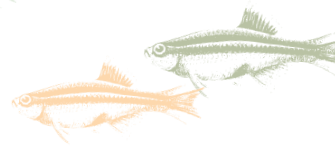
현재 자활사업에서 아이템 고민을 많이 하고 있는데, 수족관 사업의 경우 1년 내내 할 수 있고 참여주민 분들에게 크게 부담되지 않는 사업이라 충분한 사업성이 있어 보입니다. 또한 게이트웨이에서 원예치료 등을 하면서 정서함양을 하고 있는데, 수족관을 활용해 보는 것도 어떨까 싶습니다. 

글·사진 | 한보라



평택지역자활센터는 2001년 7월에 설립되어 '우리는 지역사회와 함께 가난한 주민이 스스로 살아갈 수 있는 힘을 키울 수 있도록 노력한다'는 사명을 갖고 8명의 직원들이 함께 일하고 있습니다.

<http://ptjahwal.or.kr> ☎031-658-4788



#### 추천해주세요!

'우리 기업을 소개합니다' 코너를 통해 소개하고 싶은 자활기업은 자활임기 담당자에게 연락주세요. ☎ 02-3415-6933

# 저소득층과 신빈곤층의 자활을 위한 다양한 주거지원사업 활용하기

경제활동이 불안정하거나 소득이 줄어들면 주거비용에 대한 부담이 커지고 전세살이는 더 팍팍해지게 마련이다.

그래서 저소득층에게 가장 절실한 지원과 복지 중 하나는 '마음 편히 살 집'을 제공하는 것이다.

저소득층이 저렴하게 살 수 있는 주택 상품이나 지원제도는 어떤 것이 있을까?

## 저렴한 임대료로 장기간 거주할 수 있는 영구임대주택

기초생활수급자 등과 같은 저소득층을 위해 정부가 공급하는 주택으로 정부가 재정적으로 보조하고 시세보다 저렴한 임대료로 거주할 수 있다. 기초생활수급자를 비롯해 국가유공자나 그 유족, 보호대상 한부모가족, 장애인 등이 입주할 수 있다. 노부모를 모신 저소득층이나 아동복지시설에서 퇴소하는 경우에도 입주자격을 받을 수 있다. 입주자를 모집하는 주택에 따라 전년도 도시근로자 가구당 월평균 소득의 50%이하인 세대도 입주 대상이 될 수 있으나 입주자격 조건에 따라 순서대로 배정되므로 주택별로 영구임대주택 입주자격을 확인해야 한다.

전용면적 36㎡ 이하로 작은 주택이지만 입주자격이 유지되면 2년 단위로 계약을 갱신하면서 장기간 임대 거주가 가능하다. 첫 계약 시임대료는 시세의 30% 수준이다.

## 월평균소득 70% 이하인 무주택 세대라면 국민임대주택

소득이 낮은 무주택 세대에게 공급되는 국민임대주택도 있다. 소득 1~4분위의 저소득 계층에게 입주자격이 주어지며 정부 재정과 국민주택기금의 지원을 받는다. 한국토지주택공사나 지방공사, 지방자치단체가 공급하며 분양전환은 되지 않지만 30년간 저렴한 월세로 거주할 수 있다. 시세의 최대 50% 수준까지 저렴하게 제공된다.

전용면적 60㎡이하의 국민임대주택은 전년도 도시근로자 가구당 월평균 소득의 70% 이하인 경우 입주할 수 있다. 소득 이외에 자산 기준도 다소 까다롭다. 주택은 없지만 토지 등 기타 부동산 자산이 1억 2600만 원을 초과하면 안 된다. 자동차를 소유한 경우 2489만 원 이하여야 한다. 기본적으로 해당 국민임대주택이 속한 지역에 거주하면 입주하는데 유리하다.

## 저소득층과 서민, 신빈곤층의 자활을 돕는 다양한 주거복지사업

도심의 최저소득계층이 외곽으로 밀려나지 않고 현재 수입으로도 거주할 수 있도록 다가구주택을 매입해서 싸게 재임대한다. 기초생활수급자나 한부모가족, 장애인, 월평균 소득 50% 이하 등 긴급지원 대상자가 대상이며 해당 구청 등에 입주를 신청하면 내가 대신 집주인과 임대차계약을 맺고 입주할 수 있게 지원한다. 일부 주택은 전세로 빌려서 임대해줄 수도 있다. 수도권은 최고 8000만 원까지 전세금이 지원된다. 입주할 경우 전세금의 5%만 보증금으로 내고 나머지 잔액의 연 2% 이내에서 월세를 나눠내면 된다.

긴급복지지원법에 따라 주거지원이 필요하다고 인정 받은 경우에도 매입임대나 전세임대를 지원 받을 수 있다. 입주자격이 충족되면 총 9회까지 2년 단위로 재계약이 가능해 최대 20년까지 거주할 수 있다. 수도권에 전세 5000만 원짜리 주택이라면 보증금 250만 원에 월세는 8만 원 수준이다. 

글 | 김규정 우리투자증권 연구원

### 주거지원사업 종류와 대상조건

#### 영구임대주택

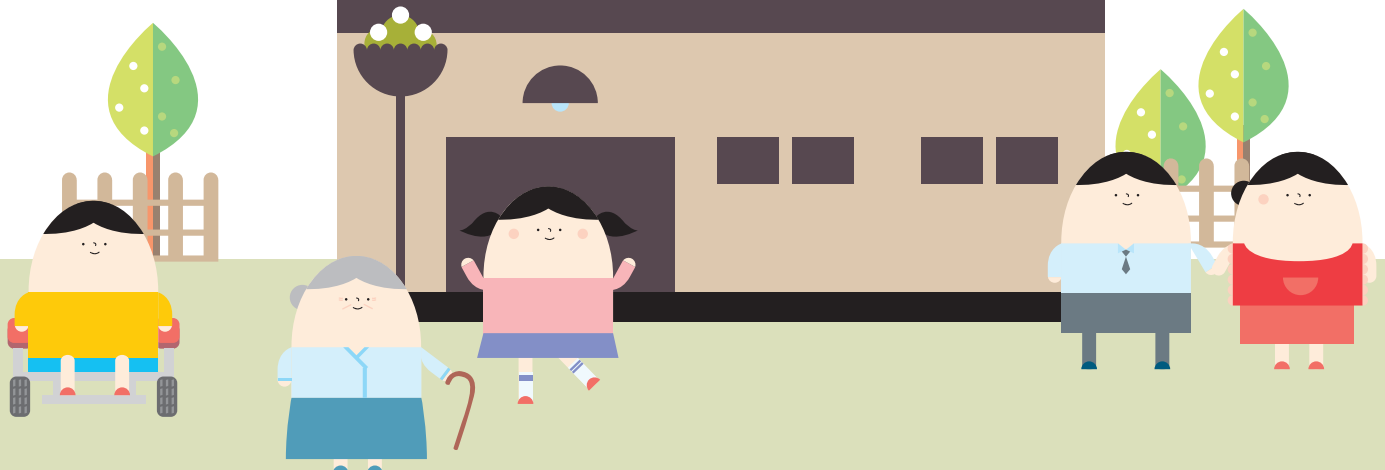
- **전용면적** 전용면적 26.34㎡~42.68㎡규모의 주택
- **대상조건** 기초생활수급자를 비롯해 국가유공자나 그 유족, 보호대상 한부모가족, 장애인 노부모를 모신 저소득층이나 아동복지시설 퇴소자

#### 국민임대주택

- **전용면적** 전용면적 26.34㎡~42.68㎡규모의 주택
- **대상조건** 소득 1~4분위의 저소득 계층
  - 전용면적 60㎡이하 전년도 도시근로자 가구당 월평균 소득의 70% 이하
  - 전용면적 50㎡미만 월평균 소득이 50% 이하인 세대
  - 전용면적 50㎡~60㎡ 청약저축 납입횟수에 따라 입주 순서가 결정

#### 다기구주택 재임대

- **대상조건** 기초생활수급자나 한부모가족, 장애인, 월평균 소득 50% 이하 등 긴급지원 대상자





용기는 작지만 큰 힘을 가집니다.

# 알고 보면 어렵지 않아요! 자주 묻는 질문 Q&A

‘자활’과 ‘재활’은 같은 것 아닌가요?



Q

많은 분들이 혼동하시는데, 자활과 재활은 다릅니다. 자활(自活)은 ‘자기 스스로의 힘으로 살아간다’는 말로 어려움에 처해 있는 사람에게 고기를 잡아 주기보다는 낚시하는 방법과 도구를 지원하여 근본적인 변화를 주는 것을 말합니다. 즉, 실직상태나 불안정한 생계수단을 가진 분들에게 취업 혹은 창업기회를 제공하여 일을 통한 자립으로 이어지도록 하는 과정입니다. 반면, 재활(再活)은 ‘신체적·정신적 장애를 극복하여 생활한다’는 말로 기능 회복 및 유지를 위한 운동, 작업, 언어치료 등을 실시하는 것을 말합니다.

자활사업 프로그램은 무엇이 있나요?



Q

자활 프로그램은 크게 자활근로사업, 자활기업 및 창업지원사업, 희망리본 및 취업지원사업, 자활촉진 프로그램이 있습니다. 먼저 자활근로사업은 자활기반을 조성하기 위해 자활능력과 사업유형을 고려하여 지역에 맞는 사업을 추진(3년간)하는 것을 말하며, 일정조건을 충족하는 구성원이 모여 조합 또는 공동사업자 형태로 만든 자활기업, 그리고 창업 및 취업지원이 있습니다. 또한 자활장려금, 희망키움통장 I/II, 내일키움통장 등의 자활을 촉진하기 위한 프로그램이 있습니다.

자활센터에서는 무슨 일을 하나요?



Q

전국에 자활을 지원하기 위해 중앙자활센터, 광역자활센터, 지역자활센터가 있습니다. 자활센터는 기초생활수급자, 차상위자 등 저소득 취약계층에게 집중적, 체계적인 자활 프로그램을 제공하여 자활의욕을 높이고, 자립능력을 향상을 지원하는 역할을 수행합니다.

자활사업에 참여하는 방법은 어떻게 되나요?

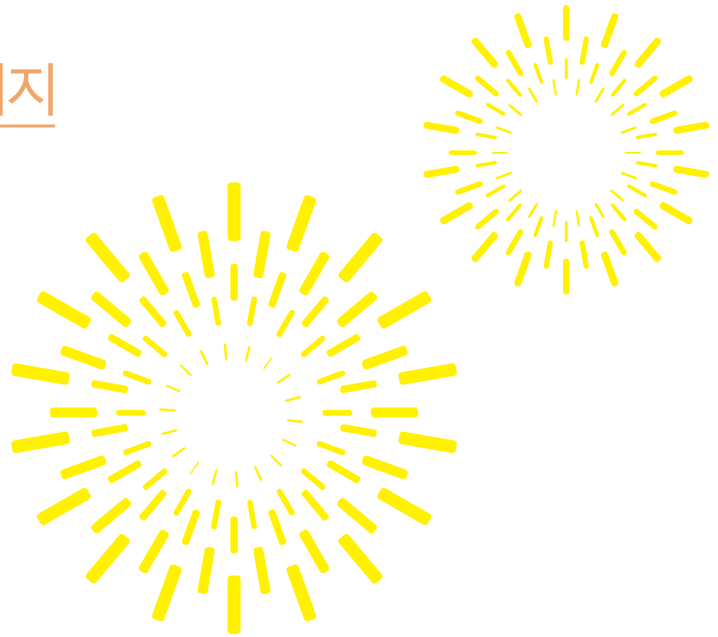


Q

자활사업 참여를 위해서는 일정한 요건을 충족해야 합니다. 지역 내 가까운 주민자치센터를 먼저 방문하여 자활담당자와 상담하신 후 신청을 하고, 자산조사 및 근로능력 평가를 받아 참여하실 수 있습니다.

# 세상을 밝히는 따뜻한 에너지

## 중앙자활센터와 포스코 에너지가 에너지 빈곤층의 따스하고 안전한 공간을 함께 만들어 갑니다.



7, 8월이 되면 폭폭 찢는 무더위, 본격적인 장마가 시작된다.  
올해 무더위를 잘 이겨낼 수 있을지, 혹시 비가 새지는 않을까... 염려 되신다고요?  
중앙자활센터는 2014년부터 포스코 에너지와 협력하여  
취약 사회복지시설 및 저소득 가구의 에너지효율 개선을 지원하고 있습니다.



지원이 필요한 시설 및 가구는 많은 관심 가져 주시길 바랍니다.

### 따스하고 안전한 공간을

노후 주택이나 복지시설에 에너지 효율을 높이는 시공을 통해 에너지 비용을 절감하고, CO2절감에 기여하고 있습니다. 또한 자활기업을 통해 시공을 실시하여 저소득 계층의 안정적인 일자리 창출을 돕고 있습니다.

- 에너지비용 절감액 : 14,270,774원/年
- 생활안전 강화 : 노후된 전기, 가스설비 점검, 화재감지기 설치 등 생활안전 강화
- 일자리 창출 : 시공 과정의 간접 일자리 창출(90명)

### 친환경 에너지 보급으로 깨끗한 에너지를

사회복지 시설에 태양광 설비를 지원하여 전기료를 절감하고, 환경을 보호하는데 앞장서고 있습니다.

- 에너지비용 절감액 : 1,147,440원/年
- CO<sub>2</sub>절감량 : 5,176kg

### 지역사회와 함께 행복 찾기를

벽화로 탄생하는 아름다운 마을, 지역의 마을 경관을 깨끗하게 개선하여 보다 살기좋은 마을을 만드는데 동참하고 있습니다.

# Beyond Energy, Better Life



## 에너지로 하나되는 세상 그 중심에 포스코에너지가 있습니다

포스코에너지는 발전, 연료전지, 신재생에너지  
사업을 추진하는 종합에너지기업입니다.

포스코에너지의 열정은 석탄화력발전소 건설과  
해외시장 개척 등 또 다른 도전을 만들어 가고 있습니다.

꿈과 도전의 에너지로 더 나은 세상을 만드는 기업,  
포스코에너지.



**발전** 안정적 전력공급의 주역인  
LNG복합발전소와 제철소의 부생가스를  
활용한 부생가스복합발전소 운영



**연료전지** 수소기반의 고효율  
친환경 발전설비인 연료전지사업을  
통해 친환경에너지 사업 선도



**신재생에너지** 태양광과 풍력은  
물론 생활폐기물, 하수열 등  
폐자원을 활용한 자원순환 사업 추진



전 희망을 되찾았습니다.  
이제 다시는 내 인생에 없을 것만 같았던 희망을 이곳에서 되찾았습니다.  
전 지금의 제 모습에 만족하지 않습니다.  
아직 제가 꿈꾸는 저의 모습이 아니기 때문입니다.

제 희망의 크기는 아직도 더 높고 넓게 부풀어가고 있습니다.  
여기서 주저하지 않겠습니다.  
더 높이 날기 위해 노력할 것입니다.  
이런 모습이 세상을 살아가는 사람들의 모습이니까요.

저도 이제 세상 사람들 속으로 뛰어들어  
그 안에서 스스로 일어서게 될 것입니다.

(중략)

자활성공수기 중에서



중앙자활센터