

학여름의 더위를 가셔주는 물의 기적



폭염이 계속되는 요즘 사람들이 즐겨 찾는 곳은 각지의 물놀이장과 해수욕장이다. 평양의 문수지구에 위치한 문수물놀이장도 찾아오는 사람들로 매일같이 흥성이고있다. 황홀한 물의 세계에서 달아오른 몸을 한껏 식혀 줄거운 시간을 보내는 사람들의 모습은 볼수록 장관이다. 이곳 문수물놀이장에서 제일 이체를 떠는것은 급강하물미끄럼대이다. 보기에도 아찔한 높이에 서 거의 수직으로 쏜살같이 미끄러지는 그 순간의 쾌감을 맛보고져 젊은이들이 제일먼저 나선다. 물미끄럼대를 타고 미끄러져내리는 사람들의 모습은 마치 칠색무지개를 타고 내리는 선남, 선녀들을 보는것같다. 한쪽에서는 술한 사람들이 조

약대에서 물속으로 뛰어내리는 사람들을 보며 기쁨의 탄성을 연속 터친다. 동화세계를 방불케 하는 아동물원에서 아이들 물놀이를 하느라 여념이 없다. 즐겁고 유쾌하게 좋아라 웃고 떠드는 아이들의 모습은 지도 모르게 동심세계에 이끌려간다. 곳곳에 꾸려진 휴식터들에서는 사람들이 휴식도 하고 담소도 나누며 즐거운 시간을 보내고있다. 한편 배구장에서는 물놀이장에서 구면친구가 된 사람들이 배구경기에 열을 올리고있다. 배구경기도 불만하지만 그보다 사람들의 시선을 끄는것은 대담성과 용감성을 보여주는 벼랑기이다. 가파로운 벼랑을 오르던 처녀가 더 이상 오르지 못했는

지 포기하려다가 옆에서 기세 좋게 오르는 사람을 보고는 부끄러운지 다시 돌아오른다. 누가 더 오래 서있는가 경쟁이 나 하듯 쉬임없이 팽팡 쏟아져내리는 더수를 맞으며 서있는 사람들의 모습은 보는 사람들로 하여금 자기들도 한시바빠 그속으로 뛰어들고싶은 충동을 불러일으킨다. 백사장인양 기세를 치며 끊임없이 밀려드는 푸른 파도에 몸을 싣고 시간가는줄 모르는 사람들의 즐거운 모습 역시 마음이 절로 흥겨워지게 한다. 한여름의 무더위가 기세를 부려도 이곳 물놀이장에서는 사람들이 더위를 모르고 기쁨과 랑만의 웃음을 한껏 터치고있다. 글 본사기자 리철민 사진 본사기자 심용석



맛 좋고 질 좋은 젖제품을 더 많이 생산



공화국의 젖제품생산 및 생산단위에서 맛 좋고 영양가 높은 젖제품들을 더 많이 생산하여 어린이들에게 공급하기 위한 사업을 적극적으로 밀고나가고있다.

올해에도 함경북도와 함경남도, 량강도와 개성시를 비롯한 여러 지역에서는 염소와 젖소목장건설 및 능력확장사업이 돌이 크게 전개되었다. 이와 함께 염소방목에 의한 풀관리시설을 선정하고 방목지면적을 전량성있게 넓히고있다. 평양시에서는 400여동의 염소우리와 염소축종장건설이 마감단계에서 진척되고있으며 구별축산농장을 비롯한 축산단위들의 경험은 일반화하여 염소의 사양관리를 과학화

고 젖가루생산기술을 발전시키기 위한 사업이 활발히 전개됨으로써 지난해 같은 시기에 비하여 젖가루생산량을 1.5배로 장성시켰다. 또한 평양시락아소유치원 물자공급관리소에서는 탁아소와 유치원어린이들은 물론 병원에 입원한 어린이들을 위해서도 우유공급을 책임적으로 정상화해나가고있다. 지금 각지의 젖제품생산단위에서는 젖제품생산을 활성화하고 생산토대를 튼튼히 갖추기 위한 사업을 계속 힘있게 벌려나가고있다. 본사기자

생태환경보호사업에 힘을 넣어

평양시안의 원림부문에서 지피식물들을 원림복화조성에 효과적으로 리용하는 사업을 계획적으로 내밀고있다. 평양지피식물연구소에서는 관상적 가치가 높으면서도 환경보호에 좋은 여러 종류의 지피식물들을 육종도입하기 위해 분발해나갔다. 여러곳에서 원림복화사업을 활발히 벌려나가는것과 동시에 수종이 좋은 나무들

을 심고있으며 비탈면이나 도로주변을 비롯한 생명이 드러난 부분에는 잔디풀복사와 같은 여러가지 지피식물을 적극적으로 심고있다. 지피식물을 널리 퍼치자면 빨리 번식시키는것이 매우 중요하다. 생명을 덮는 능력이 강한 지피식물에 대한 연구를 심화시키고있는 이곳 연구소에서는 영양제와 번식방법을 확립하는것과 함께 여러가지 토양조건과 기후조건에서 빨리 자라는 재배방법을 찾아내는데도 큰 힘을 넣고있다. 본사기자

잔디풀복사를 비롯한 여러가지 지피식물들을 많이 심는것이 거리와 마을을 아름답게 번모시키는 중요한 사업이라는것을 명심하고 생태환경을 보다 문화적으로 꾸러가고있다. 이곳에서는 구역안의 생명이 드러난 곳을 충분히 료해하고 이런 곳에 잔디풀복사를 비롯한 지피식물들을 많이 심고있다. 또한 지피식물을 퍼치는데 따라 노소비료를 배합한 영양액을 주고 수분보충도 해주면서 훌륭한 생육을 보장하고있다. 본사기자

사화 기와 굽기 풍습 (2) 글 진철호, 그림 리성일

그래서 아버지는 처음에는 이집저집 찾아다니며 밥을 빌다가 좀더 커서는 품을 팔아 입에 풀칠을 하였다. 그후 밭갈이는대로 함흥으로 들어온 아버지는 나무장사를 하였는데 바로 향교마을 백부자네 집에서 종살이를 하던 처녀와 알게 되었고 그와 정을 나누었다. 그 사실을 알게 된 백부자는 고된 일로 잔뼈가 굳어 그 어떤 일든 막힘없는 아버지를 탐내었다. 백부자는 아버지에게 자기 집에 들어와 5년을 일해주면 기와집도 한채 마련해주고 종살이를 면하게 해줄테니 그 처녀와 살라고 하였다. 그 처녀와 함께 살수만 있다면 무엇을 마다하랴. 아버지는 너무 기뻐 백부자의 요구를 달게 받아들였다. 그러나 그것이 얼마나 비싼 대가를 치르어야 하는지는 그때 아버지로서는 생각도 못하였다. 백부자네 집에서의 교역살이란 이름 말할수 없었다. 아버지는 날마다 꼭두새벽에 일어나 소여물을 훑어내어 일부터 시작하여 밤늦게까지 일해야 했는데 혼자서 여섯까지의 밥을 말아 농사를 지으면서 또 백부자네 집의 밭

감을 몽땅 갈당해야 하였다. 어느 하루도 지어는 설날에조차 아버지는 일수 없었다. 그렇게 다섯해를 죽도록 일 해주었으나 백부자는 수관을 핑기더니 다섯해기간 번 돈은 얼마인데 그동안 먹고 입은게 얼마이고 종살이처녀가 빚진 돈이 아직 얼마가 남았으니 몇해 더 일해야겠다고 울러댔다. 억울하였지만 아버지는 울며 겨자먹기로 또 3년을 허리가 휘도록 일하지 않으면 안되었다. 아버지가 몇해 더 일해준 대가로 백부자가 내준것은 기와집은커녕 낡은 헛간을 헐어낸 채목 아닌 채목 뿐이었다. 백부자는 또다시 수관을 핑기고나서 아버지가 번 돈으로는 처녀가 진 빚돈도 안된다고 그나마 채목을 받게 과남한줄 알라고 호통쳤다. 아버지는 울분을 참을수밖에 없었다. 그리고 바라던 처녀와 함께 살수 있게 되어서 보더 말한줄 들어서 품을 제대로 운신할수 없는 처녀를 놓고 백부자와 시비를 가를수 없어서였다. 백부자네 집을 등지고 나온 아버지는 향교마을의 한 쪽가녁에 집터를 잡았다. 동

고 썩어버린 이 집의 결에다 번듯한 기와집을 일떠세우는것은 아버지의 원한서린 마음을 풀어드리는 일이자 자식을 위한 일이기도 하였다. 집이야말로 한당대만이 아닌 자손대대로 물려지는 재산이니 부모라면 누구나 좋은 집을 마련하려 전심하는 것이다. 안데로 시아버지의 유언을 지켜드려주고 집짓는 일에 발벗고나섰다. 허나 막상 집짓는 일을 벌려놓으니 교양이가 소개가리



자한데 속은걸 생각하면 이가 걸린다.》라고 말할 때마다 아버지는 주먹을 부들부들 떨곤 하였다. 오죽 기와집이 가슴에 맺혔으면 백부자 같은 양반부자들이 배아파하게 기와집을 지으라는 유언을 남겼겠는가. 아마 아버지는 10년만 젊었다면 기와집을 짓는 일을 벌려놓았을 것이다. 기둥이며 들보들이 다 고사

그러니 집을 한채 짓는데 소용되는 목재를 해오는데만 도 술한 품을 비쳐야 했다. 그보다 더 골치거리리는 기와였다. 재목같은 그래도 제힘으로 찍어오면 되지만 기와만은 돈으로 사야 했다. 지붕을 치우자면 무려 몇천장의 기와가 드는데 그걸 다 사자면 엄청난 돈이 있어야 했다. 기와집을 짓는다면 달라붙은지 몇달만에 흉달은 두손을 들고 나앉았다. 생활이 넉넉치 못한 처지에서 기와집을 지으러다가는 굶어죽을수 있었다. 아, 이해서 생각과 행동이 다르다고 하는거로구나. 기와집은 그야말로 그림의 떡이었다. ... 잠자리에 누운 흉달이 몸을 이리 뒤척이 저리 뒤척이하며 피로와하는데 안해가 근심조로 물었다. 《복근이 아버지! 아직도 자지 않수?》 《아, 왜 그런지 잠이 통오질 않는구만.》 《하긴 그렇겠지요. 이 집이 언제 무너질줄도 모르는데 속수무책이니...》

흉달은 그 말에 맥이 빠져 구들이 꺼지게 한숨을 내쉬었다. ... 봄이 가고 여름도 지나 추석이 왔다. 남들처럼 바질세라 성의껏 음식을 차려가지고 아버지의 묘에 이른 흉달의 마음은 무겁기 그지없었다. 아버지의 산소를 마주하고 보니 기와집이 떠오르면서 저절로 고개가 숙여졌다.

여름철 건강관리상식

여름철 건강관리상식

- 식초: 날씨가 매우 무덥고 땀이 많이 나는 여름철에 식초를 섭취하면 위산의 농도를 높여 음식물의 소화흡수를 도모하고 입맛을 돋굴수 있다.
- 도마도국: 여름철에 도마도국을 먹으면 영양분과 함께 수분도 보충할수 있어 일기량 등으로 된다. 도마도국에 들어있는 리코펜은 전위선암을 예방하고 심장을 보호하는 기능을 수행하므로 특히 남자들이 많이 먹으면 좋다.
- 더운 차: 여름철에는 음료를 많이 마실수 없다. 그러나 우선적으로 골라야 할것은 찬 음료나 맥주, 커피가 아니라 일 반적인 더운 차이다. 차일에
- 수영: 수영은 손과 발, 허리, 배를 단련시킬뿐 아니라 심장, 뇌, 폐, 간 등에도 효과가 있다. 특히 혈관에 매우 유익한 것으로 하여 《혈관제초》라고도 불려온다.
- 부채: 부채를 흔드는것은 일종의 운동으로서 팔을 단련하는 과정으로 된다. 이와 함께 부채로 얻어지는 바람은 인체에 제일 적합한 바람이다.
- 규칙적인 기상 및 취침 시간: 여름철에는 늦게 잠자리에 들고 일찍 일어나는 것이 이상적이다. 여름철에 제일 적합한 취침시간은 22시 30분~23시 30분. 기상시간은 5시 30분~6시 30분 사이이다. 점심시간점이나 식사후에 꼭잠을 잠으로써 부추되는 잠을 보충해야 한다.