



뭇골골목시장 “50년 전통 옛 명성 되살린다”

추억이 흐르고 정이 넘치는 전통시장을 가다

뭇골골목시장은 남구에서는 전통 있는 명물시장이다.

자연부락이 형성되면서 5일장으로 시작되어 현재 50여년의 역사를 자랑한다. 경제성장이 한창이던 7~80년대에는 전국적으로도 명성이 자자했다고, 의류, 생활필수품 등을 서울에서 직접 가져와 팔았는데 물건값을 의상으로 줄 정도였더니 미루어 짐작할 수 있다.

뭇골골목시장의 정식명칭은 대연뭇골골목시장. 등록번호 147계 점포를 포함 약 200여개가 성업 중이다. 2010년 1월 15일 인증시장으로 선정되면서 상인회도 함께 등록되었다.

뭇골골목시장은 대연시장과는 구분이 되지만 생활권을 공유하며 더불어 발전해 왔다.

동원아파트 앞 신도불이 뽕밭집에서 경림유통까지가 뭇골골목시장에 포함된다.

대형마트에서 구할 수 없는 물건을 뭇골골목시장에 오면 살 수 있을 정도로 다양한 상품을 구비하고 있다.

접근성 뛰어나 손님 급증

무엇보다 동네의 중심지에 자리 잡고 있어 접근성이 용이한 것이 큰 자랑거리다.

설 대목이 다가오는 탓인지 도로 양옆의 크고 작은 점포들은 저마다의 취급상품들을 풍성하게 준비해놓고 손님들을 기다리고 있다.

현재상회는 참기름, 고추, 개량메주, 미숫가루 등을 주로 취급하는데 각종 강정을 직접 만드느라 분주한 모습이다. 30년째 가게를 지키고 있다는 황귀성·강명희씨 부부는 “설이 다 돼가서 그런지 강정 주문량이 많이 늘었다.”며 능숙한 솜씨로 강정 만들기에 여념이 없다. 바쁜 와중에도 맛보라며 한 움큼 집어준다. 바삭하고 고소한 맛이 일품이다.

뭇골골목시장은 상회를 가진 가게에는 조기, 도미 등 제수용 생선을 비롯해 동태, 고등어 등 보기에도 싱싱한 생선들이 진열돼 있다. 요즘 장사가 잘 되나고 문자 주대석 시장은 “주로 단골손님이 많다. 생물고등어 한 마리가 만원 정도한다. 하늘 높은 줄 모르고 치솟는 물가가 정말 걱정이다.”고 파란색 셔츠의 삶을 대변한다.

신선식품만 취급 ‘인기’

김육남(여)씨가 운영하는 잡곡점에는 국내산 들보리며 참보리, 도라지, 생강 등이 울방울방울 펼쳐져 있다.

다양한 고객으로 신선한 과일을 취급하는 대연과일마트. 한영춘 사장은 굴, 사과, 딸기 등이 가장 인기 있는 품목이라며 딸기는 비싸지만 맛이 좋아 잘 팔린다고 한다. 보기만 해도 먹음직스런 다양한 과일들이 눈길을 사로잡는다.

각종 강정, 참기름, 청국장, 즉석

두부에 족발까지 취급하는 ‘내고향 즉석두부’집에서는 김이 쫄쫄 나는 족발을 구입하기 위해 사람들이 줄을 서고 여자들의 칼놀림이 바쁘게 돌아다닌다. 크로커다일(주)던필드대연점도 있고 여성계주일 앤글라인, BYC 쌍방울 보디가드속옷매장도 눈에 띈다. 다양한 품목에 가격이 저렴해 주민들이 애용한다.

정승만골목시장은 10년 넘게 지켜오고 있다는 어르신은 정승에서 농사를 짓고 있는 큰집에서 쌀, 잡곡, 과일, 채소 등을 직접 가져와서 팔고 있다. 그래서 그런지 시금치 하나도 예사로 보이지 않는다. “장보고과일보고”라는 과일가게 간판 등 통통 튀는 이름이 눈길을 끈다.

파리바게뜨도 있고 통신사, 커피숍 등 없는 게 없을 정도다.

생활의 끈 이어주다

생활에 필요한 필수품은 빠짐없이 구비되어 있지만 특화상품이 없다는 단점이 있다.

뭇골골목시장에서 파는 생선, 야채, 과일들은 냉장고에 들어가지 않은 신선식품만을 취급한다. 그날그날 새벽시장에서 가져와 그날 소진하는 것을 원칙으로 한다. 싱싱하고 값이 싼 마음에 드는 물건을 가격대에 맞게 구입할 수 있는 곳. 옛 상인들의 숨결과 손길을 느끼며 용기와 활력을 얻고 서로 힘차게 살아가는 모습을 보며 생활의 끈을 이어주는 곳이 바로 이곳, 뭇골골목시장이다.

뭇골골목시장에서 흥림장식을 운영하고 있는 박기홍 변영희정(구의원)은 이전의 명성을 되찾기 위해



30년째 강정 만들고 있는 형제상회 황귀성씨.



신선한 과일로 유명한 대연과일마트의 한 영춘씨 부부.



크로커다일(주)던필드대연점 매점 부부.



즉석에서 족발을 판매하고 있는 내고향 즉석두부.

동분서주하고 있다. 리모델링을 위한 연구 용역의 결과 화장실·주차장 문제, 카드사용, 도로정결유지가 불편한 점으로 나타났다.

주차장 확보 등 변화 모색

올해 25억 8천만 원의 예산을 확보해 주차장 부지를 확보하고 내년 예산 10억을 요청 2012년 완공을 예정이다.

60면 정도의 주차장에 화장실, 편의점, 어린이 놀이방, 주부들을 위한 만남의 장소 등 편의시설을 마련하고 카트기, 물건보관대 등 불편을 최소화하기 위한 방안 마련에 힘쓰고 있다.

즉구공사를 통해 하수구를 정비하고 도로포장까지 깨끗하게 할 계획이다. 아쉽지만 도로 때문에 아예 설치하는 불가한 형편이다.

박 회장에 따르면 지역경제와 녹지

설 제수용품 구입은 전통시장에서

저렴하고 품질 좋은 농수산물 다량 확보

“다가오는 설에는 저렴하고 품질 좋은 농수산물을 판매하는 전통시장에서 마련하세요”

우리 민족 고유의 명절인 설을 맞아 남구지역 전통시장 상인들이 설 제수용품 특수를 겨냥해 싱싱하고 값싼 농수산물을 다량 확보하고 판매에 나섰다.

용호시장은 깔끔하고 위생적인 시설을 갖추고 생선매장에 제수용 생선을 저렴한 가격에 판매하고 있다. 지난해와 같이 상인들은 국산쌀로 만든 전통 한과와 강정을 직접 만들어 판매하고 있으며 산지에서 직접 가져온 싱싱한 채소를 팔고 있다.

대연시장과 뭇골골목시장은 상가 변형회를 중심으로 원산지 표시가 된 참깨와 사과, 배 등 제수용품을 선보이고 있다.

이밖에도 동성하이타운상가와 용호골목시장, 남광골목시장, 우암골목시장 등 남구의 크고 작은 전통시장 역시 인적이 넘쳐나는 전통시장의 장점을 최대한 살린 판매 전략을 세우고 소비자들을 맞고 있다.

■ 남구의 전통시장

지 역	시장 이름
대연지역	동성하이타운상가, 대연시장, 대연삼익상가, 신정시장, 뭇골골목시장, 대연중앙시장
용호지역	용호삼성시장, 용호시장, 용호골목시장
감만지역	새강만종합시장, 감만노동골목시장, 남광골목시장
우암지역	우암골목시장
문현지역	문현새시장

전통시장 온누리상품권 이용을

3%할인 판매 전국 800여 곳 사용 가능

부산은 물론 전국의 전통시장에서 사용할 수 있는 전통시장 온누리상품권이 판매되고 있다.

상품권은 부산지역 전통시장 118 곳을 비롯해 전국 800여 가맹 전통시장에서 사용할 수 있으며 5천원권과 1만원권 두 종류가 있다.

상품권은 부산은행이나 지역 새마

금고에서 구입할 수 있으며 개인이 현금으로 구매할 경우 3%할인혜택이 주어진다.

지역경제 활성화를 위해 발행되고 있는 전통시장 상품권은 설을 앞둔 지난 17일부터 발행되기 시작했으며 다음달 4일까지 20일간 판매된다.

남구생활체육회 교실에 참여바랍니다

교실	요일	시간	수업장소	수업기간
배드민턴교실	월~금	18:00~20:00	용호종합학교	3. 01~4. 30
태극권교실(초급)	화·목	11:00~12:30	나이스당구장(용호1동 소재)	3. 01~4. 30
태극권교실	월~금	10:00~11:00	용호종합사회복지관	4. 01~5. 31
다문화후포요가교실	화	11:00~12:00	용호3동 소재	4. 01~4. 30
수영	A반	12:00~12:50	용호레포츠(용호3동 소재)	2. 01~2. 28
	B반	13:00~13:50		
	C반	14:00~14:50		
	D반	12:00~12:50		
	E반	13:00~13:50		
	F반	12:00~12:50		
	G반	13:00~13:50		
탁구	A반	10:00~11:30	유연탁구장(유연로터리)	
	B반	11:30~13:00		
테니스	초급	09:30~11:00	백운포테니스장(용호동 버스종점)	
	중급	11:00~12:30		
요가	A반	09:00~10:00	남구생활체육회교육관(대연6동 소재) ⇨ 바카스호프점 2층	2. 01~2. 28
	B반	10:00~11:00		
	C반	11:00~12:00		
	D반	15:00~16:00		
	E반	09:30~10:30		
	F반	11:00~12:00		
	저녁반	18:30~19:30		
골프	A반	09:00~10:30	대연골프클럽(대연4동 유연로터리소재)	
	B반	10:30~12:00		
	C반	13:00~14:30		
	D반	19:00~20:30		
볼링	월·수·금	10:30~12:00	우암볼링장(문현1동 소재)	

* 접수처 : 남구생활체육회 ☎ 644-7330, 607-6389



최민석의 진실한 이야기

내 사진에는 연출이 없다. 모든 길 위에서 만난 사람이고 얼굴 표정과 삶의 모습들이 다. 나는 계속 걸었고 시민들을 찾아 다녔다. 얼마나 많은 시간을 길 위에서 보냈으며 나는 지금도 연신 사진을 찍고 있다. 사진은 진실과 가까이 있을 때 울림이 크고 빛나 보인다.

대연1동·사진작가

남구보건소 “주민건강 챙겨드립니다”

금연클리닉 운영, 미숙아 의료비 지원

난임부부 지원사업도

남구보건소(소장 조봉수)는 2011년 새해에도 주민들의 건강을 위한 다양한 사업을 추진한다.

보건소는 우선 금연클리닉을 개설, 흡연자를 대상으로 연중 운영한다. 금연 희망자는 보건소 2층 금연클리닉센터를 찾아 설문조사와 기초 검사, 니코틴의존도 검사 등을 받고 금연상담사의 전문적인 상담을 받게 된다. 금연보조제도 지급받을 수 있다. 6주 동안 내소상담을 받은 후 전화와 문자메시지 등을 통해 꾸준

한 관리를 받으며 6개월 금연에 성공하면 기념품이 제공된다. ☎ 607-6456

보건소는 또 미숙아와 선천성 이상아 의료비 지원사업을 펼치고 있다.

지원대상은 전국 가구 월평균 가구 소득 150%이하의 미숙아 및 선천성 이상이 출산 가정이다. 셋째 자녀 이상 출생아가 미숙아와 선천성 이상인 경우 소득수준에 관계없이 지원된다. 지원금액은 미숙아 의료비가 100만원 미만인 경우는 전액, 100만원 초과하는 경우 본인

부담금 100만원을 제외한 금액에 대해 80%를 추가 지원한다. 신청은 퇴원일로부터 3개월 이내 관할 보건소에 신청하면 된다. ☎ 607-6429

난임부부를 위한 시술비도 확대 지원하고 있다. 기존의 체외수정시술비 150만원 3회에서, 올해부터는 1회 180만원 한도 내 총 4회로 확대 지원한다. 단 4회 차는 100만원을 지원한다. 대상은 여성 연령이 만 44세 이하, 전국가구 월평균 소득 150%이하인 사람이 해당된다. ☎ 607-6421

■ 건강칼럼

어르신들의 건강한 겨울나기



나 용 승

그랜드자연요양병원장

일교차가 심한 환절기와 겨울철이 되면서 각종 질병으로 고통 받는 환자가 급증하고 있다. 특히 면역력이 약한 노약자들에게 있어 겨울은 특별한 관리가 필요한 시기라고 할 수 있다.

노인들의 건강을 책임지고 있는 전문의로서 어르신들의 건강한 겨울나기를 위한 몇 가지 상식을 얘기하려 한다.

나이가 들어가면서 점점 약해지는 것이 면역인데, 건강하신 어르신들이 단순한 감기에도 젊은 사람들과 달리 힘들어하는 경우가 종종 있다. 감기에서 폐렴, 패혈

증으로 순식간에 진행돼 입원치료를 받기도 하고 약도 잘 듣지 않아 다발성 장기 부전으로 사망하는 경우도 드문 일이 아니다.

이를 예방하려면, 환절기 접어들기 전에 독감예방접종과 폐렴 예방접종을 반드시 받아야 한다. 또한 비타민C가 풍부한 신선한 과일과 야채를 많이 섭취하고 따뜻한 차와 생수를 자주 마시면 좋다.

규칙적인 운동은 필수다. 너무 기온이 낮은 아침저녁 운동은 오히려 건강을 해칠 우려가 있기 때문에 삼가하고 하루 중 따뜻한 시간을 선택해 규칙적이며 꾸준하게 하면 된다.

겨울철 운동복장은 가볍고 따뜻하며 바람을 충분히 막아줄 수 있는 소재를 선택해야 한다. 춥다고 해서 행동이 부자연스러울 정도로 옷을 두껍게 입는 것은 오히려 안전사고의 위험을 높일 수가 있다. 겨울철에는 세백 운동 갔다가 뇌혈관 또는 심혈관의 갑작스러운

수축으로 뇌졸중이나 급성 심근경색으로 인한 심장마비로 대학병원의 응급실로 실려 오는 경우도 종종 있다. 환관성 질환이라 말로 응급 상태의 질환인 경우가 많아 위험하기 때문에, 세심한 주의가 필요하다.

만물이 얼어붙는 추운 겨울에는 어르신들의 야외활동 곳곳에 위험이 도사리고 있다. 특히 노년기 있어 있는 경우에는 시력저하와 반사신경 퇴화 등으로 미끄러져 머리와 허리, 팔, 다리 같은 부위에 타박상과 열상, 심지어 골절 같은 큰 사고로 이어지기도 한다. 심지어 사망의 직접적인 원인이 되는 경우도 허다하다.

노인들은 병상 생활이 시작되는 순간 회복되지 못하는 경우가 아주 많다는 것을 유념해야 한다. 자녀들이 가장 힘들어하는 질환 중에 치매 같은 병도 건강이 갑자기 악화되면서 진행되는 경우도 많다.

다시 한번 노인들의 건강을 위해서 정기적인 건강 검진과 예방 접종이 필수적이며 균형 잡힌 올바른 식단을 통해 고령 영양을 섭취해야 한다. 규칙적인 운동을 통해서 심폐기능을 강화시키고 근력운동도 꾸준히 실시해 항상 건강하고 활기차게 노년을 보내길 바란다.

김미자의 채식 이야기

깻잎 만두



□ 이렇게 만들어요

① 두부를 꼭 짜 놓는다.
② 당근, 풋고추, 표고버섯, 양파를 잘게 다져 버터 버거, 버섯소금, 후추를 넣고 ①의 두부와 잘 섞어서 속을 만든다.

③ 깨 굵이 씻은 깻잎에 통밀가루를 묻히고, ②의 속을 넣은 다음 반으로 접어 만두를 만들어낸다.

④ 반죽한 통밀가루를 ③에서 만들어진 만두에 묻혀 프라이팬에 구워낸다.



대연3동·요리연구가

□ 재료
깻잎 1묶음, 두부 1모, 당근, 풋고추, 표고버섯, 양파, 후추, 버섯소금, 통밀가루, 버터버거 1/2개

산따라 물 따라

산행을 떠나요



<2011. 2.>

구분	산악회	산행일자(요일)	산행장소	연락처
대연동	우룡산악회	27(일)	경복 일월산	010-3579-9696
	유연산악회	20(일)	완도 삼왕봉	016-553-2075
	약천산악회	16(수)	남해 망운산	010-4655-4370
	대오산악회	13(일)	문경 조령산	011-587-1559
	연포산악회	13(일)	지리산 반야봉 쌍계사	010-6633-8659
용호동	청암산악회	10(목)	전남 완도 삼왕봉	019-545-3192
	용호산악회	27(일)	밀양 구만산	011-848-0911
	21C산악회	13(일)	거제 계룡산 시산재	016-736-7553
	제일산악회	6(일)	부산 파리봉	011-594-4192
	용신산악회	13(일)	지리산 산신봉	011-488-3307
감만동	한마음산악회	13(일)	북덕유산	010-2567-7885
	문화산악회	27(일)	소백산	016-564-8882
	물거문산악회	27(일)	거제도 노자산	010-3851-6634
	글로벌산악회	20(일)	태백산	010-8287-1192
	녹색산악회	27(일)	남해 금산	011-9315-6431
우암동	푸른산악회	13(일)	거제도 망산	016-840-7697
	한울산악회	13(일)	거제도 가라산	011-9524-8224
	자유산악회	27(일)	통영 미륵산	011-9321-6363
	우암산악회	20(일)	밀양 천황산 산신재	010-7520-6666
	우암산악회	20(일)	산신재-노고단 성삼재	010-3889-2746
문현동	문현산악회	13(일)	거창 수도산	010-3858-7833
	문현2산악회	13(일)	팔공산 깃바위	016-570-0539
	문사산악회	13(일)	거제도 가라산	019-558-2828

* 산행 일정은 산악회 사정에 따라 변동될 수 있습니다.