‘무가당 요거트’ 확대 보급

임실군, 단백질·칼슘 함량 높아 대장암 발병 위험 감소 도움 등 건강발효식품 주목

학교급식 임실N치즈 유제품 지원

무가당 요거트

최근 건강을 중시하는 식습관이 확산되면서 설탕을 줄이거나 없앤 무가당 식품이 소비자들 사이에서 인기를 끌고 있는 가운데, 장 건강에 도움을 주는 유산균은 그대로 유지하면서도 당 섭취 부담이 없는 ‘무가당 요거트’가 남녀노소 전 세대를 아우르는 착한 발효식품으로 주목받고 있다.

임실군은 이러한 트렌드에 발맞춰 성인 다이어트나 혈당 수치 조절, 장 건강 증진에 좋은 무가당 요거트 확대 보급에 적극 나서고 있다.

우유와 유산균으로만 발효된 무가당 요거트는 기존 요거트보다 더 단단한 질감과 원유 본연의 진한 풍미가 특징이며, 단백질과 칼슘 함량이 높아 면역력 강화와 장 건강 증진에 도움을 준다.

군은 단백질과 칼슘 함량이 높은 무가당 요거트 제품이 대장암 발병 위험 감소에 도움을 줄 수 있다는 연구결과에 주목하고 이를 지역 사회에 널리 퍼뜨릴 계획이다.

군은 특히 도 교육청과 협력하여 관내 유치원, 초·중·고등학교 등 34개 교육기관의 학교급식에 파우치 요거트, 스트링치즈, 치즈스틱 등 임실N치즈 유제품을 지원하고 있으며 올해 5월경부터는 무가당 요거트를 확대 보급할 예정이다.

세계적인 학술지 ‘장내 미생물(Gut Microbes)’에 실린 연구에 따르면, 무가당 요거트를 주 2회 이상 꾸준히 섭취할 경우 장내 유익균인 비피도박테리움 양성 근위 결장암의 발병 위험이 20% 감소하는 것으로 나타났다.

전세계적으로 50세 미만 젊은 대장암 환자가 빠르게 증가하고 있고 우리나라의 경우 20~49세 인구 10만 명당 12.9명이 대장암을 앓고 있는 상황에서 무가당 요거트는 일상 속 실천 가능한 건강 관리 방법으로 그 가치가 더욱 주목받고 있다.

군은 이에 더해 ‘저지종 젖소’에서 생산되는 고품질 우유를 활용한 프리미엄 제품 개발에도 집중하고 있다.

유단백과 유지방 함량이 높아 영국 황실에도 공급됐다고 하는 저지종 젖소는 일반 홀스타인 젖소보다 우유 내 지방 함량이 15~20%, 칼슘 함량은 15~18%가 많아 우유로 만든 숙성치즈와 요구르트의 품질을 더욱 높일 수 있다.

군은 현재 임실치즈농협과 12개 목장형 유가공업체에서 다양한 치즈와 요구르트를 생산·유통·판매 해오고 있으며, 특히 고형분이 높은 저지유를 활용한 프리미엄 제품과 무가당 요거트를 차별화된 브랜드로 육성해 지역 특산품으로 자리매김하게 할 계획이다.

군은 지속적인 연구와 제품 개발을 통해, 저지유를 이용한 숙성치즈와 다양한 유제품을 선보일 예정이며 이를 통한 고부가가치 창출과 지역경제활성화를 동시에 이루어 나갈 방침이다.

심 민 군수는 “앞으로도 지역 주민들의 건강한 식생활 증진을 위해 고품질 유제품 개발과 보급에 최선을 다할 것”이라며 “특히 무가당 요거트와 저지종 유제품의 우수성을 널리 알리고 접근성을 높이는데 최선을 다하겠다”고 밝혔다. /임실=진홍영 기자

진드기 매개 감염병 주의 당부

남원시보건소, 올해 첫 중증열성혈소판감소증후군 환자 발생

남원시보건소는 진드기 매개 감염병의 주요 매개체인 참진드기 발생 모니터링을 상시 운영하고 있으며, 올해 첫 중증열성혈소판감소증후군(SFTS) 환자가 발생했다며 주의를 당부했다.

환자는 80대 여성으로 증상 발생 전 밭농사 등 야외활동을 하였으며, 발열·식욕저하 등의 증상에 검사 결과 양성 판정을 받고 현재 입원 치료 중이다.

이에 남원시보건소는 전북도청 감염관리팀·지원단·보건환경연구원 등 유관기관 합동 현장 방문 역학조사를 착수, 진드기 채집 및 환자의 반려동물(개)에 대해 검체 수거를 마쳤다.

SFTS는 주로 4월~11월에 SFTS 바이러스를 보유한 참진드기에 물리면서, 고열, 오심, 구토, 설사 등의 증상이 나타나며, 주로 7월부터 10월까지 발생이 증가하고, SFTS는 농작업 시 진드기에 물리지 않도록 예방하는 것이 최선의 예방법으로, 진드기에 물리지 않기 위해서는 봄철 산나물 캐기, 등산, 야외활동 시 긴소매, 긴바지 모자 등으로 안전하게 옷을 갖춰 입어야 한다.

남원시보건소 감염병관리팀 정희연 팀장은 “야외활동 후 2주 이내 고열, 소화기증상(오심, 구토, 설사 등)의 경우에는 즉시 의료기관에서 진료받아야 한다”고 강조하며, “지역주민을 대상으로 예방수칙 교육 등을 집중 홍보 활동할 예정”이라고 밝혔다.

/남원=김기두 기자

군민 화합·공동체 정신 되새겨

순창군, 제63회 군민의 날·제14회 구곡순담 100세 잔치 성료

순창군이 지난 18일 개최한 제63회 순창 군민의 날 행사와 제14회 구곡순담 100세 잔치가 지역 주민과 어르신들의 뜨거운 참여 속에 성황리에 마무리됐다.

이번 행사는 지역 고유의 전통문화를 계승하고, 세대 간 화합과 공동체 정신을 되새기는 뜻깊은 자리로, 순창군 전역에 활기를 불어넣는 축제의 장이 됐다.

오전 10시, 장애인체육관에서 열린 100세 잔치는 장수 어르신들의 위대한 삶을 기리는 창작마당극과 전통 퍼레이드, 한복 체험, 꽃잔디 나들이 등으로 따스한 감동을 자아냈다.

순창, 구례, 곡성, 담양의 네 지역이 함께 참여한 본 행사는 장수벨트 지역의 연대와 건강한 삶의 가치를 재조명하는 의미 깊은 자리였다. 특히 ‘사자탈춤’과 지역별 마당극은 관람객들의 뜨거운 박수갈채를 받으며 순창 문화의 깊이를 실감케 했다.

이후 오후 12시부터는 순창읍 중앙도로 일대가 하나의 거대한 축제장으로 변모했다. 민속놀이 경연대회부터 축등행렬, 군민화합 기원제, 옥천줄다리기, 고싸움, 그리고 2,000여 명이 함께한 군민화합 음악회와 불꽃놀이까지 온 하루가 다채로운 프로그램으로 꽉 채워졌다.

특히, 청소년 어울림마당, 전통놀이 체험장, 지역 사회단체가 운영한 먹거리 부스 등은 남녀노소를 아우르며 모두가 함께 즐기는 진정한 주민화합의 장을 완성시켰다.

최영일 순창군수는 “군민의 날과 100세 잔치를 통해 순창이 가지고 있는 전통과 공동체의 따뜻함이 널리 퍼지길 바란다”며, “앞으로도 군민 한 사람 한 사람이 주인공이 되는 순창을 만들어 나가겠다”고 밝혔다.

/순창=이양원 기자

임실군, 오수군립도서관 25일 재개관

임실군이 임시 휴관 중인 오수군립도서관을 오는 25일 재개관한다.

지난 2002년 문을 연 오수군립도서관은 임실군의 첫 도서관으로, 개관 후 20년 만에 생활 SOC 복합화 사업으로 1년간 대규모 리모델링 사업을 마치고 다시 문을 열었다.

오수행복누리원 4층에 위치한 도서관은 4만권의 장서와 어린이자료실, 종합자료실, 집중학습실, 프로그램실 등을 갖췄다.

오수군립도서관은 재개관 기념 및 지역 주민의 도서관 이용 도모를 위해 4월부터 5월까지 다양한 행사를 운영할 예정이다.

이번 행사는 4월 25일 △캐리커처 체험 △추억의 돌림판 이벤트 △그림책 그리기 대회로 구성되어 있으며 개관 당일 도서관 방문자에 한하여 참여할 수 있다.

26일에 진행될 △온 가족이 함께 즐길 수 있는 문화공연‘책 읽어주는 마술사’참여 신청은 홈페이지 및 전화(063-640-3061)로 선착순 접수가 가능하다.

/임실=진홍영 기자

‘남원 농특산품 축제’ 춘향제와 함께 열린다

남원시는 오는 30일부터 5월 6일까지 7일간 광한루 요천 둔치와 수경시설에서 춘향제와 함께 먹go, 놀go, 사go의 3Go로 구성한 농특산품 축제를 펼친다.

이번 행사는 남원 특산품 종합축제로써 농특산품의 판매·가공·체험과 백향과 (원푸드)가공상품 판매·홍보, 남원미꾸리 홍보·체험으로 3개 구역 32개 부스에서 파프리카, 상추 등 제철 남원농산물 및 김부각, 쌀 빵 등 가공품 10% 할인판매와 흑돼지바베큐 시식, 상추심기 체험, 가족요리대회, 쌀가공 포토존 등이 운영한다.

또한 원푸드 구역에서는 백향과샌드, 백향과에너지바 등 20여종에 달하는 각종 백향과 가공상품을 판매하며, 백향과 쿠킹클래스·생크림빵 시식, 미니게임·백향이 캐릭터 포토존을 운영한다.

특히 남원의 대표 음식인 추어탕 재료 남원미꾸리 행사장을 운영 △미꾸리 잡기 체험 △한판불고기 △추어탕 시식 △아쿠아포닉스 화분만들기 등 관광객들에게 남원추어 홍보에 나선다. /남원=김기두 기자

남원 청년단체 ‘치움’, 전북 청년 생생아이디어 공모 선정

남원시 청년단체인 치움(대표 오종하)이 전북특별자치도가 주관하는 ‘2025년 전북 청년 생생아이디어 지원사업’ 공모에 최종 선정됐다.

이 사업은 청년들의 창의적 아이디어를 현실로 구현하고, 지역사회 문제 해결에 청년의 참여와 역량을 강화하기 위해 추진하는 대표 청년정책 사업으로, 2025년에는 도내 16개 청년단체가 선정되어 단체당 연간 최대 4,750만 원의 사업비를 지원받는다.

치움은 ‘문화재 보호 및 소방안전 강화 캠페인’을 제안, 문화재 경관을 해치지 않으면서도 소방 안전의 실효성을 높일 수 있는 디자인 소화기 받침대 도입을 골자로 하고 있으며, 이를 통해 지역 내 문화재와 공공시설의 화재 예방 인식을 높이고, 청년 주도의 사회적 책임 실현을 도모할 계획이다. /남원=김기두 기자

지역 소식통

임실군, 저수조 설치 현황 신고 의무화 안내

임실군이 최근 개정된 수도법에 따라 저수조 설치·운영과 관련한 신고 의무를 강화한다.

수도법 시행령은 지난해 7월 17일 개정된 가운데, 저수조를 새로 설치한 경우 30일 이내에 신고서를 제출하고 시행령 개정 이전에 저수조를 운영하고 있는 경우 올해 7월 16일까지 신고를 마쳐야 한다.

신고 대상 건축물은 연면적 5,000㎡ 이상 건축물, 연면적 2,000㎡ 이상 다용도 건축물, 연면적 3,000㎡ 이상 업무시설, 5층 이상 아파트 등이다.

신고 방법은 저수조 설치 현황 신고서에 저수조 시공 도면을 첨부해 임실군 상하수도과에 제출하거나 정부24를 통한 온라인 민원 접수도 가능하다. 이미 저수조를 운영 중인 경우 시공 도면 대신 현장 사진으로 대체할 수 있다.

저수조 설치 현황을 신고하지 않거나 거짓으로 신고한 경우에는 최대 100만원 이하의 과태료가 부과된다.

심 민 군수는 “신고제도를 통해 저수조 현황을 정확하게 파악하고 군민들이 깨끗한 수돗물을 공급받을 수 있도록 노력할 것이다”며 “신고 대상 건축물의 소유자나 관리자는 기간 내 신고를 당부드린다”고 말했다.

/임실=진홍영 기자

남원소방서, 사고환자 헬기 긴급 이송

남원소방서(서장 김승현)는 지난 18일, 인월면에서 벌목 중 부상을 입은 환자를 소방헬기로 신속하게 병원으로 이송했다고 밝혔다.

60대 남성 환자는 야산에서 벌목 중에 쓰러진 나무가 덮치면서 우측 흉부 및 눈에 부상을 입는 사고가 발생했다.

신고를 접수한 남원소방서는 즉시 119구조대 및 구급대를 현장 출동시켰으며, 환자의 눈 부상 및 폐에 혈액이 고이는 ‘혈흉’ 증상으로 도 소방항공대 헬기를 요청했다.

김승현 소방서장은 “앞으로도 신속하고 정확한 구조 활동으로 시민의 생명을 지키는 데 최선을 다하겠다”라고 밝혔다.

/남원=김기두 기자