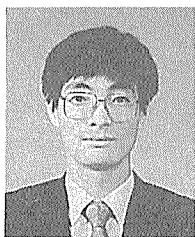




기본 전환을 위한 여행

이렇게 선택하세요.



조 계 석

건강을 잃으면 모든것을 잃는 것이기 때문에 이를 유지하고 증진하기 위한 수많은 방법이 사용되고 있는데 저마다의 장·단점과 특색을 지니고 있으리라 본다. 이러한 방법의 하나로서 “관광”을 소개하여 생을 풍부하게 하고 건강을 유지 증진시키는데 도움이 되었으면 한다.

적당한 영양, 적당한 운동, 건전한 정신이 건강의 필수요소라 말하여지고 있어 우리는 의식적이든 무의식적이든 이 세가지 요소를 생활속에서 잘 조화시키려고 하고 있다. 그러나 이 요소들의 조화가 어렵고 화합이 안됨을 종합대학 부속병원을 가면 쉽게 알수 있으며 정부에서도

보사부장관, 체육부장관, 문교부장관이 주관하여 각각 국민영양, 국민체육(운동) 국민교육을 담당하고 그 위에 국무총리 그 위에 대통령을 두고도 국민건강의 증진이 쉽지 않음을 안다.

건강에 있어서 관광은 정부 조직상의 국무총리나 대통령의 역할을 담당할 수 있는 유일한 방법이 아닐까 한다. 왜냐하면 건강의 3요소를 한꺼번에 만족시킬 수 있는 것으로서, 달팽이에서 웅담까지의 모든 영양을 섭취할 기회가 있는가 하면 집을 나와 걷고, 타고, 즐기는 가운데 운동을 해야하고, 타국 및 타지의 훌륭한 문화 문물을 보고 느끼며 배우고 해방감, 인완작용, 인간성 회복의 기회를 통한 신체와 정신의 재충전을 가능케 하기 때문이다.

이러한 의미에서 1989. 1. 1부터 시행된 해외여행 자유화와 더불어 늘어나는 잠재 관광객(독자)에 관광에 관한 몇가지 정보를 제공하여 관광객의 건강과 관광을 통한 건강을 생각해 보기로 한다.

1. 관광이란?

여러가지 이견이 있겠으나 학술적 의미로서의 관광은 “생업과는 계속적인 관



게없이 휴식, 기분전환, 자기개발을 목적으로 일시적인 이동을 하는 가운데 목적지의 인적·물적 측면과의 상호작용에서 일어나는 제현상의 총체”라고 할 수 있다. 또한 이 말에는 일상생활의 장소를 떠나고, 다시 돌아올 예정으로 이동하며 즐거움을 맛본다는 세가지의 전체가 포함되지 않으면 “관광”으로 정의될 수 없겠다.

어원으로서의 ‘관광’은 중국 주나라 시대의 “역경”가운데 ‘관국지광 이용빈 우왕(觀國之光利用賓于王)”이라는 말에서 유래 되었다 하며 문구적으로 관(觀)은 ‘본다.’ ‘보인다’, ‘안다’, ‘배운다’라고 이해될 수 있고 “광(光)”은 ‘홀륭한것’, ‘아름다운것’ ‘자랑스러운것’ ‘찬란한것’으로 이해될 수 있다. 관광의 뜻은 타국을 순행하여 그나라의 풍습 ‘제도’ 문물을 관찰한다고 볼 수 있다. 여기에서 우리는 여행과 관광의 차이점을 찾아낼 수 있는데 여행의 개념은 교통, 이동, 왕래, 떠난다라는 개념이고 여기에 즐긴다, 본다, 돌아온다라는 개념이 더들어 있으면 관광이라고 할 수 있겠다.

그러나 실질상으로 여행과 관광의 구분없이 어려움은 물론이며 참고로 관광의 구분을 들어보면,

미국에서는 거주지로부터 169.3m(100마일) 이상 떨어진 곳에 여행하고 돌아와야 관광이라 구분하고 세계관광기구(W. T. O)에서는 24시간이상 또는 숙박을 해야만 관광으로 기준하고 있는가 하면

영국에서는 1년이상을 넘지 않는 것으로 보고 있다. 우리나라의 경우는 일상거주지를 벗어나 16km(40회) 이상을(또는 시도 행정지역을 벗어나) 여행하는 행위로서 목적이 여가선용(위락, 휴가, 건강, 신앙 및 스포츠 등)인 것으로 정의하기도 한다. 말한 바와 같이 실질상으로는 구분이 어려우므로 이 글에서는 혼용하여 같은 뜻으로 사용코자 한다.

2. 관광 상품

관광의 뜻을 말하였으나, 국민과 가장 가까운 것은 역시 관광상품이므로 한 건 강 상품에 관하여 알아본다.

우리가 개인적으로 관광(여행)을 떠나기 위해서는 관광정보를 얻어야 하는데 여행사의 안내를 받지 않으면 망설여지게 된다. 교통편만 해도 어떤 기관을 이용하고 언제, 어디서, 어떻게 예약하고 이용하는 것이 편리한지, 관광지에서는 무엇을 보고, 듣고, 느껴야 하는지, 또한 어디서 먹고, 마시고, 즐겨야 하는지 심지어는 어디서 용변을 해결해야 하는지 조차 답답하여 지게 된다.

이러한 불편을 해결하기 위해서 여행사가 존재하며 이 여행사에서 판매하는 모든 상품을 광의의 관광상품이라 한다. 관광진흥법으로는 “여행자를 위하여 운송시설, 숙박시설 기타 여행에 부수되는 시설의 이용의 알선 기타 여행의 편의로 제공하는 업”으로 여행업이 정의되어 있으므로 “업”으로 영위하기 위해 판매한



상품을 관광상품이라 말할수 있겠다 협의로는 여행사가 관광지, 운송시설, 숙박시설, 기타여행에 부수되는 시설 및 여행조건등을 미리 정해서 관광을 하려는 사람이 관광지, 참가인원, 기타관광 조건을 정하여 여행사에 관광의 시행을 의뢰하는 “회합관광 및 관광하려는 사람(주로 단체나 회사)과 여행사가 공동으로 조건을 정하여 공동으로 모집하여 시행하는 공동모집 관광을 말한다.

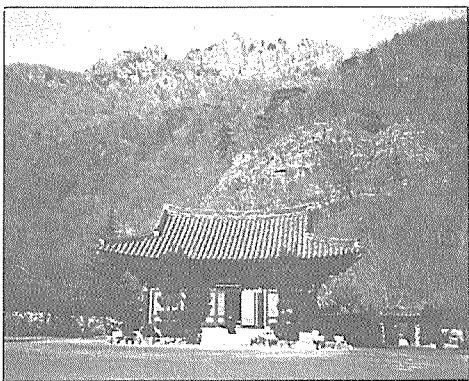
3. 건강을 위한 관광

관광상품을 광의와 협의로 구분했는데 이밖에도 관광상품의 구분방법을 찾아보면 관광 주체자, 관광목적, 관광자원, 관광자의 수, 안내원의 유무, 관광지역 판매형태, 관광시기 등으로 구분하고 있으나 이글에서는 건강과 관련하여 관광목적과 관광지역에 의한 분류만을 들어본다.

- ① 관광목적에 따라 : 신혼여행, 수학여행, 연수, 시찰관광, 휴양·보양관광, 상용·공용관광, 등산, 낚시, 사냥, 체취, 효도관광, sports 관광, 식도락·미각관광
- ② 관광지역에 따라 : 산악관광, 해안, 호수관광, 온천관광, 농업관광, 도시관광 등

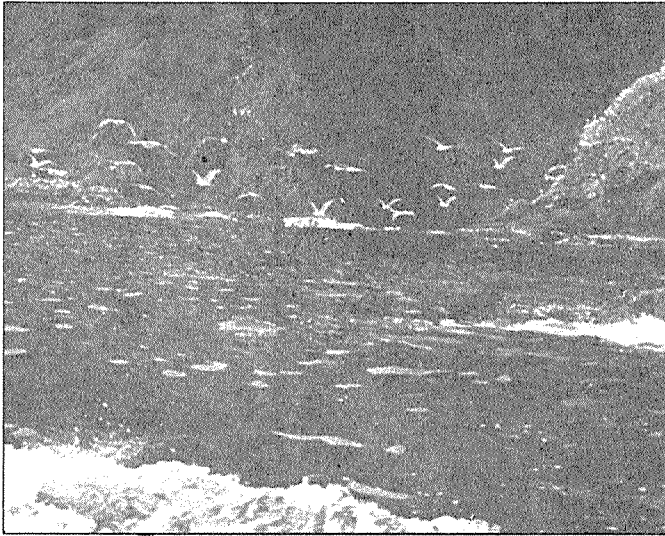
이러한 분류중 건강의 3요소와 결합하여 생각해 볼때 첫째 식도락·미각 관광은 직접적으로 영양의 섭취를 목적으로 한 관광이고, 낚시, 사냥, 체취 관광의 간접적인 영양섭취 관광이라 할수 있

을 것이다. 둘째, 등산, 낚시, 골프 등 sports 관광은 물론이고 이동을 전제로 한 관광의 개념에서 쉽게 관광에는 운동이 포함됨을 알 수 있겠다. 셋째, 연수, 시찰, 관람, 관찰 관광 등에서 건전한 정신을 위한 관광을 찾을 수 있는데 산업화 공업화되는 사회에서 정신 및 육체의 이완과 긴장완화 측면에서 오히려 건전한 정신에 관광이 기여함을 알 수 있겠다. 또한 경치 좋고 물 맑은 곳을 골라 숙박시설 및 위락시설을 갖추어 장기간 체류하게 하는 휴양·보양 관광이야말로 100% 건강을 목적으로 하고 있음은 물론이며 관광지역에 따른 분류도 모두 영양과, 운동, 건전한 정신에 적합한 것이다.



4. 관광상품의 구입요령

이제 관광상품의 구입 요령을 익힘으로서 현명한 소비자가 되어 만족한 관광을 하도록 하기 위한 착안점은 크게 소



◀ 일상생활권과 근접한 여정을 잡는 것이 건강 유지에 도움이 된다.

비자 행동요령에서 벗어나지 않으나 전체적으로 상품이며 무형상품이란 특색에서 구입요령이 착안된다 하겠다.

1) 안내원을 본다: 관광에 있어서 안내원은 관광을 지휘·감독함은 물론 모든 것을 책임지는 유일한 동참자로서 이들의 재능과 능력이 관광의 성·패를 좌우한다. 그러므로 안내원의 경험과 지식, 봉사정신 및 평판정도를 참고하고 사전에 만나 익혀두는 것이 좋다.

2) 여행사의 신용도와 평판을 고려한다: 관광상품이 무형이며 Service 상품이기에 그 상품을 제조한 여행사를 봄으로서 관광 상품의 품질을 점검할 수 있기 때문이다, 정부에 등록된 여행사인지, 역

사와 전통은 어떤지 구매하려는 상품은 얼마나 오랜기간 동안 판매되어 왔는지를 참고하는 것이 좋다.

3) 관광시기를 조절하라: 관광은 계절(요일, 시간) 파동이 크다는 특성에서 알 수 있는 것으로서 성수기나 주말 등에는 과도한 수요로 인한 상품의 질적저하는 물론, 건강을 해칠 우려도 있으므로 계절을 조정하고, 요일을 조정하고 시간을 조정하여 현명하게 선택해야한다.

4) 관광조건을 확인한다. 관광 상품은 재고가 불가능하고 생산즉시 소비되므로 관광조건(요금, 제공되는 Service, 숙·식조건, 경유지 취소료 등)을 확인하지 않으면 받아야 할 것도 모르고 지



나치게 되므로 안내책자, 약관, 등을 참고하여 알아둔다.

5) 관광목적을 고려한다: 목적이 일정하지 않은 관광도 있겠으나 뚜렷한 목적의식이 있을때 적극적인 행동이 나오며 관광도 적극적으로 할수 있게 된다. 특히 해외여행시 과도한 Shopping 등으로 관광의 목적을 분간키 어렵게 되면 곤란하다.

기타 보험가입여부, 상호거래여행사, 영업소나 연락소로 알아두는것도 편리하나 생략하기로 한다.

5. 관광 시의 건강유지 방법

일상생활권을 떠나야만 가능한 것이 관광이므로 해방감과 이탈감 또는 긴장감으로 인한 무리한 행동이 자칫 건강을 해치는 경우가 있는데 몇가지 참고사항을 들어서 관광시 건강을 유지토록 하기로 한다.

1) 일상 생활권과 근접시킨다.' 모든 여행사의 여정은 관광객의 일반적 생활 시간대를 많이 벗어나지 않게 작성되어 있어 조금만 노력하면 식사, 취침 등을 평상시와 같은 시간대에 할수 있으며, 음식, 음주, 운동등을 평시와 똑같은 양으로 하기는 어려워도 일상생활과 근접시켜 생체 리듬을 유지하고 갑작스런 충격을 피하여 건강을 유지한다.

2) 쉬기를 잘한다: 휴식을 잘 한다라는 말로서 관광중 공식적 휴식시간은 물론 취침시간을 잘 지키며 장거리 여행중

에는 긴장된 몸을 자주 움직여 이완시키고 휴식을 취한다.

3) 여행장비를 잘 활용한다. 관광중에는 주·야간, 조·석간은 물론 교통기관, 숙박시설 등의 냉·난방으로 인한 온도·습도차이가 심하여 이를 적당한 의복으로 자주 갈아 입는것도 필요하며 비행기 내에서의 이불·슬리퍼등 각종 편의물을 적절히 이용하여 휴식의 효과를 높일수 있음은 물론, 무거운 짐은 보관소를 이용하여 부득이 운반시에는 손수레등을 이용하여 과로를 피한다.

4) 시간을 잘지킨다: 집합시간, 출발·도착시간등 시간을 엄수하여 지각으로 인한 초조감 긴장감을 사전에 예방하고 여정표작성시도 여유있는 시간 활용으로 자연스럽게 관광이 흐름으로서 신체와 정신에 무리가 가지 않도록 한다.

기타 관광시 건강을 유지키 위해서는 훈련이 필요한데 이는 관광정보및 예절을 습득하여 각종 이용시설을 거부감 없이 사용할 수 있게 되고 새로운 사람이나 종사원과의 마찰을 줄이고 긴장감을 해소할 수 있는 것으로서 해외 관광에 앞서 국내여행을 자주하는것도 좋은 훈련 방법이며 평상시 관광에 관한 정보지를 눈여겨보는 것도 좋은 훈련방법이다.

〈필자=한국관광협회 여행부〉

