

■수기 | 정부청사 건강체험 행사는 고객사랑 실천이다



정부청사 건강체험 행사는 고객사랑 실천이다.

윤 보 영 (시인/자유기고가)

정부청사관리사무소와 한국건강관리협회가 지난 11월 5일, 청사입주공무원을 대상으로 실시한 건강체험 행사에서 검진을 받다가, 문득 1주일 전에 과로로 쓰러져 순직한 동료가 생각나 많이 안타까웠다. 이 행사가 조금만 빨리 개최되었다면 귀한 생명을 살릴 수도 있었을 텐데.

당시 그 직원은 학술지에 발표할 업무관련 논문을 준비중이었고, 그날도 서울시내 선생님들에게 소관 법령 이해를 돕기 위한 강의를 하던 중 쓰러져 수술까지 받았으나 결국 순직했다. 동료를 잃은 직원들은 일손을 놓은 채 망연자실 할 수밖에 없었고 어린 두 자녀를 부둥켜안고 오열하는 가족들의 모습은 차마 눈뜨고 볼 수 없는 슬픈 드라마 같은 광경이었다.

국민건강보험공단에서 공무원들을 대상으로 매년 건강검진을 실시하고 있지만 일부 직원들은 업무 때문에 검진을 받지 못하는 경우가 있다. 바쁜 시간에 검진을 가겠다고 외출이나 연가를 신청하기는 여간 어려운 게 아니다. 하지만 이번 행사는 한국건강관리협회가 청사로 장비를 가지고와 실시했기 때문에 점심시간이나 예약 시간에 부담 없이 참가할 수 있었다.

예산이나 국회업무는 물론 급변하는 행정환경에 적응해야 하는 중앙부처공무원들은 자칫 업무과중으로 스트레스를 받을 수 있다. 만병의 근원이 되는 스트레스나 콜레스테롤, 비만정도를 측정해서 미리 대비하는 것은 자신과 가족, 그리고 신뢰받는 공무원이 되기 위한 필수조건이다. 이번 행사처럼 수요자를 찾아와 건강관리의 중요성을 일깨워 주고 직접 체크까지 해주는 건강 체험기회가 자주 있었으면 좋겠다.

검진 카드를 작성해서 스트레스와 비만정도 등을 측정한 결과 스트레스는 없는 대신 복부비만이 나타나 채스류 섭취와 운동을 권유받았다. 아침에 출근하면 점심시간을 제외하고 하루 내 자리에 앉아 있어야 하기 때문에 당연하다며 무시할 수도 있었다. 하지만 이번 행사를 계기로 내가 건강해야 가족이, 직장이, 사회가 건강해진다는 사실을 깨달았기 때문에 앞으로 건강관리를 철저히 하고 정부중앙청사부속의원에서 건강체크도 정기적으로 할 계획이다.

가능하면 계단을 걸어서 올라가고 휴일에는 귀찮고 힘들더라도 가족들과 등산이나 산책을 하겠다. 공무원인 내가 건강하면 내가 추진하는 정책도 건강해진다.