

석사학위논문

제주도 장수현상에 대한 환경적 고찰

지도교수 송성대



제주대학교 교육대학원

지리교육전공

강 인 순

2004년 8월

제주도 장수현상에 대한 환경적 고찰

지도교수 송 성 대

이 논문을 교육학 석사학위논문으로 제출함.

2004년 5월 일

 제주대학교 교육대학원 지리교육전공
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

제출자 강 인 순

강인순의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

2004년 7월 일

심사위원장 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

《국문초록》

제주도 장수현상에 대한 환경적 고찰

장 인 순

제주대학교 교육대학원 지리교육전공

지도교수 송 성 대

본 연구는 다른 지역과 독특하게 구분되고 있는 제주도의 자연 지리적 환경 및 사회·문화적 환경이 장수현상에 어떤 영향을 미치고 있는지를 서술하는데 그 목적이 있다.

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구지역의 선정은 제주도가 제공하는 인구통계자료를 중심으로 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구 비율이 20%이상인 지역을 중심으로 산남·산북의 해안마을과 중산간 마을을 중심으로 살펴보았다. 해안마을로는 북제주군 구좌읍 하도리와 남제주군 안덕면 감산리를, 중산간마을로는 북제주군 한림읍 금악리와 남제주군 성산읍 난산리를 연구지역으로 선정하여 살펴보았다.

연구내용으로는 지리적 환경에 따른 장수자들의 식생활과 다른 지역과 비교되는 독특한 주거방식과 풍습 및 노동, 사회·심리적으로 밀접한 관련성을 갖고 있는 가족관계와 일상생활 등을 문헌과 현지를 방문하여 장수노인들의 인터뷰를 중심으로 살펴보았다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 한라산을 중심으로 한 절해고도의 척박한 자연환경은 모든 일상사를 단순하게 처리할 수밖에 없게 만들었다. 이러한 간단한 식생활 구조는 오늘날 모두 장수식이라는데에 이론의 여지가 없는 것 같다. 제주의 척박한 토양은 밭에서 나는 농작물만 가지고는 생활하기 어려웠기 때문에 반농반어의 생업을 해야 했으며 사면이 바다로 둘러싸인 제주도는 중산간지역이라 할지라도 해조류의 공급이 비교적 쉽게 이루어져서 홍작이나 가뭄으로 인한 어려운 시기에도 해안과 중산간 지역을 오르내리면서 억척스러운 삶을 살아 올 수 있

* 본 논문은 2004년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

었다.

둘째, 제주지역은 화산활동에 의해서 형성된 화산도이기 때문에 토양은 자연히 화산회토를 이루고 있어서 땅은 척박하고 풍재, 한재, 수재의 재난이 끊임없이 이어져왔기 때문에 언제 닥칠지 모르는 식량의 기근을 최소한으로 분산시킴으로서 자기의 생계는 스스로 책임질 수밖에 없었기에 자녀가 성장하여 결혼하게 되면 차남이하는 말 할 것도 없고 비록 장남이라 할지라도 분가하여 독립된 삶을 살게 된다. 따라서 노인들은 자신이 스스로 움직일 수 있는 한 전혀 자식의 신세를 지지 않고 자유롭고 독립된 삶을 살면서 이러한 주거방식이 상당히 서로에게 편하다는 점을 강조하고 있다.

셋째, 제주도의 척박한 자연환경은 육지에 비해 갑절의 노동력을 기울이지 않으면 생존 자체가 위협을 받았기 때문에 여자나 노인이라 할지라도 조금의 노동력이라도 보태야 했고 이러한 척박한 환경을 이겨내려는 제주인의 삶은 자립적이고 독립적인 생활을 낳게 만들었고 지금 현재까지도 이어져 오고 있다.

넷째, 제주도의 가족은 생활조건과 관련된 특수한 가족구조를 나타내고 있는데 이는 거주형태와 밀접한 관련이 있는 것으로 철저한 분가원칙에서 찾을 수 있다. 부모와 자식간에 일정한 거리를 두고 살기 때문에 내적 생활을 서로 간섭하지 않고 살기 때문에 서로에게 주는 고부간의 갈등이나 스트레스도 훨씬 적어서 사회·심리적으로 안정감을 갖고 살 수 있다.

목 차

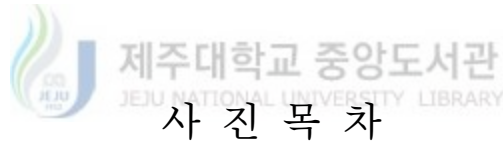
I. 서론	1
1. 연구의 목적	1
2. 연구 방법과 연구 범위	3
3. 연구 동향	4
II. 장수인구의 변화	6
1. 장수인구	6
2. 장수마을의 공간분포	10
III. 산북지역의 환경과 장수 현상	25
1. 자연 환경	25
1) 위치와 기후	25
2) 지형	27
3) 토양	27
2. 사회·문화적 환경	31
1) 식생활	31
2) 주거생활	42
3) 노동	45
4) 사회·심리적 구조	51
IV. 산남지역의 환경과 장수 현상	56
1. 자연 환경	56
1) 위치와 기후	56
2) 지형	57
2. 사회·문화적 환경	57
1) 식생활	57
2) 주거생활	63
3) 노동	68
4) 사회·심리적 구조	74
V. 요약 및 결론	77
참고문헌	80
Abstract	84

표 목 차

〈표 1〉 한국인의 평균수명	6
〈표 2〉 한국의 노령인구 추이	7
〈표 3〉 제주지역 노인인구의 추이	7
〈표 4〉 제주도 시 · 군별 노인 인구	8
〈표 5〉 한국의 시 · 도별 노인인구	9
〈표 6-1〉 100세 이상 인구 지역	13
〈표 6-2〉 100세 이상 인구 지역	14
〈표 6-3〉 100세 이상 인구 지역	15
〈표 7〉 2003년도 제주도 · 북제주군 노인인구 분석	16
〈표 8〉 2003년도 서귀포시 · 남제주군 노인인구 분석	21
〈표 9〉 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구비율에 따른 장수촌(북제주군)	22
〈표 10〉 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구비율에 따른 장수촌(남제주군)	23
〈표 11〉 북제주군의 경사도별 분포 현황	25
〈표 12〉 토양환경의 종류와 특징	29
〈표 13〉 81세 이상의 고령자 수	41
〈표 14〉 연간 1인당 육류 소비량	62
〈표 15〉 제주도의 상속제도	64
〈표 16〉 제주인의 분가생활 상태	75
〈표 17〉 거주 상태별 갈등의 정도	75

그림 목 차

<그림 1> 100세 이상 인구의 지역별 분포도	12
<그림 2> 북제주군 「노인존경군」 선언문	19
<그림 3> 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구비율이 20%이상인 장수촌	24
<그림 4> 제주도 토양환경	28
<그림 5> 회갑상 차리기의 지역별 차이	35
<그림 6> 우리나라 연간 1인당 육류 소비량	63



<사진 1> 장수비(북제주군 구좌읍 하도리)	20
<사진 2> 장수비(북제주군 한림읍 명월리)	20

I. 서 론

1. 연구의 목적

동서고금을 막론하고 인간이라면 누구나 희구하는 가장 큰 소망 중의 하나는 무병장수일 것이다. 최근 많은 사람들의 관심의 대상이 되고 있는 “웰빙(Well Being)”¹⁾ 붐(boom)도 무병장수의 꿈을 이루기 위한 삶의 현상 중 하나라고 생각된다. 이에 따라 장수에 대한 많은 연구들이 이루어지고 있고, 장수에 대한 다양한 요인들이 제기되고 있다. 일반인들은 장수자를 특별한 사람으로 생각하는 경향이 있다. 즉, 먹는 것, 생활하는 것은 물론 성격까지도 특별한 것으로 생각하는 것 같다. 그러나 장수자들은 특별한 생물학적 요인이나 유전적인 요소 보다는 개개인의 생활양식과 주어진 환경을 얼마나 잘 적응하고 소화해 낼 수 있느냐가 장수의 비결이라는 것이 각종 연구보고서를 통해 입증되고 있다.

과학과 산업의 발달, 경제발전과 더불어 생활수준의 향상, 영양의 개선, 의학의 발달은 인간의 평균수명을 연장시켜 노인인구의 증가를 가져왔다. 세계보건기구(WHO)에서 발표한 ‘평균 건강수명’이란 일생 동안 건강하게 사는 기간을 말하는 것으로, 단순히 생명을 유지하는 소극적인 차원이 아니라 질병 없이 건강하게 오래 사는 적극적인 개념에서 장수를 측정한 것으로 볼 수 있다. 평균 건강수명이 가장 긴 나라는 일본으로 73.6세였다. 다음으로 스위스가 71.8세, 오스트레일리아가 71.6세, 프랑스가 71.3세로 나타났으며 우리나라는 67.4세²⁾로 나타났다. 이에 따라

1) 세계보건기구(WHO)에서는 육체적으로 질병 뿐만아니라 정신적 사회적 질병도 없는 건강하고 행복한 삶을 ‘웰빙(Well Being)’으로 정의하고 있다.

2) 서울대 체력과학노화연구소(2003), 「장수의 비밀」, 조선일보사, p.53.

장수에 대한 관심이 그 어느 때 보다도 높아지고 있다. 세계적으로 알려진 장수촌으로 중앙아시아의 우즈베키스탄, 파키스탄의 훈자지방, 에쿠아도르의 빌카밤바, 일본의 오키나와, 중국의 위그르 등이 보고되고 있다. 이들 지역의 장수요인으로는 깨끗한 자연환경과 식생활, 생활양식 등 다양한 요인들을 제시하고 있다.

한편, 한국인의 평균수명은 1930년에 33.7세, 1960년에는 52.4세, 1970년에 63.2세, 1980년에 65.8세, 1990년에 71.6세, 2000년에 74.9세로 꾸준히 늘어나고 있으며 2020년에는 78.1세로 추정되고 있다.

예로부터 제주도는 장수의 고장으로 알려져 왔다. 1702년(숙종28년)에 제주목사 이형상(李衡祥)이 동헌(東軒) 앞에서 제주목에 거주하는 80세 이상의 노인은 모시고 경로잔치를 열었는데 이날 경로잔치에는 제주목에 거하는 100세 이상 노인 3인, 90세 이상 노인 23인, 80세 이상 노인 183인이 초청됐다는³⁾ 내용에서 장수지역임을 증명해 준다. 제주지역에 장수하는 이가 많은 이유를 이원진(李元鎭)의 「탐라지」에 의하면 “이 지방 사람들은 질병이 적어 일찍 죽는 사람이 없으니 나이 팔구십에 이르는 사람이 많다. 이제 생각건대 이 고을은 남방이라고는 하지만 한라산 북쪽에 있어 남쪽 큰 바다의 독기는 산에 막히고 큰 바람이 많다고는 하지만 북쪽에서 불어오는 찬 기운이 또한 습기와 열기를 몰아 낼 수 있어서 오래 사는 것 같다. 그러나 한라산 남쪽은 북쪽보다 못하다”⁴⁾는 기록에서 장수자가 많음을 보여주고 있다. 또한 속설에 봄, 가을 동쪽 하늘에 나타나는 노인성(老人星)을 보면 장수한다고 전해오는데 이 노인성은 제주의 한라산에서 흔히 볼 수 있어 장수하는 자가 많은 것으로 전해오기도 한다.⁵⁾

이상과 같이 제주지역이 다른 지역에 비하여 장수하는 요인은 무엇일까? 최근 장수와 관련된 많은 연구들이 이루어지고 있다. 장수의 비결을 음식에서 찾아가면 장수자들의 성격이나 대인관계를 중심으로 장수인들의 특성을 논의하기도

3) 김오순(2001), 「탐라순력도 산책」, 제주문화, p.171.

4) 이원진(2002), 「탐라지」, 도서출판 푸른역사, p.6.

5) 김오순(2001), 전계서, p.173.

한다. 또는 사회·심리적인 요인을 가지고 장수자들의 특성을 밝히는가 하면 장수자들의 일상생활의 수행능력과 유전적인 요인에서 찾기도 한다.

본 연구는 다른 지역과 독특하게 구분되고 있는 제주도의 지리적 환경 및 사회·문화적 환경이 장수현상에 영향을 미치고 있는지를 산남과 산북지역, 해안과 중산간지역의 사례를 중심으로 환경에 따른 장수현상을 설명해 보고자 한다. 이러한 연구는 최근 제주도가 '장수의 섬'으로 부각되고 있는 시점에서 시의 적절한 주제라고 생각된다.

2. 연구 방법과 연구 범위

본 연구는 국내 최대의 장수지역으로 나타나고 있는 제주도의 자연지리적 환경 및 사회·문화적 환경과 장수현상과의 관계를 연구 하고자 한다. 대상 지역은 한라산을 중심으로 장수자의 비율이 많은 산북지역과 산남지역으로 나누어서 두 지역의 환경적인 차이점과 환경에 따른 특색을 찾아보고자 한다. 연구지역의 선정은 제주도가 제공하는 인구통계자료를 참고하였으며, 보건복지부에서 규정하고 있는 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구 비율이 20%이상인 지역(장수촌)으로 하였다. 특히, 한라산을 중심으로 해안지역과 중산간지대의 환경이 차이에 따른 특색이 나타날 것으로 보고, 산북지역의 해안마을로는 1999년 북제주군이 선정한 장수마을인 북제주군 구좌읍 하도리를 연구대상 지역으로 선정하였으며, 중산간 지역으로는 전형적인 중산간 성격을 보이고 있는 북제주군 한림읍 금악리를 연구의 대상 지역으로 선정했다. 산남지역의 연구 대상 지역으로는 북제주군의 하도리와 반대쪽에 위치해 있으면서 장수노인인구가 가장 많은 남제주군 안덕면 감산리를 중심으로 살펴보았고, 중산간 마을로는 북제주군 한림읍 금악리와 반대쪽에 위치해 있으면서 토양환경이 척박하다고 알려진 성산읍 난산리를 그 대상으로 삼았다.

연구 방법은 지리적 환경에 따른 장수자들의 식생활과 다른 지역과 비교되는

독특한 주거방식, 풍습, 노동과 장수와의 관련성 및 사회·심리적으로 밀접한 관련성을 갖고 있는 가족관계와 일상생활 등을 문헌과 장수노인들의 인터뷰내용을 중심으로 서술하고자 한다.

3. 연구 동향

장수에 영향을 미치는 요인에는 어떤 것이 있는가? 지금까지 연구한 결과에 의하면 장수 가계나 유전인자, 성격이나 생활만족도 등 여러 다양한 측면에서 장수 요인들을 분석하고 있는데, 이와 관련된 선행연구를 살펴보면 다음과 같다.

김성혁(1998)⁶⁾은 제주도 100세 이상 노인의 장수요인으로 식생활과, 긍정적인 사고방식, 편안한 마음가짐과 충분한 수면 등이 장수에 도움을 주고 있다고 보고 있으며, 서흥관(2001)⁷⁾은 장수마을들에서 나타나는 공통점으로 성비면에서 여성 인구가 높은 비율을 나타내고 있고, 장수와 흡연과의 관련성을 지적하고 있다. 김종인(1999)⁸⁾은 장수요인으로 유전적 요인과 정신적·생활습관이나 환경적 요인에서 찾고 있다. 최영희·이영희(1993)⁹⁾는 장수의 조건으로 환경적 요소, 문화적 요소, 유전적인 요소로 구분하여 장수 요인을 밝히고 있다. 이용철(2002)¹⁰⁾은 “제주도의 장수지역과 생활실태에 관한 연구”에서 제주도가 80세 이상 장수노인이 전국 1위를 나타내고 있다면서 주요 장수 요인으로 청정한 자연환경과 근면하고 검소한 생활태도에 있음을 밝히고 있다. 전경수(2001)¹¹⁾는 장수지역 실태조사 연구보고서에 제주도의 장수현상을 개인적인 차원과 가족적인 차원, 사회적 차원으로

6) 김성혁(1998), “제주도 100세 이상 노인의 장수요인규명을 위한 현상학적 연구”, 지역사회간호학회지, 제9권(1).

7) 서흥관(2001), “장수마을을 통해서 본 장수요인에 관한 연구”, 인제대학교.

8) 김종인(2001), “75세 이상 장수노인의 거주지에 대한 사회환경 요인 분석”, 한국보건복지학회.

9) 최영희 외(1993), “노인들의 장수에 대한 관념”, 간호학회지, 제23권(4).

10) 이용철(2002), “장수지역 노인들의 생활실태에 관한 연구”, 제주대학교 석사학위논문.

11) 전경수(2002), “제주도 장수현상과 특징”, 신동아(2월).

로 나누어 설명하면서 제주도의 장수현상은 자연환경에 적응하면서 만들어가는 문화적인 요소에서 찾고 있다. 김자현(1998)¹²⁾은 장수자들의 장수요인으로 거주지 이동이 비교적 짧고 안정된 농촌 환경에서 단순하고 변화 없는 식생활을 영위하는 것이 장수와 연관성이 있음을 지적하고 있다. 최성재는 장수의 사회적 및 심리적 요인에 관한 탐색적 연구에서 한국과 일본, 핀란드의 백세인을 중심으로 사회적 및 심리적 요인과 장수요인의 상관관계가 있음을 밝히고 있다.

이상의 선행연구 사례는 장수자들의 장수요인을 주로 신체적인 특징과 유전적인 요소, 또는 노인들의 일상적인 생활태도 등을 중심으로 주로 영양과 보건 복지 차원에서 다루고 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구는 다른 지역과는 독특한 환경과 생활모습을 보이고 있는 제주지역의 지리적 환경 요인과 사회·문화적 요인이 장수현상에 어떠한 영향을 미치고 있는지 연구대상 지역으로 선정한 북제주군의 금악리와 하도리, 남제주군의 감산리와 난산리 지역의 장수노인들의 삶을 통해서 서술하고자 한다.



12) 김자현(1998), “경북 성주지역 장수 노인의 생활 패턴과 식행동 특성”, 경북대학교 석사학위 논문.

II. 장수인구의 변화

1. 장수인구

세계의 평균수명은 지난 1950년 이래 20년이나 늘어나 현재 66세에 달하고 있으나 선진국과 후진국 간의 격차는 개선되지 않고 있다고 유엔 아시아태평양경제사회위원회(ESCAP)¹³⁾가 밝히고 있다. 보고서는 노년인구 자체도 고령화 추세를 보이고 있다고 지적하고 현재 80세 이상 노인은 60세 이상 노년층의 11%를 구성하고 있으나 오는 2050년에는 두 배가 훨씬 넘는 27%로 늘어날 것으로 추정하고 있다.



〈표 1〉 한국인의 평균수명

제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

(단위 : 세)

구분	1930	1960	1970	1980	1990	2000	2010	2020	2030	2050
평균	33.7	52.4	63.2	65.8	71.6	75.9	78.8	80.7	81.5	83.0
남	32.4	51.1	59.8	62.7	67.7	72.1	75.5	77.5	78.4	80.0
여	35.0	53.7	66.7	69.1	75.7	79.5	82.2	84.1	84.8	86.2

자료: 통계청(1996, 2001)

우리나라도 1960년대 이후 산업발달과 함께 보건위생 및 생활환경의 개선 등으로 〈표 1〉에서 보는 바와 같이 평균수명이 계속 연장되는 추세에 있으며 특히, 장수노인의 증가 추세가 빠르게 나타나고 있다.

13) 문화일보(1998), "장수자 급증..세계평균 수명 66세", (10. 2).

〈표 2〉 한국의 노령인구 추이

구분	1970	1980	2000	2010	2020	2030
65세 이상 인구	3.1	3.8	7.2	10.7	15.1	23.1
80세 이상 인구	0.3	0.5	1.0	1.9	3.6	5.1
노령화 지수	5.7	11.2	34.3	62.0	109.0	186.6

주 : 노령화 지수 = (65세 이상 인구/1~14세 이하 인구)×100

자료 : 통계청(2001)

〈표 2〉에 의하면 한국사회는 이미 2000년에 노인인구가 전체 인구의 7%를 넘어서 고령화 사회로 진입하였고, 2019년에는 14%를 넘어서 고령사회가 될 것으로 전망되고 있다. 특히, 우리나라의 노인인구의 증가 속도는 외국에 비해 매우 빠른 것으로 나타나고 있다. 노인인구의 비율이 7%(고령화 사회)에서 14%(고령사회)로 증가하는 기간이 프랑스가 115년, 미국이 71년, 독일이 40년, 영국이 47년, 일본은 24년이 걸리는데 비해 우리나라는 19년밖에 걸리지 않을 것으로 예측하고 있다.

〈표 3〉 제주지역 노인인구의 추이

(단위 : %, 명)

구분	1980	1985	1990	1995	2000	2001	2002	2003
전체인구(A)	462,609	488,300	514,436	512,091	542,368	546,889	552,310	553,864
65세 이상인구(B)	23,702	25,438	29,832	33,892	43,334	45,534	48,052	50,545
80세 이상인구(C)	4,787	5,323	6,552	7,608	8,313	8,769	9,262	10,330
85세 이상인구(D)	1,652	2,258	2,700	3,313	3,849	3,920	4,112	4,250
B/A (%)	5.1	5.2	5.8	6.6	8.0	8.3	8.7	9.1
C/B (%)	20.2	20.9	22.0	22.4	19.2	19.3	19.3	20.4
D/B (%)	7.0	8.9	9.1	9.8	8.9	8.6	10.8	9.8

주:1980, 1990, 1995년의 자료는 인구주택 총조사 결과임

2000-2003년의 것은 주민등록 인구통계 결과임

자료: 제주도(2001, 2002, 2003)에서 구성

제주지역 65세 이상 노인인구 비율을 살펴보면 1980년 전국평균은 3.8%인데 비해서 제주지역은 1.3%가 높은 5.1%로 나타나고 있으며, 1985년에는 전국평균이 4.3%인데 비해서 제주지역은 0.9%가 높은 5.2% 나타나고 있다. 1990년에는 전국평균이 5.1%인데 제주지역은 0.7%가 높은 5.8%로 나타나고 있으며, 1995년에는 전국평균이 5.9%인데 제주지역은 6.6%로 0.7% 높게 나타나고 있다. 그리고 2000년에는 전국평균이 7.2%인데 제주지역은 0.8% 증가한 8.0%로 계속 증가현상을 보여주고 있다. 특히, 65세 이상 노인인구 중 80세 이상의 인구비율을 살펴보면 1980년에 전국평균이 12.2%인데 제주지역은 8%가 높은 20.2%로 나타나고 있으며, 1990년에는 전국평균 13.8%인데 비해서 제주지역은 8.2%가 높은 22.0%로 나타나고 있고, 1995년도에는 전국평균 14.4%인데 제주지역은 22.4%로 8%나 높게 나타나고 있다. 그리고 2000년에는 전국평균이 14.2%인데 비해서 제주지역은 5%가 높은 19.2%를 나타나고 있으며, 2003년 현재 전국평균 15.7%인데 비해서 제주지역은 20.4%로 전국평균보다 4.7% 높아 전국 1위로 나타나고 있다.



〈표 4〉 제주도 시·군별 노인인구 (2003. 12. 31 현재)

(단위: %)

구 분	전체인구 중에서 65세 이상인 노인인구비율			65세 이상 노인 중에서 80세 이상 노인인구 비율			65세 이상노인 중에서 85세 이상노인인구비율		
	전체	남	여	전체	남	여	전체	남	여
총 계	9.1	6.0	12.2	20.4	11.1	25.0	8.4	3.7	10.7
제주시	6.4	4.4	8.3	20.0	10.7	24.8	8.1	3.5	10.5
서귀포시	9.1	6.38	12.0	19.1	10.3	23.7	8.0	3.7	10.3
북제주군	14.0	8.6	19.6	22.2	11.7	26.9	9.3	3.9	11.7
남제주군	13.5	8.6	18.3	19.8	11.7	23.7	8.0	3.8	10.0

자료: 제주도(2003)에서 구성

〈표 4〉에 의하면 지역별로 전체인구 중 65세 이상 노인인구가 차지하는 비율이 제주도 전체가 9.1%인데 북제주군은 4.9%가 더 많은 14.0%로 제주도 지역에서 가장 높게 나타나고 있으며 남제주군도 제주도 전체보다 4.4%가 높은 13.5%로 비

교적 높게 나타나고 있다. 성비에서는 제주도 전 지역 모두가 여성인구의 비율이 매우 높게 나타나고 있음을 보여주고 있는데 이는 당시 제주의 4·3사건에 의한 청·장년층의 높은 사망률과 무관하지 않다. 특히 북제주군 지역은 전체 인구 중 65세 이상 노인인구 비율이 제주지역 전체가 12.2%인데 비해서 북제주군은 7.4%가 많은 19.6%로 나타나고 있다. 한편 65세 이상 인구 중에서 80세 이상 노인인구비율을 살펴보면 제주도 전체가 20.4%인데 비하여 북제주군지역은 1.8%가 많은 22.2%로 가장 높게 나타나고 있으며 제주시가 20.0%, 남제주군이 19.8%, 서귀포시가 19.1%로 제주도 평균 보다 낮게 나타나고 있다.

〈표 5〉 한국의 시·도별 노인인구 (2003. 12. 31 현재)

(단위 : 명, %)

구 분	총인구(A)	65세 이상인구(B)		80세 이상인구(C)		85세 이상인구(D)	
		인원 수	B/A(%)	인원 수	C/B(%)	인원 수	D/B(%)
계(전국)	48,386,823	3,904,984	8.1	613,806	15.7	222,328	5.7
서울	10,174,086	646,909	6.4	102,204	15.8	38,000	5.9
부산	3,691,445	268,235	7.3	35,369	13.2	11,812	4.4
인천	2,570,194	160,660	6.3	25,268	15.7	8,801	5.5
대구	2,529,544	175,110	6.9	24,216	13.8	8,614	4.9
광주	1,395,762	89,223	6.4	14,900	16.7	5,412	6.1
대전	1,432,296	89,601	6.3	14,394	16.1	5,322	5.9
울산	1,072,867	50,547	4.7	7,852	15.5	2,787	5.5
경기	10,206,851	661,268	6.5	102,223	15.5	36,906	5.6
강원	1,527,034	166,674	10.9	28,301	17.0	10,801	6.5
충북	1,489,635	155,039	10.4	24,965	16.1	9,299	6.0
충남	1,912,803	243,931	12.8	38,790	15.9	14,299	5.9
전북	1,954,430	229,762	11.8	38,339	16.7	13,818	6.0
전남	2,017,430	275,569	13.7	43,527	15.8	12,808	4.7
경북	2,720,832	334,798	12.3	55,549	16.6	20,552	6.1
경남	3,139,017	297,812	9.5	43,278	14.5	14,546	4.9
제주	553,864	50,584	9.1	10,335	20.4	4,250	8.4

자료 : 통계청(2003)

〈표 5〉에 의하면 전국 시·도별 노인인구를 비교해 볼 때 전체인구 중 65세 이상 인구가 차지하는 비율은 지역별로 전남지역이 13.7%로 전국에서 가장 높게 나타나고 있으며 가장 낮은 곳은 울산(4.7%)지역으로 나타나고 있다. 또한 65세 이상 인구 중 80세 및 85세 이상 노인인구 비율을 보면 제주지역이 전국(15.7%)보다 4.7%가 더 많은 20.4%로 나타나고 있으며, 85세 이상 인구비율도 전국(5.7%)보다 2.7%가 많은 것으로 나타나고 있다.

한편 유엔(UN)에서는 전체인구 중 노년(65세 이상)인구가 전체 인구의 7%에 이르면 고령화 사회, 14%에 이르면 고령사회, 20%를 넘으면 초고령 사회로 보고 있는데, 통계청과 보건복지부에 따르면 우리나라의 인구 고령화(高齡化)속도는 세계에서 가장 빠른 것으로 나타나고 있으며, 2000년에 이미 65세 이상 고령인구비율이 7.2%로 '고령화 사회'로 접어든 것으로 보고되고 있다. 특히, 제주지역의 고령화는 가속화되고 있는 것으로 나타나고 있는데, 제주도에 따르면 2003년 말 현재 도내 65세 이상 노인¹⁴⁾인구는 지난해 4만 8천52명보다 5.2% 증가한 5만5백45명으로 나타났다. 이 가운데 80세 이상 노인인구는 1만3백30명으로 노인 인구 대비 20.4%를¹⁵⁾ 차지하고 있어서 제주도가 전국 최대의 장수지역임을 입증하고 있다.

2. 장수마을의 공간분포

장수에 관한 Leaf A(1975).의 연구에 의하면 세계의 대표적인 장수지역으로 유명한 곳은 Ecuador의 Vilca-bamba 지역, 소련의 코카사스산맥 부근의 아브가시아 지역과 파키스탄의 훈자 지방(히말라야산맥 부근)이 있는데, 이들 지역의 공통점은 모두 1,000m가 넘는 고산지역이며 농경지대로서 운동량이 많으나 그에 비해서

14) 우리나라의 「노인복지법」은 65세 이상의 자를 노인으로 규정하고 있다.

15) 제주신문(2004), "제주는 장수의 섬", (2. 24).

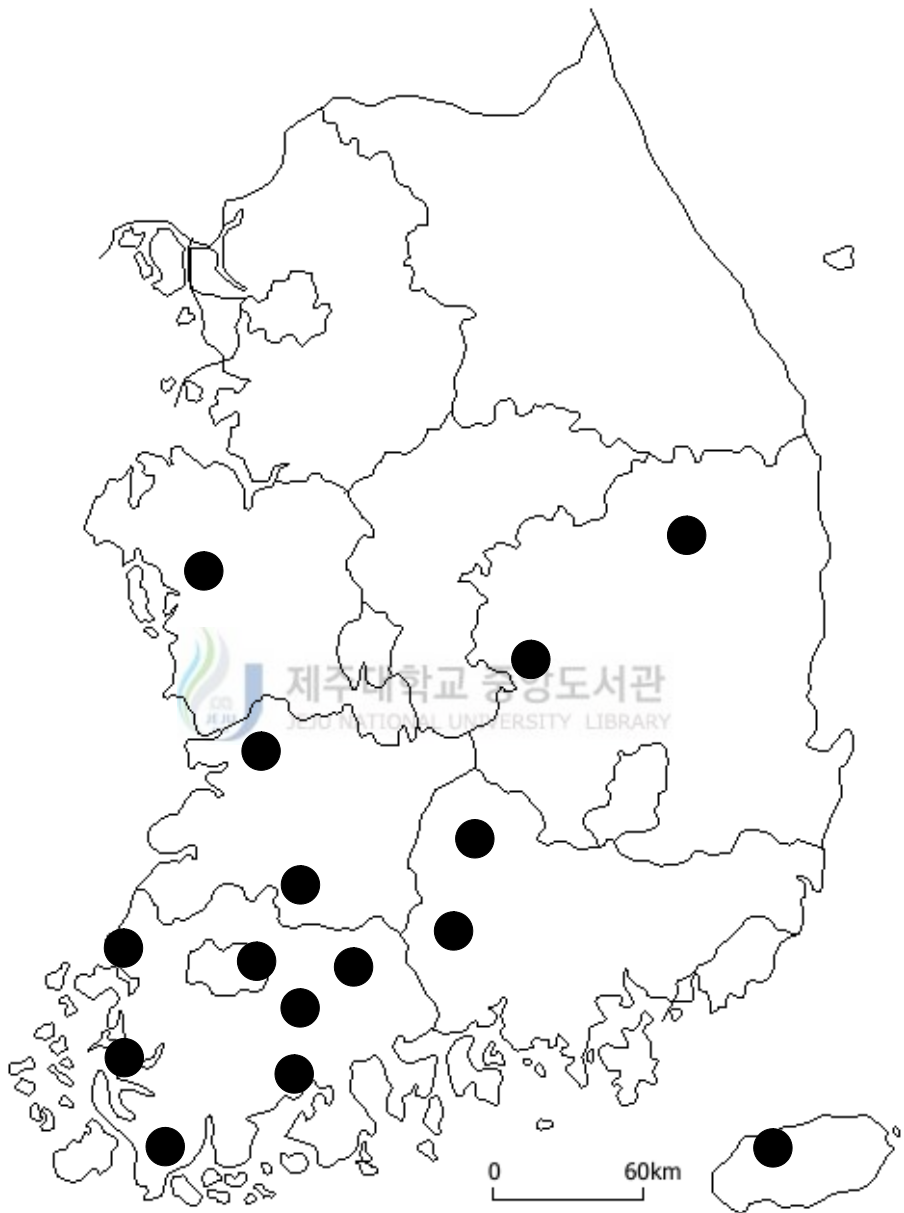
육류 등 단백질 섭취량이 부족한 점 등이 꼽히고 있다. 즉, 장수 요인은 영양상으로는 저칼로리이며, 동물성 지방의 섭취가 적고 기후가 온화하며 고원의 조용한 지리적 환경이 유리한 것으로 보고 있다.¹⁶⁾

또한 하라다(原田, 1968)에 의하면 일본 내 장수지역으로 불리우는 지역의 노인은 영양상태 및 식습관 등의 식생활은 물론 생활 전반에 관하여 특징이 있는 것으로 나타났는데, 이들은 쌀을 주식으로 하며, 부식으로는 야채를 많이 먹고 육류를 적게 먹으며, 농업에 종사하는 노인일수록 장수한다고 하여 대표적인 장수지역의 특징과 어느 정도 일치하는 것을 볼 수 있다.

우리나라의 장수지역의 지리적 특징은 첫째, 해안·도서지방으로서 수산물 섭취가 용이하며, 둘째, 산간벽지로서 수질과 공기가 좋은 공해가 없는 지역, 셋째, 기상현황은 평년 연평균기온이 11.0℃~15.5℃의 범위에 있으며, 연평균 강수량은 970mm~1780mm의 범위에 있다고 밝히고 있는데¹⁷⁾, 본 연구는 이를 더욱 발전시켜 연구대상 지역을 중심으로 장수자들에게 인터뷰를 해보았다.

한편, 1980년에 20여 개의 장수 지역으로 발표된 지역 중 9개의 마을이 지리산 부근에 위치하는 것으로 나타나고 있으며, 최근에 발표된 장수지역들도 [그림 1]에서 보여주는 바와 같이 지리산을 축으로 소백산맥과 노령산맥을 잇는 해발 300~400m의 영호남의 중산간 지대를 중심으로 한 10개 지역과 제주도가 장수 지역인 것으로 나타나고 있다. 즉 경북 예천과 상주를 비롯하여 전북 순창과 고창, 전남 함평, 영광, 보성, 담양, 곡성, 구례를 잇는 지역에 장수벨트가 형성되고 있다고 밝히고 있다¹⁸⁾.

16) 조유향(1989), "한국의 장수동향과 그의 상관요인에 관한 분석", 「한국보건교육학회지」, 제 6권 1호.
17) 최정숙(2003), 장수인구의 지리적 분포와 장수지역의 지역적 특성, 농촌생활과학 24, 통권 93호, pp.85~86.
18) 조선일보, <http://user.chollian.net>, "100세 이상 장수촌 현지조사" .



[그림 1] 100세 이상 인구의 지역별 분포도

〈6-1〉 100세 이상 인구 지역

순창(인구 10만 명당 100세 이상 인구 28.9명)	
지형	노령산맥 동쪽 사면의 산간지대
고도	500~600m(산간지대 사이로 분지형성)
기온	12~13℃/연평균 강수량 1,300mm
기후	북서부는 고랭지대로 여름에 서늘하고 겨울에는 눈이 많음
주요 산물	고추, 고랭지 채소, 포도, 약초, 잎담배(임야 67%, 농경지 24%로 밭작물 재배가 많음)
교통	임실~곡성 국도와 남원~담양 국도가 순창읍에서 교차, 88올림픽고속도로가 순창읍을 지나감
예천(인구10만 명당 100세 이상 인구 28.4명)	
지형	동북쪽은 소백산맥의 산간지대, 남서부는 낙동강 유역의 평야
고도	동북쪽은 500m 이상 산지(북부는 산지, 중남부는 분지 발달)
기온	연평균 기온 12.5℃/ 연평균 강수량 1,103mm
기후	1월 평균기온은 -4℃, 8월 평균기온은 25.4℃로 연교차가 크고 강수량은 적은 편
주요 산물	사과, 감, 토마토, 고추, 잎담배, 누에고치, 쌀, 보리(사과, 누에가루 등 특산물 생산에 힘씀)
보성(인구10만 명당 100세 이상 인구 27.7명)	
지형	좁은 해안지대와 중앙의 보성강을 빼곤 산간지대
고도	300~500m(소백산맥 지산이 해안을 따라 길게 뻗음)
기온	연평균 기온 12.6℃/ 연평균 강수량은 1,647mm
기후	1월 평균기온 -5℃, 8월 평균기온 27.8℃로 따뜻하고 비가 많은 지역
주요 산물	녹차, 밤, 쌀, 낙지, 새우, 굴, 피조개(따뜻한 기후와 풍부한 강수량으로 각종 원예작물과 특용작물의 생산이 많음)
교통	경전선 철도와 2번, 18번 국도가 서로 만남, 경전선 철도와 2번, 15번 국도가 벌교읍을 통과, 해안지방은 교통이 편함. 내륙지방은 고개가 많아 아직은 불편한 편임.
교통	중앙고속도로 개통, 영주에서 중앙선 및 영동선과 연결, 국도 발달, 예천 공항

자료 : 조선일보, <http://user.chollian.net> ,“100세 이상 장수촌 현지조사”.

〈표 6-2〉 100세 이상 인구 지역

영광(인구10만명당 100세 이상 인구 27.5명)	
지형	노령산맥 줄기가 해안까지 뻗음, 해안에 좁은 평야 있음
고도	노령산맥 지역은 200~400m(노령의 봉우리가 곳곳에 솟아 있음)
기온	연평균 기온 13.1℃/ 연평균 강수량 1,441mm
기후	1월 평균기온은 -0.5℃, 8월 평균기온은 26.5℃로 한서의 차가 심함
주요 산물	고구마, 콩, 녹두, 참깨, 조기, 가오리, 김, 조개(전국 3대 고추 주산지)
교통	영광을 중심으로 국도와 지방도가 통과, 법성포에서 인근의 송이도에 연결되는 해상항로 개설. 서해안 고속도로 개통
거창(인구10만 명당 100세 이상 인구 27.2명)	
지형	1,000m 급산에 둘러싸인 산간분지
고도	분지지역은 300~500m(분지 안에 500~900m 높이의 산이 곳곳에 분포)
기온	연평균 기온 12.2℃/ 연평균 강수량 1,177mm
기후	1월 평균기온은 -2.5℃, 8월 평균기온은 28.5℃(여름철에 덥고 겨울철에 추운 전형적인 대륙성 기후)
주요 산물	인삼, 잎담배, 참깨, 사과, 딸기, 밤, 버섯, (토질이 약산성이고 기온의 일교차가 심해 전국적으로 손꼽히는 사과 산지, 딸기와 포도도 집중 재배)
교통	거창을 중심으로 광주에서 대구를 연결하는 88올림픽고속도로와 김천, 진주, 남원 등 지방 중심 도시와 연결되는 국도가 뻗어 있음
곡성(인구10만 명당 100세 이상 인구 26.7명)	
지형	노령·소백산맥이 산지 사이에 좁은 평야
고도	산악지대는 300~400m(산지가 대부분이라 큰 평야가 없음)
기온	연평균 기온 13℃/ 연평균 강수량 1,203mm
기후	1월 평균기온은 섭씨 -1℃, 8월 평균기온은 26.7℃(내륙지방이라 한서의 차가 심한 편임)
주요 산물	사과, 배, 감, 수박, 멜론, 딸기, 옥수수, 버섯, 땅콩, 산수유(임야가 많아 다른 지역에 비해 경지율 낮음>)
교통	광주광역시와 비교적 가까운 거리. 전라선 및 곡성읍에서 남원시, 광주광역시, 구례군을 연결하는 세 줄기의 국도가 있음

자료 : 조선일보, <http://user.chollian.net>, “100세 이상 장수촌 현지조사”.

〈표 6-3〉 100세 이상 인구 지역

합평(인구10만 명당 100세 이상 인구 26.5명)	
지형	낮은 산맥사이로 강이 흐름
고도	100~300m(노령산맥의 서부 맥을 이어받은 군의 산세는 동부, 중부, 서부 등 세 갈래로 나뉘어 뻗어 있음)
기온	연평균 기온 12.7℃/ 연평균 강수량 1,277mm
기후	1월 평균기온 -0.1℃, 8월 평균기온 25.5℃(삼한사온의 영향으로 여름보다 겨울에 기온의 연교차가 심함. 산지와 해양의 영향을 받아 온난다습)
주요 산물	쌀, 딸기, 양파, 고추, 복숭아, 밤, 꼬막, 해조류(합평만 연안은 갯벌이 넓게 발달해 꼬막, 해조류 양식에 유리. 조기, 새우, 민어 등의 어획도 많은 편임)
교통	서해안고속도로, 정주~순천 국도 22호선, 강진~천안 국도 23호선, 지도~울산 국도 24호선이 지나감
담양(인구10만 명당 100세 이상 인구 25.4명)	
지형	북쪽은 노령산맥, 남쪽은 평야
고도	북쪽은 300~400m(동서보다 남북이 길며, 북쪽이 높고 남쪽이 낮음)
기온	연평균 기온 12.5℃/ 연평균 강수량 1,290mm
기후	1월 평균기온은 -1.5℃, 8월 평균기온은 26.5℃내외
주요 산물	대나무, 딸기, 쌀, 고구마, 멜론, 무, 배추(대나무밭의 면적이 전국에서 제일 넓음)
교통	호남고속도로와 88올림픽고속도로의 분기점, 담양~완도13번국도, 담양~고흥 15번국도, 신안~울산 24번국도, 보성~서산 29번 국도가 지나감
산청(인구10만 명당 100세 이상 인구 24.4명)	
지형	지리산 지역
고도	500~800m
기온	연평균 기온 12.1℃/ 연평균 강수량 960mm
기후	1월 평균기온은 섭씨 0.3℃, 8월 평균기온은 25.4℃
주요산물	쌀, 콩, 인삼, 약초, 목축, 양봉(지리산 산록에서 목축)
교통	남해~초산, 사천~경주 국도가 동서남북으로 관통하고, 산청~서하, 서포~단성, 단계~시원 지방도로 있음

자료 : 조선일보, <http://user.chollian.net>, "100세 이상 장수촌 현지조사".

이들 장수 지역은 공통적으로 살기 편안한 평야지대가 아니라 대부분 많은 활동량을 필요로 하는 기복이 심한 지역임을 알 수 있다.

전국 최장수지역으로 알려지고 있는 제주도는 앞의 문헌(탐라지)에서 보여주듯이 한라산을 중심으로 산남지역보다 산북지역에 장수비율이 매우 높은 것으로 나타나고 있다. 산북지역인 제주시와 북제주군, 산남지역인 서귀포시와 남제주군의 장수자 비율을 살펴보면 <표 7>과 같다.

<표 7> 2003년도 제주시·북제주군 노인인구 분석

(단위 : 명, %)

구분	총인구	65세 이상 노인인구 (%)	80세 이상 인구(65세 이상 인구대비 비율)	비고
계	553,864	50,584(9.1)	10,335(20.4)	
제주시	292,124	18,539(6.4)	3,701(20.0)	
북제주군	101,828	14,292(14.0)	3,173(22.2)	
한림읍	21,631	2,859(13.2)	701(24.5)	
애월읍	27,129	3,574(13.2)	819(22.9)	
구좌읍	16,856	2,794(16.6)	575((20.6)	
조천읍	21,414	2,407(11.2)	502(20.9)	
한경면	9,454	1,832(19.4)	442(24.1)	
추자면	3,529	470(13.3)	71(15.1)	
우도면	1,815	356(19.6)	63(17.7)	

자료 : 2003 주민등록인구통계 결과 보고서(2003. 12. 31 기준)

<표 7>에서 보여주듯이 제주도의 노인인구를 분석한 결과 65세 이상 인구 중 80세 이상 장수자의 비율을 보면 제주시가 20.0%, 북제주군은 22.2%로 전국 평균 15.7%와 비교할 때 6.5%가 높은 비율을 나타내고 있어 전국 최고의 장수군임을 확실하게 입증해 주고 있다. 특히, 80세 이상 고령인구 비율이 20% 이상인 지역을 읍·면 별로 볼 때 북제주군이 4개 읍과 1개 면으로 추자면과 우도면을 제외하면

전 지역이 장수지역으로 나타나고 있으며, 북제주군에서 최대의 장수지역은 전국 평균(15.7%)보다 8.8% 높은 한림읍(24.5%)인 것으로 나타나고 있다.

북제주군에서는 1998년 UN이 정한 '세계 노인의 해'를 맞아 전국에서 최초로 북제주군을 '노인존경군(老人尊敬郡)'으로 선포한바 있으며, 장수군(長壽郡)의 이미징 제고를 위해 1999년 거주 인구 300명 이상 마을로서 노인인구 비율이 11% 이상 차지하고, 80세 이상 노인인구 또한 25% 이상인 증산간마을인 한림읍 명월리와 해안 마을인 구좌읍 하도리를 장수마을로 선정한 바 있다.

제주도의 경우 지난해에 273억원의 노인복지 예산을 편성하여 경로연금, 교통수당 등을 지급하고 있으며, 이외에도 <제주도 장수노인수당지급 조례>¹⁹⁾를 마련하여 전국 처음으로 80세 이상 노인에게 장수수당(2004년 90세 이상, 2005년 85세 이상, 2006년에는 80세)을 1인당 월 2만원씩 지급하고 있다.²⁰⁾ 이와 관련된 역사적 기록을 살펴보면 “조선 태조 이성계는 나이 60에 이르자 기사(耆社=기로스(耆老所))를 세우고 나이든 전직 문무관들을 소속케하여 예우했다”²¹⁾는 기록이 있으며, 이러한 기로의 관행은 이후 지방에서 양로(養老)의 형태로 나타났다. 일반적으로 양반기로의 기(耆)라 함은 '연고덕후(年高德厚)'의 뜻을 지녀서 나이가 70이 되면 기(耆), 나이가 80이 되면 로(老)라고 했다. 제주의 양반기로에 대해 표창을 베푼 최근의 기록은 1910년 「조선총독부관보」에 나타나 있다. 이에 따르

19) 제주도의회(2004), 조례 제2423호

제1조(목적) 이 조례는 노인복지법 제4조의 규정에 의하여 경로효친하는 사회적 분위기를 조성하고 노인들의 노후생활의 안정을 도모하기 위하여 장수하는 노인들에게 장수수당을 지급함을 목적으로 한다.

제2조(용어의 정의) 이 조례에서 사용하는 용어의 정의는 다음과 같다.

1. “장수노인”이라 함은 주민등록법상 80세 이상인자를 말한다.
2. “장수수당”이라 함은 이 조례에 의하여 지급되는 사회보장적 금전 또는 물품을 말한다.

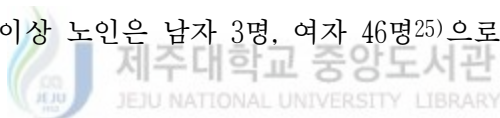
제3조(지급대상자의 범위) 이 조례에 의한 장수수당 지급 대상자는 제주도내 거주하는 80세이상 장수노인중에서 선정하되 지급대상자 및 지급액, 지급방법은 규칙으로 정한다.

20) 서귀포신문(2004), “장수수당 첫 지급”, 제397호(1. 1).

21) 김오순(2001), 전계서, p.173.

면 ‘양반유생기로(兩班儒生耆老)’로서 서민의 사표(師表)가 된 81명 제주사람에게 상금을 하사해 상치(尙齒:노인을 존경함)의 뜻을 전했다’고 돼있다. 표창을 받은 사람은 대정군 우면²²⁾(현재 서귀포시)의 강우양(89세), 제주군 신우면(현재 애월읍)의 강응열(86세), 변지홍(84세) 등이었다. 주목되는 사항은 상금이 연령에 따라 차이가 있었다는 것인데, 상금은 60~64세인 경우 15원, 65~69세 20원, 70~74세는 30원, 75~79세 50원, 80~84세는 70원, 85~89세는 90원 등으로 나타나고 있다.²³⁾

위와 관련하여 제주도 문화관광부는 2000년부터 전통문화를 선양하고 경로효친의 사상을 잇기 위해 제1회 ‘기로연’ 재현 행사를 실시한바 있으며, 2001년 제2회 ‘기로연’에서는 100세 이상노인 15명이 제주목사(도지사)로부터 장수패를 수여 받았다.그리고 제3회 ‘기로연’ 행사에서는 95세 이상 장수노인 13명이 장수패를 받았으며, 2003년도 제4회에는 95세 이상 10명이 장수패를 수여²⁴⁾받았다. 현재(2003. 12. 31) 도내 100세 이상 노인은 남자 3명, 여자 46명²⁵⁾으로 나타나고 있다.



22) 4·3학습자료, <http://www.bille.pe.kr/maphistory.htm>, 제주도 행정구역의 변천사.

23) 상계서, p.174.

24) 제주도향교재단, 강용준(총무).

25) 제주도(2003) 주민등록인구통계 결과 보고서 : 제주시(20명), 서귀포시(8명), 북제주군(16명), 남제주군(5명).

북제주군 「노인존경군」 선언문

유구한 역사와 자랑스런 문화전통 속에서 면면히 공동체적 삶의 터전을 일구어 온 우리 북제주군은 화목한 가정, 건강한 사회건설의 기초가 경로효친의 실천에 있으며, 노인 어르신에 대한 존경과 복지증진이 우리 모두의 책무이자 후손들에게 물려주어야 할 가장 고귀한 미풍양속이라는 사실을 깊이 인식하면서 헌법과 노인복지법 및 경로헌장과 UN노인권리선언의 이념에 입각하여 우리 북제주군을 「노인존경군」으로 선언하고 다음과 같이 실천하기로 다짐한다.

1. 우리는 노인 어르신을 가정, 직장, 지역사회의 정신적 지주로 모신다.
2. 우리는 노인 어르신을 문화전통의 맥을 잇는 스승과 지역발전을 선도하는 어르신으로 모신다.
3. 우리는 항상 노인 어르신들의 건강하고 안락한 생활을 위하여 정성을 다하여 모신다.



제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

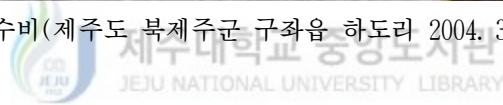


(1998년 10월 2일 제2회 노인의 날 공포)

[그림 2] 북제주군 「노인존경군」 선언문



[사진 1] 장수비(제주도 북제주군 구좌읍 하도리 2004. 3. 9 필자 촬영)



[사진 2] 장수비(제주도 북제주군 한림읍 명월리 2004. 4. 5 필자 촬영)

〈표 8〉 2003년도 서귀포시·남제주군 노인인구 분석

(단위 : 명, %)

구분	총인구	65세 이상 노인인구(%)	80세 이상인구(65세 이상 인구대비 비율)	비고
계	553,864	50,584(9.1)	10,335(20.4)	
서귀포시	83,275	7,625(9.1)	1,454(19.1)	
남제주군	75,070	10,099(13.5)	2,002(19.8)	
대정읍	18,120	2,604(14.4)	552(21.2)	
남원읍	20,041	2,463(12.3)	459(18.6)	
성산읍	15,418	2,141(13.9)	415(19.4)	
안덕면	10,332	1,563(15.1)	358(22.9)	
표선면	11,159	1,325(11.9)	215(16.2)	

자료 : 제주도(2003), 주민등록인구통계 결과 보고서(2003. 12. 31 현재)



〈표 8〉에 의하면 서귀포시는 65세 이상 인구 중 80세 이상의 장수자의 비율이 19.1%로 제주지역(20.4)보다는 0.3% 낮게 나타나고 있으나 전국(15.7%)과 비교할 때 3.4%가 높게 나타나고 있다. 남제주군의 경우 65세 이상의 인구 중 80세 이상 고령인구 비율이 북제주군(22.2%)과 비교할 때 2.4%가 낮은 것으로 나타나고 있으나 전국(15.7%)과 비교할 때 4.1%가 높게 나타나고 있다. 산남지역에서의 장수자 비율이 20% 이상인 지역은 대정읍(21.2%)과 안덕면(22.9%)으로 북제주군의 장수자 비율〈표 7〉과 비교할 때 북제주군 지역의 장수자 비율이 훨씬 많음을 알 수 있다.

북제주군과 남제주군의 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구가 차지하는 비율이 20% 이상인 장수층의 순위 30위까지를 살펴보면 다음과 같다.

〈표 9〉 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구비율에 따른 장수촌(북제주군)

(단위 : 명, %)

순위	지역명	전체인구			65세 이상 인구비율(%)	80세 이상 인구비율(%)	비고
		계	남	여			
1	애월읍 고성2리	417	167	250	27.6	49.6	중산간
2	한림읍 강구리	334	155	179	11.7	35.9	중산간
3	조천읍 대흘1리	257	129	128	11.7	33.3	중산간
4	한경면 신창리	1,048	521	527	15.9	31.1	해안
5	한림읍 귀덕2리	731	356	375	16.4	30.8	해안
6	한경면 판포리	585	291	294	21.7	29.9	해안
7	한경면 고산2리	717	355	362	21.9	29.3	해안/중산간
8	애월읍 상가리	758	403	355	22.6	28.7	중산간
9	추자면 예초리	235	99	136	19.6	28.3	해안
10	한경면 금등리	182	99	83	21.4	28.2	해안/중산간
11	애월읍 어음1리	336	177	159	18.2	27.9	중산간
12	한림읍 금악리	1,227	616	611	15.6	27.7	중산간
13	한림읍 귀덕1리	1,381	689	692	17.5	27.7	해안
14	애월읍 하가리	443	213	230	18.1	27.5	중산간
15	한경면 산양리	523	264	259	18.9	27.3	중산간
16	한경면 한원리	334	164	170	22.2	27.0	중산간
17	한림읍 월림리	410	213	197	17.3	26.8	중산간
18	한림읍 동명리	953	507	446	14.8	26.2	중산간
19	조천읍 대흘2리	347	179	168	12.1	26.2	중산간
20	애월읍 수산리	1,235	635	600	13.8	25.7	중산간
21	한림읍 금능리	1,324	675	649	14.3	25.4	해안
22	한림읍 명월리	837	428	409	14.7	25.2	중산간
23	한림읍 협재리	1,058	539	519	16.7	24.9	해안
24	애월읍 봉성리	1,325	672	653	17.7	24.4	중산간
25	한림읍 월령리	413	209	204	19.4	24.1	해안
26	한림읍 한림2리	2,450	1,228	1,222	10.5	24.1	해안
27	한림읍 한수리	791	425	366	10.1	23.8	해안
28	한림읍 수원리	1,201	570	631	16.6	23.6	해안
29	한림읍 한림1리	3,533	1,777	1,756	8.2	23.5	해안
30	구좌읍 하도리	2,272	1,142	1,130	18.0	23.0	해안

(순위는 65세 이상 인구 중에서 80세 이상 인구가 차지하는 비율을 기준)

자료 : 제주도(2003), 주민등록인구통계 결과 보고서(12월 31일 현재)

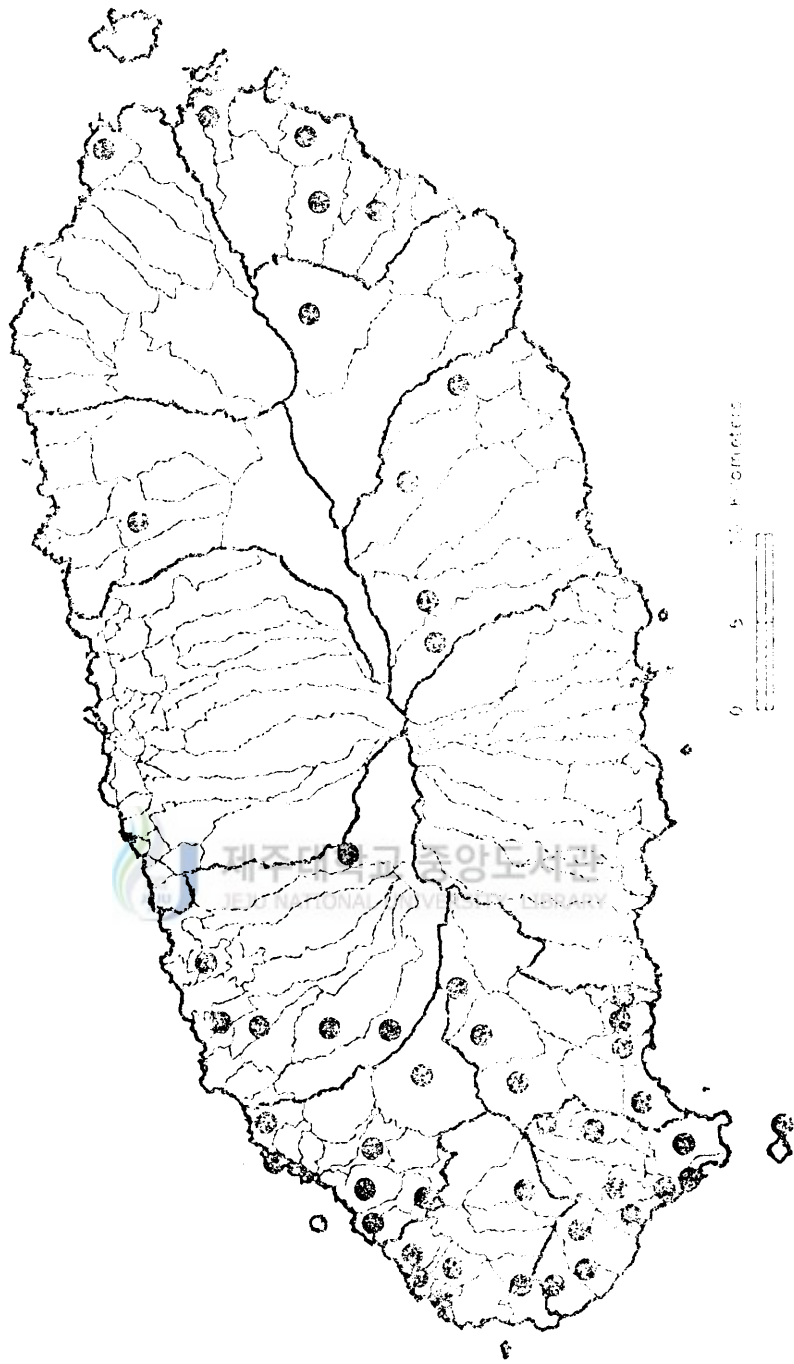
〈표 10〉 65세 이상 인구 중 80세 이상 인구비율에 따른 장수촌(남제주군)

(단위 : 명, %)

순위	지역명	전체인구			65세 이상 인구비율(%)	80세 이상 인구비율(%)	비고
		계	남	여			
1	남원읍 하례1리	1,339	669	670	12.8	31.0	중산간
2	대정읍 신도3리	258	135	123	20.5	30.2	중산간
3	대정읍 상모1리	866	418	448	13.2	29.8	해안
4	안덕면 서동광리	406	197	209	13.8	28.6	중산간
5	성산읍 신산리	1,330	646	684	14.9	28.3	해안
6	안덕면 대평리	643	319	324	17.4	27.7	해안
7	성산읍 난산리	520	250	270	26.3	27.7	중산간
8	안덕면 광평리	66	35	31	16.7	27.3	중산간
9	안덕면 감산리	925	477	488	18.2	26.8	해안/중산간
10	대정읍 일과2리	535	257	278	14.4	26.0	해안
11	남원읍 수망리	417	195	222	13.2	25.5	중산간
12	성산읍 오조리	994	484	510	14.0	25.2	해안
13	성산읍 삼달2리	232	107	125	17.2	25.0	해안
14	대정읍 상모3리	1,186	577	609	10.6	24.6	해안
15	대정읍 안성리	365	192	173	14.5	24.5	중산간
16	안덕면 화순리	2,757	1,377	1,380	11.2	24.3	해안
17	남원읍 신흥1리	1,019	507	512	16.2	23.7	해안
18	대정읍 하모1리	691	342	349	8.7	23.3	해안
19	대정읍 구역리	418	213	205	15.6	23.1	중산간
20	대정읍 동일1리	698	360	338	16.7	23.1	해안/중산간
21	대정읍 하모3리	2,696	1,341	1,355	13.7	23.0	해안
22	표선면 성읍1리	1,382	694	688	12.2	22.5	중산간
23	성산읍 온평리	1,454	741	713	20.0	22.1	해안
24	안덕면 동광리	458	230	228	12.9	22.0	중산간
25	대정읍 무릉1리	767	395	372	20.9	21.9	중산간
26	남원읍 신흥2리	1,571	817	754	13.4	21.4	중산간
27	안덕면 사계리	2,351	1,140	1,211	16.9	21.2	해안
28	대정읍 가파리	327	155	172	20.2	21.2	해안
29	대정읍 하모2리	2,586	1,280	1,306	10.1	21.0	해안
30	대정읍 무릉2리	568	284	284	21.0	20.2	중산간

(순위는 65세 이상 인구 중에서 80세 이상 인구가 차지하는 비율을 기준)

자료 : 제주도(2003), 주민등록인구통계 결과 보고서(12월 31일 현재)



1. 1년 31 65세 이상 인구중 80세 이상 인구의 비율이 20% 이상인 상수촌(세주시 · 서귀포시 제외)

Ⅲ. 산북지역의 환경과 장수 현상

1. 자연 환경

1) 위치와 기후

북제주군은 제주도의 북부 일원을 행정구역으로 하고 있으며 제주시를 사이에 두고 동·서 양쪽으로 분리되어 있다. 북사면에 위치하는 관계로 남해를 사이에 두고 한반도와 마주 위치하고 있다. 이 지역은 제주도의 북사면에 위치하는데다 한라산을 정점으로 중앙부는 제주시가 차지하는 관계로 본도 4개 시·군 중 동서사면은 가장 완만한 경사를 이루고 있다. 이 관계는 <표 11>을 보면 잘 알 수 있다.



<표 11> 북제주군의 경사도별 분포 현황

(1969. 12.31 현재)

구분 \ 도군별	제주도(km ²)	비율(%)	북제주군(km ²)	비율(%)	비고
0° ~ 5°	440.38	24.43	193.57	27.50	
6° ~ 10°	812.88	44.43	340.68	48.40	
11° ~ 15°	442.02	24.16	131.62	18.370	
16° ~ 20°	80.50	4.40	23.93	3.40	
21°이상	53.79	2.94	14.08	2.00	
계	1,819.57	100	703.88	100	

자료 : 북제주군(1987), 북제주군지(1987), p.41.

이와 같은 지형적 특성 때문에 제주시나 서귀포에 비하여 내륙지방이라 할 수 있는 중산간지대가 넓게 분포하여 예부터 북제주군은 해안지대 보다 내륙지대인 중산간마을이 많이 발달하고 있을 뿐만 아니라 이들 중산간지대의 넓은 초지에서 예부터 소나 말을 방목하여 왔고 현재에 이르러서는 대규모의 기업목장을 많이 발달시키는 계기가 되었다고 할 수 있다.

북제주군은 북반구의 중위도, 유라시아대륙의 동안에 근접하고 있는 육도의 일부라는 입지로 말미암아 기후인자의 복잡성을 시사하고 있다. 중위도는 온대기후를, 대륙 동안은 계절풍기후를, 섬은 해양성 기후를 갖게 된다. 남한 최고봉인 한라산이 북제주군 중앙부 남쪽에 우뚝 솟아 있어서 군내는 물론 도내의 지역차를 크게 나타나고 있다. 특히 겨울철에는 시베리아기단의 영향으로 대륙성기후가 두드러져 기온차가 제주도 내에서는 가장 심하고 여름철에는 고온다습한 북태평양기단의 영향으로 하계강우집중 현상이 큰 편이다. 9월에는 태풍의 진로가 북제주군을 통과하게 되어 바람이 많고 강수일수도 많은 편이다.

북제주군의 중앙부에 위치한 제주시의 연평균기온은 14.7℃로서 비슷한 위도를 갖는 다른 도시들에 비해 낮게 나타나고 있다. 바람은 기온 및 강수량과 함께 기후의 3대요소일뿐만 아니라 중요한 기후인자로서 기온과 강수에 크게 영향을 주고 있다. 특히 제주는 고래로 강풍지역으로 알려져 왔는데 이는 도서와 해안지역으로 비교적 바람이 많은 데서 기인하고 또한 두 가지 의미로 해석할 수 있는데, 그 하나는 바람 부는 날이 많다는 것과 다른 하나는 풍속이 강하다는 것이다. 제주도는 절해고도로 4면에서 불어오는 바람은 파도를 타고 오는 해풍이므로 풍속은 가속도가 붙어 더욱 강하게 된다. 특히 세계 최대의 대륙 내부에서 형성되는 시베리아기단과 세계 최대의 대양에서 만들어지는 북태평양기단과의 기압경도는 클 수밖에 없으며, 그 큰 기압노선상에 위치하는 제주도는 강한 바람을 그대로 받을 수밖에 없다.²⁶⁾

26) 북제주군(1987), 북제주군지, pp.39~55.

2) 지형

북제주군은 한반도의 최남단 환태평양 조산대의 후면에 위치하는 화산도의 일부이다. 신생대 제3기말 플라이오세(世)에서부터 제4기 플라아스토세(世)에 걸친 화산활동의 산물로서 형성되었기 때문에 화산 지형적 특징을 가장 잘 나타내고 있다.

제주도 중앙에 한라산(1950)이 우뚝 솟아 있기 때문에 북제주군은 물론 제주도 전 지역의 지형분포에 영향을 주고 있다. 북제주군은 제주도 남사면 보다 다소 완만한 경사를 이루고 있고 북사면 중앙에 제주시가 위치하는 관계로 보다 완만한 경사 분포를 갖는 것이 특색이다.

북제주군의 산지구분은 그 목적에 따라서 여러 가지로 나눌 수 있으나 고도와 경사에 의하여 지형구분을 하면 표고 200m이하, 경사도 4°이하의 완만한 해안저지대, 표고 200m~600m에 이르는 중산간 지대, 표고 600~1,200m에 이르고 10~20°의 다소 경사가 급한 산간지대, 표고 1,200m이상이고 경사 20°이상의 급사면을 이루는 한라산 정상부근의 고산지대로 나눌 수 있는데, 중앙부는 제주시가 차지하는 관계로 산간지대 및 고산지대 지역은 적고 해안저지대 및 중산간지대는 비교적 넓은 편이다. 지형 형태로 보면 해발 500m까지는 비료적 완만한 순상화산체를 형성하는데 비하여 500m에서 1,800m까지는 비교적 경사가 급한 원추화산체를 형성하고 있으며, 1,800m에서 정상까지는 종상화산체를 형성하고 있어서 섬 전체가 화산지형의 특색을 보이고 있다.²⁷⁾

3) 토양

제주지역은 화산활동에 의해 형성된 화산도이기 때문에 토양은 자연히 화산회

27) 상계서, p.49.

토가 주류를 이루고 있다. 화산회토는 화산분출물인 화산회(火山灰), 화산사(火山砂) 또는 화산력(火山礫)을 모재로 하여 생성된 토양으로 광물학적, 물리적, 화학적, 미생물학적으로 육지부의 토양과는 다른 점이 많으며 일반적으로 흑색을 띠고 있다.

제주도 토양은 유기물집적량(有機物集積量)의 차이에서 오는 토색에 의하여 암갈색토, 농암갈색토, 흑색토 및 적황색토 등 4개군으로 분류되며 그 특성과 분포 지역을 살펴보면 [그림 4]와 같다.



[그림 4] 제주도 토양 환경(자료 : 제주도(1993), 제주도지, 제2권, p.637.)

〈표 12〉 토양환경의 종류와 특징

구 분	특 징	비 고
동귀-구 엄-용흥 토양군	- 암갈색·비화산회토양군 - 용암류 평탄지, 배수 양호하며 암갈색인 미사식양질 식질 토양	북제주군 해안지역에 넓게 분포되어 있으며 토양산도, 유기물함량, 염기포화도, 인산함량 등의 조건으로 판단할 때 가장 좋은 토양에 속하며 제주 농경지의 40.5%가 이 토양군에 속함.
평대-행 원-민악 토양군	- 흑색 화산회토양군 - 용암류 대지, 배수 양호하며 흑색 인 미사식양질토로 자갈 혹은 등 근 바위가 있는 토양	제주도의 대표적인 화산회토성 토양으로 두터운 부식층을 이루어 속칭 “뜯땅”이라 하며 주로 북제주군의 중산간 지역과 제주 동쪽에 잘 발달되어 있음. 토심이 낮아 좋지 않은 토양군에 속하며 제주농경지의 14.0%가 여기에 해당함.
중문-오 라-구좌 토양군	- 농암갈색 화산회토양 - 용암류대지, 배수 양호 내지 매 우 양호하며 농갈색인 미사식양질 토로 자갈 바위 혹은 등근바위가 있는 토양	제주농경지의 45.5%로 가장 넓은 면적을 차지하며 주로 중산간지역(해발 200~600m)에 분포하며 암갈색 비화산회토양군에 비해 여러 가지 면에서 떨어진다고 할 수 있으나 농경지, 초지로 이용되고 있음.
흑악-노 로-적악 토양군	- 농암갈색 산악지 토양군 - 산악지, 배수 양호하며 농암갈색 인 미사식양질토로 자갈 혹은 등 근바위가 있는 토양	현무암을 母材로 한 토양으로 700m이상의 산악지역에 분포하고 있으며 토질은 보통이고 비옥도는 낮으며 유기물 함량은 매우 많음.

자료 : 제주도(1993), 제주도지, 제2권, p.638.

〈표 12〉에서 살펴본 바와 같이 제주지역에서 농업생산에 주로 이용되고 있는 토양군은 암갈색토양과 농암갈색토양군이며(경지면적의 86%), 지역적으로 보면 남제주군 토양은 흑색토양이 많은 반면, 북제주군은 암갈색 토양군의 분포가 많은 것을 알 수 있다.²⁸⁾

특히 제주도 남부의 토양은 한반도의 토양과 비교하여 유기인산의 함량이 현저히 낮으며 유기물 함량은 높은 편이나 작물생육에 크게 유효하지 않은 것으로 알려져 있다. 북제주군의 토양은 한반도 토양보다 물리화학적 여건이 좋다고 생각되나 마그네슘(Mg)함량이 낮은 것이 문제점이다. 화산회토의 표층은 염기치환용량이 상당히 높으나 염기 흡착력은 약하고 배수상태는 양호하여 칼슘(Ca), 마그네슘(Mg), 칼륨(K), 규소(S) 등이 심하게 용탈되고 있다.²⁹⁾ 지역별로는 서부지역이 동부지역보다 비옥한 편이고, 고도별로는 표고 200m 이하의 해안지역이 중산간지역보다 비옥하며 표고가 높아짐에 따라 산성이고, 비옥도는 낮아진다.³⁰⁾

따라서 생산된 곡물의 양과 질도 이와 같은 지역적 차가 있게 마련이다. 비료가 보급되지 않았던 1960년대 이전 대부분의 밭은 수회 경작에 반드시 몇 번씩 휴경했다. 보리와 조를 춘추에 계속 경작하는 것이 바람직한 것이었지만, 수확이 안 올라 재배작물을 바꾸어 재배했다. 산촌으로 갈수록 윤경이 심했는데 어촌의 좋은 밭은 보리와 조를 번갈아 가면서 계속 갈 수 있는 곳이 있었으나, 중산간촌에서는 옥도, 메밀류를 산촌에서는 메밀, 감자, 피 등의 재배가 적합하였다.³¹⁾

28) 제주도(1993), 「제주도지」, 제2권, p.637.

29) 북제주군(1987), 「북제주군지」, 전계서, p.59.

30) 제주도지(1993), 전계서, p.639.

31) 제주도민속자연사박물관(1995), 「제주도의 식생활」, p.452.

2. 사회 · 문화적 환경

1) 식생활

장수 음식은 존재하는가? 최근 장수에 대한 관심이 많아지면서 장수촌의 식생활에 대한 관심이 많아지고 있다. 잘 알려진 장수식단으로는 오키나와 식단과 지중해식단이 유명하다. '건강과 장수의 천국'으로 알려진 일본의 오키나와는 10만 명당 100세 이상의 인구비율이 39.5명으로 13년째 일본에서 장수지역으로 그 자리를 지키고 있다.

〈오키미 마을 장수선언문〉

80이면 어린아이에 불과하고
90세가 되어(하늘의) 부름을 받거든
100세까지 기다려달라고 돌려보내라.
우리들은 나이가 들수록 의기(意氣)가 성하고,
자식들에게 기대지도 않는다.
장수를 과신하는 이가 우리 마을을 찾거든
자연의 혜택과 장수의 비결을 알려주어라.
우리 오키미 마을의 노인들은
이곳이 일본 최고의 장수 마을임을 선언하노라.

1993년 4월 23일

오키나와의 장수 요인을 연구한 바 있는 일본 류큐 대학의 다이라 가즈히코 교수는 '식습관, 활동성, 대인관계'를 장수의 요인으로 꼽고 있다. 특히 오키나와의 식단은 세계에서 가장 건강한 식단이라는 평가를 듣고 있다. 오키나와 사람들은

어떤 식습관을 갖고 있을까? 오키나와 식단을 얘기할 때 가장 많은 관심과 논의의 대상이 되는 것은 바로 돼지고기다. 오키나와에서 돼지고기는 ‘숨소리 빼고 다 먹는 장수식’으로 알려질 만큼 인기가 대단하다. 오키나와 사람들이 돼지고기를 본격적으로 먹기 시작한 것은 2차 대전 이후로 그 조리법에 있어서 시간을 충분히 갖고 삶거나 끓이면서 기름을 걷어내는 데 장수의 비결이 있다³²⁾는 것이다. 고기를 삶으면 육류에 들어있는 지방과 유해한 독소가 모두 빠지고 단백질을 비롯한 좋은 영양소만 남아 건강식이 된다는 것이다. 또한 오키나와 식단이 건강한 것은 다양한 야채를 1년 내내 섭취할 수 있는 기후적 요인과 신선한 생선을 쉽게 구할 수 있는 지리적 요인 때문이기도 하지만, 소금 의존도를 줄인 건강 요리법이 보편화되었기 때문인 것으로 보는 의견이 많다.

일본 후생 노동성에 따르면 세계에는 기아 때문에 평균수명이 낮아지는 지역이 있는 반면, 일본은 먹는 음식으로 장수하는 지역이 많아지고 있다. 특히 세계 최대 장수촌으로 알려진 일본의 오키나와의 건강한 식생활에 이상 증세가 나타나고 있다고 밝히고 있다. “26쇼크”라고 하는 게 있는데 1년 전 각 현별 평균수명 조사를 했는데 조사 시 여성은 여전히 1위를 지키고 있으나 남자는 26위로 떨어지고 있다면서 그 원인을 분석한바 있다. “26쇼크”란 젊은 사람들의 높은 사망률을 말하는데, 그 원인은 비만³³⁾에 있다고 밝히고 있다. 이들 중 2/3가 비만이나 고혈압으로 지금 조심하지 않으면 평균수명 자체가 위험하다고 하면서 비만의 심각성을 경고하고 있다

〈뉴욕타임스〉의 보도에 의하면 일본 오키나와현의 장수촌을 파괴시킨 것은 미국식 식습관이라면서 오키나와의 전통음식은 채소류를 많이 쓰고 지방을 거의 쓰지 않은 전통음식을 유지하는 노인들은 오래 살지만 젊은층은 비만에 시달리고 있다면서 평균수명의 하락과 비만의 증가는 일치하고 있다³⁴⁾고 밝히고 있다.

32) 서울대 체력과학노화연구소(2003), 전계서, p.56.

33) NHK(2004), 《생명의 여행 : 수명》, 2월 14일.

34) 한겨레21(2004), “미국식 식습관, 장수촌을 파괴하다”, 4월호(4. 29).

하마마치 국립대학의 비만분석에 의하면 장수율 전국 1위였던 오키나와가 '26쇼크'를 일으킨 요인을 식생활에서 찾고 있다. 미국이 일본의 오키나와를 점령하면서 이 지역에 미국군이 주둔하게 되고, 햄버거를 비롯한 패스트푸드 등 육제품 수입량이 증가를 가져오면서 미국적인 식생활의 영향을 많이 받게 되었다. 이러한 식생활이 '26쇼크'를 가져왔다고 보고 있다. 육제품의 섭취는 전국 평균보다 지방분을 높지게 만들었고, 이에 따른 급속한 식생활의 변화는 10년 사이에 수명을 낮추었고 가까운 시일 내에 평균수명은 더 내려갈 수 있다고 보고 있다.

이와 같은 비만도는 멕시코, 남아프리카, 이집트 등 유태해지는 나라일수록 비만도는 높아지고 있다. 이러한 비만³⁵⁾ 현상을 세계보건기구(WHO)는 또 다른 하나의 영양실조로 정의하고 있다. 불균형한 식생활은 영양실조로 나타나고 21세기 세계는 또 다른 평균수명에 위협을 가하는 것이라고 이야기 하고 있다. 20세기에 들어오면서 90세, 100세까지 살 수 있어야 함에도 불구하고 비만으로 건강위협이 늘어나고 있다. 제일 심각한 나라는 미국으로 평균비만 22%로 어른 5명 중 1명이 비만인 것으로 나타나고 있다. 특히 미국의 웨스트버지니아주로 27.5%로 가장 비만도가 높은 것으로 나타나고 있으며, 찰스턴은 3명 중 1명이 비만인 것으로 나타나 비만을 해소하지 않으면 생명을 위협할 정도다. 이러한 비만을 해소하기 위해 위를 절제하는 수술이 이루어지고 있는 실정이다. 이 수술로 200명 중 1명이 사망하는 것으로 보고되고 있는데 수술을 하지 않으면 5년 안에 사망할 가능성이 더 많아지고 있기 때문에 적게 먹기 위해 위를 절제하는 수술이 늘어나 연 10만 명이 위 절제 수술을 하고 있다. 아프리카는 기아에 의한 영양실조로, 아메리카는 한쪽에 치우친 영양실조로 수명을 위협하는 요인으로 작용하고 있다.

그렇다면 한국 최고의 장수지역으로 알려지고 있는 제주도 장수인들의 식문화 현상은 어떠한가? 제주의 식생활은 자연환경과 역사적 배경을 떠나서는 생각할 수 없다. 제주도는 한라산을 중심으로 사면이 바다로 둘러싸인 섬으로 예로부터 땅이 척박하고 가난한 절해의 고도이기 때문에 환해천험의 섬이라 하였다. 따라서

35) 세계보건기구(WHO)에서는 신장 160에 75kg 비만으로 보고 있다.

도민의 생산 활동은 철따라 불어오는 계절풍과 달의 주기에 따른 물때 등 환경적 여건에 적응하며, 외부로부터 들어오는 환란의 역사를 견디며 어려울 때마다 서로 돕는 공동체 사회를 이루어 왔다. 그러므로 반도와는 다른 제주만의 독특한 생활 양식을 만들어 왔다고 할 수 있다.³⁶⁾

또한 단순 명쾌한 것이 제주인의 생활상의 특징이라고 한다³⁷⁾. 분수에 맞게 간단히 먹고, 간단히 입고, 단출한 집을 지어 살아왔고, 철저한 자급자족이어서 먹는 것부터 소박하다. 따라서 제주의 식단은 [그림 5]에서 보여주는 바와 같이 반찬수가 많지 않고 조리가 간단한 것이 특징이라 할 수 있다.

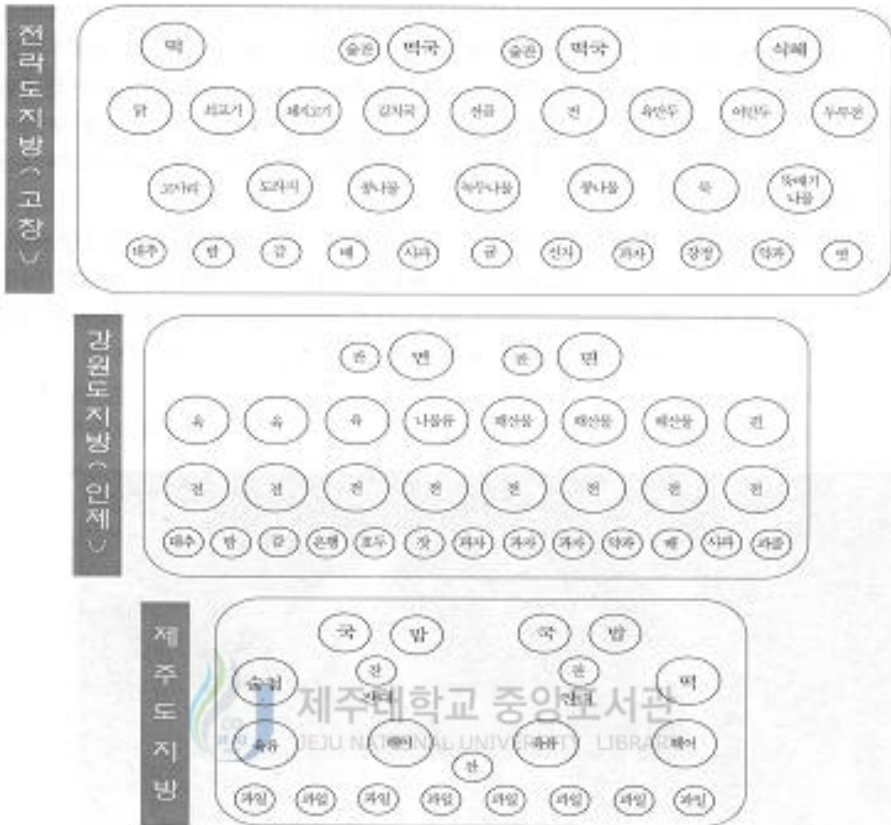
어려운 자연환경을 극복하기 위해서 모든 일상사를 단순하게 처리하고자 하는데 식생활 관리의 주 담당자인 여성들은 가사노동 이외에도 직접 생산노동에 참여해야 했기 때문에 잔손이 많이 가는 음식 만들기에 전념할 수가 없었던 관계로 육지에 비해 음식문화가 발달하지 못한 이유도 여기에 있다고 할 수 있다.

화산섬인 까닭에 대부분 밭농사에 의존할 수밖에 없었고 식생활 또한 밭농사의 주요 생산물로 이용될 수밖에 없었다. 제주도에 가장 많이 재배했던 작물로는 겨울과 봄 농사로는 보리를, 여름농사로는 조를 들 수 있다. 그밖에 고구마와 콩, 메밀 등을 재배하였는데, 특히 메밀은 가뭄에 가장 강한 작물로서 건조하거나 척박한 땅에서도 잘 자라서 모든 기후 조건에 강한 작물로 알려져 있다. 메밀에는 단백질 함량이 많고 비타민 B1, B2, 니코틴산 등을 함유하고 있어서 영양가와 맛이 좋다. 특히 루틴(rutin)이 들어 있어서 구충제나 혈압강장제로 쓰일 뿐만 아니라 모세혈관의 저항성을 강하게 하고 고혈압증으로 인한 뇌출혈 등의 혈관 손상을 예방하는 효과가 있는 것으로 알려져 있다³⁸⁾.

36) 제주도민속자연사박물관(1995), 「제주도의 식생활」, pp.21~22.

37) 김영돈, “제주민속 기행”, 한라일보, 1994. 10. 24.

38) 변희룡 외(2000), 「일상생활의 기상학」, 시그마프레스, p180.



자료 : 傳統禮節編纂會(1963), 「韓國의 傳統禮節」, 圖書出版 二星, pp.285-287.

[그림 5] 회갑상 차리기의 지역별 차이

제주지역에서 가장 간단한 식생활 구조는 밥(보리밥)과 된장국(여름철에는 냉국)에 나물이나 오이, 상추, 배추 등을 된장 또는 자리젓으로 짬을 싸 먹거나 그냥 찍어먹는 경우가 많았다. 특히 겨울철에는 콩국과 콩죽을 많이 먹었는데, 콩에는 단백질이 38%나 있어서 쌀(6.2%), 조(10.5%), 옥수수(8.2%), 밀(10.5%) 등에 비해 많은 단백질을 섭취할 수 있다. 따라서 육류가 부족한 지역에서는 단백질 공급원으로 콩류는 아주 중요한 역할을 하였다.³⁹⁾ 일본과 제주도의 장수지역을 연구

39) 제주도 민속자연사박물관(1995), 전게서, p46.

한 보고서⁴⁰⁾에서도 일본과 제주도의 장수자가 즐겨먹는 음식으로 콩과 콩으로 만든 제품을 선호하는 경향이 뚜렷하게 나타났다. 콩에는 특히 이소플라본이라는 성분이 풍부한데, 이것은 항암효과 외에 골다공증, 신부전증, 신장질환 등과 같은 만성 질환의 예방에 탁월한 효과가 있는 것으로 알려져 있다.⁴¹⁾

제주의 척박한 토양은 밭에서 나는 농작물만 가지고는 생활하기에는 소출이 모자랐으므로 바다 일도 병행해야 했다. 따라서 반농반어의 생업형태는 제주도의 특색이라 할 수 있다.

“귀슬 그르에 가도 엇은 양식 바당에 가민 싯나”⁴²⁾, (가을 걷이가 끝난 밭에 가도 엇은 양식 바다에 가면 있다.) 또는 “친정에 가도 못 얻은 저녁고심 바당에 가민 싯나”⁴³⁾ (친정집에 가도 엇은 양식 바다에 가면 얻을 수 있다.)라는 속담은 바다에서 해조류를 이용한 식문화의 중요성을 말해주고 있다고 볼 수 있다. 해조류의 섭취는 중요한 의미를 갖고 있다. 기근으로 인한 영양결핍 중 가장 무서운 것은 요오드의 결핍이다. 요오드의 결핍은 뇌에 치명적인 손상을 준다는 것이 최근에 발표된 이론이다.⁴⁴⁾

실제로 중국 하남성(河南省)에 있는 왕산 마을은 이 마을 주민 500여명 가운데 10%가 넘는 58명이 정상인들에 비해 지능발달이 현저하게 뒤떨어지고 있으며, 270여명은 가벼운 상태로 준(準)바보로 알려져 있다. 상당수의 가구가 기본적인 농사법을 익히지 못해 고생하는가 하면 인민학교에 다니는 어린이들이 졸업시험을 통과하지 못하고 마을공동으로 운영하는 향진기업조차 자영능력이 없어 외지인들에게 넘어가 버렸다. 국립장애자회복센터의 보고서에 따르면 이 마을사람들의

40) 서울대 체력과학노화연구소(2003), 전계서, p.23.

41) 상계서, p.25.

42) 제주도(1999), 「제주도속담사전」, p53(곡식 한 알이 아쉬울 때는 가을걷이를 다해버린 밭에 가서 베어낸 곡식 그루에 떨어져 있는 이삭이 있으면 주우려고 돌아다녀도 헛수고로 끝나기 일쑤이다. 그러나 바다에 가면 해초류나 게 등 먹을 것을 채취할 수가 있다. 그래서 옛 분들은 친정에 가도 못 얻는 양식 바다에 가면 구할 수 있다고 해서 식품의 보고로 여겼던 것이다.

43) 상계서, p.336.

44) 제주도민속자연사박물관(1995), 전계서, p.314.

퇴행현상은 이상스런 바이러스감염이나 환경재해가 아니라 요오드(IDD)결핍 때문에 빚어진 것으로 밝혀졌다. 요오드는 미역·다시마 등의 해조류에 포함된 영양소로 이것이 부족할 경우 두뇌발달에 치명적인 결함을 줄 수 있다. 이와 관련한 연구결과는 하루 섭취량이 매일 1만분의 1g만 차이 나더라도 정신박약 또는 소인병(小人病)에 걸릴 가능성이 크다고 지적하고 있다. 중국 내륙지방에 사는 4억 2천 5백만이 이와 같은 요오드 결핍증의 위험성이 있는 것으로 추정되고 있다.⁴⁵⁾

사면이 바다로 둘러싸인 제주도에서는 중산간지역이라 할지라도 해조류의 공급이 비교적 쉬웠고 흉작이나 가뭄으로 인한 어려운 시기에든 그들의 생활을 유지하기 위해 해안과 중산간지역을 오르내리며 억척스럽게 살아왔음을 다음 내용을 통해서 엿 볼 수 있다.

[예증 1]

질루 하영 먹은 건 밥허곡 된장이주. 그 시절에 자리젓은 아주 고급 반찬이였져. 밧때 갈뎀 밥허곡 된장 거정강 먹고. 잘허민 콩잎이나 토당강 먹엇주. 반찬첼리곡 대곡, 콩잎도 어성 못먹엇져. 질겅밧딘 콩잎 하도 하영 토당가부난 못허영 가게 허젠 콩잎 우트레 고시락 뿌리명 허여났져 ...돛피기 못먹은 걸로 못사는냐. 잔치나 대소상 이실 때 호루에 딱 석점주민 그걸로 매기랏져, 요새사 널어진게 피기주만 .감저주시 사당떡곡 조체도 떡곡 허여났져. 잘 못먹은텐 죽는 것도 아니라라. 질 하영 먹은건 밥광 노물이주기. 장도 어성 빌레가곡 허엿주.⁴⁶⁾

(제일 많이 먹은 것은 밥과 된장이다. 그 시절에 자리젓은 아주 귀한 반찬이었다. 밧에 갈 때는 밥과 된장을 주로 갖고 다녔으며 어쩌다 콩잎을 따다가 먹었다. 반찬을 준비할 여유가 없었으며 콩잎도 없어서 못먹는 형편이었다. 길옆 밧은 많은 사람들이 콩잎을 따가는 바람에 콩잎은 따가지 못하게 하기 위해서 보리카끄라기를 콩잎위로 뿌리는 일도 있었다...돼지고기 못 먹었다고 못 살지 않는다. 주로 애경사가 있을 때 하루에 고기 세점(삶은 돼지고기 썰어서 세 개)이면 그걸로 끝이었다. 요즘이 흔한게 고기지만 . 고구마 찌

45) 중앙일보(1995), “주민 절반이 “準 멍청이”, 4. 18(8).

46) 이두옥(77세) : 북제주군 한림읍 금악리.

꺼기를 사다가 먹으면서 살았다. 잘못 먹었다고 죽는 것은 아니다. 제일 많이 먹은 것은 밥하고 나물(주로 배추)이며, 된장(간장포함)도 없어서 빌려다 먹고 살았다.)

[예증 2]

그 시절사 사라지카부텐 허여시나. 막 어려울땐 툇밥도 허영떡곡 포래밥도 허영떡곡 허여났져. 잔칫날엔 신랑 신부헌틴 곤밥허영 주난 신랑은 남자난 하영 먹어불곡 신부는 체면철영 호꼼만 먹영 허민 그 밥 혼 수갈 먹어보젠 어린아이고 어른덜 꺼지도 그 앞이 죽 서그내 기다리멍 허였주.이제 생각허민 우수한 애기주. 감저솔망 떡곡. 먹을것도 어신디 공출허랜 허민 안허질 못허였주. 보리북매 알아지느냐. 보리공출 못내민 북치듯이 막 매 맞는 걸 보리 북매랜 현다.⁴⁷⁾

(그 시절은 살 수 있으리라고 생각 못했다. 아주 어려울 때에는 툇밥과 과래밥을 해서 먹었으며, 결혼식 날 신랑 신부에게 쌀밥이 제공되는데 신랑은 그 밥을 남김없이 먹어버리고 신부는 체면을 차려서 적게 먹고 남기면 그 밥을 얻어 먹으려고 어린아이에서부터 어른까지 줄을 서서 한 술가락씩 얻어먹었다. 지금 생각하면 어이없는 얘기다. 고구마 삶아서 먹고, 그나마 먹을 것도 없는데 공출(일제시대)하라 하면 안하지 못했다. 보리북배라는게 있는데 보리 공출하라 해서 공출을 제대로 못하면 북 두드리듯이 때리는 것을 말한 다.)

[예증 3]

이동네 사람들은 굴명죽은 사름은 어서. 밀체도 먹고 대죽 부랭이 허영 떡곡. 감저주시 사당 먹고 허명 살았주. 난 아무거나 잘 먹어져. 난 굶은게 어서. 요샌 쌀보래도 가곡. 쇠는 작년까지 키우다가 거님이 어려웁 작년에 쇠 팔아 부린. 출도 못허곡. 댓머리씩 키워났주마는. 식계는 우리 메뉴리가 허였주. 이집이 이서부난. 시에 우리 죽은떨이 오랜 햄주마는 이 집 말을 사름어성 못감주.

이동네 남자어른은 어서 다 죽어(4·3사건때)부난 엇주. 팔십이상은 나허곡 양이장 뿐이라.

술은 하영 안먹고, 제주나 떡곡 허였주. 돈이 이서사 술집이강 술도 떡곡허는 거주 돈이 어성 목먹 었주. 아직끼정은 용시허영 가용썸주,올 해도 보리 현 열마지기 허였주. 작년에 혼 백삼십만원 허영 살아신디...

그거허여도 부족허여, 용돈은 딸도 주곡 아덜도 주곡허였주. 가을일은 콩 혼판이 심언 80만원 허였 주. 이젠 검질매기도 어렵곡 허난 콩이나 심엄주.⁴⁸⁾

47) 강오생(87세) : 북제주군 구좌읍 하도리.

48) 강승태(87세) : 북제주군 한림읍 금악리.

(이 동네 사람들은 굶어서 죽은 사람은 없다. 밀폐(참밀의 겉껍질)도 먹고, 수수 대 또는 고구마 찌꺼기를 사다가 먹고 살았다. 나는(본인) 아무거나 가리는 거 없이 잘 먹는다. 입에 안 맞는 게 없다. 요사이는 밭을 보러가기도 하고, 소는 작년까지 키웠지만 관리가 힘들어서 작년에 다 팔아버렸다. 소꼴도 할 수 없고, 다섯 마리정도씩 키웠었다. 제사는 며느리가 맡아서 하고 있으며 이 집이 있기 때문에 제주시에 작은 딸이 오라고 하지만 집 관리문제가 있어서 못가고 있다.

이 동네 남자어른은 4·3사건으로 모두 사망했기 때문에 팔십 이상은 자신하고 양이장(마을 이장을 했음)뿐이다. 술은 많이 안 먹었고 제주나 먹는 정도이다. 돈이 있어야 술도 먹는 것이지 돈이 없어서 술도 못 먹었다. 아직까지는 농사를 지으니까 용돈은 벌어서 쓰고 있는데 올해도 보리 열마지기(1,000평정도) 농사를 짓고 있다. 작년에는 보리농사로 삼백만원 정도 수입을 올려서 그 돈으로 살고 있는데 ... 그것만으로는 부족하셔서 딸과 아들이 용돈을 받고 있다. 가을농사로는 콩을 재배해서 80만원 정도 수입을 올렸는데 이제 김매기도 힘들고 해서 콩 농사를 하고 있다.(조 농사는 김매기를 많이 해야 하기 때문에))

[예중 4]

끓는 것도 안죽곡 이 웃드리에선 굴명 죽은 사람은 어서. 허다 못허민 누룩낭도 먹영 살곡 양석 어시민 감저주시도 사당 먹곡. 저 서귀포까지 강 사와났저. 하도 먹을 것이 어서노난 낭헌집허영 전 간에 해원허여도 못파난 한림사는 성네 집이간 보리 혼푸대 도독질허영 오명 허어나신디 무사 하필 이민 씨 허젠 나둔 걸 거정 오느니게..

요샌 검질을 맴시카, 그냥 검질도 안매곡 빔뿐허난 오죽 살기좋은 때라게. 그 어려운 시절 날담게 산 사름도 어실거여. 경허여도 나 마흔나도록도 못살카부텐 허난 이제도록은 살아노코, 이제 아흔나도록 살아지카.⁴⁹⁾

(끓는다고 죽는 것도 아니고 이 중산간에서는(한라산이 있는 쪽 벽지 근처의 들, 또는 그런 마을) 굶어서 죽은 사람은 없다. 하다못해 느릅나무도 먹어서 살고 양식이 없으면 고구마 찌꺼기도 사다가 먹고, 저 서귀포까지 가서 사다가 먹었다. 식량사정이 너무 안 좋으니까 나무를 한짐 하고 가서 하우종일 앉아서 팔아도 못 파니까 한림에 사는 언니네 집에 가서 보리를 한 마대 훑쳐 온적도 있었다. 그런데 하필이면 새해 농사지를 씨앗으로

49) 강생년(85세) : 북제주군 한림읍 금악리.

남겨 놓은 것을 갖고 와버렸다. 요즘은 김도 안 매고 배기만 하나까 얼마나 살기 편한 때인가. 그 어렵던 시절 자기처럼 살았던 사람도 없을 것이다. 40까지도 못 살줄 알았는데 이제 85세까지 살았으니 90세까지도 살 수 있을런지?

[예증 5]

옛날이사 보리허곡 조영, 고구마를 주식량으로 살았주. 자기 밭 없는 사람은 남이 밭 빌영 뺑작 허영 살곡, 어린아이덜 공부시키젠 허여도 돈이 어성 제대로 공부도 못 시키곡. 부지런허지 안허민 살기가 힘들엇주. 경허난 3~4년 흉년이 들었다 허민 큰 곤란이엇주. 그땐 포래밥(파래허곡 보리가 루영 섞어서 범벅으로 만들어 먹었음)허곡 툇밥(조와 툇을 섞어서 밥을 함)허곡 먹영 살아신디 그것도 어성 못먹곡, 풀주시도 허영 먹곡 허여신디 그것이 그렇게 맛이 조양 그거 하나 거정 이시민 왕초엿주. 중간에 어려운 고비가 하신디 특히, 왜정시대엔 흉년은 들지 보리시절엔 보리 공출 허곡, 조시절엔 조 공출허곡 허당 보민 먹을 것이 어시난 하루에 한때 먹을 때도 있고, 두때 먹든지 아니면 동냥도 허영 먹곡... 칫뿌리도 많이 파 먹엇주. 그때 생각허민 어이가 엿주. 옛날엔 약도 없지, 돈도 없지, 병원도 없으니까 70넘는 사람이 드물엇주.⁵⁰⁾

(옛날에는 보리, 조, 고구마를 주식량으로 살았다. 자기 밭이 없는 사람은 남의 밭을 빌려서 반작해서 살았고, 어린자식들 공부시키려 하여도 돈이 없어서 제대로 공부를 못시켰다. 부지런하지 않으면 살기가 매우 힘들었다. 그래서 3~4년 흉작이 들면 아주 곤란하였다. 그 때에는 파래밥과 툇밥을 먹고 살았는데 그것마저도 없어서 못 먹었으며, 풀주시도 해서 먹었는데 그게 그렇게 맛 있었다. 그걸 갖고 있으면 왕초처럼 주변의 부러움을 샀다. 중간에 어려운 고비가 많았는데 특히, 일제시대에 흉년까지 겹친 상황에서 보리시절에는 보리공출하고, 조 시절에는 조공출하고 하다 보면 먹을 것이 없었다. 그래서 하루에 한끼 먹을 때도 있고, 아니면 두 끼를 먹든지 하면서 그것마저 여의치 않으면 남의 것을 얻으러 다니면서 살았다. 칫뿌리도 많이 해서 먹었고, 그 때를 생각하면 기가 막힌다. 옛날에는 약도 변변치 못하고 돈도 없는데다가 병원도 없으니까 70을 넘기는 사람이 드물었다.

이상에서 보여주는 바와 같이 특별하게 영양을 고려한 음식도 아니었고 지나치리만큼 단순하고 소박한 밥상이지만 오늘날 모두 장수식이라는 데에 이론의 여지

50) 김덕하(74세), 김봉선(79세), 강오생(87세) : 북제주군 구좌읍 하도리.

가 없는 것 같다.

이상과 같이 제주사람들이 오래 장수하는 이유는 여러 가지 이유가 있겠지만 석주명은 첫째, 치열한 자연도태의 결과 강장한 사람만이 살아남는다. 둘째, 식품에 동물질의 (칼슘최다종인) '자리(뚝)'와 식물질의 '떡(미역)'이 극히 풍부하다. 셋째, 정신충동을 받는 일이 적고 원시적인 생활을 한다라고 주장하고 있다. 세 번째의 '원시적'이라는 표현은 공동체 생활을 하나 구성원끼리 서로 스트레스를 주고받지 않는 자연 상태의 자유스러운 생활을 했다는 것을 의미한다.⁵¹⁾ 석주명씨가 81세 이상의 고령자를 산출한 것을 보면 <표 13>과 같다.⁵²⁾

<표 13> 81세 이상의 고령자 수(現住者에 對한 %)

마을명	남	여	계	마을명	남	여	계
토평리	12	12	24(1.5)	명월리	15	16	31(1.6)
법환리	13	26	39(2.0)	대정	8	17	25(1.8)
신하효리	18	32	50(1.9)	화순리	6	12	18(1.2)
함덕리	12	29	41(1.1)	의귀리	4	10	14(1.5)
교래리	1	1	2(0.7)	토산리	3	5	8(1.0)
상도리	4	4	8(1.2)	저지리	5	6	11(1.3)
송당리	8	10	18(1.6)	용수리	2	10	12(1.4)
성읍리	11	15	26(2.3)				
오라리	12	13	25(1.7)	계	134	218	3582(1.5)

(1944-1945년에 조사한 것임)

자료 : 석주명(1949), 「제주도의 생명조사서」, 서울신문사, p.188.

위의 <표 13>에 의하면 16개의 마을 중 증산간 마을은 10개 지역으로 62.5%를 차지하고 있으며, 해안지역은 6개 마을(37.5%)로 나타나고 있어서 앞의 <표9, 표

51) 송성대(2001), 문화의 원류와 그 이해, 각, p.256.

52) 석주명(1949), <<제주도의 생명조사서>>, 서울신문사, p.188.

10>에서 나타나는 바와 같이 65세 이상 인구 중 80세 이상의 장수자가 해안(46.7%)보다 중산간(53.3%)지역에서의 비율이 높게 나타나고 있음을 알 수 있다.

2) 주거생활

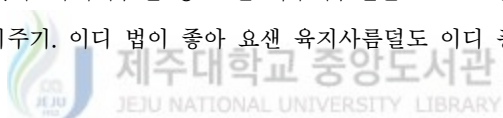
제주지역은 화산활동에 의해서 형성된 화산도이기 때문에 토양은 자연히 화산회토가 주류를 이루고 있다. 따라서 땅은 척박하고 가난한 절해의 고도이기 때문에 한반도와는 다른 제주도만의 독특한 '솔가름'의 생활양식을 만들어 왔다. 이는 한 집의 구도가 안거리와 밭거리의 두 채로 구분되어 있는 것으로 두 채의 모양새는 거의 유사하며, 두 채는 마당을 사이에 두고 마주보고 있다. 안거리에도 '정지(부엌)'가 있고 밭거리에도 '정지'가 있다. 며느리가 들어오게 되면, 아들과 며느리는 주로 밭거리에 거주하고, 부모와는 취사단위를 엄격하게 구분한다. 며느리는 자기 자신의 가족을 위한 식사만을 준비하고, 시어머니도 자기 자신의 가족을 위한 식사만을 준비한다. 이것을 '솔가름'이라고 한다. 하나의 울타리 안에 부모와 자신이 서로 다른 취사단위를 구성하고 있는 것이다. 부모의 연령이 많아진 경우에도 이러한 관행은 지속되며, 더 이상 거동을 할 수 없는 경우에 자식이 부모를 모시는 모습을 보인다. 이때도 육지의 장남이 반드시 부모를 모시고 제사를 받들고 하는 문화와는 달리 반듯이 장남이 아니더라도 누구든지 부모님을 모시고 살 수 있다. 또한 제사도 골고루 나누어서 형제간에 부담을 적게 준다. 따라서 노인이 된 시어머니는 자신이 스스로 밥을 해 먹을 수 있는 동안에는 전혀 며느리의 신세를 지지 않는다. 자신의 일은 끝까지 맡아 함으로서 역할분담을 분명하게 하고 있다.

이처럼 제주도 노인들은 자립정신이 몸에 배어있기 때문에 제주도 노인들은 노후에도 자녀들과 동거하기를 좋아하지 아니한다. 이에 대해 김태현 교수는 다음과 같이 주장한다⁵³⁾.

“자녀와 별거하는 비율이 많아 경제적 및 정신적으로 자녀와 독립된 관계를 형성하므로 가족간의 갈등이 육지에 비해 적었다. 또한 노부부가 독립해서 거주하다가 아주 노쇠하여 노동력이 없어 자녀와 합가할 때 반드시 장남이어야한다기 보다는 능력 있는 자녀가 모시는 System Family 형태를 취하고 있다.”이처럼 제주 노인들의 자립성은 장수현상에 기여하는 요인이 크다고 볼 수 있다. 실제로 장수노인들도 이렇게 사는 것이 서로가 편하다는 점을 상당히 강조하고 있다.

[예증 1]

나 열일곱에 시집완 열여덟 나날 따로 살았져. 장 나민 고적헌다 박그리 살곡 허멍 살았져. 무사 헌디 사느니게. 나허영 먹고 시프민 허영 먹고 실프민 말곡. 오죽 좋아. 맛 존거 시민 맛존거대로 맛 어시민 어신데로 허영 살민 막 편허여. 기어다닐 정도만 되민 난 따로 살켜. 이디신 늑신네덜 고치사는 사름 하나도 엇져. 육지사름덜 왕 보민 제주사름덜은 효도도 헐줄 모른덴 허멍 허여라 마는 건 잘 몰랑 허는 말이주기. 이디 법이 좋아 요센 육지사름덜도 이디 풍습반 막 조텐 허여라.⁵⁴⁾



(나는 열일곱 살에 시집와서 열여덟에 분가해서 살았다. 장례를 당하면 고적(일가에 장례를 당하면 친척끼리 부조로 하는 떡)하고, 바깥채에 살았다. 왜 같이 사느냐. 자신이 먹고 싶을 때면 해서 먹고, 싫으면 안 먹고 얼마나 좋으냐. 맛 있는거 있으면 있는 대로 없으면 없는 대로 자유롭게 사는 게 편해서 좋다. 움직일 수 만 있다면 그 순간까지 나는 따로 살겠다. 여기 계시는 늙은 어른신들 같이 사는 사람 없다. 요즘은 육지 사람들도 제주사람들이 사는 분가해서 독립된 생활을 매우 좋다고 평한다.)

[예증 2]

질루지만씩 사는 게 편헌다. 눈치 안봐그네. 옛날엔 며느리덜 한티 귀 막양 삼년, 병어리 삼년, 눈 곰아 3년 허여낫주 마는 이젠 반대로 시어명덜이 귀막양 삼년, 병어리 삼년, 눈곰양 삼년 허염서. 아맹허여도 헌디 살민 자유가 엇주기.⁵⁵⁾

53) 김태현(1980), “제주도의 노인생활 연구”, 「대한가정학회지」, 18(1), p.101.

54) 고귀생(84세) : 북제주군 한림읍 금악리.

55) 강오생(87세) : 북제주군 구좌읍 하도리.

(자기만씩 사는 게 편하다. 눈치도 안보고. 옛날에는 며느리들에게 귀 막아 삼년, 병어리 삼년, 눈감아 삼년 했지만 이제는 반대로 시어머니가 귀 막아 삼년, 병어리 삼년 눈 감아 삼년 하면서 시어머니가 시집살이 하는 때가 되어버렸다. 아무래도 함께 살면 자유가 없다.)

[예증 3]

따로 살단 1년 전부터 메누리허곡 혼디 살암져. 아멩허여도 따로 사는게 마음이 편허주. 요새 젊은 사름덜사 직장에 멩기곡 허젠 허민 그 바쁘디 고치 살젠허민 불편헌 게 한 두가지가 아닐거여. 서로가 편허주기. 가끔씩 봐야 반갑기도 허곡.⁵⁶⁾

(독립해서 살다가 1년 전부터 며느리와 함께 살고 있다. 아무래도 따로 사는 게 마음이 편하다. 요즘 젊은 사람들은 직장생활을 하기 때문에 바쁜 일정속에서 함께 살게 되면 불편한 게 한 두가지가 아닐 것이다. 독립해서 사는 게 서로에게 편하다. 가끔씩 만나야 반갑기도 하고.)

[예증 4]



나나 이제 영 메누리영 혼디 살암주. 이제라도 떨어정 살고파도 이 나이에 나강 살아가민 동네 사름덜도 뤼엔 헐거 담곡. 후회스러울 때가 한 두 번이 아니주기. 저 아덜 이제 환갑이 다 되어감주 마는 어릴 때 아방 죽어볼곡, 다리 소아마비 되어부난 그 아덜 고쳐보젠 이레 저레 돌아다니다니멍 살단 보난 이날 이때까지 살아젓져. 나이 서른되영 장가 보내젠 허난 오꼳허게 장게 가는날 신부가 도망가부난 어떻헐거라게. 나 달문 사름이 또 이시카이. 경허여도 삼년뒤에 도망간 새각시가 돌아완 저 손주들 시남매 낳고 살암시네⁵⁷⁾.

(이 동네에서 당신 자신만 며느리랑 함께 살고 있다. 지금이라도 독립해서 살고 싶지만 지금 나이(85세)에 분가한다는 것은 모양새도 안 좋고, 함께 살면서 후회스러울 때가 많다. 지금은 아들 나이가 환갑을 다 되었지만 어릴 때는 남편도 돌아가시고, 아들이 소아마비가 되는 바람에 아들을 고쳐보려고 이리 저리 돌아다니면서 살다 보니까 지금까지 함께 살게 되었다. 아들 나이 30이 되어 장가를 보내려고 준비하던 중 결혼식 하는 날 신

56) 김장명(91세) : 북제주군 한림읍 금악리.

57) 강생년(85세) : 북제주군 한림읍 금악리.

부가 사라지는 바람에 어떻게 할 수가 없어서... 나 같은 사람이 또 있을까? 그래도 삼년 뒤 사라졌던 신부가 돌아와서 손자들을 낳고 잘 살고 있다.)

[예증 5]

결혼하자마자 분가하는 경우도 잇곡 결혼하여 2~3년 잇당 분가하는 경우가 이신디 막 어려울수록 빨리 분가하여 살림 사는 경우도 잇곡, 줄게 어시난 판살림 나젠 허민 머라도 주멍으내 보내야 허난 늦게 허는 사름도 잇곡 허엿주. 요즘은 젊은 사름덜 다 육지역 시례 가부난 고치사는 사름도 잇곡. 따로 사는 게 스트레스도 덜 받곡 마음적으로 편허주. 이 동네도 메누리역 사는 사름은 별로 없고 4·3때 하영덜 젊은 장정덜 가부난 여자 혼자 사는 사름이 하주.⁵⁸⁾

(결혼하자마자 분가하는 경우도 있고 결혼해서 2~3년 뒤에 분가하는 경우가 있다. 매우 어려울수록 빨리 분가시켜 자립해서 살게 하는 경우도 있고, 상속할 재산이 없는 경우 분가시키려면 약간의 가재도구를 챙겨서 쥐야 하기 때문에 늦게 분가시키는 경우도 있었다. 요즘은 젊은 사람들이 도시로 나가기 때문에 함께 사는 사람이 없다. 독립해서 사는 게 스트레스도 덜 받고 마음이 서로 편하다. 이 동네에는 며느리랑 함께 사는 사람은 별로 없으며, 특히 4·3때 많은 젊은 사람들의 사망으로 여자 혼자 독립해서 사는 사람들이 많다.)

3) 노동

활동량과 장수는 밀접한 연관이 있다는 사실은 세계적으로 유명한 장수지역에서 확인 할 수 있다. 일하기를 좋아하는 부지런한 사람이 장수한다는 것은 중국의 장수지역인 신장성에 사는 위그르족에게서도 확인 할 수 있다. 위그르족은 ‘노동은 입맛’, ‘노동은 최고의 배개’, ‘노동은 건강한 혈색을 낳는다’⁵⁹⁾라는 속담이 있을 만큼 노동에 긍정적인 태도를 갖고 있으며, 실제로 80~90세까지 텃밭에서 일하는

58) 강오생(87세) : 북제주군 구좌읍 하도리.

59) 유영겸(2002), “위그르인의 장수상황 및 그 원인에 대한 연구”, 「세계의 장수지역과 제주도」, 제주학회, 제22차 전국학술대회, p.45.

것이 보통이다. 직업과 수명이 관계를 조사한 국내의 한 보고서에 의하면 일하지 않고 무위도식하는 사람의 평균수명은 60.7세, 일하는 사람의 평균수명은 75.1세로 나타났다. 일하는 사람이 노는 사람보다 평균 14.4세 더 오래 사는 셈이다.⁶⁰⁾

서울대 의대 박상철은 “요즘은 단순히 오래 사는 것보다 어떻게 건강하게 늙느냐가 중요하다”고 강조하면서 “건강하게 늙기 위한 중요한 요인 중 하나는 적당히 일을 하는 것”이라고 말했다. 일을 하면 우선 몸을 움직이게 되므로 육체적 노화를 막아주고, 정신활동을 하므로 두뇌의 노화를 지연시키며, 사회로부터 고립되지 않으므로 마음의 노화를 방지해 주기 때문이다. 세계의 최장수국 일본의 오키나와에서도 실제로 사탕수수 밭에서 일하는 인력의 대부분은 80대 이상의 노인들이다. 오키나와가 장수지역이 된 것은 아무리 나이가 들어도 논과 밭에서 일하는 전통적인 습성 때문이라는 견해가 많다. 오키나와 노인들은 힘이 있는 한 농사, 옷감 염색, 해초 채취 같은 생업을 놓지 않은 것으로 유명하다. 류큐 대학의 다이라 가즈히코 교수에 의하면 “이렇게 오래 일을 하기 때문에 오키나와 백세인들은 목욕이나 화장실 이용 같은 ‘일상생활 동작 능력’이 다른 지역 고령자들보다 월등하다”고 분석했다.⁶¹⁾

이들 장수 지역은 살기 편안한 평야지대가 아니라 대부분 산간지역이다. 우리나라 백세인들의 거주지도 지리산을 중심으로 한 펼쳐진 중산간 지대에 집중되어 있다. 이들 지역은 기복이 심한 지형이 많아 생활을 하려면 많은 신체활동이 필요하다. 환경적인 요인이든 타고난 성격이든 백세인들은 몸을 많이 움직이고 있다는 것을 알 수 있다.

전경수는 “일에 대한 윤리가 장수와 직접 관련이 있는 것으로 보인다”면서 “자신이 해야 할 일이 있다는 것, 몸과 마음이 다하는 그 시간까지 자신의 일을 갖고 있다는 것이 백세인을 만들어 내는 중요한 문화적 요인”⁶²⁾이라고 지적하고 있다.

60) 서울대 체력과학노화연구소(2003), 전계서, p.73.

61) 상계서, p.76.

62) 상계서, p.209.

제주도의 지리적 환경에서 살펴보았듯이 화산회토의 토양과, 강한 바람은 씨앗을 뿌려도 거센 바람에 날아가 버리고 비가 오면 쓸려가 버린다. 따라서 육지에 비해 갑절의 노동력을 기울여야 했으며, 여자나 노인이라 할지라도 조금의 노동력을 보태지 않으면 생존 자체가 위협을 받았기 때문에 척박한 자연환경을 이겨내려는 의지는 제주인의 삶을 자립적이고 독립적인 생활을 낳게 만들었다고 판단된다.

특히 제주지역 여성들의 근면성은 널리 알려져 있다. 제주도의 생계여건이 여성들이라고 하여 손쉬운 일만 하고 집안 일만 돌보며 살 수 있는 형편이 못되었다. 밭농사와 물질이라는 생업과 함께 가사노동까지 전담하지 않고는 가계를 꾸려 갈 수 없는 풍토성과 역사적 특성 때문에 오히려 남자보다 더 고달픈 일인 이삼역을 해야만 했다⁶³⁾. 특히 동김녕리 여성들은 “새벽이 듬북 혼 짐 안호여 온 메누리 조반 안준다”⁶⁴⁾(새벽에 듬북 한 짐을 안하여 온 며느리 조반 안준다.)고 할 정도로 제주지역 여성들은 부지런하다. 이외에도 “각씨 죽은 흘아방은 살당보난 거적문만 들랑허곡, 서방 죽은 흘어명은 살당 보난 부제만 된다”⁶⁵⁾(마누라 죽은 흘아비는 살다가 보니 거적문만 덩그렁고, 남편 죽은 흘어미는 살다가 보니 부자만 된다. “흘어명은 물썸에 가도 지계문이 아웁이곡, 흘아방은 산썸에 가도 어웁문이 호나이다”⁶⁶⁾(흘어미는 물가에 가도 지계문이 아웁이고, 흘아비는 산기슭에 가도 억새문이 하나이다.) “흘아방 삼년에 니가 시말, 흘머명 삼년에 꺾가 시말.”⁶⁷⁾(흘아비 삼년에 이가 서말, 흘어미 삼년에 깨가 서말) 등의 속담에서도 제주 여성의 근면성을 확인할 수 있다.

[예증 1]

죽지 안허민 살아져. 일엔 현 일은 소나이 혈일 예펜 혈일 가리지 안허영 다 허여도 이제도록 죽

63) 고재환(1993), 「제주도속담연구」, 서울 : 집문당.

64) 제주도(1999), 「제주도속담사전」, p.192.

65) 상계서, p.21.

66) 상계서, p.356.

67) 상계서, p.354.

어지지 안허영 살아점저. 경허난 사름은 이디추록 촌에 정도엔 저 하간디 산에도 다니곡 일도 이녁 힘에 마직헌 일은 부지런히 허염서사 오래살곡 건강허여지는거라. 일허여가민 마음속에 병이 이서도 일에 문청 잊어불곡. 암이나 폐병 같은 큰 병이 문어진진 상관엇주마는 수족만 아픈건 돌아다니명 노력허여사 병을 이기주. 일허민 못젠저그내 더 아프곡 자개 죽어직카부텐 허민 그건 이녁 마음속에서 나는 병이주. 이디 사름덜 이제 나누서 보라마는 요센 살기가 편허여노난 호폼만 아프민 맨날 이디 치료허래 다니노라 병원에 가노라 허명 허여가민 거 의사들 살을 노몽허는거주 병 못고친다. 게 난 사름은 일생 날때에 지냥으로 공어시 지 밥만 먹을 정도로 살자민 막 좋은거라. 병이신 사름덜 생각허민 이녁신체로 먹엉 사라지민 거 오죽헌 영광이라게. 어디 오몽못허노라 하간디 손쓰지 못허곡 발쓰지 못허노라 허곡 어명이 아들 병시증 허곡허는거 보민 참 이녁 팡 거정 밥벌이 허여지민 잘도 존거라.⁶⁸⁾

(죽지 안하면 살 수 있다. 일은 여자 할 일 남자 할 일 가리지 않고 많이 하여도 지금까지 죽지 않고 살고 있다. 그래서 사람은 여기 같은 중산간지역은 들과 산으로 다니면서 자기 힘에 맞는 일은 부지런히 하여야 오래 살고 건강하게 지낼 수 있다. 일을 하다보면 마음속에 고민이 있는 것도 잊어버릴 수가 있고, 암 종류의 병은 어쩔 수 없지만 수족만 아픈 것은 일을 하다보면 병을 이길 수가 있다. 앞으로 여기 살고 있는 사람들도 요즘 살기가 편하니까 조금만 아프면 치료받으러 여기 저기 다니다 보면 병원 의사들만 살게 만드는 일이지 병을 못 고친다. 그래서 사람은 평생에 자기 자신의 힘으로 밥을 먹을 정도로 살 수 있으면 아주 좋은 일이다. 병이 깊은 사람들 생각하면 자기 자신의 수족을 가지고 먹고 살 수 있으면 얼마나 큰 영광이냐. 여기 움직일 수 없다, 저기 갈 수 없다 하면서 손을 사용하지 못하고, 발을 움직이지 못한다 하면서 어머니가 병 수발을 드는 거 보면 자신의 몸으로 밥 먹고 살면 얼마나 좋은 일인가?)

[예증 2]

요새사 기계로 농사도 허곡 좋은 시상이주. 옛날엔 조광 콩밖에 험게 어서났저. 조검질은 두볼매곡 세볼까지 매였저. 옛날에 약도 안허곡 허난 검질을 하영매여시네. 나 열여덱에 시집와신디 열아홉나는 해에부터 정월되난 씨할망 죽곡, 삼년 넘으난 씨하르방 죽어, 버금해엔 씨아방 죽어, 버금은 큰 씨아지방 죽곡 그 버금은 씨어명 죽곡...어떻사 살아져신디 모르켜. 우리도 명칭이주. 시집가난 뒷해에 창신이 아방(남편) 일본 가그네 씨아방 죽영 소상되난 오라서라. 경허난 나 저 창신이 결혼허

68) 이두옥(77세) : 북제주군 한림읍 금악리.

연 스물여섯에 낫주기.

그 때사 미녕짜고 현구들에 씨아방은 정지에 누었다그네 명석졸곡.. 그 모멸 열닷섬허영 돌고래에 다 쫓곡.

우리 씨어멍허곡 말쫓듯선 안팎그리살아신디, 그때 씨아방 잘 죽어부러트주.그 다음해에 4·3사건 나난... 4·3사건때가 제일루 어루왔주기. 나 스물여섯되던 때에 초엿셋날 십어간 사름 열흘만이 죽여부러세. 우리 창신이 아방은 수원에서 시장가민 갈치 막 올려논것추록 느긋나긋 이시나게. 사랑사랑 걸러지난 누계가 누젠지 알지 못허여.... 그 예기낭 요새사 몸조리헌다 병원간다 날리주마는 그 아기낭 밥을 허영 먹여시네. 어떻허느니게.

일하영 헌걸로 어떻안헌다. 일헌걸로 얼떡도 안허곡 죽지안헌다. 놈은 일허민 아프노라 허는디, 어는 마니허민 에타곡 조자지곡 허는지 우린 모른다. 나 한라산 안들어난 고망 었다. 푸는체 낭 허레. 그 하르방 허곡 가민 하르방은 그치곡 난 치우곡 허멍 허여신디 그 낭은 아무나 그치지 못헌다. 죽을락 살락 그낭을 잡아다녕 톱으로 그착으네 주민...그제 생각엔 저아기 병신될 생각도 안허곡 요것덜이 크민 나 멩겨난디 자국을 주주기 해신디 어느저틀레. 한번은 그 하루방허곡 낭허레 가신디 제수가 조안 혼놈이 두집씩 허연 정 내치기로 허연. 계간 경허게 허연 혼짐씩 전에 내쳐된. 다시 가난 그디 오꼬 좇지못허연 밤새낭 초자도 못찾아 어떻어뎡 허염시난 불그난 초장 낭 정와났져...

경허여도 숨쉬민 살아져여...⁶⁹⁾



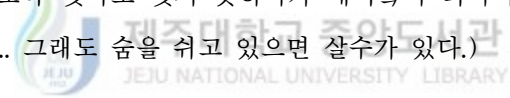
(요즘은 기계로 농사를 하기 때문에 편한 세상이 되었다. 옛날에는 조하고 콩 밖에 농사 지을 게 없었는데 특히 조 밭에 김매기 작업은 세 번까지 되풀이해야 했기에 무척 힘들었다. 옛날에는 제초제도 없었고 그래서 김매기 작업을 많이 해야만 했다. 나는 열여덟에 시집을 왔는데 열아홉 살 되던 해부터 정월달에 시할머니가 돌아가시고, 삼년 뒤에는 시할아버지가 돌아가시고, 그 다음연도에는 시아버지가 돌아가시고, 그 다음은 시어머님이 돌아가시고... 어떻게 살아왔는지 모르겠다. 참 바보스럽게 살아왔다. 결혼 한 지 일년만에 남편이 일본을 갔는데 시아버지가 돌아가셔서 3년이 되어서야 남편이 돌아왔다. 그래서 아들(창신)을 결혼하고 나서 26세가 되어 낳았다.

그 시절은 베를 짜고 허름한 방에서 시아버지가 잠을 자다가 명석을 짜서 만들고...메밀 열다섯 섬을 맷돌에 다 갈고.

시어머니와 셋째 동서는 안채 바깥채에 살았는데, 그 당시에 시아버지가 잘 돌아가셨다. 그 다음해에 4·3사건이 났기 때문에... 4·3당시가 가장 어려웠다. 내가 스물여섯살 되던

69) 강생년(85세) : 북제주군 한림읍 금악리.

해에 6일 날 데려간 사람 열흘 만에 죽었다. 우리 창신(아들)이 아버지는 수원(한림읍 수원리)에서 마차 시장에서 갈치를 진열해서 파는 것처럼 사람을 눕혀서 쌓아놓았기 때문에 누가 누구인지 분간을 할 수가 없었다... 애기를 낳자마자 요즘은 몸조리다 병원을 가느라 분주하지만 애기를 낳고 밥을 해서 먹여(인부들)야 했다. 어떻게 할 수가 없었다. 일을 많이 한 것 때문에 어떻게 되지는 않는다. 일한 것 때문에 지나치게 몸이 상하는 것도 아니고 죽지는 않는다. 다른 사람들은 일을 하면 아프다고 하는데 어느 만큼 애간장이 타들어 가고 하는지 난 모르고 살았다. 나는 한라산을 안가 본 구석이 없다. 키를 만드는 나무를 하기 위해서. 그 할아버지(동네 친척할아버지)하고 가면 할아버지는 나무를 자르고 나는 그 나무를 옮겨놓고 하면서 했는데 그 나무는 아무나 자를 수가 없다. 죽을힘을 다해 그 나무를 잡아당겨서 톱으로 그 나무를 자르면... 그 당시에 생각에는 자신의 아들이 소아마비 될 거라고 생각도 안하고 이 아이들이 크면 당신의 갔던 그 곳의 흔적들을 남겨주려고 했는데 어느 겨울에, 한번은 그 할아버지 하고 그 나무를 하러 갔는데 운이 좋아서 한사람이 두 묶음씩 해서 실어 나르자고 했는데 한 묶음 먼저 실어 날랐는데 다시 그 곳을 찾지 못해서 밤새도록 찾아도 찾지 못하다가 새벽녘이 되어서 그 나무를 찾아서 짐을 지고 왔던 적이 있다... 그래도 숨을 쉬고 있으면 살수가 있다.)



[예증 3]

조킴질이 켈 힘들주 속구젠허민 봉불림 꼭허여사. 산디광 존 꼭 불려사. 경안허민 되질 안허여. 계난 옛날엔 멀퇴 쇠퇴가 허영 이서나시네. 쇠신집은 퇴우리 허영 불려났져. 쇠어신집은 쇠신집이강 청들민 허여주곡. 경허단 말자라가난 쇠신집은 다간송아지만 되민 심어그네 연매여그네 허여났져. 해벤들엔 쇠하나에 쇠의지허영 어랑아랑 소리허멍 땃사름씩 돌라불영 불라났져. 옛날엔 닭만 울민 밥을 허여시네. 요즘처럼 밥허미 쉬우카...낭 혼집 허영 한림가사 허루종일 허영 팔아도 그 낭을 못 포랑. 밥 잘못먹은걸로 죽지 안헌다. 그 아기 낭밑에 뇌된으네 그 검질맨다. 물질러 갔다온다허멍 살앙.... 경허난 산디 요즘도 노인회관에 가민 보건소장이 날추룩 병어신 사름 어맨헌다.아직까진 어디 아픈디 어서.⁷⁰⁾

(조 밭에 김매기가 제일 힘이 든다. 숨아 내야 하고 밭밭림(조를 파종할 적에 갈아 놓은 밭을 편편하게 마소의 발로 밟게 하는 것)을 꼭 해야 하고, 밭벼(육도)와 조는 꼭 밭

70) 고귀생(84세) : 북제주군 한림읍 금악리.

발림을 해야 한다. 그렇지 않으면 농사가 되지 않는다. 그래서 옛날에는 말테우리(주로 말과 소를 들에 놓아 먹이는 일을 직업으로 하는 사람)가 많이 있었던 적이 있다. 소가 있는 집은 소테우리 해서 발발림을 하고 소가 없는 집은 소가 있는 집에 가서 발발림 해달라고 요청하면 그 요청을 들어주고 하면서 살았다. 그러다가 나중에는 소가 있는 집은 다간(소의 나이가 두 살)송아지만 되면 그 소를 잡고 연매어 발발림을 했었다. 해안지역(소가 많이 없기 때문에)에는 소 한 마리에 의지하여 여러 사람이 매달려서 어량아량하면서 발발림을 했었다. 옛날에는 닭 울음소리만 들리면 일어나 밥을 하고, 요즘처럼 밥하기가 쉽지도 안했고... 나무를 한 묶음 해서 한림(한림읍 한림리)까지 가서 하루종일 팔아도 팔지 못하여서, 밥을 잘 먹지 못했다고 죽지는 않는다. 그 아기를 나무 밑에 눕혀놓고 김을 매고 물을 길러오고 하면서 살았는데... 그래서 그런지 요즘 노인회관에 가면 보건소장이 자기처럼 병이 없는 사람이 없다고 한다. 아직까지는 특별하게 아픈 데가 없다.)

4) 사회·심리적 구조

제주도의 가족은 생활조건과 관련된 특수한 가족구조를 나타내고 있는데 이는 거주형태와 밀접한 관련이 있는 것으로 철저한 분가원칙에서 찾을 수 있다. 두 세대의 가족이 한 울타리 안의 두 채의 집에 각각 따로 산다. 부엌을 달리하여 식사를 따로 하고, 경지를 따로 하여 경제를 따로 하고, 자잘한 가계도 물론 따로 한다. 외부사람이 볼 때는 한 가족처럼 보이지만, 울타리 안의 건물, 난가리, 가축, 땀감 등이 모두 공동의 것처럼 보이지만 실은 다 아들의 것과 아버지의 것이 확연히 구분되어 있다. 그래서 빌려주고 받고 하는 거래가 명확히 계산되는 것이다.⁷¹⁾ 그래서 제주도의 속담에 “애비와 아덜간에도 범벅에 금을 굶나”⁷²⁾(아비와 아들 간에도 범벅에 금을 굶는다)라는 말이 있을 정도다. 이러한 특성 때문에 학자간의 이견(異意)이 있는데, 최재석은 제주도의 가족을 핵가족이라 정의하였고⁷³⁾, 이에 대해 김한구는 경제 및 주거의 독립은 사회·경제적 필요를 충족시키

71) 한창영(1978), 「제주도노인론고」, 한일문화사, p.166.

72) 제주도(1999), 전계서, p.246.

기 위한 토지의 경작 및 분업화(Process of division of labor)과정일 뿐이며 핵가족은 아니라고 하였다.⁷⁴⁾

오늘날 산업화에 따른 핵가족화 현상이 보편화되고 이에 따른 노인문제의 심각성도 그 어느 때보다도 두드러지게 나타나고 있는 현실을 감안 할 때 제주도의 밭거리 모델에서는 핵가족화에 따른 고독이나 외로움은 거리가 멀다. 한 울타리 안에 살고 있기 때문에 매일 같이 만나고 싶으면 언제든지 자녀를 만나볼 수 있기 때문에 정서적으로 늘 안정되어 있다고 볼 있다. 부모와 자식간에 일정한 거리를 두고 살기 때문에 내적 생활을 서로 간섭하지 않고 서로에게 주는 스트레스도 훨씬 적다고 할 수 있다.

밭거리 모델에 의한 제주도 노인들의 생활을 구체적으로 살펴보면

- ① 일반적으로 배우자의 사별 또는 친지의 상실로 대인관계가 고독하게 된다고 하지만, 제주도 노인은 한 울타리에 거주하므로 고독의 문제는 그렇게 심각한 문제로 생각할 수 없다.
- ② 제주도 노인은 경제적으로 자립하려는 의지가 강하기 때문에 한 울타리에 살면서도 부모가족과 자녀가족간에 정지와 고향을 따로 한다.
- ③ 밭거리로 옮긴다 해서 노인의 지위가 저하되는 것은 아니다. 왜냐하면 노인의 안거리(안채)에서 누렸던 것과 같은 독립성이 그대로 유지되기 때문이다.
- ④ 자녀의 가족이 영위하는 일상생활을 늘 살펴 볼 수 있다. 따라서 노인의 무로움이 없어진다.
- ⑤ 자손들의 교육에 영향을 주게 된다. 노인의 체득한 풍부한 생활경험은 손자들에게 부지불식간에 전승되어 청소년 선도에도 영향을 주게 된다.
- ⑥ 밭거리 모델은 부모와 자식간의 눈치보기를 지양한다. 따라서 서로 편안한 관계를 유지한다. 특히, 노인들은 아늑한 (제주도 방언 : 오시룩한, 영어 : cozy,

73) 최재석(1979), 「제주도의 친족조직」, 일지사, , p.19.

74) 김한구(1980), "제주도의 친족조직", 「한국학보」.

comfortable) 분위기를 좋아한다.

- ⑦ 고부간의 갈등을 예방해 준다. 서로 독립생활을 영위하기 때문에 내면적, 정신적 세계에도 독자성이 유지된다. 따라서 고부간에 갈등을 최소화시키는 역할을 수행한다고 할 수 있다.

E. M. Dural이 미국 가정에 3대가 같이 동거하는 경우에 있어서 조화로운 가족생활을 영위 할 수 있는 방법을 제시한 것을 보면 다음과 같다.

- ① 경제적인 면과 다른 면에서 책임감을 분명히 한다.
- ② 서로 다른 사람들의 기대에 합리적으로 대처하며
- ③ 가족구성 개개인의 사유물의 보호를 위한 규정 마련
- ④ 개개인의 Privacy를 존중
- ⑤ 각 개인의 재능이나 관심을 북돋아 주고
- ⑥ 가정활동에 있어서 공평한 행위를 부담하고
- ⑦ 의견이 일치되지 않을 경우에 타인의 의견을 경청 할 수 있는 분위기 조성
- ⑧ 가족들이 좀더 자주 모여서 함께 지냄으로서 다른 가족과의 단결모색⁷⁵⁾

이와 같은 Dural의 방법 제시는 제주도의 밭거리 모델에서 그 진가를 발휘할 수 있다.⁷⁶⁾ 오늘날도 농어촌에서는 이와 같은 밭거리 모델을 많이 찾을 수 있으며 일부 도시지역에서도 층을 달리해서 아파트를 구입한다든가(3세대형 아파트), 아니면 서로 통로를 마주하는 아파트를 구입해서 거주하는 등 이와 유사한 문화를 찾을 수 있다.

노인교과서에 보고된 자료⁷⁷⁾에 의하면 가출노인들의 반 이상이 분가한 자녀로부터 소외당하거나, 동거자녀들의 어려운 살림에 부담을 될 것을 염려하여 가출을 결심하게 되었고, 또한 그 가출자의 85%가 배우자의 사별 후 며느리의 무관심과

75) 김주복(1977), “한국의 사회변화에 따른 노인문제연구”, 「이화」, 제31집, 이화여자대학교, pp.302~303.

76) 한창영(1978), 전계서, p169.

77) 박재간(1977), 「노인교과서」, 한국노인문제연구소, p.203.

냉대로 가출이 불가피 했으며, 부양할 아들이 없어 딸과 사위의 눈치를 보다 슬그머니 빠져 나온 경우도 9%나 되고, 분가한 자식들에게 차례로 돌아다니며 의탁하다가 이러한 자신의 신세를 서운하게 생각하여 길가에 나서는 경우도 적지 않다고 한다.

그러나 제주도의 경우 노인들의 밭거리 또는 독립적인 생활방식은 가족 내에서도 독립적인 지위를 계속 유지할 수 있을 뿐만 아니라 경제적인 면에서도 자녀에게 의지하지 않기 때문에 자녀의 눈치를 본다든가 소외당하는 일들이 적다고 볼 수 있다. 육지와 달리 노부부나 여자 혼자서도 농사를 지으며 독립적인 생활을 할 수 있게 하는 조건으로는 다음과 같은 것들을 제시하고 있다.⁷⁸⁾

- ① 지금은 종래보다 많이 비옥해졌지만 토지가 오래 전부터 토박하여 부지런하지 않으면 생활을 할 수 없다. 이러한 토지의 토박성은 움직일 수 있는 한 일을 하게 되고 따라서 남에게 의지하지 않는 자립정신이 전통이 되었다.
- ② 제주도의 토지가 주로 밭(田)이므로 일시에 다수의 노동력이 투입되어야 하는 논과는 달리 노부부나 여자 1인 가구도 농사일이 가능하다.
- ③ 노부부만의 가족이나 여자 1인가구는 대체로 자기들의 생활이 될 수 있고 자경 가능한 토지(대개 1,000평 내외)를 남겨 놓고는 모두 아들에게 토지를 분배시킨 이후의 가족이므로 자경이 가능하다. 또 노쇠함에 따라 우마도 사육하지 않게 된다.
- ④ 1,500평 미만 소유의 가족은 품팔이로 생활비의 일부를 벌여 쓰기도 하지만, 한편 토지가 있는 노쇠한 가족은 품을 사서 농사일의 일부를 수행하기도 한다.
- ⑤ 농사일을 가능하게 하는 또 하나의 제도는 제주형 <품앗이>이다. 제주형 품앗이는 이곳에서 <수눌음>이라 호칭되는데 힘드는 농사일(밭갈이, 中耕 등)을 해주면 그 양에 비례하여 그다지 힘들지 않은 농사일을 해주고 갚으면 되는 것이다. 즉 이질적(소를 갖고 와서 밭을 갈아주는 경우 대개 3일 김매

78) 최재석(1979), 전계서, p.82.

기(또는 보리베기)를 해주고 오전만 밭을 갈아 주는 경우는 2일 김매기 작업을 해줌, 집일기(즉 지붕이영 잇기)를 하는 경우도 1~2일 김매기 작업을 해줌, 돼지우리에 거름을 내는 일은 1일 김매기 등)인 일에도 수눌음이 적용되는 것이다. 따라서 육지의 품앗이와는 그 성격이 다르다고 할 수 있다.

- ⑥ 토지가 있는 가족으로서 이들이 더욱 노쇠하여 자경을 할 수 없을 때에는 소작을 두어 농사를 짓게 한다. 소작을 이곳에서는 <벥작(並作)>(半作은 잘못된 표현임)이라고 한다. 이를테면 대체로 토질이 좋은 밭은 50대 50으로 나누었지만 토질이 척박한 밭인 경우는 3분패(밭주인 1, 경작자 2)로 나누었고, 중간정도의 토질인 경우는 5분패(밭주인 2, 경작자 3)로 나누어 가졌는데, 주로 3분패를 많이 하였다. 토지만이 아니라 소도 적용되었는데 소가 없는 사람은 새끼를 낳으면 먼저 난 새끼소는 소의 원소유자가 갖고 두 번째 낳은 소는 소를 키운 사람이 차지했는데 일반적인 것은 아니고 두 사람 사이에 계약에 의해서 이루어졌다. 이러한 소를 맴쇠라 불렀다.⁷⁹⁾
- ⑦ 이자놀이도 노동력이 없는 그들의 생활에 보탬이 된다. 이곳에서 이자놀이를 <行錢>이라 한다. 물론 행전을 하는 사람은 어느 정도 돈이 있는 사람이다.
- ⑧ 이들 대부분은 자식이 동일마을에 분가하여 거주하고 있다. 따라서 부모의 연령이 많아지고 활동이 부자유함에 따라 특히 힘이 드는 거름내기, 거름 운반, 밭갈이 등의 일은 자식이 부모를 돕는 것이 많아진다.
- ⑨ 근린의 상호협조도 그들의 생활을 가능하게 하는 하나의 조건이 된다. 늙은 과부가 혼자서 지붕잇기(집일기)를 할 수 없을 때는 같은 동리에 자식이 없으면 이웃사람이 도와주는 것은 근린협조의 전형적인 예라 할 수 있다.

79) 박경생(75세) : 북제주군 한림읍 금악리.

IV. 산남지역의 환경과 장수 현상

1. 자연 환경

1) 위치와 기후

남제주군은 제주도 가운데에서도 산남지방에 경역이 펼쳐지는 관계로 군 단위의 행정구역상으로 한국의 최남단에 위치한다. 한국의 최남단에 해당하는 마라도(33°61' N)은 바로 남제주군의 경역안에 포함된다. 위도는 기후 변화를 가져오는 인자가 되는 까닭에 극남의 위치는 곧 겨울에 온난하고 최고온을 유지할 수 있는 여건을 갖추고 있다. <서귀포측후소>의 기상자료에 의하면 연평균 기온은 15.6℃에 달하여 산북에 있는 제주보다 0.5℃가 높을 뿐 아니라, 서울보다는 무려 4.0℃가 높은 것으로 나타나고 있다. 이것은 위도에 따른 기온의 산북차를 잘 나타내어 1년을 통하여 남고북저의 기온분포가 현저함을 보여준다.

계절 변화를 볼 때 여름에는 최고온이 나타나 무더운 온대적 성격을 벗어나지 못하고 있다. 8월의 평균 기온은 26.6℃에 달하며, 1월 평균 기온은 6℃에 달하여 남제주군은 여름에는 무덥고 겨울에는 온난한 지역이 되고 있다. 1월 평균기온 6℃는 같은 제주도의 산북지방 보다 0.8℃(제주시 기준)나 높은 것이며, 부산과 서울보다 각각 3.8℃, 9.5℃가 높은 것이다. 강우량은 1,688mm에 달하여 한국 최다우지에 속하고 있다. 이는 바다로 둘러싸인 도서적 환경과 중앙에 한라산이 솟아있는 관계로 바람의 방향에 관계없이 한라산에 의해 기류는 강제상승 되고 상승기류가 발달하는 풍상지역에 강우량이 많아지는 사실과 관련된다.

2) 지형

동서사면에 위치한 남제주군은 북제주군의 동서사면과 함께 제주도 안에서 경사도가 작을 뿐 아니라 해발고도 또한 낮은 용암평원의 성격을 띠고 있다. 우선 해발고도에 있어서 100m이하의 저지대는 동서의 근경(近境)에 해당하는 성산읍과 대정읍에 가장 넓게 나타나고 있다. 대정읍의 경우 100m의 등고선은 가장 내륙마을로 알려진 구역리보다 상한지역을 통과하고 있다. 이러한 사실과 관련하여 읍관내의 대부분(90%이상)은 100m이하의 용암평원으로 이루어져 있을 뿐 아니라 거주공간의 내륙도가 커서 거의 10km에 달하고 있다. 그리고 남제주군의 동쪽 변두리에 위치한 성산읍은 읍 관내에 차지하는 100m이하의 저지대 비율, 거주공간의 내륙진출 거리에 있어 대정읍에 미치지 못하는 못한다 할지라도 현저한 공통점을 안고 있어 제주도의 전형적인 용암평원 분포 지역이 되고 있다.⁸⁰⁾

2. 사회 · 문화적 환경



1) 식생활

북제주군에서 살펴본 것과 마찬가지로 남제주군의 식생활 역시 제주도의 자연환경과 역사적 배경을 떠나서는 설명할 수 없다. 예전에는 해안지역이 중산간지역보다 토질이 좋기 때문에 농업생산력이 많아서 경제적으로 중산간 지역보다 나은 삶을 살았지만, 최근 화학비료의 사용과 감귤산업이 본격적으로 이루어지면서 중산간지역이 해안보다 일거리도 많고 경제적으로 여유가 있는 것으로 나타났다. 예전에 가장 많이 재배했던 작물로는 보리와 조, 산디, 고구마 등이며, 주요 식량도 산북지역과 마찬가지로 보리밥과 된장, 배추, 마늘지, 김치 등을 주로 상식해 왔으며, 식량이 부족할 때에는 바다에서 해조류를 공급받은 것으로 조사되었다. 특히 4·3의 어려운 고비를 겪

80) 남제주군(1986), 남제주군지, p.41.

으면서 식량사정이 매우 어려웠음을 다음 내용에서 찾아 볼 수 있다.

[예증 1]

밀체도 떡곡 감저주시도 떡곡, 보리밥에 된장을 제일 하영 먹었주. 그 시절사 살아지카부텐 안허
엇주마는 살단 보난 살아지는거라. 잘 먹었젠 더 잘살지도 안허곡, 잘 못먹엇젠 잘 못살지도 안허는
거. 조 나올땐 조밥만 허영 떡곡, 보리 나올땐 보리밥만 먹으멍 살아신디... 잔칫날 되민 도새기 잡아
그네 돛살아난 물에 몸국허영 떡곡, 고기는 손가락만이 허영 딱 석점이민 매기랏주, 새각시 먹단 남
긴밥 늑신어른들은 보시에 혼순가락 덜어 드리곡 아이덜한디 호품씩 덜영 주멍 잔칫날이렌 허여도
반지기 밥에 김치허곡 고기석점이민 되엇주거.⁸¹⁾

(밀체(참밀의 겉껍질)도 먹었고 고구마 찌꺼기도 먹고, 보리밥에 된장을 가장 많이 먹
었다. 그 시절에는 살 수 있을 거라고 여기지 않았지만 살다보니까 오늘날까지 살게 되었
다. 잘 먹었다고 해서 더 잘 살 수 있는 것도 아니고 잘 못 먹었다고 해서 살지 못하는게
아니더라. 조를 수확할 때는 좁쌀 밥만 해서 먹었고, 보리 수확기에는 보리밥만 해서 먹고
살아 왔는데 ... 동네 결혼식이 있으면 돼지를 잡아서 삶고 난 물에 몸(바다에 나는 해초)
을 넣어서 국을 끓여 먹고, 고기는 손가락정도의 크기로 세 개를 먹으면 그것으로 족해야
했다. 신부가 먹다 남긴 밥은 아주 고령의 노인에게는 보시기에 넣어서 한 손가락씩 드리
고 아이들은 조금씩 주어서 먹게 했는데 잔칫날이라고 하여도 잠곡밥에 김치하고 고기(삶
은 돼지고기) 세 접이면 끝이었다.)

[예증 2]

흥년들 땐 먹을것이 어시난 조체영 모밀는쟁이허곡 허영 범벅허영 맥이난 4살짜리 아이가 변을
보지 못허영 대꼬치로 막 파내영허명 야단이 낫주. 못살땐 물웃도 허영떡곡, 바당에강 툫밥이영 몸
이영 허영 떡곡 허어나시네. 이젠 가만이 이서도 살아지는걸... 밧디갈 땐 밥허곡 뉘 김치나 허곡 된
장이나 거정가그네 반치⁸²⁾허영 먹으멍 허엇주.⁸³⁾

(흥년시에는 먹을 것이 없기 때문에 조체(조에서 벗겨낸 겉껍질)도 먹고 메밀 는쟁이

81) 고연옥(78세) : 남제주군 안덕면 감산리.

82) 나물을 데쳐서 거기에 물과 된장을 풀어 국을 만든 것을 말한다.

83) 강운향(85세) : 남제주군 안덕면 감산리.

로 (갈면서 나오는 가루) 범벅을 해서 먹었는데 그걸 먹이고 나니까 4살된 어린이가 변을 보지 못해서 대꼬치로 파내면서 야단이 났었다. 아주 형편이 어려울 때는 물웃도 해서 먹었고, 바다에 가서 툇이나 몸 같은 해조류를 해서 먹고 살았다. 지금은 그렇게 고생 안 해도 살 수 있는걸... 밭에 갈 때는 밥하고 김치하고 된장이나 갖고 가서 반치를 해서 먹으면서 했었다.)

[예증 3]

이디 남자어른덜은 혼 15명 되곡 여잔 80넘은 사름이 현 80명은 될거라. 막 흥년들영 먹을거 어신뎨 도야지나 먹는 밀주시도 사당 먹곡 허여신디 밀주시도 돈이 어성그네 아무나 사당 먹지 못허엿주. 포래밥허곡 툇밥은 아주 정상이고 양반이엿주. 요즘 손지덜안티 못먹영 살앗댄 허민 “라면 사당 먹지”허여. 밭 갈앙 나두민 허영허게 물웃나민 그거 허여당 먹곡. 바당에강 꽤허여당 물웃만 먹젠허민 목이 하도 칼칼허게 쓰난 물웃허곡 꽤영 고치 놔그네 삼일 밤낮을 설무민 그 물먹곡 허멍 살앗주... 이디서 성산포에 강 물에 밀려온거 포래 거 걸름이나 허는거 시성 먹곡 툇 구경허젠 허민 야단이 낫주. 그시절은 살미 삶미 아니엿주.⁸⁴⁾

(여기에 나이 드신 남자분들은 15명쯤 되고 여자분들은 80이 넘으신 분들이 약 80여명은 될 것이다. 매우 흥년이 들어서 먹을 식량이 없을 때는 돼지사료로 사용되는 밀 찌꺼기도 사가가 먹고 그것마저도 돈이 없어서 아무나 사다먹을 수 없었다. 포래밥하고 툇밥은 아주 보통의 괜찮은 식량이었다. 요즘 손자들한테 잘 못먹어서 살아왔다고 얘기하면 “라면을 사다 먹지”라고 하면서, 밭을 갈아서 놔두면 거기에서 자라나는 물웃을 캐다가 먹고 살았는데 그것만으로는 너무 목이 아파서 못먹었기 때문에 바다에서 생산되는 해조류(꽤)를 함께 솔에다 넣어서 삼일 밤낮을 삶아서(쓴맛이 제하여짐)그 물을 먹었다. 여기에서 성산포까지 가서 파도에 밀려온 해초를 씻어서 먹기도 하고 툇을 구경하려면 아주 힘이 들었다(중산간이기 때문에) 그 시절은 산다고는 했지만 정상적인 삶이 아니었다.)

[예증 4]

요새 아기덜은 고기 하영 먹언 노염주 마는 옛날 아기덜은 고기 석점 줄때 막 먹고시평 고기써는디 가그네 그 고기 현점 우리아기 주저 허멍 줍서허민 막 인상쓰멍 허엿났저. 옛날은 그 고생허멍

84) 김승규(75세) : 남제주군 성산읍 난산리.

살아주마는 그때 생각하민 눈물이 나.

살쟁허난 청새허여당 부드럽게 허젠 막 때령으내 열두시, 혼시까지 새끼를 팡 놔뒤으내, 또시 강 청새허영 그걸 자리를 짜 그걸 제주시까지 걸어강 오일장에 그거 포라당 생활허곡, 다시 청새허래 새참 네참 되는데 강 그거 석단 허영 질머정 왕 그거 새끼 파딩 초석깎거로 물 추경 묻어 놔뒀으내 조반허여 떡곡 애기 호품 보곡 허영 다시 서로 끼리 끼리 가곡 어시민 놈광 같이 자리들 만들멍 그거 파랑 고구마도 바꿔당 떡곡 쌀도 받아당 떡곡 그츠룩허멍... 성읍리허곡 수산리허곡 난산리허곡 삼달리가 가장 폭도덜이 허영 이섯주기. 널 먹을 것이 어시난 또시 애기덜 밥허영 먹이곡 죽이라도 끄려취뒀 풀나물 캐어당 그 쓴쓴 현걸로 김치담앙 떡곡, 바닷앵 강 씻어으내 시그므룽허민 떡곡 얼마나 고생허멍 이 난산리 사름덜 살아시니... 그 고생을허멍 살곡, 비료가 이성으내 허여시민 곡식도 잘 되주마는 그게 어시난 보리밭디 주는거엔 헛거 사름이 썩 오줌 썩여으내 허벽에 질여당 호품 주곡 돛걸름허곡 산덜 갈아도 비료가 어시니까 것도 잘 되지도 안허곡... 그거 허영 조금 떡곡. 얼마나 고생허멍 살아서 밥을 허영 아이덜 주곡 남편주곡 씨부모 신사름은 씨부모 주곡 허당보민, 고기라도 하나 허민 어머니덜은 머리박이나 하나 먹으카, 요새가트민 사발에 지만씩 밥을 먹엇주마는 도고리에 퍼그네 먹당보민 어머니들은 먹을게 어성 무슨 마농이나 허여당 죽성먹고... 점심도게 보리밥에 반찬엔 현건 콩잎이나 양애나 거정 갖주 밧디 거정 갈게 이서 난산리 사름덜은 어리석어서. 무수라도 갈앙 먹주기마는 저 성읍리까지 강 왜 받아당 떡곡 이디서 갈앙 먹을 생각을 못허여시난... 삼달리까지 강 막 먹고시프민 쌀 거정강 받아당 먹어시네.⁸⁵⁾

(요즘 아이들은 고기를 너무 많이 먹어서 문제이지만 옛날 아이들은 고기 세점(삶은 돼지고기 작게 썰어 있는 것) 줄 때 너무나 고기가 먹고 싶어서 고기를 썰고 있는 데 가서 고기 한점 달라고 하면 인상을 쓰면서 할 정도였다. 옛날에는 엄청난 고생을 하면서 살아서 그 때를 생각하면 지금도 눈물이 난다.

살아보려고 하니까 청새(녹색의 띠)를 베어다가 부드럽게 만들어서 밤 12시나 새벽1시까지 새끼를 꼬아서 놔두고는 다시 가서 청새를 베어다가 새끼 끈 것을 가져다가 그걸로 자리(돛자리)를 만들어서 제주시까지 걸어서 오일장에 그것을 팔아서 생활하고 했다. 그리고 나서 다시 청새를 하기 위해서 새참 네참 되는 거리를 걸어가서 세 묶음을 짊어지고 와서 그것으로 새끼를 꼬아서 草席(뛰-자리)을 만들 것으로 물을 뿌려서 놔둔 다음 아침을 해서 먹고, 아이들 얼굴이라도 한번 보고는 다시 서로 식구들끼리 가든지 식구가 없는 경우는 다시 동네 다른 사람들과 같이 자리를 만들어서 그것을 팔아 고구마도 사다 먹고

85) 김승두(72세), 고양선(82세), 오기송(86세) : 남제주군 성산읍 난산리.

쌀도 사다가 먹고하면서 그렇게 살았다.

성읍리와 난산리, 그리고 삼달리지역이 가장 4·3때 폭도들이 많이 있었다. 내일 먹을 것이 없으니까 다시 아이들 밥이나 죽을 해서 먹이고는 풀나물 캐어다가 쓰디쓴 그것으로 김치를 담아서 먹기도 하면서 얼마나 많은 고생을 하면서 여기에 있는 난산리 사람들이 살았는지.. 그 많은 고생을 하면서 살았는데 오늘날처럼 비료가 있었다면 곡식이 잘 되었겠지만 비료가 없기 때문에 보리밭에 줄 수 있는 것이라고는 사람의 오줌을 썩혀서 허벅지에 걸어다가 조금 주기도 하고 돼지우리에서 나온 거름을 주기도 하고, 때문에 밭벼를 갈아도 비료가 없으니까 농사가 잘 되지 안하고...수확해서 조금 먹고, 얼마나 고생하면서 아이들과 남편을 먹고, 시부모님이 계신 경우는 시부모님 드리고 하다보면, 고기(생선종류)라도 한 마리 요리하면 어머니의 똬은 머리부분이나 먹을까 말까했다. 요즘은 공기그릇에 자기 먹을 만큼씩 밥을 먹고 있지만 그 당시에는 큰 그릇 하나에 담아서 먹다보면 어머니들은 먹을 것이 없어서 마늘이나 캐어다가 죽을 쑤어 먹고...점심은 보리밥에 반찬은 콩잎이나 양애(囊荷)나 해서 먹고 밭에 갖고 가서 먹을게 없었다. 난산리 사람들은 어리석게 살았다. 무라도 갈아서 먹었으면 덜 했을 것인데 성읍리까지 가서 무와 물외를 사다가 먹고 했던 걸 생각하면 이곳에서 농사지어 먹을 생각을 못했으니... 삼달리까지 가서 먹고 싶을 때는 쌀을 가져다가 팔고 사다 먹었다.)

이상의 예증자료들에서 보여주는 바와 같이 산북지역이나 산남지역 공통적으로 척박한 지리적 환경에서 지나치리만큼 초라한 식생활은 제주도 노인들의 건강한 생활을 가능하게 하였음을 알 수 있다. 1960년대까지만 해도 도민들 대부분은 무찬반상 내지 침액을 내기 위한 염기로서의 ‘출레’라는 1찬반상이 고작이었다. “혼돌에 개역시번, 조베기 시번호민 집안 망헌다”⁸⁶⁾(한달에 미숫가루 세 번,수제비 세 번 해먹으면 집안 망한다.)는 속담이 있지만 쌀 새 없이 노동을 해야 하는 상황에서 한가하게 손이 많이 가는 음식문화와 대조를 보인다.⁸⁷⁾

특히 세계적인 장수촌으로 알려진 일본의 오키나와의 앞에서 제시된 “26쇼크”나 “유즈리하라” 장수촌의 사례를 보면 더욱 분명해진다. 이곳에선 기이하게도 7

86) 제주도(1999), 전계서, p.362.

87) 송성대(2001), 전계서, p.147.

0~80노인들은 들에서 혈기왕성하게 일을 하는 반면 오히려 40~50대 중장년층은 갖가지 질병에 시달리고 있다. 많은 학자들이 이 기이한 현상을 규명한 바에 의하면 그 원인은 식생활의 변화에 있음을 밝혀냈다. 깊은 산중에서 잡곡과 감자, 채소를 주식으로 한 노인들은 건강한 반면 전후 영양개선으로 밀가루와 유제품을 먹어온 중년층은 그렇지 못했던 것이다. “유즈리하라” 마을의 태평양 전쟁 이전과 식생활이 풍요로워진 1970년대 이후를 비교해 보면, 육류는 10배, 달걀은 6.4배, 우유와 유제품은 19배나 더 먹게 되었다. ‘초라한 식사’를 해온 고령자는 건강한 생활을 하고, ‘풍부한 식생활’ 젓어버린 젊은이들은 병으로 쓰러지는 현상이 나타나게 되었다는 것이다.⁸⁸⁾

위와 같은 식습관의 변화로 나타나는 문제는 일본의 오키나와만의 아니라 우리에게도 경고하는 바가 크다고 생각된다. 최근에 보고된 자료에 의하면 <표 14>에서 보여주는 바와 같이 연간 1인당 육류 소비량이 꾸준히 증가하고 있음을 알 수 있는데 특히, 1991년 21.74kg이던 것이 2001년에는 32.60kg으로 10년 사이에 66.7%가 증가한 것으로 나타나고 있다.

〈표 14〉 연간 1인당 육류 소비량

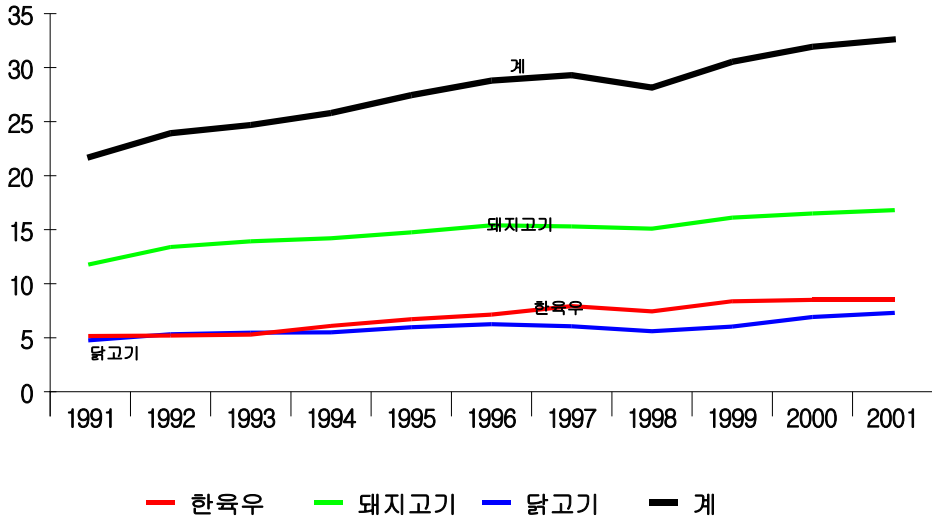
(단위 : kg)

연 도	한육우	돼지고기	닭고기	계	비고
1991	5.16	11.81	4.77	21.74	
1992	5.20	13.40	5.33	23.93	
1993	5.29	13.93	5.47	24.69	
1994	6.10	14.20	5.50	25.80	
1995	6.72	14.75	5.98	27.45	
1996	7.14	15.40	6.26	28.80	
1997	7.93	15.30	6.07	29.30	
1998	7.44	15.10	5.61	28.15	
1999	8.38	16.12	6.04	30.54	
2000	8.51	16.50	6.92	31.93	
2001	8.50	16.80	7.30	32.60	

자료 : 한국농촌경제연구소(2002)

88) 박홍희(2003), “소박한 밥상이 건강에 좋다”, 「신토불이 건강」, 4월호, pp.20~21.

연간 1인당 육류소비량



[그림 6] 우리나라 연간 1인당 육류 소비량(한국농촌경제연구원 2002)

2) 주거생활

제주도는 화산폭발로 생성된 지역이기 때문에 앞에서 살펴본 바와 같이 토질은 매우 척박하다. 더구나 제주도는 태풍의 길목에 위치해 있고 강우량 또한 많아서 예로부터 풍재, 수재, 한재의 세 가지 재난이 끊이지 않았던 지역이다. 그러므로 산북지역과 마찬가지로 자녀가 성장하여 결혼하게 되면 비록 장남이라 할지라도 같은 울타리에서 기거하더라도 독립가구의 형식을 취하여 부모로부터 기대지 않도록 하였다. 즉 자기의 생계는 스스로 책임지게 하여 언제 닥칠지 모르는 식량의 기근을 최소한으로 분산시킴으로서 핵가족화를 이루었다고 볼 수 있다. 이러한 분가 현상으로 인해 제주에는 노부부 가족 및 1인가구가 특히 많다.

분가의 시기는 결혼 직후에 행해지는 것이 보통이지만 가정형편에 따라서 결혼 1년 후 또는 2~3년 후거나 그 이후가 될 수도 있다. 왜냐하면 상속할 재산과 가

옥 등의 준비가 이루어져야 하기 때문이다. 반듯이 재산확보가 분가의 조건은 아니지만 부모의 도리로서 집이 없는 경우에는 집을 빌린다거나 간단한 가재도구를 마련해서 탄 살림을 하도록 하였다. 분가할 경우에 지역에 따라 <표 15>에서 보는 바와 같이 재산 및 제사 상속상에 차이가 있음을 알 수 있다.

〈표 15〉 제주도의 상속제도

조사 지역	재산 상속	제사 상속
북제주군 조천면 북촌리 제주시 용담동	형제간 균분이나 장남에는 별급(균분 후 남은 밭과 옷대부터 장남에 주어 오던 밭)을 더 분배한다.	별급(別給)대신 선조의 제사나 선묘(先墓)의 별초의 책임은 더 있다.
남제주군 안덕면 상창리	조상전래의 田地와 조상제사부담의 의무가 붙어 있는 「제월전」은 꼭 장남에게 상속된다.	조상 제사는 장남에게 상속된다.
제주시 노형동 광평부락 제주시 오라삼동 북제주군 구좌읍 연평리	균분이나 장남에게 약간 우월하게 분배한다. 우도의 경우는 부모가 살던 집과 조상전래의 밭은 장남에게 상속된다.	장남에게 더 분배된다
북제주군 애월면 상귀리	형제간 균등분재	형제부담
제주시 00촌	균분	윤희와 분할

자료 : 최재석(1979), 「제주도의 친족조직」-분가상태와 재산상속-, p.33.

이상에서 살펴본 바와 같이 제주의 분가 생활에서 부자간에 서로 불만이 없는 것은 생산과 소비 그리고 취사와 식사까지도 따로 하는 것에서 볼 수 있는 것처럼 사회·경제적으로 서로 의존·기대함이 없이 자유롭게 완전 분리된 생활을 할 수 있기 때문이다.⁸⁹⁾

[예증 1]

서로 사이가 나빠지기 전에 따로 사는 게 조추기. 늙은이 허곡 젊은 사름덜 허곡 먹는 것도 틀리 곡. 늙은인 죽을 조아허곡 젊은인 밥을 조아허곡 허난 이녁 허영 먹고 싶은 거 허영 먹고 어디강 놀

89) 송성대(2001), 전계서, p.177.

당 그디서 현적 얻어먹어지민 말곡. 아맹허여도 이녁 자유가 이성 조추기.⁹⁰⁾

(서로 사이가 나빠지기 전에 독립해서 사는게 좋다고 생각한다. 늙은 사람하고 젊은 사람하고 먹는 식성도 다르고 늙은 어른신들은 죽을 좋아하고 젊은 사람들은 밥을 좋아하고 하니까 자신이 먹고 싶은 것을 해서 먹을 수 가 있고, 마실이라도 가서 놀다가 그곳에서 함께 먹고 올 수가 있기 때문에. 어떻든 자신의 자유가 있어서 독립된 삶이 좋다.)

[예증 2]

결혼허민 큰 집은 아이덜 쥐불곡 난 자그만헌 집이 살아져. 아디덜과 굿어지기 전이 탁허게 따로 살아부러사 막 준다. 생활빈 아이덜이 주민 준대로 쓰곡 안주민 이녁대로 허영살민 되주기. 결혼허연 1년살안 그때부터 따로 살았주. 티로나간 살 때 씨어멍이 쓸 한 말허곡 장 담아주곡 허여라.⁹¹⁾

(결혼을 하게 되면 큰 집(관리가 어려움)은 자식한테 주고 작은 집(관리가 비교적 쉬움)은 부모가 살게 된다. 자식들과 안 좋은 일이 생기기 전에 확실하게 독립해서 살아야 매우 편하다. 생활비는 자식들이 주면 준대로 쓰기도 하고, 그렇지 않을 때는 자신의 노력으로 벌어서 살면 된다. 결혼해서 1년 뒤에 분가해서 살았다. 분가해서 나갈 때 시어머니가 쌀 한말하고 장을 담가줬다.)

[예증 3]

이 동네 사름덜 자식허곡 현디 사는 사름 어서. 다 혼자 살암주기. 따로 살아사 서로가 편허주기. 아맹허여도 자유가 잇곡. 뭐 먹고픈거 이시민 허영떡곡 자식들 눈치 안봐그네. 나도 3대가 혼 올타에서 살아신디 밥은 다 토로허영 먹엇주.⁹²⁾

(이 동네 사람들은 자식하고 함께 사는 사람은 없다. 모두가 혼자 독립해서 살고 있다. 독립해서 살아야 서로가 편하다. 아무래도 자유가 있고 당신이 먹고 싶은 음식이 있을 때 언제든지 손수 해서 먹을 수가 있고 자식들 눈치를 안보고 살 수가 있다. 나 역시 결

90) 김영신(91세) : 남제주군 안덕면 감산리.

91) 양경봉(93세) : 남제주군 안덕면 감산리.

92) 고진환(74세) : 남제주군 안덕면 감산리.

혼해서 3대가 한 울타리 안에 살았지만 밥은 전부 따로 해서 먹고 살았다.)

[예증 4]

일흔다섯이난 청춘이주기. 옛날엔 여든닷텐 허민 아이고 여든은 어떻게 나신고 허여신디 나가 이제 여든다섯 되도록 살안. 열일곱살에 시집완 남편은 스물살에 살아신디 하르방은 83세되난 가브린. 하르방보다 2년 더 살아부난 난 90만 채와 지민 말젠. 약속해 노록 딱 5년만 더 살젠 아직가까지 병원엔 안가봐신디 90되도록은 막 죽어져도 살젠. 생각이 경박에 안들엄서... 음식이라도 허영먹젠 허민 제주도식으로 토로 살아사 아맹허여도 자유가 잇주기. 자식덜허곡 같이 살민 밥먹기 싫어도 먹어서 허곡 먹고 싶어도 그거 도라 허영 먹지 못허곡. 아맹 맛존거 허영쥐도 이녀대로 헌것보다 맛 잇나.⁹³⁾

(75세면 청춘이라고 생각한다. 옛날에는 80살이라고 하면 어떻게 80세까지 살았을까 했는데 내가 85세 되도록 살아졌다. 나는 17세에 시집을 오고 당시 남편의 나이는 20살이었는데 남편은 83세에 돌아가시고 나는 남편보다 2년을 더 오래 살았기 때문에 90세까지만 살려고 한다. 그래서 앞으로 5년만 더 살면 될 것 같다. 아직까지는 병원에는 안가 봤는데 90될 때까지는 어떻게든 살아보려고 한다. 내 생각에 꼭 그렇게 할 수 있을 거라 여겨진다. 음식이라도 해서 먹으려면 제주도식으로 독립해서 살아야 아무래도 자유가 있고, 자식들과 함께 살면 밥을 먹기 싫어도 먹어야하고, 먹고 싶은 시기가 있어도 달라고 해서 먹을 수가 없기 때문에 아무리 맛있는 걸 해서 쥐도 자신이 해서 먹는 게 더 맛있다.)

[예증 5]

동네에 조근아덜 살아도 따로 살압주. 아맹허여도 따로 살아사 자유가 잇주. 결혼허난 그때부터 따로 살아주. 난 스물살에 시집와신디 옛날은 스무살 나민 막 나 하텐허어나서. 이 동네 할망덜 하르방허곡 사는사람 하나도 어서. 그 시국에사 폭도가 드러완 산디썰 내노랜허난 산디썰은 어시난 아이덜내부러된 뒷문으로 곱으레 가블멍 허어나서. 나중에 와 보난 순가락이고 아무것도 어시난 동네에서 순가락에 그릇이영 모다 주난 다시 삼 시작을 허연...난 그 시국에 아이덜 둘 허영 칼을 네빳디나 맞으멍 허여도 살압시난 살아지는거..그 아이덜허곡 죽어지민 같이 죽어볼주... 이동네 메누리영 사는 사람은 어서. 요디 아흔 일곱난 할망도 아들이 옆집에 살아도 혼자살아. 이딘

93) 강운향(85세) : 남제주군 안덕면 감산리.

하르방허곡 사는 사람 하나도 어서. 사태에덜 하영 가부난.

옛날에 우린 혼 50년 같이 살안 밥은 따로 허영 먹어. 항아리 하나주곡 날래닐랜 명석하나 주곡 곡
석담앙 먹으랜 멩탱이 하나 주곡, 사발이나 시민 멩개주곡 부자집인 밧도 주곡, 집 어신사람은 비리
당도 주곡, 어멍이 나가기도 허곡 아기가 나가기도 허곡

따로 사니까 할망덜은 자유라 먹기 실픈뎀 안 먹엇당 먹고 시프민 허영 먹곡, 고치 이시민 먹구정
혈때가 이서도 못먹곡 이디 할망 서울 아이덜 신디 가도 멩칠 살민

지옥사는거 마니허영 확 와부럼시네. 메누리가 시어멍이 왕 이시민 몸이 고달파그네 드러놓고 허고
파도 경못허곡 친구들이라도 왕으네 웃음차베기 허멍 놀고 싶어도 경도 못허곡 허난. 혼디 살고픈
마음이 어멍혈뎀 들주마는 따로 사는게 아기덜도 편허곡 할망도 편허주기.

이 성산읍엔 옛날부터 재산을 큰아덜한테 하영 주곡 제사도 다 주곡 늘거그네 죽을때 되어도 큰
아들이 똥 오줌 다 치우곡 헌다. 아멩허여도 큰 아덜이 고달파. 재산은 더 주주기마는. 이디 규칙이
경허난 큰 아들이 으레 경혈걸로 알아. 이디 풍습이 저짜보다 나쁘주기.⁹⁴⁾

(같은 마을에 작은 아들이 살고 있지만 독립해서 살고 있다. 아무래도 독립해서 살아야 자유가 있고, 나는 결혼하자마자 분가해서 살았다. 20세에 시집을 왔는데 그 옛날에는 20세는 나이가 많다고 여겼다. 이 마을에는 할아버지(남편)와 살고 있는 할머니들은 거의 없다. 그 시곡(4·3)에는 산사람들이 들어와서 쌀(발벼)을 내놔라 으름장을 놓으니까 쌀은 없고 그래서 애들(3명)을 놔두고 뒷문으로 숨으러 갔던 적도 있다. 나중에 와서 보니 숟가락 하나 남은 거 없이 모두 가져가 버렸다. 그래서 동네에서 숟가락이랑 그릇들을 모아서 갖다 주니까 다시 생활을 할 수가 있게 되었다. 나는 그 시곡에 애들 두명과 함께 산사람들에게 칼을 네 군데나 찢리면서도 살다보니까 오늘날까지 살게 되었다. 내 아이들하고 같이 죽게 되면 죽는 것이지...

이 동네에서는 며느리하고 함께 생활하는 사람은 없다. 여기 옆에 계시는 97세된 할머니도 아들이 옆에 살지만 혼자 살고 있다. 4·3때에 많은 사람들이 죽임을 당한 관계로 남편과 사는 사람은 하나도 없다.

옛날에는 부모님과 한 울타리에 50여년을 함께 살아도 밥(취사)은 따로 해서 먹었다. 분가할 때 항아리 1개, 곡식 말리라고 명석 1개, 곡식 담아서 먹으라고 망태 1개를 줬다. 그릇도 있으면 몇 개 주기도 하고, 부잣집은 밧도 주기도 하고 집이 없는 경우는 남의 집

94) 고태옥(92세), 진대복(92세), 고양선(82세), 오기송(86세) : 남제주군 성산읍 난산리.

을 빌려서 주기도 하고, 부모가 분가해서 나가기도 하고, 자녀가 분가해서 나가는 경우도 있었다. 독립해서 따로 살림을 하니깐 할머니들은 자유가 있다. 먹기 싫으면 안 먹었다가 먹고 싶을 때 해서 먹고, 함께 살게 되면 먹고 싶을 때가 있어도 못 먹고, 여기에 살고 계시는 할머니들은 서울에 자식이 살고 있는 집에 가도 며칠을 지내면 지옥에 사는 것 같으며 바로 내려와 버린다. 며느리 입장에서도 시어머니가 와서 계시면 몸이 피곤하여도 누워서 쉬고 싶어도 시어머니 눈치 보이고, 친구들이 놀러 와서 마음껏 얘기하면서 놀다 가고 싶어도 그렇지 못하기 때문에 어쩌다 함께 살고 싶은 마음이 없는 것도 아니지만 독립해서 각자 사는 게 자녀들도 편하고 부모도 편하고.

이 성산읍에는 옛날부터 재산을 큰 아들에게만 많이 주고, 따라서 제사도 모두 큰 아들에게만 주고 부모가 늙어서 돌아가실 때가 되어도 큰아들이 수발을 다 들어야 한다. 아무래도 큰아들이 수고가 많기 때문에 재산은 더 주고 또한 당연히 큰 아들은 그렇게 할 것으로 여기지만 여기 풍습이 합리적이지 못하다.)

3) 노동



생활터전인 산과 들과 바다 모두를 분주하게 오가며 살아야 했던 제주인들은 일년을 주기로 하는 농사철과 하루를 주기로 하는 물때에 맞추어 생활주기가 짜여졌다. 농한기라도 제주사람 특히 제주여성들은 쉬지 않았다. 고립무원한 척박한 섬의 환경에서 스스로 근면·질실하여 자강 자립하지 않으면 살아남을 수 없었던 것이다. 노인들은 병이라도 들어 노동을 할 수 없는 한 자력에 의해 생계를 유지하여 죽음에 임박할 때까지도 소비와 생산자로서 손에서 결코 일을 놓지 않은 특성을 보여준다. 연령을 파괴해 버린 자존적인 노인들의 이런 모습이 더욱 제주인들을 자립심이 있어 보이게 했고, 그것은 엄연한 사실로서 지금 현재까지도 이어지고 있다.⁹⁵⁾

이와 같이 우리 선조들이 근면하지 않으면 안되었던 상황을 김봉옥은 다음과

95) 송성대(2001), 전계서, p.363.

같이 설명하고 있다.

“선조의 손자 이권이 인조6년(1628)에 유배와서 8년간 이곳에서 적거(謫居)하면서 제주풍토기를 썼는데 그는 이곳에서 가장 괴로운 것은 조밥을 먹는 것이고, 가장 두려운 것은 뱀이 여기 저기 다니는 것이고, 가장 슬픈 것은 파도소리”라 하였다.⁹⁶⁾ 돌 많고 바람 많은 섬이라는 악조건 하에 연년(連年) 한해, 수해, 풍해의 삼재에 도전하고 흉년 기아를 극복해야 하는 것이 제주인의 숙명이었기에 제주인은 남녀노소 가리지 않고 부지런하여야 하고 의타심 없이 자기들의 생활을 자신의 힘으로 해결하여야만 하였다.⁹⁷⁾

김영돈(金榮敦)의 조사에 의하면 제주도 민요의 5분의 4가 노동요이며 이 노동요의 절대적 우위성은 육지의 민요와 비교해 볼 때 더욱 두드러지게 드러난다고 하였다. 제주도 민요의 노동요가 많다고 하는 것은 제주도민은 노동을 생활화해 왔었다는 증거로 볼 수 있으며 근면성의 표출이라 할 수 있다. 근면성과 관련된 민요를 소개하면 다음과 같은 것이 있다.



“큰 부젠 하늘엿 부재

(큰 부자는 하늘이 내려준 부자요)

죽은 부젠 오곰엿 부재

(작은 부자는 오금을 쉴 새 없이 움직인 덕으로 얻어지는 부자)

오곰엿 툃 오곰엿 툃“⁹⁸⁾

이 민요는 제주도민의 근면성이 아낌없이 표현해 놓은 노래라 할 수 있다. 필자가 실제로 연구 대상 지역 노인들과 인터뷰한 결과 아직도 80세까지는 보통 일해 왔으며 현재도 일손을 놓지 않고 일을 하고 있음을 알 수 있다.

96) 한창영, 전개서, p.178.

97) 상계서, p.179

98) 상계서, p.180.

[예증 1]

옛날사 일만 일만 허멍 살앗주기. 조도갈곡, 보리도 갈곡, 산디갈곡, 논도허곡, 맨날 일만 허엇주기. 요새사 미강 타불민 일이 엇주기. 경허난 이디 왕 영 놀멍 살암주기. 저디 이신 할망은 아흔한살 인디 이제도 고사리 꺾으레 다니곡 현다. 예순안팎에 사름덜은 이제도 저 광평으로 정물오름까지 돈 별레 다넘시네. 우리도 요새 일이시민 지금도 가곡현다. 놈빼매레 가민 요새도 강 호루에 3만원씩 준다. 놈빼매는 것사 일이라게. 일 끝나민 직각 그 자리서 돈주곡 허난 그 맛에 일덜 간다. 요샌 일 거리가 잘 어신 일만 시민 이제도 막 일만 허고 시폰다게...계난 이제 강 존 할망덜도 하신디 안감 시네. 이디왕 말허곡 국수 살망 먹곡 허멍 쥬 나이 한 할망이 93세여. 아픈디도 하나엇곡. 어뎡어뎡 허염시민 생활은 허여진다. 이틀만 강으네 일허민 6만원이난 쌀20kg 하나 사민 석달이상은 먹주기.⁹⁹⁾

(옛날에는 일을 수없이 많이 하며 살았다. 조농사, 보리농사, 산디(밭벼)농사, 논농사도 하면서. 매일 일만하면서 살았다. 요즘을 굴농사가 끝나면 할일이 별로 없다. 그래서 이곳(노인복지회관)에서 시간을 보낼 여유가 있는 것이다. 저쪽에 계시는 할머니는 나이가 91세이지만 지금도 고사리 꺾으러 다니기도 한다. 60세 내외의 사람들은 지금도 광평리로 정물오름(한림읍 금악리에 위치)까지 일을 하러 다닌다. 우리들도 요즘 일거리가 있을 때는 지금도 일하러 간다. 무 작업을 가면 하루에 일당 3만원을 주는데 무 작업은 일도(매우 쉽다) 아니다. 일이 끝나면 그 자리에서 일당을 주기 때문에 그 맛에 일하러 간다. 요즘은 일거리가 흔하지 않기 때문에 일거리가 있으면 지금도 일을 하고 싶은 때가 많다.

지금 돌아가셔도 좋은 나이의 할머니들이 많은데 돌아가시지 않고 있다. 이곳(노인복지회관)에서 서로 얘기를 주고받고 국수를 삶아서 함께 드시고 하면서 지내고 있는데 여기에서 제일 나이 많은 분은 93세다. 아픈 데도 한 군데도 없고. 어찌어찌하다 보면 생활은 가능하다. 이틀만 일을 하면 6만원을 수입이 되니까 쌀 20kg하나 사면 3개월 이상은 먹는다.)

[예증 2]

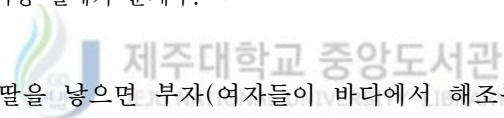
해벤에 딸하영 나민 부자된텐 허여신디 이 동넨 옛날 어른덜 허는말이 딸하영 난 사름 허곡 산디하영 현 사름 망헌덴 현 말이 이서. 왜냐하면 이부자리라도 하나 허영 주젠 허민 빗, 산디빚은 검

99) 고연옥(78세) : 남제주군 안덕면 감산리.

질매젠허당 보민 볼장을 다 보는거라.경허난 산디허곡 딸 하영난사름 망헌댄 허엿주. 경허난 옛날부터 논밭검질 호를 매민 밧검질 사흘 맨댄 현 말이 이섯주.

소섬까지 강 보리현말 빌어오민 가을에 산디쌀로 한말 물어나시난 그 이자가 얼마라게. 해안은 듬복이역 이시난 농사가 어느정도 잘되는데 이 동넨 그것도 어시난 낮에는 소를 들에 맥이다가 밤되민 밧디 가두영 똥싸민 그걸로 거름허는거라. 경허난 난산리는 밧벼를 많이 갈곡 온평리나 신산리는 보리를 많이 갈앗주. 이동넨 밧벼는 거름 안주민 되질 안허여.

소 두 마리 매왕 새왓갈양 장갑도 어시 그거 병맹이 진거 풀영 피를 갈앗다그네 그 다음해엔 불체라도 뿌령 그것이 걸름되난 모멸갈곡, 그 다음해엔 산디갈곡,다시 모멸갈곡... 그 밧 갈젠 허민 낮엔 더워서 밧을 못가니까 해뜨기 전에 사름은 강으네 자당 해뜨기 전에 밧갈곡 허엿주. 목장이 하난 쇠덜 하영 기워신디 호뎀 비가 안왔다허민 쇠덜 다 멀어부령 물이 붓따부령 물이 이동넨 막 귀허여 쇠 하영 키우는집은 50두 100두 까지 키워낫주... 계난.옛날엔 주로 송아지 새끼내왕 그걸로 학비를 당허곡 허엿주. 물이 귀허영 물먹젠 허민 쉬 바글바글헌거 그냥은 먹을 수가 어시난 수건으로 모쉬덜 먹는 물 보자기 딱 쉬영 그 물 뿌라먹으멍 허여신디도 아무치도 안허여. 이젠 아멩허여도 살기 좋고 옛날에 비하민 하늘과 땅이주. 요새도 미강밭 혼 4000평허곡 다른 농사도 호뎀 허엿주. 약뿌리는 건 별로 힘 안든디 미강 딸매가 문제주.¹⁰⁰⁾



(해안지역에서는 딸을 낳으면 부자(여자들이 바다에서 해조류 등을 채취해서 소득이 높기 때문)된다는 말이 있다. 그러나 이 동네(중산간)에서는 딸을 많이 낳은 사람하고 산디(밭벼)를 많이 재배하는 사람은 망한다는 말이 있다. 왜냐하면 딸은 결혼시키려면 이부자리라도 해서 보내려면 돈이 많이 들고, 산디(밭벼)밭은 김매기 작업이 매우 힘들기 때문에 김을 매다 보면 불일을 다 본다. 그래서 산디(밭벼)하고 딸을 많이 낳으면 망한다는 말이 있었다.(논밭에 김은 하루 매면 밧의 김은 사흘을 맨다)

어떤 때에는 소섬(우도)까지 가서 보리를 한 말 빌려오면 가을에 산디(밭벼)쌀로 한 말을 갚아야 했으니 그 이자가 얼마나 비싼 것이었겠느냐. 해안지역은 듬복(바다해초로 비료용으로 사용됨)이라도 있으니 농사가 어느 정도 잘되었는데 이 지역은 그것마저 없기 때문에 낮에는 소를 들에서 먹이다가 밤이 되면 밧에 가두어서 똥을 싸게 되면 그것으로 거름을 해서 농사를 지었다. 그래서 난산리는 밧벼를 많이 재배하고 온평리나 신산리는 보리를 많이 재배 했다. 이 마을에서 밧벼는 거름을 안주면 수확이 안 나온다.

새 밧을 갈려면 소를 두 마리에 쟁기를 메워서 장갑도 없이 덩어리진 것을 부셔가지고

100) 김두황(78세), 김승규(75세), 김승두(72세) : 남제주군 성산읍 난산리.

먼저 피를 갈고, 그 다음해에는 재라도 뿌려서 그것을 거름삼아 메밀을 갈고, 그 다음해에는 발벼를 갈고, 다시 메밀재배하고... 그 밭을 갈려면 낮은 너무 덥기 때문에 해가 뜨기 전에 사람이 먼저 가서 밭에서 잠을 자다가 해가 뜨기 전에 밭을 갈면서 살았다. 이곳은 목장이 넓어서 소는 많이 키웠는데 물이 귀한 동네라 비가 많이 안 왔다 하면 소들이 다 물을 다 먹어버려서 힘이 들었다. 소를 많이 키우는 집은 50~100마리까지 키웠었다. 그래서 옛날에는 주로 송아지를 팔아서 학비를 내고 하면서 살았다. 물이 너무도 귀해서 물을 먹으려 하면 쉬(이의 알)가 매우 많은 물을 그냥 먹을 수가 없기 때문에 말(소)들이 먹는 물위로 수건을 덮어서 물을 빨아먹으면서 산적도 있는데 지금도 아무렇지도 않게 살고 있다. 지금은 옛날에 비해서 살기가 매우 좋고 옛날에 비하면 하늘과 땅 차이다. 요즘은 대략 감귤 4,000여평을 재배하고 있고, 다른 농사도 조금 하고 있다. 농약을 치는 것은 별로 힘이 안 드는데 감귤 딸 때가 가장 문제가 된다.)

[예증 3]

지금 양 잘 먹어노난 몸은 살찌지 몸은 줄이젠, 살빼젠 허명 약먹지 허난 요새 사름덜 오래 못삼니다. 우리할망들은 진시물 다 먹곡 귀계비 살던 물 먹곡 피보리밥 먹으멍 몸을 단련시켜노난 오래 살암주. 그 옛날에 우린 물이 어시난 신산리까지 물 허벽으로 물 질어당 밥허영 먹곡 송키영 빨래헐 거 거정 강 허여오멍 허여신디 바닷가나 미끄러워오네 밤이강 물지렁 오당 허벽이나 벌러지민 빈 차오첸허민 얼마나 멋진줄 알암시냐 그추록허멍 살아시네. 계난 이디 신 할망덜 너무 오래살아서, 옛날엔 팔십이 넘으면 아주 오래 산겨주. 계난 죽는건 나(82세)가 마침 물 맞아주기 마는 지금 우리도 옛날가트민 너무 오래 살아서. 경허어도 한라산도 마음같이선 놀아짐직허여. 요새도 바디 일헐거 이시민 일도 허주마는 이동네 사름덜 팔십까진 다 일허여시난 이제까지 허여시난 뒷주. 요샌 살기 조암주. 옛날엔 눈이 팡팡올때도 베 짜곡, 누에 질루곡, 나도 뽕낭썸허래 땡기당 물 기루우민 어멍 현줄 알암서 쇠먹는 물이라도 시민 수건 썸 땡기당 물은 막 먹고 싶지, 물은 먹어야지 허민 수건이나 적삼 벗영 그거 덮영 물 먹곡 허엿주. 경허어도 아픈디도 어서. 우리 고생헌건 고랑 말도 못허곡...옛날은 신은 이서서 초신신영 땡기곡 경허멍 살았주.

요즘 사람은 너무 고급으로 살아노난 어멍도 때려볼곡 애기덜 두개, 세개 놔똥오네 도망가볼곡 요새것 덜 살기가 너무 조아 노난 애기덜 놔똥 이혼허는게 너무 많아서 그게 불만이라 옛날은 동냥을 허영이라도 자식덜 허곡 살젠허멍 허여신디 요샌 남편이 편안히 돈 벌어당 쥘도 그계 성에 안창그네 나가부는게 참 걱정이라. 육지는 오십세만 넘어가민 일을 안허난 혼자 살기가 어려울건디 이디 사름덜은 팔십까지 일을 허난 벌어나둔결로 늘거도 혼자서 살아점주기. 젊은때 놀아불민 돈이 어성

혼자 못살건디. 아까도 말하여져라마는 비가 왕 막 일 못헐정도 되민 못을 구덕 창 가그네 좃으레 가명 허였저. 비가 안올땐 일을 허젠허민 못가꼭 살젠허난 경허명 허였주기.¹⁰¹⁾

(지금은 옛날에 비해서 잘 먹으니까 몸은 살이 찌고 몸을 줄이려고 약을 복용하고 하다 보니까 요즘 사람들은 오래 살기가 힘들 것이다. 우리 할머니들은 진땀물 다 먹으면서 개구리 살던 물도 먹고 피보리밥 먹으면서 몸을 단련시켜 놓으니까 오래 살고 있는 것이다. 그 옛날에는 물이 없으니까 신산리까지 가서 물허벅으로 물을 길러와서 밥을 해서 먹었는데 나물이랑 빨래감을 갖고 가서 그곳에서 씻고 왔는데 그곳이 바닷가라 미끄러우니까 때로는 밤에 물을 길러 갔다가 미끄러져서 물허벅이 깨어지고 빈 몸으로 오려고 하면 얼마나 마음이 쓰린줄 아느냐. 그렇게 우리는 살아왔다. 그래서 여기 계신 할머니들 너무 오래(옛날에 비하면) 산 것이다. 옛날에는 80세를 넘으면 아주 오래 산 것이다. 그래서 내가(82세) 마치 죽을 나이로는 안성마춤인데, 우리들도 옛날에 비하면 너무 오래 산 것이다. 그래도 한라산도 마음 같아서는 가볍게 다닐 수 있을 것 같다. 요즘은 밭에 일거리가 있으면 일도 하긴 하지만 이 동네 어른신들 80까지는 누구나 열심히 일을 했기 때문에 지금까지 했으면 된 거 아니냐. 요즘은 살기가 매우 편해졌다. 옛날에는 눈이 펄펄 쏟아 질 때도 배를 짜고, 누에 기르고, 나도 뽕잎하러 다니다가 목이 너무 마르면 소가 먹는 물이라도 있으면 수건을 쓰고 다니다가 수건이나 적삼을 벗어서 그것으로 물위를 덮고 물을 먹으면서 목을 축이면서 살아왔다. 그래도 아픈 데는 없고, 우리들이 고생스러운 생활 말로 다 표현할 수가 없다. 옛날에는 신발도 변변치 못하고 짚신 신고 다니면서 살았다.

요즘 사람들은 너무 고급스럽게(편하게) 사니까 어머니도 때리는 사람 생기고 자식들 놔두고 집나가는 사람도 있고, 요즘 사람들 살기가 너무 좋으니까 애들 낳고 이혼하는 사람이 너무 많아서 불만이다. 옛날에는 동냥을 해서라도 자식들을 먹여 살리고 하면서 살아보려고 하는데 요즘은 남편이 편안하게 돈을 벌어서 주어도 그것으로 만족하지 못해서 가출하는 게 큰 걱정이다. 육지는 50세만 넘어가면 일을 안하기 때문에 혼자서 독립해서 살기가 어려운데 여기에 살고 있는 사람들은 80세까지는 일을 해서 벌어서 저축한 돈이 있기 때문에 혼자서 독립해서 살아가는데 문제가 없다. 젊었을 때 많이 놀아버리면 돈이 없어서 혼자서 지내기가 어려울 텐데...

101) 고양선(82세), 김하공(87세), 오기송(86세) : 남제주군 성산읍 난산리.

4) 사회 · 심리적 구조

제주섬은 태풍의 길목에 위치하고 있는데다가 척박한 토지 조건, 그에 따른 풍(風)·수(水)·한(旱) 삼재의 기후 조건 속에서 제주인들은 그들의 생활을 유지하기 위해 고된 자연과의 싸움을 치를 수밖에 없었으며, 이러한 생활 조건은 북제주군 지역에서와 마찬가지로 제주도 특유의 철저한 분가원칙이 남제주군 지역에서도 일반적인 것으로 나타나고 있다. 그러나 남제주군에서는 자녀의 결혼과 동시에 장남 이하 자녀들의 분가는 북제주군과 유사하게 이루어지고 있는데 재산 및 제사상속에서는 북제주군의 균분상속과는 달리 오늘날까지도 장남에게 상속되는 현상을 보이고 있다. 특히 성산읍의 난산리의 경우 과거에는 유교적인 전통에 의해 장남에게만 모든 재산과 제사상속이 이루어져 오다가 최근에는 재산은 분할하여 어느 정도 이루어지고 있는데 제사상속은 전적으로 장남이 상속하고 있는 것으로 조사되었다. 그러나 남제주군에서도 안덕면 감산리의 경우에는 과거에는 장남이 전적으로 재산 및 제사상속을 했는데 6.25 이후를 고비로 해서 장남 이하 차남에게도 재산 및 제사를 균등하게 분할하는 경우가 보편화 되고 있다고 한다.¹⁰²⁾

〈표 16〉은 제주도의 분가상태를 잘 보여주고 있는 것으로 생산·소비·취사 모두를 공동으로 하는 가족은 13%(전국은 장남과 동거비율만도 49%)에 불과하고 나머지 87%가 한 가지 이상을 부·자 가족간에 분리를 하고 있음을 보여주고 있다. 여기서 취사를 분리하는 가족은 64%이고, 생산·소비·취사 모두를 분리하는 가족은 38.5%에 이르고 있다. 분가는 부모와 자식간에 상호 부담이 전혀 없이 당연한 것으로 여겨 행해지고 있는데 김혜숙의 조사¹⁰³⁾에 의하면 분가의 이유로서는 서로의 독립된 생활 존중이 53%, 직업관계상 36%로 거의 90%가 자연스럽게 이루어지고 있는데 반해서 서울의 경우는 단지 20%¹⁰⁴⁾만이 부모와 자식간의 합

102) 고진환 : 남제주군 안덕면 감산리.

103) 김혜숙(1984), 전계서, p.129.

104) 최재석, 전계서, p.212.

의에 의해서 이루어지고 있다.

〈표 16〉 제주인의 분가생활 상태

분거 형태	생산·소비·취사 분리형태	구성비(%)
한 채 동거	생산·소비공동, 취사공동	12.8
	생산·소비일부공동, 취사공동	1.3
	생산·소비공동생산, 취사분리	0.6
	생산·소비일부공동, 취사분리	1.03
	생산·소비분리, 취사분리	2.1
	소계	18.1
다른 채 분거	생산·소비공동, 취사공동	3.6
	생산·소비일부공동, 취사공동	1.9
	생산·소비분리, 취사공동	0.4
	생산·소비공동, 취사분리	0.8
	생산·소비일부공동, 취사분리	3.2
	생산·소비분리, 취사분리	4.0
	소계	13.9
마을내 다른 집 분거	생산·소비공동, 취사분리	1.3
	생산·소비일부공동, 취사분리	4.4
	생산·소비분리, 취사분리	25.9
	소계	31.6
다른 마을 분거	생산·소비공동, 취사분리	1.3
	생산·소비일부공동, 취사분리	2.7
	생산·소비분리, 취사분리	32.4
	소계	36.4

자료 : 김혜숙(1984), “제주도 가족의 고부관계에 대한 연구”, p.126.

〈표 17〉 거주상태별 갈등의 정도(불만강도)

거주형태 고부간	한 집	안·밭거리	동일마을	타마을
시 모	0.55	0.46	0.37	0.28
자 부	0.39	0.53	0.28	0.33

자료: 김혜숙(1984), “제주도 가족의 고부관계에 대한 연구”, 「논문집」, 제주대학교, p.137.

〈표 17〉에서 보여주는 바와 같이 거주상태별 시모와 자부간의 갈등의 정도를 살펴보면 시모의 경우에는 가까이에서 생활할수록 불만의 강도가 크게 나타나고 있으며, 생활거리가 멀수록 불만의 강도는 약하게 나타남을 알 수 있다. 그러나 자부의 경우에는 불만의 강도는 안·밭거리, 한집, 타마을, 동일마을의 순으로 낮아지고 있다. 한집에서 생활하는 경우는 대부분 동거가족으로서 그 이유가 거의 부모 연로 및 노동력의 상실 등으로 나타나고 있다.¹⁰⁵⁾ 이와 같은 경향으로 볼 때 제주도 노인들의 자주·자립의 정신은 거주형태에서도 보여주고 있는데, 노동능력만 있으면 자식에 의존하지 않고 독립된 생활을 함으로서 고부간의 불만강도를 최소화시킴으로서 육지의 전통적인 가족에 비하여 갈등의 정도는 적게 나타난다고 볼 수 있으며 따라서 서로에게 주는 스트레스도 훨씬 최소화 시킬 수 있다고 볼 수 있다.



105) 김혜숙, 전개서, p.137.

V. 요약 및 결론

본 논문은 전국 최대의 장수지역으로 부각되고 있는 제주도의 장수현상을 육지와는 다른 특이한 자연과 역사, 문화 등의 환경 요인과 어떤 연관성이 있는지를 분석하였다. 연구대상 지역은 한라산을 중심으로 산남지역과 산북지역의 자연환경과 장수현상을 식생활과 주거문화, 노동과 사회·심리적 요인 및 일상생활을 중심으로 산북지역의 중산간마을과 해안지역, 산남지역의 중산간마을과 해안지역을 중심으로 지역의 차이점을 살펴보는 것이 목적이다. 이와 같은 연구목적을 수행하기 위하여 문헌연구와 현지 장수노인들과의 삶을 인터뷰를 통하여 살펴보았다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 제주지역의 음식문화는 제주도의 자연환경과 역사적 배경을 떠나서는 설명할 수 없다. 한라산을 중심으로 한 절해고도의 척박한 환경 속에서 제주인들은 철저한 자급자족이어서 먹는 것부터 소박하다. 따라서 반찬수가 많지 않고 조리가 간단한 것이 특징이다. 화산섬인 까닭에 밭농사에 의존할 수밖에 없었고, 식생활 또한 밭농사의 주요 생산물로 이용될 수밖에 없었다. 가장 많이 재배된 작물로는 보리와 콩, 조와 메밀, 감자와 고구마 등을 들 수 있다. 제주의 척박한 토양은 밭에서 나는 농작물만 가지고는 생활하기가 어려웠기 때문에 사면이 바다인 제주도는 중산간지역이라 할지라도 해조류의 공급이 비교적 용이했다. 이에 따라 흉작이나 가뭄으로 인한 어려운 시기에도 억척스러운 삶을 살아 올 수 있었다.

둘째, 제주의 척박한 환경은 예로부터 풍재, 한재, 수재의 세 가지 재난이 끊이지 않았다. 이러한 환경은 언제 닥칠지 모르는 식량의 기근을 최소한으로 분산시킴으로서 자기의 생계는 스스로 책임질 수밖에 없었기에 자녀가 성장하여 결혼하게 되면 비록 차남이하는 말 할 것도 없고 장남이라 할지라도 분가를 하게 된다. 한국의 전통적인 가족은 가계의 계승을 매우 중요시하기 때문에 장남은 반드시

부모와 동거하여 직계가족을 형성하게 되는 것과 비교된다. 따라서 노인들은 자신이 스스로 움직일 수 있는 한 전혀 자식의 신세를 지지 않는다. 이처럼 제주도 노인들은 자립정신이 몸에 배어있기 때문에 노후에도 자녀들과 동거하기를 좋아하지 않으며, 독립해서 사는 것이 서로에게 편하다는 점을 상당히 강조하면서 자유롭고 독립된 생활을 하고 있음을 확인 할 수 있었다.

셋째, 세계적으로 유명한 장수지역에서 이미 확인되고 있는 것과 같이 활동량과 장수는 밀접한 연관이 있음이 밝혀지고 있다. 또한 최근에 보고된 우리나라의 장수지역들도 신체활동을 많이 필요로 하고 있는 중산간지대에 집중되어 있는 것으로 밝혀졌다.

제주도의 지리적 환경 즉, 화산회토의 토양과 강한 바람 및 많은 강우량은 육지에 비해 갑절의 노동력을 기울여야 했으며, 남녀노소 가릴 것 없이 조금의 노력이라도 돕지 않으면 생존자체가 위협을 받았기 때문에 척박한 자연환경을 이겨내려는 의지는 오늘날까지도 일을 할 수 있는 자연적인 조건과 신체적인 상황만 허락한다면 장수노인들은 자신이 평생 업으로 해온 일을 지속적으로 하면서 생계를 유지하고 있음을 알 수 있다. 일이 곧 삶이기 때문에 몸을 움직이지 못하게 되는 그 날까지 몸을 움직이며 일을 하는 것이다.

넷째, 직계가족의 형태를 취하는 전통적인 한국가족과는 달리 제주도 가족의 특수성은 제주도의 지리적 환경 조건과, 기후풍토 및 생업 형태 등 다양한 요인에 의해 장남까지도 분가시키고 노동력을 상실할 때까지 독립해서 생활하고자 하기 때문에 부부 중심으로 하는 핵가족의 형태를 이루고 있다. 이와 같은 자녀가족과 부모 가족간에 독립된 생활은 제주도 전역에 보편화 되어 있다. 그러나 분가와 관련된 재산상속과 제사상속에서는 지역적인 차이를 보이고 있다. 이와 같은 부모와 자가족간에 철저한 분가원칙은 자연히 한국의 전통가족에서 심각한 문제로 지적되고 있는 고부간의 갈등이나 불화도 적다고 볼 수 있다.

오늘날 장수에 대한 관심이 그 어느 때보다도 많아지면서 장수의 비결에 대한 많은 연구와 보고서들이 쏟아져 나오고 있다. 또한 많은 사람들이 건강장수의 비

결을 경제적인 능력 혹은 편안함에서 찾는가 하면 유전적인 요소나 영양을 고려한 식생활을 강조하면서 장수비결의 원칙을 세워 발표하기도 한다. 그러나 앞에서 제시한 오키나와의 “26쇼크”나 유즈리하라의 장수촌에서 시사하는 바와 같이 우리도 예외가 될 수는 없을 것이다.

실제로 한국농촌경제연구소의 보고¹⁰⁶⁾에 의하면 우리나라도 1일 육류소비량이 1986년 47g이던 것이 2002년 107g으로 늘었고, 곡물소비량은 2배 이상 감소한 것으로 나타났다. 한편 신체활동량은 100년 전에 비해서 60~70%감소한 것으로 나타남에 따라 우리나라도 서구형 먹거리의 증가로 서구형 질환이 크게 늘고 있다면서 건강의 위험을 경고하고 있다.

서구에는 서구만의 풍토가 있듯이 우리에게도 우리만의 풍토에서 생겨난 전통적인 식생활 체계를 기본으로 한 우리만의 식생활을 재인식해야 할 때라고 생각한다.

본 연구를 통해서 제주도 장수노인들의 억척스러운 삶속에서 단련되고 면역된 모습을 피부로 느낄 수 있었다. 놀라운 사실은 아직까지도 특별하게 어떤 질병을 앓고 있거나 병원을 거의 가보지 않았다는 것이다.

앞으로 끊임없는 과학기술의 발달은 일상생활을 더욱 편리하게 만들 것이고 이에 따라 신체 활동량은 감소하게 될 것이다. 따라서 의료과학기술에 의존하지 않고서는 지금처럼 장수할 확률은 낮아질 것으로 생각된다.

106) 한국방송공사(2004), KBS1 9시뉴스, 4. 27.

참 고 문 헌

[단행본]

- 고재환(1993), 「제주도속담연구」, 서울: 집문당.
- 김오순(2001), 「탐라순력도 산책」, 제주문화.
- 김태현(1980), 「제주도의 노인생활 연구」, 대한가정학회지(제18권 1호).
- 김한구(1980), 「제주도의 친족조직」, 한국학보.
- 남제주군(1986), 「남제주군지」.
- 변승규 편(1992), 「제주도약사」, 도서출판 제주문화.
- 변희룡·김영철·조석준 공저(2000), 「일상생활의 기상학」, 시그마프레스.
- 북제주군(1987), 「북제주군지」.
- 서울대 체력과학노화연구소·조선일보(2003), 「장수의 비밀」, 조선일보사.
- 송성대(2001), 「문화의 원류와 그 이해」, 각.
- 심인선·황춘선(1990), 「제주도 향토음식에 관한 대학생의 인식도 및 기호도 조사 연구」, 한국식문화 학회지.
- 윤서석(1993), 「한국 식생활의 통사적 고찰」, 한국식문화학회지.
- 이원진(2002), 「탐라지」, 도서출판 푸른역사.
- 전경수(2001), 「초고령사회와 장수인류학의전망」, 전통과현대사, 여름호(16호).
- 전연술(1993), 「제주도에 감수파?」, 신라출판사.
- 제주도(1993), 「제주의 민속」, 제주문화자료총서.
- 제주도(1993), 제주도지(제2·3권).
- 제주도(1999), 「제주도속담사전」.
- 제주도민속자연사박물관(1995), 「제주도의 식생활」, 제주도민속자연사박물관.
- 제주도(2004), 「제주여성 근·현대사 구술(口述)자료」.

제주학회(2002), 「세계장수지역과 제주도」, 제22차 전국학술대회.

제주도(2001, 2002, 2003), 주민등록인구통계 결과 보고서.

최재석(1979), 「제주도의 친족조직」, 일지사.

한창영(1978), 「제주도노인론고」, 한일문화사.

[논문]

김성혁(1998), “제주도 100세 이상 노인의 장수요인규명을 위한 현상학적 연구”, 지역사회간호학회지, 제9권(1).

김영숙(2000), “제주 장수지역 노인들과 시 지역 노인들의 건강상태와 건강증진해위에 관한 연구”, 석사학위논문, 서울대학교 보건대학원.

김자현(1998), “경북 성주지역 장수 노인의 생활 패턴과 식행동 특성”, 석사학위논문, 경북대학교 대학원.

김종인(2001), “75세 이상 장수노인의 거주지에 대한 사회환경 요인 분석”, 한국보건복지 학회.

김주복(1977), “한국의 사회변화에 따른 노인문제연구”, 이화여대(제31집), 이화여자대학교

김혜숙(1984), “제주도가족의 고부관계에 대한 연구”, 사회과학 논문집, 제17집, 제주대학교.

김혜숙·김행신(1991), “가족구조와 주거공간 구성에 관한 연구”, 「인문·사회과학 논문집」, 제33집, 제주대학교.

서흥관(2001), “장수마을을 통해서 본 장수요인에 관한 연구”, 인제대학교.

유영겸(2002), “위그르인의 장수상황 및 그 원인에 대한 연구”, 「제주학회」, 제22차 전국학술대회.

이용철(2002), “장수지역 노인들의 생활실태에 관한 연구”, 제주대학교 석사학위논문.

이용철(2002), “제주지역 노인들의 생활실태에 관한 연구”, 석사학위논문, 제주대학

교 행정대학원.

조유향(1998), “한국의 장수동향과 그의 상관요인에 관한 분석”, 「한국보건교육학 회지」, 제6권 1호.대학교.

주경희(2002), “100세 이상 장수노인의 특성에 대한 탐색적 연구”, 석사학위논문, 서울대학교 대학원.

최영희 외(1993), “노인들의 장수에 대한 관념”, 간호학회지, 제23권(4).

한창영(1977), “제주도노인에 관한 기초조사”, 인문사회과학 논문집, 제9집, 제주

[기타문헌]

김영돈(1994), “제주민속 기행”, 한라일보(1994. 10. 24)

문화일보(1998. 10. 2), “장수자 급증..세계평균 수명 66세”.

박홍희(2003), “소박한 밥상이 건강에 좋다”. 「신토불이 건강」, 4월.

서귀포신문 (2004. 1. 1), “장수수당 첫 지급”.

석주명(1949), 제주도의 생명조사서, 서울신문사.

제주신문(2004. 2. 24), “제주는 장수의 섬”.

조선일보(<http://user.chollian.net>), “100세 이상 장수촌 현지조사”.

중앙일보(1995. 4. 18(8)), “주민 절반이 준(準) 명칭이”.

최정숙(2003), “장수인구의 지리적 분포와 장수지역의 지역적 특성”, 「농촌생활과 학」, 24, 통권93호.

권혁철(2004), “미국의 식습관, 장수촌을 파괴하다.”, 「한겨레21」, 4월호.

한국노인과학술단체연합회(2001), “장수지역 실태조사”.

한국방송공사(2004), 《1일 육류소비량》, KBS1, (2004. 4. 27) 9시 뉴스.

NHK(2004), 《생명의 여행 : 수명》, (2004. 2. 14).

[면접기록]

- 강생년(85세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 3월 20일.
강승태(87세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 3월 27일.
고귀생(84세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 3월 21일.
김장명(91세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 3월 21일.
박경생(75세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 5월 5일.
이두욱(77세), 제주도 북제주군 한림읍 금악리, 2004년 3월 28일.
강오생(87세), 제주도 북제주군 구좌읍 하도리, 2004년 4월 3일.
김덕하(74세), 제주도 북제주군 구좌읍 하도리, 2004년 4월 3일.
김봉선(79세), 제주도 북제주군 구좌읍 하도리, 2004년 4월 3일.
강운향(85세), 제주도 남제주군 안덕면 감산리, 2004년 4월 5일.
고연옥(78세), 제주도 남제주군 안덕면 감산리, 2004년 4월 5일.
고진환(74세), 제주도 남제주군 안덕면 감산리, 2004년 4월 5일.
김영신(91세), 제주도 남제주군 안덕면 감산리, 2004년 4월 5일.
양경봉(93세), 제주도 남제주군 안덕면 감산리, 2004년 4월 5일.
고양선(82세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
고하옥(92세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김두황(78세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김승규(75세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김승두(72세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김임송(83세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김하공(87세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
김하옥(97세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
오기송(86세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
오숙녀(93세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.
진대복(92세), 제주도 남제주군 성산읍 난산리, 2004년 4월 9일.

《Abstract》

**Discussion on Long-life Phenomena
in Cheju-do, from Environmental Aspect**

Kang, In-Soon

Geography Education Major
Graduate School of Education, Cheju National University
Juju, Korea
Supervised by Professor, Song, Sung-Dae

The purpose of the study is to describe what effects the natural and geographical environment and the sociocultural environment of Cheju-do(island) uniquely distinguished from other regions is giving to the longevity phenomena in the island.

Study regions were decided to the coastal villages in Sannam and Sanbuk, and mid mountain villages where the population ratio of over 80 years olds to over 65 years olds is more than 20% based on the demographics data provided by Cheju-do. The coastal villages included Hado-ri in Kujoa-eup, Bukcheju-gun and Kamsan-ri in Anduck-myeon, Namcheju-gu, and the mid mountain villages included Keumak-ri in Hallim-eup, Bukcheju-gun and Nansan-ri in Seungsan-eup, Namcheju-gun.

The long livers' dietary life to geographical environment, unique dwelling style, custom, and labors distinguished from other regions, family ties of socioculturally close association, and daily life were investigated through documents review and visiting interviews with the long livers. The findings are as follows.

First, barren natural environment of a lonely island in the distant sea, centered on

* This thesis submitted to the Committee of Graduate School of Education, Cheju National University in fulfillment of the requirements for the degree of Master of in August, 2004.

Halla mountain, made there was no choice but to just simply handle the every daily incidents. It seems no doubt that quite simple dietary style is very the long life diet. As it was hard to live on farm produce only from the sterile soiled fields of Cheju, people had to do half farming-half fishery for a living. In Cheju surrounded by sea in all direction, even mid mountain regions had comparatively easy supply of seaweeds, and so people could live an impracticable life going up and down the coast and the mid mountain regions even in hard times of failed crops and drought.

Second, as Cheju is a volcanic island formed by volcano activities, lands are composed of volcanic ash soils. With barren soils, wind, cold wave, and flood disasters were ceaseless. As they had no choice but to manage one's bread and butter for oneself by distributing the dearth of foods no one knows when to come, when their children was grown up and got married, even the eldest, let alone the second eldest son or younger, was forced to set up a branch family and live an independent life. Therefore the elderly lived an independent life without being burden to their children as long as they could move around by oneself. They say that this dwelling style is mutually convenient.

Third, as barren environment of Cheju-do has threatened people's survival itself unless they poured as much labors as more than double compared to in lands, even women and old men had to supply any small labor power. Cheju people's life to overcome this like stern condition has produced a self-sustained and independent living, which is continued to today.

Forth, families in Cheju-do have a special family structure associated with the above mentioned living conditions, which is closely related to dwelling type and found in stern branch family principle. As parents and children are living apart in some distance, not meddling the inner life of the other party, they have had far less conflict or stress between daughter-in-law and mother-in-law, and can get along in social and psychological repose.

감사의 글

새벽 이른 아침부터 밤늦은 시간에 이르기까지 아파트 주변을 조깅하는 사람들, 헬스장이나 요가원에서 열심히 자신의 몸을 관리하는 많은 사람들을 볼 수 있습니다. 건강하게 오래살고 싶은 욕망은 누구나 갖고 있으리라고 생각합니다. “전국 최대의 장수 섬” 제주, 건강한 모습으로 오래 살 수 있는 것은 분명 축복이라고 봅니다. 이곳을 지켜온 제주의 장수노인들이 생활모습을 들여다보고 싶었습니다. 80이 넘은 나이에도 불구하고 늘 자유롭고 깨끗하게 살아가고 있는 모습들은 자부심마저 느끼게 했습니다. 먼저 공부를 계속해서 할 수 있도록 여러 여건들을 허락해주시고 자료 수집과 오고가는 모든 발 걸음걸음을 인도해주시고 적재적소에서 귀한 분들을 통하여 큰 어려움 없이 마무리를 잘 할 수 있도록 함께하여 주신 하나님께 영광을 돌립니다. 그동안 늘 아낌없는 조언과 많은 자료를 챙겨주시면서 늘 바쁘신 일정 가운데에도 항상 배려해 주시고 꼼꼼히 자료를 살펴주시고 지도해 주신 송성대 교수님께 먼저 감사의 마음을 전합니다. 그리고 논문 참고자료와 논문을 쓰는 방법 및 관련된 지도를 제공해주신 권상철 교수님과 김태호 교수님, 여러 차례 바쁜 일과 중에서도 관련된 정보를 제공해 주신 제주발전연구 장수문화센터의 고승한 연구원님과 늘 관심을 갖고 자료를 챙겨주며 많은 도움을 주신 제주대학교 탐라문화연구소의 진관훈 선생님, 바쁜 시간을 내어 기꺼이 교정을 도와주신 김오진 선생님께 진심으로 감사를 드립니다. 그리고 한림읍 금악리와 구좌읍 하도리, 안덕면 감산리와 성산읍 난산리의 노인복지회 회장님과 여러 어르신들이 지난날의 아프고 쓰린 기억을 마다하지 않고 어려운 삶의 모습을 아낌없이 전해주시면서 많은 가르침과 사랑을 주심에 감사를 드립니다.

끝으로 늘 걱정하며 시작했으니 끝까지 잘해보라며 든든하게 마음을 잡아주신 부모님, 장수마을을 찾아다닐 때마다 함께 옆에서 길을 안내해주고 어르신들을 잘 대접하며 도움을 준 남편과 가족들 모두에게 고마움을 전합니다.