자연 속에서 찾는 치유와 웰니스, Rise로 연결된

괴산 숲 프로그램 개발 제안



괴 산 군　최 순 남

발표자 소개



최 순 남

충청북도 괴산군

감물면 부면장

◆ 주요학력

충북대학교 임학과 학사

한국방송통신대학교 유아교육과 석사

충북대학교 산림치유학 박사

◆ 주요경력

1993. 10. : 충청북도 괴산군 근무 (현재까지)

목 차

1 산림치유와 산림복지

2 괴산군 산림현황 및 산림사업

3 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

4 맺는 말



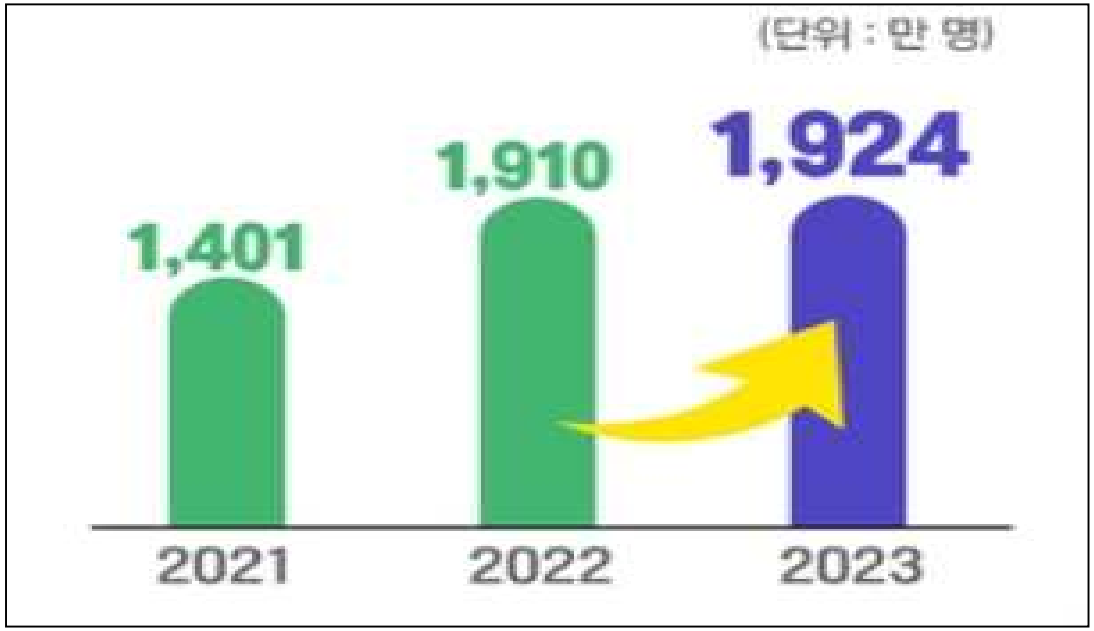
1. 산림치유와 산림복지

◆ 숲을 찾는 사람들이 급속히 증가

· 자연휴양림은 2019년 전국에 175개소, 산림욕장 204개소
2023년 197개소(국립46, 지자체127), 산림욕장 218개소

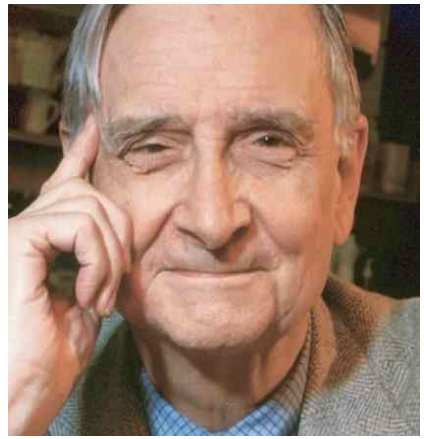
· 자연휴양림방문자수는 2013년 1,278만명, 2019년에는 1,599만명

◆ 통계자료의 의미는?



1. 산림치유와 산림복지

윌슨의 바이오필리아(BioPhilia) 가설



Bio(생명) + Philia(사랑)

- 인류가 지구상에 출현 : 약500만 년 전
- 현대적인 인간의 모습으로 변모 : 약4-5만 년 전
- 인류역사의 99% 이상의 오랜 기간 동안 자연 속에서 살아 왔음.
- 본능적으로 자연 속에서 편안함을 느끼고, 자연에 대한 애착과 회귀본능이 내재되어 있음. (선천적이고 유전적인 행동)

1. 산림치유와 산림복지

◆ 왜 숲을 찾는가?

· 숲에는 다양한 유기체 및 무기체가 공존하는 종합박물관
· 산림 내 다양한 건강 증진 요소 - 맑은 공기, 자연의 소리, 산란광, 음이온, 아름다운 경관, 피톤치드, 심리적 탈출감 등, 자연귀소 본능
· 오감을 통해 받아들이는 다양한 요소 - 심신의 이완작용, 건강 증진

◆ 산림에서 유래되는 자극이 교감신경활동을 진정, 생리적 이완상태

· 면역력 향상, 건강한 생활 유지

◆ 34개 OECD 자살율 1위, 빠르게 변화되는 무한경쟁 사회

· 심한 스트레스, 교감신경 활동이 항진
· 경제력 상실한 노령화, 물질만능주의, 상대적 박탈감
· 복잡하고 긴장된 생활을 일탈하기 위한 방법 – 숲 방문자 급증

1. 산림치유와 산림복지

산림치유의 정의

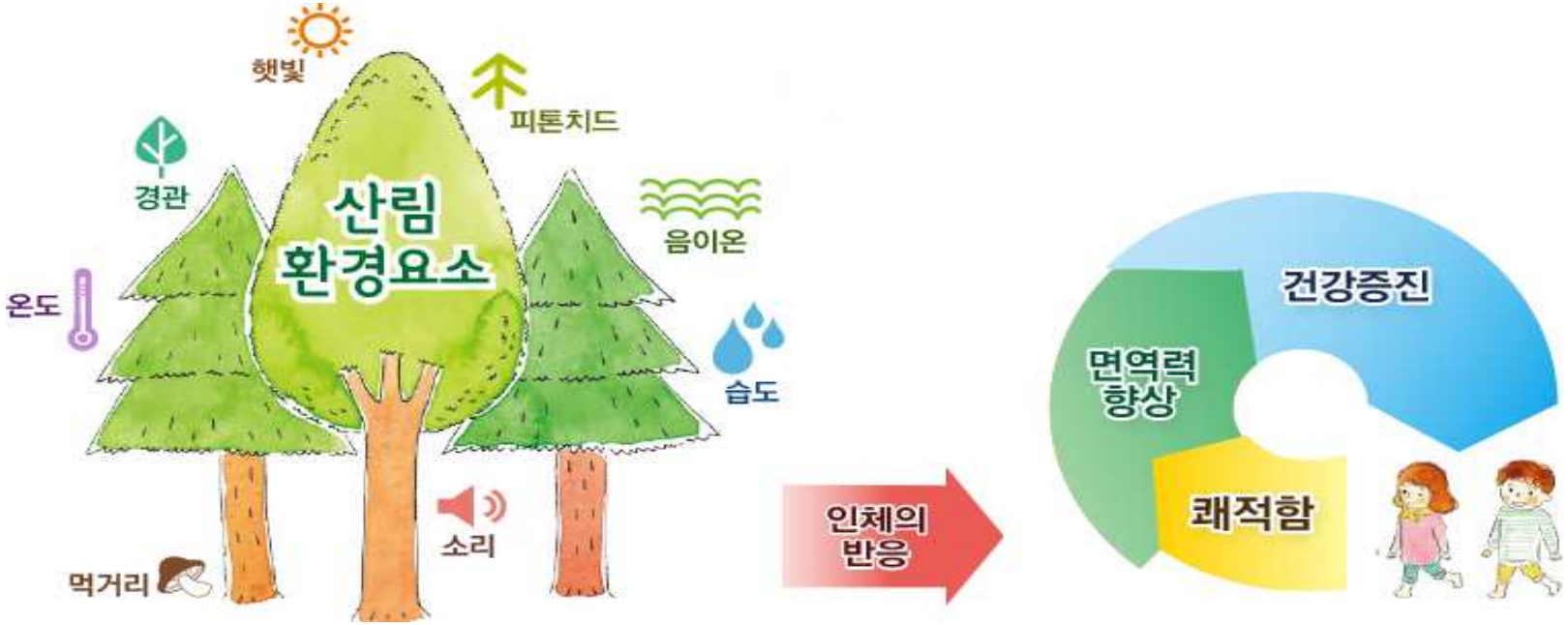
「산림문화.휴양에 관한 법률」 제2조(정의)

4. “산림치유”란
   향기, 경관 등 자연의 다양한 요소를 활용하여 인체의 면역력을 높이고 건강을 증진시키는 활동을 말한다.

5. “치유의 숲”이란
   산림치유를 할 수 있도록 조성한 산림(시설과 그 토지를 포함한다)을 말한다.

1. 산림치유와 산림복지

산림치유의 개념



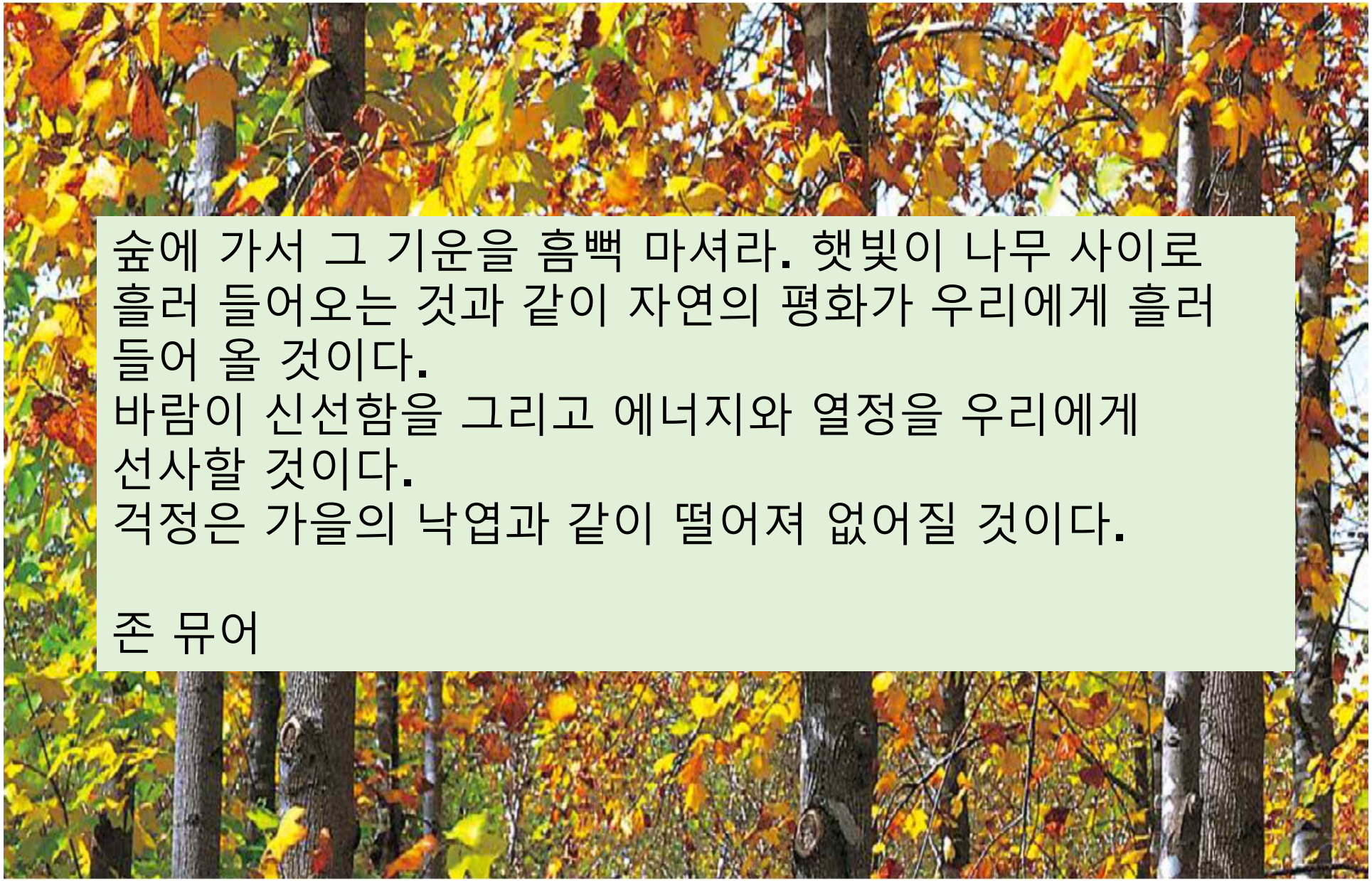
산림치유는 숲에 존재하는 다양한 환경요소를 활용하여 인체의 면역력을 높이고, 신체적 정신적 건강을 회복시키는 활동

- 질병의 치료행위가 아닌 건강의 유지를 돕고, 면역력을 높이는 치유활동

1. 산림치유와 산림복지(생애주기별 산림복지)



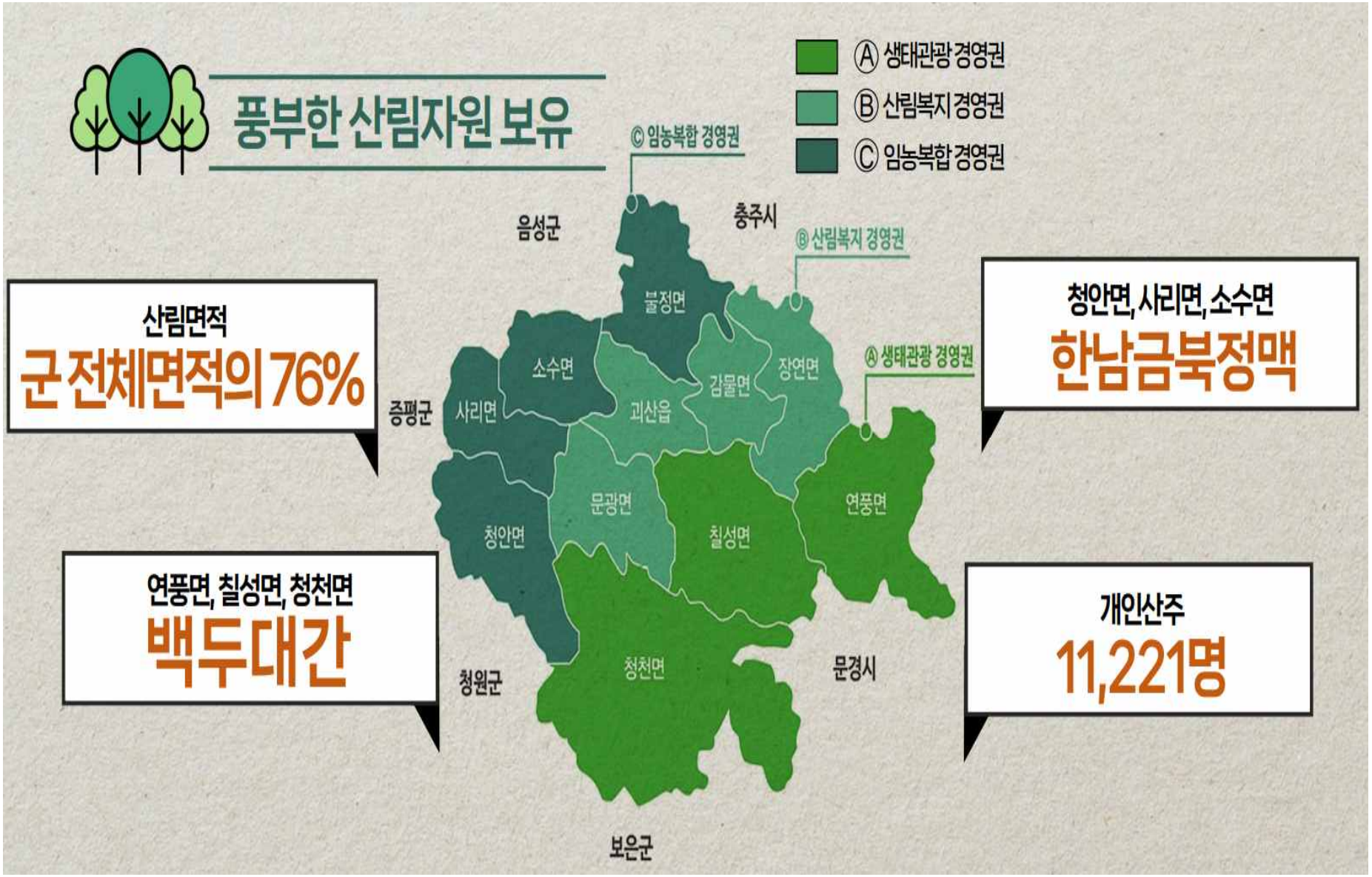
1. 산림치유와 산림복지



숲에 가서 그 기운을 흠뻑 마셔라. 햇빛이 나무 사이로 흘러 들어오는 것과 같이 자연의 평화가 우리에게 흘러 들어 올 것이다.
바람이 신선함을 그리고 에너지와 열정을 우리에게 선사할 것이다.
걱정은 가을의 낙엽과 같이 떨어져 없어질 것이다.

존 뮤어

2. 괴산군 산림현황 및 산림사업



2. 괴산군 산림현황 및 산림사업

현재 산림을 바라보는 시각?

◆ 산림에 대한 관심 증가

◆ 산림의 중요성 인식

◆ 새로운 삶의 대안공간

- 산림여가 활동을 통하여 스트레스와 피로 등 일상생활에서 체감하는 다양한 부정적인 상황을 완화시키는 공간
- 산림휴양, 산림치유, 산림교육 등 산림복지를 누릴 수 있는 공간
- 코로나19 이후 비교적 안전한 자연친화적 야외활동을 할 수 있는 공간
- 고령화, 베이비붐 세대의 건강과 삶의 질 향상에 기여 할 수 있는 공간

2. 괴산군의 주요 산림사업

괴산의 새로운 산촌일자리 창출



지방정원 조성 등
신규 산림사업 추진

수목관리 전문가
양성 및 운영









산주학교
산촌체험프로그램
정원학교
목공학교

산촌청년학교
창업경진대회
청년중간지원조직 운영





2. 괴산군의 주요 산림사업

구분	사 업 명	사업비(억원)	비고
하드웨어	군유림 확대 추진	50	매년
	괴산 지방정원 조성사업	60	
	산촌청년창업특구조성(지방소멸대응기금)	86	
	국산목재 목조건축 실연사업	130	
	산림에너지 자립마을 조성	44	
	박달산 산림휴양시설 조성	192	
	숲교육/체험단지 조성	60	
	설우산 지역산림경영단지 백년숲 조성	100	

2. 괴산군의 주요 산림사업

구분	사 업 명	사업비(억원)	비고
소프트웨어	지속가능한 숲경영도시(산림경영인증)	0.15	군
	산림탄소상쇄사업	0.12	군
	아보리스트 양성교육	0.06	민간
	산촌청년학교	3	민간
	산주학교	3	민간
	산촌체험프로그램 운영		
	정원학교		
	목수목공학교		

3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

□ 대상지 1 : 괴산 지방정원 조성사업 (조성예정)

❍ 위 치 : 괴산군 칠성면 송동리 산50-1번지 일원

❍ 사업기간 : 2023년 ~ 2030년

❍ 총사업비 : 191억원(도비 39, 군비 152) ※ 토지보상비 포함

❍ 사업규모 : 783,969㎡

❍ 사업내용 : 주제정원, 방문자센터, 숲길, 트리쉼터, 데크로드, 주차장 등



3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

□ 대상지 2 : 괴산 박달산 산림휴양시설 조성사업 (조성 중)

<자연휴양림 조성사업>

○ 위 치 : 장연면 오가리 산48-1번지

○ 사업기간 : 2020년 ~ 2025년

○ 총사업비 : 141.4억원(국 25, 도 54.7, 군 61.7)

○ 사업규모 : 자연휴양림 1식

<산림레포츠단지 조성사업>

○ 위 치 : 장연면 오가리 산48-1번지

○ 사업기간 : 2022년 ~ 2025년

○ 총사업비 : 71.5억원(도 39, 군 32.5)

○ 사업규모 : 산림레포츠 시설 1식

○ 사업내용 : 산림레포츠센터 1동, 실내 체험시설, 실외 체험시설

3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

□ 대상지 3 : 성불산 산림휴양단지 (조성완료)

❍ 위 치 : 괴산군 괴산읍 검승리 산26-1번지 일원

❍ 사업기간 : 2009 ~ 2021년

❍ 사업규모 : 167ha

❍ 사 업 비 : 338억원

❍ 주요시설 : 10시설

자연휴양림, 생태공원, 숲관광메가시티, 미선향테마파크,

산림문화휴양관, 생태숲, 한옥체험관, 치유의 숲,

유아숲체험원, 무장애 데크로드 등

3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

□ 대상지 4 : 숲교육체험단지 (조성완료)

○ 위 치 : 괴산군 소수면 수리 산5번지 일원

○ 사업기간 : 2009 ~ 2021년

○ 사업규모 : 20ha

○ 사 업 비 : 60억원

○ 주요시설 : 관리사무소, 실내 아보리스트센터, 실외 훈련시설 등

3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 제안

□ 대상지 5 : 설우산 자연휴양림 조성사업 (조성예정)

○ 위 치 : 소수면 고마리 산36-1번지

○ 사업기간 : 2025년 ~ 2029년

○ 총사업비 : 86억원(도 64.5, 군 21.5)

○ 사업규모 : 자연휴양림 1식 (46ha)

○ 사업내용 : 방문자센터, 숲속의집, 산림문화휴양관, 숲길, 잔디마당,

정원, 온수풀, 캡슐하우스 등

3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 방향

□ 오감을 느낄수 있도록 (미각적 효과)

- 약차 및 약선식 (유기농 도시락 등) 제공
- 계곡부위에 자생하는 다래 등 식용 가능한 먹거리 활용 (산딸기, 산초, 두릅 등)
- 음식으로 고치지 못하는 병은 약으로도 못 고친다는 믿음으로 식습관 개선에 대한 지도 프로그램 진행.





3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 방향

□ 오감을 느낄수 있도록 (시각적 효과)

- 조망이 좋은 경관지구를 활용
- 등산로를 따라 숲길을 걸으며 땀을 흘리며 스트레스를 날려 버림
- 묶은 마음에서 자유로워지는 프로그램 진행





3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 방향

□ 오감을 느낄수 있도록 (청각적 효과)

- 임도 노선을 적극 활용
- 임도 주변으로 식이수종 식재

(찔레, 산가막살, 산딸나무, 산딸기, 층층나무 등)

- 자연의 소리에 집중할 수 있는 프로그램 진행.



3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 방향

□ 오감을 느낄수 있도록 (후각적 효과)

- 산림사업 시설 주변 순환로 활용
- 순환로 주변 향기를 치유의 숲길 조성
- 잣나무, 소나무 등 다양한 수종의 명상터에서 후각에 집중할 수 있는 프로그램 진행
- 자생식물지역 활용 프로그램 진행





3. 괴산군 산림사업과 연계한 운영 프로그램 개발 방향

□ 오감을 느낄수 있도록 (촉각적 효과)

- 계곡부 냉족욕터, 명상터를 이용한 삼림욕
- 치유센터 주변에 촉각적 효과를 높일 수 있는 식물 재배
- 부드러움을 느낄 수 있는 촉각적 소재로 치유프로그램 진행
- 정유 마사지로 후각과 촉각적 효과를 함께 할 수 있는 프로그램 진행







4. 맺는 말

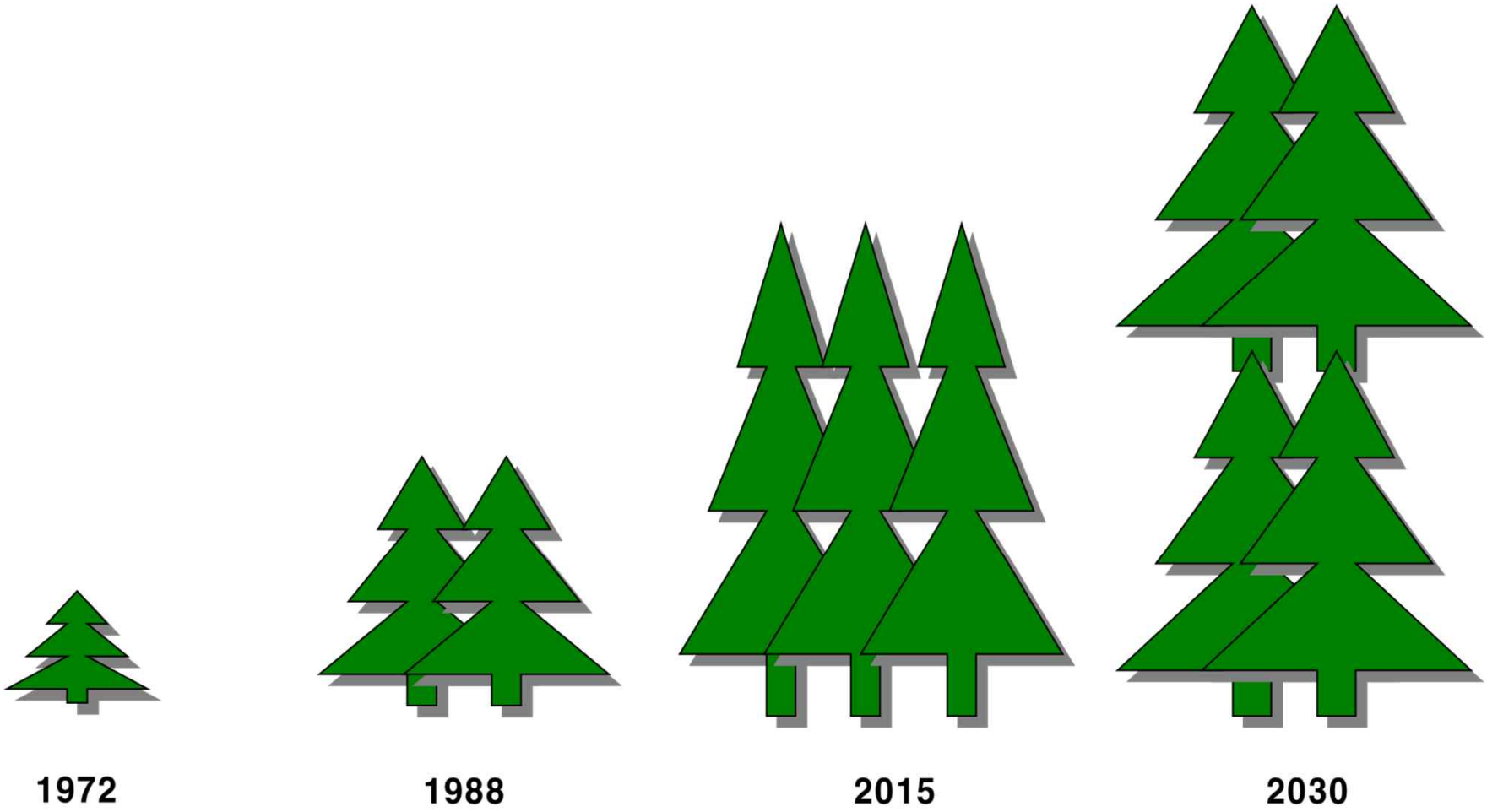
❖ 괴산군의 풍부한 산림자원의 중요성을 인식하고 이를 적극 활용할 필요가 있음

❖ 젊은 층이 상대적으로 적게 분포하고 있는 괴산군 지역에 지역 내 유관기관(중원대 등)의 젊은 인적 네트워크를 확보하여 함께 상생하는 협력체계 구축 필요

❖ 산림치유, 산림레포츠 등과 연계한 다양한 프로그램을 개발, 이용하여 신체적, 인지적, 정신적, 사회적 어려움이 있는 이들의 기능을 증진 시킬 수 있는 체험 공간 적극 활용

❖ 군 주도에서 벗어나 민간의 역량을 강화할 수 있는 실제 운영가능한 다양한 프로그램 개발 필요

산림치유는 작은 나무가 숲을 이루 듯 건강을 위한 지속가능한 이어달리기



감 사 합 니 다.

