

실별 칼럼 | 미쿠이의 감사 나눔

양경순 UM (MICU1)



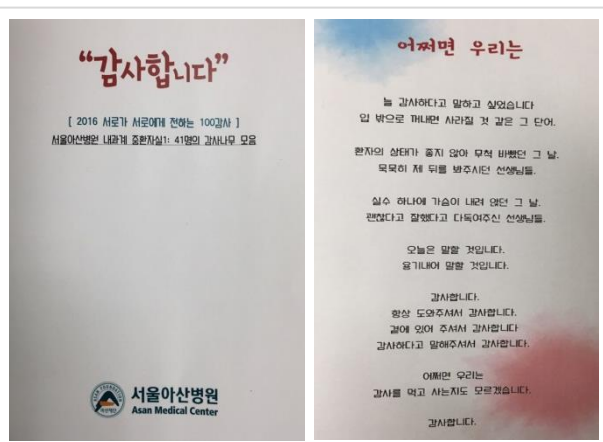
환자의 증중도는 점점 더 증가하고 있고 끊임없이 우리의 마음과 손길을 필요로 하는 중환자실! 그 간호현장에서 모두들 최선을 다해 환자의 회복을 돕는 과정에서 우리는 알게 모르게 서로에게 많은 도움을 주지만 또한 상처도 준다. 특히 올해에는 아픈 마음들이 많이 있어 각자의 안에 있는 표현되지 않은 따뜻한 마음을 함께 나누고 싶었다. 15년도에 입사한 후배들에게 먼저

감사를 시작한 진아, 감사불씨로 활동 중인 성민, 100 감사쓰기에 참여했던 지호, 유진, 책임간호사인 정은이를 중심으로 2016년 한 해를 마무리하며 서로에 대한 마음을 감사로 표현하기로 뜻을 모았고 모두들 적극적으로, 흔쾌히 오케이 해주고 감사 나눔을 진행해 주었다. 모든 직원들을 대상으로 한 사람당 2~3개의 감사를 모으기로 했다. 전체 45명이므로 한 사람이 100개 정도의 감사를 하게 되고 받는 사람도 한 사람당 100개 이상의 감사가 모아질 수 있었다. 처음엔 너무 어렵다며 반감도 있었고 감사를 글로 쓰려니 진행이 안 된다고, 시간이 너무 오래 걸린다고 말하는 사람도 있었으나 감사를 쓰면서 그 사람에 대해 한번 더 생각하게 되고, 힘들었지만 서로

격려하며 모두가 다 참여할 수 있었다. 감사는 아주 짧은 단문의 감사도 있었고 구체적이고 세부적인 장문의 감사, 작은 것에도 감사한 소중한 내용들이 많이 있었다. 한 사람당 A3 한 장에 100개 이상의 감사를 담아 송년선물로 하나씩 나누어 주었고 감사의 마음을 책으로 제작하여 모두가 함께 공유할 수 있도록 하였다. 감사를 쓸 때는 어려웠지만 막상 감사를 받으니 감동이라고 이구동성으로 말한다. 그 동안 표현하지 못했던 마음을 서로 나눌 수 있어 가슴 벅찬 감동과 함께 마음이 따뜻해지고 또 다른 감사를 할 수 있게 해주었고 서로에 대해 새롭게 알 수 있는 기회가 되기도 하였다. 감사로 인해 우리의 간호현장이 더 따뜻하고 함께 해서 행복한 일터가 되어지기를 소망해 본다.

감사의 마음을 함께 나누어 준 MICU1 식구들에게 다시 한번 고맙고 감사한 마음을 전하고 싶다.

MICU1 식구들...  
고맙습니다! 그리고 사랑합니다!!



ICU News

- |   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p><b>MICU1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 특수간호를 위한 stop pressure injury day conference (12/13) : 중환자실 포함 정담환자사 사례발표 (현정은)</li> <li>• MICU1 송년모임 (12/06)</li> <li>• MICU1 전체 송년모임 (12/19)</li> <li>• 결혼 : 정지원 (12/18)</li> <li>• 김병희 조무원 자녀(땃) 결혼 (12/03)</li> </ul>  | <p><b>MICU2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• AMC CCRN 시험 응시 : 박영, 김문희, 박지연</li> <li>• 보령아산병원 간호사 연수 : 12/20~22, 12/27~29</li> <li>• MICU2 송년회 및 farewell (12/23)</li> <li>• 사직 : 정하나 (12/31)</li> <li>• 복직 : 이경아 (2017.1/1)</li> </ul> | <p><b>SICU1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SICU1 송년회 (12/15)</li> <li>• 결혼 : 박소리 (12/10)</li> <li>• 부서이동 : 김기홍 조무원 (투석실 → SICU)</li> <li>• 풍납종합복지관 봉사 : 김영아 조무원 (12/5)</li> <li>적극재 간호사 (12/7)</li> <li>김시은, 이수진 간호사 (12/20)</li> </ul> | <p><b>SICU2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SICU2 송년회 (12/9) : 사운드에 싸이퍼</li> <li>• CPE 관련 강령관리실 회의 (매주 화요일)</li> <li>• ALEN 수료식 (12/21) : LEVEL 4 조희주, LEVEL 2 최수미 외 6명</li> <li>• 외과-재중환자실 재향 회의 (12/23)</li> <li>• 외과중환자 심포지움 회의 (12/26)</li> </ul> |
| <p><b>NICU2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 제 3주기 인중 대비 "신생아실 감염예방과 관리 규정" 수정</li> <li>• 고백치상 우수사 수상 (11/29) : 조은영</li> </ul>  | <p><b>CSICU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mind-up (12/6) : 최예진, 김화영</li> <li>• 휴무회와 방전세미나 및 송년회 (12/16)</li> <li>• 스타 만들기 교육 (12/19) : 오미선, 서정희, 최예진</li> <li>• CSICU 송년회 (12/22)</li> </ul>  | <p><b>CCU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Duty CN 송년회 및 CN 송년회 (12/2)</li> <li>• CV 송년회 (12/6)</li> <li>• CCU 송년회 (12/16)</li> <li>• 환자안전회의 (12/8) : with 병동, 진료팀</li> <li>• CN 직무송환 : 오성의 간호사 CN 임명 (12/1)</li> </ul>                   |  |
| <p><b>ACU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ACU 내 고도응급처치실 신설 공사 (11/26~12/25)</li> <li>• 서관 광 에비저에서 춤 이사 예정 (12/30)</li> <li>• ACU 송년회, 응급의료센터 송년회 (12/8~9)</li> <li>• 이다혜 조무원 발령 (12/1)</li> <li>• 조무원 사직 : 이세자 (12/8), 안미선 (12/14)</li> <li>• 프리셉터 간담회 (12/9) : 박은정</li> <li>• 부서이동 (12/16) : 유지현 (ACU → 건강운동영양)</li> <li>• 양현 프리셉터십 투어 (12/22)</li> </ul> | <p><b>RT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 호흡치료실 12월 업무담당 MICU1/ACU/통관/ICU MICU2/SICU1/2 일반병동</li> <li>• 호흡치료실 송년회 (12/15)</li> <li>서희정 (886244)</li> <li>서기진 (886244)</li> <li>김은경 (886242)</li> </ul>                                 | <p><b>MAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• AMIS 3.0 교육 Kick-off (12/7) : 이진미</li> <li>• RRS 연구회 (12/15) : 이진미</li> <li>• MAT 부서 이동 (12/23) : 방수연</li> <li>• MAT 송년회 (12/27)</li> </ul>  |  |



우리 남매는 한 살 터울의 언니, 나, 여동생, 그리고 남동생 이렇게 1남 3녀이다. 내가 태어났던 81년을 기점으로 베이비붐은 서서히 사라져 중고등학교 무렵에는 내 친구 중 어느 누구도 4명의 형제자매가 있는 친구는 없었다.

그래서 사실 사춘기에 접어들 무렵 동생 둘을 데리고 학교에 마중 나오신 엄마를 모른 척하고 지나쳐 버린 적이 있을 만큼 형제자매들이 많다는 건 나에게 부끄러운 일이었다.

하지만 지금 가만히 생각해 보니 나도 내 막내동생을 무척이나 예뻐하던 때가 있었던 것 같다. 초등학교 2학년때 지금처럼 찬바람이 무섭게 불던 겨울날, 엄마는 오랜 외출을 마치고 하얀 포대기에 꼬꼬마한 동생을 안고 집으로 돌아오셨다. 동생을 처음 만났을 때의 그 느낌이란!!

보오얀 피부에 새까맣고 커다란 눈손과 발, 양증맞은 손가락, 납작하지만 귀여운 코. 세상에 이렇게 이쁜 아가는 없을거라는 생각이 머릿속을 지배하며 수업 내내 아가를 보고 싶어 종이 치기만을 기다리다 집으로 달려가서는 밤늦도록 아가를 쳐다보는 일이 나에겐 큰 일과였다. 그렇게 하루하루 커가는 동생을 지켜보는 일이 큰 기쁨이었던 것이다.

어릴 땐 언니와 동생들이 있는 탓에 내겐 친구가 필요 없었다. 동생들과는 터울이 제법 있었지만 정신연령이 맞았던 것인지(?) 하루 종일 테마를 바꾸어 놀기에도 시간이 빠듯할 만큼 우린 우애가 남달랐다. 막내동생이 서너 살 무렵 한창 TV에서는 텔레토비가 유행했었고 어느 새 우린 네 남매와 머릿수가 같은 텔레토비들에게 감정이 이입되어 각자에게 가장 잘 어울리는 텔레토비의 이름을 붙여 주었다. 그래서 난 아직도 집에선 회주라는 이름보다 '뚜비'로 불린다.

우리의 이 '보라돌이'가 이제 며칠 후면 결혼을 한다. 어떻게 누나 둘을 제치고 그렇게 갈 수 있냐며 핀잔을 주고 인사 온 여자친구에게 누나들 앞에서 눈치도 없이 풍양질을 하길래 우리 집에 이런 사랑꾼이 있었냐며 구박을 했지만 갈 사람은 가야겠지. 진심으로 축하하는 마음을 가져본다. 아니, 가지려고 노력해 본다.

어릴 때 동생이랑 시골 강가에 놀러 간 일, 강아지를 잃어버려서 하루 종일 찾으려 다녔던 일, 재밌게 해 주겠다고 장바구니 카트에 동생을 실어 놓다 3층 계단에서 굴러 떨어지게 한 일, -그 땐 진짜 동생이 죽는 줄 알고 한참을 울었었다-, 임용고시를 떨어졌던 해 함께 갔던 인도에서 별을 기대했던 사막여행에 별은 커녕 지독한 추위로 밤새 고생했던 일 등 내 기억의 동생은 작은 단편의 조각들 뿐이지만, 나에겐 참 소중한 추억이었다는 것을 새삼 깨닫게 된다.

이제 진짜 며칠 후면 내 동생은 남의 남자가 되어 한 가정을 책임지는 가장이 된다. 고집이 좀 많이 세고 어쩔 땐 여자보다 더 잘 빠지지만 심성이 곱고 속 깊은, 유머감각도 풍부한 내 동생이 조금 아깝긴 하지만 둘은 알콩달콩 서로를 의지하며, 힘든 일이 있을 때는 지혜롭게 헤쳐 나가고 좋은 일은 가족들과 함께 나눌 것이다.

부부를 닮은 이쁜 아가도 낳아서 생각이 바른 똑똑한 아이로 키우겠지. 그들의 앞날을 축복하며 지금은 독립하여 각자 떨어져 살지만 언젠가 우리 텔레토비가 뭉치는 그 날을 가만히 기대해 본다.



결혼을 앞둔 남동생과 예비신부



유년시절의 4남매 모습

생각의 방

12 월

정연복

뒷모습이 아름다워야  
정말 아름다운 사람이다  
뒷맛이 개운해야  
참으로 맛있는 음식이다  
뒤끝이 깨끗한 사람은  
오래오래 좋은 추억으로 남는다  
두툼했던 달력의  
마지막 한 장이 걸려 있는  
지금 이 순간을  
보석같이 소중한 아끼자  
이미 흘러간 시간에  
아무런 미련 두지 말고  
올해의 깔끔한 마무리에  
최선을 다하자  
시작이 반이듯이  
끝도 반이다...



신규 때는 몰랐다. 유아무야 1년이 지나갈 때도 몰랐다. 선배들이 일하는 중간중간, 혹은 일을 마치고 알지만 긴 한숨을 왜 내뿜는 것인지. 당장 눈 앞에서 인공호흡기와 사투를 벌이며 붉은 얼굴로 힘들어하는 환자와 언뜻 봐도 스무 개가 넘는 추가처방이 날 기다리고 있어서 한숨을 쉴 여유 따윈 없을 것 같다. 어떤 연유에서 저런 반응이 나오는지 조금은 궁금했지만 일단은 물어보지는 않았었다.

새월 같은 날이 지났다. 그만큼 연차가 쌓이고 루틴한 업무들은 무리 없이 해내지만 조금씩 뇌가 굳는 것 같은 느낌이 들었다. 슬슬 끈다가 되어 가고 있을 법도 했다. 무엇보다 가장 변한 것은 선배들이 내쉬었던 한숨의 의미를 너무나 잘 알게 되었다는 것이다. 누구나 느끼고 있었지만 정확히 지칭하는 단어가 없었다. 다들 조그만 일에도 화를 잘 내게 되었다고 했다. 너무 욕하는 일이 많아서 같이 일하는 간호사들과는 물론 가족, 연인하고도 사이가 좋지 않아졌다고 했다. 쉬는 날이면 어딘가 놀러 가고 싶은데 그냥 아무 것도 안 하고 누워만 있다고 했다. 업무를 마치고 귀가 중엔 정말이지 머리 속이 하얗게 되어 언젠가는 머리카락까지 백발로 변모될 것 같다고도 했다. 이 모든 토로를 어떤 연구자가 이성적인 단어로 규정했는데 바로 번-아웃 증후군(Burn out syndrome)이 되시켰다.

배정된 환자는 셋. 그 중 한 환자가 제대로 숨을 쉬지 못하고 있다. 가래를 뽑아야겠다. 서너 번의 흡인 끝에 아주 조금 누런 가래가 나오는 것 같긴 한데 여전히 짝짝 댄다. 아, 이것은 인투베이션 각이다. 더 늦기 전에 담당자에게 열린 연락을 해야겠다. 그런데 옆 환자의 혈압이 너무 낮다. 원래 낮은 편이긴 해도 저건 좀 아니다. 가만, 저 환자 오늘 C-line을 뽑아서 루트도 없는데! 심지어 지금 넘어가기 직전의 환자와 담당의도 다르다. 누구한테 먼저 연락을 할까 전화기에 손을 뻗으며 고민하는 찰나, 나는 목격하고야 말았다. 또 다른 환자가 무슨 심마니인양 알찬 산삼을 캐내는 것처럼 입 안에서 E-tube를 스스로 빼버리는 모습을. 동시에 빈 침대를 향해 신환이 달려온다. 환자의 얼굴이 시커멓다. 내 속이 더 겁먹고 뒹굴지도 몰라. 환자들은 살 수 있을까. 그리고 나는 오늘 몇 시에 퇴근할 수 있을까.

극도의 스트레스에 지속적으로 노출되면 스트레스에 대응하는 코티솔의 분비 메커니즘이 제대로 작동되지 않는다고 한다. 웬만한 스트레스도 힘드네 그것도 가끔도 아니고, 끊임없이 좋지 않은 환경에 내몰려지니, 코티솔이 화수분도 아니고 충분이 이상이 생길 만도 하겠다. 그리하여 스트레스의 강도와 관계없이 모든 스트레스 원에 호르몬 시스템적으로 대응하지 못하고 일일이 반응을 하게 되는 것이었다. 스트레스가 주어졌을 때 그것에 짜증이나 불쾌감을 느끼는 역치가 간호사가 되기 전에 65정도였다면 몇 년이 지난 지금, 10도 되지 않는 것 같다. 자그마한 일에도 불 같이 화를 낸다. 조금이라도 바빠지기 시작하면 짜증을 참을 수가 없다. 그럼에도 불구하고 적어도 환자에게는 드러내지 말자고 다짐을 한다. 그렇지만 무의식적으로 내뿜는 한숨과 거친 손놀림, 아무리 숨기려 해도 배어 나오는 몽근한 짜증의 대답-아마 환자들은 다 알고 있을 것이다. 미안하긴 하지만, 나는 널싱머신(Nursing Machine)이 아니다. 일단은 하나의 인간이란 말이다.

내가 인간이거나 말거나 환자는 상태가 나빠지고 담당의도 바빠지고 나도 덩달아 뛰어 다니며 병동 분위기도 급속도로 우울해진다. 그리고 업무 내내 쌓여만 갔던 스트레스는 너무 바빠 해결할 새도 없이 공든탑처럼 쌓여만 간다. 그러니 어찌됐든 퇴근을 하게 되면 하얗게 불태웠다는 말이 딱 들어맞는 것이다.

날이면 날마다 마치 견고한 화강암 같은 소진의 지층을 만들어 간다.

주변에도 분명 민폐다. 친구들은 자꾸 시간을 내라 하고 나는 누워만 있고 싶다. 막상 힘을 내어 외출을 했지만 친구의 촌스러운 신발이 너무나 마음에 들지 않는다. 전철에 사람은 왜 이리 많은 건지 이해할 수가 없다. 어차피 먹어봐야 대변으로 나올 텐데 아무거나 먹지, 30분이 넘게 줄까지 서가며 맛집을 탐방할 이유 따윈 내게 없다. 가까스로 상대에서 직접적인 짜증 폭탄을 터뜨리지 않더라도 분위기가 그리 좋지는 않다. 헤어져 집으로 돌아오는 길에 당분간 혼자 있어야겠다고 결심 같은 것을 한다. 뜨거운 물에 샤워를 하고 시원한 맥주를 한 캔 꺼서 젖은 머리 째 소파에 누워 호호호호 마시려 했던 것이 오늘의 본래 계획이었던 것도 기억이 난다. 주머니 속 폰의 부재 중 전화 목록에 어머니의 번호가 스팸처럼 떠있다. 문자도 와 있다. 보나마나 술 좀 그만 마시라는 잔소리일 것이다. 아니면 언제 내려 오냐는 것이겠지. 아, 이번 달 듀티 괜히 알려드린 것 같다. 집에 내려가서 힐링 받던 신규 시절이 도리어 그림기도 하다가 이내 고개를 휘젓는다. 아니야, 지금이 나아. 그 시절은 좀 그래.

당최 방도가 없는 것일까. 총체적으로 느끼고만 있던 감정들을 번-아웃 신드롬이라는 단어로 단순히 규정했던 그 연구자의 해결책은 몹시도 간단했다. 일단 스트레스에 노출되지 말아야 한다는 것이었다. 그렇다면 지금 당장 병원을 관두어야 하는데 값야 할 대출금이 산더미라 그건 안 되겠다. 두 번째 방법은 스트레스를 그 때 그 때 풀어야 한다는 것이라고 했다. 온 세포에 치중처럼 견고하게 고착된 그것을 어떻게 바로 지워야 할 것인지 너무나 고민이 되었다. 다행히도 그 연구자는 평범한 일상을 즐긴다면 많이 해소될 것이라 알려주었다. 가령 퇴근길에 햇볕의 온도를 손 끝으로 즐기며 걷는다든지 TV를 끄고 혼자만의 저녁식사를 하며 음식의 맛을 하나 하나 음미하는 것처럼 매우 평범한 일상을 해치우지 말고 있는 그대로 느껴보라는 것이었다. 그렇다면 나는 씻는 것을 싫어하지 않는 편이므로 샤워를 하며 일상을 맛보기로 결정을 하였다. 뭐가 어찌됐든 시도는 해보아야 한다.

오늘도 나는 뜨거운 물에 샤워를 한다. 등줄기로 흐르는 따뜻한 물줄기가 오래된 게딱지처럼 붙어있던 피로와 짜증을 조금은 녹여주는 것 같기도 하다. 거친 발등까지 촉촉히 적셔준다. 메말랐던 발가락이 모처럼 보드라워 보인다. 왁스로 딱진 머리를 감는다. 샴푸를 조금 비싼 것으로 바꿨더니 제비꽃 향이 아주 일품이다. 몸도 마저 닦는다. 발바닥 각질은 내일 제거하기로 했다. 기분이 약간 좋아졌다. 그 사람 말이 맞는 것일까. 이제 수건으로 닦고 나가야겠다. 순간 촉촉한 타일로 무심코 내민 왼발이 덜 행귀졌었는지 미끄러져버리고 만다. 주저 앉지 않기 위해 손을 뻗었다. 화장품이 잔뜩 놓여진 녹색 선반이었다. 넘어지는 무게를 견디지 못하고 벽에서부터 푹 떨어지고야 만다. 외장창. 나는 다행히 다친 곳은 없었다. 대신 아끼던 안티에이징 크림 두 개가 깨졌다. 늘어버릴 것 같다. 그렇게 나는 다시 번-아웃되었다.

## 공남동 서당

### 금과옥조 金科玉條

금 金 과정, 법률 科 구슬 玉 가지, 조목 條

뜻) 금이나 옥처럼 귀중히 여겨 꼭 지켜야 할 법칙이나 규정 (예문) চে장염 환자에게서 금식은 금과옥조처럼 여겨졌는데 지금은 달라졌습니다.



마음을 전하는 책

송정미 간호사가 나에게 책을 전했다는 소식에 혼자 웃으며 얼굴에 미소 꽃이 피었다. 무슨 책을 전하고 싶었을까? 함께한 시간만큼 많은 갈등과 어려움이 있었지만 시간이 지나면서 우리는 동료에서 친구 같은 존재로 함께한 사이가 되었다. 그런 후배가 전해준 이야기, 김제동의 "그럴 때 있으시죠?". 주말에 한번씩 JTBC의 특유유 프로그램을 시청하면서 김제동은 참으로 사람을 편하게 해주는 재주가 있는 사람이라고 생각했다. 툭툭 뺨어 내는 말속에서 진실과 여운, 행복을 전달하는 그는 간단한 대화 속에서 답을 찾고 사람들을 함박 웃음 짓게 만든다. 그 방송을 보며 나 또한 작은 감동과 훈훈함으로 미소 짓게 된다. 그런 김제동이 쓴 책을 친구 같은 후배에게 선물 받았다.

다들 외롭고 힘들 때 누군가에게 위로 받고 싶을 때가 있는데 그럴 때 읽기 좋은 책이며, 노오란 표지부터 마음에 쏙 드는 책이다. 중간중간 조그마한 삽화들도 귀엽고 전혀 지루하지 않다. 게다가 책 속의 곳곳에 숨어 있는 진실한 이야기들, 작은 구절들이 그냥 지나치지 않고 나에게서는 소중한 힘이 되었다.

"못나고 잘나고 그 기준이 어디 있든 지 간에, 그냥 있는 그대로, 그 모습 그대로 우리 스스로에게 힘이 될 수 있고, 누군가에게도 힘이 될 수 있는 존재라고 생각해요. 이걸 제가 저에게 하는 얘기가기도 해요" 이런 구절 하나가 마음을 편안하게 해준다.

후배에게서 감동의 책을 전해 받고, 내가 받은 감동을 내과계중환자실2에 근무하는 김문희 간호사에게 전하려고 한다. 김문희 간호사가 외과계중환자실 1에 근무하고 있을 때 CN으로 함께 일하며 동료로서 든든함과 어려움에 대한 고충을 함께 고민할 수 있었다. 나의 장점을 찾아내어 알려주고 함께 웃을 수 있었던, 단점보다는 장점이 많은 친구. 그런 친구에게 [나는 단순하게 살

기로 했다]라는 책을 전한다. 우리 나이에 한번은 주변을 돌아보며 모든 것을 복잡하지 않게 단순히 돌아볼 필요가 있다. "Minimal life"는 환경적인 인테리 어뿐만 아니라 우리의 복잡한 필요 이상의 물건을 욕심내거나, 무의미한 일에 에너지를 쏟는 등의 눈에 보이지 않는 다양한 것까지 포함한다고 생각한다. 애플에서 쫓겨났던 잡스가 복귀 후 가장 먼저 한 일은 케케묵은 서류와 오래된 장비를 모두 없애는 일이었다고 하는데 잡스는 '세상을 바꿀 수 있는 제품'을 내놓는 일에만 집중하고 싶었기에 그 외 중요하지 않은 일은 모두 최소한으로 줄였고 '무엇을 할까?'보다 '무엇을 하지 않을까?'를 중요시하는 진정한 미니멀리스트로 업무는 물론 옷도 늘 단순한 스타일만 고집했다고 한다. 살아가는 데 있어 불필요한 요소들을 하나씩 덜어낼수록 나다운 삶, 온전히 자신에게만 집중할 수 있다는 것을 잘 알기 때문이다. 앞으로의 멋진 미래를 위해 이 책이 친구에게 큰 도움이 되었으면 한다.



From. 박혜정 간호사 (SICU2)

To. 김문희 간호사 (MICU2)

★ 겨울 축제를 즐기자! ★

배미화 간호사 (SICU2 / 중환자간호팀 SPUI위원회)

울긋불긋했던 단풍이 하나 둘 땅 밑으로 떨어지고 그 자리에 하얀 눈이 소복하게 내려앉은 겨울이 다가왔습니다. 한파주의보로 집에 있지만 말고 차갑게 얼어붙은 호숫가나 강가에도 동그랗게 구멍을 파내 팔팔하게 튀어오르는 송어나 빙어를 잡는 얼음 축제에서부터 화려한 조명 아래 환상적인 겨울을 느끼게 해 줄 빛 축제로 이 겨울을 로맨틱하게 보내 보아요~^^~.

평창 윈터페스티벌 (평창 송어축제+ 대관령 눈꽃축제)	2016. 12/23 ~ 2017. 02/12	강원도 평창 오대천 일원과 대관령 눈꽃마을
명품 칠갑산 얼음분수축제	2016. 12/24 ~ 2017. 02/12	청양 알프스마을
청평 얼음꽃 축제	2016. 12/24 ~ 2017. 02/19	경기도 가평
태백산 눈축제	2017. 01/13 ~ 2017. 01/22	강원도 태백
화천 산천어 축제	2017. 01/07 ~ 2017. 01/29	강원도 화천군
보성차밭 빛축제	2016. 12/16 ~ 2017. 01/31	전남 보성
해운대라고 빛축제	2016. 12/02 ~ 2017. 02/12	경남 부산 해운대해수욕장, 시장 일원
안성 빙어 축제	2016. 12/24 ~ 2017. 02/05	경기 안성
강화도 빙어 송어 축제	2016. 12/23 ~ 2017. 02/26	강화도
에버랜드 로맨틱일루미네이션	2016. 11/12 ~ 2017. 02/09	경기 용인
벽초지수목원축제 (드라마,영화,CF 촬영지)	2016. 11/19 ~ 2017. 03/05	경기 벽초지문화수목원
안산 별빛마을 로마니에미 산타마을 빛축제	2016. 11/01 ~ 2017. 02/28	경기 안산
아침 고요수목원 오색별빛 정원전	2016. 12/02 ~ 2017. 03/26	경기 가평
청도 프로방스 크리스마스 산타마을 빛 축제	2016. 11/04 ~ 2017. 02/28	경북 청도