



지난 6월 29일, 법무부 서울소년분류심사원 소속 공무원 김지웅(40)씨가 한마음혈액원 헌혈카페 군포점에서 200번째 헌혈에 참여했다. 김지웅 씨의 목표는 헌혈 정년 70세를 채우는 것이다.

글·사진 신은경 대한산업보건협회 한마음혈액원 헌혈증진팀 사원

Q 헌혈을 시작하게 된 계기는 무엇인가요?

A 고등학교 1학년 때 첫 헌혈을 했습니다. 같은 반 친구가 백혈병에 걸렸다는 이야기를 듣고 저희 반 친구들 모두 헌혈에 동참했습니다. 그때를 계기로 나의 헌혈이 누군가에게 도움이 될 수 있다는 것을 알게 되었고, 24년 동안 이어온 헌혈을 이제는 일상처럼 여기고 있습니다

Q 200회 헌혈 달성 소감을 말씀해 주세요.

A 헌혈을 할 때마다 느끼는 마음은 같습니다. '나의 헌혈이 누군가에게 도움이 될 수 있다'는 생각에 큰 보람을 느낍니다. 다만 안타까운 점은 헌혈을 하는 사람이 주변에는 아직 많지 않다는 건데요. 그래서 주위 분들께서 좋은 일에 동참할 수 있도록 헌혈을 적극 장려하고 있습니다. 더불어, 헌혈 동호회를 만들어 회원들과 함께 주기적으로 헌혈을 하고 즐거운 추억을 나눌 계획도 가지고 있습니다.

Q 헌혈을 위한 건강 관리법은 무엇인가요?

A 헌혈을 위해선 건강한 몸이 가장 중요하다고 생각합니다. 그래서 꾸준히 근력운동을 하고 있고, 주 3회 걷기로 유산소 운동을 병행하고 있습니다. 헌혈 전날에는 기름진 음식을 먹지 않고 음주도 하지 않는데요. 이렇게 건강관리를 하다 보니 헌혈 전 검사에서 늘 헌혈 적격 판정을 받고 있습니다.

Q 한마음서포터즈로도 활동하신 걸로 알고 있습니다. 활동 중 기억에 남는 에피소드를 말씀해 주세요.

A 한마음서포터즈로 1년 동안 활동했습니다. 한마음서포터즈는 전 국민의 헌혈에 대한 관심과 동참을 유도하는 활동이었죠. 당시 다양한 방송국의 라디오 프로그램에서 전화 인터뷰를 할 기회가 있었습니다. 그때마다, 라디오를 듣고 있는 청취자들이 헌혈에 대해 좋은 인식을 가질 수 있도록 즐겁게 인터뷰하며 헌혈을 홍보했던 기억이 남습니다.

Q 앞으로의 헌혈 계획을 말씀해 주세요.

A 헌혈의 정년인 70세까지, 헌혈에 꾸준히 참여하고자 합니다. 그러기 위해서 건강관리도 누구보다 충실히 할 계획이고요. 나아가 '법무부 최고의 헌혈왕' 이자 '헌혈을 가장 많이 한 공무원'으로 기억되고 싶습니다. 🙌