

해외봉사단원이 쓴 봉사활동 안내서  
스리랑카



# 차라하게 빛나는 섬 스리랑카





천천히 빛나는 삶

스리랑카

# Contents

## 제1부



### 파견국 개황

- |               |     |
|---------------|-----|
| 1. 일반개황       | 008 |
| 2. 자연환경       | 012 |
| 3. 역사         | 014 |
| 4. 정치, 경제, 사회 | 015 |
| 5. 언론매체       | 017 |
| 6. 문화         | 019 |
| 7. 한국과의 관계    | 028 |
| 8. 지역별 특징     | 030 |

## 제2부



### 현지 정착 관련 필수 정보

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1. 출국 전 챙기면 유용한 한국 제품 - 짐 싸기 | 040 |
| 2. 봉사활동을 위한 준비물              | 041 |
| 3. 대중교통 수단                   | 042 |
| 4. 통신수단                      | 047 |
| 5. 은행 - 현지은행 정보 및 통장 개설, 환전  | 049 |
| 6. 주택 - 임차 관련 팁              | 049 |
| 7. 현지물가, 전자제품 및 생필품 구입 요령    | 050 |

## 제3부



### 알아두면 유용한 생활 정보

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 1. 지역별 생활정보                     | 056 |
| 2. 우편 및 배송                      | 065 |
| 3. 요리법 - 현지음식 혹은 현지재료를 사용한 한국음식 | 066 |
| 4. 유용한 사이트                      | 068 |



## 봉사활동 정보

- |                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 1. 보고서 관련 작성 Tip            | 072 |
| 2. OJT(On the Job Training) | 076 |
| 3. 인간관계                     | 078 |
| 4. 현장사업 및 협력활동 구상           | 080 |
| 5. 분야별 선배 단원들의 조언           | 085 |
| 6. 활동 관련 물품 구입하기            | 093 |
| 7. 타봉사단과 교류 현황              | 094 |



## 안전관리

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 1. 긴급상황 대처요령                    | 098 |
| 2. 보건환경 및 의료기관 이용법              | 102 |
| 3. 치안상황 및 건강관리와 풍토병             | 103 |
| 4. 해외봉사단원 안전상황 발생 사례 및 상황별 유의사항 | 104 |



- |                            |     |
|----------------------------|-----|
| 유용한 현지어 표현                 | 108 |
| 주요 도시 간 버스/항공 요금과 거리, 소요시간 | 109 |
| 집필진 소개                     | 112 |

# 제1부



파견국 개황

# 파견국 개황



## 이탈개황

- 1) **국명** : 스리랑카 민주사회주의 공화국(Democratic Socialist Republic of Sri Lanka)
- 2) **위치** : 인도남동부 인도양(북위 5.5 ~ 9.5°C에 위치한 섬나라)
- 3) **면적** : 65,610km<sup>2</sup>(한반도의 약 1/3, 남북 간 거리 433km, 동서 간 거리 226km)
- 4) **기후** : 고온 다습한 열대몬순기후, 연평균 기온 26~30°C
- 5) **수도** : 스리 자야와르데나푸라 코테(Sri Jayawardenepura Kotte)
- 6) **최대도시** : 콜롬보(Colombo)
- 7) **행정구역** : 총 9개의 주, 25개의 구로 구성

	중부 주	캔디(Kandy)
	동부 주	트링코말리(Trincomalee)
	중북부 주	아누라다푸라(Anuradhapura)
	북부 주	자프나(Jaffna)
	북서부 주	쿠루네갈라(Kurungala)
	사바라가무와 주	라트나푸라(Ratnapura)
	남부 주	골(Galle)
	우바 주	바둘라(Badulla)
	서부 주	콜롬보(Colombo)

8) 인구 : 약 21,866,445명(2015년 기준)

9) 인종 : 싱할라족(74.9%), 타밀족(15.4%), 무어족(9.2%), 기타(0.5%)

10) 언어 : 싱할라어, 타밀어, 영어(공용어)

11) 종교 : 불교(70.1%), 힌두교(12.6%), 이슬람교(9.7%), 기독교(7.6%)

12) 국화 : 청수련

13) 국가

Sinhala lyrics(Romanization)	English translation(of Sinhala and Tamil)
Sri Lanka Matha, ApaSriLanka, NamoNamoNamoNomaMatha.	Mother Sri Lanka OurSriLanka WesaluteThee,Mother!
1. Sundara siri barini, SurendiathiSobamanaLanka Dhanyadhanayanekamalpalathurupiri, jayabhoomiyaramya. Apahatasapasirisethasadana, jeevanayeMatha! Piliganumanaapabhaktipooja, NamoNamoMatha. ApaSriLanka, NamoNamoNamoNomaMatha. ApaSriLanka, NamoNamoNamoNomaMatha.	1. Plenteous in prosperity, Thou, Beauteousinracesandlove, Ladenwithcornandlusciousfruit Andfragrantflowersofradianthue, Giveroflifeandallgoodthings, Ourlandofjoyandvictory, Receiveourgratefulpraisesublime, WesaluteThee,Mother! OurSriLanka WesaluteThee,Mother! OurSriLanka WesaluteThee,Mother!

2. Obave apa vidya obamaya apa sathyaobaveapashaktiapahadathulabhakti obaapaalokeapageanuprane obaapajeevanaveapamuktiyaobave Navajeevanademinenithinaapa Pubudukaranmatha	2. Thou gavest us Knowledge and Truth, Thouartourstrengthatandinwardfaith, Ourlightdivineandsentientbeing, Ourbreathoflifeandliberation. Grantus,bondagefree,inspiration. Inspireusforever.
3. Gnana veerya vadavamina ragena yanu manajayabhoomikara Ekamavekugedarukalabavina yamuyamuweenopama Premavadamusamabhedadurarada NamonamoMatha ApaSriLanka, NamonamonamonamoMatha. ApaSriLanka, NamonamonamonamoMatha.	3. In wisdom and strength renewed, Ill-will,hatred,strifeallended, Inloveenfolded,amightynation Marchingonward,allasone, Leadustofullestfreedom WesaluteThee,Mother! OurSriLanka WesaluteThee,Mother! OurSriLanka WesaluteThee,Mother!

#### 14) 국기

##### ① 상징물에 따른 의미

	노란색	상이한 문화의 존재
	초록색	무슬림과 무어족
	주황색	타밀족
	갈색	유럽계 중산층
	보리수 잎	불교
	칼	나라의 주권
	사자	용기, 싱할라족

##### ② 변천사

1815년	영국의 식민지 시절, 사자를 상징물로 넣은 국기 사용
1928년	영국에서 독립 후, 현재의 기를 국기로 제정
1951년	초록과 주황의 두 줄을 추가
1971년	국명(실론 → 스리랑카 공화국)을 바꾸면서 보리수 잎을 추가
1978년	스리랑카 민주사회공화국으로 국명을 바꾸면서 국기의 일부가 수정

2009년 5월 긴 내전이 종전되면서 이 국기는 싱할라족의 상징으로 위상을 더욱 높이게 되었고 종전의 기쁨을 환호하는 모든 행사에 사용되었으며, 종전 당시 전국의 거리에 이 국기가 휘날리며 싱할라족의 승리를 환호하기도 했다.

15) 화폐 : 루피(Rupee), 1USD=144.14LKR (2016년 2월 기준)

16) 시차 : UTC+5:30 (한국보다 3시간 30분이 늦다)

17) 국가번호 : 94

18) 전기

타입			전압	주파수
			230V	50Hz

19) 국경일 및 기념일

- 토요일, 일요일 포함 연간휴일이 125~130일정도로 공휴일이 많은 나라이다.
- 공휴일은 음력을 따르기 때문에 양력 기준으로는 매년 달라진다.

<2016년 스리랑카의 공휴일>

1.15(금)	Tamil Thai Pongal Day	* =
1.23(토)	Duruthu Full Moon Poya Day	* =
2.4(목)	National Day	* =
2.22(월)	Navam Full Moon Poya Day	* =
3.7(월)	Mahasivarathri Day	* =
3.22(화)	Madin Full Moon Poya Day	* =
3.25(금)	Good Friday	* =
4.13(수)	싱할라/타밀 신년	* =
4.14(목)	싱할라/타밀 신년	* =
4.21(목)	Bak Full Moon Poya Day	* =
5.1(일)	May Day	* =
5.21(토)	Vesak Full Moon Poya Day	* =
5.22(일)	Day Following Vesak Full Moon Poya Day	* =

6.19(일)	Poson Full Moon Poya Day	* =
7.6(수)	Id-Ul-Fitr(Ramazán Festival Day)	
7.19(화)	Esala Full Moon Poya Day	
8.17(수)	Nikini Full Moon Poya Day	
9.12(월)	Id-Ul-Alha(Hadji Festival Day)	
9.16(금)	Binara Full Moon Poya Day	
10.15(토)	Vap Full Moon Poya Day	
10.29(토)	Deepavali Festival Day	
11.14(월)	Ill Full Moon Poya Day	
12.12(월)	Milad-Un-Nabi(Holy Prophet's Birthday)	
12.13(화)	Unduvap Full Moon Poya Day	
12.25(일)	Christmas Day	

\* Public Holidays  
= Bank Holidays

20) 주식 : 라이스 앤 커리(Rice and Curry)

21) 특산물 : 홍차, 설탕, 보석(루비, 사파이어), 캐슈넛(Cashew Nut), 계피 등

## 자연환경

### 1) 지형

- 중남부 산악지대 : 최고봉으로 피두루탈라갈라(Pidurutalagala 2,524m), 키리갈포타(Kirigalpotta 2,388m), 토타팔라칸다(Totalalakanda 2,357m), 아담스 피크(Adam's Peak)라고 알려진 스리 파다(Sri Pada 2,238m) 등이 있다. 그리고 이를 중심으로 남부와 서부는 급경사, 동부와 북부는 대체로 완만한 평지를 이루고 있다.

- 해안지대 : 주요 하천으로 마하웰리(Mahaweli 333km), 아루비 아루(Aruvi Aru 167km) 등이 있으며, 디알루마(Diyaluma 212m), 쿠룬디 오아(Kurundi Oya 188m) 등의 폭포가 유명하다. 해안을 따라 전개되며 북부지역으로 광대한 평야지대가 펼쳐진다. 하천은 중앙 산악지대에서 시작되며 수량이 풍부한 편이다.

## 2) 기후

스리랑카의 연평균 기온은 26~30℃로 고온 다습한 열대몬순 기후이다. 사계절의 구분과 강설이 없고 서리는 고산지대에서나 볼 수 있으나, 2007년에는 이상 기온 현상으로 고산지대에 눈이 내리기도 하였다. 스리랑카 최대 도시인 콜롬보의 연평균 기온은 24~31℃이며, 연 강수량은 2,365mm이다. 기온이 가장 낮은 12~1월의 평균 기온은 25.5℃이며, 기온이 가장 높은 4~5월의 평균 기온은 29℃로, 한서의 차이가 3.5℃ 정도인 비교적 기온분포가 고른 나라다. 동북해안 지역은 비교적 건조하여 연 강수량이 600~1,800mm 정도이고 중부지방은 다습한 지대로 5,000mm 이상의 강수량을 보인다. 남서지역은 4~6월 중, 동북지역은 10월 중순에서 2월 중순까지가 우기라 할 수 있으나 최근에는 이상 기후 현상으로 우기가 아닌 시기에도 많은 강우량을 보이고 있다.

비가 많이 오는 시기에는 강우와 함께 천둥 번개가 동반된다. 대부분의 주거지에 피뢰침이 설치되어 있지 않아 전자기기, 노트북 등이 번개에 피해를 입는 경우가 빈번히 발생한다. 그러므로 우기에는 전자기기의 전원을 분리하고 전화선과 연결된 인터넷 연결기기를 분리하여 두는 것이 안전하다.

## 3) 자연재해

스리랑카는 고온다습의 열대성 기온, 불안한 지질구조, 저고도의 해안지역 등의 이유로 홍수, 산사태, 가뭄 등 자연재해에 매우 취약한 구조를 갖고 있다.

### - 홍수

홍수는 몬순계절과 관련되어 있는데, 5~9월엔 남서부지역이 우기로 홍수가 빈발하고, 12~2월은 북동부지역이 우기로 홍수가 자주 발생한다.

### - 산사태

집중호우로 인한 과도한 강우량, 지형지세 등이 맞물려 산사태를 만들어 낸다. 산사태가 빈발하는 지역은 바둘라(Badulla), 누워러 엘리아(Nuwara Eliya), 케골(Kegalle), 캔디(Kandy), 마탈레(Matale) 등의 지역이다.

### - 가뭄

우기의 강우량 부족으로 발생하는 가뭄은 주로 남동부지역, 북중부지역, 북서부지역에서

발생하여 주민의 생계를 위협하고 환경을 황폐화시킨다.

- 사이클론

11월과 12월에 주로 동부지역 및 북동부지역에 피해를 입히고 있다.

- 번개

스리랑카는 전 세계에서 번개가 잦은 국가 중의 하나로, 우기에 많은 번개가 발생하고 이로 인한 사망사고도 많으므로 주의가 필요하다.

- 쓰나미

2004년 발생한 쓰나미로 3만여 명의 인명 피해와 9억 불 내외의 재산 피해를 입었으며, 수도 및 전력 분야 등 사회간접자본의 피해가 극심했다.



## 역사

BC 483년	인도소국의 비자야(Vijaya) 왕자가 700명의 무리를 이끌고 포크해협을 건너와 싱할라 왕조를 세우고 첫 번째 왕이 됨 비자야 왕자의 아버지인 신하바후(Sinhabahu) 왕이 사자에 의해 양육되었다는 전설에 의해 싱할라족은 스스로를 사자의 자손으로 믿어 왔으며, 스리랑카 국기의 사자 문양은 이를 반영함
BC 370년경	비자야 왕의 후손인 아누라다(Anuradha)가 중북부 내륙의 아누라다푸라(Anuradhapura)에 정착하고 판두카바야(Pandukabhaya) 왕조의 수도로 정함
BC 2세기경	남인도의 힌두교인 타밀족의 빈번한 침입에 이어 BC 205년 힌두교도인 엘라라(Elara)에 의해 44년간 강제 지배됨
1993년	남인도 촌라 왕국의 침입으로 수도를 옮겨 다니다 11세기경 동북부 내륙의 폴론나루와(Polonnaruwa)에 정착함
1200~1500년	인도 힌두제국의 부단한 침입으로 싱할라 왕조가 재차 남서부로 이동함에 따라 북쪽에 타밀(Tamil)왕조가 건국되어 싱할라 왕조와 타밀 왕조가 공존하게 됨
1505~1658년	서부해안 지역이 포르투갈에 점령되어 식민지 지배를 받음

1659~1796년	내륙 중앙의 캔디(Kandy)왕국을 제외한 전 해안 지역이 네덜란드에 점령되어 식민지 지배를 받음
1797~1948년	영국에 의해 전 국토가 식민지 지배를 받음
1815년	영국과 캔디 왕국 간에 체결된 캔디 조약에 의해 싱할라 마지막 왕조인 캔디 왕국이 멸망함
1948년 2월 4일	영국으로부터 국명 실론(Ceylon)으로 독립함
1983년 7월 24일 ~ 2009년 5월 19일	스리랑카 내전 : 북부 지역을 중심으로 타밀족 독립을 주장하는 LTTE(타밀일람 해방 호랑이)가 결성되어 정부를 상대로 테러 및 게릴라전을 전개하였음 2009년 5월 LTTE 지도자 프라바카란을 사살하면서 26년간의 내전을 종식하였지만 7만 명의 희생자와 30만 명의 국내 피난민을 남김

## 정치, 경제, 사회

### 1) 정치

- 독립일 : 1948년 2월 4일 영국으로부터 독립
- UN 가입일 : 1955년 12월 14일
- 정부형태 : 대통령 중심제이나 의원내각제를 가미한 형태
- 국회 : 단원제/225석, 임기 5년
- 대통령 : 마이트리팔라 시리세나(Maithripala Sirisena), 7대 대통령, 2015년 1월 취임(5년 임기)



<마이트리팔라 시리세나>

- 수상 : 라닐 비크레메싱헤(Ranil Wickremesinghe)
- 정부성향 : 2015년 1월 대선 이후 출범한 시리세나 대통령의 신(新) 정부는 전(前) 정부의

중앙집권화 및 부정부패 척결 및 민주주의 회복을 공약으로 내걸고 100일 개혁 프로그램을 이행했으며, 대통령 임기를 5년으로 단축하는 내용을 포함한 제 19차 헌법 개정안을 최종 통과시키고 의회를 해산하였으며 2015년 8월 총선을 통해 새로운 내각이 들어섰다. 의석 225석 중 통일국민당(UNP)은 106석을, 스리랑카 자유당(UPFA)은 95석을 확보했다. 친(親)중국 정책을 펼쳤던 전 정부에 비해 현 정부는 서방국가 및 인도와의 관계 회복에 신경을 많이 쓰고 있다.

## 2) 경제

- GDP : 812억 달러(USD, 2015년 기준)
- GDP 연간 성장률 : 4.82%(2015년 기준)
- 1인당 국내총생산 : 3,768 달러(USD, 2015년 기준)
- 소매 물가상승률 : 3.3%(2014년 기준)
- 실업률 : 4.2%(2015년 기준)
- 외채 : 260억 달러(USD, 2015년 기준)
- 외환보유고 : 71억(USD, 2015년 기준)
- 교역규모(수출) : 107억 달러(USD, 2015년 기준)
- 교역규모(수입) : 191억 달러(USD, 2015년 기준)
- 교역품(수출) : 섬유/의류, 차, 고무, 코코넛, 보석
- 교역품(수입) : 오일, 섬유원부자재, 기계, 철강, 전자, 자동차, 플라스틱

## 3) 사회

- 교육과정

나이(만)	학년	학교	시험
6~10세	1~5학년	Primary School	Scholarship Exam
11~16세	6~11학년	Secondary School	Ordinary Level
17~18세	12~13학년	High School	Advanced Level

- O/L 시험 : 각 9개 과목의 점수에 따라 각각의 등급(A, B, C, S, F)을 받는다.
- A/L 시험 : 다섯 개의 영역(Math, Science, Arts, Commerce, Technology) 중 한 개의 영역을 선택, 그 영역 내에서 3개의 하위 과목을 선택하여 등급을 받는다.

- A/L 이후, 4가지 진학방법이 있다.

구분	입학 자격	수업료	과정
Government University	성적 상위권	무료	General Degrees - 3년 Special Degrees - 4년 (학과에 따라 5년, 6년도 있음)
Private University	등급 S 이상	유료	
Teaching Schools	조금 미달	무료	Diploma 3년 후, 실무 1년
Technical College	완전 미달	무료	1년 - Diploma 2년 - Higher Diploma 3년 - 준 Degree (보통 Diploma 후 바로 취업)

- 보건 시스템

구분	Government Hospital	Private Hospital
병원비	무료	유료
운영 시간	9시~16시	24시간
진료 순서	선착순	예약 가능(E-Channeling)
콜롬보 내 대표 병원	Colombo National Hospital	Lanka Hospital Asiri Central Hospital Durdans Hospital

- E-Channeling이란? 유선 혹은 온라인 상으로 담당 의사와 예약하는 시스템  
([www.echannelling.com](http://www.echannelling.com))

- 스리랑카 전역에서 Government Medical University에서 매해 1,200명의 의사만을 제한적으로 배출하고 있다. 기득권층의 반대를 무릅쓰고 의사 부족을 해결하기 위해 Private Medical Center에서 더 많은 의사를 양성-배출하고 있지만 여전히 의사의 수가 수요에 미치지 못해서 사회문제로 대두되고 있다.



## 언론매체

스리랑카는 싱할리어, 타밀어, 영어를 혼용하여 사용하고 있기 때문에 일반적으로 한 회사에

서 세 언어로 발행한다.

(표기되지 않은 부분은 해당 언어로 발행하지 않은 경우이다.)

### 1) 라디오

싱할라어	타밀어	영어
Sirasa FM	Shakthi FM	Yes FM
Hiru FM	Sooriyan FM	Sun FM
Siyatha FM	-	TNL
SLBC (Sri Lanka Broad Cast)	-	-

### 2) TV

싱할라어	타밀어	영어
Rupavahini	-	Channel eye
Sirasa	Shakthi	Channel 1 MTV
Swavnavahini	-	ETV
ITN	Wasantham	-

### 3) 신문

싱할라어	타밀어	영어
Diwayina	Wirakesari	The Island
Dinamina	Thinakavan	Sunday Observer
Lakbima(Media Publication)	-	Lakbima News
Lankadeepa(Ceylon Publication)	-	-



<Rupavahini 로고>



<신문 전면>



## 문화

### 1) 춤

스리랑카 춤은 지역에 따라 서로 다른 독특한 유형의 춤으로 발전되어 왔는데 크게 세 가지로 나눌 수 있다.

- 캔디안(Kandyan) 춤 : 이 춤은 현재 스리랑카를 대표하는 춤으로 캔디 왕조 시대에 최초로 시작되었다는 데서 유래했다. 무희들은 전체적으로 금속으로 된 의상으로 치장하는데, 본인의 키보다 큰 화려한 머리 장식을 하고 가슴에는 그물로 얽힌 장식을 착용하며 딸랑거리는 팔찌와 발찌를 착용한다. 이들은 드럼의 장단에 맞추어 춤을 춘다.
- 로우 컨트리(Low Country) 춤 : 남부 지방에서 유래한 춤이다. 질병을 유발하는 악령을 달래고 건강을 기원하기 위해 행해지는 춤으로, 이른바 ‘악마의 댄스’라고 불린다. 무희가 가면을 쓰고 춤을 추는 게 특징인데 이 가면은 조류, 악마, 파충류의 모습을 띤다.
- 사바라가무와(Sabaragamuwa) 춤 : 이 춤은 스리랑카 서남부 내륙지방에 위치한 라트나푸라(Ratnapura) 지역에서 행해지는 춤으로, 이 지역 사람들이 모시는 사만 신에게 예배하기 위한 춤이다.

### 2) 악기

약 2500년 전부터 스리랑카 사람들은 다양한 종류의 드럼을 사용해왔다. 이들은 특히 인간의 일생에 중요한 순간(탄생, 죽음)의 축복과 슬픔을 드럼으로 승화했고 불교의 종교적 의식을 행할 때에도 드럼을 사용했다. 지역별로 다른 춤이 존재하듯 각 지역을 대표하는 드럼 또한 다르다. 과거에는 33가지의 드럼이 있었으나 현재는 10개의 드럼만이 사용되고 있는데, 이 중 가장 많이 쓰이는 드럼에 대해 소개한다.

- 가타 베라(Gata bera) (‘베라’는 드럼을 총칭하는 현지어다)  
에헤라(Ehela), 코롬바(Kohomba) 또는 코스(Kos) 나무로 만들어진 이 드럼은 캔디안 춤에 필수이며 캔디 지역 결혼식 등의 행사에 반주 악기로 사용된다. 드럼의 양쪽을 천으로 묶어 허리춤에 오도록 길이를 조절하여 양손(오른손은 고음, 왼손은 저음)을 사용해 연주한다.

- 약 베라(Yak bera)

긴 원통 형태의 이 드럼은 코흠바, 에헤라, 키툴(Kitul) 또는 밀라(Milla) 나무로 만들어진다. 로우 컨트리 춤에 쓰이며, 특히 가면을 착용하고 춤을 추는 의식의 반주 악기로 사용된다.

- 다부라(Davula)

이 드럼은 불교 의식과 군 행진에 쓰이는 대표적인 악기로 한쪽은 맨손, 다른 한 손은 채를 잡고 연주하는 것이 특징이다. 채를 사용하기 때문에 다른 드럼보다 비교적 깔끔한 소리를 낸다.

- 탐따따마(Thammattama)

크기가 다른 두 개의 드럼을 나란히 놓고 두 개의 채로 연주를 하는 이 드럼은 트윈 드럼(Twin Drum)이라고도 불린다. 오른쪽의 큰 드럼은 저음을, 왼쪽의 작은 드럼은 고음을 내며, 소나무의 가죽을 사용한다.



<가타 베라>



<약 베라>



&lt;다부라&gt;



&lt;탐따따마&gt;

### 3) 건축

제프리 바와(Geoffrey Bawa) : 제프리 바와는 스리랑카에서 가장 잘 알려진 건축가일 뿐만 아니라 20세기에 가장 영향력 있는 아시안 건축가중에 한 명이다. 그의 건축의 가장 큰 특징은 서양 인도주의 전통과 건축 방식을 스리랑카의 생활방식, 기후, 풍경 안에 색다르게 녹여 낸다는 점이다. 그가 건축물로 드러낸 그의 철학은 오늘날의 ‘트로피칼 모더니즘’과 같다. 그의 대표적인 건축물로는 제프리 바와 생가, 스리랑카 국회의사당, 헤리티스 칸달라마 호텔 등이 있다.



&lt;제프리 바와 생가&gt;



&lt;스리랑카 국회의사당&gt;



&lt;헤리티스 칸달라마 호텔&gt;

### 4) 의복

- 사리(Saree) : 우리나라에 한복이 있듯이 스리랑카에는 사리가 있다. 사리는 여성이 착용하는 옷이다. 너비 1m 내외, 길이 4.5~11m인 한 장의 천을 짧은 블라우스 위에 걸쳐 입는다. 사리는 천을 허리에서 올려 어깨에 감고 나머지를 머리에 쓰거나 어깨 너머로 늘어뜨려 착용한다. 입는 방법에 따라 캔디언식과 인디언식 두 가지로 나뉜다. 캔디언식은 배를

보이게 입고 인디언식은 배를 보이지 않게 늘어뜨려 입는다. 학교, 우체국 등 공공기관에 서는 사리를 입고 출근한다.

- 사롱(Sarong) : 남성의 경우 사롱을 입는다. 사롱도 사리처럼 한 장의 천으로 되어 있다. 긴 천을 다리 길이에 맞춰 잡은 후 양끝을 안쪽으로 집어 넣고 허리 부분을 밖으로 접어 고정시켜 입는다. 불교의 영향을 받아 하얀색 사롱을 전통적인 사롱으로 여기지만 현대에는 다양한 디자인과 색깔의 사롱을 입는다. 중년층 이상의 남성들이 집에서 사롱을 즐겨 입으며 이때는 상의를 탈의한 채로 다닌다.



<사리>



<사롱>

### 5) 음식

스리랑카 음식은 가까운 인도로부터 많은 영향을 받았다. 쌀과 향신료로 요리한 커리를 주식으로 하며 그 외에 잘 알려진 음식으로는 호퍼, 끼리밧(우유밥) 등이 있고 현지인들이 즐겨 먹는 간식으로는 오일 케움(Oil Kevum), 문 케움(Mun Kevum), 도돌(Dodol), 코키스(Kokis) 등이 있다. 스리랑카의 음식은 한국인의 입맛에 매우 짜고 달게 느껴진다.



<끼리밧>



<케움>



&lt;도돌&gt;



&lt;코키스&gt;

#### - 식사 예절

현지인들의 식사 초대는 관계의 밀접함을 바란다는 의미이며 손님이 초대에 응하는 것을 아주 기쁘게 받아들인다. 초대받은 사람은 그 집안에 아무리 높은 어른이 있어도 음식을 먼저 먹을 것을 권유받으며 이 경우 우리식 예절은 잠시 접고 맛있게 먼저 밥을 먹어도 무방하다. 밥을 먹기 전에 손 씻을 물을 주는데, 손으로 먹기가 정 어려운 상황이면 숟가락을 달라고 해도 큰 결례는 아니다. 혼인집이나 초상집에 갔을 때 접시 같은 그릇에 가져오는 물은 정화의 의미가 있으며 '오셔서 함께해 주세요'라는 의미이다. 초대받은 손님이 접시에 가볍게 두 손을 갖다 댔다가 모으는 것은 '저도 함께하겠습니다'라는 의미이다.

#### 6) 스포츠

- 크리켓 : 영국 식민지 당시 처음 소개되었고 지금은 테스트 크리켓 경기에 참여하는 열 개국 중 한 나라이며, 크리켓 월드컵에서 우승을 한 다섯 개국 중 한 나라이다. 스리랑카 전 국민이 열광하는 가장 인기 있는 스포츠이다.

- 배구 : 나라에서 지정한 스포츠이지만 크리켓만큼 인기가 있지는 않다.

#### 7) 종교 문화

스리랑카의 일반 가정이나 이발소, 버스 등 곳곳에 불상과 힌두 신상이 같이 있는 것을 볼 수 있다. 이는 종교적 공감감이 강해서이며 때로는 예수상도 같이 있다. 이러한 다양한 종교의 공존은 사회의 생존을 위한 어쩔 수 없는 선택으로, 반목과 갈등보다는 화합과 이해가 바탕이 되어 있다.

- 불교 사원

유명한 불교 사원으로는 '강가라마야 사원(Gangaramaya Temple)', 기운이 강한 세계 10대 사원 중 하나인 '켈라니아 사원(Kelaniya Temple)', '불치사(Temple of the Sacred Tooth Relic) 혹은 스리 달라다 말리가와(Sri Dalada Maligawal)' 등이 있다. 그리고 마히양가나(Mahiyangana), 반다라웰라(Bandarawela), 바둘라(Badulla) 등 지방마다 유서 깊은 사원이 있다. 스리랑카의 불교 사원 안에 힌두 사원인 '코윌(kovil)'이 같이 있는 곳이 있는데 이는 옛날에 스리랑카의 왕이 인도 여인을 데려와 왕비로 삼으면서 그 왕비의 청으로 같이 두게 된 것이다. 조금 오래된 절에 가면 영락없이 힌두 예배공간이 있다.

- 코윌(힌두사원)

코윌을 외부에서 보면 산만한 느낌을 주기도 한다. 하지만 내부는 좀 다르다. 여러 신상이 있지만 바깥만큼은 아니다. 이마에 점을 찍어주는 사람인 '사미'가 있고 요가 명상을 하는 공간이 있는 사원도 있다. 한편 이마에 찍는 점은 색깔이나 모양에 따라 의미가 다르다. 여성들이 미간에 굽게 찍는 붉은 점은 기혼자라는 뜻이고 노란색은 코윌에서 기도를 하고 왔다는 뜻이다. 젊은 여성들은 붉은색의 조그마한 점을 멋으로 찍기도 하며 이마에 흰색으로 길게 그린 것은 기도 생활의 징표이다.

- 모스크(Mosque)

무슬림 사원인 모스크 내부에는 화려한 그림이나 성물 혹은 형상이 전혀 없고 예배공간만 있으며, 모스크 안을 구경하고 싶다면 반드시 그들의 예절을 지켜야 한다.



<불교 사원>



<코윌(힌두 사원)>



&lt;모스크&gt;

**Tip. 불교 유적 견학을 위한 예절**

모든 불교 유적은 스리랑카 사람들에게 아주 소중한 성지다. 신성한 기도 장소를 욕되게 하지 않기 위해서 다음과 같은 최소한의 예절은 반드시 지키자.

• **복장 주의**

남녀를 불문하고 피부를 심하게 노출시킨 복장은 피한다. 반바지나 미니스커트는 안 된다. 더위를 견딜 수 없다면 스리랑카 남자들이 입는 사롱을 입는다.

• **성지, 특히 문스톤(반원형의 납작한 돌, 성지의 시작을 표시하는 돌)부터는 반드시 맨발이어야 한다.** 신성한 땅에 신발을 신고 들어가서는 안 되기 때문이다. 그러나 열대의 뜨거운 태양에 달궈진 돌 위를 걸어야 하므로 도저히 견딜 자신이 없다면 양말을 신도록 한다. 유적 여행에서는 신발을 벗어야 하는 일이 많으니 샌들 종류를 신는 것이 편하다.

• **성지 안에서는 탈모**

모자는 햇볕이 뜨거운 스리랑카 여행의 필수품이다. 그러나 성지 안에서 쓰는 것은 예의에 어긋난다. 따라서 모자는 반드시 벗도록 한다.

• **합장**

이것은 꼭 지켜야 할 규칙은 아니다. 그러나 신앙심이 없다 하더라도 현지 사람들의 신앙심에 경의를 표하는 의미에서라도 합장하는 것이 바람직하다.

### Tip. 종교행사

스리랑카는 휴일이 많다. 해당 휴일이 불교의 명절이라면 비(非) 불교도들은 다른 지역으로 여행을 가거나 각자 휴식을 취한다. 하지만 불교도들은 적극적으로 축제에 참여한다. 스리랑카에는 마을마다 전통적인 축제가 있다. 축제의 핵심은 공양(供養)이다. 다른 말로 바꾸자면 '상생과 나눔'이라고도 하겠다.

- 포야(Poya) : 매달 보름이 되면 '포야'라는 정기적인 불교 축일이 있다. 하얀 옷을 입고 손에 꽃을 들고 사원으로 향하는 모습이 아름답다.
- 페라헤라(Perahera) : 5월에서 8월 사이에 주로 열리는 이 나라 불교의식의 정수인 '페라헤라'는 마을 구성원들이 주체가 되어 마을 중심부를 행진하며 준비 기간 동안 갈고땀은 갖가지 춤이나 악기 연주, 불꽃 돌리기 등 기예를 선보인다. 가장 크게 열리는 달은 8월에 열리는 '캔디 페라헤라'다. 이때 행렬의 양쪽에 횃불을 들고 가는 사람들은 교도소에 수감 중인 사람들로 교화의 한 방편으로 삼는 듯하다.
- 단살라스(Dansalas) : 거리 곳곳에서 음식을 나누고 베푸는 '단살라스'가 있는데 차나 주스, 커피, 볶음밥이나 라이스 앤 커리, 아이스크림, 야채수프, 국수, 카덜리(Chickpea)볶음 같은 것도 나눠준다. 우리도 팔죽이나 수정과 혹은 빈대떡 등으로 참여하면 좋다.
- 사라스와티 푸자(Saraswati Pujal) : 힌두교 사라스와티(Saraswati) 여신의 날이다. 사라스와티는 지식과 예술, 음악, 문화의 여신으로, 이날 많은 학생들이 이 신에게 지식을 내려달라고 예배를 드린다.

## 8) 경조사

### - 결혼식 문화

- 결혼관 : 결혼 적령기는 여자 25세, 남자 28세 정도이다. 하지만 최근에는 점점 늦어지고 있는 추세이다. 이는 우리나라처럼 경제적인 안정이 결혼의 최우선 과제라고 보는 경향이 반영된 것으로 보인다. 결혼의 조건으로 성격, 경제적 능력과 더불어 신분을 또한 무척 중요시하는데 이 나라 사람들이 인정하지 않으려 하는 신분제의 존재가 결혼 때 확실히 드러난다. 신분제는 직업과 연관이 있는데, 종교 사원과 관련된 농업 종사자는 비교적 높은 신분인 반면 옷을 세탁하는 사람이나 청소부, 초상집에서 악기 연주하는 사람, 가발 만

드는 사람 등은 아주 천한 신분으로 여기기 때문에 이런 집안 출신의 사람은 결혼 상대로 꺼린다.

- 우리나라와 비슷하게 신랑은 집을 장만하고 신부는 결혼 예물, 가구 등 살림을 장만한다. 선호하는 결혼 시즌은 5월이며 축의금은 3천 루피 정도가 보통이다. 선물로는 신혼 살림과 관계 있는 밥솥, 가스레인지, 벽시계, 예쁜 그릇 종류가 인기가 많다. 회사 동료나 친한 친구들은 행사 때 주로 쓰는 동으로 만든 대형 호롱불대나 동으로 만든 화병을 선물한다.

#### - 문화별 결혼식

- 싱할라족의 결혼식 : 싱할라 사람 중에 비교적 신분이 높은 집안 출신의 사람들은 신랑신부가 전통 왕족의 복장을 하고 예식을 치른다. 신분이 높지 않은 사람들이 왕족 복장을 하고 결혼을 한다면 시선이 곱지 않을 뿐 아니라 나중에 탈이 생긴다고 생각한다. 하지만 요즘은 서구식 혼례 의식이 점점 늘어나는 추세이다.
- 타밀족의 결혼식 : 대부분 힌두교도들인 타밀 사람들은 집이나 비교적 큰 레스토랑 같은 곳에서 결혼식을 치른다. 전통 타악기 '베라'와 태평소와 비슷한 피리를 불며 흥을 돋우면서 '사미'라 불리는 힌두 성직자가 혼례집전을 한다. 이때 갖가지 곡물과 과일, 코코넛 등을 준비하며 풍요와 다산을 기원하는 의식을 한다.
- 무슬림의 결혼식 : 무슬림들은 결혼식 때 큰 밥그릇에 밥을 담아 여럿이 둘러앉아 함께 먹는다. 우리의 '한술밥' 문화와 비슷하다.

#### - 장례 문화

- 상갓집 방문 예절 : 스리랑카에서는 시신을 거실에 두고 문상객을 맞이한다. 문상할 때는 망자의 주변에 가서 그를 바라보고 명복을 비는 경우가 대부분인데, 경험상 삼배를 올린 다거나 묵상 기도를 해도 크게 결례는 아닌 듯하며 오히려 우리 같은 외국인인 참배가 망자에게 큰 위안이 되리라도 하듯이 아주 고맙게 여긴다. 유가족들은 문상객들 치르느라 미처 슬퍼할 겨를도 없어 보이는데, 이때 유가족들의 마음을 헤아려주는 말 한마디가 큰 위로가 될 것이다. 초상집에 갈 때는 비스킷이나 설탕, 홍차 등을 사가며 음식은 초상을 당한 이웃집에서 만든다.

## -문화별 장례식

- 싱할라족의 장례식 : 장례는 매장과 화장을 비슷한 비율로 한다. 주로 3일장을 치르며, 망자는 죽고 나서 7일 동안 집 안에 머물다가 집 밖으로 나간다. 그 후 3개월 동안 집 주변에 머물다가, 생전에 착하게 살았으면 다른 생으로 태어나고 아니면 귀신으로 떠돈다고 한다. 1년 뒤에는 스님이 와서 '핑(Ping)'을 주는데, 카르마 혹은 선업(善業)으로 파악된다. 이 핑을 모으면 좋은 세상에 태어난다고 믿는다.
- 타밀족의 장례식 : 타밀 사람들은 주로 매장을 한다. 10% 정도는 화장을 하는데, 아버지가 죽으면 아들이 아버지의 머리카락을 삭발한 다음 화장을 한다.
- 무슬림의 장례식 : 무슬림들은 사람이 죽고 나서 24시간 안에 장례를 치른다. 시신을 흰 천으로 싸고 그 위에 그들이 주로 쓰는 초록색 천을 덮는다. 남편이 죽은 경우 아내는 7일 동안 바깥 출입을 금하고 집 안에만 머문다.
- 처녀, 총각, 어린아이의 장례식 : 만일 처녀가 죽으면 웨딩드레스를 입고 총각이 죽으면 셔츠에 넥타이를 매고 정장 차림으로 장례를 치르며, 가끔 영혼 결혼식도 한다고 한다. 어린이가 죽으면 주말에 사원이나 교회에 가서 종교 윤리를 배우는 다함 파살(Daham Pasa/종교 학교)에 가는 복장인 흰색 옷을 입힌다.

## 한국과의 관계

- 1) **외교수립** : 1972년 주 스리랑카 통상대표부 개설, 1977년 외교관계 수립
- 2) **외교관계** : 외교관계 수립 이후 우호적인 관계 유지
- 3) **체결협정** : 이종과세방지협정(1986년), 투자보장협정(1980년), 무역협정(1984년)
- 4) **ODA지원**

스리랑카는 우리 정부의 ODA 중점 지원 대상국이다. 중점 분야로는 국가기간시설, 농촌 개발, 생산성 제고, 공공서비스 강화가 있다. 유상 원조(EDCF)는 2013년 기준 25개 사업에 5,897억 원을 지원했고, 무상원조(KOICA)는 1991년 이후에 9,900만 달러를 지원했다. 2015년에는 스리랑카 과학수사 역량강화사업(2015~2017/320만 달러), 스리랑카 기술계 교사 양성 및 재교

육(2015~2019/1,300만 달러), 스리랑카 여성을 통한 저소득층 역량강화 연수(1,46억 원)를 신 규모 지원할 계획이다.

### 5) 유무상 원조 현황

일자	공휴일명	비고
골(Galle) 상수도 프로젝트	2001~2008, 663억 원 규모, 코오롱글로벌	골 지역 주민 20만 명에 식수 지원
마타라(Matara)와 함반토타(Hambantota)를 잇는 마하나마 대교	2007년, 700만 달러 규모, KOICA	쓰나미로 생업에 타격을 입은 현지 주민들에 실질적 도움
함반토타 상수도 공사	2014년, 870억 원 규모, 코오롱글로벌	2004년 쓰나미로 도심 전체가 파괴된 함반토타에 식수 제공
돔페(Dompe) 지역 위생 폐기물 매립장	2014년, 450만 달러 규모, KOICA	스리랑카 최초의 위생 폐기물 매립장이며 6년에 걸쳐 건립하여 북중부 지역 주민 13만 명에 혜택

### 6) 교역 규모 : 392백만 달러(2012년 기준)

(우리나라 수출 : 320백만 달러, 수입 : 72백만 달러)

7) 교역품(수출) : 광물성 연료, 직물, 기계류, 철강제품, 고무제품

8) 교역품(수입) : 의류, 식물성 섬유 및 직물제품, 고무제품, 동식물성 지방제품

9) 투자교류 : 대 스리랑카 724만 달러(우리나라 진출), 국내유치 200만 달러

10) 스리랑카 내 한인체류자 : 약 800명

11) 한국 내 스리랑카인 체류자 : 약 40,000명 (고용허가제(EPS)를 통해 매년 5천여 명의 스리랑카 산업근로자가 한국 입국. 2014년 10월 기준 외국인으로 등록된 스리랑카인은 22,862명. 고용 허가를 위한 한국어 시험(EPS TOPIK)에 2015년에만 3만여 명이 응시.



## 지역별 특징

### 1) 스리랑카의 최대 도시, 콜롬보(Colombo)

인구 120만이 거주하며 하루 유동 인구는 100만 정도이다. 스리랑카 정치, 경제, 문화 중심지이자 식민시대의 유산과 근대 종족분쟁의 역사를 고스란히 간직한 곳이다. 5세기 무렵 스리랑카가 동서양 해상무역 중개지 역할을 할 무렵 싱할라 왕조의 수도가 지금의 콜롬보 서쪽 코테(Kotte)였다. 8세기 무렵부터 아랍 상인들이 항구를 중심으로 정착하기 시작했고, 16세기 초부터는 포르투갈인들이 콜롬보에 들어오기 시작했다. 콜롬보 시내 주요 지명은 네덜란드 식민지 시대에 지어진 것이 많다. 17세기 중반부터 네덜란드 사람들이 들어와 계수나무를 재배한 것이 지금 시나몬 가든(Cinnamom Garden)으로 불리는 지역의 유래이다. 인근의 슬레이브 아일랜드(Slave Island) 역시 진짜 섬은 아니지만 네덜란드인들이 노예를 가둬두던 지역에서 유래된 이름이라고 한다. 그 시대에 지어진 해안가 요새는 지명으로만 남아 있다. 콜롬보가 본격적인 도시로 성장하게 된 것은 영국인들에 의해서다. 1815년 영연방 실론국의 정식 수도가 된 이래 1948년 독립 이후에도 콜롬보는 스리랑카의 실질적 수도로서 역할을 계속하고 있으며, 1985년 자야와르데네(Jayawardene) 정권의 수도 이전 방침에 따라 콜롬보는 행정적인 수도 역할을, 과거 왕조의 수도였던 코테는 ‘스리 자야와르데네푸라 코테(Sri Jayawardenepura Kotte)’라는 새 이름으로 정치적, 입법적인 역할을 담당하고 있다.

#### - 기후

스리랑카 전역은 열대성 몬순 기후에 속하며 적도 부근에서 불어오는 남서 몬순과 벵골 만에서 불어오는 동북 몬순의 영향으로 우기와 건기가 찾아온다. 일년을 보통 4기로 구별하는데 남서몬순기의 영향을 받는 5월~9월경은 적도 부근에서 발생한 습한 공기가 불어와 우기이며, 11월~3월경에는 동북몬순의 영향으로 건기이다. 몬순이 바뀌는 계절인 4월과 10월에는 천둥 번개를 동반한 폭우가 잦다. 연평균 기온은 27℃, 강우량은 연평균 4,000mm 이상이다.

### 2) 힐 컨트리(Hill Country)

현지어로 ‘우더 라터’ 즉 위쪽 나라 혹은 위쪽 지방이라는 뜻인데 캔디(Kandy), 해튼(Hatton), 누워러 엘리아(Nuwara Eliya), 반다라웰라(Bandarawela) 등의 산악지대를 일컫는 말이다. 캔디언 댄스도 이 나라 말로 ‘우더라터 내툼’이다. 우스갯소리로 ‘우더 라터’ 사람들은 아래 지방

사람들 즉, '파하터 라터' 사람들을 가리켜 햇볕이 뜨거운 곳에 살아 피가 뜨거워져 성격이 팔팔하다고 말한다.

#### - 기후

이 지역은 기후가 한국 늦여름에서 초가을 날씨와 비슷해 아래 지방 사람들은 춥게 느낀다. 현지인들이 휴가 때 가장 오고 싶어 하는 지역이다. 기후가 선선하고 강수량이 풍부해 차와 채소, 화훼 재배가 집중적으로 이루어진다. 누워러 엘리아에서는 비닐하우스를 이용해서 딸기도 재배한다.

#### - 지역별 소개

- 캔디(Kandy)

스리랑카 불교의 중심이며, 스리랑카 제2의 도시로 불린다. 캔디언 댄스가 유명하다. 가장 큰 볼거리는 8월의 페라헤라다. 이 근처에서 향신료 수두루, 사디카, 카라부네티가 나는데 향수의 재료이자약초다.

- 해튼(Hatton)

해튼에는 차밭 노동자들인 타밀족들이 대다수이며, 저소득층이 많다. 해튼에서 누워러 엘리아 가는 길에 전망 좋은 티 캐슬(Tea Castle) 호텔이 있으며 그 근처에 데본(Devon) 폭포와 세인트 클레어(St. Clair) 폭포가 있다. 세인트 클레어 3단 폭포는 일본에서 짓고 있는 댐 때문에 볼 날이 얼마 남지 않았다고 한다.

- 반다라웰라/웰리마다

춥지도 덥지도 않은 적당한 날씨이다. 교육 도시이며 감자, 줄콩, 가지, 토마토 등을 재배한다.

- 엘라(Ella)/하프탈레(Haptalle)

전망 좋고 쉬기 좋은 지역이다. 트래킹 코스와 기차 여행의 필수 코스이기도 하다.

- 감폴라(Gampola)/나왈라피티야(Nawalapitiya)

커피, 벼, 차 농사에 종사한다. 사람들의 성격이 대체로 온순하다. 감폴라에는 '암부루와

와(Ambuluwawa)’라고 하는 지역에 종교 센터가 있는데 많은 사람들이 찾는 곳이다.

- 누워러 엘리아(Nuwara Eliya)

이 지역으로 파견되는 단원이라면 긴 옷을 많이 준비하자. 시원하기 때문에 오래 있고 싶은 도시다. 차 재배의 중심이자 대표적인 곳이다. 당근, 양배추, 파, 감자, 상추 등을 재배한다. 독특한 기후 환경으로 우리나라에서 보던 코스모스, 해바라기, 뽕나무, 돌복숭아, 인동초 등을 볼 수 있으며 심지어 무궁화도 핀다. 타운에서 스리랑카 최고봉의 피투루탈라갈라 산을 볼 수 있다. 하지만 중요 통신시설이 있어서 군인들의 통제로 일반인들은 출입할 수가 없다. 작은 영국이라고도 하며 유럽 여행객들이 가장 많이 오는 곳이다. 차밭 트래킹이 유명하며 현지 학생들을 위해 연필이나 볼펜 등 학용품을 가지고 가면 좋다.

- 암베웰라(Ambewela)

우리나라의 대관령 같은 대형 목장이 있는 곳으로 이 나라 우유 생산의 대부분을 차지한다. 학생들이 수학여행을 오면 반드시 들르는 필수 코스다.

- 라트나푸라(Ratnapura)

습하고, 비가 많이 오기 때문에 해안지방에 비해 시원한 편이다. 보석의 산지로 유명하다.



<엘라>



<누워러 엘리아 우체국 전경>



<기차 안에서>

### 3) 남서 해안지방

스리랑카 남서 해안지방은 바다를 중심으로 크고 작은 리조트에서의 휴식은 물론 해양 스포츠를 즐기고 경치를 감상하기에 안성맞춤이다. 11월부터 3월까지의 푸른빛의 아름다운 바다 색을 볼 수 있는 성수기이며 4월부터 10월까지의 남서풍의 영향으로 잠시 쉬어가는 비수기에 해당한다. 성수기에는 벤토타(Bentota), 히카두와(Hikkaduwa), 갈레(Galle) 등에 유럽에서 온 많은 관광객의 발길이 끊이지 않는다. 보통 서핑을 하기 위해 남서 해안지방을 찾는 관광객이 많다.

#### - 지역별 소개

- 벤토타(Bentota)

콜롬보에서 가까운 휴양지 가운데 한 곳으로 벤토타 강을 중심으로 호텔이 모여 있다. 도보로 여행을 하기보다는 리조트를 중심으로 휴양하기에 적합하다.

- 히카두와(Hikkaduwa)

해양 스포츠를 즐기기에 최적의 장소다. 거의 모든 남서 해안지방의 리조트에서 해양 스포츠를 즐길 수 있지만 유명한 강사나 시설이 히카두와에 모여 있어 스쿠버 다이빙, 스노클링, 서핑 등 많은 종류의 해양 스포츠를 즐기기에 안성맞춤이다.

- 갈레(Galle)

남부지역 최대 도시로 가장 많은 관광객이 모여든다. 보통은 골 포트(Fort)를 구경하기 위해 들른다. 네덜란드 식민지 시대에 만들어진 성채 안에 마을이 존재하는데 현재는 무슬림들이 대거 거주하고 있다. 남부 지역에서 물가가 가장 비싼 편이다.

- 웰리가마(Weligana)

작은 어촌으로 관광객이 적어 물가도 저렴하고 조용히 바다 경치를 감상하기에 좋다.

- 마타라(Matara)

관광지는 아니지만 제법 큰 도시가 형성되어 있다. 남부지역 사람들의 생활모습을 엿볼 수 있는 곳이다. 바다를 중심으로 아기자기하게 모여 있는 시장이나 사원 등 스리랑카 어촌의 모습을 살펴볼 수 있다.

#### 4) 문화 삼각지

스리랑카 정중앙에 위치한 세 도시 아누라다푸라(Anuradhapura)·폴론나루와(Polonnaruwa)·칸디(Kandy)를 잇는 삼각형의 지역은 세계에서 손꼽히는 대유적군이 남아 있는 땅으로 유명하다. 이 지역을 흔히 문화삼각지대(Cultural Triangle)라고 부른다. 이곳에 있는 대부분의 유적은 그 규모와 역사적·미술적 가치 때문에 매우 중요한 것으로 평가되고 있다. 그러나 더 주목할 만한 사실은 이들 유적 대부분이 지금도 기도의 대상이 되고 있다는 점이다. 이것은 세계적으로도 찾아보기 힘든 큰 의미를 지니고 있다. 이 지역의 유적은 고대에서부터 이어져 내려온 역대 불교 왕조가 만들어낸 것이다. 처음에는 북쪽에 있었던 수도가 인도에서 건너온 침략자에 의해 어쩔 수 없이 남쪽으로 밀려 내려오며 천도를 계속한 흔적이 남아 있다.

##### - 기후

다른 지역에 비가 오더라도 이 지역은 항상 햇볕이 짙을 정도로 날씨가 맑다. 그래서 한 낮에는 걸어서 이동하기에 조금 어려운 면이 있다.

##### - 지역별 소개

- 아누라다푸라(Anuradhapura)

약 2,500년 전에 이곳은 스리랑카 최대의 도시였다. 불교는 이 지역에서 스리랑카 전역으로, 그리고 미얀마·타이·캄보디아를 비롯한 세계 각지로 퍼져나갔다. 이 지역에서 번영했던 왕조는 매우 수준 높은 문명을 갖고 있었다. 지금도 사람들이 쓰고 있는 관개 시설이나 상·하수도는 그때 만들어진 것이다. 그러나 아누라다푸라에서 번영했던 이 왕조는 남인도에서 쳐들어온 침입자와의 거듭된 전쟁 끝에 1,400여 년에 걸친 영화에 막을 내린다.

- 폴론나루와(Polonnaruwa)

폴론나루와는 10~12세기에 싱할라 왕조의 수도였던 곳이다. 그 전성기에는 타이나 미얀마에서 승려가 찾아올 만큼 불교 도시로서 번영했다. 그 영화를 전해주는 유명한 대유적군이 지금은 소도시가 되어 버린 이곳을 세계에 알리고 있다.



<폴론나루와 유적지>

## 5) 동부 지역

동부 지역은 스리랑카의 비주류 인종 및 종교인 타밀(힌두교)과 무슬림이 70% 이상 밀집되어 있는 지역이다. 특히 2004년 쓰나미로 커다란 피해를 입은 후, 스리랑카 내에서도 경제적으로 삶의 질이 가장 열악한 지역이기도 하다. 지금도 쓰나미로 인한 복원이 진행 중이다.

### - 기후

10월부터 1월까지 몬순의 영향하에 있고 4월부터 무더위가 시작하여 7, 8월은 더위가 절정에 이른다. 이때는 동부 해안의 시즌으로 트링코말리(Trincomalee)와 아루감 베이(Arugam Bay)에 휴양객들이 몰린다. 전반적으로 서부에 비해 건조하고 강수량도 적어서 과일 수확량이 타 지역보다 훨씬 적다.

### - 지역별 소개

#### • 트링코말리(Trincomalee)

동부의 최상의 피서지인 트링코말리는 7, 8월이 시즌이다. 타운의 동쪽 끝이의 가장 바깥에 위치한 코네스와람(Koneswaram) 힌두 사원은 시바신을 모시는 신전으로 자연 재해를 막기 위해 세워졌다. 포르투갈에 의해 파괴되어 해저에 가라앉았던 시바신을 상징하는 링감은 현재는 잔해를 복원했다. 북쪽으로 20km 정도를 가면 nilaveli 해변(Nilveli Beach)이 있는데 이곳은 스노클링과 스쿠버 다이빙을 즐길 수 있는 피죤 아일랜드(Pigeon Island)에 가장 가까운 해변이다.

- 바티칼로아(Batticaloa)

힌두교가 가장 주류를 이루는 지역이긴 하지만 다른 지역에 비해 기독교가 유난히 많이 분포하고 있어서 교회나 성당을 쉽게 찾아볼 수 있다. 1628년 포르투갈에 의해 지어진 바티칼로아 포트는 네 개의 요새를 가지고 있어서 마치 팔이 네 개인 불가사리 모습처럼 보인다. 현재는 포트 내에 새 건물을 지어 정부 기관에서 사용하고 있다. 바티칼로아 타운에서 북쪽으로 30km 떨어진 곳에 있는 파시쿠다(Passikudah)에서 해수욕과 리조트를 즐길 수 있다.

- 암파라(Ampara)

암파라 행정구역의 주 도시로 주류인 싱할라 사람들이 대다수를 차지하고 있다. 영국이 통치하던 시기에는 사냥꾼들의 쉼터였으며 인기리아갈라 댐(Ingiriyagala Damm)을 공사하면서 인부가 몰려 마을로 자리 잡게 되었다.

## 6) 북부 지역

자프나는 스리랑카 최북단에 위치해 있는 삼면이 바다로 둘러싸인 항구 도시이다. 따라서 어업이 중요한 생계 수단이며 지하수를 이용하여 저지대에서 코코넛, 쌀, 담배를 생산한다. 역사적으로는 타밀 왕국의 수도이자 종교적으로는 힌두 문화의 중심지다. 최근에는 스리랑카 내전을 일으킨 타밀 호랑이의 본거지였던 만큼 현재까지도 폐쇄적인 분위기를 갖는다.

### - 기후

자프나는 스리랑카에서 가장 더운 도시이다. 전반적으로 고온 건조한 기후이며 크게 우기와 건기로 나뉘볼 수 있다. 10월 말부터 우기가 시작되어 11월에서 1월 초까지 본격적으로 하루 종일 소나기가 내린다. 이 시기에는 온도가 많이 내려가서 선선한 날씨를 유지하지만, 모기들이 들끓는 시기이므로 방역에 각별히 유의해야 한다. 더위는 2월 중순부터 시작된다. 4월에서 5월이 가장 무더운 시기이며 살인적인 더위를 느낄 수 있다. 이 시기부터 우기 전까지 고온 건조한 기후가 유지가 된다.



# 제2부



A hand is shown holding a white, slightly crumpled piece of paper against a dark teal background. The paper has two lines of Korean text printed on it. The text is in a bold, black, sans-serif font. The first line reads '현지 정착 관련' and the second line reads '필수 정보'.

**현지 정착 관련  
필수 정보**

## 현지 정착 관련 필수 정보



### 출국 전 챙기면 유용한 한국 제품 - 짐 싸기

- 1) 한국을 알리는 선물 : 부채, 열쇠고리, 십자수 핸드폰 줄, 커피믹스, 인삼차 등
- 2) 분야별 준비물 : 분야별 전공 서적, 프로그램(알집, 곰플레이어, 한글, MS 등), 전자사전 등  
※ 다음 장에 상세 안내
- 3) 생활용품 : 모기 기피제, 벌레에 물린 데 또는 습진에 바르는 약, 노트북(노트북 쿨러도 챙길 것을 추천), 카메라 등
- 4) 주방용품 : 전기밥솥, 수저, 주방용 칼과 가위, 프라이팬, 냄비(코펠세트 추천), 전기 포트, 믹

서기 등. 주방용품은 대부분 현지에서도 구입이 가능하나 가격이 비싼 편이고 질이 떨어진다.

- 5) **식품** : 장류(고추장, 된장), 김, 고춧가루, 후추, 멸치(국물용 다시마, 새우 등), 참깨, 마른오징어, 참기름, 조미료, 미역, 라면, 건어물, 카레/짜장 가루, 라면 수프, 간장, 국간장, 멸치 액젓, 까나리 액젓 등
- 6) **의류** : 여름 옷, 가을 옷(파견지가 산간지역일 경우 필요), 속옷(현지 상품은 면의 질이 떨어짐), 수영복, 모자, 개인 운동용품(축구화, 농구화 등), 정장(기관 출근용) 등
- 7) **그 외** : 화장품, 미용가위, 여분의 안경, 여성용품 등



## 봉사활동을 위한 준비물

- 1) **한국어 교육** : 개인이 공부할 전공 서적(한국어 분야의 경우 대부분이 기초 한국어인 경우가 많음), 한국어와 한국 문화를 알릴 수 있는 자료
- 2) **컴퓨터 교육** : 노트북, 컴퓨터 관련 서적, 소프트웨어(MS 오피스, 각종 운영체제, 복원 프로그램, 백신, JAVA, Visual Studio, Photoshop 등), 외장하드와 USB(현지에서도 구입 가능하나 한국에서 가져와 백업 해 사용하는 것이 좋음). 컴퓨터 관련 프로그램과 교육 시 필요한 프로그램은 최대한 많이 가져오는 게 좋다.
- 3) **태권도 교육** : 태권도 관련 서적(품새 교본, 태권도사, 겨루기론 등), 태권도 용품(도복 바지, 개인 훈련용품, 호루라기 등)
- 4) **유아 교육** : ‘無’에서 ‘有’를 창조하는 유아 교육에서 가장 중요한 것은 의지와 체력. 교육 내용에 따라 동요나 멜로디를 다운받아 올 수 있지만 현지에서도 할 수 있다. 필요한 것은 활동물품 신청을 이용하면 된다.
- 5) **미용 교육** : 개인 미용가위, 클리퍼 등. 이외의 것들은 현지에서 구입 가능하다.

6) **사회복지** : 기관과 단원의 성향에 따라 준비물에 차이가 많다. 하지만 어떤 장소에서 어떤 대상자를 대상으로 활동하는 대상의 욕구를 파악한 후 프로그램이나 프로젝트를 계획하는 게 일반적이다. 따라서 '개발도상국을 대상으로 한 욕구 조사 설문지 내용', '욕구 조사 방법에 대한 자료'가 있으면 도움이 된다.

7) **기타** : 분야와 관계없이 기관 관계자나 동료가 한국이나 한국어에 관심이 많을 수 있다. 한국과 관련된 자료는 반크(VANK; 사이버외교사절단)에서도 무료로 신청할 수 있다.



## 대중교통 수단

### 1) 버스

노멀(Normal) 버스와 A/C 버스가 있다. 노멀 버스는 일반적인 버스이고 A/C 버스는 에어컨이 있는 장거리 버스이다. A/C 버스는 지역에 따라 24인승 버스만 운행하는 경우가 있다. 더 많은 승객을 태우기 위해 좌석을 개조하여 좌석 간격이 좁고, 등받이는 고정되어 있다. 짐이 많은 경우에는 표를 두 개 산 후 옆 좌석에 짐을 놓기도 한다. 버스에 있는 차장에게 행선지를 말하고 요금을 낸다. 버스 노선도가 명확하지 않기 때문에 차장의 도움이 필요할 때가 많다. 행선지를 차장에게 미리 이야기해 두면 도움을 준다. 정류장이 아닌 곳에서도 안내원이 볼 수 있도록 손을 흔들면 태워줄 때가 있다. 운전사 뒷자리는 스님 지정석이다. 이 자리에 앉을 수 있지만, 스님이 타면 바로 자리를 내줘야 한다. 스님 옆자리에 여자가 앉는 것은 금기이다.



<공영버스>



<일반버스>

- 시내버스: 최소 비용은 8루피(약 80원)이고, 콜롬보 내 유숙소에서 페타(Pettah)까지 가는데 15루피(약 150원) 정도가 든다. 최근 콜롬보(Colombo)에서는 이용객이 많은 시간에 2층 버스를 운영하기도 한다.



<노멀 버스 이용 승객들>



<2층 노멀 버스>

- 시외버스 : 콜롬보에서 각 지방으로 가는 버스를 타는 곳은 보통 페타이다. 장거리 버스는 급정거를 하거나 속력을 줄이지 않고 커브 길을 도는 경우가 많다. 산간지방으로 가는 버스의 승객 중에는 구토를 하는 경우도 더러 있다. 노래를 크게 틀어 놓는다. 장시간 버스를 타면 한 번 이상 도로변에 있는 휴게소에 들른다. 한국에서 볼 수 있는 휴게소가 아니라, 차를 댈 수 있는 상점에 들르는 것이다. 차, 탄산음료, 빵, 과자, 라이스 앤 커리(Rice and Curry) 등을 판매한다. 상인들이 버스에 타서 와데(Vadei), 옥수수, 과일 등을 팔고 내리기도 한다. 콜롬보에서 180km 정도 거리에 있는 누워러 엘리아(Nuwara Eliya)까지 A/C 버스 요금은 440루피(약 4,400원)이다.



<A/C 버스 내부>



<버스에서 파인애플을 파는 상인>

- 하이웨이(High way) 버스 : 고속도로를 이용하는 버스이다. 페타-네곰보(Negombo), 마하라가마(Maharagama)-남부, 카두웰라(Kaduwela)-남부, 카다와타(Kadawatha)-남부, 캔디(Kandy)-마타라(Matara)를 왕복하는 버스가 있다. 마하라가마로 가기 위해서는 페타에서 마하라가마 행 노멀 버스를 타면 된다. 마하라가마에서 골(Galle)까지는 380루피, 마타라까지는 450루피이다. 콜롬보에서 네곰보까지는 1시간 이내, 남부까지는 2시간 내외가 소요된다. 하이웨이 버스가 생김으로써 해당 도시 간 이동이 간편해졌다.



<마타라 버스 정류장의 하이웨이 버스들>



<하이웨이 버스 내부>

## 2) 기차

- 통근 열차 : 콜롬보 근처에는 통근 열차가 있다. 우리나라 지하철과 비슷한 형태이다. 출퇴근 시간에는 이용객이 많아 열린 문에 매달려 가는 사람도 있다. 통근 열차 외의 기차는 1, 2, 3등석으로 나뉘어 있다. 식당과 침대칸도 있다.



<통근 열차>



<기차표>



&lt;기차역&gt;



&lt;기차역에 부착된 열차 시간표&gt;

- 대표적 기차 : 콜롬보-캔디, 콜롬보-마타라 기차가 대표적이다. Express Train을 이용하면 노멀 버스보다 빨리 도착할 수 있다. 하지만 보통은 버스보다 느리다. 캔디에서 바둘라(Badulla)까지 8시간 정도 소요된다. 이 구간은 차밭이 이어지는 경치가 좋기로 유명하다. 이 구간은 해튼(Hatton), 누워러 엘리아, 반다라웰라(Bandarawela)를 지난다. 누워러 엘리아를 갈 때 풍경을 즐기기 위해서는 콜롬보에서 출발하면 기차의 왼쪽, 캔디에서 출발하면 오른쪽에 앉는 것이 좋다. 석양이 지는 시간에 콜롬보-마타라 기차도 운치가 있다. 'Train Schedule' 어플을 이용하면 기차 시간을 알 수 있다.



&lt;차밭을 달리는 기차&gt;

- 안전 : 기차길이 좋지 않아서 운행 중에 자주 세계 덜컹거린다. 기차의 문은 항상 열려 있기 때문에 튕겨 나가지 않도록 조심해야 한다.

### 3) 트리휠(Three Wheel, 삼륜차)

버스 노선을 모르거나 시내에서 가까운 곳을 빨리 가고 싶을 때는 보통 트리휠을 탄다. 특특

소리 때문에 동남아에서는 ‘툭툭(Tuk-Tuk)’이라고 하는데, 현지에서도 외국인들에게 ‘툭툭’이라는 단어를 사용한다. 택시가 존재하지 않는 지방의 보편적인 이동수단이기도 하다. 외국인에게는 가격을 높게 부르기도 하므로 지역 내의 단골기사를 만들어두는 것이 좋다.

콜롬보에는 미터 택시(Meter Taxi)가 잘 보급되어 있다. 미터 택시란 미터기가 장착된 트리월이다. 이를 이용하면 요금 문제로 인한 갈등을 해소할 수 있다. 보통 지붕에 ‘Meter Taxi’라고 표시되어 있다. 낮에는 50루피, 밤에는 57.5루피가 기본 요금이다. 이후 1km마다 40루피씩 올라간다. 야간에는 미터당 요금도 15% 가산된다. 택시 회사에 전화하거나 ‘Pick Me’ 어플을 이용해 트리월이나 택시를 부를 수도 있다. 미터 택시를 타기 전에는 미터기가 켜져 있는지 꼭 확인해야 한다.



<길 위에 주차된 트리월들>



<트리월>

#### 4) 콜택시(Call Taxi)

콜롬보와 콜롬보 인근 지역에서 이용할 수 있다. 택시 회사에 전화해 주소와 이용 시간을 알려주면 된다. 보통 15분 정도면 도착하지만 특별한 날에는 미리 예약을 하는 것이 좋다. 기다리는 시간이 있기 때문에 택시는 장거리 이동 시 주로 이용하고, 트리월은 짧은 거리를 이동할 때 주로 이용한다. 기본 요금에 km당 추가 요금이 붙고, 시간 할증이 있다. 콜롬보에서 공항까지는 하이웨이 톨게이트 요금(300루피)을 포함해 약 2,800루피 정도가 든다.

#### 5) 콜밴(Call Van)

큰 물건을 운송하거나 단체로 관광 및 여행을 하고 싶다면 밴을 불러도 좋다. 요금 체계는 트리월, 콜택시와 같은 방식이다. 요금의 기준은 밴이 소속된 회사나 기사마다 다르다. 장거리 이동 시 다양한 패키지 요금을 선택해 이용할 수도 있다. 가격에 대한 언급 없이 탔다가 바가

지를 쓰는 경우도 있으므로 꼭 사전에 요금을 협의하도록 하자. 콜롬보 콜밴과는 차이가 있지만 지방에서도 일반 밴을 이용할 수 있다. 콜롬보의 경우 대부분 미터기가 장착되어 있으나 지방에는 대부분 미터기가 없다. 가격 흥정 후 이용해야 한다.

## 통신수단

### 1) 스마트폰

현지 통신사에 가입한 후에 SIM 카드를 구입하여 단말기에 삽입해 사용한다. 선불 요금제와 후불 요금제가 있으며, 일반적으로 선불 방식을 주로 이용한다. 충전 카드(Reload)를 구입하여 사용 설명서에 따라 충전카드의 고유 번호를 입력하면 구입한 금액이 즉시 충전된다. 대형 마트(푸드 시티, 킬스 등)에서 해당 통신사 충전 신청서에 전화번호와 충전 금액을 기입하여 충전할 수도 있다. 이때는 충전 금액을 계산원에게 지불한다. 충전 카드는 정해진 금액의 카드를 구입하는 방식이지만, 대형 마트 또는 가입 통신사 지점에서 충전할 경우에는 자신이 원하는 금액만큼 충전할 수 있다. 통신사 어플을 설치하여 충전하는 방법도 있다. 이때는 여권번호와 카드 정보를 입력해야 한다.

### 2) 인터넷

주거지에서 인터넷을 사용하는 단원 대부분이 SLT(스리랑카 텔레콤)를 이용한다. 전화선과 연결해 인터넷을 사용하는데, 컴퓨터에 랜선을 연결해 쓰기도 하고 와이파이를 만들어 쓰기도 한다. 용량에 따라 다양한 요금제가 있다. 요금제는 총량제이지만 낮과 밤에 이용 가능한 용량이 따로 정해져 있다. 인터넷 설치 및 이용 방법은 아래와 같다.

#### <DSL 지역의 인터넷 설치>

- 자신의 집에 DSL 방식이 가능한지 통신사를 통하여 확인한다.
- DSL 방식은 무선과 유선 두 방식이 있으며, 지역에 따라 통신사에서 가능한 방법으로 설치해 준다.
- 전기 요금 영수증, 집주인의 동의서를 가지고 통신사를 방문한다.
- 속도와 요금, 설치 가능 날짜를 확인 후 가입한다.
- 랑카벨 통신사에서 주로 서비스한다.

#### <ADSL 지역의 인터넷 설치>

- 집에 유선 전화가 설치되어 있는지 확인한다.
- 유선 전화가 설치되어 있지 않다면, 인터넷 가입 시 전화 설치비를 지불해야 한다.
- 전기 요금 영수증과 집주인의 동의서를 가지고 통신사를 방문한다.
- 속도와 요금, 설치 가능 날짜를 확인 후 가입한다.
- SLT에서 주로 서비스한다.

#### <Dongle>

- 스틱 모양의 USB 모뎀을 이용하여 인터넷을 사용할 수 있다. 이 경우에도 우선 자신의 지역이 서비스 가능 지역인지 확인해야 한다. 휴대폰 요금과 같은 방식으로 선불 요금과 후불 요금을 선택하여 사용할 수 있다.

#### <Home Broadband>

- DSL, ADSL, Dongle 다음으로 나온 시스템이다. Dongle과 다른 점은 Wi-Fi를 만들 수 있다는 점이다. 컴퓨터와 바로 연결해 사용할 수도 있다. SLT, Dialog, 랑카벨에서 Home Broadband를 이용할 수 있고, 요금제를 선택할 수 있다. Dialog의 경우 4GB(Rs.600)부터 250GB(Rs.16,400)까지 다양한 요금제가 있다. 집뿐만이 아니라 기관에서도 많이 사용한다. 4G이기 때문에 속도가 빠른 편이다. 하지만 큰 도시에서 반경 1Km를 벗어나면 자주 3G가 뜬다.

#### <USB 테더링>

- 인터넷 사용량이 많지 않다면 휴대폰 USB 테더링을 이용해 인터넷을 사용할 수도 있다. 인터넷 카드는 통신사 대리점이나 일반 가게에서 구입할 수 있고, 휴대폰 어플을 이용해 충전할 수도 있다.



## 은행 - 현지은행 정보 및 통장 개설, 환전

- 1) **통장 개설** : 스리랑카 단원들은 현지적응훈련 기간에 SCB(Standard Chartered Bank) 달러 통장을 개설한다. 이때 달러 계좌와 현지화(루피) 계좌가 동시에 개설되며, 이 통장으로 생활비 등을 수령한다. 현지적응훈련 기간에 사무소의 도움을 받아 개설하므로 어려운 점은 없다.
- 2) **직불 카드(Debit Card)** : 통장 개설과 동시에 직불 카드를 함께 신청한다. 카드의 비밀번호는 본인이 결정하는 것이 아니고, 후에 우편을 통해 4자리의 임시 비밀번호와 카드를 함께 받는다.
- 3) **ATM 사용 방법** : 카드를 넣고 화면 언어를 선택한다. 예금 인출은 Cash Withdrawal > Saving/Current Account > 금액 입력의 순서로 한다. 계좌에 돈이 없는 경우, 1일 인출 금액을 초과한 경우, ATM에 돈이 없는 경우에는 출금이 불가능하다. 1일 인출 금액의 한계는 통장 개설 시 본인이 정하면 된다.
- 4) **달러 계좌에서 달러 찾기** : 달러 계좌가 있어도 달러를 자유롭게 출금할 수 없다. 은행 창구에 가서 여권, 외국으로 가는 비행기 티켓을 제시하면 달러를 찾을 수 있다. 2.5%의 수수료가 발생한다.



## 주택 - 임차 관련 팁

- 1) **주거지 선택 및 주거비 협상** : 주거지는 기관과의 거리, 교통, 주변 환경 등을 고려하여 선택한다. 선배 단원이 있다면 도움을 받을 수 있지만, 없는 경우라면 기관 사람들의 도움을 받자. 스리랑카에는 부동산 중개소가 없기 때문에 본인이 발품을 팔아야 한다. 고생한 만큼 최선의 선택을 할 수 있을 것이다. 선배 단원의 후임으로 들어갈 경우 선배 단원의 주거지를 재계약할 수도 있다. 단독 주택의 2층을 구하는 게 좋다. 집주인과 적절한 거리를 유지할 수 있고 습기가 적으며 안전이 보장되기 때문이다.

2) **협상 팁** : 단원이 자주 파견되는 지역의 경우, 현지인들이 외국인 집세가 얼마인지 알기 때문에 협상을 진행하기 곤란할 수 있다. 반면, 단원이 파견되지 않았던 지역에서 집을 구할 때도 문제는 있다. 외국인에게 집을 대여해 본 적 없는 현지인들은 단원이 외국인이라는 이유로 허무맹랑한 가격을 부르기도 한다. 이럴 때는 ‘나는 자원 봉사자이기 때문에 돈이 없다’고 하며 계속 조정해야 한다.

3) **집주인의 사생활 개입 여부 확인** : 사생활 침해에 민감한 사람들은 집주인과의 접근성을 유심히 살펴봐야 한다. 접근성이 좋으면 사생활 침해 가능성도 크기 때문이다. 집주인이 단원 주거지의 열쇠를 함께 보관하며 수리·점검 등을 이유로 집을 드나들기도 한다. 주거지의 열쇠를 새로 만드는 것도 사생활 보호를 위한 좋은 방법 중 하나이다. 주거지 계약 시 이 점을 계약서에 넣으면 확실하다. 그리고 항상 개인물품과 귀중품 보관에 주의하도록 하자.



## 현지물가, 전자제품 및 생필품 구입 요령

### 1) 현지 물가

(단위: LKR)

식품류	현지 쌀 1kg	168
	계란 10개	225
	닭 1kg	720
	돼지고기 100g	191.90
	우유 1ℓ	200
	식용유 1ℓ	560
	생수 1ℓ	75
	맥주 1캔(LION) 330ml	140
	담배 1갑(DUNHILL LIGHTS)	740
	햄버거(맥도날드 빅맥)	550
	한식당 찌개류	1,100
	감자 100g	14.40
	양파 100g	9.40
	마늘 100g	45.60
당근 100g	18.80	

식품류	바나나 500g	37.50
	파파야 500g	47.50
	토마토 500g	16
	현지 라면 5팩	235
생활용품	생리대 8팩	232
	삼푸(팬틴) 340ml	740
	바디워시 220ml	310
	화장지 10롤	775

<2016년 3월 기준>



<대형마트(킬스) 판매 가격>



<현지 돼지고기물가>



<현지야채물가>

## 2) 전자제품 및 생필품 구입 요령

- 전자제품 : 대부분의 전자제품이 현지 구매 가능하다. MC(Majestic City), 유니티 플라자 (Unity plaza)나 리버티 플라자(Liberty Plaza)에서 구입할 수 있다.
- 식재료 : 현지 시장이나 대형 마트(아피코, 푸드 시티, 킬스 등)에서 구입한다. 현지 시장

에서 구입하면 신선한 식재료, 과일을 저렴한 가격에 구입할 수 있다. 하지만 포야 데이 (Poya Day)나 공휴일 등에는 시장 상인들도 쉬는 경우가 많다. 하지만 대형 마트는 공휴일 에도 대체로 정상 영업을 한다. 대형 마트에서는 시장에서 구입할 수 없는 품목들을 구입 할 수 있고, 정해진 가격에 물품을 구입할 수 있다.



<대형 마트(푸드 시티)>



<현지 시장>

현지 쌀은 대형 마트에서 쉽게 구입할 수 있으나 현지 쌀을 못 먹는 단원들은 콜루피티아 (Kolupitiya)나 아주상회(중국 마트)에서 중국 쌀을 구입한다. 중국 쌀은 한국 쌀과 식감이 비슷하며 1kg에 250~280루피이다. 푸드 시티 등에서 파는 ‘자스민(Jasmine)’ 쌀도 먹을 만하다. 푸드 시티 등에서 1kg에 425루피에 구입 가능하다.

콜롬보에 있는 한인 마트에서 한국 양념류, 삼겹살, 김치, 떡볶이 떡, 김 등을 구입할 수 있다.

- 의류 : 품질은 한국에 비해 좋지 않지만 파견 기간 동안 편하게 입는 데는 지장이 없다. 하지만 속옷은 한국에서 미리 준비해 올 것을 권한다. 디자인과 사이즈가 한국과 달라 구입 이 불편하기 때문이다. ‘오델(ODEL)’, ‘하우스 오브 패션(House of Fashion)’, ‘패션 버그 (Fashion Bug)’ 등의 대형 쇼핑몰에서는 품질이 괜찮은 옷을 구입할 수 있다. 또한 가방과 액세서리 등 모든 것을 두루 갖추고 있어 쇼핑하기에 편리하다. ‘오델’은 한국과 물가차이 가 크게 나지 않는다.

신발은 나이키(Nike), 아디다스(Addidas), DSI, Bata 등에서 구입하는 것이 일반적이다. 하지만 운동화나 구두 등은 한국에서 미리 구입해 오거나 신던 것을 가져오는 것을 추천 한다.

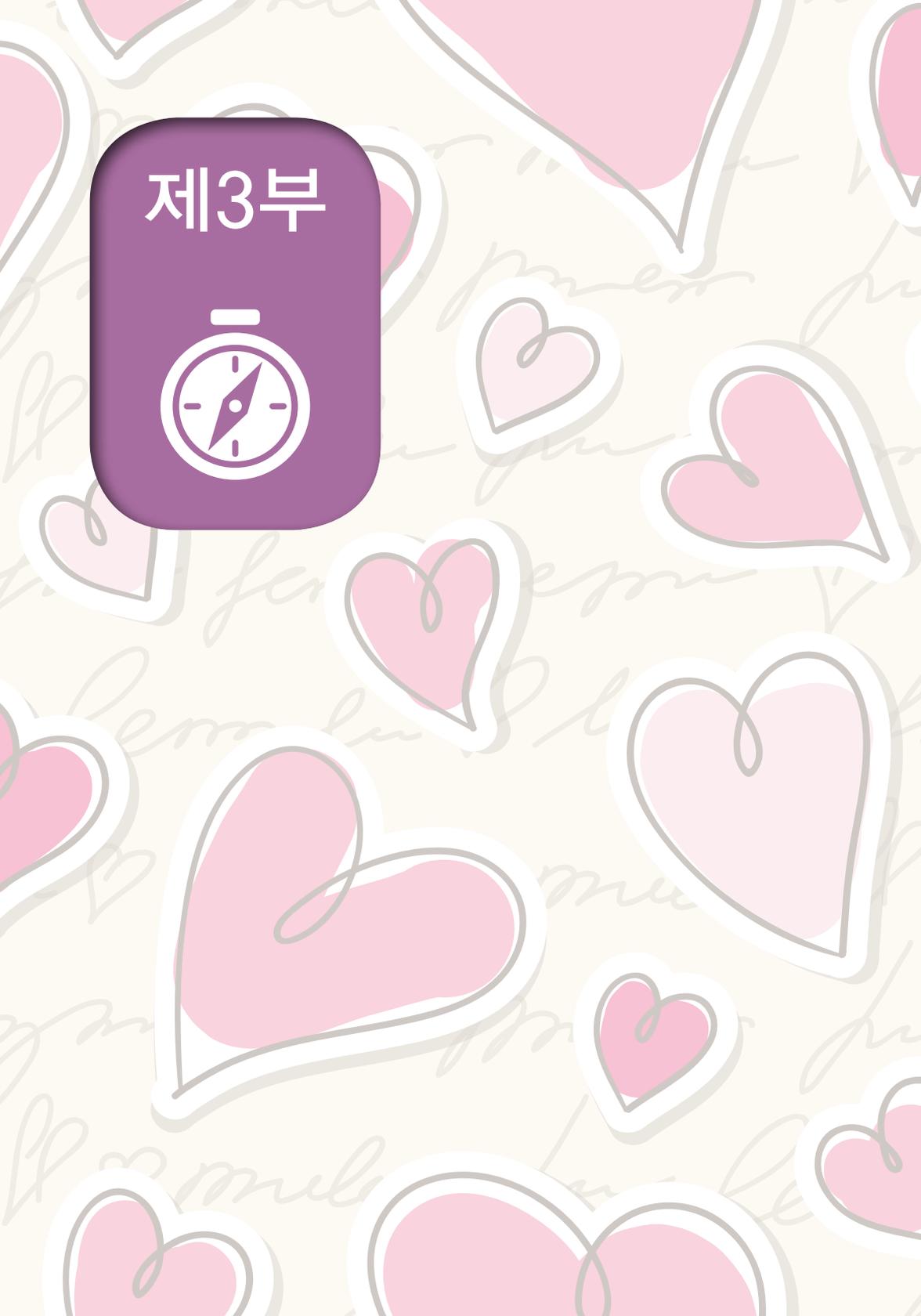


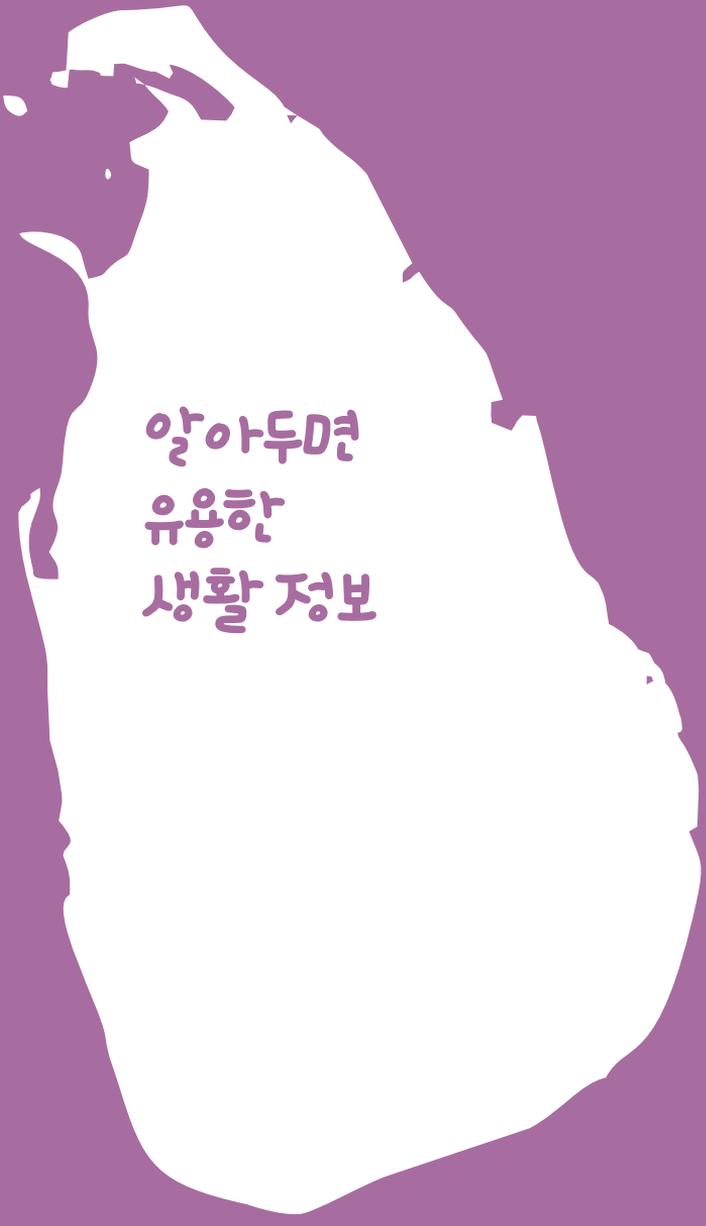
<쇼핑몰(오벨)>



<현지 신발가게>

# 제3부





알아두면  
유용한  
생활 정보

## 알아두면 유용한 생활 정보



### 지역별 생활정보

#### 1) 콜롬보

- 맛집

이름(위치)	종류	가격	비고
한국관 (뚝물러 정션)	한식	1인당 900~1,200루피	
경복궁 (줄리아나 호텔)	한식	1인당 900~1,200루피	
서울 (호튼 플레이스)	한식	1인당 1,500~2,000루피	

궁 (라자거리야)	한식	1인당 1,400루피	고기 무한리필
KBQ (라자거리야)	치킨	후라이드 치킨 1마리 1,789루피	배달가능(배달요금 추가)
B: US (호튼 플레이스)	치킨	후라이드 치킨 1마리 2,000~2,200루피	
민한 (골로드, 던스톤 플레이스)	중식	1인당 900루피	소고기 국수, 만두 맛이 일품
88 (뚝물러 정션)	중식	1인당 900루피	탕수육, Seafood noodle soup, 추천
실라톤 (팀비리가사야)	중식	1인당 1,300루피	새우볼, 완탕, Beef garlic kankung (메뉴엔 없지만 주문 가능)
니훈바시 (골로드(본점), 오델)	일식	스시/사시미 세트 기준 2,500루피	본점과 체인점 간 가격에 차이가 있음
긴자 (워터스렛지 호텔)	일식	스시/사시미 세트 기준 2,200~2,400루피	
츠키지 우오이치 (인디펜던스 아케이드)	일식	스시/사시미 세트 기준 2,000루피	
포피하나 (리버티 플라자)	일식	스시/사시미 세트 기준 1,700루피	녹차 아이스크림, 일본식 수제 딸기 생크림 케이크 판매
콜롬보 포트 카페 (더치호스피탈)	양식	마가리따 피자 라지 1,460루피	
화이트 앤 코 (골로드, 알로에 에비뉴)	양식	쌀국수 750루피	라자냐, 치킨까스, 더치커피(콜드드립)
크리켓 클럽 (퀸즈 로드)	양식	스테이크 2,000루피	
바바리안 (골페이스 호텔 맞은편)	양식	1인당 1,500루피	독일식 족발
타이 퀴진 (퀸즈 로드)	태국식	1인당 800~900루피	달걀 볶음밥, 팟타이 추천
망고트리 (골루삐띠야)	인도식	1인당 1,300루피	난, 기마살라 토세이, 탄두리 치킨

아마라바디 (골로드 버거킹 근처)	인도식	1인당 800~900루피	난, 기마살라 토세이, 탄두리 치킨
P&S (골로드)	현지식	라이스 앤 커리, 베이커리류 50~400루피	전국 각지에 체인점
별쌘볼라야 (골루삐띠아)	현지식	라이스 앤 커리, 볶음밥 150~350루피	바나나 잎 포장
호텔 필라우즈 (MC 근처)	현지식	치즈꼬뚜 450루피 탄두리 치킨 1조각 200루피	
서브웨이 (듀플리케이션 로드)	패스트 푸드	샌드위치 450~650루피	
맥도날드	패스트 푸드	빅맥 700루피	
버거킹	패스트 푸드	와퍼 800루피	
KFC	패스트 푸드	크리스피 치킨 4조각 850루피	전국 각지 분포

Tip.

- ★ 할랄(HALAL 또는 HALAAL) : 할랄은 이슬람 율법에 따라 의식을 치르며 도살한 고기라는 일종의 증명이다. 무슬림은 돼지고기는 먹지 않으며 닭고기나 소고기도 이 할랄 표시가 되어 있지 않으면 먹지 않는 것이 율법에 따르는 일이다. 무슬림이 운영하는 식당이라면 이런 표시가 되어 있는 곳을 발견할 수 있다.
- ★ 팁문화 : 서비스 수수료(Service Charge) 10%가 영수증에 달려있다면 굳이 팁을 줄 필요가 없다. 하지만 적혀 있지 않다면 팁을 주는 것이 현지 문화이다. 너무 안 주면 그 식당에 갈 때마다 직원들이 눈치를 줄 것이다. 서비스의 질이 점점 떨어질 수도 있다. 보통 저렴한 음식이라면 10~30루피, 비싼 음식이라면 100~200루피 정도가 적당하다.

## - 어학원

이름	종류	코스 소개 외	비고
British Council	영어	초급-현지인 강사 중고급-영국인 강사 수업료 : 3달/약 50,000(종합반, General Course) 현지 물가에 비해 비싼 편이며 말하기 반도 있지만, 종합반을 더 추천한다. 매분기마다 수업을 진행하고 현지인에게도 인기가 많은 영어 학원이기 때문에 미리 예약이 필요하다. 수업을 듣기 전, 레벨 테스트(1,000루피)를 봐야 한다. 이곳 학생이 되면 다양한 영어 서적과 DVD를 저렴하게 대여할 수 있는 특혜가 있다.	<a href="https://www.britishcouncil.lk/">https://www.britishcouncil.lk/</a> *5개 지역(콜롬보, 캔디, 자프나, 골(파트너센터), 마타라(파트너 센터))
British Way English Academy	영어	현지인 강사 주말반, 오후반, 어린이반, 아이엘츠(IELTS)반 등 다양한 반 개설 *전국 10개 지역에 분포(니탐부와, 골, 마타라, 아누라다푸라, 누게고다, 감파하, 네곰보, 캔디, 쿠루네갈라, 기리밧고다)	<a href="http://www.britishway.lk/">http://www.britishway.lk/</a>
SVS	영어	영국인 강사 저렴하나 주말반이 없음	<a href="http://svsenglish.org/main">http://svsenglish.org/main</a>
Alliance Francaise	불어	초중급 레벨은 현지인 강사 원장 선생님, 고급 레벨은 프랑스인 강사 매개 언어는 영어 수업료 : 8,500루피/3달, 교재별도 (4,000루피/1년 과정) 수준별 코스(비기너/인터미디어/어드벤스드) 국제프랑스어 Delf 시험이 상반기 3월과 하반기 10월에 있다. 한국보다 시험료(4,000루피)가 많이 저렴하기 때문에, 불어에 관심이 있다면, 시험을 보기를 바란다.	<a href="http://www.alliancefr.lk/">http://www.alliancefr.lk/</a>
Goethe Institut	독어	초중급 레벨은 현지인 강사 원장 선생님, 고급 레벨은 독일인 강사 매개 언어는 영어 수업료(주말반) : 21,000루피/3달, 교재 별도(2,500루피/6개월 과정) 유럽공통참조기준(CEFR)에 따른 수준별 코스	<a href="http://www.goethe.de/ins/lk/de/col.html">http://www.goethe.de/ins/lk/de/col.html</a>

- 문화/여가생활

이름	설명	비고
영화관(MC 내 위치)	골로드에 위치해 접근성이 뛰어남	
영화관 (인디펜던스 아케이드 2층)	가장 최신식 시설 2D/3D 상영	
YAMAHA (바우달 로카 마와타, 아케이드 맞은편)	악기 구입 및 강습 기타, 드럼, 건반 등 원하는 프로그램과 시간대를 선택하면 악기 강습	
한인 축구회	시간대가 매주 달라짐	
테니스 여소시에이션	1시간 강습에 2,000~2,500루피	
콜롬보스위밍클럽 (골페이스)	수영, 헬스, 테니스 일년 멤버십 한화 250만 원	
헬스클럽 (인디펜던스 스퀘어)	1달 10,000루피/ 6개월 42,500루피/ 1년 65,000루피	둘 이상 함께 등록하면 저렴
데히알라 동물원 (데히알라 마운트 라비니아)	외국인 2,500루피 ERD 카드 소지자 100루피	
미술품 감상 (빅토리아 파크 앞)	스리랑카 유일의 미술대학 학생들과 출신 화가들의 그림을 전시하고 판매	
회화 감상 (골로드 밤발라피티야)	베어풋 카페와 갤러리 카페에도 상설 전시	
회화 수업 (골 로드 플라떼)	토요일 오전에 회화 수업	

2) 중부(캔디)

- 맛집

이름(위치)	종류	가격	비고
True Sri Lankan Taste	현지식	끼리빳(Milk Rice), 로띠 개당 20~50루피	
플라워 송	중식	-	치킨 탕수로 유명 세금 12% 추가로 부과

밤부 가든	중식	-	탕수육, 강공 추천 외국인에게 유명
Louis (KCC)	베이커리	크로와상, 초콜릿 크로와상 150~200루피	
화이트 하우스 레스토랑	베이커리	치킨 수프 300루피	4시 이후에 판매하는 핫도그 종류들이 저렴하고 맛있음
Deli France	베이커리	훈제 연어 샌드위치 860루피	가격 대비 양이 적은 편
Natural Coffee	커피숍	아메리카노 400루피	일요일에 방문하는 여자 손님들에게는 모든 메뉴를 50% 할인

## - 어학정보

British Council(영어), British Way English Academy(영어), Alliance Francaise(불어)  
학원이 있다(자세한 내용은 콜롬보-어학정보 참조).

## 3) 남부

## - 맛집

이름(위치)	종류	가격	비고
인디안 레스토랑 (마타라 비치 로드)	인도식	난 60~150루피 마살라 커리 300~400루피	오후 4시 이후 오픈
피자헛 (마타라 누페)	양식	포테이토 피자	에어컨이 있어서 쾌적 배달 가능
Dutch Street (마타라 포트)	양식	-	맞은편에 한적한 해변이 있어서 분위기 아주 좋음
젤라또 (골, 패들러 스트리트)	아이스크림	-	
패들러스 인 (골, 패들러 스트리트)	양식	-	

- 어학원

British Council(영어), British Way English Academy(영어)가 있고(자세한 내용은 콜롬 보-어학정보 참조) 그 외에 현지인이 운영하는 학원도 많다.

이름	종류	코스 소개 외	비고
현지인 운영 학원	영어	일대일 튜터식. 1주 2회, 1회에 300루피 장점 : 개인 수준에 맞는 강의 단점 : 스리랑카식 영어 발음, 시간 개념 부족	

- 여가생활

이름	설명	비고
시네마 (마타라 버스 스탠드 2층)	현지/외국 영화 상영, 2D 250루피, 3D 300루피 장점 : 에어컨 시설 단점 : 버스 경적 소리가 다 들림	Facebook (Skylite3Dcinema)
플헤나 비치 (마타라 아피코 맞은편)	주로 현지인이 옴 규모가 작고 조개 껍질 사장이며 파도가 잔잔하여 물놀이 하기 좋음	
초중급자 서핑 (웰리가마)	고운 모래에 서핑하기 적합한 파도 1시간 보드 대여 300루피 1시간 일대일 서핑 강의 2,000루피 (현지어 구사하면 1,500루피 가능) 시즌 때는 엄청 많은 인파가 몰림	
중고급자 서핑(미리사)	초급은 어려운 파도	
스킨스쿠버 (미리사)	1회 다이빙(1시간 내) 4,000루피 PADI공인 Open Water 자격증 45,000루피, 3박 4일(하루 종일), 이론 실습 병행	

4) 동부

- 맛집

이름(위치)	종류	가격	비고
더치뱅크 카페 (트링코말리)	양식	1인당 1,000루피 내외	피자, 치즈코, 나시고랭, 피쉬 앤 칩스

New parrot restaurant (트링코말리)	현지식	새우볶음, 라이스류 200~500루피	
Hot box (트링코말리)	현지식	1인 1,000루피 내외	사모사, 롤도 간단히 먹기 좋음
Sun Shine (바티칼로아)	현지식	1인 1,000루피 내외	주문과 동시에 요리 시작
Riviera (바티칼로아)	현지식	1인 750루피	오후 6시 반 닭다리 바비큐 판매

## - 어학원

이름	종류	코스 소개 외	비고
Headaway (바티칼로아)	영어	기초회화부터 아이엘츠까지 아이엘츠는 주말에만 수업	

## - 여가생활

이름	설명	비고
피전 아일랜드	스노쿨링, 입장료, 배 1인 2500루피 바다 근처 다이빙샵 또는 숙소의 주인에게 문의하면 연결 가능	승선 인원에 따라 가격 변동
요가학원	일주일에 두 번 한 시간 씩 수업, 1달에 1000루피 선생님이 일 년에 두 번 인도 가는 기간은 수업 없음	
리비에라 수영장	1회 이용 300루피	시간제한 없음
파시쿠다	해변 및 리조트 문화	
아루감 베이	중고급자 서핑 외국인이 많이 오는 휴양지라 물가가 높음	

## 5) 북부(자프나)

## - 맛집

이름(위치)	종류	가격	비고
Tilko Hotel 식당	현지식 인도식 중국식	-	Jaffna Crab curry

Green grass Hotel 식당	현지식 인도식 중국식	-	Jaffna Crab curry
Malayan café	현지식	매우 저렴	그릇으로 바나나 잎 사용
Rio Ice cream (Nallur Kovil 옆)	아이스크림	-	본점 단맛과 쫄깃한 식감

#### - 어학원

내전 전 교육열이 가장 높은 도시였다는 명성만큼 현재에도 수많은 어학원이 존재하나 British Council(영어)(자세한 내용은 콜롬보-어학정보 참조)의 시설과 교육 프로그램이 최상이다. 영어 외의 어학원(프랑스어, 독일어 등등)도 심심찮게 찾을 수 있다.

#### - 여가생활

이름	설명	비고
영화관	타운에 위치한 카길스(Cargills) 건물 4층에 위치 Platinum관에서 3D영화, 할리우드 영화 상영	
탁구	YMCA건물(타운에서 5분 거리)	
수영장	게스트 하우스(Hotel lux Etoiles), Green grass Hotel에서 수영을 즐길 수 있음	

## 6) 기타

- 등산 : 스리랑카(특히 산간지방)에는 볼거리가 풍성한 산이 많다. 스리파다, 월즈엔드 등 유명하고 볼 것 많은 산을 한 번만 가기에는 아쉽다. 산은 아침·점심·저녁 등 시간에 따라 그 모습을 달리 나타낸다고 한다. 여러 번 올라가 볼 만하다.

- 래프팅 : 콜롬보에서 해튼으로 가다 보면 키톨갈라(Kithulgala)라는 마을이 있는데 거기서 래프팅을 할 수 있다. 짧은 시간에 안전교육을 하기 때문에 초보자도 가능하다. 래프팅 코스가 영화 '콰이강의 다리' 제작 현장을 지나가게 되어 있다. 래프팅을 하고 올 때는 '키톨'이라는 나무의 수액으로 만든 '키톨페니'를 구입해서 집에 가서 요리할 때 쓰자. '키톨페니'는 전통방식으로 장시간 고아서 우리나라의 조청처럼 만든다.

- 조깅, 스트레칭, 체조 : 간단한 운동들도 꾸준히 해 건강하게 신체를 가꾸자. 체력 강화는

물론 좋은 생활 습관 들이기에 도움이 된다.

- 독서 : KOICA 현지 사무소에 선배들이 기증한 책들과 매년 KOICA 본부에서 선정된 책이 비치되어 있다. 양서가 많으므로 자주 이용하자. 대신 다른 단원들도 양서를 볼 수 있도록 대출 기한을 잘 지키자.

서점은 각지에 있다. M.D.구나세나(M.D.Gunaseena) 라는 브랜드가 널리 알려져 있다. 콜롬보에서는 비지타 야파(Vijitha Yapa) 서점이 있다. MC 앞 유니티 플라자에도 큰 규모의 비지타 야파 서점이 있어서 거기에서 웬만한 책들은 구할 수 있을 것이다. 수업에 사용할 전문서적이나 학습용 원서 같은 것은 콜롬보 대학서점이나 페타 기차역 건너편 골목에 들어가서 엑스포그래픽(EXPOGRAPHIC)이라는 서점에서 찾아보자. 쓸 만한 책들을 찾을 수 있다.

(www.expo-graphic.com, 주소 : 977/8, Pannipitiya Road, Pelawatta, Battaramulla. 월~토 9:00~17:30 / 일 9:00~16:00 / 공휴일 휴무)



### 우편 및 배송

DHL, 페덱스(FEDEX) 같은 사설 소포배달 회사도 좋지만, 우체국도 안전한 편이다. 한국에서 소포를 받을 때 사무소로 보내는 경우에는 직접 사무소로 찾으러 오는 불편을 겪어야 하고 반면에 자기 주소로 보내는 경우, 소포가 10kg 이상인 경우에 중간에 끊기는 경우가 있다. 또한 비쌀 것 같아 보이면 중간에서 끊어서 직접 우체국에 찾으러 가야 하는 경우가 있다. 그럴 경우 수수료를 내고 가져와야 하는 불편함이 있다. 정확한 기준은 없지만 경험상 집주인을 수신자로 해서 보내면 잘 오는 편이다. 배로 올 경우에는 얼마나 걸릴지 알 수 없고, 항공우편으로 보내면 5일 정도 걸린다. 한국으로 소포를 보내고자 하면 우체국으로는 일반(Normal), 등기(Resister)와 EMS를 이용해 보낼 수 있고 사설 소포배달 회사를 이용하는 방법이 있다. 보통 소포량 등기는 한 박스가 2kg 이하인 경우에만 보낼 수 있다. 그 이상인 경우에는 EMS로 보내자. EMS는 최대 20kg이 한계다. EMS의 가격기준(한국)은 다음 표와 같다.

무게(g)	~250	251~500	501~1,000	1kg 이후(500g마다)
가격(루피)	1900	2100	2500	600

보통은 소포 안을 확인한다. 그래서 보낼 소포를 단원이 보는 앞에서 개봉하여 살피므로 직원의 확인이 끝난 뒤에 싸는 것이 좋다. 어떤 우체국에서는 전기제품이나 액체 같은 것들은 안 된다며 빼라고 한다. 또 어떤 우체국에서는 괜찮다고 확인을 잘 하지도 않는다. 그러므로 잘 설명해야 하는 지혜가 필요하다. 개인적인 물품이라 보여주고 싶지 않은 경우에는 강하게 말하고 우체국장을 불러 잘 얘기하자. 자주 이용하는 우체국일 경우에는 관계가 상하지 않도록 잘해야 할 것이다. 콜롬보 페타에 있는 중앙우체국이 편리하다. EMS는 조금 비싸지만 3~4일 만에 오고 등기는 5일에서 8일 정도 걸린다. 또한 인터넷으로 소포의 운송장 조회를 할 수 있다.



### 요리법 - 현지음식 혹은 현지재료를 사용한 한국음식

스리랑카에는 한국 음식뿐만 아니라 여러 가지 음식을 해먹을 수 있을 만큼 다양하고 많은 재료가 있다. 그렇기 때문에 개인의 노력만 있다면 김치, 갈비찜, 호박죽 등 다양한 음식을 맛볼 수 있다. 푸드 시티, 킬스 슈퍼마켓, 시장 등 지방 단원도 쉽게 구할 수 있는 재료 기준으로 몇 가지 조리 예를 만들어봤다.

- 1) **김치** : 배추, 굵은소금, 설탕, 마늘, 생강, 고춧가루, 액젓 모두 스리랑카에 있기 때문에 만들어 먹기 제일 좋은 음식이다. 하지만 지방권의 경우, 배추를 팔지 않는 곳도 있다. 그 경우에는 콜롬보의 콜루피티야 시장에서 구입하면 된다.
- 2) **갈비찜** : 각 지역에 있는 푸드 시티에서 갈빗살을 구입하여 하루 정도 찬물에 넣어 핏기를 제거하여 만들면 된다(고기에 핏물이 많아 제대로 제거해주지 않으면 고기가 질기고 맛이 없다). 각종 채소(호박, 감자, 당근 등)와 간장, 설탕, 라임 등을 푸드 시티에서 구입할 수 있다.
- 3) **호박죽** : 찜기는 각 지역에 있는 아피코에서 구입할 수 있다(간혹 없는 지역도 있다. 이 경우에는 콜롬보 아피코에서 구입하면 된다). 밥통을 사용해도 된다. 호박은 시장이나 푸드 시티에서 구입할 수 있다.
- 4) **해물탕** : (2인분 기준) 꽃게 한 마리, 오징어 1마리, 새우 2마리, 무(원하는 만큼), 양파 2개, 다진 마늘, 대파, 고춧가루 한 스푼, 고추장 한 스푼, 소금 약간, 후추. 꽃게는 칫솔을 이용해

손질하고 오징어와 새우는 내장과 껍질을 벗겨 손질한 뒤 냄비에 넣는다. 채소는 원하는 크기로 손질하고 양념장은 기호에 맞게 추가한다. 조개류가 빠져 약간 국물이 싱거운 경우가 있다. 이럴 때 약간의 다시다를 넣는 것도 좋다.

**5) 오징어 덮밥** : (2인분 기준) 오징어 2마리, 새우 2마리, 양파 2개, 다진 마늘, 고춧가루, 간장, 설탕, 참기름, 후추. 오징어와 채소를 손질한 뒤 먹기 편한 크기로 자른 뒤 프라이팬에 식용유를 두르고 양념과 함께 볶아낸다. 간을 하기 어려운 경우 고추장과 된장을 2:1로 섞어 간을 하는 것도 좋다.

#### 6) 스파게티 (1인분)

**토마토 소스** : 스파게티 면, 양파, 베이컨, 후추, 소금, 토마토 소스. 스파게티 면을 삶을 때는 소금 약간과 엉겨 붙지 않게 올리브유를 조금 넣어준다. 올리브유를 두른 프라이팬에 양파와 베이컨을 넣고 볶다가 토마토 소스를 넣고 기호에 맞게 간을 한 뒤 면을 넣고 버무린다.

**카르보나라** : 스파게티 면, 생크림, 새우, 양파, 브로콜리, 계란, 마늘, 베이컨. 소금 약간과 올리브유를 넣어 면을 삶고 계란은 노른자만 분리해 생크림과 섞어 준비해 놓는다. 올리브유를 두른 프라이팬에 새우와 베이컨 등을 각종 채소와 볶고 익을 때쯤 생크림과 노른자를 넣어 살짝 조려준다. 마지막으로 면과 함께 살짝 볶아낸다.

**7) 카덜러 부침개** : 스리랑카에는 '카덜러'라 불리는 약간 크고 노란색의 콩을 판다. 카덜러를 출근하면서 물에 불려두자. 퇴근해서 집에 오면 적당히 불어 있을 것이다. 그것을 믹서기에 걸쭉하게 갈아서 약간의 밀가루와 섞는다. 이때 기호에 따라 야채를 넣되 주로 양파, 호박, 마늘, 당근, 감자, 파 등을 넣는다. 여유가 있으면 돼지고기나 닭고기를 적당량 다져서 넣고 아니면 킬스 슈퍼에서 다진 고기를 구입해 넣으면 된다. 부침개 찍어 먹을 간장 소스를 따로 만드니 너무 짜지 않게 하자. 카덜러 부침개는 제법 든든한 영양식이다.

**8) 비지찌개** : 카덜러를 하루 정도 물에 불린 다음, 믹서기에 간다. 믹서기에 간 콩과 함께 김치, 돼지고기를 썰어 넣으면 맛있는 비지찌개를 만들 수 있다.



## 유용한 사이트

- 1) [www.wow.lk](http://www.wow.lk) : 인터넷 쇼핑몰. 스리랑카 전역 배달 가능
- 2) [www.ikman.lk](http://www.ikman.lk) : 주로 중고제품을 거래하는 쇼핑몰
- 3) [www.yamu.lk](http://www.yamu.lk) : 음식점 소개 및 평가
- 4) [www.zomato.com](http://www.zomato.com) : 음식점 소개 및 평가
- 5) [www.damro.lk](http://www.damro.lk) : 가구 판매
- 6) [www.arpico.lk](http://www.arpico.lk) : 가구 판매
- 7) [www.alpha.lk](http://www.alpha.lk) : 가구 판매
- 8) [www.singerhomes.lk](http://www.singerhomes.lk) : 가구, 전자제품 판매
- 9) [www.abans.lk](http://www.abans.lk) : 전자제품 판매
- 10) [www.pmdnews.lk/](http://www.pmdnews.lk/) : 스리랑카 정부 공식 홈페이지
- 11) [www.statistics.gov.lk/](http://www.statistics.gov.lk/) : 스리랑카 통계청



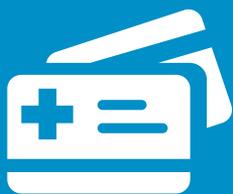
<wow.lk 메인 화면>



<ikman.lk 메인 화면>



# 제4부



# 봉사활동 정보

2024년 10월 15일

봉사활동 신청서

## 봉사활동 정보



### 보고서 관련 작성 Tip

#### 1) 정기보고서와 반기 활동 보고서

- 봉사단원은 스리랑카로 입국하는 날을 기준으로 6개월에 한 번, 반기 활동 보고서를 제출하여야 한다. 보고서는 활동 관련 사항과 건의사항 등 현지 생활 전반에 대해 작성하면 되는데 6개월의 생활을 한 번에 작성하려고 하면 많은 어려움이 따르니 틈틈이 반기 보고서를 작성해 두는 것이 좋다. e-kov 단원홈페이지(<http://kov.koica.go.kr/>)에 들어가 활동보고서 메뉴에 제출하면 된다. 전자시스템에 업로드 할 수 있는 문서의 용량은 50MB이며, 사진 및 그림 등 첨부로 인해 용량이 크다면 PDF 파일로 변경하면 된다. 최종 보고서(4차 반기 활동 보고서)는 현지 봉사활동을 총 정리하여 귀국 전 2개월 이내에 수필 형식 보고서를 제출하여야 한다.

## Tip. 반기별 보고 내용

## I. 파견 1차반기

1. 국내훈련에 대한 평가 및 개선점
  - 현지에서 느끼는 국내훈련 효과 등
2. 현지적응훈련에 대한 평가 및 개선점
  - 현지어교육(강사, 교습방법), 프로그램 구성, 숙소 및 훈련시설 등
3. 소속기관 소개
  - 소속기관 성격, 기능, 조직, KOV에 대한 소속기관의 이해도, Co-worker소개 등
4. 단원 담당업무 및 활동 소개
5. 활동 시 애로사항 및 건의사항
  - 해외사무소와의 협조관계, 활동기관과 Co-worker와의 협조관계 등
6. 향후 봉사활동 계획
7. 주거현황 및 주변여건
  - 거주지 소개, 대중교통(출근방법), 전기 및 수도 등 기본시설 상태, 기본생활필수품 구입 등
8. 현지생활 일과 소개
  - 평일, 휴일, 여가활동 등
9. 의사소통
  - 활동 임지에서 통용되는 현지어, 현지인과의 의사소통 정도, 현지어 습득 계획 등
10. 현지주민과의 친숙도
  - 이웃 소개, 한국인에 대한 지역주민의 반응
11. 기타

## II. 파견 2차반기

1. 지난 1년간 봉사활동 내용 평가
2. 향후 1년간 봉사활동 계획
3. 활동 시 애로사항 및 건의사항
  - 해외사무소와의 협조관계, 활동기관과 Co-worker와의 협조관계 등
4. 의사소통
  - 현지인과의 의사소통 정도, 현지어 습득계획 등
5. 현지주민과의 친숙도
  - KOV에 대한 주민반응 등
6. 기타

### Ⅲ. 파견 3차 반기

1. 봉사활동 내용
2. 활동 시애로사항 및 건의사항
  - 해외사무소와의 협조관계, 활동기관과 Co-worker와의 협조관계 등
3. 후임 단원 파견 필요성
  - 활동기관에 대한 평가, 후임단원 파견 시 준비물 등
4. 기타

### Ⅳ. 파견 4차 반기(최종보고서)

1. 2년간 봉사활동 내용에 대한 총 평가
  - 현지업무 종결 결과, 성과, 문제점, 대책
2. 활동기관에 대한 총 평가
  - 장점, 단점, 향후 필요한 지원체계 및 협력관계, 단원파견 호응도 등
3. 후배 단원에 대한 조언(파견 전인 후배에게)
4. 파견지역 연구지역 특징 소개 등
5. 기타

### Ⅴ. 계약연장 ○차 반기

1. 봉사활동 내용
2. 연장 근무를 통한 성과(연장 근무 신청 계획 대비 성과)
3. 기타

## 2) 안전상황 보고

- 봉사단원은 <http://kov.koica.go.kr>에 접속하여 e-kov 로그인> 보고서 관리> 안전상황 보고서를 지정일(매달 10일)까지 입력하면 되는데 신변안전에 위협을 느끼고 있는지 안전 관련 건의사항이 있다면 기입하면 된다.

## 3) 이동 보고서

- 봉사단원은 파견국의 공휴일 또는 주말을 이용하여 파견된 임지의 경계를 벗어나는 경우에는 이동 보고서를 스리랑카 해외사무소로 제출하여야 한다. 경계의 정의는 지역에 따라 다른데, 보통 기관에서 차로 1시간 이상 걸리는 곳에 간다면 경계를 벗어난다고 할 수 있다. 단원은 기관에 이동 사실을 알리고 사무소에 최소 이틀 전 이메일로 일정과 행

선지 및 목적이 담긴 이동 보고서를 제출하여야 한다.

#### 4) 주재국 내 출장 보고서

- 활동 물품 시장 조사 및 구입 또는 임지 외 타 지역으로 출장을 가야 하는 경우 소속 기관장의 동의 레터와 주재국 내 출장보고서를 사무소로 제출하면 된다.

#### 5) 휴가 신청서

##### - 파견국 내 휴가

휴가 실시 1주 전에 소속 기관장의 동의 레터와 파견국 내 휴가 신청서를 사무소에 제출하면 해외사무소장의 승인하에 휴가를 즐길 수 있다. 또한 휴가 종료 후에는 사무소에 문자메세지 또는 이메일을 통해 간단히 귀임을 보고하도록 하자.

##### - 파견국 외 휴가

봉사단원은 파견국 외 무단이탈을 금지하고 있다. 해외로 휴가를 갈 경우에는 소속 기관장의 동의 레터와 비행기 티켓 사본, 파견국 외 휴가 신청서를 e-kov를 통해 사무소로 제출하고 해외사무소장의 승인하에 국외로 휴가를 갈 수 있다. 하지만 미수교국 및 전쟁발발지역 등 위험지역은 갈 수 없으니 국외 여행 계획 시 유의하자. 국외 휴가는 활동종료일 2개월 전까지 2회 이내로 분할해서 실시할 수 있으며 국내외 휴가는 업무의 공백이 생길 수 있으므로 사무소에서 휴가 중 업무 인수인계서나 휴가 후 활동 계획서 등을 요구할 수도 있다.

#### Tip. 기관에서 레터를 요청하는 경우

가끔은 기관에서 레터를 요청하는 경우도 있다. 말로 해서 되는 곳도 있지만, 스리랑카의 행정은 레터로 시작해 레터로 마무리되는 문화이기 때문에 공식적인 문서를 요청하는 일이 종종 발생한다. 이때는 단원이 직접 레터를 써야 하는데 해본 적이 없어 조금 당황스러울 수밖에 없다. 양식은 간단하므로 한두 번만 작성하면 그 이후부터는 쉬울 것이다. 정해진 양식은 없으나 필요한 정보는 꼭 넣어 영문으로 작성하면 된다.



## OJT(On the Job Training)

### 1) OJT를 시작하면서...

- 첫 만남 : 보통 기관장 또는 기관 관계자들과 함께 임지로 이동한다. 이동할 때는 단원과 운전기사, 단원을 데리러 온 기관 관계자가 전부다. 차 안의 어색함이 느껴질 것이고 만약 파견 지역이 콜롬보에서 멀다면 어색함의 정도도 심해질 것이다. 파견 지역 및 기관에 대해 궁금한 점이나 간단히 나눌 이야기 화제를 염두해 두고 현지어를 연습해 놓는다면 화기애애한 분위기로 이동할 수 있고 기관에도 좋은 인상을 심어줄 수 있다.
- 기관에서의 생활 : 두 손 모으고 “아유보완”하고 인사를 건네자. 아침에 기관이나 학교에서 스리랑카 국가가 울려 퍼지면 당황하지 말고 국기 쪽을 향해 차렷 자세로 서 있으면 된다. 실론티의 나라답게 10시 반경에는 티타임이 있다. 현지인들과 밀크티(Kirite)를 마시며 담소를 나눠보자. 이렇게 친해진 직장 동료들에게 파견 기간 동안 봉사활동 진행뿐만 아니라 현지 생활 적응을 위해 많은 도움을 받을 수 있다.
- 활동 : 선임이 있으면 인수인계를 받고 바로 본격적으로 활동을 하게 되는 경우도 많다. 초임이라면 조금 시간을 갖고 기관이 어떤 시스템으로 돌아가는지 사정을 파악하고 확인하는 시간을 가져도 좋다.
- 관계 : 처음 가게 되면 대부분의 사람들이 관심을 보이는데 이도 OJT가 끝날 즈음이면 시들해질 수 있다. 그래도 끝까지 밝게 인사하는 예의를 갖추도록 하자.

### 2) OJT 생활

- 아침 기상 & 티타임 : 새벽 6시 창문 혹은 문을 두드리며 차를 가져오는 것이 이들에게는 일상이다. 집집마다 다르지만 일어나서 한잔, 10시쯤 한잔, 오후 3-5시쯤 한잔한다. 밥 먹고 나서도 마시는 경우가 있다. 현지인들은 홍차에 설탕을 아주 많이 넣어서 즐기니 선호하는 설탕량을 미리 말해두는 편이 좋다. 또는 원하지 않다면 정중히 사양하자. 이렇게 차를 가져오는 경우는 호의를 베푸는 것이다.
- 집에서의 활동(행동, 식사) : 아침으로 빵이나 밥과 커리를 주는 경우가 많다. 만약 원하

는 음식이 있다면 미리 정중히 부탁하면 된다. OJT 기간 동안 현지인의 식사 양은 우리의 상상을 초월한다. 또 먹다 보면 계속 권해서 포만감이 적당히 느껴질 즈음부터는 거절하는 것이 현명한 태도다. 현지인들은 우리에게 호의를 베풀기 위해 계속 먹을 것을 권하는 경우가 많기 때문에 원하지 않을 때는 분명하게 의사를 전달하는 것이 좋다.

또한 외국인인을 향한 예의보다는 호기심이 앞서는 사람들이 많다. 최근에는 <대장금>을 시작으로 <풀하우스>, <꽃보다 남자>, <별에서 온 그대> 등 한국 드라마를 접하다 보니 한국인에 대한 호기심과 관심이 뜨겁다. 문을 열어두고 활동하다 보면 어떤 주인공들은 가끔 불쑥 들어오기도 한다. 당황하지 말고 정중하게 주의를 주도록 하고 외출 시에는 문을 잠그고 귀중품은 본인 스스로 잘 챙기는 것이 좋다.

- 짐 : OJT 2주 후 다시 이동해야 하기 때문에 짐을 다 풀 수 없는 상황이다. 파견국으로 출국 전 현지적응훈련을 위해 짐을 나눠 꾸릴 때 OJT에 필요한 물건들도 한쪽에 넣어 가져오는 것도 하나의 방법이다. 물론 각 지역의 상황에 따라 예상치 못했던 물건들이 필요하기도 하지만 대부분 콜롬보 또는 현지에서 마련 가능하니 걱정하지 말자.
- 잠 : 침대 생활을 하는데 가끔 벌레가 나타나 곤란을 겪을 수도 있다. 자신의 시트와 이불, 베개를 준비하는 것이 좋다. 모르텐(살충제)을 현지슈퍼에서 쉽게 구입할 수 있으니 미리 준비하자.
- 홈스테이 사람들과의 관계(언어) : 현지적응훈련 시 콜롬보에서 배운 언어들이 현지에 가면 다양각색의 발음과 억양으로 인해 한동안 혼란스러울 것이다. 노트와 연필을 가지고 다니며 써 달라고 하면 발음과 억양을 익히는 데 도움이 될 것이다. 실제 아는 단어들도 모르는 단어처럼 들리는 경우가 많다. 부지런히 연습하자.
- 물가 측정(현지인들 가격 조사) : 외국인과 현지인에게 부르는 가격이 다르다는 것을 경험할 것이다. 파견되고 혼자 생활하다보면 현지인과 같이 다닐 기회가 그리 많지 않다. OJT 기간에 부지런히 같이 다니면서 현지 물가를 파악해두는 것이 좋다. 또 현지인과 같이 가서 소개받고 단골가게를 만들어 놓으면 조금은 수월하게 물건을 구입할 수 있을 것이다. 물론 이를 악용하여 더 비싸게 받는 사람들도 있긴 하지만 대부분은 현지 가격과 별 차이가 나지 않게 받기 때문에 도움이 된다.

- 집 구하기 : 대부분 홈스테이 주인은 자신의 집에 머물 것을 권한다. 정에 끌려서 애매모호한 대답을 하면 오해가 생기기 쉽다. 보통 홈스테이 주인은 기관 직원이거나 관련이 있는 경우가 대부분이다. 나의 일거수일투족이 기관 사람들에게 전해질 수도 있다는 뜻이니 특별히 오해를 살 만한 행동을 삼가고 현지 문화를 존중하자. OJT 2주간의 기간 동안 현지 문화를 익히고 기관과 업무를 조율하며 살 집까지 구하기란 쉽지 않다. 최대 2년간 거주해야 하기 때문에 본인이 우선순위로 하는 것들을 염두해 두고 골라야 한다. 집을 구하기 위해 우리나라 베틀시장이나 교차로처럼 주간신문 뒤쪽에 실려 있는 광고들을 확인하고 웹사이트를 통해 검색해보자. 그리고 틈틈이 기관을 오가는 길에 주변 골목부터 집을 살피는 것이 요령이다. 직접 문을 두드려 가며 집을 구하는 것도 한 방법인데 이때 예상치 못했던 좋은 정보를 얻는 경우도 많다. OJT 기간 중 집을 구하지 못하는 경우도 있는데 급하게 아무 집이나 계약하기보다는 홈스테이 집에서 좀 더 머물면서 안전한 집을 구할 것을 추천한다. 주거지에서의 생활이 안정되어야 기관과 활동도 수월하게 적응할 수 있다.
- 기타 : OJT 기간 중 느낀 점, 각오 등을 자세히 메모해 두는 것이 좋다. 임지에 파견되면 시간이 정신없이 흐르기 때문에 초심을 잃는 경우가 종종 있다. 이럴 때 처음 임지에 왔을 때 느낌이나 설레었던 좋은 기억들을 기록해 두면 슬럼프가 왔을 때 다시 마음을 다잡을 수 있다.

## 인간관계

### 1) 현지에서의 대인관계 – 언제나 우리는 민간 외교관임을 기억하자

대인관계의 사전적 의미는 집단생활 속의 구성원 상호 간의 심리적 관계이다. KOICA라는 집단을 통해 만나게 되는 현지인, 단원 간의 상호 관계는 더욱 중요한 의미를 갖는다. 앞으로 우리는 2년 동안 스리랑카라는 작은 나라에서 특히 다른 파견국보다 여러 부류의 사람을 많이 만나게 될 것이다. 기관에서 만나게 될 현지인, 동료 단원, 사무소 등으로 나눠 대인관계의 팁을 공유하려고 한다.

## 2) 기관

적당한 거리를 두는 것이 정말 어렵다. 소원하게 지내면 기관 사람들도 우리가 무슨 활동을 하는지 제대로 알지 못하고 단원이 진행하고자 하는 활동에 도움을 받는 것이 어려워 생각보다 활동이 힘들어지는 경우가 있다. 기관 사람들과 너무 친하게 지내면 사생활이 드러나기 마련이다. 결국은 소문이나 관심에서부터 자유로울 수 없는 상황이 닥친다. 업무상의 대화와 간단한 인사, 안부를 주고받는 사이가 적당하다는 생각이 든다. 공과 사를 구분하자. 가끔 사적으로 어울릴 수도 있지만 너무 격의 없이 지내는 것은 좋지 않다. 현지인들은 외국인과 친분을 과시하고 싶어 하는 경우가 많아 가끔 황당한 일을 겪는 것도 다반사다. 특히 현지인들은 우리가 받는 생활비와 집세 등 돈과 관련된 질문을 많이 한다. 이럴 때는 사무소에서 관리하기 때문에 돈에 관련된 것은 잘 모른다고 답하는 것도 하나의 방법이다.

## 3) 단원

한국과 비교해 3분의 1정도의 면적인 스리랑카는 한마디로 작은 나라다. 그래서 다른 파견국과 달리 단원 간의 교류가 많다. 분야 모임, 동아리, 협력활동, 파견기관 외 봉사활동 등 다양한 형태로 단원들과 마주하게 된다. 언제든 내 얘기를 들어주고 힘이 되어 주는 단원이 있다면 어렵고 힘들 때 큰 힘이 될 것이다. 그러나 만날 수 있는 사람이 한정되어 있는 만큼 별 뜻 없이 한 이야기가 눈덩이처럼 커져서 단원 간 오해의 소지나 마찰이 일어날 수 있다. 기관과 마찬가지로 적당한 거리가 필요하다. 항상 선과 예의를 지키며 활동에 대한 발전적이고 건설적인 이야기를 하고 불평불만보다는 활동 중 일어나는 소소한 일상을 주제로 하는 게 좋다.

## 4) 사무소

한마디로 말하면 단원들의 안전과 활동을 지원해 주는 곳이다. 단원에게 크고 작은 일이 생길 때 사무소에서 중재를 해주거나 해결에 도움을 주는 경우가 많다. 그렇기 때문에 활동 중 기관 만큼이나 사무소와의 관계도 중요하다. 활동지원 물품, 현장사업 등 행정적인 업무를 비롯하여 단원의 편의와 안전을 위해 사무소에서는 단원에게 관심을 기울인다. 가끔은 사무소로부터 주의를 받거나 걱정 섞인 충고를 듣는 단원이 있는데 이럴 때 감정적으로 대처하기보다는 우리의 안전을 위한 조치이므로 긍정적으로 생각하면 좋다. 대부분 사무소에서 월드프렌즈 코디네이터는 선배 단원인 경우가 많다. 우리보다 앞서 단원 생활을 했기 때문에 기관이나 현지인 사이에서 겪는 고충이나 문제들에 대해서도 도움을 받을 수 있다. 사무소와 공과 사를 구분한다면 활동에 큰 힘이 될 것이다.

## 5) 한인들과의 관계

KOICA 단원을 제외한 현지 거주 한인들과의 관계도 매우 중요하다. 지방 단원의 경우 특별히 마주칠 기회는 적지만 주말을 이용해 유숙소를 이용하거나 콜롬보를 방문하는 경우 종종 마주치게 된다. 2~30대 젊은 단원들의 경우, 주말을 이용해 동기간의 친목을 다지고 스트레스를 풀기 위해 가볍게 술자리를 갖는 경우가 많은데 한인들이 가는 곳도 비슷해 마주치는 일이 많다. 혹 술을 과하게 마셨거나 봉사단원의 신분엔 맞지 않게 비싼 음식점에서 마주쳤을 때 한인들 사이에서 이야기가 나오는 일도 있으므로 봉사단원이라는 신분을 잊지 말고 예의 바르게 행동하자. 또 직접 친분이 없다는 이유로 한국인임을 알고도 인사도 없이 지나치기보다는 가벼운 눈인사나 목례 정도는 하는 것이 매너라는 점도 기억하자!

## 6) 현지인

한국인인 봉사단원들보다 한국 드라마와 연예인을 더 잘 알고 있을 정도로 활발한 친한류 덕분에 봉사단원에 대한 긍정적인 이미지를 가지고 있으며, 언제 어디서든 만나고 접하게 되는 현지인들은 단원에게 무엇이든 도움을 주기 위해 노력하는 모습이며 친절하고 매너 있게 대해 준다. 하지만 개방적인 외국 여행객들의 방문이 증가하고 스리랑카 내 많은 중국기업들의 진출로 중국 여성들이 매춘 활동을 하고 있어 쓰리휠(툽툽) 운전자 또는 상점 운영 현지인 남성 등이 외국인 여성을 대상으로 빈번하게 성적 조롱을 재미 삼아 한다. 치안이 비교적 좋은 스리랑카에서 지내다 보면 방심하기 쉽다. 방심은 금물이다. 여자 단원의 경우 항상 언제 어디서나 각별히 조심하도록 하자.



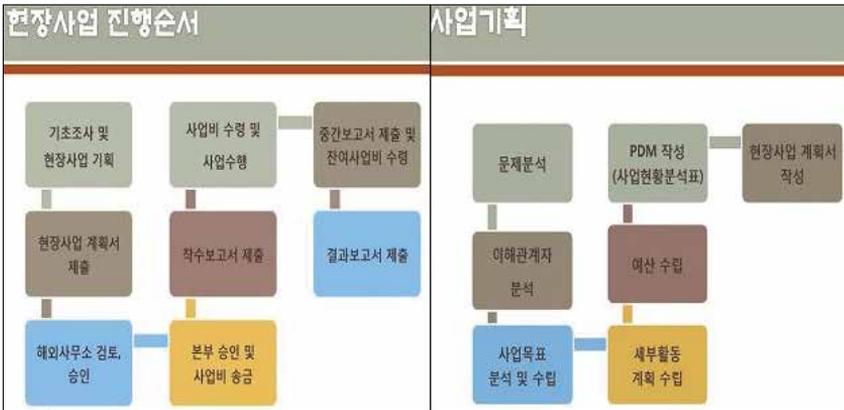
## 현장사업 및 협력활동 구상

### 1) 현장사업

- 봉사단원이면 누구나 멋진 현장사업을 하나쯤 하고 싶을 것이다. 많은 자금이 투입되는 만큼 효과에 대한 철저한 검토가 필요하다는 것은 말할 것도 없다. 현지에 도움을 줄 수 있는 좋은 아이디어가 있다면 꼭 한 번 사업을 계획해보고 사무소의 승인을 받아 실행에 옮겨보자.

기획할 때 가장 중요한 점은 사업의 방향(목적과 목표)이 명확하게 설정되어야 한다는 점이다. 사업을 기획할 때 첫걸음은 문제를 규명하는 것(문제의 원인을 설명하는 것이

다. 사회문제와 욕구를 파악한 후 문제의 원인(요인)을 제시해야 하는데 문제의 원인진단이 끝나면, '기대효과'를 제시하여 문제에 대한 해결책을 제시한다. 기대효과란 사업을 통해 지원을 함으로서 사회문제가 어떻게 해결될 것인가를 설명하는 것이다. 기대효과의 기본 구조는 "(If) 현장사업이 제공된다면, (Then) 지역사회가 변화할 것이다"의 식이다. 꼭 반드시 생각해 보자. 현장 사업을 통해 우리가 이루고자 하는 목적, 목표, 기대효과는 어떤 것 일까? 그리고 봉사단원이 귀임하고 더 이상 후임 단원을 파견하지 못할 때에도 이들은 이것을 유지하고 보완하고 지속가능하게 할 수 있을까? 현장사업을 기획하면서 중요한 질문일 것이다. 현장사업은 파견분야와 관련된 프로젝트를 진행하는 것이므로 답답할 수도 있겠지만, 사실 스리랑카에서 할 수 있는 것은 아직 많다. 현장사업을 위해 작성해야 할 문서는 현장사업 제안서, 기관요청서이다. 사무소에서는 현장사업을 제안한 단원들을 모아 각 사업에 관한 타당성을 검토하기 위해 현장사업 심의위원회를 거친다. 이때 단원은 사업에 관한 소개와 효과, 비용 등에 대해 발표를 하면 된다. 심사를 거쳐 승인되면 현장사업을 착수할 수 있다.



- 진행

본부에서 승인이 나면 사업비를 사무소로 보낸다. 사업을 시작하기 위해 달러 통장을 개설해야 한다. 외국인들을 위한 달러 통장은 두 종류가 있는데 비자 유무에 따라 다르다. 아무 은행이나 상관없지만 보통 SC(Standard Chartered), HSBC(이하 HB)나 상업은행(Commercial Bank, 이하 CB)을 이용한다. 지역에서 이용하기 쉬운 은행도 괜찮다. 금전출납부는 사업이 끝난 후 한 번에 작성해도 되지만, 한 번에 작성하는 것이 부담스러우므로 중간

보고서를 작성할 때마다 한 번씩 영수증 정리도 함께하는 것이 좋다. 사업비를 다 뺏고 평균 환율이 나올 때까지는 달러환산액, 집행액, 잔액칸을 비워둬도 무관하다. 비슷한 시기에 현지화와 달러 잔액의 지출이 이루어지기 때문이다. 사업비 집행 후에는 영수증 처리가 중요하다. 최대한 공식 영수증수기보다는 업체 이름이 인쇄된 영수증을 사용하도록 하고 영수증을 받을 수 없다면 사무소에 있는 현지용 영수증 처리 양식을 사용하자. 항목에 판공비, 출장비 같은 모호한 말보다는 자재비, 운송비, 송금 수수료 등 구체적으로 표기하고 세부내역에 자세한 내용을 적으면 된다. 영수증은 한 장에 하나씩 붙이는 것이 원칙이지만 같은 날 같은 품목을 구입한 영수증이라면 한 장의 종이에 붙여도 된다. 작은 영수증을 가운데 붙이고 큰 영수증의 필요 없는 부분을 접어 붙이면 된다. 영수증이 너무 크면 날짜와 금액, 사인 등이 보이도록 접어 붙이도록 하자. 나중에 사무소나 본부에서 확인하기 쉽게 날짜와 금액을 형광펜으로 표시하면 좋다. 가끔 영수증을 늦게 받아 순서가 뒤바뀌는 경우도 있으므로 사업이 끝날 때 영수증 번호를 수기로 쓰는 것도 방법이다.

- 마무리 프로젝트가 끝나고 정산을 위해 통장을 닫기 전에 남은 이자는 사무소 통장으로 다시 반납해야 한다. 이를 위해서 통장을 꼭 확인하자. 프로젝트 통장의 경우, 통장을 주는 경우도 있지만 통장 없이 카드만 발급해 주고 계좌 개설 시 가입한 주소로 직접 보내주기도 하므로 잘 모아놓아야 한다. 아니면 필요할 때 은행에 찾아가 통장번호를 알려주고 입출금 내역서(Statement)를 달라고 하면 거래 내역을 뽑아준다. 간혹 이때 수수료를 요구하는 은행도 있으니 염두해 두자. 이자는 날짜별 표로 정리해 사무소에 제출하면 된다. 아직은 KOICA에 대한 인지도가 낮기 때문에 홍보가 매우 중요하다. 한 예로 KOICA에서 마타라(Matara) 중심에 있는 큰 다리를 공사했는데 많은 지역주민들이 자이카(JICA)에서 지어준 다리로 알고 있다고 한다. 마지막으로 현장지원 사업을 마친 후 준공식을 할 때, 사무소 직원, 기관 관계자, 언론사 등을 초대해 사업의 목적, 규모 등 전반적인 내용을 알리고 홍보하는 것이 좋다.

#### -유의 사항

- 기관과의 조율 사업 물품을 조사할 때, 기관에서 특정 물건이나 상점을 선택하도록 유도하는 경우가 있다. 사실상 기관의 마음대로 하는 경우도 있고 아예 하지 못하게 되는 경우도 있다. 한 예로 전기분야로 파견된 모 단원의 프로젝트는 TC의 전기과 학생들과 함께 마을에 태양광 가로등을 몇 개 설치하는 것이 포함되어 있었는데, 학교 측에서는

학교에도 태양광 가로등을 제공하지 않으면 프로젝트를 승인해줄 수 없다는 입장이었다. 지역발전도 중요하지만, 기관의 발전에 많은 관심을 두고 있기 때문에 이러한 요청에도 융통성 있게 대처할 수 있어야 한다.

- **최소비용으로 최대효과를 거두도록 노력하자.** 사업비는 우리나라 국민의 세금이다. 효율적인 ODA의 경영을 위해 발로 뛰어보자. 모 단원은 프로젝트를 하면서 예산에서 가장 큰 부분을 차지하는 컴퓨터를 구입하기 위해 일곱 군데에서 가격을 알아봤다. 당초 계획보다 컴퓨터 4대를 더 살 수 있었다. 하지만 여러 가지 환경으로 인해 사업비를 적정한 시간과 장소에 효율적으로 쓰기 어려운 것이 현실이다. 예를 들어서 카펫을 사서 교실에 깔았는데, 측정을 잘못해서 남는 카펫이 생길 수도 있다. 쓸데없이 운송비를 많이 쓸 수도 있다. 기관사람 또는 단원이 필요하다고 판단되어 샀는데 결국 필요가 없을 경우도 있다. 사업비가 모자라서 몇몇 물품을 환불하는데 수수료를 내기도 한다. 물론 이렇게 낭비되는 사업비가 없도록 조심해야겠지만 어쩔 수 없이 발생하는 이러한 사업비에 너무 스트레스 받지는 말자. 현장지원물품과 마찬가지로 필요한 물품을 다 구입한 후 사업비가 남는 경우에는 모두 쓸 수 있도록 해야 한다. 사업비를 초과하는 경우에는 추가로 자금지원이 나오지 않기 때문에 단원이 손해를 감수해야 한다. 그러므로 사업 전에 적정한 사업비를 산출하는 것이 중요하다. 가격이 비싼 물품을 살 때 주변인의 도움은 최소한으로 받는 게 좋다. 가끔 이들이 수수료(Commission)를 요구하거나 가격에 포함하기 때문이다. 실제로 그것 때문에 프로젝트 때 고생하는 사람들이 많으니 돈의 흐름을 확실히 살피도록 하자. 우리가 사용하는 돈은 해외원조이기 때문에 사무소의 도움을 통해 면세를 받을 수 있는 품목들이 있다. 비싼 물품을 살 때는 면세혜택을 받을 수 있는 곳이 있는지 꼭 확인하도록 하자. 마지막으로 봉사자임을 잊지 않도록 하자. 사적인 물품 구매는 금물이다.

[단원 활동 사례] '참말로 이번 주 내로 끝난다는 거짓말'

4개월 안에 마칠 것 같던 프로젝트가 1년 정도 걸렸다. 컴퓨터 책상을 외주로 썼는데, 그것만 6개월 정도 늦어졌기 때문이다. 담당자가 책상을 이번 주 또는 이번 달 내로 완성할 수 있다는 얘기만 10번 정도 했고 늦어져서 미안하다는 얘기는 2번 했다. 그쪽에서 먼저 연락한 적은 한 번도 없었다. 책장도 외주로 주면서 이번 주 내로 만들어 준다는 얘기만 반복했다. 스리랑카 사람들은 스스로 이번 주 내로 끝낼 수 있다고 믿는다. 그 믿음이 눈빛에 강렬히 맺혀 있어 보는 우리도 매번 속고 지친다. 일을 맡길 때는 최대한 개입해야 하고 필요할 때는 화도 낼 줄 알아야 한다.

[단원 활동 사례] '내가 다 도와줄게'는 마음만 받길...

도서관 전산화에 대한 이런저런 나의 고민을 들던 그들은 몹시 친절하고 자신만만한 태도로 프로그램 설치 및 사용법 교육까지 무료로 돕겠다 호언장담했다. 스리랑카 전체에서 전산화된 도서관은 손에 꼽기에 그들은 자신의 도서관, 그리고 그곳을 운영하고 있는 자신들에 대한 자부심이 대단했다. 도움을 주는 일이 자신들의 기쁨이고 기술이 있기에 전혀 어렵지 않다고, 선하고 친절할 웃음을 띠 얼굴로 이야기했다. 실제로 스리랑카에서 방문한 도서관 중에 이곳의 시설이 가장 좋았고, 전산화가 체계적으로 잘 이루어지고 있었기에 그 말들에 더욱 신뢰가 갔다. 이 만남 이후, 고민하던 현장사업을 시작하겠다 마음먹었고, 곧바로 계획서 작성과 함께 사전 준비를 시작했다.

현장사업이 승인된 이후, 그들의 조언과 KOICA 컴퓨터 분야 단원들의 검사를 받으며 서버 컴퓨터를 구입했다. 그리고 프로그램 설치를 위해 서버를 대학도서관에 전달했는데, 그 후로는 애타는 나의 요청과 그들의 '당연히 할 수 있지만 일주일 뒤에 해줄 수밖에 없는' 다양한 이유들이 계속해서 2달간 이어졌다. 그들의 돕고 싶은 마음이 진심일지라도, 사실은 그들이 해낼 수 없는 일이었다는 것을 처절히 깨달으며 나는 다시 그곳에 홀로 방문하여 서버 컴퓨터를 들고 돌아왔다. 현장사업을 진행하면 누구나 마주칠 수 있는 약속시간 지연의 문제, 소통의 문제, 문화차이, 사기, 날씨(우기)의 문제 모두가 포함된 총체적인 어려움이었던 것 같다. 사업기간 동안 여러 문제들을 마주했지만, 이 서버 컴퓨터와 얽힌 2달간은 머리가 무수히 빠질 만큼 심적 고통이 컸다. 사업 전체 일정이 늦어졌을 뿐만 아니라 이것이 해결되지 않으면 사업을 더 이상 진행할 수 없었기에, 2달이라는 인내심 TEST 기간 동안 나는 각종 장비 및 소모품을 구입하고, 도서관 직원들을 대상으로 컴퓨터 교육을 진행했다.

우리 직원들의 컴퓨터 실력은 나날이 일취월장하고 있었다. 떨리는 손으로 컴퓨터를 대하던 모습을 탈피하여 빠른 속도로 완성도 있는 문서작성을 해냈으며 자신감도 생겼다. MARC를 담당할 직원이 선발되고 MARC 교육도 시작되었다. 도서관 전체 건물의 컴퓨터를 연결하는 네트워크 공사도 마무리되고, 무선 인터넷의 설치도 마무리되었다. 도서관의 변화와 자신의 변화를 피부로 느끼며 모두들 기뻐하고 있었다. 하지만 프로그램 설치가 안 되면 더 이상 사업을 진행할 수 없는 안타까운 나의 소식을 들은 KOICA 컴퓨터 분야 및 드림 단원 몇 명이 나서서 도와주려 했지만, 아무 정보 없이 이 프로그램을 설치하는 일은 결코 쉽지 않았다.

성공하는가 싶다가도 마지막에 가서 오류가 계속 생겼다. 그렇게 발을 구르며 시간을 보내던 중, 도서관의 컴퓨터를 구입했던 업체 사장님께서 컴퓨터 엔지니어인 자신의 친한 친구가 리눅스 프로그램을 잘 안다며 도서관으로 그분을 보내주셨다. 놀랍게도 KOHA 프로그램에 대해서도 알고 있는 분이였다!! 오랜 기간을 끌어왔던 문제들이 3일 만에 모두 해결되었고 감사의 사례를 하려 했지만, 수줍은 미소로 언제나 도움이 필요하면 연락하라는 말을 끝으로 아무것도 받지 않으시고 집으로 돌아가셨다. 그 후로 사업은 착착 진행되어 한국으로 돌아가기 일주일 전 사업을 마무리 짓고 기쁨의 세레모니를 할 수 있었다.

## 2) 단원 협력사업

파견기관 또는 파견지역 외 KOICA의 도움이 필요하다고 판단되어 지원을 하고자 할 때에는 뜻이 같은 단원들을 모아 다양한 단원 협력활동을 실시할 수 있다. 이때 팀 내 봉사단원은 파견 후 6개월 이상 경과하여야 하며 단원 협력사업의 경우 최대 \$50,000까지 지원된다. 기초조사 및 단원 협력사업 기획, 협력사업 계획서 제출, 해외사무소 검토 및 승인, 본부 승인 및 사업비 송금, 사업비 수령 및 사업 수행, 중간보고서 제출 및 잔여 사업비 수령, 결과 보고 순으로 현장사업과 동일하게 진행된다. 스리랑카에서 단원 협력사업으로 한국에 말하기 대회로 시작된 KOREA FESTIVAL, 매거진 발간사업 등이 대표적이다.



## 분야별 선배 단원들의 조언

### 1) 한국어 교육 분야

스리랑카에 한국어교육 분야로 파견이 되었다면 개방대학(Open University)·켈라니아 대학교(University of Kelaniya)·기능대학(Technical College/College of Technical)·해외고용국(Sri Lanka Bureau of Foreign Employment)·컬리지(College) 중 한 곳으로 파견이 될 것이다. 파견되는 기관에 따라 같은 한국어 교육이라도 성격이 조금씩 다르다.

첫 번째로 개방대학은 직장인을 위한 대학교로 수업이 유료로 진행이 되며 대부분의 수업은 주말에 진행이 된다. 그래서 학생들 안에서도 나이 차이가 크다. 취미나 자기계발로서의 한국어를 배우는 학생들이 대부분이다.

두 번째로 켈라니아 대학교는 오래전부터 한국어 단원이 파견되어 한국어를 가르친 기관 중 하나인데 스리랑카 대학 중에서 유일하게 한국어과가 개설되어 있으며 한국교수님이 계신다.

켈라니아 대학교에 파견되었다면 현지 한국어 선생님과 함께 한국어 수업을 나누어 담당하게 될 것이다. 대학생을 가르치는 만큼 켈라니아 대학교에서는 한국어교육 분야에 전문성을 가진 단원을 원한다. 교재나 시설 면에서는 다른 기관보다 잘 구비되어 있고 좋은 조건을 갖추고 있다.

세 번째로 기능대학이다. 스리랑카에 파견된 대부분의 한국어 단원 중 3분의 2정도가 기능대학에 파견되어 있다. 기능대학이란 대학에 떨어진 학생들이 취업하기 위해 기술을 배우러 오는 학교이며 TC(Technical College)와 CoT(College of Technical)로 나뉘지는데, 기술과목에도 등급이 있어서 CoT는 TC보다 좀 더 높은 등급의 기술을 담당한다. 주로 취업을 목적으로 하는 학교이기에 한국어에 흥미가 있어 공부하기보다는 EPS-TOPIK시험을 통과해 한국어 취업을 할 목적으로 오는 학생들이 많다. 그래서 현재 대부분의 TC & CoT에서는 통합교재인 열린 한국어 교재(초급1권부터 3권까지)와 함께 EPS-TOIPK를 함께 가르치고 있다. 선임들의 노력으로 기능대학이 속한 교육부처인 DTET에 한국어가 정식 과목으로 등록이 되어 있다. 그래서 한국어 전공수업은 모든 TC & CoT가 공통적으로 1월부터 12월까지 3학기제이고 4월과 8월에 각 2주간의 방학이 있다. 주5일 하루 4시간 수업으로 1년에 720시간 수업이다. 12월에는 기말시험이 있는데 DTET에서 기능대학 한국어 단원 한 명을 선택해 비밀리에 문제를 출제하게 한다. 그 시험을 통과하면 DTET 수료증이 나온다.

네 번째로 콜롬보에 위치해 있는 해외고용국은 한국어능력시험을 통과한 스리랑카 사람들이 취업을 위해 한국으로 가기 전 일처리 및 한국어교육을 담당하는 기관이다. 입교일 하루를 합쳐 총 10박 11일의 훈련이 진행되는데 그중 이틀 동안 12시간의 수업을 진행해야 한다. 훈련 센터는 총 3곳이다. '아투루기리아(Atthurugiriyal)'는 콜롬보에서 1시간 안으로 이동이 가능하고 '바탈갈라'는 콜롬보에서 약 2시간 거리에 있다. '보가완탈라와(Bogawanralawal)'는 스리랑카 중부지역에 있는 해튼(Hatton) 부근에 위치해 있는데 콜롬보에서 이동시간이 5~6시간이 소요된다. 이 센터의 경우는 장시간 이동 후 바로 수업을 해야 하기 때문에 컨디션 조절이 쉽지 않다. 이동시간이 센터에 따라 다르기 때문에 수업 시작 시간은 유동적이다. 다른 한국어 수업에 비해 매번 다른 학습자에게 짧은 기간 동안 진행되는 수업이고 대상이 외국인 근로자가 되려는 사람들이기에 일반 한국어 수업과는 많이 다르다. 단원이 파견되는 곳은 스리랑카 정부기관이지만 한국 산업인력공단도 크게 관여하기 때문에 스리랑카 정부기관과 한국 산업인력공단 양쪽의 관계를 잘 조절해야 한다.

다섯 번째는 컬리지(College)이다. 2015년부터 한국어가 제2외국어 정식과목으로 채택되어 콜롬보 호마가마(Homagamal)에 있는 '라자팍세 컬리지(Rajapaksha College)'와 '마탈레 컬

리지(Matale College)에 한국어 단원이 파견되어 가르치고 있다. 컬리지에서 한국어수업을 2가지로 나눌 수 있는데 6학년부터 9학년까지의 한국어 수업과 10학년 이후의 한국어수업이다. 6-9학년 수업은 일주일에 1시간이며 학생들의 신청을 받아 진행이 되는데 교재가 없어 재량껏 수업을 해야 한다. 10학년 이후의 수업은 일주일에 3~4시간 수업으로 Ordinary Level 시험에서 제2외국어 시험을 한국어로 선택한 학생들이 수업을 듣는다. 이 수업은 공통교과서가 있다. '한국어1'이라는 교재로 스리랑카 교육부에서 켈러니아 대학교나, NIE에서 교재 편찬할 수 있는 사람들을 뽑아 만든 교재이다. 곧 '한국어2'도 나올 예정이다. 선임이 없는 컬리지에서는 정규수업을 위해 단원을 요청하는 경우가 드물고 학생들이 한국에 대해서 잘 알지 못하기 때문에 한국어에 대한 홍보가 필요하다. 팁을 준다면 몇 개월 정도 방과 후 수업으로 학생들에게 한국어에 대한 인지도를 높인 다음 정식과목으로 학교에 요청을 해보는 것도 좋겠다.

또 한 가지 덧붙이자면 한국어 단원을 중심으로 한 단원협력활동인 한국어 말하기대회가 매년 개최되어 왔다. 2008년 1회를 시작으로 점점 규모가 커지면서 2014년과 2015년도에는 '코리아 페스티벌'이라는 이름으로 개최되어 한국어 말하기대회 외에도 문화부스, K-POP 등 더 많은 볼거리를 제공하였다. 문화 협력사업에 관심이 있다면 준비위원이나 스텝으로 참여해보는 것도 좋다.

## 2) 기계분야

기계분야 단원은 누워러엘리아 기술대학(Technical College, 단원들은 'TC' 라고 부르고 현지인들은 '테크'라고 부르는데)에 파견될 수 있다. TC에는 O/L, A/L(Ordinary Level : 공통과목, Advanced Level : 심화과목)이라는 우리나라 수능 같은 시험을 본 아이들이 오지만, 주말반에는 현업에 종사하는 사람들도 온다. 보통 주중반 아이들을 가르치는데 만 18-23세 정도 되고 가끔 만학도도 있다. 주중반은 6개월, 1년, 2년이 정학기고 주말반은 3년이다. 학교 수업료가 없기 때문에 학기 중이라도 취업이 되면 학교에 오지 않는 경우가 있다. 이에 모 단원은 이런 아이들이 수업에 나오도록 먹을거리나 버스 티켓 등으로 유인하기도 했다. 본 단원이 파견될 당시 관련학과(기계공학, 용접학과)가 사정에 따라 폐강된 바람에 건축설계학과(Draughtmanship), 전기/전자공학과, 자동차공학과 학생들에게 오토 캐드(Auto CAD)를 가르쳤다. 총 50명 정도였는데 이후에 학기와 학과 상황에 따라서 조금씩 달라졌다. TC를 졸업한 학생들은 직장에서 3-6개월간 훈련을 받는다. 졸업한 학생들 중더 공부하고 싶어 하는 학생들이 있어서 3D 과정을 개설해 주말에 2시간씩 수업을 하기도 했다.

TC 수업은 우리나라 고등학교 수준 정도이지만 학생들의 학습 능력은 비교적 낮다. 학생들이

이해했다고 말해도 사실은 못하는 경우가 많았다. 직접 할 수 있는지 봐야 한다. 오토캐드의 경우는 그림으로 이해시킬 수 있어 파워포인트를 열심히 만들었고 간단한 싱할라어와 영어로 수업을 준비했다.

이처럼 기관에 파견되면 자신이 생각한 분야와 기관에서 요구하는 분야가 상당히 다를 수 있다는 것을 염두에 두어야 한다. 하지만 접점이 있다는 것을 믿고 천천히 찾아나가고, 만들어나가길 바란다. 모든 수업에는 TC의 상위기관, DTET에서 만든 공식 수업요강(SylLabus)이 있으니 참조하면 수업 계획에 도움이 된다. 이전에 그 수업을 진행했던 현지 선생님들에게 도움을 받는 것도 좋은 방법이다. 경험이 쌓이면 자신의 수업을 만들 수도 있다. 반다라웰라 TC에서 자동차분야로 활동했던 단원은 스리랑카에서 흔히 볼 수 있는 트리휠(Three wheel)을 정비하는 과정을 제안하고 선생님들과 함께 수업으로 만들기도 했고, 마타라 TC에서 전자분야로 활동했던 단원은 신재생에너지라는 과목을 만들어 한 학기동안 태양열, 풍력, 바이오 에너지와 관련해 실험을 하기도 했다. 한국에서 자신이 알고 있는 최신기술들을 가르치는 것이 아이들에게 별 도움이 되지 않을지도 모른다. 학생들의 눈높이를 잘 고려하여 현지 산업 현장에서 사용할 수 있는 기술들을 연구하고 가르치는 것이 좋을 것이다.

### 3) 미용분야

스리랑카의 미용은 헤어와 마사지, 웨딩메이크업이 포함되어었고 학교에서 주로 이론 위주의 수업을 하며 실기의 기본적인 수업도 하지 않고 응용수업을 하고 있는 실정이다. 스리랑카에서 미용 도구들은 가위, 빗, 염색약, 가발, 매직기, 드라이기 등 미용에 필요한 기본적인 것들은 대부분 다 현지에서 구매 할 수 있지만 질에 비해 가격이 높은 편이다. 한국에서 사용하는 것과 다른 종류의 도구들도 많지만 생김새나 방법에 작은 차이 밖에 없어 문제되지 않을 것이다. 스리랑카 현지에서 펴고 매직 가격은 미용실마다 그리고 헤어 길이에 따라 달라지는데 펴는 4,000~5,000루피, 매직은 4,000~8,000루피 정도로 현지 물가에 비해 매우 비싼 편이다. 학생들이 미용을 배워 스리랑카 미용실에서 일하려는 것이니 단원의 좋은 기술과 방법을 알려주되 스리랑카 미용실에서 주로 하는 레이어 헤어 컷, 염색, 매직 등 실기를 바탕으로 수업을 하면 좋을 것 같다.

### 4) 사서분야

스리랑카 도서관은 생각했던 것보다 환경이 많이 열악하고 대부분의 도서관은 아직도 수기 대출 반납이 이루어지고 있으며 대부분의 도서가 폐기를 해야 할 정도로 상태가 좋지 않다. 시

청 소속의 도서관에 근무자가 약 16명인데 그 중에 전문적인 사서 교육을 받은 사서는 1명이며 다른 근무자는 사서가 아닌 일반 공무원인 실정이다. 이에 현지 직원들을 대상으로 기초 컴퓨터 교육 및 MARC 입력법, 검수 교육이 반드시 필요하다. 도서관의 자동화를 구축하기 위해서는 현장사업이 필요하며 도서관 무료 프로그램인 Koah 프로그램을 활용하였고 영문 도서의 경우 DDC 분류, 타밀도서는 타밀도서 분류법으로 적용하였다. 이후 유지 보수에도 많은 어려움이 발생되는데 도서관 비품을 현지에서 구입하기에 어려움이 있어 한국 물품 대행업체를 통해 물품을 구입하였으나 향후 도서관 유지를 위해서는 최대한 현지에서 구입하여 활용하는 것이 좋을 것 같다. 또한 직원 및 이용자가 도서의 분류법에 익숙하지 않으므로 직원교육 및 이용자 교육이 함께 진행되어야 한다. 도서관 활성화 프로그램으로 문화프로그램을 개설하여 운영하고 있으나 그럼에도 불구하고 꾸준히 참여하는 학생의 수는 매우 부족한 실정 이므로 도서관 이용을 활성화시키는 다양한 방법을 모색해 보고 시도해 보면 좋을 것 같다.

## 5) 사회복지분야

### - 기관에 대한 이해

파견될 기관에 대한 사전조사는 반드시 해야 하는 부분이라고 생각한다. 대부분의 정부 기관은 각 부처별 홈페이지가 있으며 이를 바탕으로 기관 분석, 구조, 주요 사업 등을 통해 파견될 기관에 대한 개요를 파악하는 것이 중요하다. 스리랑카의 공용어는 영어, 싱 할러, 타밀어로, 기관을 분석하는데 직위에 대한 영어단어를 알고 있는 것도 파견 후 큰 도움이 된다. (ex Commissionar, Assistant Commissionar 등)

### - 대상자에 대한 이해

지역복지가 아닌 특정 대상자가 정해진 (예를 들어 청소년, 여성) 단원이라면 당연히 대상자에 대한 이해를 위한 준비를 할 것으로 생각된다. 생애주기에 따른 대상자별 특성은 전 세계적으로 비슷할 것으로 사료되나, 각 나라의 문화가 다르다는 것을 감안하여 대상자의 이해를 문화적 접근을 통해 보다 포괄적으로 해야 할 필요성이 있다. 예를 들어 스리랑카는 만 19세부터 근로를 할 수 있으나, 이것은 모든 만 18세 이하의 아이들이 학교에 다닐 수 있다는 것을 의미하지는 않는다. 시험에 떨어졌을 경우 학교에 다닐 수 없기 때문에 만약 청소년 분야에서 업무를 하게 될 경우 이러한 사각지대의 청소년들에게 접근하는 방법에 대한 고민이 필요하다.

- 업무에 대한 이해 및 준비

기관 파견 후 단원이 진행하게 될 업무와 관련하여 미리 한국에서 유사 사업은 없는지 확인한다면 현장에서 업무를 진행하는데 도움이 될 것이다.

- 현지어 공부

사회복지 분야는 다른 분야와는 다르게 사용하는 단어의 폭이 넓으며, 끊임없이 대상자의 생각과 의견을 묻고 듣는 또는 듣게 되는 위치라고 생각한다. 따라서 본인의 현지어 실력에 따라 사업 또는 프로그램의 수준 및 효과가 달라질 것이며, 만약 대상자에게 직접 프로그램을 진행하게 되는 경우에는 현지어의 필요성이 더욱 중요해진다. 영어 소통이 가능하다면 직원 중 영어가 가능한 직원을 코워커(Co-Worker)로 지정 또는 변경하여 사업을 진행 할 수도 있으나 코워커의 부재 시 사업 진행의 어려움 등이 있을 수 있기에 현지어 공부는 봉사 단원 생활에서 매우 중요하다. 그러나 아무리 공부해도 의사소통의 한계는 찾아온다. 하지만 절대 좌절하지 말기를 당부한다.

- 라포 형성을 위한 사전 준비

대상자와의 라포 형성을 위해 간단한 종이접기, 게임 등을 준비한다면 라포 형성은 물론 프로그램과 접목하여 진행함으로써 대상자들의 집중 및 흥미를 높일 수 있다. 스리랑카의 경우 색종이를 구매할 수 있는 곳이 한정적이기에 다양한 색종이를 준비해 오는 것이 좋을 것 같다.

- 사업(생각) 공유

단원이 진행하고자 하는 사업 또는 프로그램에 대해 파견 기관의 결정권자 및 코워커와 공유할 수 있는 시간을 마련하여 단원의 방향성과 기관의 방향성이 맞는지 확인하는 동시에 단원의 업무에 대한 현지인들의 이해도를 높일 필요가 있다. 간혹 단원의 업무 및 활동에 대한 이해가 부족한 기관장 또는 코워커로 인해 업무 진행에 어려움이 발생함은 물론 오해의 상황이 발생할 수도 있기 때문이다.

- 유관기관 방문 활용

프로그램 기획 전 스리랑카에 있는 유관기관을 방문할 기회를 만드는 것이 필요하다고 생각된다. 유관기관 방문을 통해 스리랑카 문화는 물론 현재 사회복지 프로그램의 수준

파악 및 단원의 파견 기관과 비교를 바탕으로 프로그램을 기획 할 수 있는 좋은 기회가 될 수 있다.

- 다른 단원들과의 비교 금지

파견 될 기관에 선임단원 또는 자이카 등 다른 나라의 봉사자들이 파견되었거나 봉사한 적이 있다면, 당연히 비교를 당하게 된다. 이는 비단 파견 기관의 현지인뿐만 아니라 단원들 간, 또는 사무소에서도 적어도 한 번은 언급 될 수 있는 부분이므로 비교로 인해 파견 초 본인의 페이스(Pace)를 잃고 부담감을 느낄 수 있으나, 선임들이 했던 사업 또는 프로그램의 장점을 자신의 생각을 접목하여 더 나은 프로그램 또는 사업을 기획할 수 있는 기회로 생각하길 바란다.

## 6) 유아교육분야

스리랑카 대학 내에 유아교육학부가 없기 때문에 전문대학이나 각 교육청에서 1년 정도 수료하면 유치원교사 자격을 이수하는데, 이마저도 유치원에 모든 교사들이 이 자격증을 갖고 있지 않은 실정이다. 개발도상국이다 보니 유치원 관련 내·외적인 부분이 한국에 비해 시스템이 탄탄하지 못하데 한국처럼 나라에서 배부되는 교사용 지도서, 혹은 유치원에서 중심으로 하는 프로그램(예.주제 중심 통합교육, 몬테소리 프로그램 등)이 없어 교육과정에 체계성이 부족한 편이다. 유치원들은 오감을 통해 활동할 수 있는 교구가 전무한 상태이고 유치원 내에서 글자쓰기, 색칠하기, 그림 그리기, 노래 부르기 등 한정된 교육이 이루어지고 있으며 외부 견학 활동이나 다양한 문화체험이 부족한 실정이다. 어떤 부분에선 교육이 아니라 보육 수준으로 볼 수 있다. 아이들이 좋아하는 주제로 여기서도 흔히 구할 수 있는 재료들로 다각적으로 사고할 수 있는 수업을 하면 좋다. 예를 들어 흔한 종이로 종이 접기 뿐만 아니라 구기기, 찢기, 오리기, 무늬 내기 등 다양한 작품을 만드는 것이다. 아이들을 사랑하는 마음과 열정이 있는 교사라면 어떠한 상황에서도 누구나 행복한 수업 할 수 있으니 긍정적인 마음과 열린 마음으로 활동을 준비해보자.

수업 관련 활동과 더불어 교사역량 강화교육, 위생·응급처치에 대한 교육을 연구해 오면 좋다. 현지 유치원은 교육법, 교육내용, 교사의 태도 등이 한국과 차이가 있다. 교육 시 유아를 때리는 것이 아무렇지 않다는 것, 미술 활동 시 창의적 활동보다 같은 색과 모양을 사용하는 데 주안점을 두는 것 등을 그 예로 들 수 있다. 위생·응급처치와 관련해서도 기본적 지식이 전혀 없거나 극히 미미하다. 식사 시 맨손을 사용함에도 불구하고 한 대아에 스무 명 정도의 인원이

손을 씻게 한다든지, 흐르는 물에 손을 씻게 하더라도 비누를 사용하지 않는다. 식후에 양치질을 하지 않으며, 유아가 사용하는 책상을 닦는 등의 관리가 없다. 이 외에도, 유아가 상처를 입었을 경우 흐르는 물에 씻긴 후 소독과 약품으로 처치하는 기본적인 지식이나 관리가 부족하다. 유아가 아픈 경우에도 의자에 앉아 있거나 책상에 엎드려 있도록 하는 것이 전부이다. 따라서 따로 준비물을 챙기기 보다는 이런 점들을 미리 생각하고, 파견 후 현장에서 현지 사정에 맞게 활동하는 것이 중요할 것이다. 교사로서의 입장에서 더 나아가 유치원 전체를 보고 도울 수 있도록 생각과 마음을 키워 오자.

## 7) 요리분야

처음엔 양식교사로 파견되었지만 현지의 사정을 고려해 한식 실습을 진행하게 되었다. 처음에 파견 직무와 현지 사정이 맞지 않아 활동 방향이 달라질 수 있지만 당황하지 말고 파견 기관과 긴밀한 협의를 통해 활동 방향을 함께 모색해보고 아이들과 함께 즐거운 마음으로 활동하기를 바란다. 요리도구나 이런 것들은 한국보다는 열악하지만 나무랄데 없으며, 실습을 진행하면 아이들은 곧 잘 따라한다. 위생 상태는 우리나라에서 접했던 것 보다는 많이 미흡한 상태이니 위생에 대한 것도 가르쳐주시는 것이 좋을 것 같다. 또한 응급처치에 대한 아이들의 개념을 다시 심어주고자 한국에서 올 때 의료용품들을 챙겨온 것들로 실습실에 구비해 놓았던 것도 많은 도움이 되었다. 요리 단원은 불 앞에 서고 위험한 실습을 하다 보니 무엇보다 봉사 단원 스스로 건강을 염려하고 체력관리에 힘쓰길 당부한다. 끝으로 언제 어디서든 자기가 하는 분야의 자긍심을 가지고 있는 아이들이 분명 있다. 아이들을 사랑하는 마음만 가득 가지고 오면 어떤 어려움이 닥쳐도 잘 이겨낼 거라 생각한다.

## 8) 체육교육분야

학교에서 주는 업무를 기다리기보다는 단원 스스로가 주체가 되어 시간표도 짜고 분야에 대한 관심을 이끌어 낼 것을 권한다. 짜여진 계획이 단원을 기다리지 않는다. 단원이 어떻게 이끌어 가는가에 더 관심이 많기 때문에 적극적으로 현지교사들과 의견을 나눈다면 현지인과의 소통은 물론 아이들과의 눈높이를 맞추는 데에도 크게 도움이 될 것이다. 혹은 체육에도 다양한 분야가 있는데 학교에서 원하는 체육 수업 방향이 단원의 전공 분야가 아니더라도 당황하지 말고 현지교사들과 협의를 통해 수업 방향에 대해 함께 모색해보자.

## 9) 컴퓨터분야

먼저, 지역별, 기관별로 천차만별이라는 점을 충분히 감안하길 바란다. Vocational Training Authority, Jaffna(직업훈련원)에 대한 내용으로 CoT, TC와는 다른 분위기와 느낌이다. 직업을 갖기 위한 학생들이 기관에 등록해서 ICT, Graphic Design, Hardware Class중 선택하여 6개월간 이론 및 실습수업을 듣고 이후 6개월간 OJT를 마치면 Level 4에 해당하는 수료증을 받아 취업할 수 있는 시스템이다. CoT, TC와 가장 큰 차이점을 가지는 것이 이미 개설되어 있는 커리큘럼을 따라야 하는 직업훈련원 특성상 COT나 TC처럼 따로 반을 전담해서 맡기 힘든 실정이다. 이에 ICT 코스 선생님께 수업 시간을 요청하여 별도로 할당 받아 수업을 진행하게 되었다. 6개월 코스에 Winodws 기초, Word Processing, Spread Sheet, Presentation, Maintain Database, HTML, Visual Basic 등 매우 다양한 것들을 배우기 때문에 각 과목별로 내용 자체가 깊은 편은 아니다. 현재는 Word Processing, Spread Sheet, Presentation 과 같은 MS Office 프로그램 위주로 담당하고 있으며, 기본적인 프로그래밍(C Language) 교육도 실시할 예정이다. 직업훈련원 및 컴퓨터교육의 특성상 이론 교육에 비해서 실습 시간이 많은데 실습 교재가 부재하여 파견 초기, 기관 선생님들과 함께 실습용 교재도 제작하기도 했다. 기관에 파견되고 수업을 급하게 시작하려 하기보다는 파견 초기에는 그 기관 학생들의 컴퓨터 이해도, 활용도, 목적 등을 잘 파악하고 그에 맞춘 커리큘럼을 구성하는 게 좋을 것 같다. 또한 컴퓨터 관련 용품 구매는 어렵지 않으니, 기관에서 활용할 물품도 현지에서 충분히 구매 가능하다.



### 활동 관련 물품 구입하기

단원 활동에 필요한 것이 있다면 사무소에 활동지원 물품을 요청하자. 활동 지원 물품은 년 \$1,250로 2년간 총 \$2,500을 구입할 수 있으며, 기관파견 1개월 이후, 활동종료 2개월 이전까지 신청 가능하다. 신청은 매월 25일 사무소에서 KOICA 본부로 지원금을 요청하고 있어 매월 20일까지는 사무소에 신청을 하여야 한다. 신청 후 특별한 일이 없으면 지금을 익월 초에 수령할 수 있으며 사무소에서 신청 단원 계좌로 온라인 송금하거나 또는 현금을 직접 수령하면 된다. 활동에 반드시 필요한 것들만 신청하고 물품의 필요성에 대해서 자세히 적는 것이 좋다. 신청 시 작성해야 할 문서는 요청품목 세부내역(품목/수량/금액 등 상세히), 활동물품 활용계획서, 기관장 지원 요청서(기관에서 사무소로 요청하는 영문레터), 물품 견적서이다. 활동 지원물품을 구입 후에는 활동물품 활용 결과 보고서, 구입품목 세부내역, 품질 또는 가격상승으

로 대체 품목 구입 시 활동물품 변경내역 및 사유서, 활동물품 사진, 구매영수증, 소속기관장 수령 확인서를 14일 이내 사무소로 정산 보고 해야 하며 한국에서 물품 구매 시 물품수령 후 14일 이내 정산보고 해야 한다. 신청서 및 소속기관장 확인공문은 원본으로 제출하여야 하며 부득이 보고 기한을 넘을 경우 사유서를 써야 한다. 활동지원 물품은 최대한 현지에서 구입하는 것이 좋다. 스리랑카는 습기가 많은 나라이기 때문에, 전자기기의 고장이 잦아 한국에서 구입한 물품의 경우 A/S에 곤란을 겪는 경우가 종종 발생한다. 한국의 물품이 우수하기는 하나, 쓰는 현지 동료나 학생들을 고려하여 되도록 현지에서 구매하도록 하자. 한국에서 물품을 받고자 한다면 대행업체를 이용할 수 있으나 배송 수수료가 상당히 비싸다. 활동지원 물품을 신청하기 전, 사전에 가격 조사를 한 뒤 그에 맞게 물품금액을 써넣어야 한다. 환율 변동이나 사고 좋은 물건을 발견해 돈이 남는 경우가 있다. 이럴 때는 신중하게 무엇이 더 필요하고, 도움이 될지 생각하여 추가 구매를 하는 것이 좋다.



## 타봉사단과 교류 현황

- 1) 파견된 지역 및 기관 근처에 정기적으로 봉사 활동할 수 있는 곳을 찾아보자. 모 단원은 장애인특수학교에 매주 하루 방문하여 축구, 한국 전통놀이, 색종이 접기 등을 가르쳤다. 또 다른 단원은 어떤 마을의 산타가 되어 특별한 날 찾아가 코코넛을 나눠주며, 아이들과 놀아주기도 하였다. 스리랑카에는 월드비전, 굿네이버스, 기아대책, 세이브 더 칠드런, 해비타트, 프랙티컬 액션 등 NGO가 많으니 찾아가보는 것도 좋다.
- 2) 현지 적응훈련기간에 단원들끼리 고아원이나 장애인시설에 봉사활동을 가는데, 이후로도 가끔 단원들끼리 모여 봉사활동 할 수 있는 기회들이 있다. 사무소와 상의 후 신규 단원들과 함께 봉사활동에 가도 좋다.
- 3) 의료봉사팀 통역봉사  
한국에서 의료봉사를 위해 스리랑카를 방문하는 팀이 1년에 2-3팀 정도 있다. 이 때 통역봉사가 필요하다. 가끔은 타밀어를 사용해야 할 때도 있는데, 너무 부담 갖지는 말자. 쓰는 말만 쓰기 때문에 처음 몇 마디만 배워서 쓰면 된다.

## 4) 자이카(JICA/ Japan International Cooperation Agency)

자이카(JICA)는 일본국제협력기구이다. 자이카도 특수교육, 야구, 자동차, 사회복지, 유아교육 등의 분야로 우리와 같이 봉사단원을 파견하고 있으며, 자이카의 자료를 보면 1954~2013 초까지 스리랑카에 약 8조원의 자금을 지원하여 스리랑카와 해양국자 간 협력을 앞세워 긴밀한 외교 관계를 구축해오고 있다. KOICA에 비해 10배 이상 투자하고 있다고 하니 일본 정부와 자이카가 스리랑카에 쏟는 정성이 대단하다. 파견 기관에 가보면 자이카의 흔적을 느낄 수도 있고 다른 분야로 같이 근무를 하게 되는 경우도 있다. 백지장도 맞들면 낫다. 자이카 단원과 함께 파견기관과 현지인들을 위해 어떤 도움을 줄 수 있을지 지원 방향을 모색해 보기도하고 함께 협력 사업을 통해 중복지원을 방지하고 시너지 효과를 내는 것도 좋다. 매번 강조해도 지나치지 않다. 우리는 언제나 민간 외교관임을 잊지 말고 언제나 예의를 지키며 언행을 바르게 하자.



# 제5부





안전관리

## 안전관리



### 긴급상황 대처요령

스리랑카에서 일어날 수 있는 긴급 상황은 응급의료상황, 범죄상황, 국가치안문제, 자연재해, 재난상황 등이 있을 것이다. 우리는 2015년 3분기 단원 안전점검을 실시하면서 경찰서, 구급차 사용 가능 병원, 주치의 등의 연락처를 확보한 바 있다. 이에 응급상황이 생기면 국내 교육 시 배운 SOS 및 비상연락망 등을 적극 활용하도록 하자.

#### 1) 응급의료 상황 시

국내교육에서 안내되었던 International SOS(+82 2 3140 1770)에 전화를 하고 인근병원으로 빠르게 움직여야한다. SOS에 따르면 스리랑카는 국제 기준을 충족하는 병원이 한군데도 없다. 하지만 응급상황 시 우리는 당연히 인근 병원을 찾게 되어 있다. 따라서 응급상황 발생 시

인근 병원으로 이동하면서 사무소와 SOS에 전화를 하여 상황을 알리고 나의 건강상태를 수시로 백업하면서 관련 조치를 취할 수 있게 하자. 참고로 사무소에서 소개해준 주치의와 친분 관계를 잘 쌓아두면 유용할 것이다.

## 2) 범죄 상황(긴급전화 243-3333)

당연히 경찰에 연락을 취해야 한다. 인근 경찰서 혹은 관련 경찰의 도움 아래 신변을 보호하자. 그리고 사무소에 근무하고 있는 안전담당관과 함께 관련 조치를 취하자. 상황의 긴급함에 따라 사무소에서 안전 확보를 지원할 것이다. 참고로 지역 경찰과 연락이 닿지 않으면 243-3333으로 긴급전화를 하길 바란다.

## 3) 국가치안문제, 자연재해, 재난상황

이 때는 사무소 지침과 안내에 따라 움직이자. 사무소는 비상 시 자체 단계별 행동계획에 따라 단원의 신변을 보호하고 있다. 따라서 긴급 상황 시 단원 비상연락망을 가동하여 사무소 지침을 전달하고 거점지에 모여서 혹시 모를 연락 두절 및 긴급 상황에 대비하게 된다. 이동 시에는 사무소에서 파견 전 제공한 서바이벌 키트를 지참하도록 하자.

- 스리랑카는 낙뢰로 인한 사고가 자주 발생한다. 따라서 비가 오고 낙뢰가 치면 가급적 건물 안에서 움직이지 말고, 움직여야 할 시에는 핸드폰 및 가전제품 전원을 끄고 움직이도록 한다.

- 최근 인도네시아의 7.9도 지진으로 쓰나미 피해를 대비하여 대피한 바 있다. 사무소에서 안전과 관련하여 안내를 하면 단원들은 지시를 잘 이행하기를 간곡히 부탁한다. 재해는 절대 우리가 예상하지 못한다는 것을 명심하자.

### [비상대피계획]

- 모든 파견인력은 교통 및 통신이 원활한 거점지역 내 우선 집결
- 2015년 11월 27일 현재 / 총 133명(단원 96명, 사무소 직원 37명, 사무소직원 가족 4명)

구 분	권역별 거점	거점대표 [집결장소]	거점대표 연락처	대상지역	대상인력
-----	-----------	----------------	-------------	------	------

최종집결지 : KOICA 사무소 또는 대사관

수도권 (49명)	Colombo (49명)	김00 [유숙소]	077-000-0000 [거점지 단원 전화번호]  Kollupitiya 경찰서 011-232-7713	Colombo	A B[단원 이름]
				Kelaniya	A B
				Homagama	A B C
				Moratuwa	
				Battaramula	
		Nugegoda			
		조00 [사무소]	077-000-0000	Colombo	
중부 (20명)	Kandy (2명)	이00 [단원거주지]	077-000-0000 Kandy 경찰서 077-317-9060	Kandy	
	Matale (2명)			Matale	
	Kegalle (9명)		Kegalle 경찰서 071-859-1413	Kegalle	
	Warakapola (1명)	강00 [단원거주지]	Warakapola 경찰서 071-807-7375	Warakapola	
	Kurunegala (3명)			Kurunegala 경찰서 071-859-1247	Kurunegala
	Nuwara -Eliya (2명)	장00 [단원거주지]	Nuwara-Eliya 경찰서 071-859-1097	Nuwara -Eliya	
	Badulla (1명)			Badulla 경찰서 071-827-3529	Badulla
남부 (24명)	Pahalagama (7명)	오00 [단원거주지]	Eheliyagoda 경찰서 071-170-8410	Pahalagama	
	Matara (14명)		Matara경찰서 041-222-2727	Matara	

남부 (24명)	Galle (1명)	김00 (단원거주지)	Galle 경찰서 071-859-1455	Galle	
	Tangalle (1명)		Tangalle 경찰서 071-859-1491	Tangalle	
	Beliatta (1명)	김00 (단원거주지)	Tangalle 경찰서 071-859-1491	Beliatta	
북부 (5명)	Jaffna (1명)	임00 (단원거주지)	077-178-4811 Jaffna 경찰서 077-046-7574	Jaffna	
	Anuradhapura (2명)	이00 (단원거주지)	Anuradhapura 경찰서 071-859-1202	Anuradaphura	
	Dambulla (2명)		Dambulla 경찰서 071-859-1091	Dambulla	
동부 (21명)	Batticaloa (11명)	이00 (단원거주지)	Batticaloa 경찰서 077-045-0490	Batticaloa	
	Trincomali (1명)		076-600-4504 Trincomali 경찰서 071-489-1049	Trincomali	
	Ampara (8명)	신00 (단원거주지)	Ampara 경찰서 071-859-1148	Ampara	
	Oluvil (1명)		Oluvil 경찰서 071-859-1491	Oluvil	

## [권역별 집결지 - 콜롬보 유숙소간 이동 소요 예상시간(차량)]

호마가마 (1시간)	켈라니아 (1시간)	모라투와 (1.5시간)
바트라몰라 (0.5시간)	누게고다 (0.5시간)	캔디 (3시간)
마탈레 (4시간)	케골 (2시간)	와라카풀라(2.5시간)
쿠루네갈라 (4시간)	누워러엘리아 (6시간)	바둘라 (8시간)
파할라가마 (2.5시간)	마타라 (2시간)	골 (1.5시간)
탕갈레 (4시간)	벨리아타 (4시간)	자프나 (9시간)
아누라다푸라 (5.5시간)	담볼라 (6시간)	바티칼로아 (7시간)
트린코말리 (7시간)	암파라 (8시간)	올루윌 (8시간)



## 보건환경 및 의료기관 이용법

스리랑카 병원은 국립병원과 민간병원으로 나뉜다. 국립병원은 국가에서 운영하는 곳으로 의료 시설은 좀 떨어지지만 현지인들은 무료로 의료서비스를 받을 수 있어 사람들로 꽉 차있다. 반면 민간병원은 민간 사업자가 운영하는 병원으로 시설이 좋다(주의 - 수도 콜롬보 외의 지역은 병원 시설 상태가 상의하다). 우리는 민간병원을 주로 이용하고 있는데 병원을 이용하는 방법은 한국과 거의 흡사하다. 여권을 제시하고 이름을 등록하면 접수되어져 의사를 만날 수 있다. 하지만 절차가 매우 늦고 외국인에게 많은 비용을 부담시킨다. 절차가 늦는 것은 어쩔 수 없지만 상태가 긴급하다고 느낀다면 담당 간호사나 의사에게 항의하도록 하자. 또 외국인은 현지인과 차별을 두어 병원비를 비싸게 받는다. 이에 사무소에서는 수도 센트럴(Central) 병원과 MOU를 맺고 100,000루피 이상의 병원비는 단원부담이 아니라 사무소가 직접 부담하도록 협약을 맺었다. 진료가 끝나면 관련 처방전을 가지고 약국에 가서 금액을 지불하고 약을 받으면 된다. 한국과 같이 일반 의약품은 약국에서 살 수 있으나 전문 의약품은 의사를 만나고 난 후 처방전을 받고 구매 가능하다. 참고로 스리랑카에서는 약을 너무 많이 처방하는 문제가 있다. 혹시 약이 과도하거나 의심되면 SOS와 상의해보는 것도 하나의 방법이다.

앞서 말했듯이 우리 사무소는 지난번 안전 순회 교육 시 주치의 제도와 구급차 사용이 가능한 병원의 연락처를 확보해두었으며 단원에게도 연락처를 공유했으니 미리 주치의와 친분을 쌓아두자. 그리고 응급 상황 시 주치의에게 연락해 상태를 진단받고, 이와 동시에 SOS와 주치의가 서로 대화할 수 있게 해주자. 우리는 전문 의료용어를 잘 모르기 때문에 주치의가 SOS의사와 통화를 하면 상태에 대해 보다 전문적으로 대화를 나눌 수 있다. 콜롬보 후송이 필요하다고 판단되면 SOS 또는 사무소 또는 상황에 맞는 이동수단을 이용하여 콜롬보에서 관련 치료를 받을 수 있다.



<트린코말리 구급차 실사 확인>



<누와라 엘리아 주치의 방문>



<자프나 구급차 실사 확인>



## 치안상황 및 건강관리와 풍토병

전쟁이 끝나기 전인 2007년 이전 대선 및 총선 시에는 선거 출마자는 물론이고 지지자, 일반 시민들도 목숨이 위험한 테러들이 자주 있었다고 한다. 하지만 최근 2015년 총선은 스리랑카 역사상 가장 평화로웠던 선거로 기록될 만큼 정치 치안 상황이 많이 나아졌다. 또 예전에는 진입 금지인 북부지역의 출입통제도 풀려 자프나에도 단원이 파견되어 있다. 하지만 여느 나라들과 같이 살인 사건 및 실종 사건이 종종 일어나고 있으며 마약 밀수 등의 소식들도 종종 들려온다.

우리 단원들에게 주로 들리는 범죄행위는 성추행 및 절도가 있다. 이곳 사람들이 손버릇이 좋지 않은 문제점이 있고, 집주인이 허락 없이 단원의 집에 들어왔다 물건을 가지고 나가는 일이 있으니 주의하도록 하자. 공공장소 및 관광지에서는 소매치기 등을 조심하여 되도록 가방을 앞으로 메고 밀집지역은 가급적 방문을 자제하고 수상한 사람과는 거리를 유지하거나 주변을 떠나자. 출퇴근 성추행 사건도 자주 일어난다. 성희롱, 성추행 등이 발생되면 기관장이나 집주인, 더 나아가 경찰에게 연락하도록 하자. 치안 및 범죄 예방은 나부터이니, 항상 어두운 시간에는 이동을 자제하자.

건강관리는 밥을 잘 먹는 것부터 시작된다. 현지적응훈련이 끝나면 진짜 이제 입지에서 직접 밥을 해먹어야 한다. 정말 정말 정말 밥을 잘 챙겨먹는 것은 중요하다. 한국인은 밥심이라지 않던가. 귀찮아도 항상 충분한 영양보충으로 스리랑카 더위를 이겨내도록 하자. 현지식에 맛을 들이면 그것 또한 좋다.

스리랑카에서 주로 걸리는 병은 뎅기, 피부병, 광견병 등이 있다. 뎅기는 모기에 의해 전염되는 질병으로써 39℃ 이상의 갑작스런 고열과 심한 두통, 메스꺼움 등이 증상이다. 치사율이 10%정도 되는 질병이나 대부분 낫는다. 평소에 밥을 잘 먹고 건강하면 뎅기 모기에 물려도 뎅기에 걸리지 않으니 잘먹고 건강하자!

또 다른 병은 피부병이다. 자외선 및 벌레로 인한 병들이 있는데, 이는 자외선 차단제 및 긴팔 등을 활용하여 대처하도록 하자. 끝으로 스리랑카에 가장 많이 보이는 개로 인한 질병인 광견병이다. 이곳 개들은 피부병이 심하니 피부병도 유의하도록 하자. 개들은 주로 건들지 않으면 공격하지 않으나 갑자기 공격하고 물린 경우에는 사무소에 연락하고 48시간 이내에 콜롬보 병원에 방문하여 광견병 주사를 맞도록 하자. 빠른 시간 내에 주사만 맞으면 되니 걱정하지 말

자! 자나 깨나 개조심!



<암파라 단원 경찰서방문 사진>



<바띠칼로아 단원 경찰서방문 사진>

## 해외봉사단원 안전상황 발생 사례 및 상황별 유의사항

- 성추행 발생 사례

- 신○○ 단원 (케골/2015년 2월 귀국)  
2013년 7월 기관활동을 마치고 귀가도중 바바리맨을 만남.  
50대의 술에 취한 남자가 사롱(스리랑카 남자용 치마)을 입고 걸어오다 눈을 마주치자 사롱을 걷어 올리며 성기를 노출함. 술에 취하거나 눈빛이 이상하면 시선을 외면하고 다른 방향의 길로 다니라고 지시함.
- 김○○ 단원 (누워러엘리아/2014년 4월 파견)  
2015년 3월, 주말 이동 후 야간 귀가도중 트리휠(현지 택시) 기사로부터 신체접촉 등 성추행을 당함. 사무소 현지 안전요원을 현장으로 파견, 사건조사 및 재발방지 노력함.
- 장○○ 단원 (반다라웰라/2014년 9월 파견)  
2015년 4월, 트리휠(현지 택시)을 타고 이동 중 목적지인 집에 도착했음에도 세우지 않음. 불안감을 느끼고 차에서 뛰어내려 가벼운 초과상을 입음.  
2015년 5월, 밤 늦은 시각 귀가길에 현지인으로부터 가벼운 성희롱을 당함.  
사무소 현지 안전요원 동행, 사건관련 출장 및 단원 기관 및 파견지역 변경함.

## - 상황별 대처요령

## • 절도

절도 사고는 범인을 잡아도 증거를 확보하기가 어려우므로 문단속 등 평소 예방이 중요하다. 많은 현금, 귀금속, 노트북 등 고액의 물건이 절도 당했을 경우는 기관장을 통해 경찰에 신고를 하여 물건을 찾을 수 있도록 협조를 요청하자.

## • 폭행(흉기상해, 강도 등)

몸을 가누기 힘들 정도의 폭행인 경우 피의자의 얼굴, 이름, 사는 곳 등의 정보를 최대한 확보하고, 주변 사람들의 도움을 받아 신속히 병원에서 치료를 받을 수 있도록 해야 한다.

흉기를 이용한 상해로 인해 상처를 입거나 치명적이라고 판단이 든다면 신속히 현장을 벗어나 주변사람의 도움을 받아 병원으로 이동하고 동시에 사무소에 연락을 취할 수 있도록 하자.

## • 성폭행

성폭행을 당했을 경우 최대한 범인의 인상착의를 기억하도록 노력하고 몸을 씻지 않은 상태로 병원으로 가자. 범인 체액을 채취하더라도 DNA 분석은 이 곳 경찰 실험실에서 진행하기가 어려우므로 상황에 따라 냉동 상태로 한국 또는 싱가포르 등으로 보내어 DNA 분석결과를 받을 수 있도록 조치한다.





부부



## 유용한 현지어 표현

### 1) 기본대화

안녕하세요: 아유보완

아침인사: 수다 우다사낙 (Suba Udasanak)

저녁인사: 수다 산다박 (Suba Sandavak)

잘가요: 바이 (bye)

잘 지내십니까?: 코호마다 (Kohomada?)

또 만나요: 네와타 하무위무 (Newatha Hamuwemu)

좋은 하루 되세요: 수버 다워삭 워와

고맙습니다: 스투띠~(sthuti)

이름이 무엇입니까? : 오야게 나마 모깃다?(oyage nama mokakkda)

제 이름은 \_\_\_\_\_: 마게 나마(Mage Nama \_\_\_\_\_)

괜찮습니다(ok, fine) : 하리뜨(harith)

건배(Cheers): 사우디아 푸라무(Saudiya Puramu)

### 2) 긴급도움을 요청할 때

도와주세요!: 우다우꺼란느 (Uda U Karane)

물에 빠졌어요 도와주세요: 나와 길레느와 우다우 꺼란느 (Nawa gilenewa Uda u Karane)

파도에 끌려가요 도와주세요: 마와 가하게느 야느와 우다우꺼란느

(Mawa gahagene yanewa uda u karane)

### 3) 화재가 발생했을 때

여기 불났어요 도와주세요: 메타나 기닌 니완느 우다우꺼란느

(Metana ginin niwane uda u karane)

소방서에 연락해주세요: 기니 니와느 하무다와뜨 콜 꺼란느

(Gini niwane hamudawatte call karane)

### 4) 성관련 사고 발생 위험시

경찰을 불러주세요: 폴리씨여뜨 엔느 끼안느 (policiyeta ene Kiyanne)

경찰에게 전화해 주세요: 폴리씨여뜨 콜 까란느 (policijeta Call Kiyanne)



### 주요 도시간 버스/항공 요금과 거리, 소요시간(2015년 11월 기준)

DISTRICT	지역	거리 (km)	버스 요금	소요 시간	항공요금 기준	항공 요금
KEGALLA	Warakapola	62	375	2		0
KEGALLA	Kegalla	82	375	3		0
RATNAPURA	Ratunapura	89	375	3		0
KURUNEGALA	Kurunegalla	97	375	3		0
GALLE	Galle	118	375	4		0
KANDY	Kandy	121	460	4		0
MATALE	Matale	155	460	5	TRINCOMALEE	4,650
MATARA	Matara	160	460	5	TRINCOMALEE	4,650
MATALE	Dambulla	161	460	5	TRINCOMALEE	4,650
NUWARA ELIYA	Nuwara eliya	182	595	6	TRINCOMALEE	4,650
HAMBANTOTA	Beliatta	190	595	6	TRINCOMALEE	4,650
HAMBANTOTA	Tangalle	197	595	7	TRINCOMALEE	4,650
ANURADHAPURA	Anuradhapura	205	595	7	TRINCOMALEE	4,650
POLONNARUWA	Polonnaruwa	231	865	8	TRINCOMALEE	4,650
BADULLA	Badulla	237	865	8	TRINCOMALEE	4,650
TRINCOMALEE	Trincomalee	266	865	9	TRINCOMALEE	4,650
AMPARA	Ampara	325	1,225	11	TRINCOMALEE	4,650
BATTICALOA	Batticaloa	326	1,225	11	TRINCOMALEE	4,650
AMPARA	Oluvil	351	1,225	12	TRINCOMALEE	4,650
JAFFNA	Jaffna	394	1,335	13	PALALY	8,750

## ☆ 참고문헌 및 사이트

1. 쉽고 재미있는 현장사업 길라잡이 : KOICA 한국국제협력단
2. ntc.gov.lk : Sri Lanka National Transport Commission
3. www.helitours.lk : Sri Lanka Helitour Service
4. www.wikipedia.org : 위키백과
5. www.doopedia.co.kr : 두산백과
6. www.mofa.go.kr : 외교부
7. www.kotra.or.kr : KOTRA 콜롬보 무역관

## ☆ 마무리글 / 제작진 소개

- 언제나 처음 가졌던 그 마음을 떠올리자! 초심!!!

KOICA 해외봉사단 모집 공고를 확인하고 합격을 위해 온 정성을 다한 지원서를 제출하고 KOICA 해외봉사를 가고자 하는 마음을 어떻게든 전달하려고 노력했던 면접, 조마조마하며 신체검사 결과를 기다렸고 마침내 합격을 통지 받은 기쁨의 순간과 동기들과 열정 가득가득 쌓았던 국내교육을 거치면서 그렇게 간절했던 해외봉사를 오게 되었다. 이 모든 과정들이 오롯이 떠오르는가? 우리는 기본적으로 '봉사활동'을 하러 온 사람들이다. 많은 것을 내려놓고 편하게 사는 것을 포기하고 이곳에 왔다. 하지만 살다 보면 편하게 살 수 있는 방법도 많이 발견하고, 처음의 마음가짐을 계속 유지하기 또한 쉽지 않다. 정말 자신 있었지만 초심을 잃지 않는다는 것이 말처럼 쉽지는 않다. 어쩌면 우리가 품었던 초심은 스리랑카 실정에 맞지 않을 수도 있다. 그렇기 때문에 또한 변하게 된다. 현지 사정이 있을지라도 초심을 지켜나가는 것은 매우 중요하다. 많은 계획을 머릿속에 구상하고 스리랑카로 입국한 그 순간들을 기억한다면 2년이라는 시간이 그렇게 길지만도 않을 것이다. 사실 1년간은 스리랑카 언어와 문화 등 많은 것을 배우는 것만으로도 벅하다. 그렇기 때문에 실제로 봉사활동에 매진하는 시간은 적을 수밖에 없는데, 짧은 시간이라도 온 마음을 다해 매진한다면 그 결실은 클 것이다.

- 비교하지 말자.

한국과 스리랑카를 비교하는 것은 무리인 것을 알면서도 힘들다. 어느 순간 나모 모르게 무의식적으로 한국에서의 삶과 비교하게 된다. 스리랑카 안에서도 차이로 인한 불평불만이 생길 수 있다. 각 지역마다 생활수준의 차이, 주거지 수준 차이, 어떤 지역은 좋은

집을 싸게 구할 수 있고, 어떤 지역에는 식재료가 많이 없고, 어떤 지역은 유기견이 많고, 어떤 지역은 덥고, 춥고, 어떤 곳은 단전, 단수가 잦다. 환경으로 인해 바꿀 수 없는 것들로부터 스트레스 받지 말자. 한 예로 단전으로 컴퓨터에서 벗어나 내 이웃들과 더 이야기 나눌 수 있고 온 몸을 반짝이며 춤을 쳐주는 반딧불이와 하늘을 빠르게 수놓은 밤하늘의 별을 만날 수 있다. 만족은 환경에서 오는 것이 아니라 자족하는 마음에서 생기는 것이다. 언제나 어떠한 상황에서도 긍정적으로 받아들이고자 노력하자! 단원들의 일상이 불평불만보다는 행복으로 가득차기를 바란다.

- 겸손한 마음으로 현지인들의 친구가 되자.

우리는 이들의 필요에 의해 올 수 있었다. 이들 보다 조금 더 나은 환경에서 살았고 조금 더 교육을 받았을 뿐이다. 하지만 현지에서 생활하다보면 우리가 가진 지식 보다 현지인들의 생활 지혜가 더 유용하고 현명할 때가 있다. 오히려 그들로부터 배울 것들이 많다. 항상 나를 낮추고 상대를 존중하는 마음으로 관계를 이어 나가자. 우리는 월드 프렌즈가 아닌가. 도와준다는 명목으로 윗사람이 되기보다는 이들의 진정한 친구가 되기를 바란다.

- 대한민국 대표, 당신!

현지인은 우리의 작은 행동 하나를 보고도 한국인의 전반적인 행동이라는 확장된 사고를 가질 수 있다. 그렇기 때문에 스리랑카에 머무는 2년 동안은 내가 대한민국을 대표한다는 생각으로 항상 바른 언행을 가지도록 노력하자.

제작자			
집필자		감수자	
	이단비 90기 한국어교육 South-Eastern University of Sri Lanka		김영민 77기 컴퓨터교육 South-Eastern University of Sri Lanka 現.월드프렌즈 코디네이터
	정란 90기 한국어교육 University of Kelaniya		김대영 인턴 스리랑카 KOICA 해외사무소
	장현진 97기 사회복지 Zonal Education office-Galle		

## 집필진 소개

- 집필자: 신유진(기계), 박정은(체육교육), 이선희(한국어교육)
- 감수자: 이은서(전기), 박현진(한국어교육/관리요원)



교육자료 월드프렌즈 2016-29-140

---

해외봉사단원이 쓴 **봉사활동 안내서 / 스리랑카편**

---

발행	2016년 10월 19일
발행처	한국국제협력단
편집인	월드프렌즈교육원
주소	본부 경기도 성남시 수정구 대왕판교로 825 교육원 강원도 영월군 주천면 다래골길 53
전화	033) 834-5811
팩스	033) 834-5840
홈페이지	<a href="http://kov.koica.go.kr">http://kov.koica.go.kr</a>
디자인/인쇄	한진상사 061) 373-6166

[무단복제 금함]

ISBN 978-89-6469-396-4 13320 <비매품>

---



