메뉴 구성부터 패키지, 커트러리까지 국제선 기내식과 똑같이 만든 진에어의 HMR(가정간편식) '지니키친 더리얼'은 항공사와 기내식공급업체가 공동기획했다. 10월 23일 제주항공의 '인천-인천' 관광 비행 상품을 구매한 승객들이 인천국제공항 발권창구에서 탑승권을 보여주고 있다. 코로나19 감염을 피해 객실에서의 연말 소규모 룸파티를 내세운 호텔 패키지(왼쪽부터).

"하늘 위에서 먹던 기내식, 집에서 맛보세요"

진에어, 기내식 콘셉트 HMR 출시
무착륙 '관광비행', 국제선도 허용
국내 호텔들, 스위트룸 패키지 선봬
'좀비 여행사' 연말 구조조정 등 우려

얼마 전만 해도 코로나19 종식을 기대하며 그 이후를 대비하는 '애프터 코로나'가 화두였다. 하지만 이제는 세계 곳곳에서 3차 대유행이 현실화되면서 백신이 나와도 코로나19 종식까지는 긴 인내가 필요하다는 상황을 절감하고 있다. "강한 자가 버티는 것이 아니라, 버틴 자가 강자"라는 말처럼 여행관광업계는 요즘 '위드 코로나' 시대를 견디는 아이디어를 짜내는데 전력하고 있다.

●기내식 HMR과 관광비행

진에어는 최근 기내식 콘셉트의 HMR(가정간편식) '지니키친 더리얼'을 내놓았다. 메뉴 구성부터 패키지와 커트러리 등이 국제선 항공여행에서 접하는 기내식 그대로다. 진에어와 항공기내서비스 기업 이노플라이가 공동기획했다. 기내식과 HMR 제조공정이 유사하다는 점에 착안했는데, 항공사와 기내식기업의 힘든 상황이 그대로 반영된 아이디어 상품이다.

요즘 화제인 관광비행도 '위드 코로나' 시대의 아이디어 상품이다. 목적지 없이 비행하다가 다시 돌아오는 이 상품은 그동안 국내선만 운영했으나 최근 정부가 국제선도 허용하면서 활기를 띠고 있다. 특히 국제선 관광비행은 일반여행과 동일한 면세혜택을 적용해 기내면세품 판매에 대한 항공사의 기대가 남다르다.

●연말 스위트룸 패키지와 7시간 룸파티

국내호텔은 코로나19 위기 속에서 콧대 높은 마케팅 전략을 대거 바꾸었다. 호텔 레스토랑들이 테이크 아웃 상품을 내놓고, 홈쇼핑 채널이나 라방(SNS 라이브 생방송)을 통한 세일즈도 등장했다. 요즘은 연말 대목에 맞춰 호텔의 자존심으로 불리는 고급 스위트룸 패키지들이 등장하고 있다. 스위트룸 숙박에 레스토랑 상품권이나 시그니처 굿즈 제공 등의 특전을 추가하는가 하면, 일주일 이상 장기투숙을 내세우는 패키지도 있다. 코로나19 감염 우려를 반영해 스위트룸을 파티공간으로 내세우는 상품도 있다. 이밖에 올해 유행이었던 일반 객실 반나절 이용과 프라이빗 파티 테마를 결합한 혼종도 나오고 있다.

●아픈 현실의 신조어, 좀비 여행사

한국관광협회중앙회의 자료에 따르면 3분기 등록여행업체는 2만 1540개로 2분기보다 131개 감소했다. 얼핏 '선방'한 듯 보이지만 실상은 라이선스 유지나 고용유지지원금을 위해 폐업신고만 하지 않은 업체가 대다수다. 이런 기업들을 두고 업계에서는 '좀비 여행사'라는 자조적인 표현까지 등장했다. 그나마 '좀비' 상태로라도 버틸 수 있게 했던 고용유지지원금도 많은 기업들이 12월이나 1월에 만료된다. 새로운 정책적 지원이 없다면 연말을 기점으로 대규모 구조조정과 도산기업이 쏟아질 것이라는 우려가 나오고 있다. 주무부처인 문화체육관광부가 긴급지원예산을 확보하기 위해 분주하지만, 이를 바라보는 시각은 좀 회의적이다.

업계 한 관계자는 "문체부가 애쓰는 건 알지만 백신이 나와도 해외여행은 내년 하반기나 가능하다는데, 당장 한두 달이 아닌 그때까지 버틸 지원이 절실하다"며 "자칫 여행산업의 생태계가 무너질 수도 있다"고 우려했다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

발목 접질렸을 때, 초기 염증관리해야 만성 염좌 막는다

건강올레길 | 우리동네 주치의의 건강학

흔히 '발목을 접질리다', '발목을 삐다'라고 표현하는 발목 염좌는 발목 주변의 관절을 지탱하는 인대가 늘어나거나 찢어지는 경우를 뜻한다. 등산과 운동 중, 또는 술자리에서 발목을 접질릴 수 있다. 겨울철에는 빙판길로 인한 낙상사고가 발생할 가능성이 높다. 이때 넘어지거나 다치면서 발목을 접질리고, 인대파열이나 염좌로 인해 병원을 찾는다. 손상 초기에 치료를 소홀히 하면 만성, 재발성 염좌로 진행될 수 있고 치료도 어려워질 수 있다.

발목을 접질렸을 때 증상은 1도, 2도, 3도로 구분할 수 있다. 1도는 통증이 있고 움직일 수 없으며 압통이나 국부적인 부종이 있는 경우다. 2도는 인대파열음을 들을 수 있고 발목 관절 부위에 부종과 압통이 나타난다. 3~4일이 지나면 심하게 부어오르기 시작하고 걷는 게 힘들어진다. 3도는 순간적으로 아탈구를 일으켰다가 원래대로 되돌아간 경우가 대부분으로, 발목 관절 바깥쪽 부위 전체에 부종과 강한 압통이 있으며 불안정성이 높아 걷기가 힘들다. 통증이 적은 상태라고 하더라도 초기에 염증관리가 이뤄질 수 있도록 병원에 내원해 적절한 치료를 받는 것이 중요하다.

발목을 접질렸을 때 내원하는 환자들의 경우 엑스레이, 초음파 검사와 개인의 증상을 바탕으로 진단을 내린다. 기본적으로 휴식과 냉찜질, 압박, 높이기 등의 치료를 진행한다.

개인에 따라서는 인대강화주사 등의 치료 요법이 필요할 수도 있다. 인대강화주사는 발목 염좌 정도가 2도 이상일 때 효과적인 치료 방법 중 하나로, 고 삼투압의 포도당을 발목 관절 내에 주입해 손상된 인대 조직이 회복할 수 있도록 돕는다. 수술적인 치료에 비해 통증과 출혈이 적고 시술 시간이 짧다. 치료와 함께 천천히 걷는 습관, 발목 스트레칭 습관 등을 형성하는 것이 중요하다.

삼성동 정형외과 더정형외과 **정재홍** 원장

휘닉스 평창, 딜리셔스 올인클루시브 진행

휘닉스 평창은 12월 17일까지 주중 투숙객을 대상으로 '30시간 스테이' 이벤트를 진행한다. 오전 10시에 체크인하고 다음 날 오후 4시에 체크아웃을 하며 올인클루시브 프로그램(사진)을 즐길 수 있다. '30시간 스테이'에 휘닉스 평창의 모든 레스토랑과 카페를 무제한으로 즐길 수 있는 '딜리셔스 올인클루시브' 패키지도 있다. 객실 1박과 F&B 무제한 이용, 몽블랑 관광곤돌라, 야외스파와 사우나를 즐길 수 있는 블루캐니언, 아이들용 키즈라운지까지 이용할 수 있다. 김재범 기자

편집 | 신하늬 기자 mythuki@donga.com

날씨와 생활

25일(수)

	30/20		30/20		30/20
서울	1 / 10	인천	2 / 10	수원	-1 / 10
춘천	-3 / 9	강릉	5 / 14	청주	0 / 10
대전	0 / 11	전주	2 / 12	광주	3 / 13
대구	2 / 13	울산	5 / 14	부산	6 / 15
창원	4 / 13	제주	10 / 14	지역	강수 확률 (오전/오후)
				날씨	최저 최고기온℃

해뜸 07:22 해짐 17:16 달뜸 14:54 달짐 02:14

산 날씨

북한산	-2/10	내장산	1/12
설악산	4/13	무등산	1/13
오대산	-2/9	주왕산	-4/11
속리산	-3/10	지리산	1/15
계룡산	-2/11	한라산	9/16

바다 날씨

인천송도	2/10	안면도 꽃지	-1/11
제부도	1/11	변산반도	1/12
경포대	5/14	거문도	3/14
속초	2/12	해운대	6/15
대천	-1/10	제주도	10/14

미세먼지

서울	35	보통	대전	28	보통
부산	30	보통	경기	29	보통
대구	33	보통	강원	23	좋음
인천	27	보통	전북	16	좋음
광주	15	좋음	제주	14	좋음

스포츠동아 The sportsdonga 제3462호
발행인 이인철 편집인 이성춘 편집국장 연제호 광고국장 이승욱
편집부장 안도영 스포츠부장 정재우 엔터테인먼트부장 이정연
경제산업부장 양형모 사진부장 고종철 인쇄 동아일보사
광고문의 02-361-1612 구독신청 1588-2020 FAX 02-361-1617
www.sportsdonga.com (우) 03737 서울특별시 서대문구 충정로 29
2008년 3월 3일 등록번호 서울 가-00131호 〈일간〉 2008년 3월 24일 창간
본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다. 구독료 : 한달 12,000원, 1부 700원
대표전화 02-361-1610 제보·투고 02-361-1616 sol@donga.com

박경호의 운수 좋은 날

11월 25일(수) 음력: 10월 11일 문의 : (02) 812-1201, 도원학당

쥐 행운색:청색 길방:동
오늘의 마음:잔물결비

시시한 일들로 인해 훼방을 받아 뜻대로 되지 않는다. 자금난에 봉착한다. 사방이 막혀 있는 것 같다. 그러나 시련의 때야말로 인간의 참된 가치가 나타난다. 서두르면 곤란만 야기 시킨다. 상대의 입장을 살펴 보아라. 오늘은 지살이며 인성일이다. 업무적인 면에서는 인덕을 보게 된다. 어떤 일이든 스스로 찾아서 움직여야 이루어진다.

소 행운색:흰색 길방:북
오늘의 마음:먹음비

성급함보다는 안정을 추구하면서 주위의 자문이나 조언을 귀담아 두는 것이 도움이 된다. 가능한 한 타인의 일에는 개입을 않는 편이 좋다. 건강에 많은 신경을 쓰고 마음의 안정을 도모하라. 시기를 기다려라. 오늘은 망신살이며 식상일이다. 오늘은 말실수를 자주하는 날이며 희롱적인 언어나 행위가 있을 수 있는 날이다.

호랑이 행운색:검정 길방:북
오늘의 마음:[illegible]

신용과 책임 있는 자세로 과감하게 선두에 서는 확고한 자기 노력이 뜻을 실현할 수 있게 할 것이다. 마음속에 갈등이나 번민이 따르니 변화의 상황에서 자제하여 무난한 인간관계를 유지함이 필요하다. 오늘은 역마일이다. 지살과 역마의 만남이다. 앉아서 돈을 버는 것이 아니라 최선을 다하여 활동하면서 번다.

토끼 행운색:검정 길방:북
오늘의 마음:파동

현재의 상태에서 더 큰 변혁의 일면을 맞게 된다. 뜻하지 않은 일의 발생으로 다소 당황하나 그 위기를 잘 극복하면 그 대가를 기대 이상으로 찾을 수 있다. 기분에 치우치지 말고 침착하게 밀고 나아가라. 오늘은 원숭이날이다. 토끼는 원숭이날을 만나면 도전적이며 남에게 지기 싫어하는 기운 또는 쿠데타의 기질을 갖게 된다. 신중해야 한다.

용 행운색:적색 길방:남
오늘의 마음:쾌청

의욕이 충만한 가운데 자신의 일이나 문제 등이 현실로 돌입되는 시기이니 확장이나 변화를 위해서는 과감한 행동이 따라야 한다. 너무 주위를 의식할 필요는 없다. 용기를 가지고 최후까지 노력하면 달성된다. 오늘은 용이 원숭이를 만나는 날이다. 화개가 지살을 만난 날이다. 시들었던 화초가 비를 만나는 격이다.

뱀 행운색:청색 길방:동
오늘의 마음:[illegible]

항상 자신의 주장보다는 주위의 의견을 수렴하여 지혜롭게 임하는 자세가 필요하다. 신경이 많이 쓰이는 때이다. 의욕이 저하되는 모습을 타인에게 들킬 수 있으니 극기의 정신이 필요할 때다. 무리하면 스스로 상처이다. 오늘은 뱀이 원숭이를 만나는 날이다. 망신살이다. 감언이설로 사람들을 현혹하지만 자칫 망언이나 희롱이 될 수 있다.

말 행운색:[illegible] 길방:[illegible]
오늘의 마음:[illegible]

의욕이 너무 앞서거나 물질적인 면을 강하게 추구하기보다는 현재의 상태에서 안정을 찾도록 하라. 한편 변화의 과정에 있어서 독자적인 행동보다는 인간적 유대관계에 마음을 쓰는 것이 유리하다. 신변에 가까운 일은 성취된다. 오늘은 역마일이다. 돈에 역마살이 붙었다. 돈이 굴러가는 것이다. 즉흥적인 행위가 손재수를 유발할 수 있다.

양 행운색:흰색 길방:북
오늘의 마음:[illegible]

자신의 뜻을 이루기에는 보이지 않는 장애가 많고 고심하게 되며 주위로부터 구설이 뒤따르기도 하니 특히 근신하여야 한다. 매사에 많은 애로가 따르니 성급하게 나서지 말고 돌파구를 찾도록 노력하라. 장래를 봐서 거래에 투자하라. 오늘은 겁살일이다. 혼자서 일처리를 하지 말라. 노력 없이 대가를 바라지 말라.

원숭이 행운색:[illegible] 길방:[illegible]
오늘의 마음:[illegible]

별로 진척이 없는 시기이므로 무엇을 이루기에는 시간적인 여유를 필요로 한다. 보다 긍정적이고 진취적으로 생각하여 현 위치에서 좀 더 높은 자리로 도약하려는 노력이 있다면 곧 이 위기는 극복 되겠다. 소극적으로 행동하라. 오늘은 원숭이 날이다. 원숭이가 원숭이를 만났으니 서로 잘났다고 경쟁하는 형상이다. 자제하라.

닭 행운색:[illegible] 길방:[illegible]
오늘의 마음:[illegible]

금전적인 이득과 함께 이성이나 귀인의 도움이 따른다. 자신의 명예에 관한 행동이나 금전관계도 원활하나 과감한 행동이나 처세는 심사숙고 해야 한다. 서류상의 문제는 정확한 확인 및 보관이 필요하다. 수입이 늘어 기쁘다. 오늘은 장성이 망신을 만난 날이다. 장성과 망신 관계는 오행은 같은데 음양이 다르다. 서로 비슷하여 실수한다.

개 행운색:적색 길방:[illegible]
오늘의 마음:[illegible]

자칫 인간관계에서의 트러블로 인해 곤고한 지경에 놓이게 되며 그로인한 심리적인 갈등과 마찰로 의욕이 저하될 우려가 있다. 한동안의 안정으로 다소 여유를 얻으며 생각지 않은 만남이 연출된다. 지출이 많을 때이다. 자제하라. 오늘은 역마다. 새로운 환경에 들뜨기 쉬운 날이라 자칫 자신의 위치를 모르고 무리하면 화근이 될 수 있다.

돼지 행운색:흰색 길방:서
오늘의 마음:[illegible]

지금까지 쌓아올린 공이 인정을 받으며 문서적인 측면의 일에 발전의 계기가 조성되어 인사이동, 확장, 변경 등에 좋은 결실을 맺게 된다. 자격증의 취득에 있어서도 기대 이상의 결과를 얻는다. 오늘은 지나친 욕심으로 남은 안보이고 자신만 보이는 날이다. 단, 침착하고 신중한 자세를 견지할 수 있다면 투자로 큰 이익을 얻을 수도 있다.