

# 철판 위에서 만난 두 음식



김양평의  
일본 이야기

라멘, 돈카츠, 이자카야, 스시, 사부사부 등 이제는 일본 음식 이름이 그리 낯설지도 않고 동네 골목에서도 그러한 상호의 가게 하나, 둘 정도 발견하기가 딱히 어려운 일도 아니다. 여행지나 지방의 행사장에 등장하는 푸드트럭에서는 이미 타코야키와 오코노미야키는 단골 메뉴로 자리 잡고 있다.

그중에서도 오코노미야키(お好み焼き)는 우리의 빈대떡과 같은 모양 때문에 처음부터 큰 거부감 없이 받아들여지는 음식 중 하나이다. 오코노미야키는 일본의 대표 음식 중 하나로 유래를 찾으면 에도시대까지 거슬러 올라간다. 하지만 지금과 같은 형태로 자리 잡고 널리 알려진 것은 2차세계대전 이후이다. 전후 식량난 속에서 충분한 쌀을 구하지 못한 일본 정부는 부족분을 메우기 위해 밀가루를 배급했고, 사람들이 밀가루 반죽에 양배추와 남은 채소 등을 철판에 구워 먹기 시작하면서 지금의 오코노미야키가 된 것이다.

오코노미야키라는 이름을 분해해 보면 오코노미(お好み)+야키(焼き)로 분리 할 수 있

다. 이것을 한국어로 번역하면 '좋아하는 것'+ '구이'가 되고 바로 내가 좋아하는 것을 구워 먹는 음식이 되는 것이다. 처음에는 어쩔 수 없이 남은 음식을 구워 먹었으나, 이제는 내가 좋아하는 음식을 구워 먹는 것이다. 어디선가 오코노미야키를 주문할 때 내용물로 해산물, 육고기, 야채 등을 선택했던 이유가 바로 여기에 있다. 처음부터 오코노미야키는 정해진 조리법이 있는 것이 아니었기 때문에 지역별로 다양한 형태로 발전해 왔다. 예를 들어 히로시마 지역에서는 반죽과 재료를 층층이 쌓아서 사이에 면을 넣기도 했고 오사카 지역에서는 재료를 모두 섞어 한꺼번에 굽는 방식이 정착했다.

그런데 도쿄에는 오코노미야키와 비슷하면서도 또 다른 철판 음식이 있다. 바로 몬자야키이다. 오코노미야키는 이제 한국에서도 흔히 접할 수 있는 음식이지만 몬자야키는 다르다. 몬자야키는 일본에서도 도쿄, 쓰키시마를 대표하는 음식이다. 도쿄를 벗어나면 일본에서도 몬자야키 전문 식당을 접하는 것이 쉽지 않기 때문에 더욱 우리에게 낯선 음식이기도 하다.

처음 일본인 친구와 함께 몬자야키 전문점을 방문했을 때 솔직히 조금 당황했다. 점원은 철판 위 묽은 반죽을 풀어 놓더니 작은 주걱을 건네며 익어서 철판에 늘어붙은 부분을

조금씩 긁어 먹으라고 했다. '이게 정말 맞는 방법인가?' 싶었지만, 익숙해 보이는 일본인 친구를 몇 번 따라 하다 보니 어느새 철판을 굽는 재미에 빠져 있었다.

몬자야키 또한 그 이름에서 유래를 찾을 수 있는데 가장 유력한 설은 '몬자야키(文字焼き)'로 알려져 있으며, 이는 '문자'+ '구이'가 된다. 이름만 들어보면 다소 생소하지만, 이 또한 제2차 세계대전 이후 식량난 속에서 배급받은 밀가루를 나누어 먹으면서 만들어진 것이다. 적은 양의 밀가루에 물을 많이 섞어 반죽을 묽게 만들어 철판에 굽다 보니 시간이 걸리게 되었다. 그사이 익어가는 반죽 위에 글자나 그림을 그려 아이들에게 글을 가르쳤다고 한다. 뿐만 아니라 저렴한 식재료로 여러 사람이 둘러앉아 먹으며 이야기를 나누는 것이 도쿄, 특히 쓰키시마 지역 사람들의 정서와 잘 어울렸기 때문에 오늘날 이곳은 '몬자야키의 성지'로 불리며 수많은 전문점이 모여 있다.

비슷한 시기에 같은 재료를 사용한 음식이지만, 오사카 지역에서는 든든한 한 끼를 때울 수 있는 오코노미야키가 되었고 도쿄에서는 사람들이 둘러앉아 시간을 보낼 수 있는 몬자야키가 되었다. 같은 재료라도 지역의 역사와 생활방식에 따라 전혀 다른 음식으로 탄생한 것이다. /산업연구원 전문연구원

# 속이 쓰린 오늘 밤, 어디로 가야 하나



김서현  
(유통&라이프부)

늦은 밤 갑자기 몸이 아프면 어디로 가야 할까. 응급실이 가장 먼저 떠오르지만, 상대적으로 증상이 가벼운 경우에는 다음 날 병원의 문을 열 때까지 증상을 완화할 약이 필요한 경우가 많다. 이럴 때 이용할 수 있는 곳이 토·일요일과 공휴일, 심야 시간대에도 문을 여는 공공심약국이다. 현재 전국 공공심약국은 170곳에 불과하고 지역별 편차도 크다. 제주도에는 단 1곳만 운영되는 등 접근성이 크게 떨어진다.

가장 현실적인 대안으로는 집 근처 편의점이 꼽힌다. 정부도 이러한 수요를 반영해 올해 하반기 편의점 안전상비의약품 품목 조정

을 추진하기로 했다. 현재 전국 5만 3000여 개 편의점에서 판매되는 안전상비의약품은 13종이다. 2012년 제도 도입 이후 일부 제품이 단종되면서 실제 판매 품목은 11종까지 줄어든 상태다.

안전상비의약품 품목 확대 요구는 꾸준히 제기돼 왔다. 그동안 지사제와 제산제, 화상연고 등을 추가하는 방안이 여러 차례 논의됐지만 약사회의 강한 반발로 번번이 무산됐다. 이번 조치는 단종 품목을 정비하는 동시에 제도의 실효성을 높이려는 성격이 강하다.

실제 판매 데이터를 보면 안전상비의약품은 심야와 휴일 의료 공백을 보완하는 역할을 하고 있다. CU의 경우 안전상비의약품 매출의 절반 이상(50.5%)이 오후 9시부터 오전 5시 사이 발생했고, 토요일과 일요일 매출 비중도 평일보다 높았다. GS25 역시 심야 시간

대 판매 비중이 57.2%로 절반을 웃돌았다.

약사회는 의약품 오남용 가능성을 이유로 품목 확대에 반대하고 있다. 의약품 안전성이 최우선인 만큼 편의점 판매 품목을 늘리기보다 공공심약국 지원을 확대하는 것이 바람직한 해법이라는 입장이다.

국민의 편의성과 의약품 안전성은 모두 포기할 수 없는 가치다. 해외 주요국과 비교하면 국내 안전상비의약품 판매 범위는 지나치게 제한적이다. 미국과 영국, 일본 등은 일반의약품을 소매점에서 폭넓게 판매하되 성분과 용량, 포장 단위 등을 세분화해 안전성을 관리하고 있다. 무조건 빗장을 걸어 잠그거나 반대로 규제를 한꺼번에 푸는 방식이 아니라, 충분한 안전장치를 전제로 의료 공백을 메울 수 있는 합리적이고 실효성 있는 제도 개선이 필요하다.

/seoh@metroseoul.co.kr

## 재미로 보는 오늘의 운세 7월 8일 (음 5월 24일) 포춘토리(www.fortunetory.com)



48년생 길함과 흉함이 교차하는 하루입니다. 60년생 신중한 판단이 필요합니다. 72년생 노력한 만큼 성과가 있겠습니다. 84년생 힘들게 이룬 일일수록 가치 있고 빛나는 법입니다.



49년생 후배들에게 예의바르게 행동하세요. 61년생 목표를 향해 매진하세요. 73년생 조금 부족하여도 인내할 줄 알아야 합니다. 85년생 주변사람들에게 도움을 받을 것입니다.



50년생 아랫사람들을 잘 챙기세요. 62년생 희망하는 일이 반드시 이루어집니다. 74년생 혼자 떠나는 여행은 금물이나 조심하세요. 86년생 남의 재물을 함부로 탐하면 큰 화를 입게 됩니다.



51년생 여행은 가까운 친구들과 함께 떠나세요. 63년생 가벼운 기분 전환이 꼭 필요합니다. 75년생 오랜만에 반가운 사람에게서 연락이 옵니다. 87년생 여행이나 출장은 한동안은 미루세요.



52년생 서쪽방향은 길하지 못합니다. 64년생 현 상태를 사수하세요. 76년생 내일은 기회가 찾아 올 것입니다. 88년생 남의 말을 많이 하면 그것이 결국 자신에게 돌아옵니다.



53년생 의기소침하지 마세요. 65년생 작은 것으로 큰 것을 곧 이룰 것입니다. 77년생 작은 근심을 이제 버려주세요. 89년생 달빛이 하늘에 환하니 하늘과 땅이 다같이 밝고 환합니다.



54년생 멀리하는 사람과 부딪히게 됩니다. 66년생 당신의 소질을 보여주세요. 78년생 모든 일에 새롭게 도전해 볼 때입니다. 90년생 숨겨 놓은 기술과 능력을 마음껏 발휘하세요.



55년생 손실만 있고 이득은 없습니다. 오늘은 무리하지 마세요. 67년생 사람들과 다투면 좋지 않습니다. 79년생 적당한 선에서 만족하세요. 91년생 천 번이든 만 번이든 되도록 참으세요.



56년생 모든 일에 피가 많으니 이루기 어렵습니다. 68년생 부적절한 일에 관여하게 되니 마음이 아픕니다. 80년생 칭찬 또는 인정을 받게 됩니다. 92년생 사치를 삼가하세요.



57년생 너무 거만하지 말고 겸손히 지내세요. 69년생 친구의 도움을 청하도록 하세요. 81년생 새로운 일에 착수하는 것은 불리합니다. 93년생 고집을 피우지 말고 주변 조언도 들어보세요.



58년생 아직 시기적으로 좋지 않습니다. 서두르지 마세요. 70년생 현실적이면서도 낭만적인 삶을 사세요. 82년생 정신을 맑게하세요. 94년생 마음이 흔들리는 일이 생길 것입니다.



59년생 구설에 오를 수 있습니다. 말을 조심하세요. 71년생 위험한 상황이 찾아오고 있습니다. 83년생 미리 대비하는 것이 좋습니다. 95년생 일을 적당히 처리하는 것은 절대 금물입니다.

# 김상회의四季

## 패가망신



패가망신은 집이 망가지고 몸을 잃는다는 뜻이다. 집이 망가진다는 것은 집안의 재산이 다 없어지고 따라서 몸을 망친다는 뜻이지만 단순히 망친 재산이 다 흩어져 빈한해지는 것을 떠나 그동안 쌓아왔던 명예나 업적도 함께 쓰러짐을 의미한다. 당나라 때 사람 유번(柳岫)은 어사대부란 관직에 있었는데, 그의 가문은 많은 명사를 배출했고 특히 유번은 예법에 탁월하여 '유씨 가훈' (柳氏家訓)을 남겼다. 이 글에서 그는 명문대가가 스스로 재앙을 불러들여 패가망신하는 다섯 가지 이유를 들고 있는데 그 다섯 가지가 모두 귀 기울일 만 하다. 첫째는 자신의 안락한 생활을 위해 지나친 욕심을 부리는 것, 둘째는 유학(儒學)에 관해 아무런 지식도 없이 옛사람들의 도덕에 대해 배우려 하지 않는 것, 셋째, 자기보다 나은 사람을 싫어하면서 멀리하고, 자기의 비위를 맞추며 아첨하는 사람을 좋아하는 것, 넷째, 빈둥거리며 놀기를 좋아하며 나태하게 지내는 것, 다섯째는 높은 벼슬자리에 오르기 위해 남몰래 권력 있는 사람을 찾아가 아부하며 지내는 것을 얘기했다.

덧붙이기를, "나는 지금까지 명문가들이 흥하고 망하고 융성하고 쇠약하게 되는 과정과 원인을 보아왔다. 그 명문가들은 모두 조상의 충성과 효도, 그리고 근검절약으로 쌓아 올려졌다. 그러나 또한 자손들의 모질고, 경솔하며, 사치하고, 오만한 행동으로 모두 멸망한 것이다. 쌓아 올리는 어려움은 하늘을 향해 오르는 것처럼 힘든 일이다. 그러나 멸망하게 하는 일은 타오르는 불 속에 깃털을 던져 태워 버리는 일처럼 간단하다. 이와 같은 흥망성쇠를 생각하니 마음이 아픈다. 너희들은 이를 헛웃 깊이 새겨 잊지 않도록 해야 할 것이다"라고 당부한다. 쌓아 올리는 어려움은 하늘을 향하여 오르는 것처럼 힘들지만 떨어지는 것은 불 속에 깃털 타듯이 순간이라는 지적이다.

'김상회의 사계'에서는 애독자를 위해 전화·방문상담을 해드립니다.  
김상희 역학연구원02) 533-8877 / www.saju4000.com

### 매일매일 두뇌트레이닝 생각 훈련

# 스도쿠365

3X3 �도쿠 X는 가로세로, 3X3박스에 1부터 9의 숫자가 대각선 회색 9에 1부터 9의 숫자가 겹치지 않게 푸는 퍼즐입니다.

문제출제: 손호성  
새로운 고난도의 월드퍼즐을 즐겨보세요  
<http://www.argo9.com>

할인도서

|   |   |   |   |   |   |   |  |   |
|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| 2 |   | 8 | 5 |   |   | 9 |  | 3 |
|   | 6 |   |   |   |   |   |  | 8 |
| 8 |   | 7 | 1 |   |   | 4 |  | 2 |
|   |   |   |   | 4 |   | 8 |  | 1 |
|   |   |   | 2 |   | 4 |   |  |   |
| 7 |   | 4 |   | 8 |   |   |  |   |
| 3 |   | 2 |   |   | 5 | 6 |  | 8 |
|   | 5 |   |   |   |   |   |  | 3 |
| 6 |   | 1 |   |   | 8 | 7 |  | 9 |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 8 | 5 |   |   |   | 6 |   | 4 |
|   | 4 |   |   |   | 7 | 1 | 6 | 5 |
| 6 | 5 |   |   | 4 |   |   |   | 9 |
|   | 2 |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   | 2 |   |   |   | 4 |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2 |   |   |   | 8 |   |   |   | 4 |
| 4 | 1 | 8 | 7 |   |   |   |   | 3 |
| 9 |   | 1 |   |   |   | 7 | 8 | 2 |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 7 | 2 | 8 | 9 | 5 | 1 | 2 | 9 |
| 2 | 8 | 2 | 9 | 1 | 8 | 6 | 9 | 7 |
| 8 | 1 | 9 | 6 | 7 | 2 | 2 | 2 | 8 |
| 9 | 6 | 8 | 2 | 8 | 9 | 7 | 1 | 2 |
| 9 | 2 | 1 | 7 | 8 | 2 | 9 | 8 | 6 |
| 1 | 2 | 8 | 6 | 7 | 2 | 9 | 8 | 9 |
| 2 | 9 | 7 | 8 | 9 | 1 | 2 | 6 | 8 |
| 7 | 8 | 9 | 2 | 2 | 6 | 8 | 9 | 1 |
| 8 | 9 | 6 | 1 | 2 | 9 | 8 | 7 | 2 |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 8 | 2 | 7 | 9 | 1 | 8 | 6 |   |
| 9 | 8 | 9 | 2 | 6 | 2 | 8 | 1 | 2 |
| 1 | 9 | 8 | 6 | 8 | 7 | 9 | 2 | 2 |
| 8 | 7 | 2 | 9 | 8 | 1 | 2 | 6 | 9 |
| 8 | 6 | 7 | 8 | 1 | 9 | 2 | 9 | 2 |
| 2 | 1 | 6 | 9 | 9 | 8 | 7 | 2 | 8 |
| 6 | 2 | 8 | 1 | 7 | 2 | 8 | 6 | 9 |
| 9 | 9 | 1 | 2 | 2 | 8 | 6 | 7 | 8 |
| 7 | 2 | 9 | 8 | 2 | 6 | 9 | 8 | 1 |

서울시 종로구 자하문로17길 18. TEL: 02)721-9800, FAX: 02)730-1551

발행·편집인 이장규 편집국장 윤휘중  
인쇄인 중앙일보(주)

|             |                                 |
|-------------|---------------------------------|
| 광고문의 / 독자센터 | 02)721-9851, 9826 / 02)721-9861 |
| 일간 메트로      | 서울 가00206 2002년5월28일 제5948호     |
| 일간 메트로경제    | 서울 가50111 2017년3월09일 제2052호     |

본지는 한국신문윤리위원회의 서약서로서 신문윤리강령을 준수합니다.