

종라호맛!

키르기즈스탄



종라호맛!

키즈기즈스탕

Contents

제1부



그 첫걸음을 떼다

Part. I 들어왔니? 키르기즈스탄

- | | |
|-----------------|-----|
| 1. 일반개황 | 009 |
| 2. 자연환경 | 011 |
| 3. 역사 | 012 |
| 4. 정치, 경제, 교육 | 014 |
| 5. 문화 | 018 |
| 6. 한국과의 관계 | 024 |
| 7. 국가개발 계획 및 현황 | 025 |

제2부



살 나누기

Part. I 현지 정착 관련 정보

- | | |
|--------------|-----|
| 1. 출국 전 준비 | 032 |
| 2. 교통 | 035 |
| 3. 통신 | 038 |
| 4. 은행 | 041 |
| 5. 주택 | 041 |
| 6. 현지 물가 | 043 |
| 7. 생필품 구입 장소 | 043 |

Part. II 알아두면 유용한 생활정보

- | | |
|-----------------|-----|
| 1. 지역별 생활정보 | 052 |
| 2. 택배 서비스 | 060 |
| 3. 유용한 사이트 및 어플 | 060 |

Part. III 봉사활동 정보

1. 현지적응훈련	062
2. OJT 활용	063
3. 보고서 관련 작성 Tip	063
4. 활동관련 물품 구입하기	064
5. 현장사업 및 협력활동	065
6. 분야별 선배단원 조언	066
7. 단원 활동기관 및 업무소개	067
8. 타 봉사단원관의 교류현황	070

제3부



건강한 생활

Part. I 안전관리

1. 긴급 상황 대처요령	074
2. 보건환경 및 의료기관 이용법	076

부록

유용한 현지어 표현	080
기타	081
집필진 소감	082
출처	083

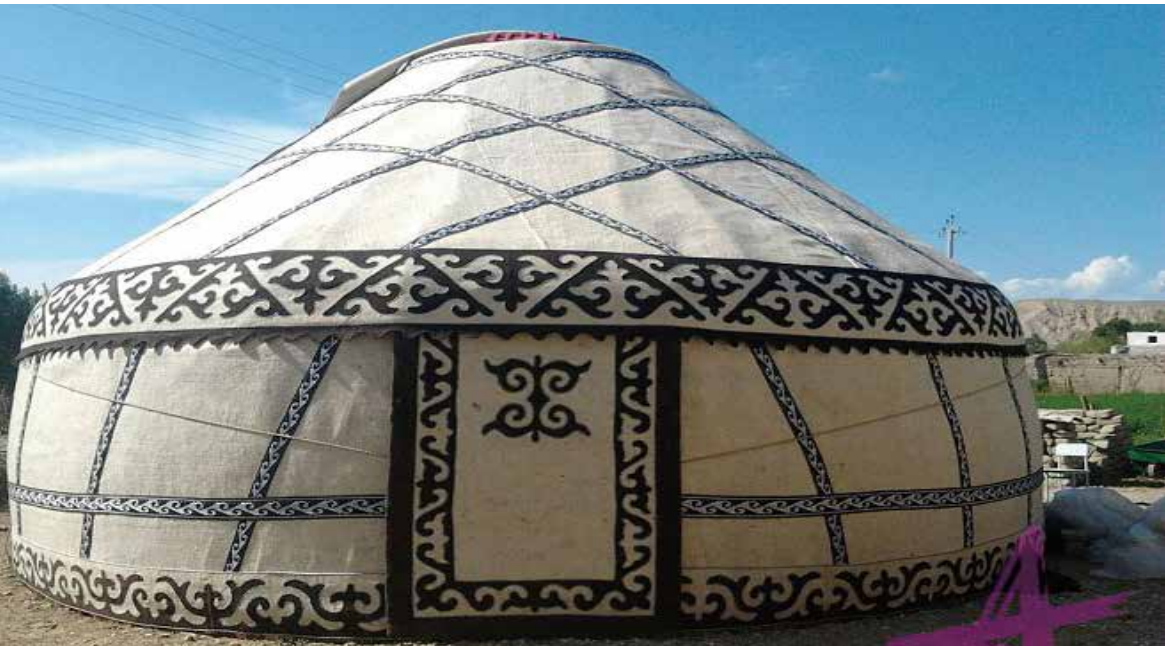
제1부





그 첫걸음을
떼다

들어봤니? 키르기즈스탄



[2016년 5월 기준]



<키르기즈스탄 KOICA WFK 봉사단원 분포 현황>



일반개황

- 1) **국명**: 키르기즈 공화국(Кыргызская Республика)
(약칭: 키르기즈스탄 [Кыргызстан])
- 2) **수도**: 비쉬켅(Бишкек)
- 3) **면적**: 199,951km²(한국의 약 두 배)¹⁾
- 4) **지형**: 산간 지형
- 5) **기후**: 대륙성 기후
- 6) **인구**: 5,664,939명²⁾
- 7) **민족**: 키르기즈인(70.9%), 우즈베크인(14.3%), 러시아인(7.7%), 둔간인(1.1%)³⁾
- 8) **언어**: 키르기즈어(공식어), 러시아어(공용어)
- 9) **정부형태**: 의원내각제
- 10) **행정구역**: 7개 주 2개 특별시
- 11) **종교**: 이슬람교(71.4%), 러시아정교(20%), 기타(5%)⁴⁾
- 12) **화폐**: сом(Кыргызский сом), \$1=약 68 сом⁵⁾
- 13) **주식**: 빵, 양고기, 말고기
- 14) **특산물**: 꿀
- 15) **전기**: 220v
- 16) **시간대**: KGT(UTC+6) 한국보다 3시간 느림
- 17) **국제전화번호**: +996

도시별 지역번호 안내

- | | | |
|-----------|--------------|------------|
| ▪ 비쉬켅 312 | ▪ 카라콜 3922 | ▪ 탈라스 3422 |
| ▪ 나른 3522 | ▪ 잘랄아바드 3722 | ▪ 오쉬 3222 |

1) CIA(Central Intelligence Agency) 기준

2) CIA, 2015년 7월 기준

3) CIA, 2009년 기준

4) CIA 기준

5) 2016년 5월 기준

18) 국기 및 국장

① 국기



빨간색 배경은 용기를 상징한다.⁶⁾ 황금빛 햇살은 평화를 나타내고, 40개의 키르기즈 고대 부족을 상징한다. 가운데는 키르기즈 민족의 전통가옥인 유르타의 천장을 의미한다.

② 국장



산은 알라토를 상징하고 호수는 이스쿨을 상징한다. 7개의 봉우리는 키르기즈스탄의 7개 도시를 상징한다. 떠오르는 태양은 키르기즈 민족이 좋아하는 것이고 백색 독수리는 키르기즈인의 자유를 상징한다. 테두리의 밀, 이삭 및 목화는 키르기즈의 주요 농산물을 상징한다.

19) 위치

북위 39°~43° 중앙아시아 중앙에 위치한 내륙국으로서 카자흐스탄, 우즈베키스탄, 타지키스탄, 중국과 국경을 접하고 있다.

20) 국경일⁷⁾

날짜	국경일
1월 1일	설날(Новый Год)
1월 7일	크리스마스(Рождество Христово)
2월 23일	국군의 날(남성의 날)(День Защитника Отечества)
3월 8일	국제 여성의 날(Международный Женский День)

6) 키르기즈 민족은 빨간 배경을 좋아하지 않는다. 키르기즈 민족의 국기 배경은 원래 파란색이었다. 빨간색 배경이 된 것은 아카예프 대통령 때 소련의 영향을 받아 정해졌다.

7) 키르기즈스탄 한국 대사관(2015) "키르기즈 공화국 생활정보", "키르기즈공화국 생활정보"에는 5월 29일이 '군인의 날'로 나와 있지만 현지인에 의하면 기념일이 아니라고 한다. 오히려 3월 24일과 4월 7일이 '혁명 기념일'로 지정되었다고 한다. 3월 24일은 첫 번째 혁명일로 휴일은 아님. 4월 7일은 두 번째 혁명일로 2016년에 휴일로 지정됨. 11월 7일 역시 휴일은 아니지만 '10혁명 기념일'로 지정되었다.

3월 21일	노르즈(Нооруз)
4월 7일	혁명기념일(7АпрельРеволюция)
5월 1일	노동절(ДеньТруда)
5월 5일	제헌절(ДеньКонституцииКыргызскойРеспублики)
5월 9일	전승기념일(ДеньПобеды)
8월 31일	독립기념일(ДеньНезависимостиКыргызскойРеспублики)



자연환경

1) 지리적 특징

키르기스스탄은 전체 국토의 80% 이상이 해발 2,000m 이상의 산악지역으로 이루어져 있으며, 산악 지대가 국토의 90% 이상인 대표적인 산악 국가이다. 국토의 3분의 1이 만년설을 볼 수 있는 산을 가지고 있다. 국토의 나머지는 계곡과 분지로 이루어져 있다.

2) 기후

키르기스스탄은 대륙성 기후⁸⁾를 보이며, 4계절이 뚜렷하다. 남서부 페르가나 계곡은 아열대성 기후로 온난하고, 수도 비슈켈과 인근 북부 저지대는 우리나라와 유사하다.

월	1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월
최고 ℃	19.2	25.3	30.5	34.7	35.6	40.9	42.8	39.5	36.8	34.1	27.9	23.3
최저 ℃	-31.9	-34	-21.8	-12.3	-5.5	2.4	7.4	5.1	-2.8	-11.2	-32.2	-29.1
평균 ℃	-2.6	0.8	5.3	12.3	17.4	22.4	24.9	23.8	18.5	11	4.7	-0.9

(weatherbase)⁹⁾

8) 기온의 일교차와 연교차가 크며, 강수량이 적고 건조한 기후

9) 전 세계 날씨를 확인할 수 있는 사이트. 평균 기온 이외에 평균 강수량이나 강설량 등도 확인할 수 있다.

<http://www.weatherbaes.com>



BC 700~800	텐산산맥에서 삭(Сак) ¹¹⁾ 들의 부족동맹
BC 329	알렉산더대왕의 중앙아시아 침략
BC 200	우순(Усун) ¹²⁾ 부족의 융합
AD 600~700	서투르크(Түрк) 제국 건설
AD 800~900	카를룩(Карлук) 제국 건설
10~12세기	텐산산맥 카라한의 왕 샤흐-파질(Шахфалиль)이 부라나(Бурана)와 우즈겐(Узген)을 건축
1072~1073	마흐무드 카스카가르(Махмудкашгар)가 “디바니 알-투르크(Диваниальтюрк)”라는 투르크 방언 사전을 집필
1211	몽골-나이만인들의 침략으로 텐산산맥에서 몽골-나이만 제국 건설
1218~1219	징기스칸의 침략으로 텐산에서 몽골에 지배됨
13세기	추강과 일강 근처가 동부 중앙아시아 국가의 행정 및 정치 수도가 됨
14세기	모골리스탄(Моголистан) ¹³⁾ 의 지배
1370~1430	아미르 티무르(Амиртимур)의 침입 모고리스탄 부대의 투쟁
1484~1504	키르기즈의 초대 왕 아흐메드-한(Ахмед хан) 즉위
15세기	고대 키르기즈인의 텐산지역 출현
15~16세기	키르기즈스탄과 몽골의 전쟁
1510~1524	무하마드 키르기즈(Мухаммад кыргыз)의 텐산 지배
1635~1755	갈묵(Калкмык)의 침략
16세기	텐산산맥에서 파미르(Памир)로 과거 키르기즈인들의 이동
1755~1758	동투르크스탄에서 중국과 오이라트 칼막(Ойрат калмык)의 전쟁, 칼막의 패배
18세기	파미르와 동투르크스탄의 키르기즈인들이 키르기즈스탄의 북부 ¹⁴⁾ 로 돌아옴

10) <http://www.kyrgyzstantravel.net/kyrgyzstan/chronology-ru.htm>

11) 삭(сак) : 키르기즈스탄의 서쪽 추이 지역에서 살던 고대민족

12) 우순(усун) : 키르기즈스탄의 동북쪽 이스쿨, 나른 지역에 살던 고대민족

13) 모골리스탄(моголистан) : 과거 중앙아시아 민족의 연합

14) 지금의 추이, 이스쿨, 나른, 탈라스 지역

1762	르초코바(ПРычкова)가 처음으로 오렌부르크 지역에서 텐산의 키르기즈인들에 대해 책을 출간함
1770	키르기즈스탄 북부 지역에 카자흐 왕 ‘아블라이(Аблай)’의 침공
1785~1789	동추이 강 ¹⁵⁾ 지역의 키르기즈인들이 러시아의 상트-페테르부르크에서 니콜라이에게 처음으로 보호를 요청
1813	동쪽 이스쿨 호수 지역의 키르기즈인들이 토볼스크의 러시아 관리에게 보호를 요청
1817~1881	코칸트와 전쟁
1821	탈라스의 키르기즈인들과 세미레치예(Семиречье) ¹⁶⁾ 의 카자흐인들이 코칸트 왕에게 대항
1813	이스쿨 호수 근처의 키르기즈인들이 서시베리아에 보호 요청
1825	코칸트인이 피쉬펙(Пишпек) ¹⁷⁾ 에서 요새와 성벽 건설
19세기	코칸트와 북키르기즈의 전쟁, 북키르기즈의 러시아 지배
1845	코칸트에 대한 오쉬(Ош)지역 키르기즈인들의 투쟁
1847	추이, 이스쿨, 나른에서 러시아에 보호를 요청
1855. 1. 17.	이스쿨 지역 러시아에 병합
1916	러시아의 통치에 키르기즈인들의 반발, 키르기즈 민족이 중국으로 이동 ¹⁸⁾
1922	소비에트 연방설립
1926	카라키르기즈에서 키르기즈 공화국으로 명명 ¹⁹⁾
1990	오쉬사건 ²⁰⁾
1991. 8. 31.	키르기즈스탄의 독립
1992. 3. 2.	유엔에 가입
1993. 5. 5.	키르기즈스탄의 새로운 헌법 개정
1999~2001	바트켄 사건(우즈베키스탄 이슬람인들의 테러)
2001	미 공군 마나스 공항 배치 ²¹⁾

15) 지금의 케민 지역

16) 카자흐스탄 강의 이름

17) 지금의 비쉬켄, 비쉬켄의 옛 지명

18) 레닌의 역할로 키르기즈인들이 1년 후 키르기즈스탄으로 귀환

19) 1926부터 1990년까지 소비에트 연방에서 키르기즈스탄을 관리

20) 우즈베크인과 키르기즈인의 무력 충돌

21) 2013년 철수

2002	악식 사건 ²²⁾
2005	тол립혁명 ²³⁾
2005. 5. 7.	쿠르만베크바키예프 대통령 취임
2010. 4. 7.	4월 혁명 ²⁴⁾
2010. 4. 8.	로자오투바예바 임시정부 수립 발표
2010. 7.	오쉬 사건 ²⁵⁾
2011. 10. 30.	알마즈벡 아탐바예브 대통령 취임
2013. 11. 19.	아탐바예프 대통령 방한
2015. 8. 12.	유라시아 관세동맹 협정 ²⁶⁾
2015. 10. 4.	총선
2016	총선



정치, 경제, 교육

1) 정치

키르기즈스탄은 2010년에 의원내각제를 도입하였지만 외교에 관한 권한 및 국방장관, 국가 보안부서장 등 주요 직위 임면권 등의 권한이 대통령에게 속해 있어 이원집정부제²⁷⁾ 성격을 갖는다.

키르기즈스탄의 대통령은 6년 단임제로 대통령의 권한은 행정부 및 사법부의 인사권과 입법권 등이 있다.

키르기즈스탄의 의회는 비례대표제에 의해 선출된 5년 임기의 의원 120명으로 구성되고 주요 정당으로는 사회민주당, 레스푸블리카(공화국)당, 아타 메켄(조국)당이 있다.

22) 아카예프 대통령에 대한 시위

23) 혁명으로 인해 아카예프가 대통령에서 물러남

24) 경기 침체와 정부의 언론 통제에 의해 반정부 운동 격화, 대통령궁 점거

25) 우즈베크인과 키르기즈인의 2차 무력 충돌

26) 러시아, 벨라루시아, 카자흐스탄, 아르메니아, 키르기즈스탄

27) 의원내각제의 요소와 대통령제의 요소를 결합하여 가지고 있는 제도를 말한다. 원칙적으로 위에 있어서는 대통령이 행정권을 전적으로 행사하나, 평상시에 있어서는 내각 수상이 행정권을 행사하며, 하원에 대하여 책임을 지는 의원내각제식으로 운영되는 것을 말한다.

<키르기즈스탄 정치약사²⁸⁾>

1991. 8. 31.	키르기즈 공화국 독립 선언
1993. 5.	신헌법 채택 및 'Kyrgyz Republic'으로 개명
1994. 1.	대통령에 대한 신임투표 실시(아카예프 대통령 96.2%)
1994. 10.	양원제 설립을 골자로 한 개헌
1995. 5.	쭈마그로프 내각 출범
1995. 12.	대통령 선거 실시(아카예프 대통령 재선)
1996. 2.	대통령 권한 강화를 골자로 한 국민투표 실시
1998. 3.	쭈마리예프 내각 출범
1998. 12.	이브라이모프 내각 출범
2000. 10.	대통령 선거 실시(아카예프 대통령 3선)
2001. 1.	바키예프 내각 출범
2001. 8.	집단안보조약기구(CSTO) 신속배치군 사령부 설치
2001. 12.	다국적군 마나스 공항 주둔
2002. 3.	악식 대중소요 발생 및 바키예프 내각 사퇴
2002. 6.	타나예프 내각 출범
2005. 3.	총선 부정선거 및 대중소요 발생(툴립혁명)
2005. 4.	아카예프 대통령 실각 및 바키예프 과도정부 구성
2005. 7.	바키예프 대통령 당선 및 쿨로프 총리 내각 출범
2006. 11.	헌법개정(의회 권한 강화)
2007. 1.	헌법개정(대통령 권한 회복)
2007. 4.	쿨로프 전 총리를 중심으로 대중소요 사태(실패)
2007. 9.	헌법재판소, 2007년 1월 개정 헌법 위헌 결정
2007. 10.	신헌법 채택을 위한 국민 투표
2007. 12.	신헌법에 따른 총선실시 및 바키예프 대통령, 추디노프 총리 체제 출범
2009. 7.	바키예프 대통령 재선
2009. 11.	우세노프 내각 출범

28) 외교부[2013], 「키르기즈 개황」, p11~12

2010. 4.	대규모 반정부 시위 발생 및 과도정부 수립
2010. 6.	개헌 국민투표(의원내각제 출범)
2010. 7. 3.	오툰바예바 과도 대통령 취임
2010. 10. 10.	총선
2010. 12.	연한정부 구성 및 아탐바예프 총리 내각 출범
2011. 10. 30.	대선(아탐바예프 前총리 당선)
2011. 12. 1.	아탐바예프 대통령 취임
2011. 12. 23.	연합정부 구성 및 바바노프 총리 내각 출범
2012. 9. 6.	사티발디예프 총리 내각 출범
2014. 3.	오토르바예브 총리 내각 출범
2015. 5.	사리예브 총리 내각 출범
2015. 8. 12.	유라시아 관세동맹 협정
2015. 10. 4.	총선
2016. 4.	제엔베코브 총리 내각 출범

2) 경제

키르기즈스탄 전체 GDP는 2015년 기준 72억 달러로 1인당 GDP는 1,198달러이다. 산업구조는 2014년 기준 서비스업 50%, 제조업 31%, 농업 19%를 이루고 있다.

주요 수출품은 면화, 의류, 육류, 담배, 우라늄, 기계류가 있고 주요 수입품은 석유, 가스, 기계, 설비, 화학제품, 식료품이 있다. 주요 부존자원으로는 수력자원, 금, 석탄, 석유, 천연가스, 수은, 납, 아연이 있다.

키르기즈스탄에서 가입한 국제기구로는 ADB, EBRD, IAEA, IDB, IMF, MIGA, UN, WTO가 있고 키르기즈스탄의 국제신임도는 OECD 7등급이다.

지폐	동전
	

<키르기즈스탄 주요 경제 지표>

	경 제 지 표	단 위	2012	2013	2014	2015 ^e	2016 ^f
국 내 경 제	GDP	억달러	66	73	74	72	77
	1인당 GDP	달러	1,166	1,269	1,256	1,198	1,264
	경제성장률	%	-0.9	10.5	3.6	2.0	3.6
	재정수지/GDP	%	-5.7	-3.7	0.1	-2.5	-3.7
	소비자물가상승률	%	2.8	6.6	7.5	8.3	9.0
대 외 거 래	환율(달러당, 연중)	KGS	47.0	48.4	53.6	64.4	..
	경상수지	백만달러	-1,031	-1,101	-1,245	-1,270	-1,203
	경상수지/GDP	%	-15.6	-15.0	-16.8	-17.7	-15.8
	상 품 수 지	백만달러	-3,211	-3,566	-3,398	-2,302	..
	수 출	"	1,954	2,048	1,892	1,807	..
	수 입	"	5,165	5,614	5,290	4,109	..
	서 비 스 수 지	"	-357	-334.5	..	..	..
외 채 현 황	외환보유액	"	1,903	2,099	1,805	1,712	..
	정부채무/GDP	%	49.0	46.1	53.0	58.8	61.2
	국내정부채무/ GDP	"	2.7	2.4	2.0	1.8	1.7
	해외정부채무/ GDP	"	46.3	43.7	51.0	57.0	59.5
	총외채잔액	백만달러	6,027	6,803	7,468	7,963	8,505
	총외채잔액/GDP	%	91.2	92.8	100.9	108.1	107.5
	단기외채	백만달러	210	306	317	317	..
	외채상환액/총수출	%	8.5	13.2	9.3	11.9	12.9

(한국수출입은행-해외경제연구소)²⁹⁾

3) 교육

키르기즈스탄은 구소련으로부터 독립한 이래 1992년 교육부가 제정한 교육정책이 시행되고 있다. 키르기즈스탄의 교육과정은 초·중·고 통합의 11학년제(школа)와 대학교 4년제로 되

29) 한국수출입은행-해외경제연구소, 키르기즈_2015_애플, p1

어 있다. 초등과정은 1~4학년까지의 4년 과정이고, 중등과정은 5~9학년까지의 5년 과정, 고등 과정은 10~11학년의 2년 과정이다. 초등과정인 1학년 입학 연령은 만 7세이며 공립 또는 사립 유치원의 과정을 거친 후 초등학교에 입학하게 된다. 1학년부터 9학년까지의 9년 교육과정이 의무교육이며 1993년에 제정된 헌법에 따라 원칙적으로 전면 무상교육을 보장하고 있다. 학기는 9월 초에 시작하여 5월 말에 끝난다.

고등과정인 10학년과 11학년은 선택과정이다. 그러나 4년제 대학에 입학하기 위해서는 고등 과정을 졸업해야 한다. 9학년을 마치고 2년제 전문대학 졸업 후 대학으로 편입도 가능하다. 전문대학은 중등과정까지만 학교에서 배우고 10~11학년을 다니지 않은 학생들이 입학하는 곳이다. 전문대학에서 2~3년의 공부를 마치면 고등 교육과정을 인정받을 수 있고 대학교 2~3학년에 편입할 수 있다. 전문대학은 주로 기술위주의 수업을 하며, 일반학교와 대학의 중간단계로 볼 수 있다. 고등과정 2년 교육을 끝낸 모든 학생은 작문, 수학, 역사, 외국어 등 4개 영역에 걸쳐 국가가 시행하는 시험을 치러야 한다. 시험에 합격한 학생은 국가가 공인한 졸업장을 수여받으며 이 성적을 가지고 대학에 지원할 수 있다. 그러나 모든 대학의 입학전형이 동일한 것은 아니다.

대학에서도 졸업할 때까지 국가시험을 본다. 1학년 때는 국가시험을 보지 않지만 2학년 때는 역사, 3학년 때는 영어, 4학년 때는 논문과 함께 전공과목에 대한 국가시험을 통과해야 한다. 대학에는 5학년 제도와 4학년 제도가 있었다. 하지만 이 제도는 2016년 6월 기준으로 대학에서 공식적으로 사라졌다.

문화

1) 의복

① 남성 전통의상

이름	내용
 칼팍(Калпак)	봄·여름 모자이다. 예전에는 키르기즈 남자들이 항상 사용하였지만 요즘은 명절과 장례식에서만 사용한다. 평소에 착용하는 사람도 종종 볼 수 있다.

 테베테이(Тебетей)	겨울 모자이다. 예전에는 많이 사용했지만 요즘은 많이 사용하지 않는다.
 체프킨(Чепкен)	나이가 많은 사람이 입는 옷으로 젊은 사람들은 입지 않는다. 보통 노르즈 명절에 입는다.

② 여성 전통의상

이름	내용
 엘레체크(Элечек)	특별한 날 외에도 사용한다. 결혼한 여자만 사용할 수 있다.
 쇼콜록(Шокелек)	결혼식에서 사용하는 모자로 보통 하얀색이다.



마스(Маасы)

평소에 신는 신발이다.
남녀노소 모두 신을 수 있다.



이멕(Иймек)

결혼식에서 사용하는 장신구이다.
평소에 착용하기도 한다.

2) 전통음식

이름	내용
 플롭(Плов)	중앙아시아 전역에서 볼 수 있는 음식이다. 평소에도 자주 먹지만 친인척이 돌아가셨을 때 꼭 먹는 음식이다.
 라그만(Лагман)	중앙아시아 전역에서 볼 수 있는 음식이다. 국물이 있는 면 요리이다.



만떡(Манты)

한국 만두보다 기름지고 고기가 많다.



보소 라그만(БосоЛагман)

짧게 자른 두꺼운 국수와 파프리카 고명 등에 위그르식 향신료를 섞어 기름에 볶은 신장 위그르의 전통국수이다.



베쉬바르막(Бешбармак)

현지어로 다섯 손가락이라는 의미이다. 키르기즈 전통음식으로 명절이나 평소에 즐겨 먹는다.



샤실릭(Шашлык)

바비큐 꼬치구이로 양, 닭, 말, 오리 등 다양한 고기로 만든다. 한국사람 입맛에는 짭 수 있다.



아쉬란푸(Аш-Пянфу)

둔간 전통음식이다. 여름에 즐겨 먹는 음식으로 차가운 면 요리이다. 닭, 계란 등이 들어가고 전분으로 만든 면을 사용한다. 아쉬란푸에만 사용하는 특별한 둔간 소스가 들어간다.



코주그릴(КозуГрилы)

어린 양으로 만드는 요리로 최근에 생긴 요리이다. 명절, 결혼식, 파티에서 베쉬바르막과 같이 먹는다.



보르속(Боорсок)

키르기즈 민족 전통 빵이다. 키르기즈 민족이 즐겨 먹으며 명절, 생일, 결혼식에서 많이 먹는다. 카이막(каймак)과 같이 먹는다.



리뽀쉬카(Лепешка)

키르기즈스탄에서 많이 볼 수 있는 빵으로 밥 대신 먹기도 한다.



마이토코치(Май Токоч)

키르기즈 전통 빵이다. 기름에 튀겨 만드는 것으로 명절에 먹는다. 보르속과 맛이 같다.



삼사(Самса)

키르기즈스탄에서 많이 볼 수 있는 빵으로 양고기나 닭고기를 속으로 사용한다.



수몰록(Сумелек)

키르기즈 전통 음식으로 노르즈 때 먹는다.



보조(Бозол)

키르기즈 전통 음료이다. 신맛이 난다.



크무스(Кумыс)

키르기즈 전통 음료이다. 말 우유로 만드는 것으로 신맛이 나고 보통 여름에 많이 마신다.

3) 전통가옥

이름	내용
 유르타(Юрта)	키르기즈 전통 가옥으로 현재 도시에서는 볼 수 없다. 산이나 박물관에서 볼 수 있다.
 유르타 내부	카펫이 바닥에 깔려 있다. 오른쪽에서는 남자가 생활하고 왼쪽에서는 여자가 생활한다. 겨울에는 중앙에 난로를 피운다.
 천장(Тундук)	키르기즈 전통은 천장 문양의 줄이 세 가닥이다. 겨울에 천장을 통해 난로의 연기를 배출한다. 낮에는 천장의 햇빛으로 생활했다. 천장은 아버지라는 의미도 있다.



한국과의 관계

1) 한국과의 관계

외교관계수립	1992. 1. 31. 수교 (북한과는 1992. 1. 21. 수교)			
주요협정체결	문화협정 ('97), 관광협정 ('06), 항공협정 ('07), 투자보장협정 ('08), 군사협정 ('09), 군사협정 ('09), 외교관여권사증면제협정 ('11)			
무역현황	2012	2013	2014	주요 품목
수출 (천 달러)	161,927	163,907	155,882	편직물, 자동차, 합성수지
수입 (")	211	549	8,462	알루미늄, 기계요소, 산식물
투자현황	2012	2013	2014	2014년 말 누계
신규법인 수	2	6	7	71
천 달러	1,956	3,638	2,569	89,442

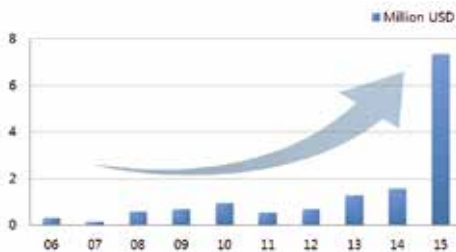
(한국수출입은행-해외경제연구소)

2) KOICA 키르기즈스탄 지원 현황 (2016. 5월 기준)

① 1991~2015년간 지원 실적: 1,553만 불(잠정)

(단위: 만 불)

연도	'91~'05	'06	'07	'08	'09	'10	'11	'12	'13	'14	'15	계
지원액	148	31	14	58	68	95	53	68	129	156	733	1,553



- △ 프로젝트: 3건
- △ 초청연수: 293명
- △ 봉사단원 및 전문가: 457명
- △ 민관협력(기업/NGO/대학): 6건
- △ 국제기구협력: 1건
- △ 기타: 물자지원, 긴급원조 등

② 주요 지원 분야 및 내용

분야	주요 내용
굿거버넌스/ 공공행정	● 민주주의 및 법치 확립과 공무원 행정역량 강화 ○ 키르기즈스탄 선거역량 강화사업('14~'16) ○ 키르기즈스탄 토지정보 종합관리시스템 구축사업('15~'17) ○ 정부부처 및 공무원 행정역량 강화 지원 - 키르기즈스탄 부처에 KOICA 자문단 파견(총 11명)
농업/ 농촌개발	● 산림보존, 농업생산성 향상 및 지역개발 ○ 키르기즈스탄 산림보존 역량강화사업('10~'15) ○ [민관협력] 키르기즈스탄 빈곤가정의 농업소득증대 사업('15~'17)
국제기구 협력 프로젝트	○ KOICA-WFP 키르기즈 공화국 빈곤계층 식량안보 지원사업 (2016~2018)
교육	○ 키르기즈스탄 초등학교 아동 및 청소년들의 독서 능력 향상을 위한 도서 및 교·보재 보급사업
보건	○ 키르기즈스탄 이주민 마을 지역사회기반 예방중심 건강증진 사업
World Friends Korea	○ 자문단원 10명, 봉사단원 14명이 비쉬케к, 탈라스, 이식쿨주에 파견되어 활동 중이며, 연간 20명 내외로 운영 예정 ○ 기타 UNV 봉사단 1명이 세계식량기구(WFP)에 파견되어 오쉬 평화구축사업장에서 활동 중
CIAT 연수 사업	○ 정부부처 및 공무원 행정역량 강화 지원



국가개발 계획 및 현황 (2016. 5월 기준)

1) 키르기즈스탄 국가개발 계획

① 키르기즈 국가개발계획 수립 배경

2013년 1월, 키르기즈 공화국 아탐바예프 대통령은 2013~2017 국가지속개발전략(the National Sustainable Development Strategy : NSDS)을 승인

- 본 개발계획 채택을 통해 지난 2010년에 발생했던 민족 간의 갈등 사태를 포함한 과거 키르기즈의 불안정한 정치적 환경을 뒤로하고 정치적 안정의 기초 가운데 외국인 투자자를 유치하고 국가적 번영을 이루어나가야 함을 강조

- 키르기즈 정부는 구소련에서 독립 이후, 키르기즈 발전을 위해 다양한 개발계획을 실현 하였으나(Comprehensive Development Framework(2001), National Poverty Reduction Strategy(2003), New Economic Policy(2009) 등) 정치적 불안정, 부패와 범죄 등으로 인해 달성되지 못하여 왔음.
- 키르기즈는 CIS 국가들 중 가난한 나라로(2009), 국민의 39%(약 170만명)가 1달러 미만으로 생활하고 있으며, 공식적인 실업률이 8%이상을 기록하고 있음.(비공식 16%)

② 키르기즈 국가개발계획 내용

개발계획은 '키르기즈 발전을 위한 기반마련'과 '경제개발 우선순위'로 구분됨

○ 키르기즈 발전을 위한 기반마련

법치국가건설(법제도 정비, 반부패 등), 국가화합(인종 간 협력 증진), 사회문제 해결(교육, 보건, 사회보장시스템 개선 등)의 목표 성립

○ 경제개발 우선순위

민간 및 산업분야에 외부 투자를 유치하여 더 많은 일자리 생성과 인력자원개발을 위한 교육 및 직업 훈련 등 포괄적인 경제성장을 통한 빈곤 감소에 중점을 두고 있음

③ 현재 키르기즈 정부는 SDGs를 반영하여 2018년부터 시행될 5개년 국가개발계획을 수립 중임

2) 현황

① 인간개발지수(HDI, Human Development Index)³⁰⁾

- 2015년 UNDP 인간개발보고서에 따르면 키르기즈스탄의 HDI 순위는 '90년 0.615에서 '14년 0.655(세계 120위)로 6.5% 향상되었고, 전 세계 188개국의 평균(0.630)보다는 높

30) HDI는 문자해독률과 평균수명, 1인당 실질국민소득 등을 토대로 '0~1'의 값을 가지며 수치가 높을수록 인간개발 성취도가 높음. 각국의 HDI는 한 국가의 인간개발 수준을 3가지 측면(△수명과 건강[a long and healthy life], △ 지식 접근성[access to knowledge], △생활수준[a decent standard of living])에서 분석해 산출되고 있음.

*출처: Kyrgyz Republic Human Development Report, UNDP, 2015/ <http://hdr.undp.org/en/composite/GDI#b> -

게 기록함. 하지만 유럽 및 중앙아시아의 평균(0.748)보다는 낮은 상황임.

※ '14년 기타 중앙아시아 국가 HDI 순위 : 카자흐스탄 56위(0.788), 우즈베키스탄 114위(0.674), 타지키스탄 129위(0.624)

※ '14년 한국의 HDI 순위는 17위임(0.898)

- 불평등 요소를 반영하여 HDI를 조정한 '불평등 조정 인간개발지수(Inequality-adjusted HDI: IHDI)'는 HDI 지수에서 14.5% 하락한 0.5600이며, 이는 세계평균 하락률(25.8%) 보다 낮은 상황임.
- 생식건강, 여성의 노동 및 정치 참여 등이 제도적으로 보장되고 있는지를 종합적으로 판단하는 '성 불평등 지수(Gender Inequality Index : GII)³¹⁾에서 키르기즈스탄은 155개국 중 67위(0.353)를 기록함.
- 성 관련 개발지수(Gender Development Index : GDI)는 성 불평등 지수(GII)와 달리 교육 수준, 기대수명, 소득 면에서 남녀의 성취수준이 평등하게 이루어지고 있는지 여부에 초점을 맞춘 지수로서, 키르기즈스탄은 동 지수에서 0.961를 차지하여 중·상위권인 제2그룹에 속함.

② 빈곤현황

- 대중에 의한 정권교체, 소수 민족간 갈등으로 인한 민중 소요사태 등 내부적 정치 불안이 국가 경제발전의 지속적인 장애요인이 되고 있음.
- 2000년 62%에서 2009년 32%로 급격히 빈곤률이 개선된 듯해 보이지만, 2010년 민중 소요사태 이후 국제 상품가격 상승, 금 생산 저조, 외화 유치의 어려움 등 경제적 및 정치적 혼란으로 인해 빈곤률이 2012년 38%로 다시 증가함.

31) 남녀 중등교육 비율·청소년 임신률·고용·산모사망률 등을 근거로 산출

③ 교육 현황

- 키르기즈스탄의 교육 부문은 MDGs의 목표(보편적 기초교육, 양성평등 교육 등)를 전반적으로 달성하고 있는 추세

* 15-24세 인구 문해율 99%(2011), 총 초등교육 취학률 108%(2014)³²⁾

- 이는 구소련방으로부터 독립 이후 교육시스템 정비, 교육역량 확충 등을 통해 기초교육 기회의 확대 및 교육의 의무 등의 분야에서 노력하고 있지만, 양질의 교육 제공에 있어서는 많은 개선이 필요함.

④ 농업 현황³³⁾

- 키르기즈스탄은 전통적인 농업국가로 2013년 기준, 전체 인구 중 65%가 농촌에 거주하고 있으며, GDP에서 농업이 차지하는 비중은 약 20%임.

- 경제인구 중 농업종사자 비율은 2014년 기준 19%로, 1999년 약 27%, 2004년 약 23%, 2009년 약 21%에 비하여 감소하고 있음을 알 수 있음.

- 2012년 생산액 기준으로 우유가 3억 5,700만 달러로 가장 많이 생산되고 있으며, 그 뒤로는 소고기, 감자, 양고기, 토마토 등이 있음.

- 농업이 키르기즈스탄의 주요한 산업부문이지만 투자가 미미하여 농업 발전에 필요한 간접 자본 시설, 농업 생산 및 관리 부문에서의 전문 인력이 매우 부족한 상황임.

- 키르기즈스탄 농업부문 개발 전략은 국가개발전략인 ‘농업 및 식량안보 전략(2009~2019)’에 명시되어 있으며, 주요 목표는 농업 부문의 구조개혁을 통한 시장기반 시설과 유통 및 정보시스템 개발 등 기반시설 확충임.

32) <http://data.worldbank.org/country/kyrgyz-republic>

33) 이윤정, 2015. “키르기즈스탄 농업현황과 시사점”, 한국농촌경제연구원.

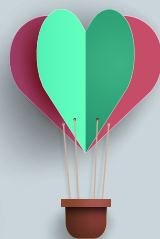
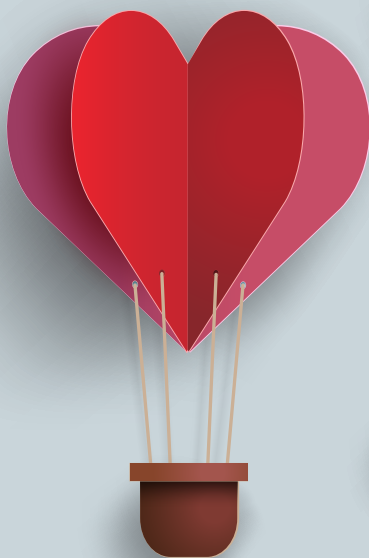
⑤ 보건 현황

- 보건분야 MDGs 중 영아사망률 부문의 경우 큰 진전을 보였으나, 산모의 건강개선 부문은 목표율을 달성하기가 어려워 보임.
- 5세 미만 영아사망률(출생수 1,000명 당) : 40('90) → 23('12)로 감소
- 모성 사망률(출생수 100,000명당) : 85('90) → 75('12)로 감소
* MDG 목표달성률은 15임
- 출생 시 기대수명(합계) : 70('11)
- HIV/AIDS 신규 진단사례의 발생증가(%) : 18.5('12), 이 중 약 70%가 남성임
- 결핵 유병률 (100,000명당) : 124('13)
- GDP 대비 보건·의료 소비율(%) : 7('13)

⑥ 국제사회 키르기즈스탄 지원 현황 (2016. 5월 기준)

항 목	세부 사항
총 수원금액	○ 총 지원규모 25억 불 (연평균 5억 불 수원) - 국제사회의 키르기즈에 대한 2010~2014년간 총 지원규모는 25억 불이었으며, 전반적으로 증가추세를 보이고 있음. ○ 지난 10년간 7,000여 개의 ODA 프로젝트가 진행되었음.
주요 공여국	○ 지난 5년 평균('09~'13) 기준으로 국제사회의 무상원조(백만 불, 평균치)는 터키(92.82), 미국(60.55), 독일(26.07), 러시아(25.23), 일본(23.04)의 순으로 지원규모가 많은 것으로 나타남. ○ 최근에는 러시아가 지원규모를 확대하여 공여국 중 1위임. (139.8백만 불, '13~'14년 평균기준). ○ 한국은 지원 규모 10위임(1.8백만 불, '13~'14년 평균기준).
GNI대비 ODA비중(%)	○ 8.7 (2014년)

제2부





살 나누기

현지 정착 관련 정보



통국전 준비

1) 공산품

공산품 대부분이 수입이기 때문에 가격이 비싸다. 필요한 것은 한국에서 가져 오는 것이 좋다.

2) 전기밥솥

무게 때문에 부담스럽지만 2년 동안 가장 유용하게 사용하는 물건 중 하나이다. 한국처럼 제품의 종류가 많지는 않지만 시장이나 전자상가에서 구매 가능하다.

3) 침낭, 보온 물주머니

정전이 잦은 지방에서 기온이 급격히 떨어졌을 때 사용할 수 있다. 현지에서 구입하기 어려운

물건이므로 가지고 오면 유용하게 쓰인다.

4) 휴대폰

현지에서도 구입이 가능하지만 한국에서 사용하던 휴대폰을 가지고 오는 것이 좋다.(LG, SKT, KT 모두 사용 가능)

5) 전기면도기

남자단원의 경우 전기면도기는 현지에서 살 수 있지만 가격이 1.5~2배 비싸고 자신이 사용하던 브랜드가 현지에 없을 수 있다.

6) 렌즈, 렌즈 세척액

한국에서 정확한 시력 검사를 하고 현지에서 사용할 충분한 양의 렌즈 및 렌즈 세척액을 가져 오는 것이 좋다. 현지에서도 구입할 수 있으나 가격이 2~3배 비싸다.

7) 식료품

대부분의 식료품은 수도에서 구입이 가능하지만 지방에서는 한국 식료품을 구입하기 어렵다.

Tip.

※ 명절 격려품

KOICA 봉사단은 일 년에 두 번(설날, 추석) 격려품을 받는다. 매년 내용물이 조금씩 다르지만 고추장, 된장, 김, 라면 등의 기본적인 식료품들로 알차게 구성되어 있다.

※ 유통기한

대부분의 식품을 수도에서 구입할 수 있지만 개인적으로 꼭 필요한 식품을 가져올 경우 유통기한이 충분한지 확인해야 한다.

8) 의복

키르기즈스탄은 4계절이 있으므로 계절에 맞는 옷을 챙겨오는 것이 좋다. 여름에는 자외선이 강하므로 얇은 긴팔 옷을, 겨울에는 기모가 들어있는 두꺼운 옷과 목도리, 모자를 가져오는 것이 좋고 환절기에는 일교차가 심하므로 카디건이나 바람막이를 가져오는 것이 좋다.

9) 정장 및 치마

활동 기관에 따라 차이가 있지만 교육 분야에서 활동하는 단원들은 가급적 단정한 복장을 하는 것이 좋다. 선임단원과 연락이 된다면 파견될 기관에서 어떤 복장을 선호하는지 물어보고 준비하는 것도 도움이 된다.

10) 운동화 및 구두

구두 및 편하게 신을 수 있는 운동화를 가지고 오는 것이 좋다. 현지에서도 구입이 가능하지만 유럽 사이즈로 나와 있어 자신의 발 사이즈에 맞지 않을 수 있다.

Tip.

키르기즈스탄에는 산이 많아서 등산할 계획이 있다면 꼭 등산화를 챙겨오는 것이 좋다. 눈이 많이 오기 때문에 겨울철 눈길이나 빙판길 사고 위험이 있다(사무소에 안전장비로 아이젠이 구비되어 있음).

11) 전자제품

노트북은 가지고 오는 것이 좋다. 단원생활 중 작성해야 하는 보고서와 그 외의 업무를 할 때 노트북이 있으면 편하게 일을 할 수 있다. 현지에서는 한국보다 싸게 구입 가능하지만 성능이 떨어진다. 외장하드와 디지털카메라도 가지고 오면 단원 활동에 도움이 된다.

12) 문구류

현지에서도 다양한 종류의 문구류를 구입할 수 있다. 노트와 펜, 자 등 기본적인 문구류 외에 물감, 포스터용 물감, 조각칼, 인화지 등도 갖추어져 있다(사인펜, 크레파스는 없다). 제품들도 한국에서 사용하는 것과 차이가 없다. 하지만 노트와 다이어리의 경우 디자인, 속지, 질 등이 한국과 다르므로 필요하면 구입하여 오는 것이 좋다.

13) 선물

화장품, 책갈피, 손거울, 한국 엽서 등 한국관련 제품들은 좋은 선물이 되므로 현지인과의 원만한 교류를 위해 준비하는 것도 좋다.

14) 화장품

해외브랜드 및 한국브랜드가 입점해 있다. 그러나 종류들이 다양하지 않고 진품이 아닐 수 있

으니 유의해야한다. 한국에서 자신이 쓰던 화장품을 넉넉히 들고 오는 것이 좋다.

Tip. 입점해 있는 화장품 매장

토니모리, 더페이스샵, 미샤, 에스티로더, 비오템, 록시땅 등.

키르기즈스탄은 날씨가 건조하므로 수분감이 많은 화장품을 가지고 오는 것이 좋다.

15) 의약품

본인이 가지고 있는 질병이나 자주 걸리는 생활 질환 약은 챙겨오는 것이 좋다.



교통

1) 대중교통

비쉬켅 시내 대중교통 수단으로는 미니버스(Маршрутка), 버스(Автобус), 전기버스(Троллейбус), 택시(Такси)가 있다. 비쉬켅 시내에는 대형버스보다 미니버스나 택시 등의 중·소형 교통수단이 더 활발하게 운행되고 있다.



<미니버스(Маршрутка)>



<버스(Автобус)>

① 미니버스

키르기즈스탄에서 가장 많이 이용되는 교통수단이다. 버스와 택시의 장점을 혼합한 교통수단으로 한국의 마을버스처럼 일정한 노선을 경유하나 승객이 요청하는 장소에서 승·하차가 가능하다. 각 경유지는 차 앞면과 옆면에 쓰여 있는 노선도에서 확인할 수 있다. 기본요금은 10

숨이고, 저녁 9시부터 운행이 종료되는 자정까지는 12숨이다.

② 버스

뒷문으로 승차하여 앞문으로 하차하는 것이 특징이다. 배차간격이 길고 노선도 제한적이다. 기본요금은 8숨이고, 저녁 9시까지 운행한다.



<전기버스(Троллейбус)>



<택시(Такси)>

③ 전기버스

레일 위가 아니라 도로 위를 달리는 것이 특징이다. 기계의 노화 때문에 운행 중 멈추는 경우가 있다. 기본요금은 8숨이고, 저녁 9시까지 운행한다.

④ 택시

Tip. 택시요금

비쉬켄: 개인택시 기본요금 150숨, 콜택시 기본요금 40숨

카라콜, 탈라스: 기본요금 70숨

출폰아타: 기본요금 60숨

Tip. 콜택시 연락처

알파: 0312 57 99 99, 0550 65 77 77

남바택시: 0559 97 60 00

SMS택시: 1236

비쉬켄 시내에는 개인택시와 콜택시가 있다. 콜택시는 미터기로 요금을 측정하는 반면 개인

택시는 택시기사에게 목적지를 말하고 가격을 흥정해야 한다. 지방별로 정해진 기본요금이 있으며 출폰아타의 경우 출폰아타 시내를 벗어나는 경우, 택시 기사와 승차 전에 목적지를 말하고 가격을 흥정해야 한다.

⑤ 지역 이동 시 교통정보

지역 이동 시에는 일주일 전에 단원 홈페이지에 근무지 이탈 신청서를 제출해야 한다. 지역을 이동할 때 이용하는 교통수단으로 택시, 시외버스, 기차, 비행기가 있다.

2) 시외버스

① 서부터미널(Западный автовокзал)

	지역	가격
	탈라스	버스 350숨 택시 550숨
	출폰아타	버스 350~400숨 4인용택시 500~600숨 7인용택시 400~450숨
	카라콜	버스 350~400숨 4인용 택시 700~800숨 7인용 택시 600~650숨
	나른	버스 350~400숨 (오전만 운행) 택시 600~700숨 송쿨호수로 가려면 나른에서 갈아타야 한다.

② 동부터미널(Восточный автовокзал)

	지역	가격
	칸트	버스 100숨
	토크목	버스 150숨 부라나탑 왕복 1,200숨

3) 기차역(ЖД вокзал)



특성	고산지대로 철도교통이 열악하다.
국내구간	비쉬켄~발룩치 (단선구간) 6~8월까지 운행 출발 06시 42분 도착 11시 30분
국외노선	러시아 지역 비쉬켄~모스크바 4일 소요 (알마티 경유) 비쉬켄~노보시비르스크 기차번호 305 참고사이트 http://turist.kg

4) 공항(Аэропорт)



국내노선	비쉬켄~오쉬
시간	40분
참고사이트	www.airport.kg (가격확인 가능)



통시

1) 휴대폰

- ① 요금 정보: 선불요금제
- ② 개통에 필요한 준비물: 여권(복사본 불가), 충전할 금액
- ③ 작성방법: 핸드폰 번호 선택 → 여권번호 및 인적사항 기재 → 사진
(코워커와 함께 가는 것이 좋다)
- ④ 유심분실 시 대처방법: 키르기즈스탄에 핸드폰 등록 시 본인인증을 하게 되어 있다. 핸드

폰을 잃어버렸거나 유심을 분실 했을 때 유심을 새로 사야 한다. 그 전 번호를 그대로 사용하고 싶다면 여권지참 후 통신사 대리점에서 신청하면 된다.

- ⑤ 두 개의 전화번호를 사용하는 이유: 키르기즈스탄 사람들 대부분은 스마트폰용, 일반전화용 두 개의 전화번호를 사용한다. 쉽게 유심을 구입할 수 있으며, 같은 통신사끼리 할인을 받을 수 있기 때문에 2개의 전화번호를 사용한다.



<메가콤(Magacom)>



<비라인(Beeline)>



<오!(O!)>

Tip.

※ 휴대폰 요금충전 방법

통신회사 지점이나 요금충전 기계를 이용해 충전할 수 있다. 통신회사 지점에서 충전하면 수수료가 없고 충전기계를 이용하면 수수료가 있다.

※ 휴대폰 잔액 확인 방법

메가콤: *500#

비라인: *500#

오: *100#

2) 인터넷

- ① 요금기준: 한 달
- ② 메가라인: 일반적으로 많이 쓰는 통신회사이다.
- ③ 홈라인: 속도에 비해 저렴한 가격이다.
- ④ 아크넷: 속도에 비해 비싼 가격, 설치비는 무료이다.
- ⑤ 사팻콤: 출장 설치비 기본 200숨이다.
- ⑥ 사이마: 새벽 1시~9시까지의 속도가 무제한이다.
- ⑦ 패스트넷: 키르기즈 사이트는 언제든지 100메가바이트/초이다.
- ⑧ 제트: 키르기즈 텔레콤, 전화선만으로 사용 가능(인터넷선 필요 없음)하다.

출폰아타의 경우 키르기즈텔레콤(제트)을 주로 사용하므로 인터넷을 설치하려면 집 전화번호(전화선이 있어야만 한다)가 필요하다. 지방은 인터넷이 보편화되어 있지 않아 모바일 통신 회사에서 휴대용 인터넷 기계를 구입하여 사용한다.

인터넷	회사이름	요금정보	기타
	메가라인	800숨 1,200숨 2,200숨	3메가바이트/초 5메가바이트/초 7메가바이트/초
	홈라인	750숨 1,000숨 1,400숨	3메가바이트/초 5메가바이트/초 150기가바이트/월
	아크넷	1,350숨 2,600숨	128킬로바이트/초 256킬로바이트/초
	사팻콤	877숨 1,052숨	1,536킬로바이트/초 2,048킬로바이트/초
	사이마	900숨 1,300숨 2,200숨	2메가/초 3.5메가/초 5메가/초
	패스트넷	780숨 890숨 1,150숨	3메가바이트/초 4메가바이트/초 5메가바이트/초
	제트	1,123숨 2,508숨	2메가바이트/초 3메가바이트/초

 은행

은행	KICB, Optima Bank, Demir Bank(외국계 상업은행), Unicredit Bank(카자흐스탄 지분 상업은행), PCK> БAHK(키르기즈 상업은행) 등 약 22개의 은행이 있다.
이용방법	예금 및 대출, 해외 송금, 현금 및 여행자수표 환전서비스, 신용카드를 통한 현금 서비스를 제공한다. Optima Bank에서는 한국에서 발급받은 Visa카드로 현금인출이 가능하다(수수료 5%) 본점 업무시간: 오전 9시 ~ 오후 4시(공휴일 및 주말 휴무) 본점 외 업무시간: 오전 9시 ~ 오후 7시(공휴일 및 주말 휴무) 홈페이지: www.kicb.net
참고사항	KICB 은행은 KOICA 협약은행이다. 해외 송금 시 수수료가 3~5%이다. 은행창구에서 여권지참 후 달러인출이 가능하다. (달러인출이 불가능한 ATM기도 있다.) 인터넷 결제가 가능하긴 하지만 모든 사이트에서 가능한 것은 아니다.
환전	은행환율과 사설환전소 환율의 차이가 거의 없다. 손상된 지폐의 경우 시세보다 10% 적게 환전해준다. 은행에서는 환전영수증을 주지만 사설환전소의 경우에는 특별히 요청해야만 준다.

 주택

1) 집 구하기

KOICA 봉사단원의 경우 수도는 최대 \$400, 지방은 최대 \$300으로 임차를 할 수 있다. 부동산 중개소와 부동산 사이트를 통해 집을 구할 수 있다. 부동산 중개소를 이용해 집을 계약하는 경우 중개수수료를 지급해야 한다. 방 3개 1,200숨, 2개는 1,000숨이다. 지방의 경우 수도에 비해 집을 구하기가 어렵다.

Tip. 부동산 사이트

www.absolut.org.kg / Garant.org.kg / Diesel.elcat.kg / www.salut.kg

2) 집 선택 시 유의사항

① 임대인

허락이나 통보 없이 집에 출입한 사례, 임의로 집값을 올리려고 한 사례, 일방적인 계약 해지 사례가 있어 해당 사항들을 주거 계약 서류에 기재하는 것이 좋다.

Tip.

집 계약 시 보증금이 있는 경우는 되도록 피하고 건물주 혹은 집주인의 신분증이나 여권을 복사할 경우 집주인의 얼굴이 불분명하거나 유효기간이 지난 신분증일 수도 있으므로 차후를 위하여 걸러 로 스캔하고 카메라로 신분증을 찍어 보관하는 것이 좋다.

② 활동기관과의 거리

집과 활동기관의 거리도 중요하다. 인근의 교통수단으로 어떤 것이 있는지 확인해야 한다. 집 주변이 비교적 인적이 드물고 한적한 곳이라면 조용한 생활을 하기에 적합하지만 안전상 문제가 발생할 수 있다. 특히 지방의 경우 외국인이 적어 현지인에게 주목을 받을 수 있다. 집 안 문제나 응급상황 발생 시 도움을 청할 수 있는 기관이 있는지, 코워커와 가까운 위치인지, 또 슈퍼마켓이나 시장들이 주변에 있는지 확인해야 한다. 부득이하게 야간에 이동하는 경우도 생길 수 있으니 집 주변에 가로등이 있는지도 확인한다.

Tip.

※ 거주등록

거주등록은 일시방문이 아닌 60일 이상 체류할 경우 의무적으로 거주지 관할 주무관청에 신고해야 한다. 키르기즈스탄에 도착 후 5일 이내 거주등록을 필히 해야 하며 본의 아니게 다른 임시거주지(호텔 등에 거주한다면 임시 거주지로도 가능하다. 평상시에는 불심검문, 여권 분실의 위험이 있으니 여권 대신 공증받은 여권사본 첫 장, 거주지 등록 스탬프가 있는 부분, 비자가 첨부된 부분을 지참해야 한다.

※ 비자연장

비자 만료 2주 전에 현지 사무소에 여권과 증명사진 1장을 제출하여 비자를 연장한다.



현지 물가

계절에 따라 물가가 달라지며 환율에 따라 변동한다.

현지 식료품 물가정보 사이트: ru.sputnik.kg/avoska



생필품 구입 장소

1) 시장

이름	내용
 도르도이 시장 (ДордойБазар)	키르기즈스탄에서 가장 큰 시장이다. 중국 의류, 생활용품 및 중국제품이 저렴한 가격으로 판매된다. 주소 Озерное
 오쉬시장 (ОшскийБазар)	시장 바로 옆에 전자제품 백화점이 있다. 공산품, 가전제품, 키르기즈 전통 기념품을 판매한다. 주소 БейшеналиеваЧуй
 오르토사이 시장 (Орто-СайскийБазар)	고려인 상인들이 두부, 콩나물, 김밥, 돼지고기 등을 판매한다. 주소 Донецкая-ЖукееваПудовкина



아키미르 시장
(Акмирский Базар)

시내 중심에 위치한 작은 규모의 시장이다. 육류, 과일, 채소 등의 식료품을 판매한다. 다른 시장에 비해 가격이 비싸지만 상품의 질이 좋다.

주소

МосковскаяПравда



알라메진 시장
(Аламединский Базар)

원단, 자재 등의 상품을 판매하는 재래시장이다. 주로 육류를 많이 사러 간다.

주소

АлматинскаяЖибек-Жолу

2) 한국마트

이름	내용
 시나브로(Синаборо)	한국식품과 밀반찬, 쇠고기, 돼지고기와 젓갈을 판매한다. 주소 Мира 27 Орто-Сай 1/2 전화 (0312) 89 78 97 0543 91 93 88
 코리아마트(KOREA)	한국음료 및 아이스크림, 한국과자, 돼지고기, 화장품, 식료품, 생필품 등을 판매한다. 주소 Медеров 151 전화 (0312) 54 04 87



꿈의 농장 직매장

비쉬켄시티 내에 있는 한인 마트이다. 김치, 반찬, 한국과자, 조미료, 돼지고기, 떡, 만두 등을 판매한다. 김장철에는 절임배추를 판매한다.

주소

Чуй-Суюмбава

(비쉬켄시티 내)

전화

0543 15 06 24



김치(Kimchi)

생필품, 한국식품 등을 판매한다.

주소

Медеров 69

전화

(0312) 69 89 89

3) 슈퍼마켓

이름	내용
 베타 스토레스 1 (Bata Stores 1)	베타 스토레스 백화점 1층에 위치한 터키계 마트이다. 매일 갓 구워낸 신선한 빵을 저렴한 가격으로 판매한다. 주소 Чуй 150А
 베타 스토레스 2 (Bata Stores 2)	베타 스토레스 1과 같은 체인점이다. 주소 Юнусалиева 177/2



플러스 마켓(Plus Market)

베파센터 1층에 있다.
가격이 다른 곳에 비해 비싸다.
주소
Горького 27/1



나로드니(Народный)

키르기즈에 많은 체인점을 둔 대형 마트이다.
큰 규모의 체인점부터 소규모 매장까지 비쉬켄 시내
뿐 아니라 지방에도 있다. 24시간 영업을 한다.
주소
비쉬켄 시내 곳곳



셈드네이(7 Дней)

비쉬켄에 체인점을 둔 슈퍼마켓이다. 가격이 비싼
편이다. 24시간 영업을 한다.
주소
Советская 35.



푸른제(Фрунзе)

비쉬켄 시내에 있는 러시아계 대형 슈퍼마켓 중
하나이다. 연중무휴이며 12시까지 영업을 한다. 냉동이
아닌 신선한 육류를 부위별로 구입할 수 있다.
주소
Льва Толстого 24



비쉬켄시티(Bishkek City)

식품, 육류 및 채소류를 판매하는 소규모 개인
상점들이 모여 영업하고 있다. 한국인이 운영하는
한국 마트와 한국 빵집이 있다.
주소
Суюмбава 142/2



고인(ГОИИ)

비쉬켄 시내에 있는 중국 상점으로 영업시간은 오전 9시 30분부터 오후 6시 30분까지이다.

1층 슈퍼에서는 쉽게 구입할 수 없는 연근, 고구마, 진미채, 북어채, 진공 포장된 닭발, 족발, 냉동 해산물, 중국 어묵 및 소스 등을 구입할 수 있다. 또 굴 소스, 나무젓가락, 김발, 쌀 과자와 젤리가 있다.

주소

ЖибвкЖолу 403



글로부스(GLOBUS)

비쉬켄 시내에 있는 대형 슈퍼마켓 중 하나이다. 주로 고기와 빵을 구입한다. 적립카드 시스템이 있다.

주소

Сухебатор-Артукумбаева

4) 백화점 및 쇼핑몰

이름	내용
 쑤(ZUM)	비쉬켄에서 가장 오래된 백화점이다. 내부구조가 재래식이며 서양식 스타일의 백화점과는 차이를 보인다. - 지하 1층: 핸드폰 수리 - 1층: 핸드폰 - 2층: 여성의류 및 신발 - 3층: 액세서리 및 장식품 - 4층: 가전제품 - 5층: 민속 공예품, 키르기즈 전통 토산품 및 기념품 판매 주소 Чуй-Шопокова

 비쉬켄파크(Bishkek Park)	키르기즈 최대 규모의 대형 쇼핑몰로 100여 개가 넘는 상점과 레스토랑, 커피숍, 은행, 영화관, 볼링장, 어린이 'Fun Land' 그리고 아이스링크장이 있다. 영업시간은 오전 10시부터 밤 10시까지이다. - 지하 2층: 세탁소 - 지하 1층: 아이스링크, 대형마트, 커피숍 - 1층: KICB 은행, 레스토랑 - 2층: 의류매장 - 3층: 식당가 - 4층: 볼링장, 영화관 주소 Киевская 148
 베파센터(Vefa Center)	시내 중심가에 위치한 대형 백화점이다. - 1층: 통신사, 기념품 가게, 플러스마켓 - 2층: 의류, 신발, 화장품 - 3층: 레스토랑, 영화관. 주소 Горького 27/1
 도르도이 프라자(Dordoi Plaza)	명품매장들이 입점해 있다. 가격이 다른 곳보다 많이 비싸다. - 1층: 구두, 가방, 시계수리, 목걸이 수리 - 2층: 의류, 놀이시설, 레스토랑 주소 Ибраимова 115
 카라반(CARAVAN)	- 1층: 환전소, 의류 - 2층: 의류, 한국물품, 화장품 - 3층: 의류, 신발 주소 Киевская 128



레드센터(Red Center)

의류 및 수선

주소

Шопокова 121/1

5) 가전제품

이름	내용
 베코(BEKO)	터키산 가전제품을 주로 판매한다. TV, 냉장고, DVD 플레이어, 전기 프라이팬, 헤어 드라이기, 믹서기 등 다양한 가전제품을 판매한다. 가격은 백화점보다 싸다. 홈페이지: www.beko.kg
 플라네타일렉트로니키 (Планетаэлектроники)	TV와 컴퓨터용품을 판매한다. 주소 Советская 72

Tip.

현지에서도 삼성, LG, 애플 전자제품 및 컴퓨터용품을 구입할 수 있으나 같은 전자제품이라도 매장에 따라 가격이 다르다. 영수증 처리, 제품 보증기간, 배달 여부 등도 꼼꼼히 따져보고 신중히 구입해야 한다.

※ 노트북 수리

현지에서 사용하던 노트북이 고장 났을 때 줌 지하1층에서 수리 가능하다. 한국인이 운영하는 서울.KG(0550 34 00 02, 0777 87 77 71)에서도 컴퓨터 매입, 판매, 수리가 가능하다.

6) 기타

이름	내용
 에코 드라이(ECO DRY)	드라이클리닝, 일반수선 및 고급의류 수선도 가능하다. 주소 Ки евская я 148 (비쉬켅파크 지하 2층)
 리온(LION)	터키계 신발 전문 매장이다. 다양한 가격대의 구두와 신발류를 판매한다. 주소 Ки евская я 49, 115 Ч у й 32b



알아두면 유용한 생활정보



지역별 생활정보

1) 비쉬켄(수도)

① 식당

이름	내용
 부하라(Бухара)	메뉴 라그만, 플롭, 샤실릭, 베고자, 만피, 보르쉬 등 주소 Чуй-Исанов 외 다수



화이자(фаиза)

메뉴
라그만, 플롭, 사실릭, 베고자, 만픽, 보르쉬 등
주소
Медеров-Советская 외 다수
특징
부하라와 메뉴가 비슷하다.
종업원들은 모두 히잡을 착용한다.
이슬람식에 따라 주류는 판매하지 않는다.



켄트(Кент)

메뉴
라그만, 플롭, 스파게티, 음료 등
주소
Киев 71



금강(КымГан)

메뉴
게장, 순대, 국시, 김밥, 시래깃국 등
주소
Горького 64
특징
고려인이 운영하는 식당



버거하우스(Burger House)

메뉴
햄버거, 샐러드, 웨이크, 감자튀김 등
주소
Киев 71
특징
직원들이 영어를 할 수 있다.



라면(Рамён)

메뉴
라면, 핫도그, 김밥, 떡볶이 등
주소
Горького-Тыныстанов 외 3곳



미라(Мира)

메뉴
중국 음식점(만두, 계란 부추볶음, 볶음밥, 탕수육)
주소
Манас-Жибекжолу 외다수

② 패스트푸드

이름	내용
 라프(Laff Express)	메뉴 샌드위치, 핫도그, 부리또 주소 Ибраимов 113 외 3곳
 베게뫏(Бегемот)	메뉴 햄버거, 음료 주소 Ибраимов 113 외 다수

③ 어학기관

이름	내용
 서울어학원 (Языковые Курсы «Сеул»)	과목 키르기즈어, 러시아어 주소 СуюмбаеваАхматбека 142 (за Бишкек Сити) 특징 원장님이 한국인이다.



슬라비안대학부속 슬라비안어학원
(Кыргызстан-Россия
Славян Университети
Гуманитардык
Факультети)

과목
키르기스어, 러시아어

주소
Чуй-Восток 5

특징
수강생이 많으므로 미리 수강신청을 하지 않으면
오래 대기할 수 있다. 개인수업 및 그룹수업이
가능하다.



런던스쿨(London School)

과목
키르기스어, 러시아어, 영어

주소
Байтик Баатыра 39

④ 문화생활

이름	내용
 키르기스스탄 역사박물관 (Кыргызский Национальный Исторический Музей)	매주 월요일 휴무, 입장료 150솜 (사진촬영 시 200솜 추가) 주소 Ала-Тоо Пloщадь



국립발레오페라극장
(Кыргызский
Национальный Театр
Оперы и Балета)

여름에는 공연을 하지 않음
공연료 1인당 1,500숨 이상
<http://operaballet.kg>에서 공연일정 확인 가능
주소
Абдрахманов 167
특징
기념일에는 무료공연을 한다.



키르기즈국립도서관
(Национальная
Библиотека им.Алыкула
Осмонова)

등록증을 만들 때 여권 필요, 09:00~18:00 이용 가능
주소
Абдрахманов 208
특징
3층에 한국센터가 있다.



러시아드라마극장
(Русский Драм-Театр
им.Ч.Айтматова)

주말공연(당일예매 가능), 10:00~18:00 티켓 판매
주소
Тыныстанов 122
전화
(0312) 66 20 32
특징
공연관람 시 사진촬영이 불가능하다.



영화관(Кинотеатр)

시내 여러 곳에 위치
주소
러시아3D영화관 Эркиндик 53
베파 영화관 Горького 27/1
비쉬켄파크 영화관 Киев 148

2) 이스쿨(Иссык-Куль)

① 식당

이름	내용
 우르바카(У-рыбака)	메뉴 불고기, 샤실릭, 라그만, 플롭 등 참고사항 연중무휴(공휴일 제외), 성수기는 대기시간 소요

② 문화생활

이름	내용
 이스쿨의 국제적인 역사문화 박물관-보호구역 (Иссык-Кульский Государственный Историко-Культурный Музей-Заповедник)	출폰아타에 있는 ‘석원’이라고 불리는 야외 박물관이다. 여름 기준으로 9시, 18시에 선명하게 암각화를 볼 수 있다.
 루후 오르도(РухОрдо)	야외 공연장, 전시장 등으로 이용되며 각국의 문화유물과 세계의 종교관련 시설물을 다양한 방식으로 디자인/설치/배치, 국제규모 행사를 열 수 있는 이스쿨 유일의 야외 공간이다. 입장료는 400숨이다.

기타 참고사항	이스쿨은 대표적 휴양지로 여름철에만 다양한 레저 활동이 가능하다. 여름에만 집을 빌려 거주하는 현지인이 대부분이다. 봄·가을·겨울에는 거주인구가 감소한다(여름철 성수기 제외).
---------	--

3) 탈라스(Талас)

① 식당

이름	내용
 카나트(К а н а т)	메뉴 베쉬바르막, 피자, 샤실릭 참고사항 연회를 목적으로 이용되는 레스토랑이다.
 블린(Б л и н ч и к и)	메뉴 커피, 차, 블린 참고사항 탈라스 시장 초입에 있다. 저렴한 가격(블린 20소م)

② 어학기관

이름	내용
 SECOM	과목 러시아어, 터키어, 키르기스어, 영어, 대학입시과목(수학) 참고사항 오쉬, 카라콜 등에도 있다.

③ 관공서 및 관광지

이름	내용
 탈라스 중앙 행정기관 (Талас Облгосадминистрация)	탈라스주에 포함되어 있는 지역들을 관리하는 중앙 행정기관이다.
 탈라스 중앙우체국 (Таласская ЦентральнаяПочта)	수도로 가지 않아도 한국에서 보내는 EMS를 수령할 수 있다.
 알뜰카족 (АлтынКазык)	탈라스 내에 있는 슈퍼마켓 체인점으로 3군데가 있다.
 마나스오르도 (МанасКумбоз)	마나스 장군의 무덤은 1898년에 발견되었으며 적으로부터 보호하기 위해서 에미르 공주의 무덤으로 알려져 있는 곳이다.



택배 서비스

이름	내용
 DHL	항공·해상·육로로 한국-키르기즈 간 택배 배송 [2~3주 소요] 주소 Киев 107 업무시간 평일(08:00~18:00), 토요일(09:00~16:00) 전화 [0312] 61 11 11, [0312] 61 11 12 특징 인터넷으로 배송조치가 가능하다.
진양트랜스(택배회사)	택배비 후불지급(택시비 별도), 한국에서 발송만 가능하다. 이용방법 한국에서 070-4247-0585 로 전화→ 진양트랜스로 물건 발송→ 15~20일 뒤 비쉬켄에서 물건 수령
 우체국 EMS	항공 EMS통관(7~15일 소요), 여권지참 주소 Чуё 96 시간 월~토 07:00~20:00, 일요일 08:00~19:00



유용한 사이트 및 어플

<유용한 사이트>	
남바푸드(Namba Food)	패스트푸드 배달(배달비 별도) 주소: nambafood.kg
비스마트(Besmart)	레스토랑 할인쿠폰 주소: besmart.kg

디젤(Diesel)	인터넷 벼룩시장(중고품 매매 및 구입, 부동산 매매 등) 주소: diesel.elcat.kg
티켓(Ticket)	오페라, 발레 공연 티켓 구매 주소: www.ticket.kg
<요리법 사이트>	
러시아 및 현지요리법 사이트	chudo-recepty.ru
한국음식 요리법 사이트	http://www.100cooktv.com
<어플>	
Bus.kg	비쉬켈 대중교통 노선
Мобильник Деньги(Mobilink.kg)	공과금·핸드폰요금 충전 및 납부
WhatsApp	SNS메신저(카카오톡, 라인, 텔레그램과 동일기능)

Tip1. 한국과의 연락

카카오톡, 라인, Facebook, Skype, WhatsApp 등으로 한국과의 통화가 가능하다. 그러나 사용하는 인터넷 회선에 따라 통화품질에 차이가 있다. 한국으로 전화를 할 시 +82또는 0082를 누르고 나머지 전화번호를 입력하면 된다. 대신 지역번호는 앞자리 0, 핸드폰도 앞자리 0을 제외하고 나머지 전화 번호를 입력하면 된다. 국제전화 요금은 초당 3~4숨이다.

Tip2. 공과금 내는 법

※ 공과금 종류

가스, 온수, 냉수, 전기, 아타플렌(중앙난방), 쓰레기

※ 지불장소

모빌링(앱 결제), ATM(나로드니 공과금 기계), 우체국

※ 참고사항

고지서에 나와 있는 숫자번호를 입력하여 공과금 결제
기계에서 공과금 결제 시 잔액환수 불가(잔액 이월 가능)

봉사활동 정보



현지적응훈련

봉사단원은 현지에 입국 후 수도에서 8주간 적응훈련을 받으며 현지어 위주의 훈련을 받는다. 8주간 배운 현지어를 파견되어 바로 사용해야 하므로 현지적응훈련 기간에 열심히 배울 필요가 있다. 또한 훈련기간 동안 현지어 외에도 현지 정세 파악, 문화 탐방, OJT를 통해 현지에 대해 배우는 시간이 있다.

**OJT 활용****단원 공통사항****① 준비물**

개인용품, 비닐 팩, 물티슈, 카메라, 클렌징 티슈, 비상금, 기관이나 홈스테이 가정에 줄 간단한 선물(화장품 샘플 등)

② OJT기간 중 해야 할 일

기관의 성격에 따라 단원의 업무가 달라진다. 그러므로 기관의 주요행사 및 업무를 파악하고 관계자와 앞으로 하게 될 업무를 조정할 필요가 있다. 또한 기관 주변의 편의시설들을 파악하고 지방의 경우 OJT기간에 주거지를 알아보고 파견 후 입주할 수 있도록 하는 것이 좋다.

Tip.

OJT기간에 현지음식을 대접받는 경우, 되도록 먹을 수 있는 만큼 먹되 본인의 식량량과 컨디션에 따라 예의를 갖춰 거절하는 것이 좋다. 지방단원의 경우 홈스테이를 할 때 샤워가 불가능한 경우가 더러 있기 때문에 물티슈를 준비하는 것이 좋다. 이 기간은 현지 친구들을 사귀고 기관 사람들과도 친해질 수 있는 기회를 명심해야 한다.

**보고서 관련 작성 Tip****1) 날짜 예시(2014년 12월 11일 입국 시)**

- ① 1차 보고서 제출일자: 2015년 6월 15일
- ② 2차 보고서 제출일자: 2015년 12월 15일
- ③ 3차 보고서 제출일자: 2016년 6월 15일
- ④ 4차 보고서 제출일자: 2016년 10월 15일(귀국 2개월 전 제출)

2) 2년간 4차례의 활동보고서 제출

- ① 1차 보고서: 형식이 있는 보고서
- ② 2차 보고서: 자유 형식(에세이) 및 형식이 있는 보고서
- ③ 3차 보고서: 형식이 있는 보고서이지만 1차 보고서와는 다르게 후임단원 파견 필요성 여부 및 개선방안 등 후임단원에 대한 자신의 생각을 써야 하는 부분이 많다.
- ④ 4차 보고서: 귀국 보고서로 대체한다.

Tip.

활동보고서를 위해 기관행사나 업무가 있을 때 미리 사진을 찍어두고, 쉽게 잊을 수 있으니 반드시 메모를 해두는 습관을 가지는 것이 좋다. 단원 홈페이지에서 우수 보고서를 참고할 수 있다.



활동관련 물품 구입하기

활동물품 지원 금액은 2년간 최대 \$2,500이다. 한번에 다 쓰지 말고 1년에 \$1,250씩 나누어서 쓰는 것을 권장한다. 활동물품을 신청하려면 먼저 본부 구매 물품의 경우에는 한진에 견적서를 요청하고, 현지 구매 물품의 경우에는 견적서를 직접 작성해야 한다. 다음으로 기관요청서 작성 및 활동물품 신청보고서를 작성해야 한다. 모든 서류가 작성되면 해외사무소에 서류를 제출하면 된다. 활동물품을 받았다면 결과 보고서를 1달 이내로 제출하면 된다. 결과 보고서는 사진첨부 및 활동물품 활용 및 효과성에 대해서 구체적으로 작성해야 하며, 소모품 이외의 물품은 기관 기증이 원칙이므로 기관 기증서를 작성하여 제출해야 한다. 활동물품의 경우 간혹 관리의 어려움을 겪을 수 있으므로 물품 수령 시 활동물품 관리자와 책임자를 지정하여 꾸준히 유지/보수될 수 있도록 해야 한다.



현장사업 및 협력활동

1) 현장사업

파견 후 5개월 이상 경과한 봉사단원을 대상으로 현장사업비를 지원한다. 최대 \$50,000까지 지원 가능하며 임기 종료 3개월 전까지 완료해야 한다. 파견기관 및 지역발전을 위한 사업으로 해야 하며 현장사업 진행 순서는 다음과 같다.

기관 실사 조사 및 현장사업 가능 여부 조사 → 현장사업 보고서 작성 → 심의 위원회 실시 → 현장사업 진행 '착수보고', '중간보고', '기간변경 시 '별도보고' 필수 → 종료 후 30일 이내 결과 보고

구분	세부내용 및 지원규모
소규모 현장사업	\$10,000 이하
일반 현장사업	시설 개보수 및 기술이전 역량 개발 \$10,000 ~ \$30,000
종합 현장사업	대규모 현장사업, 심의 위원회 개최 필수 \$30,000 ~ \$50,000

2) 협력활동

타국 봉사단과 협력활동을 장려하기 위한 프로그램이다. 활동지역 및 인근지역 단원과 최대한 협력하는 것이 좋고 타국 봉사단과 협력할 경우 타국 봉사단의 소요경비는 자체적으로 부담하도록 해야 한다. 키르기즈의 경우 현재 진행 중인 협력활동은 없으나 앞으로 진행 예정이다.

<협력활동 신청 절차>

프로그램 구성	지역에 필요한 활동프로그램을 기획하되 단원이 주도해야 한다.
실시 계획안 마련	목적, 장소, 시기, 운영방안 등을 포함한 계획안을 작성하여 단원 한 명이 대표로 보고한다.
견적서	본부 구입분은 한진 견적서로 대체한다. 현지 구입분은 단원이 준비한 견적서 및 유사 증빙서류가 필요하다. 인터넷 환율 또는 시스템 환율을 적용한 환율증명서가 필요하다.
제출서류	계획안, 예산안, 견적서가 필요하다.
지원기준	예산지원 기준은 없으나 보통 \$10,000 ~ \$30,000 사이 규모로 지원된다. 단, 시네마천국은 장비구입 목적에 한하여 \$30,000이상 지원 가능하다. 출장비를 포함하여 신청 가능하다.



1) 한국어교육

첫째, 현지에서는 다양한 교육자료(문법교재, 활용연습교재, 활동지, 낱말카드, 미디어자료, K-POP음악, 원고지)가 부족하므로 가지고 올 수 있는 자료들은 가지고 오는 것이 좋다. 둘째, 한국어를 배우는 많은 학생들은 한국으로 유학을 희망한다. 유학의 기준(TOPIK 3급 이상)을 통과하기 위해서는 많은 연습이 필요하기 때문에 관련교재가 필요하나 현지에서는 구매가 어렵다. 활동물품(본부 구매) 신청으로 활용 가능하다.

2) 유아교육

현지교사들은 대부분 보육교사이며 공립유치원의 경우 한 반에 아이들이 60명 내외(담임 1명, 부담임 2명)이다. 원아수 대비 교사수의 부족으로 음악, 미술 등의 프로그램 수업이 힘들다. 그러므로 첫째, 현지에서 바로 수업할 수 있도록 간단한 교구 및 수업자료들을 가져오는 것이 좋다. 둘째, 현지 유치원 교실에 교구가 없는 경우 활동물품으로 신청하는 것이 좋다.

3) 컴퓨터교육

보통 파견된 기관의 컴퓨터실과 컴퓨터가 열악한 편이다. 그러므로 할 수 있다면 입국 전에 상태를 파악하고 어떤 컴퓨터 수업을 할 것인지 고민해보는 것이 좋다. 또한 현지 인터넷 속도가 한국처럼 빠르지는 않으므로 용량이 큰 설치 프로그램들과 수업자료들을 준비해 오는 것을 추천한다. 기관에 따라 혹은 컴퓨터 수업을 듣는 대상자마다 수준의 차이가 다양하므로 수준에 따른 수업을 준비하는 것이 좋다.

4) 농업

농업은 자연환경에 영향을 많이 받기 때문에 자신이 파견되는 지역의 기후 및 주변 환경을 사전에 충분히 습득해야 한다. 예를 들어 영월교육원에서는 수박이 많이 재배된다고 하여 수박과 관련된 서적 및 기술을 준비해왔지만 단원이 파견된 카라콜 지역에서는 전혀 생산되지 않아 준비한 것을 사용할 수 없었다. 또한 카라콜 지역에서는 묘종을 쉽게 구할 수가 없어 재배 활용 수업에 어려움이 있다.

5) 사서

국립도서관의 경우 첫째 도서관의 기능이 아카이빙에 집중되어 있다. 또한 도서관 내 서비스 기능 미비로 이용객들의 불편사항이 접수되고 있다. 그러므로 도서관 활용 및 서비스 기능에 대한 아이디어와 자료를 찾아오는 것이 좋다. 둘째 도서 분류의 경우 폐가제에 카드목록을 작성하거나 러시아 열거식 분류법을 사용하고 있다. 그러므로 미리 러시아 도서분류법을 공부하고 오면 업무가 수월해진다. 셋째 전공용어를 생소해하는 현지 사서들이 많기 때문에 이들과 소통하기 위해 어학공부를 열심히 해야 한다. 특히 전공용어를 영어, 러시아어, 현지어로 공부해야 한다.



다원 활동기관 및 업무소개

순	기관명	소개
1	 비쉬켄인문대학교 (Бишкекский Гуманитарный Университет)	• 인문학·언어학 전공 대학교 (제1,2외국어 전공필수) • 동양어문학부 내 아랍어, 일본어, 터키어, 한국어 전공 • 전공수업(한국어 문법, 문화, 회화)
2	 키르기즈한국대학 (Кыргызско-Корейский Колледж)	• 정식 한국어학과 개설 • 전공수업(한국어 문법, 문화, 회화) • 교양수업(한국어 회화, 문화)

3	 빌림오르도종합학교 (ШколаКомплексБилимОрдо)	• 종합학교 산하 2개 유치원 운영 • 주요업무(원아 미술, 게임, 음악 수업 및 교사교육)
4	 탈라스 8번 종합학교 (Школа№8ТаласкойОбласти)	• 교사 및 학생대상 컴퓨터 일반 교육(하드웨어, OS, MS Office 등) • 컴퓨터 동아리 개설 및 운영지원 및 방과 후 한국어수업
5	 탈라스 6번 종합학교 (ТаласШаардыкАбдуулаев СагынАтындагы№6Орто-Мектеп)	• 교사 및 학생대상 컴퓨터 일반 교육 • 방과 후 한국어수업
6	 94번전문학교 (ПрофессиональныйЛицей №94)	• 학생 및 교사대상 전자제품 수리실습 및 이론교육

7	 아만마므토브김나지움 종합학교 (ШколаГимназияИмени Аманамамытова)	• 초·중·고등학교 과정(1~11학년)이 모두 통합되어 있는 학교 • 전공수업(한국어 문법, 회화, 독해, 말하기, 듣기, 읽기, 쓰기 실습교육 및 평가)
8	 인력송출센터 (ЦентрТрудоустройства Граждан)	• 한국에 근로계약이 된 근로자를 위한 교육센터 • 한국의 기초생활 질서, 직장문화 및 예절교육 • 현지교사의 한국어 문법 및 발음 오류 수정
9	 아라바예바대학교 (Университетим.И.Арабаева)	• 1945년 설립 (직원 500여 명, 학생 10,000여 명) • 미용교육 주요업무 미용관련 이론 및 실습교육 네일아트, 모발관리 등의 교재 제작 • 유아교육 주요업무 유아교육 전공 학생대상 교육 교수법, 공동체 활동교육 기획
10	 키르기즈국립도서관 (НациональнаяБиблиотека)	• 2013년 한국센터 설립 • 6백만 장서 보유(아랍어, 키릴어, 영어 포함 89개국) • 도서관리 프로그램 정비 및 교육 • 한국 도서실 관리 및 도서 제목 한·러 번역

11	 이스쿨국립대학교 (Иссык-Кульский Государственный Университет)	• 7개 학부(경제관광학부, 자연공업학부, 자연과학 및 생태학부, 키르기즈 언어학, 교육 및 예술학부, 수학 및 정보기술학부, 러시아 언어학 및 외국어학부, 역사 및 관광학부) • 교수 300여 명, 학생 수 5,500여 명 (31개 강좌, 8개 센터) • 한국어교육 주요업무 한국어센터 설립 프로젝트 기획 한국어 교과과정 개발 및 학생 교육 • 농업 주요업무 지역 농업분야 개발 프로젝트 제안 원예식물 생산 연구 농업분야 한국 기술 소개 및 교육
12	 키르기즈국립대학교 (Кыргызский Национальный Университет)	• 한국어수업 일반 (말하기, 듣기, 읽기, 쓰기)

타 봉사단원과의 교류현황

1) 자이카

일본은 키르기즈 공화국의 주요 공여국으로 유·무상 원조를 하고 있다. 사무소는 일본대사관 맞은편에 있다. 2016년 3월 기준, 33명의 자이카 봉사단원이 있다. 파견분야는 관광개발, 체육 교육(럭비), 일본어교육, 기계(자동차수리), 영어교육 등이다.

2) 피스코

미국은 2014년을 기준으로 22년째 키르기즈스탄으로 피스코 봉사단원을 파견하고 있다. 영어교육, 지속가능한 지역개발, 건강 증진 사업을 중점적으로 활동 중이다.



제3부





건강한
생활

안전관리



기급 상황 대처 요령

1) 세균성 복통

키르기즈는 Dengue fever, 황열과 같은 심각한 풍토병은 없다. 하지만 수돗물에 석회성분이 포함되어 있어 수돗물을 끓이지 않고 식수로 사용할 경우 복통을 일으킬 수 있다. 그러므로 식수는 사먹는 것이 좋다.

2) 스트레스

과도한 업무, 동료단원 및 기관과 문제가 생겼을 때 스트레스를 받게 된다. 자신의 몸 건강상태와 정신 건강상태를 고려하여 업무를 협의하고 주위 사람들과 좋은 관계를 유지해야 한다.

3) 독감과 기관지염

감기약(Таилол Хот, Терафлю)을 먹거나 기관지에 좋은 꿀(Прополис)을 먹으면 도움이 된다.

4) 폭행

2015년 5월 5일 17시 Prigorodnoe 마을(비쉬켅 근교)에서 10대 2명이 계산을 하고 나오는 슈퍼마켓 손님의 5만 솜을 강탈했다.³⁴⁾ 같은 날 저녁, 비쉬켅에서 28세 남성이 젊은이들에게 강탈과 폭행을 당했다.

<사례>

타 국가에서 단원과 현지인 사이의 금전거래로 인해 폭행사건이 발생한 적이 있다.
그러므로 단원 및 현지인과의 금전거래는 하지 말아야 한다.

5) 도난 및 분실

사람들이 많이 이용하는 대중교통에서 분실 및 도난사건이 많이 일어난다. 그러므로 가방은 앞으로 메고 이용하는 것이 좋으며 중요한 물건은 가급적 꺼내지 않는 것이 좋다.

6) 지진

2008년 누라 마을(중국과의 국경지역)에서 지진이 발생해 74명이 사망했다. 2010년 3월 2일에는 비쉬켅에서 서쪽으로 22km 떨어진 나른주 코츠코르카 촌폰 마을에서 규모 6.3의 지진이 발생했다.³⁵⁾ 2015년 11월 18일에는 굴차 지역에서 규모 5.5의 지진이 발생해 큰 피해를 입었다.³⁶⁾

7) 테러³⁷⁾

2015년 10월 12일 북부 추이 주의 교도소에서 테러리스트 9명이 탈옥했다. 이들은 전날 저녁

34) http://www.vb.kg/doc/312151_v_prigorodnom_podrostki_otobrali_y_klienta_magazina_50_tysiach_somov.html

35) <키르기즈스탄 규모 6.3 지진> 연합뉴스, 2010년 3월 2일

36) <키르기즈스탄 지진 복구 성금 600만 원 전달> 아시아 뉴스 통신, 2015년 12월 15일

37) <키르기즈서 테러리스트 9명 탈옥... 교도관 3명 사망>, 연합뉴스, 2015년 10월 12일

탈옥을 감행했으며 이 과정에서 교도관 3명이 숨졌다. 사건 발생 직후 5명은 곧 체포되고 나머지 4명은 후에 체포되었다. 이들은 현지 이슬람 과격단체 소속 테러리스트로 폭탄테러를 모의하다 검거돼 복역 중이었다.

2014년 키르기즈에서 발생한 이슬람 극단주의 관련 범죄는 총 283건으로 2013년보다 20.9%나 급증했으며 키르기즈 정부는 현재 자국민 230여 명이 시리아에서 테러리스트로 활동 중인 것으로 파악하고 있다.

2015년 7월 비쉬켅에서 테러를 모의하던 IS 대원 6명이 사살되고 7명이 체포된 바 있다.

Tip. 긴급 상황 시 주요 연락처

KOICA 사무소: +996 312 979 401~2 (Str. Razzakov15, Bishkek, Kyrgyzstan)

SOS Alarm Center: +822 3140 1770

주한대한민국대사관: +996 312 579 771~3(평일), +996 550 031 122(야간, 휴일)

소방서: 101 / 경찰서: 102 / 구급차: 103 / 가스문제: 104

※ 긴급 상황 시 비상연락망 체계로 연락



보건환경 및 의료기관 이용법

Tip. 의료기관 이용 시 예약 필수

1) 의료기관 이용법

① 네오메드(NEO-MED)

진료: 내과, 피부과, 산부인과

주소: О о з б в к о в 46

전화: (0312) 90 60 90

② 메디카 카레야 한의원

주소: И с а н о в 118

전화: (0312) 30 33 42, 0770 59 01 13

③ 카이로스치과(Kairos)

주소: Рыскулов 10

전화: (0312) 61 23 02

Tip. 약국에서 살 수 있는 약(일반적인 비상약품은 사무소에 구비되어 있음)

Таилолхот, Терафлю: 현지 가루 감기약(비타민 가루약)

КардиоАспирин: 두통 및 진통제(아스피린)

Зекёнка: 소독약

РиноМарис: 비염 및 콧물감기에 사용

Фосфалюгель: 소화장애약(겔포스)

Мегасеф, Лакто-Глоратадин: 편도염약

2) 건강관리

① 헬스(케이투클럽 K2 Club)

- 참고사항: 이용시간 09:00~22:00(연중무휴), 12회 2,000숨

- 프로그램: 헬스, 암벽등반, 테니스, 댄스

- 주소: Бакаев 121

- 전화: (0312) 91 03 50, 0555 91 03 50

② Sun City

- 참고사항: 대규모 종합 스포츠센터(수영장: 여름철 24시간 개장)

대인 730숨, 4인 가족 요금제

- 주소: Чуй 2

- 전화: (0312) 53 49 76

③ 볼링(비쉬켄파크 4층)

- 참고사항: 1세트 730숨(주말 1,000숨)

- 주소: Киев 148

- 전화: (0312) 69 11 11

④ 테니스(카르벤클럽)

- 참고사항: 헬스클럽 및 수영장 이용 가능, 개인트레이닝 가능
- 주소: Гоголя 77
- 전화: (0312) 68 06 96

⑤ 스키(Chunkurchak)

- 참고사항: <http://www.gergert.kg>에서 장비대여 및 버스예약 가능
성인요금 1,100숨
- 주소: <http://www.chunkurchak.kg>

⑥ 요가(아트마 요가 센터)

- 참고사항: 이용시간 07:00~21:00(주 3회), 러시아어로 강습
- 주소: Советская 17/2
- 전화: (0312) 93 00 01

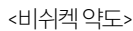


북



유용한 현지어 표현

안녕하세요?	Здравствуй те? Саламатсыз бы?
미안합니다.	Извините Кечирипкоюнуз
얼마입니까?	Сколько стоит? Канчатурат?
내려주세요.	Остановите. Токтопкоюнузчу
잠시만 기다려주세요.	Подождите Минуточку. Биразкутотурунуз
주소가 어떻게 되나요?	Какой адрес? [Какой перекресток?] Дареги кайсылжерде?
나는 이해하지 못했습니다.	Я не понимаю. Тушунбойжатам
늦어서 죄송합니다.	Извините за опоздание. Кечиккенимучункечиirimсурайм
오늘 저는 아파요.	Сегодня болею. Бугун меноорупжатам
저는 병원에 가야합니다.	Я должен поехать в больницу Менооруканагабарышым керек
수업에 갈 수 없습니다.	Я не пойду на урок. Сабакка бара албайм



수도 비수익에는 한국과 관련된 것들이 많다. 먼저 6개의 한국식당이 있다. 강남 레스토랑, 경복궁, 서울 레스토랑, 아리랑, 청기와, 호반이다. 식당의 메뉴로는 간단한 김밥부터 찌개, 탕, 치킨, 중화요리까지 다양하다. 가격은 한국과 비슷하거나 일부의 경우는 한국보다 비싸다. 또 한국인이 운영하는 미용실도 있고, 한국어 교육기관으로는 세종학당, 한국교육원이 있다.

키르기스스탄 81

마지막으로 키르기즈스탄은 최근(2016년) 잦은 날씨 변화를 보이고 있다. 예전과 다르게 여름에 비가 많이 오고, 꽃가루가 많이 날리기 때문에 알레르기가 있는 사람이라면 주의해야 한다.



집필진 소개

1) 제97기 한국어교육 김기원

길고 긴 집필기간이 끝났습니다. 먼저 안내서를 만드는 데 많은 도움을 주신 분들에게 감사의 말을 전하고 싶습니다. 바쁜 시간에도 더 좋은 방향으로 갈 수 있도록 조언해 주시고 신경 써 주신 것에 다시 한 번 감사의 말씀을 전합니다. 시간이 너무 오래 걸렸고 읽을수록 부족한 점도 느껴지지만 키르기즈스탄에 오시는 분들에게 조금이나마 도움이 되길 바랍니다.

2) 제97기 한국어교육 홍성진

짧고도 긴 시간 동안 안내책자를 만드는 데 있어서 도움을 주신 분들께 감사의 말씀을 전합니다. 처음에 안내서를 제작하기로 마음먹었을 때는 불안감과 무게감이 크게 짓눌렸습니다. 키르기즈스탄은 우리에게 잘 알려져 있지 않은 나라이기 때문입니다. 그 나라는 어디에 있어? CIS 어디에 있어? 라고 가장 많이 묻습니다. 그래서 키르기즈스탄에 온 첫 번째 봉사단원으로서 보다 많은 정보들과 함께 이곳을 알리고 싶은 마음뿐이었습니다. 하지만 직접 보고, 경험한 것들을 바탕으로 제작하다 보니 즐겁게 할 수 있었습니다. 부족한 점이 많지만 앞으로 이곳에 오실 봉사단원들에게 작은 도움이 되었으면 합니다.

3) 제97기 유아교육 임한나

아무런 정보가 없이 파견된 키르기즈스탄. 첫 파견 기수라서 인터넷을 찾아봐도 어디에도 정보가 없어 참 막막하게 짐을 꾸려 왔던 기억이 납니다. 파견되고도 아는 사람이 없어 97기 3명이 알아서 비쉬켄 시내를 지도 들고 찾아다니던 기억들..

아직은 알려지지 않은 나라 키르기즈스탄에 오시는 분들에게 조금이나마 도움이 되었으면 좋겠다는 마음으로 시작한 안내 책자인데 도움이 되셨으면 좋겠네요. 막연했던 이곳에 함께 와서 홀로 지방단원인 저에게 큰 힘이 되었던 97기 동기 기원, 성진과 책자를 만들며 힘들었지만 함께여서 마무리할 수 있었던 것 같아요. (너희들이 있어서 참 좋다.^^)

‘중앙아시아의 스위스’라 불리는 키르기즈스탄이 아직은 막연하시겠지만 생각보다 좋을

거라 말씀드리고 싶네요~ 키르기즈스탄에 오시게 된 걸 환영합니다.

4) 제11기 KOICA 자문단 최창영

글은 발로 써야 생선회처럼 ‘팔딱팔딱’ 살아있는 맛이 난다. 임한나, 김기원, 홍성진 세 젊은이가 한국 사람들이 지나간 흔적이 별로 없는 낯선 땅에 떨어져 발로 쓴 글을 모았다.

‘나는 가수다’라는 카피문구가 한때 유행한 적이 있다. 이제 이 세 사람은 “나는 키르기즈스탄이다”라고 외쳐도 될 것 같다.

5) 제11기 KOICA 자문단 배성민

안내서 제작에 힘쓰신 세 봉사단원분들 그간 고생 많으셨습니다. 처음 해보는 안내서 제작이라 막막하고 더 어려웠겠지만 그만큼 타고하고 나서의 보람도 컸으리라 생각합니다. 이번에 나온 안내서가 키르기즈스탄에서 새 생활을 시작하는 분들께 작으나마 도움이 되었으면 합니다. 또한 앞으로도 새로운 내용이나 바뀐 내용을 반영해 나가면서 봉사단원뿐만 아니라 키르기즈 생활에 관심 있는 여러분들이 옆에 두고 필요할 때마다 찾아볼 수 있는 안내서가 되기를 희망합니다.

6) 집필

KOICA 봉사단 97기 김기원(한국어교육), KOICA 봉사단 97기 임한나(유아교육), KOICA 봉사단 97기 홍성진(한국어교육)

7) 감수

KOICA 자문단 11기 최창영(신문/방송), KOICA 자문단 11기 배성민(개발정책)



차례

1) 참고문헌

외교부(2013), 『키르기즈 개황』, p11~12

외교부 유라시아과, 『키르기즈 개황』, 외교부 유라시아과, 2013.

김환수, 『중앙아시아의 알프스 키르기즈스탄』, 주키르기즈공화국 대한민국대사관, 2014.

KOTRA (2014), <KOTRA 국가정보: 키르기스스탄>, 2014년 12월 15일, p 5~6

키르기스스탄 한국 대사관, 「키르기스 공화국 생활정보」, 2015.

해외경제연구소, 「05_키르기스_2015_앱」 한국수출입은행, 2015.

한국수출입은행-해외경제연구소, 키르기스_2015_앱, p1

KISDI (정보통신정책연구원) (2014), <키르기스스탄 전파관리 현황 및 시사점>, 제26권 9호 통권 577호. 2015년 5월. p 22

2) 사이트

weatherbase, “Bishkek,Kyrgyzstan”, <http://www.weatherbaes.com/weathr/weahterall.php?s=35383&cityname=Bishkek%2C+Bishkek%2C=Kyrgyzstan&units=metric> (2016-03-29)

http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1002802&mobile&cid=43809&category-Id=50731#TABLE_OF_CONTENT3

http://www.vb.kg/doc/312151_v_prigorodnom_podrostki_otobrali_y_klienta_magazina_50_tysiach_somov.html

http://www.vb.kg/doc/312116_chetvero_priezjih_zanimalis_grabejami_v_centre_bishkeka.html

<https://translate.google.com/translate?hl=ko&sl=ru&tl=ko&u=http%3A%2F%2Fwww.easttime.ru%2Fanalitic%2F2%2F4%2F659p.html&anno=2>

<http://www.kyrgyzstantravel.net/kyrgyzstan/chronology-ru.htm>

Facebook 15대 키르기스 한인 유학생회 비쉬켈 꿀팁

<http://countrymeters.info/ru/Kyrgyzstan>

<http://www.weatherbaes.com>

<http://www.kyrgyzstantravel.net/kyrgyzstan/chronology-ru.htm>

Asian Development Bank [2013] <ADB: Country Partnership Strategy>, 2013년 8월

<http://www.oecd.org/countries/kyrgyzstan/aid-at-a-glance.htm>

<http://stats.oecd.org/qwids>

http://www.vb.kg/doc/312151_v_prigorodnom_podrostki_otobrali_y_klienta_magazina_50_tysiach_somov.html

http://www.vb.kg/doc/312116_chetvero_priezjih_zanimalis_grabejami_v_centre_bishkeka.html

<http://countrymeters.info/ru/Kyrgyzstan>

https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D1%8F_%D0%B2_%D0%9A%D0%B8%D1%80%D0%B3%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D0%B8

3) 자료

<키르기즈스탄 규모 6.3 지진> 연합뉴스, 2010년 3월 2일.

<키르기즈스탄 지진 복구 성금 600만 원 전달> 아시아 뉴스 통신, 2015년 12월 15일.

<키르기즈스탄에서 테러리스트 9명 탈옥... 교도관 3명 사망>, 연합뉴스, 2015년 10월 12일.

교육자료 월드프렌즈 2016-41-152

해외봉사단원이 쓴 **봉사활동 안내서 / 키르기즈스탄편**

발 행	2016년 10월 19일
발행처	한국국제협력단
편집인	월드프렌즈교육원
주 소	본부 경기도 성남시 수정구 대왕판교로 825 교육원 강원도 영월군 주천면 다래골길 53
전 화	033) 834-5811
팩 스	033) 834-5840
홈페이지	http://kov.koica.go.kr
디자인/인쇄	한진상사 061) 373-6166

[무단복제 금함]

ISBN 978-89-6469-408-4 13320 <비매품>

