

2005 3월호 제360호

주부교실



사단법인 전국주부교실중앙회
NATIONAL COUNCIL OF HOMEMAKERS' CLASSES

본회는
주부의 사회성을
개발하고, 봉사정신을
함양함으로써
가정과 지역사회의
복지향상에 기여하며,
민주시민으로서의
주부에게 부하된 사명과
역할을 체득 실천함에
있어 주부중심,
지역중심의 조직 및
활동전개로 새 주부상을
정립해 나간다.



월간 주부교실 3월호

발행일 : 2005. 3. 20
등록일 : 1972. 8. 31
등록번호 : 라-1616호

*발행 : 사단법인전국주부교실중앙회
발행인 : 이윤자
편집인 : 김태연
주소 : 서울시 중구 충무로 5가 19-3
전화 : 2265-3627, 3628, 0637
2266-5870, 2273-6300, 2485
FAX : 2279-9341
<http://www.nchc.or.kr>

*인쇄 : (주)헤럴드미디어
대표홍정욱

비매품

주부교실

2005 3
통권 제360호

생각해봅시다	4	결혼시장의 왜곡과 경쟁사회/강이주
소비자제안	6	실내공기오염 현황과 대책/김선태
자녀교육	9	우리 아이들 밝고 건강하게 키우자
고발사례	10	소비자의 소리/곽정자
소비자정보	12	휴대전화 요금고지서 챙기세요
소비자뉴스	14	정부, 어린이 유해용품 규제
식품뉴스	16	시판중인 수입땅콩서 치명적 발암물질 검출
여성뉴스	18	둘째 낳으면 혜택 많아요
북한뉴스	20	북한의 새봄맞이 소식과 신학기제도
경제	21	생활 속의 알뜰 살림법
알아봅시다	22	유기농 채소류 안전할까?
의료정보	24	건강보험 100% 활용하기
금융길라잡이	26	금융거래! 아는 만큼 보인다(신용카드)
맛이슈/독도문제	28	독도는 우리 땅, 내가 지킨다
환경이야기	30	세계 최고의 환경도시, 쿠리티바(Curitiba)
수필	32	깃발나무/김영희
음식이야기	34	색깔로 먹는다(레드푸드)
가정요리	36	파릇파릇하게 미각을 돋우는 봄김치
건강	38	웰빙시대, 발을 건강하고 아름답게 가꾸자
여행	39	꽃내음 가득한 곳으로
문화산책	40	이 달의 읽을 만한 책
지부소식	41	전국 16개 시·도 지부 및 234개 시·군·구 지회 소식
주부교실게시판	50	제65기 주부대학 수강생 모집

<표지사진 : 주부대학 수료식(광주시지부, 05. 2. 23), 제17기 전문 간병인 교육(대전시지부, 05. 2/18~3/4)>



결혼시장의 왜곡과 경쟁사회



강 이 주
인천대학교 소비자·아동학과 교수

상품을 생산하여 팔고자하는 공급자와 그것을 필요로 하는 수요자가 있을 때 시장이 형성되는 것이다. 그리고 이러한 공급과 수요의 밀고 당기는 힘에 의하여 가격이 결정된다는 것은 누구나 알고 있는 시장의 기본 원리이다.

그러므로 선호하는 사람들은 많은데 공급이 매우 적은 재화는 소위 희귀재로 분류되어 가격이 폭등하게 된다. 이러한 현상은 우리나라의 주택시장에서도 발견할 수 있는데 평균적인 주택의 공급량과 수요량은 비교적 균형을 이루고 있다고 볼 수 있으나 삶의 여건이 잘 갖추어진 곳의 주택은 그 수요에 비하여 공급이 많지 않기 때문에 특정지역의 주택가격은 하늘 높은 줄 모르고 올라가게 된다.

결혼시장 역시 이러한 일반적 시장원리와 조금도 다르지 않다. 다만 결혼시장에서는 신랑감과 신부감들이 시장의 재화이면서 수요자와 공급자의 양면적 역할을 하고 있다는 점이다. 결혼 적령기에 달한 신랑감과 신부감들의 전체적인 인구수는 아마도 평형을 이루고 있을 것

이다.

그러나 원하는 조건 즉 안정적인 직업과 높은 소득을 보장 받고 있는 소위 “사”자 달린 신랑감들의 수는 매우 희소한데 이들을 원하는 신부감들의 수는 너무 많기 때문에 희귀재에 속하는 이들의 몸값이 치솟게 되는 것이다. 물론 이 반대의 논리도 성립된다. 즉 신랑들이 원하는 조건을 가진 신부들의 숫자가 희소할 경우 이들의 가치가 상승하게 된다.

그런데 신부들이 원하는 신랑의 조건은 일반적으로 안정적인 직업과 소득 등으로 통일되어 있는데 비하여 신랑들이 원하는 신부의 조건은 상당히 분산되어 있는 편이다.

예를 들면 능력보다는 신부의 외모나 가정환경을 우선시 할 수도 있다는 점이다. 따라서 거의 모든 전체 신부 집단이 능력 있는 소수의 특정 신랑 집단을 원하기 때문에 이 시장에서의 수요와 공급의 불균형은 극심해 질 수 밖에 없다.

결혼정보 회사를 방문해 보면 이 시장에서의

수요와 공급이 얼마나 왜곡되어 있는지 금방 알 수 있다. 두 사람의 인간적인 상호 이해와 교감으로 이루어진 사랑을 바탕으로 가정을 이루어야 한다는 만고불변의 진리는 이미 설자리를 잃었고 자본의 논리가 시장을 지배하고 있는 현실을 발견하게 된다.

그러나 이 논리의 승복할 수 없는 능력 있는 신부감들이 독립적인 독신생활을 즐기려는 현상도 늘어나고 있다. 강남 어느 여고 졸업생 33세의 약 40%가 미혼인 것으로 최근 조사되었다고 한다. 요즘 미혼이 늘어나고 있고 출산률이 저하되고 있는 현상도 이와 무관하지 않을 것이다.

그러면 결혼 시장의 왜곡을 막을 수 있는 방법은 없는 것일까?

물론 모든 사람들이 연애의 과정을 거쳐 자연스럽게 서로의 짝을 발견할 수 있으면 이런 문제는 생기지 않을 것이다. 현재와 같은 결혼시장에서의 수급 불균형은 약 20~30년 전만하여도 이렇게 극심하지는 않았다. 그 이유는 사회 전체의 구성원들이 “돈”에 대한 가치를 오늘날 처럼 절대시 하지 않는 데도 있지만 일반적으로 회사나 은행 등을 포함한 대다수의 직업들이 상당히 안정적인 일자리를 제공해 주었기 때문에 한 곳에서 열심히 노력하면 자녀를 교육시키면서 웬 만큼의 질적인 삶을 구현할 수 있었기 때문일 것이다.

오늘날 구조조정 등을 통한 경영 합리화를 추진하는 과정에서 나타나는 경쟁의 심화 현상은 인간의 관계를 유지하는 소중한 버팀목인 “정”을 메마르게 하고 있다. 경쟁을 통해서 많

은 경제적 이익이 발생되었을 것이고 그것은 산술적으로 계산이 될 수 있을 것이다.

반면에 우리는 가장 소중한 것들을 얼마나 잃고 있는지 가늠조차 못하고 있다. 물론 시장 경제 체제를 유지하는 사회를 발전시키는 동인은 말할 필요도 없이 경쟁이 근간이 된다는 사실은 모두가 알고 있는 바이다.

특히 산업 활동이나 기업경영 그리고 교육에서의 경쟁은 새로운 산업을 출현시키고 부가가치를 높여 고용을 창출하기 때문에 국부의 원천이 되고 있다.

특히 교육에서의 경쟁은 국가 인재 양성의 근본이 된다. 미국에서 인종을 가리지 않고 수월성을 발휘하는 많은 사람들에게 장학금을 지급하는 것은, 수없이 많은 장학 수혜자들 가운데 단 몇 사람에게 의해서라도 세계적인 경쟁력을 갖춘 발명품이 나온다면 그것으로 인하여 창출되는 부가가치는 그동안 쏟아 부은 수많은 장학금액을 모두 상쇄하고도 남기 때문이다.

그러므로 각 분야에서 공정한 경쟁이 이루어질 수 있는 토양을 만들어 주고 반면에 경쟁에서 살아남지 못하는 사람들을 위한 정책적 배려가 있다면 경쟁이야말로 사회의 복지를 끌어 올리는 가장 좋은 매커니즘인 것이다.

그러나 “정”을 바탕으로 하는 인간관계적인 측면이 경쟁을 바탕으로 하는 자본의 논리에 의해서 좌우된다면 그것은 우리들의 정신세계를 멧들게 하여 진정 이루어져야 할 부분의 경쟁마저 잘못된 방향으로 유도하게 될 수도 있다. 필자는 결혼시장을 통해서 그러한 징후의 한 단면을 보았을 뿐이다. ■

실내공기오염 현황과 대책

김선태 / 대전대학교 환경생명공학과 교수

과학의 발전으로 인위적인 냉·난방을 하게 되면서 인간들은 자연조건을 극복하고 기후 조건에 무관하게 일정한 실내 환경을 제공받게 되었다. 이러한 실내 환경을 유지하기 위해서 많은 양의 에너지가 필요하게 되었으며, 1970년대 이후 여러 차례 에너지 파동을 겪으면서 유한한 에너지 자원에 대한 인식이 생겨나기 시작하였고, 에너지 사용량을 줄이고 효율을 높이기 위한 노력을 하게 되었다.

건물의 창문이나 문 틈새를 밀폐시켜 외부 공기에 의한 냉·난방 부하를 최소화하며, 단열재를 보강하여 벽체를 통한 열 손실을 줄이고, 단열재 내부의 결로를 방지하기 위하여 증기 차단막을 설치하는 등의 노력으로 건축물은 점점 외부와 단절된 구조물이 되었다.

이 같은 건축물의 밀폐화를 통하여 에너지 절약이라는 소기의 성과를 거두었으나 이로 인해 실내 환경은 점점 악화되어 빌딩증후군(Sick Building Syndrome)과 같은 질병 아닌 질병이 생겨나게 되었으며, 최근에는 집이나 건물을 신축하거나 개·보수할 때 건축자재나 벽지 등에서 나오는 화학물질들의 피해로 나타

나는 새집증후군(Sick House Syndrome)으로 인하여 실내공기질에 대한 우려의 목소리가 커지게 되었다.

이에 실내공기오염의 원인 및 피해 양상, 실태 등을 정리하고, 2004년 5월 30일부로 시행하게 된 『다중이용시설 등의 실내공기질 관리법』을 중심으로 정부의 대책을 검토하고자 한다.

I. 실내공기오염의 원인 및 피해

1. 실내공기오염의 원인

미국과 캐나다에서 공동으로 수행한 연구조사결과에 의하면 실내공기오염의 원인으로 내부에서 발생하는 오염물질이 17%, 외부에서 유입된 오염물질이 11%, 미생물이 5%, 가구가 3%로 조사되었으며, 그 중 부족한 환기가 52%로 절반을 차지하고 있다.

그외 실내공기오염 원인물질로는 집이나 건물을 신축하거나 개보수할 때 건축자재에서 방출되는 화학물질로 휘발성유기화합물(VOCs)과 포름알데히드(HCHO) 등의 오염물질과 재

< 실내공기오염물질별 발생원과 인체영향 >

오염물질	발생원	인체영향
먼지	대기 중의 먼지가 실내유입, 실내 바닥의 먼지, 담뱃재	규폐증, 진폐증, 탄폐증 등
담배연기	담배, 결연	두통, 피로감, 기관지염, 폐렴, 기관지천식, 폐암, 초조감
연소가스	각종난로, 벽난로, 연료연소, 가스렌지	만성폐질환, 기도저항증가, 중추신경영향, 두통, 현기증, 시각장애
포름알데히드(HCHO)	각종합판, 보드, 가구, 단열재, 소취제, 담배연기, 화장품, 옷감, 실험실 등	눈, 코, 목자극증상, 어지러움, 기침, 설사, 피부질환, 정서불안증, 기억력상실 등
휘발성유기화합물(VOCs)	페인트, 착색제, 접착제, 세제, 살충제, 건축자재, 염료 등	피로감, 정신착란, 두통, 구역질, 현기증, 중추신경억제작용

실자로부터 방출되는 이산화탄소(CO2), 담배연기, 연소기구나 난방장치 등에서 발생하는 연소가스 등이 있다.



2. 실내공기환경의 중요성

일본 와세다 대학의 건축학부 다나베 교수의 연구 자료에 의하면 과학적으로 하루를 기준으로 할 때 사람의 코나 입으로 섭취하는 물질의 양이 확인되었는데, 총량을 100으로 할 때 공기가 83%, 음료나 물이 8%, 음식류가 7%, 기타 2%이며 공기 83% 중 실내공기가 57%, 공공시설의 공기가 12%, 공장 등의 산업배기가 9%, 실외공기가 5%로 조사되었다.

미국의 경우 통계학적으로 하루의 생활 중 85~90%를 실내에서 생활한다는 조사결과를 보더라도 실내공기환경의 중요성을 알 수 있다.

4. 실내공기질 관련 피해사례

미국의 한 연구에 의하면 미 전역의 약 11만 5천개소의 학교 가운데 약 50%가 실내공기 관

련 문제로 몸살을 앓고 있다고 한다.

국내의 경우 새 집에 이사 온 뒤 온몸에 두드러기가 나면서 집에 있는 게 두려워 밤마다 운동을 하는 중3 민수와, 인테리어를 새로 한 뒤 역시 같은 증상을 보이는 네 살배기 형래의 사례를 통해 화학물질에 오염된 실내공기 때문에 생기는 '새집증후군'을 생생하게 보여주었다. (SBS :환경의 역습)

한국소비자보호원은 2년 이하 새 아파트 457 가구를 대상으로 '새집증후군 피해실태'를 조사한 결과 조사대상 아파트 1/3이상(36.5%)에서 가구원 중 1명 이상이 새집증후군 증세를 보였고, 병이 생긴 239명 중 84.7%가 14세 이하 어린이들이었으므로 나타났다고 밝혔다.(04. 4. 29)

- 새집증후군 : 건물을 신축하거나 개보수한 후 건축자재나 벽지 등에서 나오는 화학 물질로 인해 눈이 따갑고, 목이 아프고, 아토피성 피부염, 천식 등의 질병이 일어나거나 악화되는 환경공해병.

II. 실내공기오염의 현황

신축공동주택 실내공기질 실태조사(환경부)

국립환경연구원과 지방 환경청에서 2004년 2월~4월까지 전국 주요 도시의 신축 1년 이내 공동주택 총 90개 가구를 대상으로 5종의 오염

< 오염물질별 실태조사 결과 >

(단위 : $\mu\text{g}/\text{m}^3$)

구분	평균농도	최대값	최소값	비교기준(일본, 홍콩권 기준)	비고
포름알데히드	105.4	308.5	2.26	일본 : 100	46.7 초과
톨루엔	127.3	768.9	6.5	일본 : 260	13.8 초과
에틸벤젠	30.0	391.3	ND	일본 : 3,800	-
자일렌	59.6	427.3	ND	일본 : 870	-
벤젠	2.4	14.13	ND	홍콩 : 16.1	-

물질에 대하여 조사하였다.

조사결과에 따르면, 아토피성 피부염, 천식 등 새집증후군의 주요원인인 포름알데히드 농도가 조사대상 총 90개소의 46.7%인 42개 지점에서 일본 권고기준(100 $\mu\text{g}/\text{m}^3$)을 초과하였다.

또한, 인체의 간·혈액·신경계 등에 유해한 물질로 알려진 톨루엔의 경우 역시 87개소의 13.8%인 12개 지점에서 일본 권고기준을 초과한 것으로 조사되었다.

III. 실내공기질 관련 정책

실내공기질 관리와 관련하여, 환경부는 1989년 “지하공간환경기준권고치”를 마련하여 실내오염물질의 권고기준을 설정하였고, 1996년에는 지하역사 및 지하도상가를 적용 대상으로 하는 “지하생활공간공기질관리법”을 제정하였으며, 2003년에는 “지하생활공간공기질관리법”을 “다중이용시설등의 실내공기질관리법” 개정 후 2004년 5월부터 시행하고 있다.

그 외 신축공동주택 실내공기질 기준설정, 오염물질 저감을 위한 적정 환기설비기준 제시 등과 같은 관리대책을 마련하고 있다.

IV. 문제점과 개선방향

무엇보다도 사람의 하루 물질 섭취량 중 약

80%가 공기이고, 하루의 90%이상 시간을 다양한 실내공간에서 생활하며, 적절한 환기나 청소가 안 된 실내공기가 실외 대기보다 오염도가 높음에 비추어 본다면 환기를 자주 하는 것이 가장 중요하다고 할 수 있다.

현재 실내공기질 관리와 관련된 업무는 환경부, 보건복지부, 건설교통부, 노동부, 교육인적자원부 등 다수 부처에서 관리하고 있으며, 교육인적자원부의 학교보건법에는 새집증후군의 주 발병원인 포름알데히드나 휘발성유기화합물의 별도기준이 없는 실정으로 이에 대한 규제기준 강화 및 통합적인 관리가 필요하다.

더불어 실내공기질관리를 위한 유지 및 권고기준의 적용대상에 신체적 약자인 어린이나 노인을 고려한 적극적인 규제기준이 필요하다.

결과적으로 깨끗하고 건강한 실내 환경조성을 위해 정부는 국민들이 실천할 수 있는 방법에 대한 홍보와 규제기준을 강화하고, 관련업체는 자발적으로 친환경소재를 사용해야 하며, 국민은 실내공기오염 관련 건축자재에 대한 소비자 불매운동을 벌이거나 실내공기질 관리에 적극적으로 동참하여야 한다.

<이 원고는 본회 대전시지부 주최 “소비자 제안회의(04. 6. 22)”에서 발표된 내용임>

자녀교육

우리 아이들 밝고 건강하게 키우자

최근 불거진 일진회 사태로 학교폭력 문제에 관심이 높아지고 있지만 이에 대한 대책이 신고와 처벌에 치우쳐 있다. 학교폭력에 대한 처벌보다는 선도와 예방 교육을 강화해야 한다는 우려의 목소리가 높아지고 있다. 이에 본회는 우리 아이들이 밝고 건강하게 자랄 수 있는 환경 조성을 위해 그 실천 방법을 찾아 본다.

아이들의 폭력성향 부모들한테 영향 받아, 부모는 미소 띤 얼굴로 칭찬 자주 해줘야

지난 14일 호주정부 보고서에 의하면 가정에서 일정한 규율이 없이 거친 교육을 받고 자라난 아이들이 학교에서 폭력을 사용하거나 다른 아이들을 괴롭힐 가능성이 크고, 반면에 부모들의 미소 띤 얼굴을 보거나 칭찬을 받고 자란 아이들은 폭력적으로 행동할 가능성이 매우 낮은 것으로 나타났다고 한다.

보고서에 의하면, 학교 폭력이 친구들과 학교 환경의 영향을 받지만 부모들이 자녀들에게 미치는 영향이 매우 중요하다는 것을 말해주고 있다.

보통 인성형성은 3~5때부터 시작된다고 한다. 결국 인성형성의 결정적 역할을 하는 사람은 바로 부모이고 맞벌이 부부가 많아지면서 할머니의 보살핌으로 자라나는 경우도 많다. 인성형성에 핵심적 역할을 하는 사람이 바로 주부들이다. 다음과 같은 실천 방법으로 자녀들을 밝고 건강하게 키우자.

유·초등학생 - 기본적인 생활 습관부터 길러주자

- 기본 생활 습관 형성이 첫걸음

바르게 인사하기, 차례 지키기, 안전 규칙 숙지하기 등 기본적인 예절과 근면성 기르는 것이 가장 중요하다.

- 친구를 잘 사귀도록 도와주자

좋은 친구를 사귀려면 친구를 먼저 배려해 주어야 한다는 것을 아이들이 깨닫도록 해야 한다.

- 성취감을 느끼도록...칭찬으로 자신감을 길러주자

아이 스스로 욕구나 목표가 생긴 다음에 지도해야 좋은 효과를 볼 수 있다.

- 지나친 욕심은 금물

부모가 아이들의 욕구에 앞서 욕심을 부리는 것은 금물이다.

중·고등학생 - 자녀와는 많은 대화를 나누고 선생과는 정보 공유하자

- 부모의 언행은 항상 자녀의 모델이 된다.

- 자녀를 독립된 인격체로 존중하고, 체벌이나 일방적 훈계보다는 따뜻한 사랑으로 대한다.

- 학력위주보다는 자신의 특기와 적성을 개발하는 학습을, 과잉보호보다는 독립적 생활을 할 수 있도록 도와준다.

- 자녀의 생활전반에 대해 수시로 주의 깊게 관찰하고, 지나친 간섭이나 통제로 스트레스를 주지 않도록 한다.

록 한다.

- 필요시 학교 선생님과 정보를 교환한다.

자녀교육 10계명 - 도전 정신과 창의성 길러주자

‘W이론’의 주창자 서울대 이면우 교수의 책 ‘생존의 W이론’에서는 자녀교육의 핵심은 도전정신과 창의성을 길러주는 것이라고 주장하면서 자녀교육 10계명을 제시해 관심을 모으고 있다.

• 자녀교육 10계명 •

1. 자녀를 깎듯이 예우하라.
2. 고집 센 자녀를 지원하라.
3. 칭찬을 해도 남과 비교하지 말라.
4. 큰 이에 실패한 자녀를 격려하라.
5. 선택의 자유를 반복 훈련하라.
6. 사람이 주는 상을 탐내지 말라.
7. 가장 중요한 것은 창의성이다.
8. 외로움을 극복하도록 가르쳐라.
9. 전문가가 되도록 당부하라.
10. 부모는 최후의 안식처가 되어라.

<자료: 교육인적자원부, ‘서울사랑’ 05.3 제공>

소비자의 소리

치과 치료 계약 취소 및 이에 따른 진단비 부담 과다 청구

내용 최용욱(강남구 대치동) 씨는 2005년 2월 24일 치과(강남구 논현동 소재)에 전에 치료하였던 부분이 다시 아파와서 TV를 통해 외국에서 공부하고 온 치과 의사가 유능해 보여 상담만 하러 내원하였더니 안내 데스크에서 사진을 먼저 찍어서 의사가 그 자료를 보고 상담할 수 있다고 하여 1만5천원을 내고 사진을 찍고 진단을 받아 보니 임플란트 4개를 시술받아야 한다고 하며 총 금액이 1,300만원 이라고 하였다.

너무 고가인 것 같아 아픈 부분을 치료만 받으려고 하니 임플란트 시술이 결정되어야만 치료에 들어갈 수 있다고 하여 카드로 1,200만원 일시불로 지불하고 어금니 부분을 신경치료 받았다. 치료를 받는 과정에서 너무 아프고 마취한 부분이 집에 돌아와서도 며칠이 지나도 풀리지 않고 복용약도 몸에 잘 받지 않는듯 해서 치료를 중단하고 시술 계약을 취소하려고 하니 총 금액의 10%인 120만원을 위약금으로 지불해야만 카드 취소를 해줄 수 있다고 하니 위약금 치고는 너무 지나친 것이라 생각되어 고발하였다.

처리 병원 상담사인 이병우 씨와 통화하여 진단비와 상담비가 적용되어 120만원의 진단비가 청구되었다는 소견을 듣고 처음 시술계약을 했을 경우 소비자에게 계약을 취소할 경우 진단비

10%가 위약금 형식으로 지불 된다는 사실을 고지하지 않았음을 상기시키며 더불어 총 치료비의 10%가 진단비라는 사실을 명확히 해줄 수 있는 문서화된 조항이 있는 지 증명해 달라고 하자 총 금액의 3%인 36만원만 진단비 및 치료비로 받고 카드 대금을 전액 취소하기로 합의하였다.

틀니 장착한 것이 너무 불편, 재 제작 비용 보상 청구

내용 전옥진(대전시 서구 탄방동) 씨는 2년 6개월 전에 H치과에 가서 1백만원에 부분 의치(틀니)를 맞추었다. 처음 착용할 때부터 음식을 씹을 때 불편과 어려움이 있었고, 최근에는 도저히 음식을 섭취할 수 없을 정도로 그 증상이 심했다.

다른 치과에 가서 진료를 받은 결과 의치가 애당초부터 맞지 않아서 발생한 문제라며 새로 제작해서 장착해야 한다고 한다. 다른 노인들은 6~7년을 넘게 사용해도 별 문제가 없는데 2년여 만에 의치를 새로 제작한다는 것이 억울하고 재제작에 대한 비용을 보상 청구하고 싶다.

처리 의사의 고의 또는 과실 근거는 없지만 처음부터 불편함을 호소해 왔고, 다른 병원에서의 진료 결과들을 참고하여 착용기간을 감안 감가상각을 통한 합의 배상으로 70만원을 배상 처리하였다.

보험료 납부 만료기간 경과했는데, 일방적인 자동 갱신 이유로 1년간 연장 인출

내용 최현숙(양산시 상북면) 씨는 친정부모님

을 피보험자로 AIG보험에 2003년 1월부터 5년간의 보장성 보험에 가입 월 보험료 2만5천5백원을 1년간 자동이체로 납입기로 계약 처리하였다.

이후 보험료 납부 만료기간(1년)이 지나고도 1년간 보험료가 자동인출된 사실을 늦게 알게 되어 부당함에 이의제기 하였으나 계약이 자동 갱신되었다는 말만 하고, 수차례 전화해도 아무런 근거자료도 제시하지 않고 일방적으로 계약 연장을 주장한다.

처리 계약자에게 자동 갱신에 대한 동의나 고지없이, 연장 인출해 간 것에 대한 근거자료를 제시하지 못하여 보험사의 일방적인 계약연장 갱신에 대한 부당성을 이유로 1년간의 보험료 30만6천원을 환급토록 처리하였다.

휴대폰 단말기 무료공급 한다고 고객 유인 별정 통신사 변칙판매 상술 클레임 제기

내용 이완숙(구미시 형곡동) 씨는 남편(윤무상)이 LG텔레콤의 별정 통신사업자인 (주)META Telecom 업체에서 휴대폰 단말기를 무료로 준다고 하여 2003년 1월에 계약서도 없이 본인 인적사항과 통장 계좌번호를 알려주고 단말기를 공급받아 사용하고 있었다. 무상으로 준다고 한 단말기 대금이 다음달부터 월 1만5천원씩 자동 이체되었다. 부당한것 아니냐고 항의했더니 자동이체로 인출되고, 다시 본인통장으로 36개월간 월1만원씩 계좌 입금시켜준다고 하였다. 사용하다 보니 사용요금을 연체하게 되었는데 단말기 보조금도 중단되었다. 해지하려고 하니 단말기 대금 36만원 중 남은 금액과 연체된 사용료 17만여원을 입금하지 않으면 해지 불가라 하였다.

처리 계약서 미교부로 내용계약이 곤란했다. (주)META Telecom의 약관조항을 요구하여 확인한 바, 24개월 무이자 할부조건이며 정상사

용을 유지하는 조건으로 월1만원씩 단말기 대금 전액을 지원한다고 명시되어 있다. 약정기간 동안 고객의 임의로 해지한 경우 남은 단말기 대금(할부금액)을 해지시 납부하여야 하며, 할부금과 이 용금액의 체납, 일시정지지 지원이 불가하다고 명시되어 있었다.

이동전화 단말기 보조금 지원은 2000년 6월부터 완전 폐지된 상태이며 이동전화 서비스의 의무사용기간은 99년 4월 1일 폐지되었음을 인지시키고 판매과정에서 계약서 미교부등 판매방법 및 약관조항에 대해 문제점 개선 건의하고, 소비자와 계약한 내용 중 보조받지 못한 단말기 보조금 13만원을 공제한 47,670원을 납부하고 해지 처리기로 하였다.

알칼리성 이온온수기, 허위 과대광고 보도내용 본 뒤 계약 요구에 손료 부과 한다

내용 한동호(울산시 울주군 청양면) 씨는 일동계약 알칼리성 이온온수기를 2005년 1월 29일 구입하면서 198만원을 카드결제 하였다.

2월 24일 KBS방송 TV 9시뉴스 시간에 이 제품의 효능 효과에 대한 문제점이 보도되었다. 2월 26일 내용증명 발송하고 상품은 반품하였다. 필터 및 손울 적용 214,000원을 청구하였다. 제품의 하자로 반품시키는데 손울 적용 타당하지.

처리 일동계약에 대해 이미 행정처분이 되었고, 의료기구에 사람을 광고에 게재한 증인식 광고로 행정처분이 된 내용이므로 필터 비용만 134,000원 지불하면 198만원 결제금액 3월 18일까지 전액 3월 18일까지 환급조치 하기로 하였다.

식약청에 확인, 조선일보와 중앙일보에 추천인을 게재하여 허위 과대광고로 오인 오도케 했기 때문에 행정처분이 내려진 것이었다.

(곽정자 / 본회 소비자상담실장)

휴대전화 요금고지서 챙기세요

- 휴대전화 부가서비스, 부당가입 요금피해 급증
전화요금청구서 상세내역 확인 당부 -

정보통신부 산하 통신위원회가 통신 이용자의 신청이나 승낙 없이 각종 통신 부가서비스에 가입되어 해당요금과 관련된 피해가 늘어나자 14일 주의를 당부하는 '민원예보' 10호(부가서비스 임의가입 주의)가 내려졌다. 이에 본회는 통신위원회 보도 자료의 내용을 발췌해 소비자 피해 현황과 이용자의 주의를 당부하고자 한다.

어느 날 친구나 회사 동료로부터 통화연결음 이 좋은 것으로 바뀌었다는 말을 들은 휴대전화 이용자는 놀라지 않을 수 없다. 이용자는 통화연결음 부가서비스에 가입한 적이 없기 때문이다.

본인이 가입한 이동통신업체와 통화 또는 전화요금 청구서 상세 내역서 확인 결과 본인의 의사와 상관없이 통화연결음 부가서비스에 가입되어 있었다.

통신위원회에 따르면 올해 1~2월 부가서비스에 부당 가입됐다는 민원이 68건으로 지난해 같은 기간의 35건보다 약 2배가 늘었다고 한다.

■ 소비자 피해현황

이용자의 신청(승낙)없이 각종 부가서비스에 가입되어 해당요금과 관련된 피해를 입었다는 민원이 지속적으로 발생하고 있다. 2004년 1

월, 2월에는 이와 관련된 민원이 10여건 정도 접수되었으나, 2005년 1월, 2월에는 30여건 정도로 증가하였습니다. 특히 새로운 부가서비스가 출시된 경우 이와 관련된 민원이 증가하는 경향이 있다.

■ 원인분석

유·무선 통신업체의 위탁사업자가 회원 늘려 실적 높이기 위해 임의로 가입시켜

이는 전기통신사업자로부터 서비스 계약업무를 위탁받은 위탁사업자가 전화마케팅(T/M)으로 가입자 유치활동을 하는 과정에서 실적을 높이기 위하여 가입자의 의사를 제대로 확인하지 않거나 가입자의 의사를 확인하는 절차를 생략하고 임의로 가입시키고 있기 때문인 것으로 분석된다.

특히 부가서비스 이용요금은 대부분 1000원

<2004년 부가서비스 임의가입 관련 민원접수 현황>

월 별	1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월	계
건 수	19	16	20	9	13	20	35	39	36	25	37	25	294

<2005년 부가서비스 임의가입 관련 민원접수 현황>

월 별	1월	2월	계
건 수	36	32	68

단위의 소액이기 때문에 이용자가 주의를 기울이지 않을 경우, 부가서비스 요금이 부과되었다는 사실조차 인식하지 못할 가능성이 높아 실제 피해는 훨씬 클 것으로 추정된다.

■ 이용자 주의사항

부당 가입된 사실 알면 즉시 민원센터에 신고, 평소 전화요금청구서 상세내역 확인하는 습관 가져야

전기통신사업자의 이용약관에는 청구된 요금 등에 대하여 이의가 있는 경우 청구일로부터 6개월 이내에 이의신청을 할 수 있다고 되어 있어, 부가서비스 이용요금이 청구된 후 6개월이 경과된 경우 권리구제(환불)에 어려움이 있다.

따라서 통신위원회는 이용자 스스로가 평소 요금청구서의 상세내역을 확인할 것과 확인 결과 본인이 신청(승낙)하지 않은 부가서비스 요금이 청구되고 있으면 즉시 통신위원회 민원센터로 신고해 줄 것을 당부하고 있다

현재 통신위원회는 전기통신사업자의 이러한 위법행위에 대해 조사를 진행 중이며 위법행위가 적발될 경우 엄중 제재할 계획이다.

■ 통신위원회 민원센터

- 전화 번호 : (02)1338번
- 팩스 번호 : 02-750-1719번
- 인터넷주소 : www.kcc.go.kr

■ 알아두세요

060 전화정보 서비스 이용 차단 방법

• 일반 전화에서 차단 방법

- KT(☎ 100)
 - 하나로텔레콤(☎ 106)
 - 데이콤(☎ 1544-0001)
 - 온세통신(☎ 083-100)
- 에 각각 전화하여 060서비스 차단을 요청한다.

• 휴대폰 문자메세지 차단 방법

- SK텔레콤(☎ 1566-0011)
 - KTF(☎ 1588-1618)
 - LG텔레콤(☎ 1544-0019)
- 에 연락하거나 각 회사의 사이버 고객센터에 접속하여 060서비스의 차단을 요청한다.

<자료제공: 통신위원회>

▣ 정부, 어린이 유해용품 규제 나서
컬러풍선 환각물질로 분류, 단속키로

법적 규제의 사각지대에 놓여 있던 컬러풍선(일명 본드풍선) 등 어린이 유해용품에 대한 체계적인 단속이 시작된다.

정부는 최근 환경부, 교육인적자원부, 산업자원부 등 관계기관 회의를 열고 초산에틸이 들어있는 컬러풍선 등 어린이 유해용품을 근절하기 위해 관계법령 보완 등 대책을 추진하기로 했다.

이는 정부가 지난해 말 언론의 컬러풍선에 대한 문제제기와 어린이용 미니 컵 젤리 시판 금지 등을 계기로 어린이들의 건강에 악영향을 미칠 가능성이 있는 용품을 체계적으로 관리하겠다는 뜻으로 풀이된다. 이에 따라 환경부는 유해화학물질법 시행령을 개정, 초산에틸이 들어간 컬러풍선을 환각물질로 분류할 계획이다.

시행령이 개정되면 초산에틸이 들어있어 유해한 컬러풍선을 어린이들에게 판매할 수 없게 된다. 산업자원부도 품질경영 및 공산품안전관리법을 개정, 유해한 어린이 용품을 안전관리

대상에 포함시킬 예정이며 청소년보호위원회는 올 상반기 중 초산에틸이 들어 있는 컬러 풍선을 청소년유해물건으로 지정하기로 했다.

정부는 향후 소비자단체와 함께 시판 중인 장난감 등 어린이 용품을 정기적으로 실태 조사하는 한편 유해 우려 제품의 목록을 작성할 계획이다. 환경부도 조만간 제품 유해성 정보를 집적한 데이터베이스를 구축할 예정이다. <연합 2. 23>

▣ 가스요금내달1일부터8.5%인하

내달 1일부터 가스요금이 8.5% 추가 인하된다. 27일 산업자원부와 재정경제부에 따르면 올해 들어 가스요금이 내린데 이어 오는 3월 1일부터 가스도매요금은 현행 ㎡당 435.82원에서 395.29원으로 40.53원(9.3%), 소매요금은 현행 478.91원에서 438.38원으로 40.53원(8.5%) 각각 내린다.

이에 따라 겨울철 월 평균 250㎡ 가량을 사용하는 31평 아파트의 경우 도시가스 요금부담이 한달에 1만1천146원 줄어들게 된다.

이번 가스요금 추가인하는 내

달 1일부터 석유수입부과금이 4.62원 인상됨에도 불구하고 환율하락이 유가 인상분을 상쇄하는데다 최근 장기도입계약으로 카타르로부터 18만t 가량의 LNG를 무상도입한데 따른 것이다. 또 작년 원전가동 중단 등으로 천연가스의 실제판매물량이 예상보다 크게 증가 하면서 원가 인하요인이 발생, 이를 소비자에게 환원하게 됐다고 산자부는 설명했다. <연합 2.27>

▣ 현금영수증 안쓰면 낭패

‘현금영수증 잘 쓰면 약(藥), 안 쓰면 독(毒).’

올해부터 신용카드 소득공제 제도가 바뀌에 따라 현금영수증 활용이 중요해졌다.

현금영수증 수취액을 신용카드 이용액에 합산해서 소득공제 금액을 산출하는 대신, 신용카드 소득공제 기준이 ‘연봉 10% 초과분의 20%’에서 ‘연봉 15% 초과분의 20%’로 강화됐기 때문이다. 즉 현금영수증을 잘 챙기면 지난해보다 더 많은 소득공제(500만원 한도)를 받을 수 있지만, 반대로 현금영수증을 하나도 받지 않으면 소득공제액수가 그만큼 줄어든다.

유리지갑으로 불리는 근로소득자가 소득공제를 많이 받을 수 있는 첫번째 수칙은 역설적으로 신용카드 결제를 많이 활용하라는 것이다. 이는 현금영수증 가맹점이 모두 신용카드 가맹점이라는 제도의 맹점 때문이다. 신용카드로 결제할 수 있는데 굳이 현금으로 계산할 필요는 없다.

다만 신용카드로 계산하기 몇 째 소액을 현금으로 낼 때는 꼭 현금영수증을 받아야 한다. 이때는 먼저 대상 업소가 현금영수증 가맹점인지를 확인해야 한다.

현재 일반 소비자를 상대하는 신용카드 가맹점 113만개 중 80%인 90만7000곳이 가맹점으로 등록돼있다. 부양가족이 가장 명의로 현금영수증을 발급받을 때는 가장의 주민등록증이 없더라도, 가장의 주민등록번호나 휴대전화번호를 제시하면 된다.

또 지난해까지 소득공제를 받을 수 없던 백화점·구두·문화·도서 등 각종 상품권 사용액도 현금영수증 발급대상이 됐다. 연말정산 때 소득공제를 받으려면 현금영수증 사용내역을

회사에 제출해야 한다. 현금영수증 사용내역은 현금영수증 홈페이지(www.taxsave.go.kr)에서 출력해야 한다. 따라서 늦어도 연말까지는 현금영수증 홈페이지에 회원으로 가입해야 한다.

회원가입은 가족별로도 가능하고, 근로소득이 있는 가장만 할 수도 있다. 다만 가장만 가입할 때는 부양가족이 현금영수증을 발급받을 때 제시하는 가장 명의의 휴대전화번호나 각종 제휴카드 번호를 등록해야 한다.

<조선일보 3.2>

▣ 카드사 '깨알약관' 효력없다

앞으로 신용카드사들이 약관의 글자 크기를 지나치게 작게 만들어 소비자들이 읽기 어렵게 만들 경우에는 약관 내용을 근거로 소비자들에게 불리한 계약 내용을 강요할 수 없게 된다.

공정거래위원회는 3일 국내 10개 신용카드사들이 약관 글자를 지나치게 작게 한 것은 약관법상 '사업자의 약관명시 의무'를 위반한 것이라며, 자진 시정을 전제로 경고조치를 내렸다고 밝혔다.

공정위에 따르면, 비씨, 엘지, 삼성, 신한, 현대, 롯데, 국민, 외

환, 하나, 시티 등 신용카드사들의 약관 글자 크기는 일반 신문 활자의 4분의 1밖에 안 되는 것으로 나타났다. 공정위는 이에 따라 신용카드사 약관의 글자 크기에 대한 소비자들의 민원이 그동안 상당수 제기됐다고 밝혔다.

주순식 소비자보호국장은 “약관법상 사업자는 고객에게 약관 내용을 계약 종류에 따라 일반적으로 예상되는 방법으로 명시하도록 되어 있다”면서 “카드사들이 약관 글자를 지나치게 작게 함으로써 고객이 약관내용을 인지하는 데 뚜렷이 어려움을 준 것은 이 의무를 준수한 것으로 볼 수 없다”고 설명했다.

이번 조치로 앞으로는 약관상의 '카드사들이 소비자들에게 약관 변경을 통보한 뒤 7~14일 이내 별다른 이의 제기가 없으면 약관변경에 동의한 것으로 본다'는 규정을 근거로 신용카드사들이 고객들에게 일방적으로 수수료 인상이나 이용한도 축소 조치를 취하더라도 약관 글자가 충분히 크지 않으면 법률적 효력을 얻기 어렵게 됐다.

<한겨레 3.3>

■ **시판중인 수입땅콩서 치명적 발암물질 검출**

시중에 유통 중인 일부 수입산 견과류에서 인체에 치명적인 발암물질인 '아플라톡신'이 다량 검출돼 대책이 시급한 것으로 지적됐다.

견과류는 술안주나 건강식품으로 즐겨 먹는 땅콩 호두 아몬드 등을 말한다.

한국소비자보호원은 25일 "최근 서울 지역 할인점과 재래시장에서 판매되는 견과류에 대해 식품안전성 실험을 실시한 결과 베트남에서 수입한 한 견과류 제품에서 아플라톡신이 기준치의 8배 이상 검출됐다"고 밝혔다.

이 제품은 진공 포장된 상태로 수입돼 외부에서 오염물질이 들어가기 어려운 점을 감안하면 베트남 현지에서 아플라톡신에 오염된 제품이 국내에 그대로 수입됐을 가능성이 큰 것으로 추정됐다.

소보원은 이 제품을 수입한 업체에 즉각 이 같은 사실을 통보해 해당 제품을 전량 수거토록 했으나 이미 상당량이 판매됐을 가능성을 배제할 수 없는

상태다.

사람에게 급성 간 손상, 간암 등을 일으키기 때문에 세계보건기구(WHO)도 인체 발암성이 확실한 '제1군 발암원'으로 분류하고 있다.

소보원 측은 베트남 견과류에서 검출된 아플라톡신의 양이 급성질환을 일으킬 수준은 아니지만 장기간 섭취 시 인체에 심각한 피해를 줄 수 있어 시중에 유통해서는 안 되는 제품이라고 밝혔다.

우리나라는 수입산 견과류 가공식품에 대해 같은 회사의 동일 제품일 경우 3년마다 검사를 하고 있어 유해물질에 오염된 제품이 수입 단계에서 걸러지지 않을 가능성이 있다고 소보원은 설명했다.

소보원 관계자는 "자연독소에 오염될 가능성이 있는 제품은 수입통관 때마다 검사를 실시하는 게 바람직하다"고 말했다.

아플라톡신 : 원료의 생산 보관 운반 단계에서 곰팡이에 오염돼 생기는 자연독소로, 입으로 섭취하는 경구독소 중 가장 강력한 발암물질 중의 하나다.

(동아일보 2.25)

■ **어린이 아질산염 섭취율 어른의 5배**

나이가 어릴수록 햄과 소시지, 베이컨 등 육가공품을 많이 섭취, 이들 식품에 함유된 아질산염 섭취율도 상대적으로 높은 것으로 나타났다.

식품의약품안전청이 보건산업진흥원에 의뢰, 2일 발표한 '한국인의 식품첨가물일일섭취량 조사연구'에 따르면 지난해 5~10월 시중에서 유통된 햄, 소시지 등 육가공품과 어묵, 젓갈 등 129개 식품을 수거해 아질산염 함유량을 조사한 결과 94%에달하는 121개 품목에서 아질산염이 검출됐다.

그러나 식약청이 사용 한도로 정한 kg당 0.07g을 초과한 식품은 없었으며 국민1인당 하루평균 섭취량도 세계보건기구(WHO)가 권고한 아질산염의 1일 최대 허용량(ADI) 대비 1%의 섭취율을 보여 안전한 수준인 것으로 분석됐다.

하지만 연령별로는 소시지, 햄, 베이컨 등을 상대적으로 많이 먹는 3~6세 아동의 아질산염 섭취율이 ADI의 5%로, 국민 전체 평균치인 1%의 5배에 달

하는 것으로 조사돼 대책이 필요하다라는 지적이 제기되고 있다. 1~2세의 아질산염 섭취율은 ADI 대비 3.7%였고, 7~12세는 3.2%, 13~19세 2.1%로 집계된 반면 성인인 20대는 1.1%, 30~40대 1%, 50~64세 0.3%로 나이가 들수록 아질산염 섭취량이 줄어들었다.

아질산염은 햄이나 소시지 등의 붉은 색을 내기 위해 쓰이는 발색제로 이를 과다 섭취할 경우 혈관확장, 헤모글로빈 기능저하 등의 증세를 일으킬 수 있으며, 체내 화합물과 결합해 '니트로조아민'이라는 발암 물질을 생성할 수도 있다.

환경운동연합 양장일 사무처장은 "메트헤모글로빈을 산소와 결합되도록 하는 효소가 부족한 영유아가 아질산염을 과다 섭취할 경우 문제가 발생할 수 있다"면서 "식약청은 각 식품의 실제 소비자를 중심으로 아질산염의 기준을 재조정해야 할 것"이라고 말했다.

(연합...한겨레 3.2)

■ **가짜 제주산 돼지고기 유통 끊어리 수도권 일부 업소, 타지역 고기 제주산 둔갑**

제주산 돼지고기가 인기를 끌면서 수도권 등에서 다른 지역에서 생산한 돼지고기가 제주산으로 둔갑, 유통되는 사례가 많아 제주도가 대책 마련에 부심하고 있다.

2일 제주도에 따르면 축산청 정지역인 제주에서 생산한 돼지고기가 다른 지역에서 생산한 돼지고기보다 훨씬 맛이 좋고 품질도 우수해 소비자들로부터 인기를 끌자 수도권의 일부 업소가 다른 지역 등에서 생산한 돼지고기를 제주산이라고 속여 판매하는 사례가 적지 않다.

그러나 축산진흥원과 국립수의과학검역원이 지난해 1월 소비자의 제보로 경기도 고양시 일산구에 있는 한 유통업체가 전남, 전북에서 생산한 돼지고기를 제주산이라고 속여 경기도와 서울 등 수도권 음식점 10여 곳에 판매한 사실을 적발했을뿐 단속이 거의 이뤄지지 않고 있다.

이처럼 일부 유통업자와 음식점이 다른 지역에서 생산한 돼지고기나 수입산 돼지고기를 제주산 돼지고기라고 속여 판매하고 있으나 제주도 공무원이 다른 지역의 음식점과 판매업소에

대해 단속할 수 있는 법적 근거가 없을뿐 아니라 음식점에 대해서는 원산지 표시가 규정 없이 실질적인 단속이 어려운 실정이다.

제주도는 이에 따라 제주도내 돼지고기 유통업체와 거래하는 업체와 음식점 등에 대한 조사를 벌여 제주도지사가 제주산 축산물의 품질을 보증하는 'FCG(Fresh, Clean, Green)' 상표를 부착토록 해 다른 지역에서 생산한 돼지고기나 수입산 돼지고기와 차별화할 방침이다.

또 대도시에 제주산 돼지고기 명예감시원을 위촉해 가짜 제주산 돼지고기의 유통을 감시하고 음식점에 대해서도 식육원산지 표시제를 시행할 것을 정부에 건의키로 했다.

제주산 돼지고기 가격은 최근 100kg당(공판장 경락가 기준) 평균 28만원선으로 다른 지역에서 생산한 돼지고기에 비해 3만원 이상 비싼 가격에 거래되고 있다. (연합뉴스 3.3)



둘째 낳으면 혜택 많아요

정부가 저출산 현상을 해소하기 위해 둘째 아이를 낳는 가정에 출산장려금 등 다양한 인센티브를 제공하기로 한 가운데 금융권도 출산 가정에 혜택을 제공하는 금융상품을 속속 출시하고 있다. 이런 상품을 통해 고령화와 저출산 등 사회문제 해결에도 참여할 수 있을 뿐만 아니라 마케팅 효과도 기대하고 있다고 금융권에서는 설명한다.

새로 태어나는 아이들에게 다양한 금융혜택을 제공함으로써 '태생부터 OO은행 고객'이라는 인식을 줄 수 있다. 실제로 신생아에게 생애 첫 통장을 제공해 주는 은행도 있다.

현대스위스저축은행은 아이를 낳을 때마다 금리를 우대해 주는 '별달 별셋 정기 예·적금' 상품을 내놨다. 이 상품에 가입한 고객이 아이를 낳으면 기존 금리에 금리 1.0%포인트를 더해 주고 한 명을 더 낳으면 0.5%포인트, 두 명을 더 낳으면 추가로 1.0%포인트 혜택을 부여한다. 따라서 이 상품 가입 기간에 자녀를 두 명 낳는 고객은 1.5%포인트 금리우대 혜택을 누릴 수 있다.

기업은행이 지난달 말부터 판매하고 있는 '탄생기쁨통장'도 비슷한 개념이다.

부모가 이 통장을 만들고 출산했을 때 이 자녀가 첫째면 0.1%포인트, 둘째면 0.2%포인트, 셋째면 0.3%포인트 금리가 더해진다. 이때 적용되는 금리는 영업점장 전결금리(연 3.6%)이므로 자녀

숫자에 따라 연3.7~3.9% 금리가 적용되는 셈이다.

특히, 셋째 아이에 대해서는 고시금리(연 3.2%)+1%포인트 금리까지도 적용하고 있어 최고 4.2% 금리도 가능하다. 우대금리를 적용받으려면 출산 사실을 은행에 알려야 하며 우대기간은 은행에 알린 날부터 예금 만기일까지 최장 1년 동안이다.

기업은행은 또 태어난 자녀에게도 생애 최초 통장을 제공한다. 은행에서는 신생아를 위한 '천사통장'을 만들어주고 1004원을 상징적인 의미로 입금해준다. 부모가 자녀에게 전하고 싶은 내용이 있으면 최대 30자까지 탄생 축하 메시지를 통장에 기록할 수도 있다.

농협도 지난해 말부터 출산을 장려하기 위한 '해피맘 예·적금'을 판매해 5만 계좌 이상 실적을 올렸다. 만 20~39세 가입여성을 대상으로 출산 관련 보험을 무료로 가입해주고 여성·소아과 전문 의료진에게 건강관리 서비스를 무료로 받을 수 있는 등 출산과 관련한 부가서비스가 많기 때문에 젊은층에게 특히 인기라고 농협측은 설명한다.

우리은행은 아이를 낳으면 대출 금리를 할인해 줄 예정이다. 자녀가 2명 이상인 가정에서 주택담보대출을 받을 때는 금리를 0.1%포인트 깎아준다는 것.

보험권에서는 특히 금호생명(충북 증평군 등 지방 중소 도시와 손잡고 둘째 아이부터는 무료

로 보험에 가입해주는 등 '신생아 건강보험 지원 사업'을 추진하고 있다.

박희준 기업은행 개인금융부 과장은 "출산과 관련한 상품이 최근 많이 출시되는 것은 저출산과 관련한 사회문제가 심각해지고 있는 데 따른 것"이라며 "정부가 추진하는 출산 장려책에 부합하면서 은행에서도 새로운 고객 창출이라는 혜택을 볼 수 있기 때문에 이 같은 상품은 계속 인기를 끌 전망"이라고 말했다. <매일경제신문 05.3.3>

임신중 흡연, 태아염색체 이상 유발

임신 중 흡연은 태아에 혈액암과 연관이 있는 것으로 알려진 염색체 이상을 일으키는 것 같다는 연구결과가 나왔다.

스페인 바르셀로나 자치대학의 호셉 에고스쿠에 박사는 '미국의학협회지'(JAMA) 최신호(3월9일자)에 발표한 연구보고서에서 10개비 이상 담배를 피우는 임신여성 25명과 담배를 피우지 않는 임신여성 25명으로부터 양막천자(羊膜穿刺) 때 채취한 태아의 세포를 분석한 결과 이같은 사실이 밝혀졌다고 말했다.

흡연여성 그룹에서는 12.1%가 태아세포의 염색체구조 이상이 발견된 데 비해 대조군은 3.5%에 불과했다고 에고스쿠에 박사는 밝혔다.

에고스쿠에 박사는 염색체구조 이상을 나타내는 모두 689개의 절단점(breakpoint)이 발견되었으며 이 절단점들은 백혈병 등 혈액암과 연관이 있는 것으로 알려진 제11번 염색체의 특정 위치에 가장 많은 것으로 밝혀졌다고 말했다.

임신 중 흡연이 여러 가지 출생결함을 유발한다는 것은 이미 잘 알려진 사실이지만 태아의 DNA를 손상시키는지 여부에 대해서는 보고된 것이 거의 없다.

이에 대해 미국 환경보호청의 데이비드 데마리니 박사는 담배를 피우는 임신여성의 담배연기에서 나오는 유전자독소(genotoxic)가 태아의 상피세포를 손상시킨다는 최초의 증거라고 논평했다.

<파이낸셜뉴스 05.3.9>

유방암 걱정 '뚝' 하루 45분 흔들어주세요 - '비만이 주범' 꾸준한 운동을

비만과 유방암은 매우 깊은 연관성이 있다. 최근 한국의 20~30대에 유방암 발생률이 높은 이유도 바로 비만과 관련이 있다. 식생활의 서구화로 동물성 식품의 섭취가 늘어 살이 찌기 때문이다. 여성이 살이 찌면 에스트로젠이라는 호르몬의 양이 많아진다. 이 호르몬이 유방암을 유발시키는 원인이 된다. 특히 폐경기 여성은 비만을 주의해야 한다.

나이가 들면 에스트로젠을 난소에서 분비하지 않고 지방에서 합성한다. 그런데 폐경기 여성의 비만도(체내 지방이 많을수록)가 높을수록 지방에서 에스트로젠의 합성 양이 많아지기 때문에 유방암에 걸릴 확률도 높아지는 것이다.

유방암을 막으려면 운동을 꾸준히 해 체중을 관리해야 한다. 미국 암학회 자료에 따르면 하루 45분 이상 조깅이나 수영, 근력강화 운동 등을 지속하면 유방암 발생이 감소된다.

미즈유외과 유수영 원장은 "유방암 예방을 위해 꾸준한 자가 검진과 정기적인 전문의 검진을 하라"고 조언한다.

유방암은 초기에 발견하면 80~90% 완치가 가능하므로 환자들에게 미용상, 정신건강상 큰 도움을 준다. 꾸준한 자가 검진과 유방클리닉의 전문의 검진을 정기적으로 받는 것이 필요한 이유다.

<경향일보 05.3.9>



북한의 새봄맞이 소식과 신학기제도

북한은 3월 봄철을 맞아 겨우내 묵은 때를 말끔히 씻어내기 위한 주변 환경정리 사업에 총력을 기울인다. 지난 1958년 5월 위생월간을 제정, 상반기(3~4월)와 하반기(9~10월)로 나누어 실시하고 있다. 따라서 3~4월 봄철 위생월간을 맞아 주민들에게 거리와 마을, 일터와 가정 등 주위환경을 깨끗하고 보기 좋게 정비할 것을 요구하고 있다.

특히 이기간 동안 인민반별로 여성(가정부인)들은 집안과 마을청소, 꽃밭정리, 나무심기, 어린이 놀이시설 보수 및 도색 등에 총동원되며 각 기관과 기업소 등에서도 근로자들에게 공공시설 보수와 도로포장, 도랑치기, 건물회청, 주택보수, 울타리 정리 등 생활환경, 노동환경을 위생, 문화적으로 가꿀것을 강조한다.

한편 북한은 1996년부터 신학기를 4월1일로 정했다. 원래 4월1일이었던 새학년을 1969년 경제과업 완수를 위해 필요한 인력수급을 원활히 한다는 이유로 9월1일로 변경한 바 있다. 북한이 신학기를 다시 봄학기로 변경한 이유는 청소년들의 사상교양을 더욱 강화하자는 뜻으로 해석된다. 즉 매년 2월~4월사이 김일성, 김정일 생일행사에 따른 축제분위기를 타면서 각급 학교의 졸업식, 입학식을 진행하자는 것이다. 학생들에게 김일성 부자의 존재를 확고히 심어 주고, 김정일로 이어지는 대를 이은 충성을 유도하려는 조치로 분석되고 있다.

교육의 목적은 사람들을 공산주의적 혁명인재로 키우는 것이며 그에 따른 공산주의 교육학의 기본원리는 사람들을 혁명화, 노동계급화, 공산주의화하는데 있다고 규정짓고 있다. 또한 취학전 어린이들의 교육에 대하여는 탁아소나 유

치원에서 주체형의 혁명가로 육성하는데 선차적인 힘을 넣는다고 밝히고 있다. 즉 미래의 주인공들을 수령과 당에 끌어들여 충직한 공산주의 혁명가로 양성시킬 것을 강조한다.

북한에는 소학교 4년, 중학교 6년, 대학교 4~6년으로 구성되어 있다. 유치원 높은반과 소학교, 중학교는 11년제 의무교육제다. 대학교 등 고등교육을 받으려면 특정한 선발 절차를 거쳐야 한다. 북한의 고등교육기관으로는 김일성 종합대학, 김책공업종합대학, 고려성균관 등 3개의 종합대학을 비롯하여 28여개의 단과대학이 있으며, 평양외국어학원과 만경대학원 등 특수교육기관이 있다.

1975년부터 실시된 11년제 무상의무교육은 1990년대 경제가 계속 어려워짐에 따라 교재공급이 원활하지 못하여 각 학교에서 자체 조달하고 있는 실정이며 따라서 개인별로 교재 구입비며 낙후된 학교시설 보수비, 급식비 등 각종 수업료를 요구하고 있어 무상의무교육의 의미가 희석되어 가고 있는 실정이다.

최근 북한이 처한 경제난으로 인해 북한 주민들은 특정한 직업을 선호하게 되었으며 이에 따라 학생들의 직업 선호도 달라지고 있다. 북한주민들이 선호하는 직업은 외국을 드나들며 외화를 쓸 수 있는 외교관, 무역관이나 좋은 대우를 받는 가수, 배우 등과 같은 예술인이다.

최근에는 기술교육부에서 컴퓨터 교육이 부각되고 있다. 평양과 함흥에 이미 설립된 컴퓨터기술대학 외에도 김일성종합대학의 컴퓨터 과학대학 설치를 비롯해 각급 대학에 컴퓨터 관련학과가 개설되는 등 북한은 세계적인 정보화 추세에 부응하여 과학중시사상에 바탕을 둔 실용주의 교육을 강조하고 있다. ■

돈버는 알뜰 살림법도 무궁무진하다. 우선 세탁기를 돌리면서 나오는 물은 따로 받아 걸레를 빨거나 세면대와 욕실 청소를 한다. 구멍이 나서 못 쓰는 스타킹에 번기 술을 끼워 번기 청소를 하면 반짝반짝 윤이 난다. 다 쓴 치약을 가위로 잘라보면 싱크대, 수도꼭지, 스테인리스냄비 등을 닦을 충분한 양이 나온다.

통신요금 줄이기

현대인이라면 꼭 쓰게 되는 통신요금을 조금이라도 줄여보자. 핸드폰으로 전화를 걸고 끊은 경우 우연 반드시 종료버튼을 눌러준다. 이 경우 종료신호가 바로 통신회사에 전달되어 통화가 중단된 것으로 인식되지만 그냥 덮개를 닫으면 약 10초 동안은 통화된 것으로 인식된다. 즉 종료버튼을 누르면 통화 10초에 해당되는 15~20원의 요금을 아낄 수 있다.

매달 이용명세서를 확인해 특별히 필요 없는 서비스는 해지하고 문자메시지는 핸드폰으로 직접 보내는 대신 KTF 회원은 KTF 홈페이지에서 매달 60건, SKT회원은 '네이트 온' 메신저에서 매달 100건을 무료로 이용한다.

집 전화 이용시에도 평일 오전 8시~오후 9시 이외의 시간과 공휴일을 이용하면 통화료가 30% 정도 저렴하다.

〈농수산물유통공사 “유통” 05. 2〉

불타고 찢어진 돈 교환

불에 타거나 찢어진 돈을 한국은행에 교환하면 얼마나 받을 수 있을까?

한은의 손상화폐 교환 원칙에 따르면 화재 등으로 돈의

일부 또는 전부가 훼손돼 사용할 수 없게 된 경우 돈의 원래 크기와 비교해서 남아있는 면적이 3/4 이상이면 액면금액의 전액으로 2/5 이상이면 반액으로 인정해 교환해준다.

특히 불에 탄 돈의 경우 재가 원형을 유지하고 있으면 그 재 부분까지 돈의 면적으로 인정해준다. 따라서 불에 탄 돈의 원형이 최대한 유지될 수 있도록 재를 털어 내거나 쓸어내지 말고 상자나 기타 용기에 담아 운반해야 한다고 한국은행은 말했다. 〈머니투데이〉

카드 쓰면 자녀 교재비 할인

어린이 고객 유치 경쟁에 카드사도 놓칠 수 없다.

삼성카드의 '마이 키즈 카드'는 자녀들의 교육비 지원, 학습교재 할인, 소아암 보험 무료 가입 등의 혜택을 준다. 프리벨 등 아동교육 전문 업체에서 교재를 싸게 살 수 있고, 전국 30여곳 주말농장도 할인된 가격에 이용할 수 있다. 백혈병, 뇌암 등 소아암에 걸릴 것에 대비해 1인당 2000만원까지 지급하는 보험에도 무료로 가입해준다.

LG카드 'LG교육사랑카드'를 이용하면 전국 3만여개 학원과 1만4000여개 서점, 9000여개 문구용품 등에서 3개월 무이자 할부 서비스를 받을 수 있다. 인터넷서점 '모닝365'에서 책을 사거나 EBS 유료 동영상 강의도 각각 5% 할인해준다.

KB카드 'e-패런트 카드'는 미술, 컴퓨터, 외국어학원, 입시학원과 가맹을 맺어 무이자 할부 혜택을 부여했다. 사용실적이 우수한 고객은 연간 1차례 장학금도 준다. 제휴 여행사를 이용하면 여학연수나 배낭여행 상품을 3~5% 할인된 가격에 구입할 수 있다. 〈매경ECONOMY 05. 3〉

유기농 채소류 안전할까?

- 식중독균 검출되었으나 안전에는 문제없어 -

건강이 최고의 관심사로 떠오르면서 안전하게 먹을 수 있는 식품에 대한 관심이 점점 커지고 있다.

특히 웰빙 붐과 함께 친환경농산물은 일반채배로 생산된 농산물보다도 가격이 비쌌어도 불구하고 건강과 안전이라는 점에서 소비자들이 선호하고 있다. 이에 소비자보호원에서 서울·수도권의 주요 백화점·대형할인점 및 유기농 전문판매점에서 판매되는 유기채소류 30종을 대상으로 병원성 세균 오염 실태를 조사하여 유기채소류 안전성을 알아보았다.

유기농산물이란?

유기농산물은 화학비료와 유기 합성 농약을 전혀 사용하지 않는 농산물을 말한다. 대신 가축의 배설물을 발효시킨 축분 비료나 목초 등을 이용한 유기 퇴비를 사용한 농법으로 3년 이상 실시한 포장에서 생산한 농산물을 말한다.

인증은 국립농산물품질관리원과 국가 지정 민간 인증기관에서 품질을 인증하고 있다. 인증 기준은 재배방법에 따라 4가지로 분류하고 있다.

- **유기재배농산물** : 3년 이상 화학비료와 유기합성농약을 전혀 사용하지 않고 재배한 농산물
- **전환기유기재배농산물** : 1년이상 화학비료와 유기합성농약을 전혀 사용하지 않고 재배한 농산물
- **무농약재배농산물** : 유기합성농약은 전혀 사용하지 않고 화학비료는 권장량의 1/3이

하로 줄여 재배한 농산물

- **저농약재배농산물** : 유기합성농약과 화학비료를 1/2이하로 줄여 재배한 농산물

상추·청경채·치커리·풋고추 등 6종에서 병원성 세균 검출됐으나 안전에는 문제없어

깻잎·상추·오이·청경채·치커리·풋고추 등 총 30종의 유기채소류를 대상으로 병원성세균을 조사했다.

조사 결과, 유기채소류 6종에서 황색포도상구균, 클로스트리디움 퍼프린젠스균이 검출되어 20%의 유기채소류가 병원성세균에 오염돼 있었다. 하지만 모니터링 결과 일부 유기채소류에서 병원성세균이 검출되었으나 정량적(g 당 colony 이하)으로는 적은 수의 세균이 검출되어 유기채소류의 안전에는 커다란 문제가 없는 것으로 나타났다.

흐르는 물에 2회에 걸쳐 씻으면 병원성세균을 99%이상 제거할 수 있어

세균은 적당한 온도와 수분, 영양분이 공급되면 급격히 증가하여 식품을 쉽게 부패·변질시키는 특성을 지니고 있다.

그러나 채소류는 육류 및 기타 식품과 같이 단백질 및 탄수화물 등의 영양분이 적고, 급격한 증식 우려가 없기 때문에 충분히 세척하면 안전하게 섭취할 수 있다. 특히 흐르는 물에 2회에 걸쳐 충분히 세척하면 병원성세균이 99% 이상 감소한 것으로 나타났다.

따라서 세균에 오염된 채소류라 할지라도 충분히 세척하면 병원성 미생물을 제거하고 안전하게 섭취할 수 있다.

농산물로 인한 식중독 사고 가능성 알리고 위생적인 세척방법 적극 홍보해야

이에 관련 기관에서는 언론·방송이나 인터넷 등의 각종 매체를 이용하여 농산물로 인한 식중독 사고 가능성과 위생적인 세척 방법을 적극적으로 홍보하여 안전한 소비생활을 유도하는 것이 필요하다.

유기농산물의 특성상 유기비료를 사용하지만 유기 퇴비가 충분히 발효되지 않으면 경작 중에 병원성세균에 오염될 가능성이 높으므로 생산자의 위생교육 강화와 판매자에게도 위생적인 취급 요령을 숙지시켜야 한다.

생산자와 판매자의 위생교육 강화 관련기관은 법규정 마련해야

또한 선진국처럼 퇴비를 제조할 때는 충분히 완숙할 수 있도록 환경을 조성하여 병원성 미생물의 오염을 최소화하는 규정을 마련해야 한다.

깨끗하고 안전한 농산물을 먹으려면 알아두세요!

■ 구입할 때

- 쇼핑할 때는 생활용품 구입 후 쇼핑 마지막 즈음에 채소를 구입한다.
- 상했거나 흠집난 것, 절단된 것, 이끼 등이 끼여 있는 농산물은 구입하지 않는다.
- 일주일 내에 섭취 가능한 양만 구입하도록 한다.
- 절단 가공된 농산물을 구입할 때는 냉장고에 있거나 얼음으로 둘러싸여 차가운 상태임을 확인한다.

■ 보관할 때

- 껍질을 벗기거나 절단한 후에는 2시간 내에 냉장고에 보관한다. 실온에서 2시간이 지났을 때는 버린다.
- 요리 후 냉장 보관했을지라도 3~4일이 지나면 버린다.
- 쇠고기·돼지고기·닭고기 등 생육과는 별도로 분리해서 보관하도록 한다.

■ 세척할 때는

- 흐르는 물에 세척한다. 멜론과 오이 등 표피가 단단한 농산물은 농산물 전용 솔을 이용해 닦는다.
- 채소나 상추 등 겉피에 있는 잎은 제거한다.
- 세척해서 냉장고에 넣었던 채소라 할지라도 다시 섭취할 때는 새로이 씻는다.
- 상했거나 상처가 난 부분은 없애고 섭취한다. 상한 부분에는 다량의 병원성 세균이 존재할 수 있다.

〈한국소비자보호원의 '소비자시대' 05.3월호에서 발췌〉

건강보험 100% 활용하기

국민건강보험공단이 요양기관을 보다 합리적으로 이용할 수 있는 정보를 담은 '의료이용가이드'를 지사 민원실과 소비자단체에 배포, 캠페인시 공동 활용토록 할 예정이라고 밝혔다. 이에 본회에서도 국민들의 올바른 의료이용 정착에 앞장서기 위해 안내서 내용을 발췌해 의료이용 절차상 알아두어야 할 기본 정보를 제공한다.

■ 건강위험도 확인

건강위험평가(Health Risk Appraisal)란 공단이 실시한 건강검진결과와 생활습관, 가족력 및 환경요인 등을 기호로 하여 개인의 건강위험도를 평가하고, 평가 결과에 따른 건강실천 정보를 제공하는 서비스다.

- 공단 홈페이지(www.nhic.or.kr)에서 공단회원으로 가입한 후 활용할 수 있고 건강검진을 받은 분은 검진결과에 기초하여 보다 정확한 개인의 건강나이를 확인 할 수 있다.
- 검진을 받지 않으신 분도 설문에 의해 건강위험도를 평가할 수 있다.
- 가까운 지사에 신청(☎국번 없이 1588-1125)하면 건강위험평가 결과를 받을 수 있다.

■ 건강검진 받기

① 검진대상

- 지역가입자 · 피부양자
 - 세대주 및 만 40세 이상 세대원, 만40세 이상 피부양자
- 직장가입자
 - 사무직 근로자~격년제 실시에 따른 당해연도 대상
 - 비사무직 근로자~근로자 전체

② 검진주기

- 지역가입자 및 피부양자
 - 2년 주기(홀수, 작수 출생연도별 구분 실시)
 - 예시) 2005년도 건강검진대상자 : 1961년생 등과 같이 홀수년도 출생자
- 직장가입자
 - 비사무직 매년, 사무직 2년 주기
 - ※ 전년도 미수검자는 공단지사에 신청하면 검진 가능하다.

③ 검진항목

1차 검진은 종합혈액검사, 흉부방사선검사 등 23개 항목이고, 1차 검진 결과 질환이 의심되는 분들에 대해 2차 검진을 한다.

건강검진 대상자 중 희망하는 분에 한해 위함, 대장암, 유방암, 간암 등 암검진(50% 본인 부담)을 실시한다.

④ 검진절차

지역가입자 및 직장 피부양자로서 건강검진 대상자는 공단이 배부하는 '건강검진표' 및 신분증을 지참하시고 가까운 검진기관을 방문하여 검진을 받는다.

직장가입자는 공단의 안내에 따라 사업장 단위로 집단으로 건강검진을 받고 집단으로 검진을 못 받았거나 불편한 경우에는 사업장 담당자로부터 건강검진표를 발급받아 검진기관을 방문하여 검진을 받으면 된다.

'건강검진표'를 분실하신 분은 가까운 지사에 전화신청(☎국번없이 1588-1125) 또는 방문해 '건강검진대상자 확인서'를 재발급 받거나, 공단 홈페이지(www.nhic.or.kr)에서 신청하면 '건강검진대상자 확인서'를 우편으로 송부해 준다.

■ 건강 상담 활용하기

① 공단에서는 전문적인 건강상담 서비스를 제공한다.

건강보험공단에서는 가입자 등의 건강생활 실천을 돕기 위해 건강상담코너를 운영하고 있다. 전문적인 건강상담은 공단에서 운영하고 있는 일산병원(경기도 고양시 소재)의 전문의가 담당하고 있다.

공단에서는 개인별 건강검진 내역과 결과를 활용하여 건강위험평가(HRA)자료 등을 구축하고 있다. 가까운 지사를 방문하면 상담과 함께 개별 건강관련 자료를 받을 수 있으며, 공단 인터넷 개인회원에 가입하면 이러한 자료를 편리하게 이용할 수 있다.

② 상담신청방법

- 인터넷 : 건강보험공단 홈페이지(www.nhic.or.kr)/사이버민원실/사이버상담
- 전 화 : 전국 공단지사(가입자보호담당) ☎국번없이 1588-1125

■ 2005년도 신규 또는 보험적용 확대 주요사항

① 신규 보험 적용

- 자기공명영상 촬영(MRI) : 암, 뇌양성 종양 및 뇌혈관 질환, 척수손상 및 척수질환, 간질, 뇌염증성 질환 및 치매 등
- 연골무형성증, 인공달팽이관(인공와우)

② 보험 적용 확대

- 자연 분만시 및 미숙아 치료에 따른 본인 부담 면제, 정신질환 외래본인부담 경감(30~50% ⇒ 20%), 미르광증후군 등 25개 희귀난치성 질환 본인 부담금 경감(20%만 부담)

③ 확대예정

- 안면화상 급여확대, 소이증급여, 특정 암검사 본인부담경감, 골다공증 치료제 급여기간 연장(90일~180일) 등

(자료 : 국민건강보험공단 제공)



금융거래! 아는 만큼 보인다

최근 과도한 부채증가, 신용카드의 남용 등 사회문제의 원인으로 올바른 개인신용 관리 요령 및 금융거래에 대한 소비자의 이해부족이 지적되고 있다. 이에 금융분야별 이해를 돕기 위해 금융감독위원회·금융감독원은 「금융거래! 알고하면 유익합니다」라는 책자를 발간해 금융이용자 및 투자자의 권익보호에 기여하고, 건전한 신용사회를 구축하는 데 보탬이 되고자 했다. 이번 달은 책자의 내용 중 신용카드 관련부분의 내용을 발췌했다.

신용카드, 올바르게 알고 사용합시다

올바른 신용카드 사용요령

■ 신용카드를 발급받는 즉시 뒷면에 본인 서명을 해 두어야 한다.

신용카드 뒷면에 서명을 하지 않은 채 분실하거나 도난당한 경우에는 카드사로부터 보상을 받기 어렵다.

■ 비밀번호는 남이 알아낼 수 없는 숫자로 지정해야 한다.

간혹 비밀번호를 자신이 기억하기 쉬운 숫자로 정하는 경우가 있다. 그러나 그것을 분실 또는 도난을 당했을 때 피해를 보기 쉽다. 예를 들어 생년월일(주민등록번호), 차량번호 또는 집전화번호 등은 제3자에게 쉽게 노출될 수 있으므로 반드시 피해야 한다.

■ 신용카드로 대금을 결제할 때에는 매출전표 내용을 꼼꼼하게 확인한 후 서명해야 한다.

본인이 직접 계산대로 가서 매출전표의 작성과정을 확인하고 서명하여야 하며, 매출전표 영수증을 이용대금 명세서가 올 때까지 보관하여 청구금액과 대조·확인해야 한다.

■ 신용카드는 남에게 빌려주지 말고 본인이 직접 관리하여야 한다.

신용카드를 남에게 대여, 양도, 보관, 이용 위임하였다가 도난·분실된 경우 보상받지 못하게 되며 형사처벌을 받을 수도 있다.

■ 카드대금은 연체하지 말아야 한다.

연체한 경우 연체료를 부담하게 될 뿐만 아니라 신용카드의 사용을 정지당할 수도 있다. 카드대금을 연체하게 되면, 금융거래

상 큰 불이익을 받게 될 수 있으므로 되도록 분수에 맞게 카드를 이용하고 결제 지급일은 반드시 지켜야 한다. 특히 여러 개의 카드 결제 계좌를 보유한 경우 주거래 이외의 결제계좌의 적정한 잔고가 유지되었는지 확인 해야 뜻하지 않은 연체가 발생하는 일이 없다.

신용카드의 일반적 피해보상 기준

■ 신용카드를 분실 또는 도난사고를 당했을 때는 지체 없이 신고하는 것이 피해를 줄이는 최선의 방법이다. 그래야만 제3자가 부정하게 사용하여도 피해를 입지 않는다.

신고 접수일부터 60일전 이후(현금인출 및 현금서비스는 신고 시점 이후) 발생한 제3자의 신용카드 부정사용 금액에 대하여는 다음의 경우를 제외하고는 보상을 받을 수 있다.

- 신용카드 뒷면에 서명을 하지 않은 상태에서 분실하여 부정 사용된 경우
- 카드를 타인에게 대여, 양도, 이용위임 또는 담보로 제공하여 부정 사용된 경우
- 카드회원의 가족, 동거인 등에 의한 부정사용 또는 이에 연관되어 생긴 부정사용의 경우
- 부정사용의 피해조사를 위하여 카드사가 정한 조사에 협조하지 않은 경우
- 정당한 이유 없이 분실·도난사고의 신고를 지연한 경우
- 카드 비밀번호의 노출에 일정한 책임이 인정되는 경우

신용카드의 합리적인 사용방법

■ 신용카드 발급 신청시 먼저 자신의 소비패턴과 소득에 대해서 생각하는 것이 중요하다.

신용카드를 올바르게 사용하기 위해서는 먼저 다음의 몇 가지 사항을 체크할 필요가 있다.

- 주로 어디에 소비를 하고 있는가?
- 소득은 규칙적으로 들어오는가, 아니면 불규칙적인가?
- 소득 중 지출은 어느 정도인가?
- 소득지출에 대한 통제 능력이 있는가?
- 소비지출의 관리를 제대로 할 수 있는가?
- 신용카드는 어떤 용도를 이용할 것인가?

■ 신용카드는 연체되는 일이 없도록 소득의 범위 내에서 사용하고 부득이 연체된 경우에는 조속히 연체금을 갚도록 노력해야 한다.

자신의 소득을 감안하여 소득의 범위 내에서 지출할 수 있도록 해야 한다. 일시적으로 형편이 어렵다고 카드를 마구 사용하거나, 현금서비스로 카드사용 대금을 반복적으로 충당하는 것은 매우 위험하다. 연체수수료율은 훨씬 더 높으므로 연체하지 않는 것이 이득이다.

■ 카드대금을 연체하면 연체사실이 기록에 남고, 경우에 따라서는 거래하는 금융회사로부터 카드 사용정지, 대출금 회수 등의 조치를 받게 될 수 있음을 명심하여야 한다.

(자료 : 금융감독위원회·금융감독원 제공)

독도는 우리 땅, 내가 지킨다



울릉도에서 뱃길로 3시간여 소요(군함이나 해경정일때 소요시간)되는 '경상북도 울릉군 울릉읍 독도리'라는 행정구역을 가진 독도. 해발 98m의 동도와 해발 168m의 서도라는 두 개의 주요 섬과 주변의 가재바위, 지네바위, 구멍바위, 미륵바위 등 각각의 생김새에 따라 이름이 붙여진 36개의 암초로 구성된 독도. 도대체 가로세로 400m의 이 조그마한 땅덩이에 무엇이 있길래, 한국과 일본은 이리도 오랜 세월 한치도 양보할 수 없는 영유권 전쟁을 벌이고 있는가? 이에 본회에서는 독도의 역사를 바로 알리고 일본과의 관계를 재조명해 보기로 한다.

독도의 역사

독도는 신생대 3기인 460만년 전에 화산폭발로 생긴 34개의 바위섬으로, 사람이 살기 시작한 때는 독도와 인접한 울릉도에서 찾아낸 유물 중에 가장 오래된 것인 [갈색무늬 토기](승문토기)가 사용된 시기를 기준으로 대략 기원 후 약300년 무렵(서양: 로마시대, 우리 나라: 고구려, 백제, 신라의 삼국시대)으로 추측되며, 울릉도는 신라와 많은 교류가 있었으므로 주민들도 신라 동해안에서 건너온 사람들로 짐작되고 있다.

독도의 가치

1. 독도의 일반적인 경제적 가치- 독도주변 해역은 황금어장이다

독도주변해역이 풍성한 황금어장이라는 것은 이미 널리 알려진 사실이다. 북쪽에서 내려오는 북한한류와 남쪽에서 북상하는 대마난류계의 흐름들이 교차하는 해역인 독도주변해역은 플랑크톤이 풍부하여 회유성 어족이 풍부하

기 때문에 좋은 어장을 형성한다.

2. 독도의 군사적 가치 및 해양 과학적 가치

현재 우리나라 정부에서는 독도에 고성능 방공레이더 기지를 구축하여 전략적 기지로 관리하고 있으며, 독도에 대한 국민적 관심이 고조되고 있는 가운데 독도 영유권 확보를 위한 제3 해양과학기지 건설이 추진된다고 한다.

과학기지가 건설되면 실시간 기상 및 해양 모니터링이 가능해져 해양·기상·어장 예보의 적중률을 높일 수 있게 되고, 해상교통안전, 해상재해방지, 지구환경문제 등에 중요한 핵심 정보를 얻을 수 있게 된다고 한다.

3. 독도의 지질학적 가치-독도는 세계적인 지질유적

독도는 해저 밑바닥에서 형성된 벼개용암과 급격한 냉각으로 깨어진 부스러기인 파쇄각력암이 쌓여 올라오다가 해수면 근처에서 폭발적인 분출을 일으켜 물위로 솟다가 대기와 접촉할 때 생기는 암석인 조면암, 안산암, 관입암 등으로 구성된 '암석학의 보고'라고 한다.

일본과의 관계

1. 독도와 일본

을사조약 체결 후 일본은 1905년 2월 22일 [도근현](島根縣: 시마네현) [고시 40호]로서 독도를 [죽도](竹島: 다케시마)라는 이름으로 시마네현으로 편입시킨다. 2차 대전 후 일본의 항복 문서가 인정한 [포츠담 선언]과 [연합군 최고 사령관 훈령 제677호]에 의해 독도는 한국 영토임이 확연하게 인정되고, 이어 우리 정부는 1952년 평화선 선언으로 이를 재차 확인한 바 있음은 주지의 사실이다.

그러나 일본은 이를 받아들이지 않고 있다. 역사왜곡과 '다케시마(독도)의 날'을 지정한 '3·16 망동' 등의 작금을 추세를 보면 일본이 기회가 있을 때마다 끈질기게 고도의 전략적 계산을 바탕으로 억지 주장을 되풀이하고 있는 것이다.

2. 일본의 주장

일본이 독도를 자신의 영토라고 주장하는 근거는 1905년 2월22일자 [도근현](島根縣: 시마네현) [고시 40호]이다. 일본정부는 [죽도](竹島: 다케시마)를 본 현의 소관 아래 편입한다는 이 고시를 1906년 4월 울릉군수에게 통보했다. 독도가 일본의 고유영토이며, 자신들이 선점했다는 일본의 주장은 여기서 출발한다. 당시는 이미 외교권을 박탈당한 상태에 있었기에 아무 대항도 할 수 없었다.

이에 앞서 17세기 말 조선조의 안용복이 독도에서 불법 어로를 하던 왜선단을 쫓아내고 국토 침입 사실을 시인 받았으나, 일본은 도쿠

가와 막부시대부터 자신들이 독도를 경영해 왔으며, 안용복이 자신들을 강제퇴거 시켰다고 주장하고 있다.

3. 일본의 의도

그 동안 일본이 독도의 영유권을 고수하는 이유 중의 하나가 한일어업협상을 유리하게 이끌기 위한 것이라는 견해가 있었다. 일본이 독도문제를 제기하는 것은 배타적 경제수역 선포를 계기로 독도를 국제 분쟁지로 만든 뒤 독도문제를 국제사법재판소에 끌고 가려는 의도다. 독도문제가 국제사법재판소에 상정되면 일본의 대외적인 영향력을 발휘하여 독도 영유권을 확보하겠다는 의도이며, 영유권 확보가 불가능할 때에는 최소한 한국과 일본의 공동구역으로 삼으려는 것이다.

그러나 최근 일본이 독도에 관심을 갖는 진짜 이유는 독도 주변 해역에 천연 가스층이 존재하기 때문에 이를 노리고 독도 영유권 문제를 불러일으키고 있다는 주장이 나오고 있다. 뿐만 아니라 러시아 과학원은 독도주변 해역에 석유자원이 매장돼 있을 가능성이 있다고 밝힌 바 있다.

독도 주변 해역의 새로운 경제적 가치를 정부는 분명 상기해야 할 것이며, 결코 독도주변 해역의 경제적 가치와 무관하지 않을 일본정부의 독도영유권 주장을 의미 깊게 상기해 야 할 필요성이 제기된다. 더불어 정부와 국민은 감정적 대응보다는 이성적으로 대처해야 함을 잊어서는 안 된다. 독도에 대한 국민의 올바른 역사적 인식과 정부의 단호한 정책 개혁이 필요한 때이다. <자료 : 한국해양연구원 · 독도 수호대 · 사이버독도에서 내용 발췌>

세계 최고의 환경 도시, 쿠리티바(Curitiba)

- 리사이클링(자원재활용)운동과 혁신적인 버스교통 시스템 발전으로 '꿈의 도시' 되어 -

지속가능한 사회를 만들기 위한 첫 걸음은 우리가 살고 있는 지구 환경을 지켜 나가는 것이다.

지난 1월부터 음식물 쓰레기 직매립이 금지됨에 따라 철저한 음식물 쓰레기 분리수거를 실천하고 있는 이유도 바로 지구 환경을 지키기 위한 하나의 실천 방법인 것이다. 이에 본회는 우리의 쓰레기 정책과 더불어 도시환경에 하나의 국제적 준거를 제공해준다고 볼 수 있는 세계 최고의 환경 도시 쿠리티바(Curitiba)의 성공사례를 살펴보기로 한다.

친환경적 · 생태도시의 모델, 쿠리티바

쿠리티바 시는 브라질 남부 상파울로 시와 약400km에 떨어진 해발 900m의 아열대 연안에 위치한 대도시로서, 파라나 주(Parana State)의 중심도시이고 현재 인구는 161만면, 면적은 432km²에 이르고 있다.

제3세계의 전형적인 대도시 가운데 하나지만 국제 사회가 이 도시에 보내는 찬사와 평가는 대단하다. '지구에서 환경적으로 가장 올바르게 사는 도시' <타임>, '세계에서 가장 현명한 도시' <유에스 뉴스 앤 월드리포트> 등이 바로 그것이다.

이런 국제 사회의 높은 평가 덕인지 국내에서도 이 도시를 벤치마킹하는 사례가 점점 증가하고 있다. 특히 건설교통부, 환경부 등과 같은 중앙부처는 쿠리티바를 간선급행버스(BRT: Bus Rapid Transit) 시스템과 그린 시티(Green City)의 모델 도시로 생각하고 있다.

녹색교환 프로그램-재활용품 쓰레기를 학용품과 교환

쿠리티바를 방문하는 전 세계의 많은 사람들이 이 도시의 대중교통체계와 환경 · 생태 관련 분야에서의 탁월한 업적을 보면서 매우 놀란다. 그 가운데 특히 관심을 끄는 영역이 쓰레기 정책이다.

쿠리티바는 1980년대 후반부터 몇 가지 혁신적인 폐기물 관리 프로그램을 추진했다. 이 가운데 가장 우리들이 관심을 끄는 것은 주민들이 모아온 폐지, 고철 등 재활용품 쓰레기를 학용품이나 식품백과 교환해 주는 '녹색교환' 프로그램이다.

쓰레기 분리수거에 의한 리사이클링 운동으로 시 전체 쓰레기의 2/3를 다시 사용할 수 있게 되었다. 이 프로그램은 도시 빈민들에게 경제적 편익을 줄 뿐만 아니라 쿠리티바와 주변 농촌지역에서 생산된 채소 · 과일 등 소농의 잉여농산물과 폐기 쓰레기를 처리할 수 있어 위생 측면에서도 공헌한 바가 커 1990년 유엔으로

부터 표창을 받았다.

버스 중심의 교통체계-수요 반응형 시스템

다른 도시와 마찬가지로 갈수록 심화되는 교통체증을 해소하기 위해서 1970년대 초반부터 30여년 동안 지속된 '땅 위의 지하철'이라 불리는 혁신적인 버스교통 시스템을 통해 도시를 근본적으로 바꿔 놓았다. 5개 주요 간선교통축을 따라 중앙버스 전용차로를 건설했고, 이 양 끝에 대형 환승터미널, 그리고 각 급행버스 노선을 따라 대략 1.4~2km마다 중형환승터미널을 만들어 신문가판대, 공중전화, 소규모 상업시설 등을 배치시켰다.

종합 버스수송 시스템(RIT)은 버스수송의 위계를 정립했다고 말할 수 있는데, 버스 색깔을 단색으로 명확히 구분(간선:빨강, 지선:노란, 환상:녹색, 도심:백색, 직행:은색)하고, 운행노선의 도로망도 역할을 명확히 구분한 점이 특징이다.

1991년에는 세계 최초로 튜브형의 버스정류장을 적용하여 이슈화되었다. 승객들이 버스를 타기 전에 입구에서 요금을 지불하는 원통형(튜브)정류장을 갖춘 직행버스(Speedy)는 튜브정류장에 정차하면 차량을 감지해 자동적으로 문이 열리며, 이때 발판이 버스로부터 정류장측으로 연결된다. 버스 승강대와 동일한 높이의 플랫폼과 휠체어나 유모차 등을 위한 리

프트가 설치되어 있다.

1992년 12월은 한번에 270명의 승객을 수송할 수 있는 이중굴절버스를 도입했다. 이 버스는 5개의 문이 있어 승 · 하차 시간을 크게 줄일 수 있었다. 버스 요금 또한 한 번만 내면 환승을 자유롭게 무한정할 수 있도록 했다.

이상과 같은 버스교통뿐만 아니라 28개 노선을 가진 특수교통 통합체계도 운영하고 있다.

이 제도를 통해 32개의 특수학교에 다니는 3,000여 명의 장애인에게 교통편의를 제공한다. 또 노인, 장애인, 병약자 등 교통약자들이 전화를 하면 특수차량이 직접 달려가는 수요 반응형 시스템을 갖추고 있다.

더불어 세계에서 손꼽히는 '꽃의 거리'라 불리는 보행자 천국과 약 170km 이상 되는 자전거 전용도로만이 구비되

어 있다. 이러한 수요자 중심의 교통체계를 통해 불필요한 교통량을 줄이고, 그에 따른 공해 발생을 근본적으로 차단할 수 있었다.

이제 쿠리티바는 더 이상 브라질을 대표하는 환경도시가 아니다. 토지이용 계획과 교통계획이 밀접하게 연결됨으로써 통합적인 계획과 지속가능 도시의 성공사례로 평가되어 세계적인 생태 · 환경도시의 모델로서 희망이 있는 '꿈의 도시'로 바뀌었다. <자료 : 교통안전공단의 해외 교통 탐방과 INsteel의 '푸른 연금술사' 246호에서 내용 발췌>





깃발나무

내가 사는 정발산 부근의 라 페스타 거리는 요즘 꽃을 안은 청소년들로 가지각색의 눈부신 꽃밭을 연상하게 한다. 봄비 내리는 날씨인 데도 활기차고 새 희망을 뿜어내는 분위기가 절로 미소를 머금게 한다.

바야흐로 입학 시즌.

일본 유행을 따른 반 부츠에 주름 미니스커트 차림인 여느 또래와 달리, 승리는 긴 생머리를 굵은 나무 핀으로 묶고 긴 검정 레인코트 자락을 빗물에 적시며 내 우산 옆에서 걷고 있다. 우리는 이태리 풍의 식당에서 토마토소스를 듬뿍 친 스파게티를 먹는다. 좋아하는 음식을 먹을 때면 야생동물일지라도 순화로워진다고 한다. 음식을 먹고도 골이 난 것 같은 이국적인 소녀의 손을 잡고 커피를 먹으러 스타벅스로 간다.

질고 단 에스프레소를 한 모금 마시고 위로가 절실한 승리에게 나는 힘주어 말한다.

“승리아, 너 깃발나무 알아? 들은 적 있니?”

여전히 험뿍한 얼굴인 승리는 무슨 말이나는 듯이 고개를 살래살래 젖는다.

고산이나 극지에서 나무가 생존할 수 있는 한계선을 수목한계선이라고 한다. 수목이 살아내기 어려운 한계선은 혹독한 추위와 강풍이 휘몰아치는 해발 2000m. 하지만 이런 곳에서도 자생하는 강인한 나무가 있다.

그 나무는 끊임없이 부는 강한 바람에 휘몰려 가지며 잎이 모두 깃발처럼 한 쪽 방향으로 쏠려서 “깃발나무”라는 이름을 갖게 되었다.

도저히 살 수 없을 것 같은 악조건의 환경에서 자라는 깃발나무는 그 어떤 나무보다도 재질이 우수하여 천상의 소리를 내는 현악기를 만드는 재목으로 쓰인다고 한다. 거센 바람과 극심한 추위 속에서 자란 나무가 어떻게 그토록 견고한 목질을 갖게 된 것일까.

“그건 어렵고 힘든 환경을 견뎌내며 쌓은 내면의 힘 때문일 거야.”

시종 대답 없는 승리에게 한 마디를 군더더기처럼 나는 덧붙인다.

“마찬가지 아니겠니, 실패와 고난을 당할수록 강인해지는 사람만이 값진 성공의 열매를 딸 수 있을 테니까.”

목표로 삼은 대학입시에서 두 번 낙방의 고배를 마신 승리가 갑자기 눈물방울을 떨어트리는 바람에 잇차 가슴이 철렁하여 나는 생각지도 않은 말을 하고 만다.

“사람의 입김은 추울수록 뜨겁다고 하지 않던...”

지식인 부모 슬하에서 부족한 것 없는 과보호 속에 성장한 승리는 무엇보다도 실패에 대한 내성이 부족하다는 걸 그 애 자신은 알지도 깨닫지도 못하고 있는 것이다. 더구나 승리의 아직 너무도 젊고 유능한 변호사인 엄마가 낭패한 딸과 함께 병원치료를 받을 만큼 우울증에 시달리고 있다는 말에 어안이 병병할 밖에.

놀라운 것은 그들 모녀의 병인은 실추한 자존심 때문이라고 한다. 울먹이며 고백하는 승리에게 그 자존심은 스스로 세상을 향해 비교 평가한 무가치한 기준이라고 나는 연약한 손을 잡아주며 말하고 또 말한다.

독수리는 새끼를 키우는 동시에 거친 풀과 잔돌을 깔아놓는다. 새끼를 강하게 키우기 위해서다. 어미를 떠날 때가 되면 독수리는 한 마리씩 새끼를 벼랑 아래로 떨어트린다. 새끼로 하여금 힘껏 강한 날갯짓을 하여 혼자 생존할 수 있는 힘을 기르게 하기 위해서.

불면 날아갈세라 부드럽고 따듯하게만 딸을 키워온, 본인 또한 역경의 쓴잔을 모르고 사회적으로도 성공한 여변호사는 딸보다 먼저 자존심이 상하여 주저앉고 만 것이다.

당사자인 딸아이에게 난관을 돌파하고 도전할 용기를 줄 생각에 앞서 자기 체면을 위한 좌절감과 체념에 두 손 놓고 쓰러지고 만 것이었다. 허영심에 젖은 이기적인 모성이 아닐 수 없다.

승리에게 못을 박듯이 나는 다짐을 한다.

두 번째서 안 되면 세 번이라는 다음의 기회가 있지 않은가. 포기하지 않는 한, 실패는 없다는 걸 잊지 말 것. 혹독한 추위와 강풍을 이겨내는 깃발나무를 가슴에 새길 것. 견디고 견딘 고통 끝에 마침내 세상에서 가장 아름다운 천상의 소리를 내는 악기가 되는 그 깃발나무의 인내와 도전정신을 마음 속 깊이 아로새길 것!

네 이름의 의미를 잊어버리지 말 것!

알았지!

눈물 진 얼굴을 거울에 비쳐보고 난 승리가 해맑은 미소를 지었다. 아까는 고개를 살래살래 젖었던 승리가 힘껏 고개를 끄떡거리며 당돌하게 자리에서 벌떡 일어났다.

희망을 속삭이듯이 촉촉하게 봄비 내리는 호숫가를 나란히 걸던 승리가 갑자기 소리치며 말하는 것이었다.

“선생님 아세요? 아우슈비츠 수용소에서 살아 나온 유대인 정신분석학자가 이렇게 말했대요. 그 죽음의 수용소에서 마지막까지 살아남은 사람은, 남보다 체력이 강한 사람도, 지능이나 수완이 결코 뛰어난 사람이 아니었다고요. 그토록 죽을 것 같은 극심한 고통 중에도 끝내 희망의 끈을 놓지 않은 사람이었다고, 말했대요!”

나는 우산을 바닥에 놓고 외락 승리를 껴안아주었다. <김영희 / 작가>



숙명여대 국어국문학과 졸업했고, 1961년 현대문학 추천으로 단편소설 <우기의 문>을 발표하면서 등단했다. 장편소설 <행복의 빈 상자>(1975), <우리가 날개를 가졌을 때>(1992), <창밖의 사과나무>(2000)를 비롯해 창작집 <고독한 축제>(1968), <이브의 여로>(1995), 수필집 <내 영혼의 아침>(1978), 콩트집 <우리들의 이별> 등 많은 작품을 출간했다. 한국소설문학상('87), 조연현문학상('89), 만우 박영준문학상('92), 국제펜문학상('00)을 수상했으며 국제 펜클럽 한국본부 이사, 한국문인협회 이사, 한국소설가협회 이사를 역임했다.

색깔로 먹는다 - 레드푸드(Red Food) -

웰빙(참살이) 열풍이 우리 사회 전반에 자리 잡고 있다. 특정한 집단의 특별한 생활 방식이 아니. 누구나 일상적으로 실천할 수 있는 생활의 한 방법이 되었다. 이런 '웰빙' 바람 중에서도 최대 관심사는 바로 건강이다. 오행론(五行論)의 원리에 따라 식품의 색깔이 우리 몸의 각 기능과 밀접한 관계가 있다고 한다. 따라서 특정 부분이 허약한 사람들은 자신에게 적합한 색깔 음식을 골라먹는 재미와 건강도 함께 지킬 수 있게 되었다.

음식문화에 색깔혁명이 일고 있다. 블랙푸드에 이어 인기를 끌고 있는 대표적인 컬러푸드가 레드푸드다.

한방에선 심(心)은 인체의 심장을 포함해 소장, 허 등과 연결돼 있어 기운을 돋우어주는 에너지 증강에 중요한 역할을 한다. 이처럼 중요한 장기인 심장을 이롭게 하는 색은 적색으로 오행에서는 화(火)에 속하며 식품 역시 적색을 띠고 있다. 적색 식품으로 대표적인 토마토가 <타임>지가 선정하는 21세기 베스트 식품으로 가장 주목받은 것만 보아도 우리 음식문화에 적색돌풍이 일어나는 것은 당연하다.

■ 적색식품 심장에 좋아 기운 돋우어 주는 역할, 라이코펜 성분은 전립선암과 심장병 예방에 탁월

붉은 적색을 띠는 식품들은 공통적으로 우리 몸 안의 유해산소를 제거하는 중요한 역할을 해 피를 맑게 하고 활력증강에 좋은 고단위 칼로리를 함유하고 있다.

붉은 적색을 띠는 과일과 채소에 다량 함유돼 있는 라이코펜 성분은 뛰어난 항암작용으로 전립선암 예방에 탁월한 효과를 보이며, 콜레

스테롤의 산화를 방지해 동맥경화증과 심장병에도 효과적이다.

또한 위를 튼튼하게 하고 시력을 강화시켜주며, 노화 및 치매 예방에 효과적이다. 폴리페놀 성분이 있어 동맥경화와 심장병 등 성인병 예방에 탁월한 효과가 있는 레드와인이 현재 전 세계적으로 와인 붐을 주도하고 있음이 이런 효과와 무관하지 않을 것이다.

■ 적색 식품의 종류와 그 효과



토마토

소화 돕고 암 예방과 노화방지

<타임>지가 선정한 21세기 대표적인 식품으로 뽑힌 토마토는 암 예방과 노화방지에 효과가 있다.

토마토에는 항암효과가 큰 비타민 C가 다른 과일보다 훨씬 풍부하다. 토마토의 노란 부분에는 비타민 A가 많아 황산화 효과가 뛰어나고, 특히 토마토의 붉은색을 내는 색소인 리코펜은 탁월한 항암제로 알려져 있다.

리코펜은 핏속에 있는 콜레스테롤을 산화시

켜 동맥을 굳게 하거나, 세포를 손상시키는 활성산소의 작용을 억제해주므로 뇌졸중과 심근경색과 같은 질환을 예방할 수 있다. 황산화 성분인 리코펜이 우리 몸에 더 잘 흡수되기 위해서는 토마토를 살짝 익혀 먹는 것이 좋다.

갱년기 이후의 여성에게 많은 골다공증은 뼈에서 칼슘이 빠져나가 생기는 병으로 토마토에 다량 함유된 비타민 K는 칼슘이 빠져나가는 것을 막아주고, 비타민 A, C, E 와 식이섬유 등도 노화와 골다공증 및 노인성 치매 예방에 도움을 준다.



팠

해독작용으로 비만증 예방과 각기병 치료

팠은 예로부터 질병이나 귀신을 쫓는 식품으로 알려져 있다. 선조들이 동짓날 팠죽을 쑤어 먹었던 풍습은 팠을 통해 질병이나 귀신을 쫓고자 했음을 엿볼 수 있다.

팠에 함유된 사포닌 성분은 해독작용을 하고 배변을 촉진시켜 장을 깨끗이 해줘 수종을 가라앉히고 염증을 없애주며 주독을 풀어준다. 또 몸이 비대한 사람이 먹으면 몸이 가벼워지고 몸이 여윈 사람이 먹으면 몸이 튼튼해진다. 이런 이유로 살을 빼려는 여성들이 팠 끓인 물을 다이어트 식품으로 먹기도 한다.



대추

마음 안정시켜 불면증에 좋고, 노화방지와 항암 효과

유태종 박사의 「음식궁합」에서 보면 대추는 수천 년 동안 한방에서 사용되었으며, 노화를 방지하는 효과가 있는 신비로운 생약 또는 식

품으로 취급되어 왔다고 한다.

대추에는 단백질, 지방, 사포닌, 포도당을 비롯해 36종의 다양한 무기원소를 함유하고 있으며, 특히 생대추에는 비타민 C와 P가 매우 풍부하게 들어 있어 대추를 '비타민 활성제'라고도 부른다.

대추에는 갈락토오스, 맥아당 등의 당이 많이 들어 있어 단맛을 내는데, 이 단맛은 긴장을 풀어주어 흥분을 가라앉히고 신경을 완화시키는 작용을 해 불면증과 갱년기 우울증 및 히스테리 증상을 보이는 사람들에게 좋은 식품이다.

최근 연구에 의하면 대추에 아주 강한 항암 작용과 함께 암을 예방하고, 알레르기성 자반증을 치료하는 효과가 있다고도 한다.



석류와 붉은 고추

석류의 에스트로겐 여성들에게 인기
붉은 고추의 매운 맛 비만 예방에 효과

석류에는 갱년기 장애 치료에 가장 좋은 천연식물성 에스트로겐이 들어 있어 여성에게 특히 좋은 식품으로 주목받고 있다.

최근 영국 의학 전문지 란셋에는 혈중 에스트로겐 농도에 따라 실제 자신의 나이보다 10세까지 젊어 보일 수 있다는 연구 결과가 발표되는 등 앞으로 여성들에게 석류가 더욱 사랑을 받을 것으로 예상된다.

붉은 고추의 매운 맛 성분인 캡사이신은 혈액순환을 촉진시켜 신경통 치료에 효과적이고 체지방을 분해해 비만 예방과 치료에 도움을 준다. 비타민 C도 사과 20배, 귤의 2~3배 정도 함유돼 있어 여성들의 피부미용에 필수적인 식품이라고 한다. ■

파릇파릇하게 미각을 돋우는 봄김치

따사로운 봄 햇살에 몸과 마음이 가볍게 느껴지고 할 일도 많다.
 하지만 마음과는 달리 몸이 무겁고 입맛이 도무지 없다.
 봄철 입맛을 돋우는 김치로 가족들의 입맛을 파릇파릇하게 되살려 주는 싱그러운 주부가 되자.



● 돌나물김치

재료> 돌나물 200g, 돌미나리 30g, 풋마늘 50g, 실파 40g, 붉은 고추 1개, 청양고추 1개, 김치국물(송농 4컵, 소금 1 1/2큰술, 생강즙 1/4작은술, 고춧가루 1큰술)

<만드는 법>

- ① 돌나물은 흐르는 물에 깨끗이 씻은 뒤 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. 돌미나리와 실파는 손질해 3cm 길이로 썰고, 풋마늘은 줄기만 3cm 길이로 잘라 채 썬다. 고추는 송송 썰어 씨를 빼어 둔다.
- ② 손질한 돌나물, 돌미나리, 실파, 풋마늘, 고추를 한데 섞어 항아리에 담아둔다.
- ③ 송농에 소금을 넣고 끓인 후 체에 쏟아 밥알을 걸러내고, 남은 국물에 고춧가루, 생강즙을 섞어 식기 전에 ②에 붓는다.
- ④ 실온에서 하루밤 익힌 뒤 돌나물이 국물

위로 동동 뜨면서 맛을 내면 시원하게 냉장 보관해 먹는다.

● 미나리김치

재료> 미나리 1단, 당근·소금 약간씩, 김치양념(소금·고춧가루·다진 마늘·다진 생강·고추씨 1큰술씩, 감미료 1작은술, 멸치액젓 2큰술)

<만드는 법>

- ① 미나리는 뿌리를 자른 후 칼끝으로 살살 잎을 쳐서 다듬고 흐르는 물에 깨끗이 씻는다.
- ② 당근은 어슷하게 2mm 두께로 잘라 채 썬다.
- ③ 끓는 소금물에 미나리를 넣어 살짝 데친 후 찬물로 헹구 물기를 꼭 짤다.



● 더덕물김치



재료> 알타리무 반 단, 더덕 10개, 쪽파 30g, 갓 20g, 청양고추 3개, 붉은 고추 3개, 마늘 1통, 생강 반 통, 김치국물(참쌀풀 2큰술, 물 10컵-2리터, 소금 6큰술, 설탕 1큰술)

<만드는 법>

- ① 더덕은 껍질을 벗기고 살짝 두드려 물에 담갔다 건져서 네 쪽 정도로 나누어 소금을 살짝 뿌려준다.
- ② 알타리무는 작은 것으로 골라서 연한 무청만 남기고 잔털만 다듬어서 껍질을 벗기지 않고 문질러 씻어냅니다.
- ③ 갓, 쪽파는 다듬어 씻어준 뒤에 알타리무를 절일 때 넣어서 살짝 절여준다.
- ④ 고추는 깨끗이 씻어서 물기를 빼고 꼭지는 짧게 잘라둔다.
- ⑤ 마늘과 생강은 껍질을 벗기고 얇게 썰어 베 보자기에 썬다.
- ⑥ 물에 분량의 참쌀가루를 풀어 묽게 풀을 쭉여서 차게 식혀둔다.
- ⑦ 절인 알타리무와 쪽파, 갓을 씻어 소쿠리

등에 건져 물기를 빼준다.

- ⑧ 알타리무, 더덕, 갓, 쪽파를 하나씩 모아 쥐어 감고 항아리에 양념 주머니를 깔고 차곡 차곡 넣고 위로 뜨지 않도록 무거운 것을 올려 놓는다.
- ⑨ 풀물에 소금 간을 해서 항아리에 부어 익힌다.

● 생두릅김치

재료> 생두릅 400g, 무 100g, 생강즙 1큰술, 감초물 1/2컵, 참쌀죽 1/2컵, 설탕 1작은술, 고춧가루 1큰술, 소금 1큰술, 잣 1큰술, 밤 3개

<만드는 법>

- ① 두릅 밑동 부분을 잘라내고 껍질을 벗겨서 굵은 것은 반으로 나누고 작은 것은 그대로 손질하여 씻은 후 심심한 소금물에 절여 둔다.
 - ② 무는 굵은 채로 썰어서 고춧가루를 넣고 버무려 붉게 물을 들여 둔다.
 - ③ 밤은 모양을 살려 편으로 썰어 둔다.
 - ④ 절여 둔 두릅을 찬물에 헹군 후 물기를 뺀다.
 - ⑤ 넓은 그릇에 감초물, 참쌀죽, 설탕, 생강즙, 소금을 넣어 양념을 만들고 두릅과 무채를 넣고 버무린 후 밤과 잣을 넣어 마무리해서 그릇에 담아 하루쯤 지나면 먹는다.
- ※ 살짝 데쳐서 고추장, 식초로 무쳐 즉석에서도 먹을 수 있다.



웰빙시대, 발을 건강하고 아름답게 가꾸자!

손과 발은 우리 몸은 축소판이라고 한다. 손발이 청결해야 진짜 미인이라는 말도 있다. 이런 중요한 손발을 사람들은 자칫 소홀히 관리한다. 까칠해진 손과 심하게 갈라지기까지 한 발뒤꿈치를 보면 속이 상하고, 따끔따끔 아파오기까지 한다. 특히 봄이 되면서 야외로 나가는 일이 많아져 발의 피로감을 자주 느끼고, 노출의 계절 여름이 될수록 맨발로 다닐 생각을 하면 발의 위생과 건강, 아름다움을 동시에 가꾸는 방법에 관심을 갖게 된다. 자신의 발을 사랑해주자.

▶ 발 관리의 기초는 청결

우선 발을 깨끗이 씻는 것이 중요하며, 특히 발가락과 발가락 사이를 청결하게 씻어주고 물기를 잘 닦아 내어야만 한다.

▶ 발마사지와 족욕 - 혈액순환과 부족제거에 효과

발마사지는 피로를 덜어내고 스트레스를 풀어줄 뿐 아니라 한결 아름다운 발 모양을 잡아준다. 전문 관리 슌이 아니더라도 집에서 손쉽게 발마사지를 할 수 있다.

우선 영양 크림을 발전체에 도포한 후 발바닥 안쪽의 움푹 들어간 부분을 엄지로 꺾 눌러준다. 3초 간격으로 5회 정도 반복해주면 온 몸이 개운하게 풀어지는 것을 느낄 수 있다. 그런 다음 한 손으로 발목을 잡고 다른 손은 주먹을 쥘다. 주먹 쥘 손으로 발꿈치 부분을 톡톡 두드려 보자. 10회 정도 반복하고 반대쪽 발도 같은 방법을 실시한다.

마지막으로 발바닥을 쭉 핀 다음 손바닥으로 발바닥의 윗부분을 발등 쪽으로 쭉 젖혀준다. 뜨겁게 달군 스팀 타월로 발등을 감싸 마사지 한 다음 발전용 크림을 발라 마무리한다. 발마사지는 혈액순환과 부족제거에도 효과적이다.

간단한 방법으로는 풋크림을 발바닥에 문힌 후 심장 쪽으로 끌어올리듯 주무른다. 그런 다음 종아리 부분을 마사지한 후 발목을 등글게 돌려 오른쪽, 왼쪽으로 5번씩 잡아당겨준다. 발목과 복사뼈 주위를 엄지와 다른 손가락으로 마사지한 후 발바닥 전체를 주먹을 쥐고 골고루 눌러주는 것도 좋다. 한결 매끄러운 발이 되면 예쁜 색깔을 입혀보자. 우선 발톱은 네모 모양으로 깎아주는 것이 좋다. 발톱이 피부에 파고드는 것을 막을 수 있기 때문이다. 에나멜을 바를

때는 얇게 두 번 정도 발라주고, 발톱 양쪽 옆을 남기지 않고 전체를 다 발라주어야 발톱 모양이 예쁘게 보인다.

꾸준히 인기를 끌고 있는 '반신욕'에 이어 요즘엔 '족욕(足浴)'도 발 건강에 유익하다. 족욕은 42~43도 내외의 약간 뜨거운 물에 발을 담그는데 복사뼈 바로 위까지 물에 잠기도록 한다. 이 상태로 몸 전체가 훈훈해지거나 겨드랑이나 등에 땀이 살짝 날 때까지 20~30분 정도 유지한다. 족욕은 발뿐 아니라 몸 전체 혈액순환을 돕고, 체내 노폐물을 몸 밖으로 배출시키는데도 효과적이다.

▶ 굳은살과 각질제거 - 평상시 보습성분 많은 발전용 크림 발라주는 습관이 중요

여성들에게 있어서 가장 신경이 많이 쓰이는 부분이 바로 발뒤꿈치다. 발뒤꿈치는 피부 중에서 각질층이 가장 두꺼운 곳으로 피지선이 없어 매우 건조하기 때문에 굳은살과 각질이 생긴다고 한다.

굳은살을 제거하는 가장 일반적인 방법은 따뜻한 물에 발을 담가 각질을 불린 후 제거하는 방법이다. 10~15분 후에 발전용 버퍼로 부드럽게 문지르면서 제거한다. 제거하는 과정에서 상처가 나는 경우가 있어 최근엔 마른 상태에서 버퍼나 각질 제거 브러시를 이용하도록 권장하고 있다. 수분이 남아 있을 때 발뒤꿈치 등 갈라진 부위에 오일을 듬뿍 바른 후 10여 분간 랩을 씌어두면 각질제거에 도움이 된다. 굳은살과 각질제거 후 충분한 보습은 필수다.

무엇보다도 평상시에 보습 성분이 많이 들어 있는 발전용 크림을 지속적으로 발라주는 습관이 중요하다.

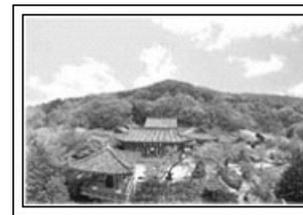
〈대한결핵협회「보건세계」05.3 참조〉

4월 벚꽃놀이 가자~

꽃내음 가득한 곳으로

▶ 꽃을 만나는 서산으로의 여행

위 치 : 충청남도 서산시 운산면 신창리(개심사)



풍요롭고 넉넉한 인심을 자랑하는 서산은 찬란한 문화, 위대한 종교와 철학이 싹튼 터전이며 해양성 기후 속에 위치한 청정지역이다.

백제의 미소로 불리며 현존 마애불 중 가장 뛰어난 작품으로 알려진 서산마애삼존불상, 초지와 벚꽃의 어울림 속에서 풍요로움으로 아름다운 빛을 발하는 가족개량사업소 등 서산의 이곳저곳에는 향기로운 봄내음이 가득하다. 우거진 숲과 기암괴석, 그리고 활짝 피어난 벚꽃으로 마치 속세의 시름이 잊혀진 선경(仙境)에 와 있는 듯한 감동마저 느끼게 하는 "마음이 열리는 절집" 개심사와, 조선의 500년 역사가 살아 숨쉬는 해미읍성을 둘러보며 이 4월, 아름다운 벚꽃과 함께 서산의 숨결을 느껴보자.

• 문 의 : 서산시청 문화관광과(041-660-2498)

▶ 굽이굽이 4월, 봄꽃을 따라 - 팔공산 동화사와 벚꽃도로

위 치 : 대구광역시 동구 도학동 산35 등 주변



4월은 어딜 가나 꽃으로 만발한 아름다운 계절이다. 꽃구경도 하고, 우리의 의미있는 문화유적 답사도 함께 할 수 있는 대구로의 봄나

들이는 어떨까. 팔공산(八公山)은 대구의 진산(鎭山)으로 벚꽃

도로를 따라 동화사, 파계사 등 천년고찰이 골짜기마다 들어서 있어 불상, 탑, 마애불이 산재하고 있어 봄꽃구경 이외에도 의미있는 사찰 답사를 함께 할 수 있다. 동화사에서는 마애불좌상, 비로암 석조 비로자나 불상 등 여러 보물 답사가 포인트이며, 인접한 파계사와 부인사, 깃바위를 연결한 순환도로변에 핀 벚꽃구경은 사찰답사 가는 길목의 싱그러움 간주곡이 될 것이다.

• 문 의 : 팔공산 관광안내소(053-985-0980)
대구광역시청 관광과(053-429-3331)

▶ 배꽃내음 가득한 과거로의 여행

위 치 : 전남 나주시 금천면 및 봉황면·세지면 일대



4월, 이화(梨花)에 월백(月白)하고... 배꽃은 눈처럼 희고 달빛처럼 환하다. 어느 시인은 달빛 부서지는 배꽃아래 마시는 술맛은 세상

최고의 맛이라 했다. 4월 중순의 나주는 배꽃 천지이다. 특히 배과수원이 밀집해 있는 금천면 배박물관 근처와 봉황·세지면의 지방도로변은 배꽃으로 유명하며, 은은하고 소박하면서도 매혹적인 배꽃향기는 지나가는 이들의 마음을 사로잡는다. 나주의 4월은 배꽃 외에도 영산포 영산강변에 조성된 노오란 유채꽃밭에서 봄을 만끽할 수 있고, 고대인의 문화와 삶을 보여주는 반남고분유적권 역시 의미있는 답사코스이다.

• 문 의 : 나주시청 문화공보실 관광기획팀
(061-330-8542)

〈자료제공 : 한국관광공사〉

한국간행윤리위원회가 추천하는

이달의 읽을 만한 책

비밀과 거짓말 은희경/문학동네



작가 은희경은 여성의 정체성과 사랑의 의미를 이지적으로 문제삼는 소설들로 독자들의 관심을 끌어들였다. 그런가 하면 때때로 고향과 집안과 성장의 체험들을 소재로 하여 자아와 세상의 긴장을 보여주기도 했다.

대체로 지금까지 은희경의 매력은 전자의 소설들로부터 확보되었다. 그러나 눈 밝은 독자들은 후자의 이야기에서 작가 은희경의 보다 깊은 역량을 눈치챌 수 있었다.

그의 장편소설 『비밀과 거짓말』은 그러한 눈치챌이 당연한 사실임을 확인시켜준다. 이 소설에서 은희경은 덧없이 부유하는 청춘의 삶이 아니라 고향과 시간과 세상에 깊이 연루된 어른의 삶에 대해서 이야기한다. 삶의 내음이 짙게 풍기는 작품이다.

〈추천위원 : 이남호(고려대 국어교육학과 교수)〉

물 속을 걷어가는 달 김진태/학교재



사랑해야 할 때가 있고 무심해야 할 때가 있다. 욕심을 버려야 할 때가 있고 욕심을 버려야 할 때가 있다. 역시 어려운 것은 버려야 할 것들을 버리는 것이다. 버리고 나면 훌거분해 지는데 버리기 힘든 걱정이나 욕심 혹은 분노가 있다. 수월 스님의 일생을 다룬 『물 속을 걷어가는 달』은 그런 것들이 차올라 혁혁거릴 때 도움이 되는 책이다.

가족도 버리고 청춘도 버리고 오로지 화두 하나 챙겨두고 정진하는 청빈한 수행자로 시작해서, 일제시대 삶에 지친 사람들이 모였던 간도 땅에서 가난한 사람·못 배운 사람·못 가진 사람 속으로 말없이 흐르고 흘렀던 수월의 일대기가 매혹적이다.

평생 동안 일을 해서 중생을 부양했고, 조실의 자리에 있으면서도 한 마디 설법도, 글 한 줄도 남기지 않았지만 그와 인연이 있는 존재는 모두 그 앞에서 위로를 받았던 수월을 만나 스님이 된 한 독립군이 기억하는 스님의 말이 인상적이다. "사람 몸 받아 가지고도 '참 나'를 알지 못하고 '참 나'를 깨치지 못하면 이보다 더 큰 죄가 뭐다 있을겨." 〈추천위원 : 이주향(수원대 교양학부 교수)〉

그림 속의 음식, 음식 속의 역사 주영하/사계절



이제 우리 전통문화 연구도 한 단계 도약하는 것 같다. 이 책은 전통시대 그림 속에서 음식만을 유심히 살펴 음식의 역사를 쓰고 있다. 문헌학적 연구의 틀을 깨고 풍속화 속에 나타난 음식문화를 추적하여 잘못 알려진 전통 문화의 실상에 접근하려는 의도도 엿보인다.

특히 조선시대의 역사는 식민사관으로 왜곡되고 근대우월주의에 가려진 역사다. 조선 역사문화의 많은 부분이 19세기 서세동점 이후 만들어진 전통이라고 볼 수 있다. 그 장막을 걷어내는 방법은 여러 가지일 터이지만 이 책은 이미지에서 실제 역사상을 찾아내려는 최근의 방법론에 기초하고 있다. 23장의 그림과 음식사료를 자료로 하여 음식이라는 주제로 펼쳐는 미세담론은 잘못 알려진 조선의 모습을 찾아가는 과정이자 재미의 연속이다.

〈추천위원 : 정욱자(서울대 국사학과 교수)〉

물이, 길 떠나는 아이 임정자/문학동네 어린이



물이 길 떠나는 아이? 골짜기 물, 시냇물, 강물, 또랑물 중 어떤 것이 길을 떠나면서 겪는 그 령고 그런 여행담이겠지. 이런 생각으로 책을 밀쳐놓지 않기를 바란다.

물은 늙은 부모의 기도로 정화수에서 태어난 여자아이이다. 하늘 선녀의 실수와 어머니가 무심결에 내뱉은 푸념 때문에 영혼의 한 조각을 잃어버린 물이는 온전한 자기 자신을 위해 먼 길을 떠난다. 왜 자신이 떠도는지 알지 못한 채 이곳저곳을 떠돌아다니며 물이는 많은 사람을 만난다. 드디어 어느 황폐한 마을에서, 자신이 떠돌 수밖에 없는 이유를 선녀로부터 듣게 된다. 어렸을 때 같이 있었던 구렁이가 자신의 잃어버린 마음 한 조각이라는 것을 알게 된 물이는 구렁이를 찾아다니고, 마침내 온전한 자기 자신이 되기 위해 타인의 머리카락으로 구렁이의 옷을 짓는다. 세상을 떠돌아다녀야만 하는 '업'을 지니고 태어난 물이를 구렁이와 연관시켜 인간은 태어날 때부터 온전하지 않으며 서로 도우며 살아가야하는 존재임을 상징적으로 담아내고 있다.

'자기완성의 길 찾기'라는 다소 철학적인 주제가 바탕에 깔려 있지만 내용이 새롭고 구수해 책에서 쉽게 눈을 떼지 못하게 한다.

〈추천위원 : 김자연(전주대 교양학부 교수)〉

지부소식

전국 16개 시·도 지부 234개 시·군·구 지회

부산광역시지부

총회 및 임원회의

시지부

지난 2월 12일 여성센터 14층에서 주부교실 부산지부 회원 및 내빈이 참석한 총회에서 시장 표창상을 받아 주부교실의 위상을 높인 기장군지회의



〈부산시지부 : 총회 및 임원회의〉

김두옥 운영위원, 정진미 운영위원이 회원들로부터 축하를 받았다.

현금영수증주고받기 캠페인

시지부

1월 1일부터 시행된 현금영수증제도 활성화를 위해 지난 2월 22일~23일 부산지역에서 국세청과 함께 거리 홍보 캠페인을 실시해 현금영수증제도 도입의 취지와 사용법 그리고 혜택

등을 시민들에게 알리면서 현금영수증 주고받기 운동에 적극적인 동참을 호소했다. 더불어 업소의 현금영수증 가맹점 가입을 유도했다.

수입수산물 검사과정 체험

시지부

시지부는 지난 2월 25일 국립수산물 품질검사원 부산지원에서 실시한 수입수산물 검사과정에 주부교실 회원이 직접 참관하여 수입수산물 검사의 투명성과 신뢰성을 제고할 수 있었다.

대구광역시지부

졸업선행아동 표창

시지부

지난 2월 16일 시지부는 구암·북구 초등학교, 동대구 초등학교, 동인 초등학교, 달서초등학교, 수성여중,



〈부산시지부 : 현금영수증 주고받기 캠페인〉

본리초등학교, 봉덕초등학교, 회원 초등학교에서 평소 바른 생활과 선행을 베푼 졸업생 총 19명을 표창하였다.

양로원 방문

시지부

지난 2월 24일 회원 28명이 떡과 호박죽을 장만해 의지할 곳 없는 노인들의 보금자리인 화성 양로원을 찾아가 점심식사를 직접 요리해 드리고, 노인들의 외로움을 위로 격려하는 사랑 나눔 실천 시간을 가졌다.

정기총회

시지부

시지부는 지난 2월 28일 지부 임원 40명이 참석한 가운데 대경식당에서 정기총회를 통해 2004년 사업 및 결산

보고와 2005년 사업계획과 예산안 승인 및 조직 활성화 방안을 논의했다.

인천광역시지부

농산물품질관리교육 참가

시지부

국민의 먹거리인 농산물의 품질개선과 안전성 및 농산물 유통에 대한 시대적 변화가 요구됨에 따라 농산물의 등급을 판정하고 생산·유통과정에서 품질과 안전성 관리 및 상품성 판정 등을 담당하는 전문 인력이 필요하다.

이에 지난 2월 25일 국립농산물품질관리원이 실시한 농산물품질관리교

육에 남동구 회장 외 6명의 회원이 참가해 효율적인 유통질서 확립과 농산물 유통 개선을 위한 유통 정보의 확산 및 생산자·소비자에 대한 홍보활동에 앞장서기로 했다.

사랑나누기 자원봉사

남동구지회

소외된 이웃에게 따뜻한 봄기운처럼 삶의 희망을 드리고자 2월 8일 회원 7명이 지체장애인 시설 ‘소망의 집’을 찾아가 머리깎아주기 봉사활동을 했다.

지난 2월 22일 쓰레기 없는 거리를 만들기 위해 남동구청이 벌인 행사에 회원 6명이 참가해 쓰레기 줍기 봉사활동을 했다.

24일에는 노인들에게 상담, 취미여가활동, 의료 등의 각종 사회복지서비스를 제공하여, 노인들에게 내재되어 있는 잠재능력을 최대한 개발해 보람된 노후생활을 영위할 수 있도록 돕고 있는 구월 4동에 위치한 노인복지회관을 회원 8명이 찾아가 급식 봉사활동을 했다.

노래가사바꿔부르기 대회 참가

연수구지회

애향심부족, 정체성의 문제가 등장하면서 인천을 사랑하는 각 분야의 뜻

있는 분들이 주축이 되어 인천의 과거와 미래를 조명해 인천시민이 다함께 인천사랑이란 긍지를 살리고 정체성을 확립하자는 취지로 범시민운동을 전개하고 있는 인천사랑시민운동 본부가 주최하는 노래가사바꿔부르기 대회에 지난 2월 15일 회원 9명이 참가해 화합상을 받아 인천사랑운동에 동참했다.

사랑나누기 봉사활동

부평구지회

노인들에게 상담, 취미여가활동, 생활지원, 의료, 자활증진사업 등의 각종 사회복지서비스를 제공하여, 노인들에게 내재되어 있는 잠재능력을 최대한 개발해 보람된 노후생활을 영위할 수 있도록 다양한 복지 프로그램을 제공하는 부평복지관을 지난 2월 14일에 회원 10명이 방문해 봄철 입맛을 돋우는 밑반찬을 정성스럽게 만들어 드리고 왔다.

국가정보원 답사

계양구

해외·북한정보를 비롯하여 대공·국제범죄 등 국민이 필요로 하는 다양한 정보 서비스를 제공하는 강화에 위치한 국가정보원 초청으로 지난 2월 25일 회원 40명이 방문했다.

시설건축과 세계 여러 나라의 정보 현황 및 남북한 대치상황에서의 정보 수집 현황을 통해 치열한 정보 전쟁의 시대에 국익을 위한 정보를 모으고 테러 등 새로운 안보 위협에 대처하고 있는 국가정보원의 주요임무를 알게 되었다. 더불어 과거 중앙정보부와 안기부가 풍겼던 어둡고, 늘 베일에 가려져 있다고만 생각되었던 부정적 이미지를 조금씩 씻어내는 국가정보원의 모습은 볼 수 있었다.

광주광역시지부

주부대학 수료식 개최

시지부

주부들의 평생교육 프로그램인 주부대학의 제 22기가 6개월간의 교육 과정을 마무리하는 수료식을 지난 2월 23일 신양파크호텔 1층 에메랄드홀에서 수료자 90명과 가족들 및 담당선생님을 비롯한 운영위원들이 참석한 가운데 개최했다.

2005년 비영리민간단체 공익활동사업설명회 참석

시지부

지난 2월 25일 시청 3층 소회의실에서 시민사회 활성화를 위해 공익활동을 벌이며 지역사회에 봉사하는 비영리단체공익활동 지원사업 설명회에 우현미 사무부장이 참석했다.



〈광주시지부 : 주부대학 수료식〉



<대전시지부 : 정기총회>

대전광역시지부

**대전주부교실 정기총회
시지부**

지난 2월 14일 대전주부교실 2층 강당에서 지부 임원 및 분회장 60명이 참석한 가운데 2004년 사업 및 결산보고와 2005년 사업계획 및 예산안을 승인했다.

이어서 지회 임원 및 분회장 간담회를 개최하여 2005년 조직 활성화 방안을 논의했다.

**제17기 전문 간병인 교육
시지부**

주부의 건전한 사회활동의 진출을

위한 사업으로 봉사정신이 투철하고 간병활동에 뜻이 있는 만 55세 미만의 주부 30명을 대상으로 지난 2월 18일~3월 4일까지 각 대학병원 간호과장 이상의 강사진을 초빙해 간호의 기초에서부터 치매·환자와의 의사소통·



<대전시지부 : 제17기 전문 간병인 교육>

임종간호에 이르기까지 폭넓은 강의 내용으로 간병인 교육을 실시했다.

울산광역시지부

**태원재활원 방문
시지부**

몸이 불편한 지체장애 아동들의 보금자리인 태원재활원을 지난 2월 23일 회원 10명이 방문해 주방일을 돕고 환경정리와 목욕 봉사활동을 통해 장애자와 비장애자란 차별의 벽을 허물고 인간대 인간으로서 서로에 대한 깊은 관심과 애정 및 존중을 보여야 한다는 것을 느꼈다.

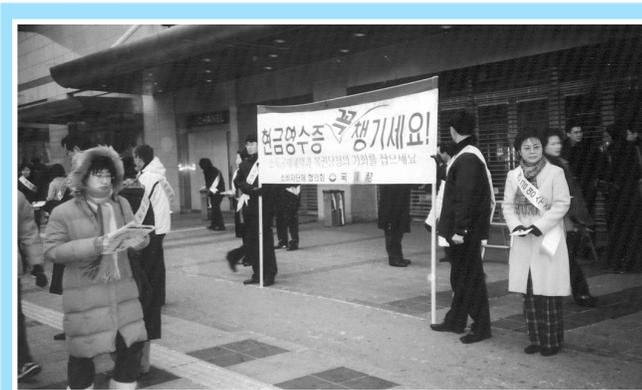
**민간단체 사업 설명회 참석
시지부**

지난 2월 25일 시청 3층에서 실시한 민간단체 사업 설명회에 회원 2명이 참석해 2005년 민간단체 지원사업에 대한 설명 및 작성 방법, 예산 변경 내용 등을 교육받고 왔다.

경기도지부

**“현금영수증 주고받기” 캠페인
도지부**

수원지회 회원 40명과 중부국세청 직원 합동으로 지난 22일 수원역 광장에서 현금 영수증 주고받기 캠페인을 벌였다.



<경기도지부 : 현금영수증 주고받기 캠페인>

소형 현수막을 설치하고 출근길 소비자들을 대상으로 홍보용 리플릿을 나누어 주었고, 23일 오후에는 팔달구 인계동 일대의 업소를 방문해 현금영수증 가맹점이라고 표시하는 스티커를 배부하며 가맹점 가입을 적극 권유했다.

강원도지부

**화천 산천어 축제
화천군지회**

지난 2일 화천에서만 경험할 수 있는 산천어 얼음낚시를 비롯해 갖가지 체험 행사 및 볼거리가 가득한 겨울철 이색테마체험인 산천어 축제에 회원 30명이 동참해 미아보호 자원봉사를

실시했다.

충청북도지부

지회장 이·취임식

청주시지회, 제천시지회

청주시지회의 임혜자 회장의 회장 임기만료로 권지순 신임회장으로 취임하였고, 제천시지회의 이영숙 회장은 개인사정으로 회장직을 그만두게 되어 조성실 신임 회장이 회장직을 맡게 되었다. 취임식에서 신임 지회장들은 건실한 봉사단체로서 거듭날 수 있도록 최선을 다할 것을 다짐했다.

충청남도지부

**제33차 충남도지부 정기총회
시지부**

지난 2월 21일 예가에서 운영위원과 지회장 및 직원 등 45명이 정기총회를 개최하여 2004년도 사업결산 및 감사보고를 실시하였으며, 2005년 현안사업에 대한 논의와 조직운영에 대한 교육을 실시하였다.

더불어 사업관련 교실개강과 소비

자고발센터를 운영하는 지회에서는 투철한 사명감을 갖고 자기 임무에 최선을 다해줄 것을 당부했다.

장학금 전달식

서천군지회

서천군지회 지도위원들이 지난 4일 특별회비모금으로 관내 서천중학교와 장항중학교를 찾아가 어려운 환경 속에서도 성적 우수자로 고등학교에 진학하는 학생 2명에게 장학금을 전달했다.

불우이웃돕기

홍성군지회, 논산군지회

홍성군지회는 지난 5일 회원15명이 자비를 모아 관내 독거노인 3분에게 생필품과 생활비를 전해 드리며 물질적인 작은 정성과 사랑이란 큰 마음이 모아져 희망의 빛이 되기를 기원했다.

논산군지회는 지난 3일 아동수용복지시설인 논산애육원을 방문하여 위문품 전달 및 주변 환경정리를 해주고 일일 부모가 되어 어린이들과 따뜻한 정을 나누는 시간을 가졌다.

릴레이 캠페인

논산지회

지난 2일부터 22일까지 4회에 걸쳐 캠페인을 벌였다. 지난 2일에는 논산



<충남지부 : 제33차 정기총회>

시내 화지 시장 에서 회원 35명이, 7일에는 논산시 시회버스터미널에서 논산역까지 회원 30명이 '물가안전 및 소비자 보호 캠페인'을 실시해 길거리 홍보와 전단지 1000부를 배포하는 등 물가안전을 이룩하여 소비자의 권익을 보호하고 국민생활과 국민경제의 안전 및 발전을 위한 적극적인 동참을 호소했다.

전북도지부

제15회 주부대학 수료식

도지부

지난 2월 18일 주부대학 교육장에서 제 15회 주부대학생 25명이 가족

및 주부교실 회원들로부터 축하를 받으며 수료식을 치렀다.

불우이웃돕기 행사

정읍시지회, 군산시지회, 익산시지회, 장수군지회, 부안군지회, 진안군지회, 무주군지회

생활의 어려움으로 자칫 삶의 희망을 잃고 살아갈 수 있는 불우이웃에게 도움의 손길이 되고자 각 지회에서 불우이웃돕기 행사를 가졌다.

정읍시지회는 지난 2월 24일 관내 거주하는 불우 이웃 4 가구를 찾아가 성미와 라면을 각각 전하고 그들을 위로 격려했다.

군산시지회는 지난 2월 9일 문화동

노상에서 가래떡 등을 판매해 모은 수익금을 독거노인 4세대에게 전달했다.

익산시지회는 지난 2월 4일 회원 20명이 1:1로 익산시내에 거주하는 소년소녀 가장 20세대에게 김과 가래떡을 전달하였다. 가정이라는 울타리가 없이 고통과 슬픔으로 세상을 비관하며 살아갈 수밖에 없는 어린 가장들에게 무엇보다도 세상의 관심과 온정의 손길만이 그들의 희망임을 알 수 있었던 소중한 시간이었다.

장수군지회는 회원 2명이 지난 1일 가족 없이 쓸쓸한 말년을 보내고 계시는 장수읍내 독거노인 2세대를 방문해 성금을 전달하며 짧은 시간이지만 말벗이 되어드렸다.

부안군지회는 지난 4일 부안초등학교와 부안동초등학교 졸업식에 참석하여 어려운 환경에서도 학업을 포기하지 않고 장학생으로 졸업하는 어린 학생들에게 각각 사전을 선물했다.

진안군지회는 지난 4일 회원 3명씩 교대로 농산물을 판매해 그 수익금을 진안읍내 거주하는 독거노인과 소년소녀 가장에게 전달했다.

무주군지회는 지난 2월 22일 1년에 행해지는 풍속놀이의 거의 절반정도가 집중되어 있는 대보름을 맞아 회원 5명이 무주읍내 거주하는 소년소녀 가장 10세대를 방문해 찰밥과 오색 나물을 마련하여 전달하고 그들에게 사랑의 온정을 느낄 수 있도록 위로 격려했다.



<전북지부 : 제15회 주부대학 수료식>

전라남도지부

「바른자세 가꾸기」교양강좌

순천시지회

순천조례종합사회복지관에서 지난 2월 16일 회원 및 지역주민 60명을 대상으로 「바른 자세 가꾸기」 교양강좌를 실시했다. 바른 자세 교정을 위한 발의 역할과 생활 속의 올바른 자세에 대한 내용을 통해 웰빙 시대를 사는 현대인으로서 기본적인 자세 교정의 중요성을 재인식했던 시간이었다.

사랑나누기 릴레이 행사

여수시지회, 광양시지회, 고흥군지회, 구례군지회, 진도군지회, 강진군지회, 무안군지회

여수시지회는 지난 18일 중무동사무소에서 회원 10명이 여수시내에 거주하는 저소득가정, 독거노인 가정, 부자가정, 투병중인 저소득 가정, 장애인 가정 등 생활에 어려움을 겪고 있는 9가정을 찾아가 그들이 겪는 정신적 고통을 위로 격려하고, 물질적 고통에 조금이나마 덜어드리고자 생활필수품을 전달했다.

광양시지회는 지난 6일 회원 20명

이 광양시내 거주하는 독거노인 5분에게 생활필수품을 전달하며 훈훈한 정을 나누는 시간을 가졌다.

고흥군지회는 지난 21일 회원 15명이 고흥군지회와 자매결연된 고흥동초등학교 학생 2명에게 사랑의 장학금 전달식을 갖고, 새 학기를 맞아 학업에 열중하며 바른 학교생활을 해줄 것을 당부하였다.

구례군지회는 지난 17일 군대 거주하는 독거노인 가정을 방문하여 집안 청소와 두터운 겨울 옷 세탁 등을 돕고 말벗이 되어드리는 시간을 가졌다. 더불어 지속적으로 독거노인 가정을 방문해 사랑 나눔을 실천하기로 했다.

진도군지회는 지난 5일 군내 어린이 공부방 2곳, 독거노인 9가정, 소년·소녀 가장 9가정, 부자 및 부녀 가정 9가정, 지체장애인 1가정에 200만원 상당의 라면, 가래떡, 김, 미역 등 식료품과 생필품을 전달하고, 가정 형편으로 급식비를 납부하지 못한 학생들의 밀린 급식비를 내주는 등 희망과 사랑을 나누는 봉사활동을 전개했다.

또 지난 7일에는 회원 20명이 진도읍 사무소에서 군내 미화요원 13명에게 힘든 업무 중 간식으로 드실 수 있도록 라면과 두유 15박스씩을 전달하며 미화요원들의 노고에 감사했다.

강진군지회는 지난 17일 회원 30명이 치매노인과 지체장애인 보호 시설인 「사랑의 집」과 자매 결연을 맺고 목

욕 봉사 활동을 펼쳤으며, 지속적으로 목욕 도우미 및 청소 등의 봉사활동을 실시하기로 하였다.

무안군지회는 지난 4일, 11일, 18일, 24일 4차례에 걸쳐 회원 30명이 군내 거주하는 결식 아동 및 독거노인 20가정에 손수 정성껏 만든 마른 반찬을 전달하며 사랑과 희망을 나누는 봉사활동을 펼쳤다.

**대보름맞이 짚불 태우기 행사
여수시지회**

지난 23일 화양면 광기초등학교에서 회원 50명이 참석한 가운데 대보름을 맞아 연날리기, 보리밧기 등의 전통놀이와 함께 짚불 태우기 행사를 실시하여 전통놀이 체험마당을 펼쳤다.

경상북도지부

모범학생 선행상 수여

도지부, 영천시지회

도지부는 지난 2월 한달 동안 23개 시군지회에서 시군지회별 자매학교 대상으로 모범학생 2명씩을 선정했고, 졸업식에 참석해 표창상 수여와 함께 상품을 전달했다.

영천시지회는 지난 21일 고경초등학교 졸업식에 참석해 모범 학생 2명에서 장학금을 전달하면서 건강한 청소년으로 자라줄 것을 당부하며 격려 해주었다.

**음식물 줄이기 실천다짐대회
포항시지회**

지난 18일 회원 40여명이 문화예술회관 소강당에서 수질오염방지차원으로 음식물 줄이기 실천다짐대회를 개최해 구체적인 실천 방법에 관한 교육 시간을 갖고 홍보를 위한 길거리 캠페인을 실시해 쓰레기 줄이기 문화의 조속한 정착을 적극적으로 유도했다.

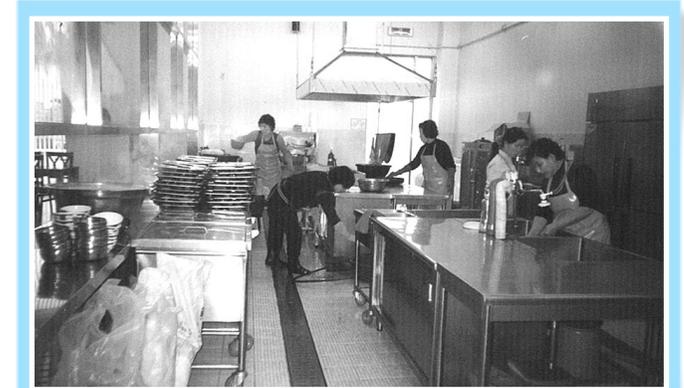
봉사활동

영양군지회

지난 18일 동부동 노인 회관을 방문해 노인 분들에게 빵과 음료수 등 간식을 마련해 드리며 가족 없이 쓸쓸하게 지내시는 말년의 외로움을 위로해드렸다.

경상남도지부

**노인복지회관 봉사활동
창녕군지회**



〈경남 창녕군지회 : 노인복지회관 봉사활동〉

지난 21일부터 25일까지 군내 노인 복지회관을 매일 5명씩 교대로 방문해 노인 분들의 식사를 담당하는 주방 일에 일손을 돕는 자원봉사를 실시했다.

증가명점 가입을 적극 유도했다.

● 동 정 ●



인천광역시지부의 최승옥 회장이 개인사정으로 그만두게 되어 유혜자 신임회장이 취임했다.

신임회장은 성균관대학교 섬유공학과를 졸업하고 서울공업고등학교에서 교직 생활을 했으며, 현재 인천 학생교육 문화회관 상담실장으로 활동하고 있다.

제주도지부

현금영수증제도 활성화를 위한 캠페인

도지부

지난 22일과 23일에 제주세무서와 합동으로 자유롭고 공정한 시장질서 확립을 위한 현금 영수증제도 홍보 캠페인을 전개했다. 22일은 근로소득자인 소비자를 대상으로 실시했으며, 23일에는 사업자를 대상으로 현금영수



〈전남 진도군지회 : 사랑나눔기 행사〉

주부교실게시판

■ 제65기 주부대학 수강생을 모집합니다

본회가 주부들의 평생교육 진흥을 위해 1977년 개설한 주부대학이 명실상부한 여성의 교육의 장으로 자리매김하고 있는 가운데 이번에 다음과 같이 제65기 주부대학 수강생을 모집합니다.

주부대학 소정의 과정을 수료하게 되면 본회 회원으로서 본회가 밝고 건강한 사회 구현을 위해 전개하는 각종 봉사활동에 참여할 수 있으며 특히 등산반에 가입할 수 있는 특전이 주어져 심신 단련의 기회를 가질 수 있습니다.

회원들은 물론 일반 여성들의 많은 참여를 바랍니다.

- 개강일: 2005년 4월 4일(월) 10시30분
- 교육기간: 05. 4. 4~05. 9. 23(6개월)
- 문의: (02)2265-3627, 3628, 0637

■ 브랜드 쌀 한마당을 개최합니다

쌀 시장 개방으로 인해 우리 쌀이 처한 위기 극복을 위한 방안으로 철저한 품질관리를 통한 고품질 쌀의 생산과 유통을 촉구하고 쌀 소비 확대를 도모하고자 다음과 같이 “브랜드 쌀 한마당”을 개최하면서 발대식과 함께 우수 브랜드 쌀 전시 한마당, 우리쌀음식 맛보기 한마당을 엽니다.

회원 여러분의 많은 참여를 바랍니다.

- 일시: 2005. 4. 12(화) 11:00
- 장소: 세종문화회관 3층 컨벤션센터 및 테크프러자
- 행사내용

- 판넬전시
- 2004년도 선정 12개 우수브랜드 쌀 밥 맛보기
- 쌀 요리 전시 - 떡메치기 - 경품행사

■ 2005년도 전국지도자대회 개최안내

본회가 해마다 1박2일 과정으로 지도자들의 지도력 향상과 회원 간의 결속과 화합을 다지기 위한 전국지도자대회를 올해는 “새로운 가족문화 창출에 앞장서는 전국주부교실지도자대회”란 주제로 다음과 같이 개최합니다.

- 일 시: 2005. 4. 26(화)~27일(수)(1박2일)
- 장 소: 서울교육문화회관 3층 거문고홀
- 참석대상: 전국 16개 시·도 지부 및 산하 234개 시·군·구 지회 회장 및 임원 등 1,200명
- 문 의: (02)2265-3628

■ 소비생활에서 입은 피해 상담 및 구제

본회는 소비자들의 권익향상과 피해구제를 위해 전국 48개 지역에 소비자상담센터를 설치 운영하고 불량상품, 부당가격, 부정계량행위, 허위과장광고행위 등으로 피해를 입은 소비자들의 사례들을 접수받고 있다.

<신고요령>

- ① 상품 ② 제조업소명 ③ 구입년월일 ④ 구입가격
- ⑤ 구입처 ⑥ 사용사항 또는 고장상태 등을 전화 또는 서신, E-mail 등으로 신고
- 전 화: (02)2273-2485, 6300, (02)2266-5870
- FAX: (02)2279-9341
- E-mail: nchc01@chol.com
- 주 소: 서울특별시 중구 충무로 5가 19-3(100-015)