

독자와 함께 호흡하는 -

뉴스데이

newsday.or.kr

full
newsday는 최고의 상품을 목표로
하는 디자인·편집의 공간입니다

광고 | 기획 | 리포트 | 편집 | 스토리
경기 | 생활 | 문화 | 연수 | 등 2층 연례

711-3089, 010-6367-1440
부산구 금곡동 181 전세인도스 111 210호

제3호 | 발행일 : 2006. 1. 20 발행 · 편집인 : 김광란 | 기사제보 · 광고문의 031-783-6820 팩스 031-783-6821 www.newsday.or.kr



[경제리뷰]

광주 중소기업 첨단산업에 승부 건다

[신년인터뷰] "정치는 경륜과 결단력이 중요" 이태원 성남시장
[파워인터뷰] "시민께 사랑받는 의회 만들겠다" 이수영 성남시의회의장
[신년특집] '명절중후군' 이제 풀고 삼시다
[우리아이 재테크] 충동적인 소비습관을 잡아라

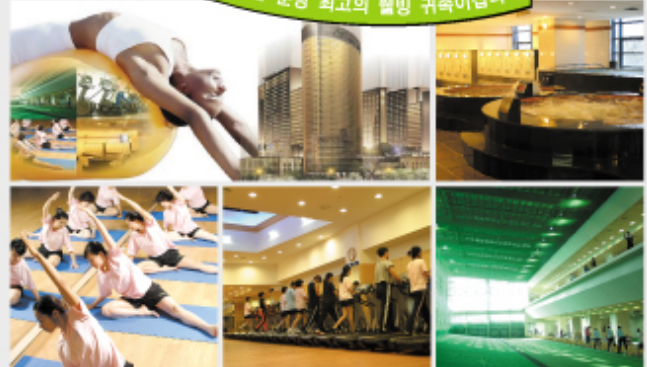
이수영 성남시의회의장

풍림아이원 스포츠나인

스포츠 나인을 선택하시는 순간 귀하는 분당 최고의 웰빙 귀족이십니다

"생활속의 스포츠... 스포츠를 통한 삶의 재충전"

분당의 중심 서원동에 위치한 고품격 스포츠 웰빙클럽 스포츠 나인은
여유로운 50타석 골프장, 최신 시설의 멀티 휘트니스 클럽, 1,000평의 대규모 사우나
귀하께서 꿈꾸던 생활 속의 특별함으로 다가가겠습니다.



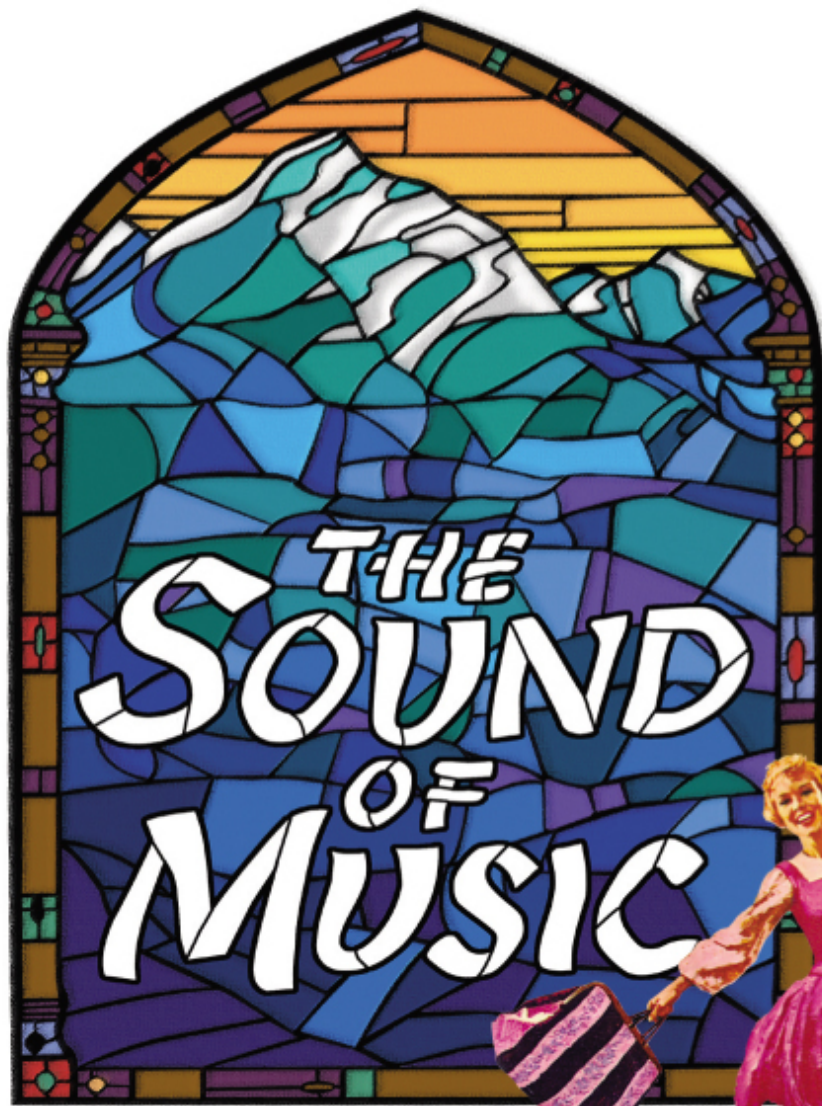
고품격 스포츠 웰빙클럽 스포츠나인

sports9

T.031 · 783 · 5600

처음 만났을 때의 감동이 잊혀지지 않습니다.
뮤지컬 <아이다>, <맘미아!>의 제작진이 선보이는 가족뮤지컬

사운드 오브 뮤직



명성황후의 "이태원", 자결안하이드의 "김아선"과 일곱 천사들이 들려주는 천상의 하모니!



원광수녀 이태원, 최도환대령 유창우, 허리아 김아선, 리을 서현진, 프리드리히 이승엽, 루이자 엄남경, 무교도 차서영, 미르타 이지민, 브리시타 김재은, 그레첸 장슬비

2006년 1월 13일 ▶ 2월 5일 / 성남아트센터 오페라하우스

Music by RICHARD RODGERS Lyrics by OSCAR HAMMERSTEIN II Book by HOWARD LINDSAY and RUSSEL CROUSE (Suggested by "The Story of the Trapp Family Singers")
연출 김재성 음악감독 박칼린 무대디자인 전성중 안무 정은정 조병디자인 공홍표 음향디자인 김기영 기술감독 김재홍 무대감독 김필수 의상디자인 백경진

예약 티켓링크 1588-7890 VIP석 60,000원 R석 50,000원 S석 40,000원 A석 30,000원 B석 20,000원

※VIP석 구매시 프로그램을 증정합니다. ※가족패키지(4매) 구매시 20% 할인
국민카드 결제시 20% 할인 | 삼성 프라자 고객 20% 할인
까르푸 고객 15% 할인 | CGV 회원 15% 할인

<http://sound.iseensee.com>

주최 KBS 한국방송 협찬 성남문화재단 제작 신씨모자극장컴퍼니

THE SOUND OF MUSIC is presented through special arrangement with The Broadway Asia Company, 729 Seventh Avenue, 12th Floor, New York, NY 10019.

www.charmobgy.com

Total Women's Life

평생여성건강관리

유니세프 지정
아기에게 친근한 병원



“인권분만을 사랑으로 시행하는 병원”

- 건강검진 지정병원 -



참 산부인과. 소아과
Charm Women's Clinic

분당중앙공원 옆 금산프라자 5층
031-711-5005

이대엽 성남시장



정치에 나이는 문제가 안된다고 확고한 출마 의지를 피력한 이대엽 성남시장.

“정치는 경륜과 결단력이 중요”

올해 주요역점 사업은.

- 시장 취임후 '믿음주는 시정 만족하는 시민'을 시정의 주요 방침으로 정하고 '시민의 복지증진'과 '최첨단 도시기반 조성' 그리고 '향기있는 문화도시' 건설을 위해 시정을 이끌어 왔다. 임기를 5개월여 남겨 놓은 시점에서 올해 주요역점사업으로 설정한 것은 '조화로운 지역개발로 쾌적한 도시환경조성', '이웃과 함께하는 따뜻한 복지시책 확대', '지식 첨단사업 육성으로 일자리 창출' 등 모두가 잘 사는 복지도시 건설과 변화와 혁신을 통한 새로운 성남건설에 모든 행정력을 집중할 계획이다.

수정·중원구 지역의 도시과적성 확보를 위한 도시재개발 계획 등과 관련한 시의 계획은.

- 신·구 시가지의 조화로운 건설을 위해 수정·중원구 주택재개발 사업은 오는 2016년 완료 계획으로 오는 5월 중 도시계획위원회 도심의가 완료되면 6월 중 단대·중동3지역에 대한 주택재개발 사업을 지정 고시해 정상 추진할 계획이다. 또한 시민들에게 재개발에 대한 올바른 홍보를 위해 오는 2월중 '도시정비사업 홍보관'을 설치 운영 할 계획이다.

수용인구 8만명의 저밀도 친환경 도시를 추구하는 판교지구 택지개발사업은 오는 2011년 완료계획으로 오는 5월 중 쓰레기 소각장을 착공해 6월 지장물 제거를 완료할 계획이다. 또한 하반기 정보통신망을 구축 최첨단 기능을 갖춘 유비쿼터스 도시를 건설 할 계획이다.

또한 도촌·갈현동 일대 도촌지구 도시정비사업은 오는 2007년 완료 예정으

로 있으며, 5천72세대에 대한 공공분양 아파트 분양으로 오는 2008년 2월 입주 목표로 사업이 추진되고 있다.

사회양극화 해소차원에서 시가 올해 설정한 주요 복지시책 사업은.

- 올해는 저소득층 지원과 복지시설 건립, 여성의 사회참여 확대, 장애인 복지 향상, 아동보호와 청소년 활동을 증진 지원할 계획이다. 저소득층 지원은 9천 500세대 323억원의 생계비 지급과 아울러 의료비 1만10세대 331억원 지원, 저소득 층의 자립을 돕기 위한 자활사업 19개 사업에 22억원이 지원된다.

지역경제 활성화를 통한 고용창출 계획은.

- 올해부터 오는 2010년까지 '야탑밸리 조성'을 목적으로 올해 공사발주 용역을 실시해 토지보상 등을 계획하고 있고, 킨스타워, 성남산업진흥재단 입주 기업등 중소·벤처 기업 지원, 경영마케팅 등 정보 지원과 관내 5개 대학에 '창업 교육센터, 창업농아리 지원' 사업을 전개할 것이다. 또한 중소기업 육성 사업 지원, 특허 등 출원 지원, 민자아파트형 공장 건립지원, 중소기업 공동브랜드인 '어울리오' 육성과, 우수상품의 판로 개척과 '중소·벤처 기업 우수상품 박람회와 우수공예품 개발 지원'을 구제 할 것이다.

지역문화 기반과 지역문화의 저변확산을 위한 방안은.

- 분당구 수내1동에 3천만원의 외자를 유치해 '어린이 종합교육·문화 시설', '성남 시립박물관', '구미동도서관' 건립과, 복합공연장인 성남아트센터를 내실있게 운영해 시민들의 문화의

질을 높이도록 하겠다. 또한 '천립산 봉수지 복원', '모란인쇄 5일장 축제' 등의 개최와, '이무술 집터다지기', '쌍용거름다리기' 등 지역 전통민속예술 계승과 '성남문화예술제', '성남세계민속예술 축제' 등 성남을 대표하는 다양한 축제를 개최 할 계획이다.

끝으로 오는 5월 실시되는 지방선거에 출마 여부가 최대의 관심사이다. 이에 대한 입장은.

- 제가 시장 출마를 한다니까 항간에 떠도는 얘기가 다른 시장후보들 보다 나이가 많은 점을 많이 이야기 하는 것으로 알고 있다. 물론 다른 후보자들 보다 나이가 많은 것은 사실이다.

그러나 국·내외를 보더라도 나이에 상관없이 국가를 바르게 이끌어 국민들로부터 추앙을 받는 지도자는 많다.

실례로 프랑스의 드골 대통령은 1965년 75살의 나이로 재선되어 프랑스를 이끌었다. 또한 김대중 대통령께서 72살로 15대 대통령에 취임해 IMF경제위기를 슬기롭게 극복한 전례 등이 있다.

이런 측면에서 정치는 나이로 하는 것이 아니라 오랜 경륜과 경험, 그리고 패기와 결단력이 중요하다고 본다.

물론 100만 시민을 위한 정확을 수행하기 위해서는 건강이 매우 중요하다는 것을 알고 있다. 지금의 건강 상태는 어떠한 출마 예상자와 견주어도 결코 뒤지지 않는다고 본다.

시민 여러분께서 지금까지 저를 믿고 성원해 주신다면 우리 성남의 백년대계를 위해 헌신의 노력을 다해 복된 도시를 만들도록 하겠다. 오익호 기자

지방선거를 불과 5개월여 앞두고 있는 이대엽 성남시장은 지난해 '전국 최대규모를 자랑하는 성남아트센터 개관', '시립오케스트라 창단', '시립국악단 창단' 등 지역문화 발전의 초석을 놓는 계기를 마련했다'며 올해도 시민들의 삶의 질 향상에 시정의 역점방향을 두겠다고 밝혔다. 또한 출마여부에 대해서는 '지금처럼 저를 믿고 성원해 주신다면 우리 성남의 백년대계를 위해 헌신의 노력을 다해 복된 도시를 만들도록 하겠다'고 출마에 대한 강한 자신감을 피력했다. 다음은 이대엽 시장이 밝힌 새해 시정 계획이다. [편집자 주]

악기의모든것! www.dsmusic.co.kr

“동신피아노악기랜드의 새로운 이름입니다.”

DSM DS MUSIC
MUSICAL INSTRUMENT CO.

분당 최대 악기 종합 백화점
야마하피아노 공식대리점, 관현악기, 고급(old)현악기 유럽 직수입 판매, 수리, 악보 ☎ 711-1808 분당구수내동63-2 동신코아1층

죽 · 전 · 패 · 셴 · 타 · 운

The Outlet

올 봄 패션을 리드하는 나! 오늘도 죽전 패션타운에 간다

스포츠웨어 · 용품

SPORTS WEAR

011-266-8073	011-266-2835	011-266-0037	011-266-1138	011-266-1138	011-266-5514
011-266-1142	011-266-3001	011-266-4322	011-266-5127	011-266-9023	011-266-3954

골프웨어 · 용품

GOLF WEAR

011-266-2961	011-266-1067	011-266-5125	011-266-0012	011-261-4488	011-266-0089
011-266-0037	011-266-6055	011-266-7651	011-266-5927	011-266-1135	011-266-0239
011-266-0081	011-266-3079	011-266-2162	011-266-9100	011-266-8115	
011-261-9501	011-266-1123	011-266-5072	011-261-7321	011-266-1625	011-266-895-9523

남성정장 · 트레이드셔널 캐주얼

TRADITIONAL

011-266-9355	011-266-9776	011-266-6188	011-266-0215	011-266-5621	011-266-7038
011-266-2623	011-266-1025	011-266-4745	011-266-8124	011-266-1001	011-266-886-8885
011-266-0343	011-266-4102	011-266-0799	011-266-8185		

캐주얼

CASUAL

011-266-2650	011-266-0211	011-261-8472	011-266-5021	011-266-3074	011-266-4295
011-266-9473	011-266-9636				

숙녀복

LADY LOOK

011-266-4952	011-266-1172	011-266-7475	011-266-9186	011-266-9110

죽 · 전 · 패 · 셴 · 타 · 운

The Outlet

대표전화 031-266-0454

평일 10시 30분~9시 30분까지 주말은 각 매장전화 이용



광주시, 하수물량추첨 배정 '논란일 듯'

38개업체가 참여 4천245세대 추첨, 대부분 광주시 배정

주택건설 사업승인에 필요한 하수물량 추첨배정방식을 놓고 갈등양상을 보여 불리적 충돌이 예상되었으나 광주시는 별 무리없이 수질오염총량관리계획에 따라 공동주택 할당된 하수물량을 배정했다.

광주시는 지난 10월 오후 2시 시청대강당에서 광주시 오염물질 부하량(하수물량)을 무작위 추첨을 통해 배분 했다. 이날 광주시는 배정을 신청한 주택건설업체 및 사업체는 총 38개 업체로 불량 신청은 2만4천 가구로 추첨을 통해 배정된 물량은 경안지구 2천26, 곤지암1천258,오포961 세대 등 총 4천245세대분 물량이다. 추첨순위 방식은 가나다순으

로 추첨순위를 결정했으며 추첨순위에 의해 물량배정 순위를 배분했다.

한편 이날 마지막 경안지구 추첨순위 방식에서는 추상복합의 한 모씨는 "광주시청이 연속으로 추첨순위를 행하는 것은 불공평하다는 이의를 제기해" 광주시청 한번 다른 건설업체 한번 씩 하는 1대1 방식을 선택해 추첨순위 방식을 변경해 진행했다.

권역별 배정순위는 곤지암 라인정밀(164), 박송복산(362), 정일건설(194),박업순씨는 유보물량(261)이며, 오포지구는 총 물량 961세대 중 대림오포주택(1순위135),이케이건설(2순위172),화양개발(3순위160),세화컨트렉션(4순위270),

등으로 배정되었으며, 나머지 6개 업체는 예비후보로 밀려났다.

이번 경쟁률이 가장 치열했던 경안권역은 총 2천26세대의 물량으로 이중 광주시청의 고산2지구가 866세대 분으로 1순위로 배정받고 2순위로 광주시청의 대전3지구 743세대가 확정됐다.

이에 따라 '오포시간'으로 이름이 알려진 정우건설(2천175세대)은 10순위를 배정받아 사업추진이 불가능해졌으며, 경안지구의 총 2천26세대 중 1천169세대가 유보물량으로 고산2지구만 사업이 가능하고 대전3지구는 사업 환경 조건 등 환경부의 이행평가 결과에 따라 사업추진이 가능한 것으로 나타났다.

광주시의 공동주택 하수물량은 2007년도까지 총 8천 세대에 달하지만 추첨에 앞서 96~99년 건설승인을 받은 3천516가구는 이미 정해졌던 기존사업자들에게 배분하기로 되어 있다.

이날 광주시는 추첨과정에서 불리적 충돌도 있을 것으로 예상, 경찰 250여명을 배치하고 광주시 공무원 전원은 비상근무 체제에 들어갔으며, 추첨장에는 관계인 외에는 출입을 금지시켜 추첨과정에서의 특별한 파장은 일어나지 않았다.

그러나 하수물량배정을 받지 못한 발탁업체들 중 물량배정 추첨 도중에 "이번추첨은 무효라고 반발음 예상했으나 별다른 소요 없이 끝났으며 곧 바로 법정소송을 준비중이다"라고 말했다.

광주시, 남한산성 도립공원 시설물 일제점검

5일부터 11일까지 공원시설물 일제점검

광주시는 새해를 맞아 수도권 동부지역의 대표적 관광명소인 남한산성 도립공원 내 시설물 보호와 관광객의 안전사고 예방을 위한 '공원시설물 일제점검'을 5일부터 11일까지 추진했다.

5일 시에 따르면 이번 점검에서는 성

곽 외 8개소의 분해재와 화장실, 약수터, 등산로 표지 등 안내 표지판, 휴식공간 시설물 등을 대상으로 실시하며, 주요 점검사항은 ▲결빙지역 적사물, 모래주머니 보충 ▲도로변 교통안전 시설물 정비 ▲주요 등산로 위험지역 정비 ▲카로

등 누전여부 등이다. 또, 점검결과 이상이 발견될 시 경미한 사항에 대해서는 현장에서 즉시 정비하고 도로시설물 파손 및 성곽보수 등이 필요한 경우 관련 부서와 협의 조치할 계획이다.

"30여년전 이루지 못한 여군꿈 이뤘다"

여성의 사회참여가 활발하게 이뤄지고 있는 가운데 수도권지역에서 최초로 여성들로 구성된 '성남시 여성예비군'이 12일 창단식을 갖고 본격적인 활동에 들어갔다.

이날 육군 55사단 연병장에서 공식 창단식을 가진 성남시 여성예비군은 성남시 재향군인회 여성회가 주축이 돼 출범한 것으로 가정주부,학원강사,회사원 등 다양한 여성 계층에서 지원자가 몰려 무려 3.3대1의 높은 경쟁률을 보여 여성파워를 실감케 했다.

그동안 여성예비군은 백령도를 시초로 파주시 등에서 창설되었지만 이번 성남시 여성예비군은 수도권 지역에서 최초로 구성된 여성예비군이라는 데 의미가 크다. 이날 창설된 성남시 여성예비군은 30대 초반에서 60대 후반까지 다양한 연령의 1백53명의 여성예비군으로 구성되었으며 구단위(수정구,중원구,분당구) 1개소대 규모(49~54명)로 모두 3개 소대가 창설됐다.

여성예비군은 앞으로 연 1회 6시간에

비군 훈련과 지역 예비군 부대 훈련에 동참함은 물론 전시에는 수도권지역 향토방위 작전간 전투근무지원 활동인 급식지원과 환자구호, 기동출발, 편의대응의 임무를 수행하게 된다.

또한 평상시에는 각종 사회봉사활동, 재해,재난시 구호활동, 환경보존활동과 함께 예비전력의 중요성을 홍보하고 수도권 지역안보에도 활동도 수행하게 된다. 이날 여성예비군으로 신고를 마친 김북희씨(52.여,수정구 태평동)는 "30여년전 부모님의 만류로 여군의 꿈을 이루

지 못해 지원했다"며 "군무원이었던 남편과 직업군인이었던 아들을 보며 군에 대한 동정심을 대리만족 해야 했었는데 꿈을 이루게 돼 기쁘다"고 말했다.

한편 여성예비군들 가운데는 중원구 상남동 부녀회장으로 활동중인 이옥영(68)씨가 최고령자로 이름을 올렸고 분당구 지역대 소대장을 맡은 나영순(39·정자동)씨의 경우 현역시절 수도방위사령부 예하 복공부대 출신의 예비역 중사인 것으로 밝혀져 눈길을 끌었다.



광주시, '자연채' 브랜드 출원

광주에서 생산되는 육류 및 과일, 야채 등 농특산물에 대해 특허청에서 '자연채' 브랜드 출원공고를 결정, 올 상반기 중에는 상표등록을 마치고 소비자를 찾아가게 된다.

3일 시에 따르면 이번에 공고되는 '자연채'는 '자연 그대로의 순수 이미지를 담은 농특산물, 즉 무공해 친환경 농특산물'을 뜻하며 지난달 21일 공고, 3~4개월의 공고기간을 거친 후 상표등록을 하게 된다고 밝혔다.

그동안 시는 수질보전특별대책권역과 상수원보호구역으로 지정된 청정지역의 이미지를 살려 친환경농업을 지속적으로 육성·발전시켜 왔으며, 지난해 11월에는 쌀 및 곡분, 곡물제조품 등에 대한 상표등록을 마친 바 있다.

향후 시는 주 재배품목인 친환경토마토와 쌈채류 및 배섯, 고춧질 광주활 등에 대한 상표 사용승인을 거쳐 철저한 품질관리와 적극적인 홍보전략으로 '자연채'에 대한 소비자 인지도를 높이는 한편, 다양한 친환경농업개발과 실천을 통해 경쟁력을 강화해 나갈 것이라고 밝혔다.



새롭게 단장한 격조 높은 분위기 고품격 正統日式 은수사

“오래된 것은 다 이유가 있습니다”

분당최고의 일식명가

은수사는 당신을 최고의 VIP로 모십니다.

초특급 귀빈석

조용하고 아늑한 고품격 비즈니스의 명소

정통일식요리 메뉴

감탄을 자아내는 정성 가득한
일식 정통코스로 맛보는 미각의 절정

최고를 지향하는 서비스

정성을 다하는 완벽한 서비스로 '특별한 맛'의 감동을 더합니다.

손색없는 품격의 점심정식 20,000원



특정식 30,000원 가족특선 55,000원
저녁정식 40,000원 사시미 7만~11만원 (자연사시미)

银



司

은수사



예/약/문/의
031)705-4700

※대형주차장 완비



이수영 성남시의회 의장

“시의회 화합과 사랑 받는 의회상 정립에 주력하겠다”

“누군가는 선택 해야 하고 성남시의회를 이끌어 갈 수 밖에 없기에 부담스럽고 책임감이 크다”며 “100만 시민을 대변하고 시종일관 초심을 잃지않고 봉사하는 마음으로 헌신하겠다.”

지난 11일 실시된 성남시의회 의장선거에서 3차까지 가는 치열한 접전 끝에 21표를 얻어 의장에 당선된 이수영 의장의 첫 마디다.

이 의장은 홍양일 의장의 유고로 인해 공석이 된 의장선출 선거에 출마해 김철홍 의원, 김상현 의원, 오인석 의원 등 4명과 치열한 4파전을 치루며 3차 결선투표에서 최종 승리를 안았다.

당선후 이 의장은 “고 홍양일 전의장의 명복을 빈다”며 “남은 임기동안 시의회의 화합과 시민들에게 사랑받는 의회가 될 수 있도록 혼신의 노력을 경주하겠다”고 밝혔다.

이수영 의장은 2대 시의회에 진출한 제1선 의원으로 4대 전반기 부의장을 지내는 등 의회에서 나름대로 탄탄한 친화력을 인정받고 있다는 평을 듣고 있다.

이수영 의장을 만나 앞으로 시의회 운영에 대한 구상을 들어 보았다.[편집자 주]



이번 의장선거의 의미는.

- 일단 고 홍양일 의장의 명복을 빈다. 남은 시의회 임기중 시의회의 화합과 단결 그리고 시민사회의 신뢰를 얻는데 앞장서라는 의미로 의원들이 선출해 준 것으로 본다.

동료 의원들에게 다시 한번 감사의 인사를 드린다.

앞으로 화합하는 시의회가 될 수 있도록

꼭 동료 의원들의 의견을 수렴해 나갈 계획이다.

당선후 감회는.

- 흥분하신 동료의원들이 많은데도 불구하고 저를 선택해 준 것은 개인적으로 큰 영광으로 생각하고 진심으로 감사드립니다.

앞으로 100만 성남시민과 동료의원 여러분들의 기대에 어긋나지 않게 수도권의 중심도시 성남시의 발전을 위해 최선을 노력을 다할 계획이다.

역점을 두고 추진할 사항은.

- 남은 임기동안 크게 세가지에 역점을 두고 의회를 운영할 생각이다.

첫째는 성남시의회 본연의 임무인 집행부에 대한 감시·견제와 동반자로서 임무를 충실히 완수하는데 앞장 서겠다.

지방정부를 이끌어 가는 양대 축의 버팀목으로 100만 시민의 시정을 끌어가는 이대업 시장과 함께 동반자적인 입장에서 집행기관과 더욱 긴밀한 협력관계를 유지하겠다.

또한 견제와 감시의 내실화를 통해 시정운영의 원만한 조정자 역할을 충실히 수행하고 수준 높은 지방자치 문화가 한층 꽃피어나가도록 하겠다.

둘째는 성남시민의 대변자로서 역할에 충실하고 위원회 활동 지원에 적극

노력하겠다.

또한 의회 운영에 있어서 의원들의 의회활동 기회를 균등히 보장하고 소수의 의견 또한 존중함으로써 민주적이고 합리적인 민의의 전당이 되도록 하겠다.

의회는 꽃인 위원회가 더욱 활발한 의정활동을 펼칠 수 있도록 최대한의 지원을 아끼지 않을 생각이다.

셋째, 시민과 함께하는 정보화와 디지털화를 추진할 생각이다.

속도의 변화와 서로 교감하는 커뮤니케이션의 빠른 대처를 위해 시민 참여와 시민 만족의 사고를 요구하는 “디지털화”가 되도록 하고 의정 활동을 시민들에게 널리 알릴 수 있는 홈페이지를 내실 있게 운영할 예정이다.

앞으로의 계획은.

- 제4대 후반기 의장의 중책을 맡아 새로운 포부나 비전을 밝히기 보다는 그동안 성남시의회가 계획했던 사항들을 정리해 마무리하는 일에 주력할 계획이다.

선진 성남시의회가 더욱 발전할 수 있도록 앞에서 이끄는 데 핵심역할을 해 오셨던 김민자 부의장 그리고 상임위원장과 뜻을 모아 의정을 안정적으로 이끌어 나가는데 모든 노력을 다할 것이다.

오익호 기자



귀사의 마케팅 전략을 성공으로 이끌어 드립니다.

명함 · 전단 · 리플렛 · 카달로그
각종 홍보물 · 현수막 · 홈페이지 제작 등

아름다운 기획

019-473-4142 (김혜영 실장)

분당 TOP뉴스... “국내 최초 자연산 활어 직송센터!”

푸른 바다가 입안으로 넘실~
물 좋고 맛 좋은 활어회의 명가
청·해·진으로 초대합니다.



Menu

청해진(1F)
 점심특선메운팅 5,000원~7,000원
 모듬회와 일품요리 大 110,000원 / 中 90,000원 / 小 70,000원
 청해진스페셜 大 160,000원 / 小 120,000원
 청해진 특별 VIP 코스요리 65,000원(1인기준)

청해진 별관(2층)
(특급호텔식 정통일식)
 점심정식 20,000원 / 저녁특정식 50,000원
 별관특 VIP스페셜 90,000원(1인기준) / 별관스페셜(A코스) 70,000원(1인기준)
 별관스페셜 (B코스) 50,000원(1인기준)

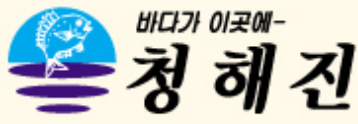


명실상부 분당 최대의 규모를 자랑하는 1F(청해진)일식 횡집과 2F(별관 특급호텔식 정통일식)은 규모만큼 뛰어난 맛과 서비스를 선사하는 청해진에서 모임의 즐거움, 입안의 행복이 배가 됩니다.

분당에서 유일하게 5천평의 직영 활어자랑을 운영해 경상남도 통영, 전라남도 완도, 제주도 등 산지에서 직송하는 싱싱한 해산물을 맛보실 수 있습니다.

편안한 분위기에서 자유롭게 즐기실 수 있는 1층 청해진과 접대·비즈니스 모임에 좋은 안락한 품으로 구성된 2층 청해진 별관이 마련되어 모임의 분위기에 맞게 탁월한 선택이 가능합니다.

200대 동시주차 가능한 1천 평의 넓은 주차장과 주차요금, 별도로 운영되는 노래방 등 편리한 부대시설을 갖춰 처음부터 끝까지 만족의 미소가 떠나지 않도록 모십니다.



· 영업시간 오전 11시 30분~오후 11시
 · 주차시설 200대 동시주차(1천평), 주차안내
 · 차량합승대기, 직원(알바가능) 수시모집
 · 예약 031-713-7755
 · 별관(2F 특급호텔식 정통일식) 031-716-2277



백남홍 하광상공회의소 회장



광주 중소기업 '첨단산업'에 승부 건다

각종 규제와 그린벨트로 묶여 기업활동 하기에 어려움을 겪고 있는 하광상공회의소의 현 주소는 어떤가.

- 하광상공회의소는 광주시에 4백91개, 하남시에 1백92개 회원사가 소속돼 지역경제 활성화의 중심축 역할을 하고 있다. 현재 하광상공회의소 회원사는 연 매출 30억 이상의 중소기업이 대상이다. 현재 수도권 경제에 대한 우려의 목소리가 높아지고 있는 것이 사실이다. 이제는 수도권 경제 발전에 대한 심각한 고민을 할 시기라고 본다. 우리나라 경제에 있어 수도권 경제가 미치는 영향이 적지 않음을 상기할 때 수도권 경제의 기술정보 인프라의 구축과 신지식의 공유여건 기반에 대한 정부차원의 발상이 이뤄져야 한다고 본다.

광주, 하남의 경우 각종 규제로 인해 기업활동에 어려움을 겪고 있는 것으로 알고 있는데 이에 대한 입장은.

하남시의 경우 시 탄력의 94.8%가 그린벨트로 묶여 있는 실정이다. 광주시의 경우도 상수도 보호구역으로 개발이 제한돼 이 지역에서 기업유지를 통한 지역경제 활성화에는 장애가 너무나 많다. 이런 측면에서 지역의 특성을 살리는 정책이 필요하고 지역실정에 맞는 특화산업 유치가 필요하다. 하남시의 경우 그린벨트의 이점을 살려 무공해 산업을 유지하려는 새로운 사고의 필요성도 제

기된다. 실제로 하남시의 경우 에너지 선의 메카로 지역경제의 아이템 개발에 적극 나서고 있는 상황이다. 이제는 기업의 노력 뿐만 아니라 지자체장의 지역경제에 대한 적극적이고 각별한 애정이 절실하다.

기업인의 입장에서 올바른 기업문화의 정착을 위한 대안은.

- 국부의 창출은 기업의 왕성한 활동에 의해 이뤄진다. 그럼에도 불구하고 어느 곳보다 반(反)기업정서가 높은 우리나라의 경우 국민에 대한 기업정서의 올바른 자리매김이 필요하다. 몇몇 기업의 오류 때문에 전체 기업인이 매도되고 기업활동이 위축되는 정서는 바람직하지 않다고 본다. 하광상공회의소는 새로운 기업문화의 창출을 위해 광주와 하남시에 예산을 요청, 매년 회원사 기업인의 워크숍을 통해 기업 경영전략의 제고와 인재관리 등 수준 높은 커리큘럼을 마련해 운영하고 있다.

지방화시대에 있어 지방자치단체가 지역경제 활성화를 위한 올바른 대안은.

- 현재 300만개의 기업이 국내에서 활동하고 있다. 이중 94.4%가 중소기업이다. 전체기업 중 중소기업에 속한 고용인력이 85.6%에 이르는 상황이다. 또한 국내 총 수출액의 42.2%를 중소기업이 개척해 나가고 있다. 대기업의 경우

성장은 있으나 고용인력은 감소되고 있는 실정에서 고용창출의 키워드는 중소기업의 성장이며 이 성장은 각 지자체의 적극적 지원 없이는 불가능 하다. 그런 의미에서 올 5월 치러질 지방선거에서 예상심 높은 존경받는 인재가 선출될 것을 기대한다. 현재 경기도에는 첨단기업 89 업체가 활동하고 있으며 130억분의 외자유치라는 광복할 만한 성과를 거두고 있다. 특히 광주 또한 오포읍 능평리 1만7천여평의 공간에 주성엔지니어링을 필두로 DVD, 반도체 및 LCD 등 첨단산업 시설이 들어서면 1천명이 넘는 고용 창출 효과를 낼 것으로 보인다. 이런 측면에서 앞으로 선출될 지자체장의 리더십과 지역경제에 대한 새로운 비전 제시는 매우 중요하다. 더불어 광주가 안고 있는 상처를 치유하고 자존심을 살려내는 역량있는 지자체장이 선출되어야 한다고 본다.

기업의 지역사회 환원과 관련한 입장은.

- 현재 지역의 장애인취업센터 이사장을 맡고 있다. 현재 하남에는 5천명, 광주에 7천명의 장애인이 등록돼 있다. 그러나 이들의 취업여건은 매우 어려운 실정이다. 이러한 장애인 취업인력 확대화 사업의 일환으로 작년 10월 4일 이른바 '천사데이' 행사를 개최해 장애인 기금 8천만원을 모아 기탁한 바 있다.

지용진 기자

“ 세계 경제의 흐름을 볼 때 현재 미국 경제는 노쇠해가고 있다. 조만간 한국, 중국, 일본을 중심으로한 동북아 경제가 세계 시장의 패권을 거머쥔 것으로 예상된다. 이들 세 나라가 서로의 장점을 살려 서로 부동켜 안고 '윈-윈' 해 나간다면 동북아경제의 미래 또한 밝을 것이다. 지난 해는 반목과 갈등의 해였던 것 같다. 올해는 화합과 통합의 해가 되어 한다. 기업인은 윤리경영과 투명한 관리를 통해 빈기업정서를 없애야 할 것이며 국가 전체적으로는 민주주의와 시장경제질서가 제대로 존중돼야 할 것이다. ”

전국 꽃 배달 서비스

藝林蘭 꽃 백화점

동양란 · 서양란 · 자생란 · 석부작 · 분재 · 관엽 · 축화화분
선인장 · 근조 · 축화화환 · 꽃다발 · 꽃바구니 · 출장분갈이

분당 031)781-0721~4 서현 031)708-7882 전화카드 결제가능
서울 02)3775-0723 FAX 031)781-0725



바닷가재 푸전 레스토랑
장군

바닷가재 퓨전요리

4인 70,000원



※ 활어회 서비스

가족과 실속있게 즐기는 바닷가재 파티!

고품격 펜션형 바닷가재 퓨전레스토랑 장군수산
칠리소스에 녹아드는 바닷가재 매니아의 요람



숲과 어우러진 펜션형 등나무집에서 맛보는 캐나다산 랍스타와 러시아 킹크랩.
4인 7만원의 저렴한 바닷가재 퓨전요리로 연말연시를 가족과 함께 맛의 향연을 즐기십시오.
바닷가재 요리의 진수를 맛보는 장군수산은 광주·분당·죽전의 유일한 명소입니다.

메뉴 랍스타, 짬, 구이, 칠리, 버터요리, 바닷가재 퓨전요리(13가지 코스요리, 디저트 제공)
4인 70,000원



씨푸드 **장군**
랍스타 전문점

예약문의 031) 718-1231

등나무룸 완비
주차·연회시설 완비

성남기자협회

“시의원 성적표 매긴다”

자치-정응섭, 경제-장윤영, 사회-유철식, 도시-김유석 의원 등 5명 선정

이번에 우수 시의원을 선정해 발표한 성남기자협회는 지역에서 활동하고 있는 온라인과 오프라인 신문들과 지역 방송 기자 등이 참여해 만든 단체로 지난 제2대 시의회에 대한 우수 시의원 평가를 시작으로 지난해에 이어 세 번째 우수 시의원을 선정해 발표하고 있다.



2005년 우수 시의원으로 선정된 시의원들. 좌로부터 정응섭(수진2동), 장윤영(산성동), 유철식(신홍3동), 김유석(중동) 시의원.

지방의회 유급화 등으로 오는 5월 실시될 지방선거에 후보군이 풀리면서 지방의회 의원들의 자질문제가 새로운 화두로 등장하고 있다.

이러한 시점에서 성남지역에서 현장 취재 활동을 하고 있는 평기자로 구성된 성남기자협회가 시의원의 의정활동에 대한 성적표를 매겨 관심이 모아지고 있다.

성남기자협회는 최근 지난해 의정활동을 가장 충실히 한 시의원을 상임위원회별로 1명씩 선정해 발표했다.

이와 관련 기자협회는 지난 16일 시청 브리핑룸에서 우수 시의원 시상식을 가졌다.

성남기자협회는 지난해에 이어 올해도 행정사무감사 등을 포함한 지난해 시의회 활동을 평가한 결과, 의회운영위원회를 제외한 4개 상임위원회별로 우수 시의원을 선정했다. 이번에 기자협회가 선정한 상임위원 우수 시의원으로는 자치행정위원회는 지난해에 이어 연속으

로 정응섭 의원이 선정됐으며, 이어 도시건설위원회는 김유석 의원이 선정되는 영광을 안았다.

성남기자협회는 우수 시의원 선정을 하면서 여론과 달리 다면평가방식을 도입, 각계각층의 목소리와 함께 시의원 40명에 대해 전화, 이메일 등을 통해 상호 평가를 처음으로 실시해 공정성을 높여려고 시도했다.

또한 협회의 일방적 결정에 대한 반발을 없애기 위해 각 항목별 점수제를 도입해 시의원들의 시정 질문 현황과 출석률, 의원발의 건수 등 기본적인 활동사항에 대해서도 놓치지 않고 평가 대상에 포함시켰다.

특히 기자단 평가에서는 회원사 평가와 함께 기자 평가를 공동으로 진행시켜 지난 1년간의 시의회 활동을 객관적으로 정리하는 기회를 마련하기도 했다.

이번 우수 시의원으로 선정된 정응섭 의원은 각종 기본적인 활동뿐만 아니라 시의원 상호 평가 등 전체 기준에서 상

당히 좋은 평가를 받고 있어 전체 40명 의원 중 가장 높은 점수를 받기도 했다.

더구나 정 의원은 지난해에 이어 4개 상임위원회 중 유일하게 연속 우수 시의원으로 뽑혔다.

장윤영 의원은 경제환경위원회에서 1차 논의한 결과, 상임위원회 지지를 얻은 상태에서 출발했지만 여타의 평가에서도 골고루 점수를 얻어 일찌감치 유리한 고지를 점령했다.

유철식 의원은 사회복지위원회 상호 평가에서 좋은 성적을 내는 등 전체 평가에서 골고루 점수를 얻어내 지난해 선정됐던 윤준모 의원을 크게 앞질러 새롭게 우수 시의원으로 뽑혔다.

특히 사회복지위원회는 소속 의원 절반이 넘게 고른 점수를 보여 활동이 가장 왕성한 상임위원회로 나타나기도 했다. 김유석 의원은 막판까지 장대훈 의원과 점진을 보였으나, 올해는 장 의원이 밀렸다.

지난해는 김 의원이 장 의원에게 우수 시의원 자리를 빼긴 바 있다.

이번에 우수 시의원을 선정해 발표한 성남기자협회는 지역에서 활동하고 있는 온라인과 오프라인 신문들과 지역 방송 기자 등이 참여해 만든 단체로 지난 제2대 시의회에 대한 우수 시의원 평가를 시작으로 지난해에 이어 세 번째 우수 시의원을 선정해 발표하고 있다.

시민여러분. 새해 복 많이 받으십시오.

우리는 100만 시민과 함께 합니다

『믿음주는 시정 만족하는 시민』
2006년에도 성남시는
100만 시민의 삶의 질 향상과
『다함께 장사는 복지도시 건설』을
위하여 최선을 다 하겠습니다.

성남시
www.cans21.net

“실력으로 편견의 장을 넘다”

문화 · 예술계 기득권 가진 소수만의 잔치폐선 안돼

신진 작가들 세계에 선 보이는 문화사업에 전력하고파



제니리는(45) 무엇보다 '도전'이란 단어에 매력을 느낀다. 오늘의 그가 있기까지 누구의 도움 없이 혼자 그의 앞길을 개척해온 '뫼심'의 원동력이기에 더욱 그렇다.

“나는 한 가지 이미지를 만들기 위해 쫓고 다시 그것을 지우고 또 다른 이미지를 덧씌우는 반복된 과정을 통해 새로운 현상과 나 자신만의 색깔과 형태를 만들어 간다.”

작가 제니리(45)는 자신의 작품을 “자연과 인간의 관계를 표현하고 단순화시켜 자신을 투영하는 도구”라고 말한다. 그는 문리대를 나와 한동안 가정이란 울타리 속에서 평범한 주부로서 사회복지학 전공자로서 한국보호관찰협회 초대

부회장으로 활동하는 등 그림과는 거리가 먼 곳에 있었다.

“지난 2002년 캐나다 밴쿠버에서 저의 재능을 그곳 현지의 큐레이터를 통해 실감합니다. 화단의 문턱이 높은 국내와 달리 실력과 예술성으로 평가해주는 그곳의 환경이 작가로서의 도전을 가능케 했습니다.”

제니리는 정규적인 그림 교육을 받지 않았다. 그림에도 그는 자신의 작품에 대한 자신감으로 넘쳐 있었다.

공간에 대한 심도 있는 깊이의 재구성

그에게 이런 자신감을 심어준 요소 중의 하나가 독일 베를린 미대에 수학하는 여동생을 찾았을 때 발견한 독일 화단의 ‘예술촌’이다. ‘형식이 세상의 미적 가치를 규정하는 게 아니라 미적 가치가 형식을 뛰어넘는다’라는 확신의 시작이었다.

이는 캐나다에서 제니리 갤러리를 오픈하고 미국, 캐나다, 시애틀, 로스앤젤레스를 거치는 북미 순회 전시회와 중국 상하이의 전시회 등을 통해 그의 작품 세계를 인정받는다.

“국내에서의 전시회는 적지 않은 진통이 있었습니다. 작품성보다는 어느 학교를 나왔느냐가 우선되는 현실이 국내 예술계를 더욱 후퇴시키는 요소로 보입니다.” 이번 연장선에서 작년 봄에 치른 인사동 전시는 의미있는 일이었다.

더욱이 분당 갤러리에서 지난 4월부터 오는 31일까지 치러지는 ‘제니리 개인전’은 그에게 뜻 깊은 전시회가 될 전망이다.

“앞으로 유망한 작가를 발굴해 세계에 선 보일 수 있는 통로를 개척하고 싶습니다. 문화가 국가의 경쟁력으로 자리잡은지 이미 오래입니다. 진정한 문화 강국의 위상으로 자리잡을 수 있기 위해선 문화·예술계가 기득권을 가진 소수만의 잔치가 폐선 안 될 것입니다.”

그는 무엇보다 ‘도전’이란 단어에 매력을 느낀다. 오늘의 그가 있기까지 누구의 도움 없이 혼자 스스로의 앞길을 개척해온 ‘뫼심’의 원동력이기에 더욱 그렇다. 이번 전시회를 기획한 갤러리의 김용석 팀장은 “문화적 다양성을 포용하고 신진 예술인을 선보이는 문턱 낮은 분당 지역민의 문화 갤러리로서 갤러리가 자리매김할 시간이 될 것”이라고 기대했다.

갤러리는 지난 2003년부터 다양한 콘텐츠의 기획전을 통해 분당 지역 문화·교양의 힘터로 많은 노력을 기울여 오고 있다.

제니 리 Jenny Lee

1964 미시간주 마이클 출신
1987 연세대학교 대학원 졸업, 문학석사
2005연세대학교 미술대학원 수료
Jenny's Gallery 운영(Canada)
미국의 캐나다, 중국 등에서 Art dealer로 활동
2004-5(인연)뉴욕교회, 상하이, 밴쿠버, 몬트리올, 시애틀, L.A)
2004-5(도류)밴쿠버, 시애틀, 샌프란시스코, 뮌헨, 서울 등
최 수상한 미술인 협회 회장
뉴욕 미술인 협회 회원
한국 국제 미술인 협회 회장
BC주 미술인 협회 회장(Vancouver, Canada)
한국회 회원



북리뷰

분당에 위치한 갤러리 등에서 지난 4월부터 오는 31일까지 Jenny Lee의 개인전이 열렸다. 작가는 대공 속을 뚫고가는 그리스신화의 에리크르네와 저지의 관계를 주축하며, 세상의 평행한 강점으로 묘사하는 타자의 모험을 예술가의 영혼의 속행으로 받아들이고, 생생한 소용, 생명이 해체되는 유희의도 같은 열망의 반복을 통해 펼쳐진 새로운 세계는 어, 허나 그녀의 상상 속에서 만들어낸 이야기의 세계이다. 그녀의 작품은 한 가지 이미지를 만들기 위해 쫓고 다시 그것을 지우고 또 다른 이미지를 덧씌우는 과정을 통해서 세상의 인간적 관계를 재구성하며 작가의 상상 속에서 재 창조된 수십 개의 세계의 수십 개의 이야기로 녹여낸다. 하지만, 절호의 세계가 타자의 무궁한 그리움의 세계는 아니다. 작가는 극도의 단순함과 채워지지 않은 공간으로 타자의 힘을 보태는다.

민족통일성남시협의회 김종균 회장

“통일운동 대중화 물꼬 트겠다”

민족통일성남시협의회 제 14대 회장으로 지난달 15일 취임한 김종균 회장은 '창립 24년이라는 긴 시간을 통해 민족통일협의회가 민간 통일운동을 주도적으로 승화시켜왔다'고 강조하며 '앞으로 열정과 용기를 가지고 평화통일을 위한 작은 토대를 마련하겠다'고 말했다. 김회장은 본지와 인터뷰에서 '민통의 활동이 본 시가지가 많은 활성화된 반면 미진했던 분당지역의 활동을 심화·확산 시킬 수 있도록 동참할 수 있는 다양한 운동 아이템을 개발하겠다'고 밝혔다. 김회장은 특히 '성남시 대로의 한결에 무궁화동산과 조국의 평화통일을 기원하는 기념탑을 세워 100만 성남시민의 통일 의지를 승화시켜 나갈 계획'이라고 덧붙였다. <편집자 주>



민족통일성남시협의회 김종균 회장

창립 24년이라는 긴 시간을 통해 본 협의회가 실시해 오고 있는 통일운동인 '나라꽃사랑 무궁화 심기' '광복절맞이 태극기달아주기' 초·중·고 일반을 대상으로 하는 '한민족통일문제제전' 행사를 주축으로써 모자가정돌기, 통일강연회, 무궁화전시회 등 다양한 통일사업을 진행해 통일을 앞당기는데 박차를 가하고 있습니다.

2004년에는 통일영원 금강산기행을 본 협의회는 대북화해 협력정책의 성과를 계승·발전시킨 '평화번영정책'을 추진하면서 대북정책의 새지평을 열며 성남시협의회가 앞장서서 후세대에 통일된 조국을 물려주는데 조금이나마 역할을 하고 싶습니다.

통일운동의 대중화에 대한 성남시협의회와 향후 구상은.

우리민족 모두가 통일을 염원하고 소원하면서 막상 통일운동에 소홀히 하거나 어떻게 통일을 준비해야 하는지 몰랐던 것 같습니다.

특히 본 시가지는 많은 활성화가 됐으나 분당지역에는 미진한 것 같습니다.

통일의 의지를 심화 확산시키고 통일운동을 하고 싶으나 방법을 몰랐던 사람들을 위해 민통협을 알리고 동참할 수 있도록 노력할 것입니다.

아울러 홈페이지 구축을 통해 쉽게 온라인 상에서 통일을 위해 참여하게 할

방법들을 서로 교류하면서 방법을 모색할 수 있도록 홈페이지 구축을 완료한 바 있습니다.

향후 민통이 추구할 과제와 지향점은 무엇인지.

민통협은 다양한 통일운동으로 전국에 많은 회원들이 적극 참여하며 통일 일꾼으로 열심히 활동하고 있습니다.

앞으로 당면해 있는 북핵문제의 평화적 해결을 위한 여건조성, 남북대화 확대발전, 남북교류협력의 활성화 및 제도화, 사회문화교류의 다변화, 이산가족문제, 남북자 극근포로문제해결, 새터민 보호와 정착지원과 인도적문제해결 등 다양한 문제가 있으나 다방면에서 각 협의의 단체와 협력해 실시해 나가야 할 것 같습니다.

본 협의회는 시민에게 가까이 피부로 느낄 수 있는 사업의 하나로 협의회의 오랜 숙원이기도한 통일탑 건립의 실현을 통해 지역민들이 통일의 의지를 가질 수 있도록하겠습니다.

더불어 지역민의 힘으로 무궁화동산을 만들어 후세대가 우리는 하나라는 마음을 가질 수 있도록 기반조성하는데 열정과 노력을 아끼지 않을 것입니다.

여러모로 어려운 여건임에도 통일운동의 선도자로서 통일기반조성과 지역 사회 발전에 헌신적으로 수고하신 회원 여러분께 감사드립니다.

tip

민족통일중앙협의회 [民族統一中央協議會, The Central Association for National Unification of Korea]

약칭 민통이라고도 한다. 1981년 대한민국의 민간청구기능을 수행하고 통일기반 조성을 목적으로 발족한 민간 주도의 초당적 사단법인이다.

1977년 12월 통일연구소 이수자들을 중심으로 시작된 민간통일운동은 1979년 1월 전국통일포럼대회와 3월 남북한 당국간의 대화를 촉구하는 1천만인 서명운동을 벌이는 등 활동을 하다 1981년 5월 14일 민족의 평화통일을 위한 민주역량 배양을 목적으로 통일공협회의를 발전적으로 해체하고 민족통일중앙협의회를 결성했다.

자유민주주의를 기초로 하고 자주·평화·민주를 기본원칙으로 하는 화해협력, 남북연합, 통일국가의 3단계 통일방안을 주장한다. 조직은 중앙협의회에 총회·중앙지도위원회·중앙자문위원회·사무처를 두고, 산하에 시·도·군·구 협의회를 두고있다.

취임의 변을 부탁드립니다.

세계의 많은 민족 중 유일하게 분단된 우리 한반도가 남북의 궤차상을 걷어내는 사명과 통일 이후의 그날을 대비하는 순수 민간인 단체로 앞장서 실현하는데 그 으뜸에 성남시협의회가 있다고 생각합니다.

통일운동에 있어 꿈과 이상으로 끝나지 않는 현실이 아닌 작은 목표나 구체적인 실천하는 자세로 자라나는 우리시 어린이와 시민에게 조국의 평화통일을 홍보하고 위대한 민족통일을 실현하는데 작으나마 제 열정과 용기를 쏟고 싶습니다.

민족통일성남시협의회가 추구할 통일운동의 방향은 어떤 것인지.

full 디자인은 + 가 아니라 - 다

* 풀 디자인은 무결점을 지향합니다.

전단지 | 카달록 | 리플렛 | 명함 | 스티커 | 신문 | 배너 | 현수막 등 각종 인쇄물

'정어리펍타이드'

고혈압 개선에 탁월한 효과

지난해 99년 일본의 후생성은 '정어리 펍타이드'가 고혈압을 개선하는 특징보 건용 식품으로 인정받았다.

일본 후생성의 인정은 정어리펍타이드가 안전한 기능성식품이면서 고혈압 개선의 유용성을 인정한 것이라는 해석. 그렇다면 기능성 식품이란 무엇인가. 본질적으로 식품이고 약같은 부작용이 적기 때문에 매일 지속적으로 먹을 수 있어 일상적 폰트류가 유효하다.

그렇다면 고혈압증에 대해 알아보자. 고혈압은 생활습관병의 모태라고 해도 과언이 아니다.

일본의 경우 4명 중의 한명이 고혈압을 앓고 있을 정도다. 그 비율은 계속 증가 추세에 있다. 현대의학은 여러가지 방법으로 혈압을 내릴 수 있는 약을 준비하고 있다. 실제적으로 혈압을 내리는 게 사실이다.

그렇지만 일단 내렸던 혈압도 약을 끊으면 그 수치가 다시 올라간다. 반동작용인 것이다. 이런 고혈압증환자에게 안심을 주는 건강보조식품으로서 '정어리 펍타이드'는 어떤 도움을 주는 것일까.

혈압을 다만 단순히 기계적으로 내리는 것이 아닌 "정상치로 조절한다"는 특징을 가진다. 다시 말해 정어리펍타이드는 과하게 마셔도 정상치 이하로 혈압을 내리지는 않는다.

또한 음용을 중단해도 3-4주간 강압 효과가 그대로 지속되며 혈압강화약과 같은 반동작용이란 부작용이 없다.

고혈압 가족력에 있어서 나이가 들어 가면 연령가 고혈압을 일으킬 위험성이

높은 사람에게 예방작용을 하는 효과가 있다. 즉 발병을 예방하는 예방식품으로서 그 효능이 탁월하다.

생선을 자주 먹는 사람들에게 고혈압이나 고콜레스테롤이 적다는 것은 잘 알려져 왔다. 그 이유는 몇 가지가 있겠지만 먼저 의학적으로 해명된 것이 등푸른 생선에 함유된 '고도불포화지방산'이다. 이것은 혈소관을 억제하고 혈전 생성을 방지하며 콜레스테롤을 제거하는 효능을 지닌다.

뇌의 발달이나 시력 향상에도 도움을 주고 노화방지, 항종양작용에도 유용한 것으로 알려졌다.

한방전문의의 입장에서 오랫동안 정어리에 숨어있는 심오한 건강보존력을 연구해왔던 키타가미시 심전당약국의 쿠미가이 약사는 정어리는 단순한 식품이라고 보지 않는다.

"정어리는 바다의 왕이라해도 좋은 생선"이라고 말하는 그는 "뛰어난 천상의 약품이다"고 극찬한다.

어떠한 메카니즘으로 정어리펍타이드가 혈압을 정상화시키는 것일까.

그것은 정어리펍타이드에는 체내에서 생성되는 비펍타이드(인지오렌신 3-4)와 같은 물질이 함유돼 있다는 것이다.

다음은 정어리펍타이드를 복용한 도쿄의 야마구치(52)씨의 케이스다. 야마구치씨는 저혈압증으로 항상 건디전이 좋지 않았다. 그 때문에 항상 두통, 어깨 결림에 괴로워했다. 몸이 차서 밤에도 잠을 이룰 수 없을 정도였다.

피부도 거칠어져 걱정이었다. 게다가

야마구치씨는 콜레스테롤도 높아 330이었다. 요산치도 높았기 때문에 통풍 발증도 우려했다.

지난 99년부터 야마구치씨는 정어리 펍타이드를 먹기 시작했다. 50세가 된 남편의 혈압이 격정되서 먹었는데 자신도 남편과 함께 먹게 된 셈이다.

야마구치씨 부부는 보통 1일량으로 정해진 820그램의 반을 먹었지만 두 사람 모두 자각적으로는 1개월을 마쳐어도 특별한 효과가 느껴지지 않았다.

"그래서 나는 바로 말했던 것입니다. 조금도 효과가 없다고 그러자 대학생인 아들이 '어머니 항상 몸이 차서 잘 주무실 수 없다고 했는데 요즘 잘 주무신다'는 말을 들으니 조금 납득이 돼 2개월째 먹게 했다."

2개월의 복용이 끝날 즈음 그의 얼굴이 반들반들해져 피부가 대단히 부드러워졌다. 그는 원래 화장품을 바르지 않았다. 3개월에 들어서자 어깨결림이 깨끗이 사라졌다.

문의 : 031-714-2243, 017-227-5173

두 사람이 먹기 시작한 지 5개월째 야마구치씨의 요산치가 정상화됐다. 그해 10월 검사에서 기대했던 혈압이 98mmHG/70mmHG으로 올라간 것이다. 현대 의학적으로 보아도 개선이다. 고혈압을 내리는 약은 있어도 저혈압을 치료하는 결정적인 약은 아직 없기 때문이다. 원지 안심할 수 있는 날엔, 무언가 있달도 생활기능이 정상화돼 말하자면 조속히 발렌스 회복기능이 작용해 건강 한 날들을 유지시킬수 있을 것이라는 안심. 정어리펍타이드는 그럼 인생의 날들을 가만히 바로 옆에 지켜줄 것이다.



나눔의 이웃 결식아동우원의

"작은 정성 모아 큰 사랑으로..."

TEL 031)702-8583 FAX 031)702-5583 경기도 성남시 분당구 분당동 97-11호

후원금 계좌번호 ■KB국민은행 368501-01-057621 ■우리은행 1005-000-911991

와인을 사랑하는 사람들의 모임

“와인을 통해 문화를 마신다”

와인 특유의 '여유' '풍성함' '배려'의 독특한 정신적 문화 향유



와인하면 프랑스를 떠올린다. 이를테면 '와인의 본고장'이라 알려질 만큼 프랑스 사람의 와인에 대한 사랑이 남다르기 때문이다.

프랑스를 넘어 이제는 국내에서도 대중화된 '술' 이상의 음료로 인식되고 있는 와인 마니아의 열기를 분당에서 느낄 수 있는 곳이 있다. 정기적인 와인 모임

레드 와인은 주로 느끼하기 쉬운 육질의 음식에 어울리며 화이트와인은 생선류와 그 궁합이 맞아 취향에 맞게 즐길 수 있다.

을 통해 한국적 와인문화의 새로운 전형을 쓰고 있는 와인 동우회 모임인 '와인을 사랑하는 사람들의 모임'이하 와사모·회장 이성균)을 엿보았다.

지난달 8일 정기 행사로 개최된 '와사모'의 모임은 새로운 파티 문화의 틈새를 여는 새로운 시도 이상의 의미를 지녔다. 구수한 한국적 정서와 함께 예의와 품격을 중시하는 '서구파티' 문화의 적절한 조화를 통해 회원 상호간의 인간적 유대와 교류를 느끼는 의미 있는 행사들이 진행됐다.

와사모의 전경희 총무에 따르면 와인은 들이 한 방울도 들어가지 않는 천연음료로서 단 한 잔만으로도 자리의 분위기를 깨지 않고 낮가림 없이 천속해지는 신비감을 지닌 술이다.

레드 와인은 주로 느끼하기 쉬운 육질의 음식에 어울리며 화이트와인은 생선류와 그 궁합이 맞아 취향에 맞게 즐길 수 있다. 회원들은 한결같이

와인모임의 장점을 넘치지도 부족하지도 않은 '여유'라고 답한다.

무엇보다 와인의 장점을 '대화를 하며 마실 수 있는 부담 없는 술'이라고 정의 내린 그들은 건강면에서나 경제적인 면에서나 앞으로 대중적인 소주 이상의 인기를 누릴 것으로 예상했다.

한 회원의 표현처럼 청바지를 입었을 때와 흰복을 입었을 때의 느낌이 다른 것처럼 와인 또한 특유의 '여유' '풍성함' '배려'의 독특한 정신적 문화를 향유할 수 있다는 것. 바로 이러한 기초가 와사모를 통해 분당 지역민을 하나로 묶는 격조와 품성을 우려내고 새로운 문화 전초기지로서 그 역할을 북돋아 할 것이라는 기대다.

모임을 이끌고 있는 이성균 회장은 "성남·분당 지역을 사랑하는 사람이라면 누구에게나 오픈해서 좀 더 규모 있는 모임이 되도록 할 것"이라고 강조했다. 더불어 모임의 내용도 테마별로 와인을 연구 테스트할 수 있도록 좀 더 깊이 있는 모임으로 발전시킬 포부를 밝혔다.



김 한 수 50
21세기 콜러니

와인과 건강

와인에 건강에 좋다는 사실은 프랑스 의사인 레너드 박사가 와인에 관한 새로운 결과를 Epidemiology 잡지에 발표한 이후 본격화 됐다. 그는 매일 2-3 잔의 와인을 마실 경우 사망률을 30% 이상 줄일 수 있다고 했다.

"와인은 심장질환 뿐 아니라 대부분의 암도 예방한다"며 "내자신도 의심스러울 정도이다"라고 그는 말했다. 이 연구는 프랑스 동부에 거주하는 3만4천명의 중년 남녀를 대상으로 한 것으로 하루 20-30 그램의 와인을 마실 경우 관상동맥질환의 위험을 최소한 40% 이상 감소시킨다는 결과를 바탕으로 한 것이었다.

레너드는 1991년 미국의 한 토크쇼에 출연하여 '프랑스인의 역할'에 대해 소개함으로써 미국에 와인 붐을 일으킨 바 있다. 그 이후에도 여러 연구에서 이러한 효과는 입증되어서 하루 2-3 잔의 와인은 관상동맥질환을 35%, 암을 18-24% 감소시킨다고 알려지게 됐다. 그러한 연구결과는 흡연 여부, 직업의 종류를 불문하고 일치하였다. 미국에서 행해진 최근의 연구에서도 어떤 종류의 술이건 심장질환의 위험을 감소시킨다는 것이다. 와인은 우리 몸의 좋은 콜레스테롤인 HDL 콜레스테롤을 높인다.

동맥경화증의 여러 위험인자 가운데 HDL 콜레스테롤이 45 mg/dl 이상 되면 위험인자가 하나 줄어드는 것으로 간주할 만큼 HDL 콜레스테롤의 역할은 중요하게 간주되고 있다. 그런데 이 효과는 와인 뿐만 아니라 여러 종류의 술에서 어느 정도는 일치된 결과를 보여 준다.

둘째로 와인에는 폴리페놀 같은 항산화 물질이 많이 들어 있기 때문이다. 이 물질은 포도의 껍질이나 씨에

주르 함유되어 있으며 탄닌, 안토시아닌, 카테킨 등으로 구성돼 있다. 우리 몸 속에는 각종 지방질을 산화시켜 세포의 노화와 손상을 초래하는 활성산소가 있는데, 폴리페놀은 활성산소를 제거하는 항산화제 역할을 하며, 특히 심장혈관에서 좋은 작용을 한다. 뿐만 아니라 동맥경화의 원인인 콜레스테롤의 산화도 억제해 심장질환 발병의 위험을 줄여 주는 것으로 밝혀지고 있다.

이 페놀 화합물은 와인에만 들어 있는 것은 아니다. 대체로 색깔이 진하고 쓴 맛과 짙은 맛을 지닌 과일이나 채소, 녹차 등에 많이 들어 있다.

다만 와인은 알코올과 항산화제를 풍부하게 가지고 있기 때문에 그 작용이 더 큰 것이다. 이러한 특성은 와인만이 가진 것으로, 다른 알코올 음료나 과일, 채소류와는 비교할 수 없는 가치를 지닌다. 그래서 다른 술보다 와인이 건강에 좋고, 또 항산화제가 많으면서 알코올이 없는 포도 주스나 녹차 같은 식품보다 와인이 더 건강에 좋다고 말할 수 있는 것이다.

폴리페놀은 레드와인의 경우 1리터당 1-3g, 화이트 와인에는 1리터당 0.2g 이 각각 함유되어 있다. 건강과 관련해서 레드와인이 선호되는 이유도 바로 여기에 있다.

셋째로 와인의 정신적인 효과를 무시할 수 없다. 와인을 마시며 식사를 하면 천천히 먹게 된다. 여유 있게 이야기를 나누며 음식의 맛을 느끼며 음식을 즐기게 된다.

정신 건강에 도움을 줄 수 밖에 없다. 그러나 와인을 무조건 많이 마시는 것이 도움이 되는 것은 아니다. 와인을 마시는 정도와 사망률을 비교한 연구들은 이들의 상관관계가 J커브를 보인다고 한다.

즉 매일 와인을 2-3잔 마실 때 가장 사망률이 낮고 5잔 이상을 마실 때는 오히려 사망률이 증가하는 것이다. 간 질환이나 암의 발생이 오히려 증가하기 때문이다. 따라서 적당량의 와인을 마시는 것이 좋다. 또한 와인도 일종의 과실주이기 때문에 와인을 많이 마셔 취하게 되면 그 다음날 숙취 현상이 심하게 나타나기도 한다.

꼼꼼히 살펴보는 퇴직연금제 [제 1 편]

tip

퇴직연금제 '그것이 알고싶다'

지난해 12월 시행... 노령화 사회에 대한 새로운 대안



지난해 12월 근로자퇴직급여보장법이 본격 시행됐다. 이에 따라 퇴직연금의 시행에 따른 관심이 집중되고 있다.

퇴직연금제 도입의 배경은 인구의 급속한 노령화에 기인한다. 다시말해 짧은 근로연수에 비해 긴 노후생활에 대한 제도적 대책이 필요하다고 정부가 판단했기 때문이다. 기존 퇴직금 제도 또한 노후 소득의 보장이 미흡하고 직장 이동시 통산이 불가능, 기업도산시 수급권 보장이 미흡해 5인 이하 사업장의 취약 근로자 적용이 배제되는 등의 문제점에 대한 대책이 필요했다.

국제적 시각에서는 글로벌 세계은행과 OECD가입국에 상응하는 기업연금 도입 권고가 있었다.

퇴직연금제도는 현행 퇴직금제도를 근로기준법에서 분리해 새로이 퇴직연금제도와 함께 퇴직급여제도로 총칭해 '근로자퇴직급여보장법'으로 포괄하고 있다. 현재 퇴직시 일시금으로 받는 퇴직금을 퇴직후 일정연령(55세)에 달한 때부터 연금을 받을 수 있도록 한 게 특징이다. 단 근로자가 원하는 경우 퇴직시 일시금 수령이 가능하다.

기존 시행되고 있는 국민연금만으로 충분한 노후생활 재원이 마련되지 못하는 현실에서 퇴직금제도를 연금제도로 전환해 신진근형의 3층 노후소득보장 장치를 마련키 위함이라는 분석도 주요하다.

퇴직연금제도를 종류별로 분석하면 확정급여형과 확정기여형, 개인퇴직계좌제도로 나뉘볼 수 있다.

여기서 확정급여형은 근로자가 받을 퇴직금이 사전에 확정되고 사용자가 부담할 금액은 적립금 운용결과에 따라 변동될 수 있는 퇴직연금제도를 말한다.

이 경우 연금처리방식에 의해 산출된 보험료를 납부해야 하며 기업은 다양한 펀드 중 1개 이상을 선택해 적립금을 운용한다. 적립금 운용에 대한 책임은 기업에 있으며 연금가입은 10년 이상으로 55세 이상이어야 수령이 가능하다.

확정기여형은 동일 직장에서 장기간 무하고 정년 퇴직하는 경우에 유리하며 지급약속을 이행할 능력이 있는 재무상태가 양호한 기업에 적합하다. 덧붙여 퇴직급여 수급권 확보를 위해 적립수준을 점차 늘리는 것이 바람직하다고 관계자들은 전망한다. 확정기여형은 사용자가 부담해야 할 부담금을 사전에 정해 근로자 개인별 계좌에 적립하고 근로자 스스로 적립금을 운용하는 퇴직연금제도다.

근로자는 연간 임금총액의 12분의 1

이상을 납입해야 하며 원하는 경우 추가 납입이 가능하다. 적립금의 운용수익 및 손실에 대해 근로자가 책임을 지며 위험자신 편입한도를 40%로 제한하고 있다.

확정기여형은 운용수익에 따라 퇴직급여액이 변동되며 이 경우도 연금가입은 10년 이상, 55세 이상이어야 수령이 가능하다.

직장이동이 빈번하거나 연봉제를 실시하는 기업에 적합하며 적립금 운용 책임이 근로자에게 있으므로 이에 따른 정보와 교육을 받는 것이 중요하다.

마지막으로 개인퇴직계좌제도는 근로자가 퇴직시 퇴직일시금을 은퇴시점까지 적립했다가 노후자금으로 활용할 수 있도록 마련한 제도다.

이 제도는 퇴직급여를 일시금으로 받는 근로자를 가입자격으로 한다. 퇴직금의 전부 또는 일부를 일시에 납입하며 확정기여형과 유사하게 적립금이 운용된다.

쉽게 풀어보는 재무용어 '포트폴리오'

그 어느 때보다 부자열풍, 재테크열기로 뜨거운 한 해를 보냈다. 개같이 받았든, 짐승같이 받았든 조금이라도 더 벌리고 싶은 것은 누구나 당연지사. 특히, 주식시장의 활황과 더불어 (주식형)펀드의 인기는 기하학적인 한 해를 대표할 만한 경제적 화두였고, 올해도 이러한 분위기는 이어갈 것으로 보인다. 한편, 전문가들은 수익률에 일치일비하는 자산투자방식을 우려하며, 개인의 투자목적과 투자성향에 따른 포트폴리오를 구성할 것을 권하고 있다.

포트폴리오(Portfolio), 이제는 각종 언론매체에서 자주 접하여 친숙한 용어가 됐지만, 이 시점에서 다시 한 번 되짚어 볼 필요가 있겠다. 포트폴리오는 이태리어로 서류끼는 '홀더'라는 뜻으로, 금융상품을 넣는 바구니 즉, 보유금융자산 일명 표로 자신이 보유하고 있는 자산이 금융자산별 또는 종목별 어떤 구조로 되어 있는가를 한 눈에 볼 수 있는 표를 말한다. 그럼 왜 포트폴리오를 구성해야 하는가? 가장 중요한 목적은 분산투자에 의해 투자의험을 감소시키는 데 있고, 동일한 기대수익률이라면 위험이 더 작은 투자를 선택하는 것이 효율적(efficient)이다.

미래에셋CFP 최은진 (문의 : 031-706-0470)

중고 피아노 최고가 매입



YAMAHA

◆피아노부 ◆관악기부 ◆합악기부 ◆국악기부 ◆일반악기부

감동을 함께 만드는 YAMAHA 공식 대리점 www.dsmusic.co.kr

동신티아노 악기랜드

수내동 파크타운 동신포아 1층 **711-1808~9/080-711-1808**

남성을 위한 최선의 노력...
전종관 비뇨기과가 함께합니다.

www.urojeon.com



원장 | 전 종 관

조루수술
성기확대술
귀두확대술





이 중 훈 박사
아름다운여성내과원

갱년기라 괴로우신가요?

여성의 나이가 50을 바라보게 되면 뜻하지 않는 북병이 기다리고 있다. 바로 갱년기라고 하는 것인데, 갱년기가 되면 여성은 난소의 기능이 쇠퇴하여 배란이 잘 안되어 여성의 상징이라 할 수 있는 월경이 불규칙하게 되다가 결국은 폐경이 된다.

갱년기에는 어떤 변화들이 오게 되는가? 이 시기가 되면 몸과 마음 양쪽으로 여러가지 위화증상이 나타나는데 이것을 갱년기장애라고 말한다. 갱년기 장애는 주로 난소에서 분비되는 여성

호르몬의 감소가 원인으로 지적되고 있으나 심인성의 영향도 큰 것으로 알려져 있다.

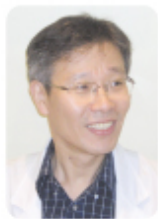
갱년기장애는 크게 국소장애와 전신증상으로 나눌 수 있다. 국소장애로 가장 뚜렷한 것은 성기위축으로 인한 월경불순과 이로 인한 질염, 부부생활의 장애가 있고, 근래 관심이 고조되고 있는 골다공증을 들 수 있다. 골다공증이란 골밀도의 감소로 뼈속에 구멍이 생긴다고 하여 붙여진 병명인데, 폐경 후 에스트로겐의 결핍으로 급격하게 증가되어 노년기의 체구위축, 척추후만, 압박골절 등을 유발하고 요통, 관절통, 퇴행성관절염 등의 원인을 제공한다.

전신증상은 사람에 따라 호소하는 증

상의 종류가 다양하고 수시로 변화하여 일정하지 않으나 갑자기 열이 확 오르면서 땀이 나는 것이 자주 심하게 반복되는 것을 볼 수 있다. 이것이 가장 대표적인 증상이며 이 외에도 가슴이 두근거리거나 두통, 어지러움, 불면, 이명, 불안감 등의 감정과 몸의 일부가 이상한 느낌을 느끼는 경우가 있다. 너무 예민하게 느끼든지 아니면 땀이 가아가는 느낌, 웬지 가려운 느낌 등 다양하며, 소변을 자주 보거나 진뇨감이 있는 경우도 있다. 이 외에도 육체적 노화, 성기능 감퇴, 인생의 허무감 등 심리적 사회적 불안과 갈등으로 갱년기성 신경증이나 갱년기성 정신병을 유발하기도 한다.

이러한 증상들이 있을 때에도 한방 치료는 상당히 효과적이다. 물론 미리 준비하면 더욱 편안하게 갱년기를 맞을 수도 있다. 한의학의 고전인 '황제내경(黃帝內經)'에 의하면 여성은 35세를 기점으로 영양의 소화 및 흡수를 편장하는 양명(陽明)이 쇠퇴하기 시작한다 하였고, 생리학적으로도 35세를 기점으로 골손실량이 골생성량보다 많아지는 것으로 밝혀진 만큼 폐경기를 맞이하여 호르몬을 펴 것이 아니라 35세 내지 42세경부터 미리미리 생활을 통한 예방에 유의한다면 갱년기를 무난하게 맞이하여 건강한 노후를 설계할 수 있을 것이다.

문의 708-7591



신 명 협 박사
삼산부인대소아과

따뜻한 세상이 되었으면

을 느끼고 저희병원에서 태어나는 모든 아기들에게 트보이에분만을 시행하기로 바꾸게 되었습니다.

태어나자마자 엄마의 가슴에서 젖을 때는 모습이라든지 아빠와 함께 트보이에바스를 하면서 너무나 깨끗한 눈망울로 아빠를 쳐다보고 주위를 둘러보는 모습들이 이따금 문득문득 떠오르곤 합니다. 갓 태어난 아무것도 모를 아기의 그 모습이 무척이나 선하게 여겨집니다. 같은 상황이라면 이렇게 스트레스를 받지않고 태어나는 아기가 미래에 따뜻한 세상을 만들어나기라고 생각한다면 과장일까요?

트보이에분만 즉 인공분만은 많은 시설이 필요한 것도 아니고 아주 어려운 시술을 요하는 것도 아닙니다.

단지 작은 정성, 아기에게 쏟은 마음

의 사랑이면 누구나 시행할 수 있는 분만입니다. 아기가 태어나는 순간, 밝은 조명을 어둡게 하여 아기의 눈에 자극을 덜하게 하고, 짜증스러운 기계소리나 의료진의 무뚝뚝한 불친절한 소리 등은 없애고 엄마와 아빠의 평상시 태교할 때 들려주던 이야기, 노래를 듣게 해 줍니다. 그리고 얼른 젖줄을 잘라 아기를 바로 신생아실로 데려가는 것이 아니고 태어나자마자 엄마의 가슴위에 올려주어 엄마를 느끼게 하고 젖을 빨게 해주는 것입니다.

그리고 나서 일정한 시간이 지난 후 아빠가 젖줄을 잘라주고 트보이에바스를 해줍니다. 이렇듯이 트보이에분만은 어려운 것이 아닙니다.

적은 가지수의 반천만으로도 온갖 정성을 다한다면 그 음식은 삶이 되고 배

가 되리라는 것은 당연하지 않겠습니까? 이렇듯이 태어나는 아기에게 성의를 다해야 합니다.

여성으로 태어나 가장 힘든 시기에 하루 이틀의 진통을 겪는 어려운 시간에 그것도 혼자서 의료진에게 혼나가면서 출산을 한다면 너무나 비인간적이지 않습니까? 이제 그러한 열악한 환경에서 벗어나 진정한 축제의 분위기에서 출산을 해야합니다. 그리고 스트레스를 받지 않아 방긋방긋 웃는 듯한 아기를 보아야 할 때가 되었습니다.

이제 새해가 되면 더욱 많은 산모와 아기에게 당연히 그 권리를 지킬수 있도록 도와야 하겠습니다. 그러하여 그들이 풍성한 사람스러운 대접을 받게 되었으면 좋겠습니다.

문의 711-5005



진 중 관 박사
전통안노기피부외원

인공피부를 이용한 확대술

화에 대한 관심이 적극적으로 표현되면서 고계속인 남성을 회복시켜주는 음경확대술이 이제 보편화 되기 이르렀다. 처음 90년대 초반에 성기확대술은 지방이식술을 하였는데 지방재흡수 때문에 요즘은 사용하지 않고 1993년부터 진피지방이식술을 주로 사용하게 되었다. 문부와 하지 사이에 누구나 주름이 형성되어 있는데 피부위에서 이 식편을 채취하였는데, 수술의 만족도는 좋았으나 채취부위에 상처 및 치료가 필요하기 때문에 저장장치를 사용하기에 이르렀다.

인공피부는 수술에 거부감이 전혀 없

으며 수술시간이 2-3분에 불과 하다는 것이며 치료가 거의 필요 없게 되었다.

복잡하던 성기확대술이 인공피부가 개발 되어서 자기피부와 똑같은 상태로 성기를 확대 할 수 있는 것으로 발전하였다.

깊이는 성기근위부와 치골상부에 현수인대로 부착되어 있는데 성기근위부의 현수인대를 해체해서 깊이를 깊게 해주면 되고 귀두확대술은 귀두속에다 레이저로 구멍을 뚫어 실라스틱바를 넣어 확장하면 되는 것이다.

조루증이 있는 사람은 귀두로 가는 배부신경을 부분차단하여 귀두각각을

둔화시켜 사정을 지연 시키면 된다.

이 모든 수술이 수술한지가 오래 되어서 지금은 비뇨기과에서 보편화 되었다.

이런 수술은 수술후 흔적이 보이지 않으며 수술후 타인이 볼 때 수술로 성기가 확대되었는가를 알수없이 처음부터 큰 것으로 생각되어 보이며 감각면에서도 아주 좋기 때문에 성상대자도 성생활에 만족감을 가지게 되며 지금은 후유증이 간단히 치료가 끝나기 때문에 요즘은 많은 사람들이 이런 수술방법을 좋아하게 되었다.

문의 712-1070

보다 큰 성기를 소유하고 싶은 남성의 욕망은 동서고금을 막론하고 발기력 향상사상과 함께 인류생활과 문명속에 깊게 내세워 왔다.

성기의 크기가 반드시 성기능과 비례하는 것은 아니지만 옛날부터 많은 남성들이 자신의 성기가 작다고 생각되는 남성들은 심한 열등감을 느끼며 또한 성문화가 개방되고 여성들의 성문

www.eunbitbundang.co.kr

행복을 나누는 은빛분당병원 '분당 정자동 개원'

몸과 마음이 행복해지는 또 다른 삶
도심 속에서 편하게 시작하세요.
안과 · 내과 · 재활의학과
노인성 질환 및 재활 전문 의료진이 함께 합니다.

노인성질환 전문 의료진

4개 층 1600여 평 규모, 220병상, 치료 및 요양을 위한 최신 시설로 주목 받는 은빛분당병원은 노인전문 병원에서의 오랜 경험을 갖춘 전문의와 간호사들로 이루어져 있습니다.

재활치료중심 병원

은빛분당병원은 뇌졸중 등의 후유증으로 일상생활에서 느끼는 불편함을 덜어드리기 위해 전문 의료진, 물리치료사, 재활치료사, 작업치료사 등으로 구성된 재활팀이 환자에게 맞는 재활 프로그램을 운영하고 있습니다.

가족처럼, 보호자를 대신하는 병원

환자의 오랜 투병생활은 가족들에게도 힘든 과정입니다.
은빛분당병원은 '전문 간병인 제도'를 도입해 보호자 가족이 상주하지 않고도 안심하고 부모님을 모실 수 있습니다.



행복을 나누는

은빛분당병원
EUNBIT BUNDANG HOSPITAL

문의 031-716-0007 (정지역 3번출구 오모리씨계 뒷편)

삼성화재안내견학교

자식같은 내 사랑

리트리버

59마리의 안내견 전국에서 활동중

병술년(丙戌年) '개띠해'를 맞아 어느 곳보다 주목 받은 곳이 있다.

용인시 예버랜드 내에 있는 삼성화재 안내견학교다. 안내견학교는 지난 94년도에 사업을 시작해 그동안 시각장애우와 지적장애자를 위한 사회봉사에 기여하고 있다.

안내견을 분양받은 시각장애우의 반응은 매우 놀랍다. 학교 관계자에 따르면 "새로운 인생의 전환기를 맞았다" "안내견이 자식 이상처럼 정겹게 다가선다"는 반응이다.

전세계 안내견의 90% 이상이 '리트리버'다. 리트리버는 인간과의 친화력이 뛰어나다는 점에서 안내견으로서의 품성에 적합하다. 특히 일반 성인을 지령해줄 적당한 체격을 지녔다.

이들은 안내견학교의 종견과 모견으로부터 태어나 생후 7주면 자원봉사자에 위탁돼 사회화 과정을 거친다. 이 시기는 사람과의 친화성 배양을 위한 필수 코스다. 이 과정을 '피피워킹'이라 한다.

피피워킹을 마친 1살 전후의 강아지는 다시 안내견 학교에서 전문 훈련사에게 6~8개월의 훈련을 받는다. 이 중 안내견으로서의 자질이 우수한 강아지를 선별

해 시각장애우와의 안내견 사용자교육을 이수 후 본격적인 안내견 활동에 들어간다.

안내견 훈련사 이진용(26·사진)씨는 리트리버와 생활한지 6년차가 돼가는 베테랑 훈련사다.

"어렸을 적부터 충직하고 우직한 개와 놀기를 좋아했습니다. 아마도 이 일을 하게된 계기도 그 만큼 강아지에 대한 사랑이 우선됐기 때문일 것 같아요."

지난해 팔번트 하회라가 시각장애우를 맡아 모방송곡에 '내사랑 토람이'라는 단박드라마로 공중파를 탄 안내견 시범견 '행복이5살'와 함께 한 그의 모습이 행복하다.

그에 따르면 우리나라는 시각장애우를 위한 도로사정이 매우 부실하다.

이를 위해 "안내견의 키높이에서 통과하는 되나 사람에게서는 장애물이 되는 공중의 간판같은 경우 이를 인지해 주인에게 경고를 전해줄 '지적불복종' 훈련을 갖는다"고 그는 말한다.

"공사장의 변질이 있다고 치면 전진하는 시각장애우는 이를 인지 못합니다. 이럴때 갈 길을 가고자하는 주인의 명령에 대해 반응이 있다는 신호를 보내기 위한

품목종을 통해 주인이 변종의 존재를 이해하는 것이죠."

안내견학교에서는 1년에 12~15 마리의 안내견을 분양한다. 현재 59 마리의 안내견이 전국에서 활동하고 있다.

안내견학교에 따르면 분양을 원하는 수급자만해도 국내에 2천명에 이르고 있는 실정에서 '아직도 갈 길이 멀다'고 토로한다.

"생후 1년간의 피피워킹의 경우 일반 자원봉사자의 적극적인 참여가 요구됩니다. 안내견 학교에 문의하시면 적절한 과정을 거쳐 분양을 받아 훈련을 시킬 수 있습니다."

안내견학교는 20명의 전문인력이 활동중이며 시범장, 사무동, 견사동으로 구성된 학교에서 리트리버 30여수를 훈련시키고 있다.

(자원봉사 문의 : 031-320-8922)

tip



"내 사랑 토람이"

지난해 1월 7일 설날 특집극으로 방영된 '내 사랑 토람이'(연출 한정환의 하회라씨와 행복이) 토람이역.

행복이가 연기한 토람이는 시각장애인이자 한빛맹학교 교사인 전숙연(47)씨의 안내견으로, 전 씨는 국내 여성 시각장애인 중 최초로 안내견을 사용해 화제가 됐다.

이 드라마는 전 씨와 토람이가 겪은 실화를 드라마로 재구성한 작품이다.

극 중 전숙연 씨 역할을 맡은 하회라는 이 작품으로 '2005 SBS 연기대상' 시상식에서 단막극 특집상을 수상했는가 하면 지난해 불 열린 '상하이 TV 페스티벌'에서 TV 드라마 부문 최고작품상에 해당하는 '매그놀리아 어워드'에 노미네이트 되기도 했다.



“안내견학교에 따르면 분양을 원하는 수급자만해도 국내에 2천명에 이르고 있는 실정에서 아직도 갈 길이 멀다고 토로한다”

안내견 훈련사 이진용(26·사진)씨는 리트리버와 생활한지 6년차가 돼가는 베테랑 훈련사다. 그는 어렸을 적부터 충직하고 우직한 개를 좋아했다고.



전세계 안내견의 90% 이상이 '리트리버'다. 리트리버는 인간과의 친화력이 뛰어나다는 점에서 안내견으로서의 품성에 적합하다.

‘명절증후군’ 이제 풀고 삼시다

경직된 ‘근육’의 피로 풀어줘 몸의 ‘밸런스’ 되찾아

스트레칭 포인트 6 명절이 되면 주부들은 각종 음식 만들기, 설거지 등을 도맡아 하며 어깨와 허리에 적지 않은 통증을 느끼게 되는 ‘명절증후군’을 겪는다. 경직된 근육을 풀어주고 이를 이완시켜 긴장을 풀어주고 몸의 밸런스를 되찾는 간단한 스트레칭을 알아보자.



- 1** 하체를 약간 구부린 기마자세에서 손에 깍지를 끼고 시선을 정면으로 향한채 팔을 곧게 뻗는다.
- 이는 어깨 뒷쪽에 뭉쳤던 ‘극하근’을 자극해 긴장과 피로를 풀어주는 것으로 ‘오십견’ 방지에효과에도 좋다.
- 2** 1의 상태에서 우측 혹은 좌측 90도로 몸을 돌린다. 이때 발은 움직이지 않으며 자연스럽게 하체가 몸통을 향해 틀어지게 한다.
- 상체를 90도로 회전해 하체의 근육을 이완시키는 작용을 한다. 엉덩이를 마주하고 있는 허벅지 바깥 부분의 근육(대퇴근막장근)과 관절까지 이어지는 근육(장경인대)을 풀어준다.
- 3** 깍지 긴 손을 풀고 좌·우의 손을 45도로 곧게 편다.
- 4** 3번의 상태에서 상체와 팔을 가볍게 뒤로 젖히고 시선은 하늘을 향한다.
- 이는 어깨에서 가슴으로 이어지는 소흉근과 어깨에서 등쪽으로 이어지는 극하근을 동시에 자극하고 목의 근육을 풀어주는 효과가 있다.

주부들에게 명절은 더 이상 기쁜 행사가 아니다. 각종 음식 준비에 제려에 친척 맞이에 분주히 몸을 움직이다 보면 몸이 천근만근 무거워지며 명절이 끝나자마자 며칠을 앓아누울 정도다. ‘명절증후군’이라는 말이 나올 정도로 주부에게 명절이 스트레스의 큰 원인이 된다. 부부간 가사의 부담이 아직도 소원한 우리의 현실에서 주부에게 주어지는 명절증후군을 말끔히 씻어줄 스트레칭을 통해 상쾌한 신년을 맞이하자.

tip
근육통
[筋肉痛, muscle pain]

어깨나 등과 같은 비교적 큰 근육에 많다.
근육 류머티즘이나 결핵조직염 또는 어깨가 쉬는 것과 비슷한 근육종으로, 환부를 누르면 경결(硬塊)이 있고 몹시 아프다.
근육 자체에는 병적 변화가 없고 결합조직염의 경우는 그 근육 주위에 있는 근육막이나 힘줄·신경초 등의 결합조직에 류머티즘성 변화가 나타나므로 전형적인 비관절성 류머티즘이기도 하다. 과격한 운동이나 몸에 배지 않은 일을 무리하게 했을 경우에 볼 수 있다. 증세로는 전신의 근육이 여기저기 쉬시고 아프다. 치료법으로는 혈행을 촉진하는 이학요법(理學療法), 즉 온천욕을 비롯한 온습포(溫濕布)나 적외선·초단파요법 등이 유효하다.



- 5** 상체를 곧게 편후 오른쪽 손으로 왼쪽팔꿈치를 쥐고 몸 안쪽으로 5~6회 반복해 뻗겨준다. 같은 방법을 반대로 반복한다.
- 이와 같은 방법도 어깨 뒷쪽에 뭉쳤던 ‘극하근’을 자극해 긴장과 피로를 풀어주는 효과를 낼 수 있다.
- 6** 누운체로 좌·우의 팔을 펼쳐 상반신을 지탱하고 오른쪽 다리를 왼쪽 관절부분에 얹힌후 허리를 틀어준다. 같은 방법을 반대로 반복한다. 이같은 방법은 앞에서 살핀 바와 같이 고관절굴근(대퇴근막장근·장경인대)와 허리의 흉추 1번과 2번을 자극해 어깨까지 이어지는 신경계의 통증을 해소한다. <자료제공 : 퐁림아이원 스포츠나인>

우리아이 '재테크' 키우는 법 [제 1 편]



“충동적인 소비습관을 잡아라”

경제적 자립 능력... 소비 태도와 상호 관련돼
어릴적 바람직한 경제습관 전체적 삶의 질 좌우

tip

막장에서 터득한
아버지의 교훈

미국의 에머슨 전기 회사의 사장인 할스 나이트는 아버지로부터 받은 교훈 중 가장 큰 교훈으로서 16세 때에 아버지가 억지로 시킨 캐나다 밴두리 지방에서 겪은 주물 공장의 노동자 생활이었다고 한다.

미국의 백만장자의 귀한 아들이 주물 공장에서 하급 노동자들과 옷통을 벗어 던지고 함께 일한 것이다. 여기서 얻은 교훈이 무엇이 있을까? 쉽게 단정하기는 어려울 것이다.

할스 나이트는 그의 아들이 16살이 되었을 때 그 부모가 자신에게 그랬듯이 그 아들을 또 다른 주물 공장에 보내 육체노동을 시켰다.

이 아들이 훗날 왜 자기가 그 공장으로 보내졌는지를 회고하면서 그의 아버지에게 감사하고 있었다.

“그날 부자집 아들로만 있었다면 나는 내가 경영하는 공장의 경영 원리를 모른 채 지내고 있을 것이다. 그곳이 가서 하급 노동자들과 어울려 지낸 덕분에 우리 공장이 어떻게 굴러가는지 또 어디로 굴러가야 하는지 경험을 잡게 됐다.”

우리나라의 부모들은 자신이 고생하는 것을 차마 바라보지 못한다.

그러나 어떤 것인가, 그런 고생을 통해서 얻은 교훈을 아는 금전 교육의 성과가 달성된다고 하면 이제 우리는 차마 생각하기조차 어려운 곳에도 자식을 보내야 하지 않을까?

합리적 경제 태도의 중요성

건강한 경제생활의 태도는 두 가지 요소로 구분해서 생각할 수 있다. 하나는 경제적 자립 능력이고 다른 하나는 생산과 소비에 관한 가치 태도다.

우리의 자녀나 학생들이 성인이 되었을 때 스스로와 자신의 가족을 경제적으로 부양할 수 있는 능력을 키워주는 일처럼 중요한 일이 어디에 있는가?

아울러 돈벌이와 돈 씀씀이가 도덕적이고 사회적으로 적합한 방식으로 이루어지는 것도 또한 중요하다. 경제적 자립 능력과 생산과 소비에 관한 건전한 태도와 바람직한 태도는 상호 관련돼 있다. 생산과 소비가 합리적이고 도덕적이지 못할 때 경제적 자립은 소원하다.

생활 속 돈쓰기 습관화가 중요

‘세살 버릇이 여든까지 간다’는 속담은 인간 행동의 정곡을 찌른 말이다.

습관은 말하자면 길과 같다. 한 번 길이 나면 그 길로 다니게 마련이다. 그 길을 새로 바꾼다거나 전혀 새로운 길을 다시 뚫는 것은 매우 어렵다.

여러 가지 습관 중에서 경제생활과 관련된 행위 습관이 중요한 것은 말할 나위도 없다. 모든 불건강을 아끼고 절약하

는 습관에 길들여진 사람이 있는가 하면 있는 대로 써버리고 낭비하는 습관에 길들여진 사람이 있을 수 있다.

습관이 중요하고 무서운 것은 한번 길들여진 어린이나 청소년은 결국 그 습관을 어른이 될 때까지 유지한다. 마찬가지로 어린이·청소년 시절의 해본 돈 씀씀이와 낭비의 버릇은 어른이 되어도 계속되기 마련이다.

절약하고 저축하는 바람직한 경제 습관과 태도는 어린이 되었을 때의 전체적인 삶의 질을 좌우한다. 따라서 절약·저축하는 습관의 형성에 부모와 교사는 세심한 노력을 기울일 필요가 있다.

유용한 소비습관 어떻게 기를 것인가

1. 용돈기록의 습관 형성이 중요

합리적인 경제생활 태도를 어릴 적부터 길러주기 위해 구체적으로 전개해 볼 만한 교육 프로그램은 용돈 기입장 기록 지도가 가장 적절한 대안이 될 것이다.

우선 용돈 기입 행동 그 자체는 자신의 경제 활동을 객관화시켜 볼 수 있는 중요한 계기와 기회를 제공하기 때문에 남녀노소를 불문하고 습관화하고 있으면 좋은 일이라고 할 수 있다.

용돈 기입은 어렵 적에만 가지 있는 일이 아니라 성인이 된 이후에도 계속적으로 유용한 일이기 때문이다.

두 번째로 용돈 기입 행동은 반복적으

로 수행돼야 하며 그렇게 반복되는 것이 바람직하고 반복여부를 직접적으로 관찰할 수 있다.

용돈 기입 행동은 본인 또는 교사나 부모에 의해서 정서적 만족감을 충분히 제공하고 경험시켜 줄 수가 있다.

우선 용돈의 관리가 잘되어 합리적으로 절약, 저축이 이루어졌을 때 당사자인 어린이들은 남겨진 잔액이 많기 때문에 즐겁고 교사나 부모들은 용돈 기입을 잘하는 어린이와 청소년에게 적절한 보상(칭찬, 상장, 상급 수여)을 해줌으로써 어린이들을 기쁘고 만족스럽게 해줄 수 있다.

급전 교육의 관점에서 볼 때 용돈은 정기적으로 지급하는 것이 좋다. 결국 정기적으로 지급하는 것과 수시로 요청이 있을 때마다 지급하는 것의 평균 총액으로 보면 거의 유사하다는 점은 이미 잘 알려져 있다.

부모는 용돈의 지출 상황을 몇 개월간 세밀히 관찰해서 용돈에서 지급할 품목과 부모가 별도로 지급할 품목을 가급적 명백히 정해 놓는 것이 좋다.

예컨대 학교에서의 근검절은 자녀의 용돈에서 당연히 나가겠지만 집에서 동생과 함께 사다 먹는 아이스크림 같은 용돈에서 나가야 하는가 아니면 부모가 부담해야 하는가를 구분해야 한다.

(자료출처 : 한국청소년상담실)

2006년, 국민건강보험이 더 큰 힘이 되겠습니다.

2006년 1월1일, 건강보험의 혜택이 더 크고 다양해집니다!

▶ 6세 미만 아동 입원 본인부담금 전액면제

약 45만명에 이르는 6세미만 입원 아동의 치료비 부담이 대폭 줄어듭니다.

▶ 659개 항목에 대해 건강보험 확대적용

전액 본인 부담이던 659개 항목에 대한 보험혜택 적용으로 최고 80%까지 치료비 부담이 줄어듭니다.

▶ 중재적 시술의 본인부담률 10%로 절감

뇌혈관·심장질환자에 대한 뇌혈관색전술·관상동맥확장술 및 내시경치료의 본인부담률을 10%로 축소하여 중증질환의 치료비 부담이 30~50%까지 낮아집니다.

▶ 4대 장기이식 수술에 대한 보험적용 실시

간·심장·폐·췌장 등 4대 장기이식 수술에 대한 보험혜택 적용으로 장기이식 환자의 경제적 부담을 덜어드립니다.

▶ 9개 희귀난치성 질환에 대한 보험혜택 적용

환자가 진료비의 20%만 부담하는 희귀난치성 질환 항목에 9가지 질환이 새롭게 추가됩니다.



만강홍은 다가오는 연말연시를 맞아 귀중한 분들의 소중한 만남을 위해 섬세한 손길과 극진한 마음으로 최선의 준비를 다하고 있습니다.

- 런치스페셜 13,000원 | 18,000원 | 25,000원
- 디너스페셜 30,000원~120,000원
- 일품요리
- 꼬리바닷가재 칠리소스(소·중·대) 32,000원~67,500원
- 동파육(소·중·대) 22,000원~45,000원



만강홍 골든벨 이벤트 | 맛있는 음식을 무료로 즐길 수 있는 행운을 잡으세요!



공간

서현동에 320석 대규모 공간으로 확장이전. 넓은 공간만큼 고객의 입맛과 취향을 배려하는 만강홍의 마음은 강불처럼 깊고 믿음직스럽습니다.

정성

고객에게 신선한 해물과 야채를 공급하기 위해 가락동 새벽시장에서 직접 재료를 구입. 최고의 음식 맛은 바로 정성에서 나옵니다.

맛

맛에 대한 끊임없는 연구를 거듭하며 조리장이 직접 개발한 특별소스. 신선하고 독특한 요리를 맛볼 수 있는 즐거움을 드립니다.

서비스

각종 이벤트를 위한 대형룸, 다양하고 알찬 코스요리, 완벽 서비스를 실천하는 만강홍은 고객 우선주의를 실천합니다.

萬江洪

INFORMATION

영업시간 오전 11시 30분~오후 10시 **주차요원 항상대기**
 주차 대형주차장 완비 위치 분당 무척국 옆 힐빙프리카 3층
 문의 031)705-8555 **연중무휴**



소리없는 죽음, 심장돌연사의 원인과 예방

당신의 심장은 편안하십니까?



돌연사는 무엇인가?

돌연사란 사람에게 따라 달리 정의한다. 일반적으로는 특별한 문제 없이 지내다가 발병 후 한시간에서 24시간 이내에 심장마비로 인하여 사망하는 자연사를 말한다. 사실상 돌연사가 있기 전에 전조로 나타나는 증세까지 포함한다면 돌연사가 언제부터 시작됐는지 알기 어려울 때가 많다.

어떤 환자는 사망하기 1~2일 전부터 가슴이 아프다든지 어지럽다든지 숨이 차는 등 여러가지 전조가 있기도 하기 때문에 언제부터 정확히 병이 진행하였는지 알기가 어려운 경우가 있다.

돌연사는 모든 심장병으로 인한 사망 중 거의 반 이상을 차지한다.

미국의 경우 매년 40만에서 50만명 정도가 발병 후 24시간 이내에 사망하고 있다. 우리나라에서는 정확한 통계는 없지만 우리 인구가 미국의 약 5분의 1 정도라고 할 때 1년에 약 5만 내지 10만 가까이 갑작스런 죽음을 맞는 것으로 예상되고 있다.

심장돌연사의 원인은 무엇인가?

돌연사한 사람들의 시체를 부검해 보면 약 80%의 경우에서 관상동맥의 이상이 발견되고 약 10%에서는 심근증이나 심장판막증 같은 심장질환이 발견된다. 이 관상동맥 질환은 평소엔 증세가 전혀 없었던 사람에서 첫번째로 나타나는 증세의 형태가 심장돌연사의 형태로 나타나는 수도 있다.

이때 나타나는 관상동맥 질환은 대개 동맥경화성 병변이 터져서 혈관 내에 발생하는 혈전에 의한 심근경색일 수도 있고 또는 혈관경련이 심하게 일어나서 심

장에 혈액 순환이 안되어 오기도 한다. 일부의 돌연사에서는 관상동맥에 혈전이나 수축의 흔적 없이 발생할 수도 있다. 이러한 경우에는 대부분 과거에 심근경색증이 있었거나 심장근육에 심한 이상이 있는 사람들도 있다.

심장돌연사는 심장마비가 오기 때문에 발생한다. 이때 심장마비는 대부분 심실세동이 발생하면서 오게 된다. 심실세동 상태가 되면 심장이 제대로 된 수축을 할 수 없게 되어 혈액순환이 일어나지 못한다.

약 5~10분 간의 심실세동이 지속되면 되면 심장은 소생이 불가능해져서 사망에 이르게 된다.

심장돌연사를 예방하는 방법

심장돌연사를 예방하는 가장 중요한 방법은 동맥경화증을 예방하는 것이다. 많은 경우 평소엔 건강을 잘 관리하면 예방할 수 있다. 여기에는 금연이 필수적이다.



돌연사 80%가 관상동맥 이상... 동맥경화증 예방이 중요 흡연과 스트레스 피하고 정기적 운동과 조기진단 필수

기준에 협심증이나 심근경색증, 심부전증 등 심장병이 있었다면 평소엔 잘 치료하는 것이 필요하다. 고혈압, 당뇨병, 고지혈증의 지속적인 관리도 중요하다.

1. 담배는 절대로 끊는다

심장돌연사하는 사람들은 담배를 피우는 사람이 대부분이다. 특히 젊은 나이인 30~40대에 특별한 지병 없이 발생하는 심근경색증의 가장 큰 위험인자는 흡연이다. 이 흡연은 관상동맥 질환이 그다지 심하지 않은 환자에서 혈관의 경련성 수축을 유발하므로 위험한 경우가 초래되는 수가 있다.

2. 지나친 과로와 스트레스를 피한다

요즘을 가를 30~40대 직장인이 급사

하는 예가 있다. 그래서 이를 과로사라고 불리기도 한다. 지나친 과로와 스트레스는 우리 몸에 스트레스성 호르몬을 분비하도록 하고 이 스트레스성 호르몬이 혈관을 수축시키고 부정맥을 일으킨다. 따라서 과도한 일이나 스트레스를 피하고 적당히 취미생활을 즐기고 여유를 갖는 생활이 필요하다.

3. 평소엔 규칙적인 운동을 한다

대부분의 스포츠 및 운동이 심장과 폐의 기능을 향상시키는데 기여를 하지만 갑작스런 운동은 오히려 심장에 무리를 초래하여 문제가 되기도 한다.

우리 나라에서도 얼마 전에 유명한 농구선수 김득이 갑작스러운 죽음(돌연사)을 맞아 큰 뉴스거리가 되기도 하였다. 사실 운동 중에 생기는 돌연사는 그리 흔하지는 않다.

그러나 운동경기 중에 생기는 돌연사는 텔레비전이나 신문 지상을 통해서 널리 알려지기 때문에 운동은 위험한 것처럼 착각하는 경우가 많다.

운동을 시작하기 전에 기본적으로 심폐기능에 대한 평가가 중요하다. 특별한 질환을 가지고 있는 사람들을 위한 운동

처방은 개인의 임상적인 상태나 체력상태를 고려하여 실시하여야 한다. 운동의 형태는 개인의 취향에 따라 달라질 수 있

겠지만 빨리 걷기, 조깅, 자전거 타기, 수영, 에어로빅 등과 같은 유산소운동이 심폐기능을 좋게하고 체중조절, 관상동맥질환의 위험인자들을 줄이고, 심리적인 긴장감을 완화시키는데 효과적이다.

4. 정기적인 심장검진으로 심장병을 조기에 진단한다

평소엔 건강검진을 통해 심장에 이상이 있는지 병을 일찍 알고 관리할 하는 것이 중요하다. 숨이 차거나 가슴이 아프면 이것이 어떠한 원인에 의해 일어나는 지 확인해야 한다.

또한 선천성 심장질환이나 판막질환 등은 간단히 청진해서 심장박동소리를 들어보면 쉽게 알 수 있는 경우도 많다.

(자료출처: 21세기미래)

tip

생명을 살린 응급소생술

최초씨는 금년 59세가 되는 공무원이다. 한평생 남에게 해로운 일도 해본 적도 없고 양심껏 자기에게 맡겨진 일에 충성하며 살아 온 사람이다. 그가 얼마 전 심근경색증으로 죽었다가 살아났다.

어느 날 저녁 식사 후 TV에서 축구 경기를 보고 있는데 가슴이 약간 이상해 지더니 통증이 시작됐다.

가슴이 아프면서 진땀도 나고 은몸에 기운이 빠져면서 어찌할 바를 모를 정도이었다. 할 수 없이 집안에 사람을 불러 병원으로 향했다.

병원에서 거의 도착할 무렵 응급실 정문을 앞에 두고 심실세동을 일으켜 의식을 잃고 쓰러졌다. 다행히 응급실로 속히 옮겨 기도를 확보하고 가슴을 누르는 심폐소생술을 시행한 것은 약식을 잃고 쓰러진지 10분 이내였다.

급히 인공호흡을 하고 심장에 전기충격을 주면서 심전도를 찍어 보니 심장 앞쪽에 심근경색이 오고 있었다.

혈압은 어느 정도 유지되고 급히 환자의 막힌 관상동맥을 뚫고 중환자실로 옮겼으나 환자는 아무런 의식이 없었다.

뇌부종과 심장에 관한 치료하면서도 2~3일 지나도 아무런 반응이 없었다. 환자는 4일째부터 인공호흡기에 저항하면서 눈을 뜨기 시작했다. 다시 호흡이 돌아오고 몇 마디 말도 하기 시작했다.

약 1주일이 되면서 환자는 의식을 완전히 회복했다. 그러나 자기에게 어떠한 일이 있었는지 모른다. 어떻게 병원에 오게 되었는지 모른다.

이후 이 환자는 심근경색증을 약으로 치료하면서 지내고 있다. 직업에 복귀했고 새로운 삶을 겸손하게 받아들이며 살고 있다.

최초씨의 경우는 심장 돌연사에 해당한다. 운이 좋게도 병원 근처에서 심장마비가 발생하여 응급 소생술로 살아난 것이다. 만일 밖에서 심장마비가 발생하였다면 유언 한마디 못하고 사망하였을 지도 모른다.

남종면을 따라 팔당에 이르러 마음을 열다

사계절따라 팔색조의 색깔로 갈아입는 팔당의 산천
오는 5월 '분원봉어찜축제' 다채로운 행사 펼쳐져

고요한 물살이 머문서 마시는 물은 차가운 팔당원. 천지를 아우르는 팔당호 푸른 물결은 새끼를 거느린 새, 아름다워 죽려 숨죽이며 바라보는 팔당의 산천에 묵묵히 천만년의 노고를 주스라고 심어 지친 자의 마음을 감탄로 무심히 팔당을 바라보는 감투바위.

해어날 광주의 풍광 중에서도 단연코 백미라 할 수 있는 팔당호 주변은 남종면을 따라 분원리에 이르러 신선한 입맛을 돋구는 분원찜타운과 마주한다.

팔당의 맑은 물에 차는 싱싱한 민물고기의 기운을 맞으며 고깃살 허 끝에서 녹아내릴 때 한 줌 위안으로 다가서는 맛의 절정. 봄, 여름, 가을, 겨울, 사계절따라 팔색조의 색깔로 갈아입는 팔당의 산천을 거슬러 깊은 자연의 호흡을 즐기며 낭만을 만끽하는 한가로운 낭만.

〈분원의 봉어찜타운〉

분원찜타운에는 빛의 '분원봉어찜축제'가 오는 5월 6일부터 15일까지 다채로운 행사로 열린다. 행사기간 동안 봉어찜 20%가 DC되며 지난달 20일부터는 무료생매장이 개장했다. 봉어타운에는 아름다운 팔당호의 경관이 펼쳐진 곳에 36개 봉어찜 업소로 이뤄졌다. 무엇보다 호반 주위의 아름다운 풍경을 감상하며 봉어찜을 맛보는 분원리 봉어찜타운은 온 전국에서 손꼽히는 민물고기 전문 명소이기도 하다.

■ 문의전화 : 남종면사무소 031-768-9031

〈감투바위〉

남종면 분원리에는 아름다운 팔당호를 배경으로 가족들과 연인과 함께 둘러볼만한 곳이 많다. 우선 봉어찜 집이 밀집한 가운데 공성 운동장 옆 팔당호를 끼고 산책로를 따라 가다보면 감투바위라는 곳이 나온다. 아늑막한 능선을 따라 올라가면 전라도의 낙화암 못지않은 풍광이 펼쳐진다. 감투바위 철벽 아래로 시원하게 펼쳐지는 호수를 바라보고 있노라면 세심근심이 사라질 지경이다. 감투바위 아래쪽으로는 아늑한 공간으로 연인 둘만 앉으면 그만인 연애바위도 있다.

〈얼굴박물관〉

감투바위를 감상하고 산책로를 따라 쉬엄쉬엄 걷다가 남종면사무소 쪽으로 내려오면 얼굴박물관을 쉽게 찾을 수 있다. 예스러움을 느낄 수 있는 전남 강진에서 그대로 옮겨온 80년된 전통 한옥과 갖가지 표정을 하고 있는 석상들, 목각인형, 도자인형, 와당, 초상화 등을 만날 수 있다.

■ 관람료 : 성인 3,000원 경로, 청소년, 어린이 2,000원 단체(20인이상) 1,000원

■ 관람시간 : 수요일~일요일/오전10시~오후6시

■ 휴관일 : 매주 월요일~화요일

■ 문의전화 : 031-765-3522

〈분원백자관〉

얼굴박물관 맞은편 분원초등학교로 올라가면 조선백자의 진원지인 분원백자관이 있다. 조선왕조 백자의 산실인 공주의 분원산림을 만어보는 지중천의 분원이 있던 자리에 위치한 분원백자관은 각종 기마터에서 발굴한 시문파리들과 그 시대의 향아라, 병, 주전자, 접시, 평들, 안적들과 현대 도지도 볼 수 있다.

■ 입장료/유선, 추석 당일은 휴관, 무료관람

■ 하절기 10:00~18:00 동절기 10:00~17:00

■ 문의전화 : 031-766-8463



박갑주 경원대학교 경영대학원 부동산최고위과정 지도교수

2006년 부동산 시장의 키워드, 판교신도시 투자전략



박갑주 교수

올 3월과 8월에 실시되는 판교신도시 분양이 수도권 주택시장의 뜨거운 감자로 떠오르고 있다. 2005년 12월 20일 판교신도시 공급계획이 확정됨에 따라 이제 판교 청약에 관심을 가지고 있는 수요자라면 꼼꼼히 청약전략을 짜야 할 것이다.

판교신도시에는 올 3월 9520가구(일반분양 5906가구), 8월 9249가구(일반분양 6767가구) 총 1만 8769가구가 분양된다.

중대형 평형을 분양하는 8월에는 전용면적 25.7평이하 1774가구도 포함돼 청약저축 가입자는 3월과 8월 두 차례 청약을 할 수 있다.

주상복합 아파트 1266가구는 2007년에 분양될 예정이다.

2005년 초 정부에서는 판교신도시의 청약이 과열되어 분당, 용인지역의 중대형 아파트 가격이 급등하여 수도권 주택가격이 상승세로 돌아서자 판교 청약 일정을 연기하여 다시 분양일정을 잡고 8.31 대책이라는 강력한 부동산 종합대책으로 투기와의 전면전을 치르고 있는 상황이다.

그러나 당분간 판교와 같은 좋은 조건의 분양물량이 거의 없을 것으로 보여 투자자들의 관심은 여전히 뜨겁다.

판교 신도시의 주택공급계획과 분양가의 윤곽이 드러나면서 투자자들의 다시 판교와 분당, 용인으로 집중되고 있다. 청약 대기자들은 제시된 분양가에 맞춰 청약전략과 자금계획을 새로 짜고 있으며 투자자들은 판교 신도시가 분당과 용인 등지에 미칠 여파에 촉각을 곤두세우고 있는 상황이다.

청약저축 가입자의 경우 우선 3월에 공급되는 25.7평 이하 중소형 임대아파트에 청약하는 것이 유리 할 것으로 보인다.

25.7평이하 일반 분양물량도 전대가 10년간 규제되기 때문에 한 값에 공급되는 10년 공공임대를 노리는 것이 당혹스럽어 높기 때문이다.

25.7평 이하 임대분량은 전세보증금에 월 임대료를 내는 형태인데 입주시절

부터 주공은 10년, 민간은 2년6개월이 지나면 분양 전환이 가능하다.

2006년 8월에 25.7평 초과 분양물량 4,993가구가 공급되는데 25.7평 초과 중대형 평형 청약예금 가입자는 지금부터 자신의 청약여건을 잘 고려해서 청약을 해야 한다.

여유자금이 부족하거나 무주택자라면 작은 평형으로 변경을 고려해 보는 것이 좋을 것이다.

여유자금이 있는 실수요자라면 무리하게 평형을 줄여 청약하기보다는 아예 8월에 집중되는 중대형 평형에 관심을 가지는 것도 좋다.

25.7평 초과 물량은 채권입찰제가 병행되기 때문에 분양가가 높아질 예정이나 초기자금 부담으로 경쟁률이 저하되어 당첨 확률은 높을 것으로 보이기 때문이다.

여기에 내년에 있을 주상복합 물량의 청약까지 노릴 수 있다는 점도 고려해야 한다. 25.7평 초과 임대아파트도 청약할 수 있다는 것도 열두에 두어야 한다.

판교에 반드시 입성하겠다는 의지를 가지고 있는 사람을 중대형 평형 위주의 움직임이 낮아 주거환경이 쾌적하여 경쟁률이 높을 것으로 예상되는 서판교보다는 상대적으로 경쟁률이 떨어질 것으로 예상되는 동판교에 청약을 해보는 것도 좋은 방법이다.

판교 청약시 주의할 점은 공영개발로 사업이 추진되기 때문에 25.7평 이하는 10년, 25평 초과는 5년 이상 전대가 금지된다는 것을 유의해야 한다. 25.7평이 넘는 아파트는 채권병행입찰제 적용으로 분양가 외에 추가로 채권을 매입하는 등 초기 자금 부담이 늘어남다는 점도 고려해야 한다.

또한 판교처럼 대규모로 들어서는 신도시에는 하수처리시설, 쓰레기 처리시설, 납골시설 등 주민 기피시설이 지구 안에 들어서기 때문에 자신이 청약하는 단지의 입지여건을 잘 살펴보아야 한다.

판교의 중대형 아파트를 고려하는 수요자들은 청약물량 외에 1억3천만원 이상의 복돈을 준비해야 할 것으로 보인다.

공공택지에서 분양가 상한제 대상 중대형 아파트의 실질분양가를 주변 시세의 90% 수준으로 맞추고 있기 때문이

다. 일단 판교 중대형 평형을 분양받아도 큰 시세차익을 챙기기 어려워지기 때문에 투자 목적으로 고려 중 인 청약자는 신중히 판단하는 것이 좋다.

단독주택용지(분리형 단독택지 제외)는 1970㎡지에 이르는데 대부분 수용되는 가족과 토지 소유자에게 공급되는 이주자 택지 및 협의양도 택지 형태로 우선 공급되고 필지가 남은 경우 일반 실수요자를 대상으로 2006년 하반기에 공급될 예정이다.

규모는 80평이며 공급단가는 조성 원가의 80% 수준에서 결정될 예정이고 연면적의 40%까지는 상가로 사용할 수 있으므로 투자 가치가 더 높은 편이다.

이주자택지 공급 대상자로 확정된 사람은 사업시행자와 공급계약을 체결한 후 1회에 한해 제3자에게 팔 수 있기 때문에 단독주택용지에 관심이 있다면 이 전매 기회를 이용해 이주자택지를 구입하면 된다.

협의양도인 택지 공급의 경우 규모는 70평이고 순수 단독택지로 상가로 전용할 수 없으며 내년 4분기 이후에 공급되고 공급 금액은 감정평가 금액으로 결정된다.

생활대용지의 경우 약 6~7평의 근린생활용지가 공급되는데 내년 상반기 중 대상자를 확정된 뒤 2007년 이후에 공급될 예정이고 상업용지 역시 일반경쟁입찰방식으로 2007년에 공급될 예정이다.

분리형 단독택지는 3개 필지가 공급될 예정인데 공급시기와 방법은 아직 결정되지 않았다.

판교신도시가 투자가치 높다는 것은 작년 초 투기과열을 보아도 알 수 있다. 그러나 이미 정부에서 실질 분양가를 시세의 90% 선으로 정해 놓고 채권입찰제 등을 통해 대부분의 시세차익을 환수하겠다고 나서고 있고 길게는 10년까지 매매를 할 수 없는 등 투자 메리트가 일부 떨어진 것도 사실이다.

실수요자라면 올해에 공급되는 인근 용인 지역 등의 분양물량에도 관심을 가져볼 만하고 김포, 파주, 하남 등지의 대규모 공급이 줄어 들은 전방이어서 판교 뿐만 아니라 타 지역의 단지역 장단점을 비교해서 자신에게 적합한 아파트에 청약하는 지혜가 필요할 것이다.

문의 031755-4334

tip

부동산 용어설명 가압류

약식절차의 하나로 금전채권 또는 금전으로 환산할 수 있는 채권을 위하여 채무자의 재산을 확보해 장래의 강제집행이 불가능 또는 곤란을 초래하지 않도록 보전할 것을 목적으로 하는 법원의 처분을 말한다.

채무명의를 받고 강제집행에 착수할 때까지 채무자의 재산은 낙·도망 및 빈번한 전입 등의 사실이 생겨 채무명의를 얻어도 집행이 불가능하거나 또는 현저히 곤란하게 될 우려가 있을 때에 채무자의 재산을 한동안 보유하여 강제집행을 가능하게 하려는 제도(민사소송법 제696조, 제707조 참조)다. 가압류명령이라는 것은 금전채권의 확보를 위해 채무자의 재산을 확보하는 것이여 장래의 강제집행을 목적으로 하는 판결 또는 그 집행으로서 하는 처분이다.

가압류신청을 인용하여 가압류를 허가하는 재판은 가압류명령이라 한다.

변론을 거치느냐 거치지 않느냐에 따라서 판결의 형식으로 행하기도 하고 결정의 형식(민사소송법 제190조, 제703조 참조)으로 행하기도 한다.

경원대학교 경영대학원

“상해에서 금강산을 달려오다”

부동산최고위과정 활동사항 및 동문소식

1. 해외시찰

- 2005.11.10~13(3박4일) 중국 상해와 항주로 해외시찰을 실시함.

- 상해에서는 경제특구지역과 진마오 빌딩, 동방명주타워, 월드파이낸스빌딩 신축현장, 푸둥구청 부자설명회, 오피스텔 및 고급주택단지 현장과 모델하우스 등을 둘러봄.

2. 골프 동호회 친선골프 대회

- 2005.11.28~29 제 1,2기 골프로밍. 1기는 청주 테레비cc에서 6팀이, 2기는 비에이비스타cc구 박암에서 6팀이 각각 친선골프대회를 개최하였다.

3. 영장산악회 검단산 등반

- 제2기 원우회 영장산악회(경원대학교 뒷산이 영장산일) 회원 50명은 2005.11.12 하남시 검단산(657m)을 등반대회를 개최하였다.

4. 제2기 정지명 원우회장 매장 오픈

- 2005.11.12 제2기 정지명 원우회장 (프로월드컵, 노스랜드 회장)이 스포츠웨어 전문 노스랜드 검단산 직영매장을 오픈하였다. 이 자리에는 원우 50여명이 참석하여 축하하였는데 정회장은 북포

산 회와 인삼막걸리를 내놓아 훈훈한 자리가 되었다.

5. 불우이웃돕기 바자회 (일일주점 운영)

- 2005.11.24 제 1,2기 여성원우회 주관으로 불우이웃돕기 바자회 및 일일주점 운영 하여 약 700만원의 성금을 모아 불우이웃돕기 성금으로 사용하였다. 특히 일부 성금은 전복 정을 방남초등학교에 장학금으로 기탁하였는데 참석한 원우들은 내장산 겨울산행 및 토끼콩, 토종닭요리를 맛보며 원우회 우정을 다졌다.

6. 제2기 수료식

- 2005.12.9 많은 추위와 아쉬움을 남기고 제2기 수료식이 개최되었다. 개인 수석상은 롯데건설 정연표 소장이 100% 출석과 성적우수로 수상하였고 베스트ceo 상은 6개조 중에서 E조가 영예를 안았다.

7. 2005 송년의 밤

- 2005.12.19 제 1,2기 원우회 합동으로 송년의 밤 행사를 개최하였다. 많은 상품들이 찬조되어 풍성한 진지행사로 진행되었는데 제2기 김정숙 여성원우회

장과 박태호 골프회장의 두엣 사회가 일품이었다.

8. 총동문회 출범식

- 2005.12.19 송년의 밤 행사의 일환으로 총동문회 출범식이 개최되었는데 초대 원우회 총동문회장은 예회건설 명준태 회장이 추대되었다.

9. 부동산최고위 경영인대상 시상식

- 2005.12.19 제1회 경원대 부동산경영인 대상 시상식에서 대상은 정지명 제2기 원우회장이 금상은 제1기 박영주 수석부회장이 각각 수상하였다.

10. 금강산 통일 마라톤대회 개최

- 2005.12.23~25 제2기 정지명 회장(한국 아마추어 마라톤 협회장)주관으로 200여명이 참석한 가운데 금강산에서 통일 마라톤대회가 개최되었으며 박강주 지도교수 및 원우들이 참석하였다.



1. 해외시찰



2. 골프 동호회 친선골프 대회



3. 영장산악회 검단산 등반



4. 제2기 정지명 원우회장 매장 오픈



5. 불우이웃돕기 바자회 일일주점 운영



6. 제2기 수료식



10. 금강산 통일 마라톤대회 개최



9. 부동산최고위 경영인대상 시상식



8. 총동문회 출범식



7. 2005 송년의 밤



귀하의 꿈이 이루어질 수 있는 젊음의 전당!

경원대학교로 오십시오!

www.krforum.net

“앞선 재테크 정보, 멋진 강의, 재미있는 커리큘럼, 최상의 교육환경”
부동산에 대한 활용기법과 투자전략 노하우 그리고 최고의 인적 네트워크까지!
부동산 최고 전문 강사진에 의한 명쾌한 강의와 해법제시!
이제 CEO들의 부동산 비즈니스 교육은 경원대학교에 맡겨 주십시오!

경원대학교 경영대학원 부동산최고위과정
T.031)755-4334 교육담당 / 권영환 과장

VIP부동산 컨설팅 특별 무료상담

분야	인원	주요약력
부동산개발컨설팅	박갑주 교수	경원대학교 부동산 CEO과정 지도교수 한국부동산 포럼 대표 (주)랙앤디 코리아/박갑주 디벨로퍼(주)대표
부동산법률	김명호 변호사	현 법무법인 상운 소속변호사
	김영규 법무사	현 김영규 법무사 사무소대표
부동산 세무	이원웅 세무사	현 이원웅세무사 사무소 대표
감정평가	박종민 부동산학박사	현 한국디지털 대학교 단국대학교 부동산학과 교수
건축/설계/인허가	성진용 건축사/교수	전 중앙일보 조인스랜드 한국부동산 사관원 토지,부동산 개발전문가 과정 지도교수 가인D&C건축사 사무소 대표 현 건국대 평생교육원 부동산 공법교수
중개/분양/토지개발	김정국 공인중개사	현 VIP공인중개사 대표 현 부림개발(주)대표

One-stop처리 중개/컨설팅 전문업체

- 부동산 중개업무 하실분 모집(유·무경력자 상담환영)
- 고수익 외국인 임대전문 주택으로 전환하실 분 모집입니다
"외국인 임대를 통하여 고수익을 올릴수 있는 절호의 찬스" (대상:분당, 용인, 수지일대 아파트/빌라/오피스텔)
- 물류센터 · 공장용지 삽니다/팝니다
- 윈도우 골프장 하실분 · 파실분 모집입니다 : 부지선정부터 PF(프로젝트 파이낸싱)까지처리
- 경매전문인력 모집
- 경매상담환영

VIP부동산컨설팅(주)

성남시 분당구 서현동-255-1 풍림아이원 스포츠센터내 3층 307호
문의031)783-7777 팩스031)783-7778

부동산 매물특집

♣ 매물 구함 ♣

- ▶ 분당 및 강남소재 상가건물
- ▶ 서현역 로에오거리 상가
- ▶ 분당 소재 아파트
- ▶ 아파트 시범부지

011-413-5795

강남 압구정역 빌딩매매

- ▶ 강남 압구정현대아파트 맞은편
- ▶ 내지 277평 / 연건평 1,500평
- ▶ 지하3층 / 지상7층
- ▶ 임대수익 : 49%/월1억2천만
- ▶ 매가 200억 / 수익률 9.5%

011-413-5795

수원 약국자리 분양

- ▶ 수원 시청사거리 상업지역내
- ▶ 분양평수 : 42평(전용 23평)
- ▶ 5개과 화정, 3개과 화일중
- ▶ 수원 학교의 의사부담이 없습니다...
- ▶ 분양가 : 12억원

011-413-5795

☎ 판교청약 상담 환영 !! 토지의 효율적인 개발 상담 및 시행 !! ☎

상가·빌딩

강남 논현대로 빌딩매매

- ▶ 강남 논현동 대우백화점역
- ▶ 내지 379평 / 연건평 1,300평
- ▶ 지하1층 / 지상7층
- ▶ 임대수익 : 20%/월1억
- ▶ 매가 190억 / 수익률 7.3%

011-413-5795

강남 학동역 빌딩매매

- ▶ 강남 논현동 학동역 1분거리
- ▶ 내지 158평 / 연건평 785평
- ▶ 지하2층 / 지상6층
- ▶ 임대수익 : 8%/월5천5백만
- ▶ 매가 95억 / 수익률 7%

011-413-5795

강남 삼성동 빌딩매매

- ▶ 강남 삼성동 선릉역 3분거리
- ▶ 내지 108평 / 연건평 302평
- ▶ 지하1층 / 지상5층
- ▶ 임대수익 : 3%/월2천6백만
- ▶ 매가 46억 / 수익률 7.3%

011-413-5795

강남 삼성동 빌딩매매

- ▶ 강남 삼성동 코엑스역 이면
- ▶ 내지 160평 / 연건평 626평
- ▶ 지하2층 / 지상6층
- ▶ 임대수익 : 5.1%/월3천4백만
- ▶ 매가 80억 / 수익률 7.4%

011-413-5795

분당 서현역 빌딩매매

- ▶ 분당 서현역세권 사옥용
- ▶ 내지 320평 / 연건평 2,500평
- ▶ 지하3층 / 지상8층
- ▶ 권고후환율과 최대 수혜지
- ▶ 매가 166억

011-413-5795

분당 서현역 빌딩매매

- ▶ 분당 서현역세권
- ▶ 내지 190평 / 연건평 1,500평
- ▶ 지하3층 / 지상8층
- ▶ 임대수익 : 16%/월7천2백만(전·포)
- ▶ 매가 120억 / 수익률 7%

011-413-5795

분당 아람동 빌딩매매

- ▶ 분당 아람역 도보 5분거리
- ▶ 내지 158평 / 연건평 722평
- ▶ 지하1층 / 지상6층
- ▶ 임대수익 : 4.5%/월2천2백만
- ▶ 매가 55억 / 수익률 6.2%

011-413-5795

분당 서현동 건물매매

- ▶ 분당 서현역자갈목 도로변
- ▶ 내지 480평 / 연건평 610평
- ▶ 지하1층 / 지상3층 / 2개동
- ▶ 직접 운영하실분 적격 활용
- ▶ 매가 70억

011-413-5795

전북 군산시 빌딩매매

- ▶ 전북 군산시 장미동 상업지역
- ▶ 내지 194평 / 연건평 852평
- ▶ 지하1층 / 지상5층
- ▶ 임대수익 : 3%/월3천5백만
- ▶ 매가 30억 / 수익률 15%

011-413-5795

강남 개포동 상가매매

- ▶ 강남 개포동주공(시범아파트) 인근
- ▶ 분양평수 : 26평(전용 14평)
- ▶ 임대수익 : 1%/월6~700만
- ▶ 전용 메디칼센터 입점 예정
- ▶ 매가 13억 / 수익률 7%보장

011-413-5795

분당 서현역 모텔매매

- ▶ 분당 서현역 로에오전면 5층
- ▶ 분양평수 486평(전용 316평)
- ▶ 임대수익 : 10%/월3천8백만
- ▶ 38개실(특실5개), 일대 600만
- ▶ 매가 63억 / 수익률 8.0%

011-413-5795

분당 서현역 상가매매

- ▶ 분당 서현역 로에오전면 1층
- ▶ 분양평수 : 118평(전용 59평)
- ▶ 임대수익 : 3%/월1,350만
- ▶ 미대중방형, 최고상권/인정성
- ▶ 매가 47억 (영양 4,000만/톤)

011-413-5795

수원 인계동 상가매매

- ▶ 수원 시청사거리 역세권에매지
- ▶ 분양평수 : 38평(전용 22평)
- ▶ 임대수익 : 8천만/월420만
- ▶ 상업지역, 주변 개발호재 있음
- ▶ 매가 8억 / 수익률 7%

011-413-5795

수원 인계동 상가매매

- ▶ 수원 시청사거리 역세권에매지
- ▶ 분양평수 : 41평(전용 23평)
- ▶ 임대수익 : 2%/월800만
- ▶ 익달임대, 병원 입점 확정
- ▶ 매가 12억 / 수익률 7.2%

011-413-5795

분당 서현역 상가임대

- ▶ 분당 서현역 베스정류장 인근
- ▶ 분양평수 : 27평(전용 15평)
- ▶ 임대가 : 1%/월500만
- ▶ 김밥 및 오일전류업 추천
- ▶ 서현베스정류장 바로 인접

011-413-5795

분당 서현역 상가임대

- ▶ 분당 서현역 베스정류장 인근
- ▶ 분양평수 : 26평(전용 14평)
- ▶ 임대가 : 1%/월400만
- ▶ 김밥 및 오일전류업, 다용도
- ▶ 서현베스정류장 바로 인접

011-413-5795

분당 서현역 상가임대

- ▶ 분당 서현역 로에오 전면
- ▶ 분양평수 : 90평(전용 54평)
- ▶ 임대가 : 2%/월600만/7P 3억
- ▶ ~2층 북측으로 현 상업중
- ▶ 실평수는 70평 이상임

011-413-5795

토지

분당 이매동 / 근린상업지

- ▶ 분당 이매동 아파트단지내
- ▶ 근린상업지역 / 내지 / 254평
- ▶ 지하3층/지상5층 건축허가됨
- ▶ 3,000세대 단지준공
- ▶ 매가 47억

011-413-5795

분당 분당동 / 전원주택지

- ▶ 분당구 분당동 울릉공원 인접
- ▶ 모전(전용) / 담 / 1,350평
- ▶ 마지각 남동 전원주택 계획지
- ▶ 공원용지 850평은 서비스
- ▶ 매가 14억 (영양 100만/톤)

011-413-5795

원주 흥업면 / 공장부지

- ▶ 원주 흥업면 새마을 남입구
- ▶ 관리지역 / 공장용지, 임야
- ▶ 평수 : 30,700평
- ▶ 시세보다 저렴, 개발호재 있음
- ▶ 매가 20억

011-413-5795

분당 서현동 / 토지임대

- ▶ 분당구 서현동 먹거리 중심
- ▶ 준주거지역 / 내지 / 180평
- ▶ 임대세 : 2% / 월 1,500만
- ▶ (대지) : 40여년
- ▶ 먹거리촌 확고요지, 강력 추천

011-413-5795

광주 오포읍 / 취락지구내

- ▶ 광주 오포읍 능원리 취락지구
- ▶ 110평 / 관리지역 / 내지
- ▶ 취락지구내 상가지 보유
- ▶ 구옥 1채, 투자기지 최고~
- ▶ 매가가 : 3.3억(영양 300만)

011-413-5795

여주 대신면 / 가족요지

- ▶ 여주 대신면 후포리
- ▶ 750평 / 관리지역 / 담
- ▶ 가족요지, 주민농장 추천
- ▶ 시세이하 금액
- ▶ 매가가 : 9천만원(영양 12만)

011-413-5795

용인 양지면 / 창고부지

- ▶ 용인 양지면 양지IC 인접
- ▶ 2,000평 / 관리지역 / 임야
- ▶ 양지IC 5분거리, 2차선도로접
- ▶ (매가가 : 11억(영양 55만))

011-9881-6332

용인 고기동 / 전원주택지

- ▶ 고기동 호수 친체초빙~
- ▶ 250평 / 자연녹지 / 내지
- ▶ 도곡공사 완료, 건축 가능
- ▶ (매가가 : 9억(영양 350만))

011-9881-6332

용인 고기동 / 전원주택지

- ▶ 용인 고기동 고기IC 인근
- ▶ 224평 / 자연녹지 / 내지
- ▶ 도곡공사 완료, 건축 가능
- ▶ (매가가 : 6억원)

011-9881-6332

광주 목동 / 전원주택지

- ▶ 광주 목동 광남300CC 인근
- ▶ 3,000평 / 관리지역 / 임야
- ▶ 6m 도로접, 전원주택지 적격
- ▶ 분당생활권으로 투자 추천
- ▶ (매가가 : 15억원(영양 50만))

011-9881-6332

광주 목동 / 전원주택지

- ▶ 광주 목동 광남300CC 인근
- ▶ 250평 / 관리지역 / 내지
- ▶ 도곡공사 및 도로포장 완료
- ▶ 분당생활권 투자까지 최고
- ▶ (매가가 : 15억원(영양 50만))

011-9881-6332

이천 덕평IC / 창고부지

- ▶ 이천 마장면 이치의 덕평IC
- ▶ 4,000평 / 관리지역 / 임야
- ▶ 약평IC 5분거리, 2차선도로접
- ▶ 도곡공사 완료
- ▶ (매가가 : 20억원(영양 50만))

011-9881-6332

여주 북여주IC / 창고부지

- ▶ 여주 흥업면 문정리 북여주IC
- ▶ 23,000평 / 관리 / 농림지역
- ▶ 중부내륙, 북여주IC 2분거리
- ▶ 4차선 신설 예정, 투자 적격
- ▶ (매가가 : 30억원(영양 13만))

011-9881-6332

아파트 오피스텔

서현 시범한양 아파트

- ▶ 분당 서현동 시범한양
- ▶ 31층 50평형
- ▶ 정장, 계단식, 남동향
- ▶ 세안고, 화장, 풍납함, 세탁
- ▶ 민고 분양시 투자기지 상승
- ▶ 매가가 10억원

011-413-5795

이매 이매촌동신 아파트

- ▶ 분당 이매동 이매촌동신
- ▶ 903층 32평형
- ▶ 세안고, 계단식, 남향
- ▶ 민고 분양시 투자기지 상승
- ▶ 매가가 5억5천만원

011-413-5795

분당 시범한양 아파트

- ▶ 분당 서현동 시범한양
- ▶ 327층 24평형
- ▶ 울수리, 정장, 계단식, 남동향
- ▶ 민고 분양시 투자기지 상승
- ▶ 매가가 3억원

011-413-5795

분당 시범한양 아파트

- ▶ 분당 서현동 시범한양
- ▶ 분양평수 : 20평(전용 11평)
- ▶ 세안고, 화장, 풍납함, 세탁
- ▶ 민고 분양시 투자기지 상승
- ▶ 매가가 1억4천만원

011-413-5795

서현역세권 오피스텔

- ▶ 분당 서현동 현대시그마
- ▶ 분양평수 : 20평(전용 11평)
- ▶ 세안고, 화장, 풍납함, 세탁
- ▶ 민고 분양시 투자기지 상승
- ▶ 매가가 1억1천만원

011-413-5795

서현역세권 오피스텔

- ▶ 분당 서현동 LG(해운리)1차
- ▶ 분양평수 : 19평(전용 10평)
- ▶ 남서향, 깨끗
- ▶ 민고개발시 수익성 GOOD~
- ▶ 매가가 1억0백만원

011-413-5795

수원 권선동 오피스텔

- ▶ 수원 권선동 수원시청 인근
- ▶ 분양평수 : 17평(전용 9.3평)
- ▶ 6층, 7층 각 1개실
- ▶ 신축, 입주율, 현차 임대중
- ▶ 매가가 7천5백만원

011-413-5795

상가주택 단독주택

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 127평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 19,200만/월305만
- ▶ 매가 9억5천만/수익률 4.8%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 138평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 27,700만/월200만
- ▶ 매가 9억원 / 수익률 3.8%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 135평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 26,500만/월180만
- ▶ 매가 8억원 / 수익률 4.0%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 133평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 19,000만/월265만
- ▶ 매가 8억원 / 수익률 5.2%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 137평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 14,000만/월310만
- ▶ 매가 10억원 / 수익률 4.3%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 70평 / 연건평 138평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 31,500만/월232만
- ▶ 매가 9억원 / 수익률 4.8%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 75평 / 연건평 138평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 23,500만/월220만
- ▶ 매가 8억원 / 수익률 4.7%

031-7811-780

아람동 상가주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 54평 / 연건평 100평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 17,500만/월220만
- ▶ 매가 8억원 / 수익률 4.2%

031-7811-780

아람동 다가구주택

- ▶ 분당 아람동 9블럭
- ▶ 내지 55평 / 연건평 108평
- ▶ 지하1층 / 지상3층, 옥탑
- ▶ 임대수익 : 29,300만/월120만
- ▶ 매가 8억5천만

031-7811-780

☎ 고객부동산의 미래가치를 창조해 드립니다. 제반 부동산 관련 상담 환영!! ☎

지방의회 의원 자질 검증 시스템 갖출 때

오는 5월 31일 실시되는 4대지방선거를 불과 5개월여 앞두고 출마예정자들의 발걸음이 더욱 바빠지고 있다.

지난 2월 선거법에 의한 지방의원 선거구기 획정 확정됨에 따라 서울이 외사를 갖춘 현역 의원과 새롭게 의회에 진출하려는 의원들의 숫자가 많은 선경전도 후끈 달아 오르고 있다.

특히 이번 선거를 통해 새롭게 구성되는 지방의회 의원들에 대한 대우도 업그레이드돼 경쟁력을 가늠할 시키고 있다.

특정적으로 특정회지는 알릴지라도 당장 달라지는 것은 의원들의 보수문제. 전국시도지사협의회가 지난 10월 보의자료를 통해 밝힌 자료에 따르면 정무안대표 지방의회 의원의 보수가 자율회 될 경우 현역 시의원의 경우 6천여만원, 그리고 공직위원인 도의원의 경우 7천여만원의 보수를 지급받을 수 있는 급여제도까지 열리게 된다.

그러나 이에 대한 시도가 좋은 것만은 아니다.

보수를 상당 조공물 의원들의 최우를 개선토 한다는 말과도 달라질 것이 없겠다는 비관론이 그것이다.

실제로 일부 지방의원의 경우 의원직을 자신의 사업에 확장을 위한 수단으로 이용하거나 의원직을 이용해 각종 이권에 개입할뿐만 아니라 심지어 개입하는 심각한 상황에 직면 있는 것이 오늘날의 지방정치 현주소라는 것이다.

이러한 시점에서 공직의원에 이어 기초의원까지 정당공천제를 전면 실시하고 실질적인 유급제를 실시한 것은 30년이 후에 방향을 잡아 주는 과감한 비전도 강하게 제기되고 있다.

그 제정 취지와는 달리 자질이 부족한 의원들에게 권한과 특권을 부여한 지방자치의 실지 실정이라는 것이다.

그렇다고 이에 막연히 정입하여 놓고 있는 지방자치의 효용을 역행할 수는 없는 것이다.

그렇다면 방법은 하나 밖에 없다.

그것은 선출된 지방의원에 대한 지역차원의 관공 시스템을 가동하는 것이다.

지역일꾼을 뽑는 선거에 무조건적인 행사되고 당선된 의원에 대한 관공 시스템을 가동하지 않는다면 지방자치의 순기능을 기대할 수가 없을 것이다.

이를 위해 지역시민사회 단체 등이 공동으로 참여하는 의정감시단 등을 새롭게 구성해 매년 우수 의원에 대한 평가를 실시하는 것이 한 방법일 것이다.

이러한 측면에서 성남지역 거주하여 지난해에 이어 올해에도 상임위원으로 우수 시의원을 선출해 발표한 것은 상당히 고무적인 일이다.

이같은 활동은 지역선출 현역의 역할에 충실하고 있다는 평가를 받기에 충분하다.

이제는 지역시민사회 이러한 정례에 공감을 공유하고 선정의 객관성을 담보해 시의회 의원들을 평가하고 이를 시민들에게 알려 후보 선택의 기준으로 제시해야 한다. 그럼에만이 의원들의 경직성을 부추기는 역할을 할 수 있을 것이기 때문이다.

5개월 앞으로 다가온 지방선거.

이에 유권자들도 출마자에 대한 관심을 갖고 올바른 무표를 행사할 때 지방자치의 새 아름다운 봄을 다가올 것이다.

편집장김동희



NEWS DAY
www.newsday.or.kr

발행처: 서울특별시 중구 남대문로2길 11-1
 대표이사: 김성환
 발행인: 김성환
 편집인: 김성환
 발행부수: 10,000부
 창간일: 1995년 1월 1일
 등록번호: 서울제출제2005-00001호
 청소년보호위원회: 2005-00001호
 발행처: 서울특별시 중구 남대문로2길 11-1
 대표이사: 김성환
 발행인: 김성환
 편집인: 김성환
 발행부수: 10,000부
 창간일: 1995년 1월 1일
 등록번호: 서울제출제2005-00001호
 청소년보호위원회: 2005-00001호

**이사가는 날,
가족을 위한 가장 큰 선물
가스·점·검**

[이벤트 가스요금 특별혜택]

- ▶ 이사할 때 가스시설을 할까 말까 하는 번뇌는 LG가스 판매원이나 LG기스나 지역관리사로 전화하면 도와주어 줍니다.
- ▶ LG가스에서는 판매원과 번뇌는 사연대로 상담사에게 직접 이야기해, 판매원들이 한 판매원과 가족지원인 기스나인 일정이 판매원이 직접 방문으로 방문 가능합니다.

LGGS 한국가스안전공사 경기본부지사
 1577-8100 | 1577-8100

성남일보 창간 5주년 및
뉴스데이 창간을 축하합니다.

전통과 사명감으로 빚어낸 화방·문구의 모든 것

분당화방문구센타



최적화된 관리시스템으로 문방사우의 '혼'을 잇는다
첫 그림을 그리는 취학아동에서 프로의 손끝을 마감하는 곳
넓은 매장으로 채워진 고품격 양질의 제품이 여러분을 맞이합니다.
마음을 움직이는 친절로 고객의 벼이 되겠습니다.
당신이 그리던 꿈을 이제 '분당화방문구센타'에서 실현하십시오.

캔버스·액자·판넬 주문제작 및 화방용품 전문
가격! 품질! 다양성! 그리고 배달 서비스까지...
항상 고객의 입장에서 일하겠습니다.

주문배달 T.031-712-1776, 080-712-1776 / F. 717-9226 (파크타운 동신코아 3층)
(연중무휴:AM 10시~PM 9시)

■ 회원에 가입하시면 항상 20~10% 할인을 받을 수 있습니다. (가입비 없음)

www.kwak-clinic.co.kr

곽생로산부인과 병원 박 소 아 과 불산후조리원

서울삼성병원 · 분당서울대학병원 · 서울아산병원 · 분당차병원 협력병원

2005년 1월 호텔식 신축 이전

새시설의 상남 · 분당의 업그레이드 여성병원
의원에서 병원으로 승격!
(2005년 1월)

· 대학병원급의 전문의 11명
산부인과 전문의 7명 (여의사 5명)
소아과 전문의 4명 (여의사 4명)

· 최첨단 부대시설

(지상 8층, 지하 2층)

이로마 활동방, 신모교실, 상무실,
이로마 물안마실, 골반교정실, 골다공 검사실, 테라스, 정원, 휴게실



넓고 높은 Ceiling의 로비



넓고 인락한 호텔식 입원실



고품격의 실내정원과 휴식공간



산부인과 전문의
박생로



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)



산부인과 전문의
박상연(여)

강남수준이상의 진료서비스와

중전수준의 병원비로 성원에 보답하고 있습니다.

맞춤분만 / 미혼여성 클리닉 / 가족계획 클리닉 / 종합검진

■ 진료안내

- 가족분만 · 르바이에분만 · 무통분만 · 수중분만 · 그네분만 · 제왕절개 후 자연분만
※ 위 모든 종류의 분만을 야간에도 실시합니다(24시간)
- 고위험임신 클리닉 (4차원 동영상 입체 정밀초음파, 양수검사)
- 유방암 · 요실금 · 폐경기 클리닉 · 종합검진 클리닉
- 미혼여성 클리닉 · 가족계획 · 습관성 유산 클리닉 · 여성성형수술 · 무통수술
- 불임 클리닉 · 레이저 복강경 클리닉 (통터없는 후수술) · 사카이어 요실금 수술 (개인보험 혜택)

■ 무통분만 · 무통수술 (무통마취 전문의)

■ 모자동실 - 신생아실 (소아과 전문의 신생아 관리)

■ 넓고 편리한 무료주차장 (500평)

■ 포괄수거제 지정병원 (저렴한 본인 부담금)

■ 임신부 병원시설 무료 투어 (문의 010-4738-6142)

■ 부설 산후조리원 (소아과 전문의 회진 관리)

산부인과 외래 (평일)

- 평 일 · 토요일 · 공휴일 : 오전 9시~오후 9시
- 일요일 진료 : 오전 9시~오후 6시 30분
- 직장여성을 위한 야간진료(오후 6시30분~9시)
- 전문의 야간분만 · 야간수술(365일 24시간)

소아과 외래

- 평 일 : 오전 9시~오후 7시 / 토요일 오전 9시~오후 5시
- 일요일 · 공휴일도 진료 : 오전 9시~오후 1시



문의 031-752-1119(대)

www.kwak-clinic.co.kr

태평역 2번 출구에서 100m 중앙시장방향