월간주부교실 2월호 (통권제383호)

2007 2월호 제383호

# 주부교실

사단법인 전국주부교실중앙회

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 2월호**

발 행 일 : 2007. 2. 20
등 록 일 : 1972. 8. 31
등록번호 : 라-1616호

✱발 행 : 사단법인전국주부교실중앙회
발행인 : 이윤자
편집인 : 김태련
주 소 : 서울시 중구 충무로 5가 19-3
전 화 : 2265-3627, 3628, 0637
2266-5870, 2273-6300, 2485
F A X : 2279-9341
http://www.nchc.or.kr
✱인 쇄 : (주)헤럴드미디어
대표 홍 정 욱

비매품





| | | |
|---|---|---|
| 생각해봅시다 | 4 | 엄마는 죄가 없다/김순덕 |
| 가격조사 | 6 | 설 성수품 구입비용 작년보다 5.6% 올라 |
| 실태조사 | 8 | 중등학생 '내분비계장애물질'에 대한 인지도 |
| 소비자지식 | 11 | 전기요금 많이 나오면, 이것부터 체크! |
| 고발사례 | 12 | 소비자의 소리/곽정자 |
| 알아봅시다 | 14 | 건강기능식품, 알고 구입합시다 |
| 소비자정보 | 16 | 당신은 '블루슈머'인가? |
| 소비자경보 | 18 | 유명 브랜드 교복, 성장촉진·아토피 예방 등 부당광고로 소비자 현혹해 |
| 소비자뉴스 | 20 | 기프트카드 등록하면 연말 소득공제 받아요 |
| 식품뉴스 | 22 | 타르색소 2호, 어린이 기호식품에 사용 금지 |
| 건강뉴스 | 24 | 제왕절개 부작용 정상분만의 3배 |
| 에세이 | 26 | 중국 샤먼(廈門) 기행/이명환 |
| 금융정보 | 28 | 해외펀드, 꼼꼼히 알아보고 투자하자 |
| 통신정보 | 30 | '국제전화선불카드 서비스'란? |
| 환경정보 | 32 | 기후변화, 생활습관으로 막아보자 |
| 이달의 요리 | 34 | 해물로 만든 영양 반찬 |
| 음식이야기 | 36 | 한국인이 꼭 섭취해야 할 식품 7가지 |
| 생활정보 | 38 | 겨울옷 보관법 |
| 알뜰정보 | 40 | 상품권 100% 활용하는 요령 |
| 문학산책 | 41 | 이 달의 읽을 만한 책 |
| 여행정보 | 42 | 겨울의 끝자락을 잡고 떠나는 '별미 여행' |
| 지부소식 | 43 | 전국 16개 시·도 지부 및 232개 시·군·구 지회 소식 |
| 주부교실게시판 | 50 | '물가감시원 및 물가실무자 교육'과 주부대학 수강생 모집 |


〈표지사진 : 등산반 제20차 정기총회(중앙회, 07. 2. 13), 제19기 전문 간병인 교육(대전광역시지부, 07. 1. 22~2. 3)〉

# 엄마는 죄가 없다

김 순 덕
동아일보 논설위원

딸이 올해 고3이다. 이렇게 말을 꺼내면 사람들은 죄다 아이고, 고생 좀 하겠다며 안됐어 한다. 전업주부가 아닌 탓에 딸로 인해 밤잠 못자고 고생한 적은 아직까진 없지만 나도 엄마들 고생은 대충 들어 안다.

특히나 이맘때가 엄마들한테는 삶의 성패를 평가받는 시기다. 아이들이 알만한 대학에 합격했으면 성공한 거고, 불합격했거나 거의 못 들어본 대학에 합격했으면 그 반대다. 당사자는 울고불고 난리를 치고, 더러는 남의 일처럼 태연자약한 통 큰 모습을 보이는데 외려 엄마는 죄인처럼 주눅이 든다. 물정모르는 남편이 "집에서 애들 교육 하나 제대로 못시키고 뭐했느냐!"며 버럭버럭 소리를 질러 죽고 싶다는 얘기도 들어봤다. 1년 후 내 상황이 어떨까 상상해보면 끔찍하다.

기이한 건, 이런 풍경이 20년 전과 다름이 없다는 점이다. 우리 때도 치마바람이라는 게 요란했고, 유난스런 엄마들도 있었다. 하지만 우리세대가 엄마 되면 다를 줄 알았다.

우리가 어떤 세대인가. 지금이야 386이라는 숫자조차 들먹이기 싫지만, 그래도 민주주의를 외치며 대학물을 먹었다. 대학마다 여성학강의가 개설되면서 여성도 자아실현에 힘써야 한다고 배웠다. 남편과 자식에 목숨 거는 엄마를 이해할 수 없다며 "난 엄마처럼 살지 않을 거야" 외친 세대가 우리였다.

지금 친구들이나 주변을 둘러보면 예전엄마들 뺨치는 엄마들이 수두룩하다. 밤중이고 새벽이고 아이들 운전기사 노릇은 말할 필요도 없고, 고단위 휴먼네트워킹을 활용한 사교육 정보 수집은 물론, 각종 첨단장비와 머니를 동원해 수험생 심신의 건강과 사소한 화장실 습관까지 챙긴다.

이해 못하는 건 아니다. 교육은 자식의 미래를 위한 가장 확실한 투자이고, 우리뿐 아니라 미국의 엄마들도 중상류층에서는 뛸 만큼 뛴다. 게다가 공교육의 수준이 자꾸만 떨어져 과외를 안 하고는 도저히 안심이 안 되는 동시에 좋은 과외선생을 붙여주면 줄수록 표가 난다니 안 그럴 수도 없을 것이다. 그 옛날에 왜 극성엄마들을 이해하지 못하고 우리는 안 그럴 것처럼 잘난 척 했는지 미안할 뿐이다.

얼마 전 엄마들 선망의 대상인 민족사관고교의 이돈희 교장이 이런 말을 했다.

"우리 학교에 오는 영재들은 세 부류로 나눠져요. 하나는 개발된 영재지요. 똑똑하기도 하지만 잘 교육받아 가르칠수록 크는 아이들입니다. 둘째는 잠재된 영재예요. 아직 개발은 안됐지만 영재성이 있어서 갈고 닦으면 빛이 납니다. 셋째 만들어진 영재가 있습니다. 어릴 적부터 엄마들이 바짝 공부 시켜 놓아서 처음엔 진짜 영재하고 구별하기 힘이 듭니다."

문제는 입학하고 난 뒤라는 거다. 만들어진 영재는 엄마의 코치도 일일이 받을 수 없고, 스스로 배우고 익히는 과정을 따라가기도 힘들어 실망과 좌절을 거듭한다고 했다. 영재성 아닌 평범성이 발각되면서 아이가 느낄 고통이 어느 정도일지 짐작되고도 남는다.

나는 학교 때 수학 과학이 싫어서 문과를 택했지만 나이 들어 발견한 사회생물학이나 뇌신경과학 유전자공학은 좋아한다. 그 중에서도 내가 반한 책이 '빈 서판(the Blank Slate)' 인데, "모든 아이들은 백지로 태어난다"는 그 유명한 존 로크의 말씀에서 따온 제목과는 달리 '아이들은 제 운명을 제 서판에 새겨갖고 태어난다'는 게 이 책의 논지다.

엄마가 무지 애를 써서 아이를 바꿔놓을 방법은 미안하지만 없다. 모든 인간의 행동적 특징은 유전적이어서, 양육방식에 따라 아이가 달라질 수 있을지는 모르나 그 역시 유전자에 기록돼 있을 경우에 한한다. 지능이나 성격, 습성 또한 마찬가지다.

내 속에서 나온 아이들도 다 다른 이유는 타고난 유전자가 달라서다. 같은 가정에서 양육된 효과는 유전자의 효과보다 적다는 얘기다. 자연이냐, 양육이냐(nature or nuture)의 논쟁은 과학적으론 이미 끝났다.

물론 인간행동 특징의 복잡성을 유전자만 가지고 설명하기는 힘들다. 이 대목은 저자인 스티븐 핀커 미국 MIT교수도 설명하기 힘들어하지만, 요컨대 유전자가 인간행동의 50%를 결정하되 나머지는 가족 말고 다른 어떤 독특한 환경적 특징이 작용한다고 보면 된다. 안타깝게도 그게 구체적으로 뭔지는 아직 규명되지 않았다. 단, 부모가 어떻게 길렀느냐는 아니다. 오히려 또래집단이 더 큰 영향을 미칠 수 있다는 거다.

그렇다면…엄마가 자식의 성적에, 대학 합격과 불합격에 애면글면해도 소용없다는 결론이 나올 수밖에 없다. 사실 가슴에 손을 얹고 생각해보면 안다. 나는 옛날에 엄마 덕에 공부 잘했고, 엄마 때문에 공부 못했느냐 말이다. 매정한 말씀이지만 엄마는 엄마고, 나는 나며, 자식은 자식일 뿐이다.

엄마는 죄가 없다. 거꾸로 공도 없다고 봐야 한다. 아이가 "엄마 때문에 이렇게 됐어!" 소리치는 게 말이 안 되듯이, 엄마가 "너 때문에 내가 얼마나 고생을 했는데…"하는 것도 말이 안 되는 소리다. 다 아이를 위해서, 사랑해서 하는 일이었다면 그걸로 됐다고 쿨하게 생각했으면 좋겠다. 물론 이렇게 주장하는 나 역시…쿨하지 못한 엄마이지만. ■

# 설 성수품 구입비용 작년보다 5.6% 올라

본회는 명절 물가 인상을 감시해 물가 상승을 억제하고 가격정보 제공을 통해 소비생활에 도움을 주고자 서울시내 25개구의 백화점(21곳), 할인매장(32곳), 일반슈퍼마켓(31곳), 재래시장(16곳) 등 총 100곳에 대하여 2월 6일~7일까지 설 성수품(총 30개 품목) 물가조사를 다음과 같이 실시했다.

## (1) 설성수품 물가동향

### – 작년보다 5.6% 올라

설(2/18)을 약 10일정도 앞둔 시점에서 설성수품 30개 품목의 가격을 조사해 본 결과 작년에 비해 과일, 채소류(양파, 곶감, 단감, 대추, 배)가 대폭 오르고, 축·수산물(쇠고기, 동태포, 북어포, 계란, 돼지고기 등)도 주요 상승 품목으로 나타났으나 배추, 시금치, 닭고기 등의 가격이 하락세를 보이면서 4인 가족 기준 주요 성수품 구입비용은 작년에 비해 5.6% 오름세인 것으로 나타났다. 작년보다 생산물량이 적은 양파, 곶감, 단감, 대추, 배 등 일부 과일류와 채소류의 물량 확보가 다소 어려워 가격상승세를 보이고 있으나 배추, 시금치, 수입도라지 등은 하락세이고, 쌀·깐녹두·식용유 등은 가격 안정세를 보이고 있다.

▶ 가격상승품목(20개 품목)

상승률이 가장 큰 품목은 양파(45.0)%였고, 수입곶감(39.4%), 단감(31.9%), 대추(19.7%), 배(15.3%), 약과(13.3%), 국산곶감(10.6%), 두부(8.9%), 가래떡(7.2%), 수입깐녹두(6.8%), 쇠고기(5.7%), 동태포(5.3%), 청주(5.0%), 북어포(3.7%), 밤(3.6%), 국산도라지(2.1%), 계란(1.9%), 돼지고기(1.6%), 수입고사리(1.4%), 국산깐녹두(0.7%)순으로 과일·채소류와 축산물을 중심으로 상승되었다.

▶ 가격하락품목(9개 품목)

하락률이 가장 큰 품목은 배추(-49.4%)였고, 시금치(-11.9%), 수입도라지(-11.3%), 닭고기(-4.4%), 밀가루(-4.3%), 사과(-1.7%), 국산고사리(-1.3%), 식용유(-0.8%), 수입산 조기(-0.7%) 순으로 하락된 것으로 조사되었다.

이번 조사결과 양파, 곶감, 단감, 대추, 배 등 과일·채소류가 작년보다 큰 폭으로 상승되었고, 쇠고기와 동태포, 북어포, 돼지고기 등의 축·수산물 품목도 상승 주도 품목으로 나타났다.

## (2) 설 기본 차례상 비용

### – 재래시장이 백화점보다 45.6% 저렴해

4인 가족 기준 구입비용은 205,431원이었고, 이를 업태별로 비교해보면 백화점 267,045원, 할인매장 211,106원, 슈퍼마켓 185,983원, 재래시장 145,280원 순서로서 재래시장에서의 구입가격이 백화점보다 거의 절반 가격인 121,765원으로 45.6% 정도 저렴한 것으로 나타났다.

업태별로 작년과 비교해보면 총평균가는 5.6% 상승하였고, 슈퍼마켓 9.6%로 큰 폭으로 상승하였고, 할인매장 4.5%, 재래시장 3.7% 백화점 3.4% 순으로 상승한 것으로 조사되었다.

<주요품목별 상승률 · 하락률 비교표>

| 오른 품목 | | 내린 품목 | |
|---|---|---|---|
| 양파(1kg) | 45.0 | 배추(2kg) | -49.4 |
| 수입곶감 | 39.4 | 시금치(400g) | -11.9 |
| 단감(1개, 200g) | 31.9 | 도라지(수입산, 400g) | -11.3 |
| 대추(국산, 300g) | 19.7 | 닭고기(1kg) | -4.4 |
| 배(신고, 700g, 1개) | 15.3 | 밀가루(2.5kg) | -4.3 |
| 약과(350g) | 13.3 | 사과(부사,300g,1개) | -1.7 |
| 국산곶감 | 10.6 | 고사리(국산,400g) | -1.3 |

<업태별 설 기본 차례상 비용 : 4인 가족>

| 업태별 | 총평균가 | 백화점 | 할인매장 | 슈퍼마켓 | 재래시장 |
|---|---|---|---|---|---|
| 2007년 | 205,431 | 267,045 | 211,106 | 185,983 | 145,280 |
| 2006년 | 194,547 | 258,164 | 201,989 | 169,680 | 140,064 |
| 등락폭(%) | 5.6 | 3.4 | 4.5 | 9.6 | 3.7 |

## (3) 설성수품 업태별 평균가격 비교

### – 백화점이 최고가 품목 가장 많지만, 업태별 질적 차이 고려한 현명한 선택 필요

설성수품 평균가격의 최고가와 최저가를 업태별로 비교해보면, 평균가격의 최고가가 많은 곳은 백화점으로서 26개 품목이었고, 대형 할인매장 3개 품목, 재래시장 1개 품목으로 조사되었다.

전반적으로 볼 때 백화점은 몇 개 품목을 제외한 거의 대부분의 품목에서 평균가의 최고가를 차지하였고, 그 반대로 평균가의 최저가에서는 재래시장이 대부분의 품목을 차지한 것으로 나타났다. 단, 과일이나 쇠고기, 조기 등 농수축산물의 질은 업태별로 차이가 심할 수 있다는 것을 감안하여야겠고, 단순히 가격비교만을 하기 보다는 질을 고려하여 보다 합리적인 선택을 하는 것이 중요하다.

## (4) 결 론

성수품의 가격을 비교분석한 결과 작년에 비하여 가격이 오른 품목이 20개 품목이었고, 내린 품목은 9개 품목으로 4인 가족 기준 주요 설성수품 구입비용이 작년에 비해 5.6% 인상된 것으로 나타났다.

또한 명절 특수를 노리고 매점매석이나 부당가격인상 등 불공정 거래가 확대된다면 설 물가의 오름세를 가중시킬 수 있고, 특히 올해는 선거와 맞물려 있어 전반적인 물가 상승 요인으로 작용할 수 있으므로 추후 지속적인 물가감시 활동이 필요하다.

〈최애연 / 본회 소비자보호부장〉

# ‘내분비계 장애물질’에 대한 경각심 높지만, 관련 교육 받은 학생은 15.6% 불과해

## – 서울 및 6대 도시 중등학생 2000명 대상 –

본회는 지난해 7월 15일~30일까지 서울 및 6대 광역시(부산, 대구, 인천, 광주, 대전, 울산) 중등학생 2,000명을 대상으로 내분비계장애물질에 대한 인지도 및 관련 제품 사용 실태 조사를 통해 내분비계장애물질에 대한 심각성을 알리고 사용 저감화 실천 및 친환경적인 소비패턴을 확산시키고자 했다.

### ‘내분비계 장애물질’에 대한 용어 이해 정도

**– 24.5%만 ‘알고 있다’ 인지도 매우 낮아**

내분비계 장애물질이란 용어〈표1〉에 대해 ‘별로 알지 못 한다’는 응답자 52.9%로 가장 높았고, ‘어느 정도 알고 있다’ 22.6%, ‘전혀 알지 못한다’ 22.6%, ‘매우 잘 알고 있다’ 1.9% 순으로 내분비계 장애물질이란 용어에 대해서 아직도 많은 응답자가 생소해하는 것으로 나타났다. 내분비계 장애물질 종류에 대한 인지도를 살펴보면 납 24.1%, 수은 22.4%, 다이옥신 18.4%, 카드뮴 13.2%, 프탈레이트 11.2%, 알킬페놀류 4.5%, 스티렌 3.5%, 비스페놀A 2.7%순으로 나와 중금속에 대한 인지도가 가장 높은 것으로 나타났다.

### ‘내분비계장애물질’의 위해성 및 노출정도

**– 응답자 80.7% 위해성 우려, 88.6% 제품의 위해성 여부 표시 원해**

인체에 대한 내분비계 장애물질의 영향에 대해서는 ‘어느 정도 우려된다’ 55.5%, ‘별로 우려되지 않는다’ 25.2%, ‘매우 우려된다’ 13.1%, ‘전혀 우려되지 않는다’ 6.2% 순으로 조사 응답자 80.7%가 인체에 미치는 영향에 대해서 우려하고 있는 것으로 응답했다

내분비계 장애물질에 대한 경각심 정도〈표2〉는 ‘대체로 심각한 편’ 57.0%로 가장 높았고, ‘별로 심각하지 않다’ 27.1%, ‘매우 심각하다’ 11.7%, ‘전혀 심각하지 않다’ 4.2% 순으로 나타나 응답자의 68.7%가 심각하다고 답했다.

내분비계 장애물질 유출 가능성이 있는 식품 및 용기·포장재는 일회용품류 26.4%, 컵라면 23.6%, 플라스틱 식기류 12.8%, 비닐팩 10.8%, 통조림 9.2%, 비닐 랩 8.0%, 캔 음료 6.4%, 대형 생수통 2.8%순으로 나타났고, 내분비계 장애물질에 가장 많이 노출되었다고 생각되는 농수축산물 및 가공식품에 대해서는 응답자 47.8%가 ‘수입농수축산물’이라고 답했다.

내분비계 장애물질 사용여부와 경고 문구를 제품에 표시할 필요성에 대해서는 ‘필요하다’는 응답자가 88.6%로 압도적으로 많았고, ‘필요 없다’는 응답자는 11.4%에 불과했다.

### ‘내분비계장애물질’ 발생 우려 식품 및 제품의 사용정도

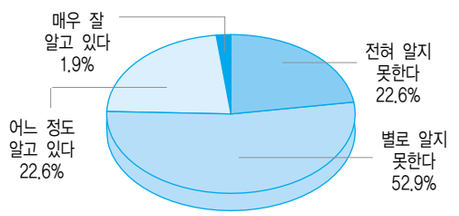
**– 캔 음료(66.4%)와 컵 라면류(48.2%) 주 1회 이상 먹고, 포장재질 위해성에 무관심**

가정에서 사용하고 있는 식기류의 소재로는 도자기류 41.7%, 유리류 34.2%, 플라스틱류 13.4%, 스테인레스 6.3%, 기타 4.4%로 도자기류와 유리류를 가장 많이 사용하고 있는 것으로 나타났고, 학교에서 제공되는 급식판이나 그릇류의 소재로는 스테인레스가 80.5%로 압도적으로 많았고, 플라스틱류 11.7%, 기타 3.9%, 유리류 1.7%, 도자기류 1.5%순으로 소독하기 쉽고, 잘 깨어지지 않는 스테인레스를 가장 많이 이용한다고 답했다.

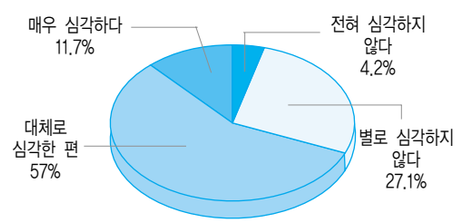
가정에서의 통조림 제품을 많이 이용하는 지에 대해서는 조사대상자의 76.3%가 통조림제품을 잘 이용하지 않는 것으로, 일회용 컵이나 일회용 그릇의 이용정도에 대해서는 응답자의 86.4%가 이용하지 않는다고 답했다.

그러나 캔 음료에 대해서는 응답자 66.4%, 컵라면류에 대해서는 48.2%,가 주 1회 이상 먹고 있는 것으로 나타났다. 특히 컵라면 이용방법에 있어서는 90.1%의 응답자가 ‘컵라면용기에 뜨거운 물을 부어서 익힌다’고 답해 컵라면 용기를 폴리스티렌보다는 종이용기 사용이 필요한 것으로 나타났다.

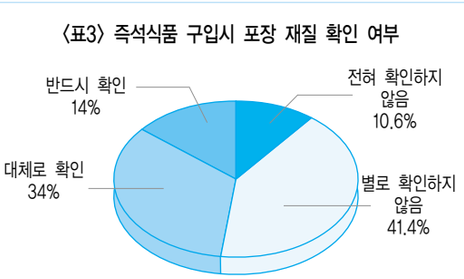
〈표1〉 내분비계 장애물질이란 용어에 대한 인지도




〈표2〉 내분비계 장애물질에 대한 경각심 정도




〈표3〉 즉석식품 구입시 포장 재질 확인 여부



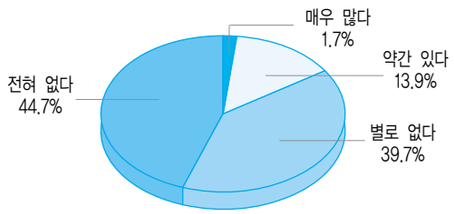

즉석식품 구입시 포장 재질 확인 여부〈표3〉에 대해서도 응답자 52.0%가 포장재질에 무관심한 것으로 나타났다.

### ‘내분비계장애물질’에 대한 교육정도

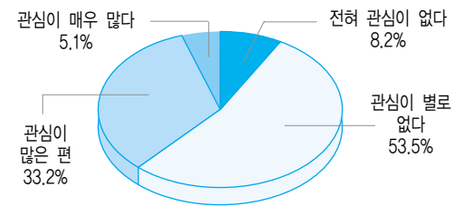
**– 84.4% ‘교육 받은 적 없다’, 주로 대중매체를 통해 습득**

내분비계 장애물질에 대한 교육정도〈표4〉에 대해서는 ‘전혀 없다’ 44.7%, ‘별로 없다’ 39.7

〈표4〉 내분비계장애물질에 대한 교육정도




〈표5〉 환경문제에 대한 관심도




%, '약간 있다' 13.95, '매우 많다' 1.8% 순으로 응답자 84.4%가 관련 교육을 받지 못했다.

내분비계 장애물질에 대한 정보 습득 경로를 살펴보면 TV나 라디오 41.7%로 가장 높았고, 학교에서 18.3%, 인터넷 12.0%, 정부나 소비자단체의 홍보물이나 유인물을 통해서 7.5%, 기타 11.2%, 신문이나 잡지 4.5% 순으로 중학생 특성상 인쇄매체보다는 영상매체나 인터넷 매체를 통해 관련 정보를 습득하고 있었다.

## 환경에 대한 관심 및 참여 정도

### – 61.7% 관심 없고, 환경운동 참여도 낮아

환경문제에 대한 관심도〈표5〉에 있어서는 '관심이 별로 없다' 53.5%, '관심이 많은 편이다' 33.2%, '전혀 관심이 없다' 8.2%, '관심이 매우 많다' 5.1%로 조사대상자의 61.7%가 관심이 없다고 답해 환경문제에 대한 관심도가 매우 낮은 것으로 나타났다.

환경운동 관련 단체에 가입하거나 환경 개선 운동에 참가하신 적이 있느냐에 대해서는 '전혀 없다' 61.2%, '별로 없다' 26.0%, '약간 있다' 10.6%, '매우 많다' 2.2% 순으로 응답자 87.2%가 환경 개선운동에 참가한 적이 없다고 답변했다.

## 결 론

이번 조사를 마치고 내분비계 장애물질이란 용어에 대해 '알고 있다'는 응답자는 24.5%에 불과해 중학생들이 내분비계 장애물질이란 용어에 대해 아직도 많은 응답자가 생소해하는 것으로 나타났다.

내분비계장애물질 발생 우려가 높은 컵라면류와 캔 음료를 주 1회 이상 먹고 있어 용기의 재질 개선과 내분비계 장애물질이 나오지 않는 대체 제품 개발이 시급한 것으로 조사되었다.

한편, 80.7%의 응답자가 내분비계장애물질의 인체 영향에 대해 우려하고 있지만 84.4%의 학생들이 내분비계장애물질에 대한 '교육을 받지 못했다'고 답해 미래 주역인 중학생들에게 이에 대한 교육 및 홍보를 좀 더 강화할 필요가 있었고, 환경문제에 대한 관심도 및 환경운동 참여도 또한 매우 낮아 내분비계장애물질 관련 문제뿐만 아니라 환경에 대한 전반적인 관심과 인식 제고를 위해 관련 당국과 국민이 노력해야 할 것이다.

〈최애연/본회 소비자보호부장〉





# 전기요금이 많이 나오면, 이것부터 체크!

전기기기를 매달 변동 없이 사용하는데 갑자기 전기요금이 많이 나와 당황스러웠던 기억이 있을 것이다. 이런 경우 전기요금이 많이 나온 이유를 차근차근 찾아보는 지혜가 필요하다.

### 소비전력이 높은 가전제품을 사용하지 않는가?

사용전력 증가로 누진율이 적용된 경우 주택용 요금은 누진요금체계로 되어 있어 사용량이 조금만 증가해도 요금이 대폭 증가하는 특징이 있다.

예를 들어 겨울철 전기온풍기 사용으로 인해 한 달 전기사용량이 300kWh에서 420kWh로 약 40% 증가할 때[소비전력 2kWh(가정)은 온풍기 하루 3시간 월 20일 사용했을 때] 전기 요금은 4만원에서 8만2천원으로 약 105% 증가하게 된다.

※ 300kWh 사용고객이 전기사용량 250kWh로 약 17% 절약할 때 요금은 3만원으로 25% 줄어든다.

### 누전이 되고 있는가?

누전여부 확인은 집안에 차단기를 내린 후 계기가 회전하지 않으면 누전되지 않고 정상적으로 사용하고 있는 것이며, 반대의 경우 누전의 가능성이 있는 것이다.

누전차단기가 설치되지 않은 경우에는 먼저 집안에 있는 모든 전기기기의 코드를 빼고, 전기사용을 멈춘 상태에서 계량기의 원판이 계속 돌아가면 누전일 확률이 높다. 누전인 경우 소비자는 직접 전기공사업체에 의뢰 및 수리해야 하며, 이 경우 누전으로 인한 요금은 소비자가 부담해야 한다.

### 계량기 고장 또는 검진착오인가?

소비자가 사용한 전기사용량을 전력량계에 정확하게 적산하여 그 계량치로 요금을 계산하여 청구하기 때문에 전기요금에는 거의 착오가 없다.

그러나 전력량계의 검침과정에서 간혹 착오가 발생할 수 있는데, 가령 전력량계의 검침과정에서 간혹 착오가 발생할 수 있는데, 가령 전력량계 지침 숫자를 잘못 읽어 7을 1로, 6을 8로 보는 경우 등이다.

이와 같이 검침착오로 인해 전기요금 계산이 잘못된 경우에는 인터넷(www.kepco.co.kr/cyber)이나 고객센터(Tel.123)에 전화로 신고하면 한국전력공사 직원이 현장에 나가 이상 유무를 확인하여 이상이 있을 때는 요금을 재계산해 준다. 또한 이유 없이 사용량이 과다하게 나올 경우에는 전력량계의 이상 유무를 시험해 준다. 시험결과 계기 이상으로 판명되면 계량기 교환 및 요금을 재계산해 준다.

〈자료제공: 한국전력공사〉

# 소비자의 소리

### 주유소에서 승용차에 경유 대신 휘발유 잘못 넣어

**내용** 김호정(경북 구미시 상모동)씨의 새벽 3시경 광평 오일랜드에서 경우 터보엔진인 쏘렌토 차량에 주유 중 휘발유주유기 리터기가 작동 하는 것을 발견하고 차에서 내려 휘발유주유기가 연료 투입구에 삽입된 것을 확인 즉시시동을 정지시켰다.

새벽시간이라 인력으로 차량을 이동시켜 놓고 다음날 10시경 주유소에 가서 차량을 견인 조치하여 기아자동차서비스 점검을 권유하였으나 수리비 과다 발생 이유로 주유소 내 카센터에서 정비를 하였다.

2007년 1월 25일 운행 중에 시동이 꺼져서 기아서비스센터로 견인하여 점검해 본 결과 기름 혼유로 인한 문제라며 수리비 320만원이 소요된다고 하여 주유소 측에 통보하니 주유소 측에서는 원인 규명을 위해 기아자동차 대구 영업소에 견인하자고 하여 대구영업소에 점검 의뢰하였다. 이후 결과에 대해 동의하였으나 배상을 6:4로 처리하자고 한다.

**처리** 경유 전용차량과 휘발유를 사용하는 차량은 주입구의 크기 차이가 있는데도 주유소 직원이 이를 확인하지 못한 실수로 휘발유를 주입하였다면 이는 주유소의 잘못으로 귀책사유가 분명하므로 과실 책임을 물어 수리비용과 수리기간 동안 동일차종의 대여비 등에 대한 보상을 요구 할 수 있으므로 수리비 320만원 견적에서 실 수리비와 견인료 10만원을 포함한 300만원을 배상하기로 합의 처리하였다.

### 미성년자에게 판매한 화장품 대금 독촉

**내용** 김정숙(울산시 중구 반구2동)씨는 대학 1학년생 딸이 2006년 8월 길거리에서 설문조사를 요청해 작성하는 도중 영업사원의 판매상술에 '자이야' 화장품을 52만원에 구입한 것을 12월에 업체에서 보낸 내용증명을 보고 알게 되었다.

미성년자가 부모 동의 없이 구입한 물품에 대해선 대금을 지급 하지 않아도 된다는 방송을 보고 대금을 지급하지 않아도 된다고 생각하였다.

그런데 올해 1월부터 채권관리부라고 하며 계속 전화를 하여 대금 지급할 것을 독촉하고 법적으로 처리하겠다는 등 협박도 서슴지 않는다.

구입한 화장품은 이미 자녀가 거의 다 사용하여 반품도 할 수도 없는데 화장품 대금 52만원을 지급해야 하는지 문의 하였다.

**처리** 서진종합상사 채권관리부에서는 2006년 12월에 미성년자인 자녀가 화장품을 구입하였다는 내용증명을 부모 앞으로 발송하였으나 어떠한 이의 신청도 하지 않았으며, 전화상으로 대금을 독촉해도 지급하지 않겠다는 말만 하고 일방적으로 전화를 끊고 응대하지 않았다. 업체측은 부모가 내용증명을 받고도 아무런 이의제기를 하지 않아 자녀가 구입한 상품에 대해 추인한 것으로 판단, 화장품 대금 52만원을 지급해야 한다고 주장했으나 업체와의 협의 끝에 38만원 지급으로 완납되었다는 합의서를 작성해 처리했다.

### 인터넷통신 해지시 과다한 위약금 청구

**내용** 김대식(수원시 장안구 연무동)씨는 오래 전부터 온세통신 인터넷을 사용해왔다.

처음에는 3년 약정하여 쓰다가 1년을 연장해서 사용했는데, 3년 약정시 34,500원에서 29,920원만 내기로 하고 1년 연장시 모뎀료를 안 내도 된다며 추가 할인해주었다.

2006년 1월초에 재계약했는데 업체에서는 2월 1일 2년 약정했다고 하며 4,000원을 더 할인해주어 21,780원을 내었다.

계약을 해지 하려고 하니 소비자가 장기간 사용자여서 할인 받은 것 임에도 불구하고 소비자에게 345,00원에서 할인 받은 금액만큼 위약금을 내라고 요구한다.

소비자는 이미 약정 기간을 만료해, 3번째 가입시 4,000원 할인 받은 것에 대해서만 위약금을 내겠다고 했다.

**처리** 장기 가입자 해지시 처음의 요금으로 위약금을 요구 하는 것에 대한 부당함을 이의 제기하여 마지막 4,000원 할인 받은 부분에 대해서만 위약금 청구하기로 합의 처리하였다.

### KT '더블 프리요금제' 명의자 아닌 가족에게 가입 유도해 요금 청구

**내용** 김종성(서울시 은평구 불광동)씨의 아내는 '집전화로 휴대폰으로 전화시 할인해주는 서비스가 있다' 는 KT측의 전화를 받고 남편 명의이므로 상의해 결정한다고 했지만 금액이 부과된다는 말은 하지 않고 '서비스' 라는 말만 강조해 가입하게 되었다.

이후 '더블프리 요금제' 에 가입되어 있는지조차 모르는 상태에서 전화를 사용하다가 전화를 정지하는 과정에서 본인이 아닌 아내가 '더블프리 요금제' 에 가입했다는 사실을 알게 되어 항의했으나 법적 근거가 없다며 부당요금 청구에 대해 반환할 수 없다고 한다.

전화상으로 본인이 아닌 다른 사람에게 대금이 부과되는 요금제 가입을 유도했고, 가입 처리 후 명의자인 본인에게 그 사실을 알려주는 것이 당연한 상도라고 생각되어 시정조치와 함께 부당 청구된 9만원에 대한 환급을 요구했다.

**처리** KT측에 명의자가 아닌 가족과 통화 후 '더블프리요금제' 계약이 체결되었고, 계약된 사실조차 모르고 있다가 전화 해지 과정에서 그 가입 과정이 잘못된 것이라고 판단되어 그 사실 확인을 의뢰한 결과, KT측에서 과실을 부분 인정해 청구된 요금의 50%를 반환 처리키로 합의했다.

### 어린이집 보육료 부당하게 청구

**내용** 김종민(대전시 중구 옥계동)씨는 2007년 1월 29일 동네 어린이집에 등록하고 2월 8일까지 다녔으나 아이가 계속 가지 않으려고 하여 2월 12일 어린이 집을 찾아갔다.

1달 보육료가 25만원이지만 아이가 다닌 만큼만 보육료를 지불하려하니 1달 보육료 전액을 지불하라고 한다.

**처리** 어린이집 보육료에 관한 여성가족부의 보육료 지침에 의하면 2007년 3월 1일부터는 일할계산에 의하여 반환하기로 되어 있다. 위의 경우에는 종전의 규정을 적용해 보육료의 50%인 125,000원만 지불토록 했다.

〈곽정자 / 본회 소비자상담실장〉

# 건강기능식품, 알고 구입합시다

설 명절을 전후로 부모에게 드릴 선물용 '건강기능식품'을 구입하는 소비자가 늘어나면서 허위·과대광고에 현혹되어 잘못된 제품 구입으로 인한 피해가 우려되고 있다. 따라서 소비자 피해를 사전에 예방하기 위해서는 무엇보다도 소비자 스스로 건강기능식품에 대한 다양한 정보를 미리 알고 있어야 한다.

## '건강기능식품'이란?

인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 정제, 캡셀, 분말, 과립, 액상, 환등의 형태로 제조·가공한 식품이다.

'건강기능식품'은 식사를 대용하는 식품이 아니라 일상의 식사에서 부족한 영양소나 생리활성성분을 보충하기 위해 섭취하는 식품이다. 따라서 균형 있는 식생활을 유지한다면 특별히 건강기능식품이 필요하지 않다.

## 일반식품 및 의약품과의 차이점은?

건강기능식품은 일상적인 식사나 단순히 기호의 목적으로 섭취하는 일반식품과는 차이가 있어 섭취목적, 섭취방법, 기능성 등 여러 가지 요소를 종합적으로 고려해야 한다.

또한 건강기능식품은 일상식사와 함께 섭취했을 때 영양을 공급하고, 건강에 도움이 되는 식품이지 질병 예방이나 치료를 목적으로 하는 의약품이 아니므로 치료가 어려운 질병을 건강기능식품으로 해결하려고 해서는 안 된다.

## 건강기능식품 '기능성' 내용은?

건강기능식품 제조에 사용되는 원료들 중 일부의 '기능성'에 대해 과학적으로 확인할 수 없었다는 연구결과가 나와 식품안전당국은 기능성이 의심되는 건강기능식품 원료의 기능을 표시하지 못하도록 하는 방안을 추진 중이라고 했다.

현재 건강기능식품은 인정된 기능성만을 표시할 수 있으므로 반드시 '기능성'을 확인하고 구입해야 한다.

다음은 주요 건강기능식품의 기능성 내용이다.

<건강기능식품의 기능성 내용>

| 기능성 내용 | 관련 제품군 |
|---|---|
| 장의 건강에 도움 | 유산균, 프락토올리고당, 알로에, 효소 |
| 건강한 콜레스테롤 유지 | 감마리놀렌산, 레시틴, 키토산, 키토산, 키토올리고당, 대두단백, 식물스테롤, 홍국 |
| 건강한 혈액의 흐름 | EPA/DHA, 감마리놀렌산 |
| 건강한 체중과 체지방 유지 | 식이섬유 |
| 유해활성산소 제거에 도움 | 녹차추출물, 엽록소, 베타카로틴 |
| 뼈와 관절 건강에 도움 | 뮤코다당·단백, 클루코사민, 프락토올리고당 |
| 건강한 면역기능유지 | 인삼, 홍삼, 알콕시글리세롤 |

## 건강기능식품 표시 기준은?

식약청에서 허가·신고된 제품에 대해서만 제품포장에 '건강기능식품'이라는 표시 또는 도안을 표시하고 있다.

또한 건강기능식품을 과학적으로 관리하기 위해 '우수건강기능식품제조기준(GMP)'을 도입했다. GMP는 소비자에게 신뢰받는 안전하고 우수한 품질의 건강기능식품을 제조하도록 하기 위한 기준으로서 작업장의 구조, 설비를 비롯하여 원료의 구입으로부터 생산·포장·출하에 이르기까지의 전 공정에 걸쳐 생산과 품질의 관리에 관한 체계적인 기준을 말하며 이 기준을 준수하는 건강기능식품제조업소를 GMP 적용업소로 지정하고 있다.

한편, 건강기능식품의 업소명, 제품명, 기능성내용, 제품사진, 광고심의결과 등은 식품의약품안전청 건강기능식품정보(http://hfoodi.kfda.go.kr)란에서 확인할 수 있다.

## 건강기능식품 구입시 주의사항은?

건강기능식품은 제품별로 효능이나 기능이 각각 다르기 때문에 체질이나 현재의 영양 상태를 신중히 고려하여 자신에게 적합한 제품을 선별하여 구입하는 것이 가장 현명하며 다음의 주의사항들을 고려해야 한다.

- 질병치료 등의 허위광고에 현혹되지 않도록 주의해야 한다
- 판매원의 상술에 동요되어 충동 구매하는 것은 아닌지 특별히 주의를 기울여야 한다
- 제품 구입시 포장에 '건강기능식품'이나 '건강기능식품을 나타내는 로고'가 분명하게 표시되어 있는지 체크해야 한다.
- 제품의 개봉 및 훼손시에는 반품이 어렵기 때문에 신중하게 구입해야 하고, 대금 완납이나 반품시 자료를 최소 5년간 보관해야 한다.
- 제품의 표시사항, 영양기능정보, 유통기한, 등을 꼼꼼히 읽어본 뒤 구매해야 한다.

〈자료참조: 식품의약품안전청〉

# 당신은 '블루슈머(Bluesumer)' 인가?

통계청은 지난달 사회·인구 통계를 분석해 2007년 기업 마케팅에서 주목해야 할 새로운 소비자 그룹인 '블루슈머' 6개 유형을 선정해 발표하며 관련 사업이 유망할 것이라고 밝혔다. 최근 새로운 소비계층으로 떠오르고 있는 '블루슈머'에 대해 알아보자.

## '블루슈머' 란?

'블루슈머'는 경쟁자가 없는 시장의 '블루오션(Blue Ocean)'과 '소비자(Consumer)'의 합성어로 '경쟁자 없는 시장에 존재하는 소비자'를 뜻하는 신조어다.

사회변화에 따라 시시각각 달라지는 소비자의 라이프스타일에 따라 새롭게 떠오르는 '블루슈머'를 찾아내는 능력이 기업 경쟁력의 관건이 되고 있다.

## '블루슈머' 6가지 유형

### 1. '이동족(Moving Life)'

생활권이 확대되면서 사람들이 이동하며 소비하는 시간도 급격히 늘었다. 2004년 기준 우리나라 10세 이상 국민의 하루 평균 이동시간은 1시간40분. 5년 전보다 5분이나 늘었다. 국민 전체로는 350만 시간이 늘어난 셈이다.

이에 따라 이동하면서 즐길 수 있는 다양한 엔터테인먼트 상품에 대한 관심이 커졌으며, 휴대용멀티미디어플레이어(PMP), 이동멀티미디어방송(DMB), 휴대용 게임기, 무선 헤드폰 등은 이미 히트 상품으로 자리 잡았다.

앞으로도 이런 이동족들을 위한 다양한 유무선 상품과 서비스가 인기를 끌 것으로 전망되고 있다.

### 2. '무서워하는 여성(Scared Women)'

2005년 살인과 강간은 2003년보다 각각 8%, 13% 늘었다. 특히 2000년과 비교하면 5년새 각각 13%, 68%나 급증한 것이다. 때문에 15세 이상 여성 가운데 범죄로 두려움을 느끼는 여성의 비율은 67.8%까지 올라갔다.

이러한 여성들의 불안 심리는 여성의 안전과 호신에 대한 필요성을 증대시켜 여성 스스로 몸을 지키는데 도움을 주는 상품에 대한 수요가 늘어나게 했다. 무인경비서비스를 비롯해 디지털도어록, 호신용 전기충격기, 휴대전화 호신서비스 등 방범·보안·호신 용품들이 지속적으로 인기를 끌게 되어 인기 상품으로 떠올랐다.

### 3. '20대 아침 사양족(Hungry Morning)'

우리나라 20대의 인구는 746만 100명이며 절반(49.7%)인 370만 8000명이 아침을 거르고 있는 것으로 나타났다. 아침을 거르는 20대 남녀는 증가하고 있지만, 또 한편으로는 건강을 중시하는 사회 트렌드의 영향을 받아 아침 식사의 '영양학적 중요성'은 날로 강조되고 있어 젊은 층을 위한 간편한 '아침밥 대용 먹을거리'의 수요 증대가 예상되어 아침 먹을거리 시장이 새로운 틈새시장으로 떠오르고 있다.

최근 큰 인기를 끌고 있는 아침 식사 배달 서비스를 비롯해 아침용 건강 음료, 즉석 죽, 컵수프, 포장용 조각 케이크, 생식용 두부, 커피전문점의 모닝세트 메뉴, 떡 전문점의 아침 떡 메뉴 등이 젊은 소비계층에 파고들고 있다.

### 4. '3050 일하는 엄마(Working Mom)'

경기침체와 고용불안 등으로 30~50대 일하는 엄마들이 크게 늘고 있다. 일하는 엄마들이 늘어나는 것은 기존의 주된 역할이던 가사 노동과 육아, 자녀 교육 등에 소비할 수 있는 시간이 급격히 줄어들고 경제활동으로 인한 정신적·육체적 스트레스는 증가하는 것을 의미한다.

이러한 변화는 결국 기존에 자신이 하던 역할을 누군가 해주기를 바라는 '역할 대행 욕구'로 표출되어 자녀교육을 대행해 줄 서비스를 찾고 있다.

실제로 최근 워킹맘(일하는 엄마)의 역할을 대신해 유아를 돌봐주고 교육하는 에듀시터(edu -sitter), 아이와 놀아주는 플레이 튜터(play tutor) 같은 육아·자녀 교육 대행 서비스가 큰 인기를 끌고 있다.

또 집안일을 줄여주는 것을 넘어 아예 원스톱으로 대신해주는 로봇 청소기와 지능형 가전제품 등을 필요로 하고 있다.

### 5. '피곤한 직장인(Weary Worker)'

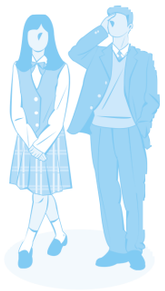
주 5일제 실시로 직장인의 육체적 노동시간은 줄어든 반면 피로도는 오히려 증가하고 있으며 전체 취업자 중 89.1%가 업무가 끝난 후 피곤함을 느낀다고 한다. 이러한 직장인의 피로도 상승은 사회 경쟁이 치열해지고 장기적인 경기 불황, 노동 강도 증가 등에 따라 직장인의 정신적 스트레스가 증가하는 것과 밀접한 관계가 있다.

이에 따라 직장인들의 피로를 해소시켜줄 수 있는 차 전문점, 마사지숍, 스파, 요가, 아로마테라피, 펜션여행, 스트레스 클리닉, 댄스학원 등에서 쌓인 스트레스를 풀며 쉬고 싶어 하는 직장인들에게 인기가 높아 유망한 것으로 전망됐다.

### 6. '살찐 한국인(Heavy Korean)'

2005년 국민 1인당 지방질 공급량은 88.6g으로 2000년보다 10.6%, 1980년보다는 무려 142%가 증가했다. 하락하던 국민 1인당 하루 총열량 공급량은 2003년 이후 다시 늘어 2005년에는 3014kcal로 조사됐다.

이 때문에 지방과 칼로리 걱정을 덜어줄 수 있는 '제로 칼로리, 제로 지방' 상품이 인기를 끌 것으로 예상된다. 최근 베스트셀러 상품으로 떠오른 혼합차, 저칼로리면, 무지방우유 등 제품들의 상당수가 칼로리와 지방 함량이 거의 없는 제품이다. 〈자료출처: 통계청〉



# 유명 브랜드 교복,
## 성장촉진·아토피 예방 등 부당 광고로 소비자 현혹해

'턱없이 비싼 교복'에 대한 논란이 끊이지 않고 있다. 공정거래위원회가 주요 교복업체와 유통 대리점의 가격 담합에 대한 현장 조사를 착수하는 등 정부가 교복 가격잡기에 본격적으로 나섰다. 다음은 한국소비자보호원이 조사한 유명 브랜드 교복의 부당 광고 사례 및 소비자 주의 사항이다.

### ▣ 부당 광고 사례

학생복 시장이 인기 연예인을 동원한 스타 마케팅, 다량의 고가 사은품 제공 등 마케팅 경쟁이 치열해지고 있으며 일부 유명 브랜드 교복 업체들이 부당 광고 등으로 소비자를 현혹하고 있다.

#### ▶ 성장촉진, 아토피 예방 등 효과 허위과장

A사는 2006년도 동절기 학생복을 판매하면서 남·여 학생복 재킷에 부착된 Tag에 다음과 같이 표시했다.

「NEO-BIO PALZONE 가공, 팔죤으로 처리된 건강 섬유 기능과 효과」
- 피로회복 및 집중력 향상에 의한 학습력 증대
- 체내 지방질 분해에 의한 비만 억제
- 성장기 학생에게 성장 촉진

「'NANO Ag+SIVER'라는 표시와 함께 항균, 살균기능으로 세균이 없어 아토피성 피부염을 예방합니다」

그러나 이러한 표현은 해당 제품의 기능 및 효과에 대해 객관적으로 입증된 근거가 없다. 사업자가 제시한 근거 자료는 표본수·실험방법·실험결과와 효과와의 직접적인 관련성 면에서 객관성 및 타당성이 결여되어 객관적인 실증 자료로 인정되지 않았다.

대한아토피학회에서도 은사 코팅 섬유 의류를 입을 경우 의학적으로 아토피성 피부염이 예방된다는 공인된 근거 자료가 없는 것으로 파악하고 있다.

또한 '은'과 같은 특정 성분이 상품에 일부 사용되었다고 해도 그 특정 성분의 효과가 바로 그 성분이 사용된 상품의 효과와 일치한다고 보기 어렵다.

따라서 일반적으로 특정 효과가 있다고 알려진 성분을 상품에 사용하였다 하더라도 해당 상품에 동일한 효과가 있는지는 별도로 실증되어야 한다.

#### ▶ 사실과 다르게 은나노 코팅 안 돼 있어

B사는 2006년도 동정기 학생복의 카탈로그에 다음과 같은 표현과 함께 남·녀 학생복 사진을 게재했다.

「'항균과 탈취가 뛰어난 은나노 코팅섬유'라는 표현과 함께 남·녀 학생복 사진을 게재」

이 경우 실제로는 여학생복에만 은나노 코팅 처리가 돼 있고 남학생복에는 은나노 코팅 처리가 돼있지 않았다.

따라서 이 표현은 마치 남·녀 학생복 모두가 항균과 탈취가 뛰어난 은나노 코팅 섬유인 것처럼 오인케 할 우려가 있는 허위 과장 광고에 해당한다.

#### ▶ 이월상품을 신상품으로 오인케 해

유명 브랜드 사업자가 일부 대리점에서는 동절기 학생복 이월상품을 아무런 표시 없이 2006년 2월 신상품과 함께 매장에 진열하고 신상품 가격으로 판매했다.

신상품의 경우 팔죤가공처리, 은사 안감 사용 등 대대적인 광고를 하고, 가격도 전년도에 비해 비싸다. 이러한 차이가 있으므로 소비자가 이월상품임을 알았다면 구매하지 않거나 신상품보다 할인된 가격으로 구매하게 된다.

즉, 신상품 여부는 소비자 구매 선택에 반드시 영향을 미치는 것이라고 할 수 있다. 따라서 이 경우는 소비자의 구매 선택에 중요한 정보를 은폐한 것으로써 사실과 다르게 소비자를 오인시킬 우려가 있는 기만적인 표시 행위에 해당한다.

### ▣ 피해 예방을 위한 체크포인트

- 특정 기능을 선전하는 광고는 객관적이고 믿을 만한 것인지, 실제 구매하는 제품에 그 기능이 있는지 등을 확인한다. 은이나 음이온, 원적외선 등 신물질의 효능·효과와 그 물질들이 사용된 제품의 효능·효과가 반드시 일치하는 것은 아니라는 것을 명심한다.
- 신상품의 경우 기존 제품과 어떻게 차이가 나는지 꼼꼼히 살펴보고, 특별한 차이가 없는 경우 재고품을 할인하여 구매하는 것을 고려해본다. 관련 부처에서는 학생복 제품 라벨에 제조년월일 표시를 의무화하도록 제도 개선을 추진하고 있으므로 이러한 제도 개선이 완료될 경우 소비자들은 신상품 여부를 쉽게 확인할 수 있을 것이다.
- 사업자들의 유명 연예인을 동원한 스타마케팅 및 고가 사은품 제공에만 현혹되지 말고, 품질에 차이가 없다면 가격이 저렴한 일반 상품을 알뜰 구매하는 지혜가 필요하다.

〈자료출처: 한국소비자보호원〉

## 기프트카드 등록하면 연말 소득공제 받아요

무기명식 선불카드인 기프트카드를 기명화해 사용할 경우 기명식 선불카드로 인정해 소득공제 혜택을 주는 내용의 세제개편안이 작년 말 국회를 통과함에 따라 신용카드사들이 2월부터 기프트카드 연말 소득공제를 위한 기명 등록 접수를 일제히 시작했다.

이에 따라 카드사 지점이나 인터넷 홈페이지를 통해 기프트카드 사용등록을 하면 사용금액만큼 연말에 소득공제 혜택을 받을 수 있다. 카드사마다 약간씩 다르긴 하나 대체로 기명 등록을 위해서는 영업점을 방문하거나 카드사 홈페이지에서 직접 등록 신청하면 된다.

일단 기명 등록을 한 뒤 다른 사람에게 기프트카드를 양도할 경우 등록취소도 가능하므로 원래 소유자가 등록을 취소한 뒤에 양도 받은 사람이 다시 기명 등록하면 그 시점부터 사용금액에 대해서는 양도자가, 이전 사용분에 대해서는 원 소유자가 각각 소득공제 혜택을 받을 수 있다.

## 소비자에게 불리한 표준약관 개정

공정거래위원회가 54개 표준약관 중 소비자에게 불리한 내용을 담은 약관 등을 대대적으로 정비키로 했다.

특히 어학연수, 자동차 매매 관련 약관 등 소비자단체의 문제제기가 많았던 부분들이 우선 개정 대상이 될 전망이다. 또 표준약관 가운데 제정 후 한번이라도 개정된 것이 9개에 불과해 개정 대상은 상당히 많을 것으로 알려졌다.

표준약관은 계약의 일방 당사자가 다수의 계약체결을 위해 미리 만든 계약의 내용으로 공정위는 일단 소비자단체 등이 제기한 표준약관의 개정 여부를 검토하고 있다. 이는 자동차 매매(신차), 체력단련장, 유학수송대행, 근저당 설정권 표준약관 등이다. 자동차 매매(신차) 표준약관의 경우 파업 때 발생한 차량인도 지연은 천재지변과 마찬가지로 회사 측 책임이 아니라는 조항이 소비자에게 불리한 만큼 이를 명확히 할 방침이다.

근저당 설정 표준약관의 경우는 근저당 설정 비용을 대출인이 부담하는 것도 불공정약관이라고 규정, 개정을 추진하고 있다. 공정위는 또 현재 표준약관이 없어 소비자가 피해를 보는 분야의 경우 새로운 표준약관을 만들어 피해를 줄일 계획이라고 밝혔다.

## 의료기기 GMP 마크제 시행키로

식품의약품안전청은 의료기기를 구입·사용하는 소비자의 편의를 위해 오는 6월부터 '의료기기 GMP 마크제'를 도입하기로 했다.

의료기기 GMP는 '의료기기 제조 및 품질관리 기준'으로 품질이 우수한 의료기기를 생산하기 위해 원자재 입고부터 완제품 출고에 이르기까지 지켜져야 할 절차와 기준을 정한 품질보증체계다.

의료기기 GMP는 국제적으로 통용되는 품질보증체계로 미국과 유럽연합, 일본 등 선진 각국에서는 이미 수년전부터 그 적용을 의무화하고 있다.

이 제도가 시행되면 의료기기 제조업소는 GMP인증을 받은 제품에 한해 식약청장이 정하는 GMP 마크를 부착할 수 있게 된다.

식약청은 미인증 제품은 마크를 부착할 수 없게 됨에 따라 시장 경쟁력이 떨어져 사실상 퇴출되는 등 시중 유통 의료기기의 품질수준이 높아질 것으로 기대하고 있다.

## '길거리 휴대전화' 간이판매점 믿지 마세요

최근 국내 이동통신사들이 보조금을 축소하기로 함에 따라 길거리나 지하철역, 재래시장, 대형할인매장 등에서 무료통화권을 앞세운 별정통신업체의 휴대전화 간이판매점들이 늘면서 소비자 피해가 잇따르고 있다.

특히 이동통신사들의 무선통신망을 임차해 영업하는 별정통신업체들의 휴대전화는 이동통신사들의 요금체계와 다를 뿐 아니라 불필요한 부가서비스를 장기간 사용해야 하는 경우가 많아 각별한 주의가 요구된다.

12일 정보통신부에 따르면 최근 SK텔레콤과 KTF, LG텔레콤이 이달 말부터 휴대전화 보조금을 축소하기로 함에 따라 별도 요금체계와 무료통화권을 앞세운 별정통신업체들의 휴대전화 판매가 늘면서 관련 민원들이 속출하고 있다고 밝혔다.

특히 별정통신업체와 일부 이동통신 직영 대리점이 영세업체들의 무료통화권을 구입, 휴대전화 경품으로 내걸면서 피해예방을 위한 대책 마련이 시급한 것으로 지적되고 있다.

또한 무료통화권은 별정통신사업자로 등록한 업체가 자본금의 25%를 보증보험료로 납부하면 제한 없이 발행할 수 있는데 영세한 별정통신업체들이 이동전화 판매점과 계약해 무료통화권을 많게는 100억원대까지 발행한 후 회선 부족으로 인한 통화 품질 불량, 폐업으로 인한 서비스 불가 등 소비자 피해를 유발하고 있다고 설명했다.

한국소비자보호원측도 이동통신 가입 시 가입통신사가 이동통신 3사인지 별정통신인지 확인하고, 가입 양식서의 약관과 요금 체계·변경, 부가서비스 의무사용 기간을 꼼꼼히 확인해야 한다고 당부했다.

## 통신요금 줄이려고 '종료버튼' 누르세요

통신위원회는 6일 '통신서비스 피해구제 사례집'을 통해 통신요금을 줄이는 3가지 생활의 지혜를 소비자들에게 조언했다.

이중 눈에 띄는 것은 통화가 끝나면 꼭 '종료 버튼'을 누르라는 것. 휴대전화 통화 뒤 종료 버튼을 누르면 종료신호가 통신회사에 곧 바로 전해져 즉시 통화가 중단된다.

하지만 많은 이용자들은 통화가 끝난 후 휴대전화를 그냥 닫는데 통신사에서는 이것이 통신장애인지 아닌지 판단하기 위해 10초 동안 신호를 보내 보고 응답이 없을 때 자동 종료시킨다. 이 10초 동안의 비용은 고스란히 이용자가 부담하게 된다.

통신위는 휴대전화 요금이 보통 10초에 15~20원대, 하루 10통화를 쓴다고 가정하면 종료 버튼을 꼬박 누르기만 해도 하루 200원, 한달 6000원 가량의 휴대전화 요금을 절약할 수 있다고 설명했다.

또한 인터넷 무료문자 서비스를 이용하는 것과 본인이 많이 통화하는 시간대를 고려해 자신에게 맞는 요금제를 활용할 것을 조언했다. ■

## 타르색소 2호, 어린이 기호식품에 사용 금지

식품의약품안전청은 어린이 먹거리 안전을 보다 강화하기 위해 어린이 기호식품에 한해 타르색소 2호의 사용을 올 상반기 중으로 금지한다고 밝혔다.

적색 2호의 사용을 금지키로 한 것은 타르색소 2호가 안전하지 않기 때문에 사용을 금지하는 것이 아니라 어린이의 안전을 보다 강화하기 위한 것이라고 밝히면서 국가마다 적색 2호의 허용기준이 다른 것은 독성실험 결과에 대한 해석 차이 때문이라고 설명을 덧붙였다.

타르색소는 주로 사탕과 음료수, 아이스크림, 껌, 과자 등에 색깔을 내기 위해 사용하는 합성착색료로 대표적인 식품첨가물로 석탄의 콜타르에서 추출한 벤젠과 톨루엔, 나프탈렌 등을 재료로 해서 만들어지기 때문에 소비자 단체들의 의해 발암물질 가능성 논란을 빚어 왔다.

이에 따라 국내식품은 물론 수입제품도 식약청의 고시 이후 타르색소 2호의 사용이 전면 금지된다.

## 비타민 D '유방암, 대장암' 예방에 효과

캘리포니아 대학 무어스암센터 연구팀의 연구 결과 비타민 D가 유방암 및 대장암을 예방하는 효과가 있는 것으로 나타났다.

'생화학적 스테로이드와 분자생물학회지(the Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology)'에 발표된 1,60명을 대상으로 진행된 연구결과 25-수산화비타민 D(25-hydroxyvitamin D) 혈중 농도가 가장 높은 사람들이 유방암 발병 위험이 가장 낮은 것으로 나타났다.

또한 혈중 비타민 농도가 가장 낮은 사람들이 유방암 발병 위험이 가장 높았으며 이와 같은 유방암 발병율은 혈중 비타민 농도가 증가함에 따라 줄어든 것으로 나타났다고 말했다.

연구팀은 비타민 D3를 하루 2000 IU 매일 섭취하고 햇볕을 하루 10~15분 가량 쐬 주면 유방암 발병 위험을 50% 가량 줄일 수 있을 것이라고 말했다.

또한 연구팀은 하루 2000 IU 이상의 비타민 D3를 매일 섭취하고 자외선을 하루 10~15분 쐬면 대장암 발병 역시 50% 가량 감소한다고 말했다. 비타민 D3 는 식품이나 보충제를 통해 섭취 가능하며 또한 햇볕이나 자외선 B를 쐼으로써 얻을 수 있다.

## 임신 중 생선 섭취하면 자녀 지능 높아져

임신 중 생선과 해산물을 많이 섭취한 여성의 자녀가 보통 아이들보다 지능이 높다는 연구결과가 나왔다.

미국 국립보건원의 조지프 히벨른 박사는 영국의 의학 전문지 '랜싯' 최신호에 발표한 논문에서 8천여명의 영국 여성 자녀들을 조사한 결과 이 같은 결과가 나왔다고 말했다.

히벨른 박사는 임신 중 생선과 해산물을 매주 340g 이상 섭취한 여성의 자녀는 그렇지 않은 여성의 자녀에 비해 유아 때는 운동성과 사회성 발달이 빠르고 7~8세 때는 행동 테스트 성적과 언어 지능 지수가 현저히 높은 것으로 나타났다고 밝히면서 생선에 태아의 뇌 발달에 중요한 오메가-3 지방산이 많이 들어있는 만큼 임신 중 섭취를 제한하는 것은 뇌 발달에 중요한 필수 영양소를 박탈하는 것일 수 있다고 말했다.

## 영유아 먹거리에 '알레르기 유발 성분' 표시 안해

한국소비자보호원은 시중에서 판매 중인 영유아용 식품 중 일부에서 표시되지 않은 알레르기 유발 성분이 검출됐다고 발표했다.

소보원측은 식품 알레르기는 두드러기, 피부발진, 비염, 천식, 위장질환 등의 증상을 일으켜 경우에 따라서는 극소량의 알레르기 유발 성분을 섭취해도 사망에 이를 수 있다고 경고하며 식품 알레르기를 일으키는 원인 물질로 160여종이 알려져 있는데 이 중 우유·땅콩·달걀·계란·밀·대두 등이 약 90%를 차지한다고 밝혔다.

알레르기를 유발하는 우유, 땅콩 등 11개 품목은 함량에 관계없이 제품에 표시를 의무화하고 있는데 이번 조사 과정에서 23.3 % 의 제품에서 표시되지 않은 땅콩과 우유 등이 검출됐다.

일부 영유아용 이유식은 우유 알레르기를 보이는 영유아를 위해 소의 우유 성분을 제외하고 만들어진 제품인데도 불구하고 소보원의 시험 결과 일부 제품에서는 알레르기 반응을 일으키기에 충분한 양의 우유 성분이 검출돼 특히, 영유아의 경우 식품 알레르기에 취약한데 유발 물질에 노출되고 있는 셈이다.

이번 조사를 바탕으로 소보원 관계자는 "알레르기 성분이 포함될 경우 주의·경고 문구를 넣는 등 소비자가 제품을 선택할 때 쉽게 식별할 수 있도록 표시기준을 개선해야 한다"고 주장하고 있다.

## 약 복용시 우유나 주스와 함께 마시면 부작용 발생할 수 있어

약을 복용할 때 어떤 음식과 음료를 먹었느냐에 따라 약효가 달라지고 혹은 심각한 부작용을 일으킬 수 있기 때문에 주의를 요해야 한다.

최근 미 식품의약국(FDA)은 음주를 과도하게 하는 사람이 타이레놀을 복용하거나 통증이 심한 사람들이 타이레놀을 과도하게 먹을 시 위험이 가장 크다고 경고하면서 수백 케이스의 의문사가 타이레놀 복용과 관련돼 있는 것으로 추정되고 있다고 밝힌 바 있다. 이에 따라 FDA는 아스피린이나 이부프로펜, 타이레놀 등의 일반 의약품 진통제 약물 포장에 부작용 경고를 더욱 잘 보이게 하라고 주문했다.

약물과 가장 극과 극을 이루고 있는 것은 많은 사람들이 즐겨 마시는 '우유'다.

미국 국립암연구소 영양학자들이 수년 전 발표한 약과 음식의 상호작용에 대한 보고서에 따르면 우유가 많은 약물들의 흡수를 저해하는 것으로 나타났다.

일반적으로 물이 없다고 과일주스와 함께 약을 먹는 사람들이 있는데 고혈압치료제(펠로디핀)와 주스는 상극이다. 이들을 함께 먹으면 혈압을 지나치게 떨어뜨릴 수 있고 간 대사 작용도 저해한다.

겔포스 같은 제산제도 오렌지주스와 함께 먹으면 이 약의 알루미늄 성분을 체내에 흡수시킬 수 있어 조심해야 한다. 특히 장에서 흡수돼야 할 약물이 주스로 인해 위에서 먼저 녹을 수 있기 때문에 주의를 요한다. ■

HEALTH NEWS

## 제왕절개 부작용 정상분만의 3배

캐나다 통신(CP) 인터넷판의 보도에 따르면 캐나다 공중보건국(PHA)의 류 시량 박사는 캐나다의학협회저널(CMAJ) 최신호에 선택적 제왕절개 분만의 합병증 발생률이 정상 분만의 3배라는 조사결과를 발표했다.

발표한 연구보고서에서 1991년부터 2005년까지 14년에 걸쳐 응급을 요하지 않는 제왕절개 분만 여성 4만6천766명과 정상분만 여성 229만명의 자료를 조사 분석한 결과 혈전, 감염 등 출산 합병증 발생률이 제왕절개 분만 여성이 1천명에 27.3명으로 정상분만 여성의 9명에 비해 3.1배 높은 것으로 나타났다고 밝힌 것으로 류 박사는 제왕절개 여성은 질 분만 여성에 비해 상처 감염이 5배, 산후 감염이 3배, 자궁절제수술을 요하는 혈전 또는 출혈이 2배 각각 높았으며 입원기간도 평균 1.5일 더 길었다고 밝혔다.

류 박사는 그러나 절대적인 수치로 보면 이러한 합병증 위험은 높은 것은 아니라고 말하고 예를 들어 심정지 위험은 제왕절개 여성이 1.9%(정상분만 여성은 0.4%)에 불과하다고 지적했다.

캐나다에서는 제왕절개 분만율이 1960년의 5.2%에서 2003년에는 25.6%로 급증했다. 이 조사결과에 대해 브리티시 컬럼비아 대학 의과대학 산부인과과장 로버트 리스턴 박사는 "제왕절개 분만은 안전하기는 하되 정상 분만만큼은 안전하지 않다"는 사실을 보여주는 것이라고 논평했다.

## 낮잠, 심장 건강에 좋아요

낮잠이 심장건강에 도움이 된다는 연구결과가 나왔다.미국 하버드 대학 보건대학원과 그리스 아테네 대학 의과대학 연구팀은 의학전문지 '내과학 기록(Archives of Internal Medicine)' 최신호(2월 12일자)에 발표한 연구논문에서 일주일에 3일 이상 30분 이상씩 규칙적으로 낮잠을 자는 사람은 낮잠을 전혀 자지 않는 사람에 비해 심장병으로 사망할 위험이 37%로 낮은 것으로 나타났다고 밝혔다.

50대인 그리스의 건강한 성인 2만3천681명(20-86세)을 대상으로 평균 6.3년에 걸쳐 실시한 이번 조사 분석결과 이 같은 사실이 나왔다면서 어쩌다 한 번씩 낮잠을 자는 사람은 심장병 사망 위험이 12%밖에는 낮아지지 않는 것으로 나타났다고 말했다.

효과가 가장 두드러진 경우는 직장에 다니는 남자들이었으며 은퇴한 남자는 효과가 약하게 나타났다고 밝히고 이는 낮잠이 직장 일에서 오는 스트레스를 해소시켜 심장건강에 도움을 주는 것으로 해석할 수 있다고 말했다.

낮잠이 구체적으로 어떻게 스트레스를 해소시키는 것인지는 분명치 않지만 스트레스 호르몬이 직접적으로 작용하거나 아니면 스트레스 때문에 담배를 피우고 과식하고 운동을 덜 하게 되기 때문인 것으로 생각된다고 연구팀은 설명했다.

한편 직장 여성도 마찬가지 효과가 있을 것으로 생각되지만 조사기간에 심장병으로 사망한 여성이 너무 적어 어떤 결론을 내릴 수 없었다고 연구팀은 밝혔다.

## 양치질, 바깥→안쪽→씹는면→혀 순서로

식품의약품안전청과 대한치과의사협회는 최근 '치약, 바로 알고 바로 씁시다' 라는 제목의 책자를 내고 치약과 칫솔 등에 대한 궁금증 해소에 나섰다. 이 책자는 각 보건소와 학교 등에 배포될 예정이다.

책에 따르면 잇몸 염증과 잇몸 주위 조직 염증 등 치주질환을 예방하기 위해선 소금과 초산토코페롤(비타민 E), 피리독신(비타민B6), 알란토인류, 아미노카프론산, 트라넥사민산 등이 들어있는 치약을 사용하는 게 바람직하고 치아 사이의 치석을 예방하려면 피로인산나트륨이 들어가 있는 치약을 쓰면 좋다.

치태(프라그)를 주로 없애고 싶다면 탄산칼슘과 이산화규소, 인산수소칼슘 등이 함유된 치약을 구입하라고 조언한다. 불소가 들어간 치약은 치아의 내산성을 높여줘 충치를 예방해 주는데 반드시 6세 이하의 어린이들이 닿지 않게 보관해야 한다. 치약을 짤 때는 칫솔에 스며들도록 눌러서 짜주며 치약은 칫솔에 묻힌 뒤 물에 적시지 말고 바로 닦는 게 좋다.

칫솔은 머리 길이가 치아 2~3개에 해당하는 정도면 된다. 칫솔모가 너무 부드러우면 프라그가 제거되지 않으며 반대로 빳빳한 칫솔은 치아 마모를 일으킬 수 있어 주의가 필요하다.

올바른 칫솔질과 보관법으로는 하루 네 번 닦는 게 좋고 닦을 때는 칫솔을 잇몸 깊이 넣고 빠뜨리는 곳이 없도록 치아의 바깥쪽과 안쪽, 씹는 면, 혀의 순서로 닦아야 한다며 칫솔은 최소 3개월에 한 번 교환하고 다른 칫솔과 닿지 않게 보관해야 한다고 설명했다.

## 감기 등 경증질환자 의료부 부담 늘어나

보건복지부는 현재 경증질환자에게 상대적으로 더 많은 혜택이 가도록 돼 있는 의료비 부담체계를 개편, 중증질환자의 본인 부담을 완화하는 방향으로 건강보험 보장성을 확대한다고 밝혔다.

이에 따라 올 하반기부터 감기 등 경증질환자는 일괄적으로 진료비 · 약값의 30%를 내야 한다. 현재 경증질환의 경우 진료비가 1만5,000원 이하면 3,000원, 약값이 1만원 이하면 1,500원을 내고 그 이상이면 30%를 내도록 해왔으나 앞으로는 일과적으로 모두 진료비 · 약값의 30%로 적용하기로 했다. 경증질환에 대한 의료비 할인을 줄이겠다는 것이다.

단, 65세 이상 노인에 대해 진료비가 1만5,000원 밑이면 1,500원, 약값이 1만원 이하면 1,200원만 본인이 부담하고 그 이상이면 30%를 내도록 돼 있는 현행 규정을 유지하기로 했다.

한편, 중증질환자의 본인 부담은 줄어든다. 현재 본인 부담액이 6개월간 300만원을 초과한 경우 초과액 전액을 건강보험에서 지원해오던 것을 200만원으로 하향 조정했다.

이번 조치로 11만명이 1,250억원의 혜택을 볼 전망이다. 저출산 문제 극복을 위해 초음파검사 등 산모에게 필수적인 산전 진찰을 무료로 제공하고 자연분만과 모유수유 활성화를 위해 관련 수가를 올리기로 했다.

유시민 복지부 장관은 "올해 보장성 강화를 위해 총 7,000억원이 투입된다"며 "재원은 건강보험료 인상 외에 경증 외래환자 본인 부담 조정 등 지출구조 합리화를 통해 마련할 것"이라고 밝혔다. ■

# 중국 샤먼(廈門)기행

하문은 중국 복건성 남부에 위치한 민남(閩南)의 경제·문화의 중심지다. 대만과 마주보고 있는 항구도시로 명대(明代) 이후 무역항으로 번영했다. 해외로 떠나는 이주자의 출입구로도 유명하며 귀국한 화교와 해외에서의 송금이 많아짐에 따라 1979년에 경제특구로 지정되었다.

2월 2일 저녁 7시에 인천 공항을 출발한 중국비행기가 하문에 도착한 것은 밤 10시, 한 시간의 시차가 있는 중국시간으로 9시. 난생 처음으로 중국 땅을 밟아본 내게는 그동안 주위의 많은 사람들로부터 들어온 지저분한 중국이 아니라 깨끗한 현대식 공항이 인상적이었다.

50대 이상의 우리일행 29명을 안내할 하문의 가이드가 자신을 소개한다. 자기는 연길의 중국교포 이운권 28세이고 원래 백두산 안내가 전공인데 겨울철에 잠깐 날씨가 좋은 하문에서 일을 하다가 여름이 되면 다시 백두산으로 갈 것이라 한다. 강한 이북사투리지만 발음이 분명한 청년인데 어딘지 애처로워 보이는 구석이 있는 왜소한 우리 조선족 해외동포다. 중국말로 교육을 받아서 어른들에 대한 공대나 어휘력이 부족하니 이해해달라면서 자기 신상발언을 소상히 한다. 아마 연령층이 높아 보이는 동족 어른들을 만나니 흉금을 털어놓고 싶어지는 게 아닐까 하는 생각을 했다.

아버지는 일찍 사별하였고 여섯 살에 돌아가신 할아버지가 큰손자인 자기를 많이 사랑해주셨던 기억이 어렴풋하고, 어머니 혼자서 가족들의 생계를 책임져야했기 때문에 자기와 동생은 할머니 손에서 자랐다. 어머니는 두만강을 건너 북한 땅을 드나들며 봇짐장사를 했는데 북한 사람들은 돈이 없으니까 물물교환(주로 먹을 것을 가지고 가 멸치나 오징어 명태 등을 받아다 팔았다한다.) 식으로 힘들게 장사하느라 고생을 많이 해서 건강이 아주 나쁘다는 말을 할 적에는 목이 메는 듯하다. 북한 사람들은 너무나 배가 고파 자기 어머니가 띠고 간 소가죽혁대(이 혁대 힘으로 무거운 등짐을 질 수 있었을 텐데) 를 삶아먹는 일은 다반사였고, 이 외에 너무나 참혹한 일이 많았다고, 여기에 글로 옮길 수도 없는 말을 그냥 얘기책 읽듯이 엮어낸다. 이미 방송매체를 통해서 짐작은 하고 있는 일들이지만 목이 쉰듯한 이 조선족 친구의 이북사투리로 중국 땅에서 듣는 맛은, 뭐랄까 슬픔이 분노가 되어 눈을 감고 어금니를 꽉 물며 내 숨을 고르게 한다.

공항에서 40분 정도 호텔로 이동하는 도중 색색 네온싸인에 떠있는 보기 좋은 한자에 눈이 휘둥그레진다. 속기가 없고 근래의 간자가 아닌 활달한 글씨는 마치 명필 서가들의 작품이 넓은 공간에 전시되어 있는 듯한 형국이다.

왕희지 행서체 안진경 해서체 뭉툭뭉툭한 이상스런 서체는 중국인이 아니면 도저히 흉내 낼 수 없는 묘한 맛이 있다.

다음날도 일기는 쾌청이다. 만석산 관광을 시작으로 하문 원시림식물원을 둘러봤다. 주말이기 때문인지 중국인 가족들이 아이들을 데리고 공원을 산책하는 모습이 평화롭다. 어디나 애들은 웃고 떠들고 뛰어다니기 마련인데 개구쟁이들이 우리를 흘끔대며 저희들끼리 뭐라 조잘대는 모습이 귀엽다.

식물원 내에 있는 천계사(天界寺) 앞뜰 큰 나무에 하얀 꽃이 만발해 있다. 2월 초순이라서 나는 멀리서 눈에 뜨이는 꽃구름을 보고 처음에는 저게 눈이 아닌가 했는데 가이드가 매화란다. 겨울의 끝자락 아직 잔설이 남아있는 산천에 맨 먼저 피는 꽃 매화는 설중매(雪中梅)라는 이름이 붙을 정도로 눈과 섞여 피는 꽃. 세한삼우(歲寒三友)라 하여 송죽에 유일하게 끼는 꽃 매화는 풍류를 즐기는 선비들의 시서화(詩書畵)의 테마가 됐었다. 나는 한국에서도 더러 탐매(探梅)를 즐기던 터라 뜻밖에 하문에서 만난 매화가 반가워 콧노래가 절로 난다. 이후 가는 곳마다 홍매, 청매, 백매가 만발하여 따가지고 온 매화꽃을 찻잔에 띄워보니 그 향이 은은하면서도 오묘하여 행복하구나.

하문의 페리 승차장에서 약 10분 정도 배를 타고, 섬의 경관이 멋있어서 바다 위의 정원으로 불린다는 고랑서(鼓浪嶼)에 도착했다. 상쾌한 바닷바람을 마시며 한없이 걷고 싶지만 오전에 만석산의 수백 계단을 오르내린 터라 지친 일행은 이곳의 명물 전동차를 타기로 했다. 섭씨 20도의 쾌청한 날씨에 멀고 가까운 바다의 풍광을 바라보며 슬슬 가다가 중간 중간 명소에 내려 사진도 찍고 기념품도 사고는 다시 전동차로 움직이니 신선노름이다.

흙 한 점 바위 옷 하나 없는 바닷가 맨 바위에 수령이 백년이 넘는 나무 한그루가 있다는 이씨의 말에 모두 차에서 내렸다. 정말 신기하게도 사람 키 만 한 멋들어진 나무 한 그루가 바람에 가지가 휜 채 바위에 홀로 살고 있다. 나무가 바다에서 홀로 백년을 버티노라 고생한 흔적이 역역하구나. 고랑석(鼓浪石)이라 깊게 음각이 되어 있는 비석 곁에 동굴처럼 뻥 뚫려 있는 큰 바위, 그 곳에 부딪는 파도소리가 북치는 소리 같다하여 고랑서라 했다네.

이 섬에서 가장 높다는 일광암(日光岩)에 올라 케이불카까지 타고 내려다본, 인구 2만 5천 정도의 원추형 섬은 유럽식 별장이 전망 좋은 언덕에 그림처럼 보이는 천혜의 관광지다. 자연환경보존을 위해 승용차는 전혀 없고 무공해 전동차만 다니도록 되어있다는 고랑섬. 케이불카에서 내려 여기저기 볼거리들을 둘러보다 마지막으로 들른 철금박물관(鐵琴博物館). 중국사람들은 피아노를 철금이라 부르는 모양이다. 일본사람들은 양금(洋琴)이라 한다는데 철금은 어째 좀 무지막지해 들린다.

피아노 수장가(收藏家) 호우우(胡友又)가 수집해놓은 1864년에 제작된 미제 슈타인웨이 1907년 '10년 '30년대의 독일 미국 영국제 그랜드피아노등 수십 대의 화려한 장식이 붙은 피아노. 그 중에는 초를 꽂는 촛대가 악보대 위 양쪽에 하나씩 둘씩 붙박이로 달려 있는 피아노도 있고(에디슨이 전기를 발명하기 전이겠지) 모퉁이 장(櫥)처럼 만들어 어느 부잣집 응접실 코너에 장식으로 놓였을 법한 기억자로 구부러진 이상한 피아노도 있다. 한 개인이 어떻게 이리도 다양한 피아노를 수집했을까.

파도가 북치듯 한다는 소리의 섬 고랑도에 철금(鐵琴)박물관이라. 뭔지 소리에 대한, 음악에 대한 인간의 그리움이랄까 집념이랄까 그런 원초적 심성과 자연과의 조화(調和)를 생각하게 한다.

호텔로 돌아오면서 전주이씨 가이드는 중국의 구정(舊正) 휴가가 보름이나 된다는 그 곳 설 풍습을 말하다가 자기 어머니 얘기를 또 꺼낸다. 한국 남자와 위장 결혼하여 지금 인천에서 한국 국적으로 어느 식당 일을 하는데 몸이 아파서 걱정이라는 것. 결혼 한지가 2년 정도 됐다는데 그 비용이 한국 돈으로 천만원이 들었다면서 어머니는 그 치(새 아버지를 이렇게 불렀다)와 함께 살지도 않고 나도 그치를 본 적이 없다 한다. 자기는 겨우 중학교밖에 나오지 못했지만 동생은 북경대학에서 의학공부를 하고 있다고 목에 힘을 주며 자랑한다. 설 연후에도 일을 해야 되기 때문에 자기는 늘 혼자 지낸다는 외로운 젊은이. 그가 부모 세대의 불행을 털고 착한 색시 만나 행복한 가정을 꾸리기를 진심으로 하느님께 빌었다. 〈작가/이명환〉

- 충남 당진에서 출생
- 이화대학교 문리대 영문과 졸업
- 2000년 한국수필로 등단, 2004년 국민일보 에세이 연재.
- 2005년에 발간한 수필집 『지상의 나그네』로 '2006년 이화문학상' 수상

# 해외펀드, 꼼꼼히 알아보고 투자하자

국내 주식형펀드들의 수익률이 저조해지면서 해외펀드에 대한 관심이 커지고 투자가 집중되면서 이에 대한 우려의 목소리가 커지고 있다. 정부의 해외투자펀드 비과세 혜택에 대한 논란이 계속되고 있는 만큼 해외펀드 가입 희망자들은 섣부른 판단보다는 장단점을 꼼꼼히 살펴봐야 할 것이다.

## 해외펀드란?

해외펀드는 일반적인 국내펀드와 취급기관, 가입대상, 가입한도 등이 동일하지만 주요 투자자산이 해외의 주식, 채권인 펀드상품이다.

해외펀드가 높은 수입률로 각광을 받고 있는데 이처럼 해외펀드가 각광을 받고 있는 이유는 최근 들어 국제적으로 증시가 활황세를 보이고 있으며 중국, 인도 등 경제규모가 큰 개발도상국의 경제성장률이 급속도로 상승하고 있기 때문이다.

## 해외펀드의 종류는?

해외펀드 또한 국내펀드상품과 마찬가지로 투자자산의 비율에 따라 자산 총액의 60% 이상을 해외주식에 투자하는 주식형, 자산총액의 60% 이상을 해외채권에 투자하는 채권형, 자산총액의 50%이상, 60% 미만을 해외주식에 운용하는 주식혼합형, 자산총액의 50% 미만을 해외주식에 운용하는 채권혼합형으로 나눌 수 있다.

또한 해외펀드는 국내 자산운용사에서 운용하고 원화로 투자되는 역내펀드(on-shore fund)와 해외투자운용회사가 해외에서 운용하는 역외펀드(off-shore fund)로 나눌 수 있으며 투자자산을 운용하는 지역(미국, 유럽, 중국, 인도 등)에 따라 차이나 펀드, 태평양 펀드, 이머징마켓 펀드 등 매우 다양한 상품으로 나눌 수 있다.

## 해외펀드의 장점?

국내 유가증권시장에서 투자하는 국내 수익증권 등과는 달리 해외펀드는 전세계 시장을 대상으로 분산 투자하므로 특정 국가의 개별 위험을 최소화할 수 있다.

또한 개별상품별로 다양한 투자자산운용비율, 투자방법, 투자자산운용지역 등이 세분화되어 있어 본인의 투자성향에 맞는 해외펀드를 찾기가 용이하고, 오랜 전통과 경험을 축적한 최고 투자전문가들이 제공하는 정기적인 운용보고서와 수시 시황보고 등 세계적인 자산운용사의 운용능력을 활용할 수 있다.

## 해외펀드의 단점 및 유의사항은?

해외펀드에 투자할 때 유의할 사항이 있다. 먼저 해외펀드는 장기투자를 전제로 접근해야 한다. 해외시장에 투자하는 것은 국내에 투자할 때에 비해 아무래도 정보 면에서 한계를 가질 수밖에 없기 때문이다.

또한 해외펀드는 해외시장에서 투자자산을 운용하기 때문에 국내펀드와 비교해 볼 때 환매기간, 세금 및 수수료, 환위험 노출 등의 차이가 있으며 따라서 다음과 같은 점들에 유의하여 투자하여야 한다.

### 1. 환율변동에 따른 위험률 살펴보자

해외펀드에 해외에 투자를 하기 때문에 필연적으로 환위험에 노출되게 된다. 한 예로 어떤 펀드는 외국통화 기준으로는 수익률이 났는데 우리나라 통화로 환산했을 때 마이너스 수익률을 기록하기도 했다.

이러한 환위험을 회피하기 위해서는 선물환거래를 이용할 수도 있고, 펀드 내에서 자체적으로 회피 장치를 마련하는 경우도 있으니 해당 전문가와 상담시 환위험 회피 방법을 문의하여 결정해야 한다. 환위험 회피비용은 투자원금의 0.5% 정도가 일반적이며 투자원금에 대

해 1년 단위로 계약을 갱신한다.

### 2. 환매기간 고려하자

해외펀드는 국내펀드에 비해 환매기간이 긴 편이다. 일반적으로 국내펀드는 환매신청 후 3~4일 내외로 자금을 받을 수 있지만 해외펀드는 8~10일 정도 걸린다. 이러한 점을 감안하여 해외펀드에 투자하여야 한다.

### 3. 세금 및 수수료 고려하자

증권사별로 다르나 일반적으로 해외펀드에 대한 판매수수료는 국내펀드보다 비싸게 책정된다. 이 또한 해외펀드에 투자할 때 고려해야만 한다. 계약기간 이전에 환매했을 때 부과하는 중도환매 수수료의 기준이 되는 기간은 국내펀드는 90일, 해외펀드는 180일 정도로 해외펀드가 국내펀드보다 길다.

또한 국내 주식형펀드의 경우 주식매매 차익으로 인한 수익에 대해 비과세(국내 주식형펀드의 경우 주식매매차익을 제외한 배당금, 이자만을 대상으로 과표 산정)이나 해외펀드의 경우 15.4%의 세금을 내야 한다.

〈자료출처: 한국은행〉

# '국제전화선불카드 서비스'란?

가족이나 친지가 해외에 있어 국제전화를 자주 하는 사람들 사이에 선불카드 이용이 점차 늘어가고 있다. 80여종에 이르는 다양한 종류를 카드가 등장할 정도로 국제전화선불카드 시장의 경쟁이 치열해지고 있어 이용자의 현명한 선택이 필요하다.

## '국제전화선불카드'란?

국제전화선불카드는 미리 일정 금액을 내고 고유번호를 받은 뒤 국제전화를 이용할 때마다 쓴 만큼 적립금액이 줄어드는 방식이다.

즉, 국제전화카드를 선불로 구입한 후 액면 금액만큼 국내 및 해외에서 국제 전화를 이용할 수 있는 서비스이다.

일반 유선전화에 비해 통화요금이 싸고 공중전화나 휴대폰에서도 사용할 수 있고 해외에서 국내로 걸 때도 이용할 수 있다는 장점을 갖고 있지만, 접속번호를 최고 12개 정도까지 누른 후 사용해야 하기 때문에 사용법이 번거롭고 통화음질이 고르지 않은 단점을 가지고 있다. 하지만 최근에는 통화품질도 안정되고 번호를 카드에 저장해 간편하게 쓸 수 있는 지능형 선불카드까지 등장하면서 80여종이 가격경쟁을 벌이고 있다.

## 구입방법

국제전화선불카드는 크게 신용카드처럼 생긴 오프라인에서 판매되는 것과 카드번호만 부여받는 온라인용으로 구분된다.

오프라인용이 대체로 가격은 더 싼 편이나 요즘엔 인터넷을 통해 손쉽게 구입할 수 있고 통화품질 등에 불만이 있을 경우 반품도 확실해 온라인 선불카드가 인기를 모으고 있다. 현재 20여종이 나와 있는 온라인용은 10여개국 국제전화선불카드 전문사이트에서 구입할 수 있으며 권종은 1만원, 2만원, 3만원, 5만원, 10만원까지 다양하고 다 쓴 카드는 재충전하여 사용할 수도 있다.

## 사용방법

카드가 다양한 만큼 눌러야 하는 번호도 다양하다. 하지만 크게 보면

① 카드사가 지정한 접속번호(예 080-123-1234)
② 10~12개로 된 카드번호
③ 착신번호를 차례로 누르는 순서

이며 대체로 ①이 끝나면 언어를 선택하라는 안내음에 따라 지정 번호를 누르는 절차가 있으며 ②번 카드번호와 ③번 착신번호 입력 후 # 버튼을 누르는 게 일반적이다.

물론 번호를 카드에 저장할 수 있는 지능형이면 ②를 생략하고 ①, ③만 누르면 되며, 1개 번호에 한해 이들을 몽땅 단축키로 저장해 쓸 수도 있다.

## 구입 및 사용시 주의할 점

### ❶ 신용 있는 회사의 선불카드를 이용하자

선불카드의 경우 영세업체가 난립해 있어 알려진 회사의 카드를 선택해야 혹시 모를 불이익을 방지할 수 있다.

### ❷ '휴대전화 통화료'가 포함되어 있는지 확인하자

선불카드의 액면가만 따질 것이 아니라 제일 먼저 휴대전화로 발신할 경우 휴대전화 통화료가 포함되어 있는 요금인지를 따져보아야 한다.

만일 휴대전화 비용이 포함되어 있지 않았다면 국제전화 비용보다 많게는 4배 이상 비싼 국내휴대전화 통화료를 별도로 지불해야 하기 때문이다.

예를 들어 미국 1분 30원, 1분 국내 휴대전화 통화료 120원이라면 이런 경우 선불카드로 미국 1분을 통화했을 때 총 150원을 내는 셈이다.

### ❸ 받는 사람의 전화기를 확인하자

받는 사람이 유선전화인지, 휴대전화인지에 따라 엄청난 가격차이가 발생할 수 있으므로 꼼꼼히 따져보아야 불이익을 당하지 않는다.

### ❹ 과금 단위를 확인하자

과금 단위는 통화시 감액되는 단위를 말하는 것으로 특히, 과금의 경우 대체로 1분 단위가 주종을 이루고 있지만 일부 카드는 통화중 첫 1분이 지나면 3분 단위(최조1분+추가3분)가 되는 것 등 여러 가지 형태의 과금이 되는 것도 주의할 필요가 있다.

자주 짧게 통화를 하는 이용자라면 6초 단위나 30초 단위의 카드가 유용하고 주요국가가 아닌 나라는 현지 통신회사의 상황에 따라 통화 음질이 떨어지기도 하기 때문에 처음부터 고액권을 구입하기 보다는 1만~2만원권을 사서 요금과 품질을 비교해 보는 것이 바람직하다.

### ❺ 선불카드 표면의 기재사항을 확인하자

선불카드 표면에 권종금액을 "$(달러)"로만 표기하고 실제 이용 가능한 원하금액이 없거나 서비스 제공회사의 상호명, 전화번호, 과금단위, 유효기간, 할인시간대, 통화제한지역 등이 기재가 안 된 카드는 피해를 받을 우려가 있다.

### ❻ 현저히 싸게 판매하는 카드는 가급적 구매하지 말자

선불카드 구입시 선불카드상의 금액보다 현저히 싸게 판매하는 카드의 경우 실제 통화 가능한 금액은 선불카드상의 금액보다 적은 금액에 해당하는 통화량을 제공하는 것도 있어 구입시 주의해야 한다.

〈내용참조: 정보통신부 통신위원회〉

# 기후변화, 생활습관으로 막아보자

기후변화로 이상난동, 혹한, 가뭄 등 예기치 못한 환경 재앙이 빚어질 수 있다는 국내외의 보고서와 분석이 쏟아져 나오고 있다. 이젠 기후 변화를 예견하고 대처하는 일이 인류 모두가 힘을 합쳐 해결해야 할 지구촌 최대 현안이 되었다. '나부터'라는 자세로 기후변화를 막는 생활습관이 필요할 때다.

## 기후변화를 일으키는 '인간의 활동'은?

최근 유엔 산하 '정부간 기후변화위원회(IOCC)'는 "1950년 이래 인간이 화석연료에 의존한 활동을 지속해 오면서 대기 중 온실 가스 농도가 증가하고 이에 따라 지구 온난화가 야기되고 있다"고 밝히며 수많은 기후 변화 현상이 인간의 활동으로 말미암아 벌이지고 있음을 경고했다.

인간 활동이 대규모적으로 기후에 영향을 미치기 시작한 것은 산업 혁명 초기인 18세기 중엽부터였다. 인간 활동, 특히 공장이나 가정에서의 화석연료 연소와 생물체의 연소 등은 대기 구성 성분에 영향을 주는 온실가스와 에어로솔을 생산하여 온실가스를 증가시키고 대기 중 에어로솔에 의해 태양 복사에너지 반사와 구름의 광학적 성질변화(산란효과에 의한 지구 냉각화)를 일으키고 있다.

또한 도시화와 무리한 토지개발이나 산림채취 등으로 인한 토지 이용의 변화는 지구 표면의 물리적·생물학적 특성에 영향을 준다.

## 기후변화 전망은?

지구 온난화로 지난 100년간 세계는 평균 0.74℃, 우리나라는 1.5℃ 상승했다. 1850년 이래 가장 따뜻했던 12번 중 11번이 최근 12년 동안에 발생했다.

세계적으로도 기후변화가 지속되고 있는 가운데 '07년 다보스 포럼에서 기후변화로 인한 위험증가가 가속화될 것이라며 북극 빙하 감소로 해수면 상승, 북대서양 허리케인 강도 증가 등으로 인한 피해 확대를 우려했다.

가장 권위 있는 세계적 기후변화 연구 집단인 IPCC도 지난 2월 2일 4차 평가 보고서에서 집중호우, 태풍 등의 강도가 강해져서 최저기온 상승, 가뭄 영향지역 확대, 폭염일수 증가, 지역적 홍수 위험 증가 등의 막대한 피해가 예상된다고 발표했다.

우리나라에서도 다음과 같은 이상기상현상 발생 증가를 예상하고 있다.

- 겨울철 한파는 감소하고 대설 피해는 증가될 것이며 80년전에 비해 약 한달 짧아진 겨울이 2030~2040년대에는 15일 더 짧아질 전망이다.
- 봄철 황사 발생일수 및 강도는 증가하고, 가뭄 가능성이 증대될 것이다.
- 여름철 집중호우 강도는 강화되고 열대야 등 폭염 발생이 증가할 것이다.
- 가을철 초대형 태풍 발생 가능성이 증가되고, 서리 및 냉해 피해는 감소할 것이다.

## 기후변화로 인한 사회·경제적 영향은?

기후변화의 직접적인 영향으로 자연재해가 현실로 나타나고 있는 가운데 간접적인 영향으로는 기온상승과 대기오염 심화 등으로 건강에 악영향을 미치고 있으며 말라리아·세균성이질 등 매개체를 통한 질병이 증가 추세에 있다.

또한, 온실가스 배출 감소에 드는 비용 등 기후변화로 인해 생긴 사회적 손실 비용 부담은 곧 국민경제 부담으로 이어지고 있다.

따라서 세계 각국은 기후변화로 인한 사회·경제적 악영향을 최소화하기위해 대책 마련에 고심하고 있다.

## 기후변화를 막을 수 있는 생활습관?

교통과 가정부문의 온실가스 배출량은 우리나라뿐만 아니라 국제적으로 가장 빠르게 증가하고 있으며, 국민생활과 밀접한 연관이 있는 이들 부분에서의 온실 가스 감축은 가장 중요한 대응책이 될 수 있다.

특히, 우리 일상생활에서 지구온난화 방지의 첫걸음은 에너지와 자원을 절약하고 산림을 보호하는 것이라 할 수 있으며, 다음 사항에 대한 지속적인 관심과 실천이 요구된다.

### ● 친환경상품을 선택하자

동일한 기능을 가진 상품이라면 환경오염 부하가 적은 상품, 예를 들면 에너지효율이 높거나 폐기물 발생이 적은 상품을 선택한다.

### ● 에너지와 자원을 절약하자

가정 및 직장에서의 냉난방 에너지 및 전력의 절약, 수돗물 절약, 차량 공회전 자제, 대중교통 이용 카풀(car pool) 활용, 차량 요일제 동참 등의 노력과 참여가 필요하다.

### ● 재활용을 생활화하자

온실가스 중의 하나인 메탄은 주로 폐기물 매립 처리과정에서 발생하며 재활용이 촉진되면 매립지로 반입되는 폐기물량이 감소하므로 메칸 발생량도 감소한다. 또한 폐지 재활용은 산림자원 훼손의 둔화를 통하여 온실가스 감축에도 기여한다.

### ● 나무를 심고 가꾸자

나무는 이산화탄소의 좋은 흡수원이다. 예를 들어, 북유럽과 같이 산림이 우거진 국가는 흡수량이 많아 온실가스 감축에 큰 부담을 느끼지 않는 것이 좋은 예라 할 것이다. 따라서 나무를 심고 가꾸는데 힘써야 할 것이다.

〈자료참조: 환경부〉

# 해산물로 만든 영양 반찬

긴 겨울을 보낸 탓인지 가족들의 입맛이 떨어져 반찬 투정이 늘기 쉬운 시기다.
늘 먹는 반찬에 식상해하는 가족에게 고단백 · 고칼로리 해산물과 각종 비타민 · 섬유질이 풍부한 채소를 활용해 영양 만점 별미 반찬을 만들어주자.

## 낙지무침

재료〉 낙지 2마리, 양파 1개, 배 1/2개, 영양부추 약간, 밤 4개, 양념(다진 양파 2큰술, 고춧가루 6큰술, 간장 · 국간장 1/2큰술씩, 다진 마늘 · 꿀 1큰술씩, 까나리액젓 · 설탕 · 생강즙 · 올리고당 2큰술씩, 소금 1작은술, 후춧가루 약간)

〈만드는 방법〉

① 낙지는 깨끗이 손질해 씻어 한입 크기로 자른 다음 끓는 물에 데친다.

② 양파와 배는 채 썰고, 영양부추는 다듬어 4~5cm 길이로 썬다.

③ 밤은 속껍질을 벗기고 모양을 살려 동그랗게 썬다.

④ 분량의 재료를 고루 섞어 양념을 만든다.

⑤ 낙지, 양파, 배, 영양부추, 밤에 양념을 넣고 버무린다.

## 콜리플라워문어볶음

재료〉 문어 300g, 콜리플라워 · 양파 · 홍고추 1/2개씩, 풋고추 1개, 밀가루 · 소금 · 식용유 · 통깨 · 참기름 약간씩, 볶음양념(간장 · 다진 파 · 다진 마늘 · 청주 1큰술씩, 생강즙 1작은술, 소금 · 후춧가루 약간씩)

〈만드는 방법〉

① 문어는 밀가루를 뿌려 박박 문질러 씻은 후 끓는 소금물에 데쳐 5cm 길이로 자른다.

② 콜리플라워는 송이를 나눠 끓는 소금물에 살짝 데친 뒤 찬물에 헹구어 식힌다.

③ 양파는 사방 3cm 크기로 썰고 풋고추와 홍고추는 곱게 다진다.

④ 달군 팬에 식용유를 두르고 양파를 볶아 향을 낸 후 문어를 넣고 센 불에서 재빨리 볶는다.

⑤ ④에 콜리플라워를 넣고 볶음양념 재료, 풋고추, 홍고추를 넣어 볶다가 불을 끄고 참기름을 두르고 통깨를 뿌린다.

## 매운홍합볶음

재료〉 홍합 600g, 마늘 2쪽, 생강 1/4쪽, 마른 홍고추 1개, 대파 1/4대, 식용유 1큰술, 청주 2큰술 매운 양념(고춧가루 · 다진 청양고추 2큰술씩, 간장 1작은술, 설탕 · 다진 홍고추 1큰술씩, 후춧가루 약간)

〈만드는 방법〉

① 홍합은 해감한 후 껍데기를 박박 씻어 이물질을 제거한다.

② 마늘과 생강은 저며 썰고, 마른 홍고추와 대파는 1cm 길이로 송송 썬다.

③ 분량의 재료를 고루 섞어 매운 양념을 만든다.

④ 식용유를 두른 팬에 마늘, 생강, 건홍고추, 대파를 볶다가 홍합을 넣고 뚜껑을 닫아 익힌다.

⑤ 홍합이 입을 벌리기 시작하면 청주를 뿌리고 센 불에서 볶다가 매운 양념을 넣고 고루 버무린다.

## 단호박갈치조림

재료〉 갈치6토막, 단호박1/4개, 무 1/3개, 감자2개, 풋호박 1/3개, 청량고추 · 홍고추 1개씩, 대파 1대, 고춧가루 1/2큰술, 조림장(진간장, 고춧가루 2큰술, 양파 1개. 무 1/2개, 청주 2큰술, 다진 파 · 마늘 · 생강 약간씩, 설탕 1큰술)

〈만드는 방법〉

① 갈치는 머리와 내장을 빼내고 깨끗이 씻은 다음 토막 내어 칼집을 넣는다.

② 진간장에 고춧가루를 섞고 양파와 무를 갈아 넣는다. 청주, 파, 마늘, 생강을 넣고 고루 섞는다.

③ 무는 껍질을 벗기고 큼직하게 썰고 단호박과 감자도 적당한 크기로 썬다.

④ 냄비에 무와 감자를 넣고 조림장을 끼얹어 조리다가 반 정도 익었을 때 단호박을 넣고 깊은 맛이 베도록 조린다. 처음부터 단호박을 같이 넣어 조리면 물러져서 맛도 모양도 없어진다.

⑤ 적당히 조려진 ④를 냄비에 담고 준비한 채소와 갈치를 얹어 조림장을 끼얹고 물을 자작하게 붓고 끓인다. 끓이면서 가끔씩 국물을 끼얹어 가며 맛이 고루 베이도록 한다.

⑥ 국물이 거의 줄면 어슷썬 파와 고춧가루를 넣고 한소끔 더 끓인다.

# 한국인이 꼭 섭취해야 할 식품 7가지

올바른 식습관은 각종 질병을 예방하고, 노화방지에도 도움을 준다. 뿐만 아니라 몸의 성장을 촉진하고 유지하는 데도 매우 중요한 역할을 한다. 다음은 한국인의 건강을 지키기 위해 꼭 섭취해야 할 식품 7가지를 소개한다.

## 마늘 … 암을 예방한다



마늘의 강력한 냄새는 바로 알리신 성분 때문이다. 마늘에 들어 있는 알리신은 강력한 살균 작용을 할 뿐만 아니라 암 예방에도 효과가 있다. 마늘은 특히 소화기 계통의 암에 더욱 효과적이다.

미국 노스캐롤라이나대학 플라이샤워 박사의 연구 보고서에 따르면 미국인, 이탈리아인, 중국인 등 총 10만 명을 대상으로 조사한 결과, 마늘을 많이 먹는 사람은 위암 50%, 결장암 30%를 예방할 수 있다고 밝혔다.

## 콩 … 당뇨병을 예방한다

당뇨 예방을 위해서는 평소 혈당지수가 낮은 음식을 섭취하는 게 좋다. 콩이 바로 혈당지수가 낮은 대표적인 음식이다.

미국 일리노이대학 존 어드먼 박사의 연구보고서에 따르면, 콩 식품이 당뇨병 환자의 요단백을 감소시킴으로써 저하된 신장 기능을 호전시킨다는 결과도 있다.

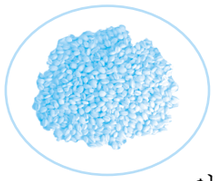
또한 콩 속에 풍부하게 들어 있는 식이섬유는 위와 장에서 포도당의 흡수 속도를 낮추어 당뇨병을 억제하고 급격한 혈당 상승을 막는 효능이 있다.

## 호두 … 노화를 방지한다

호두에 든 비타민E는 우리 몸 전체에 노화를 막아주는 효과가 있다.

또한 호두에 든 리놀산과 리롤레산 등의 불포화 지방산은 장수에도 효과가 있다.

## 보리 … 체력을 향상시킨다



힘의 상징인 고대 로마의 검투사들은 체력 보강을 위해 보리를 먹었다. 그래서 그들을 부르는 또 다른 이름이 바로 '보리를 먹는 사람'이었다고 한다. 동의보감에서는 보리를 오곡지장이라고 하여 다섯 가지 곡식 중 가장 으뜸으로 꼽았다.

보리에는 다량의 비타민과 식이섬유가 들어 있고, 말초신경의 활동을 원활하게 하는 비타민E, 말초신경의 기능을 향상시키는 비타민B가 들어 있다. 이런 비타민들은 정력 강화에 큰 도움을 준다.

## 버섯 … 다이어트에 좋다

버섯은 칼로리가 낮을 뿐만 아니라 비타민B군, 나이아신, 비타민D 등은 물론 칼슘, 철분, 아연, 마그네슘, 칼륨 등의 무기질이 충분히 들어있다. 그래서 몸무게는 줄여 주고, 영양은 높여 주게 된다.

버섯에 풍부한 식이섬유의 질긴 성질은 음식을 섭취했을 때 많이 씹게 하고, 이렇게 많이 씹을수록 식욕조절을 담당하는 두뇌에 자극을 주어 과식을 방지하는 효과가 있다.

또한 버섯은 필수 아미노산과 다양한 비타민을 함유하고 있어 건강을 지키며 살을 뺄 수 있는 최상의 식품이다.

## 달걀 … 두뇌 발달을 돕는다

달걀노른자에 든 레시틴은 '뇌의 먹이'라고 불릴 정도로 뇌 활동에 절대적으로 필요한 성분이다.

레시틴이 많이 함유된 식품을 먹으면 기억력을 증진시킬 수 있고 치매까지 예방할 수 있다.

## 풋고추 … 면역력을 강화시킨다

풋고추는 비타민C가 풍부한 식품으로 풋고추 2개면 비타민C 하루 권장량으로 충분하다.

비타민C는 우리 몸에 들어온 바이러스에 대항하는 능력을 높여주고 질병 치유에도 효과가 있다.

또한 풋고추에 든 매운 성분인 캡사이신은 에너지 대사를 높이고 내장 기능을 튼튼하게 해주는 효과가 있다.

〈자료출처: 농촌진흥청〉

# 겨울옷 보관법

입춘을 넘어서면서 두꺼운 겨울옷이 답답해 보이면서 정리할 때가 돌아왔다는 생각이 든다. 옷은 어떻게 관리하느냐에 따라 같은 옷도 다르게 보일 수 있다고 한다. 올바른 겨울옷 보관법을 익혀 돌아오는 겨울에 새 옷처럼 입어보자.

## 모직 옷걸이에 걸고 좀약은 필수

겨울옷의 대표적인 소재인 모직은 드라이클리닝을 너무 자주 하면 원단이 상하므로 평소 외출 후 통풍이 잘 되는 그늘에 널어 습기와 냄새를 없앤 후 어깨 부분부터 결을 따라 전체적으로 브러시를 이용해 먼지를 털어주는 것이 중요하다.

옷걸이에 걸어 보관하는 것이 가장 좋지만 접어서 보관해야 할 경우 되도록 많이 접지 않도록 한다. 바지는 가로로 한 번, 치마인 경우 세로로 한 번만 접어서 보관한다.

모직은 좀벌레가 가장 좋아하는 소재로 좀약(나프탈렌)을 종이 등에 싸서 옷장이나 옷주머니에 넣어준다.

## 니트 늘어지지 않도록 느슨하게 접어서

가장 자주 입게 되는 겨울옷 중 하나인 니트는 보풀이 많이 일어나므로 세탁시 신경을 써야 한다. 미지근한 물에 세탁하되 세탁기에 넣을 때는 세탁망에 넣고 빨아야 한다.

니트는 늘어지지 않게 보관하는 것이 가장 중요하므로 옷걸이에 걸기보다는 개어서 보관하거나 느슨하게 돌돌 말아 서랍에 넣는다. 개어서 보관할 때는 니트 모양을 본뜬 종이를 끼우면 습기 예방이 된다. 만일 두꺼운 상의를 옷걸이에 걸어 보관해야 할 경우 팔을 교차시켜 접어서 옷걸이의 바 부분에 걸쳐 보관한다. 공기가 잘 통하지 않는 서랍이나 박스에 보관할 경우 방충제를 함께 넣어준다.

## 패팅 솜 눌리지 않게 여유 있는 공간에

패딩의 경우 세탁 후 말릴 때가 매우 중요하다. 세탁 마지막 단계에 유연제를 넣으면 패팅 특유의 정전기를 없앨 수 있으며 세탁 후 널 때는 솜이 뭉칠 수 있으므로 걸어서 널지 말고 평평한 곳에 펴서 말리는 것이 좋다.

특히 패팅은 볼륨을 얼마나 오랫동안 살리느냐가 관건이므로 세탁시 뭉친 솜이나 털이 되살아나게 봉이나 손으로 두들겨 볼륨감을 살아나게 해야 한다.

따라서 패딩을 옷걸이에 걸어 보관하면 옷 사이에 끼어 솜이 눌릴 수 있으므로 통풍이 잘 되고 공간적으로 여유가 있는 큰 상자에 담아 보관한다. 이 때 종이나 신문지 등으로 상자 바닥에 깔아 습기를 차단해주고 좀약을 넣어두면 더욱 좋다.

## 가죽 그늘에서 습기 제거한 후 천으로 씌어

가죽은 손세탁이나 홈드라이는 절대 금물이다. 가죽에 묻은 먼지나 때는 바로바로 닦아내지 않으면 색이 바래거나 곰팡이가 생길 수 있으므로 주의해야 한다.

곰팡이가 생겼다면 올리브 오일을 가제에 묻혀 닦아낸 후 그늘진 곳에서 말린다. 가끔 올리브오일로 전체적으로 닦아주면 가죽의 잔주름이 펴지고 윤기를 유지할 수 있다.

가죽 옷은 옷걸이에 걸어 그늘에서 2~3시간 정도 두어 냄새와 습기를 제거한 후 통풍이 잘 되는 천연소재 천으로 씌워 방충제와 함께 옷장에 걸어둔다. 가죽 옷끼리 한꺼번에 걸어두면 이물질로 벌레가 꼬이게 되므로 옷 사이 간격을 두도록 한다.

## 모피 전용커버나 천연소재 천으로 씌워서

밍크나 토끼털 등의 모피 의류는 관리하기가 가장 까다롭다. 열과 수분에 약하므로 직사광선을 피하고 눈이나 비가 묻었을 때는 바로 털어내도록 한다.

드라이클리닝을 할 때마다 색깔이 달라지거나 특유의 윤기가 떨어지므로 3년에 한번 정도 전문세탁업체에 맡기는 것이 현명하다. 따라서 고가의 고급 의류는 평소 손질을 잘해 깨끗하게 입는 습관이 필요하다.

외출에서 돌아오면 옷을 거꾸로 든 채 안쪽에서 가볍게 토닥여 먼지를 털어주고 브러시를 사용해 털을 밑으로 쓸어내리면 먼지가 털끝에서 쉽게 빠져 나온다.

옷장에 걸어 둘 때는 전용커버나 실크 스카프, 면 등 천연 소재의 천으로 씌운 뒤 털이 눌리지 않도록 옷 사이 간격을 넉넉하게 해준다.

## 스키복 방수 스프레이 뿌려 옷걸이에 걸어서

스키복은 사용 후 바로 손질하지 않으면 땀이나 오물 등으로 얼룩이 생기기 쉽다. 더러운 곳을 젖은 수건으로 잘 닦아주거나 부분 세탁해 준 후 통풍이 잘 되는 곳에서 건조시키는 것이 좋다.

스키복도 너무 자주 드라이클리닝을 하게 되면 방수기능이나 방풍 기능이 떨어질 수 있기 때문에 구입 후 처음 몇 번만 해주고 이후에는 손세탁을 하는 것이 좋다.

통풍이 잘 되는 곳에서 말리고 방수 스프레이를 뿌려 구김이 가지 않게 옷걸이에 보관하면 좋다. 접어서 박스에 보관할 경우 구김을 최대한 적게 하고 방습제를 넣어준다.

# 상품권 100% 활용하는 요령

시대가 바뀌면서 선물 풍속도가 변화하고 있다. 다양한 상품권을 주고 받는 모습이 그 대표적인 예라 할 수 있다. 돈과 같은 상품권을 알뜰하게 사용하는 것도 주부의 지혜이다.

**■ 상품권을 구입할 때에는 발행업체가 믿을 만한지 확인한다.**

만일의 경우에 대비해 소비자의 금전적 피해를 보상해줄 수 있는 지급보증이 된 상품권을 구입하는 것이 안전하다.

**■ 상품권은 믿을 만한 곳에서 사야 한다.**

위조 기술이 뛰어나서 가짜 상품권도 가끔 나돈다. 1천~2천원 아끼려고 미심쩍은 곳에서 상품권을 샀다가 낭패를 보는 수가 있으므로 주의해야 한다. 터무니없이 할인율이 높은 상품권은 더욱 조심해야 한다.

**■ 상품권에 적혀 있는 상품의 종류 · 가격 · 사용 장소 등 제한 조건을 꼼꼼하게 살펴본다.**

할인매장, 특정매장, 세일기간에는 사용을 제한하는 상품권도 있다.

**■ 상품권 제휴업체를 잘 살펴본다.**

상품권 발행업체들끼리 제휴를 맺어 공동 사용이 가능한 상품권이 많으므로 이용할 수 있는 곳과 발행일자, 백화점 세일기간 등을 꼼꼼하게 따져 사용하면 효율성이 높아진다.

**■ 상품권 발행 일자를 확인하고 구입한 상품권은 가능한 한 빨리 사용한다.**

상품권을 장기간 사용하지 않으면 잃어버리거나 손상될 위험이 있기 때문이다. 상품권 유효기한이 5년이라는 점을 염두에 두고 여러 장의 상품권이 있을 때에는 먼저 발행된 상품권을 사용한다.

**■ 상품권은 발행금액의 60%(1만원 이하는 80%) 이상 사용하면 나머지는 현금으로 받을 수 있다.**

상품권 발행금액에 맞추기 위해 필요 없는 상품을 억지로 살 필요가 없다. 현금으로 살 때와 마찬가지로 상품권도 정기 바겐세일이나 사은품 증정기간에 활용하면 다양한 혜택을 볼 수 있다.

**■ 유사 상품권을 조심한다.**

일부 업체는 증정할인권 등의 이름으로 유사 상품권을 남발해 소비자에게 피해 를 주고 있다. 이런 업체는 보통 구두 한켤레 값이 10만원이 넘어 증정할인권으로는 살 수가 없다. 결국 할인권 표시 액수만큼 더 보태야 구두를 살 수 있다. 유사 상품권은 미끼일 가능성이 높다.

**■ 상품권 피해 발생시 관련 단체에 상담 · 피해 구제를 신청한다.**

상품권 관련 소비자피해 보상규정이나 표준약관에 근거한 소비자의 정당한 요구를 사업자가 수용하지 않거나 사기성 상품권으로 의심되면 한국소비자보호원 및 소비자단체 등에 상담 · 피해 구제를 신청한다. 〈자료출처: 공정거래위원회〉





# 이달의 읽을 만한 책

## 장정일의 공부

장정일 / 랜덤하우스코리아

『장정일의 공부』는 우리 사회에 대한 비판적 성찰이고, 우리 사회가 가진 철학에 대한 반성이다. 예를 들면 그는 아무도 관심을 가져주지 않는 여호와의 증인의 양심적 병역문제를 통해 우리 사회를 진단한다. "건국 이래 1만여 명의 신도를 감옥에 보내며 양심에 따른 병역거부를 해 온 사람은 여호와의 증인이 유일했다." 그는 질문한다. "살인하지 말라"는 성경말씀을 따르는 여호와의 증인들을 이단으로 여기는 거대 개신교 목사들이 살상거부를 위한 종교적 정언명령을 고민해본 적이 있느냐고, 그리고 살생을 금하는 불교계는 이 문제에 대해 어떤 입장을 내놓을 거냐고. 그는 그렇게 딴지를 걸며 송시열을 공부하고, 조봉암을 공부하고, 미국의 극우파를 공부했다. 그의 공부를 따라가다 보면 좋은 게 좋은 걸 '중용'으로 포장하면서 이 사회의 가치를 성찰 없이 맹종해 온 우리의 부끄러운 자화상이 보인다. 그리고 그 부끄러움 위에서 사람에 대한, 사회에 대한 새로운 관심이 싹틈을 본다. 〈추천위원 : 이주향(수원대 교양학부 교수)〉

## 모바일 소녀@디지털 아시아

이동후 외 / 한울 출판사

언제부터인가 우리는 다른 사람과의 약속에 크게 신경 쓰지 않고 살아간다. 휴대전화를 꺼내 "어디야?"라고 물으면 언제 어디서든 상대방과 쉽게 교접할 수 있기 때문이다. 이렇듯 휴대전화를 손 안에 거머쥐면서 시간과 공간의 구속에서 벗어날 수 있게 되었으니, 휴대전화는 시계바늘을 거꾸로 되돌려 정주사회를 다시 (신)유목사회로 바꿔놓고 있는 셈이다. '모바일 소녀@디지털 아시아'라는 제명에는 오늘날의 거시적 동향을 지시하는 용어들이 빼곡히 뒤섞여 있다. 따라서 책 내용 역시 대단히 트렌디하다.

이러한 시사성 때문에 수월치 않은 주제들이 독자들에게 친숙하게 다가설 수 있지만, 저자들의 문제의식이나 통찰력, 그리고 동원된 방법론은 대단히 독창적이고 높은 수준에 있다. 찬찬히 읽어갈수록 보다 많은 것을 얻을 수 있는 것은 바로 이러한 '트렌디 아카데미즘' 때문이라고 본다. 다만 때때로 지적 의욕이 넘쳐 현장 체험에 대한 "두터운 기술(thick description)"이 "얇은 기술(thin description)"로 귀결한 아쉬움이 거의 유일한 '옥의 티'라고 생각될 뿐.

〈추천위원 : 김문조(고려대 사회학과 교수)〉

## 관계

안도현 글, 이혜리 그림 / 계수나무

먼저, 책을 손에 들었을 때 은은하고도 조용한 따뜻함이 전해져 왔다. 알맞은 판형에 글씨체마저도 부드러워 곁들여진 그림과 한 몸처럼 잘 어우러졌다. 그리하여 서둘러 들춰 읽지 않고도 어떤 내용이 들어 있을지 짐작이 갔다. 제목 '관계'가 어린이들에게 이해가 덜 되지 않을까, 염려되긴 하나 읽는 동안 '관계'에 대해 조심스레 생각해 가며 읽게 하는 좋은 점도 있을 듯하다. '무엇과 무엇의 어떤 관계에 관해 쓴 이야기일까?' 이 책에서는 도토리와 갈참나무잎과의 관계뿐 아니라 세상의 모든 관계에 대해 이야기하고 있다. 관계의 소중함, 관계의 고마움, 관계의 놀라움…… 그림책 『관계』를 읽은 어린이라면 뒷날 이른 봄날, 봄동산을 찾았을 때 책을 읽기 전과는 많은 다른 느낌을 받을 것이다. 마른 풀 사이로 얼굴을 내민 어린 갈참나무는 물론, 아카시아 나무의 어린 싹, 어린 소나무, 어린 옻나무 등 어린 나무들의 생명력에 대해 더없이 놀라워 할 것이며 생명의 소중함에 대해 새삼스레 깨닫게 될 것이다. 곁들여진 그림의 전체 톤이 부드럽고 은은하여 글의 느낌을 훨씬 온화하게 돋보이게 하고 있다.

〈추천위원 : 엄혜숙/이상교(아동도서 연구가/아동문학가)〉

# 겨울의 끝자락을 잡고 떠나는 '별미 여행'

4계절이 뚜렷한 우리나라. 겨울의 끝에서만 맛볼 수 있는 각 지방의 별미를 찾아 가족과 함께 여행을 떠나보자. 겨울을 뒤로하는 아쉬움을 달랠 수 있지 않을까.

## 출렁이는 겨울 바다와 어울리는 곰치국

**강원 삼척시**

푸른 바다와 신비한 동굴의 도시 삼척에서 맛볼 수 있는 별미 곰치국. 20여 년 전만 해도 그물에 곰치가 걸리면 살이 흐물흐물하고 모양이 징그러워 그냥 내다 버렸다. 이때 물속에 빠질 때 소리가 '텀벙텀벙' 한다고 해서 '물텀벙'이라는 별명이 생겼다고 한다.

그러나 지금은 생긴 모양과는 달리 비린 맛 이 없고 육질 또한 연해 입안을 감치는 맛이 은근하며, 많이 먹어도 질리지 않아 귀하신 몸으로 대접을 톡톡히 받고 있다. 살이 무른 곰치 몇 토막에 잘 묵은 김치를 숭숭 썰어 넣어 푹 끓여낸 곰치국은 얼큰하고 시원한 국물 맛과 입안에서 살살 녹는 살점 때문에 술을 좋아하는 뱃사람들에게 해장국 중 으뜸으로 꼽힌다.

## 일몰을 보며 즐기는 새조개의 맛

**충남 홍성군**

홍성은 겨울 별미여행으로 제격인 곳이다. 홍성읍 남당리 포구에서는 새조개 샤브샤브를 맛보면서 한적한 어촌의 낭만을 느끼고 돌아오기에 충분하다. 새조개는 약간 달콤하면서 부드러운 조갯살이 다른 조개처럼 퍽퍽하지 않고 쫄깃쫄깃하여 과연 '조개의 명품'이라 할만하다.

또한 광천읍 소재 광천시장은 200-300m 토굴에서 발효시킨 토굴새우젓이 유명하여, 새조개를 먹고 돌아오는 길에 젓갈 한 상자 사가는 것도 좋다. 갈산면에는 해산물과 젓갈을 보관하기에 적격인 전통옹기를 만드는 곳이 있다. 이곳에서는 옹기만들기 체험과 함께 만든 옹기는 집으로 배달해 주기도 하여 여행의 추억을 더할 수 있다.

## 바람이 고이 빚어낸 구룡포 과메기

**경북 포항시**

'숙성시킨 생선회'라 할 만한 과메기가 어느 해부터인가 겨울철 명물로 자리매김하고 있다. 특히 포항의 '구룡포 과메기'는 이제 '목포 홍어삼합'처럼 귀에 익숙하다. 포항 구룡포는 과메기를 생산하는데 천혜의 조건을 갖추고 있기 때문이다. 과거엔 주로 청어로 만들었으나 이제는 꽁치를 사용해 내장을 발라낸 '배지기' 형태로 시장에 나온다.

2월까지 구룡포 지역에서는 과메기를 만드는 덕장을 쉽게 찾아볼 수 있다. 아울러 전국 5대 재래시장 가운데 하나인 포항 죽도시장과 과메기 전문음식점 등에서는 윤기가 흐르면서 속살은 붉은 먹음직스런 과메기가 푸짐하게 차려져 나온다. 비릿함을 저어하는 사람이라도 일단 먹어보면 '꾸득꾸득한 고소함'에 겨울철이 기다려질 만하다. 겨울의 끝자락에 놓칠 수 없는 과메기 맛을 느껴보자.



# 지부소식

전국 16개 시·도 지부 232개 시·군·구 지회

## 부산광역시지부

### 건강보험 혜택 및 웃음학 강의

시지부(회장: 김기묘)에서는 지난 1월 12일 본회 강의실에서 정기 월례회를 갖고 국민건강보험공단의 임인석 차장으로부터 2007년을 맞아 새롭게 바뀐 건강보험 혜택에 대한 강의와 김기숙 웃음 치료사로부터 '복을 부르는 웃음 10계명'에 대한 강의를 듣고 건강함과 웃음을 잃지 않는 한 해를 준비했다.

## 대구광역시지부

### 이사회 및 모니터 회의

시지부(회장: 손기순)에서는 1월 19일 중앙도서관 3층 1강좌실에서 모니터로 활동 중인 회원 18명이 참석한 가운데 버스공영제 모니터 요원을 재임용했고, 30일 이사회를 열어 총회 및 올해 추진할 사업에 대해 논의했다.

## 인천광역시지부

### 월례회 개최

**시지부, 강화군지회**

시지부(회장: 한혜자)는 지난 1월 8일 임원 및 지회장 13명이 월례회에 참석해 06년도 회계보고와 함께 07년도 사업계획을 논의하며 새로운 사업 전개로 활기찬 인천 주부교실이 되기를 다짐했다.

3일, 15일, 22일에는 인천 소비자단체협의회 회의에 참석해 소비자를 위한 각종 사업에 동참해 소비자 권익 향상에 앞장서기로 했다.

강화군지회(회장: 강혜옥)는 1월 23일 회원 20명이 참석한 가운데 정기 월례회를 열어 올해 전개할 사업계획을 논의하며 결속을 강화했다.

### 봉사활동

**서구지회, 계양구지회**

서구지회(회장: 이민자)는 1월 7일 회원 8명이 서구 석남동 노인복지회관을 찾아가 생활이 어려우신 노인 350여명에게 중식을 대접하고 거동이 불편하신 40명의 어르신에게 도시락을 준비해 이웃의 정을 전달했다.

〈부산시지부:웃음학 강의〉

계양구지회(회장: 이영희)는 1월 18일 회원 12명이 노인복지회관을 방문해 쓸쓸한 말년을 보내고 계시는 어르신들을 위해 따뜻한 식사를 대접하는 봉사활동을 전개했다.

## 광주광역시지부

### '유리알제도' 교육 참석

광주시가 민간단체 보조금 사용의 투명성 확보를 위해 결제 전용카드인 일명 '유리알 카드'를 전면 시행키로 결정하고 지난 1월 23일 광주시청 2층 세미나 1실에서 보조금 수급자 또는 관련 실무자 150여명을 대상으로 유리알제도 교육을 실시했다.

이 교육에 시지부 박영희 회장과 실무자가 참석해 유리알제도 시행 배경 및 내용에 대한 설명을 듣고 투명한 사회 구현에 적극 동참하기로 했다.

## 대전광역시지부

### 제19기 전문간병인 교육 실시

시지부(회장: 송병희)에서는 여성의 건전한 사회활동을 지원하기 위해 1월 22일~2월 5일 14일간 회관 2층 강당과 대전기독병원 임상실습실에서 간병활동에 뜻이 있는 만 55세 미만의 여성 30명을 대상으로 제 19기 전문간병인 교육을 실시했다.

각 대학병원 간호과장 이상의 강사진을 초빙해 간병인의 역할을 비롯해 중풍환자, 욕창환자 간호 및 임종간호에 이르기까지 폭넓은 교육을 실시했다.

〈대전시지부:전문간병인 교육〉

### 대전 · 충남 물가감시센터 실무자 협의회 개최

1월 30일 시지부 1층 회의실에서 대전 · 충남 물가감시센터 실무자 5명이 한 자리에 모여 연간 계획서 및 지역현안 사업에 대한 방안을 논의했다.

## 울산광역시지부

### 유아교육 시설장과의 간담회 및 운영위원 회의

시지부(회장: 박보봉)에서는 1월 9일 유아교육시설 교육비 외 기타 비용실태조사 및 학부모 의식조사를 실시한 후 지난 1월 9일 유아교육시설장 12명 및 회원들이 참석한 가운데 간담회를 갖고 조사결과를 바탕으로 개선책을 논의했다.

1월 20일에는 주부교실 교육장에서 운영위원 10명이 모여 지난 달 활동 보고회를 갖고 북구 자원봉사센터 수탁 운영에 대해 논의했다.

〈울산시지부:육아교육 시설장과의 간담회〉

### 한글 · 수학교실 및 자전거교실 운영

매주 월요일, 수요일 주부교실 교육장에서 주부 50명을 대상으로 한글 및 수학교실을 운영하고 있고, 매주 월요일~금요일까지 울산대공원 동문에서 주부 30명을 대상으로 자전거 이론교육 및 실습 교육을 지속적으로 전개하고 있다.

## 경기도지부

### 운영위원회 정기총회

도지부(회장: 박명자)에서는 1월 11일 경기도 여성회관 내 갤러리에서 '2007년도 운영위원회 정기총회'를 개최하고 지난해 사업을 평가하고 올해 새롭게 추진할 사업 방안에 대해 논의했다.

♣ ♣ ♣

## 강원도지부

### 신년회 및 불우이웃돕기

도지부(회장: 김해광)에서는 1월 8일 베어스타운 관광호텔에서 임직원 및 회원 200여명이 참석한 가운데 신년회를 갖고 도지부의 발전과 함께 건강한 한해를 보내기를 소망했다.

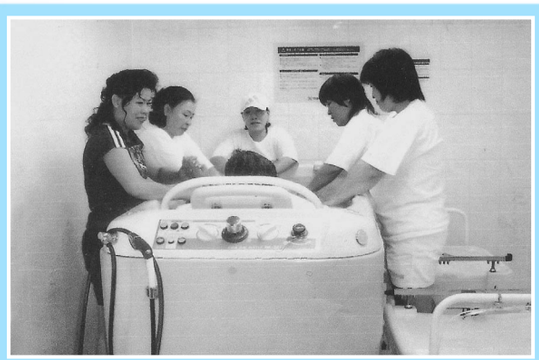
11일에는 회원 8명이 80세 이상 치매 할머니들이 생활하고 계시는 덕두원 위로의 집을 방문해 쓸쓸한 노년을 위로해 드리며 쌀을 전달했다.

### 자원봉사활동

**태백시지회**

1월 19일 오영희 회장외 회원 5명이 관내 위치한 장애인 복지관을 방

〈강원도지부:불우이웃돕기〉


〈강원 · 태백시지회:지원봉사활동〉

문해 거동이 불편한 장애인들을 위한 목욕봉사 활동을 실시했다.

## 충청북도지부

### '하이닉스 반도체 이전 반대항의' 및 '경제특별도 선포식' 참석

도지부(회장: 최광옥)에서는 지난 1월 8일 청주실내체육관에서 지역경제 활성화에 견인차 역할을 하고 있는 '하이닉스 반도체 이전 항의'에 회원 20여명이 참석했다.

또한 25일 청주 예술의 전당에서 충북도의 새 이름인 '경제특별도 충북'을 구현하기 위한 로드맵을 제시하고, 충북을 대한민국 성장 엔진의 중심 동력으로 만들겠다는 강력한 의지를 대내외에 천명하기 위해 마련된 '경제특별도 선포식' 행사에 회원 10명이 동참해 충북도 발전을 기원했다.

### 봉사활동

**청주시지회**

1월 11일 권지순 회장과 회원 9명은 사직동에 위치한 복지회관을 방문해 중식제공 도우미 활동과 부족한 일손을 도왔다.

### 불우이웃돕기

**충주시지회**

1월 25일 이상숙 회장과 회원 15명이 '은혜의 집'을 방문해 외롭게 말년을 보내고 계신 할머니들의 말벗이 되어 드리며 생필품을 전달했다.

## 충청남도지부

### 국제결혼 여성 가족과 함께 월례회 개최

도지부(회장: 조춘자)에서는 1월 13일 공주시 온누리안 쉼터에서 지난 해 국제결혼 여성과 친정 어미니 결연을 맺었던 지도위원과 회원 및 국제결혼 가족 50여명이 함께 자리를 갖고 월례회를 개최했다. 지난해 추진했던 행복한 가정 꾸미기 사업을 지속적으로 추진하기로 하고, 결연으로 맺은 친정어머니들이 외국인 딸들에게 선물을 전달했다.

〈충북도지부:하이닉스 반도체 이전 반대항의〉

### 모범학생 장학금 전달식

**부여군지회**

1월 8일 박금례 회장과 회원 10명이 부여고등학교 교무실을 방문해 어려운 가정환경 속에서도 좌절하지 않고 학교생활을 성실하게 실천하고 있는 학생 3명에게 60만원씩 장학금을 전달하며 꿈과 용기를 잃지 않도록 격려했다.

## 전라북도지부

### 시 · 군 지회장 연수회 개최

도지부(회장: 최원자)에서는 1월 16일 대한투자신탁 3층 회의실에서 도지부 임원 및 운영위원들이 모인 가운데 2007년도 1/4분기 시 · 군 지회장 연수회를 개최했다. 06년도 운영비 결산을 시작으로 07년도 사업계획 논의와 함께 검소한 구정보내기 운동을 전개키로 했다.

### 봉사활동

**군산시지회, 김제시지회, 완주군지회**

군산시지회(회장: 박희순)는 1월 30일 회원 20명이 군내 위치한 경로식당을 방문해 독거노인 300분을 위한 위안잔치를 마련해 음식 대접과 함께 즐거운 시간을 가졌다.

김제시지회(회장: 김보배)는 1월 27일 회원 10명이 독거노인이 생활하고 계시는 '평강의 집'을 방문해 거동이 불편한 어르신을 위한 목욕 봉사활동을 실시했다.

완주군지회(회장: 최영숙)는 1월 12일 회원 5명이 삼례읍에 홀로 생활하고 계시는 독거노인 1세대를 방문해 따뜻한 겨울을 보낼 수 있도록 도배를 비롯한 주변 환경을 깨끗이 정리했다.

〈전북도지부:시 · 군 지회장 연수회〉

## 전라남도지부

### 전남여성지도자 신년회 참석 및 도우미활동

도지부(회장: 이송자)에서는 1월 4일 목포 초원실버타운에서 각 분야에서 활발한 활동을 하고 있는 여성 지도자, 시 · 군여성단체협의회장들과 더불어 도의회 의원 등 각 기관 단체장 200여명이 참석한 가운데 열린 '전남여성지도자 신년회'에 회원 10명이 참석해 행사 진행 도우미 봉사활동을 전개하며 여성의 화합과 발전

을 도모했다.

### 봉사활동

**여수시지회, 구례군지회, 강진군지회, 완도군지회**

여수시지회(회장: 이안자)는 1월 31일 회원 20명이 동여수복지관을 방문해 독거노인 및 고령자들에게 무료 급식 제공 봉사활동을 실시했다.

구례군지회(회장: 박정자)는 1월 8일 회원 20명이 장애인복지관을 방문해 장애인 청결을 위한 목욕 봉사활동과 깨끗한 환경을 위한 빨래 및 청소 봉사활동을 실시했다.

또한 임원 및 회원 20명이 1월 한 달간 교대로 독거노인 가정을 방문해 목욕 및 청소 봉사활동을 전개했다.

강진군지회(회장: 김종심)는 1월 31일 회원 30명이 강진종합체육관 축구전용 경기장에서 개최되는 축구대회에 참석해 행사 도우미와 무료 음료 봉사활동을 실시했다.

완도군지회(회장: 천양숙)는 1월 31일 군내 위치한 복지회관에 부모의 정이 그리운 소년소녀가장들을 초대해 양부모로서의 관심과 사랑을 나누는 결연의 시간을 갖고 떡국을 나눠 먹었다.

### 음식물 쓰레기 줄이기 캠페인

**광양시지회(회장: 명윤숙)**

1월 26일 광양읍 5일 시장에서 회원 20명이 가정에서의 올바른 식습관 형성과 식품 구매시 건전한 소비문화가 음식물 쓰레기를 줄일 수 있는 방법임을 강조하는 캠페인을 전개해 적극적인 동참을 유도했다.

### 야생꽃 차 만들기' 체험 등

**담양군지회**

1월 15일 김향자 회장과 회원 20명은 담양 야생화차 시음장에서 야생화의 보존 및 야생화차의 효능에 대한 교육을 받고 야생꽃 차를 직접 만들어봄으로써 자연의 아름다운 멋과 맛을 체험할 수 있었다.

또한 2월 5일에는 회원 10명이 무정면에 거주하고 있는 국내 이주 외국인 여성 가족을 방문했다. 다가올 설의 의미를 설명하며 우리 고유의 명절문화에 대한 이해를 돕고 농산물 판매로 얻은 수익금으로 준비한 생필품을 전달했다.

### 명절 검소하게 보내기 캠페인

**장흥군지회**

2월 12일 홍정님 회장과 회원 30명이 5일시장에서 '고가의 선물 자제하기', '명절 음식은 먹을 만큼 준비하기' 등 과소비 추방 관련 피켓과 현수막을 들고 검소한 설 명절 보내기 캠페인을 전개했다.

### 신년 워크샵

**고흥군지회**

지난 1월 12일~13일 박민자 회장을 비롯한 임원 및 회원 35명이 제주도에서 워크샵을 실시해 06년도 사업보고 및 07년도 사업 계획을 수립하고 회원 간 화합과 친목을 도모했다.

## 경상북도지부

### 원산지표시 확인 캠페인

**상주시지회**

육순단 회장과 회원들은 1월 22일 관내 곶감생산자 대표들과 공동주최로 재래시장에서 설을 앞둔 시민과 상인들을 대상으로 곶감 원산지 표시 확인 캠페인을 전개했다.

### 봉사활동 및 불우이웃돕기

**포항시지회, 영주시지회, 영양군지회, 칠곡군지회, 청도군지회**

포항시지회(회장: 김귀련)는매주 수요일 소년소녀가장과 독거노인 4가정에게 회원 5명이 한 조가 되어 반찬을 만들어 전달하고 있고, 매주 월요일 북구 학산동 사회복지관을 방문해 무료 급식소 조리 및 배식 봉사활동을 전개하고 있다.

1월 17일에는 햇빛마을에 위치한 노인요양시설인 '요셉의 집'을 방문해 치매예방을 위한 건강강좌를 실시하고 다과를 대접하며 즐거운 레크리에이션 시간을 가졌다.

영주시지회(회장: 정순옥)는 1월 17일 하망성당의 '만남의 집'을 방문해 무료 급식 도우미 봉사활동을 실시했다.

영양군지회(회장: 박정자)는 1월 6일 군내 위치한 삼삼노인정을 방문해 따뜻한 음료를 제공하며 청소 봉사활동을 실시했다.

19일에는 화재를 당한 권정순 회원의 집을 찾아가 위로 성금을 전달했다.

칠곡군지회(회장: 김해숙)는 1월 26일 불우이웃돕기 성금을 마련해 칠곡군청에 기탁했다.

청도군지회(회장: 김영자)는 1월 19일 독거노인이 거주하고 계시는 에덴원을 방문해 목욕 봉사활동을 실시했다.

## 경상남도지부

### 정기 월례회

도지부(회장: 이인숙)에서는 지난 1월 9일~30일까지 도지부 8개 운영위원회가 월례회를 자체적으로 개최해 07년도 운영위원회 사업 계획을 토의하며 주부교실 활성화를 논의했다.

### 소년소녀가장 돕기

**밀양시지회**

1월 3일 김영숙 회장과 회원 40명이 누에 흑포크 식당에 소년소녀가장 8세대 15명을 초대해 음식을 대접, 성금 및 생필품을 전달하며 사랑의 마음으로 그들의 어려움을 위로 격려했다.

### 신년회 모임

**함양군지회(회장: 정현옥)**

지난 1월 10일 회원 20명이 신년회를 갖고 회원 3명에게 봉사 특별상을 시상하고, 60세 이상 회원 6에게 회갑을 축하하며 선물을 전달했다.

## 제주도지부

### 정기총회 개최

도지부(회장: 김영희)에서는 1월 9일 임원 및 회원 30명이 참석한 가운데 정기총회를 개최해 신입회원 7명에 대한 임명장 전달식을 갖고, 06년도 사업보고 및 감사보고, 07년도 사업 계획 및 예산계획 보고회 후 회원간 결속을 다지는 친목도모의 시간을 가졌다.

### 제주물가감시센터 실무자협의회 개최

1월 26일 여성능력개발본부 2층 회의실에서 07년도 제주물가감시센터 실무자협의회를 개최했다. 주부교실과 YWCA의 제주지부와 서귀포지회 4개 단체 실무자들이 모여 07년도 제주물가감시센터 사업계획에 대해 논의했다. ■

# 주부교실게시판

## ▣ 물가감시원 및 물가실무자 교육

본회에서는 물가안정을 위해 지속적인 가격 감시 활동을 하고 있는 조사 인력의 전문성을 강화시켜 소비자에게 보다 객관적이고 정확한 가격정보를 제공하고자 '물가감시원 및 물가실무자 교육'을 다음과 같이 실시합니다.

- 일 시 : 2007년 3월 9일(금) 10:30~17:00
- 장 소 : 중앙회 3층 강당
- 대 상 : 전국 물가감시원 및 물가담당 실무자 약 100여명

## ▣ 4월 2일 개강하는 제69기 주부대학 수강생 모집

주부들의 평생교육 프로그램인 주부대학의 제68기가 3월 23일(금) 수료식을 가짐에 따라 제69기 주부대학 수강생을 다음과 같이 모집합니다.

- 개 강 일 : 2007년 4월 2일(월)
- 교육기간 : 2007년 4월 2일 ~ 9월 21일(6개월)
- 접수기간 : 2월 15일 ~ 3월 31일
- 문 의 처 : (02)2265-0637, 3627, 3628

## ▣ 소비생활에서 입은 피해 상담 및 구제

소비자들의 권익향상과 피해구제를 위해 전국 48개 지역에 소비자상담센터를 운영해 소비자 민원상담 피해구제를 접수 처리하고 있습니다. 소비생활과 관련된 불만이나 피해가 있을 전화, 인터넷, 방문 등으로 소비자 상담을 받을 수 있습니다.

- 전 화 : (02)2273-2485 · 6300, (02)2266-5870
- FAX : (02)2279-9341
- E-mail : nchc01@chol.com
- 홈페이지 : www.nchc.or.kr
- 주 소 : 서울특별시 중구 충무로 5가 19-3

## ▣ 광진여성인력개발센터 수강생 모집

본회가 여성적합직종개발 및 훈련으로 다양한 취업 기회를 제공하고 잠재된 직업 적성 능력을 개발하고 향상시키기 위해 운영하고 있는 여성인력개발센터(광진구 소재)에서는 다양한 프로그램을 마련해 매달 수강생을 모집하고 있습니다.

- 홈페이지 : www.womanpro.org
- 문 의 : (02)3409-1948~9