2008 6월호 제399호

주부교실

사단법인 전국주부교실중앙회

NATIONAL COUNCIL OF HOMEMAKERS' CLASSES

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

주부교실

2008 6
통권 제399호

생각해봅시다	4	기부와 봉사는 우리의 희망이다 / 예종석
의식조사	6	친환경농산물에 대한 인지도 및 신뢰도
고발사례	8	소비자의 소리 / 곽정자
알아봅시다	10	젖병 중 '비스페놀 A' 란?
소비자정보	12	해외여행 상품가격 유의해서 보세요
상품구매가이드	14	자외선 차단 썬캡 구매 요령
소비자뉴스	16	소비자역량 점수 60.80점, 소비자 교육 필요
식품뉴스	18	건강기능식품, 9월부터 이력추적제 실시
건강뉴스	20	임신 중 알코올 섭취, 2차 장애 발생 위험 높아
기고칼럼	22	수의(壽衣)에는 포켓이 없다 / 류동길
꽁트	24	쏠쏠한 재미 / 노순자
음식이야기	26	노화방지에 좋은 음식
이달의 요리	28	실속 다이어트를 위한 닭가슴살 요리
환경정보	30	생태의 천국, 습지(늪)
여행정보	32	'꿈결같은 야간 여행지' 를 찾아서
문학산책	33	이달의 읽을 만한 책
중앙회소식	34	소비자와 농민이 함께하는 쌀 축제
지부소식	36	전국 16개 시·도 지부 및 232개 시·군·구 지회 소식
주부교실 게시판	50	광진여성인력개발센터 수강생 모집

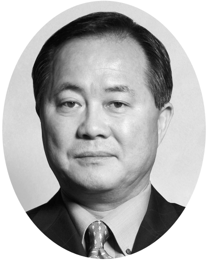
〈표지사진 : 소비자와 농민이 함께하는 쌀 축제(중앙회, 6. 18~19), '음식물폐기물 재활용을 통한 지구촌 환경 사랑' 견학(광주광역시지부, 5. 30)〉

월간 주부교실 6월호

발 행 일 : 2008. 6. 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)혜럴드미디어
대표 박 행 환

비매품



기부와 봉사는 우리의 희망이다

예 종 석 / 한양대 경영대학장, 경제학 교수

우리 사회에도 희망의 싹은 자라고 있다. 요즈음 우리경제를 둘러싸고 있는 여건은 그리 좋아 보이지 않지만 나라의 먼 장래를 위해서는 고무적인 조짐이 곳곳에서 포착되고 있어 그나마 위로가 된다.

우선 태안 앞바다 기름 유출 사고는 국민들에게 절망감을 안겨 주었으나 그 후 현장으로 줄을 잇고 있는 자원봉사자들의 행렬은 암흑 속에서 만난 한줄기 빛과 같은 안도와 용기를 갖게 해주었다. 기름으로 얼룩진 바닷가에서 땀 흘리며 봉사하는 각계각층 시민들의 모습을 보면서 우리 사회에 대한 자긍심을 느낄 수 있었고 어떤 위기도 극복해 낼 수 있는 우리 국민의 저력을 확인할 수 있었다. 최근에는 상당수의 기업들도 사회공헌활동을 전담하는 기구를 구성하여 기부와 봉사활동에 적극적으로 나서고 있다.

우리 사회에 나눔의 문화가 조금씩 자리잡기 시작하고 기업들도 사회공헌활동에 관심을 갖기 시작하는 것은 대단히 고무적인 현상이다.

그러나 양적으로 성장하고 있는 기부문화가 질적인 성장도 수반하고 있는지를 생각해 보면 아무래도 아직은 아닌 것 같다. 우리 사회의 기부가 개인보다 기업에 의해 주도되고, 그 기업들의 상당수는 자발적이기보다는 눈에 보이지 않는 사회적 압력에 떠밀려 기부를 세금 내듯 울며 겨자 먹기 식으로 하고 있다는 것은 알 만한 사람은 다 아는 사실이다. 기업 홍보를 위해서 하는 연례 행사성 기부라도 없는 것보다야 훨씬 낫지만 그래도 연말연시나 돼야 온 사회가 주일날 교회 가듯 일제히 기부에 나서는 모습을 보면 어려운 이웃이 때맞춰 가며 어려운 것은 아닌데 하는 생각이 들어 씁쓸하다.

이상적 기부문화는 대기업 몇몇이 큰돈을 내는 다액소수의 기부문화가 아니라 작은 성의라도 사회의 구성원들이 십시일반으로 참여하는 소액다수의 문화이다. 또 누구의 강요로 마지못해 하는 기부가 아니라 스스로 마음이 움직여서 하는 기부이고 연말연시에 몰아서 하는 기부가 아니라 정기적으로 하는 상시기부이다. 그런 점에서 우리 기부문화의 토양은 여전히 척박하다.

우리나라 개인기부의 주역이 아직도 김밥 할머니, 삯바느질 할머니를 비롯한 수 없는 할머니들이라는 사실이 그런 현실을 웅변으로 말해 준다. 이제 우리 사회의 기부문화도 바뀌어야 한다. 명색이 세계 10위권을 넘나드는 경제대국이라면서 언제까지 기부를 사회로부터 도움을 받아도 시원치 않을 할머니들께 맡겨 놓을 것인가.

건전한 기부문화가 자리 잡기 위해 선결돼야 할 문제는 많다.

먼저 사회지도층 인사들의 모범적인 기부가 많아져야 하고, 또 그들을 영웅시하는 분위기가 만들어져야 한다. 미국을 지탱하는 힘이 기부문화다. 그 정점에는 천문학적인 재산을 사회에 쾌척한 카네기와 록펠러 같은 위대한 인물들이 있으며, 그들의 정신이 빌 게이츠와 워렌 버핏 같은 사람들에 의해 오늘날까지도 계승되고 있는 것이다. 우리나라에는 기업의 기부는 있어도 기업인의 기부는 드물며, 그나마도 일부는 순수성 시비가 일고 있는 형편이다.

둘째, 가정과 학교에서 기부에 대한 교육이 이루어져야 한다.

'자선은 가정에서 시작된다'는 외국 속담처럼 이제 우리도 가정에서 봉사하고 기부하는 교육을 해야 할 때다. 선행을 하는 부모를 보고 자란 아이들은 자연스럽게 자선을 베풀게 된다. 학교나 직장에서도 기부와 봉사에 대한 교육이 활발하게 이뤄져 자선활동이 시민들의 일상에 녹아들게 해야 한다.

셋째, 기부활성화를 위한 제도개선이 필요하다.

특히 기부자에 대한 세제혜택이 대폭 커져야 한다. 최근 정부는 개인 기부금에 대한 소득공제의 폭을 넓혔으나 아직도 선진국 수준에는 크게 못 미친다. 개인뿐 아니라 기업의 기부에 대한 세제혜택도 확대돼야 한다. 또 기부의 수혜자인 비영리조직들도 기부금의 관리와 배분에 있어 투명성과 신뢰성을 확보하고 경영역량을 강화해 나가야 한다.

이런 노력들이 축적되어 갈 때 기부문화도 조금씩 변화해 나갈 것이다. 날로 심화되는 양극화 문제를 갈등 없이 치유할 수 있는 대안인 기부가 하나의 문화로 정착될 때 우리 사회는 비로소 진정한 선진사회로 거듭날 수 있다. ■

응답자 89.1% "친환경농산물 인증기준 모른다"

– 울산지역 거주민 700명 대상으로 조사 –

최근 식탁 안전을 위협하는 식품 관련 사고가 잇따르면서 무공해 먹거리를 찾는 소비자가 증가하면서 농산물의 안전성에 대한 관심도 커지고 있다. 이에 울산광역시지부에서 5월 20일~30일 울산지역 거주민 700명을 대상으로 친환경인증 농산물에 대한 소비자 인지도 및 신뢰도 조사를 통해 소비자 수요에 걸맞은 친환경농산물 개발 및 안전한 먹거리 확보에 도움이 되고자 했다.

■ 친환경농산물 구분 및 인증 기준에 대한 이해 정도

소비자 43.9% '품질인증표시'로 구분, 10.9%만 인증표시 정확이 알아

친환경 농산물을 어떻게 구분 하는지에 대한 답변으로 '품질인증표시를 보고 구분한다'가 43.9%로 가장 높게 조사되었고, '유통회사의 상표를 보고 구분한다'가 25.5%로, '생산방식의 설명표시를 보고 구분한다'가 12.6% 순으로 조사되었다.

친환경농산물이 유기농산물, 무농약농산물, 저농약농산물로 분류된다는 사실을 정확하게 알고 있는 응답자는 10.9%에 불과했고, 40.0%가 유기농산물과 무농약농산물 2가지로만 되어 있는 줄 알고 있었다. 친환경농산물 세부 분류에 대해 28.0%의 응답자가 '소비자의 선택권을 최대한 보장하는 제도'라는 생각한 반면, 26.7%가 '너무 복잡하여 선택에 혼란을 준다'고 답했다.

■ 친환경농산물 가격 수준 및 구매 정도

70.7% '비싼 편'이고, 49.2% '가끔 구입한다'에 가장 많이 응답

일반농산물의 가격과 비교하여 친환경농산물의 가격수준은 응답자의 70.7%가 '비싼 편'이라고 답하였고, '보통'이라고 답한 응답자가 22.6%, '저렴하다'고 답한 응답자는 6.7%에 불과하였다. 이렇듯 가격이 비싸다는 이유로 소비자 53.7%가 친환경농산물 구입을 망설인다고 답했다.

현재 모든 먹거리를 '친환경제품으로만 구입한다'는 응답자는 9.9%, '대체적으로 친환경제품으로 구입한다'가 28.3%였고, '가끔 구입한다'고 답한 응답자는 49.2%로 가장 많았다. 친환경농산물을 구매하지 않는 이유로는 응답자 34.2%가 '가격이 비싸서'라고 답변하였고 '친환경농산물 인증에 대한 이해와 신뢰부족'이 25.7% 순으로 조사되었다.

■ 친환경농산물에 대한 신뢰도 및 소비의향

신뢰도 낮지만, 응답자 70.4% 소비의향 가지고 있어

친환경농산물 신뢰도 조사결과, 인증제도에 대해 응답자 50.9%가 '보통'이라고 답했고, 36.6%나 되는 응답자는 '신뢰하지 않는다'고 했다.

친환경인증 농산물을 신뢰하는 이유에 대해서 응답자 중 48.4%가 '판매처를 신뢰할 수 있어서'라고 답한 반면, '정부가 인정한 제품이어서 신뢰한다'는 응답자는 9.6%밖에 되지 않았다. 또한 친환경농산물을 '신뢰하지 않는다'는 응답자 중 52.8%가 '유통구조를 믿을 수 없어서'라고 답하였고, '인증기관을 믿을 수 없어서'라고 답한 응답자도 25.2%로 나타났다.

한편, 친환경농산물에 대한 소비 의향에 대한 질문에 전체의 70.4%가 '지속적으로 소비하겠다'고 응답했다. 수입 친환경농산물에 대한 구입 의향에 대해서는 응답자 73.4%가 '구입 의사가 없다'고 답했다.

■ 친환경농산물에 대한 만족도 및 관련 정보 습득 경로

74.6% 대체로 만족하고, 대중매체 통해 정보 들어

친환경농산물 제품에 대한 만족도는 74.6%가 '대체적으로 만족한다'고 하였으며 25.5%는 '불만족하다'고 응답하였다. 일반농산물과 비교해 친환경농사물 이용으로 가족의 건강증진에 얼마나 도움이 된다고 생각하는지에 대해 조사해 본 결과, 87.5%의 응답자가 '가족의 건강증진에 도움이 된다'고 답했다.

한편, 응답자 72.2%가 각종 매체에서 발표되는 친환경농산물에 대한 기사 내용을 보고 구매 욕구를 느낀다고 말해 관련 정보가 소비에 영향을 미치는 것으로 조사되었다. 친환경농업 및 농산물에 관한 정보는 습득 경로에 대한 조사 결과, 'TV/라디오를 통해서'가 27.7%로 가장 많았으며 '유통매장을 통해' 25.8%, '인터넷을 통해' 15.8%, '신문·잡지를 통해서' 11.7%, '주위사람 추천을 통해서' 9.9%의 순으로 나타났다.

■ 결 론

친환경인증농산물 유통 확대를 위해서는 무엇보자도 먼저 친환경농산물에 대한 인지도 및 신뢰도를 높여야 한다. 이를 위해서 생산자의 자구적인 노력도 필요하지만 그 이상으로 당국의 역할과 기능도 중요하다고 본다. 더불어 친환경 인증농산물 수요가 급증할 것으로 예상돼 친환경농산물의 판매장 설치 확대 및 홍보 등을 통해 소비자의 수요에 발맞추어 나감으로써 농가소득 제고와 함께 친환경농산물의 소비 확대를 지속적으로 넓혀 나가야 할 것이다.

〈자료제공: 울산광역시지부〉

소비자의 소리

상조에 가입하면서 수의 가격 선지불, 계약해지 요구하니 환불 거절

내용 1년 전 김경우(대전시 서구)씨의 어머니(80세)가 궁전상조에 가입하면서 수의 가격 148만원을 일시불로 지불했다. 회원 증서에 장례서비스 후 나머지금액을 부담하여야 한다고 되어 있고, 자녀들이 다른 상조에 가입한 것이 알게 되어 계약해지를 하겠다고 하니 해지는 가능하나 환불은 해 줄 수 없다고 한다.

처리 상조업 관련 소비자분쟁해결기준에 따르면 일시에 특정금액을 납입한 후 잔액을 납입하기로 계약한 상품의 해지시에는 초기 납입금액의 80.5% 환급 받도록 규정되어 있다. 궁전상조에서 이를 인정하지 않아 신설된 관련 규정을 복사하여 보내 주었고, 80.5%인 119만원을 환불하는 것으로 처리하였다.

김치냉장고 기능 하자로 인한 내용물 피해보상 요구

내용 이필수(경북 구미시)씨는 2년 전 인터넷 쇼핑몰에서 구입한 김치냉장고를 사용하던 중 냉장 기능이 되지 않아 AS센터에 수리를 의뢰하니 콤프레서 이상으로 부품교체를 해야 한다고 했다.

한편, 김치 냉장고 안에 가득 저장된 김치에 대한 손해 배상을 요구하니 가전제품의 품질보증기간 1년이 경과했으므로 내용물 피해에 대한 배상처리는 해 줄 수 없다고 하여 피해구제를 요청하였다.

처리 공산품의 품질보증기간은 1년이지만, 김치냉장고의 핵심부품인 콤프레서의 보증기간은 4년이고, 더욱이 자연 발생한 하자이고 보증 기간내 피해이므로 콤프레서 무상 A/S처리와 함께 김치값 18만원을 배상 · 처리해 주기로 합의하였다.

수도 요금 과다 청구에 대한 이의 제기

내용 송세은(광주광역시 서구)씨는 세입자로 2007년 12월 입주하였다. 2008년 1, 2월 수도요금이 매월 8만원 정도 부과되었으나 2008년 3월 14일 세입자 입회도 없이 이상도 없는 계량기를 임의 교체 후 수도 요금이 186,150원이 고지되었다.

상수도 사업소에 이의 신청한바 '누수에 의한 것' 이라고 말했으나 신뢰할 수 없어 신고자가 직접 누수 관련 업체 3곳을 선정, 진단 의뢰하였으나 누수가 아니라고 했다. 이에 사업소에 찾아가 다시 요금 청구에 대해 조정할 것을 요구하였으나 서로 이해 부족으로 신고 접수 되었다.

처리 상수도 사업소에서 계량기 교체시 주인 입회가 없었고 교체 계량기가 보존돼 있지 않아 2개월 사용량을 참고로 요금을 다시 산정하여 고지하겠다는 약속, 10만원을 환불키로 통보 받았다. 또한 소비자의 과실이 아닌 직원의 실수로 사업소에서 잘못을 시인하고 사과하였다.

허위 · 부당 표시 광고 보고 구입한 자동차타이어 가격 배상 청구

내용 김정우(대전시 동구)씨는 동구 인동에 있는 자동차 타이어 전문점인 '타이어뱅크' 에서 쏘나타 차량 뒷바퀴 한 개를 78,000원에 교체하였다. 업체 입구에 "저희 가격보다 싼 곳이 있으면 타이어 가격의 3배 환불" 이라는 광고 표시 문구를 보고 가장 저렴하다고 생각하여 구입하였다.

이후 급하게 다른 쪽 타이어 한 개를 둔산동에 있는 다른 업체에 가서 교체하게 되었는데 70,000원에 판매하고 있었다. 타이어뱅크에 가서 영수증을 제시하며 3배 배상을 요구하니 인정은 하면서도 배상을 해주지 않고 있다.

처리 문제의 허위 부당표시 광고 후 이행치 않을 경우 '거래내용 및 거래조건에 관한 표시 광고법(표시. 광고등의 공정화에 관한법률)' 위반의 소지가 있음을 업체에 안내하고 소비자와 합의 후 78,000원 환불해 주는 것으로 처리했다.

해지 신청한 초고속인터넷 방송, 해지 처리 안 돼 이용료 청구

내용 허명자(전남 구례군)씨는 용인에서 살다가 2006년 10월 사정상 지리산 부근인 구례군으로 이사했고, 그 전인 2006년 8월 미리 인터넷을 해지하려고 전화로 해지신청을 하였다. 전화로 수차례 통보했고, 은행에 자동이체 취소 처리도 하였는데 지금에 와서 318,780원이 청구되었다며 부당성을 제기했다.

처리 조회 해본 결과, 소비자가 해지 신청시 주민등록증사본 등 관련 서류를 제출하지 않았고, 타지 이사시 필요한 서류를 보내지 않아 사업자가 2006년 10월 26일 소비자에게 전화로 관련 서류를 요청했고 제출하기로 약속을 받았다고 한다.

그러나 통화 약속 후 소비자가 계속 서류를 제출하지 않아 2006년 12월 회사에서 직권해지 신청했다. 소비자의 주장과 사업자의 주장이 서로 다르고 입증할 근거 자료가 부족해 소비자에게 이사를 한 근거서류를 사업자에게 보내게 하고, 대금 계산한 결과 위약금 없이 252,780원을 삭감한 2006년 8월~10월분 요금 66,000원만 납부하기로 합의 조정하였다.

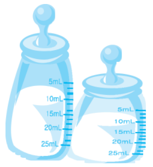
해지 통보하지 않고 이사, 이중으로 부과된 인터넷 통신료 환불 요청

내용 김숙현(구미시 구평동)씨는 2년 전 인의동에 거주할 때 새로넷방송 인터넷통신을 이용하다가 구평동으로 이사하면서 자동으로 이전되는 줄 알고 해지요청을 하지 않았다.

이사 후 재가입하고 새로넷방송 인터넷통신 이용 중이며 시청료는 자동이체 되는데 얼마 전 이체계좌를 확인하니 전 주소지의 인터넷 통신료와 현 주소지의 인터넷통신료가 이중으로 이체되었음을 확인하였다. 현재 전 주소지에는 다른 사람이 이용 중이라 환불 요구하였더니 통신사에서는 환불이 안된다하여 본회 상담실에 도움을 요청했다.

처리 초고속인터넷통신망 서비스업에 있어 이용자가 약정 기간 중 타 지역으로 이사할 경우, 서비스 가능한 지역이면 이전 신청을 해야 한다.

해당 통신사측에 통보 하지 않은 소비자 과실이 인정되지만, 현재도 해당 통신사를 계속 사용 중이므로 자사의 고객관리 차원에서 이전 주소지에 부과했던 6개월(2007년 10월~2008년 4월까지)분에 해당하는 이용 요금만큼 현 주소지 통신료 청구액에서 차감되는 서비스를 제공 받기로 했다.



젖병 중 「비스페놀 A」란?

유아용 합성수지제 젖병 제조시 사용되는 유해 환경물질인 '비스페놀 A'의 안전성 논란이 끊임없이 제기되고 있어 소비자들에게 정확한 정보제공이 필요할 때이다. 이에 식품의약품안전청은 일반 소비자들도 쉽게 이해할 수 있도록 '비스페놀 A'의 위해성 정도 및 소비자 주의사항 등을 다음과 같이 소개했다.

■ '비스페놀 A'란?

비스페놀 A는 폴리카보네이트(PC, poly-cabonate) 및 에폭시-페놀 수지(epoxy-phenolic resin) 와 같은 플라스틱의 원료로 사용되는 물질이다.

우리 몸의 호르몬은 생명체를 유지하는데 필요한 정보를 전달해 주는 매우 중요한 역할을 하는 반면, 비스페놀 A는 생체 내 호르몬과 유사한 작용을 하여 내분비계의 정상적인 기능을 방해하여 잘못된 정보를 전달하거나 필요한 정보를 방해하는 물질이다.

생체 내에서 합성되는 호르몬과는 달리 비스페놀 A는 쉽게 분해되지 않고 안정하며 인체 등 생물체의 지방 및 조직에 농축되는 성질이 있다.

■ 주로 어디에 들어 있을까?

비스페놀 A는 일반적으로 폴리카보네이트 재질 플라스틱이라 불리는 식품용기나 포장재질에 들어 있는데 주로 영유아 젖병, 컵, 접시, 전자렌지용 오븐 기구, 저장용기 등에 들어 있고 이 플라스틱은 경고하고 투명한 성질을 가지게 된다. 음료 캔 코팅 용도로 사용되는 에폭시 레진에서도 비스페놀 A가 검출된다고 보고되고 있다. 이러한 용기에 담은 식품에서 비스페놀 A가 용출되어 인체에 흡수될 수 있다.

■ 얼마나 해로운 걸까?

비스페놀 A는 마치 호르몬처럼 행동해서 생태계 및 인간의 생식기능 저하, 기형, 성장장애, 인간의 면역체계에 영향을 미칠 가능성이 있다고 알려지고 있다.

최근 미국 보건부 산하의 국립독성프로그램(NTP)이 "제한적인 결과이기는 하지만 동물실험 결과, 비스페놀 A가 태아와 유아 어린이의 신경계에 작용해 행동장애를 일으킬 수 있다"는 독성 연구 결과를 발표하여 위해성 논란이 되고 있다.

■ 국내 · 외 관리 동향은?

우리나라는 1998년부터 폴리카보네이트 재질 중 비스페놀 A에 대한 용출규격을 2.5 ppm(비스페놀 A, 페놀 및 터셔리부틸페놀의 합계로서) 이하로 관리하고 있으며, 추가로 비스페놀 A에 대한 개별 규격을 추가할 예정이다.

일본의 후생노동성도 우리나라와 동일하게 규격을 설정하여 관리하고 있으며, 최근 EFSA(유럽연합식품안전청)에서는 '비스페놀 A'의 용출량 3.0 ppm 이하는 안전한 것으로 평가하고 있다. 아직 미국은 관리 기준을 설정하고 있지 않다.

■ 국내 유통되는 젖병 중 비스페놀 A의 위해성은?

1999년부터 합성수지제 젖병에 섞여 있는 비스페놀 A의 위해성을 평가하고 있으며, 2008년 4월에도 국내 유통되고 있는 폴리카보네이트 재질의 유아용 젖병 35개를 대상으로 비스페놀 A에 대한 용출 실험을 실시했다.

침출용매로 물을 사용해서 60℃에서 30분간, 95℃에서 30분간 각각 용출 실험한 결과 비스페놀 A가 검출되지 않았다.

또한 젖병에 물을 담아 전자레인지에 5분간 가열한 후에도 모두 불검출로 위해하지 않은 것으로 나타났다.

■ 젖병 속 비스페놀 A의 노출을 줄일 수 있는 방법은?

우리의 어린 아이들을 비스페놀 A에 대한 노출로부터 보호하기 위해서는 플라스틱 용기에 식품을 담아 전자레인지에 조리하는 것은 가급적 삼가는 것이 좋다.

모유 수유대신 유아용 젖병 사용이 불가피할 경우 되도록 유리나 폴리아마드, 폴리에스테르설폰 재질의 플라스틱을 사용하도록 한다.

특히, 젖병 제품에 표기된 사용상 주의사항을 반드시 확인하여 올바르게 사용한다. 젖병의 소독 시에는 끓는 물에서 젖병은 2~3분간, 젖꼭지 및 뚜껑은 30초 정도로 해야하고, 전기 젖병소독기로 소독 시에는 사용설명서에 표기된 사용법을 준수해야 한다. 분유는 전자레인지를 이용하여 데우지 않도록 한다.

〈자료제공: 식품의약품안전청 유해물질관리단〉

해외여행 상품가격 유의해서 보세요

값싼 상품을 찾는 소비심리를 이용해 여행업체들이 인터넷이나 신문광고에 표시한 여행가격이 실제 여행경비와 달라 소비자들의 혼란을 초래할 우려가 있는 것으로 밝혀졌다. 곧 다가올 여름 휴가철 해외여행 계획이 있다면 가격표시에 유의해야 할 것이다. 관련 피해사례 및 주의사항을 소개한다.

◈ 피해유형 및 사례

▶ 업체 마음대로 추가 경비 징수

조사대상 업체 중 표시가격이 실제 여행경비와 일치한 업체는 단 한군데도 없었으며, 이들이 부과하고 있는 추가경비 또한 구체적인 근거 없이 임의적으로 이루어지고 있는 것으로 드러났다.

업체의 70%(14개)는 '각종 공항세' 및 '유류할증료' 명목으로 임의로 추가경비를 부과하고 있고, 30%(6개)는 '08.1~2월 인상된 추가 유류할증료를 별도로 징수했으나, '08. 3월 인하된 유류할증료를 반영한 업체는 한곳도 없었다.

▶ 동일조건 상품가 천차만별, 표시가격과 실제가격 순위도 달라

동일 조건의 상품인 경우에도 업체별로 표시가격 및 추가경비가 제각각이었고 표시가격과 실제가격의 순위 또한 많이 차이나는 것으로 나타났다.

'필리핀 세부'에 대해 동일조건으로 13개 업체 상품의 가격을 비교해 본 결과, 표시가격은 '온라인투어'와 '노랑풍선'이 가장 최저가(369,000원)였으나 각종 공항세 및 유류할증료 등 추가경비를 포함하자 최저가였던 '온라인투어'의 가격(629,000원)이 두 번째로 높았고, 표시가격이 두번째로 높았던 '모두투어'와 '넥스투어'(549,000원)가 실제 경비로는 최저가였다.

▶ 필수 선택 관광 강요 여전해

조사대상 업체 중 60%가 선택 관광을 필수로 지정하고 있는 것으로 드러났다. 여행자의 의사와 상관없이 강제적으로 참여하도록 하는 필수 선택 관광은 동남아시아와 중국 등 저가 여행상품이 많은 지역에서 많이 이루어지는 것으로 나타났다.

특히 '여행사닷컴'은 인도네시아 발리 상품에 대해 '퀵실버크루즈 + 짐바란시푸드' 명목으로 US 135$를 현지에서 추가부담하게 하여 가장 높은 필수 선택 관광 비용을 소비자에게 부담시키고 있는 것으로 밝혀졌다.

▶ 가격표시 관련 고시 대부분이 안 지켜

2008년 3월 주요 일간지에 신문광고를 게재한 16개 여행사의 광고를 조사한 결과 '중요한 표시 · 광고사항 고시'를 모두 충족한 회사는 '모두투어' 1개 업체에 불과했다. 특히 '롯데관광', '온라인투어', '여행매니아' 3개 업체는 소비자가 쉽게 볼 수 있는 곳에는 '추가경비 없음'으로 표시한 뒤 개별 여행상품에 작은 글씨로 '추가경비 있음', '일부상품 추가요금 있음' 등으로 표시하여 문제점으로 지적됐다.

◈ 여행상품 구매시 소비자 유의사항

1. 여행상품 가격 비교시 추가비용 체크하자

여행 경비는 상품 가격 외에 추가비용을 요구하는 경우가 있으므로 상품간 가격비교시 광고에 게재된 상품 가격 외에 추가비용, 선택관광 비용 등을 반드시 고려해야 한다. 또한 유류할증료, 항공세 명목 등으로 추가비용을 요구하는 경우에는 그 요금이 항목별로 정해진 요금과 맞는지 계산해보는 것도 필요하다.

2. 쇼핑, 선택관광은 계약서에 명기하자

선택관광 등과 관련한 중요 사항을 반드시 계약서에 명기하고 최종 계약서를 반드시 교부받아야 한다. 그래야 나중에 법적 분쟁이 발생할 경우 근거자료로 활용할 수 있다.

쇼핑 품목, 횟수, 장소 등도 계약서에 명시하고 쇼핑을 원하지 않거나 선택관광에 참여하지 않는 경우에 대체 관광 일정이 있는지 확인한다. 가능하면 그러한 내용도 계약서에 명기하는 것이 좋다.

3. 가격만 비교해 선택하는 것은 금물!

여행상품을 알아볼 때 단순히 가격만 비교하는 것은 좋지 않다. '특가', 'NO 팁', 'NO 옵션'에 현혹되지 말아야 한다. 계약서 작성시 꼼꼼히 확인하고 구두상으로 하는 약속은 반드시 서면으로 받아야 한다. 인터넷으로 계약한 내용을 프린트해 보관하는 것도 잊지 말아야 한다.

4. 여행사의 신뢰도 체크하자

대형 브랜드 여행사가 판매하는 상품도 실제 상품 운영 사업자는 다를 수 있고, 실제로 이에 따른 피해 사례도 많으므로 각 여행사의 신뢰도를 직접 체크하는 것이 바람직하다. 여행사의 신뢰도는 해당 여행사 홈페이지 고객 상담 코너를 활용하거나 한국소비자원, 소비자단체 등의 피해상담 사례를 통해 확인할 수 있다.

〈자료제공: 공정거래위원회〉

자외선 차단 썬캡 구매 요령

– 차양에 쓰이는 필름 소재와 밴드 착용감 확인 –

장마와 무더위가 시작되는 계절이 왔다. 햇볕에 그을린 구리빛 피부가 매력적으로 보이지만 지나친 자외선 노출은 피부 건강에 좋지 않은 영향을 미친다. 야외활동이 많은 현대인들에게 인기있는 필수품이 된 자외선 차단 썬캡의 구매 요령을 알아본다.

구입시 체크포인트

◈ 폴리카보네이트 필름 소재로 된 차양 선택

자외선 차단 썬캡에서 가장 중요한 부분은 차양이다. 강한 햇빛으로부터 얼굴을 보호해주는 차양 부분이 무엇보다 자외선 차단 효과가 좋아야 한다. 자외선 차단 썬캡 전문회사에서는 차양 소재에 폴리카보네이트 필름을 사용한다.

폴리카보네이트 필름을 써야 자외선 차단 효과가 있으며 햇빛 아래에서 눈부심이 적어 눈을 보호할 수 있고, 시야가 깨끗해 보행에 지장을 주지 않는 장점이 있다. 또한 폴리카보네이트 필름은 열전도율이 좋아 햇빛에 의한 변형의 우려가 적다.

그러나 최근 들어 폴리카보네이트 필름을 쓰지 않고 저렴한 필름인 PVC를 사용하는 제품들이 유통되고 있다. PVC 필름은 자외선 차단율이 폴리카보네이트 필름에 비해 현격히 떨어지고 시야 확보에도 문제가 있다. 시야 확보가 이뤄지지 않을 경우 자신의 시력에 맞지 않은 안경을 착용한 것처럼 눈에 좋지 않은 영향을 줄 수 있다.

따라서 자외선 차단 캡을 구입할 때는 폴리카보네이트 필름을 사용한 것인지 확인한다.

〈폴리카보네이트와PVC 구별법〉

차양 필름을 구겨보자. PVC의 경우 필름을 구겨보면 페트병처럼 흰줄 모양의 구김자국이 남는다. 열에 의한 변형이 잘 되고 기온이 낮은 겨울철에는 필름이 쪼개지기도 한다. 또한 폴리카보네이트 필름은 눌러보면 책받침처럼 힘이 있는 반면 PVC는 힘없이 꿀렁꿀렁한 느낌이다.

◈ 직접 써 보고 착용감 및 차양의 각도 조절 확인

자외선 차단 썬캡은 밴드처럼 머리에 두르는 형태이므로 무엇보다 착용감이 좋아야 한다. 밴드가 머리를 압박하면 두통이 생길 수 있으므로 직접 착용해보아 밴드의 탄성이 머리를 압박하지 않는지 확인한다. 또한 차양의 각도 조절이 원하는 대로 잘 되는지도 직접 착용한 후 확인한다.

시중에 밴드의 프레임 재질을 가벼운 ABS재질을 사용해 무게를 가볍게 한 제품도 나와 있다. 또한 밴드 부분과 차양을 연결하는 곳에 핀을 사용하지 않고 스프링을 사용해 핀이 밖으로 나오지 않아 면이 고르게 돼 있어 착용감을 좋게 한 제품도 있다.

◈ 땀 흡수 및 건조 빠르고 세탁 용이한 원단으로 된 밴드 선택

밴드 부분은 땀이 가장 많이 묻는 부분이다. 이 때문에 시중에는 순면 타월지나 에어로 쿨 원단, 초극세사 원단을 사용한 제품들이 나와 있다. 다른 소재보다 땀을 빨리 흡수하고 흡수한 수분을 빨리 건조시켜 좀 더 쾌적한 환경에서 썬캡을 착용할 수 있도록 하고 있다. 따라서 밴드 소재가 수분의 흡수 및 건조가 빠른 원단을 사용했는지 확인한다.

자외선 차단 썬캡은 내구성이 2년 정도라 생각하면 된다. 좀 더 위생적으로 사용하려면 땀이 많이 묻는 밴드 부분의 세탁이 용이한 것이 좋다.

밴드와 차양 부분의 연결 고리가 고정식으로 돼 있는 것은 세탁이 쉽지 않다. 최근에는 밴드가 탈착이 가능한 제품이 나와 있어 차양과 분리해 밴드를 세탁할 수 있도록 돼 있으므로 밴드의 세탁 여부를 확인한다.

사용시 주의사항

◈ 보호 필름을 벗긴 후 착용하세요

자외선 차단 썬캡을 구입한 후에는 반드시 보호 필름을 벗긴 후 착용해야 한다. 착용 중 시야가 흔들리거나 하면 곧바로 제조회사에 반품을 요청한다. 이러한 제품의 경우 필름 염색이 잘못된 경우이므로 반품 조치한다.

또한 자외선 차단 썬캡은 차양을 얼굴까지 내려 쓰는 경우가 대분인데, 이 경우 말을 할 때 공명이 되어 울리게 된다. 옆 사람 말이 잘 안 들리거나 내가 한 말이 잘 전달되지 않을 수 있으므로 주의한다.

◈ 차양의 스크래치 조심, 흐르는 물로 닦아주세요

차양에 쓰이는 소재인 폴리카보네이트 필름은 오래 사용하다보면 스크래치가 날 수 있다. 특히 아무 천이나 닦다보면 필름에 스크래치가 나 시야에 방해를 받을 수 있다.

차양 필름을 좀 더 깨끗하게 사용하려면 사용 후 흐르는 물에 씻어서 융으로 된 천(안경 닦는 천)으로 닦아주면 다음에 사용할 때 더욱 깨끗한 시야를 확보할 수 있다.

〈자료출처: 한국소비자원〉

소비자 역량 점수 60.80점, 소비자 교육 필요

공정거래위원회는 소비자교육 지원센터에 의뢰해 우리나라 소비자의 역량을 측정한 결과, 100점 만점에 60.80점으로 소비역량이 낮아 소비자 교육이 필요한 것으로 나타났다. 특히 소비행위와 관련한 법적 지식 등을 말하는 지식역량이 매우 떨어졌다.

소비자역량이란 합리적인 거래나 재무관리, 소비자권리행사, 윤리적인 소비를 위해 소비자가 갖추어야 할 지식이라든지 바람직한 소비생활 실천태도 등을 의미한다. 이번 소비자역량 측정은 1165명의 소비자를 대상으로 실시한 것으로, 우리나라 전체소비자의 역량수준을 영역별로 살펴보았을 때 실천역량은 65.56점으로 높은 편이었으나, 지식역량은 54.39점으로 낮게 나타났다.

소비자 역량수준을 집단별로 살펴보면, 40~50대의 장년층, 월 500만원 이상의 고소득층, 경영관리직 종사자의 역량은 63점 이상으로 나타난 반면에 20대 사회초년병, 월 소득 200만원 미만의 저소득층, 농업종사자의 역량은 60점 미만으로 상대적으로 낮게 나타났다.

이에 따라 공정위는 "우선적으로 전국에 거주하고 있는 노인, 청소년, 저소득층, 결혼이민자 등 4200명 등을 대상으로 10월까지 60회 이상 소비자 교육을 실시할 것이다"고 밝혔다.

해외여행상품 실제가격, 인터넷 표시가격과 달라

값싼 상품을 찾는 소비심리를 이용해 여행업체들이 인터넷 홈페이지 및 신문광고에 저가로 여행가격을 표시하고 실제로는 훨씬 많은 비용을 부담시키고 있는 것으로 드러났다.

한국소비자원이 2007년 내국인 송출실적 87.5%를 차지했던 상위 20개 여행업체의 해외여행 상품 가격 실태를 조사한 결과, 20개 업체 모두 인터넷, 신문광고의 표시가격과 실제 여행경비가 달라 소비자들의 혼란을 초래할 우려가 있는 것으로 밝혀졌다 업체의 70%(14개)가 구체적인 근거 없이 제 각각 추가경비를 부과하고 있었으며, 부과된 추가경비는 표시가격의 최고 88%에서 최소 7%까지 다양했다. 심지어 추가경비가 광고상 표시한 가격의 절반을 넘는 여행사는 전체의 35%(7개)에 달했다.

인터넷쇼핑몰 환불 위반시 1000만원 과태료

앞으로 인터넷쇼핑몰에서 환불을 위반하는 업체에 대해 영업정지나 1000만원 이하의 과태료가 부과되는 등 엄격하게 금지 조치된다.

공정거래위원회는 인터넷쇼핑몰 중 특히 의류업종에서 소비자가 구입한 제품의 반품을 금지하거나 환불할 때 현금이 아닌 적립금으로만 지급하는 행위 등에 대해 내달까지 집중 점검할 계획이라고 16일 밝혔다.

공정위 관계자는 "최근 인기순위 상위 5개 연예인 사이버몰에 대해 시정 조치를 내린 바 있다"며 "이번 점검은 의류업종 인터넷 쇼핑몰 전체의 자진시정 유도에 초점을 두고 진행할 예정"이라고 설명하면서 자진시정 계도에도 불구하고 이행하지 않는 사업자에 대해서는 영업정지나 1000만원 이하의 과태료를 부과하여 엄중하게 조치할 예정이라고 밝혔다.

정부 부동산정보사이트, '온나라 부동산포탈'로 통합

국토해양부는 정부조직 개편에 따라 각 부처별로 운영해 오던 부동산정보 관련 사이트를 지난 5월 30일부터 온나라 부동산포털(www.onnara.go.kr)로 통합, 운영하고 있다.

통합 운영되는 사이트는 옛 행정자치부에서 운영하던 정부 부동산정보 알리미(www.budongsan.go.kr), 원클릭 토지찾기 서비스(http://oneclick.mogaha.go.kr/new.html), 지적정보센터 홈페이지(www.lic.mogaha.go.kr) 등이다.

이에 따라 온나라 부동산포털 방문시 기존에 서비스하던 토지이용규제현황, 가격정보 및 분양·시세 정보뿐 아니라 토지·건물에 대한 기본정보(지번, 지목, 면적), 토지등급, 본인 소유재산 등도 한 곳에서 확인할 수 있다.

임플란트 피해자 절반 입증 못해 구제포기

임플란트 시술을 받는 사람들이 늘고 있지만 정작 문제가 생겼을 때는 입증 자료를 확보하기 어려워 구제받지 못하는 경우가 많은 것으로 나타났다.

한국소비자원은 2005~2007년 임플란트 시술과 관련해 상담을 신청했다가 피해 구제 절차를 포기한 300명을 대상으로 설문조사를 한 결과, 피해 구제를 포기한 이유로 입증 자료 확보의 어려움(50.3%)이 가장 많았다고 3일 밝혔다. 그 다음으로는 상담 후 의료기관과 해결된 경우(24.3%), 정신적 고통으로 포기한 경우(7.3%), 기타(18.0%) 등의 순서였다.

소비자원의 장태수 거래조사 연구팀장은 "소비자가 진료 내용에 대한 진단서나 증명서를 요구할 경우 의료기관이 정당한 사유 없이 거부하지 못하도록 의료법에 명시돼 있지만 잘 지켜지지 않고 있다"고 말하면서, 임플란트 시술 전 상세한 설명을 해주고 계약 내용을 입증할 수 있게 하는 표준계약서'를 제정하고 그 사본을 소비자에게 의무적으로 나눠주도록 해 분쟁 시 입증 자료로 활용토록 관련 부처에 건의할 계획이라고 발표했다.

가계 교육비 지출비중 사상최대

가계가 사설학원에 지출하는 돈이 연간 12조원에 이르는 것으로 나타나 교육비가 가계의 소비지출에서 차지하는 비중이 사상최대를 기록했다.

지난 4일 한국은행 국민소득 통계에 따르면 입시학원, 미술학원, 음악학원 등 각종 사설학원의 가계 소비 지출액은 지난 1.4분기에 2조9천294억원으로 작년 같은 기간에 비해 8.0%가 늘어나 이 분기 기준으로는 4년만에 가장 높은 증가율을 기록했다. 1.4분기 기준으로 사설학원 지출 증가율은 2004년 10.8%, 2005년 0.1%, 2006년 5.6%, 2007년 5.2% 등이었다. 한은 관계자는 "학원 지출비 증가율이 높은 것은 수강료가 많이 오른데 따른 영향으로 보인다"고 말했다.

건강기능식품, 9월부터 이력추적제 실시

9월부터 이력추적관리제도가 실시된다.

보건복지가족부는 건강기능식품에 관한 법률 일부개정법률이 지난 3월 21일 공포됨에 따라 건강기능식품이력추적관리제도의 시행에 필요한 세부 절차와 포상금 지급기준 등을 정하기 위한 건강기능식품에 관한 법률 시행령과 시행규칙을 6월 16일 입법예고한다고 밝혔다.

이에 따라 건강기능식품의 제조·가공단계부터 판매단계까지 각 단계별로 정보를 기록 관리하는 건강기능식품이력추적관리제도의 시행을 위해 등록절차, 등록기준, 등록사항 등 보건복지가족부령에 위임한 사항을 정해 오는 9월22일부터 시행된다.

아울러 사용이 금지된 원료·성분을 사용하거나 판매하는 등의 위반 사실을 신고한 자에 대한 포상금의 지급금액도 보건복지가족부령에서 대통령령으로 상향하여 위임한 사항을 정했다.

내년부터 빙과류 제조일자 표시 의무화

내년부터 빙과류 개별제품에도 제조일자 표시가 의무화된다.

식품의약품안전청은 빙과류 제품에 대해 판매업소에 공급되는 박스에만 표시하던 제조일자 표시를 개별제품에 표시하도록 하고 6개월의 권장기간을 거쳐 내년부터 시행하기로 했다고 17일 밝혔다.

그동안 빙과류 제품은 냉동식품으로 제조·보관·유통해야 하고 위생적인 관리를 위한 특수 포장재질을 사용하는 제품의 특성상 개별제품에는 제조일자를 표시하기가 쉽지 않아 판매업소에 공급하는 종이박스에 표시하도록 했다. 하지만 빙과류 제품은 어린이들이 많이 먹는 제품임에도 개별제품에 제조일자가 표시되지 않아 유통 중인 제품이 언제 제조한 제품인지 확인할 수 없어 소비자 불만이 적지 않았다.

이에 따라 식약청은 관련 업계와 협의를 통해 위생 및 소비자 알권리 확보를 위해 빙과류 개별제품에 제조일자 표시를 의무화하기로 결정했다고 밝혔다.

뽕나무열매 '오디' 항암물질 다량 함유

뽕나무 열매인 '오디'에 강력한 항암물질이 다량 함유된 것으로 나타났다.

농촌진흥청 농업과학기술원은 오디의 건강 기능성 물질 함유 여부를 조사한 결과 식물이 각종 외부 자극에 대응, 자신을 지키기 위해 생성하는 항독성 물질인 '레스베라트롤(resveratrol)'이 100g당 78㎎이나 함유돼 있는 것으로 나타났다고 18일 밝혔다.

레스베라트롤은 포도와 땅콩, 소나무 등에 많이 함유된 것으로 알려졌지만 포도의 경우 100g당 0.5㎎, 땅콩은 0.1㎎ 정도를 지녀 함량에 있어 오디와 비교하기조차 어렵다고 농진청은 설명했다.

오디는 노화억제 항산화 색소인 'C3G(cyanidin-3-glucoside)'는 물론 고혈압 억제 물질인 '루틴(RUTIN)' 등도 다량 함유돼 있음은 이미 밝혀졌다.

의협, '당뇨병에 효과 있는 건강식품 검증된 것 없다'

대한의사협회가 최근 당뇨병 예방과 치료에 효과가 있는 것처럼 광고되고 있는 일부 건강식품에 대해 소비자의 주의를 당부하고 나섰다.

협회는 27일 "특정 건강식품이 당뇨병의 예방과 치료에 효과가 있는 것처럼 일부 언론에 허위·과대 광고되고 있다"면서 "당뇨병은 다른 모든 성인병과 마찬가지로 하루아침에 호전되는 병이 아니며 아직은 당뇨병을 조절할 수 있는 건강식품으로 검증된 것은 없다"고 강조했다.

또한 특정 건강식품이 일시적으로 혈당을 감소시킬 수 있지만 당뇨병은 일시적 혈당 조절 뿐 아니라 다양한 원인에 따른 병적 상태를 꾸준히 치료 관리해야 하는 질환이라고 설명했다.

이에 따라 협회는 특정 건강식품을 찾아 시간과 돈을 낭비하기보다 여러 가지 식품을 골고루 즐기면서 한 가지 영양소에 치우치는 편식을 하지 않는 게 무엇보다 중요하다고 지적했다.

당분이 든 음료, 소아 비만율 증가시켜

소아비만 증가에 당분이 든 음료 섭취가 결정적 역할을 한 것으로 나타났다.

콜럼비아대학 연구팀이 지난 4일 '소아과학저널'에 발표한 바에 의하면 당분이 든 음료가 미국 내 소아청소년들이 섭취하는 음료에서 차지하는 비중이 매우 커진 것으로 나타났다. 1988~1994년 자료와 1999~2004년 자료를 비교 분석한 연구결과 10년 전에 비해 미국내 청량음료나 과일음료, 스포츠음료 등 당분이 든 음료를 하루 평균 356kcal 가량 마시는 10대들이 크게 증가한 것으로 나타났다.

연구결과 이 같은 영양가 없는 음료를 많이 마시게 됨으로 인해 미국내 소아청소년들에서 비만율이 크게 증가된 것으로 나타났다. 연구팀은 이 같이 하루 356 kcal 가량의 당분이 든 음료를 마실 경우 이 같은 과도한 칼로리를 연소시키기 위해 3시간 이상 걷거나 1시간 가량 조깅을 해야 한다고 밝혔다.

채소·과일 속 플라보노이드 성분, 부작용 없는 천연 치매약

미국 사우스플로리다 대학교 연구팀은 과일과 채소에 많이 함유된 플라보노이드 성분의 일종인 '루테올린'과 '디오스민'이 알츠하이머 치매의 유발물질을 줄인다는 연구결과를 발표했습니다.

연구팀은 뇌에 염증을 일으킨 쥐를 대상으로 실험한 결과, 루테올린을 먹은 쥐들에게서 뇌 조직에 치매를 일으키는 원인 물질인 단백질 성분이 줄어들고 치매 유발 효소의 활동도 억제된 것으로 나타났다. 루테올린 성분은 특히 샐러리, 피망, 깻잎, 인동초 등 녹색 채소에, 디오스민 성분은 냉이, 포도, 감귤류에 풍부히 함유돼 있다.

또한 전문가들은 강력한 항산화제인 플라보노이드 성분은 식물에서 얻을 수 있는 '천연 물질'이기 때문에 약품에 비해 안전하고 부작용도 덜하기 때문에 음식으로 섭취하면 치매나 뇌 속 염증 예방에 큰 도움이 될 것이라고 조언했다.

HEALTH NEWS

임신 중 알코올 섭취, 2차 장애 발생 위험 높아

임신부가 임신 중 알코올을 섭취한 경우 출산 후 장애가 바로 나타나지 않았더라도 성장 과정에서 정신적, 신체적으로 2차 장애를 겪는 아기가 100명 중 1명꼴로 발생하는 것으로 나타났다.

산모의 음주로 발생되는 '태아알코올스펙트럼장애(FASD)' 질병은 출산 후 장애가 바로 나타나지 않지만, 아기가 커가면서 서서히 신체적 이상과 행동 발달에 문제를 나타낸다는 것이 특징이다.

관동의대 제일병원 마더리스크프로그램(태아기형유발물질정보센터)은 최근 열린 '2008 생식발생독성 및 마더리스크프로그램 최신동향' 학술대회를 통해 이 같은 내용의 보고서를 발표했고, 캐나다 한 연구결과에 따르면 FASD의 영향을 받는 어린이의 대부분이 정신건강 문제를 갖거나 범법자가 될 수 있는 것으로 알려져 있다.

이에 따라 관련 의료진들은 FASD의 위험성을 경고하면서 임신 중에는 단 한 모금이라도 알코올 섭취를 해서는 안 된다고 권고하고 나섰다.

치주질환자, 일반인보다 암 발병률 14% 높아

미국 하버드대 보건대학원에서 40~75세까지의 남성 5만 명을 대상으로 치주질환과 암과의 연관성을 17년간 추적 조사한 결과, 치주질환이 있는 사람들이 없는 사람들에 비해 암에 걸릴 위험이 전체적으로 14% 더 높게 나타났다고 발표했다. 특히 췌장암에 걸릴 위험은 54%, 신장암 49%, 그밖에 폐암과 혈액암에 걸릴 위험도 높게 나타났다.

치주질환이란 치아를 감싸고 있는 잇몸조직에 염증이 생기는 질환으로 흡연이나 음주, 음식찌꺼기로 인한 자극으로 구강 내에 치석이 쌓이고 위생이 불량해지면 쉽게 생기는 질병이다.

의료 전문가들은 구강 위생을 지키는 데 가장 중요한 것은 충분한 시간 동안 꼼꼼하게 양치질을 하는 것이라며 자주 물을 마시고 입안을 헹궈내어 입안이 건조하지 않게 하고 6개월에서 1년에 한 번씩 정기검진을 받는 것이 좋다고 말했다.

데오도란트 제품 과다 사용, 피부염 유발 주의해야

날씨가 더워지면서 겨드랑이 땀 냄새로 고민하는 사람들 사이에서 많이 사용되고 있는 데오도란트 제품을 과다하게 사용해 피부가 간지럽거나 따가운 증상을 호소하는 사람들이 있어 문제가 되고 있다.

대한피부과의사회는 데오도란트 제품에는 균을 없애기 위해 화학성분인 항균제가 포함되어 있어 비교적 연한 피부인 겨드랑이 피부에 직접 닿을 경우 여러 종류의 피부 문제를 일으킬 수 있다면서 특히, 면도나 왁싱 등에 의해 민감해진 피부 위에 과도한 양을 지속적으로 사용할 경우 피부염이 생길 수 있다고 말했다. 의료진들은 데오도란트는 땀에 잘 지워지지 않도록 제작된 특성상 물에도 잘 닦이지 않기 때문에 사용한 뒤에는 반드시 철저하게 씻어주는 것이 좋다면서 가볍게 뿌린 후 10분 정도 후에 의복을 착용해 줄 것을 당부했다. 더불어 데오도란트는 일시적인 방편일 뿐 치료제가 아니므로 무분별하게 사용해서는 안 된다며 몸을 자주 씻어 청결을 유지하고 통풍이 잘 되는 의복을 착용하는 것이 무엇보다 중요하다고 덧붙였다.

건강하게 살 빼려면 "아침 많이 먹어라"

다이어트에 성공하려면 하루 세 끼 중 아침식사를 가장 많이 해야 한다는 연구결과가 나왔다.

베네수엘라 카라카스에 있는 오스피탈 데 클리니카스(Hospital de Clinicas)의 다니엘라 야쿠보비치 박사는 18일 미국 샌프란시스코에서 열리고 있는 미국 내분비학회 연례회의에서 이같은 연구결과를 발표했다고 영국의 BBC방송 인터넷판이 보도했다.

연구진은 하루 칼로리 섭취량의 약 절반을 아침식사 때 탄수화물과 단백질 중심으로 섭취하고 나머지 두 끼를 저탄수화물, 저칼로리 식사로 충당하면 대부분의 다이어트 실패원인인 요요현상을 차단하고 지속적으로 체중을 줄일 수 있다고 밝혔다.

야쿠보비치 박사는 미국 버지니아 카먼웰스 대학 연구팀과 함께 두 그룹의 비만여성들을 대상으로 8개월에 걸쳐 실시한 실험결과 이 같은 사실이 확인되었다고 말했다.

치매를 예방하는 7가지 방법

인류의 수명이 길어지면서 알츠하이머(노인성 치매) 환자도 늘어나는 추세다.

다음은 지난 5월 26일자 영국 일간 인디펜던트에 실린 '노인성 치매를 예방할 수 있는 7가지 방법'을 소개한다.

1. 두뇌 훈련을 하라= 뇌는 사용하지 않으면 금방 둔해진다. 따라서 낱말맞추기 퍼즐이나 다소 어려운 내용의 책을 읽는 등 끊임없는 두뇌 훈련이 필요하다.

2.규칙적으로 운동을 하라= 꾸준한 운동은 뇌 건강과 직결된다. 운동을 규칙적으로 하면 뇌에 혈액이 원활하게 공급될 뿐 아니라 전반적인 심장 혈관계도 강화되기 때문이다.

3.진통제를 적당히 복용하라= 일각에서는 아스피린 같은 진통제나 콜레스테롤 저하제, 소염제 등이 알츠하이머 발병률을 낮춘다는 주장도 제기되고 있지만, 아직 확실한 검증이 없고 무분별한 복용에 따른 부작용도 있어 신중한 접근이 필요하다.

4.사회활동에 활발히 참여하라 = 외로움은 치매의 가장 큰 적 가운데 하나다. 홀로 많은 시간을 보낸 사람들은 노년에 알츠하이머에 걸릴 확률이 높다는 것이다.

5.대마초를 피우지 말라= 대마초에 함유된 특정 성분이 치매 발병의 요인인 독성 단백질 생성을 억제하고 염증을 줄여준다는 연구결과도 있지만, 마약의 형태로 가공된 대마초에는 이 성분이 함유돼있지 않다.

6.유전 걱정은 하지 말라= 알츠하이머가 유전될 가능성은 매우 낮다. 따라서 전문가들은 굳이 알츠하이머의 유전성 검사를 할 필요는 없다고 말한다.

7.건강한 식습관을 유지하라= 전문가들은 알츠하이머 예방을 위해 지중해식 식단을 권장하면서 카페인을 다량 함유한 다크 초콜릿이나 카레에 많이 들어있는 커큐민, 베타카로틴이 듬뿍 들어있는 당근, 고구마, 시금치 등을 치매 예방식품으로 꼽았다.

수의(壽衣)에는 포켓이 없다

류 동 길 / 숭실대 명예교수 · 경제학

산다는 것, 더욱이 잘 산다는 것은 무엇인가. 정답을 찾기 힘든 질문이다. 어쨌든 열심히 사는 게 가치 있는 일임에 분명하다. 초등학교 어린아이들이 달리는 모습을 보면 엉성하기 짝이 없다. 그러나 그게 아름답게 보이는 것은 그들이 목표를 향해 최선을 다해 달리기 때문이다. 열심히 산다는 건 바로 그런 모습이리라.

사람에게는 인격이 있다. 인격은 돈이 많거나 높은 자리에 올랐다고 높아지는 것은 아니다. 나라에도 국격(國格)이 있다. 국민소득이 많다고 선진국이 아니다. 국격을 높여야 선진국이다. 국민 각자의 품위가 국가의 품위를 결정한다.

우리 사회는 기초질서 위반이나 준법정신 실종에 대해 둔감해져있다. 외국여행을 하며 얼굴 붉히는 행태를 서슴지 않는 건 또 어떤가.

국민품위를 떨어뜨리는 저질 · 저속문화는 곳곳에서 발견된다. 결혼식장 풍속도를 한번 보자. 격조가 있어야할 결혼식장은 마치 개그프로그램처럼 희화화된다. 사회자는 신랑 입장 때 하객들의 박수가 적다고 다시 입장시키는가 하면 식이 끝나고 신랑신부가 퇴장하기 직전 신랑에게는 만세삼창과 팔굽혀펴기를 강요하고 신부에게는 "봉 잡았다"를 외치게 한다. 신랑에게 드레스를 입은 신부를 안고 출발하라고 하니 드레스가 발에 걸려 넘어지는 꼴불견도 흔히 일어난다.

결혼식은 으레 그렇게 하는 것인 양 유행처럼 번져간다. 인생을 새로 출발하는 순간부터 진지함은 없다. 전쟁에 나갈 때는 한 번 기도하고, 항해를 할 때는 두 번, 결혼할 때에는 세 번 기도하라고 했다. 그렇게 중요하고 신성한 결혼을 개그프로그램처럼 시작하는 것이다. 진지할 때와 웃고 즐길 때를 구별 못하고 있다니….

사람에게는 모두 자기가 해야 할 일이 있다. 세계 66억 인구의 얼굴이 다 다르듯이 각자는 능력이 다르고 해야 할 일도 다르다. 남을 닮아야할 까닭도 없다. 소금과 설탕은 비교할 수 없는 것인데도 소금이 더 짠가, 설탕이 더 단가를 비교하는 경우는 없는가. 머리를 노랗게 물들이고 눈과 코, 이마는 누구를 닮겠다고 성형을 한다. 제 갈 길이 다른데 남 흉내 내며 남을 닮으려는 건 가짜 인생을 살려는 것과 다를 바 없다. 모두가 한 방향으로 달리면 1등은 하나밖에 없지만 360도 제 각기 다른 방향으로 달리면 모두가 1등을 할 수 있다. 그런 경주를 하는 것이 '인생 마라톤'이다.

행복을 재는 잣대는 없다. 그러나 「행복=물질적 소비/욕망」이라는 방정식을 빌려 따져보자. 자기가 누구인가를 파악하고 분수에 맞게 살면서 욕심을 줄인다면 행복해질 수 있지 않는가.

최근 한국의 고위 공직자 재산이 공개됐다. 대부분 부동산을 많이 소유한 것으로 나타났다. 재산 많은 걸 탓할 수는 없고 그래서도 안 된다. 그러나 법을 어겨 재산을 불렸다면 책임을 묻는 게 제대로 된 나라일 것이다. '사람에게 얼마만큼의 땅이 필요한가' 라는 톨스토이의 단편이 있다. 소설의 주인공은 많은 땅을 차지하던 날 죽는다. 그의 하인은 머리에서 발끝까지의 치수대로 땅을 파서 그를 묻었다는 내용이다.

인생은 종착점은 알 수 없는 마라톤과 같다. 순간마다 최선을 다해서 달려야 한다. 참고 견디면 무언가 애써 이루려는 노력도, 그럴 생각도 없이 얄팍하게 살려는 젊은이들이 많다. 부모에 기대면서 불편불만이다. 모자라는 걸 채워가는 삶이 떳떳할 줄 모른다. 참된 행복은 절제에서 나오는 것인 줄도 모른다.

사람마다 자기 그릇이 있고 몫이 있다. 무엇이 되어야 하고 무엇을 이룰 것인가를 스스로 물으면서 자신의 삶을 만들어 가야 한다. 아무도 자기 인생을 만들어 주지 않기 때문이다.

세상을 떠날 때 입는 수의(壽衣)에는 호주머니가 없다. 잘 산다는 것은 과연 무엇일까. ■

쏠쏠한 재미

노순자/소설가

그거이 뭐땜시 우리 소장님 체민을 깎는 일이랑가? 시상에 소채 안 먹고 사는 사람 있당가?

두동댁은 알 수가 없다. 간밤에 옥수수는 한 뼘은 자란 듯하다. 갖가지 나무들과 작물을 눈으로 쓰다듬으며 뒤란 채마밭으로 향한다. 앞뒤로 널찍한 마당에는 나무들이 울울하다. 처음부터 번듯했던 집은 아니고 살면서 집칸도 늘려짓고 마당이며 텃밭을 늘렸다.

아들네가 시내 아파트로 나가고 사남매를 혼잣손으로 길러낸 집은 세상에 부러울 것 없는 두동 댁의 낙원이다. 곰실곰실 자라는 작물들이 그리 대견하고 사랑스러울 수가 없다. 그 녀석들은 새벽이면 두동 댁을 가만두지 않는다.

얼릉 안 따면 나는 팍 늙어 부릴라요 협박을 일삼는 건 잠시 한눈만 팔아도 부쩍 자라버리는 오이다. 분초를 다투듯 무섭게 자라는 오이는 그야말로 눈 깜짝할 사이에 초록의 오소소한 빛깔을 잃고 금세 누렇게 늙는다. 역전에서는 더러 늙은 오이의 시원한 나물 맛을 아는 이를 만나기도 한다. 하지만 하룻밤 자고나면 노란 꽃을 수없이 피웠다가 손가락처럼 맺힌 오이를 한나절도 안 되는 사이에 팔뚝만 하게 만들어 누렇게 늙히는 그 번식력과 속도는 감당하기 어렵다.

가슴시린 보랏빛으로 날렵하게 영근 몸을 잎사귀 뒤로 감춘 가지가 저를 보아달라고 부른다. 두동 댁은 토마토, 고추, 깻잎, 상추, 호박은 물론 키 큰 옥수수와 땅속의 고구마 목소리도 알아듣는다.

잠시 사이에 소쿠리가 가득 찬다. 소쿠리 안에 담긴 작물들은 신이나 보인다. 다 자리도 거두는 손길이 없어 밭을 떠나보지도 못하고 말라죽거나 썩어 없어지는 한심한 처지를 모면한 것이다.

모르는 사람들은 자식 수북이 두고 무슨 청승으로 혼자 촌에 와 고생이냐고 하지만 두동 댁에게는 서울도 외국도 시내도 고향만 못하다. 젊은이들이 도시로 떠나가고 대개 바깥노인들이 먼저 언젠가는 가야하는 길을 가고 마을에는 빈집도 늘고 안노인들이 주민의 대부분을 차지하지만 그래도 고향이 훈훈하다.

작물을 기르는 재미도 쏠쏠하지만 이웃 노파들과 심심파적으로 역전에 나가는 재미는 여간이 아닌 것이다.

노파들은 함지에 작물을 이고나가기도 하고 철 따라 나물이나 더덕 도토리묵 같은 것을 해다 팔기도 한다.

두동 댁이 함지박을 이고 나물 팔러가는 마을 노파들을 따라 나설 때 자식들 생각을 안 한 건 아니다. 알면 좋아하지는 않겠지 하면서도 역전으로 나가 싱싱하기 그지없는 진 보라색 가지며 애호박 깻잎 상추 쑥갓을 펼쳐 놓은 것은 그 일이 그리 낯선 것은 아니기 때문이다. 혼자 손으로 사남매를 기를 때는 도둑질과 치마 벗는 일 빼고는 안 해본 일이 없었던 것이다.

작물은 심심치 않게 팔려서 해거름 전에 빈 함지가 된다. 채소가 싱싱하고 고소하다고 버스를 타면서 일부러 찾아오는 단골도 몇 된다. 비료도 안 쓰고 약을 하지 않으니 그야말로 완전 무공해작물이어서 맛을 아는 이들은 먼 길을 마다않는다.

손에 푼돈을 쥐는 재미도 쏠쏠하지만 정말 알싸 재미는 사람 사귀는 일이다. 꽃 중의 꽃은 사람 꽃이라더니 그 말이 맞는 것이다.

젊은이는 죄 몹쓸 사람처럼 말하는 세상에서 어쩌면 저리 대견하고 참한 젊은 댁이 있을까 싶은 새댁을 만나기도하고 말벗을 만나기도하고 떡을 싸다주는 사람도 있다. 참으로 세상에는 인정이 살아있고 살만한 것이다. 신문이나 텔레비전에는 끔찍한 소식만 나오는데 역전에서 만나는 사람들은 지친 얼굴에도 선량함과 사람 된 근본 덕성을 지니고 있다. 거짓말하고 속이고 싸우는 흉측한 뉴스만 나오는 세상은 따로 있는 듯하다.

그런데 걱정하던 일이 터졌다. 단속이라는 게 나온 것이다. 두동 댁은 질겁을 해 작물이며 돈 봉다리며 다 내버리고 도망했다. 파출소에 끌려가면 큰일이다. 하느님 부처님을 부르면서 잡히지만 않게 해달라고 빌고 빌었다. 그러나 허사다. 손자 같은 순경이 고개를 갸웃거린다.

할머니 대체 무슨 죄를 지었기에 노인네가 그렇게까지 도망을 치고 숨고 사람 애를 먹여요? 주민증이 없어요? 주소가 어디에요?

나물 할매와 노점상들은 잔소리 몇 마디 듣고 훈방되었건만 두동 댁은 남의 가게로 들어가 숨고 안 잡히려 발버둥을 쳐서인지 끝까지 잡아두고 캐묻는다.

아니 가만 거기 할머니 에구머니나 소 소장님댁 자당님이 아니십니까? 아 아니 대체 무슨 일로. 이 봐 이 순경 어떻게 된 일이야?소장님의 어미임을 알아본 사람이 나타난 순간 두동 댁은 걸음아 날 살려라 하고 파출소를 뛰쳐나와 내달렸다.

두동댁은 안다. 전력이 있기 때문이다. 서울 딸네 가 있을 때는 욕조에 콩나물을 길러 아파트 아낙들에게 장사 아닌 보급을 하다가 경을 쳤다. 장사 아닌 보급이라함은 이익 때문이 아니고 콩나물 맛을 본 이웃들이 콩값을 물어가며 졸라대서 한참을 길렀었다. 캐나다의 작은 아들네서는 지천으로 널린 고사리를 꺾어다 말렸는데 그게 환경을 파괴하는 범죄라나 양키가 쏼라거리는 바람에 아들이 벌금을 물었다.

이제 고향에서 소장님인 큰아들까지 망신을 당하게 할 수는 없지 않은가. 너무 달려선지 숨이 턱에 차고 눈앞이 노래져서 주저앉아 돌아보니 아무도 따라오지 않는다.

두동 댁은 맨땅에 다리를 뻗으며 쏠쏠한 재미 값이 솔찮이 비싸당게 중얼거린다. ■

서울 출생, 서라벌 예대 문예창작과 졸업하고 1974년 여성동아 장편공모 당선, '현대문학' 추천으로 등단했다. 저서로 〈몽유병동〉, 〈산 울음〉, 〈진혼미사〉의 창작집과 장편소설집 〈타인의 목소리〉, 〈누이여 천국에서 만나자〉, 〈백록담 연가〉, 〈초록빛 아침〉, 〈마음의 물결〉 등이 있다. 1990년 제 16회 한국소설문학상, 1998년 제 14회 펜문학상, 2004년 제 2회 월간문학 동리상을 수상했다.

노화방지에 좋은 음식

동서고금을 막론하고 모든 사람들은 '젊음'을 유지하고 싶어 한다. 평균 수명이 길어지면서 질병 예방뿐만 아니라 '노화방지'에 대한 관심이 급격이 증가하고 있다. 몸에 좋고 노화 방지에도 효과적인 음식 섭취를 통해 젊고 건강한 노년을 맞이하자.

◈ 토마토

토마토는 혈관 질환을 예방하며 전립선 암의 발생률을 감소시킨다. 토마토의 성분 중에 주목할 것은 리코펜 성분인데 리코펜은 노화를 촉진 하거나 활성산소를 억제하는 효과가 있다. 리코펜 성분은 토마토의 붉은빛이 진할수록 많이 들어 있으므로 잘 익은 토마토를 먹는 것이 좋으며 기름과 함께 조리하여 먹어야 리코펜의 흡수율을 높일 수 있다.

◈ 마늘

마늘은 간세포와 뇌세포의 퇴화를 방지하므로 노화방지에 효과가 있으며 강장효과가 뛰어난 스태미나 식품 중 하나이다. 마늘의 매운맛과 냄새는 알리신 성분 때문인데 알리신은 유황성분의 일종으로 호르몬 분비를 촉진 시키고 세포의 노화를 방지해 준다. 노화 방지를 위해서는 생마늘의 경우, 하루에 1~2쪽을 먹으면 된다. 단 위장장애가 있는 사람이 생마늘을 먹을 경우 위점막을 자극해 복통을 일으킬 수도 있으므로 익혀 먹는 것이 좋다.

◈ 현미

백미는 도정하는 과정에서 여러 가지 영양소가 손실 되는데 비해 현미는 비타민과 미네랄 등이 손실되지 않은 상태로 섭취할 수 있다는 장점이 있다. 현미의 리놀레산과 비타민은 동맥경화를 예방하고 노화방지에 효과가 있으며 백미 보다 씹는 시간이 오래 걸리기 때문에 소식하는 습관을 길러주므로 비만 방지에도 좋다.

◈ 녹차

노화를 촉진 시키는 활성 산소를 막아주는 카

데킨 성분이 풍부한 녹차는 항암효과와 함께 노화 방지 효과도 뛰어난 식품이다. 녹차를 섭취할 때에는 물에 우려 마시는 것보다 찻잎까지 먹는 것이 좋다. 녹차의 비타민E와 단백질이 물에는 녹지 않기 때문이다. 녹차의 잎을 먹는 것이 부담스럽다면 가루 녹차를 이용해 각종 요리에 첨가해 먹는 것도 좋은 방법이다.

◈ 견과류

견과류의 지방 성분은 혈관을 깨끗하게 청소하는 작용을 하여 동맥경화를 예방한다. 견과류 중 아몬드는 노화를 방지하는 비타민E와 플라보노이드가 풍부하게 들어 있으며 호두는 혈관이 노화되는 것을 방지하며 기억력 증가에 도움이 된다.

또한 땅콩은 노화 방지뿐만 아니라 피부미용에도 효과가 있는데 땅콩을 볶아서 먹으면 땅콩 속의 항산화 물질이 증가되어 좀 더 효율적으로 영양을 섭취할 수 있다.

◈ 브로콜리

브로콜리는 대표적인 노화방지 식품으로 비타민E와 비타민C가 풍부하게 함유되어 있다. 비타민E는 피부를 생기 있게 하고 노화를 억제하며 비타민C는 멜라닌 색소에 의해 피부에 생기는 기미나 주근깨를 예방한다. 브로콜리는 특히 해독 작용이 뛰어나며 노폐물이 체외로 배출되는 것을 도와 피로를 풀어주는 효과도 있다.

◈ 당근

당근은 섬유질과 무기질뿐만 아니라 베타카로틴이 풍부하다. 베타카로틴은 체내에서 비타민A로 바뀌게 되는데 비타민A는 노화 방지에 효과가 있다. 비타민A는 시력을 향상 시키고 피부의 저항력을 높여 피부 노화를 방지 하는 효과가 있다. 하루에 당근 한 개씩을 먹는다면 베타카로틴의 일일 표준섭취량을 채울 수 있으며 기름과 함께 조리해 껍질째 먹으면 소화 흡수율이 상승된다.

◈ 콩

콩은 혈액순환을 원활하게 해주며 콜레스테롤 걱정 없이 단백질을 섭취할 수 있다는 장점을 가지고 있다. 또한 콩 속의 사포닌과 비타민E는 노화에 의해 생기는 피부의 기미를 방지해 준다. 된장이나 청국장 같은 콩 발효 식품을 먹을 때에는 염도가 너무 높지 않도록 주의하는 것이 좋으며 소화 기능이 떨어지는 노인들의 경우 두부를 이용한다면 소화 흡수율을 높일 수 있다. 〈한국식품포털 'Food In Korea'〉

실속 다이어트를 위한 닭가슴살 요리

노출이 많아지는 여름으로 갈수록 다이어트에 관심을 갖게 된다.
다이어트와 함께 건강도 지킬 수 있는 음식으로
고단백, 저칼로리 닭가슴살을 이용한 별미 음식으로 일석이조의 기쁨을 누려보자.

닭가슴살 김치롤

재료〉 닭가슴살 · 배추김치 300g씩, 양파 1/2개, 당근 1/4개, 깻잎 10장, 튀김가루 1/2컵, 식용유 · 튀김기름 적당량씩, 소금 · 후춧가루 약간씩, 발사믹소스(발사믹식초 3큰술, 꿀 1큰술, 버터 1작은술, 후춧가루 약간)

〈만드는 방법〉

① 닭가슴살은 얇게 저며 소금, 후춧가루로 간한다.

② 배추김치는 소를 턴 다음 줄기만 다진다.

③ 양파, 당근은 다진 후 다진 김치줄기와 함께 기름 두른 달군 팬에서 수분이 없도록 볶아준다.

④ 배추김치잎을 깔고 닭가슴살, 깻잎 순으로 얹은 후 볶은 재료를 넣어 말아준다.

⑤ 김치말이에 튀김가루를 무쳐 튀겨서 한입 크기로 썰고 발사믹소스를 만들어 뿌린다.

닭가슴살 된장소스구이

재료〉 닭가슴살 250g, 치커리 30g, 양파 1/4개, 송송 썬 붉은 고추 1/2작은술, 소금 약간, 올리브오일 적당량,마늘즙 1작은술, 된장소스(된장 1큰술, 일본 된장 1작은술, 올리브오일 2큰술, 꿀 1작은술, 맛술 2큰술, 다시마물 3큰술)

〈만드는 방법〉

① 닭가슴살은 하얀 피막을 떼어내고 씻어 건져 6cm 길이로 도톰하게 썬 다음 마늘즙을 뿌리고 소금을 약간 뿌려 밑간한다.

② 치커리는 손으로 뜯고, 양파는 곱게 채썰어 찬물에 담가두었다가 건져 놓는다.

③ 볼에 된장과 일본 된장, 올리브오일, 꿀, 맛술, 다시마물을 섞어 된장소스를 만든다.

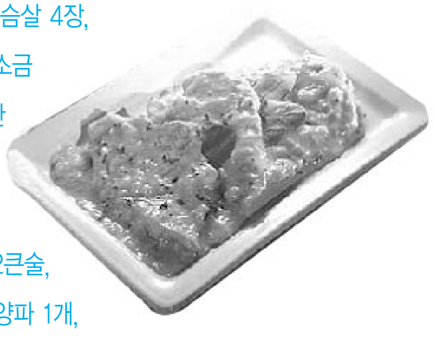
④ 팬에 올리브오일을 두르고 밑간한 닭가슴살을 노릇하게 굽는다.

⑤ 닭가슴살이 어느 정도 익으면 된장소스를 발라가면서 간이 배도록 굽는다.

⑥ 접시에 치커리와 양파, 송송 썬 붉은 고추를 담고, 된장소스를 발라 노릇하게 구운 닭가슴살과 함께 낸다.

닭가슴살구이 카레찜

재료〉 닭가슴살 4장, 맛술 2큰술, 소금 후춧가루 약간씩, 식물성식용유 , 소스(카레가루 2큰술, 우유 2/3컵, 양파 1개, 향신료 약간)



〈만드는 방법〉

① 닭가슴살은 맛술, 소금, 후춧가루를 넣고 재어 연하게 한다.

② ①의 닭가슴살을 잘 달군 석쇠에 앞뒤로 익혀 통으로 굽는다.

③ 곱게 다진 양파에 카레가루와 우유를 넣고 끓인다.

④ ③의 소스가 반쯤 끓으면 향신료를 첨가한다.

⑤ ②의 구운 닭가슴살을 소스에 넣고 조려 국물이 자작하게 줄어들면 그릇에 담아낸다.

닭가슴살 야채냉채

재료〉 닭가슴살 2쪽, 오이 · 당근 · 양파 1/4개씩, 청 · 홍고추 1개씩, 소스(유자청 2큰술, 식초 · 꿀 · 올리브오일 · 레몬주스 1큰술씩, 소금 · 후춧가루 약간씩)

〈만드는 방법〉

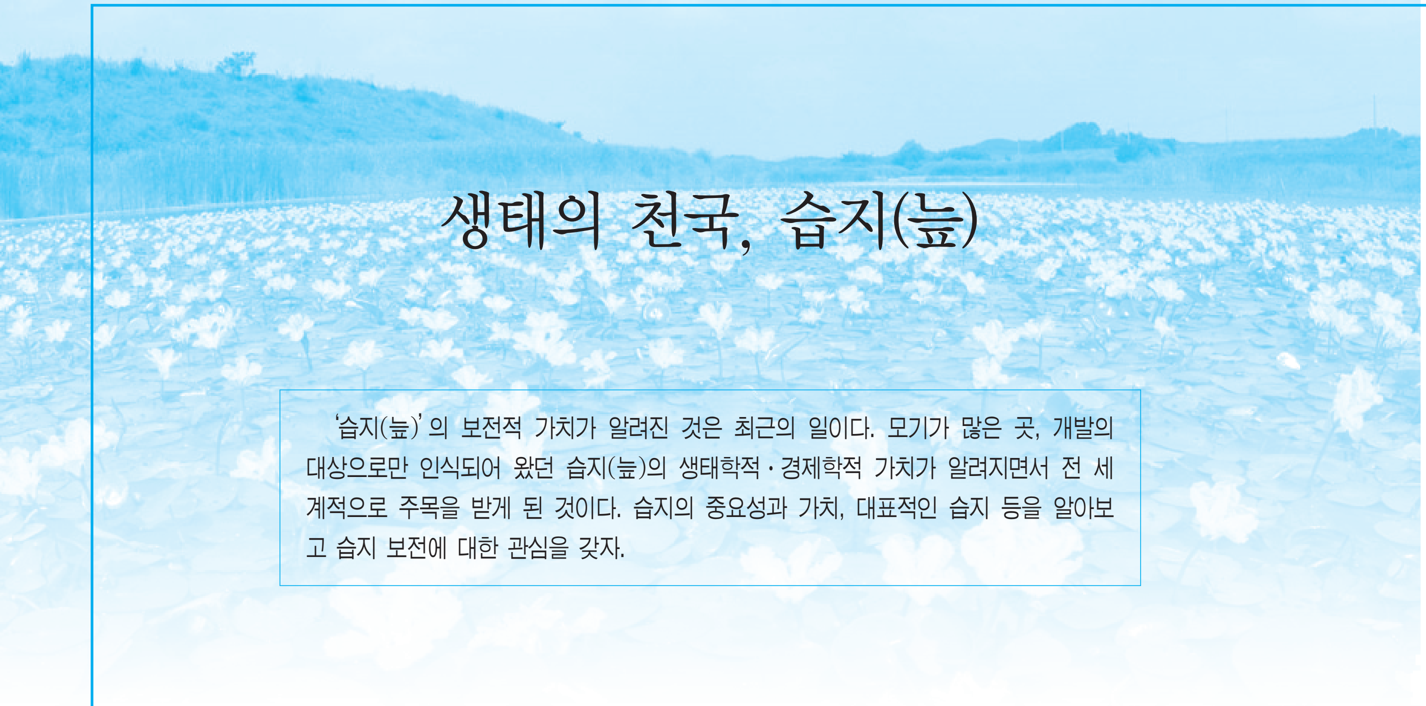
① 닭가슴살은 끓는 물에 데쳐 잘게 찢어 둔다.

② 오이는 소금물에 깨끗이 씻고 당근은 껍질을 벗긴 뒤 모두 5cm 길이로 얇게 채 썬다.

③ 양파는 얇게 채 썰고 고추는 씨를 제거한 후 오이와 같은 길이로 채 썬다.

④ 분량의 재료를 섞어 소스를 만든다.

⑤ 손질한 야채와 닭가슴살에 소스를 넣어 버무린 후 접시에 담는다.



생태의 천국, 습지(늪)

'습지(늪)'의 보전적 가치가 알려진 것은 최근의 일이다. 모기가 많은 곳, 개발의 대상으로만 인식되어 왔던 습지(늪)의 생태학적·경제학적 가치가 알려지면서 전 세계적으로 주목을 받게 된 것이다. 습지의 중요성과 가치, 대표적인 습지 등을 알아보고 습지 보전에 대한 관심을 갖자.

◈ 습지(늪)의 정의

습지(늪)란 한마디로 물에 젖어 있는 땅, 물이 주변의 자연환경과 더불어 살아가는 동·식물의 생태를 조절하는 주된 역할을 하는 곳으로 '물도 아니고 뭍(당)도 아닌 지역'을 의미한다. 이런 습지는 물가에 사는 새들을 비롯한 다양한 생물이 살아갈 수 있는 공간이 되는데, 국제 습지 총회인 람사르협약(Ramsar Convention)*에 따르면, 습지는 '간조시(물이 완전히 빠졌을 때) 물의 깊이가 6m를 넘지 않는 젖은 땅'으로 요약된다. 이렇게 보면 논이나 사막의 오아시스도 습지(늪)에 속한다.

* 람사르협약(Ramsar Convention)
'국제적으로 중요한 습지를 보전하자'는 국제협약으로 1971년 이란의 해안도시인 람사르(Ramsar)에서 결의되었고, 우리나라는 1997년 3월에 가입하였으며 현재('08년 3월기준) 가입국은 158개국에 이른다.

◈ 습지(늪)의 중요성 및 가치

습지(늪)의 중요성에 대해 알아보면 첫째, 다양한 생물들의 보금자리이다. 습지에는 식물, 동물 그리고 미생물로 이루어진 다양한 생물들이 살고 있어 생물유전자원으로의 이용가치가 높아 '생태의 천국'이라 불린다.

둘째는 홍수조절 효과이다. 습지는 홍수 때 역류되는 많은 양의 물을 일시적으로 머무르게 하여 주변의 농경지나 마을로 물이 넘치는 것을 최대한 막아주는 역할을 하고, 비가 그치면 저장했던 물을 천천히 땅 속과 주변으로 다시 흘려보낸다.

셋째, 지구 온난화 예방 및 수질정화 기능이다. 습지에서 자라는 풀과 나물들은 늪 바닥에서 올라오는 이산화탄소를 이용해 광합성 작용을 하고 산소를 공기 중으로 내보낸다. 또한 창포나 생이가래를 비롯한 물에서 잘 자라는 식물들은 물을 썩게 만드는 영양분을 먹고 습지 안의 물을 맑게 유지시켜준다.

이런 기능 외에도 늪에서 살아가고 있는 다양한 생물들의 자연과학적 연구조사와 자라나는 세대에게 환경교육을 할 수 있어서 그 효과가 크다.

또한 다양한 생물들이 살아가고 있는 늪은 사람들이 식량으로 이용할 수 있는 물고기나 생물들이 있어 식량공급 기능뿐만 아니라 수자원 확보 및 생태관광의 기회 제공 등으로 지역 주민들의 소득을 높여주는 경제적 가치를 지니고 있다.

◈ 국내 최고(最古)의 자연 늪, 우포늪

우포늪(우포늪·목포늪·사지포·쪽지벌을 총칭)은 국내 최고의 자연 늪으로 창녕군 유어면, 이방면, 대합면, 대지면 4개의 행정구역에 걸쳐있는 약 70만평의 수면 면적과 250여 만평의 보호지역으로 이루어져 있다.

1997년 7월 환경부에 의해 '자연생태계 보전지역'으로 지정되었고, 1998년 3월에는 람사르협약에 등록되어 보호되고 있다. 올해 열리는 제10차 「2008 람사르총회」는 '건강한 습지와 건강한 인간'을 주제로 10월 28일~11월 4일(8일간)까지 경상남도에서 열리며, 경남 창녕군의 우포늪은 총회의 공식 방문지이다.

우포늪의 광활한 늪지에는 1000여 종 이상의 생태식구들이 살아가고 있다. 가시연꽃을 비롯하여 수질 정화작용을 하는 갈대와 창포, 자라풀 등의 수생식물들, 수서 곤충들과 물고기들, 텃새와 철새들이 주민들과 함께 살아왔던 곳이다.

우포늪은 약 1억 4천만년 전에 만들어졌다고 한다. 이는 우포늪 주변을 이루고 있던 퇴적암층에서 약 1억 1천~2천만년 전에 살았던 공룡의 발자국 화석, 곤충 화석 등이 발견되어 우포늪이 '태고의 신비'를 간직하고 있다고 알려지게 되었다.

우포늪은 주민들에 의해 '소벌'로 불리어져 왔다. 우포늪 부근에는 소의 목 모양의 산이 있어 소목산이라 불리는데, 소목산이 있는 곳에는 소목마을이 있다. 최근까지 주민들이 불러온 소벌은 우포늪이라고 공식적으로 알려진 곳이다.

'나무벌'로 불리워진 목포늪(이방면 안리 일원)은 예부터 늪 주변에 소나무들이 많아 나무 땔감을 많이 모을 수 있는 곳이어서 그렇게 이름이 붙여진 것이며, '모래벌'로 불리워진 사지포늪(대합면 주매리 일원)은 네 개의 늪 중에서 모래가 많아 붙여진 이름이라고 한다. 쪽지벌(이방면 옥천리 일원)은 한자로 표기하지 않고 옛날 그대로의 이름으로 불리는데, 네 개의 늪 중에서 크기가 가장 작기 때문에 쪽지벌이라 불렀을 것으로 추정한다.

우포늪은 사계절 모습이 다른데, 녹색을 보기 위해선 5월~ 9월까지, 겨울 철새를 보기 위해선 11월~ 3월초까지가 좋을 것이다.

〈자료제공: 노용호(우포늪 생태관 관장)〉

'꿈결 같은 야간 여행지'를 찾아서

날씨가 더워질수록 시원하게 불어주는 밤바람은 더할 나위 없이 고맙다.
밤바람을 맞으며 별님과 달빛을 벗 삼아 떠나는 야간여행의 매혹에
흠뻑 빠져보는 것도 기억에 남을 것이다.

송암천문대에서의 별 헤는 밤

경기도 양주시

조선의 수도 한양을 방비하는 도호부가 설치되어있던 경기 양주에는 예부터 다양한 문화가 꽃피었다.

2007년 7월에 문을 연 송암천문대는 스페이스센터와 천문대, 호텔급 숙소, 레스토랑 등을 갖추고 있는 천문테마파크로 낭만과 즐거움을 찾는 연인과 가족 모두에게 사랑받는 별 여행지이다. 해질무렵, 케이블카 스테이션에서 케이블카를 타고 계명산 형제봉 정상에 자리한 천문대에 올라보자. 첨단우주체험기기로 가득한 천문테마파크를 너머 서울을 에워싼 북한산까지 겹겹이 이어지는 능선이 있는 낮 풍경과 짙푸른 밤하늘에 총총하게 박혀있는 별들이 어우러진 천문테마파크의 밤풍경은 찾는 이가 누구든 만족시켜 줄만큼 아름답다.

아름다운 밤을 자랑하는 동양의 나폴리

전남 여수시

수많은 섬과 전형적인 리아스식 해안을 그리고 있는 항구도시 여수는 자연경관이 빼어나 동양의 나폴리라고 불린다.

이곳은 활기가 넘치는 상업항으로 밤이 되면 화려한 옷으로 갈아입고 아름다운 자태를 뽐내며 관광객들을 맞이한다. 특히 이곳 야경의 백미는 돌산대교와 유람선 투어! 돌산대교 교각기둥에서 펼쳐지는 형형색색의 야간조명과 바다 · 섬 · 여수항이 함께 어우러진 밤 풍경은 보는 이들로 하여금 이국적인 정취에 빠져들게 한다. 국내 최대 규모의 단층 목조건물인 진남관과 해돋이 명소로 자연경관이 빼어난 향일암, 그리고 항아리 속처럼 아늑하고 오목한 느낌을 주는 방죽포 해수욕장은 여수에서 놓쳐서는 안 될 가볼만한 여행지이다.

당신의 낮보다 화려한 신라의 달밤

경북 경주시

국립경주박물관에서 천마총이 있는 대릉원까지는 1.5km. 천천히 걸어도 20분 정도면 닿을 수 있는 거리다.

사실 국립경주박물관과 대릉원은 이번 여행의 서로 다른 끝점이다. 경주 야경의 백미로 꼽히는 임해전지(안압지), 월성, 계림, 첨성대 등이 국립경주박물관과 대릉원을 잇는 7번 국도를 중심으로 모여 있기 때문이다. 대릉원에서 계림, 월성을 거쳐 임해전지에 이르는 코스가 경주 야경 여행의 대표 주자다. 각각의 야경도 화려하지만 이들 장소로 자연스레 이어지는 산책로도 무척이나 운치가 있다. 형형색색의 경관조명은 물론 산책로 중간중간 가로등이 잘 정비돼 있어 가족, 연인과 함께 하기에 그만이다. 그렇게 천천히 걸어 도착한 임해전지는 이번 여행의 종착점이자 여행을 완성하는, 화룡점정과도 같은 곳이다.

이달의 읽을 만한 책

루스 베네딕트

〈마거릿 미드 著, 이종인 譯 / 연암서가〉

『국화와 칼』,『문화의 유형』이라는 인류학의 명저를 지은 루스 베네딕트 (1887~1948)는 그러나 자신의 책만큼 그 삶이 알려져 있지 않은 학자다.

이 책이 반가운 이유다. 게다가 그의 학문적 동료였던 마거릿 미드가 전기를 썼기 때문에 더욱 흥미롭다. 20세기 초면 미국에서도 여성이 학자가 된다는 게 쉽지 않았다. 수줍음이 많았던 베네딕트는 어릴 때 열병을 앓아 한쪽 귀도 못 들었다. 성격도 신경질적이었다. 여성으로 태어났다는 사실에 대해서도 극도의 거부감을 갖고 있었다. 불확실한 인생은 어린 베네딕트를 끊임없이 괴롭혔다. 고립감은 처연할 정도다.뒷부분에 미드가 압축해 놓은 그의 학문적 성취를 살피는 것도 의미가 있지만 실은 개인적 고난을 극복하며 인류학이라는 미성숙 단계의 학문을 업그레이드시키면서 동시에 그 자신 역시 세계적 인류학자로 커가는 과정이 깊은 인상을 준다. "내가 볼 때 여자라는 존재는 정말 끔찍한 것이다." 그러면서도 그녀는 반복해서 일기장에 이렇게 적었다. "인생에 대해 열광하는 것이 중요하다."조심스럽긴 하지만 베네딕트의 동성애 문제도 처음으로 거론하고 있다. 그 대상은 다름 아닌 마거릿 미드다. 물론 미드가 그런 사실을 이 책에서 속 시원하게 털어놓을 리는 없다. 다만 그런 사실을 염두에 두고 다음 구절을 읽어보면 상당히 의미심장하다. "대학 시절 그녀는 영문학을 전공했고 아주 외로운 학생이었으나 기이한 방식으로 다른 외로운 사람들에게 매력적인 인물이었다." '기이한 방식'이 뭘까? 그리고 '다른 외로운 사람들' 중에 미드도 포함돼 있었을 것이다. 이제 청소년이라도 이런 문제를 알아야 하기 때문에 루스 베네딕트를 읽는 게 전혀 문제될 것은 없지 않겠는가? 〈추천자 : 이한우(조선일보 기자)〉

악기들의 도서관

〈김중혁/ 문학동네〉

김중혁은 이제 창작집 두 권을 출간한 작가이다. 그런데 첫 책 『펭귄 뉴스』 때부터 김중혁 소설의 출현은 강렬한 파장을 일으켰다. 세월의 더께 속에서 잊혀진 인간들처럼 이미 우리들 일상에서 뒤처진 사물들을 하나하나 불러내 잊혀지거나 잊혀지려는 그 이름을 세련된 언어로 상기시켜 주었다.

그의 두 번째 책인 『악기들의 도서관』에는 『펭귄뉴스』 이후에 씌어진 8편의 단편들이 수록되어 있다. 밀도 있는 문장으로 단편소설의 기본을 충실히 따라가는데도 어느 편을 따로 꼬집어 말할 수 없이 8편이 모두 매우 빠르게 읽힌다. 숱하게 들어온 음악 혹은 아직 듣지 못한 음악을 틀어놓고 있는 듯 한 리듬감과 함께 각 편에 등장하는 뭔가 수상쩍은데도 불구하고 등장인물들에게 스스럼없이 동화되기 때문이다.

기존의 소설들과 문화를 흡수하는 감수성 면에서 분명하게 선을 긋고 있는 젊은 소설임에도 불구하고 그의 소설은 놀이나 날렵함에서 그치지 않고 한발 깊이 들어가 인간에 대한 의미 있는 통찰을 끌어낸다. 그 과정이 경쾌하면서도 거침없이 노련하다.

그 무엇도 설득하려고 하지 않는데도 소설을 읽는 동안 바람결에 흔들리는 나뭇잎처럼 읽는 이의 고정관념이 기분 좋게 흔들리는 느낌을 갖게 된다. 그것이 아마 김중혁 소설이 갖고 있는 최고의 미덕일 것이다. 〈추천자 : 신경숙(작가)〉

소비자와 농민이 함께하는 쌀 축제

본회를 비롯한 소비자단체에서는 고품질 2003년부터 매년 "시중 유통 우리 쌀의 경쟁력을 강화하고, 소비자의 인식을 제고하고 있다. 특히 올해는 진정한 가치를 재인식함으로써 고품질 브랜드 본회는 6월 17일~18일 청계광장에서 『소비자와 농민이 함께 하는 쌀 축제』를 선정된 쌀을 전시 · 홍보하여 소비자에게 다양한 쌀 음식 시식회 등을 통해

쌀의 생산과 철저한 품질 관리를 위하여 브랜드 쌀 평가사업"을 시행하여 신뢰도를 향상시켜 브랜드 쌀에 대한 쌀 시장 개방에 맞서서 우리 쌀의 쌀의 생산과 유통을 원활하게 하고자 서울YWCA, 한국YMCA 전국연맹과 함께 마련했다. 2007년도의 우수브랜드 쌀로 고품질의 쌀을 선택할 수 있는 기회를 제공했고, 쌀 문화의 우수성을 소개했다.

1

2

3

4

8

7

6

5

❶ 『소비자와 농민이 함께 하는 쌀 축제』 테이프 커팅식
❷ '브래드 쌀' 밥 시식회
❸ 쌀 피자, 쌀 와인 등 퓨전 쌀 음식 시식회
❹ 브랜드 쌀 평가사업 홍보물 전시
❺ 우리 쌀의 우수성을 홍보하기 위한 캐릭터 '쌀아이'와 사진 찍기
❻ 풍물놀이 및 길놀이
❼ 12개 우수 브랜드 쌀 모음전 및 홍보 부스 운영
❽ 떡 전시회 및 떡메치기 시연

• 소비자단체가 선정한 12개 우수 브랜드 쌀 •

1. 한눈에 반한쌀(해남 옥천)
2. 지평선 무농약쌀(전북 김제)
3. 봉황쌀(전남 강진)
4. 김포 금쌀(경기 김포)
5. 철원오대 완전미(강원 철원)
6. 상주 풍년쌀 골드(경북 상주)
7. 철새 도래지쌀(전남 군산)
8. 뜸부기와 함께 자란쌀(충남 서산)
9. 드림생미(전남 나주)
10. 생거진천쌀(충북 진천)
11. 프리미엄호평(전남 강진)
12. 왕건이탐낸쌀 골드(전남 나주)

부산광역시지부

전국주부교실부산지도자대회

시지부(회장 김기묘)에서는 5월 20일 코모도호텔에서 ‘전국주부교실부산지도자대회’를 개최했다.

16개 구·군회원 300여명이 한자리에 모인 가운데 ‘변화하는 사회와 여성의 자세’라는 주제로 동서대 박동순 총장의 강의로 건강한 가정문화 조성으로 밝은 내일을 열어가는 봉사자로서의 자세 확립에 전력을 다할 것을 다짐했다. 이후 ‘우리 축산물의 지속가능발전을 위한 소비자 다짐대회’를 열어 한우협회 정호영 회장(부산·울산·경남도 지회)으로부터 우리 축산물의 우수성에 대한 강의를 듣고 우리 축산물 홍보 및 애용에 앞장서기로 했다.

대구광역시지부

에너지절약 캠페인

시지부(회장 손기순)는 지난 5월 16일 회원 25명이 에너지관리공단 직원 3명과 함께 대구백화점 본점을 출발해서 2.28기념중앙공원까지 에너지절약 가두 캠페인을 전개했다. 고유가 시대 극복을 위한 에너지절약 실천의 중요성을 홍보하며 시민들의 적극적인 동참을 호소했다.

어린이를 위한 소비자교육

5월 22일 동대구초등학교에서 초등학교 5학교를 대상으로 어릴 적부터 올바른 경제관념 및 소비생활이 몸에 배어야 성인이 되어서도 건전한 경제생활을 영위할 수 있음을 강조하는 소비자교육을 실시했다.

3/4분기 교실개강 <부모교육 실시>

5월 23일 대구유천초등학교 강당에서 학부모 및 회원 160여명을 대상으로 부모교육을 실시했다. 대구보건대학 사회복지과 배기효 교수로부터 ‘여자가 웃으면 세상이 변한다’라는 제목으로 지혜로운 자녀교육을 위한 부모로서의 역할에 대한 강의를 들었고, 특히 가정의 중심적 역할을 하는 어머니로서의 여성의 역할이 중요함을 강조했다.

2008년도 상반기 모니터 수료식

5월 30일 대구시립중앙도서관 3층 3강의실에서 개최된 ‘2008년도 상반기 모니터 수료식’에 8주간 모니터 교육을 받았던 30명의 회원이 수료증을 받았다.

매주 금요일 총 16시간 실시된 이번 교육은 식품의약품안전청 대구지청, 국립농산물품질관리원 경북지원, 공정거래위원회 대구사무소, 에너지관리공단 대구지사 등 각 기관들이 소비자 기본법을 비롯한 소비자 피해구제 등 관련 교육을 실시했다.

인천광역시지부

‘인천사랑 우리가 지켜요’ 개최

시지부(회장 한혜자)에서는 지난 5월 28일 인천시민을 대상으로 내 고장에 대한 애향심 고취를 위한 ‘인천사랑 우리가 지켜요’ 행사를 개최했다.

회원 및 주부 45명을 대상으로 열린 이번 행사에는 인천 근교 유적지 및 박물관 등 답사를 통해 인천의 역사 및 발전상을 알아보며 애향심을 가질 수 있었던 소중한 시간이었다.

선진시민의식 캠페인 및 봉사활동

계양구지회(회장 고영숙)에서는 지난 5월 9일 임학역에서 회원 6명이 선진시민의식 캠페인을 전개했다. 신호등 지키기, 과속금지, 쓰레기 투기 금지 등 사회기초규범인 법과 질서를 지키는 선진시민 의식이 정착할 수 있도록 시민들의 적극적인 참여를 유도했다.

한편, 5월 5일에는 회원 6명이 예비군훈련장에서 개최된 어린이 날 기념 ‘제1회 계양산 푸르미축제’에 참여해 행사 도우미 봉사활동을 전개했다.

5월 6일, 13일, 19일에는 회원 4명이 효성동 지역아동센터를 방문해 주방 청소 및 교실 정리 활동을, 9일에는 회원 8명이 변방초등학교 주변을 청소했다.

경로잔치 및 명예감시원 활동

남동구지회(회장 김연숙)는 지난 5월 17일 논현중학교에서 여협과 함께 사할린동포 어르신 500분을 위한 경로잔치를 열어 이국땅에서 겪은 설움을 위로하며 고국 땅에서 편안한 여생을 보내기를 기원했다.

한편, 5월 21일과 23일 각각 수산물 명예감시원으로 활동하고 있는 회원 3명이 모래내시장과 그 일대 주변상가에서 감시활동을 전개했고, 27일에는 회원 3명이 수산청에서 실시한 수산물 감시원 교육에 참석해 명예감시원의 자질 및 소양에 대한 교육을 받았다.

봉사활동

동구지회(회장 유옥분) 회원 2명은 5월 매주 화요일과 금요일 서림초등학교 앞에서 등교하는 어린이들을 위한 교통질서 도우미 봉사활동을 실시했고, 매주 월요일마다 회원 6명은 노인복지관에서 실시하는 ‘독거노인을 위한 도시락’ 배달 봉사를, 매주 목요일에는 회원 2명이 서림초등학교 도서실에서 도서 도우미 활동을 실시했다.

한편, 5월 9일과 10일 회원 12명이 화도진 공원 앞에서 열린 여협 주최 ‘화도진 길거리 음식 축제’에 참여해 행사 도우미 봉사활동을 전개했다.

광주광역시지부

식품 관련 공장 견학 및 원산지 점검 활동

시지부(회장 박영희)는 이물질 혼입 등 식품사고가 잇따라 발생해 안전한 먹을거리에 대한 관심이 증대되고 있어 지난 5월 7일 회원 및 운영위원 22명이 충남 논산에 있는 식품 생산 공장(해찬들)을 방문해 위생적으로 제품을 생산하는 과정을 직접 견학하는 기회를 가졌다.

한편, 명예 감시원으로 활동하고 있는 회원 1명이 국립농산물 품질관리원 전남지원 직원들과 함께 남구 봉선동 일대 한우 음식점에서 쇠고기 원산지 합동 점검 단속 활동을 실시했다.

미래를 선도하는 뉴 프런티어(New Frontier) 양성교육

지난 5월 9일 광주 정보고등학교 1층 협의실에서 고등학교 전 학년 850명을 대상으로 각 반별로 모니터와 방송을 통해 뉴프런티어 양성 교육을 실시했다.

강사로 초빙한 김봉학 비전21 리더쉽센터 소장은 미래를 개척하는 뉴프런티어 정신의 가치를 강조하며 청소년기에 합당한 자아정체성 확립에 매진해 줄 것을 당부했다.

건강기능식품 관련 소비자교육

5월 21일 북구 노인대학 강당에서 건강기능식품 구매 관련 소비자 교육을 실시했다.

본회의 이남숙 총무는 건강기능식품 선택시 알아두어야 할 사항 및 구입시 주의사항 등을 설명하며 노인 소비자 피해를 최소화하고자 했다.

음식물류폐기물 재활용을 통한 지구촌 환경 사랑 견학 및 교육

5월 30일 서석중학교 3학년 두 개 반 80여명의 학생들과 함께 광산구 음식물자원화시설을 방문해 쓰레기 폐기물 처리 과정을 직접 보면서 쓰레기를 버리는 것이 전부가 아니며 이를 재활용하여 자원화 하는 환경사랑의 모습을 볼 수 있었다.

또 31일에 서석중학교 강당에서 2학년 전교생을 대상으로 환경 사랑 교육을 실시했다. 이날 강사로 초빙된 이성기 조선대 환경공학부 교수는 우리가 무심코 버리는 쓰레기, 특히 음식물류폐기물로 인한 환경오염의 심각성을 설명하면서 이를 예방할 수 있는 생활 수칙을 습관화하는 자세가 필요함을 강조했다.

♣ ♣ ♣

대전광역시지부

건강하고 성숙한 소비활동을 위한 실버소비자교육

시지부(회장 송병희)에서는 노인을 대상으로 하는 악덕상술의 피해가 커지고 있어 지난 5월 6일~21일 성락종합사회복지관, 복 받는 노인대학, 다기능노인종합복지관에서 3회에 걸쳐 실버소비자교육을 실시했다.

노인 소비자 80여명을 대상으로 소비자 피해 예방법 등을 소개하면서 사전예방을 물론 사후 처리방안에 대한 강의로 진행되었고, 특히 노인을 대상으로 판매되고 있는 건강 관련 식품, 기구, 약품 등에 대한 피해 사례를 소개하면서 구입 방법 및 주의사항을 설명했다.

'스승의 날 기념' 교장선생님과의 간담회

5월 13일 유성호텔에서 '스승의 날'을 기념해 고마운 마음을 전하며 교육공동체로서 서로 신뢰하는 사회분위기 조성을 위해 교장선생님과의 간담회를 개최했다.

이날 행사는 김신호 대전광역시 교육감과 동·서부 교육장, 각 급 학교 교장선생님, 분회장 등 100여 명이 참여한 가운데 스승의 가슴에 꽃 달아주기, 노래 제창 등으로 감사의 마음을 전했다.

평생학습관 순회교육프로그램 운영

시지부에서는 5월 한 달 동안 평생학습관 운영 일환으로 회원 및 주부들을 대상으로 순회교육프로그램 총 11회 실시하고 있다.

5월13일 상지초등학교에서 '풍선아트'를 시작으로, 16일 용운초등학교 평생학습실에서 '봄철 피부관리 및 메이크업' 강좌를 실시했다. 같은 날 목양초등학교 시청각실에서는 '청소년의 성장과 가정의 역할'이란 주제로 김평곤 대전시청청소년상담지원센터 소장의 강의가 있었다.

울산광역시지부

'2008 울산 가족사랑 축제' 가족문화체험 부스 운영

시지부(회장 박보봉)는 지난 5월 3일~4일 회원 30명이 울산대공원 SK 광장에서 개최된 '2008 울산 가족사랑 축제'에 참여해 '가족과 함께 김밥·화전 만들기', '비즈공예' 등 다양한 가족문화체험 부스를 운영해 가정의 중요성과 가족 간 친밀감을 높일 수 있는 기회를 제공했다.

환경지킴이 가족봉사단 발대식

5월 4일 울산대공원 나비원에서 제4기 청소년환경탐사대와 제2기 환경지킴이 가족봉사단 100여명이 참석한 가운데 발대식을 갖고 환경정화활동 실시하며 환경사랑체험 프로그램에 참여했다.

청소년 자원봉사단 발대식 및 환경정화 활동

5월 11일에는 선바위에서 청소년 자원봉사단원 45명이 참석한 가운데 발대식을 갖고 주변 정화활동을 전개하면서 지속적인 환경사랑 실천으로 환경보전에 앞장서기로 했다.

유아 및 어린이 다도예절교실

5월 14일 주부교실 교육장에서 유아원생 20명을 대상으로, 31일에는 초등학생 48명을 대상으로 다도예절교실을 열었다. 지역 사회 어르신들이 큰절하기, 한복 바르게 입기 등 우리 옛 전통 예법을 소개했고, 유아원생들과 함께 화전 만들기 체험 등을 통해 우리 선조들의 정신문화를 계승해 올바른 인성교육 및 도덕성 함양에 도움을 주고자 했다.

소비자교육 및 환경교육 실시

5월 28일 북구자원봉사센터에서 회원 및 주부 60여명을 대상으로 친환경 농산물의 우수성 및 안전성에 대한 의식교육을 실시하고, 약덕상술로 인한 노인 소비자 피해 예방 등을 중심으로 실버 소비자 의식교육을 실시했다.

이후 호계중학교 학생 60여명을 대상으로 쓰레기 줄이기 및 재활용품 분리배출 방법 등을 소개하는 환경교육과 함께 청소년 소비자교육을 실시했다.

경기도지부

물가안정캠페인 실시

수원시지회(회장 이현숙)는 지난 4월 30일 회원 및 관련 공무원 50여명이 함께 팔달문 영동시장 일대에 물가안정 홍보물 배포 등 가두캠페인을 전개하며 시민들의 적극적인 동참을 유도했다.

2008 상반기 일반소비자교육 실시

수원시는 5월 20일 가족여성회관 102호에서 소비자교육을 실시했다. 회원 및 일반인 150여명을 대상으로 김민재 경기도 정보센터 상담팀장은 '방문판매 꼼꼼히 알아보기'라는 주제로 소비생활에서 흔히 일어나는 방문판매 피해 사례를 소개하며 청약철회 규정 및 주의사항 등을 설명했다.

봉사활동

평택시지회(회장 박영미)는 지난 5월 19일 회원 20명이 남부노인복지관을 방문해 쓸쓸한 말년을 보내고 계시는 노인분들을 위로하며 중식제공 도우미 봉사활동을 실시했다.

강원도지부

재가가족을 위한 온천 나들이

태백시지회(회장 오영희)는 지난 5월 2일 회원 4명이 거동이 불편한 어르신 30여분을 모시고 덕구 온천으로 나들이 봉사활동을 전개했다. 목욕을 시켜드리고 식사 대접을 하면서 쓸쓸한 노년의 삶을 위로하는 뜻 깊은 시간이 되었다.

봉사활동

평창군지회(회장 함영예)는 지난 5월 6일 회원 7명이 군내 거주하는 지체 및 지적 장애인 가정을 방문했다. 4인 가족 모두가 장애를 겪고 있어 집안 관리가 어렵기 때문에 천정 도배를 비롯해 주변 청소 봉사활동을 전개했다.

한편, 5월 8일에는 회원 3명이 군내 위치한 장애인 복지관을 찾아가 목욕봉사 활동을 실시했고, 13일에는 거동이 불편하신 군내 거주 노인을 위한 이동목욕 봉사활동으로 이웃사랑을 실천했다.

충청북도지부

소비자 재테크 강좌 및 금융 피해 예방교육

도지부(회장 최광옥)에서는 지난 5월 21일 여성단체협의회 강당에서 회원과 주부 50여명을 대상으로 소비자 재테크 강좌를 실시해 농협중앙회 PB센터 팀장으로부터 행복한 노년을 위한 재테크 노하우에 대한 설명을 들었고, 이후 금융 관련 소비자 피해 예방법 등을 교육 받았다.

건전한 소비문화 조성을 위한 소비자 캠페인

5월 21일 회원 25명이 성안길 주변에서 '현명한 소비의 주체는 여성'이라는 주제로 소비자 캠페인을 전개했다. 시민들에게 소비자피해 사례 및 과소비 추방 관련 홍보물을 배포하며 건전한 소비문화 조성에 동참해 줄 것을 호소했고, 특히 소비 주체인 여성의 현명한 소비 습관의 중요성을 강조했다.

'제3회 충주시 가족 동요제' 와 봉사활동

충주시(회장 이상숙)에서는 지난 5월 31일 호암예술회관(호암지)에서 자녀들의 정서 함양 및 가족 간 화합으로 가족의 소중함을 일깨울 수 있는 '제3회 가족 동요제'를 개최했다.

30가족이 참가한 이번 대회에서는 최우수상 1팀과 우수상 3팀, 특별상과 장려상 등이 수여됐고, 음악을 통한 가족 사랑이 울려 퍼지는 소중한 시간이었다.

한편, 5월 10일에는 회원 5명이 서문교 풍물시장에서 열린 행복 나눔 행사에 참여해 식품 100여개를 판매한 수익금 전액을 독거노인 돕기 기금으로 사용하기로 했다.

불우이웃돕기 및 봉사활동

제천시지회(회장 장태봉)는 5월 28일 회원 전원이 성보나덴뚜라 요양원을 방문해 몸이 불편한 요양원 가족들을 위해 음식을 준비해 대접하며 따뜻한 이웃의 정을 전하고자 했다.

괴산군지회(회장 김문예)는 5월 5일 회원 5명이 에덴이천 청천재활원을 방문해 어린이날 선물로 슬리퍼 50켤레를 구입해 전달했다.

옥천군지회(회장 유재숙) 회원 10명은 5월 15일 옥천군 농협광장에서 열린 '사랑의 점심나누기' 행사에 참여해 성금 기탁과 함께 급수 제공 활동을 실시했고, 17일 회원 5명이 옥천 지용제 행사에 참여해 지용문학상 시상식 도우미 봉사활동을 전개했다.

단양군지회(회장 김길성)에서는 지난 5월 3일 회원 5명이 군에서 주체하는 어린이날 기념행사에 참여해 불우이웃돕기 성금 마련을 위해 삶은 계란을 판매했다.

여성 지도자 연수교육

영동군지회(회장 김숙자)는 5월 16일 민주지산 조동 휴양림에서 사회 발전에 기여하고 있는 역량 있는 여성지도자 120여명을 초청해 여성지도자 연수교육을 실시해 여성의 사회 참여 확대 및 지위 향상에 도움을 주고자 했다.

성폭력 예방 교육 및 캠페인

진천군지회(회장 주연희)는 5월 16일 회원 7명이 군내 거주하는 독거노인 6분의 가정을 방문해 정성껏 준비한 도시락을 전달하며 쓸쓸한 노년을 위로했다.

한편, 5월 22일에는 회원 5명이 진청군청에서 여성단체회원과 요식업조합 직원들과 함께 성폭력예방 교육을 실시한 후 '성폭력 예방 및 내 아이 지키기 캠페인'을 전개하며 군민들에게 관련 홍보물을 배포했다.

충청남도지부

여성금연교육 및 물가안전 소비자교육

도지부(회장 조춘자)에서는 5월 21일 충남교통연수원 강당에서 주부교실 시 · 군 지회 회원 및 일반여성 419명을 대상으로 담배 없는 건강 가정 만들기 교육 및 물가안정 소비자 교육을 실시했다.

이날 금연 교육에는 국립암센터 초대 원장이었던 박재갑 교수님, 물가안정 교육에는 공주대학교 김덕수 교수님을 각각 초빙해 강의를 들었다.

부자가정 밑반찬 전달

공주시지회(회장 조춘자)는 5월 16일 회원 15명이 월례회를 마치고 어렵게 생활하고 있는 부자가정 4세대에게 정성껏 마련한 밑반찬을 만들어 전달하며 이웃사랑을 실천했다.

우리 고장 제철 식품 소비촉진 정보화 교육

부여군지회(회장 박금례)는 5월 15일 여성문화회관에서 회원 및 일반인 132명을 대상으로 우리 고장 제철 식품 소비촉진을 위한 정보 제공을 위한 교육을 실시했다.

이상목 농산물품질관리원 부여출장소장을 강사로 초빙해 제철 농산물을 이용한 식품의 안정성과 영양학적 우수성을 홍보하면서 우리 농산물 애용의 필요성을 설명했다. 더불어 안전한 농산물 생산과 우리 농산물 애용에 농민과 소비자가 앞장서야만 국민건강 기여, 농가 소득 증대로 이어져 우리 농업의 경쟁력을 향상시킬 수 있음을 강조했다.

물가안정 및 소비자 교육

부여군지회는 5월 15일 여성문화회관에서 '우리 고장 제철 식품 소비촉진 정보화 교육'에 이어 물가안정을 위한 소비자교육을 실시했다. 공정거래위원회 이해영 팀장은 고유가 시대 알뜰한 절약 습관과 건전한 소비생활이 가정 경제는 물론 국가 경제에 도움이 될 수 있다며 주부들의 적극적인 동참을 당부했다.

전라북도지부

축산물 인식 제고 및 소비자 교육

도지부(회장 최원자)는 지난 5월 29일 하나대투증권 3층 대강당에서 회원 및 일반시민 100여명을 대상으로 우리 축산물 인식 제고 및 소비자 경제 교육을 실시했다.

우리 축산물의 우수성 홍보로 한미 FTA 협상 타결로 어려움을 겪게 될 우리 축산업 보호 및 소비촉진을

유도해 축산 농가에 활력을 불어 넣어 주고자 했으며, 이후 소비자 경제교육을 통해 고유가 극복을 위한 합리적 소비생활 방법을 찾아 생활 속에 실천하기로 했다.

농산물 명예감시원 활동

농수산물을 비롯한 식품에 대한 소비자 알권리 보장과 유통질서 확립을 위해 원산지 표시제 점검을 강화하고 있다.

이에 도지부에서는 지난 5월 8일 농산물 명예감시원으로 활동하고 있는 회원 4명이 완주군 삼례읍 지역에 위치하고 있는 일반음식점을 대상으로 원산지 표시제 특별점검을 실시했고, 16일에는 회원 4명이 농산물품질관리원 직원들과 함께 완주군 고산면, 비봉면, 용진면 일대의 친환경 농산물 생산현장을 방문해 친환경 농법에 의해 재배하고 있는지 점검활동을 전개했다.

군산시지회(회장 박희순)에서도 5월 20일 인근 재래시장에서 농산물품질관리원 직원 5명과 함께 원산지 표시제 홍보 및 지도점검 활동을 전개했다.

봉사활동 및 자연정화활동

익산시지회(회장 김채숙)는 지난 5월 19일~21일 회원 10명이 취가 한정식 식당에서 여성단체 연합으로 마련한 불우이웃돕기 성금 마련을 위한 '딸기잼 만들기' 행사에 동참했다.

정읍시지회(회장 이정임)는 5월 9일~11일 회원 15명이 여성단체협의회 회원들과 함께 덕천면 황토현에서 열린 동학농민혁명축제에 참가해 행사 도우미 봉사활동을 실시했다.

진안군지회(회장 한은숙)는 5월 15일 회원 10명이 군하리 하천 일대에서 맑고 깨끗한 시냇물 보전을 위한 자연 정화작업을 실시했다.

완주군지회(회장 최영숙)는 5월 13일~16일 회원 5명이 봉동읍에 거주하는 독거노인 3세대를 방문해 도배 공사 및 주변 정리 봉사활동을 전개했다.

장수군지회(회장 양순옥)는 5월 19일~20일 회원 15명이 군내 위치한 과수 농가를 방문해 부족한 일손 돕기 봉사활동을 실시했다.

고창군지회(회장 전옥선)는 5월 16일 회원 10명이 노인복지회관에서 웃음치료를 위해 모인 노인 500분을 위한 차 대접 및 안내 도우미 봉사활동을 전개했다.

순창군지회(회장 김인자) 회원 15명은 AI 발생지역에 위치한 방역초소 2곳을 방문해 방역 요원들의 노고를 치하하며 간식을 대접했다.

무주군지회(회장 김순득)는 5월 5일~9일 회원 15명이 반디랜드에서 열리고 있는 반딧불축제에 참여해 관광객에게 김밥과 음료를 제공하는 봉사활동을 실시했다.

♣ ♣ ♣

전라남도지부

'우리 아이 지키기 캠페인' 참여 및 자원봉사활동

도지부(회장 이송자)에서는 지난 5월 7일 회원 13명이 목포시 조원호텔과 목포역 광장 앞에서 개최된 '우리 아이 지키기 캠페인'에 참여했다.

어린이 유괴 및 성폭력 사건 등이 잇따라 발생함에 따라 아동안전 문제가 심각해짐에 따라 이에 대한 관심과 사회적 경각심을 일깨워 아이들이 안전하게 자랄 수 있는 환경 만들기에 도민들의 적극적인 동참을 유도했다.

한편, 5월 24일 회원 21명은 장흥군 실내체육관에서 열린 '다문화가정 가족 한마음대축제'에 참여해 행사 진행 도우미 및 무료 음료 제공 봉사활동을 전개했다.

물 사랑 워터투어

5월 16일 도지부 회원 85명이 장성군에 위치함 평림댐을 방문해 수자원 공급 및 관리 시스템 등을 직접 보면서 수돗물의 안전성에 대한 인식을 제고할 수 있었고, 이후 함평세계나비 · 곤충 엑스포 전시장을 찾아가 곤충 및 친환경농산물 체험 등을 통해 생명의 소중함과 자연 보전의 중요성을 깨닫게 되었다.

'현대인의 건강과 레크리에이션' 교육 및 농촌 일손 돕기

광양시지회(회장 신행숙)는 5월 23일 광양고등학교에서 학생 205명을 대상으로 '현대인의 건강과 레크리에이션'이란 주제로 교육을 실시했다.

이날 강사로 초빙된 전남교육청의 오영미 장학사는 청소년뿐만 아니라 현대인들이 겪는 스트레스로 인한 다양한 피해를 설명하고, 건전한 레이크레이션을 통한 스트레스 해소법 등을 소개하면서 자신만의 건강 노하우를 가질 것을 당부했다.

한편, 5월 6일에는 회원 25명이 승주 희아산농원 녹차밭을 방문해 녹차잎 따기 등 부족한 일손 돕기 봉사활동을 전개했다.

물 사랑 캠페인 및 '자원봉사활동 체험 이야기' 강좌

순천시지회(회장 신애란)는 5월 5일 회원 26명이 팔마 보조경기장에서 개최된 어린이날 행사에 참여해서 수돗물 병물을 무료 배포하면서 수돗물의 안전성을 홍보하며 물사랑 캠페인을 전개했다.

5월 22일에는 순천 조례종합사회복지관 회의실에서 회원 25명을 대상으로 '자원봉사활동 체험이야기' 강좌를 개설했다. 주부교실과 지역 발전을 위해 꾸준히 자원봉사활동

을 해온 신귀심 고문을 강사로 초청해 자원봉사의 필요성 및 자원봉사 체험으로 느낄 수 있는 보람 등에 대한 이야기를 들었다.

선행 어린이 표창

고흥군지회(회장 박민자) 회원 10명은 지난 5월 2일 고흥동초등학교를 방문해 어린이날을 기념해 원만한 교우관계를 유지하며 봉사심이 투철한 모범 어린이 6명에게 선행어린이 표창을 수여하며 격려했다.

'거리질서 지키기' 캠페인

영광군지회(회장 정찬자)에서는 지난 5월 16일 회원 32명이 영암버스터미널 부근 거리에서 선진 시민의식 고양을 위한 '거리질서 지키기' 캠페인을 전개하며 시민들에게 교통장애를 유발하는 불법 주·정차 및 무단횡단 금지, 교통 법규 준수에 적극 동참해 줄 것을 호소했다.

어르신들을 위한 돋보기 전달식

장흥군지회(회장 채은아)는 5월 8일 회원 13명이 가정의 달을 맞이해 유치면사무소 외 3개 면사무소에서 신문이나 책을 읽는데 불편함을 느끼시는 65세 이상 노인들에게 돋보기를 전달하며 경로효친의 정신을 실천했다.

봉사활동

담양군지회(회장 김향자) 회원 16명은 지난 5월 3일~9일까지 죽녹원 일대에서 개최된 '담양 대나무축제'에 참가해 무료 찻집을 운영해 관광객들에게 음료를 제공했다.

구례군지회(회장 마순남)에서는 지난 5월 23일 회원 12명이 장애인복지관을 방문해 목욕 봉사를 비롯해 빨래 및 청소 봉사활동을 전개했다.

강진군지회(회장 김종심)는 5월 5일 회원 15명이 중앙초등학교에서 열린 어린이날 한마당 축제에 참가해 행사 도우미 활동과 함께 음식 및 음료를 제공하는 봉사활동을 실시했다.

해남군지회(회장 양현자) 회원 13명은 5월 23일 해남문화예술회관에서 생활이 어려워 결혼식을 못 올린 부부 8쌍을 위해 마련한 합동결혼식에 참가해 결혼식 준비 및 진행 도우미 봉사활동을 전개하며 이들의 결혼을 진심으로 축하해 주었다.

영암군지회(회장 노영미) 회원 10명은 지난 5월 14일~16일까지 영암실내체육관에서 열린 전국세팍타크로대회에 참여해 경기 진행 도우미 봉사활동을 실시했다.

진도군지회(회장 김흥자) 회원 11명은 5월 5일~7일 고군면 회동리 일대에서 열린 '신비의 바닷길 축제'에 참여해 관광객에게 무료 음료를 제공했다.

경상북도지부

제2기 여성소비자아카데미 강좌

도지부(회장 이인호)에서는 소비자의 권리와 책임이 강조되는 시대에 걸맞은 현명한 소비자, 특히 여성 소비자가 되기 위한 정보 제공으로 소비자 권익향상에 도움이 되고자 여성소비자아카데미 강좌를 개설했고, 지난 5월 7일~6월 25일까지 새마을지회 강당에서 제 2기 여성소비자아카데미 강좌를 진행했다.

5월 7일 첫 강좌에는 자연환경연수원 심학보 박사가 "행복한 삶을 위한 녹색소비"라는 주제로 친환경용품 구매 등 생활 속 작은 실천들이 환경보전을 위한 첫 걸음임을 강조했다.

장학금 전달 및 봉사활동

영주시지회(회장 석미자)는 지난 5월 23일 대영고등학교를 방문해 어려운 환경에서도 성실히 학교생활을 하고 있는 학생 2명을 선정해 장학금 30만원씩을 전달하며 격려했다.

5월 21일에는 회원 5명이 독거노인이 거주하고 있는 하망성당 '만남의 집'을 방문해 중식 제공 도우미 활동과 간단한 음료를 대접했고, 24일에는 회원 5명이 선비촌 야외공연장에서 열린 '다문화 가정 합동결혼식'에 참여해 행사 진행 도우미 활동을 전개했다.

경로잔치 및 봉사활동

포항시지회(회장 김귀련)에서는 지난 5월 8일 어버이날의 맞이해 회원 30명이 학산 사회복지관 강당에 북구 학산동 영세민 주공아파트에 거주하고 계신 독거노인 100분을 초대해 경로위안잔치를 열어 정성껏 준비한 음식을 대접하면서 카네이션 달아드리기, 연극, 노래 등 위로 공연으로 즐거운 시간을 선사했다.

한편, 5월 15일에는 회원 8명이 햇빛마을 '요셉의 집'을 방문해 치매예방운동요법과 국악 위로 공연과 다과 대접 등으로 쓸쓸한 노년의 삶을 위로했고, 14일에는 회원 15명이 경주시 강동면에 위치한 사과농장을 찾아가 일손 돕기 봉사활동을 실시했다.

물가안정을 위한 캠페인 및 노인소비자교육

군위군지회(회장 김은주)에서는 지난 5월 6일 회원 11명이 군위읍 K마트에서 군위정류장까지 고유가 극복을 위한 물가안정 가두 캠페인을 전개했다. 특히 이번 캠페인은 유가상승에 편승해 생필품 가격인상을 주도하고 있는 유통업체에 가격상승 자제를 촉구하는 등 서민경제 살리기에 함께 동참해 줄 것을 호소했다.

한편, 5월 28일 효령면사무소에서 노인자치대학생 70여명을 모시고 노인소비자교육을 실시했다. 최근 노인을 대상으로 성행하고 있는 방문판매 및 통신판매에 관한 소비자피해 사례 및 구입시 주의사항을 소개했고, 현장에서 이동소비자고발 접수를 받았다.

지역행사 참여 및 봉사활동

구미시지회(회장 한로미)는 지난 5월 2일 회원 7명이 구미노인복지회관을 방문해 중식배식 도우미 활동을 실시했다. 한편, 지난 5월 19일 회원 8명이 구미역에서 열린 '닭·오리 소비촉진 캠페인'에 참여해 조류인플루엔자에 대한 올바른 정보 제공과 함께 익힌 닭·오리 요리에 대한 안전성 홍보로 소비촉진을 유도했다.

경주시지회(회장 박추자) 회원들은 5월 6일 어린이날 기념 한마당 잔치에 초등학생 17명과 함께 '안강읍민 걷기대회'에 참여해 지역민 건강증진 및 공동체의식 함양에 앞장섰다.

김천시지회(회장 전명숙) 회원 4명은 KT이엔지 잔디축구장에서 열린 어린이날 기념 행사에 참여해 행사 진행 도우미 활동을 전개했다.

문경시지회(회장 이명순)에서는 5월 매주 금요일마다 회원 2명이 교대로 문경노인복지회관을 방문해 중식배식 봉사활동을 실시했다.

영양군지회(회장 박정자)도 5월 1일 회원 5명이 동부 1동에 거주하고 있는 독거노인 가정을 방문해 도배 및 장판 교체 작업, 주변 청소를 실시했고, 회원 10명이 한 조가 되어 16일~18일까지 열린 나물축제에 교대로 참여해 밑반찬 판매 및 행사 진행 도우미 활동을 전개했다.

고령군지회(회장 정숙자)는 5월 15일과 29일 회원 6명이 월막요양원을 방문해 목욕봉사를 실시하고 다과를 대접하며 말벗이 되어 드리며 위로했다.

칠곡군지회(회장 김해숙)는 5월 16일 회원 10명이 군내 위치한 무료급식소를 방문해 중식배식 도우미 활동을 전개했고, 김영점 회원이 구입한 돼지고기 10근을 전달했다.

봉화군지회(회장 이유정) 회원 3명은 5월 2일 거동이 불편하거나 치매를 앓고 있는 독거노인 4가정을 방문해 목욕 봉사활동과 함께 빨래·주변 청소를 실시했다. 6일에는 회원 5명이 어버이날을 맞이해 세현목욕탕에서 마련한 '65세 이상 노인 무료입장' 행사에 참여해 거동이 불편하신 노인을 위한 목욕봉사 활동을 전개했다. 24일에는 회원 5명이 상운면 호일리에 위치한 과수농장을 방문해 일손 돕기 봉사활동을 실시했다.

예천군지회(회장 권춘선)는 5월 8일 회원 18명이 남산공원을 찾아가 화장실 청소, 휴지줍기 등 자연정화 활동을 전개했다.

울릉군지회(회장 이현숙)는 지난 5월 6일 회원 5명이 군내 거주하고 있는 장애인 2가정을 찾아가 밑반찬을 전하며 이웃사랑을 실천했다.

어버이날인 5월 8일 회원 3명이 사동 3리 면사무소에서 열린 경노잔치행사에 참여해 찬조금을 전달하며 도우미 봉사활동을 전개했다.

또한 5월9일 회원 8명이 한마음체육관에서 열린 어린이날 행사에 참여해 떡볶이와 음료를 제공하며 행사 진행 도우미 봉사활동을 실시했고, 16일에는 회원 3명이 통구미 마을에 거주하고 있는 독거노인(신미숙, 89세)을 찾아가 생신상을 차려 드리고 미리 준비해 간 밑반찬을 전달했다.

경상남도지부

16개 시·도지부 회장단 모임

도지부(회장 이인숙)에서는 5월 22일~23일 16개 시·도지부 회장단 모임을 개최했다. 중앙회 회장과 시도지부 회장 16명이 마산시 신포동 대우백화점 대우그랜드뷔페(19층)에 모여 주부교실 상반기 사업 평가의 시간을 갖고, 하반기 사업에 대한 정보 교류 및 구체적인 방안을 모색했다.

이후 2008 람사총회 개최지역 방문 및 경남문화 유적지 탐방 등으로 친목을 다지는 시간을 가졌다.

제주특별자치도지부

지역경제활성화를 위한 캠페인

도지부(회장 김영희)는 지난 5월 17일 회원 30명이 민속 오일시장과 동문 재래시장에서 지역경제활성화 및 원산지표시 캠페인을 전개했다.

전통시장의 활성화를 위한 제주시장상품권 이용하기와 원산지표시제 관련 홍보물을 배포하면서 지역 경제 활성화에 시민들의 적극적인 동참을 호소했다.

본회 전국소비자상담센터

지부/지회		전 화
서 울		02)2266-5870
부 산		051)464-2848
대 구		053)424-7262
인 천		032)865-9503
광 주		062)232-0643
대 전		042)535-4480
울 산		052)245-4376
경기	도 지 부	031)231-9898
	수 원 시	031)246-4848
	광 명 시	02)2681-1149
	과 천 시	02)504-9898
	이 천 시	031)637-9898
	고 양 시	031)965-5858
	구 리 시	031)556-9898
	안 산 시	031)485-9898
	여 주 군	031)883-9898
	평 택 시	031)667-9898
	오 산 시	031)375-9898
	안 성 시	031)673-9898
	남양주시	031)592-4979
	의 왕 시	031)451-9898
	의정부시	031)837-9985
	용 인 시	031)323-9898
	시 흥 시	031)435-9898
충북	청 주 시	043)252-6740
	충 주 시	043)851-5858
	음 성 군	043)873-9898
충남	공 주 시	041)854-9898
	천 안 시	041)556-9898
	서 산 시	041)664-9898
	보 령 시	041)935-9898
	논 산 시	041)736-9898
	계 룡 시	042)841-9898
	홍 성 군	041)634-9898
	예 산 군	041)335-3456
	청 양 군	041)942-6338
	서 천 군	041)953-9895
	태 안 군	041)675-9898
	부 여 군	041)836-9898
전북	전 주 시	063)272-4400
	군 산 시	063)462-7778
	완 주 군	063)291-2535
전남	나 주 시	061)333-9898
	화 순 군	061)371-0740
경북	구 미 시	054)453-9898
	영 천 시	054)335-9898
	안 동 시	054)857-0030
	군 위 군	054)383-9893
경남	마 산 시	055)244-9898
	창 원 시	055)262-9610
제주	제 주 시	064)743-8057
	서귀포시	064)763-3175

주부교실게시판

▣ 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, 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 7월 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

프로그램	개강일	기간	시 간	수강료
근로자수강지원 및 자격증 대비				
전산세무 회계실무와 자격증	7. 17	3개월	화, 목 (19:00~22:00)	42만원 (80%환급)
요양보호사 1급 자격증	7. 1	3개월	월~금 (14:00~18:00)	5만원
실업자직업훈련 및 여성가장훈련				
전산회계실무	7. 3	3개월	월~금 (09:30~13:30)	무료
패션 & 패턴메이킹	8. 26	3개월	월~금 (09:30~13:30)	무료

수상을 축하합니다

대구광역시지부 손기순 회장이 지난 5월 14일 경북도청 강당에서 열린 제7회 식품안전의 날 시상식에서 식품안전관리 및 식품위생수준 향상에 기여한 공로로 '보건복지가족부 장관 표창장'을 받았다.