

2009 11 월 호 제416호

주부교실



사단법인 전국주부교실중앙회
NATIONAL COUNCIL OF HOMEMAKERS' CLASSES

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



월간 주부교실 11월호

발 행 일 : 2009. 11. 20
등 록 일 : 1972. 8. 31
등록번호 : 라-1616호

✱발 행 : 사단법인전국주부교실중앙회
발행인 : 이운자
편집인 : 박인례
담 당 : 원혜진
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)해럴드미디어
대표 박 행 환

비매품

주부교실

2009
통권 제416호 11

생각해봅시다	4	‘있고’와 ‘없고’의 차이/방은령
의식조사	6	소비자 56.5% ‘최고기 구매시 이력 조회 방법 불편해’/대전광역시지부
	8	영유아 가정 85.7% ‘보육료, 가계에 부담된다’/대전광역시지부
정책제안	10	영유아 보육시설의 공공성 확대 방안
고발사례	12	소비자의 소리/이종화
소비자경보	14	병의원 진료 계약, 신중하게 하세요
소비자뉴스	16	주유소 95%, 정량에 못 미치게 주유
건강뉴스	18	역류성식도염 환자 8년간 4배 증가
식품뉴스	20	마늘, 생으로 먹어야 심장병 예방 효과 높아
수필	22	길을 묻다/이목연
이달의 요리	24	따끈따끈한 국물의 진수 『탕요리』
생활정보	26	지구온난화와 원자력
상품정보	28	치약! 바로 알고 사용하자
경제상식	30	신용카드 선포인트(세이브)제도
여행정보	31	명품 녹색길, 국립공원 에코투어
문학산책	32	이달의 읽을 만한 책
지부소식	33	전국 16개 시·도 지부 및 232개 시·군·구 지회 소식
주부교실게시판	49	『소비자의 날 기념 녹색소비 전시회』 및 『제30차 주부대학동문 총회』
	50	소비자정보센터 주소록

〈표지사진 : 농식품의 안전성 확보방안 토론회 및 실천 결의대회(중앙회, 09. 11. 17), 녹색생활 실천을 위한 물절약 캠페인(경북도지부, 09. 10. 9)〉



‘있고’와 ‘없고’의 차이

방 은 령/한서대학교 아동청소년복지학과 교수

연말이

가까워지면 이래저래 정신이 없다. 무엇보다도 한 해 동안 펼쳐놓았던 연구과제들을 마무리 짓는 일들이 간단치 않다. 그러다보면 밤을 새는 일이 허다해지는데, 문제는 밤을 새기가 예전처럼 만만치 않다는 것이다. 정신이 몽롱해지는 것은 물론 체력적으로도 점점 버티기가 힘들다. 할 수 없이 밤을 새기는 하지만 애 쓴 만큼 일이 진행되지도 않는다.

얼마 전에도 한바탕 난리를 치면서 한건을 마무리했다. 12명의 교수가 함께 하는 공동 작업이었는데, 우선 서로의 스케줄이 다르고 각자에게 닥친 우선순위가 달라서 계획대로 일이 진행되지 않았다. 서로가 본의 아니게 다른 사람의 애를 태우기도 하고 상대방 때문에 속을 끓이게도 된다.

12명은 3팀으로 나뉘어 4사람씩 한 영역을 맡았고, 우리 영역에서는 내가 종합정리

를하기로 하였다. 각 팀에서 정해진 시간에 원고를 넘겨야 전체보고서가 만들어지기 때문에 시간을 지키는 게 중요했다. 시간에 쫓겨 원고를 받고, 또 시간에 쫓기며 원고를 썼다. 내가 참여하는 비중이 크진 않았지만 마음의 여유가 없다보니, 그것조차도 버거웠다. 밤을 새워 겨우 원고를 정리한 후 새벽에 구성원들에게 검토 메일을 보냈다.

“.... 제가 특별히 한 것은 없고(이렇게 브라브라) 했습니다.....오늘 중으로 검토 요망.”

머리가 어지러워 오전 내내 헤매다가, 오후가 되어서야 메일함을 열어보았다.

“선생님이 일을 다 하셨네요. 수고 많았어요...” 구성원들이 마치 내가 큰 공을 세운 양 인사를 했다. 내가 뭘 다했다

고..... 어라 이게 뭘소리.....

회신 답 글 밑에 남아있던 내가 보낸 메일을 보고 난 기겁을 하고 말았다. 철자는 죄다 틀려 있었고, 문제의 문장 “.....제가 특별히 한 것은(브라브라).....”, 속에 ‘없고’가 없었던 것이다. ‘없고’라는 말이 빠지니, 내용은 이렇게 돼버렸다.

‘..... 내가 특별히.... (브라브라 혼자서).. 다 했소.’

단어 하나가 빠져서 이렇게 전혀 다른 말이 되는 걸 실감하긴 처음이다. 부랴부랴 회신에 대한 답을 주면서, 전후사정을 설명하고 내용을 정정했다. 팀원들은 내가 메일을 보낸 시각과 철자를 보니 제정신이 아니었겠다 싶어 알아서 다 이해했노라고 했다. 다행히 한바탕 웃고 끝난 일이었지만 내겐 많은 생각을 하게 만든 일이었다.

팀원이 서로 잘 아는 사이였기에 망정이지, 그렇지 않았다면 큰 오해를 받을 수 있는 일이 아닌가. 남이 해놓은 일을 자기가 다 한 것처럼 내세우는 것은 누가 봐도 꼴불견이다. 아니 그 보다도 도덕적으로 수용이 안 되는 일이다.

말 한마디가 세상을 바꿀 수도 있다하지만, 말 한마디로 인생을 망칠수도 있다. 옛

말에 ‘글 속에 글 있고, 말 속에 말이 있다’고 하지 않았는가. 있는 그대로 그 속에 진리와 진실이 담겨있다는 뜻이다. 내가 표현하는 말과 글은 상대방에게 어떤 그대로 전달된다.

평소에 자신이 한 말이나 글을 토시하나 빠뜨리지 않고 다 기억하며 사는 사람은 드물 것이다. 그저 기억나는 나의 의도를 기준으로 내가 이런 말을 했을 거라 판단하고 있을 뿐이다. 그러나 내가 한 말 속에는 꼭 써야 할 단어가 빠져서 상대방에게 전혀 다른 뜻을 전달했을 수도 있고, 필요 없는 말을 해서 나의 의도와는 달리 상대방이 오해를 하고 있을 수도 있다. 어쩌면 우리가 겪은 많은 일들 가운데 관계가 멀어졌거나 일을 그르친 경우, 이게 원인이 되었는지도 모른다. 혹시 미련이 남아 있는 일이 있다면 지금이라도 상대방에게 나에 대한 오해가 있는 것은 아닌지 한번 살펴보는 것도 좋을 듯하다.

단지 단어하나지만, 어떻게 사용하느냐에 따라 파장효과는 아주 달라진다. 말이란 그래서 중요한 거다. 한 문장을 쓰고 말하더라도 신중하게 하고 내가 하고자 한 말이 정확하게 표현되었는지 항상 검토를 해야겠다. ■

소비자 56.5% ‘쇠고기 구매시 이력 조회 방법 불편해’

– 대전 지역 거주자 550명 대상 –

쇠고기 이력제가 본격적으로 시행되고 있지만 미흡한 점이 많아 제도 정착을 위한 개선점 등을 마련해야 한다. 이에 본회 대전광역시지부에서는 대전 시민 550명을 대상으로 관련 제도 개선방안 마련을 위해 ‘쇠고기 이력제에 대한 소비자 의식조사’를 실시했다. 다음은 의식조사 내용의 일부를 요약 발췌했다.

◆구매자 62.8% ‘원산지 확인’ 하고, 수입산은 ‘가격 저렴해 구입’

쇠고기 구매 경험이 있는 응답자 중 62.8%는 원산국내산 또는 수입산 여부 확인, 즉 ‘원산지 표시’를 확인하고 쇠고기를 구입하고 있었고, 22.9%는 ‘가격’을 중요한 선택 기준으로 삼고 있었다.

응답자 70.3%가 수입 쇠고기를 구입한 경험이 있었으며 그 중 69.5%는 ‘저렴한 가격 때문에 구입’했고, 14.7%는 ‘호기심 때문에’, 14.4%는 ‘맛 때문에’ 구입했다고 응답했다. 수입 쇠고기 구입 경험이 있는 응답자 중 63.6%는 호주산을 구입했고, 28.1%는 미국산 수입 쇠고기를 구입했다고 답했다.

◆응답자 69.7% ‘쇠고기 이력제’ 알고, 56.5% 이력제 확인 방법 불편해

전체 응답자 중 69.7%가 ‘쇠고기 이력제’에 대해 잘 알고 있거나 대충은 알고 있다고 답했지만, 30.3%는 ‘전혀 모른다’고 답했다. 쇠고기 이력제를 알게 된 경로에 대해 응답자 50.7%는 ‘TV를 통해’ 알게 되었고, 18.3%가 ‘인터넷’, 13.7%는 ‘신문’, 10.5%는 ‘주위사람’을 통해 알게 되었다고 답했다.

한편, 식육판매업소의 개체식별번호 표시정도에 대해 응답자 40.0%는 ‘61% 이상 현재 식육판매업소의 개체식별번호가 표시되었다’고 답했고, 29.5%는 ‘30%도 미치지 못하게 개체식별번호 표시가 되어있다’고 했다.

개체식별번호는 핸드폰이나 인터넷 등을 통해 확인할 수 있는데, 전체 응답자 중 12.0%만이 개체식별번호로 쇠고기 이력제에 대해 확인해본 경험이 있다고 답했으며 그 중 ‘휴대폰’을 이용한 개체식별번호 확인이 49.3%로 가장 많았고, 33.3%는 터치스크린, 10.1%는 영수증,

7.2%는 거래명세서를 통해 개체식별번호를 확인하였다고 답했다. 개체식별번호로 쇠고기 이력제 조회시 4.3%만이 ‘매우 쉽다’고 했으며, 응답자 14.5는 ‘그저 그렇다’, 과반수에 해당하는 응답자 56.5%는 ‘약간 불편하다’고 답했다.

◆응답자 10명 중 7명, ‘쇠고기 이력제, 소비자 선택에 도움 및 필요한 제도’

쇠고기 이력제를 통해 알 수 있는 정보에 대해 응답자 72.6%가 ‘한우, 육우 수입 등의 소의 종류와 등급’에 대해 가장 많이 알 수 있다고 답했고, 14.8%는 ‘출생일자 등의 사육자 정보’를 알 수 있다고 답했다.

쇠고기 이력제 실시로 소비자가 안심하고 쇠고기를 구입하는데 얼마나 기여한다고 생각하는지 여부에 대해 응답자 76.4%가 ‘매우 기여하거나 조금이라도 기여한다’고 답했고, 21.2%는 ‘그저 그렇다’, 2.4%는 ‘전혀 기여하지 않는다’고 답해 쇠고기 이력제 실시에 대한 소비자의 생각이 긍정적인 것으로 조사되었다.

전체 응답자 중 66.2%는 쇠고기 이력제가 ‘반드시 필요하다’고 답한 반면, 응답자 14.4%는 ‘전혀 필요하지 않거나 크게 필요하지 않다’고 답했다. 19.4%는 ‘쇠고기 이력제의 필요성에 대해 잘 모르겠다’고 답했다.

◆쇠고기 유통경로의 투명성 위해 ‘정부의 지속 적 단속 강화 필요’

쇠고기 이력제가 정착을 하기 위해서 가장 필요한 사항으로는 응답자 37.8%가 ‘유통경로의 투명성이 보장될 수 있도록 사육농가와 도

축·가공·판매업체 종사자 등을 대상으로 관계당국의 지속적인 단속이 필요하다’고 답했고, 17.1%는 ‘축산코너 앞에 터치스크린이 준비되어 현장에서 직접 확인할 수 있도록 해야 한다’고 했다. 16.7%는 ‘수입산 쇠고기까지 확대시행’, 16.4%는 ‘생산자와 소비자 모두에게 이익이 되는 ‘원-원’ 전략이 될 수 있도록 생산자의 귀표부착이나 전산입력 작업을 양심적으로 수행해야 한다’고 응답했다.

◆결론

지난 6월 22일부터 전면 시행되고 있는 ‘쇠고기 이력제’에 대한 의식 조사결과, 응답자 76.4%는 쇠고기 이력제 실시로 쇠고기가 안전한 먹거리가 될 수 있다며 이력제의 필요성에 긍정적인 견해를 가지고 있었다.

그러나 전체 응답자 중 30.3%는 ‘쇠고기 이력제’에 대해 전혀 모르고 있어 소비자들에 대한 지속적인 홍보 및 교육이 필요하며, 이력제 확인 방법에 불편함을 느끼는 소비자가 많아 이력제 확인 절차의 간소화 방안이 마련돼야 할 것이다.

안전한 먹을거리를 위한 쇠고기 이력제의 올바른 정착 유도를 위해선 쇠고기 이력 정보가 허위정보가 되지 않도록 관계 기관의 적극적이고도 지속적인 지도 단속이 요구되며, 무엇보다 쇠고기 사육 및 도축, 판매 등 관련 종사자들의 양심적인 행동이 반드시 수행되어야만 할 것이다. <자료제공 : 대전광역시지부>

영유아 가정 85.7% “보육료, 가계에 부담된다”

– 대전 지역 영유아 보육시설 이용자 852명 대상 –

최근 사회적 문제가 되고 있는 낮은 출산율은 자녀 양육에 대한 경제적 부담이 가장 큰 원인으로 작용하고 있다. 이에 본회 대전광역시지부에서는 영유아 보육시설 이용자 852명을 대상으로 ‘영유아 보육서비스에 대한 의식조사’를 실시해 보육시설의 공공성 확대방안 등 미래 지향적 영유아 정책 수립에 필요한 정보를 수집하고자 했다. 다음은 의식조사 내용의 일부를 요약한 것이다.

◆ 전업주부는 ‘자녀 사회성 개발’, 직장인은 ‘돌봐줄 가족 없어’ 시설 이용

조사 대상자의 63.3%가 30대였으며, 40대는 25.6%였다. 보육시설 위탁자녀의 연령층으로 만 4세 이상이 55.0%, 만 3세 20.1%였다. 현재 영유아가 다니고 있는 보육시설의 유형으로 41.0%가 민간보육시설이었으며, 법인 보육시설은 23.6%, 국공립보육시설 20.8%이었다.

영유아를 보육시설에 위탁하는 이유가 조금씩 달랐지만, 응답자 54.5%는 ‘자녀의 사회성을 개발할 목적’, 26.4%는 ‘돌봐줄 가족 및 친척이 없어서’라고 답했다. 직업형태별 보육시설 위탁이유가 조금 달랐으며 전업주부 69.8%는 ‘자녀의 사회성개발을 주된 목적’으로 두고 있는 반면, 직장인의 경우 ‘돌봐줄 가족이 없는 것’이 보육시설에 자녀를 보내는 이유였다.

◆ 응답자의 직업에 따라 자녀 보육시설 이용 시간 달라

위탁방식은 오전반 39.6%였으며, 36.7%는 종일반을 이용하고 있었는데, 역시 직업형태별로 위탁방식도 달랐다. 전업주부의 경우 54.7%가 오전반인데 비해, 직장인과 파트타임으로 일을 하는 주부의 경우 종일반을 택하고 있었다. 자녀 위탁을 위한 보육시설 선택 척도를 중복응답으로 확인했는데 그 결과 51.6%가 ‘프로그램 내용’이라고 했고, 27.0%는 ‘근접성’을 들었다.

보육시간의 연장필요성에 대해 응답자의 35.7%가 긍정적으로 생각한 반면, 64.3%는 시간 연장 필요성이 없다고 했다. 시간을 연장할 경우 적당한 시간으로 28.0%가 오후 7시까지라고 했고, 18.4%는 오후 8시까지, 14.8%는 오후

6시까지 연장하는 것이 바람직하다고 답했다.

◆ 응답자 85.7% ‘보육료가 가계에 부담이 된다’고 답해

제반비용을 포함한 한 달 평균 보육료로 응답자 45.9%가 ‘20~30만원’을 지출하고 있는 것으로 나타났다. 29.5%는 ‘30~40만원 이내’라고 했으며, 12.9%가 ‘20만원이하’를 지출하고 있었다. 50만원 이상을 보육료로 지출한다는 응답자도 5.2%나 되었다.

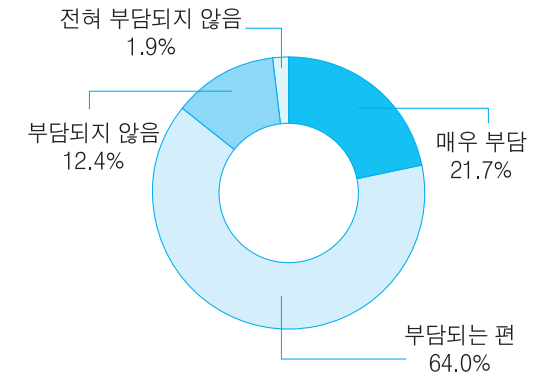
응답자의 64.0%는 보육료가 ‘가계에 부담되는 편’이라고 했고, 21.7%는 ‘매우 부담된다’고 했다. 부담되지 않는다고 답한 응답자는 12.4%에 불과해 영유아 가정 85.7%가 보육료에 큰 부담을 느끼고 있는 것으로 조사됐다.〈표 참조〉

◆ ‘교사수 및 자질부족’, ‘교육 내용 부실’ 등을 보육 환경의 문제점으로 꼽아

보육시설에서 진행되는 보육프로그램에 대해 응답자 80.4%가 ‘아주 만족하거나 대체로 만족하는 것’으로 나타났다. 보육 프로그램에 대해 불만을 나타낸 응답자 19.6%를 대상으로 불만족에 대한 이유를 확인한 결과, 28.1%가 ‘보육 교사수 및 자질 부족’을 들었으며, 27.5%는 ‘교재교구 부적절 및 부족’을 이유로 꼽았다. 16.2%는 ‘프로그램 미흡’이라고 답했다.

한편, 보육시설 이용 중 중도 포기한 경험이 있는 응답자가 31.3%인 반면, 68.7%는 포기경험이 없었다. 보육시설 이용 중 중도포기 이유로 28.1%가 ‘교육내용 부실’을 원인으로 들었

〈표〉 보육료의 가계부담 정도



다. 24.0%는 ‘자녀 부적응’, 20.6%는 ‘경제적 부담’이라고 했다.

◆ 결 론

조사결과, 응답자 대부분이 보육시설 수는 많지만 맡길 곳이 마땅히 없다는 주장을 하고 있다. 민간보육시설의 경우 국공립 보육시설에 비해 시설 및 교사의 자질 부족 등 많은 문제점을 갖고 있어 보육 환경 개선이 시급한 것으로 나타났다.

보육시설을 이용하는 응답자 85.7%가 보육료에 부담을 느끼고 있는 만큼 보육 바우처제도의 체계적인 정착 등 영유아 보육에 대한 실질적인 가계지원 마련이 필요하다.

끝으로 정부와 관련 기관은 보육 서비스의 공공성 확대를 위해 영유아를 둔 학부모들의 의견을 충분히 반영하고 아파트 유희 공간 이용 등 보육시설 확충을 위한 다양한 방안 검토 등 보육 환경의 양적·질적 향상을 위해 적극적인 노력을 기울여야 할 것이다. 〈자료제공 : 대전광역시지부〉



영유아 보육시설의 공공성 확대 방안

영유아보육정책이 꾸준히 발전해 왔지만, 민간 보육시설 의존도가 높아 질 높은 보육의 공공성 확보에는 아직도 개선해야 할 부분이 많다. 이에 본회에서는 10월 26일 보육의 공공성 확대 방안 마련을 위해 『영유아 보육시설의 공공성 확대방안 토론회』를 개최했다. 다음은 토론회 주제발제의 내용을 요약 발췌한 것이다.

1. 보육시설의 기능에 대한 인식을 새롭게 한다

우리나라는 급격히 노령화 되고 있다. 한국 여성들이 평균적으로 평생 동안 낳는 출생아수를 의미하는 합계출산율이 지난해 1.19명을 기록하며 전년 1.25명보다 0.06명이 감소하는 등 출산율 감소현상이 더욱 심화된 것으로 나타났다. 현재의 상태가 지속되어 2020년이 되었을 때는 우리나라에 15세 미만 어린이보다 65세 이상 노인이 많아지고 대한민국의 인구가 줄어든다는 것이다.

보육시설은 우리사회의 이와 같은 문제를 해결할 수 있는 중요한 장치가 되어야 한다. 이제 보육시설은 저소득층 맞벌이 가정의 육아를 담당하는 탁아시설이 아니고 자녀 양육의 국가적 책임을 다하는 공적 기관으로서 그 기능이 확고히 인식되어야 한다. 보육 수요의 대상이 누구인가에 따라 보육정책은 달라질 수 있으므로 보육시설의 유형도 다양화 되어야 한다. 즉, 전

일제 근무 맞벌이 부부, 파트타임 근무자, 자영업자, 휴일근무자 등 다양한 근무 형태는 물론 전업 주부의 자녀양육도 지원할 수 있는 다양한 형태의 보육시설의 운영이 필요하다.

2. 유휴 공간 활용을 통한 국공립보육기관 확대 운영해야 한다

일반적으로 보육시설을 이용하고자 하는 부모들은 국공립 보육시설을 선호하고 있지만 국공립보육시설은 수요에 비해 턱없이 모자라는 상황이다. 이러한 기관을 늘리기 위해서는 정부의 재정적 투자가 필요할 것이고 이를 조금이라도 줄이는 방안으로 초등학교 유휴 교실을 활용할 수 있다.

유휴 공간의 활용은 국공립보육시설뿐 아니라 직장보육시설의 설치에도 동일하게 적용할 수 있다. 현재 직장보육시설은 상시 여성근로자 300인 이상 또는 근로자 500인 이상을 고용하고 있는 사업장만이 설치 의무가 있기 때문

에 의무 설치 사업장 이외의 사업장 근무자 자녀를 위해 가정 어린이집과 같은 소규모 보육시설을 설치하도록 하는 규정이 만들어져야 할 것이며, 의무 사업장은 공동직장보육시설을 활성화할 수 있도록 해야 한다. 또한 직장보육시설의 설치에 소요되는 초기 투자비용을 절감하기 위해 직장 내가 아닌 인근 유휴공공시설을 적극 활용할 수 있는 방안이 마련되어야 한다.

3. 보육프로그램 및 교사의 질 관리가 일정하게 유지되어야 한다

보육정책을 마련하고 시행하며 예산을 투자하는 일은 이제 보육시설의 수를 확대하는 것에서 벗어나 보육의 질을 높이기 위한 노력이 기울여져야 한다. 지식이나 눈에 보이는 학습이 아닌 영유아의 정서적이고 심리적인 차원과 사회성 발달은 생활 속에서의 경험이 매우 중요하다. 이렇게 볼 때, 보육시설의 질적 수준은 영유아의 삶을 결정하는 중요한 요인이 될 수 있다.

보육시설의 질적 수준 유지를 위해서는 영유아의 발달에 적합한 보육프로그램이 운영되고 있는가에 대한 지속적인 지도와 교육이 필요하다. 더불어 영유아 보호 및 교육을 동시에 실시해야 하는 보육교사에게는 그 어떤 교사보다도 전문성이 요구되지만 안타깝게도 우리나라 보육교사의 양성 및 관리체계가 미흡하다. 따라서 교사양성제도의 정비와 더불어 현직 교사에 대한 지속적인 교육과 관리도 필요하며, 교사의 전문성 향상을 위해 필요한 지원체제도 마련되어야 할 것이다.

보육시설의 질의 차이는 결국 보육시설에 다니고 있는 영유아의 삶의 질에 차이를 가져오게 될 것이고 이는 보육의 공공성에 위배되는 것이라 할 수 있다. 보육의 공공성 확보는 양의 확보가 아닌 질의 확보가 시급한 시점이다.

4. 가족 친화적 기업 경영이 실현되어야 한다.

정부가 보육정책에 1조원에 달하는 예산을 투입했지만 정작 아이를 키우는 여성 입장에서 별로 나아진 것이 없다고 한다. 일과 가정생활의 양립을 위한 ‘가족 친화적 경영’을 확립하고 강화할 필요가 있다. 가족 친화적 경영이란 근로자들이 일과 가족 양립을 통해 삶의 질이 향상됨으로써 기업의 생산성을 향상시키는 것은 물론 기업 이미지 향상과 나아가 국가적으로는 출산율 향상의 효과를 거두는 기업 경영 방식이다. 이는 이미 스웨덴과 일본과 같은 국가에서는 성공한 제도이며 우리나라에서는 유한킴벌리와 아시아나항공의 가족 친화적 제도가 우수 사례로 소개되고 있다.

◎ 유한킴벌리 사례

유사산 휴가 및 태아 검진 휴가, 출산전 휴직 제도
남성도 출산 휴가 2일 시행
1일 2회 1시간씩 수유시간 제공
보육비용으로 자녀 1인당 연간 100만원 지급
일의 성격에 따른 탄력 근무제
초중고 및 대학생 학비 지원
부부대상 특강
가족 활동(주말 농장, 야구단, 가족봉사단 등)

〈성원경 / 우송대학교 아동복지학과 교수〉

소비자의 소리

계약 조건 미이행 결혼정보업체, 중도 해지 거절

내용 2008년 1월 결혼정보업체에 가입 후 금융업체에 근무하는 남성과 1회 맞선을 보았다. 가입시 배우자 조건으로 공무원을 원하였으나 이후 조건이 맞는 회원이 없어 더 이상 소개받지 않았다. 등록 전에는 마치 조건이 좋은 남자 회원이 많은 것처럼 설명하더니 계약서에 기재된 5회 만남 횟수만 채우려는 업체의 태도가 불쾌해 중도 해지를 요청하니 거절해 본회에 도움을 요청하였다.

처리 소비자분쟁해결기준 결혼정보업에는 1회 이상 소개 후 소비자 사정으로 계약 해지시 가입비의 $\langle 80\% \times (\text{잔여횟수} / \text{총 횟수}) \rangle$ 환급이 가능하도록 규정되어 있다.

업체에서는 계약 기간이 1년이 지나 환불이 어렵다고 주장했으나, 소비자와 '5회 만남'을 조건으로 계약하였으며 이후 만남이 제대로 이루어지지 않은 점을 들어 소비자분쟁해결기준

에 의거한 보상기준대로 환불 받는 것으로 처리하였다.

고장 난 청소기 모델 단종, 대체상품으로 교체 수리해 불만 제기

내용 3년 전 청소기를 구입하여 사용 중 노즐(먼지를 빨아들이는 부분)이 파손되어 제조사 A/S센터에 수리를 의뢰했다. 해당 청소기 모델 자체가 단종이 되어 부품이 없으므로 대체상품으로 사용할 수 있는 다른 모델의 노즐 부분으로 교체 수리했다.

서비스센터에 사용했던 청소기의 노즐부분과 디자인 및 색상이 전혀 달라 불만을 제기했더니 기능상 문제가 없다는 주장만 반복해 소비자가 어떻게 해야 하는지 몰라 본회에 도움을 요청했다.

처리 수리를 맡긴 청소기의 경우 품질보증기간을 경과했지만, 부품보유기간 이내에 수리용 부품을 보유하고 있지 않아 소비자가 피해

를 입은 경우이므로 해당 업체가 소비자 구입 가격에서 사용연수에 따른 감가상각한 금액에 10%를 가산하여 환급해주는 것으로 처리하였다.

설치 지연으로 인터넷전화 계약 해지 요청하니 위약금 요구

내용 소비자는 지난 7월 1일 M텔레콤의 인터넷전화를 이용하기로 계약하고 전화기를 받았으나, 업체의 설치 지연으로 전화통화를 못했다. 며칠이 지나 설치기사 방문해 회선이 없어 설치를 못 한다고 하면서 회선 설치 후 개통시켜준다는 하였지만 한 달이 지나도록 연락이 없어 8월 말 전화기 구입처에 반납하고 해지 통보를 하였다.

이후 전화요금 영수증을 확인하니 사용하지 않는 인터넷 전화 요금이 매월 2만원씩 이체되고 있었다. 업체에 확인 전화하니 계약 해지가 안 되어 있으며, 해지할 경우 단말기 대금을 포함한 위약금 38만원을 납부하라고 하여 본회에 도움을 요청하였다.

처리 M텔레콤의 고객센터 민원담당자는 판매처와 연락이 되지 않아 소비자가 반품했다고 주장한 단말기의 출처가 확인이 안 된다고 하였지만, 본회에서는 영업소(판매처)관리는 M텔레콤 본사에게 있으며 관련 상품 계약, 반품, 해지 여부는 사업자가 입증책임이 있다며 중재

를 요청했다.

이후 고객센터에서는 사용하지 않은 단말기에 대한 위약금 38만원 부담하고, 소비자는 이미 지불한 금액은 환불 요구하지 않기로 쌍방 합의하여 처리하였다.

휴대폰 제조사, 반품된 기기 대금에서 통신료 할인 금액 환급 거부

내용 지난 1월 42만원에 해당되는 휴대폰을 2년 동안 사용, 월 통화요금이 7만원 이상인 경우 핸드폰 기기 요금에서 월 7500원씩 할인 받기로 약정하여 사용 중 잦은 고장으로 반품을 하게 되었다.

휴대폰 제조사에서 기기 환불을 받으려하니 지금까지 지불한 휴대폰 대금만 환불 가능하고 매달 7만원 넘게 사용한 통신요금에 대해 할인 받은 금액은 환불해 줄 수 없다고 하여 본회에 도움을 요청하였다.

처리 할부 약정 및 통신요금 할인은 통신사가 이용 고객에게 지급하는 일종의 보조금으로 볼 수 있으므로 할인 금액을 지급하도록 되어 있음을 해당 휴대폰 제조사에 안내하였고, 소비자가 지불한 단말기 금액과 매달 7만원 이상의 통신요금으로 할인 받은 휴대폰 기기 금액을 모두 포함한 금액을 소비자에게 환불해주는 것으로 처리하였다.

〈이충화 / 본회 소비자보호국 간사〉



병의원 진료 계약, 신중하게 하세요

- 선납 진료비와 계약금 미반환 관련 분쟁 증가 -

소비자가 병의원의 요구에 따라 진료비 일부를 선납하거나 계약금(예약금) 명목으로 일정한 금액을 지급하였으나 여러 사정으로 인해 진료나 수술을 받지 못하였을 경우 선납 진료비나 계약금을 제대로 돌려받지 못하는 피해가 끊이지 않고 있어 소비자들의 각별한 주의가 필요하다. 관련 피해사례 및 소비자 주의사항을 알아보자.

소비자 피해사례

사례1) 성형수술 예약금 반환 거절

20대 여자로 복부지방흡입술을 250만원에 받기로 하고 예약금을 100만원을 지불한 후 수술 2일전 변심하여 수술을 받지 않고 예약금 환급을 요구하였으나 예약금 환급을 거절함

사례2) 환불 불가 약정으로 인해 예약금 반환 거절

성형수술을 받기 위해 상담을 받은 후 예약금을 지불해야만 수술날짜를 잡을 수 있다는 설명을 듣고 100만원을 지불하였으나 수술받기가 무서워 예약금 환불을 요구하자 예약카드에 '환불 안됨' 이라고 했기 때문에 환불이 불가하다는 설명을 들음.

사례3) 선납한 치과 진료비 반환 요구 거절

치아 탈락으로 보철 치료를 받기로 하고 치아 본을 뜬 후 치료비로 170만원을 선납하였으나 보철 치료를 할 경우 보철 탈락 위험이 있다고 하여 임플란트 치료를 받기 위해 보철 치료를 취소하고 환급을 요구하자 거부함.

사례4) 피부과 치료 중도 해지 후 진료비 반환 거절

40대 여자로 1회 10만원하는 산소필링을 5회에 50만원을 선납하였으나 직장문제로 인해 1회만 받고 지방으로 내려가야 하는데 나머지 진료비 환급을 거절함.

사례5) 진료비 선납한 상태에서 병원폐업으로 치료를 받지 못함

20대 여자로 2008년 11월 경 치과 치료비 100

만원을 지불하고 치료를 받기로 했는데 개인사정으로 치료를 받지 않은 상태에서 치과가 폐업하여 선납한 진료비를 받지 못함.

소비자 주의사항

▶ 의료계약 및 해지는 신중하게 결정하자

의료행위는 의사와 환자간의 특별한 신뢰관계를 바탕으로 하는 것이므로 의료계약 해지는 언제든지 가능하지만 계약금이 부당하게 과다한 경우가 아니면 계약금을 포기해야 하기 때문에 수술 및 치료 선택은 꼼꼼히 따져본 후 의료계약을 하고 해지는 신중하게 결정한다.

※ 계약금이 부당하게 과다한지 여부의 판단은 전체 치료비의 10%라는 거래 일반 관행 또는 소비자분쟁 해결 기준을 참고

▶ 의료계약시 계약 해지는 진료(수술)개시 전에 하자

소비자의 귀책사유로 의료계약을 해지한 경우 진료중단에 따른 별도의 손해(진료 및 수술 준비 등에 따른 비용 등)를 배상할 경우도 있기 때문에 의료계약 해지가 불가피할 경우에도 적어도 진료나 수술 개시 전에 하는 것이 좋다.

※ 비록 진료를 받지 않았더라도 병원측이 진료상담을 거쳐 수술을 위한 준비를 만친 경우에는 상담비용 및 수술준비 비용, 소비자의 진료예약으로 인해 다른 환자의 진료예약을 받을 수 없어 발생된 기회비용 등을 손해배상으로 요구할 수 있다.

▶ 의료계약시 계약서 작성 후 교부를 요구하자

의료계약 당시 진료개시 전에 계약을 해지할 경우 계약금을 돌려받을 수 있는지, 진료 도중에 계약을 해지할 경우 나머지 기간에 대한 금액을 반환받을 수 있는지 등에 관하여 사전에 병원측에 확인하여 이와 같은 사실을 가급적 문서로 작성하여 두는 것이 선납 진료비나 예약금 관련한 분쟁을 예방할 수 있다.

▶ 환불불가 약정을 했어도 선납 진료비나 예약금 환불이 가능하다

계약해지 시 부조건 선납 진료비나 계약금 환불 불가라는 약정은 불공정약관으로써 동규정이 무효가 될 여지가 있으므로 원천적으로 병원측에 불리한 시기에 의료계약을 해지한 경우가 아니라면 미리 지급한 선납 진료비나 과다한 계약금 반환 청구는 가능할 수 있다.

▶ 병원측 사유로 진료(수술)를 받지 못한 경우 손해배상 청구도 가능하다

진료개시 전 병의원측의 귀책사유로 진료나 수술을 받지 못한 경우에는 선납 진료비나 계약금 전액을 반환받을 수 있고 별도의 손해를 입었을 경우에는 손해배상 청구도 가능하며, 진료 개시 이후라도 해지일까지는 진료비용(서비스 횟수로 계약한 경우에는 이용 횟수에 해당하는 금액)을 공제한 금액을 환급받을 수 있다. <자료제공 : 한국소비자원>

소비자뉴스

주유소 95%, 정량에 못 미치게 주유

전국 대부분 주유소가 정량에 미달하는 양의 기름을 넣어 주는 것으로 나타났다.

한국석유관리원은 지난달 12~30일 전국 주유소의 2%인 243 곳을 골라 정량판매 실태를 특별 점검한 결과, 95%에서 정량보다 모자라게 석유제품을 주유하는 것으로 나타났다고 17일 밝혔다.

관리원은 주유량의 오차 평균이 20ℓ 기준으로 -56.2㎖에 그쳐 대부분은 법률에서 허용하는 범위를 벗어나지 않았지만, 2개 주유소는 법적 허용치에 크게 모자라는 양을 판매하다 적발됐다며 이들 2곳에 사업정지, 과징금 등의 행정처분을 부과하도록 해당 자치단체에 통보했다.

이번 일을 계기로 이천호 석유관리원 이사장은 “앞으로 더욱

철저한 관리를 통해 건전한 석유유통 질서를 확립해 나가겠다”고 말했다.

내년부터 저농약농산물 인증 중단

국립농산물품질관리원(농관원)은 4일 친환경 농산물 인증품과 인증기관에 대한 관리 강화를 위해 내년부터 저농약농산물에 대한 인증을 중단한다고 밝혔다.

현재 친환경 농산물은 농약과 화학비료의 사용량에 따라 유기(농약, 비료 등을 일절 사용하지 않은 경우), 무농약(농약은 사용 않고 비료는 기준의 3분의 1 이하 사용), 저농약(농약, 비료를 기준의 2분의 1 이하 사용) 등 3가지로 나뉘어 인증을 받고 있다. 그러나 내년부터 저농약 농산물은 신규 인증을 하지 않기로 한 것이다.

농식품부 관계자는 “농산물 인증 표시제가 너무 복잡해 소비자의 혼란이 있다고 판단해 신규 인증을 중단하기로 했다”고 말했다. 다만 기존에 저농약 인증을 받은 농산물은 2015년까지 종전의 기준을 지킬 경우 유효기간을 연장할 수 있도록 일종의 유예기

간을 줬다.

가스·연탄 값 인상으로 난방비 부담 가중

가스요금과 지역난방요금, 연탄 값이 줄줄이 오른 데 이어 국제유가도 배럴당 80달러 선에 육박하고 있어 올겨울 에너지 비용 부담이 지난해보다 커질 것으로 보인다.

17일 기획재정부와 통계청 등에 따르면 지난달 도시가스요금은 전년 동월 대비 9.5%, 지역난방비는 4.7% 올랐다. 이달 들어서는 한국지역난방공사가 지역난방용 열(熱) 요금을 3.52% 추가로 인상해 전용면적 85㎡ 아파트의 경우 난방비가 월평균 2000원 정도 더 들 것으로 예상된다. 연탄의 공장도 가격도 이달 1일부터는 장당 287.25원에서 373.50원으로 30% 올라 소비자 가격이 403원에서 489원으로 21% 상승했다.

이와 함께 정부는 최근 2년간 겨울철에 한시적으로 시행했던 난방유 개별소비세 인하조치를 이번 겨울에는 추진하지 않을 방침인 것으로 알려져 서민 부담이

더욱 커질 것으로 보인다.

자동차 엔진, 3년간 무상 수리 가능해져

국토해양부는 내년부터 자동차를 산 뒤 3년 이내 엔진에 이상이 발생하면 무상 수리를 받을 수 있게 한다는 내용을 주요 골자로 한 자동차 관리법 시행령 및 시행규칙 개정안을 20일 입법예고한다고 19일 밝혔다.

개정안에 따르면 자동차 제작사는 자동차를 판매한 날부터 3년 이내에 엔진 장치에 문제가 발생하면, 주행거리가 6만km를 넘지 않았을 때 무상 수리해야 한다. 엔진을 제외한 다른 장치에 대해서는 자동차를 판매한 날부터 2년 이내, 주행거리 4만km 이내 무상 수리하도록 했다.

그동안에는 무상수리가 권고 사항이었지만, 이번에 강제규정으로 법제화됐다. 또 자동차를 판매한 날부터 8년 이상 부품공급을 의무화하도록 해 자동차 부품공급이 조기에 중단돼 어려움을 겪는 사례를 사전에 방지하기로 했으며 이 같은 개정안을 내년 2월부터 시행할 계획이라고

덧붙였다.

패스트푸드·제과점 영양표시 의무화

식품의약품안전청에 따르면 내년부터 햄버거, 피자, 아이스크림 등을 판매하는 패스트푸드점과 제과점에서 영양표시를 의무화한다는 내용을 담은 ‘식품접객업 중 어린이 기호식품의 영양성분표시 및 방법 등에 관한 기준안’을 18일 행정 예고했다고 밝혔다.

음식점 영양표시 의무화 대상은 전국에 100개 이상의 매장을 갖춘 제과점이나 패스트푸드 업체로, 총 31개 기업, 9891개 매장이자. 이들 매장은 내년부터 연중 90일 이상 판매하는 메뉴에 대해 열량과 당류, 포화지방, 나트륨 등 영양성분을 표시해야 한다. 열량은 음식명이나 가격표시 주변에 음식명(가격표시)의 80% 이상의 크기로 명시해야 하며 그 밖에 당류, 단백질, 포화지방, 나트륨 함량은 리플릿이나 홈페이지, 포스터 등에 표시토록 했다. 두 종류 이상의 음식으로 구성된 세트메뉴는 총열량이나 일정 중

량당 열량의 범위를 표시해야 한다. 식약청은 다음달 7일까지 여론수렴을 거쳐 최종안을 확정하고 내년 1월부터 시행할 계획이다.

지역 건보료 이달부터 4201원 올라

건강보험 지역가입자의 보험료가 11월분부터 세대당 평균 4,201원(6.09%) 올라간다.

22일 건강보험공단에 따르면 지역가입자 789만 세대 가운데 341만세대(43%)는 보험료가 증가하고, 98만 세대(13%)는 감소, 350만세대(44%)는 변동이 없는 것으로 결정됐다. 지역별로는 공시지가 상승 폭이 컸던 군산시(9.72%)와 인천 계양(9.78%), 주택가격 상승 폭이 큰 경기도의 정부(10.08%), 양주(9.1%) 등의 증가율이 높았다.

11월분 건보료는 내달 10일까지 납부해야 한다. 폐업 등으로 소득이 줄었거나 재산을 매각해 보험료 감액사유가 발생한 세대는 이의신청을 제기하면 보험료를 조정 받을 수 있다. ■



건강뉴스

역류성식도염 환자 8년간 4배 증가

국민건강보험공단 건강보험정책연구원은 지난 2001년부터 2008년까지 ‘역류성식도염’ 진료실태를 분석한 결과 환자가 4배 이상 증가했다고 밝혔다.

성별로는 유의한 차이가 없었으나 연령대별로는 지난해 기준 60세 이상이 7870명으로 가장 많았고, 40~59세, 40세 미만이 뒤를 이었다. 증가율도 60세 이상에서 연평균 24.9%로 40세 미만이 17.1%인데 비해 높았다. 나이가 들면 해부학적으로 역류를 막아주는 식도괄약근 기능이 감소하기 때문이다.

속쓰림, 소화불량 등은 물론, 만성기침, 흉통, 타액 과다분비, 구역 등의 증상을 일으키는 역류성식도염은 증상이 가벼울 경우 생활습관이나 식습관 변화를 유도하며 약물치료를 병행하지만

심할 경우 지속적으로 위산을 억제하는 치료가 필요하다.

명상요법, 심장병 위험 50% 줄어

스트레스를 줄이는 명상요법이 심장마비, 뇌중풍 위험을 50% 가까이 줄여준다는 연구결과가 나왔다고 미국 온라인 과학뉴스 사이언스데일리, 영국방송 BBC 온라인판 등이 17일 보도했다.

미국 마하리시대학 로버트 슈나이더 교수팀은 평균나이 59세이고 심장 동맥이 좁은 남녀 201명을 두 그룹으로 나눠 한 그룹은 스트레스를 줄이는 명상요법을 하루에 2번 20분씩 하게 했고 다른 한 그룹은 식습관 개선, 운동 등 심장병 위험요인을 줄이기 위한 교육을 했으며 참가자 모두 의학적 치료를 병행했다. 그 결과 명상을 한 그룹은 심장마비, 뇌중풍 및 사망 위험이 47%까지 줄었고, 혈압도 평균 5mmHg 낮아졌으며 심리적인 스트레스도 크게 줄었다.

천천히 먹을수록 다이어트 효과

음식을 천천히 먹게 되면 포만감을 느끼게 하는 호르몬 생성이

많아져 살찌는 것을 예방할 할 수 있다는 연구결과가 나왔다.

그리스 아테네의 라이코 종합병원 연구진들은 음식 섭취 시간에 따른 호르몬 농도에 어떤 변화가 있는지 알아보기 위해 17명의 건강한 남성들에게 아이스크림 300ml의 아이스크림을 5분 내 그리고 30분에 걸쳐 먹도록 했다. 그리고 음식을 먹기 전과 먹은 후 210분 동안 30분 간격으로 혈액샘플을 채취 혈중 내 글루코스, 인슐린, 내장호르몬 등의 양을 측정했다. 그 결과 30분에 걸쳐 아이스크림을 먹었을 때 포만감과 만족감을 느끼게 하는 호르몬인 펩타이드 YY(PYY), 유사글루카곤 펩타이드(GLP-1)가 가장 많이 생성된 것으로 나타났다. 똘똘 음식에 대한 포만감과 만족감도 제일 높게 느끼는 것으로 나타났다.

HDL 콜레스테롤이 암 발생 낮춰

몸에 좋은 HDL(고밀도지단백) 콜레스테롤이 암 발생 위험도 억제하는 것으로 밝혀졌다.

플로리다주 올랜도에서 열린 미국심장학회(AHA)에서 15일

발표된 연구보고서에 따르면, 환자의 HDL 콜레스테롤 수치가 10포인트 올라갈 때마다 암 발생 위험이 21%씩 낮아지는 것으로 나타났다.

이 연구를 주도한 보스턴 터프츠대 의대의 리처드 캐러스 교수는 58만6000명의 환자 가운데 26건의 사례를 평균 5년간 분석해 얻은 결과, HDL 콜레스테롤이 면역세포의 유독세포 공격을 지원하거나 건강한 세포 및 유전자의 손상을 막아 암 성장을 억제하는 것으로 보인다고 밝혔다.

이번 연구는 HDL과 암의 관계를 조사한 첫 번째 대규모 연구지만 HDL의 작동과정이나 암과의 연계성에 대한 근본적 내용을 알려면 더 많은 연구가 필요하다고 덧붙였다.

HDL 콜레스테롤 수치는 식이요법, 꾸준한 운동, 생활습관 개선 등을 통해 높일 수 있다.

즐거우면 통증 적게 느껴져

즐거운 감정을 가지면 통증도 줄어든다는 연구 결과가 나왔다. 캐나다 몬트리올대 매시유 로이 박사팀은 연구 참여자 13명을 대

상으로 감정에 따라 고통의 정도가 어떻게 달라지는지 관찰하기 위해 즐거운 느낌을 주는 그림, 아무 느낌을 주지 않는 그림, 불쾌한 느낌을 주는 그림을 보여주면서 작은 전기충격을 가했다.

연구진은 뇌기능 자기공명영상(fMRI)을 촬영해 감정과 관련된 뇌 활동에 따라 전기 충격에 대한 반응이 어떻게 달라지는지 구분한 결과, 즐거운 사진을 봤을 때는 통증의 정도가 줄어드는 반면 불쾌한 사진을 봤을 때는 반대로 통증이 늘어나는 것으로 관찰돼 감정과 분위기에 따라 실제로 느끼는 통증의 정도가 달라진다는 것이라고 밝혔다.

로이 박사는 “굳이 진통제를 사용하지 않아도 기분 좋은 사진이나 음악만으로 통증을 경감할 수 있다는 사실을 증명해주는 연구 결과”라며 “이러한 방법은 비용이 적게 들 뿐만 아니라 많은 분야에서 적용하기도 쉽다”고 강조했다.

이명(귀울림) 환자, 우울증 위험 4배

이명(귀울림) 환자 가운데 우울증세를 수반하는 경우가 많다

는 조사결과가 나왔다.

을지대학교 을지병원 이명클리닉 심현준 교수는 올 들어 병원을 찾은 이명 환자 255명을 조사한 결과 9.8%가 우울증 증상을 보였으며 이 같은 우울증 유병률은 일반인(2.6%)의 약 4배 수준에 해당한다고 밝혔다.

이명은 귀에서 심한 잡음이 느껴지는 질환으로 이명이 우울증을 유발하는지 아니면 우울증의 증세로 이명이 나타나는 것인지는 아직 불확실하지만, 환자들 대부분은 스트레스, 짜증, 걱정, 불안 증세가 이명 때문에 생기는 당연한 결과로 받아들여 우울증 치료를 받지 않는 경우가 많다고 설명했다.

심 교수는 “이명증세가 만성이 되면 뇌에서 청각을 담당하는 부분이 변화를 일으키고 뇌의 감정과 기억에 관여하는 ‘변연계’에도 영향을 미쳐 이명이 더욱 심해지며 우울증상과 같은 부정적인 감정도 따라 발생하는 등 악순환이 계속된다”며 “우울증세가 있는 이명 환자의 진료는 이비인후과와 정신과 사이에 협진이 필요하다”고 조언했다. ■

식품뉴스

마늘, 생으로 먹어야 '심장병' 예방 효과 높아

마늘이 건강에 좋다는 사실이 속속 밝혀지고 있는 가운데, 생으로 먹을 경우 익혀서 먹는 경우보다 심장병 예방에 효과가 크다는 연구결과가 나왔다.

미국 코네티컷대학교 심혈관 연구팀은 마늘 속에 풍부한 황화수소라는 성분이 심장을 보호해주는 역할을 한다고 발표하면서, 특히 생으로 먹을 경우 심장 근육과 대동맥이 더 튼튼해지는 것으로 나타났고 밝혔다. 익힐 경우에는 그 효과가 뚜렷하지 않았다고 덧붙였다.

연구팀은 마늘 속에 있는 황화수소가 불에 익히는 조리 과정에서 빨리 사라지기 때문이라고 밝혔다.

극장 팝콘 세트, 햄버거 3개 열량과 맞먹어

극장에서 영화를 볼 때 팝콘과 콜라를 즐기면 햄버거 3개에 맞먹는 열량과 포화지방산을 먹게 되는 셈이라는 조사결과가 나왔다.

미국 공익과학센터 연구진은 미국의 주요 극장의 팝콘과 콜라로 구성된 콤보세트의 칼로리를 비교 분석한 결과, 미국에서 가장 큰 극장 체인을 갖고 있는 레갈(Regal)의 팝콘 중간사이즈와 콜라로 구성된 콤보세트에 가장 많은 칼로리와 지방이 들어있었다.

레갈 극장의 콤보세트에는 1610kcal와 60g의 포화지방산이 들어있었는데 이는 맥도날드의 쿼터파운더 햄버거 3개, 작은 버터딩어리 12개와 맞먹는 양이다. 이에 공익과학센터 영양학자 제인 헐리 박사는 2시간 동안 앉아서 영화를 보는 것은 에베레스트 산을 오르는 것처럼 칼로리가 소모되지 않는다면 극장은 고객을 위해 팝콘 가격 옆에 영양 정보

를 제공하는 등의 조치를 취해야 하며 극장에서 건강을 지키는 법은 아무것도 안 먹는 것이라고 말했다.

채소, 과일에 많은 플라보노이드, 대장암 예방

과일, 채소, 차, 와인 등 땅에서 자라는 식물이나 이를 원료로 한 음식물이 과체중인 남성이나 정상체중 여성의 대장암을 예방하는 데 도움이 되는 것으로 나타났다.

채소에 들어 있는 항암성분인 플라보노이드의 효과가 다시 한번 입증된 것이다. 플라보노이드는 채소나 과일에 들어 있는 색소를 지칭하는 말로 암을 억제하는 성분으로 알려져 있다. 안토시아닌, 카테킨 등이 플라보노이드의 한 종류이다.

네덜란드 마스트리히트대 콜린다 사이몬스 연구팀은 55~69세 성인 12만852명의 특정 플라보노이드 성분 섭취와 대장암 발생간의 관련성을 조사한 결과, 과체중 남성이나 정상체중 여성에서 플라보노이드를 섭취하는

것이 대장암을 예방하는 데 효과적이었다.

정크푸드, 우울증 확률 높여

정크푸드(열량은 높으나 건강에는 좋지 않은 즉석 식품)를 많이 먹는 사람은 야채나 생선 위주로 제대로 된 식사를 하는 사람에 비해 우울증에 걸릴 확률이 높아진다는 연구 결과가 나왔다.

유니버시티 칼리지 런던(UCL) 연구팀은 55세 안팎의 성인 3천486명을 대상으로 식습관에 대해 설문조사한 뒤 2개 군으로 나눠 5년 뒤 우울증 발병률을 조사해 튀김 음식, 가공육, 당분이 많이 포함된 후식, 고지방 유제품 등의 가공 음식을 자주 먹는 사람은 과일, 채소, 생선 등을 먹는 사람에 비해 우울증에 걸릴 확률이 58%나 높은 것으로 나타났다고 밝혔다.

연구팀은 그 이유에 대해 추가적인 연구가 필요하다고 밝힌 뒤 과일과 야채에 있는 항산화 물질과 브로콜리, 시금치, 콩 등에 든 비타민B 복합체인 엽산이 우울증 예방 작용을 하는 것으로 보

고 있다. 또 생선을 많이 포함된 불포화 지방산이 우울증 예방 효과를 내는 것으로 판단하고 있다.

참다래 '한라 골드', 간 손상 방지에 효과

농촌진흥청은 국산 참다래 품종인 '한라 골드'가 간(肝) 손상 여부를 나타내는 혈액 내 효소 수치를 크게 낮춰 간 손상 방지에 큰 효과가 있다고 밝혔다.

농촌진흥청은 '한라골드' 과육 추출물을 실험용 생쥐에게 열흘 간 먹인 후 간 손상을 일으키는 사염화탄소(CCl₄)를 투여한 결과, 한라골드를 먹은 쥐는 간 손상의 혈청학적 지표인 혈액 내 효소 수치가 500 이하로 떨어져 정상치(200)에 가까워졌다. 반면 한라골드를 먹지 않은 쥐의 수치는 2,500까지 올라가 심각한 간 손상 현상이 발생했다.

아마씨유, 골다공증 위험 줄여

당뇨병이 있거나 폐경기가 지난 여성이 식물성 기름인 아마씨

유를 듬뿍 먹으면 골다공증 위험을 줄일 수 있다는 연구결과가 나왔다.

이집트 국립연구센터 머하르비 박사팀은 암컷 쥐 70마리를 당뇨병 쥐, 난소제거 쥐, 난소를 제거한 당뇨병 쥐 등으로 나누고 이들 그룹을 다시 쪼개 한쪽에는 아마씨유를 먹이고 다른 한쪽에는 먹이지 않은 채 아마씨유와 골다공증, 당뇨병 사이의 관계를 조사한 결과, 아마씨유를 먹은 쥐 사이에서는 다옥신피리디놀린의 수치가 떨어졌다. 이 성분은 보통 건강한 뼈에 나타나는데 실험쥐의 소변에 이것이 있다는 것은 뼈로 재흡수 되지 못했다는 것이다.

연구진은 아마씨유는 뼈의 미네랄 밀도를 높여주고 골다공증을 유발하는 인자를 줄여주는 효과가 있다는 것이 이번 연구를 통해 나타났다고 결론 내리면서 특히, 골다공증의 위험을 줄이기 위해 당뇨병이 있는 여성은 아마씨유가 들어있는 음식을 먹으면 좋다고 설명했다. ■

길을 묻다

이 목 연 / 소설가

승혜는 일 년에 한 번씩 차려야 하는 시어머니의 생신상이 부담스럽다.

작년엔 인터넷을 뒤진다, 옆에 앉은 선배 언니의 조언을 받는다, 수선을 피우다가 결국 친정어머니의 손을 빌어서 생신상을 차려 드렸다. 하지만 이제 더는 어머니 신세를 질 수는 없었다. 결국 만만한 인터넷에 들어가 도움을 청하기로 한 승혜는 가방을 놓아마자 인터넷을 열었다. 소소한 일상을 마음을 담아 털어놓고, 댓글에 대해 답글을 달다보니 어느새 승혜의 블로그 <새댁>은 인기 블로그가 되어 있었다. 승혜는 오늘의 고민을 써내려가기 시작했다.

“제가 결혼 2년차 맞벌이 주부라는 것은 다 아시죠? 저희 시댁에는 두 형제가 있는데, 결혼 초에 어머니는 저희 형제들을 불러 놓고 말씀하셨습니다. 형님은 시아버님 생신상을, 저는 시어머니의 생신상을 차리라고요. 외식 말고 직접 손으로 차리라는 단서를 붙여서 말입니다. 작년에는 친정 엄마의 손을 빌어서 어머니 생신상을 차려 드렸지만 그건 할 짓이 아닌 것 같아 올 해 제 손으로 직접 차리려고 합니다. 무엇을 해 드리면 좋을까요? 간단하면서도 푸짐하고, 맛있고, 이왕이면 개성예다 특별하고 게다가 정성까지 담은 듯 보이는 메뉴가 없을까요? 제가 욕심이 너무 많았나요? 조언 부탁드립니다.”

글을 등록하고 나서 잠깐 웹서핑을 하고 돌아와 보니 생각보다 많은 댓글이 달려 있었다.

“어머님이 너무 하시네요, 맞벌이 부부한테 손수 생일상을 차리라고 하다니요? 그건 폭력이에요. 그런 상을 뭇 하러 차려 드립니까? 새댁님은 좋으시네!”

“모든 것은 초장에 길을 들여야 해요. 비록 친정어머니의 손을 빌려 차렸지만 한 번 차려드렸으니 이제 그만 하세요. 그리고 신랑을 잘라 외식으로 때우세요. 세상에서 제일 구제 못할 것이 착한 며느리라는 거, 아시지요?”

“초장에 길들여야 한다는 윗분 말씀에 동감합니다. 나도님과 비슷한 경우였는데, 남편을 조정해서 이제 외식으로 돌렸답니다. 세상 시어머니들은 자기 아들이라면 벌벌 떨잖아요. 우리가 무섭니까? 직장생활에 가정생활 거기다 어른들 생신상까지? 오늘 밤 당장 남편을 구워삶아 보세요. 구워삶는 법은 아시겠죠?”

적당한 메뉴를 소개해 달라고 올린 글에 주요 메뉴 대신 간식처럼 주룩 달리는 댓글을 보자 승혜는 신이 났다. 모두다 제 편이 아닌가. 댓글에 답글을 달기 시작했다.

“속이 좋은 게 아니라, 어른들이 원하시니까요. 하지만 손수 차리려니 부담이 되는 건 사실이에요.”

“초장에 길들인다는 말에 공감합니다. 올 신랑 벌써 작년하곤 달라졌거든요. 여기에 애까지 생기면 더 이상 말이 먹히지 않겠죠? 남의 충고 깊이 새겨 착한 며느리 탈출에 노력하겠습니다.”

다음 글의 답글도 달았다.

“그쵸, 제가 무쇠도 아니고, 남의 말씀처럼 올해로 끝내고 내년부턴 외식으로 유도해 봐야겠어요.”

저녁을 먹고 들어오는 남편 영민을 승혜는 컴퓨터 앞으로 불렀다.

“자기가, 이리 좀 와 봐.”

결혼 전에는 그리 효자가 아닌 듯싶던 남편이 언제부터가 어른들의 말씀을 고분고분 따르는 효자로 변해 있었다. 승혜는 제 블로그에 올라온 글을 보게 하여 요즘 그들 또래들의 사고방식을 알게 할 셈이었다. <새댁>에는 또 새 글이 올라와 있다.

“그런 일은 동서 간에 먼저 합의를 보아야 해요. 남편 설득이 먼저지만요. 혼자서 나섰다가 공연히 혼자 못된 며느리로 찍히니까, 형님하고 먼저 상의하세요.”

생각지도 못한 충고들이었다. 컴퓨터 앞으로 온 남편이 내용을 훑어보더니 혀를 차며 돌아섰다.

“참 정신없는 여자들이군. 아니 시어머니 생신상 한 번 차려 드리는 걸 갖고 이렇게 난리를 피워대니. 이젠 아들 가진 엄마들의 비애야, 비애야.”

다음 날 남편을 만나 함께 저녁식사를 하고 퇴근한 승혜는 웃도 벗기 전에 블로그를 열었다. 자신의 <새댁>이라는 대문이 오늘도 인기 블로그에 올라 있었다. 새로 달린 댓글은 열 개도 넘었다. 그걸 읽어 내려가던 승혜의 눈이 점점 커졌다.

“뭔데 그래?”

승혜를 결혼질로 살피던 영민은 슬그머니 컴퓨터 앞으로 다가갔다.

“뭐야, 이거? 시어머니?”

영민은 낮에 자신이 올려놓은 글을 큰소리로 읽기 시작했다.

“설마, 우리 며느리는 아니겠지요? 난 평생 시어머니를 모시고 살았어요. 설 새 없이 돌아오는 집안 행사 때문에 친척들과 손님들 치닥거리에 신물이 났지요. 해서 내 이쁜 며느리들에게는 그런 고생을 시키고 싶지 않았습시다. 우리 내외를 걱정하는 두 아들을 떠나보내며 말했지요. 만나고 싶으면 밖에서 가끔 만나 외식이나 하자고요. 명절이나 제사 음식도 제가 다 합니다. 하지만 가끔은 아들집에 가서 어떻게 사나, 보고도 싶은 게 어미 마음이라요. 그래서 우리 생일만큼은 식구들 모두 모여 밥 한 끼 같이 먹자고 한 거예요. 난 요즘 말로 멋지고 쿨한 시어머니가 되고 싶었거든요. 한데 우리 며느리도 새댁처럼 그렇게 부담스럽게 여길까요?”

의기양양하게 읽고 난 영민을 보며 승혜가 새초롬한 입으로 물었다.

“혹시, 자기 어머니는 아니겠지?”

자기 어머니라는 그 말에 영민은 사실을 고백하려던 마음을 고쳐먹으며 한마디 덧붙였다.

“글쎄, 우리 엄마가 요즘 컴퓨터 교실에 나간다고 하더니, 그새 이렇게 댓글도 달 줄 아셨나?” ■



강원 원주 출생. 1998년 <한국소설>의 『악어새의 외출』로 신인상 수상, 2003년 『달개비』로 김유정소설문학상을 수상했다. 작품으로는 『돼지 잡는 날』, 『하얀 노을』, 『줄다리기』, 『역새 꽃 지는 소리』, 『로메슈제의 향기』, 『꽂이를 굶는다』 등 많은 작품을 출간했다.

따끈따끈한 국물의 진수 ‘탕요리’

찬바람이 싸늘하게 불어 오면 김이 모락모락 나는
따끈한 국물요리가 생각난다. 주말 저녁 친척이나 가까운 지인을 초대해 맛 좋고
영양 만점인 탕요리를 먹으며 늦가을의 여유를 느껴보자.

낙지연포탕

재료>세발낙지 2마
리, 껍질홍합 200g,
배춧잎 2장, 대파 1
뿌리, 홍고추 1개,
풋고추 1개, 국물(물
4컵 정도, 소금·참기름·
다진 마늘 약간씩)



<만드는 방법>

- ① 세발낙지는 머리 속의 내장을 빼고 소금으로 문질러 빨아 여러번 씻어 놓는다.
- ② 껍질홍합은 수염을 제거하고 소금물에 담가 해감시킨다. 깨끗이 문질러 씻고 홍합을 삶는다.
- ③ 육수는 홍합 삶은 물에 면보에 한번 걸러서 사용한다.
- ④ 배추는 데쳐 찢어 놓고 고추, 대파는 어슷썰다. 고추씨는 뺀다.
- ⑤ 냄비에 참기름을 약간 두르고 ①의 손질한 낙지를 볶고 여기에 나머지 재료를 넣는다.
- ⑥ ⑤에 물이 생기기 시작하면 육수를 넣고 소금으로 간을 한다.

버섯들깨즙탕

재료>표고버섯 6개, 느타리버섯 10개, 팽이버섯 1봉지,
양송이버섯 7개, 쇠고기 300g, 고기양념(간장 2작은술,
설탕·마늘·참기름 1/2작은술씩, 후춧가루 약간), 밀가루
2큰술, 달걀 푼 물 1개 분량, 식용유 약간, 두부 1/2모, 대
파 2대, 죽순 5개, 홍고추 2개, 불린 쌀·들깨 1/2컵씩, 멸
치육수 5컵, 쭉갓 50g, 소금 2작은술

<만드는 방법>

- ① 표고버섯은 기둥을 떼어내고, 느타리버섯은 밑동을 자른 뒤 3등분한다.
- ② 팽이버섯은 밑동을 잘라 먹기 좋은 크기로 가르고, 양송이버섯은 겉껍질을 벗긴 뒤 모양을 살려 3등분한다.
- ③ 쇠고기는 곱게 다진 후 고기양념으로 버무려 기름 1cm 정도로 동그랗게 빚은 다음 밀가루와 달걀 푼 물을 입혀 식용유를 두른 팬에 굴리면서 익힌다.



④ 두부는 2등분한 뒤 0.5cm 두께로 채썰고, 대파는 4cm 길이로 썰어 반으로 가른다.

⑤ 죽순은 빗살무늬를 살려 4cm 길이로 자른 뒤 먹기 좋게 저며 썰고, 홍고추도 반으로 갈라 씨를 빼고 4cm 길이로 채썬다.

⑥ 불린 쌀은 들깨, 멸치육수 2컵과 함께 믹서에 갈아 체에 밭친다.

⑦ 전골냄비에 버섯을 돌려 담고 쇠고기 완자와 두부를 넣은 뒤 멸치육수 3컵을 부어 끓이다가 ⑥과 대파, 죽순, 고추, 소금을 넣고 한소끔 끓인 뒤 쭉갓을 올린다.

유부어묵탕

재료>말린 표고버섯 2개,
곤약 50g, 유부 4개, 두
부 1/4모, 데친 미나
리줄기 4대, 어묵
120g, 가다랑어 국
물 4컵, 멸치액젓
2작은술, 소금 약간

<만드는 방법>

- ① 표고버섯은 찬 물에 20분간 불리고, 곤약은 가운데 칼집을 넣어 모양을 낸다.
- ② 유부는 끓는 물에 넣었다가 건져 기름을 빼고 두부는 으개서 물기를 짠다. 유부 안에 두부를 넣고 입구를 데친 미나리줄기로 묶는다.
- ③ 어묵은 체에 밭쳐 뜨거운 물을 부어서 기름을 제거한다.
- ④ 가다랑어 국물을 냄비에 부은 뒤 재료를 한데 넣고 끓이다가 멸치액젓과 소금으로 간한다.



누룽지탕

재료>누룽지 200g, 새우 150g, 불린 해삼 100g, 한
치(몸통) 2개, 소라 2개, 양파 1/2개, 죽순 100g, 물밤
100g, 표고버섯 3~4개, 목이버섯 2개, 붉은 피망 1개, 푸
른 피망 1개, 얇게 썬 마늘 5~6쪽, 식용유 3큰술, 대파 2
대, 물 1컵, 화이트 와인 1큰술, 양파즙 2큰술, 녹말 3큰술,
참기름 1/2큰술, 소금·후추 약간씩, 해물소스(청주 1큰술,
생강즙 1큰술, 후추 1작은술, 양파즙 2큰술), 간장굴소스
(간장 2큰술, 육수 4컵, 굴소스 2큰술)

<만드는 방법>

- ① 새우, 한치, 해삼, 소라는 얇게 썰어서 물 1컵과 화이트 와인, 양파즙을 넣고 데친 후 해물소스에 쪄낸다.
- ② 목이버섯은 따뜻한 물에 불린 후 굵직하게 썬다.
- ③ 피망과 양파는 곱게 채쳐 참기름을 조금 넣고 살짝 볶는다.
- ④ 팬에 얇게 썬 마늘, 식용유 3큰술, 대파를 넣고 볶다가 간장굴소스를 넣고 썰어놓은 표고버섯, 목이버섯, 죽순, 물밤을 넣고 끓인다.
- ⑤ 녹말 3큰술을 물에 개어 ④에 넣고 함께 끓이다가 ①의 해물을 넣고, ③의 피망과 양파를 넣은 후 소금과 후추, 참기름을 넣는다.
- ⑥ 누룽지는 튀겨 놓는다.
- ⑦ 큰 볼에 ⑥의 누룽지를 담고 그 위에 ⑤를 부어 낸다.



지구온난화와 원자력

최근 녹색성장위원회 회의에서 저탄소 성장을 위한 '온실가스 감축안'에 대한 폭넓은 논의가 있었으며, 11월 17일 국무회의에서 2020년까지 온실가스 배출량을 2005년 대비 4% 감축, 2020년 배출전망치보다 30% 감축한다는 목표를 최종 확정했다. 이번 기회에 지구온난화와 함께 원자력발전이 어떻게 지구환경에 기여하는 에너지원이 될 수 있는지 알아보자.

◆ 온실효과로 인한 지구온난화 문제 심각

지난 2007년 기후변화협약에 관한 정보간 패널인 IPCC(기후 변화와 관련된 전 지구적 위험을 평가하고 국제적 대책을 마련하기 위해 설립한 유엔 산하 국제 협의체)에서 발표한 보고서에 따르면, 전 세계 기온이 지난 100년(1906~2005년)간 0.74℃ 상승했고, 해수면은 1961~2003년 동안 매년 1.8mm씩 상승했다고 밝혔다. 또한 현재와 같이 화석연료를 지속적으로 사용하면 금세기 말 지구는 평균기온이 최대 6.4℃, 해수면은 59cm 상승하는 것으로 전망했다. 이는 18세기 영국의 산업혁명 이후 급속하게 늘어난 석탄이나 석유와 같은 화석연료 사용에 따라 이산화탄소 배출량도 크게 늘어났으며, 이렇게 배출된 이산화탄소는 지구를 마치 비닐하우스처럼 덮어 계속해서 지구를 덥게 만들고 있다. 이것이 바로 온실효과로 인한 지구온난화 문제이다.

우리나라는 소비에너지 가운데 화석연료 비중이 80% 이상을 차지하고 있고, 2007년 이산화탄소 배출량은 세계 9위, 온실가스 배출 중

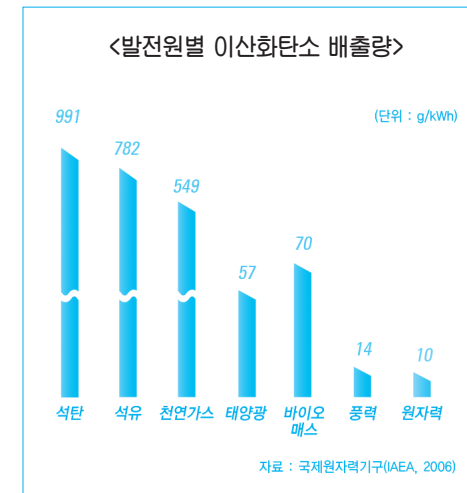
가솔(1990~2007)은 OECD국가 중 1위를 기록하는 등 온실가스 문제가 세계 어느 나라보다도 심각한 상태다.

◆ 원자력발전, 온실가스 배출 가장 적어 '청정에너지'로 급부상

우리나라의 온난화 속도는 세계 평균보다 두 배 이상 빠르다는 연구결과가 나와 있으며, 이러한 속도라면 머지않아 한반도의 생태계가 완전히 변화하고 열대성 질병이 확산되는 등 기후변화의 피해가 가시화될 것으로 보인다. 특히 온실가스 배출 증가분의 약 70%를 전기·가스·수도 부문이 주도하고 있는 것으로 나타나 이산화탄소를 배출하지 않는 청정에너지가 절실히 요구되고 있다.

국제원자력기구(IAEA)에 따르면, 해당 에너지원의 채광부터 발전소 건설, 운전까지 전 기간 중에서 온실가스 배출총량을 비교해본 결과 원자력발전이 대체에너지보다 온실가스를 적게 배출하는 것으로 나타났다.

특히 원자력발전은 가동 중에는 전혀 이산화탄소를 배출하지 않는 에너지원으로 전체적으



- 온난화가 지구에 미치는 영향
- 5℃ 상승
 - 히말라야의 빙하 소멸
 - 중국 인구 25%에 영향
 - 해양 산성화 가속, 해양 생태계 변화
 - 해수면 상승으로 작은 섬과 뉴욕, 도쿄와 같은 도시 수장
- 4℃ 상승
 - 30~50%의 물 감소(아프리카 농작물 15~35% 감소)
 - 아프리카에서 최대 8,000만명 말라리아로 사망
 - 해안 지역 인구 최대 3억 명 홍수 피해
- 3℃ 상승
 - 유럽에서 10년마다 심각한 가뭄, 10~40억 명 물 부족
 - 기근 피해자 5억 5,000만명 증가
 - 최대 300만 명이 영양실조로 사망
 - 최대 50%의 생물 멸종 가능성, 아마존 밀림 파괴 시작
- 2℃ 상승
 - 남아프리카와 지중해에서 물 공급량 20~30% 감소
 - 열대 지역 농작물 크게 감소(아프리카는 5~10%)
 - 아프리카인 최대 6,000만명 말라리아에 노출
- 1℃ 상승
 - 안데스 산맥의 작은 빙하 녹음, 5,000만명 물 부족
 - 기후 관련 질병으로 매년 30만 명 사망
 - 영구 동토층이 녹아 러시아와 캐나다의 건물 및 도로 손상
 - 10%의 생물 멸종 위기

자료 : 2007년 유엔-정부간 기후변화위원회(IPCC) 보고서 중

로 화력발전보다 1/50에서 1/100 수준 정도의 이산화탄소만을 배출하는 것으로 나타나 원자력으로 화석연료를 대체했을 경우 석유발전은 연간 1억 2천만톤, 천연가스발전은 8천 1백만톤, 유연탄발전은 1억 4천만톤의 이산화탄소 배출을 줄일 수 있다.

이러한 이유 때문에 전 그린피스 국장을 지

낸 환경운동가 스테판 틴테일(Stephen Tindale)은 영국원전 반대를 주도하던 환경론자들은 시급한 탄소배출 감축을 위해 원자력발전이 현실적으로 유일한 대책임을 인정했다는 것을 올 2월 인디펜던트지와 인터뷰에서 밝히기도 했다.

〈글 : 편집자(주)/자료제공 : 한국원자력문화재단〉



치약! 바로 알고 사용하자

— 치아 상태에 따라 치약 선택 —

일상생활에서 매일 사용하는 치약. 개인의 치아 상태에 따른 치약을 선택해야 치아 및 잇몸 건강을 제대로 지킬 수 있다. 다음은 올바른 치약 고르는 요령 및 사용시 주의사항이다.

◆ 치약 성분에 따라 효능 달라

치약 성분은 치아표면에 붙은 치석 등을 제거해 치아를 빛나게 하는 연마제, 거품이 발생하여 치석 등을 세척하는 기포제, 상쾌한 기분으로 칫솔질을 할 수 있게 도와주는 착향제 등으로 구성되어 있다.

치약의 일반적 효능으로는 충치예방과 구취 제거가 있고, 그 밖에 치석 및 치주질환 예방, 치태제거(안티플라그) 등이 있으며 치약의 성분에 따라 각기 다른 효능을 나타내므로 이를 확인하고 선택하는 것이 좋다. <표 참조>

◆ 치아 상태별 치약 선택 요령

1. 성장기 어린이

불소가 함유된 것을 선택해야 하나, 3세 이상 어린이에게 사용가능하다. 보통 어린이용치약의 불소함유량은 제품 용기에 기재되어 있으며 총 함유량은 1000ppm을 초과하지 않도록 되어 있다. 6세 이하 어린이의 경우 완두콩 크

기 정도의 소량을 사용하고, 빨아 먹거나 삼키지 않도록 보호자의 지도하에 사용해야 한다.

2. 충치가 심한 사람

충치가 잘 생기는 사람은 충치 유발을 억제하는 불소함유성분(불화나트륨, 일불소인산나트륨)의 치약을 선택하도록 한다. 충치의 원인은 당분을 섭취하고, 바로 양치질을 안 할 경우 입안에서 세균에 의해 부패되어 산을 만들게 된다. 이렇게 만들어진 산은 대부분 치아의 표면층을 녹여버리게 되어 부식시켜버리게 된다. 불소가 함유된 치약은 치아의 내산성을 높여주어 충치를 예방하는데 도움이 된다.

3. 치아가 시린 사람

마모도가 낮고 시린이의 통증을 완화시키는 인산삼칼슘, 질산칼륨, 염화칼륨, 염화스트론튬 등이 함유된 치약을 선택하도록 한다. 이러한 성분들은 노출된 상아질에 방어벽을 형성해 통증을 막아주고 이가 시린 증상을 예방·완화시

<표>치약제 구성성분의 종류 및 효능

구성성분	종 류	효 능	비 고
주성분	불소화합물	충치예방	충치예방, 농루예방, 치아미백, 치석의 침착방지, 구취예방 등의 효과를 증강시킴
	알란토인, 아미노카프론산 등	치주질환의 예방	
	인산삼칼슘, 질산칼륨, 염화스트론튬 등	시린이 완화	
	이산화규소, 침강탄산칼슘 등	연마제	치아표면에 붙은 더러운 것을 제거하고 치아를 빛나게 함
기타성분	라우릴 황산 나트륨 등	기포제	거품이 일어 더러운 것을 쉽게 없어지게 함
	글리세린, 솔비톨, 프로필렌글리콜 등	습윤제	적당한 습도를 가지게 함
	카복시메칠셀룰로오스, 아라비아고무 등	결합제	치약이 균일하고 안정된 형태를 유지하게 함
	스피아민트유, 페파민트유 등	착향제	보다 상쾌한 기분으로 칫솔질을 할 수 있게 함

켜준다.

4. 치주질환이 있는 사람

치은염(잇몸에 국한된 염증)이나 치주염(잇몸뿐 아니라 주위조직까지 염증이 파급된 질환) 등 치주질환을 예방하기 위해서는 소금, 초산토코페롤(비타민E), 피리독신(비타민B6), 알란토인류, 아미노카프론산, 트라넥사민산 등이 함유된 치약을 사용하도록 한다.

5. 치태, 치석침착 등으로 치아가 변색된 사람

치아의 마모도가 높고 항 치석 성분들이 함유된 치약을 선택해야 한다. 일반적으로 치아 마모도가 높은 치약은 치태 제거 능력이 좋고, 치아 마모도가 낮은 치약은 치태 제거 능력이 낮다. 치아의 마모도가 너무 높으면 치태 제거 능력은 좋으나 치아 손상의 가능성이 있고, 치아의 마모도가 너무 낮으면 치태 제거 능력이 떨어질 수 있으므로 자신의 치아 상태에 따라 적절한 치약을 선택하도록 한다.

치석은 음식물 찌꺼기가 남아 끈적끈적하게

치아를 둘러싸는 세균막(프라그 또는 치태)이 생기고 이것이 침 속의 칼슘이온 성분과 결합하여 딱딱하게 굳어 치아에 붙게 되는 것이다. 치석을 예방하기 위해서는 피로인산나트륨 등이 함유된 치약을 사용하고, 치태제거 등 연마 목적으로는 탄산칼슘, 이산화규소 및 인산수소칼슘 등의 성분이 함유된 치약을 사용하도록 한다.

◆ 치약 사용시 주의사항

불소가 함유된 치약은 3세 이상 어린이에게만 사용해야 하며, 2세 이하의 아이들은 그냥 삼킬 수 있으므로 불소가 함유되지 않은 구강세정제를 사용하는 것이 좋다. 특히, 시중에 판매되는 어린이용 치약은 3세부터 영구치아가 생기는 초등학교 3, 4학년까지 쓰도록 해야 한다.

또한, 칫솔질을 마치고 입안을 깨끗이 헹구어 내지 않으면 기포제, 감미제 등의 성분이 남아 오히려 구취의 원인이 될 수 있으므로 주의해야 한다. <자료제공 : 식품의약품안전청>



신용카드 선포인트(세이브) 제도

– 할인 금액, 기간 내 포인트 적립으로 갚아야 –

최근 선포인트 제도를 사용해 물품을 구입한 후 카드 선포인트를 갚지 못해 현금으로 부족분을 납부하는 등 관련 피해가 잇따라 소비자 주의가 요구된다. '선포인트제도'의 장점 및 소비자 유의사항을 꼼꼼히 살펴보자.

선포인트(세이브) 제도란?

물품을 살 때 일정 금액을 할인 받은 후, 그 카드를 사용하면서 적립되는 포인트로 할인받았던 금액을 상환하는 제도이다. 즉, 매달 일정 금액을 결제해야 하는 할부의 개념이기 때문에 한 번 선포인트 제도를 이용하고 나면 포인트를 갚기 위해 신용카드를 매달 일정 금액 이상은 사용해야 한다.

선포인트제도의 장점 및 문제점

선포인트제도의 장점은 고가의 제품을 큰 부담 없이 미리 할인받아 구매할 수 있다는 것이다. 특히, 자동차와 가전제품 등을 구입할 때는 이점이 주효하다.

그러나 선포인트 제도를 꼼꼼히 살펴보면 꼭 좋은 것만은 아니다. 선포인트로 일정금액을 할인받아 마치 공짜인 것 같지만, 실제로는 모든 선포인트 할인에는 상환 기간이 정해져 있다.

만약 상환 기간 내에 포인트를 채우지 못하면 부족분을 현금으로 도로 갚아야 한다. 결국 나중에 갚아야 할 빚인 것이다.

선포인트 이용시 주의사항

1. 선포인트제도는 미리 쓴 금액을 상환기간 내에 적립 포인트로 갚지 못할 경우 부족분을 현금으로 갚아야 한다. 상환해야 하는 현금에는 최고 10%에 가까운 할부이자까지 붙는다.
2. 선포인트 제도는 할인이 아니라 순식간에 빚이 생기는 장기할부거래임을 인식하자.
3. 포인트 적립률이 높은 가맹점에서 카드를 사용하거나 가족 서비스를 이용해 여러 명의 가족이 공동으로 포인트를 합산해 포인트를 상환하는 것이 유리하다.
4. 선포인트 제도 이용 전에 포인트 적립 및 적립제한 조건, 필요사용액 미달시 현금 상환 의무 등 약정 내용을 꼼꼼히 확인한다.

명품 녹색길, 국립공원 에코투어

웅장한 산세를 갖춘 산악 국립공원. 온 산을 붉게 물들이던 단풍잎이 지고 낙엽으로 뒤덮여 가는 이맘때의 운치도 대단하다. 최근 몇몇 국립공원들이 이른바 '에코투어'란 이름으로 환경을 테마로 한 체험프로그램 등을 운영해 다양한 볼거리를 제공하고 있으니 한 번 찾아가 보자.

금강소나무가 살아 숨 쉬는 치악산국립공원

(강원도 원주시)



차령산맥 남쪽 끝에 자리 잡은 치악산은 영서 지방의 명산이자 원주시의 진산이다. 비로봉을 중심으로 남북으로

길게 뻗은 능선에는 매화산, 향로봉, 남대봉 등 1,000m 이상의 고봉들이 연이어 솟구쳐 있으며, 그 사이로 구룡계곡, 부곡계곡, 금대계곡 등 청정계곡들이 산자락을 적시고 있다. 구룡사를 지나 비로봉 정상까지는 길고 힘든 코스지만, 만산홍엽의 단풍을 만끽하기에 더없이 멋진 길이다. 산행이 부담스럽다면 국립공원에서 운영하는 자연해설프로그램을 이용하면 좋다. 한때 궁궐의 재목으로 사용되었던 금강소나무 녹색길을 거닐며 야생화와 곤충, 나뭇잎의 관찰, 새의 특징 알기 등 치악산의 자연생태체험을 할 수 있다. 발우공양, 염주 만들기 등 구룡사사찰문화체험과 전통음식을 만들어 먹는 농촌마을체험도 인기 있다.

삼라만상 다 모인 신비의 월출산국립공원

(전남 영암군)



월출산은 주변에 아무런 산이 없어 마치 거대한 기암괴석의 바위산을 뚝 떼어놓은 듯한 형상이다. 때문에

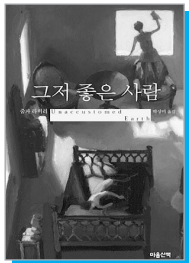
장중하고 아름다운 자태를 고스란히 감상할 수 있는 보기 드문 명산이다. 대표적 중주 코스는 천황사와 도갑사를 잇는 코스로 천황봉 정상에서 바로 보는 동쪽 능선은 월출산 최고의 백미라고 할 수 있다. 아홉 개의 웅덩이가 패어 있는 구정봉과 구정봉에서 약 500m 정도 떨어진 암벽에 조각된 마애여래좌상도 빼놓을 수 없는 볼거리다. 신라의 4대 고승 가운데 한 분이었던 도선국사에 의해 창건된 도갑사는 여러 개의 국보와 보물을 보유한 문화재의 보고이다. 백제 때 일본으로 건너가 학문을 전파하고 일본가요를 창시한 왕인박사의 탄생지가 있는 왕인박사유적지와 고색창연한 전통가옥이 모여 있는 구림마을도 영암에서 함께 둘러볼 만한 곳이다.



이달의 읽을 만한 책

그저 좋은 사람

〈줍파 라히리 著, 박상미 譯 / 마음산책〉

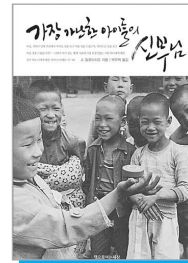


모처럼 아름답고 섬세한 외국소설을 이달의 책으로 선정한다. 줍파 라히리의 단편 6편이 실려 있는 『그저 좋은 사람』이다. 줍파 라히리는 이름이 생경할 수도 있겠다. 우리에게 소개된 책들 중 이 작가의 전작으로는 『이름 뒤에 숨은 사랑』이나 『축복받은 집』이 있다. '이름 뒤에 숨은 사랑'은 몇 해 전 뉴욕 커들이 가장 많이 읽은 소설이기도 하며 미국 내에서는 헤밍웨이 문학상, 풀리처상을 수상한 저력 있는 작가이기도 하다.

『그저 좋은 사람』에 수록된 6편의 단편소설들도 가족이 테마이다. 사랑하고 미워하고 다시 껴안고 그리고 다시 작별하게 되는 관계로서의 가족, 가장 가까이 있기에 가장 오해가 많고 상처가 되기도 하는 존재들인 가족, 잃어버린 퍼즐 조각을 느닷없는 장소에서 찾아내기도 하는 것처럼 예기치 않은 시간에 마주치게 되는 가까운 사람들이 지닌 비밀들이 이 책 속에는 수두룩하다. 세계에 존재하고 있는 그 누군가들에게 끝없이 말을 걸고 있는 듯한 줍파 라히리가 이 작품들을 통해 독자들과 함께 이루고 싶은 공감은 불완전한 우리가 함께 공존하면서 한 발짝 앞으로 나아가기에 관한 것들이 아닐까 생각한다. 〈추천자 : 신경숙(작가)〉

가장 가난한 아이들의 신부님

〈소 알로이시오 著, 박우택 譯 / 책으로 여는 세상〉



1957년 12월 8일 파란 눈의 젊은 미국인 신부가 일본 동경에서 비행기를 갈아타고 전쟁이 끝난 지 4년밖에 안 된 한국을 찾았다. 그의 첫 인상. "당시 한국의 모습은 세상의 종말처럼 보였다." 27살의 이 신부는 어릴 때부터 꿈이던 가난한 자, 그 중에서도 가장 가난한 자들을 보살피는 것으로 그리스도의 삶을 실천하려 했던 소 알로이시오. 루뱅의 신학교에서 유학할 때 알게 된 신부와 평신도들과의 인연으로 인해 그는 한국과 태국 중에서 한국을 선교지로 골랐다.

1964년 마리아 수녀회를 창설해 가족 단위의 고아원을 만들었고 무료진료소를 세웠으며 1970년 고아들을 위한 '소년의 집' 사업을 시작했다. 이후 '소년의 집' 사업은 서울로도 확장됐고 필리핀에까지 퍼져갔다. 몬시뇰이라는 교황청 칭호를 받고서도 그냥 '소 신부님'으로 불리기를 좋아했던 그 분을 필자는 어릴 때 성당을 다니면서 가까이에서 본 적이 있다. 이 짧은 글이 작은 감사의 뜻이라도 표할 수 있었으면 좋겠다. '소 신부님'은 1992년 루게릭 병에 걸려 필리핀 소년의 집 근처에서 영면했다. 이 책은 그가 남긴 짧은 자서전이다. 〈추천자 : 이한우(조선일보 기자)〉

서울특별시지부

봉사 및 환경정화활동

강남구지회(회장 곽한옥)에서는 매월 둘째, 넷째 목요일 회원 15여명이 강남구노인복지관을 찾아가 어르신들을 위한 식당봉사 활동을 실시했고, 10월 23일 한강 잠원지구 일대에서 쓰레기줍기 등 환경정화 활동을 전개했다.



부산광역시지부

어린이 먹을거리 안전교육

시지부(회장 김기묘)에서는 지난 10월 13일, 20일, 30일 학교주변의 부정불량식품 근절을 위한 먹을거

리 안전교육을 선암초등학교, 부암초등학교, 봉래초등학교에서 각각 실시했다. 식품의약품안전청 정순아, 중구보건소 정인철 계장 등을 강사로 초빙해 불량식품 식별요령 등을 설명하고, 판넬 전시를 통해 어린이 스스로 불량식품을 식별하는 능력을 길러주는 등 식품 안전에 대해 새롭게 인식할 수 있는 시간을 제공했다.



유전자재조합식품 바로알기 교육

유전자재조합식품에 대한 안전성



에 대한 논란이 끊이지 않고 있어 지난 10월 16일 제일빌딩에서 가양여자중학교 학생 50명을 대상으로 유전자재조합식품 바로알기 교육을 실시해 올바른 정보 제공으로 소비자의 합리적 선택에 도움을 주고자 했다.

대구광역시지부

농촌테마마을 체험

시지부(회장 손기순)에서는 지난 10월 22일 회원 44명이 농촌테마마을을 체험을 위해 양평·음떡 마을을 방문했다. 도시에서만 생활해 온 회원들 모두가 인절미 만들기, 메뚜기 잡기 등 다양한 농촌체험 시간을 통해 농촌 생활에 대한 이해 및 자연에



대한 고마움을 갖게 되었다.

위그린(We Green) 대회

10월 12일 회원 47명이 여성단체협의회 회원들과 함께 녹색생활실천운동인 『위그린(We Green) 대회』를 개최했다. “녹색생활문화, 여성이 앞장선다”라는 슬로건을 내걸고 캠페인을 전개하며 환경퀴즈대회 및 실천선언문 낭독 등 다양한 프로그램으로 저탄소 녹색성장사회 구현에 시민들의 적극적인 동참을 유도했다.



내분비계장애물질 관련 교육

지난 10월 23일과 30일 1, 2차에 걸쳐 지부 강의실에서 내분비계장애물질 관련 교육을 실시했다. 이번



교육은 김병숙 부회장이 강사로 자리해 “생활 속에 숨어 있는 내분비계 장애물질 이렇게 줄여요!”라는 주제로 내분비계장애물질 저감화 방법 소개 및 실천 습관을 강조했다.

인천광역시지부

가족동요대회

시지부(회장 한혜자)에서는 지난 10월 10일 신세계 백화점 중앙광장에서 사랑이 넘치는 가족문화 확산과 건전동요 보급 확산을 위해 ‘가족 동요부르기 대회’를 개최했다. 15개 팀이 참가해 열띤 경연을 펼쳤고, 김수빈 가족이 특상인 교육감상을 수상하는 기쁨을 만끽했다.



농산물 명예감시원 활동

시지부에서는 수입 농산물의 부정유통근절을 위해 관계 기관과 함께 지속적인 감시활동을 전개하고 있다. 이에 지난 10월 13~14일 명예

감시원으로 활동하고 있는 회원 25명, 26일~27일 12명이 각각 농산물 품질 관리원에서 관련 교육을 받은 후 해당 구(區) 시장 일대에서 농수축산물을 대상으로 원산지표시 감시 및 계도활동을 전개했다. 29일~30일에는 명예감시원 20명이 해당 구(區) 음식점을 대상으로 수입농산물 구별 요령 소개 등 원산지 표시 계도활동을 실시했다.

우수 농축산물 생산 현장 견학

도농교류 협력 및 우리 농축산물의 소비 촉진을 유도하기 위해 우수 농축산물 생산 현장 견학을 실시하고 있다. 10월 20일 회원 45명은 우수 축산물 가공공장인 다영푸드를 방문해 축산물의 가공 과정을 직접 보며 우리 축산물의 우수성 및 안전성을 확인할 수 있었다. 또 24일에는 회원 40여명이 친환경농산물 인증 농가인 안성배밭(누령이 과수원)을 방문했다.



봉사활동 및 명예감시원활동

계양구지회(회장 고영숙) 회원 8명은 지난 10월 1일 병방사거리에서 열린 ‘기초질서 지키기 캠페인’에 동참했고, 지난 10월 25일 끝난 인천세계도시축전에 회원들이 행사 안내 및 행사 홍보 부스 운영 등 도우미 활동을 전개했다.

남구지회(회장 이은자) 회원 3명은 10월 22일 남구청 대회의실에서 열린 다문화 가정 및 관내 거주하는 결혼여성 이민자를 위한 ‘우리 전통 익히기’ 행사에 참여해 고추장 담그기 시범 등 도우미 활동을 실시했고, 회원 5명은 10월 23일 노인 복지관에서 열린 바자회에 판매 도우미 활동을 전개했다.

서구지회(회장 이민자) 회원 10명은 지난 10월 12일 석남동 노인복지회관을 방문해 어르신 300여분을 위한 점심을 제공했고, 거동이 불편하신 노인을 위한 배달 도시락을 만드는 봉사활동을 전개했다.

광주광역시지부

교실개강 및 건강 관련 강좌

시지부(회장 박영희)에서는 지난 9월 29일 남구 봉선 2동 사무소에서

회원 200여명이 참석한 가운데 3/4분기 교실개강식을 갖고 건강 관련 강좌를 열었다. 박진자 건강한 가족공동체 센터장을 강사로 초빙해 ‘깨끗한 환경이 건강을 지킨다’를 주제로 여러 가지 환경적 요인으로 인한 스트레스로부터 정신적·육체적 건강을 지키기 위해서는 대인관계 속에서, 특히 가족 간 대화의 중요성을 강조했다.



원산지표시 캠페인 및 모니터 활동

지난 9월 29일~30일 회원 22명은 북구 각화 도매시장 일대에서, 30일 회원 15명은 국립농산물품질관리원 전남지원 직원들과 함께 서구 양동시장 일대에서 각각 부정유통 방지



를 위한 원산지표시 홍보 캠페인을 실시했다. 또한 10월 13일~17일 농산물 명예감시원으로 활동하고 있는 회원 2명이 양곡 판매업소 260곳을 대상으로 원산지표시 실태조사를 실시했다.

녹색환경 조성을 위한 견학 및 홍보 캠페인

10월 16일 회원 45명이 우리가 먹고 버리는 음식물쓰레기를 어떻게 자원화하며 어떻게 재활용하는지를 직접 보고자 광산구 본덕동에 위치한 음식물자원화시설을 방문해 음식물쓰레기가 자원화되는 일련의 과정을 직접 보면서 녹색환경 조성의 중요성을 재인식하게 되었다. 또한 20일에는 광주 조대 정문 앞에서 시내 일대까지 대학생들과 일반 시민들을 대상으로 음식물류폐기물 자원화 및 감소화 실천 홍보를 위한 캠페인을 전개했다.



축산물 가공공장 및 원산지표시 홍보 캠페인

10월 19일 회원 45명이 나주 영산포 축산물 등급판정소를 방문해 도축 및 가공과정을 직접 보면서 우리 축산물의 안전성을 확인할 수 있었고, 22일에는 회원 45명이 광주 조대 정문 앞에서 우리 축산물 애용 및 원산지표시 조기 정착을 유도하는 가두 캠페인을 전개해 시민들의 적극적인 동참을 유도했다.



청소년 대상 GMO 소비자교육

먹을거리에 대한 불안감과 함께 유전자변형식품(GMO)에 대한 불안감도 만만치 않다. 이에 시지부에서는 소비자들에게 GM식품에 대한 정확한 정보 제공하기 위해 지난 10월



19일 조선대학교 부속중학교 도서관에서 3학년 학생 50명을 대상으로 '유전자재조합식품 바로알기 소비자교육'을 실시했다.

농산어촌체험마을 견학

10월 23일 회원 45명이 담양군 소재 시목마을을 방문해 감따기 체험 등 농촌생활을 직접 체험하는 시간을 통해 자연의 소중함을 느낄 수 있었다.



대전광역시지부

녹색가정만들기 사례발표회

시지부(회장 송병희)에서는 지난 7월~9월 3개월 동안 대전지역 내 거주하는 100개 가정을 대상으로 전기, 수도 등 에너지절약 실천을 통한 '녹색가정 만들기' 운동을 전개했고, 10월 20일 시지부 2층 강당에서 에너지절약 실천 정도가 우수한 가정 12곳을 선정해 사례발표회를 개최

해 녹색환경 조성에 앞장섰다.



영유아 보육시설의 공공성 확대 방안 토론회

공보육시설의 확대 필요성에 대한 사회적 공감대는 이미 형성되어 있지만 사회적, 경제적 비용 부담으로 현실화가 어려운 실정이다. 이에 시지부에서는 보육지원이 필요한 가정을 대상으로 의식조사를 실시한 후 이를 바탕으로 지난 10월 26일 대전광역시청 3층 세미나실에서 회원 및 일반 시민 120여명이 참석한 가운데 "영유아 보육시설의 공공성 확대방안 토론회"를 개최해 관련 전문가를 초빙해 육아부담 해소 등 실질적인 대안을 마련하고자 했다.



쇠고기 가격안정 및 표시정착화를 위한 간담회

지난 8~9월 대전지역 식육유통점을 대상으로 쇠고기 이력제 실시여부와 개선 방안 등에 대한 실태조사 결과, 식육 판매점과 등급별 가격차이가 심해 가격 안정화 등이 필요한 것으로 드러나 지난 10월 28일 시지부 2층 강당에서 축산물 관계자 및 소비자 모니터 등 20명이 참석한 가운데 "쇠고기 가격 안정화 및 표시정착화 방안 간담회"를 가졌다.



울산광역시지부

어린이 다도예절 교실

시지부(회장 박보봉)에서는 10월 17일 시지부 교육장에서 어린이 49명을 대상으로 '어린이 다도예절 교실'을 열어 남녀 인사법, 한복 바르게 입기, 다도 예절 등 생활 속 예법 교육을 통해 잃어버린 전통예절을 되찾고 우리 선조들의 정신문화를

계승·심화해 어린이들에게 도덕성 함양 및 올바른 가치관 확립에 도움을 주고자 했다.



우수 인증 농가 견학 및 농촌 체험

10월 22일 회원 43명이 우수 인증 농가인 양산 배내골 작은 영토를 방문해 사과·버섯따기, 떡·두부 만들기 등 다양한 체험을 통해 우리 농산물의 우수성과 안전성을 직접 확인하고 농촌생활의 소중함을 느낄 수 있었다. 또한 27일에는 홀로 쓸쓸하게 노년을 보내고 계시는 독거노인 35분을 모시고 배내골 작은 영토를 방문해 자연의 아름다움을 체험할 수 있는 시간을 마련해 드렸다.



내분비계장애추정물질 저감화를 위한 교육

언론 등을 통해 '환경호르몬'으로 더 많이 알려져 있는 내분비계장애 물질에 대한 경각심은 크게 불러 일으켰지만, 우리 일상생활에 얼마나, 어떤 형태로 존재하는지에 대한 정보 제공은 미흡한 실정이다. 이에 시지부에서는 지난 10월 22일 양산 여주 공방에서 주부 53명을 대상으로 '내분비계장애추정물질 저감화 실천 방법' 등을 교육했다.



찾아가는 실버 환경교육

지난 10월 23일 왕생교회에서 환경 및 소비자 관련 정보 취약계층인 노인 40여분을 대상으로 환경오염 저감화 실천을 위한 음식물 쓰레기



줄이기, 재활용품 분리수거법 등을 소개하는 ‘찾아가는 실버 환경교육’을 실시했다.

자전거타기 캠페인 및 느낌보 거북이 자전거 대회

10월 26일 동천체육관에서 회원 및 일반시민 130여명이 참석한 가운데 에너지절약과 함께 환경보호, 건강지킴이 등 일석삼조의 효과를 거둘 수 있는 자전거타기 활성화를 위해 ‘행복도시 울산시민 자전거 타기 및 느낌보 거북이 자전거대회’를 개최해 자전거 이용 인구 저변 확대에 앞장섰다.



환경사랑 나눔장터 및 요리 경연대회

10월 29일 북구 쌍용아파트 앞에서 생활쓰레기 줄이기 및 재활용 의식 제고로 깨끗한 지구 환경 조성을 위해 “환경사랑 나눔장터”를 운영했고, 31일 천상복지관에서 “우리는 한 가족, 행복 요리 경연대회”

를 개최했다. 9개 가족이 참가해 가족 구성원간 화합 및 사랑의 감정으로 정성껏 요리를 만들면서 가족의 소중함을 느끼는 자리가 되었다.



수화교실 운영

울주군지회(회장 정정경)는 지난 9월~11월까지 범서읍 구영리 우미린2차 도서관에서 수화교실을 운영했다. 청각 언어장애인을 위한 봉사활동을 전개하기 위해선 무엇보다 원활한 의사소통이 필요하므로 회원 10명이 매주 화요일 수화 전문 강사를 초빙해 수업을 받고 있다.



경기도지부

농산물지킴이 활동

도지부(회장 박명자)를 중심으로 31개 각 지회에서는 매달 둘째 주 농산물지킴이 활동을 전개하고 있다. 도지부 회원 45명은 어린이들의 식품안전에 위해 인근 학교를 방문해 학교급식의 식재료에 대한 원산지 조사 및 농수축산물을 취급하는 식당, 상가, 마트 등에서 원산지표시제도 및 감시를 통해 우리 농산물지킴이 활동에 앞장서고 있다.

GMO 소비자교육

최근 유전자변형식품(GMO)이 우리가 모르는 사이에 먹을거리로 자리 잡고 있어 소비자들의 불안감이 커지고 있다. 이에 도지부에서는 지난 10월 20일 호텔리츠 회의실에서 회원 50여명을 대상으로 ‘유전자재조합식품 바로알기 소비자교육’을 실시해 GM식품에 대한 올바른 정보를



를 제공하고자 했다.

친환경 농산물 생산 현장 견학

10월 23일 회원 45명이 화성시에 위치한 친환경 농가인 배자연 농장을 방문해 농산물의 친환경적 재배 과정을 둘러보며 우리 농산물의 우수성 및 안전성을 직접 확인할 수 있었고, 직거래 구입을 통한 농가소득 증대 기여 및 우리 농산물 홍보에 앞장서기로 했다.



‘가공용 벼 품종 선발·시식 평가회’ 참석

쌀 소비 확대 및 관련 제품 상품화를 위해 지난 10월 27일 농협중앙회 경기지역본부 4층 회의실에서 경기도 농업기술원 주최로 열린 ‘가공용 벼 품종 선발·시식 평가회’에 회원 10명이 평가자로 참석해 다양한 가공용 벼 품종으로 만든 쌀떡, 쌀국수 등을 시식·평가해 가장 우수한 맛을 내는 품종을 선발했다.

소비자정보센터 홍보

고양시지회(박희자)는 경기북부 소비자정보센터가 ‘소비자의 권리, 아는 만큼 지킨다!’라는 주제로 만드는 동영상 촬영지로 선정되어 지난 10월 21일 촬영에 임해 소비자상담 등 본 회의 다양한 활동을 소개하는 기회를 가졌다.

소비자피해사례 전시회 및 재래시장 이용 캠페인

구리시지회(회장 정순) 회원 10명은 지난 10월 7일 토평사회복지관을 방문해 독거노인 200분의 음식을 만드는 일에 동참했고, 9일~12일 구리한강시민공원에서 열린 ‘제8회 전국평생학습축제’에 참여해 행사 안내도우미 활동을 실시했다.

한편, 10월 14일~16일 구리시청에서 소비자정보전시회를 개최해 소비자 정보제공으로 소비자 알권리 충족 및 올바른 상품 구입문화 확립에 기여하고자 했다. 26일에는 회원 15명이 인근 재래시장에서 물가



안정 및 재래시장 이용하기 캠페인을 전개해 지역경제 발전 및 물가안정을 위해선 재래시장 이용 활성화가 필수요건임을 강조하며 시민들의 적극적인 동참을 유도했다.

조사사업 및 식품위생감시원 활동

광명시지회(회장 장대숙) 회원 13명은 매월 첫째, 셋째, 다섯째 수요일 지역내 위치한 12개 할인매장에서 판매되고 있는 59개 주요 생필품을 대상으로 소비자가격 및 유통업체 물가조사를 실시했고 둘째, 넷째 수요일 물가조사요원 3명은 광명 전 지역에서 가격파괴 서비스업 실태 조사를 전개했다. 한편, 매주 첫째, 셋째 목요일 회원 15명은 관내 초·중·고등학교 주변에서 어린이 정서에 위해하거나 유통기한이 지난 제품에 대한 위생관리 점검 및 계도 활동을 실시했다.

다문화교육 및 봉사활동

수원시지회(회장 권순자) 회원 30명은 지난 10월 12일 친환경마을인 양평 수미마을을 방문해 고구마캐기, 밤 줍기, 인절미 만들기 등 다양한 프로그램을 통해 농촌생활을 직접 체험하며 우리 농산물의 우수성

을 확인했다. 13일에는 수원시외국인복지센터를 방문해 결혼이민자 30명을 대상으로 변경숙, 최라영 다문화가정 전문 강사를 초빙해 ‘다문화가정의 행복만들기’, ‘내가 행복해야 가정이 행복하다’라는 주제로 다문화교육을 실시해 다문화가정이 겪는 문제점 및 해결책 마련에 도움을 주고자 했다.



안양시지회(회장 장도희) 회원 11명은 지난 10월 5일 호계노인복지관으로, 회원 10명은 13일 동안노인복지관을 각각 방문해 복지관을 이용하시는 노인분들을 위한 중식제공 도우미 활동을 전개했다. 12월 12일~16일, 26일~30일까지 총 10일간 안양시 아나바다 매장에서 66명의 회원들이 교대로 회원들이 기증한 재활용품을 판매해 수익금 전액을 연말 모자가정돕기 성금으로 사용하기로 했다. 한편, 10월 22일 다빈치 웨딩홀 회의실에서 다문화 가정을 초대해 소비자 관련 정보 및 바람

직한 자녀교육법 등 다문화교육을 실시했다.



양주시지회(회장 이용숙) 회원 7명은 다문화 가정이 겪는 사회적·경제적 문제점 등에 관심을 갖고 이에 대한 해결책 마련에 도움을 주고자 지난 10월 9일 덕정동 건시상가 회의실에서 결혼이민자 30명을 대상으로 전문 강사를 초빙해 다단계 상품 구매시 알아야 할 사항 등 소비자 지식 제공 및 문화적 차이 이해를 돕는 다문화교육을 실시했다.

13일에는 소비활동이 다양해지고 있어 관련 정보를 제공하고자 덕정역에서 “소비자정보전시회”를 개최해 소비자의식 향상 및 올바른 상품 구입문화 확산에 앞장섰다. 한편, 10월 10일 회원 40명이 시청 잔디광장에서 열린 자원봉사 박람회에 참석했고 서미자 회원이 시장님 표창으로 자원봉사상을 수상했다.

농산물 명예감시원 교육 및 활동

용인시지회(회장 장복희)는 10월 8일 회의실에서 농산물 명예감시원으로 활동하는 회원 8명을 대상으로 교육을 실시했고, 13일~22일 명예감시원 9명이 관내 전 지역을 대상으로 원산지 표시 이행 관련 실태조사를 전개했다.

봉사활동

남양주시지회(회장 박순자) 회원 6명은 지난 10월 10일 남양주시 체육문화센터에서 열린 시민의 날 행사에 참여해 행사 도우미 활동을 전개했고, 15일~20일 회원 18명과 자동차, 가전3사 등 직원들과 함께 별내면 주공아파트, 호평동 라인아파트 가운데 휴먼시아아파트 앞에서 이동소비자상담센터를 개설해 소비자상담 및 무상 A/S를 실시했다.

성남시지회(회장 강용선) 회원 14명은 10월 13일 중원구 상대원 1동 제1복지관을 방문해 어르신들의 무료 급식 제공 도우미 활동을 실시했고, 15일과 22일 회원 11명은 분당구 야탑동에 위치한 정신지체장애인 생활시설인 무지개동산에가원을 방문해 김치 담그기 봉사활동을 전개했다. 20일 회원 9명이 금광2동 제1경로당을 방문해 50여분의 어른

신을 위한 경로위안잔치를 마련해 음식을 대접하며 쓸쓸한 노년의 삶을 위로해 드렸다.



안성시지회(회장 정영순) 회원 20명은 안성 내해출 광장에서 열린 녹색장터에 동참해 청국장, 감자 등 친환경 식품 판매 등으로 아나바다 운동 및 녹색환경 조성에 앞장섰다.

오산시지회(회장 김형례) 회원 25명과 가전 3사 및 자동차 회사 직원들이 10월 5일 수청동 대우아파트 관리사무소, 6일 회원 35명과 가전사 직원들이 운암주공 2단지 관리사무소 앞에서 각각 이동소비자상담센터를 개설해 소비자상담 및 가전제품을 무상 수리해주는 서비스를 제공했다. 8일에는 회원 10명이 웨딩의 전당에서 열린 ‘오산시 노인의 날’ 행사에, 9일~18일 회원 20명은 오산천생태공원에서 열린 국화꽃 전시회에 각각 참여해 행사 도우미 봉사활동을 실시했다.

평택시지회(회장 정희주)에서는

지난 10월 5일 지역 내 차상위가정 12가구를 대상으로 식품지원 봉사활동을 전개했다. 12일 회원 20명이 부락종합사회복지관을 방문해 기초생활보호대상자 및 저소득가정에게 무료로 제공하는 반찬을 만들었고, 30일 회원 20명이 북부노인복지관을 방문해 지역노인 400분의 점심 식사 제공 도우미 봉사활동을 실시했다. 한편, 30일 회원 2명이 지역주민이 많이 이용하는 송탄출장소를 방문해 민원 도우미 봉사활동을 실시했고, 1일~31일 북구여성회관에서 회원 80명이 교대로 ‘Book Cafe’를 운영해 지역주민의 도서 문화 활동 기회 제공 및 여가 활용에 도움을 주고자 했다.

녹색환경 조성 및 경제위기 극복 결의대회

파주시지회(회장 신미순) 회원 15명은 지난 10월 13일 깨끗한 파주 만들기 일환으로 열린 ‘파주시 클린데이’ 행사에 동참했고, 21일에는 여성단체협의회와 함께 파주시 교육문화회관 3층 대강당에서 “다시 뛰는 대한민국, 경제위기 극복 결의대회”를 개최해 회원 모두가 재활용품 생활화 및 일회용품 사용억제 등 녹색문화실천 확산에 앞장설 것을 다

짐했다. 16일에는 회원 10명이 노인복지회관을 방문해 중식제공 도우미 활동을 전개했다.



강원도지부

봉사활동

태백시지회(회장 오영희) 회원들은 정기적으로 봉사활동을 전개하고 있다. 10월 1일과 15일 장애인복지관, 6일과 27일, 29일 태백 노인전문요양원, 8일 장애인 재가가정 4곳을 각각 방문해 거동이 불편한 분들을 위한 이동 목욕 봉사활동을 실시했고, 30일에는 회원 2명이 삼수동에 거주하는 재가가정을 방문해 미용 봉사활동을 전개했다.



충청북도지부

친환경 농촌체험 및 일손돕기

도지부(회장 최광옥)에서는 10월 8일 흥덕구에 위치한 친환경 농장을 방문해 농작물 관리 요령 등에 대한 설명을 듣고 직접 재배하는 체험을 통해 친환경 농작물의 우수성을 확인하며 부족한 일손돕기 활동을 실시했다.



‘제10회 충북 가족 동요제’ 개최

지난 10월 24일 충북여성발전센터에서 건전하고 아름다운 동요 보급과 함께 노래를 통한 가족간 화목을 다지기 위해 ‘제10회 충북 가족 동요제’를 개최했다. 각 지회에서



예선을 거친 22개 팀이 한 자리에 모여 열띤 경연을 펼쳤으며 차지혜 가족이 대상을 차지하는 기쁨을 안았다.

이동소비자상담센터 운영

충주시지회(회장 이상숙)는 지난 10월 13일 다문화가족센터 정문 앞에서 “찾아가는 1일 이동소비자상담 및 신고센터”를 운영해 소비자문제 상담 및 피해접수 등으로 소비자 권익 보호에 앞장섰다.



불우이웃돕기 및 봉사활동

청주시지회(회장 권지순) 회원 10명은 지난 10월 24일 서문동 풍물시장에서 열린 ‘충북 나눔 장터’에 참여해 재활용 의류 판매 등으로 모은 수익금 전액을 연말 불우이웃돕기 성금으로 기탁하기로 했다.

괴산군지회(회장 전해옥) 회원 10명은 지난 10월 5일 청천재활원을 방문해 재활치료로 힘겹게 생활하고 계시는 분들을 위한 발마사지 봉

사활동을 실시했다.

단양군지회(회장 김길성) 회원 23명은 10월 8일 대강면 용부원리에 위치한 과수 농가를 방문해 사과따기 등 부족한 일손돕기 봉사활동을 전개했다.

보은군지회(회장 김흥순) 회원 8명은 10월 24~25일 속리산 입구 조각공원에서 열린 속리축전에 참여해 관광객들을 대상으로 네일아트 봉사활동을 실시했다.

영동군지회(회장 김운숙) 회원 15명은 10월 29일 영동읍 로타리 앞에서 연말 불우이웃돕기 성금 마련을 위해 개최한 여성단체연합회 주최 알뜰바자회에 동참했다.

옥천군지회(회장 김재숙) 회원들은 여성회관에서 열린 바자회에 동참해 겨울 의류와 손두부를 만들어 판매했고 수익금 전액을 연말 불우이웃돕기 성금으로 사용하기로 했다.

진천군지회(회장 주연희)에서는 지난 10월 1일 관내 거주하고 계시는 독거노인 5분께 따뜻한 추석 명



절을 보낼 수 있도록 성금 및 쌀, 송편 등을 전달하며 쓸쓸한 노년의 삶을 위로해 드렸다.

충청남도지부

‘유전자재조합식품 바로 알기’ 소비자교육

도지부(회장 조춘자)에서는 유전자재조합식품(GMO) 안전성 논란 속에서 관련 정보 부족으로 소비자들의 불안감이 커지고 있어 지난 10월 15일 백제새마을금고 강당에서 회원 및 주부 52명을 대상으로 GM식품에 대한 올바른 정보 제공을 위한 “유전자재조합식품 바로 알기 소비자교육”을 실시했다.



다문화가정을 위한 경제 교육

국제결혼이 증가하면서 다문화가정이 증가하고 있지만, 결혼 이민자들이 문화적·경제적 이질감 등으로 한국 생활 적응에 어려움을 겪

고 있다. 이에 도지부에서는 지난 10월 15일 백제새마을금고 강당에서 “다문화가정의 건전한 경제 및 소비생활 도모를 위한 교육”을 실시해 합리적인 경제생활 및 원활한 사회 적응에 도움을 주고자 했다.



건전소비생활 범도민 다짐대회

도지부에서는 지난 10월 29일 충남교통연수원에서 소비자단체회원, 주부, 공무원 등 520여명이 참석한 가운데 건전소비생활 실천과 저축생활화 등으로 물가안정과 소비자복지 지향적 소비생활 환경을 조성하는 한편 지역경제 활성화를 위해 『건전소비생활 범도민 다짐대회』행사를 개최했다.



저탄소 녹색성장을 위한 주부환경지킴이 교육

서산시지회(회장 이영옥)는 10월 19일 서산시문화회관 대강당에서 소비자단체 회원 및 일반 주부 110여명을 대상으로 저탄소 녹색성장을 위한 기후변화대응 주부 환경지킴이 교육을 실시해 지속가능한 녹색소비문화의 중요성과 가정에서의 주부의 역할 및 실천을 강조했다.

전라북도지부

GMO 소비자교육 및 원산지표시 캠페인

도지부(회장 최원자)에서는 지난 9월 29일 하나대투증권 3층 대강당에서 회원 및 주부 50명을 대상으로 GM식품에 대한 올바른 정보 제공을 위해 “유전자재조합식품 바로 알기 소비자교육”을 실시했고, 10월 1일 회원 30명은 코아백화점과 인근 재래시장에서 안전한 먹을거리 정착



을 유도하기 위한 원산지표시 홍보 가두 캠페인을 전개했다.

시·군 지회장 연수회

지난 10월 13일 하나대투증권 3층 강당에서 시·군 지회장 연수회를 개최했다. 14개 시·군 지회장과 임원 등 30명이 한자리에 모여 하반기에 추진했던 사업 보고 및 중간 평가 등의 시간을 가진 후 여성 지도자로서의 역량 강화 및 주부교실의 위상 정립에 최선을 다할 것을 다짐했다.

원산지표시 홍보 캠페인

군산시지회(회장 박희순) 회원 10명은 지난 10월 1일 군산대야시장에서 원산지표시 홍보 및 감시활동을 실시했고, 7일에는 회원 25명이 나포면에 위치한 친환경 농가를 방문해 고구마캐기 등 농촌생활을 체험하며 부족한 일손을 도왔다.



농촌체험 및 봉사활동

고창군지회(회장 전옥선) 회원 10

명은 지난 10월 1일 고창군 향토사료관에서 열린 다문화가족 도자기 체험 행사에 참여해 도우미 봉사활동을 실시했다.

김제시지회(회장 김보배) 회원 10명은 10월 9일 노인요양시설인 '평강의 집'을 방문해 거동이 불편한 노인들을 위한 목욕 봉사활동을 실시했고, 9일~13일 벽골제 일원에서 열린 '제11회 김제 지평선축제'에 참여해 행사 홍보 및 주변 정리 등 봉사활동을 전개했다.

부안군지회(회장 김용순) 회원 5명은 10월 12일 행안면에 위치한 친환경 농가를 방문해 고구마캐기 등 농촌생활을 체험하며 부족한 일손을 도왔다.

완주군지회(회장 최영숙) 회원들은 10월 12일 군내 거주하고 있는 불우이웃 5세대를 방문해 도배와 집안 청소 등을 실시하며 위로 격려했다.

익산시지회(회장 김채숙) 회원 14명은 10월 13일 익산시 공원묘지를 방문해 쓰레기 줍기 등 주변 정화활동을 전개했다.

정읍시지회(회장 이정임) 회원 모두는 지난 10월 1일 가정형편이 어려운 이웃 6세대를 방문해 풍성한 추석을 보낼 수 있도록 쌀, 라면 등 생필품을

을 전달하며 이웃사랑을 실천했다.



전라남도지부

유전자재조합식품 바로알기 소비자교육

도지부(회장 이송자)에서는 유전자재조합식품(GMO)에 대한 정확한 정보 부족으로 소비자 불안감이 증가하고 있어 지난 10월 19일 나주종합사회복지관에서 회원 50여명을 대상으로 “유전자재조합식품 바로알기 소비자교육”을 실시했다.



저탄소녹색생활 홍보 캠페인

새로운 국가비전으로 추진되고 있는 저탄소녹색생활에 발맞춰 기

후변화의 심각성을 알리고 일상생활 속 에너지절약 실천 및 환경오염을 줄이기 위해 지난 10월 19일 회원 50명은 나주종합사회복지관을 출발해 남고문, 터미널까지 “저탄소녹색생활, 우리가 앞장서자”라는 슬로건을 내걸고 저탄소 녹색생활 실천방안 등을 홍보하는 가두 캠페인을 전개했다.



문화강좌 및 물사랑 캠페인 평가회

순천시지회(회장 신애란)에서는 지난 10월 21일 순천조례종합사회복지관 2층 회의실에서 회원 70여명을 대상으로 강사로 초빙한 임활란 이사는 “행복한 삶”이란 주제로 생활 속 작은 행복은 스스로 만들어 나



가는 것임을 강조했다. 강좌 이후 동일한 장소에서 지속적으로 전개하고 있는 ‘아름다운 순천 만들기 물사랑 캠페인’에 대한 평가회를 갖고 잘된 점과 미흡한 점을 논의하며 발전방향을 모색해 보았다.

노인소비자교육 및 원산지표시 홍보 캠페인

나주시지회(회장 황길자)에서는 소비자정보 취약계층인 노인을 상대로 악덕상술이 기승을 부리고 있어 지난 10월 19일 나주종합사회복지관에서 노인 소비자 90여분을 대상으로 소비자 피해사례 및 예방법 등에 대한 교육을 실시했고, 같은 날 회원 10명은 나주 오일시장에서 “농수축산물 원산지표시로 부정유통 근절하자”라고 쓴 현수막과 피켓을 들고 원산지표시 홍보 가두 캠페인을 전개해 원산지표시제도의 조기 정착 및 시민들의 적극적인 동참을 유도했다.



봉사활동

광양시지회(회장 신행숙) 회원 22명은 10월 16일 봉강면에 위치한 친환경 농가를 방문해 감따기 등 농촌 체험과 함께 부족한 일손을 도왔다. 회원 16명은 22일~23일 서울 왕십리역사에서 열린 청정 농특산물 직거래장터에 참여해 특산물 홍보 및 판매 도우미 활동으로 농가소득 증대 및 지역 경제 활성화에 앞장섰다.

여수시지회(회장 이안자) 회원 전원이 지난 10월 16일 성산공원에서 열린 ‘희망 주는 빨간 밭차 봉사’에 참여해 어르신 300여분에게 정성껏 마련한 음식을 대접하며 쓸쓸한 노년의 삶의 위로해 드렸다.

구례군지회(회장 마순남) 회원 23명은 10월 23일~25일 구례공설운동장에서 열린 구례동편소리축제에 참여해 풍물공연 및 무료 음료 제공 봉사활동을 전개했다.

경상북도지부

음식물류 폐기물처리현장 견학

도지부(회장 이인호) 회원 45명은 지난 10월 9일 음식물류 폐기물 감량 및 분리 배출을 위한 구체적인

고 효율적인 생활 실천사항을 직접 익히기 위해 음식물류 폐기물처리장인 (주)자원을 견학했다.



녹색생활 실천을 위한 물 아껴 쓰기 캠페인

녹색환경 조성을 위해 지속적으로 전개하고 있는 녹색생활 홍보를 위해 회원 30명이 지난 10월 9일 동아백화점 앞에서 “녹색생활 실천을 위한 물 아껴쓰기 나부터 우리부터 시작합시다”라는 슬로건을 내걸고 가두 캠페인을 전개해 후손에게 물려줄 생명자원의 소중함을 홍보했다.



순회 소비자정보 전시회

정보화 시대를 맞이해 변화하는

소비환경에 신속히 대응하기 위해 관련 정보 제공의 중요성이 강조되고 있어 지회별로 순회 소비자정보 전시회를 개최했다. 구미시지회는 10월 25일 금오산 입구, 김천시지회는 10월 18일 직지사문화공원, 문경시지회는 11월 1일 문경새재 입구에서 각각 소비자알권리 충족 및 건전한 소비풍토 조성으로 합리적인 소비문화 확립에 도움이 되고자 했다.



다문화가정을 위한 소비자교육

국제결혼의 증가로 다문화 가정의 늘고 있지만, 결혼 이민자들은 문화적·경제적 이질감 등으로 한국 생활 적응에 어려움을 겪고 있다. 이에 도지부에서는 10월 15일 베스트



웨스턴호텔 2층에서 결혼 이민자 여성 45명을 대상으로 알뜰가게 운영에 도움을 주고자 소비자 경제 교육을 실시했다.

불우이웃돕기 및 봉사활동

구미시지회(회장 한로미)에서는 지난 10월 1일 생활 형편이 어려워 추석 명절을 제대로 지내지 못하는 불우이웃 3가정에 생필품을 전달하며 이웃사랑을 실천했다. 9일 회원 8명은 노인복지센터인 ‘어르신전당’을 방문해 중식제공 도우미 활동을 전개했다.



경주시지회(회장 박추자) 회원 4명은 안강읍내 거주하고 계시는 독거노인 2분의 집을 방문해 목욕 및 청소 봉사활동을 전개하고 준비한 간식을 대접하며 쓸쓸한 말년의 삶을 위로해 드렸다.

김천시지회(회장 전명숙) 회원 6명은 10월 1일 독거노인들이 생활하고 계시는 ‘평화의 집’을 방문해 성

금을 전달하고 음식을 대접하며 말벗이 되어 드렸다.

문경시지회(회장 이명순) 회원 6명은 매주 금요일(월 4회)마다 문희선교원 노인대학을 방문해 중식배식 및 청소 봉사활동을 실시했고, 회원 12명은 10월 23일 문경체육관에서 열린 문희선교원 노인대학 체육대회에 참여해 행사 진행 도우미 활동을 전개했다.

포항시지회(회장 김귀련) 회원 35명은 매주 월요일(월 4회) 북구 학산동 영세민 주공아파트에 거주하고 있는 장애인 및 거동이 불편한 노인과 독거노인들에게 식사배달과 배식 후 세척 봉사활동을 전개했다. 10월 21일에는 회원 15명이 노인요양시설인 햇빛마을 ‘요셉의 집’을 방문해 치매예방을 위한 운동요법 소개 및 다과를 대접하며 말벗이 되어 드렸다.

영주시지회(회장 석미자) 회원 2명은 동산전산고등학교를 찾아가 사고로 지체장애자가 된 학생 2명에게 장학금을 전달하고 지속적인 도움을 줄 것을 약속했다. 21일 회원 6명은 무의탁 노인들이 거주하는 ‘만남의 집’을 방문해 중식제공 및 세척 봉사활동을 전개했다.

고령군지회(회장 정숙자) 회원 5

명은 10월 1일, 15일, 22일 우곡면에 위치한 중증환자 및 장애인들이 생활하고 있는 들꽃마을을 방문해 목욕 봉사활동을 실시했고, 매주 수요일(월 4회)마다 회원 4명씩 교대로 총 20명이 고령성당에서 군내 거주 결혼 이민자 여성을 위해 운영하고 있는 한글교실을 방문해 이민자 여성의 자녀 돌보미 봉사활동을 전개했다.

봉화군지회(회장 이유정) 회원 42명은 매주 화요일(주 5회) 법전요양원을 방문해 거동이 불편한 어르신을 위한 목욕봉사 및 다과를 대접하며 말벗이 되어 드렸다. 16일에는 회원 7명이 자원봉사센터에서 독거노인을 위해 무료로 영정사진을 찍어 드렸고, 따뜻한 겨울을 보낼 수 있도록 직접 뜬 목도리를 선물했다. 21일에는 회원 6명이 노인복지센터를 방문해 목욕 봉사활동을 실시했다.

예천군지회(회장 권춘선) 회원 10명은 지난 10월 6일 진호양공장에서 열린 다례축제에 참석해 행사 진행 도우미 활동을 실시했고, 회원 12명은 14일~17일 예천군민체육관에서 열린 ‘제11회 예천우리농산물축제’에 참여해 행사 진행 및 무료 음료 제공 봉사활동을 전개했다.

울주군지회(회장 이현숙) 회원 5

명은 10월 6일 장애인 시설인 한마음복지회관을 방문해 밑반찬 만들기 및 청소 봉사활동을 전개했다.

청도군지회(회장 김영자) 회원 6명은 10월 16일 독거노인들이 거주하는 에덴원을 방문해 목욕 봉사활동을 실시했다.

경상남도지부

주부대학 및 부부대학 수료식

도지부(회장 이인숙)에서는 지난 9월 29일 도지부 강당에서 주부들의 능력 및 잠재력 개발을 위해 운영한 제29기 주부대학 수료생 90명과 건전 사회 및 가족의 구성원인 부부의 역할을 강조했던 제15기 부부대학 수료생 30쌍이 한 자리에 모여 수료식을 가졌다.



바자회 및 친환경 농산물 생산 현장 견학

10월 9일~13일 창원롯데백화점

지하 1층에서 연말 불우이웃돕기 성금 마련을 위한 '실크로드 의류 바자회'를 개최했고, 16일 회원 45명이 거창군 북상면에 위치한 친환경 마을인 월성마을을 방문해 농산물을 직접 재배하는 체험을 통해 우리 농산물의 소중함을 알게 되었고, 직거래 구입을 통해 농가소득 증대에 보탬이 되고자 했다.



에너지 절약 캠페인 및 환경정화 활동

밀양시지회(회장 박미간) 회원 15명은 자전거를 타고 밀양시 강변을 출발해 용할동까지 자전거 생활화 실천 캠페인을 전개해 에너지 절약 및 환경보호에 앞장섰고, 이후 용할동 일대에서 쓰레기 줍기 등 환경정화활동을 실시했다.

불우이웃돕기 및 봉사활동

거제시지회(회장 김두임) 회원 3명은 10월 12일 거동이 불편하신 독거노인 3분의 집을 방문해 목욕 봉

사활동을 실시했고, 13일과 28일 회원 20명은 옥포2동 복지관을 방문해 무료급식 봉사활동을 전개했다.

거창군지회(회장 이원숙) 회원 10명은 지난 10월 1일 관내 거주하고 있는 독거노인과 결혼가정 6가정을 각각 방문해 성금 및 생필품을 전달하며 위로·격려했다.

산청군지회(회장 성금순) 회원 7명은 10월 7일 산청노인 전문 요양원을 방문해 거동이 불편한 노인분들을 위한 목욕봉사 및 말벗이 되어 드렸다.

창령군지회(회장 최규익) 회원 12명은 10월 27일 영산효사랑요양병원을 방문해 노인들을 위한 미·이용 봉사 및 말벗이 되어 드렸다.

제주특별자치도지부

농산어촌 체험마을 현장 견학

도지부(회장 김영희) 회원 45명은 지난 10월 13일 제주시 애월리에 위



치한 친환경 인증을 받은 양재현 농장을 방문해 비가림굴따기 등 농촌 생활을 직접 체험하며 우리 농산물의 우수성을 확인할 수 있었다.

치매노인을 위한 미술치료사 교육과정 수료식

10월 14일 제주도 농어업인회관 2층 강당에서 지난 6월부터 진행해 온 치매노인을 위한 미술치료사 교육과정 수료식을 개최해 이론과 실습교육을 모두 마친 수료생 40명에게 수료증과 축하의 마음을 전하며 참다운 봉사정신 실현에 앞장서 줄 것을 부탁했다.



주부교실게시판

■ 소비자의 날 기념 녹색소비 전시회

세계적인 경기 침체 및 환경문제에 대응하기 위해 국가전략으로 추진하고 있는 '녹색성장'은 정부의 의지만으로는 한계가 있어 녹색산업을 뒷받침하는 녹색 소비가 활성화되어야 한다. 이에 본회는 기업소비자전문가협회(OCAP)와 함께 소비자들에게 녹색소비 관련 정보 제공을 위해 <소비자의 날 기념 녹색소비 전시회>를 다음과 같이 개최합니다.

- 일 시 : 2009년 12월 3일(목) 10:00~18:00
- 장 소 : 서울 용산역 내 대합실

■ 제30차 주부대학동문 총회

본회 주부대학동문회가 한해를 마무리하며 올해 추진했던 사업을 총 결산하는 총회와 함께 회원들의 결속과 단합을 위한 송년회 모임을 다음과 같이 개최합니다.

- 일 시 : 2009년 12월 8일(화) 10:30
- 장 소 : 롯데호텔 잠실점 3층 크리스탈볼룸

■ 내분비계장애물질 노출 저감화를 위한 대토론회

내분비계장애물질(일명: 환경호르몬)에 대한 위험성은 인식하면서도 실제로 관련 물질에 대한 국민의식은 매우 낮은 편이다. 이에 본회에서는 대한주부클럽연합회와 함께 내분비계장애물질에 대한 정보 제공 및 저감화 실천 방안 등을 모색하고자 <내분비계장애물질 노출 저감화를 위한 대토론회>를 다음과 같이 개최합니다.

- 일 시 : 2009년 12월 22일(화) 14:00~16:00
- 장 소 : 은행회관 2층 국제회의실 컨벤션홀

■ 중랑여성인력개발센터 수강생 모집

본회가 여성적합직종개발 및 훈련으로 다양한 취업 기회를 제공하고 잠재된 직업적 성능력을 개발하고 향상시키기 위해 운영하고 있는 여성인력개발센터(중랑구 소재)에서는 다양한 프로그램을 마련해 매달 수강생을 모집하고 있습니다.

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

본회 소비자정보센터

지 부 명	지회명	전화번호	팩 스	주 소
서울직할시지부		(02)2266-5870	2279-9341	서울 중구 충무로5가 19-3
부산직할시지부		(051)469-9898	464-4774	부산시 중구 영주1동 23-3 제일빌딩 9층
대구직할시지부		(053)424-7262	424-7261	대구시 중구 태평로 1가 2-19
광주직할시지부		(062)232-0642	232-0644	광주시 동구 창동101-78 (강남회관 2층)
대전직할시지부		(042)535-4480~2	535-4478	대전시 서구 탄방동2가 89-2
인천직할시지부		(032)865-9503	865-9504	인천시 남구 도화3동 708 (연희철강내)
울산광역시지부		(052)245-4376	246-0737	울산시 중구 북정동 4번지 (울산초교내)
경기도지부	도 지 부	(031)231-9898	237-9347	경기 수원시 팔달구 인계동1129 (경기도여성비전센터내)
	수 원 시	(031)246-4848	246-4878	경기도 수원시 권선구 교동 74-1 (수원시 가족여성회관내)
	이 천 시	(031)637-9898	634-0143	이천시 창전동 250-1 (전 문화원 건물)
	평 택 시	(031)667-9898	667-9898	평택시 이충동 591 (여성회관내)
	광 명 시	(02)2681-1149	2614-9898	광명시 철산동 222-1 (시청종합민원실내)
	오 산 시	(031)375-9898	375-9896	오산시 오산동 843-9 (중소기업유통센터 2층)
	여 주 군	(031)883-9898	883-9898	여주군 여주읍 하리134-11 (여주군청 별관내)
	고 양 시	(031)965-5858	962-6239	고양시 덕양구 성사동 697-10 (꼬마드레 2층)
	과 천 시	(02)504-9898	3677-2781	과천시 중앙동 1-3 (과천시청내)
	구 리 시	(031)556-9898	556-9882	구리시 인창동 674-1 여성회관
	남양주시	(031)592-4979	559-4979	남양주시 금곡동 651 4층 406호
	안 산 시	(031)485-9898	482-5858	안산시 고잔2동 533-3 영풍프라자801호
	안 성 시	(031)673-9898	678-5929	안성시 낙원동 368-1(시민회관 2층)
	의정부시	(031)837-9985	821-9984	의정부시 의정부1동 190-16 (구 의정부1동사무소 별관 2층)
	용 인 시	(031)323-9898	338-3303	용인시 처인구 역북동 365-2 (차량등록사업소 2층)
충청북도지부	청 주 시	(043)252-6740	252-2122	청주시 상당구 복문로2가 116-146
	충 주 시	(043)851-5858	851-5858	충주시 문화동 2789
	음 성 군	(043)873-9898	872-9228	음성군 음성읍 읍내리 480
충청남도지부	공 주 시	(041)854-9898	855-3478	충남 공주시 교동 122 (공주시청 별관)
	천 안 시	(041)556-9898	555-9295	천안시 사직동 151-4 동신상가 2층
	서 산 시	(041)664-9898	664-9898	서산시 동문동 804-8 (서산시 2청사)
	홍 성 군	(041)634-9898	634-2450	홍성군 홍성읍 오관리 701 (사회복지관내)
	보 령 시	(041)935-9898	935-9898	보령시 대천동 618-9 (종합사회복지회관)
	논 산 시	(041)736-9898	736-9898	논산시 취암동 566-18 (취암동사무소내)
	계 룡 시	(042)841-9898	841-9898	계룡시 엄사면 엄사리 246-6
	예 산 군	(041)335-3456	335-3456	예산군 예산리63-10 (가정복지관내)
	청 양 군	(041)942-6338	942-6338	청양군 청양읍 읍내리 복지회관내
	서 천 군	(041)953-9895	953-9895	서천군 서천읍 군사리 (군민회관내 2층)
	태 안 군	(041)675-9898	675-9898	태안군 태안읍 남문리 708-1
	부 여 군	(041)836-9898	834-5858	부여읍 동남리 (여성문화회관 2층)
전라북도지부	전 주 시	(063)272-4400	272-4399	전북 전주시 완산구 고사동2가 2-1 (대한투자신탁 3층)
	군 산 시	(063)462-7778	453-4225	군산시 문화동 916-42
	완 주 군	(063)291-2535	291-5025	완주군 삼례읍 삼례리 1010-1
전라남도지부	나 주 시	(061)333-9898	334-0358	전남 나주시 금계동 15-1 (금남동사무소 옆)
	화 순 군	(061)371-0740	375-0550	화순군 화순읍 일심리 832번지
경상북도지부	구 미 시	(054)453-9898	454-7262	구미시 송정동 492-2
	영 천 시	(054)335-9898	335-9898	영천시 금호읍 덕성1리 122-1
	안 동 시	(054)857-0030	841-9998	안동시 용상동 1616-2
	군 위 군	(054)383-9898	383-7455	군위군 군위읍 동부리 614
경상남도지부	마 산 시	(055)244-9898	224-1449	마산시 합포구 산호2동405-107
제주특별자치도지부	제 주 시	(064)743-8057	743-8059	제주시 연동 313-40 여성능력개발본부 2층
	서귀포시	(064)763-3175	735-3578	서귀포시 천지동 321-10 (서귀포 여성회관내)