

김성군
변호사

160 main street
Stoneham, MA02180
781.438.6170
www.songkimlaw.com

보스톤 코리아

BOSTONKOREA.com

백영주
부동산

주택 / 콘도
비즈니스 / 건물
617.921.6979
clarapark@ownnewengland.com
ClaraPark.com

POSTMASTER: Send Address Changes to 161 Harvard Avenue, Suite 4D, Allston, MA 02134

전화: 617-254-4654, 팩스: 617-254-4210

ISSN 1554-6942



2월 15일 보스톤심포니홀에서 열린 임윤찬의 보스톤 데뷔연주. 사진= Hilary Scott, BSO 제공

피아노 문외한도 눈을 떼지 못하게 한 임윤찬의 보스톤 데뷔연주

전원 기립박수, 결국 앵콜곡 연주 후에서야 박수로 환송
한인들, 20세 임윤찬의 BSO 데뷔와 연주에 환호
보스톤글로브, 최고의 BSO 데뷔 연주는 확실히, 사상 최고여부는 두고봐야

(보스톤 = 보스톤코리아) 장명술 기자 = 라흐마니노프가 좋아졌다. 유튜브로 몇 번 들었을 때 좋다는 생각이었지만 사로잡히지는 않았다. 임윤찬(19)의 연주는 그전 크게 관심이 없던 문외한도 라흐마니노프의 팬이 되도록 하는 힘이 있었다. 2월 15일 임윤찬의 보스톤 데뷔 무대. 보스톤 심포니홀에는 한국 사람들의 바쁜 발걸음

이 이어졌다. 물론 보스톤의 음악팬들도 많지만 한인들의 모습도 거의 절반에 가까울 정도였다. 예상대로 입장을 위해 긴 줄이 이어졌다. 임윤찬의 보스톤 데뷔, 그 역사적인 순간을 목격하는 즐거움이 있다보니 좁고 긴 줄도 길게 느껴지지 않았다.

보스톤 심포니 홀은 몇몇 석만 비었고 거의 꽉 찬 상태. 임윤찬의 등장부터 관중들은 환호했다. 기대가 과하면 실망 ▶▶5면으로 계속

매사추세츠 프라이머리케어 병원 예약, 왜이리 어렵나?

팬데믹 이후 PCP 예약 수개월 또는 1년 기다려야 하는 일부는 몇 년간 신체검사(피지컬 체크업) 계속 연기

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 매사추세츠에서 프라이머리케어 의사(primary care doctor, 가정의 또는 1차 진료의) 예약을 잡기가 정말 쉽지 않은 것으로 나타났다. 각종 호흡기 질환이 떠도는 겨울철 병원 예약이 잦을 수밖에 없는 상태에서 많은 사람들은 병원 예약에 대한 어려움을 호소하고 있다.

결국 병원 자신의 1차 진료의를 예약하기 보다는 예약없이 바로 방문하기 쉬운 어전트 케어나 응급실을 찾게 된다. 과거의 경우 어전트케어 또는 응급실을 방문하면 곧바로 1차 진료의로부터 추후조치를 위한 전화를 받곤 했으나 이조차 사라진지 오래다. 결국 모든 의료시스템에 과부하를 부과하고 있는 상황이다.

1차진료의 예약 긴 대기시간

CBS보스톤이 독자들의 ▶▶8면으로 계속

THE PRO REALTY GROUP 수잔리 부동산

보스톤 투자, 주택, 콘도

셀러(Seller Representative):
리스팅 전문. CMA(Comparative Market Analysis)를 통한 집 가격 선정

바이어(Buyer Representative):
확실한 입찰. 전문적인 권유로 여러분의 재산 증식을 도모

투자(Investment):
전문적 부동산 아웃사이드 컨설턴트로 성공적 투자 권유

* 조지아 아틀란타 투자 상담 문의 환영합니다.

경력 20년 이상

TEL: 339.224.1512, 카카오톡 ID: susan1223
Email: susan@prorealty.group

K STADIUM REALTY REAL ESTATE

President **애나 정** 부동산 전국 1위

33년의 풍부한 경험
최고의 전문가에게서 최상의 부동산 서비스를 제공받으시기 바랍니다

주택 · 콘도 · 비즈니스 · 빌딩 · 렌트

617.780.1675

anna@kstadiumrealty.com
annajungboston@gmail.com

Residential
Commercial
Business
Investment
Property Management

PREMIER REALTY GROUP REAL ESTATE

경험과 전문성으로 여러분의 소중한 자산을 책임지겠습니다

WWW.BOSTONPREMIERREALTY.COM

나원태: 617.642.3156
won@bostonpremierrealty.com

보스톤 코리아
인터넷 신문
카톡으로 받아보세요

위의 코드를 스마트폰 카메라로 찍고 카카오톡 채널 친구신청을 해주세요. 인터넷 신문 각종 정보를 받아보실 수 있습니다.

보스톤 평통 오은희 간사 대통령 표창 수상

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 민주평화통일자문회의 보스톤 협의회 오은희 간사가 대통령 표창을 수상했다.

오 간사는 2024년 2월 16일 금요일 보스톤 총영사관 주관으로 개최된 2023년 민주평통 의장(대통령)표창 전수식에서 민주평통 의장(대통령 윤석열)표창장을 김재휘 보스톤총영사로부터 전수받았다. 평통은 자유민주적 평화통일 기반조성 활동과 민주평통 발전에 기여한 유공자를 선발 표창을 수여한다.



전수식에는 보스톤 총영사관 관계자들과 보스톤 협의회 한문수 회장, 이석원 부회장, 이한나 부회장이 참석하였고 이한나 부회장이 평통을 대표해 오은희 간사에게 축하의 꽃다발과 선물을 전달했다.

전수식 후 김재휘 총영사는 전수식에 참석한 평통 회장단에게 축하인사를 전한 후 환담을 하며 영사관이 민주평통 보스톤 협의회(회장 한문수)와 적극적으로 함께 할 것임을 강조했다. 김재휘 총영사는 한인 사회 및 보스톤 평통의 기여도에 대해 치하의 말을 전하고 계속해서 평화통일을 위한 활동을 위해 노력해줄 것을 당부했다.

오은희 간사는 민주평통 19기, 20

기, 21기 자문위원이자 간사로서 보스톤 협의회와 통일 강연회, 정기회의, 각종 공모전 등 100여개의 온-오프라인 사업을 기획하고 진행해왔다. 이를 통해 지역사회 한인동포들과 차세대들에게 한인사회와 미주류 사회의 일원으로 성장할 수 있도록 통일 의지와 통일 공감대 형성에 힘써 통일에 대한 인식 제고에 기여했다.

오 간사는 또 코로나 기간의 대구성금 모금, 마스크와 손 세정제 쉼터 나눔, 튀르키예 재난성금 모금 및 여러 가지 기부 등을 통한 공공외교적 활동을 포함하여 한인사회의 화합과 발전에 기여한 공로를 인정받아

2023 의장(대통령)표창을 수상하게 되었다.

오은희 간사는 “누구나 해외에 나오면 애국자가 된다” 는 말이 있다며 “지난 5년간 민주평통 자문회의를 통해 지역사회 한인들과 공공외교적인 행사라고 볼 수 있는 보스톤 협의회 여러 가지 사업을 준비하면서 사실 힘들 때도 많았지만 중요한 것은 대한민국을 사랑하는 귀이지 않는 마음이었던 것 같다. 그동안의 노력을 이 표창장으로 인정받는 것 같아서 뿌듯하고 수상할 수 있도록 애써 주신 모든 분들께 감사하다” 고 전했다.

bostonkorean@hotmail.com

한순용 노인회장, 지상욱 로드아일랜드 전 한인회장 외교부장관상

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 한순용 노인회장과 지상욱 로드아일랜드 전 한인회장이 외교부장관상을 수상했다.

보스톤총영사관 김재휘 총영사는 2월 7일 노인회 수요사랑방 모임을 찾아 한순용 노인회장에 외교부장관 표창장을 직접 전달했으며, 9일 금요일에는 로드아일랜드 워워 소재 한인회관을 찾아 지상욱 전한인회장에게 표창장을 전달했다.

한순용 회장은 “이번 표창은 한미 노인회를 대표해서 받은 것이라 생각합니다. 외로운 타국생활을 하시는 회원들께서 잠시나

마 즐거운 시간을 보내실 수 있는 공간과 회원들과 소통할 수 있는 사랑방 모임이 잘 운영되고 있어 표창을 받게 되었다고 생각합니다” 고 말하고 “회원님들께 감사드립니다” 고 수상 소감을 전달했다.

로드아일랜드 한인회 웹사이트는 “지상욱 회장님은 한인회의 봉사 업무를 성실히 수행하고, 한인회 활동들을 통하여 지역사회와의 교류와 소통에 이바지한 공을 인정받아 표창장을 받게 되었습니다.” 고 표창장 수상이유를 설명했다.

bostonkorean@hotmail.com

3개 한인회 3.1절 기념행사 총영사관서

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 보스톤 총영사관과 매사추세츠, 로드아일랜드, 뉴햄프셔 3개 한인회는 105주년 3.1절 기념행사를 3월 2일 토요일 10시 뉴튼소재 보스톤총영사관에서 개최한

다. 매사추세츠 한인회는 기념식이 끝나는 11시부터 총회를 개최할 계획이다.

bostonkorean@hotmail.com

서울설렁탕
겨울특선메뉴

사골 떡만두국

진한 사골 국물에 정성으로 빚은 만두가 들어간 든든한 식사로
추운 겨울을 포근하게 보내세요

Take out Available
포장가능

서울설렁탕
SEOUL SOULONGTANG
1245 Commonwealth Ave, Allston MA 02134 Tel: 617-505-6771

**형사법
상법/회사법
민사법
부동산/클로징**

스티븐 김 변호사
보스톤 검사 경력
(Steven S. Kim)

617.879.9979
stevenkimlaw.com

The Law Office of Steven S. Kim
2001 Beacon Street, Suite 101,
Boston, MA 02135
Steven@stevenkimlaw.com

보스톤 미술관 설날 행사 성황리에 종료

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 보스톤 미술관(MFA, Museum of Fine Arts Boston)의 설날 행사가 지난 2월 15일(목) 오후 5시부터 10시까지 한국, 중국, 베트남 등 국가가 참여한 가운데 성황리에 진행되었다.

2014년부터 해마다 개최되어 온 이 음력 설날 행사는 팬데믹 기간에는 중단되었으나, 지난 해부터 다시 시작되어 많은 관심과 호응을 얻고 있다. 과거에는 주말인 토요일에 열렸으나 올해에는 목요일로 변경돼 행사가 진행됐다.

올해 한국 관련 문화 행사로는 <세배 시연 및 한복 입어보기>와 한국 가곡 및 합창이 연주된 <사군자>, 그리고 박찬희 씨가 이끄는 보스톤 한국 전통 무용단의 공연인 <설날>이 무대에 올랐다.

갤러리 250에서 진행된 세배 시연은 뉴햄프셔 주 교육부에 근무하는 황규령 씨가 진행을 맡았고, 교민 안길남 씨 부부가 할아버지와 할머니 역할로, 그리고 마이클 안 가족과 이관화 씨 가족이 아들 부

부와 손자 손녀 역할을 맡아 3세대의 세배 모습을 보여주었다. 또한 원하는 관람객들이 한복을 입을 수 있도록 국제선의 김금련 회장과 여러 회원들이 도움을 제공하였다.

열린 공간인 사피로 코트야드에서 진행된 <사군자> 콘서트에서는 이경옥 작가가 그린 사군자 및 미국인 제자들과 협업한 소나무 그림과 소프라노 나유선 교수가 부르는 한국 가곡들이 관람객들을 맞이했다. 미술 교육가인 하수정 씨가 그림에 대한 설명과 진행을 도왔고 <그리운 금강산>, <새타령>, <밀양 아리랑>, <연> 등의 노래가 이어졌으며 마지막은 '아리랑' 과 '어메이징 그레이스' 를 편곡한 <어메이징 아리랑>을 미국 학생들과 나 교수가 함께 합창을 하며 화합과 어울림의 장을 마무리했다.

중국과 베트남 단체에서는 서예, 쿵푸와 타이치, 사자 춤과 전통 무용, 강연 등을 진행하였다.

이날 보스톤 미술관에서는 특별히 3월 24일에 시작되는 <한류! The



세배 시연 사진제공 = 윤병준



사군자 공연. 사진제공 = 전상수리



Korean Wave) 전시를 광고하기 위해 천으로 만든 투트백을 제작하여 관람객들에게 무료로 배포하였다. 최근 급부상한 한국 문화에 관

련된 다양한 물품과 미술관이 이전부터 보유하고 있던 작품들이 약 250여점 정도 전시될 예정이다. 티켓 판매는 2월 20일에 시작되었으

며 자세한 정보는 www.mfa.org에 서 볼 수 있다.

bostonkorean@hotmail.com

Shoe City Family Dental



(원장: 김동원)

코로나로 변한 세상,
이제 당신의 건강이
최고로 중요합니다.

최고의 의료 장비와
최고의 의사가
최고로 건강한 치아를
선물해 드리겠습니다.



103 Merrimack St
Haverhill, MA 01830

Phone : 978.971.0060
Fax : 978.971.0061

<연주후기> 임윤찬 라흐마니노프 피아노 협주곡 3번으로 보스턴 심포니 성공적 데뷔

(보스톤=보스톤코리아) 김유경, 이상원 객원기자 = 2022년 텍사스 주 포트워스에서 진행된 제 16회 반 클라이번 콩쿠르에서 역대 최연소인 18세의 나이로 1등을 차지했던 피아니스트 임윤찬. 뉴욕 타임즈의 표현대로 즉각적인 센세이션 ("immediate sensation")이 된 그의 보스턴 심포니 데뷔 연주가 지난 2월 15일(목)부터 4일 동안 심포니홀에서 진행되었다.

목요일에 시작하여 토요일까지 세 번의 연주를 하는 보스턴 심포니의 기존 프로그램과 달리, 이번 공연은 하루가 더 추가되어 일요일까지 나흘 동안 진행되었다. 그럼에도 3000석의 좌석이 매일 거의 매진되어 그의 연주를 직접 듣고자 하는 사람들이 얼마나 많은지를 실감하게 해주었다.

이번 공연의 프로그램은 그가 반 클라이번 콩쿠르의 결선에서 연주했던 러시아 작곡가 라흐마니노프의 피아노 협주곡 3번. 유튜브에서 그의 콩쿠르 결선 동영상은 조회 수 1천 3백만을 넘겼으며, 이 작품을 연주한 많은 동영상 중에 가장

인기 있는 동영상으로 기록을 갱신하였다. 지휘는 러시아 태생의 중견 지휘자로 유럽과 미국의 여러 오케스트라를 지휘했으며 2018년에 보스턴 심포니와 처음으로 연주했던 투간 소키에프 (Tugan Sokhiev)가 맡았다.

19세답게 아직 풋풋한 모습의 임윤찬은 1악장 처음에 단조로 나오는 주제 부분부터 완벽한 컨트롤의 손가락 주법으로 시작하였다. 그의 손은 자연스럽게 구부러져서 교과서와 같은 고전 테크닉의 기본을 보여주었다. 이어지는 빠른 패시지와 아르페지오는 깨끗한 페달링으로 산뜻하면서도 우아한 피아니즘을 구사하였고, 곡 중간의 서정적인 대목에서는 자유롭고 자연스러운 루바토로 섬세한 음악성을 보여주었다.

2악장에서는 더욱 깊은 서정성을 보여주었는데, 특히 첫 부분에 나오는 심오한 음악은 19세의 청년이 친다고 믿을 수 없을 만큼 철학적이었다. 섬세한 음악성을 계속 더하면서도 강력한 테크닉을 자랑한 3악장에서는 점점 고조되는 감

정으로 대가의 모습을 드러냈으며, 마지막 부분에 머리를 휘날리며 건반을 두드리는 모습에서는 이러한 연주를 직접 보는 것이 참으로 역사적인 순간이라는 생각이 들어 감동적이기도 했다.

빠르게 연속되는 코드로 화려하게 마지막을 장식한 후에는 관중들의 박수 갈채가 끊임없이 터져 나왔다. 가장 인상 깊었던 것은 그의 연주가 원숙한 대가로부터 볼 수 있는 음악 전체에 대한 깊은 이해를 보여주었다는 점과, 마지막 절정을 향해 차곡차곡 쌓아가는 고도의 사색적인 연주였다는 것이다.

기립 박수와 몇 차례의 인사가 계속된 후, 그는 앙코르 곡으로 벨리니의 오페라 <노르마>에 나오는 아리아 '정결한 여신 (Casta Diva)' 쇼팽이 편곡한 작품을 연주하여 관객들을 음악적인 황홀함에 빠지게 해주었다.

이 날 연주에는 한국인을 비롯한 많은 아시아 사람들이 객석에 많이 자리해서 그의 인기와 팬덤을 보여주었다. 필라델피아에서 비행기를 타고 이 연주를 보러온 서지연 씨



임윤찬의 보스턴 데뷔 연주 모습. 사진=Hilary Scott, BSO 제공

는 앞전해 보이는 외모의 임윤찬이 무대에서 보여주는 파워와 표현력에 너무나 큰 감동을 받았으며, 다음에 또 그의 연주를 보러 오고 싶다고 말했다.

지난 9월부터 뉴잉글랜드 음악원 교수로 재직 중인 그의 오랜 스승 손민수 교수를 따라서 뉴잉글랜드 음악원의 학생이 된 임윤찬. 보스턴에 오래 거주한 한인들은 손민수 교수 그리고 그의 스승인 변화경 교수와 러셀 셔먼 교수의 기억

까지 합쳐져서 임윤찬을 더욱 아끼고 응원하게 되는 것 같다.

당분간은 많은 공연 스케줄로 세계 곳곳의 연주 무대를 누비게 될 그를 보스턴에서 다시 만날 수 있는 기회는 오는 3월 17일(일)이다. 클라우스 메켈레 지휘로 오케스트라 드 파리와 쇼스타코비치 피아노 협주곡 2번을 연주한다. 자세한 내용은 www.celebrityseries.org에서 찾아볼 수 있다.

bostonkorean@hotmail.com



면역력 재충전

120년의 철학

국내산 6년근 만을 고집하며,
100% 계약 재배한 인삼 만을 사용합니다.




+

홍삼정 240g
1개 구입시 30g 증정

타주로도 배송 해드립니다.

로 주문후 다음날 편하게 받으세요.
\$100이상 주문시 무료배송

보스톤 정관장 브랜드스토어

781-238-0303 3 Old Concord Rd,
Burlington, MA 01803

ICON DENTAL 아이콘 덴탈



Dedicated to Your Health

Ultimate Smile Quality Dental Care

렉싱턴과 콩코드에 편리하게 위치한 아이콘 덴탈은 여러분과 가족 모두에게 적합한 맞춤형 치료 계획을 통해 미용치과, 인비절라인 투명 교정을 통한 성인 및 청소년 치열 교정 및 최신 임플란트 시술에 이르기까지 모든 분야의 치과 진료를 제공하고 있습니다. 최신 기자재와 진료기술 그리고 편안하며 현대적인 진료실에서 친절한 스태프와 함께 양질의 치과 진료를 제공하기 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다.

대표원장 치의학박사 안형준
전화 617.957.8133

57 Bedford Street, suite 220, Lexington, MA 02420
전화 781.861.8978

97 Lowell Road, Suite A8, Concord, MA 07142
전화 978.369.0254

이메일: info@icondentalexington.com
www.icondentalexington.com

Dr. 차영주
치과 일반의

Dr. Larisa Turkenich
치과 일반의

Dr. Charles Braga
임플란트 수술 및
잇몸질환 전문의

피아노 문외한도 눈을 떼지 못하게 한 임윤찬의 보스톤 데뷔연주

▶▶1면에 이어서

하는 경우가 많은데 그의 연주는 첫 손가락 움직임부터 눈을 떼지 못하게 만드는 매력 이 있었다.

웨스트포드에 거주하는 박하나씨는 “감히 어떤 표현도 할 수 없다. 그 순간, 그곳에 내가 있을 수 있었음에 감사하다. 손에 땀이 차고 단 한순간도 피아노의 손움직임에서 손을 떼지 못했다. 눈을 과도하게 집중한 끝에 눈물이 날 지경이었다” 며 “그간 피아노 리사이틀을 다녀봤으나, 매순간 소름이 돋는 경험은 처음이었다” 고 말했다.

보스톤심포니오케스트라(BSO)의 아름답고 매끄러운 연주와 유명한 러시아 지휘자 투간 소키에프의 매력적인 지휘는 임윤찬의 피아노와 어울려 음악을 더욱 감동적이게 만들었다. 관중들은 숨을 죽였다. 간헐적으로 터져 나오는 기침소리도 연주와 어울려 겨울의 연주회임을 잊지 않게 해줬다. 같은 한국인인 것이 자랑스럽고 기분이 좋아지는 순간이었다.

장인숙 한인회 이사장은 “심포니홀 연주회 입장하기 전에 추운 날씨에도 불구하고 긴 줄을 본 순간부터 가슴이 뭉클했다” 고 말하고 “연주회를 감상하는 내내 제 가슴이 뛰었고 손에는 잔잔한 땀이 나는 듯 너무나도 감동적이고 자랑스러웠다” 고 말했다

장 이사장은 또 “작은 체구에서 심포니홀 전체를 다 흔들 수 있는 그의 천재적인 예능에 모든 관람객들이 숨죽이고 몰두하는 모습이 말로 형용할 수 없는 광경” 이었다고 말했다.

뉴튼에 거주하는 김제성씨도 한마디로 “Speechless!” 라고 하며 “순수하면서도 화려한 느낌의 연주가 좋았다.” “젊은 임윤찬이 BSO와 협연을 해서 같은 한국인으

로서 자랑스러웠다.” 라고 한인으로서의 자부심을 말했다.

연주회에서 눈을 땔 수 없으니 판 생각 할 여유도 없었다. 시간을 송두리째 연주에 집어 넣어버린 듯 그의 연주는 시간 가는 줄 모르게 만들었다. 당초 프로그램 북에는 임윤찬의 2022년 반 클라이반 수상곡의 짧은 버전의 카덴자를 연주하는 것으로 되어 있었지만 15일 목요일 임윤찬은 연주는 긴 버전 (“ossia”)의 카덴자를 연주했다.

첼로를 전공한 음악인 이승희씨는 “라흐마니노프 피아노 협주곡 2번이 많이 알려져 있는데 난이도 높은 3번을 완벽하게 연주해 주어서 곡이 더욱 알려지는 계기가 되리라 생각한다.” 고 말했다.

세르게이 라흐마니노프의 피아노 협주곡 3번. 이 음악을 다시 듣고 싶게 만들었다. 다시 볼 동영상에 저장해야겠다는 생각이 들도록 만들었다.

그의 연주가 끝나자 모든 사람들은 용수철처럼 일어서 기립박수를 보냈다. 지휘자와 두차례 나와 감사 인사를 보낸 후에도 기립박수가 계속되자 임윤찬은 다시 나와 우아하고 부드럽게 달래는 듯한 앙코르 곡을 연주했다. 벨리니의 오페라 노마의 “캐스타 디바” 를 연주하는 앙콜곡이 끝나자 관객들은 커다란 환호와 박수로 임윤찬을 보냈다.

인터미션이 끝나고 임윤찬이 빠진 무대가 허전한 듯 했지만 소키에프의 지휘와 보스톤심포니오케스트라를 마음 편하고 흥겹게 즐길 수 있는 무대가 이어졌다. 군데 군데 빈 자리가 보였는데 임윤찬의 연주만 듣고 떠난 사람들이었을 것이다.

보스톤글로브 AJ 머다나 기자는 리뷰에서 “BSO의 평일 공연이 만석이었던 것이



관중들의 환호에 인사하는 임윤찬과 보스톤심포니 오케스트라. 사진 = Hilary Scott

언제였는지 기억이 나지 않는다. 이날 공연 무대의 임윤찬을 제외한 모든 사람들(지휘자, 오케스트라 단원)은 그의 혜택을 본 것” 이라고 적었다.

글로브는 “임윤찬의 연주가 사상 최고였나(Greatest of all time?)” 고 묻고 “이는 누가 쉽게 답할 수 있는 것이 아니다. BSO와 그의 최고 데뷔 무대였던 것은 분명하다. 그는 떠오르는 별 그 자체다. 창공의 가장 빛나는 별이 되길 원한다면 그는 가능할 것이다. 두 고바야 하지만 그가 계속 정진해 수년안에 이곳이 이르기 바란다” 고 평했다.

임윤찬은 18일까지 유명한 러시아 지휘자 투간 소키에프의 협연으로 세르게이 라흐마니노프의 콘체르토 No.3를 연주한다.

이곡으로 임윤찬은 2022년 벤 클라이번 인

터내셔널 피아노 경연대회에서 최연소 금메달리스트에 등극했으며 그의 공연 동영상은 1천3백50만 뷰를 기록할 정도로 센세이션을 일으켰다. 이전까지 최고 조회수는 우크라이나 출신의 피아니스트 블라디미르 호로비츠(1903~1989)가 연주한 라흐마니노프 피아노 콘체르토 3번이었다.

연주회가 끝나고 심포니홀을 나서니 축복처럼 눈이 내렸다. 물론 예상한 눈이었지만 그래도 직접 맞으니 기분이 좋았다. 마치 첫 눈을 만난 것처럼.

아내와 함께 임윤찬, 라흐마니노프 피아노 협주곡 3번, 보스톤의 겨울, 눈을 동시에 즐겼다. 평생의 버킷리스트 중의 하나가 해결되는 순간이었다.

editor@bostonkorea.com



"전문적인 치료,
진실된 치료,
진심을 담은 치료,
Smart Dental이
추구합니다"



JEONG LEE, D.M.D., M.M.Sc., Ph.D.
원장 이정숙

- 서울대학교 치의학대학원 1990년 졸업
- 서울대학교 치의학대학원 박사학위 2000년 취득
- 서울부부치과원장 1994년~2006년
- Tufts School of Dental Medicine 2009년 졸업
- Harvard School of Dental Medicine 보철과 2012년 졸업

SMART DENTAL

452 Pleasant St., Malden MA 02148

Office: 781 322 4914

Fax: 781 605 3797

Email: maldensmartdental@gmail.com



Malden Center역에서
걸어서 10분, 차로 5분 거리



에버소스, 내셔널 그리드 전력망 개선위해 요금 인상

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 전기요금이 또 오르게 될 전망이다. 매사추세츠 2개의 유틸리티 회사가 향후 5년 동안 약 24억달러를 충당하기 위해 전력요금 인상을 결정하고 주정부에 승인을 요청했다.

에버소스와 내셔널그리드는 향후 히트펌프와 전기차 전환을 앞두고 발생할 수 있는 과도한 전기 수요에 대응하기 위한 전력망 개선을 추진한다. 이와 관련 발생하는 비용을 감당하기 위해 이 두 유틸리티 회사는 전기요금을 높여 충당할 계획이다.

히트펌프 및 전기차 전환이 예정대로 진행된다면 매사추세츠는 2050년에는 오늘날보다 3배나 많은 전력을 사용할 것이라는 예상이다.

이 같은 소비 전력을 감당하기 위해서 주의 에버소스와 내셔널그리드는 전력망 인프라 업그레이드에 수억달러를 투자해야 한다. 이 같은 비용 총당은 결국 소비자에게 전가된다.

2월 초 이 두 유틸리티 회사는 주 공공유틸리티부(DPU)에 전선망현

대화 투자금 회수를 위해 향후 5년간에 걸쳐 전기요금 인상을 승인해줄 것을 요청했다.

에버소스는 주정부에 4억달러의 비용을 향후 5년에 걸쳐 징수할 수 있도록 승인을 요청했으며 내셔널그리드는 총 20억 달러의 비용 징수 승인을 요청했다. 이들은 매달 전기요금 징수시 이를 건어돌릴 수 있기를 바라고 있다.

이 같은 전력망 현대화 계획이 승인되면 유틸리티 회사들은 향후 전기요금의 일부에 작은 요금을 부과한다. 앞으로 5년간 주민들은 에버소스의 경우 한달에 \$5씩 추가로, 내셔널그리드의 경우 한달에 \$7씩 추가로 부담하게 된다. 현재 전기요금은 평균 1가구당 월 \$200선이다.

전력망 현대화는 지난 2022년 주의회가 기후변화법을 제정하면서 시작했다. 이 기후변화법의 일부는 2050년까지 많은 주민들이 전기차와 히트펌프로 전환해 가스 자동차 및 가스 보일러 사용을 줄이도록 하고 있다.

현재 매사추세츠의 전력은 약 절반이 천연가스 발전소에서 공급되며 향후 점차적으로 태양광, 해안 풍력발전 등 재생 에너지로 전환해 천연가스 발전 전력 사용을 줄인다는 계획이다. 2050년까지는 넷제로(Net Zero) 카본 목표를 달성한다는 계획이다.

뉴잉글랜드의 현재 전력망은 소수의 발전소에서부터 오는 대용량의 전력을 송전하기 위해 최초 만들어졌다. 그러나 점차 주택의 지붕에 솔라 패널이 설치되면서 탈 중앙화 모델로 전환해가고 있다. 이 같은 전환은 전기의 흐름의 변화에 적응할 수 있도록 전력 하부구조 건설 투자가 필수적이다.

또한 전기 히팅 및 전기차 충전은 또한 전력망 하부구조의 전환을 요구하고 있다. DPU가 현대화 계획을 승인하면 전선, 변전소는 새로운 스마트 미터와 배터리로 업그레이드 돼서 실시간으로 전력사용을 추적하고 대응할 수 있도록 하게 된다.

hsb@bostonkorea.com



보스톤산악회 3월 2일 겨울 산행

제 5차 정기산행 2024년 3월2일 Mt. Madison

(보스톤 = 보스톤코리아) 편집부 = 보스톤 산악회가 오는 3월 2일 토요일 뉴햄프셔 소재 매디슨 마운틴(5,367 ft.)으로 겨울 산행을 떠난다.

이날 산행은 A와 B조로 나뉜다. A조는 매디슨 마운틴(왕복 8.4마일), B조는 매디슨 스프링허트(왕복7.4마일)를 등반하게 된다. 난이도는 5단계 적도법으로 4.0이다. 일기와 산행 당일 상태에 따라 허트(Hut)에서 Trail이 변경될 수 있다. 산행 2마일 후는 덮인 아름다운 프레지덴셜 레인지(Presidential Range)를 볼 수 있다.

준비물은 배낭과 아이젠(Crampons), 헤드랜턴, 스패츠, 배낭, 스틱, 방한복, 방풍의, 우의, 장갑, 털모자, 스틱, 식수, 간편 중식이다. 등산화 착용은 필수다. 눈과 얼음으로 미끄러운 겨울철에는 아이젠(마이크로스파이크

또는 크램폰)을 반드시 준비해야 한다.

산악회 측은 “겨울산행은 준비할 것이 많은데 특히 아이를 꼭 지참 해주시고 낮이 짧아지니 헤드랜턴도 항상 가지고 다녀달라”고 당부했다. 또 “감기 몸살 기운이 있으면 산행을 취소해달라”고 말했다.

산행 당일 집결은 뉴햄프셔 파크앤라이드(Park&Ride, Exit 2 of RT93)에서 오전 7시까지다. 회비 20불을 지참해야 한다.

산행 신청은 2월 29일 목요일 오후 6시까지며 신청 시 원하는 조와 집결 장소, 차량 여부 등을 밝혀야 한다. 산행에 관한 자세한 정보는 보스톤 산악회 카페(<http://cafe.daum.net/boston-mountaineers>)를 통해 알 수 있으며 기타 문의사항은 617-780-9588(들꽃향기)로 하면 된다.

bostonkorean@hotmail.com

손영권 치과

youngdentistrypc.com

진료 과목

일반 치과
크라운
임플란트
잇몸 치료
Invisalign
Sleep Apnea

보험

Delta Dental Premier,
Blue Cross Blue Shield
Indemnity Plan

좋은 치과, 좋은 치아

Young K Son, DMD **978.459.0594**
674 Rogers St. Lowell, Massachusetts 01852

이명원 회계사

한국 공인 회계사
미국 공인 회계사

MW LEE, CPA P.C. 대표
호연회계법인 국제조세 본부장

(전) 삼일회계법인 근무
(전) 한국 공인회계사회 세법 강사
(전) Rucci, Bardaro & Barrett P.C. 근무

617.455.8073

mwl@mwleecpa.com
1318 Beacon St. Ste#4,
Brookline, MA 02446

Prescott & Son Insurance

Insurance Producer Moon Hang Lee
한인 보험 대리인 이문항

“보상 내용과 크기는”
적절하고 **안전**하게
보험료는 **저렴**하게

사업체 보험
Workers Comp.
개인 자동차 보험
상업용 자동차 보험
집 보험
건물보험

Tel: 781.325.3406
Office: 781.322.2350
Fax: 781.322.3093
mleeins@gmail.com | mlee@prescottandson.com

업무 시간
월-금: 오전 10시-오후 4시
토, 일요일, 공휴일: Closed

영어교육 개혁 법안두고 렉싱턴 교육감 편지 논쟁 점화

주 교육부에 영어 교육 커리큘럼 선택 권한 부여 법안, 찬반 논란 치열

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 =매사추세츠 초등학교의 영어 문해력(읽고쓰기) 교육 관련 법안을 두고 교육계와 의회 및 학부모간의 강력한 논쟁이 벌어지고 있다.

현재 상정된 법안은 주 교육부가 각 학군의 영어 커리큘럼 선택과 관련 권한을 가지게 되며 “낮은 교육수준”으로 평가되는 교육 자료를 다른 자료로 대체토록 할 수 있도록 하고 있다. 문제는 렉싱턴을 비롯한 주요 교외의 학군들이 이 교육 자료를 사용하고 있다는 점이다.

현재 상하원의 예결위 소속 의원들은 올해 회기 마감일은 7월 31일 이전에 이법이 양원에서 표결

에 부쳐질 것인지 여부를 결정하게 된다. 이에 따라 치열한 찬반측의 로비가 이뤄지고 있다. 현재 미국 전역에서는 매사추세츠가 “증거기반(evidence based)” 영어 교안을 의무화하는 법안을 통과시킬지 여부를 관망하고 있다.

이 법안을 반대하는 측은 학교 교육 커리큘럼은 주 교육부가 인정하지 않더라도 학군이 결정할 수 있어야 한다고 주장하고 있다. 50여개 학군의 교육감을 비롯한 300여 교사들은 2월 5일 이 법안에 반대하는 서한에 서명했다.

매사추세츠 교사노조와 매사추세츠 교육감 협회는 모두 이 법안에 반대하고 있다. 이들은 주정부가 확립적으로 정형화 된 영어리

딩교육 교수법을 강제하게 될 것이라고 주장하고 있다. 그러나 법안의 지지자들은 이것이 잘못된 정보라고 주장하고 있다.

법안의 지지자들은 매사추세츠 영어리딩 점수가 낮은 것을 지적하고 반드시 주정부가 개입해야 한다고 말하고 있다. 보스톤 글로브에 따르면 약 절반의 매사추세츠 학군들은 주정부가 “낮은 수준”이라고 부르는 커리큘럼을 유치원에서 3학년까지 가르치고 있었다.

그중의 하나인 렉싱턴의 교육감은 이 법안 관련 가장 대표적인 반대 목소리를 내고 있다.

렉싱턴은 유닛즈오브스터디(Units of Study)라는 커리큘럼을

사용하고 있다. 노스캐롤라이나 소재 비영리단체로 교육자료들을 평가하는 에드리포트즈(EdReports)가 커리큘럼에 ‘나쁨’이란 평가를 주고 있다. 이 커리큘럼이 생소한 단어를 이해하게 하는데 음성 규칙(phonics rules)보다는 그림을 사용하기 때문이라는 것이 낮은 평가의 원인이다.

지난 2월 13일 렉싱턴 학교위원회 회의에서 제시가 쿼트로치 렉싱턴 특수교육부모자문위 공동회장 “매사추세츠 학군의 대표격인 렉싱턴에서 증거에 기반하지 않는 교육방법으로 영어 리딩을 가르치는 것이 상상이나 되나요?”라며 강하게 지적했다.

1월 5일 법안에 반대하는 서한을 보냈던 줄리 해킷 렉싱턴 교육감은 온라인으로 진행된 학교 위원회 미팅에서 “확실한 성취”의 보장 없는 다른 커리큘럼을 신뢰해 각 학군이 이를 받아들이도록 하는 것은 “비논리적”이라고 지적했다.

“우리는 교육적인 결정은 모두 지역 학군이 학생들의 필요성에 맞춰 결정하도록 두는 것이 최선이라 생각한다”고 주장했다.

해킷 교육감은 편지에서 에드리포트즈의 평가에 의문을 표시했다. 렉싱턴의 K-2학년은 과거보다 좀더 음성규칙을 강조한 개정 유닛즈오브스터디(Units of Study)를 사용 중이다. 이 개정 버전은 아직 에드리포트즈가 검토하지 않은 교재다.

이 법안을 지지하는 상하원 교육위원회 공동위원장 제이슨 루이스 상원의원은 렉싱턴의 서한은 다른 측면을 지적했다.

줄리 해킷 교육감은 서한을 통해 표준시험에서 학생들의 기초적인 영어 리딩 점수를 통해 “우수(proficient)”라는 평가기준을 만들고 존재하지도 않은 영어 문해력의 위기를 지적하고 있다고 비판했다.

루이스 상원의원은 “우리는 분명히 어떤 것의 정의를 두고 논의를 할 수 있다. 그러나 그것은 요점을 빗나간 것이다. 저소득층, 또는 유색인종 등 불우한 환경 출신의 많은 학생들이 우리가 원하는 수준의 영어 문해력을 갖추지 못했다. 이는 너무나도 분명하다는 것”이라고 반론했다.


해킷 교육감은 이 서한에서 이번 영어 교육 개혁법이 현재 미국 내에서 일고 있는 도서 금지 법안과 유사한 것으로 몰고 갔다.

“이 같은 상황은 매우 바람직하지 않다. 우리는 매사추세츠 어린이의 교육의 미래에 대해 염려하고 있다. 현재 약 300여 법안이 인종, 성별, 미국 역사 그리고 LGBTQ에 대한 논하는 서적의 접근을 금지하려고 시도하고 있다”고 서한에서 비난했다.

물론 이와 관련된 법안은 매사추세츠에서 상정되지 않았다. 해킷 교육감의 편지가 오해를 불러일으키고 있다는 비난을 받는 대목이다.



Fiske Elementary School - Lexington, MA



KIM LAW OFFICE

김연진 변호사

Yeon J. Kim, Esq.

업무 분야:
이민법 / 상법 / 형사법

주요 경력

- 前 미연방 이민국 심사관
Boston 지사에서 만여건의 영주권 시민권 심사
- 前 미연방 세관 특별수사관
NY 지부 연방 범죄관련 직접 수사
- 前 미 육군 심문관



TEL: 781.932.0400 FAX: 781.932.0403
3 Baldwin Green Common, Suite 210 Woburn, MA 01801

형제 떡집

매매 합니다

(현재 영업중)

978.343.6080

978.407.9029

210 West Main St.

Ayer, MA 01432



뉴잉글랜드 한국학교

www.ksneusa.org

1975년 개교 · 뉴잉글랜드 최대 규모 · 최고수준의 한국학교
한글교육 · 음악 · 미술 · 역사부문 교사 모집 & 등록 문의
수업시간: 토요일 9:30~2:00 (아침일찍반: 8:30~9:25)

(508)523-5389 ksneusa@verizon.net
Koreanschool.ne@gmail.com

C/o Oak Hill Middle School
130 Wheeler Rd., Newton, MA 02459

뉴타운 플러밍





**PLUMBING
HEATING
AIR CONDITIONER**

Repair & Service, Renovations & Installations

Plumbing repairs, Gas servicing
Hot water tank & boiler

Sink, Toilets, Faucets, Water leaks, Disposal

MA Licensed
책임 보험 가입

617.543.8106



매사추세츠 프라이머리케어 병원 예약, 왜이리 어렵나?

▶▶1면에 이어서
경험담을 요청한 결과 상황은 정말 심각했다.

제니퍼는 “오래 밀렸던 신체검사를 부상으로 인해 지난해 12월 다시 예약을 잡았는데 2025년 1월에 예약이 잡혔다” 고 밝혔다. 한 독자는 “브리감앤워민스의 대기자 명단에 올랐는데 무려 2년이나 대기해야 했다” 고 답했다.

프라이머리케어 의사를 선정하는 것도 쉽지 않다. 신규 환자를 받는 의사도 많지 않을뿐더러 한번 예약을 잡는 것도 3-4개월 기다려야 한다.

레이(Lahey) 렉싱턴에 프라이머리케어 의사를 두고 있는 한인 J씨는 팬데믹 이후 단 한번도 프라이머리케어의사를 만난 적이 없다. 정기 신체검사는 3년째 지나쳤으며 발이 아파 전화 예약을 했으나 만난 것은 의사가 아닌 간호사였다.

J씨는 프라이머리케어 의사를 바꾸기 위해 여러 곳을 알아보고 있으나 새로운 환자를 받는 의사를 찾기가 정말 쉽지 않다고 털어냈다.

왜 예약하기 이리 힘들나?
하버드 찬 공중보건대학원의 호세 피구어로아 박사는 “복잡한 문제라 대답하기 힘들다” 고 말했다.

의사공급에 커다란 문제가 있다는 것이다. 미의대연합에 따르면 2021년에 가정의 의사는 12만명이 채 되지 않았다. 이는 미 의사중 12.4%에 불과하며 1930년대 87%가 가정의였던 것에 비하면 너무 낮은 수치다. 이 문제는 나아지지 않고 있다.

“최근들어 더 많은 프라이머리케어 의사가 은퇴해서 직업을 떠나고 있다. 이 의사들은 나이가 들었으며 대부분 팬데믹 기간동안 은퇴했다” 고 피구어로아 박사는 말했다.

프라이머리케어 의사들의 낮은 보수

문제는 은퇴한 프라이머리케어 의사가 신규 의사들로 대체되지 않는다는 것이다. 최근들어 의대 지원 학생들도 줄었다.

의대는 비싸고 학생들은 커다란 학자금 대출을 해야 하며 졸업시 커다란 빚더미에 앉게 된다. 더구나 프라이머리케어는 아주 어렵다. 의사들은 전문의보다 더 많은 것들을 알아야 한다. 그럼에도 전문의들에 비해 보수는 적다.

“일부 데이터에 따르면 전문의가 아닌 가정의를 선택하면 수십만

달러 이상의 보수차이가 나는 것으로 나타난다” 고 피구어로아 박사는 말했다.

너무 많은 서류작업
의사들이 환자를 보기 싫어하는 것이 아니라 그냥 물리적으로 볼 시간이 없다고 유매스메모리얼헬스의 에릭 디슨 대표는 밝혔다. 한마디로 서류과일에 묻혀 있다는 것이다.

“사전 허용, 보험커버 부인 등 과도한 서류에 시달린다. 결국 건강보험 개혁부터 시작해야 한다” 고 디슨 대표는 말한다.

미의학협회저널은 미국 의사들은 다른 선진국들에 비해 훨씬 많은 행정적 부담을 안고 있다고 밝혔다. 이를 해결은 투자와 시간이 필요하다.

피구어로아 박사는 “의사 한사람이 아니라 전체 팀이 개인의 의료의 필요성을 담당하게 된다” 고 말한다.

어떻게 대응해야 하나?

많은 문제가 해결되도록 앞서 기다릴 수 없다. “처음부터 원하는 프라이머리케어 의사를 정하지는 못할 것이기에 가능하면 광범위하게 연결해 의사를 찾고 추후 프라이머리케어 의사를 변경하는 것을 고려해야 한다” 고 의사들은 조언했다.



매사추세츠 운전자들 교통위반 4년 연속 증가세

운전 중 통화 및 문자 금지, 핸드프리법 위반도 매년 증가

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 끊임없는 단속과 계몽 노력에도 불구하고 매사추세츠 교통위반 사례가 4년 연속 증가세를 기록했다.

경찰은 지난 2023년 한해동안 총 1백 7만 6천 336건을 단속했으며 총 80만 8천 69건의 티켓을 발행했다. 이중 27만 5천 356건이 속도 위반이었으며, 인스펙션 스티커 위반도 10만 5천 건이었다. 9만 7천 806건은 스태프 및 양보 표지판 위반이었다.

경찰은 전체 티켓 중 68%는 경고로 그쳤으며 이중 10%만 형사범죄 기소로 이어졌다고 밝혔다. 교통법 위반은 팬데믹인 2020년 이래 매해 증가하고 있다. 특히 셀폰 통화 금지 후 부주의 운전 대한 티켓 발생도 계속 증가하고 있다.

부주의 운전 위반은 2021년 44,582건, 2022년에는 51,423건,

2023년에는 53,966건으로 늘었다. 핸드프리(셀폰통화 금지)법이 통과된 2020년에는 29,662건으로 비교적 낮았었다.

손자 싱글턴 주 운전평가원(Merit Rating Board) 원장은 “경찰은 부주의 운전에 대한 정말 많은 계몽운동을 벌이고 있으나 여전히 위반은 증가 추세에 있다” 고 밝혔다.

핸즈프리 법안은 스마트폰 등 전자기기를 핸드프리 기구없이 사용하는 것을 금지하는 법안이다. 운전자는 운전 중 네비게이션이 아닌 경우 텍스트, 이미지 그리고 비디오 등을 보아서는 안 된다.

동시에 운전자들은 블루투스 이어폰 등 핸드프리 도구를 끼고 있지 않는 경우 통화를 해서도 안 된다. 심지어 18세 이하의 핸드프리일지라도 모든 전화와 전자기기를 사용해서는 안 된다.

J.K. 히팅 & 플러밍

30 Years Experience!

- Remodeling, Kitchen, Bathroom
- Installation Appliance(DishWasher, Disposal)
- Basement Sump Pump
- Dry Cleaner Boiler & Gas Burner
- Water Pipe & Gas Pipe Relocation
- Drain Clog Cleaning
- Central A/C Maintenance
- Small Electric Work

978.303.7000
508.517.7035

업재관 jkeum56@gmail.com
FULLY INSURED LICENSE.MA ,15777

태양자동차
Body & Repair/States Inspection

모든 차량 정비 서비스
유럽, 미국
일본, 한국

리페어 워크/바디 워크
사고가 난 차를 원상 복구해 드립니다.
인슈어런스 바디워크 합니다.

노스이스턴대학 자동차 손상평가 자격증 제도장 및 마감 자격증 프래온 가스 취급 자격증

617.868.2500, 617.868.2600
48 NEW ST. CAMBRIDGE, MA 02138
Harvard Sq. 5 min / Lexington 10 min / Newton 20 min
E mail: sunautobody@yahoo.com

다문화 선교교회
Intercultural mission Church
담임 목사: 김동섭(Sam Kim)

가족 영어예배 사역
2세, 3세들을 위한 **영혼의 쉼터**

57 PETERS ST. NORTH ANDOVER, MA 01845

요가송의 5분요가

자기 전 꼭 해야하는 스트레칭 (숙면 보장, 피로 회복)



바쁘게 일하고 열심히 하루하루 살아가는 것만큼 중요한 게 바로 충분히 휴식하고 재충전하는 것임을 느끼는 요즘입니다. 무엇을 먹고 어떻게 운동하는 것 만큼 수면의 질이 나의 하루를 좌우한다고 해도 과언이 아닐텐데요, 그래서 오늘 칼럼은 하루를 마치고 몸과 마음이 편안하게 휴식할 수 있도록 도와주는 간단한 스트레칭 루틴을 소개해드리려고 합니다. 제 한국어 유튜브 채널 '요가읽어주는 여자 hayeon' 에서 최근 삼분요가 챌린지 (Day7) 를 찾아 따라해보시구요, 최근 영어유튜브 채널 (Yogasonghayeon)에는 같은 주제 (bedtime yoga)로 설명없이 음악과 편안하게 따라하는 노트킹 스트레칭 올렸으니 동작이 익숙해지면 병행해 따라해보시길 바랍니다. 두 채널 모두 구독과 알림 설정 해주시고 틈틈이 집에서 스트레칭과 운동을 함께 해주시면 피로 회복과 컨디션 향상에 도움이 많이 될 거예요.

1. 척추 트위스트 + 가슴과 어깨어는 스트레칭 - 허리 어깨 통증 완화, 하체 순환, 부종 제거

1단계 사진처럼 팔꿈치를 바닥에 내리고 왼 무릎을 밖으로 벌린 자세에서 오른 손을 왼쪽 겨드랑이 밑으로 통과 시킵니다.

2단계 천천히 등을 바닥에 대고 팔을 벌려 어깨를 열어주고 한손으로는 무릎을 지긋이 눌러 척추를 트위스트합니다.

3단계 2단계에서 그대로 머물러도 좋고 옆

으로 구부린 다리를 다 펼 수 있다면 퍼서 발목이나 발을 잡습니다.

4단계 깊고 차분한 호흡을 3-5회 이상 진행 하고 반대 방향도 같은 방법으로 스트레칭 해주세요.

TIP! 두 어깨가 바닥에서 뜨지 않게 지긋이 누른 상태를 유지하고 목이 편한 위치에서 머물러 주면 됩니다.



2. 퍼피 스트레칭 - 자세교정 (굽은 등, 거북목, 말린 어깨 개선)

1단계 무릎을 내린 테이블 자세에서 두 손을 앞으로 길게 뻗어 가슴과 이마를 바닥으로 내려줍니다.

2단계 엉덩이를 무릎 위에 위치하게 하고 지게 퍼듯 최대한 길게 매트 앞으로 손을 뻗어 주면 됩니다.

3단계 턱을 바닥에 댄 수 있다면 턱을 대고 고개를 드셔도 좋고요, 팔과 어깨를 더 스트레칭하고 싶을 땐 두 손을 목 뒤로 가져가면 더 깊은 자극 느끼실 수 있을 거예요.

TIP! 휴대폰을 장시간 사용하거나 컴퓨터 앞에 오래 일하고 공부하는 분들에게 강추하는 스트레칭이에요. 자기 전 뿐만 아니라 어깨나 허리가 빠근할때 자주 해주세요.



송선생과 함께하는 라이브 ZOOM요가 & 필라테스

ZOOM요가&필라테스 클래스의 장점

1. 다른 사람 눈치 보지 않고 편하게 운동 가능

2. 최소한의 시간 투자로 '체중감량'은 물론 근력 향상, 유연성 강화, 체형 교정, 스트레칭 해소, 우울증 개선의 효과

3. 꾸준한 개인 회원관리로 지속적으로 생활 속 운동루틴을 이어가도록 지도

4. 강사로부터 실시간 '자세교정' (1:1개인레슨과 그룹수업 모두 가능)

5. 첫 수업 체험 전, 선생님과 전화상담을 통해 구체적인 개인의 목표와 NEED 전달, 수업에 대한 만족 극대화

'기적의 다이어트 요가와 필라테스' 수업 참여를 원하시는 분들은, 카톡아이디 yogafullnesslife 혹은 이메일 connect@yogafullness.life 로 신청해주세요

송하연, 요가티처/요가풀니스라이프 대표 유튜브 채널 바로가기

(ENG) <http://bit.ly/SubscribeToYogasong>

(KOR) <https://bit.ly/3w9ks4u>

인스타그램

https://instagram.com/yogasong_hayeon

카카오톡 아이디 yogafullnesslife

이메일 주소 connect@yogafullness.life

홈페이지 www.yogafullness.life

성 안토인 드라비뉴 보스톤 한인성당
Saint Antoine Daveluy Korean Parish

하느님에 대하여,
진리에 대하여,
삶에 대하여,
함께 고민하고
찾아 나서고자 하는
모든 분들을 초대합니다.

주일 미사 (Sunday)
오전 9시 30분 (English)
오전 11시 (Korean)

평일미사
화요일 / 오전 10시 30분
목요일 / 오후 7시 30분
매달 첫 토요일 / 오전 10시 30분

성당연락처
45 Ash St. Newton MA 02466
(617)558-2711
stadparish@gmail.com
stdaveluychurch.org
www.facebook.com/stdaveluy

하나님을 기뻐하는 교회 살을 노래하는 교회

나사렛사람의교회
KOREAN CHURCH OF THE NAZARENE

주일예배 오전 11시

"**하나님은 가까이 계시합니다.**
나사렛사람의교회도
가까이 있습니다."

900 Main Street
Reading, MA 01867
보스톤 북쪽
I-95 Exit 38B
(Rt. 28N)로 나와서
2 마일 왼쪽에 있습니다.
Tel. 781.439.1840

www.npeople.org
담임목사 유 경 렬

HANNDYMAN ANDY **핸디맨 앤디**

플러밍, 변기, 욕조, 전기
상가, 가정집, 신, 증축
목수일, 마루, 타일 etc.
식당 후드팬,
식당 장비 수리

상담문의 **508.381.9519**
508.685.7688

CHOISIGN **간판 및 사인**

LED Sign, Channel Letter,
Truck Lettering, Banner,
Poster, Window Lettering,
Car Sign, All Types of Signs.

초이스 간판

617.470.1083
choisign@yahoo.com



I've helped 410+ clients find their place in Greater Boston

부동산 전문가, 제이슨과 상의하시고 부동산을 통한 경제적인 자유를 (FINANCIAL FREEDOM) 목표하고 계획하세요. 부동산 매매. 투자. 개발 관련 모든 상담을 해 드립니다.

실력, 열정 그리고 성실함으로 최선을 다해서 여러분의 더욱 풍성한 2024년 새해가 되도록 큰 역할을 다하겠습니다.

Awards/Honors:

- 2022, 2023 Boston Magazine Top Real Estate Producers
- Achieved top-ranked (#1) solo agent status at Compass Cambridge Office, demonstrating top performance in sales and client satisfaction
- Wall Street Journal America's Best Real Estate Professional List
- Hosted the Boston episode of 'The American Dream', a national TV show, highlighting Boston's real estate, and lifestyle to a nationwide audience

COMPASS

Achieved in 2023

\$25M+

TOTAL SALES

40+

TOTAL # OF TRANSACTIONS

문의사항 있으시면
언제든지 편하게 연락주십시오.

감사합니다.

Jason Jeon
Vice President

617.642.5670
Jason.Jeon@compass.com



매사추세츠 미국내에서 가장 교육수준 높은 주

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 개인 재정 웹사이트 웰렛허브에 따르면 매사추세츠가 미국에서 교육수준이 가장 높은 주인 것으로 나타났다.

이 보고서는 취득학위, 학교의 질, 성별 인종별 차이 등 18개의 지수를 통해 미국 50개 주의 교육수준 정도를 비교했다.

매사추세츠의 뒤를 이어 버몬트, 메릴랜드, 커네티컷 그리고 콜로라도주 순이었다

매사추세츠 주는 25세 이상의 성

인남녀 기준 가장 높은 학사 학위 소유자 비율이 46%로 가장 높았으며 대학원 이상의 학력 소유자도 21%로 최고였다.

또한 매사추세츠 주는 공립과 사립을 통틀어 미국 최고의 고교 교육 시스템을 보유했으며 미국 학력평가에 따르면 수학과 영어 부분에서 최고 점수를 기록했다.

웰렛허브에 따르면 대졸자들은 고졸자들보다 주당 \$600에서 \$1200까지 소득을 더 올리는 것으로 알려졌다.

매사추세츠 주는 교육 정도 1위, 교육의 질 1위, 고교졸업자 비율 26위, 전문대 및 대학 수학비용 6위, 학사학위 보유율 1위, 대학원졸 보유율 1위, 대학의 평균 질 2위 등이었다. 교육 정도가 가장 낮은 주는 오클라호마, 아칸사스, 루이시애나, 미시시피, 웨스트버지니아였다.

hsb@bostonkorea.com



크레딧 정보탈취장치 매사추세츠 10곳 빅와이 슈퍼마켓서 발견

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 매사추세츠 주와 뉴햄프셔 등의 슈퍼마켓에서 발견되었던 크레딧정보탈취장치 즉 크레딧카드 스키머가 주내 10곳의 빅와이(Big Y) 슈퍼마켓에서도 발견됐다.

빅와이 마켓의 성명서에 따르면 이 장치는 지난해 12월 19일에서 21일까지 9개의 빅와이 마켓의 크레딧카드 계산대에 설치되어 있었던 것이 발견됐다. 해당 마켓은 스프링필드 세인트제임스 에비뉴, 치코피, 노스햄튼, 웨어, 사우스브리지, 우스터, 밀포드, 윌브라함 그리고 루들로우 지역에 위치해 있다.

다른 장치는 웨스트필드 빅와이의 한 계산대에서 12월 19일부터 1월 12일까지 설치되어 있었다.

이 장치는 ATM, 주유소, 마켓의 계산대 등에 부착되며 범인들은 이 장치가 크레딧카드의 마그네틱 띠에서 읽어 들이는 크레딧

카드 번호와 각종 정보로 신분도둑 또는 크레딧카드 도용 등의 범 죄에 사용한다.

빅와이 측은 모든 크레딧카드 기계를 검사하고 경찰의 수사에 협조하고 있다고 밝혔다. 그럼에도 슈퍼마켓을 이용하는 한인들이나 해당 지역의 빅와이를 이용했던 한인들은 반드시 은행 기록을 확인하고 이상한 구매 기록이 없는지 살펴야 한다. 만약 문제가 발견되면 반드시 은행 또는 크레딧카드회사에 이를 신고해야 한다.

이 크레딧정보탈취 장치는 지난해 땡스기빙 이후 매사추세츠 리치브로스 마켓에서 발견됐으며 첼시의 마켓바스킷에서도 발견됐다. 또한 뉴햄프셔 콩코드, 레딩, 서머빌, 해버힐 마켓바스킷, 뉴햄프셔 콩코드 월마트에서도 발견됐다.

hsb@bostonkorea.com

PGA 골프 레슨

PGA Class A 멤버 티칭 프로가 Pro 지망생, 초중고 골프선수 처음 배우는 초보부터 상급자까지 맞춤형 레슨, 전문 골프 레슨합니다.

Young PGA Professional
617.458.2733

보스톤 코리아 인터넷 신문 카톡으로 받아보세요

위의 코드를 스마트폰 카메라로 찍고 카카오톡 채널 친구신청을 해주세요. 인터넷 신문 각종 정보를 받아보실 수 있습니다.

여러분의 사업의 동반자 온라인 주문과 예약이 가능한 컴퓨터

신뢰할 수 있는 크레딧 카드 머천트 서비스 제공, 컴퓨터와 연결 및 다양한 프로그램 세탁소, 식당, 살롱 컴퓨터 세일, 설치, 트레이닝, 아프트 서비스 제공. 무료 방문 상담해 드립니다.

Email : mchae@dependableusa.com
web : dependableusa.com

디펜더블 컴퓨터 781.858.1155, 781.727.4325

USGTF 골프 티칭프로 자격증 시험

대상 : 뉴잉글랜드 지역 거주인
일정 : 매년 7월
장소 : 보스톤
문의 : 최성조 마스터 프로(시험감독관)
전화 857.600.6755
이메일: sj.usgtf@gmail.com

857.600.6755
마스터 US 월드 티칭 프로

보스톤 봉사회

의료보험안내
무료세금보고

Tel. 508-740-9188

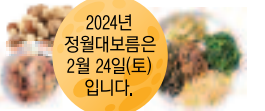
H MART

BURLINGTON/QUINCY WEEKLY SALE FEB. 23rd - FEB. 29th, 2024
 Follow us @hmartofficial H MART MA



THE FIRST FULL MOON OF 2024. COME CELEBRATE WITH H MART!

취영청 달 밝은 밤 소원을 빌던 정월대보름! H 마트에서 준비한 견과류, 나물, 곡류 드시고 한 해 동안의 건강과 행운이 가득하세요.



KEEP CLAM AND EAT BAJIRAK KALGUKSU!
 Get ready to slurp down the most refreshing Korean noodle soup!
 추운 겨울날 더욱 생각나는 뜨끈한 국물의 바지락 칼국수! H 마트와 함께 만들어보세요!



<p>Korean Pear 한국 배 PRODUCT OF KOREA \$29.99 BOX</p>	<p>Packed Garlic 팩마늘 5 PCS/PKG \$1.99</p>	<p>Yellow Papaya 옐로우 파파야 LB \$1.29</p>	<p>Kabocha 단호박 LB \$0.99</p>	<p>Fuji Apple 후지사과 LB \$1.99</p>
<p>Hass Avocado 헤스 아보카도 EA \$0.99</p>	<p>Clementine 클레멘타인 3 LB/BAG \$4.99</p>	<p>Ginger 생강 LB \$2.99</p>	<p>PULMUONE Tofu 풀무원 두부 SOFT/FIRM/SILKEN 16 OZ/PKG \$3.99 FOR</p>	<p>Sweet Potato 햇 고구마 LB \$2.49</p>

신 선 한 정 육 MEAT at unbeatable low prices

<p>U.S.D.A. CHOICE Fresh Beef Top Blade Steak 생 소 부채살 (낙엽살 스테이크) LB \$9.99</p>	<p>Fresh Boneless Beef Ribeye Steak 생 뼈없는 소등심 (스테이크용) LB \$10.99</p>
<p>Fresh Boneless Pork Shoulder Butt 생 뼈없는 돼지 목전지살 LB \$4.99</p>	<p>Fresh Whole Pork Baby Back Ribs 생 돼지 등갈비 LB \$3.99</p>
<p>Marinated Beef Ribeye Bulgogi 양념 소불고기 LB \$7.99</p>	<p>Marinated Boneless Chicken Thigh 양념 닭사태 LB \$2.99</p>

싱 선 한 수 산 물 SEAFOOD at shockingly low prices

<p>TONGTONGBAY Bok Kum Anchovy 통통배 북음멸치 PRODUCT OF KOREA 1 LB/PKG \$14.99</p>	<p>SANFORD Frozen Mussels in the Half Shell 반칸홍합 2 LB/PKG \$11.99</p>
<p>TONGTONGBAY Dried Shrimp 통통배 두절새우 PRODUCT OF KOREA 5 OZ/PKG \$7.99</p>	<p>TONGTONGBAY Frozen Oyster 통통배 굴 PRODUCT OF KOREA 8 OZ/PKG \$3.49</p>
<p>Frozen Squid 냉동 오징어 400 UP/LB \$2.99</p>	<p>FRI/SAT/SUN ONLY 금, 토, 일 한정판매 Fresh Catfish 메기 LB \$1.99</p>

SMART CARD MEMBER ONLY

<p>H MART SMART CARD ONLY NISHIKI Medium Grain Rice 니시키 쌀 15 LB \$25.99</p>	<p>H MART SMART CARD ONLY GOLD PLUM Chinking Vinegar 골드 플럼 친강 식초 18.6 FL OZ \$3.99</p>
<p>H MART SMART CARD ONLY HAITAI Spicy Seafood & Fish Roe Soup 해태 해물알탕 19.4 OZ \$4.99</p>	<p>H MART SMART CARD ONLY CROWN Rice Seoul-byeung Cracker 크라운 참쌀 설빙 9.52 OZ \$4.99</p>

<p>PULMUONE Jjajang/Mild Ramen 풀무원 로스팅 짜장면/자연건면 순한맛 라면 JJAJANG - 1.28 LB/MILD - 1.06 LB \$3.99</p>	<p>NONSHIM Neoguri Spicy Seafood Flavor Udon /Chapagetti Jjajang Noodles 농심 너구리/짜파게티 4.23-4.5 OZ X 4 EA/PKG \$4.99</p>	<p>KWANGCHEON Kakao Friends Ryan Crispy Seaweed + Shopping Bag 광천 카카오 프렌즈 재래김 (장바구니 포함) 0.17 OZ X 27 EA + BAG/PKG \$10.99</p>	<p>WOORI FOOD Cham Sauce 우리식품 참소스 28.2 FL OZ X 2 BTL/PKG \$6.99</p>	<p>PULMUONE Rose Topokki 풀무원 로제 떡볶이 14.8 OZ \$4.99</p>
<p>CHUNGJUNGONE O'Food Korean Crispy Frying/Pancake Mix 청정원 오프드 바삭 튀김/부침 가루 2.2 LB \$2.99</p>	<p>HAIO Japanese Style Noodles U-dong 해오름 우동면 2.75 LB (5 SERVINGS) \$2.99</p>	<p>HAIO Natural Sea Salt 해오름 명품 고운 소금 10 LB \$9.99</p>	<p>SAMPO Canned White/Yellow Peach 삼포 황도/백도 통조림 14.11 OZ \$1.99</p>	<p>CROWN Choco Pie Value Pack 크라운 초코파이 밸류 팩 25.4 OZ (12 EA X 2 PKG/BOX) \$4.99</p>
<p>WOONGJIN Nature Is Pear/Mandarin/Mango/Apple Drink 웅진 자연은 배/감귤/망고/사과 50.7 FL OZ 2\$5 FOR</p>	<p>NAMYANG French Cafe Coffee Mix 남양 프렌치카페 카페인믹스 2.44 LB (100 STICKS/PKG) \$13.99</p>	<p>KüHAUS Electric Honey Pot Shape Glass Kettle 쿠하우스 꿀단지형 전기 주전자 (하이트) -\$32.99 \$22.99 1.2L EA</p>	<p>Sheep Washable Slippers 양무늬 거실화 (세탁가능) PINK/BLUE \$9.99 PAIR</p>	<p>Haribo Lunch Box 하리보 2단 런치박스 RED/BLUE \$7.99 EA</p>

JINGA SIDE DISHES
 Want authentic Korean? Always ready to eat always the highest quality!

한국전통의 맛이 그리울 때는 진가 모듬반찬을 드셔보세요

CUSTOMER SERVICE
 T. 877.427.7386 Customer_care@hmart.com
 For events, coupons & exclusive deals, subscribe at www.hmart.com, and Visit our Facebook, Twitter, Pinterest & Instagram to stay up to date on special offers!

BURLINGTON
 3 Old Concord Rd.
 Burlington, MA 01803

QUINCY
 101 Falls Blvd.
 Quincy, MA 02269

This ad only pertains to our Burlington locations. During the editing process, there may be mistypes/misprints. Each location may be subject to limited availability, as well as their sale prices. Some products may be sold out. If a product is not listed as a boxed sale item, it cannot be purchased as a boxed sale item. All H Mart locations accept all major credit cards.

음식점으로 성공창업을 원하신다면 지금 연락주세요!
JOIN MARKET EATERY FOOD HALL! CONTACT: me@hmart.com
 Have a great idea for a restaurant, we have the perfect busy location for you.



멀티라면 전품목

MULTI-PACK RAMEN SPECTACULAR!

\$20 OFF

FEBRUARY 23RD -
MARCH 7TH, 2024

BUY MORE.
SAVE MORE.
EAT MORE.

Available at H Mart Burlington & Quincy stores

모든 봉지라면이
모였다!



The Best of Asia in America. Since 1982. H Mart.

Burlington 3 Old Concord Rd, Burlington, MA 01803
Quincy 101 Falls Blvd., Quincy, MA 02169

Cambridge 581 Massachusetts Ave, Cambridge, MA 02139
Brookline 1028 Beacon St, Brookline, MA 02446



PREMIER REALTY GROUP
REAL ESTATE



이사 이제봉

DIRECTOR
781.654.5281
jebong@bostonpremierrealty.com



마케팅디렉터 스티브 최

MARKETING DIRECTOR
508.326.6285
choi@bostonpremierrealty.com



매니저 캐시 송

BRANCH MANAGER of Hadley Branch
414.313.4165
cassysong@bostonpremierrealty.com



매니저 크리스틴 송

BRANCH MANAGER of Lexington Branch
773.968.2651
kristinsong@bostonpremierrealty.com



매니저 신보경

BRANCH MANAGER of Lexington Branch
508.361.6064
bohyung@bostonpremierrealty.com



대표 나원태

PRESIDENT
617.642.3156
won@bostonpremierrealty.com

TOP 에이전트가 여러분의 선택을 도와드립니다.
Residential / Commercial / Business / Investment / Property Management



송이준
978.454.2045
eunjeon@bostonpremierrealty.com



니키 박
817.447.0991
nikipark@bostonpremierrealty.com



헤디 김
917.782.7899
heidkim@bostonpremierrealty.com



지나 리
978.866.3248
ginalee@bostonpremierrealty.com



이현주
401.835.3387
erikim11@gmail.com



사리킴
617.838.5787
sara@bostonpremierrealty.com



그레이스킴
617.455.7710
gracekim@bostonpremierrealty.com



황수준
617.538.6973
sojunhwang1@gmail.com



미라 송
213.503.0397
mira@bostonpremierrealty.com



미키 리
413.507.1402
mikilee@gmail.com



선광환
617.913.3289
sunghwan@bostonpremierrealty.com



최건진
617.877.9387
heonjin@bostonpremierrealty.com



이영순
781.800.3412
ayoung@bostonpremierrealty.com



관희숙
781.595.1214
gwanhee@bostonpremierrealty.com



지원김
617.515.9182
jiwonkim@bostonpremierrealty.com



이은근
617.543.5728
ee@bostonpremierrealty.com



헤진 리
404.841.5182
heonji@bostonpremierrealty.com



Tammy Woolfolk
617.224.5690
tammy@bostonpremierrealty.com



Nancy Wang
617.230.9902
nancywang113@gmail.com



Shirley Zhao
857.231.0316
shirley.zhao@bostonpremierrealty.com



Vivian Yu
617.935.2713
vivianyu@bostonpremierrealty.com



Xian Dole
413.522.8879
xian2011@gmail.com



Lu Jiang
246.449.0117
lujiang1@gmail.com



John Tran
617.408.9602
john@bostonpremierrealty.com



Rebecca Phu
617.833.1086
rebecca@bostonpremierrealty.com



Michael Somma
978.873.8076
mike@bostonpremierrealty.com



Linda Ta
857.210.8880
linda@bostonpremierrealty.com



Jun Wang
649.279.2929
junwang@bostonpremierrealty.com



Lily Wang
617.838.7212
lwo@bostonpremierrealty.com



Crystal Wei
413.238.0295
cyrystal@bostonpremierrealty.com



앤드리브릭
291.448.8595
andribric@bostonpremierrealty.com



재이크 김
781.396.0400
jerrick@bostonpremierrealty.com



이성민
857.285.0434
isungmin@bostonpremierrealty.com



Mimi Bolinger
413.237.1686
mimib@bostonpremierrealty.com





홈 리노베이션

배관, 전기, 난방

홈 익스텐션, 핸디잡

커머셜 시공



WE BUILD FOR YOU

좋은 사람들이 모여 모든 프로젝트에 항상 진심으로 임하고, 다양한 레벨의 맞추어진 인력이 투입되어 비용을 절감 할 수 있습니다. 건축가, 인테리어 디자이너를 포함한 전문 인력을 통해 공정 관리를 합니다. 고객님의 행복을 위해 저희의 모든 능력을 기여 할 것입니다.

PREMIER WORKS

617.838.4980

support@bostonpworks.com

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

영민 엄마와 함께하는 재정계획 (777) 인덱스카드의 투자 기본

이명덕, Ph.D., Financial Planner
& Registered Investment Adviser (RIA)
Copyrighted, 영민엄마와 함께하는 재정계획
All rights reserved
www.billionsfinance.com
248-974-4212



인덱스카드(Index Card)의 크기는 가로 6인치와 세로 4인치이다. 이렇게 작은 종이 한 조각 위에 우리가 한평생을 살면서 기억하고 실천해야 하는 재정계획을 적어 놓았다. 인덱스카드를 처음 작성한 사람은 시카고 대학 교수인 해럴드 폴락(Harold Pollack)이다. 폴락 교수는 본인이 직접 여러 가지 경제적인 어려움을 겪으면서 알게 된 재정 지식을 간단하게 정리한 것이다.

‘인덱스카드’의 공동 저자인 헬레인 오렌(Helaine Olen)은 재정설계사로 불리는 사람들이 고객의 이익을 위해서 일하는 것이 아니라 본인의 이익을 위해서 일한다는 내용의 책(Pound Foolish)을 발표해서 금융업계를 놀라게 한 사람이다.

인덱스카드 책에서 말하는 기본적인 재정계획이 무엇이든 함께 나누어본다.

*수입의 10~20%를 우선 저축해야 한다. 은퇴하며 돈을 너무 많이 모았다고 후회하는 사람을 현재까지 만나본 적이 없다.

반대인 경우 후회하는 사람은 많이 만났다.

*신용카드는 매달 100% 갚아야 한다. 갚을 수가 없다면 신용카드를 사용해서는 안 된다. 신용카드 이자는 생각보다 훨씬 높다(20% 이상?)는 사실을 알아야 한다.

*투자는 경비가 저렴한 인덱스 펀드를 추천한다. 일부 투자자는 경비와 상관없이 수익률만 더 높으면 된다고 생각하지만, 잘못된 생각이다. 매년 발표되는 통계에 의하면 인덱스 펀드 수익률이 뮤추얼 펀드보다 대부분 더 높다. 인덱스 펀드의 수익률이 시간이 지나면서 더 높아진다는 사실도 기억해야 한다.

*재정설계사를 고용할 때 신용의무(Fiduciary Duty)가 있는지를 제일 먼저 확인해야 한다. 재정설계사로 불리는 사람들은 당연히 고객의 이익을 먼저 생각해서 일할 것이라고 일반 투자자는 생각한다. 그러나 고객의 이익보다 재정설계사 본인의 이익을 우선할 수 있다. 미국에

서 신용의무가 있는 재정설계사는 약 15% 뿐이 되지 않는다. 정부에 등록된 재정설계사(RIA, Registered Investment Advisor)는 고객의 이익을 우선해서 일해야 한다는 법률상의 의무를 지고 있다.

*직장에서 제공하는 은퇴플랜(401k, 403b, TSP, IRA) 등을 최대한 이용해야 한다. 2024년 봉급 액수에 상관없이 직장은 퇴플랜에 투자할 수 있는 금액은 \$23,000이며 나이가 50 이상이면 \$7,500을 더할 수 있다. IRA는 부부가 각자 \$7,000이며 50 이상이면 \$1,000을 더 투자할 수 있다.

*개별적인 회사 주식이나 채권에 투자하는 것은 위험하다. 개별적인 주식투자는 투자가 아니라 도박으로 이어질 수 있다. 2023년에 망한 회사가 WeWork, Rite Aid, Bed Bath & Beyond, Tuesday Morning, Party City, 등이다. 전기차 회사인 Lordstown Motors도 망했다. 어떤 특정한 회사가 어떻게 변할 것인지를 예측하기란 거의 불가능하다.

*집은 재정적인 여유가 있을 때 구매해야 한다. 집을 구매하기 전 집 가격의 20%를 낼 수 있고 수입 없이 몇 개월 살 수 있는 비상금이 우선 마련되어야 한다. 그리고 최소 5년 이상 같은 집에서 거주해야 재정상 유리하다.

*보험은 필요하지만, 투자(Investment)로 생각해서는 안 된다. 보험은 예상치 못한 일에 대비(Risk Management)하는 것이다. 자동차나 집 보험은 높은 디덕터블(Deductible)로 해야 보험비가 적어진다. 운전조심, 불조심 등이 필요한 이유이다. 생명보험은 텀(Term Life)보험을 추천한다.

뉴턴의 3가지 운동법칙이 변하지 않기에 달나라까지 여행할 수 있다. 주식시장은 오르고 내리고를 반복하지만, 기본적인 재정계획 역시 과거나 현재 그리고 미래에도 변하지 않는다. 제대로 하는 투자가 성공하는 투자로 이어진다는 사실을 과거 미국 주식시장이 분명히 보여준다.



화랑도(花郎徒)와 성(性) 그리고 태권도(跆拳道) 화랑세기(花郎世紀, 원화源花 미실美室(17))

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

박선우 (박선우태권도장 관장)

았다. 좌화랑 2인, 우화랑 2인을 두었으며 각기 소화랑(小花郎) 3인, 묘화랑(妙花郎) 7인을 거느렸다.

좌삼부(左三部)는 도의(道義), 문사(文事), 무사(武事)를 맡았고, 우삼부(右三部)는 현묘(玄妙), 악사(樂事), 예사(藝事)를 맡았고, 전삼부(前三部)는 유희(遊花), 제사(祭事), 공사(供事)를 맡았다. 이에 제도가 찬연히 갖추어졌다.)

문노는 화랑의 제도, 즉 자신이 이끌던 호국선(護國仙) 낭도들과 설화랑의 운상인 낭도들을 통합한 후 그에 적합한 조직으로 재개편하여 낭도들의 사기를 북돋우었고, 조직의 위상을 높였다. 무엇보다도 문노는 풍월주(風月主) 재임시 결혼을 하여 골품을 얻었다. 문노는 어머니가 가야인(高麗人)으로 바쳐진 야국녀의 딸(이어서 골품이 없었다. 어쨌든 그는 마흔이 다 되도록 결혼을 하지 않았다. 결국 풍월주가 된 후 윤궁을 아내로 맞이하여 골품을 얻었다(진골이 되었다). 윤궁은 거칠부(金昌宗)의 딸인데, 일찍이 미실과 함께 동률태자를 섬겼다. 윤궁은 동률태자의 딸 윤실공주를 낳았고, 미실은 동률태자의 딸 애송공주를 낳았다(진흥왕은 애송을 자신의 딸이라고 생각하였다). 윤궁과 미실은 내외종간이다.473)

572년 3월 동률태가 보명궁주(眞興王의 후궁)의 치맛폭을 풀려고 담장을 넘다가 개에게 물려서 죽는 사건으로 인하여 윤궁은 약 5년간 과부로 살다가 문노와 결혼하였다. 문노는 576년 풍월주에 올랐다(부제는 비보랑이었는데, 비보는 윤궁과 이종사촌간이고 미실과는

내외종간이다). 잠시 시간을 앞으로 돌려서 그들이 맺어진 뒷담화를 살펴보고자 한다.

575년 무렵, 세종과 문노는 출정에서 돌아왔다(그들은 십대 때부터 김부력, 이사부 등 대장군 휘하에서 변방을 돌며 국도를 확장하고 삼한을 통일할 수 있는 기반을 마련하였다). 세종에게는 사랑하는 부인 미실과 가족이 있었지만, 마흔이 다 된 문노에게는 가족이 없었다. 그래서 세종이 미실에게 혹시 좋은 혼처가 있는지 물어보았다. 미실은 자신의 고종사촌동생 윤궁과 궁합이 잘 맞을 것 같은데 다만 문노의 신분을 염려하였다. 이 소식을 들은 윤궁은 미실의 권유에 따라 문노만 좋다면 그의 위품(位品, 골품)에 관계없이 혼인할 의사를 전달하였다. 이에 비보랑도 ‘중매’에 가담하여 ‘당당한 풍월주의 위품과 신기에 달하는 격검술의 명성을 날리며 고매한 인품까지 겸비한 문노를 놓치지 말라’고 훈수를 들었다. 그러나 윤궁은 현실적으로 해결해야 할 몇 가지 문제점을 비보랑에게 털어놓았다. 문노의 신분이 낮으니 자신의 딸 윤실과 모녀의 관계를 끊는 것이 첫째이고, 두 번째 역시 문노의 신분 때문에 관계를 끊는 것인데(화랑세기에) 탈자가 되어서 정확한 내용은 알 수 없지만, 문맥상 친척과 친지들을 뜻하는 것으로 보인다. 세 번째는 진종의 총애를 받았는데 거절하고 다른데로 가는 것을 염려하였고(진종은 지증왕의 아들, 즉 법흥왕의 동생이다. 당시 그는 예순이 넘기고 있었다. 윤궁은 동률태자와 사별 후 진종에게 색공을 하고 있었다),

네 번째는 아버지(거칠부)가 늘 귀한 사람(진골의 신분)에게 시집보내려 한 것을 거부한 것과 마지막으로 금태자(진지왕, 576년 즉위)가 형(동률태자)의 총애를 이으려고 했는데, 다른데로 가는 것이라며 이 다섯 가지가 풀리면 문노에게 시집 갈 것이라고 하였다.

윤궁의 심경을 들은 비보랑은 문노에게로 가서 전하니, 문노는 윤궁의 말이 옳다면 서기 다리겠다고 하였다. 문노의 나이 마흔살 무렵, 그때까지 수 많은 여인들이 그를 흠모하며 따랐지만 결혼을 하지 않고 있다가 과부인 윤궁과의 혼담을 흔쾌히 받아드린 연유는 무엇일까? 아마도 엄격한 신분사회에서 받아들인 부당한 차별을 극복함과 동시에 자신이 품어온 이상을 펼칠 수 있는 기회를 놓치고 싶지 않았으리라...

473) 아시공은 법흥왕의 딸 삼엽공주와 결혼하였다. 그들은 아들 미진부(2세 풍월주)와 딸 실보와 말보를 낳았다. 미진부는 모도를 아내로 맞아 미실과 미생을 낳았다. 실보는 비대전군(부모는 법흥왕과 옥진이다)의 부인이 되어 9세 풍월주 비보를 낳았다. 말보는 거칠부의 부인이 되어 아들 율황과 딸 윤궁, 윤옥을 낳았다. 이러한 인맥(姻脈)으로 인하여 미실과 윤궁은 내외종간이다.

참고문헌: 삼국사기, 삼국유사, 화랑세기-신라인 그들의 이야기(김대문 저, 이종욱 역주해, 소나무), 화랑세기-또 하나의 신라(김태식, 김영사), 한국사데이터베이스(db.history.go.kr)

8세 풍월주를 역임한 문노는 격검술이 기히 신기에 달했다. 더불어 문장에도 능했으며, 부하 낭도들 야끼기를 자기를 사랑하는 것처럼 했다. 그는 청탁에 구애되지 않았고, 자기 문하에 들어와 무도를 수련하겠다는 자는 신분의 상하를 가리지 않고 모두 받아들여 그의 ‘비술’을 전수하였다. 그러자 그의 명성은 날로 높아졌고, 낭도들은 죽음으로써 충성을 맹세하였다. 이로써 사풍(士風)이 크게 일어나 꽃피었고, 삼한의 통일 대업이 문노로부터 시작됨이 없었다고 화랑세기는 기록하고 있다.

문노는 3년간 풍월주에 재임하는 동안 화랑도의 조직을 대폭 개편하여 잘 갖추어진 제도로 낭도들을 이끌었다. 8세 풍월주 문노조의 기록을 인용하면 다음과 같다.

〈공(문노)의 때에 낭도의 부곡(部曲)을 두었다. 좌우봉사(左右奉事)를 좌우대화랑(左右大花郎)으로 만들고, 전방봉사(前方奉事)를 전방대화랑(前方大花郎)으로 만들어서 각기 3부(部)의 낭도를 거느리게 했다. 또 진골(眞骨)화랑, 귀방(貴方)화랑, 귀문(貴門)화랑, 별방(別方)화랑, 별문(別門)화랑을 두었고, 12~13살의 빼어난 진골(眞骨) 및 대족(大族)과 거문(巨門)의 자제(子弟)로서 속하기를 원하는 자로서 이를 삼

신영의 세상 스케치

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

924회

시인 신영은 월간(문학21)로 등단, 한국(전통문화/전통춤) 알림이 역할 등 활발한 활동을 하고 있다.



skyboston@hanmail.net

그대의 선택에 달려있다

"시간이 지나면 부패되는 음식이 있고 시간이 지나면 발효되는 음식이 있다. 인간도 마찬가지다. 시간이 지나면 부패된 상태를 썩었다고 말하고 발효된 상태를 익었다고 말한다. 신중하라. 그대를 썩게 만드는 일도 그대의 선택에 달려있다. 그대를 익게 만드는 일도 그대의 선택에 달려있다."

- 이외수 '하악하악' 중에서

세상 나이를 늘이며 좋아지는 것들이 몇 있다. 그것은 노력해서 된 일이 아니라 생각이 든다. 나이가 어려서는 비슷한 또래의 친구들과 알게 모르게 서로 견주는 일들이 있었다. 그것은 서로가 알 듯 모를 듯한 아주 미미하고 세심한 정도의 것이지만, 과정은 그리 만만치 않았다는 생각이다. 그것이 서로뿐만이 아닌 자식의 공부에까지 미

치게 되고 아이들이 대학을 입학하고 진로가 결정되면서 서로의 길이 다르다는 것을 인정해가면서 자연스럽게 각자의 자리로 돌아가지 않았나 싶다. 그것은 바로 삶의 여정에서 만난 이런저런 경험으로 얻어진 지혜라는 생각을 한다. 손을 넘어 더욱 편안해지는 것 중 또 하나는 나보다 나이 든 언니들은 더욱 편안해 좋고, 젊은 동생들은 상큼한 생각이 그렇게 예뻐 수가 없다. 그들과 함께 있으면 내가 모르던 많은 것들을 함께 공유할 수 있고 맑고 즐겁다. 어찌 보면 또래보다는 언니와 동생들에게 아는 것은 안다고 말하기 편하고 모르는 것은 물어보기 편안하고 배울 것들이 더 많아 더욱 좋은지도 모를 일이다. 여하튼, 세상 나이를 늘이며 마음이 여유로워진 것만은 사실이다. 사람과 사물을 바라보는 눈과 귀가 넓어지고 받아들이는 가슴도 넓어지니 무엇보다도 나 자신이 편안하고 여유로워 좋은 이유가 되었다. 그 어떤 것에 있어 자신의 선택은 중요하

다. 그 결과와 상관없이 말이다. 그것은 자신이 선택한 결과에 대한 책임까지도 내포되어 있기 때문이다. 남편이나 아이들과도 마찬가지다. 남편은 비즈니스에 탁월한 아이디어를 가진 사람이라고 아내인 나는 인정을 한다. 그리고 남편 역시도 내가 좋아하는 일(글쓰기, 사진, 여행 등)에 대해 인정해주고 격려해주고 후원해주는 사람이다. 세 아이의 진로 역시도 부모로서 의견은 나누었지만, 각자가 자신의 길을 선택하도록 했다. 그것은 부모로서 방향은 잡아줄 수 있지만, 결국 자신의 길은 자신이 선택해야 하는 것을 알기 때문이다. 부모와 자식 간의 관계도 그러할 테지만, 친구 관계도 마찬가지라는 생각을 한다. 특별히 타국 멀리 와 사는 이민자들의 생활은 더욱이 관계의 설정과 폭과 깊이를 가늠하기가 참으로 어렵다는 생각이다. 너무 가까이 오고 가면 무엇인가 속을 너무 보여준느낌이랄까. 또한, 조금 멀리 가면 너무 소원해지는 느낌을 떨쳐버릴 수 없으니 관계란

것은 인생에서 늘 어려운 과제임은 분명하다. 하지만 이 모든 관계 속에서 무엇보다도 기대나 바람이 있기에 서운한 마음이 들기도 하고 소원해지기도 하는 것은 아닐까 싶다. 서로에게 적당한 크기의 향아리(독)를 만들며 익어가는 삶이길. 이렇듯이 나이쯤에는 너무 큰 향아리(독)를 선택하지 말아야겠다는 생각을 한다. 적당한 크기의 향아리(독)를 선택해 시간이 지나면 지날수록 천천히 익어 발효되는 일에 더욱 시간을 들여야겠다. 무엇보다도 그 향아리에 무엇을 넣어야 할 일에 더욱 신중하게 생각하고 결정하고 선택해야겠다는 생각을 해본다. 그것이 사람이 되었던 사물이 되었던 간에 나 자신이 선택한 것에 대한 믿음과 결과에 대한 책임을 감당할 수 있도록 기도하는 마음으로 말이다. 세상 나이 오십 중반쯤에서 맞는 인생 2막은 이렇게 여유로운 마음으로 시작하기를 간절히 마음을 모아본다.



이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

한담객설閑談客說: 거기에 산이 있었네



김화옥
보스톤코리아 칼럼니스트

거기에 산이 있었네. 한국책 제목이다. 책제목은 시 한구절을 떠올리게 한다. 김용택시인에겐 산이 아닌 섬진강이다. 이만큼 살아서 마주할 산이 거기 늘 앉아 있고이만큼 걸어 항상 물이 거기 흐른다인자는 강가에 가지 않아도산은 내머리맡에 와 앉아 (김용택, 그 강에 가고 싶다 중

에서) 지난 초겨울 문턱이었다. 내 친구 조봉섭학장에게 저녁이나 나누자 연락했다. 오랫동안 만나지 못했기 때문이다. 그런데 역전제안이 들어왔다. 밥먹기전 가까운 데 산행을 가는게 어떠한가. 역시 프로 산사나이는 다르다. 그 친구 멀고 가까운 건 둘째치고 높고 험한 산만을 고집하고 즐긴다. 나에게야 언감생심이었다만 옹거니.

그건 좋은 생각일테니 마다할 순 없었다. 거기에 산이 있는 줄 알지 못했다. 산 이름인데, Blue Hills. 이렇게 깊고 높은 산이 있다니. 멀지도 않은 곳에 말이다. 그를 앞세우고 빌려 받은 꼬챙이를 지팡이 삼아 따라 나섰다. 아니 산을 오르기 시작했다. 아니나 다를까. 오래지 않아 내 숨소리는 거칠어졌고, 등줄기에서 축축한 기운이 느껴졌다. 험악하며 따라 올라간 거다.

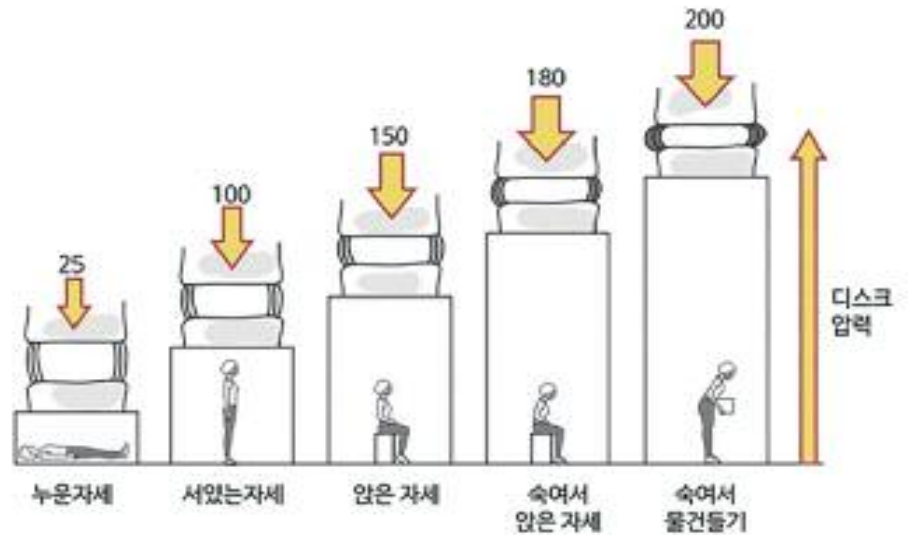
깊은 산속 냄새를 맡을 수있었고, 쌓인 낙엽은 불만 했다. 밀린 이야기 나누느라 느린 행군은 더 더뎠다. 그러나 길길거리의 중에서도 정상엔 올라섰다. 천관우 선생의 그랜드캐년 감탄사만 하라만 사방에 광활한 광경이 구비 구비 펼쳐졌다. 도시와 멀리 바다와 구름간 회색하늘이 조화롭게 눈앞으로 출렁였던 거다. 산행 리더 덕인가. 신발 덕인가. 아니면 빌려쓴 트레킹폴 덕분인

가. 오를적과 내려올적에 미끄러지지 않아 무사히 하산 할수 있었다. 그러나 차가운 맥주잔이 아쉬웠음을 밝힌다. 트레킹폴을 장만해야 할까보다. 갖길에 떨어진 나무가지들 지팡이 삼기엔 거기 산은 버겁다. 산들의 높은 곳도 그의 것이로다 (시편 95:4)

보스톤코리아 휴람 네트워크와 제휴한 서울부민병원

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

허리디스크 예방하려면 '허.숙.오' 하지마세요



나험슨: 자세별 허리에 가해지는 스트레스 정도

이번 주 휴람 의료정보에서는 척추질환의 가장 흔한 병인 허리디스크에 대해서 휴람 의료네트워크 서울부민병원 척추내시경센터 은상수 센터장의 도움을 받아 자세히 알아보려 한다

척추질환의 가장 흔한 병은 허리디스크이다. 허리디스크의 정식명칭은 '추간관 탈출증'으로 척추신경을 눌러서 허리가 아프고 다리가 저리다. 척추는 몸의 중심에 있으며 체중을 버티는 역할을 한다. 나이가 들면서 디스크가 약해지고 반복적인 외상이 디스크를 찢어지게 한다. 허리디스크는 찢어져도 자연적으로 아문다. 허리디스크가 비수술치료로 잘 낫는 이유다. 많은 사람들이 허리디스크가 운동으로 낫다고 말한다. 운동도 좋지만 다치지 않는 것이 먼저다. 병은 치료보다 예방이 더 효과적이다.

그렇다면 허리디스크를 다칠 수 있는 상황은 무엇일까. 바로 숙이는 동작이다. 허리 디스크는 척추뼈를 잡아주는 인대고, 숙이는 동작에서 찢어질 수 있다. 허리디스크 관리법으로 ‘

허.수.고를 하지말자’ 라고 하는데, ‘허리로 물건들기, 숙여서 일하기, 오래 앉기’ 를 하지 말자의 앞글자를 따서 정확히는 ‘허.숙.오’ 이다.나험슨 박사의 연구에 의하면 앉은 자세가 서있는 자세보다 50%정도 압력이 높고, 숙여서 물건들이기 허리에 가장 안 좋다. 앉았을 때 허리가 아프다면 서있거나 눕는게 좋다. 공부하거나, 업무상 오래 앉아 있어야 하는데 허리가 아프다면, 스탠딩 책상을 사용해서, 서서 일을 하다가, 힘들면 앉는다. 올바르게 앉기 위해 허리를 구부정하게 숙이는 것이 아닌, 일자로 세워준다. 높은 자세가 허리의 압력이 가장 적으니, 등받이가 있는 의자를 뒤로 기울여서 기대면 허리의 부담을 줄일 수 있다.디스크 환자 중 많은 분들이 ‘앉았다 일어나면 허리가 아파서 움직일 수 없는데, 조금 걷고 나면 좋아져요’ 라고 한다. 운전하거나, 아침에 자고 일어났을 때 불편하다고 하고, 걷고 활동하면 좋아지는 이유도 서있는 자세가 허리에 부담을 덜 주기 때문이다.재채기를 할 때, 갑작스럽게 허리가 숙여지면서 디스크가 터지기도 한다. 쉽지는 않겠지만 재채기를 할 때, 배를 내밀거나, 허리가 숙여지지 않도록 노력하고 몸을 크

게 움직이지 않아야 한다. 허리를 빼끗한 후기 침할 때 울리거나 아프다면, 허리디스크에 문제가 있는 것이다. 허리디스크 환자는 일상생활 중 갑자기 움직이지 않도록 한다. 항상 여유 있게 천천히 움직이는 것이 좋다.무거운 물건은 가급적 들지 않는게 좋은데, 들어야 한다면 올바른 방법으로 들어야 한다. 허리를 숙여서 멀리 떨어진 물건을 허리 힘으로 들면 안되고, 물건 가까이 무릎을 벌리고 앉아, 허리를 편 상태를 유지하면서 무릎 힘으로 일어난다. 물건과 거리가 멀수록 허리에 스트레스가 많이 가해진다. 가벼운 물건을 짚을 때는 골프선수가 공을 짚듯이 허리를 편 상태를 유지하면서 몸을 숙인다. 다리를 뒤로 들고, 팔로 물건을 잡아 올린다.

침대에서 일어날 때도 반동을 주면서 일어나면 허리에 무리가 간다. 일명 ‘통나무 구르기’ 라고 몸을 옆으로 돌려, 두다리를 내리고, 팔꿈치로 지지하면서 몸을 세운다. 다리가 내려가는 힘과, 팔꿈치로 미는 힘으로 허리에 무리 없이 몸을 세울 수 있다.허리 디스크 환자는 양말 신는 동작을 힘들어 한다. 누워서 천장을 보면서 양말을 신으면 한결 수월하다. 허리 디스

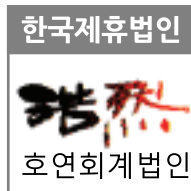
크로 숙여서 세수하기 힘들다면 샤워하면서 세면 하는 방법도 있다. 허리디스크를 악화시킬 수 있는 동작들을 피하고, 관리를 잘해야 한다. 허리디스크는 안다치고 무리가 가지 않게 하는 것이 운동보다 중요하다.

“허리디스크 예방하려면 '허.숙.오' 하지마세요” 및 그 밖의 휴람에 대한 궁금한 점이 있으시다면 휴람 해외의료사업부 김 수남팀장에게 문의하시면 자세한 안내를 도와드릴 것입니다.

휴람이 상담부터 병원선정 - 진료예약 - 치료 - 사후관리까지 보호자로서 도와드릴 것입니다.

- Kakao ID : huramkorea
- 미국, 캐나다 무료 전화(Call Free) : 1-844-DO-HURAM(1-844-364-8726)
- 직통전화 : 070-4141-4040 / 010-3469-4040

M 이명원 회계사 MW LEE, CPA P.C.



이명원 회계사
한국 공인 회계사
미국 공인 회계사

MW LEE, CPA P.C. 대표
호연회계법인 국제조세 본부장

(전) 삼일회계법인 근무
(전) 한국 공인회계사회 세법 강사
(전) Rucci, Bardaro & Barrett P.C. 근무

“한국과 미국의 세무를 한번에!”



- 한국과 미국의 개인 세금보고 / FBAR / FATCA 보고
- 한국과 미국의 법인 세금보고
- 양도, 상속, 증여 절세 대책
- 한국 개인 및 법인의 미국 지사 설립 / 관리
- 한국 개인 및 법인의 한국 지사 설립 / 관리
- 한국과 미국의 본사 보고서 작성
- 한국과 미국의 회계기준에 의한 회계감사 보고서 / 검토 보고서 작성



617.455.8073
mwl@mwleecpa.com
1318 Beacon St. Ste#4,
Brookline, MA 02446

제22대 국회의원 재외선거

The 22nd Overseas Elections for National Assembly Members



3.27. ~ 4.01.

세계 곳곳에서 전하는 한 표 희망찬 대한민국 미래의 시작

Each vote from every corner of the world, the beginning future of the Republic of Korea filled with hope

투표기간 2024.03.27.~04.01.

Voting Period

매일 08:00~17:00 every day

※ 기간 중 공관별로 기간을 달리 정할 수 있음.

※ The voting period may vary from one diplomatic mission to another.



선거정보 등 확인
ok.nec.go.kr

투표장소
Voting Place

재외선거관리위원회가 정하는 장소

The place designated by the Overseas Election Commission

투표대상
Eligible Voters

국외부재자신고인명부 및 재외선거인명부에 등재된 사람

Korean nationals enrolled in official lists of overseas absentee voters or overseas eligible voters

준비물
Required Documents

신분증명서 (단, 재외선거인은 국외재민서류 원본 함께 지참)

※ 국외재민서류에 사진이 첨부된 경우 별도의 신분증은 필요없음.

※ 국외재민서류는 해당 공관의 홈페이지에서 확인 가능

An identification certificate

(Overseas eligible voters should also prepare original copies of the documents required to identify the nationality.)

※ Additional identification certificates are not necessary if a photo is attached to the documents that identify the nationality

※ Documents to identify the nationality are available on the website of the relevant diplomatic mission.

※ 중앙선거관리위원회 재외선거 홈페이지(ok.nec.go.kr), 외교부 홈페이지(mofa.go.kr), 재외동포청 홈페이지(oka.go.kr)에서 선거정보 등 확인 가능

For further information, please visit the websites for the Overseas Elections of the National Election Commission of the Republic of Korea (ok.nec.go.kr), Ministry of Foreign Affairs (mofa.go.kr), and Overseas Koreans Agency (oka.go.kr).

Celebrating **40 years** Since 1982 **H MART**
OUR LOWEST PRICE!
가격을 확! 내립니다

FEB. 22nd - FEB. 29th, 2024

Available at H Mart Burlington & Quincy stores

NongHyup

2개 한정

Sunbi Hot Pepper Powder

**농협
고춧가루**

~~Reg. \$35.99~~

\$25.99

2.2 LB/PKG



남안동농협 고춧가루는!

남안동농협에서 직접 수매한 생고추를 사용합니다.

첨단 제조설비를 이용하여 세척, 절단, 위생 건조 과정을 거쳐 조제합니다.

고추의 고유한 색상, 향, 비타민 C가 파손되지 않았습니다.

The Best of Asia in America. Since 1982. H Mart.

Burlington 3 Old Concord Rd, Burlington, MA 01803
Quincy 101 Falls Blvd., Quincy, MA 02169

Cambridge 581 Massachusetts Ave, Cambridge, MA 02139
Brookline 1028 Beacon St, Brookline, MA 02446

105 주년 3.1 절 기념 행사

1919.3.1 - 2024.3.1

“ 3.1 삼일운동

대한민국만세

행사 일정 : 2024 년 3월 2일 토요일 오전 10시





행사 장소 : 보스턴 총영사관 ”

300 washington st #251. Newton. MA 02458

그날의 합성을 기억합니다

1부 . 오전 10시 삼일절 기념식
2부 . 오전 11시 한인회 총회.

행사 주최 :

-  보스턴 대한민국 총 영사관
-  매사추세츠 한인회
-  로드 아일랜드 한인회
-  뉴 햄프셔 한인회

행사 협찬 :

보스턴 **코리아**

