

김성군
변호사

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

보스톤 코리아

BOSTONKOREA.com

백영주
부동산

주택 / 콘도
비즈니스 / 건물
617.921.6879
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



대법원이 어퍼머티브액션에 대한 위헌 판결을 내리자 명문대학의 다양성을 보장할 것을 요구하며 하버드 학생들이 지난 7월 1일 하버드 대학에서 시위를 벌이고 있다. 이와 함께 인권변호사모임은 레거시 입학정책에 대한 인권침해 민사소송을 제기했다

하버드대 입시의 이상한 질문 "아버지는 뭐하시고?"

백인에 압도적 유리한 하버드대 동문 우대 정책 도마에 하버드 레거시, 백인에게 압도적 혜택, 유색 지원자 피해 고스란히 비영리단체 인권변호사모임, 교육부에 하버드 인권법 위반 고발

(보스톤 = 보스톤코리아) 정명술 기자 = 대법원이 대학입학시 인종을 고려해서는 안된다는 판결이 내려지자 보스톤의 비영리단체 인권변호사모임(Lawyers for Civil Rights)

이 동문자녀 및 기부금우대란 차별적인 정책이 압도적으로 백인들에게 혜택을 주고 있다며 연방인권침해소송을 제기했다. 인권변호사모임은 3일 보도자료를 통해 흑

인단체인 차카 프로젝트(CHIKA Project), 라티노단체인 그레이터보스톤라티노네트워크(GBLN)를 대신해 연방교육부에 이 민사 고발장을 접수했다고 밝혔다. 대법원이 흑인과 라티노들을 우대하는 어퍼머티브액션을 폐지한 것이 계기가 된 것으로 풀이된다.

이 고발장에서 인권변호사 모임은 하버드 대학이 어퍼머티브액션이 아닌 동문자녀 우대인 레거시(legacy) 및

에버소스 7월부터 전기요금 대폭 인하

매사추세츠 동부 37%, 서부는 32% 하락

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 에버소스가 여름철 전기수요가 높아지는 7월부터 전기요금을 대폭 인하한다.

에버소스에 따르면 매 6개월 가격조정에 따라 매사추세츠 동부 주민들의 경우 기본요율이 37% 대폭 하락하며 매사추세츠 서부 주민들의 경우 32% 인하된다. 이번 전기요금 인하는 다음 달 전기 요금 통지서에 반영되게 된다.

새로운 요금율은 에버소스의 베이직서비스플랜에만 적용되며 제 3차 전력공급사나 지역공동구매를 사용하는 경우에는 해당되지 않는다. 동부 지역 요금은 킬로와트당 25.78센트에서 16.08센트로 낮아지며 서부의 경우 21.99센트에서 14.85센트로 낮아진다.

이에 따라 매사추세츠 동부 지역 에버소스 이용 주민들은 매달 600킬로와트 전력을 사용하는 경우 약 \$58의 전기 >>5면으로 계속

성기주 변호사
Kiju Joseph Sung

이민법
상법
민·형사소송
이혼

617.504.0609
law@lookjs.com

Cambridge Office
929 Massachusetts Ave.
Cambridge, MA 02139
www.lookjs.com

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.



특별자치도 출범기념 보스톤 강원도민회 골프대회

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 보스톤 강원도민회(회장 박형태)는 7월 16일 일요일 오전 9시 매사추세츠드래킷에 위치한 포오크스컨트리클럽(Four Oaks CC)에서 강원특별자치도 출범 기념 골프대회를 개최한다.

대회 참가비는 \$150로 골프 및 카트비용이 포함된다. 강원도민회는 아침으로 김밥과 음료수를 점심은 고급 부페식당 음식을 제공한다.

참가문의는 박형태 회장(617-645-9066), 또는 이학재 부회장(617-862-0400)에게 하면 된다. 이번 대회에는 김치 냉장고, 쿠키, 밥솥, 골프용품 등 많은 상품이 준비되어 있다.

bostonkorean@hotmail.com

'강일한 미주부의장 내정' 보도, 평통 "사실 아닌 가짜뉴스"

워싱턴 인터넷 매체 구체적인 내용 보도이후 평통 사무처 반박 보도자료 내자, 기사 삭제 해프닝

(보스톤=보스톤코리아) 장명술 기자=강일한 전 LA한인상공회의소 회장이 제21기 민주평화통일자문회의(이하 평통) 미주부의장에 내정됐다는 보도에 평통사무처가 즉각 반박하는 해프닝이 벌어졌다.

워싱턴 DC지역 인터넷 매체 '하이유에스 코리아'는 4월 미주지역 협의회를 총괄하는 미주부의장에 강 전 회장이 내정됐다고 보도했다. 또한 애니 찬(하와이), 진안순(전 중서부한인회연합회장)씨가 미주 운영위원으로, 린다 한 전 워싱턴한인연합회장이 워싱턴 협의회장에 내정됐다고 덧붙였다.

이와 함께, 이 매체는 평통 사무처에서 평통 의장인 대통령의 재가를

받기 위해 이미 대통령실로 공문서를 보냈으며, 워싱턴협의회장으로 내정된 린다 한 국힘당 재외동포위원장은 다음 주 10일에 있을 김기현 당 대표의 워싱턴 동포 간담회가 끝나는 대로 한국을 방문할 예정이라고 구체적인 일정까지 소개했다.

그러나, 하이유에스 코리아는 전례로 미루어봤을 때 차기 평통의 9월 출범 이전까지는 인선 내용을 확인할 수 없다고 여지를 남겼다. 평통 사무처에서 후보를 정해 재가를 받기 위해 대통령실에 올린 후에도 나중에 인선이 바뀔 사례가 종종 있기 때문이란 것이다.

이에 대해 평통 사무처는 5일 각 언론사에 보도자료를 통해 "(평통)

인선 관련 기사가 보도된 사실이 있습니다. 이와 관련하여, 동기사에 거론된 내용이나 거명된 인사는 자천 또는 타천으로 접수되어 현재 검토하고 있는 후보들 중 일부일 뿐"이라고 말하고 "해당 인사가 기사내용과 같은 직책에 내정이 되었거나 이른바 가닥이 잡힌 사실이 없습니다. 또한 기사에 언급된 바와 같이 대통령실에 재가를 받기 위해 공문서를 보낸 사실도 없으며, 그럴 단계도 아님을 밝힙니다"라고 강하게 반박했다.

이에 하이유에스 코리아는 5일 현재 해당 기사를 삭제했으며 현재는 이 인터넷 사이트에서 기사를 찾아볼 수 없게 됐다.

특히 평통 21기는 윤석열 정부의 코드에 맞는 달라진 평통 대북 정책 기조에 따른 인선이 예상되는 상황에서 관련 인사들은 민감하게 반

응하고 있다.

지난 5월 1일 평통 인선이 시작될 무렵, 보스톤에서는 20기 평통위원 인선총회, 이금주, 남세교 위원은 보도자료를 보내 윤석열 정부의 정책 방향에 항의하며 사퇴를 선언했었다.

미주중앙일보의 "강 전 회장 내정 보도는 이날 단독방을 통해 남가주 평통위원들 사이에 삼시간에 퍼졌다. 평통위원들은 보도의 진위 파악을 위해 지인들에게 전화를 거는 등 분주한 모습을 보였다"고 보도했다.

평통 사무처의 인선 결과 발표 일정은 확정되지 않았으며 7월 말이나 8월 초쯤 보스톤지역 협회장을 비롯한 각 지역 협의회장들이 발표될 것으로 예상된다.

editor@bostonkorea.com

서울설렁탕 SEULSELONGTANG

SUMMER SPECIAL COLD NOODLES

N1. 물냉면 Mul-Naengmyun
Cold root starch noodles with beef briskets, assorted vegetables and a boiled egg in cold beef broth

SPICY
N2. 비빔냉면 Bibim-Naengmyun
Cold root starch noodles with beef briskets, assorted vegetables and a boiled egg with spicy sauce on top

COMBOS cold noodles+bbq

N3. 냉면+삼겹살구이 Naengmyun + Samgyeopsal Gui (pork belly)

N4. 냉면+L.A.갈비 Naengmyun + L.A. Kalbi (beef short ribs)

N5. 냉면+돼지양념구이 Naengmyun + Daeji yangnyeum Gui (pork slices)

Before placing your order, please inform your server if a person in your party has a food allergy.

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

시민권 시험 어려워진다... "영어 부족한 난민·고령자 불리"

개인정보 질문 대신 사진 보여주며 "묘사하라"... 역사문제는 단답형→선다형

(워싱턴=연합뉴스) 김동현 특파원 = 미국 시민권 신청자가 치르는 시험이 앞으로 더 어렵게 바뀌면서 영어 실력이 낮은 이들이 미국 시민이 되는 게 쉽지 않아질 전망이다. AP 통신이 5일(현지시간) 보도했다.

보도에 따르면 미국 시민이민국(USCIS)은 2008년에 마지막으로 변경한 시민권 시험을 15년만에 업데이트하기로 했으며 새 시험을 올해 하반기에 도입할 것으로 예상된다.

새 시험에서는 영어 말하기 영역이 더 어려워진다.

현재는 시험관이 시민권 신청자를 인터뷰하면서 영어 말하기 능력을 평가하는 데 응시자가 이미 귀화 신청 서류에서 답한 개인 정보에 대해 질문하기 때문에 답변하기가 쉬운 편이다.

그러나 새 시험에서는 시험관이 낯선 음식, 행동 등 일상적인 상황을 담은 사진들을 보여주며 응시자가 그 내용을 영어로 묘사해야 한다. 또 다른 변화는 미국 역사와 정부

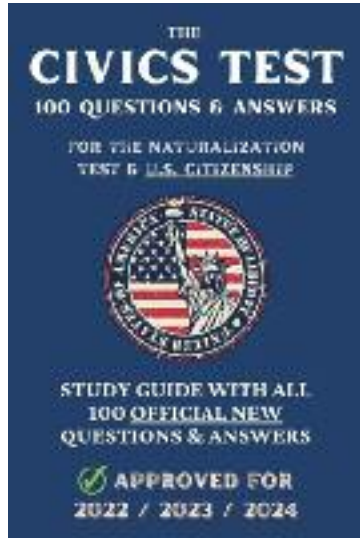
에 대한 지식을 시험하는 영역으로 문제 양식을 현재의 단답형에서 선다형으로 바꾼다.

예를 들어 지금은 시험관이 '미국이 1900년대에 치른 전쟁 하나를 대라'고 하면 응시자는 1차 세계대전, 2차 세계대전, 한국전쟁, 베트남전쟁, 걸프전 등 5개 정답 중 하나를 답하면 된다.

그러나 새 양식에서는 응시자가 직접 질문을 읽고 남북전쟁, 멕시코-미국 전쟁, 한국전쟁, 스페인-미국 전쟁 등 미국이 1800년대에 치른 전쟁 3개를 포함한 4개 선택지 중 하나를 골라야 한다.

정답을 맞추려면 질문을 먼저 이해하고, 1900년대에 치른 전쟁 5개를 모두 알아야 하기 때문에 난도가 더 높다.

전문가들은 영어를 잘 못하거나 교육 기회를 누리지 못한 난민, 고령 이민자, 장애인 등이 새 시험을 통과하는 데 어려움을 겪을 것으로 전망했다.



연방법은 대부분 시민권 신청자에게 일상적인 영어 말하기, 읽기, 쓰기 능력과 미국 역사와 정부에 대한 지식을 입증할 것을 요구한다.

도널드 트럼프 전 대통령이 재임 기간인 2020년 시민권 시험을 더 길고 어렵게 만들었으나 이후 조 바이든 대통령이 취임하고서 원상 복구한 적이 있다.

시민이민국은 올해 새 시험을 전국 단위로 시범 도입해 의견을 수렴한 뒤 전문가 검증을 거쳐 올해 하반기부터 적용할 것으로 예상된다.

bluekey@yna.co.kr

이강원 로드아일랜드대 교수 해외우수과학자 선정

(보스톤 = 보스톤코리아) 편집부 = 이강원 로드아일랜드대 건설및환경공학과 교수가 한국연구재단의 해외우수과학자 초청 프로그램에 선정됐다.

이 교수는 해외우수과학자 초청 프로그램을 통해 8월 6일부터 카이스트(KAIST, 한국과학기술원) 조천식모빌리티 대학원에서 1년동안 방문교수로 탄소 중립 친환경 미래 교통시스템에 대한 연구를 진행한다.

조천식모빌리티 대학원은 전기 및 친환경 동력을 사용하는 교통수단, 즉 자율주행자동차와 같이 인공지능에 기반한 교통시스템 등 미래 지능형 교통시스템 연구를 전문으로 하는 대학원이다.

이강원 교수는 로드아일랜드 교통 및 도로 연구소장도 맡고 있으며 그동안 뉴잉글랜드 컨소시엄, 연방 도로국 등을 위해 3천만 달러 연구과제를 수행했다. 그동안 건축도목, 포장, 교통분야 관련 150여 논문을 출판했으며 150



건의 기술을 발표했다.

2007년 재미한인과학기술자협회 회장을 역임하면서 그 공로로 대한민국 공학한림원 회원으로 추대됐으며 2013년 대한민국 대통령 표창을 받은 바 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

스토톤 여성 진흙에 빠져 실종 일주일만에 극적으로 구조돼

(보스톤=보스톤코리아) 한새벽 기사= 스토톤에 거주하는 여성이 이 스토톤에 위치한 보더랜드 스테이트 파크에서 3일 저녁 일주일만에 극적으로 구조됐다.

에마 테투스키(31)씨는 습지에 빠져 갇혀 있었으며 산책을 하던 주민이 그녀의 도와달라는 소리를 듣고 911구조대에 신고해 극적으로 구조될 수 있었다.

신고를 받은 이스턴 경찰이 3일 오후 6시께 이스턴과 새론의 경계에 있는 보더랜드 스테이트 파크에 도착했을 때 여성의 목소리를 들을 수는 있었지만 어디에 그녀가 있는지 발견할 수 없었다.

경찰은 “3명의 경찰이 습지 주변에서 약 50피트 가량 수풀을 헤치고 습지로 들어가서야 테투스키를 발견할 수 있었다” 고 말했다. 경찰은 그녀가 그 습지에 최소 약 3일 동안 빠져있었던 것으로 추정했다.

이스턴 경찰과 소방구조대는 ATV를 이용해서 테투스키를 구조했다. 구조 당시 그녀는 또렷한 의식이 있었다.

구조된 테투스키씨는 심각한 부상으로 인해 구사마리탄메디컬센

터로 이송됐으나 생명에 위협을 줄 정도는 아니라고 경찰은 밝혔다.

정신질환이 있는 테투스키는 셀 폰도 소지하지 않은 채 지난 6월 26일 실종됐다. 가족들은 그날 저녁 그녀를 마지막으로 목격했었다. 주민들은 그날 저녁레이크우드 드라이브 지역에서 그녀를 목격했다. 그녀의 수색을 위해 여러 기관들이 협력해 수사를 진행했었다.

그러나 경찰은 테투스키씨가 보더랜드 스테이트 파크까지 이동해 습지에 빠지게 됐는지 등의 경위에 대해서는 자세히 밝히지 않았다.

스토톤 경찰은 “주민들의 신고와 도움이 없었다면 아마도 그녀를 찾지 못했을 것” 이라고 말하고 “가장 좋은 결과가 도출된 것” 이라고 말했다.

극적인 구조 과정
처음 경찰은 무릎까지 빠지는 진흙 습지에서 수풀을 헤치고 나아가 땅에서 약 50피트 가량 떨어진 곳에서 테투스키씨를 발견했다.

태아처럼 웅크리고 있던 그녀는 경찰에게 상체에 부상을 당해 고통스럽다며 움직일 수 없다고 말했다. 경찰은 그녀를 들어서 밖으로 나



구조에 이용된 ATV(사진=이스턴경찰서)

오려 했으나 그녀의 몸무게로 인해 더 깊숙하게 빠져 실패했다. 결국 경찰은 ATV를 이용해서 구할 수 있었다.

경찰은 어떻게 테투스키씨가 그곳까지 와서 습지에 빠지게 됐는지 는 모르겠다고 말하고 다만 이 높지에 갇히게 된 것은 충분히 이해할 만 하다고 밝혔다. 이 높지는 자신의 몸무게만으로도 발이 깊숙히 빠지게 되며 혼자 힘으로 벗어나는 것이 극히 어려웠을 것이라고 전했다

테투스키씨가 택한 트레일은 수풀이 많이 자라있으며 공원의 다른 길과 달리 말이나 마운틴바이크 접근이 금지된 길이었다고 경찰은 밝혔다.

이 파크는 어떤 곳
1850에이커의 광대한 보더랜드 주립공원은 잘 알려진 하이킹 코스다. 20마일에 달하는 트레일은 비포장 도로로 3곳의 큰 호수와 작은 연못들로 연결된다. 리치 폰드 주변

의 길은 평평하지만 나머지 길은 가파르고 통행하기 어려운 곳이다. 일부 트레일은 잘 표시되어 있지 않은 곳이기도 하다.

이 공원은 1910년 건축된 20개 룸 석조 건물인 에임스 맨션과 1880년 도에 건축된 스미스 팜하우스가 자리하고 있다.

스토톤에 있는 테투스키의 집에서는 7마일이나 떨어져 있는 곳이기도 하다.
hsb@bostonkorea.com

스티브 배 변호사

정직과 신뢰로 최선을 다해
여러분의 이민 문제를
신속히 해결해 드립니다.

7일 24시간 변호사와
상담 가능합니다



Steve Bae

이민법 전문 변호사

781.457.8846

steve@attorneystevebae.com
attorneystevebae.com

48 Waltham Street
Lexington, MA 02421

한차원 높은 의료서비스 휴람 의료관광을 이용해보세요!



휴람 만성수술

직업병, 식습관, 생활환경으로 오는 만성질환?
병진 상태/ 의사 선택/ 예약 및 치료과정/ 치료 후 시후 관리/ 비용 등...
이 모든 과정으로 선택 못하신 고국 방문 수술.
휴람은 국내수거로 부담없는 비용에 편안하고 안전한 환경을 도려드릴 것입니다.



치질, 담낭용종(결석), 탈장, 하지정맥류, 요실금,
자궁근종, 전립선비대증, 코골이, 목/허리 디스크,
관절질환, 암질환, 심장/뇌혈관질환 등등.

좋은 가격!!! 높은 퀄리티!!! 친절함 서비스!!!

휴람은 상담부터 치료진행, 시후관리까지 보호자로서 도와드릴 것입니다.

*** 정확한 상담을 위해 사안에 검사하신 기록이 있으시다면 카톡이나 이메일로 보내주시면 도움이 됩니다.
*** 수술은 병원에 따라 입원기간 및 비용, 서비스등이 상이 합니다.

휴람 학우권리 네트워크 병원 - 휴람 상담을 통해 자세한 정보를 확인하세요!!!

중앙대학교병원(충북역) / H+임재병원(신림역) / 세관병원(독립문역)
강남지인병원(학동역) / 정릉위튼병원(서울대입구역) / 강남병원(신강역)



최고의 의료서비스
김수남

617.949.1766

카카오톡 : 010-3499-4040(haramkorea)
이메일 : haram@haram.kr
홈페이지 : www.haramkorea.com



한국관광공사
한국관광



법정관리 신청했던 크리스마스트리샵 전매장 매각 청산 절차

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 매사추세츠 주민들에게 오랜 사랑을 받아왔던 가정용 장식용품점 크리스마스트리샵이 파산을 신청하고 차용한 빚을 갚지 못해 모든 점포를 매각 청산하는 절차에 돌입한다.
크리스마스트리샵은 케이프코드에서 53년 전 창설되어 지금을 미들보러에 본사를 두고 있다. 2022년도에 배드베스앤비อนด์에 팔린 이 회

사는 지난 5월 법정관리를 신청하고 4천5백만달러 대출을 통해 회사를 구조조정하고 운영해왔다.
지난 6월 30일 이 회사는 이 금액을 변제하지 못했으며 마지막 순간 다른 회사가 이를 인수하지 않는 한 70여개의 점포를 청산에 돌입해야 할 수도 있다.
크리스마스트리샵은 매사추세츠에 15개점을 보유하고 있다. 이 회사는 2022년 소비자들이 크리스마스

리를 파는 곳으로 혼동할 수 있다는 지적에 따라 이를 CTS로 개명했다.
이 회사의 마크 솔코비치 회장은 지난 주 법정에서 대출 기관에 7월 7일부터 장고정리세일을 시작하도록 허락해줄 것을 요청했으며 8월까지 모든 물건을 처분해 9월에 다시 렌트비를 부담하지 않도록 해줄 것을 당부했다고 CBS는 보도했다.
hsb@bostonkorea.com



에버소스 7월부터 전기요금 대폭 인하

▶▶ 1면에 이어서
요금이 인하되며 서부지역 주민들은 \$42 하락한다.
에버소스의 관계자는 미국내 천연가스 가격의 대폭 하락으로 전기요금을 낮출 수 있게 됐다고 밝혔다. 뉴잉글랜드 지역 전력공급은 대부분 천연가스 발전에서 생산되는 전기를 사용하고 있다.
에버소스 관계자는 시장의 변동성과 높은 공급가 등의 요인으로 인해 올해 겨울에 전기요금이 급등할 수도 있는 가능성도 배제할 수 없다고 밝혔다.
지난해 2월 러시아의 우크라이나 침공 이후 국제 에너지 시장의 혼란으로 인해 지난 여름 에너지

가격은 사상 최고를 기록했었다. 관계자들은 에어컨의 온도를 매 1도 낮출 때 마다 1-3%의 에너지를 낮출 수 있다고 밝혔다. 특히 바깥이 아주 더울 때에는 블라인드나 커튼을 내리는 경우 최고 실내 온도를 20까지 낮출 수 있다고 밝혔다. 또한 공기 순환을 최대화하기 위해서는 천정 팬을 켜는 것이라고 덧붙였다.
또한 세탁기나 드라이어 등의 주요 기기는 전력 수요가 비교적 적은 이른 아침이나 늦은 밤에 사용하는 것이 좋다고 밝혔다.
hsb@bostonkorea.com

면역력 재충전

120년의 철학
국내산 6년근 만을 고집하며,
100% 계약 재배한 인삼 만을 사용합니다.

홍삼정 240g
1개 구입시 30g 증정

타주로도 배송 해드립니다.
FedEx

보스톤 정관장 보낸드스토어
781-238-0303
8 Old Concord Rd, Burlington, MA 01803

J.K. PLUMBING & HEATING

30 Years Experience!

- Remodeling, Kitchen, Bathroom
- Installation Appliance (Dish Washer, 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

미국 20년만에 말라리아 발생, 매사추세츠도 말라리아 발생할까?

플로리다와 텍사스에 5명 감염 사례 발생

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 20년만에 처음으로 미국내에서도 말라리아 발생사례가 보고됐다. CDC에 따르면 플로리다와 텍사스에서는 2달동안 모기로 인해 5명이 말라리아에 감염됐다.

미국에서는 매년 열대 지역을 여행한 사람들로 인해 매년 약 2천여 말라리아가 발생해왔지만 미국내 모기 감염으로 인해 발병한 것은 20년만에 처음이다.

다음은 말라리아에 대해 알아두어야 할 사항이다.

-발병하게 된 이유는 무엇인가?
그레카스 스리니바산 교수는 “정확한 원인은 아직 밝혀지지 않았다” 말했다.

WHO에 따르면 세계 말라리아 감염 발병율은 2000년부터 2015년까지 점차적으로 감소했으나 지난 몇 년간 감염과 사망률이 증가하고 있다.

기후변화가 어느정도 원인일 수도 있다. 건강 전문가들은 지구 온난화는 강수량과 강우의 패턴을 바꾸어 모기로 인한 질병의 확산을 유발할 것으로 내다봤다. 말라리아, 지카 등 모기감염으로 인해 발병하는 질병은 덥고 습한 지역에서 많이 발생한다.

BU 국제건강의학과 데이비드 해머 교수는 “미국내 특정 모기 종의 확산이 발생하며 이로 인해 말라리아, 뎅기열 등의 질병의 확산 위험도 증가하고 있다” 고 밝혔다.

CDC에 따르면 플로리다 사라소타 카운티에서 4건, 텍사스 카메론

카운티에서 말라리아 감염이 발생했다. 이들은 모두 치료를 받고 점차 회복 중에 있다.

-말라리아는 무엇이며 어떻게 확산되나?

말라리아는 아노펠리스 암모모기 종의 일부에 물렸을 때 인체에 들어오는 기생충에 의해 감염되는 질병이다. 이 질병은 감염된 피 등에 의해서도 전염된다. 증상은 고열, 두통, 근육통, 관절통, 오한 등이며 설사, 구토, 구역질 등을 유발한다.

감염후 10일에서 4주후에 증상이 시작되며 때로는 감염 즉시 또는 심지어는 1년 후에도 증상이 발현하기도 한다.

혈액 검사를 통해서 증상을 발견할 수 있으며 항말라리아 약품으로 치료 가능하다. 치료가 적절하게 진행되지 않으면 발작, 호흡장애, 코마 등의 합병증을 유발한다.

-매사추세츠에서도 감염이 가능한가?

아노펠리스(Anopheles) 종 모기가 이 지역에서 살 수 있다. 그러나 텍사스나 플로리다처럼 흔하지 않다. 하버드대 루이즈 아이버스 박사는 기후변화로 바뀔 수는 있지만 지금은 충분한 데이터가 존재하지 않는다고 밝혔다.

따라서 이 종류의 모기는 많지 않기 때문에 특별하게 이에 대한 경종을 울리는 것은 바람직하지 않다고 대니얼 쿠리츠크 박사는 말했다.

그럼에도 항상 모기에 물리지 않도록 주의해야 한다고 말하고 모기



에 물리는 경우 웨스트나일, 동부말 뇌염(EEE)에 걸릴 수 있으므로 야외 활동시 긴팔 옷을 착용하고 모기 퇴치제를 바를 것을 권장했다.

모기는 해뜨거나 해질무렵 더욱 활발하지만 질병을 옮기는 모기들은 일반적으로 낮에 활발하게 활동하는 모기들 중에 있다고 해머 박사는 말했다.

-여행 중 말라리아 모기에 대해 더욱 주의해야 하나?

스리니바산 교수는 올해라고 해서 특별하게 다른 해보다 더 많은 확산이 있을 것이라고 보지 않는다고 말했다. 다만 말라리아 발병이 많은 나라 또는 지역을 방문 시 적절한 모기 방지책을 써야 한다고 조언했다. 플로리다에서는 4건이 발생했으므로 일정 정도 사전 주의를 기울여야 한다고 강조했다.

-말라리아 백신이 있는가?

세계보건기구는 RTS,S란 백신을 사용하고 있다. 이는 30-40%의 효력이 있다. 4월 영국 옥스포드 대학은 5개월에서 36개월의 영유아를 대상으로 한 백신을 개발해 승인을 받았다.

hsb@bostonkorea.com



플리머스, 3번 도로서 운전자 검은곰 치어

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 보스톤 남쪽 플리머스에서 3번도로를 운전하던 한 남성이 5일 작은 곰을 차로 치었다고 경찰이 밝혔다.

경찰에 따르면 운전자는 아침 7시 15분 “곰이 차에 치인 다음 중앙 분리대에 부딪혔다” 고 말했다. 경찰이 현장에 출동했을 때 곰은 발견하지 못했으며 이 곰의 생존 여부는 아직 가려지지 않았다.

운전자는 70대의 샌드위치 거주자로 사고로 인해 부상을 당하지 않았고, 2014년 폭스바겐 파사트 차도 견인할 정도로 파손 정도가 심하지 않았다.

지난 5월부터 보스톤 남쪽 타운에는 “버스터” 라고 별명이 지어진 검은 솜곰이 배회하는 모습이 자주 목격됐다. 당국은 이 곰을 잡아 안전한 지역에 재배치하려 했으나 성공을 거두지 못했다.

YOUNG DENTISTRY

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

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

좋은 치과, 좋은 치아

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

공인 세무사 김창근

■ 개인 및 사업체 세무보고
 ■ 사업체 법인 설립과 해체
 ■ 경영진단 및 절세 상담
 ■ 회계정리

미 연방정부로부터 공인된 세무전문가
 Licensed to Practice Before the IRS

TEL: (781)935-4620 FAX: (781)935-4187
 165-M New Boston St. Suite 278, Woburn, MA 01801

하버드대 입시의 이상한 질문 "아버지는 뭐하시고?"

▶▶1면에 이어서

기부금 우대정책이 체계적으로 유색 인종 학생들에게 불이익을 주고 있다며, 1964년 제정된 인권법 6조항을 위반했다고 주장했다.

고발장에 따르면 기부금 우대 및 레거시 지원자들은 70%가 백인들이었다. 기부금 및 레거시 지원자들을 제외한 경우 합격자의 40%가 백인, 아시안이 28%였다. 라티노는 12%, 흑인은 11%였다.

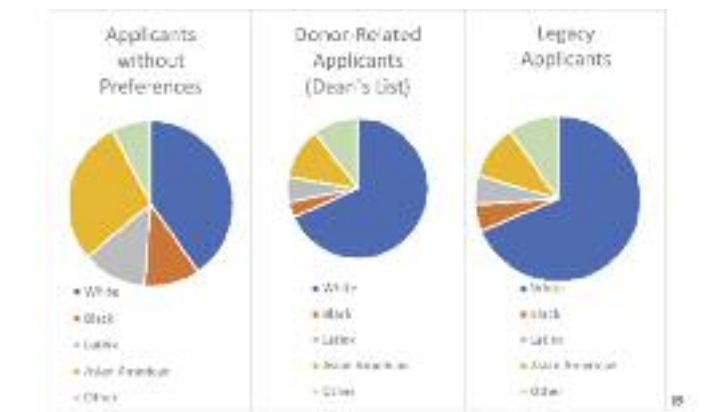
하버드대 입시에서 기부금 및 레거시 지원자들은 큰 폭의 점수혜택을 받았다. 기부금 관련 지원자는 일반 지원자에 비해 7배나 합격율이 높았고 레거시의 경우 6배나 더 많았다. 2019년도 졸업생의 28%가 부모 또는 친척이 하버드 동문이었다.

이 고발장은 “월등히 뛰어나고 자격있는 유색 지원자들에게 돌아가야 할 자리가 압도적으로 동문자녀 우대인 레거시와 기부금 우대 혜택을 받은 백인 지원자들에게 돌아갔다”고 지적했다.

더 나쁜 점은 이 같은 특별대우가 지원자의 능력과는 전혀 별개라는 점이다. “오�히려 태어난 가족의 부나 영향력에 의해 혜택이 주어지는 불공정한 제도”라고 고발장은 강조했다.

현재 이 같은 레거시 및 기부금 우대정책은 상당수 대학에서 탈피하고 있다. 콜로라도주의 모든 대학, 캘리포니아 주립대학, 존스홉킨스 대학, 그리고 애머스트 칼리지 등은 이 정책을 고려하지 않고 있다.

포브스지에 따르면 이 정책은 유대인, 소수 인종, 이민자 자녀 등의 입학률을 줄이기 위한 전략 차원에서 1920년대 대학들이 도입했으나 최근에는 그 비율이 점차 줄고 있다.



Similarly, of all white students admitted, only about half received no preference; 13% received a Donor Preference and 20% received a Legacy Preference.⁶⁰ By contrast, only approximately 2% of Black applicants received a Donor Preference and under 5% received a Legacy Preference.⁶¹ Disparities are similar for Latinx applicants (only 4% receive Donor Preference and only approximately 7% receive Legacy Preference) and for Asian American applicants (only 5% and 6% receive Donor and Legacy Preferences, respectively).⁶²

Moreover, the boost that the predominantly white applicants receive from Donor and Legacy Preferences is substantial. Applicants with no Legacy Preference had an admit rate of

⁶⁰ These pie charts were created by Lawyers for Civil Rights based on the data contained in Legacy and Affiliate Preferences at Harvard, 49 J. Lab. Econ. 133 (2021).

⁶¹ See *id.* Other preferences include those for athletics and those for children of faculty and staff.

⁶² See *id.*

⁶³ See *id.*

월스트리트저널(WSJ)은 2020년 250개의 상위대학 중 56%가 레거시 문제를 입학 절차에서 고려하고 있다고 보도했다. 여전히 높지만 2004년 63%에서 줄어든 것으로 감소추세를 반영한다.

고발장은 교육부에 현재의 하버드 레거시 및 기부금 우대 정책이 인권법 6조항(Title VI) 위반 여부를 조사를 요구했다. 또한 교육부에 이것이 위법임을 선언하고 하버드에 레거시 및 동문우대 정책 중단을 지시할 것을 요구했다. 이를 거부시 하버드는 교육부의 지원을 잃게 된다.

1964년 제정된 인권법 6조항은 연

방정부의 지원을 받는 활동이나 프로그램은 인종, 피부색, 국적 등에 따른 차별을 금지하고 있으며, 이 법을 위반할 경우 교육부 인권 담당국에 고발장을 접수할 수 있다.

이번 고발장을 접수한 비영리단체 인권변호사모임의 이반 에스피노자-마드리걸 대표는 “출생신분으로 하버드에 입학할 권리가 주어질 수 없다. 대법원이 판시했듯이 인종적 차별을 제거하는 것은 모든 인종적 차별을 제거하는 것”이라고 말하고 “대입시에서 부모가 누구인지 파악해서는 안된다”고 잘라 말했다.

editor@bostonkorea.com



우표값 올해 두번째 인상, 이젠 66센트

우표값이 올해 1월에 이어 7월 다시 인상된다

((보스톤 = 보스톤코리아) 한새 벽 기자 = AP의 보도에 따르면 9일부터 미 우체국은 퍼스트클래스 포에버 우표를 63센트에서 66센트로 인상한다. 이에 앞서 우체국은 1월 우표값을 60센트에서 63센트로 인상한 바 있다.

우체국은 이번 우표값 인상이 인플레이션으로 인한 운영비용 상승과 과거 우표값 설정 모델의 결함으로 인한 적자를 감당기 위해 필수적이라고 밝혔다.

이번 포에버 우표값 인상과 더불어 퍼스트클래스 1온스 편지는 가격이 63센트로, 포스트카드 는 51센트로 각각 상승되며 국제 포스트카드와 1온스 편지는 \$1.50으로 인상된다.

우체국은 또한 기존의 소포배달 서비스를 묶어 새로운 USPS Ground Advantage 서비스를 실

시한다. USPS Ground Advantage 는 일반소지자의 경우 3.2% 가격을 인하하고 상업용 서비스의 경우 0.7% 낮춘다.

우체국 규제위원회는 우체국 장의 승인에 이어 새로운 가격 변경 계획을 승인했다.

포에버 우표의 가격 인상은 2019년 50센트이래 5번째 인상이다. 이 같은 가격인상은 우체국의 적자폭을 줄이고 있는 것으로 보인다.

우체국의 1사분기 배달양이 17억개로 줄어들었지만 운영수익은 2억 6백만달러 증가한 21억 달러였다. 영업손실을 10억달러였으나 지난해의 15억달러 적자보다 적자폭이 5억1천9백만달러 줄었다.

hsb@bostonkorea.com

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

하이텍 플러밍
HIGH-TEK

성실하고 정직하게 일합니다.
Specialize in Plumbing, Heating, Air-conditioning, Nail Salon Ventilation.
Residential & Commercial, New Construction, Remodeling

레스토랑(Restaurant), 네일살롱(Nail Salon), 레지덴셜(Residential) 다수 공사 경력
Master PL #15210
Fully Insured

David : 617.828.2993
Kevin : 508.215.9211
hightek2010@yahoo.com

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**

건강한 치아를 위해 피해야 하는 음식들, 관리방법

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 모든 음식은 정도의 차이가 있지만 치아를 썩게 만들고 에나멜 또는 치아 표면에 손상을 가한다. 또 사람에 따라 조금씩 손상의 차이가 있다. 그럼에도 건강한 치아를 위해 유념해야 음식이 있다. 뉴욕타임스가 이를 정리했다.

▶왜 일부 음식은 다른 음식보다 많은 피해를 주나?

치아에 해로운 음식을 구분할 때 2가지를 고려해야 한다. 구강내에는 700여 박테리아가 살고 있는데 일부는 유익하고 일부는 해롭다. 해로운 박테리아는 설탕을 분해해서 이를 산으로 변화시킨다. 이는 치아의 중요한 미네랄을 부식시키고 결국 충치를 유발한다.

칫솔질을 자주하지 않으면 박테리아는 치아 표면에 부드러운 필름 또는 플라그를 형성한다. 이는 산성을 가속화하고 더 많은 박테리아가 활발하게 활동할 수 있는 환경을 제공한다. 플라그가 많아져 굳어지면 타르타르로 변하고 이른 잇몸질환과 충치를 유발한다.

▶구체적으로 어떤 음식이 이에 해로운가?

설탕이 많은 음식이다. 테이블 설탕과 식물에서 추출된 당분(자당, sucrose)은 특히 나쁘다. 해로운 박테리아가 이를 너무 좋아하기 때문이다. 자당은 많은 가공식품에 있고 과일주스액기스, 소다,

캔디 등에 들어있다.

다음으로는 끈끈한 음식, 부드럽고 쫄깃한 음식, 쫘득쫘득한 음식, 즉 거미스(gummies), 마른과일, 시럽, 캔디 등으로 이의 구석과 작은 틈, 치아사이에 끼게 된다. 과도한 설탕이 치아에 머물면 박테리아는 자신의 세포에 설탕을 저장해두고 이를 사용하며 먹은 후 몇시간 후에도 계속해서 산을 만들어낸다.

소다, 주스, 에너지 드링크, 밀크셰이크 등도 나쁘다. 끈끈하고 설탕이 많은 용액이 치아를 적신다. 치아는 자체가 산성이다. 치아의 산성도가 PH5.5 이하로 내려가게 되면 치아는 부서지기 시작한다. 소다는 PH에서 4정도다.

기타 설탕같은 탄산음료도 산성이다. 설탕시럽이나 믹서(토닉) 등을 섞은 커피나 술도 산성이다.

꿀, 감자, 쌀 또는 때론 바나나까지 일부 과일과 채소, 전분이 있는 음식도 때론 이에 해롭다. 이는 많은 설탕과, 산을 함유해서다. 그러나 이들은 이에 유익한 영양분을 담고 있기도 하다.

만약 치아가 큰 흠이 있거나 붙어 있는 경우 쫄깃한 음식이나 끈적거리는 음식은 다른 사람보다 좀더 주의해야 한다.

아침에 그리고 자기 전에 두번 양치질을 하고 매일 치실을 하는 경우 음식들의 영양분이 해로움보다 훨씬 크게 된다. 과일은 주스가



아닌 직접 먹는 것이 훨씬 좋다. 집에서 만든 스무디에도 자당이 들어가기 때문이다.

▶충치를 막는 방법은

양치질과 치실 외에도 치아 건강에 도움이 되는 것들이 있다.

침은 가장 치아에 좋은 보호물이다. 침은 에나멜을 강화하고 중탄산염을 함유하고 있는 산성을 중화한다. 그러나 먹거나 마시게 되면 침은 약 20-30분 정도 예전의 보호수준으로 돌아가기 위한 시간이 필요하다.

만약 정말 설탕 음료를 원하는 경우 식사와 같이 마시는 것이 하루 종일 훌쩍훌쩍 마시는 것보다 낫다.

술을 자제하라. 과음하는 사람들은 알코올이 침의 보호작용을 못하도록 막기 때문에 치아에 붙는 것들을 청소하기 어렵게 한다. 만약 술을 마셔야 한다면 음주 후 반드시 양치질을 하는 것이 좋다.

페렴약, 키모테라피, 신장투석, 안티히스타민, 혈압약 등은 침의 보호작용을 막는다. 따라서 이 같

은 사람들은 치아 관리에 좀더 많은 신경을 쏟아야 한다.

자일리톨이 있는 무설탕 껌을 씹어라. 자일리톨 같은 슈기알콜은 항균성이 있어 구강 박테리아의 산 생성을 늦춘다. 하루에 세번 정도 이 껌을 씹으면 항균작용으로 구강건강을 돕는다.

차- 녹차 또는 블랙티는 충치를 막는다. 이는 높은 PH수준과 플루로이드(불소)를 함유하고 있다.

hsb@bsotokorea.com

제주4·3사건 희생자 보상금 2차 대상자 신청 및 지급 안내

보상금 신청 및 지급 절차

1. 신청서 작성 (2023.6.1 ~ 2023.6.30)
2. 서류제출 (2023.7.1 ~ 2023.7.31)
3. 심사 (2023.8.1 ~ 2023.8.31)
4. 지급 (2023.9.1 ~ 2023.9.30)

I. 보상금 신청

신청기간 2023. 6. 1 ~ 2023. 6. 30

연도	2023년 (1차)	2023년 (2차)	2024년	2025년
기간	2023. 6. 1 ~ 2023. 6. 30	2023. 7. 1 ~ 2023. 7. 31	2024. 1. 1 ~ 2024. 12. 31	2025. 1. 1 ~ 2025. 12. 31
신청	2023. 7. 1 ~ 2023. 7. 31	2023. 8. 1 ~ 2023. 8. 31	2024. 1. 1 ~ 2024. 12. 31	2025. 1. 1 ~ 2025. 12. 31

- 희생자와 사생상자 재적이 있는 경우 - 가족관계등록부의 정정 사항 또는 내지외 친생자(간생자)에 한함.
- 재학부 - 가족관계등록부에 없는 학생자 440명 - 신청 추가신청기간(23. 1. 1 ~ 6. 30) 경과 이후, 유족 신청 후 신자

II. 보상금 청구

청구대상 제주4·3희생자의 피아·어간 친척(친척은 1촌 및 통족서 출생법상 시종(보상금 지급 대상 신청하지 않은 양친생모(외생자) 포함)

청구기간 보상을 지급 신청한 날부터 출생일로부터 3년 이내

청구서류(필수서류외 추가)

- 보상금 지급 청구서(신청서) 및 제7호 피사서
- 보상금 지급 신청에 대한 가족관계등록부 및 제7호 피사서
- 보상금 지급신청서 첨부
- 청구인의 위임장(제7호 피사서인 경우) - 위임장(제7호 피사서인 경우)
- 청구인의 금융기관 통장사본
- 어간 및 친척등 서면 - 첨부사항: 피아 및 친척의 신분증사본(주민등록번호, 생년월일 기재), 유족명부(제7호 피사서인 경우) 등
- 제외가족(제7호 피사서) 제외 가족 신청서(제7호 피사서)
- 내생자(제7호 피사서) 위임장(제7호 피사서) - 신청서(제7호 피사서) 등

접수 및 문의처

도내 거주자 ▶ 방문 접수

- 제주시 사회복지과(4-3지구) ☎ 64-64-728-1961~6
- 서귀포시 사회복지과(4-3지구) ☎ 64-64-760-3991~4
- 주요시청 등 관공서

도외·해외 거주자 ▶ 등기우편 및 방문 접수

- 제주도 4-3지구과(4-3지구) ☎ 64-64-710-8450, 710-8941~6
- ☎ 63122 제주시 공무원(현장) 제주도 4-3지구과(4-3지구)

요가씨의 5분요가

전날 과식, 야식했다면 무조건 따라하셔야 합니다: 얼굴, 전신 붓기 속 빼주는 운동과 스트레칭



‘오늘은 저녁 일찍 먹고 자기전까지 안 먹어야지’

‘요즘 살이 좀 올랐으니 하루 두끼만! 저녁은 안 먹어야지’

우리는 생각보다 꽤 자주 나와의 결심을 합니다. 무언가를 해야겠다는 의지는 있는데 막상 그것을 실천으로 옮기기까지 시간도 걸리고 중간중간 유혹에 흔들리기도 하구요.

건강과 다이어트에 좋지 않은 과식과 야식, 폭식도 머리로는 아는데, 맛있는 음식이 눈앞에 보이면 외면하기가 쉽지 않은데요, 그래서 오늘은 맛있는 음식을 배불리 먹고 난 다음, 칼로리 소모에 좋은 운동 시퀀스를 소개해드리고자 합니다. 이미 먹은 것에 대한 후회나 자신을 자책하는데 시간을 허비하지 마시고, 맛있게 먹은 만큼 열심히 움직여 주시면

‘급진급빠’ 효과를 제대로 거두실 수 있을 거예요.

오늘 알려드릴 동작들은 제 유튜브 채널 ‘요가워어주는 여자 hayeon’ 에서 (DAY4) 살 빼지는 요가 | 전날 야식 과식 후.. 편을 찾아 따라하면 지루하지 않고 재미있게 운동하실 수 있을 거예요.

Standing Side Stretch : 옆구리 슬리밍, 허리



통증 완화

1단계 선 자세에서 두 팔을 천정으로 보내고 한손으로 다른 손목을 잡고 끌어 당겨줍니다.

2단계 들숨에 척추를 곧게 펴고 날숨에 옆구리를 늘려줍니다.

3단계 한방향으로 5번 이상 해주고 잠시 홀딩합니다.

4단계 반대방향으로도 같은 방법으로 스트레칭해주세요.

TIP! 제가 매일 아침마다 하는 스트레칭 루틴 중 하나인데요, 척추 건강에도 좋으니 허리 약하신 분들, 앉아서 오래 일하시는 분들은 자주 해주세요!

Plank to Downward Dog : 전신 스트레칭과 토닝

1단계 다운독 자세에서 체중을 앞으로 실어 플랭크로 이동합니다.



2단계 들숨에 플랭크, 날숨에 엉덩이를 올려 다운독 스트레칭을 반복합니다.

3단계 중간에 힘들면 무릎을 바닥에 내렸다 가다시 올라와보세요

4단계 플랭크 자세에서 엉덩이가 어깨보다 올라가지 않게 주의해주세요.

TIP! 복부를 등쪽으로 끌어당겨 코어 힘을 단단히 주고 해야 팔이 아프지 않아요.

Curl Up + Leg Extension : 뱃살 감량, 코어 강화, 다리 부종 완화

1단계 등을 대고 누운 상태에서 손을 깎지 끼고 날숨에 다리를 뻗으며 가슴을 올려줍니다.

2단계 들숨에 무릎을 접고 머리를 바닥으로 내려줍니다.

3단계 가슴을 최대한 높게 올리면서 다리를 길게 뻗어주는게 포인트.

4단계 아랫배의 자극에 집중하며 10회 이상 반복해주세요.



TIP! 중간에 포기하고 싶을 때마다 영상 속 제 큐잉에 따라 끝까지 포기하지 않고 진행해 주셔야 뱃살 감량에 성공하실 수 있어요.

하연쌤과 함께하는 라이브 ZOOM요가&필라테스

ZOOM요가&필라테스 클래스의 장점

1. 다른 사람 눈치 보지 않고 편하게 운동 가능
2. 최소한의 시간 투자로 '체중감량은 물론 근력 향상, 유연성 강화, 체형 교정, 스트레스 해소, 우울증 개선'의 효과
3. 꾸준한 개인 회원관리로 지속적으로 생활속 운동루틴을 이어가도록 지도
4. 모니터를 통한 실시간 '자세교정' (1:1 개인레슨과 그룹수업 모두 가능)
5. 첫 수업 체험 전, 선생님과 전화상담을 통해 구체적인 개인의 목표와 NEED 전달, 수업에 대한 만족 극대화

수업 참여를 원하시는 분들은, 카톡아이디 yogafullnesslife 나 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

형제 떡집

매매 합니다

978.343.6080
978.407.9029

210 West Main St.
Ayer, MA 01432

Prescott & Son Insurance

Insurance Producer Moon Hang Lee
한인 보험 대리인 이문항

“보상 내용과 크기는”
적절하고 안전하게
보험료는 저렴하게

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

HURAM 성형외과

한의원 높은 고국방문 의료서비스
유람 의료관광을 이용해보세요!

유람성형외과
성형에 대해 고민은 후유, 후유가 걱정 없습니다.
최고의 선진 의료 기술과 최상의 의료 환경을 제공합니다.
한국, 일본, 미국, 유럽 등 해외 의료 관광을 위한 최상의 의료 서비스를 제공합니다.

안면윤곽술	안면윤곽술	안면윤곽술	HURAM 성형이벤트		
154만 원	154만 원	660만 원	100만 원 할인		
안면윤곽술	안면윤곽술	안면윤곽술	안면윤곽술	안면윤곽술	안면윤곽술
330만 원	264만 원	220만 원	550만 원	220만 원	110만 원

31549 02 4-16 394 13248

www.huramplastic.com

COMPASS



2022년과 2023년에 걸쳐 보스턴 매거진에서
 최고의 부동산 전문가로 선정되었습니다.
 지속적인 성원에 진심으로 감사드립니다.
 앞으로도 최선을 다하겠습니다.



Jason Jeon

Compass
 Cambridge, MA · 617-642-5670
 compass.com | jason.jeon@compass.com

Jason Jeon is a highly experienced and reputable real estate professional with over a decade of experience in the industry. With his solid expertise in luxury home purchases and sales, he provides his clients with exceptional consulting, marketing, and negotiation services. Having lived in Boston for over 30 years after being born in South Korea, he has an in-depth understanding of the local real estate market. Jason's dedication to his clients is evident in his personalized approach, where he prioritizes building solid relationships through effective communication, credibility, and determination. Being a Pricing Strategy Advisor, he leverages his extensive knowledge to offer his clients informed pricing strategies, and his exceptional negotiating skills ensure the best possible outcomes for them in every transaction. Jason's commitment to providing exceptional customer service is evident in his genuine and effective communication with his clients.

Jason Jeon
 Vice President
 M: 617.642.5670
 jason.jeon@compass.com

재미대한탁구협회, 16대 권정 회장 선출

미주 지역 탁구 문화 보급 및 지회 활성화 유소년 선수 육성, 친선 교류 증진 위해 노력할 것

(보스톤=보스톤코리아) 편집부 = 재미대한탁구협회는 지난달 24일 뉴욕 Hofstra University)에서 대의원 총회를 개최하고 권정 신임회장을 선출했다. 제16대 회장 선거에 단독 입후보한 권정 회장은 대의원들의 만장일

치로 선출됐으며, 임기는 2년이다. 신임 권정 회장은 미주 지역 탁구 문화 보급과 지회 활성화와 더불어 차세대 유소년 선수 육성, 친선 교류 증진을 위해 최선을 다하겠다고 밝혔다. 권정 회장은 "재미대한탁구협회

는 전직 회장님과 임원들의 헌신적인 노고를 바탕으로 미주 각지역 한인들의 건강 증진과 탁구 문화 보급 및 활성화를 위해 노력해 왔다"며 "재미대한탁구협회는 앞으로도 미주 사회에서 한국 탁구의 맥을 잇고, 탁구동우회의 화합과 발전에 힘쓰겠다"고 전했다.

권 회장은 이어 "중학교 시절 탁구를 좋아해, 잠깐 선수를 꿈꿨지만 접은 것이 많이 아쉬웠다"며 "미주 한인 차세대들이 탁구를 통해 마음껏 꿈을 펼칠수 있도록 유소년 선수 발굴 및 육성에도 수고를 아끼지 않겠다"고 덧붙였다.

한편 권정 회장은 1980년에 시애틀로 가족과 함께 이민을 왔으며, 시애틀베스트보험을 시애틀과 타코마에서 운영하고 있다. 재미대한탁구협회 이사장을 비롯해 워싱턴주 탁구협회 회장, 워싱턴주 체육회장, 재미대한체육회 부단장, 북미주한인 기독교실업인회 총회장을 역임했으며, 현재 시애틀형제교회 시무장으로 사역하고 있다.

올해 92세인 권정 회장의 부친 권영창 씨는 미국 최고령 한인 원로 탁구인으로, 한국에서 체신부 실업 대표선수로 활약했으며 서울여성과 경기상고 코치를 지낸 바 있다.



재미대한탁구협회 대의원 총회에서 권정 신임 회장(좌)이 오세백 전임회장(우)으로부터 협회기를 이양받고 있다



독립기념일 휴일동안 보스톤 인근서 총격 1명 사망, 7명 부상

보스톤서 5명 총격에 부상, 브락턴에서는 1명 사망, 2명 부상

(보스톤 = 보스톤코리아) 한새벽 기자 = 7월 4일 독립기념일 휴일동안 보스톤 한 지역구인 매태팬에서 총격사건이 발생해 5명이 부상을 입었다. 보스톤 남쪽 브락턴에서는 한 남성이 총에 맞아 사망했고 2명의 여성이 부상당했다.

3명은 병원으로 호송됐으나 치명상은 아니었으며 2명은 자가 치료를 할 정도로 부상이 심하지 않았다.

같은 5일 새벽 1시 48분 브락턴 트레몬트 스트리트에서도 총격 사건이 벌어졌으며 총상을 입은 남성은 병원 도착과 동시에 사망했고, 2명의 여성은 굿사마리탄 병원으로 옮겨져 치료 중이다. 위중한 상태는 아닌 것으로 알려졌다.

7월 5일 새벽 2시 매태팬의 에지워드 드라이브로부터 총격 사건 신고를 받고 출동한 경찰은 5명이 총상을 입은 것을 발견했으며 관련자 2명을 체포했다.

hsb@bostonkorea.com

보스톤코리아 인터넷 신문, 이제 카카오톡 채널로

보스톤**코리아** +

카카오 채널 친구신청 해주세요

보스톤코리아 신문의 이메일 발송은 기술적인 문제와 Gmail의 정책변화로 당분간 발송이 중단됩니다. 보스톤코리아는 이메일 발송 재개를 위해 노력하는 한편 신문 전달의 다양한 채널을 확보하기 위해 카카오 채널로 신문과 각종 정보를 빠르게 전달해 드리고자 합니다. 아래의 방법으로 <카카오 채널 친구신청>을 부탁드립니다.



친구신청 하는 방법

1. 바코드에 스마트폰 카메라를 켜서 읽으신 후 나타나는 링크를 클릭하시면 보스톤코리아 카카오 채널로 이동합니다.
2. 오른쪽 상단의 노란 버튼의 카카오채널 친구추가 버튼을 클릭하시면 채널추가 버튼이 중간에 나타납니다.
3. 채널추가를 눌러 주시면 앞으로 보스톤코리아 신문과 정보를 받아 보실 수 있습니다.

선착순 200명중 20명을 선정해서 \$15 아마존 기프트 카드를 드립니다.

보스톤**코리아**
www.bostonkorea.com

저커버그 야심작 '스레드' 출격...머스크 '트위터'와 본격 대결

삼성전자 2분기 영업익 5천550억 원...14년새 최저 전망↓

(워싱턴=연합뉴스) 이상현 기자= 페이스북 모회사 메타의 새 소셜미디어(SNS) '스레드'(Threads)가 5일(현지시간) 출시됐다.

마크 저커버그 메타 최고경영자(CEO)는 이날 "해봅시다(Let's do this). 스레드에 온 걸 환영합니다"라는 글을 스레드 계정에 올리며 출시 소식을 알렸다.

스레드는 메타가 지난 1월부터 트위터 대안으로 개발해 온 소셜미디어로, 트위터와 본격적인 경쟁을 펼치게 됐다.

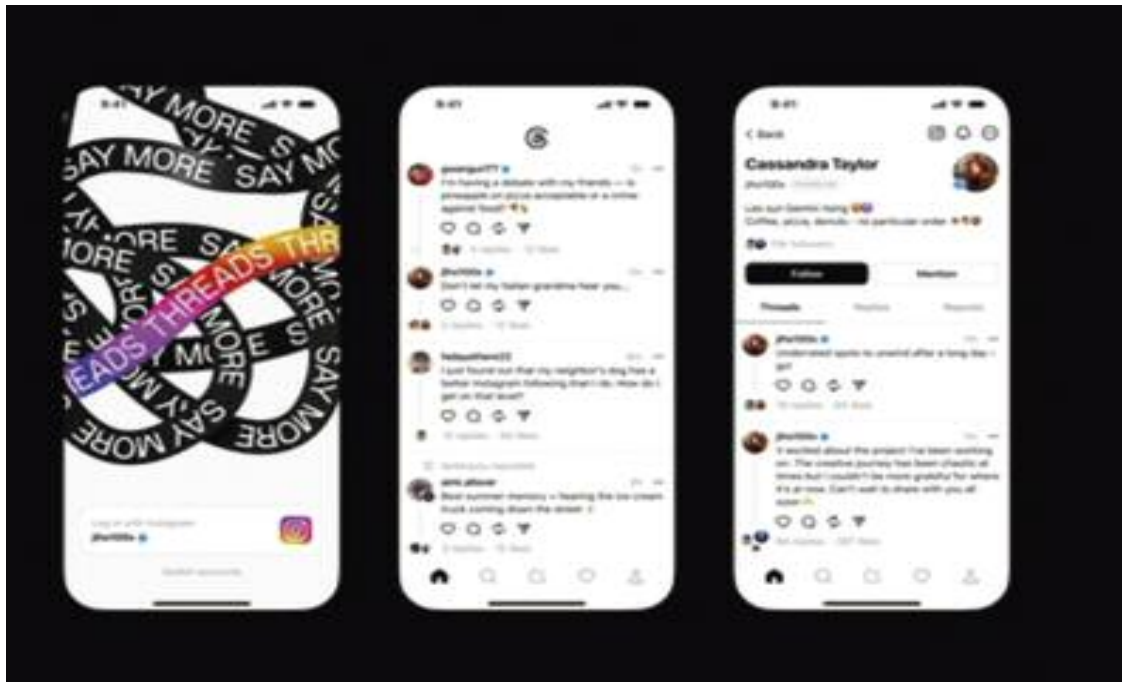
스레드는 트위터와 비슷한 기능을 갖고 있어 트위터의 대항마로 출시 전부터 주목받았다.

텍스트로 실시간 소식을 공유하고 대화를 나눌 수 있으며 한 게시물당 500자까지 지원된다. 외부 웹사이트로 연결되는 링크와 사진 또는 최대 5분 길이의 동영상도 올릴 수 있다.

무엇보다 스레드는 별도 가입 절차 없이 메타의 기존 인기 SNS 플랫폼인 인스타그램 아이디로 간편하게 로그인할 수 있다. 인스타그램과 동일한 계정명을 사용하게 되며, 프로필 사진과 소개 글은 따로 설정할 수 있다.

인스타그램에서 팔로우 중인 계정들을 스레드에서도 팔로우할 수 있고, 새로운 계정을 찾아 추가할 수도 있다. 스레드 피드에는 내가 팔로우하는 계정의 콘텐츠와 추천 콘텐츠가 함께 표시된다.

인스타그램에 도입된 각종 사용자 보호 기능들도 동일하게 제공한다.



만 16세 미만 이용자는 스레드에 처음 로그인하면, 계정이 비공개로 기본 설정된다.

또 게시물에서 나를 언급하거나 내게 답글을 남길 수 있는 사람을 관리할 수 있으며 특정한 단어나 문구가 포함된 답글을 숨길 수도 있다. 다른 계정 차단, 제한 및 신고가 가능하며, 인스타그램에서 차단한 계정은 스레드에서도 차단된다.

전문가들은 스레드가 인스타그램의 인프라를 일부 사용하고 인스타그램 아이디로 로그인할 수 있어 이용자를 빠르게 확보하는 데 도움이 될 것으로 보고 있다고 미국 일간 월스트리트저널(WSJ)은 전했다.

시장조사업체 인사이더 인텔리전스에 따르면 인스타그램의 월간 활성 사용자 수는 20억명으로, 3억6천만명

의 트위터를 크게 앞지른다.

인스타그램 제품 담당 부사장인 코너 헤이스는 "트위터가 한동안 주도해 온 공간이지만 기회가 있고 사람들이 더 많은 선택권을 찾고 있다는 것이 우리의 관점"이라고 말했다.

그동안 도널드 트럼프 전 미국 대통령의 트루스 소셜과 트위터 공동창업자 잭 도시의 블루스카이 등이 트위터에 도전장을 내밀었지만, 기대에 미치지 못했다.

WSJ은 트위터를 인수한 일론 머스크 테슬라 최고경영자(CEO)가 지난주 트위터에서 하루에 볼 수 있는 게시물 수를 제한한 것과 관련해 트위터 이용자들이 반발한 가운데 메타가 최근 몇 주 동안 스레드 출시를 위해 공격적으로 움직였다고 보도했다.

메타 측은 스레드에서는 볼 수 있는 게시물의 수에 제한이 없을 것이라고 밝혔다고 WSJ은 전했다.

스레드와 트위터의 경쟁은 저커버그와 머스크 간 대리전 양상을 띠 전망이다.

두 사람은 스레드 출시를 두고 격투기 대결 논란 등 기싸움을 벌이기도 했다.

스레드는 현재 전 세계 100개국 이상의 구글 플레이스토어와 애플 앱스토어에서 내려받을 수 있다.

향후 탈중앙형 소셜 네트워크를 위한 프로토콜 '액티비티랩'을 추후 적용해 마스토돈이나 워드프레스 등 액티비티랩 프로토콜을 지원하는 다른 앱들과 상호운용이 가능하도록 업데이트할 예정이다.

yunzhen@yna.co.kr

(서울=연합뉴스) 차병섭 기자= 반도체 공급 과잉 우려가 해소되지 않은 가운데 삼성전자의 2분기 영업이익이 전년 동기 대비 9%나 급감하며 14년여 사이 최저를 기록할 것으로 추정된다는 설문조사 결과가 나왔다.

6일 로이터통신에 따르면 금융정보업체 리피니티브의 스마트에스티메이트(SmartEstimate)가 애널리스트 27명을 대상으로 조사한 결과, 삼성전자의 4~6월 영업이익이 5천550억 원으로 떨어질 것으로 전망됐다.

이는 글로벌 금융위기 당시인 2008년 4분기에 영업손실 7천400억 원을 기록한 뒤 가장 저조한 실적에 해당한다.

지난해 2분기의 경우 스마트폰·TV 등 세트(완성품) 판매 부진에도 불구하고 반도체 부문의 견조한 실적 덕분에 14조1천여원의 영업이익을 기록한 바 있다.

로이터는 이번 조사 결과와 관련, 메모리칩 가격 추가 하락과 재고 평가액 하락 여파 속에 반도체 부문에서 3조~4조원가량의 분기 손실이 전망된 데 따른 것이라고 전했다.

대만 시장조사업체 트렌드포스에 따르면 D램 메모리반도체 가격은 고객사들의 신규 주문 자제와 재고 소진 영향 등으로 2분기에도 13~18% 하락한 것으로 집계됐다.

소중한 눈!!! 정기검진하시나요?

유한이 경험했고 정직한 안과에서 당신의 소중한 눈을 지켜드리겠습니다.

안과 박성진
• 2009년 수공리도
• 2019~2021년 수공

유람 - 좋은사람들 성모안과 해외동포 특별가 프로그램

- 1. 유람 인 종합검진 (소요시간 30분 ~ 1시간 30분)**
 - 1) 기본 안검진 10만원
시력검사(나안/안경차장/타각적검정/노안) / 세극등 현미경 / 인입 / 인저삼영 / 백내장, 녹내장 유무파악
 - 2) 프리미엄 안검진 25만원
각막부터 시신경까지 구석구석하는 만능필검사로 40대 이상부터 2년마다 추천합니다.
기본 안검진 + 녹내장 / 백내장 / 안구구조조 / 시신경파악 / 기타 필요검사
- 2. 2030 라식라섹 (150만원 ~ 180만원 : 정밀검사 비용 포함)**
- 불편한 안경과 렌즈에서 해방
- 3. 4050 노인라섹 (노안 + 백내장 해결) (180만원 : 정밀검사 비용 포함)**
- 노안이 와도 돋보기와 안경도 벗는 꽃종년 라섹
- 4. 다초점 인공수정체 백내장수술 (429만원 : 단안)**
- 노안 + 난시 + 백내장 동시 해결

* 정기비행은 개인별 노년대에 따라 변경될 수 있습니다. / 유람을 통한 예약시 특별 이벤트 받을 수 있습니다.

유한이 Call for Free!
1-844-OOHURAN(1-844-364-8726)
010-340-4340 | E: huan@yohan.com
huan@yohan.com | www.yohaneye.com

세계 최대 공 모양 건축물, 첫 조명소로 美라스베이거스 밤 밝혀

최대규모 LED 스크린으로 장관 연출 공연장 등 갖추고 오는 9월 완공...공사비 약 3조원

(로스앤젤레스=연합뉴스) 임미나 특파원= 미국라스베이거스에 들어선 세계 최대 규모의 구형(球形) 건축물 '스피어'(Sphere)가 완공에 앞서 처음으로 조명을 밝혔다.

이 건물을 지어 운영하는 회사 스피어 엔터테인먼트는 미 독립기념일을 기념해 4일(현지시간) 밤 건물 외벽 LED 스크린인 '엑소스피어'에 처음으로 역동적인 영상 콘텐츠를 상영했다고 5일 밝혔다.

이 엑소스피어 스크린 면적은 5만 3천884㎡ 규모로, 지구상에서 가장 큰 LED 스크린이라고 회사 측은 설명했다.

이 스크린 쇼는 "헬로 월드"(Hello World)라는 첫인사로 시작해 화려한 불꽃놀이와 성조기 애니메이션, 생동감 넘치는 수중 장면, 생생한 질감의 달 표면 등의 모습을 보여줬다.

스피어 엔터테인먼트의 글로벌 마케팅을 총괄하는 MSG 스포츠의 데이비드 흡킨슨 사장은 "엑소스피어는 스토리텔링을 위한 360도 캔버스, 브랜드 파트너들에게 지구상에서 가장 위대한 쇼의 일부가 될 기회를 제공할 것"이라며 "마침내 엑소스피어의 놀라운 잠재력을 전 세

계와 공유할 수 있게 돼 기쁘다"고 말했다.

건물 전체 규모는 높이 112m, 지름 157m로, 오는 9월중 완공될 예정이다.

스피어 측은 이달 한달간 라스베이거스의 주요 이벤트와 연계해 창의적인 콘텐츠를 계속 선보일 예정이라고 밝혔다.

완공 직후인 오는 9월 말에는 첫 공연으로 록밴드 U2와 함께하는 콘서트를 열고, 10월에는 대런 애러노프스키 감독이 연출한 영상 '지구에서 온 엽서'(Postcard from Earth)를 상영한다.

아울러 향후 복싱이나 종합격투기, 각종 이벤트도 연다는 계획이다. 스피어는 세계 유수의 스포츠 경기장을 설계한 세계적인 건축회사 파풀러스(Populous)가 설계했다.

CNN에 따르면 코로나19 팬데믹으로 공사가 지연되면서 이 건물을 짓는데 든 비용은 23억달러(약 2조 9천99억원)로 치솟았다.

라스베이거스 스트립에서 동쪽으로 한 블록 떨어진 곳에 들어섰으며, 리조트 단지과 보행자 통로로 연결될 예정이다.

mina@yna.co.kr



라스베이거스에 들어선 구형 건축물 '스피어'

문제성 도박으로 인해

당신은 삶의 기회를 놓칠 수 있습니다.

당신 또는 가족 중 누군가가 도박에 빠져 어려움을 겪고 있다면, mass.gov/Dont-Miss-Out을 방문하여 개인, 가족, 및 커뮤니티 지원 서비스를 받으세요.



Massachusetts Department of Public Health

The MA Problem Gambling Helpline 800-327-5050



LET'S GET REAL ABOUT GAMBLING

월 아이스크림 물가 상승률 9.4%...상승폭 다시 확대

올해 유통 채널별로 가격 순차 인상...라면·과자·빵과 달리 인하행렬 동참안해 빙과업체에 여름은 성수기...빙그레 작년 3분기 영업이익, 연간의 65.4% 차지

(전국종합=연합뉴스) 지난달 아이스크림 물가 상승폭이 다시 커진 것으로 나타났다.

빙과 업체들은 라면, 제과, 제빵 업체들과는 달리 제품 가격 인하는 동참하지 않고 있다. 여름철은 빙과 업체들 입장에서 성수기다.

6일 통계청 국가통계포털에 따르면 6월 아이스크림의 소비자물가지수는 119.98로 지난해 동월 대비 9.4% 상승했다.

아이스크림 물가 상승률은 지난 3월 13.7%로 글로벌 금융위기 당시인 2009년 5월(14.3%) 이후 약 14년 만에 가장 높았다.

이후 4월 10.5%, 5월 5.9%로 둔화했으나 지난달 상승폭이 다시 커졌다.

빙과 업체들이 지난해에 이어 올해도 잇따라 아이스크림 가격을 인상하면서 물가 상승률은 더 높아질 수 있을 것으로 보인다.

롯데월드와 빙그레, 빙그레의 자회사인 해태아이스크림 등 빙과 업체들이 지난해에 이어 올해 2월부터 제품 가격을 잇달아 인상했는데,

이는 대형마트와 할인점, 편의점 등 유통 채널에 따라 순차적으로 적용되는 편이다.

롯데월드푸드는 올해 2월 스쿠루바, 돼지바, 수박바 등의 할인점·일반 슈퍼 공급가를 올렸다.

빙그레도 2월부터 메로나와 비비빅, 슈퍼콘 등의 가격을 인상했고, 해태아이스크림은 누가바, 쌍쌍바, 바밤바, 호두마루 등의 가격 인상을 단행했다.

이번 달에는 롯데월드푸드가 스쿠루바와 돼지바, 수박바 등의 편의점 공급가를 25% 인상했다. 편의점들이 가격을 인상하지 않기로 했지만 일시 조치여서 아이스크림 가격 부담은 언제든지 다시 커질 수 있다.

빙과 업체들은 원·부자재 가격 상승과 인건비, 물류비, 전기·가스 요금 인상 등을 가격 인상 이유로 내세우고 있다.

최근 주요 라면 업체와 제과·제빵 업체들이 정부의 물가 안정 정책에 맞춰 제품 가격을 잇달아 내린 것과는 대조적인 모습이었다.

소비자 단체들은 제품 가격 인상



7월 들어 일부 라면과 과자, 빵 가격은 내렸지만, 여름철 대표 식품인 아이스크림의 가격은 좀처럼 내려갈 기미를 보이지 않고 있다. 지난 3일 통계청 국가통계포털에 따르면 지난 5월 아이스크림의 소비자물가지수는 118.02로 지난해 동월보다 5.9% 상승했다. 사진은 이날 서울 시내 아이스크림 판매점 모습.

이 원재료 가격 상승에 따른 불가피한 선택인지 이익 창출을 위한 것인지 따져봐야 한다고 주장했다.

또 약 4년간의 가격 담합이 적발된 만큼 담합으로 얻은 이익을 소비자에게 돌려주는 차원에서라도 가격 인하에 동참할 것을 촉구했다.

롯데월드푸드는 아직 가격 인하를 검토하고 있지 않다고 밝혔다.

빙그레는 작년 3분기 영업이익(258억원)은 65.4%를 차지했다.

여름은 빙과 업체들에 성수기다. 빙그레의 경우 연결 기준 지난해 3분기 매출액(3천906억원)은 연간 매출액의 30.8%에 달했고, 영업이익(258억원)은 65.4%를 차지했다.

尹대통령, 문체특보 신설...MB정부 문체장관 출신 유인촌 임명

(서울=연합뉴스) 정아란 기자= 윤석열 대통령이 6일 대통령 문화체육특별보좌관(문체특보)을 신설하고 이 자리에 유인촌 전 문화체육관광부 장관을 임명했다.

유 신임 문체특보는 중앙대 연극영화학과와 같은 대학 대학원을 나왔으며 TV 탤런트와 연극배우, 연출가 등으로 활발히 활동했다.

이명박(MB) 정부 출범과 동시에 문체부 장관에 임명돼 2011년 1월까지 약 3년간 재직했다. 문화부 장관 재임 당시 2차관이 김대기 현 대통령 비서실장이었다.

유 특보는 문체부 장관에서 물러난 이후에도 당시 이 대통령의 문화특보로 한동안 활동했으며 예술의전당 이사장 등을 역임했다.

이날 인사로 윤 대통령 공식 특보는 차기 방송통신위원장에 내정된 것으로 알려진 이동관 대외협력특보를 비롯해 2명으로 늘게 됐다.

윤 대통령은 이날 또 공정거래위원회 위원장에는 조홍선 공정위 조사관 리관을 임명했다고 대통령실이 보도 자료를 통해 밝혔다.

조달청장에는 김윤상 기획재정부

재정관리관, 관세청장에는 고광호 기재부 세제실장, 통계청장에는 이형일 기재부 차관보가 내정됐다.

새만금개발청장에는 김경안 국민의회 전북의산갑 당협위원장, 대도시권광역교통위원회 위원장에는 강희업 대도시권광역교통위 상임위원이 발탁됐다.

지난달 29일 통일부 장관과 장관



급인 국민권익위원장, 차관급 인사 13명 인사를 단행한 지 일주일만의 인사 발표다.



"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

H MART



BURLINGTON/QUINCY WEEKLY SALE JULY 7th - JULY 13th, 2023
 Follow us @hmartofficial H MART MA

K-BBQ'S BBF, BEST BANCHAN FRIEND, POTATO SALAD

Elevate your K-BBQ game with this easy, no fuss, potato salad!
 부드럽고 고소하며 반찬으로 먹기 좋은 초간단 감자샐러드 레시피를 H 마트가 공개합니다.



<p>Honey Ataulfo Mango 하니 아토폴포 망고 BOX \$12.99</p>	<p>Packed Garlic 팩마늘 5 PCS/PKG \$1.99</p>	<p>Kabocha 단호박 LB \$1.49</p>	<p>Fuji Apple 후지사과 LB \$1.99</p>	<p>California Korean Melon 캘리포니아 참외 BOX \$19.99</p>
<p>ZESPRI SunGold Kiwi 제스프리 썬골드 키위 BOX \$24.99</p>	<p>Hass Avocado 헤스 아보카도 EA \$0.99</p>	<p>Ginger 생강 LB \$2.99</p>	<p>PULMUONE Tofu 풀무원 두부 SOFT/FIRM/SILKEN 16 OZ/PKG FOR \$3.99</p>	<p>Sweet Potato 고구마 LB \$2.49</p>

신 선 한 정 육 MEAT at unbeatable low prices

<p>Fresh Beef Top Blade Steak 생 소 부채살 (낙엽살 스테이크) LB \$9.99</p>	<p>Fresh Pork Spare Ribs for BBQ 생 돼지 갈비 (바베큐용) LB \$2.99</p>
<p>Fresh Whole Chicken 생 통닭 LB \$1.99</p>	<p>Frozen Beef Ribeye Roll 냉동 소 등심 FAMILY PACK/LB \$7.99</p>
<p>Frozen Cornish Hen 냉동 영계 LB \$2.99</p>	<p>Marinated Pork Single Belly 양념 돼지 삼겹살 LB \$5.99</p>

싱 싱 한 수 산 물 SEAFOOD at shockingly low prices

<p>Frozen Head-on Patagonian Pink Shrimp 머리있는 자연산 홍새우 10-20'S/LB \$4.99</p>	<p>TONGTONGBAY Frozen Tilapia Fillet 통통배 틸라피아 필렛 9-11'S/LB \$4.99</p>
<p>SEVEN SEAS Dashi/ Bokkum/Jiri Anchovy 세븐시스 다시/볶음/지리 멸치 PRODUCT OF KOREA 5 OZ/PKG DASHI \$4.99 BOKKUM/JIRI \$5.99</p>	<p>Frozen Whole Cleaned Calamari 한치 U 10/LB \$6.99</p>
<p>Frozen Razor Clam Meat 맛조개살 20-30 PCS/LB \$6.99</p>	<p>FRI/SAT/SUN ONLY 금, 토, 일 한정판매 Fresh Dabs 가자미 LB \$2.99</p>

SMART CARD MEMBER ONLY

<p>ROYAL UMBRELLA Thai Jasmine Rice 로얄 엄브렐라 타이 자스민쌀 \$17.99 25 LB</p>	<p>HAIO Premium Sesame Oil 해오름 참진한 참기름 56 FL OZ \$16.99</p>
<p>CHUNGJUNGONE Sunchang Doenjang Soy Bean Paste 청정원 순창 재래식 생된장 \$7.99 6.17 LB</p>	<p>DAERIMSEON Champion Fish Sausage 대림선 참피운 소세지 1.1 LB \$1.99</p>

<p>ORGANIC FARM Premium Organic Haiga Mai Rice 유기농장 유기농 인심 배아미 15 LB \$36.99 USDA ORGANIC</p>	<p>HARU HARU Medium Grain Milled Rice 하루하루 마이 쌀 15 LB \$15.99</p>	<p>DANYA Soba Tsuyu 단야 소바소스 16.9 FL OZ \$2.99</p>	<p>THREE CRAB BRAND Fish Sauce 삼게상표 순 멸치 액젓 24 FL OZ \$4.99</p>	<p>SAHMYOOK Plain Soy Drink 삼육두유 콩국 32 FL OZ \$2.99</p>
<p>HAIO Frozen Seasoned Pollack Roe 해오름 명란젓 2.2 LB \$19.99</p>	<p>SAMLIP Bread Crumbs 삼립 빵가루 2.2 LB \$3.99</p>	<p>SAMPO Canned White/Yellow Peach 삼포 백도/황도 통조림 14.1 OZ \$1.99</p>	<p>YOODONG Canned Mackerel 유동 고등어 캔 14.1 OZ 2\$4 FOR</p>	<p>CROWN White Heim/ Choco Heim 크라운 초코하임/ 화이트하임 10.02 OZ/PKG \$3.99</p>
<p>HAITAI Peanuts Crunch Snack 해태 맛동산 10.58 OZ \$2.99</p>	<p>KWANGDONG Vita 500 광동제약 비타500 100 mL X 10 BTLs /PKG \$5.99</p>	<p>DUFT & DOFT Nourishing Hand Cream 더프트 앤 도프트 너리싱 핸드크림 STOCKHOLM ROSE/ PINK BREEZE/ SOPHY SOAPY/ ANGELS COTTON/BABY SOAPY 50 mL EA \$3.49 ←\$4.99</p>	<p>CIMILAX Daily Mixing Bowl 씨밀렉스 데일리 믹싱볼 1.5 L (S) GRAY EA \$2.49 ←\$3.49</p>	<p>KüHAUS Electric Stainless Kettle 쿠하우스 전기 스텐 주전자 PINK/MINT \$29.99 \$23.99 1.5 L (S) 1500 W EA</p>

100% 한국산 재료로 정성껏 만든 대한민국 대표김치, **종가집 김치!**

종가집 JONGGA ENJOY KOREA'S FAVORITE KIMCHI HERE IN AMERICA!
 Made with 100% Korean ingredients, JONGGA Kimchi offers taste you can trust!

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
 301 Old Concord Rd,
 Burlington, MA 01803

QUINCY
 101 Falls Blvd,
 Quincy, MA 02169

This ad only pertains to our 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.



PREMIER REALTY GROUP
REAL ESTATE

 이사 이재웅 DIRECTOR 781.654.5281 alee@bostonpremierrealty.com	 마케팅디렉터 스티브 권 MARKETING DIRECTOR 508.326.6285 ssteve@bostonpremierrealty.com	 팀장 한은희 ASSOCIATE DIRECTOR 617.586.9192 jhan@bostonpremierrealty.com	 매니저 캐시 송 BRANCH MANAGER of Hadley Branch 414.313.4165 scassysong@bostonpremierrealty.com	 매니저 크리스틴 송 BRANCH MANAGER of Lexington Branch 773.968.2651 kristin@bostonpremierrealty.com	 매니저 신보경 BRANCH MANAGER of Lexington Branch 508.361.6064 bshin@bostonpremierrealty.com
--	--	--	--	---	---



대표 나원태
PRESIDENT
617.642.3156
won@bostonpremierrealty.com



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



 김아미니 김 617.778.2887 amkim@bostonpremierrealty.com	 김지연 978.484.7843 jkim02@bostonpremierrealty.com	 니키 박 617.447.0281 nikipark@bostonpremierrealty.com	 피터 루 617.788.7828 tpeter@bostonpremierrealty.com	 자니 피 978.888.3718 jafey@bostonpremierrealty.com	 이현주 617.605.3887 hlee@bostonpremierrealty.com
 서다 슌 617.888.5787 sda@bostonpremierrealty.com	 그레어스 켈 617.455.7788 greg@bostonpremierrealty.com	 황수진 617.588.8823 hswj@bostonpremierrealty.com	 마사 송 713.200.0987 masasong@bostonpremierrealty.com	 피터 피 613.207.1887 peter@bostonpremierrealty.com	 손광택 617.910.3888 sson@bostonpremierrealty.com
 최진영 617.877.8887 jchoi@bostonpremierrealty.com	 이정순 781.888.3817 jlee@bostonpremierrealty.com	 정계숙 781.888.1758 jjeong@bostonpremierrealty.com	 최영진 617.215.1987 jchoi@bostonpremierrealty.com	 이준기 617.343.9728 jlee@bostonpremierrealty.com	 레이첼 박 617.827.7885 rlpark@bostonpremierrealty.com
 Tiffany Woodfolk 617.738.5838 twoodfolk@bostonpremierrealty.com	 Nancy Wang 617.738.8867 nancywang02@bostonpremierrealty.com	 Shirley Zhou 603.201.0218 shirleyzhou@bostonpremierrealty.com	 Wenbin Yu 617.888.7873 wenbin@bostonpremierrealty.com	 Ellen Tsou 617.207.8878 ellen@bostonpremierrealty.com	 Li Li Jiang 781.888.8117 lli@bostonpremierrealty.com
 John Tran 617.888.9829 jtran@bostonpremierrealty.com	 Rebecca Phu 617.833.1888 rebecca@bostonpremierrealty.com	 Michael Sonoma 978.873.8876 msonoma@bostonpremierrealty.com	 Linda Ts 617.215.8838 linda@bostonpremierrealty.com	 Jun Wang 616.370.8823 jwang@bostonpremierrealty.com	 Lily Wang 617.888.7919 lily@bostonpremierrealty.com
 Crystal Wei 413.308.8225 cwei@bostonpremierrealty.com	 Angela Zullo 774.286.6199 azullo@bostonpremierrealty.com	 제이슨 시 781.886.0488 jason@bostonpremierrealty.com	 이진희 857.288.0434 jee@bostonpremierrealty.com	 Anthony Tran 857.288.4639 anthony@bostonpremierrealty.com	 Mimi Delinger 413.337.1586 mimi@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

민주, 양평고속도 특혜 의혹 맹공... "단군 이래 최악 이권카르텔"

당내 진상규명 TF 꾸려 현장방문... 감사원 감사·국정조사도 추진

(서울=연합뉴스) 한주홍 기자 = 더불어민주당이 6일 서울·양평 고속도로 노선 변경과 관련한 윤석열 대통령 부인 김건희 여사 일가 특혜 의혹을 고리로 대여 공세 수위를 끌어 올리고 있다.

당내에 해당 의혹에 대한 '진상규명 태스크포스(TF)'를 꾸리는 한편, 감사원 감사·국정조사까지 추진하기로 했다.

이번 의혹은 2년 전 예비타당성조사(예타)를 통과한 서울-양평 고속도로 노선이 지난 5월 갑자기 변경됐고, 변경된 노선의 종점인 경기도 양평군 강상면에 김 여사 일가의 땅이 있다는 것이 핵심이다.

민주당은 노선 변경 과정에서 잇선의 부당한 압력이 작용했을 것이라 의심하고 있다.

TF 단장을 맡은 강득구 의원은 이날 CBS 라디오에서 "대통령 부인을 포함해 부인의 모친 최은순 씨 일가의 땅들이 (변경된 종점) 이쪽에 상당 부분 있다는 게 확인됐다"며 "고속도로 종점과 불과 500m 떨어진 거리에 김 여사 일가 소유의 땅이 속속

드러나고 있다"고 주장했다.

강 의원은 "(노선이 변경되면) 쓸모없는 땅이 황금의 땅이 될 수 있다. 최소 2배 이상의 시세차익을 볼 수 있다는 게 대체적 이야기인데, 그것도 미니멈(최소)"이라며 "최종적으로 정리되면 당연히 감사원 감사를 해야 한다"고 했다.

박성준 대변인은 논평에서 "양평 고속도로 노선 변경은 한두 사람의 힘으로 할 수 있는 일이 아니다"며 "까면 갈수록 특권 카르텔로 드러나는 김건희 여사 일가 고속도로 특혜 의혹의 실체를 명명백백히 밝혀내겠다"고 밝혔다.

안민석 의원이 YTN 라디오에 나와 "양평 고속도로 종점 변경은 누가 봐도 대통령 처가의 이권 카르텔로 의심받지 않겠느냐"며 "이권 카르텔을 증시하는 대통령계선 수사를 지시해야 한다"고 요구했다.

강 의원을 비롯해 국회 국토교통위원회 소속 민주당 의원들은 이날 강상면 현장도 방문했다.

국토위 야당 간사인 최인호 의원은 "예타를 통과한 종점 노선이 왜



더불어민주당 서울-양평 고속도로 특혜 의혹 진상규명 TF 강득구 단장과 의원들이 6일 오전 경기도 양평군 강상면 고속도로 종점 인근 현장에서 발언하고 있다.

바뀌었는지 많은 국민이 의혹을 갖고 있다"며 "어떤 과정을 거쳐 상식적이지 않고, 선례가 없는 게이트성 의혹이 제기됐는지 끝까지 추적하겠다"고 말했다.

김의겸 의원은 "이 의혹이 사실이

라면, 단군 이래 최악의 이권 카르텔"이라며 "윤석열 대통령은 카르텔 척결을 이야기하고 있는데, 이게 최악의 카르텔"이라고 거들었다.

민주당은 TF 진상조사 후 필요시 국정조사까지 요구할 계획이다.

당 관계자는 "이건 국정조사뿐 아니라 검찰·경찰 수사감"이라며 "TF를 중심으로 집중적으로 의혹을 파헤칠 것"이라고 말했다.

juhong@yna.co.kr

與, '김여사 일가 고속도 의혹' 제기한 이해찬 등 경찰 고발

관련 내용 게시한 유튜브 채널 '이재명은 합시다' 운영자도 함께 고발

(세종=연합뉴스) 김수현 기자 = 국민의힘은 6일 윤석열 대통령이 부인 김건희 여사 일가에 특혜를 주기 위해 서울·양평 고속도로 노선을 변경했다고 주장한 이해찬 전 더불어민주당 대표 등을 경찰에 고발했다.

원영섭 국민의힘 미디어법률단장은 이날 오전 서울 영등포경찰서를 찾아 이전 대표 등을 허위사실 유포에 따른 명예훼손(정보통신망 이용촉진 및 정보보호 등에 관한 법률 위반) 혐의로 고발하는 고발장을 접수했다.

이 전 대표의 발언 내용을 콘텐츠로 제작해 게시한 유튜브 채널 '이재명은 합시다' 운영자도 함께 고발했다.

원 단장은 고발장 접수 후 기자들과 만나 "이 전 대표 발언은 단순해 윤 대통령에 대한 허위사실 유포에 따른 명예훼손을 넘어서 국정 전반에 대한 허위사실 유포와 명예훼손"이라며 "관련 지역 주민들과 일선 공무원들도 실질적인 피해자들"이라고 말했다.

이어 "이 전 대표는 응당 반드시



민주당 이해찬 상임고문이 14일 국회에서 열린 6.15 남북공동선언 23주년 기념 토론회에서 인사말을 하고 있다.

그 책임을 지셔야 할 것"이라고 언급했다.

원 단장은 "민주당 현역 의원들도 비슷한 취지의 의혹을 제기했고 일부는 양평 현장도 방문하는데 이들도 고발할 계획인가라는 질문에는" 그 내용을 보고 확인을 한 다음에 추가로 고발할 부분이 있으면 고발하겠다"고 답했다.

당 미디어법률단은 전날 출입기자단 언론 공지를 통해 이 전 대표 등

에 대한 고발을 예고하며 "윤 대통령 처가는 땅 투기를 한 사실 자체가 없다"고 밝혔다.

이 전 대표는 지난달 16일 전북 전주에서 열린 당원 행사에서 "윤 대통령은 처가가 땅 투기를 해 놓은 곳으로 서울·양평 간 고속도로 노선을 변경, 처가가 부당한 이득을 취하게 했다"는 취지로 발언했고, 이후 다수 유튜브 채널에서 해당 발언이 방송됐다고 국민의힘은 지적했다.

양평고속도 사업 전면 백지화... 원희룡 "野 날파리 선동 안 멈춰"

(서울=연합뉴스) 최평천 객인 서 기자 = 더불어민주당 등이 윤석열 대통령 부인 김건희 여사 일가 특혜 의혹을 제기한 서울·양평 고속도로 사업이 전격적으로 백지화됐다.

원희룡 국토교통부 장관은 6일 국회에서 국민의힘과 당정 협의회를 마친 뒤 기자들과 만나 "그동안 추진된 것을 전부 백지화한다"고 밝혔다.

앞서 민주당 등 야권에서는 국토부가 김건희 여사 일가에 특혜를 주고자 서울-양평 고속도로 노선 변경을 시도했다는

의혹을 제기했다. 원 장관은 "민주당의 선동 프레임이 작동하는 동안 국력을 낭비할 수 없다"며 "민주당의 날파리 선동이 끊이지 않을 것이기 때문에 사업 추진 자체를 백지화한다"고 말했다.

사업 중단에 따른 주민 피해에 대해서는 "피해를 염려하는 집단은 이런 식으로 사태를 몰고 가지 않는다"고 말했다.

이어 "전적으로 제가 책임진다. 정치생명, 장관직을 걸었다"며 "민주당은 간판을 걸어야 한다"고 강조했다.



원희룡 국토교통부 장관이 6일 오전 서울 여의도 국회 의원회관에서 열린 서울-양평 고속도로에 대한 가짜뉴스 관련 국민의힘 국토교통위원회 실무 당정협의회에 참석하고 있다.



수잔리 부동산

“수잔 부동산은 미국 최고 부동산 회사 Keller Williams Group과 팀워크로 전문적 정보와 네트워크를 가지고 여러분의 재산을 소중히 합니다. 오랜 부동산 거래 경험과 다양한 투자 노하우로 성공적 투자, 여러분의 재산 증식에 최선을 다합니다.”

셀러(Seller Representative):

리스팅 전문. CMA(Comparative Market Analysis)를 통한 집 가격 산정

바이어(Buyer Representative):

탁월한 협상. 전문적인 정보로 여러분의 재산 증식을 도모

투자(Investment):

전문적 부동산 마켓 인사이트 컨설팅으로 성공적 투자 컨설팅

* 조지아 아틀란타 투자 상담 문의 환영합니다.

수잔리 부동산 대표

MA Licensed Realtor
CEO, The Pro Realty Group
CEO, 조지아 Keller Williams 수잔리 부동산

NAR(미 전국 부동산 협회) 정회원
GBAR(보스톤 부동산 협회) 정회원
NAMAR(조지아 부동산 협회) 정회원
Multi Million Dollar Producer



CLHMS
Certified Luxury Home Marketing Specialist
럭셔리 홈 마케팅 스페셜리스트



ABR
Accredited Buyer Representative
공인 바이어 전문가



TEL: 339.224.1512, 카카오톡 ID: susan 1223
Email: susan@prorealty.group
Website: findhomesinma.net
245 First St. Cambridge, MA 02124



이 광고는 한국언론진흥재단의
광고진흥사업에 의해
제작되었습니다.

한국언론진흥재단
Korea HCP Foundation

서로의 위치는 확인했지만
눈앞의 위험은 확인 못했습니다

대한민국 보행 중 교통사고 60% 이상이 스마트폰 사용 중 발생됩니다.

오빠 어디야? 난다 왔어-

www.kcp.or.kr

성당주안 다블뤼 보스톤 한인성당
THE CATHOLIC PARISH OF ST. DUBOIS

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

주일 미사 (Sunday)
오전 9시 30분 (English)
오전 11시 (Korean)
오후 4시 30분 (Korean)

평일 미사
화요일: 오전 10시 30분
목요일: 오후 7시 30분
매달 첫 토요일: 오전 10시 30분

45 Ash St, Newton MA 02466 / 617-668-2711
stadparish@gmail.com / stduboischurch.org
www.facebook.com/stdubois

하나님을 기뻐하는 교회
희망을 나누는 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. 78N)로 나와서
2 마일 왼쪽에 있습니다.
Tel. 781.439.1840

www.npeople.org
담당목사 유 경 령

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

초이스 간판
간판 및 사인

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

617.470.1083
choisigns@yahoo.com

**보스톤코리아
광고 모집 문의**

617.254.4654

**보스톤 코리아
인터넷 신문
카톡으로
받아보세요**

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

Dry Cleaners for Sale

세탁소 매매 385K
Charlestown, Boston
연매상 479K

세탁소 매매
2Million 부동산포함
Charlestown, Boston
연매상 479K

Watertown
연매상 350K

781.883.5984

여러분의 사업의 동반자
온라인 주문과 예약이 가능한 컴퓨터

신뢰할 수 있는 크레딧 카드
마이크로 서비스 제공, 컴퓨터와
인쇄 및 다양한 프로그램
세탁소, 식당, 샵 컴퓨터 세팅,
설치, 트레이닝, 마스터 서비스 제공.
무료 방문 상담에 도와드립니다.

이메일: us@depweb.com
web: depweb.com

다들컴퓨터 781.858.1155, 781.727.4826

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

USGTF
UNITED STATES GOLF TEACHERS FEDERATION
Leader in the Field of Golf Instruction

보스톤 봉사회

의료보험안내
무료세금보고

Tel. 508-740-9188

한차원 높은 고국 방문 건강검진 서비스... 휴람 의료관광을 이용해보세요!



◆ 휴람건강검진 ◆

시설, 장비, 퀄리티, 검사항목, 서비스, 가격 등 해외동포분들을 위한 '비교우위' 프로그램입니다!!!

** 휴람은 상담-예약-검진진행-사후관리를 보호지역할로서 도와드립니다.
** 지금 상담을 통해 고객 여러분의 필요에 맞는 맞춤형 검진을 결정해 보세요!!



■ 휴람 건강검진 이벤트

◀ 종합검진 기본 항목 ▶

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| 1. 이학적검사 (신체계측, 비만도, 시력, 안압, 혈압) | 7. 체지방검사 |
| 2. 청력검사 (순음청력검사) | 8. 부인과검사 (자궁경부암, 유방특수촬영) |
| 3. 혈액검사 (종합혈액검사 70여가지) | 9. 소화기검사 (위내시경) |
| 4. 암표지자검사 | 10. 복부초음파검사 (간장, 췌장, 복부장기등) |
| 5. 심폐기능검사 (흉부X-RAY, EKG, 노력성폐활량) | 11. 문진 및 전문의 상담 |
| 6. 요검사 | |

휴람 당일종합검진

소요시간 : 4시간 : 49만원 ~

- 기본항목 + [남] 흉부(폐)CT, 전립선초음파, 골밀도검사
- 기본항목 + [여] 갑상선초음파, 부인과초음파, 유방초음파, 골밀도검사

휴람 숙박종합검진

소요시간 : 당일 오후 ~ 명일 12시경 퇴원 : 60만원 ~

- 당일종합검진 + 대장내시경+ 숙박(1인실)

휴람 정밀숙박종합검진

소요시간 : 당일 오후 ~ 명일 12시경 퇴원 : 95만원 ~

- 숙박종합검진 + [남] 경동맥초음파, 뇌MRI, 뇌MRA
- 숙박종합검진 + [여] 뇌MRI, 뇌MRA

휴람 VIP종합검진

소요시간 : 당일 오후 ~ 명일 12시경 퇴원 : 225만원 ~

- 숙박종합검진 + 뇌MRI, 뇌MRA, 심장 CT, 심장 초음파, 갑상선 초음파, 경동맥 초음파
- [남] 갑상선초음파 [여] 폐CT

휴람 VVIP종합검진

소요시간 : 당일 오전 ~ 명일 12시경 퇴원 : 370만원 ~

- VIP종합검진 + PET-CT, 복부조영CT, 호르몬검사, 호모시스테인(중풍, 심혈관질환 인자)

휴람건강검진 네트워크 병원

휴람상담을 통해 자세한 정보를 확인하세요!!!

- 중앙대학교병원(동작구 흑석역) / H+양지병원(관악구 신림역)
- 세란병원(종로구 독립문역) / 강남지인병원(논현동 학동역)
- 강남병원(용인시 신갈동 기흥역)

※ 프로그램에 따라 픽업서비스, 물품세트, 죽등을 제공합니다.
※ 상기 검진은 병원에 따라 검진 항목 및 비용 및 서비스등이 상이 합니다.



해외의료사업팀장
김수남

617.949.1766

카카오톡 : 010-3469-4040(ID: huramkorea)
이메일 : huram@huram.kr
홈페이지 : www.huramkorea.com



이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

영민 엄마와 함께하는 재정계획 (744) 한국과 미국 노후대책 투자

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



*한국 매일경제신문(대체투자더 늘리고 목표수익률 연 5.6%, 김정범 기자, 매일경제, 05-31-2023)에 의하면 “국민연금 최고의사결정기구인 기금운용위원회가 5년간 연평균 목표수익률을 5.6%로 결정했다. 31일 국민연금은 지난해 투자 자산 가운데 유일하게 플러스 수익률을 기록한 대체투자를 늘리는 내용으로 중장기 자산 배분 계획을 마련했다.” 고 한다.

*미국에 이민 온 일 세대는 대부분 남의 사업체에서 일하다가 비즈니스를 시작한다. 언어도 자유롭지 못한 이국땅에서 아이를 키우면서 한푼 두푼 번다는 것이 얼마나 어려운 일인가? 비즈니스 운영하기도 바쁜 상황에 은퇴를 계획한다는 것이 그야말로 '팔자편한' 이야기일 수 있다.

요약하면 한국이나 미국으로 이민 온 개인이나 은퇴 후 생활비 마련이 최대 관심사다. 은행에 있는 목돈은 세월이 가면 돈의 가치가 떨어지기에 돈이 불어날 수 있는 곳에 정부나 개인은 투자를 고려하며 투자하는 것이다. 은퇴자금 마련을

위해서 필자는 미국의 주식시장(S&P 500) 인덱스 펀드에 투자하는 것을 추천했다. 그 이유가 무엇인지 함께 알아보자.

국민연금 기관이나 개인 투자자의 최대 관심사는 수익률이다. 지난 30년 미국의 주식시장을 대표하는 S&P 500 Index 투자는 무려 1,680%로 상승했다. 연평균 수익률이 10.06%이다. 개인 투자자가 매 주 \$150씩 주식시장에 투자했다면 \$1.3 million으로 불어난 놀라운 수익률이다.

투자 수익률 다음으로 중요한 것은 투자 위험(Risk)이다. S&P 500에는 가치(Value) 주식과 성장(Growth) 주식 모두를 포함하는 것은 물론 투자자가 말하는 우량주(High-Quality)에 투자하기에 투자 위험이 개별적인 기업 주식 투자보다 매우 적다. 투자의 기본인 분산투자가 자연스럽게 형성되기 때문이다. 세계에서 규모가 가장 큰 기업 20개 중에서 15개의 기업이 미국이라는 사실이다.

인덱스 펀드의 다른 장점은 투자하며 발생하는 경비가 매우 저렴하다. 벡스 S&P 500 인덱스의 경비는 단 0.04%이다.

투자 \$10,000에 부과되는 비용이 한 해에 단 \$4이라는 뜻이다. 남에게 한 푼이라도 주지 않으면 그만큼 나의 호주머니에 남아 있는 것이다.

인덱스 펀드는 세금 효과도 있다. 뮤추얼 펀드는 투자자가 사고팔지 않아도 매년 세금을 내야 한다. 뮤추얼 펀드를 운용하는 매니저가 투자하고 있는 종목을 끊임없이 사고팔기 때문이다. 그러나 인덱스 펀드는 사고파는 횟수(Turnover)가 매우 적기에 발생하는 세금이 적어진다.

지난 10년 주식시장의 평균 수익률은 12.5%이다. 10년의 투자는 여러 가지 모든 잡음(Noisy)이 사라진다. 미국 주식시장에 1년 동안 투자되어 있으면 원금보다 많아질 확률이 75.7%, 3년은 84.2%, 5년은 88.1%, 그리고 10년이면 95%가 된다.

한국 국민의 노후대책을 책임지는 기관의 목표 투자 수익률이 단 5.6%라는 사실이 놀랍다. 또한, 국민연금은 특히 대체 투자 확대를 통해 장기 수익률을 높일 수 있을 것으로 기대한다고 한다. 이런 결정이 대체투자의 작년 한 해 수익이 높았기

때문이라고 한다. 투자의 여러 가지 섹터 중에서 어느 한 투자가 계속 반복할 수 있을까? 매우 염려스러운 결정이다.

2022년 기준 전 세계 주식시장 규모에서 한국의 주식시장은 단 1.4%이다. 미국의 주식시장 규모는 59.9%이다. 이런 통계를 참고하여 국민연금 기관이 어디에 투자해야 하는지를 심각하게 고려해야 한다. 한국에 있는 개인 투자자도 이런 사실을 기억하고 결정해야 한다.

이민 일 세대의 노후대책은 500대 기업에 투자하는 인덱스 펀드를 중심으로 투자하는 것을 추천했다. 주식 투자는 처음에는 크게 보이지 않지만, 시간이 지나가며 복리 효과로 눈덩이처럼 불어난다. 부부가 각자 미국 주식시장에 매 주 \$150씩 했다면 은퇴자금이 \$3.6 million으로 불어난다.

내가 잠들고 있는 동안에도 나의 투자가 여러 기업에 투자되어 수익이 창출되어야 한다. 제대로 하는 주식투자로 한국이나 미국에서 부부가 편안하고 안락한 은퇴 생활로 이어지기를 희망해 본다.



화랑도(花郎徒)와 성(性) 그리고 태권도(跆拳道) 화랑세기花郎世紀, 32세 풍월주風月主 신공信功(28)

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

박선우 (박선우태권도장 관장)

고 뒤를 따르게 하였다. 김균정(신무왕의 아버지), 김웅원, 김우징(후에 제45대 신무왕)은 삼군을 통솔하여 반군을 진압하려 출정하였다. 화랑 명기明基와 안락安樂도 낭도들을 지휘하여 함께 출정하였는데 명기는 황산으로, 안락은 시미지진으로 향했다.

장웅은 도동현에서 위공과 제릉의 군사와 합세한 후 삼년산성(45)과 속리산에서 김현창의 군대를 격파하였다. 김균정은 성산臺山(현재의 경상북도 성주군으로 근래에는 고고도 미사일 방어 체계-THAAD가 배치되어 있어 유명세를 타는 지역이며, 전세계에서 우리나라 사람들이만 먹는다는 참외가 이 지역 특산물이다)에서 반군을 진압한 뒤 모든 관군이 반란의 본거지, 즉 장안국의 왕궁이 된 웅진성으로 진격하였다. 웅진성을 포위한 진압군은 10일만에 성을 함락시켰다. 그러자 반란의 수괴(또는 장안국의 왕) 김현창은 자살하였고 그의 일족과 김현창에게 가담했던 수뇌급 239명은 주륙을 당했다. 결국 김현창이 세운 장안국은 '10일 천하'로 막을 내렸고, 국토는 전쟁의 상흔으로 파괴해져만 갔고 백성들의 민심은 더욱 흉흉해졌다. 장안국을 세운 주모자와 그를 따른 수뇌부가 모두 불귀의 객이 되는 와중에서도 김현창의 아들 김범문金梵文은 '구사일생'하여 북쪽으로 도주하였다.

김범문이 어떻게 도주하였는지는 기록이

없어서 알 수 없지만, 그는 웅천성이 함락되고 아버지 김현창이 자살하자, 별다른 지역 연고가 없어 보이는 옛 고구려 땅인 고달산(경기도 여주 지역으로 추측)으로 도망쳤다. 그리고 거기서 도적의 두목 수신壽神에게 몸을 의탁하여 3년 동안 와신상담하였다. 825년, 비록 100여명에 지나지 않은 수신의 부하들이었지만 그들을 데리고 반란을 일으켰다. 그 역시 단순한 반란이 아닌 수도를 평양平壤(현재의 서울 종로구 일대)에 정하려고 북한산주를 공격하였다. 그러나 북한산주도독 총명聰明의 토벌군에 의해 김범문도 살해되었다.

김범문은 아버지 김현창이 4주3소경의 호응과 합세로 반기를 들고 나라를 세운 것에 비해 너무나 초라한 '반란군'으로 일어난 무모한 봉기였지만, 그도 아버지 못지 않게 조부 김주원이 빼앗긴 왕좌, 더 크게는 무열왕계의 왕권회복의 원대한 꿈을 가지고 '객기'를 부린 것 같다. 그의 후손에 대한 기록은 없고 다만 조부 김주원을 시조로 하는 강릉 김씨의 후손들이 세계계보를 이어오고 있다(생육신 김시습도 강릉 김씨이다. 일설에는 그가 사육신의 시신을 몰래 수습하여 현재의 노량진 사육신 공원에 안장했다고 전한다).

45) 삼년산성三年山城은 충청북도 보은군에 있는 산성으로 사적 235호이다. 삼국사기의 기록에 의하면 성을 쌓는데 3년이 걸렸기에 '삼년산성'이라고 불렀다. 다른 기록

에는 오향산성, 오정산성 등으로 전한다. 470년(자비왕 13년, 당시는 임금을 마립간이라 칭했다)에 축조되었으며, 486년(소지왕 8년)에 개축하였다. 삼년산성은 포곡식 산성(굴짜기를 끼고 주변 산 정상부와 능선을 따라 축조된 산성)이며 축조에 화강암 1천만 개가 사용되었다고 한다. 포곡식 산성이라서 성 둘레가 크고 성내에서 식수를 조달할 수 있기에 장기적으로 군사들이 주둔할 수 있다. 그래서 신라는 554년 이곳에서 훈련한 군사들로 관산성 전투를 승리로 이끌었고, 백제의 성왕은 이 때 전사하였다. 660년 백제를 멸망시킨 5만의 김유신 군대도 삼년산성에서 훈련을 받았다. 견훤이 이 지역을 장악하여 후백제를 건국하기까지 이 성은 난공불락의 요새답게 성주城主의 군대는 단 한 번도 패한 적이 없었다. 그런데 150여차례의 전투 중에서 단 한 번 패한 전투가 바로 김현창의 반란군들이 성을 차지하고 있었음에도 불구하고 장웅張雄이 지휘했던 관군들에게 패한 것이다.

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

정정: 지난해 김현창 반란에 호응한 '5주3소경'을 '4주3소경'으로 바로 잡습니다.

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

paldo

JULY 6th - JULY 13th, 2023



PALDO BIBIMMEN

팔도 비빔면 박스

~~REG. \$19.99~~

\$12.99

tong tong bay
 Seafood and Fish

JULY 6th - JULY 13th, 2023

HEAD-ON RAW FROZEN(IQF) SHRIMP

통통배 바베큐용 프리미엄 머리새우



2 LB/PKG ~~REG. \$13.99~~

\$7.99 **LIMIT 2**

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

USCIS(미국 시민권 및 이민 서비스), 비이민 교환 방문 비자에 대한 지침 발표

스티브 배 (이민법/부동산/상법 변호사)
Law Office of Steve Bae
O) 781-457-8846
C) 929-398-9591



2023년 6월 8일, USCIS(미국 시민권 및 이민 서비스)는 아래와 같은 지침을 발표했습니다.

비이민 교환 방문자 비자 또는 J 비자에 대한 USCIS 지침에 따르면 J-1 비자의 목적과 J-1 비자는 교육, 강의, 연구, 관찰, 연구 수행, 컨설팅을 목적으로 승인된 프로그램에 참여하려는 교환 방문자를 위한 비자라고 설명하고 있습니다. 구체적으로 살펴보면 특별한 기술을 시연하거나, 훈련을 받거나, 대학원 의학 교육이나 훈련을 받는 것들이 여기에 해당됩니다. 지정된 분야의 교환 방문자 프로그램의 범주는 다양한데 그중 일부를 보면 교수, 대학생, 의사 및 오페어(au pairs, 문화교류 겸 아이 돌보기 프로그램) 등이 있습니다. J-1 비자 소지자가 참여하는 이러한 프로그램은 미국과 전 세계 다른 국가 간의 교육 및 문화 교류를 촉진하기 위해 고안되었습니다.

이러한 USCIS 지침에 대해 미 의회에서 해당 프로그램 참가자들이 미국에 영구적으로 이민하는 위한 방법으로 오용하여 미국 간의 교육 및 문화 교류를 촉진하려는

프로그램의 목적을 훼손시키고 있다고 우려를 표명했습니다. 이러한 문제를 해결하기 위해 미 의회에서는 특정 J-1 교환 방문자에게 2년 외국 거주 요건을 부과했습니다.

미국을 떠난 후 J-1 교환 방문자는 법적 요구 사항에 따라 이민비자, 영주권 또는 비이민 H, L 또는 K 비자를 신청할 자격을 갖추기 전, 최소 2년 동안 자신의 국가 또는 마지막으로 해외 거주 국가에 합법적으로 거주해야 합니다.

그리고 다음의 프로그램에 참여하는 교환 방문자는 외국인 거주 요건이 적용됩니다.

- 의학 교육을 목적으로 하는 대학원의 프로그램, 일반적으로 레지던트 또는 펠로우쉽
- 교환 방문자가 교환 방문자의 본국 정부 또는 마지막 법적 영주권 국가, 미국 정부 또는 국제 기구로부터 재정 지원 또는 기금을 받은 프로그램
- 교환 방문자가 교환 방문자의 모국 또는 마지막 법적인 영주권 국가에서 매우 필요

한 특정 서비스를 제공할 수 있도록 하는 프로그램.

그러나 USCIS에서 발행한 지침에 따르면 2년 외국 거주 요건이 적용되는 교환 방문자가 2년 외국 거주 요건의 면제를 신청할 수 있다고 설명되어 있습니다.

교환 방문자가 외국 거주 요건을 면제받을 수 있는 방법은 5가지 있습니다.

첫 번째 방법은 미국 시민권자 또는 영주권자 배우자 또는 자녀가 교환 방문자와 2년 동안 떨어져 있을 경우 큰 어려움을 겪을 수 있다는 것을 입증할 수 있는 경우입니다.

외국 거주 요건을 면제받을 수 있는 두 번째 방법은 그들이 인종, 종교 또는 정치적 견해로 인해 본국에서 박해를 받을 것임을 입증할 수 있는 경우입니다. 셋째, 의학 대학원 교육을 받을 목적으로 미국에 온 J 교환 방문자와 이를 위해 J-1 신분으로 변경한 사람을 제외하고 J 교환 방문자는 진술서에 따라 외국 거주 요건 면제를 요청할 수 있습니다. 신청자의 국적 또는 최종 법적 영주권 국가 정부가 프로그램 완료 후 해당 국가로 돌아가지 않는 경우 이의제기가 없어야 함



니다.

그리고 J-1 교환 방문자의 출국으로 인해 해당 프로그램에 해를 입힐 수 있거나 교환 방문자가 프로그램에 남아 있는 것이 프로그램에 중요하다는 것을 해당 기관이 입증할 수 있는 경우 면제를 요청할 수 있습니다.

마지막으로, J-1 교환 방문 프로그램을 마친 외국 의대 졸업생은 H-1B 비이민자로서 의대 졸업생의 고용에 관심이 있는 주 또는 연방 기관의 추천을 통해 외국 거주 요건의 면제를 받을 수 있습니다. 자격을 갖춘 의료 전문가의 부족으로 필요한 의료 서비스를 받지 못하는 지역 사회에서 이들의 전문적 능력이 필요하기 때문입니다.

7월 9일 - 7월 15일

재미로 보는 주간 운세 지윤철학원

www.askjiyun.com
213-739-2877



쥐띠 | 감정조절에 신경 써야

● 운수: 감정조절을 할 수 있게 특별히 신경 써야 하겠습니 다. 순간적인 감정에 치우쳐서 갑자기 그만둘 우려가 있습니다. ● 금전: 지나친 기대는 실망으로 바뀌기가 쉽습니다. 현상 유지에 최선을 다해야 할 때입니다. ● 애정: 일어나지도 않은 일을 갖고서 쓸데없는 상상이나 생각으로 자신을 괴롭히지 마세요. 기분이 흔들릴 수도 있습니다. 96, 84, 72, 60, 48, 36년생은 9, 13일 길일, 11, 14일 주의.

소띠 | 관대하게 용서를

● 운수: 모든 일과 기회를 독점해서는 안 될 것입니다. 상대가 스스로 문제를 찾아서 해결하도록 맡겨 보세요. ● 금전: 뜻하지 않았던 지출로 마음을 쓸 수 있습니다. 이미 지나간 일은 빨리 털어버리도록 하세요. ● 애정: 절대 용납할 수 없으면 헤어지고 아니면 관대하게 용서해주도록 하세요. 어쨌든 자기 자신에게 솔직한 것이 중요합니다. 97, 85, 73, 61, 49, 37년생은 10, 14일 길일, 12, 15일 주의.

범띠 | 기회가 왔으니

● 운수: 새로운 각오로 능력을 개발해야 할 것입니다. 희망이 보이지 않는 사업이나 직장은 과감히 청산하는 용기가 있어야 새길 이 열립니다. ● 금전: 기회가 왔으니 꼭 잡아야 합니다. 열심히 뛰는 만큼 금전적으로 유리한 결과가 따릅니다. ● 애정: 사랑하는 데에는 이유가 없어야 합니다. 만약에 이유가 있다면 그 이유가 사라지면 사랑도 끝나고 맙니다. 98, 86, 74, 62, 50, 38년생은 11, 15일 길일, 10, 13일 주의.

토끼띠 | 예상외의 수입이 따라주는

● 운수: 시간은 황금과 같은 것입니다. 여가와 일, 공과 사를 명확히 구분해 주세요. ● 금전: 예상외의 수입이 따라줄 것입니다. 나갔던 돈이나 그동안 받지 못해서 고심하던 돈도 들어올 수 있습니다. ● 애정: 새로이 시작하는 사랑이나 갑자기 고백을 받은 사랑에 대해서 즉각적인 반응을 보이지 않도록 하세요. 차분히 생각한 후에 결정을 내려야 합니다. 99, 87, 75, 63, 51, 39년생은 12, 15일 길일, 11, 14일 주의.

용띠 | 한번 생각해 보아야

● 운수: 무엇을 위해서 그렇게 열심히 뛰어나는지, 그렇게 해서 누군가에게 인정을 받았을 때 더 나아질 것은 무엇이고 인생에 무슨 보탬이 되는지 한번 생각해 보아야 할 때입니다. ● 금전: 생각지도 않았던 일로 지출할 일이 생기겠습니다. ● 애정: 자기 마음속 깊은 곳에 자기도 모르는 어떤 다른 생각이 있는 것은 아닌지 살펴보아야 할 것입니다. 00, 88, 76, 64, 52, 40년생은 13, 14일 길일, 12, 15일 주의.

뱀띠 | 양호한 편으로

● 운수: 하고자 하는 일이 잘 안 되는 것에는 분명한 이유가 있는 것입니다. 때로는 안 된 것이 더 다행인 경우도 종종 있습니다. ● 금전: 금전운은 양호한 편으로 자금 회전이 잘 되고 있습니다. ● 애정: 가장 바람직해지고 보기에 좋은 것이 현실에 맞게 살고 행동하는 것입니다. 여기서 벗어나려고 하면 남에게 어색하고 이상하게 보이기 쉽습니다. 01, 89, 77, 65, 53, 41년생은 11, 14일 길일, 13, 15일 주의.

말띠 | 마음에 위안이

● 운수: 산다는 것이 복잡한 퍼즐을 맞추는 것만큼 만만치가 않습니다. 그러나 한번 실마리를 잡으면 그다음부터는 의외로 쉬워지기도 한 것입니다. ● 금전: 거래에 있어서 융통성을 보이세요. 너무 실리를 앞세우면 이익은 고사하고 오히려 역효과가 날 수 있습니다. ● 애정: 늘 지켜주는 상대가 가까이 있으니 마음에 위안이 될 것입니다. 02, 90, 78, 66, 54, 42년생은 12, 15일 길일, 11, 14일 주의.

양띠 | 행복한 사랑을 느끼는

● 운수: 무엇이든지 하고자 하는 의욕이 왕성한 시기입니다. 삶에 대한 새로운 욕구가 충만해집니다. ● 금전: 재물이 한 아름 들어오고 있습니다. 동서남북으로 분주한 가운데 이윤과 이득이 골질로 상승하겠습니다. ● 애정: 성숙한 사랑의 기쁨을 맛보게 되는 주입니다. 서로의 이상과 감정의 일치로 행복한 사랑을 느끼는 하루하루가 되겠습니다. 91, 79, 67, 55, 43, 31년생은 10, 11일 길일, 12, 15일 주의.

원숭이띠 | 고래 싸움에 새우 등 터지는

● 운수: 가만히 폭풍우가 지나가기를 기다리는 것이 현명합니다. 지금은 무리하거나 몸부림치면 칠수록 자신에게 불리해집니다. ● 금전: 방심한 사이에 엄청난 손해를 보기 쉬우니 주변을 잘 살펴야 합니다. ● 애정: 가족의 화목에 힘써야 하겠습니다. 가족 간의 갈등이 커지면 다른 가족들은 고래 싸움에 새우 등 터지는 신세가 되는 것입니다. 92, 80, 68, 56, 44, 32년생은 9, 14일 길일, 10, 13일 주의.

닭띠 | 자신을 잘 다스릴 줄 알아야

● 운수: 어느 때보다 더 세심하게 주변의 일에 주의를 기울일 필요가 있습니다. ● 금전: 자신을 다스리지 못하면 손해 보거나 억울하게 불이익을 당할 수 있습니다. 말조심하고 자신을 잘 다스릴 줄 알아야 하겠습니다. ● 애정: 누군가가 현재 상황을 바꾸어주길 바랄 정도로 벗어나고 싶어 집니다. 그러나 아무도 지금의 상황을 바꿔줄 수는 없습니다. 93, 81, 69, 57, 45, 33년생은 10, 13일 길일, 11, 15일 주의.

개띠 | 소문난 잔치에

● 운수: 될 수 있으면 다른 사람의 일에 관여하지 말아야 합니다. 불미스러운 일의 연루가 되거나 괜한 일로 책임져야 하는 상황까지 갈 수 있습니다. ● 금전: 소문난 잔치에 먹을 것은 없다는 말처럼 겉으로 보이는 것에 비교해서 실질적으로 들어오는 것은 적을 것입니다. ● 애정: 부부관계나 애정 관계에 빨간 경고 신호가 들어왔으니 주의해야겠습니다. 94, 82, 70, 58, 46, 34년생은 11, 13일 길일, 9, 12일 주의.

돼지띠 | 좋은 결과가

● 운수: 아무런 욕심 없이 편안한 마음으로 새로운 일을 추진하면 좋은 결과가 올 것입니다. ● 금전: 거래나 판매가 쉽게 이루어집니다. 당장 큰 이익은 얻을 수 없더라도 저축했다고 생각하면 든든할 것입니다. ● 애정: 상대를 바로잡으려 해도 내 힘이 미치지 못하고 있습니다. 아무리 가까운 사람이라 할지라도 내가 아니라는 것을 인식해야 합니다. 95, 83, 71, 59, 47, 35년생은 12, 15일 길일, 10, 13일 주의.

구인

광고 문의 617-254-4654

치매 걸리신 아버님 파트타임 도와주실 분
나이 많으시며 치매있으신 웰슬리(Wellesley, Ma)에 사시는
저희 아버님을 파트타임으로 도와주실 분을 찾습니다.
joint@sent.com 으로 연락주세요

부동산 매매

광고 문의 617-254-4654

38년 운영한 세탁소 판매
은퇴위해 매매 합니다.
Tel 617-304-1388

형제 떡집 매매합니다.
Tel 978-343-6080, 978-407-9029



“광고는 영화다”
동영상 광고 전문제작 유튜브 / TV / 모바일
Nabis Studio
6177565744
ozic@hotmail.com
175 Harvard Ave. Allston, MA 02134
이벤트사진, 여권사진, 그래픽디자인 서비스

다문화 선교교회

Intercultural mission Church

담임 목사: 김동섭(Sam Kim)

가족 영어예배 사역

2세, 3세들을 위한 영혼의 심터

57 PETERS ST. NORTH ANDOVER, MA 01845



늙은 형사 이성민이 보여주는 관록의 힘 ...디즈니+ '형사록2'

(서울=연합뉴스) 오명언 기자 = 한번 물면 절대 놓치지 않는 집요함으로 조폭들 사이에서 '택견'이라 불리던 김택록은 정년을 코앞에 둔 나이가 되자 온순한 양한 마리나 다름없다.

30년 동안 몸비쳐 일한 강력계에서 쫓겨나 여성청소년계로 전출되었는데도 아무 생각 없어 보이고, 연쇄 절도 사건과 연관이 있는 비행 청소년을 제대로 심문조차 하지 않은 채 집에 돌려보낸다.

자신을 존경하고 따르는 젊은 형사 후배에게 "뭘 그렇게 신경 쓰냐?", "대충해"라는 동 사람 힘 빠지는 소리도 무심하게 내뱉는다.

'뒷방 늙은이' 소리를 들으면서도 현장에서 쉼 없이 뛰어다니던 열정과, 그 열정을 뒷받침해주던 체력을 마침내 다 소진한 듯하다.

시즌2로 돌아온 디즈니+ 오리지널 시리즈 '형사록'은 모든 것에 심드렁해 보이는 김택록의 모습으로 시작부터 시청자들을 속인다.

은퇴 후 삶을 꿈꾸는 줄만 알았던 김택록은 사실 철저한 준비 끝에 최후의 반격을 위한 준비를 마친 상태다.

몇 장면에서 순간적으로 드러나는 결의 어린 표정들이 지난 1년 6개월이라는 시간 동안 그가 그려온 치밀한 복수의 밑그림을 짐작하게 한다.

드라마는 극초반을 작품 곳곳에 심은 복선을 비추는데 할애하며 김택록의 반격을 전개해내는 데 서두르지 않는다.

자칫 지루하게 느껴질 수도 있지만, 김택록과 새로 부임한 여성청소년계 팀장 연주현(김신록)의 팽팽한 기싸움이 시청자들의 눈길을 붙든다.

여성청소년계에 김택록의 발령을 직접 요청했다는 연주현은 여러모로 의문스러운 인물이다.

그의 시선은 집요하다 싶을 정도로 늘 김택록을 쫓고 있고, 마주칠 때마다 웃는 얼굴로 자꾸만 그의 심기를 건드린다.

정체불명의 협박범 '친구'의 정체를 찾아가는 과정을 풀어낸 시즌1에서 등

장인물을 모두 한번씩 의심하게 했듯이, 이번 시즌에서도 속을 알 수 없는 인물들이 작품 내내 긴장의 끈을 조인다.

'형사록' 시리즈의 가장 큰 관전 포인트는 단연 이성민의 독보적인 연기력이다.

좀처럼 웃는 법이 없고 자주 버럭버럭하는 김택록의 겉과 달리 어린 내면을 이성민은 작은 표정과 몸짓으로 묘사해낸다. 힘을 뺀 생활 연기로 캐릭터의 '인간미'도 놓치지 않는다.

주위에서 흔히 봤을 법한 '아저씨' 연기로 친숙함을 자아내다가도, 강렬한 표정 연기로 순식간에 긴장감을 쌓아 올리고 폭발시키기까지 한다.

지난해 화제작 '재벌집 막내아들'에서 부녀 사이로 이성민과 호흡을 맞췄던 김신록도 쉽게 밀리지 않는 존재감을 드러낸다.

감정을 드러내지 않는 절제된 연기를 선보이는 김신록은 도저히 속을 알 수 없는 캐릭터 유주현 그 자체가 됐다.

7월 5일부터 순차 공개.

르세라핌 · 아이브 · 예지, 英 NME '상반기 베스트 앨범' 선정

(서울=연합뉴스) 임지유 기자 = 영국의 유명 음악매체 NME가 선정한 '2023 상반기 베스트 앨범'에 그룹 르세라핌, 아이브, 한국계 미국인 싱어송라이터 예지가 이름을 올렸다.

지난 4일(현지 시간) NME가 발표한 '2023 상반기 베스트 앨범'에 따르면 르세라핌의 정규 1집 '언포기븐'(UNFORGIVEN)과 아이브의 '아이 해브 아이브'(I'VE IVE), 예지의 '위드 어 해머'(With A Hammer)가 선정됐다.

NME는 르세라핌의 '언포기븐'에 대해 "전작인 '포어리스'와 '안티프래자일'에서 르세라핌은 자신들이 지닌 힘을 보여주는 데 초점을 맞췄다면, 미국 서부 개척 시대



에서 영감을 받은 '언포기븐'은 자신의 가치를 세상과 타협하지 않겠다는 굳은 결심을 이야기하고 있다"고 평가했다.

아이브의 '아이 해브 아이브'에 대해서

는 "11개의 수록곡이 짜임새 있게 담겨 단 하나의 비트도 허투루 쓰지 않았다"고 분석했다.

wisefool@yna.co.kr

시인 신영은 월간[문학21]로 등단, 한국[전통문화/전통춤] 알리기 역할 등 활발한 활동을 하고 있다.



skyboston@hanmail.net

심과 숨고르기

바람, 장마와 폭염 그 사이에 불어오는 아니 불어주는 바람이 고마운 날이다. 한국 방문을 코로나 전 2018년도에 다녀오고 두번을 한국행 티켓팅을 했다가 캔슬하길 연속했다. 그것은 어쩌면 내게 큰 두려움이기도 했다. 남편을 떠나보내고 처음으로 가족들과 마주하는 시간과 맞닥뜨리고 싶지 않은 것이다. 지난 1월 말 한국 방문은 나의 개인 일이 아닌 교회의 사역으로 다른 목사님들과 동행한 방문이라 목적이 판이하게 달랐다. 이번 방문은 예전처럼 나의 시간을 마련하여 찾아온 여행이다. 가족들을 만나며 안타까움과 서로에게 위로가 되려고 애쓰는 모습이 예전과는 다른 만남이었다.

그것도 며칠 후 훌훌 털어버리기로 마음 먹고 결정하고 실천했다. 차라리 언니들을 위로했다. 고맙다고 나 이렇게 씩씩하게 잘살고 있다고 말을 해주었다. 이렇게 내 마음을 전달하니 마음이 후련해졌다. 이 두려움이 무서워 이래저래 핑계를 대며

미웠던 한국방문이 편안함과 평안함으로 바뀌었다. 한 열흘은 언니들과 지냈다. 특별히 자상하고 배려가 많은 막내 형부 집(막내 언니)에서 한참을 보냈다. 모두가 고마운 사람들, 고마운 시간이었다. 가족이라는 것이 얼마나 따뜻하고 위안과 평안을 나누는 것인지 새삼 깨닫는 시간이었다.

누구에게나 입장이라는 것이 있으므로 다시 깨닫는다. 그것은 상대에 대한 배려의 첫 번째 공식이다. 다른 사람의 일에 너무 깊이 관여하지 말라는 얘기다. 상대에게 듣고 싶은 이야기가 있으면 먼저 묻지 말고 기다리라는 것이다. 마음이 열리고 편안한 관계가 되면 하지 말라고 해도 저절로 해줄 때가 오는 것이다. ‘굽어 부스럼 만든다’ 라는 옛 어른들의 말씀이 있지 않던가. 그렇다, 부스럼은 자연스럽게 떨어질 시간이 필요하다. 괜스레 상처를 긁어 부스럼을 만들 필요가 없다는 옛 어른들의 지혜의 말씀이다. 요즘에도 꼭 필요한 말씀이다.

30여 년 동안 한국을 방문하면 도착해 가족들과 인사 나누고 내 일정으로 여기저기 바쁘게 돌며 지인들을 만나고 돌아오기 전 다시 가족들과 만나 식사를 나누며 인사를 마치고 돌아오곤 했었다. 옛그제는 막내 언니가 오랜만의 둘의 시간을 마주하며 얘기해 온다. 참 좋다, 늘 네가 바빠서 이렇게 오붓한 시간도 갖기 어려웠는데 이번 이렇게 며칠을 함께하니 참 좋다고 말이다. 나 역시도 언니랑 이런저런 이야기를 나누며 언니가 형부와 행복하게 살고 가까운 동네 친구들과 즐겁게 지내고 있어 덩달아 행복했다.

이번 여행은 세상 나이 60의 내 인생에서 가장 소중한 시간이다. 남편의 2주기를 보낸 즈음에서, 세상 나이 욕심을 맞은 인생 2막에서, 그리고 하나님의 제자로, 사역자의 길에 들어선 중요한 시점에서 아주 귀한 시간이다. 지금까지 세상과 벗 삼아 살아왔던 지난날을 반추하며 점검하는 시간이다. 앞으로 ‘하나님의 사역자의 길

’에서 바른 방향과, 올바르게 걸어갈 것인지 나를 들여다보는 시간이 필요했다. 깊이 아주 깊이 묵상하는 시간으로 흔들림 없는, 뒤를 돌아보지 않는, 앞만 보고 쫓다만 향해 나갈 수 있는 하나님의 딸로, 하나님의 제자로, 하나님의 사역자이길 기도한다.

‘심과 숨고르기’ 시간이 내게 필요했다. 세상과 더불어 행복하다고 살았던 그 삶도 참으로 즐거웠다. 그러나 이제는 세상이 아닌 하나님과 더불어 사역자의 길에서 내 소명과 사명을 가지고 맡겨진 역할을 하며 살겠다고 고백을 했다. 이제는 ‘행복의 가치’가 ‘즐거움의 가치’가 달라졌다. 사람의, 삶의 가치는 인생의 길이가 길고 짧은데 있는 것이 아니라, 무엇을 어떻게 하고 살았는지가 더욱 중요하다. 이 세상에 태어나서 나는 무엇을 위해 살고 있는가. 무엇을 위해 살아야 하는가. 조금은 넓은 의미로 펼쳐진, 펼쳐질 ‘나의 세상’을 만나는 것이다.

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다



한담객설閑談客說: 은근과 끈기



김화옥
보스톤코리아 칼럼니스트

지난 달이다. 우리교회(보스톤 한인교회) 상록기도회 어른들께 몇마디 말씀을 들인 적이 있다. 그런데 말씀중 돌발 질문을 받았다. 은근하다는게 무슨 뜻인가요. 은근과 끈기라는 말이 나올 적이었는데, 어른께서 물으셨던 거다. 대답이야 우물쭈물 할 수밖에 없었다. 그리고 보니 은근하다는 말은 자주 썼지만 뜻을 알고 이해했던 건 아니었던 거다.

은근과 끈기. 말이야 어릴적부터 익히 들긴 들었던 바. 조윤제 선생의 수필제목이기도 하다. 한

국문학과 한국인의 특질을 이야기했던 거다. 몇줄 그대로 옮긴다.

‘좋다는 점이 뚜렷이 그대로 노출되지 않고, 여백과 여운을 두고 있는 곳에 은근한 맛이 있어, 일상 보고 듣고 읽어도 끝이 오지 않는다. ... ‘은근’과 ‘끈기’, 이것은 확실히 한국 문학에 나타나는 현저한 한 모습일 것이다. 혼돈 광막한 것이 중국 문학의 특성이고, 유머러스한 것이 영국 문학의 특성이고, 담백 경쾌한 것이 일본 문학의 특성이라고 한다면, 나는 감히

이 ‘은근’과 ‘끈기’를 한국 문학의 특성이라 주장하고 싶다.’

초등 국어사전을 들켰다. ‘태도가 겸손하고 점잖고, 서로 오가는 마음이 남모르게 정답고 알뜰하다. 또한 은밀하여 의문스럽다.’ 뜻이 여럿이 아닌가 싶다. 아예 국영사전을 찾았다. 은근 慇懃란 한자어는 어려운데, 몇줄 그대로 옮긴다. Politeness, earnestness, polite/kin/attentive, quietness. 정중하고, 성실하며, 친절과 세심을 합해 조용함. 오직 두 글자의 단어인데, 뜻은 매우 넓고

깊기만 하다.

은근함의 선두는 은은한 달빛 아래 일수도 있다. 은근짜 놓는 김홍도나 신윤복의 작품을 떠올리게 하는 거다. 은근한 수작(手筆)이 되겠는데 ‘은근한 걱정’이 앞선다.

미당 서정주도 읊었다. 그의 시중에 한줄이다. 은근하고 구수한 숯농냄새라 했다.

어머님이 끊어 주던 뜨시한 숯농, 은근하고 구수하던 그 숯농냄새, 시월이라 상달되니 더 안 잊히네...

(서정주, 시월이라 상달되니 중에서)

세월이 흐를 만큼 흘렀나. 이전 은근함을 넘어 화끈하고, 도발적이며 직선이다. 곡선과 우회는 없다는 거다. 게다가 빠름까지 더한다. 은근함과 빠름은 어울리는 조합인가?

그런데 끈기는 어떻게 정의 하나.

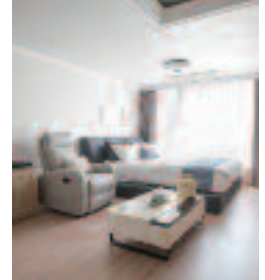
그래서 아브라함은 끈기있게 참아 (히브리서 6:15)

한차원 높은 의료서비스 휴람 의료관광을 이용해보세요!



휴람 척추관절

나이가 들면서 오는 척추관절 퇴행성 질환...통증을 참고 계시나요?
어떻게 사시느냐가 중요합니다!!
가치있는 생활을 위하여...하루 빨리 검사해보세요!!!



지금 상담을 통해 필요한 검사로 빠른 진단과 치료를 진행해보세요.
휴람은 국내수가로 부담없는 비용에 진행을 도와드립니다.

관절 질환

퇴행성관절염, 인대파열, 연골손상, 오십견,
회전근개손상, 무지외반증, 족저근막염등등

=> 세포치료, 체외충격파, 관절내시경, 발목골정술, 힌다리고정술, 로봇인공관절등등

척추 질환

디스크, 협착증, 측만증, 거북목증후군, 골절등등

=> 미세현미경디스크절제술, 경피적 척추성형술, 척추유합술, 신경성형술등등

*** 정확한 상담을 위해 기존에 촬영하신 X-RAY, MRI 사진을 카톡이나 이메일로 보내주시면 좋습니다.

*** 상기 치료는 병원에 따라 치료항목에 따른 비용 및 서비스등이 상이 합니다.

휴람 척추관절 네트워크 병원 - 휴람 상담을 통해 자세한 정보를 확인하세요!!!

사랑플러스병원(강동구 굽은다리역), 연세사랑병원(서초구 사당역),
세란병원(종로구 독립문역), H+양지병원(관악구 신림역), 중앙대학교병원(동작구 흑석역)



해외의료사업팀장
김수남

617.949.1766

카카오톡 : 010-3469-4040(ID: huramkorea)
이메일 : huram@haram.kr
홈페이지 : www.huramkorea.com



보스톤코리아 휴람 네트워크와 제휴한 미소랑치과 강남점

이 칼럼은 본지의 편집방향과 다를 수 있습니다

보이지 않는 위협: 크랙과 사각지대



이번 주 휴람 의료정보에서는 휴람 의료네트워크 미소랑치과 강남점 김 성욱 원장님을 도움을 받아 치아의 보이지 않는 위협에 대해 자세히 알아보려고 한다.

“입안의 건강을 위협하는 질환이 무엇이 있을까요?” 하고 묻는 질문에 가장 먼저 떠오르는 답은 아마도 충치가 아닐까 싶습니다. 충치는 치과에서 만나는 질환 중에 가장 흔하면서도 많이 알고 있는 질환입니다. 그런데 충치만 잘 막으면 우리 입안, 더 자세히는 우리 치아에 문제가 안 생길까요?

여러분 ‘이 잘 닦고 계시나요?’ 아마 태어나서 이가 나고 부모님의 손길로 이를 닦아주실 때부터 아마도 수천수만 번은 칫솔질을 하셨을 것입니다. 그래서 이 질문에도 웃으시며 당연히 잘 닦고 있다고 하실 수 있습니다. 특별히 집중하지 않아도 그냥 손이 가는 대로만 닦아도 2-3분 동안 닦는 것은 어렵지 않으니깐요.

한번 생각해 봅시다. 집안 청소를 하는데 바닥 걸레질을 한다고 가정해 봤을 때, ‘눈을 감고 닦아보세요!’ 하고 1시간을 닦는다면 눈을 떴을 때 방바닥이 정말 조금도 빠짐없이 골고루 잘 닦였을 것이라고 장담하실 수 있을까요?

진료실에 찾아오시는 분들과 칫솔질에 대한 이야기를 나누다 보면, 다양한 말씀들을 해주십니다. 하루 세 번 가지고는 불안해서 안되니 5-6번은 닦는다는 이야기도 있고, 9번 구운 죽엽이 좋다고 해서 그것으로 칫솔질을 하신다는 이야기도 있고, 한 번 닦으면 5-6분씩은 닦는 것 같다는 이야기도 있습니다. 무슨 무슨 치약이 좋다고 정평이 나서 특별히 구해다 사용하신다는 말씀들도 간혹 하십니다.

그럼 위에서 말씀드렸던 대로 우리는 입안

의 턱을 꺼내서 보면서 칫솔질을 하지 않습니다. 그렇게 한다면 정말 충치나 잇몸 질환이니 걱정은 저만치 없어질 듯합니다. 그렇게 할 수 없기 때문에 ‘나는 구석구석 입안의 모든 곳을 잘 닦고 있다’ 는 착각이 생기기 쉽습니다. 특히 칫솔질에 대한 생각 없이 다른 생각에 몰두하며 오랜 시간 닦기만 했을 때는 닦는 곳만 계속 닦고 나머지는 계속 방치되는 현상도 생길 겁니다. 말 그대로 ‘사각지대’ 가 생기는 것이지요!

그럼 ‘칫솔질을 잘 하는 것’ 은 무슨 의미 일까요? 어렵지 않습니다. 청소를 깨끗이 한다는 것은 지저분한 먼지와 얼룩, 쓰레기 등을 모두 빠짐없이 제거한다는 뜻일 겁니다. 입안에도 똑같이 적용하는 것이지요. 그러려면 몇 가지 유념해 주실 점들이 있습니다.

우선 칫솔질에 집중하시는 것입니다. 저를 포함 많은 분들이 일정이 바쁘거나 피곤하거나 누구와 이야기를 하던 중이거나 할 때 칫솔질을 하게 되면 손은 기계적으로 움직이고 머릿속은 온통 다른 생각으로 가득하겠지요. 그럴 때 누락되는 부위가 ‘반드시’ 생긴다는 겁니다. 우리가 집 대청소를 할 때 어디 어디를 하고 어떤 순서로 진행할지 머릿속에 그려보고 하시는 경우가 많으시죠? 이를 닦으실 때도 입안 어디 어디를 닦았는지 확인하시면서 닦으시면 사각지대를 최소화 할 수 있습니다.

치열에 대한 정보를 잘 기억해두시는 것도 많이 도움이 됩니다. 어떤 부위의 치아는 잇몸이 내려갔거나 올라가 있어서 노출된 치아 부분이 길 수도 있습니다. 이런 곳을 다른 치아들과 묶어서 한번에 닦다 보면 다른 치아들만 잘 닦이고 해당 치아는 길어진 부분이 빠지는 경우가 발생하기 쉽죠. 씹는 면의 방향이 틀어진 치아도 그렇습니다. 직선운동으로만 닦으시다 보면 씹는 면의 방향이 조금 틀어진 치아는 아무리 문질러도 잘 안 닦이는 건 당연할 겁니다.

운전하실 때 사각지대가 굉장히 위험합니

다. 저도 최근에 화물차 사각지대에 들어와 있다가 추돌하는 사고를 당한 적이 있는데 무서웠습니다. 사각지대 말고도 보이지 않지만 위험한 요인이 또 있을까요?

치아는 우리 입안에서 나와 저작(씹는 활동)을 주기능으로 하면서 나이를 먹는데 새신발을 신어도 계속 걸어 다니다 보면 낡아가고, 닳아가듯 치아 역시도 세월이 흐르면서 닳기도 하고 깨지기도 하며 금이 가기도 합니다. 마지막이 ‘금이 가는’ 현상을 주목해야 합니다.

충치와 치주 질환(잇몸병)은 특히 심할수록 치과의사들이 진단하기 그리 어렵지 않습니다. 파노라마 엑스레이만 찍어봐도 뼈와 치아의 파괴 상태가 확연히 드러나기 때문입니다. 아마도 충치나 잇몸질환이 심하면 진료실에 앉아서 치과의사 선생님이 보자마자 충치가 크고 잇몸이 안 좋으시다는 이야기를 하실 겁니다. 그런데, 그렇게 없는데도 치아에 금이 가면 아픈 경우가 있습니다. 심지어는 상당히 자주 발견되고 많이 아픕니다. 엑스레이로 잘 안 보인다면 직접 눈으로 보면 좀 나올까요? 금 간 곳을 찾을 수는 있지만 두 군데 이상의 치아에 금이 갔다면 어느 치아가 아픈지 구별하기 상당히 어렵습니다. 이유는 금이 간 시작점은 찾을 수 있지만 그금이 끝나는 부분은 어디인지도 무지 알 수가 없기 때문입니다.

그럼 어떤 증상들이 치아에 금이 가면 나타날까요? 우선 초기에는 어쩌다 한 번씩 찌릿하거나 확 시큰하게 아파지는 증상이 나타납니다. 언제인지 알 수 없고 예측은 더더욱 불가능합니다. 그래서 무서운 나머지 어느 치아가 아픈지 찾아보기 위해 다시 씹어보면 재현은 또 잘 되지 않습니다.

그럼 또 서서히 잊히게 되는데 그러다 보면 다시 확 아파지는 일이 생기는 것을 대략 한두 달 주기로 반복하는 경우가 많습니다.

그러다 점점 심해지면 중기에 도달하는데 요 이때는 초기에 일어났던 통증의 빈도와 강

도가 점점 더 증가하다가 이제는 그 부위로 씹으면 아파지기 시작합니다. 그렇다고 이때도 엑스레이를 찍거나 눈으로 진찰하면 이상 부위가 선명하게 드러나지는 않습니다. 늦어도 이 시기 정도까지는 치료를 받으시는 것이 좋습니다.

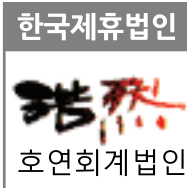
어쩌다 보니 그럼에도 불구하고 지켜보고 참고 지내면 이제 후기로 접어들습니다. 이제부터는 치아에 생긴 균열이 내부의 신경까지 도달한 상태여서 치아를 건드리기만 해도 너무 아프고 가만히 있거나 찬물 등을 마셔도 너무 시리고 불편한 증상이 상당히 괴롭게 찾아옵니다. 우리가 흔히 괴롭다고 알고 있는 ‘치통’의 증상이 찾아오는 것입니다. 이 정도까지 발전되면 치료를 잘 해드린다고 해도 금 간 부분이 다시 자연스럽게 불지 않기 때문에 치아의 기대수명은 상당히 짧아집니다.

단 음식을 너무 많이 드신다거나, 간식을 많이 좋아하시는 식습관을 가진 소수의 분들을 제외하고는 요즘은 오히려 충치로 많이 고생하시는 경우가 많이 줄었습니다. 그 대신 평균수명이 증가하고 정제되지 않은 자연상태의 식품을 선호하면서 치아가 감당해야 할 평생 동안의 업무량은 더욱 늘었지요. 감염된 곳 하나 없지만 금이 가서 아픈 역울한 경우들이 글을 읽으시는 분들께서는 겪지 않으셨으면 좋겠습니다.

“보이지 않는 위협 - 크랙과 사각지대” 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

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



더 많은 가족 모임을 위해 최신 COVID 백신을 접종하세요.

이제 최신 백신이 기존 COVID 바이러스와 오미크론으로부터
여러분과 사랑하는 이들을 보호하기 위해 휴리데이 기간에 맞춰
출시되었습니다. 오늘 최신 백신을 무료로 예약하세요.

[vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)에서 최신 COVID 백신을 알아보세요.



미국 보건복지부 자금으로 제공됩니다.

함께
이겨냅시다

DESIGNED BY: BODA DESIGN STUDIO / bostondesignstudio.com



강원특별자치도 출범 기념 보스톤 강원도민회 골프대회



상품: 크리스탈 트로피
(강원도지사가 한국에서 제작)
최고급 담채 김치 냉장고
쿠쿠 전기 압력 밥솥
다양한 골프 용품 등

참가비: 1인 \$150, 부부동반시 \$250

식사: 아침- 음료수+김밥,
저녁- 고급 부페식당

Sunday, July 16, 2023

Four Oaks C. C
1 Clubhouse Lane, Dracut, MA 01826

GOLF
TOURNAMENT
2023

7월16일 일요일 오전 9시부터
다양한 상품이 준비되어 있으니 많은 참가바랍니다.

참가문의 박형태 (강원도민 회장) 617-645-9066

이학재 (강원도민 부회장) 617-852-0400

당뇨병의 진단과 치료, 아는 것이 힘이다

당뇨병은 세계적으로 빠르게 증가하고 있는 병이다. 2020년 기준으로 대한민국의 30세 이상 인구 중에서 6명 중 1명 (16.7%), 65세 이상에서는 3명 중 1명 (30.1%) 꼴로 당뇨병을 가지고 있다. 당뇨병은 심혈관 질환, 신장 질환, 신경계 합병증등을 야기하기 때문에 초기에 진단을 받고 잘 관리하는 것이 앞으로 100세 시대를 건강하게 잘 살 수 있는 매우 중요한 건강관리 요소 중 하나이다.

당뇨병의 종류

먼저 당뇨병은 크게는 1형 당뇨병과 2형 당뇨병이 있다. 1형 당뇨병은 일종의 면역질환으로 인슐린을 분비하는 췌장세포가 기능을 하지 못함으로써 급격하게 발병하며 반드시 인슐린 치료가 필요한 병이다. 반면, 2형 당뇨병은 여러가지 원인에 의하여 췌장 기능이 서서히 감소하며 진행되는 병이다. 대부분의 한국인이 앓고 있는 2형 당뇨병에 대하여 알아보자.

당뇨병은 왜 생기며 증가하는가?

당뇨병은 우리 몸 안에 혈당을 조절하는데 필요한 인슐린 분비가 원활하지 않거나, 인슐린의 작용이 잘 이루어지지 않아 (인슐린 저항성) 혈액 내의 포도당이 비정상적으로 올라가기 때문에 발생한다. 2형 당뇨병의 주요 원인은 인슐린 저항성은, 무절제한 식사, 운동부족 등의 잘못된 생활습관, 스트레스와 같은 요인에 의해서 발생하는 것으로 알려져 있다. 인슐린 저항성이 증가된 상태가 오래 지속되면, 인체에 인슐린 부족을 보충하기 위해 췌장에서 인슐린을 과도하게 분비하게 되고, 이런 기

간이 지속되게 되면서 췌장이 과부하에 걸리게 되고 결국 췌장기능이 떨어지게 되면서 인슐린의 분비가 감소하게 되는 것이다. 현대사회에서는 먹을 것은 풍족하며, 신체활동량은 감소하고, 과도한 업무와 스트레스가 반복되는 생활방식을 가진 사람들이 점점 늘고 있어서 2형 당뇨병 발생도 증가하고 있는 것이다.

당뇨병의 증상

당뇨병의 증상은 3다(多) 라고 하여 다음, 다뇨, 다식이라고 한다. 물을 많이 마시고 소변을 많이 보고, 음식을 많이 먹는데도 살이 빠지는 증상이다. 그러나 이러한 증상은 혈당이 200mg/dL 이상 상승했을 때 나타나기 때문에 최근에는 이러한 증상을 통해 당뇨병을 진단받는 경우는 거의 없으며, 대부분 이러한 증상이 없는 상태에서 혈액이나 소변검사를 통해 당뇨병을 진단 받게 된다.

당뇨병의 진단 기준

정상혈당은 8시간 이상 공복 시 혈장포도당 100 mg/dL 미만, 식후 2시간 혈장포도당 140 mg/dL 미만이다.

당뇨병의 진단기준은 다음 4가지 중 한가지 이상에 해당하는 경우이다.

- 1) 당화혈색소 (Hb A1c) 6.5% 이상
- 2) 8시간 이상 공복 시 혈장포도당 126 mg/dL 이상
- 3) 경구포도당내성검사 시 2시간 혈장포도당 200mg/dL 이상
- 4) 당뇨병의 전형적인 증상(다음, 다뇨, 설 명되지 않은 체중감소)이 있으면서 무작위 혈장포도당 200mg/dL 이상

정상혈당과 당뇨병의 진단 기준 사이에 간격이 있는데, 이 중간지점에 해당하는 경우를 당뇨병 전단계라고 한다. 당뇨병 전단계의 기준은 다음과 같다.

1) 공복혈당장애: 공복혈장포도당 100-125 mg/dL

2) 내당능장애: 경구포도당내성검사 시 2시간 혈장포도당 140-199 mg/dL

3) 당화혈색소 (Hb A1c): 5.7-6.4%
당뇨병 선별 검사

대한 당뇨병 학회에서는 당뇨병 선별검사를 40세 이상 성인은 매년 할 것을 권고하고 있다. 또한 위험인자가 있는 30세 이상 성인에서도 매년 할 것을 권고하고 있다. 당뇨병의 위험인자는 당뇨병의 가족력, 과체중 또는 비만, 흡연, 고혈압, 고지혈증, 심혈관 질환의 동반을 의미한다. 또한 임신 중 임신 당뇨병을 진단받았던 여성은 출산 후 6-12주 후 경구포도당 검사를 시행하고, 매년 당뇨병 선별검사를 하도록 권고하고 있다.

당뇨병 전 단계에서 2형 당뇨병의 예방

당뇨병 전 단계에 해당하는 경우 적절한 생활습관 교정을 통해 당뇨병으로 진행하지 않고 정상 혈당으로 되돌아 갈 수 있다. 특히 당뇨병 전단계이면서 과체중 (체질량지수 BMI 23 kg/m²) 이상에 해당하는 경우 체중을 5~10% 감량할 것을 권고하고 있다. 운동은 주 150분 이상, 중강도 이상의 신체활동을 할 것을 권고하고 있다. 또한 필요에 따라 약제의 사용도 고려할 수 있다.

당뇨병의 치료

이미 당뇨병에 해당하시는 분들도 실망할 필요는 없다. 다만, 당뇨병은 방치하게 되면 췌장의 기능이 완전하게 상실하게 되는 진행성 질환이기 때문에, 초기에 진단을 하여 하루라도 빨리 정상혈당으로 관리하여 췌장의 기능이 급속하게 나빠지는 것을 막는 것이 중요하다고 할 것이다. 최근에는 혈당을 낮출 뿐만 아니라 체중을 감소시키며, 심혈관 질환과 당뇨병 합병증까지도 예방할 수 있는 약제들도 개발되어 있다. 환자들 중에는 이미 당뇨병이 진단되었는데, 혼자서 노력해 보겠다고 고집을 피우시는 분들이 종종 있지만, 현재 여러 다양한 치료법이 개발되어 있기 때문에 전문가와 상의하여 검사를 통하여 현재의 상태를 올바르게 진단하고, 가장 적합한 치료법을 처방받는 것이 매우 중요하다 할 것이다.

당뇨병의 치료는 꾸준한 운동, 체중관리, 스트레스 조절, 적절한 식사 관리 등 생활 전반에 걸친 노력이 필요하다. 이와 함께 전문의사의 상담을 통해 발전된 의학의 혜택을 받으면 당뇨병의 합병증으로 인한 치명적인 질환으로 진행되는 것을 막고 건강한 삶을 살 수 있을 것이다.



김부경
고신대학교 의과대학 내분비내과 교수, 매사추세츠 의과대학교 교환교수

성형 패키지 특별가 이벤트

- 눈 꺼풀 + 눈 밑 처짐..... 360 만원 콧대 + 코끝 350 만원
- 얼굴 처짐(목 처짐 포함)..... 700 만원 지방흡입(복부)..... 500 만원
- 가슴(보형물에 따라 가격 상이)..... 600~1,000 만원

* 상담 결과에 따라 수술 방법 및 비용이 변경될 수 있습니다. *

휴함을 통한 예약 시 이벤트 혜택 적용을 받으실 수 있습니다.
수술 내용에 따라 휴함에서는 숙박 혜택 및 추가 서비스도 제공해드립니다.



해외의료사업팀장
김수남

617.949.1766

TALK 010-3469-4040 / ID : huramkorea
huraam@huraam.kr / www.huramkorea.com





매일 새로운 모습으로 여러분을 찾아가겠습니다

- BostonKorea.com에서 매일매일 새로운 기사를 접하실 수 있습니다.
- 보스톤코리아닷컴을 스마트폰에 즐겨찾기로 저장해 주세요.
- 보스톤코리아닷컴을 데스크탑에 북마크로 저장해 주세요

보스톤코리아

보스톤코리아 인터넷 신문, 이제 카카오톡 채널로

보스톤코리아 + 

카카오 채널 친구신청 해주세요

보스톤코리아 신문의 이메일 발송은 기술적인 문제와 Gmail의 정책변화로 당분간 발송이 중단됩니다. 보스톤코리아는 이메일 발송 재개를 위해 노력하는 한편 신문 전달의 다양한 채널을 확보하기 위해 카카오톡 채널로 신문과 각종 정보를 빠르게 전달해 드리하고자 합니다. 아래의 방법으로 <카카오톡 채널 친구신청>을 부탁드립니다.



친구신청 하는 방법

1. 바코드에 스마트폰 카메라를 켜서 읽으신 후 나타나는 링크를 클릭하시면 보스톤코리아 카카오톡 채널로 이동합니다.
2. 오른쪽 상단의 노란 버튼의 카카오톡 채널 친구추가 버튼을 클릭하시면 채널추가 버튼이 중간에 나타납니다.
3. 채널추가를 눌러 주시면 앞으로 보스톤코리아 신문과 정보를 받아 보실 수 있습니다.

선착순 200명중 20명을 선정해서
\$15 아마존 기프트 카드를 드립니다.

보스톤코리아
www.bostonkorea.com