

발행처 : 성남시 | 편집 : 공보담당관실 | 전화 : 729-2714-5 | FAX : 729-5439 | 우)461-700 성남시 수정구 청백리길 10 (태평2동 3309번지)



<http://nhncorp.com>

젊은 생각이 만드는 세상

nhn.

NHN은 젊은 생각으로 새로운 네트워크 세상을 만들어 인류의 삶을 풍요롭게 합니다.

Copyright © NHN corp. All rights reserved. **nhn.**



NAVER, N24, NHN@home, EN#DI

연이은 기업유치... 지역경제 활성화기대

분당구 정자동에 NHN(주) 본사 이전, 지멘스 R&D(연구개발)센터 유치

공기업 등의 지방이전이 추진되자 지역경제 위축에 대한 염려가 일고 있는 가운데 우리 시에 NHN, 지멘스 등의 기업 유치가 진행되면서 지역경제 활성화에 대한 기대감을 불러일으키고 있다.

베이버, 한계인 등 국내 우수 포털사이트를 운영하고 있는 유명 벤처기업인 NHN(주)가 강남구 역삼동 본사를 분당구 정자동으로 이전하는 계획이 반력을 받게 됐다.

지난 10월 19일 성남시의회 경제환경위원회(위원장 이호섭)에서 시유지

NHN에 매각하는 내용의 공유재산관리 계획변경안이 가결처리되어 29일 본의 회를 남겨두고 있는 것이다.

이전이 확정되면 NHN은 분당구 정자동 178-1 일대 시유지 22만평을 성남시로부터 배임해 지하 5층, 지상 23층, 연면적 2만5천여평 규모로 본사와 지회사, 팜센터, 도서관, 강당 등을 갖춘 신사옥을 내년 6월 착공, 2009년 5월 완공할 예정이다. 입주시점에 NHN은 현재 1,300여 명의 직원을 3면이병으로 늘리는 한편 전체 공간의 80~90%를 사용하고 나머

지는 협력업체 및 IT관련 업체를 입주시킬 계획이다.

NHN은 신규채용시 성남주민 20% 우선고용, 성남지역 기업 협력업체 우선선정 및 지역대학 연구 지원, 최첨단 도서관 건립, 연간 순이익의 5% 사회환원 및 성남지역 집중투자 등의 인센티브를 시에 제시했다. 시는 이번 NHN이 유치되면 입주시점 기준 연간 77억원의 세수와 시민 일자리 창출 등 지역경제 파급효과가 있을 것으로 기대하고 있다.

한편 세계적인 의료기기 전문인 다국

적 기업 지멘스가 분당구 정자동 소재의 벤처빌딩에 R&D(연구개발)센터를 설립하기로 하고 10월 22일 산자부, 경기도와 각각 양해각서를 체결했다.

총 투자규모는 1억1천만달러(약 1,300억원)로 지멘스의 산자부가 50대 50의 비율로 투자해 사업을 공동 추진할 계획이다. R&D센터는 오는 2007년까지 설립 예정이다. 또한 시는 정자동 벤처빌딩에 무선통신 휴대지말 업체인 1사도반도체를 생산하는 N·S의 R&D센터 유치도 추진하고 있다.

모란고가도로 11월 4일 개통



시는 앞으로 20년간 2조원을 들여 34개 도로(총연장 162km)를 신선했거나 확장할 계획이다. 이에 따라 우선 건설 3기 공사사업인 모란사거리 종성고양-둔연교호 고가도로가 당초 계획보다 6개월 단축시켜 11월 4일 조기 개통된다. 73억원이 들었던 이번 모란고가도로의 개통으로 상습 정체 구간인 모란사거리의 교통정체 현상이 상당 부분 해소되고 탄천변 도로와 연계해 도심통과 차량용 시 외곽으로 분산하는 효과도 있을 것으로 기대된다.

여수대교에서 탄천을 따라 동서울대까지 이어지는 탄천변 도로는 여수대교에서 중영로 구간은 2002년 완공한 데 이어 중앙로 시점-수정로 시점 구간은 2003년 10월, 수정로 시점-동서울대 앞 구간은 2006년 12월까지 개통할 예정이다.

시는 2007년 판교신도시 입주 전에 2002년 완공한 판교지구까지 연장해 이 도도를 서울방면 간선도로로 활용할 방침이다. 이와 함께 2006년까지 384억원의 들어 분당구 아담동-서현동, 동원동-대장동, 수정구 공원로-우남로를 잇는 도로를 각각 신선했을 계획이다. 또 양지동-서울 오우동 7km 구간을 2008년까지, 분당동-남탄산성 순환도로 7.5km를 2010년까지, 대장동 낙성대사거리-판교신도시 7.2km와 공내동 남서울 CC-대장동 3.6km를 각각 2010년 이후 개선했을 예정이다.

문의: 도로과 도시시설팀 729-4321-3

▶ 주요도로 신설 및 확장 계획 ◀

도로	길이	방공예정일
모란고가도로 신설	0.9km	2004년 11월
중앙로 시점 → 수정로 이점	1.1km	2003년 10월
판교신도시 → 수정로 시점 → 서울방면 연장	25.9km	2006년 12월
여수대교 → 판교신도시	1.2km	2007년 12월
수정구-서현동 도로 신설	3.5km	2006년 6월
판교동-우남동 도로 신설	2.6km	2006년 12월
동원동-대장동 도로 확장	3.5km	2006년 12월
수정구 서현동-우남동	5.1km	2005년 11월
양지동-서울 오우동	7.3km	2008년
분당동-남탄산성 순환도로	7.5km	2010년
대장동 낙성대사거리-판교신도시	7.2km	2010년 이후
공내동 남서울 CC-대장동	3.6km	



모란고가도로

수정구에 대학병원 설립된다

가천의과대학교 건립사업자로 선정... 7천여명 500병상 규모

수정·종원지역의 의료발전 해소를 위해 시가 유치를 추진 해오던 대학병원이 마침내 설립된다.

시는 수정구 지역의 사유지에 학교법인이 운영하는 대학병원을 유치하고자 건립사업자를 공개모집하는 절차를 거쳐 학교법인 가천학원 가천의과대학교가 가장 이점이 높은 지난 10월 6일 대학병원 건립사업자로

선정했다.

양·한방의료 등 8개 부문을 특장화 사업으로 건립할 대학 병원은 총 7월 26일부터 기산하여 6년 이내 개원예정이며 수정구 신송동 일원의 7,530평에 건축을 면적씩 1만6,500여평 규모로 2개의 진료과목과 500병상을 갖추게 된다.

시는 지난해 수정구의 종합병원 2곳이 문을 열어 주민들이

의료발원을 제기하자 사유지를 매각해 대학병원을 유치하기로 하고 지난해 7월 사업시행자 공모에 들어갔다.

시에서는 신송동 사유지를 10년 분할 상환 조건으로 도지감정평가인의 감정에 의해 내년 1월 가천학원에 매각하기로 했다.

문의: 수정구보건소 보건행정팀 729-5160

주택가 공영주차장 대폭 확충키로

시는 주택가의 심각한 주차문제를 해소하기 위하여 공영주차장을 대폭 확충하는데 역점을 두고 주차장 건립사업에 적극 나서고 있다.

시 주차장 확보율은 전체평균 79.4%이며, 총 491개소에 2만6,610면의 시 공영주차장이 운영되고 있다. 올해 신홍2동,

대평4동, 분당동, 신홍1동, 은평2동 등 25개소 5,376면의 주차장 건설을 추진하고 있다. 대내동, 종동, 금광1·2동, 정자3동 등 5개소 809면은 2006년 상반기 준공을 목표로 하고 있다.

또한 주택가의 인접한 지역에 산지되어 광해 유류와 소음

발생 등으로 시민생활에 불편을 주고 있는 시내버스 차고지를 시외의인 수정구 시송동으로 이전하기 위해 2003년 7월 청광현 시내버스공영차고지 조성공사에 올 11월말 계획대로 완공 예정이다.

문의: 교통안전과 주차장시설팀 729-2632

「2004년도 여성정책 모니터링사업」 성남시, 우수시 선정

시가 한국여성정책연구원 행정자치부 위탁사업으로 23개 지방자치단체를 대상으로 시행한 여성정책 및 예산 모니터링사업 평가에서 유일하게 3개 부문에서 우수시로 선정되었다.

이번 평가에서 시는 총 8개 부문 가운데 여성정책전담부서수행체계, 공공부문 여성의 대표성 확대, 성폭력·가정폭력 예방을 위한 다양한 제종의 교육사업 등 3개 부문에서 모범적인 사례로 인정받았다.

지난해에도 행정자치부 주관 여성정책부문 우수시로 선정된 바 있는 시가 모범적으로 실시하고 있는 여성정책으로는 여성발전위원회 설치, 각종위원회 여성위원 확대한다, 여성관련 정보제공을 위한 자체 여성토크쇼인 'e-woman' 운영, 권역 기초자치체 중 가장 많은 여성발전기금 35억원 조성, 성희롱 예방규정 제정 등을 꼽을 수 있다. 이외에도 여성인적 자원 활용 교육 지원단체·여성단체의 우수프로그램 지원은 물론, 2004복귀금사업 선정 등 제도적·행정적 지원으로 여성단체 활성화에도 기여한 바 크다.

문의: 여성정책과 여성정책팀 729-4111

성남시, 한국지역자치행정력 우수단체 인증 획득



시단법인 한국공공자치연구원(원장 정세욱)에서 종합부문, 경영자원부문, 경영활동부문, 경영성과부문 등 4대 부문에서 2004년도 제9회 지방자치행정력(LCII)을 조사한 결과 우리 시가 기초자치, 기술, 정보화, 기반시설 등에서 타지방자치단체보다 뚜렷한 비교우위를 보임으로써 가장 기초가 되는 소프트웨어가 잘 구비되어 있는 최우수 도시로 평가받았다.

특히 경영자원부문 1위, 종합부문 5위로 평가되어 지난 9월 29일 우수단체 인증서를 교부받음으로써 전국에서 경쟁력이 높은 도시로 평가되어 살기 좋은 도시의 면모를 대내외에 드높이는 계기가 되었다.

문의: 기획예산과 기획팀 729-3921

성남시, 물가관리 행정자치부 우수기관 선정 2004 상반기 지방물가안정관리 평가결과

우리 시가 행정자치부 주관 전국 23개 시군구를 대상으로 실시한 '2004 상반기 지방물가관리 평가'에서 우수기관으로 선정되었다.

이번 평가에서는 주민생활과 밀접한 지방물가안정을 위하여 물가나타오던 50종을 활용하여 대형유통점 11개소, 시장 2개소, 개인서비스업 77개 업체를 대상으로 매주 물가조사를 실시, 시 홈페이지에 게재하여 소비자들에게 가격요소를 통한 합리적인 선택의 기회를 부여한 점과 모범업소에 대한 스페셜쿠폰 지원 등 민선17번에도, 영향을 미치하여 물가안정정책 기강을 살렸다고 각 기관·단체와 연계하여 물가안정을 위해 노력한 점이 높은 평가를 받았다.

또한 저리나느는 셋박에게 경제 및 소비자교육을 실시한 점도 특수시책으로 좋은 평가를 받았다.

문의: 지역경제과 지역경제팀 729-3712

시민과 함께하는 **현장간담회** ② **바로위는 이대엽 시장**

“시민의 생생한 의견을 듣습니다”

지난 9월 9일 시작한 ‘시민과 함께하는 현장간담회’가 10월 4일 주민자치센터, 10월 15일 노년회 행복한 사회 등을 주제로 열렸다. 이날 이대엽 시장이 직접 찾은 현장에서 다뤄진 내용을 살펴본다.



현장간담회 일정(11~12월)

- ▶ 11/6(금) 선진 중고자동차 매매업의 유통질서 정립방안 (경기도 자동차매매 사업조합 성남시지부 사무실)
- ▶ 11/19(금) 성남시 실직자 고충대책, 어떻게 할 것인가? (아트동 성남문화예술회관 상행실)
- ▶ 12/3(금) “아름다운 건축문화, 어떻게 할 것인가?” (태평동 건축사협회 회의실)
- ▶ 12/17(금) “기업인에게 듣고 싶습니다” (신태석 아파트형 공장)

1 주민자치센터 시민이 주인입니다
10.4(월) 16:00 주민자치센터(서현동)

2 노인이 행복한 사회, 어떻게 열어나가?
10.15(금) 16:00 수정구 노인복지회관(상동)

시민이 편안하고 행복하다면...
협소 시설 확충 · 어학 등 프로그램 확대운영

노인이 행복해야 진정한 복지국가
석운동 노인전문요양시설 등 각종 복지시설 건립추진

시는 주민자치센터 운영 활성화를 위한 시장 현장간담회를 10월 4일 16시 이대엽 성남시장을 비롯해 동 주민자치위원, 강사 수강생 등 28명이 참석한 가운데 분당구 서현1동 주민자치센터에서 가졌다. “주민자치센터는 시민이 주인입니다”라는 주제로 진행된 이날 간담회는 주민자치센터 운영과 관련하여 발전적인 방안을 모색하기 위해 마련된 자리로 열려 주민자치센터 추진사항에 대한 설명회도 있었다. 간담회에 참석한 주민들은 현장간담회를 위해 서현1동을 방문한 것과 관련해 전국에서 최초로 산세 김민 등 시민을 위한 시책 추진에 심혈을 기울여 준 이대엽 시장에게 감사의 인사를 전했다.

또한 주민들은 현 주민자치센터 협소하여 이용이 불편하니 시설을 확충하고 영어 대화 프로그램을 확대 운영해줄 것과 활동 지원부락 등 노후화된 도로 시설을 보수해 시장에게 건의하였다. 이와 관련, 이대엽 시장은 협소한 주민자치센터는 현재 이전하여 신축할 대상 부지를 물

색하여 2005년에 부지를 배인 추진할 계획이며, 건물이 완공되면 어학실, 도서실, 전시실, 에어로빅장 및 체력단련실 등을 추가하고 주민들이 편리하고 유익한 다양한 프로그램을 운영하도록 하겠다고 밝혔다. 또한, 자연부락 노후화된 도로 시설을 등 주민숙원 사업에 대하여는 2005년에 사업비를 확보하여 차질 없이 추진 하겠다고 밝혔다. 아울러 이대엽 시장은 시민들의 행복한 삶을 실현하기 위해 시 전 공무원들이 시장과 함께 열심히 일하고 있다고 밝히고 시민들에게도 많은 협조를 당부하기도 하였다.

문의: 자치행정과 주민자치팀 729-3321



10월 7일 동아리 페스티벌에서 작품발표하는 정연

시민들의 생생한 의견을 듣고 시장운영의 방향과 대안을 모색하기 위해 실시하고 있는 시장 현장간담회가 사회복지과 주관으로 10월 15일 오후 4시부터 수정구 노인복지회관에서 “노인이 행복한 사회, 어떻게 열어나가?”를 주제로 진행됐다. 이대엽 성남시장을 비롯해, 각 구노인회 지회장 3명과 자원봉사자-인 6명, 취업노인 3명, 일반노인 4명, 노인복지전문가, 수정노인복지회관장 등 20명이 참석한 이날 간담회에서는 노인 취업에 따른 이로 및 건의사항을 청취하고 노인 자원봉사자의 의견을 반영하는 시간이 됐다. 이 시장은 “평소 어르신들이 느끼시는 고점을 자연스럽게 받들어 주시면 시장에 적극 반영하겠다”며 방문을 열었고 함께 한 노인들은 스스럼없이 노인으로서의 생활과 고충 등 폭넓은 의견을 내놨다. 시에서는 노인 인구가 전체 인구의 7%를 차지하는 고령화 시대를 맞아 지난 11월 7일과 8일 노인 일자리박람회 등을 통해 105개의 일자리를 마련하여 어르신들의 취업을 앞당긴 바 있다.

또한 지난 달 10일에는 현대시 노인복지시설인 수정구 종합노인복지센터를 개관하여 많은 노인들에게 사회참여 기회를 확대하고 여가문화 혜택을 제공할 수 있도록 했으며, 중앙 · 분당구에도 노

인복지센터 건립을 추진 중에 있다. 뿐만 아니라 열려 급포동 경료당 등 3개소를 준공하고 석정동 등 3개소를 건립 추진 중이며 분당구 석운동에 건립중인 노인 전문요양시설도 내년 8월까지 준공할 예정이다.

이날 간담회에서는 노인복지기금 60억원에서 100억원으로 상향 조정하는 것과 노인회 지회 사업비 지원금 증액 등 5건의 건의사항이 있었으며, 이 시장은 노인들의 생생한 의견을 진지하게 받아들여 시민이 행복한 노년층의 안정적 노후 생활을 위해서 최선을 다할 것을 기약할 것”이라고 강조했다.

문의: 사회복지과 노인복지팀 729-4021



간담회 후 시민들과 대화하는 이대엽 시장

태평 1동

청사·주민자치센터 기공식 가져



시는 태평1동 주민들의 문화 욕구를 충족시키고 동사무소의 기능에 적합한 동 청사 및 주민자치센터를 현대식 건물로 건립하기 위해 50여억원을 투자하여 지난 10월 11일 주민 300여명이 참석한 가운데 기공식을 개최하였다.

대지면적 605평, 연면적 1007평 규모에 지하1층, 지상 4층으로 지어질 이 청사는 완공까지 약 18개월이 소요될 예정이다. 지하 1층에 기계실과 주차장, 지상 1층은 동사무소 공간, 지상 2~4층까지는 주민을 위한 주민자치센터로 건립

되며, 주차장은 옥내 39대, 옥외 24대 등 전체 63대 규모로 설치할 계획이다.

앞으로도 시는 관내의 열악한 동 청사 및 주민자치센터 환경개선을 위하여 신흥3동, 태평2동, 태평3동, 산성동, 시흥동, 금암1동, 신촌동, 삼대원3동, 수내1동, 관교동, 운중동, 금곡동 등 총 12개동에 총사업비 494억원에 투자하여 2005년부터 2007년까지 단차적으로 동 청사를 건립할 계획이다. 향후 온 도시가 완공되면 시는 쾌적한 여가활동 공간을 확보하여 함께하는 자치도시 및 살맛나는 복지도시로서의 기능을 다할 수 있을 것으로 기대된다.

문의: 회계과 729-3640

외국출신 주부, 우리나라 배운다

시에서는글로벌 시대를 맞아 1월 19일부터 내달 1일까지 2주 동안 성남에 거주하는 중국, 일본, 베트남, 필리핀 등의 외국출신 가정주부들을 대상으로 국제결혼여성 지역사회 적응 프로그램을 실시한다.

활을 체험하는 기회를 갖게 된다.

또 지역생활에 필요한 주민자치센터, 구청 등의 기관 방문견학, 문화재탐방 등을 통해 낯선 이국생활에 따듯한 인정을 심어주고 상호 문화차이를 줄여 성남지역 생활에 적응을 도모하게 된다.

풍속, 문화재 탐방 등 국제결혼여성 성남 지역사회 적응 프로그램 실시

외국출신 가정주부들의 지역생활 적응을 지원, 우리나라의 전통문화를 풍속을 익히고 우리 시와 한국에 대한 이해를 넓히기 위해 마련된 이번 프로그램에는 30여명이 참여해 한복차림, 차례상 차리기와 같은 한국의 풍습과 언어예절, 호칭사용, 한국어 식 만들기 등 우리의 전통문

화의 관계지는 "이 프로그램 동 운영을 통해 성남시 행정시스템 소개와 여성상담기 관과의 연결로 한국생활의 애로사항을 청취, 해결하는 네트워킹을 구축하겠다"고 밝혔다.

문의: 여성정책과 여성성명팀 729-4110

분당 정자역이 밝아진다

경관광장 조성비... 아간조명 설치



시에서 분당구 정자역의 경관광장을 재정비하고 신기보도교 아간 조명시설을 설치한다. 분당구 정자동 26번지에 위치한 경관 광장은 조성한지 10

년이 경과, 시설이 노후된 실정이다. 이에 따라 시에서는 정자역 주변의 정자제방길, 오곡스비딩 등의 밑길과 신분당선 지하

철 출발역(환승역)으로 역 주변 유동 인구가 많은 점을 고려하여 정자역의 중요성을 부각시키면서 동시에 휴식공간을 제공하도록 시공할라는 방침이다.

또 탄원 신기보도교는 현재 정자역에서 탄원하는 보행친용교량으로 도시경관을 위한 특징이 없다는 점을 감안, 보행에 알맞은 포장재질과 보행의 안전을 고려한 조명기구 등을 설치하여 미관상 아름다움뿐만 아니라 능동적이고 적극적인 볼거리를 제공하게 된다.

이 사업은 정자역 주변에 조성중인 분당 벤치타운 합동사업단에서 18억원의 사업비를 투자해 2005년 4월말 조성 완료하여 시에 기부해줄하게 된다.

시, 위기가정 보호 나서

신급전화 1688-1004 설치 생계비, 의료비 등 지원

시에서는 아동학대, 노인인사, 포·부자세대 등 보호의 시각차대에 있는 위기가정 보호를 위해 '위기가정 긴급전화(1688-1004)'를 설치하고 생계비와 의료비 등을 지원한다. 지원을 원하는 가구는 위기가정 SOS상담소 ☎1688-1004에 전화신청하면 된다. 시에서 전화 동사무소에 통보

하여 동시에 설탕조사 후 지원하게 된다. 지원이 결정되면 생계비는 가족인 수에 따라 차등 지원되며, 의료비는 검사비, 치료비 등 본인부담금 1인당 10만원 이내로 각각 2개월간 지급된다.

문의: 여성정책과 여성성명팀 729-4120

자활근로사업에 차상위 계층도 참여 확대

시에서는 최근 경기 불만에 따른 실업으로 취약계층의 고용불안이 증가하고 저소득 주민의 생계가 더욱 어려워짐에 따라 차상위 계층에 대한 생활 안정 지원이 필요하다고 판단. 그동안 등에서 추진하던 자활근로사업의 참여대상자를 확대 실시하기로 했다.

저소득 주민의 생계를 지원하기 위한 '차상위 참여 자활사업 확대' 사업은 지난 9월 1일부터 시작돼 올해 말까지 수시로 입수를 받고 있다. 실제소득이 최저생계비의 120% 이하인 대상자는 거주지 동사무소 사회담당에게 접수하면 된다.

문의: 사회 복지과 생활보장팀 729-4041

경로당 '노인공동작업장' 참가자 모집

수정구에서는 수정1동 제2 경로당에 노인공동작업장을 개설해 어르신들에게 맞는 일감을 확보, 보급하고 있다. 수정구에 주민등록이 되어

있는 60세 이상의 노인으로서 공동작업에 참가를 희망하는 어르신은 수시 입수를 통해 참여할 수 있으며 근로조건은 1일 5시간 월 20일 내외를 원칙으로

한다. 보수는 개인의 작업실적에 따라 성과급을 지급하며 월 50만원 정도의 수익을 지속적으로 올릴 수 있는 일감을 확보하고 있는 상태다.

문의: 노년개발센터 731-3303 수정구청 사회복지팀 731-2231-4

만5세 아동무상교육·저소득층 보육료 지원

정부에서는 만 5세 취학 아동 및 저소득층 아동의 건전 이동을 위하여 일정 소득수준 이하인 만 5세 아동에 대해

서는 무상교육을 실시하고, 기타 저소득층에게는 소득인정액에 따라 보육료의 일부 또는 전부를 지원하고 있다.

경제적 어려움으로 보육에 어려움을 겪고 있는 학부모, 거주지 동사무소에 보육료 지원을 신청하면 된다.

문의: 사회복지과 729-4142



1단계 주택 재개발 사업 정비구역 지정 ... 도시·주거환경정비기본계획 수립추진

▶ 우리 시에서는 수평·종형 지역의 기존 시가지가 안고 있는 인구과밀 및 과소 토지의 밀집으로 도시 기반시설의 부족 등 열악한 도상에 대하여 도시정비사업을 시행하여 신·구 시가지의 환경격차에 따른 사회적 갈등을 최소화하고 상호 균형적 발전에 도모하고자 총 20개 정비예정구역 중 1단계 사업구역인 단대·중동 3주택 재개발 구역에 대하여 경기도 교통영향평가를 마쳤다.

▶ 정비계획수립 및 정비구역지정을 위한 주민공공포문을 급근 11월중 시 홈페이지 및 공보에 게재하여 14일간 공람하여 주민 의견을 청취할 계획이다. 일련의 행정절차를 이월 2005년 6월까지 정비구역지정 고시로 주택재개발사업의 법적 효력이 발생하게 되므로 본격적인 재개발사업을 추진할 수 있는 기틀을 마련할 것이다.

▶ 아산시 태평2·2호 주택환경개선사업(수박) 구역은 현재 정비구역지정을 위한 경기도 교통영향평가

심의 절차를 이행중에 있으나 경기도 교통영향평가 시 과도한 도로확보 요구와 정비구역내 폭이 2m ~ 4m의 소로로 형성되어 있어 현실성 있는 계획수립이 어려울 전망이다. 또한 소규모 토지에 대하여는 지구단위계획에 의하여 필지간의 공동개발이 불가하다.

▶ 그러나 토지 및 소유자간의 상이한 경제적 여건과 개발 간섭의 노출도 차이로 공동개발사업에 대한 합의가 어려울 경우 사업의 장기화에 따른 주민불편이 예상되어 사업추진방식을 신중하게 검토하여야 추진할 계획이다.

▶ 그리고 지금까지는 사업성격이 유사한 주거환경정비제도도 3개 범례에 각각 규정되어 사업추진의 일관성이 결여되고 계획적 관리가 부족하여 사업간의 상호 연계성과 종합계획 없이 추진되어 도시교통과 미관 등의 도시문제를 발생시키고자 했다.

▶ 정부에서는 이러한 문제를 보완하고자 주택재

발·주택재건축·주거환경개선·도시환경정비사업에 대한 개발법을 보완하여 일관성 있고 체계적인 단위 통합법, 즉 도시및주거환경정비법을 2003년 7월 1일 시행함에 따라 20010년은 목표로 성립 시도시·주거환경정비기본계획을 급근 6월부터 시작하여 2005년 10월까지 "안"을 확정하고 필요한 행정절차를 이행한 후 수정·종원구의 도시공간구조를 체계적으로 개선해 나갈 계획이다.

▶ 2010년 도시·주거환경정비기본계획의 주요내용은 밀초 수립된 재개발기본계획의 문제점을 심층 분석하여 대안을 제시하고, 정비사업의 기본방향, 정비기반시설의 기준제시, 개발제도 기준, 정비사업 인법법 등 수정·종원 시가지의 정비 기본원칙 및 개발지침을 마련하여 도시환경을 개선하고 주거생활의 질을 향상시켜 신·구 시가지간의 환경격차 해소와 균형발전에 이바지할 것으로 판단된다.

문의: 도시개발과 도시재개발팀 729-4511

제1회 상공회의소 한자시험 시행

10월 31일(일) 제1회 한자시험을 시작으로 분기별 1회씩 시행

상공회의소가 10월 31일 전곡에서 동시에 제1회 한자시험을 시행하는데 이어 내년에도 분기별 1회씩 한자시험을 시행한다.

이번에 시행되는 한자시험은 중국을 중심으로 한 한자문화권에 세계 경제의 선두 그룹에 진입하면서 한자 습득의 필요성이 증가함에 따른 것이다.

이에 따라 상공회의소는 학생이나 일반인에게는 일상적으로 사용하는 한자에 대한 이해의 폭을 넓히고, 회원업체 인사·직원들에게는 업무수행 능력을 제고시키는 차원에서 상공회의소 한자시험을 개발하게 된 것이다.

응시지역은 나여, 성남, 연평 제한이 없으며, 평가방법은 선택, 어휘, 독해 등 3개 과목으로 객관식 4지 선택형으로 출제된다.

1,000점 만점을 기준으로 1급부터 5급까지 급수가 자동적으로 부여되며, 시행 순서에 따른 한자 수는 고급과정은 약 5,000자(1·2급), 중급과정은 고등학교

수준의 1,800자(3급), 중학수준의 900자(4급), 초등학교수준의 600자(5급)로 구성되어 있다.

2005년부터 본격적으로 시행되는 한자 시험은 분기별 1회씩 시행될 예정이다. 한편 상공회의소는 회원업체 인사를 대상으로 11월 첫째 주부터 연말까지 5회에 걸쳐 무료 한자시험을 시행한다.

시행순서는 중급3·4·5급으로 별도의 한자시험 응시지원을 통해 회원업체 인사들을 통해서 상공회의소로 제출하면 회원업체와 일정을 협의하여 정할 수 있으며 단체로 시험에 응시할 수 있다.

문의: 성남상공회의소 진흥개발팀 761-7903

<회원업체 대상 한자시험 시결과표>

구분	시행기간	결과표명
제1차	11/1 ~ 11/5	11/2
제2차	11/8 ~ 11/12	11/9
제3차	11/5 ~ 11/9	11/6
제4차	11/22 ~ 11/26	12/3
제5차	12/6 ~ 12/10	12/7

성남 중소기업 우수상품 박람회 개막

참관객 1만7천여명, 1억3천여만원 현장계약성사



성남시와 성남산업진흥재단이 지역경제 활성화와 중소기업발전과제를 위해, 지난 10월 13일 15일까지 분당코리아디자인센터에서 개최한 '2004 성남 중소기업 우수상품 박람회'가 성황리에 막을 내렸다.

'원단산업과 휴머니즘이 융합된 e-푸른성남 창조'를 주제로 한 이번 박람회에는 성남을 포함한 전국의 95개 업체가 참가, 125개 부스에 원단제품, 인형조각체

품, 웹툰제품, 친환경제품 등 다양한 중소기업 제품 전시되었다.

유럽, 중국 등 8개국의 해외마이어와 성남을 포함한 수도권에의 일만 참관객이 몰려들어 약 80억원의 현장 계약(해외마이어 구매

계약액 제외)과 1억3천여만원의 구매계약이 달성한 것으로 공식 집계되었다.

단일 지자체가 준비하는 경제행사로써는 역대 최대 규모로 진행된 이번 박람회는 2002년 처음으로 개최된 이후 규모와 성과면에서 괄목할 만한 성장을 보임에 따라, 지역 주민들의 참여율도 높아져 왔으며 모두 1만7,220명의 일만 참관객이 더더가 명실상부한 지역경제 촉매로 자리매김하게 되었다.

한대 대학 취업박람회 안내

- ▶ 제4회 동서문화 취업박람회
 - 일시: 2004. 10. 28(목) 14:00~17:00
 - 장소: 동서문화학 도시관2층(여명실)
 - 문의: 동서문화학 취업정보과 720-2017
 - ▶ 2004 경원 취업박람회
 - 일시: 2004. 11. 12(금) 10:00~17:00
 - 장소: 경원대학교(강소 추후공개)
 - 문의: 경원대학교 취업지원실 750-5220
 - ▶ 신구대 취업박람회
 - 일시: 2004. 11. 23(화) 13:00~17:00
 - 장소: 신구대학 대강당
 - 문의: 신구대학 취업지원과 740-1247
- ☞ 지역경제와 취업정보센터 729-3744-5

기업경영의 어려움은 종합상담실로

- (예) 성남산업진흥재단은 관내 기업의 경영성 애로사항을 효과적으로 지원하기 위하여 경영, 재무, 회계, 법률, 해외시장개척 등 분야별 전문가로 구성된 종합상담실을 설치, 10월 18일부터 상담을 시행한다.
- *상담 지원분야
 - ▶ 운영인상담지원
 - 지원분야: 경영, 정보화, 마케팅, 법률, 회계, 재무, 인사, 노무
 - ▶ 재무, 전략, 생산, 판매, 인증
 - ▶ 지원방법: 재단 컨설팅 Pool 이용
 - ▶ 상담실 지원
 - 해외 마케팅 및 시장개척: 상주 상담원
 - 법률, 회계(재무): 비상수 상담원
 - 공장설립: (성남산업단지 관리공단)
 - ▶ 재단 사업 지원
 - 분야별 업무 담당자
 - 문의: 무역투자정보팀 721-9880

재개발정책특별위원회, 9월구성

성남시의회는 재개발사업의 원활한 추진을 위해 성남시의회 재개발정책특별위원회를 지난 9월 21일 제19회 성남시의회 임시회 제2차 본회의에서 구성하고, 세부 활동계획을 수립, 적극 활동에 나서 계획이다.

지방자치법 제50조, 지방자치법 시행령 제20조의 3, 성남시의회행정사무관사무보조사에관한 조례 제9조 및 제11조 등에 의거, 구성된 특별위원회는 올해 9월부터 2005년 8월말까지 1년간 성남시 재개발사업 추진상황 검토, 지역주민 및 관련 전문가의 의견청취, 재개발지역 현황 방문 및 사례 탐방 등의 활동을 하게 된다. 활동방법은 서면조사와 중간 출석조사를 병행하거나 토론회, 현장방문, 여론조사 실시 등을 통해 지역 주민 및 관련 전문가의 의견을 청취하게 된다.

○성남시 재개발정책 특별위원회 명단

- 위 원 장: 현선상
- 간 사: 지자관
- 위 원: 차치형정 표진형, 홍경표, 정용섭
경제환경 문갑만, 박권홍
사회복지 윤준모, 최희영
도시건설 홍준기, 유수익

○활동계획 일정

- 2004. 10. 12 제1차 회의(위원장, 간사선임, 활동계획서 작성)
 - 2004. 10. 1차 성남시 재개발 업무추진 현황 청취
 - 2004. 11. 특별위원회 workshop(회당분야 교수/도시개발 전문가/ 연구원 등 초청) 실시 - 관련법령 이해/사례/성남시 사례/역할분담 -
 - 2004. 11. 특별위원회 요구자료 및 증인, 참고인 인터뷰
 - 2004. 11.~2005. 2.재개발지역 현장방문(1단 4개 지역)
 - 2005. 1.~2. 증인 및 참고인 질의 및 답변
 - 2005. 2.재개발관련 시안어촌 조사
 - 2005. 3. 2차 성남시 재개발 업무추진현황청취
 - 2005. 3. 재개발사례 국내탐방
 - 2005. 4. 재개발사례 국외탐방
 - 2005. 5. ~6. 3. 지역주민 및 전문가 의견수렴토론회)
 - 2005. 7. 활동보고서 작성
 - 2005. 8. 활동결과 보고서 채택
- * 활동일정은 위원회의결로 조정함.

신분당선역시 추가설치 촉구결의안



건설교통부에서 계획하고 있는 신분당선 민간투자사업은 성남시 분당구 판교동에서 서울시 강남구 역삼동까지 총 연장 20.8 km에 5개소의 역사 설치가 추진되고 있습니다. 이중 성남시 구간 내 신분당선 연장은 12km이며 판교역 1개소의 역사 신설만 추진하고 있습니다.

이렇듯 긴 노선이 통과하는 성남 지역에 단 1개의 역사 신설 계획은 성남시 주민의 편의보다 일부 특정 지역의 편의만을 고려한 계획입니다. 지하철 등 대중교통시설 공급은 다수의 주민들이 이용할 수 있도록 공공의 목적으로 설치되어야 하며, 신분당선 역사 수익성만을 강조, 청계역사와 모랫마을역 설치 요구를 무시하는 것은 대중교통 시설 공급의 본래 목적에 위배되는 것입니다.

지난 30년간 개발제한구역과 군사시설보호구역으로 재산권 피해는 물론 많은 생활불편을 겪어온 청계산 인근지역인 신촌동(오아, 삼곡), 고등동(삼석, 등자), 시흥동(사승, 금로) 지역 주민들이 신분당선 민간투자사업에서라도 소외될 경우 지역간 균형 발전 저해와 갈등 유발은 자명한 사실입니다.

이에 성남시 도시계획에 반영된 둔전지구(서울공항 주변지역, 구대원면 전 지역) 개발계획과 맞물려 좀 더 미래지향적인 계획을 마련, 지역갈등 해소를 위해서도 신분당선 계획은 재검토되어야 합니다.

또한 수도권 지역의 명산인 청계산이 위치하고 있는 옛골 지역의 신촌동(오아, 삼곡), 고등동(삼석, 등자), 시흥동(사승, 금로)은 개발제한 구역의 해제에 따른 상주구 증가역 이동인가가 늘어나고 있어 성남시 뿐만 아니라 수도권 시민의 쾌적하고 편리한 여가생활을 위해서도 청계·모랫마을역사는 반드시 설치되어야 합니다. 더욱이 주민의 삶의 질적 향상을 위해 편의시설 제공이 점점 더 요구되는 이때에 지역의 현실과 의견이 무시된 채 추진되는 신분당선 민간투자사업은 공공성과 편의성이 떨어지게 될 것임은 자명한 사실로 사회 전체 편의 제고를 위해서 신분당선 민간투자 사업은 재검토되어야 합니다.

따라서 우리 성남시의회는 다음과 같이 촉구 결의합니다.

1. 신분당선 민간투자사업 계획은 시민의 합의와 의사가 반영되지 않는 기존계획을 즉각 철회를 촉구한다.
1. 건설교통부는 성남지역에 충분한 교통시설의 공급을 통해 교통문제를 해소하고 교통환경 개선을 위하여 신분당선 민간투자사업의 기존계획을 즉시 변경해 줄 것을 촉구한다.
1. 건설교통부는 신분당선 민간투자사업 계획에 삼석동 옛골 지역에 청계역사와 시흥사거리에 모랫마을역 추가 설치를 위해 노선 이동성 분석을 하고 역사 설치기 결정될 때까지 모든 사업절차의 중단을 촉구한다.
1. 우리 성남시의회 의원은 100만 시민과 더불어 성남시민의 대표자로서 청계역사와 모랫마을역사 설치기 결정될 때까지 최선을 다할 것을 확고한 의지로 천명한다.

2004. 9. 21
성남시의회 의원 이동

제120회 임시회 의사일정안

● 회기: 2004.10.18(월)~10.23(금) 12일간

일시	구분	개 요			장 소
		분 회 의	회 의	위 원 회	
2004 10.18(월) 11:00		<ul style="list-style-type: none"> ○개회식 ○제120회 성남시의회 임시회 회기결정동의건 ○제20회 일반의안 상정동의건 ○2004년도 행정사무처리상황청취결의안 			본회의장 (4층:의사취청)
10.19(화) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○조세인물일임의안 심사 		
10.20(수) 09:30	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○의회 운영위원회 운영 ○행정사무처리상황 청취 ○행정사무관사제개혁시작서(의회 사무국) ○각 상임위원회 운영 ○행정사무처리상황 청취 		각상임위원회실
11:00					
10.21(목) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무처리상황 청취 		각상임위원회실
10.22(금) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무처리상황 청취 		각상임위원회실
10.25(월) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무처리상황 청취 		각상임위원회실
10.26(화) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무관사제개혁시작서 작성 		각상임위원회실
10.27(수) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무관사제개혁시작서 작성 		각상임위원회실
10.28(목) 10:00	휴 회		<ul style="list-style-type: none"> ○각 상임위원회 운영 ○행정사무관사제개혁시작서 작성 		각상임위원회실
10.29(금) 11:00		<ul style="list-style-type: none"> ○제2차 본회의 ○상임위원회 운영결과 보고 및 의결 ○폐 회 			본회의장

'제7회 어린이 자전거운전 면허시험' 실시



시에서는 오는 10월 30일(13:00~16:00) 분당구 수내1동 자전거운전면허시험장 수내역 롯데백화점 뒤에서 '제7회 어린이 자전거운전 면허시험'을 실시한다.

이번 시험은 자전거의 조작 능력이 충분한 만 단원급지, 안전모 착용, 교통신호 준수 등 교통안전 교육을 병행하여 자전거 이용 시 발생할 수 있는

안전사고를 방지하고 녹색교통수단인 자전거 이용을 홍보하기 위해 실시되는 것이다. 면허시험은 직진코스, S자코스, 연속진로변환 등 3개 코스로 진행되며, 합격자에게는

시에서 발급한 자전거운전 면허증을 교부한다.

또 이번 면허시험은 성남YWCA에서 주관하는 디제로 자전거관련 행사를 병행하여 시험참가 학생들이 자전거 등 녹색교통의 필요성을 공감하는 교육의 장이 될 수있도록 한다는 계획이다.

관내 초등학교 학생이면 누구나 각 학교별 또는 시험장일 현장 접수가 가능하며 접수비용은 무료이다.

문의: 도로과 도로관리팀 729-4980

▶ 청소년 축제



성남시 청소년 축구대회



국체 공인 규격 경기장인 성남시 제2종합운동장 잔디구장에서 '2004 성남시 청소년 축구대회'가 우리 시에서 처음으로 개최된다. 시에서 7일 예선전에 이어 13일 본선이 있으며 무승부 성남시정상이, 준우승에 성남시의회의장상이, 장려에 성남시체육관리공단 이사장상이 각각 중·고 각 1팀씩에게 주어진다.

관내 소재 중·고등학교 재학생인 청소년은 학교별 1팀씩 참가할 수 있으며 11월 9일(수)까지 직접방문이나 팩스로 선착순 접수한다. 참가비는 무료.

문의: 수정청소년수련관 수련팀 740-5260-4

성남시 청소년 스크린 농구대회



겨울의 문턱에서 '제2회 성남시 청소년 '스크린' 농구대회'가 성남시 수정청소년수련관 1층 실내체육관에서 11월 29일 예선에 이어 12월 5일 본선을 치른다. 이번 대회에는 관내 중·고등학교 14개팀이 참가, 5대5 농구를 펼친다. 특별행사로 12월 9일 초등부를 대상으로 4강부터 결승전까지 농구경기도 갖는다. 11월 1일부터 20일(토)까지 방문이나 팩스로 선착순 마감한다. 참가비는 무료.

문의: 수정청소년수련관 청소년다목적방송국 740-5260-1

성남시 청소년 '락(Rock)' 경연대회



시가 주최하고 성남시 시설관리공단이 주관하는 도전과 꿈의 축제 '2004 성남시 청소년 락 경연대회'가 수정청소년수련관 공연장에서 11월 20일 예선을 거쳐 27일(토) 본선을 갖는다. 최우수상 1팀에 성남시정상을 비롯해 우수상 2팀, 장려상 3팀, 인기상 1팀에 상이 주어진다.

관내 거주하거나 관내 중·고등학교에 재학중인 청소년 락 밴드그룹은 11월 1일부터 18일(수)까지 방문 및 팩스 접수할 수 있다.

문의: 수정청소년수련관 수련팀 740-5260-4

제19회 성남학악국악경연대회



▶ 일시: 2004.10.31(일) 오전 10시
▶ 장소: 성남시민회관 소극장
▶ 경연종목: 관소리, 민요 (경기·남도·

서도·시조, 가요(국악기 임팩), 사물놀이
▶ 참가자격: 초·중·고 학생 누구나
▶ 신청기간: 2004.10.27(수) 오후 6시까지
접수 및 문의: 성남예총 사무국 753-1020

제5회 성남시 청소년 열린음악회 개최

청소년들의 흥과 노래 등 장기를 자랑하는 나-짱 페스티벌에 이어 병행사로 인기가수 10개팀을 초청, 공개음악회 진행된다.

고3 수능생들 위한 콘서트 '제5회 성남시 청소년 열린음악회'가 오는 11월 29일(수) 성남시내체육관에서 열린다. 시가 주최하고 성남시활동장학재단운영위원회가 후원하는 이 행사는 6천여명의 학생들과 관계자들이 참석할 예정이며, 시청행사로 청소년들의 흥과 노래 등 장기를 자랑하는 나-짱 페스티벌에 이어 병행사로 인기가수 10개팀을 초청, 공개음악회 진행된다.

문의: 체육청소년과 청소년팀 729-3320-3

▶ 상담사례

질병의 80%가 스트레스 때문?

▶ 스트레스 자기검점 4

1. 머리가 개운치 않다(머리가 무겁다)
2. 눈이 피로하다.
3. 때때로 목이 뻣뻣해진다.
4. 어지러움과 눈물 흘림이 있다.
5. 두어 서서히 가늘어진다.
6. 때로 양안에 열감이 생길 때가 있다.
7. 귀가 아플 때가 있다.
8. 좋아하는 음식을 별로 안 먹게 되었다.
9. 식욕 위가 무거워지는 것을 느낀다.
10. 몸이 땀이 나고 피로하다.
11. 어깨가 아프다.
12. 땀이나 배가 아픈 경우가 있다.
13. 쉽게 피로해 느끼고 예민하지 않다.
14. 최근 체중이 감소하거나 증가했다.
15. 알람 의욕이 생기지 않는다.
16. 쉽게 잠들지 못한다.
17. 꿈이 많거나 선잠을 잔다.
18. 감기가 숨겨져 있을 때가 있다.
19. 때때로 가슴이 두근거릴 때가 있다.
20. 가슴이 자주 아플 때가 있다.
21. 시소한 일로 화가 난다.
22. 눈물이 잘 맺힌다.
23. 손바닥이나 겨드랑이에 땀이 날 때가 있다.
24. 사람 만나기가 귀찮아진다.

·자율신경계를 안정시키는 복식호흡과 유머 감각으로 긴장을 해소한다.
·현실과 능력이 맞게 여유 있는 스케줄을 짜야 합니다.
·무리한 요구에 거절하고 안되는 일에 체념할 줄도 알아야 합니다.
그러나 무엇보다 긍정적인 생각이 중요합니다. 모든 사람들은로부터 항상 사랑과 인정을 받아야 하며 모든 면에서 우등하고 바라는 대로 되어야 한다는 비합리적 요구와 부정적인 사고는 스트레스를 더욱 악화시킵니다. 생각하는 것도 하나의 습관이기 때문에 자신이 노력하면 고칠 수 있습니다.

스트레스 시간은 완전히 해결할 수는 없어도 부분적으로 해결할 수 있으며, 전혀 통제할 수 없는 것이라도 견딜 수는 있습니다. 스트레스 없는 삶보다 스트레스를 효과적으로 관리하는 것이 중요합니다.

정신화기자
(성남시청소년상담실
선임상담원 717-2000)
상담을 통해서 아동, 청소년 학부모의 마음을 나누는 친구가 되고자 노력하고 있습니다.



Q 저는 스트레스를 많이 받는 성격으로 짜증이 많고 사소한 일에 화를 내고 불안하면 지나치게 먹어서인지 체중이 급격하게 늘어서 고민입니다.

A 임신, 교통체증, 소음 등 현대인에게 스트레스는 피할 수 없는 일상생활의 한 부분이 되었습니다. 어느 정도의 스트레스는 개인의 성장을 촉진시키는 긍정적인 스트레스가 되지만, 과도한 스트레스는 다양한 신체적, 정신적 불균형 상태를 일으킵니다. 최근 연구에서는 모든 질병의 80% 이상이 스트레스와 관련되어 있을 뿐 아니라 질병과 사고, 음주 및 약물 남용과 관련이 있다고 합니다. 스트레스는 참을수록 더욱 심각해지므로 자신이 어떠한 일에 얼마만큼 스트레스를 받고 있는지 조기에 발견해서 대처해야 합니다.

일반적으로 스트레스를 극복하는 방법은 다음과 같습니다.
·술과 카페인을 피하고 아재와 과일 많이 먹고 규칙적으로 식사를 한다.
·심리 기능을 강화하고 정신적 안정감을 주는 운동을 적당히 한다.

탐방 · 성남시 정신보건센터

정신장애인 관리 · 재활은 '우리 모두의 문제'

문제가 생겼을 때 숨기지 말고 재빨리 전문가 상담 받아야

최근 웰-빙 바람을 타고 건강에 대한 관심이 급속히 높아지고 있다. 보다 아름답고 튼튼한 신체를 갖기 위해 운동은 물론이고 먹는 음식, 심지어는 의류에 이르기까지 무자를 아끼지 않는 것 같다. 하지만 진정으로 건강한 사람이란 정신이 튼튼하고 올바른 생각을 가진 자가 아닐까 생각한다.

현대를 살아가는 우리들은 많은 스트레스와 갈등 속에 살아가고 있다. 그로 인해 정신 질환을 앓는 사람 또한 해마다 늘어나는 추세라 한다. 그러므로 이러한 현상에 대해 어느 개인이 임하거나 한 가정의 일이 아닌 우리 모두가 관심을 가져야 할 사회적 문제이다.

성남시 정신보건센터, 1999년 3월 개소식을 한 이래 보이지 않는 곳에서 꾸준한 활동을 해 온 이 센터는 우리 시 지역주민의 정신건강을 증진시키고 만성질환자의 사회 적응과 삶의 질을 향상시키는데 만능이 되어 주는 곳이다.

방문상담은 물론 지속적인 치료, 사후 관리에 이르기까지 세심한 도움을 받을 수 있다. 수진동에 위치한 중앙센터와 수정 · 중원 · 분당 각 구 보건

소에 별도의 센터를 설치, 운영함으로써 성남시민 누구나 쉽게 방문하여 전문가의 도움을 받을 수 있도록 하고 있다.

분당구 사무실에서 만난 이수정 팀장은 "정신질환의 경우 현실적인 예방은 어렵다고 본다. 자신의 스트레스를 어떻게 관리하느냐 하는 것이 인간의 도율은 되겠지만 그보다는 문제가 생겼을 때 숨기지 말고 초기에 전문가와의 상담을 통해 조안을 듣는 것이 바람직하다."고 말한다.

이러한 현실에 맞추어 지난 10월 18일에는 수정 · 중원 · 분당구보건소와 성남시 정신보건센터, 또 고운누리의 주관으로 성남시 정신보건가족협회를 공식 출범하였고, 오는 10월 24일(오후 4~6시)에는 수정문화정보센터 3층 시청각실에서 김수동 정신과 전문의를 강사로 "건강한 가정, 행복한 사회"라는 주제의 무료 심리극을 준비하였다.

여러 가지 사회 현실으로 인한 심각한 가족의 위기를 맞고 있는 요즘, 이 현란의 모노드라마는 부모와의 관계와 자녀와의 관계를 점검하고 서로를 이해할 수 있게 하는 계기가 될 것이다.

그러하여 다가오는 올 겨울을 따뜻 한 가족으로 지낼 수 있기를 바란다.
문의: 745-5696

박혜경 기자
misop215@naver.com



수진1동 '사랑의 집 고쳐주기' 호응 커



수진1동에서는 '사랑의 집 고쳐주기' 행사의 일환으로 김택래(8 · 독거노인, 수진1동 1283)아르신 집을 수리해 주는 등 주변의 큰 도움을 얻고 있다.

김 할머니는 그동안 폐지를 주워 생계를 유지했으나 최근에는 고혈압 등 각종 합병증으로 근로능력이 없어 얼마 안되는 보조금으로 어렵게 생활하고 있다. 할머니의 딱한 사정을 안 수진1동 남녀새마을지도자협의회(회장임세춘 · 김순기)가 도매와 장판을 교체하고 전기수리를 해준 것이다.

3-4층 남짓한 단칸방이지만 그동안 여유가 없어 도매가 처음이라는 할머니는 "요래 살다보니 이렇게 좋은 일도 없다"면서 "그저 고마를 뿐"이라고 마음을 전했다. 협의회에서는 금년 3월부터 지금까지 소년가정, 독거노인 등 16대에 도매와 장판교체, 전기수리 등의 활동을 통하여 어려운 이웃에게 사랑의 등을 밝히고 있다.

생활상담

상담 1 국내 입양 · 마흔모 24시간 상담

지난 10월 14일 분당중앙공원에서 국내 입양의 활성화와 저변확대를 위하여 국내입양 부모 간담회와 국내입양 홍보를 위한 경기가 치러졌었다.

아동을 양육할 수 없는 어려운 상황이거나 아이를 입양하여 키우고 싶으신 분은 동방사회복지회 성남아동상담소에서 상담을 받을 수 있다. 미혼모의 무료숙식과 무료분당도 가능하다. 모든 상담내용은 절대 비밀이 보장되며 24시간 상담할 수 있다.

문의: 동방사회복지회
성남아동상담소 747-5453/5036
www.adoplove.or.kr
email: sokgreen@hanmail.net

상담 2 건강한 부부 건강한 가정

가정을 어떻게 경영할 것인가, 건강하고 행복 한 가정을 어떻게 만들 것인가?

대다수 건강한 가족들의 공통점과 특성을 밝혀서서 문제가정의 치료보다는 사전에 문제를 예방하는 데에 목표를 두고 있다. 특히 가족의 출발점인 부부문제에 우선순위를 두고 행복한 가정을 만들기 위해 방안을 찾아가간다.

홈페이지(www.home21.co.kr)를 통해 정보제공과 사이버 부부 상담이 주로 이뤄진다. 10월부터는 면접상담과 전화상담도 실시할 계획이다. 10월 매주 목요일마다 여성부 후원으로 자녀를 둔 30,40대 기혼남성 10명을 대상으로 가족생활 교육 프로그램에 실시하는 등 남편들을 위한 부부생활 향상 프로그램 및 부부대회법 등의 교육도 실시하고 있다.

한국가정경영연구소는 2000년 1월 출범해 분당구정자정에 위치하고 있다.

문의: 한국가정경영연구소 726-3747

상담 3 생활법률 · 세무 무료상담

분당구에서는 10월 11일부터 매주 월요일 오후 2시부터 오후 5시까지 중앙민원실에서 시민의 권리보호를 위한 생활법률과 세무 등에 대한 무료상담서비스를 실시하고 있다.

현대사회의 다양해진 시민의 욕구를 충족시키고 시민의 권리보호와 권익을 증진하는 물론 시민이 법률적인 지식의 부족으로 인한 불이익과 피해를 사전에 예방하고 법률적인 조원을 구하기 위해 마련된 이 서비스는 분당구에 거주하는 시민이면 누구나 도움을 받을 수 있다.

배필 첫째, 셋째, 다섯째 주는 변호사의 법률상담, 둘째, 넷째 주는 세무사의 세무상담으로 이루어진다.

상담을 원하는 시민들은 해당 상담일정에 맞추어 구청을 방문하면 상담을 받을 수 있다.

문의: 분당구 시민과 민원팀 710-2041

풍성한 수확의 계절도 막바지로 접어들었다. 늦가을, 우리 시에서도 지난 10월 15-21일 펼쳐진 '성남문화예술축제'에 이어 시민을 위한 특별 가을축제가 풍성하게 기다리고 있다. 가까운 이웃곳에서 편하게 보고 참여할 수 있는 추억거리를 만나보자. <연일기자>

늦가을, 시민을 위한 특별한 축제!

가족등반대회, 가족영화제, 꽃사진전 등 다양

추억 하나

가족등반대회

함께 만들어가는 행복기정

은 가족이 함께하는 가족등반대회가 11월 7일(일) 오전 9시 남한산성에서 있다. 지정된 코스로 등반시간 30분하며 한부문화화를 설명, 가족간 장기자랑과 우애다지기 등의 시간도 가진다. 참가자에게 간식을 제공한다. 성남시민이면 11월 3일까지 선착순 50여 가정 100여명을 모집한다. 한편 11월 5일(금) 오전 10시에는 단대동 소재 여성복지회관에서 김중옥 강사를 초청, "주도적인 삶을 사는 여성의 지혜"를 주제로 성남시민을 대상으로 양성평등 여성인식 강연회도 연다.

문의: 시청 여성정책과 720-4121~2

추억 둘

가족영화제

영화한편의 즐거움과 전시회 관람

풍요로운 가을의 경치가 느껴지는 화매대 공원의 운치와 함께 온 가족이 모여 영화와 함께 가족사랑과 전시회 관람으로 즐거움 한 때를 보낼 수 있다.

수정청소년수련관에서는 공연장에서 지난 10월 1일부터 '2004년 가을 에니/가족영화제'를 열고 있는데 성남시민이면 누구나 무료로 관람할 수 있으며 배회 형은 권 후원도 있다. 10월 25일(월) 더갯, 20원 피노키오, 27일 어린이부, 28일(목) 사커두개 2호 7시부터 상연된

다.(수련팀 740-5260-4).

한편 10월 30일까지 전시실에서 종이접기, 글쓰기 등 전시회와 점토조형, 도예교실 등 조형미술전시, 공연장에서는 11월 2일 밤새와 피아노 발표회가, 11월 4일 음악 발표회가 있다.(사회교육팀 740-5240-1)

추억 셋

에너지다이얼!

푸른 자전거 축제

에너지절감운동과 함께 녹색교통 문화를 만들기 위해 자전거를 주제로 어린이부터 성인까지 즐겁게 참여할 수 있는 "푸른 자전거 축제"가 10월 30일(토) 오후 1~4시 판전 자전거 전시회장에서 개최된다.

성남YWCA가 주최하고 시와 에너지관리공단, 마사회가 후원하는 이 행사에는 세발자전거 타기, 플라유프 돌리기 등 자전거 3종경기 및 자전거모형만들기, 자전거 5종시합을 비롯해 자전거 모기타고 노래 및 맨스 공연 등이 준비되어있다. 참가 어린이 선착순 1천명에게는 간단한 간식을 제공하고 각 부분별 수상자에게는 자전거 관련 상품이 주어진다.

문의:성남YWCA 701-2501-3

추억 넷

음악연주회

성남시립교향악단 제12회 정기연주회

성남시립교향악단은 10월 29일(금) 오후 7시부터 벽강에 숲회관에서 제12회 정기연주회를 갖는다.



피아노의 결혼(모차르트)을 비롯해 피아노 협연(라이코프스키) 심포니(쇼스타코비치) 등이 연주되며 영남곡으로 차이코프스키의 '백조의 호수'가 준비되어 있다. 행사 30분전까지 입장해야하며 8세 미만 어린이는 입장할 수 없다.

문의: 성남시립교향악단 706-8177

추억 다섯

사진전

"산과 들에 피는 꽃"을 찾아

신구대학 식물원에서는 에코센터 휴게실에서 오는 11월 30일까지 남강초등학교 사건의 51점이 전시된 사진작가 김경성의 "산과 들에 피는 꽃" 사진전을 연다. 꽃에 관심이 있는 분들은 가볼만한 곳이다.

식물원 홈페이지 www.sbg.or.kr

아, 님의 소리가 그림습니다!



萬海 입적 60주년 기획전

'만해 한용운과 그 사람들'

관람객에게 전시관을 소개하는 전포남 관장(우측)



남한산성 산비람에 실린 님의 목소리가 다시 깨어 오시고 있다. 경기도 광주시 남한산성 만해기념관(관장 전보삼 · 56 · 신구대 교수)은 10월 16일부터 다음달 14일까지 만해 입적 60주년을 맞아 '만해 한용운과 그 사람들' 특별기획전을 열고 있다.

"이순신 사공삼과 을지문덕 마부상이 파사김벽태(郭逸) 님이 들고 남선북마(南船北馬) 하여 볼까?" 이는 만해가 위기에 처한 나라를 구한 을지문덕과 이순신을 기리면 쓴 유희 시다.

전 판장은 지난 30여 년간 각종 자료를 모아 만해와 관계되었던 인사들을 얻었고 역사적 인물, 독립운동가, 문화예술인, 종교인과 만남 등 4개 주제로 나뉘 60여명에 관련된 유물과 자료를 전시하게 했다.

1910년 국권을 빼앗기자 을득 직접한

매년 황현에 대해 만해는 '의(義)에 나아가 나라 위해 죽으니(만고의 그 용개 꽃이 새우리)'라고 추모했다. 벽초 홍명희는 만해를 기리며 "침천을 합쳐도 만해 한 사람을 당하지 못한다."고 썼다. 만해가 발명한 불교교리 '유심'의 현상공포에 당선된 소과 방정환의 소설과 지도도 살펴 볼 수 있다.

"나라가 어지러울 때마다 죽을 때가지 일제를 향해 추상같은 호명을 그치지 않았던 만해의 민족사랑 정신이 그리워진다."는 것이 전시취지다. 님의 목소리가 사방천지에서 들리는 듯 하다. 깊어가는 가을, 마음을 가 지런히 다잡아 볼 수 있는 좋은 기회다.

관람시간은 오전 10시~오후 6시, 관람료 1000원.

문의: 744-3100

정영희 기자 essay45@hanmail.net



고재연의건강이마이 / 중환자보호연구소 공동연구원

환절기 건강관리 **감기의 인빙치료**

유형성 독감은 조금 다르지만, 일반적인 감기는 추워서 걸리는 것이다. 차가운 기운이 몸 안으로 들어와서 경락의 순행을 막으면 여러 가지 증상이 나타나는데 이것을 한의학에서는 '상한(傷寒)'이라고 한다. 원기가 왕성하여 바깥의 차가운 기운을 이겨낼 수 있으면 감기에 걸리지 않지만 그렇지 않으면 몸의 허한 틈을 타고 차가운 기운이 침투하게 된다.

차가운 기운이 몸 안에 들어오면 한기를 이겨내기 위해서 여러 가지 면역반응을 일으킨다. 차가운 기운이 피부와 근육을 열리면 우리 몸은 혈액순환을 왕성하게 하여 열을 발생시켜서 차가운 기운을 쫓아낸다. 차가운 기운이 폐를 열어서 경맥의 순환을 막으면 우리 몸은 폐로 혈액을 보내서 따뜻하게 하고, 열이있는 폐를 운동시키기 위해서 기침을 하게 한다.

발열이나 기침 등은 나쁜 기운을 몰아내기 위한 우리 몸의 방어기전이기 때문에 단순히 이런 증상만을 없애게 되면 오히려 정상적인 면역이 억제되어 한기가 나가지 않고 잠복한다. 그래서 한의학에서는 감기초기에 열을 내리거나 기침을 억제하는 약을 사용하지 않고 오히려 차가운 기운이 들어오는 틈을 해서 그 부위를 따뜻하게 하여 배출시키는 약물을 사용한다. 한방감기약은 우리 몸의 면역반응을 거스르지 않고 오히려 북돋워 한기를 몰아내므로 효과가 빠르고, 쫓고도 무거워하지는 등의 부작용이 없으며, 감기를 이겨내는 과정에서 면역력이 증강되는 장점이며 소아와 노인들에게 특히 좋다.

시중에는 감근산, 소청용방, 상회방 등의 처방을 주제로 한 약품들이 판매되고 있지만, 환자가 증상을 살피지 않고 무분

별하게 복용할 경우 효과가 없거나 오히려 부작용이 나는 경우가 많다. 증상에 맞지 않는 한방감기약을 복용하면 병이 낫지 않고 오히려 다른 경력이 손상되어 치료하기 어렵게 되니 한의사의 전문적인 진찰을 받고 복용하는 것이 좋다. 한방감기약은 한의원이나 보건소에서 의료보험혜택을 볼 수 있기 때문에 저렴하게 이용할 수 있다.

면역력이 약한 사람은 미리 예방주사를 맞고, 허력을 잘 관리하며, 몸을 따뜻하게 해서 추위를 피하고 특히 등과 발의 경혈을 따뜻하게 하면 감기를 잘 이겨내는데 도움이 된다. 한기는 현대인에겐 부족하기 쉬운 영양소를 많이 함유하고 면역력을 증강시켜서 중풍, 동맥이나 등지에서 사슬을 예방하기 위해서 많이 먹을 정도로 좋은 식품이니 평소에도 많이 섭취하면 감기예방에 좋다.

농협성남농수산물종합유통센터

'사랑의 감감치 나누기 (11.19~11.26)

김장채소 소비촉진 특별판매: 11.19~12.5 17일간



농협성남농수산물종합유통센터에서는 김장철과 연말연시를 맞아 불우이웃돕기 사랑을 실천하기 위해 시약성남시의회, 새마을부녀회 농협중앙회 성남시지부, 성남농협, 여성농협 후원으로 '사랑의 김장감치 나누기' 행사를 실시한다.

오는 11월 19~20일 양일간 농협성남농수산물종합유통센터 내에서 성남시장, 성남시의회 의장, 기타 단체장장과 후원 단체 자원봉사자 등 400여명이 김장 감치를 직접 담고 담근 감치를 우리시 관내 어르신 등 사회적단체와 청소년, 가정, 독거노인 등 불우이웃에게 지원할 예정이다.

이번 행사는 농협성남농수산물종합유통센터의 2003년도 운영 이익금 5천만원으로 약 22톤의 배추김장 감치를 직접 담아 지원하는 것으로 연말연시 불우이웃에게 훈훈한 인정이 감도는 계기가 될 것으로 기대되고 있다. 또한 수입 개방으로 어려움에 처해있는 산지 농가와 실적 불황으로 어려운 성남시민에게 도움을 주고자 1억원 배추(50만포)를 구입 소비자에게 지원하는 김장채소 소비촉진 특별판매 행사도 11월 19일부터 12월 5일까지(17일간) 실시할 계획이다.

문의: 농협성남농수산물종합유통센터 738-9131

인플루엔자(독감) 미리미리 예방을!

시 보건소에서는 인플루엔자(독감) 유행시 쉽게 감염 및 합병증을 유발시킬 수 있는 노약자를 대상으로 11월 1일부터 12월 중에 인플루엔자(독감) 예방접종을 실시한다.

독감 예방접종 권장대상자 중 65세 무조건 권장 대상자는 △만내 6세 이상(194년 이전 출생자) 노인층, 만성질환

으로 사회복귀시설 등에서 치료 · 요양 중인 자 △폐결핵환자, 심장질환자, 당뇨병, 만성신부전, 악성종양환자 등 의사의 소견서를 첨부한 만성질환자 △삼 · 오리농장 및 관련업계 종사자 △사사 시설인 종사자이다. 유행에는 독감 권장 대상자 중에서 신규로 생후 6~23개월의 영아, 50~59세의

남녀, 임신부가 추가된다. 접종대상자는 주민등록증, 주민등록번호, 주민등록번호를 가지고 해당 보건소의 예방접종실이나 각 당사무소(순회접종), 또는 가까운 병 · 의원에서 예방접종을 받을 수 있다.

문의: 수성구보건소 729-5170-6
중원구보건소 729-5270-6
분당구보건소 729-5370-6



수돗물 맛있게 마시는 법

- ▷ 전날 밤에 받아둔 수돗물을 마신다.
- ▷ 마시기 전 3분 동안은 수돗물을 흘러보낸다.
- ▷ 솥은 수증기만 뜬 물을 취하, 분쇄시킨다.
- ▷ 수돗물은 2시간 방치 후 마시면 가장 맛있다.
- ▷ 필터대 문수관의 물은 식수로 쓰지 않는다.
- ▷ 물이 끓기 시작할 뒤 5분 이상 더 끓인다.

"엄마, 아침밥 먹어야 성적 오른대요"

▶ 아침식사를 먹으면 뭘까 좋은가=아이들이 아침식사를 해야 하는 이유는 학업성취도가 높고, 불안정이나 공격성이 떨어지기 때문이다.

게다가 불규칙적이거나 아침식사를 권했을 경우 아이들의 비만에 노출된 확률이 높은 것으로 조사됐다.

특히 최근 아이들 비만 연령이 낮아지고 있어 부모에 이질감을 갖는 아이들이 점심을 건너뛰고 먹고 싶을 기에 체지방 세포수가 과도하게 많아져 비만으로 클 확률이 높아지고 있다.

▶ 어린 아침식사가 좋은가=갑작스럽게 생긴 한 토막이나 두부가 들어간 민장찌개, 김치나 채소를 반찬으로 하면 좋다.

김주현 한국식품영양재단 박사는 "균형 잡힌 식사를 위해서는 한식이 가장 좋다"며 "아침부터 기름진 식사나 탄백질 섭취가 지나치게 많은 경우 비만이 될 확률이 높기 때문에 신경을 써야 한다"고 설명했다.

김 박사가 추천하는 좋은 아침식은 흰쌀에 현미, 현미, 흑미, 보리, 콩 등을 섞은 잡곡이 쌀과 다른 영양소를 골고루 먹을 수 있어 오히려 체소와 과일을 보충할 경우 건강까지 챙길 수 있다고 덧붙였다.

상생대 유은희 교수는 "하루 1시간가량 가벼운 운동을 하고 아침식사를 챙길 경우 정상적인 체중을 인양까지 예방할 수 있다"고 설명했다.

<자료출처: 헤럴드 경제 2004.10.12>

11월 무료 문화강좌

- ▶주제: 제피와 음식
- ▶일시: 2004. 11. 15.(월) 오후 2시부터
- ▶참여방법: 선착순 전화 및 방문 예약접수 (수강료 무료)
- ▶강사의 주제: 각자 제피가 다르다/ 사람은 타고 날 때부터 오장육부가 크고 작게 생겼다/ 양(양)인장 장부(음)인장 장부 발 생 가능성은 항상 가지고 있다/ 따라서 음식을 자기 체질에 맞게 먹으면 항상 건강하게 살 수 있다.

☎분교민속박물관 703-0090



인터뷰 서예술의 끝없는 변신을 시도한 서세가 **유경식**



"예술가로서의 나의 목적의식은 '효'입니다"

일회성 속도성 필묵예술을 친근한 시각예술로의 발전을 위해 노력할 터

"이번 '천인 천효전'은 참다운 효의 알림과 효의 실천의지를 새롭게 하는 데 그 목적을 갖고 있습니다. 효가 중심이 되어야 가정이 바로 서듯이 가정이 바로 서면 나라가 바로 서는 것은 당연하겠지요.

효는 우리나라의 정신적인 문화인 만큼 예술가로서의 나의 목적의식 역시 효입니다. 정신적인 '효 운동' 이제 시작입니다. 천병의 일반 대중이 '효를 주제로 각 한 자씩의 글자를 써서 광장에 이미지를 그려놓아 설치 전시했을 때 대안이 공급하는 효과는 1000이란 숫자는 단지 상징일 뿐인 걸 느낄 겁니다."

지난 16일부터 남궁구항 앞 잔디광장에서 개최된 열린서예전 "1000인 1000효추진"을 기폭제 삼아 서세가 유경식씨(92)의 설명이다. 서예술의 끝없는 변신을 시도하는 유경식씨는 98년경부터 '열린 서예전'에서 피도 해조음이 글씨와 함께 하는 '글묵의 춤 연출'에 호평을 받았으며, 99년 '목성화 182년', 2000년 '새천년한국에서 2152년' 등의 열린 전시회를 통해 한정된 공간속에서 감상하는 정적인 서예에서 활피 글씨와 함께 존재하는 자연의 리듬을 연출하여 서예술의 대중전화에 끊임없이 노력해 왔다.

이번 '천인 천효전' 역시 서예의 특성을 보전하면서도 대중과의 접촉을 시도한 그의 4번째 실험작이다. 이번 '천인 천효전' 전시는 20일만 끝났지만 홈페이지 www.t55.net에서 볼 수 있고,

군 체대 이후 직장에서 사고로 한 팔을 잃은 유경식씨는 오랜 방황 끝에 화정시립부터 재능을 잃은 무인 서예에 관심을 갖게 됐고 붓을 들면서 하루 5~6시간씩 글씨에 몰두하여 93년에는 대한민국 서예전에서 전 레이어 합글서예, 한문서예, 현대서예 3부문을 모두 입선한 바 이어, 95년에는 한글, 한문, 전각까지 특선 등 차지하는 재능을 보였다.

유경식씨는 93년부터 98년까지 6년을 연속 대한민국 서예전에서 특선, 입선을 함으로써 서단의 주목받는 서예가로 현재는 대한민국 서예대전 초대작가로 심사위원으로 초대된, 개인전, 국제서예전북미(연남대) 특권전 등 다양한 전시회를 통해 활발한 활동을 하고 있다. 그동안의 열민전시회가 서예술의 알려짐이 아닌 생생의 회복, 환경과의 조화였지만 이번 '천인 천효전'은 결과보다는 과정의 다양한 이미지를 통해 내면

을 들여다보며 교감하는 힘을 더욱 강하게 하고, 대중의 직접 참여를 유도함으로써 작가와 대중의 경계를 허물고 예술을 공유하는 선진문화에 도전해 보고자 한 것임이다."

일회성 속도성 필묵예술을 좀더 친근한 시각예술로의 발전을 위해 '효'를 주제로 한 열린 전시회는 앞으로 계속할 계획이라고 밝히는 유경식씨는 분방에서 작은 서실을 운영하며 진정한 서예술을 하려는 후배양성을 꿈꾸고 있지만 그런 순수한 인제 발견이 쉽지 않다고 아쉬워했다.

쓸쓸한 이른 아침 뒷밭에 다녀오는 그와 만나 작은 공원 정자에 앉아 인터뷰하는 내내 그는 한 팔을 잃고 할 대야 작은 중이던 아내가 변함없이 자신의 곁을 지켜줘서 큰 힘이 됐다고 '집사람이 가장 고마운 사람'이라고 말했다.

뒷밭에서 파왔다는 상추를 함박웃음과 함께 한가로 내게 안겨준 서세가 유경식씨. 그의 서예에 대한 열정과 순수한 마음이 그리고 환한 웃음이 그의 만남을 즐겁고 행복하게 했다.

정경숙기자(chung001@hanmail.net)

이달의 요리

송이버섯(松茸) 요리

★ 웰빙푸드 ★

유 택 용

서울보건대 조리예술과 교수



...송이버섯의 효능

송이버섯은 버섯 중에서 탄수화물이 89.9%로서는 편이다. 단백질 2.0%, 지방 0.5%, 탄수화물 6.7%, 섬유 0.8% 그밖에 비타민과 무기질이 풍부하다. 송이버섯에는 판수화물, 섬유질, 비타민 B2와 나이아신, 비교적 많이 포함하고 있으며, 다른 버섯종류와 같이 에르고스테롤도 많이 포함하고 있다. 인공조제가 되지 않는 무공해 안심산물 상인명에 표적이 있는 무공해 식품으로 저지방과, 고단백질의 맛과 향이 뛰어나며 저지방 콜레스테롤을 감소시키는 물질을 함유하고 있다. 또한 비타민D, B2, 물론 비타민 D도 많이 함유되어 말린 송이는 비타민D 당이 더러 할 정도로 풍부하다. 송이는 위장, 직장암의 발생을 억제하는 코르스타인이라는 성분들이 들어있어 항암작용을 한다. 뇌에서 체내 발산 스 작용을 해서 정에 있는 나쁜 균을 죽이고 좋은 균을 증식시켜서 섬유질이 많아변비에도 좋다.

...송이버섯의 보관

- ① 생 송이버섯 보관: 냉장고에 1~2주일 정도는 보관이 가능하다. 장기간 보관하려면 깨끗한 항아리나 청포지, 송이를 잘 씻어 물기를 완전히 제거하고 건조시켜 보관한다.
- ② 장기간 보관법: 송이버섯에 물은 흠과 이 물질을 닦아낸 다음 비닐 백에 넣어 꼭 밀봉시키고, 영하 20도 이하에서 냉동 후 보관한다. 가정에서 소량으로 냉동해서 드실 때는 냉동고 냉동 2회에 보관한다.
- ③ 건조 포장 후 냉동보관: 건조포장기 또는 건조 포장에서 냉동 보관하는 방법으로 생 송이의 맛과 향을 가장 잘 보관하는 방법이다.
- ④ 냉동보관: 송이버섯을 깨끗이 씻어서 진한 소금물에 담가 두면 장기간 보관이 가능하다 냉동보관보다 안정성이 떨어지고 맛과 향도 떨어지는 편이다.
- ⑤ 건조포장·생 송이를 통째로 실로 묶어서 통풍이 잘되는 곳에 매달아 두거나 생 송이버섯을 잘게 썰어 말려서 보관한다. 보관할 때 송이의 고온을 피해 하루로 보관하기가 쉽지는 편이다. 요리하기 먹이에는 부적합하고, 꼭꼭나무 기관지염에 걸려서 먹으면 좋다.

...송이버섯을 맛있게 먹으면??

송이는 오래 끓이거나 완전히 구운 맛과 향이 파괴된다. 송이는 60도 정도의 물에서 최상의 맛을 내므로, 송이를 잘게 찢은 다음 향이 남아지 않게 끓여 써서 두었다가 팔팔 끓으면 요리를 상에 올려놓은 다음 송이를 넣고 두껍을 넣고 10~20초 후에 먹으면 향이 그대로 남고 영양도 파괴되지 않는다. 따라서 냄비 요리한 송이를 처음부터 넣지 말고 나중에 넣어 송이의 향을 살려 요리할 수 있다. 또한 너무 강하게 자른 송이를 많이 써서 송이의 향을 없애려는 조리법은 딱히 없는 것이 송이를 맛있게 먹는 방법 중 하나이다. 구이를 할 때 참기름을 발라 구운 송이의 향을 감소시켜 송이의 향을 줄일 수 없으므로 정온에 소금을 녹여서 이 물에 담겨 두었다가 구운 송이의 향을 그대로 살릴 수 있다.

역력: 경제개혁과 대한 위생연구소 박사후 / 서울 프라호텔 - 서울호텔협회 근무 / 일일요리(요리전문), 2002, 푸드리더(호텔) (요리전문), 2002, 일본 요리대제 (Jiken An: 전역) - 생선 가제(해운대학) - 일본 푸드리더(호텔) 근무



법/률/사/례

여러 차례 도급사업에서의 입금지급 책임

문

저는 **甲회사**로부터 **직접** 사무공사를 하수급한 **乙회사**의 정장으로 일하여 공사가 완공되었으나 **甲회사**는 별다른 이유 없이 공사대금을 **乙회사**에 지급하지 않고 있어 **형제업체인 乙회사**는 저의 임금을 지급하지 못하고 있는 바 제가 **甲회사**에 직접 임금을 청구할 수 있는지요?

답

여러 차례 도급에 의하여 사업이 이루어지는 경우에 일반적으로 하수급인은 직상수급인에 의하여 사업의 영향을 받게 되는 바, 직상수급인의 귀책사유로 하수급인의 사업에 지장이 초래되어 근로자에게 임금을 지급하지 못하는 사제가 있습니다. 이러한 경우 근로자를 구제하기 위하여 근로기준법 제43조는 "사업이 수자의 도급에 의하여 정지되는 경우 하수급인이 직상수급인의 귀책사유로 근로자에게 임금을 지급하지 못한 때에는 그 직상수급인은 당해 수급인과

연대책임을 진다"라고 규정하여 귀책사유 있는 직상수급인에게 근로자가 임금을 청구할 수 있도록 보장하고 있습니다. 만일 직상수급인이

- ① 정당한 사유 없이 도급계약에 의한 도급금액 지급일에 도급금액을 지급하지 아니한 경우,
- ② 정당한 사유 없이 도급계약에 의한 원자재공급을 지연하거나 공급을 하지 아니한 경우,
- ③ 정당한 사유 없이 도급계약의 조건을 이행하지 아니함으로써 하수급인이 도급사업을 정상적으로 수행하지 못한 경우 등에는 하수급인과 연대하여 근로자에게 임

금을 지급해야 할 책임이 발생합니다.(근로기준법 시행령 제19조).

따라서 귀하는 **乙회사**와 고용계약을 체결하였으므로 **乙회사**에 임금지급을 청구해야 할 것이나 근로기준법의 규정에 의하여 고용관계가 없는 **甲회사**에도 직접 임금지급을 청구할 수 있습니다. 그러나 공사에 의하여 임금지급청구를 할 수 없을 경우 **甲회사**에 임금지급청구를 할 수 없을 것을 참고하시기 바랍니다.

자료: 대한법률구조공단
성남출장소 748-3876

2004. 10. 14일부터

성남시 시내버스요금 인상 (경기한려면)

<내선버스>		<지역 및 직행버스>	
현행	인상후	현행	인상후
일 반	700 850	직행버스	1,300 1,400
초 소년	500 650	직행버스	1,500 1,600
청소년	300 350		(단위: 원)

<단, 교통카드 사용자 기준대로 내선버스는 50원, 직역 및 직행 직역 버스는 100원씩 요금 할인>

☎ 교통정책과 729-5020-3

10월은 종합토지세 납부의달

- 납기: 2004. 10. 16 ~ 2004. 11. 1
- 납세의무자: 과세기준일(2004. 6. 1) 현재 사실 소유 토지소유자
- 과세방법: 전국의 토지를 소유자별로 합산하여 종합합산, 별도합산
문리 과세의 유형에 따라 세율을 선택하여 과세
- 납부방법: 전지납부(서로) 전지금납부(농협중앙회, 카드발급대출)납부
☎ 수주세무서과 737-2121-6, 중원구 세무과 750-2121-6
문당구 세무과 710-2121-6

은퇴후 받는 국민연금

국민연금관리공단에서는 은퇴후 받게 될 국민연금 예상액이 가입기간, 소득변화, 유가족상황 등 각종 변수에 따라 어떻게 달라지는지 인터넷으로 손쉽게 계산할 수 있는 시스템을 개발하여 제공한다.
홈페이지(www.nps.or.kr)를 통해 "예상연금액 연의계산 프로그램"을 제공하며, 아울러 지지를 방문하는 고객들에게도 1대 1면담을 할 수 있도록 하여, 즉석에서 예상연금액을 확인할 수 있도록 한다.
☎ 국민연금관리공단 성남지사 729-6122

결혼·이사·장례비 소득공제

지난해 소득세법 개정으로 연봉 250만원 이하인 직장인은 이번 연말정산부터 결혼과 이사, 장례비용도 100만원 이하의 소득공제를 받을 수 있다. 따라서 결혼과 동시에 이사를 한 직장인은 100만원 또는 200만원의 공제 받을 수 있다. 소득공제는 소득증빙, 주민등록등본, 주택매매계약서, 주택임대차계약서 등으로 사실 여부를 확인하면 받을 수 있으며 영수증을 따로 보관할 필요는 없다. 하지만 공제대상자 연봉 250만원 이하인 본인과 기본 공제대상자가 해당된다.
☎ 국세청(www.ntago.kr) 1588-0000

정보통신 사용전 검사 업무

- 시행일자: 2004. 10. 13일부터
- 6층 이하로서 연면적 2,000㎡ 이하의 건축물: 구형 총무과
- 6층 초과하거나 연면적 2,000㎡ 초과와 건축물: 시청 정보통신과
- 대리대상 공사사업: 6층 이상이거나 연면적 5,000㎡ 이상 정보통신
 설비공사 (정보통신공사사업법 시행령 제7조)
- 검사신청자: 공사를 발주한 자 또는 자신의 공사를 스스로 시공한 통
 신사업자
- 검사면제 대상
 - 대리 (공동신관리)를 실시한 공사
 - 연면적 150㎡ 이하 건축물
☎ 정보통신과 729-3431-6

11월 무료 컴퓨터교육 일정안내

기관명	구분	접수기간	교육기간	인원	전화번호
시청(교육소: 중앙관학)	일반기초반(인태사출생전 태교)	10.26~10.29			
선진사형(성남시교육청)	설비기초반(연우 한글교육)	선착순접수	11. 2~11.24(월~금)	40	729-3411~4
근로자종합부서	연도 우 한글워드, 인터넷 홈페이지(사전)	근로자회 10.24(월)			
	연도 우 한글워드, 인터넷 홈페이지(근로자)	09.09(현) 신학생	11. 1~11.24(과목)	20	729-5900
	작성(초보 한글)2, 프로그램 디지털(초급)	10.26~10.28	11. 1~11.23	30	743-9000
유망여성센터	한글2004 예비반	10.26~10.28			
	컴퓨터101초반	11.17~11.19	11.24~11.26	10	
문화여성센터	여성안전교육반 컴퓨터101반	10.26~10.28 (선착순접수)	11. 8~11.29	30	752-3916~7
	여성안전교육반 컴퓨터101반	10.24(월)09:00~10:30 연수코스, 홈페이지제작반	11. 8~11.26	35	709-9154 4431.333
수정구청	PC활용반 10월반	수시 전화접수	11.1~11.12	22	737-2302~4
	인터넷교반 PC활용반 포털수업	(선착순)	11.15~11.26	23	
중원구청	한글101반 인터넷101반 10월반	10. 18(월) 이후	11. 1~11.12	25	750-2300~4
	한글101반 인터넷101반 10월반	수시 전화접수	11.15~11.26	25	
한국정보통신교육원 성남시	웹디자인(정보통신) 웹페이지(정보통신) 웹페이지(정보통신)	현재~10.24	11.2~11.26	40	754-0500-1
	웹디자인(정보통신) 웹페이지(정보통신) 웹페이지(정보통신)	현재~11.25	11.29~12.24	40	
성남시노년복지재단	컴퓨터기초, 인터넷교과, 생활컴퓨터	10~12월(수시접수)	10월~12월(이월교과)	12	731-3303-4
	PC활용기초			24	
(사)성남시장애인정보문화센터	역설각자본워드(장애인)PC활용반	수시접수	3개월	18	732-6884
	인터넷 홈페이지 워드		24	FAX 732-6785	
	웹디자인전문교육		4개월	24	
성남시장애인복지회	컴퓨터기초(인터넷)기초	접수일(월)24	3개월(월 수)	753-9883	
	워드(프린트)기초(교육)기초	2(월)10(11월)등록접수		011-5070-1844	

인감증명서, 이렇게 발급됩니다

- 인감업무가 전산화되어 전국 읍·면·동사무소 어디에서나 인감증명서 발급이 가능합니다.
- 인감증명서를 발급받기 위해서는 본인임을 확인할 수 있는 신분증(주민등록증, 자동차 운전면허증, 장애인등록증 등)을 소지하여야 합니다. 그러나 종전과 달리 인감도장은 소지할 필요가 없습니다.
- 인감증명서의 인영이 검은 색필로 발급됩니다.
- 지금까지는 인감도장을 공무원이 직접 대조 확인한 후 인장을 사용·납인하여 인감증명

- 서를 발급하였으나, 이제는 신고되어 있는 인감을 위조방지용 특수 용지를 사용하여 컴퓨터 출력·발급하게 되므로 인감의 인영이 검은 색필로 발급됩니다.
- 주민등록 이전시 전인신고와 동시에 신주소의 인감증명서를 발급받을 수 있습니다.
- 지금까지는 주민등록 이전시 신주소지에 인감대장이 도착하는 2~3일간 인감증명서를 발급할 수 없었습니다. 이제는 전인신고와 동시에 증명발급이 가능합니다.
- 인감신고는 주주소 읍·면·

- 동에서 신고하여야 합니다.
- 신고된 인감의 인영상태가 심하게 훼손 되었거나 호리케타 날린되어 있는 인감의 경우 인감증명서의 신뢰성 확보를 위해 민영인이 직접 주주소 읍·면·동사무소를 방문, 재 신고를 해주어야 합니다.
- 온라인 발급을 원하지 않으면 주주소 증명청을 방문하여 인감보호신청을 하시면 종전과 같이 주주소에서만 발급하거나 대리 발급이 불가능합니다.

문의: 구청 민원실 및 동사무소

정/모/마/당 II

전화 131번 날씨정보 '척척'

- 인터넷으로 이용하면 가장 풍부하고 다양한 정보를 만날 수 있다. 기상청 날씨웹(http://www.kma.go.kr)으로 가면 날씨, 예보, 뉴스 및 정보, 생활기상정보, 기후자료가 잘 정리돼 있다. 영문·초음과 시각 장애인 이용 정보도 함께 제공한다.
- 전화로도 실시간으로 정보를 만날 수 있다. 인터넷 접속이 어려운 곳에서는 알선전화로 휴대전화로 만날 수 있다. 차이나나 해삼, 공동에서도 전화만 걸 수 있으면 언제나 날씨정보는 손에 있다. 국민번호 131을 누르면 된다. 물론 이용료는 없다. 전화를 걸어 1번(내도 번호)을 누르면 된다. 초거기 1번을 누르면 예보, 2번은 해상구역예보, 3번은 기상특보, 4번은 기상실황, 5번은 주변예보이다.

겨울철대비 주택단열용자재자금 지원

다양한 동절기를 대비해 도내 민간용 주택을 대상으로 주택단열용 자재금을 융자 지원한다. 단열장비를 이미 마련했거나 대출을 희망할 경우 사생·구형 및 동사무소 주민자치센터 업무담당자에게 단열상황 확인서를 발급받아 해당금액에 대출신청을 하면 된다.

- 대상: 도내 중권선 7년 이상 경과된 미단열주택
- 대출조건: 1주택당 1,500만원 한도 내에서 연리 3.5%, 연 거치 3년 분할상환

☎ 예산·지리관리과 단열지원팀 2604-605/616

검찰 민원행정서비스 안내

- 민원인 1회 방문 처리 제도 시행
- 민원서류 우송제도 실시
- 민원서류 당직실 개방
- 주거지 검찰청 발급 민원 확대: 전경(내사)사건처분결과 증명, 기초중지사건 제기사실 증명, 항고장 접수증명, 항고기각 증명, 재항고장 접수증명, 재항고 기각증명, 재정신청서 접수증명, 불기소 이유지정 청구,

- 항고기각이유지정 청구, 재항고기각이유지정 청구, 채포·구속영장등본교부신청.
- 인터넷 증명발급 실시 예정: 현재 홈페이지를 통하여 민원신청서 예약제(도·고·고·발급 접수증명 등 21종)를 시행하고 있으나 민원인의 증명을 발급받기 위하여 검찰청을 직접 방문해야 하는 불편이 있으므로 발급요건 하는 민원

을 검찰청의 홈페이지에 접속 신청한 후 본인의 PC에서 민원서류를 직접 출력하는 인터넷 증명발급 서비스를 실시할 예정이다. 1단계로 고·소·고·발급, 항고장, 재항고장, 재정신청서 접수증명, 2단계로 사건처분결과 증명, 기소(검고)인정지사건제기사실 증명, 항고기각증명, 재항고 기각증명, 벌과금 납부증명, 형사제단 확정증명 등을 2005월 1월 실시할 예정이다.

☎ 수원지법검찰청 성남지정 739-4200

(2004. 10. 20 현재)

구인정보

업 체 명	소 지 지 원화번호	모집척 종	인 원	자 격 요 건	급 여 (상대)
영원운수(주)	중앙구상대점동 (031-741-0723)	자동차배달경리직	1	영속-그룹 25-35세 3년경험이상	월급148만원이상
경향엔지니어링(주)	중앙구사무소 (031-753-3778)	통신사기밀직	1	20-38세 3년경험이상	연봉2000만원이상
CS&S	중앙구상대점동 (019-364-2777)	크레디트상담대표	2	20-35세 20-35세	월급97만원이상
스카이엔지니어링(주)	수정구대점1동 (031-752-7740)	대동 사무기출사	1	그룹-14명 20-35세	연봉2000만원이상
건축사사무소 크리엔티	수정구북점동 (031-757-4566)	건축관리기술사	2	대학졸업 20-30세 3년경험이상	연봉1500만원이상
주익엔지니어링	중앙구상대점동 (031-749-0144)	경리사무원	1	그룹-14명 19-25세	연봉1200만원이상
명백엔지니어링(주)	수정구상대점동 (031-756-8150)	회계 결산 사무사무원	1	그룹-14명 20-35세	월급130만원이상
(주)지리엔	중앙구상대점동 (031-756-4002)	회계 사무사무원	1	그룹-14명 20-35세	연봉1500만원이상
에어포비아시스템	수정구상대점동 (031-756-4988)	공로-기술개발 및 사무사무원	1	22-50세 20-25세	연봉1500만원이상
유펜트시스템	수정구상대점동 (031-719-1000)	수원개발기술사	2	연대학원 4명 20-35세	연봉1500만원이상
(주)삼원건설	중앙구상대점동 (031-719-4959)	회계 결산 사무사무원	1	연대학원-4명 20-35세	연봉1400만원이상
분당YMCA	분당구영구동 (031-714-1234)	과외 선생사무원	1	14명 20-30세 3년경험이상	연봉1500만원이상
명익(주)	광주시모곡면 (031-713-0145)	식음료원	1	20-30세 20-25세	연봉1800만원이상
(주)시승건설	분당구구미동 (02-420-1088)	건설안전관리기술사	1	14명 20-35세	연봉1400만원이상
(주)미래이엔	분당구아람동 (031-700-6691)	건축사기출사 (연세대학교 및 합격)	1	25세-30세 3년경험이상	월급1800만원이상

* 상기 구인정보는 조기에 마감될 수 있으며 지원을 희망하시는 경우 아래로 문의하시기 바랍니다.
 * 자료제공처: 성남상공안정센터 취업지원팀 031-756-6049, 분당·고용안정센터 취업지원팀 031-702-9000

- 전기인정사고 예방을 위해 2회 1회 전기인정점검(누전여부)을 실시하고 있습니다.
- 11월 점검대상지역: 분당구(정자동·극목동)
- 점검기간: 2004.11.1~2004.11.30

☎ 한국전기안전공사 1568-7500

가전기밀별 특성 및 절전 사용 방법

- 전동기
 - 자연광을 최대한 이용한다. 맑은 날 창에서 4-7m 이내는 자연광으로 직접 조도를 유지할 수 있으므로 창기 등은 끈다.
 - 오래된 흐릿하게 보이는 형광등은 50-60% 어둡게 느껴므로 빨리 바꾸는 것이 좋다. 형광등은 실 때의 기준의 2(Ωmm)보다 낮은 26mm짜리 형광등으로 바꾸면 된다. 수명도 길고도 밝다.
 - 전구와 것을 주기적으로 청소하면 효율을 높일 수 있고 적은 램프 여러 개 보다 큰 것 하나를 사용하는 것이 낫다. 백열등은 전구식 형광 등으로 바꾸어 주면 70%의 절전효과가 있다.
- 컴퓨터
 - 컴퓨터를 사용하지 않을 때 시간을 깨울 경우 모니터와 본체를 합쳐서 10W의 전기가 절약됩니다.(본체 70W, 모니터 70W)
 - 사용하지 않는 시에는 절전모드로 전환, 10분 이상 사용하지 않을 때는 꺼주는 것이 좋습니다.
 - 프린터, 스캐너 등 주전기가는 사용하지 않을 때 전원을 켭니다.

정보나눔

정보나눔은 공익성이 있는 일련 소식에 한하여 시민누구나 이용이 가능합니다.
 매월 12일까지 접수받으며 비전성남은 25일에 배포됩니다.
 ◆보내실곳: 461-700 성남시 수정구 청명빌딩 10(태평동 333번지)
 ◆문의 차: 편집/원리/편집 ☎ 729-2714-5 FAX 729-5439

❁겨울길과 수강생모집

- 강좌 책: 영어 영어(10월), 겨울길 공부판본(10월 12일), 영어로 듣는 영어 문법책(1월 28일, 2월 14일)
- 학습기간: 2004. 10.26(월) ~ 2004. 10.28(목)
- 대 상: 성남시민(신촌동지역, 아현이라는 의료보 헬스 지원)
- 어린이 강좌: 일반분류 후 추후합설 10.29(금) ~ 11(일)
- 접수 처: 1층 안내대
- ※무단으로 결석하는 수강생은 향후 1년 동안 저회 도우금 반환금 징취를 받습니 합수 있습니다. (2005.9월까지)
- ☎ 중원문화정보센터 정보봉사처 752-3916

❁성남호수도서관 수도시설과 729-5221-4

❁강연인 교육

- 일시: 2004. 11. 11(월) ~ 2004. 11. 12(금)
- 대상: 30대 ~ 55세 까지 여성
- 모집: 2004. 10.29까지
- 연세부류: 사전 2명, 주민등록등본, 건강검단증, 교과비 무료, 취업일선
- ☎성남 YWCA 701-2501-3(3층 1번)

❁민주평화통일자문회의 제13기 평화통일대학생 모집

- 모집원인: 10명 (남, 여 내외)
- 지원자격: 성남시민
- 구비서류: 입학원서(신촌 대학 소정양식)1매, 증명 사진 1매
- 접수기간: 2004. 11.3(수) ~ 11.12(금)
- 강의장소: 중원구 문화정보센터 ☎752-3916
- 수 강 료: 무료(본 대학부담)
- 교육기간: DMZ 분화 유적지 현장 탐사 및 문화예찬단 2명
- ☎민주평화통일자문회의 성남시협의회 (성남시청 4층) 756-5998, 729-5673
- 시청 주민자료과 729-3300-3
- 수강구형: 총무과 주민자료과 729-3300-5
- 중원구형: 총무과 주민자료과 750-3300-5
- 분당구형: 총무과 주민자료과 710-2300-5
- 각 동 사무소

❁생활인예교수 수강생모집

- 일시: 2004. 11.3(수) 10:00 ~ 12:30
- 장소: 중앙기술센터 대강당(아메이 1·2번 출구)
- 신청: 신청서 및 정보 - 전화 접수
- ☎성남시농업기술센터 인력개발팀 729-5940-1

❁저수조(물탱크) 청소 홍보

- 대상: -건축물 또는 시설물: 연면적이 5,000㎡ 이상
- 공동주택: 5층 이상의 아파트 등
- 연면적 및 대지면적: 연면적 660㎡ 이상 4층 이하
- 업무시설물: 연면적 3,000㎡ 이상의 건축물
- 방송시설물: 연면적 2,000㎡ 이상의 2층 이상의 용도부 쓰이는 건물, 시청, 선거, 방송, 학원 등
- 대중이용시설: 1,000㎡ 또는 1,000명 이상 수용하는 공연장 등
- 시기: 1월 28(토)까지에 1회 이상, 위생점검은 매월 1회
- 행정사항: 미 이행 시 2회 이하의 정제 또는 1,000원 이하의 벌금

- 신청자격: 각 영역별 분야에 가능한 도내 거주 내 · 외인
- 1940. 1. 1 ~ 1985. 12. 31. 총합계 건강장차 차한 18세 이상 ~ 65세 미만)
- 해당 영역에 관련 3년 이상 해외 거주 경력이 있는 자
- 원인이 수련의 해당분야에 구술능력 있는 자
- 접수기간: 2004. 10. 7(목) ~ 2004. 11. 07(수)
- 지원서 제출방법: e-mailing@klor.or.kr 또는 팩스 031-259-6952
- ☎성남시공공사무소 011-142-0991
- http://www.gob.or.kr, www.sk2105.com

❁성남시(여성합창단) 단원모집

- 모 직: 소프라노, 메조소프라노, 알토, 테너, 바소
- 자 격: 성남시 거주여성, 만 20세 이상 ~ 45세 이하
- 주요활동: 문화예술행사 참가 및 연주회 개최
- ☎성남시(여성합창단) 019-9142-9338
- 011-142-0991

❁대한노인회 노인취급지원센터 운영

- 대상자: 60세 이상(구부, 구인)
- 수료료: 무료
- 접수장소: 전화: 747-6379(성남정보사무관)
- 중원노인회: 629-4008(태원동 100-127) 분당노인회: 704-2125(아현1동 우체국 뒷편)

❁2004년 국비지원 디지털아트 응용 디자인 교육생모집

-디지털응용디자인과정: 사진, 광고, 미술작품의 이미지를 고품질로 하고, 적절한 미디어에 전자사양에 고품질의 실행물 제작할 수 있는 실무 위주 기술교육과 SOE(초지능정보)가 가능한 직업훈련과정

- Embedded Linux 실무과정: Embedded System은 특정 목적을 위해 동작하는 마이크로프로세서 기반 디지털 컴퓨터 시스템을 탑재한 디지털 정보기기 및 post PC 제품 설계에 이용되는 저대역 핵심기술이다. 본 과정에서는 임베디드 리눅스에 대한 이론과 실무중심의 실습을 통해 임베디드 시스템 개발능력을 향상한다.
- 교육기간: 2004. 11. 1 ~ 2004. 12. 20(9주~15주)
- 접수장소: 2004. 10. 4(월) ~ 2004. 10. 27(수)
- 접수서류: 신청서 및 e-mail 신청서 접수
- http://tec.cca.or.kr
- ☎중원문화정보센터 행정팀 720-2227, 2267

❁성남 리빙 디자인 페스티벌 2004

- 일시: 2004. 11. 13 ~ 2004. 11. 17(5일간)
- 장소: 성남구 아람동 프티아리저인센터
- 내용: 최신 리빙디자인 유행방향, 디자인 문화행사, 축제
- ☎성남리빙디자인 페스티벌 2004 행사본부 759-2513(www.skd.co.kr)

테러, 이별 맨 이렇게 행동합니다

지금 큰 세력은 테러의 위험에 직면하고 있어 우리도 대비해야 합니다. 테러는 언제, 어디서, 어떤 형태로 발생할지 예측할 수 없는 불확실한 사태입니다. 테러 사전 대비와 사전 방호식 신속히 대처할 수 있도록 「테러의 위험」을 설치 · 운영할 것으로 보이며, 이리하면 항상 새 시한 종결로 생애 주변을 살펴보고 수 상한 사람이나 불행이 발견되면, 시청 생방송 729-3140-5, 7기부내, 인근 경찰관 선 신고도 큰데, 테러에 신고하여 주시길 바랍니다.

2004. 10월 "비전성남" 퀴즈

- 내오민 자유시요
- 1. [2번] □□□가도모 11월 4일 개통
- 2. [4번] 사원군도사업에 차 □□ 계승도
- 참외 하대
- 3. [5번] 관내 대학 □□□방학 안내
- 4. [9번] 가족등원대회신청은? □□□까지
- 11월 □□까지
- 5. [10번] 수돗물 □□□마시는 법
- 6. [12번] 10일은 풍화 □□□부위이다

비전성남 17면의 인기 있습니다.
 ※ 퀴즈 정답은 성남시청에 문의 접수 받습니다.

2004. 9월 퀴즈 당첨자

■ 무관 연락처: 도서상권(20,000원 상당)

번호	성명	주 소
1	최정호	수정동 309(2)~309
2	최정호	마곡동 207~190동
3	김정호	마곡동 207~190동
4	김정호	마곡동 207~190동
5	김정호	마곡동 207~190동
6	김정호	마곡동 207~190동
7	김정호	마곡동 207~190동
8	김정호	마곡동 207~190동
9	김정호	마곡동 207~190동
10	김정호	마곡동 207~190동
11	김정호	마곡동 207~190동
12	김정호	마곡동 207~190동
13	김정호	마곡동 207~190동
14	김정호	마곡동 207~190동
15	김정호	마곡동 207~190동
16	김정호	마곡동 207~190동
17	김정호	마곡동 207~190동
18	김정호	마곡동 207~190동
19	김정호	마곡동 207~190동
20	김정호	마곡동 207~190동
21	김정호	마곡동 207~190동
22	김정호	마곡동 207~190동
23	김정호	마곡동 207~190동
24	김정호	마곡동 207~190동
25	김정호	마곡동 207~190동
26	김정호	마곡동 207~190동
27	김정호	마곡동 207~190동
28	김정호	마곡동 207~190동
29	김정호	마곡동 207~190동
30	김정호	마곡동 207~190동

2004. 10월 기사제출자

■ 기사제출자: 현교표(30,000원 상당)

성명	주 소
정경호	수정구 단대동
박재형	상당동
유재홍	양지동
박재홍	중원구 상대리동
고재현	상대리동
민정환	성남동
정신화	분당구
김재훈	이매동
장영희	금곡동
이지원	분당동

2004. 9월 퀴즈당첨

- 1. 최정호 4, 이웃
- 2. 김정호 5, 세무
- 3. 최정호

퀴즈 접수 · 추정시장
 ※ 월분 접수 20건 (정답: 250건, 오답: 10건)

• 퀴즈 담당자: 서문호 (2000년 6월)
 • 생활인예교수: 김성호 (2000년 6월)
 ※ 담당처는 본 퀴즈담당자 서문호를 연락 주시무로 하 내내드립니다.

생활인예교수 >>> 20자 알고지대로
 우편, FAX 729-5430,
 E-mail: snvbn@hanmail.net
 snvbn@com21.net
 (주소: 아현 1가) 매월 12일까지 접수

퀴즈정답은 >>> 위클리 700
 생활인예교수 참여비율 10
 성명·성지 비공개합니다

※ 디지털 1일도 못읽기 후 2021



만병통치약

요가

20대 못지않다! 어르신을 위한 요가 열풍

노화·치매예방에도 효과 ... 수정구 노인복지센터 무료강좌

40대부터 노화가 시작되어 빠기 약해지고 골다공증과 근육운동으로 발생할 때 특히 좋은 운동이 있다. 최근 웰빙 열풍에 힘입어 인기를 모으고 있는 요가 강좌. 그 중에서도 평균 연령 70세 이상의 분들이 무인다는 특별한 곳을 찾아보았다. 수정구 노인복지센터의 요가 강의실.

꼭 뽀는 팔, 곧은 등...70대라곤 보기 어려운 유연하고 활기찬 모습들이 이어진다. 이곳에서 1년반 동안 요가를 가르쳐 주는 지도강사 장미숙(성남시생활체육협의회)씨는 "요가는 전신운동으로 몸을 이완시켜 심장혈관 질환을 예방하고, 마사지나 롤러처럼로 근육을 푸는 것보다 훨씬 효과적"이라고 말한다. 임교자가 심한 요통, 뼈와 골격이 굳어서 지리고 아픈 어르신들에게 탁월한 나루 없이

좋다. 수강생 중 팔 한쪽을 올리지도 못하고 다리에 걸뚱거렸던 뇌졸중 환자 한 분이 있는데 배일같이 스트레칭과 재미있게 운동을 하다보니 지금은 치료가 되어 자유자재로 몸을 사용하고 있다고 한다.

작품 순서를 외워가며 움직임을 따라해야 하므로 기억력이 되살아나고 혈액순환이 원활하여 치매 예방에도 효과적이다... 특히 나이가 들어 굳어 버리기가 쉬운 대퇴 근육, 어깨, 등, 목 등 큰 근육을 이용하여 척추에 탄력을 주고 쓰지 않는 근육을 배일 운동으로 풀어 주므로 신경통이나 근육통이 사라지기도 한다. 이곳에서 요가만 계속하면 지루해하는 어르신들을 위해 골반체조 -> 허리운동 -> 기지개운동 -> 발 마사지 30분 정도 스트레칭을 한 후 신나는

음악에 맞추어 뻗은 체조의 기본동작에 에어로빅 댄스의 유산소 운동으로 마무리를 한다.

지금 수강생들은 여자뿐만 20여명인 데 한 어르신은 "배일 아침 일어나서 걷는 곳이 있고 친구를 만나 얘기할 수 있는 점이 좋다"면서 "운동을 해서 건강해지고 의욕을 잃소할 수 있어 즐겁다"고 한다.

체질에 관계없이 요가는 누구나 따라할 수 있는 운동이지만 처음 배우는 사람은 전문지도자의 지도가 필요하다고 한다. 동사무소 주민자치센터나 복지회관 등에 일반인을 위한 요가강좌가 마련되어 있다.

요가는 어린이의 경우 산만한 자세를 고치고 장거나 골격성형을 경화함으로써 전신, 비만을 예방하고, 스트레소스 시달리는 남성의 경우 마음의 평온을 주고 혈액순환을 촉진시켜 성인병을 예방하는 한편 생리통이 심한 여성이나 폐경기 여성, 두뇌 활동이 많은 수험생에게도 아주 좋은 운동이다.

박경옥 기자(gkd0930@hanmail.net)



△ 스승 스트레칭
박경옥 기자촬영



△ 다리 스트레칭
박경옥 기자촬영



△ 윗몸돌기
시상열린 센터



△ 상악근 맛돌기
박경옥 기자촬영



△ 가슴에서 하늘보기
박경옥 기자촬영

Note

어깨와목근육 운동기

1. 앞으른 상태에서 손과 무릎을 댄 채 길게 숨을 들이마시면서 고개를 돌려 왼쪽으로 구부린다

2. 척추를 탄력 있고 유연하게 숨을 천천히 내쉬며 등을 동그렇게 올린다

코리자체

1. 배를 대고 앞으른 손 손바닥을 바닥에 붙인 채 팔꿈치를 구부려 몸 옆에 둔다. 2. 어깨, 목, 등 근육을 탄탄하게 숨을 들이 마시며 머리부터 천천히 뒤로 젖히고 가슴을 편다. 3번 정도 숨을 들이 마시고 내쉬는 동안 자세를 유지한다

엎드리기 자세

1. 등을 대고 누워 두다리를 들이 올려야 손이 허리에 닿는다

2. 감성선을 강하게 하여 노화방지에 효과적. 무릎을 펴서 가슴, 허리, 다리가 앞쪽이 뒤로 비껴가도록 주의가 되게 한다.

간장자세

1. 반 무릎으로 앉은 상태에서 양 무릎을 일으켜 펴면서 엉덩이를 든다. 2. 머리를 앞으로, 피로회복, 숙취해소, 변비에 효과적. 양 손바닥으로 바닥을 밀면서 몸을 뒤쪽으로 보고 종아리 근육을 위로 끌어올리며 허형을 수축한다

주의사항

1. 수면 후 목욕을 하지 않는다- 늘어남은 근육이 열 상태로 돌아가기 때문
2. 맨발로 신축성 있는 복장 착용-피로의 복과 세한티 컨디션
3. 식사 후 2시간이후 운동- 근육이완



삼삼하우젠 K-리그 2004

프/로/축/구

10·11월

성남일화흥기 일정

- 성남일화 vs 전북현대 - 10월 31일(일) 오후 3시 성남종합운동장
- 성남일화 vs 인천유나이티드 - 11월 7일(일) 오후 3시 성남종합운동장
- 성남일화 vs 광주상무 - 11월 13일(토) 오후 3시 성남종합운동장

시민과 함께하는 성남시생애

제3회 성남탄천하프마라톤대회

- 일 시: 2004.11.14(일) 08:00 집결
- 장 소: 성남 제2종합운동장(분당구 아람동)
- 주 최: 성남시생활체육협의회
- 주 관: 성남시생활체육육육사업협회 / 한국마라톤연맹 기획
- 후 원: 성남시, 문명경찰서, 경기도생활체육협의회, 성남시교육청
- 특별후원: 세계일보
- 중 목: 21.0975km(하프코스), 10km, 5km, 파워워킹 3km
- 코 스: 운동장-탄천조깅로(이담-이담-구미-서현-이담)
- 기록특정: 하프코스(21.0975km), 단속마라톤(10km)은 기록특정용 칩 사용
- 순우결정: 결타임에 의해 시상하루 더타임으로 기록이 중지됨.
- 참가신청: 2004.10.30까지 인터넷 및 팩스접수 (www.sunnammarathon.com)
- 성남사무소 754-4835 서울사무소 (02)749-4136-7팩스 (02)749-4144