



Contents

시청포커스

새해 부문별 예산
새해, 달라지는 성남 생활

활개하는 세상

청년층 취업지원
노인복지관
고령친화종합체험관

특집

새해, 성남시민 10인에게
듣는다!

폭넓은 생활

생생 재테크
DIY교실(1) 비누

표지사진 : 최선일(공보담당관실) 분당 중앙공원내 수내동 전통가옥(경기도 문화재 자료 제78호)에서 정월대보름을 앞두고 웃음을 하고 있는 김영구·박인자 가족(수정구 신촌1동)



편리한 전화서비스
'말로 가는 민원전화 1636' 등장 등
시민 편의를 위한 다양한 제도가
올해 새로 시행된다.
새해, 달라지는 성남의 생활을
미리 살펴본다.

2009년 새해

말로 가는 전화 1636 서비스

일반전화나 휴대전화에서 1636을 누른 후 "성남시청"이라고 말하면 바로 성남시청 대표전화(729-2114)로 연결된다.

정보통신과 통신팀 729-2434

셋째 이상 자녀 아동양육수당 지원 확대

만2세(36개월)까지 매일 10만원 지원하던 셋째이상 자녀 아동양육수당을 올 1월부터 취학전까지 확대해 지원한다.

가족여성과 건강가정팀 729-3072

임산부 대상 산전진료비 지원

모든 임산부를 대상으로 산전진료비를 지원해 주는 제도로, 임신이 확인된 임산부들에게 20만원이 적립돼 있는 고운맘 카드를 제공한다. 카드수령일로부터 출산예정일 15일 후까지 지정의료기관에서 사용가능하며 1회 사용한도액은 4만원이다.

국민건강보험공단 성남북부지사 729-0211~3

주민등록표 열람 또는 등·초본 발급사실 본인 통보제 도입

채권·채무관계 등 정당한 이해관계가 있는 다른 사람에게 본인의 주민등록표 열람 및 등·초본을 발급한 경우 본인 신청에 의해 통보하도록 한다. 공인인증서가 있는 경우에는 인터넷(G4C)을 통해 상시 확인할 수 있도록 한다.

민원여권과 민원제도팀 729-2373

서민·중산층 위한 지방세 지원

경형 상용차(승합·화물차)에 대한 취·등록세를 지난해 50% 감면에서 전액면제로 확대하고, 3명 이상 다자녀(18세 미만)를 양육하는 가정에 대해서는 자동차(1대) 취득세 및 등록세의 50%를 감면하고, 등록세 감면액에 대한 농특세도 부과세한다.

세정과 세정운영팀 729-2682



성남시 올해 예산 '조기집행' 추진

상반기 중 90% 이상 발주, 자금 60% 이상 집행

성남시는 내수경기 진작을 위해 지방재정을 조기에 집행하는 등 지역경기 활성화에 주력키로 했다. 올해 예산 2조 2,932억 원 가운데 인건비와 법정경비를 제외한 예산을 상반기 중에 90% 이상 발주, 60% 이상 자금 집행키로 하고, 1000만 원 이상 공사와 용역, 200만 원 이상의 물품 구매·제조에 대한 조기발주를 진행하고 있다.

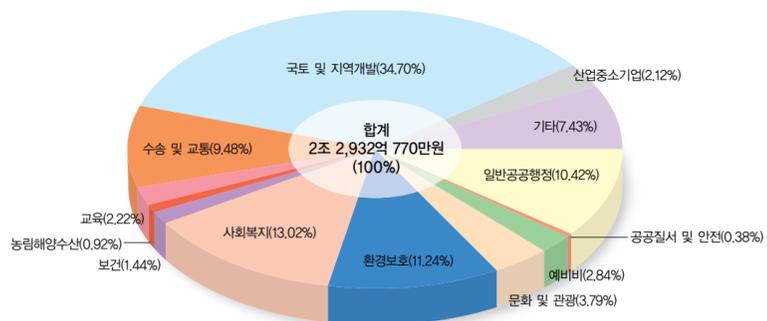
시는 자금 조기배정을 통해 선급금을 최대 70%까지 지급하며 기성대금을 30일 간격으로 지급하는 한편 올 상반기 모든 사업의 입찰공고기간을 단축, 긴급입찰을 실시하고 공사대금도 청구일로부터 7일 이내로 최대한 기일을 앞당겨

업체에 지급할 방침이다.

시 관계자는 "전세계적으로 국제금융시장이 크게 위축돼 내수침체 및 성장위축세가 심화되고 있지만 올 상반기 중에 집중적인 재정투자를 추진해 가시적인 내수축진을 도모해 나갈 것"이라고 말했다.

예산법무과 재정분석팀 729-2352

<2009년도 부문별 예산>



일반공공행정	2,389억2천만원(10.42%)
공공질서 및 안전	88억988만원(0.38%)
교육	508억4,218만원(2.22%)
문화 및 관광	868억532만원(3.79%)
환경보호	2,577억1,013만원(11.24%)
사회복지	2,984억6,580만원(13.02%)
보건	329억3,780만원(1.44%)
농림해양수산	210억2,900만원(0.92%)
산업중소기업	487억7,197만원(2.12%)
수송 및 교통	2,173억6,414만원(9.48%)
국토 및 지역개발	7,958억956만원(34.70%)
예비비	652억3,816만원(2.84%)
기타	1,705억376만원(7.43%)
합계	2조2,932억770만원(100%)

달라지는 성남 생활



아동양육비 지원대상 확대

저소득 한부모가족 아동에게 지급되는 아동양육비(월 5만원) 지원대상이 만10세 미만 아동으로 확대 실시된다.

가족여성과 여성정책팀 729-2914

아이돌보미 지원가구 소득기준 변경

중진 도시근로자가구 월평균소득 200% 이하(4인기준, 796만원)에서 전국가구 평균소득 100% 이하(4인기준, 391만원)로 조정, 저소득 취약가구 지원을 확대한다.

가족여성과 건강가정팀 729-3072

2009년 건강보험 보장성 확대

저소득층이나 중증질환자의 진료비 부담 경감을 위해 총5개 항목에 대해 건강보험을 확대 적용한다. 본인부담 상한액 인하 및 소득수준별 차등 적용, 희귀난치성 질환자 본인부담 경감(20→10%), 암환자 본인부담 경감(10→5%), 치아홈메우기 신규 보험적용, 한방물리요법 신규 보험적용 등이다.

국민건강보험공단 성남북부지사 729-0211~3

장애아동 재활치료 바우처사업 전국 확대 실시

지원대상은 만 18세 미만의 뇌병변, 언어, 청각, 시각, 지적, 자폐성 장애아동으로 소득수준은 전국가구 평균소득 50% 이하이어야 한다. 서비스 내용은 장애아동 1인당 월 22만원(자부담 포함)의 재활치료 바우처가 제공돼 언어치료, 청능치료, 미술치료, 음악치료, 인지·행동치료 등 적절한 재활치료 서비스가 가능해진다. 다만, 의료법상 의료행위인 물리치료와 작업치료는 제외(건강보험수가 기적용), 대상자 거주지 동 주민센터에 연중 신청 가능하다.

노인장애인연과 장애인복지팀 729-2884

사전 건축허가제 시행

건축물 허가 신청시 토지 소유 및 사용권, 소방동의, 토지형질변경 등 본질적 요건은 충족하고 있으나 보완이 가능한 부수적 요건이 미비된 경우 건축착공 전까지 보완을 조건으로 건축허가를 내주는 제도다. 시행 대상은 성남 산업단지 내 공장, 판교택지개발지구 등의 연구소, IT·BT·NT·CT 관련 벤처기업, 기업형 업무시설 등 산업형 건축물이다. 민원처리기간이 기존 29일에서 10일 정도로 단축된다.

건축과 건축2팀 729-3431

장애인 차별 금지 및 각종 편의 제공 의무화

출입구, 화장실, 접근로 등 장애인 편의 시설 설치 의무화된다. (2009. 4. 11 이후 신·증·개축하는 공공건물, 공공이용시설, 공동주택), 전자정보 및 비전자정보에 접근할 수 있도록 수화, 문자 등을 제공해야 한다(공공기관, 종합병원, 복지시설에서 생산·배포하는 정보).

경기도 장애인복지과 249-4322

종합소득세 세율 인하

2009년부터 단계적으로 각각 2%p씩 인하됨에 따라 근로자와 자영업자의 세부담이 경감될 전망이다. 또한 종합소득 기본공제액이 1인당 연간 100만원에서 150만원으로 인상된다.

기획재정부 소득세제과 02-2150-4155

과세표준	현행	2009년	2010년
1,200만원 이하	8%	6%	6%
1,200만원 초과 4,600만원 이하	17%	16%	15%
4,600만원 초과 8,800만원 이하	26%	25%	24%
8,800만원 초과	35%	35%	33%

의료비 및 교육비 소득공제 한도액 인상

종합소득 특별공제 중 부양가족에 대한 의료비 소득공제 한도를 연 500만원에서 연 700만원으로 인상하고, 초등학교 취학 전 아동과 초·중·고등학생의 교육비 소득공제 한도를 1인당 연 200만원에서 연 300만원으로, 대학생의 교육비 소득공제 한도를 연 700만원에서 연 900만원으로 인상한다.

기획재정부 소득세제과 02-2150-4155

장기주택저당차입금 이자상환액 공제한도 인상

소득공제 적용시 주택마련저축 불입액 및 주택임차차입금 원리금상환액공제와 합해 연간 1,000만원 한도인 것을 만기 30년 이상의 장기주택저당차입금 이자비용이 있는 경우에는 1,500만원 한도로 500만원 인상한다.

기획재정부 소득세제과 02-2150-4155

양도소득세 과세표준 구간 및 세율 조정

양도소득세 과세표준과 세율이 종합소득세와 일치(2008.12.31 이전) (2009.1.1 이후)

과세표준	08년이전	과세표준	2009년	2010년
1,000만원 이하	9%	1,200만원 이하	6%	6%
4,000만원 이하	18%	4,600만원 이하	16%	15%
8,000만원 이하	27%	8,800만원 이하	25%	24%
8,000만원 초과	36%	8,800만원 초과	35%	33%

기획재정부 재산세제과 02-2150-4215~6

1세대 1주택자에 대한 양도소득세 비과세 확대

1세대 1주택 장기보유특별공제를 연4%·최대80%(20년 이상 보유)에서 연8%·최대80%(10년 이상 보유)로 확대하고, 일시적 2주택자 중복보유기간을 1년에서 2년으로 연장(2008.11.28 이후)하며, 양도소득세가 비과세되는 주택가격을 양도당시 실거래가격액 6억원에서 9억원으로 인상한다.

기획재정부 재산세제과 02-2150-4215~6

다주택자에 대한 양도소득세 증가 완화

향후 2년간(2009.1.1 ~ 2010.12.31) 한시적으로 양도하거나 신규취득하는 주택(2년 이상 보유)에 대한 양도소득세 세율을 인하한다. 2주택 : 50% → 6~35%(2010년 6~33%), 3주택 이상 : 60% → 45%

* 장기보유특별공제는 현행과 같이 적용배제
• 1세대 1주택자가 고향주택(지방 소재) 취득으로 2주택이 된 경우 종전주택 양도시 1주택자로 보아 양도소득세 비과세 여부를 판단한다.
* 지방소재 고향주택 양도시는 일반과세(일반세율, 최대30% 장기보유공제 적용)

• 1세대 1주택자가 실수요목적(예 : 근무형편, 취학, 질병치료)으로 지방 소재 1주택을 취득해 2주택이 된 경우 종전주택 양도시 1주택자로 봐 양도세 비과세 여부를 판단한다.
* 지방소재 실수요주택 양도시는 일반과세(일반세율, 최대 30% 장기보유공제 적용)

• 1세대 2주택자라도 양도소득세 증가가 배제되고, 장기보유특별공제(최대 30%)가 적용되는 지방 저가주택 기준을 확대한다. 대상주택은 지방(공시가액 3억원 이하), 수도권(1억원 이하)
* 지방광역시 1세대 2주택 저가주택범위 확대(종전) 1억원 이하 → (개정) 3억원 이하

기획재정부 재산세제과 02-2150-4215~6

종합부동산세의 세부담 합리화 도모

종합부동산세 과표구간과 세율을 조정하고 토지분 종합부동산세 과세기준액을 상향조정한다.

• 1세대 1주택자에 대해서는 3억원의 기초공제를 허용해 과세기준을 9억원으로 상향조정하고 장기보유자 세액공제제도(20~40%)와 60세 이상 고령자 세액공제(10~30%)를 신설해 세부담 완화
• 과세방식도 세대별 합산과세에서 인별과세 방식으로 전환하고 세부담 상한을 300%에서 150%로 축소

기획재정부 재산세제과 02-2150-4213

신혼부부 주택 청약자격 조정

청약통장 가입기간이 12개월(납입횟수 12회) 이상에서 6개월(납입횟수 6회) 이상으로 단축되고, 무자녀 신혼부부도 청약이 가능하도록 "혼인기간이 5년 이내인 자"로 3순위가 신설되며, 소형분양주택과 공공임대주택에 한해 소득기준을 전년도 도시근로자 평균소득의 100%(맞벌이는 120%) 이하로 상향 조정하는 등 자격기준이 완화됐다.

대한주택공사 주거복지 738-3114



Photo News



2009년 스타기업 3사 선정
성남시와 성남산업진흥재단은 성장가능성이 높은 기업을 발굴, 시를 대표하는 기업으로 집중육성하는 2009년 스타기업으로 3개 사를 1월 7일 선정했다.



웰빙대공원 현상설계 공모작 선정
대원공원(중원구 하대원동) 내 전망대 현상설계 공모에서 '미래도시로 나아가는 성남의 모습을 담아내는 창'을 주제로 한 (주)가와중합건축사사무소 대표 최상경 건축사의 작품이 최우수작(사진으로) 선정됐다.

성남문화연구 제15호 발간

성남문화원 부설 향토문화연구소는 우리 지역의 전통문화, 유적, 유물, 인물, 지명 등을 체계적으로 연구 정리해 시민들에게 향토사를 인식하는 데 도움을 주는 '성남문화연구 제15호(사진)를 발간했다.



성남시 여권업무 '전국 최우수'

3일 발급제, 노약자 위한 대필창구·빠른 접수창구 운영



성남시는 1월 7일 전국 지방자치단체를 대상으로 한 2008년 여권업무 평가에서 외교통상부로부터 '전국 최우수기관'으로 선정되는 영예를 안았다.

인터넷에서 세입금 확인·납부한다

세입포털서비스 홈페이지 구축
성남시는 시민들의 납세 편의 제공을 위해 세입포털서비스 홈페이지(http://tax.cans21.net)를 구축, 운영에 나섰다.

장애인·임산부·70세 이상 어르신을 위한 빠른 접수창구를 운영하고 있다. 특히 지난해 5월부터는 'e푸른성남 민원감동센터' 운영의 일환으로 주간에 여권발급 신청이 어려운 시민들을 위해 매주 월요일부터 금요일 저녁 10시까지 야간 여권민원실을 운영해 시민편의를 제공하고 있다.

인터넷 수능방송 안내

2009년 수능강의 개강일
2008. 12. 22(월)
*수능 심화 및 파이널 강좌는 추후 개강

주요 콘텐츠
*선생님 블로그 : 영역별 선생님, 대학별 교사, 학습법
*수능 : 영역별 강의(언어, 수리, 외국어, 사회탐구, 과학탐구) 204개 강좌

인터넷 수능방송 특징
*연회비 3만원에 7,500여 강좌 무료 수강

2009 성남시청 인터넷 수능방송 안내

2009년도 수능강의 개강일
2008. 12. 22(월)
*수능 심화 및 파이널 강좌는 추후 개강
*접수방법
*주요 콘텐츠
*인터넷 수능방송 특징



취업 어려운 청년층 집중 지원 서비스

2009 청년층 '뉴스타트 프로젝트' 시행

1월부터 취업이 어려운 청년층을 지원하기 위한 '뉴스타트 프로젝트'와 직장체험 프로그램, 중소기업 청년인턴제가 본격 실시된다. 노동부 주최로 현재 위탁 민간사업자를 모집 중인 '뉴스타트 프로젝트'는 고졸이하·장기구직자 등 취업이 특히 어려운 청년층(15~29세)에게 개별 집중상담을 통해 직업훈련·직장체험을 받도록 하고 취업알선까지 연계하는 종합고용지원서비스다.



2009년도 전액무료 기술교육생 모집

경기도 지원으로 산업기술 인력 양성 및 근로자 직무능력 향상 교육을 무료로 실시하는 직업훈련기관인 경기산업기술교육센터가 두원공과대학 파주캠퍼스에서 2009년 교육을 실시한다. 모집과정은 LCD자동화시스템, 유비쿼터스기술은 1년(2009.2.~2010.1.), 전산응용CAD설계, 웹디자인은 6개월(2009.2.~7.) 과정으로 2월 2일까지 인터넷으로 접수한다.

성남 고령친화종합체험관 체험 안내

고령친화산업의 미래를 선도하는 성남 고령친화종합체험관이 12월 4일 개관돼 전시체험, 생애체험, 치매영상체험, 교육훈련, 커뮤니티 프로그램 등 다양한 사업이 펼쳐진다.



성남 고령친화종합체험관 내 생애체험관·전시체험관 운영
*생애체험관은 체험복을 착용한 후 감성체험, 주거공간 체험, 실외공간체험을 통해 고령자의 삶을 이해하고 세대간의 통합을 유도하는 노인유사체험 프로그램입니다.

찾아가는 복지서비스, 복지 안테나

이웃이 복지대상자 발굴, 위기 가정 신속 지원

수정구는 올 1월부터 저소득층 주민들과 친밀하고 위기상황에 처한 가정을 쉽게 발견할 수 있는 지역주민을 '복지 안테나'로 지정, 운영한다. 이 제도는 적절한 복지대상자를 발견, 신속한 사회복지 서비스를 제공함으로써 위기가정 해소에 도움을 주기 위해 마련된 것으로 선발 대상은 수퍼, 마중실 등 소규모 점포 운영자나 등 실정에 밝은 각종 방문 직업 주민이다.

동 주민센터에서 선발된 복지 안테나는 ▲일시적 혹은 긴급한 위기상황에 처한 저소득 가정이나 개인 ▲독거노인·한부모가족 등 기타 도움이 필요한 가정 ▲보호자 부재 등으로 보호가 필요한 어린이와 청소년 ▲기타 주민의 입장에서 도움이 필요하다고 판단되는 가정과 개인을 찾아 신고, 복지서비스와 연결하는 업무를 담당하게 된다.

지금 노인복지관에선

수정노인종합복지관 (관장 정정순)은 매주 금요일(14:00~) 시 거주자를 대상으로 무료 법률상담을 진행한다. 내용은 채권채무, 재산상속, 임금체불, 가족관계, 이혼문제 등 생활법률 상담으로 접수 후 내방 및 전화 상담이 가능하다.
분당노인종합복지관 (관장 최영대)은 어르신들의 음악 전문 동아리 실버밴드를 구성, 보컬·기타·베이스·드럼분야 구성원을 추가 모집한다.

전화예약으로 선착순 접수한다.
분화복지팀 751-7450
분당노인종합복지관 (관장 최영대)은 어르신들의 음악 전문 동아리 실버밴드를 구성, 보컬·기타·베이스·드럼분야 구성원을 추가 모집한다. 시 거주 60세 이상 어르신으로 가입 희망자는 방문 접수하면 된다.

수정노인종합복지관 (관장 박진희)은 매달 첫째 주 월요일 윤용호 변호사(15:00~17:00)가 형사·민사·가사사건 등 일상생활에서 일어나는 다양한 문제에 대한 법률상담을, 둘째 주 금요일(10:00~12:00)에는 한국가정법률상담소 성남지부 신영미 부소장이 이혼·상속 등 가족에 대한 법률상담을 실시한다.



1월의 세금 메모
1
January

자동차세 연납
1월 1일 현재 자동차 소유자는 관할 구청 세무과 시세팀으로 1월 31일까지 전화 및 방문 신청해 납부하면 된다.

면허세
국가, 지방자치단체로부터 일정한 면허 등을 받은 자(비영업용 차량 면허 제외)는 2월 2일까지 면허세를 납부해야 한다.

중소기업 육성자금 융자 지원
*기간 : 2009년 연중
*대상 : 중소기업기본법 제2조 규정에 의한 중소기업으로 신청일 현재 시 소재 기업

2009 성남시 특례보증 지원
*기간 : 2009년 연중
*대상 : 성남시 소재 중소기업기본법 제2조 규정에 의한 중소기업, 2009년 성남시·경기도 중소기업 육성자금 지원 대상업체

지 / 원 / 합 / 니 / 다
특허 등 시민 아이디어 등록 지원
*기간 : 1월~지금 소진시
*대상 : 주민등록상 1년 이상 계속 거주하는 성남시민, 성남시에 공장 등록을 필하거나 주사업장의 사업자등록이 성남시로 되어 있는 중소기업

전화 1644-0891, 팩스 754-0891, 홈페이지 www.miraeseum.or.kr / www.elderplanner.co.kr

시민의 꿈과 희망을 함께 하는 성남시의회



고도제한 철폐를 촉구하는 기자회견 가진 데 이어 성남 서울공항 앞에서 집회 시위 후 "성명서" 전달



성남시의회 김대진 의장과 김유석 부의장을 비롯한 의장단은 지난 1월 9일 공식 기자회견을 열어 "100만 성남시민들의 생존권과 재산권보다는 개인 재발기업의 이익을 위해 제2롯데월드 건립 허가를 받아들이려 하는 중앙정부의 움직임에 실망과 통탄을 금치 못하며 재개발, 재건축을 정책

추운 날씨 속에 김대진 의장과 의원들은 성남 서울공항 정문 앞에 모여 100만 성남시민의 염원이 담긴 "고도제한 철폐"를 촉구하는 어깨띠와 피켓을 들고 집회 시위를 가졌다. "제2롯데월드 신축이 경제회생이라면 100만 성남시민의 경제회생은 고도제한 완화"라는 플래카

적으로 지원한다는 정부 정책에 정반대되는 행위를 천명한다"며 깊은 유감을 표명했다. 그리고 3일 뒤인 지난 12일 아침 8시, 올 겨울 들어 최고로 기온이 낮은 영하 11도의

드 아래 "중앙정부는 지난 40여 년의 고통을 더 이상 외면하지 말고, 그 희생에 책임져야 한다. 그리고 제2롯데월드 건립 허가를 수용하기 전에 반드시 고도제한 철폐를 먼저 해결해야 한다"며 영하의 날씨를 녹일 듯한 강력한 목소리를 힘껏 뽐아냈다.

이어 김대진 의장과 김유석 부의장은 성남 서울공항을 방문해 제15 헌성비행단장 앞으로 되어 있는 '100만 성남시민의 숙원인 고도제한 철폐를 위한 성남시의회 성명서'를 서울공항 측에 전달했다.

성남시의회는 지난 1월 9일 공식 기자회견을 열어 고도제한 철폐를 촉구했다



- 제2롯데월드 초고층 건축허가 관련 -

100만 성남시민의 숙원인 고도제한 철폐를 위한 성남시의회 성명서

●성남시의회는 100만 성남시민과 함께 시민의 생존권과 재산권보다는 개인 재발기업의 이익을 위해 제2롯데월드 건립 허가를 사실상 받아들이려 하는 중앙정부의 움직임에 실망과 통탄을 금치 못하며 재개발·재건축을 정책적으로 지원한다는 정부 정책에 정반대되는 행위를 천명한다.

●지난 40여 년에 걸쳐 성남시민의 숙원인 성남시의 고도제한 완화 문제에 대하여는 일절 언급도 없이 논의되고 있는 중앙정부의 움직임은 그동안 온갖 법 규제 아래 제한을 받아 온 성남시민의 고통을 전혀 아랑곳하지 않는 것이 아닐 수 없다.

●우리는 그동안 개발제한구역, 군사시설보호구역 등 수많은 규제로 개발이 억제되어 왔으며, 특히 비행안전구역으로 인한 건축고도의 제한을 받아 재개발, 재건축 사업에 막대한 지장을 초래하여 주거 환경과 재산상의 막대한 피해를 받고 있는 실정이다.

●최근 들어 우리 성남시는 지난 40여년 간 희생만 강요당한 채 낡고 열악한 환경 속에서 참고 살아온 주거환경을 개선하고자, 그리고 인간다운 삶을 살고자 재개발·재건축 사업을 추진하고 있다. 그러나 고도제한이라는 장막은 언제나 걸림돌이었으며 이번 움직임은 우리의 주거환경권과 재산권을 또 한번 침해한 처사이다.

●우리는 재개발·재건축을 통해 개발이익을 얻고자 함도 아니고, 제2롯데월드의 건축 자체를 근본적으로 반대하는 것도 아니다. 정부가 양심서서 실질적인 고도제한을 철폐하여 줄 것을 갈망하며 우리 성남의 고통을 알아주기를 염원하는 것이다.

●이에 우리는 롯데월드 초고층 건축허가가 시급한 것이 아니라 100만 성남시민의 숙원사업인 재개발, 재건축 활성화를 위한 고도제한 철폐가 지역 최대 현안이자 민생현안이라는 인식 하에 조속하고 실질적인 성남시 고도제한 철폐가 선행되어야 한다는 것을 촉구하는 바이다.

●우리 성남시의회는 제2롯데월드 건축허가 움직임과 관련하여 우리의 입장을 표명하며 다음과 같이 밝힌다.

1. 중앙정부는 과거 정부의 강제이주정책으로 70년대 기형적 태생을 안고 출발한 성남시와 성남시민이 고도제한으로 받아 온 지난 40여년의 고통을 통감하며 그 희생을 책임져야 한다.

1. 정부는 제2롯데월드 건립 허가를 수용하기 전에 성남시 고도제한 철폐를 먼저 해결하여 인간다운 삶을 살 권리를 보장하여야 하며, 우리시의 재개발, 재건축 사업이 조속히 추진되도록 실질적인 고도제한을 철폐해 줄 것을 강력히 촉구하는 바이다.

2009. 1. 12.
성남시의회

봄물 터진 문화강좌 저렴하고 알차 일석이조(一石二鳥)

여성복지회관과 여성문화회관은 결혼이민여성, 실버 등 여성을 위한 프로그램을, 성남문화학교와 도서관은 다양한 문화강좌를 무료이거나 저렴하게 선보인다. 평소 눈여겨둔 강좌가 있다면 이번 기회에 꼭 챙겨보자. 실속 있는 시간이 될 것이다.

이길순 기자 eks323@hanmail.net

여성복지회관 실버대학 및 결혼이민여성 교육

시 거주 60세 이상 여성과 결혼이민여성을 대상으로 여성실버대학과 결혼이민여성교육이 2월 24일부터 7월 17일까지 각각 진행된다. 희망자는 1월 28일~2월 23일 선착순 방문 접수하면 된다. 수강료는 무료.

여성복지회관 729-2951~6 http://snfamily.or.kr
지하철 남한산성입구역 4번출구, 단대우체국 뒤 건물



구분	과목	모집 인원	요일	교육일정 시간	교육내용
실버 대학	종이공예	30	목	14:00~16:00	섬세한 손동작으로 어르신 심신건강 교육
	일어회화	24	월	14:00~16:00	재미있는 생활회화
	노래교실	200	화	14:00~16:00	즐거운 노래부르고 교양강좌를 통한 사회성 교육
	노래교실	200	목	14:00~16:00	즐거운 노래부르고 교양강좌를 통한 사회성 교육
	컴퓨터초급	30	수	14:00~16:00	인터넷 기초, 문서작성
	컴퓨터중급	30	월	14:00~16:00	인터넷 검색 및 카페활용, 태그, 문서작성
	교양한문초급	30	화	13:00~15:00	재미있고 쉽게 배우는 실용한문
	교양한문중급	30	목	13:00~15:00	천자문 및 명심보감
	신바람댄스	100	금	14:00~16:00	건강한 몸과 마음을 위한 신바람 댄스
	한글교실	30	월·수	13:00~15:00	초등학교 1,2학년 과정 읽기, 쓰기, 수학
결혼 이민 여성 교육	한국어(첫걸음)	25	화·수	14:00~16:00	한국어 말하기와 한국생활 익히기
	한국어(초급)	25	월·수	10:00~12:00	실생활에 필요한 한글 읽기, 쓰기
	한국어(중급)	25	월·수	10:00~12:00	한국어의 정확한 표현 및 감정 나타내기
생활 요리	30	토	10:00~13:00	집에서 하는 기본요리 및 손님초대 요리 등	

여성문화회관 제7기 여성문화교육

만 18세 이상 성남시 거주 여성을 우선으로 제7기 여성문화교육이 2월 16일~7월 3일 5개월 과정으로 마련된다. 홈페이지(www.snwomen.or.kr)를 통해 1월 19일부터 2월 6일까지 선착순 모집한다. 결혼이민여성교실(한국어, 예절) 강좌는 방문접수도 가능하다. 수강료는 5만원. 결혼이민 외국인여성의 우리문화 적응을 돕기 위한 한국어(초급)와 예절교육은 무료이며 교재비는 본인부담이다.

* 수강료면제자와 야간반 등은 홈페이지에서 모집기간과 방법 참조바람.

정문문화센터 관리과 문화교육팀 729-4602~4

모집강좌	인원	모집강좌	인원	모집강좌	인원	모집강좌	인원
현대미술	22명	중식조리기능사	35명	생활중국어(초·중급)	각36명	사군제(초·중급)	각20명
홈댄스(초·중급)	각22명	일양식조리기능사(제1종)	30명	피부관리사(야간)	20명	미술수채화(초·중급)	각20명
의류수선	22명	떡·떡볶이·이바지요리	35명	경락발관리	20명	민요(가락장단)	20명
제과·제빵기능사	25명	출장요리	35명	피티틀레너	20명	기타연주(초·중급)	각20명
제과·제빵기능사(야간)	20명	미용기능사	20명	저니와의대화기법	20명	만들린연주(초·중급)	각20명
홈에어리어 1-11	각20명	네일아트	20명	결혼이민여성한국어(결혼이민여성예절)	20명	생활사진	20명
케익요리	25명	생활영어(초·중급)	각36명	한글서예(초·중급)	각20명	초록인테리어	20명
생활 제과·제빵(야간)	25명	직접인영어회화(야간)	36명	한문서예(초·중급)	각20명	선물포장 및 리본공예	20명
생식조리기능사	35명	생활영어(초·중급)	각36명	생활한문(초·중급)	각25명	아로마테라피	20명

성남문화학교 제14기 과정

성남문화원(원장 한춘섭) 부설 성남문화학교가 2009년도 제14기 과정을 3월 2일부터 12월 4일까지 진행한다. 1년 과정으로 운영되는 문화학교 프로그램은 판소리, 한국무용, 생활영어, 생활중국어, 서예(한글·한문), 한자, 풍물, 가야금 등 10개 강좌로 수강료는 연 13만원이다.



지난 1996년 개교한 성남문화학교는 1999년 문화관광부 문화학교로 지정됐으며, 시민들에게 평생교육 차원의 문화와 교양을 배울 수 있는 기회를 제공, 지난 13년간 총 2,300여 명의 수료자를 배출한 바 있다.

성남문화학교 수강회원이 되면 각종 문화특강, 문화탐방, 졸업작품발표회 등은 물론 문화원 문화가족으로 다양한 문화 행사에 참여할 수 있다. 수강생은 2월 2~13일 선착순 모집한다.

성남문화원 756-1082 www.seongnamculture.or.kr

분당도서관 상반기 문화교실

성남시민을 위한 상반기 문화교실이 3월 3일~6월 26일 4개월 과정으로 진행된다. 수강신청은 분당도서관 홈페이지(http://bd.snlb.net)에서 2월 9일부터 12일까지 선착순 강좌별 접수하며 수강료는 무료다.

분당도서관 정보봉사팀 729-4661~7

구분	강좌명	인원	운영일시	장소	비고	
계		455			접수시작	
일반강좌 (10개)	실용 영어회화(초급)	30	화·목 10:00~12:00	어학실	10:00	
	실용 일본어회화(초급)	30	수·금 10:00~12:00	어학실	10:00	
	한문서예	25	화·목 10:00~12:00	제2문화교실	10:00	
	한글서예	20	화·목 13:00~15:00	제2문화교실	10:00	
	실용 중국어회화(초급)	30	수·금 10:00~12:00	제1문화교실	10:30	
	부모 신문활용교육	30	금 10:00~12:00	제2문화교실	10:30	
	일반 독서치료	25	화 10:00~12:00	제1문화교실	10:30	
	자녀 글쓰기 독서지도	30	수 10:00~12:00	제2문화교실	10:30	
	어머니 동화구연	20	목 10:00~12:00	제1문화교실	11:00	
	독서자원봉사교육(책임여주)	15	금 10:00~12:00	세미나실	11:00	
아동강좌 (5개)	어린이 북아트(초등3~4년)	20	금 16:00~18:00	제2문화교실	11:00	
	독서토론과 논술(초등4~6년)	20	금 16:00~18:00	제2문화교실	11:00	
	어린이 북아트(초등3~4년)	20	토 10:00~12:00	제1문화교실	11:30	
	어린이 독서치료 (초등1~3년)	20	수 16:00~18:00	제2문화교실	11:30	
	어린이 신문활용교육(초등4~6년)	20	토 10:00~12:00	제1문화교실	11:30	
	재미있는 동화여행	10	금 15:00~16:00	제1문화교실	11:30	
	캘리그래피만들기	10	목 15:00~16:00	제1문화교실	12:00	
	유아강좌 5~7세 (5개)					
	엄마와 함께 하는 책놀이	10	화 15:00~16:00	제2문화교실	12:00	
	유아 스토리텔링(6~7세)	10	목 15:00~16:00	세미나실	12:00	
유아창작 종이접기	10	금 15:00~16:00	세미나실	12:00		

기축년 己丑年 새해 성남시민 10인에게 듣는다!



2009년 새해가 밝았다. 그러나 우리 주변의 모습은 그리 밝지만은 않은 것 같다. 한국갤럽(www.gallup.co.kr) 조사에 따르면 국민 3명 중 2명이 새해 소망 1순위로 '경기 회복'을 꼽았다고 한다. 개인적 소망 1위는 '건강'이었다. 경제가 어려우면 몸도 마음도 아프다. 이럴 때일수록 절망이 아닌 희망을 꿀꿀 수 있는 용기와 힘이 필요한 때다. 그렇다면 우리 시민들은 어떤 계획들을 가지고 있을까? 우리 가까이에 있는 사람들의 새해 소망이나 계획을 들어보고 그들과 함께 희망을 날 수 있기를 빌어 보자.

박경희 기자 pkh2234@hanmail.net · 박경옥 기자 qkd19090@hanmail.net



황은숙 (36 · 분당동 · 회사원) 아이 하나 더 낳고 애국자 되기

우리 여성들이 아이 갖기를 두려워하고 웬지 모를 거부감을(?) 갖는 것은 그동안 직장이나 가정에서 출산과 육아에 관해 거의 '철의 여인'이 돼줄 것을 요구했기 때문이다. 여성들도 정말 아이 낳고 싶어 한다. 직장은 계속 다니고 싶는데 육아문제로 도중에 관두면 재취업이 어렵다.

그러나 우리 부부는 새해, 아이 하나 더 갖는 화끈한 목표를 세웠다. 우리같이 다짐하는 부부들을 위해 새해에는 정부에서 핏떡이부터 초등학교 들어갈 아이까지 돈을 적게 들고 키울 수 있는 보육시설을 늘려주기를 함께 기대해 본다. 그렇게만 된다면 아이 낳지 말라고 사정해도 아이를 가질 것이다. 직장 앞에 보육원이 있다면 모든 여성들이 다 애국자가 될 거라는 확신을 가지며 하루빨리 그날이 오기를 고대해본다.



유광영 (51 · 태평4동 동장) 주민의 정서 관리에도 신경쓰는 해이기를...

해마다 이맘때면 새로운 꿈과 희망을 가지고 계획을 세우게 된다. 올해 소망은 지역실정을 어느 정도 알게 된 이곳(태평4동)에서 1년 이상 더 근무하는 것이다. 신속하고 친절한 민원처리와 주민의 불편사항 해소는 기본, 이제 한 걸음 더 나아가 주민정서 관리에 신경을 더 쓰는 것이 올해 주요한 계획이다.

스포츠 행사 2회, 예술적 재능을 뽐낼 수 있는 자치센터 작품발표회, 그리고 주민센터 옥상정원에서 작은 가든파티를 열어 주민들과 함께하는 시간을 만들 것이다. 아울러 작년 북경올림픽에서 펜싱의 남현희 선수가 은메달을 따서 모교인 금빛초등학교 어린이들에게 큰 자랑거리가 되었듯이 올해에도 이런 일이 많았으면 좋겠고, 주변 공원으로 공사에 주민의 피해가 없었으면 하는 바람이다.



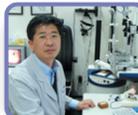
김원식 (50 · 성남동 · 택시기사) 내 차를 이용하는 분은 행복하게...

지난해 어렵고 힘든 경제를 극복해 나가기 위해서 올해는 밝고 진취적인 생각을 가지고 긍정적으로 살아가려고 한다. 모든 일에 감사하며 손님들에게 친절을 더 베풀는 2009년을 만들어 갈 것이고, 조금 더 바란다면 운전을 하면서 올해 내 차를 이용하는 분들이 행복하고 밝은 표정을 가질 수 있게 환경을 조성하고 건강한 사회를 만드는 택시기사가 되도록 노력할 것이다.



장호진 (25 · 정자동 · 회사원) 어려움과의 전쟁에서 이겨나가기를...

철저한 회원관리를 우선으로 하는 금호렌트카에 입사한 지 얼마 되지 않은 새내기다. 올해는 회사발전에 도움을 주는 새로운 아이템을 개발해 회원들이 편안한 관광을 즐길 수 있도록 노력할 것이고, 야기 탄생으로 한 가정의 아버지라는 직위가 생기면서 가정의 자리에 대해 생각해 본다. 젊음은 도전과 무한한 가능성이 주어진 우리만의 특권이다. 청년층 실업 등 어려운 경제를 극복해 나가는 것도 젊기 때문에 도전해 볼 만한 가치가 있다. 대한의 청년들이여, 어떤 어려움이라도 끊임없이 부딪쳐 이겨나가는 한 해를 만들어 보는 것은 어떨지.



이중훈 (45 · 수진1동 · 안과의사) 환자의 마음을 헤아리는 의사가 되고 싶다

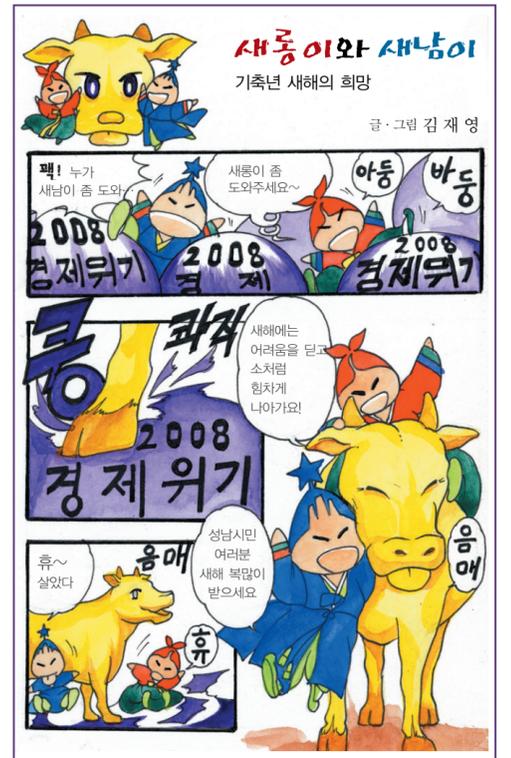
누구나 어려운 시기다. 이런 때일수록 맘은 더 아프다. 의사로서의 소망이 있다면 아픈 사람의 몸과 '마음'까지 헤아려서 그 환자에게 도움이 돼 드리는 것이고, 개인적으로 가족이 무엇보다 우선이다. 올해 꼭 이루고 싶은 다른 소망 하나는 현재 색소폰을 배우고 있는데 열심히 노력해서 재즈 곡 연주를 완벽하게 할 수 있게 되기를 희망한다.

각계 사람들의 얘기를 들어봤다. 결국 우리 주변의 평범한 사람들의 이야기다. 어려움을 이기는 것도 참는 것도 우리 국민의 몫이다. 그리고 그 해결의 변화를 가져오는 것 또한 바로 우리 이웃이 아닐까. 인생은 '속도가 아니라 방향' 이랬다. 올해 해 묵묵히 황소처럼 많은 바 임무를 다하며 각자 제자리에서 최선을 다하는 우리 시민들에게 희망을 걸어 보고 희망을 줄 수 있는 한 해가 되었으면 하는 바람으로 새해의 문을 활짝 열어 보자. 자! 다 함께 힘찬 출발을...



謹賀新年

Season's Greeting and Best Wishes for the New Year



츄 찬 톨 (30 · 상대원2동 · 다문화가정 주부) 내가 가진 기술로 직장에 다닐 수 있기를

2003년 3월에 한국으로 시집은 나, 한국에서 5년여 생활하다 보니 더운 캄보디아에서 생활할 때보다 더 많이 부지런해졌다. 올해에는 내가 가진 미싱 · 재단 기술로 직장에 다닐 수 있었으면 좋겠고, 예쁜 딸 다솔이(4)를 놀이방에 보낼 수 있기를 희망하며, 결혼해서 한국에 사는 외국 여성들이 빨리 적응해서 잘 살 수 있도록 모든 서류가 간소화 되었으면 좋겠다는 바람을 가져본다.



한해명 (36 · 양지동 · 주부) 아이들 마음속 따뜻한 엄마로 남고 싶다

아이들에게 커서 무엇이 되고 싶냐고 물어보았더니 "돈 잘 버는 사람", 행복이 무엇이라고 생각하느냐고 물어보았더니 "돈 많은 부자면 행복하지" 하며 당연하다는 듯이 말하는 모습을 보고 놀랐다. 사랑, 배려, 존중은 그 어디에서도 찾아볼 수 없었다. 그래서 2009년 새해에는 보다 여유 있는 삶을 살기 위해 계획해 보았다. 첫째 가족을 진심으로 이해하고 받아주기, 둘째 가족의 말을 끊지 않고 잘 들어주기, 셋째 감정보다는 이성으로 가족을 대하기다. 통장의 잔고에 신경 쓰지 않고 커가는, 아이들 마음속에 따뜻한 엄마로 남고 싶다.



박상용 (62 · 태평1동) 장애인에게도 취업 기회를...

62세 된 3급 장애인이다. 성남시 유관기관이나 모든 기업들이 연계해서 장애인들이 일할 수 있는 기회를 많이 만들어 주었으면 한다. 장애인들은 정부에서 돈 얼마씩 지원하는 것보다는 맘 팔리며 그 대가를 받는 것을 더 원한다. 우리 성남시에서도 어렵겠지만 장애인 공동작업장이나 취업박람회를 열어보는 것이 어떨지 한번 생각해 보면 좋겠다.



송정만 (38 · 정자동 · 회사원) 50권의 책을 가슴에 담고 싶다

지난 한 해 목표를 '50권의 책읽기'로 정했다. 그러나 목표의 절반을 겨우 넘긴 32권을 읽고 정리하는 것으로 만족해야 했다. 일일이 손으로 적은 내용(도서명, 저자 등)을 컴퓨터로 깨끗하게 옮겨 적으면서, 2009년 '소의 해'에는 기필코 50권의 책을 나의 가슴에 담으리라 결심했다. 이제 우리 집 거실 벽 한 면에는 2008년 읽은 도서 목록과 더불어 올해 앞으로 기입하게 될 책의 목록이 빈칸으로 남아있다. 직장생활 하면서 틈틈이 책을 읽는 것이 물론 힘들겠지만, 올해는 반드시 나의 목표를 이루리라!



김길래 (32 · 중동 · 성호시장 상인) 불황 딛고 파이팅 하자!

장사가 제일 쉬운 일일 것이라고 생각하고 뛰어들었다. 하지만 어디 그리 녹록한 일이 있으랴~ 세상에서 제일 어려운 것이 장사인 것 같다. 장사 속으로 뛰어들어 생활로 내 아들과 내 아내가 뒷전이 돼 버렸다. 회사에 다닐 때는 많은 시간을 가족과 함께 했었는데 지금은 한 달에 한 번 가족과 나들이 가는 것도 쉽지 않다. 불황이다 보니 우리도 그 불황을 몸소 느끼고 있다. 그래서 올해는 2008년과 같기만 바란다. 그 이상도 그 이하도 아닌. 그래서 한 달에 한 번 나들이 가겠다는 다짐 살 된 아들과의 약속을 지켜주고 싶다. 인간은 각자의 그릇이 있다고 한다. 난 크지도 작지도 않은 그릇을 가지고 있는 것 같다. 단지 내가 고생한 만큼 나의 그릇에 행복이 가득 담겼으면 좋겠다. 올 한 해에도 불황을 딛고 파이팅! 할 수 있었으면 좋겠다.



“연날리기는 사시사철 즐기는 생활스포츠”

연의 장인 이덕영 성남시 민속연보존회장

15년간 수천 개 연 만들어 기술 가르쳐

1월 13일 오전 수정구 수진동 삼부아파트 자택. 성남시 민속연보존회 회장 이덕영(55) 씨는 가로 40cm 세로 48cm의 연을 날렸을 때 가장 잘 날 수 있다면서 나름 “15년 동안 수천 개의 연을 만들며 터득한 수치”라고 말했다. 대나무 살과 좋은 한지, 비늘이 잘 맞아야 한다고.

지난해 11월엔 전국에서 온 연의 장인 20여 명이 참가한 가운데 서울 상암동 하늘공원에서 열린 서울 시장배 연날리기대회 연싸움 부문에서 대상을 받을 만큼 수준급 실력을 갖고 있다.

이 씨는 15년 전부터 성남에서 전통 연을 만들고 시민들에게 보급해 온 연의 장인이다. 이 씨가 만들어 소장하거나 보급해 온 연은 400여 개에 이른다. 그가 펼쳐 놓은 연은 각시탈, 도깨비, 용, 쥐부터 돼지까지 그 문양이 다 다르고, 북을 기원하는 수복(壽福)이라는 한자도 각각각색으로 연을 장식하고 있다. 동서양 문양을 담은 책을 보면서 독학을 했다.

어릴 적 나전칠기 장인인 아버지가 직접 대나무를 깎아 형들에게 방패연을 자주 만들어 주었고, 7남매 중 막내인 그는 세 형들이 연싸움을 하면 그 끊어진 연과 실을 주우려

다니기만 했다. 결국은 아버지를 좇아 연 만드는 법을 배웠다. 잇고 지내다가 15년 전 우연히 한강에 나갔다가 연 날리는 모습을 본 그때부터 그의 끼는 발동했다.

1997년부터는 성남시 민속연보존회를 만들어 유치원, 동주민자치센터, 성남문화원에서 연 제작을 가르치고 있다. 소문을 듣고 찾아온 이들에게 누구나 연을 가르쳐 준다. 제8회 성남시 정월 대보름 축제가 열리는 2월 8일, 분당 중앙

공원 광장에서 각각각색의 연날리기 대회를 주최한다. 연은 무료로 나눠주며, 참가희망자는 당일 오전 10시 30분부터 신청할 수 있다. 할아버지와

손자, 어머니와 딸이 연을 날리면서 즐거운 추억을 간직할 수 있다.

그의 집을 나서려는 순간 서울공항에서 연싸움을 하자는 회원의 전화가 걸려왔고, 그 와중에도 이 씨는 “연은 액막이나 소원성취로 정월에만 날리는 것이 아니라 사시사철 즐기는 생활스포츠라는 말을 잊지 말라”고 당부한다. 연을 직접 만들어 보고 싶은 사람은 016-325-0547로 연락하면 된다.

장영희 기자 essay45@hanmail.net



우리는 동서지간 “한집에 살아서 좋아요!”

우즈베키스탄서 시집은 마리카·딜후모르

수정구 태평동에는 우즈베키스탄에서 성남으로 시집 와 국경을 넘는 아름다운 사랑과 꿈을 키우며 정붙이며 살아가는 우리의 이웃이 있다. 샤키로바 마리카(26)와 할마도바 딜후모르(26) 씨는 서로 동서지간으로 같은 집에 살고 있다. 어린이집이 방학해 집에 있는 마리카의 4살짜리 아들 민준이는 낯선 사람의 방문에 상 뒤로 숨어 얼굴만 내밀고 웃는데 딜후모르의 4개월 된 유석이는 아주 잘 웃는다.

마리카는 시집온 지 얼마 되지 않아 살뜰히 아껴주신 시어머니가 돌아가셔서 정말 슬프고 외로웠다고 한다. 남편과 시동생과 많은 의논 끝에 시동생의 배필로 자기 나라 사람을 짝지어주기로 하고, 고향인 우즈베키스탄 수도 타시켄트에서 떨어진 도시 나만간에서 지금의 동서 딜후모르를 중매해 가족의 연을 맺었다.

마리카는 딸 넷 중 첫째 딸이고, 딜후모르는 4남3녀 중 6번째 막내딸이다. 한국에서는 첫째가 부모님을 모시는 것이 관례지만 우즈베키스탄은 막내가 모시

는데 한국처럼 그곳에서도 부모님이 결혼의 결림돌이 되기도 한다. 딜후모르는 시집온 지 2년차다. 한국어가 서툴지만 옆집 아랫집과 소통하기 위해 많이 노력하는데 음식은 아직 적응이 될 때 고향 음식을 만들어 먹는다며 한국 음식은 무엇이든 잘 먹고 즐겨 먹는 걸 5년차 마리카를 부러워한다.

손윗동서인 마리카가 한글보조강사로 나가거나 유치원에 우즈베키스탄 문화 소개를 나간 날은 딜후모르가 가정 일을 한다. 딜후모르에게 있어 마리카는 시어머니와 같은 존재이기도 하다. 딜후모르는 시집와 한국에 살면서 “같은 나라 사람이 한집에 있다는 것이 제일 좋다”고 한다.

서로가 의지가 되는 두 사람은 남편(우즈베키스탄 말을 잘한다)을 끔찍이 사랑한다. 잠시 같은 동네 고모 댁에 계시는 시할머니(87)와 아직 일을 놓지 않고 계시는 시아버지(63)를 모시고 사는 것이 작은 바람이라는 두 며느리의 효심과 아무진 살림살이는 한 가정의 행복을 만들어 가고 있다.

우즈베키스탄 말로 인사를 부탁했다. “아짜로무알레이꿈”(안녕하세요.) “하이르”(안녕히 가세요.)

마리카와 딜후모르는 어느새 우리의 소중한 이웃이 되어가고 있다.

이화연 기자 maekra@hanmail.net



1. 딜후모르의 결혼식 장면 2. 손윗동서를 시어머니처럼 의지하는 사이좋은 동서지간 3. 유치원에서 우즈베키스탄 문화를 소개하는 마리카.



◀아직 한국음식 적응이 안 돼 고향음식을 먹는다는 시집 2년차 딜후모르
▶유치원에 우즈베키스탄 문화소개를 하기도 하는 시집 5년차 손윗동서 마리카

왕실의 후예로 활쏘기 명수

기획연재 성남 역사 이야기①
성남시 향토유적 제8호
신종군 新宗君 이효백 李孝伯

우리 한민족은 역사에서 활을 잘 쏘는 민족으로 알려져 왔다. 중국인들이 우리 한민족을 일컫는 “동이(東夷)의 [夷]는 바로 ‘大弓’을 의미하는 것이며, 큰 활을 잘 쏘는 민족이라는 뜻이다. 고구려를 건국한 주몽(朱蒙)은 곧 활을 잘 쏘는 사람이라는 고구려의 방언이며, 고려를 건국한 왕건이나 조선을 건국한 태조 이성계 또한 활과 관련한 이야기가 전래되고 있다.

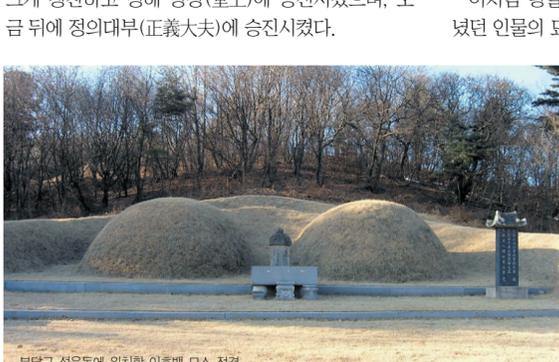
신종군 이효백의 자는 희삼(希參)이고, 덕천군 이 후생의 아들이다. 조 선 제2대 정종대왕 타고난 궁술로 품계 더해, 호랑이 포획해 민심 안정도 활쏘기로 무술 외에 인륜의 도를 배워

1467년 이시애(李施愛)가 모반했을 때에는 세조가 친정(親征)하고자 해 효백을 선봉장으로 삼았다. 1468년에 무과(武科)에 합격하니, 또 명해 품계를 더하게 했다. 종친(宗親)은 과거 응시를 금지한 규정에도 불구하고, 세조가 그해부터 특별히 부시를 허락했다. 이효백의 탁월한 궁술은 소나무로 만든 두께 7푼(分)의 방패를 1백 보 거리에서 쏘아 5촌(寸)을 뚫었을 뿐 아니라, 예종 임금이 즉위한 해에는 열무정(閱武亭)에서 준감(躡亨) : 실물의 갑옷을 물건에 걸어서 사람이 움크린 모양을 만들어 화살의 표적으로 삼던 것으로서 이것을 쏘게 한 것은 실전과 같은 시합)을 쏘게 했더니, 이효백 한 사람만이 갑옷의 미늘[札]을 꿰뚫었다. 또 호랑이가 청량동(淸涼洞)에 나타나 사람을 해치는 사건이 발생했을 때에는 임금의 명을 받아 착호갑사(捉虎甲士) 및 겸사복(兼司僕) 등을 거느리고 양주·광주 등지에 가서 호랑이를 포획해 민심을 안정시켰다. 다음날 이효백은 신종군(新宗君)에 제수됐다.

이 화살의 표적으로 삼던 것으로서 이것을 쏘게 한 것은 실전과 같은 시합)을 쏘게 했더니, 이효백 한 사람만이 갑옷의 미늘[札]을 꿰뚫었다. 또 호랑이가 청량동(淸涼洞)에 나타나 사람을 해치는 사건이 발생했을 때에는 임금의 명을 받아 착호갑사(捉虎甲士) 및 겸사복(兼司僕) 등을 거느리고 양주·광주 등지에 가서 호랑이를 포획해 민심을 안정시켰다. 다음날 이효백은 신종군(新宗君)에 제수됐다.

이효백은 활쏘기에 특출한 실력을 지녔던 인물로서 하루 종일 쏘아도 정곡(正鵠, 과녁의 중심)에 벗어나지 않았다. 옛날에는 과녁의 중앙에 신분에 따라 다른 짐승을 그려 넣은 과녁을 사용했다. 천자는 흰 바탕에 곰을 그린 옹후(雍侯), 제후는 빨간 바탕에 큰 사슴을 그린 미후(糜侯), 대부는 호랑이나 표범을 그린 포후(布侯), 선비(士)는 사슴과 돼지를 그린 포후(布侯)를 사용했다. 1459년 세조가 모화관(慕華館)에 거둥했을 적에 최적(崔迪)과 짝이 돼 각각 화살 30개를 가지고 과녁을 쏘라고 명했다. 효백이 연속해 29발을 맞히니, 세조가 크게 칭찬하고 명해 당상(堂上)에 승진시켰으며, 조금 뒤에 정의대부(正義大夫)에 승진시켰다.

이처럼 왕실의 후예로서 궁술에 특출한 실력을 지녔던 인물의 묘소가 성남시 석운동에 있으며, 그의 묘지석은 현재 경기도박물관에 소장돼 있다. 무덤이 있는 자리는 이효백이 늘 활 쏘고 사냥하던 곳이었다. 공이 이 언덕에 올라서 결상을 놓고 멀리 바라보면서 기뻐하기를, “반드시 이곳에 묻히련다” 했다. 어느 날 활줄이 갖끈에 튕겨져서 갖끈에 달렸던 큰 구슬을 잃었는데 장사할 때 구덩이에서 발견됐다고 한다.



분당구 석운동에 위치한 이효백 묘소 전경

묘소는 석운동, 묘지석은 경기도박물관에 소장돼 있다. 무덤이 있는 자리는 이효백이 늘 활 쏘고 사냥하던 곳이었다. 공이 이 언덕에 올라서 결상을 놓고 멀리 바라보면서 기뻐하기를, “반드시 이곳에 묻히련다” 했다. 어느 날 활줄이 갖끈에 튕겨져서 갖끈에 달렸던 큰 구슬을 잃었는데 장사할 때 구덩이에서 발견됐다고 한다.

자료제공 : 성남문화원 향토문화연구소
글 정리 : 윤종준 연구위원

오곡밥, 귀밭이슬, 지신밧기... 전통문화 가득한 정월대보름

음력 1월 15일은 정월 대보름이다. 달의 움직임에 따라 농사를 짓던 우리 조상들은 한 해 첫 보름인 정월 대보름을 중시했다. 풍요의 상징인 달의 모양, 밝기 등으로 한 해 농사의 길흉을 점쳤고 달을 보며 소원을 빌고 마을의 안녕과 풍년을 기원했다. 이처럼 농경을 바탕으로 한 정월 대보름의 풍속은 풍농을 기원하는 의미에서 유래했다고 볼 수 있다.

대보름 음식은 풍농 기원의 뜻이 담긴 오곡밥과 섬만두, 먹으면 더위를 먹지 않는다는 묵은 나물, 귀가 밝아지고 좋은 소식만 듣는다는 귀밭이슬 등을 먹었다. 또한 풍물을 치면서 집집마다 돌며 지신을 달래고 복을 비는 ‘지신밧기’와 액 연을 띄웠다. 연에는 이름과 생년월일, 송액영복(送厄迎福)이란 글귀를 썼으며 지력 무렵, 연줄을 끊어 멀리 날려 보냄으로써 한 해의 액을 쫓고 복을 기원하는 등 다양한 먹거리와 민속놀이를 즐겼다.

율력서(律曆書)에 의하면 ‘정월은 천지인(天地人) 삼자가 합일하고 사람을 받들어 일을 이루며 모든 부족이 하늘의 뜻에 따라 화합하는 달’이라고 했다. 정월의 절일인 대보름을 맞아 분당 중앙공원 광장에 모여 잊혀져가는 세시 풍속을 체험하고 가족의 건강과 행복, 풍요로운 한 해를 기원하는 건 어떨까.

100만 시민의 무사안녕과 가정의 행복 기원 제8회 성남시 정월 대보름 축제 개최

2월 8일 분당 중앙공원

성남문화원(원장 한춘섭)은 정월 대보름인 2월 8일 오전 10시 30분, 분당 중앙공원 광장에서 ‘제8회 성남시 정월 대보름 축제’를 개최한다.

이날 행사는 한국농악보존협회 성남시지회 ‘오리밭 농악’ 공연과 성남시 민속연보존회 ‘전통 연 사림’, ‘창작 연 날리기’가 펼쳐진다. 시민참가 행사로 연날리기, 율놀이, 팽이치기, 널뛰기, 제기차기, 투호 행사와 부럼 박 깨기, 소원 성취 글쓰기, 떡치기, 엿치기, 먹거리 등의 다양한 전통행사가 마련될 예정이다.

이날 민속놀이 행사에 참가를 희망하는 시민은 당일 오전 10시 30분부터 현장에서 신청하면 된다.

성남문화원 756-1082
조민자 기자 dudfdk@hanmail.net



생생 재테크

가계도 이제는 재무설계가 필요하다

지난해는 국민 대다수에게 경제적 측면에서 악몽과 같은 해였다. 주가가 폭락해 펀드 가입자들은 울상을 지었고, 물가와 환율이 올라 장바구니를 든 주부들과 기러기 아빠들은 허리가 휘었다. 이런 불황을 헤쳐 나가는 똑똑한 재무설계를 수립하고자 네이버 전문칼럼니스트인 남기일 상담위원(주·포도재무설계)의 무료 재정상담 세미나에 참석, 그 내용을 요약해본다.

소득과 지출을 명확히 하라

대부분의 사람들은 자신의 소득과 지출이 얼마인지 정확히 모르고 살아간다. 상여금을 포함한 연 소득을 계산하라. 그렇지 않으면 상여금은 소비성 지출로 이어지기 쉽다. 지출도 식비·유형비·생활비·용돈·교통비·교육비·이자 등의 소비성 지출과 보험·예금·적금·펀드 등의 비소비성 지출로 꼼꼼히 분류해 예산을 짜는 것이 좋다.

재무목표를 분명히 정하라

노후자금, 자녀교육비(대학등록금), 주택구입, 투자를 위한 중저돈 마련 등 확실한 목표를 정하고 단기(3년 이내), 중기(3~7년), 장기(10년 이상)로 목표에 맞는 기간을 정한다.

단기자금은 적금이냐 예금을 하고, 주식이나 펀드는 단기투자에서 제외한다. 단기에 자산가치 변동으로 인한 손실을 입을 가능성이 크기 때문이다. 중기의 대표적 상품으로는 펀드가 있다. 펀드는 돈을 모아 주식이나 채권 그리고 기타 투자자산에 투자하는 것으로, 주식과는 차이가 있다. 거저식과 적립식이 있

며, 자산가치의 정점과 바닥을 알기 어려우므로 그 종류와 시점을 분산하는 지혜가 필요하다.

장기는 추후에 발생할 이자소득, 배당소득, 부동산 임대, 사업임대, 연금, 근로, 기타소득 등 종합소득세를 고려해 연금보험이나 저축연금에 가입해야 한다. 보험은 생명보험과 손해보험(의료실비)을 통해 위험을 이전하는 것이 효율적이다. 소득 활동기엔 불의의 사고로 인한 리스크에 대비하고 은퇴 이후 노후엔 질병보장에 관한 필요성이 커지므로 확률적으로 높은 임원비나 수술비 보장이 충분하도록 해야 한다.

투자 기대수익률 달성 위해 리스크 관리 필요

안정적 투자를 하기 위해서는 현실 생활의 안정이 필요하다. 그러기 위해서는 불시에 닥칠 유동성 위험을 회피해야 한다. 이때 필요한 자금이 예비비다. 예비비란 살아가는 데 있어 갑자기 드는 목돈에 대비해 예비해 놓는 돈을 말한다. 월평균수익을 기준으로 자영업자는 600%, 근로소득자는 300%, 맞벌이부부는 150~200% 정도를 가지고 가는 것이 유리하다. 소득의 규모에 따라 달리해야 하겠지만, 평균적인

로 필요한 금액이다. 그래야 갑자기 목돈이 필요할 때 안전장치가 될 수 있다. 예비비는 임출금이 자유로우며 금리도 좋은 CMA가 적당하다.

현재 소득은 조정하기 어려우므로 조정 가능한 기대수익률과 시간의 힘을 빌려야 한다. 그 중에서도 저축이나 투자의 기간은 미래가치의 가장 중요한 변수임을 간과해서는 안 되겠다.

자포자기하지 말고 부채클리닉을 활용하라

월평균소득 370만5천원(4인가족 기준)이하이고, 신용등급 6~10등급에 해당하는 사람은 포도재무설계(www.podofp.com)를 통해 보건복지가족부에서 상담료를 전액 지원하는 부채클리닉 재무컨설팅을 받을 수 있다. 총3회에 걸친 전문가의 진단과 처방을 통해 상처가 더 깊어지기 전에 치료를 받을 수 있다. 부채는 질병과 같아서 상황이 많이 악화되기 이전에 상담을 통해 현재 상황을 개선하는 것이 중요하다.

부채의 시작은 초과지출에서부터 시작하고 점차 고금리의 대출을 이용하게 돼 결국엔 상환 자체가 어려워져서 신용불량자가 되기 때문이다. 이는 심각한 사회문제를 발생시키고 가정경제뿐 아니라 국가경제에도 심각한 영향을 끼칠 수 있다.

구현자 기자 sunlin-p@hanmail.net

※ 다음 호부터는 남기일 재무설계 전문 칼럼니스트의 재테크 칼럼이 연재됩니다.

직접 만드는 DIY 교실 1

향긋하고 촉촉한 천연비누 만들기

차가운 바람에 거칠어진 피부와 건조해져 가려운 피부를 진정시켜 주는 비누가 있다. 인공향료나 색소가 사용되지 않아 피부 자극을 피할 수 있고 자체에 글리세린이 포함되어 있어 보습효과가 뛰어나다. 이렇게 좋은 비누, 만들기 어렵지 않을까? 아니다. 그리 길지 않은 시간 안에 쉽게 만들 수 있으니 가벼운 마음으로 시작해 보자.

- 준비물: 핫플레이트, 스팀볼(내열용기), 비누베이스, 식용색소, 아로마에센셜 오일, 모양틀
- 만드는 방법

1. 비누베이스를 사용할 양만큼 잘게 잘라서 내열용기에 담는다.
2. 핫플레이트에 내열용기를 얹고 물처럼 될 때까지 녹인다.
3. 녹인 비누베이스에 식용색소, 아로마 에센셜 오일을 넣는다. 색소나 에센셜 오일을 넣을 때는 전체 총량의 1%를 넘지 않도록 한다.
4. 녹인 비누베이스를 모양틀에 붓는다.
5. 비누가 딱딱해지면 냉동실에서 2시간 정도 굳힌 후 틀에서 떼어내면 완성된다.

비누베이스를 녹여 모양틀에 넣기까지 30분 정도 시간이 걸린다. 굳으면 바로 사용할 수 있다. 정말 쉽고 빠르다. 그러나 만들면서 부딪히게 되는 어려움이 있으니 이럴 땐 어떻게 해결하자.

- 핫플레이트가 없다. → 가스렌지를 사용한다.
- 모양틀이 없다. → 종이컵이나 푸딩컵을 사용한다.
- 비누베이스를 모양틀에 부었는데 거품이 보글보글 올라온다. → 거품위에 에탄올을 부어준다.
- 한 가지 색만으로는 만족할 수 없다. → 녹인 비누베이스에 각각의 색을 섞어 모양틀에 부으면 된다.

주의해야 할 점도 있다. 비누베이스를 녹일 때는 저온에서 저으면서 녹여야 한다. 고온에서 녹이면 비누베이스가 타기 때문이다. 그리고 자주 젓지 않는 것이 좋다.

천연비누를 만드는 또 다른 방법이 있지만 이번 호에서는 손쉽게 만들 수 있는 방법을 알아보았다. 재료는 천연비누 관련 인터넷 쇼핑몰에서 구입할 수 있다. 비누 만드는 것을 배우고 싶다면 정보문화센터 여성 문화회관이나 성남여성인력개발센터, 농업기술센터에서 분기별로 진행되는 강좌를 이용하면 된다.

도움말_마리 공경림 대표 708-3701
박인경 기자 ikpark9420@hanmail.net

소비자 Info

농산물 구입 시 소비자정보 활용하기

최근 미국 발 경기불황이 본격화되면서 소비자들은 자신의 소비습관을 재검토해야 할 때다. 이런 가운데에서도 가족의 건강을 챙기는 소비트렌드는 여전할 것이라고 한다. 건강은 안전한 먹을거리로부터 시작된다. 그렇다면 무엇을 근거로 안전한 먹을거리를 선택할 것인가? 바로 소비자 정보다.

먼저 축산물에는 농림부와 소비자단체가 공동으로 매년 우수축산물브랜드를 선정해 발표하고 있다. 생산, 도축, 가공, 유통·판매 전 과정을 통해 품질, 위생·안전성, 브랜드관리 등을 평가해 부여하는 인증제도다. 쌀도 마찬가지로 구입하면 된다. 누구나 한 번쯤 당도 등을 기준으로 구입하면 된다. 누구나 한 번쯤 포장은 화려한데 품질은 별로였던 기억이 있다. 따라서 더 두르고 품질이 좋아질 리 없다. 그저 눈속임에 불과하다. 이번 설에는 소비자정보를 활용해 진짜 좋은 농산물을 선택해 보자.

성남소비자시민모임 756-9898

안전한 농·식품 선택을 위한 참고사이트
축산물브랜드종합정보서비스 www.hqbrand.net
소비자리포트 www.sobijareport.org
경기사이버장터 www.kgfarm.go.kr
농식품안전정보서비스 www.agros.go.kr

본당차병원 가정의학과 이연정 교수 건강칼럼

‘생리 전 증후군’ 마법에 걸리다!?

그날이면, 우울해져?

생리 전 증후군이란 생리 1주 전부터 반복적으로 발생하는 정서적·행동적·신체적 증상을 말한다. 신체적으로 여드름, 식욕 변화, 변비, 어지럼증, 피로감, 두통, 안면홍조, 근육통, 복부 불편감, 구토, 체중 증가 등이 있으며 정서적으로는 긴장, 공격성, 분노, 불안 등이 나타나 감정이 불안정하며 피로감·우울 등에 의해 성욕·생활에 대한 의욕이 떨어지고 수면 양상의 변화가 오기도 한다.

생리 전 증후군을 완화시키기 위해

생리 전 증후군의 기본적인 치료 원칙은 먼저 생활습관을 교정하는 것이다. 이 기간에는 식염 섭취를 줄여 심한 부종을 예방하고, 변비를 완화시키기 위해 섬유질이 풍부한 신선한 채소를 더 잘 챙겨먹어야 한다. 불안하거나 예민해지는 증상이 심해질 수 있기 때문에 알코올과 카페인 섭취는 줄인다. 식사는 과식을 피하고 소량씩 여러 번 먹는 것이 도움이 된다. 가벼운 운동은

엔돌핀 농도를 상승시켜 우울증상을 호전시키고 부종을 경감시켜주며 스트레스의 조절에 좋다.

생활습관 교정, 일시적 약물 복용 도움돼

생리 전 증후군은 생각보다 많은 여성들이 가지고 있는 흔한 문제이며 질환에 대해 인식만 한다면 도움을 받을 수 있는 문제다. 그러나 어떤 경우에는 기존의 질환들이 생리주기에 맞춰 악화되는 증상일 수도 있다. 예를 들어 자궁내막증, 자궁근종 등의 부인과 질환이나 우울증, 양극성 장애, 공황장애, 불안 장애 등의 정신과적 질환이 있는 경우 생리주기에 맞춰 증상이 변화되는 것처럼 나타날 수 있다. 증상이 있다면 적절한 진단 과정을 통해 가능성 있는 나쁜 질환들을 파악한 뒤 생활습관 교정 등의 노력과 함께 증상에 맞는 일시적인 약물을 복용해 이 기간을 지혜롭게 보내도록 한다.



Safety 성남 전화금융사기(보이스 피싱)의 공통점과 대처법

녹음된 음성, “귀하께서는” 호칭은 의심 상담원 연결·개인정보 노출은 피할 것



“귀하게 발송된 택배가 반송되어 우체국에 보관하고 있습니다. 자세한 내용을 듣고 싶으시면 9번을 눌러 확인하여 주세요.” 한창 기승을 부리고 있는 우체국을 빙자한 전화금융사기(보이스 피싱)의 경우다.

수사기관이나 공공기관, 카드사, 은행 등을 사칭해 걸려오는 사기전화를 한두 번쯤 안 받아본 사람은 없을 것이다. 요즘은 사칭하는 기관이나 수법이 다양해 자칫 전화금융사기에 걸려들 우려가 있어 그 공통점과 대처법에 대해 알아보기로 하자.

사기전화의 경우 대부분 녹음된 음성(자동응답시스템)으로 전화가 걸려온다. 또한 특징을 상대로 하지 않고 무작위로 전화를 걸기 때문에 수신자의 신분을 전혀 모르고 있는 상황이므로 “귀하께서는...”이라는 호칭을 사용하며 항상 9번이나 0번을 눌러 통화를 유도한다는 것이 공통점이다.

혹시나 하는 마음에 통화가 이루어졌다면 상담원의 말투에 관심을 두어 한다. 사기전화의 경우 대부분 중국 쪽에서 걸려오는 전화이므로 우리나라의 상담원과

말투나 억양이 다르다는 것이 특징이다.

은행의 자동화 기기로 유인해 돈을 입금하도록하거나 주민등록번호나 통장 계좌번호 등 개인정보를 수집해 또 다른 사기전화에 이용할 목적이므로 개인정보를 절대로 노출해서는 안 된다. 또 0번이나 9번을 눌러 상담원과 연결되면 국제전화나 '060'과 같은 부담할 요금이 부과될 수 있으니 응대 없이 끊어버리는 것이 현재로서는 최우선이다.

공공기관이나 금융기관에서는 이미 전화를 받는 사람의 신상정보를 알고 있기 때문에 “귀하께서는...”이

런 호칭을 절대로 사용하지 않으며 자신의 신분을 밝힌 후 전화한 용건을 말한다든 점을 꼭 기억하자. 우체국은 자동응답시스템으로 우편물 도착·반송 안내를 하지 않고 문자메시지를 보내거나 담당 직원이 직접 안내한다.

마지막으로 만약 개인정보를 노출시켰을 경우에는 곧바로 보이스 피싱 피해신고(경찰청 1379번), 검찰청(1301번), 한국보호진흥원 개인정보침해 신고센터(02-1336번)에 보이스 피싱 피해를 신고해 도움을 받아야 한다.

유현자 기자 yoonh1107@hanmail.net



건강게시판

건강증진센터 맞춤형 건강관리 서비스 제공

- 대상 : 시민 누구나
- 접수 : 전화 및 방문을 통한 사전예약 (체성분검사전 할 경우, 예약할 필요 없음.)
- 검사내용 : 건강상태 설문조사·체성분검사(무료), 기초체력검사(3,700원), 운동부하검사(11,000원), 동맥경화검사·맞춤식 개별상담 서비스(무료)
- 예약 : 분당구보건소 건강증진센터 729-4005~6



설문조사 응급병원·약국

정병원	수진2동 757-8900
분당차병원	아파트동 780-5000
분당제생병원	서현동 779-0114
분당서울대병원	구미동 787-2114
성남중앙병원	금평2동 743-3000
광생산상부인과	태평1동 752-2094
성남북일병원	태평2동 721-7575
독일키즈의원	태평4동 753-0509
유스타치소년과	태평3동 751-3280
홍소아청소년과의원	수진1동 754-3697
이메디의원	태평3동 756-9988

- 논골중로약국 단대동 735-2758 • 약초당약국 단대동 747-4386
- 푸른약국 양지동 744-8279 • 대오약국 신성동 733-3349
- 신성일메디칼약국 신성동 744-0158 • 독일약국 신성2동 734-9341
- 신홍중로약국 신성3동 744-2992 • 비타약국 태평4동 755-3818
- 필마약국 태평2동 722-0097 • 금호약국 수진2동 751-3005
- 연신의원 성남동 752-3883 • 대화약국 금평동 745-4422
- 21세기세계로약국 금평동 743-0624 • 보통약국 금평동 747-2083
- 유니필약국 금평2동 731-3888 • 전승원약국 금평1동 734-6041
- 김초약국 성남동 751-1644 • 경기약국 성남동 754-9882
- 리드렐21세기약국 성남동 758-1940 • 로안새로약국 성남동 751-0028
- 분당연합의원 아파트동 709-0848 • 청우약국 아파트동 725-2300
- 세소망약국 아파트동 705-9202 • 인텔리자트누리약국 청지동 711-3792

- 응급환자 발생시 연락처
분당차병원 780-5840
분당서울대병원 787-3001
분당제생병원 779-0119, 성남중앙병원 799-5599

이달의 포토



즐거움 속으로 '썩썩'

지난해 12월 개장한 성남종합운동장 눈썰매장. 아침부터 모여든 개구쟁이들이 뽀얀 이슬을 드러내며 하얀 슬로프를 미끄러져 내리고 있다.

이종욱 _ 중원구 성남동

독자마당 안내



수필 다음 호에는 '친구'에 관한 글을 받습니다. 매월 10일까지 원고지 5매 이내 분량.

사진 성남지역의 풍경이나 사람들 이야기를 담은 사진을 설명과 함께 이메일 및 우편으로 보내주세요.

이달의 독자 다음 호부터는 이달의 독자 코너를 신설합니다. 비전성남의 독자분께서는 편집실로 연락해 주시면 사진과 함께 적은 이야기를 실어 드립니다.

비전성남 건의사항 비전성남이 발전해나가기 위한 작은 걸음으로 시민의 의견을 받습니다. 읽고 난 소감, 앞으로 싶었으면 하는 내용, 개선돼야 할 점 등을 보내주시면 비전성남 개선 시 수렴하겠습니다.

채택된 작품에는 약간의 원고료를 드립니다. 시민 여러분의 많은 참여 바랍니다(주소, 연락처 기재바람).

보내실 곳 : <비전성남> 편집실 729-2075~6
이메일 : snnews@korea.kr

책 읽는 성남

거친 곡물이 내 몸을 살린다

하야시 히로코 | 김정환 옮김 | 살림LIFE | 2008.11



한때 방송을 타면서 관심을 집중시켰던 건강에 좋은 색깔 과일 특성이 이 책에선 곡물에 적용되고 있다. 간장, 심장, 비장, 폐장, 신장 등 오장에 각각 작용하는 곡물의 유형을 '오장·오미·오색 식품군'의 구체적 사례에서 소개하고 있다.

목기 木氣-간장-신맛-파란색 : 간을 튼튼하게 하는 것은 푸른 음식, 녹색 채소, 등 푸른 생선
화기 火氣-심장-쓴맛-붉은색 : 심장을 튼튼하게 하는 것은 붉은 음식, 붉은색 채소, 팥, 동물내장
토기 土氣-비장-단맛-노란색 : 비장을 튼튼하게 하는 것은 황색 음식, 곡물, 감자, 콩
금기 金氣-폐장-매운맛-흰색 : 폐를 튼튼하게 하는 것은 흰색 음식, 열은 색 채소, 과일
수기 水氣-신장-짠맛-검은색 : 신장을 튼튼하게 하는 것은 검은색 음식, 어패류, 해조류

유기 농산물을 사용한 제과·제빵업체를 설립하기도 한 저자, 하야시 히로코는 음식은 생명이라는 관점을 견지하고 있다. 책은 총 5개의 장(제1장 왜 곡물인가?, 제2장 계절에 맞는 식탁을 차리자, 제3장 몸에 좋은 곡물 어떻게 먹을까?, 제4장 곡물과 맛있는 밥상으로 친해지자)으로 구성돼 있다. 각 장의 제목으로도 짐작할 수 있듯이 저자는 곡물 섭취자의 입장에 서서 곡물이 인체에 미치는 영향을 시작으로 각 곡물의 특성과 조리방법을 오목조목 설명해 가고 있다.

아무리 좋은 음식이라도 식탁에 오르지 못하면 소용이 없다. 또 몸에 좋은 줄 알더라도 섭취하지 않으면 건강에 아무 도움이 되지 않는다. 그동안 우리 사회는 비만 등 식습관의 급격한 서구화로 인한 병폐로 몸살을 앓고 있다. 몇 년 전 방송에서 서구인들이 육식을 버리고 곡물 섭취로 식문화를 바뀌고 있다고 보도한 바 있다. 이제 우리 차례다.

음식을 단순한 먹을거리로 한정된 전통적인 개념을 벗어 버리고 음식이 곧 생명이라는 관점에서의 전환이 시급한 시점이다. 이 책을 통해 식문화 전반을 되돌아보고 생명사상에 입각해 음식을 바라보는 발상의 전환이 필요하다. 건강한 개인과 건강한 사회의 모델은 곧 건강한 식습관에서 비롯될 것이다.

<p>하수처리장, 수질복원센터로 명칭 변경 시에서 운영하는 하수처리장이 시설 현대화 및 고도화 처리시설 등으로 자연수질 정도의 맑은 물로 처리함에 따라 기존 환경기초시설(하수처리장)에서 「성남시수질복원센터」로 명칭을 변경했다. 하수관리과 하수행정팀 729-4173</p>	<p>제6기 FM분당 자원활동가 모집 모집대상 : PD, 진행자, 작가 원서마감 : 2.10(화)까지, fmbundang@hanmail.net 제출서류 : 이력서, 자기소개서, 사진 1장 FM분당 703-6100</p>	<p>성남도총동우체국 개국 장소 : 중원구 도촌동 636번지(도촌중학교 앞) 업무 : 우편업무, 금융 · 보험업무 수행 성남도총동우체국 752-2050~1</p>
<p>풍수해보험 가입 안내 국가와 지방자치단체에서 보험료의 61~68%를 지원함으로써 보험가입자의 부담은 최소, 혜택은 최대로 지원하는 국가 정책 보험이다. 가입대상은 주택, 축사, 온실(비닐하우스 포함)로 가까운 동 주민센터, 보험사(동부, 삼성, 현대)에 접수하면 된다. 재난안전관리과 방재팀 729-3553</p>	<p>경기도립성남도서관 무료 교육 강좌 : 디지털이미지와 포토샵, 프리젠테이션 활용, 엑셀, UCC동영상 제작, PC고장진단 · 정비 등 기간 : 2~11월(월별 교육) 대상 및 교육기간 : 홈페이지(www.snlib.or.kr) 경기도립성남도서관 730-3536</p>	<p>성남일화축구단 2009년 시즌연간회원 모집 기간 : 2.12까지(선착순 500명 싸인볼 증정) 가입 : 성남일화축구단 www.esifc.com 소포함 성남일화축구단 사무국 709-4133</p>
<p>「재난피해자 심리지원 정보시스템」 홈페이지 국민 누구나 재난피해자의 심리적 충격에 대해 체계적으로 지원 · 관리하고자 홈페이지(www.dmhs.go.kr)를 개설 운영하고 있다. 회원가입하지 않아도 다양한 정보를 제공받을 수 있다. 재난안전관리과 인적재난팀 729-3542</p>	<p>가정폭력 지원상담 활동가 모집 자격 : 가정폭력상담원 양성교육 100시간 수료자 활동내용 : 여성문제 상담, 상담 활동가 교육 참석 (<가정폭력 및 여성폭력 무료상담> 의뢰지원 및 법률 소송 지원) 가정폭력상담센터 751-6677, 성폭력상담센터 751-1120</p>	<p>2009년 성남시 노인일자리아업 참여자 모집 기간 : 2009.1.12(월)~2.4(수) 대상 : 60세 이상 성남 거주 어르신 모집분야 : 경비, 환경분야, 교육문화분야 등 수정노인종합복지관 731-3390/ 3393</p>
<p>사금융 피해 및 위법사항 신고센터 경찰청 "생계집해형 부조리사범통합신고센터" www.1379.go.kr(국번없이) 금융감독원 사금융피해상담센터 02-3786-8655~8 신용회복위원회 www.crss.or.kr(1600-5500) 성남시불법대부업 신고센터 729-2574</p>	<p>성남YWCA 방과 후 아동도우미 교육생 모집 접수기간 : 1.7~2.4 교육일시 : 2.9~2.20(1주간) 준비서류 : 등반 1통, 보건증(보건소 확인), 사진 2장 성남YWCA 701-2501</p>	<p>양원주부학교 학생 모집 한글산수반, 기초반(초등 미출업자), 중등부, 고등부 접수: 2.10(화)까지 선착순 양원주부학교 02-704-7402, www.ajummaschool.com</p>
<p>수정도서관 문화교실 강사 채용 문화교실 운영을 위한 강사로 NIE 통합논술, 영어독서지도 등 7개 과목 관련 자격 소지자 중 실무경력자를 1월 30일까지 모집한다. 자세한 내용은 홈페이지 참조. 수정도서관 743-9600 http://sj.snlib.net</p>	<p>1388 성남시청소년자원센터 1388 전화 : 고민해결과 기술, 학교폭력, 학대, 성매매 24시간 연중무휴 상담 개인상담 : 1:1로 만나 학업, 진로, 가족, 성, 인터넷중독 등 이용시간 : 평일 09:00~21:00, 토요일 09:00~17:00 국번없이 1388, 756-1388, www.sn1388.or.kr</p>	<p>근로자가구에 '근로장려금' 연 최대 120만원 지급... 올해 5월 신청분야 ■ 근로장려금 저소득근로자가구에 대해 근로소득에 따라 산정된 근로장려금을 세공원금형태로 지급하는 근로연계형 소득지원제도. ■ 근로장려금 신청자격 • 소득요건 : 부부연간 총소득의 합계액이 1,700만원 미만 • 부양요건 : 18세미만 자녀 1인 이상 부양 • 주택요건 : 무주택이거나 기준시가 5,000만원 이하의 주택 한 채 소유(대통령령 개정중) • 재산요건 : 주택, 토지 및 건축물, 예 · 적금 등 보유재산 합계액 1억원 미만 * 국민기초생활보장급여 3개월 이상 수급자구는 제외 ■ 근로장려금 지급액 연간근로소득(부부합산) 근로장려금 지급액 0~800만원 미만 근로소득 × 15% 800만~1,200만원 미만 120만원 1,200만~1,700만원 미만 (1,700만원-근로소득) × 24%</p>
<p>성남시 여성합창단원 모집 자격 : 성남시 거주 합창에 재능이 있는 45세 미만 여성 활동 : 정기연주회 개최, 국 · 내외 합창경연대회 참가 등 단장 017-277-2151, 총무 010-6622-3348</p>	<p>중원 노인일자리아업 참여 어르신 모집 모집내용 : 노인간담회 강사파견사업(은빛실버제조사업단) 장애인직업재활사업장 도우미 파견사업(든든보듬사업단) 활동내용 : 주3일 / 일 3~4시간(활동비 : 월 20만원) 참여자건 : 60세 이상 성남시 거주 분기관 회원 어르신 경로당 및 복지시설 봉사활동 경험에 있는 어르신 중원노인복지관 751-7450</p>	<p>신청 및 지급 • 신청시기 : 2009.5.1(금) ~ 6.1(월) 주소지 관할 세무서 • 신청장소 : 주소지 관할 세무서 • 신청방법 : 우편 · 방문 · 전자신청 • 신청서류 : 근로장려금 신청서 및 신청자격 확인 증빙서류 (근로소득 원천징수영수증 · 급여수령통장 사본 등 근로소득 입증자료, 임대차계약서 사본 등) • 지급시기 : 2009년 9월 말까지 금융기관 계좌로 지급 문의 : 성남세무서 730-6624~6629, 730-6632~6638 근로장려금제 홈페이지 www.eitc.go.kr</p>
<p>육군 부사관 모집 구분 : 2009년 민간부사관(6기/현병부사관 포함) 자격 : 고졸 및 동등이상 학력, 18~27세(예비비 30세) 신체기준 : 신체등위 2급이상 (남자 161~195cm, 여자 155~183cm) 육군모집 www.army.mil.kr 1588-6953(031-536-8220)</p>	<p>2009년도 적십자회비 모금 집중모금기간 : 1.20~2.28(연중모금) 납부권장금액 : 개인 6,000원, 개인사업자 20,000원, 법인 50,000~500,000원 납부대상 : 전 국민(세대주, 개인사업자, 법인 및 기타 회맹자) 자치행정과 자치행정팀 729-2285</p>	

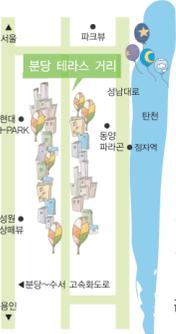
2009년 2월 시민정보화 무료 교육 일정 안내

기관명	구분	자격	교육기간	교육시간	인원	접수일/접수처
수정도서관	인터넷 기초	성남시민	2.16~2.27	09:00~10:30	22	1.15(목)~마감시까지 전자통신팀(4층) (☎ 729-5075)
	한 글		2.16~2.27	11:00~12:30	22	
	엑셀		2.16~2.27	13:00~14:30	22	
중원구청	컴퓨터반	성남시민	2.2~2.27	월, 화, 목, 금 10:00~12:00	30	1.19(09:00)~마감시까지 중원구 홈페이지 접수 (☎ 729-6078)
	인터넷반		2.2~2.27	월, 화, 목, 금 13:00~15:00	30	
분당구청	1기 인터넷활용	성남시민	2.9~2.27	10:00~12:00	30	
	17기 컴퓨터기초		2.9~2.27	13:00~15:00	30	1.19(목)~마감시까지 수 · 금반 09:30~ 인터넷 선착순 접수 (http://on.snlib.net) (☎ 729-7075)
중원도서관	17기 인터넷활용		2.9~2.27	15:30~17:30	30	
	27기 컴퓨터기초		3.2~3.20	10:00~12:00	30	
	27기 인터넷활용		3.2~3.20	13:00~15:00	30	
	2기 홈페이지제작		3.2~3.20	15:30~17:30	30	
	컴퓨터 원초반		2.3~3.27	화, 목 09:30~11:00	35	
	포토샵		2.3~3.27	화, 목 11:30~13:00	35	
	한글 2007		2.3~3.27	화, 목 16:00~17:30	35	1.22(목) 화 · 목반 09:00~ 수 · 금반 09:30~
	엑셀(기초-고급)		2.3~3.27	화, 목 19:00~20:30	35	인터넷 선착순 접수 (http://on.snlib.net) (☎ 729-4643)
중원도서관	컴퓨터 기초	성남시민	2.3~3.27	수, 금 09:30~11:00	35	
	인터넷 활용		2.3~3.27	수, 금 11:30~13:00	35	
	한글고급 및 파워포인트		2.3~3.27	수, 금 19:00~20:30	35	

기관명	구분	자격	교육기간	교육시간	인원	접수일/접수처
수정도서관	WORD	성남시민	2.3~2.26	화~금 09:30~11:30	30	1.28(수)~선착순 (☎ 729-5075)
	오픈마켓 CEO		2.3~2.26	화~금 11:30~13:00	30	
	생애별 평생학습 캠퍼스	성남시50대 이상	2.3~2.26	화~금 14:00~15:30	20	(☎ 743-9600)
중원도서관	평생교육센터 평생학습 캠퍼스	성남시 직장인	2.7~2.28	토 10:00~12:30	20	*직업인 인터넷 활용 가능
	엑셀&파워포인트	성남시민	2.3~2.26	화~금 09:30~11:00	30	
	디지털 포토		2.3~2.26	화~금 11:30~13:00	30	1.28(수)~ 인터넷 선착순 접수 http://www.snlib.net (☎ 752-3391)
	워드작성 대비반		2.3~2.26	화~금 16:00~17:30	30	
성남시 근로자종합복지관	컴퓨터 기초 (원도우, 한글, 인터넷)	성남시 산업체 근로자	2.1~4.9	18:30~20:30	30	2.2(월)~2.13(금)
	컴퓨터 기초 (윈도우, 문서작성, 인터넷)	성남시민	2.1~4.9	10:30~12:30	30	복지관 2층 (☎ 749-8688)
(사)성남시 장애인정보화협회	컴퓨터 기초 (원도우, 문서작성, 인터넷)	성남시민 (중급실력자)	2.1~4.9	14:00~16:00	30	
	PC활용기초		3개월(2개월)	월~금 09:30~11:00 11:00~12:30	40	
	엑셀자격증반	장애인 및 가족	3개월	월~금 11:00~12:30	24	수시모집 (☎ 732-8884)
	워드자격증반		3개월	월~금 09:30~11:00	24	
	인터넷		3개월	월~금 09:30~11:00	24	
	파워포인트		3개월	월~금 11:00~12:30	24	

연인과 커피 한 잔?!... 정자동 카페거리

목조 테라스 · 노천카페... '이국적 느낌' 물씬
CF · 영화 · 드라마 등의 촬영장으로 이름나... 서울 등에서 원정 와



'청자동 거리', '분당의 베벌리힐스'로 불러

분위기가 있는 노천 테라스에서 따뜻한 커피 한 잔을 즐기는 여유는 더 이상 외국 영화 속 모습만은 아니다. 분당선 정자역에서 걸어서 5분 거리, 초고층 주상복합 오피스텔 빌딩 파라곤과 상떼부리렌시 사이에 자리한 카페거리로 들어서면 마치 영화세트처럼 연상케 하는 노천카페들이 이국적인 분위기로 단숨에

사람들의 마음을 사로잡는다.

추운 날씨에 대비해 테라스에는 저마다 분위기가 있는 난로와 무릎 담요까지 구비해 두고 있어 쌀쌀한 날씨 속에서도 사람들은 실내좌석보다 테라스 쪽 좌석을 선호한다. 특히 한끼 식사 제공의 의미가 아닌 분위기 있고 고급스러운 인테리어와 깔끔한 음식, 최고의 서비스 제공으로 눈과 입이 모두 만족할 수 있다는 게 이곳의 장점이다. 다른 지역의 시골벽적 카페촌과 달리 규모가 크지 않아 아담하고 아늑한데다 고급스러운 분위기로 색다른 느낌을 주기 때문에 최근 분위기 좋은 카페 추천에 빠지지 않고 등장한다.

이곳에 카페거리가 형성된 것은 2004년, 정자동에

파라곤, 아이파크, 상떼부와 같은 초고층 주상복합 오피스텔, 빌딩이 들어서면서부터다. 주상복합빌딩의 1층 주민들이 이용하던 "작고 예쁜 카페"가 입소문을 타면서 하나 둘 들어서기 시작한 카페가 지금은 40개가 넘는다.

고급스럽고 세련된 청담동 분위기에 푸근한 느낌 더해

점심에는 인근 회사원들이, 오후에는 차 마시러 나온 주부들이 많이 온다는 '정자동 카페거리'를 서울 강남의 청담동 못잖게 고급 브랜드가 많아 청담동의 '청'과 정자동의 '자'를 넣어 '청자동 거리' 혹은 '분당의 베벌리힐스'라고 부르기도 하는데, 고급스럽고 세련된 분위기가 청담동 카페의 특징이라면 이곳엔 청담동 특징에다 따뜻하고 푸근한 느낌을 더했다.

근래에는 CF, 영화, 드라마, 뮤직비디오 등의 촬영으로 유명세를 떨쳐, 성남 주민보다는 입소문을 듣고 서울·수원·용인에서 원정 온 이들이 더 많다고 한다. 도로를 사이에 둔 양쪽 길은 모두 걸어도 30분이 되지 않을 거리인데 각 카페의 다양한 메뉴와 특이한 인테리어, 소품들을 눈요기하느라 사람들의 발걸음은 마냥 더디다.

녹차 등 차 전문점과 나무 소품이 예쁜 카페, 플로리스트가 직접 꽃을 골라주는 화원, 새벽 2시까지 문을 여는 레스토랑, 커피와 함께 에그타르트가 맛있는



커피전문점, 오전 7시에 문을 열어 신선하고 달콤한 케익을 내놓는 케익전문점, 물 한 잔도 와인글라스에 따라줄 정도로 서비스는 고급스럽지만 와플과 팬케이크가 나오는 브런치가 인기 메뉴인 카페, 아기자기 예쁘게 꾸며진 오프바 외에도 일식·중식·이탈리안 음식까지 메뉴별 음식점도 다양하다.

"쌀쌀한 날씨지만 노천에서 즐기는 따뜻한 커피와 치즈퐁듀는 행복 그 자체"라는 젊은 연인은 "집 가까이 이런 곳이 있어 운이 좋다"며 사진찍기에 한창이다.

가게마다 조성된 테라스, 멋스런 데크(deck)로 예쁘게 꾸며진 찻집, 유명 메이커의 옷가게들, 수입상품점 등 구경하는 재미도 쏠쏠하지만 하루쯤 여유를 즐겨보고 싶은 어느 날, 차양을 걸어 적당히 햇볕이 드는 테라스에서 친구 혹은 연인과 차 한 잔 마시면서 이야기 나누기 좋은 곳이다.

정경숙 기자 hung0901@hanmail.net



| 2009년 2월 문화 행사 캘린더 |

1월							2009년 2월																											
25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
N Gallery 예술 아카데미 개강 ● 강좌명 : 제2기 큐레이터 전문과정, 세계 미술 여행, 일상에서 호흡하는 미술, 예술과 건축 ● 일 정 : 3~6월(총 12회) ● 대 상 : 일반인 ● 장 소 : 연 갤러리 아카데미실 ● 시 간 : 매주 화~금 오전 10:20~12:30 ● 수강료 : 유료 ● 접 수 : 선착순 전화접수 ● N Gallery 070-7430-3323							N Gallery 김원희 개인전 ● 일 정 : 1.14~2.28 ● 장 소 : 연 갤러리 3전시실 ● 장 로 : 회화 및 아트 작품 10여점 ● 작 가 : 차용 미술의 대표작가, 홍익대학교 교양대학원 졸업, 한국미술, 한국여류화가회, 분당작가회, Here & Now, 개인전 20여회 ● N Gallery 070-7430-3323																											
심양 고궁박물관 소장 청실 보물전 ● 기간 : 2.1(일)까지 ● 시간 : 10:00~18:00(일·목) 09:00~21:00(금·토 야간 개장) ● 장소 : 경기도박물관 기획전시실, 기증 유물실, 중정홀 ● 유물 : 도자기, 회화, 무구, 침대, 문방구, 장신구, 목석, 식기류 등 70건 ● 경기도박물관 288-5300 www.museum.or.kr							2009 성남문화예술 사진전 ● 일 정 : 중원구청 2.2~13, 수정구청 2.16~27, 분당구청 3.2~3.13 ● 장 소 : 각 구청 1층 로비 ● 내 용 : 2007~2008 개최된 각종 문화예술행사 (탄천페스티벌, 성남문화예술제, 토요일콘서트, 모란민속5일장축제 등 40여점) ● K.D.P 연구소 729-2982																											
																												※ 성남아트센터 할인정보 단체할인 - 20인 이상 20%, 30인 이상 30% 복지할인 - 청소년 15%, 65세 이상, 장애인, 국가보훈대상자 50% 다자녀가정 우대카드(경기 IPLUS) 15%(4매 한정) 성남아트센터 783-8000, 1544-8117 www.interpark.com						