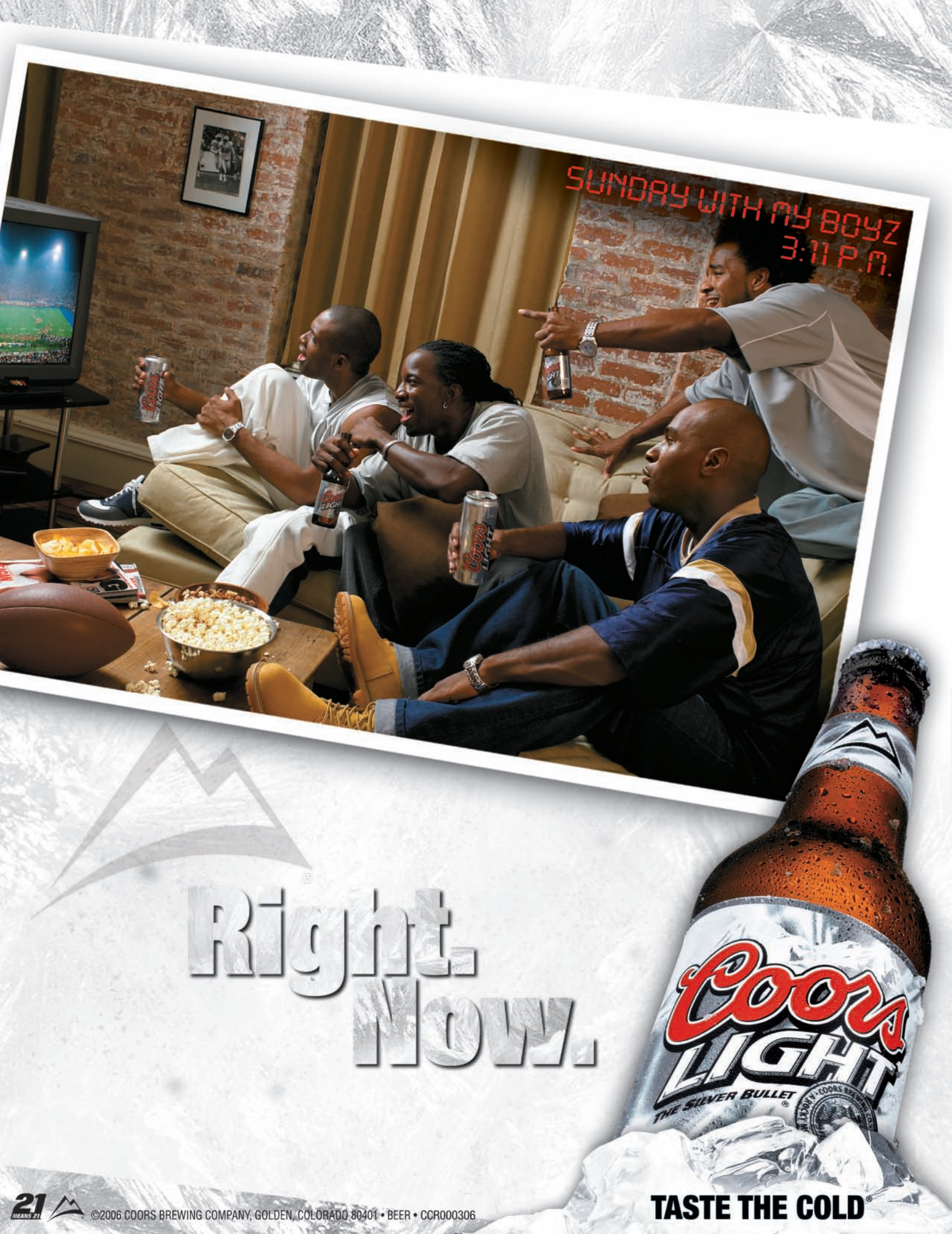




NATIONAL

JOURNAL

January / February 2007
Volume 16, Number 1



SUNDAY WITH MY BOYZ
3:11 P.M.

Right.
Now.



TASTE THE COLD



©2006 COORS BREWING COMPANY, GOLDEN, COLORADO 80401 • BEER • CCR000306



신속. 안전. 용이.

머니그램® 송금은 한국 및 중국과 전 세계 송금시 탁월한 선택입니다.

- 신속 - 송금후 10 분* 이내 수취 가능
- 안전 - 은행처럼 안전하지만 은행구좌 불필요
- 용이 - 전세계 네트워크를 이용한 송금은 신청서 한 장으로 가능
- 편리 - 머니그램은 170여국에 84,000 여지점 보유
- 저렴한 수수료 - 수취인 수수료 부담 없음

한국대리점:



중국대리점:



1-800-926-9400 www.moneygram.com

• 취급문의 : Ted Lee 213-700-2627

MoneyGram®

국제 송금서비스



목 차

Officers

President

JuHan Kim
Oregon

Vice-President

SeungSoo Le
Philadelphia

Vice-President

BokKi Kim
LosAngeles

Vice-President

ChulHee Yoo
Georgia

Vice-President

ChoonBok Lee
Washington

Advisors

Andrew Ku
KiPung Chun
David H. Kim
YangIl Kim
Thomas Lee

6. 김주한 회장 인사말
7. 한용웅 이사장 인사말
8. 각 지역 협회소식
18. 업계소식
22. PAUL DELIMA CO., INC. - 이야기
24. 미국뉴스
28. 배우는 영어
29. 건강 이야기
33. 삶의 이야기
34. 음식 이야기
37. 추천도서
38. 회장단 및 스폰서 소개

Board of Directors

Chairman

YongWong Han
Delaware

Vice-Chairman

KwangIk Lim
Colorado

Vice-Chairman

Philip Kim
Vancouver, Canada

Vice-Chairman

John J. Jung
Virginia

Vice-Chairman

David Kim
Maryland

Auditors

TaeWhan Ko
Texas

Mooshik Won
Harrisburg, PA

CONTENTS

Board Members

Phoenix, Arizona
Los Angeles,
California
Denver, Colorado
Wilmington,
Delaware
Atlanta, Georgia
Chicago, Illinois
Honolulu, Hawaii
Baltimore, Maryland
New York, New
York
San Jose,
Northern California
Portland, Oregon
Harrisburg,
Pennsylvania
Philadelphia,
Pennsylvania
Memphis,
Tennessee
Dallas, Texas
Richmond, Virginia
Seattle, Washington
Washington, D.C
Calgary, Canada
Ontario, Canada
Quebec, Canada
Vancouver, Canada

6. President's Message
7. Chairman's Message
8. Chapter News
18. Industrial News
22. PAUL DELIMA CO., INC. - HISTORY
24. U.S.A. News
28. To Learn English
29. The Story of health
33. The Story of Life
34. The Story of Food
37. Book to Read
38. Board Members & Sponsors

Editorial Staff

Publisher

Juhan Kim

Editor

JeongA Hong

Art Director

Sean Hong

Korean Translator

YongGul Park

Journal Advisor

HeeDon Kim

National KAGRO
is a member of the
FMI Association
Council and a
member of the NGA
Association Council.

화합을 이루는 정해년을 기대하며...

Looking Towards a New Year with New Found Unity



김 주 한 회장
President of National KAGRO
Juhan Kim

다복과 다산을 상징하는 돼지해 정해년의 새 아침이 밝았습니다.

전국에 계신 회원 여러분께 새해아침 인사를 드립니다.

2007년 1월 2일부터 업무를 시작할 세계 최고의 외교관과 세계 대통령으로 불리는 반기문 유엔 사무총장은 지난 15일 유엔 본부에서 유엔 사무총장 취임 선서식을 가졌습니다.

취임사를 통하여 세계 갈등의 조정자로서 화합의 다리가 되겠다고 선언하였습니다. 총연에서는 지난 12월 2일 워싱턴 D.C에서 KAGRO의 홍진섭 회장과 비즈니스 협회의 차명학 회장 두분이 아름다운 모습을 보이셨습니다.

3년전 KAGRO에서 나가 비즈니스 협회를 별도로 운영해 좋지 않은 모습을 보여주며 갈등을 일으켰기에 총연에서도 그동안 통합을 이룰 것을 권고했었습니다.

워싱턴 D.C KAGRO 홍진섭 회장은 후배들을 위하여 확고한 결단으로 통합을

시키고 차명학 회장에게 더욱 건설한 운명으로 워싱턴 D.C KAGRO를 반석에 올려 줄 것을 당부하며 물리나셨습니다.

홍진섭 회장의 결단을 보면서 감사함과 존경스러움이 교차되면서 아직도 통합을 이루지 못하고 있는 California를 위해서 좋은 본보기가 되고 있고 앞으로 California가 만행 역할을 정해년에는 해 줄 수 있기를 기대하고 있습니다. 총연에서도 좋은 소식이 있도록 더욱 노력하고 있습니다. 이제 우리 KAGRO도 화합을 통한 발전으로 더욱 강력한 경제단체로 거듭나야 됩니다. 통합논의가 활발하게 이루어지고 있는 California State의 좋은 소식이 새해에는 들려오길 기대하면서 회원 여러분의 사업이 더욱 번창하시길 기원합니다.



The bright prospect of a New Year representing great fortune is rising. And so, as the bright new morning arises, I offer my first greeting to all KAGRO members located throughout the world.

Being Sworn in on December 15, 2006, Mr. Ban Ki Moon - World renowned and internationally recognized South Korean Foreign Minister - will begin his tenure as the United Nations Security-General on January 2, 2007.

Through the ceremony, he swore to become the legs of harmonization of the world's needs and issues as its advocate.

On December 2, Washington, D.C. KAGRO's President Jin Sup Hong and the Business Association's President Myung Hak Cha presented a wonderful display of harmony.

The Business Association, which parted ways with KAGRO three years ago, began operating separate of KAGRO and thus the various members of KAGRO have been urging and hoping for a reunification since.

President Hong of the Washington, D.C. KAGRO administered a hard-line policy in the interests of his constituents and with the confidence of hope, came through on his promise to President Cha in producing a sound and strong Washington, D.C. KAGRO Chapter.

Observing President Hong's firm plan being put into motion, I gained a respect and became thankful of President Hong's character; I also saw Washington, D.C.'s situation as an exemplary model for the California KAGRO. My belief is that the California KAGRO will be like an older, experienced sibling to the other KAGRO chapters scattered across the United States in the New Year.

Many Members of the National KAGRO are currently assisting with the progress in California. KAGRO must now unite and become stronger and even more fruitful in the New Year.

새해를 맞이하면서...

As We Welcome in the New Year...



한 용 웅 이사장
Chairman of National KAGRO
Han, Yong-Wong

밝아오는 정해년(황금돼지해) 2007년의 새해가 떴습니다.

하루하루 정신 없이 살다 보니 어느새 또 한해가 가고 새로운 새날 새해를 맞이합니다. 어디서 와서 무엇 때문에 살고 어디로 가고 있는지...

이는 사람만이 시간의 중요성을 인식하고 사는 것 같습니다. 그렇다고 한다면 우리가 사는 이 하루 이 순간순간이 얼마나 소중한가. 아무렇게나 쓰고 흘러버릴 시간이 아닌 것 같습니다.

지난 한 해에는 너무나 많은 일들이 일어난 것 같습니다. 미국의 중심부인 Washington D.C.식품협회가 1.5세인(차명학) 회장님이 이끄는 식품협회와 대통합을 하면서 Washington D.C KAGRO가 되었으니 얼마나 좋은 일입니까. 이번 Washington D.C KAGRO 친구회장 이취임식에는 동부지역의 각 협회 리치몬드 이시경 회장님, 해리버그 한영웅 회장님, 볼티모어 박갑영 회장님, 필라델피아 이

창희 회장님, 총연의 김주한 회장님, 총연 이사장 한용웅 이사장님, 뉴욕 강병목 회장님과 각 협회 이사장님과 임원들이 참석하면서 대성황을 이루었습니다. 앞으로 3,4월 경에 LA에서 캘리포니아 협회가 통합되면 우리 National KAGRO가 미국 내의 어느 단체보다도 더 왕성하게 활동하는 단체가 될 것을 굳게 결심하는 바입니다. 과연 우리는 이 시간에 어떠한 일들을 하고 있는지, 앞으로 우리 자신들에게 다가올 미래를 위하여 지금 현재 얼마나 충실하고 있는지, 우리 자신에게 물어 각자 반성하고 미래를 설계합시다.

우리 협회가 어떻게 하면 좀더 발전할 수 있을지 서로 머리를 맞대고 의논하고 봉사하면서 살아야 할 때가 아닌가 하는 생각이 듭니다.

우리 총연 회원여러분과 그 가족분들에게 건강과 행운이 깃들기를 바라면서...

정해년 새해에 총연 이사장 한 용 웅



The bright prospect of the year 2007 (Year of the Golden Pig) has risen.

As we bustle through our busy lives, we finally realize that a new year has dawned on us.

I believe that only those who acknowledge their roots, as well as their destinations and goals can fully comprehend the importance of time.

With that in mind, it is imperative to not make haste of this precious,

unrecoverable time; to realize how important these moments of our lives are.

Looking back at the year past, there were so many memorable events.

The Washington, D.C. Grocers Association fully integrated with Myung Hak Cha's (Whom is a 1.5 generation Korean) Produce Association to produce the Washington, D.C. KAGRO Chapter; words cannot express how much this unification means to us.

The Washington, D.C. KAGRO Presidential Induction Conference completed without a hitch and representatives from all over the United States attended; President Si Kyung Lee from Richmond, President Young Woong Han from Harrisburg, President Kab Young Park of Baltimore, President Chang Hee Lee of Philadelphia, KAGRO President Ju Han Kim, KAGRO Chairman Yong Wong Han, President Byung Mook Kang of New York and many other members were in attendance.

As we look forward to March or April of 2007 when Californian sectors combine to join National KAGRO, KAGRO will soon be recognized as the largest and most organized of the National Grocers' Associations in the United States.

CHAPTER NEWS

워싱턴 D.C 식품 협회

❖ 워싱턴 D.C 식품협 · KABA 합쳤다 단체명 'KAGRO' 유지 합의



차명학(좌) 회장과 홍진섭(우) 회장이 두 단체 임원진들이 지켜보는 가운데 약수를 나누고 있다.

워싱턴 식품협회(회장 홍진섭, 이하 KAGRO)와 워싱턴비즈니스협회(회장 차명학, 이하 KABA)가 통합에 합의했다.

KAGRO와 KABA는 11월16일 애난데일 소재 한성옥에서 모임을 갖고 두 단체의 통합을 위한 합의서에 서명했다. 합의서 내용은 단체 이름은 기존 KAGRO로 정하고, 통합 날짜는 장학금 전달식 및 연말 파티인 12월 2일(토)에 실시하기로 했다. 통합이후 운영은 1월 임시총회가 개최될때까지 공동회장 체제로 운영하지만 차 회장이 모든 업무를 관장하되 홍 회장과 상의 운영하기로 했다.

또, 차 회장은 1월 임시총회전까지 새로운 KAGRO 임원진을 홍 회장과 협의해 구성하고, 통합된 KAGRO 회장에

는 차명학 회장을 추대·인준하기로 했다. 이날 통합 합의서 작성에는 두 단체의 임원진들이 모두 참석해 합의서 작성을 지켜봤다. 홍진섭 회장은 “오래전부터 준비해 온 통합이 마침내 결실을 이루게 됐다면서 DC내 소상공인들이 하나되어 보다 더 큰 단체로서 우리의 이익과 권익을 신장시키는 계기가 되기를 바란다”고 설명했다. 차명학 회장도 “1.5세가 앞장서고 1세대들이 뒤를 밀어주는 방식으로 통합에 따른 시너지 효과는 클 것”이라면서 “DC내 많은 한인 상인들이 힘을 합쳐 더욱 강력한 단체로 성장하기를 희망한다”고 화답했다. KAGRO는 통합 이후 첫번째 사업으로 DC내 복권 판매 수익금 인상을 위해 시 정부와 협상을 벌이고, 재원마련을 위해 시정부를 대상으로 그랜트를 확보하는등 본격적인 권리 찾기 사업을 추진할 계획이다.

❖ 워싱턴 D.C 식품 협회 신규 회장 이취임식



그동안 수고 한신 워싱턴 식품협회 홍진섭 회장님께 미주 총연 에서는 공로패를 전달했습니다.



워싱턴 D.C 의 신규 회장님의 협력을 다짐 하면서...



미주 총연의 김주한 회장님과 워싱턴 식품 협회 홍진섭 회장님



새로운 출발을 다짐 하면서 미주 총연 관계자와 함께..



새로운 출발을 다짐 하면서 파이팅..

KAGRO와 KABA는 2일 한성옥에서 워싱턴 식품주류협회 제 18회 장학금 전달식 및 19회 송년의 밤을 개최했다. 통합 선언이후 첫 행사인 만큼 DC 시정부 관계자, 캐그로 전국 의장을 비롯 200여명이 참석해 통합을 축하했다.

홍진섭 회장은 “그동안 2개의 단체로 인해 여러가지 불편을 끼쳤다면 이제 하나로 통합된 만큼 DC 한인 상인들의 권익을 위해 더욱 열심히 노력하자”고 말했다.

차명학 회장도 “20년동안 DC 내에서 활동 하면서 가슴 아픈 날들이 있었지만 지금 이 순간 두협회가 하나로 돼 너무나 기쁘다”고 말했다. 통합을 축하하기 위해 오레곤 주 포틀랜드에서 행사장을 찾은 김주한 전국의장은

“미 주류사회가 우리를 지켜보고 있다면서 단결된 힘으로 앞으로 나가자”고 강조했다.

DC 시정부내 아태계 담당 구수현 부국장은 앤소니 윌리엄스 시장의 축사를 대신했으며 아나코스티아 코디네이팅 카운슬 멤버인 필립 페넬씨도 참석해 축하했다.

1부 행사에 이어 장학금 전달식도 이어졌다.

장학금은 한인 입양아 맥스 길버트(12학년), 케빈 쿤 등

워싱턴 D.C 협회 소식

❖ Food 4 Families 캠페인에 참여

워싱턴 식품협회(KAGRO)는 추수감사절을 앞둔 지난 11월 20일 NBC 채널4 방송에 터키 400여 마리와 각종 야채 55박스, 그리고 6천여 달러의 성금을 기탁했다. 이들 식품 및 성금은 NBC 채널4 방송이 불우이웃들에 음식을 전달하기 위해 진행한 ‘Food 4 Families’ 캠페인에 참여하는 형태로 전달됐다.

한인 상인들은 그동안 DC에서 그로서리 운영 등을 통해 얻은 수익을 사회에 환원하는 차원에서 불우이웃돕기 캠페인에 자발적으로 참여했다고 밝혔다.

❖ 커뮤니티에 장학금 '훈훈'

최근 통합을 선언한 워싱턴 식품주류협회(회장 홍진섭, KAGRO)와 워싱턴 비즈니스협회 (회장 차명학, KABA)가 6년만에 하나된 모습으로 송년의 밤 행사를 펼쳐 눈길을 끌었다.



KAGRO 홍진섭 회장(왼쪽 첫번째)와 KABA 차명학 회장 (오른쪽 두번째)이 장학금을 수여한뒤 함께 기뻐하고 있다.

2명을 포함해 애슐리 밴구라 아나코스티아 고교 생 등 모두 9명에게 전달됐다. 밴구라 양은 학생들을 대표해 “DC 내 한인 커뮤니티의 지역 사랑에 감사드린다”고 말했다.

한편, 이날 내외빈이 참석한 가운데 통합을 공식 선언한 KAGRO는 내년 2월경 임시 총회를 열고 차명학 카바 회장을 통합 회장에 추대할 예정이다.

워싱턴주 협회 소식

❖ 주류사회 영향력 미치는 단체로 KAGRO 경영인의 밤- 식품 전시회 성공적 개최



워싱턴주 한인 그로서리협회(KAGRO 회장 이주영) 창립 21주년 기념 경영인의 밤이 성공적으로 열렸다.

이에 앞서 열린 제 19회 식품전시회에도 많은 납품업체들과 협회 회원들이 참석했다.

지난달 30일 오후 시택 더블트리 호텔에서 열린 이날 행사에 이주영 회장은 인사말을 통해 "아낌없는 지원을 해준 각 벤더들에게 특히 감사를 전하고 싶다"며 "내년에도 더욱 긴밀한 관계를 유지해 나가자"고 말했다.

이 회장은 "행사준비를 위해 많은 시간을 내 준 임원들과 그 가족들에 감사를 전한다"고 밝혔다.

시애틀 총영사관 권찬호 총영사는 그로서리협회의 주류사회 진출을 독려했다.

김용호 영사가 대독한 축사에서 권 총영사는 "이민 역사

가 짧은 한인사회가 타 민족보다 빨리 경제적인 안정을 찾을 수 있었던 것은 중^소규모 자영업에서 성공을 거둔 한인들이 많기 때문"이라며 "서북미는 미국내에서도 그로서리업의 성공사례로 자주 언급된다"고 말했다.

총영사는 이어 "이제는 과거에 안주할 때가 아니라 주류사회에 영향력을 발휘할 때"라고 강조하고 "사소한 소리에 집착하지 말고 한인 경제의 위상을 높이는 단체로 성장하길 바란다"고 말문을 맺었다.

기조연설을 맡은 아담 스미스 연방 하원의원은 "서북미 한인사회에 대해 잘 이해하고 있다"며 한인사회 지원을 아끼지 않겠다고 말했다.

스미스 의원은 "워싱턴주는 그 어느 주보다 소규모 자영업자들의 역할이 중요하다"면서 "내 위치에서 할 수 있는 한인사회 지원을 계속하겠다"고 말해 박수갈채를 받기도 했다. 장학금도 1만달러나 지급됐다.

KAGRO는 협회 전통에 따라 김경배군(쇼어라인 커뮤니티 칼리지) 등 10명에게 각각 1000달러씩을 장학금으로 지급했다.

이날 행사에는 이외 코카콜라 등 협력업체 대표들과 주류통제국, 복권국 등에서 관계자들이 다수 참석했으며 코너스톤 합창단, 미술사 이재겸씨, 본국 가수 장미화씨의 특별 공연도 있었다. 한편 같은 호텔에서 정오부터 열린 식품전시회(Trade Show)는 PI뱅크를 비롯해 유니뱅크, 워싱턴 뮤추얼 등 금융기관이 대거 참여해 눈길을 끌었으며 앤하우저 부시, 코카콜라, 밀러, 보이즈 커피, 쿠어스, 드라이어스 등의 특별후원과 졸트 콜라, 아리조나 티, 부쿠, 록스타 등이 특별 프로모션을 실시, 성황을 이루기도 했다.

코카콜라의 밥 슬렉 총괄매니저는 KAGRO 회원업소의 코카콜라 제품 판매량이 워싱턴주 내 탑-10으로 연간 400만 달러의 이익을 창출하고 있다고 말했다. 그는 올해 90만 상자의 KAGRO 매출량을 내년에는 100만 상자로 늘려 '수퍼 밀리언 챌린지의 해'가 될 수 있도록 도와달라고 부탁했다.

미주식품 총연합회 소식

❖ 미주 한인의날 기념 백악관 및 국회의사당 방문

2007년 1월13일 미주 한인의날 1주년 기념행사를 워싱턴 D.C에서 미주 50개 주에서 모인 한인 각계 인사들이 기념 모임을 2006년 12월1~2일까지 갖었습니다. 이번 행사에는 미주 식품총연의 김주한 회장.한용웅 이사장.이승수 부회장.김현주 이사.강병목 뉴욕 식품협회 회장.워싱턴 식품협회 홍진섭 회장님이 참석 하셨습니다.



백악관 미주 한인의날에 참석한 미주식품 총연합회 (좌)강병목회장. 김주한 총연회장.한용웅 이사장.이승수 부회장.김현주 이사



미주 한인의날 관계자들과 함께



백악관을 방문한 미주 식품상 총연합회 임원들...

뉴욕 협회 소식

❖ 제 14대 전반기 5차 이사회 결과보고 및 Haagen-Dazs사와의 미팅 결과보고

14대 5차 이사회가 12월14일 목요일 저녁 사무실에서 이사님 17명이 참석한 가운데 열렸습니다.

안건은

- 9, 10, 11월 재정보고
- 이사 추계 단합대회 결산
- 추계 골프 대회 결산
- 식품인의 밤 준비위 구성
- 기타 이사회 이사님들 출석에 관한 (삼진 out법을 따르기로 함) 토론이 있었습니다

또한 12월19일 오전 11시 30분에 이사님들과 회장님 그리고 Haagen-Dazs사의 부회장 및 뉴욕 매니저와 Meeting이 있었습니다.

"Partnership for Growth Program" 이라는 전제하에 Hagen-Dazs사에서 좋은 program 들에대해 이야기를 나누었습니다.

제품을 팔게될 사업체에 드리는 "Sing up" 보너스 (\$250)도 있으며, KAGRO 에게 전달되는 Donation (\$5,000) 이 있습니다.

메릴랜드 협회 소식

❖ MD식품주류협 연말파티서 시상식 을 장학금 1만여불 전달

메릴랜드 식품주류협회(회장 박갑영, 이사장 최광희)가 제11회 연말파티 및 장학금 시상식을 가졌다.

10일 오후 7시 서울플라자 밀레니엄홀에서 열린 행사에는 볼티모어시경 에드워드 햄 국장을 비롯해 잭 영, 아그네스 웰치 등 볼티모어 시의원들, 시장실 이지포토카 대민국장 등 400여명이 참석했다.



제11회 메릴랜드식품주류협회 장학생 일동

왼쪽부터 송유일(메릴랜드대), 앨시아 토니히, 모니카김(웨스턴기술 환경과학스쿨), 새미 김(피알스톤고교), 박진훈(타우슨MBA), 브라이언김(파크빌고교), 김태준(하워드커뮤니티칼리지)

내셔널 캐그로의 김주한 회장(오레곤)을 비롯해 워싱턴 DC, 해리스버그, 리치몬드 등 각지역 캐그로 회장들도 참석해 메릴랜드 캐그로의 그간 성과와 이번 행사를 축하했다. 장학금은 메릴랜드대의 송유일군등 총 8명이 받았다. 캐그로는 지난 7월 볼티모어시 흑인 학생들 4명에게 장학금을 별도로 지급, 올해 총 12명에게 1만여달러를 주었다.

박갑영 회장은 서로 배려하는 연말 연시를 보내고 내년에는 더욱 서로 협조하고 격려하는 해가 되었으면 한다고 인사를 했다. 내셔널 캐그로측은 잭 영 시의원, 오향제(메트라이프) 재정설계사, 강진욱 고문에게 감사패를 전달했다. 메릴랜드식품주류협회는 김경태 회계사, 전성국 변호사, 이티포토카 시장실 대민국장, 황정연 전이사장 등 10여명에게 그간의 협조와 노력에 대해 감사패를 주었다.

1,2부 순서가 끝나고 이광서 캐그로 이사의 사회로 3부 식품주류인을 위한 파티가 신명나게 진행됐다.

❖ “MD 주정부 일자리 도전을”

오밀리당선자 공개채용 본격화

내년 1월부터 새 메릴랜드 행정부를 구성할 오말리-브라운 당선자가 각종 정부 일자리를 공개채용하고 있다.

당선자의 인수위는 최근 메릴랜드식품주류협회(회장 박갑영) 등에 공문을 정식으로 보내 ‘주택, 노동, 라이선

스, 국방, 소수계, 기획 등의 분야를 소개하며 관심있는 많은 사람의 신청을 바란다’고 밝혔다. 캐그로 강진욱 고문은 “한인사회가 많이 동참해 훌륭한 인재들이 정부 요직에 들어갔으면 한다”고 밝혔다. 인수위측은 “재능있는 인물들이 투명한 절차를 통해 정부 일자리에 채용되었으면 한다”고 밝혔다. 인수위가 밝힌 관련 부서들은 이 밖에도 경찰, 공공안전, 교통, 노인, 농업, 장애, 총무, 보건, 청소년 등 정부 부서 전반을 망라하고 있다. 관심있는 사람들은 인수의 홈페이지(www.marylandtransition.com)나 캐그로 등을 통해 신청하면 된다

오레곤 협회 소식

❖ 음인숙 오레곤 KAGRO회장 재선

음인숙, 조승래 후보 무투표 당선



음인숙 오레곤 한인 그로서리 협회 회장이 2007년 회장으로 재선됐다.

오레곤건 한인 그로서리 연합회 선거관리 위원회는 개정 회칙 제 9장 37조에 명시된 '이사장은 회장과 동시 출마 조항'에 따라 런닝 메이트로 재출마한 현 회장 음인숙 후보와 현 이사장 조승래 후보가 지난 27일 협회 사무실에 마련된 선거 관리위원회에 단독 런닝 메이트로 출마, 무투표 당선을 확정했으며 12월16일 열리는 정기총회에서 이를 인준키로 했다. 또한 이날 모임에서는 한국 전매청지정 대리점을 통해 이미 미국시장에 진출해 있는 ‘카니발’의 협회 공동

구입방안을 논의했다. 오레곤 그로서리 협회는 워싱턴주 협회와 공동으로 25만 카튼 이상을 구입할 경우 원하는 상표 부착과 가격 등에서 혜택을 볼 수 있을것이라며 조만간 이에 대한 구체적인 협상을 추진해 나갈 계획임을 밝혔다.

한 참석이사는 카니발 담배구입 가격은 현재 카튼 당 25달러 선이라며 대량 공동구매로 20달러 정도로 내려갈 수 있다면 많은 한인 편의점들이 적극적으로 이를 판매할 수 있을 것으로 본다고 말했다.

❖ 오레곤 KAGRO 장학금 5천달러 전달

오레곤주 한인 그로서리 협회가 한국학교 및 학생들에게 5천달러의 장학금을 지급했다.

KAGRO는 12월 1일 저녁 로이드 센터 더블트리 호텔에서 열린 회원 송년 만찬모임에서 필립모리스, 쿼어스 등 스폰서 회사들의 도움으로 조성된 5천달러를 2개의 한국학교와 8명의 한인 자녀들에게 장학금으로 지급하고 이들을 격려했다. 음인숙 회장은 자신이 지난 1월 초 취임식에서 밝힌 대로 실질적으로 회원들을 위해 존재하고 회원들의 이익을 대변하는 협회로 이끌어 나가기 위해 지난 한해 동안 최선을 다 해왔다고 강조했다.

음회장은 특히 회원들의 물품 공동구매로 협상력을 높이고 더 많은 리베이트를 받아낼 수 있는 독립가맹점(IFC : Independent Franchise Contract) 프로그램 추진이 올해 가장 의미 있는 사업이었다며 현재 70여 회원업소가 가입해 있다고 밝혔다. 이날 250여명의 회원 가족과 초청



인사들이 참석한 가운데 열린 송년 파티는 협찬사들이 제공한 많은 경품들이 추첨을 통해 참석자들에게 돌아갔다.

제3부 여흥시간에는 가수 장미화씨가 출연해 걸쭉한 화술과 풍부한 가창력으로 10곡을 열창, 참석자들에게 흥겨움을 안겨줬다. 이날 500달러씩의 장학금을 받은 학생과 단체는 다음과 같다. 조섭 리(NYU), 폴라 변(오레곤대), 이영준(PCC), 김대미(윌라밋대), 이지혜(OSU), 이한솔(비버튼고), 제니퍼 자코버스(콩고디아대), 빌 엘싱거(루이스&클락대), 오레곤 한국학교, 벤쿠버 한국학교

필라델피아 협회 소식

❖ 범방위 연말 연시 안전 캠페인 전개

필라델피아 한인 식품인 협회가 주축이 된 한인 범죄방지 위원회는 연말연시 안전을 위해 한인들을 대상으로 안전 캠페인을 벌이고 있다. 범방위는 11월 말부터 필라델피아 지역에서 발행되는 7개 일간지 및 주간지들을 대상으로 업소 및 일상에서 지켜야 할 안전 수칙을 광고 형식으로 게재해 동포들의 안전 의식을 고취시키기로 했다.

또 언론을 통해 홍보된 내용을 1만 부 인쇄해 한아름과 아씨 플라자, 고바우 등 한인들이 많이 다니는 업소에 배부, 동포들이 활자화 된 안전 수칙을 용이하게 구하고 숙지하는데 도움이 되도록 했으며 미주 동아일보와 공동으로 연말 연시 방법 캠페인을 전개해 지속적으로 안전에 관한 내용을 홍보하고 관심을 촉구하기로 했다.

이창희 범방위원장(필라 식품인협회 회장)은 “당초 11월 초순부터 전개하려던 안전 수칙 캠페인이 직능단체와 한인회가 공동으로 거행한 송년 파티 때문에 다소 늦어졌다”고 밝히고 “그러나 지금부터라도 안전수칙을 준수하면 사고를 미연에 방지할 수 있을 것이라고 예상했다. 필라델피아 지역에서는 지난 11월 한 달 동안 3건의 강도 사건이 경찰에 신고 되는 등 강력 사건이 끊이지 않고 있다. 이창희회장과 범방위 관계자들은 실제로 훨씬 더 많은 강력 사건들이

발생하고 있는 것으로 추정하고 있으며 그에 따라 생명을 위협하는 강력 사건들이 발생할 가능성이 더 높은 것으로 보고 안전 수칙을 철저히 지켜 줄 것을 당부했다.

범방위에서 제시한 안전 수칙은 다음과 같다.

2006 연말 연시 안전 수칙

--- 업소에서 ---

1) 강도가 들면 반항하지 말고 시키는 대로 해야 합니다 - 강도가 들어 금품을 요구할 경우 절대로 움직이지 말고 시키는 대로 해야 합니다. 선불리 움직이거나 돈을 꺼내 주려고 몸을 움직이는 것은 강도를 자극해 돌발적인 사태가 발생하는 결과를 초래합니다.

범죄자들은 짧은 시간에 돈을 빼앗아 달아나야 한다는 심리적 불안감과 조급함에 쫓기기 때문에 조금만 이상하게 느끼면 방아쇠를 당깁니다.

2) 가게 안은 항상 밝게 합시다 - 가게 안을 항상 밝게 해서 구석구석이 눈에 들어오도록 해야 합니다. 범죄자는 항상 어두운 곳을 선호합니다. 가게 안을 밝게 하는 것만으로 범죄 가능성을 대폭 감소 시킬 수 있습니다.

3) 가게 안에는 항상 2명 이상이 있되 떨어져 있도록 합시다 - 범죄자들은 범행 목표로 삼은 업소에 여러 사람이 있으면 주위를 의식해 행동에 제약을 받습니다. 가게 안에 항상 2명 이상이 있되 앞뒤에 나누어 있거나 떨어져 있어야 합니다.

4) 가게 밖에서 안이 들여다 보이도록 합시다 - 범죄자들은 자신의 행동이 목격되는 것을 두려워 합니다. 가게 밖에서 안이 들여다 보이면 불순한 마음을 갖고 들어온 사람들의 행동을 위축시킵니다. 가게 출입구에 붙어 있는 각종 선전물의 높이는 1미터가 넘지 않도록 조절하고 유리창에 붙어 있는 선전물은 안을 들여다 볼 수 있도록 재 배치 하도록 합시다.

5) 무인 감시 카메라를 작동시킵시다. - 범죄 예방을 위해 가장 중요한 사항 중의 하나입니다. 업소 안에 무인 감시 카메라가 작동된다는 사실을 알게 되면 범죄자들의 80%가 미리 준비한 범행을 포기한다고 합니다. 한인 업소들이 그 동안 카메라를 설치하고도 녹화를 하지 않아 결정적인 순간에 낭패를 겪은 경우가 많았습니다. 감시 카메라 시스템이 정상적으로 작동하는지 수시로 점검하고 반드시 테이프를 돌려 녹화 합시다. 또 “이 업

소는 감시 카메라가 작동되고 있습니다”는 문구를 새겨 놓아도 큰 효과를 거둡니다. 이 문구가 필요하신 분들은 협회로 연락 하시면 협회에서 준비한 문구를 보내드리겠습니다.

6) 가게 문을 열고 닫을 때는 항상 두 명 이상이 있어야 합니다. - 해가 짧은 겨울철에는 가게 문을 열고 닫을 때 어두운 경우가 많으며 그만큼 범죄자들에게 노출될 가능성이 높습니다. 가게 문을 열고 닫을 때는 항상 2명 이상이 움직이고 주위에 이상한 사람이 있으면 즉시 경찰에 신고해 도움을 받는 것이 안전합니다.

---가정 및 일상에서---

1) 안전 장치가 없는 업소는 일몰 후 이용을 자제 합시다 - 해가 짧은 겨울에는 해가 진 후에도 꼭 다녀야 할 경우가 많습니다. 이런 경우 파킹장에 시큐리티 가드는 있는지, 조명은 밝은지, 감시 카메라가 있는지 여부를 확인하고 이용하는 것이 좋습니다. 감시 카메라가 없거나 가드가 없는 경우 사고가 발생하면 그 책임 소재가 불분명합니다.

2) 어두운 밤 거리는 가급적 다니지 말고 꼭 필요한 경우는 2명 이상이 다닙시다 - 가로등도 없는 거리에서 미성년자에게 사고를 당하는 경우가 많습니다. 낮이나 밤이나 범법자들은 밝은 것을 싫어합니다. 어두운 거리를 다니는 경우를 최소화하고 꼭 다녀야 할 경우 두 사람 이상이 함께 다니도록 해야 합니다.

3) 은행 이용 시간을 수시로 바꿉시다 - 치밀한 강도들은 은행을 고정적으로 이용하는 고객들을 파악하고 있으며 그에 맞추어 범행을 계획합니다. 사업상 정기적으로 은행을 이용해야 하는 경우에는 은행 출입 시간을 바꾸고 사람도 바꾸어 범법자들이 눈치 채지 못하게 하는 것이 중요합니다.

4) 현금이나 귀중품을 가지고 다니지 맙시다. - 각종 장소에서 피해를 본 한인들은 공통적으로 적지 않은 현금을 소지하고 있거나 금은 보석 등 귀중품을 갖고 있었습니다. 그리고 한인들은 세금보고나 자금 출처 등을 두려워하며 경찰에 신고를 하지 않아 범법자들의 표적이 되곤 했습니다. 수중에 50 달러 이상을 지니고 다니지 말고 귀금속을 소지 하지 않으면 한인들을 표적으로 하는 범행이 줄어들 것입니다. 지금까지 한인들을 노려온 범법자들은 한인들을 “굴러다니는 현금”으로 인식해 온 점을 기억해야 합니다.

5) 가게나 집 전화를 휴대 전화로 포워딩 합시다. - 많은 경우

범법자들이 영업 시간이 지난 저녁에 가게로 또는 대낮에 가정 집으로 전화를 해서 응답이 있는지 여부를 확인합니다. 응답이 없으면 빈 집이나 빈 가게로 간주하고 계획적인 범행을 저지릅니다. 가게나 집 전화가 4-5번 이상 울려도 대답하지 않는 경우 휴대전화로 포워딩 될 수 있도록 조치를 취하고 응답하면 범죄를 예방할 수 있습니다.

6) **범죄 현장을 목격하면 공동 대응을 합시다** - 범죄 현장을 목격하게 되면 간단한 대응으로 큰 효과를 거둘 수 있습니다. 자동차 안에서는 클락션을 울린다든가 호각을 분다든가 하는 작은 대응으로 범법자들을 물리친 경우도 있습니다.

온타리오 협회 소식

❖ 11월 20일 정기 이사회에서 신임 이사장 "이헌구" 선출...

협회의 신임 이사장을 선출하는 정기 이사회가 지난 11월 20일(월) 협회 대 회의실에서 개최됐다. 토론토 이스트 지구협 한범영 회장과 이사선임위원회 위원장을 맡으며 최근 급부상한 이헌구 이사의 맞대결에서 이헌구 이사가 승리, 향후 1년간 협회 이사회를 이끌게 됐다.

감사 인사를 하기 위해 연단에 오른 이헌구 이사는 구 김규진 이사장으로부터 의사봉을 넘겨받으며 경쟁상대였던 한범영 회장도 연단에 올라와 함께 자리할 것을 제안했다. 이에 한 회장도 환한 미소로 답하며 단상에 올라 이헌구 이사의 이사장 선출을 진심으로 축하했다.

이헌구 이사장의 당선 소감 첫 일성은 "집행부에 대한 협력과 견제의 조화"에 두면서 "회원들의 마음을 하나로 뭉치게 하는데 교량역할을 할 것임"을 강조했다.

기타토의의 핫 이슈는 체인편의점(데이지 마트, 키친푸드 페어 등) 회원의 정회원 자격 불인정 건이었다. 동 사안은 거수 표결 결과 거의 만장일치에 가까운 이사들이 체인편의점 회원의 정회원 자격 불인정 방침을 최종 확정지었다.

한편, 동 사안을 다루는 과정에서 배경설명에 나선 허중규 회장은 담배 위임장 제출 회원이 대략 1,500명 수준임

을 밝히면서 임페리얼과의 협상에서 실질적인 효과를 보려면 회원들이 위임장 제출 시 담배 전시 현황도 아울러 보고해야 함을 강조했다.

구체적인 정보를 토대로 임페리얼과의 협상에 임해야 한다는 이유이다.

실제로 위임장을 제출한 회원 중 상당 수가 담배전시현황을 제출하지 않고 있다.

허 회장은 밝히기를 꺼리는 이유야 다양하겠지만 공급업체와의 협상용으로만 사용될 대외비 정보인만큼 오는 11월 30일까지 담배위임장 제출 회원 모두가 전시현황 정보도 제출해 줄 것을 당부했다.

이날 회의에서는 7명의 선거관리위원도 선출됐다. 신임 선관위원 명단은 다음과 같다.

(가나다 순) 김학용, 박원모, 서기재, 오재경, 양영국, 우규형, 황신

❖ 협동조합 "고객 늘어 전화위복"

담배직배 여파 외곽지역 도매상 속속 축소/정리

온주실험 협동조합(이사장 장재춘)은 지난 9월부터 시작된 임페리얼의 편의점 담배 직배가 조합에 전화위복의 계기가 될 수 있다고 주장했다.

직배로 인해 일부 도매상들이 규모를 축소하거나 정리하면서 이들 도매상을 이용하던 고객들이 조합매장을 찾고 있기 때문.

장이사장은 20일 "토론토 외곽 일부 도매상들이 축소나 정리에 들어가면서 웨스트몰(서부지점) 손님들이 늘고있다"며 "담배매상은 떨어졌지만 타 상품 구색을 늘린 것이 고객을 끌어 전화위복이 되고있다"고 말했다.

김동일 워터루지구협회장에 따르면 내셔널그로서리(도매) 체인이 정책적으로 리얼캐네디언홀세일(도·소매)로 병합하고 있으며 이에 따라 구엘프 내셔널이 오는 1월27일 문을 닫는다. 김 지구협회장은 "도매를 없애고 도·소매로 전환하는 회사정책에 따른 것으로 보인다"며 "내셔널그로

서리 해밀턴(2개 매장) 1개 매장이 곧 정리되는 것으로 알고 있다”고 말했다. 그는 “앞으로 소규모 도매상들은 속속 문을 닫을 것이다”며 “멀지만 조합이나 타 지역으로 물건을 사러 가야 하는 상황이 생기는 것이다”고 덧붙였다.

조합의 장점은 타 도매상처럼 많은 이익을 내야 살아남는 구조가 아니라는 점이다. 운영을 위한 최소한의 이익만 추구하고 조합원에 대부분의 혜택을 돌리는 것이 목적이다. 따라서 장 이사장은 직배 우려로 매장을 축소하기보다 홈하드웨어 도입 등 상품구색을 늘려 공격적으로 경영하는 것이 도움이 된다고 설명했다.

조합은 지난 9월부터 금호타이어, 한국산 양말, 홈 하드웨어 등을 순차적으로 도입했으며 신규사업으로 하드웨어 및 선물용품 판매 확대, 3개 매장에 전화카드 및 우표 판매업체 임대, 통합전산시스템 구축 등을 세워놓았다.

또 상품 구색을 갖추지 않아 놓치는 10% 정도의 잠정 손실을 5% 수준으로 낮춘다는 방침이다. 하드웨어의 경우 주변 도매상 수준의 판매가격을 유지하기 위해 20% 마진을 책정하고 있다. 이는 담배 마진을 0.77%에 비해 월등히 높은 것이다. 장 이사장은 “2006-2007 회계연도 하드웨어 매출을 200만달러로 잡았으나 반응이 좋아 늘려 잡아야 할 것 같다”며 “이를 통해 40만달러 이상의 이익 창출이 가능하다. 공격적으로 대응한 것이 오히려 도움이 되고 있다”고 밝혔다.

❖ “법인체 등록뎀 세금폭탄” 고심

온주실협 ‘담배 프랜차이즈’ 묘수 찾기

온주한인실업인협회(회장 허종규)가 담배회사 임페리얼로부터 법인으로 인정받아 프랜차이즈 가능성이 한층 높아졌으나(본보 25일자 A3면) 법인체 등록시 세금폭탄(45% 정도)을 맞는 문제로 고심하고 있다.

실협은 최근 언론광고를 통해 담배 전권 위임장을 제출한 회원(1570여명)에 한해 임페리얼로부터 하나의 법인(Corporate Account) 구성원으로 인정받고 있다고 밝혔

다. 그러나 공동상호로 추진하고 있는 ‘OK C-MART’로 정부에 법인체 등록을 할 경우 연 수익의 절반 가까이를 법인세로 내야한다. 30만달러 이상의 수익을 발생시키면 이의 45%는 법인세로 잡히게 되기 때문이다.

실협은 연 420만달러 규모의 담배전시 수당 중 60%(250만 달러 상당)를 차지하는 임페리얼사와 현재 전 시수당 협상을 벌이고 있으며 볼륨인센티브(VI)도 수백만 달러에 달할 것으로 내다보고 있다.

그렇다고 실협을 지주회사로 하면 수익이 창출돼도 회원들에 배분할 수 없는 법적 제한이 따른다. 실협은 설립목적에 부합하는 사업만 하게 돼 있으며 이윤배분은 불가능하기 때문이다.

이에 대해 허 회장은 27일 “1월초 변호사 및 회계사와 상의해 가장 적절한 방법을 찾아 법인등록을 할 것”이라며 “전시수당의 경우는 담배회사로부터 받아 다시 각 회원에 돌려주기 때문에 사실상 법인체의 수익은 하나도 없게 된다”고 설명했다.

볼륨인센티브와 관련해서는 “OK C-MART로 법인체 등록을 하지만 운영은 OKBA(실협)에서 하기 때문에 수익이 실협에 잡히는 방법 등을 생각할 수 있다”며 “법인체는 어떻게 운영하느냐에 따라 세금부담이 달라진다.

전문가들과 상의해 곧 좋은 방법을 찾아낼 것이다”고 말했다. 한편, 실협은 임페리얼과의 전시수당 계약시점을 1월 중순으로 잡고 있으며 지금은 1월1일로 소급 적용된다고 밝혔다. 타 담배회사인 JTI는 이달말, RBH는 내년 3월말을 전시수당 계약시한으로 잡고 있는 가운데 실협은 임페리얼과의 협상이 만료되는 1월말까지 계약하지 말고 기다려 달라고 회원들에 요청했다.

알림

다음 3/4월호 Journal은 창립 18주년기념으로 제36차 총회에 맞추어 3월에 발간될 예정입니다.

WELLS
FARGO

EQUAL HOUSING
LENDERS

Each depositor insured to \$100,000
FDIC
FEDERAL DEPOSIT INSURANCE CORPORATION

Wells Fargo에 오시면 미래가 보입니다.

상업 용자 / SBA 용자 / 건물 용자 / 장비 용자 / 주택 용자 / 일반은행업무

Heejin Jung

상업용자

(360)600-7717

(206)355-6244

Su Moran

Regional Manager

(503)886-3113

(360)600-0474

John Hwang

주택 용자

(425)269-6678

(253)815-8378



www.wellsfargo.com

Industry News

Convenience Stores Stock Healthier Snacks

Fruits and vegetables are joining salty and sweet snacks on convenience stores shelves as demand for healthy food options continues to grow, the Baltimore Sun reports.

Retailers such as Royal Farms and 7-Eleven began stocking healthier food items this year. While fresher fare like sliced pineapple and salads may cost more than candy bars and chips, convenience store operators say consumers seem willing to pay higher prices for those items.

“I think you are seeing more and more convenience stores introducing a healthy line of foods,” Jeff Lenard, NACS spokesman, told the newspaper. “As [customers] are evolving with their tastes, they're looking for healthier, more upscale options and may not want a hot dog everyday.”

Convenience stores have always been willing to expand their offerings to accommodate consumer tastes, and adding healthier to-go items has met the needs of busy customers wanting healthier food items. Lenard said that's one reason convenience stores are willing to deal with the shorter shelf lives of perishable foods such as fruits and vegetables.

“There is a greater cost associated with having to worry about spoilage and other matters related to fresh food,” Lenard said. “But the cost is probably greater in not doing it, in terms of lost business and the cost of being left behind.”

For example, this year Royal Farms added a healthier line of foods, such as fresh fruit cups, whole fruit, sushi and five

different salads, to its popular fried chicken, western fries, wraps and cold sandwiches. The additions were a response to customers' requests for healthy options, Michael Jackson, merchandising and price-book manager for Royal Farms, told the newspaper.



Wawa stores have offered fresh foods since the chain's opening in 1964, but now more products have been added to meet consumer demand. For instance, Wawa now stocks products such as low-fat chicken noodle soup and sliced apples with caramel, in addition to light Wawa brand fruit punch and lemonade drinks.

7-Eleven launched its “Pick Smart” line this January that offers products, such as sandwiches, grilled items and packaged baked goods, with no more than 10 grams of fat and 420 calories.

Food Stamp Fraud More Likely at Small Grocer, Convenience Stores

While efforts to stamp out the illegal use of food stamps have saved millions of dollars in benefits during the past five years, small grocery and convenience stores in low-income areas continue to experience food stamp fraud, according to the Government Accountability Office (GAO), USA Today reports.

The GAO recommends that the U.S. Department of Agriculture focus on finding stores that violate federal rules and increase penalties for trafficking in misused stamps. In a report released in October, the GAO's recommendations come as Congress is preparing to revisit the \$29 billion-a-year food stamp program in 2007 as part of a farm bill.

One recommendation is for the Food and Nutrition Service (FNS) - the agency within the USDA that manages the food stamp program - to look over the 160,000 stores authorized to receive stamps to see which are most likely to engage in fraud and to target them for enforcement, the newspaper reports.

Households with a gross monthly income of 130 percent or less of the federal poverty level, or less than about \$1,799 a month for a family of three, qualify for food stamps. Food stamp recipients have discovered many ways to receive cash instead of food for their benefits. For example, a grocer or store owner willing to take part in fraud will give the food stamp recipient about 50 cents in exchange for \$1 in stamp payments, the GAO found. The retailer then claims the \$1 was used for groceries and seek reimbursement from the government, the newspaper reports.

The GAO found that the selling of food benefits for cash at small groceries and convenience stores is 38 times the rate of fraud at large supermarkets. The FNS estimates that about \$241 million in food stamp benefits were stolen last year, with small stores redeeming less than 15 percent of the food stamp benefits but accounting for 79 percent of the fraud, or \$190 million.

Survey Reveals Top Ten Supermarket Trends for 2007

Next year, products from the Amazon rainforest will be big in supermarkets, according to the marketing firm Mintel

International, which released its top 10 supermarket trends for 2007, according to the Indianapolis Star.

The top 10 trends are:

1. Amazonia. Products that feature indigenous resources from the Amazon rainforest, including exotic fruits such as acai and cupuacu, will be more widely available.
2. Ethical products. More stores will stock fair-trade and sustainable ingredients, particularly local and seasonal products in biodegradable packaging, to capture the environmentally conscious consumer.
3. Revisiting refills. Stores will start offering one-time-only container purchases that can be refilled with stuff you buy bulk.
4. Natural beauty. More beauty-care products will be free from synthetic and animal ingredients.
5. Keeping it simple. Store point-of-purchase displays will feature clean lines and streamlined packaging to help consumers not feel overwhelmed by choices.
6. Tech-advanced packaging, promotion and consumer tracking. Stores will utilize technology to promote sales, including more ads via cell phone.
7. Internet marketing. More companies will reach out via corporate and brand-based blogs, in addition to increased online sweepstakes, giveaways and other initiatives in cyberspace.
8. Baby boomers. Companies will be designing packages with easier accessibility for this age group.
9. Teen spirit. Stores will stock more home-care stuff, like room scents, and teen-oriented snack marketing.



10. A fresh start for breakfast. Dominated by bars and juices, the breakfast market will expand along with the general trend toward on-the-go food.

California Moves to Raise Taxes on FMBs

California authorities moved to curb the sale of flavored malt beverages (FMB) by changing its classification from beer to distilled spirits, which would make California the second state to treat FMBs as hard liquor, the Los Angeles Times reports.

The reclassification would add as much as \$2 to the taxes per six-pack of FMBs and go so far as to remove the legal beverages from convenience store shelves.

Outgoing state Controller Steve Westly told the newspaper he is confident that reclassifying FMBs and removing them from store shelves will take place in 2007. "When you're selling a product that is flavored with distilled spirits, that you're marketing as distilled spirits, I think common sense dictates that it should be taxed as distilled spirits," he said. "I see no public policy rationale why we should provide a lower tax rate to companies that are promoting distilled spirits to young people in California."

Should the reclassification become reality, an estimated 24,000 California retailers with licenses to sell only wine and beer would not be able to stock FMBs.

Only Maine taxes FMBs as distilled spirits, but across the country, attorneys general are paying more attention to the issue, notes the newspaper. "If California reclassifies, a number of states will take a careful look at this," James F. Mosher, a lawyer with the Center for the Study of Law and Enforcement Policy, told the newspaper.

The public hearing process will last at least nine months

before recommendations by the tax board staff are brought before the board for a final vote.

Philip Morris Increases U.S. Cigarette Prices

Not unexpectedly, Philip Morris USA increased its cigarette prices by 10 cents per pack, effective December 18, The Wall Street Journal reports.

The cigarette manufacturer also decreased a promotion to retailers by \$1 to \$4 a carton on its four "focus" brands of Marlboro, Parliament, Virginia Slims and Basic, effective with Monday's shipments, Philip Morris spokesman Michael Neese told the newspaper.

In addition, Philip Morris hiked list prices of its other brands by \$1 a carton, the company said. The increases would more than cover the higher payments for 2007 under the 1998 Master Settlement Agreement, which are expected to be about 6 cents a pack, Citigroup Inc. analyst Bonnie Herzog told the newspaper.

According to analysts, other major cigarette companies, such as Lorillard Inc. and R.J. Reynolds Tobacco Co., will likely drop the amount of their promotions as well.

Meanwhile, Reuters reports that a group of heavy Marlboro smokers filed a class-action lawsuit against Philip Morris USA, asking the company to pay for annual chest x-rays for all smokers over age 50 who have smoked a pack or more a day for the past 20 years, according to court papers filed last Thursday in Boston.

Lawyers at Thornton & Naumes, which filed the lawsuit, claim that as many as 80,000 Massachusetts residents could join the class, according to Reuters



왜, 올리브유인가?

이미 100% 국산 상심닭 시대를 열었던 대한민국 대표치킨 BBQ는 건강에 유해한 지방으로부터 인간이 자유로울 수 있는 최적의 튀김 오일이 무엇일까 고민 또 고민해 왔습니다.

이런 가운데 '올리브'가 인간의 세포를 구성하는 주성분인 뇌와 신경조직에 분포되어있는 좋은 콜레스테롤을 생성시키는 단일 불포화 지방산이 풍부하고, 피부미용과 노화방지에도 도움이 되는 항산화 물질이 풍부하다는 사실을 알게 되었습니다.

이에 BBQ중앙연구소는 세계 최초, 최고의 고품격 건강치킨의 개발을 위해, 3년간 수많은 실험과 연구를 거듭해 드디어 올리브유 치킨 시대를 열게 되었습니다.



왜, 엑스트라버진인가?

일반적으로 사용되는 식용유보다 6배 정도 비싼 100% Extra Virgin 등급은 올리브유 전체 생산량중 10% 이내에 속하는 순정등급으로 올리브유 중 올리브유라고 불립니다. 올리브유 본고장 유럽에서도 값이 너무 비싸서 튀김용으로는 감히 쉽게 쓰지 못하고 조금씩 짝어 먹어 귀한 식품입니다.

이런 값비싼 엑스트라버진 올리브유를 100% 원료로 한 올리브유만 쓰는 이유는 맛뿐만 아니라 고객님의 완벽한 건강을 지켜드리기 위한 BBQ의 새로운 다짐입니다.



PAUL DELIMA CO., INC. - HISTORY

Founded in 1902, Ella Barber returned to her native Syracuse, New York with bags of coffee from her husband's family plantation in Brazil. With the encouragement of friends and neighbors, Ella started a small family business. Roasting and grinding the coffee beans in her kitchen with bicycle power, she began delivering orders to a handful of Syracuse grocers.

In 1916, Ella's son Paul, who had helped her when the business was still a kitchen operation officially incorporated his namesake company. As its reputation for excellent quality spread throughout Syracuse, hotels and restaurants began requesting the coffee. Celebrities and leaders passing through the area, such as President Theodore Roosevelt carried praise for Paul Delima coffee far beyond Central New York. President Roosevelt was so impressed with Paul Delima coffee that he wrote a letter to Mr. Delima and invited him to visit his home at Sagamore Hill. Mr. Delima accepted and met with President Roosevelt presenting him with a coffee maker and Paul Delima coffee.

In 1945, Paul's youngest son David joined the business and became President in 1956 while Paul and his sister Maria remained active in the company into their eighties.

Upon David Delima's death in 1981, Paul W. Delima, Jr. became CEO and chief taster, and his cousin Peter Miller became President. The company fully evolved a leading purveyor of fine coffee to the food service industry. With an increased network of distribution centers throughout New York State, Paul Delima Coffee had also become renowned for ensuring the fastest possible delivery and reliable service.

The legacy of the Delima family and its commitment to excellence was evidenced by a completely new, modern 40,000 sf. coffee roasting plant and headquarters built in Cicero, New York in 1990. The East Syracuse facility was sold and the entire Paul Delima operation was moved to the new state-of-the-art roasting facility.

Green bags of coffee from around the world arrive at Paul Delima's Cicero, NY facility every day. Some are coffee beans the company has agreed to buy, while others are samples that coffee brokers hope the company will decide deserve a place in its lineup. Hundreds of cups of coffee are tasted daily and each coffee is tasted at least three times before it is used in any Paul Delima blend. The cupping room is a mix of the old and the new. There is a computer and a modern coffee grinder; but the roaster is decades old and the cupping room is dominated by an antique, round, wooden table designed during the second generation of Delima's to cup coffee products.

Paul Delima expert cuppers also test the coffees that are roasted, blended and packaged by the production department daily. In addition to pulling finished packages off the line for cupping, the cuppers also sample beans from each of the 50 to 60 roasts done each day. All told, each coffee is cupped at least six times before it reaches the consumer.

Computers at every stop of the roasting process ensure that the coffee produced fresh every day is consistent and of the highest quality. The latest in packaging and mixing equipment also affords the consumer a magnitude of product choices.

Generations of Paul Delima Coffee drinkers have shared their feedback over the years. One notable review was made by a writer for Conde Nast, a popular travel magazine. While traveling through mid-New York State, the writer reserved a room at a local Inn and had dinner at a nearby restaurant where he became excited about the excellent coffee served. The next morning, the aroma of the same coffee guided him downstairs to the dining room at the Inn. What, he wondered, was this dark, richly flavored brew? The young chef informed him that he was drinking Paul Delima coffee. A few weeks later, determined to find out more about Paul Delima's coffee, the writer returned to Upstate New York and met with Paul Delima and Peter Miller. In November 1988, an article regarding his Paul Delima experience was published in Conde Nast magazine.

In July 2004, Paul Delima Co., Inc. was purchased by Drescher Management Group.

In 2005, P. Drescher Co., Inc. acquired two facilities on a 75 acre site formerly utilized by Crouse Hinds/Cooper Industries in Liverpool, NY. Drescher renovated a 120,000 sf. facility into Paul Delima's General Offices and Distribution Center.

In September 2005, a Factory Store and Coffee History Museum was constructed at the Manufacturing Plant in Cicero, NY.

A Paul Delima web-site update was also completed to enable coffee drinkers throughout the world simple access to Paul Delima products.

Paul Delima Co., Inc. is an industry recognized leader in the premium coffee roasting business. For five consecutive years, the Paul Delima manufacturing facility has been recognized as American Institute of Baking (AIB) Certified "Superior", the highest rating possible. The company blends, roasts, and markets a wide variety of high quality coffees. These products include traditional institutional coffee blends, exotic varietals, flavored coffees, and certified sustainable Fair Trade and organic coffees. Coffee products are sold under the Paul Delima brand name as well as under a variety of private label customer names. Additionally, Paul Delima's "One Source Beverage Program" provides a comprehensive menu of machine dispensed beverages including cappuccino, espresso, hot chocolate, juices, liquid coffee, and iced tea.

FUTURE DEVELOPMENT

Paul Delima pledges to continue the commitment of producing great coffee and consistent high quality service to our ever-growing family of customers.

The vision is to transition Paul Delima Co., Inc. from distributing product to fine restaurants and institutions and focus significant time and resources to grow the retail segment of the business.

Paul Delima Co., Inc.'s primary objective is to assist in maximizing customers' return on coffee by providing excellent, personalized coffee programs. Paul Delima Co., Inc. offers an array of simple, but essential, product and marketing benefits. These fundamental assets, so important to a successful business coffee program, include a wide variety of high quality coffee products, Paul Delima branded or customized private label packaging, design point of sale materials, and coffee education

리커 업주 '내 가게라도 술병 따지 마!' 에이전트도 헛갈리는 ABC 상식

주류판매 금지 시간 새벽 2~6시, ABC 에스스로 일반보다 더 걸려,
음주운전 기록맨 승인 안날 수도



술을 파는 업소를 매매하려면 에스스로 절차를 밟도록
주법에 명시되어 있다.

리커스토어를 사준 에이전트가 가게 뒷편에서 주인과 함께 술을 마셨다. 그런데 이 에이전트는 리커스토어에서 술을 마신다는 것이 불법인줄 모르고 있었다. 자기 가게에서 술을 먹는데 문제될 게 무어냐는 것이다. 리커스토어나 마켓의 주류판매허가(ABC) 라이선스는 오프 세일이다. 즉, 업소 내에서는 술 마개를 딸 수 없다.

리커스토어를 판 경력이 제법 되는 한 에이전트. 캘리포니아에서는 새벽 2시부터 새벽 4시까지만 술을 못파는 것으로 알고 있다. '진실'은 새벽 6시까지다.

에이전트들도 헛갈리는 것이 바로 ABC 상식이다. 일반인들은 더 모르고 있다. 잘못 알고 있는 ABC 상식을 정리해보았다.

▷ABC가 없는 업소와 에스스로 기간이 비슷하다?

주류를 팔지 못하는 업소의 경우 4~5주면 모든 절차가 마무리된다. 하지만 ABC가 있으면 기간이 더 걸린다. 1~2년 전만 해도 3달 정도가 걸렸는데 요즘에는 별 문제가 없으면 2달 정도면 끝난다. 기간이 긴 이유는 라이선스가 이전되는 기간이 있기 때문이다. 인터뷰를 하고 30일이라는 포스팅 기간이 있다.

▷매입 자금만 있으면 된다?

ABC에서는 매입 자금의 분명한 출처를 원한다.

마약 자금이나 돈 세탁 같은 불법적인 요소를 미리 차단하기 위해서이다. 은행에 돈이 있으면 친척으로부터 빌렸는지 아니면 송금이 되었는지 자신의 돈인지를 증명해야 한다.

본국에서 집을 판 돈이라면 주택 매매 계약서를 필요로 하기도 한다. ABC 라이선스가 있는 업소를 매입하려면 6개월 전에 은행에 돈을 입금시키는 것이 좋다. 남에게서 돈을 빌렸다면 차용증서를 필요로 한다.

▷아무나 매입할 수 있다?

술을 파는 라이선스가 있기 때문에 영주권자 이상이어야 한다. 하지만 E-2 비자라도 개인이 아닌 주식회사 형태라면 무난하다.

▷범죄 기록과는 무관하다?

바이어는 법무국에서 지문을 찍는다. 마약이나 폭행 같은 중범 기록이 있으면 라이선스를 양도받을 수 없다. 음주 운전 기록도 2~3번 있으면 힘들다. 1번 걸렸더라도 모든 기록이 깨끗하게 정리되어 있어야 한다.

▷부부 중 한명만 신청해도 된다?

원칙적으로는 안된다. 부부가 함께 신청해야 한다. 예외는 있다. 부부 가운데 한 명이 업소에서 일을 안한다는 서약을 해야 한다. 일을 안한다는 사람이 직장에 다닐 경우 재직증명서를 제출하면 된다.

▷에스스로를 안해도 된다?

ABC가 없는 경우 양측의 합의에 따라 에스스로 절차를 생략할 수도 있다. 하지만 ABC가 있을 경우 캘리포니아법에 따라 에스스로를 무조건 통하게 되어 있다.

▷식당에 술을 사가는 것은 괜찮다?

상당수 한인들이 잘못 아는 상식 가운데 하나다. 맥주와 와인만을 파는 식당에서 사가지고 간 양주를 마시면 이또한 불법이다.



미국내 소식

에이피통신, 미국 10대 경제뉴스 선정

에이피(AP)통신이 2006년 미국 10대 경제뉴스를 선정했다. 그중 미국 부동산시장 불황이 1위를 차지했고 엔론회사 스캔사건 최종 판결이 2위, 중국경제의 쾌속발전도 언급됐다.

1. 부동산시장 불황

미국 부동산시장 열기가 급속히 냉각됐다. 2006년 미국의 주택가격이 폭락해 경제증가율이 2/4분기부터 대폭 하락세를 보이고 있다.



2. 엔론회사 스캔사건 최종 판결

엔론회사 창시인이자 전회장인 케네스와 전최고경영자(CEO) 제프에 대한 유죄판결이 내려졌다. 케네스는 판결을 받기 전 이미 사망했으며 제프리는 24년 4개월에 달하는 징역이 언도됐다.

3. '백데이팅' 스캔사건

스톡옵션 행사 가격을 주가가 낮은 날로 소급 적용하는 '백데이팅' 스캔사건에 미국기업 고위관리들이 다수 참여한 것으로 드러났다. 이달 19일까지 적어도 59명에 달하는 기업관리들이 낙마했으며, 일부는 해외로 도피한 것으로 알려졌다.

4. 최악의 미국자동차산업

미국자동차제조업체의 시장점유율이 급속히 위축돼 자동차업계를 곤경에 빠뜨렸다. 포드와 제너럴모터스(GM)은 대규모 감원을 실시하는 등 강도 높은 구조조정을 단행했다.



5. 국제유가 사상 최고치 돌파

중동지역의 지정학적 불안과 세계 원유 수요량 증가로 뉴욕시장 유가는 한때 배럴당 78.40달러까지 치솟아 사상 최고치를 기록해 석유회사는 큰 돈을 벌었다. 그 후 유가가 다소 떨어졌지만 올해 또 다시 사상최고치를 돌파해 사람들의 우려를 자아내고 있다.

6. 휘발유가격 불안정

치솟는 유가와 석유정제능력 부족 등의 영향으로 올해 여름 미국의 휘발유가격은 갤런당 3.04달러까지 폭등했다. 휘발유가격 상승은 연료소모량이 큰 미국자동차에 큰 타격을 가했다. 이후 휘발유가격이 다소 떨어졌지만 운전기사들은 시름을 놓

지 못하고 있다.

7. 미 연방준비제도이사회(FRB), 금리 5.25% 동결

연방준비제도이사회는 금리를 2004년 6월분의 1%에서 2006년의 6월의 5.25%로 상향시켰다. 이후 금리인상을 중단했지만 연방준비제도이사회 대표는 인플레이션 압력 상승에 경각성을 높여야 한다고 강조했다. 이는 금리인상 가능성이 여전히 존재하고 있음을 의미한다.

8. HP 기밀유출 및 도청사건

HP 대표이사 파트리샤가 기업이사와 관련 기자의 전화기록을 갈취한 사건에 휘말려 이사회에서 쫓겨났다.

9. 중국의 쾌속 경제발전

중국의 경제발전속도가 미재계의 주목을 받았다. 중국의 경제성장률은 올해에도 여전히 10% 이상 증가할 것으로 예상되고 있다.

10. 뉴욕주식시장 다우지수 사상 최초 1만2000선 돌파



한국인 스트레스 세계 최고, 느긋느긋 멕시코인 ‘최저’

한인타운이 세상에서 ‘가장 속썩는 민족’과 ‘가장 속편한 민족’이 함께 사는 곳으로 나타났다.

AP통신과 시장조사기관인 입소스(Ipsos)가 공동 조사한 ‘국가별 일상생활 스트레스 정도’에 따르면 한국인은 10명중 8명이 매일같이 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다. 조사대상 10개 국가중 가장 높다.

반면 가장 스트레스를 덜 받는 민족은 멕시코로 국민 45%만 스트레스를 호소했다. 한국인의 절반 수준.

한국 미국 영국 프랑스 독일 캐나다 호주 이탈리아 멕시코 스페인 등 10개국에서 성인 1000명씩을 대상으로 실시한 이번 조사에서 한국인의 81%가 일상적으로 스트레스를 받는다고 답해 1위를 차지했다.

뒤를 이어 호주(77%) 캐나다.프랑스.영국(76%)이 비슷한 수치를 보였고 미국은 독일과 함께 75% 이탈리아 73% 스페인 61% 마지막으로 멕시코는 45%였다. 이 조사가 흥미로운 점은 가장 스트레스를 받는 한국인과 덜 받는

멕시코인이 이곳 LA에서는 가장 가까운 이웃이라는 것이다. 두 민족은 가족을 중시하고 정이 넘치는 공통점이 있는 반면 인생관에서는 확연한 차이점을 보이기도 한다.

‘빨리빨리’로 대변되는 한국인의 추진력(또는 조급성)과 ‘세월아 세월아’ 멕시코인의 여유(또는 나태)가 작업장.운전시 도로 등 곳곳에서 충돌을 빚기도 한다.

서로를 뵈기 싫어하며 “왜들 저럴까?”라는 표정을 짓는 이유 중에는 두 민족이 받는 일상 스트레스 강도가 2배 가까이 다르기 때문일 수도 있다.



조사기관이 이곳 LA한인타운에 거주하는 한국인과 멕시코인의 스트레스 정도를 조사하면 어떤 결과가 나올 지 궁금하다. 한편 이번 조사 응답자의 공통적인 스트레스 요인으로는 직장과 재정문제가 가장 큰 것으로 나타났다.

자녀 대학진학 전까지 양육비는 19만달러 소요



미국에서 자녀를 낳아 대학에 보내기 전까지 키우는데 드는 돈은 얼마나 될까.

아이가 세상에 태어나서 17세가 될때까지 소요되는 양육비가 19만달러(대학 학비 제외)나 된다는 통계가 나와 눈길을 끈다. 워싱턴포스트지는 최근 정부 통계자료를 근거로 평균 연소득이 5만 7400달러인 가정의 아이 한명 당 양육비가 19만달러라고 보도했다.

그러나 여론조사 결과 정작 아이를 낳는 부모는 10명 중 7명이 양육비에 대한 장기적 대비를 사전에 하지 않고 무작정 출산을 하고 있는 것으로 밝혀졌다. 특히 의료보험료 등은 현재의 수준에서 앞으로 최고 3배까지 올라 한달에 300달러에 달할 수 있기 때문에 앞으로 아이를 기르는데 들어가는 비용은 계속 늘어날 전망이다. 따라서 재정전문가들은 결혼을 하기 전부터 부부생활과 자녀 양육 등에 대한 장기적 재정플랜을 짜고 실천하지 않으면 빚더미에 얽게될 가능성이 높다고 지적하고 있다.

최저임금 7달러50센트

가주, 1일부터 시행 전국 최고수준... 희비 교차

캘리포니아주 최저 임금이 1일부터 7달러50센트로 인상됐다. 이에따라 업주와 근로자들간의 희비가 엇갈리고 있다.

이번 최저임금 인상으로 캘리포니아주내 140여만명의 근로자들이 임금 인상 혜택을 볼 것으로 추정되고 있다. 현재 주 40시간을 일하면서 6달러75센트를 받고 있는 최저 임금자의 경우 이번 인상으로 연봉이 추가로 1,560달러 오르게 된다.

또 오는 2008년부터 50센트가 추가로 인상되면서 최저 임금이 시간당 8달러로 상승하게 되면 현 4위인 가주내 최저 임금은 미 전국 최고 수준으로 꺾충 뛰게 된다. 그러나 이번 최저 임금 인상으로 노동집약성 비즈니스인 식당과 의류, 봉제 업계 등에 종사하는 한인 업체들은 인건비 부담이 가중되면서 향후 경제에 미치는 영향을 크게 우려하고 있다.

특히 한인 의류와 봉제 업계의 경우 저임금의 중남미와 중국, 인도산 의류제품과의 치열한 경쟁으로 가격 인상이 사실상 불가능한 상태에서 인건비 부담만 오르게 되면서 이를 생산성과 매출 증가를 통해 극복해야하는 과제를 안게 됐다. 한인 요식업계의 경우 야채와 육류, 생선 등 기본 재료값이 크게 오르고 있는 상황에서 최저 임금도 크게 오르는 등 이중고를 겪고 있는 실정이다.

경제 전문가들은 이번 최저 임금 인상으로 사업비용이 상승한 가주내 비즈니스들이 1일을 기해 일제히 가격을 올릴 것으로 예상하면서 주내 인플레이도 상당한 상승 압박을 받을 것으로 예상하고 있다. 한편 이와는 별도로 LA시와 관급계약을 맺은 기업에게 적용되는 생활 임금(living wage)도 1일을 기해 10달러64센트로 인상됐다.



■ 대답 패턴 01

할 수 있다고, 해 줄 거라고 자신 있게 말하고 싶을 때, I can~

I can drive you home. 내가 집까지 태워다줄 수 있는데+

■ 대답 패턴 02

무언가를 할 거라고 공언할 때, I will~

I'll pick up the tab. 내가 계산할게.

■ 대답 패턴 03

어떤 일을 하지 않는다고 부정할 때, I don't t

I don't t smoke. 난 담배 안 피워.

■ 대답 패턴 04

나에 대해 말하고 싶을 때, I'm~

I'm here to see you. 너 만나러 여기 왔어

■ 대답 패턴 05

격조 있고 교양 있게 부탁할 때, I'd like~

I'd like more coffee, please. 커피 좀 더 주시겠어요?

■ 대답 패턴 06

결심한 걸 다른 사람들에게 얘기할 때, I'm going to~

I'm going to lose 5kg. 나 5kg 뺄 거야

■ 대답 패턴 07

자신의 의견을 좀더 부드럽게 표현하고 싶을 때, I think~

I think I should get along. 가봐야 할 것 같아

■ 대답 패턴 08

선심 쓰듯이 내가 하겠다고 할 때도, 해보게 해달라고 부탁할 때도 Let me~

Let me think about it. 생각 좀 해 볼게요

■ 대답 패턴 09

무엇이든 같이 하고 싶은 일이 있을 때, Let's~!

Let's go steady. 우리 사귀자.

■ 대답 패턴 10

여기에, 저기에, 이게?

Here's~, There's~, This is~

Here's your change.

잔돈 여기 있습니다.

■ 대답 패턴 11

동사로 시작하는 명령문과 부정 명령문,

Feel free to~

Feel free to contact us. 언제든지 연락 주세요.

■ 대답 패턴 12

내가 선호하는 것을 말하고 싶을 때, I would rather~

I would rather be alone. 차라리 혼자 있을래요.

■ 대답 패턴 13

목소리가 피꼬리 같다며 작업하고 싶을 때, You sound~

You sound just like your sister. 언니랑 목소리가 똑같네요.

■ 대답 패턴 14

상대방의 옷차림이나 기분 등이 어떤 것 같다고 추측할 때, You look~

You look gorgeous tonight. 당신 오늘 밤 정말 멋져 보여.

■ 대답 패턴 15

뭔가 한 가지만 하면 된다고 말할 때, All you have to do is~

All you have to do is click.



영어회화의 절반을 해결해 주는 20가지 대답 패턴

그냥 클릭만 하면 돼.

■ 대답 패턴 16

일어날 가능성이 있는 일을 말할 때 It could be~
It could be worse. 더 나쁠 수도 있어.

■ 대답 패턴 17

벌써 했다는 말을 하고 싶을 때 무조건, I've already

I've already seen the movie.

그 영화 벌써 봤어.

■ 대답 패턴 18

뭘 해야 한다는 말을 할 때, I should~, I have to~, I've got to~

I should cut down on my drinking 술을 줄여야겠어.

■ 대답 패턴 19

지금 당장 혹은 요 근래 바쁘다는 말을 할 때, I'm busy -ing ~

I'm busy answering phone calls. 나 전화 받느라 바빠.

■ 대답 패턴 20

누군가에게 뭔가 시켰다는 말을 할 때, I got~

I got my hair cut. 나 머리 잘랐어

잘못 알았던 와인 상식 & 매너

‘와인은 오래 보관할수록 맛이 깊어진다’ ‘와인의 맛은 혀끝으로 음미하는 것이다’ ‘비싼 와인이 좋은 와인이다’ ... 와인에 대한 상식으로 여겨지는 이야기들이지만 모두 오답이다. 술과 친구는 오래될수록 좋다는 말이 있지만 와인의 경우 이 말이 반드시 정답은 아니다. 오래 보관할수록 좋을 수도 있지만 반대로 와인 본연의 맛을 잃을 수도 있다는 얘기가 다. 갓 수확한 포도로 만드는 신선함이 장점인 보졸레누보의 경우 1년 이상 보관하기 어렵다. 가장 맛있게 보졸레누보를 맛보려면 생산된 지 6개월에서 1년 이내에 마시는 것이 좋다.

술과 친구는 오래될수록 좋다고?

반면 깊은 맛을 지닌 샤토 블랑루스는 10년 이상 보관이 가능하다. 포도가 생산된 해가 표시되는 빈티지를 보고 보관 기간 내에 마시면 와인 본연의 맛을 느낄 수 있다. 와인에 대한 또 다른 오해 중 하나, 점도가 높은 와인이 좋다는 속설이다.

화이트 와인은 점도가 낮은 투명한 것이 좋은 와인이다. 점도가 짙은 와인이 좋다는 속설을 굳이 적용하려면 레드와인에 할 수 있을 것이다. ‘싼 게 비지떡’이라는 속설도 와인을 고를 때 반드시 적용해서는 곤란하다. 와인 초보자나 중급자냐에 따라, 단맛을 선호하는지 신맛을 좋아하는지에 따라서도 와인의 선택기준은 달라진다. 꼭 비싼 것이 좋은 와인이라기보다 본인의 입맛에 맞는 와인이 좋은 와인인 셈이다. 화이트 와인은 제조 당시 녹색 빛을 띠지만 숙성과정을 거치면서 황금색

으로 변하고 오래 될수록 갈색으로 변색된다. 가장 맛있을 때가 바로 금빛일 때이다.

눈으로 색상의 투명도를 확인하고 향을 맡은 후 비로소 시음에 들어간다. 시음을 하기 전 입 안의 잔 맛을 없애기 위해 물을 마시는 것도 좋다. 테스팅은 바로 삼키지 않고 한 모금 정도 와인을 머금은 후 혀를 굴러가며(혀의 끝과 중간이 느끼는 맛이 다르기 때문) 천천히 음미해야 한다.

오픈하면 다 마셔야 된다고?

와인셀러가 하나고 여러 종류의 와인이 있을 경우 더 낮은 온도에 보관해야 하는 와인에 맞춰 온도를 조절하는 것이 좋다. 일반적으로 저온에 보관하는 화이트와인을 기준으로 할 때 11도 전후가 적합하다.

와인을 장기 보관할 때 코르크 마개의 교체 시점은 언제인가? 그랑크뤼와인처럼 20년 가량 보관이 가능한 와인의 경우 코르크의 교체가 필요할 수 있다. 코르크의 생명이 20년 이상이긴 하지만 장기 보관시 손상돼 부득이 교체해야 한다면 보관주기가 길어질수록 증발하는 성질을 감안해 와인회사에 의뢰해 와인을 보충한 후 교체해야 한다. 일부 와인은 코르크가 교체된 날짜를 빈티지에 표시하기도 한다. 와인은 병을 열면 특유의 향이 사라지기 때문에 다 마시는 게 가장 좋지만 2~3일은 보관해 두었다가 마셔도 된다. 고급 와인의 경우 최대 1주일까지 보관기한이 늘어난다.

와인을 더 맛있게 마시려면...

와인을 여러 병 마실 때 순서는 맛을 느끼



는 즐거움이 점점 늘어나는 순으로 해야 한다.

- 생산 연도가 가까운 것→오래된 것
- 화이트→레드
- 가벼운 것→보디한 것
- 시원한 것→실내 온도에 가까운 것
- 맛이 단순한 것→다양한 맛을 지닌 것
- 좋은 사람들과 좋은 분위기를 만들며 마셔라.
- 각 와인에 맞는 적정 온도를 준수하라.
- 눈·코·입을 고루 느끼며 천천히 음미해라.
- 와인을 고르는 안목을 높이기 위해 기회가 있을 때마다 시음회를 가져라.
- 다양한 종류의 와인을 시음하라.
- 가능하면 집에 보관하고 가족과 함께 마셔라.

좋은 와인을 고르려면.

순도가 높은 결점이 없는 것, 투명도가 높은 것이 좋은 와인이다. 냄새를 맡았을 때 향이 풍부한 것이 좋으며 과일향이 진한 것이 좋고 와인의 맛이 입 속에 오래 남는 것이 좋다. 이 밖에 뒷맛이 깔끔하고 독특한 향이나 맛을 지

회전근개 질환 VS 오십견 구별법

● 무리한 운동, 어깨질환 가져온다

웰빙 열풍으로 운동과 레저를 즐기는 인구가 증가하면서 이와 함께 어깨질환 환자가 급증하는 것으로 밝혀졌다. 어깨통증으로 건관절클리닉을 방문한 환자를 조사한 결과, 어깨근육이 찢어지거나 늘어나 생기는 회전근개 질환 환자가 1999년 42차례에서 2005년 310차례로 7.4배나 급증한 것으로 나타났다.

어깨질환의 대표질환으로 인식돼 오던 오십견(동결견)은 최근에는 회전근개 질환보다 오히려 적게 발생하고 있는 것으로 조사됐다.

회전근개 질환과 오십견으로 판명된 5백56명 대상으로 발생 연령대를 조사한 결과 회전근개 질환이 50대에서 가장 많이 발생했으며, 60대 40대순으로 조사됐다.

● 무리한 운동이 주범

최근 회전근개 파열로 수술 받았던 환자들을 분석해보면 약 70% 정도가 운동이나 외상으로 발생한 것으로 나타났다. 이중 20%정도가 헬스와 골프, 배드민턴 등 어깨를 많이 사용하는 운동을 즐기다가 어깨통이 시작됐다. 25%는 미끄러지거나 넘어져서 어깨통이 발생했고, 무거운 짐을 들다가 삐끗해서 생긴 경우도 9%를 차지하는 것으로 나타났다.

10여 년 전까지만 해도 회전근개 파열 환자가 흔치 않았으나 최근에는 오십견보다 더 많이 발생하고 있으며, 환자 연령대도 50~60대가 가장 많이 발생하지만 40대, 심지어 30대에서도 병원을 찾는 경우가 있어 연령대도 젊어지고 있다.

● 회전근개 질환과 오십견 구별법

회전근개 질환을 오십견과 쉽게 구별하는 자가진단방법은 아픈 팔의 운동범위를 아프지 않은 팔의 운동범위와 비교하는 방법이다.

오십견이 걸리면 어떤 방향으로 팔을 올리거나 돌려도 어깨 전체가 아프고 누가 건드리기만 해도 지지러지게 아프게 된다. 어깨가 굳어져서 아무리 본인이 팔을 올리려 해도 올라가지 않고 통증만 심해지고 대개의 경우 통증으로 인해 밤잠을 설치거나 잠을 못 이루게 된다.

회전근개 파열은 아프긴 해도 반대 팔로 아픈 팔을 올리려 하면 올라간다. 하지만 파열로 인해 힘이 약해져 올린 팔을 유지하지 못하고 아픈 팔이 툭 떨어지거나 어깨통을 호소하게 된다.

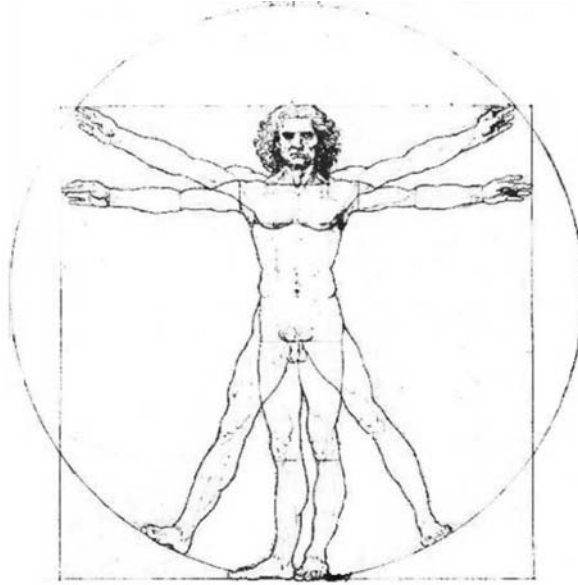
팔을 전방위로 움직여주는 어깨근육은 4개의 힘



줄로 이어져 있는데 이 4개의 근육이 회전근이며, 회전근의 힘줄이 회전근개다.

회전근개 질환이 가장 많이 일어나는 연령대는 50대로 그 이유는 힘줄의 노화 때문이다. 나이가 들면서 힘줄이 약해지는 데 노동강도나 운동정도는 평소와 다름없이 힘을 주는데 원인이 있다. 어깨힘줄에 무리한 자극이 가해지면 파열하거나 늘어나 관절회전이 불안정해지고 통증이 생기는 것이다.

이같이 어깨근육 파열환자가 증가하는 이유로는 건강유지를 위해 헬스장을 찾는다든지, 골프를 즐기는 장년층이 늘고 있으며, 나이를 의식하지 않고 평소 애용하던 무리한 동작이나 운동으로 인한 원인이 많은 것으로 파악되고 있다.



● 회전근개 파열을 방지하면...

회전근개 파열이란 어깨를 움직여 주는 근육이 반복되는 충격이나 마모에 의해 찢어지는 질병으로 나이가 들면서 생기는 일종의 근육의 퇴행성 변화다. 회전근개 파열은 오십견과 증세가 매우 유사하여 회전근개 파열로 어깨통을 호소하는 일반인들은 자신이 오십견이겠지 하고 방치하거나 물리치료에만 의존하는 경우가 많다.

문제는 회전근개가 파열되었는데도 방치하여 광범위하게 찢어져 수술하기가 어렵고 수술 결과도 만족하지 못하게 하는 경우가 많다는 것이다. 환자의 절반정도가 수술시기를 놓쳐 병을 키운 경우다.

따라서 어깨통이 있으면 오십견이라 자가판단하지 말고 회전근개 파열에 대한 전문의의 진단을 받아야 한다

● 치료 및 예방

오십견은 아무런 치료를 하지 않더라도 6개월 내지 1년이

지나면 저절로 자연 치유되는 경우도 많지만, 어떤 경우에서는 고식적인 방법으로 치료를 해도 통증과 운동 장애가 오래 남는 경우도 드물지 않다.

가만히 있어도 낮은 병이라고 간과하지 말고 조기에 적절한 치료를 하는 것이 중요하며, 이렇게 통증이 지속되는 환자 중에는 목 디스크를 동반하는 경우도 상당수 있다는 것과 골다공증이나 수술 후에 견관절 주위조직의 유착등이 원인이 되는 경우도 있다는 것을 알고 이런 경우는 원인을 찾기 위한 정확한 검사를 시행하여 진단을 확실히 내린 후 원인에 따른 치료를 받아한다.

오십견의 치료는 신경 치료와 더불어 어깨 운동을 시켜 주어야 한다. 그러나 회전근개가 파열되면 치유가 되지 않아 통증이 심한 경우에는 수술을 해 주어야 한다.

최근에는 관절경술의 발달로 5mm 정도의 구멍을 통해 관절 내를 모니터로 관찰하면서 찢어진 회전근개를 봉합할 수 있다. 관절경술은 기존의 절개술에 비해 통증이 적고 절개로 인해 주위 조직의 손상을 주지 않아 회복이 빠르다. 입원기간은 3~4일이며 조기 퇴원을 원하는 직장인들은 빠르면 수술 후2 일째 퇴원할 수 있다.

오십견을 예방하는 방법으로는 바른 자세의 유지, 온열요법, 적당한 운동등을 들 수 있다.

1. 바른자세

바른 자세라면 자연스럽게 피로가 없는 척추의 자연 경사각을 유지 할 수 있는 자세이다. 귀에서부터 다리 쪽으로 수직선을 그린다고 가정했을 때 귀를 지나 어깨관절의 중앙을 거쳐 무릎과 발목뼈를 통과하는 선을 그릴 수 있다면 좋은 자세이고, 턱을 당기고 등 근육을 펴며 좌우 어깨는 같은 높이가 되도록



록 하고 목은 수직이 되게 한다. 너무 등을
짓혀 차렷자세를 취하는 것은 오히려
어깨근육의 긴장을 유발 할 수 있다.

의자도 폭신한 쿠션보다는 다소 딱
딱한 것으로 팔걸이가 있는 의자가 좋
으며, 팔을 내려뜨리면 어깨에 무게가
가므로 옆으로 붙여 팔걸이에 엮고
등받이에 의지하지 말고 등 근육을
쭉 펴고 발바닥은 바닥에 닿게 앉는다.

특히 운전을 할 때 무거운 팔을 올린 채
핸들을 조작하므로 어깨에 부담이 많이
간다. 따라서 운전을 할 때는 상체와 목을
펴도록 한다.

1시간 이상 같은 자세를 취해야하는 경
우에는 가능한 한 10분 정도 어깨 근육을
이완시켜 주기 위한 가벼운 체조를 하는

것이 좋다.

물론 바른 자세를 유지하는데 있어 수면시의 자세가 중요
한데 부드러운 침대나 이불은 척추의 자연경사를 흐트러뜨리
므로 좋지 않고, 엷드려 자는 자세도 목이 앞으로 또는 측면으
로 구부러지므로 어깨근육에 부담이 되며, 높은 베개의 사용
역시 목이 앞으로 숙여지게 되면서 어깨 근육에 부담을 주게
된다. 따라서 조금 딱딱한 듯한 침구를 사용하며 베개는 8cm
정도 내지는 자신이 베고 가장 편한 높이를 선택한다.

2. 온열요법

어깨 주변 근육의 긴장을 풀어주기 위한 방법으로 온탕이나
따뜻한 팩 등을 사용하여 혈액순환을 촉진시키고 긴장완화를
유도한다.

하루 10~15분 정도 따뜻한 물에서 온탕을 하고 온탕을 하면
서 목의 좌우, 전후 운동, 어깨의 상하운동을 한다.

3. 적당한 운동

하루 1시간이상 전신운동이 되는 조깅, 경보, 수영, 등산, 가
벼운 에어로빅 등의 운동을 규칙적으로 하며, 실내에서는 가
끔씩 어깨와 등근육을 풀어줄 수 있는 체조를 실시한다.

어깨근육 파열 예방

먼저 나이에 맞도록 운동과 운동량을 조절해야 한다. 무리
한 근육운동을 삼가고 무리가 가지 않도록 가능한 한 어깨높
이 아래에서 운동을 해야 하며, 충분한 준비운동도 필수적이
다. 헬스장에서는 아령이나 바벨 운동을 할 때에 어깨 높이 아
래에서 해야 하고, 골프장에서는 충분한 준비운동을 한 후 실
전에 임해야 한다. 특히 역기를 엄청나게 무겁게 들거나, 어깨
운동을 과도하게 하는 사람들은 어깨통증이 생겨 지속될 경우
회전근개 파열 여부를 진단받는 것이 좋다.

오십견 환자가 시행하는 자가 요법

(1) 다리미 체조

- 1) 한 손으로 의자나 책상에 기대고 앞으로 숙여서 아픈 쪽
의 손을 떨어뜨린다.
- 2) 반동을 주면서 좌우로 흔든다.
- 3) 반동을 주면서 오른쪽으로 돌린다. 다음에는 왼쪽으로
돌린다.

(2) 벽, 장롱을 이용한 체조

- 1) 다리미 체조로 운동 범위의 개선이 확인되었다면 이번에는
마주 향한 벽을 손가락을 번갈아 가며 위로 올라가는
체조이다. 또한 똑같은 자세로 벽을 위로 미끄러져 가면
서 조금씩 조금씩 올라가는 체조를 말한다.
- 2) 장롱같은 모서리에 가급적 거상한 손을 올려놓고 그 상
태에서 무릎을 굽힌다.

(3) 타올체조

- 1) 타올의 양끝을 잡고 이것을 머리위, 목뒤, 등으로 가져간다.
- 2) 목욕할 때 등을 씻는 것처럼 허리 뒤로 아픈 팔을 당겨올
린다.
- 3) 아픈 어깨가 움직이기 쉽게 건강한 손으로 타올을 사용
하여 당긴다.

(4) 저하체조 : 외회전 운동

문에 서서 몸에 팔을 붙인 채로 팔꿈치를 직각으로 굽힌다.
손바닥을 벽에 대고 건강한 손으로 아픈 팔을 고정하고 천천
히 몸을 돌린다.

새해덕담 이렇게 하세요.

말하는 순간 이미 이루어지느니라

미국 인디언들은 어떤 말을 만 번 이상 되풀이하면 그 일이 반드시 이루어진다고 믿었다. 사랑을 이루길 원하는 사람이나 병이 낫길 원하는 사람들이 자신의 간절한 소원을 되풀이해서 외다 보면 어느 사이에 연인의 마음을 얻기도 하고 병도 완치된다는 게 그들의 생각이다. 인디언들의 경우처럼 정형화된 것은 아니지만 우리에게도 말의 신비한 힘을 믿는 전통이 있다. 바로 덕담이다.

원래 덕담은, 소리로 점을 친다고 하는 청참과 관련이 있었다. 청참이란, 새해 첫 새벽 거리에 나가서 방향도 없이 발 닿는 대로 돌아다니다가 사람의 소리든 짐승의 소리든 물건의 소리든 처음 들은 소리로 새해의 신수를 점치는 것을 말한다. 참새 소리는 흥년의 징조요, 까치 소리는 풍년의 징조라는 것도 이와 무관하지 않다. 같은 맥락에서, 새해 처음 만나 건네는 덕담도 지금과는 다른 방식으로 행해졌다. “금년에는 꼭 장가드십시오” 대신 “금년에 벌써 장가드셨다지요”라고 하고, “과거 급제하십시오” 대신 “벌써 과거 급제하셨다지요”라고 하는 것이었다. 이미 그 일이 이루어진 것처럼 말하는 것이 듣기에 더 좋을 뿐 아니라 실제로 그 일을 이룰 가능성도 높여준다고 생각했던 것이다. 선심을 쓰는 김에 왕창 서비스를 하는 격이라고 할까.

오늘날 우리가 주고받는 덕담은 과거형으로 하지는 않는다. 하지만 여전히 덕담을 통해 상대방의 행복을 빌어준다는 생각에는 변함이 없다. 행복을 빌어주는 말로 어떤 말이 적당할까? 물론 그것은 상대가 어떤 상황에 처해 있느냐에 따라 다를 것이다. 아이가 없는 집에는 “올해는 아들 하나 낳게”, 실업자에게는 “좋은 직장을 구하게”, 수험생에게는

“좋은 대학 합격하게” 하는 것이 일반적이다. 덕담거리를 찾는 것은, 상대방의 여러 면을 두루 살펴 부족하거나 필요하다 싶은 점을 발견하는 데에서 시작된다.

현대를 살아가는 사람들에게 덕과 재주는 비등한 가치를 가지는 것처럼 인식된다. 덕이 있는 사람과 재주가 있는 사람이 있다고 치자. 두 사람 중 한 명의 배우자를 선택하거나 한 명의 신입사원만을 뽑으라고 한다면 잠깐 고민이 될 것이다. 이와 관련된 우스개가 하나 있다. 엄마가 아이를 평가하는 네 가지 말. 첫 번째는 “공부도 잘해”, 두 번째는 “성격은 좋아”, 세 번째는 “건강은 해”, 네 번째는 “제 아빠 닮았어”. 현대인들에게 공부 잘한다는 것, 재주가 있다는 것은 중요한 사항이다. 똑똑하다는 것은 좋은 학벌, 유능함, 비전 있는 직업과 동의어처럼 사용되기도 하고, 그것들을 가능하게 하는 전제조건처럼 여겨지기도 한다. 그러나 <장자>에서는 재주보다는 덕이 있는 사람을 군자라고 하고 덕보다는 재주가 있는 사람을 소인이라고 하면서, 재주있는 사람보다는 덕 있는 사람을 훨씬 높이 사고 있다. 그렇다면 새해에는 재주보다는 덕이 있는 사람이 되라고 해봄이 어떨까.

어른이 먼저, 아랫사람은 나중에

신년 덕담과 함께 빼놓을 수 없는 것이 세배입니다. 흔히 웃어른께 세배를 드리면서 ‘새해 복 많이 받으세요’나 ‘건강하세요’의 말을 하는데, 이는 예의에 어긋난 행동입니다. 세배는 그 자체로 인사이기 때문에 공손히 절을 하고 어른의 덕담을 기다립니다. 어른이 덕담을 하신 이후에 “새해 복 많이 받으십시오” “과세過歲 안녕하셨습니다”라고 하는 것이 바른 예절입니다.

어르신께 반드시 건강에 관한 덕담을 드려야 할까요?

건강에 대한 관심이 높아져서 아랫사람이 윗사람에 건강에 관한 덕담을 드리는 일이 많아졌습니다. 그런데 건강을 기원하는 말이 오히려 듣는 이에게 ‘내가 건강 걱정을 해야 할 만큼 벌써 늙었나?’ 하는 느낌을 줄 수 있기 때문에 이런 말은 조심해서 해야 합니다. 특히 “오래 사세요” “만수무강하세요”와 같은 인



사는 말하는 사람의 의도와 달리 어른에게 서글픔을 느끼게 할 수 있으니 피하는 것이 좋습니다.

심리적인 압박보다 칭찬과 격려를 주는 내용이 좋아요

명절을 앞두고 실시되는 설문조사에서 가장 듣기 싫은 덕담의 수위를 다투는 것이 ‘좋은 사람 만나 결혼해라’, ‘취직해라’, ‘철 좀 들어라’ 등입니다. 상대방이 간절하게 원하는 일이 이루어지도록 기원하는 것이 덕담이기는 하지만 듣는 이에 따라서는 심리적인 압박으로 작용할 수도 있는 것입니다. 아랫사람을 아끼는 마음에 여러 가지를 말하기보다는 “올해는 건강하게나” “꿈이 크게 이뤄지길 바라네”와 같이 칭찬과 격려의 내용으로 간단히 하는 것이 좋습니다.

글_ 류정월(국문학자)

알고먹으면 효과가 두배 고추장

고추장은 콩으로부터 얻어지는 단백질원과 구수한 맛, 찹쌀·멥쌀·보리쌀 등의 탄수화물식품에서 얻어지는 당질로 영양은 물론, 단맛, 고춧가루로부터 붉은 색과 매운맛, 간을 맞추기 위해 사용된 간장과 소금으로부터는 짠맛이 한데 어울린, 조화미가 강조된 세계적으로 그 유래를 찾아보기 힘든 우리의 독특한 식품이다.



고추장은 조선시대 중엽, 고추가 우리 나라에 전래된 이후 고추 재배의 보급으로 일반화 되면서 만들어지기 시작했으며, 된장을 만들던 콩 가공기술과 새로운 고추라는 식품이 만나면서 그 시대의 퓨전음식이 되었다고 볼 수 있다.

서양의 드레싱은 채소류에 첨가하여 먹는 반면에 우리 고추장은 채소류는 물론 각종 찌개와 양념으로 그 사용범위가 대단히 넓은 것이 그 특징이라 하겠다. 고추장은 그 역사에 비해 많은 변화를 거듭하였고 독특하고 자극적인 맛을 선호하는 현대인의 기호에 따라 그 쓰임새는 날로 늘어나고 있다

우선 고추가 우리 나라에 들어온 역사를 고찰해 보면 1613년 지봉유설(芝峰類說)에 따르면 고추를 일본에서 온 겨자라는 뜻으로 '왜겨자(倭芥子)'라 불리었다 하여 그 이전에 들어왔음을 추정할 수 있고 조선개화사에 의하면 임진왜란 때 우리 민족을 독살기 위하여 가져왔으나 우리 민족의 체질에 맞아 즐겨 먹었다는 기록이 있어 임진왜란 무렵에 고추가 들어

왔을 가능성이 높다.

이런 역사 속에서 우리에게 고추가 도입되었고 육식보다는 채소위주의 우리 식생활에서 자극적인 맛이 미각을 돋구는데 크게 기여함에 따라 고추장이 다양하게 발전되어 지금에 이르러 있는 것이다.

고추장 담금법에 대한 최초 기록은 조선 중기의 <증보산림경제(增補山林經濟)>(1766년)에 기록되어 있다. 막장과 같은 형태의 장으로, 여기에는 고추장의 맛을 좋게 하기 위해 말린 생선, 곤포(昆布, 다시마)등을 첨가했다는 기록으로 보아 당시 오늘날과 비슷한 고추장이 만들어졌음을 알 수 있다.

영조 때 이표가 쓴 <수문사설(松聞事說)>(1740년) 중 식지방에 '순창 고추장 조법'에는 곡창지대인 순창지방의 유명한 고추장 담금법으로 전복·큰 새우·홍합·생강 등을 첨가하여 다른 지방과 특이한 방법으로 담갔는데, 영양학적으로도 우수하였음을 알 수 있다.

이렇듯 고추장은 고추가 유입된 16세기 이후에 개발된 우리나라 전통의 식품으로, 임진왜란을 전후로 일본에서 고추가 전래되기 시작한 16세기 이후에 개발된 장류로서 조선 후기 이후 식생활 양식에 큰 변화를 가져왔다.

이러한 고추장 제조방법은 조상들의 지혜로 지속적으로 개발이 거듭되면서 종류가 다양해졌다. 메줏가루와 고춧가루라

는 기본적인 주재료에 찹쌀가루를 섞어 만든 찹쌀고추장, 멥쌀을 섞어 만든 멥쌀고추장, 수수를 섞어 만든 수수고추장, 보리를 섞어 만든 보리고추장, 밀을 섞어 만든 밀고추장, 팥을 섞어 만든 팥고추장 등이 있고, 이 밖에도 메줏가루를 만들고 남은 메주 무거리에 굵은 고춧가루를 넣어 만든 무거리 고추장, 누룽지를 모아두었다가 만든 누룽지 고추장 등이 개발되어 서민들의 사랑을 받기도 하였다

오랜 역사와 전통을 자랑하는 고추장은 그 영양적인 면에서 어느 나라의 전통 음식 못지 않게 뛰어나다. 고추장은 간장이거나 된장 못지 않은 많은 영양분을 가지고 있는 것이 과학적으로 입증되고 있는데, 고추장에는 단백질, 지방, 비타민B2, 비타민C, 카로틴 등과 같이 우리 몸에 유익한 영양성분이 많이 함유되어 있다고 한다.

= 소화 촉진

고추장은 다른 콩 가공식품에 비해 단백질 함량이 떨어지지만 단백질 급원식품이라 할 수 있다.

고추장은 발효, 저장식품으로서 조미, 향신 두가지 용도에 사용된다. 고추장은 특히 고추장 메주로부터 유래된 고흡성의 전분 분해효소(amylase)와 단백질 분해효소(protease) 등의 작용으로 소화를 촉진시켜준다.

= 항암작용

고추장의 연분이 ascorbic acid의 자동 산화 억제 및 증가를 도와준다.

고추와 고추씨의 함유성분인 capsaicin은 Bacillus subtilis균에 대한 항균 작용이 있다고 하며, 베타 카로틴, 비타민 C가 다량 함유된 고춧가루는 항돌연변이 및 항암작용이 있다.

= 혈액순환 촉진

고춧가루에서 추출한 회분은 aflatoxin B의 돌연변이효과를 저해하며, 또한 고춧가루는 건위제로 피부를 자극하여 혈액순환을 돕는 역할도 한다. 그러나 고추의 비타민은 고추장으로 전환될 때 없어지므로 고추장을 이용한 음식을 만들 때는 고춧가루를 함유하는 것이 좋다.



= 각종 질병의 예방 및 치료

또한 자연에서 유래된 다양한 균종속에 들어 있는 pediococcus, halopgillus, lactobacillus, delbruekii 속 등의 미생물은 정장작용 효과를 발휘하며 고추의 매운 맛 성분인 capsaicin의 적당량 섭취시 비위를 가라 앉히고 안정감을 주기도 하며 땀이 나도록 하여 노폐물의 배설을 촉진하여 감기 등 각종 질병의 예방과 치료에 좋다는 연구결과가 나온 바 있다.

= 비만방지

또 한편 고추장이 비만방지에 효과가 큰 것으로 나타났다는 최근의 연구발표도 있는데, 이 연구에 따르면 고추의 매운 맛을 내는 capsaicin 성분이 체지방을 감소시킬 뿐 아니라 고춧가루 외에 고추장 재료인 메주나 숙성 때 생긴 성분이 체지방을 태운다고 한다. 최근 일본에서는 고춧가루를 이용한 다이어트도 유행하고 있다고 한다.



800-442-4141

다기능 ATM

- ▶ 핸드폰 전화카드
- ▶ 장거리 전화카드
- ▶ Western Union
- ▶ 현금인출

매상증가, 이익창출
 신규 고객 확보



Trade In

지금 전화하세요!!



- ▶ 기계 업그레이드
 Single DES ATM은 Triple DES로 업그레이드 하셔야 합니다
- ▶ 구형 → 신형으로 교환
 구형기계는 다기능 ATM으로 좋은가격에 교환해 드리겠습니다



▶ Lease / Rent / Purchase ▶ Free Placement / Service ▶ Full Cash Management ▶ 24 Hrs. / 7 Days Technical Support

NEXTRAN
 www.nextrangroup.com

Headquarter
 57 Romanelli Ave.
 S.Hackensack, NJ 07606
 Tel. 800. 442. 4141
 Fax. 201. 498. 0498

Georgia
 6040 Unity Dr. #H
 Norcross, GA 30071
 Tel. 877. 209. 4103
 Fax. 770. 209. 4107

Philadelphia
 653 Skippack Pike Suite 116
 Blue Bell, PA 19422
 Tel. 888. 542. 2990
 Fax. 215. 542. 2994

Virginia
 3103 Valley Drive
 Alexandria, VA 22302
 Tel. 888. 542. 2990
 Fax. 215. 542. 2994

Oregon
 6645 NE. 78th St. Suite C5
 Portland, OR 97218
 Tel. 503. 820. 1186
 Fax. 503. 257. 3806

제 9 대 집행부 명단

회 장 김주한 (OR)

부회장 이승수 (PA)

부회장 김복기 (LA)

부회장 유철희 (GA)

부회장 이춘복 (WA)

이 사 장 한용웅 (DE)

부이사장 임광익 (CO)

부이사장 김영필 (CANADA)

부이사장 정확식 (VA)

부이사장 김현주 (MD)

본부 임원

기획부장 유인현 (PA)

섭외부장 곽상호 (PA)

홍보부장 배윤향 (LA)

본부 감사

감사 고태환 (TX)

감사 원무식 (PA)

고문

김양일

전기풍

김치현

구군서

Thomas Lee

스 폰 서

Anhauser-Busch Inc.

Coca Cola USA, Inc.

Coors Brewing Co.

Money Gram International.

Nextran Group, LLC.

Wells Fargo Bank

BBQ Chicken

PAUL DELIMA coffee

Appreciates the support of its
advertisers and encourage you to
patronize them.



*Always refreshing.
Always delicious.*

Always





This Bud's for You

당신을 위한 버드와이저!



Korean American Grocers Association

안하우저-부시 양조도매팀은
소매업계 비즈니스인들의
뛰어난 업적과 리더십을 높이
치하하는 바입니다.

The Anheuser-Busch brewer-wholesaler team
salutes you for your outstanding
contributions and leadership in
the retail industry.



©2006 Anheuser-Busch, Inc. St. Louis, MO

Anheuser-Busch