포천상공인가족 체육대회 종합우승

꽃샘종합식품(주), 3연속 우승 차지 우승기 영원히 간직

지난 1일 포천상공회의소가 주최하고 포천시와 포천시의회가 후원해 포천실내체육관과 종합운동장에서 개최된 제5회 상공인가족 한마음체육대회에서 꽃샘종합식품(주)가 종합우승을 차지했다.

이번에 종합우승을 차지한 꽃샘종합식품(주)는 혼성릴레이와 남여 팔씨름에서 각각 1위를 차지하고 줄다리기에서 3위를 기록했으며, 3년 연속 종합우승을 차지함으로써 우승기를 영원히 간직할 수 있게 됐다.

117주년 근로자의 날을 맞이하여 열린 이번 대회는 박윤국 포천시장을 비롯하여 이강림 포천시의회 의원, 김인만 포천상공회의소 회장 등 기관단체장과 (주)에스케이니트 등 21개 대표 및 근로자 700여명이 참석하여 자리를 빛내주었다.

이날 상공인들은 줄다리기, 윷놀이, 팔씨름 등 체육행사를 하며 기량을 마음껏 펼치고 기분전환은 물론 재충전의 시간을 가졌으며 장기자랑, 행운권 추첨을 하는 등 즐거운 한마당 잔치가 되었다. 시 관계자는 이번 행사를 통해 기업인과 근로자의 화합과 단결을 도모하고 기업간의 정보 교류는 물론 상호간의 이해증진으로 대화합의 장이 될 것으로 기대한다고 밝혔다

하승완 기자 forme65@paran.com

한국BBS 경기연맹 포천시지회, 미아방지 이름표 달아주기

한국BBS경기연맹 포천시지회(지회장 나근수)는 5월5일 어린이날을 맞아 포천종합운동장에서 개최된 제5회 포천시어린이날 행사장을 찾은 어린이들이 부모와 헤어졌을 때 쉽게 찾을 수 있도록 이름표를 달아주는 봉사에 나섰다.

이날 행사는 포천경찰서 생활안전과와 공동으로 실시했으며 이곳을 찾은 어린이들에게 이름표를 달아줌으로써 미아를 방지하는 효과를 거두었다.

이날 행사를 마련한 나근수 회장은 "지난해에는 산정호수 관광지에서 이름표 달아주기 행사를 실시했는데 올해는 더 많은 어린이가 방문할 것으로 예상돼 종합운동장에서 실시하게 되었다"고 밝혔다.

김영복 기자 best114@paran.com

목회단상

용서의 미덕

김창성
내촌감리교회 목사

우리가 살아가는 세상은 아름다운 것이 많다. 자연의 아름다움 그래서 5월은 계절의 여왕이라고 했나보다. 만물이 소생하고 꽃을 피어 자태를 뽐냄으로 자랑한다. 자연의 아름다움이다.

하트의 아름다움이 있다. 누군가를 사랑하고 용서한다는 것은 그 어떤 아름다움보다도 아름답다고 귀하다. 그 아름다운 마음들이 모여 가정을 이루고 즐거움을 나눈다. 여기는 미움도 욕심도 비켜선다. 용서와 이해만이 자리를 튼다.

우리는 지난4월16일 버지니아공대의 악몽이 잊지 않고 있다. 희생자들을 추모하는 자리에는 가해자 조승희에 대한 추모의 글도 있었다.

"네가 그렇게 필요했던 도움을 받지 못했다는 사실을 알았을때 참 슬펐다. 너의 가족들이 조만간 위안과 평온을 찾기를 바란다. 주님의 은총이....."(바버라) "너와 같은 애를 앞으로 만나게 된다면 그에게 손을 뻗어 그의 삶을 더 낫게 바꿀 수 있는 용기와 힘을 내게 있기를"(데이비드) 이런 추모의 글들이 가해자의 이름 앞에 놓여 있었다.

이 용서와 이해를 보면서 문득 5년전(2002년6월13일) 미선·효순 양의 사건이 떠올랐다. 훈련중인 미군 장갑차에 희생된 사건이다. 꽃도 피지 못하고 간 한 여중생의 죽음은 충격이고 분노로 이어졌다. 온통 광화문 광장 촛불시위는 증오와 흥분으로 광장을 메웠다. 민족간의 갈등으로까지 발전했다.

우리는 왜 좀 이해와 용서에 인색할까. 6·25사변까지는 몰라도 버지니아 참사의 사건과 그들에 용서와 이해를 보고 우리의 미숙된 마음을 보면서 안타까운 생각을 갖게 했다. 신앙의 바탕 위에 세워진 나라의 미덕일까? 생각을 해보면서 성서의 교훈을 새삼 깨닫게 된다.

성서는 이렇게 권면하신다. 마태복음5장44절 "나는 너희에게 이르노니 너희 원수를 사랑하며 너희를 핍박하는 자를 위하여 기도하라"고

문의) 031-532-2489

영중면이장협의회 경로잔치

원신마트 경로 孝 잔치 200여명 참석

영중면이장협의회(협의회장 임호수)는 5월3일 영중교육문화센터 광장에서 영중관내 노인 600여명을 초청해 2007년 경로잔치를 베풀었다.

6년째 지속적으로 경로잔치를 펼치고 있는 영중면협의회는 각 마을별로 20만원씩 거출해 총 600만원을 마련했다. 또 양문감리교회에서 기념타올 600장을 준비하고 영중면자치위원회 등 기관단체가 후원했다.

금주초등학교 학생들의 사물놀이 공연으로 시작한 2007년 영중면 경로잔치는 최고령자에 대한 기념품 전달과 영중면부녀회원들의 어르신에 대한 큰절, 영중면주민자치위원회의 국악과 무용 등 축하공연, 점심식사 및 위안잔치 순으로 진행됐다.

지역에서 사업을 하고 있는 원신마트(대표 임수동, 포천시 영중면 양문리)도 어버이날을 앞두고 5월6일 양문1,4리 노인정에서 지역어르신 200여명을 초청해 경로잔치를 마련했다.

이날 잔치를 마련하고 어르신들의 만수무강을 기원하는 큰 절을 올린 임수동 원신마트 대표는 "그동안 원신마트를 애용해주신 지역 어르신들께 감사의 뜻으로 잔치를 마련했다."며 "조촐한 음식이지만 맛있게 드시고 만수무강하시고 큰 복도 함께 받으세요"라고 말했다.

한편, 이날 어르신들에게 기타연주를 보여준 각흘기타동아리는 영북면주민자치센터에서 그동안 갈고 닦은 실력을 유감 없이 발휘했고 김순희 포천신문 주부명예기자단 내촌면지부장은 웃음치료사로서 어르신들에게 웃음과 건강의 미학에 대한 특강을 실시했다. 이날 경로잔치는 원신마트 창립 3주년 기념행사로 마련된 것으로 알려졌다.

김영복 기자 best114@paran.com

특별기고 통일 후 토지 문제 어떻게 할 것인가 ④
지리적으로 본 북한

대한민국 전체면적의 55.1% 12만2천522㎢

서희석
대성지적GIS기술단 대표이사

북한 지역은 1953년 7월 6·25전쟁의 정전협정으로 설정된 군사분계선 이북 지역으로 '조선민주주의인민공화국'이라 부르고 있다. 위도 상으로 볼 때 북위 37°41' 00"서 북위 43°00' 36", 경도 상으로는 동경 130°41' 3"에서 동경 123°10' 47" 사이에 놓여 있다.

이 땅은 북쪽으로는 압록강과 두만강을 국경으로 중국의 만주와 러시아의 연해주와 맞닿아 있다. 남쪽은 다 알다시피 휴전선으로 우리 대한민국과 접해 있으며 대한민국 전체 면적 222,580㎢의 55.1% 가량인 122,552㎢를 차지하여 남한보다 22,944㎢쯤 넓은 땅을 차지하고 있다. 이 면적은 그리스, 쿠바, 니카라과 등의 국가와 비슷한 면적이다.

북한 지역의 4극(極)은 동쪽으로 함경북도 라선시 선봉군 우암리(牛岩里)분단전: 경흥군 로서면 토리동(土里洞), 서쪽으로 평안북도 신도군 비단도(緋緞島) 로(勞)분단 전: 룡천군 신도면 마안도(馬鞍島), 남쪽으로 황해남도 강령군 등암리(登岩里)분단 전: 옹진군 흥미면 등산리(登山里), 북쪽으로 함경북도 온성군 풍서리(豊西里)분단 전: 온성군 남양면 풍서동(豊西洞)이다.

19세기 초에 김정호는 한반도의 등줄기를 백두대간(白頭大幹)이라고 이름하였다. 이 백두대간은 백두산에서 남쪽으로 뻗어내리는 백두산맥(남한에서는 아직도 일부가 마천령산맥이라고 일제 시대의 명칭으로 부르고 있는)을 타고 다시 남서쪽으로 부전령산맥으로 이어지다가 낭림산에서 강원도 태백산맥을 타고 소백산맥으로 내려간다.

따라서 북한 동북쪽의 관북 지방은 해안을 따라 형성된 좁은 평야를 제외하고는 대부분이 험준한 산지나 높은 고원으로 이루어져 있으며 서쪽의 관서 지방은 구릉지와 평야가 발달되어 있다.

아름다운 생활 ④

인상을 좌우하는 눈 '다크써클'

우리 몸의 피부 중 가장 얇은 곳이 바로 눈가 하루에 일 만 번씩 깜박이고 잠자는 동안에도 움직이게 되므로 눈가 피부는 쉽게 지칠 수밖에 없습니다. 다클 써클은 눈가 혈액 순환이 잘되지 않거나 메이크업 후 클렌징을 제대로 하지 않았을 때 생기기 쉽습니다. 또한 자외선에 장시간 노출되거나 피로 스트레스가 쌓이면 멜라닌 색소가 침착돼 검게 보이며 담배 자극 또는 수면 부족일 때도 눈가가 칙칙해집니다. 다크 써클을 예방하기 위해서는 우리 자신이 철저한 건강관리에 주의를 기울여야 합니다. 다크써클을 퇴치하기 위해 다음 몇 가지 사항에 주의를 기울여 봅시다.

첫째, 규칙적인 생활과 충분한 휴식을 통해 눈이 피로하지 않게 하는 것이 중요합니다. 장시간 컴퓨터 작업이나 충분한 수면을 취하지 않을 경우, 눈가의 혈액 순환이 원활하지 못하므로 색소 침착이 일어나므로 잠자기 전 후 가벼운 스트레칭을 한다면 혈액순환에 도움이 되어 다크써클에 효과적 일 것 입니다.

둘째, 과도한 자극을 피한다. 눈 밑 주름이 지면 눈 주변이 어둡게 보일수도 있습니다. 콘택트렌즈 착용이나 눈 화장을 하는 경우도 눈가 피부에 자극이 가해지므로 주의를 기울여야 할 것입니다. 반드시 아이 전용 리무버로 클렌징을 하여 눈가 메이크업을 자극 없이 깨끗이 지우도록 하여야 합니다.

셋째, 보습 미백 제품으로 지속적 관리를 해주어야 합니다. 미백 효과가 있는 비타민C제품이나 보습력이 높은 제품으로 지속적인 관리를 해 준다면 피부색도 훨씬 맑아 보일 것입니다. 눈가 전용 아이크림 사용이나 아이 팩을 해주고 눈 밑 지압점을 눌러 주며 밤낮으로 아이 크림을 발라 눈이 건조하지 않게 해주어야 합니다.

넷째, 눈가 혈행을 촉진 시킨다 냉온타월로 교대로 찜질해주어 눈가의 혈액 순환을 돕습니다. 눈가를 마사지 하는 것도 좋지만 지나친 자극을 주지 않도록 해야 합니다. 또한 혈색을 되돌리는 녹차 팩을 해주면 미백에도 도움을 줍니다. 마지막으로 비타민 무기질을 자주 충분히 섭취하여 혈액순환에 도움을 주고 지나치게 맵고 짠 음식, 초콜릿, 술, 담배, 커피 등은 눈 밑 그늘을 심하게 만드는 음식이므로 삼가는 것이 좋습니다. 눈가에 다크 써클이 생기면 원래 상태로 되돌리기가 힘든 부위이므로 다크써클이 형성된 것을 개선하기보다 생기지 않도록 미리 예방하는 것이 중요할 것 입니다. 지금 거울을 들여다보며 안심하지 마시고 충분한 수면을 취하고 반드시 아이 전용 리무버를 쓰시고 아이크림을 바르는 것을 생활화 하도록 해 보세요.

뷰티컨설턴트 송명선
010-9757-7648