

돌아가면서 다양한 교육 준비... 혼자 하던 육아 고민 덜었죠

양육품앗이 모임 '청마아미들'

공동 육아 모임으로 아이의 건강한 성장과 발달을 위해 애쓰는 엄마들이 있다. 서초구의 '자신만만 아이키움 양육품앗이' 사업을 통해 지난해 1월 구성된 '청마아미들'은 2014년 아이와 그 엄마들의 모임으로 매주 다양한 주제로 여러 체험활동을 펼쳐 아이에게 새로운 경험을 선물하고 있다.

글=윤혜진 행복플러스 리포터
사진=이신영 행복플러스 기자

◇2014년 말띠생 첫째 아이들과의 만남
“애들아, 나는 나무야. 너희는 무얼 먹고 사니? 나는 흙속의 것들도 먹고 물도 먹어. 이제 열심히 자라서 너희에게 나뭇잎도 주고 맛있는 과일도 줄 거야. 앞으로도 나를 많이 사랑해줘.”

지난 5일, 서초구 양재동에 있는 양재시민의숲 한쪽에서 낭랑한 목소리가 울려 퍼졌다. 아이 4명이 못자리에 웅기둥기 앉아서 나무 뒤에 숨은 전예리(33)씨를 주목하고 있었고 다른 엄마들은 그런 아이들을 사랑스러운 눈빛으로 지켜보고 있다. 이들은 서초구 양육품앗이 모임 청마아미들의 엄마와 아이들이다. 전씨는 “아빠는 친구의 순우리말이 태어난 동갑 친구들의 모임”이라며 “푸르고 맑게 자라나길 바라는 엄마의 마음을 담았다”고 말했다.

청마아미들은 서초구에서 진행되는 '자



지난 4월 5일 양재시민의숲에 '청마아미들'의 엄마와 아이들이 모였다. 왼쪽부터 김미진씨와 아들 이정원군, 유미리아씨와 아들 조하윤군, 방주리씨와 딸 장제인양, 전예리씨와 딸 신세린양.

신만만 아이키움 양육품앗이(이하 양육품앗이) 사업에 참여하는 모임이다. 양육품앗이는 3~8가족으로 구성된 팀이 월 1회 이상 모여 서로 소통하고 다양한 교육 활동을 할 수 있도록 지원하는 사업이다. 2011년 10개 모임, 51가족으로 시작한 양육품앗이에는 현재 61개 모임, 329가족이 참여하고 있다. 유현숙(54) 서초구청 여성보육과 과장은 “각 모임을 자발적으로 체험활동, 교과학습 등 다양한 프로그램을 진행하고 서초구는 활동비(영·유아 1인당 월 5000원)와 보육 전문요원 상담 등을 지원한다”고 말했다.

청마아미들은 지난해 1월 신반포육아지원센터(서초구 남부순환로347길 46)를 이용하는 엄마 3명이 뜻을 같이해 양육품앗이 모임으로 발전시켰고 현재 5가족(엄마 5명·아이 5명)이 함께 활동하고 있다. 청마아미들의 아이들은 공교롭게도 모두 첫째 아이이다. 그러다 보니 첫아이를 키우는 설렘과 부담감 등을 함께 나눌 수 있어 더욱 친밀한 모임이 됐다. 김미진(35)씨는 “우리 아이가 개월 수가 가장 늦어 다른 아이들을 보며 발달 상황을 체크하는 등 육아 정보를 공유할 수 있어 좋다”고 말했다.

구 공동체 사업 통해 구성 말띠 아이·엄마, 5가족 모여 음악·관찰 등 주제별 체험 인터넷 카페 꾸러 활동 기록

◇음악활동 등 매주 선생님표 프로그램 선보여
엄마 5명은 매주 돌아가면서 그 주의 활동 계획을 세운다. 식목일이었던 4월 첫째 주 모임 주제는 ‘나무 사랑’이었다. 이날 활동 내용은 ‘나무 이야기 듣기’ ‘미션 쪽지 찾아 수행하기’ ‘상추 모종 심기’ ‘나무에 물 주기’ 4단계로 이뤄졌다. 동화 구연하듯 아이들에게 나무를 소개한 전예리씨는 수업 전에 미리 미션 쪽지를 나무 아래에 숨겨두었다. 쪽지에는 ‘오감을 이용해 나무 구석 구석 관찰하기’ 등의 미션이 적어 있었고 미

션을 수행한 엄마와 아이는 다시 한자리에 모여 상추 모종을 화분에 옮겨 심는 체험으로 마무리했다.

엄마들은 매주 다른 주제를 준비해 모임에 아이들은 그만큼 다양한 체험을 할 수 있다. 마라카스·캐스타네츠 등으로 리듬감을 익히는 ‘음악 활동’, 가래떡 썰기와 세배하기 등의 ‘설날 체험’ 등 시기에 맞춰 주제를 정하고 아이들의 흥미를 고려해 아이디어를 낸다. 이런 체험활동을 통해 엄마들은 자신의 아이가 또래 아이와 함께 어울리며 무엇에 관심을 보이는지 새삼 알게 된다고. 어린아이다 보니 서로 다투기도 하는 등 어려움도 있다. 하지만 엄마들은 아이들 다름으로 마음 상하는 일이 없도록 애초에 새끼 손가락을 절단한다.

엄마들은 인터넷 카페도 개설해 그동안의 놀이 일지를 꼼꼼하게 작성한다. 카페에는 미리 다음 활동 주제와 내용, 준비물, 장소를 공지한다. 모임 후에는 사진 등 그날 있었던 활동을 기록해 추억을 두고두고 감상할 수 있도록 했다. 청마아미들의 리더인 유미리아(45)씨는 “지난해 총 50회의 모임을 가졌는데 초창기 모임 당시 기어다니던 아이들이 어느새 사뿐사뿐 걸어 다닌다”며 “올해는 아빠의 참여를 이끌어 가족 모임을 더 많이 늘릴 계획”이라고 말했다. 청마아미들의 엄마들은 “서초구 주민으로 2014년 말띠 아이가 있는 가족이라면 누구든지 환영한다”며 말을 마쳤다. 문의 신반포육아지원센터 (02)596-9340

20th ANNIVERSARY | 20주년 공연 일루셔니스트 이은결

ILLUSIONIST

일 루 셔 니 스투 이 은 결

VIP패키지석을 위한 특별 혜택!
공연 후 이은결과 사진촬영 및 기념선물 증정

3, 4인 가족권 30% 할인
VIP, R석에 한함, 증빙자료 지참

2016. 5. 4 ▶ 5. 15 국립극장 해오름극장 조기예매 20% 할인 (4월 29일까지)

공연시간 | 평일 8시 / 주말 및 공휴일 2시, 7시 (월·수) *5월 13일(금) 3시 마티네공연, 5월 15일(일) 1시공연

티켓가격 | VIP패키지 13만원 / VIP 10만원 / R 8만원 / S 6만원 / A 3만원 예매 인터넷 1544-1555 문의 1577-3363

알립니다

구독료 자동이체하면 '봄꽃 씨앗·식물 이름표' 드립니다

조선일보와 IBK기업은행이 새봄을 맞아 꽃씨와 꽃·나무 이름표 증정 이벤트를 준비했습니다. 이벤트 기간 본지 구독료 자동이체를 신청하는 독자들에게 봄꽃 씨앗 3종(봉선화, 채송화, 한련화)과 꽃·나무 이름표를 배송해드립니다.

자녀들과 함께 집 안이나 마당에 있는 꽃·나무 이름을 맞춰보며 이름표를 달아보세요. 국립수목원 식물클리닉 상담계시판이나 모바일 앱 '모야모'에 이름이 궁금한 식물 사진을 올리면 꽃·나무 이름을 알려줍니다.

●신청 기간: 6월 30일까지
●배송: 자동이체 접수일로부터 한 달 내 우편 발송
●자동이체 신청 방법: 관할 CS센터, 조선일보 독자서비스센터(1577-8585), 조선멤버스(members.chosun.com)

핫플레이스 _ 가락물도서관

도서관서 요리하고 식생활 개선... 건강한 식문화 배운다

지난 3월 22일, 가락시장 시설 현대화 사업에 따라 탄생한 종합식품시장인 가락물 업무동 4층에 가락물도서관이 문을 열었다. 서울시농수산식품공사가 설립한 가락물도서관은 건강한 음식문화를 위한 식문화 특성화 도서관으로 운영된다. 가락물도서관은 70석의 열람석과 총 1만1500권의 장서를 보유하고 있다. 또한 어린이자료실, 일반자료실, 유아자료실 외에 식문화 관련 도서를 한데 모은 '식문화 특성화 자료 코너'와 쿠킹클래스가 진행되는 '요리조리 쿠킹스튜디오'로 구성됐다. 문춘태(51) 서울시농수산식품공사 상생협력팀 팀장은 “이용객이 책을 통해 식문화에 대한 이해를 넓히고 쿠킹스튜디오에서 요리를 체험하며 식생활을 개선하는 기회를 제공하고자 가락물도서관을 열었다”고 말했다. 어린이자료실에는 초등학생 대상의 도서와 잡지가 비치돼 있다. 일반자료실은 사회과학·자연과학·예술·문학·역사 등 성인·청소년 대상 도서와 '식문화 특성화 자료 코너'로 구성됐다. 이곳 정기간행물 코너에서는 요리 잡지 18종과 일반 잡지 21종을 만날 수 있다. 식문화 특성화 자료 코너에는 요리책, 음식용 소재와 한 문학책, 음식 관련 만화, 기타 식품 관련 책 등 1500여 권의 도서가 있다. 최선희(48) 가락물도서관 관장은 “올해 안으로 농수축산물·유통·식품·식생활 등 식문화 관련 자료를 추가로 구비해 보유 장서를 총 1만4000권까지 늘릴 계획”이라고 말했다.

유아자료실은 그림·놀이책 등 영·유아 대상 도서 2600여 권을 비치했으며 간편하게 커튼을 쳐 이용할 수 있는 수유 공간도 마련했다. 조리대 7대가 설치된 요리조리 쿠킹스튜디오에서는 책과 연계한 식문화 프로그램이 운영된다. 4~12월 월 1회 진행되는 '북앤쿡 클래스'는 식문화 관련 책의 저자와 대화를 나누며 요리를 체험하는 프로그램이다. 4월 29일 오후 3~5시에는 '뜨거운 한입'의 저자 박찬일 셰프가 책 소개와 요리 시연을 맡는다. 메뉴와 참가비는 미정으로 선착순 20명에 한해 재료비 정도만 받고 프로그램을 진행한다. 프로그램은 송파구통합도서관 홈페이지(www.splib.or.kr)에서 가락물도서관으로 들어가 '쿠킹클래스' 코너에서 신청한다. 가락물도서관은 서울시민과 서울시 소재 직장인 또는 학생이 이용할 수 있다. 송파구통합도서관 홈페이지에서 회원가입 후 도서관을 방문해 회원증을 발급받아 이용한다. 1인 5권을 14일간 대출할 수 있으며 홈페이지에서 필요시 대출 기간을 7일간 연장할 수 있다.

김찬주 행복플러스 리포터

가락물도서관 제공

올해는 고은·김혜남·김난도... '7인 7색 강좌' 10년째 이어져

용인시 '레인보우아카데미'

무언가를 시작하기 좋은 봄. 기분 전환은 물론이고 지적 충만함을 느낄 수 있는 명사들의 강연을 들어보는 것은 어떨까. 때마침 용인시청 에이스홀에서는 시민을 위한 무료 교양 강좌 '레인보우아카데미'가 시작돼 매달 시민의 문화 갈증 해소에 특별한 역할을 하고 있다. 지난 3월 24일에는 10주년을 맞은 올해 첫 강좌로 KBS 교양 프로그램 '요리인류'의 이욱정 PD가 시민들과 만났다.

글=이소영 행복플러스 기자
사진=용인시청 제공

◇올해 첫 강좌, 200여 명의 시민 모여

"제가 정말 신기한 빵을 보여드릴게요. 온천의 나라 아이슬란드에서는 따뜻한 온천 열기를 이용해 빵을 만든답니다. 오븐도 필요 없습니다."

이욱정 PD가 준비해온 영상을 틀자 온천의 열기로 데워 만든 빵 '록 브라우트'의 자료 화면이 펼쳐졌다. 화면을 본 청중석 여기저기에서는 '와~' 하는 감탄사가 터져 나왔다. "이 빵은 먹으면 천둥 같은 방귀를 쏜다 해서 '천둥빵'이라고 불려요. 나무가 부족해 빨갛이 귀한 나라지만, 이런 환경에서도 기가 막힌 작품(요리)이 나오지요. 또 사하라 사막 유목민들은 잿더미 위에서 빵을 만들어요. 이처럼 인간이 자연에서 얻은 재료에 지혜를 더해 먹을 수 있는 것으로 바꾸는



지난 3월 24일 '레인보우아카데미' 첫회로 용인시청 에이스홀에서 열린 이욱정 PD의 강좌. 이를 시작으로 매달 고은 시인, 김혜남 작가, 김난도 서울대학교 교수의 강좌가 이어진다.

게 바로 '요리'입니다."

이 PD의 강연에 청중은 고개를 끄덕끄덕. 다큐멘터리 '누들로드' '요리인류키친' 등으로 유명한 이 PD는 이날 '요리한다, 고로 인간이다'를 주제로 세계 각국을 돌아다니며 접한 '빵'에 대한 이야기를 풀어갔다. 1시간 30분에 걸친 강연 내내 시민들은 '열공 모드'로 경청했다.

용인시 수지구 고기동에서 온 김순심(65)씨는 "지식은 물론이고 나눔의 메시지까지

얻고 간다"며 만족스러워했고, 지인의 권유로 왔다는 김미진(43·처인구 유림동)씨는 "개인적으로 요리를 좋아해서 흥미진진했다"며 "시간을 내서 다음 강좌도 꼭 들으러 와야겠다"고 말했다.

강좌를 주관한 심진희 용인시 평생교육과 주무관은 "용인시의 레인보우아카데미는 시민들의 지적 욕구를 충족시키기 위해 평생교육 담당자들이 여러 번의 회의를 거쳐 시민들이 좋아할 만한 명사들을 가려낸



다"며 "앞으로의 강좌도 기대해도 좋다"고 자신했다.

◇명사 만나 이야기 나누는 시간, 강단에 선 명사만 70여 명

지난 2006년 용인시에서 마련한 레인보우아카데미는 이름에 걸맞게 매년 사회 각 분야에서 7명의 유명 인사를 초청해 강좌를 개최하고 있다. 각 강좌는 7가지 무지개색이 상징하는 의미와 어울리는 콘셉트(레드-

용기·열정, 오렌지-사랑·배려, 옐로-지혜·공정, 그린-조화·희망, 블루-젊음·신뢰, 핑클루-도전·비전, 바이올렛-존엄·환희) 아래 명사를 섭외하고 강좌 주제를 정해 이끌어 나간다. 그동안 아카데미에서 강연한 강사만 72명, 다녀간 시민만도 2만7000명에 달한다고. "특히 2011년 9월 시골 의사 박경철 원장의 '행복한 삶은 어디에서 찾을 것인가?', 2012년 11월 법륜 스님의 '희망 세상 만들기-죽음즉설'은 1000여 명의 시민들이 모여 청중석은 물론이고 에이스홀의 바닥과 통로까지 가득차 발 디딜 틈이 없었다"는 게 심 주무관의 설명이다. 이외에도 성교육 전문가 구성애, 국제구호 전문가 한비야, 철학자 강신주 등 유명 인사들이 레인보우아카데미를 다녀갔다.

올해 용인시는 이욱정 PD를 시작으로 다양한 명사를 섭외해 알찬 강좌를 꾸릴 예정이다. 오는 4월 21일에는 고은 시인이 '시인과 함께 하는 시인의 마음'이라는 주제로 시민들의 마음에 시심(詩心)을 불어넣는다. 5월 26일에는 베스트셀러 '서른살이 심리학에게 묻다' 작가 김혜남씨가, 6월 23일에는 소비 트렌드 전문가인 김난도 서울대학교 교수가 강사로 나선다. 하반기에는 10주년을 기념해 기존 레인보우아카데미를 찾았던 명사 중 인기 명사들을 초청해 강좌를 열 계획이다. 레인보우아카데미는 매달 넷째 주 목요일 오후 2~4시 시청 3층 에이스홀에서 운영되며, 누구나 선착순으로 무료입장할 수 있다. 문의 용인시 평생교육과 (031)324-8887, 1577-1122

20th ANNIVERSARY | 20주년 공연
일루셔니스트 이은결

ILLUSIONIST

일 루 셔 니 스투 이 은 결

VIP패키지석을 위한 특별 혜택!
공연 후 이은결과 사진촬영 및 기념선물 증정!

3, 4인 가족권 30% 할인
VIP, R석에 한함, 증빙자료 지참

2016. 5. 4 ▶ 5. 15 국립극장 해오름극장 조기예매 20% 할인 (4월 29일까지)

공연시간 | 평일 8시 / 주말 및 공휴일 2시, 7시 (월·수) *5월 13일(금) 3시 마티네공연, 5월 15일(일) 1시공연

티켓가격 | VIP패키지 13만원 / VIP 10만원 / R 8만원 / S 6만원 / A 3만원 예매 ☎ 인터파크 1544-1555 문의 1577-3363

알립니다

구독료 자동이체하면 '봄꽃 씨앗·식물 이름표' 드립니다



조선일보와 IBK기업은행이 새봄을 맞아 꽃씨와 꽃·나무 이름표 증정 이벤트를 준비했습니다. 이벤트 기간 본지 구독료 자동이체를 신청하는 독자들에게 봄꽃 씨앗 3종(봉선화, 채송화, 한련화)과 꽃·나무 이름표를 배송해드립니다.

자녀들과 함께 집 안이나 마당에 있는 꽃·나무 이름을 맞춰보며 이름표를 달아보세요. 국립수목원 식물클리닉 상담게시판이나 모바일 앱 '모야모'에 이름이 궁금한 식물 사진을 올리면 꽃·나무 이름을 알려줍니다.

'모야모' 앱의 경우 구글 앱스토어에서 이름 검색만으로 쉽게 다운로드해 이용할 수 있습니다. 구독료 자동이체 신청과 함께 꽃·나무 이름표를 달아주는 이벤트에 독자들의 많은 참여 부탁드립니다.

- 신청 기간: 6월 30일까지
- 배송: 자동이체 접수일로부터 한 달 내 우편 발송
- 자동이체 신청 방법: 관할 CS센터, 조선일보 독자서비스센터(1577-8585), 조선멤버즈(members.chosun.com)

핫플레이스 _ 식목일 개원 '동천자연식물원'

동물 만나고 산림체험까지... 주민들의 힐링 공간

봄 소풍 즐기기에 좋은 계절. 지난 4월 5일 식목일 용인시 수지구 동천동에 사설 식물원인 동천자연식물원이 문을 열었다. 이곳은 인근 아파트 단지에서 도보로 15분 거리에 있으며 광고산을 연결한 산책로가 조성돼 있어 개관과 동시에 이 지역 주민들 사이에서 '힐링 공간'이라는 수식어를 얻으며 입소문이 퍼지고 있다. 3만3000㎡(1만 평) 이상 부지에 조성된 식물원의 뒤편으로는 야생화가 자생할 정도로 잘 보존된 청정 숲이 46만3000㎡(약 14만 평)가량 펼쳐져 있다. "동천동의 아름다운 자연환경을 잘 살리면서, 동시에 도심에 사는 아이들이 자연 속에서 인성을 함양할 수 있도록 식물원을 만들었다"는 게 이곳 관계자의 말이다.

식물원 정문으로 들어서면 왼쪽으로는 동형 온실이, 오른쪽으로는 내부에 식물원과 미니 동물원이 꾸며진 비닐하우스가 있다. 동형 온실에 들어서면 백일홍, 부겐빌레아 등 색색의 꽃을 만날 수 있고 중심부에는 어린

memo

- 위치: 용인시 수지구 동천동 500번지
- 운영시간: 오전 10시~오후 7시(동절기는 6시까지, 입장은 오후 6시까지), 연중무휴
- 입장료: 4세 미만 무료, 4~9세 6000원, 10세~성인 9000원. 단체(30인 이상)는 별도 문의
- 문의: (031)261-4055

이들의 눈높이에 맞춘 수족관이 설치돼 있어 10여 종의 관상어들을 감상할 수 있다. 이국적인 분위기의 망고·바나나 나무를 비롯해 사과·한라봉 등의 유실수도 만나볼 수 있다. 이뿐만이 아니라 식물원에는 전국 각지에서 수집한 화초, 다육식물, 미니 동물원에는 관상용 닭인 화초닭을 포함한 8종의 조류, 토끼, 햄스터들이 관람객을 맞는다. 식물원 뒤편 야외 공간에는 시원한 물줄기를 뿜는 분수대, 아이들이 뛰놀기 좋은 간단한 예코놀 이시설이 있다. 봄 소풍의 하이라이트(?)인 도시락을 먹을 수 있는 야외 피크닉 장소도 마련돼 있다. 이 밖에 산림체험 프로그램(1시간~1시간 30분)도 전화예약 또는 현장접수로 진행되니 참가해볼 만하다. 개원일에는 무료입장 이벤트를 진행해 꽤 많은 인파가 다녀갔는데 이날 식물원을 찾은 인근 주민 최영남(37)씨는 "집 근처에 식물원이 생긴다는 말에 기대가 많았는데, 와보니 동물들까지 함께 볼 수 있어 좋다"며 "동천동이 학교가 밀집된 지역이라 아이들 체험학습장으로도 그만일 것 같다"고 말했다.



글·사진=김현정 행복플러스 리포터

등꽃길·구민회관서 위문 공연... '고사리손 선율'에 감동

마을 IN _ 내발산 셋별오케스트라

새벽녘 하늘에서 가장 맑게 빛나는 셋별, 강서구 내발산초등학교에는 셋별처럼 반짝이는 어린이들로 구성된 오케스트라가 있다. 아침 등꽃길 콘서트를 열고 외로운 어른들을 찾아 위문 공연을 펼치는 등 음악으로 마을 곳곳을 환히 밝히는 '내발산 셋별 오케스트라'를 만났다.

글=박분 행복플러스 리포터
사진=염동우 행복플러스 기자

◇고사리손으로 빛어낸 웅장한 화음

봄 햇살이 아른대는 3월의 마지막 주 수요일 오후, 내발산 셋별오케스트라 단원들을 찾아간 곳은 내발산초등학교 별관 시청각실이다. 바이올린, 플루트, 클라리넷 등 각각의 악기에서 뿜어져 나온 소리가 조화를 이뤄 웅장한 화음을 만들어내고 있다. 얼핏 보기에도 복잡한 악보를 눈으로 좇으며 훌륭한 연주를 이어가는 이들은 옛된 얼굴의 초등학생들이다. 어린 연주자들이지만 지휘봉과 악보를 오가며 주시하는 눈빛은 어느 프로 악단의 그것 못지않다. 지휘를 맡고 있는 이한주(35)씨는 "각기 다른 음악적 표현을 하나로 융합해 구현해낸다는 게 연주 경험이 적은 아이들에게 결코 쉽지 않은 일"이라며 "열심히 따라주는 아이들이 늘 고맙다"고 했다.

문화예술 동아리가 활성화된 이 학교에는 플루트와 클라리넷, 바이올린 등 악기 동아리만 3개가 구성돼 있다. 여기에 교사들의 재능기부



단원들은 더불어 화음을 만들어 유년의 소중한 추억을 쌓고 학교와 동네 곳곳에 활기를 불어넣는다.

로 뮤지컬, 리코더 등 각종 예술 프로그램이 활발히 운영되고 있어 오케스트라 창단은 어쩌면 일찌감치 예고된 일이었을지도 모른다.

◇음악으로 활기 불어넣는 단원들

4~6학년 학생 54명으로 구성된 내발산 셋별오케스트라는 지난 2014년 창단했다. 2년 남짓한 짧은 역사지만 지금껏 풍성한 음

악을 통해 학교 곳곳에 활기를 불어넣고 있다. 이들의 연주는 교문 안에만 머물지 않는다. 특히 매년 2월에 강서구민회관 우장홀 무대에서 선보이는 정기연주회는 주민들의 눈과 귀를 붙들며 일찌감치 주목받고 있다.

한 차례 연습을 마친 오후 3시경, 단원들이 쏟아지듯 복도로 뛰어나온다. 연주 때 보여준 진지함은 간데없고, 어느새 그 나이 또래

4~6학년 54명으로 구성 오케스트라로 인성교육 '아름다운 추억 쌓아가길'

의 개구쟁이 같은 얼굴들이다. 5학년 단원 박서진(12)은 올해 오케스트라에 입단한 가슴 설렘을 재잘재잘 풀어놓는다. "멜로디가 아닌 화음을 넣는 파트라 지난 2월 정기연주회 무대에 서지 못했지만 교장선생님 퇴임식에서 연주했을 땐 무척 감동적이었다"고 소감을 밝혔다. 단원들 주변을 지키고 선 어른들이 있다. 단원들의 학부모로 구성된 봉사

단이다. "지휘자 혼자 아이들 50여 명을 통솔 하기는 무리지요. 연습을 지켜보다가 자잘한 일들을 보조하고 있습니다." 학부모 김윤정(42)씨가 "서너 명씩 학부모들이 매주 번갈아가며 자율적으로 오케스트라를 보조하고 있다"고 소개했다.

◇연주 통해 아름다운 추억 쌓아가길

오는 5월 가정의 달엔 교내의 행사가 많은 만큼 오케스트라도 덩달아 바빠질 태세다. "공연이 다치면 아이들은 물론이고 학부모님들까지 한동안 고생이지만 인성교육 측면에서 효과가 큰 것 같아요." 내발산 셋별오케스트라 담당교사인 이하영(38)씨는 "아이들이 오케스트라 활동을 통해 아름다운 추억과 우정을 쌓아가길 바란다"고 했다. 가만히 살펴보니 아이들 뒤쪽으로 덩치 큰 악기도 보인다. 그중에서도 유독 눈에 띄는 악기가 있으니 바로 팀파니(timpani)다. 지난해 강서구를 찾아 공연한 러시아심포니 오케스트라에게 빌려주기도 했던 귀한 악기라고. 북의 한 종류인 팀파니는 6학년 한지호(12)양이 다루고 있다. 단 한 대 뿐인 팀파니는 음감이 뛰어난 단원에게 맡겨진다.

다시 연습이 시작됐다. 귀에 익숙한 베토벤 교향곡 제5번이 실내를 가득 채운다. 단원들의 어린 외모와는 달리 그들이 만들어내는 음악에선 힘찬 에너지가 전해진다. 단원들은 방과 후 악기 수업을 통해 저마다의 실력을 쌓고 매주 수요일 한자리에 모여 합주 연습을 하고 있다.

알립니다

구독료 자동이체하면 '봄꽃 씨앗·식물 이름표' 드립니다



조선일보와 IBK기업은행이 새봄을 맞아 꽃씨와 꽃·나무 이름표 증정 이벤트를 준비했습니다. 이벤트 기간 본지 구독료 자동이체를 신청하는 독자들에게 봄꽃 씨앗 3종(봉선화, 채송화, 한련화)과 꽃·나무 이름표를 배송해드립니다.

자녀들과 함께 집 안이나 마당에 있는 꽃·나무 이름을 맞춰보며 이름표를 달아보세요. 국립수목원 식물클리닉 상담계시판이나 모바일 앱 '모야모'에 이름이 궁금한 식물 사진을 올리면 꽃·나무 이름을 알려줍니다.

'모야모' 앱의 경우 구글 앱스토어에서 이름 검색만으로 쉽게 다운로드해 이용할 수 있습니다. 구독료 자동이체 신청과 함께 꽃·나무 이름표를 달아주는 이벤트에 독자들의 많은 참여 부탁드립니다.

- 신청 기간: 6월 30일까지
- 배송: 자동이체 접수일로부터 한 달 내 우편 발송
- 자동이체 신청 방법: 관할 CS센터, 조선일보 독자서비스센터(1577-8585), 조선멤버스(members.chosun.com)

우리 동네 공공미술 _ 수명산 천하대장군

꽃잎에서 피어난 '현대판 장승' 아름답게 부활하다

서울시 양천구 신월5동 수명산동원데자뷰아파트 단지 내 중앙공원 한편에 화강암으로 만든 2개의 석상이 나란히 서 있다. 왼쪽은 남자상, 오른쪽은 여자상인데 생김새가 기이하다. 이들의 하체는 꽃잎 속에 머물러 있다. 이들은 천하대장군(좌), 지하대장군(우)이다. 현대판 장승인 셈이다. '수명산 천하대장군'이란 이름의 이 작품을 만든 이일호 작가는 "예부터 마을 어귀를 지켜주던 천하대장군과 지하대장군을 풍요와 결실의 상징인 열매가 열린 나무와 접목시켜 현대적인 조각상으로 재해석한 작품"이라고 했다. 아파트 인근 수명산의 정기를 이

memo

- 작품명: 수명산 천하대장군
- 작가: 이일호
- 설치 시기: 2012년 1월
- 설치 장소: 서울시 양천구 화곡로3길 43 수명산동원데자뷰아파트 중앙공원

장승에 담아 화를 쫓고 복을 기원하며 사람과 화목이 넘치는 세상을 더불어 살아가자는 소박한 바람을 형상화했다는 게 작가의 설명이다.

두 장승의 상체를 들여다보면 재미난 구석이 있다. 전통적인 장승의 얼굴 형태는 무시무시한데 이들은 머리 모양부터 세련됐다. 또 여러 생명체들이 이들에게 의지하고 있다. 남자상은 두 팔로 어린아이를 감싸 안고 있다. 목 뒷덜미에는 개 한 마리가 올라타 있는데 정면을 또렷하게 응시하고 있다. 여자상의 목 뒷덜미에는 고양이 앞발로 턱을 괴고 느긋한 표정으로 역시 정면을 바라본다. 여자상은 왼팔로 동그란 눈으로 골추서 있는 올빼미 한 마리를 안고 있고 오른팔로 머리를 쓰다듬고 있다. 남자상과 아이, 개는 낮의 활력과 수호를 상징하고 여자상과 고양이, 올빼미는 밤의 지혜와 수호를 나타내는 듯싶다. 옛날 마을 입구에 서 있던 장승은 이제 사라지고 없다. 유물일 뿐이다. 사라지고 없는 것을 작가는 굳이 기억해 만들어 놨다. 사라지는 게 태반인 시대, 우리도 누군가에 기억돼 아름답게 부활하길 소망한다.

글·사진=유승용 행복플러스 객원기자



20th ANNIVERSARY | 20주년 공연
일루셔니스트 이은결

ILLUSIONIST

일 루 셔 니 스투 이 은 결

VIP패키지석을 위한 특별 혜택!
공연 후 이은결과 사진촬영 및 기념선물 증정!

3, 4인 가족권 30% 할인
VIP, R석에 한함, 증빙자료 지참

2016. 5. 4 ▶ 5. 15 국립극장 해오름극장 조기예매 20% 할인 (4월 29일까지)

공연시간 | 평일 8시 / 주말 및 공휴일 2시, 7시 (월·수) *5월 13일(금) 3시 마티네공연, 5월 15일(일) 1시공연

티켓가격 | VIP패키지 13만원 / VIP 10만원 / R 8만원 / S 6만원 / A 3만원 예매 ☎ 인터파크 1544-1555 문의 1577-3363

20th
ANNIVERSARY

20주년 공연
일루셔니스트 이은결

ILLUSIONIST

일 루 셔 니 스투 이 은 결

VIP패키지석을 위한 특별 혜택!


공연 후 이은결과 사진촬영 및 기념선물 증정!

3,4인 가족권 30% 할인

VIP, R석에 한함, 증빙자료 지참

2016. 5. 4 ▶ 5. 15 국립극장 해오름극장 **조기예매 20% 할인 (4월 29일까지)**

공연시간 | 평일 8시 / 주말 및 공휴일 2시, 7시 (월습) *5월 13일(금) 3시 마티네공연, 5월 15일(일) 1시공연

티켓가격 | VIP패키지 13만원 / VIP 10만원 / R 8만원 / S 6만원 / A 3만원 예매  인터파크 1544-1555 문의 1577-3363

무른 봄딸기 살살 헹구고, 쌈채소 날장씩 세척

봄철 과일·채소 건강하게 먹기

푸릇하고 싱그러운 봄나물, 새콤달콤 봄 딸기 등 본격적인 봄을 맞아 생채소와 과일을 많이 먹게 되는 시기다. 가족의 건강을 생각해 특히 친환경 채소·과일을 선택하는 이들이 많은데 친환경 농산물이라 하더라도 올바르게 세척하지 않으면 미세먼지 등 안 좋은 이물질까지 섭취할 수 있다. 채소와 과일 본연의 맛과 영양을 잘 살려 먹을 수 있도록 연구하는 김은경 채소 소믈리에에게 요맘때 많이 먹는 봄철 채소 및 과일 세척법과 손질법을 배워봤다.

글=이제남 행복플러스 기자
사진=양수열 행복플러스 기자,
베스인터코퍼레이션㈜ 제공

◇브로콜리는 송이송이 잘 닦아야

채소를 삶거나 찌지 않고 날것 그대로를 섭취할 때는 아무래도 세척에 신경이 많이 쓰인다. 봄철 불청객 황사가 잦고 미세먼지가 갈수록 심해져 최근 특히 걱정이다. 김은경 채소 소믈리에에는 “대개 채소나 과일은 흐르는 물에 여러 번 씻는 것이 좋고, 껍질째 먹는 과일이나 채소의 경우 베이킹소다를 물에 풀어 10분 정도 담갔다가 흐르는 물에 세척하면 좀 더 깨끗하게 먹을 수 있다”며 “그러나 세척 시 유의해야 할 과일 및 채소가 몇 가지 있다”고 조언했다. 브로콜리는 송이 사이사이에 미세먼지 등 이물질이 끼어 있기 때문에 흐르는 물에도 깨끗이 세척이 안 될 수 있다. 물에 잠깐 담가놓았다가 흐르는 물에 씻으면 브로콜리 송이 사이사이의 이물질이 녹아 씻을 수 있다. 양배추도 그냥 통째로 씻으면 결만 깨끗해진다. 날장으로 하나하나 뜯어서 세척하면 깨끗하다.

봄·여름에는 쌈채소도 많이 먹는다. 상추와 깻잎은 넉넉한 물에 물을 부어 잠시 담가 놓으면 잎 사이사이에 흠이나 모래 같은 이물질이 어느 정도 깨끗이 씻긴다. 그다음 물에 깨끗한 물을 다시 담고 2~3차례 흔들 어 씻는다. 깻잎은 가운데 줄기 부분에 흠이 끼어 잘 안 씻기는 경우가 많으므로, 물에 물을 담고 한 장씩 흔들어서 씻어준다.

쌈채소는 대개 한 번에 많이 사게 돼 먹고 남기 십상이다. 상추는 바로 다 먹을 게 아니면 물에 깨끗이 씻은 뒤 물기를 털고 밀폐 용기에 담아 냉장고에 보관하면 2~3일 정도는 신선한 상태로 먹을 수 있다. 그러나 그보다 더 오래 두고 먹을 거라면 씻지 않은 상태로 지퍼백에 담아 냉장고에 넣어둔다. 시간이 지나면 약간 시들해지는데 먹기 전 찬물에 15분 정도 담가놓으면 잎이 파릇파릇하게 다시 살아난다.

◇봄딸기는 겨울딸기보다 물러 세척법 주의
봄나물도 몇 가지 세척법과 손질법을 알



껍질째 먹는 과일·채소 흐르는 물에 씻어야

더 청결하게 씻으려면 친환경 세정제 사용 도움 각종 균·먼지 99% 제거

아두면 유용하다. 냉이는 뿌리와 줄기가 맛 달은 부분에 특히 흠이 많고 잘 떨어지지 않으므로 이 부분을 칼로 살살 긁어 흠을 먼저 털어내준다. 그다음 물에 담긴 물에 넣고 살살 흔들어서 씻어주면 흠이 깨끗이 씻긴다. 또한 뿌리가 너무 굵은 것은 칼로 쪼개야 먹을 때 딱딱하지 않다.

부추는 보통 한번에 많이 사기 때문에 남은 경우가 많다. 이럴 때 그냥 냉장고에 넣어두면 부추끼리 붙어서 금방 물러진다. 남은 부추는 씻지 말고 키친 타월에 펼쳐 김밥 말듯 돌돌 말아 찬 뒤 지퍼백에 담아두면 오래 보관할 수 있다. 과일 중에는 딸기 세척 시 주의해야 할 점이 있다. 겨울딸기는 흐르는 물에 씻어도 되지만 봄딸기는 금방 무르기 때문에 흐르는 물에 오랜 시간 씻으면 좋지 않다. 물에 찬물을 넣고 딸기를 잠시 담가놓아 이물질이 녹아 나오게 한 뒤 체에 담아 2~3번 정도 물로 헹구준다. 딸기 세척에서 특히 중요한 점은 꼭지를 나중에 따야 한다는 것. 딸기 꼭지를 먼저 따고 세척하면 그 부분에 물이 들어가 단맛이 탈해지고 약간 물냉내가 날 수 있다.

◇1분 만에 각종 먼지·세균 제거해주는 친환경 세정제도 있어

과일과 채소를 더욱 청결하게 세척하고 싶다면 과일·채소 전용 살균 세정제로 씻어 주는 것도 방법이다. 다양한 가정용 세정제를 제조·판매하는 베스인터코퍼레이션(주)에서 특허 기술로 만든 ‘베지아쿠아’는 계면활성제나 화학 성분 등이 전혀 들어가지 않은 친환경 과일·채소 전용 살균 세정제다.

무색·무미·무취 제품으로 ‘특수전해질 알칼리이온수’ 99.7%와 미네랄 0.3%로 이뤄져 있다. 이상욱 베스인터코퍼레이션 기술제품관리부 수석팀장은 “베지아쿠아는 다량의 음이온 전자가 일반 물에 비해 약 15만 배 함유돼 있고, 일반 물에 비해 그 침투력이 무려 100배에 달한다”며 “이 같은 다량의 음이온이 오염물이나 비브리오팀, 살모넬라균, 대장균 등 각종 세균에 직접 침투해 세포 자체를 파괴시키는 원리로 인해 살균이 이뤄지는 것”이라고 설명했다. 이런 원리로 베지아쿠아를 과일이나 채소 표면에 뿌리고 1분 후에 물로 씻어주면 각종 먼지, 잔류 농약, 세균 등의 이물질을 제거해준다. 이 수석팀장은 “지난해 한국화학융합시험연구원서 베지아쿠아 관련 살균 테스트를 진행했는데, 특수전해질알칼리이온수가 비브리오팀, 살모넬라균 등을 약 99% 제거한다는 결과를 얻었다”고 설명했다.

채소와 과일을 구입한 후 바로 먹거나 조리하지 않고 일정 기간 냉장고에 보관할 때도 사용하면 각종 세균 등에 오염되는 것을 방지할 수 있다. 채소와 과일 표면에 베지아쿠아를 충분히 분무하고 1분 후 흐르는 물에 헹군 뒤 냉장고에 보관하면 식중독 발생 위험을 줄여줘 안심하고 먹을 수 있다.

Event

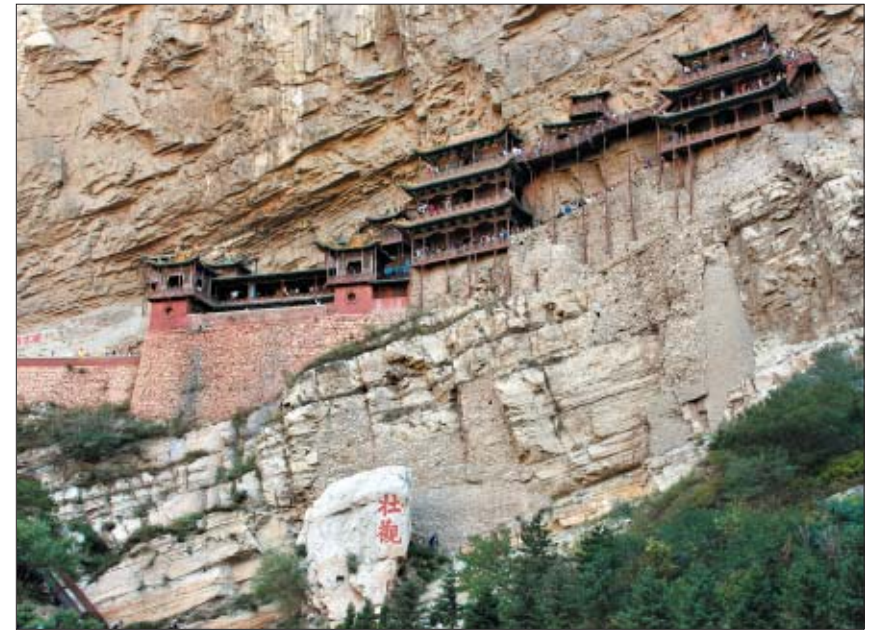
베지아쿠아 드립니다

- 이벤트 내용: 독자 10명에게 ‘베지아쿠아’ 2종 세트(475ml 정품 + 1000ml 리필 제품) 증정
- 응모할 곳: 조선일보 독자 멤버십 사이트 조선멤버십(members.chosun.com) 이벤트 페이지
- 응모 마감: 4월 18일 오후 6시
- 당첨 발표: 4월 20일



월간산 중국 오악기행 향산·오대산

아찔한 절벽에 매달린 사찰 두 눈을 의심케 하는 기이함



천길 낭떠러지 절벽에 매달려 있는 듯 건축된 향산 현공사는 죽기 전에 꼭 봐야 할 세계 건축물로 소거될 정도로 중국 고건축으로서 단연 으뜸에 꼽힌다.

‘월간산’은 건축학 박사이자 풍수학자인 조인철 교수와 함께 중국 오악기행 제2탄 북악향산과 세계 불교 5대 성지의 하나인 오대산 기행에 나선다. 조 교수는 4년제 대학 유일인 풍수 전담 교수로서, 5월 24~28일 4박 5일 전 일정을 함께하며 향산과 오대산에 있는 오악과 오행사상, 풍수에 대해서 다양하게 풀어낸다.

중국 오악의 산은 황제의 산이며, 오행의 산이고, 신앙의 산이고, 영토 경계의 산이라는 상징적인 의미를 지닌다. 오행의 산은 모양에 따라 수·화·목·금·토 5가지로 분류한다. 수체(水體)의 산은 봉우리들이 물결처럼 미묘한 모습으로 흘러가는 모양을 나타낸다. 화체(火體)는 불꽃처럼 뾰족뾰족하게 솟아 있는 바위산이다. 목체(木體)는 붓의 끝처럼 삼각형 모양으로 생겼다. 흔히 문필봉(文筆峰)으로 부르는 산이다. 금체(金體)는 바가지나 첩모처럼 둥그랗고, 토체(土體)는 테이블이나 두부처럼 평평한 모습이다. 오행의 산은 또한 유교의 오상(五常), 즉 인·의·예·지·신과 연결된다. 구체적으로 인은 목과 동에, 의는 금과 서에, 예는 화와 남에, 지는 수와 북에, 신은 토와 중앙을 상징한다. 따라서 북악향산은 수체의 산에 해당한다. 이처럼 중국 오악은 유교와 도교 사상과 매우 밀접한 관련성을 띤다. 과연 수체의 산을 조 교수가 어떻게 풀어낼지 자못 궁금하다.

향산산맥으로도 불린다. 중국 당대 시인 가도는 “천지에 오악이 있거늘 향악이 북쪽에 위치해 있었다. 바위가 중첩만장(重疊萬丈)이고 괴이함을 알 수 없구나”라고 읊어 향산의 웅장한 기세를 잘 대변한다. 여느 다른 명산과 마찬가지로 많은 도교의 암자와 불교의 사찰들이 향산 곳곳에 흔해 있다. 특히 죽기 전에 꼭 봐야 할 세계 건축으로 소개된 현공사(懸空寺)는 아찔한 절벽 중앙에 세워져, 보는 사람들로 하여금 감탄을 자아낸다. 이름처럼 천길 낭떠러지에 매달린 듯 달려 있는 현공사는 협주관과 기이함, 절묘함으로 중국 고건축에서 단연 첫손에 꼽힌다.

이런 기행은 향산뿐만 아니라 중국 4대 불교 성지 중 하나이며 신라 자장율사의 자취가 서린 오대산, 중국 3대 석굴 중 하나인 운강석굴 등도 둘러본다. 바위굴을 파서 조성한 구천궁은 도교의 대표적인 명소다. 도교의 신선 여동진이 이곳에서 거문고를 타고 바둑을 즐겼다고 전하며, 장과로(張果老)도 은거하며 수련을 쌓고 신선이 됐다고 한다. 장과로의 신선상이 이곳에 남아 있다. 이와 같이 도교의 8신선 중 2명의 신선 근거지가 향산이다. 구천궁 옆에는 삼국지의 관우가 신이 돼 모셔졌다. 관공은 전 일정 5성급 호텔에서 하며, 식사는 중국요리의 진수를 맛볼 수 있는 특식도 한다. 참가비용은 135만원, 선착순 30명. 문의 조선뉴스프레스 월간산 여행팀 (02)724-6701

박정원 월간산 부장

[2016년 핫이슈 현장]

한강라인 조망권, 자양 “워너스리버” 570세대 공급!

강남 아파트 반값으로 강남 생활권을 누리라!



서울 광진구 자양동 690 일원에 들어서는 ‘워너스리버’ 지역 주택조합 아파트는 강남 아파트의 반값으로 강남 생활권을 누리는 것은 물론 멀티문화시설, 명문 학교, 쾌속 교통망까지 누릴 수 있는 단지다.

‘자양 워너스리버’는 아파트 570세대, 지하 2층~지상 29층, 5개동, 59㎡·84㎡·125㎡로 지역주택조합 아파트 특성상 조합원 자격이 되면 청약통장의 유무와 관계없이 누구나 계약할 수 있으며, 2020년 상반기 완공예정이다.

특히 워너스리버는 ‘한강라인’의 마지막 아파트로 주변지역 개발에 따른 프리미엄이 기대되는 아파트이다. 특선한강공원과 한강이 보이는 ‘더블조망권’을 자랑해 그 가치는 더욱 높아질 전망이다. 여기에 일반 아파트보다 10~20% 저렴한 가격의 지역주택조합 아파트로 실수요자뿐 아니라 투자자들도 몰리고 있다고 한다.

주거생활 공간으로는 강변테크노마트, 롯데백화점, 롯데시네마, 이마트, 서울아산병원, 건국대학병원, CGV, 광진구청

등이 위치해 있다. 주변 학교으로는 성동초, 광진중, 양남초, 건국대, 세종대, 대원외고 등 좋은 학교의 학교들과 명문 사립 학교가 있다. 또한 어린이대공원, 구의야구공원, 아차산생태공원, 특선한강공원 등이 인접해 쾌적한 생활을 즐길 수 있다.

‘자양 워너스리버’는 사통팔달 교통망도 자랑한다. 도보로 10분 거리에 지하철 2호선 강변역, 구의역이 있고 2호선, 7호선 환승역인 건대입구역도 인접해 있다. 잠실대교, 올림픽대교, 강변북로, 올림픽대로를 이용해 서울 주요 도심뿐 아니라 외곽으로 이동도 용이해 편리한 출퇴근을 돕는다.

한편, ‘워너스리버’ 홍보관은 3월 25일 이후 운영 중이며, 보다 빠르고 상세한 상담을 위해 사전 예약제를 실시 중이다.

분양 문의 | **1661-5005**
http://www.자양워너스리버.com

새농 Food Market 우리 동네 유기농 할인점

송파가락점 성공이전 감사행사

가락물 C동2층
가락점상호변경 : 새농유기농도매센터 → 새농푸드마켓

이전오픈행사에 보내주신 성원에 감사드립니다
품질만족 가격만족을 위해 더욱 노력하겠습니다

대표인기상품 200품목 10~20% 할인

송파가락점, 분당야탑점, 수지동천점 동시진행

• 행사기간 : 4월 12일(화) ~ 4월 26일(화)

* 시중가격의 20~30% 할인판매하는 회원가에서 추가 10~20% 할인
* 매장별로 행사물량 소진되면 조기 종료되거나 특정일자에만 적용됩니다

비회원에게도 회원가 / 할인가 개방

5월 31일까지

송파가락점에서 6만원이상 구매시
아메리카노 커피 한잔 무료제공

* 당일영수증에 한함, 영업시간 : 오전10시~오후8시
(4월 12일~4월 26일)

인기대폭발!! 무항생제정육 가격만족!! 품질만족!!

한우등심	7,700	(1등급이상,100g당)
한우불고기	4,200	
한우안심	11,000	
한우치마살/부채살	7,900	
한우국거리	4,000	
한우양지국거리	5,100	
돼지삼겹살/목심	2,080	
돼지알다리	1,000	
돼지등갈비	1,790	

주말 상생제철수산물 신선하고 고유의 맛이 살아 있어요

국산참나지(2마리)	13,500
흑산도참전복(대,4미)	13,500
망게(150g)	4,200
무항생제민물장어(100g)	5,900
지반고등어(100g)	1,280

새봄맛이 꽃화분판매

예쁜 꽃화분을
아이들과 함께 키우세요

봄맛이 30대 대표 인기상품 **초특가** 행사

▶ 행사기간 4월 12일(화)~4월 26일(화)까지

무농약백미자연니움 (10kg) -27,500 - 24,500	유기농잡쌀현미 (2kg) -7,500 - 6,300	유기농현미 (4kg) -14,100 - 11,000	볶음알땅콩 (500g) -7,000 - 5,700	유기농바나나칩 (370g*18) -6,900 - 5,800	유기농볶음아몬드 (300g) -12,400 - 10,500	친환경사과 (box) -7,000 - 5,900	
법인김도시락김/전정김 (box) -1,400 - 1,000	무농약고구마 (2kg) -7,400 - 6,700	무농약백오이 (5입) -3,700 - 2,900	무항생제우정란 (30알) -8,800 - 6,500	국산참기름 (320ml) -21,200 - 17,500	체다치즈크리스피플 (100g) -2,800 - 2,400	우리동밀밭이두부과자 (100g) -2,100 - 1,800	
감자라면 (110g) -1,100 - 980	무항생제내추럴우유 (1000ml) -3,050 - 2,500	순수자연치즈 (500g) -13,000 - 8,000	무농약미숫가루 (1kg) -11,000 - 9,400	유기농EX비진올리브유 (500ml) -10,700 - 8,900	남쪽바다원래참치 (150g) -2,500 - 1,800	유기농토마토케첩 (567g) -7,500 - 6,600	
우리콩두부 (340g) -1,450 - 1,100	무농약도라지배즙 (100ml*30) -14,000 - 12,600	제주항기감굴/멸기주스 (box) -700 - 570	김정환홍삼액 (80ml*180) -93,000 - 78,000	유기농커피아몬드하겐 (100g) -8,300 - 7,200	3겹엠보싱화장지 (40m*18) -10,900 - 9,000	넬리소다세제 (125회/1.9kg) -23,500 - 19,300	에코라운드세탁세제 (3L) -14,000 - 11,700

* 위 가격은 신지사정으로 가격이 변동될 수 있습니다

오늘만 이가격!! 알뜰구매찬스

4월 12일(화) - 14일(목)		4월 15일(금) - 17일(일)		4월 18일(월) - 20일(수)		4월 21일(목) - 23일(토)		4월 24일(일) - 26일(화)	
무농약도라지	1kg -6,500 - 5,200	성가정포기김치	3kg -10,000 - 12,000	참외	3입 -8,500 - 7,500	무농약상추	150g -950 - 500	무농약아몬드참치	50g -1,000 - 800
돼지삼겹/목심로스	100g -2,800 - 1,780	무농약한지마나리	200g -2,600 - 2,000	큰배없는왕복날	870g -15,500 - 13,300	조림멸치	250g -6,350 - 5,200	무항생제한우등심(생크림)	100g -7,700 - 5,900
유기농저지방우유	750ml -3,750 - 2,950	냉장무항생제후제오리	1kg -19,300 - 16,000	무항생제한우국거리	100g -4,000 - 3,600	무항생제한우불고기	100g -4,200 - 3,800	감자해물맛라면	110g -1,250 - 1,050
리얼초코파이	60g -950 - 850	감자자장라면	190g -1,800 - 1,350	국산통단말빵	73g -1,000 - 850	초코칩마핀	225g -1,300 - 1,050	4세&2세오주스	190g -1,500 - 1,300
청산고로쇠	1.5L -6,200 - 5,000	무농약 멸기젤	500g -5,100 - 4,300	추아탕	500g -4,950 - 4,500	유기농우유	750ml -3,700 - 2,850	노스태순한편발력로션	65ml -12,600 - 10,500

가락점 찾아오시는 길

버스나 지하철이용시

가락시장역(3호선,8호선)에 하차하여 1번출구로 나와 가락물 C동 2층으로 오세요

승용차 이용시

- 네비게이션에서 (가락물) 또는 (가락시장역)번출구를 검색하여 롯데마트 건너편 가락물주차장으로 오세요
- 가락물주차장쪽으로 진입하자마자 오른쪽 지하3층주차장진입로로 내려와 H열~J열 10 기둥에 주차하세요
- 태이플 C동 2층으로 올라가는 엘리베이터(1열10기둥근처)로 올라오시면 매장과 바로 연결됩니다.

서울 송파가락점

T.02-3401-4900
서울 송파구 양재대로 932 (가락동 600번지) 가락물 C동2층

용인 수지동천점

T.031-896-9530
경기도 용인시 수지구 동천로99번길 12 (동천동 942-4)

성남 분당야탑점

T.031-708-9800
경기도 성남시 분당구 판교로 471 (야탑동 532-3)

이용 안내

- ▶ 새농명생화원은 가맹시 한 번만 1만 원을 납부하면 됩니다
- ▶ 시중가격의 20~50% 할인된 회원가(할인가)로 구매가능
- ▶ 초특가할인행사, 제일상품예약정보를 문자로 받아볼 수 있습니다
- ▶ 행사정보와 약도는 www.saeonong.com을 참고하세요
- ▶ 전화주문이나 배달되지 않으니 직접 방문하여만 구매가능합니다

영업시간

송파가락점 월~토요일 오전 7시~오후 8시
분당야탑점 월~토요일 오전 8시~오후 8시

연중무휴

산정, 설날, 설날다음날, 추석, 추석다음날

꽃화분 증정쿠폰

이 쿠폰을 지참하고 방문하여
신규회원에 가입하신 분에게 드립니다

• 기간 : 2016년 4월 12일 - 2016년 4월 26일

인터컨티넨탈 호텔, 가정의 달 맛이 연회 프로모션

그랜드 인터컨티넨탈 서울 파르나스와 인터컨티넨탈 서울 코엑스에서는 가족 모임이나 돌잔치 등 연회를 준비하는 고객에게 다양한 혜택을 제공하는 '연회 프로모션'을 5월 1~31일 진행한다. 식사 메뉴 10% 할인을 비롯해 특별한 날을 기념하는 생일 케이크(12만원 상당)와 샴페인 증정, 빔 프로젝터 대여 등의 다양한 혜택을 무료 제공하는 프로모션이다. 가족 모임의 경우 주인공을 위한 꽃다발(10만원 상당)을, 돌잔치의 경우 아기 목욕 가운(8만원 상당)을 추가 증정한다. 숙박 할인 혜택도 있다. 이번 프로모션은



20명 이상 예약 시 이용 가능하며, 40명 이상 예약할 경우 얼음조각 장식 서비스를 추가 제공한다. 예약 및 문의는 그랜드 인터컨티넨탈 서울 파르나스 연회팀 (02)559-7734, 인터컨티넨탈 서울 코엑스 연회팀 (02)3430-8688

그랜드 하얏트 인천, 부모·자녀가 즐거운 '아트&인조이' 패키지

그랜드 하얏트 인천은 '아트&인조이' 패키지를 5월 5~7일, 6월 4~5일에 운영한다. 이 패키지는 자녀와 부모가 함께 시간을 보낼 수 있는 매직쇼, 클레이 아트 클래스 등의 다양한 프로그램이 제공된다. '편' 옵션은 객실 1박과 성인 2인 아침 식사, 매직쇼, 클레이 아트 클래스가 포함된다. '풀' 옵션 이용 시, 편 옵션의 혜택에 성인 2인 저녁 식사가 추가된다. 만 12세 이하 소인 최대 2인에게는 패키지에 포함된 식사가 무료 제공된다. 모든 패키지 이용객은 낮은 수심과 따뜻한



수온의 어린이 수영장을 포함한 총 3개의 수영장장과 사우나, 피트니스센터도 이용할 수 있다. 가격은 '편' 옵션은 26만원부터, '풀' 옵션은 38만원부터. 10% 부가세 별도. 예약 및 문의 (032)745-1234

해비치 호텔앤드리조트 제주, 5월 '하와이 페스티벌' 개최

해비치 호텔앤드리조트 제주는 5월 한 달간 '하와이 페스티벌'을 연다. 어린이 날인 5월과 6월에 야외 잔디광장에서 우쿨렐레와 플라멩코 공연, 아이들을 대상으로 한 꽃목걸이 '데이 만들기 클래스'와 '홀라 댄스 배우기 클래스' 등이 열리는 하와이 문화 체험존을 마련한다. 14일에는 하와이 유명 셰프들이 제주 식재료를 활용한 갈라 디너를 선보인다. 리조트 수영장장과 잔디광장에서는 비눗방울놀이·연·소형 글라이더·바람개비를 무료 제공하며, 전통카와 퍼스트 바이크 등을 탈 수 있는 공간도 꾸민다.



한편 5월 한 달간 하와이 페스티벌 이용객이 호텔 인박에서 하와이 분위기의 사진을 찍어 개인 SNS에 올리면 추첨을 통해 하와이 왕복 항공권, 호텔 숙박권 등을 증정하는 이벤트도 진행한다. 예약 및 문의 (064)780-8100

IT ITEM _ 베베스킨 유아 의류 전문 섬유세제



특허받은 '청정 고농도 산소수' '항균 원료' 함유

친환경이라 안심, 세균·곰팡이 막아줘

베이비 스킨&리빙 케어 브랜드 '베베스킨'이 유아 의류 전문 세제 '베이비 고농축 섬유세제(이하 베이비 섬유세제)'와 '베이비 고농축 섬유유연제(이하 베이비 섬유유연제)' 4종을 출시했다. 베베스킨의 제품은 제주산 화산 암반수를 이용해 한국·중국·미국·일본 4개국의 국제특허 기술(특허 등록 10-0948813호)로 만든 '정정 고농도 산소수(산소 120%, 산소수 35% 함유)'를 사용한 것이 특징이다. 청정 고농도 산소수를 넣어 만든 베이비 섬유세제와 베이비 섬유유연제는 석유계 계면활성제, 파라벤, 형광광택제, 인공색소, 인산염 등을 넣지 않은 친환경 제품이다. 이 제품에는 특히 발효균, 오레가노, 마치현 등으로 구성된 특허받은 항균 원료 '내추럴 프로텍터(natural protector, 특허 등록 제10-0910747호)'를 넣어 섬유 속 세균 및 곰팡이를 억제한다. 또한 일반 정제수를 한 번 더 살균한 '살균수'를 사용해 안전도에 세심한 공을 들였다. 베이비 섬유세제는 고급 섬유 세탁에 적합한 중성세제로 규제의 정도가 까다로운 미국 식품의약국(FDA) 인증 제품이다. 섬유 보호 및 정전기를 방지해주는 베이비 섬유유연제에는 아자 추출 유 성분과 함께 화장품에 쓰이는 고급 원료인 아르간 오일을 넣어 섬유에 닿는 아기 피부까지 신경 썼다. 베이비 섬유세제와 베

Event

유아 섬유세제·유연제 증정

- 이벤트 내용: 독자 8명에게 베이비 섬유세제와 베이비 섬유유연제 2종 1세트씩 증정
- 응모할 곳: 조선일보 독자 멤버십 사이트 members.chosun.com 이벤트 페이지
- 응모 마감: 4월 18일 오후 6시
- 당첨 발표: 4월 20일

이비 섬유유연제 각각에 프랑스의 유기농 인증 제도인 '에코서트' 인증을 받은 시어버터가 함유됐다. 일반 세제와 유연제의 3배 고농축으로 제조된 베이비 섬유세제와 베이비 섬유유연제는 모두 1L 용량으로 최대 50회(일반 세탁기 기준)에서 100회(드럼 세탁기 기준)까지 사용할 수 있다. 가격은 베이비 섬유세제 2만2000원, 베이비 섬유유연제 1만8000원이다. 한편 베베스킨은 이번 신제품 출시 기념으로 리빙케어 선물세트 '오마베(오마이베비) 세트'를 함께 선보였다. 9만 원 상당의 제품을 세트 구성한 것으로 6만3000원에 판매한다. 문의 070-4786-4786 www.bebeskin.com

Weekly Pick

글=박근희·이경석·이제남·이수연 행복플러스 기자 사진=각 업체 제공

셀피움, 자외선 차단·피부 보호 기능 '월드 선 비비'

셀피움(CELLPIUM)은 자외선 차단, 주름 개선, 미백 기능의 비비크림 '월드 선 비비(SPF50+ PA+++)'를 출시했다. 자외선 차단 기능과 함께 모링가 오일을 함유, 미세먼지로부터 피부를 보호한다. 자연스러운 피부 보정이 가능해 메이크업 베이스로도 활용할 수 있고 피부 자극 테스트를 완료해



안심하고 사용할 수 있다. 셀피움 온라인몰(www.cellpium.com)을 비롯해 롯데백화점, 더블유스토어, 유명 면세점 등에서 구입할 수 있다. 가격 50ml, 3만5000원. 셀피움은 제대혈 줄기세포 연구 기업 (주)메디포스트가 만든 인체 제대혈 유래 줄기세포 배양액 스킨케어 브랜드다.

밀레코리아, 고성능 진공청소기 'C3 파워라인' 4종 선택

독일 가진 기업 밀레의 한국지사 밀레코리아는 고성능 진공청소기 신제품 'C3 파워라인' 시리즈 4종을 출시했다. 기본 모델인 'C3 파워라인'은 2000W의 모터 출력으로 강력한 흡입력이 특징이다. 'C3 알라지 파워라인'은 고성능 헤�파필터를 장착, 초미세먼지를 99.99% 여과한다. 'C3 파켓 파워라인'은 유연한 흡입 호스



의 연결부와 지렛대 원리가 적용된 플로어헤드를 장착, 손쉬운 청소를 돕는다. 'C3 브릴리언트 파워라인'은 바닥 오염 상태에 따라 흡입력이 자동 조절되는 등 편의를 더했다. 6가지 색상으로 선택의 폭을 넓혔고 가격은 모델에 따라 50만~118만원이다. 문의 (02)3451-9451

'창립 5주년' 템퍼코리아, 17일까지 기념 할인 행사

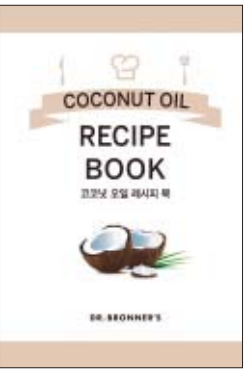
미국 프리미엄 매트리스·베개 브랜드 템퍼의 한국 지사인 템퍼코리아는 4월 17일까지 창립 5주년을 기념해 다채로운 행사를 연다. 전국 주요 백화점 내 템퍼 매장에서는 인기 제품 '오리지널 매트리스'를 비롯한 템퍼 전 제품을 10% 할인 판매한다. 또한 템퍼 폼 매트리스와 침대 프레



임을 동시에 구입하면 15% 할인 혜택이 적용된다. 구매 금액대별로 템퍼 금액 할인권과 오리지널 베개, 베개 커버, 매트리스 커버 등의 사은품도 증정한다. 특히 템퍼의 전통집대 '제로지' 구입 시 13만 원 상당의 '템퍼 여행용 목베개'를 추가 증정한다. 문의 (02)2183-2083

닥터 브로너스, 코코넛 오일 레시피북 펴내

닥터 브로너스가 '유기농 버진 코코넛 오일 레시피북'을 발간, 4월 12일부터 공식 홈페이지(www.drbronnertskorea.com)에서 유기농 버진 코코넛 오일과 레시피북, 스푼으로 구성된 특별 기획 세트를 판매한다. 유기농 버진 코코넛 오일 레시피북에서는



활용한 요리법과 피부의 휴식과 보습을 돕는 스킨 및 헤어 케어 방법을 담았다. 유기농 버진 코코넛 오일은 고품질 코코넛 산지로 유명한 스리랑카에서 유기농법으로 재배한 코코넛을 사용해 코코넛 고유의 영양과 향미를 잘 간직한 것이 특징이다. 모두성분인 라우르산을 다량 함유해 면역력 증진에 도움 주고 체내 축적되지 않는 포화지방산 구조로 다이어트에도 좋다. 문의 (02)3414-1109

비오템, 수분라인 신상품 '에버플러프 수분 방울 크림'

비오템이 고밀도 수분 방울이 피부를 매끈하고 촉촉하게 가꿔주는 '에버플러프 수분 방울 크림'을 출시했다. 이 제품은 비오템의 베스트셀러 수분 라인 '아쿠아수르스'에서 선보이는 수분 크림으로, 손끝에서 터지는 물방울이 피부에 수분을 선사하는 것이 특징이다.



제품에 포함된 '블루 하얏루론™'은 수분을 보유하는 힘이 뛰어난 성분으로, 물방울이 피부결 사이사이를 채워 매끈하게 가꿔주고 피부의 수분 보유력을 높여 준다. 또한 매끄러운 수분 보호막이 피부

르크루제, '블루벨퍼플' 무쇠 라인 5종 출시

프랑스 주방용품 브랜드 르크루제는 4월을 맞아 봄에 어울리는 연보라 색상의 '블루벨퍼플' 무쇠 라인 신제품 5종을 출시했다. 연보라 색상은 자신감과 생동감을 표현하며 활기찬 미래에 대한 염원을 담고 있다는 게 르크루제 측의 설명이다. 은은한 연보라빛이 감도는 블루벨퍼플은 르크루제의 대표 제품인 원형냄비를 비롯해 플라워냄비와



하트냄비, 내열성이 뛰어난 '블랙매트어나멜'로 내부 처리가 된 전골용 무쇠 주물냄비 '뷔페캐서롤'과 단시간에 고온으로 조리할 수 있는 무쇠팬 '스킬렛'으로 구성됐다. 블루벨퍼플은 전국 백화점 르크루제 매장, 르크루제 청담 부티크(02-3444-4841), 그리고 르크루제 온라인 부티크(www.e-lecreuset.co.kr)에서 만날 수 있다.

포크 음악의 정수 '씨시봉', 35년 만의 무대 '박인희'...

다시, 그 시절 추억을 노래하다

씨시봉 친구들(조영남, 윤형주, 김세환)이 '2016 씨시봉 콘서트 다시 찾아온 봄날, 청춘을 노래하다'라는 제목으로 서울 방이동 올림픽공원 내 올림픽홀에서 5월 1일 오후 2~6시 2회 공연한다. 공연을 마련하는 쇼플러스 관계자는 "1세대 포크 음악의 정수와 조영남, 윤형주, 김세환의 특성을 잘 살려 50~60대 관객들이 공감할 수 있는 아날로그 정서를 무대에 녹여낼 예정"이라고 밝혔다. 이번 공연에서 조영남, 윤형주, 김세환은 각각의 히트곡 '달라일라' '비의 나그네' '사랑하는 마음' 등을 차례로 부르는 솔로 무대와 1970년대 음악감상실 씨시봉에서 공연했던 울드팝을 함께 부르는 무대를 마련한다. 또한 트로트 가수 조경민이 특별 게스트로 참여할 예정이다. 티켓은 R석 13만원·S석 10만원·A석 7만원이며 온라인몰 '인터파크'와 '에스24'서 예매 가능하다.



Event

씨시봉과 박인희 만나보세요

- 이벤트 내용: 독자 3명에게 씨시봉 콘서트 5월 1일 오후 6시 공연 R석 2매씩, 독자 4명에게 박인희 콘서트 4월 29일 오후 7시 30분 공연 R석 2매씩 각각 증정
- 응모할 곳: 조선일보 독자 멤버십 사이트 members.chosun.com 이벤트 페이지
- 응모 마감: 4월 18일 오후 6시
- 당첨 발표: 4월 20일

알마 전 중영한 tvN 드라마 '응답하라 1988'의 인기에 힘입어 북고 콘텐츠가 지속적인 관심을 받는 가운데 가수 박인희, 해외 팝스타 올리비아 뉴튼 존 등 1960~1970년대를 풍미한 스타들의 콘서트가 열린다. 그중 '노래하는 시인'이라 불리는 가수 박인희의 컴백 콘서트 '그리운 사람끼리'는 35년 만의 복귀 무대라 특히 반갑다. 1969년 이필원과 혼성 듀엣 '뚜아에 무아'로 데뷔한 박인희는 매력적인 목소리와 기품이 느껴지는 창법, 시를 활용한 가사로 지식인들 사이에서 인기가 높았다. 히트곡으로는 '세월이 가면' '모닥불' '꽃이 없는 길' '봄이 오는 길' 등이 있다.

이번 박인희의 콘서트는 4월 29일 오후 7시 30분, 30일 오후 7시 총 2회 올림픽공원 내 올림픽홀에서 열린다. 공연 메인 테마는 '지난 35년간 서로 그리워했던 사람들의 만남'으로 지금까지 박인희를 기다려온 팬카페 회원들이 함께 만들어간다. 이번 공연을 환영하는 의미로 팬클럽 회원이자 화가인 나안나씨가 박인희의 히트곡을 주제로 그린 추상화 67점을 박인희 노래와 함께 초대형 LED 화면에 영상으로 선보이는 색다른 무대를 꾸밀 예정이다. 박인희 컴백 무대에는 가수 송창식도 함께할 예정이다 기대를 모으고 있다. 티켓은 R석 13만원·S석 10만원·A석 7만원이며 온라인몰 '인터파크'와 '에스24'에서 예매할 수 있다. 문의 쇼플러스 1544-7543

영국적 클래식 캐주얼, 유머를 입다

'헤지스x피터 젠슨 캡슐 컬렉션' 팝업스토어 명동 오픈

영국풍 캐주얼 브랜드 헤지스(HAZZYS)가 최근 세계적인 디자이너 '피터 젠슨(Peter Jensen)'과 콜라보레이션(협업)한 '헤지스x피터 젠슨 캡슐 컬렉션' (이하 캡슐 컬렉션)을 출시하고 이를 기념해 4월 30일까지 명동 헤지스 플래그십 스토어에 '헤지스x피터 젠슨 캡슐 컬렉션 팝업스토어'를 운영한다. 캡슐 컬렉션은 헤지스의 상징인 '잉글리시 포인터'와 피터 젠슨의 주요 캐릭터인 토끼를 모티브로 귀엽고 재기 발랄한 패턴을 활용한 것이 특징이다. 티셔츠와 바지, 윌피스 등의류부터 클러치와 스카프 등 액세서리까지 총 30여 개에 달하는 남녀 아이টে으로 구성된다. 봄·여름 시즌과 잘 어울리는 경쾌한 콘셉트로 산뜻한 색감이 돋보이며 잉글리시 포인터와 토끼의 유머러스한 만남이 눈길을 끈다. 특히 토끼 가면을 쓴 귀여운 강아지, 포켓 위로 훑고 솟은 토끼 얼굴 등의 패턴이 활용된 의류는 헤지스의 클래식한 느낌에 피터 젠슨의 감성이 잘 어우러진 제품으로 평가받고 있다.



디자이너 피터 젠슨.



헤지스x 피터 젠슨 캡슐 컬렉션 팝업스토어.

