

Dr. 노인과 전문의
케네스 김
 로마린다 외대 졸업
 USC 대학병원 교수 역임
 2007 남가주 의사회 회장
 전) 한국 차 의과대학교 교수

CMS 연방정부 메디케어 주치의 평가 5점 만점
 ★★★★★ 5.00 / 5.00

시니어 만성질환
 집중관리 병원

LA **213.234.5575**
 520 S. Virgil Ave. #106, LA, CA 90020

재미있고 유익한 주말신문

주간한국

검사출신 천재 변호사
앤드류 장

• 음주운전(DUI) • 교통사고 • 상법

(213)838-0000

연세 내과·위장내과
 내시경센터

진료 과목

- 위·대장 내시경 검사
- 초음파 검사(복부, 갑상선)
- 심전도 / 폐기능 및 혈액 검사
- 내과 / 노인과 / 종합검진
- 응급치료 / 예방 접종

연세메디컬클리닉
 YONSEI MEDICAL CLINIC

213.381.3630 임대순 MD / Ph.D
 DAE SOON RHEEM

57가 버질 그랜드 메디컬 3
 505 S. Virgil Ave. #102-104, LA, CA 90020

‘일상화’된 ICE 급습... 이민단속 어디까지



이민자 커뮤니티 공포·불안 확산

트럼프 행정부의 막무가내 이민 단속에 반발하는 시위 속에서도 도널드 트럼프 대통령이 이에 아랑곳 않고 오히려 LA를 비롯한 이민자 밀집 대도시들을 정조준해 더욱 강력한 단속 및 추방 드라이브를 걸고 나섰다. 실제로 LA를 비롯한 남가주 곳곳에서는 매일 연방 이민세관단속국(ICE) 요원들의 급습 단속이 펼쳐지고 있고, 한인 이민자들까지 표적이 돼 체포되는 사례도 발생하고 있어 트럼프 이민 단속의 파장이 언제까지 계속될지 우려가 커지고 있다.

메디케어 & 메디칼 전문
시니어건강보험서비스

- 플랜 / 혜택 변경 원하시는 분 (병원, 약, 치과, 한방, OTC, 절약, 등등...)
- 메디케어 메디칼에 변화 있는 분
- 보험료가 부담되시는 분 (파트 B 비용환불)
- 직장 보험에 변화가 있는 분
- 이사하시는 분 (타주/카운티에서 카운티로)
- 새로 메디칼 받으신분

만 65세
 3개월 전부터 신청
 도와드립니다

제니 김 (구, 수전강 보험)
 CA Lic #0D89589

213.435.2990

Miracle Insurance Agency
 981 S. Western Ave. L.A. 한인회관 4층 401호

65세가 되시나요?

메디케어
 보험전문
샤론 김

CA License #0157264

shrnmk@yahoo.com

(714) 732-3506

1401 S. Brookhurst Rd. #105 Fullerton, CA 92833

인포 랭킹 / 인포 그래픽

- 2025 글로벌 최고 대학 순위
- 소득 대비 렌트비 최고 도시는
- 부자들이 가장 선호하는 차는

[화보] · 썸글라스 미녀

986 PHARMACY

앤드류 최
 PHARM D

케이티 최
 PHARM D

(714)534-4555

ANDREW.CHOI@986PHARMACY.COM
 9828 W. GARDEN GROVE BLVD. STE 101,
 GARDEN GROVE, CA 92844

플러튼 약국

더 넓어졌습니다.
 더 나은 서비스를 드리고자
 항상 노력하고 있습니다.

약사 함인식

무료
 상담 **714.992.4908**

1401 S. Brookhurst Rd. Suite 101 Fullerton, CA 92833
 OPEN HOUR 9am~6pm (Mon~Fri) / 9am~2pm(Sat) / Close (Sun)

[건강] · 비타민 D 보충제, 누가 먹어야 하나
 • 해산물이 건강에 좋은 이유는

[이슈] 소셜시큐리티 연금 재원 고갈 현실화?

[골프] 깊은 러프에서의 웨지 샷 어떻게
 1년 간 가장 돈 많이 번 골프선수

[전문가] 직원 '상조 휴가'는 어떻게 주어야 하나
 은퇴 후의 삶 '미니멀리즘'

[여행] '400년 원시림'... 나로도 옆 '신비의 섬'

[영화] '엘리오'에 우주가 답하다

플러튼 · 세리토스 · 부에나 비크 · 사이프러스 · 라팔마 · 엘바인 OC · LA 전지역

DRE# 01966905

Super Star Carol
케롤 리

Heritage Realty
 #01064868

- 리스팅 전문, 투자 안내 및 상담
- 무료 감정/무료 리스팅 광고
- 무료 터마이트 검사

LA (213) 562-4949
OC (714) 345-4989

caroleleerealty@gmail.com
 7800 Commonwealth Ave., #201A, Buena Park, CA 90621

정성과 최선을 다하는
금강안경 검안의 - 미셸 김

세심하게 최선을 다하는 책임감 있는 시력검사

각종 보험 및 메디케어 HMO 취급

편안한 세상을 만드는 안경, 바로 금강안경의 마음가짐입니다 —

김안의 *Michelle Kim* O.D.

**금강안경 LA점 및
 가든그로브점에서 알려드립니다!**

금강안경 오픈시간이
오전 10시~오후 7시까지

정상 영업중이며 **일요일은 쉽니다**

저희 금강안경은 철저한 방역 시스템으로 고객님의 안전을 위해 최선을 다하고 있으며, 방문하시기전 편하신 시간을 전화로 알려주시면 시간절약은 물론, 안심하고 서비스 받으실 수 있습니다.

LA점 (로데오갤러리아)
213.384.1001
 833 S. Western Ave. #2, L.A., CA 90005

가든그로브점 (H마트 몰 내)
714.530.1001
 8901 Garden Grove Bl. G.G., CA 92844

와이어바알리 **비즈니스 송금**

사장님, 너무 바빠서 은행 갈 시간이 없으신가요?



개인사업자부터 대기업까지 누구나



언제 어디서나 온라인으로 간편하게



저렴한 수수료, 유리한 환율

100만 고객, 5천여 기업 고객이 사용하는
믿을 수 있는 안전한 해외 송금

biz.wirebarley.comus@biz.wirebarley.com

+855-585-1024 (09:00 ~ 17:30 PST)



비즈니스 송금 하러가기

Member FDIC EQUAL HOUSING LENDER SBA Preferred Lender | bankofhope.com



당신의 수익, 가득 충전하세요!

4.35%
APY*

8개월 정기예금 (CD)

4.25%
APY*

12개월 정기예금 (CD)

지금, 정기예금을 개설하세요!

한정기간 특별 판매상품

- 계좌 개설시 최소 디파짓: \$10,000
- 필수 신규 자금**: 최소 \$10,000 이상

지금 전화하거나, 가까운 지점을 방문하세요.

(855) 200-5275



bit.ly/bohbranch



Bank of Hope®

*개인 및 비즈니스 PROMO PLUS정기예금: 2025년 5월5일 기준, 프로모션 APY(Annual Percentage Yield, 연수익률)는 8개월 기간 상품에 4.35%가 적용되고, 12개월 기간 상품에 4.25%가 적용됩니다. 이자와 프로모션 APY를 받기 위해서는 \$10,000의 최소 디파짓이 필요합니다. 이자율은 계정 기간 동안 변경되지 않습니다. 이자는 복리되지 않습니다. 만기 이전 조기인출에 대해서는 위약금이 부과될 수 있습니다. 프로모션은 5월5일에 시작되며 사전 통지 없이 은행의 재량에 따라 언제든지 종료될 수 있습니다. 이용 약관은 예고 없이 변경될 수 있습니다. 수수료로 인해 계좌 수익이 감소할 수 있습니다. 자세한 내용은 가까운 지점에 문의하십시오. **신규자금은 현재뱅크오브호프에 예금된 상태가 아닌 자금을 말합니다.

매일 들이닥치는 단속 요원들... ICE 급습 체포 '일상화'

트럼프 정부 막무가내 이민단속 강공 어디까지

트럼프 행정부의 막무가내 이민 단속에 반발하는 시위 속에서도 도널드 트럼프 대통령이 이에 아랑곳 않고 오히려 LA를 비롯한 이민자 밀집 대도시들을 정조준해 더욱 강력한 단속 및 추방 드라이브를 걸고 나섰다. 이에 따라 LA와 뉴욕, 시카고 등 민주당 지역의 이른바 '피난처 도시(sanctuary cities)'에서 연방 이민 당국의 단속 및 추방 작전이 더욱 확대되는 상황이다. 실제로 LA를 비롯한 남가주 곳곳에서는 매일 연방 이민세관단속국(ICE) 요원들의 급습 단속이 펼쳐지고 있고, 한인 이민자들도 표적이 돼 체포되는 사례도 발생하고 있어 트럼프 이민 단속의 파장이 언제까지 계속될 지 우려가 커지고 있다.



복면으로 얼굴을 가린 연방 이민세관단속국(ICE) 요원들이 이민법원에 출동해 이민자를 체포해가고 있다.

(로이터)

LA 등 피난처 '정조준'... 트럼프 "체포·추방 확대하라"
홈디포·카워시 등 급습, 영장 없이 무분별 체포 작전
LA 한인 가장·뉴저지 한인 부자 등 한인 체포도 속출
저인망식 이민 단속... 이민자 커뮤니티 공포·불안 확산

■이민 강공 드라이브

트럼프 대통령은 지난 15일 자신의 소셜미디어 '트루스소셜'을 통해 "이민세관단속국(ICE) 요원들은 미국 역사상 최대 규모의 불법체류자 추방 작전을 수행하며 놀라운 강인함, 결단력, 용기를 보여주고 있다. 급진적인 민주당 정치인들로부터 폭력, 괴롭힘, 심지어 위협까지 받고 있지만, 우리는 우리의 임무를 수행하고 미국 국민에 대한 책무를 다하는 데 있어 결코 멈추지 않을 것이다"고 밝혔다.

이어 ICE 요원들에게 "이 중대한 목표를 달성하기 위해 가능한 모든 수단을 동원할 것"을 지시하고 "이를 위해 우리는 LA, 시카고, 뉴욕과 같이 수백만 명의 불법체류자가 거주하는 미국의 대도시들에서 불법체류자를 체포하고 추방하는 노력을 확대해야 한다"고 강조했다.

실제로 트럼프 대통령의 이같은

주문이 나온 다음날인 16일 대표적인 민주당 성향 대도시이자 피난처 도시이기도 한 시카고에서 ICE 요원들이 이민법원에서 불체자들을 체포하려고 출동했다가 이에 반발하는 시위대와 충돌하는 상황이 벌어지기도 했다.

■스티븐 밀러가 주도

이같은 트럼프 대통령의 이민 강공 드라이브는 백악관 부비서실장이자 트럼프 이민 정책의 핵심 설계자인 스티븐 밀러가 주도하고 있다.

트럼프 대통령은 지난해 대선 공약으로 연간 100만 명 이상의 불법체류 이민자를 추방하겠다고 밝힌 바 있다. 그러나 불법체류 이민자 체포 실적은 높아지지 않아 최근 단속 압박 수위를 높인 상태다. 언론에 따르면 밀러 백악관 부비서실장은 지난달 하순 ICE 회의에서 하루에 불법 이민자 3,000명을 체포하도록 지시한 바 있

다. 이는 트럼프 2기 행정부 첫 100일간의 하루 평균 체포자 수(665명)와 비교해 4배가 넘는 규모다.

트럼프 대통령이 불법이민자 단속에서 농장과 호텔 등 이민자 노동력 의존도가 높은 업종을 제외하라고 지시했다가 며칠 만에 단속 재개 지침을 내린 것도 밀러 부비서실장의 입김이 작용한 것이라는 분석이다.

워싱턴포스트(WP) 등에 따르면 국토안보부는 지난 16일 산하기관인 이민세관단속국(ICE) 등 요원들에게 지난주 발령된 지침을 철회해 농장과 농업 관련 시설, 호텔, 식당 등에서 단속 작전을 계속 진행하라는 지시를 내렸다.

트리시아 매클로플린 국토안보부 차관보는 이날 성명에서 "폭력적인 범죄자를 보호하거나 ICE의 노력을 의도적으로 방해하는 산업에는 안전한 공간이 없을 것"이라며 "작업장 단속은 공공 안전, 국가 안보, 경제 안정성을 보호하기 위한 우리 노력의 초석"이라고 밝혔다.

앞서 국토안보부는 지난 12일 이들 업종에서 단속 활동을 중단하라는 지침을 내린 바 있는데, 나흘 만에 지침을 뒤집은 것이다. 트럼프 대통령은 지난 12일 트루스소셜에 "우리의 위대한 농부들과 호텔 및 레저업계에 있는 사람들은 우리의 매우 공격적인 이민 정책이 매우 유능하고 오랜 기간 일한 근로자들을 애타고 있으며, 그 일자리는 대체가 거의 불가능하다고 말했다"고 쓴 바 있다.

WP와 악시오스 등은 트럼프 대통령이 불법이민자 노동력에 의존하는 농업과 관광업 경영진들로부터 이민자 추방 정책 완화를 요구받았으나, 백악관 내에서 이에 대한 강력한 반대 의견에 부딪혔다고 전했다. ICE가 트럼프 대통령이 공약으로 제시한 연간 100만명 추방 목표를 달성하려면 작업장 단속을 강화해야 한다는 주장이다. 실제로 최근 ICE의 육가공 공장 단속은 한 번에 수백 명의 체포로 이어졌다.

특히 스티븐 밀러 부비서실장과 크리스티 롱 국토안보부 장관은 트럼프 대통령이 브록 롤린스 농무부 장관의 요청을 받아들여 단속 완화 방침을 내린 것에 분노했다고 악시오스는 전했다. 밀러 부비서실장과 롱 장관은 이런 방침을 다시 변경하고자 애썼고, 이들의 노력은 결국 성공했다는 것이다.

■한인 체포도 속출

이같은 상황 속에 한인 이민자들이 ICE 단속에 체포되는 사례도 속출하고 있다. 뉴저지 최대 한인 밀집 지역인 팰리세이즈파크(팰팍)에서는 지난 6일 한인 아버지와 아들이 집 앞에서 연방 이민 단속 요원들에 의해 체포돼 구금된 것으로 확인됐다. 현지 한인들에 따르면 당시 50대 한인과 20대 한인이 ICE 요원 등에 의해 체포돼 뉴악에 있는 델라니홀 이민자 구치소에 구금됐다. 체포된 한인 남성 2명은 부자 관계이고, 모두 불법체류 상태로 알려졌다.

ICE 요원들은 이날 오전 6시30분께 팰팍의 한 주택 앞에서 집을 나서던 20대 남성을 먼저 체포했고, 얼마 뒤 집 밖으로 나온 50대 남성까지 붙잡았다. 관계자에 따르면 ICE 요원들은 이들을 체포하기 위해 팰팍에 있는 자택 인근에 잠복해있던 것으로 알려졌다.

이를 감안하면 ICE는 이들 부자를 특정해 체포 활동을 펼친 것으로 여겨지나, 어떤 경로로 이들에 대한 정보를 입수했는지와 팰팍의 자택까지 와서 체포한 이유 등 세부 사항은

확인되지 않았다.

LA 지역에서는 과거에 저지른 범죄로 인해 추방 대상에 올랐던 LA 지역 한인 2세 남성이 이민 당국과 자진 출국 약속을 하고 한국으로 떠나기 직전 노모와 임신한 아내 등 가족들이 보는 앞에서 연방 이민세관단속국(ICE) 요원들에게 전격 체포당하는 사례까지 발생, 논란이 됐다.

LA 동남쪽의 사우스게이트에 거주하는 저스틴 정(35)씨의 아내 네프탈리 정씨는 모금사이트 고펀드미게시글을 통해 남편 정씨가 지난 13일 갑작스레 이민국 요원들에게 체포된 상황을 공개하며 도움을 호소하고 나섰다. 그녀는 "남편이 이민국의 자진 출국 지침을 따르던 중 ICE 요원들에게 갑자기 끌려갔다"며 "한국으로 자진 출국할 수 있다고 들어서 비행기표를 구입했고, 이 비행기를 타고 출국하기 위해 예약 당일인 지난 13일 차를 타고 집을 나서는데 ICE 요원들이 우리 차를 둘러싸고 막은 뒤 남편을 체포했다"고 당시 상황을 전했다.

당시 체포 상황이 담긴 동영상은 소셜미디어 틱톡에 올린 네프탈리 정씨는 특히 자신이 첫 아이를 임신 중이며 내년 2월이 출산 예정일이라고 밝혔는데, 이 틱톡 영상에는 저스틴 정씨가 체포될 당시 그의 어머니도 현장에서 아들이 수갑을 차고 끌려가는 것을 보며 애타게 소리치는 장면도 나와 ICE 요원들이 가족들 앞에서 무리한 체포를 강행하는 모습이 고스란히 담겼다.



오렌지카운티 한인 상가 밀집지인 부에나팍 비치길 샵핑몰에 출동한 ICE 요원들이 뛰어 도망가는 이민자를 추격하고 있다.

재미있고 유익한 주말신문

주간한국

지금 전화하셔서 오~래 가는 광고효과를 경험하세요

광고문의 (323)692-2100

한국일보
THE KOREA TIMES

유학생들 소셜미디어까지 다 뒤진다… 비자 심사도 대폭 강화

국무부 “중단됐던 유학생 비자 발급절차 재개”
SNS 계정 공개 의무화… “미제출자는 비자 거부”
“미국 비판자 걸러낼 것”… 한인 유학생들도 ‘비상’

도널드 트럼프 행정부가 이민 단속 및 추방 활동을 대폭 강화하고 있는 가운데, 유학생들에 대한 비자 심사 및 배경 검증도 대폭 강화할 방침이어서 향후 미국 대학에 오르는 한국인 유학생 등 외국 학생들의 유학 준비 과정이 더욱 까다로워질 전망이다.

연방 국무부가 일시 중단했던 외국인 유학생 및 연수생에 대한 미국 입국 비자 발급 관련 절차를 재개한다고 밝혔지만, 앞으로 모든 신청자에게 정부의 검토를 위해 소셜미디어(SNS) 계정을 공개하도록 요구할 것이라고 발표했다고 AP통신이 18일 전했다.

이에 따르면 국무부는 영사들이 미국 정부, 문화, 제도 또는 건국 이념에 적대적인 게시물이나 메시지가 있는지 확인할 것이라고 밝혔다. 이날 국무부는 공지문을 통해 지난 5월부터 학생 비자 관련 절차를 중단하도록 한 조치를 철회했다고 발표했다.

국무부는 그러나 새로 신청하는 이들이 자신의 소셜미디어 계정을 ‘공개’ 설정으로 전환하고 검토에 응하지 않으면 비자 발급이 거부될 수 있다고 경고했다. 국무부는 신청자의 계정 공개 거부가 미국 정부의 요구사항을 회피하거나 온라인 활동을 숨기려는 의도로 해석될 수 있다고 덧붙였다.

국무부는 성명에서 “새로운 가이드라인에 따라, 영사들은 모든 유학생 및 교환방문자 신청자에 대해 종합적이고 철저한 심사를 시행할 것”이라고 밝혔다. 또 “강화된 소셜미디어 심사는 미국을 방문하려는 모든 사람을 제대로 선별하기 위한 것”이라고 강조했다. 국무부가 영사들에게

보낸 내부 지침에는 “미국 시민, 문화, 정부, 제도 또는 건국 이념에 대한 적대적인 정황이 있는지 확인할 것”이라고 명시돼 있다.

컬럼비아대 ‘나이트 수정헌법 제1조 연구소’의 제밀 자퍼 소장은 이번 정책이 냉전 시절 이념 심사를 연상시킨다고 비판했다. 당시 미국은 저명한 예술가와 지식인들의 입국을 제한한 바 있다. 자퍼소장은 “이번 정책은 모든 영사를 검열자로 만드는 것이며, 국내외 정당한 정치적 표현을 위축시킬 수밖에 없다”고 말했다.

앞서 마코 루비오 국무장관은 지난달 말 학생 비자 신청자들의 SNS 심사 및 검증 확대를 준비하기 위해 당분간 학생 및 교환 방문자 비자 인터뷰 일정을 중단하라고 지시했다. 외국인에 대한 입국 비자 발급은 주권 국가의 전권이지만 표현의 자유를 헌법적 권리로 보장하는 미국이 외국인의 과거 SNS 게시물을 비자 거부 사유로 삼는 데 대한 논란의 여지도 있어 보인다. 특히 SNS 게시물을 이유로 한 비자 거부의 ‘기준’을 둘러싸고 논쟁이 있을 수 있을 것으로 전망된다.

이에 따라 한인 유학생과 유학 희망자들도 비자 신청시 틱톡이나 페이스북, 인스타그램 등 자신의 소셜미디어 계정을 공개해야 하고, 그 내용에 따라 문제가 될 수 있는 내용을 관리해야 하는 등 비상이 걸렸다.

한편 연방 이민세관단속국(ICE)의 학생 및 교환 방문자 관리시스템(SEVIS) 통계에 따르면 올해 2월 기준 전국 한인 유학생은 4만7,928명으로 집계됐다. 주별로 캘리포니아에서 가장 많은 8,716명으로 집계됐다.



서울 주한 미국 대사관 비자 신청 및 발급 창구에 미국 비자를 신청하려는 한국인들이 길게 줄을 늘어서 있다. 〈연합뉴스〉

이민 단속 관련 수감자 중 ‘중범죄자’는 10% 미만

CNN, 국토안보부 자료 분석
“75%가 단순 체류신분 위반”

트럼프 행정부가 LA를 비롯한 전국 곳곳에서 이민 단속을 강화하고 있는 가운데 올 회계연도 들어 이민 단속으로 수감된 이민자 중 중범죄 전과를 가진 사람의 비율이 10% 미만으로 나타났다.

CNN은 이번 회계연도가 시작된 지난해 10월부터 올해 5월까지 연방 이민세관단속국(ICE)에 체포돼 수감됐거나 국경세관보호국(CBP)에 체포된 후 ICE로 이관된 18만 5,000명 이상의 이민자들에 대한 연방 정부 내부 문서를 입수해 검토했다고 설명했다.

CNN에 따르면 이들 중 75% 이상이 단순 이민법 위반이나 교통 위반 외에는 전과가 없었으며, 나머지 중에서도 대부분은 경범죄였고, 중범죄(살인, 폭행, 강도, 성폭행 등)로 유죄 판결을 받은 경우는 10% 미만으로 집계됐다고 밝혔다. 이에 대해 국토안보부(DHS) 측은

보다 짧은 기간의 자료를 언급하며 대응했다고 CNN은 전했다. 트리샤 맥러플린 DHC 차관보는 “ICE는 강단, 살인범, 성범죄자 등 최악의 범죄자들을 주요 목표로 한다”며 “트럼프 대통령 취임 후 첫 100일 동안 ICE 체포자 중 75%가 유죄 판결이나 기소 중인 불법체류 범죄자였다”고 밝혔다. 다만, 그 전과나 혐의의 성격에 대한 구체적인 내용은 밝히지 않았다.

그러나 현장에서는 다른 목소리

가 나온다고 CNN은 전했다. 최근 단속이 이어지는 LA 지역에서 이민자 권익 옹호단체들은 이번 달 ICE 단속에서 체포된 이민자들 가운데 과거 체포나 기소 이력이 전혀 없는 주민들이 적지 않다고 말하고 있다는 것이다.

미 시민자유연맹(ACLU) 남가주 지부의 에바 비트란 이민자 권리 담당 이사는 최근 LA 지역 단속에서 형사 전과가 전혀 없는 이민자들의 사례를 다수 확인했다고 밝혔다.



LA 다운타운 연방 빌딩 앞에서 시위대가 ICE의 무차별적 이민 단속 항의 시위를 벌이고 있다. 〈로이터〉

→ 틱톡에 올린 글에서 그녀는 “내 남편을 싫어하고 그가 미국에 있는 걸 원하지 않을 수도 있다. 하지만 그냥 떠나게는 해줘야 하지 않느냐. 왜 붙잡는가? 왜 항공권을 사라고 해놓고!”라고 절규했다.

■계속되는 이민 단속

오렌지카운티 지역 한인 업소 밀집 상가에서도 ICE 요원들이 나타나 대낮에 라틴계 이민자들을 추격, 체포하는 급습 작전을 벌이기도 했다. 연방 이민 당국의 저인망식 이민 단속이 한인 밀집 지역에서도 공공연하게 벌어지고 있는 상황이다.

한인 업주들과 목격자들에 따르면 17일 오전 오렌지카운티 지역의 신흥 한인 상권인 부에나파크 비치 블

러버드 선상의 대형 샵몰 ‘빌리지 서클 온 비치’에서 ICE 요원들이 이민자를 잡기 위해 추격하는 장면이 목격됐다.

당시 이 샵몰에 나타난 ICE 요원들이 라틴계로 보이는 한 남성을 체포하려 했고, 이에 이 남성이 뛰어서 도주하자 2명 이상의 ICE 요원들이 그를 쫓는 장면이 많은 샵몰 방문객들에 의해 실시간으로 목격됐다. 일부 목격자는 이 상황을 휴대폰으로 촬영하기도 했다.

ICE 요원들의 이같은 저인망식 급습 단속은 LA 한인타운에서도 진행되고 있는 것으로 알려졌다. 17일 LA 한인회 측에 따르면 지난 16일 오후 7시30분께 LA 한인타운 지역 9가와 그레머시 플레이스 인근에 ICE 요원들이 나타났다는 제보가 한

인회에 접수됐다. LA타임스는 이민 단속이 확대되면서 남가주의 많은 도시들에서 주민들이 외출을 꺼려하고 있다고 보도하며, 호손 지역에선 임신부가 마스크를 쓴 연방 요원들에게 체포되는 장면이 포착되며 주민들이 항의하는 소동이 벌어지기도 했다고 전했다.

18일에는 패사디나의 버스 정류장에서 불체자 단속이 벌어져 6명이 구금됐는데, 이 과정에서 요원들에게 신분증을 요구한 주민들에게 요원들이 총기를 들이대고 위협했다는 목격자들의 증언이 나와 연방 요원들이 단속을 벌이면서 거리에 공포를 조장한다는 비난이 일고 있다.

19일에도 LA 한인타운 북쪽 할리웃 지역 선셋 블러버드에 위치한 홈디포 앞에서 ICE의 불체자 단속이

이뤄졌다. 현장을 담은 영상에는 ‘국경순찰대, 연방요원, 국토안보수사국’ 등으로 표시된 조끼를 착용한 연방 요원들이 탄 차량 여러대가 이날 오전 7시20분 홈디포 앞에 도착해 일용직 노동자들을 체포했다.

또 이날 오전 글렌데일 지역 콜로라도 스트리트에 위치한 카워시도 급습을 당해 1명이 구금됐다. 목격자들에 따르면 3~4대의 SUV가 예고 없이 들어왔고, 카워시 사장이 영장을 요구하자 ICE 요원이 사장에게 ‘나는 영장이 필요 없다’고 대놓고 말한 후 카워시에 있던 사람들에게 질문을 시작했다고 전했다.

남가주 곳곳에서 복면으로 얼굴을 전부 가린 연방 요원들이 뱅에서 뛰어나와 신분증 제시도 거부한 채 사람들을 연행해가는 영상이 실시

간 확산되면서 ICE의 단속은 일상으로 자리잡고 있다.

이같은 상황에 대해 이민 단체들은 개인들이 유효한 미국 이민 서류가 있다면 항상 지참하고, 위조된 문서를 소지하거나 이민 신분에 대해 거짓말을 하지 않아야 하며, 법원 판사가 서명한 영장이 없는 한, 어떤 법 집행 기관도 당신의 허락 없이 집 안으로 들어올 수 없다는 점을 숙지하고 있어야 한다고 당부했다.

또한 업체 고용주들이 알아야 할 사항으로, 식사 장소, 주차장, 로비 등의 공개 구역에는 연방 요원들이 허가를 받지 않고 들어갈 수 있지만, 비공개 구역에는 사법 영장이 있는 경우에만 이민국 요원이 들어갈 수 있다는 점을 알아둘 것을 조언했다.

MEN

Aden
(Black)





Weekender
(Oporto)

Side Gore
(Cordovan)





VTO
(Black)

7eventy6ix-Y
(Retrograde)





Maverick
(Stampede)



세상에서 가장 편한 구두 Elan Shoes

신제품으로 세일해드립니다

WOMEN

Walk Easy
(Sage)





Milano
(Navy)

Quatro
(Bone)





Dream
(Navy)

7eventy6ix-X
(Monahans)





Embark
(Taupe)

WORKING SHOES



Guardian
(Black)



Navigator
(Black)



Liberty
(Black)



Patriot
(Black)

- 다리가 아프신 분
- 허리 아프신 분
- 주방용 미끄럼 방지 신발 필요하신 분

- 긴 시간 서서 일하시는 분
- 당뇨로 인해 잘 못걸으시는 분
- 무릎 관절 수술하신 분

일란슈즈살롱

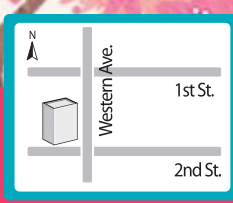
T. (213)387-1138

163 S. Western Ave., L.A., CA 90004 (웨스턴과 27가)

영업시간

Mon-Sat
Sun

10:00am ~ 6:30pm
Closed



Hollywood Comfort Shoes

T. (323)661-1012

1301 N. Vermont Ave., L.A., CA 90027

영업시간

Mon-Sat
Sun

9:30am ~ 6:30pm
Closed



에이스 나무마루

ACE Flooring (도매, 소매, 시공회사)

* 100% 방수 SPC 대세일

5 mm	\$1.19/sf	5.5 mm	\$1.29/sf
6 mm	\$1.39/sf	6.5 mm	\$1.59/sf
7 mm	\$1.79/sf	8 mm	\$1.89/sf

* 최상급

12mm 라미네이트	\$1.29/sf
Wax 코팅 12mm 라미네이트	\$1.49/sf

* 방수 라미네이트

10 mm	\$1.49/sf	12 mm	\$1.89/sf
-------	-----------	-------	-----------

Blue foam **\$12** (roll)
Silver foam **\$20** (roll)

* MDF 몰딩

4 인치 베이스 **\$7**
5 인치 베이스 **\$8**

각종 케이싱
크라운 몰딩 굴루구비

시공 스페셜

무료견적/최저가 보장/최고의 Quality/라이센스,보험 보유

라미네이트
시공 스페셜

최저가
세일

\$3.99 /SQ
폼, 4" 몰딩포함

100% 방수
SPC 시공

최저가
세일

\$4.49 /SQ
4" 몰딩포함

최상급
엔지니어우드
카펫시공

시공 전화 (213)507-8660 / (213)369-3551

에이스
나무마루
ACE Flooring

213.507.8660
213.503.0040

Show room 9510 Rush St.
South El Monte, CA 91733



626.444.4721
aceflooringusa@gmail.com

海ノ実 Fucoidan
UMI NO SHIZUKU®

SINCE 2002

우미노시즈쿠

50개국 소비자들이 인정하는

우미노시즈쿠

소량 10병
단위 판매중

진한 갈색병”을 꼭 확인하세요 !!

우미노시즈쿠 후코이단이 진한 갈색병을 고집하는이유 ?

드링크 후코이단은...
특히 온도와 직사광선에 매우 취약하기 때문에 변질의 우려가 있어,
*이를 방지하기 위해 우미노시즈쿠 드링크제품은 **24년** 동안
진한 갈색병을 고집하고 있습니다

- .순도, 원료, 함유량, 효능까지 검증받은 **JHFA** 자파 마크 획득
- . **24년** 이상 전통의 세계 최초 오리지널 복합 후코이단
- . **미주 유일**의 **NPO** 후코이단 정회원 업체
- . **의학박사**가 추천하는 유일한 후코이단
- . **한국 식약청** 및 **FDA** 안전성 검사 통과
- . **캐나다 보건국 (Health Canada)** **최초 승인**
- . 후코이단 제품 최초 세계면역학회 **효능 입증**
- . **SGS 방사능** 및 중금속 검사 **통과** 인증

"JHFA인증마크 확인 필수"

오리지널 우미노시즈쿠 드링크 후코이단의 혜택과 효능

강력한 효능

후코이단 함유량 2,125mg-
캡슐의 10배

빠른 흡수

빠른 효과-보다 빠르고
강력한 면역력 지원

복용 용이

음식을 섭취가 어려우신
분들도 쉽게 섭취 가능

청량감 넘치는 맛

비위가 약하신
분들도 선호하는 맛

NO방부제

NO화학적 첨가물 -
100% 자연 건강 식품

금상 수상

2006, 2007, 2016,
2019, 2020, 2021,
2022, 2023년
세계 최고 권위
몽드셀렉션
금상 수상

(公財)日健康協認定



JHFA 승인 획득

건강 식품 협회에서
고품질 원료 공급 및
엄격한 품질관리기준 통과



후코이단 회사
최초로 세계
면역학자들로
부터 효능 입증

NPO Research
Institute of FucoidanNPO
후코이단 정회원

SGS

방사선,
중금속 통과 인증U.S. FOOD & DRUG
ADMINISTRATION미국 FDA / 한국식약처
철저한 품질검사 통과

무료책자, 비교용 무료샘플 받아서 비교해보세요

☎ 1.866.566.9191

海ノ実 Fucoidan
UMI NO SHIZUKU®

* 본광고는 미국FDA의 평가를 받은 내용이 아닙니다.
* 본제품은 치료 또는 예방과 질병을 완치하고자 의도하지 않습니다.

*시중의 유사 제품에 주의하세요.

유튜브 방송자료 보기

www.kfucoidan.com



21250 Hawthorne Blvd. Ste 150 Torrance, CA 90503

영업시간

서부시간

9am - 6pm (월-금) 7am - 3pm (토)

9년 뒤부터는 소셜시큐리티 연금 제대로 못 받나? 2034년부터 재원 고갈 전망... 1년 앞당겨져

올해 60세의 LA 한인 이모씨는 요즘 은퇴시기를 앞당기기로 결정했다. 30년 이상 한 직장에서 일하면서 소셜시큐리티 연금을 쌓아왔는데 사회보장 연금이 향후 어떻게 될 지 모르는 불안감 때문이다. 이씨는 “소셜시큐리티 연금 조기 수령이 가능해지는 62세가 되면 무조건 신청해 받기 시작하기로 맘 먹었다”며 “연금이 고갈된다는 이야기가 수년 전부터 나왔고 개선되기는 커녕 앞당겨지는 상황에서 나중에 못 받게 되는 것 보다는 월 수령액수가 적어도 미리 받는 게 나을 것 같다”고 말했다.

.....

또 다른 한인 김모(58)씨도 불안감이 크다고 말한다. 그는 “생명보험 외에는 다른 마땅한 은퇴 계획을 세워놓지 않아 10년 정도 더 일을 하고 돈을 좀 더 모은후 소셜 시큐리티 연금 신청은 최대한 늦추려 했는데, 소셜연금이 고갈될 수 있다는 뉴스를 접하니 실제로 그렇게 된다면 노후가 걱정이다. 추가 대책을 마련해야 될 것 같다”고 한숨을 쉬었다.

이처럼 은퇴를 앞둔 연령층의 한인들의 고민이 깊어지고 있다. 확실한 노후 대책으로 여겨지던 연방 소셜시큐리티 연금이 불안정한 상황 때문이다. 거기에서 소셜시큐리티 연금의 기금 고갈 예상 시점이 다시 1년 앞당겨져 2034년부터는 전액 지급이 어려울 수 있다는 정부 보고서가 발표되면서 은퇴자들과 은퇴를 앞둔 한인들에게도 다시 한 번 경고 등이 켜졌다.

CNBC 등에 따르면 연방 소셜시큐리티 신탁위원회(Social Security Board of Trustees)는 지난 18일 공개한 2025년 연례 보고서에서 “노령 및 장애수당을 포함한 신탁기금이 2034년에 고갈될 것”이라고 밝혔다. 지난해 2035년으로 예상됐던

소셜연금 신탁위 보고서 “연방의회 조치 없으면 수천만 혜택축소 불가피” 은퇴 앞둔 한인들 고민

고갈 시점이 1년 앞당겨진 것이다. 이에 따라 9년 뒤인 오는 2034년부터는 수급자들에게 약속된 연금의 81%만 지급될 수 있을 것으로 전망된다. 이는 현행 제도가 유지될 경우의 시나리오지만, 연방의회의 입법 조치 없이는 삭감이 불가피하다는 경고다.

이번 보고서는 조 바이든 전 대통령이 서명해 올해부터 시행된 ‘소셜시큐리티 공정성법(Social Security Fairness Act)’의 영향을 반영했다. 교직원, 경찰, 소방관 등 특정 직종의 근로자들이 특수한 상황에서 이중 연금 수혜를 받는 것을 막는 제도가 있었는데, 이러한 제도를 폐지한 법이라고 말할 수 있다. 그 결과 약 280만 명이 일시금으로 소급 지급을 받았고, 정기 수급액도 늘어났다. 이 조치가 신탁기금의 재정에 부담



소셜시큐리티 연금의 고갈 시점이 오는 2034년으로 1년 더 앞당겨졌다는 보고서가 나왔다. LA 한인타운 사회보장국 사무실 모습. <박상혁 기자>

으로 작용해 고갈 시점을 앞당길 것으로 분석된 것이다.

또한 이번 보고서에는 2024년 12월 이후 추진된 새로운 세금 정책, 관세 인상, 이민자 대규모 추방 등의 요인은 반영되지 않았다. 캐슬린 로 및 예산우선정책센터의 소셜시큐리티 정책 국장은 CNBC에 “이 세 가지 요인은 모두 소셜시큐리티 재정에 심각한 위협이 될 수 있다”고 말했다. 다시 말해 이 요인들이 반영된다면 고갈 예상 시점이 2034년보다 더 앞당겨 질 수 있다는 것이다.

이같은 상황은 한인사회에도 영향이 클 것으로 분석된다. 소셜시큐리티 연금 수급자격을 갖춘 한인 중

상당수가 생활비의 큰 부분을 이에 의존하고 있으며, 은퇴를 앞둔 중장년층은 이 제도를 주요 노후재원으로 보고 있기 때문이다. 만약 수급액이 삭감된다면 노후 생활 전반에 직격탄이 될 수밖에 없다. 이에 따라 한인 재정 전문가들은 지금부터라도 개인은퇴계좌(IRA), 401(k), 연금보험 등 대체 자산 확보를 고려해봐야 한다고 조언하기도 했다.

인베스토피디아에 따르면 노동통계국 자료에서 지난 2023년 기준 미국 은퇴 가구 평균 지출액은 월 5,000달러에 가까웠다. 물론 개인차가 있겠지만, 평균적으로 소셜시큐리티 연금으로 메우기에는 턱없이

부족한 금액이라는 것이다. 또 의회예산국(CBO)은 소셜시큐리티 연금은 1950년대 생부터 1990년대 생까지 기준으로 은퇴 전 평균 소득의 36%~40% 정도만을 대체하는 것으로 분석한 바 있다.

이 같은 위기 속에서 해결책을 두고 정치권은 여전히 입장 차이를 보이고 있다. 민주당은 고소득자에 대한 세금 인상을 주장하는 반면, 공화당 일부는 혜택 축소를 검토하고 있다. 한편 현재 소셜시큐리티 연금 수급자는 약 7,000만 명에 달하며, 1억 8,500만 명의 근로자가 급여세를 통해 제도에 기여하고 있다.

<한형석 기자>

코로나 스트레스 “노래”로 풀어요!

SONG'S 노래교실

그동안 쌓였던 스트레스 해소와 음치로인해 자신 없었던 자신감 회복
우리도 노래왕, 독창자(Soloist) 될 수 있습니다!

레슨 과 목 피아노, 성악(개인레슨, 그룹레슨), 교회음악, 이론, 코드, 반주법, 재즈

55-80세 시니어 매주 금요일, 오전 10시 10분 - 오후 12시까지

동요, 가곡, 명곡, 찬송가, 트로트

*아동, 대학생, 성인도 수업합니다.

레슨 가격 한달 \$40 (부부 \$70)

*한번 와보시면 만족하실 겁니다.

SONG'S 노래교실 (562) 805-0858 | (714) 376-8457

13091 Galway St. Garden Grove, CA 92844
(가든그로브 부활교회 룸 #3. 아리랑 마켓 옆)

강사: 송 유라 (레슨 경험 26년)



시니어와 저소득층 대상 이동식 무료 푸드... 신선·고품질 음식 제공

코리안 커뮤니티 센터, 매주 목요일 오후 1-2시

■식료품 제공을 통한 지역사회 지원

우리는 물가가 오르고 생활이 어려워질 수록 장보기가 부담스럽다는 말을 자주 듣는다. 최근에는 중산층 가정조차도 내 집 마련은커녕, 오른 식료품 가격으로 인해 외식 한 번 하기가 쉽지 않다. 저소득층 가정은 말할 것도 없다. 그러다보니 많은 사람들과 가정들이 영양가 있는 음식을 접하는 데 어려움을 겪고 있다. 코리안 커뮤니티 서비스(KCS)는 오렌지카운티 지역 주민들, 특히 시니어와 저소득층의 식료품 걱정을 덜어주기 위해 2023년부터 오렌지카운티의 '세컨드 하베스트 푸드뱅크'(SHFB)와 협력하여 '이동식 푸드 프로그램'(Park-It Market)을 운영하고 있다.

■신선한 음식 제공

이 프로그램의 핵심적인 원칙 중 하나는 신선하고 고품질의 음식을 제공하는 것이다. 기존에 KCS가 운

영해 온 푸드뱅크 프로그램은 주로 통조림이나 포장된 음식 위주였지만, 신선한 농산물, 과일, 채소, 고기, 유제품 등을 제공함으로써 지역 주민들의 건강한 식단을 구성하여 건강 증진을 돕고, 더 나은 식습관을 장려하는 데 중요한 역할을 하고 있다.

또한, '세컨드 하베스트 푸드뱅크'는 이 프로그램을 위하여 지역 농부들과 그리고 식품 공급업체들과 협력하여 신선하고 품질 좋은 음식을 공급받거나 직접 농장을 운영하여 수확한 농산물을 주민들에게 무상으로 제공하고 있다. 이 푸드뱅크는 이러한 파트너들과 협력해 지역에서 자란 농산물을 공급함으로써 지역 경제를 지원하고 지속 가능한 농업을 촉진하고 있다. 이 프로그램은 식품 재분배를 통해 낭비를 줄이고, 지역사회에도 긍정적인 영향을 미친다.

■취약 계층을 위한 맞춤형 지원

이 프로그램은 단순히 음식을 전달하는 것이 아니라, 사람들이 자부



최요셉

KCS 커뮤니티 아웃리치 전문가

심을 가지고 편리하게 식료품을 구입할 수 있도록 돕고, 지역 주민들과의 신뢰 관계를 쌓는 데에도 큰 역할을 한다. 특히 노인, 장애인, 어린 자녀를 둔 가정 등 취약 계층에게 매우 유익하다. 이들 그룹은 건강한 음식을 구하는 데 가장 많은 어려움을 겪고 있으며, 이동이 불편하거나

재정적 제약, 혹은 근처의 슈퍼마켓이 부족한 경우가 많다.

특히, 노인들은 이 프로그램을 통해 음식이 직접 제공되므로 장거리로 장을 볼 필요 없이 신선한 식품을 손쉽게 받을 수 있다. 장애가 있는 사람들에게는 가까운 지역에서 신선한 음식을 제공함으로써 더 이상 식사 준비에 어려움을 겪지 않게 된다. 또한, 어린 자녀를 둔 가정에서는 Park-It Market이 부모들이 자녀에게 영양가 있는 음식을 제공할 수 있도록 도와준다.

■배급 일정 및 이용 방법

매주 목요일 오후 1시부터 2시까지 식료품을 배부하며, 배부 전인 12시 30분부터 1시까지 접수 및 예약 번호표를 배부한다. 현재 590명이 프로그램에 등록을 하였고 제한된 식료품 물량으로 인하여 새로 등록을 하고자 하는 사람들은 대기자 명단에 등록이 된다. 앞으로 식료품 물량이 늘어나면 신규등록과 신청을 받을 예정이다.

행사 당일이 되면 KCS 사무실 주

차장에는 약 120명의 다민족 주민들이 일찍 도착해 이 프로그램이 시작되기를 기다린다. 그 가운데는 한인 시니어분들이 다수를 차지하고 있다. 오랫동안 이 프로그램에 참여한 주민들은 서로 인사를 나누고 담소를 나누며 푸드 트레일러를 기다린다. 푸드 트레일러가 도착하면 KCS 직원들과 외부에서 참여한 자원봉사자들은 음식들을 정리하고 사람들에게 나누어 준다.

■마무리

이 프로그램은 단순히 식료품만을 제공하는 것이 아니라, 지역사회의 신뢰를 얻고 지속적인 변화를 이끌어내는 중요한 프로그램이다. 이 프로그램은 신선한 음식을 제공하고 교육을 통해 주민들의 건강을 증진시키며, 취약 계층을 위한 맞춤형 지원을 통해 지역사회 회복력을 높이고 있다. KCS는 이 프로그램을 통해 앞으로도 많은 지역 주민들에게 필요한 지원을 제공하며, 지역사회를 더욱 탄탄하게 만드는 역할을 이어갈 것이다.

Park-It Market



Park-It Market 프로그램은 신선한 채소, 과일, 가공식품, 유제품 및 육류 등을 포함한 영양가 있는 다양한 식료품을 무료로 제공합니다.

본 프로그램은 **KCS**가 주관하고
오렌지 카운티의 **Second Harvest Food Bank** 후원으로 진행합니다.

- ❖ 일정: 매주 목요일
- ❖ 장소: 코리안 커뮤니티 서비스 주차장
(7212 Orangethorpe Ave, Suite 8, Buena Park 90621)
- ❖ 접수시간: 12시 45분부터 시작
- ❖ 배부시간: 오후 1시 - 오후 2시

* 본 프로그램은 공휴일, 우천시 그리고 현지 사정에 의하여 사전 예고없이 취소될 수 있습니다.

* 참여를 희망하시는 분은 반드시 KCS에서 사전신청과 등록을 해 주기를 바랍니다. (신청 문의 714-449-1125)

* 반드시 카트나 장바구니를 가져오시길 바랍니다!



심리 상담은 긍정적인 사고를 증진시킨다

심리상담(Psychotherapy), 또는 간단히 상담(Therapy)이란 치료사와 내담자 간의 언어적 소통과 상호작용을 통해 정신적 또는 행동적 문제를 치료하는 방법이다. 정신적 또는 행동적 문제에는 불안 관련 장애(강박증, 공황 장애, 외상 후 스트레스 장애), 우울증, 양극성 장애, 중독, 섭식 장애 뿐만 아니라 누구에게나 영향을 미칠 수 있는 삶의 스트레스와 갈등도 포함되어 있다.

우리가 일어난 사건, 상황, 또는 상대방을 변화시키기는 어렵지만, 상담을 통해서 그것들을 평소보다 더 긍정적인 방향으로 이해하고 해석하도록 도와준다. 인지행동치료학설이 주장하는 것처럼, 우리의 사고 방식은 감정과 행동에 영향을 미치기 때문에 긍정적인 생각은 마음을 편하게 하고 여유 있는 행동을 할 수 있게 도와준다.

예를 들어, 한 내담자는 남편이 해고된 후 몇 달 동안 실직 상태이고 부부에게는 어린 자녀가 세 명이 있다고 한다. 내담자는 남편이 열심히 일자리를 찾고 있지 않는다고 생각

했고, 본안의 높은 연봉에도 불구하고 가족의 주요 수입원이 되는 것이 부담스럽다고 느꼈다.

내담자는 현재 아이들을 돌봐주는 사람과 가사 도우미를 잃을지도 모른다고 걱정하며, 불안감과 스트레스가 심하다고 불평했다. 내담자는 남편의 실업과 그로 인해 올 수 있는 부정적인 측면에 집중하고 있었다.

상담사는 남편이 집에서 아이들을 학교에 데려다주고 아이들과 더 많은 시간을 보내는 것, 저녁 식사 준비 및 기타 집안일을 돕는 것, 그리고 도우미의 근무 시간을 줄이는 것 등 긍정적인 측면을 지적했다. 상담이 문제를 해결하지는 못하지만, 긍정적인 관점을 새롭게 갖게 되면서 내담자는 불안감을 덜 느끼고 남편과의 관계가 개선되었다.

긍정적인 관점은 갑자기 처한 삶의 큰 변화를 대처하는 데도 도움이 된다. 앞서 언급했듯이, 상담은 사건이나 상황을 바꾸는 데 도움이 되는 것 보다, 사건의 긍정적인 측면에 집중하여 어려움을 극복하고 앞으로



수잔 정
한미가정상담소 상담사

나아갈 수 있도록 도와준다. 한 내담자는 직장 문제로 미시간에서 샌디에이고로 이주했으며, 이전에 즐기던 활동에 대한 흥미를 잃고, 외로움을 느끼고, 직장 생활에서 동기 부여가 부족하며, 다른 사람들로 부터 고립되는 등 우울증 증상을 겪고 있었다. 그녀의 업무는 사무실에 있을 필요가 없었고, 내담자는 하루 종일 집

에서 컴퓨터 앞에 앉아 온라인으로만 소통했다.

집과 친구들과 떨어져 지내는 것이 과연 가치 있는 일인지, 회사에 얼마나 기여하고 있는지, 노고에 대한 인정을 받고 있는지 등에 대해 의구심을 품기 시작했다. 내담자가 우울증과 외로움 때문 힘들어 하고 있는 것을 위로하면서, 상담사는 회사에서 일하고 남부 캘리포니아에 사는 것의 긍정적인 면에 대해 집중적으로 설명 하였다.

대학 졸업 직후 평판 좋은 회사에서 고소득을 받는 것, 상사의 평이 없다는 것은 당신 업무에 만족한다는 것을 의미할 수 있으며, 일주일에 한두 번 사무실에 출근하면 동료들과 유대감을 느끼고 고립감을 덜 느끼는 데 도움이 될 수 있다고 했다.

또한 주말 아침 산책, 아파트 단지 내 헬스장 이용, 온라인 으로 친구들과 과의 소통, 집에서 기르던 고양이를 데려오는 것 등등. 한때 눈물을 흘리고 우울했던 고객은 생활 방식을 차츰 개선하고, 없는 것에 대해 불평 하기보다는 가진 것에 감사하게 되었다.

긍정적인 관점이란 낙관적이고 건설적인 시각으로 상황에 접근하고, 부정적인 생각에 사로잡히지 않으며, 긍정적인 결과의 가능성에 집중하는 것을 의미한다. 유리잔에 물이 반은 비어있다고 보는 것 보다 반은 차 있다고 생각하고, 관계와 상황 속에서 좋은 면을 보려고 노력하며, 긍정적인 변화의 가능성을 믿는 것을 의미한다.

긍정적인 관점을 갖는 연습 방법: 1. 어떤 상황에서든지 긍정적이고 좋은 면에 집중하기, 2. 모든 일에 긍정적인 결과가 가능하다고 믿기, 3. 어려움을 성장의 기회로 보고 좌절하지 말고 극복하기, 4. 삶 속의 좋은 것들, 심지어 작은 것들에도 감사하기, 5. 힘들고 어려운 시기에 자신에게 친절하고 관용을 베풀기.

요약해서, 심리 상담은 삶의 긍정적인 측면에 집중하도록 생활 방식을 개선하고 정신 건강을 증진하도록 도와줍니다. 그 효과로는 불안이나 스트레스 해소, 삶의 큰 변화에 대한 대처, 주위 사람과의 갈등 해결, 그리고 숙면 등이 있다.

Hanmi Family Counseling Center

Since 1990
한미가정상담소

HFCC is a non-profit organization
that serves individuals and family
by providing community focused professional
counseling to promote self-efficacy.

번민하는
이웃과 함께



www.hanmihope.org

☎ 714. 892. 9910 | 714. 873. 5688

✉ info@hanmihope.org

📍 12362 Beach Blvd. #1 Stanton, CA 90680



전문상담 Psychotherapy

전문적인 상담을 통해 건강한 개인과 가정을 세워가도록 돕습니다. 개인, 부부, 가족, 그룹 상담이 제공 됩니다

Our professional therapists provide counseling services through empathy, analysis and support to promote the recovery and healing process.

청소년 프로그램 Hope Youth Program

건강한 미래를 위해 청소년들에게 멘토링 또는 필요한 정보 제공을 합니다. 연방정부, 대통령상등 각종 지역봉사 프로그램을 할 수 있게 도와드리므로 건강한 자아와 미래 방향 구축을 도와줍니다.

An advisor guides them in completing Congressional, Presidential and other various community volunteering award programs.

각종 세미나 Seminar

주기적으로 의학, 정신건강, 교육세미나를 지역사회에 제공합니다.

Medical, Psychological, Educational seminars are provided.

사랑방 Community Enrichment Programs

▶ 글샘터 Korean Writing Class

창작 기초에서 전문 과정에 이르는 기법 익히기와 생활과 문학을 병행할 수 있는 특수 강좌로 최신간 한국의 시와 소설, 수필을 배우고 감상하는 전문 강좌입니다. Learning how to write poem, essay and novel in Koren.

▶미주 사진클럽 Photography Class

각종 세미나와 사진에 관한 정보를 서로 공유하며 매월 1회 정기 출사, 부정기 출사와 촬영한 작품에 대한 review를 통해 사진기법의 upgrade와 전반적인 실력 향상을 도모 합니다.

Learning Photography skills

▶컴퓨터반 Computer Class

컴퓨터와 오피스 프로그램의 기본적인 사용법은 물론 스마트폰의 다양한 사용 방법을 배우는 강좌 입니다.

Learning how to use computer and smart phone.

그외에 뜨게질반, 캘리그래피반 등이 있습니다.

Other classes: Knitting class, Calligraphy Class. etc.

YouTube
문선영의
머니토크
PRESENT

한인 커뮤니티 최고의 재정전문가 문선영의 머니토크가 **토렌스/샌디에고/프레즈노** 여러분을 찾아갑니다!

건강한 재정과 풍요로운 노후를 위한
남가주 재정콘서트

6월 26일 목요일 10am~4pm

토렌스 제일 장로교회

1900 CRENSHAW BLVD., TORRANCE, CA 90501



- 10:00 “집을 구매할 것인가, 기다릴 것인가”**
뱅크 오브 호프, 202년 부동산 전망과 모기지 론
- 11:30 “가지고 있는 생명보험, 암도 커버 되십니까?”**
문선영의 머니토크, 라이프 인슈어런스 와 리빙베네티
- 1:00 “트럼프 시대, 가장 현명한 상속은”**
러드넌스키 법률그룹, 상속과 상속세
- 2:30 “내가 편한 은퇴 부동산은 따로 있습니다”**
시더스 인베스트먼트, 시니어 하우스링 사고 팔고
- 4:00 “평생 파박 파박 나의 은퇴 인컴”**
피델리티 앤드 개런티, 은퇴 어뉴이티 - 401k, IRA 롤오버

한국어/영어 재정세미나 2025
샌디에고 재정세미나

6월 27일 금요일 10am~4pm

우리성모병원 2층 J&J이벤트 홀

7825 ENGINEER RD. SAN DIEGO



총 4개의 세미나를 모두 혹은 선택하여 들으실 수 있습니다
오전 한국어 세션 이후, 오후에 한국어 개별상담이 가능합니다

와넷 조앤슨 우먼인파이낸스 인스티튜트
브라켓웨이 헬스매니지먼트

문선영 와이즈캘리포니아 파인애플
문선영의 머니토크

10:00 AM 생명보험과 리빙베네티 (한국어)
생명보험을 갖고 계세요? 혹시 내가 암에 걸리면사
망해서 남겨주는 보상금을 내가 살아서 받을 수 있
다는 걸 아시나요?

11:30 AM 은퇴플랜과 어뉴이티 (한국어)
평생인컴이 보장되는 어뉴이티, 이자만 빼서 쓰는
어뉴이티. 401K와 IRA를 롤오버하는 법

**1:00 PM LIFE INSURANCE
& LIVING BENEFIT (ENG)**

2:30 PM ANNUNITY (ENG)

은퇴의 필수 플랜, 평생 찾아쓰는 은퇴 어뉴이티
프레즈노 재정세미나

6월 29일 일요일 4pm~6pm

The Conference

8058 N Cedar Ave, Fresno, CA 93720



626-827-9599
symoonmoneytalk@gmail.com

3435 Wilshire Blvd., 14F A04, LA, CA 90010
6 Centerpointe Dr. #737, La Palma, CA 90623
18763 Colima Rd., Rowland Heights, CA 91748

Finance & Marketing
WISECALIFORNIA

구도원 법사와 함께하는 사주, 관상이야기

“안하무인격인 청년, 그러나 대기의 팔자”

한눈에 보기에 최고급 의상으로 치장하고 차고 있는 시계나 반지 등도 필자는 평생에 한번 가져보지 못한 최고급 장식품을 감고서 자신 만만한 태도로 필자의 사무실을 들어서는 귀공자풍의 김모군을 만난 것은 오래전 5월 초순 어느 날이었다. 생년월일시를 물어 사주기둥을 세우고 있는 필자에게 이 청년이 툭 던지는 말이 가관이었다. "아저씨! 내 사주팔자는 내가 아저씨보다 더 잘 알아요. 올 여름에 한국에서 융하다는 점쟁이는 다 만나서 내 팔자를 지점도록 보고 애기 해줘서..... 내 팔자는 흠잡을 수 없게 좋은 팔자라니 볼것도 없어요. 그냥 오늘 내 운세나 봐 주세요. 오늘 중요한 일이 있거든요!" 참으로 버릇없는 청년이었다.

사주팔자를 보니 청년의 말대로 정말 사주팔자가 잘생긴 구조였다. 정,기,신(精,氣,神) 삼자가 혼탁함이 없고 정결순화 되어 있는 사주팔자로서 매우 부귀하고 처덕이 있으며 말년에 자식덕까지 갖추고 있는 오복이 충만한 사주팔자의 구성이다. 다만 한가지 사주가 과강하여 성격이 오만 불손하고 세상 모든것이 자신의 발아래로 보이는 과박함이 이 사주의 흠이라면 흠이었다.

필자가 "이봐요 나는 일진 따위는 보지 않는 사람이니 다른데 가서 보아

달라고 해요" 라고 하니 이 청년 짐짓 능청을 떨며 "에이 아저씨! 왜 이러시나! 제 친구가 아저씨 융하다고 소문났으니 가보라고 추천해 주어서 멀리서 온건데 좀 봐주세요. 네! 네!" 하고 조르는데 영 버릇이 없으면서도 어린 조카가 삼촌에게 응석부리듯 하여 이상하게도 미운 감정이 들지 않았다. 버릇 없음에도 이상하리만치 친화력을 갖춘 청년이었고 귀여움 받으면서 막 자란 청년이라는 느낌이 들었다.

"중요한 일이 오늘 있다고 했는데 무슨 중요한 일이 있어서 그래요? 무슨 시험 결과가 오늘 나오니까? 아니면 여자한테 사랑고백 하는 일이 있나요?" 하고 필자가 물으니 이 청년 계면쩍은 표정을 짓더니 잠시 망설이다, "오늘 큰 게임이 있거든요. 카지노에서 큰 돈 걸고 한판 붙어 보려고 하는데 오늘 베팅해도 괜찮은지 오늘 운세를 알고 싶어서요." 라고 한다.

참으로 철딱서니 없는 청년이었다. 가끔 이렇게 도박운을 알고 싶어서 찾아오는 사람들이 있는데 필자의 경우 특별한 경우가 아니면 이에 응하지 않는다. 특별한 경우란 예전에 어느연말 후줄그레한 차림의 30대 후반의 노총각 이씨의 경우인데 노름으로 재산과 모든것을 다 잃고 자살까지 시도했으나 실패한 뒤 필자와 만나게 되었는데 만약 만불 정도라도 복구할수 있다면 그돈을 밑천으로 스왑밧 장사라

도 해서 다시한번 살아 보겠다는 결심이었고 그렇게라도 되지 않으면 자살이라는 극단적 행동을 또 실행할 것으로 보였다.

다시는 노름을 않겠다는 수십번의 다짐을 받은 후에 좋은 날자 좋은 시간을 정해 주었는데 문제는 엉뚱한 곳에서 생겼다. 만불 정도만 복구가 되었으면 별 문제가 없었겠는데 이양반이 그날 게임에서 3만5천불이 넘는 돈을 따게 된것이 문제였다. 이렇게 되자 이 이씨는 장사밑천 만불은 은행에 넣어놓고 나머지 2만 5천불은 덤으로 생긴 것이니 더 불러 보겠다며 날자를 한번만 더, 잡아 달라고 필자를 찾아왔다. 필자는 끝내 거절 하였고 그 뒤 들은 소식은 은행에 있던 만불마저 몽땅 날렸다는 소식을 들었다. 정말 어찌할수 없는 사람이었다.

아무튼 이런저런 경험으로 필자는 노름꾼들의 말은 '콩으로 메주를 쏜다' 해도 믿지 않게 되었다. 마약 보다도 더 무서운 것이 도박인 것이다. 마약은 자신의 몸과 정신을 망가트리지만 도박은 그 주위에 인연이 조금이라도 있는 사람은 죄다 피해를 입히는 무서운 파괴력을 지닌 괴물인 것이다.

필자 왈 "좋은 집안에서 좋은 부모덕에 잘 살았겠고 운도 너무 좋으니 매우 부귀한 삶을 살겠습니다. 젊은이 말대로 너무 훌륭하고 빼어난 사주팔

자를 지닌이가 노름 따위나 하려 다니면 되겠습니까? 사주팔자보다 중요한게 심상(마음의 생김새)입니다. 보기도문 좋은 사주를 가지고도 심상이 바르지 못하면 절대 성공할수 없어요. 좋은 팔자를 낭비하지 마세요" 라고 충고를 하였다. 그러자 이 청년 신통치 못한 표정을 짓더니 그대로 가버렸다. 정말 보기도문 사주여서 특히 기억에 남는 상담이었다.

이 글을 쓰다 보니 예전에 고인이 된 필자의 외사촌 형이 생각이 난다. 그는 부유한 집안에서 태어나 유복한 어린 시절을 보냈고 머리도 총명하여 좋은 대학을 나왔으며 인물도 좋고 언변과 친화력이 좋아 많은 여성들이 따랐고 부러울 것이 없는 사람이었다. 이렇게 부러울것 없는 조건을 지녔음에도 불구하고 어쩌다 노름에 빠져 있는돈 없는돈 다 탕진하고 본가는 물론 처가 까지도 피해를 입히고 결국 비참한 최후를 맞게 되었다. 고인의 명복을 다시 한번 빌어본다.

이렇듯 노름은 아주 무시무시한 괴물인 것이다.

자문 구도원 법사 (213)487-6295

동양철학의 근원인 음양오행법에 의한 운명상담

당신의 운명을 정확히 예언해 드립니다

- 기존의 점술, 복술이 아닌 명리학에 의한 학문적 감정을 해드립니다.
 - 인생의 기로에서 어떤 선택이 옳은가에 대한 정확한 방향을 제시해 드립니다.
 - 2025년 乙巳年(을사년) 신년운세 월별로 상세히 상담해 드립니다.
- ※ 망설이지 말고 지금 전화 하세요. 확실한 답을 얻을 수 있습니다.

어떤 힘든 상황도 반드시 답은 있습니다!

문의: 구도원 법사

예약 (213)999-0640, (213)487-6295

오픈: 월-토: 오전 10시 ~ 오후 6시 (일, 휴무)

본 상담은 음양오행을 기초로한 자연과학이자 통계학인 명리학에 의한 상담이므로 종교와는 무관합니다.

방문하시기 어려운 분들을 위해 전화상담 가능
(사주 · 궁합 · 작명 · 택일 · 매매 · 관재 · 풍수 전문상담)

2140 W. OLYMPIC BL #224 L.A., CA 90006 (올림픽+알바라도) Bank of Hope 옆 5층 빌딩

발달장애 전문가는 왜 필요한가?

25주년 발달장애 컨퍼런스

우리는 정보의 홍수 속에 살고 있다. 이것은 발달장애 영역 뿐만 아니라 사회 전반에 걸친 현상이다. 과거 인터넷이나 AI가 없던 시절에는 지식과 정보의 부족으로 인해 '내 자녀가 잘 자라고 있는지?', '발달이 더딘 자녀를 위해 부모가 무엇을 해야 하는지?', '도움을 받기 위해 어디로 가야 하는지?' 등 필요한 정보를 전혀 얻지 못해 어려움을 겪었던 시절이 있었다.

하지만 지금은 오히려 정보와 지식이 넘쳐나고 있다. 온라인 상에서 수많은 정보들이 쏟아지고 있으며 대부분은 바른 내용이 많이 있지만, 간혹 지극히 개인적인 경험을 일반적인 것처럼 쓰여진 정보가 있고 때때로 잘못된 정보도 있다.

발달장애인을 돕는 데에 전문가가 왜 필요할까? 지금 시대의 중요한 과제는 쏟아지는 지식과 정보들

사이에서 정보의 경중과 참거짓을 구별하는 것이다. 이것이 전문가가 필요한 이유이다. 발달장애 분야 역시 마찬가지이다. 부모님 스스로 자녀를 더 많이 이해하고, 더 좋은 지원을 하기 위해 다양한 책을 읽고 영상을 보는 것은 큰 도움이 될 것이다. 하지만, 동시에 한계가 있다는 것을 기억해야 한다.

많은 책을 읽고 온라인의 정보를 습득한다고 해도 각 정보의 중요 정도와 옳고 그름을 스스로 판단하기 위해서는 많은 경험과 오랜 시간이 필요하다.

일반적으로 전문가가 양성되는 과정은 많은 노력과 시간이 든다. 먼저 적절한 교육 과정을 통해서 지식을 습득해야 하며, 배워서 알고 있는 전문적인 지식이 실제 임상 현장에 적용했을 때 어떤 부분이 자신의 예상과 일치하고 어떤 부분이 불일치



윤여광 박사

한미특수교육센터 프로그램 디렉터

하는지를 경험해야 한다.

또한, 예상했던 것과 일치하는 부분은 어떤 과정을 통해서 일치하게 됐는지, 불일치 했다면 어떤 요인으로 인해 결과가 달라졌는지를 분석해서 찾아내야 한다. 그리고 각 문제를 해결하는 과정을 오랜 시간 동안 반복적으로 경험하고 진행하게 된다.

이러한 이유로 인해 발달장애 영역에서 오랜 경험과 지식을 가진 전문가의 도움이 반드시 필요하다. 우리는 내게 의학적인 정보가 있다고 하여 내가 스스로 의사임을 자처하지 않는다. 주치의를 통해서 건강을 관리하고 몸에 이상이 있을 때에 적절한 지도와 치료를 받는 것이 현명한 것이다.

이와 마찬가지로 주변에 발달장애 전문가를 가까이 하고 그들과 함께 협력하는 것이 매우 중요하다. 부모님은 발달장애 자녀에 대해 가장 정확한 정보를 제공할 수 있는 사람이고, 전문가는 그 정확한 정보를 기반으로 가장 도움이 되는 실제적인 방법을 제시하는 역할을 한다. 부모님과 전문가가 함께 협력하는 형태가 발달장애 자녀를 지원하기 위한 이상적인 모습이다.

늘 좋은 전문가를 만나고 가까이 해야 하는 부모님들에게 한미특수교육센터(KASEC)에서 제공하는 발달장애 컨퍼런스는 쉽게 찾아오지 않

는 귀중한 기회이다. 지역사회 내에서 발달장애 전문 서비스를 제공하는 기관인 KASEC이 자폐스펙트럼 장애 분야의 최고 권위자인 연세대 세브란스 병원의 천근아 교수, 발달장애인을 위한 다양한 프로그램을 제공하는 산티아고 캐년 컬리지의 지니 김 총장, 그리고 발달장애 자녀 관련 다양한 질문과 답이 있는 패널 토론을 이끌어 줄 Cal State LA의 이시연 교수까지 최고의 전문가들과 함께 진행하는 이벤트이다.

내 자녀를 위해 전문가로부터 그들의 살아있는 실제적인 경험과 함께 유용한 지식과 정보를 얻고자 한다면 KASEC 발달장애 컨퍼런스는 최고의 이벤트가 될 것이다.

컨퍼런스 신청 및 참여에 대한 정보는 KASEC 홈페이지(<https://kasecca.org/>), 이메일(program@kasecca.org), 또는 전화(562-926-2040)를 통해 문의할 수 있으며, 아래의 QR 코드를 통해서 컨퍼런스에 직접 등록할 수 있다.



KASEC 창립 25주년 기념



발달장애 컨퍼런스

한인 발달장애가정을 위한 서비스 접근성 향상



2025년 7월 9일
수요일



The California Endowment
1000 Alameda St, Los
Angeles, CA 90012



9:30AM - 2:30PM



천근아 교수

소아정신과 전문의
세브란스병원 발달장애인 거점병원
행동발달증진센터장



Jeannie Kim 박사

산티아고 캐년 대학 총장



윤여광 박사

한미특수교육센터
프로그램 디렉터

ORGANIZER



SPONSOR



COMMUNITY PARTNER



신청서



글로벌 최고 대학... 부동의 1·2·3위는 하버드·MIT·스탠포드

US 뉴스&월드리포트가 선정하는 올해 글로벌 최우수 대학 랭킹에서 하버드대가 부동의 1위를 지켰다. 또 매사추세츠 공대(MIT)와 스탠포드대가 지난해와 마찬가지로 각각 2위에 3위에 올라 '탑3'를 형성했다. US 뉴스&월드리포트가 지난 17일 발표한 2025-2026 글로벌 최우수 대학(2025-2026 Best Global Universities) 순위에서 이들 미국 3대 대학이 상위 1~3위에 오른 가운데, 영국의 전통 명문 옥스포드대와 케임브리지대가 각각 4위와 5위로 뒤를 이었다. 이어 UC 버클리, 유니버시티 칼리지 런던(UCL), 워싱턴주립대(시애틀), 예일대, 컬럼비아대의 순으로 탑10에 이름을 올렸다. US 뉴스&월드리포트의 올해 순위에는 미국을 비롯한 100여 개국 2,250개 대학이 선정됐다. 순위는 학술 연구 성과, 세계 및 지역적 연구 평판, 연구간행물, 논문·출판물 수 등 총 13개 지표를 기반으로 했다. 올해 상위 50개 대학 중 24개가 북미 소재 대학이며, 유럽 13개, 아시아 8개, 호주 5개가 포함됐다.

〈자료=US 뉴스 & 월드리포트〉

■US 뉴스 & 월드리포트 선정 2025-26년도 베스트 글로벌 대학 순위

순위	대학	총점	재학생수	순위	대학	총점	재학생수	순위	대학	총점	재학생수
1	Harvard University	100.0	22,608	35	ETH Zurich	78.9	22,705	69	Emory University	73.9	13,652
2	Massachusetts Institute of Technology (MIT)	97.2	11,703	36	King 's College London	78.7	N/A	70	Fudan University	73.8	N/A
3	Stanford University	94.5	17,422	37	Chinese University of Hong Kong	78.5	17,833	71	University of Science & Technology of China	73.7	21,652
4	University of Oxford	88.3	N/A	38	Monash University	78.4	56,287	72	University of Maryland College Park	73.4	33,483
5	University of Cambridge	86.8	21,140	39	University of Edinburgh	78.2	N/A	72	University of Minnesota Twin Cities	73.4	45,082
6	University of California Berkeley	86.4	42,565	40	Icahn School of Medicine at Mount Sinai	77.5	N/A	72	University of Wisconsin Madison	73.4	45,254
7	University College London	86.2	44,910	41	University of British Columbia	77.1	62,198	75	University of Groningen	73.2	33,098
8	University of Washington Seattle	86.1	49,524	41	University of Copenhagen	77.1	N/A	76	Erasmus University Rotterdam	73.0	N/A
9	Yale University	86.0	N/A	43	University of Queensland	76.7	41,295	77	University of Southern California	72.8	42,840
10	Columbia University	85.8	30,580	44	University of Hong Kong	76.6	N/A	78	Universite Paris Saclay	72.7	N/A
11	Imperial College London	85.2	21,065	45	Zhejiang University	76.5	501,206	79	Georgia Institute of Technology	72.5	39,871
11	Tsinghua University	85.2	N/A	46	Shanghai Jiao Tong University	76.3	40,159	79	Technical University of Munich	72.5	N/A
13	University of California Los Angeles	84.9	44,542	47	Humboldt University of Berlin	76.2	N/A	79	Vrije Universiteit Amsterdam	72.5	N/A
14	Johns Hopkins University	84.4	21,275	47	Universite Paris Cite	76.2	N/A	82	University of Barcelona	72.4	45,016
15	University of Pennsylvania	84.0	22,422	49	Utrecht University	76.1	N/A	83	University of Technology Sydney	72.3	N/A
16	Cornell University	83.6	N/A	50	KU Leuven	76.0	50,336	84	University of Tokyo	72.2	26,298
16	Princeton University	83.6	N/A	51	University of North Carolina Chapel Hill	75.8	31,528	85	Sun Yat Sen University	72.0	66,031
16	University of California San Francisco	83.6	N/A	52	Karolinska Institutet	75.5	8,106	86	Australian National University	71.9	17,228
16	University of Toronto	83.6	N/A	52	University of Pittsburgh	75.5	27,492	86	Boston University	71.9	29,239
20	National University of Singapore	83.4	N/A	54	City University of Hong Kong	75.2	8,577	86	Ecole Polytechnique Federale de Lausanne	71.9	13,306
21	University of California San Diego	83.2	N/A	54	University of Chinese Academy of Sciences, CAS	75.2	N/A	86	Nanjing University	71.9	33,608
21	University of Michigan	83.2	48,449	56	Leiden University	75.1	N/A	90	Wuhan University	71.8	N/A
23	California Institute of Technology	82.9	2,401	57	University of Munich	75.0	N/A	91	Huazhong University of Science & Technology	71.6	61,789
24	Northwestern University	81.5	20,238	58	Hong Kong Polytechnic University	74.7	18,636	91	Pennsylvania State University	71.6	N/A
25	Peking University	81.1	35,237	59	Free University of Berlin	74.4	N/A	91	University of California Santa Barbara	71.6	25,735
26	University of Chicago	81.0	16,509	59	Ruprecht Karls University Heidelberg	74.4	20,004	94	Queen Mary University London	71.5	N/A
27	Duke University	80.7	N/A	59	University of Zurich	74.4	N/A	94	University of Birmingham	71.5	34,330
28	Nanyang Technological University	80.6	25,859	62	McGill University	74.3	30,051	96	University of California Davis	71.4	N/A
29	University of Sydney	79.9	51,530	62	Sorbonne Universite	74.3	N/A	96	University of California Irvine	71.4	35,079
30	University of Melbourne	79.8	N/A	62	University of Glasgow	74.3	33,540	98	University of Western Australia	71.3	19,896
31	Washington University (WUSTL)	79.6	15,260	65	University of Texas Austin	74.2	N/A	99	University of Adelaide	71.2	22,715
32	New York University	79.2	48,973	66	Ohio State University	74.1	55,115	100	University of Oslo	71.1	N/A
33	University of Amsterdam	79.1	N/A	66	Vanderbilt University	74.1	12,863	101	Hong Kong University of Science & Technology	71.0	9,333
34	University of New South Wales Sydney	79.0	47,144	68	University of Manchester	74.0	N/A	102	King Abdulaziz University	70.8	N/A

큐앤큐 보석 JRS JEWELRY

소중한 선물은 금은보석 큐앤큐 보석

가정의 달 감사 세일

- 생산 도매가격 판매
- 금, 은, 보석, 다이아몬드, 시계 수리합니다.
- 모든 제품 수리해 드립니다.
- 37년 경력 주인 직접 세공, 세팅
- 금, 은 보석 새롭게 디자인 해드립니다.
- 실버 로둠 플레이트 40% OFF
- 네임 목걸이 주문 제작

저렴한 가격의 다이아몬드

랩로우 다이아몬드 전문 보증서 지급합니다.

LAB GROWN DIAMOND 0.5 ct. 1.0 ct. 1.5 ct. 2.0 ct. 2.5 ct. 3.0 ct. more RING, PANDANT, 목걸이, EARRING, 귀걸이, BRACELET.

팔찌 특별 디자인 세공 수리합니다.
주얼리 모든 것 40년 경력세공사가 디자인 수리 해드립니다.

큐앤큐 보석 JRS JEWELRY

영업시간:
월-토 10AM - 7PM

(213)674-7231, (213)364-5265, (213)219-8999

3525 W. 8th St. #104, LA, CA 90005 (엘에이 시온마켓 내 1층)

소득 대비 렌트비 가장 비싼 도시는 마이애미... LA 12번째

남가주를 비롯한 캘리포니아 전역의 주거 비용이 천정부지로 치솟고 있는 가운데, 개인 재정정보 사이트 월렛허브가 전국 182개 대도시를 대상으로 소득 대비 렌트비가 가장 저렴한 도시 순위를 매겼다. 그 결과 소득 대비 렌트비가 가장 비싼 도시는 플로리다주 마이애미로 나타났고, 뉴저지주 뉴왁이 2번째, 코네티컷주 뉴헤이븐이 세 번째로 높았다. 남가주 도시로는 글렌데일이 전국에서 5번째로 높은 도시였고, LA는 12번째로 높았다. 아래 표에서 렌트비 비율은 주민의 중간 소득에서 중간 렌트비가 차지하는 비율이며, 순위는 역순, 즉 순위의 숫자가 높을수록 중간 소득 대비 렌트비 비율이 높은 도시다.

〈자료=월렛허브〉

■ 소득 대비 렌트비가 가장 저렴한 도시 순위(역순)

순위	도시	총점	렌트비 비율
182	Miami, FL	0	33.48%
181	Newark, NJ	2.85	32.96%
180	New Haven, CT	7.16	32.18%
179	Detroit, MI	11.73	31.35%
178	Glendale, CA	20.09	29.84%
177	Bridgeport, CT	20.31	29.80%
176	Orlando, FL	26.99	28.58%
175	Birmingham, AL	28.49	28.31%
174	Oceanside, CA	28.79	28.26%
173	Jackson, MS	28.82	28.25%
172	Pembroke Pines, FL	29.86	28.06%
171	Los Angeles, CA	29.9	28.06%
170	Burlington, VT	29.98	28.04%
169	Moreno Valley, CA	30.6	27.93%
168	Ontario, CA	31.5	27.77%
167	Cape Coral, FL	32.28	27.62%
166	Anaheim, CA	32.52	27.58%
165	Cleveland, OH	33.65	27.38%
164	Port St. Lucie, FL	33.78	27.35%
163	San Bernardino, CA	36.42	26.87%
162	Gulfport, MS	36.58	26.84%
161	Santa Ana, CA	36.69	26.82%
160	New York, NY	36.93	26.78%
159	Irvine, CA	36.95	26.78%
158	Rochester, NY	37.16	26.74%
157	Fort Lauderdale, FL	37.59	26.66%
156	Tallahassee, FL	38.14	26.56%
155	Boston, MA	38.44	26.51%
154	Tampa, FL	39.18	26.37%
153	Memphis, TN	39.5	26.31%
152	Knoxville, TN	39.79	26.26%
151	New Orleans, LA	39.8	26.26%
150	Garden Grove, CA	39.96	26.23%
149	Philadelphia, PA	40.38	26.16%
148	Baltimore, MD	41.44	25.96%
147	Wilmington, DE	42.49	25.77%
146	Long Beach, CA	42.52	25.77%

순위	도시	총점	렌트비 비율
145	Dover, DE	42.59	25.75%
144	Santa Rosa, CA	43.04	25.67%
143	San Diego, CA	43.6	25.57%
142	Yonkers, NY	44.68	25.37%
141	Eugene, OR	44.98	25.32%
140	St. Petersburg, FL	45.05	25.31%
139	Oxnard, CA	45.56	25.22%
138	Richmond, VA	45.86	25.16%
137	Worcester, MA	45.98	25.14%
135	North Las Vegas, NV	46.26	25.09%
135	Fayetteville, NC	46.26	25.09%
133	Tempe, AZ	46.28	25.08%
133	Baton Rouge, LA	46.28	25.08%
132	Vancouver, WA	46.43	25.06%
131	Houston, TX	46.46	25.05%
130	Rancho Cucamonga, CA	46.47	25.05%
129	Honolulu, HI	46.49	25.05%
128	Aurora, CO	46.56	25.03%
127	Columbia, SC	46.92	24.97%
126	Santa Clarita, CA	47.43	24.88%
125	Dallas, TX	47.59	24.85%
124	Modesto, CA	47.93	24.79%
123	Las Vegas, NV	48.37	24.70%
122	Buffalo, NY	48.4	24.70%
121	Jacksonville, FL	48.76	24.63%
120	Augusta, GA	49.23	24.55%
119	Riverside, CA	49.23	24.55%
118	Garland, TX	49.54	24.49%
117	Pearl City, HI	49.7	24.46%
116	Sacramento, CA	50.76	24.27%
115	Shreveport, LA	50.8	24.26%
114	Huntington Beach, CA	50.81	24.26%
113	Chula Vista, CA	51.09	24.21%
112	Mobile, AL	51.33	24.17%
111	Jersey City, NJ	51.86	24.07%
110	Springfield, MO	52.21	24.01%
109	Huntington, WV	52.25	24.00%

순위	도시	총점	렌트비 비율
108	San Antonio, TX	52.29	23.99%
107	Providence, RI	52.5	23.96%
106	Glendale, AZ	52.8	23.90%
105	Milwaukee, WI	52.86	23.89%
104	Fresno, CA	53.45	23.78%
103	Tucson, AZ	53.7	23.74%
102	Nashville, TN	53.84	23.71%
101	Henderson, NV	53.98	23.69%
100	Atlanta, GA	54.01	23.68%
99	Oakland, CA	54.32	23.63%
98	Portland, ME	55.43	23.43%
97	Norfolk, VA	55.81	23.36%
96	Stockton, CA	55.87	23.34%
95	Denver, CO	56.85	23.17%
94	Newport News, VA	57.15	23.11%
93	Charlotte, NC	57.72	23.01%
92	Akron, OH	57.83	22.99%
91	Irving, TX	58.55	22.86%
90	Tacoma, WA	58.58	22.85%
89	Pittsburgh, PA	58.63	22.84%
88	Montgomery, AL	58.76	22.82%
87	Columbus, GA	59.32	22.72%
86	Chattanooga, TN	59.36	22.71%
85	Phoenix, AZ	59.37	22.71%
84	Manchester, NH	59.38	22.71%
83	Greensboro, NC	59.41	22.70%
82	Arlington, TX	59.58	22.67%
81	Lubbock, TX	60.21	22.56%
80	Colorado Springs, CO	60.36	22.53%
79	Mesa, AZ	60.45	22.51%
78	Columbus, OH	60.62	22.48%
77	Peoria, AZ	61.11	22.39%
76	Grand Prairie, TX	61.29	22.36%
75	Brownsville, TX	61.43	22.34%
74	Nampa, ID	61.65	22.30%
73	Corpus Christi, TX	61.88	22.25%
72	Reno, NV	62.04	22.23%

오렌지 카운티 한인화관 내 인/기/업/소

가든그로브 정 한의원



- * 각종 급·만성통증, 요통, 좌골신경통
- * 중풍, 치매예방, 수술후 원기회복
- * 한방보약, 치료약
- * 메디케어 HMO 보험환영

30년 경력의 한방전문의

정창섭

Chang Sup Jung L.Ac., Ph.D
State Licensed Acupuncturist

무료
상담

(714) 401-3355

9876 Garden Grove Blvd., #113 Garden Grove, CA 92844

명심보험

MYUNGSIM
INSURANCE
SERVICES



메디케어

오바마케어

은퇴연금

생명보험

사업체보험

자동차보험

종업원상해보험

공증



Annie Sim

Lic # OF67828

714.333.5161

213.800.2707

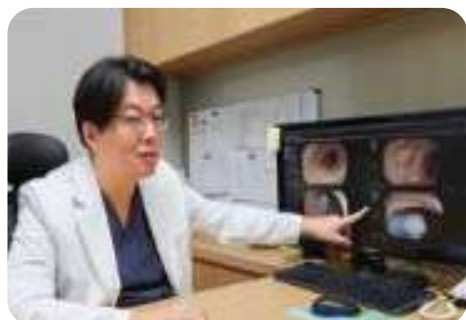
Email: annie@myungsim.com

9876 Garden Grove Blvd., #111 Garden Grove, CA 92844



“진짜 VIP는 강남에서 한 번에 끝납니다”

서울 강남 한복판
하루에 완성되는 프리미엄 메디컬 Trip
모든 진료를 한 자리에서
VIP 원스탑 건강검진 프로그램



**내과, 외과, 안과
성형외과, 피부과, 정형외과
통역, 숙박, 공항연계 원스탑 서비스
해외환자 전용 프리미엄**



조원영 강남지인병원 병원장





한국일보
www.koreatimes.com

최고의 발행부수
최고의 광고효과
최다 업소리스트

한국일보 업소록

광고 및 리스팅 접수중입니다

한인업소 전화부는 이렇게 다릅니다

한인 최대 일간지 한국일보가 1974년 한인사회 최초로 발행한 **한인업소 전화부**는 지난 50년간 가장 많은 사랑을 받아 왔습니다. 각종 한인사회 정보가 필요한 소비자와 효과적인 매체가 필요한 광고주를 잇는 한인경제 성장의 주춧돌이 되고 있습니다.

가장 많은 한인이 보는 한인업소 전화부

미주 최대의 독자수를 자랑하는 한국일보 독자들에게 배송되고 한인사회 곳곳에 배포되므로 **가장 넓은 지역에서, 가장 많은 한인이 보는 업소록**입니다.

가장 많은 한인이 보는 한인업소 전화부

가장 정확한 한인업소 주소, 전화번호 리스트 뿐만 아니라 각종 생활정보, 레저, 자동차 등 **미니백과 사전**으로 알차게 수록되어 있습니다.

한국일보 USA 모바일 앱, Ktown1st 업소록

가장 편리하게 언제 어디서나 여러분 손에 있는 **핸드폰**으로 **남가주** 뿐만 아니라 **전미주**에 있는 업소를 **검색**할 수 있습니다.

최고의 **광고** 효과!
광고주가 적극 추천하는
한국일보 업소록
지금 신청하세요,
곧 마감합니다!!

한국일보 업소록 정보변경 또는 추가요청
한국일보 홈페이지 koreatimes.com 에서
업소록 클릭, 업소정보변경 또는 추가요청 **클릭**

업소 정보변경 또는 추가요청

※ 만약 위 링크 작동이 안될시 yp.koreatimes.com으로 업소 정보를 보내주세요



2025-26 한국일보 업소록 리스트 신청서

업종	신규 ☐ 변경 ☐ 추가 ☐		원하시는 지역	LA ☐ OC ☐ SD ☐	
구입소명	*업소명이 변경된 경우 반드시 기재요망		변경전 전화		
상호	한글		New 전화		
	영문	* 반드시 대문자로 기재요망			
주소	Street	City	State	Zip	
	E-Mail		Homepage		

*신규업소, 상호, 전화번호, 주소등 변경사항이 있는 업소는 **반드시 리스트 신청서를 기재한 후 보내주셔야** 업소록 리스팅에 수록됩니다.

한국일보 업소록
신청접수

보내실 곳: 한국일보 업소록

한국일보
THE KOREA TIMES

3731 Wilshire Blvd. 11th Floor
Los Angeles, CA 90010

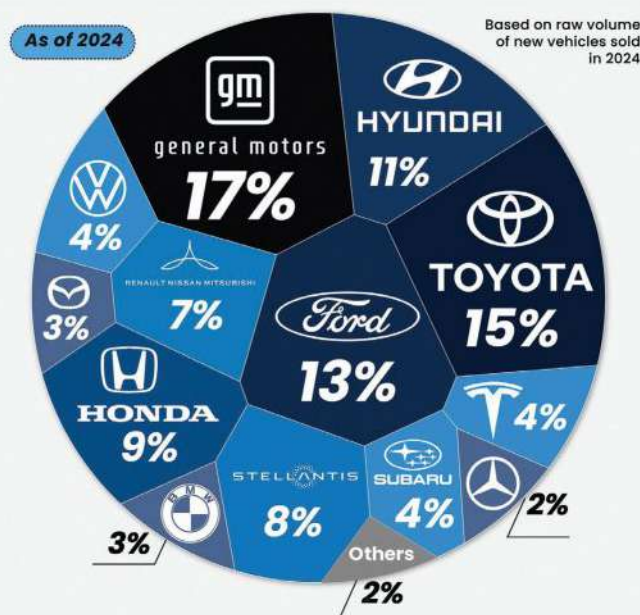
LA본사 (323)692-2100
OC지국 (714)530-6001

미국내 부자들이 가장 선호하는 차는 '테슬라'

■ 미국의 상위 부자들의 구입 차량 브랜드 비율 비교 (2024년 9월 기준)

	상위 부자들의 구입 비율	전국 평균 구입 비율
Tesla	19.3%	4.7%
BMW	9.9%	2.4%
Mercedes-Benz	8.7%	1.9%
Land Rover	5.8%	0.6%
Toyota	4.6%	14%
Audi	4.6%	1.2%
Ford	4.1%	9.3%
Lexus	3.9%	2.6%
Porsche	3.9%	0.4%
Rivian	3.4%	0.3%

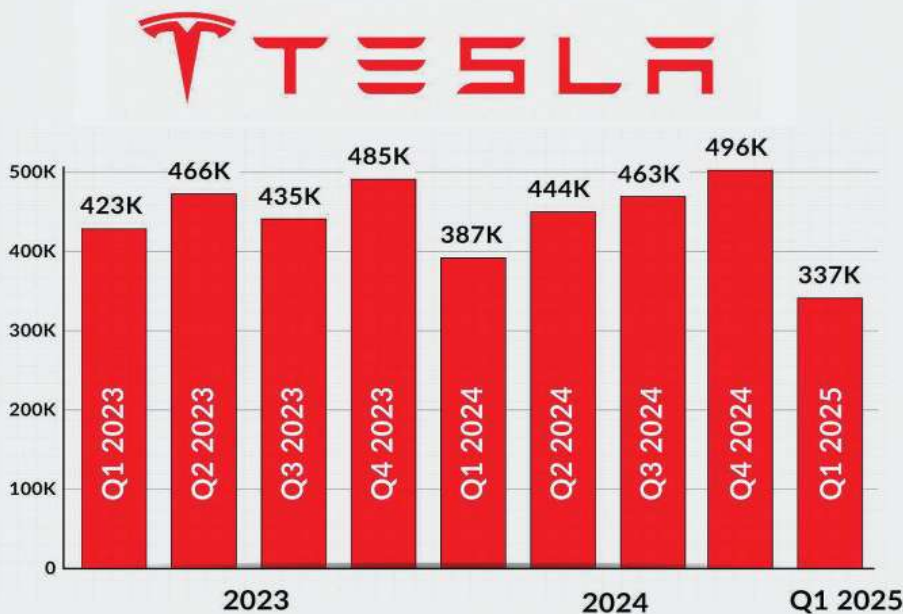
■ 주요 자동차 제조사 미국내 시장 점유율 (2024년 판매대수 기준)



■ 미국내 판매 자동차 브랜드별 제조 지역 (2024년 1~9월)

	미국내 조립	외국서 조립	캐나다 멕시코서 조립
Tesla	100%	0%	0%
Ford	77%	2%	21%
Stellantis	57%	4%	39%
Nissan	52%	17%	31%
General Motors	52%	18%	30%
Toyota	48%	25%	27%
Hyundai-Kia	33%	59%	8%
Volkswagen	21%	36%	43%

■ 테슬라 판매량 변화 추이



SA 슈올즈

근육통 완화
식품의약품안전처 승인
2등급 의료기
한국 신발역사 최초!

2024 미국 실리콘밸리 국제발명전
금상·은상·특별상
국제발명전시회 그랜드슬램 달성
미국/독일/스위스/한국

LA시티센터점 LA 시티센터 2층 (무료 주차)
3500 W 6th st. Suite 233, Los Angeles, CA 90020

213-908-6497
(Mariposa 길에 있는 H Mart 지하 주차장 이용)

Medical shoes **SA SHOEALLS**

HAPPY Father's Day

모든 수고하신 **아빠**들을 위하여
전제품 20% OFF

할인기간: 6월 1일 ~ 6월 30일

한국 최초 근육통증 완화
The First in Korea to Relieve Muscle Pain!

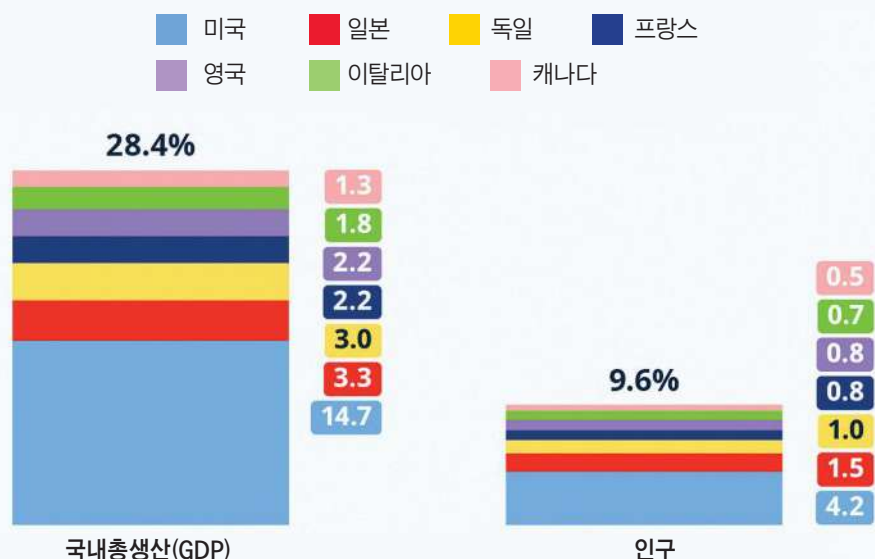
배제(VECH) 분해도

의료기인증 전통집 매디치오

하이폴리스-BG
배제 플린-CN
제네비 타이디-TN

주요 7개국 G7... 세계 인구의 9.6%지만 GDP 비중은 28.4%

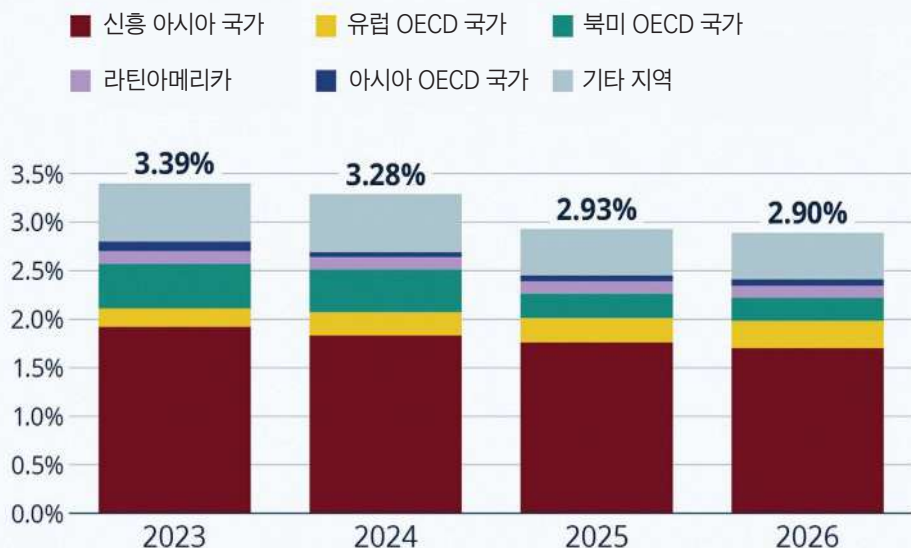
■ 전 세계 총량에서 G7 국가들의 국내총생산(GDP)과 인구가 차지하는 비율 (2025년)



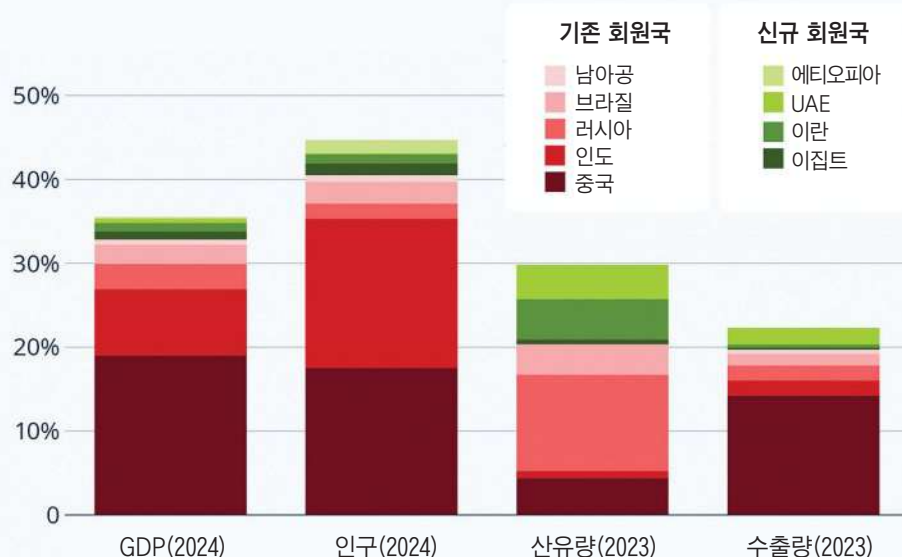
■ 2024년과 2025년 국가별 실질 GDP 성장률



■ 연도별, 지역별 전 세계 GDP 성장률 기여도



■ 전 세계 GDP와 인구, 산유량, 수출량에서 브릭스(BRICS) 국가들이 차지하는 비율



스튜워드의 차별화된 돌봄 서비스로 삶의 질을 높이세요!

스튜워드 호스피스케어는 말기 질환으로 인해 삶의 마지막 단계를 경험하고 있는 사람의 신체적, 정서적, 사회적, 영적인 어려움을 경감하고, 고통을 완화하고, 간병인과 환자의 가족에게 지원적 치료를 제공하기 위해 고안된 총체적인 돌봄 전문기관입니다.

서비스 부문

- 의사 / 의료 방향
- 숙련된 간호
- 물리 / 작업 치료
- 자원봉사자
- 가정간호보조사
- 구급차
- 단기 입원
- 언어치료
- 사별 상담
- 교제

호스피스 입원의 일반적 진단

- 암 / 뇌출혈 / 간질환
- 알츠하이머 / 치매
- 심장병 / 울혈성 심부전증
- 신장 질환 / 관절기능 상실
- 폐질환 / 만성폐쇄성폐질환
- 다발성 경화증
- 근이영양증
- 중증근무력증
- 루게릭 / 파킨슨
- 에이즈 / HIV

서비스 제공 지역

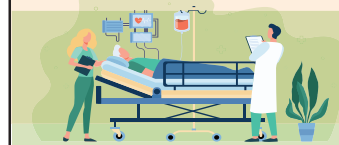
로스 앤젤레스 카운티
오렌지 카운티
리버사이드 카운티
샌버나디노 카운티

사용 가능한 언어

영어, 한국어, 스페인어,
중국어, 타갈로그어
특정 언어로 통역 필요시
비용 부담없이 통역가 연결

승인된 지불 방법

메디케어 / 메디칼
근로자 재해보험
개인 보험 / 개인 부담
선택적 HMO



스튜워드
호스피스 케어

16446 Woodruff Ave. Suite C Bellflower, CA 90706
stewardhospicecare@yahoo.com
www.StewardHospiceCare.com

한국인
담당

Faith Kim 페이스 김
(714) 469-5720

월-금: 오전 9시-오후 5:30



O.C. 가든그로브 한인타운 맛집 가이드

문의 (714) 530-6001

 한국일보
THE KOREA TIMES

항아리 칼국수 의전통

- * 항아리칼국수 * 동치미국수
- * 찐만두 * 콩국수
- * 모밀쟁반국수 * 장터국수

714-537-0100

9916 Garden Grove Blvd. Garden Grove, CA 92844

모든 음식이 맛있는 한식 맛집!

개나리 본가

Gaenali Bon Ga

양념계장
포장판대 합니다.

(714) 591-5338 | 월-토요일 10am-9pm
8757 Garden Grove Blvd, Garden Grove, CA 92844

HAN NAM UDON & SUSHI

한남 우동 & 스시

캐더링, 투고 오더 환영합니다.

714.539.5343

12942 Galway St. #A, Garden Grove, CA 92841

kajusofttofu.net

@kajutofu
@kajutofu
@kajusofttofu

가주순두부

가든 그로브	부에나 파크	어바인
(714) 636-2849	(714) 522-1144	(949) 262-0261
8895 Garden Grove Bl, Garden Grove, CA 92844	7232 Orangethorpe Ave. Buena Park, CA 90621	14370 Culver Dr, Irvine, CA 92604

HANURI KOREAN RESTAURANT

한우리

714.534.9494

12942 Galway St. #B & C,
Garden Grove, CA 92841

KKOMA CHICKEN

꼬마치킨

KOREAN STREET FOOD

MENU

(657) 251-0387

아리랑마켓 푸트코트 (Inside Arirang Supermarket)
9580 Garden Grove Blvd Ste 203, Garden Grove, CA 92844

O.C.한미 시니어 센터 프로그램 안내

복지 상담 및 서비스

- 소셜, 아파트, 메디컬, 이민 상담 - 매주 월, 수, 금 오전 9시부터 오후 3시(해리 임 상담가)
- 무료 푸드 배급
 - 매주 화요일 오전 8시~10시
 - 매월 마지막 수요일 오전 9시~10시

배움 강좌

- ▲ 영어 회화 문법 - 매주 월요일, 금요일 오전 9시 30분 부터 11시 30분 최정규 강사
- ▲ 핸드폰 강좌 - 매주 수요일 오전 9시 30분 부터 11시 30분 Peter 신 강사
- ▲ 아크릴 칼러 스케치 - 매주 화요일 오전 9시 30분 부터 11시 30분 태미 고 강사
- ▲ 라인 댄스 - 매주 목요일 오후 1시 부터 2시 이명순 강사
- ▲ 힐링 가요 교실 - 매주 화요일 오후 2시~4시30분
 - 매주 토요일 오전 11시 부터 오후 2시 양현숙 단장

무료 셔틀 서비스 스케줄

- 시니어 센터 (출발 오전 8시 15분, 10시, 11시 30분, 월-금요일)
 - 산타아나, 수정, 경찰, 아카시 아 아파트
 - 아리랑 마켓
 - *북부노선 재개
 - 해리티지팍/길벗팍, 미라클테라스, 도라도, 카사 산타 마리아, 한남체인, 시온마켓
- 시니어 센터 (실비치 출발 오전 10시 30분 목, 금)
 - 실비치, 아리랑마켓(G.G.), 실비치 (목)
 - 실비치, 시온 마켓, 한남 체인, 실비치 등 운영 (금)

사무실 임대

사무실 1 : 255 sqft (월 900 불)
사무실 2 : 187 sqft (월 700 불)

- 한미 시니어 센터 2층,
유틸리티 포함



O.C. 한미 시니어 센터

KASA OF O.C.

복 지
EXPAND

배 움
CLASSES

다문화
MULTI
CULTURE

봉 사
EVENT

배 급
FOOD

교 통
MOBILITY
BUS

한미 시니어 센터 : 9884 Garden Grove Blvd., Garden Grove., CA 92844 | (714) 530-6705

시니어센터 회원 가입 (55세 이상)을 환영합니다.

더 바른 홍삼 THE BARUN RED GINSENG



· 농협 홍삼 농축액 ·
엄선된 강원도 6년근 홍삼을
달여 추출한 100% 홍삼 농축액



· 6년근 홍삼순액골드 ·
최고 품질의 강원도 6년근 홍삼을
오랜시간 달여 만든 홍삼 음료



· 진생베리 앰플 ·
21세기 볼로초 인삼열매
추출 고사포닌 농축액



· 명품 공본단 골드 ·
공진단 비방으로 (주)경주생약이 제작한
프리미엄 침향 공진단

"다양한 홍삼 제품 및 최고 약재 도시 제천시
천연 한방약재 제품 판매!

매장 방문을 통해 다양한 건강 제품을 만나 보세요."

시니어 보험 OTC 취급 전문



다양한 시니어 메디케어 보험 OTC 카드 취급

Clever Care, Anthem 등 Nations Benefits에
가입된 모든 시니어 보험 및 Astiva 외 다수

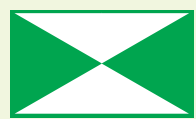
찾아오시는 길



가든그로브 대로에서 '한미은행'이 보이면 한미프라자
안쪽으로 들어와 'US Metro Bank' 왼편에 위치

9852 Garden Grove Blvd, Garden Grove

☎ 대표전화 657-735-8688



주간한국/기/획/광/고

광고문의 (323)692-2100

정성과 최선을 다하는
금강안경 검안의 -
미셸 김 *Michelle Kim O.D.*



LA점 (로데오갤러리) 213.384.1001 · GG점 (마트몰내) 714.530.1001 *일요일은 쉽니다

유니
굿 프렌드 보험
INSURANCE SERVICES



t 213.388.7979

자체 기공소를 보유, 가장 저렴한
임플란트 전문병원

보험혜택 골드 임플란트
Anthem (PPO)
Clever Care, Aetna
이외에 **모든 PPO** 받습니다.
Any Insurance Reimbursement
plan accept.
Reimbursement 가능합니다.
*가든그로브 본점 및
Cerritos 지점 Only

4U 포유치과

OC 24시간예약 714.590.2828	Cerritos 24시간예약 714.248.2206	LA 24시간예약 213.389.2828
---------------------------	---------------------------------	---------------------------

27년
경력
각종
보험
취급

[鍼] 신비의 침술
東醫漢醫院
Dong-Ui Chinese Clinic
(213)558-2020
1832 Crenshaw Bl. L.A., CA 90019
www.Donguiclinic.com



한의원 李英

메디케어에 관한 모든것

꼭 부러지고 친절한 **켈리 송!**
모든것을 **무료**로 도와드립니다. 가입으로
끝나는것이 아닌 모든 혜택을 하나하나
찾아서 끝까지 도움받는 것이 중요합니다.
지금 바로 **전화**주세요!

- 65세가 되시는 분
- 여러 만성질환이 있으신 분
- 처방약 혜택 체크
- 직장보험에서 나오신 분
- 타 주, 타 카운티에서 오신 분

켈리(희정) 송 (213) 999.6135 (714) 356.4664
CA Lic. #OK39883 | To Speak with a Licensed Agent

Brad Lee, A Professional Law Corporation

자동차 교통사고, 보행자, 낙상, 사망사고,
상해법, 상법, 부동산법, 접근금지(TRO)
전문 변호사가 한국어로 직접 상담,
해결해 최대 보상금을 약속 드립니다.
부동산 브로커 면허 BRE975409

브래드 리 (이학) 변호사 그룹
213-384-2448
3600 Wilshire Blvd, Suite 2210, Los Angeles, CA 90010
Brad Lee, Esq.



LG Life's Good

4계절 청정 냉난방
LG 에어컨
미주총판-쿨마트
213.382.7400
1801 W. Pico Bl, Los Angeles, CA 90006



시니어메디칼 무료신청

2025년 시니어 메디칼
자산제한 폐지!!
*65세 이상 보유재산 규정 없애!!
*인컴 조건만으로 메디칼 신청 가능

인컴 높아도 멘탈 또는 PPO플랜 지불
수입감산으로 풀 메디칼 자격 가능
예) \$2,400(부부 오버된 인컴) - \$150
(월 PPO 플랜 & 멘탈 플랜 가입)
= \$2,250(메디칼 자격 승인)

KCSS시니어서비스 323.628.5376
Korean Community Senior Services

“융자외길 35년”
브라이언 주 융자
213.219.9988



LeeWay FUNDING
NMLS #335934

시니어 건강보험 무료 상담

- 1960년생 65세 되시는 분
- 직장보험에서 떠나시는 분
- 타주/카운티에서 이사하시는 분
- 파트 A나 B를 늦게 받으신 분

Lic. 0192211
문의 **213.700.8150** **허만진**



H매거진 특별기획

한인사회와 함께하는 우수업체

집 용자는 저희가 제일 잘 합니다!
‘마지막’ 재용자 기회!

처음 약속한 것은 용자가 끝날 때까지 변하지 않습니다

용자 CENTRAL FINANCIAL GROUP INC
나라 (213) 388-5600

조선갈비
Chosun Galbee Restaurant
한결같은 맛과 정성으로
모시겠습니다!

대형교통사고 전문
이제영 변호사
무료 상담 문의
213-380-0777

간기능 회복에 탁월한 효과!

충북제천에서 온
동강청정 **다슬기**

건강식품 —
장수만세 213.559.7800

나는 **임영웅**! 너는 **BTS**!
자녀와 함께 즐기는
MUSIC PLAZA
온라인 주문
musicplaza.com

여기요
Premium Korean Restaurant
☎ 213) 378 0333
📍 3450 W 6th st #105, LA, CA 90020

대복정
DAE BOK JUNG
대복정 전통의 손맛은 그대로!
넓은 무료주차장 단체석 완비 스포츠 중계
213.386.6660

YAMA
Sushi Marketplace
(323) 795-0003
3178 W. Olympic Blvd., LA, CA 90006

황인용 심장 / 혈관 내과
Inyong Hwang, M.D. FACC, RPVI, ABVM
www.HeartDoctorLA.com
T. 213-528-1111

www.centurydayandnightspa.com
미주유일 골프연습장, 수영장, 스파, 찜질방, 식당,
헬스클럽을 한 번에 즐길 수 있는
센추리 스파
올림픽과 크렌셔
323-954-1020

Kheir Clinic
이웃케어클리닉
Clínica Kheir
213-235-2800
3671 W. 6th St. Ste A, Los Angeles
CA 90020
(6가와 킹슬리 형제갈비 건너편)

해장춘추구이
haejangchon.com
무제한 구이 전문
해장국 · 양푼 열무비빔밥 · 쌈밥
3821 W 6th St, L.A., CA 90020 ※화요일은 쉽니다
월·수·목·일 11AM~12PM 금·토 11AM~2AM

정성과 최선을 다하는
금강안경 검안의 -
미셸 김
Michelle Kim O.D.
금강안경 검안과
LA점: 213.384.1001 / OC점: 714.530.1001

MW
중앙양로병원
MID-WILSHIRE HEALTH CARE CENTER
20년 넘게 한인 커뮤니티를 위해 일하고 있습니다.
Admissions Coordinator Director of Social Services
E-mail: tinah@midwilshirehcc.com
Cell: (213) 483-9921 Fax: (213) 483-3606
676 S. Bonnie Brea St. Los Angeles, CA 90057

무엇이든
함께 하면 **기쁨**입니다
세상 어디에도 없는
친구
UNI & good friend
INSURANCE SERVICES
유니 굿프렌드 보험

비타민 D 보충제 먹어야 하나... “만병통치약 아니다”

워싱턴포스트(WP) 전문의에게 듣는다

상당수는 음식과 햇빛 통해 충분히 섭취하고 있어
버섯·연어 등 식품과 15분 이상 햇빛 쬐기 도움
75세 이상 및 골다공증·크론병 등은 보충제 필요

워싱턴포스트(WP) 객원 칼럼니스트이자 하버드 의대 교수로 브리검 앤 워민스 병원 예방의학과장을 맡고 있는 조앤 E. 맨스 박사가 비타민 D의 효능에 대한 이야기를 자주 듣게 되면서, 나도 충분히 섭취하고 있는지 걱정이 된다. 보충제를 꼭 먹어야 할까?라는 질문에 대해 다음과 같이 설명했다.

나는 수십 년간 비타민 D를 연구해 왔다. 대부분의 사람들은 식단, 강화 식품, 햇빛을 통해 충분한 비타민 D를 섭취하고 있다. 건강한 대부분의 성인은 굳이 비타민 D 보충제에 돈을 쓸 필요가 없다. 우리는 소량에서 중간 정도의 비타민 D만 필요하며, 더 많이 먹는다고 더 좋은 것도 아니다.

그렇다면 아무도 보충제가 필요 없다는 말일까? 꼭 그렇지 않다. 일부 집단은 추가적인 비타민 D 복용이 도움이 된다. 여기에는 75세 이상 노인, 골다공증 치료 중인 사람, 크론병 같은 질환을 가진 사람 등이 포함된다. 모유 수유 중인 아기에게도 보충이 권장된다.

이 사실은 다소 놀라울 수 있다. 수년간 사람들은 비타민 D를 만병통치약처럼 여겨왔다. 암, 심혈관 질환, 당뇨병, 골절 등 다양한 만성 질환의 위험을 낮춘다고 믿어왔기 때문이다. 하지만 지난 10여 년 동안 진행된 대규모 무작위 임상시험들은 비타민 D가 기대만큼 만능 해결책은 아니라는 사실을 보여주었다.

결론적으로, 대부분의 미국인은 이미 식단과 햇빛을 통해 충분한 비타민 D를 섭취하고 있다.

■비타민 D가 심장병과 암을 예방할 수 있나

비타민 D에 대한 인식 변화는 많은 사람들을 혼란스럽게 만들었다. 이를 이해하려면 관찰 연구와 무작위 임상시험의 차이를 먼저 알아야 한다. 관찰 연구는 말 그대로 사람들의 행동을 관찰하고 데이터를 분석하는 것이고, 무작위 시험은 사람들에게 실험적으로 약을 투여하거나 위약을 주는 등 조건을 조작해가며 효과를 측정하는 방식이다.

과거의 관찰 연구들은 비타민 D 수치와 만성 질환 위험 사이의 연관성을 보여주었지만, 이는 인과관계를 증명할 수 없고 다른 요인 때문일 수도 있었다.

2009년, 나와 동료들은 이 공백을 메우기 위해 연구를 시작했다. 비타민 D 보충제가 심장병, 뇌졸중, 암을 예방할 수 있는지를 보다 명확히 밝히기 위한 전국적 무작위 임상시험인 VITAL 연구가 그것이다.

이 연구는 약 2만 6천 명의 성인을 모집해 5년간 추적 관찰했고, 참가자들은 하루 2,000 IU의 비타민 D 또는 위약을 복용하게 했다. 누가 어떤 것을 복용하는지는 본인도 몰랐다.

2019년에 발표된 초기 결과에 따르면, 심혈관 질환이나 암의 발생률에 통계적으로 유의미한 감소는 없



(삽화: 워싱턴포스트)

었다. 다른 무작위 시험들에서도 이들 질환에 대해 비타민 D 보충제의 명확한 이점은 발견되지 않았다. 예를 들어, 우리는 8만 3천 명 이상이 참여한 21건의 임상시험을 분석한 메타분석을 수행했는데, 이 중 어느 시험에서도 심혈관에 대한 이점은 나타나지 않았다.

우리는 이어서 VITAL 데이터를 바탕으로 여러 연구를 더 진행했고, 그 결과 비타민 D 보충제가 인지 저하, 우울증, 호흡기 질환, 제2형 당뇨병, 황반변성, 심방세동 등 다양한 건강 문제의 위험을 낮추지 않는다는 사실을 확인했다. 한편 2022년 발표된 보고서에서는 비타민 D가 골절 발생률을 낮추지 못한다는 결과도 나왔다. 골절 예방은 그동안 비타민 D의 대표적 이점으로 여겨져 왔던 부분이다.

■몇 가지 유망한 결과들

즉, 비타민 D는 만병통치약이 아니다. 하지만 네 가지 주요 영역에서는 잠재적 가능성을 보여주었다.

올해 5월, 우리는 VITAL 연구에서 하루 2,000 IU의 비타민 D 보충제가 텔로미어 길이 감소를 막는 데 도움이 되는 것처럼 보인다는 연구

결과를 발표했다. 텔로미어는 염색체 끝을 보호해 DNA 손상을 방지하는 구조로, 그 길이는 노화 관련 질환의 위험과 연관되어 있다. 이 결과는 비타민 D가 노화 관련 생물학적 경로에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 시사한다.

또 다른 연구에서는 비타민 D가 염증의 지표인 C-반응성 단백질(CRP)의 수치를 낮춘다는 사실을 발견했다. 우리는 이러한 항염 작용이 비타민 D가 텔로미어 감소를 방지하고 류머티즘 관절염이나 건선과 같은 자가면역 질환의 위험을 낮춘 배경일 수 있다고 본다. 이들 질환은 염증과 깊은 관련이 있다.

실제로 비타민 D는 자가면역 질환의 발생 위험을 약 22% 낮췄으며, 2년 이상 꾸준히 복용한 경우 효과가 더 컸다. 또한 진행성(전이성 혹은 치명적인) 암의 발생률도 위약군보다 17% 낮았다. 단, 그 외의 일반 암 발생률은 유의미하게 낮아지지 않았다. 이러한 결과들은 고무적이지만, 임상 지침을 바꾸기엔 아직 추가 연구가 필요하다.

■비타민 D 검사를 받아야 할까

비타민 D 결핍 위험이 높은 집단

에 속한다면, 보충제 복용과 혈중 비타민 D 수치 검사를 의사와 상의해 보는 것이 좋다. 여기에는 식사량이 적고 햇빛 노출이 부족한 요양원 거주자, 심한 유당불내증 등 특정 식이 제한이 있는 사람, 크론병이나 셀리악병 같은 흡수 장애 질환을 가진 사람, 골다공증 또는 기타 뼈 관련 질환 치료 중인 사람이 포함된다.

또한 75세 이상 성인은 건강 상태와 무관하게 보충제의 혜택을 볼 수 있다. 이는 나이가 들수록 장의 흡수율과 피부에서의 비타민 D 합성이 떨어지기 때문이다. 일부 전문가 단체는 모유 수유 중인 영아와 임산부에게도 비타민 D 보충을 권장한다.

그 외에 특별한 문제가 없다면 비타민 D 검사는 돈 낭비일 수 있다. 미국 예방서비스특별위원회(USPSTF)는 정기 검사가 건강에 긍정적인 영향을 준다는 충분한 근거가 없다고 판단했다. 결핍 기준치와 권장 혈중 수치는 기관이나 국가, 검사마다 다르기 때문에 검사 자체의 유용성에도 의문이 제기된다. 예를 들어 미국 의학한림원은 20ng/ml 이상을 적정 수치로 보지만, 일부 기관은 더 높은 수치를 권장하기도 한다.

■비타민 D 섭취량을 늘리려면

고위험군은 아니지만 여전히 비타민 D가 부족할까 걱정된다면, 간단한 생활습관 변화로 섭취를 늘릴 수 있다.

미국 의학한림원은 70세 이하 성인에게 하루 600 IU, 70세 초과 성인에게는 800 IU의 비타민 D 섭취를 권장한다. 미국에서는 우유, 시리얼, 오렌지 주스 등 다양한 식품에 비타민 D가 강화되어 있다. 이는 특히 성장기 아이들에게 도움이 되며, 비타민 D 결핍으로 생기는 구루병은 이런 강화 식품과 보충제 덕분에 거의 사라졌다.

(By JoAnn E. Manson, MD)

한국일보 - The Washington Post 특약

지긋지긋한 모든 통증

류마티스 관절염, 요통

척추간 협착증, 오십견

수술·진통제 없이 치료합니다!



Tel. (213) 503-3304 (산삼공사)

809 S. Hobart Blvd. L.A., CA 90005 (진료시간 월-토 09:30am-06:30pm) / www.sansamsale.com

신비의 병약

산삼 금옥단

최상급 야생 산삼과 순금을 가미한 손으로 직접 만든 100% 한방 생약

효능

- 알콜성 간질환 / 간 기능 저하
- 여성 부인병 / 갱년기 증후군
- 만성 피로
- 중풍, 대상포진, 대수술 등 큰 병 등으로 쇠약해졌을때
- 남성의 정력 부족과 여성의 성기능 감퇴
- 노화로 인해 체력과 면역력, 기억력이 저하된 노인

족발, 보쌈 원조! 장충동의 그 맛

장충 평안도 족발

**11시까지
연장영업**

소주/맥주/막걸리 스페셜
~~\$12.99~~ → \$8.99



장충족발 Jokbal

S \$45.49

L \$59.49

장충보쌈 Bossam

S \$40.49 L \$58.49



냉채족발

\$45.49



돼지국밥

~~\$18.99~~ → \$12.99



런치 스페셜

투고시 \$1 추가
M~F: 11:00am ~ 3:00pm

족발 정식

~~\$21.49~~

보쌈 정식

\$19.99

돼지불고기 정식



*투고 환영/배달 가능 (\$50 이상 주문 시 배달비 \$4 Discount)

예약
문의

213.385.3535 / 213.386.3535

• 월~일 11:00am ~ 11:00pm

2716 W. Olympic Blvd. #104 L.A., CA 90006



해산물을 충분히 먹고 있나?... 건강에 좋은 이유

워싱턴포스트 건강·의학 칼럼

대부분의 사람들은 이 중요한 식이 요법 조언을 따르지 않고 있다. 당신은 어떤가? 해산물은 비타민, 미네랄, 단백질이 풍부하고, 우리 몸에 꼭 필요하지만 스스로는 만들어내지 못하는 오메가-3 지방산의 훌륭한 공급원이다. 연구에 따르면 생선을 섭취하는 것은 뇌, 눈, 심혈관 건강에 좋다고 한다. 보건 당국은 성인이 매주 최소 두 번, 약 8온스 정도의 생선을 먹을 것을 권장하고 있다. 하지만 미국 성인의 90%는 해산물 섭취량이 너무 적어서 이 권장량을 채우지 못한다. 이는 전혀 놀라운 일이 아니다.

영양학자들에 따르면 많은 사람들이 해산물 섭취의 건강상 이점을 잘 모르거나, 상업적 어업의 환경적 영향이나 지속 가능성에 대한 우려를 가지고 있기 때문이다. 또 어떤 사람들은 바다 전체에 퍼져 있는 신경독소인 수은이 생선에 축적되는 것에 대해 걱정하기도 하고, 비용 문제를 걱정하는 경우도 있다.

해산물 선택지도 혼란스러울 수 있다. 새우부터 연어, 참치캔까지 종류가 워낙 다양한데, 도대체 어떤 것을 먹어야 할까? 전문가들에 따르면 가장 좋은 해산물은 다음 세 가지 기준을 충족하는 것이다: ▲수은 함량이 비교적 낮고 오메가-3 지방산이 풍부할 것 ▲지속 가능할 것 ▲접근성과 가격 면에서 부담이 적을 것. 다음은 가장 건강한 해산물 종류와, 피하거나 재고해야 할 해산물에 대한 정보다.

■해산물이 건강에 좋은 이유

생선은 EPA와 DHA라는 두 가지 오메가-3 지방산의 최고의 공급원 중 하나이다. 이 지방산들은 염증을 줄이고 뇌와 심장 건강을 촉진하는 것으로 알려져 있다.

메이요 클리닉의 공인 영양사 캐서린 제라츠키에 따르면, “이런 유형의 지방은 뇌, 눈, 중추신경계에 고농도로 존재한다. 우리는 이 지방산

을 필요로 하지만 우리 몸은 스스로 만들 수 없기 때문에 반드시 음식을 통해 섭취해야 한다”고 한다.

2020년, 90만 명 이상의 사람들을 최대 30년간 추적한 메타분석에 따르면 생선을 더 많이 섭취한 사람은 심장 질환에 걸릴 확률이 낮았고, 그 질환으로 사망할 확률도 낮았다.

또 다른 메타분석에서는 약 67만 명을 분석한 결과, 해산물을 가장 많이 먹은 사람들은 어떤 원인으로든 조기 사망할 확률이 더 낮았다. 평균적으로 하루에 생선 반인분(약 2 온스)을 섭취한 사람들은 조기 사망 확률이 12% 낮았다. 이러한 근거가 충분히 설득력이 있어서, 미국심장협회는 “매주 해산물 1~2회 섭취가 심장병, 뇌졸중, 급성 심장사 위험을 줄일 수 있다”고 밝히고 있다. 특히 해산물이 덜 건강한 식품을 대체할 경우 그 효과는 더욱 크다고 한다.

■해산물, 얼마나 먹어야 하나

보건 당국에 따르면 대부분의 어린이와 성인은 수은 함량이 낮은 해산물을 주당 최소 두 번 먹어야 한다. 다만 연령에 따라 1회 섭취량 기준은 다르다: ▲성인과 청소년: 조리된 생선 4온스 (카드 한 벌 크기 정도) ▲1~3세 아동: 1온스

▲4~7세 아동: 2온스 ▲8~10세 아동: 3온스.



〈이미지투데이〉

오메가-3 지방산 EPA와 DHA의 최고의 공급원 수은 함량 낮은 해산물 주당 최소 2회 섭취 청새치 등 수은 함량 매우 높은 생선 피해야

임신 중이거나 모유 수유 중인 경우는 약간 다르다. 이들은 주당 2~3회 수은 함량이 낮은 해산물을 섭취할 것을 권장받는데, 이는 생선 속의 오메가-3 지방, 요오드, 콜린, 철분 등이 아기의 뇌, 척수, 면역 체계 발달에 도움이 되기 때문이다.

■가장 건강한 해산물 종류는

영양사와 환경 전문가들이 추천하는 최고의 해산물은 다음과 같다.

▲연어

야생 연어와 양식 연어 모두 오메가-3 함량이 높고, 수은과 폴리염화바이페닐(PCB) 등의 독소는 비교적 적다. 영양 면에서 둘 다 좋은 선택이다. 양식 연어는 야생 연어보다 가격이 저렴한 경우가 많다. 그러나 단점도 있다. 오메가-3와 수은 함량이 먹이 종류에 따라 큰 차이를 보일 수 있으며, 일부 양식 방식은 환경에

해로울 수 있다.

그래도 양식 연어도 좋은 선택일 수 있지만, 대부분의 경우 야생 연어가 더 낫다. 천연자원보호위원회의 커뮤니티 과학 디렉터 소냐 린더는 “야생 연어는 좋은 지방이 풍부하고, 수은이 적으며, 지속 가능하다는 점에서 삼박자를 갖춘 최고의 선택”이라고 말한다.

비용 부담이 있다면, 통조림 야생 연어나 냉동 야생 연어 버거, 필레 등을 마트 냉동 코너에서 찾아보자. 크림 연어 파스타나 렌틸 연어 샐러드처럼 간단하고 맛있는 레시피에 활용하면 좋다.

▲정어리, 멸치, 대서양 고등어

이러한 작은 생선들은 여러모로 훌륭한 선택이다. 먹이사슬 하위에 위치해 수은과 독소가 적고, 단백질과 오메가-3 지방산이 풍부하다. 또

한 번식력이 커서 지속 가능성 면에서도 유리하다.

▲무지개송어

무지개송어 1인분에는 비타민 D와 B12가 하루 권장량 이상 들어 있으며, 오메가-3, 단백질, 미네랄도 풍부하다. 맛이 순하고 다양한 요리에 활용하기 좋다. 환경적으로도 좋은 선택이다. 가격도 비교적 저렴하다. 통조림이나 냉동 무지개송어 필레를 마트에서 쉽게 구할 수 있다. ‘스틸헤드’라는 종류는 연어와 맛과 식감이 비슷하면서 가격은 더 저렴한 편이다.

▲홍합

홍합은 해산물계의 숨은 보석이다. 단백질, 오메가-3, 철분, 아연, 비타민 B12가 풍부하고, 수은 함량은 매우 낮다. 일반적으로 1파운드에 5~10달러 정도로 살 수 있으며, 대부분의 홍합은 양식으로 지속 가능하게 생산된다. 조리도 간편하다.

▲굴

굴은 오메가-3, 각종 비타민과 미네랄이 풍부하고 수은은 거의 없다. 미국에서 소비되는 굴의 대부분은 환경에 도움이 되는 방식으로 양식되고 있다. 단, 날것으로 먹을 경우 유해 박테리아가 있을 수 있으니 익혀서 먹는 것이 좋다.

▲다시 생각해볼 해산물: 새우, 틸라피아, 메기

이 세 가지는 미국에서 가장 인기 있는 해산물이다. 수은과 독소는 적지만, 오메가-3 지방산 함량은 다른 해산물에 비해 낮다. 린더에 따르면, 임신부가 오메가-3를 충분히 섭취하려면 새우, 틸라피아, 메기를 주당 15~20회 먹어야 한다. 물론 이 해산물들도 영양가 있고 단백질 공급원으로 좋지만, 연어나 정어리 같은 종류에 비해서는 떨어진다.

〈By Anahad O' Connor〉

한국일보 - The Washington Post 특약

배달사고없는 한국일보 전자신문

“ 핸드폰으로, 컴퓨터로, TV로, 어디서든 편하게 !! ”



1

온라인 배달신문
핸드폰으로,
컴퓨터로, 태블릿으로
한국TV
셋탑박스로

2

타주 로컬신문
LA, NY, 워싱턴D.C, SF
매일 편안하게
기사, 광고 등 종이신문
그대로 보세요

3

웹사이트
koreatimes.com
전자신문
구독신청

● 전자신문구독시 특별 보너스 증정

2년 구독 (\$200) 마켓 20불 상품권

1년 구독 (\$100) 스타박스10불 e쿠폰



www.koreatimes.com 구독문의 (323) 692-2121 | 광고문의 (323) 692-2100

boilerkfood.com


BOILER
 3 DAYS AGED MEAT 설령탕

보일러 설령탕은 몸에 해로운 기름을 모두 제거하고, 소뼈로만 국물을 우려내어 잡내가 나지 않습니다. 가장 한국적인 맛을 담은 깨끗한 설령탕입니다.



소주/막걸리/맥주
하루종일

\$7.99

3일동안 정성을 담아 끓인

보일러 설령탕

국물이 끝내줘요~

평일 런치스페셜 3메뉴 (9AM ~ 2PM)



양지설령탕
\$12.99



우대갈비육계장
\$15.99



양지순두부설령탕
\$15.99

인기 메뉴



도가니탕



우대갈비설령탕



양지떡갈비콤보



모듬수육
도가니, 양지, 우대갈비



치즈매운등갈비찜



보일러전골
칼칼한 고향의 전골맛! 곱창, 순대, 우대갈비



소갈비찜



우대갈비찜

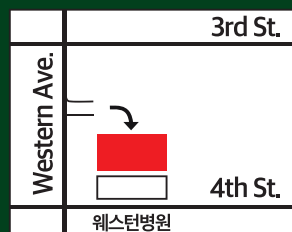


떡갈비

(213)263-9356

338 S. Western Ave., #D, E, Los Angeles, CA 90020

월 - 금 9AM - 9PM | 토요일 7AM - 9PM



토요일 모닝 스페셜
7AM - 11:30AM

몰내 무료 파킹

깊은 러프에서의 웨지 샷... 짝어야 하나 쓸어야 하나

이동환의 My Memorable Shots

볼라이부터 확인... 볼 뒤에 헤드 대는 것도 방법
30야드 이내에선 타법과 폴로스루 느낌만 차이
볼이 약간 떠있으면 쓸어 치는 느낌으로 폴로스루
볼이 깊이 잠겨있으면 짝어 치는 느낌으로 마무리

그린 주변 풀이 긴 러프에 놓인 볼을 처리하는 건 굉장히 까다롭다. 풀의 길이나 볼이 잠겨 있는 정도에 따라 거리 예측이 어렵기 때문이다. 투어 선수들이 깊은 러프보다 차라리 벙커에 빠지는 게 훨씬 낫다고 이야기하는 이유다.

많은 골퍼들이 러프에서 샷을 할 때 특히 궁금해 하는 것은 짝어 쳐야 하는지, 쓸어 쳐야 하는지 하는 부분이다. 짝어 치면 아무래도 볼이 좀 더 강하게 나갈까 걱정이 되고, 그렇다고 쓸어 치자니 헤드가 풀에 잡힐 것 같은 생각이 든다.

▲볼이 완전히 잠겼다면 짝어 친다
러프에서 볼을 어떻게 칠 것인지

계산할 때는 먼저 볼의 라인을 확인하는 게 필수다. 볼이 놓인 상태를 파악하는 첫 번째 방법은 육안으로 보는 것이다. 볼이 풀 위에 떠 있는지, 반쯤 잠겨 있는지, 완전히 가라앉아 있는지 살펴본다.

좀 더 확실하고 직접적인 방법은 볼 뒤쪽에 클럽헤드를 대보는 것이다. 볼 뒤 약 5cm 지점에 클럽헤드를 살짝 내렸을 때 볼이 꼼짝도 하지 않는다면 풀 속 깊이 잠겨 있을 가능성이 크다. 이런 경우 짝어 치는 샷을 구사해야 어느 정도 거리를 맞추기가 수월하다. 반대로 볼이 미세하게 흔들린다면 완전히 가라앉지는 않은 것으로 보면 된다. 이때는 쓸어



풀의 중간 부분에 떠 있는 볼은 임팩트 이후 클럽헤드가 잘 빠져나가기 때문에 쓸어 치는 느낌으로 폴로스루와 피니시까지 가져간다.

쳐도 볼이 쉽게 빠져 나간다. 다만, 볼의 위치가 바뀌지 않게 조심해야 한다. 골프 규칙에 따르면 볼이 까딱 흔들려 원위치에 오면 문제가 없지만 볼이 움직여 위치가 달라지면 1벌타를 받게 된다.



볼이 깊이 가라앉아 있는 경우에는 저항을 이겨내려고 하기보다는 짝어 치는 듯한 느낌으로 마무리한다.

▲저항 따라 피니시 다르게

약 30야드 이내 러프에서의 스윙은 짝어 칠 때와 쓸어 칠 때가 크게 다르지 않다. 임팩트 구간의 타법과 폴로스루의 느낌에서 약간 차이가 있을 뿐이다. 볼을 스탠스의 가운데

보다 약간 오른쪽 쪽으로 위치시킨다. 이는 두 가지 방법의 스윙 모두 다운 블로 조건을 갖추고 있다는 의미다. 셋업이나 백스윙, 그리고 다운스윙 초기 단계까지는 똑같이 한다고 생각해도 무방하다.

볼이 잠긴 정도에 따라 약간의 차이가 있는 건 타법이다. 러프에서는 헤드에 걸리는 풀의 저항이 있다. 그 저항의 정도에 따라 '쓸어 치는 듯한' 느낌과 '짝어 치는 듯한' 느낌으로 볼을 가격해야 한다. 볼이 떠 있거나 약간 잠겨 있을 때는 풀의 저항이 그리 크지 않다. 풀의 중간 부분에 떠 있는 볼은 임팩트 이후 클럽헤드가 잘 빠져나가기 때문에 쓸어 치는 느낌으로 폴로스루와 피니시까지 가져가 주면 된다. 이 경우 백스윙과 피니시가 대칭을 이룬다.

볼이 깊이 가라앉아 있는 경우에는 볼이 잔디의 뿌리 부분에 가깝게 놓여 있기 때문에 저항이 클 것이다. 이 저항을 이겨내려고 하기보다는 임팩트 직후 감속이 되기 때문에 짝어 친 듯한 느낌으로 마무리한다. 폴로스루는 자연스럽게 짧게 끝나고 피니시는 생략된다.

스윙을 만들기 위해서 연습장에서 클럽을 휘두르며 연습을 하고 있는데 어떤 점에 주의하면 좋을지 잘 모르겠다. 단순히 휘두르기만 해서는 효과가 없을 것 같다. 코스에 나가게 되면 타구방향이 일정하지 않고 스코어도 편차가 심한 편이다. 일정한 구질을 가질 수 있으려면 어떤 점에 주의하여 스윙을 만드는 것이 좋을지

먼저 그림이나 몸의 회전에서 중요한데 백스윙 시 클럽의 탑스윙을 중점적으로 관찰해 보는 것이 좋다. 기본적으로 탑 스윙의 상태에서는 사

전익환 프로의 골프교실

일정한 구질의 스윙

프트가 지면은 물론 비행선과 평행하게 되도록 스윙을 만들어야 한다. 클럽의 끝이 목표방향의 오른쪽을 가리키고 있거나 왼쪽을 가리키고 있으면 자신이 보내고자 하는 비행선대로 스윙을 할 수 없다.

이런 상태에서 비행선에 맞추어 공을 치려고 하면 다운 스윙에서 불필요한 움직임이 많아지고 이것이 습관이



들이 멋대로 움직여서는 안된다.

특히 드라이버 샷의 경우 탑 스윙에서 왼손 등과 오른팔이 만드는 각도는 30~40도 정도가 이상적이다. 이 각도가 너무 예각이 되면 클럽페이스는 오픈이 되어 슬라이스를

되면 좋지 않은 것들이 부각되기 시작한다. 올바른 탑 스윙을 하기 위해서는 백 스윙에서 몸을 충분히 회전해야 하며 손목

유발하게 된다. 또한 왼손 등이 손바닥 쪽으로 꺾여 있으면 볼이 왼쪽으로 크게 휘어질 원인이 된다. 또 일관성이 있는 정확한 자세 정렬은 볼을 일직선으로 때려내는데 있어 아주 중요한 요소이다.

볼을 똑바로 때리려면 임팩트 때 클럽페이스를 타겟에 대해 직각으로 가져 가야한다. 클럽을 이러한 상태로 가져갈 수 있는 기회를 최대한 높이려면 어드레스 때 클럽페이스를 직각 상태로 위치시키고 스윙을 시작할 필요가 있다.

표적선을 바라보면서 그 선상에

서 클럽페이스의 앞쪽 몇 미터 지점에서 지면에 있는 눈에 띄는 표지를 이용하여 중간 타겟을 선정후 클럽을 지면에 내려놓고 클럽페이스로 그 중간 지점을 똑바로 겨냥한다. 이러한 정확한 위치에 맞추어 스탠스의 위치를 잡고, 어깨와 무릎,발끝이 모두 표적선에 완벽하게 평행을 이루도록 한다.

지면에 두개의 클럽을 내려놓고 하나는 발끝선을 따라 흐르도록 내려놓고 다른 하나는 표적선의 안쪽으로 평행하게 내려놓으면 자세 정렬에 도움이 된다

고객 만족도
1위 골프샵

세계 최정상 골프 브랜드
공인 딜러쉽을 모두 보유한
LA #1 골프샵 입니다

올림픽골프



POFF FOURTEEN PRGR YAMAHA M-USPORTS PAR72 R2G

SINCE 1983
OLYMPIC GOLF

최신 모델, 정품, 최저가격 보장 / www.olympusgolf.com

ONOFF / FOURTEEN / PRGR / YAMAHA / MU / CALLAWAY / TAYLOR MADE / TITLEIST / PING / COBRA / CLEVELAND / SRIXON / MIZUNO / HONMA / YONEX / M HONMA / L.A.B. GOLF / NIKE / ADIDAS / TORBIST / MALBON / G/FORE / CHERVO / J. LINDBERG

LA : 213.389.7007 | FULLERTON : 714.447.9997 | ROWLAND HEIGHTS : 626.964.5025 | DISTRIBUTION CENTER : 323.201.0880

BALLON BLANC

뜨거운 여름 태양에 지친 피부를 위한
수분 촉촉 발롱블랑

자극받은 피부에 청량감을 주는 수분 처방

www.ballonblancusa.com

What is Ballon Blanc?

발롱블랑의 첫 이야기는 어디서부터 시작됐을까요?

프랑스어로 **하얀 풍선**이라는 뜻을 가진 발롱블랑은
어떻게 하면 **순수한 시절**의 피부로 돌아갈 수 있을까라는
고민에서부터 시작되었습니다.
우리는 여러분의 피부에 **달는 순간까지** 고민하며
바른 해결책을 찾기 위해 지금도 노력합니다.

Our Identity

발롱블랑이 원하는 미래

우리는 여러분의 삶, 피부, 공간 그 모든 것에서 영감을 받았습니다.
라이프 스타일 속에서 좀 더 나은 감각으로 여러분의 일상생활을
채워줄 수 있는 뷰티 브랜드를 추구합니다.
그런 미래가 다가올 수 있도록.



속부터 채우는 촉촉함 가득
아쿠아 수분크림 87ML



지친 피부 진정을 위한
블랑 테라피 마스크팩 6종 세트



백탁 없고 간편한 저자극 쏘리 선쿠션
SPF50+ / PA++++



주름, 미백, 수분 하나로
멀티밤 10G



빠른 피부 진정



촉촉한 수분 보충



친환경 재료 사용



1년 간 가장 돈 많이 번 골프선수는… ‘1억200만달러’ 존 램

경제전문지 ‘포브스’ 발표
대회 상금 9,200만 달러
각종 후원 1,000만 달러

LIV 골프 이적료 등 포함
하루 수입만 약 28만 달러
세플러 9,700만 달러 2위
타이거 5,500만 달러 4위

존 램(스페인)이 골프 선수 연간 수입 1위에 올랐다. 지난 17일 경제 전문지 포브스가 최근 발표한 연간 골프 선수 수입 순위에 따르면 램은 최근 1년 사이에 1억200만 달러(약 1,407억 원)를 번 것으로 조사됐다. 하루에 약 28만 달러(3억8,000만 원)를 번 셈이다.

램은 대회 출전 등을 통해 9,200만 달러를 벌었고, 각종 후원으로 1,000만 달러 수입을 추가했다. 대회 관련 수입에는 램이 미국프로

골프(PGA) 투어를 떠나 LIV 골프로 옮긴 이적료 등이 포함됐다. 2024시즌부터 LIV 골프로 옮긴 램은 지난해 LIV 골프에서 두 차례 개인전 우승을 달성했다.

남자 골프 세계 랭킹 1위 스코티 셰플러(미국)는 9,700만 달러로 수입 부문에서는 2위에 올랐다. 대회 관련 수입 6,700만 달러, 각종 후원 수입 3,000만 달러를 기록했다. 셰플러는 지난해 PGA 투어에서 7승, 올해도 메이저 대회인 PGA 챔피언십을 포함해 3승을 거두는 등 경기력 면에서는 램을 압도했다. 로리 매길로이(북아일랜드)가 8,400만 달러로 3위, 타이거 우즈(미국)가 5,500만 달러로 4위에 올랐다. 5위는 5,000만 달러를 번 콜린 모리카와(미국)다.

상위 10위 안에는 LIV 골프 소속 선수가 4명 이름을 올렸다. 램 외에 호아킨 니만(칠레)이 4,900만 달러로 6위, 브라이언 디셈보(미국)가 4,500만 달러로 8위를 기록했고, 필 미컬슨(미국)이 4,000만 달러로 10위다. 아시아 국적 선수로는 마쓰야마 히데키(일본)가 4,200만 달러를 벌며 9위에 랭크됐다.



지난 1년 간 전 세계에서 가장 돈을 많이 번 프로 골프선수로 꼽힌 스페인의 존 램(왼쪽)이 이달 초 LIV 골프 버지니아 대회에서 브라이언 디셈보와 함께 걸으며 활짝 웃고 있다. <로이터>

‘그랜드슬램’ 이룬 매길로이… 남들 안가는 길 간다

미국 PGA 투어 대회에만 얹매이지 않고
내셔널 타이틀 이미 6개… 7개째 열망
인도 챔피언십 도전… “첫 방문 설레”

로리 매길로이(북아일랜드)가 지난 4월 매스터스 대회 우승으로 커리어 그랜드슬램 대업을 이룬 뒤 뭔가 방향을 바꾼 분위기다.

주 무대인 미국프로골프(PGA) 투어 대회에 얹매이지 않는 것 같다. 남들이 잘 안 가는 인도를 가고 호주도 가겠다고 밝혀 궁금증을 일으켰다.

PGA 투어 트래블러스 챔피언십에 출전해 코네티컷주 TPC 리버 하일랜드(파70)에서 대회 기자회견에 나선 매길로이는 의외의 대회

일정에 대한 질문을 받고 “내셔널 오픈 우승에 늘 열망이 있다”고 답했다. 국가명이 들어가는 대회에서 더 많이 우승해 내셔널 타이틀을 최대한 많이 보유하고 싶다는 것이다.

매길로이는 이미 내셔널 타이틀이 6개나 된다. US 오픈과 브리티시 오픈(디 오픈), 아이리시 오픈, 캐나다 오픈 등이다. US 오픈과 디 오픈은 메이저 대회이고 캐나다 오픈도 PGA 투어 대회다.

매길로이는 더 다양한 내셔널 오픈 우승을 원한다. 그래서 7개국째 내셔널 타이틀을 따내려 오는 10월16일 텔리GC에서 개막하는 인도 챔피언십에 간다.

매길로이는 “DP월드 투어(옛 유러피언 투어)가 그곳에서 새 대회를 연다고 하더라. 원년에 함께해달라고 요청을 받았고 나도 관심 있

던 차라 수락했다”며 “항상 인도에 가보고 싶다는 생각을 했었고 이번 대회 참가로 인도를 처음 방문하게 됐다”고 했다.

4대 메이저를 석권한 그랜드슬래머로서 월드 스타의 월드 투어 성격도 띤다. 매길로이는 “그린재킷(매스터스 우승자가 입는 옷)이 인도에 간 적은 없다고 하더라. 그런 면에서도 정말 멋진 일일 것”이라며 짝짖한 초청료 또한 결정에 한몫했다고 솔직하게 말했다.

2013년에 우승했던 호주 오픈은 내년까지 2년간 출전을 확정했다. 매길로이는 “여행을 좋아하고 새로운 곳에서 경기하는 것을 즐긴다. 호주도 안 간 지 10년이어서 매우 기대된다”며 “올해 개최지인 로열 멜버른과 내년 열릴 킹스턴 히스는 특히 좋아하는 곳”이라고 했다.



지난주 US 오픈에서 샷을 바라보고 있는 로리 매길로이. <로이터>

Jennifer Baik
CA Certified 치과위생사

Lisa Oshiro
CA Certified 치과위생사

Inhye Hwang
CA Certified 치과위생사

Dr. Thomas J. Han, DDS, MS
치아이식, 미국 치주치과수술 보드전문의, USC Clinical 임상교수, 미국 임플란트 보드전문의, 국제 임플란트 보드전문의

Dr. Julie Kim DDS MPH
일반 / 미용, 임플란트 보철, UCLA Clinical 임상교수

Dr. Hannah M. Hong, DDS
일반 / 미용, 임플란트 보철

Dr. Jaebeom Lee, DDS
일반 / 미용, 임플란트 보철

40년 쌓아온 임상경험, 정확한 진단과 치료를 한 곳에서!

CT, Scanner, CAD, Biolase(Laser), Surgical Microscope, Whitening

- 치아이식**
인공치아이식으로 본인의 치아처럼
- 치주치과**
각종 치주질환 (잇몸병)
- 구강외과**
사랑니 발치
- 미용치과**
아름다운 치아, 밝은미소
Invisalign, 미용성형 크라운(Veneer) 치아미백
- 보철치과**
보철치료 (크라운&브릿지)와 틀니, 좋은 가공기술
- Complex Oral Problem**
복잡한 구강복원 (Oral Rehabilitation)
- TMJ/ Sports Guard**
턱관절 장애치료

www.wpddentalgroup.com
3530 Wilshire Blvd., #1070, LA, CA 90010
(213)380-7900

WPD Dental Group

치아이식, 임플란트, 보철, 미용치과 전문
종합치과병원

3530 Wilshire Blvd. 7th Fl. WPD Dental



OPPA
RAMYUN



오빠 라면

오빠, 라면 먹으러 갈래?

현재 일반라면은 잊어라~

요리 같은 진정한 K-food 라면을 K-Town에서 즐기세요.



Seafood Whole-Shabang
Ramyun



Dopamine Oppa Bowl



ABCD Soon Tofu Ramyun

Starter



Tuna Karaoke 4pc



Sausage Rice Cake 4pc



Sausage Rice Cake 2pc



Cheesy Corn

(213)263-9769

3324 W. 6th St #A, Los Angeles, CA 90020

(주 7일 오픈)
일-목 11:30AM~11:30PM
금-토 11:30AM~3:00AM

캘리포니아에서 직원 '상조 휴가'는 어떻게 주어야 하나

지난 2023년 1월부터 직원의 가족이 별세하면 5명 이상의 직원을 둔 회사에서 그 직원에게 최고 5일까지 상조 휴가(bereavement leave)를 제공해야 한다는 법이 시행중이다. 캘리포니아 주 하원법안 AB 1949는 가족의 별세로 인해 상조 휴가를 가려는 직원을 차별하거나 보복하지 못하게 규정한다.

만일 고용주가 유급 상조 휴가 방침이 없다면 무급이다. 대신 고용주는 종업원에게 휴가나 병가를 이용, 상조 휴가를 갈 수 있게 허락해야 한다. 만일 상조 휴가 관련 사내 방침이 5일보다 적을 경우 추가 무급 상조 휴가를 제공해야 한다. 고용주는 5일을 연속해서 사용하라고 종업원에게 요구할 수 없다.

이 상조 휴가를 관장하는 캘리포니아주 민권국(Civil Rights Department·CRD)는 도움이 되는 질의문답 섹션을 다음과 같이 제공하고 있다.

(1) 누구에게 상조 휴가가 가능한가?

5명 이상의 직원을 고용하고 있는 고용주에게 근무하는 경우, 직원의 요청에 따라 최대 5일간의 상조 휴가를 직장에서 제공해야 한다. 상조 휴가를 받으려면 직원은

가족이 사망하면 최고 5일까지 제공해야 직원 5명 이상 회사 대상 2023년부터 시행 회사에 유급 상조 휴가 방침이 없다면 무급

휴가를 받기 전에 최소 30일 이상 근무했어야 한다.

(2) 어떤 가족 구성원에 대해 상조 휴가를 받을 수 있나?

상조 휴가 적용 대상은 배우자, 자녀, 부모, 형제 자매, 조부모, 손자녀, 동거인, 파트너, 장인, 장모 또는 시부모가 사망한 경우 상조 휴가를 받을 수 있도록 허용해야 한다. 그러나 고용주는 관계가 있는 다른 사람이 사망한 경우 자발적으로 상조 휴가를 허용할 수 있다.

(3) 고용주가 이미 상조 휴가 정책을 갖고 있는 경우에는 어떻게 하나?

직원은 고용주의 현행 상조 휴가 정책을 따라야 한다. 만약 고용주의 정책이 가족이 사망한 후 최소 5일의 상조 휴가를 부여하지 않는 경우에도 법에 따라 여전히 5일의 상조 휴가를 받을 수 있다.

(4) 상조 휴가를 한꺼번에 다 써야 하나?

아니다. 하지만 휴가를 받는 사

람이 가족이 사망한 후 3개월 이내에 휴가를 완료해야 한다. 예를 들어, 부모님이 돌아가셨다면 즉시 3일간의 휴가를 쓰고, 2개월 후에 2일간 휴가를 쓸 수 있다.

(5) 고용주는 상조 휴가 후 직장 에 복귀하도록 해야 하나?

그렇다. 직원이 상조 휴가를 요청 하거나 사용했다는 이유로 고용주가 차별하거나 보복하는 것은 불법이다. 고용주는 직원이 상조 휴가를 요청하거나 사용했다는 이유로 해고, 강등, 정직 또는 기타 불리한 조치를 취하는 것이 금지되어 있다. 또한, 직원이 CRD에 자신 또는 자신의 동료의 상조 휴가 요청에 대한 정보를 제공하거나 불만을 제기하는 경우 고용주는 이 직원에게 부정적인 조치를 취할 수 없다.

(6) 1년에 한 명이 사망한 경우에 한해서만 상조 휴가를 받을 수 있나?

아니다. 가족 구성원 한 명당 최대 5일간의 상조 휴가를 취할 수

있다. 예를 들어, 한 해에 부모, 자녀, 조부모를 잃은 직원은 그 해에 5일간의 상조 휴가를 한 가족당 3번씩 취할 수 있다.

(7) 장례 휴가를 받으면 직장 에서 받을 수 있는 다른 보호 휴가 기간이 줄어드나?

아니다. 상조 휴가는 직장에서 다른 유형의 병가나 휴가를 취할 수 있는 권리와 별개이며 이에 추가된다.

(8) 고용주는 상조 휴가 중에도 급여를 지급해야 하나?

다른 유급 휴가를 활용하지 않는 한 불가능하다. 고용주는 최대 5일의 상조 휴가를 부여해야 하지만, 법적으로는 고용주가 이 휴가 기간에 대해 급여를 지불할 필요 없다. 고용주가 유급 상조 휴가를 제공하지 않지만 병가, 휴가가 있는 경우 고용주는 직원이 상조 휴가 중에도 급여를 받을 수 있도록 해당 휴가를 사용하도록 허용해야 한다.

(9) 상조 휴가를 받으려면 고용주에게 서류를 제출해야 하나?

요청하면 가능하다. 고용주가 사망에 대한 증빙 서류를 요청하는 경우 휴가를 시작하기 전에 해당 서류를 제출할 필요는 없다. 대신,



김해원

노동법 전문 변호사

직원은 첫날로부터 30일 이내에 이 서류를 제공해야 한다. 상조 휴가에 대해 필요한 문서는 사망 증명서, 장의사나 화장터, 종교기관, 정부 등에서 발급한 부고, 사망, 매장, 추모식에 대한 서면 확인서 등이다. 고용주는 이 문서를 비밀로 유지해야 하며, 내부 직원이나 변호사에게 필요한 경우나 법률에 의해 요구되는 경우를 제외하고는 이를 공개해서는 안 된다.

문의: (213)387-1386, 이메일: haewonkimlaw@gmail.com

집 용자, 저희가 제일 잘 합니다!

‘마지막’ 재융자 기회!

Loan Fee 안받습니다

**이자가
너무 좋아졌어요**

(인컴부족, 세금보고 없어도)

주택구입 / 재융자 / Cash Out

(자영업 / 직장인 / 직업이 없어도)
융자는 다 됩니다.

비상자금

(인컴부족, 세금보고 없어도)

Home Equity Line of Credit

\$500,000 까지

(자영업 / 직장인 / 직업이 없어도)
융자는 다 됩니다.

**집만
가지고 있는데**

(급한 Hard Money 7일 내 편당)

No Credit Bad Credit

(외국인도 한국에서 여행온 분도)
융자는 다 됩니다.

**융자
나라**

CENTRAL FINANCIAL GROUP INC

처음 약속한 것은 융자가 끝날 때까지 변하지 않습니다

(213) 388-5600

Email: ak4989@gmail.com

3700 Wilshire Blvd. #480

Los Angeles, CA 90010

2nd Office: : 3055 Wilshire Blvd #1150, Los Angeles, CA 90010

‘미니멀리즘’... 은퇴 전 모든 것을 줄이는 방안 검토 필요

은퇴를 준비하며 가장 많이 생각하는 것이 자녀들이 떠난 집이 너무 크게 보인다면, 집안에 있는 가구들이 불필요하게 느껴지게 되는 때가오면 미니멀리즘이란 단어가 떠오르게 된다. 이참에 적극적인 은퇴 계획을 세워보기로 생각하며 삶에서 불필요한 것들을 제거하고, 가장 핵심적인 것들에만 집중하는 미니멀리즘에 대해 알아보자.

미니멀리즘은 삶의 모든 영역에서 적용될 수 있는 개념이기에 일상에서 불필요한 일정과 약속을 줄여 나가는 것, 자신의 식단을 단순화하는 것, 심지어는 주변 관계까지도 정리하는 것 등이 모두 미니멀리즘에 포함될 수 있다. 이렇듯 미니멀리즘은 바쁜 일상을 사는 우리에게 스트레스를 줄이고, 심신적 여유와 이를 통해 재정적 여유를 줄 수도 있다.

실제로 미니멀리스트들은 관심사와 물품을 줄임으로써 상당한

주택·자동차 등 줄여 재정적 안정 도모 일과 여가의 균형을 잡는 것도 중요

금전적 여유를 누리는 경우가 많다는 보고도 있다. 미니멀리스트들은 일반인들에 비해 월평균 약 430달러 더 저축하는 것으로 나타났고, 빚도 상대적으로 적은편이라는 연구 자료도 있다.

▲미니멀리즘의 장점(자산 최소화 의 이점)

불필요한 소비를 줄여 돈을 절약하고 재정적인 안정감을 얻을 수 있으며, 청소, 관리 정돈에 소요되는 시간을 줄여 다른 활동에 집중할 수 있다. 물건에 대한 집착을 줄여 정신적인 부담을 덜고 스트레스를 해소할 수 있으며, 깔끔한 공간은 집중력을 높이고 생산성을 향상시키는데 도움이 된다.

주택이나 자동차와 같은 큰 자산을 최소화하면 관리비, 보험료, 세금 등 각종 비용도 절감할 수 있

고, 재정상태를 개선하고 투자할 자금을 확보하는데 큰 도움을 줄 수 있다.

▲미니멀리즘의 단점

물건을 버리는 것에 지나치게 집착하여 스트레스를 받기도하며, 확실적인 사고와 필요한 물건의 부족으로 인한 불편함을 느낄 수 있다. 소유물을 줄이는 과정에서 자신만의 개성을 표현하는데 어려움을 겪을 수도 있다.

하지만 재정 상태에 상당한 이점을 얻을 수 있기에 미니멀리즘은 은퇴를 위한 강력한 전략이 될 수 있다. 이를 위해서는 먼저 구체적인 목표를 설정하고, 이를 실현하기 위한 실천 계획을 수립해야한다. 예를 들어 “앞으로 5년 내에 불필요한 소비를 30% 줄이고, 그 절감액을 은퇴 자금으로 적립하겠다”

와 같은 구체적인 목표와 실행 계획을 세우는 것이 꼭 필요하다.

또한 매월 지출 내역을 점검하고, 진척 상황을 평가하며, 필요에 따라 계획을 수정해 나가는 과정이 반드시 병행되어야 하는데, 이를 위한 재무관리 앱이나 엑셀시트를 활용하는 것을 추천한다. 아무리 좋은 계획도 강력한 동기부여와 의지가 없으면 무용지물이 될 수밖에 없을 것이니, 자신의 삶과 가치관의 변화를 동반해야 하며, 재정적인 자유를 향한 열정을 가지고 실천해야만 할 것이다.

▲삶의 질적 향상을 위한 인생 균형잡기

현재 내가 얼마나 행복한지? 어떤 면에서 불균형이 존재 하는지 구체적으로 파악해야 하는데, 만약 재정은 건전한데 건강에 문제가 있다면, 건강에 더 집중하는 것이 필요할 것이다.

또한 일과 여가의 균형을 잡는 것도 중요한데 잠깐의 시간을 내어 서라도 업무에서 완전히 벗어나 휴



해리 임

은퇴플랜 전문가

식과 자기계발의 시간을 가져야 하겠다.

마지막으로 가족, 친구, 지역사회 등 관계의 조화를 이루는 것도 잊지 말아야 하는데, 가까운 사람들과의 유대감과 소속감은 행복한 삶을 위해 필수적이라 할 것이다.

▲(714)403-3813

▲harry.epdm@gmail.com

재정상담 전문인으로 향한 첫 걸음

“이제 보험은 EPI-DIGM과 함께 하세요”

재정상담 전문인으로 향한 첫 걸음

- 전문인이 되길 원하지만 어떻게 시작할지 모르는 분들
- 자신의 재정관리를 위해 전문지식을 습득하기를 원하는 분들
- 현재의 직업으로 인해 풀타임으로 시작하기 어려운 분들
- 보험라이센스를 소지하였지만 에이전트 교육이 부족하다고 생각하시는 분들
- 영업이 안되서 걱정하시는 분들



에피다임 취급 서비스

생명 보험, 재정 보험 (은퇴/학자금), 건강 보험 (메디칼/ 메디케어)
자동차/집보험, 사업체 보험

지원 대상 보험 라이선스 소지자(취득 예정자, 미소지자 및 무경력자 문의 가능)
교육 장소 가든그로브 7647 Garden Grove Bl, Garden Grove, CA 92841

EPI-DIGM 보험과 함께 하실 에이전트 모집합니다

www.epi-digm.com



상담문의
Simon Kim

714.901.8558

simon@epi-digm.com
7647 Garden Grove Bl, Garden Grove, CA 92841

AP 과목 전략적 수강... '입시 도움·등록금 절약'

고등학생 대상 대학 과목 선이수 프로그램인 'AP'(AP·Advanced Placement) 과목에 대한 중요성이 갈수록 커지고 있다. AP 과목은 대학 입시에 도움이 될 뿐만 아니라, 시험에서 좋은 성적을 거두면 대학 학점으로 인정받아 등록금 부담을 줄이는 데도 도움이 된다. 그러나 일부 교육 전문가들은 단순히 대학 진학에 유리하다는 이유만으로 과도하게 AP 과목을 수강하기보다는 학생의 스트레스 수준과 과제량 등을 함께 고려해야 한다고 조언한다. AP 수업은 일반 수업보다 훨씬 많은 양의 내용을 다루고 과제도 훨씬 많아 학생의 시간 관리 능력과 정신적 여유가 필요하기 때문이다.

대학 수준 수업... 상위권 입시에 도움
학점 인정... 등록금 절약 및 조기 졸업
과도 수강 때... 성적저하 및 스트레스
'IB·이중등록' 수업이 유리할 수도

■대학 수준 과목 수강...상위권 대학 입시에 도움

대학 입시에서 경쟁력을 높이고 싶다면 AP 과목 수강이 도움이 된다. 특히 상위권 대학일 수록 이러한 경향이 두드러진다. 따라서, 재학 중인 고등학교에 AP 과목이 개설돼 있고 상위권 대학 진학을 목표로 한다면 AP 과목에 도전해보는 것이 좋은 입시 전략이다.

입학사정관들은 학생이 수강한 과목을 통해 어떤 분야에 관심이 있는지 파악할 수 있다. 특정 과목에서 AP 과정을 수강하고 좋은 성적을 받으면 그 분야에 대한 전문성과 열의를 동시에 인정받을 수 있다. 또, AP 과목은 학생이 해당 과목을 얼마나 잘 이해하고 있는지를 입증하는 좋은 수단이다.

최근 대학들은 고등학교에서 얼마나 도전적인 과정을 이수했는지를 중요하게 본다. 일부 입시 전문가들은 일반 과목에서 받은 A보다 AP 과목에서 받은 B가 오히려 더 높은 평가를 받을 수 있다고 설명한다.

AP 과목에서 높은 점수를 받으면 대학 수준 수업을 소화해낸 학생이라는 점에서 높은 잠재력을 인정받아 장학금 심사에서도 긍정적으로 작용할 수 있다.

■대학 학점 인정...등록금 절약 및 조기 졸업

AP 시험에서 높은 점수를 받으면 미국 내 많은 대학에서 해당 과목 점수를 정식 학점으로 인정해 준다. 대학 진학 후 수강해야 할 과목 수를 줄일 수 있어 대학 등록금 부담을 줄이는 효과도 있다. 고등학교 졸업 전 상당수의 대학 학점을 확보하면 대학 재학 기간이 단축돼 조기 졸업도 가능하다.

일반적으로 AP 시험에서 5점 만점 중 최소 3점 이상을 받아야 대학 학점으로 인정받을 수 있지만, 일부 명문대의 경우 4점 이상을 요구하기도 한다. 또 브라운대학교처럼 AP 학점을 인정하지 않는 학교도 있기 때문에 대학별 AP 학점 인정 정책을 반드시 확인해야 한다. 대부분 대학들은 학교 홈페이지에 관련 정보를



고교생 대상 대학 과목 선이수 프로그램 AP 과목을 수강하면 대학 입시에 도움이 된다. <이미지투데이>

상세히 안내하고 있다.

■대학 강의 학습법 적응...진로 탐색에도 도움

AP 과목은 학생들에게 대학 수준 학습 방식에 미리 적응할 수 있는 기회를 제공한다. AP 과정을 통해 대학 진학 후에도 우수한 성적을 내는 데 도움이 되는 학습 능력을 기를 수 있다. AP 과정을 통해 익혀야 하는 노트 필기법, 학습 습관, 비판적 사고력이 대학 수준 학업에 필수적으로 요구되기 때문이다.

AP 과목은 학생들이 자신의 흥미와 진로 방향을 탐색하는 데도 도움을 준다. AP 과목 수강을 통해 해당 분야에 대한 흥미를 확인하고 향후 학문적 진로를 계획할 수 있다. 예를 들어, AP 생물학을 수강한 학생이 이후 대학에서는 신경과학 과목에 도전하는 경우도 있다.

■'과유불급'... 과도 수강 때 '성적저하·스트레스'

대학 입시에서 유리하다는 이유로 AP 과목을 무리하게 많이 수강하면 전반적인 학업 성과와 삶의 균형에

부정적인 영향을 줄 수 있다. 일부 학부모들은 'AP 과목을 최대한 많이 들어야 대학 입시에 도움이 된다'는 생각에 자녀에게 부담을 주는데, 이로 인해 오히려 성적이 떨어지는 경우도 적지 않다.

일반 과목에서 우수한 성적을 냈다면, 강점을 보인 과목의 AP 과정을 도전해볼 수 있다. 교육 전문가들은 "중요한 것은 AP 과목 수가 아니라 자신이 감당할 수 있는 수준에서 좋은 성과를 내는 과목을 선택하는 것"이라고 강조한다. 하지만 AP 과목은 일반 고등학교 수업보다 훨씬 높은 수준의 학습을 요구하기 때문에 기존 과목에서 우수한 성적을 받았더라도 처음에는 어려움을 겪을 수 있다. 따라서 AP 과목 수강 전 반드시 교사와 충분한 상담을 통해 준비 상태를 점검하고 자신의 학습 능력과 한계를 솔직히 설명해야 좋은 결과를 낼 수 있다.

■'번 아웃'되지 않도록 주의

대학 입시 경쟁이 치열해지면서 학업 스트레스를 겪는 고등학생이

많다. 스트레스 요인 중 AP 과목도 그 부담을 가중시키는 요인 중 하나로 지적된다.

AP 시험에 대한 압박감은 일부 학생에게 자칫 수면 패턴, 식사 습관, 행동 변화, 학업 성적 저하까지 초래할 수 있다. 그래서 많은 교육 전문가들은 "AP 과목은 도전적이어야 하지만, 학생의 건강과 웰빙이 가장 우선돼야 한다"고 강조한다.

만약 학생이 매일 새벽 늦은 시간까지 공부해야 AP 수업을 따라갈 수 있다면 '경고 신호'로 받아들여야 한다. 자녀가 AP 과목에 대해 지속적으로 스트레스를 느끼는 징후가 보이면 학부모가 이를 먼저 알아차리고 도움을 줄 필요가 있다. AP 과목을 수강하는 자녀를 둔 부모들은 자녀의 수면 시간과 감정 변화 등을 꾸준히 관찰해 스트레스 정도를 파악해야 한다.

■비슷한 과목 중복 수강 피해야

AP 과목 중 일부는 이미 이수한 비슷한 수준의 고난도 과목인 경우도 있다. 전 학기에 '아너스'(Honors) 또는 대학 '이중등록'(Dual Enrollment) 경제학 수업을 A 학점으로 마친 학생이 다음 학기에 'AP 미시경제학'(AP Microeconomics)을 수강하는 경우가 그 예다.

이 때 경제학 기본 지식이 있기 때문에 AP 과목에서 좋은 성적을 받을 가능성은 높지만, 입시 전문가들은 이러한 중복 수강이 반드시 현명한 선택은 아닐 수 있다고 지적한다.

우선 '학업적 진전성'을 보여주기 어렵다는 점이다. 입학 사정관은 학생이 학문적으로 점진적인 도전을 이어가고 있는지를 중요하게 본다. 따라서 비슷한 수준의 동일 과목을 반복 수강하는 것은 진로에 새로운 학문 영역에 대한 도전 의지가 부족한 것처럼 보일 수 있다.

LAW OFFICE OF KISUK PAEK



백기숙 변호사

효율적이고 실질적인 이민 업무와 까다롭고 어려운 케이스도
고객에게 "가장 적합한 해결책"을 제시해 드립니다.

이민법 / 추방재판

취업 / 투자이민

비이민비자 / 취업비자

가족초청이민

◎ 재심요청(MTR: Motion To Reopen or Reconsider), 항소(Appeal), 이민사기 Defense, 까다로운 NOID / NOIR Defense / 601/601A Waiver 등 어려운 케이스를 정확한 법률적 해석과 충분한 재판 경험으로 도와드립니다.

www.paeklaw.net • atty@paeklaw.com



플러튼 2501 E. Chapman Ave, Ste 260, Fullerton, CA 92831

발렌시아 28015 Smyth Dr., Ste 107 Valencia, CA 91355

상담문의

657.600.6003

11학년 성적 망쳤다면?... 여름방학 적극 활용해야

11학년 성적이 기대에 못 미쳐도 대학 진학의 문이 완전히 닫힌 것은 아니다. 대학 입시 전문가들은 실망스러운 성적에는 반드시 이유가 있기 때문에, 그 원인을 찾아 대처하면 대학 입학 자격을 충분히 만회할 수 있다고 조언한다. 성적이 떨어진 원인이 단순한 공부 부족일 수도 있고 시간 관리나 집중력 문제, 또는 개인적인 스트레스와도 연관이 있을 수 있다. 성적 부진의 원인을 찾아 구체적인 개선 계획을 세우는 것이 곧 다가올 본격적인 대학 입시 준비의 첫번째 단계다. 부진한 성적에 좌절하기보다 전략적으로 대응하고 변화하려는 의지를 가져야 전환점을 마련할 수 있다.

■솔직하게 정면 돌파... '왜 망쳤나?' 분석부터

11학년 성적이 실망스럽다면 자신의 상황을 솔직하게 직시하는 것이 가장 먼저 해야 할 일이다. 대학 입시 전문가들은 왜 성적이 좋지 않았는지를 냉정히 분석하고, 필요하다면 튜터링 등 학업 지원을 받는 것이 첫 걸음이라고 강조한다.

만약 11학년 일부 과목의 성적이 낮아 학점을 이수하지 못한 경우엔 그 대처가 더 중요하다. 11학년이 왜 힘들었는지 스스로에게 솔직히 물어보고, 그 이유를 극복하거나 보완하려는 노력이 우선돼야 한다. 그런 다음 여름방학을 이용해 부족한 학점을 메울 수 있도록 노력해야 한다.

대학 지원 과정에서도 11학년 성적이 낮은 이유를 투명하게 설명하는 것이 오히려 도움이 될 수 있다. 예를 들어, 학생의 건강 문제나 가족의 질병 등 불가피한 사정으로 인해 성적이 떨어졌다면, 그 사실을 입학사정관에게 솔직하게 설명하는 것이 좋다. 자신의 부진을 정직하게 설명하면 오히려 지원자의 신뢰도를 높일 수 있고 그 솔직함이 입학 사정관들에게 긍정적으로 작용할 수도 있다.

■'카운슬러·교사'에게 조언 요청

12학년 성적까지 망치지 않으려면 학생의 목표를 잘 아는 사람들과 적극적으로 소통하는 것이 중요하다. 12학년쯤 되면 교사나 카운슬러들

원인 파악, 대처 방안 마련

'카운슬러·교사' 조언 요청

'온라인 수업·과외' GPA 보충

지원서에 망친 이유 솔직히 설명

은 학생의 강점과 약점을 어느 정도 파악하고 있기 때문에 해당 학생에게 알맞은 과목 배치이나 학습 전략을 조언해줄 수 있다.

교육컨설팅 업체 '더 디스팅귀시드 그룹'의 케네스 D. 워터스 대표는 "진로와 학업에 대해 구체적이고 실질적인 조언을 줄 수 있는 사람과 반드시 대화하라"며 "평소 존경하는 교사, 카운슬러, 지역 사회에서 신뢰할 수 있는 멘토 등이 적합한 대화 상대로 진심 어린 대화를 통해 앞으로 나아갈 방향을 잡는 것이 중요하다"고 강조했다.

■온라인 수업으로 '입시 준비·학점 보완'

11학년 성적을 망쳤다면 여름방학을 그저 쉬는 시간을 삼으면 또 실패한다. 여름방학은 학생들이 학업 흐름을 되찾고 입시 준비를 본격화할 수 있는 절호의 시기이기 때문에 계획 없이 시간을 보내면 안 되고 전략적으로 활용해야 대학 입시에서 원하는 결과를 얻을 수 있다.

12학년 진학을 앞둔 11학년 여름



11학년 성적을 망쳤다고 대학 진학의 문이 완전히 닫힌 것은 아니다. 여름방학 동안 원인을 찾아 효율적으로 대처하면 대학 입학 자격을 충분히 만회할 수 있다.

〈이미지투데이〉

방학은 대입 원서를 본격적으로 준비해야 하는 시기로 자기소개서에 세이, 추천서 등을 미리 준비해야 한다. 이 외에도 원서에 필요한 항목들을 리스트로 만들어 하나씩 정리하고, 여름방학 때부터 준비를 시작하는 것이 바람직하다.

특히 11학년 성적이 부족해 GPA를 보완해야 하는 경우, 여름방학은 학점 보충에 매우 중요한 시기다. 교육 전문가들은 등교 없이 온라인으로 수강할 수 있는 플랫폼을 이용하면 시간과 장소 제약 없이 학습할 수 있고, 특히 교사와의 피드백이 가능한 시스템을 선택하면 효율적이라고 조언한다.

온라인 교육 플랫폼으로 '칸 아카데미' (Khan Academy)와 'Apex 러닝' (Apex Learning) 등이 많이 추천된다. 칸 아카데미는 무료이며 Apex러닝은 유료로 수강 전 학생 학교가 요구하는 졸업 요건 등을 확인해야 한다. 무

로 온라인 교육 플랫폼으로 '코세라' (Coursera)는 학생 스스로가 진도를 짜서 학습을 진행할 수 있다. 교육 전문가들은 "만약 미적분이 약하다면 하루 15~30분씩 시간을 쪼개 집중적으로 공부하면 도움이 된다"고 조언한다.

■과외 활동 통해 '입시 패키지' 준비

11학년 성적이 기대에 못 미친 경우 과외 활동에 집중해 입시 경쟁력을 높이는 방법도 있다. 대학 입시는 단순한 성적 경쟁이 아니라 '입학 자격 패키지'를 평가받는 과정이기 때문에 클럽 활동, 봉사 활동, 아르바이트 등 학교 수업 외의 경험도 중요한 평가 요소로 작용한다. 성적이 부족한 학생일수록 클럽이나 봉사 활동에 적극 참여해 입학사정관에게 '균형 잡힌 인재'라는 인상을 주는 것이 효과적일 수 있다.

다른 학생에 비해 보다 더 적극적인 활동을 한 학생으로 인정받으면

낮은 성적에 대한 이유가 자연스럽게 설명될 수 있다.

방과 후 봉사활동, 지역사회 참여, 아르바이트 등은 학생에게 책임감과 직업 의식, 시간관리 능력을 길러주기 때문에 대학 입시에서 '강력한 무기'가 될 수 있다. 또, 스포츠팀 활동, 취미 및 연구 프로젝트 등은 모두 학생에게 자기 관리와 훈련의 경험을 제공하며 자기소개서를 작성할 때 구체적인 사례로 언급하면 대학 입시에 효과적이다. 입학사정관은 단순히 성적표나 이력서의 숫자만 보는 것이 아니라, 그 이면의 '사람'을 보고 싶어 하기 때문에 적절한 과외 활동을 통해 지원자의 인성과 잠재력을 보여줄 수 있다.

■시간 관리 및 좋은 습관 형성

성적 부진의 원인 중 하나가 바로 시간 관리 실패다. 시간과 에너지를 어떻게 분배해야 하는지 잘 모르는 학생이 많은데, 이처럼 계획 없이 하루 하루 보내다가 결국 성적 하락으로 이어지는 경우가 대부분이다. 여름방학 중 일부 시간을 내 시간 관리와 좋은 습관 형성에 도움을 주는 책을 읽어보는 것도 좋은 방법이다.

고등학생들에게 많이 추천되는 책으로 제임스 클리어의 '아토믹 해빗' (Atomic Habits)과 앤젤라 더크워스의 '그릿' (Grit) 등이 다. '아토믹 해빗'은 단기적인 반응이 아닌, 지속 가능한 습관을 어떻게 만들 수 있는지를 알려줘 학생들이 반복 가능한 루틴을 만드는 데 도움을 주는 서적이다. '그릿'은 열정과 끈기의 중요성을 책으로 습관 개선과 멘탈 강화에 실질적인 영감을 주는 서적으로 평가된다. 틱톡과 같은 SNS 플랫폼도 학생들에게 동기를 부여하는 유용한 도구로 사용될 수 있다. 11학년 성적 부진을 극복한 사람들의 사례나 교육 분야 인플루언서들의 영상을 찾아보면 동기부여가 된다.

한국일보 안내광고 프로모션 패키지

사업체 상호등록 (Fictitious Business Name) 하시면

- 1. 한국일보 업소록 (1년 광고)
- 2. 안내 BOX 광고
- 3. 안내 줄 광고

50% 할인해 드립니다

문의 (323) 692-2101, 2103, 2158, 2100

한국일보 THE KOREA TIMES

“올해 내 집 사야 하나”…매매 vs 임대 유리한 선택은?

올해 주택 시장 역시 ‘고금리·매물 부족·높은 집값’ 등 삼중고를 겪고 있다. 온라인 부동산 정보업체 질로우에 따르면 최근 5년간 집값은 45% 이상 상승했는데 이는 평년 상승률의 두 배에 달하는 상승폭이다. 하지만 일부 부동산 전문가들은 올해 주택 시장이 서서히 바이어에게 유리하게 바뀌고 있다는 전망을 내놓고 있다. 실제로 온라인부동산정보업체 리얼터닷컴에 따르면 현재 시장에 나온 주택 매물 수는 전년 대비 약 30% 증가했지만 아직까지 본격적인 가격 인하 움직임은 나타나지 않고 있다. 전문가들은 내년에도 내 집 마련 상황이 나아지기 어렵기 때문에 집을 살 계획이 있다면 오히려 올해가 적기일 수 있다고 조언한다. 올해 내 집 마련 또는 주택 임대를 고려하는 경우 참고할 사항을 살펴본다.

내년 주택 구입 여건 나아지기 어려워 ‘거주 기간·자금 마련 계획’ 따라 결정 장기 주거 계획 있다면 구입해도 좋아

▲‘이자율·집값’ 높아 임대 유리 지역 많아

올해 주택을 구매하기보다 임대하는 것이 합리적일 수 있다는 전문가의 분석이 다소 지배적이다. 모기지 금리와 집값이 여전히 높기 때문에 비용면에서 주택 구매보다 임대가 유리한 지역이 많기 때문이다. 적어도 올 한해 고금리기 기조가 이어질 전망이 높기 때문에 다음과 같은 경우라면 임대가 더 현명한 선택이 될 수 있다. ◆장기 거주지를 아직 결정하지 못한 경우, ◆주택 관리와 수리에 시간을 들이고 싶지 않은 경우, ◆높은 주택 비용을 줄이고 싶은 경우, ◆현금을 묶어 두기보다 투자에 활용하고 싶은 경우 등이다.

▲ 장기 거주지 결정 못한 경우

장기적으로 어디에 거주할지 결정하지 못했다면, 주택 구매보다는 임대를 고려하는 것이 바람직하다. 임대는 대개 1~2년 정도의 단기 거주에 필요한 사람들에게 적합하다. 주택을 사고파는 과정은 시간도 오래

걸리고 비용도 만만치 않기 때문이다. 반면 임대는 상대적으로 짧은 계약 기간과 저렴한 비용으로 유연하게 움직일 수 있는 장점이 있다. 또, 임대 기간 동안 특정 지역을 직접 체험하면서 각 지역의 분위기와 주거 환경 등을 파악할 수 있고, 주택 구매 시 참고할 수 있다.

▲ 주택 관리 부담스럽다면

주택 소유주로서의 자부심이 있지만, 그에 따른 관리 책임은 피할 수 없다. 주택 관리 책임이 부담스러운 경우에는 임대가 나은 선택일 수 있다. 임대의 가장 큰 장점 중 하나는 주택 관리에 대한 책임이 없다는 점이다. 정원 관리나 냉난방 설비 등 주택 시설이 고장 나도 비용 부담은 집주인이 져야 한다. 내 집 마련이 우선순위지만 주택 관리 부담을 최대한 줄이고 싶다면 콘도미니엄 구매가 방법이 될 수 있다. 콘도미니엄의 경우 외부 공용 공간에 대한 관리는 ‘주택소유자협회’(HOA)가 담당하고 소유주는 내부 관리만 책임



이자율과 집값이 여전히 높아 주택 임대가 유리하게 여겨진다. 하지만 부동산 전문가들은 장기 거주 계획이 확실하다면 올해 내 집을 장만해도 큰 무리가 없을 것이라고 조언한다.

〈로이터〉

지는 방식이 대부분이다.

▲ 높은 주택 비용 줄이고 싶은 경우

올해도 고금리로 모기지 대출 이자 부담이 커지면서 비용 측면에서 임대가 유리한 지역이 많다. 특히, 뉴욕이나 가주 등 주택 가격이 높은 지역의 경우 임대가 훨씬 더 경제적으로 여겨진다. 최근 뉴욕 맨해튼에서 비슷한 조건의 아파트 두 채 중 한 채는 매매용 매물(가격 129만 5,000달러), 다른 한 채는 임대용 매물(월 임대료 6,750달러)로 나왔다.

첫번째 매물 구매 시 초기 비용만 약 31만 달러(다운페이먼트 25만 9,000 달러 + 클로징 비용 5만 달러)가 들며, 이후 관리비와 재산세 등을 포함하면 평방피트당 월 2달러50센트 정도의 추가 비용도 발생한다. 여기에 연 6.9%의 모기지 이자율 적용하면, 해당 아파트의 월 페이먼트는 약 9,697달러로, 월 임대료보다 약

3,000달러 가까이 비싼 셈이다.

▲ 여유 현금 투자에 활용하고 싶은 경우

최근 밀레니엄 세대 사이에서 ‘주택 구입보다 임대가 유리하다’는 생각이 많다. 주택을 구입해 부동산 자산을 쌓는 것보다, 저렴한 임대료 살며 여윌 돈을 주식 등에 투자하는 것이 자산 축적에 유리하다는 판단 때문이다. 집값 상승률보다 주식 투자 수익률이 더 높다는 통계가 이 같은 판단을 뒷받침한다. 통계에 따르면 일반적으로 주택 가격은 연간 4~5% 수준의 상승률을 보이는 반면 S&P 500 지수는 지난 100년간 연 평균 10%의 수익률을 기록하고 있다. 재정 전문가들은 주식 투자 경험이 있고 투자 계획을 철저히 실행할 수 있다면 고려해 볼 만한 방법이라고 조언한다.

▲ 내 집 마련 여건 당분간 나아지기 힘들어

당분간 내 집 마련이 여건이 지금

보다 크게 개선되지 않을 것이란 전망이 많다. 주택 구매를 추천하는 부동산 전문가들은 2~3%대의 초저금리 시대가 다시 오기 힘들고, 만약 금리가 큰 폭으로 떨어지면 나중에 재융자를 통해 이자 부담을 줄일 수 있다고 설명한다. 이들 전문가들은 다음과 같은 상황이라면 구매가 유리하다고 조언한다. ▲최소 2년 이상 거주 계획이 있는 경우, ▲자신만의 생활 공간을 갖고 싶은 경우, ▲투자·은퇴 자산 외 별도의 다운페이먼트가 마련된 경우, ▲가치가 꾸준히 상승하는 자산을 원하는 경우 등이다.

▲ 장기 거주 계획 있는 경우

주택을 구매하기 전 그 집에 얼마나 오래 거주할 지 반드시 고려해야 한다. 일반적으로 집을 구매한 뒤 최소 2년 이상 거주하는 것이 좋다. 거주 기간이 2년 미만일 경우 주택 가격 상승분에 대해 양도소득세 부과될 수 있기 때문이다. ‘연방 국세청’(IRS)은 부부 공동 명의 기준으로 50만 달러까지는 양도소득세를 면제해 주지만, 이를 적용받으려면 집을 팔기 전 5년 중 최소 2년 이상 그 집에 실제로 거주해야 한다는 조건이 있다. 이 밖에도 주택 구매 시 들어간 각종 비용(대출 수수료, 클로징 비용, 중개 수수료)을 회수하는 데 최소 5~7년 걸리기 때문에, 이 기간 내에 주택을 처분하면 경제적 손실이 발생할 수 있다.

▲ 자신만의 생활 공간을 갖고 싶은 경우

자신의 생활 공간을 완전히 통제할 수 있다는 점이 주택 소유의 장점으로 꼽힌다. 집을 소유하면 벽을 원하는 색으로 칠하고, 내부도 마음대로 꾸밀 수 있다. 룸메이트나 반려동물, 홈 비즈니스 운영 여부도 스스로 결정할 수 있다. 게다가 주택 임대료 인상이나 임대 중인 팔릴 때 발생하는 불안감 등에도 시달릴 필요가 없다.



Window Land

Vinyl Windows & Patio Door
이중창문 교체 전문

각종 블라인드/우드셔터 "이중창 설치로 에너지 절약"

Change the Window Change the Life!

건적부터 완벽한 시공, 그리고 애프터서비스까지 고객들에게 언제나 최고의 만족을 드리기 위해 최선을 다하는 공장직영 이중창문 교체 전문 업체 윈도우랜드(대표: 김 임균)가 창립 33주년 기념 특별 세일을 실시한다.

특히 최근에는 비싼 에너지 요금에 대비해서 유리창을 이중창으로 교체하는 사람들이 많은 탓에 이중 창문 교체를 전문으로 하는 윈도우랜드가 매우 바빠졌다.

지난 33년 동안 이중창문 교체와 페인팅을 전문으로 하면서 신뢰를 쌓아온 김대표는 “에너지 값이 치솟고 있는 요즘 상황에서는 이중창문으로 오래된 창문을 교체해 주는 것이 집의 가치를 가장 돋보이게 하는 업그레이드 방법”이라고 설명하면서 동시에 창문 교체가 가장 돈을 적게 들이면서 높은 효과를 얻는 쉬운 방법이라고 덧붙인다.

게다가 이중 창문 교체는 방음의 효과뿐 아니라 자외선

차단과 34%까지 냉난방 에너지 절약 혜택까지 더불어 누릴 수 있다고 한다.

창립 33주년 기념으로 스페셜 할인 가격으로 봉사하고 있는 윈도우랜드는 온타리오에 위치하고 있지만 김대표는 언제든지 전화 한 통이면 어디든지 가리지 않고 최대한 빠르게 고객의 요구에 응한다고 한다.

또한 공장 직영으로 일단 시공이 시작되면 최신 기법의 신속한 시공을

약속하며, 시니어에게는 특별 할인도 있다고 한다.

고객들을 위해 고품격, 고품질, 저 비용의 서비스를 고집하는 윈도우랜드!

창문만 바뀌어도 집안의 분위기가 완전히 달라질 터인데 거기에 화사한 컬러의 페인트까지 곁들인다면 윈도우랜드 덕분에 화려하게 업그레이드 된 집안의 모습을 맞이 하게 될 것이다.



창립 33주년 기념 스페셜 세일!

2중 창문

Low-3 x Clear

3중 창문

Low-3 x Clear x Low-3

오너가 직접 시공

- ◆ 자외선 차단
- ◆ 에너지 절약
- ◆ 소음 방지
- ◆ 저렴한 가격 / 공장직영
- ◆ 짧은 시공
- ◆ 시니어 할인



김석원

Certified by-



‘설렘 반, 걱정 반’ 첫 주택 구입... 물어야 할 6가지 질문

주택 임대를 오래 한 경우 또는 주택 구입에 필요한 다운페이먼트를 어느 정도 모은 경우 내 집 마련에 대한 기대가 시작된다. 생애 첫 내 집 마련을 결심하는 순간은 기대와 걱정이 교차하는 시점이다. 하지만 본격적으로 주택 매물을 알아보기 전에 스스로에게 던져야 할 중요한 질문들이 있다. 일부 질문은 상식적인 것처럼 들릴 수 있지만 흔히 간과되거나 깊이 고민하지 않는 질문들이다. 이들 질문에 대한 자신의 솔직한 생각을 알아야 인생 최대 재정 결정인 주택 구입에 따른 후회를 피할 수 있다. 내 집 마련을 계획하고 있다면 다음 여섯 가지 질문부터 해보도록 하자.

.....

■이직에 따른 이사가능성은 없나?

부모 세대가 내 집을 마련하던 시대와 지금의 고용 시장 환경은 많이 달라졌다. 따라서 주택 구입을 결정하기 전에 앞으로의 ‘직장 이동 가능성’에 대해 고민해봐야 한다. 예전에는 ‘평생직장’ 개념이 일반적이었기 때문에 주택 구입 결정은 장기간 정착할 수 있는 지역을 위주로 내리는 것이 일반적이었다. 하지만 요즘은 이직과 직장 이동이 흔한 시대로, 항상 이사를 염두에 두고 주택 구입을 결정해야 한다.

이직 후에도 지금 사는 지역에 계속 거주할 수 있을지 따져봐야 한다. 적어도 연봉이 유지되거나 오르고, 새 직장도 같은 지역에 있다면 큰 문제가 되지 않는다. 하지만 특정 산업 분야의 일자리가 한정된 지역이라면, 1~2년 내 다른 지역으로 이사해야 할 가능성도 고려해야 한다. 부동산 전문가들은 5년 이상 거주할 계획이 없다면 주택 구입 결정을 선불리 내리지 않는 것이 좋다고 조언한다. 구입한 주택을 5년 이내에 처분할 경우, 세금과 수수료 등으로 인해 오히려 손해를 볼 가능성이 높기 때문이다.

■어떤 비용이 드는지 알고 있나?

주택 구입 시 가장 먼저 떠오르는 비용은 다운페이먼트 자금이다. 최근 모기지 대출 규제가 많이 완화되면서 20% 이하의 다운페이먼트로도

이직에 따른 이사 가능성 구입 비용 외 다른 비용들 임대보다 구입이 유리한가?

주택을 구입할 수 있지만, 다운페이먼트 외에도 여러 비용이 필요하는 것을 알고 있어야 한다. 모기지 대출을 받으려면 대출금의 약 1~2%에 해당하는 수수료가 붙는다. 홈 인스펙션 비용도 수 백달러 수준이며, 클로징 비용은 매매가의 최대 7%에 달하는 경우도 있다. 이뿐만 아니라 예상치 못한 비용까지 더하면 다운페이먼트를 모았다고 내 집 마련이 당장 이뤄지지 않는다는 것을 알 수 있다.

예를 들어, 주택 거래가 끝나 열쇠를 넘겨받자마자 에어컨이 고장 나거나 식기세척기가 멈추면 수리비는 ‘집주인’의 몫이 된다. 주택 보험, 재산세 등 주택 소유에 따른 각종 부대비용도 주택 구입 전에 반드시 고려해야 하는 필수 비용이다. 따라서 클로징 비용은 물론, 입주 직후 발생할 수 있는 각종 긴급 수리비용과 고정 비용을 감당할 수 있는 ‘비상자금’이 없다면 내 집 마련 시기를 조금 미루는 것이 바람직하다.

■장기 대출 상환 감당할 준비가 됐나?

내 집 마련의 가장 큰 장점은 ‘부



주택 구입을 결심했다면 자신에게 해야 할 질문들이 있다. 이들 질문에 대한 솔직한 생각을 알아야 주택 구입에 따른 후회를 피할 수 있다. <이미지투데이>

동산 자산 축적이다. 주택을 임대하면 집 주인에게 매달 렌트비 내야 하지만, 내 집을 장만하면 모기지 대출 상환을 통해 집값 일부를 갚으며 나중에 집을 팔 때 시세 차익까지 기대할 수 있다. 하지만 ‘자산 축적’은 하루아침에 이뤄지지 않고 오랜 기간이 지나야 기대할 수 있다.

대출 없이 현금으로 구매하지 않는 이상, 매달 대출 원금과 대출 이자를 갚아야 한다. 가장 일반적인 30년 고정 이자율 모기지 대출은 상환 기간이 길기 때문에 매달 내는 이자 부담은 적지만 원금 상환과 자산 축적이 그만큼 더디게 진행된다. 주택 구입을 심각하게 고민하고 있다면 ‘상환 스케줄’ (Amortization Schedule)을 확인해 매달 납부 금액 중 원금 상환이 차지하는 비율이 어떻게 변해가는지 살펴보는 것이 좋다.

■장기적으로 주택 구입이 더 경제적인가?

이 질문에 대한 답은 주택 구입 지

역에 따라 달라진다. 주택 구입이 경제적인지 따져보려면 직접 계산해 보는 것이 도움이 된다. 우선 주택을 구입하려면 다운페이먼트 자금과 각종 부대 비용을 감당해야 한다는 점을 알아야 한다. 현재 거주 중인 지역의 렌트비 상승률도 살펴봐야 한다.

매년 렌트비가 꾸준히 오르고 있다면, 임대료로 내는 금액이 내 집 마련에 드는 비용보다 더 클 수도 있다. 또, 임대료 상승으로 인해 모아둔 현금 자산이 줄어들어 집을 사는 데 필요한 자금이 부족해질 수도 있다. 보다 정확한 계산을 위해 온라인부동산정보업체 리얼터닷컴 등이 제공하는 ‘임대 vs. 구매 계산기’ (<https://www.realtor.com/mortgage/tools/rent-or-buy-calculator/#iid=content-promo-rentvsbuy-calc>)를 사용하면 도움이 된다.

■최근 큰 ‘상실’이 없었나?

내 집 장만은 인생의 새로운 장을 여는 과정이다. 이처럼 중요한

결정을 내리기 전 최근 어떤 상실을 겪었는지 스스로 되돌아볼 필요가 있다. 연인과의 이별, 이혼, 직장에서의 해고, 가족의 건강 문제 등 크고 작은 상실의 경험하게 되면 ‘인생을 다시 시작하고 싶다’는 생각에 충동적으로 주택 구입에 나서기 쉽다.

내 집 마련을 통한 새로운 시작은 긍정적인 변화를 가져올 수 있다. 하지만 부동산 전문가들은 충동적으로 주택 구입을 결정하면 득보다 실이 클 수 있는데, 특히 무리한 모기지 대출 과정에 따른 불리함이 많이 따른다고 경고한다.

상실을 경험하면 겉보기에는 괜찮아 보여도 내면에 남아있는 불안감과 상처가 주택 구입 절차에 악영향을 미칠 수 있다. 상처를 덮기 위해 너무 조급하게 주택 구입에 나서지 말고 충분한 시간이 지난 뒤 자신의 상황을 객관적으로 판단할 수 있을 때 주택 구입에 나서는 것이 바람직하다.

■혹시 내가 나를 속이는 것은 아닌가?

내 집을 장만하고 싶다는 생각이 들기 시작했다면, 잠시 멈추고 자신에게 물어봐야 한다. 내가 진정으로 내 집 장만을 원하고 있나? 계산을 통해 주택 구입이 유리하다고 판단되더라도 몇 가지 질문을 추가적으로 해보고 최종 결정을 내리는 것이 좋다.

▲내가 집을 사야 한다고 스스로 설득하려고 하는 것은 아닌가?
▲경제적 측면에서 무리하게 정당화하려고 애쓰고 있진 않은가?
▲집을 사야 할 이유가, 사지 말아야 할 이유보다 더 많은가?
내 집을 장만하는 것은 인생에서 가장 큰 재정적, 때로는 감정적 부담이 될 수 있다. 따라서, 자신과 가족에게 정말 올바른 선택인지 반드시 확인하는 과정을 거쳐야 한다.

BEE
Realty Group

COMMERCIAL TEAM

beeinvestment.com



정훈기
Hoongi Chung

213.216.3052

BRE # 01299943

hoonichung3@gmail.com

Poultry 마켓

코인 라운드리 토렌스 조용한 동네 \$45만



매상 \$3만4천대 싸이즈 3,200 sq ft. 순익 \$1만
리스 3년 옵션 (5년X2번) 15년 운영중 (은퇴 매매)



조이스 리
Joyce Lee

213.344.9585

BRE #01736298

Joycelee77m@gmail.com

투자용 건물 & 비즈니스 전문

USDA 공장+건물(포모나지역)



\$190만

건물 3,500sf. 굿 파킹
현재 USDA 비즈니스 운영중,
확장을 원하는 분 적합

6 유닛 APT



\$168만

다저스 스타디움 인근
건물 6,800 sf. 땅 8,400sf.
모두 2 Beds
현재 인점은 낮지만 굿 포텐셜



제니퍼 정
Jennifer Jung

213.453.0434

realtorjen0434@gmail.com

BRE #01380952

“잘” 팔고 “잘” 사드립니다

교회건물 For Sale



\$160만

한인타운 인근 2층 교회 건물 3,750 Sf,
새로 업그레이드 된 시설. 넓은 본당과
키친을 비롯 여러개의 교육실 완비
파킹시설 충분합니다.

Auto part shop + property for Sale



\$250만

30년 전통의 Auto part shop+ repair
월 평균 매출 25만달러, 넷 인컴 3만 정도
건물 4,747 Sf, Lot Size 7,750 Sf
아주 바쁜 길의 코너라, Owner use SBA 융자 가능

KOREATOWN SPACE FOR LEASE 문의 Jennifer Chung (213)453-0434

2520 W 8th St. L.A.



Goldwell Center

식당, 학원, Office, Retail Store 가능
합니다. Available Size: 700~1,350 Sf
1st Floor - \$2.50 + Nnn,
2nd Floor - \$2.00 + Nnn (네고 가능)

3054 8th St. L.A.



HANNAM PLAZA

Office, Retail Store 용도 가능 Gross
Lease. 3 Space Available 105~1,100sf
107~1,100sf, 206~1200sf
Call For Price!!

422 Western Ave



Multiple Unit Space Available

250~1,240 Sf 오피스, 사진관, 학원,
Professional Law, CPA, Repair Gross
Lease 한인타운 교통의 요지. 다양한
사이즈 있습니다.

영주권자 입국시 공항에서 범죄 기록 때문에 구금될 수 있어

■ 김성환 변호사의 이민법 궁금증 응답풀이

최근 영주권자가 해외여행에서 공항을 통해서 입국을 할 때 범죄기록이 있다는 이유로 구금이 되는 사례가 드물지 않다. 어떤 범죄기록이 있을 때 영주권자라도 입국을 할 때 문제가 되는가? 구금후에는 어떻게 되는가등 관련 이슈를 정리했다.

마약 관련·도덕적 범죄·인신매매·돈세탁 등
보석 자격 없지만 ICE 재량 가석방은 가능
입국금지 되는 범죄와 추방되는 범죄 달라

-범죄기록이 있는 영주권자가 해외여행을 하지 않으면 안전한가

▲상대적으로 그렇다고 할 수 있다. 해외에서 입국하면 문제가 되는 입국금지 범죄라고 하더라도, 해외에 나가지 않고 미국안에 있으면 추방 이슈가 없는 범죄기록이 많다. 입국금지가 되는 범죄와 추방이 되는 범죄가 다르기 때문이다. 예를 들면, 마리화나를 피우다 적발된 적이 있을 경우, 영주권자라도 입국 금지에 해당된다. 그러나 30g을 넘지 않는 마리화나를 소지한 혐의로 유죄판결을 받았다면, 미국내에서는 아예 추방대상이 되지 않는다. 도덕적 범죄의 경우도 미국내에서는 1년 이상 실형을 선고받지 않으면 추방대상이 되지 않는다. 그러나 그런 사람이 해외여행을 했다가 귀국하면 영주권자라면 바로 구금이 된다. 미국 내에서 범죄기록으로 추방재판에 넘어가더라도 가중 중범이나 마약사범등 일부 유죄판결을 받는 범죄를 제외하면, 본드 신청을 통해서 석방이 가능하다. (김성환 변호사)

-문제가 되는 범죄는

▲첫째, 마약관련 법규를 위반했을 때, 마약 관련 법규를 위반했다고 본인이 인정했을 때, 그리고 마약 관련 법규의 구성 여건이 해당하는 행위를 했거나 했다고 본인이 인정했을 때이다. 도덕적 범죄로 유죄판결을 받았을 때, 도덕적 범죄를 저질렀거나 도덕적 범죄를 구성요건에 해당하는 행위를 했다고 본인이 인정을 했을 경우이다. 셋째, 2개 이상의 범죄에서 유죄판결을 받아서 5년 이상의 실형을 선고 받았을 때이다. 넷째, 불법 마약 거래를 했다고 정부가 알거나 그렇게 믿을 만큼의 이유가 있을 때이다. 다섯번째, 비자를 신청하기 10



년 이내에 매춘을 했거나 매춘을 하기 위해서 입국한 경우이다. 그밖에 인신매매나 돈세탁에 연루되었을 때 등도 입국 불허 대상이다.

-도덕적 범죄 관련 예외 조항은

▲첫째, 도덕적 범죄로 유죄판결을 받았더라도, 선고형량이 1년을 넘지 않고, 선고형량이 6개월을 넘지 않았다면 입국 금지대상이 되지 않는다. 둘째, 18세가 되기 전, 그리고 미국에 입국하기 5년전에 도덕적 범죄를 저질렀거나 석방되었다면 입국금지의 대상이 아니다. 아울러

1997년 4월 이전에 유죄판결을 받고 영주권자가 일시 출국했다가 귀국할 경우, 유죄판결 당시 그 범죄가 추방대상이 아니라면 현행법으로 입국금지를 할 수 없다.

-영주권자가 입국시 범죄기록 때문에 구금된 경우 보석으로 석방이 가능한가

▲입국금지에 해당하는 범죄기록 문제로 공항에서 구금된 사람은 영주권자라고 하더라도 입국 신청 외국인(the arriving alien)으로 간주된다. 입국 신청 외국인은 보석을 신청할 수 없다. 입국 신청 외국인은 보석 자격은 없지만 ICE가 재량권으로 가석방을 시켜줄 수는 있다. 그러나 이민판사는 그런 재량권조차 행사할 권한이 없다. 따라서 입국 신청 외국인 케이스로 구금이 되었다면 관할

ICE에 가석방을 요청해야 한다. ICE가 가석방을 해주지 않으면 추방절차가 끝날 때까지 구속된 채로 있어야 한다.

-영주권 받을 때 일부 사실을 속여서 영주권을 받았다. CBP가 이 사실을 알게 되었다면 공항에서 구금이 되는가

▲영주권 취득 과정에서 사기 혹은 거짓말을 하고 영주권을 받았다는 것을 설사 공항 CBP가 알았더라도 이런 영주권 소지자를 공항에서 긴급 추방을 하거나 구금하거나 일은 없다. 왜냐하면 이런 경우의 영주권 소지자를 입국 신청 외국인으로 본다고 이민법이 규정하고 있지 않기 때문이다. 대개 이런 케이스는 추방재판에 넘어가겠지만 입국할 때 공항에서 체포될 일은 없다.

가족이민 문호 모처럼 풀렸다

■ 7월 영주권 문호

가족이민 2A 8개월 진전
취업이민 3순위도 나아져
종교이민은 계속 처리불능

지난달 취업이민의 영주권 문호 숨통이 좀 트인데 이어 이번 달에는 가족이민의 영주권 문호가 모처럼 풀렸다.

연방 국무부가 지난주 발표한 2025년 7월 영주권 문호에 따르면

영주권자의 배우자와 미성년 자녀들이 대상인 가족이민 2A 순위에서 영주권 발급 승인 판정일자(Final Action Date)가 22년 9월1일로 고지돼 무려 8개월의 진척을 보였다.

또 시민권자의 21세 이상 성년 미혼자녀들이 대상인 가족이민 1순위는 영주권 발급 승인 판정일자가 2016년 10월15일로 전달에 비해 5주가 진전됐고, 영주권자의 성년 미혼자녀인 가족이민 2순위B 역시 영주권 발급 승인 판정일이 2016년 10월15일로 나타나 전달 대비 3주가 빨라졌다.

이밖에 시민권자의 기혼자녀가 대상인 가족이민 3순위는 2011년 8월1일로 5주 진전을 보였다. 하지만 시민권자의 형제자매 초청인 가족이민 4순위의 영주권 발급 승인 판정일자는 2008년 1월1일로 전혀 나아가지 못했다. 가족이민 사전접수일의 경우 2A 순위가 한 달 빨라졌고, 4순위는 3개월 이상 진전을 보였다.

취업이민의 경우 3순위에서만 약간의 문호 진전이 나타났다. 취업이민 3순위 숙련공 부문은 영주권 발급 승인 판정일자가 2023년 4월1일로 고지돼 전달 대비 7주 진전을 보였고, 3순위 비숙련공 부문의 경우 2021년 7월8일로 2주가 앞당겨졌다.

●2025년 7월 영주권 문호 (출처: 연방 국무부, 괄호 안은 전월 순위)

순위	영주권 발급 (final action date)	사전접수 (date for filing)	대상
가족이민	1 16년 7월15일(16년 6월8일)	17년 9월1일(17년 9월1일)	시민권자 미혼자녀
	2A 22년 9월1일(22년 1월1일)	25년 3월1일(24년 2월1일)	영주권자 배우자 및 미성년자녀
	2B 16년 10월15일(16년 9월22일)	17년 1월1일(17년 1월1일)	영주권자 21세 이상 미혼자녀
	3 11년 8월1일(11년 6월22일)	12년 7월22일(12년 7월22일)	시민권자 기혼자녀
취업이민	4 08년 1월1일(08년 1월1일)	08년 9월8일(08년 6월1일)	시민권자 형제자매
	1 오픈(오픈)	오픈(오픈)	세계적 특기자, 국제기업 간부직원
	2 23년 10월15일(23년 10월15일)	23년 11월15일(23년 11월15일)	석사학위자, 5년 이상 경력자
	3 23년 4월1일(23년 2월8일)	23년 5월1일(23년 3월1일)	전문직, 숙련공, 학사학위
	21년 7월8일(21년 6월22일)	21년 7월22일(21년 6월22일)	학위 불문 비숙련공
	4 처리불능(처리불능)	21년 2월1일(21년 2월1일)	안수받은 목사 등 성직자
	처리불능(처리불능)	21년 2월1일(21년 2월1일)	종교적 종사 비성직자
	5 오픈(오픈)	오픈(오픈)	100만 달러 이상 알만 투자이민
	오픈(오픈)	오픈(오픈)	50만달러 파일럿 투자이민

“친절하고 세밀한 검사로 환자 한 분 한 분을 모시겠습니다”

Dr. Jay Kwon DMD
Boston University 치대 졸업

International Congress of Oral Implantologists member
American Dental Association member
Korean American Dental Association member

치과 보험

- Anthem HMO (Liberty)
- Clevercare
- All PPO accepted

- ✓ INVISALIGN 교정
- ✓ 임플란트
- ✓ 신경치료
- ✓ 미용 치과
- ✓ 틀니
- ✓ 보철
- ✓ 사랑니 발치
- ✓ 잇몸 치료

OB DENTISTRY 치과

323.272.4271

4026 W OLYMPIC BLVD
LOS ANGELES, CA 90019

월/화/수/목: 9am-6pm
토: 9am-1pm
금요일 Closed

HOT
SLAE

일상속에 지친 당신을 위한 여름 필수 아이템 추천!

즐거운
여름쇼핑

여름 쇼핑엔 홈쇼핑월드에서 시원한 세일을!

세일기간: 06.18(수) ~ 06.24(화)

가격파괴 금액별 선물과 이벤트를 준비했으나 놓치지 마시고 지금 바로 구매하세요!

8th St + 세라노 Roya 아파트 1층 (홈쇼핑월드에서 확장이전하여 넓어져 더욱 쇼핑이 편해졌습니다.)

금주 원가 및 원가이하세일!

바삭 바삭 김어포 오리지널 \$3.99 \$1.00	바삭 바삭 김어포 하바네로 \$3.99 \$1.00	랍스터 라볶이 1봉지 \$6.99 2봉지 \$4.99	랍스터 떡볶이 1봉지 \$6.99 2봉지 \$4.99	제주도 개보리건빵 240g 1봉지 \$4.99 2봉지 \$4.99
꾸이맨 생선칩 70g \$5.99	기적의 명약 산삼한 3.75g 10환 \$49.99 \$9.99 *1인 5세트 한정	장어즙 70ml 30포 \$99.00 3박스 \$99.00	6년근 에브리원 홍삼스틱 70ml 30포 \$99.00 5박스 \$99.00	6년근 에브리원 홍삼스틱 70ml 30포 \$99.00 5박스 \$99.00

WOW 무더운 여름 시원한 세일!

3단 매트 리스 \$69.99 \$19.99	6년근 금산 홍삼 농축액 240g 4병 \$149.99 \$69.99 *홍삼근: 70% 홍미상: 30% *2세트 구매 시: 광동제약 비타 500 데일리 스틱 증정	코지나잇 냉감 아이스 쿨매트 S 사이즈 \$89.00 Q 사이즈 \$99.00 K 사이즈 \$109.00
---	---	--

한국 팔도 먹거리 감사 세일!

김정문 삼진강 재첩진국 300g \$8.99 \$4.99	의령 망개떡 30g 4개 \$10.99 \$4.99	의령 망개떡 30g 10개 \$19.99 \$9.99	해담은 전복 톳밥 250g \$8.99 \$5.99
해담은 내장 듬뿍 전복죽 400g \$8.99 \$5.99	해담은 시원한 황태죽 400g \$8.99 \$5.99	해담은 생 새우죽 450g \$8.99 \$5.99	해담은 매생이 버섯죽 450g \$8.99 \$5.99
다해식품 100% 한국산 새우젓 1kg \$14.99 \$8.99	군산 순살 꽃게장 250g, 영남&간장 \$19.99 \$9.99	화우당 밥도둑 간장게장 900g \$29.99 \$14.99	거창 농협 명품 1등 쌀 4kg \$34.99 \$14.99

‘400년 원시림’… 로켓 쏘는 나로도 옆 ‘신비의 섬’에 가볼까

요즘여행

전남 고흥군 우도·쑥섬

전남 고흥군은 2010년 나로도에 나로우주센터가 생기면서 첨단 과학 기지로 유명해졌다. 미지의 우주로 향한 로켓을 쏘아 올리는 곳인 동시에 군이 품은 230개 섬에는 아직 알려지지 않은 자연이 곳곳에 숨어 있다. 바다와 갯벌, 원시림 등 신비로운 자연을 간직한 우도(牛島)와 쑥섬(艾島)을 찾았다.

■하루 두 번 바닷길 열리는 우도

고흥을 둘러싸고 한반도 남단을 파고든 득량만 가장 안쪽에 우도가 있다. 전체 면적 0.62km², 해안선 길이 3.3km의 작은 섬이다. 600년 전 고려 말 때 우도에 처음 들어온 이가 섬의 지형을 살펴보다 소머리형 암석을 발견하고 우도라고 부르기 시작했다.

섬보다 섬을 둘러싼 갯벌이 주인공이다. 하루 두 번 신비의 바닷길이 열린다. 물때를 맞아 바닷물이 빠지면 우도의 속살, 드넓은 갯벌이 모습을 드러낸다. 갯벌에는 검은 돌의 꽃(석화)이 잔뜩 피어난다. 석화 사이사이 송송 뿜린 구멍에는 농게 무리가 기다란 눈을 빠끔히 내민다. 눈앞에 펼쳐지는 웅장한 자연 풍경에 자못 숙연해진다.

갯벌은 50여 가구 섬 주민들의 삶의 터전이다. 주민 대부분이 어업에 종사하며 갯벌에서 채취한 굴, 게, 바지락, 낙지, 꼬막 등 수산물을 팔아 생계를 유지한다. 이들은 주어진 자연환경에 순응한다. 주민들은 생태계를 훼손하지 않는 굴 양식법을 따른다. 보통은 대량의 굴을 수확하기 위해 물 위에 띄운 스티로폼 부이에 굴을 매달아 양식하는 ‘수하식’ 재배법을 이용한다. 굴이 24시간 물속에 잠겨 먹이 활동을 이어가기에 1년이면 성장을 마친다. 하지만 해양 미세플라스틱 발생 등 생태계 교란 논란이 제기되는 재배법이다.

반면 우도에서는 갯벌에 나뭇가지를 꽂아 굴을 양식하는 지주식 재배법이나 석화껍데기를 던져 놓는 투석식 재배법을 고수한다. 자연의 조수간만 차를 이용한 재배 방법으로 3년은 굴을 양식해야 출하할 수 있다. 이 같은 재배법에 물이 빠질 때면 나뭇가지와 석화껍데기에 붙은 검은 석화가 모습을 드러낸다. 더딘 성장에도 불구하고 자연에 맞춰 삶을 지탱하



전남 고흥군 우도 노둣길에서 바라본 갯벌에 굴이 가득 자라 있다. 뒤로 보이는 섬은 무인도 해섬.

는 주민들 덕분에 우도는 자연 그대로의 모습을 유지하고 있다.

주민들은 노둣길을 따라 움직인다. 노둣길은 오랜 세월 질퍽한 갯벌에 나무 기둥을 박고 돌을 깔아 만들어진 길이다. 주민들은 하루에 두 차례 물이 빠지고 길이 열리는 시간에 순천과 고흥 등으로 건너가 수산물을 팔고 돌아왔다. 40여 년 전 차량 통행을 위해 시멘트로 노둣길을 포장했다. 지난해에는 노둣길 옆으로 1,320m 길이의 보행교(우도 레인보우교)를 설치해 물때에 상관없이 섬을 오갈 수 있게 됐다.

우도 내부의 조용한 풍경도 눈길을 붙든다. 우도 남쪽의 작은 포구엔 물이 차면 득량만으로 나갈 어선들이 정박해 있다. 포구 인근에는 민가가 웅기종기 모여 있다. 우도의 중심인 봉들산 비탈을 따라 들어선 작은 마을과 낮게 드리운 해무가 동화 같은 분위기를 자아낸다.

섬 북쪽으로는 10여 개의 작은 무인도가 있다. 봉들산 정상 전망대에 오르거나 노둣길, 보행교를 지날 때 이 섬들을 구경하는 재미가 있다. 특히 팽나무가 자생하는 무인도인 해섬은 넓은 갯벌의 이정표처럼 존재감이 크다. 노둣길에 가깝게 있어 우도에 들어오는 이를 가장 처음 반겨주는 섬이기도 하다.

■‘신성한 숲’과 ‘공중정원’ 쑥섬

로켓 발사대가 있는 외나로도의 선착장에서

14인승의 배를 타고 단 2분만 가면 쑥섬에 도착한다. 우도가 갯벌의 섬이라면 쑥섬은 식물의 섬이다. 봄이면 섬에 쑥쑥 자라는 향긋한 쑥의 품질이 좋아 쑥섬으로 불린다. 쑥섬에는 예로부터 세 가지가 없다. 개, 닭, 무덤. 주민들이 신성하게 여겨온 숲이 ‘부정을 타지 않도록’ 오래전부터 지켜온 전통이다. 개와 닭은 소란스러운 동물이라 울음소리가 부정하다고 여겼다. 개와 닭을 주로 기르는 일반의 농어촌을 생각하면 숲을 지키기 위한 주민들의 노력을 미루어 짐작할 수 있다.

쑥섬엔 ‘신비의 숲’이 있다. 쑥섬의 난대 원시림은 무려 400년 동안 보존돼왔다. 외부인의 출입을 막아 숲이 잘 보존될 수 있도록 주민 각고의 노력이 뒷받침된 덕이다. 숲에는 수백 종의 수목과 들꽃이 자라고 있다. 쑥섬의 원시림은 2016년 처음 외부인에게 개방됐다. 숲을 훼손하지 않도록 좁게 난 오솔길 사이로 긴 세월 뿌리 내린 고목을 어렵지 않게 볼 수 있다. 원시림에는 200여 년 수령의 비교적 어린 동백 숲과 400여 년 수령의 어른 동백 숲이 공존한다.

수명을 다한 나무조차 이곳에선 쓰임이 다르다. 벼락을 맞은 300년 수령의 팽나무는 버섯과 곤충의 보금자리가 됐다. 2003년 태풍 매미에 쓰러졌던 250년 수령의 후박나무는 여전히 썩지 않고 선명한 열록무늬를 보여준다.

주민들이 수백 년간 지킨 신성한 숲을 나오

면 시원한 바다 풍경이 여행객을 기다린다. 전남 여수시의 소거문도, 손죽도, 초도까지 뺨 뚫린 남해를 내려다보는 문당길 곳곳에도 수많은 들꽃이 바람에 살랑인다. 시계가 좋은 날이면 60km 거리인 전남 완도군 청산도까지 시야에 담을 수 있다.

길의 끝에는 원시림과 함께 쑥섬을 세상에 알린 ‘공중정원’이 있다. 지역 중학교 교사 김상현(57), 약사 고재훈(54) 부부가 20년 넘게 정성으로 가꾼 정원이다. 해발 83m에 7549㎡ 규모다. 2000년 새해에 남편인 김씨가 “남은 인생 동안 하고 싶은 일을 적어 보자”고 제안했고, 부부는 일심동체로 ‘사회공헌’을 떠올렸다. 부부는 섬의 자연과 문화를 지키면서 발전에 기여할 수 있는 사업으로 낙후된 쑥섬 정원에 꽃을 심기로 했다. 정원 부지를 매입하는 데에만 8년이 걸렸다.

당시만 해도 칙령굴이 무성했다. 잡초를 제거하고 꽃나무를 심었다. 부부의 노력에 20여 년 만에 300여 종의 꽃이 피는 정원이 됐다. 2017년에는 전남 민간정원 1호로 지정됐다. 정원은 계절에 따라 각양각색의 꽃이 핀다. 별 정원(봄), 수국 정원, 달 정원(여름), 사초 정원(가을)이 있다. 수국이 만개하는 6, 7월이 쑥섬의 성수기다.

쑥섬은 ‘고양이섬’으로도 불렸다. 섬에 쥐가 번식하면서 주민들은 고양이를 키우기 시작했다. 고양이 수가 늘어나면서 개와 닭, 무덤이 없어 ‘3무(無·개·닭·무덤)’ 섬이었던 쑥섬은 원시림과 정원, 고양이로 유명한 섬이 됐다. 마을 돌담과 고목에 앉아 섬의 풍경을 관망하는 고양이가 섬의 명물로 자리매김했다.

■축사를 자연으로 꾸미다, 금세기정원

고흥군의 ‘금세기정원’도 자연친화적인 두 섬의 맥을 잇는다. 정원은 고흥군의 동쪽 여자만을 접한 약 624만㎡(189만 평)의 농지 한가운데 덩그러니 놓여 있다. 정원이 이곳에 자리한 이유는 축사의 외관과 냄새를 가리기 위해서다. 본래 농업에 종사해온 ‘죽암 농장’이 1995년 축산업을 시작하며 나무를 식재하기 시작했다. 30년간 자란 나무와 꽃이 거대한 정원(5만428㎡)이 됐다.

메타세쿼이아 진입로를 지나 정원에 들어가면 잔디광장이 펼쳐진다. 정원에는 배롱나무, 돈나무 등 관목 46종과 국화, 장미, 백일홍 등 초화 77종, 한반도 모양 연못 주위로 조성한 수변 공원이 있다. 2017년 전남 민간정원 4호에 등재됐다. 사유 농지 내부에 있지만 누구든 무료로 둘러볼 수 있다.

〈고흥=글·사진 이한호 기자〉



쑥섬의 여름정원에 들국화가 피어 있다.



전남 고흥군 금세기정원의 메타세쿼이아길.

가야 Gaya Son Kalguksu
손칼국수

옛 방식 그대로, 홍두깨로 밀어 만든 칼국수

GRAND
OPEN



Takeout Welcome

714.886.2141

Open Hours

월~일 11:00AM~9:00PM | 화요일 Closed (주6일 영업)

10330 Beach Blvd Ste A, Stanton, CA 90680



디즈니·픽사 신작 애니... ‘엘리오’에 우주가 답하다

하은선 기자의 할리웃 리포트

외계 열정 가진 소년의 우주 모험담
연결과 소통에 대한 깊은 메시지
관객들에게 새로운 관점 제시

전 세계 극장가에 특별한 우주 모험이 펼쳐진다. 디즈니와 픽사가 선보이는 신작 장편 애니메이션 ‘엘리오’ (Elio)는 단순한 SF 모험담을 넘어 현대인들이 깊이 공감할 수 있는 보편적 주제를 다루며 관객들의 마음을 사로잡을 예정이다.

‘엘리오’의 주인공은 우주에 대한 무한한 상상력과 외계인에 대한 열정을 가진 소년이다. 그는 우연히 은하계 간 조직인 ‘커뮤니버스’로 순간 이동되면서 예상치 못한 모험에 휘말리게 된다. 지구의 대표로 오해받게 된 엘리오는 기묘한 외계 생명체들과 새로운 유대를 형성하고, 은하계적 위기를 헤쳐나가며 자신이 진정 있어야 할 곳이 어디인지 찾아가는 여정을 그린다.

도미 시 감독은 “엘리오가 외계인

에게 납치되고 싶어하는 이유를 파고들다 보니 결국 외로움이라는 주제에 도달했다”고 설명한다. 우주에 대한 엘리오의 집착은 단순한 호기심이 아니라 자신이 속할 곳을 찾고 싶은 간절함에서 비롯된 것이다. 그는 지구에서 자신에게 맞는 것이 없다고 느끼며, 자신을 있는 그대로 받아들여주는 다른 세계를 꿈꾸는 캐릭터로 그려진다.

흥미롭게도 ‘엘리오’는 실제 과학적 사실에 기반을 두고 제작되었다. 엘리오가 우주로 신호를 보내기 위해 ‘햄 라디오’를 개조하지만, 정작 외계인들의 관심을 끄는 것은 현재도 우주에 존재하는 실제 물체인 ‘보이저 위성’이다. 이 위성에는 전 세계 어린이들이 보낸 메시지가 담긴 ‘골든 레코드’가 있다. 이 영화



11살 소년 엘리오가 외계인에게 납치당하고 싶다는 소원이 실제로 이루어지자 액체 슈퍼컴퓨터 우우와 잔혹한 군벌의 다정한 아들 글로돈을 포함한 다양한 우주 거주자들을 만나게 된다.
(사진 제공=Disney·Pixar)



이모 올가와 함께 살게 된 엘리오는 풍부한 상상력을 가진 우주광으로 외계인의 납치를 꿈꾸는 외톨이 소년이다.
(사진 제공=Disney·Pixar)

에서는 외계인들이 이 메시지를 받고 연락을 취하는 설정으로 발전시켰다. 제작자인 메리 앨리스 드럼은 “초기 단계에서 세티(SETI) 연구소의 창립 멤버 중 한 명이자 칼 세이건과 함께 일한 천문학자와 협력했다”고 밝혔다. 이러한 과학적 근거는 영화에 현실감을 더하며, 관객들로 하여금 우주를 더 넓게 생각하고 지구인으로서의 연결감을 느낄 수 있게 한다.

‘엘리오’는 픽사의 검증된 제작진들이 힘을 합친 작품이다. 연출은 픽사 단편 ‘버로우’로 주목받은 매들린 샤라피안, 단편 ‘바오’와 장편 ‘메이의 새빨간 비밀’로 인정받은 도미 시, 그리고 ‘코코’의 공동 각본가이자 공동 연출가인 아드리안 모리나가 공동으로 맡았다. 도미 시와 매들린 샤라피안의 협력은 이번 작품의 핵심이다.

시 감독은 “매들린과 함께 작업하는 것은 범죄 파트너를 만난 것 같았다”며 “우리는 비슷한 취향을 가지고 있고, 같은 애니메이션 영화

를 보며 자랐으며, 영화와 애니메이션, 스토리텔링에 대한 같은 열정을 공유한다”고 말했다. 두 감독 모두 고향에서 ‘예술하는 아이들’로 자랐던 자신들의 경험을 엘리오 캐릭터에 투영했다. 시 감독은 “애니메이션 학교에 들어가는 것이 꿈이었고, 그곳에서 내가 속할 수 있다고 느끼는 곳을 찾고 싶었다”며 “진정한 내 사람들을 찾고 싶었던 그 감정이 엘리오가 우주로 가서 외계인들을 만나려는 동기가 되었다”고 설명했다.

이러한 개인적 경험은 영화에 깊이 있는 감정적 진정성을 부여한다. 많은 관객들이 느껴본 소외감과 외로움, 그리고 자신만의 공간을 찾고 싶은 마음을 우주적 스케일로 확장하여 표현한 것이다.

주인공 엘리오 역의 목소리 연기는 요나스 키브레압, 올라 이모 역은 조 살다나가 맡았다. 여기에 레미 에저리, 브래드 개릿, 자밀라 자밀, 셸리 헨더슨 등이 각각 독특한 외계인 캐릭터들을 연기한다. 제작 과정에서도 혁신적인 접근법이 사용되었다. 메

리 앨리스 드럼은 “모든 슈퍼바이저들을 한 방에 모아놓고 ‘대학 프로젝트’라고 불렀다”며 “수백 명의 사람들이 참여했지만 마치 지하실에서 친구들과 함께 영화를 만드는 것 같은 느낌이었다”고 말했다.

‘엘리오’는 표면적으로는 우주 모험담이지만, 그 핵심에는 연결과 소통에 대한 깊은 메시지가 담겨 있다. 시 감독은 “우리 팀과 함께 이야기하면서 외로움이라는 주제가 많은 사람들에게 공감을 불러일으킨다는 것을 깨달았다”며 “결국 이 작품은 기발한 우주 모험을 통해 소통과 연결에 대한 이야기를 전하고 있다”고 밝혔다.

수세기 동안 인류는 우주를 향해 답을 구해왔지만, ‘엘리오’에서는 우주가 먼저 인간에게 답을 건넨다는 흥미로운 설정으로 시작한다. 이러한 역전된 시각은 관객들에게 새로운 관점을 제시하며, 우리가 찾고 있는 것이 사실은 우리 곁에 이미 존재할 수 있다는 메시지를 전달한다.

(골든글로브 재단(GGF) 회원)



전 메이저리그 야구팀 주치의
대표 원장 임대순
DAESOON LEE, M.D.

- 스포츠의학전문의
- 통증전문의
- 가정의학과 전문의
- 현 강정호 야구교실 전담 주치의
- 현 한미 스포츠재단 이사
- 현 바른병원 대표원장



Immigration Medical Exam
USCIS Civil Surgeon
이민국 신체검사 지정병원

시니어분들의 통증을 해결하기 위해 한인타운 월셔와 웨스턴길에 새로 개원한 **통증 전문 가정주치의!**

“바른병원”

통증 전문의

목/허리 통증, 디스크, 무릎통증, 어깨통증, 팔꿈치, 손목, 손가락, 발, 발목, 발가락통증, 고관절, 엉덩이통증

스포츠의학 전문의

무릎연골주사, 자가혈청(PRP) 치료 및 줄기세포 (Stem Cell) 치료전문병원

가정의학과 전문의

고혈압, 당뇨, 고지혈증, 폐 및 심혈관질환 정밀검진 및 치료

부로 넓게 대하듯 한분한분 정성을 다해 모십니다

서울/한미/센터 메디컬 그룹 주치의로부터 리퍼럴(허락서) 받으셔서 오실 수 있으시고
오리지널 메디케어 분 아니라 메이저 보험은 대부분 다 받습니다.



바른병원
BARON MEDICAL GROUP

T. (213) 985-7777

3800 Wilshire Blvd,
207A, LA, CA 90010
머러리 빌딩 내 주차 (2시간 무료)



월셔길, 웨스턴길, 몬크비츠, 몬크비츠동

PARKING

S 사랑하는
M 마음으로
G 가족처럼
당신을 먼저 생각합니다



서울메디칼그룹이 No.1 인 이유는
늘 따뜻한 마음으로 가족을 지켜온
오늘의 당신 덕분입니다

우리에게 No.1 이라고 하지만
우리에게 No.1 은 당신입니다

더 많은 사랑으로
더 건강한 시간으로
돌려드리겠습니다

SMG 서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP

‘몽환’ ‘발랄’ ‘날렵’... 글로벌 센세이션 ‘K팝’



◀ 섹스미녀

매혹적인 블랙 원피스 수영복 차림의 미녀 모델이 블랙 섹스미녀를 쓰고 당당한 포즈를 취하고 있다.

〈이미지투데이〉



하츠투하츠 ‘발랄한 매력’

반된 매력을 선보인다.

지난 2월 몽환적인 분위기의 ‘더 체이스(The Chase)’로 가요계에 데뷔한 신인 걸그룹 하츠투하츠가 새 싱글 ‘스타일’(STYLE)로 상

〈SM엔터테인먼트〉



로제 ‘아파트’ 34주 연속 빌보드 ‘핫 100’

블랙핑크 로제의 히트곡 ‘아파트(APT.)’가 미국 빌보드 메인 싱글 차트 ‘핫 100’에서 K팝 사상 최장 기록을 경신했다. 17일 공개된 최신 차트에 따르면 ‘아파트’는 전주와 동일한 24위로 ‘핫 100’에 34주 연속 이름을 올렸다. 이는 K팝 최장 신기록이다.

〈연합〉

투어스 ▶ 첫 단독 콘서트

날렵하면서도 힘 있는 퍼포먼스를 장착한 그룹 투어스가 20~22일 서울 잠실실내체육관에서 데뷔 첫 단독 콘서트를 열고 팬들을 만났다.

〈플래디스 엔터테인먼트〉



첫 해 이자 9.85% 시니어를 위한 투자전략 “불안한 시장에서 내 돈은 어디에 뒀야 하나요?”

문 1) 요즘 은행 이자도 낮고, 주식은 무섭고... 이럴 땐 돈을 어디에 두는 게 좋을까요?

확정이자형 연금, MYGA가 요즘 시니어들에게 각광받고 있습니다. MYGA(Multi-Year Guaranteed Annuity)는 보험회사가 제공하는 고정 이자형 연금 상품입니다. 일정 기간 동안 약속된 이자율을 보장하고, 이자는 매년 복리로 불어나게 됩니다. 주식처럼 오르락내리락하지 않고, 은행 CD보다 높은 수익을 기대할 수 있죠. 특히 시장이 불안정한 지금 같은 시기에는, ‘수익률을 고정’할 수 있다는 점이 큰 장점입니다.

문 2) CD랑 뭐가 다르죠?

이자율, 유연성, 세금 혜택 - 세 가지가 다릅니다.

MYGA는 대체로 CD보다 높은 이자율을

제공하며 게다가 이자가 복리로 자랍니다. 그리고 현재 6년짜리 MYGA 상품 중, 첫 해 9.85%의 이자율을 제공하는 상품도 있으며, 이후에도 4.85%의 이자가 복리로 적용됩니다. 단순히 이자율이 높다는 사실보다 중요한 것은 ‘복리의 출발점’이 급격히 높아졌다는 점인데, 동일한 자금이라도 초기 이자율이 클수록 복리 구조에서는 눈덩이처럼 자산이 커진다는 점을 여실히 보여줍니다. 또한 매년 전체 금액의 10%까지는 위약금 없이 인출이 가능한 플랜들이 많아, 예기치 못한 의료비나 생활비도 어느정도 대응이 가능합니다. 또 이자는 바로바로 세금을 내지 않고 인출할 때까지 과세가 유예되기 때문에 자산이 더 빠르게 불어나는 효과도 기대할 수 있습니다.

문 3) 중도 해약하면 손해 아닌가요?

물론, 중도해지시 페널티를 고려하셔야 합니다. 그러나 중도 인출이 가능한 6년짜리 확정이자 플랜은 첫 해 이자가 높기 때문에, 실제로는 이득이 될 수도 있습니다. 현재 25만불 이상일 경우, 첫 해에 9.7%의 이자가 보장됩니다. 설사 1년 만에 해약하더라도 해약 페널티가 약 8% 수준이기 때문에 실제로는 이익이 남습니다. 즉, 이상품은 단순히 자산을 ‘묶어두는’ 것이 아니라, 전략적으로 운용할 수 있는 여지를 가진 구조입니다.

문 4) 만기 되면 어떻게 해야 하나요? 그냥 두면 계속 연장되나요?

만기 자동 연장 주의! 전략적인 재설계가 필요합니다. MYGA는 만기시 별도 요청이 없으면 그 당시 시장 이자율로 자동 연장됩니다. 그래서 불리한 조건으로 자산이 묶일 수도 있습니다. 따라서 만기

전에 반드시 담당 전문가와 상의해 재설계 여부를 결정해야 합니다.

문 5) 지금 이자율은 어떻게 되나요?

금리가 정점을 찍고 다시 하락할 수 있다는 전망이 있는 지금, 높은 이자율이 제공되는 시기에 장기 확정해두는 것이 매우 유리합니다. 3년부터 최대 10년 동안 확정된 이자율로 복리 수익을 확보할 수 있기 때문입니다.

인기 상품 <6년 만기 확정 이자 플랜>

25만불 이상	첫해 9.85%	2년이후 4.85% (중도 인출 불가)
	첫해 9.7%	2년이후 4.7% (10%까지 인출 가능)
10만불 이상	첫해 9.7%	2년이후 4.7% (중도 인출 불가)
	첫해 9.55%	2년이후 4.55% (10%까지 인출 가능)
10만불 이하	첫해 9.6%	2년이후 4.6% (중도 인출 불가)
	첫해 9.45%	2년이후 4.45% (10%까지 인출 가능)

어뉴이티 전문 에이전트
- 확정 이자형
- 저수 투자형
- 평생 생활비 목적

블루
앵커
재정보험

Retirement
Planning
Center

풍부한 경험을 바탕으로 친절하게 상담해 드립니다

LA: 4221 Wilshire Blvd. #460, Los Angeles, CA 90005 / OC: 6281 Beach Blvd. #156, Buena Park, CA 90621
garden@blueanchorins.com

재정전문상담가 이정원

CA LICENSE #4223551

YouTube

보험정원

Tel.626-456-1256

0% Available on Select Models



South Bay Hyundai

213-514-2666
James Lee-Fleet Manager

213-949-8282
Jimmy Lee-Korean sales



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$209
/Mo.+tax

New 2025 HYUNDAI
ELANTRA SE

MSRP \$23,320. Lease for \$209 plus tax. 10k miles, 36months with \$3,499 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$399
/Mo.+tax

New 2025 HYUNDAI
SANTA FE SEL HYBRID

MSRP \$39,275. Lease for \$399 plus tax. 10k miles, 36months with \$3,999 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$389
/Mo.+tax

New 2025 HYUNDAI
PALISADE SEL

MSRP \$41,425. Lease for \$389 plus tax. 10k miles, 36months with \$3,999 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$199
/Mo.+tax

New 2025 HYUNDAI
IONIQ 5 SEL

MSRP \$51,057. Lease for \$199 plus tax. 12k miles, 24months with \$3,999 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$209
/Mo.+tax

New 2025 HYUNDAI
IONIQ 6 SEL

MSRP \$46,795. Lease for \$209 plus tax. 12k miles, 24months with \$3,999 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025



Actual vehicle may differ from image

Lease for
\$449
/Mo.+tax

The All New 2026 HYUNDAI
IONIQ 9 SE AWD

MSRP \$64,365. Lease for \$449 plus tax. 10k miles, 36months with \$4,999 due at signing. All advertised vehicles subject to prior sale, price plus government fees and taxes, any finance charges. \$0 security deposit required. Offer expires 7/7/2025

“한국인 세일즈맨이 친절히 도와드립니다”



James Lee Fleet Manager
213-514-2666



Jimmy Lee Korean sales
213-949-8282

HYUNDAI
1-213-514-2666
1-213-949-8282
20433 Hawthorne Blvd.
Torrance, CA 90503
www.sbhyundai.com

America's Best Warranty
10-Year/100,000-Mile
Powertrain Limited Warranty

HYUNDAI
Assurance

All prices exclude government fees and taxes, any finance charges, dealer preparation charges, and any emissions testing charge s. Please contact Dealer for complete incentives and program details. Subject to change without prior notice. All prices, specifications and availability are subject to change without notice. Contact Dealer for current information. Your actual mileage may vary depending on how you drive and maintain your vehicle. Actual mileage will vary with options, driving conditions, driving habit and over all vehicle condition. All vehicles subject to prior sale. Expires 24hours after publication. Plus Dealer installed options



hanmi.com

한미은행에서

뱅킹은 더 편리하게 예금은 더 안전하게

40년간 한인 커뮤니티와 함께 해온 한미은행이
미 전역의 지점 네트워크와 온라인, 모바일로
더 편리하고 안전한 뱅킹 서비스를 제공합니다.

Bank on Your Dreams
 Hanmi Bank

