



Central New Jersey Guide

중부뉴저지가이드

뉴저지 중부지역 한인들을 위한 생활안내

문유미부동산

NJAR Circle of Excellence Award 2008-2009, 2010



프린스턴 지역 전문

Cell: 609.865.3644
www.YoomiMoon.com

E-Mail: Yoomi@YoomiMoon.com

55 Princeton-Hightstown Rd, Princeton Junction, NJ 08850

이제부터 모든 치료를 한 곳에서!

- 교통사고 및 직장상해
- 물리 치료
- 디스크 감압치료

Dr. Hye Nam Park D.O. 척추신경전문
박희남 통증병원
TEL: 732.342.7575

여기저기를 헤메이던 불편함은 이제 안녕!
최고 의사들이 한 곳에서 진료합니다.

85 Raritan Ave. Suite 430, Highland Park, NJ 08904

- 경희 한의대 석·박사, 외래교수
- 30년간 이상, 20년 진료 경험
- 한국회상의 한약재(올리허브)

김홍준 한의원
TEL: 732.729.1075

11 월호

2012

전문 한국음식에 자른길 향기여 생명을 알려드립니다. **특별정식**

food 名家 푸드명가

No! 조미료!

- 고급잔치음식
- 밀반찬
- 도시락 전문
- Special Sushi Roll
- 각종 떡 취급

1638 Lincoln Highway, Edison (732)354-4217

GLORY music

음악원 • 악기점

- 무식해슨 (5세부터 상년)
- 악기판매 및 대여
- 악기수리
- 피아노 조율 및 수리 (연락 20명-공정 조율사)

2054 Groton Hwy, Edison, NJ 08817 732.287.6677

"사랑을 사랑의 거기는 마음, 바로 나의 마음입니다"

"개요로프래버지 통증클리닉을 신실하게 운영합니다"

인 통증병원

교통사고 • 물리치료 • 한방치료 • 통증의학 • 개요로프래버지

1581 Route 27 Unit 3 Edison, NJ 08817 T. 732.287.1990

>> **가나 한의원** >>
가나 물리 치료

- 어깨 결림
- 허리 통증
- 교통사고 후유증
- 한방물리치료
- 맞사지

Tel: 732-321-1909 / 최상 최태영
12 Bridge Street, Suite C-12, Metuchen, NJ 08840

에른드기어 변호사 HAROLD J. GERB
Attorneys At Law

사고를 당하셨습니다?
자동차 교통 사고 / 목이나 디스크에 관련된 사고 / 운전중 사고
역행나 사고 / 목이 부러진 경우 / 골절로 발생한 목심 사고
겨울 날씨 / 얼음길 경우 / 승객이면서 발생한 골절로 인한 사고
피해자거나 발생한 사고 / 사망 / 정해진 용돈 사고 / 계약금으로 인한 사고

오랜정명의 변호사들이 도와드리겠습니다.
영어가 불편하신 분들은 한국어로도 도와드리겠습니다.

1-877-249-4600/732-249-4600
47 RARITAN AVE. HIGHLAND PARK, NJ

SAT Prep @ MEK

300 McGraw Dr., Edison, NJ 08837
(855)346-1410
www.mekreview.com

어떤 인쇄물이든지 고민하지 마십시오!
소량 인쇄도 OK! 가격도 OK!

Design & Printing, Inc.
Tel: 732.469.4740
428 Lincoln Blvd. Middlesex, NJ 08846

한지수 산부인과

JISOO HAN M.D.
OBSTETRICS & GYNECOLOGY
Tel. 732-603-2122
BestChoiceObGyn.com

2 Lincoln Hwy, Suite 311A
(Levinson Plaza on Rte. 27), Edison, NJ 08820

어떤 인쇄물이든지 고민하지 마십시오!
소량 인쇄도 OK! 가격도 OK!

Design & Printing, Inc.
Tel: 732.469.4740
428 Lincoln Blvd. Middlesex, NJ 08846

Celebrating **30 years** **H MART**
 A Korean tradition made in America. Since 1982.

H MART GIFT CERTIFICATES

The gift everyone loves... Amazing food!
 Shouldn't all gifts be this practical?

최고의 실속있는 선물, H마트 상품권

깊어가는 가을 소중한고 감사한 분들께 누구나 좋아하는
 H마트 상품권으로 따뜻한 마음을 전하세요!
 가까운 H마트 고객센터에서 편리하게 구매하실 수 있습니다.



Hmart Gift Certificates can be purchased from Hmart/Super Hmart Customer Service.
 Call Toll-Free No. 877-427-7386 to obtain detailed information on Hmart Gift Certificates.

헤롤드기어 변호사

HAROLD J. GERR

Attorneys At Law



사고를 당하셨습니까?

오랜경험의 변호사들이 도와드리겠습니다.
영어가 불편하신 분들은 한국말로 도와드리겠습니다.

자동차 혹은 트럭사고 / 척추나 디스크에 관련된 사고 / 공사현장 사고
직장내 사고 / 뼈가 부러진 경우 / 범직로 희생양이 되신 사고
각종 상해 / 탈골인 경우 / 슈퍼마켓에서 떨어진 물건으로 인한 사고
미끄러지거나 넘어진 사고 / 사망 / 개한테 물린 사고 / 기계잘못으로 인한 사고

상담은 무료이며 이기지 않으면 변호사 비용은 받지 않습니다.
심각하게 다치신 분들은 집과 병원으로 찾아가겠습니다.
(역시 돈은 받지 않습니다.)

1-877-249-4600/732-249-4600 (한국어문의 Miss Park) ka@haroldgerlaw.com

47 RARITAN AVE. HIGHLAND PARK, NJ

산업재해보상 (Worker's Compensation)과 교통사고

뉴욕이나 뉴저지에서 교통사고를 당하고 그 사고로 인해서 치료를 받으시게 되면 아시다시피 본인의 자동차 보험에서 그 치료비가 나옵니다. 치료비를 지급하는 본인의 보험을 뉴욕에서는 No-Fault라고하고 뉴저지에서는 PIP (Personal Injury Protection)이라고 합니다. 용어만 다르지 그 방식은 똑같습니다. 본인의 자동차 보험에서 치료비를 일단 내고 그 지급된 치료비만큼 본인의 자동차 보험이 상대방 보험회사로부터 받는 방식입니다.

그런데 만약에 일을 하다가 교통사고를 당하면 치료비를 누가 부담하게 될까요? 교통사고 자체나 그로 인해 상대방으로 부터 보상에 대한 보상을 받는 방식은 일반 교통 사고와 똑같습니다. 그런데 한가지 차이는 치료비를 지급하는 보험회사가 다릅니다. 일을 하다가 교통사고를 당해서 다치시게 되면 사고 당시 자신이 근무하던 회사의 산업재해 보험 (산재보험)이 치료비를 지급합니다. 그런 이유로 치료비를 청구하는 과정에도 여러 모로 다른 점이 있습니다. 변호사들이 교통사고 클레임을 자동차 보험회사가 아니라 산재 보험과 셋 업을 합니다. 그래서 그 산재 보험에서 치료비가 나오고 또 산재 보험으로부터 사고로 인해서 일을 못하게 된 데 대한 수입 손실이나(Lost Wage)나 다른 가능한 혜택을 받을 수 있습니다. 산재 보험은 대체적으로 자동차 보험보다 치료비가 더 오랜 기간 지급되므로 환자들이 더 오랜 기간 치료받을 수 있습니다.

산재 보험의 나쁜 점은 사고 상해 케이스가 끝날 때에 lien이 걸릴 수도 있다는 점입니다. 산재보험에는 사고당, 혹은 일인당 지급할 수 있는 치료비에 한계가 있어서 그 이상의 치료비를 지급하게 될 경우에는 그

초과 치료비만큼을 사고 상해 케이스로부터 나오는 보상금에서 가져갈 수 있게 됩니다. 만약에 산재 보험이 오만불의의 치료비를 제공하는 것으로 환자의 회사와 계약이 되어있다면 오만불 이상 지급된 치료비에 lien이 걸려서 사고 상해 케이스가 종결된 후에 산재보험이 그 초과분에 대한 권리를 가지게 됩니다. 사고 상해 케이스를 종결할 때에도 산재 보험의 동의를 받아야 합니다. 하지만 치료비가 치료비 한계만큼 되지 않는다면 lien은 없고 사고 상해 케이스 종결 시에 산재 보험의 동의를 받을 필요도 없게 됩니다.

그리고 어떤 경우는 산업재해로 인해서 피해자가 일을 장기가 할 수 없게 되고 또 신체 장애가 발생하기도 합니다. 그런 경우에는 여러 종류의 보상들을 받을 수 있습니다. 산재 보험에 청구할 보상 종류가 많게 되면 저희가 산재 보상 전문 변호사와 같이 케이스를 다루기도 합니다.

정리하자면, 일반적인 교통사고는 자동차 보험회사에서 치료비와 임금 손실금을 지급합니다. 하지만 직장 업무를 하는 중에 사고가 나면 산재 보험이 치료비나 임금 손실금을 보상해 줍니다.

그 외에 다른 것은 일반 교통 사고와 다 똑같습니다. 근무 중에 발생한 사고를 저희가 맡게 되면 상해에 대한 보상을 상대방 자동차 보험회사에서 받을 수도 있고 자동차 수리비도 받을 수도 있습니다. 하지만 치료비는 산재 보험에서 지급하는 것이 일반사고와는 다릅니다. 위의 내용과 관련하여 문의 하실 사항이 있으시면 연락해 주십시오.

글쓴이 : 앤드류 박



한인사회와 함께하는 강력한 변호사 앤드류 박

교통사고 전문 · 최대 보상

같은 사고 !

다른 결과 !



24시간 무료 상담

917 · 392 · 1316

212.239.3680

변호사님이 Edison NJ에서
직접 무료 상담 합니다.

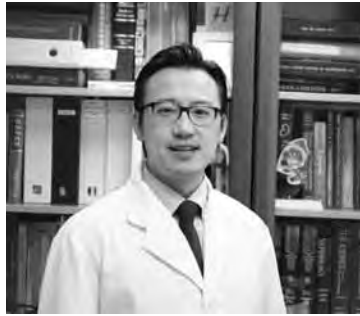
*앤드류 박 변호사는 한인 커뮤니티의 복지개선과 한인 1.5, 2세대의 성장을 위해 노력합니다.

www.andrewparkpc.com

Truecare 내과 클리닉 박준기 박사

"미국에서 피해받는 한인 없도록 최선 다할 것"

독일 뒤셀도르프 의대를 졸업하고 연구원으로 일하면서 미국 의사면허시험 USMLE step 1,2,3을 패스한 박준기 박사. 그는 환자에 대한 포괄적인 이해와 치료에 매력을 느껴 주치의가 되고 싶은 마음에 2007년 뉴욕 Albert Einstein College of Medicine에서 Internal Medicine Residency를 시작하게 되었다. 바쁜 일과 가운데에서도 봉사활동은 물론 미국에 진출한 한국 의사들을 위해서도 아낌없는 조언을 해주고 있는 박준기 박사를 만났다.



Q 독일에서 미국으로 진출하게 된 동기는

A 독일의 기초의학, 의료시스템, 의과대학 수준은 세계적으로 알아주지만, 내가 의대를 졸업할 때만해도 post-graduate training은 생각보다 체계적이지가 않았다. 예를 들어 내가 하고 싶었던 일반 내과 training이 최소한 6년이라는 훈련을 필요로 하는데(미국은 3년 소요된다) 그 이유는 주당 근무시간이 미국보다 제한되어 있는 것도 중요한 원인 중에 하나였다. 또한 다양한 일정기간이 요구되는 sub specialty나 중환자실 로테이션 자리가 바로바로 나오지 않아 기다려야 하는 일이 종종 있었다. 잠시 자리가 나는 다른 병원에서 sub specialty 훈련을 받아야 하는 'hospital hopping'의 번거로움도 있었다. 내가 도미한 이후 이런 부분들이 많이 개선되었고 지금은 독일도 미국의 residency training을 본받고 있다. 또 다른 동기가 있다면 미국에서 의사로서의 명망과 경제적인 처우 또한 많은 독일 의사들에게 선망의 대상이 되었기 때문에 미국행을 결심하게 되었다. 2000년대 초부터 독일에서는 의사들의 데모가 많이 일어났었다. 사회주의적인 독일이 실제로 최고의 복지국가 중에 하나며 무상교육의 나라지만, 의사들의 만족도는 그다지 높지 않았다. 13년 초중고 교육을 받고 6년의 의대 교육을 받고 나온 후 받은 봉급이 10학년을 마치고 청소년(청소년 비유를 들어서 죄송하지만)로 일하는 사람과 비슷한 봉급을 받으며 근무한다. 그 시기의 의사들은 미국이나 바로 옆에 있는 나라 스위스, 또는 스칸디나비아의 의사들과 비교 하면서 불만이 쌓이게 된다. 그래서 독일에서 의사들의 이동이 심했던 시기에 나도 미국행에 동참하게 되었다. 실제로 독일의 국고 후원으로 거의 무상의 교육을 받은 많은 독일 의사들이 스위스, 스칸디나비아, 영국, 미국, 호주 등으로 이민을 갔다. 그때부터 지금까지 독일은 의사가 부족해지기 시작했다. 이런 후유증 때문에 지금은 레지던트 보수도 많이 올랐으며 전문가가 되는 과정도 훨씬 효과적으로 변하고 있다. 그러나 아직도 많이 모자란 의사들을 동원하느라 동유럽에서 의사들이 독일로 많이 들어온다는 소식을 들었다.

Q 미국 진출 후 가장 보람을 느낀 것은

A 정말 다양한 민족들이 어울려 사는 뉴욕에서 훈련을 받아서 교과서에서만 보았던 여러가지 희귀한 케이스들을 접하게 되었다. 세계 각국의 다른 문화권에서 온 의사들과 함께 일하는 즐거움과 집중적인 트레이닝을 통한 전문의 교육과정을 받을 수 있었던 것도 보람이 있었다. 또한 한인들이 많이 살고 있어서 같은 한인으로써 도움이 되는 활동을 할 수 있었던 것도 큰 보람이었다.

Q 한국의 의사들이 미국에 진출할 때 당부하고 싶은 것은

A 미국사람들 사이에서 좋은 인상을 남기려면 자신감있는 언변이 가장 중요하다. 그 점에서 인터뷰 때나 레지던트로 근무할때 매칭이 붙으면 환자와 혹은 동료의사 사이에 의사소통이 잘 안되서 어려움을 겪는 분들을 간혹 봤다. 그래서 내 견해로는 미국 진출을 결심한 그 순간부터 최대한 많이 미국인이나 영어로 소통할 수 있는 외국인들을 만나서 영어에 대한 자신감을 얻는 것이 가장 시급한 일이 아닌가 생각한다. 직접적으로 만날 외국인 주위에 없다면 'ER'이나 'Grey's Anatomy' 같은 보다 실제에 가까운 미국 의료 드라마(개인적으로 독일에서 여러 번 반복해서 보면서 도움을 받았다)를 시청하는 것도 좋은 방법이라고 생각한다. 요즘 ABC 방송국에서 방영되는 'NY Med' 혹은 예전에 방영했던 'Boston Med' 라는 리얼리티 프로그램을 반복해서 보면서 미국 의료 영어를 접하고 발음을 흉내 내고 연습하는 것도 좋다. 먼저 언어에 불편이 없어야 다문화권 사람들과 상호작용을 하는 것이 가능하지 않겠나. 미국에 많은 한인들이 산다고 해서 한인들만 대상으로 환자를 보려는 마음보다는 다양한 민족들을 대하고 치료할 결심을 한 후에 진출하기를 바란다.

Q 한인 사회 봉사활동과 앞으로의 봉사 계획은

A 중부뉴저지 한인회 주최 의료 세미나에 강연자로 활동하고 있다. 최근 뉴저지에서 일하면서 경제적인 문제와 미국의 비싼 의료보험으로 인해 보험이 없는 한인들이 많이 있는 것을 알았다. 보험이 있어도 까다로운 절차를 밟아야 하기 때문에 제대로 치료를 받지 못하는 분들도 많이 있다. 얼마전 매달 꼬박꼬박 800달러의 가족보험료를 내고도 복잡한 pre-authorization 절차를 잘못 이해해서 갑상선 항진증 방사선 치료비로 만달러 이상의 전액을 부담했던 환자를 보고 분개했던 기억이 있다. 이처럼 불이익을 당하는 한인이 없도록 한인 의사들이 앞장서서 한인들을 옹호하는 사람이 되어야겠다는 책임감이 든다. 그런 맥락에서 무엇보다도 보험이 없는 한인들을 위해 저렴한 요금으로 진찰비와 검사비가 책정되어 있으며 당일 예약, 당일 혈액검사, 24시간 내 결과 분석 통보, 같은 장소에서 심장 내과, 소화기 내과, 종양 내과 등 subspecialty referral이 가능하게 운영하고 있다. 이외에도 보험가입, 보험절차, 요양원 입원, 한국 의료관광 등 환자가 궁금해 하는 사항을 무료로 상담해 준다. 그 외에는 교회와 한인 커뮤니티 센터 등에서 한인들을 위한 세미나를 개최하고 의료 상담을 하고 있다.

글쓴이 : 최현주

**CIRCLE
OF LIFE**
ADULT DAY CENTERS

써클 오브 라이프

한 단계 높은 서비스로 어르신들의 삶의 질을 향상시켜 드립니다.



최신 시설 설비 완비
100% 메디케이드로 이용
한인전문 Adult Medical Day Care Center

T 908-307-2437 [한국어]

T 732-839-3333 [English]

Fax 732-839-3332

3000 Hadley Road, South Plainfield, NJ 07080



www.truecaredoctor.com

간편하고 부담없는 의료서비스를 제공하기 위해 탄생했습니다.

TRUECARE
Convenient Medical Clinic

에디슨 종합내과

Dr. 박준기 (메디컬 디렉터)

미국 일반내과/신장내과 전문의

피검사: 진료직후 검사가능

- 간기능, 신장기능, 당, 전해질검사(CMP)
- 빈혈, 백혈병, 골수질환검사(CBC)
- 전립선암검사(PSA)
- 콜레스테롤검사
- 심전도검사(EKG)
- 심장 초음파검사
- 신장 초음파검사
- 대상포진 백신
- B형간염 백신
- 폐렴 예방주사
- 직장/학교 신체검사



2012년 3월부터 한국인 심장전문주의
진료를 받으실 수 있습니다.

소화기 내과 전문의 진료 시작 - 위, 대장 내시경 검사

423 Amboy Ave., Woodbridge, NJ 07095

732-634-6188

미국속의 한국 어르신들

은혜가든요양원에서 일한 지 6년이되어가면서 많은 한국인 가족들을 만났고 전화상담을 해왔다. 요즘도 갑자기 쇠약해져가는 부모님을 걱정해서 요양원절차를 묻는전화를 많이 받는다. 또한 아내나 남편의 노환 때문에 늙고 병들면 어떻게 할까를 상담하시는 분들도 많이 있다.

미국의 노인들을 위한 의료시설에 대해 미리 알아두는 것이 필요하다. 한국과는 달리 온가족이 일해야 하는 미국에서 노인들은 혼자 집에 계시기 일쑤다. 미국에 사는 한국 노인들은 다른사람과 대화를 나눌 기회도 적고, 노년기에 사람들과 어울리지 않음으로써 치매나 우울증에 걸릴 확률이 높다.

사람들을 만나며 정신력을 계속 사용해야 하는데 그렇지 못한 경우가 많기 때문이다. 건강한 분들은 아이도 돌보고 집안일도하지만, 할아버지들이나 몸이 아픈분들은 가족들에게 힘든 짐이 되기 쉽다. 또 건강하다해도 딱히 갈 곳도 마땅치 않다. 플러싱이나 펠팩지역 외에는 노인들이 걸어서 갈 수 있는 경로당이나 한인 커뮤니티가 별로 없기 때문이다. 중부 뉴저지에도 하루 빨리 한국어른들을 위한 문화 공간, 모임의 장소가 마련되기를 바란다.

자녀들은 시간,차편,건강상의 이유로 그저 어른들이 미국생활을 참고 잘 적응해주길 바랄 뿐이다. 많은 자녀들이 우리 아버지는 고집 세고 평생 혼자 있는 걸 좋아하신다거나, 우리 어머니는 깔끔한 성격이라 남들과 잘 어울리길 싫어하신다고 한다. 실제로 한국 노인분들중에 성격장애로 보일 만큼 괴팍하거나 울화증이 있는 분들이 많다. 이런 부모님들이 어느날 집을 가출하거나 물을 한없이 틀어 놓거나 가족에게 욕을 할 때 어찌할 바를 모르고 당황해 하면서 우왕좌왕 하게 된다.많은 경우 정신적인 질병이 진행되어가고 있는 것을 모르고 노인들이 아픈 것이 당연한 듯 여긴 것은 아닌가 하는 생각을 한다.

많은 70대 이후의 노인들의 문의 전화 질문내용이 내가 늙고 병들어 점점 아픈데 갈 곳이 있느냐는 질문이다.대부분 자녀들과 사이가 좋지 않거나 자녀에게 피해를 주지않고 기관에 신세를 지려는 생각이신 것 같다. 또한 미국생활에 바쁜 자녀들이 여기저기 아프신 부모님을 돌볼 여력이 없어 위탁할 곳을 찾는 문의 전화다.그런데 양로원은 갈 곳 없는 노인이 기거하는 곳이 아니다. 또 조금 아픈분들이 빨리 도움을 받을 수 있도록 꾸며진 한국인을 위한 assistliving 개념의 메디 케이드 혜택으로 갈 수 있는 시설은 아직 없는 것 같다.

먼저 많은 분들이 오해하고 계시는 양로원에 대해서 알아보아야 한다. 흔히 들님싱홈을 양로원,요양원 으로 부르는데, 이곳은 노인분들이 사시는 곳이 맞지만 환자여야 입주가 가능하다.24시간 간호사가 상주하는 영어로 Sub-acute-rehab(물리치료단기요양)이나 Skilled nursing facility(장기요양)를 들님싱홈이라고 한다.대부분 메디케어파트 A로 병원 퇴원 후에 물리치료를 병행한 간호를 받는 단기 요양이 씬애크트리팩이다.보통 2주에서 3개월 까지 환자 상태에 따라 물리치료 후 집으로 퇴원하신다. 장기 요양은 병원이나 집에 계시다가 24시간 간호사가 돌보아야 할 상태가 되신분들이 입원하기에[적합한데 이것을 판단하는

곳은 메디케이드 기관이다.

대개 혼자 걷지 못하거나 화장실을 못 가는 경우, 스스로 먹지 못하고, 거동이 불편해서 혼자 옷을 못 입거나, 비상시에 911 전화를 할 수 없는 상태의 환자나 치매 환자인지를 판단해서 메디케이드가 PAS를 내준 사람이 자격조건이다.

'늙으면 죽어야지' 하는 어른들 말씀은 죽는 날까지 별탈 없이 살다가 조용히 하늘나라 가고 싶다는 염원이 깃들여 있는 것이다.그러나 요즘은 발달된 의료시설과 좋은 영양상태, 진보된 의약기술로 인해 100세를 사는 고령화 시대가 되었다. 그리고 생각처럼 그렇게 쉽게 돌아가시는 분은 흔치 않다.

80세 이후의 건강한 삶과 아프더라도 인간으로서의 품위를 지키며 남은 인생을 살 수 있도록 가족 모두가 부모님들을 자주 돌아보고 데이케어,홈케어,요양시설 등에 대해 잘 알아 두어야 한다.또한 부모님의 보험관계나, 재산, 은행관계 등에 대해 잘 알아두는 것이 필요 할 것 같다.



은혜가든디렉터 케시박
직통전화 732.672.1684

Office Hour by Appointment

www.edisonacupuncture.com

체질 한의원



- 통증, 체중조절, 불면증, 두통
- 갱년기 장애, 소화기 장애, 해독
- 면역력 증강, 한방미용

Board Licensed Acupuncturist in New Jersey and New York **원장 임영식**
Young s. Lim, L.A.C.

732.548.2222

173 Essex (Rt.27) Suit #102 Metuchen, NJ 08840

가나 한의원
Cana Acupuncture & Pain Clinic

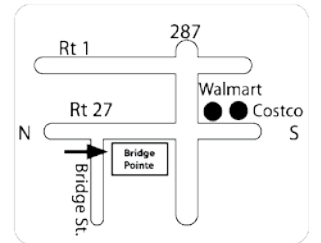
Tae-Young Choi, L.Ac.

한 의사 최태영

NJ Certified Acupuncturist

교통사고, 휴유증 전문치료

- 한방치료:
통증치료, 부인과 질환, 중풍
스트레스, 보약과 치료약
- 물리치료:
운동치료, 전기치료
Manual Therapy



T. 732-321-1909

12 Bridge St., Suite C-12 Metuchen, NJ 08840

“요양원, 고향집처럼 편안한 곳으로 오세요”

24시간 한인직원 상주, 한인 의료진, 한국음식, 한국TV, 한국오락



Kathy Park
(마케팅디렉터)
한국어직통전화:
732-672-1684

좋은이웃과 정성스런 도우미가 함께 하는 곳



은혜가든 양로원
요양원

중부NJ: 901 Ernston Rd. South Amboy, NJ 08879 (732)672-1684 (한국어)

- ♥ 뉴욕, 뉴저지 메디케이드
메디케어, 각종 보험
- ♥ 장/단기 요양및 병원 퇴원 후
물리치료 프로그램

두통 (Headache)

두통은 머리가 아픈 증상이며 누구나 일상생활에서 한번쯤은 경험하고, 그로인해 두통약을 복용한 경험이 있는 흔한 증상입니다. 그렇게 흔한 증상이기에 또한 너무나도 많은 두통약들이 만들어져있고 쉽게 구할 수 있기때문에 약을 드시고 그때가 지나시거나, 아니면 조금 참고 쉬면 나아지겠거니 하며 미뤄왔던 것이 오랜 지병이 되는 경우가 많습니다. 두통에는 많은 원인과 종류가 있기때문에 정확한 원인 규명을 하는 것이 중요합니다. 두통을 일으키는 원인으로는 긴장성 두통, 편두통, 경추성 두통, 뇌종양, 뇌혈관 질환, 중이염, 축농증, 고혈압, 악관절 질환, 충치 등을 들 수 있습니다.

이들 중 가장 많이 일어나는 긴장성 두통(Tension Headache), 편두통(Migraine Headache), 그리고 경추성 두통에 대해서 알아보도록 하겠습니다.

긴장성 두통은 머리에 띠를 두른 듯한 형상으로 묵직하게 눌러는 느낌의 졸라 매는 듯한 통증과 동통(심장뛰는 것과 같은 느낌)이 머리의 앞쪽이나 옆쪽에 생기는 두통을 말합니다.

긴장성 두통을 촉발하는 현상으로는 스트레스, 좋지 않은 자세로 오랫동안 일을 하거나, 수면 부족, 식사를 건너뛰거나, 우울증, 그리고 두통 약의 오랜 복용 등을 들 수 있습니다.

긴장성 두통의 증상들을 살펴보면,

- 둔하고 누르는 듯한 통증
- 두피, 관자놀이, 목 뒤쪽의 통증
- 머리를 조이는 듯한 느낌
- 어깨나 목근육의 긴장
- 스트레스나 소음등에 의해 발생하거나 악화됨 등을 들 수 있다.

카이로프랙틱적인 접근으로 보았을때 많은 경우, 나쁜 자세에서 그 원인을찾아 볼 수 있습니다. 요즘 컴퓨터를 사용하는 시간이 늘어남에 따라, 그리고 한 곳을 바라보고 있는 시간이 늘어나면서, 경추의 곡선 C자 커브가 없어지고, 심지어는 반대방향으로 까지 커브가 바뀌는 이른바 거북목이 됩니다. 이런 현상이 일어나면, 목뒤의 근육 중에서 머리를 뒤쪽으로 당겨주는 근육인 삼각근이 항상 늘어나 있는 형국이 됩니다. 이로인해 삼각근이 뭉치고 그로 인해 뒷목과 어깨 근육이 굳어지는 현상과 함께 긴장성 두통이 유발됩니다. 이렇게 긴장성 두통이 잘못된 자세로 인해 생기는 경우에는 자세 교정을 통해서 아주 좋은 치료 효과를 볼 수 있습니다.

편두통은 가장 대표적인 혈관성 두통입니다. 대표적인 증상으로는 호흡과 같이 하여 머리가 쿵쿵 울리고, 소리와 빛에 민감해 지며, 빛무리가 보여 잠시 시각장애가 일어나는 현상들을 들 수 있습니다.

일상생활에서 편두통을 악화시키는 요인으로는 특정 식품, 알코올, 커피, 향료, 치즈 등을 들 수 있으며, 이들중 자신의 편두통을 유발하는 것이 있다면 삼가하는 것이 좋습니다.

경추성 두통

경추성 두통은 머리에서 통증을 느끼지만 그 통증의 근원이 경추부분에 있는 것을 말합니다. 이 두통의 원인은 목 주변 구조의 손상에 있다고 볼 수 있습니다. 목 주변 구조들, 특히 디스크와 인대가 손상되어 경추 신경에 압박을 가하게 되면 이 통증 신호가 뇌에 신경을 전달하는 삼차 신경과 섞이게 되어 두통을 유발하기도 합니다. 경추신경 주위로 경동맥이 지나갑니다. 경동맥은 두뇌에 혈액을 공급하는 주혈관중의 하나로 경추신경에 의해 조절이 되는데 경추신경에 영향이 있을 때 제대로 수축되거나 팽창되지 않아서 뇌에 혈액공급이 원활하게 이루어 지지 않아서 두통을 유발하게 됩니다. 경추성 두통은 목주변의 외상에서 오는데, 자동차 사고나 운동 중의 부상이 대표적인 원인입니다.

경추성 두통의 증상으로는 머리 앞쪽이나 옆, 눈 뒤나 눈 주변, 머리 뒤쪽의 무겁고 찌시는 듯한 통증, 목 통증, 목 운동 장애 등을 들 수 있습니다.

두통이 발생하는 원인을 초기에 규명할 수 있다면 알맞은 치료를 통해 만성 두통을 예방하고 또 장기적인 두통약 남용을 예방할 수 있습니다.

박희남 / 카이로 프랙틱 척추신경 전문의
(732) 342-7575

척추신경전문의를



Park
Chiropractic
& Posture

Dr. Hee Nam Park D.C

박희남
통증병원

- 교통사고 및 직장상해
- 척추교정 및 자세교정
- 허리 및 디스크 전문
- 어깨,손목,무릎,발목, 통증 및 저림
- 두통 및 불면증
- 거북목 증후군



Fax: 732.342.7355 **Office: 732.342.7575**

85 Raritan Ave. (Rt. 27) Suite 430, Highland Park, NJ 08904

소아 모세 기관지염

문 : 24개월 된 남자아이 모세기관지염으로 고통 겪어

"저희 아이는 24개월 된 남자아이 인데 감기에 자주 걸리고 그 때마다 기침가래로 고생을 합니다. 경우에 따라서는 가래소리가 드르릉드르릉 혹은 썩썩거리기도 합니다. 이런 경우 병원에 가면 모세기관지염이라 하기도 하고 소화전식의 위험이 있다고 하는 데 한방적 원인 및 치료법을 알고 싶습니다."

답 : 1~6세 어린이여서 다발 면역기능 저하된 탓.

먼저 호흡기의 구조에 대해 이해하는 것이 질병예후 판단에 도움이 될 듯 합니다. 호흡기는 구강을 거쳐 목으로 들어가면 편도가 있고 그 다음에 인후, 후두, 기관지, 모세기관, 폐포순으로 되어 있습니다. 모세기관지는 상기순서 중에서 기관지와 폐포 사이에 있는 가는 기관지로서 세 기관지와 폐포사이에 있는 가는 기관지로서 세(細)기관지라고도 합니다. 이곳에 가래가 끼어서 염증이 생긴 상태를 모세기관지염 이라고 합니다.

이 모세기관지염은 1세에서 6세의 아이들에게서 감기가 오래될 경우에 흔히 볼 수 있습니다.

일반적으로 기침(씻소리나 연속성 기침), 가래(그르릉대거나 썩썩거리며 휘익휘익하는 가래소리)가 주 증상이고 심하면 호흡곤란까지도 옵니다. 의사에 따라서 1년에 4~6회 이상의 모세기관지염이 반복, 재발하는 것을 소화전식이라 진단하기도 합니다. 이는 면역능력에도 관계하는 것으로 면역기능이 저하된 소아들에게 많이 발생하고, 한두 번의 병력이 있는 아이들에게서는 가벼운 감기에도 2~3일 사이에 바로 이 증세가 오기도 합니다. (일반적으로 감기가 오래 되어서 7~10일에 나타나는 증상임)

합병증으로 크기는 폐렴을 동반하기도 하고, 비강 및 중이의 염증을 일으켜 비염, 축농증, 중이염 등의 발병 가능성이 높습니다. 한방에서는 이를 효천(哮喘)이라 하고 문헌상에는 수계명(水鷄鳴), 수해(水咳), 담수(痰嗽), 담천(痰喘)이라고 말하였는데 이는 가래소리에 중심을 두어서 설명한 병명인 듯 합니다.

이의 원인은 폐(肺)의 기(氣)가 약하거나, 수음(水飮)이나 담음(痰飮: 기도내 이상 분비물)의 과잉축적으로 인하거나, 감기의 침입이 오래되거나 하여 발생한다고 하였습니다.


치료는 일반적으로 담음(기도내의 이상 분비물)을 제거하는 소청룡탕(小青龍湯) 혹은 해표이진탕(解表二陣湯) 을 사용합니다.

증상이 열상(熱象: 얼굴이 벌개지고 갈증을 느끼며 맥도 빠른 경우, 즉 하나의 증을 이룬 상태)을 나타내면 인동음(忍冬飮) 계통을 사용하고 가래가 적고 기침이 발작적으로 반복해서 나타날 때에는 맥문동탕(麥門冬湯)계통을 사용하며, 증상에 따라서나 체질에 따라서 적절한 약을 넣거나 빼야 합니다. 일차로 주증상이 소실되면 폐나 기관지를 보호하는 금수육군전(金水六君煎)이나 육미지황환(肉味地黃丸)계통의 약을 사용하여 호흡기 계통을 튼튼히 합니다. 그렇게 해야 반복 재발을 막고 치료기간도 단축할 수 있습니다. 모세기관지염 잦은 감기 원인 담음 제거하는 소청룡탕 써 이는 평소의 감기에 대한 저항력 증가가 중요한데, 이를 위해서는 실내 환기를 자주 시켜주고 호흡기 질환(감기, 비염, 편도선염, 인후염 등)에 감염되면 빨리 치료하여서 병의 진행을 막고, 평소에는 전신을 건강케 하는 운동을 하여서 저항력을 길러 주어야 합니다.

기침, 가래에 효과가 있는 가정에서 간단히 할 수 있는 방법을 소개하면 다음과 같습니다.


이봉고(崩膏) 라고 하는 요법인데, 배를 가로로 잘라서 그 속(흰 부분)을 파냅니다. 이곳에 꿀 한 수저, 은행 7~8개, 패모(貝母: 한의원이거나 건재약국에서 구입, 한약재의 일종으로 진해거담의 효과가 있음) 6~8g을 넣고 뚜껑을 닫습니다. 그 후 이를 솥에 넣고 찌거나 삶아서 배와 함께 그 즙을 짜서 하루에 3~4번씩 그 즙을 복용합니다. 심한 증세에는 전문의와 상의하시고 가벼운 증세나 회복기에는 참고하시기 바랍니다.

김홍순 한의원
732-729-1075



경희 김홍순 한의원

교통사고보험 각종의료보험 여행자보험



경희대학교 한의학과 졸업
경희대학교 한의학과 대학원(석사/박사)졸업
전 경희대학교 한의학과 외래교수
전 경북대학교 간호학과 외래교수
뉴저지, 뉴욕 한의사 면허
(20년 진료-10만 케이스 이상 진료 경험)

**“한국 최고 한약 브랜드인 옴니허브,
최상품의 청정 한약재를 사용합니다.”**

에디슨 오피스
85 Raritan Ave. (Rt.27)
Suite 430
Highland Park, NJ 08904
732-729-1075

포트리 오피스
1063 Palisade Ave.
Fort Lee, NJ 07024
201-224-3000

은빛 요양원

"따뜻하게 손을 잡아 드릴 뿐이에요"

은빛 요양원 박헌자목사

인생의 끝자락, 위로가 필요한 마음에 따뜻한 손길을 나누며 호스피스 병동 사역을 해왔던 박헌자(69세)목사가 은빛 요양원의 운영진으로 합류하면서 요양원에 사는 노인 식구들의 평안을 담당하고 있다. 은빛 요양원은 이전의 주소망요양원에서 지난 3월 운영진이 바뀌며 새롭게 출발했다. 바닷가 근처의 맑은 공기를 자랑하며 주요 고속도로와의 접근이 쉬운 이튼타운에 자리 잡았으며 모든 직원들은 가족 같은 심정으로 노인 식구들을 보살핀다.



은빛 요양원 운영에 자원 봉사하고 있는 박헌자목사. 요양원 복도까지 들리는 박목사의 웃음소리가 밝고 시원하다.

새벽 예배를 마치고 이른 아침 요양원에 출근해 밤새 노인들의 안녕을 살피며 밝은 인사로 하루를 시작하는 박헌자목사는 "노환으로 심신이 자유롭지 못한 노인이 자신의 가정에서 가족의 보살핌을 받는 것이 가장 좋겠지만 마지막 선택으로 편안한 환경과 전문 의료진, 가족을 대신하는 마음으로 돌보는 직원 등을 갖추고 있는 요양원에 입주하는 것도 바람직하다고 생각한다"며 그러나 "대부분의 자식들은 손주가 있는 나이에 자신도 노화가 진행되고 있으면서 부모를 모시지 못하는 상황에 대해 죄책감을 가지고 있다"고 한다.

요양원에 입주해 있는 어머니를 방문한 하경숙(73세, 톤톤포어 거주)씨는 요양원에 어머니를 모신 것에 대해 "항상 양심에 가책이 있어 집에서도 바쁠 때는 내가 이렇게 바빠도 되나 싶고 시간 여유가 있을 때는 이 시간에 어머니를 모셔야 되는 거 아닌가 싶은 생각이 든다"며 "요양원이 집에서 가까워 자주 올 수 있고 목사님과 직원들이 밝은 얼굴로 어머니를 돌봐주셔서 안심이 된다"고 했다. 입주해 있는 노인들은 실제로 요양원 직원들을 딸이나 며느리로 착각하는 경우가 많다고 한다.

박목사는 노인들을 돌보는 것은 "잘 잡숫고 적당한 운동을 하도록 도우며 걱정없이 지낼 수 있도록 하는 것이 기본이다"며 "외롭거나 우울하지 않게 살다가 하나님이 부르시는 순간을 편안하게 맞이할 수 있도록 도와드리고 싶다"고 했다. 자신이 하는 일은 큰일이 아니며 "노인들의 애기에 동감해 주고 손을 잡아 드리는 것 뿐이다"라고 한다.

은빛 요양원은 이튼타운에 있는 게이트웨이 요양원 건물의 일부를 분리해 사용하고 있다. 24시간 한인 직원들이 근무해 한국 음식을 제공하며 한국 방송을 시청할 수 있고 한국 문화에 맞게 짜여진 프로그램으로 옛날의 기억으로 돌아가는 노인들이 편안하게 생활할 수 있도록 돕는다. 입주 자격으로는 메디케어나 메디케이드가 필요하며 최대 30명의 입주자를 위한 시설이 마련되어 있다. 현재 10여명의 입주자들이 생활하고 있다.



박헌자 목사는 연세대학교에서 간호학을 전공하고 1970년에 미국으로 이주해 왔다. 이민생활 처음 10년동안은 간호사로 병원에 근무하다 가족의류사업가로 직업을 변경해 이후 10년 동안 성공적인 여성 사업가로 살았다. 그러나 60세가 넘은 나이에 신학 공부를 시작해 여성 목회자로서 다시 한번 변신해 새로운 인생을 살고 있다. 박헌자 목사는 신앙이 있는 사람과 없는 사람이 보여주는 삶의 마지막 모습에는 많은 차이가 있음을 느낀다고 한다. 사람들이 삶을 풍요롭게 살기를 바라며 죽음은 누구에게나 공평하게 다가오는 것인 만큼 더 많은 사람들이 자연스럽게 하나님 품으로 돌아갈 수 있도록 돕기를 원한다. 박헌자 목사는 에디슨 JFK 메디컬 센터 호스피스 병동 사역과 함께 요양원 주일예배를 주관해 오다 새롭게 단장한 은빛 요양원의 운영에 보수없이 자원봉사를 하고 있다.

글쓴이 : 최현주

“사람을 소중히 여기는 마음, 바로 인의 마음입니다.”

인 통증병원

메디케어 • 교통사고 • 물리치료 • 한방치료 • 통증치료 • 마사지 치료

뉴저지(에디슨) : 732-287-1990
1581 Route 27 Unit 3,
Edison, NJ 08817

북부 뉴저지 : 201-894-5451
464 Hudson Terrace, #204
Englewood Cliffs, NJ 07632

뉴욕 : 718-317-9801
3453 Richmond Ave.,
Staten Island, NY 10312

“중부 뉴저지 한인들을 위한 최고의 생활안내지”

‘중부뉴저지가이드’는 뉴저지 중부지역의 모든 업소 연락처가 새롭게 업데이트되어 매월 각 가정마다 배달됩니다.

아직 못 받으셨다구요?
www.cnjguide.com 으로
주소를 남겨주세요!
다음 달 부터 우편으로 받아 보실 수 있습니다.

문의전화: 732-469-4740 /팩스: 732-469-4741
이메일: cnjguide@gmail.com



은빛요양원

뉴저지의 유명한 Long Branch 바닷가와 가까운 은빛 요양원은 시원한 바다 바람과 함께 깨끗한 시설로 여러분을 모십니다.

- ▶ 한인간호사 ▶ 한국방송
- ▶ 전문재활치료 ▶ 장·단기 치료
- ▶ 한식제공

Gateway Care Center

139 Grant Ave., Eatontown, NJ 07724
908-565-6990 or 732-939-1677



영혼의 Well-being : 노래

몇 편의 짧은 글 들을 통해서 노래 하는 법의 기본 골격이라 할수 있는 “호흡과 소리의 연결” (Breath) 문제와 “소리를 어디로 통해 내보내야 하는가?” 하는 (Position) 문제에 대해서 생각해 본 적이 있었다 호흡법을 따로 띄어 놓고 호흡의 양 만을 늘리기 위한 연습이나 올바른 호흡에 연결 되어 있지 못한 무리한 발성 연습은 우리나라의 속담 처럼 십중 팔구 “심리도 못 가서 발병 난다” 는 사실을 말씀 드린다. 자 이제, 성악가들이 우스개처럼 얘기하는, 한편으론 역설처럼 들리기도하는 몇 마디 말 들을 소개하며 노래에 도움이 되는 힌트(key)를 찾아 보기로 하자.

- 벨칸토 시대의 한 Maestro(대가)
1) "성악은 원래 하나님께서 우리에게 주셨던 어린 아기적 고유의 음성 (Natural Sound)를 찾아가는 과정이다".



- 불세출의 테너 (루치아노 파바로티)
2) " 노래 할때에 있어 가장 좋은 몸의 상태는 노래에 필요한 근육들만 쓰이고 다른 부분들은 쉬고 있을 때이다.

3) "High Note(고음)을 내려거든 그 고음 만큼 숨의 위치도 낮아져야 한다"

- 이 시대의 마지막 벨칸토라 일컬어 지는 테너 (알프레도 크라우스)
4) 가장 조그만 " I "모음이 다른 큰 모음들 보다 가장 큰 파장과 정확한 공명을 갖는다.

참으로 멋지지 않은가!
위의 몇 안되는 명제들은 수백년 간 흘러 내려왔던 이상적인 발성법 Bel Canto (벨칸토)의 주된 화두들에 대한 명확한 대답을 제시 한다.

먼저 1,2 번에 대한 부연 설명을 들어 보시라...
갓 난 아기의 울음은 하루종일 울고 울어도 지칠줄을 모르고 멀리까지 아주 잘 들리며 호흡공장이라고 할수있는 횡경막이 좌우 위 아래로 계속해서 운동을 하고 있다. 게다가 놀랍게도 아기의 목소리는 쉬거나 변색이 거의 일어나지 않으니 이 일을 도대체 어떻게 설명 할 수 있단 말인가. 정확히 공명된 소리와 숨 테크닉의 연결이 이루어지고 있는 것이다. 하나님께서 주신 이 최고의 발성 상태를 우리는 어른이 되어가면서 서서히 잃어 버렸다. 노래를 할때면 좋은 소리를 만들어 내는데 필요치 않은, 아니 방해하는 근육들 조차도 많이 사용 하게됐다는 뜻이다.

3번과 4번은 다소 난해하여 공부를 해왔던 분들만이 이해할 수 있는 문제이기도 하지만 일반적으로 독자 분들도 "배로 노래 한다," "고음을 내려면 더 배에 힘을 주어야지" 하는 얘기들을 들어 오셨으리라.

아이들이 가지고 노는 요요를 생각해 보자. 가장 아래쪽까지 내려간 요요의 반동력이 가장 높이 올라 오듯이 숨의 위치와 소리의 높낮이는 항상 반 비례의 그래프를 가진다는 말이다. 또 " i "모음은 그 유명한 이태리 발성법 벨칸토의 큰 줄기인 Maschera법의 Key word이다. 사실 쉽지않은 않은 것이 노래를 부르는 법(발성법)이다. 오랜 성악 공부와 작고 큰 연주를 계속 해왔던 필자 조차도 매번의 무대는 즐겁지만 긴장의 끈을 놓을 수 없는 매우 스티븐 넘치는 곳이며 계속해서 연구해야하는 도전의 장이기 때문이다.

찬양과 가곡, 노래 부르기가 취미를 넘어서 특기가 되어 각 찬양대나 합창단에서 Solist로 활동하고 있는 장년 아마추어 성악인이나 Pre Music School 과 우수 음악대학 입학, 국제 성악 콩쿨 1등 입상 그리고 State Choir 와 National Choir에 합격한 대다수 인들이 사실 위의 이태리 발성법에 대한 학습의 결과였음을 말씀드리며 부족하지만, 이 글을 통해 노래를 사랑하는 각 독자들에게 도움이 되었기를 바라는 마음 간절하다.



*** 초대 합니다 ***

롯데시 성악원 제 11회 정기 연주회

시간 : 2012년 11월 24일 7시 30분

장소 : 사랑 침례 교회 본당

(225 Middlesex Ave. Metuchen NJ 08840)

롯데시 성악원 (Tenor 서 강석, Soprano 서 현철)

Tel) 732-548-0561

732-718-8992

스페니쉬 인력이 필요하세요? 일 자리를 구하세요?

원하시는 직종에 꼭 맞게 소개해 드립니다

- 수퍼마켓 ● 네일 ● 가정부 ● 식당
- 미용 ● 청과 ● 잔치집 ● 청소 ●



821 Hamilton Street, Suite #12
Somerset, NJ 08873
Tel: 732-850-6133

벙커힐 골프 코스

겨울 시즌가 (2012-2013)

주중: Walking \$15.00 Riding \$30.00 주말: Walking \$25.00 Riding \$35.00

주말 오후 12시 이후: Walking \$15.00

쿠폰을 꼭 지참해야 합니다 | 다른 쿠폰과 중복사용 불가

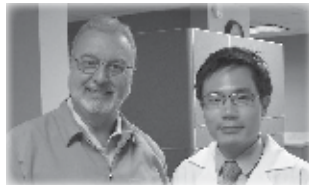
220 Bunker Hill Rd | 908.359.6335
Princeton NJ 08540 | www.distinctgolf.com



GENTLE DENTAL PROVIDERS

24/7 치과 의사 상담 가능
Evening & Weekend 예약 가능

www.gentledentalproviders.com



1044 Lacey Rd, Forked River, NJ 08731
Garden State Parkway exit 74 에 위치
Tel. 646-703-2848

CJ대한통운 에디스 영업점

GEM-Express



고객님들의 소중한 물건을
가장 저렴하고 안전하고 빠르게 운반, 보관, 배송해드립니다.

- 국제택배(한국, 중국, 일본)
- 미국내 중장거리 이사
- 귀국이사(해운, 항공)
- 유학생 귀국 이사 특별할인
- 로컬이사(가정, 사무실)

* 무료견적, 무료픽업, 무료 박스제공 *

Office: 732-253-7300 Cell: 908-202-4525

1939 Lincoln Hwy(Rt.27) Edison, NJ 08817 (에디스한아름에서 북쪽으로 2분)

ROSSINI VOCAL MUSIC ACADEMY

로시니 성악원

Soprano 서연철 Tenor 서강석

뉴저지 유일의 전문 성악원

- 일반 대학 진학에 필요한 Music Activity.
- 전공자 (Pre College, Music School)
- 찬양, 가곡, 뮤지컬, 팝페라외 일반곡
- 로시니 정기 음악회 개최
- 이태리에서 활동하던 성악가 부부가 찬양과 노래하는 테크닉을 진지하게 가르쳐 드립니다.

5 Monmouth Ave. Edison NJ 08820 T:732.548.0561
E-mail:gangsuk@gmail.com T:732.718.8992

yania

YOU ARE NOT ALONE

"하나님 보시기에 깨끗하고 흠이 없는 경건은,
고난을 겪고 있는 고아들과 과부를 돌보아주는 것이라"
(야고보서 1:27)

www.yanaminsty.org

고아사역 후원문의 : 황주목사 609-356-4047
joo@yanaminsty.org



도서대여 사이트

"좋아하는 책 실컷 읽고 새 책으로 바꿔보는 재미가 쏠쏠" 미국내 유일한 한국도서 사이트 '북하나닷컴'

독서를 취미생활로 즐기는 한인들이 이민생활 중에 느끼는 한국 책에 대한 그리움은 간절하다. 영어를 익히기 위해서 영어책을 읽어야 한다는 필요성을 느끼기도 하지만 책으로 전해지는 한국의 정서가 그림과 속도를 빨리 할 수 없는 영어로 쓰여진 책을 통해서 독서에 대한 갈증을 풀기가 어렵다. 한국 방문 길에 어렵게 구해 온 몇권의 책은 책을 읽는 동안의 감미로운 감상과는 달리 읽고 난 후에는 종이의 무게만 버겁게 남는 경우가 허다하다. 소장하고 있던 책을 지인들과 교환해서 읽어도 신간에 대한 호기심은 남는다. 이쯤되면 못 말리는 독서광이라 여길 수도 있겠지만 비슷한 경험을 한 한인들이 많은 것 같다. 하일랜드팍에서 세자녀를 키우는 주부였던 홍정희씨는 자신의 불편함을 해결하기 위해 아예 한국도서 사이트 '북하나닷컴'을 개설했다.



도서대여 사이트를 운영하는 홍정희씨. 최근에는 부담없이 읽기 쉬운 로맨스소설이 인기가 좋다고 한다.

모델로 할 만한 한인들을 위한 대여 사이트가 없었기 때문에 초반에는 기존에 있던 미국 책 사이트 운영방식을 실험해 보면서 시행착오를 거친 후에 현재의 방식으로 운영하고 있다. 이용자들은 인터넷 웹사이트를 통해 책을 골라서 우편으로 받고 읽은 후에 반송 봉투에 넣어 다시 우편으로 보내는 방식이다. 한달동안 읽을 수 있는 수량에 따라 차별되는 가입비를 내고 주문하면 된다.

자녀들을 위한 청소년 필독도서에서부터 단조로운 이민생활에 위안을 주는 소설, 시집 등 문학작품과 복잡하게 변화하는 사회에 적응을 돕는 자기개발서 등 고전과 최신 신간 6500여권을 갖추고 있는 북하나닷컴의 한국책들은 전국으로 배달된다. 이라크에 파병된 한인 군인을 통해 이라크까지 다녀온 책도 있다.

운영자 홍정희씨는 영문책보다는 한글책이 읽기 쉬운 이민자 자녀들이 청소년 시기에 반드시 읽어야 하는 고전문학을 비롯한 추천도서들을 자신의 세자녀에게 맘껏 읽고 싶어 4년전 부터 도서대여 사이트 운영을 시작했다. 한국에서 국어교사였던 홍씨는 "특히 이민 1.5세대들이 영어에 대한 어려움 때문에 그시기에 읽어야 하는 작품을 놓친다면 또래와의 공감대 형성이나 성장 후 추억에 문제가 생길 것으로 생각된다"며 "자녀들에게 정신적 빈곤감을 주지 않기 위해 자녀가 읽을 책을 고르는 회원이 많다"고 한다.

또한 최근 새로운 경향으로 딱딱한 이민생활에 기분좋은 환상을 즐기고 감성적인 위안을 받을 수 있는 로맨스소설 주문이 늘고 있다. 홍씨는 "요즘의 로맨스소설은 역사적 배경이 다양해지고 고증을 거친 작품들이 많아 새로운 사실을 알아가는 재미도 있다"며 "특히 나이가 든 여성들이 현실에서 찾기 어려운 사랑의 경험이나 감정을 소설을 통해 대리만족하는 것 같다"고 한다. 로맨스소설을 즐기는 회원들은 독서 속도가 빨라 우편배달로 지체되는 시간을 기다리기 보다 직접 방문해 유통 시간없이 책을 읽고 싶어한다.

북하나닷컴의 서고는 홍정희씨가 살고 있는 하일랜드팍 주택 지하에 꾸며져 있다. 회원들의 요청이 많아 방문 가능한 회원들에게 장소 개방을 고려중이다.

북하나닷컴은 미국에 유일한 한국도서 사이트이며 한달에 빌릴 수 있는 수량에 따라 4단계로 나뉘어 19.99-34.99달러의 가입비를 받는다. 책들은 베스트셀러 자료를 참고해 선정하며 신간을 기다리는 회원에게 신속히 전달될 수 있도록 구입한다. 회원이 추천한 도서는 베스트셀러 순위와 상관없이 구입목록에 적극 추가한다. www.bookhana.com

글쓴이: 최현주





KELLER WILLIAMS

ELITE, REALTORS



유타열(Michael)
직통: 732)447-5707
Website:www.kw.com

중부 뉴저지 지역 전문

Middlesex, Somerset, Union Monmouth, Mercer

- *주택매매
- *상용건물, 사업체 매매
- *주택 및 아파트 렌트

481 Memorial Parkway, Metuchen, NJ 08840
Office:732)549-1998 x118 Fax:732)548-3478
E-mail: taek10yu@hotmail.com



런드로멧+세탁소 매매
중부뉴저지 고급동네

가격 \$329 천
연매상 30 만
리스 7년+5년 옵션

직원 모집!

AGLA는 지금 저희와 함께 일하실 보험 에이전트를 찾습니다.
AGLA(American General Life and Accident)의
영업팀의 일원으로서 당신은 아래와 같이 즐기실 수 있습니다.

- 실제적으로 독립된 직업
- 메니지먼트를 위한 기회 제공
- 본인 능력에 따른 탁월한 수입 구조
- 영업지원 및 지역 관리팀에 의한 실습교육 제공
- 개인표창 및 인센티브 여행 중점
- 혜택제공(401K, Person, Medical health Benefit)

American General Life
and Accident와 함께 하는
직업은 당신의 삶을 변화시키며
다른 사람의 삶도 변화시킵니다.

www.qualityoflifeinsurance.com

AGLA

American General Life and Accident Insurance Company
WWW.AGLA.COM



Manager :문옥주
문의 :201-699-8970
Office:Palisades Park, NJ
Marlton, NJ
Philadelphia, PA

Policy Issued By:
American General Life and Accident Insurance Company
The underwriting risks, financial and contractual obligations and support functions associated with products issued
by American General Life and Accident Insurance Company (AGLA) are its responsibility. AGLA does not solicit business
in the states of New York and Wyoming.



함박

“한곳에서
한식과 중식을
온가족이 맛보실 수 있습니다.”

중식 한식 전문 요리사의 맛을 느껴보세요!






● 구 에디슨 짜장 자리 ● Tel : 732 . 572 . 0600

(open 7 days / 10:30 A.M - 10:00 P.M)
368 Old Post Rd. Edsion NJ 08817 (GPS 주소)

ICCMC 786323 DOT 2090136

도레미 이삿짐

주정부
보험
가입업체

건축공사 쓰레기를 깨끗하게 지워드립니다.
24시간 언제든지 전화주세요.



- 시내 가정이사
(한국식 포장이사 전문-대,중,소,
창고, 사무실, 가계이전, 피아노, 돌침대 운반)
- 동부지역이사 당일운반 가능
(Boston, CT, PA, DA, VA, 워싱턴DC시, 메릴랜드)
- 타주이사 조지아, 텍사스, LA, 시카고, 정기노선 운행
- 귀국이사 방문 무료견적 및 포장자재 무료제공
- 창고보관 서비스 10,000sq.ft 창고보유
각종 이삿짐, 보관용 창고 (창업용 물품보관 및 싹핑서비스)
- 건축공사 서비스 페인트, 전기, 플러밍, 각종 보수공사
- 청소 서비스 아파트, 일반하우스, 상점, 가게
- 쓰레기 수거 및 철거서비스 가정집, 사업체, 폐업 쓰레기

(201)745-2424 / NJ 지역
(718)640-4000 / NY 맨하탄 지역

(732)715-2424 / NJ 중남부 지역
(516)857-2424 / 롱아일랜드 지역

686 Grand Ave., Ridgefield, NJ 07657

뉴저지의 표준화된 시험 NJ ASK란?

NJ ASK는 New Jersey Assessment of Skills and Knowledge로 뉴저지 공립학교에서 일년에 한 번씩 3학년에서 8학년까지를 대상으로 보는 표준화된 시험이다. 대체로 4월/5월 경에 치루어지는 이 시험은 지금까지의 가을에 성적을 부모에게 보내게 된다. 이는 조지 부시 대통령의 No Child Left Behind법을 시작으로 모든 주를 표준화된 방법으로 비교함으로써 미국의 뒤쳐진 교육 수준을, 특히 수학과 과학, 국제적으로 경쟁력 있게 키우고자 하는데 그 목적이 있다. 이는 48개 주가 참여하여 채택한 CCCS (Core Curriculum Content Standards)를 기준으로 현재 이 시험은 수학과 영어가 모든 학년에 치루어지고 있으며 4학년과 8학년만 실험적으로 과학을 치고 있다. 조만간에 과학 시험 결과를 조율하여 모든 학년에서 적용시킬 계획을 갖고 있다. 학년에 따라서 다소 차이가 있을 수 있으나 대부분의 경우 몇 일에 걸쳐서 시험을 보게된다.

NJ ASK가 왜 중요한가?

다른 국가들과는 달리 미국의 교육기준은 언제나 각각의 School District에서 정해왔다. 그래서 한 동네에서 잘하는 것은 다른 동네에서 비교하는 의미가 없었다. 하지만 표준화된 NJ ASK 시험이 생김으로써 각각의 학교간의 정확한 비교와 평가가 가능하게 되었다. 이로 인해 미국 정부는 Federal Funding을 표준화된 점수에 비례하여 지원하는 방향으로 움직이고 이 점수가 심지어 선생들을 평가하는 기준이 되어 가고 있다. 부모님들 입장에서는 자녀들의 점수가 전학을 가고 이사를 가더라도 계속 따라다니는 표준화된 점수라는 점이 중요하다. 많은 학교들이 이를 기준으로 받을 편성하며 Honors/Advanced/Gifted 등의 Differentiated Class를 편성하는 기준으로 사용되고 있다는 점을 인식할 필요가 있다.

NJ ASK 시험의 구성은?

수학은 3가지 문제 유형으로 나누어진다; 1. 객관식(MCQ: Multiple Choice Question), 2. 짧은 주관식(SCR: Short Constructed-Response Question), 3 긴 주관식(LCR: Long Constructed-Response Question). 여기서 주의할 점은 객관식과 짧은 주관식은 답만 맞으면 할당된 점수를 다 받을 수 있지만 긴 주관식은 답은 물론 어떻게 그 답에 이르게 되었는지 설명하는 부분이 대부분의 점수를 차지하게 된다는 점이다. 대부분의 긴 주관식은 답이 여러가지로 가능한 Open Ended Question이다.

영어 역시 3가지 문제 유형으로 나누어진다; 1. 독해 객관식 (Multiple Choice Question for Reading Comprehension), 2. 짧은 작문 (Short Writing), 3 긴 작문 (Essay). 짧은 작문은 주어진 지문으로 연관지어 주로 이어지므로 Reading Comprehension Skill과 Writing Skill을 동시에 평가하며 긴 작문은 좀 더 순수한 작문 실력을 평가하는데 그 목적이 있다.

NJ ASK에서 높은 점수를 받으려면?

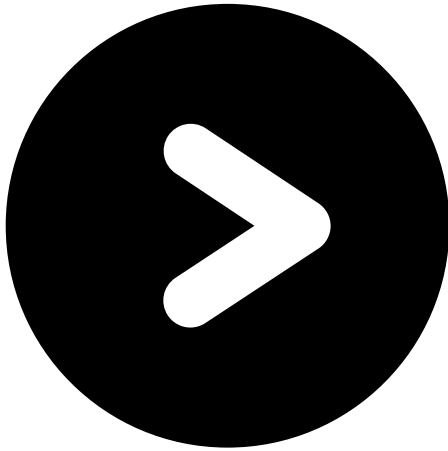
수학 점수는 상대적으로 평가 기준이 명확하다. 객관식 및 짧은 주관식은 답을 맞추었나 기준으로 점수를 받고 긴 주관식의 경우는 답 자체에 해당하는 점수도 있지만 얼마나 명확하게 답에 이르는 과정을 설명하는지에 따라서 점수가 좌지우지된다. 인상적인 것은 답이나 계산이 틀려도 설명을 잘해서 점수를 충분히 받을 수 있다는 점이다. 영어 점수는 5단계로 주어지며 작문이 평가되는데 중요한 점은 주어진 질문을 얼마나 이해했으며 (Understanding), 주어진 질문에서 요구하는 답을 했으며 (Requirements), 이를 뒷바침하는 예시나 의견을 제시했으며 (Explanation/Opinion) 또한 이를 얼마나 확장했는가 (Extension)이다. 당연한 얘기지만 주어진 질문과 관계없는 내용을 쓰는 것은 점수에 보탬이 되지 않는다.

NJ ASK를 어떻게 준비해야 하나?

수학은 단순한 계산 훈련은 줄이고 문제 풀이 (Problem Solving)와 사고력 (Critical Thinking) 실력을 키워야 한다. 객관식 계산 문제는 복잡하고 높은 난이도의 문제를 출제하지 않는다. 이는 계산 실력을 평가하고자 하는것이 아니라 이해도를 평가하고자 하는 것이기 때문이다. 영어는 많은 책을 다양하게 읽음으로 Reading Comprehension을 키우고 이런 이해를 바탕으로 Writing을 많이 연습하는 것이 중요하다. 학교에서 주어지는 Writing은 작문의 성격상 충분하게 아이들 각각의 눈높이에 맞추어서 하기에 부족한 부분이 많고 또한 쉬운 주제와 표현의 반복인 경우가 많다. 다양하게 시사적인 기사 등을 바탕으로 스스로의 의견을 명확하게 표현하며 이를 예시나 설명을 통해 다른 분야로 확대하는 훈련이 중요하다고 하겠다.

Eyelevel
이영기
973-525-3633





into design >

인투디자인

전문적인 디자인 분석
프리미엄 디자인 제안

전문 비즈니스를 위한 디자인 업그레이드 :

로고 > 명함, 배너, 웹사이트, 인테리어, 사인등 통합적 디자인이 필요한 비즈니스
디자인이 비즈니스의 이미지나 매출에 영향을 미치는 곳
업그레이드 되어야 하는 중소기업의 디자인 아이덴티티

디자인 전문가가 상세하게 상담+분석하고 도와드립니다!

intodesignstudio.com 1.908.872.6212

11월 - 12월 Scholars Mini Camp

10년 이상 경험 소유한 SAT 전문 강사진, 다수의 SAT 점수 향상 사례, 전문 대학 컨설턴트의 정확한 진단 및 가이드

- 12월 SAT 대비반
- 겨울방학 SAT Boot Camp
-12/26 (수) - 12/29 (토)
- 12학년 대학 원서 총정리반
- 에세이/Common Application
11/8(목) - 11/9(금) Teacher's Conference off days
- 대학 입시 컨설팅



스칼라교육 & 컨설팅

1876 Rt. 27, Suite 203, Edison, NJ 08817
www.scholarsprep.com

문의전화 (732)777-1144



I AM THE KEY! BACK TO SCHOOL ENROLLMENT STARTING NOW!



눈높이(Eye Level)는 자기주도학습(Self-Directed Learning)프로그램입니다.

눈높이(Eye Level)는 학생들이 각자의 속도와 수준에 맞추어서 배우는 원칙으로 이루어진 교육 프로그램입니다.

“ NJ ASK Workshop에 대해서 물어보세요 ”

1.908.396.2000 www.EyeLevelNewJersey.com

Basking Ridge | Bridgewater | Hillsborough | Warren

Eye Level of Bridgewater

475 North Bridge St. Bridgewater NJ 08807

Obsession Hur Hair Studio **허미용실**

- ♡ 헤어컷 · 코팅 · 염색
- ♡ 웨이브 퍼머
- ♡ 디지털 매직 퍼머
- ♡ 남자 헤어컷

T. 732-548-4823 333 Lake Ave. (Rt.27), Metuchen, NJ
 영업시간 : Mon~Sat 9-7:30, Sun-예약하시는 분에 한함

파티 메이크업 (신부화장), 올림머리(업스타일)

Seven7미용실
 일류 헤어디자이너 항상 대기!
 특별할인 **50%**

보조 미용사 구함

(에코 노래방 아래층)
Tue.- Sun. 9-7:30 / TEL. 732.287.5777
 2090 Rt.27 North, Edison NJ 08817

VW LIQUORS 에디슨 리커

각종 한국 소주 취급

Open Hours:
 Mon - Sat: 9:00 - 10:00
 Sunday: 12:00 - 8:00

561 Rt.1 Edison 남보원 식당 옆
(732) 512-5127

스텔라 미용실
 Inspiration Hair Design

보조 미용사 구함

네일 하시면서 머리 배우실 분 환영(파트타임/풀타임)
Tel. (C)908.380.6381 (H)732.548.8665
 1825 Highway 130 S., North Brunswick, NJ 08902

뷰티헤어 BEAUTY HAIR

Special!

남자 헤어컷 \$15
 여자 헤어컷 \$25 up

50% 할인

패디큐어 \$25
 with Free 매니큐어

* 헤어 디자이너 구합니다. *

HOURS : Mon - Fri 9:30-7:30 / Sat 9 - 6

Tel. 732-302-1711
 120 Cedar Grove Ln. Somerset, NJ 08873
 찬양교회 근처 몰 (1분거리)

파스텔 미용실
 Pastel hair salon

50% 할인

Mon.-Sat. 9:30-7:30 (일요일은 쉽니다)
Tel. 732-650-0050
 518 Old Post Rd. Edison
 (금호정 식당 옆)

에디슨 당구장

'가족단위로 즐기는 레저 문화로, 여성에 친숙한 실내 스포츠로, 쌀쌀해진 날씨에 더욱 인기'

한인 당구장 남성 위주의 오락 이미지 아닌 신선한 실내 스포츠로 다양한 고객층 즐겨



에디슨 루트 1번 도로에 있는 엘리트당구장. 어린 아이가 아버지와 함께 당구를 놀이로 즐기며 잘 치는 요령을 배우고 있다.

"할머니가 어린 손자, 손녀들의 당구치는 모습을 카메라로 찍어주며 즐거워 하는 모습을 종종 본다"며 박광득(71세)씨는 "한국에서의 어린 시절에 어른들의 눈을 피해 들여다 보았던 당구장 분위기와는 사뭇 다른 모습이 부럽다"고 한다. 가끔 아들(박재홍, 32세)이 운영하는 엘리트 당구장에 방문하는 박씨는 이 지역 당구장에서는 한인들이 당구장에 대해 일반적으로 갖고 있는 선입견과는 많은 차이가 나는 풍경을 볼 수 있다고 한다.

엘리트당구장에서 아들 빅터(7세, 사진)와 함께 당구를 치고 있던 중국인 린씨는 "주로 공휴일에 아들과 함께 온다. 아들이 5살때 처음 데리고 왔는데 즐거워 한다"며 "당구장을 게임보다는 놀이 공간으로 즐기고 있다"고 한다.

에디슨에는 한인이 운영하는 당구장이 두곳 있다. 두곳 모두 고객의 90% 정도가 타민족으로 '당구를 가족이 함께 하는 레저'로 즐기며 여성 고객이 전체의 40%정도를 차지한다. 당구는 주로 남성들이 즐기는 게임으로 여기는 한인들의 인식과 다르게 다양한 계층이 그들의 방식대로 즐기며 훌륭한 여가생활로 각광받고 있다.

또한 민족에 따라 당구를 치는 방식에 차이가 있다고 한다. 단순한 4각의 당구대 모양이 선호하는 방식에 따라 조금씩 차이가 나는 것을 볼 수 있다. 한인 당구장들은 타민족들이 서로 다른 기호에 맞게 골라서 즐길 수 있도록 다양한 형태의 당구대와 용품을 갖추고 있다.

사람들은 날씨가 추워질수록 야외활동이 줄어들어 마땅한 즐길거리를 찾아 실내에서 할 수 있는 놀이나 스포츠를 찾게 된다. 날씨가 쌀쌀해지면 당구장은 더욱 분주해지며 연말연시가 지나면 성수기로 접어든다. 장기 불황으로 타격을 받은 다른 업종에 비해 한인 당구장들은 성장세를 보이고 있다고 한다.

엘리트당구장은 오전 11시에서 새벽 2시 까지 영업하며 시간대에 따라 물리는 고객층이 다르다. 고객의 성향에 따라 다양한 즐길거리를 배치해 손님들의 각기 다른 요구를 충족시키려 한다. 손님이 가장 몰리는 시간인 밤 10시 이후에는 출출해진 허기를 달랠만한 간단한 야식을 마련해 놓고 있으며 여성 고객이 많이 몰리는 시간에는 유행 음악을 크게 틀어 마치 클럽처럼 분위기를 연출하기도 한다. 엘리트 당구장은 당구대 뿐만 아니라 탁구대를 갖추고 있다. 낮 시간대에 당구를 치다가 지루해지면 탁구로 종목을 바꿀 수도 있다. 또한 오전 11시 부터 오후 6시까지는 '파워플레이'라는 특별한인 시간대를 두어 10달러를 내고 7시간 내내 당구나 탁구를 즐길 수 있다.



한편 큐존 당구장은 한국식 당구를 즐기는 한인들을 위해 4구 당구대를 충분히 갖추고 있다. 특히 공이 구르는데에 온도의 영향을 받는 특성을 고려해 히터가 들어있는 당구대를 준비해 놓았다. 큐존당구장을 운영하는 김도현씨는 "젊은이들이 많이 모이는 지역 요건을 고려해 실내를 밝고 세련되게 장식하려 했으며 특색있게 벽화를 그려 마치 카페처럼 꾸몄다"고 한다. 당구를 치고 있던 심재훈(31세)씨는 "실내가 항상 깨끗하고 당구대와 용품들을 잘 관리해 놓아 기분 좋게 즐길 수 있다"며 큐존 당구장을 자주 찾는 이유를 말했다. 큐존당구장은 인근에 있는 럿거스주립대학교와 미들섹스커뮤니티 칼리지 등의 대학생들이 클럽활동이나 모임의 뒷풀이 장소로 애용하며 당구 클럽의 경기를 주최하는 등 단체 예약 손님들이 많다고 한다.

글쓴이 : 최현주



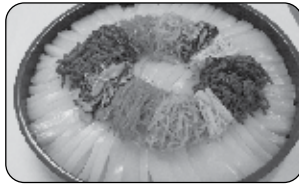
전통 한국음식의 자존심 명가의 정성을 담어드립니다

웰빙식 푸드명가

“ No! 조미료 ”

고급잔치음식, 밑반찬, 도시락전문, Special Sushi Roll

각종단체모임, 교회모임, 돌, 백일잔치등
모임성격에 맞는 주문 가능함



1636 Lincoln Highway, Edison, NJ 08817

(732)354-4217 Fax (732)354-4218

어떤 인쇄물이든지 고민하지 마십시오! 소량 인쇄도 OK! 가격도 OK!



- 🍏 Flyer 🍏 Poster 🍏 Business Card
- 🍏 Post Card 🍏 Rock Card 🍏 Brochure
- 🍏 Gift Card 🍏 Booklet



새로운 디자인·인쇄 문화-고객을 지향합니다

DESIGN & PRINTING

☎ 732.469.4740

428 Lincoln Blvd. Middlesex, NJ 08846



한국어/영어 완벽구사. 무료상담

조재형 대표 변호사(Jae H. Cho, Esq.)
미국 법률사무소 경험-변호사 60명 이상
한국 법률사무소 경험-변호사와 변리사 110명 이상
NJ & NY 변호사
비즈니스/ 소송

광범위한 경험의 풀서비스 법률사무소

한국과 미국의 명성높은 법률사무소에서 광범위한 경험을 쌓아
풍부한 필드경험으로 다져진 저희 법률팀이
저로부터 소송까지 의뢰인 여러분들을 꼼꼼하게 도와드립니다.



협력변호사
-Thomas J. Whitney, Esq.
-Raymond Lo, Esq.(Of Counsel)

조재형변호사

- ☐ 민사소송 ☐ 교통티켓 ☐ 비즈니스 ☐ 이민
- ☐ 가정법 ☐ 상속 ☐ 부동산 ☐ 파산



53 Paterson street,
New Brunswick, NJ 08901

609.642.4488 3490 US Rt.1, Ste 7B.,Princeton, NJ 08540 (이근진회계사 사무실 같은 건물)
139 Centre Street, Suite 810 New York, NY 10013

터보엔진

지금까지 자동차 엔진 분야에서 자동차의 고출력 위해 많은 연구를 해 왔습니다. 적은 연료, 적은 시간으로도 어떻게 하면 고출력을 실현시킬 수 있을까 하는 것은 자동차 역사상의 최대 목표중의 하나였습니다.

일반적으로 자동차의 출력을 높이는 방법엔 두가지가 있습니다.

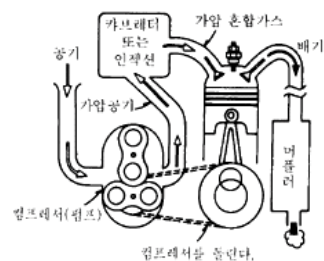
하나는 일반적으로 배기량을 늘려주는 것입니다. 배기량이라는 것은 각 실린더의 용적을 합한 것인데, 배기량이 클수록 그만큼 많은 공기와 연료를 받아들여 연소시키므로 폭발력이 커지며 따라서 당연히 출력이 증가합니다. 하지만 이 방법은 여러 가지 면에서 비경제적입니다. 왜냐하면 배기량을 늘리기 위해 실린더 수를 늘려야 하며 이에 따라 엔진의 부피가 커지고 차량 중량이 증가하며 따라서 차 가격이 비싸고 연료 소비가 많아 유지비가 많이 들기 때문입니다.

그 다음 방법은 공기를 더 넣어주어 흡기효율을 100%가까이 끌어 올리는 방법입니다. 같은 양의 연료를 사용할때 힘을 좋게하려면, 연료를 잘 태울 수 밖에 없습니다. 즉 공기를 더 넣어주어 압축비를 높여주는 방법입니다. 이것이 바로 똑같은 배기량 속에서도 출력을 증가시키는 방법, 터보엔진(Turbo Engine)입니다.

터보 시스템에는 슈퍼차저(super-charger)와 터보차저(turbocharger)가 있습니다.

슈퍼차저는 엔진의 Crankshaft의 동력이 Belt(벨트)를 통하여 Compressor에 전달되어 펌프가 실린더내로 가압된 혼합연료를 강제적으로 밀

〈슈퍼차저〉

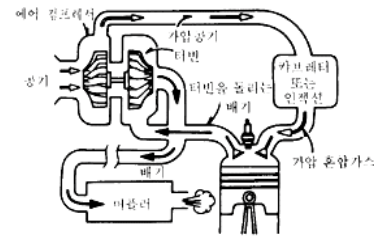


어넣는 방식입니다. 중,저속에서의 토크 향상에 효과가 크지만Crankshaft의 회전력을 직접 이용하므로 엔진의 힘을 빼앗아가는 단점이 있습니다.

터보차저는 엔진에서 손실 되는 동 (터보차저)

력을 이용합니다. 즉 엔진의 손실 되는 배출가스를 이용하여 Turbine(터빈)을 돌려 줍니다.

사실 엔진에 있어서 폭발력의 전부가 자동차를 움직이는데 쓰여지는 것은 아닙니다. 폭발력은 실린더의 마찰에 의해 5% 감소되고 35%는 엔진을 식히는데 사용되며 또한 30%는 배출가스로 빠져나가 버립니다. 따라서 실제 바퀴구동에 사용되는 폭발력은 원래의30% 밖에 되지 않습니다. 그런데 터보차저는 폭발력의 30%나 되는 배출가스를 이용하여 터빈을 돌립니다. 터빈이 돌면 그 맞은 편에 있는 컴프레서도 함께 돌아가며 이 컴프레서가 공기를 압축시켜 실린더로 강제로 이동시킵니다.



엔진의 기통수 또는 배기량을 줄이는 대신 터보를 달아 출력을 만족하면서 연료 소모와 배기가스를 낮추는 방법이 바로 터보 엔진입니다. 이때 중요한 것은 연비를 높이기 위해 출력을 희생하면 안 된다는 것입니다. 터보의 장점은 실제 배기량 이상의 힘을 얻을 수 있는 게 가장 큰 장점입니다

ASE Certified Automotive Service Consultant & Technician 이필완



피스카타정비



브레이크 / 에어컨서비스 / 타이어 / 튜업 / 머플러 / 오일체인지 / 정기체크업 / 서스펜션 / 전기 / 엔진 / 트랜스미션



Phill Lee 이필완

- ASE Certified Auto Service Consultant
- ASE Certified Auto Technician
- 미국대학 자동차학과 (AutoTech.)졸업
- 20년 실무경력
- 전, 자동차딜러 Service Advisor
- Engineering B.S.



(P) 732-393-1007 / (C) 908-812-7933 555 New Durham Rd., Piscataway, NJ 08854 (김치하나에서 3분거리)

전 연 찬 종합보험

YUN CHAN CHUN AGENCY

개인 자동차보험

PROGRESSIVE

상업용 자동차보험

"The right coverage at the right price."

Discount Benefit

- Advance Quote
- Multi Cars
- Choose full Coverage
- Home Owner
- Paid in full
- Safe Driver and more

- 사업체 보험
- 건물 보험
- 주택 보험
- 종업원 상해 보험 (workers comp)
- 의료 보험
- 생명 보험

Progressive does not offer Health or Life insurance.

Tel. 732.767.6601 / Fax. 732.767.1022

35 Bridge St. Bridgepointe, Rt.27, Metuchen, NJ 08840

문유미 Weichert Realtors 부동산

NJAR Circle Excellence Award 2002-2005, 2008, 2010



**현명한 부동산 투자와
내집마련의 꿈을
해결해드립니다.**

● 명문 프린스턴 지역 전문 ●



Lawrenceville
개인주택, 그린홈
방4, 화장실2.5
\$429,000



East Windsor
잘 가꾸어진 콘도
방2, 화장실2
\$119,500

www.YoomiMoon.com Cell: 609.865.3644
E-Mail: Yoomi@YoomiMoon.com T: 609.799.3500 EXT:107
53 Princeton-Hightstown Rd, Princeton Junction, NJ08850

저렴한 보험료와 최상의 서비스

뉴저지 운전자만을 위한 자동차보험



**낮은 보험료와 최고의 가치 그리고
다양한 할인혜택까지...**

- Advance Shoper Discount
- New Car Replacement
- Multi-Policy Discount
- Paid in Full Discount
- Homeowners' Discount
- And more...

무료 보험료 산정을 원하시면 전화주세요:

Kenny Kim - Prudential Financial Professional

515 Plainfield Ave #103, Edison, NJ 08817

Office: 732-491-4724

Cell Phone: 732-841-2086

Prudential distributes auto and other property and casualty products that are offered and underwritten by High Point Property and Casualty Insurance Company. The Prudential Insurance Company of America, Newark, NJ and High Point are not affiliated companies.

0158093-00003-00

<레지던트 이블 5: 최후의 심판> 무시할 수 없는 10년의 노하우

선봉적인 인기를 끌었던 게임 ‘바이오 하자드’ 를 원작으로 한 <레지던트 이블>이 스크린으로 옮겨진 지 어느덧 10년이 됐다. 10년이라는 세월 동안 5편의 <레지던트 이블> 시리즈가 탄생했다.



10년이면 강산이 변하는 시간이다. 아무리 <레지던트 이블> 시리즈의 열혈 팬이라도 하더라도 그간의 시리즈를 모두 기억하기엔 무리가 있다. 그렇기 때문일까? <레지던트 이블 5: 최후의 심판>(이하 <레지던트 이블 5>)는 시리즈 팬들을 위한 배려를 잊지 않았다. 영화는 오프닝에서 ‘앨리스’ (밀라 요보비치)를 통해 그 동안의 시리즈를 언급한다. 지난 시리즈를 친절하게 설명했기 때문에 이전의 시리즈를 보지 않았더라도, 혹은 지난 시리즈가 가물가물해도 이번 시리즈를 즐기기에 충분하다.

도입부부터 이전 시리즈를 복습했던 것처럼 감독은 10년간의 노하우를 풀어내듯 작정을 하고 새로움과 익숙함을 섞어냈다. 친구 조합이 가장 눈에 띄는 것은 캐릭터다. <레지던트 이블 5>에는 이전 시리즈의 캐릭터들이 대거 컴백했다.

컴백한 캐릭터들은 이전 시리즈에서 관객들에게 강한 인상을 남겼던 인물들이다. 1편에서 엠브렐라의 공격을 받아 전사한 ‘레인’ (미셸 로드리게즈)과 앨리스를 돕던 ‘제임스’ (폴린 살몬), 2편에서 앨리스와 함께 여전사의 매력을 발산한 ‘질’ (시에나 길로리), 3편에서 죽음을 맞이했던 ‘카를로스’ (오데드 페르), 4편의 ‘루더’ (보리스 코조) 등이 <레지던트 이블 5>에 돌아왔다.

하지만 아쉽게도 ‘루더’ 를 제외한 모든 이들이 앨리스의 적으로 돌아선다. 어제의 동지가 오늘의 적이 된 꼴이다. 쪽수가 맞지 않은 앨리스를 위해 감독은 친절하게 새로운 앨리스의 동료들을 투입시켰다. 원작 게임 시리즈에서 등장했던 인기 캐릭터 ‘에이다 윙’ (리빙빙), ‘레온’ (조한 어브), ‘베리’ (케빈 두런드)가 앨리스 군단으로 등장해 신선함을 준다.

언데드 역시 반가운 캐릭터들이 다시 등장한다. 바로 리커와 처형 마지니다. <레지던트 이블 4>에 등장한 처형 마지니는 무려 2명이 등장해 앨리스와 에이다를 위협한다. 또한 <레지던트 이블>에 등장한 리커 역시

재등장해 시리즈 팬들의 반가움을 자아낸다. 이전 시리즈와 달리 <레지던트 이블 5>의 언데드는 단순히 생존자를 쫓는데 그치는 것이 아니라 한층 업그레이드돼 상승된 전투 능력과 발달된 두뇌로 무기를 사용하는 언데드 군단으로 재탄생됐다. 하지만 새로운 대형 몬스터가 등장하지 않는다는 점에서 아쉬움을 남긴다.



액션을 빼놓고 <레지던트 이블> 시리즈를 이야기할 수 없다. 그만큼 <레지던트 이블> 시리즈는 화려한 액션으로 관객의 아드레날린을 분출 시키게 했다. <레지던트 이블 5> 역시 10년간 앨리스로 살아온 밀라 요보비치의 노하우가 집대성되어 있다. 밀라 요보비치는 200여 개의 스퀘어 동작과 다양한 총기를 완벽하게 소화해 더욱 강력해진 앨리스로 돌아왔다. 특히 앨리스와 질의 설원 위의 격투는 잠시도 눈을 땔 수 없게 만드는 명장면이다.

10년의 노하우가 집약된 밀라 요보비치의 액션은 3D 기술로 더욱 화려해졌다. <레지던트 이블 5>는 전편 보다 훨씬 진일보한 영상을 선보인다. 무기를 던지는 장면, 총을 발사하는 장면들은 마치 물체가 관객에게 다가오는 것처럼 연출돼 자신도 모르게 움찔하게 만든다. 이러한 생생한 영상을 위해 감독은 특수 제작된 촬영장비를 사용해 실감나는 3D 영상을 만들어냈다.

관객들이 <레지던트 이블> 시리즈를 기대하는 이유 중의 하나는 규모다. <레지던트 이블> 시리즈는 매 시리즈마다 세계관이 방대해졌다. <레지던트 이블 5>는 전작보다 더욱 판을 키웠다. 일본 도쿄 시부야, 미국 최대 번화가인 타임스퀘어 광장, 모스크바의 붉은 광장, 알래스카까지 다양한 배경을 보는 것만으로도 영화의 규모를 짐작할 수 있다.

방대한 세계관을 위해 74개의 세트가 들어선 대규모 세트를 제작해 만족스런 볼거리를 제공한 만큼 “관객들에게 전편과 차원 다른 스펙터클을 느끼게 하고 싶었다.” 라고 말한 폴 W.S 앤더슨 감독의 자신감을 절로 수궁하게 만든다.

제공 : <한국 최대 영화뉴스채널! 맥스뉴스>
신상민 기자 blame777@maxmovie.com

<테이큰2> 강력한 아버지가 돌아왔다

킴(메기 그레이스)의 납치사건으로 조직에 치명타를 입고 가족의 목숨까지 빼앗긴 인신매매범 일당이 복수를 다짐한다. 그들의 복수 방식은 또 다른 납치다. 인신매매범들은 이스탄불로 출장을 간 브라이언(리암 니슨)의 뒤를 쫓고 결국 브라이언과 그 곳으로 여행을 온 전처 레노어(팜케 안슨), 킴에게 기습을 가한다. 하지만 간신히 킴만이 적의 손아귀에서 벗어나고, 우여곡절 끝에 브라이언 또한 인신매매범에게서 탈출한다. 그들의 손에 남아있는 것은 전처 레노어 뿐. 브라이언은 다시 한 번 자신의 소중한 가족을 구해내기 위해 자신이 가장 잘할 수 있는 능력을 펼쳐보인다.



리암 니슨이 돌아왔다. 지난 2008년 영화 <테이큰>에서 프랑스 파리에서 납치를 당한 딸을 72시간 만에 구출해냈던 이후 4년 만이다. 전작을 통해 전직 특수요원으로 특출난 능력을 발휘했던 브라이언이다. 딸을 팔아 넘기려는 악당들을 가공할 액션으로 때려잡는 모습은 가족을 위해 땀 흘려 일하는 이 세상 아버들의 마음을 대변하며 로망으로 자리 잡았다.

비단 아버의 공감을 제외하더라도 스피디한 액션, 그리고 눈 앞에 보이지 않는 딸을 찾아 가는 과정, 나아가 환상적인 역주행 카체이서썬은 액션 영화로서의 짜릿함을 그대로 전했다. 덕분에 개봉 전엔 큰 주목을 받지 못했던 <테이큰>은 대대적인 극찬을 받았고 리암 니슨은 액션 배우로의 스펙트럼을 넓히며 승승장구 했다. 그리고 그 인기로 힘입어 속편이 제작됐다

하지만 이도 잠시 브라이언의 행복한 시간은 길지 않다. 관객들이 브라이언의 미소에 교감할 때쯤 사건의 중심이 되는 인신매매단의 이야기를 그린다. 그리고 집요하게 브라이언의 가족과 인신매매단의 모습을 교차 편집하며 그들이 복수를 결심하는 모습을 비춘다. 브라이언에게 가족이 소중한 만큼 그들에게도 가족이란 그 무엇과도 바꿀 수 없는 존재다. 그렇기에 가족으로 인한 행복과 슬픔을 동시에 그려내며 영화 전체의 열개인 '가족을 지키기 위한 싸움'을 각인시킨다.

덕분에 가족을 두 번이나 납치 당하게 되는 브라이언의 황당 상황은 관객의 이해를 얻는다. 스토리의 전개에 공을 들인 만큼 레노어의 납치가 이뤄진 다음부터는 굉장히 스피디한 전개를 선보인다. 극찬 받았던 전작의 거침없는 연출이 <테이큰2>에서도 그대로 이어진다. 여기엔 무

자비한 원샷 원킬을 선보이는 리암 니슨의 액션이 큰 비중을 차지한다. 전작에 비해 세월을 더한 모습이지만 그의 액션은 여전히 강력하며, 적들에게 공포의 대상이 된다.

더불어 시각이 제한된 상황에서 모든 것을 파악해가는 브라이언의 모습도 여전하다. 차량에 갇혀 이동하는 도중에도 청각에 의존해 자신의 이동 공간을 파악하고, 멀리서 터지는 수류탄 소리에 자신의 위치를 알아낸다. 또한 전화를 통해 킴의 행동을 제어하면서 사건을 해결해나간다. 이러한 전개는 <테이큰> 시리즈의 전매특허이자 특유의 스타일러다.

나아가 전작에서 가장 큰 인상을 남겼던 카체이서썬도 그대로다. 단지 달라진 것이 있다면 이번에 운전대를 잡은 것은 브라이언의 딸 킴이다. 킴은 딸의 운전교습에 힘을 썼던 브라이언이 흐뭇해질 만한 운전 실력을 보여준다. 이스탄불의 좁은 골목들을 질주하는 카체이서썬은 눈의 호강과 함께 오금이 저릴 법한 짜릿함을 선사한다. 명실공히 <테이큰2>의 백미라고 치켜 세울 만 하다.



<테이큰2>가 전작의 장점만을 이어나가려고 했다면 다소 아쉬운 작품이었을 것이다. 하지만 영화는 액션 외에도 유머와 함께 약간의 드라마를 곁들이며 변화를 꾀했다. 전작의 유머를 담당했던 브라이언의 친구들의 비중이 조금 줄어들었다면 이번엔 브라이언이 유머 코드의 중심에 섰다. 중후한 목소리와 그윽한 눈빛, 그리고 커다란 체구에서 나오는 딸 바보 콘셉트는 웃음과 함께 많은 공감을 산다. 더불어 전작과 달리 <테이큰2>의 엔딩에서의 브라이언은 행복해 보인다. 정말 피땀 흘려 가족을 지킨 아빠 브라이언, 그의 행복은 너무나도 당연하면서도 간절했기에 극장을 나서는 관객에게 흐뭇한 미소를 남기기에 충분하다.

맥스무비

제공 : <한국 최대 영화뉴스채널! 맥스뉴스>
권구현 기자 kvanz@maxmovie.com

뜨거운 심장, 인생을 "예스"한다

수요일 저녁예배 중 문득 교우들의 얼굴들이 눈에 들어왔다. 한사람 한사람 베풀어주었던 사랑과 기도들이 새록새록 떠오른다. 말씀의 은혜를 나누어 야하는데 받은 사랑들이 떠올라, 말씀을 읽다 말고 속 깊은 곳에서부터 올라오는 뜨거운 것을 억지로 삼켰다. 사랑을 참 많이도 받았었구나... 그 얼굴들 보며 인생의 "빚(debt)" (롬 13: 8)이 크게 늘어있음을 깨닫는다.

이런 장면이 상상이 되는가? 십자가위에서 두 손과 발이 못에 박혀 움직이지 못하는 예수님. 그런데 입술을 열어 말씀하셨다: "아버지 저들의 죄를 용서하여 주십시오, 저들이 하는 일을 모르고 있습니다." 몸은 못 움직이시는데, 심장은 뜨겁게 우리를 향해 달려오셨다. 사랑을 선포하셨고, 우리 어리석은 삶을 있는 그대로 받아주셨다. 그리고 우리, 그 사랑이 인생의 "희망" 이요. "길" 임을 고백한다. (요 14: 6) 늘 눈에 보이는데 다가 아님은 새삼스러울 것도 없다.

하나님은 정말 보이지 않게 숨어계시는 것일까?

"숨어계시는 하나님" (Hidden Presence)이란, 종교개혁자 마틴 루터가 가르친, 십자가에서 경험하는 하나님이다. 십자가에서 침묵하신 하나님. 보이지 않으신 하나님. 제자들은 절망하여 도망했고, 여인들은 눈물을 흘리며 십자가 밑에서 오열했다. 그럼에도, 하나님은 그곳에서 고통을 감내하시며 그들 가운데 현존하고 계셨다. 비록 사람 생각에는 드러나지 않았지만.

숨어계신 하나님은 삶이 힘들어 하나님 보지 못한다는 사람들의 삶 속에 사실은 함께 하고 계신다는 신앙의 통찰이요 고백이다. 하나님이 그곳에 계시니 힘든 삶의 현장에서도 반드시 찾고 보아야 할 것이 있는 셈이다.

우리 짊어진 삶의 여정에서 기실 많은 "빚" 지고 산다. 나의 큰 "빚" 하나가 마음을 다독인다.

몸이 너무 아픈 교우가 있다. 그래서 일상생활도 제대로 못하신다. 그런 분이 언제나 내가 전도나간다면 따라 나선다. 사람들을 만나면 하나님 믿으라고 열변이시다. 내겐 큰 힘이다. 그런데 요즘 몸이 더 앓아진 것 같다. 같이 전도가면, 내가 말하도록 옆으로 비켜선다. 그 모습 보면서 이런 생각을 하지 않을 수 없다: "그 몸 안에는 어떤 심장이 뛰고 있는 것일까?" 그의 뜨거운 심장의 "빚" 을 또 지는구나, 때때마다 생각하게된다.

어느날 같이 전도나갔을 때의 일이다. "하나님이 살아 계시다면 세상이 이렇게 악하고 불합리하진 않을 것입니다," 라며 더이상 교회를 다니지 않는다고 하시는 분을 만났었다. 목사님들의 가르침도 많이 받았지만 뻔한 대답이라고... 하나님께서 직접 거부할 수 없는 증거를 보여주시길 원한다고... , 답답한 가슴을 두드렸다. 그리고 한마디 더 붙이셨다. "하지만 교회는 쉬립니다." 내겐 아이러니였다. 그 자리에, 아픈 몸이지만 뜨거운 심장을 가진 그 교우도 같이있었기 때문이다. 세상의 불합리함을 몸에 지닌 장본인이 하나님 열변 토하고 싶어서 있었으니, 우리가 보아야 할 것이 무엇인가?

우리사는모습에는 기대하지 못했던 "사랑의 빛" (롬 13: 8)이 너무 많다. 그 빛을 지고 어떻게 그저 그냥 살 수 있겠는가. 그 "빛" 들을 직시하면 할수록 새 힘을 얻게된다. 어느덧 우리 인생은 우리 것이 아닌듯 흘러왔으니 말이다. 하나님의 "오른손이 모르게 하신 왼손의 은혜" 는 또 얼마나 많겠는가. "숨어계신 하나님" 이시라... 마음 다잡고 한번 찾아보자, 뜨거운 심장으로. 감사의 계절이니 말이다.

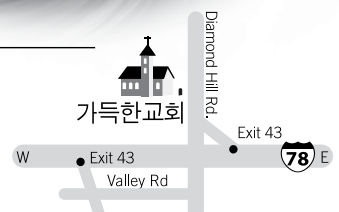
가득한교회 양태건목사

주님의 터치 회복의 은혜가 흐르는



**가득한교회**
Bountiful Korean United Methodist Church
담임 목사 왕 태 건

105 Diamond Hill Rd., Berkeley Heights, NJ 07922
Tel: 908-464-1807 (교회) 908-464-9760 (사택)
주일 / 오전 10시(영어예배), 낮 12시(본 예배 한국어)
www.bountifulchurch.com



밥상의 영성

“식사하셨습니까?” 요즘 미국에서는 이런 인사 듣기가 어려워졌지만, 얼마전까지만해도 한국인들의 주된 인사는 “식사하셨습니까?”였습니다. 어른들은 아이들에게 “밥 먹었니?” 라고 인사하고, 어른 들께는 “진지 잡수셨어요?” 하고 인사를 했습니다. 밥 한 그릇 먹는 것이 쉽지 않았던 시절을 겪으면서 생겨난 인사라고 하지요. 그래서인지, 어릴 적부터 부모님과 어른들로부터 자주 들은 이야기 중의 하나는 “먹는 것 가지고 장난치면 안된다” 는 것이었습니다. 음식은 소중한 다 못해 신성한 것임을 우리 조상들은 오래 전부터 알고 있었나 봅니다.

음식 안에는 생명이 있고, 그것을 먹어야 생명이 유지됩니다. 그래서 우리가 매일 대하는 식탁, 즉 밥상 위에는 생명이 놓여져 있는 것입니다. 밥 한 그릇 안에 우리의 삶이 담겨져 있다는 말입니다. 새벽부터 밤 늦게까지 일하고 파김치가 되어 집으로 돌아온 가정이 아침에 간신히 일어나서 밥을 먹습니다. 그 밥을 왜 먹을까요? 그 밥을 벌기 위해서지요. 밥을 먹어야 또 나가서 밥을 벌 수 있기 때문입니다. 결국, 밥 속에 우리 인생이, 우리의 삶이 담겨져 있는 것입니다.

예수님은 이것을 잘 이해하시는 분이셨습니다. 그분은 인간에게 먹는 것이 무엇을 의미하는지 잘 아셨고, 먹고 사는 문제에 담긴 인생의 비애와 고통을 이해하시는 분이셨습니다. 그래서인지, 예수님은 항상 잘 잡수셨습니다. 얼마나 잘 잡수셨는지, 심지어 먹기를 탐하는 자 (눅7:34) 라는 별명도 있었습니다. 새번역 성경은 그것을 “먹보” 라고 번역을 했네요. 예수님은 항상 성경만 보고, 기도만 하고, 전도만 하시는 분이 아니라, 먹보라는 별명을 가질만큼 잘 잡수시던 분이셨다는 말이지요.

심지어, 예수님은 십자가에 달려 죽으시기 직전에도 잡수셨습니다. 최후의 만찬이라 불리우는 그 식탁의 자리에서도 예수님은 잘 잡수셨습

니다. 저는 군 입대 전에 훈련소 근처에서 설렁탕을 먹었는데, 도저히 목구멍으로 안 넘어가더군요. 그런데, 예수님은 죽음을 앞두고도 밥을 드셨습니다. 그리고, 부활 후에는 엠마오로 내려가는 믿음 없는 제자들과 함께 또 드셨고, ‘다시 고기나 잡으러 가자’ 며 갈릴리로 돌아가버린 제자들을 위해 생선과 떡을 구워놓고 함께 드셨습니다. 속이 없으셨던 것일까요? 아니면, 식성이 좋으셨던 것일까요?

예수님께서서는 “나는 곧 생명의 떡(밥이다)” 라고 말씀하셨습니다 (요 6:48). 식탁의 자리에서 떡을 떼어 제자들에게 주신 것은 곧 자신의 몸을 떼어주신 것이었지요. 이렇게 우리를 위하여 몸이 떼어지는 고통을 당하신 주님께서서는 밥상에 담긴 우리 인생의 노고를 이해하십니다. 우리 또한 몸이 부서지고 마음이 찢어지는 때가 있다는 사실을 아십니다. 밥을 받아도 밥이 안 넘어가고, 눈물로 한 숟가락 넘겨야 할 순간들이 우리에게 찾아온다는 것을 잘 아십니다.

하지만, 떡은 떼어져야 누군가를 먹여 살리고, 밥알은 걸쭉테기가 떼어져 맨살을 드러내야 밥상에 오릅니다. 예수님의 몸이 떼어짐으로 그리스도의 ‘몸’ 된 교회가 탄생할 수 있었던 것입니다. 몸이 부서져라 일하는 부모 덕분에 자식들이 살아갑니다. 나 자신의 것을 떼어 나눠줄 때, 다른 누군가가 생명을 얻습니다.

오늘도 밥상을 받습니다. 거기에는 그냥 밥만 있지 않습니다. 밥상에는 언제나 눈물이 있고, 생명이 있고, 인생이 있으며, 그리스도가 계십니다. 그래서 밥상을 받을 때마다 두손모아 기도를 올립니다. “나도 이 밥 먹고 밥이 되어 누군가를 살리는 인생을 살게 해 주소서.”

세상의 빛 세빛교회 손태환 목사



세상의 빛
세빛교회
Sebit Church

“부르시는 하나님, 찾아가는 교회”

주일예배 : 주일 오후 2시, 주일학교 예배 : 오후 2시
424 Garretson Road, Bridgewater, NJ 08807 / Tel.908.229.2966 / www.sebitchurch.org

담임목사 : 손태환
교육전도사 : 조민호, 최진하

아직과 벌써

지금까지 살아온 당신의 삶가운데 가장 길었던 시간은 언제인가?
이 시간은 실제로 시간이 길었다기보다 시간에 상관없이 길게 느껴졌던
것을 묻는것이다.

내 인생에서 가장 길었던 시간이 언제냐고 물으면 나는 생각할 필요도
없이 군대복무기간이라고 말할수 있고 그 중에서도 훈련소에서의 시간
이라고 힘주어(?) 말할수 있다. 나에게는 그 시간이 수백년처럼 여겨졌
기때문이다. 이유를 굳이 말하라면 내가 그시간을 기억하기조차 싫기
때문이다. 사실 그 기간은 겨우 6주밖에 안되었지만 나를 포함해 그곳
을 경험해본 사람이라면 6주가 600년처럼 느껴졌을 것이다.

구약성경의 창세기에 보면 야곱이라는 인물이 등장한다. 야곱은 이삭의
쌍둥이 아들중 둘째아들이었다.형 에서의 장자만 받는 축복권을 가로채
아버지로부터 축복을 받은 야곱은 어머니의 권유로 외삼촌 라반의 집으
로 피신하게 된다. 거기서 라반의 둘째딸 라헬이라는 여인을 만나 사랑
에 빠지게 된다. 뒤는 놔위에 나는놈있다는 속담처럼 잘 속였던 야곱위
에 전문적으로 속이는 외삼촌 라반이 있었다. 라반은 두딸을 이용해 야
곱을 교묘하게 이용한다. 그래서 야곱은 라헬을 얻기위해 무려14년을
그 집에서 종처럼 일해야했다. 하지만 야곱은 거기서는 속이는 삶이 아
닌 진실함과 성실함으로 일하게 되는데 성경은 야곱이 그렇게 긴시간을
수일처럼 여겼더라고 기록하고 있다.

이런 기이한 시간계산법은 사람의 감정에 따라 완전히 다르게 나타날수
가 있다. 같은 시간안에 일해도 어떤사람은 지겨워하지만 어떤이는 아
쉬워하는 사람이 있다. 당연히 전자는 일하기 싫어서 시간을 때우다시
피 근무하는 자일거고, 후자는 그 반대로 전력을 다해서 그일을 주인정
신으로 감당한 사람일것이다. 생각의 차이일뿐인데 생산적인면에서는
이 두사람의 결과는 엄청난 차이를 보이게 된다. 한사람은 만년 말단직
원에 머물거나 명예퇴직을 당할 가능성이 짙지만 다른사람은 승진도하
고 인정도 받게 될것이다.

‘아직도?’ 와 ‘벌써?’ 가 주는 차이는 상당하다. 성도의 삶은 ‘
벌써?’ 의 정신으로 살수 있어야 한다.
야곱이 칠년을 마무리할때 이런말을 했을것같다. ‘벌써 칠년이 지났
어요?’ 이뿐이 아니다. 라반의 속임수로 다른 칠년을 또 봉사하게 되
는데 그때도 칠년을 ‘벌써?’ 의 정신으로 감당하였다. 이유는 한가지
다. 성경은 그 이유를 설명하기를 ‘야곱이 라헬을 연애한 까닭’ 이라
고 말하고 있다.

그가 라헬을 사랑했기 때문이다. 이것이 사랑의 힘이다. 하나님에게는
하루가 천년같고 천년이 하루같으시다. 그분의 자녀인 성도들은 아버
지 하나님의 시간계산법의 노하우를 습득할 필요가 있다. 어떤정신, 어
떤마음으로 자신의 삶을 사느냐는 것은 우리 인생을 허락하신 하나님께
아주 중요한 부분이다.

이세상은 하나님을 믿는 사람들에게 마치 스쳐지나가는 정거장과 같
은곳의 의미이다. 중요하지 않다는 말이 아니라 영원히 머무르는 곳이
아니라는 뜻이다. 그러나, 하나님은 우리가 이곳에서 ‘아직도, 아직

도?’ 하며 주신 시간들을 게으르고 나태하게 살기를 원하지 않으신다.
어떤 일을 하든지 야곱의 정신을 가지고 청지기의 삶을 살기를 원하신
다. 그런모습이 바로 하나님을 영화롭게 하는 삶이다.

신약성경에 나오는 비유가운데 모래위와 반석위에 집을 짓는자의 이야
기가 나온다.모래위에 집을짓는자와 반석위에 집을 짓는자 모두 시간
을 아주 중요하게 생각한 사람임은 틀림없다.
하지만 전자는 시간을 자기의 유익을 위해서만 활용하여 단시간내에
빨리 집을 완공하고 다른일을 하든지 쉬든지 하려고 한 사람인 반면 후
자는 하나의 집을 짓는일이지만 훗날 그곳에서 살 사람을 위해서 시간
이 오래 걸리더라도 최고로 안전하고 튼튼한 집을 짓는데 시간을 활용
한 차이점이 있다.

그리스도인들을 시간을 맡은 청지기라고 부른다. 자신에게 주어진 시
간을 때우다시피 하는 사람은 절대로 진실한 삶을 살지 못하는 자이다.
왜냐하면 주인되신 하나님을 속이는 자이기 때문이다. 야곱이 비록 형
과 아버지를 속이면서까지 빨리 첫째가 되고싶었던 ‘아직도?’ 의 사
람의 삶을 처음에는 살았지만 하나님을 만나고 자신을 사랑하는 사람
을 얻기위해서는 ‘벌써?’ 의 사람으로 변화된것을 기억하자. 교회가
세상에서 조롱을 당하는 이유는 교회에 다니는 사람들의 세상에서의
삶 때문인 경우가 많다고 생각한다.

자신이 만나고 거래하고 교제하는 사람들에게 자신은 ‘아직도’ 의
사람인지, 혹은 ‘벌써’ 의 모습인지 볼수있기를 소망한다.

뉴저지 건강한 교회 김형일 목사



누군가의 **생명**과
 풍성한 **삶**을 위하여

1+

www.chanyang.org



15 Cedar Grove Lane, Somerset, NJ 08873
 교회 732.805.4050 Fax 732.805.0403
 어린이청소년교회 www.cynamu.org

복음과 사랑을 전파하는 교회

에리자베스 한인교회
 The Korean Presbyterian Church of Elizabeth (A29)
www.ekpch.org

보라 내가 새 일을 행하리니
 이제 나타낼 것이다.
 (이사야 43:19)

담임목사: 소재신

교회 활동 목표

신령한 예배/철저한 교육/풍성한 교제
 열심있는 전도/정성어린봉사

T. 908-354-8488
F. 908-354-4748
 700 Bayway Ave., Elizabeth, NJ 07202



초대교회의 건강함을 담고싶은 가정같은 교회
 뉴저지 건강한 교회에 당신을 초대합니다

뉴저지 건강한 교회
New Jersey Healthy Church

대한예수교장로회 합동미주총회

예배안내 및 GTM (Giving Tree Mission)


주일예배: 1:00 PM (1부), 2:30 PM (2부)
 주일학교: 2:30 PM
 새벽예배: 월-금 6 AM
 금요찬양기도회: 매주 금요일 8:00 PM


매일예배: www.facebook.com search: 뉴저지건강한교회
 무료악기레슨(색소폰 & 플루트): 주일오후 5시
 (연습시간은 변경될수 있습니다)

담임목사: 김형일 James H Kim

2815 Woodbridge Ave. Edison, NJ 08817
 Tel. 646-821-3445 E-mail: njhc704@gmail.com

www.WelcomeToWorship.org

 **세계로 교회**



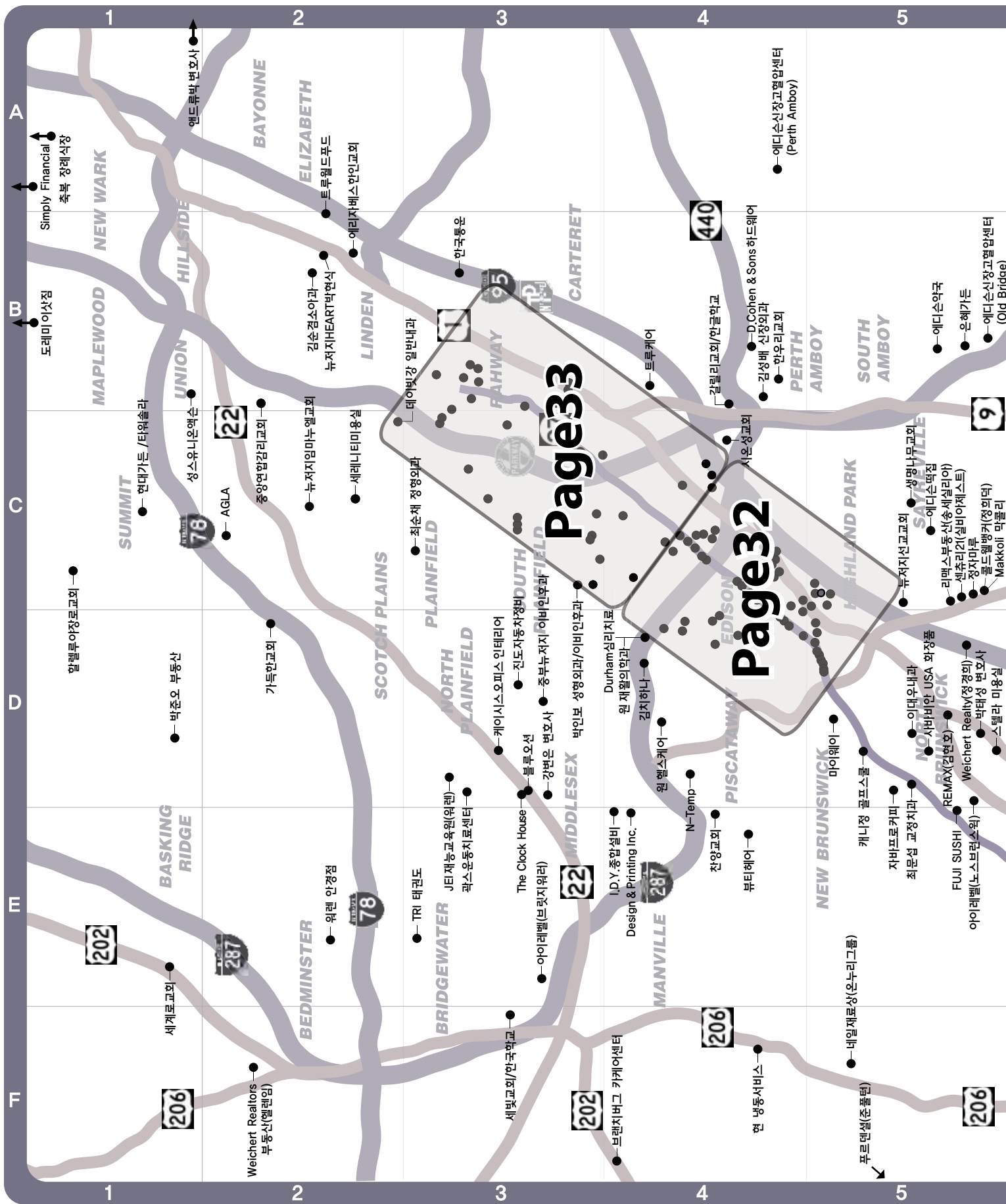
주일 및 새벽예배 안내

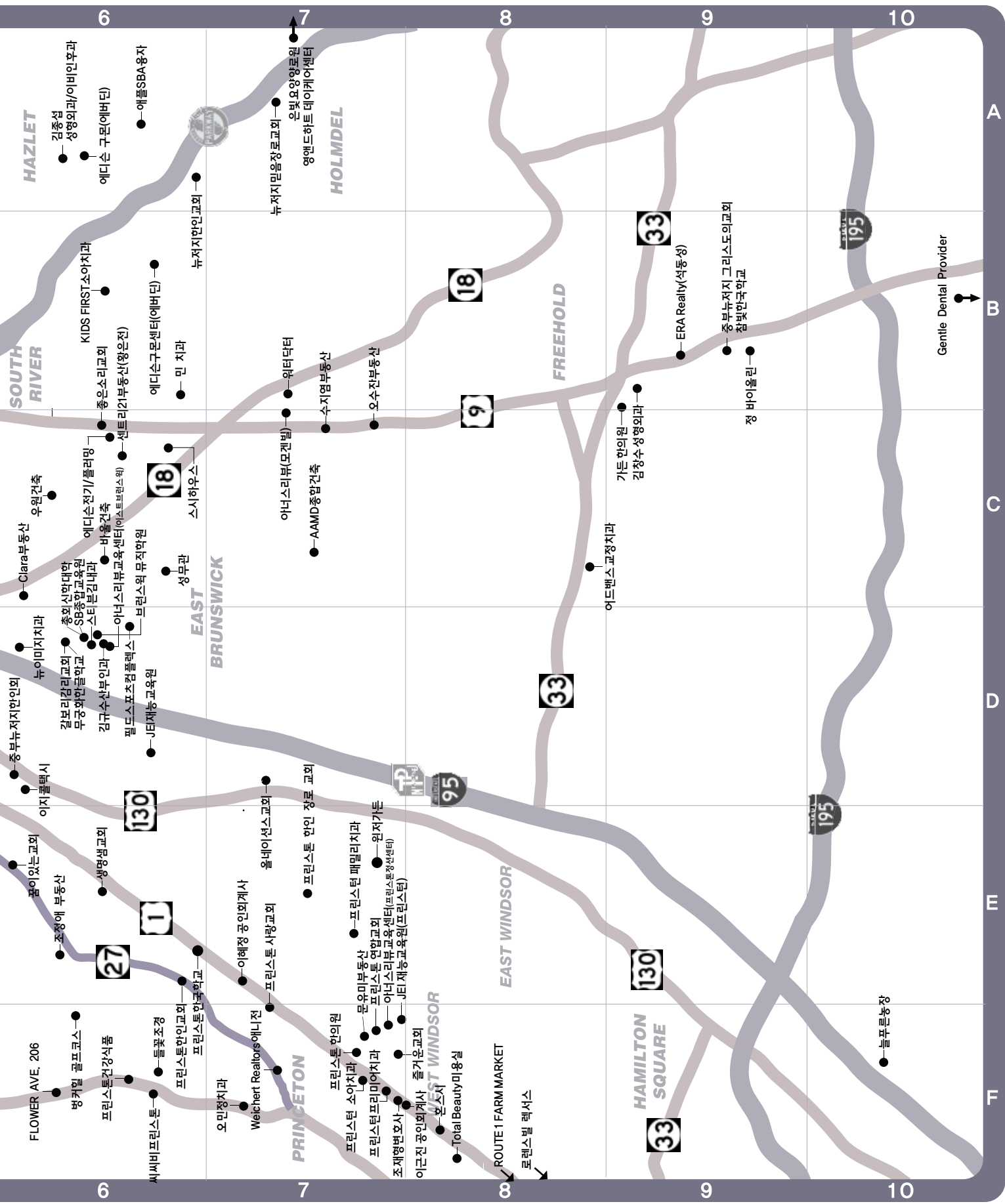
영어 예배: 10:00 am 스페니쉬 예배: 6:30 pm
 한국어 예배: 12:00 pm 새벽 예배 (월 - 금): 5:30 am

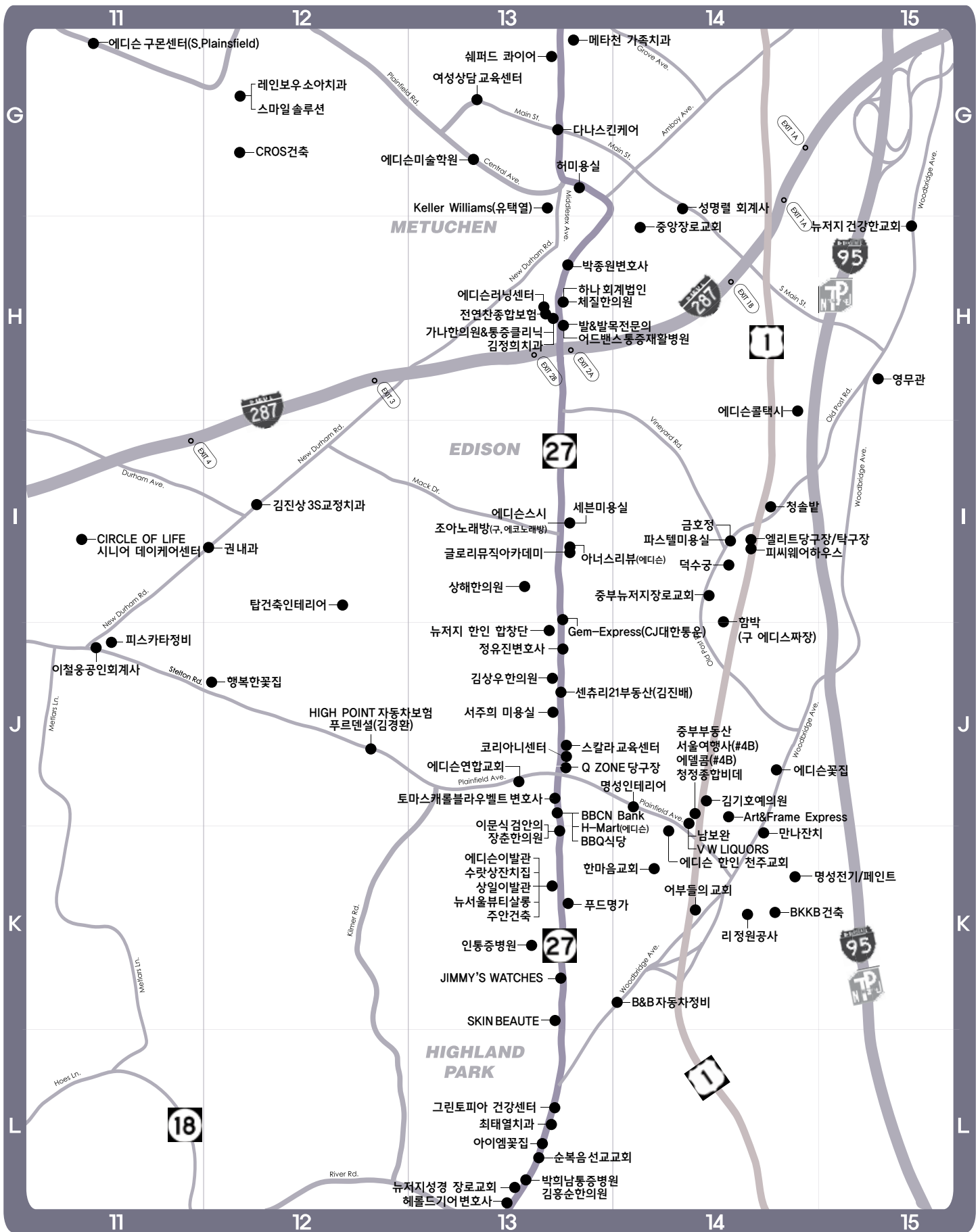
섬기는 이들

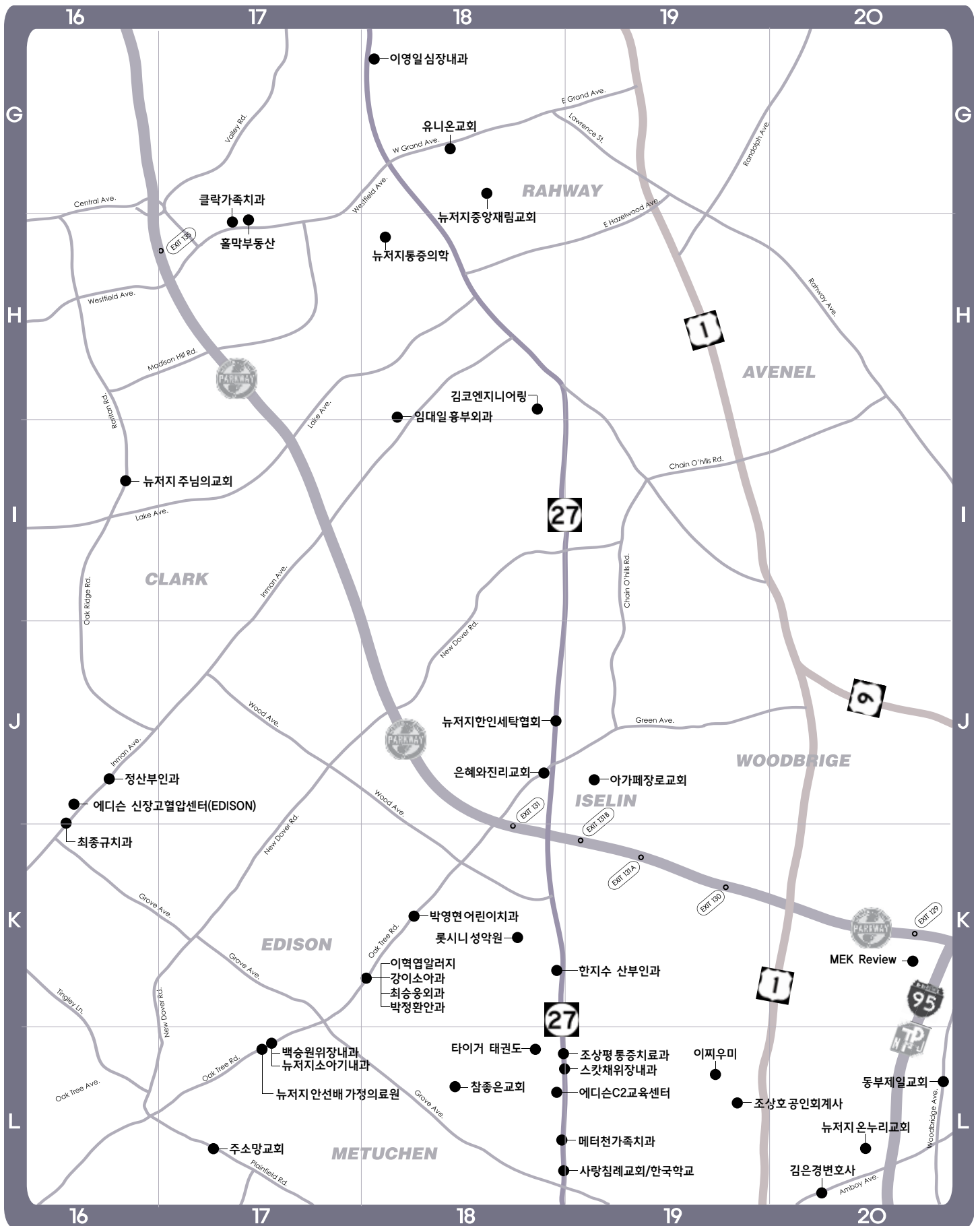
담임목사: 김대성 (Rev. Dr. Chester Kim)
 한국어 설교 협동목사: 이종안 (Rev. Dr Chong An Lee)
 한국어 협동목사/교육목사: 김의
 스페니쉬 협동목사: 실비오

교회 사무실: (908)766-2950 목사실: (908)229-6640
 US Route 202, 321 Mine Brook Road, Bernardsville, NJ 07924









중부 뉴저지 업소전화번호

가장 효과적인 중부 뉴저지 업소 광고! 오직 중부 뉴저지만을 위한 가이드!

중부뉴저지가이드는 뉴저지 중부지역의 모든 업소정보가
새롭게 업데이트되어 매월 각 가정으로 배달됩니다.

문의: 전화 732-469-4740 / 팩스 732-469-4741
이메일: cnjguide@gmail.com



가구					
케이시소오피스 인테리어	732-968-3236	D3	뉴저지 중앙재림 교회	732-259-7474	G18
건강			뉴저지 한인 교회	732-332-1101	A6
워터닥터	732-972-4510	B7	동부제일 교회	732-709-3114	L20
자바프로 커피	732-246-3232	D5	사랑침례 교회/한국학교	732-548-1898	L18
프린스톤 건강식품	609-279-1636	F6	생명나무 교회	908-420-9124	C5
건축관련			생명생 교회	732-239-5178	E6
김코엔지니어링	732-815-3242	H18	세계로 교회	908-766-9250	E1
들꽃조경	609-234-1838	F6	세빛교회/한국학교	908-229-2966	F2
리정원공사	732-688-4373	K14	순복음선교 교회	732-545-0101	L13
명성전기/ 페인트	732-777-1675	K14	시온성 교회	732-430-5217	C4
명성인테리어	732-331-4343	J14	아가페장로 교회	732-283-3551	J19
바울건축	732-539-4337	C6	어부들의 교회	732-887-5634	K14
에디슨 전기/플러밍	732-850-3654	C6	에리자베스한인 교회	732-248-7887	B2
우원건축	732-423-7393	C6	올네이션스 교회	609-395-7055	D7
주안건축	732-895-7854	K13	에디슨 한인 천주교회	732-572-0977	K14
탑건축인테리어	732-236-2903	I12	유니온 교회	732-396-0444	G18
현 냉동서비스	908-295-2264	F4	은혜와진리교회	732-439-6409	J18
AAMD 종합건축	732-964-9787	C7	좋은소리 교회	732-887-6878	C6
BKKB 건축	201-723-9573	K14	주소망 교회	732-205-0571	L17
CROS 건축	732-586-2563	G12	중부뉴저지그리스도의교회	732-695-2099	B9
I.D.Y.종합설비	201-755-8232	E4	중부뉴저지장로 교회	732-310-0022	I14
검도			중앙연합감리교회	908-272-1995	B2
영무관	732-662-7944	I15	중앙장로교회	732-882-3575	H14
성무관	201-387-2200	C6	즐거움 교회	609-734-0110	F7
공인 회계사			찬양 교회	732-805-4050	E4
성명렬 공인회계사	732-549-3400	H14	참좋은 교회	908-307-7979	L18
이근진 공인회계사	609-452-8282	F8	프린스톤사랑교회	609-945-2552	F7
이철웅 공인회계사	732-985-2232	J11	프린스톤연합 교회	609-799-3400	F7
이혜정 공인회계사	609-919-9207	E7	프린스톤한인교회	609-921-8895	E6
조상호 공인회계사	732-549-5168	L19	프린스톤한인장로교회	609-799-3400	E7
하나회계법인	732-603-8877	H13	한마음 교회	908-930-4299	K14
교회/천주교/한국학교			한우리 교회	732-952-3500	B4
가득한 교회	908-464-9760	D2	할렐루야장로 교회	908-461-7599	C1
갈릴리교회 / 한글학교	732-442-4442	B4	꽃집		
갈보리감리교회	732-613-4930	D6	아이엠 꽃집	732-354-3618	L13
꿈이있는 교회	732-485-1100	E6	현대가든 / 타워술러	973-728-4700	C1
뉴저지 건강한 교회	646-821-3445	H1	행복한 꽃집	908-764-2896	J12
뉴저지 믿음장로 교회	732-747-2991	A7	Flower Avenue 206	609-454-3671	F7
뉴저지 성경장로 교회	732-887-4920	L13	노래방		
뉴저지 선교 교회	732-220-9191	C5	조아 노래방	732-248-8445	I13
뉴저지 온누리 교회	732-661-9191	L20	농장		
뉴저지 임마누엘 교회	908-317-0691	C2	늘푸른 농장	609-259-0029	F10
뉴저지 주님의 교회	908-400-9768	I16	원저가든	609-922-1234	E7
당구장/탁구장			당구장/탁구장		
Q Zone 당구장	732-985-2110	J13	엘리트 당구장 / 탁구장	732-248-7887	I14
미용/이발					
7 미용실	732-287-5777	I13			
다나 스킨케어	732-906-8555	G13			
뷰티 헤어	732-302-1711	E4			
상일 이발관	732-572-9449	K13			
서주희미용실	732-205-0101	J13			
세레니티 미용실,스킨케어	908-654-5757	C2			
스텔라 미용실	732-422-4747	D5			
에디슨 이발관	732-777-9088	K13			
파스텔 미용실	732-650-0050	I14			
허 미용실	732-548-4823	G13			
Skin Beauty	732-626-5045	K13			
Total Beauty 미용실	201-543-3064	F8			
변호사					
강병은 변호사	908-757-7745	D3			
김은경 변호사	732-225-3510	L20			
박중원 변호사	201-585-0731	H13			
박태성 변호사	732-422-3660	D5			
앤드류박 변호사	212-239-3680	A1			
정유진 변호사	732-662-7923	J13			
조재형 변호사	609-642-4488	F7			
토마스캐롤블라우벨트 변호사	877-676-7729	J13			
헤롤드기어변호사	732-249-4600	L13			
병원					
강이 소아과	732-549-7007	K18			
김순겸 소아과	908-352-8383	B2			
김규수 산부인과	732-238-5400	D6			
정 산부인과	908-561-0022	J1			
한지수 산부인과	732-603-2122	K18			
권 내과	732-287-2273	I12			
김성배 신장내과	908-769-1440	B4			
뉴저지 소아기내과	732-744-9090	L17			
데이빗 강 일반내과	908-709-4114	C2			
백승원 위장 내과	732-744-9090	L17			
스티븐 김 내과	732-432-7400	D6			
스캇 채 위장내과	732-632-9777	L19			
이대우 내과	732-545-0202	D5			
이영일 심장 내과	732-574-0055	G18			
에디슨 신경과	908-757-6633	J16			
임대일 흉부내과	732-388-7999	I18			
김중성 성형외과 /이비인후과	732-727-1355	A6			
김창수 성형외과	732-780-0300	B9			
박인보 성형외과 /이비인후과	732-205-1311	C3			
최순채 정형외과	908-561-2122	C3			
중부뉴저지 이비인후과	732-205-1311	C13			
가든 한의원	732-668-2228	A6			
김상우 한의원	732-248-1980	J13			
김홍순 한의원	732-729-1075	C13			

가나 한의원	732-321-1909	H3
장춘 한의원	732-287-8881	J13
체질 한의원	732-548-2222	H13
상해 한의원	732-248-3700	I13
프린스톤한의원	732-754-0392	F7
김진상3S교정치과	732-287-1223	I12
김정희치과	732-548-2255	H13
뉴이미지치과	732-432-8388	D6
레인보우 소아치과	732-452-0100	G12
메터천 가족치과	732-549-2099	C18
민 치과	732-566-4200	B6
박영현 어린이 치과	732-906-2001	K18
박패밀리 치과	732-548-1218	G14
오민정치과	609-924-4421	F7
최문섭 교정치과	732-846-6262	D5
최종규 치과	908-754-9322	J16
최태열치과	732-572-2411	L13
클락가족치과	732-669-0800	H17
프린스톤 패밀리 치과	609-779-0500	E7
프린스톤 프리미엄 치과	609-936-0040	F7
프린스톤 소아치과	609-924-0404	

Advanced Center for Orthodontics	732-308-0022	C8
Gentle Dental Provider	646-703-2848	B10
KIDSFIRST 소아치과	732-970-8184	B6
팍스 운동치료센터	732-356-5507	D3
뉴저지 안선배 가정의료원	732-321-5100	L17
뉴저지 HEART 박현식	908-354-8900	B2
뉴저지 통증의학	732-372-0222	H18
박정환 안과	908-822-0070	K18
박희남 통증병원	732-342-7575	C13
발&발목 전문의(공석일)	732-635-0400	H13
스마일 솔루션	732-516-1999	G12
이문식 검안의	732-393-1210	J13
어드밴스 통증재활병원	732-516-1060	H13
에디슨 신장 고혈압센터		
• Perth Amboy	908-769-5206	A4
• Edison	908-769-1440	J16
Old Bridge	908-769-1410	B5
원 재활의학과	908-412-0900	C4
원 헬스케어	732-981-1111	D4
이혁엽 알러지과(에디슨)	732-767-0955	K18
인 통증병원	732-287-1990	K13
조상평 통증치료과	732-494-9111	L19
최승웅 외과	908-769-1020	K18
트루케어	908-769-1445(한)	B4
Durham 심리치료	908-412-0902	C4

보험		
전연찬 종합 보험	732-767-6601	H13
푸르덴셜(김경환)	732-491-4724	J12
푸르덴셜(준플턴)	908-874-3400	F5
High Point 자동차보험	732-491-4724	J12
AGLA(문옥주)	201-699-8970	1B

부동산		
REMAX(김현호)	908-227-1937	D5
REMAX(세실리아 송)	908-705-3506	C5
Keller Williams(유택열)	732-549-1998	G13
Weichert Realtors 애니전부동산	908-890-1789	F7
박준오 부동산	908-591-0094	D1
수지염부동산	732-462-4242	C7
센츄리21 부동산 (김진배)	732-682-5137	J13
센츄리21 부동산(황은진)	732-757-8803	C6
문유미 부동산	609-865-3644	F7
오수잔 부동산	732-536-3636	C7
ERA Realty (석동성)	732-939-7388	B9
조정애 부동산	732-343-2501	E6
중부 부동산	732-777-7979	J14
Weichert Realtors 부동산(헬렌임)	908-507-2428	F2
Weichert Realtors 부동산(정경희)	732-247-7800	D5
클드웰 뱅커(정희덕)	732-673-6322	C5
클라라 (Clara) 부동산	908-330-8134	C6
홀막부동산	908-232-0066	H17

선물 백화점		
헬로키티 (H-마트내)	201-599-6633	I14

시계		
Jimmy's Watches	732-985-6363	K13
The Clock House	732-968-1141	D3

식당		
김치하나	908-755-0777	D4
금호정	732-650-1588	I14
남보완	732-985-1333	J14
덕수궁	732-248-1775	I14
마이웨이	732-545-5757	D5
스시 하우스	732-607-0018	C6
에디슨 스시	732-650-0007	I13
함박 (구 에디슨 짜장)	732-572-0600	J14
이찌우미	732-906-2370	L19
정자마루	732-698-1113	C5
청솔밭	732-287-1234	I14
코너치킨,산수갑산(H-마트내)	732-985-4300	I14
혼스시	609-269-5800	F8
Makkoli (막콜리)	732-967-8900	C5
FuJI Sushi	732-246-8588	E5

식품/잔치집		
만나잔치	732-777-0008	K14
트루월드푸드	908-351-9090	B2
푸드명가	732-354-4217	K13
H마트(에디슨)	732-339-1530	I14
Route 1 Farm Market	609-771-4341	F8
수랏상 잔치집	732-287-6719	K13
에디슨떡집	732-238-1614	C5

안경점		
워렌 안경점	908-546-7000	E2

양로/요양원		
은혜가든	732-672-1684	B5
써클 오브 라이프	908-307-2437	I11
영 옛 하트 데이케어 센터	732-578-1888	A7
은빛 요양원	908-565-6990	A7

약국		
그린토피아 건강센터	732-640-2009	L13
에디슨약국	732-721-3600	B5

여행사		
서울여행사	732-339-0033	J14

예의원		
김기호 예의원	888-424-0404	J14

은행/모기지 융자		
BBCN 은행	732-839-0640	J13
Simply Financial	201-464-1001	A1
애플 SBA 융자	732-275-1992	A6

이삿짐/운송/관세사		
도레미이삿짐	201-937-4594	B1
Gem-Express	732-253-7300	J13
한국통운	908-862-2002	B3
한진택배(H-mart 내)	732-339-1212	J13

인쇄소		
Design & Printing, Inc	732-469-4740	D4

자동차 정비		
진도 자동차 정비	908-755-9292	D3
브랜치버그 카 케어센터	908-526-2420	F4
성스 유니온 엑스	908-687-6464	B1
피스카타 정비	732-393-1007	J11
B&B 자동차 정비	732-985-9500	K14

장례식장		
촉복 장례식장	205-602-1911	A1

제과점		
뚜레쥬르 (H-마트 내)	732-985-4588	I14

철물점		
D. Cohen & Sons 하드웨어	732-826-2359	B4

컴퓨터 판매/수리		
피씨 웨어하우스	732-287-0734	I14

콜택시		
에디슨콜 택시	732-448-9000	H14
이지콜 택시	732-485-1131	D6

학교/학원		
총회신학대학	732-688-0588	D6
글로벌뮤직아카데미	732-287-6677	I13
로시니 성악원	732-548-0561	K18
브런스워 뮤직학원	732-238-2828	D6
아너스리뷰 교육센터		
• 프린스톤 정선센터	609-799-1212	F7
• 이스트브런스워	732-254-3349	D6
• 모겐빌	732-851-4321	C7
• 에디슨	732-650-9292	I13
에디슨 구몬센터		
• 에버딘	732-290-2334	B6
• S. Plainfield	908-753-0111	G11
에디슨 미술학원	908-380-0984	G13
에디슨 C2 교육센터	732-516-9700	L19
에디슨 러닝센터	732-744-0630	H13
아이레벨(브릿지 워러)	908-396-2000	E3
아이레벨(노스브런스워)	732-594-1183	D5
씨씨비 프린스톤	609-924-1888	F6
스칼라 교육센터	732-777-1144	J13
정 바이올린	732-687-9206	B9
코리아니센터학원	732-692-8130	J13
JET 재능교육원(워렌)	908-791-1998	D3
JET 재능교육원(프린스톤)	609-897-1072	F7
JET 재능교육원(이스트브런스워)	732-688-0588	D6
SB 종합교육원	732-688-0588	D6
MEK Review	855-346-1410	K20

협회/센터		
뉴저지 한인 합창단	908-239-0366	J13
뉴저지한인세탁협회	732-283-5135	J1
여성상담교육센터	732-321-0808	G13
중부뉴저지한인회	732-485-2042	D6

스포츠		
캐니정골프스쿨	201-887-6876	D5
빙커힐 골프코스	908-359-6335	F6
FIELD SPORTS COMPLEX	732-651-7500	C6
TRI 태권도	908-704-9977	E3
타이거 태권도	732-906-9077	L18

기타		
Art& Frame Express	732-777-0887	J14
네일재료상 (온누리 그룹)	732-614-8019	F5
V W liquor(에디슨 리커)	732-572-5127	J14
백양 쌍방울(H-마트 내)	732-985-2623	I14
밀레오레(H-마트 내)	732-985-1946	I14
사바비안 USA 화장품	732-545-0021	D5
쉐퍼드라이어	917-330-8557	G13
아모레 (화장품, H-마트 내)	732-985-6200	I14
로렌스빌 렉서스	888-240-7526	F8
Zoa Plants	732-325-0359	D5
정관장 홍삼	732-339-1212	J13
N-TEMP	732-850-6133	E4

.....
 : 중부뉴저지 업소 전화번호는 :
 : 무료로 제공해 드리는 :
 : 페이지 입니다. :
 :
 : 업소정보 업데이트를 원하시면 :
 : 바로 연락주세요. :
 :
 : Tel:732.469.4740 :
 : Fax:732.469.4741 :
 : Email:cnjguide@gmail.com :
 :
 :.....

꿈을 잃은 어린이들에게
Compassion
 그리스도의 사랑을

컴패션(Compassion)은, '함께 고통을 나눈다' 는 의미이며, 1952년 미국인 에버렛 스완슨 목사에 의해 설립된 국제어린이양육기구입니다. 한국 컴패션은 첫 수혜국으로 1993년까지 41년 동안 10만명 이상의 한국어린이들이 도움 받았습니다.

한국전쟁당시 세계에서 두번째로 가난했던 나라, 이젠 세계 3위의 컴패션 후원국가가 되었습니다. 지금 2010년 현재로 수혜국 26개국에서 110만명의 어린이들이 후원을 받고 있습니다.



우리나라 홍보대사 신애라씨는 컴패션을 소개하는 자리마다 앞장서 컴패션을 통해 얼마나 많은 아이들이 기회를 가지고 꿈을 키워갈수 있는지 소개하며 더욱 많은 이들이 동참하도록 돕고 있습니다.



"Let the little children come to me, and do not hinder them, for the kingdom of God belongs to such as these."
 (Luke 18:16)

“어린이에게 **희망**을
선물해 주세요”

■ **SPONSOR A CHILD** FOR ONLY
\$38 PER MONTH

1:1 어린이 양육 프로그램

후원자가 어린이와 1:1 양육을 맺어 3세부터 고등학교 과정을 마칠 때까지 매달 \$38로 어린이를 후원하는 프로그램입니다. 어린이에게 종합적인 교육의 기회를 제공함으로써 이들이 하나님이 주신 특별한 재능을 발견하고 미래의 지도자로 성장 할 수 있도록 돕는 것이 목적입니다. 1:1 어린이 양육 프로그램은 어린이의 고른 발달을 위하여 신체적, 사회/정서적, 지적, 영적 4가지 분야로 나누어 진행하고 있습니다.

꿈을 잃은 어린이들에게
Compassion 후원신청
 그리스도의 사랑을

WWW.COMPASSION.COM / CALL(한국어):1-562-483-4300
 한국어 후원 사이트 WWW.COMPASSION.OR.KR

헤롤드기어 변호사

HAROLD J. GERR

Attorneys At Law



사고를 당하셨습니까?

오랜경험의 변호사들이 도와드리겠습니다.
영어가 불편하신 분들은 한국말로 도와드리겠습니다.

자동차 혹은 트럭사고 / 척추나 디스크에 관련된 사고 / 공사현장 사고
직장내 사고 / 뼈가 부러진 경우 / 범직로 희생양이 되신 사고
각종 상해 / 탈골인 경우 / 슈퍼마켓에서 떨어진 물건으로 인한 사고
미끄러지거나 넘어진 사고 / 사망 / 개한테 물린 사고 / 기계잘못으로 인한 사고

상담은 무료이며 이기지 않으면 변호사 비용은 받지 않습니다.
심각하게 다치신 분들은 집과 병원으로 찾아가겠습니다.
(역시 돈은 받지 않습니다.)

1-877-249-4600/732-249-4600 (한국어문의 Miss Park) ka@haroldgerlaw.com

47 RARITAN AVE. HIGHLAND PARK, NJ

산업재해보상 (Worker's Compensation)과 교통사고

뉴욕이나 뉴저지에서 교통사고를 당하고 그 사고로 인해서 치료를 받으시게 되면 아시다시피 본인의 자동차 보험에서 그 치료비가 나옵니다. 치료비를 지급하는 본인의 보험을 뉴욕에서는 No-Fault라고하고 뉴저지에서는 PIP (Personal Injury Protection)이라고 합니다. 용어만 다르지 그 방식은 똑같습니다. 본인의 자동차 보험에서 치료비를 일단 내고 그 지급된 치료비만큼 본인의 자동차 보험이 상대방 보험회사로부터 받는 방식입니다.

그런데 만약에 일을 하다가 교통사고를 당하면 치료비를 누가 부담하게 될까요? 교통사고 자체나 그로 인해 상대방으로 부터 부상에 대한 보상을 받는 방식은 일반 교통 사고와 똑같습니다. 그런데 한가지 차이는 치료비를 지급하는 보험회사가 다릅니다. 일을 하다가 교통사고를 당해서 다치시게 되면 사고 당시 자신이 근무하던 회사의 산업재해 보험 (산재보험)이 치료비를 지급합니다. 그런 이유로 치료비를 청구하는 과정에도 여러 모로 다른 점이 있습니다. 변호사들이 교통사고 클레임을 자동차 보험회사가 아니라 산재 보험과 셋 업을 합니다. 그래서 그 산재 보험에서 치료비가 나오고 또 산재 보험으로부터 사고로 인해서 일을 못하게 된 데 대한 수입 손실이나(Lost Wage)나 다른 가능한 혜택을 받을 수 있습니다. 산재 보험은 대체적으로 자동차 보험보다 치료비가 더 오랜 기간 지급되므로 환자들이 더 오랜 기간 치료받을 수 있습니다.

산재 보험의 나쁜 점은 사고 상해 케이스가 끝날 때에 lien이 걸릴 수도 있다는 점입니다. 산재보험에는 사고당, 혹은 일인당 지급할 수 있는 치료비에 한계가 있어서 그 이상의 치료비를 지급하게 될 경우에는 그

초과 치료비만큼을 사고 상해 케이스로부터 나오는 보상금에서 가져갈 수 있게 됩니다. 만약에 산재 보험이 오만불의의 치료비를 제공하는 것으로 환자의 회사와 계약이 되어있다면 오만불 이상 지급된 치료비에 lien이 걸려서 사고 상해 케이스가 종결된 후에 산재보험이 그 초과분에 대한 권리를 가지게 됩니다. 사고 상해 케이스를 종결할 때에도 산재 보험의 동의를 받아야 합니다. 하지만 치료비가 치료비 한계만큼 되지 않는다면 lien은 없고 사고 상해 케이스 종결 시에 산재 보험의 동의를 받을 필요도 없게 됩니다.

그리고 어떤 경우는 산업재해로 인해서 피해자가 일을 장기가 할 수 없게 되고 또 신체 장애가 발생하기도 합니다. 그런 경우에는 여러 종류의 보상들을 받을 수 있습니다. 산재 보험에 청구할 보상 종류가 많게 되면 저희가 산재 보상 전문 변호사와 같이 케이스를 다루기도 합니다.

정리하자면, 일반적인 교통사고는 자동차 보험회사에서 치료비와 임금 손실금을 지급합니다. 하지만 직장 업무를 하는 중에 사고가 나면 산재 보험이 치료비나 임금 손실금을 보상해 줍니다.

그 외에 다른 것은 일반 교통 사고와 다 똑같습니다. 근무 중에 발생한 사고를 저희가 맡게 되면 상해에 대한 보상을 상대방 자동차 보험회사에서 받을 수도 있고 자동차 수리비도 받을 수도 있습니다. 하지만 치료비는 산재 보험에서 지급하는 것이 일반사고와는 다릅니다. 위의 내용과 관련하여 문의 하실 사항이 있으시면 연락해 주십시오.

글쓴이 : 앤드류 박



한인사회와 함께하는 강력한 변호사 앤드류 박

교통사고 전문 · 최대 보상

같은 사고 !

다른 결과 !



24시간 무료 상담

917 · 392 · 1316

212.239.3680

변호사님이 Edison NJ에서
직접 무료 상담 합니다.

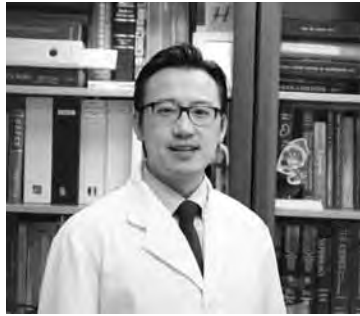
*앤드류 박 변호사는 한인 커뮤니티의 복지개선과 한인 1.5, 2세대의 성장을 위해 노력합니다.

www.andrewparkpc.com

Truecare 내과 클리닉 박준기 박사

"미국에서 피해받는 한인 없도록 최선 다할 것"

독일 뒤셀도르프 의대를 졸업하고 연구원으로 일하면서 미국 의사면허시험 USMLE step 1,2,3을 패스한 박준기 박사. 그는 환자에 대한 포괄적인 이해와 치료에 매력을 느껴 주치의가 되고 싶은 마음에 2007년 뉴욕 Albert Einstein College of Medicine에서 Internal Medicine Residency를 시작하게 되었다. 바쁜 일과 가운데에서도 봉사활동은 물론 미국에 진출한 한국 의사들을 위해서도 아낌없는 조언을 해주고 있는 박준기 박사를 만났다.



Q 독일에서 미국으로 진출하게 된 동기는

A 독일의 기초의학, 의료시스템, 의과대학 수준은 세계적으로 알아주지만, 내가 의대를 졸업할 때만해도 post-graduate training은 생각보다 체계적이지가 않았다. 예를 들어 내가 하고 싶었던 일반 내과 training이 최소한 6년이라는 훈련을 필요로 하는데(미국은 3년 소요된다) 그 이유는 주당 근무시간이 미국보다 제한되어 있는 것도 중요한 원인 중에 하나였다. 또한 다양한 일정기간이 요구되는 sub specialty나 중환자실 로테이션 자리가 바로바로 나오지 않아 기다려야 하는 일이 종종 있었다. 잠시 자리가 나는 다른 병원에서 sub specialty 훈련을 받아야 하는 'hospital hopping'의 번거로움도 있었다. 내가 도미한 이후 이런 부분들이 많이 개선되었고 지금은 독일도 미국의 residency training을 본받고 있다. 또 다른 동기가 있다면 미국에서 의사로서의 명망과 경제적인 처우 또한 많은 독일 의사들에게 전망의 대상이 되었기 때문에 미국행을 결심하게 되었다. 2000년대 초부터 독일에서는 의사들의 데모가 많이 일어났었다. 사회주의적인 독일이 실제로 최고의 복지국가 중에 하나며 무상교육의 나라지만, 의사들의 만족도는 그다지 높지 않았다. 13년 초중고 교육을 받고 6년의 의대 교육을 받고 나온 후 받은 봉급이 10학년을 마치고 청소년(청소년 비유를 들어서 죄송하지만)로 일하는 사람과 비슷한 봉급을 받으며 근무한다. 그 시기의 의사들은 미국이나 바로 옆에 있는 나라 스위스, 또는 스칸디나비아의 의사들과 비교 하면서 불만이 쌓이게 된다. 그래서 독일에서 의사들의 이동이 심했던 시기에 나도 미국행에 동참하게 되었다. 실제로 독일의 국고 후원으로 거의 무상의 교육을 받은 많은 독일 의사들이 스위스, 스칸디나비아, 영국, 미국, 호주 등으로 이민을 갔다. 그때부터 지금까지 독일은 의사가 부족해지기 시작했다. 이런 후유증 때문에 지금은 레지던트 보수도 많이 올랐으며 전문가가 되는 과정도 훨씬 효과적으로 변하고 있다. 그러나 아직도 많이 모자란 의사들을 동원하느라 동유럽에서 의사들이 독일로 많이 들어온다는 소식을 들었다.

Q 미국 진출 후 가장 보람을 느낀 것은

A 정말 다양한 민족들이 어울려 사는 뉴욕에서 훈련을 받아서 교과서에서만 보았던 여러가지 희귀한 케이스들을 접하게 되었다. 세계 각국의 다른 문화권에서 온 의사들과 함께 일하는 즐거움과 집중적인 트레이닝을 통한 전문의 교육과정을 받을 수 있었던 것도 보람이 있었다. 또한 한인들이 많이 살고 있어서 같은 한인으로써 도움이 되는 활동을 할 수 있었던 것도 큰 보람이었다.

Q 한국의 의사들이 미국에 진출할 때 당부하고 싶은 것은

A 미국사람들 사이에서 좋은 인상을 남기려면 자신감있는 언변이 가장 중요하다. 그 점에서 인터뷰 때나 레지던트로 근무할때 매칭이 붙으면 환자와 혹은 동료의사 사이에 의사소통이 잘 안되서 어려움을 겪는 분들을 간혹 봤다. 그래서 내 견해로는 미국 진출을 결심한 그 순간부터 최대한 많이 미국인이나 영어로 소통할 수 있는 외국인들을 만나서 영어에 대한 자신감을 얻는 것이 가장 시급한 일이 아닌가 생각한다. 직접적으로 만날 외국인 주위에 없다면 'ER'이나 'Grey's Anatomy' 같은 보다 실제에 가까운 미국 의료 드라마(개인적으로 독일에서 여러 번 반복해서 보면서 도움을 받았다)를 시청하는 것도 좋은 방법이라고 생각한다. 요즘 ABC 방송국에서 방영되는 'NY Med' 혹은 예전에 방영했던 'Boston Med' 라는 리얼리티 프로그램을 반복해서 보면서 미국 의료 영어를 접하고 발음을 흉내 내고 연습하는 것도 좋다. 먼저 언어에 불편이 없어야 다문화권 사람들과 상호작용을 하는 것이 가능하지 않겠다. 미국에 많은 한인들이 산다고 해서 한인들만 대상으로 환자를 보려는 마음보다는 다양한 민족들을 대하고 치료할 결심을 한 후에 진출하기를 바란다.

Q 한인 사회 봉사활동과 앞으로의 봉사 계획은

A 중부뉴저지 한인회 주최 의료 세미나에 강연자로 활동하고 있다. 최근 뉴저지에서 일하면서 경제적인 문제와 미국의 비싼 의료보험으로 인해 보험이 없는 한인들이 많이 있는 것을 알았다. 보험이 있어도 까다로운 절차를 밟아야 하기 때문에 제대로 치료를 받지 못하는 분들도 많이 있다. 얼마전 매달 꼬박꼬박 800달러의 가족보험료를 내고도 복잡한 pre-authorization 절차를 잘못 이해해서 갑상선 항진증 방사선 치료비로 만달러 이상의 전액을 부담했던 환자를 보고 분개했던 기억이 있다. 이처럼 불이익을 당하는 한인이 없도록 한인 의사들이 앞장서서 한인들을 옹호하는 사람이 되어야겠다는 책임감이 든다. 그런 맥락에서 무엇보다도 보험이 없는 한인들을 위해 저렴한 요금으로 진찰비와 검사비가 책정되어 있으며 당일 예약, 당일 혈액검사, 24시간 내 결과 분석 통보, 같은 장소에서 심장 내과, 소화기 내과, 종양 내과 등 subspecialty referral이 가능하게 운영하고 있다. 이외에도 보험가입, 보험절차, 요양원 입원, 한국 의료관광 등 환자가 궁금해 하는 사항을 무료로 상담해 준다. 그 외에는 교회와 한인 커뮤니티 센터 등에서 한인들을 위한 세미나를 개최하고 의료 상담을 하고 있다.

글쓴이 : 최현주

CIRCLE OF LIFE
ADULT DAY CENTERS

써클 오브 라이프

한 단계 높은 서비스로 어르신들의 삶의 질을 향상시켜 드립니다.



최신 시설 설비 완비
100% 메디케이드로 이용
한인전문 Adult Medical Day Care Center

T 908-307-2437 [한국어]

T 732-839-3333 [English]

Fax 732-839-3332

3000 Hadley Road, South Plainfield, NJ 07080



www.truecaredoctor.com

간편하고 부담없는 의료서비스를 제공하기 위해 탄생했습니다.

TRUECARE
Convenient Medical Clinic

에디슨 종합내과

Dr. 박준기 (메디컬 디렉터)

미국 일반내과/신장내과 전문의

피검사: 진료직후 검사가능

- 간기능, 신장기능, 당, 전해질검사(CMP)
- 빈혈, 백혈병, 골수질환검사(CBC)
- 전립선암검사(PSA)
- 콜레스테롤검사
- 심전도검사(EKG)
- 심장 초음파검사
- 신장 초음파검사
- 대상포진 백신
- B형간염 백신
- 폐렴 예방주사
- 직장/학교 신체검사



2012년 3월부터 한국인 심장전문주의
진료를 받으실수 있습니다.

소화기 내과 전문의 진료 시작 - 위,대장 내시경 검사

423 Amboy Ave., Woodbridge, NJ 07095

732-634-6188

미국속의 한국 어르신들

은혜가든요양원에서 일한 지 6년이되어가면서 많은 한국인 가족들을 만났고 전화상담을 해왔다. 요즘도 갑자기 쇠약해져가는 부모님을 걱정해서 요양원절차를 묻는전화를 많이 받는다. 또한 아내나 남편의 노환 때문에 늙고 병들면 어떻게 할까를 상담하시는 분들도 많이 있다.

미국의 노인들을 위한 의료시설에 대해 미리 알아두는 것이 필요하다. 한국과는 달리 온가족이 일해야 하는 미국에서 노인들은 혼자 집에 계시기 일쑤다. 미국에 사는 한국 노인들은 다른사람과 대화를 나눌 기회도 적고, 노년기에 사람들과 어울리지 않음으로써 치매나 우울증에 걸릴 확률이 높다.

사람들을 만나며 정신력을 계속 사용해야 하는데 그렇지 못한 경우가 많기 때문이다. 건강한 분들은 아이도 돌보고 집안일도하지만, 할아버지들이나 몸이 아픈분들은 가족들에게 힘든 짐이 되기 쉽다. 또 건강하다해도 딱히 갈 곳도 마땅치 않다. 플러싱이나 펠팩지역 외에는 노인들이 걸어서 갈 수 있는 경로당이나 한인 커뮤니티가 별로 없기 때문이다. 중부 뉴저지에도 하루 빨리 한국어른들을 위한 문화 공간, 모임의 장소가 마련되기를 바란다.

자녀들은 시간,차편,건강상의 이유로 그저 어른들이 미국생활을 참고 잘 적응해주길 바랄 뿐이다. 많은 자녀들이 우리 아버지는 고집 세고 평생 혼자 있는 걸 좋아하신다거나, 우리 어머니는 깔끔한 성격이라 남들과 잘 어울리길 싫어하신다고 한다. 실제로 한국 노인분들중에 성격장애로 보일 만큼 괴팍하거나 울화증이 있는 분들이 많다. 이런 부모님들이 어느날 집을 가출하거나 물을 한없이 틀어 놓거나 가족에게 욕을 할 때 어찌할 바를 모르고 당황해 하면서 우왕좌왕 하게 된다.많은 경우 정신적인 질병이 진행되어가고 있는 것을 모르고 노인들이 아픈 것이 당연한 듯 여긴 것은 아닌가 하는 생각을 한다.

많은 70대 이후의 노인들의 문의 전화 질문내용이 내가 늙고 병들어 점점 아픈데 갈 곳이 있느냐는 질문이다.대부분 자녀들과 사이가 좋지 않거나 자녀에게 피해를 주지않고 기관에 신세를 지려는 생각이신 것 같다. 또한 미국생활에 바쁜 자녀들이 여기저기 아프신 부모님을 돌볼 여력이 없어 위탁할 곳을 찾는 문의 전화다.그런데 양로원은 갈 곳 없는 노인이 기거하는 곳이 아니다. 또 조금 아픈분들이 빨리 도움을 받을 수 있도록 꾸며진 한국인을 위한 assistliving 개념의 메디 케이드 혜택으로 갈 수 있는 시설은 아직 없는 것 같다.

먼저 많은 분들이 오해하고 계시는 양로원에 대해서 알아보아야 한다. 흔히 들님싱홈을 양로원,요양원 으로 부르는데, 이곳은 노인분들이 사시는 곳이 맞지만 환자여야 입주가 가능하다.24시간 간호사가 상주하는 영어로 Sub-acute-rehab(물리치료단기요양)이나 Skilled nursing facility(장기요양)를 들님싱홈이라고 한다.대부분 메디케어파트 A로 병원 퇴원 후에 물리치료를 병행한 간호를 받는 단기 요양이 씬애크트리팩이다.보통 2주에서 3개월 까지 환자 상태에 따라 물리치료 후 집으로 퇴원하신다. 장기 요양은 병원이나 집에 계시다가 24시간 간호사가 돌보아야 할 상태가 되신분들이 입원하기에[적합한데 이것을 판단하는

곳은 메디케이드 기관이다.

대개 혼자 걷지 못하거나 화장실을 못 가는 경우, 스스로 먹지 못하고, 거동이 불편해서 혼자 옷을 못 입거나, 비상시에 911 전화를 할 수 없는 상태의 환자나 치매 환자인지를 판단해서 메디케이드가 PAS를 내준 사람이 자격조건이다.

'늙으면 죽어야지' 하는 어른들 말씀은 죽는 날까지 별탈 없이 살다가 조용히 하늘나라 가고 싶다는 염원이 깃들여 있는 것이다.그러나 요즘은 발달된 의료시설과 좋은 영양상태, 진보된 의약기술로 인해 100세를 사는 고령화 시대가 되었다. 그리고 생각처럼 그렇게 쉽게 돌아가시는 분은 흔치 않다.

80세 이후의 건강한 삶과 아프더라도 인간으로서의 품위를 지키며 남은 인생을 살 수 있도록 가족 모두가 부모님들을 자주 돌아보고 데이케어,홈케어,요양시설 등에 대해 잘 알아 두어야 한다.또한 부모님의 보험관계나, 재산, 은행관계 등에 대해 잘 알아두는 것이 필요 할 것 같다.



은혜가든디렉터 케시박
직통전화 732.672.1684

Office Hour by Appointment

www.edisonacupuncture.com

체질 한의원



- 통증, 체중조절, 불면증, 두통
- 갱년기 장애, 소화기 장애, 해독
- 면역력 증강, 한방미용

Board Licensed Acupuncturist in New Jersey and New York **원장 임영식**
Young s. Lim, L.A.C.

732.548.2222

173 Essex (Rt.27) Suit #102 Metuchen, NJ 08840

가나 한의원
Cana Acupuncture & Pain Clinic

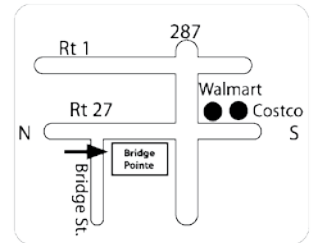
Tae-Young Choi, L.Ac.

한 의사 최태영

NJ Certified Acupuncturist

교통사고, 휴유증 전문치료

- 한방치료:
통증치료, 부인과 질환, 중풍
스트레스, 보약과 치료약
- 물리치료:
운동치료, 전기치료
Manual Therapy



T. 732-321-1909

12 Bridge St., Suite C-12 Metuchen, NJ 08840

“요양원, 고향집처럼 편안한 곳으로 오세요”

24시간 한인직원 상주, 한인 의료진, 한국음식, 한국TV, 한국오락



Kathy Park
(마케팅디렉터)
한국어직통전화:
732-672-1684

좋은이웃과 정성스런 도우미가 함께 하는 곳



은혜가든 양로원
요양원

중부NJ: 901 Ernston Rd. South Amboy, NJ 08879 (732)672-1684 (한국어)

- ♥ 뉴욕, 뉴저지 메디케이드
메디케어, 각종 보험
- ♥ 장/단기 요양및 병원 퇴원 후
물리치료 프로그램

두통 (Headache)

두통은 머리가 아픈 증상이며 누구나 일상생활에서 한번쯤은 경험하고, 그로 인해 두통약을 복용한 경험이 있는 흔한 증상입니다. 그렇게 흔한 증상이기에 또한 너무나도 많은 두통약들이 만들어져있고 쉽게 구할 수 있기 때문에 약을 드시고 그때가 지나시거나, 아니면 조금 참고 쉬면 나아지겠거니 하며 미뤄왔던 것이 오랜 지병이 되는 경우가 많습니다. 두통에는 많은 원인과 종류가 있기 때문에 정확한 원인 규명을 하는 것이 중요합니다. 두통을 일으키는 원인으로는 긴장성 두통, 편두통, 경추성 두통, 뇌종양, 뇌혈관 질환, 중이염, 축농증, 고혈압, 악관절 질환, 충치 등을 들 수 있습니다.

이들 중 가장 많이 일어나는 긴장성 두통(Tension Headache), 편두통(Migraine Headache), 그리고 경추성 두통에 대해서 알아보도록 하겠습니다.

긴장성 두통은 머리에 띠를 두른 듯한 형상으로 묵직하게 눌러는 느낌의 졸라 매는 듯한 통증과 동통(심장뛰는 것과 같은 느낌)이 머리의 앞쪽이나 옆쪽에 생기는 두통을 말합니다.

긴장성 두통을 촉발하는 현상으로는 스트레스, 좋지 않은 자세로 오랫동안 일을 하거나, 수면 부족, 식사를 건너뛰거나, 우울증, 그리고 두통 약의 오랜 복용 등을 들 수 있습니다.

긴장성 두통의 증상들을 살펴보면,

- 둔하고 누르는 듯한 통증
- 두피, 관자놀이, 목 뒤쪽의 통증
- 머리를 조이는 듯한 느낌
- 어깨나 목근육의 긴장
- 스트레스나 소음 등에 의해 발생하거나 악화됨 등을 들 수 있다.

카이로프랙틱적인 접근으로 보았을 때 많은 경우, 나쁜 자세에서 그 원인을 찾아 볼 수 있습니다. 요즘 컴퓨터를 사용하는 시간이 늘어남에 따라, 그리고 한 곳을 바라보고 있는 시간이 늘어나면서, 경추의 곡선 C자 커브가 없어지고, 심지어는 반대방향으로까지 커브가 바뀌는 이른바 거북목이 됩니다. 이런 현상이 일어나면, 목뒤의 근육 중에서 머리를 뒤쪽으로 당겨주는 근육인 삼각근이 항상 늘어나 있는 형국이 됩니다. 이로 인해 삼각근이 뭉치고 그로 인해 뒷목과 어깨 근육이 굳어지는 현상과 함께 긴장성 두통이 유발됩니다. 이렇게 긴장성 두통이 잘못된 자세로 인해 생기는 경우에는 자세 교정을 통해서 아주 좋은 치료 효과를 볼 수 있습니다.

편두통은 가장 대표적인 혈관성 두통입니다. 대표적인 증상으로는 호흡과 같이 하여 머리가 쿵쿵 울리고, 소리와 빛에 민감해 지며, 빛무리가 보여 잠시 시각장애가 일어나는 현상들을 들 수 있습니다.

일상생활에서 편두통을 악화시키는 요인으로는 특정 식품, 알코올, 커피, 향료, 치즈 등을 들 수 있으며, 이들중 자신의 편두통을 유발하는 것이 있다면 삼가하는 것이 좋습니다.

경추성 두통

경추성 두통은 머리에서 통증을 느끼지만 그 통증의 근원이 경추부분에 있는 것을 말합니다. 이 두통의 원인은 목 주변 구조의 손상에 있다고 볼 수 있습니다. 목 주변 구조들, 특히 디스크와 인대가 손상되어 경추 신경에 압박을 가하게 되면 이 통증 신호가 뇌에 신경을 전달하는 삼차 신경과 섞이게 되어 두통을 유발하기도 합니다. 경추신경 주위로 경동맥이 지나갑니다. 경동맥은 두뇌에 혈액을 공급하는 주혈관중의 하나로 경추신경에 의해 조절이 되는데 경추신경에 영향이 있을 때 제대로 수축되거나 팽창되지 않아서 뇌에 혈액공급이 원활하게 이루어지지 않아서 두통을 유발하게 됩니다. 경추성 두통은 목주변의 외상에서 오는데, 자동차 사고나 운동 중의 부상이 대표적인 원인입니다.

경추성 두통의 증상으로는 머리 앞쪽이나 옆, 눈 뒤나 눈 주변, 머리 뒤쪽의 무겁고 찌시는 듯한 통증, 목 통증, 목 운동 장애 등을 들 수 있습니다.

두통이 발생하는 원인을 초기에 규명할 수 있다면 알맞은 치료를 통해 만성 두통을 예방하고 또 장기적인 두통약 남용을 예방할 수 있습니다.

박희남 / 카이로 프랙틱 척추신경 전문의
(732) 342-7575

척추신경전문



Park
Chiropractic
& Posture

Dr. Hee Nam Park D.C

박희남
통증병원

- 교통사고 및 직장상해
- 척추교정 및 자세교정
- 허리 및 디스크 전문
- 어깨, 손목, 무릎, 발목, 통증 및 저림
- 두통 및 불면증
- 거북목 증후군



Fax: 732.342.7355 **Office: 732.342.7575**

85 Raritan Ave. (Rt. 27) Suite 430, Highland Park, NJ 08904

소아 모세 기관지염

문 : 24개월 된 남자아이 모세기관지염으로 고통 겪어

"저희 아이는 24개월 된 남자아이 인데 감기에 자주 걸리고 그 때마다 기침가래로 고생을 합니다. 경우에 따라서는 가래소리가 드르릉드르릉 혹은 썩썩거리기도 합니다. 이런 경우 병원에 가면 모세기관지염이라 하기도 하고 소화전식의 위험이 있다고 하는 데 한방적 원인 및 치료법을 알고 싶습니다."

답 : 1~6세 어린이여서 다발 면역기능 저하된 탓.

먼저 호흡기의 구조에 대해 이해하는 것이 질병예후 판단에 도움이 될 듯 합니다. 호흡기는 구강을 거쳐 목으로 들어가면 편도가 있고 그 다음에 인후, 후두, 기관지, 모세기관, 폐포순으로 되어 있습니다. 모세기관지는 상기순서 중에서 기관지와 폐포 사이에 있는 가는 기관지로서 세 기관지와 폐포사이에 있는 가는 기관지로서 세(細)기관지라고도 합니다. 이곳에 가래가 끼어서 염증이 생긴 상태를 모세기관지염 이라고 합니다.

이 모세기관지염은 1세에서 6세의 아이들에게서 감기가 오래될 경우에 흔히 볼 수 있습니다.

일반적으로 기침(씻소리나 연속성 기침), 가래(그르릉대거나 썩썩거리며 휘익휘익하는 가래소리)가 주 증상이고 심하면 호흡곤란까지도 옵니다. 의사에 따라서 1년에 4~6회 이상의 모세기관지염이 반복, 재발하는 것을 소화전식이라 진단하기도 합니다. 이는 면역능력에도 관계하는 것으로 면역기능이 저하된 소아들에게 많이 발생하고, 한두 번의 병력이 있는 아이들에게서는 가벼운 감기에도 2~3일 사이에 바로 이 증세가 오기도 합니다. (일반적으로 감기가 오래 되어서 7~10일에 나타나는 증상임)

합병증으로 크기는 폐렴을 동반하기도 하고, 비강 및 중이의 염증을 일으켜 비염, 축농증, 중이염 등의 발병 가능성이 높습니다. 한방에서는 이를 효천(哮喘)이라 하고 문헌상에는 수계명(水鷄鳴), 수해(水咳), 담수(痰嗽), 담천(痰喘)이라고 말하였는데 이는 가래소리에 중심을 두어서 설명한 병명인 듯 합니다.

이의 원인은 폐(肺)의 기(氣)가 약하거나, 수음(水飮)이나 담음(痰飮:기도내 이상 분비물)의 과잉축적으로 인하거나, 감기의 침입이 오래되거나 하여 발생한다고 하였습니다.


치료는 일반적으로 담음(기도내의 이상 분비물)을 제거하는 소청룡탕(小青龍湯) 혹은 해표이진탕(解表二陣湯) 을 사용합니다.

증상이 열상(熱象: 얼굴이 벌개지고 갈증을 느끼며 맥도 빠른 경우, 즉 하나의 증을 이룬 상태)을 나타내면 인동음(忍冬飮) 계통을 사용하고 가래가 적고 기침이 발작적으로 반복해서 나타날 때에는 맥문동탕(麥門冬湯)계통을 사용하며, 증상에 따라서나 체질에 따라서 적절한 약을 넣거나 빼야 합니다. 일차로 주증상이 소실되면 폐나 기관지를 보호하는 금수육군전(金水六君煎)이나 육미지황환(肉味地黃丸)계통의 약을 사용하여 호흡기 계통을 튼튼히 합니다. 그렇게 해야 반복 재발을 막고 치료기간도 단축할 수 있습니다. 모세기관지염 잦은 감기 원인 담음 제거하는 소청룡탕 써 이는 평소의 감기에 대한 저항력 증가가 중요한데, 이를 위해서는 실내 환기를 자주 시켜주고 호흡기 질환(감기, 비염, 편도선염, 인후염 등)에 감염되면 빨리 치료하여서 병의 진행을 막고, 평소에는 전신을 건강케 하는 운동을 하여서 저항력을 길러 주어야 합니다.

기침, 가래에 효과가 있는 가정에서 간단히 할 수 있는 방법을 소개하면 다음과 같습니다.


이붕고(崩膏) 라고 하는 요법인데, 배를 가로로 잘라서 그 속(흰 부분)을 파냅니다. 이곳에 꿀 한 수저, 은행 7~8개, 패모(貝母:한의원이나 건재약국에서 구입, 한약재의 일종으로 진해거담의 효과가 있음) 6~8g을 넣고 뚜껑을 닫습니다. 그 후 이를 솥에 넣고 찌거나 삶아서 배와 함께 그 즙을 짜서 하루에 3~4번씩 그 즙을 복용합니다. 심한 증세에는 전문의와 상의하시고 가벼운 증세나 회복기에는 참고하시기 바랍니다.

김홍순 한의원
732-729-1075



경희 김홍순 한의원

교통사고보험 각종의료보험 여행자보험



경희대학교 한의학과 졸업
경희대학교 한의학과 대학원(석사/박사)졸업
전 경희대학교 한의학과 외래교수
전 경북대학교 간호학과 외래교수
뉴저지, 뉴욕 한의사 면허
(20년 진료-10만 케이스 이상 진료 경험)

**“한국 최고 한약 브랜드인 옴니허브,
최상품의 청정 한약재를 사용합니다.”**

에디슨 오피스
85 Raritan Ave. (Rt.27)
Suite 430
Highland Park, NJ 08904
732-729-1075

포트리 오피스
1063 Palisade Ave.
Fort Lee, NJ 07024
201-224-3000

은빛 요양원

"따뜻하게 손을 잡아 드릴 뿐이에요"

은빛 요양원 박헌자목사

인생의 끝자락, 위로가 필요한 마음에 따뜻한 손길을 나누며 호스피스 병동 사역을 해왔던 박헌자(69세)목사가 은빛 요양원의 운영진으로 합류하면서 요양원에 사는 노인 식구들의 평안을 담당하고 있다. 은빛 요양원은 이전의 주소망요양원에서 지난 3월 운영진이 바뀌며 새롭게 출발했다. 바닷가 근처의 맑은 공기를 자랑하며 주요 고속도로와의 접근이 쉬운 이튼타운에 자리 잡았으며 모든 직원들은 가족 같은 심정으로 노인 식구들을 보살핀다.



은빛 요양원 운영에 자원 봉사하고 있는 박헌자목사. 요양원 복도까지 들리는 박목사의 웃음소리가 밝고 시원하다.

새벽 예배를 마치고 이른 아침 요양원에 출근해 밤새 노인들의 안녕을 살피며 밝은 인사로 하루를 시작하는 박헌자목사는 "노환으로 심신이 자유롭지 못한 노인이 자신의 가정에서 가족의 보살핌을 받는 것이 가장 좋겠지만 마지막 선택으로 편안한 환경과 전문 의료진, 가족을 대신하는 마음으로 돌보는 직원 등을 갖추고 있는 요양원에 입주하는 것도 바람직하다고 생각한다"며 그러나 "대부분의 자식들은 손주가 있는 나이에 자신도 노화가 진행되고 있으면서 부모를 모시지 못하는 상황에 대해 죄책감을 가지고 있다"고 한다.

요양원에 입주해 있는 어머니를 방문한 하경숙(73세, 톤톤포어 거주)씨는 요양원에 어머니를 모신 것에 대해 "항상 양심에 가책이 있어 집에서도 바쁠 때는 내가 이렇게 바빠도 되나 싶고 시간 여유가 있을 때는 이 시간에 어머니를 모셔야 되는 거 아닌가 싶은 생각이 든다"며 "요양원이 집에서 가까워 자주 올 수 있고 목사님과 직원들이 밝은 얼굴로 어머니를 돌봐주셔서 안심이 된다"고 했다. 입주해 있는 노인들은 실제로 요양원 직원들을 딸이나 며느리로 착각하는 경우가 많다고 한다.

박목사는 노인들을 돌보는 것은 "잘 잡숫고 적당한 운동을 하도록 도우며 걱정없이 지낼 수 있도록 하는 것이 기본이다"며 "외롭거나 우울하지 않게 살다가 하나님이 부르시는 순간을 편안하게 맞이할 수 있도록 도와드리고 싶다"고 했다. 자신이 하는 일은 큰일이 아니며 "노인들의 애기에 동감해 주고 손을 잡아 드리는 것 뿐이다"라고 한다.

은빛 요양원은 이튼타운에 있는 게이트웨이 요양원 건물의 일부를 분리해 사용하고 있다. 24시간 한인 직원들이 근무해 한국 음식을 제공하며 한국 방송을 시청할 수 있고 한국 문화에 맞게 짜여진 프로그램으로 옛날의 기억으로 돌아가는 노인들이 편안하게 생활할 수 있도록 돕는다. 입주 자격으로는 메디케어나 메디케이드가 필요하며 최대 30명의 입주자를 위한 시설이 마련되어 있다. 현재 10여명의 입주자들이 생활하고 있다.



박헌자 목사는 연세대학교에서 간호학을 전공하고 1970년에 미국으로 이주해 왔다. 이민생활 처음 10년동안은 간호사로 병원에 근무하다 가족의류사업가로 직업을 변경해 이후 10년 동안 성공적인 여성 사업가로 살았다. 그러나 60세가 넘은 나이에 신학 공부를 시작해 여성 목회자로서 다시 한번 변신해 새로운 인생을 살고 있다. 박헌자 목사는 신앙이 있는 사람과 없는 사람이 보여주는 삶의 마지막 모습에는 많은 차이가 있음을 느낀다고 한다. 사람들이 삶을 풍요롭게 살기를 바라며 죽음은 누구에게나 공평하게 다가오는 것인 만큼 더 많은 사람들이 자연스럽게 하나님 품으로 돌아갈 수 있도록 돕기를 원한다. 박헌자 목사는 에디슨 JFK 메디컬 센터 호스피스 병동 사역과 함께 요양원 주일예배를 주관해 오다 새롭게 단장한 은빛 요양원의 운영에 보수없이 자원봉사를 하고 있다.

글쓴이 : 최현주

“사람을 소중히 여기는 마음, 바로 인의 마음입니다.”

인 통증병원

메디케어 • 교통사고 • 물리치료 • 한방치료 • 통증치료 • 마사지 치료

뉴저지(에디슨) : 732-287-1990
1581 Route 27 Unit 3,
Edison, NJ 08817

북부 뉴저지 : 201-894-5451
464 Hudson Terrace, #204
Englewood Cliffs, NJ 07632

뉴욕 : 718-317-9801
3453 Richmond Ave.,
Staten Island, NY 10312

“중부 뉴저지 한인들을 위한 최고의 생활안내지”

‘중부뉴저지가이드’는 뉴저지 중부지역의 모든 업소 연락처가 새롭게 업데이트되어 매월 각 가정마다 배달됩니다.

아직 못 받으셨다구요?
www.cnjguide.com 으로
주소를 남겨주세요!
다음 달 부터 우편으로 받아 보실 수 있습니다.

문의전화: 732-469-4740 / 팩스: 732-469-4741
이메일: cnjguide@gmail.com



은빛요양원

뉴저지의 유명한 Long Branch 바닷가와 가까운 은빛 요양원은 시원한 바다 바람과 함께 깨끗한 시설로 여러분을 모십니다.

- ▶ 한인간호사 ▶ 한국방송
- ▶ 전문재활치료 ▶ 장·단기 치료
- ▶ 한식제공

Gateway Care Center

139 Grant Ave., Eatontown, NJ 07724
908-565-6990 or 732-939-1677



영혼의 Well-being : 노래

몇 편의 짧은 글 들을 통해서 노래 하는 법의 기본 골격이라 할수 있는 “호흡과 소리의 연결” (Breath) 문제와 “소리를 어디로 통해 내보내야 하는가?” 하는 (Position) 문제에 대해서 생각해 본 적이 있었다 호흡법을 따로 띄어 놓고 호흡의 양 만을 늘리기 위한 연습이나 올바른 호흡에 연결 되어 있지 못한 무리한 발성 연습은 우리나라의 속담 처럼 십중 팔구 “심리도 못 가서 발병 난다” 는 사실을 말씀 드린다. 자 이제, 성악가들이 우스개처럼 얘기하는, 한편으론 역설처럼 들리기도하는 몇 마디 말 들을 소개하며 노래에 도움이 되는 힌트(key)를 찾아 보기로 하자.

- 벨칸토 시대의 한 Maestro(대가)
1) "성악은 원래 하나님께서 우리에게 주셨던 어린 아기적 고유의 음성 (Natural Sound)를 찾아가는 과정이다".



- 불세출의 테너 (루치아노 파바로티)
2) " 노래 할때에 있어 가장 좋은 몸의 상태는 노래에 필요한 근육들만 쓰이고 다른 부분들은 쉬고 있을 때이다.

3) "High Note(고음)을 내려거든 그 고음 만큼 숨의 위치도 낮아져야 한다"

- 이 시대의 마지막 벨칸토라 일컬어 지는 테너 (알프레도 크라우스)
4) 가장 조그만 "I "모음이 다른 큰 모음들 보다 가장 큰 파장과 정확한 공명을 갖는다.

참으로 멋지지 않은가!
위의 몇 안되는 명제들은 수백년 간 흘러 내려왔던 이상적인 발성법 Bel Canto (벨칸토)의 주된 화두들에 대한 명확한 대답을 제시 한다.

먼저 1,2 번에 대한 부연 설명을 들어 보시라...
갓 난 아기의 울음은 하루종일 울고 울어도 지칠줄을 모르고 멀리까지 아주 잘 들리며 호흡공장이라고 할수있는 횡경막이 좌우 위 아래로 계속해서 운동을 하고 있다. 게다가 놀랍게도 아기의 목소리는 쉬거나 변색이 거의 일어나지 않으니 이 일을 도대체 어떻게 설명 할 수 있단 말인가. 정확히 공명된 소리와 숨 테크닉의 연결이 이루어지고 있는 것이다. 하나님께서 주신 이 최고의 발성 상태를 우리는 어른이 되어가면서 서서히 잃어 버렸다. 노래를 할때면 좋은 소리를 만들어 내는데 필요치 않은, 아니 방해하는 근육들 조차도 많이 사용 하게됐다는 뜻이다.

3번과 4번은 다소 난해하여 공부를 해왔던 분들만이 이해할 수 있는 문제이기도 하지만 일반적으로 독자 분들도 "배로 노래 한다," "고음을 내려면 더 배에 힘을 주어야지" 하는 얘기들을 들어 오셨으리라.

아이들이 가지고 노는 요요를 생각해 보자. 가장 아래쪽까지 내려간 요요의 반동력이 가장 높이 올라 오듯이 숨의 위치와 소리의 높낮이는 항상 반 비례의 그래프를 가진다는 말이다. 또 "i "모음은 그 유명한 이태리 발성법 벨칸토의 큰 줄기인 Maschera법의 Key word이다 사실 쉽지않은 않은 것이 노래를 부르는 법(발성법)이다. 오랜 성악 공부와 작고 큰 연주를 계속 해왔던 필자 조차도 매번의 무대는 즐겁지만 긴장의 끈을 놓을 수 없는 매우 스티븐 넘치는 곳이며 계속해서 연구해야하는 도전의 장이기 때문이다.

찬양과 가곡, 노래 부르기가 취미를 넘어서 특기가 되어 각 찬양대나 합창단에서 Solist로 활동하고 있는 장년 아마추어 성악인이나 Pre Music School 과 우수 음악대학 입학, 국제 성악 콩쿨 1등 입상 그리고 State Choir 와 National Choir에 합격한 대다수 인들이 사실 위의 이태리 발성법에 대한 학습의 결과였음을 말씀드리며 부족하지만, 이 글을 통해 노래를 사랑하는 각 독자들에게 도움이 되었기를 바라는 마음 간절하다.



*** 초대 합니다 ***

롯데시 성악원 제 11회 정기 연주회

시간 : 2012년 11월 24일 7시 30분

장소 : 사랑 침례 교회 본당

(225 Middlesex Ave. Metuchen NJ 08840)

롯데시 성악원 (Tenor 서 강석, Soprano 서 현철)

Tel) 732-548-0561

732-718-8992

스페니쉬 인력이 필요하세요? 일 자리를 구하세요?

원하시는 직종에 꼭 맞게 소개해 드립니다

- 수퍼마켓 ● 네일 ● 가정부 ● 식당
- 미용 ● 청과 ● 잔치집 ● 청소 ●



821 Hamilton Street, Suite #12
Somerset, NJ 08873
Tel: 732-850-6133

벙커힐 골프 코스

겨울 시즌가 (2012-2013)

주중: Walking \$15.00 Riding \$30.00
주말: Walking \$25.00 Riding \$35.00

주말 오후 12시 이후: Walking \$15.00

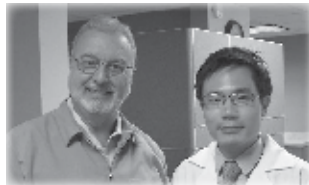
쿠폰을 꼭 지참해야 합니다 | 다른 쿠폰과 중복사용 불가

220 Bunker Hill Rd | 908.359.6335
Princeton NJ 08540 | www.distinctgolf.com



GENTLE DENTAL PROVIDERS

24/7 치과 의사 상담 가능
Evening & Weekend 예약 가능



www.gentledentalproviders.com

1044 Lacey Rd, Forked River, NJ 08731
Garden State Parkway exit 74 에 위치
Tel. 646-703-2848

CJ대한통운 에디슨 영업점

GEM-Express



고객님들의 소중한 물건을
가장 저렴하고 안전하고 빠르게 운반, 보관, 배송해드립니다.

- 국제택배(한국, 중국, 일본)
- 미국내 중장거리 이사
- 귀국이사(해운, 항공)
- 유학생 귀국 이사 특별할인
- 로컬이사(가정, 사무실)

* 무료견적, 무료픽업, 무료 박스제공 *

Office: 732-253-7300 Cell: 908-202-4525

1939 Lincoln Hwy(Rt.27) Edison, NJ 08817 (에디슨한아름에서 북쪽으로 2분)

ROSSINI VOCAL MUSIC ACADEMY

로시니 성악원

Soprano 서연철 Tenor 서강석

뉴저지 유일의 전문 성악원

- 일반 대학 진학에 필요한 Music Activity.
- 전공자 (Pre College, Music School)
- 찬양, 가곡, 뮤지컬, 팝페라외 일반곡
- 로시니 정기 음악회 개최
- 이태리에서 활동하던 성악가 부부가 찬양과 노래하는 테크닉을 진지하게 가르쳐 드립니다.

5 Monmouth Ave. Edison NJ 08820 T:732.548.0561
E-mail:gangsuk@gmail.com T:732.718.8992

yania

YOU ARE NOT ALONE

"하나님 보시기에 깨끗하고 흠이 없는 경건은,
고난을 겪고 있는 고아들과 과부를 돌보아주는 것이라"
(야고보서 1:27)

www.yanaminsty.org

고아사역 후원문의 : 황주목사 609-356-4047
joo@yanaminsty.org



도서대여 사이트

"좋아하는 책 실컷 읽고 새 책으로 바꿔보는 재미가 쏠쏠" 미국내 유일한 한국도서 사이트 '북하나닷컴'

독서를 취미생활로 즐기는 한인들이 이민생활 중에 느끼는 한국 책에 대한 그리움은 간절하다. 영어를 익히기 위해서 영어책을 읽어야 한다는 필요성을 느끼기도 하지만 책으로 전해지는 한국의 정서가 그림과 속도를 빨리 할 수 없는 영어로 쓰여진 책을 통해서 독서에 대한 갈증을 풀기가 어렵다. 한국 방문 길에 어렵게 구해 온 몇권의 책은 책을 읽는 동안의 감미로운 감상과는 달리 읽고 난 후에는 종이의 무게만 버겁게 남는 경우가 허다하다. 소장하고 있던 책을 지인들과 교환해서 읽어도 신간에 대한 호기심은 남는다. 이쯤되면 못 말리는 독서광이라 여길 수도 있겠지만 비슷한 경험을 한 한인들이 많은 것 같다. 하일랜드팍에서 세자녀를 키우는 주부였던 홍정희씨는 자신의 불편함을 해결하기 위해 아예 한국도서 사이트 '북하나닷컴'을 개설했다.



도서대여 사이트를 운영하는 홍정희씨. 최근에는 부담없이 읽기 쉬운 로맨스소설이 인기가 좋다고 한다.

모델로 할 만한 한인들을 위한 대여 사이트가 없었기 때문에 초반에는 기존에 있던 미국 책 사이트 운영방식을 실험해 보면서 시행착오를 거친 후에 현재의 방식으로 운영하고 있다. 이용자들은 인터넷 웹사이트를 통해 책을 골라서 우편으로 받고 읽은 후에 반송 봉투에 넣어 다시 우편으로 보내는 방식이다. 한달동안 읽을 수 있는 수량에 따라 차별되는 가입비를 내고 주문하면 된다.

자녀들을 위한 청소년 필독도서에서부터 단조로운 이민생활에 위안을 주는 소설, 시집 등 문학작품과 복잡하게 변화하는 사회에 적응을 돕는 자기개발서 등 고전과 최신 신간 6500여권을 갖추고 있는 북하나닷컴의 한국책들은 전국으로 배달된다. 이라크에 파병된 한인 군인을 통해 이라크까지 다녀온 책도 있다.

운영자 홍정희씨는 영문책보다는 한글책이 읽기 쉬운 이민자 자녀들이 청소년 시기에 반드시 읽어야 하는 고전문학을 비롯한 추천도서들을 자신의 세자녀에게 맘껏 읽고 싶어 4년전 부터 도서대여 사이트 운영을 시작했다. 한국에서 국어교사였던 홍씨는 "특히 이민 1.5세대들이 영어에 대한 어려움 때문에 그시기에 읽어야 하는 작품을 놓친다면 또래와의 공감대 형성이나 성장 후 추억에 문제가 생길 것으로 생각된다"며 "자녀들에게 정신적 빈곤감을 주지 않기 위해 자녀가 읽을 책을 고르는 회원이 많다"고 한다.

또한 최근 새로운 경향으로 딱딱한 이민생활에 기분좋은 환상을 즐기고 감성적인 위안을 받을 수 있는 로맨스소설 주문이 늘고 있다. 홍씨는 "요즘의 로맨스소설은 역사적 배경이 다양해지고 고증을 거친 작품들이 많아 새로운 사실을 알아가는 재미도 있다"며 "특히 나이가 든 여성들이 현실에서 찾기 어려운 사랑의 경험이나 감정을 소설을 통해 대리만족하는 것 같다"고 한다. 로맨스소설을 즐기는 회원들은 독서 속도가 빨라 우편배달로 지체되는 시간을 기다리기 보다 직접 방문해 유통 시간없이 책을 읽고 싶어한다.

북하나닷컴의 서고는 홍정희씨가 살고 있는 하일랜드팍 주택 지하에 꾸며져 있다. 회원들의 요청이 많아 방문 가능한 회원들에게 장소 개방을 고려중이다.

북하나닷컴은 미국에 유일한 한국도서 사이트이며 한달에 빌릴 수 있는 수량에 따라 4단계로 나뉘어 19.99-34.99달러의 가입비를 받는다. 책들은 베스트셀러 자료를 참고해 선정하며 신간을 기다리는 회원에게 신속히 전달될 수 있도록 구입한다. 회원이 추천한 도서는 베스트셀러 순위와 상관없이 구입목록에 적극 추가한다. www.bookhana.com

글쓴이: 최현주





KELLER WILLIAMS

ELITE, REALTORS



유타열(Michael)
직통: 732)447-5707
Website:www.kw.com

중부 뉴저지 지역 전문

Middlesex, Somerset, Union Monmouth, Mercer

- *주택매매
- *상용건물, 사업체 매매
- *주택 및 아파트 렌트

481 Memorial Parkway, Metuchen, NJ 08840
Office:732)549-1998 x118 Fax:732)548-3478
E-mail: taek10yu@hotmail.com



런드로멧+세탁소 매매
중부뉴저지 고급동네

가격 \$329 천
연매상 30 만
리스 7년+5년 옵션

직원 모집!

AGLA는 지금 저희와 함께 일하실 보험 에이전트를 찾습니다.
AGLA(American General Life and Accident)의
영업팀의 일원으로서 당신은 아래와 같이 즐기실 수 있습니다.

- 실제적으로 독립된 직업
- 메니지먼트를 위한 기회 제공
- 본인 능력에 따른 탁월한 수입 구조
- 영업지원 및 지역 관리팀에 의한 실습교육 제공
- 개인표창 및 인센티브 여행 중점
- 혜택제공(401K, Person, Medical health Benefit)

American General Life
and Accident와 함께 하는
직업은 당신의 삶을 변화시키며
다른 사람의 삶도 변화시킵니다.

www.qualityoflifeinsurance.com

AGLA

American General Life and Accident Insurance Company
WWW.AGLA.COM



Manager : 문옥주
문의 : 201-699-8970
Office: Palisades Park, NJ
Marlton, NJ
Philadelphia, PA

Policy Issued By:
American General Life and Accident Insurance Company
The underwriting risks, financial and contractual obligations and support functions associated with products issued
by American General Life and Accident Insurance Company (AGLA) are its responsibility. AGLA does not solicit business
in the states of New York and Wyoming.



함박

“한곳에서
한식과 중식을
온가족이 맛보실 수 있습니다.”

중식 한식 전문 요리사의 맛을 느껴보세요!






● 구 에디슨 짜장 자리 ● **Tel : 732 . 572 . 0600**

(open 7 days / 10:30 A.M - 10:00 P.M)
368 Old Post Rd. Edison NJ 08817 (GPS 주소)

ICCMC 786323 DOT 2090136

도레미 이삿짐

주정부
보험
가입업체

건축공사 쓰레기를 깨끗하게 지워드립니다.
24시간 언제든지 전화주세요.



- 시내 가정이사
(한국식 포장이사 전문-대,중,소,
창고, 사무실, 가계이전, 피아노, 돌침대 운반)
- 동부지역이사 당일운반 가능
(Boston, CT, PA, DA, VA, 워싱턴DC시, 메릴랜드)
- 타주이사 조지아, 텍사스, LA, 시카고, 정기노선 운행
- 귀국이사 방문 무료견적 및 포장자재 무료제공
- 창고보관 서비스 10,000sq.ft 창고보유
각종 이삿짐, 보관용 창고 (창업용 물품보관 및 싹핑서비스)
- 건축공사 서비스 페인트, 전기, 플러밍, 각종 보수공사
- 청소 서비스 아파트, 일반하우스, 상점, 가게
- 쓰레기 수거 및 철거서비스 가정집, 사업체, 폐업 쓰레기

(201)745-2424 / NJ 지역
(718)640-4000 / NY 맨하탄 지역

(732)715-2424 / NJ 중남부 지역
(516)857-2424 / 롱아일랜드 지역

686 Grand Ave., Ridgefield, NJ 07657

뉴저지의 표준화된 시험 NJ ASK란?

NJ ASK는 New Jersey Assessment of Skills and Knowledge로 뉴저지 공립학교에서 일년에 한 번씩 3학년에서 8학년까지를 대상으로 보는 표준화된 시험이다. 대체로 4월/5월 경에 치루어지는 이 시험은 지금까지의 가을에 성적을 부모에게 보내게 된다. 이는 조지 부시 대통령의 No Child Left Behind법을 시작으로 모든 주를 표준화된 방법으로 비교함으로써 미국의 뒤쳐진 교육 수준을, 특히 수학과 과학, 국제적으로 경쟁력 있게 키우고자 하는데 그 목적이 있다. 이는 48개 주가 참여하여 채택한 CCCS (Core Curriculum Content Standards)를 기준으로 현재 이 시험은 수학과 영어가 모든 학년에 치루어지고 있으며 4학년과 8학년만 실험적으로 과학을 치고 있다. 조만간에 과학 시험 결과를 조율하여 모든 학년에서 적용시킬 계획을 갖고 있다. 학년에 따라서 다소 차이가 있을 수 있으나 대부분의 경우 몇 일에 걸쳐서 시험을 보게된다.

NJ ASK가 왜 중요한가?

다른 국가들과는 달리 미국의 교육기준은 언제나 각각의 School District에서 정해왔다. 그래서 한 동네에서 잘하는 것은 다른 동네에서 비교하는 의미가 없었다. 하지만 표준화된 NJ ASK 시험이 생김으로써 각각의 학교간의 정확한 비교와 평가가 가능하게 되었다. 이로 인해 미국 정부는 Federal Funding을 표준화된 점수에 비례하여 지원하는 방향으로 움직이고 이 점수가 심지어 선생들을 평가하는 기준이 되어 가고 있다. 부모님들 입장에서는 자녀들의 점수가 전학을 가고 이사를 가더라도 계속 따라다니는 표준화된 점수라는 점이 중요하다. 많은 학교들이 이를 기준으로 받을 편성하며 Honors/Advanced/Gifted 등의 Differentiated Class을 편성하는 기준으로 사용되고 있다는 점을 인식할 필요가 있다.

NJ ASK 시험의 구성은?

수학은 3가지 문제 유형으로 나누어진다; 1. 객관식(MCQ: Multiple Choice Question), 2. 짧은 주관식(SCR: Short Constructed-Response Question), 3 긴 주관식(LCR: Long Constructed-Response Question). 여기서 주의할 점은 객관식과 짧은 주관식은 답만 맞으면 할당된 점수를 다 받을 수 있지만 긴 주관식은 답은 물론 어떻게 그 답에 이르게 되었는지 설명하는 부분이 대부분의 점수를 차지하게 된다는 점이다. 대부분의 긴 주관식은 답이 여러가지로 가능한 Open Ended Question이다.

영어 역시 3가지 문제 유형으로 나누어진다; 1. 독해 객관식 (Multiple Choice Question for Reading Comprehension), 2. 짧은 작문 (Short Writing), 3 긴 작문 (Essay). 짧은 작문은 주어진 지문으로 연관지어 주로 이어지므로 Reading Comprehension Skill과 Writing Skill을 동시에 평가하며 긴 작문은 좀 더 순수한 작문 실력을 평가하는데 그 목적이 있다.

NJ ASK에서 높은 점수를 받으려면?

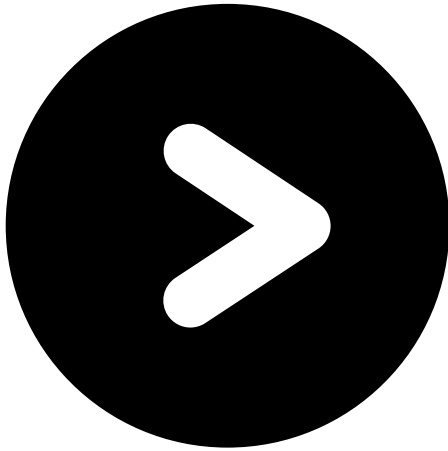
수학 점수는 상대적으로 평가 기준이 명확하다. 객관식 및 짧은 주관식은 답을 맞추었나 기준으로 점수를 받고 긴 주관식의 경우는 답 자체에 해당하는 점수도 있지만 얼마나 명확하게 답에 이르는 과정을 설명하는지에 따라서 점수가 좌지우지된다. 인상적인 것은 답이나 계산이 틀려도 설명을 잘해서 점수를 충분히 받을 수 있다는 점이다. 영어 점수는 5단계로 주어지며 작문이 평가되는데 중요한 점은 주어진 질문을 얼마나 이해했으며 (Understanding), 주어진 질문에서 요구하는 답을 했으며 (Requirements), 이를 뒷바침하는 예시나 의견을 제시했으며 (Explanation/Opinion) 또한 이를 얼마나 확장했는가 (Extension)이다. 당연한 얘기지만 주어진 질문과 관계없는 내용을 쓰는 것은 점수에 보탬이 되지 않는다.

NJ ASK를 어떻게 준비해야 하나?

수학은 단순한 계산 훈련은 줄이고 문제 풀이 (Problem Solving)와 사고력 (Critical Thinking) 실력을 키워야 한다. 객관식 계산 문제는 복잡하고 높은 난이도의 문제를 출제하지 않는다. 이는 계산 실력을 평가하고자 하는것이 아니라 이해도를 평가하고자 하는 것이기 때문이다. 영어는 많은 책을 다양하게 읽음으로 Reading Comprehension을 키우고 이런 이해를 바탕으로 Writing을 많이 연습하는 것이 중요하다. 학교에서 주어지는 Writing은 작문의 성격상 충분하게 아이들 각각의 눈높이에 맞추어서 하기에 부족한 부분이 많고 또한 쉬운 주제와 표현의 반복인 경우가 많다. 다양하게 시사적인 기사 등을 바탕으로 스스로의 의견을 명확하게 표현하며 이를 예시나 설명을 통해 다른 분야로 확대하는 훈련이 중요하다고 하겠다.

Eyelevel
이영기
973-525-3633





into design >

인투디자인

전문적인 디자인 분석
프리미엄 디자인 제안

전문 비즈니스를 위한 디자인 업그레이드 :

로고 > 명함, 배너, 웹사이트, 인테리어, 사인등 통합적 디자인이 필요한 비즈니스
디자인이 비즈니스의 이미지나 매출에 영향을 미치는 곳
업그레이드 되어야 하는 중소기업의 디자인 아이덴티티

디자인 전문가가 상세하게 상담+분석하고 도와드립니다!

intodesignstudio.com 1.908.872.6212

11월 - 12월 Scholars Mini Camp

10년 이상 경험 소유한 SAT 전문 강사진, 다수의 SAT 점수 향상 사례, 전문 대학 컨설턴트의 정확한 진단 및 가이드

- 12월 SAT 대비반
- 겨울방학 SAT Boot Camp
-12/26 (수) - 12/29 (토)
- 12학년 대학 원서 총정리반
- 에세이/Common Application
11/8(목) - 11/9(금) Teacher's Conference off days
- 대학 입시 컨설팅



스칼라교육 & 컨설팅

1876 Rt. 27, Suite 203, Edison, NJ 08817
www.scholarsprep.com

문의전화 (732)777-1144



I AM THE KEY! BACK TO SCHOOL ENROLLMENT STARTING NOW!



눈높이(Eye Level)는 자기주도학습(Self-Directed Learning)프로그램입니다.

눈높이(Eye Level)는 학생들이 각자의 속도와 수준에 맞추어서 배우는 원칙으로 이루어진 교육 프로그램입니다.

“ NJ ASK Workshop에 대해서 물어보세요 ”

1.908.396.2000 www.EyeLevelNewJersey.com

Basking Ridge | Bridgewater | Hillsborough | Warren

Eye Level of Bridgewater

475 North Bridge St. Bridgewater NJ 08807

Obsession Hur Hair Studio **허미용실**

- ♡ 헤어컷 · 코팅 · 염색
- ♡ 웨이브 퍼머
- ♡ 디지털 매직 퍼머
- ♡ 남자 헤어컷



T. 732-548-4823 333 Lake Ave. (Rt.27), Metuchen, NJ
 영업시간 : Mon~Sat 9-7:30, Sun-예약하시는 분에 한함

파티 메이크업 (신부화장), 올림머리(업스타일)



Seven7미용실
 일류 헤어디자이너 항상 대기!
 특별할인 **50%**
 보조 미용사 구함

(에코 노래방 아래층)
Tue.- Sun. 9-7:30 / TEL. 732.287.5777
 2090 Rt.27 North, Edison NJ 08817

VW LIQUORS 에디슨 리커

각종 한국 소주 취급



Open Hours:
 Mon - Sat: 9:00 - 10:00
 Sunday: 12:00 - 8:00



561 Rt.1 Edison 남보원 식당옆
(732) 512-5127

스텔라 미용실
 Inspiration Hair Design

보조 미용사 구함

네일 하시면서 머리 배우실 분 환영(파트타임/풀타임)
Tel. (C)908.380.6381 (H)732.548.8665
 1825 Highway 130 S., North Brunswick, NJ 08902

뷰티헤어 BEAUTY HAIR

Special!



남자 헤어컷 \$15
 여자 헤어컷 \$25 up

50% 할인

패디큐어 \$25
 with Free 매니큐어

* 헤어 디자이너 구합니다. *
HOURS : Mon - Fri 9:30-7:30 / Sat 9 - 6

Tel. 732-302-1711
 120 Cedar Grove Ln. Somerset, NJ 08873
 찬양교회 근처 몰 (1분거리)

파스텔 미용실
 Pastel hair salon

50% 할인




Mon.-Sat. 9:30-7:30 (일요일은 쉽니다)
Tel. 732-650-0050
 518 Old Post Rd. Edison
 (금호정 식당 옆)

에디슨 당구장

'가족단위로 즐기는 레저 문화로, 여성에 친숙한 실내 스포츠로, 쌀쌀해진 날씨에 더욱 인기'

한인 당구장 남성 위주의 오락 이미지 아닌 신선한 실내 스포츠로 다양한 고객층 즐겨



에디슨 루트 1번 도로에 있는 엘리트당구장. 어린 아이가 아버지와 함께 당구를 놀이로 즐기며 잘 치는 요령을 배우고 있다.

"할머니가 어린 손자, 손녀들의 당구치는 모습을 카메라로 찍어주며 즐거워 하는 모습을 종종 본다"며 박광득(71세)씨는 "한국에서의 어린 시절에 어른들의 눈을 피해 들여다 보았던 당구장 분위기와는 사뭇 다른 모습이 부럽다"고 한다. 가끔 아들(박재홍, 32세)이 운영하는 엘리트 당구장에 방문하는 박씨는 이 지역 당구장에서는 한인들이 당구장에 대해 일반적으로 갖고 있는 선입견과는 많은 차이가 나는 풍경을 볼 수 있다고 한다.

엘리트당구장에서 아들 빅터(7세, 사진)와 함께 당구를 치고 있던 중국인 린씨는 "주로 공휴일에 아들과 함께 온다. 아들이 5살때 처음 데리고 왔는데 즐거워 한다"며 "당구장을 게임보다는 놀이 공간으로 즐기고 있다"고 한다.

에디슨에는 한인이 운영하는 당구장이 두곳 있다. 두곳 모두 고객의 90% 정도가 타민족으로 '당구를 가족이 함께 하는 레저'로 즐기며 여성 고객이 전체의 40%정도를 차지한다. 당구는 주로 남성들이 즐기는 게임으로 여기는 한인들의 인식과 다르게 다양한 계층이 그들의 방식대로 즐기며 훌륭한 여가생활로 각광받고 있다.

또한 민족에 따라 당구를 치는 방식에 차이가 있다고 한다. 단순한 4각의 당구대 모양이 선호하는 방식에 따라 조금씩 차이가 나는 것을 볼 수 있다. 한인 당구장들은 타민족들이 서로 다른 기호에 맞게 골라서 즐길 수 있도록 다양한 형태의 당구대와 용품을 갖추고 있다.

사람들은 날씨가 추워질수록 야외활동이 줄어들어 마땅한 즐길거리를 찾아 실내에서 할 수 있는 놀이나 스포츠를 찾게 된다. 날씨가 쌀쌀해지면 당구장은 더욱 분주해지며 연말연시가 지나면 성수기로 접어든다. 장기 불황으로 타격을 받은 다른 업종에 비해 한인 당구장들은 성장세를 보이고 있다고 한다.

엘리트당구장은 오전 11시에서 새벽 2시 까지 영업하며 시간대에 따라 몰리는 고객층이 다르다. 고객의 성향에 따라 다양한 즐길거리를 배치해 손님들의 각기 다른 요구를 충족시키려 한다. 손님이 가장 몰리는 시간인 밤 10시 이후에는 출출해진 허기를 달랠만한 간단한 야식을 마련해 놓고 있으며 여성 고객이 많이 몰리는 시간에는 유행 음악을 크게 틀어 마치 클럽처럼 분위기를 연출하기도 한다. 엘리트 당구장은 당구대 뿐만 아니라 탁구대를 갖추고 있다. 낮 시간대에 당구를 치다가 지루해지면 탁구로 종목을 바꿀 수도 있다. 또한 오전 11시 부터 오후 6시까지는 '파워플레이'라는 특별한인 시간대를 두어 10달러를 내고 7시간 내내 당구나 탁구를 즐길 수 있다.



한편 큐존 당구장은 한국식 당구를 즐기는 한인들을 위해 4구 당구대를 충분히 갖추고 있다. 특히 공이 구르는데에 온도의 영향을 받는 특성을 고려해 히터가 들어있는 당구대를 준비해 놓았다. 큐존당구장을 운영하는 김도현씨는 "젊은이들이 많이 모이는 지역 요건을 고려해 실내를 밝고 세련되게 장식하려 했으며 특색있게 벽화를 그려 마치 카페처럼 꾸몄다"고 한다. 당구를 치고 있던 심재훈(31세)씨는 "실내가 항상 깨끗하고 당구대와 용품들을 잘 관리해 놓아 기분 좋게 즐길 수 있다"며 큐존 당구장을 자주 찾는 이유를 말했다. 큐존당구장은 인근에 있는 럿거스주립대학교와 미들섹스커뮤니티 칼리지 등의 대학생들이 클럽활동이나 모임의 뒷풀이 장소로 애용하며 당구 클럽의 경기를 주최하는 등 단체 예약 손님들이 많다고 한다.

글쓴이 : 최현주



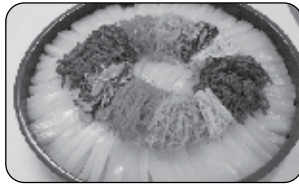
전통 한국음식의 자존심 명가의 정성을 담어드립니다

웰빙식 푸드명가

“ No! 조미료 ”

고급잔치음식, 밑반찬, 도시락전문, Special Sushi Roll

각종단체모임, 교회모임, 돌, 백일잔치등
모임성격에 맞는 주문 가능함



1636 Lincoln Highway, Edison, NJ 08817

(732)354-4217 Fax (732)354-4218

어떤 인쇄물이든지 고민하지 마십시오! 소량 인쇄도 OK! 가격도 OK!



- 🍏 Flyer
- 🍏 Poster
- 🍏 Business Card
- 🍏 Post Card
- 🍏 Rock Card
- 🍏 Brochure
- 🍏 Gift Card
- 🍏 Booklet



새로운 디자인·인쇄 문화-고객을 지향합니다

DESIGN & PRINTING

☎ 732.469.4740

428 Lincoln Blvd. Middlesex, NJ 08846



한국어/영어 완벽구사. 무료상담

조재형 대표 변호사(Jae H. Cho, Esq.)
미국 법률사무소 경험-변호사 60명 이상
한국 법률사무소 경험-변호사와 변리사 110명 이상
NJ & NY 변호사
비즈니스/ 소송

광범위한 경험의 풀서비스 법률사무소

한국과 미국의 명성높은 법률사무소에서 광범위한 경험을 쌓아
풍부한 필드경험으로 다져진 저희 법률팀이
저로부터 소송까지 의뢰인 여러분들을 꼼꼼하게 도와드립니다.



협력변호사
-Thomas J. Whitney, Esq.
-Raymond Lo, Esq.(Of Counsel)

조재형변호사

- ☐ 민사소송
- ☐ 교통티켓
- ☐ 비즈니스
- ☐ 이민
- ☐ 가정법
- ☐ 상속
- ☐ 부동산
- ☐ 파산



53 Paterson street,
New Brunswick, NJ 08901

609.642.4488 3490 US Rt.1, Ste 7B.,Princeton, NJ 08540 (이근진회계사 사무실 같은 건물)
139 Centre Street, Suite 810 New York, NY 10013

터보엔진

지금까지 자동차 엔진 분야에서 자동차의 고출력 위해 많은 연구를 해 왔습니다. 적은 연료, 적은 시간으로도 어떻게 하면 고출력을 실현시킬 수 있을까 하는 것은 자동차 역사상의 최대 목표중의 하나였습니다.

일반적으로 자동차의 출력을 높이는 방법엔 두가지가 있습니다.

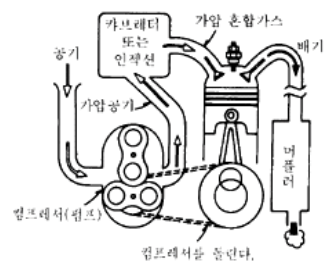
하나는 일반적으로 배기량을 늘려주는 것입니다. 배기량이라는 것은 각 실린더의 용적을 합한 것인데, 배기량이 클수록 그만큼 많은 공기와 연료를 받아들여 연소시키므로 폭발력이 커지며 따라서 당연히 출력이 증가합니다. 하지만 이 방법은 여러 가지 면에서 비경제적입니다. 왜냐하면 배기량을 늘리기 위해 실린더 수를 늘려야 하며 이에 따라 엔진의 부피가 커지고 차량 중량이 증가하며 따라서 차 가격이 비싸고 연료 소비가 많아 유지비가 많이 들기 때문입니다.

그 다음 방법은 공기를 더 넣어주어 흡기효율을 100%가까이 끌어 올리는 방법입니다. 같은 양의 연료를 사용할때 힘을 좋게하려면, 연료를 잘 태울 수 밖에 없습니다. 즉 공기를 더 넣어주어 압축비를 높여주는 방법입니다. 이것이 바로 똑같은 배기량 속에서도 출력을 증가시키는 방법, 터보엔진(Turbo Engine)입니다.

터보 시스템에는 슈퍼차저(super-charger)와 터보차저(turbocharger)가 있습니다.

슈퍼차저는 엔진의 Crankshaft의 동력이 Belt(벨트)를 통하여 Compressor에 전달되어 펌프가 실린더내로 가압된 혼합연료를 강제적으로 밀

〈슈퍼차저〉

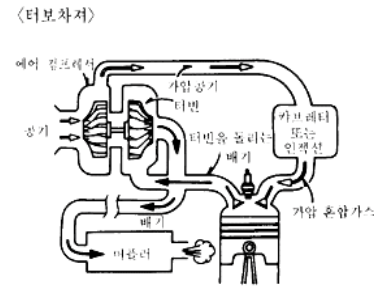


어넣는 방식입니다. 중,저속에서의 토크 향상에 효과가 크지만Crankshaft의 회전력을 직접 이용하므로 엔진의 힘을 빼앗아가는 단점이 있습니다.

터보차저는 엔진에서 손실 되는 동

력을 이용합니다. 즉 엔진의 손실 되는 배출가스를 이용하여 Turbine(터빈)을 돌려 줍니다.

사실 엔진에 있어서 폭발력의 전부가 자동차를 움직이는데 쓰여지는 것은 아닙니다. 폭발력은 실린더의 마찰에 의해 5% 감소되고 35%는 엔진을 식히는데 사용되며 또한 30%는 배출가스로 빠져나가 버립니다. 따라서 실제 바퀴구동에 사용되는 폭발력은 원래의30% 밖에 되지 않습니다. 그런데 터보차저는 폭발력의 30%나 되는 배출가스를 이용하여 터빈을 돌립니다. 터빈이 돌면 그 맞은 편에 있는 컴프레서도 함께 돌아가며 이 컴프레서가 공기를 압축시켜 실린더로 강제로 이동시킵니다.



엔진의 기통수 또는 배기량을 줄이는 대신 터보를 달아 출력을 만족하면서 연료 소모와 배기가스를 낮추는 방법이 바로 터보 엔진입니다. 이때 중요한 것은 연비를 높이기 위해 출력을 희생하면 안 된다는 것입니다. 터보의 장점은 실제 배기량 이상의 힘을 얻을 수 있는 게 가장 큰 장점입니다

ASE Certified Automotive Service Consultant & Technician 이필완

피스카타정비

브레이크 / 에어컨서비스 / 타이어 / 튜업 / 머플러 / 오일체인지 / 정기체크업 / 서스펜션 / 전기 / 엔진 / 트랜스미션

Phill Lee 이필완

- ASE Certified Auto Service Consultant
- ASE Certified Auto Technician
- 미국대학 자동차학과 (AutoTech.)졸업
- 20년 실무경력
- 전, 자동차딜러 Service Advisor
- Engineering B. S.

(P) 732-393-1007 / (C) 908-812-7933 555 New Durham Rd., Piscataway, NJ 08854 (김치하나에서 3분거리)

전 연 찬 종합보험

YUN CHAN CHUN AGENCY

개인 자동차보험 **PROGRESSIVE** 상업용 자동차보험

"The right coverage at the right price."

Discount Benefit

- Advance Quote
- Multi Cars
- Choose full Coverage
- Home Owner
- Paid in full
- Safe Driver and more

- 사업체 보험
- 건물 보험
- 주택 보험
- 종업원 상해 보험 (workers comp)
- 의료 보험
- 생명 보험

Progressive does not offer Health or Life insurance.

Tel. 732.767.6601 / Fax. 732.767.1022

35 Bridge St. Bridgepointe, Rt.27, Metuchen, NJ 08840

문유미 Weichert Realtors 부동산

NJAR Circle Excellence Award 2002-2005, 2008, 2010



**현명한 부동산 투자와
내집마련의 꿈을
해결해드립니다.**

● 명문 프린스턴 지역 전문 ●



Lawrenceville
개인주택, 그린홈
방4, 화장실2.5
\$429,000



East Windsor
잘 가꾸어진 콘도
방2, 화장실2
\$119,500

www.YoomiMoon.com Cell: 609.865.3644
E-Mail: Yoomi@YoomiMoon.com T: 609.799.3500 EXT:107
53 Princeton-Hightstown Rd, Princeton Junction, NJ08850

저렴한 보험료와 최상의 서비스

뉴저지 운전자만을 위한 자동차보험



High Point
Auto Insurance
A Plymouth Rock Managed Company

**낮은 보험료와 최고의 가치 그리고
다양한 할인혜택까지...**

- Advance Shoper Discount
- New Car Replacement
- Multi-Policy Discount
- Paid in Full Discount
- Homeowners' Discount
- And more...

무료 보험료 산정을 원하시면 전화주세요:

Kenny Kim - Prudential Financial Professional

515 Plainfield Ave #103, Edison, NJ 08817

Office: 732-491-4724

Cell Phone: 732-841-2086

Prudential distributes auto and other property and casualty products that are offered and underwritten by High Point Property and Casualty Insurance Company. The Prudential Insurance Company of America, Newark, NJ and High Point are not affiliated companies.

0158093-00003-00

<레지던트 이블 5: 최후의 심판> 무시할 수 없는 10년의 노하우

선봉적인 인기를 끌었던 게임 ‘바이오 하자드’ 를 원작으로 한 <레지던트 이블>이 스크린으로 옮겨진 지 어느덧 10년이 됐다. 10년이라는 세월 동안 5편의 <레지던트 이블> 시리즈가 탄생했다.



10년이면 강산이 변하는 시간이다. 아무리 <레지던트 이블> 시리즈의 열혈 팬이라고 하더라도 그간의 시리즈를 모두 기억하기엔 무리가 있다. 그렇기 때문일까? <레지던트 이블 5: 최후의 심판>(이하 <레지던트 이블 5>)는 시리즈 팬들을 위한 배려를 잊지 않았다. 영화는 오프닝에서 ‘앨리스’ (밀라 요보비치)를 통해 그 동안의 시리즈를 언급한다. 지난 시리즈를 친절하게 설명했기 때문에 이전의 시리즈를 보지 않았더라도, 혹은 지난 시리즈가 가물가물해도 이번 시리즈를 즐기기에 충분하다.

도입부부터 이전 시리즈를 복습했던 것처럼 감독은 10년간의 노하우를 풀어내듯 작정을 하고 새로움과 익숙함을 섞어냈다. 친구 조합이 가장 눈에 띄는 것은 캐릭터다. <레지던트 이블 5>에는 이전 시리즈의 캐릭터들이 대거 컴백했다.

컴백한 캐릭터들은 이전 시리즈에서 관객들에게 강한 인상을 남겼던 인물들이다. 1편에서 엠브렐라의 공격을 받아 전사한 ‘레인’ (미셸 로드리게즈)과 앨리스를 돕던 ‘제임스’ (콜린 살몬), 2편에서 앨리스와 함께 여전사의 매력을 발산한 ‘질’ (시에나 길로리), 3편에서 죽음을 맞이했던 ‘카를로스’ (오데드 페르), 4편의 ‘루더’ (보리스 코조) 등이 <레지던트 이블 5>에 돌아왔다.

하지만 아쉽게도 ‘루더’ 를 제외한 모든 이들이 앨리스의 적으로 돌아선다. 어제의 동지가 오늘의 적이 된 꼴이다. 쪽수가 맞지 않은 앨리스를 위해 감독은 친절하게 새로운 앨리스의 동료료를 투입시켰다. 원작 게임 시리즈에서 등장했던 인기 캐릭터 ‘에이다 윙’ (리빙빙), ‘레온’ (조한 어브), ‘베리’ (케빈 두런드)가 앨리스 군단으로 등장해 신선함을 준다.

언데드 역시 반가운 캐릭터들이 다시 등장한다. 바로 리커와 처형 마지니다. <레지던트 이블 4>에 등장한 처형 마지니는 무려 2명이 등장해 앨리스와 에이다를 위협한다. 또한 <레지던트 이블>에 등장한 리커 역시

재등장해 시리즈 팬들의 반가움을 자아낸다. 이전 시리즈와 달리 <레지던트 이블 5>의 언데드는 단순히 생존자를 쫓는데 그치는 것이 아니라 한층 업그레이드돼 상승된 전투 능력과 발달된 두뇌로 무기를 사용하는 언데드 군단으로 재탄생됐다. 하지만 새로운 대형 몬스터가 등장하지 않는다는 점에서 아쉬움을 남긴다.



액션을 빼놓고 <레지던트 이블> 시리즈를 이야기할 수 없다. 그만큼 <레지던트 이블> 시리즈는 화려한 액션으로 관객의 아드레날린을 분출 시키게 했다. <레지던트 이블 5> 역시 10년간 앨리스로 살아온 밀라 요보비치의 노하우가 집대성되어 있다. 밀라 요보비치는 200여 개의 스퀘어 엔터테인먼트와 다양한 충기를 완벽하게 소화해 더욱 강력해진 앨리스로 돌아왔다. 특히 앨리스와 질의 설원 위의 격투는 잠시도 눈을 뗄 수 없게 만드는 명장면이다.

10년의 노하우가 집약된 밀라 요보비치의 액션은 3D 기술로 더욱 화려해졌다. <레지던트 이블 5>는 전편 보다 훨씬 진일보한 영상을 선보인다. 무기를 던지는 장면, 총을 발사하는 장면들은 마치 물체가 관객에게 다가오는 것처럼 연출돼 자신도 모르게 움찔하게 만든다. 이러한 생생한 영상을 위해 감독은 특수 제작된 촬영장비를 사용해 실감나는 3D 영상을 만들어냈다.

관객들이 <레지던트 이블> 시리즈를 기대하는 이유 중의 하나는 규모다. <레지던트 이블> 시리즈는 매 시리즈마다 세계관이 방대해졌다. <레지던트 이블 5>는 전작보다 더욱 판을 키웠다. 일본 도쿄 시부야, 미국 최대 번화가인 타임스퀘어 광장, 모스크바의 붉은 광장, 알래스카까지 다양한 배경을 보는 것만으로도 영화의 규모를 짐작할 수 있다.

방대한 세계관을 위해 74개의 세트가 들어선 대규모 세트를 제작해 만족스런 볼거리를 제공한 만큼 “관객들에게 전편과 차원 다른 스펙터클을 느끼게 하고 싶었다.” 라고 말한 폴 W.S 앤더슨 감독의 자신감을 절로 수궁하게 만든다.

제공 : <한국 최대 영화뉴스채널! 맥스뉴스>
신상민 기자 blame777@maxmovie.com

<테이큰2> 강력한 아버지가 돌아왔다

킴(메기 그레이스)의 납치사건으로 조직에 치명타를 입고 가족의 목숨까지 빼앗긴 인신매매범 일당이 복수를 다짐한다. 그들의 복수 방식은 또 다른 납치다. 인신매매범들은 이스탄불로 출장을 간 브라이언(리암 니슨)의 뒤를 쫓고 결국 브라이언과 그 곳으로 여행을 온 전처 레노어(팜케 안슨), 킴에게 기습을 가한다. 하지만 간신히 킴만이 적의 손아귀에서 벗어나고, 우여곡절 끝에 브라이언 또한 인신매매범에게서 탈출한다. 그들의 손에 남아있는 것은 전처 레노어 뿐. 브라이언은 다시 한 번 자신의 소중한 가족을 구해내기 위해 자신이 가장 잘할 수 있는 능력을 펼쳐보인다.



리암 니슨이 돌아왔다. 지난 2008년 영화 <테이큰>에서 프랑스 파리에서 납치를 당한 딸을 72시간 만에 구출해냈던 이후 4년 만이다. 전작을 통해 전직 특수요원으로 특출난 능력을 발휘했던 브라이언이다. 딸을 팔아 넘기려는 악당들을 가공할 액션으로 때려잡는 모습은 가족을 위해 땀 흘려 일하는 이 세상 아버들의 마음을 대변하며 로망으로 자리 잡았다.

비단 아버의 공감을 제외하더라도 스피디한 액션, 그리고 눈 앞에 보이지 않는 딸을 찾아 가는 과정, 나아가 환상적인 역주행 카체이서썬은 액션 영화로서의 짜릿함을 그대로 전했다. 덕분에 개봉 전엔 큰 주목을 받지 못했던 <테이큰>은 대대적인 극찬을 받았고 리암 니슨은 액션 배우로의 스펙트럼을 넓히며 승승장구 했다. 그리고 그 인기로 힘입어 속편이 제작됐다

하지만 이도 잠시 브라이언의 행복한 시간은 길지 않다. 관객들이 브라이언의 미소에 교감할 때쯤 사건의 중심이 되는 인신매매단의 이야기를 그린다. 그리고 집요하게 브라이언의 가족과 인신매매단의 모습을 교차 편집하며 그들이 복수를 결심하는 모습을 비춘다. 브라이언에게 가족이 소중한 만큼 그들에게도 가족이란 그 무엇과도 바꿀 수 없는 존재다. 그렇기에 가족으로 인한 행복과 슬픔을 동시에 그려내며 영화 전체의 열개인 '가족을 지키기 위한 싸움'을 각인시킨다.

덕분에 가족을 두 번이나 납치 당하게 되는 브라이언의 황당 상황은 관객의 이해를 얻는다. 스토리의 전개에 공을 들인 만큼 레노어의 납치가 이뤄진 다음부터는 굉장히 스피디한 전개를 선보인다. 극찬 받았던 전작의 거침없는 연출이 <테이큰2>에서도 그대로 이어진다. 여기엔 무

자비한 원샷 원킬을 선보이는 리암 니슨의 액션이 큰 비중을 차지한다. 전작에 비해 세월을 더한 모습이지만 그의 액션은 여전히 강력하며, 적들에게 공포의 대상이 된다.

더불어 시각이 제한된 상황에서 모든 것을 파악해가는 브라이언의 모습도 여전하다. 차량에 갇혀 이동하는 도중에도 청각에 의존해 자신의 이동 공간을 파악하고, 멀리서 터지는 수류탄 소리에 자신의 위치를 알아낸다. 또한 전화를 통해 킴의 행동을 제어하면서 사건을 해결해나간다. 이러한 전개는 <테이큰> 시리즈의 전매특허이자 특유의 스타일러다.

나아가 전작에서 가장 큰 인상을 남겼던 카체이서썬도 그대로다. 단지 달라진 것이 있다면 이번에 운전대를 잡은 것은 브라이언의 딸 킴이다. 킴은 딸의 운전교습에 힘을 썼던 브라이언이 흐뭇해질 만한 운전 실력을 보여준다. 이스탄불의 좁은 골목들을 질주하는 카체이서썬은 눈의 호강과 함께 오금이 저릴 법한 짜릿함을 선사한다. 명실공히 <테이큰2>의 백미라고 치켜 세울 만 하다.



<테이큰2>가 전작의 장점만을 이어나가려고 했다면 다소 아쉬운 작품이었을 것이다. 하지만 영화는 액션 외에도 유머와 함께 약간의 드라마를 곁들이며 변화를 꾀했다. 전작의 유머를 담당했던 브라이언의 친구들의 비중이 조금 줄어들었다면 이번엔 브라이언이 유머 코드의 중심에 섰다. 중후한 목소리와 그윽한 눈빛, 그리고 커다란 체구에서 나오는 딸 바보 콘셉트는 웃음과 함께 많은 공감을 산다. 더불어 전작과 달리 <테이큰2>의 엔딩에서의 브라이언은 행복해 보인다. 정말 피땀을 흘려 가족을 지킨 아빠 브라이언, 그의 행복은 너무나도 당연하면서도 간절했기에 극장을 나서는 관객에게 흐뭇한 미소를 남기기에 충분하다.

맥스무비

제공 : <한국 최대 영화뉴스채널! 맥스뉴스>
권구현 기자 kvanz@maxmovie.com

뜨거운 심장, 인생을 "예스"한다

수요일 저녁예배 중 문득 교우들의 얼굴들이 눈에 들어왔다. 한사람 한사람 베풀어주었던 사랑과 기도들이 새록새록 떠오른다. 말씀의 은혜를 나누어 야하는데 받은 사랑들이 떠올라, 말씀을 읽다 말고 속 깊은 곳에서부터 올라오는 뜨거운 것을 억지로 삼켰다. 사랑을 참 많이도 받았었구나... 그 얼굴들 보며 인생의 "빚(debt)" (롬 13: 8)이 크게 늘어있음을 깨닫는다.

이런 장면이 상상이 되는가? 십자가위에서 두 손과 발이 못에 박혀 움직이지 못하는 예수님. 그런데 입술을 열어 말씀하셨다: "아버지 저들의 죄를 용서하여 주십시오, 저들이 하는 일을 모르고 있습니다." 몸은 못 움직이시는데, 심장은 뜨겁게 우리를 향해 달려오셨다. 사랑을 선포하셨고, 우리 어리석은 삶을 있는 그대로 받아주셨다. 그리고 우리, 그 사랑이 인생의 "희망" 이요. "길" 임을 고백한다. (요 14: 6) 늘 눈에 보이는데 다가 아님은 새삼스러울 것도 없다.

하나님은 정말 보이지 않게 숨어계시는 것일까?

"숨어계시는 하나님" (Hidden Presence)이란, 종교개혁자 마틴 루터가 가르친, 십자가에서 경험하는 하나님이다. 십자가에서 침묵하신 하나님. 보이지 않으신 하나님. 제자들은 절망하여 도망했고, 여인들은 눈물을 흘리며 십자가 밑에서 오열했다. 그럼에도, 하나님은 그곳에서 고통을 감내하시며 그들 가운데 현존하고 계셨다. 비록 사람 생각에는 드러나지 않았지만.

숨어계신 하나님은 삶이 힘들어 하나님 보지 못한다는 사람들의 삶 속에 사실은 함께 하고 계신다는 신앙의 통찰이요 고백이다. 하나님이 그곳에 계시니 힘든 삶의 현장에서도 반드시 찾고 보아야 할 것이 있는 셈이다.

우리 짊어진 삶의 여정에서 기실 많은 "빚" 지고 산다. 나의 큰 "빚" 하나가 마음을 다독인다.

몸이 너무 아픈 교우가 있다. 그래서 일상생활도 제대로 못하신다. 그런 분이 언제나 내가 전도나간다면 따라 나선다. 사람들을 만나면 하나님 믿으라고 열변이시다. 내겐 큰 힘이다. 그런데 요즘 몸이 더 앓아진 것 같다. 같이 전도가면, 내가 말하도록 옆으로 비켜선다. 그 모습 보면서 이런 생각을 하지않을 수 없다: "그 몸 안에는 어떤 심장이 뛰고 있는 것일까?" 그의 뜨거운 심장의 "빚" 을 또 지는구나, 때때마다 생각하게된다.

어느날 같이 전도나갔을 때의 일이다. "하나님이 살아 계시다면 세상이 이렇게 악하고 불합리하진 않을 것입니다," 라며 더이상 교회를 다니지 않는다고 하시는 분을 만났었다. 목사님들의 가르침도 많이 받았지만 뻔한 대답이라고... 하나님께서 직접 거부할 수 없는 증거를 보여주시길 원한다고..., 답답한 가슴을 두드렸다. 그리고 한마디 더 붙이셨다. "하지만 교회는 쉬립니다." 내겐 아이러니였다. 그 자리에, 아픈 몸이지만 뜨거운 심장을 가진 그 교우도 같이있었기 때문이다. 세상의 불합리함을 몸에 지닌 장본인이 하나님 열변 토하고 싶어서 있었으니, 우리가 보아야 할 것이 무엇인가?

우리사는모습에는 기대하지 못했던 "사랑의 빛" (롬 13: 8)이 너무 많다. 그 빛을 지고 어떻게 그저 그냥 살 수 있겠는가. 그 "빛" 들을 직시하면 할수록 새 힘을 얻게된다. 어느덧 우리 인생은 우리 것이 아닌듯 흘러왔으니 말이다. 하나님의 "오른손이 모르게 하신 왼손의 은혜" 는 또 얼마나 많겠는가. "숨어계신 하나님" 이시라... 마음 다잡고 한번 찾아보자, 뜨거운 심장으로. 감사의 계절이니 말이다.

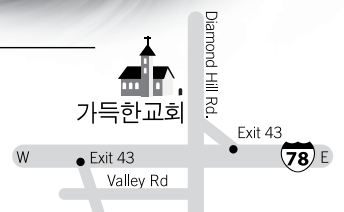
가득한교회 양태건목사

주님의 터치 회복의 은혜가 흐르는



**가득한교회**
Bountiful Korean United Methodist Church
담임 목사 왕 태 건

105 Diamond Hill Rd., Berkeley Heights, NJ 07922
Tel: 908-464-1807 (교회) 908-464-9760 (사택)
주일 / 오전 10시(영어예배), 낮 12시(본 예배 한국어)
www.bountifulchurch.com



밥상의 영성

“식사하셨습니까?” 요즘 미국에서는 이런 인사 듣기가 어려워졌지만, 얼마전까지만해도 한국인들의 주된 인사는 “식사하셨습니까?”였습니다. 어른들은 아이들에게 “밥 먹었니?” 라고 인사하고, 어른 들께는 “진지 잡수셨어요?” 하고 인사를 했습니다. 밥 한 그릇 먹는 것이 쉽지 않았던 시절을 겪으면서 생겨난 인사라고 하지요. 그래서인지, 어릴 적부터 부모님과 어른들로부터 자주 들은 이야기 중의 하나는 “먹는 것 가지고 장난치면 안된다” 는 것이었습니다. 음식은 소중한 다 못해 신성한 것임을 우리 조상들은 오래 전부터 알고 있었나 봅니다.

음식 안에는 생명이 있고, 그것을 먹어야 생명이 유지됩니다. 그래서 우리가 매일 대하는 식탁, 즉 밥상 위에는 생명이 놓여져 있는 것입니다. 밥 한 그릇 안에 우리의 삶이 담겨져 있다는 말입니다. 새벽부터 밤 늦게까지 일하고 파김치가 되어 집으로 돌아온 가장이 아침에 간신히 일어나서 밥을 먹습니다. 그 밥을 왜 먹을까요? 그 밥을 벌기 위해서지요. 밥을 먹어야 또 나가서 밥을 벌 수 있기 때문입니다. 결국, 밥 속에 우리 인생이, 우리의 삶이 담겨져 있는 것입니다.

예수님은 이것을 잘 이해하시는 분이셨습니다. 그분은 인간에게 먹는 것이 무엇을 의미하는지 잘 아셨고, 먹고 사는 문제에 담긴 인생의 비애와 고통을 이해하시는 분이셨습니다. 그래서인지, 예수님은 항상 잘 잡수셨습니다. 얼마나 잘 잡수셨는지, 심지어 먹기를 탐하는 자 (눅7:34) 라는 별명도 있었습니다. 새번역 성경은 그것을 “먹보” 라고 번역을 했네요. 예수님은 항상 성경만 보고, 기도만 하고, 전도만 하시는 분이 아니라, 먹보라는 별명을 가질만큼 잘 잡수시던 분이셨다는 말이지요.

심지어, 예수님은 십자가에 달려 죽으시기 직전에도 잡수셨습니다. 최후의 만찬이라 불리우는 그 식탁의 자리에서도 예수님은 잘 잡수셨습

니다. 저는 군 입대 전에 훈련소 근처에서 설렁탕을 먹었는데, 도저히 목구멍으로 안 넘어가더군요. 그런데, 예수님은 죽음을 앞두고도 밥을 드셨습니다. 그리고, 부활 후에는 엠마오로 내려가는 믿음 없는 제자들과 함께 또 드셨고, ‘다시 고기나 잡으러 가자’ 며 갈릴리로 돌아가버린 제자들을 위해 생선과 떡을 구워놓고 함께 드셨습니다. 속이 없으셨던 것일까요? 아니면, 식성이 좋으셨던 것일까요?

예수님께서서는 “나는 곧 생명의 떡(밥이다)” 라고 말씀하셨습니다 (요 6:48). 식탁의 자리에서 떡을 떼어 제자들에게 주신 것은 곧 자신의 몸을 떼어주신 것이었지요. 이렇게 우리를 위하여 몸이 떼어지는 고통을 당하신 주님께서서는 밥상에 담긴 우리 인생의 노고를 이해하십니다. 우리 또한 몸이 부서지고 마음이 찢어지는 때가 있다는 사실을 아십니다. 밥을 받아도 밥이 안 넘어가고, 눈물로 한 숟가락 넘겨야 할 순간들이 우리에게 찾아온다는 것을 잘 아십니다.

하지만, 떡은 떼어져야 누군가를 먹여 살리고, 밥알은 걸쭉테기가 떼어져 맨살을 드러내야 밥상에 오릅니다. 예수님의 몸이 떼어짐으로 그리스도의 ‘몸’ 된 교회가 탄생할 수 있었던 것입니다. 몸이 부서져라 일하는 부모 덕분에 자식들이 살아갑니다. 나 자신의 것을 떼어 나눠줄 때, 다른 누군가가 생명을 얻습니다.

오늘도 밥상을 받습니다. 거기에는 그냥 밥만 있지 않습니다. 밥상에는 언제나 눈물이 있고, 생명이 있고, 인생이 있으며, 그리스도가 계십니다. 그래서 밥상을 받을 때마다 두손모아 기도를 올립니다. “나도 이 밥 먹고 밥이 되어 누군가를 살리는 인생을 살게 해 주소서.”

세상의 빛 세빛교회 손태환 목사



세상의 빛
세빛교회
Sebit Church

“부르시는 하나님, 찾아가는 교회”

주일예배 : 주일 오후 2시, 주일학교 예배 : 오후 2시
424 Garretson Road, Bridgewater, NJ 08807 / Tel.908.229.2966 / www.sebitchurch.org

담임목사 : 손태환
교육전도사 : 조민호, 최진하



아직과 벌써

지금까지 살아온 당신의 삶가운데 가장 길었던 시간은 언제인가?
이 시간은 실제로 시간이 길었다기보다 시간에 상관없이 길게 느껴졌던
것을 묻는것이다.

내 인생에서 가장 길었던 시간이 언제냐고 물으면 나는 생각할 필요도
없이 군대복무기간이라고 말할수 있고 그 중에서도 훈련소에서의 시간
이라고 힘주어(?) 말할수 있다. 나에게는 그 시간이 수백년처럼 여겨졌
기때문이다. 이유를 굳이 말하라면 내가 그시간을 기억하기조차 싫기
때문이다. 사실 그 기간은 겨우 6주밖에 안되었지만 나를 포함해 그곳
을 경험해본 사람이라면 6주가 600년처럼 느껴졌을 것이다.

구약성경의 창세기에 보면 야곱이라는 인물이 등장한다. 야곱은 이삭의
쌍둥이 아들중 둘째아들이었다.형 에서의 장자만 받는 축복권을 가로채
아버지로부터 축복을 받은 야곱은 어머니의 권유로 외삼촌 라반의 집으
로 피신하게 된다. 거기서 라반의 둘째딸 라헬이라는 여인을 만나 사랑
에 빠지게 된다. 뒤는 놔위에 나는놈있다는 속담처럼 잘 속였던 야곱위
에 전문적으로 속이는 외삼촌 라반이 있었다. 라반은 두딸을 이용해 야
곱을 교묘하게 이용한다. 그래서 야곱은 라헬을 얻기위해 무려14년을
그 집에서 종처럼 일해야했다. 하지만 야곱은 거기서는 속이는 삶이 아
닌 진실함과 성실함으로 일하게 되는데 성경은 야곱이 그렇게 긴시간을
수일처럼 여겼더라고 기록하고 있다.

이런 기이한 시간계산법은 사람의 감정에 따라 완전히 다르게 나타날수
가 있다. 같은 시간안에 일해도 어떤사람은 지겨워하지만 어떤이는 아
쉬워하는 사람이 있다. 당연히 전자는 일하기 싫어서 시간을 때우다시
피 근무하는 자일거고, 후자는 그 반대로 전력을 다해서 그일을 주인정
신으로 감당한 사람일것이다. 생각의 차이일뿐인데 생산적인면에서는
이 두사람의 결과는 엄청난 차이를 보이게 된다. 한사람은 만년 말단직
원에 머물거나 명예퇴직을 당할 가능성이 짙지만 다른사람은 승진도하
고 인정도 받게 될것이다.

‘아직도?’ 와 ‘벌써?’ 가 주는 차이는 상당하다. 성도의 삶은 ‘
벌써?’ 의 정신으로 살수 있어야 한다.
야곱이 칠년을 마무리할때 이런말을 했을것같다. ‘벌써 칠년이 지났
어요?’ 이뿐이 아니다. 라반의 속임수로 다른 칠년을 또 봉사하게 되
는데 그때도 칠년을 ‘벌써?’ 의 정신으로 감당하였다. 이유는 한가지
다. 성경은 그 이유를 설명하기를 ‘야곱이 라헬을 연애한 까닭’ 이라
고 말하고 있다.

그가 라헬을 사랑했기 때문이다. 이것이 사랑의 힘이다. 하나님에게는
하루가 천년같고 천년이 하루같으시다. 그분의 자녀인 성도들은 아버
지 하나님의 시간계산법의 노하우를 습득할 필요가 있다. 어떤정신, 어
떤마음으로 자신의 삶을 사느냐는 것은 우리 인생을 허락하신 하나님께
아주 중요한 부분이다.

이세상은 하나님을 믿는 사람들에게 마치 스쳐지나가는 정거장과 같
은곳의 의미이다. 중요하지 않다는 말이 아니라 영원히 머무르는 곳이
아니라는 뜻이다. 그러나, 하나님은 우리가 이곳에서 ‘아직도, 아직

도?’ 하며 주신 시간들을 게으르고 나태하게 살기를 원하지 않으신다.
어떤 일을 하든지 야곱의 정신을 가지고 청지기의 삶을 살기를 원하신
다. 그런모습이 바로 하나님을 영화롭게 하는 삶이다.

신약성경에 나오는 비유가운데 모래위와 반석위에 집을 짓는자의 이야
기가 나온다.모래위에 집을짓는자와 반석위에 집을 짓는자 모두 시간
을 아주 중요하게 생각한 사람임은 틀림없다.
하지만 전자는 시간을 자기의 유익을 위해서만 활용하여 단시간내에
빨리 집을 완공하고 다른일을 하든지 쉬든지 하려고 한 사람인 반면 후
자는 하나의 집을 짓는일이지만 훗날 그곳에서 살 사람을 위해서 시간
이 오래 걸리더라도 최고로 안전하고 튼튼한 집을 짓는데 시간을 활용
한 차이점이 있다.

그리스도인들을 시간을 맡은 청지기라고 부른다. 자신에게 주어진 시
간을 때우다시피 하는 사람은 절대로 진실한 삶을 살지 못하는 자이다.
왜냐하면 주인되신 하나님을 속이는 자이기 때문이다. 야곱이 비록 형
과 아버지를 속이면서까지 빨리 첫째가 되고싶었던 ‘아직도?’ 의 사
람의 삶을 처음에는 살았지만 하나님을 만나고 자신을 사랑하는 사람
을 얻기위해서는 ‘벌써?’ 의 사람으로 변화된것을 기억하자. 교회가
세상에서 조롱을 당하는 이유는 교회에 다니는 사람들의 세상에서의
삶 때문인 경우가 많다고 생각한다.

자신이 만나고 거래하고 교제하는 사람들에게 자신은 ‘아직도’ 의
사람인지, 혹은 ‘벌써’ 의 모습인지 볼수있기를 소망한다.

뉴저지 건강한 교회 김형일 목사



누군가의 **생명**과
 풍성한 **삶**을 위하여

1+

www.chanyang.org



15 Cedar Grove Lane, Somerset, NJ 08873
 교회 732.805.4050 Fax 732.805.0403
 어린이청소년교회 www.cynamu.org

복음과 사랑을 전파하는 교회

에리자베스 한인교회
 The Korean Presbyterian Church of Elizabeth (A29)
www.ekpch.org

보라 내가 새 일을 행하리니
 이제 나타낼 것이다.
 (이사야 43:19)

담임목사: 소재신

교회 활동 목표

신령한 예배/철저한 교육/풍성한 교제
 열심있는 전도/ 정성어린봉사

T. 908-354-8488
F. 908-354-4748
 700 Bayway Ave., Elizabeth, NJ 07202



초대교회의 건강함을 담고싶은 가정같은 교회
 뉴저지 건강한 교회에 당신을 초대합니다

뉴저지 건강한 교회
New Jersey Healthy Church

대한예수교장로회 합동미주총회

예배안내 및 GTM (Giving Tree Mission)


주일예배: 1:00 PM (1부), 2:30 PM (2부)
 주일학교: 2:30 PM
 새벽예배: 월-금 6 AM
 금요찬양기도회: 매주 금요일 8:00 PM


매일예배: www.facebook.com search: 뉴저지건강한교회
 무료악기레슨(색소폰 & 플루트): 주일오후 5시
 (연습시간은 변경될수 있습니다)

담임목사: 김형일 James H Kim

2815 Woodbridge Ave. Edison, NJ 08817
 Tel. 646-821-3445 E-mail: njhc704@gmail.com

www.WelcomeToWorship.org

 **세계로 교회**



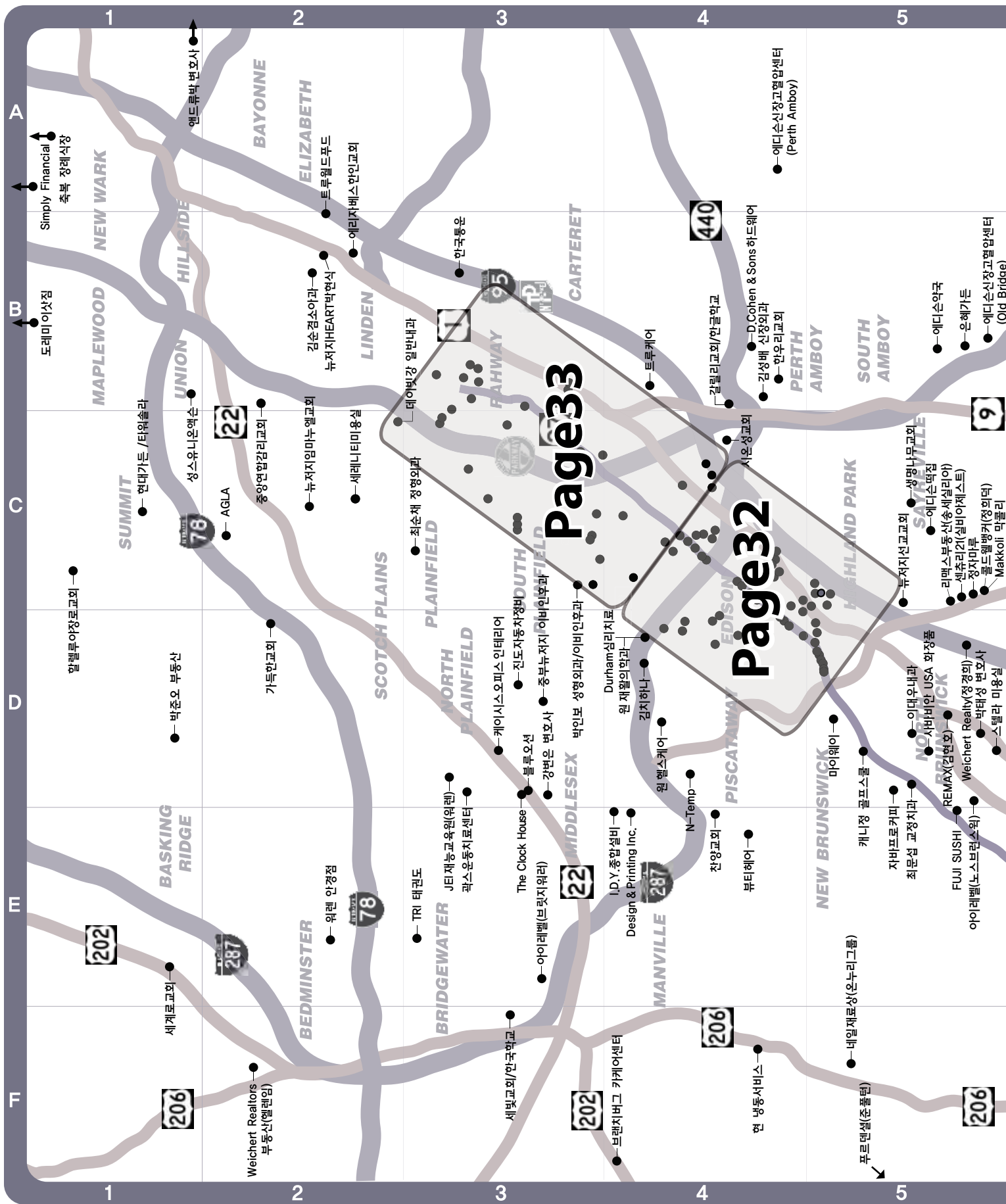
주일 및 새벽예배 안내

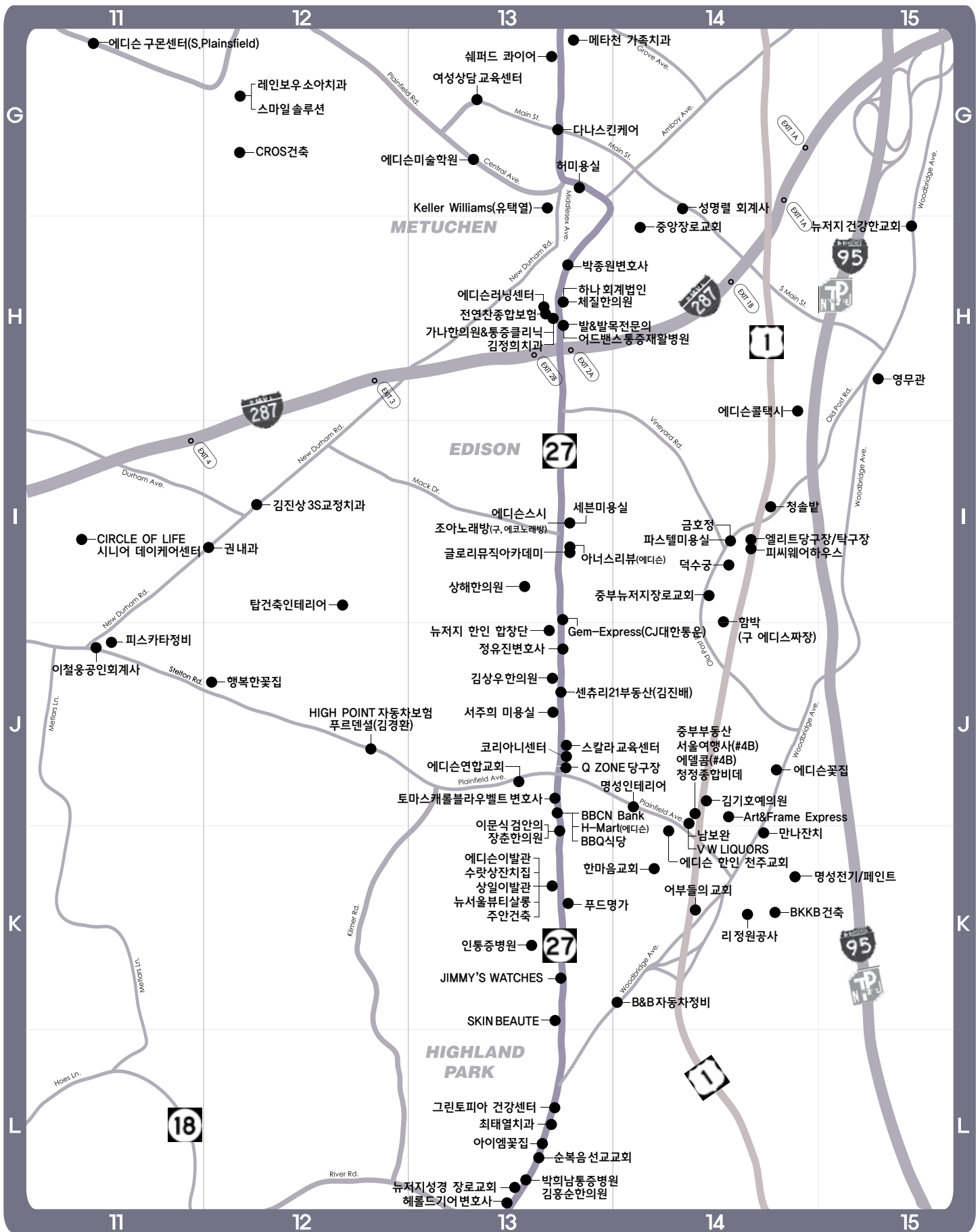
영어 예배: 10:00 am 스페니쉬 예배: 6:30 pm
 한국어 예배: 12:00 pm 새벽 예배 (월 - 금): 5:30 am

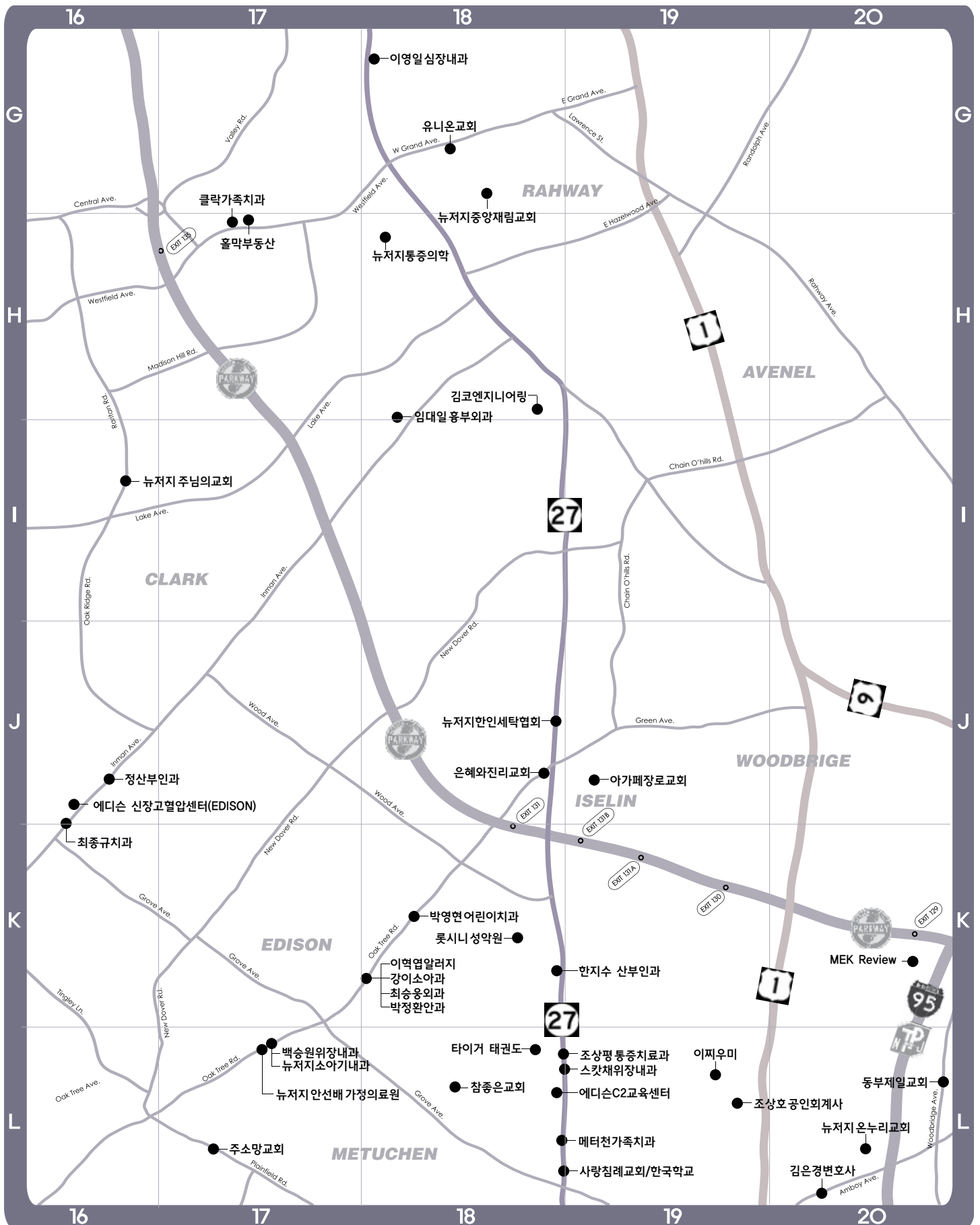
섬기는 이들

담임목사: 김대성 (Rev. Dr. Chester Kim)
 한국어 설교 협동목사: 이종안 (Rev. Dr Chong An Lee)
 한국어 협동목사/교육목사: 김의
 스페니쉬 협동목사: 실비오

교회 사무실: (908)766-2950 목사실: (908)229-6640
 US Route 202, 321 Mine Brook Road, Bernardsville, NJ 07924







중부 뉴저지 업소전화번호

가장 효과적인 중부 뉴저지 업소 광고! 오직 중부 뉴저지만을 위한 가이드!

중부뉴저지가이드는 뉴저지 중부지역의 모든 업소정보가
새롭게 업데이트되어 매월 각 가정으로 배달됩니다.

문의: 전화 732-469-4740 / 팩스 732-469-4741
이메일: cnjguide@gmail.com



가구					
케이시소오피스 인테리어	732-968-3236	D3	뉴저지 중앙재림 교회	732-259-7474	G18
건강			뉴저지 한인 교회	732-332-1101	A6
워터닥터	732-972-4510	B7	동부제일 교회	732-709-3114	L20
자바프로 커피	732-246-3232	D5	사랑침례 교회/한국학교	732-548-1898	L18
프린스톤 건강식품	609-279-1636	F6	생명나무 교회	908-420-9124	C5
건축관련			생명생 교회	732-239-5178	E6
김코엔지니어링	732-815-3242	H18	세계로 교회	908-766-9250	E1
들꽃조경	609-234-1838	F6	세빛교회/한국학교	908-229-2966	F2
리정원공사	732-688-4373	K14	순복음선교 교회	732-545-0101	L13
명성전기/ 페인트	732-777-1675	K14	시온성 교회	732-430-5217	C4
명성인테리어	732-331-4343	J14	아가페장로 교회	732-283-3551	J19
바울건축	732-539-4337	C6	어부들의 교회	732-887-5634	K14
에디슨 전기/플러밍	732-850-3654	C6	에리카베스한인 교회	732-248-7887	B2
우원건축	732-423-7393	C6	올네이션스 교회	609-395-7055	D7
주안건축	732-895-7854	K13	에디슨 한인 천주교회	732-572-0977	K14
탑건축인테리어	732-236-2903	I12	유니온 교회	732-396-0444	G18
현 냉동서비스	908-295-2264	F4	은혜와진리교회	732-439-6409	J18
AAMD 종합건축	732-964-9787	C7	좋은소리 교회	732-887-6878	C6
BKKB 건축	201-723-9573	K14	주소망 교회	732-205-0571	L17
CROS 건축	732-586-2563	G12	중부뉴저지그리스도의교회	참빛한국학교	
I.D.Y.종합설비	201-755-8232	E4	중부뉴저지장로 교회	732-695-2099	B9
검도			중앙연합감리교회	732-310-0022	I14
영무관	732-662-7944	I15	중앙장로교회	908-272-1995	B2
성무관	201-387-2200	C6	즐거움 교회	732-882-3575	H14
공인 회계사			찬양 교회	609-734-0110	F7
성명렬 공인회계사	732-549-3400	H14	찬좋은 교회	732-805-4050	E4
이근진 공인회계사	609-452-8282	F8	프린스톤사랑교회	908-307-7979	L18
이철웅 공인회계사	732-985-2232	J11	프린스톤연합 교회	609-945-2552	F7
이혜정 공인회계사	609-919-9207	E7	프린스톤한인교회	609-799-3400	F7
조상호 공인회계사	732-549-5168	L19	프린스톤한인장로교회	609-921-8895	E6
하나회계법인	732-603-8877	H13	한마음 교회	609-799-3400	E7
교회/천주교/한국학교			한우리 교회	908-930-4299	K14
가득한 교회	908-464-9760	D2	할렐루야장로 교회	732-952-3500	B4
갈릴리교회 / 한글학교	732-442-4442	B4	Flower Avenue 206	908-461-7599	C1
갈보리감리교회	732-613-4930	D6	꽃집		
꿈이있는 교회	732-485-1100	E6	아이엠 꽃집	732-354-3618	L13
뉴저지 건강한 교회	646-821-3445	H1	현대가든 / 타워슬러	973-728-4700	C1
뉴저지 믿음장로 교회	732-747-2991	A7	행복한 꽃집	908-764-2896	J12
뉴저지 성경장로 교회	732-887-4920	L13	Flower Avenue 206	609-454-3671	F7
뉴저지 선교 교회	732-220-9191	C5	노래방		
뉴저지 온누리 교회	732-661-9191	L20	조아 노래방	732-248-8445	I13
뉴저지 임마누엘 교회	908-317-0691	C2	농장		
뉴저지 주님의 교회	908-400-9768	I16	늘푸른 농장	609-259-0029	F10
			원저가든	609-922-1234	E7
			당구장/탁구장		
			Q Zone 당구장	732-985-2110	J13
			엘리트 당구장 / 탁구장	732-248-7887	I14
			미용/이발		
			7 미용실	732-287-5777	I13
			다나 스킨케어	732-906-8555	G13
			뷰티 헤어	732-302-1711	E4
			상일 이발관	732-572-9449	K13
			서주희미용실	732-205-0101	J13
			세레니티 미용실,스킨케어	908-654-5757	C2
			스텔라 미용실	732-422-4747	D5
			에디슨 이발관	732-777-9088	K13
			파스텔 미용실	732-650-0050	I14
			허 미용실	732-548-4823	G13
			Skin Beauty	732-626-5045	K13
			Total Beauty 미용실	201-543-3064	F8
			변호사		
			강병은 변호사	908-757-7745	D3
			김은경 변호사	732-225-3510	L20
			박중원 변호사	201-585-0731	H13
			박태성 변호사	732-422-3660	D5
			앤드류박 변호사	212-239-3680	A1
			정유진 변호사	732-662-7923	J13
			조재형 변호사	609-642-4488	F7
			토마스캐롤블라우벨트 변호사	877-676-7729	J13
			헤롤드기어변호사	732-249-4600	L13
			병원		
			강이 소아과	732-549-7007	K18
			김순겸 소아과	908-352-8383	B2
			김규수 산부인과	732-238-5400	D6
			정 산부인과	908-561-0022	J1
			한지수 산부인과	732-603-2122	K18
			권 내과	732-287-2273	I12
			김성배 신장내과	908-769-1440	B4
			뉴저지 소아기내과	732-744-9090	L17
			데이빗 강 일반내과	908-709-4114	C2
			백승원 위장 내과	732-744-9090	L17
			스티븐 김 내과	732-432-7400	D6
			스캇 채 위장내과	732-632-9777	L19
			이대우 내과	732-545-0202	D5
			이영일 심장 내과	732-574-0055	G18
			에디슨 신경과	908-757-6633	J16
			임대일 흉부내과	732-388-7999	I18
			김중성 성형외과 /이비인후과	732-727-1355	A6
			김창수 성형외과	732-780-0300	B9
			박인보 성형외과 /이비인후과	732-205-1311	C3
			최순채 정형외과	908-561-2122	C3
			중부뉴저지 이비인후과	732-205-1311	C13
			가든 한의원	732-668-2228	A6
			김상우 한의원	732-248-1980	J13
			김홍순 한의원	732-729-1075	C13

가나 한의원	732-321-1909	H3
장춘 한의원	732-287-8881	J13
체질 한의원	732-548-2222	H13
상해 한의원	732-248-3700	I13
프린스톤한의원	732-754-0392	F7
김진상3S교정치과	732-287-1223	I12
김정희치과	732-548-2255	H13
뉴이미지치과	732-432-8388	D6
레인보우 소아치과	732-452-0100	G12
메터천 가족치과	732-549-2099	C18
민 치과	732-566-4200	B6
박영현 어린이 치과	732-906-2001	K18
박패밀리 치과	732-548-1218	G14
오민정치과	609-924-4421	F7
최문섭 교정치과	732-846-6262	D5
최종규 치과	908-754-9322	J16
최태열치과	732-572-2411	L13
클락가족치과	732-669-0800	H17
프린스턴 패밀리 치과	609-779-0500	E7
프린스톤 프리미어 치과	609-936-0040	F7
프린스톤 소아치과	609-924-0404	

Advanced Center for Orthodontics	732-308-0022	C8
Gentle Dental Provider	646-703-2848	B10
KIDSFIRST 소아치과	732-970-8184	B6
팍스 운동치료센터	732-356-5507	D3
뉴저지 안선배 가정의료원	732-321-5100	L17
뉴저지 HEART 박현식	908-354-8900	B2
뉴저지 통증의학	732-372-0222	H18
박정환 안과	908-822-0070	K18
박희남 통증병원	732-342-7575	C13
발&발목 전문의(공석일)	732-635-0400	H13
스마일 솔루션	732-516-1999	G12
이문식 검안의	732-393-1210	J13
어드밴스 통증재활병원	732-516-1060	H13
에디슨 신장 고혈압센터		
· Perth Amboy	908-769-5206	A4
· Edison	908-769-1440	J16
Old Bridge	908-769-1410	B5
원 재활의학과	908-412-0900	C4
원 헬스케어	732-981-1111	D4
이혁엽 알러지과(에디슨)	732-767-0955	K18
인 통증병원	732-287-1990	K13
조상평 통증치료과	732-494-9111	L19
최승웅 외과	908-769-1020	K18
트루케어	908-769-1445(한)	B4
Durham 심리치료	908-412-0902	C4

보험		
전연찬 종합 보험	732-767-6601	H13
푸르덴셜(김경환)	732-491-4724	J12
푸르덴셜(준플턴)	908-874-3400	F5
High Point 자동차보험	732-491-4724	J12
AGLA(문옥주)	201-699-8970	1B

부동산		
REMAX(김현호)	908-227-1937	D5
REMAX(세실리아 송)	908-705-3506	C5
Keller Williams(유탭열)	732-549-1998	G13
Weichert Realtors 애니전부동산	908-890-1789	F7
박준오 부동산	908-591-0094	D1
수지염부동산	732-462-4242	C7
센츄리21 부동산 (김진배)	732-682-5137	J13
센츄리21 부동산(황은진)	732-757-8803	C6
문유미 부동산	609-865-3644	F7
오수잔 부동산	732-536-3636	C7
ERA Realty (석동성)	732-939-7388	B9
조정애 부동산	732-343-2501	E6
중부 부동산	732-777-7979	J14
Weichert Realtors 부동산(헬렌임)	908-507-2428	F2
Weichert Realtors 부동산(정경희)	732-247-7800	D5
클드웰 뱅커(정희덕)	732-673-6322	C5
클라라 (Clara) 부동산	908-330-8134	C6
홀막부동산	908-232-0066	H17

선물 백화점		
헬로키티 (H-마트내)	201-599-6633	I14

시계		
Jimmy' s Watches	732-985-6363	K13
The Clock House	732-968-1141	D3

식당		
김치하나	908-755-0777	D4
금호정	732-650-1588	I14
남보완	732-985-1333	J14
덕수궁	732-248-1775	I14
마이웨이	732-545-5757	D5
스시 하우스	732-607-0018	C6
에디슨 스시	732-650-0007	I13
함박 (구 에디슨 짜장)	732-572-0600	J14
이찌우미	732-906-2370	L19
정자마루	732-698-1113	C5
청솔밭	732-287-1234	I14
코너치킨,산수갑산(H-마트내)	732-985-4300	I14
훈스시	609-269-5800	F8
Makkoli (막콜리)	732-967-8900	C5
FuJI Sushi	732-246-8588	E5

식품/잔치집		
만나잔치	732-777-0008	K14
트루월드푸드	908-351-9090	B2
푸드명가	732-354-4217	K13
H마트(에디슨)	732-339-1530	I14
Route 1 Farm Market	609-771-4341	F8
수랏상 잔치집	732-287-6719	K13
에디슨떡집	732-238-1614	C5

안경점		
워렌 안경점	908-546-7000	E2

양로/요양원		
은혜가든	732-672-1684	B5
써클 오브 라이프	908-307-2437	I11
영 옛 하트 데이케어 센터	732-578-1888	A7
은빛 요양원	908-565-6990	A7

약국		
그린토피아 건강센터	732-640-2009	L13
에디슨약국	732-721-3600	B5

여행사		
서울여행사	732-339-0033	J14

예의원		
김기호 예의원	888-424-0404	J14

은행/모기지 융자		
BBCN 은행	732-839-0640	J13
Simply Financial	201-464-1001	A1
애플 SBA 융자	732-275-1992	A6

이삿짐/운송/관세사		
도레미이삿짐	201-937-4594	B1
Gem-Express	732-253-7300	J13
한국통운	908-862-2002	B3
한진택배(H-Mart 내)	732-339-1212	J13

인쇄소		
Design & Printing, Inc	732-469-4740	D4

자동차 정비		
진도 자동차 정비	908-755-9292	D3
브랜치버그 카 케어센터	908-526-2420	F4
성스 유니온 엑스	908-687-6464	B1
피스카타 정비	732-393-1007	J11
B&B 자동차 정비	732-985-9500	K14

장례식장		
촉복 장례식장	205-602-1911	A1

제과점		
뚜레쥬르 (H-마트 내)	732-985-4588	I14

철물점		
D. Cohen & Sons 하드웨어	732-826-2359	B4

컴퓨터 판매 /수리		
피씨 웨어하우스	732-287-0734	I14

콜택시		
에디슨콜 택시	732-448-9000	H14
이지콜 택시	732-485-1131	D6

학교/학원		
총회신학대학	732-688-0588	D6
글로벌뮤직아카데미	732-287-6677	I13
로시니 성악원	732-548-0561	K18
브런스워 뮤지컬원	732-238-2828	D6
아너스리뷰 교육센터		
· 프린스톤 정선센터	609-799-1212	F7
· 이스트브런스워	732-254-3349	D6
· 모겐빌	732-851-4321	C7
· 에디슨	732-650-9292	I13

에디슨 구몬센터		
· 에버딘	732-290-2334	B6
· S. Plainfield	908-753-0111	G11
에디슨 미술학원	908-380-0984	G13
에디슨 C2 교육센터	732-516-9700	L19
에디슨 러닝센터	732-744-0630	H13
아이레벨(브릿지 워러)	908-396-2000	E3
아이레벨(노스브런스워)	732-594-1183	D5
씨씨비 프린스톤	609-924-1888	F6
스칼라 교육센터	732-777-1144	J13
정 바이올린	732-687-9206	B9
코리아니센터학원	732-692-8130	J13
JEI 재능교육원(워렌)	908-791-1998	D3
JEI 재능교육원(프린스턴)	609-897-1072	F7
JEI 재능교육원(이스트브롱스)	732-688-0588	D6
SB 종합교육원	732-688-0588	D6
MEK Review	855-346-1410	K20

협회/센터		
뉴저지 한인 합창단	908-239-0366	J13
뉴저지한인세탁협회	732-283-5135	J1
여성상담교육센터	732-321-0808	G13
중부뉴저지한인회	732-485-2042	D6

스포츠		
캐니정골프스쿨	201-887-6876	D5
방커힐 골프코스	908-359-6335	F6
FIELD SPORTS COMPLEX	732-651-7500	C6
TRI 태권도	908-704-9977	E3
타이거 태권도	732-906-9077	L18

기타		
Art& Frame Express	732-777-0887	J14
네일재료상 (온누리 그룹)	732-614-8019	F5
V W liquor(에디슨 리커)	732-572-5127	J14
백양 쌍방울(H-마트 내)	732-985-2623	I14
밀레오레(H-마트 내)	732-985-1946	I14
사바비안 USA 화장품	732-545-0021	D5
쉐퍼드라이어	917-330-8557	G13
아모레 (화장품, H-마트 내)	732-985-6200	I14
로렌스빌 렉서스	888-240-7526	F8
Zoa Plants	732-325-0359	D5
정관장 홍삼	732-339-1212	J13
N-TEMP	732-850-6133	E4

.....
 : 중부뉴저지 업소 전화번호는 :
 : 무료로 제공해 드리는 :
 : 페이지 입니다. :
 :
 : 업소정보 업데이트를 원하시면 :
 : 바로 연락주세요. :
 :
 : Tel:732.469.4740 :
 : Fax:732.469.4741 :
 : Email:cnjguide@gmail.com :
 :
 :

꿈을 잃은 어린이들에게
Compassion
 그리스도의 사랑을

컴패션(Compassion)은, '함께 고통을 나눈다' 는 의미이며, 1952년 미국인 에버렛 스완슨 목사에 의해 설립된 국제어린이양육기구입니다. 한국 컴패션은 첫 수혜국으로 1993년까지 41년 동안 10만명 이상의 한국어린이들이 도움 받았습니다.

한국전쟁당시 세계에서 두번째로 가난했던 나라, 이젠 세계 3위의 컴패션 후원국가가 되었습니다. 지금 2010년 현재로 수혜국 26개국에서 110만명의 어린이들이 후원을 받고 있습니다.



우리나라 홍보대사 신애라씨는 컴패션을 소개하는 자리마다 앞장서 컴패션을 통해 얼마나 많은 아이들이 기회를 가지고 꿈을 키워갈수 있는지 소개하며 더욱 많은 이들이 동참하도록 돕고 있습니다.



"Let the little children come to me, and do not hinder them, for the kingdom of God belongs to such as these."
 (Luke 18:16)

“어린이에게 **희망**을
선물해 주세요”

■ **SPONSOR A CHILD** FOR ONLY
\$38 PER MONTH

1:1 어린이 양육 프로그램

후원자가 어린이와 1:1 양육을 맺어 3세부터 고등학교 과정을 마칠 때까지 매달 \$38로 어린이를 후원하는 프로그램입니다. 어린이에게 종합적인 교육의 기회를 제공함으로써 이들이 하나님이 주신 특별한 재능을 발견하고 미래의 지도자로 성장 할 수 있도록 돕는 것이 목적입니다. 1:1 어린이 양육 프로그램은 어린이의 고른 발달을 위하여 신체적, 사회/정서적, 지적, 영적 4가지 분야로 나누어 진행하고 있습니다.

꿈을 잃은 어린이들에게
Compassion 후원신청
 그리스도의 사랑을

WWW.COMPASSION.COM / CALL(한국어):1-562-483-4300
 한국어 후원 사이트 WWW.COMPASSION.OR.KR

귀사의 고객을 위한
연말 카드를 준비 하세요

커스텀 제작도 가능



 **Design & Printing, Inc.**
Tel: 732.469.4740
428 Lincoln Blvd. Middlesex, NJ 08846


Sticker  is

personalizing your device
with a **new look**

www.stickeris.com



- Mobile Phone
- Tablet
- Beats Headphones

Sticker  is 는 케이스가 아닌 부착방식의 디자인 스티커 입니다.

세상의 빛
세빛교회
Sebit Church

부르시는 하나님, 찾아가는 교회



Tel. 908.229.2966

424 Garretson Road, Bridgewater NJ 08807

주일예배 : 2PM, 주일학교예배 : 2PM

담임목사 : 손태환

**가장 효과적인 중부뉴저지 업소광고!
오직 중부 뉴저지만을 위한 가이드!**

'중부 뉴저지 가이드'는 뉴저지 중부 지역의 모든 업소 연락처가 새롭게 업데이트 되어 매월 각한인 가정에 무료로 배달 됩니다.

The central New Jersey guide is distributed monthly to all Korean families in central New Jersey.

www.cnjguide.com



중부
뉴저지
가이드

www.cnjguide.com

으로 성함과 주소를 알려주시면 다음 달 부터 받아 보실 수 있습니다.

Tel.732.469.4740 Fax.732.469.4741
cnjguide@gmail.com

은빛요양원

Gateway Care Center

139 Grant Ave., Eatontown, NJ 07724

908-565-6990 or 732-939-1677

뉴저지의 유명한 Long Branch 바닷가와 가까운 은빛 요양원은 시원한 바다 바람과 함께 깨끗한 시설로 여러분을 모십니다.

- ▶ 한인간호사
- ▶ 전문재활치료
- ▶ 한식제공
- ▶ 한국방송
- ▶ 장·단기 치료

