



Central New Jersey Guide

중부뉴저지가이드

뉴저지 중부지역 한인들을 위한 생활안내



문유미부동산 Weichert Realtors
 NJAR Circle of Excellence Award 2002-2005,2008



프린스턴 지역 전문

Weichert Realtors Cell: 609.865.3644
 www.YoomiMoon.com

E-Mail: Yoomi@YoomiMoon.com

53 Princeton-Hightstown Rd, Princeton Junction, NJ 08850

Dr. Hee Nam Park D.C. 척추신경전문의
박희남 통증병원

• 교통사고 및 직장상해 • 척추측만증 • 디스크 감압치료

TEL: 732.342.7575

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

www.hkimacupuncture.com

경희 김홍순 한의원
 ACUPUNCTURE & HERBS

732-729-1075

Fort Lee Office: 201.224.3000 Highland Park Office: 732.729.1075

1 월호 2013

전통 한국음식의 자존심 명가의 정성을 담아드립니다. **웍빙식**

푸드명가

"No! 조미료"

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

1636 Lincoln Highway, Edison (732)354-4217

GLORY music

음악원 • 악기점

- 뮤직레슨 (5세부터 장년)
- 악기판매 및 대여
- 악기수리
- 피아노 조율 및 수리 (경력 20년-공인 조율사)

2056 Lincoln Hwy, Edison NJ, 08817 732.287.6677

"사람을 소중히 여기는 마음, 바로 인의 마음입니다."

"카이로프랙틱과 통증의학과를 신설해서 운영합니다"

인병원 중재활 한방

교통사고 • 물리치료 • 한방치료 • 통증의학 • 카이로프랙틱

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

HYUNDAI Circle

최진선

Business 732.741.3130 ext. # 284
 Direct 732.704.9284
 Cell 732.299.0562
 Website www.circlehyundai.com
 E-mail jinsun@circleauto.com jin6805@gmail.com

641 Shrewsbury Ave., Shrewsbury, NJ 07702

헤롤드기어 변호사 HAROLD J. GERR
 Attorneys At Law

사고를 당하셨습니까?

자동차 혹은 트럭사고 / 적주나 디스크에 관련된 사고 / 공사현장 사고
 직장내 사고 / 배가 부러진 경우 / 범죄로 희생양이 되신 사고
 각종 상해 / 탈골인 경우 / 슈퍼마켓에서 떨어진 물건으로 인한 사고
 미끄러져서 넘어진 사고 / 사망 / 개인택시 사고 / 기계잡숫으로 인한 사고

오랜경험의 변호사들이 도와드리겠습니다.
 영어가 불편하신 분들은 한국말로 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

Sticker is

www.stickeris.com

- Mobile Phone
- Tablet
- Beats Headphones

Sticker is 는 케이스가 아닌 부착방식의 디자인 스티커입니다.

732.469.4740

Design & Printing Inc.

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



A Korean tradition made in America. Since 1982

Happy new year 2013

“2013년 계사년이 밝았습니다. 소망하시는 일들 모두 이루시기를
진심으로 기원드리며 새해 복 한아름 받으십시오.”



2012년은 H마트 30주년을 맞이하여 지난 시간을 돌아보는 특별한 한해였습니다. 가족과 친구들이 맛있는 음식과 소중한 추억을 나누는 모습은 저희에게도 특별하며, 행복과 추억이 더욱 넘치는 새해가 되기를 기원합니다. H마트는 앞으로도 한국의 맛과 전통을 자랑스럽게 이어갈 것을 약속드리며, 최저의 가격, 최고의 상품으로 정성껏 준비해서 고객님의 사랑에 보답하겠습니다.

2012 was a special year, not only did it mark our 30th year Anniversary it made us reflect on the things that are important life. To us it's the joy food brings to our family. Sharing time together chopping vegetables. Laughing about life over Korean BBQ. Enjoying sweet conversation while making dumplings. Good food brings the family closer, it shows love, and most importantly it starts traditions forever remembered.

We look forward to all the new ways to get families closer in the New Year and the new traditions that will emerge. Wishing you a year overflowing with good food, family and fortune from your friends at Hmart."

HMART GIFT CERTIFICATES

최고의 실속있는 선물, H마트 상품권

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

2013년 새해, 소중하고 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

사과의 책임 소재와 보상

교통사고로 인한 부상에 대한 보상금을 청구할시에는 얼마나 다쳤느냐가 중요합니다. 수술을 했느냐 안했느냐, 병원을 얼마 동안 다녔느냐, 응급실을 갔느냐, 골절상을 입었느냐의 여부 등등... 그런 점들이 케이스의 값어치를 결정짓는데 중요한 요인입니다. 하지만 그 이전에 중요한것은 누구의 잘못으로 사고가 났느냐입니다.

예를 들어드릴것입니다. 교차로에서 본인이 빨간불에 지나가서 파란불에 달린 다른 차와 사고가 났다면 보상금을 받을수가 없습니다. 그런 경우에는 부상이 아무리 심각해도, 심지어 수술을 한다한들 보상금을 받을수가 없습니다. 그러니까 부상의 심각성 이전에 우선 중요한 것은 누구의 잘못으로 사고가 났느냐입니다. 재판에서는 원고측이 모든 주장들을 증명할 의무가 있으므로, 원고측이 상대방의 과실로 사고가 발생했음을 증명하지 못하면 보상금도 받을수가 없는 것입니다.

물론 과실 판단이 간단한 사고도 많습니다. 본인의 차가 서있는데 뒤에서 상대방이 들어 받으면 이것은 무조건 백퍼센트 상대방 잘못입니다. 하지만 세상에는 상대의 과실이 분명한 사고보다 누구의 과실인지 불분명한 쌍방 과실로 인한 사고도 많습니다. 두대의 차들이 신호등을 보고 교차로에 진입하는 중에 사고가 날수도 있고, 또 그러한 경우에는 두 운전자들이 자신들의 신호등이 파란불이었다고 주장합니다. 따라서 누구의 과실인지를 밝히는 것이 쉽지 않습니다. 또한 두대의 차들이 서로 차선을 바꾸면서 사고가 발생 할수도 있는데 이러한 사고 역시 책임소재를 밝히는 것이 쉽지 않습니다. 따라서 중요한 것은 우리 같은 사고상해 변호사는 상대방의 과실을 증명해내는 능력을 가지고 있어야 합니다.

또한 뉴욕과 뉴저지는 원고가 보상금을 받을 수 있는 데에 요구되는 상대방의 과실의 정도가 다릅니다. 뉴욕에서는 상대방의 과실로 인해 사고가 발생했다면, 원고의 과실에 대비한 상대방의 과실 만큼의 보상을 받을 수 있습니다. 그말은, 원고의 과실이 피고의 과실보다 많다고 하더라도, 피고의 과실이 있었다면 원고는 그만큼에 해당하는 보상을 받을 수 있다는 말씀입니다. 예를 들어서 두대의 차가 교차로에 진입하다가 사고가 나고 두 운전자가 서로 자기가 파란 신호를 갖고 있었다고 주장을 하고 따로 증인이 있지 않다면 이 사고의 책임소재는 쌍방 50 대 50 과실로 정해질 가능성이 무척 큼니다. 그렇게 되면 원고는 자신의 부상의 가치의 50 퍼센트에 해당하는 보상을 받을 수가 있습니다. 왜냐하면 피고의 과실인 50 퍼센트에 대한 보상만 받을 수 있기 때문입니다. 예를 들어서, 만약 부상의 값어치가 10만 불이라고 하면 본인의 과실만큼 보상금이 줄어들어서 결국은 오만불로 합의가 될수 있습니다.

하지만 뉴저지는 이와 다릅니다. 뉴저지에서는 사고로 인한 보상을 상대방으로부터 받으시려면 상대방의 잘못이 적어도 51퍼센트라는 것을 원고측이 증명해야만 합니다. 뉴저지에선 상대방의 잘못이 50퍼센트 이하로 판명이 되면 우리측이 아예 보상을 받지 못하도록 법이 되어 있습니다. 하지만 일단 상대의 과실이 최소한 51 퍼센트 이상이라면 원고측은 그 상대방의 상대적 과실에 대한 만큼 보상을 받을 수 있습니다. 이런 이유로 뉴저지에서는 사고의 과실이 불분명한 경우에는 보상금을 받아내기가 뉴욕 보다 더 어렵습니다. 뉴욕과 뉴저지의 이러한 차이점은 사고를 당하시고 소송을 생각하실때에 꼭 고려하셔야 할 사항입니다. 이러한 면에 더 궁금한 점이 있으시면 연락주십시오.



한인사회와 함께하는
강력한 변호사 앤드류 박
교통사고 전문·최대 보상

새해에도 더 큰 기쁨으로 보답할 수 있도록 노력 하겠습니다.
 날마다 새로운 웃음을 웃으시는 행복한 새해를 맞이하십시오.

같은 사고 ! 다른 결과 !



24시간 무료 상담

917 · 392 · 1316

718 · 846 · 1100 변호사님이 Edison NJ에서
직접 무료 상담 합니다

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

www.andrewparkpc.com

치매 예방 십계명

간단한 훈련을 통해 우리는 치매라는 병으로 사람의 기억력, 판단력, 언어능력 그리고 결국에는 육체적인 건강까지 차츰차츰 강탈해 가는 병을 얼마정도는 예방할 수 있다고 관계된 여러 분야의 전문가들은 말하고 있다.

여기 치매 예방 십계명은 매우 일반적인 것이다. 그러나 우리가 이 십계명을 꾸준히 하기를 애쓰면 우리들의 일상의 삶도 매우 풍성해 지며, 또한 매일을 멋지게 사는 것으로 많은 도움이 된다.

1. 아침에는 힘차게 일어날 것임:

규칙적으로 일어나며, 피곤하다고 더 자거나 이불 속에서 멍기적 거리고 있으면 더욱 피곤해진다.

2. 하루에 해야 할 일을 생각하고 오늘 일은 오늘에 하도록 노력을 한다.

하루에 해야 할 일 너무 많다고 느껴져도 하나씩 차분히 기도하면서 해 나가면 된다.

3. 힘차게 걸어 다닐 것임:

걸음걸이는 그 사람 건강의 바로미터라고도 한다. 나이가 많아지면 힘차게 걷고 싶어도 우리의 몸이 협조를 하지 못한다.

4. 시간을 정해 놓고 책을 읽을 것임:

책을 읽는 것은 우리들의 일상의 삶에서 매우 중요한 것이다. 나의 고정관념을 변화시키며, 우리들의 생각의 범위를 크게 하기 때문이다. 특별히 생명의 책인 성경은 영혼을 사리며 살아가는 올바른 법과 이 세상에서 영원에 잇대어 살아가도록 확신을 주는 책이기 때문에 시간을 정해 놓고 매일 읽는 것은 매우 중요하다.

5. 웃는 훈련을 반복할 것임:

웃음은 우리들의 마음과 육체를 치료시킨다는 과학적인 근거가 있다고 많은 학자들이 한 목소리로 강조한다.

6. 말하는 법을 배울 것임: 해야 할 말과 아닌 말을 구분하는 것이 중요하다.

아무리 아름다운 말이라도 적절한 때에 하지 않으면 마음을 상하게 할 수도 있다. 성경 잠언에서는 말에 대해서 많이 말씀하신다. 잠언은 31장으로 되어 있기 때문에 하루에 한 장씩을 읽는 것이 바람직하다. 잠언 16:24 “선한 말은 꿀 송이 같아서 마음에 달고 뼈에 양약이 되느니라.”

7. 하루에 한 가지씩 좋은 일을 할 것임:

내 형편에 따라서 하는 것이다. 이웃을 살피고 그분들이 무엇이 필요 한가를 알아보고 도와드리는 것이다. 어떤 분은 따뜻한 위로의 말 한 마디가 가장 좋은 일일수도 있다

8. 자신을 해방시킴:

고정관념에서 벗어나는 일이다. 고정관념은 우리를 무섭게 묶어 놓는 범인이다.

9. 습관을 UP-Grade:

습관 중에서 가장 중요한 습관은 “행복한 습관” 이다. 행복한 습관의 첫째는 기뻐하는 습관이다. 즉 먼저 하나님을 기뻐하는 습관을 길러야 한다(느헤미야 8:10). 진정 행복한 사람은 하나님의 구원에 대한 확신이 있는 사람이고 구원의 확신이 있는 사람만 하나님을 기뻐한다. 하나님을 기뻐하면 하나님이 하나님의 소원을 기뻐하는 우리를 통해서 이루어 가신다.

10. 매일의 삶을 점검할 것임:

하루를 돌아보는 것이다. 우리가 back mirror를 보는 것은 앞으로 잘 전진하기 위해서다. 디모데전서 4:8 “육체의 연단은 약간의 유익이 있으나 경건은 범사에 유익하니 금생과 내생에 약속이 있느니라.” 여기의 경건은 “하나님 아버지 앞에서 정결하고 더러움이 없는 경건은 곧 고아와 과부를 그 환난 중에 돌보고 또 자기를 지켜 세속에 물들지 아니하는 그것이니라.” (약보서 1:27)

은빛 요양원 디렉터 박헌 자 목사



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

“사람을 소중히 여기는 마음, 바로 인의 마음입니다.”

“카이로프랙틱과 통증의학과를 신설해서 운영합니다”

인병원 통증 재활 한방

교통사고 • 물리치료 • 한방치료 • 통증의학 • 카이로프랙틱

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



'영 앳 하트' 시니어 데이센터

"대화 상대 필요해 나와보니 정겹고 가족같은 분위기 좋아"



공기가 맑은 이튼타운에 자리잡아 가족같이 모든 것을 챙겨주는 직원들의 서비스가 좋다는 영 앳 하트 시니어 데이센터.

2년전부터 영 앳 하트 데이센터에 다니고 있다는 김윤걸(76)씨는 "혼자 살기 때문에 대화할 사람이 필요해 나오기 시작했다"며 "성격도 명랑해 지고 같이 이용하는 동료들의 애로사항을 전달하는 반장 역할을 맡고 있다"고 자신을 소개했다. 또한 "센터에 오는 사람들이 서로 대화가 잘 통하고 직원들은 가족처럼 필요한 것들을 잘 챙겨준다"고 했다.

영 앳 하트 데이센터만의 자량이 있다면 자체 식당을 갖추고 있어 건강에 좋은 식단으로 짜여진 노인들 입맛에 딱 맞는 한식을 제공한다는 것을 들 수 있다. 소화하기 쉬운 음식으로 정성스럽게 만들어 따듯한 상태에서 나눠먹는 음식으로 가족같은 정이 쌓인다.

영 앳 하트 데이센터는 오전 9시 부터 오후 2시 까지 운영하며 이용자의 집이 센터와 거리가 멀어도 집에서 센터로 다시 센터에서 집으로 다니는 안전한 교통편을 제공하고 있다. 루트 18번 고속도로와 접근이 가까워 이동이 편하며 풍광 좋기로 유명한 롱브랜치 바닷가의 시원한 바람을 즐길 수 있고 깨끗하고 쾌적한 시설을 갖추고 있다. [732-578-1888](tel:732-578-1888)

글쓴이 : 최현주

바닷가에서 살짝 들어가 울창한 숲을 품은 동네 이튼타운에 자리잡은 시니어 데이센터 '영 앳 하트'는 아늑한 분위기가 정겨운 실내 공간에 가족같이 친근한 직원들의 서비스로 편안한 센터다. 노인들의 신체적 심리적 건강을 돌보기 위해 2006년 중부뉴저지 지역에 처음으로 생긴 한인시니어 데이센터로 현재 35명 정도가 이용하고 있다.

센터를 처음 열었을 때부터 이용하는 노인들의 평안을 살피며 필요한 서비스 제공을 맡고 있는 사공태문목사는 "의사 진료 예약부터 처방받은 약을 제시간에 드시는 것까지 모든 과정에 항상 동행한다"며 "영어나 난해한 의학용어에 대한 설명은 물론이고 각자 집으로 돌아가서 잊지 않고 약을 챙겨드릴 수 있도록 시간대별로 구분해서 드린다"고 한다. 두명의 간호사가 센터에 풀타임으로 상주하면서 노인들의 건강을 돌보고 오 경속간호사는 건강한 생활에 필요한 지적 신체적 활동으로 구성된 다양한 액티비티 프로그램을 준비한다.

직원들은 노인들의 사소한 변화도 주의깊게 살피고 기억하는 것은 물론이며 노인들의 가족들과도 항상 긴밀한 관계를 맺고 있다. 센터 이용자의 건강 관리 뿐만 아니라 일상생활에서 생기는 불편을 해소하는데 도움이 될 수 있도록 최선을 다한다. 현대 문명의 편리한 기술이나 제도적인 변화, 젊은이들의 생활양식 등은 센터 이용자들이 살면서 익혀온 지식과 기술로는 감당할 수 없을 정도로 빠르게 변하고 있어 적응하는데 시간이 필요한 노인들에게는 항상 도움이 필요한 일들이 생기게 된다. 센터를 이용하는 노인들의 문제를 신속히 해결하기 위해 항상 메모하는 습관을 갖고 있는 최원영 담당자는 "센터에 계신 시간외에 가정에 돌아가서도 무슨 일이 있었는지 알기 위해 가족들과 소통하고 있다"고 했다.



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

겨울철 운전에 대한 몇 가지 유용한 팁

콜로라도처럼 높은 고도에 거주하시거나, 노스 웨스트, 눈보라가 발생하기 쉬운 뉴 잉글랜드 같은 지역, 또는 눈 비가 많이 오거나 하는 때는 모든 드라이버들이 안전하게 목적지에 도착했는지 확인하기 위해 수행해야 몇 가지 기본적인 조치가 있습니다.

강우량이 많은 기온이 영하로 떨어졌을 때, 짧은 낮 시간과 함께 더 많은 사고를 예방하기 위해 여러분의 차 상태를 확인하고 준비된 후 도로에 나가는 습관이 매우 중요합니다. 가장 쉬운 몇 가지 예를 들어보겠습니다.

와이퍼는 비나 눈을 밀어내므로 자주 사용됩니다. 고무 블레이드는 자주 교체하는 것이 좋은데, 지금같이 겨울에 교체하는 것이 좋은 시간입니다.

또한 지금은 defoggers가 제대로 작동하는지 확인 하는 시기입니다. 전면과 측면 유리는 일반적으로 유리에 걸쳐 엔진에 의해 가열 따뜻한 공기를 불어 넣어서 지워집니다. 통풍구 사이에 공기를 리디렉션 스위치가 제대로 작동하고 엔진이 따뜻해진 후 그 온수 공기가 나오는 있는지 확인합니다.

겨울이 defoggers와 히터를 포함하여보다 쉽게 운전하는 데 도움을 주는데 있어 추가 시스템의 대부분은 전기 공급과 때때로 폭발 퓨즈가 있습니다. 항상 여분의 퓨즈의 패키지를 선택하고 만일의 경우에 대비해 자동차 앞 좌석 박스에 보관하는 것이 좋습니다.

밤에 또는 회색 겨울 일에 운전하든, 당신의 헤드 라이트 및 미등은 도로와 장애물을 볼 수 있도록 돕고, 또한 이것들은 다른 운전자들이나 보행자에게 더 잘보이게 돼 있죠. 모든 빛과 신호의 전원을 켜고 전구나 차의 빛을 확인하고 브레이크 페달에 발을 올려서 밝아도보고 하는 것을 잊지 마십시오. 안전한 거리 간격은 겨울 운전에 있어 충돌을 방지하고 사고를 줄이기 위해 더 더욱 중요합니다.

겨울도로에 물, 얼음 또는 눈으로 덮여있을 경우, 타이어는 차량의 안전 운전에서 중요합니다. 바퀴 자국이 마모에서 오는 미끄럼방지를 위해 타이어를 새로운 걸로 바꾸는 중요한 시기입니다. 온도가 정기적으로 45도 화씨 아래 지역에 살고있는 사람들은 겨울전용 타이어 세트를 고려해야 합니다.

만약에 대비해 트렁크에 타이어 체인을 보관하는 것도 고려하십시오. 더 추워지기 전에 지침서를 미리 숙지해두고 체인 설치 연습을 해 보는 것도 좋은 방법입니다. 미리 연습해두면 예상치 못한 날시에 일어나는 사고에 능숙하게 대처 하실 겁니다. 부동액은 제대로 흐르는지, 누출이 없는지 확인하기 위해 겨울 전에 체크 아웃 하는 것이 좋습니다.

추운지면 배터리가 힘을 잃게되어 시동거는데 있어 자동차가 무리 받죠. 대부분의 자동차 부품 상점, 서비스 센터 및 딜러는 무료로 배터리를 테스트로드로 기회를 활용하고 당신이 좌초되지 않도록 필요한 경우 새 배터리에 교체 해야 합니다.

오점과 먼지등 앞 유리를 깨끗하게 유지 하기위해 정기적으로 확인하고.

항상 유리 와서 유체를 사용하십시오.

당신이 어둠 속에서 불편한 점이 발생할 경우에 대비해 손전등과 새배터리는 매우 유용하게 사용 될 것입니다. 차 트렁크나 뒷좌석에 담요가 있다면 예상치 못한 차 견인이 있을 경우 잠시 기다리는데, 당신을 따뜻하고 유지하는 데 도움이 될 것입니다.

만약 차량의 제조업체에서 제공하는 긴급 출동플랜이 없는 경우, 지금이라도 등록 하는 것도 좋은 방법이라 사려됩니다. 보험 회사나 무선 제공 업체 등 많은 기업들과 같이 현대차도 roadside assistance plan길까지 연계할 수 있습니다. 사고가 발생하고 견인이 필요하게되면 당신에게 돈과 번거 로움을 많이 저장할 수 있습니다.

현대차는 숙련된 직원들과 함께 여러분의 차량이나 여러분의 안전을 위해 항상 노력합니다.

준비된 겨울운전은 여러분의 안전은 보장합니다.

글쓴이 : 최진선



MAKING OUR MARK
ONE CUSTOMER AT A TIME





HYUNDAI

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





2013 HYUNDAI Genesis



최진선

Business 732.741.3130 ext. # 284
Direct 732.704.9284
Cell 732.299.0562
Website www.circlehyundai.com
E-mail jinsun@circleauto.com
jin6805@gmail.com

정성껏 모시겠습니다

641 Shrewsbury Ave., Shrewsbury, NJ 07702
Garden State Park Way Off Exit 109 (Red Bank Area)

가나 한의원

Cana Acupuncture & Pain Clinic

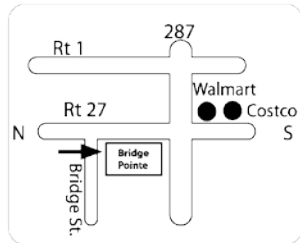
Tae-Young Choi, L.Ac.

한의사 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



“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)

새로운 디자인·인쇄 문화-고객을 지향합니다

Design & Printing

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



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

DESIGN & PRINTING

TEL: 732.469.4740

428 Lincoln Blvd., Middlesex, NJ 08846

알레르기 비염

알레르기란? 우리말 표현으로 생체의 변화된 반응이란 뜻으로 특별하다는 말이다. 흔히 특이 체질, 과민체질 이라고도 한다. 초가을에 접어들면서 일교차가 커지니, 이러한 알레르기를 가진 분들에게는 무척 괴로운 시기이다.



알레르기는 음식이나 환경에 따라 밀접한 연관이 있는데, 현대에 있어서의 서구적 식단(육류위주의 식사 및 인스턴트 식품) 및 환경오염 등으로 인하여 점점 증가하고 있는 추세이다.

우리 몸의 면역물질 중에 면역 글로브린 E가 있는데 이의 농도가 혈중에서 높아지면 알레르기 반응을 나타낸다. 이러한 반응은 먼지, 꽃가루, 진드기, 한냉자극 등의 유발인자가 있으면 훨씬 강하게 유발되어 우리 몸에 이상 반응을 나타낸다.

이러한 알레르기의 종류에는 먼지나 꽃가루를 맡으면 재채기, 콧물이 줄줄 흐르는 알레르기 비염, 발작적으로 갑자기 기침을 하면서 호흡곤란이 동반되는 알레르기 천식, 이유 없이 계속 가렵고 긁게 되는 아토피 피부염 및 알레르기 피부염, 눈물이 나며 눈이 가려운 알레르기 결막염 등이 있다.

알레르기 비염은 이러한 외부적 인자(먼지, 꽃가루, 진드기, 한냉자극 등)에 의해 주로 발병하는데, 맑은 콧물, 코 막힘, 재채기를 3대 증상으로 하여 심한 경우 눈 및 비강, 목의 안쪽까지 가려움증을 동반한다. 처음에는 이러한 자극이 있을 경우에만 발병하지만, 면역계가 약해지거나 정기가 쇠약해지면 소량의 자극이나 약한 농도에도 알레르기가 발생되어, 나중에는 계절이 나 시간에 관계없이 일년 중 어느 철에나 발생한다.

그러면 한방에서는 어떻게 알레르기 비염을 치료하는가? 한방에서는 이러한 알레르기가 정기가 부족할 때, 즉 신체가 허약하거나 면역력이 떨어져 있을 때, 외부의 자극이나 환경의 변화에 적응하지 못하여 일어나는 것으로 보고 선천적으로 허약한 것을 건강한 정상적 체질이 될 때까지 기운을 보강해 준다. 즉 외부인자와 내부인자 중에 내부인

자를 더욱 튼튼히 한다. 어떤 때는 괜찮다가 코로나 스트레스 혹은 급격한 환경의 변화 등으로 정기가 크게 소모되었을 때 알레르기가 심해지는 것은 이와 같은 이유가 된다.

진단에 있어서는 언제부터 발생하였는지? 발병 당시에 유발시킨 원인은 무엇이었는지 자세한 진찰을 통하여 알레르기의 원인을 제거하기 위해 치료목표를 두고 장부(臟腑)간의 조화 및 정기(精氣)의 회복에 중점을 두어 약을 처방한다.

또한 급성기와 만성기를 나누어서 급성기에는 증상을 없애는 대증요법을 쓰고 만성기에는 위의 요법(체질 개선요법)을 쓴다. 급성기에는 일반적으로 재채기, 콧물의 정도가 무척 심한데, 주로 소청룡탕(小青龍湯)에 가감한다. 소청룡탕은 실험적으로 항 알레르기 효과가 인정된 처방이다. 또한 맑은 콧물이 심할 경우에는 이를 비구증(鼻竇症)이라 하는데 이때는 이진탕(二陳湯)에 가미한다.

코 막힘이 심할 경우 이를 비색증(鼻塞症)이라 하는데, 이때는 콧물을 없애는 통규탕(通竅湯)을 처방한다.

척추신경전문의

Dr. Hee Nam Park D.C



Park

Chiropractic
& Posture

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



기허증(氣虛證)은 기운이 약한 경우로 감기를 달고 산다. 체력이 약하기 때문에 조금만 과로해도 감기가 걸리고 잘 낫지 않아서 1-2달 가기가 일쑤이다. 소아의 경우는 축농증이나 중이염으로도 이행한다. 보중익기탕(補中益氣湯)에 발산시키는 약(형개, 방풍 등)을 가감하여 사용한다. 음허증(陰虛證)은 체내에 열이 많은 체질이 진액을 소모하여, 입이 쉽게 마르고, 열이 위로 상승하여 비강내나 폐경(肺經)을 건조하게 하여 발생한다. 열 체질이나 소아에게 많다. 육미지황탕(六味地黃湯)에 폐경을 부드럽게 하는 약을 사용한다.(예: 맥문동, 오미자 등) 양허증(陽虛證)은 수족한냉이 특징이다. 여름에도 몸이 차다. 겨울에는 추위를 무척 타며 조금만 추위도 소화 안되고 설사를 잘한다. 마른 허약체질의 중 노년층에 많다. 팔미지황탕(八味地黃湯)을 사용한다.

이와 같이 3대 증상에 따라 적절히 치료하며, 만성기나 위의 방법이 치료 효과가 없을 경우에는 전신의 기능을 향상시키는 방법을 쓴다.

전신기능을 향상시키는 방법은 기허증, 음허증, 양허증,을 구별하여 면역기능을 향상시킨다.

알레르기가 있는 사람은 평소에 건강관리를 잘해야 한다.


특히 일상생활의 리듬을 깨지 않고, 적절한 운동으로 신체를 단련해야 한다. 코로나 피로는 알레르기를 더욱 심하게 하므로 피한다. 또한 알레르기의 유발인자(애완동물의 털, 쇼파?커튼, 먼지 등등)는 되도록 회피한다. 마찬가지로 한냉의 온도차이도 알레르기를 심하게 하므로 운동시간을 아침, 저녁은 피하는 것이 좋다.

아이들은 얇은 옷을 여러 겹 입혀 온도에 맞게 조절하는 것이 좋으며, 감기에 걸리면 빨리 치료한다.

알레르기 비염은 계절적 빈도가 특히 높다. 초가을?초봄에 다 발하기 때문에 그 시기가 오기 전(15일이나 한달 전)에 면역력을 높이는 약물을 복용하여 발병을 억제하거나 예방하는 것이 최선이며 증상이 조금이라도 나타나면 빨리 치료해야 고생을 덜 하게 된다.


가장 중요한 것은 자신이 알레르기 비염이 오는 계절에 코로나 피로를 최소화하는 일이다.

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

롯데시네마 성악원에서 전하는 Bel-Canto 발성법

지난 호로 부터 이 시대의 마지막 벨칸토라 불리우는 테너 ‘알프레도 크라우스’의 발성법을 심기로 하면서, 소리 음악에 관한 한 전 세계적으로 특별한 재능을 인정 받고 있는 이태리와 스페인 그리고 우리 민족에 대하여 다시 한번 자부심 갖게 되었음을 말씀드리며 하나님께서 주신 각자 고유의 아름다운 목소리 그러나 세월을 살면서 잃어버리게된 어린 아이적 Natural Sound를 찾는 데 일조 하고자, 말년까지 맑고 빛나는 목소리를 유지했던 놀라운 테너 ‘알프레도 크라우스의 발성 이론을 전하여 드립니다.

테너 알프레도 크라우스의 벨 칸토 발성법 (이 글은 1990 로마에서의 마스터 클래스 내용을 번역한 것임)

1. 발성 위치 (Voice Placement) 복습.

어떻게 우리는 소리를 얼굴의 앞 면에 놓을수 있을까요?

충만한 한 사람이 얼굴 앞면에 자연스럽게 발생하는 하나의 소리가 있다는 것을 발견 했습니다. 그것은 모음 “I” 이고, 노래할때 가장 편히 나는 모음입니다. 우리가 “I” 를 발음 할때 정확한 소리는 이미 거기에 있습니다. 우리가 “E” 를 발음 할때는 “I” 보다 뒤 쪽에 형성 하는 것을 알수 있습니다. “A” 의 경우는 소리가 거의 목구멍 안으로 가라앉아 버립니다. “I” 모음의 중요성을 이젠 아시겠지요?

대부분의 성악 학교에서 하나의 강박 관념이 있는데, 그것은 목소리를 어렵게 만들어야 한다는 것입니다. 하지만 자연스러운 목소리를 왜 어렵게 만들어야 할까요? 소리를 어렵게 하는 것이 소리 테크닉을 편안하게 할 수 있다는 이론은 잘못된 생각 입니다. 스페인 Tapia 교수의 연구와 비디오자료는 흔히 열린목(Open throat)상태에서 가장 큰 공명과 주파수를 갖는 모음이 “I” 였음을 보여 주고 있습니다. “I” 는 가장 작은 듯 하나 정확한 울림을 가지고 있고 갖장 큰 주파수로인해 더 잘 들리며 진동이 균일하여 멀리 전달 되어 진다는 뜻 입니다.

만약 “I” 를 통과 시키는 구멍이 있다고 상상 해 봅시다. 그렇다면 그 보다 큰 모음 “E” 는 어떻게 해야 할까요? 그리고 더 큰 모음 “A” 는 여전히 그곳(“I” 를 통과 했던 Position)을 잘 통과 할수 있을까요?

만약 큰 모음들을 자동적으로 줄일수 있는 마술적인 능력이 있어서 구것들을 보다 가볍게 하고, 보다 높게 소리를 설정 할 수 있다면 잘 빠져 나갈수 있게 되겠지요. 그렇지 않다면 “E” 와 “A” 모음을 “I” 와 같은 크기와 높이의 위치에 맞추는 것은 불가능해 보입니다. 이것을 가능하게 하기위하여 우리는 안면 근육을 이용 해야만 합니다. 무겁고 큰 모음일수록 뺨 근육을 양쪽으로 펴서 들어 주어야 하고, 높은 음정으로 올라갈 때에도 그렇게 함으로 소리를 가볍게 해야 합니다.

많은 성악가들이 안면 근육을 전혀 사용하지 않고, 입을 쪽 내밀기만 하거나, ” 0” 처럼동글게만 벌려서 노래를 합니다. 처음 한 동안은 그럭저럭 견딜수 있으나 얼마간의 시간이 흐른 뒤엔 소리가 어둡고 무거워져서 음정조차 떨어지고 있는 자신을 발견 하게 될 것 입니다. 다시 한번 말씀 드리지만 우리는 코 주위의 비강 “I” 의 위치에 최대한 가깝게 발성해야 합니다.

많은 사람들이 목에서 나는 소리에 익숙해져 정확히 발성이 되어 나는 소리를 들을때면 (그는 콧 소리로 노래 한다) 라고 말할 합니다. 그러나 열린 코 주변(비강 공명)으로 노래 하는 것이지 코 안에서 노래 하는것이 아닙니다. 많은 사람들이 이 둘의 차이로 혼란스러워 하는 경향이 있지만 바른 호흡과 열린 콧 노래는 벨칸토 발성법이라는 나무의 단순한 한 가지가 아니라 바로 그본체 입니다. 사람들이 이 차이점을 이해하기 어려운 것은 목구멍 소리나 그 뒤쪽에서 나오는 소리에 불해하게도 익숙해져 있기 때문입니다. (다음 호에 계속...)

롯데시네마 성악원
732-548-0561
732-718-8992



KELLER WILLIAMS

ELITE, REALTORS



중부 뉴저지 지역 전문

Middlesex, Somerset, Union Monmouth, Mercer

***주택매매**

***상용건물, 사업체 매매**

***주택 및 아파트 렌트**

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

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
- 매니지먼트를 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.

ROSSINI VOCAL MUSIC ACADEMY



롯시니 성악원

Soprano 서현철 Tenor 서강석

뉴저지 유일의 전문 성악원

- 일반 대학 진학에 필요한 Music Activity.
- 전공자 (Pre College, Music School)
- 찬양, 가곡, 뮤지컬, 팝페라외 일반곡
- 롯시니 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: gangasuk@gmail.com T: 732.718.8992

중부 뉴저지 올드브릿지, 홈델

김종섭

Chong S, Kim, MD

이비인후과 | 안면 성형외과

- 축농증/중이염/보청수술/갑상선
- 코 골이 수술 /편도선염/비염
- 소아 이비인후과
- 쌍꺼풀/코성형
- 주름살 제거/안면 미용 성형
- 보텍스 주사/눈가 주름제거
- 보청기



Chong S, Kim, MD

Board Certified 이비인후과 전문의
 North Western University 졸업
 Syracuse 의과 대학 졸업 /의학박사
 Upstate University Hospital Residency

Old Bridge
 300 Perrine #301
 Old Bridge, NJ 08857
 732-727-1355

Homedel
 100 Commons Way #701
 Homedel, NJ 07733
 732-796-0182

눈높이 - Eye Level Learning Center

Bridgewater * Hillsborough * Basking Ridge

“제가 가장 보람을 느끼는 순간은 아이들이 배우는 것의 즐거움을 스스로 알아가는 모습을 볼 때죠.”

눈높이(Eye Level)라고는 아는 이가 없던 Bridgewater에서 눈높이학원(Eye Level Learning Center)을 오픈하고 1년만에 미국 전체에서 1등을 하면서 Franchisee of the Year 상 및 본사인 대교의 Chairman's Circle에 들어가면서 Center of Excellence상을 수상한 이영기 원장의 말이다. Bridgewater를 시작으로 최근에 Hillsborough와 Basking Ridge를 오픈했고 내년 초에 Warren을 오픈할 계획을 갖고 있다고 한다. 그러면 Eye Level은 어떤 프로그램인가 알아보자.

한국에서 자녀를 둔 부모라면 한국을 대표하는 교육 브랜드인 “눈높이”를 모를 사람은 없다. 하지만 미국에서 어린 자녀를 둔 부모들은 눈높이(Eye Level)를 모르는 경우가 많다. 한국 교육의 위상은 태통령인 오바마조차 반복적으로 칭찬을 아끼지 않으며 미국이 따라가야 할 모델로 여러 번 언급한 바 있듯이 매우 높다. Eye Level은 대교의 교육 Know-How를 미국의 교육 표준에 맞추어서 창조된 대교의 야심찬 프로그램이다.

Math 프로그램은 기본적인 수학적 개념을 Basic Thinking Math 프로그램을 통해 다양한 방법으로 익힐 수 있도록 설계되어 있다. 대부분의 수학 프로그램이 단순한 반복적 계산 능력을 키우던 것을 탈피하여 사고력 수학 능력을 키우는 Critical Thinking Math를 갖고 있는 유일한 프로그램이다. 이는 수학적 개념을 적용함으로써 Pattern, Logical Reasoning, Spatial Skills 및 Problem Solving 실력을 키우는데 그 목적이 있다고 해도 과언이 아니다. Problem Solving 실력을 통해 테크닉보다는 개념에 집중하여 보다 넓게 적용하면서 수학뿐만 아니라 다른 과목에서도 적용시킬 수 있는 사고력을 키우고자 한다.

English 프로그램은 단계별로 체계적인 언어력을 키우도록 설계되어 있다. 탄탄한 기초를 바탕으로 문법 및 어휘력은 물론 독해 및 작문의 능력도 건물을 짓듯이 체계적으로 키우도록 되어 있다. 추가적으로 Active Listening 및 Active Reading 부분이 보충되어서 읽기, 쓰기 뿐만 아니라 듣기와

말하기 부분도 소홀히 하지 않는 총체적 언어 교육이라고 할 수 있다. 이를 바탕으로 본인의 의사를 효과적으로 표현하는 작문 능력을 키우는데 그 목적이 있다고 할 수 있겠다.

최근에는 놀이수학(Play Math)을 2-4세의 아이들의 눈높이에 맞추어서 새로 시작하면서 새로운 장을 열고 있다. Bridgewater Center는 대교 본사의 새로운 프로그램의 시험장이 되어 놀이수학 Pilot Test를 성공적으로 끝내고 내년 초의 정식 런칭을 기다리고 있다. 점점 교육의 시작이 어려워지고 태블릿 및 스마트폰의 보편화로 배울 기회가 많아진 아이들이 좀 더 체계적으로 배울 수 있는 기회가 되어서 많은 부모들이 호평을 했다고 한다. 또한 앞으로 중국어 및 과학 프로그램도 런칭할 계획이 있다고 살짝 귀뜸해 주었다.

실력있는 NJ Certified Teacher들을 바탕으로 1:4의 소그룹 중심의 학습을 통해 아이들이 각자 배움의 속도와 능력이 맞추어서 충분히 선생님과 함께 이해하고 스스로 해 볼 수 있는게 중요하다고 한다. 현실적으로 학교에서는 20여명의 다양한 수준의 학생에게 같은 것을 가르치는데 비해서 눈높이는 각각의 눈높이에 맞게 하기 진행하는 일대일 맞춤교육이기 때문에 그만큼 아이들의 이해가 깊어진다고 한다. 또한 이영기 원장은 아이들이 아이들답게 교육의 즐거움을 알아 나가는 환경을 조성하려고 애쓴다고 했다. 예쁘고 화사한 색깔을 바탕으로 이루어진 밝고 쾌적한 환경에 두뇌 개발에 좋은 다양한 게임 및 퍼즐을 어린 아이 할 것 없이 열심히하는 모습이 인상적이다. 또한 작은 것이더라도 스스로 하면서 좀 더 독립적이고 자기 주도적인 모습을 키워하는 것이 장기적으로 중요하다고 한다. 좋은 태도까지 배워간다면 역시 잘되는 곳은 그럴만한 이유가 있다 싶다.

Eye Level Hillsborough는 Hillsborough의 중심도로인 Route 206상에 Kohl's/Lowe's/Staples 건너편 Wawa가 위치한 Triangle Center에 위치해 있다. Eye Level Basking Ridge는 Basking Ridge의 Lyons Mall의 Stop N Shop 및 Rite Aid 옆에 위치해 있다. Grand Opening을 통해서 많은 행사를 한다고 하니 보다 자세한 정보는 www.goeyelevel.com이나 908-396-2000 번으로 문의하면 되겠다.



I AM THE KEY! 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 ”

Eye Level of Bridgewater
475 North Bridge St. Bridgewater NJ 08807

1.908.396.2000 www.goeyelevel.com
Basking Ridge | Bridgewater | Hillsborough | Warren

봄 학기 2013년 2월 2일 시작

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

SAT Prep / Reading / Writing / Math / 대학진학 상담

시험부터 대학진학까지 전문가의 상담을 받으세요.

Eunice Oh 원장 : 미국 대학진학 상담 협회 정회원



스칼라교육 & 컨설팅

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

문의전화 (732)777-1144



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
거래부터 소송까지 의뢰인 여러분들을 꼼꼼하게 도와드립니다.



조재형변호사

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

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



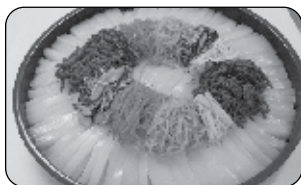
전통 한국음식의 자존심 명가의 정성을 담어드립니다

웹빙식 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

눈을 젊게 하는 팁 5가지

최근 겨울 산행이나 스키를 즐기는 사람들이 많다. 탁 트인 눈 판 위에서 맛보는 짜릿한 스피드를 경험하기 위해 스키장을 찾는 사람들이 증가하고 있다.



눈덮인 겨울산이나 스키장으로 떠나기 전 고글과 같은 눈 보호 장비는 필수다. 특히 눈부신 흰 눈에 둘러 싸인 스키장의 지표면은 눈 건강에는 '요주의 구역' 이다.

한 낮의 자외선을 상당량 흡수하는 맨 땅과 달리 눈덮인 들판은 많은 양의 자외선을 반사하기 때문에 눈에 손상을 주기 쉽다. 일반 아스팔트 지표가 자외선을 4~11%, 진흙이 5~8% 반사하는 데 반해 눈덮인 들판은 80% 이상의 자외선을 반사한다.

우리 눈이 자외선에 과다하게 노출되면 백내장 발병 가능성이 높아질 수 있다. 백내장은 주로 노화에 의해 발생하지만, 자외선에 과다하게 노출되면 20~30대의 젊은층에서도 발병할 수 있다. 오랜 기간 자외선에 노출될 경우 실명을 유발하는 황반변성으로 진행될 수도 있다.

때문에 겨울에는 하얀 눈이 덮인 산이나 스키장을 찾을 때 조심해야 한다. 스키장에서 눈을 보호하기 위해서는 고글, 자외선차단 안경, 모자 등을 사용해야 한다. 스키를 탈 때 많이 사용하는 고글은 자외선 차단지수가 100%에 가까운지 확인 후 구입해야 한다.

눈 건강을 위해서는 자외선 차단 뿐만 아니라 올바른 식습관 역시 중요하다. 혈관에 좋지않은 고지방 음식은 자제하고 녹황색 채소를 자주 섭취해야 한다. 시금치나 브로콜리, 케일 등의 녹황색 채소에는 각막과 망막에 손상을 주는 활성 산소를 제거해주는 성분이 많다. 어두운 곳에서 책을 보거나 스마트폰을 사용하는 것도 좋지 않다. 특히 스마트폰을 오랫동안 들여다보면 눈이 건조해지고 망막에 좋지않기 때문에 밝은 곳에서 가급적 짧게 사용하는 게 좋다.

생활습관 개선, 식이요법 뿐만 아니라 눈에 좋은 영양제를 섭취해도 눈 건강에 효과를 볼 수 있다. 눈 관련 전문기업 바슈롬코리아의 오큐바이



트 프리저비전은 비타민 A, C, E와 무기질이 이상적으로 복합된, 눈을 위한 항산화비타민제로 눈 건조감의 완화, 말초혈행장애, 갱년기에 나타날 수 있는 어깨, 목결림, 수족저림, 수족냉증에 좋다.

오큐바이트 프리저비전은 미국 국립보건원 산하 국립시력연구소가 주관하고 11개 임상센터에서 진행한 대단위 임상연구를 통해, 3대 실명 원인 중 하나인 황반변성 진행의 지연과 시력손상의 위험률을 낮춘 것으로 밝혀졌다.

오큐바이트의 가장 큰 특징은 항산화 작용으로 눈의 노화를 막아준다는 점이다. 오염된 환경이나 과도한 운동, 폭음은 체내에 적정량 이상의 활성산소를 발생시킬 수 있다. 이렇게 발생된 활성산소는 체내에서 산화작용을 일으켜 세포막 및 세포구조를 손상시킨다. 이는 세포막의 생체 보호 기능이나 각종 신호전달 체계를 망가뜨림으로써 노화를 일으키는 주범이 된다. 항산화 물질은 유해한 활성산소의 공격으로부터 세포를 보호하여 노화를 막는 역할을 하는데, 오큐바이트가 노화로 인해 발생하는 노인성 황반변성에 효과를 보이는 이유도 여기에 있다.

출처: <http://www.kormedi.com>

프린스톤 한국학교
www.princetonkoreanschool.org

봄 학기 개학 안내

개학일 : 2013년 1월 19일

연락처: (609) 516 - 9253, (609) 275 - 3891



Obsession Hur Hair Studio

허 헤어살롱

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 한인 비즈니스의 역사

한글 상호를 사용하는 한인 비즈니스를 중심으로 에디슨 지역 한인 비즈니스의 시작은 언제쯤일까? 현재까지 그 모습을 유지하며 성업하고 있는 곳중에 가장 오래된 곳은 피스카타웨이에 있는 한식당 '김치하나'다. 김치하나는 1986년에 일식 중심에 몇가지 한식 메뉴를 갖춘 후지식당으로 출발하여 91년에 상호를 김치하나로 바꾸고 지금의 한식 바베큐 식당이 되었다. 그 무렵 메터첸에 에덴식당, 이스트브런스윅에 남서울식당, 프랭클린에 서울하우스 등의 한식당이 있었으나 현재 그 자리들은 모두 타민족 업종으로 바뀌었다. 반면 5년 뒤인 91년에 개업한 중식당 남보완은 자장면, 짬뽕 등 한국식 중화요리를 먹을 수 있는 중식당으로 에디슨에 오픈했다. 화교 출신의 중국인이 개업했으며 2005년부터는 한인이 운영하고 있다.

25년전 한인 식품점은 에디슨에 현대식품, 뉴서울식품과 뉴브런스윅의 형제식품이 있었지만 98년에 한아름이 생긴 이후 업종을 변경하거나 사라졌다. 그러나 1번 도로를 중심으로 금호정, 우전면옥 등 한식당이 새롭게 자리잡았고 2000년 들어서 가또 베이커리, 청솔밭 식당, 에디슨 자장면 등이 차례로 개업하여 루트1도로를 중심으로 한인 상권이 활성화 되었다. 이 시기에 27번 도로에는 허미용실, 뉴서울 미용실 등이 생기고 수향상 잔치집, 조아 노래방, 글로리 뮤직 등 학원과 한의원, 이발관, 당구장, 치과 의원 등 다양한 업종의 한인 비즈니스가 자리 잡거나 상호가 바뀌는 과정을 거치기도 했다.

27번 도로선상에 있는 업종은 1번 도로에 비해 숫적으로 많았음에도 불구하고, 누구나 빈번히 이용하는 식품점이나 식당이 없었고 거리를 두고 위치해 있어 한인 비즈니스 중심지라고 하기엔 부족한 점이 있었다. 그러나 2010년 12월 페스티벌 플라자에 H 마트를 비롯해서 BCBN 은행과 바베큐 뷔페식당, 순두부 전문점 등이 들어서면서 명실공히 한인 중심 상가의 모습을 갖추게 되었다. 또한 지난 해 7월에는 유명 제과점 파리바게트가 페스티벌 플라자에 입점해 중부 뉴저지 한인들이 누구나 쉽게 찾을 수 있는 만남의 장소로 각광받고 있다.



미국 전체 경기가 좋았던 90년대 후반과 2000년 초반이 에디슨 지역 역시 한인 비즈니스 창업이 활발했던 시기다. 식품점의 작은 코너였던 비디오 대여가 따로 비디오 전문점으로 분리돼서 잡화, 선물, 화장품 등을 취급하며 인근에서 경쟁하기도 했으나 이제 모두 사라졌다. 정육점이나 문구점 등 새로운 업종이 생겼다가 자취를 감추기도 했다. 한편 에디슨 북쪽 옥추리 로드를 중심으로 다양한 진료과목의 한인 전문의들의 진료실이 자리 잡았으며 1.5세나 2세 한인 의사들이 배출되고 있다.

에디슨 지역 한인들이 생업으로 종사하는 직업은 세탁업과 베일업이 많은 수를 차지한다. 이들 비즈니스의 주고객은 한인들이 아니며 미국 사회에 스며들어 있는 비즈니스다. 더불어 중부 뉴저지 지역의 한인 비즈니스의 발전은 지역 한인뿐만 아니라 중국인 등 아시아인과 타민족 주민들에게도 다양한 필요를 충족시켜주며 상생하고 있다.

글쓴이 : 최현주

스페니쉬 인력이 필요하세요? 일자리를 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

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

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

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

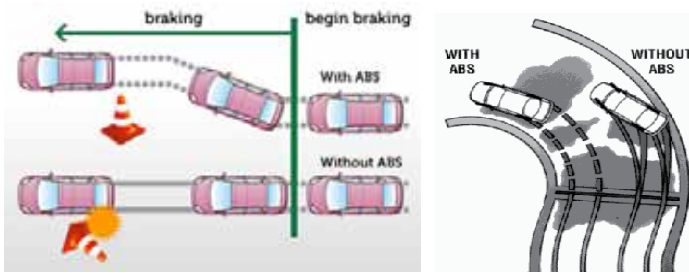
Office: 732-491-4724

Cell Phone: 732-841-2086

자동차 상식

■ABS (Anti-lock Brake System) 란?

갑작스런 제동이나 미끄러운 노면에서 제동을 하는 경우 바퀴가 Lock(잠김)이 되어 차체가 미끄러져 조종이 불가능한 상태가 되며 제동거리도 길어지게 됩니다. 이러한 현상을 방지하기 위해 바퀴의 회전을 감지하여 바퀴의 Lock현상을 막아주는 장치가ABS입니다. ABS는 급격한 제동에도 조향(Steering)이 가능하며, 코너링의 급제동에서도 제한된 속도 안에서 안정된 제동이 가능하며 제동거리를 단축해 줍니다.



• Control Module: 속도센서와 브레이크 작동 Signal을 전달받아 Solenoid를 작동 시켜줍니다. 네 바퀴의 속도가 일정할 때는 ABS가 작동하지 않다가 어느 한 쪽의 속도가 다른 바퀴와 차이를 나타내거나 혹은 바퀴가 Lock현상이 생길 때 Solenoid로 브레이크의 압력을 초당 8회 이상 감압, 증압을 반복 조절하여 미끄럼을 방지 해줍니다.

• Actuator: Solenoid Valve, Pressure Modulator, Pump Motor가 있습니다. Control Module로 부터 신호를 받아 유압을 감압, 유지, 증압의 역할을 합니다.



다시말해, 브레이크는 너무 강하게 잡으면 미끄러지거나 너무 약하게 잡으면 제동력이 떨어 집니다. 사람의 발로서 조절하기 힘든 최적의 제동력을 만들어 주는 시스템이 Anti-lock Brake System입니다. 하지만 말 그대로 전자적인 신호에 의해 컴퓨터의 입력되어 있는 정보에 따라 제동의 조절이 이루어 지는 만큼 운전자가 충분한 제동거리를 확보하는 것과 브레이크를 나누어 밟는 습관을 갖는 것이 가장 안전하고 좋습니다. 또한 ABS 경고등이 들어 오면 ABS가 작동하지 않는 것임으로 Scanner로 문제를 파악하여 적절한 정비가 필요합니다.

■ABS(Anti-lock Brake System)의 구성

• Wheel Speed Sensors (속도센서): 각 바퀴에 붙어있는 센서가 자장을 이용하여 각 바퀴의 회전 속도를 감지하여 Control Module에 전달합니다.

관을 갖는 것이 가장 안전하고 좋습니다. 또한 ABS 경고등이 들어 오면 ABS가 작동하지 않는 것임으로 Scanner로 문제를 파악하여 적절한 정비가 필요합니다.

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)

■타주에서의 스피드 티켓의 벌점

뉴저지에 사는 P씨는 최근에 뉴욕에서 스피드 티켓을 받았 습니다. 상당한 벌금과 6점의 벌점을받았습니다. 뉴저지 교통법에 따르면 3년안에 6점이 상의 벌점이 있으면 3년 동안 매년 \$150이상의 Surcharge 를 내야 하며, 12점 이상이 되면 License가 Suspend가 됩니 다. 그래서 P씨는 벌점을 없애 기 위해 변호사와 같이 코트에 가기로 생각하고 비용을 산출 해 보니, 변호사비와 벌금과 코트비를 합치면 적어도 \$2,000이 넘을 것 이며 변호사도 벌점이 전부 삭제될지 2점 정도 남을지 알 수 없다고 하 였습니다. 허지만 수소문 끝에 타주의 티켓 벌점은 무조건 2점만 뉴저지 로 넘어 온다는 것을 알게 되었습니다.

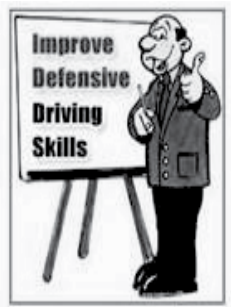


뉴저지 MVC Web Site를 보면, Georgia, Massachusetts, Michigan, Tennessee, Wisconsin주를 제외한 모든 주들은 서로간에 Violation Information을 상호 교환하며 Out-of-state 의 Moving Violation 은 2점을 Transfer합니다.(뉴저지Motor Vehicle Commission 사이트 <http://www.state.nj.us/mvc/> 참조)

■교통 티켓의 벌점을 줄이는 방법

(단, Insurance Rate은 줄어 들지 않을 수 있습니다.)

- 1년 동안 Violation이나 Suspension 이 없 이 지나면 3점의 벌점이 줄어듭니다.
- DMV에서 Approved된 Defensive Driving Program (Off-line, On-line 모두 가능) 을 이수하면 5년에 한번 2점의 벌점이 줄어듭니다.
- Drive Improvement Program을 이수하면 매 2년에 한번 3점의 벌 점이 줄어듭니다.
- Probationary Driver Program을 이수하면 3점의 벌점이 줄어듭니 다.



■뉴저지 교통 티켓의 주요 벌점

- Exceeding speed 1-14 mph over limit: 2점
- Exceeding speed 15-29 mph over limit: 4점
- Exceeding speed 30 mph or more over limit: 5점
- Improper passing on right or off roadway: 4점
- Tailgating: 5점
- Improper passing of School Bus: 5점
- Improper passing of frozen dessert truck: 4점
- Reckless driving: 5점
- Improper turn at traffic light: 3점
- Slow speed blocking traffic: 2점
- Fail to give proper signal: 2점
- Moving violation committed out-of-states: 2점
- Driving on public or private property to avoid a traffic sign or signal: 2점



자료제공: ASE Certified Automotive Service Consultant 이필완

웨그만스

고풍스런 유럽식 실내장식이 돋보이는 식품점 '웨그만스'

"드넓은 매장을 가득 채운 호기심 당기는 음식들 모두 맛보고 싶어요



유럽식 고풍스런 분위기의 식품점 웨그만스 우드브릿지 지점. 고객들이 편안한 마음으로 쇼핑할 수 있는 곳이다.

우드브릿지센터 쇼핑몰이 있는 길래인 애브뉴 선상의 식품점 웨그만스에 가면 다른 식품점과 다른 독특한 분위기에 흠뻑 젖어 식품 쇼핑하는데 예정했던 시간을 초과하게 된다. 10만 스퀘어피트가 넘는 드넓은 크기의 매장에 심리적 안정감을 주는 브라운 색상으로 실내벽을 두르고 입구에서 가장 먼저 눈에 띄는 푸드코트는 우아한 분위기의 실내장식을 하여 특별한 볼일이 없어도 앉아 보고 싶은 카페로 꾸몄다. 마치 유럽의 어느 고풍스런 식품점에 온듯 하지만 전체를 한눈에 볼 수 없을 정도의 크기를 다 둘러보고 나면 미국다운 방대한 규모에 놀라게 된다.

헤아리기 힘들만큼 다양한 샐러드와 고급 레스토랑 수준의 파스타, 피자, 닭튀김, 샌드위치, 초밥 등을 비롯하여 구미를 당기는 각종 치즈와 햄, 그맛이 궁금한 빵과 케익들이 저마다의 특색을 가장 잘 돋보일 수 있는 방식으로 진열되어 손님을 기다리고 있다. 뷔페식당처럼 바 형식으로 배치하여 고객이 요리된 따뜻한 음식을 원하는 만큼 직접 담아 포장할 수 있으며 매장을 내려다 볼수 있게 꾸며진 200석 규모의 운치있는 2층 카페에서 즐길 수도 있다.

7만 가지가 넘는 식품과 식자재들을 종류별로 구분하여 인기 상품은 쉽게 눈에 띄는 이름을 붙혀 자리를 따로 분리하여 모아 놓았으며 구획 정리도 고객의 동선이 자연스럽게 흐르도록 안정적으로 배치한 것을 알 수 있다. 제조 회사나 제조 형태가 다른 제품들 중에 인근의 식품점에서 쉽게 찾을 수 없는 것들이 많이 구비되어 있어 이곳에서만 살 수 있는 제품들이 종종 있다.

웨그만스의 총매니저 존은 "고객들이 편안한 마음으로 기분 좋게 식품을 고를 수 있도록 신경쓰고 있다. 항상 고객에게 최선을 다하자는 것이 회사방침이며 식품점으로서 좋은 모델이 되고 있다고 생각한다"고 한다.



뉴욕주 북부에 있는 도시 로체스터에 본사를 두고 있는 웨그만스는 1916년 웨그만 가족에 의해서 처음 시작 되었으며 뉴욕, 뉴저지, 펜실베니아, 버지니아, 메릴랜드 주에 걸쳐 77개의 매장이 있다. 우드브릿지 웨그만스는 2003년에 개장했으며 에디슨 지역에서 가까운 또다른 지점은 브릿지워터에 있다. 웨그만스는 수많은 수상 경력이 있다. 그중에 포춘지가 선정한 톱10베스트 장소에 13년간 올랐으며 블랙필 어워드와 포춘의 톱100 회사에도 선정되었다. 지난해의 연매상은 5천6백만 달러이며 미국에서 가장 큰 사기업 55위로 4만천명 이상의 직원을 두고 있다.

사진설명:유럽식 고풍스런 분위기의 식품점 웨그만스 우드브릿지 지점. 고객들이 편안한 마음으로 쇼핑할 수 있는 곳이다.

글쓴이 : 최현주

www.yanaminsty.org

yaiña
YOU ARE NOT ALONE

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

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



<호빗: 뜻밖의 여정> 판타지 영화의 새로운 이정표

판타지 영화의 눈높이를 피터 잭슨 감독이 다시 한 번 높여 놓았다. <반지의 제왕> 시리즈로 판타지 영화의 역사를 다시 쓴 피터 잭슨 감독이 연출한 <호빗> 시리즈는 판타지 블록버스터 역사의 새로운 이정표가 될 것이 분명하다. 앞으로 순차적으로 개봉될 2부와 3부가 공개되지 않은 상황에서 이런 이야기를 하는 건 성급할지도 모른다. 하지만 장담할 수 있다. 어떤 기대와 상상을 하며 <호빗: 뜻밖의 여정>을 기다리건, 무조건 그 기대치를 훌쩍 뛰어넘는다.



때로 감독의 이름은 미더운 보증이 된다. 피터 잭슨 감독은 관객들의 기대치가 최고조에 달해 있는 상황에서 보란 듯이 홈런을 쳤다. <호빗: 뜻밖의 여정>은 <반지의 제왕> 시리즈 이후 제대로 된 판타지 영화를 만나지 못한 관객들의 오랜 갈증을 단번에 풀어준다. 앞으로 판타지 영화를 만든 감독들은 넘고 싶지만 넘을 수 없는 이 영화의 벽 앞에서 한숨을 쉬게 될 것이다.

<호빗: 뜻밖의 여정>은 <반지의 제왕> 시리즈를 보지 않았더라도 지루함 없이 169분을 너끈히 즐길 수 있다. 하지만 영화를 제대로 즐기고 싶다면 <반지의 제왕> 시리즈에 나왔던 인물들에 대한 기초 정보쯤은 습득하고 극장을 찾는 게 좋다. <반지의 제왕> 시리즈를 본 관객이라면 관련된 인물들이 나올 때마다 반가움이 배가될 것이다.

<호빗: 뜻밖의 여정>은 프로도의 삼촌 빌보가 사악한 용 스마우그에게 왕국을 빼긴 난쟁이족 원정대에 합류하면서 벌어지는 일들을 흥미진진하게 펼쳐놓는다. 손에 땀을 쥐게 한다는 표현이 딱 들어맞는 장면들이 계속해서 이어진다.

<호빗: 뜻밖의 여정>은 스토리, 플롯, 대사, 연기력, 연출력, 음악, 특수효과 등 영화를 구성하는 모든 면에서 완벽을 추구하고 있다. 영화가 선사하는 놀라운 비주얼을 제대로 즐기고 싶다면 반드시 극장을 찾아야 한다. 영화 사상 최초로 48프레임으로 촬영해 나온 영상은 이 영화를 당신이 극장에서 봐야 하는 명확한 이유를 제시한다.

<반지의 제왕> 시리즈, <킹콩>을 통해 이미 증명된 사실이지만 피터 잭슨은 판타지 영화의 일급 장인이다. 캐릭터들이 충돌하고 화합하는 과정을 통해 전체 이야기와 액션의 균형을 만들어낼 줄 아는 감독이기도 하



다. 이번 영화에서도 그는 자신의 재주를 마음껏 발휘했다. 결코 무시할 수 없는 목직인 이야기를 표현하는 솜씨도 탁월하다.

<호빗: 뜻밖의 여정>에서 만날 수 있는 특수효과는 실로 압도적이고 웅장하다. 컴퓨터 그래픽, 미니어처를 결합시킨 웅장한 파노라마가 화면 가득히 펼쳐진다. 후반부로 갈수록 힘을 잃는 여타의 판타지 영화들과 달리 <호빗: 뜻밖의 여정>이 수시로 제공하는 볼거리는 기분 좋은 즐거움을 선사한다. 이는 기술적 성과만을 과시하지 않고 볼거리를 이야기 속에 잘 스며들게 만든 피터 잭슨의 뛰어난 연출 덕분이다. 특히 고블린 소굴에서 벌어지는 액션 신은 눈을 뗄 수 없을 정도다.

이번 영화에서도 피터 잭슨은 현실과 환상의 경계를 굳이 무너뜨리지 않았다. 그에게 있어서 환상과 현실이란 정확하게 구분할 수 없는 것이나 다름없기 때문이다. 그래서 피터 잭슨이 스크린으로 다시 한 번 호출한 중간계는 영화가 끝나도 여전히 살아 숨쉰다. 영화를 보는 내내 마치 주인공이 된 듯한 기분을 받았다면 그건 전적으로 감독의 의도다.

“다음 편을 어떻게 기다리지.” <반지의 제왕> 시리즈가 그랬던 것처럼 <호빗: 뜻밖의 여정>을 보고 나온 관객들의 불만은 오직 그것 하나일 것이다. 그들의 다음 이야기를 앉은 자리에서 계속 보고 싶게 만들 정도다.

모든 것을 떠나 <호빗: 뜻밖의 여정>이 지금껏 공개된 어떠한 3D영화보다도 더 진보한 기술을 보여줬다는 건 부인할 수 없는 사실이다. <아바타>를 보았을 때 당신이 느낀 충격 이상을 경험할 수 있다. 아이맥스 관람을 강력하게 추천한다. 오로지 영화관에서 느낄 수 있는 즐거움을 경험하게 만드는 영화, <호빗: 뜻밖의 여정>을 다른 환경에서 본 관객들과는 말을 섞지 말자.

제공 : <한국 최대 영화뉴스채널! 맥스뉴스>
김규한 기자 asura78@maxmovie.com

맥스무비

무엇을 구하느냐?

예수님께서 그를 따르는 세례 요한의 두 제자들을 향해 “너희가 무엇을 구하느냐” 라고 물으셨습니다. 우리는 일평생 주님을 따르기로 작정한 그리스도인입니다. 우리들은 과연 주님의 이 질문에 무엇이라고 대답할 수 있겠습니까? 여기 등장하는 두 젊은이가 왜 세례 요한을 따랐고 또 예수께 무엇을 구하려고 했을까요?

그 당시 이스라엘은 너무나 어려운 환경에 처해 있었습니다. 70년 동안 바벨론에서 포로 생활하던 남 유대 백성들이 하나님의 약속대로 예루살렘으로 돌아왔지만 그들은 여전히 죄악 가운데 살았습니다. 하나님은 더 이상 이들에게 선지자를 보내시지 않고 내버려두셨습니다. 400년의 암흑 기간 동안 이들은 외세에 시달리다가 마침내 로마의 지배를 받게 된 것입니다. 로마의 지배아래에서의 각종 세금과 부유한 기득권자들의 횡포로 가난한 사람들의 삶은 비참했습니다.

바로 이러한 때에 세례 요한이 나타난 것입니다. 광야에서 외치는 그의 설교는 신선하고 충격적인 것이었습니다. 젊은이들은 그가 메시아인줄 알았지만 아닌 줄 알고는 실망했습니다. 그러던 어느 날 세례 요한이 예수라는 한 청년을 보고 ‘보라 하나님의 어린 양이로다’ 라고 외쳤습니다. 젊은이들은 마침내 자기들이 그렇게 찾고 기다리던 메시아를 찾았다고 생각한 것입니다. 그들은 예수야말로 로마를 몰아내고 유대나라를 세울 정치적 메시아로 알았던 것입니다.

그러나 하나님의 뜻은 예수님을 통하여 사회를 변혁하고 국가를 전복하는 것이 아니었습니다. 예수님이 이 땅에 오신 목적은 전혀 다른 곳에 있습니다. 마9:13에서 예수님은 “나는 의인을 부르러 온 것이 아니요 죄인을 부르러 왔노라” 고 하셨습니다. 예

수님께서 사람들을 의인과 죄인으로 나누신 것이 아닙니다. 인간 스스로 자신을 의인과 죄인으로 나누는 것입니다. 의인이란 자신에게 약간의 허물이 있지만 다른 사람에 비해서 의인이라고 생각하며 예수가 필요 없다는 것입니다. 그러나 어떤 이들은 자신의 내면에 있는 탐욕과 시기심, 남을 미워하는 마음 등으로 자신이 죄인인 것을 인정하고 용서를 구합니다. 이런 사람에게 예수님은 다가오십니다. 예수님은 인간에게 죄로부터의 해방과 자유를 주시고자 이 땅에 오신 것입니다.

복음서에서 우리는 예수님께 무엇을 구할 것인가를 쉽게 찾을 수 있습니다. 그 첫 번째가 믿음입니다. 예수님은 병자를 고치실 때 늘 “내가 너를 낫게 할 수 있다고 믿느냐” 하고 물으셨습니다. 그러나 무엇보다도 마가복음 9장의 사건은 우리에게 믿음이 얼마나 절실히 요구되는 것인지 잘 보여 주고 있습니다. 귀신들린 아들을 둔 아버지가 예수님께 와서 “주님, 할 수 있으시면, 저의 아들을 좀 고쳐 주세요” 라고 요구했을 때 예수님께서 23절에서, “ 할 수 있다면’ 이 무슨 말이냐 믿는 자에게는 능치 못할 일이 없느니라” 라고 말씀 하셨습니다. 그러나 그 아버지는 곧 바로 “주여 믿나이다. 저의 믿음 없음을 도와주소서” 라고 말했던 것입니다. 바로 이것입니다. 우리도 우리의 믿음 없음을 도와주시기를 구해야 하는 것입니다. 우리의 문제가 심각하면 할수록 더 많이 요구되는 것은 하나님을 향한 강한 믿음인 것입니다.

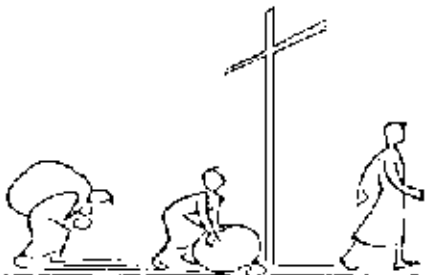
두 번째로 우리가 주님께 진정으로 구해야 하는 가장 중요한 것은 영생입니다. 예수님께서 “너희가 천하를 얻고도 너희 생명을 잃어버리면 무슨 소용이 있는가?” 라고 말씀 하셨습니다. 요 20:31에서는 우리에게 있어서 영생이 얼마나 중요한 것인지를 말하고 있습니다. “오직 이것을 기록함은 너희

로 예수께서 하나님의 아들 그리스도이심을 믿게 하려 함이요 또 너희로 믿고 그 이름을 힘입어 생명을 얻게 하려 함이니라.”

예수님께서 따르는 두 젊은이에게 “너희가 무엇을 구하느냐” 라고 말씀 하셨을 때 그들은 “랍비여, 어디 계시오이니까?” 라고 물었습니다. 아마도 예수님의 거처를 안 후 나중에 찾아올 생각이었는지 모릅니다. 그러나 주님께서 “(그럴 것 없이 지금) 와서 보라” 고 말씀 하셨습니다. 여기에서 ‘보라’의 헬라어는 ‘호라오’인데, 이것은 ‘와서 보고 깨달아라’라는 뜻입니다. 예수께서 그들의 마음을 다 아시고 무엇이 그들에게 필요한 것인지 알게 해 주시겠다는 것입니다. 그들은 예수님을 따라가서 하루 종일 그와 함께 있으면서 가르침을 받았을 것입니다. 그 내용이 바로 41절에 있습니다. “그가 먼저 자기의 형제 시몬을 찾아 말하되 ‘우리가 메시아를 만났다’” 고 했습니다. 그들은 예수님과 이야기하는 동안에 예수님이야말로 진정한 메시아임을 이해하고 깨달았던 것입니다. 그 후 안드레는 곧 자기의 형 베드로를 전도한 것입니다. 오늘날의 교회는 이와 같이 ‘와서 보라’의 장소가 되어야 합니다. 예수께서 이 젊은이들을 가르치고 깨우치고 변화시키신 것처럼 오늘날 교회도 예수께서 하였던 이런 일들을 계속해야 하는 것입니다.

은혜와 평강 교회 목사무엘 목사

은혜와 평강교회 Grace and Peace(GNP) Church (대한 예수교 장로회 통합 해외 총회)



440 Church Ln.
North Brunswick, NJ 08902
Phone: 732-658-3066
Cell Phone: 908-202-9635
E-mail: sdkwak@gmail.com

주일 예배 : 오후 2시

“수고하고 무거운 짐진 자들아 다 내게로 오라
내가 너희를 쉬게 하리라” (마 11:28)

신년에 하는 "마음 다이어트"

새해마다 신년 계획을 세우곤 한다. 어느 집사님 말이 재미있다. 많은 사람들이 신년 계획에서 빠뜨리지 않는 메뉴가 있다고 한다. 운동하는 것과 다이어트! 건강 걱정이 큰 탓이리라.

다이어트(Diet)란 한 마디로 음식을 조절하는 것이다. 살찌우는 '마귀같은' (ㄴ) 음식들을 경계하는 것이다. 인내, 마음 다스리기는 거의 필수다. 이러한 다이어트 정신은 사실 새해가 정말 새롭길 원하는 우리에게 중요한 점을 생각하게 해준다.

《뷰티풀 마인드라는》 유명한 영화가 있었다. 존 네쉬라는 천재 경제학자가 그의 천재성으로 말미암아 정신 질환을 앓게 되는데, 이를 극복하는 과정을 진지하게 그리고 있다.

존 네쉬는 환영들을 본다. 환영 속에서 두 사람이 나타나 존 네쉬를 지속적으로 현실과 다른 삶으로 이끌고간다. 존 네쉬가 선택한 극복 방법은 이 환영들을 철저히 "외면하는 것" 이다. 마치 다이어트를 하듯이, 현실이라고 인정되는 것만을 선택하여 보고, 바라보지 않기로 결정한 환영들을 철저히 무시한다. 비록 환영들이 유익한 것을 제공하는 것 처럼 보일지라도 말이다.

마지막 장면이 인상적이다. 노벨상 수상자로 선정되었음을 알려주려 온 사람을 만났을 때, 존 네쉬는 옆에 있는 학생에게 그 사람이 현실의 사람 인지를 묻는다. 창피할 것 같은데도... 환영이 아님을 확인하는 것이 우선이기 때문이리라. 보아야 할 것에 집중하고, 보아서는 안되는 것들로부터 자신을 지키는, "정신적, 영적 다이어트" 는 삶을 새롭게 만들수 있다.

신년을 새롭다고 믿고 출발할 때 마다 우리에게 알게 모르게 치열한 싸움이 시작됨을 깨닫는다. 다름아닌, "어제" 라고 하는 중독적 영향력으로부터 벗어나서, "오늘" 을 새롭게 보려는 싸움이다. 새해를 맞았다고 작년에 하던 일을 그만두는 것도 아니고, 어려운 환경에 갑자기 변화가 생기는 것도 아니다. 그래서인지, 때론, 어제가 오늘 같고, 오늘이 어제같다. 이러한 마음에 새해, 새 날이 느껴지겠는가? "어제" 라는 것의 영향력으로부터 벗어날 필요가 있다. 그리고 "오늘" 에 집중해야 한다. "정신적, 영적 다이어트" 가 필요한 것이다.

다이어트는 좋은 음식과 나쁘고 '악마같은' (ㄴ) 음식을 구분해야 한다. 마찬가지로 영적 다이어트에서도 "내 인생의 중심 가치" 를 분명히 알아야 한다. 그래야 중요한 것에 집중하고, 다른 것들에는 눈을 두지 않을 수 있지 않았는가. 이런 의미에서 "인생의 중심 가치" 에 대한 목상이야말로 중요한 신년 맞이 체크 포인트라 할 수 있다.

"하나님께서 천지를 창조하셨다. 인간은 특별히 하나님의 형상으로 창조되었다." (창1)

새 날 중의 새 날인 창조의 때에 대한 말씀이다. 주목해야 할 것 하나는, 이스라엘 백성들이 바벨론 포로 당시, 바벨론 강가에서 이 창조 고백을 묵상하고 선포하였다는 것이다. 자신들의 처참한 현실 앞에서 "우리는 하나님의 형상으로 창조된 고귀한 인생이다" 라고 선언한 것이다. 소망없는 현실에서 자신들의 가장 중요한 가치를 주장한 것이다. 창조를 통해 펼쳐진 "새 날" 이 자신의 "중요한 가치를 아는 것" 과 깊이 연관되어 있다. 새로움은 자신

의 진정한 가치를 실천하는 것에서만 찾아지기 때문인 모양이다. 그러면 "영적 다이어트" 에 대한 실천 의지없는 새해란 처음부터 없는 것인지도 모르겠다.

"고요함 가운데 혼자 앉아 있는 사람은 세가지 전쟁, 곧 듣는 것, 말하는 것, 보는 것이라는 전쟁을 피해야 한다. 그러나 도무지 피할 수 없는 전쟁이 있으니 곧 자기 마음과의 싸움이다."

안토니라는 초대교회 사막교부가 "영적 다이어트" 에 들어간 사람들의 진정한 적이 누구 인지를 가르쳐주는 말이다. "소중한 가치" 를 지키고자 할 때, 이것 저것 남의 말을 듣고, 또 말하는 것은 오히려 마음을 흔들리게 된다고 한다. 특히가장 큰 적은 "자신의 마음" 이라는 말에서는 정말 공감이가난다. "영적 다이어트" 는 그래서 인내의 싸움이 될 것이 분명하다. 그래도 해야 할 싸움이다.

"마음(영적) 다이어트" 한번 해보면 좋겠다. 신년을 새롭게 해보려고 자기 자신과 싸워보면 좋겠다. 소중한 인생 가치를 묵상할 때마다, 바울의 말씀이 여전히 마음을 두드림은 어쩔 수 없는 것 같다. 그분 없이 무슨 일이 될까 싶어 서일까? "그리스도 안에서 새로운 피조물이 라." (고후 5: 17)

가득한교회 왕태건목사

주님의 터치 회복의 은혜가 흐르는



가득한교회
Bountiful Korean United Methodist Church
담임 목사 왕태건

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



신년계획 세우셨습니까?

2011년 새해가 찾아왔습니다. 또다시365일이라는 깨끗하고 순결한 시간이 선물로 주어진 것입니다. 어릴 적 밤에 눈이 오기 시작하면, 밤새 잠을 제대로 못자고 설쳤습니다. 그리고는 새벽같이 일어나서 동생이랑 학교 운동장으로 달려가곤 했습니다. 아무도 밟지 않은 그 하얀 운동장에 가장 먼저 가고 싶었기 때문입니다. 그 하얀 운동장에 한 걸음 한걸음을 조심스럽게 내딛으면서, 뾰드득 뾰드득 소리를 들으면서 걸으면, 정말 얼마나 기분이 좋았는지 모릅니다.

새해를 맞이할 때마다 그와 비슷한 마음을 가지게 됩니다. 이 새해는 아무도 건드리지 않고 아무도 밟지 않은 하얀 눈과 같은 시간입니다. 지난 한 해는 나의 잘못과 허물로 더럽혀지기도 했지만, 다시 시작할 수 있는 또 한 해의 기회가 주어진 것입니다. 바로 지금, 그 깨끗하고 순결한 시간 위로 한걸음 한걸음 조심스럽게 걸어가고 있는 것입니다. 이 얼마나 감사한 일인지...

그래서일까요? 사람들은 새해가 되면, 한 해 계획을 세우고 목표를 세웁니다. 몇년 전 <타임>지에서 사람들이 가장 많이 하는 새해 계획(new year resolution) 10가지를 뽑았습니다. 아마 올해도 전혀 바뀌지 않았을 것입니다. “살을 빼고 몸매를 만들어보겠다, 담배를 끊겠다, 뭔가 새로운 것을 배우겠다, 몸에 좋은 것을 먹고 음식조절을 하겠다, 빚을 청산하고 저축하겠다, 가족들과 시간을 더 보내겠다, 새로운 곳으로 여행을 가겠다, 스트레스를 덜 받겠다, 봉사활동을 하겠다, 술을 덜 먹겠다.”

그런데, 이 <타임>지가 선정한 이 리스트의 제목이 재밌습니다. “Top 10 Commonly Broken New Year's Resolutions (깨지기 쉬운 새해결심 10가지)” 입니다. 새해가 되면 다들 이런 계획과 결심을 하지만, 얼마 못가서 깨져버리는 것입니다.

성경에도 이런 비슷한 신년계획을 세운 사람이 등장합니다. “오늘이나 내일쯤 우리가 어떤 도시에 가서 거기서 일년을 유하며 비즈니스를 해서 돈을 벌어야겠다.” (야고보서 4:13) 언뜻 보면 아무 문제 없어보이는 이 사람의 계획과 결심에 대해, 야고보 사도는 이렇게 말합니다. “내일 일을 너희가 알지 못하는도다 너희 생명이 무엇이뇨 너희는 잠간 보이다가 없어지는 안개니라.” 또, 잠언 27:1절은 이렇게 말합니다. “내일 일을 자랑하지 말라 하루 동안에 무슨 일이 날는지 네가 알수 없음이니라.” 하루 일도 알지 못하는 사람이 내일 혹은 일년 계획을 세우는 것이 얼마나 허망하냐는 말씀입니다.

물론, 성경은 계획 자체를 하지 말라고 하지는 않습니다. 문제는, 그 계획을 하나님과 무관하게 세운다는데 있습니다. 야고보 사도는 이어서 말합니다. “너희가 도리어 말하기를 주의 뜻이면 우리가 살기도 하고 이것 저것을 하리라 할 것이거늘.” (4:15) 내 계획과 능력을 신뢰하지 말고 항상 주의 뜻을 살피는 겸손을 가지라는 말씀입니다. 계획은 우리가 세우더라도, 그 걸음은 주께서 인도하시기 때문입니다.

독자 여러분의 모든 새해 계획이 주의 뜻 안에서 이루어지길 소망합니다. 또다시 주어진 365일이라는 소중한 시간들이 아름답고 의미있는 일들로 채워지길 바랍니다. 새해 복 많이 받으십시오.

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

보이지 않는것에 가치를 두는 인생

타이타닉이란 영화에 보면 그 큰 배가 어떻게 침몰하는 부분이 영화의 하이라이트인데 어떻게 세계적인 배가 깊은 바다속으로 침몰하게 되었는가? 그때는 빙하와 부딪혀 침몰하게 된다.

영화상으로 보면 처음 배가 빙하와 부딪칠때 위에 있었던 사람들은 모두 심각하지 않다고 생각했다. 왜냐하면 배가 빙하와 부딪히긴 했지만 거의 빙겨 지나갔다고 판단했기 때문이었다. 다들 정면 충돌하지 않았다고 한숨을 몰아쉬었지만 결국 타이타닉호는 큰 데미지를 입고 침몰하게되었다. 원인은 배의 아랫부분에서 일어났다. 선원들과 사람들이 본 빙하는 정말 빙산의 일각이었다. 정말 큰 빙하의 본모습은 몰아래 있었고 물밖에 드러난것은 전체 빙하덩어리의 100/1정도였으며 배아래부분을 부수면서 지나간 빙하는 사람들이 볼수 없었던 것이다.

눈에 보이는것이 모든것을 말해주는것은 아니다.

눈에 보이는것으로만 판단하는 사람은 자칫 큰 실수를 저지를 가능성이 충분한 사람이다. 사람을 상대할때도 사람을 보이는데로만 가지고 판단하면 상처를 주고 상처를 입게된다. 성경에 보면 유대인들은 사회에서 천대시 여김을 받는 사람들을 경멸하고 무시한것을 볼수있다. 그들이 가진 외모가 너무나 초라하고 보기에 민망한 조건을 가지고 있었기 때문이다.

예수님이 제자삼은 12명의 사람들도 거의 사회에서 관심을 받지 못하던 사람들이었다.눈에 보이는것은 보잘것없는 모습과 별로 드러내고 싶지 않은 배경을 가진 사람들이었다. 그러나 예수님은 그들이 주님을 따르는데 있어서 다른 사람들과 다르다는것을 보셨다. 어떤이는 많은 재산이 있었고, 어떤이는 뛰어난 높은 학력이 있었고, 어떤이는 높은 지위를 가지고 있었지만 그들모두 예수님보다 눈에 보이는 것이 자신의 가치라고 판단하여 기회가 있었으나 제자가 될수가 없었던 것이다.

세계적인 감독들을 보면 하나같이 공통점이 있다. 경기의 전술을 잘만드는데도 있지만 우수한 선수를 보는 눈이 있다는 것이다. 사람들은 선수의 하드웨어만 보지만 그들은 선수들의 하드웨어뿐만 아니라 소프트웨어까지 본다. 대선수가 될수있는 가능성을 분다는 것이다.

비록 지금 당장은 최고가 아니더라도 그들에게 무한한 잠재력이 있는것을 보는 눈이었다. 올해부터 한국 야구선수인 류현진 선수가 미국 메이저리그에서 뛰게 된다.

그를 영입한 다저스 구단은 류현진이 고등학생때부터 관심을 가지고 계속 지켜보았다고 말한것을 듣고 한사람의 선수를 영입하기위해서 그것도 외국인 선수를 어린시절부터 수년간을 지켜보았다는말에 감동이 되었다.

사람의 눈도 이정도인데 전능하신 하나님은 어떠하시겠는가?

우리 하나님은 하드웨어로 판단하시는 분이 아니시다. 우리의 소프트웨어를 보신다. 그 소프트웨어는 우리의 생각과 마음이다. 하나님은 우리가 무슨 마음으로 살고 있는지를 눈여겨보시는것이다. 하나님이 보시는 기준을 통해 하나님의 눈높이에 맞는 사람이 되어야 한다.

어느새 2013년 새해가 밝아 올랐다. 사회와 사람에게 인정받기 위하여 오직 외부조건만을 갖추려는 자신이기보다 비록 지금 사람들이 부러워할 정도의 모습을 갖고있지 못하였어도 하나님의 눈에 띄는 신실한 순종의 사람이 될 수 있도록 새로운 마음을 가지길 원한다.

다윗이 부모와 형제들에게는 별 시선을 받지 못하였으나 하나님의 시선에 띄었던 사람이다. 새롭게 시작하는 한 해를 사람보다는 하나님의 시선을 돌리는 사람이기를 원한다. 비록 사람들이 자신의 길을 정할지라도 그 걸음을 인도하시는 이는 하나님이다. 인생의 또다른 한 해를 주신 하나님께 감사하며 내면의 삶이 행복한 사람이기를 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
 열심히는 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**



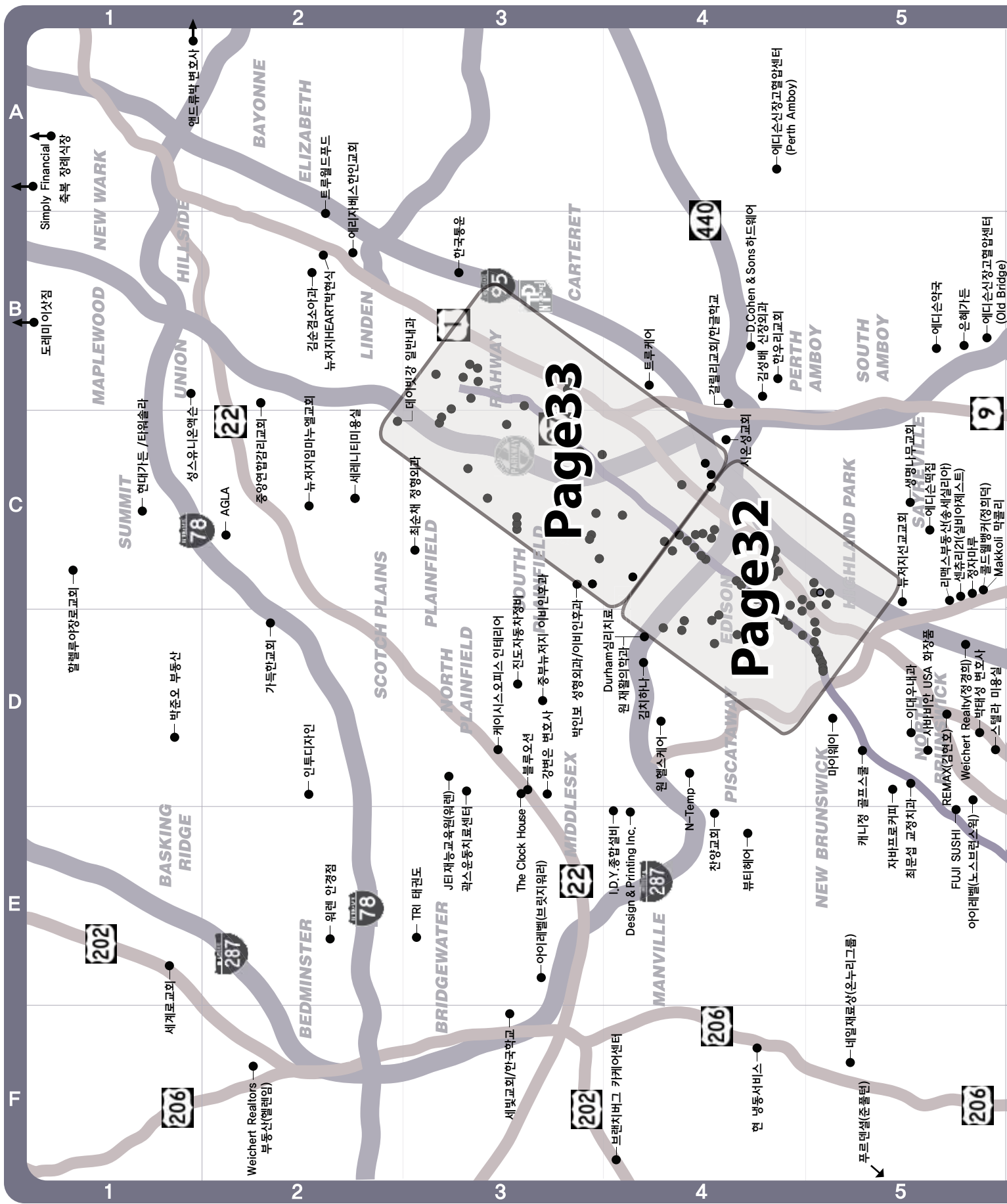
주일 및 새벽예배 안내

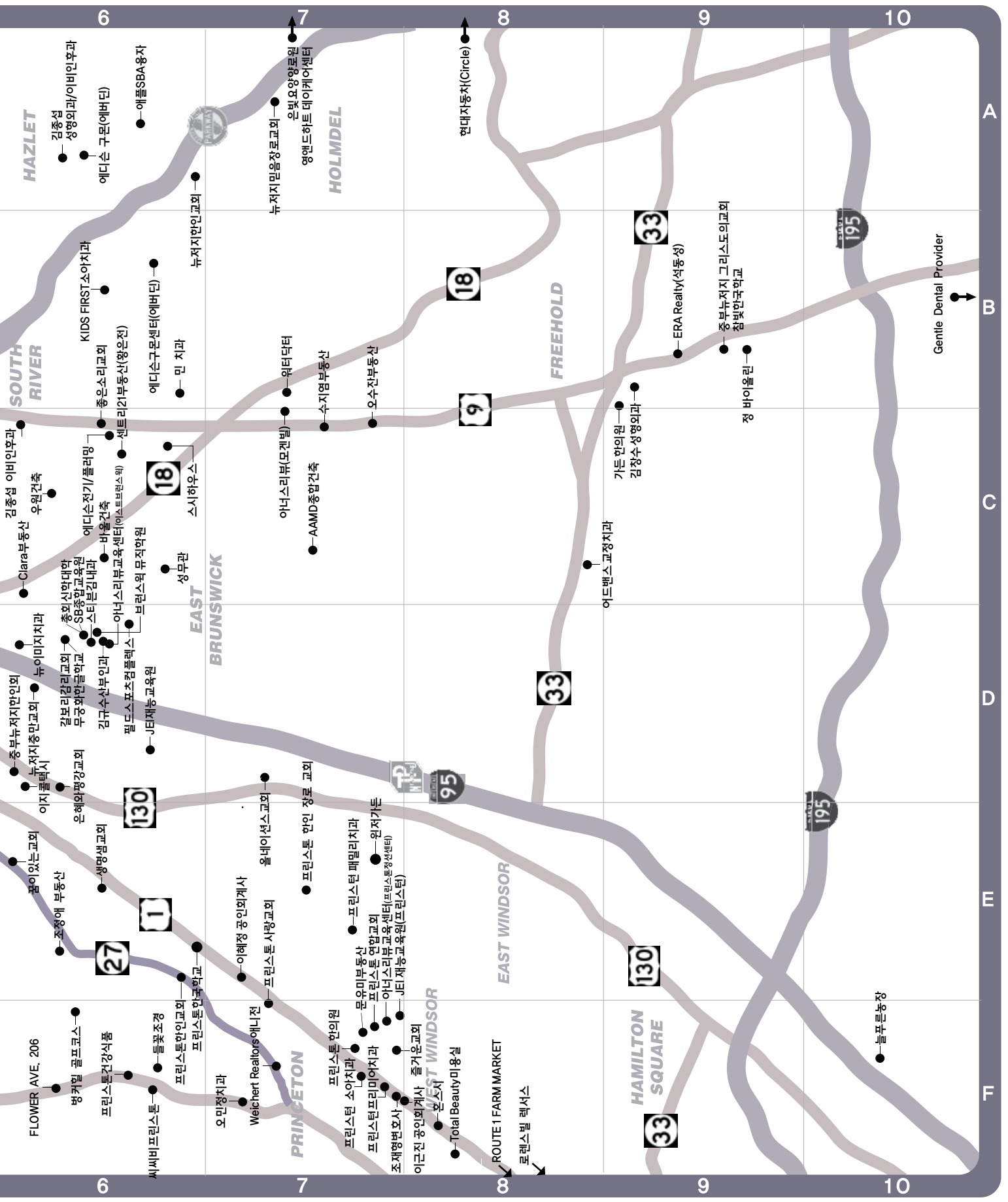
영어 예배: 10:00 am 스페니쉬 예배: 6:30 pm
 한국어 예배: 12:00 pm 새벽 예배 (월 - 금): 5:30 am

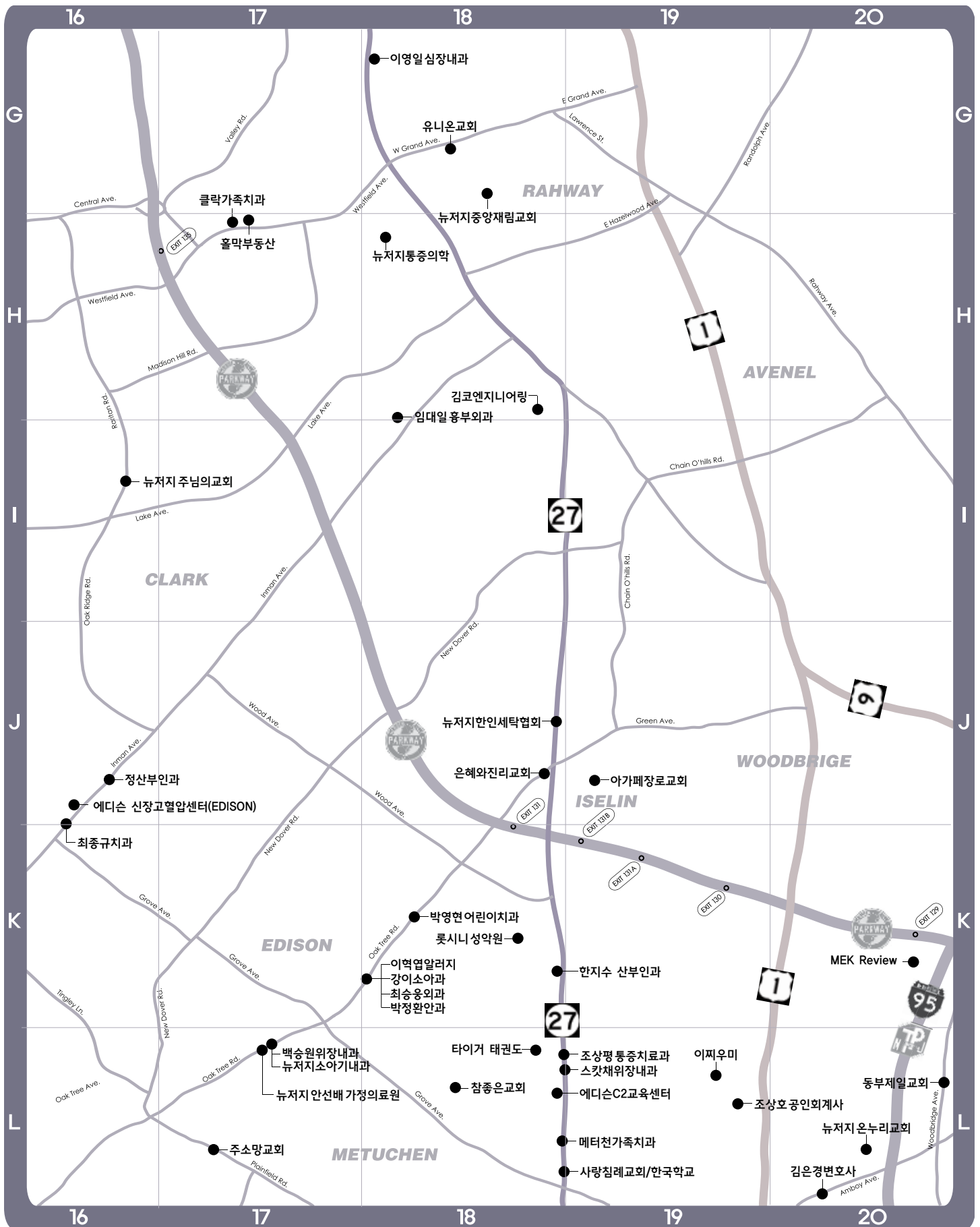
섬기는 이들

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

케이시스오피스 인테리어 732-968-3236 D3

건강

워터덕터 732-972-4510 B7
자바프로 커피 732-246-3232 D5
프린스턴 건강식품 609-279-1636 F6

건축관련

김코엔지니어링 732-815-3242 H18
들꽃조경 609-234-1838 F6
리정원공사 732-698-4373 K14
명성전기/ 페인트 732-777-1675 K14
명성인테리어 732-331-4343 J14
바울건축 732-539-4337 C6
에디슨 전기/플러링 732-850-3654 C6
우원건축 732-423-7393 C6
주안건축 732-895-7854 K13
탑건축인테리어 732-236-2903 I12
현 병동서비스 908-295-2252 F4
AAMD 종합건축 732-964-9787 C7
BKKB 건축 201-723-9573 K14
CROS 건축 732-586-2563 G12
I.D.Y.종합설비 201-755-8232 E4

검도

영무관 732-662-7944 I15
성무관 201-387-2200 C6

공인 회계사

성명렬 공인회계사 732-549-3400 H14
이근진 공인회계사 609-452-8282 F8
이철웅 공인회계사 732-985-2232 J11
이혜정 공인회계사 609-919-9207 E7
조상호 공인회계사 732-549-5168 L19
하나회계법인 732-603-8877 H13

교회/천주교/한국학교

가득한 교회 908-464-9760 D2
갈릴리교회 / 한글학교 732-442-4442 B4
갈보리감리교회 732-613-4930 D6
꿈이있는 교회 732-485-1100 E6
뉴저지 건강안 교회 646-821-3445 H15
뉴저지 믿음장로 교회 732-747-2991 A7
뉴저지 성경장로 교회 732-887-4920 L13
뉴저지 선교 교회 732-220-9191 C5
뉴저지 은누리 교회 732-661-9191 L20
뉴저지 임마누엘 교회 908-317-0691 C2
뉴저지 주님의 교회 908-400-9768 I16
뉴저지 중앙재림 교회 732-259-7474 G18
뉴저지 중만 교회 732-887-5634 D6
뉴저지 한인 교회 732-332-1101 A6

동부제일 교회 732-709-3114 L20
사랑침례 교회/한국학교 732-548-1898 L18
생명나무 교회 908-420-9124 C5
생명새 교회 732-239-5178 E6
세계로 교회 908-766-9250 E1
세빛교회/한국학교 908-229-2966 F2
순복음선교 교회 732-545-0101 L13
시온성 교회 732-430-5217 C4
아가페장로 교회 732-283-3551 J19
에리자베스한인 교회 732-248-7887 B2
올네이션스 교회 609-395-7055 D7
에디슨 한인 천주교회 732-572-0977 K14
유니온 교회 732-396-0444 G18
은혜와진리교회 732-439-6409 J18
은혜와평강교회 732-658-3066 D6
좋은소리 교회 732-887-6878 C6
주소양 교회 732-205-0571 L17
중부뉴저지그리스도의교회 침빛한국학교 732-695-2099 B9
중부뉴저지장로 교회 732-310-0022 I14
중앙연합감리교회 908-272-1995 B2
중앙장로교회 732-882-3575 H14
즐거운 교회 609-734-0110 F7
찬양 교회 732-805-4050 E4
참좋은 교회 908-307-7979 L18
프린스턴사랑교회 609-945-2552 F7
프린스턴연합 교회 609-799-3400 F7
프린스턴한인교회 609-921-8895 E6
프린스턴한인장로교회 609-799-3400 E7
한마음 교회 908-930-4299 K14
한우리 교회 732-952-3500 B4
할렐루야장로 교회 908-461-7599 C1

중부뉴저지장로 교회 732-310-0022 I14
중앙연합감리교회 908-272-1995 B2
중앙장로교회 732-882-3575 H14
즐거운 교회 609-734-0110 F7
찬양 교회 732-805-4050 E4
참좋은 교회 908-307-7979 L18
프린스턴사랑교회 609-945-2552 F7
프린스턴연합 교회 609-799-3400 F7
프린스턴한인교회 609-921-8895 E6
프린스턴한인장로교회 609-799-3400 E7
한마음 교회 908-930-4299 K14
한우리 교회 732-952-3500 B4
할렐루야장로 교회 908-461-7599 C1

꽃집

아이엠 꽃집 732-354-3618 L13
현대가든 / 타워슬러 973-728-4700 C1
행복한 꽃집 908-764-2896 J12
Flower Avenue 206 609-454-3671 F7

노래방

조아 노래방 732-248-8445 I13

농장

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 Beaute 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
김종섭 성형외과 /이비인후과 732-727-1355 A6/C6
김창수 성형외과 732-780-0300 B9
박인보 성형외과 /이비인후과 732-205-1311 C3
최순채 정형외과 908-561-2122 C3
중부뉴저지 이비인후과 732-205-1311 D3
가든 한의원 732-668-2228 A6
김상우 한의원 732-248-1980 J13
김홍순 한의원 732-729-1075 L13
가나 한의원 732-321-1909 H13
장춘 한의원 732-287-8881 J13
체질 한의원 732-548-2222 H13
상해 한의원 732-248-3700 I13
프린스턴한의원 732-754-0392 F7
김진상3S정형치과 732-287-1223 I12

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

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.



into design

인투 디자인스튜디오

이런분들에게 디자인 컨설팅이 필요합니다!

통합적 디자인 관리가 필요한 비즈니스 [로고 > 명함, 배너, 웹사이트, 인테리어, 사인등]
업그레이드 되어야 하는 중소기업의 디자인 아이덴티티
디자인이 매출에 영향을 미치는 비즈니스

디자이너에게 전문적인 상담+가이드를 받으실수 있습니다.

intodesignstudio.com 1.908.382.6639



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
 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

