

막지마라

이번엔  
세계 제패다!



# 몽처야친다3

조기축구 A매치

JTBC

매주 일요일 저녁 7시 50분 방송

감독 안정환

푸른방송 8VSB 17-1, 디지털 14번 / 스카이라이프 4번 / KT Genie TV, SK Btv, LG U+ 15번

# 달서구한의사회, 저소득취약계층 위한 '한방주치의 사업'

달서구(구청장 이태훈)가 5월 가정의 날과 6월 보훈의 날을 맞아 저소득취약계층의 건강을 지원하기 위해 달서구한의사회(회장 이태훈)와 지역 한의원의 재능기부로 '우리 동네 한방주치의 사업'을 추진했다.

한방주치의 사업은 달서구한의사회와 연계해 저소득 취약계층 의료비 부담을 줄이고 체계적으로 건강관리를 할 수 있도록 지원하는 사업이다. 2012년 달서구사회복지관협회와 의료협약을 체결하여 현재까지 1,471명(환가액 4억7천만원 정도)에게 년 1~2회 정도 무료 한방진료 및 체질별 한약을 선물해 지역사회에 선행을 베풀고 있다.

올해는 5월에서 6월 중순까

지 달서구한의사회 회원들의 재능기부로 한의원 45개가 참여해 한약이 필요한 저소득취약계층 190명(6,700만 원 정도)에게 지원했다. 대상자의 거주지와 가까운 한의원(한 의사)을 주치의로 지정해 한방진료 및 한약 등을 지원하여 건강상태 체크 및 교육, 정

서지원 등 건강지킴이로서의 역할을 해 나가고 있다.

이태훈 달서구한의사회장은 "한의사회 회원들의 재능 나눔으로 취약계층 이웃들에게 건강을 전달함과 동시에 나눔을 실천할 수 있어 기쁘다."고 밝혔다.

〈자료제공:달서구청〉



왼쪽부터 이태훈 달서구한의사회 회장, 이태훈 달서구청장



## '마잇따 카페'에서 마음건강 상담받으세요

생활터 인근 카페에서 스트레스·우울·불안 등 상담... 86개소 운영

대구광역시(광역정신건강복지센터)는 생활터 인근 카페에서 편안하게 마음건강(스트레스·우울·불안 등) 상담을 받을 수 있는 '마음을 잇는 따뜻한 카페: 마잇따 카페'를 운영하고 있다.

'마잇따 카페'는 핸드커피, 커피명가 등 86개소가 협력 카페로 참여하고 있으며, 카페를 방문한 고객을 대상으로 QR코드가 삽입된 굿즈(티코스터, 북마크, 감정 스티커, 감정 배지 등)를 제공해 온라인 마음 검진을 받을 수 있도록 하고 있다.

필요시 대면상담을 신청하면 매주 수요일 지정카페에서

따뜻한 커피 한잔을 무료로 마시면서 정신건강 전문가와 상담이 진행된다.

마음이 힘드신 분 누구나 무료로 이용 가능하며, 우리 동네 마잇따 카페는 대구청년 마음건강센터 누리집(www.youthdgmhc.or.kr) 또는 전화(☎053-565-2030)로 확인이 가능하다.

〈자료제공:대구시청〉

## 건강칼럼



보생조한의원 원장 조현정



### 응급질환 뇌졸중, 알아줘야 할 전조증상은?

- ★ F(face): 얼굴 이상감각/비대칭
- ★ A(Arms): 한쪽 팔다리의 이상감각, 마비증상
- ★ S(Speech): 말이 어눌하고 발음이 잘되지 않음
- ★ T(Time): 3시간 이내 응급실 방문

뇌졸중 환자는 지난 10년 사이 9.5% 증가했다.

뇌졸중은 뇌혈관이 막히거나 터져 뇌조직이 손상되어 나타나는 질환이며, 한의학에서는 중풍(中風)이라고 한다.

뇌졸중(중풍)은 생명을 위협하는 응급질환이며, 심한 후유증이 남기도 한다. 초기응급처치가 중요하기 때문에 전조증상을 미리 알아두고 증상이 발생하면 골든타임 3시간 이내에 응급실에서 신속하게 치료를 받아야 한다.

대표적인 중풍 전조증상은 FAST 또는 말팔얼굴을 기억해야 한다.

▲한쪽 얼굴, 팔다리의 이상감각 및 근력저하(F,A), ▲복시, ▲말이 어눌해지고 발음이 안 되는 경우(S), ▲심한 두통 등이 있다. 이런 증상이 나타나면 즉시 119를 불러 응급실에 가야 한다(T). 증상이 일시적으로 좋아졌더라도 응급실을 가야 한다.

응급치료 후에는 회복을 위해 재활치료를 진행하는데, 양방 신경과 치료만 단독으로 시행했을 때보다 한의학적 치료를 병행했을 때 신경학적 결손점수를 낮추고 일상생활 회복률을 높이는 데 효과적인 것으로 나타났다.

뇌졸중의 위험요인으로는 고혈압, 당뇨병, 고지질혈증, 비만, 흡연, 음주 등이 있다.

반드시 금연을 하고 음식은 싱겁게 먹으며, 적정 체중과 허리둘레를 유지해야 한다. 혈압, 콜레스테롤, 혈당을 관리하고 주 3회 이상 운동을 통해 건강을 유지한다.

더운 여름밤에는 여성과 노인층에서 뇌졸중 위험이 높아진다.

평상시 충분한 수분 섭취를 하고 실내온도 조절을 통해 건강을 관리해야 하며, 의심증상이 발생하면 반드시 병원을 찾아야 한다.

대구시달서구 달구벌대로 1607/보생조한의원 ☎053-564-0401



### 대구성서경찰서, 범죄피해자 대상 '마음:펫' 반려동물 임시숙소 운영

대구성서경찰서(서장 이재욱)는 신변위험 등으로 귀가가 곤란한 범죄피해자가 임시숙소를 이용할 때, 해당 기간동안 반려동물을 임시 보호할 수 있는 '마음:펫' 반려동물 임시숙소를 운영한다.

경찰은 임시숙소 이용이 필요한 범죄피해자에게 반려동물 임시 보호 위탁 의사를 확인한 후 '마음:펫' 반려동물 임시숙소를 제공하며, 임시숙소 이용 기간 동안 관내 지원업체에서 반려동물 임시 보호를 지원한다.

'마음:펫'은 범죄피해자 임시숙소 제도의 취지와 반려동물 임시 보호의 필요성에 대해 공감하는 관내 애견호텔 업주들과의 사전간담회를 거쳐 구체화되었으며, 경찰에서는 지원 업체에 자체 제작한 '범죄피해자 지원의 집' 명패를 부착한다.

〈자료제공:성서경찰서〉

6월 24일 ~ 30일

# 재미로 보는 운세



36년생 여러 사람의 의견에 귀를 기울여라. 48년생 묶여있던 재물이 들어온다. 60년생 작은 이익에 만족하면 길하다. 72년생 큰 소원은 이루기 어렵지만 작은 소원은 얼마든지 노력으로 이룰 수 있다. 84년생 포기하지 않으면 방법이 생긴다. 조금 더 생각을 해 봐야 한다. 96년생 바라는 일이라고 하더라도 너무 급하게 서두르지 말라.



37년생 노력만 하고 이루지 못한다. 49년생 남에게 의지하려고 해서는 안 된다. 61년생 두 마리의 토끼를 쫓으면 결국에는 한 마리도 잡을 수 없다. 73년생 친구 간의 마찰을 조심해야 한다. 85년생 재물을 먼저 챙기는 것이 맞다. 그 외의 부분은 보완하기 힘들다. 97년생 평소와 하던 대로 하는 것이 제일이다. 다른 생각을 하지 말라.



38년생 그동안 잠잠했던 지병이 도질 수 있다. 50년생 근검절약 하라. 62년생 맘 흘려 버는 돈이 아닌 것에 욕심을 내면 필패이다. 74년생 욕심을 버려야 한다. 86년생 어쩔 수 없이 포기해야 하는 부분이 있다. 강해져야 한다. 98년생 진행할 수 있을 것 같은 일도 사실 어렵다고 볼 수 있다.



39년생 집안의 친척들이 모여서 즐겁게 웃을 일이 생긴다. 51년생 문서를 잡으면 이익을 얻게 된다. 단 서쪽에서 일을 도모해야 길하다. 63년생 주변 사람과 사소한 오해가 생길까 두렵구나. 75년생 존경할만한 윗사람을 만나게 되어 많은 도움을 받게 된다. 87년생 믿음만한 사람과 그렇지 못한 사람을 구분해야 한다.



40년생 친하다고 생각했던 사람에게서 뜻밖의 피해를 보니 적당한 거리를 두어라. 52년생 하고자 하는 일은 다음으로 미루고 현 위치를 고수하라. 64년생 친구끼리 서로 믿지 못하여 다툼이 생길까 걱정이다. 76년생 무리하지 말고 적당한 휴식을 취함이 좋겠다. 88년생 무엇이든 확인을 꼭 해봐야 한다. 그래야만 실수하지 않는다.



41년생 본인이 알지 못하는 곳에 투자를 하면 필패이니 조심하라. 53년생 재물이 들어오면 주변 사람으로 인한 손실이 있으니 주변사람을 멀리하라. 65년생 선불리 변화를 주는 것은 불리하니 현재의 위치를 지키고 있는 것이 좋다. 77년생 윗사람이 아무리 밉다고 해도 대들어서는 안 된다. 89년생 자신의 계획대로 추진을 하기 어렵다.



42년생 꾸준히 노력해왔던 일이 드디어 빛을 발하게 된다. 54년생 본인의 가치를 알아주는 귀한 인연을 맺으니 대인관계에 힘쓰라. 66년생 젊다고 해서 건강에 소홀하지 마라. 78년생 아랫사람이 늘어나게 되니 자연히 나의 권한이 강해진다. 90년생 권한이 생기게 되지만 다른 사람의 눈을 조심해야 한다.



43년생 아랫사람이 자신을 따르니 자연스레 명예가 높아진다. 55년생 옛것을 버리고 새것을 취하면 예상외의 기쁨이 생긴다. 67년생 재물은 들어오지만 친구와의 다툼이 생길 수 있으니 주의해야 한다. 79년생 동남방에 귀인이 있으니 이 방향에서 일을 도모하면 쉽게 이루어진다. 91년생 걱정이 많겠지만 큰 문제는 일어나지 않는다.



44년생 감투를 쓰거나 사람들에게 신뢰를 얻게 된다. 56년생 다른 사람들에게 친절 한 것은 좋지만 오해가 생기지 않도록 주의하라. 68년생 열과 성으로서 일을 추진하니 결국은 뜻대로 이루어진다. 80년생 뜻밖의 재물이 들어오게 되는데 주변의 사람들에게 베풀어라. 92년생 현실적으로 불가능해도 믿음을 가지면 길이 있다.



45년생 조용히 처신하면 길하고 분주히 움직이면 오히려 근심이 생긴다. 57년생 귀인이 내게 임하니 매사에 어려움이 없으리라. 69년생 돌을 쏘아 옥을 얻으니 뜻밖의 재물이 들어오는 형상이다. 81년생 북쪽으로 움직이면 구설수가 생길 수 있으니 주의해야 한다. 93년생 준비했던 것이 제대로 빛을 보게 된다.



46년생 아랫사람에게 권위를 내세우지 말고 덕으로써 대하라. 58년생 다루기 힘든 아랫사람 때문에 스트레스를 받는다. 70년생 이동이나 이사를 생각하고 있다면 다음으로 미루어라. 82년생 주변에 불필요한 사람들이 많으니 사람을 가려서 사귄 필요가 있다. 94년생 자신의 정당성을 주장하기 보다는 주변의 상황을 먼저 파악해야 한다.



47년생 억지로 일을 도모하지 말라. 59년생 여린 새싹에 서리가 내는 모습이니 외로움을 느끼게 된다. 71년생 쫓대 없이 움직이면 구설수에 시달릴 수 있으니 뚜렷한 주관을 갖도록 해라. 83년생 순간적인 감정으로 일을 처리하게 되면 불리하니 현재의 위치를 고수하라. 95년생 평소와 나의 편이라고 생각한 사람을 조심해야 한다.

제공 : 당신의 멘토, 운조야

## 주간 일기예보

출처:네이버 날씨

6월 20일 목요일



6월 21일 금요일



6월 22일 토요일



6월 23일 일요일



6월 24일 월요일



6월 25일 화요일



## 시사상식 코피 루왁(Kopi Luwak)

☞ 인도네시아어로 커피를 뜻하는 코피와 긴꼬리 사향고양이를 의미하는 루왁이 결합한 이름으로, 인도네시아·필리핀 등에 서식하는 사향고양이가 커피 열매를 먹고 난 뒤 배설한 씨앗을 햇빛에 말려 볶는 과정을 거쳐 탄생한 커피를 말한다. 사향고양이는 가장 잘 익은 커피 열매만을 따먹는 능력이 있는 것으로 알려져 있는데, 사향고양이의 소화 과정을 거치면서 원두의 쓴맛과 떫은맛이 사라지고 특유의 맛과 향을 내는 커피가 되는 것으로 분석되고 있다. ‘고양이똥 커피’로 불리기도 하며 한국인에게는 루왁 커피로 알려져 있다.

코피 루왁은 연간 400~500킬로그램만 생산되는 희소성 때문에 명품 커피의 대명사로 통한다. 가격도 비싸다. 코피 루왁 원두 가격은 400그램 기준으로 50만 원을 호가한다. 한국에서는 2006년부터 백화점이나 고급 커피 전문점을 중심으로 판매가 시작됐으며, 한국 호텔 등에서 판매되는 코피 루왁의 가격은 봉사료 등을 포함해 한 잔에 4~5만 원 선이다. 코피 루왁의 인기가 치솟으면서 사향고양이를 집단 사육하는 농장도 등장했는데, 이는 사향고양이 학대 논란으로 번지고 있다.

2012년 11월 19일 영국의 일간지 ‘가디언’은 사향고양이 ‘사육 농장’에 대한 기사에서 “사람들이 이렇게 열악한 사육 환경에 대해 알게 되면, 결코 루왁 커피를 마시지 못할 것”이라고 말했다. 2013년 한국에선 동물단체를 중심으로 코피 루왁 불매 운동이 벌어졌다. 동물단체는 코피 루왁은 명품 커피가 아니라 ‘동물 학대 커피’라고 말한다. 코피 루왁은 동남아에서 약 10만 마리 이상의 사향고양이들이 철창에 갇힌 채 소화 기관을 약하게 하는 유동식을 먹으며 생산한 커피로, 사향고양이들이 기계처럼 취급받고 있다는 게 동물단체의 주장이다.

네이버 지식백과 트렌드 지식사전 2.2014. 5. 23., 김환표

2021 이용지만족도 푸른방송 전국 1위



# 한번에 받으니까 더 놀라운 혜택

현명한 선택  
결합 상품



지금바로! (053) 551-2000 www.gcs.co.kr



제,177회

# 가족과 함께 풀어보세요.

1			2		3		4	
5	6				7	8		
			9	10				11
12		13		14				
		15	16					17
18	19				20	21		
	22			23				24
				25				
26						27		

● '가족과 함께 풀어보세요' 낱말퍼즐을 만들어 푸른신문으로 보내주세요. 채택된 분께는 작은 선물을 우송해 드립니다.

▶보내실곳: 42640 대구광역시 달서구 달구벌대로 1611번지 (감삼동 68-4) 4층 푸른신문 편집부 앞  
E-mail:pr5726000@naver.com

→ 응모엽서에 성명과 우편번호를 반드시 적어 주세요

▶정답자발표: 1,325호

### <가로열쇠>

- 시간상이나 순서상의 맨 끝. 000에 들어온 사람의 문을 닫았다.
- 공기 중의 수분이 응기어서 미세한 물방울이나 얼음 결정의 덩어리가 되어 공중에 떠 있는 것.
- 옷의 일정한 곳에 형견을 달거나 옷의 한 부분에 형견을 덧대어 둔, 소지품 따위를 넣도록 만든 부분.
- 이왕 길을 나선 때. 000에 시내 구경도 하고 집으로 왔다.
- 산속에 있는 절.
- 두 개의 수 또는 식 사이의 대소 관계를 나타내는 기호. '<, >, ≥, ≤'
- 막힌 물체를 막히지 않은 듯이 환히 꿰뚫어 볼 수 있도록 만든 광학 장치. 야간 000.
- 부녀자들이 전통 예복을 입을 때에 머리에 쓰는 관.
- 오는 사람을 나가서 맞이함. 기차역으로 00을 나갔다.
- 공기의 중요한 성분인 무색, 무미, 무취의 기체. 사람의 호흡과 동식물의 생활에 없어서는 안 되는 기체.
- 물건값을 제하고 거슬러 받는 잔돈.
- 좋지 못한 상태로 급히 떨어짐을 비유적으로 이르는 말. 며칠째 주가가 0000을 거듭하고 있다.
- 출입문 밑의, 두 문설주 사이에 마루보다 조금 높게 가로로 댄 나무.
- 태극기에 쓰인 네괘를 통틀어 이르는 말.
- 연극, 영화, 운동 경기, 미술품 따위를 구경하는 손님.

### <세로열쇠>

- 등산하는 사람들이 서로 부르거나 외치는 소리.
- 인천광역시 강화군 강화도에 있는 산. 해마다 전국 체육 대회의 성화를 점화하는 곳이다.
- 여러 형제, 자매 중에서 맨 나중에 난 사람.
- 구겨져서 생긴 잔금. 00이 잘 가지 않는 옷감.
- 무엇이 언뜻언뜻 빨리 지나감을 비유적으로 이르는 말. 지난 10년의 풍상이 00처럼 눈앞을 스쳐 갔다.
- 자연환경을 오염하지 않고 자연 그대로의 환경과 잘 어울리는 일. 000농법.
- 어느 한 지방에서만 쓰는, 표준어가 아닌 말.
- 눈으로 보아 어렵잡아 헤아림.
- 움직여 옮길 수 없는 재산. 토지나 건물, 수목 따위이다.
- 통일 신라 말기·고려 초기에, 지방에서 성장하여 고려를 건국하는 데 이바지한 정치 세력. 대개 촌주 출신이며, 고려의 중앙 집권 체제가 이루어지면서 중앙 귀족으로 편입되거나 향리로 전락했다.
- 줄을 길게 달아 우물물을 퍼 올리는 데 쓰는 도구.
- 짐승이나 물고기, 벌레 따위를 세는 단위.
- 남이 알아듣지 못하도록 작은 목소리로 자주 가만가만 이야기하는 소리.
- 팔짱을 끼고 보고만 있다는 뜻으로, 간섭하거나 거들지 아니하고 그대로 버려둠을 이르는 말.
- 알고자 하는 바를 얻기 위해 물음. 00이 있으신 분은 발표가 끝난 후에 해 주시기 바랍니다.
- 오라고 청하지 않았는데도 스스로 찾아온 손님.



1,175회 퍼즐 상품 받으실 분

※ 당첨상품은 우송해 드립니다.



이용권 2매 ☎ 608-5000

정광우(달서구 두류남길 10)  
박만해(북구 검단로)  
홍희순(달서구 선원남로)

엄수현(달성군 다사읍)  
권여림(달성군 다사읍)  
하진우(달서구 달구벌대로)

### <1,175회 정답>

엄	과	전	범	용	자
티	격	태	격	무	통
눈	극	인	사	불	성
아	기	자	기	가	유
라		척	항	아	리
오	비	이	락	음	력
아		가	치	모	두
숫		게	르	꼬	
고	자	질	마	찬	가
					지

♣ 가족과 함께 풀어 보세요 정답을 아시는 분은 본사 편집부로 보내주시기 바랍니다.

7월 2일(화)까지 도착된 엽서 중에서 추첨을 통해 상품을 드립니다.

주소를 정확히 기재해 주십시오. 당첨상품을 우송해 드립니다.

### 푸른신문

대표전화: (053) 572-6000 팩스: (053) 572-6006  
대구광역시 달서구 달구벌대로 323길 13(감삼동) 3F  
(우편번호: 42640)

- ▶등록일 2000년 10월 17일 ☑은행계좌안내
- ▶등록번호 대구다 01130 SC 제일은행 556-20-270245
- ▶간별 주간
- ▶인쇄처 미디어프린팅넷(株) 예금주: 푸른신문(김현두)
- ▶발행인 김현두 \*구독료 1년 15,000원
- ▶편집인 김현두

본지는 주간신문 윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다.

www.prsinmun.co.kr

## 푸른신문 구독신청 방법

- 구독료 : 1년 15,000원
- 입금계좌 : SC제일은행 556-20-270245 예금주:푸른신문(김현두)
- 전화 : (053) 572-6000 팩스 : (053) 572-6006

달서구·달성군 지역신문 '푸른신문'은 지역밀착형, 주민밀착형 지역신문으로서 지역민들의 알권리를 충족시켜주기 위해 중앙지나 지방 일간지에서 다루지 못하는 우리 이웃들의 훈훈하고 작은 이야기들 까지도 신고 있습니다.

지역주민들이 이웃과 더불어 지역에 대한 애정을 갖고 살아갈 수 있도록 도움을 주는 것은 물론 건전한 비판을 통해 지역문화를 창달하는데 앞장서고 있습니다.

