

캔사스 시티 코리안 저널
KANSAS CITY
KOREAN JOURNAL

KC
KJ

04 월
2019
APRIL



Tightening | Brightening
| Anti-aging | Guerison

피부 관리 | 목주름 관리 | 두피 관리 |
부종 및 혈액순환 완화

나만의 건강한 피부를 만들어 보세요!

Helen Seo
(913) 291 - 7172

청정한약 빠른회복

816-444-1218

교통사고, 각종질환 양.한방전문협진 | 한의사 김일형



INSURANCE AGENT
보험 전문인
이 리사 (Lisa Lee Moran)

913-217-5169

Lisa@AutoHomeKC.Com

자동차. 주택. 사업. 생명. 메디케어 플랜
AUTO. HOME. BUSINESS. LIFE
MEDICARE HEALTH PLAN

7180 W 107TH ST., #10, OVERLAND PARK, KS 66212

Lisa

Inside the Issue
이달의 지역기사

퇴직 연금 세미나 PG. 6

2019 US OPEN CHAMPIONSHIP PG 7

캔사스시티 한인회 주최
3.1절 100주년 기념 행사
PG. 8-10

2020년 제1회 전미주장애인체전
인체전 캔사스시티에서 개최하기로 확정 PG. 11

재미대한캔사스장애인체육회 출범 PG. 11

KANSAS CITY
KOREAN JOURNAL

APRIL 2019
VOL #54 \$3.95

Breaking news online
kckoreanjournal.com

Find us on
Facebook
/ kckoreanjournal

Dr. Kyunghwan An
Adjustments 교정
Acupuncture 침
Adjustments & Acupuncture
척추교정 & 침

Grandview Chiropractic & Acupuncture Clinic
12121 Suite O Blue Ridge Blvd., Grandview, MO 64030
Phone number: 816-217-0020



platinum realty.

BIZPRO Tax & Accounting Services, LLC

김준수 세무 회계 부동산



세무 회계 부동산 종합 관리 시스템으로 고객의

비즈니스와 재산 관리를 한층 업그레이드 해 드립니다.

JUNSU KIM, CPA, EA, MSA, REALTOR
10322 METCALF AVE, OVERLAND PARK, KS 66212
T.913-383-8558 / F.913-815-8810 / INFO@BIZPROKC.COM

KANSAS ACUPUNCTURE & CHIROPRACTIC CLINIC

7050 W 105th St. Overland Park, Kansas 66212



P) 913-649-2044

F) 913-649-2064

www.kacclinic.com

kacclinic@gmail.com



로한 척추신경 & 침술클리닉



아름다운 중심을 잡습니다



교통사고

운동상해

디스크 질환

어깨질환

임산부 교정

메디컬 마사지

디지털 X-ray

교통사고 대처요령

- 1 사고 후 통증 발생 시, 911전화
- 2 상대방 운전자의 자동차 보험 카드 (이름, Policy#, 자동차 Year, Make, Model) 운전 면허증, 자동차 번호판의 정보를 확보
- 3 전화기의 카메라 기능으로 사고가 어떻게 발생되었는지 알 수 있게 현장 촬영 (전체 환경을 다 포함한 사진- 신호체계, 몇 차선 도로, 스탑 사인 여부, 차량 번호판)
- 4 상대방이 전적으로 과실을 인정하지 않을 경우 반드시 전문가의 도움이 필요합니다. 전화주시면 정확한 상담을 해드립니다.

상담해드립니다.

- ✓ 학생 보험 및 각종 보험
- ✓ 무보험자 할인 혜택
- ✓ 교통사고와 직장에서의 사고는 환자 본인이 치료비를 부담하지 않도록 도와드립니다.

#LohanChiro



교통사고 시
차량 제공



Lohan Clinic
South KC Office
816-444-1218 ext.1



Lohan Clinic
South KC Office
816-444-1218 ext.1



Lohan TEM
한방 클리닉
816-444-1218 ext.4



Lohan Clinic
Skin & Massage
816-444-1218 ext.3



자매 병원
Grandview Clinic
816-217-0020

404 E. Bannister Rd. Suite C Kansas City, MO 64131



로한 스킨 클리닉

f #LohanSkin

동안 관리

여드름 관리

얼굴 경락

미백 관리

리프팅 | 탄력

노화 방지

얼굴 경락은 막힌 피부를 풀어 고사된 세포 및 유해한 독소 등이 림프에 의해 체외로 배출되면서 피부에 산소포화도가 높아져 혈기가 좋아지게 합니다.



Jet Clear는 강력한 압력을 이용해 직접적으로 피부와 두피에 물 입자를 분사해 피부 부위를 세정하거나 영양 물질 화장수를 도포하여 모공청소, 각질제거, 미백, 여드름, 그리고 턱선과 눈가에 주름개선 및 탄력에 효과적이며 얼굴에 축적되어있는 유해한 독소를 제거해주는 최신장비입니다.

✓ 바디 전신마사지
서비스도 있습니다.



www.lohanskin.com

양/한방 협력 진료 Free Clinic

NEW PATIENT ONLY

4월11일 목요일 무료진료!!

척추 교정, 침, 한약

한방 다이어트 상담 환영

816-444-1218

척추신경의 홍성민



한의사 김 일 형

KC CALENDAR OF EVENTS

April 1: APRIL FOOL'S DAY
 April 4: DISNEY ON ICE PRESENTS MICKEY'S SEARCH PARTY: April 4-April 7, Sprint Center, 1407 Grand Blvd., Kansas City, MO 64105
 April 5: MISSOURI ARBOR DAY & TREE GIVEAWAY: From: 10:00 AM to 04:00 PM, Powell Gardens, 1609 US-50, Kingsville, MO 64061

April 10: KANSAS CITY FILM FEST INTERNATIONAL: April 10-April 14, Cinemark Palace At The Plaza, 526 Nichols Road, Kansas City, MO 64112

April 13: WORLDS OF FUN: OPENING WEEKEND: April 13-April 14, From: 12:00 AM to 12:00 AM, Worlds of Fun, 4545 Worlds of Fun Dr., Kansas City, MO 64161

April 13: TRUCKS AND BIG RIGS FOR KIDS: From: 10:00 AM to 01:00 PM, Theatre in the Park, 7710 Renner Rd. Shawnee, KS 66217

April 13: THE ART OF TRADITIONAL CHINESE PAINTING: April 13-May 18, From: 03:00 PM to 04:00 PM, Northland Baptist Church, 7101 NW Waukomis Dr, Kansas City, MO 64151

April 16: BEAT BUGS: A MUSICAL ADVENTURE: Recurring weekly on Sunday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday, Saturday, April 16-May 19, From: 10:00 AM to 07:00 PM, The Coterie Theatre, 2450 Grand Blvd., Kansas City, MO 64108

April 18: CHRIS TOMLIN: Starting: 07:00 PM, Sprint Center, 1407 Grand Blvd., Kansas City, MO 64105

April 18: UMKC JAZZ NIGHT: Starting: 07:30 PM, Folly Theater, 300 W 12th St., Kansas City, MO 64105

April 20: LOUISBURG CIDER MILL EASTER EGG HUNT: 11:00 am - 12:00 pm Louisburg Cider Mill, 14730 K68 Hwy, Louisburg, KS

April 20: KEMPER ART-ASTIC EGG HUNT: From: 12:00 PM to 03:00 PM, Kemper Museum of Contemporary Art, 4420 Warwick Blvd., Kansas City, MO 64111

April 21: EASTER DAY

April 22: EARTH DAY

April 23: AMERICAN GIRL LIVE: April 23-April 28, Starlight Theatre, 4600 Starlight Rd., Kansas City, MO 64132

April 26: THREADED TOGETHER FASHION SHOW JCCC: Johnson County Community College, 12345 College Blvd., Overland Park, KS 66210

April 27: DOWNTOWN WINE WALK: From: 02:00 PM to 06:00 PM, Kansas City Power & Light District

April 30: RENT: 20TH ANNIVERSARY TOUR: April 30-May 5, Kansas City Convention & Entertainment Facilities, 301 W 13th St., Kansas City, MO 64105

◆ 목차 / READER'S GUIDE

◆ 커뮤니티 / COMMUNITY	PG 6-11	◆ 세계 뉴스 / WORLD NEWS	PG 20-21
◆ 캔스 소식 / LOCAL NEWS	PG 12-13	◆ 경제 / ECONOMY	PG 22-23
◆ WELLNESS	PG 14-15, 19	◆ 스포츠 / SPORTS	PG 24-25
◆ 디렉토리 / DIRECTORY	PG 16-17	◆ 문화 와 생활 / LIFESTYLE	PG 26-27
◆ 사업 / BUSINESS	PG 18	◆ 믿음 / FAITH	PG 28-29
		◆ 무료 광고 / CLASSIFIEDS	PG 30-31

◆ 일반 및 광고 연락처 / GENERAL AND ADVERTISING CONTACT

Email: kim@kckoreanjournal.com Phone: 913-802-2005
 ONE.FIVE Media LLC : Kansas City Korean Journal

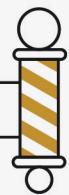
(여러분의 광고를 소중히 여깁니다. 캔스의 유일한 한인신문 KCKJ로 연락주세요. 한인특별가로 모십니다!)

편집자 주 / EDITOR'S NOTE

- 모든 칼럼의 영어 또는 한국어 번역본은 요약본이며, 외부필자의 원고는 신문사 편집방향과는 일치하지 않을 수 있음을 알려드립니다.
- All translations of the columns are done in summary form. The opinions, beliefs, and viewpoints expressed by the contributing writers may not reflect the opinions, beliefs, and viewpoints of KCKJ.
- Korean Translator and Editor: Chaeyoung Kang
- 캔스시티 코리안 저널의 (연합 뉴스)로 표기된 모든 기사의 발신지와 저작권자는 연합뉴스이며, 무단전재나 재배포를 절대 금합니다.
 - 연합 뉴스 - (기사발신지=연합뉴스)
 - 저작권문구 <저작권자 (C) 연합뉴스.무단전재-재배포 금지>
- The source and copyright holder of all articles marked as Associated Press (AP) in Kansas City Korean Journal is AP News(AP), reprinting or distributing without permission is strongly prohibited.
 - AP - (Article Source Reuters)
 - The copyright notice <copyright (C) AP All Rights Reserved - Copyright by>
- 마감일을 넘겨오는 기사나 광고는 부득이하게 다음호로 넣게 되겠습니다. 여러분의 양해를 부탁드립니다.
- 저희 신문의 수정 사항을 언제든지 알려주십시오. 여러분의 지적을 귀하게 받아 더욱 발전하는신문이 되고자 합니다.
 보내실곳은 kim@kckoreanjournal.com 입니다. 감사합니다.
 If you find any information in error, please direct them to kim@kckoreanjournal.com Thank you.

LOHAN
chiropractic + acupuncture
HEALING CENTERS

+ B | K L A S S Y
BARBER STUDIO



남성 전용 미용실

EXPERIENCE A KLASSY SERVICE



15년 경력의 남성 전문 미용사



GERRY FLORES
MASTER BARBER



BJ FLORES
ACUPRESSURE FACIALS



VINH TRAN
JUNIOR BARBER

전화/문자 예약
816.835.0049

524 WALNUT ST SUITE 230 KCMO 64106

경험많은 셰프가
일식 전통과 튜진이 어우러진
코스 요리를 서브 합니다
예약 913.258.5879
단체예약 발송니다

maru
Sushi & Grill

주방에서 일하실분 구합니다



Lunch
Mon-Fri 11:30-2:30pm
Sat & Sun 12-3pm
Dinner
Mon-Thur 4:30-9pm,
Fri 4:30-10pm
Sat 3-10pm
Sun 3-9pm
Happy Hour
Mon-Fri 4:30-6pm
Sat & Sun: 3-5pm

Prairie Fire 5621 W. 135th St. Suite 2620
Overland Park, KS 66223
www.marusushikansas.com 913.258.5879

우리 이사 갑니다!!

Soo Hair

Great Cut



- 디지털펌

- 셋팅펌

- 헤어컷

- 염색

- 예쁜머리

- 건강한 머리

시간:

월: 예약제
화 - 금: 10 시 아침 - 7 시 밤
토: 9 시 아침 - 6 시 밤
일: 1 시 오후 - 6 시 밤

전화번호: (913) 341 - 5265

장소:

**10312 Metcalf Ave
Overland Park, KS 66212**



퇴직 연금 세미나

지난 3월 2일 캔스시티 한인회 주최로 천경태 Specialist의 “퇴직연금 세미나”가 캔스시티 한인회관에서 있었다.



사회보장 (Social Security) 세금	2018	2019
피고용인/ 고용주 (각각)	최대 \$128,400의 소득까지 6.2%	최대 \$132,900의 소득까지 6.2%
자영업자 (소득세 규정에 따라 상쇄가능)	최대 \$128,400의 소득까지 12.4%	최대 \$132,900의 소득까지 12.4%

매디케어(Medicare) 세금	2018	2019
피고용인/ 고용주 (각각)	총 소득에 대해 1.45%	총 소득에 대해 1.45%
자영업자 (소득세 규정에 따라 상쇄가능)	총 소득에 대해 2.9%	총 소득에 대해 2.9%

- 고 소득자들은 일정액 이상의 소득에 대하여 매디케어 세금으로 0.9%를 추가 지

Social Security는 거의 모든 가정은 물론, 거의 모든 미국인들의 삶에 언젠가는 영향을 미친다고 볼 수 있다. Social Security는 나이 든 미국인들에게만 도움이 되는 것이 아니라 장애인이 된 근로자들, 배우자나 부모가 사망한 가정에도 도움을 준다. Social Security는 근로자의 평생 소득을 기준으로 퇴직 전 소득의 일정 비율을 대체 한다.

Social Security 은퇴 연금이 대체하는 평균 급여의 액수는 소득과 연체부터 연금을 받기로 결정하는지에 따라 달라진다. 67세부터 받기로 결정한다면, 저소득자는 최대 75%, 중간 소득자는 40%, 고소득자는 약 27%를 받는다. 67세 이후에 받기로 하면 받는 금액 비율은 더 낮아진다. 대부분의 재정 전문가들은 퇴직 후 편안한 생활을 위해서는 Social Security연금, 투자 수입, 개인 저축을 포함해서 퇴직 전 소득의 70%가 필요하다고 말한다.

은퇴 연금: 1929년 이후에 출생한 분들은 은퇴혜택을 받으려면 누구나 10년의 근로활동(40크레딧)이 필요하다. (1929년 이전에 출생한 분들께 필요한 근로활동은 그보다 더 적다.) 언제 퇴직할지를 결정하는 것은 가장 중요

한 결정 중 하나이다. 만기 은퇴 연령이 되어 은퇴하기로 결정한다면 연금 전액을 받게 된다. 하지만 만기 은퇴 연령 전에 은퇴한다면 연금은 감소한다. (2018년 평균 Social Security 연금 수령액: 은퇴한 근로자:\$1,404/ 고령 배우자가 있는 은퇴한 근로자 부부\$2,340/ 장애인 근로자:\$1,197)



출생 연도	만기 은퇴 연령	출생 연도	만기 은퇴 연령
1943 -1954	66세	1958	66세 + 8개월
1955	66세 + 2개월	1959	66세 + 10개월
1956	66세 + 4개월	1960 또는 그 이후	67세
1957	66세 + 6개월		

만기 은퇴 연령이 늘어나고 있지만 매디케어 (Medicare)는 여전히 65세 생일이 되기 3개월 전에 신청해야만 한다. 그때까지 신청하지 않고 더 지체하면, Medicare의료보험 (파트 B)와 처방약 보험 (파트 D) 보험료가 인상될 수 있다.

은퇴 지연: 만기 은퇴 연령이 지난 후에 연금을 받기로 하면, 받는 액수가 출생 연도에 따라 일정 퍼센트만큼 늘어날 것이다. 연금은 만기 은퇴 연령부터 시작해서 연금을 받기로 한 나이 또는 70세가 될 때까지 (둘 중 빨리 다가오는 날을 적용함) 매달 자동적으로 인상액이 더해진다.

조기은퇴: 사보회장 연금은 이르면 62세부터 받을 수 있다. 만기 은퇴 연령 전에 사회보장 연금을 받기 시작하면 수령액은 매달 1%마다 약 ½이 감소된다. 예를 들어,



만기 은퇴 연령이 66세 4개월이라고 가정할 때 62세부터 Social Security 연금을 받는다면 전액의 73.3%밖에 받지 못한다. (앞으로 만기 은퇴 연령이 더욱 높아지면서 액수는 더 많이 감소할 것이다.) 계속 일하면서 연금수령: 계속 일하면서 은퇴 연금도 함께 받을 수 있다. 만기 은퇴 연령이 되는 달이나 지난 후에 계속 일한다고 Social

Security연금 액수가 줄어들지 않는다. 실제로 만기 은퇴 연령이 지나도 계속 일하면 연금 수령액이 더 많아질 수 있다. 하지만 만기 은퇴 연령이 되기 전 몇 개월 동안 소득이 일정 한도를 초과하면 연금 액수가 감소된다.

일을 하면서 만기 은퇴 연령이 되기 전에 연금을 받기 시작하면, 연 소득이 소득한도 (2018년의 경우 \$17,040)를 초과하는 경우 벼는 소득의 \$2마다 연금이 \$1씩 감소된다.

기타 자세한 사항은 www.ssa.gov 웹사이트에서 확인 가능하다.

(기사/ 사진: 캔스시티한인회 보도위원 안향미)



2019 US OPEN CHAMPIONSHIP

지난 3일 라스베이거스에서 페막한 US Open 태권도 챔피언십 대회에서 동메달을 획득 정기호 관장 (정스 태권도장 제공)

캔스시티한인회 정기호 관장 2019 US 오픈 국제 태권도 대회에서 단체전 및 개인전에서 각 동메달을 획득했습니다.

Us 오픈은 국제 대회 중에도 가장 많은 나라와 각국의 대표 선수들이 참여하여 기량을 겨루는 대회입니다.

올해엔 라스 베가스에서 80개국에서 약 2500명이 참가해 4일에 걸쳐 치뤄졌습니다.

정관장은 2008년부터 출전해 많은 메달을 목에 걸었으며 특히 올해는 제자들과 함께 대회에 출전했어 다른 대회 보다 의미 있는 시간이었다고 합니다.

Grand Master Jeong, Master James, and Jeong's Elite Team members are now back from 2019 US Open Championship!

First, congratulations to Grand Master Jeong for his TWO BRONZE medals for individual poomsae and team poomsae. It is not always easy for masters to maintain their skills to perfection while also focusing on students' education. We are proud to be taught under such a great master and competitor who always steps up to show his students that nothing is impossible and there is no limit to what you are passionate about!

All students who participated showed some of their best scores, proving the hard effort and dedication they put in.



2019 Seattle 미주한인체육대회

장소: 캔스시티한인회

8841 Glenwood St.
Overland Park, KS 66212

2019년 4월 28일 (일요일)

오후 3시 ~ 7시 (\$15)

▶▶▶ 본 행사의 수익금은 전액 미주체전을 위한 기금으로 쓰입니다.

▶▶▶ 문의: 김대중 913-205-0232



재미대한캐나스체육회



캔사스시티 한인회 주최 3.1절 100주년 기념 행사

2019년 3월 1일 Emmanuel Baptist Church에서 캔사스시티한인회 주최로 3.1절 100주년 기념행사가 있었다. 이주현 한인회 사무총장의 사회와 김성배 캔사스시티한인회 이사장의 환영사, 그리고 모두 함께 국민의례, 국가제창 (애국가, 성조가)이 있었으며 이은철 캔사스시티 목회자협의회장의 대표기도가 있었다. 캔사스시티한인회 김준수부회장과, 캔사스시티 한국학교 이명희 교장, 그리고 캔사스시티 한인상록회 정영로 회장이 함께 독립선언문을 낭독해 주었다.

이어서, 모든 참석자들이 함께 100년전인 1919년 3월1일을 생각하며 3.1절 노래를 불렀다.



주 시카고총영사관 양동한 부총영사는 문재인 대통령의 축사를 대독해 주었고, 안경호 캔사스시티한인회장이 기념사를 해 주었다.

김준수 수석부회장은 한인 동포사회에 3.1절 100주년 기념행사에 앞서 열렸던 3.1운동 100주년 기념 세미나를 간단하게 소개해 주었다.

이어지는 시간으로 캔사스시티한인회와 캔사스시티한국학교 공동주최로 열렸던 캔사스시티 한국학교 학생들의 사생대회 시상식이 있었다.



캔사스시티 한국학교 학생들은 이번 3.1절 100주년 기념 사생대회를 하기 전 각 반 교사들에게 3.1운동에 대하여 배우고, 우리의 선조들이 일본에 빼앗겼던 나라를 되찾기 위하여 독립선언문을 발표하고 비폭력 만세운동을 벌렸던 역사에 대하여 배웠고, 나라의 독립을 위하여 무수히 많은 독립열사들이 목숨을 잃었다는 것을 알게 되었다. 학생들이 그린 그림 속에는 아이들의 눈으로 이해했던 우리민족의 3.1 운동 역사와 민족의 독립정신이 고스란히 표현되어 있어 그림을 보며 가슴 속에 진한 감동이 일었다. 안경호회장은 캔사스시티 한국학교 사생대회 수상학생들에게 상장과 상금을 전달하였다.

수상자 명단:

대상 1명: 고급반 김혜나

최우수상 2명: 고급반 조하은, 중급 1반 하단아

우수상 3명: 고급반 고은경, 중급2반 유지혜, 초급 1반A 안이든

장려상 7명: 중급2반 박찬희, 중급1반 최현수, 중급1반 장해나, 초급2반 사리나, 초급 1B 박주영, KSL Children 맥스, 기초반 차한나

이어지는 특별공연으로는 캔사스시티 한국학교 오케스트라반의 공연이 있었다. 허영주 교사의 지휘아래 유하나교사, 오승현교사, 황예슬 교사, 그리고 오케스트라반 학생들은 국악과 오케스트라 협연의 멋진 공연을 선보였다.



또한 이은영교사와 허영주교사의 지도 아래 합창반 학생들은 '홀로 아리랑' 노래를 멋지게 불러 관객들의 뜨거운 박수를 받았다.



이번 3.1절 100주년 기념 행사에는 캔사스시티 한인회, 캔사스시티 한국학교, 캔사스시티 한인상록회 대표들이 함께 태극기를 흔들며, 관객들과 함께 만세삼창을 하였다. 특별히 이번 만세삼창에 함께 한 캔사스시티 한국학교 학생들은 태극기를 손에 들고 흔들며 1919년 3월 1일의 만세운동에 동참하듯, 만세! 만세! 만세! 큰 목소리로 만세삼창을 같이 외쳤다.



캔스시티 한국학교 학생들이 애국지사들의 명언을 낭독하는 시간도 가졌다.

이번 3.1절 100주년 기념행사가 끝나고 안산시립 합창단의 특별공연이 있었다. 안산시 부시장과, 이진찬 단장이 함께 자리를 해 주었다. 박신화 지휘자의 지휘아래 50여명의 안산시립 합창단원들은 멋진 공연을 선사하며 3.1절 100주년 행사를 더욱 빛나게 해 주었다.



안산시립 합창단은 1995년 창단되어 대한민국을 대표하는 전문합창단으로 성장했으며 박신화 지휘자를 필두로 62회의 정기연주회, 한국합창대전, 세계합창축제, 기획공연 등을 진행하였다. 2002년 8월에는 세계합창연맹 (IFCM)이 뽑은 세계 22대 합창단 중 하나로 선정되었고, 2011년 6월 바티칸 교황청 초청으로 성 배드로 성당에서 연주를 통해 전 세계인들에게 안산시립합창단과 한국의 높은 합창수준을 선보였었다. 그 외에도 많은 국제무대에 초청되어 높은 예술성과 독창적인 합창으로 안산시립합창단은 이미 세계적인 합창단으로 인정을 받고 있다.



특별히 이번 공연은 안산시립합창단이 2019년 미국 캔스시티에서 개최되는 2019년 미국합창지휘자협회 (ACDA: American Chorl Directors Association) National Conference에 초청받아 2019년 2월 26일부터 28일까지 캔스시티 무리엘 카우프만 (Muriel Kauffman)극장에서 공연이 있어 캔스시티에 방문하여 가능했던 뜻 깊은 행사였다. 덕분에 캔스시티 한인동포들은 세계수준의 멋진 공연을 볼 수 있는 기회를 갖게 되어 더욱 뜻 깊은 시간이 되었다. 캔스시티 한인동포 및 참석한 관객들은 안산시립합창단원들이 공연을 끝내고 무대를 퇴장할 때까지도 뜨거운 박수를 멈추지 않으며 멋진 연주에 대해 찬사를 보냈다. 안산시립합창단의 공연을 위하여 조영애 공연준비위원장과 안산시청과의 긴밀한 협조가 이 대회를 성공적으로 마치는데 크게 기여했다.



이번 캔스시티한인회 주최 3.1절 100주년 기념행사에는 한국참전용사들을 비롯하여 700여명 이상의 캔스시티 한인동포들이 참석하여 뜨거운 호응 속에 무사히 잘 치러졌다.

기사: 캔스시티 한인회 보도위원 안향미

사진: 캔스시티 한인회 보도위원 이지형/ 박귀우

캔스시티 순회영사업무안내

날짜: 4월 5일(금요일)

시간: 9:30 AM ~ 2: 30 PM

장소: 캔스시티 한인회 사무실

7800 Shawnee Mission Parkway, Ste 16
Merriam, KS 66202



- 업무내용: 여권, 병역, 사증, 영사확인, 가족관계등록, 국적, 재외국민 등록, J1 Visa 귀국의무 면제, 범죄경력증명, 출입국 사실증명, 공인인증서, 운전면허, 기타 민원
- 필요하신 신청서류는 영사관에 문의하신 후 준비하시기 바랍니다.

대표번호: 312-822-9485



3.1운동 100주년 기념 세미나



박사무엘교수



서현진 교수



송세준 교수



안맹호 목사

지난 3월 1일 캔스시티 한인회 주최로 Emmanuel Baptist Church에서 3.1운동 100주년 기념 세미나가 있었다.

목사이자 목회상담가이며 신학자인 박사무엘교수는 현재 센트럴신학대학원의 실천신학 교수로 재직하고 있다. TCU에서 목회상담과 목회신학으로 철학박사 학위를 취득하였다. 교수로서 갈등전환과 비폭력 저항운동에 대해 연구하며 가르치던 중, 3.1운동이 세계 비폭력저항운동에 대한 중대한 시사점을 가지는 것을 발견하게 되어 이번 세미나에서 “비폭력저항운동의 관점에서 본 3.1운동”을 주제로 발표를 하였다.



서현진교수는 현재 캔스시티대학교 (University of Kansas) 언론정보대학원에서 디지털미디어와 전략 커뮤니케이션에 대해 강의와 연구를 하고 있다. 미주리대학교 (University of Missouri-Columbia)에서 언론학 석사, 그리고 시라큐스 대학교(Syracuse University)에서 언론정보학 박사학위를 받았다. 디지털미디어와 사회운동에 관해 연구를 하고 있다. 이번 세미나에서는 “여성인권/참정권의 관점에서 본 3.1운동”이라는 주제로 발표를 하여 한국 독립운동 당시 잘 조명되지 않아 알려지지 않았던 여성들의 역할에 대해 발표해 주었다.

송세준교수는 미주리대학교 (University of Missouri-Kansas City: UMKC) 컴퓨터공학과에서 컴퓨터 네트워크와 인공지능에 대해 강의와 연구를 하고 있다. 미네소타대학교(University of Minnesota)에서 컴퓨터 공학석사와 박사학위를 받고 시스코(Cisco)와 하니웰 연구소, 그리고 텍사스 A&M 대학에서 근무하였다. 이번 세미나에서는 “Christian Influence in the March 1st Movement”라는 주제로 발표를 하였다.

안맹호 목사는 장로회신학대학원에서 교역학 석사(M.div) 대학원에



서 선교학으로 신학석사 (Th.M.)학위를 받았다. 신학교 졸업 후 농촌 벽지에서 마을로부터 추방된 교회를 재건하는 일, 대학원에서 ‘중국의 반기독교 운동’관련 연구를 하였고, 22년 동안 미국 원주민 (First Peoples of America)지역에서 선교사로 일하고 있다. 35년 동안의 사역의 주제는 “반기독교 정서가 강한 곳에서 복음의 해석과 전달”이다. 이번 세미나에서는 ‘한국 독립운동의 요람: 캔스시티지역과 파크대학을 중심으로 (Kansas City & Park College As a ‘Cradle of the Korean Independence Movement’)”라는 주제로 발표를 하였다.

안목사는 선교를 하며 개인적인 관심사에서 시작하여 캔스시티에 한인 역사를 찾아 보았다고 하였다. 네브라스카 소년병 학교 관련 자료를 모으며 시작된 안맹호 목사의 한인역사 연구는 7년 가까이의 긴 시간에 걸쳐 자료를 수집하고 정리한 것이라고 한다.

이번 세미나 발표를 위하여 자료를 수집하고 분석하며, 노력의 시간들로 모아진 연구자료를 바탕으로 발표한 이번 세미나에 참석한 캔스시티 한인동포들은 아낌없는 박수를 보냈다.

(세미나 관련 요약 내용: 캔스시티 한인회 웹사이트와 facebook 웹사이트에 확인 가능함)

캔스시티 한인회 웹사이트 안내:
www.kckorean.net

캔스시티 한인회 facebook 웹사이트 안내:
www.facebook.com/kasofgkc

(기사/ 사진: 캔스시티 한인회 보도위원. 안향미)



2020년 제1회 전미장애인체전 캔스اس시티에서 개최하기로 확정



지난 3월 2일 St Andrews Golf Club에서 거행한 재미대한장애인체육회의 정기이사회 및 총회에서 해외에서는 최초로 제1회 전미장애인체전을 캔스اس시티에서 개최하기로 확정되었다. 이날 재미대한장애인체육회는 2018년 결산과 2019년도 예산을 확정짓고 재미대한캔스اس장애인체육회를 인준하고 회장 박순현씨에게 인준장을 수여하였다. 이번에 인준된 캔스اس장애인체육회는 미주에서 최초의 주체육회로 출범을 하게 됐다. 재미대한장애인체육회는 지난 해 2018년 9월 22일 워싱턴DC에서 출범식을 갖고 작년 10월 전라북도 전주 익산에서 거행된 제38회 전국장애인체전에 해외에서는 최초로 선수단 20명을 출전시켰으며 대한장애인체육회 해외지부 1호로 지정이 되어 있다.

(기사/사진: 재미대한장애인체육회)

재미대한캔스اس장애인체육회 출범



지난 3월 2일 재미대한장애인체육회 정기이사회에서 인준을 받은 캔스اس장애인체육회는 이날 오후 6시에 Overland Park에 소재한 St Andrews Golf Club에서 출범식을 가졌다. 이날 거행한 출범식은 이주현 사무총장의 사회로 강원호 세계 밀알 부총재의 기도, 안경호 재미대한장애인체육회장의 인사말, 백민애 사무처장의 경과보고, 재미대한장애인체육회의 지난 5개월간의 활동 동영상, 캔스اس장애인체육회장의 인준장, 수료식에 이어 박순현 초대회장의 취임사가 있었으며 정영로 캔스اس장애인체육회 초대이사장의 격려사, 미국 중서부 장애인단체인 “The Midwest Adaptive Sports”의 회장 Bill Brooks 부회장 Tom Sanders의 축사가 이어졌으며 이어 참석한 캔스اس장애인체육회의 임원들의 소개가 있었으며 만찬 시간을 끝으로 행사가 마무리됐다.

(기사/ 사진: 재미대한장애인체육회)

한인회 도네이션 명단	
안경호	\$12,000.00
재외동포재단	\$5,000.00
Asian-American Chamber of Commerce	\$1,500.00
Assi	\$1,100.00
조가	\$1,000.00
왕희철	\$960.00
안성호	\$835.00
상록회	\$500.00
Viva fashion	\$500.00
고 박세연 회장 가족	\$500.00
김성배	\$500.00
장영준	\$500.00
문현자	\$450.00
배규태	\$440.00
김봉석	\$300.00
김호원	\$300.00
서현진	\$300.00
베델 장로 교회	\$200.00
제일 장로 교회	\$200.00

박병관	\$200.00
Scott An	\$200.00
Thomas Lee	\$200.00
양영승	\$200.00
이옥순	\$200.00
김금규	\$200.00
임마누엘 감리 교회	\$150.00
이주현	\$150.00
정기호	\$110.00
독고영식	\$100.00
이경남	\$100.00
김광록	\$100.00
김추윤	\$100.00
김준배	\$100.00
정영로	\$100.00
이주찬	\$100.00
김진홍	\$100.00
손경숙	\$100.00
박병관	\$100.00
LG	Headset, 전화기, TV
중부시장	압력밥솥 2개

\$100 이하 도네이션 명단	
총 금액:	\$565.00
유갑무, 나눔의 교회, 김정원 은영영, 최병연, 전우선&천창호, 윤정재, 모인환, 무명(\$53.00)	
도네이션 TOTAL:	\$30,160.00

캔스as 소식 / LOCAL NEWS

한국 고아의 구제가 AUSTIN MACAULEY의 새 소설을 조명하다 KOREAN ORPHAN' S REDEMPTION HIGHLIGHTS NEW AUSTIN MACAULEY NOVEL

연락처 : Ryan Kenna

Therese Park의 새 책 'Returned and Reborn : A Tale of a Korean Orphan Boy (재회와 재탄생: 한국의 고아 소년 이야기)'에서 독자들은 한국 전쟁 이후 아동 노동의 목적으로 세계 각국으로 보내진 한국 어린이들의 잔혹한 현실을 마주하게 된다. 이야기의 주인공은 특별한 정체성이 없이 미국 텍사스에 사는 한 부부에게 입양되어 자신과 비슷한 다른 입양아들과 함께 농장의 일손으로 사용된다.

자아 정체성을 찾아 떠나는 내용의 이 소설은 Park의 네 번째 소설이자 재미 교포인 작가가 겪은 어려움을 고스란히 반영한 소설이라는 평이다. 그녀는 "거의 반세기가 넘는 동안 미국 시민으로 산 나는 1953년 한국 전쟁 이후 수많은 한국 어린이들이 미국 등지에 입양되었다는 사실에 적잖이 놀랐다. 내가 이야기 이들 중 한 명은 고국인 한국으로 돌아가고 싶지 않냐는 제 질문에 버럭 화를 내며 한편 그의 미국 부모에게 감사를 표하기도 했다"고 전했다.

한국 정부가 주최한 10 일간의 "입양아 재입국 프로그램"을 통해 비로소 이야기의 주인공은 고국인 한국으로 돌아갈 수 있었고 독성 화학 물질로 고통받는 어머니와 재회하게 된다. 주인공의 어머니는 미군의 수로 개입으로 야기된 독성 화학 물질에 중독되어 고통받고 있다. 이 이야기는 심각한 감정을 일으키고 이목을 집중시켜 모든 배경의 독자를 끌어 들일

것이다.

Austin Macauley에 의해 출판된 'Returned and Reborn : A Tale of a Korean Orphan Boy' (재회와 재탄생: 한국의 고아 소년 이야기)는 2019년 3월 29일에 시중에서 판매될 예정이다.

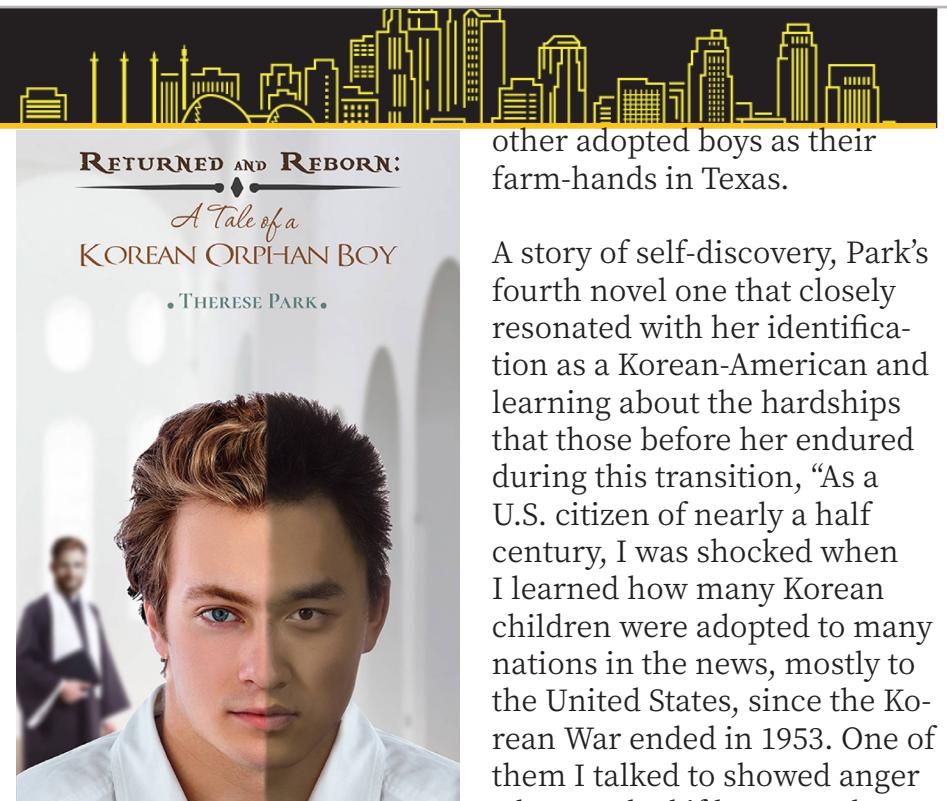
가격 : \$ 10.95, ISBN : 9781643780238.

해당 도서는 아마존 (Amazon.com)에서 구입 가능하며, Barnes & Noble을 비롯한 전국의 서점에서 만나볼 수 있다. 사전 검토 사본은 요청 시 구입이 가능하다.

더 자세한 정보는 www.austin-macauley.com/us에서 확인할 수 있다.

저자 소개 : Therese Park는 1966년 10월 캔스as 시티 필하모닉 (현재는 Kansas City Symphony로 불림)에서 첼로 연주를 하기 위해 미국을 방문했다. 30년 후, 그녀는 은퇴하고 풀타임으로 글을 쓰기 시작했다. 그녀의 첫 번째 소설 황제의 선물 (Spinster Ink, 1997)은 한국의 성 노예들, 특히 그녀에게 귀감이 된 순아를 포함한 여학생들을 소재로 한 소설로, 2차 세계 대전 중 일본 군대에 의한 군사 매춘의 피해자들에 대한 내용이다.

Park는 1998년 LA Bookfair, Miami Bookfair 그리고 Heartland Bookfair의 3 차례 국내 독



RETURNED AND REBORN:

*A Tale of a
KOREAN ORPHAN BOY*

• THERÈSE PARK.

other adopted boys as their farm-hands in Texas.

A story of self-discovery, Park's fourth novel one that closely resonated with her identification as a Korean-American and learning about the hardships that those before her endured during this transition, "As a U.S. citizen of nearly a half century, I was shocked when I learned how many Korean children were adopted to many nations in the news, mostly to the United States, since the Korean War ended in 1953. One of them I talked to showed anger when I asked if he wanted to go back to his native land but expressed gratitude toward his American parents."

It isn't until a ten-day "Adoptee Revisit program" hosted by the South Korean government and adoption agencies in Seoul, that our protagonist is able return to his motherland and this time he's able to return for good. Reconnecting with his mother who suffers from toxic chemical poisoning induced by U.S. military intervention in Korean waterways, the story's conclusion is one that'll evoke serious emotion and intrigue that'll attract readers from all backgrounds.

Returned and Reborn: A Tale of a Korean Orphan Boy, published by Austin Macauley, will be released on March 29th, 2019. Price: \$10.95, ISBN: 9781643780238. It is available in Amazon, Barnes & Noble as well as other bookstores around the country. Advance

review copies are available upon request. For more information, please visit: www.austinmacauley.com/us.

About Author: Therese Park came to the U.S. in October of 1966 to perform with the Kansas City Philharmonic (now the Kansas City Symphony) in its cello section. After 30 years, she retired and began writing fulltime. Her first novel *A Gift of the Emperor* (published by Spinsters Ink, 1997) deals with Korean sex slaves, mostly schoolgirls, including Soon-ah, the heroin of her novel, forced into military prostitution by the Japanese military during WWII while Japan ruled most of Asia and the Pacific. Park was a featured author at three national bookfairs in 1998—the LA Bookfair, Miami Bookfair, and Heartland Bookfair.

In 2006, Park wrote *Midwest Voices* columns for The Kansas City Star-Opinion Page, and between 2009 and 2016, she wrote columns for the Star-Johnson County Neighborhood News.

She is a mother of three daughters and a grandmother of four grandchildren born in the U.S.

www.austinmacauley.com/us

공고기간 2019년 4월 7일까지 (일요일)

발 표 마감후 선별을 통해 개인 통보 또는 전체공지

대 상 캔사스 한인이면 누구나 응모

제출서류 1명이 1개 이상의 제출 할수 있음
로고 공모작은 JPG 파일로 제출 (원본 사이즈 최대 선명도)

시상내역 **대상 (1명): \$200**

최우수상 (1명): \$100

문의 및 제출처

kckasociety@gmail.com

제출시 성함과 연락처를 꼭 남겨주세요

www.kckorean.net



캔사스시티한인회
Korean American Society of Greater Kansas City

www.facebook.com/캔사스시티-한인회



Dr. Hong 의

뼈와 근육 이야기 : 걷기 운동

성 경의 한 구절이 떠오른다. “겨울도 지나고 비도 그쳤고 지면에는 꽃이 피고 새가 노래할 때가 이르렀으니...” 걷기 좋은 계절이 왔다. 걷기가 건강에 좋은 것은 대부분 알고 있지만 실제로 많이 걷지 않는다면 이 글을 읽고 좀 더 구체적인 동기부여를 받을 수 있을 것이다.

미국의학협회저널(JAMA)이 남녀 1만3,544명을 평균 8년 동안 추적 조사했다. 운동하지 않는 사람의 사망률이 운동하는 사람보다 3.4배나 높았다는 논문을 발표했다. 영국의학저널(BMJ)도 40-79세의 2만7,738명을 13년 간 조사한 결과, 하루 1시간 이상 걷는 사람은 걷지 않는 사람보다 장수하고, 특히 남성은 하루 1시간 이상 걷는 사람이 걷지 않는 사람보다 수명이 1.38년 길었다고 강조한 바 있다.

[걷기만 해도 치매는 개선된다]의 저자인, 일본 치매전문가 나가오 가즈히로 박사는, “치매 예방의 가장 효과적인 방법은 걷기이며, 걷기는 치매를 비롯해 우울증, 수면장애, 골다공증, 대사증후군 등을 예방 및 치료 할 수 있다”고 말한다. [혈관을 강하게 만드는 걷기]의 저자인 기즈 다다아키 키즈(KIZU) 카이로프랙틱그룹 대표원장 ‘빠르게 걷기’를 적극 추천 한다. 빠르게 걸으면 산소소비량이나 심장박동수가 올라가고 골격근과 혈관에 적당한 부하가 가해져 여러 질환을 예방할 수 있다. 실제로 걷는 속도가 빠른 사람일수록 장수한다는 연구결과가 있다.

고혈압과 동맥경화 예방

걷기 운동의 효과에 대해 좀 더 자세히 이야기해보자. 걷기운동의 가장 큰 장점 중의 하나는 ‘혈액순환’이다. 걸을 때 발 바닥에 자극을 주게 되고 그로 인해 혈액은 압력을 받아서 혈액순환의 흐름이 빨라지게 된다. 쉽게 말해서 혈액이 한 곳에서 뭉치지

않고 온 몸 구석구석 잘 돌게 되는 것이다. 이것은 고혈압과 동맥경화를 예방하는 효과를 줄 수 있다.

각종 성인병 예방

걷기 운동의 또 다른 장점은 바로 성인병을 예방할 수 있다는 것이다. 성인병이란 중년 이후에 주로 발생하는 병의 총칭이다. 성인병 질환에 속하는 것은 순환기계 질환으로 고혈압, 동맥경화, 선천성 류마티즘성 및 기타 여러 원인으로 심장, 혈관, 혈관이 분포된 장기 조직에 생기는 질환과 악성 종양 및 당뇨병 등이 있다.

걷지 않는 사람은 상대적으로 심장의 근육이 약해져서 혈관의 탄력성을 잃기 쉽다. 이러한 약화는 동맥경화부터 고혈압, 폐기능의 저하가 찾아올 수 있기 쉬운 조건이 되고 성인병에 노출될 수 있다.

다이어트

걷기운동은 의외로 체중감량에 큰 도움을 준다. 체중감량을 할 때에는 유산소운동으로 조깅, 수영, 줄넘기, 자전거타기 등을 먼저 생각한다. 그런데 걷기운동이 사실 가장 기본적인 유산소운동이다. 또한 걷기운동이 조깅보다 더 좋은 이유는 누구나 쉽게 시작할 수 있다는 것이다. 빠르게 걷는 것은 조깅보다 더 많은 칼로리를 소비할 수 있다. 이는 걷는 것이 체지방의 분해력이 높지만 운동의 강도는 낮기 때문이다.

골다공증 및 관절염 예방

골다공증은 흔히 연세가 있으신 분들에게 많이 찾아오는 질환 중에 하나다. 나이가 드신 분들은 걷는 것이 뛰는 조깅보다 몸에 무리가 가지 않기 때문에 사실상 효과적이다. 하루에 30분에서 한 시간만 걸어도 당뇨병을 예방하는데 도움을 줄 수 있다. 퇴행성 관절염을 가진 분들에게는 뒤로 걷기가 효과적이다. 뒤로 걸으면 발앞쪽이 땅에 먼저 닿게 되어 무릎에 주는 충격이 감소되고 평소 쓰지 않

는 근육과 인대를 사용하게 되어 그 기능을 강화시켜 관절염의 진행을 막아준다. 뒤로 걸으면 앞으로 걸을 때보다 장딴지근, 전경골근, 대퇴사두근 등 더 많은 근육들을 쓰게 된다. 따라서 뒤로 걷기는 퇴행성 관절염 외에도 무릎 통증을 완화하는데 탁월한 효과가 있다.

우울증 예방

우울증은 경증의 차이는 있지만 심신의 건강이 좋지 않아서 생기는 질환이다. 이럴 때는 파워워킹이라고도 부르는 빠르게 걷기가 스트레스 해소와 기분전환에 효과적이라 우울감을 떨치는데 도움이 된다. 편두통이나 불면증 혹은 뇌과 관련된 질환, 정신적인 질환도 걷기로 좋은 효과를 본 사례가 많다. 천식, 기관지염, 기침 등의 병도 마찬가지다. 기관지염 환자들에게도 맑은 공기를 마시며 걸을 수 있는 등산과 같은 걷기 운동을 권한다.

각종 암 예방

손상된 유전자가 복제되는게 반복되면 암세포가 발생한다. 나이가 들면 유전자 복제의 오류가 많아진다. 건강한 사람도 매일 5,000개의 암세포가 생성된다. 그러나 사라진다는 것이 중요한데 우리 몸에 암세포를 퇴치하는 면역 체계가 있기 때문이다. 우리 몸이 면역 체계를 통해 이런 암세포를 자연적으로 치료하는 것이다. 암은 면역 체계의 저하와 관련 있는데, 면역 체계가 저하되면 몸이 그만큼 암세포를 발견하고 치료하는 것에 실수를 하게 된다. 걷기 운동은 면역력을 강화하는데 아주 효과적이다.

걷는 자세

그러면 어떻게 걷는 것이 좋을까? 빠른 자세로 걷기 위해서는 걸을 때 몸의 모양을 점검해야 한다. 거울에 옆모습을 비쳤을 때 등이 곧게 뻗어있는 상태가 좋은 자세다. 걸을 때 목과 머리 부분은 바로 펴지고 당겨져 있어야 한다. 턱을 당기고 목을 세워 시선을 약간 올린 자세를 유지한다. 엉덩이가 빠지지 않도록 허리를 세우는 것도 중요하다. 배를 내밀지 말고 가



슴을 앞으로 내밀어 중심이 약간 앞으로 쏠리는 듯한 느낌으로 걷는 것이 좋다. 팔은 앞 뒤로 가볍게 흔들어 준다. 발뒤꿈치부터 땅에 닿아야 체중의 무게를 견딜 수 있고 몸에 전달되는 충격을 줄이는 데도 도움이 된다.

최근에 나온 보도에 평균적으로 한국인의 하루 걷는 양이 2,000보 정도 된다고 한다. 미국에 사는 사람들은 아무래도 가까운 거리도 차를 이용할 때가 많아 그보다 못할 것이다. 필자는 매일 7,000보 이상은 걷도록 권하고 싶다. 너무 강도가 낮으면 효과를 별로 보지 못한다. 걸으면서 옆 사람과 대화하기 약간 어려운 정도로, 약간 숨이 찬 정도로 걸으면 좋다. 이러한 강도로 하루 30분에서 한 시간, 주 5일 이상 걷는 것이다. 한번에 30분 이상 걷기 어렵다면 10분씩 나누어 걸어도 좋은 방법이다. 약간 숨이 찰 정도의 강도라면 주변에서 볼 때 상당히 빠른 속도의 걸음이다. 걷는 속도를 높이기 어렵다면 걷기 운동을 포기하는 것보다 조금이라도 걷는 것이 물론 좋다. 일단 걷기 운동을 시작하는 것이 낫다. 그리고 계속 강도와 빈도를 올려갈 수 있다.

잘못된 자세 주의

잘못된 자세는 병을 만들 수 있다. 빠르게 걷기는 자세가 잘못되면 허리나 무릎을 상하게 할 수 있다. 건강한 사람이라도 걸을 때 자세가 잘못되면 피로감이 빨리 쌓이고 관절과 근육에

통증을 유발해 오히려 건강을 해칠 수 있다. 게다가 잘못된 걸음걸이가 계속되면 발에는 족저근막염, 종아리 허벅지에는 근육통, 골반에는 골반통, 허리통증 등 전신에 다양한 통증을 유발할 수 있기 때문에 바른 자세를 유지하는 것이 중요하다.

그렇다면 나는 과연 제대로 걷고 있을까? 신발 밑창이 닳는 모양을 보고 걸음걸이를 유추할 수 있다. 팔자걸음을 걸으면 신발 바깥쪽과 뒤쪽이 많이 닳는데, 팔자걸음으로 오래 걸으면 조금만 걸어도 쉽게 피로를 느끼고 발목, 무릎, 허리에 통증이 생길 수 있다. 휴대폰으로 본인 걷는 모습을 30초 정도만 찍어서 보면 어떻게 걷고 있는지 확인할 수 있으므로 자가진단을 통해 올바른 자세를 유지할 수 있다.

만성 질환을 갖고 있는 환자들은 걷는 자세뿐 아니라 운동 수칙을 지켜야 한다. 운동하면서 급격히 혈당이 떨어질 위험이 있는 당뇨 환자는 운동 시간을 식후 1-3시간 사이로 정해야 한다. 운동 전에는 혈당을 30분 간격으로 두 번 검사해 혈당이 떨어지지 않는지 확인한 뒤 운동해야 한다. 운동 후나 운동 중에도 혈당을 측정해 변화를 확인해야 한다. 투여한 인슐린의 작용이 최고가 되는 시간에는 운동을 피해야 하고 운동 전에는 인슐린 용량을 낮춰야 한다. 운동을 심하게 하거나 1시간 이상 할 때는 도중에 간식을 먹는 등 저혈당에 대비해야 한다. 발에 상처가 나지 않도록 철저히 관리하고 혼자 운동하는 것은 피해야 한다.

관절염 환자도 걷기 운동을 할 때 주의해야 한다. 관절이 무리가 되는 조깅보다는 걷는 것이 좋고 통증을 참으며 억지로 계속 걷는 것은 삼가야 한다. 반드시 운동할 때 신는 신발과 양말을 신고 학교 운동장처럼 평평한 곳을 걸어야 한다.

걷기 운동에 대한 구체적인 효과를 알았으니 이제 운동화를 신고 밖으로 나가보자. 겨울도 지나고 걷기 좋은 봄이 왔으니...

한방 다이어트

어느 해보다 유난히 추웠고 눈이 많이 내리던 캔스스 겨울이 지나가고 바야흐로 봄날이 다가오고 있다. 캔스스 지역 특성상 봄날이 짧은 것을 감안하면 가볍고 짧은 옷을 입을 여름이 멀지 않았다. 벌써부터 저마다 요번 여름엔 이쁜 옷을 입어 보겠다며 다이어트에 대한 관심이 다시 상승하고 있는데, 이에 맞추어 한방 다이어트를 주제로 다뤄보겠다. 한방 다이어트의 가장 큰 장점으로는 감량 후 살이 다시 찌는 일명 '요요현상'이 상대적으로 적다는 것이다.

한의학에서는 체중 증가와 비만의 원인으로 신체 균형 붕괴를 꼽는다. 노폐물이 쌓이거나 특정 장기의 기가 허할 경우 신진대사가 원활히 이뤄지지 못해 살이 찌는 것이라고 설명한다. 그래서 한방 다이어트는 억지로 살을 빼기보다는 무너진 신체 균형을 바로잡는 데 중점을 둔다. 우선 살이 찌는 원인부터 찾아내는 게 먼저다. 개인 체질과 현재 몸 상태, 생활습관에 따라 약재 배합이나 시술법을 달리해야 하기 때문이다. 한의사는 맥진과 복진을 통해 오장육부의 불균형을 진단한다. 흔히 '인바디'로 알려진 체성분 분석도 병행한다. 진단 결과를 바탕으로 상담을 진행한다. 그간 진행했던 다이어트 방식이나 최근 몸 무게 증감, 생활습관, 출산 시기 등을 다각도로 묻고 현실적인 다이어트 목표를 결정한다. 한방 다이어트는 치료보다는 코칭 개념이 강하다. 잘못된 다이어트 지식을 바로잡고 규칙적인 식습관을 정착시키는 게 최우선이다. 처방하는 한약이나 침술 등은 이를 돋기 위한 수단이다.

한방 다이어트의 핵심은 식이조절이다. 원리는 단순하다. 하루에 섭취하는 칼로리양을 절반으로 줄이고 불규칙한 식사 시간을 바로잡는 것. 사람마다 다르지만 보통 하루 1000kcal 섭취를 목표로 식단을 짜준다. 성인 여성 일일 권장 칼로리(2000kcal)의 절반 정도다. 식사량 감소에 따른 부작용은 한약으로 해결한다. 포만감을 높이기 위한 산약, 허해진 기를 보충해줄 수 있는 황기, 골을 강화시키는 녹각, 식욕을 줄이는 약재 등 다양한 약재를 배합해 한약을 제조하고 식전마다 복용하게 한다. 여기에 체내 수분과 노폐물을 배출하는 약재도 체질에 따라 맞춤형으로 조합한다. 음식량을 줄이는 대신 하루 세끼 먹는 횟수는 줄이지 않는다. 아침·점심·저녁에 간식까지 챙겨 먹으라고 권장한다.

한방 다이어트로 약만 먹는다고 살이 저절로 빠지지 않는다. 불규칙한 식습관과 생활습관을 교정하고 체내 순환을 원활하게 하는 게 목표이다. 즉, 각종 한약재를 사용해 만든 약물 요법을 통해 잘못된 식습관을 교정하는 게 골자다. 짚어서 하는 다이어트는 처음에는 감량 효과가 있는지 몰라도 나중에는 요요 현상이 발생한다. 개인 체질에 따라 맞춤형 한약을 처방하면 건강도 지키고 살은 잘 찌지 않는 체질로 바꿀 수 있다. 한방 다이어트는 한약 복용에 더해 여타 한의학 시술을 병행한다. 부분비만이 심할 때는 해당 부위에 침을 놓는다. 복부나 팔다리 등 대표적으로 지방이 잘 쌓이는 부위에 자극을 줌으로써 체내 순환을 촉진한다는 논리다. 특히 복부비만이 심한 하복부에 자침과 함께 뜸을 뜨고 온열치료를 함께 진행하는 게 보통이다. 피부 온도가 낮아지면 신진대사율이 함께 떨어진다. 노폐물이 정체되고 순환이 안 돼 살이 더 잘 붙는다. 특히 냉감이 심한 하복부에는 몸을 따뜻하게 하는 한약 복용은 물론 뜸과 온열치료를 통해 신체 온도를 높여주는 방식이 좋다.

로한클리닉에서 김일형 한의사는 식욕을 줄이는 한약처방을 통해 환자들이 원활한 건강식단을 갖게끔 인도한다. 한약을 먹고 식욕이 줄어 지정된 식단을 잘 따라올 수 있게하는데 초점을 두며, 체중감량과 함께 몸이 건강해져 보다 날씬해진 몸에 대한 만족감과 더불어 자신감까지 얻을 수 있게한다. 물만 먹어도 살이 찌는 체질, 뭘 해도 살이 안 찌는 사람 상관없이, 상담 먼저 받아보길 바란다. 몸은 모두 하나로 연결되어 있기 때문에 오히려 한 두가지 문제점만 제거해주면 좋아지지 않을 것 같은 다른 문제도 풀리곤 한다.



건강하게 살 빼자!!
한방다이어트



한의사 김일형 Ph.D., L.Ac.
한의학전문 석사/박사 졸업
미주통합 한의전문 자격증 취득
AIMI 미주 및 글로벌 한의연구협회 임원
한국, 미국 주행한의학회/동의방약학회 회원
Lohan Chiropractic & Acupuncture Clinic
816 – 444 – 1218

캔ساس 한인업소록 (Kansas Korean Business Directory)

(업소변경, 삭제, 새로운 업소 정보는 kckoreanjournal.com으로 연락 주십시오.)

가전제품 수리

A-2 Vacuum and Sewing Machine
816-456-9691
1523 Main St., Grandview, MO 64030
건축/집수리
Cho's Upholstery, 816-444-8656
7702 Wornall Rd KC, MO 64114
Ko Brother's Contractor Builder
913-219-2401
15455 Overbrook Ln., Stanley, KS 66224
Moon Tile 913-522-2311,
12817 W 77th St., Lenexa, KS 66216
Jin D Kim Construction INC, 816-810-6568
8110 N LONDON DR, KC, MO 64151
Young Kim Co, 913-634-2680
7575 W.106th St #13-14, OP, KS 66212
Yi's Home Repair, 913-634-4725
8809 Cottonwood St, Lenexa, KS 66215

구두수선

America Shoe Repair, 816-524-7555
618 SW 3rd St G, Lee's Summit, MO 64063
ACME Shoe Rebuilders, 913-682-5591
211 S. 5th St, Leavenworth, KS 66048
Rosana Shoe Hospital & Tailor
913-469-8070
7556 W 119th, OP, KS 66213
Westfield Shoe Repair, 913-334-2506
8131 State Ave, KC, KS 66112

금융

Family Financial Group:
용자 (장정호) 816-878-8778
106 South Main St, Spring Hill, KS 66083
Merrill Lynch (최원준) 913-906-5299

3401 College Blvd, Leawood, KS 66211

꽃집

Judy's Flowers & Gift, 913-492-1600
12267 W 87th St Pkwy, Lenexa, KS 66215

델리

Break Time Plus, 816-221-4146
2405 Grand Blvd #108, KC, MO 64108
B&L Sub 913-451-8585
7015 College Blvd, #120, OP, KS
Cafe 84, 913-327-8899
10801 Mastin Blvd #190, OP, KS 66210
Corporate Cafe, 913-451-9078
9401 Indian Creek Park Ste #175, OP, KS
Gino's Deli, 913-342-8225
825 N. 7th Street KC, KS 66101
Hill Top Deli, 913-451-3744
10955 Lowell, #120, OP, KS 66210
In And Out, 816-421-5041
1007 Main St, KC, MO 64106
Hyundai Korean Restaurant, 913-682-5352

749 Shawnee, Leavenworth, KS 66048
Neo Delicatessen, 816-421-1788

1000 Walnut St, Ste 205, KC, MO 64106
4 Star Deli & Catering, 913-338-3065

7400 W. 110th St, OP, KS 66210

미용재료

A.Q.Beauty Supply, 816-761-8815
8708 Blue Ridge Blvd, KC, MO 64138
A.Q.Beauty Supply
3812 E. Truman Rd, KC, MO, 816-241-3123
3136 Stadium Dr, KC, MO, 816-861-7068
AQ Beauty Supply, 913-421-1145
1981 N. 63rd Drive KC, KS 66102
A.Q.Beauty Supplies, 913-758-1171
508 Delaware, Leavenworth, KS 66048
Bannister Beauty Supply & Bazaar
816-761-4300,
8236 Bannister Rd, KC, MO 64134
Beauty Essence, 816-753-8199
1319 Brush Creek Blvd, KC, MO 64110
Beauty N More, 816-753-2199
3814 Main St, KC, MO 64111

Super Bunny's Wigs & Boutiques
913-342-2176
3748 State Ave., KC ,KS 66102
CJ's Gold Department Store, 816-444-1500
1240 E. Meyer Blvd, KC, MO 64131
Tres Bliss Beauty/Glamourama, 816-361-5099
1240 E Meyer Blvd, KC, Missouri 64131
GenX, 816-333-7888
1104 E Meyer Blvd, KC, MO 64131
Ebony Wigs & Beauty Supplies, 816-421-0450
1216 McGee, KC ,MO 64106
Evelyn's Beauty Supply, 816-842-1400
1911 Baltimore, KC, MO 64108
King's Beauty Supply, 816-444-4333
7720 Troost Ave, KC, MO 64131
K.C. Discount Warehouse, 816-371-7766
932 Minnesota Ave, KC, KS 66101
Mid-K Beauty Supply,
1111 Brooklyn Ave, KC, MO, 816-421-1145
3523 Prospect Ave, KC, MO, 816-921-2255
Metro Beauty Supply, 816-444-9562
1636 E. 63rd St, KC, MO 64110
Metro North Wig Salon, 816-436-7840
400 NW Barry Rd, KC, MO 64155
Metro North Wig Salon, 816-436-7840
220 NE Barry Rd, KC, MO 64155
Unique Beauty Supply, 816-761-5255
7019 E 95th Street, KC, MO 64134
JT Beauty Supply, 816-763-1666
6851 Longview Rd, KC, MO 64134
Sonya Beauty Supply & Variety
816-767-9575
12030 Blue Ridge Blvd, Grandview, MO
Two Brother's Beauty Supply
843 Minnesota Ave, KC, KS, 913-621-1212
6429 State Ave., KC, KS, 913-788-1212
Wig City, 913-633-2550
10701 Shawnee Mission Pkwy
Shawnee, KS 66203

미장원

Great Cuts, 913-341-5265
10312 Metcalf, OP, KS 66212
Hair Care Family, 816-257-5321
17004 E. 24 HWY, Independence, MO 64056
Hyundai Beauty Salon, 913-682-6688
712 S. 5th St, Leavenworth, KS 66048
Sue's Beauty Salon, 913-682-2337
215 S. 5th Street, Leavenworth, KS 66048
Koreana Salon, 913-701-9417
12020 Blue Valley Pkwy, Ste 212, OP, KS
Salon DD, 913-777-0052
7800 Shawnee Mission Pkwy, OP, KS 66202
D & S Salon, 913-428-7827
6471 Quivira Rd, Shawnee, Kansas 66216

베이커리/ 도넛

Daylight Donuts, 913-884-8400
828 E. Main Gardner, KS 66030
Dave's Bakery & Deli, 816-461-0756
214 W. Maple, Independence, MO 64050
Daylight Donuts, 913-459-8219
8736 Lackman Lenexa, KS 66219
Tours Les Jours, 913-383-2828
10348 Metcalf Ave, OP, KS 66212

변호사

Kutak Rock, L.L.P. (김준범) 816-502-4612, 10412
Metcalf Ave, OP, KS 66212
Ray E. Sousley (Ray Sousley) 816-931-5000 800
Westport Rd, KC, MO 64111
Ji Hyun (Jennifer) Kim, Corporate Finance Lawyer
Stinson Leonard Street
816-691-3464
1201 Walnut Street, Ste 2900, KC, MO 64106
Susan Son, McCrummen Immigration Law
2005 Swift Ave., North KC, MO 64116

병원

건강한의원 (Kan Acupuncture Clinic) 원장 윤대일
314-317-9900, 12935 Olive Blvd.
St. Louis, MO 53141 (주주식당옆)
로한 척추신경 & 침술 클리닉/ 로한 스킨 클리닉
816-444-1218,
404 Bannister Rd. Suite B, KC, MO 64131
www.lohanchiro.com, www.lohanskin.com
신태전 척추신경 통증 한방재활 병원:
913-649-2044,
7050 W 105th St. O.P. KS 66212
Kacclinic.com
장영준 치과 (State Ave Dental Office)
913-299-8554, 8476
6708 State Ave, KC, KS, 66102
Bethesda 척추/ 침술 클리닉: 913-341-1930
8014 State Line Rd. Suite 101 Leawood KS
Grandview Chiropractic and Acupuncture
Clinic (Dr. Kyunghwan An)
816-217-0020, 12421 Suite O Blue Ridge Blvd.,
Grandview, 64030
Oriental Acupuncture & Herb (김진수)
816-942-7879
12655 State Line Rd, KC, MO 64145
Excelsior Springs Nursing (황정호)
816-630-3145
1003 Meadowlark Ln, Excelsior Springs, MO
The University of Kansas Health System
Yoon Hang Kim MD 김 윤한 의학박사
대체의학, 침술, Phone 913-588-6208
4000 Cambridge St., Mailstop 1017, 2nd Floor
Sudler, Suite 2053, Kansas City, KS 66160

보석

A&G Jewelry 913-281-4794
4301 State Ave, KC, KS 66102
Han's Jewelers
913-299-3655, 7700 State Ave, KC, KS
913-648-5100, 10446 Metcalf Ave, OP, KS

보안시스템

Z & H Electronics 913-250-0677
605 Brookwood, Lansing, KS 66043

보험과 부동산/ 세무회계

BizPro 비즈 프로 세무, 회계/ 플래티넘 부동산 : Jun-su Kim, Mia Bahn, 913-383-8558
10322 Metcalf Ave. O.P. KS 66212,
의료보험 애이전트 : 이리사 913-217-5169, 7180 W
107th St, #10, OP, KS
LeeLisa2014@yahoo.com
Bae Brothers Co (816) 333-1285
1240 E Meyer Blvd, Ste A, KC, MO 64131
Marks, Nelson Vohland & Campbell, Radetic
LLC (박정훈) 913-498-9000
7701 College Blvd Suite 150, OP, KS
Insurance Agent, Lisa Lee Moran, 913-217-
5169, lisa@autohomekc.com, 7180 W 107th St
#10, OP, KS 66217

부동산 중개

블락 부동산 BLOCKS Real Estate
Jennifer Jang, 장지언, 816-729-6232
jjang@blockllc.com
Paul Shin, 816-560-0988
pshin@moveiwithplatinum.com
Explore Real Estate (박영림) 913-522-2475
11267 Strang Line Rd, Lenexa, KS 66215
Keller William Realty Partners Inc. (양혜연) 913-
266-5897, 913-484-6126 8005 W 110th St Suite
100, OP, KS 66210
K & K Inc.(이미애) 816-716-9001
1714-1726 W. 39th St, KC, MO 64111
6413 N. Park Ave, Gladston, MO 64118

사진관/프레임

Art & Frame 웨어하우스
98854 N Boardwalk, KC, MO, 816-584-8009
9216 Metcalf Ave, OP, KS, 913-385-9199
1032 W 136th St, KC, MO, 816-941-2307

상담/용역

Premier Medical Personnel (Nancy)
913-345-8484, 11038 Oakmont, OP, KS

세탁소

Country Meadows Laundrymat
816-524-5677
908 NE. Chipman, Lee's Summit, MO 64085
Country Cleaner, 816-373-3324
17201 E. 40 Hwy #109, Independence, MO
Central Coin Laundry 913-621-2224
1036 Central Ave., KC, KS 66102
Dry Cleaner 816-891-8448
10018 N. W. Executive Hill Blvd, KC, MO
Diamond Cleaner 913-642-8353
6701 W. 75TH ST, OP, KS 66204
Easy Cash & Wash 816-924-3235
7000 Eastwood Trfy, KC, MO 64129
Holiday Cleaners (913) 631-6181
7945 E Frontage Rd, OP, KS 66204
Ida's Daisy Fresh Cleaners 816-436-6648 7521
N. Oak TRFWY, Gladston, MO 64118
Independence Coin Laundry 816-252-7776,
10816 E. 23rd St South, Independence, MO
Prestige Cleaners 816-763-2522
12200 Blue Ridge EXT #B, Grandview, MO
Koin Kleener 816-453-6303
601 N. W. Englewood, KC, MO 64118
Koko Laundry 913-682-2526
604 Pottawatomie St, Leavenworth, KS
Leawood Village Cleaners 816-942-3838 13009
State Line Rd, KC, MO 64145
Laundry Basket 816-923-0979
4418 E. 39th St, KC, MO 64128
Maple Hill Laundry 913-362-4525
2424 S. 34th St, KC, KS 66101
Oak Park Cleaner 913-599-3040
12230 W. 95th ST, Lenexa, KS 66215
Old Town Dry Cleaner 816-252-1677
3908 Lynn Court., Independence, MO
Old Town Laundromat 816-254-4501
3910 Lynn Court., Independence, MO
Plattewoods Laundry 816-587-6695
6740 Tower Dr., Plattewood, MO 64151
Quinn's Laundry 816-322-1886
124 North Ave., Belton, MO 64012
Q. Cleaners 913-390-6181
2107 E. 151st St., Olathe ,KS 66062
Royal Master Cleaner 816-842-3375
1505 Grand Ave., KC, MO 64108
Rainbow Cleaners Drive In 913-236-9295
4511 Rainbow Blvd, KC, KS 66103
ST Coin Laundry 816-833-3021
2230 S Norton Ave D, Independence, MO
Supreme Cleaners & Shirt Laundry
816-761-3707
11114 Blue Ridge Blvd, KC, MO
Sta-Clean Cleaners, 816-421-6223
1120 McGee St., KC, MO 64106
Shamrock Dry Cleaners 816-942-2324
604 E. 99th St., KC, MO 64131
Shirley's Dry Cleaners, 816-444-4779
7936 Troost Ave., KC, MO 64131
Sparkling Coin Laundry, 816-741-3767 4605
NW. Gateway, Riverside, MO 64150
Sunshine Fabricare, 913-649-8364
8730 Santa Fe Dr., OP ,KS 66212
Speedy Laundry, 913-631-6773
10403 W. 75th St, Shawnee, KS 66214
Tomahawk Laundromat 913-268-3535 10902 W
74th Terrace, Shawnee, KS 66203
The Dry Cleaners(MCI) 816-891-8448 10018 NW.
Executives Hill Dr, KC, MO
Tae's Laundry, 913-782-9345
223 S. Kansas Ave, Olathe, KS 66061
VIP Cleaner, 913-894-6606
10400 W. 103rd St, OP, KS 66215
Won's Cleaners, 913-722-1681
5921 Johnson Dr., Mission, KS 66202
Westwood Village Laundromat
913-432-8479

2801 W. 47th St., Westwood ,KS 66205
Young's Dry Cleaning and Laundromat
1274 Merriam Ln, KC, KS 66103
스프링클러
Heritage Irrigation Co., 913-205-5922
11511 S Strang Line Rd Suite A, Olathe, KS
식당
조선 갈비 (Chosun), 913-378-3534
12611 Metcalf Ave, OP, KS 66213
초가 (Choga), 913-385-2151
6920 W. 105th St, OP ,KS 66212
소반 (Sobahn) 913-384-1688
7800 W 63rd St #3, OP, KS 66202
Bob Wasabi, 816-753-5797
1726 W 39th St, KC, MO 64111
Gangnam Restaurant (913) 383-8888
10326 Metcalf Ave, Overland Park, KS
Cafe Vie (베트남 쌀국수) 913-558-0600
10330 Metcalf Ave, OP, KS 66212
Haru Sushi, 816-942-1333
13133 Stateline Rd, KC, MO 64145
KoKoDAK 913-730-8054
14856 Metcalf Ave, Overland Park, KS
kodakchicken.com
Kokoro Maki Japanese Restaurant
340 W 75th St, KC, MO
(816) 363-0678 kokoromaki.com
Maru Sushi and Grill, 913-258-5879
5621 W 135th St #2620, OP, KS 66224
New Peking, 816-531-6969
540 Westport Rd, Kansas City, MO 64111
O Cafe (Korean), 785-312-9211
1530 W 6th St, Lawrence, KS 66044
Red Snapper, 816-333-8899
8430 Ward Pkwy, KC, MO 64114
Sushi Uni, 913-322-8667
12841 W 87th St Pkwy, Lenexa, KS 66215
Wa Japaness Restaurant, 785-843-1990
740 Masachusetts, Lawrence, KS 66044
식품점
동양식품 Oriental Supermarket
913-341-3345
10336 Metcalf Ave, OP, KS 66212
중앙식품 Joong Ang Grocery
913-384-4989
7800 W 63rd St #1, OP, KS 66202
현대 식품점, 913-651-2622
749 Shawnee St, Leavenworth, KS 66048
Arirang Market, 913-680-1381
626 B Cherokee St, Leavenworth, KS 66048
Chunco Foods, 816-283-0716
1400 E. 2nd St., KC, MO 64106
JOY 식품, 913-321-3177
930 Minnesota Ave, KC, KS 66010
여행사
Wing Gate Travel , 913-451-9200
8645 College Blvd #100, OP, KS 66210
오디오
Sound of Stereo,913-281-4601
920 Minnesota Ave KC, KS, 66101
의류
Bargain City Bazaar, 913-342-7002
916 Minnesota Ave, KC, KS 66101
Fashion In Motion, 816-361-2552
1256 E. Meyer Blvd, KC, MO 64131
Jung Tailoring Shop, 816-228-9191
103 SW State Route 7, Blue Springs, MO
Rome's Boutique, 913-772-6885
414 Delaware St., Leavenworth, KS 66048
So Young Fashion, 816-421-1171
400 Grand Ave #66, KC, MO 64106
Young Fashion, 816-861-0006
3116 Prospect Ave, KC, MO 64128
Midway Shopping Center, 913-281-7035 4305
State Ave, KC, KS 66102
선물/화장품
동양 백화점/비디오 Oriental Gifts & Video
913-961-2533
10346 Metcalf Ave, OP, KS 66212

Mary Kay, 913-397-6706
11730 W. 135St #11, OP, KS 66221
Olathe BP, 913-402-9331
1605 E Santa Fe, Olathe, KS 66061
의류수선
Speedy Alteration, 913-248-1151
7727 Quivira Rd, Shawnee Mission, KS 66216
Corinth Alteration, 913-383-9560
4185 Somerset Dr, Praire Village, KS 66208
Camelot Court Alteration, 913-327-5525
11831 Roe Ave, Leawood, KS 66209
Kim's Tailor Shop, 913-451-2727
4872 W. 119th St, Leawood, KS 66209
Kim's Alteration, 816-228-1355
919 W. 40 HWY, Blue Springs, MO 64105
K.C.Alteration, 816-474-8333
814 Grand Ave., KC, MO 64106
Lee's Alteration, 816-765-2255
7011 E. Bannister Rd., KC, MO 64134
Leawood Alteration, 816-942-8057
12925 State Line., KC, MO 64145
Lenexa Fashion & Alteration, 913-888-0960
14924 W. 87th St, Lenexa ,KS 66215
M & J Tailor Shop, 913-782-8107
18280 157 ST, Olathe, KS 66062
Maxines, 913-341-2534
9528 Hadley, OP, KS 66212
Park's Alteration, 816-221-3129
304 E. 21st Ave., KC, MO 64116
Tom Tailor Shop, 913-888-8737
10392 Mastin, OP, KS 66212
Quivira Taylor, 913-851-4991
11670 W. 135th St, OP, KS 66221
자동차 수리/판매/부속
Elim Motor (김종수) – 판매, 913-371-4841
29 S. 18th St, KC, KS 66102
Jo's Auto & Body Center Inc.
(정판조) – 수리, 816-923-0330
3333 Stadium Dr, KC, MO 64128
Shawnee Auto Motive Center
(권정수) – 수리 913-631-3497
11015 W. 58th St, Shawnee ,KS 66023
전자회사
Maxon America, Inc., 913-859-9515
11535 W 83rd Ter, Lenexa, KS 66214
www.maxonamerica.com
DataLocker, 913-310-9088
7007 College Blvd #240, OP, KS 66211
잡화
Dollar Mart, 816-861-2223
3105 Prospect Ave, KC, MO 64128
Hyesuk Haglin, 816-822-0375
6025 State Line Rd., KC, MO 64113
조경/잔디
Lee's Lawn & Tree Service, 816-524-7582 11714
Milton Thompson Rd
Lee's Summit, MO 64068
Young Brothers Lawn & Tree Service
816-616-3292, 816-318-1667
2101 E 183rd St, Belton, MO 64012
주류 판매
Bi - Lite, 816-761-7337
12818 S. 71 HWY, Grandview, MO 64030
C & J Enterprise Inc, 816-253-9112
#2 Robin Dr, Agency, MO 64401
Deluxe Liquor, 816-231-8119
4205 E. 24th St, KC, MO 64127
ISO Growell Corp, 913-383-5344
10412 Metcalf Ave., OP ,KS 66212
J&L Discount Wines & Spirits, 913-648-1770
10304 Metcalf Ave., OP ,KS 66212
KC Liquor, 913-441-8423
10320 Kansas Ave, Bonner Springs, KS
LG Infocomm USA, INC, 913-498-5912
6201 College Blvd Suite 350, OP, KS 66211
Ray's Discount Liquor, 913-268-9862
7422 Nieman Rd., Shawnee, KS 66203
Shamrock Liquor
10326 Blue Ridge Blvd, KC, MO 64134
816-966-9917
11810 Blue Ridge Blvd, KC, MO 64134 816-763-3380
Sommer's Liquor, 913-371-2020
146 S. 18th St, KC, KS 66102
Tec Net Int'l Inc, 816-584-8638
1420 NW Vivion Rd #109, KC, MO 64118
Tekk Incorporated, 816-746-1098
226 NW. Parkway, Riverside, MO 64150
Westport Wine & Liquor, 816-561-3500
1106 Westport Rd, KC ,MO 64111
주유소
INNER CITY OIL, 913-371-4521
540 S. 10 th Street, KC ,KS 66102
Swansea Inc./Phillip 66
913-488-163/785-842-6816
1801 W 2nd St., Lawrence, KS 66044
청소용품
T.B.S Co. Inc., 913-722-1106
3054 S.24th Street, KC, KS 66103
www.jaytbs.com
청소
Am-Ko Building Maintenance, INC.
(John Lee) 913-980-8888
P.O. Box 2277, Shawnee Mission, KS 66201
GBM, 913-209-3639
12057 Hayes Ln #144., OP, KS 66213
G.Y. Janitorial Service, 913-239-9848
13908 Bradshaw, ,OP ,KS 66221
HBM INC., 913-321-3303
400 State Ave, KC, KS 66106
Jong's Building Service, 816-651-6007
11717 W. 99th St, OP ,KS 66214
Lee's Janitorial Service, 913-962-0742
7110 Long Ave., Shawnee, KS 66216
Park's Maintenance, 816-243-5669
7512 N. Rhode Ave KC ,MO 64153
World Wide Cleaning Company
913-290-9638
13403 Ballentine Rd, OP, KS 66213
Young's Service Corp., 913-683-0308
2021 Cambridge., Leavenworth ,KS 66048
카운셀링
캔ساس 시티 카운셀링 센터
(KC Counseling Center) 916-929-5557
10100 Metcalf Ave, O.P. KS 66212
컨비니언스 스토어
ConerSide Market, 816-254-2221
108 N. Sterling Ave, Sugar Creek, MO 64054
Pop's Quik Shop, 816-483-5095
3402 E. 9th St., KC ,MO 64124
컨설팅
Sook Park, 785-296-3760
1000 S. W. Jackson Ave # 100., Topeka ,KS
태권도
Choon Lee's Academy Of Taekwondo
121 NE. 72nd St., Gladston, MO
816-439-5909
1975 N. 63rd St., KC ,KS
913-299-5425,
11453 W. 64th St, Shawnee, KS 66203
913-631-1414
Ko's Black Belt Academy
3413 NW. Mill Dr., Blue Springs, MO 64015
816-224-0000
3923 S. Noland, Independence, MO 64055
816-254-0000
818 SW Blue Pkwy, Lee's Summit, MO 64063
816-525-4300,
2045 W. Kansas, Liberty, MO 64068
816-781-3800
11632 W. 135th St, OP, KS 66221
913-897-1300,
10528 Metcalf, OP, KS 66212
913-341-2000
Kim's Taekwondo Pavilion, 913-897-0456
10002 W. 129th St, OP, KS 66213
USA Taekwondo Academy, 913-685-4858,
KMC Taekwondo Academy, 913-205-0232 8841

Glenwood St., OP, KS 66212
Korea America Taekwondo Education Inc.
2127 E 151st Olathe, KS 66062
913-390-0888
12817 W. 87th Street Parkway Lenexa, KS
913-310-9600
22338 W. 66th Street, Shawnee, KS 66226
913-441-6520,
19321 E. US-40 Highway Suite P
Independence, MO 64055
816-795-1090
3715 W. 133rd Street, Leawood, KS 66209
913-498-0910
14877 Metcalf Ave., OP, KS 66223
913-851-1960
Kim Dokhan USA, 816-356-8282
6129 Blueridge Blvd Raytown, MO 64133
Master's Martial Arts Academy
913-681-1022
14868 Metcalf Ave, OP, KS 66223
Pak's Academy Of Taekwondo
411 Pine St, Raymore, MO 64083
816-322-5000
SunYi Traditional Taekwondo Academy
785-266-8662
410 SW 33rd St, Topeka, KS
투자/상담
KJ Consulting
P.O. Box 1775, Lawrence, KS 66044
특수기술
Spartan Laser Inc., 816-353-7700
6501 Hadley, KC, MO 64133
학교/학원/보육
놀이방: ABC Day Care, 913-651-6907
1510 10th Ave., Leavenworth, KS 66048
학습지: KUMON 구몬 영어,수학
8502 W 133rd St, OP, KS, 913-897-1111
151st St. & Nall Ave., 913-681-0400
kumon.com/stanley
골프: 개인교습, 김준배 PGA 프로골퍼,
913-897-3809, 913-558-7997/
www.golfpop.com, jbk golf@gmail.com
미술: 이안 아트스쿨, 816-646-1376
newspring78@naver.com
www.artstudioian.com
8841 Glenwood st. O.P. KS 66212
음악: KC 음악학원 (피아노 : 913-272-1177, 바이올린 913-687-6784)
한글교육 : 캔스 시티 한국학교 816-469-8110.
8841 Glenwood St. O.P. KS 66212
호텔/모텔/여관
Crown Lodge, 816-353-3000
8500 E State Rte 350, KC, MO 64133
Comfort Inn, 816-632-3909
1803 Comfort Lane, Cameron, MO 64429
Ramada Inn, 620-343-2200
2700 W. 18th Ave., Emporia, KS 66801
Village Inn, 785-242-4433
2520 S. Main St., Ottawa ,KS 66067
화방/사진
Cha Fine Art Studio, 913-962-2118
6656 Charles Dr., Shawnee, MO 66216
Diane Flynn-Yi Portrait, 816-532-8026
14605 Killarney Lane, Smithville, MO 64089
하팅/클링
Bee Tech Service, 913-980-2464
1106 S Palmer Ln, Olathe, KS 66061
Dokko's Specialty Service, 913-685-0451
12824 Mastin St, OP, KS 66213
기타
Yedang Village LLC, 913-972-6645
13881 138th St. #104, Olathe ,KS 66062

사업 / BUSINESS

영국의 불확실한 브렉시트 협의와 그 영향 UK' S UNCERTAIN BREXIT DEAL AND ITS EFFECT IN THE WORLD

영국의 테리사 메이 총리는 브렉시트 협의안이 의회를 통과하는 대로 사임 할 것이라고 발표했다. 앞서 메이 총리는 유럽 연합으로부터 영국이 분리되어 지는 과정을 놓고 제안한 안건에 대해 두 번 거절 당한 바 있다. 그녀는 브렉시트 이전 몇 달간이라도 지역을 요구하는 협의안을 다시 제안하려는 과정 중에 있다. 유럽 연합의 브렉시트 협상 책임자인 Michel Barnier는 유럽 연합은 자동적으로 요청을 승인하지 않을 것이며, “연장은 새로운 안건, 새로운 사건, 또는 새로운 정치적 과정이 있을 때에만 승인될 것이라”고 말했다. 메이 총리는 목요일과 금요일 브뤼셀에서 열릴 28 개국 정상 회담에 앞서 의견을 통합하고 의회와의 협상에서 원하는 결과를 얻기를 기대했으나 이는 사실상 불가능할 것으로 예측된다.

메이의 계획은 하원 의원 John Bercow 가 지적한 대로 지난 1 월 투표에서 230 표, 지난 주 149 표로 거절되었으며 안건을 재 상정하기 위해선 근본적으로 다른 안건을 제안한 경우에만 의회가 다시 투표 할 수 있다고 선언했다.

브렉시트 협상이 승인되면 메이는 의회가 영국과 다른 유럽 연합의 분리를 위해 필요한 입법안을 통과시키기 위한 짧은 연장 안을 연합에 요청할 계획이었다.

한편, 법상으로는 3 월 29 일 영국이 유럽 연합을 떠날 예정이다. 그러나 좀처럼 협의 점을 찾기 어려운 현시를 감안할 때 양방이 만족하는 거래가 가능할 지에 대한 의문이 커져 가고 있다. 적절한 협의 없는 강제 분열은 영국을 비롯해 유럽 연합에 남아있는 나머지 27 개 국가의 기업과 사람들에게 커다란 혼란을 가져올 수 있다.

“영국 정부가 아무 것도 결정하

지 않는다는 것은 '거래하지 않겠다'고 결정하는 것"이라며 프랑스의 Nathalie Loiseau 유럽 재무 장관은 말했다.

브렉시트 일정이 다가오며, 메이 총리는 브렉시트 관련 협의를 성공적으로 이끌기 위 사임을 제안했다. 그녀의 발표에 따르면 그녀는 브렉시트 협의가 성공적으로 끝나고 나면 몇 주 내로 총리직을 물러날 것이라고 전했다.

이렇다 할 협의를 이뤄내지 못하는 메이 총리는 영국 보수당의 브렉시트 찬성 회원들로부터 퇴출 압력을 받고 있었다고 한다.

“나는 우리 나라와 우리 당에 맞는 일을 하기 위해 총리 직을 의도한 것 보다 일찍 사임할 준비가 되어있다”고 전했다.

한편, 브렉시트 투표는 영국뿐만 아니라 전 세계 여러 국가에 영향을 미쳤다. 화요일 아시아 증시는 미 증시 호황을 두고 영국의 유럽 연합 탈퇴 계획에 대한 영국의 표결을 기다리고 있다.

상하이 종합 지수, 도쿄 닛케이 225, 홍콩 항셍 지수, 서울 코스피 지수는 0.8 에서 2.2 포인트 가량 상승했다.

시드니의 S & P-ASX 200 지수는 0.1 % 상승했으며 뉴질랜드, 대만, 동남아시아 시장도 상승했다.

기술 관련 증시와 S & P 지수는 1 월 이후 최고치를 기록했다.

S & P500 지수, 다우 존스 산업 평균 지수, 나스닥 지수는 모두 0.8 에서 2 % 상승했다.

“ING의 Nicholas Mapa와 프라크라sh Sakpal은 “투자자들은 긍정적인 브렉시트 뉴스를 기다리고 있으며 밤새 미 증시의 강세를 손꼽아 기다릴 것”이라고 주장했다.

Prime minister Theresa May said she will step down if Brexit deal passed. Her statement came after the Brexit plan has been derailed in Parliament.

May was preparing Tuesday to ask the EU for a delay of at least several months to Brexit after her divorce deal was rejected by lawmakers twice.

Chief EU Brexit negotiator Michel Barnier said the bloc wouldn't automatically grant the request. He said a long extension “must be linked to something new, a new event, or a new political process.”

May had hoped to win over her domestic opponents and bring her deal back to Parliament before a summit on the 28-nation bloc in Brussels on Thursday and Friday.

That plan was scuttled Monday by House of Commons Speaker John Bercow, who declared that Parliament can only vote again if the deal is “fundamentally different” to the version rejected by 230 votes in January and 149 votes last week.

If the Brexit deal was approved, May planned to ask the bloc for a short extension for Parliament to pass the necessary legislation for Britain's departure.

By law, the U.K. will leave the EU on March 29, deal or no deal, unless it secures a delay from the bloc. Withdrawing without a deal could mean huge disruption for businesses and people in the U.K. and the 27 remaining EU countries.

“For the British to decide nothing is to decide on a ‘no-deal,’” said French European affairs minister Nathalie Loiseau.

As the date approaches quickly, May offered up her job in ex-



change for her Brexit deal, telling colleagues she would quit within weeks in the agreement was passed and Britain left the European Union.

May has been under mounting pressure from pro-Brexit members of her Conservative Party to quit.

“I am prepared to leave this job earlier than I intended in order to do what is right for our country and our party,” she said, according to a transcript released by her office.

Brexit vote affected not only Britain but the nations around the globe. Asian stocks followed Wall Street higher on Tuesday and investors awaited Britain's vote on a plan to leave the European Union.

The Shanghai Composite Index, Tokyo's Nikkei 225, Hong Kong's Hang Seng, and Seoul's Kospi added 0.8 to 2.2 points.

Sydney's S&P-ASX 20 advanced 0.1 percent and markets in New Zealand, Taiwan and Southeast Asia also rose.

Tech stocks drove the benchmark Standard & Poor's 500 index to its biggest daily gain since January, snapping a five-day losing streak for the S&P.

The S&P 500, the Dow Jones industrial average, and the Nasdaq all jumped by 0.8 to 2 percent.

“Investors will likely favor risk-taking on positive Brexit news and a strong showing on Wall Street overnight,” said Nicholas Mapa and Prakash Sakpal of ING in a report.

<https://newsroom.ap.org/detail/UKaims to salvage Brexit deal as US says make up your mind/>

<https://newsroom.ap.org/detail/Prime Minister May says she'll step down if Brexit deal OK'd/>

<https://newsroom.ap.org/detail/Asian stocks follow Wall Street higher ahead of Brexit vote/>

태극권을 사용하여 몸을 강화하고 영혼을 진정 시키십시오 USE TAI CHI TO STRENGTHEN YOUR BODY, SOOTHE YOUR SOUL

현대 생활은 우리에게 끊임없는 스트레스를 주는 듯 보인다. 이렇게 지속적으로 스트레스에 노출되다 보면 정신적 그리고 육체적으로 치명적인 영향을 받게 된다. 때문에 스트레스를 효율적으로 관리하는 방법을 찾는 것은 우리의 건강에 큰 이익이 될 것이다.

캔자스 보건 시스템 통합 건강의 김윤항 의학박사가 지도하는 팀은 태극권이 스트레스 관리에 도움이 된다는 사실을 발견했다.

그는 “태극권은 움직이는 명상이라 불리기 때문에 정말 대단한 것”이라고 말하며, “당신은 명상의 혜택은 물론 육체적인 운동의 이익도 얻습니다”고 주장했다.

태극권의 기초는 수세기를 거슬러 올라가는데 도교 철학과 음양 연구를 바탕으로 합니다.

음과 양의 반대 기운이 조화롭게 어울릴 수 있다는 사상에서 시작된 태극권은 다른 중국 무술과 마찬가지로 높은 수준에서 수행된다. 그러나 무술을 무술로 배우는 이들을 제외한 전세계 많은 사람들은 태극권을 심신의 건강과 안정을 위해 사용한다.

참가자들은 천천히 집중된 움직임을 따라 가면서 자신의 체중을 신체의 다양한 부위로 이동시킨다. “우리가 서있을 때, 우리는 일반적으로 두 발 사이에서 똑같이 무게를 분산시키나 태극권에서는 이를 반대한다.” 따라서 불균형 속에서 균형을 찾는 것이 태극권의 진수라고 할 수 있다.

사람들은 부드럽고 천천히 체중을 이동하며 힘, 유연성, 조정 및 균형을 촉진시키게 된다. 고관절 골절로 이어질 수 있는 낙상의 위험

을 줄이는 데 태극권이 효율적이라는 연구 결과도 밝혀졌다. “많은 노인들은 한 번 고관절에 금이 가거나 골절을 입으면 회복 시간이 길기 때문에 요양원에 가게 되는 편이다”고 김 박사는 말했다. 김 박사는 태극권은 나이와 신체 조건에 관계없이 거의 모든 사람이 할 수 있는 운동이라고 말하며 앉아서 운동하는 버전을 포함한 다양한 변형을 통해 이동에 제약이 있는 사람들도 태극권을 할 수 있다고 주장했다.

김 박사는 특정 연령 그룹 또는 파킨슨 병이나 류마티스와 같은 특별한 의학 컨디션이 있는 사람들에 맞는 태극권도 있다고 말했다. 태극권은 누구나 쉽게 배울 수 있으며 그룹 설정이나 혼자 집에서도 할 수 있다.

근처 학교 및 커뮤니티 센터에서 태극권에 참석할 수도 있다. 캔자스 대학 보건 시스템의 커뮤니티 자원인 터닝포인트는 매주 무료로 태극권 프로그램을 제공한다. Kim은 DVD를 구입하거나 온라인에서 영상을 통해 태극권을 배울 수도 있다고 장려했다. 김 박사는 가장 중요한 것은 단순한 운동 휴식의 원칙을 가이드 해줄 강사를 찾는 일이라고 주장했다.

“태극권의 진정한 이익은 정신적, 감정적, 육체적으로 모두 나타날 수 있다”고 김 박사는 말했다.

Modern life seems to move us from one stressful situation to another. It's a process that can take a mental and physical toll. Finding ways to manage this stress and give your body the exercise it needs can be very



beneficial.

Yoon Hang “John” Kim, MD, of The University of Kansas Health System's integrative health team, says he's found that tai chi offers that helpful combination.

“Tai chi is really wonderful because it is referred to as a moving meditation,” he said. “You get the benefit of meditation, as well the benefit of movement, specifically for medical purposes.”

Tai chi dates back hundreds of centuries. It's based on Taoist philosophy and the study of yin and yang – the idea that opposing forces can work together in harmony. While it began as a Chinese martial art and is still performed this way at high levels, many people worldwide now do it for health and relaxation.

Participants follow sets of slow, focused movements, shifting their weight from one part of the body to another.

“When we stand, we usually spread the weight equally between our two feet. In tai chi, that's discouraged,” Dr. Kim said. “The weight shift would be 70% on one leg and 30% on the other, 100% on one leg with the other foot touching, or 100% on one leg with the other foot not touching.”

This gentle shifting of weight helps promote strength, flexibility, coordination and balance. It's been shown to help older adults reduce the risk of falls that can lead to hip fractures and other debilitating conditions.

“For many senior people, break-

ing their hip bone is associated with never going back home,” Dr. Kim said. “Many people are institutionalized after that. Not all of them, but many of them.”

Dr. Kim says tai chi is something nearly anyone can do at any age or physical condition. Modifications – including seated versions – can be made for people with limited mobility. Dr. Kim expects that as more people discover its benefits, special forms of tai chi will be tailored for specific age groups or those with special needs, such as Parkinson's disease or rheumatoid arthritis.

Tai chi is also easy for anyone to learn and can be done in group settings or alone at home. You can attend sessions at commercial schools and community centers. Turning Point, a community resource of The University of Kansas Health System, offers free, weekly tai chi programs. Dr. Kim says you can also learn on your own, buying or renting instructive DVDs from your retailer of choice.

The most important thing, says Dr. Kim, is to find an instructor who – in addition to movement – covers the principles of relaxation. This is a big part of how tai chi can help us.

“The true benefit of tai chi is mental, emotional and physical,” Dr. Kim said. “It's just wonderful.”

To learn more about Integrative Health at The University of Kansas Health System, visit kansashealthsystem.com/integrative or call 913-588-6208.

The University of Kansas Health System
Yoon Hang Kim, MD
4000 Cambridge St.
Sudler, Suite 2053
Kansas City, KS 66160
913-588-6208

전문가들이 중서부의 홍수 위험이 수개 월 지속될 수 있다고 경고하다

EXPERTS WARN MIDWEST FLOOD RISK MAY PERSIST FOR MONTHS

By JIM SALTER

ST. LOUIS

전문가들은 중서부 지역에서 홍수가 물러 섰음에도 불구하고 북부 지역에서 여전히 많은 눈이 녹을 것을 지적하며 홍수에 대한 가능성성이 굳건함을 경고했다. 최근 몇 주간 강우량과 일부 해설이 홍수를 일으키며 네브래스카에서 2명이 1주일 이상 실종됐다. 이 지역의 제방을 통해 물이 흘러 넘치면서 수천 명이 네브래스카, 아이오와, 미주리 주에서 강제 피난을 떠나야만 했다. 피해는 30 억 달러로 추산되며 이 수치는 증가 할 것으로 예상된다.

한편 기온이 점차 상승하며 다코타와 미네소타 주변의 해설 속도가 급격히 증가해 미주리와 미시시피 강 인근으로 더 많은 수량을 흘려 보낼 전망이다.

네브래스카 주 오마하의 인근 기술 담당 부대장인 James Startzell 중령은 다음주에도 더 높은 기온이 문제를 야기할 수 있다고 주장했다. 그는 강 근처에 살고 있는 사람들에게 경계를 촉구했다. 미주리 주 긴급 대책 위원장인 Bill Brinton은 St. Joseph의 76,000명 주민을 포함한 카운티와 주변 지역이 이미 홍수로 황폐화 되었다고 전했다.

한편 미주리 강 수량이 1993년 기록 보다 높은 사상 최고치로 상승한 후 급격히 감소하기 시작하면서 St. Joseph 지역에 있는 수백 개의 가정을 포함한 사전 대피가 해제되었다. St. Joseph은 대부분 위험에서 벗어났지만 Brinton은 Buchanan County 남부의 250 채 가량의 주택이 범람했다고 전했다. 주민들이 언제 집으로

돌아올 수 있는지도 분명하지 않다. 피난을 간 주민들이 돌아올 경우에도 위험은 도사리고 있다. 침수 된 농지, 산업 시설 및 하수 처리장에서 발생한 오염 물질은 개인 뿐 아니라 주택과 인근 지역을 병들게 할 수 있기 때문이다. 전문가들은 또한 부서진 유리, 금속 조각, 뾰족한 막대기 및 암석 등의 날카로운 파편이 진흙에 숨어있을 수 있다고 경고했다. 파손되거나 파기된 전선도 감전 위험을 초래할 수 있다.

토요일, 아이오와 주지사 Kim Reynolds는 도널드 트럼프 대통령이 홍수 피해를 입은 56 개 카운티에 대한 긴급 재난 신고를 요청했다고 전했다. 이 움직임은 주택 소유자, 임대인, 기업, 공공 기관 및 일부 비영리 단체에 도움을 줄 예정이다. 그러나 또 다른 위험이 도사리고 있다. 2011년 홍수 이후 집으로 돌아온 Buchanan County의 두 주민이 뱀에 물린 적이 있기 때문이다. 미주리 강이 아직 하류에 범람을 초래하지 않았다고 하더라도, 홍수 피해는 직접적 뿐만 아니라 간접적으로도 행해질 수 있기에 각별한 주의가 요구된다.

사우스 다코타 주지사 Kristi Noem은 홍수로 인해 카운티 수로가 씻겨 진 후 Pine Ridge 인디언 보호 구역에 물을 분배하기 위해 육군 방위군 13명을 도입했다. 이들은 Red Shirt, Pine Ridge, Porcupine, Evergreen 그리고 Wounded Knee 주민들에게 식수를 조달할 예정이다. 경비병은 수도관이 복원될 때까지 각 지역 커뮤니티의 중앙 위치에서 식수 대를 설치할 예정이다. 미시시피 강 하류도 범람의 영향을 받았다. 금요일에 미국 해안 경비대는 뉴 올리언즈 인근에 표류하던 선박에서 2명의 선원을 구조했다. 해안 경비대 관계자는 홍수로 인해 강물에 잔해가 많아졌기 때문에 해류가 배를 위험에 빠뜨릴 수 있다고 경고했다.

Even as floodwaters receded in hard-hit places in the Mid-

west, experts warned Saturday that with plenty of snow still left to melt in northern states, the relief may only be temporary. Rainfall and some snowmelt spurred flooding in recent weeks that's blamed in three deaths so far, with two men in Nebraska missing for more than a week. Thousands were forced from their homes in Nebraska, Iowa and Missouri, as water broke through or poured over levees in the region. The damage is estimated at \$3 billion, and that figure is expected to rise.

As temperatures start to warm, snowmelt in the Dakotas and Minnesota will escalate, sending more water down the Missouri and Mississippi rivers and their tributaries.

Lt. Col. James Startzell, deputy commander of the Corps of Engineers' Omaha, Nebraska, district, said even warmer temperatures are possible into next week. He urged people living near rivers to be watchful. Bill Brinton, emergency management director for hard-hit Buchanan County, Missouri, which includes St. Joseph's 76,000 residents, said his counties and surrounding ones have already been ravaged by flooding. A precautionary evacuation involving hundreds of homes in the St. Joseph area was lifted as the Missouri River began a swift decline after unofficially rising to a new all-time high, inches above the 1993 record. St. Joseph was largely spared, but Brinton said 250 homes were flooded in the southern part of Buchanan County. It wasn't clear when residents would be able to get back.

When they do, officials say they

need to be careful. Contaminants that escaped from flooded farm fields, industrial operations and sewage plants are part of the murky water now saturating homes. Experts also warn that sharp objects — broken glass, pieces of metal, pointy sticks and rocks — could lurk in muddy debris. Downed or broken power lines also may pose electrocution hazards.

On Saturday, Iowa Gov. Kim Reynolds said President Donald Trump granted her request for an expedited disaster declaration for 56 counties with flooding damage. The move makes assistance available to homeowners, renters, businesses, public entities and some nonprofit organizations. Another risk is posed by wildlife. Brinton said two people in Buchanan County were bitten by snakes after returning home following flooding in 2011. The Missouri River had yet to crest further downstream in Missouri, but the flooding impact in those areas was expected to be far less severe.

In South Dakota, Gov. Kristi Noem activated 13 members of the Army National Guard to help distribute water on the Pine Ridge Indian Reservation after flood waters washed out a county waterline. The guardsmen will provide drinkable water to people in the communities of Red Shirt, Pine Ridge, Porcupine, Evergreen and Wounded Knee. The Guard will set up from a central location in each community until the waterline is fixed. Even the lower Mississippi River was impacted. The U.S. Coast Guard on Friday rescued two boaters from a disabled vessel near New Orleans. Coast Guard officials said the flooding means more debris in the river, and the currents can pull a boat into danger.

영웅에서 범죄자로: 성 매매 및 불법 영상 유출 스캔들에 케이팝 스타들이 연루된다

HERO TO ZERO: SOUTH KOREAN POLICE QUESTIONED K-POP STARS IN SEX SCANDALS

경찰이 연예계 종사자들이 가담한 성 매매 및 접대 스캔들과 불법 영상 유출에 대해 2 명의 케이팝 스타를 밀착 조사하고 있다. 이들은 연예계에서 은퇴를 선언했다.

한국에서 가장 인기 있는 그룹 빅뱅의 멤버 승리 (본명 이승현)는 100 명이 넘는 언론 기자들이 모인 서울 경찰서 앞에 서서 사죄의 말을 전했다. 경찰은 28 세 승리가 사업 투자자를 대상으로 불법적인 성매매 알선 및 접대를 시도했다는 의혹을 조사 중이라고 밝혔다. 승리는 경찰서에 들어가기 전에 “다시 한번 머리를 숙이고 당사자들과 다른 모든 사람들에게 사과한다”고 말했다. 경찰 조사에 “나는 충실히 조사에 임하고 진실한 대답을 할 것”이라고 말했다. 승리는 놀랄 수 수 혐의를 부인했지만 다음 월요일에 은퇴 사실을 발표했다.

민갑룡 한국 경찰청장은 3 월 25 일 군 복무를 시작하기로 예정되어 있는 승리가 체포 및 경찰 조사를 피하지 않도록 군 당국과 공동 조사를 실시할 계획이라고 밝혔다.

지난 9 일 케이팝 스타 정준영도 여성과 성관계를 맺는 영상을 동의 없이 촬영 및 유포한 사실에 대해 구속되어 조사를 받은 바 있다. 정준영은 기자들에게 “국민에게 심려를 끼쳐드려 매우 유감스럽게 생각하며 충실히 조사에 임하겠다”고 말했다. 그 또한 엔터테인먼트 업계에서 은퇴 할 계획을 발표했다.

언론 보도에 따르면 승리는 정준영이 비디오를 유포한 카카오 톡 (Kakao Talk) 그룹 채팅 방에도 속해 있다. 이에 대해서는 심층 조

사가 진행 중이나 K-pop 팬들은 채팅 방에서 자신이 좋아하는 그룹의 멤버 이름이 거론될 때마다 실망감과 당혹감을 감추지 못하고 있다.

그룹 씨엔블루에 이종현과 하이라이트의 용준형, 그리고 FT아일랜드의 최종훈 등도 이번 스캔들에 연루되어 다수 그룹을 탈퇴하거나 연예계 은퇴를 선언한 상태이다.

이 스캔들은 한국의 급격한 성장에 따른 치열한 경쟁이 엔터테인먼트 산업에 어떠한 영향을 미치는지 여실히 조명하고 있다. 케이팝과 TV 드라마, 영화는 아시아를 넘어 세계적으로 각광받고 있으나 다수 남자 배우들이 성추행 및 성상납을 강요한 혐의에 직면해 있으며 일부 여성 연예인과 연습생들도 권위있는 남성으로부터 성행위를 하도록 강요 받았다고 주장하고 있다.

이번 승리의 성매매 스캔들로 인해 잊혀졌던 또 하나의 사건이 재조명 되었다. 2009년 3월 한국 배우 장자연씨의 자살 원인이 피해자가 남긴 유서를 통해 성추행으로 알려지며 많은 네티즌들은 사건 공소시효가 끝나기 전 고장 자연 사건에 대한 추가 수사와 법령 집행을 촉구하고 있다.

Police questioned two K-pop stars over interlocking sex scandals which prompted both men to announce their retirement from the entertainment industry. Seungri, a member of the superstar group Big Bang, bowed at a Seoul police station before more than 100 journalists. Police said they are

investigating allegations that the 28-year-old attempted to arrange illegal sexual services for business investors.

“I once again lower my head and apologize to the people and all others who were hurt,” Seungri said before entering the police station. “I’ll faithfully undergo an investigation and give sincere answers” to police questioning.

Seungri has denied the sexual-bribery allegation, but announced his retirement on the following Monday. South Korean police chief Min Gap-ryong told lawmakers that he would seek a joint investigation with military authorities as Seungri is set to start his mandatory military service on March 25. Earlier Thursday, fellow singer and variety star, Jung Joon-young, 29, came to the police station to be questioned about an allegation that he secretly filmed himself having sex with women without their knowledge or consent and shared the videos with friends in private group chats.

“I feel very sorry for causing concern to the people and will faithfully undergo an investigation,” Jung told reporters. He also said he is retiring from the entertainment industry.

Media reports have said Seungri was among the men in a Kakao Talk group chatroom where Jung posted his sex videos. Further investigation is in the process, and K-pop fans expressed concerns and disappointment as they found names of their favorite group members on the group chat. Among those were a former member of CNBlue Lee Jong-

hyun, former member of Highlight Yong Joon-hyung, and former member of FTIsland Choi Jong-hoon faced allegations for direct or indirect involvement in the sex scandal.

This scandal has highlighted a dark side of South Korea’s booming yet ultra-competitive entertainment industry. South Korean pop songs, TV dramas and films are hugely popular in Asia and beyond, but male stars faced allegations of sexual misconduct and reports have been made that female entertainers and trainees have been forced to provide sexual services to men in power.

This sex scandal caused another incident to resurface. A Korean actress Jang Ja-yeon, then 29, committed suicide in 2009 March and the cause is widely known as sexual abuse. In the suicide note, the actress said she was forced to provide sexual service and experienced assault. As the statute of limitations for her case is nearing, Korean netizens are asking for further investigation and rightful enforcement against the suspect.

<https://www.apnews.com/6f8bb8a3ca204d54b93c-28c6514283dc>
<https://www.cbc.ca/news/entertainment/jung-arrest-korea-kpop-scandal-1.5065524>

경제 / ECONOMY

TV 스타 및 코치가 대학 뇌물 수수 스캔들에 휘말리다 TV STARS AND COACHES CHARGED IN COLLEGE BRIBERY SCHEME

ALANNA DURKIN RICHER와 COLLIN BINKLEY AP 통신

한 리우드 스타 Felicity Huffman과 Lori Loughlin을 포함한 50 명의 학부모가 세계적인 명문대에 자녀들을 입학시키기 위해 뇌물 수수에 가담했다. 연방 당국은 해당 사건이 미 법무부가 기소 한 가장 큰 규모의 대학 입학 관련 스캔들이라고 주장했다. 해당 스캔들 내에서 학부모들은 약 2천 5백만 달러 (280 억원 상당) 을 뇌물로 지불한 것으로 밝혀졌다.

Andrew Lelling 미국 변호사는 “이번 스캔들에 연루된 학부형들은 부와 특권의 표상이다”고 주장하며 Operation Varsity Blues로 일컬어지는 이번 사건의 조사 결과를 발표했다. 이 스캔들은 부유하고 인맥이 있는 집안의 자녀들이 대학 입시에서 크고 작은 혜택을 받는다는 공정성에 대한 오랜 불만을 다시금 불러 일으켰다. 적어도 9 명의 운동 코치와 33 명의 법, 금융 또는 비즈니스 분야에서 저명한 많은 사람들이 기소되었다고 전해지며, Huffman을 포함한 수십 명이 체포된 상태이다.

코치들은 예일, 스텠포드, 조지 타운, 웨이크 포레스트, 텍사스 주립 대학교, 남부 캘리포니아 대학, 로스 엔젤레스 캘리포니아 대학 등에서 근무했다.

검찰은 학부모들이 입학 컨설턴트에게 뇌물을 건내 자신들의 자녀가 마치 뛰어난 운동 실력이 있는 것처럼 꾸며 달라고 요청한 후 대학 입학의 가능성을 조작했다고 밝혔다. 이 컨설턴트들은 학생들을 위한 대입 시험을 대리로 완성하거나 학생들의 점수 조작을 위해 시험 관련 내부자에게 돈을 지불하기도 한 것으로 밝혀졌다.

학부모들은 자녀 입학을 보장하기 위해 적게는 200,000 달러에서 많게는 650 만 달러를 지불했다고 관계자는 전했다. Huffman을 포함한 여러 피고인은 최대 20 년의 징역형에 처해질 수 있다. Lelling은 조사가 계속

되고 있으며 해당 학교 자체는 조사 대상이 아니라고 말했다. 한편 입학 대상자였던 학생들은 아무도 기소되지 않았다. 이들은 무슨 일이 일어나고 있는지 알지도 못했기 때문이다. Lelling에 의하면 해당 스캔들은 다른 사건을 조사하던 중 실마리를 얻어 수면위로 드러나게 되었다고 한다. 한편, 축구, 세일링, 테니스, 워터 폴로, 배구와 같은 스포츠의 코치들이 뇌물 수수 이후 입학 대상 학생들을 전문 운동선수 팀에 포함시켜 경력과 실력을 조작하고 그 결과, 입학 가능성을 향상시킨 것으로 알려졌다. 해당 사건을 담당하는 검사에 의하면 해당 학부모들은 자녀에게 학습 장애가 있다고 주장하도록 지시 받아 입학 대상자 자녀들이 연장된 시간 동안 혼자 시험을 볼 수 있도록 혜택을 받은 경우도 있으며, 이로 인해 손쉽게 점수 조작이 가능했다고 전해졌다.

발췌 문장은 캘리포니아 주 뉴 포트 비치의 입학 컨설팅 회사를 통해 배포되었다. 당국은 해당 학부모들이 Edge College & Career Network의 설립자인 William Singer에게 돈을 지불했다고 전했다. 검찰은 Singer가 음모를 꾸미는 등의 혐의로 화요일 보스턴에서 유죄를 선고받을 예정이라고 밝혔다. Stanford 트레이너인 John Vandemoer도 유죄를 인정받을 것으로 예상된다. 스캔들에 연루된 대학들은 해당 코치를 징계하기 위해 빠르게 움직였다. Stanford는 Vandemoer를, UCLA는 축구 코치를, Wake Forest는 배구 코치를 징계했다.

USC와 Yale을 포함한 몇몇 학교들은 본교가 해당 스캔들의 피해자라고 주장하기도 했다. USC는 앞으로 유사한 부정 입학 사건을 방지하기 위해 입학 절차를 재검토 중이라고 밝혔다.

이 스캔들은 인기있는 한국 드라마인 스카이 캐슬과 많은 유사점을 가

지고 있다. 한국 드라마 웹 사이트 www.dramabeans.com의 개요를 살펴보면 스카이 캐슬에 등장하는 학생들의 아버지는 대부분 유명한 의사 이거나 검사 출신의 교수이다. 부모의 높은 지위는 아이들에게 기대와 부담으로 적용되는데, 극중에 등장하는 학부모 (특히 어머니)들은 그들의 자녀가 최상위 계층 대학에 입학 할 수 있도록 수단과 방법을 가리지 않는 극성을 보이기도 한다. <http://www.dramabeans.com/2019/02/sky-castle-series-review/>

BOSTON

Fifty people, including Hollywood stars Felicity Huffman and Lori Loughlin, were charged Tuesday in a scheme in which wealthy parents allegedly bribed college coaches and other insiders to get their children into some of the nation's most elite schools.

“These parents are a catalog of wealth and privilege,” U.S. Attorney Andrew Lelling said.

The scandal is certain to inflame long standing complaints that children of the wealthy and well-connected have the inside track in college admissions — sometimes through big, timely donations from their parents — and that privilege begets privilege. At least nine athletic coaches and 33 parents, many of them prominent in law, finance or business, were among those charged.

Prosecutors said parents paid an admissions consultant from 2011 through last month to bribe coaches and administrators to falsely make their children look like star athletes to boost their chances of getting into college. The consultant also hired ringers to take college entrance exams



for students, and paid off insiders at testing centers to alter students' scores.

Parents spent anywhere from \$200,000 to \$6.5 million to guarantee their children's admission, officials said. Several defendants, including Huffman, were charged with conspiracy to commit fraud, punishable by up to 20 years in prison. Lelling said the investigation is continuing and authorities believe other parents were involved. The schools themselves are not targets of the investigation, he said. Authorities said in many cases the teenagers were not aware of what was going on.

The investigation began when authorities received a tip about the admissions scheme from someone they were interviewing in a separate case, Lelling said. Authorities said coaches in such sports as soccer, sailing, tennis, water polo and volleyball accepted bribes to put students on lists of recruited athletes, regardless of their ability or experience. Prosecutors said parents were also instructed to claim their children had learning disabilities so that they could take the ACT or SAT by themselves, with extended time. That made it easier to pull off the tampering, prosecutors said.

The bribes allegedly were dispensed through an admissions consulting company in Newport Beach, California. Authorities said parents paid William Singer, the founder of the Edge College & Career Network, the bribe money to get their children into college.

Colleges moved quickly to discipline the coaches accused.

Several schools, including USC and Yale, said they were victims themselves of the scam. USC also said it is reviewing its admissions process to prevent further such abuses.

연방 준비 제도가 2019년 금격한 금리 인상은 없을 것이라 예측하다

FEDERAL RESERVE FORESEES NO INTEREST RATE HIKES IN 2019

By MARTIN CRUTSINGER

미국 연방 준비 제도가 미국 경제가 약화 될 것이라는 전망을 반영하듯 올해 주요 금리를 그대로 유지하고 금리 인상은 없을 것으로 전망했다. 연방 준비 제도는 모기지에서부터 신용 카드, 주택 담보 대출에 이르기까지 모든 것에 영향을 미칠 수 있는 벤치 마크 금리를 2.25 % ~ 2.5 %로 유지하고 있다고 밝혔다. 또한 9 월에는 장기 대출 금리를 낮추기 위해 채권 포트폴리오를 축소하지 않을 것이라고 발표했다. 이러한 움직임은 소비자와 기업의 차입 금리가 크게 상승하지 않음을 의미한다. 작년 2.3 %에 달하던 시장 성장률과 달리 금년 경제 성장률은 2.1퍼센트에 그치며 연방 준비 제도는 무엇보다 경제 성장에 대한 우려의 목소리를 감추지 못했다. 인플레이션이 완화된 상태에서 연방 준비 제도는 신용을 강화할 압력을 느끼지 않는다.

2019년에 금리가 인상되지 않는다는 신호로써 연방 준비 제도의 정책 입안자들은 12 월 경 예전 한 2 개의 금리 인상 빈도수를 줄였다. 그들은 현재 2020년에 금리 인상 한 번을 예측했으며, 2021년에는 금리 인상이 없을 것이라 주장했다. 한편 연방 준비 제도는 지난해 한 해 동안 4 차례 금리를 인상했고 2015년 이후 총 9 번을 인상한 바 있다. 주식 시장 역시 성장하는 듯 보였으나 곧 수익이 사라져 결국 마감일 성적은 좋지 않았던 것으로 전해졌다. The Dow Jones 산업 평균 지수는 141 포인트 (혹은 0.5 %) 하락했다. 분석가들은 연방 준비 제도의 경제 전망이 투자자들에게 부정적 요소로 작용했을 가능성을 지적했다.

연방 준비 제도의 결정은 수요일 11-0 표결에서 승인됐다. 주식 시장이 수요일에 어려움을 겪고 있는 가운데 연방 준비 제도가 금리를 인상하지 않으면 10년 만기 국채 수익률이 1년 만에 가장 낮은 수준으로 떨어

질 전망이다. 수익률은 화요일 2.61 퍼센트와 작년 말 3.2 퍼센트에서 2.53 퍼센트로 떨어졌다.

연방 준비 제도의 정책 입안자들은 벤치 마크 금리를 거의 0에 가까운 낮은 수준으로 낮추고 7년 동안 그 기준을 유지 한 것이 성장률을 “중립적”으로 만들었다는 의견에 입을 모아 동의했다.

신용 축소를 멈춘 중앙 은행의 조치는 미국과 세계 경제의 침체에 대한 대응이다. 고용 시장이 여전히 강세를 유지하고 있지만 “4 분기 경제 활동의 현저히 감소했다”고 이들은 밝혔다.

연방 준비 제도는 성명서에서 대차 대조표의 축소를 막기 위한 계획을 세웠다. 5 월에는 재무부를 매 달 300 억달러에서 150 억달러로 감축하고 9 월에는 이를 모두 종결한 계획이다. 10 월부터 연준은 모기지 채권 유출을 재무부로 전환해 전반적인 대차 대조표가 더 이상 하락하지 않도록 할 예정이다.

중앙 은행의 인내와 유연성에 대한 포용은 국내외 경제 성장 둔화, 불안한 주식 시장 및 지속적으로 발생하는 인플레이션으로 인한 연초 경제 성장 저하를 반영한다. 연방 준비 제도는 1 월에 만기를 맞이하여 더 이상 금리를 인상 할 필요가 없다는 움직임을 보였다. 그 메시지는 투자자들을 놀라게 했는데, 이들은 소비자와 기업의 꾸준히 높은 차용 금리와 더 많은 경기 침체 가능성에 대해 걱정했다. 주식 시장은 10 월 초에 하락하기 시작했고, 12 월 연방 준비 제도 회의 이후에 가속화되었다.

WASHINGTON

The Federal Reserve left its key interest rate unchanged Wednesday and projected no rate hikes this year, reflecting a dimmer view of the economy as

growth weakens in the United States and abroad. The Fed said it was keeping its benchmark rate — which can influence everything from mortgages to credit cards to home equity lines of credit — in a range of 2.25 percent to 2.5 percent. It also announced that by September, it will no longer reduce its bond portfolio, a change intended to help keep long-term loan rates down. Combined, the moves signal no major increases in borrowing rates for consumers and businesses. And together with the Fed's dimmer forecast for growth this year — 2.1 percent, down from a previous projection of 2.3 percent — the statement it issued after its latest policy meeting suggests it's grown more concerned about the economy. What's more, with inflation remaining mild, the Fed feels no pressure to tighten credit.

In signaling no rate increases for 2019, the Fed's policy makers reduced their forecast from two that were previously predicted in December. They now project one rate hike in 2020 and none in 2021. The Fed had raised rates four times last year and a total of nine times since 2015. Stock market indexes initially rallied on the news, but the gains soon faded and many stocks finished the day down. The Dow Jones Industrial Average lost 141 points, or 0.5 percent. Analysts said the Fed's downgraded outlook for the economy might have alarmed investors.

The Fed's decision Wednesday was approved on an 11-0 vote. And while stocks struggled Wednesday, the Fed's plans for no credit tightening this year sent Treasury yields tumbling, with the 10-year yield touching its lowest level in more than a year. The yield

reached 2.53 percent, down from 2.61 percent late Tuesday and 3.2 percent late last year.

The Fed's policymakers have clearly settled on the belief that more than a decade after they cut their benchmark rate to a record low near zero — and kept it there for seven years — that rate has now reached what's called “neutral”: neither stimulating nor restraining economic growth.

The central bank's pause in credit tightening is a response, in part, to slowdowns in the U.S. and global economies. It says that while the job market remains strong, “growth of economic activity has slowed from its solid rate in the fourth quarter.”

In its statement, the Fed laid out a plan for stemming the reduction of its balance sheet: In May, it will slow its monthly reductions in Treasurys from \$30 billion to \$15 billion and end the runoff altogether in September. Starting in October, the Fed will shift its runoff of mortgage bonds into Treasurys so its overall balance sheet won't drop further.

The central bank's new embrace of patience and flexibility reflects its response since the start of the year to slow growth at home and abroad, a nervous stock market and persistently mild inflation.

The Fed executed an abrupt pivot when it met in January by signaling that it no longer expected to raise rates anytime soon. That message spooked investors, who worried about the prospect of steadily higher borrowing rates for consumers and businesses and perhaps a further economic slowdown. The stock market had begun falling in early October and then accelerated after the Fed's December meeting.

피츠버그 파이어리츠의 3루수 경쟁 승자는 “강정호”

BY 박진언: 스포츠 매니지먼트 (KU)

피츠버그 파이어리츠 (이하 피츠버그)에 선택은 결국 강정호였다. 피츠버그 주전 3루수였던 강정호는 2년 전 비시즌에 3번째 음주운전이 적발되어 비자 발급 지연 문제로 지난 두 시즌 간 대부분 나서지 못했다. 강정호의 갑작스러운 이탈로 인해 생겨버린 피츠버그의 주전 3루수 공석 자리는 콜린 모란이 메꾸었다. 돌아온 강정호는 주전 3루수 자리를 되찾기 위해서, 콜린 모란은 지키기 위해 뜨거운 경쟁을 했다. 창과 방패에 대결이었다. 강정호는 공격력 면에서 콜린 모란보다 뛰어났고, 콜린 모란의 수비력은 강정호의 수비력보다 우위에 있었다. 시즌 개막을 며칠 앞두고 공격력이

필요했던 피츠버그는 결국 강정호의 손을 들어주었다. 닐 헌팅턴 피츠버그 단장은 18일 메이저리그 공식 홈페이지인 MLB.com 과의 인터뷰에서 쉽지 않은 결정이었지만 주전 3루수 포지션에는 강정호를, 그리고 유격수 포지션에는 에릭 곤잘레스로 결정했다고 밝혔다. 클린트 허들 피츠버그 감독 역시 수비 범위나 운동 능력 등을 고려했을 때 강정호와 곤잘레스가 최선의 선택이었다고 이번 결정에 대한 배경을 설명하였다. 콜린 모란은 강정호보다 수비면에서 안정적이지만 보다 좁은 수비 범위로 인해 경쟁에서 밀린 것으로 보인다. 강정호 역시 유격수 출신으로 평균적인 수비 능력을 갖고 있다. 또한, 이번 11경기에 시범 경기 타율 0.179 (28타수 5안타)에 불과하지만, 안타 5개가 모두 홈런인 만큼 위력적인 장타력을 보여줬다. 헌팅턴 단장은 강정호의 파워를 언급하였다. 강정호의 장타력이 깊은 인상을 남겼고 이번 선택에 결정적인 영향력을 끼친 것

으로 보인다. 물론 시즌은 길기 때문에 강정호가 주전 3루수 경쟁에서 완전히 이긴 것은 아니지만 이번 결정을 통해 보다 유리한 위치에 있는 것은 사실이다. 그러므로 이번 시즌 강정호가 주전 3루수 자리를 끝까지 지켜낼 수 있을지 관심이 쏠리고 있다.

The Winner of Pirates' Starting at Third Base is Jung Ho Kang
Pittsburgh Pirates eventually chose Jung Ho Kang as a starter on third base for this new season despite a long absence. Jung Ho Kang was gone for about two years after spending a fantastic two seasons with the Pittsburgh Pirates. He had trouble getting an U.S. VISA due to his probation for his third DUI. His vacancy had been taken by Colin Moran. So competition with Colin Moran for third base spot was un-

avoidable. Jung Ho Kang is better at batting, but on the other hand, Colin Moran superior in defense. With a week left in spring training, Neal Huntington, General Manager, announced that Jung Ho Kang will be their third base this season. He added that it was not an easy decision, but Jung Ho Kang's power impressed him. Jung Ho Kang is having outstanding spring season with .179 batting average (5 for 28). Even though his batting average is low, his all five hits were home runs. Incidentally, he has average defensive skill too. Jung Ho Kang took the starting third base spot over, but the season is long. His spot is not guaranteed.

류현진 LA 다저스 개막전 선발 확정

BY 박진언: 스포츠 매니지먼트 (KU)

메이저리그 (MLB) 시즌 개막이 얼마 안 남은 가운데 류현진은 MLB 개막전 선발 투수에 낙점되는 영예를 안았다. 메이저리그 공식 홈페이지 MLB.com는 데이브 로버츠 LA 다저스 감독의 인터뷰를 인용해 류현진의 개막전 선발 투수 사실을 알렸다. 한국인이 메이저리그에서 개막전 선발로 나선 것은 박찬호가 2001년 다저스 그리고 2002년 텍사스 레인저스에서 2년 연속 개막전 선발 투수로 오른 이후 처음이다. LA 다저스는 부동의 에이스 클레이튼 커쇼를 일찌감치 9년 연속 개막전

선발투수로 낙점했다. 하지만 그동안 다저스의 개막전 선발을 책임져온 클레이튼 커쇼가 왼쪽 어깨 부상으로 불가피하게 전력에서 제외되면서 개막전 선발 자리에 관심이 높아졌다. 개막전 선발 투수 유력한 후보였던 올스타 투수 워커 불려는 지난해 많은 공을 던져 관리 차원에서 올해 등판 일정을 미루고, 리치 힐은 왼쪽 무릎에 염좌가 발견되며 류현진의 개막전 선발 등판이 확정됐다. 류현진은 오는 4월 28일 애리조나 디아몬드백스와의 개막전에 등판해 옛 동료 잭 그레인키와 선발 맞대결을 펼치게 된다.

Hyun-Jin Ryu named Dodgers' Opening Day Starter
With a week left until MLB

(Major League Baseball)

ing day. However, he will not start on opening day for the first time since 2010 due to shoulder inflammation. Dodgers had to decide new starter for Opening day. Candidates to replace Clayton Kershaw's vacancy were Walker Buehler, Rich Hill, and Hyun-Jin Ryu. Dave Roberts ruled Walker Buehler out because his arm was not feeling quite right. Plus, Rich Hill has injured knee. So, Hyun-Jin Ryu became the most viable option to start the season. Hyun-Jin Ryu will take his first mound of the season against the Arizona Diamondbacks next Thursday at Dodgers Stadium.

이치로가 도쿄돔에서 작별을 고하며 역사에 한 획을 긋다 ICHIRO WALKS OFF INTO HISTORY IN 'SAYONARA' AT TOKYO DOME

By STEPHEN WADE and TIM BOOTH

그가 배트를 내려놓는 그 날은 오지 않을 것만 같았다. 그러나 목요일 저녁 두 대륙에서 야구를 가장 잘 정의한 선수가 마지막 스윙을 휘둘렀다. 위대한 이치로가 마침내 은퇴를 선언한 것이다. 현재 45세의 스즈키 이치로 (Suzuki Ichiro) 선수는 시애틀 마리너스 (Seattle Mariners) 팀 동료들의 포옹을 받으며 8이닝을 끝으로 역사적인 선수 생활을 마쳤다. 그는 3분간 필드를 돌며 경기장을 가득 채운 관중과 함께한 동료들과 기념비적인 순간을 맞았다. 그는 마지막 타석에서 2아웃, 2루타를 내놓았으며 8이닝에서는 동점을 이뤄냈다. 그는 8이닝에서 우익수로 경기를 펼치다 Scott Servais 매니저의 신호와 동시에 경기를 마쳐 45,000 개의 좌석을 가득 매운 관중 앞에서 역사가 되었다. 그는 일본 팬들과 함께 걷거나 몸을 돌려 손을 흔들었다.

이치로는 도쿄의 A급 선수들과 두 번의 정규 시즌 경기에서 5대 0을 기록하여 19 시즌 동안 3,089 점을 기록했다. 이는 명예의 전당에 등극하고도 남을 성적이다. 그는 일본에서 선수 생활을 하던 9년간 1,278 타를 기록하며 야구계의 최고의 타자로 자리 잡았다. 이치로는 지난 봄 시즌 25번 타자로 섰지만 2안타에 그치는 어려움을 겪었다.

그는 운동 훈련을 계속하면서 체력을 유지하겠지만 그 다음에 무엇이 올지 확신 할 수 없다고 말했다. 그는 매니저가 되기에는 카리스마가 부족하다고 농담하기도 했다. 이치로의 은퇴는 한동안 예상되어왔다. 외야수로 활동하던 그는 2018 시즌 직전 매리너스로 돌아 왔고 팀과 함께 여전히 프리 게임 운동에 참여할 수는 있었지만, 경기에는 참여 할 수 없었다. 이치로는 올스타상을 10회, MVP와 올해의 신인상 (Rookie of the Year)을 수상했으며 골든 글러브를 10회 획득했다. 그는 한 시즌 262 안

타를 기록하며 .311 타율을 달성했다. 그는 야구 역사상 가장 중요한 인물 중 하나가 되었으며, 이는 그의 수익이나 기록 때문만이 아니다. 이치로는 미국 메이저리그에 진출하며 일본이라는 온 나라 짐을 어깨에 지었고, 그의 성공은 뒤따라 온 수많은 선수들에게 표본이자 길잡이 역할을 했다. 이러한 수식어를 스스로 받아들이던 그렇지 않던 여부를 떠나 이치로는 선구자였다. 그의 영향력과 중요성은 이루 말할 것 없이 방대했다.

그는 2년 전 뉴욕 양키스와 함께 뛰어난 경력을 가진 마쓰이 히데키 (Hitachi Matsui)를 앞섰으며, 이후로 활약한 아오키 노리, 후쿠 도메 코스케, 카츠 마쓰이와 같은 선수들에 앞서 길을 닦아놓은 장본인이다. 이치로는 시애틀에서 한 마디로 알아주는 이름이 되었다.

그러나 그는 떠날 때를 아는 선수였다. 그는 44 타수 동안 타율 .205를 기록했고 지난 시즌 9 타수는 싱글이었다. 이치로는 도쿄에서 경기하고 싶다는 소망을 간절히 전했다. 그의 팬들은 항상 월드 시리즈에서 뛰기를 바랐다. 그러나 그의 팀은 플레이 오프에 두 번 밖에 진출하지 못했고, Fall Classic으로 나아 가지 못했다. 그는 아무런 후회도 표명하지 않았다.

TOKYO

At times, it seemed as if he'd go on hitting forever. But on Thursday night, a player who defined baseball at its very best on two continents for a generation, took his final swing. The great Ichiro has said "sayonara." Now 45, Ichiro Suzuki left the Tokyo Dome field in the eighth inning, waving goodbye to the packed crowd amid hugs from



Seattle Mariners teammates in a three-minute walk that signaled to all his monumental run was over. Ichiro went 0 for 4 in his farewell. In his last at-bat, he came up with two outs, a runner on second and a tie score in the eighth. He took his spot in right field in the eighth, then was pulled by manager Scott Servais and the walk into history began in front of a sellout of 45,000. He strolled in, turned and waved to the crowd with all of the usually reserved Japanese fans on their feet.

Ichiro was 0 for 5 in the two regular-season games against the A's in Tokyo, leaving him with 3,089 hits in 19 seasons — a sure Hall of Fame resume. He had 1,278 before that over nine years in Japan, making him baseball's all-time hits leader. Ichiro struggled in spring training with only two hits in 25 at-bats. And in two exhibition games in Tokyo against the Tokyo Giants he was 0 for 6. He said he'd probably train Friday, keeping up his workout routine, but wasn't sure what comes next.

He joked he lacked the "charisma" to be a manager. Ichiro's retirement had been anticipated for a while. The outfielder returned to the Mariners before the start of the 2018 season, then transitioned last May into a role as the special assistant to the chairman that allowed him to still be with the team and take part in pregame workouts, but meant he could not play in any games.

Ichiro was a 10-time All-Star, an AL MVP and Rookie of the Year and won 10 Gold Gloves. He set the record with 262 hits in a season and wound up with a .311 batting average. He became one of the most important figures in baseball history, and not just because of his stats and awards. Ichiro carried the burden of an entire country in coming to the United States, and his success created opportunity for the countless others who have followed. Whether he wants to accept the label or not, Suzuki was a trailblazer. His influence and importance shouldn't be understated.

He preceded Hideki Matsui, who had a stellar career with the New York Yankees, by two years. In the years since, players like Nori Aoki, Kosuke Fukudome and Kaz Matsui followed. Last year marked the arrival of two-way sensation Shohei Ohtani. Ichiro became a one-word, household name in Seattle. It was only right his final professional game came with that team.

But it was time for Suzuki to step away. Suzuki hit .205 in 44 at-bats and all nine of his hits last season were singles. Ichiro admitted he badly wanted to get a hit in Tokyo. And his fans always wanted to see him play in the World Series — his teams made it to the playoffs just twice, never advancing to the Fall Classic. He expressed no regrets.



KC HAPPY PLATES



코피 KO-PI

80년대와 90년대에 방학을 맞은 우리 가족이 한국을 방문할 때마다, 우리는 한국에 있는 가족을 위해 많은 “미제” 음식을 가져가곤 했다. 우리 여행용 가방은 필수 비타민부터 재미있는 사탕과 특히 가장 중요한 인스턴트 커피로 가득 찼다. 커피는 “미국적인” 문화에 익숙한 우리 가족이 한국에 있는 가족들에게 줄 수 있는 참신한 선물이었다. 시간이 흘러 2015년 마지막으로 한국을 방문했을 때, 나는 지난 수십 년 동안 커피 문화가 얼마나 성장하고 번성 했는가에 감탄했다. 모든 도시 곳곳에는 적어도 하나의 커피 숍이 있었고, 커피 자판기가 도처에 있었으며, 매우 다양한 종류의 인스턴트 커피를 구할 수 있었다.

전설에 따르면 커피의 기원은 수세기 전 에티오피아의 커피 숲에서 염소를 지키던 칼디(Kaldi)라는 지킴이에게서 시작되었다고 한다. 칼디는 커피에 관해 지방의 수도사에게 전했고 커피 베리를 수확해 마실 것으로 만들었다. 그리고 15세기에 그들은 아라비아 반도와 거래하기 시작했다. 이후 커피는 성지인 메카로 매년 여행을 가기 위해 이 지역의 찾는 사람들에 의해 사랑받고 널리 퍼지게 되었다. 커피 숍에서 그들은 커피를 마셨을 뿐만 아니라 음악을 듣고 공연을 관람하고 정보를 교환했다. 이 새로운 인기 음료 “커피”에 대한 소식은 전 세계에 산불처럼 퍼졌다. 커피로 부유해진 국가들이 생겨나고 그 가치가 극에 달할 때 즈음, 전세계 사람들은 생명을 담보로 커피를 재배하기에 나섰다. <http://www.ncausa.org/about-coffee/history-of-coffee>

한국에서 커피의 역사는 고종이 1886년에 러시아 대사관에 유배를 하던 당시 러시아 총영사인 Antoinette Sontag이 건낸 커피를 마신 일례로 부터 시작되었다. 6년 후, 고종은 Antoinette Sontag가 한국의 외교관 및 귀족이 차, 커피를 놓고 대화를 나눌 공간을 마련하기 위해 한국에서 첫 번째 다방(한국의 다도와 방을 한국어로 번역한 단어)을 열고자 할 때 그를 전폭적으로 지지하기도 했다. 일제 강점기 동안, 점점 더 많은 다방이 열렸고 커피와 다방 문화는 서구 문화의 상징이자 엘리트의 상징으로 자리잡았다.

50년대는 한반도의 정치 불안의 시기였지만 다방은 여전히 엘리트들이 모이는 곳으로 유지되고 있었다. 이후 한국 전쟁 중에 미군 병사들이 들여온 값싼 인스턴트 커피가 지역 주민들에게 나눠지며 커피의 대중화가 시작되었다. 동서 식품은 1960년대에 맥스웰 하우스 커피 허가증을 획득하여 더 많은 사람들을 매료 시켰다. 이때부터 중산층의 가정과 사무실에서 종종 커피를 찾아볼 수 있게 되었다. 상대적으로 커피가 차에 비해 쓴 맛이 강하기 때문에 사람들은 2-2-2 믹스 커피(커피 2개, 설탕 2개, 프림 2개)를 주로 마시곤 했다. 1976년에 동서 식품이 커피, 설탕, 가루 프림 혼합 스틱을 처음으로 출시했을 때 이는 큰 인기를 누리게 되었다 (<http://www.koreaherald.com/view.php?ud=20170203000493>.) 다양한 종류의 믹스 스틱이 출시된 후 이들이 커피 시장을 점령할 준비가 된 듯 보였다.

그 다음, 구식의 다방 문화가 퇴색함에 따라 새로운 카페들이 줄지어 등장하기 시작했다. 카페는 70년대 청년 문화에 의해 부분적으로 확산되었는데, 커플과 대학

생들이 모여 DJ의 음악을 듣는 장소로 자리매김했다. 80년대 에스프레소 기계가 소개되고 로스터가 등장하며 현대적인 카페가 점차 표준화 되었다. 현대 카페가 개발됨에 따라 집을 떠나 여유를 즐기고 싶은 다양한 사람들을 위한 공간으로 카페가 점차 발전하기 시작했다. 그러나 1999년 신세계와의 제휴로 스타벅스가 한국에 문을 열자 커피와 카페에 대한 인기가 폭발적으로 증가하기 시작했다. 2016년 경 한국은 커피 원두부터 캡슐까지 159,000톤에 달하는 커피 제품을 수입했다. 오늘날의 한국은 서울 자체만 해도 18,000개가 넘는 카페가 있을 만큼 소비자의 관심을 끌기 위해 경쟁하고 있다. 이는 뉴욕과 시애틀에 있는 모든 커피 숍을 합친 것보다 훨씬 많다. (<https://stir-tea-coffee.com/features/how-korea-continues-to-surprise-the-coffee-world/>)

이제는 세계가 한국을 커피 산업의 원동력으로 인식함에 따라 한국은 커피의 미래를 위해 커피 문화를 거듭 혁신하고 재구성한다. 평창 올림픽이 개최되었던 동부 해안 인근에 위치한 강릉에서는 2009년부터 매년 커피 축제가 열려 마스터들의 실력을 뽐낼 뿐 아니라 커피에 대한 새로운 트렌드와 끊임없는 혁신이 펼쳐지는 중이다. 한국인들은 새로운 아이디어를 얻으면 한계를 넘어선 발전을 이루어 내는 정신을 가지고 있는데, 이것이 바로 한국을 커피 불모지에서 세계 11번째로 큰 커피 시장으로 성장시킨 원동력이다. 2017년 서울은 월드 바리스타 챔피언십 (World Barista Championship)의 주최국으로 활약했다. 이제 우리는 한국을 방문할 때마다 커피를 가져가는 것이 아닌 신기술을 접목한 새로운 커피를 사오는 입장이 되었다.

In the 80s and 90s, when my family went on vacation to Korea, we would bring lots of “American” goodies for our family. Our luggage was divided from the essential multiple vitamins to the fun candy, and most importantly instant coffee. The coffee was our must-have novelty gift to our Korea family from our “American” ness. Fast forward a few decades during the last trip to Korea in 2015, I was struck by how much the coffee culture has grown and bloomed over the past few decades. Every city block had at least one coffee shop on it, coffee vending machines were everywhere, and there were so many different kinds of instant coffee packs.

The legend says the origins of coffee started from a goat herder named Kaldi centuries ago, in the coffee forests of Ethiopia. He told the local monks about it and they forage the berries and made it into a drink. Then in the 15th century, they started to trade to the Arabian peninsula. It was a place of high traffic with people coming from all parts of the region to make their annual trip to Mecca, the holy land. At the coffee shops, they not only drank coffee but also listened to music, watched performances, exchanged information from where they came from. The news of this new popular drink, “coffee”, spread like wildfire all over the world with controversy and passion. New countries were founded and funded by coffee, people

risked their lives to plant it all over the world. <http://www.ncau-sa.org/about-coffee/history-of-coffee>

Korea's own dramatic encounter with coffee didn't start until the late Emperor Gojong had a taste of it while he was exiled to the Russia embassy in 1886. That's when the German sister-in-law of the Russian consul general at the time, Antoinette Sontag, offered him a cup. 6 years later, the Emperor supported Antoinette Sontag when she wanted to open the first dabang (da- rooted in the Korean word for tea ceremony **다도** and -bang from the Korean word, room) in Korea for foreign diplomats and aristocrats to enjoy tea, coffee and conversations. During the Japanese occupation, more and more dabangs opened up. It became a status symbol of Western culture and therefore a symbol of the elite.

The 50's were a time of political anxiety on the peninsula but dabangs were still places where elite people gathered. Then during the Korean war, the American soldiers brought the cheap instant coffee ashore and shared with the locals they interacted with. In the 1960s, Dongsuh Foods obtained the license for Maxwell House coffee for Korea, making more people hooked. This successfully moved coffee into homes and offices of the middle class. Since coffee is bitter compared to tea, people would ask for the 2-2-2 mix (2 scoops coffee, 2 sugar, and 2 powdered cream) for their instant coffee. When Dongsuh Foods came out with the first-ever three-in-one — coffee, sugar and powdered cream — mix sticks in 1976



(<http://www.koreaherald.com/view.php?ud=20170203000493>) it was a big hit. Now there are all different kinds of mix sticks, and the ready to drink market is big too.

Then, as the old dabangs faded away and new cafes replace them. They were spread mostly in part by the youth culture in the 70s where couples and university students gathered to listen to DJs perform. In the 80s the espresso machines were introduced and roasters emerged and the modern version of cafes became the standard. As the modern cafe developed, they started to spread in Korea still as gathering spaces for all kinds of people since homes were inconvenient and small. But once Starbucks opened up in partnership with Shinsegae in 1999, the spread became an explosion. By 2016 Korea imported more than 159,000 tons of coffee products from green and roasted beans to coffee capsules. Visit today, and you'll find more than 18,000 cafés competing for your attention in Seoul alone. That's more than you can find in New York and Seattle combined. (<https://stir-tea-coffee.com/features/how-korea-continues-to-scare-the-coffee-world/>)

As the world recognizes Korea as a force for coffee, they

continue to push the culture and innovate for the future of coffee. When you go to Ganguyeung, an eastern coastal town in Korea near the Pyeongchang Olympic area, they hosted a coffee festival every year since 2009, showcasing all the old masters, new trends and constant innovations for coffee. Koreans love to grab new ideas and push them to their limit, which is how they became the 11th largest market in the world for coffee. Then in 2017, Seoul was the host for the World Barista Championship for the first time. With all the creative ways associated with coffee, now-a-days we don't go taking instant coffee to Korea for our relatives, but we bring back the newest kind of mix coffee stick.

당신이 중서부 지역에서 커피를 마시고 싶다면, 캔자스시티는 모든 종류의 커피 제조 장과 카페를 찾을 수 있는 훌륭한 도시이다. 아래는 20 개의 가장 인기있는 커피 전문점이다.

If you want to coffee here in



the midwest, KC is a great city to find all different kinds of brews and cafes. Here is the 20 hottest coffee shops here.

Blackdog Coffeehouse
Messenger Coffee
Cafe Equinox
Monarch Coffee
Quay Coffee
Roasteries (multiple locations)
Pilgrims Coffee
Oddly Correct Coffee Bar
Second Best Coffee
Broadway Coffee
Crows Coffee
Parisi Cafe
Mildred's Coffee
Filling Station
Made in KC Cafe
Splitlog Cafe
Hi Hat Cafe
PT's Coffee
Blips Roasters
RevoCup Coffee

<https://www.perfectdailygrind.com/2015/11/korean-coffee-culture-101-a-timeline/>
<http://www.koreaherald.com/view.php?ud=20170203000493>
<https://www.thespruceeats.com/the-origin-of-coffee-765180>



A few scenes from the US Barista Competition hosted by Kansas City at the KC Convention Center March 15-17

믿음 / FAITH

Pastor's Column



살인자를 고발한다

영화 “내가 살인범이다”는 15년간의 공소 시효가 종료된 후 미결로 마무리된 살인 사건이 배경이다. 살인은 무고한 생명을 빼앗는 것이며 반 인류적인 범죄 행위이다. 007 영화의 주인공은 ‘살인 면허’가 있다지만 그것은 스크린 속에서나 가능할 뿐 현실 세계에서 ‘살인’은 용납할 수 없다. 지금부터 써 내려가는 글을 통해 나는 살인자를 고발하고자 한다. 법적으로 ‘살인’에 대한 공소 시효가 폐지된 것처럼 이 ‘살인’ 역시 공소 시효가 없다. 이 살인은 실제 생명을 빼앗지 않는다. 그러나, 한 인생의 인격. 삶. 정신. 마음. 모든 것을 앗아가 버린다. 무엇인가? ‘말 (word)’로 범하는 살인이다.

하나님은 위대한 무에서의 유로의 창조를 “말 (word)”로 행하셨다. “말”은 창조 이전부터 존재하였으며 생명 창조의 능력이 있었다. 인간은 말할 수 있는 존재로 창조 되었다. 최초 인류 아담이 최초로 한 말은 “이는 내 뼈 중의 뼈요 살 중의 살이라” (창 2:23)이다. 아담은 자신의 갈빗대로 만들어진 여자를 보며 감탄하였고 감사하였다. 인간 최초의 말은 그 어떤 피조물의 형상보다 아름다웠고 고왔다. 그러나, 인간의 타락은 말의 타락을 가져왔다. 뱀을 통한 사단의, “너희도 하나님처럼 될 수

있다,”는 거짓된 유혹은 ‘말’의 파멸을 가져왔다. 타락한 인간을 찾아오신 하나님 앞에 인간은 ‘말’로 죄를 전가하기에 바빴다. 아담은 여자를 창조한 하나님과 그의 입으로 뼈 중의 뼈라 하였던 하와에게 죄를 돌렸다.

말이 타락한 첫 인류의 후손인 우리의 마음과 생각, 그리고 세치 혀 안에는 살인 무기인 ‘말’이 있다. 불의. 추악. 탐욕. 악의. 시기. 살인. 분쟁. 가시. 악독. 수군수군. 비방. 능욕. 교만. 자랑. 부모 거역. 우매함. 배약. 무정. 무자비. 바울이 성경 로마서에서 나열한 우리가 범하는 죄의 목록이다. 모두 말로 시작되고 말로 끝나는 것이다. 바울은 이 말의 죄들이 하나님의 대 법정에서 사형에 해당한다고 지적하였다. 바울과 동시대 인물 야고보는 성경 야고보서를 통해 말은 불. 불의의 세계. 온 몸을 더럽히는 것. 지옥 불. 길들이지 못하는 것. 쉬지 아니하는 악. 죽이는 독이라 하였다. 그러니 말은 살인 무기이다. 이 살인 무기를 세치 혀 밖으로 내 뱉는 순간 누군가의 인격. 마음. 정신. 생각. 영혼을 죽인다. 어느 글에 “입술의 30초가 가슴에는 30년 동안 남는다.” 하였다. 아마 이 글을 읽는 당신도 그 30년 동안, 아니 그 이상 누군가의 타락한 말로 인해 여전히 아물지 않은 상처로 아파하고 있을 것이다. 당신의 세치, 우리의 혀에서 만들어진 30초 짜리 말의 비수가 누군가의 심장에 박혀 있다. 그렇게 당신은, 우리는 살인자가 된다.

영화 “다우트 (의심)”은 타락한 말의 문제를 다룬다. 주인공 폴린 신부는 ‘험담’이라는 주제로 설교를 한다. “한 여인이 잘 알지 못하는 사람에 대해 험담을 늘어 놓았습니다. 그 날 밤 여인은 하늘에서 거대한 손이 나타나 자신을 가리

키는 꿈을 꾸었습니다. 다음 날 여인은 신부를 찾아가서 상담을 하였습니다. “그 손이 하나님의 손일까요? 제가 잘못한 것일까요?” 신부는 그 여인이 추악한 죄를 범하였다고 했습니다. 여인은 회개하였습니다. 그러나 신부는, “그것으로는 안됩니다. 집에 가서 베개와 칼을 가지고 옥상으로 올라가세요. 베개를 칼로 찢으세요. 그런 다음에 다시 돌아오세요.” 여인은 신부의 말대로 한 후 신부에게로 돌아왔습니다. “신부님이 말 한대로 다 했습니다.” “어떻게 되었죠?” “깃털들이 바람에 날려 갔습니다.” “이제 다시 가서 그 깃털들을 주워 모으세요.” “그렇게 할 수 없습니다. 어디로 날라 갔는지 알 수 없습니다.” “그것이 바로 험담이요!” 베개를 찢듯, 그 깃털들이 바람에 날려 가듯, 우리가 쏟아낸 썩은 내가 풍기는 말이 지금 어디로 날라가고 있는가? 혹 누군가의 가슴에 박혀 있지는 않은가? 누군가의 마음과 정신, 그리고 영혼에 깊은 상처를 주지 않았는가? 아니 죽이지 않았는가?

살인 무기인 말에 대해 마지막 성경인 요한 계시록에서 요한은 이렇게 말한다. “거짓말 하는 자는 결코 그리로 (천국) 들어가지 못하되” (계 21:27). 어쩌면 당신은, 우리는 이 요한의 말을 그저 가벼운 협박이나 공갈 정도로 여길 수도 있다. 그래서 당신은, 우리는 앞으로 남은 인생의 시간 동안 누군가를 향한 말이라는 살인의 비수를 던질 수도 있다. 그러나 당신의, 우리의 그 확신은 틀렸다. 성경의 경고는 그렇게 가볍게 지나칠 정도의 깃털이 아니다.

말과 함께 시작된 인간의 타락은 그 마지막 역시 말로 인해 깊은 사망의 나락으로 떨어지게 한다. 말로 하는 살인 그 공소 시효는 없

다. 혹 그 공소 시효가 있다면 당신이, 우리가 죽은 후에나 가능할 것이다. 그 무덤의 비석에는 보이지 않게 이런 글귀가 새겨질 것이다. ‘당신은 살인자입니다.’ 그리고 당신의 거짓되고 속된 말로 인해 죽어야 했던 누군가의 눈물로 얼룩진 이름들이 새겨져 있을 것이다.

캔스as 영락교회 이춘석 목사

캔스as 영락교회

담임목사: 이춘석
(Chun Suk Lee)
3000 S 55th St, KCK 66106
913-265-9030
myloveisrael@gmail.com
www.ksyoungnak.org

무료 건강 검진 안내

세계의료선교회에서 해외선교가 없는 기간을 이용하여
캔스스 지역 교민을 섭기기 위해 캔스스를 방문합니다.
보험이 없거나 보험이 있어도 종합초음파 검진을 쉽게 받을
수 없는 분들에게 좋은 기회가 될 것입니다.

진료과목

양방: 종합 초음파 검진-상하복부, 간, 췌장, 담낭, 콩팥, 전립선, 자궁, 유팔, 경동맥, 종풍 예방 (검진전 8시간 금식, 물 5 컵을 마시고 오십시오. 이상 시 즉석에서 촬영사진 제공)

골다공증 검진

한방: 체질검진, 침, 뜸 치료

진료일정

3월 22일 (금) 진료시간: 10am~8pm

장소: 레븐월스 한인감리교회

주소: 1526 10th Ave, Leavenworth, KS 66048

전화: (913) 705-0604

3월 23일 (토) 진료시간: 9am~7pm

장소: 안디옥나사렛교회

주소: 2737 S 42nd St, Kansas City, KS 66106

전화: (913) 831-6779

3월 24(주일) 진료시간: 1pm~7pm

장소: 캔시스선교교회

주소: 8841 Glenwood St, Overland Park, KS 66212

전화: (913) 648-9191



주최: 캔스스목회자협의회

후원: 세계의료선교회 (World Medical Mission)



캔스스 시티 종교단체 주소록

캔스스 한인천주교회

주임신부: 박종수 펠릭스

9130 Pflumm Rd., Lenexa

korean1481@gmail.com

<http://www.kckcatholic.org>

레반월스감리교회

담임목사: 최진호 (Jin Ho Choi)

1526 10th Ave.

Leavenworth 66048

913-682-7007/913-705-0604(c)

vic223@naver.com

레반월스순복음교회

담임목사: 김한규 (Hankyu Kim)

1000 N 10th St.

Leavenworth 66048

913-682-3766

mauifullgospel@yahoo.com

로랜스한인장로교회

담임목사: 이성환

445 Lyon St., Lawrence 66044

443-910-2732(c)

www.lawrencechurch.org

미주리중앙침례교회

Central Missouri Baptist Church

담임목사: 김래원

(Raymond Raewon Kim)

105 SE 421st Rd.

Warrensburg 64093

660-429-6511 / 660-864-3638 (c)

krwpreach@hanmail.net

www.cmkbc.org

베델한인장로교회

담임목사: 김아브라함

(Abraham Kim)

9595 W95th St, OP

913-617-3987/913-940-9188(c)

Shalom4abraham@yahoo.com

캔스스뉴비전교회

Kansas New Vision Church of the

Nazarene

담임목사: 박근영

(Rev. GeunYoung Park)

8200 W. 96th Street, OP 66212

816-315-4174

knvc2008@gmail.com

www.ksnvc.com

facebook.com/KansasNewVisionChurchoftheNazarene

캔스스 뉴헤이븐 SDA 한인교회

Kansas New Haven Church

담임목사: 정한철 (Harold Kim)

8714 Antioch Rd, OP 66212

전화: 913-730-0190

facebook.com/kcsdanewhaven

캔스스선교교회

Kansas Mission Church

담임목사: Rev. Yohan Lee 이요한

김에반 (Evan Kim, 영어부)

8841 Glenwood St., OP 66212

913-648-9191 / 339-440-2696(c)

www.kansasmission.org

facebook.com/KMCCHURCH

캔스스순복음교회

담임목사: 김경민

1424 S. 55th St. KCK

714-313-6259

kansasfgc@gmail.com

www.kcmusa.org

캔스스안디옥나사렛교회

담임목사: 이은철 (Eun C. Lee)

2737 S. 42nd St., KCK 66106

913-831-6779 / 913-206-6631(c)

Tim0921@gmail.com

http://kansasantioch.org

캔스스시티임마누엘감리교회

담임목사: 허장 (Jang Hur)

4900 Antioch Rd., Merriam 66203

913-631-1004 / 913-206-6880(c)

hjang212hanmail.net

캔스스시티한인침례교회

Kansas City Korean Baptist

Church

담임목사: Insung Jeon (전 인 성)

3817 N. Wayne Ave, KCMO 64116

816-452-1906

캔스스영락교회

담임목사: 이춘석 (Chun Suk Lee)

3000 S 55th St, KCK 66106

913-265-9030

myloveisrael@gmail.com

www.ksyoungnak.org

캔스스우리교회

담임목사: 장현희 (Hyunhee Chang)

10100 Metcalf Ave. OP 66212

913-299-7246

kwoorich@gmail.com

www.kwoori.org

캔스스 한인 중앙 연합감리교회

담임목사: 김다위 (Dawe Kim)

9400 Nall Ave, OP 66207

913-649-2488/816-304-2113(c)

centralkoreanchurch@gmail.com

facebook.com/ckumc

캔스스제일장로교회

담임목사: 신수철 (Soo C. Shin)

4505 Gibbs Rd., KCK 66106

913-369-5959/816-560-8619

sooshin@msn.com

캔스스제일침례교회

담임목사: 하병진 (Byung J. Ha)

15902 Midland Dr.

Shawnee 66203

913-962-9125/913-406-0586(c)

habyongjin@yahoo.com

캔스스한인장로교회

담임목사: 강일경 (Kyle Y. Kang)

2002 51st St., KCK 66106

913-236-7636/ 13-653-7077(c)/

(213) 505-7434(Director)

kpckan@gmail.com

www.kpck.org

토피카 한인침례교회

담임목사: 임성택 (Seoung T. Lim)

735 SW Oakley Ave.

Topeka 66606

785-235-8738/859-556-3555(c)

samuel3280@gmail.com

캔스스 새생명 교회

담임목사: 최안성 (Ansung Choe)

2611 S. 31st St

Kansas City, KS 66106

816-800-1985(c)/504-875-0737

choeansung@hotmail.com

kansasnewlifechurch.org

무료 광고란은 모든 독자들께서 편하게 이용하실수 있는 장터입니다. 생일, 돌잔치, 부고, 중고 물건 매매등 모든 알림을 편하게 알려주시면 무료한줄광고로 귀하게 실어드립니다. 편하게 애용해주시고 보내실 곳은 kim@kckoreanjournal.com입니다.

FREE classified is a FREE marketplace for all KCKJ readers. Please send your notices for birthdays, anniversaries, obituaries, used items for sale, etc. Submit your announcements via email to kim@kckoreanjournal.com

구인,구직 / JOBS / Help Wanted

Part Time/Full Time position at Beauty Supply Store
뷰티써플라이 스토어에서 파트타임 또는 풀타임으로 일할 분을 찾습니다. Located in Independence or Lee Summit
근무지: 미조리 인디펜던스 또는 리서밋
연락처: 913-488-8239

New Korean Asian Restaurant in Downtonwn/Crossroads hiring servers! Mila 720.366.8925

SUSHI KO LAWRENCE에서 서버 하실분 구합니다
GOOD PAY, GOOD TIP
785-991-0081

가사도우미 구함
오버랜드 파크 남쪽, 135번가와 메카프 애브뉴 근처
일주일에 두 번 4시-7시 사이에 간단한 저녁 식사 준비 도와주실 가사도우미 구합니다.
연락처 301-395-5868

Gangnam Korean Restaurant에서 서버 하실분을 구합니다.
Full time/Part time
(무/경력자 환영)
913-383-8888 ask for Chase.

Maru Sushi에서 서버 하실분을 구합니다.
913-258-5879

의류수선 경력자 구합니다.
North Kansas City
(I-29, NW 64th St)에 위치한
Alteration shop에서 일하실 분 연락바랍니다.
816-584-0845

VIVA FASHION 밝고 긍정적인 성격으로 성실하게 오랫동안 함께 하실 분을 모집합니다.
KANSAS CITY / OLATHE / INDEPENDENCE
주저하지 마시고 전화주세요.
(ALEX or JINNY 913 - 287 - 8008)

에서 맙아서 일할 사람을 찾읍니다
Hiring for immediate position.
Call/전화하십시오 816 - 861 - 2223
Dollar and TNS Beauty
(2928 Prospect Ave. KC, MO)

캔사스 경로대학에서 댄스, 체조, 취미활동, 건강 강의 등으로 재능을 기부해주실 분을 모십니다.
자세한 사항은 913-236-7636으로
문의해 주시기 바랍니다

We are an authorized METROPCS dealer in KCMO Area. We have over 20 STORES. I am currently looking for Assistant Operation Managers/ Store Managers/ Sales Rep. Need to be able to speak English. Also, looking for anyone that would like to open a MetroPCS STORE, or purchase opened STORES. 우리는 KCMO 지역의 METROPCS 공인 대리점입니다. 우리는 20 개 이상의 점포가 있습니다. 현재 Assistant Operation Managers / 매장 관리자 / 영업 담당자를 찾고 있습니다. 영어를 할 수 있어야 합니다. 또한, Metro PCS 매장을 열거나 열 저장소를 구입하고자하는 사람을 찾고. Ben Kim, General Manager - Tomorrow Mobile Cell - 512.906.6106 1622 Central Ave., Kansas City, KS 66102

Janitorial Services Company.
사무직0명, 매니저0명. 영어 가능자.
트레이닝 해드립니다, 일단 전화로 상담해 보세요.
Call (913)980-3043

eMaids of KANSAS CITY HAS HOME/ OFFICE CLEANER POSITIONS OPEN! eMaids of Kansas City, is looking for: honest, friendly, motivated and experienced individuals for Home/Office Cleaning. Applicants don't need to be fluent in English, but we prefer that they speak some English so that our clients can communicate with our team. We pay between \$11.00 - \$15.00 per hour (Plus Tips) after training. Plus we pay weekly. Must present valid ID / Social Security Card. Must pass a background check and have reliable transportation. Contact us by emailing eMaidsJOBSKC@gmail.com or calling 913-871-5755.

Help Wanted Star Beauty에서 정직하고 성실하고 열정있으신분 찾고 있습니다. 같이 일하고 싶거나 관심 있으시면 여기로 연락주세요. (Full Time/Part-Time position available)
816-931-4747 ask for John or Josh

Polished Nails and Wax: Looking for full and part time technicians for nails, waxing, and facials: experience is a plus. Call 913.681.6245 and ask for Stephanie

서비스 / SERVICES

Jo's Auto Body Shop
We buy used and junk cars and trucks! Mon-Sat 9am-7pm, 3333 Stadium Dr. KC, MO 64128, 816-923-0330 / 816-686-4046
jeongpanjo@gmail.com Pan Joe Jeong

Prepare & Enrich 예비부부 결혼 전 교육 (Premarital Education by English/Korean)
주제: 예비부부의 마음 준비(Mind Preparation for A Happier Marital Life)
대상: 결혼을 앞두고 행복한 결혼 생활을 위해 서로의 마음을 함께 준비

TO POST SEND DETAILS TO:

보내주세요 KIM@KCKOREANJOURNAL.COM

하길 원하는 예비부부 (Any couple who want to be mentally well prepared for their marriage)
시간: 매주 1회 1시간씩 (기간: 최대 12주) Weekly for 12 weeks at most.

인도: 미드웨스턴 상담학과 교수 (A seminary professor of counseling)

장소: 미드웨스턴신학대학원 코엔&マイ어 센터 (Kohen & Myers Center, Midwestern Seminary)
문의: 816-414-3830 (낮시간 통화/부재시 음성 메시지 녹음)

부모 써포트 그룹(Support Group)*
주제: 자녀 교육 및 양육
대상: 부모로서 자녀 교육과 양육에 관련한 고민에 대해 함께 이야기 나누고 싶으신 분들(자녀 연령별로 모임)

시간: 매주 1회 1시간씩 (기간: 12주)
인도: 미드웨스턴 상담학과 교수
장소: 미드웨스턴신학대학원 코엔&マイ어 센터
문의: 816-414-3830 (낮시간 통화/부재시 음성 메시지 녹음)

*써포트 그룹이란 5명 정도의 소그룹으로 같은 고민을 가진 분들이 함께 편안한 대화를 나눔으로써 서로에게 정서적인 힘이 되어주는 모임입니다.

갱년기 써포트 그룹(Support Group)*

주제: 갱년기 관련 감정 변화
대상: 갱년기 관련 감정 변화에 대해 함께 이야기 나누고 싶으신 분(성별 따로 모임)

시간: 매주 1회 1시간씩 (기간: 12주)
인도: 미드웨스턴 상담학과 교수
장소: 미드웨스턴신학대학원 코엔&マイ어 센터
문의: 816-414-3830 (낮시간 통화/부재시 음성 메시지 녹음)

*써포트 그룹이란 5명 정도의 소그룹으로 같은 고민을 가진 분들이 함께 편안한 대화를 나눔으로써 서로에게 정서적인 힘이 되어주는 모임입니다.

업소 매매 / BUSINESS FOR SALE

RETAIL STORE FOR RENT
10413&10415 BLUE RIDGE BLVD
KC, MO 64134

MOVE IN READY!
FOR MORE INFORMATION
CALL JIN KIM 860-478-7035

Victoria's Nails and Spa
Shawnee, Kansas
Regular and very friendly clients
- 90% tip in cash
* 5 Pedicures chairs
* 6 Manicures tables
* 1 Wax room
Please contact call/text: Lily
(816)809-6120

Cafe for sale locate at Overland Park office building. Good location and business, well maintained. Owner need to retire and move please call 913 963 2889 for more information.
좋은 입지 조건을 갖춘, 현재 성업중인 오버랜드 파크 오피스 건물에 위치한 카페를 개인적인 사정(은퇴)으로 매매합니다. 기타 궁금하신 사항은 전화로 연락 주시길 바랍니다.
Tel: 913-963-2889

Dry cleaners in metro Kansas City area. Excellent set of equipment plus profitable route with lots of growth potential. \$250,000 for everything. Excellent lease available. Call Tom at FNBC 816 799 0911

세탁공장 매매 (dry cleaning plant for sale)
Location (위치): Olathe KS
Cal or Text: (913)549-0036
가격 : \$150,000.00

휴대폰 가게 매매(Metro PCS): 켄자스 시티 지역 휴대폰 가게를 매매합니다. 여러지역에 가게 있음(St. Joseph, Topeka, Raytown, Olathe, Merriam, Lawrence, Overland Park). 소액투자로 큰 돈을 벌수 있는 기회입니다.
연락 주세요연 황(Yeon Hwang): 425-496-4040.

하숙 / BOARDING

캔자스 민박 및 하숙-방5 개, 화장실 3개, 거실, 페미리룸, 다이닝룸이 있으며 넓은 뒷마당이 있습니다.

연락처: 이메일 10sweetpota-to24@gmail.com

하숙합니다
방 3개, 화장실 3개, 라이드 가능합니다
편의 시설: 라운드리, 인터넷, 파킹랏 II-35, 210 HWY, I-29, I-635
하이웨이가 가까운거리에 위치한 전화번호 913-244-8362

학원 / INSTRUCTORS

캔자스시티 한국학교 Kansas City
Korean Language Institute
8841 Glenwood St. Overland
Park, KS 66212 캔자스 선교교회 선
교관내 교장: 이명희
Principle: Myounghee Lee
이메일: leesaltkr73@gmail.com
전화번호: 816-469-8110

쿠몬 학원 Kumon Academy
대상: 3살부터 18세까지 Ages: 3-18
과목: 영어및 & 수학
Subjects: English & Math
* 학생 자신이 공부하는 방법을 터
득하며 자신감을 동시에 증진시켜
줌. Students learn how to study
and improve learning skills at
the same time enhance self-con-
fidence.

* 세계에서 가장 큰 과외학습학원 (현재 4000개 학원에서 삼십만명의
수강생이 등록. The biggest ex-
tra-curricular learning academy
in the world (30 million students
are currently registered at the
4000 Academies).
* 무료 diagnostic test 및 무료 오
리엔 테이션 Free Diagnostic tests
and complementary orienta-
tion.
*전화 913 897-1111

New Art Class 미술 수업안내
pre-k~ 12th, 성인반 모집
다년간 입시지도 및 대학강의 경력
의 박

사출신 선생님과 전문 일러스트레이
터 작가 선생님의 체계적인 미술수업
상담문의
816-646-1376/816-294-4283
artstudioianusa@gmail.com

Golf 개인교습 : 김준배 PGA 전문 골

프 코치(PGA certified instructor)-
오버랜드 파크와 샌앤드류 골프장
의 수석 코치, 캔자스(Midwest PGA
Section)의 유일한 PGA 인증 전문
골프코치.(개인교습문의 913-558-
7997)
Golf Private Lesson: Mr.JB KIM.
*US KID TOP 50 Teacher Award/
TPI Golf Mechanic LEVEL 2 Cer-
tified Teacher www.golpop.com,
jbkgolf@gmail.com,
913-897-3809, 913-558-7997

NLI에서 "Study Help" 프로그램
은 운영합니다. 초등/중등/고등학
생들의 학교숙제를 돋고, 영어학습
(Reading, Speaking, Listening,
Writing)을 도와드립니다. (문의:
913-449-2233)

NLI에서 언어교육 프로그램을 제공
합니다. 중국어, 인도어, 스페인어, 독
일어, 포르투갈어(Chinese, Hindi,
Spanish, German, Portuguese)를
가르칩니다. (문의: 913-449-2233)

NLI에서 교과목 과외합니다. Math,
Geometry, Algebra, Calculus,
Science, Chemistry,
Physics, Biology
문의: 913-449-2233

사회 / COMMUNITY

한인단체장 목록 회장 안경호
캔자스 시티 한인회
Korean-American Society of
G.K.C. 913-486-5836
7800 Shawnee Mission Pkwy
Mission, KS 66202

캔자스 상록회 (회장 정영로)
Korean Senior Citizen Society
6800 Alden St, Shawnee KS
816-351-9045

캔자스 한인 상공 회의소 (회장 공석)
916 Minnesota Ave. KC, KS

캔자스시티 한국학교 Kansas City
Korean Language Institute
8841 Glenwood St. Overland
Park, KS 66212 캔자스 선교교회 선
교관내 교장: 이명희
Principle: Myounghee Lee
이메일: leesaltkr73@gmail.com
전화번호: 816-469-8110

KCKJ 알림

- * KCKJ와 함께 광고해 주세요.
- 귀한 캔자스 한인들의 업소를 특별가로
광고해 드립니다.
- 문의 913-802-2005 ,
kim@kckoreanjournal.com



KANSAS CITY
KOREAN JOURNAL
캔자스 시티 코리안 저널

원고 모집

원고를 모집합니다. 새롭게 태어난
kckj는 한인 여러분의 소리를 적극적
으로 담고자합니다. 다양한 분야에
관한 여러분의 글들을 500단어 내
외로 자유롭게 보내주십시오.
여러분의 투고를 기다립니다. 감사
합니다.
(지면상 내용과 길이는 편집될수 있
습니다.)

kim@kckoreanjournal.com 로 제
출해주세요

Essay Submission

Do you have a talent for
writing? KCKJ is accepting
essays (about 500 words) from
our readers. (We reserve right
to edit) Please submit to kim@
kckoreanjournal.com

캔자스 시티 목회자 협의회 (회장 이은철 목사)

2002 S 51st St. KC, KS 66106
913-653-7077
Kpckan@gmail.com

캔자스 한인 체육회 (회장 김대중) Korean American Sports Council of Kansas 913-205-0232

djkimtd@gmail.com

캔자스시티연합성가단 Korean Choir of the Greater Kansas City

캔자스 한국 문화회관 건립 협회 8409 W. 129th Ter Overland Park, KS 66213

캔자스 장로 성가단
(단장: 김영렬 장로) 913-593-7776
(총무: 배규태 장로) 816-333-128



장영준 종합치과

STATE AVENUE DENTAL OFFICE

YOUNGJUNE CHANG, DDS

UMKC 생물학과 석사
KU 심물학과 박사
UMKC 치과대학 치의학과 박사
DEKA CO2 Laser 과정 수료
Dentsply Implant System 수료
Hiossen (한국의 Osstem) Implant System 수료
FastBraces System 수료



www.kcfastbraces.com
fastbraceskansascity.com

“20년 이상 경력의 실력있는 의사에게
여러분의 치아를 맡기세요.
편안하고 믿을 수 있게 도와드리겠습니다.”

처음부터 끝까지 모든 치료를 한 곳에서!

FastBraces (빠른 교정)



- 거의 2년 걸리는 예전 방식의 교정기간을 약 75% 짧게 5개월 정도로 단축
- 과학과 오랜 연구로 증명된 방법으로 뿌리 손상 없이 교정
- 거의 반가격의 저렴한 교정비
- 단, 환자의 치열상태에 따라 인비설라인 (Invisalign)도 병행 교정

임플란트



- 고가/첨단 치과 시설과 기술
 1. 3D Scan X-ray 기계를 갖추어 추측이 아닌 정확한 사전 구상으로 실수를 방지
 2. CO2 Laser로 잇몸을 불필요하게 많이 절개하지 않아, 시술 통증과 출혈이 거의 없으며 임플란트 시술 후 무감염/무통증 상태로 회복이 빠름
- 품질 높은 한국의 오스템(Hiossen) 정품을 대량 구입/비치해 좋은 임플란트 제품을 저렴하게 제공
- 3D X-ray 및 상담 무료

일반 치과진료



- 유아부터 어른까지 연령에 관계없이
- 일반 진료과목인 충치치료, 크라운, 브리지, 틀니, 쉬운 발치, 미백치료부터
- 전문적 기술을 요하는 사랑니 발치, 소아 치과, 신경치료, 임플란트 시술, 브레킷교정 등등 까지
- 저희 치과에서 "꼼꼼하게" "종합적으로" 치료해드립니다.
- 각종 보험과 메디케이드 받음

첨단시설

1. 3D Scan X-ray: 구강암 조기발견, 안전한 사랑니 발치, 임플란트 시술, 과학적인 교정
2. Digital X-rays: 90% 정도 방사선 노출 감소
3. CO2 Laser Machine: 저통증, 저출혈, 무감염, 빠른 회복
4. Intra-Oral Cameras (내구강 사진기): 직접 실제 치료상황을 볼수 있어서 빠른 이해

가격 고민하지 마시고
지금 바로 예약하세요!

913-299-8554

진료시간

Mon-Fri 8am-5pm
Sat-Sun Emergency Only

주소

6708 State Avenue
Kansas City, KS
66102



stateavenuedentaloffice.com



stateavenuedentaloffice

무보험자 혜택

다른 치과에서는 상상할 수 없을 정도의 많은 할인 혜택을 드리니 일단 오셔 보시라니까요!

