



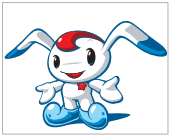
꽃_철쭉



나무_해송



새_갈매기



캐릭터_월디

인천



vol.121 | 2011. 10. 25

중구소식

www.icjg.go.kr

구청구호

새희망! 중구발전
큰감동! 중구주민

구청방침

1. 주민이 직접 참여하는 열린구청 실현
2. 서민의 삶의 질을 높이는 복지사회 구현
3. 인재양성을 위한 선진교육 인프라 구축
4. 풍요롭고 청정한 주민중심 지역개발
5. 활력과 여유가 넘치는 지역 상권 부활
6. 역사와 문화가 살아있는 품격높은 관광도시 조성

• 발행인 : 중구청장 김홍복 • 편집 : 공보실 • 주소 : 인천광역시 중구 신포로 27번길80(관동1가-9) T.032-760-7122 F.032-760-7129 월간 비매품



건강 100세!! 건강백년길

건강백년길은 건강100세를 기원하는
걷기 운동 테마길입니다.

함께 걸어요!!

영종 건강백년길

중구보건소와 함께 하는 **건강백년길**에 여러분을 초대합니다.

[세계 오래걷기 기네스북 챔피언 정성열과 함께 걸어요]

일시 2011. 11. 1(화) 13:30~16:00

장소 운서동 백년골 입구 유수지 공원 앞



인천광역시 중구보건소

지면 안내

- 01_ 표지 | 함께 걸어요!! 영종건강백년길
- 02_ 구정브리핑 | 인천역(차이나타운) 역명부기 기념행사 개최 외
- 03_ 구민광장 | 탄소포인트제 안내 외
- 04_ 우리동네 | 한중문화관 외

- 05_ 생활정보 | OX로 알아보는 수분이 우리 몸과 마음에 미치는 영향 외
- 06_ 문화공연 | 만주에 떠돌던 독립운동의 고혼 유원무 외
- 07_ 알림마당 | 2011년 정보화교육 일정 안내 외
- 08_ 게 시 판 | 2011 전국생활체육 대축전 외

모든 생활쓰레기(일반, 음식물, 재활용쓰레기)는 **밤 8시 이후 배출**하도록 합시다!



인천역(차이나타운) 역명부기 기념행사 개최

중구는 10월 7일 인천역 광장에서 인천역(차이나타운) 역명부기 기념행사를 개최했다.

이날 기념행사에는 김홍복 중구청장, 하승보 중구의회의장, 철도공사 수도권서부본부장, 지역주민 등 50여명이 참석한 가운데 경과보고, 인천역 소개, 역명판 제막식, 기념촬영 순으로 진행됐다.



중구발전위원회 구정주요업무 설명회 개최

중구는 10월 18일 서별관 소회의실에서 중구발전위원회 분야별 구정주요업무 설명회를 개최했다.

중구발전위원회 내 문화관광위원회와 행정교육위원회 소속 위원들과 해당 부서장 등이 참석한 가운데 진행된 이날 설명회에서는 부서별로 2012년도 예산편성 관련 구정주요업무를 설명하고 질의 및 응답의 시간을 가졌다. 중구발전위원회의 전문적인 의견을 수렴해 경쟁력 있는 구정운영과 지역발전을 도모하기 위한 이번 설명회는 19일 환경녹지위원회와 경제복지위원회, 20일에는 도시건설위원회 순으로 개최됐다.



장애인 특별운송사업 순환버스 개통식

중구는 10월 19일 중구장애인종합복지관에서 김홍복 중구청장을 비롯해 정용춘 중구장애인종합복지관장, 장애인단체 및 사회복지시설장 등 100여명이 참석한 가운데 장애인 특별운송사업 순환버스 개통식을 가졌다.

중구 시내에 위치한 중구장애인종합복지관과 영종읍 유지역을 1일 3회 운영하는 이번 장애인 특별운송사업은 영종주민센터, 공항중학교, 을왕리해수욕장, 용유주민센터 등을 순환하는 노선을 무료로 운행하고 있다.

남은 음식 제로화 운동에 다 같이 참여합시다.

친애하는 구민 여러분!

유래 없는 강우량을 기록하며 지루하기만 하던 장마가 지나고 어느덧 결실의 계절 가을도 깊어가고 있습니다. 굶은 날씨에도 한결같이 구정 발전을 위해 적극적으로 협력하여 주시는 구민 여러분께 진심으로 감사와 격려의 말씀을 드립니다.

인천시는 2014년 인천아시아경기대회의 성공적 개최를 위하여 차질 없는 만반의 준비를 하고 있습니다. 이러한 때에

우리 중구는 국제관광도시의 지리적 여건을 십분 활용하여 앞서가는 인천지방행정의 중심지로서 역할을 감당하고 지역 경제의 활성화를 위한 동인천권, 신포권, 연안부두, 월미도, 차이나타운 등의 상가 활성화와 인천국제공항, 인천항, 영종, 용유 등 청정지역의 관광 인프라 사업을 성장시켜 지역경제 활성화를 꾀하고 있습니다.

이런 활기차고 격변하는 때에 우리에게 또 다른 도전의 당면 과제가 음식물 쓰레기입니다. 우리나라는 연간 20조원이라는 엄청난 예산이 음식물 쓰레기를 처리하는데 소모되고 있습니다. 우리 중구도 예외 없이 1년에 12억원이라는 예산이 음식물 쓰레기 처리비용으로 사용되고 있습니다.

따라서 우리 구에서는 「남은 음식 제로 - 음식문화 개선 및 좋은 식단 실천」운동을 추진하고 있습니다.

그 세부적인 실천 방안으로는 「상차림은 알뜰하게, 식사는 남김없이」, 「남은 음식 싸주고 싸가기」, 「남은 음식 재사용 안 하기」, 「먹을 만큼 주문하고 모자라면 추가하기」운동을 전개하고 있습니다.

친애하는 구민 여러분!

우리의 선진음식문화 개선 노력이 친환경 녹색 중구로 새롭게 거듭남과 동시에 남은 음식을 줄이는 만큼 경제가 살아나고 우리의 환경은 더욱 좋아질 것입니다.

이제 우리 중구가 추진하는 「남은 음식 제로 - 음식문화 개선 및 좋은 식단 실천」운동에 적극 동참하여 우리 후손들에게 저탄소 녹색성장 명품도시를 물려줍시다.

새 희망 중구발전을 염원하는 구민 여러분의 열정에 다시 한 번 진심으로 감사 드리며, 구민 여러분의 가정에 건강과 행복이 가득하시기를 기원합니다.

감사합니다.

2011. 10. .

인천광역시 중구청장

“빵을 팔기 위해 고용하는 것이 아니라 『사회적 기업』 고용하기 위해 빵을 파는 기업”

▶ 사회적기업이란

취약계층에게 사회서비스 또는 일자리를 제공하거나 지역사회에 공헌함으로써 지역주민의 삶의 질을 높이는 등의 사회적 목적을 추구하면서 재화 및 서비스의 생산·판매 등 영업활동을 하는 기업

▶ 인천형 (예비)사회적기업이란?

사회적 목적 실현, 영업활동을 통한 수익창출 등 사회적기업으로서의 대체적인 요건을 갖추고 있으나, 수익구조 등 법적 인증요건의 일부를 충족하지 못하고 있는 조직(기업)을 인천광역시장이 지정하여, 장차 사회적기업으로 전환이 가능한 기관

▶ 사회적기업 인증요건(①②③⑦)은 인천형예비사회적기업 인증요건)

- ① 조직형태-민법상 법인·조합, 상법상 회사, 비영리민간단체 등
- ② 유급근로자 고용-재화와 서비스의 생산·판매
- ③ 사회적 목적 실현-취약계층에게 일자리나 사회서비스 제공
- ④ 의사결정 구조-서비스 수혜자, 근로자 등 이해관계자 참여
- ⑤ 영업활동 수입-영업활동 총수입액이 총노무비의 30%이상
- ⑥ 정관이나 규약-목적, 사업내용, 명칭, 소재지, 수익배분 및 재투자 명시
- ⑦ 이윤 재투자-이윤의 2/3이상 사회적 목적에 사용(상법상 회사)

▶ 인천형 예비사회적기업 지정절차

- 인천광역시에서 인천형 예비사회적기업 공모 공고

△ 년2회(상하반기)

지정신청 공고(시) ▶ 신청·접수(구) ▶ 지정추천(구) ▶ 심사 및 선정(시)

▶ 중구 사회적기업 현황(2011.9월말 기준)

연번	기업명	주소	전화번호	서비스 내용	홈페이지
1	웅기중기네트워크	내동 3-5	766-0981	방과후공부방	www.migael.net
2	(주)청소사랑	전동 15-9	765-1989	전문청소대행	www.chungsosarang.com
3	(주)더불어숲	전동 19-11	766-1981	중고서적판매	www.dubulu.co.kr
4	정부물품재활용(주)	신흥동3가 7-225	888-7282	폐기물재활용	www.koreoyde.or.kr
5	자전거 달리는 세상	전동 2-1	763-1988	재생자전거제작판매, 이동수리	www.jadalse.com
6	서해출산육아돌봄센터	전동 15-9	761-3557	산모도우미파견	www.nabizam.com

▶ 중구 일자리창출과 사회적기업팀

Tel. 032)760-6921~3 / Fax. 032)760-6929

▶ 사회적기업 관련 홈페이지

- 고용노동부 홈페이지 : www.moel.go.kr
- 인천사회적기업지원센터 www.ises.or.kr
- 인천광역시 사회적기업 홈페이지 www.incheonse.go.kr



동별 현안사항 파악을 위한 업무보고 받아



중구의회의(의장 하승보)는 10월 13일 개최한 제205회 임시회 상임위원회(총무위원회)에서 내실 있는 구정운영과 의정활동을 위해 신포동을 시작으로 동별 현안사업 및 주요업무에 대한 보고를 받고 애로사항 및 건의사항을 청취했다.

중구의회, 영종용유주민 통행료 지원 건의안 발의



중구의회는 10월 17일 인천공항고속도로 신공항영업소를 지나는 영종용유주민들에 대한 통행료 지원을 촉구했다. 중구의회는 이날 제205회 임시회 제2차 본회의를 열고 인천공항고속도로 통행료 지원 건의안을 발의, 만장일치로 가결했다.

제15회 노인의 날 기념 동별 경로위안잔치 개최



중구는 제15회 노인의 날을 맞아 10월 6일 신포동을 시작으로 동별 경로위안잔치를 개최했다. 북성, 연안, 동인천동에서 개최된 이날 경로잔치에는 각급 단체장, 어르신 등 1,000여명이 참석했으며 7일에는 영종동, 12일에는 율목, 신흥, 도원동 13일에는 송월동에서 흥겨운 잔치마당을 열어 그 동안 어르신들의 노고를 위로했다.

중화민국 건국 100주년 기념식 열려



10월 10일 차이나타운 내 화교중산학교에서 관내기관단체장, 대만정부 및 중산학교 관계자 등 300여명이 참석한 가운데 중화민국 건국 100주년 기념행사를 가졌다. 이날 기념식은 진영창 인천화교협회장 인사말, 손문유서 낭독, 화교중산학교 학생들의 장기자랑 등으로 진행됐다.

탄소포인트제 안내

- ▶ 전기, 수도 사용 절감량을 포인트로 산정하여 현금으로 돌려드리는 제도입니다.
- ▶ 홈페이지 : www.cpoint.or.kr
- ▶ 포인트 지급 : 1포인트=2원



구분	온실가스감축률	
	5~10%미만	10%이상
전기	반기 5,000포인트	반기 10,000포인트
수도	반기 1,250포인트	반기 2,500포인트
가스	반기 2,500포인트	반기 5,000포인트

산불예방 안내

- ▶ 가을철 산불조심기간 : 2011년 11월 1일 ~ 12월 15일

▶ 주민 협조사항

- 논·밭두렁 태우기 금지(필요시 사전허가 후 실시)
- 산림연접지 산불발생 요인 자진 제거
- 산림 내 또는 산림 주변 인화물질 반입 금지
- 입산통제구역 출입 금지(필요시 사전허가 후 출입)

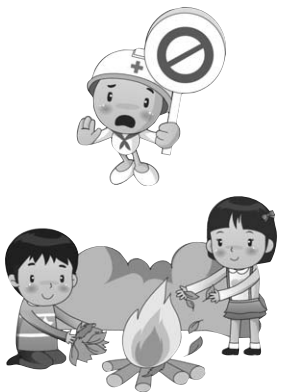
▶ 산불발생시 조치사항

- 지체없이 신고하여 정확한 위치와 규모를 알림
- 산불방지대책 상황실 ☎760-7585(주간) ☎760-7222(야간)
- 인천중부소방서 ☎772-0119
- 인천중부경찰서 ☎777-8500

▶ 산불관련 처벌사항 (산림보호법)

- 산림실화죄 : 3년이하 징역 또는 1,500만원이하 벌금
- 산림방화죄 : 7년이상 징역
- 허가없이 산림이나 산림인접지역에서 불을 피운 경우 : 과태료 50만원
- 허가없이 산림이나 산림인접지역에 화기, 인·발화물질을 가지고 들어간 자 : 과태료 30만원
- 입산통제구역에 무단입산한 자 : 과태료 10만원

- ▶ 문의처 : 인천광역시 중구 영종출장소 도시관리팀(전화 : 760-7733, 팩스 : 760-7718)
- 인천광역시 중구 용유출장소 지역개발팀(전화 : 760-6834, 팩스 : 760-6809, spirit59@korea.kr)



행복한 여성을 위한 「3060 건강 다이어리」

- ▶ 교육기간 : 2011년 11월 8일 ~ 11월 25일 (매주 화·금요일, 총6회)

- ▶ 교육시간 : 10:00 ~ 12:00

- ▶ 교육대상 : 건강하고 행복한 삶을 추구하는 여성

- ▶ 교육인원 : 30명

- ▶ 교육 일정 및 내용

일시	주 제	강 사
11월 8일(화)	올바른 식생활과 건강관리	박 경 숙(장안대학 식품영양학과 교수)
11월 11일(금)	한번 습득으로 평생 할 수 있는 생활요가	남 기 환(5분 자생요가 원장)
11월 15일(화)	삶에 즐거움을 더하는 이미지 메이킹	홍 정 화(이미지인 원장)
11월 18일(금)	내안의 참된 나를 찾는 여행	송 연 옥(휴 치유상담센터 대표)
11월 22일(화)	행복하게 나이들기 I	김 성 미(고품격인간관계 연구소장)
11월 25일(금)	행복하게 나이들기 II	

※ 기관 사정에 따라 프로그램이 변경될 수 있습니다.

- ▶ 신청기간 : 2011년 10월 5일(화) 부터 선착순 접수

- ▶ 신청절차 : 방문 및 전화접수

- ▶ 수강료 : 무료 (단, 교재비 및 재료비 본인 부담)

- ▶ 접수 및 문의 : 여성복지관 가족지원팀 ☎032)440-6513, 434-6436~7



중구자원봉사센터, 우수자원봉사자 격려시찰



중구자원봉사센터(소장 임인순)는 10월 5일 자원봉사자들의 노고를 위로하고 사기진작을 위한 「2011 하반기 우수자원봉사자 격려시찰」을 실시했다.

봉사활동실적이 우수한 자원봉사자 131명이 참가한 이번 시찰은 강화도에 위치한 평화전망대 전시관 및 버섯재배농장 방문, 한방체험 등으로 진행됐다.

신흥동통장자유회, 월디장학금 기탁



신흥동통장자유회(회장 이익창)에서는 최근 중구월디장학회를 방문해 200억원 장학금사업에 써달라며 4백만원을 기탁했다. 전달식에 참석한 이익창 자유회장은 “지역사회와 국가의 미래를 책임질 인재육성사업에 조금이나마 보탬이 되길 바란다.”고 말했다.

한부모 가족을 위한 「행복바이러스」음악회 개최



중구건강지원센터(센터장 서성만)는 10월 15일 한중문화관 대강당에서 한부모 가족을 위한 「행복바이러스」음악회를 개최했다.

이날 행사는 관내 학교 사회복지사, 한부모 가족 등 200여명이 참석한 가운데 이신포니에타의 행복바이러스 음악회, 가족사진 촬영, 체험부스 운영, 한부모 지원사업 소개 등의 프로그램으로 진행돼 한부모 가족들에게 행복을 전파했다.

바르게살기운동 중구협의회 독거노인 효잔치



바르게살기운동 중구협의회(회장 박봉주)는 10월 18일 독거노인을 위한 효잔치를 열었다. 동인천 웨딩클래식에서 열린 이날 효잔치에는 관내 독거노인 200여명이 참석해 노래 및 국악공연을 즐기고 점심을 함께 했다.

바르게살기운동 중구협의회 관계자는 “잠시나마 즐거워하시는 어르신들을 보니 보람을 느끼고 마음이 뿌듯하다.”며 이번 행사를 통해 어르신들을 공경하는 사회분위기가 확산되기를 바란다고 말했다.

제11회 용유주민의 날 및 경로잔치 기념행사 개최



용유동은 10월 20일 용유초등학교 운동장에서 관내 단체장 및 지역주민 등 1,000여명이 참석한 가운데 제11회 용유주민의 날 행사를 개최했다.

용유동 새마을협의회가 주관한 이날 행사에서는 풍물패와 댄스스포츠 공연, 기념식, 지역발전유공자 표창, 부채춤, 러시아 무용, 민요공연, 마을별 노래자랑, 경로잔치 등 다양하고 흥겨운 프로그램으로 화합을 다졌다.

한중문화관



인천광역시 중구는 우리나라 근대역사의 문을 연 지역이다.

세계적으로 개항이 시작된 여러 도시들이 그러하듯 중구 역시 다양한 다국적 문화가 어우러져 독특한 지역 특색을 가지고 있다.

특히 개항 후 일본의 조계지와 청국의 조계지가 위치하였고 조선을 강점한 일본의 패망 이후 사라진 일본문화와 달리 중국문화는 끈질기게 삶을 영위해가는 화교들로 인하여 이 땅에 “차이나타운”이라는 한반도 유일의 한·중 문화가 공존하는 지역을 탄생시켰다.

이런 역사적, 지역적 특색과 나날이 커져가는 중국과의 우호 교류를 더욱 진작시키고 인천차이나타운의 역사적 문화적 다양성을 소개하고자 2005년 4월 16일 한중문화관이 개관되었다.

개관 이후 매년 15만 여명의 외국 및 국내 관광객이 방문하는 한중문화관은 중국문화원 등 중국정부가 한국에 세운 외교기관을 제외하고는 한국과 중국의 문화를 다루는 국내에 보기 드문 문화시설이다.

또한 초청전시, 기획공연 등 다양하고 수준 높은 각종 문화행사를 개최하여 지역에 자칫 부족할 수 있는 문화적 콘텐츠의 공급자 역할도 하고 있다.

1층 기획전시실은 중구지역은 물론 국내의 유명 작가들의 작품을 소개하는 초청전시회를 비롯하여 작품을 소개하고자 하는 일반인들에게 장소를 제공하고 있다.

2층과 3층은 상설 전시관으로서 한국과 중국의 문화를 소개하는 2층 [한중문화 전시관], 인천 중구와의 우호교류를 하고 있는 중국도시들의 문물과 문화를 전시하고 있는 [우호도시홍보관]으로 구성되어 있다.

또한 2층과 3층에는 일반인들이 한·중 문화를 체험해 볼 수 있는 코너가 마련되어 있는데 여러 문양을 찍어 볼 수 있는 탁본체험코너와 중국전통의상을 입어보고 사진을 촬영하는 등 추억을 남길 수 있는 중국의상체험코너가 있다.

4층은 공연장으로서 매월 다채롭고 수준 높은 공연을 개최하여 지역 주민들과 방문객들에게 문화적 혜택을 제공하고 있다.

한중문화관은 매주 월요일을 제외하고 주말 까지 운영 되고 있다.

앞으로도 전시시설 개선 및 전시물 보강 등 지속적인 노력으로 차이나타운과 중구지역의 중국문화 교류의 상징으로 더욱 발전해 나갈 것으로 기대되고 있다.

■ 주 소 : 중구 제물량로 238(중구 향동 1가 1-2번지)

■ 개 관 일 : 2005. 4. 16

■ 문의전화 : 032)760-7860~6



OX로 알아보는 수분이 우리 몸과 마음에 미치는 영향

체내에 수분이 1%만 부족해도 머리부터 발끝까지 ‘목이 마르다’는 신호를 보낸다. 수분이 우리 몸과 마음에 미치는 영향을 살펴본다. 우리 몸과 수분에 대해 얼마나 알고 있는지 테스트해 보자.

| Question 1 | 수분이 부족하면 이유 없이 피곤하다?

몸속에서 에너지를 만들 때 물이 없으면 안 된다. 에너지를 만드는 과정이 원활하게 일어나려면 세포 내 부에 75%의 물이 있어야 한다. 물을 꾸준히, 규칙적으로 마시지 않으면 에너지가 만들어지지 않아 피곤해진다.



| Question 2 | 수분이 부족하면 어지럽다?

혈액의 94%는 수분이다. 수분이 부족하면 혈압이 떨어져 어지럼증을 느낀다. 어지러운 증상이 생기면 철분제부터 찾는 사람이 있는데, 먼저 수분을 보충한다. 빈혈이 없는데 철분제를 먹으면 혈액이 끈끈해져 암이나 중풍 등이 발병할 확률이 높아진다.

| Question 3 | 수분이 부족하면 소화가 잘 안 된다?

수분이 부족해 몸속에 노폐물이 쌓이면 우리 몸은 병에 걸렸을 때와 마찬가지로 반응한다. 특히 소화과정에는 처음부터 끝까지 물이 필요하기 때문에 체내 수분이 부족해지면 위·장 등 소화기계가 잘 작동하지 못한다. 물은 음식물이 용해되고 쪼개지는 과정 중 하나인 ‘가수분해’를 담당하고, 영양 성분이 세포에 도달하기까지 이를 수송하는 역할을 한다. 또한 흡수된 영양 성분이 에너지로 바뀌는 과정에도 물이 필요하다. 몸이 건조하면 소화가 잘 안 되는 것은 당연하다.

| Question 4 | 수분은 변비와 밀접한 관계가 있다?

물은 변이 원활하게 배출되게 변을 적당히 무르고 부드러운 상태로 만든다. 수분이 부족하면 변은 소장과 대장을 거치는 동안 단단하고 동글동글하게 뭉치고 유동 속도가 느려진다. 이것이 바로 변비다. 흔히 변비 탈출을 위해 식이섬유를 먹는데 이때 부드러운 섬유질을 물과 함께 마시는 것이 중요하다. 수분 섭취 없이 식이섬유만 먹으면 변이 더욱 단단해져 변비를 악화시킨다.



| Question 5 | 수분과 냄새는 관련 없다?

피부는 고온 체와 같아서 눈에 보이지 않게 수분이 빠져나가는데, 이때 수분과 함께 노폐물이 빠져나간다. 노폐물에서는 불쾌한 냄새가 나는데, 수분이 부족하면 농도가 진해져 냄새가 심해진다.

| Question 6 | 수분이 부족하면 얼굴이 빨개진다?

뇌는 85%가 물이다. 그래서 미세한 수분 결핍에 극도로 민감하게 반응한다. 인체의 많은 장기 중에서 수분 공급의 우선권을 갖고 있는 것이 뇌다. 수분이 충분히 공급되지 않으면 뇌

는 혈관을 팽창시켜 혈류량을 늘리고, 이것은 뇌 바로 아래에 위치한 얼굴색에 반영된다. 알코올 중독 환자는 코가 빨갛다. 이는 알코올이 뇌를 심하게 건조하게 만들어 뇌에서 반사작용으로 혈류량을 늘리기 때문이다.

| Question 7 | 수분이 부족하면 우울해진다?

수분이 부족하면 신진대사에 쓰여야 할 필수아미노산의 일부가 끊임없이 고갈돼 나른하고 늘어지는 느낌이 든다. 우울해지면 체내 건조가 더 심각한 국면으로 접어들었다는 신호다. 짜증이 나거나 이유 없이 우울하면 물을 두세 잔 천천히 마신다. 곧 냉정을 되찾고 평소의 너그러운 마음으로 돌아갈 수 있다.

| Question 8 | 수분이 부족하면 숙면을 취하지 못한다?

우리 몸은 자는 동안에도 지속적으로 수분을 배출한다. 꼬박 8시간 잘 경우 호흡을 통해 수분을 잃고, 자는 동안 땀을 흘리기 때문에 체내 건조가 심해진다. 따라서 낮에 수분을 충분히 보충하고, 잠들기 전 4분의 1컵 정도의 물을 마신다.



| Question 9 | 수분과 집중력은 아무 관련 없다?

하나의 주제에 초점을 맞추기 위해서는 많은 에너지가 필요하다. 뇌에 수분이 충분히 공급될수록 더 많은 에너지가 생기고, 새로운 정보를 ‘기억 은행’에 새겨 넣을 수 있다. 어린이의 집중력 장애 원인으로 탄산음료 과다섭취가 지목되는 것은 탄산음료 속 카페인에 이뇨작용을 해 수분이 부족해지고 다른 첨가물이 정서불안을 유발하기 때문이다.

| Question 10 | 수분이 부족하면 뱃살이 는다?

수분이 부족하면 호르몬의 능력이 떨어진다. 체내 건조로 호르몬이 부족해지면 살이 찌는데, 특히 성장호르몬과 여성호르몬이 줄어들면 뱃살이 찐다. 성장호르몬이 부족해지면 근육량이 줄어들고 복부지방이 많아진다. 줄어든 근육량은 기초대사량을 떨어뜨려 비만해진다. 여성호르몬이 부족해지면 콜레스테롤이 배나 간에 축적돼 복부비만이나 지방간이 생긴다.

| More Tip | 건강을 위한 물 마시기 요령

1. 생수 마시기 생수에는 산소 외에 칼슘, 마그네슘, 칼륨, 철분 등 인체에 유익한 미네랄이 들어 있다.
2. 많이 마시기 하루 2.5L의 수분이 몸 밖으로 빠져나간다. 보통 음식으로 하루 0.5L의 수분이 섭취되니 나머지 2L는 반드시 물로 보충한다.
3. 자주, 조금씩 마시기 물은 벌컥벌컥 한 번에 많이 마시는 것보다 훌쩍 훌쩍 자주 마신다.
4. 약간 시원한 물 마시기 11~14℃의 약간 시원한 물이 체내 흡수가 가장 빠르다.
5. 운동 전에 물 마시기 물은 운동 중이나 후보다 운동 전에 마신다. 운동 시작 20~30분 전에 두 컵 정도 마시는 것이 알맞다.



대한천일은행 인천지점

대한천일은행(大韓天一銀行)이 창설된 것은 1899년이였다. 대한천일은행은 최근 우리은행으로 합병된 한국상업은행의 전신으로 1899년 5월에 인천지점을 개설함으로써 국내 금융기관 최초의 지점 개설은행이 되었다. 당시 대한천일은행은 일본 자본이 증가하고 일본은행의 설립으로 금융 침투가 심각해지자 민족 자본 형성의 중요성을 인식한 상인들이 고종의 윤허를 얻고 또 내탕금의 지원으로 1899년 1월 30일 설립한 순수 민족은행이었다. 물론 이보다 앞서 갑오개혁 후, 몇몇 근대 은행들이 민족자본으로 설립되는데 1896년에는 조선은행(후에 한일은행으로 개칭), 1897년 2월 한성은행(조흥은행 전신)등이 설립되었다. 그러나 이들은 모두 개점한 지 1년도 못되어 문을 닫고 말았다. 1890년대 설립한 민족은행이 그 역할을 다하지 못하였으나 대한천일은행만은 민족은행으로서의 역할을 담당하였다. 대한천일은행은 그 정관에서 조선민간이 주식을 매매할 수 있다는 제한 규정을 두는 등 일본의 경제침략에 맞서 민족자본 육성을 위해 노력하였다. 서울 시중의 유력 상인들이 발기하고 그에 대한 황실의 지원이 보다 강력하고 직접적이었다. 이들의 은행설립계획은 고종 황제의 측근인 이종건과 장호진에 의해 고종에게 전달되고 고종은 은행이 정식인가도 나기 전에 사실상 영업을 개시토록 하였다. 정관의 조항에 궁내부와 정부가 정기적으로 보조금을 지급한다는 규정이 있어, 처음부터 황실은행 내지는 국립은행으로서의 지향을 분명히 하였다. 이러한 특권과 지원에 기초하여 영업상황은 창업 초년부터 좋은 실적을 거두었다.

이들 천일은행은 각지에 지점을 설치하였다. 1899년 3월 인천·부산·목포의 세 항구에 지점을 설치할 것과 이들 지점에서 각 군의 조세금을 취급할 수 있게 하는 내용의 정관을 제출하여 인허를 받았다. 그리고 가장 먼저 설치된 지점은 그 해 5월 인천이었다. 지방의 14개 군이 인천을 대리납부자로 선택한 것은 외환이나 환의 도착지가 인천항이기 때문이다. 인천항의 활발한 수출입 무역과 서울의 대규모 소비시장이 그 같은 활발한 한 거래를 성사시켰던 것이다.

1902년에 이르러 고종은 황실의 은행 지배를 공식화하기 위하여 영친왕을 은행장으로 임명하였다. 영친왕의 은행장 취임은 은행에 대한 공신력을 높였다. 그러나 1905년 7월 일제가 강행한 화폐정리사업을 맞아 휴업을 선언하였다. 거기다가 갑작스럽게 이루어진 화폐교환에 따른 예금인출 사태로 은행은 불가피하게 일시적으로 문을 닫을 수밖에 없었다. 1911년 11월에 이르러 조선상업은행이라 개칭하였는데, 이듬해 한성공동창고 주식회사와 조선상업은행이 합병되어 조선상업은행 인천지부가 되었다(중앙동3가 4번지). 이후 1920년 현재 동인천등기소 자리에 신축했다.

생활법률

성범죄에 대한 위치추적전자장치

최근 영화 ‘도가니’ 상영을 계기로 성범죄 및 위치추적 전자장치에 대해 사회적 관심이 증대되었습니다.

발목에 발찌처럼 매단다고 해서 흔히 전자발찌라고도 하는데, 정확한 법률상의 용어는 ‘위치추적전자장치’로서, 이에 관한 법률은 ‘**특정범죄자에대한위치추적전자장치부착등에관한법률**’입니다.

위치추적전자장치 부착은 당초 성폭력범죄에 대해서만 적용되다가 몇 차례의 법률 개정을 통해 현재는 **성폭력범죄, 미성년자 대상 유괴범죄와 살인범죄**에 대해 적용되고 있습니다(법제2조 1호).

검사가 아래 ① ~ ③의 요건에 해당하는 사람에 대해 전자장치부착명령을 청구하면, 법원은 부착명령 청구가 이유 있다고 인정하는 때에는 범죄의 종류에 따라 최단 1년

에서 최장 30년까지 기간의 범위 내에서 부착기간을 정하여 판결로 부착명령을 선고하여야 합니다.

① 성폭력범죄자 : 1. 성폭력범죄로 징역형의 실형을 선고받은 사람이 그 집행을 종료한 후 또는 집행이 면제된 후 10년 이내에 성폭력범죄를 저지른 때, 2. 성폭력범죄로 이 법에 따른 전자장치를 부착 받은 전력이 있는 사람이 다시 성폭력범죄를 저지른 때, 3. 성폭력범죄를 2회 이상 범하여(유죄의 확정판결을 받은 경우를 포함한다) 그 습벽이 인정된 때, 4. 16세 미만의 사람에 대하여 성폭력범죄를 저지른 때

② 미성년자 대상 유괴범죄를 저지른 사람으로서 미성년자 대상 유괴범죄를 다시 범할 위험성이 있다고 인정되는 사람

③ 살인범죄를 저지른 사람으로서 살인범죄를 다시 범할 위험성이 있다고 인정되는 사람

현행 법률에 의할 경우, 16세 미만의 사람에 대한 성폭력범죄자에 대해서는 초범일지라도 위치추적전자장치부착명령을 내릴 수 있지만, 설령 장애인에 대한 성폭력범죄라 할지라도 장애인이 16세 이상인 경우에는 성폭력범죄자가 초범인 경우에는 위치추적전자장치부착명령을 내릴 수 없습니다.

이에 법무부에서는 “장애인 대상 성범죄자는 한 차례만 범행해도 위치추적전자장치(전자발찌)를 부착하도록 법 개정을 추진 중”이라고 합니다.

변호사 강용섭

만주에 떠돌던 독립운동의 고혼 유완무

100여 년 전 떠나면 이국땅에서 죽어간 독립투사의 한 (恨)은 풀릴 것인가?

인천 출신 독립투사 가운데 한 사람인 유완무(柳完茂·1861~?)의 죽음에 얽힌 진실과 그가 만주와 연해주 등지에서 활약한 항일투쟁의 전모가 어두운 역사의 터널에서 밖으로 나와 서서히 빛을 보고 있다.

유완무는 백범 김구 선생의 활동과 관련해 매우 중요한 인물로 『백범일지』에 기록되고 있지만 그의 말년 행적에 대해서는 거의 알려진 바가 없었다. 이런 그의 항일운동 활약상이 정부의 공개조사 결정으로 제대로 조명될 가능성이 커졌다.

『백범일지』에 의하면 백범 김구가 1896년 황해도 안악군 치하포에서 일본군 중위 쓰치다를 살해하고 인천 감리서에 투옥돼 있을 당시 백범 탈옥 계획을 세운 것이 유완무였다. 특히 그는 김창수(金昌洙)였던 백범의 이름을 김구(金龜)라 고쳐줬고, 호를 연하(蓮下), 자는 연상(蓮上)으로 바꿨다고 백범은 술회하고 있다. 열 다섯 살이나 많은 유완무가 김창수란 이름을 고친 이유를 독립운동을 하는데 불편했기 때문이라고 백범은 덧붙이고 있다.

『백범일지』에는 ‘일본군 쓰치다를 살해하고 인천 감리서에 있을 때 유완무가 용감한 청년 13명을 뽑아서 모험대를 조직해 인천항 주요 기점마다 밤중에 석유통을 지고 들어가 7, 8곳에 불을 지르고 감옥을 깨서 김창수(백범 김구)를 구출해 낸다는 계획을 짰다’란 대목도 있고, ‘감옥에서 탈출한 백범이 이런 그의 노력에 감탄해 유완무를 만나기 위해 한성 공덕리에 사는 유완무의 동서 박병태의 집에 찾아가 그를 만났다’는 얘기도 있다. 백범은 유완무를

백범 탈옥계획 주도, 만주·연해주서 무장투쟁 운동...

이국땅에 묻힌 ‘항일정신’

‘평생친구’로 여겼다고 한다. 이런 그가 1905년 을사늑약 이후 만주와 연해주 지방으로 건너갔다고는 하는데, 그가 구체적으로 어떤 활동을 했는지에 대해서는 밝혀진 바가 많지 않다. 또 자객에 의해 살해된 것으로 전해지고 있지만 여전히 그의 죽음은 베일을 벗지 못하고 있다.

유완무를 새롭게 조명해 단서는 그의 고향 인천에서 제공됐다. 인하대 한국학연구소 이희환 박사 등 인천 향토사에 관심 있는 연구자를 중심으로 유완무에 대한 재조명 노력이 이뤄져 진실·화해를 위한 과거사정리위원회를 통해 본격적인 조사 작업이 시작된 것이다.

유완무는 1861년(철종 12년)부평구 시천리(始川里) 진주 유씨 가문에서 출생했다. 현재 이곳은 인천시 서구 시천동으로 흔히 시시내 유(柳)씨로 불리는 진주 유씨들이 모여 사는 집성촌이다. 검여 유희강 선생도 바로 이곳 시천동 출신이다.

또 유완무는 독립운동을 하면서 충청도 지방 등 여러 곳을 떠돌아 다녔다고 한다. 그러나 인천지역에서의 정확한 활동상은 드러나지 않고 있다. 특히 그가 1905년 을사늑약 이후 만주로 아들과 부인을 데리고 떠난 이후의 행적은 더욱 불분명하다. 다만 해방직전까지 큰아들 희달씨는 고향을 왕래했다고 한다. 진실·화해를 위한 과거사정리위원회는 유완무의 죽음을 피살로 단정 짓고 있다. 이는 『독립신문』 1920년 5월 15일자 ‘범윤(範允)이 일시의 감정으로써 그 중견 인물인 유완무를 살해한 그것이 또한 군심수습(軍心收拾)하는 여부(與否)에 막대한 원인이 되었다’는 대목에 근거하고 있다.

유완무 살해사건을 조사했던 경무국비밀조사안에는 그

가 ‘1909년 2월 24일 만주지역 훈춘에서 어떤 괴한 5~6명에 끌려가 살해됐다’고 밝히고 있다. 여기서 주목해야 할 부분은 『독립신문』이다. 살해의 주범으로 이범윤장군을 지목한 것이다. 이범윤은 경기도 고양 출신으로 1907년 간도에서 무장독립운동을 하다 러시아 연해주로 망명해 독립운동을 한 인물이다. 특히 그는 러시아와 간도지역을 왕래하며 독립무장단체에 무기 등을 공급하고 간도 영토 문제로 청나라와 교섭을 하기도 했다고 한다.

연구자들은 이범윤이 직접 살해했는지, 아니면 자객을 동원해 암살을 지시했는지는 정확하지 않지만 그가 유완무의 죽음에 직간접적으로 관여한 것으로 보고 있다.

유완무는 만주와 연해주 일대에서 꽤 영향력이 컸고, 간도문제와 관련 이범윤과 함께 일을 했던 것이다. 그는 또 살해된 뒤 독립군의 마음을 다잡는 게 문제가 될 만큼 무장독립단체에서 차지하는 비중이 막대했다고 볼 수 있다.

또 안창호 선생이 미국에서 발행했던 『신한민보』에 따르면 그는 공립협회 샌프란시스코 지방회 설립에 블라디보스토크 신입회원으로 참여했다. 북간도 활동과 관련해서는 이회영, 이상설, 여준 등과 함께 만주의 독립운동기지 설치계획을 세웠고, 용정촌(龍井村)에 서전서숙(瑞甸書塾)을 설립했다는 기록도 있다.

그러나 그에 대한 연구는 일천한 상태이다. 그동안 지역사회는 물론 정부에서도 큰 관심을 두지 않았던 것이다. 지난 한 세기를 어둠 속에 묻힌 채로 있던 인천의 독립운동가 유완무가 이번 기회에 우리 역사에서 우뚝 설 수 있기를 바란다.

기획공연

- ◆ 공연명 : 대한민국 최고의 춤꾼 「리턴 투 스트리트」
- ◆ 공연일시 : 2011년 11월 2일(수) 오후 7시
- ◆ 공연장소 : 인천평생학습관 미추홀
- ◆ 접수 : 인터넷(www.ilec.go.kr) 11월 19일부터(예정)
- ◆ 관람료 : 전석 선착순 무료 ※ 6세미만 아이는 보호자동반가능
- ◆ 관람대상 : 인천시민, 중·고생
- ◆ 장르 : 뮤지컬(댄스)
- ◆ 문의 : 인천광역시평생학습관 기획부 최등영 ☎032)899-1516

기획공연

- ◆ 공연명 : 마리아코의 「파페라 콘서트」
- ◆ 일시 : 2011년 11월 19일(토) 오후 4시
- ◆ 장소 : 인천학생교육문화회관 2층 싸리재홀
- ◆ 관람대상 : 초등학생 이상
- ◆ 관람료 : 전석 6,000원(초·중·고 학생 무료, 국가유공자 및 장애우 50%할인·확인증서 지참/동반 1인 포함)
- ◆ 예매방법 : 11월 4일(금) 오전 10시~18일(금) 오후 4시까지 회관홈페이지(http://www.iecs.go.kr)에서 예약
- ◆ 주최 : 인천학생교육문화회관
- ◆ 문의 : 인천학생교육문화회관 공연팀 강소영 ☎032)760-3455

기획공연

- ◆ 공연명 : 「인천아리랑 2」
- ◆ 일시 : 2011년 11월 11일(금) 오후 7시
- ◆ 공연단체 : 전통연희단 잔치마당
- ◆ 장소 : 인천학생교육문화회관 2층 싸리재홀
- ◆ 관람대상 : 초등학생 이상(중·고생 관람권장 공연)
- ◆ 관람료 : 전석 무료
- ◆ 예매방법 : 10월 28일(금) 오전 10시~11월 10일(금) 오후 4시까지 회관홈페이지(http://www.iecs.go.kr)에서 예약
- ◆ 주최 : 인천학생교육문화회관, 전통연희단 잔치마당
- ◆ 후원 : (재)인천문화재단
- ◆ 문의 : 인천학생교육문화회관 공연팀 강소영 ☎032)760-3455



“청소년들이여!
행복이 함께할 미래를 꿈꾸어라”

2011. 청소년문화대축제 개최

- ▶ 일시 : 2011년 10월 29일(토) 13:00~18:00
- ▶ 장소 : 문학월드컵경기장 동문광장
- ▶ 주요행사 및 일정표

일시	공연마당	체험마당	비고
2011년 10월 29일 (토요일)	13:30~14:00	공식행사	문학월드컵 경기장 동문광장
	14:00~15:00	참여이벤트 or 락 2차예선	
	15:00~18:00	전국 청소년 락페스티벌(본선)	

▶ 마당 세부내용

- 청소년마당(체험전시 부스마당)
- 네일아트, 풍선아트, 볼더링 시연, 과학체험, 책놀이

마당, 로봇축구

- 자개공예, 정직캠페인, 사진전시, 야생화사진전 등
- 청소년정보마당(정보교류 체험부스마당)
- 인천지역 청소년을 위한 시설 찾아보기
- 공연마당(무대공연)
- 제5회 청소년 락페스티벌(본선 12팀 공연) 및 시상
- 축하공연(틴탑, 장재인, 쇼콜라), 공식행사
- 청소년 참여마당(무대행사)
- 통기타, 마술, 연극, 치어 및 댄스, 관현악연주, 중창 등

▶ 마당별 문의처

- 청소년마당, 정보마당, 참여마당 : ☎429-1318
- 인천광역시청소년단체협의회
- 공연마당 : ☎031-250-3355 경기일보

▶ 인천광역시 아동청소년과

- ☎032)440-2846



기획공연



인천아트플랫폼 레지던시 프로그램 입주작가들과 인천시민, 예술가들과의 소통을 도모하기 위한 예술가들의 축제 인천아트플랫폼 레지던시 입주작가들의 지속적인 관리 및 개관 2주년을 맞아 레지던시 프로그램에 참여한 작가들이 참여하는 아트 페스티벌

매년 입주작가들이 모이는 ‘홈커밍데이(Home coming day)’와 같은 기념비적 문화행사로 인천 및 인천아트플랫폼에 대한 지속적인 문화·예술 담론 생성

- 기간 : 2011년 9월 23일(금)~11월 6일(일), 진행 중
- 장소 : B동 전시장, A동 크리스탈 큐브 외
- 작품개요 : 파일럿 프로그램, 2010, 2011 레지던시 입주작가 49명(팀) 회화, 사진, 영상 등 작품 75점 전시

- ◆ 전시명 : 월 페인팅 프로젝트 「Over the Stage」 이승현
- ◆ 일시 : 2011년 9월 23일(금)~11월 6일(일)
- ◆ 장소 : H동 프로젝트룸
- ◆ 내용 : 프로젝트룸의 구조적 성격을 하나의 무대로 설정하여 벽면 드로잉을 구현함, 이승현 작가의 독특한 미학인 생명체 드로잉이 무대의 공간과 이면의 가상적인 공간으로 확장됨
- ◆ 문의 : ☎032)760-1006

- ◆ 상영작 : 영상상영회 「시월의 마지막 밤」 조습
- ◆ 일시 : 2011년 11월 3일, 16~19시 1시간씩 4회 상영
- ◆ 장소 : C동 공연장
- ◆ 관람료 : 무료
- ◆ 내용 : 1995년 11월 3일 학생의 날을 준비하면서 벌어진 하루 동안의 일을 극영화 한 작품으로 영상과 소설 나레이션을 통해 관객과의 향수를 불러일으킴
- ◆ 문의 : ☎032)760-1006

2011년 정보화교육 일정 안내

[수강신청]

▲ 교육대상: 인천광역시 중구 주민

▲ 모집인원: 과목별 20명

▲ 신청기간: 2011년 10월 24일(월) ~ 2011년 11월 4일(금)

• 접수가능 시간: 오전 9시 ~ 오후 6시

※ 토요일 및 일요일(공휴일 포함)은 접수를 받지 않으니 유의 바랍니다.

※ 접수인원이 정원(20명)보다 초과될 경우 조기 마감될 수 있습니다.

▲ 신청방법: 전화(760-7095, 7092~7094) 또는 방문 신청

• 선착순 접수(신규 신청자 우선선발)

▲ 수강료: 무료

▲ 유의사항: 과목 별로 신청(1개 과목씩 개별적으로 신청)

※ 원활한 수업진행을 위해 수업 첫날 결석자는 사전통보 없이 신청 취소 처리되오니 유의 바랍니다.

[교육일정]

▲ 교육장소: 중구청 전산교육장(서별관3층)

▲ 교육과정 및 시간

구분	모집기간	교육기간	요일	과목	교육시간
제9기	10월 24일 ~ 11월 4일	11월 7일 ~ 12월 2일	월, 수	쇼핑몰 창업반	9시 ~ 12시 (오전반)
			화, 목	동영상 편집	14시 ~ 17시 (오후반)
			금	ITQ엑셀 자격증반	

※ 위 교육과정은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

2012학년도 성인 남녀 중·고등학생 모집

배움에 대한 욕망!

말하지 못한 답답함을 아직도 가지고 계십니까?

남인천 중·고등학교에 오십시오. 배움의 시기를 놓친 만 20세 이상의 성인남녀를 대상으로 정규 중·고등학교의 교육과정을 운영하여 정식 졸업장을 드립니다. 우리 학교는 당신의 가슴 깊은 곳에 작은 불씨로 남아있는 그 꿈을 실현시키는 곳입니다.

지금 신청하십시오. 걱정과 두려움, 망설임은 이제 그만!

자신감과 용기를 가지고 배움의 문을 힘차게 두드리십시오. 당신은 결코 늦지 않았습니다.

▲ 모집인원: 중학교 4학급(180명), 고등학교 4학급(180명)

※ 중학교 과정은 수업료, 학교운영지원비 및 교과서 무료

▲ 입학자격: 만 20세 이상 성인으로 초등학교(중학교)졸업자 또는 중입(고입) 검정고시 합격자

▲ 구비서류

① 입학원서 1부(본교 소정 양식)

② 초등학교(중학교) 졸업증명서 또는 검정고시 합격증 1부

③ 주민등록등본 1통

④ 본인도장

⑤ 전형료 3,000원

▲ 전형일자

① 원서접수기간: 2011년 10월 4일(화) ~ 선착순 접수

② 원서접수장소: 본교 3층 교무실(선착순 마감)

③ 예비소집일: 2012년 2월 20일(월) 오전 10시 본관

※ 기타 자세한 사항은 본교 교무실로 문의하시면 자세하게 알려드립니다.

▲ 남인천 중·고등학교 ☎032)863-9941~2

우) 402-041 인천광역시 남구 매소홀로 418번지 14-57

비상시 사전안내를 위한 고객정보 일제정비 알림

한전에서는 전력계통 비상상황 발생시 SMS를 통한 신속한 사전안내를 위하여 휴대폰 번호 일제정비를 실시하고 있습니다. 지금 한전 고객센터(국번없이 ☎123)에 휴대폰 번호를 등록하시기 바랍니다.

▲ 한국전력 인천본부 전기상담 및 고장신고는 국번없이 ☎123

전력수급 안정을 위한 에너지절약 안내

국가적 전력수급 비상상황을 극복하고 적정한 전력예비율을 확보할 수 있도록 고객님의 합리적인 전력사용을 당부드립니다.

▲ 적절한 실내온도 유지

• 겨울철에는 실내온도 18~20 °C 유지

▲ 고효율 제품 구매

• 가전제품 구매시 에너지 소비효율 1등급 구매

▲ 불필요한 전등 소등

• 낮시간 창가, 복도 전등 OFF(자연채광 활용)

▲ 대기전력 차단

• 가전제품 미사용시 플러그를 뽑거나 멀티탭을 사용

▲ 가전제품 절전모형

• 냉장고 ⇒ 음식물은 60%만 넣기, 설정온도 '중'으로 조절

• TV ⇒ 하루 1시간 시청시간 줄이기

- 컴퓨터 ⇒ 모니터밝기 70%로 조절하기
- 세탁기 ⇒ 세탁 횟수 줄이기(20% 정도)
- 진공청소기 ⇒ 속도 한단계 낮게 조절하기

▲ 한국전력 인천본부 전기상담 및 고장신고는 국번없이 ☎123

11월 개강 특강&단기프로그램

▲ 신청기간: 10월 10일~마감시까지

▲ 신청방법: 인터넷 선착순 접수(www.ilec.go.kr)

▲ 프로그램 소개

강좌명	강사	일자	시간	대상 인원	장소
다문화 청소년과 함께하는 제빵반	윤정은	11월 5일(토)	14:00 ~ 17:00	다문화청소년 및 일반 청소년 15명	4층 요리강의실
차 이야기	최서운	11월 7일(월) ~ 11월 28일(월)	10:00 ~ 13:00	일반시민 15명	3층 바리스타실
위터 소릴리에	고재운 (경희대 교수)	11월 18일(금), 11월 25일(금)	19:00 ~ 22:00	일반시민 15명	3층 302호
건강프로젝트	인하대병원 전문의 5인	11월 3일(목) ~ 12월 1일(목)	14:00 ~ 17:00	일반시민 24명	4층 그린인천 강의실

▲ 문 의: 인천광역시평생학습관 운영부 운영2팀

정세영 ☎032)899-1523

「제3기 JST 창업스쿨」교육생 모집

인천광역시는 누구나 자신감을 갖고 우수한 기업가가 탄생할 수 있는 사회적 여건을 조성하기 위해 우수한 기술 또는 아이디어를 가진 예비창업자를 육성하고자 JST(제물포 스마트타운) 창업스쿨을 실시하오니 창업을 준비 중인 예비창업자들의 많은 신청 바랍니다.

▲ 모집인원: 80명 (벤처·기술, 지식서비스 분야)

▲ 모집대상: 신청일 현재 본인명의의 사업자등록을 하지 않은 자로서 창업희망지가 인천광역시인 예비창업자

▲ 교육생 선발 일정: 신청서 접수(2011년 10월 24일~11월 2일), 서류·면접심사(2011년 11월 3일~10일)

▲ 창업스쿨 교육 일정

교육과정	일 자	시 간
창업기초과정	2011년 11월 15일~11월 18일(1주, 4회)	13:00~17:00
비즈니스전문과정	2011년 11월 21일~12월 13일(4주, 7회) *2개그룹 분할(월·수, 화·목)	10:00~17:00
사업계획서발표및 수료식	2011년 12월 15일	13:00~19:00
모의창업과정	2011년 12월 19일~2012년 2월 28일(10주)	신청자에 한함

▲ 교육생 지원사항

교육기간중	- 교육시점부터 6개월간 개인 사무공간 및 공동수면실 등 편의시설제공 - 창업기초과정, 비즈니스 전문과정 등 창업에 필요한 교육 무상제공
교육수료후	- 수료후 6개월 이내 관내 창업시 사업화자금 지원(200만원) - 지식재산권 출원자금 지원(100만원) - 수료후 6개월간 버리, 세무 등 무료컨설팅 지원 - 창업경진대회 참가시 우대 및 수상시 각종 사업화자금 지원(최대 3억원) 등

▲ 상기 일정은 사정에 따라 변경될 수 있으며 상세한 사항은 www.jst.or.kr 및 www.itpa.or.kr을 참조바랍니다.

※ 담당: 인천정보산업진흥원 JST벤처창업센터 이상철 선임 032)250-2063

인천광역시 경제수조정책관실

인천광역시 중구 행정자료실 운영 안내

인천광역시 중구 행정자료실 공사가 완료되어 2011년 10월 20일(목)부터 구민 여러분들과 함께 합니다!

다양한 도서와 자료를 이용할 수 있는 독서 문화 공간이오니 많은 이용과 관심 부탁드립니다!!!

▲ 운영일시: 매주 월~금요일 / 09:00~18:00

▲ 장 소: 중구청 율리관 2층 행정자료실

▲ 이용대상: 중구에 거주하는 구민

▲ 이 용 료: 무료

▲ 대여부수: 1인 1회 3권 이내(도서대출·반납시 회원증은 꼭 지참)

▲ 대여기간: 15일간

▲ 이용방법: 회원가입신청서 작성 후 사진 1매, 신분증을 지참하여 방문

▲ 홈페이지: http://lib.icjg.go.kr

▲ 문 의: 중구청 행정자료실 ☎032)760-7836, 760-7282

사업용 화물자동차 유가보조금(수기분)접수 안내

▲ 지급대상: 현재 화물자동차운수사업법에 의하여 인천광역시 각 군·구에서 화물자동차운송사업 허가를 받은 사업용 차량. 단, 무동력차량 및 유가보조금 유류구매카드(신용·체크) 사용자는 제외

▲ 신청사유

- 유류구매카드(신용카드, 체크카드)의 사용이 제한되는 경우(거레카드 사용자)
- 신규발급(양수, 법인합병, 상속)을 받아 유류구매카드

의 발급을 신청하고 교부받을 때까지의 기간

- 카드의 분실, 훼손 등으로 유류구매카드의 재발급을 신청하고 교부받을 때까지의 기간

- 자가주유소 이용자(화물운송사업자가 주유시설을 갖추고 소속 화물자동차에 유류를 제공하는 주유소 이용자)

▲ 접수기간

유류사용기간	접수기간(※ 토·일요일 및 공휴일 제외)	비 고
10월분	2011년 11월 1일 ~ 11월 18일	매월: 전월사용분 접수

▲ 신청장소: 화물자동차운송사업 허가관할 군·구청 및 관련 협회(개별·응답)

- 사업용 화물자동차 유가보조금 관련 문의처 -

기관명	전화번호	기관명	전화번호
중 구	032)760-7573	동 구	032)770-6606
남 구	032)880-4317	연수구	032)810-7952
남동구	032)453-2915	부평구	032)609-6752
계양구	032)450-5693	서 구	032)600-4868
강화군	032)930-3362	옹진군	032)899-2523
인천시청	032)440-4844	일반 화물협회	032)888-1001-3
개별 화물협회	032)868-3399	용달 화물협회	032)437-1413
운송주선 화물협회	032)881-8283		
	032)815-2223		

▲ 인천광역시 해양항공정책과 ☎032)440-4844

市 공영주차장 급지변경 안내

▲ 市에서 운영중인 공영주차장의 급지를 아래와 같이 변경함을 안내합니다. - 시행일: 2011년 11월 1일 부터

▲ 대상 및 급지변경 내용

지역	주차장명	현재	변경	비고	지역	주차장명	현재	변경	비고
중구	월미도	3급	2급		부평구	청천천	4급	3급	
남구	도화	3급	2급			계산택지1	3급	2급	
연수구	시립박물관주변	-	3급	신규지정	계양구	계산택지2	2급	1급	
남동구	청대시장	4급	3급			계산택지3	2급	1급	
	문예회관	3급	2급			계산택지4	2급	1급	

▲ 인천광역시 교통관리과 ☎440-3923

11월 학부모 교육 안내

▲ 교육기간: 2011년 11월 8일 ~ 12월 2일

▲ 신청기간: 2011년 10월 12일 ~ 마감까지

▲ 신청방법: 온라인 신청

인천학부모지원센터(http://hbm.ice.go.kr)→학

부모교육→일반과정신청→강의 안내 및 신청

▲ 교육장소: 인천광역시평생학습관(인천지하철 동막역 3번 출구)

▲ 교육안내

강좌명	일 시	대상 인원 (인천시 관내)	장 소
우리 집 블로그 꾸미기(4회)	11월 8일(화)~29일(화) 매주 화요일/11:00~13:00	학부모 25명	인천평생학습관 3층 컴퓨터 강의실
자녀와 함께하는 제과·제빵 교실 (놀이 2회)	11월 12일(토), 26일(토) 10:00~13:00	학부모 12팀 (자녀1명+부모1명)	인천평생학습관 4층 제과·제빵 강의실
2012학년도 대입 설명회 (수능분석 2회)	11월 16일(수), 23일(수) 19:00~21:00	고교 학부모 100명	인천평생학습관 1층 다목적 강의실
사교육 없이 자녀교육 성공하기 (학부모 경험담) 2회	11월 17일(목), 24일(목) 10:00~12:00	학부모 70명	인천평생학습관 1층 다목적 강의실
부모역할수업 (P.E.T) 4회	11월 21일(월)~12월 2일(금) 매주 월, 금/10:00~12:00	학부모 40명	인천평생학습관 4층 그린인천 강의실
부모가 알아야 할 아이들의 미래 2회	11월 23일(수), 30일(수) 10:00~12:00	학부모 70명	인천평생학습관 1층 다목적 강의실

▲ 문 의: 인천광역시평생학습관 기획부

학부모교육팀 ☎032)899-1535, 1536

6·25전쟁 납북피해 신고 안내

정부는 6·25전쟁 중 납북피해 진상규명을 위한 법률이 제정(2010.9.27시행) 되어 6·25전쟁 중에 북한에 강제로 납북되신 납북자와 그 가족들의 피해사실을 파악하고 진상규명 및 명예회복을 위해 아래와 같이 피해 신고를 접수하고 있습니다. 국민 여러분의 많은 관심과 참여를 부탁드립니다.

▲ 신고기간: 2011년 1월 3일 ~ 2013년 12월 31일

▲ 신고장소: 신고인의 주민등록 주소지 관할 시·군·구

※ 해외거주자는 거주 또는 체류하는 국가의 대한민국 재외공관

▲ 신고대상: 전신납북자

※ 남한에 거주하고 있던 대한민국 국민(군인 제외)으로서 6·25전쟁 중(1950.6.25~1953.7.27 군사정전에 관한 협정 체결 전까지) 본인의 의사에 반하여 북한에 의하여 강제로 납북되어 북한에 억류 또는 거주하게 된 자

▲ 신고인 자격: 피해자와 친족관계에 있는 자

▲ 신고 구비서류

- 납북피해 신고서
- 가족관계 증명서와 제적등본
- 납북경위서
- 피해신고 사유를 증명할 수 있는 증거자료

▲ 자료제공: 6·25전쟁납북진상규명위원회 ☎1661-6250

제16회 농업인의 날 기념 한마음 대축제

- ▶ 기 간: 2011년 11월 4일(금)~11월 6일(일) 10:00~17:00
▶ 장 소: 문학경기장 동문광장 (약 6천여평)
▶ 계획인원: 2,000여명 (농업인, 유관기관·초청인사, 소비자 등) ※우리 구 배정된 농업인 90명
▶ 행사내용: 식전행사, 기념식, 농산물직거래큰장터 운영



『미추홀도서관 11월 행사』안내

시민건강강좌 ⑦

- ▶ 일 시: 11월 12일(토) 10:30 ~ 11:30
▶ 장 소: 미추홀도서관 3층 세미나실1
▶ 대 상: 건강에 관심있는 누구나 (50명 선착순)
▶ 강 사: 한영민 (인천성모병원 뇌신경센터 교수)
▶ 주 제: 뇌동맥류
▶ 접수방법: 전화(032-440-6662, 6665), 방문, 인터넷
※선착순 B형 간염 바이러스 항원항체 검사

해외문학상 수상도서 전시회

- ▶ 일 시: 11월 14일(월) ~ 12월 11일(일)
▶ 장 소: 미추홀도서관 1층 로비
▶ 대 상: 전체
▶ 내 용: 도서관 소장자료 중 노벨상, 풀리처상, 칼데콧상 등 해외문학상 수상도서를 전시

인천광역시 미추홀도서관 평생학습팀
☎ 032-440-6662, 032-440-6664

2011 전국생활체육 대축전

▶ 기 간: 2011년 10월 28일(금) ~ 10월 30일(일) [3일간]

- 개회식: 2011년 10월 28일(금) 17:00~20:30 / 문학월드컵경기장 주경기장 (사전·식전행사(60분), 공식행사(60분), 식후·축하행사(90분): 토티, 시크릿, 인피니트, 브라운아이드걸스, 태진아 등) ※출연진은 개인사정상 변경가능
• 폐회식: 2011년 10월 30일(일) 14:30~15:30 / 도원실내체육관

▶ 장 소: 인천광역시 전 지역

▶ 참 가: 15,000 여명 (16개 시·도 선수, 임원 등)

▶ 주최/주관: 인천광역시 / 인천광역시생활체육회, 국민생활체육회

▶ 주 제: 함께 열자! 건강의 꿈, 비상하자! 인천의 힘

▶ 표 어: 희망드림 인천체전, 건강누림 생활체전

▶ 상 징 물



▶ 개최종목: 3개 분야 51개 종목

구분	종목
정식종목(41)	축구, 육상, 배드민턴, 게이트볼, 정구, 탁구, 테니스, 볼링, 족구, 배구, 검도, 생활체조, 자전거, 야구, 농구, 당구, 합기도, 풋살, 스킨슈버, 패러글라이딩, 보디빌딩, 태권도, 국학기공, 등산, 인라인스케이팅, 낚시, 씨름, 탁구, 줄다리기
	공도, 철인3종, 골프, 사격, 승마, 국무도, 스쿼시, 윈드서핑, 라켓볼, 그라운드골프
	축구, 농구
장 애 인(6)	탁구, 배드민턴, 볼링, 테니스, 게이트볼, 당구 ※ 정식종목과 연계 추진
전시종목(4)	우슈, 론볼(장애인), 파크골프(장애인), e-스포츠경기

인천광역시 전국생활체육대축전 기획단 ☎ 032)458-7325

제20회 구민의 날 기념

제18회 월미건강달리기 대회

▶ 참가종목 및 자격

- 종목: 10km, 5km
- 일반인 참가 가능

▶ 신청방법

- 인터넷(www.incheonmarathon.co.kr) 접수
- 접수기간: 2011년 10월 30일한
- 전화접수: 032)452-0192~5
- 참 가 비: 20,000원
- 선 착 순: 1,000명

▶ 배번호 교부

- 대회 당일 본인 확인 절차 후 배번호 및 경품 응모권 배부(입금확인증 및 본인확인 신분증 지참)

▶ 참가선수 집결

- 11월 13일 08:00(월미공원 정문)

▶ 시상

- 10km 남/여 1위~5위 트로피(개인전)
- 10km 단체전(5인1조) 1위~5위 시상

▶ 기록측정

- 대회장에 설치되어 있는 계측 시계를 확인 후 본인이 직접 기입

▶ 기타사항

- 생수, 이온음료, 간식을 주로 및 골인지점에 배치
- 1km 구간별 거리 표시

▶ 기념품

- 블랙야크 T셔츠, 완주 기념메달, 간식



인천중앙 KRA Plaza와 함께하는 2011 희망 레이스

인천중앙 KRA Plaza가 지역사회의 희망을 위해 뛰고있습니다

주말에는 레저경마 축제, 평일에는 문화행사의 장소로, 소외된 이웃들을 위한 나눔과 봉사활동까지! 365일 쉬지 않고 달리는 희망 레이스가 펼쳐집니다

365일 희망으로 피어나는 - 인천중앙 KRA Plaza

2011년 문화교실 일정

강좌명	운영요일	운영시간	정원
노래교실	수요일	10:00 ~ 12:00	300명
차명댄스	수요일	13:00 ~ 15:00	50명
풍선아트	수요일	14:00 ~ 16:00	30명
꽃꽂이	목요일	13:00 ~ 15:00	30명
고전무용	목요일	10:00 ~ 12:00	50명

문의 ☎ 032)250-2500

즐거움 KRA Plaza를 지금 만나보세요!

지나친 사행행위는 도박 중독으로 개인과 가정의 파탄을 초래할 수 있습니다.

중소기업청
Small & Medium Business
Administration

시니어 창업

제작: 문화체육관광부 정책광고과 T)02-3704-9797

기분내! 퇴직했다고 하늘이 무너지는 것도 아니고 말야.

남의 얘기라고 쉽게 하는거야? 내가 지금 얼마나 막막한줄 알아?

2막 인생을 창업으로! 올라?

창업이 어디 쉬운 일인가? 될 말아야 하지.

시작했다가 말하기라도 하면 어떨런데.

시니어 창업 지원사업* 이라고 들어본 적 없어?

그런게 있었다니...

2011년에는 시니어 창업스쿨, 시니어 비즈플라자 들들.. 사업영역을 확대했다하니 많은 도움이 될꺼야.

시니어 창업스쿨
- 맞춤형 창업지원 프로그램으로 사업아이템 발굴, 홍보, 마케팅 등 이론부터 현장실습 등.. 시니어 비즈플라자
- 창업 준비공간, 자문 등을 제공하는 오프라인 공간

이외 시니어 비즈멘토 사업 시니어 전직 지원사업 등등.. 재취업 지원도 받을 수 있으니 잘 알아보라고.

고맙네 친구! 지금 알았어야 했어!

웃..웃...

근데 신청은 어디서 해야하지?

그러니까...후후

자세한 건 시니어넷(www.seniorok.kr)에 가보면 잘 알 수 있어.

중기청 시니어창업팀(042-481-3974)
소상공인진흥원 (042-363-7601 ~ 8)
홈페이지: 시니어넷(www.seniorok.kr)