



<b>메디케어</b> 4면	<b>어뉴이티</b> 8면	<b>부동산</b> 16면	<b>교육</b> 23면
돈내고 파트 A 가입해야 한다면 오바마케어 유지 가능	은퇴 후 보장된 수입 원한다면 어뉴이티 선택 바람직	주택 다운페이먼트 보조(DPA)로 내 집 마련 꿈 이룬다	절대 시로 에세이 작성하지 말아야



### 독자 광장

**미셸 김씨 대스밸리 관광기**  
대자연에 젖은 잠깐의 휴식  
소금호수 걸으며 봄빛 만끽

오랜만의 나들이다. 70세를 넘겼는데도 비즈니스를 운영하다 보니 몸이 예전만 못함을 자꾸 느낀다. 낮잠이라고는 자본적이었는데 오후가 되면 잠이 쏟아질 때도 있다.

힘을 잃지 않으려고 시간 날때마다 LA 뒷산을 오르내린다. 메디케어에서 제공하는 무료 집 이용권으로 한인타운 체육관(짐)에서 동생 같은 후배 '티나'와 수영도 하고 함께 또 골프 연습장에서 골프채도 휘두른다. 하지만 무언가 2% 부족하다. 잠시 일을 놓고 휴식을 취하는 시간이 필요한 것이 아닌가 싶다.

어느날 '티나'가 대스밸리 관광을 제안했다. "그래 오랜만에 봄바람도 쐬고 또 바쁘게 돌아가는 비즈니스도 던져버리고 훌거운 기분으로 대자연의 웅장함도 감상해 보자"는 마음에 따라 나섰다.

한인 관광회사를 따라 가는 1박 2일 코스. 라스베가스에서 하루 자고 대스밸리로 들어가 구경한 후 다시 LA로 돌아오는 일정이다.

지난 여름 큰 비가 내려 대스밸리의 명소중 하나인 '배드워트베신'(해발 -282피트)이 소금 호수로 변했다고 하니 소금물에 족욕도 할 겸 봄꽃 구경도 겸해 봄나들이에 나선 것이다.

21면에 계속

### 칼럼

교육 "미국대학 가볼까"	23
이경수의 미술이야기	24·25
이해우의 추천 시 / 이정아의 수필	26
문상열의 Insight sport	27
김동희 칼럼	30

## 부자 겨냥 '메디케이드 환수법' 저소득·중산층 집만 당해

### Cover story

55세이상 메디케이드 비용환수  
매년 세금으로 1,500억 달러 지원  
양로원, 홈케어 비용 환수 대상



미국에서 주정부 메디케이드(메디칼)를 받은 사람들이 죽으면 그동안 지원됐던 비용을 환수하는 법을 두고 찬반 양론이 또다시 가열되고 있다.

연방의회는 지난 1993년 55세 이상 메디케이드 수혜자가 양로원 또는 홈케어 비용을 메디케이드에서 받아 사용했다면 죽은 후 고인의 재산에서 환수한다는 '재산환수법'(Medicaid Recoveries Act)을 만들었다. 이 법은 부자들이 변호사를 동원해 재산을 돌려 놓거나 정리하고는 국민의 세금으로 운영되는 메디케이드로 양로원 비용을 받는 것을 금지하기 위한 목적이었다.

하지만 지난 수년간 부자들의 재산 환수가 아니라 '월급쟁이' 중산층이나 저소득 환자들이 평생 어렵게 모아 이룩해 놓은 집을 빼앗아 가는 결과를 가져왔다는 비판을 받아오고 있다.

지난달 일리노이의 연방 하원의원 잰 사코우스키는 '불공정한 메디케이드 재산환수법 중단'(Stop Unfair Medicaid Recoveries Act)법안을 재 상정하면서 이 문제가 전국

적으로 새로운 조명을 받고 있다. '재산환수법'의 당초 목적은 사라지고 오히려 저소득층이나 중산층 재산을 앗아가는 악법이 되고 있다며 이의 철회를 요구하고 나선 것

이다. 이 법안이 공화당이 장악하는 연방하원을 통과할 가능성은 없다. 공화당은 메디케이드 혜택 축소를 원하기 때문이다.

이 재산 환수법은 주마다 시행이 다르다. 뉴욕이나 오하이오는 매년 수억달러의 메디케이드 사용료를 재산에서 환수하는 반면, 알래스카와 애리조나는 수년간 고작 10여채의 주택에서 비용을 환수했다.

그렇다고 해도 재산 환수로 인해 다시 정부가 되찾아오는 비용은 메디케이드 총 지출금의 1%에도 미치지 못한다. 미국에서 메디케이드로 지불되는 양로원 지원금은 연간 1,500억달러에 달한다. 이들 중 상당액은 정말 가난한 저소득이나 양로원 비용을 조달할 능력이 부족한 중산층에게 지원되지만 적지 않은 금액이 많은 재산을 돌려 놓고 사는 부자들에게 돌아간다는 것이 문제다.

노인 지원단체 '저스티스인 에이징' 나탈리 킨 변호사는 "재산 환수 정책이 저소득층을 겨냥해 만들어 졌다고 생각하지는 않지만 결국 그렇게 돼 버렸다"고 말했다.

일부에서는 주정부가 메디케이드 신청자에게 재산 환수 규정을 정확하게, 충분히 설명해 주고 재산을 넘겨 줬는지의 여부를 확인하는 '조사기간'(lookback)을 늘리는 법을 만들어야 한다고 개혁의 목소리를 높이고 있다.

10면에 계속

김정섭 기자 john@usmetronews.com

**가장 신뢰할 수 있는 '시니어 메디케어' 폴선 메디케어 전문가**

**무료 상담** "꼭 필요한 플랜으로 도와 드립니다"

CA Lic.#OF44756 CA Lic.#OH49868

폴선 자넷(영희) 전 (213)503-6897 / (323)767-6872

**생명보험 · 연금 · 상속계획 · 롱텀케어**

**폴 김** (213) 949-9499

**서 영 민** (213) 738-0082

**뉴욕라이프**

CA Insurance License # 4186507 SMRU 6003613.1 CA Insurance License # 0F32207

# 믿을 수 있는 최고의 의료진

# 서울 메디칼 그룹

호그 병원  
Hoag Hospital

애너하임 리저널 병원  
Anaheim Regional Medical Center

세인트 주드 병원  
ST. Jude Medical Center

시더스 사이나이 병원  
Cedars-Sinai Medical Center

UCLA 병원  
UCLA Medical Center

세인트 조셉 병원  
ST. Joseph Medical Center

할리우드 차병원  
Hollywood Presbyterian Medical Center

U.S. 최고의 대형 병원들과 함께합니다.

**SMG** 서울 메디칼 그룹  
SEOUL MEDICAL GROUP

SEOUL MEDICAL GROUP



# 건강 나쁘고 재정 쪼들린다면 소셜 연금 조기 신청

**70세까지 기다리면 최대 금액 가능  
 부부간 나이차 많다면 조기 신청 유리  
 조기 신청후 풀타임 일하면 연금 일부 공제  
 35% 건강 문제로 은퇴해 일찍 연금 수령**

소셜시큐리티 베니핏(이하 소셜연금)은 언제 받아야 유리할까. 이런 질문을 자주 받는다.

당연히 70세까지 기다렸다가 받는 것이 가장 유리하고 가장 많은 돈을 받는다.

소셜연금은 62세부터 받을 수 있다. 일을 하지 않았어도 배우자 또는 이혼 배우자가 10년이상 일을 해서 소셜시큐리티 세금을 낸 기록(40 점)을 가지고 있다면 배우자 자격으로 소셜 연금을 받을 수 있다.

만약 배우자와 사별했다면 60세부터 받을 수 있고 장애가 있다면 50세부터도 가능하다.

그런데 62세부터 받기 시작하면 받아야 할 소셜연금을 100% 다 받지 못한다. 연령에 따라 최대 30% 까지 깎여서 받는다. 100%를 받으려면 만기 은퇴정년(FRA, Full Retirement Age)까지 기다려야 한다.

FRA는 출생 연도에 따라 다르다. 1960년생 이후부터는 67세가 정년이고 1959년생은 66세 10개월, 1958년생 66세 8개월, 1957년생 66세 6개월, 1956년생 66세 4개월이 정년이다.

이 만기정년 FRA가 지나서도 소셜 연금을 신청하지 않으면 매년 8%씩 연금이 복리로 불어난다.

참고로 올해 만기 은퇴 연령자가 받는 최대 연금을 월 3,822달러이고 62세에 받는 최대 연금은 2,710달러, 70세까지 미뤘다가 받는다면 올해 최고 4,873달러를 받는다.

배우자 자격으로 받는 연금 역시 일찍 받을수록 금액이 깎인다.

배우자는 근로기록이 있는 남편 또는 부인이 FRA에 받는 소셜연금의 최대 50%까지 받는다. 하지만 배우자가 FRA 이전 62세에 조기 신청해 받는다면 남편 또는 부인 연금의 35%까지만 받을 수 있다.

다른 소득 없이 오로지 소셜연금만 받고 살아가야 한다면 당연히 소셜 연금을 늦게 받는 것이 유리할 것이다. 하지만 소셜 연금을 부득이 일찍

받아야 할 경우도 생긴다.

### 건강이 나쁘거나 오래 살지 못할 것 같다

가장 최근 자료인 2021년 미국인 남성의 평균 기대수명은 73.2세, 여성은 79.1세로 나타났다.

하지만 건강이 나쁘거나 평균 기대수명보다 일찍 죽을 것 같다고 생각된다면 소셜 연금을 늦게 받는 것이 큰 의미는 없다.

소셜연금을 조기 신청해 받을 때와 늦게 받을 때의 총 합계가 같아지는 시점을 우리는 '브레이크인 에이지'(breakeven age, 손익분기점 나이)라고 부른다.

만약 62세에 받는 사람의 손익분기 나이는 대략 76~80세다. 특히 70세에 받는 경우의 손익 분기 연령은 85세로 크게 늘어난다. 건강이 나쁘다면 62세부터 받아야 평생 더 많은 소셜연금을 받고 죽을 수 있다.

### 배우자와의 나이차이가 5세 이상이다

결혼했고 부부 모두 최대 소셜연금을 받을 수 있다면 부부중 한명은 소셜 연금을 조기 신청하는 것도 좋다.

부부중 나이가 젊은 배우자가 일찍 연금을 받기 시작하다가 나이가 다른 배우자는 70까지 기다렸다가 받는 방법이다. 만약 나이트 배우자가 죽는다면 일찍 연금을 받는 배우자는 죽은 배우자의 연금으로 바뀌 받을 수 있다.

### 생활비 조달이 어렵다

소셜 연금을 받아야만 생활이 가능하다면 더 기다릴 필요 없이 만기 연령 이전에 연금을 받는다. 물론 연금 액수는 줄어들 것이지만 그래도 생활에 큰 도움을 받을 수 있다.

이런 경우라도 가능한 버티다가 소셜 연금 수령을 늦게 하는 것도 좋다. 잠시 허리띠를 졸라매고 수개월 또는 1년 이상 버티면 대략 8%의 연금을 더 받을 수 있다.

건강 문제가 생활비 조달의 어려



움과 직결될 수 있다.

2023년 '종업원혜택연구소'가 실시한 설문조사에서 35%의 응답자가 건강문제와 장애로 일찍 은퇴했다고 밝혔다. 또 38%는 조기 은퇴를 배우자 또는 가족을 돌보기 위해서라고 답했다. 이런 경우라면 의료비 조달 등의 이유에서라도 일찍 받아 메디케어 연령 65세까지 버텨야 할 것이다.

### 장애를 가진 성인 자녀의 부모

만약 웰페어라고 불리는 보충안전 수입(SSI) 수혜 자격이 되는 성인 자녀를 둔 부모라면 일찍 연금을 신청하는 것도 좋은 방법이다.

### 소셜시큐리티 시스템이 조만간 붕괴될 것 같다고 생각한다면

요즘 미국 소셜시큐리티 베니핏 재정이 10년 지나면 고갈될 것이라는 암울한 소식이 나온다. 만약 최악의

경우가 발생한다면 만기 은퇴 연령이 되어도 연금을 100% 받지 못하고 대략 25~30% 줄어든 금액을 받게 된다.

물론 연방 의회에서 최악의 상황을 막기 위해 세금을 인상하거나 만기 은퇴 연령을 70세까지 늦추는 방안 등 다양한 대책을 세울 것이다.

하지만 그래도 믿지 못하겠다면 조금이라도 일찍 신청해 받는 것이 좋을 것이다.

소셜연금은 한번 시작하면 생활비 인상분을 제외하는 더 이상 올라가지 않는다. 만약 오래 살 것 같고 또 당장 현금이 필요하지 않다면 가능하면 늦게 신청해 최대 금액을 받는 것이 최선의 방법일 수 있다.

### 조기 신청할 때 주의할 점

소셜 연금을 조기 신청해 받았다고 한다면 몇가지 유의해야 할 점이 있다.

소셜 연금을 조기 신청해 받으면 풀타임으로 근로 소득을 올린다면 소셜연금을 전액 받지 못한다.

2만 1,400달러 이상의 근로소득이 있다면 초과된 금액 2달러당 1달러씩 소셜 연금에서 공제돼 지불되는 점이다. 예를 들어 3만 달러를 벌었다면 초과 금액 8,600달러(3만 달러 - 2만 1,400달러)의 절반인 4,300달러가 소셜 연금에서 제해된다는 것이다. 소셜연금을 연 2만 달러 받는다면 실제 지불되는 연금은 1만 5,700달러다.

하지만 공제된 4,300달러가 없어 지지는 않는다.

나중에 만기 은퇴 연령이 지난 후부터는 그동안 공제 됐던 금액이 모두 연금에 가산돼 분할 지불된다.

따라서 풀타임일을 계속하면서 조기 연금을 신청한다면 잘 계산해 보고 결정하는 것이 좋다.

김정섭기자 john@usmetronews.com

## 65세의 큰 선물!!

**메디케어 신청, 모든플랜 선택 및 변경 도와드립니다.**

To speak with a Licensed Agent



### 이정인 (213)503-1810

(Jessica J. Kim) foxrainlady@gmail.com

무료 상담

메디케어, 오리지널, Supplement, PDP(약보험) 메디칼, Extra Help(보조) 본인에게 적합한 맞춤형 플랜

#OG15778

# 돈내고 파트 A 가입해야 한다면 오바마케어 유지 가능

파트 A 무료로 받는다면 메디케어 가입해야  
가입하지 않으면 더 이상 보조금 못받아  
메디케어 가입자에게 오바마케어 팔면 위법  
ESRD 앓고 있다면 메디케어 대신 오바마케어 가능

**A** 다음달이면 65세가 된다. 그런데 메디케어 자격이 되지 않아 파트 A를 가입하려면 돈을 내야 한다. 근로 기록이 충분하지 않기 때문이다. 이럴 경우 메디케어에 가입하지 않고 오바마케어를 통해 가입한 일반 보험을 계속 가지고 있어도 되나.

**Q** 된다. 일반적으로 65세가 됐는데도 메디케어 파트 A를 무료로 받지 못한다면 오바마케어를 통해 건강보험에 가입할 수 있다. 하지만 불법 체류자는 해당이 되지 않는다.

불법체류 신분이라면 메디케어 가입 크레딧 40점 이상을 확보했다고 해도 메디케어 혜택을 받지 못하며 오바마케어를 통해서도 보험 가입이 되지 않는다. 다만 오바마케어를 통하지 않고 직접 건강보험사를 통해 가입할 수는 있다. 건강보험회사들은 체류 신분에 차별을 둘 수 없다.

앞선 질문으로 돌아간다면 오바마케어를 통해 보험에 가입해도 보험료 보조 혜택을 그대로 받을 수 있다.

### 메디케어 규정

직장 건강보험(20인 이상 직장)을 가지고 있지 않는 한 65세가 되면 메디케어 파트 A와 파트 B에 가입해야 한다. 오바마케어를 가지고 있다고 해도 메디케어에 가입해야 한다.

가입은 65세 생일이 되는 달 전후 3개월씩 총 7개월 동안 가입해야 한

다. 만약이 가입기간을 놓치면 이듬해 1~3월 일반 가입기간(OEP)에 가입해야 하며 가입하지 않은데 따른 벌금을 매달 평생 내야 하므로 주의해야 한다.

메디케어를 가입하기 위해서 오바마케어를 취소할 필요는 없다. 메디케어 파트 A가 시작되는 달 바로 전 달에 오바마케어 보험 거래소와 보험회사에 통보하면 된다.

근로 기록(40점)을 가지고 있어 무료로 파트 A(병원플랜)를 받는다면 오바마케어를 가지고 있다고 해도 파트 A가 시작되는 달부터 더 이상 오바마케어 보조금을 받지 못한다. 이때부터는 오바마케어 보험을 가입하고 있어도 보험료 전액 가입자가 부담해야 한다는 말이다.

주정부에서 오바마케어를 통해 계속 보험료 보조를 해 준다고 해도 연방세금보고를 할 때 그동안 받았던 보조금을 모두 돌려줘야 한다.

또 메디케어에 등록하면 이듬해 오바마마케어를 갱신이 되지 않는다. 보험 에이전트가 희망 가입자들이 메디케어를 가지고 있다는 사실을 알면서도 오바마케어를 판매하는 행위는 금지된다.

### 보험료를 내고 파트 A에 가입해야 한다면

무료 메디케어 파트 A 가입 자격이 되지 않는 경우는 다른 규정이 적용된다.

가입 당사자 또는 배우자의 근로 기록이 최소 40점(10년) 이상을 가지고 있다면 메디케어 파트 A는 무



료로 제공받는다.

하지만 근로 기록이 이에 미치지 못하고 30~39점이라면 월 278달러를 내고 가입해야 하고 30점 미만이라면 505달러를 내야 가입할 수 있다.

메디케어 파트 A를 무료로 받을 수 없다면 65세가 되어도 메디케어에 가입하지 않고 오바마케어에 계속 머물 수 있다. 또 보조금도 계속 받을 수 있다. 그러나 이런 경우라면 잘 생각해 보고 결정해야 한다.

나중에 메디케어에 가입하겠다고 결정하게 되면 매년 1~3월 일반 가입기간만 이용해야 한다. 또 파트 A와 파트 B를 늦게 가입한데 따른 벌금도 내야 한다.

### 말기 신장질환이 있다면

말기 신장질환(End-Stage Renal Disease, ESRD)을 가지고 있다면

메디케어에 가입하지 않고 계속 오바마케어 보험을 사용할 수 있다.

ESRD를 앓고 있는 사람은 메디케어 가입을 꼭 하지 않아도 된다. ESRD를 앓고 있고 메디케어 파트 A와 파트 B에 가입하지 않았다면 오바마케어 보험을 유지할 수 있다는 말이다. 이런 경우에는 오바마케어 보험료 보조금 또는 기타 의료비를 계속 받을 수 있다.

하지만 파트 A에 가입해 혜택이 시작되면 오바마케어를 통한 보조금은 더 이상 지불되지 않을 것이다.

그런데 현재 메디케어를 통해 ESRD 치료를 받고 있다면 메디케어를 포기하고 오바마케어 보험에 가입할 수는 없다.

ESRD로 메디케어를 받고 있다면 정기적인 투석을 중단하고 난 1년 후 또는 신장 이식을 받은 후 36개월 이후에는 메디케어 혜택이 중단된다.

그러나 메디케어로 혜택을 받고 있다가 오바마 케어를 통한 보험으로 바꾸려면 그동안 메디케어에서 커버해 줬던 모든 비용을 돌려줘야 하며 또 소셜시큐리에서 받은 혜택 역시 되돌려줘야 한다.

모든 비용을 갚으면 메디케어는 전혀 메디케어를 사용한 적이 없는 것처럼 메디케어 취소 절차를 진행한다.

### 메디케어를 가지고 있는데 오바마케어를 통해 치과만 가입할 수 있나

대부분의 경우 안된다.

각 주정부 운영 오바마 케어 보험 거래소는 조금씩 규정이 다르므로 지역 에이전트에게 확인해 보는 것이 좋다. 하지만 연방정부 통합 보험 거래소(HealthCare.gov)를 통해 치과 보험에 가입하려면 반드시 건강보험과 함께 가입해야 한다. 만약 별도의 치과 보험에 가입하려면 오바마케어를 통하지 않고 직접 치과 보험회사를 통해 가입하면 된다.

### 오바마케어 보험에서 제공하는 처방전 플랜이 메디케어 파트 D 처방전 플랜과 동일하게 취급되나?

메디케어 처방전 플랜인 파트 D가 63일이 지난후에도 연속 가입돼 있지 않으면 나중에 가입할 때 벌금을 내야 한다. 이 벌금을 면제받으려면 반드시 연방정부가 인정하는 처방전 플랜을 가지고 있어야 한다.

그런데 오바마케어를 통해 가입하는 건강보험의 약 처방전 플랜은 연방정부의 파트 D 기준을 맞출 필요는 없다. 따라서 오바마케어 보험을 선택할 때에는 정부가 인정해 주는 수준의 처방전을 제공하는지 매년 확인해야 한다.

김정섭 기자

65세가 되셨나요? **시니어 건강보험**

메디케어 신청과 가입 상담

HMO (어드밴타이지 플랜) Supplement 플랜 (보조보험 PPO) 처방약 보험

홍은주 Eun-Joo Powell Cell: (909) 576-3236

CA Lic #0L06761

<메디케어>

# 메디칼 가입자는 분기별로 메디케어 변경 가능

**특별 가입기간(SEP) 적용돼 플랜 변경  
오리지널 메디케어로 또는 파트 C로  
메디칼 자격 잃었다면 3개월 이내 변경  
4월 변경했다면 5월부터 플랜 시작**

**A** 메디케어에 가입돼 있다. 그런데 플랜이 마음에 들지 않아 바꾸려고 했더니 가입 기간이 지나 특별한 사유가 있지 않는 한 연말까지 기다려야 한다고 한다. 특별한 사유란 어떤 것을 말하나.

직장 은퇴 보험은 2차 보험이다. 만약 나중에 메디케어에 가입하려면 별금을 내야하므로 주의해야 한다. 연방 정부는 근로 크레딧 40점(10년) 이상을 가지고 있는 가입자 또는 배우자에게 65세가 되면 메디케어 건강 보험을 제공한다.

**Q** 메디케어 플랜에 등록돼 있다면 특별한 사유가 없는 한 바꿀 수 있는 기간이 제한돼 있다. 예를 들어 메디케어와 저소득층에게 지원되는 메디케어 보험을 가지고 있는 메디-메디 가입자들은 매 분기마다 한번씩 플랜을 바꿀 수 있다.

**오리지널 메디케어**  
연방정부에게 제공하는 메디케어 건강 보험은 병원을 커버해주는 파트 A와 의사의 진료 행위를 지원하는 파트 B로 구분된다. 이를 연방 정부에서 전통적으로 주는 보험이라고 해서 ‘오리지널 메디케어’라고 부른다. 한인들에게는 PPO라는 이름으로 통용되지만 이는 잘못된 표현으로 이로 인해 나중에 혼란을 겪는 한인 가입자들도 많다.

또 다른 지역으로 이사를 하거나 메디케어나 연방정부 처방전 지원 프로그램인 엑스트라 헬프 자격을 받았거나 이 자격이 중단됐을 때도 한차례 변경할 수 있다.

근로 점수 40점이 넘는다면 누구나 파트A를 무료로 받을 수 있지만 파트 B는 보험료를 내야 한다. 2024년 표준 보험료는 174.70달러이며 연소득 독신 10만 3,000달러 이상, 부부 20만 6,000달러 이상이면 최고 594달러까지 보험료가 책정된다.

심장병, 당뇨 등 만성 질환 진단을 받았어도 이들 질환에 특화된 메디케어 플랜에 새로 가입할 수도 있다.

### 메디케어

메디케어는 65세 이상 미국 시민권자 또는 메디케어 신청 시기 이전에 5년 연속 미국에 거주한 영주권자에게 제공되는 미국 시니어 건강보험이다. 65세가 되지 않았어도 루게릭 병, 말기 신장질환(ESDR)을 앓고 있거나 소셜시큐리티국으로부터 장애인 판정을 받고 장애인 연금을 24개월 이상 받은 사람도 가입할 수 있다.

**메디케이드를 가지고 있다면**  
메디케어는 연방정부에서 제공하는 건강보험이다. 하지만 모두 공짜는 아니다. 일정 부분 가입자가 보험료와 치료비를 부담해야 한다. 그런데 재정적으로 어려운 저소득층에게는 보험료와 치료비, 의사의 처방전 약값 부담이 만만치 않다.

65세 이상 메디케어의 경우 65세가 되는 생일달 전후로 3개월씩 총 7개월 동안 메디케어에 가입한다. 물론 가입하지 않아도 된다. 하지만 나중에 가입하면 별금을 내야 한다.

이런 저소득 층에게는 메디케어 이외에도 주정부가 연방정부 지원을 받아 지원하는 메디케이드가 함께 제공된다. 메디케이드는 주마다 다른 이름을 사용할 수 있다. 캘리포니아는 메디칼(Medi-Cal)이라고 부른다.

다만 20인 이상 직장에서 제공하는 직장 건강보험에 가입해 있다면 직장에 다니는 동안에는 메디케어 가입을 미뤄도 된다. 그러나 직장을 그만둔다면 직장에서 은퇴자에게 제공하는 은퇴자 건강보험이 있다고 해도 메디케어에 가입해야 한다. 이런 경우 메디케어가 1차보험이고

65세 이상 시니어는 메디케어가 1차 보험이고 메디케이드가 2차 보험 역할을 해 준다.

메디케어가 커버해 주지 않는 비용은 메디케이드에서 대신 지원해 준다고 보면 된다.



보험료도 메디케이드에서 대신 내주고 가입자가 부담해야 하는 부담금 역시 메디케이드에게 지급한다. 또 비싼 약값 역시 메디케이드에서 지불한다.

메디케이드를 받으려면 소득이 낮아야 한다.

주정부에 따라 연방 빈곤선 100% 또는 138%의 수입 이하이면 모든 비용을 지원해주는 풀-메디케이드 자격을 준다.

캘리포니아의 경우는 138% 이하의 소득자에게 메디케이드(메디칼)을 지원한다. 독신 연 소득 2만 783달러(월 1,731달러), 부부 2만 8,208달러(월 2,350달러) 미만이면 풀-메디칼(full-Medical)을 받을 수 있다.

### 메디케이드를 받았다면

수입등 자격 기준이 맞아 풀-메디케이드를 받았다면 메디케어에서 지불하지 않은 의료 비용은 모두 메디케이드에서 지원한다.

메디케이드는 연중 언제라도 신청해 받을 수 있다. 따라서 메디케어를 가진 시니어가 메디케이드까지 받았다면 ‘특별 가입기간’ (special enrollment period, SEP)이 적용돼 연중 언제라도 가입할 수 있다.

어떤 경우는 반대로 수입이나 재산으로 인해 메디케이드 자격을 잃

을 수도 있다. 이때에도 특별한 사유가 발생한 것이므로 SEP이 적용돼 자격을 잃은 달부터 3개월 이내에 메디케어만 지원하는 보험으로 바꿔야 한다.

메디케이드를 받아 보험에 가입했다면 9월까지 매 분기마다 한번씩 보험을 바꿀 수 있다.

1~3월, 4~6월, 7~9월 매 분기마다 보험을 바꿀 수 있으며 마지막 분기에는 메디케어 정기 가입 기간인 10월 15일~12월 7일(AEP) 기간에만 변경이 가능하다.

따라서 메디케이드(메디칼)을 가지고 있다면 매 분기마다 원하는 플랜으로 한번만 변경할 수 있다.

이번달이 4월이므로 4월부터 6월

까지 한차례 변경하고 플랜이 마음에 들지 않는다면 7~9월 중 또 한차례 바꿀 수 있다는 말이다.

이때 변경한 플랜은 가입 신청을 낸 다음달부터 사용할 수 있다.

예를 들어 4월에 가입했다면 5월부터 보험이 유효하고 5월에 변경했다면 6월부터 플랜이 시작된다.

메디케어는 간단해 보이지만 매우 복잡한 구조를 가지고 있다. 따라서 보험 등록에 앞서 충분한 이해가 매우 중요하다. 자칫 가입자에게 맞지 않는 플랜을 선택해 고생하는 경우도 많기 때문이다.

반드시 전문 보험 에이전트를 찾아 충분한 설명을 듣고 가입할 것을 권장한다. 김정섭 기자

\*\*\* 나이에 따른 차별을 하지 않습니다.

## 시니어 건강보험 무료상담

- ☑ 1958년생 65세 되시는 분
- ☑ 직장보험에서 떠나시는 분
- ☑ 타주/카운티에서 이사하시는 분
- ☑ 파트 A나 B를 늦게 받으신 분
- ☑ 메디케어 / 메디칼 가지신 분
- ☑ 메디칼 신규 또는 상실되신 분

**허만진 213.700.8150**

# 은퇴플랜

## 롱텀케어 보험 구입한다면 인플레이션 적용 필요

65세 여성 16만 5,000달러 구입하면 월 352.50달러  
20~30년 후 화폐가치 반토막 가능성  
나이 젊을수록 보험료 싸고  
수명 긴 여성이 남성보다 더 비싸

요즘 장기 간병 보험(롱텀케어 보험)에 대한 관심이 어느 때보다 높아지고 있다. 사람의 수명이 길어지면 서 말년에 침대에 누워 간병을 받으며 살아갈 가능성도 그만큼 늘어나기 때문이다.

그렇다면 롱텀케어 필요한 보험은 얼마정도가 적당할까. 현재 68세라고 가정하고 월 보험료가 600달러를 지불한다면 과연 말년을 대비한 좋은 투자가 될 수 있을까.

### 롱텀케어 보험이란

롱텀케어 보험은 양로원 등 요양시설에 입원하거나 집에서 누워 누군가의 도움을 받으며 살아갈 때의 비용을 지불해 준다.

롱텀케어 보험은 일반적으로 간병 비용 이외의 의료비용은 커버해 주지 않는다.

예를 들어 양로원에 거주하면서 의사의 진료를 받아야 한다고 가정한다면 롱텀케어 보험은 양로원 거주 비용을 지불할 것이고 의사 진료 비용은 건강 보험 또는 메디케어 보험이 커버해 준다.

그런데 건강보험과 메디케어는 시설 거주비를 지원해 주지 않는다. 다시 말해 방이나 식사 등의 기숙 비용은 지불해 주지 않는다는 것이다. 이 때문에 은퇴 플랜을 세울 때 빼놓을 수 없는 매우 중요한 요인이 롱텀케어 간병 비용 조달 방법이다.

‘아메리칸 카운슬 언 에이징’(미국 고령화 위원회)는 2021년 양로원에 입원하면 연 10만 달러는 족히 들어간다고 밝혔다. 그런데 보험사 견würs에 따르면 앞으로 10년 후인 2034년 양로원 독방 거주 중간값은 월 1만 3,267달러까지 치솟을 것으로 나타났다. 대다수 미국인들이 감당할 수 있는 금액을 훌쩍 넘어선 금액이다.

저소득층에게 제공되는 메디케이

드(캘리포니아는 메디칼)는 양로원 거주비용을 대신 지불해 준다.

하지만 메디케이드를 받으려면 각 주정부가 정한 수입과 재산 한계치 이하가 되어야 한다.

메디케이드는 연방정부와 주정부가 공동으로 운영하는 극빈자 지원 건강보험 프로그램이다. 따라서 각 주정부가 연방정부의 일정 가이드를 기준으로 독자적으로 수입과 재산 한계를 정할 수 있다.

참고로 캘리포니아주는 올해부터 보유 재산을 자격 기준 결정에 포함시키지 않는다. 다시 말해 재산을 보지 않고 오직 수입만 보고 메디케이드(메디칼) 자격을 결정한다는 것이다.

그렇다고 해도 수입이 많지도, 적지도 않은 중산층 은퇴자에게는 메디칼이 먼 나라 이야기가 될 수 있다.

캘리포니아는 그나마 자격 기준이 크게 완화된 편이다.

양로원에 입원하지 않는 배우자에게 일정 금액의 생활비를 제외한 수입이 양로원 입원비보다 낮으면 주 정부에서 부족한 비용을 ‘비용공유’(Share of Cost, SOC) 메디칼로 대신 지불해 준다.

하지만 모든 주정부가 캘리포니아처럼 관대하지는 않다. 이런 주에서 거주한다면 양로원 등 요양시설 입원비 마련을 위해 재산을 정리하고 집을 팔아야 할 것이다.

롱텀케어 보험은 이런 불상사를 막기 위한 최소한의 은퇴 플랜이다.

### 롱텀케어 보험 비용 결정하기

롱텀케어 보험은 구입할 당시 월 또는 연간 보험료를 결정한다.

롱텀케어가 필요한 단계에 오면 보험회사는 계약했던 약정 금액까지 지불한다.

예를 들어 연 10만 달러 지불 보험에 가입했다면 매년 첫 10만 달러를 보험사가 지불해주고 나머지는 가입자가 부담한다. 일부 보험은 죽을 때까지 비용을 커버해 준다.

보험료는 ▲몇 살에 롱텀케어보험을 구입하는지 ▲성별 ▲지불금 정도 ▲지불 기간(무한정 지불 또는 일정 기간만 지불) ▲인플레이션 적용 여부(매년 일정 페센테이지로 지불금이 증가)에 따라 달라진다.

보험료는 젊을수록 싸다. 롱텀케어에 들어가려면 아직 많은 기간이 남았다고 보험사가 판단하기 때문이다.

남성보다 여성의 보험료가 비싸다. 여성의 기대 수명이 더 길어서 요양시설에 입원하면 남성보다 더 오래 살 가능성이 높다는 이유다.

또 인플레이션으로부터 지불금을 보호하는 플랜을 선택하면 보험료는 비싸질 것이다.

보험 지불금에 매년 2% 인플레이션을 적용한다면 향후 30~35년 정도면 보험 지불금은 두 배로 뛰어오른다. 현재 55세가 인플레이션을 적용하지 않은 보험을 구입했다면 85세에 지불되는 화폐 가치는 지금의 절반에 그치게 된다. 소비력이 반토막으로 떨어진다는 말이다.

### 월 보험료 600달러?

현재 68세의 독신자가 월 600달러를 내면서 롱텀케어 보험을 구입했다면 너무 비싼 것일까. 우리가 기억해야 할 것이 있다. 롱텀케어 보험은 결코 싸지 않다. 또 나이가 들어서 구입하면 더 비싼 보험료를 내야 한다. 하지만 600달러까지 보험료를 낼 필요는 없을 것이다.

미국 장기간병 보험협회에 따르면 보험료로 월 100~400달러가 적당하다는 것이다. 물론 비용과 커버리지는 다양하다.

대표적으로 보험 지불금 최대 16만 5,000달러의 롱텀케어에 2% 인플레이션을 적용한다고 가정한다면 ▲55세 남성은 연 보험료 1,650달러(월 137.50달러) ▲55세 여성은 연 2,725달러(월 227달러) ▲65세 남성 연 2,600달러(월 217달러) ▲65세 여성 연 4,230달러(월 352.50달러)다.

앞서 제시한 것처럼 68세에 월 600달러는 지나치게 많은 금액이지만 꼭 그렇지는 않다.

예를 들어 65세 여성이 5% 인플레이션을 적용했다면 보험료는 연 7,225달러로 월 600달러를 넘는다.

예전에는 많은 보험사들이 롱텀케어 보험을 판매했지만 보험사들이

### 나이와 성별 인플레이션 적용 연보험료(단위: 달러)

55세 남성		55세 여성	
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
인플레이션 적용 안함	950달러	인플레이션 적용 안함	1,500달러
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
매년 1%씩 증가	1,375달러	매년 1%씩 증가	2,150달러
매년 2%씩 증가	1,750	매년 2%씩 증가	2,815
매년 3%씩 증가	2,220	매년 3%씩 증가	3,700
매년 5%씩 증가	3,685	매년 5%씩 증가	6,400

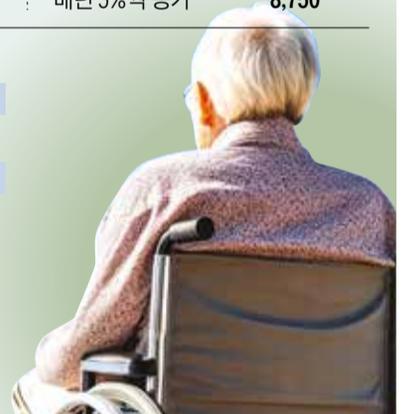
60세 남성		60세 여성	
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
인플레이션 적용 안함	1,175달러	인플레이션 적용 안함	1,900달러
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
매년 1%씩 증가	1,600달러	매년 1%씩 증가	2,250달러
매년 2%씩 증가	2,000	매년 2%씩 증가	3,300
매년 3%씩 증가	2,525	매년 3%씩 증가	4,300
매년 5%씩 증가	3,800	매년 5%씩 증가	6,600

65세 남성		65세 여성	
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
인플레이션 적용 안함	1,700달러	인플레이션 적용 안함	2,700달러
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
매년 1%씩 증가	2,165달러	매년 1%씩 증가	3,400달러
매년 2%씩 증가	2,600	매년 2%씩 증가	4,230
매년 3%씩 증가	3,135	매년 3%씩 증가	5,265
매년 5%씩 증가	4,200	매년 5%씩 증가	7,225

55세 부부		60세 부부	
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
인플레이션 적용 안함	2,080달러	인플레이션 적용 안함	2,600달러
약정금 16만 5,000		약정금 16만 5,000	
매년 1%씩 증가	3,000달러	매년 1%씩 증가	3,525달러
매년 2%씩 증가	3,870	매년 2%씩 증가	4,525
매년 3%씩 증가	5,025	매년 3%씩 증가	5,800
매년 5%씩 증가	8,575	매년 5%씩 증가	8,750

65세 부부	
약정금 16만 5,000	
인플레이션 적용 안함	3,750달러
약정금 16만 5,000	
매년 1%씩 증가	4,735달러
매년 2%씩 증가	5,815
매년 3%씩 증가	7,150
매년 5%씩 증가	9,675

※미국 롱텀케어 보험협회가 2023년 소비자들이 선정한 롱텀케어 보험사들을 대상으로 문의한 연간 프라이스인덱스 연령별 보험료. 16만 5,000달러 커버리지로 건강 상태는 '선호 건강' 보다 낮은 단계의 '선택적 건강' 을 기준으로 한다. 선택적 건강은 선호 건강보다 보험료가 더 비싸다. 인플레이션을 적용하지 않았을 때와 적용했을 때를 비교했다. 일리노이주 예로 들어 55세 구입자가 85세 됐을 때 16만 5,000달러 약정금은 인플레이션에 따라 22만 2,400달러(1% 적용), 29만 8,900달러(2%), 40만 500달러(3%)로 복리가 적용돼 오른다. 보험료는 물론 주마다 다르다.



손해를 보는 경우가 많아 지금은 소수의 보험회사만 신규 롱텀케어 보험을 판매하고 있다. 뉴욕라이프를 시작으로 뮤추얼

오브 오마하, 트리덴트, 내셔널 가디언 라이프, 노스웨스턴 뮤추얼 라이프, 뱅커스라이프가 판매한다. 존 김 기자 john@usmetronews.com

\* 광고에 나오는 인물들은 모두 실제 환자는 아니며 서울 메디칼 그룹의 모델들을 알려드립니다.

# 서울 메디칼 그룹

## 건강 1등케어



홍재경 아나운서

왜 1등 케어야?  
나도 궁금해~

내 주치의가  
나에 대해  
젤로 잘 알아~

리퍼가 얼마나  
빠른지. 난 벌써  
안과 갔다 왔어!

주치의  
선생님 최고!

윤경빈 아나운서

### SMG 주치의한테 방문해 볼까?

- 1등케어** 어르신들~ 건강하실때 미리미리 예방을 위해 check하시는거 아시죠?  
주치의 선생님은 평소 땀 지병 진단과 검진도 하시지만  
예방을 위해 꼼꼼히 정기적인 건강 관리도 해주십니다.
- 1등케어** 어딘가 아픈곳이 있으실 경우에는 신속하게 판단,  
맞는 전문의 선생님께서 빠르게 리퍼를 도와 드립니다.
- 1등케어** 헬스플랜들과 연계하여 치과, 침술, 한방 혜택 등  
다양한 의료 혜택을 누리실 수 있습니다. (헬스 플랜 의료 혜택과 관련된 내용은 개인 사정에 따라 달라지니  
반드시 보험 에이전트와 상의 하세요.)
- 1등케어** 처음 방문한 후 나의 가족력까지도 알고 진료해 주는  
메디케어 HMO 주치의는 역시 서울 메디칼 그룹입니다.



건강보험 에이전트와 상의하시고 나에게 적합한 헬스플랜을 선택, 서울 메디칼 그룹 주치의를 선택하시면 됩니다.

TEL 213.389.0077 • 800.611.9862

## 어누이티

## 은퇴 후 보장된 수입 원한다면 어누이티 선택 바람직

401(k)등 직장 제공 은퇴 연금플랜을 가진 한인들이 직장을 그만두면 IRA 등 개인 은퇴 계좌로 옮기거나 은퇴 연금보험인 '어누이티'(annuity) 옵션을 생각한다. 물론 직장에서 허락한다면 계속 직장플랜을 유지할 수는 있지만 더 이상의 적립은 하지 못한다.

직장 플랜의 적립금을 옮기다보면 어떤 옵션이 좋을까. IRA가 좋을까 아니면 어누이티상품이 좋을까.

IRA로 옮기다보면 본인이 직접 은퇴인으로 또는 브로커 회사를 통해 개설할 수 있다. 또 뉴욕 라이프와 같은 회사를 통해 어누이티 상품을 활용할 수도 있다. 이들 모두 은퇴를 대비한 플랜들이다.

그런데 많은 사람들이 IRA와 보험 상품 어누이티를 혼동한다.

## IRA

개인은퇴구좌(individual retirement account, IRA)의 줄임말이다.

IRA 자체는 은퇴를 대비해 돈을 모아두는 계좌이지 투자 상품은 아니다. 은퇴를 대비해 세금혜택을 보면서 돈을 모으는 일종의 저축구좌로 보면 된다.

이렇게 계좌에 모아둔 돈을 주식과 채권, 뮤추얼 펀드 또는 어누이티와 같은 상품에 투자를 하는 것이다.

직장 플랜을 IRA로 옮길 때는 금액의 제한이 없다. 무한정 옮길 수 있다.

하지만 IRA에 정기적으로 돈을 적립할 때는 연간 적립금의 한계가 있다.

2024년 기준으로 연간 최대 7,000달러까지다. 만약 50세가 넘었다면 추가로 1,000달러를 더 넣을 수 있다. 이렇게 매년 돈을 모으고 이를 다양한 금융 상품에 투자해 불려 나가면 은퇴후 상당 금액의 돈을 모을 수 있다.

IRA에 적립할 수 있는 돈은 근로 소득(earned income)이어야만 한다. 일을 해서 번 돈만 가능하다는 말이다. 이자 수익, 렌트비 수입, 집 등 부동산을 팔아 남은 돈으로는 적립할 수 없다.

예전에는 최소인출금(RMD)를 받는 나이부터는 더 이상 돈을 모을 수 없었지만 연방 의회가 이를 개정해 나이에 관계없이 일을 해서 번 돈이 있다면 계속 적립해 나갈 수 있도록 했다.

따라서 은퇴를 했다고 해도 파트타임이나 독립 계약자로 일을 계속

해택 때문에 일정 수입 이하의 소득자만 가능하다. 고소득자는 적립이 불가능하다는 말이다.

## 어누이티란

어누이티는 은퇴를 대비해 모아둔 돈이 순식간에 고갈되지 않도록 장기간 보호해주는 보험 상품이므로 단기 이익보다는 먼 훗날을 대비하는 은퇴 연금플랜이다. 따라서 은퇴 계좌가 아니라 투자 상품이다.

인간의 수명은 계속 길어지고 있다. 다시 말해 은퇴를 대비해 모아둔 돈을 말년까지 계속 유지하기 힘들

### IRA 적립금 쉽게 고갈될 수 있어 어누이티로 전환해 평생 수입 가능 401(k) 적립금 톨오버 옵션 신중 결정 세금 전 구좌라면 조기 인출 때 벌금

한다면 최대 금액까지 계속 돈을 모아두고 말년을 대비할 수 있다는 말이다.

## IRA 종류

IRA는 두가지 계좌로 나뉜다.

'전통'(Traditional) IRA와 '로스'(Roth) IRA가 그것이다.

'전통' IRA는 세금을 떼지 않은 수입을 적립하는 계좌다. 적립되는 돈은 세금 공제를 받는다는 뜻이다. 하지만 은퇴후 돈을 찾아 쓸 때는 찾는 금액이 일반 과세 소득에 포함돼 그동안 미뤄뒀던 세금을 내야 한다.

반면 '로스' IRA는 세금을 낸 수입으로 적립한다. 또 투자나 이자 수익에 대해서도 세금이 면제된다. 다만 59.5세 이상으로 개설한지 최소 5년이 지나야 면세 혜택을 받을 수 있다. 참고로 '로스'는 이를 처음 제안한 연방 상원의원 윌리엄 로스의 이름을 딴 것이다. 이 로스 IRA는 면세

수 있다. 이런 때 유용하게 사용할 수 있는 상품이 어누이티다.

IRA 등 은퇴저축 계좌에 모아둔 돈은 쉽게 고갈될 수 있다. 자동차등 목돈으로 한꺼번에 사용할 수 있다. IRA 돈을 오랫동안 유지하려면 조금씩 균형 있게 찾아 써야 하지만 절제하며 조금씩 찾아 쓰기가 매우 어렵다.

보통 은퇴 자금을 매년 4%씩 찾아 쓰는 '4%' 룰이 일반적이다. 매년 4%씩 찾아 쓴다면 은퇴 계좌의 돈을 오래 보존해 가며 말년까지 사용할 수 있다는 것이다.

어누이티가 이런 문제를 간단히 해결해줄 수 있다.

만약 세금전 수입으로 모은 전통 은퇴 계좌로 구입했다면 IRA기금 처럼 59.5세 규정이 적용된다. 이전에 찾아 쓰면 세금과 벌금을 내야 하며 조기 계약하면 벌금을 낸다.



## 어누이티 상품

보험회사에 돈을 낸다. 목돈으로 낼 수도 있고 여러 차례에 걸쳐 돈을 낼 수도 있다.

보험회사는 계약 기간에 따라 정기적으로 가입자에게 페이먼트로 돌려준다. 평생 지불해 주는 것이 일반적이다. 다시말해 죽을 때까지 약정 금액을 정기적으로 지불해 준다는 말이다.

## 어누이티 종류

보험회사마다 상품이 다르지만 기본 구조는 동일하므로 구입전 미리 이해해두는 것이 중요하다.

▲즉시(immediate) 또는 거치(deferred) 연금(어누이티)

즉시연금(immediate annuity)은 일시불로 돈을 낸 직후부터 매달 정기 페이먼트로 돌려 받는 상품이다. 그동안 모아 뒀던 저축금을 사용할 수도 있고 401(k) 또는 IRA와 같은

은퇴 계좌에서 구입할 수도 있다.

반면 거치연금(deferred annuity)은 일정 기간이 지난 후부터 돈을 받는 상품이다. 보험회사는 일정기간 돈을 가지고 불려 나간 후 이를 돌려 주는 것이다. 일시불로 넣을 수도 있고 여러 차례에 걸쳐 약정 금액을 넣을 수도 있다.

▲정액 연금(fixed annuity), 변액 연금(variable annuity)

가입자가 돈을 어떤 방법으로 불려 나갈 것인지 선택할 수 있다.

정액 연금을 선택했다면 보험사는 투자 받은 돈을 매년 고정된 비율(퍼센테이지)로 돌려준다.

반면 변액 연금을 선택하면 투자 시장의 실적에 따라 투자 수입도 달라질 것이다. 정액 연금보다 더 많은 수입을 올릴 수도 있지만 투자 상품의 실적이 좋지 않으면 오히려 줄어들 수도 있는 상품이다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

## 지인의 장례식에서 조사를 들으며

'고인이 고개를 끄덕 일만한가' 생각해 보신 적이 있는지요.  
고인이 떠나기 전, 마지막으로 지인들에게 들려주고픈 이야기를 미리 준비해 두면 어떨까요.

관심 있는 분 이메일로 연락 주세요. flulove@yahoo.com



# 만기 돌아오는 CD 무턱대고 재계약은 금물

금리 높아 온라인 은행은 6% 근접 이자율 비교 없이 재계약하면 이자 수익 손실 가능  
고리의 카드 부채 있다면 이것부터 변제  
조기 인출 벌금 부담되면 저축 구좌개설

지난 2월 인플레이션으로 인해 소비자 물가지수가 상승한 것으로 나타났다. 돈을 빌리는 입장에서는 별로 좋은 소식은 아니다.

하지만 연방준비제도는 지난달 20일 1월과 2월 인플레이션 비율이 오르는 했지만 이는 개솔린 가격과 계절적 요인, 그리고 주택 가격 등 주거비 인상에 의한 것으로 예의 주시할 뿐이며 큰 우려를 하지 않는다고 말했다. 이에 따라 올해 안으로 3차례에 걸쳐 기준 금리를 인하할 것임을 암시했다.

제품 파월 준비제도 의장은 이날 기자회견에서 1월과 2월 인플레이션 상승은 '계절적 효과'에 의한 것이라며 연준의 목표인 인플레이션 2%를 향해 진행되고 있다고 말했다.

그는 지난 9개월간 인플레이션은 2.5%로 지난 두 달 동안 우여곡절을 겪고 있지만 목표치에 접근중이라고 덧붙였다. 하지만 계속 상승과 하락을 반복하는 상황이 온다면 인하시기를 재조정할 수 있다고도 했다.

고금리는 돈이 필요한 기업에는 좋지 않다. 돈을 빌리면 더 많은 이자를 내야 하기 때문이다. 그러면 기업들은 돈 빌리기를 꺼려 할 것이고 돈이 풀리지 않으면 물가가 안정돼 인플레이션을 잡을 수 있다는 것이다. 하지만 돈을 모으는 사람들 입장에서는 더할 수 없는 호재가 된다. 은행에 돈을 맡기면 더 많은 이자를 받을 수 있다.

### CD 6% 근접

연방 대출 금리가 오르면서 최근 수년간 저축 구좌와 CD 이자율이 올라 재미를 보는 사람들이 많다. 이들 저축 구좌는 전통 저축 구좌 이자율에 비해 훨씬 높다.

현재 CD 이자율은 온라인 은행에서 6%에 근접한다.

CD는 약정 기간 동안 돈을 맡기면 6%에 가까운 고리를 제공한다. 기간은 3개월에서 많게는 5년까지다.

이 때문에 많은 사람들이 CD를 찾는다. 증권이나 주식 시장처럼 높낮이가 심해 손해볼 일도 없고 정부에서 보증하므로 매우 안전한 투자로 분류된다. 또 대부분 5%가 넘는 이자율을 제공하고 있어 호주머니에 현금을 가지고 있는 시니어들에게는 더할 나위 없이 안전하고 좋은 투자처다.

그런데 요즘 CD 만기를 맞는 시니어들이 많다. 다시 말해 약속했던 이자율을 주는 약정 기간이 끝나는 것이다. 이럴 경우 몇 가지 옵션을 택할 수 있다.

### CD 자동 자동 재계약 금물

테일러 코바 공인 재정 전문가는 "만기가 지나면 자동적으로 재계약이 되는데 어떤 경우는 오히려 낮은 이자율로 갈 수 있으므로 주의해야 한다"고 말했다.

그는 "은행 등 여러 금융 회사에서 좋은 이자율을 계속 내놓는다"면서 "알아보지도 않고 섣달 자동 재계약을 맺으면 오히려 손해를 볼 수 있다"고 덧붙였다.

따라서 만기가 돌아온다면 더 높은 이자율을 제공하는 경쟁 은행들의 이자율을 꼼꼼히 따져 비교하는 것이 중요하다는 것이다.

### 전통 저축구좌 이체 삼가야

CD에 현금을 넣어 두는 가장 큰 혜택 중 하나는 단기간에 걸쳐 안정되고 보장된 이자율을 받는 것이다.

그런데 만기된 CD의 돈을 일반 저축 구좌로 옮겨 놓으면 이자 수익이 크게 떨어질 수 있다. 일반 저축 구좌는 CD보다 이자율이 매우 낮다.

연방준비제도의 3월 자료에 따르면 12개월 만기 CD 수익율은 평균 1.81%로 전통 저축 구좌의 0.47%보다 3배나 높다. 하지만 이 CD 수익률에는 전통 저축 구좌도 포함돼 있어 낮게 나타난다. 현재 온라인 뱅킹 회사들과 크레딧 유니온 등은 CD 이자율을 5~6% 높게 주고 있다.

위스콘신-그린베이 주립대학의 찰



스슈업 재단 재정복지 센터의 프리스톤 체리 박사는 "요즘 유행하는 온라인 은행들은 일반 은행 또는 크레딧 유니온보다도 더 높은 이자율을 꾸준히 제공하고 있다"고 말했다. 온라인 은행들의 높은 이자율은 은행을 유지하는 인건비가 낮기 때문으로 분석된다.

그는 "주변 쇼핑을 하지 않고 자동 재계약을 하면 주변에 더 높은 이자율을 놓치는 결과를 가져와 인플레이션 비율보다도 못한 이자율에 묶이게 되므로 결과적으로 화폐 가치를 그만큼 잃게 되는 것"이라고 경계했다.

### 투자의 다양성 유지

CD는 연방 예금공사(FDIC)의 보호를 받으며 보장된 수익을 얻는 최고의 투자 옵션이다.

특히 시니어들이 원하는 목표치를 달성 유지시킬 수 있는 매우 좋은 방법이다. 하지만 더 많은 이득을 올릴 수 있는 다른 옵션도 얼마든지 있다.

예를 들어 주식 시장 투자는 CD보다 더 높은 수익을 올릴 수 있는 방법이다. 그런데 고수익을 올릴 수도 있지만 그만큼 위험도 높아지고 또 FDIC의 보호도 받지 못한다.

투자 자문회사 '아팩스'의 클리프 엠브로스 대표는 CD를 가지고 있다면 만기가 되기 전 재정 상황을 점검하는 것이 좋다고 조언했다.

그는 많은 CD 투자자들이 선택 가능한 옵션을 무시하거나 투자의 다양성을 낮게 평가한다면서 "수동적으로 돈을 관리하면 시장에 널려 있는 더 좋은 옵션을 놓친다"고 설명했다.

### 부채 먼저 갚는다

재정 전문가들이 공통되게 조언하는 말이다.

만약 자녀들의 주택 구입을 보조해 주는 등의 특별한 목적이 아니라면 만기가 되는 CD를 부채 변제에 사용하는 것이다.

CD 이자율은 일반적으로 높은 이자율의 크레딧 카드보다 훨씬 낮다. 이자율이 20%에 육박하는 크레딧 카드도 있다. 이런 경우라면 당연히 만기되는 CD를 부채 변제에 사용하는 옵션이 좋다.

하지만 주의할 점이 있다. CD 구좌

를 만기 전 조기 인출한다면 벌금이 부과된다는 사실이다. 약정 기간 동안은 돈을 찾지 않는다는 전제로 이자율을 높게 주기 때문이다.

만약 이런 옵션이 마음에 들지 않는다면 저축구좌를 개설하는 것이다. 이자율을 높게 주는 저축 구좌들도 많다. 일정 기간 묶어 두는 것이 아니므로 찾고 싶을 때 언제든지 벌금 없이 인출할 수 있다.

존 김 기자 john@usmetronews.com

**출장 서비스 개시**  
**공증·이민·법무에 관한 대행업무**  
 어렵고 힘든 시기에  
**저희가 직접 찾아가 도와 드립니다**  
**35년 경험, 신속·정확 처리**

**한국 공증·주정부 공인 법무사**  
 문의: (213)784-4340 / Cell: (213)840-5928

Cover story

# 메디케이드 장기간병비 받았다면 사후 재산 청구 가능

전국 양로원 비용 중간값은 월 8,669달러  
55세 이상 양로원, 홈케어 지원받으면 대상  
연방하원의원, 법 철회 법안 재상정 전국 조명

미국 동부 도시에 거주하는 여성 A씨(62)는 2021년 7월 주정부 보건후생국으로부터 88세 모친의 사망을 위로한다는 편지를 받았다. 그러면서 메디케이드를 사용한 비용이 7만 7,000달러이므로 이를 갚아야 한다는 내용이였다. 이 여성은 사기성 편지인줄 알았지만 나중에 보니 실제 주정부에서 보낸 편지였다.

여성 A씨는 뉴욕타임스와 인터뷰에서 현재 주정부와 협상 중이므로 자신의 신분을 공개하지 말아달라고 했다.

이 여성은 혈관성 치매를 앓고 있는 엄마를 돌보기 위해 중서부지역의 엄마 집으로 이사했다.

그녀의 모친은 오리지널 메디케어를 가지고 있고 가입자 부담금을 대신 내주는 메디캡 보험 그리고 롱텀케어보험까지 가입돼 있었다. 어머니가 저소득자에게 제공하는 메디케이드에 가입한 이유는 그녀를 돌보는 딸에게 간병 비용을 지불해 주기 위해서였다.

간병에 필요한 비용은 메디케이드 관리회사를 통해 지불됐고 이제는 주정부에서 그동안 지불했던 돈을 돌려달라고 하는 것이다.

이런 사례들은 매우 많다. 매사추세츠의 살바토르 로그란데는 2016년 집에서 암 투병을 하다가 숨졌다. 그런데 매사추세츠주는 메디케이드 간병 비용 17만 7,000달러를 청구하면서 집 차압 소송까지 할 것이라는 편지를 고인의 딸(57)에게 보냈다. 딸 로그란데는 이 집은 아버지가 평생 모은 모든 것이라고 AP통신과의 인터뷰에서 말했다.

딸 로그란데는 지역 비영리 법률 사무소의 조언을 의뢰했다.

주정부가 메디케이드를 신청할 당시 양로원에 들어갈 때만 집에서 비용을 환수한다고 말했다는 것이다. 1년후 재 신청할 때도 마찬가지였다. 결국 매사추세츠주는 2019년 집 환수 절차를 취소했다.

**연방 '메디케이드 재산 환수법'**  
1993년 연방의회는 55세 이상 메디

케이드 수혜자들이 양로원 또는 홈케어와 같은 롱텀 간병 비용을 사용했다면 사망후 고인의 재산에서 경비를 회수하는 법을 만들었다. 그동안 도와줬던 지원금은 모두 국민이 낸 세금이기 때문이다.

노인 지원단체 '저스티스 인 에이징'의 에릭 칼슨 변호사는 "메디케이드는 가입자들에게 모든 재산을 거의 다 쓴 다음에 신청하도록 요구한다"고 말했다.

캘리포니아를 포함한 일부 주를 제외하고는 미국내 거의 모든 주들은 메디케이드를 받으려면 개인 재산이 2,000달러 미만이어야 한다고 규정하고 있다. 하지만 집은 예외다.

그런데 메디케이드에서 롱텀케어 비용을 지불했고 죽은 후 고인에게 재산이 남아 있다면 주정부는 그 재산에서 비용을 회수한다. 수만달러 이상을 주정부가 받아야 한다면 대부분 집에서 가져간다. 이 때문에 남은 가족은 고인의 집을 팔아 메디케이드 비용을 갚아야 한다.

앞선 중서부 주에 사는 이 여성 A씨 역시 엄마의 집을 팔아 갚거나 주정부가 집에 저당권을 설정할 수 있다.

**재산환수법 중단법안 상정**

미국은 가난한 사람들에게 건강부터 현금, 식품품비 등 다양한 지원을 해 준다. 하지만 그동안 도와줬던 비용을 회수하는 정부 지원 베니핏은 메디케이드가 유일하다고 일리노이 민주당 출신의 연방 하원의원 쟈 샤코우스키가 말했다. 그녀는 지난달 '불공정한 메디케이드 재산환수법 중단'(Stop Unfair Medicaid Recoveries Act) 법안을 하원에 재상정했다. 이법안이 공화당 다수의 연방 하원을 통과할 수는 없을 것이다. 공화당은 메디케이드 수혜 자격을 제한하려고 하기 때문이다. 결과야 어찌됐던 법안의 재상정으로 메디케이드 환수법에 대한 관심이 전국적으로 쏠리는 계기는 되고 있다.

전국 주요 언론 대부분은 이 문제를 심도 있게 다루고 있다.

**간병전문 도우미 사이트 전국 간병비용** (겐워스 조사 2023년 기준, 단위 달러)

**집에서 돌보기(In-Home Care)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
살림 도움 서비스(Homemaker Services)	5,720	30	189	6만 8,640(전년대비 7.14% 상승)
2033년 비용	7,687	40.32	254	9만 2,246

**건강 도움 서비스(Home Health Aide)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
살림 도움 서비스(Homemaker Services)	6,292	22	207	7만 5,504(10.0% 상승)
2033년 비용	8,456	43.32	278	10만 1,471

**커뮤니티, 노인의 집(Community, Assisted Living)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
성인 데이케어(Adult Day Health Care)	2,058	해당 없음	95	2만 4,700(5.56% 상승)
2033년 예상비용	2,766	해당 없음	128	3만 3,195
노인 요양 시설(Assisted Living Facility)	5,350	해당 없음	176	6만 4,200(4.96% 상승)
2033년 예상비용	7,190	해당 없음	237	8만 6,279

**양로원(Nursing Home Facility)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
2인1실(Semi-Private Room)	8,669	해당 없음	285	10만 4,025(4.40% 상승)
2033년 예상비용	1만 1,650	해당 없음	383	13만 9,801
독실(Private Room)	9,733	해당 없음	320	11만 6,800(4.92% 상승)
2033년 예상비용	1만 3,080	해당 없음	430	15만 6,969

**LA 지역 간병비용** (겐워스 조사 2023년 기준, 단위 달러)

**커뮤니티, 노인의 집(Community, Assisted Living)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
성인 데이케어(Adult Day Health Care)	1,690	해당 없음	78	2만 280
2033년 예상비용	2,271	해당 없음	105	2만 7,255
노인 요양 시설(Assisted Living Facility)	5,748	해당 없음	189	6만 8,970
2033년 예상비용	7,725	해당 없음	254	9만 2,690

**양로원(Nursing Home Facility)**

종류	월 중간값	시간당 중간값	하루 중간값	연 중간값
2인1실(Semi-Private Room)	1만 646	해당 없음	350	12만 7,750
2033년 예상비용	1만 4,307	해당 없음	470	17만 1,685
독실(Private Room)	1만 3,262	해당 없음	436	15만 9,140
2033년 예상비용	1만 7,823	해당 없음	586	21만 3,871

샤코우스키 하원의원 사무실은 2021년 이후 메디케어 환수로 인해 집을 잃은 가정이 일리노이에서만 1만 7,000세대에 달한다고 집계했다.

하지만 2021년 메디케이드 문제를 연방 정부와 주정부에 자문하는 독립 고문기구 'MACPAC'(Medicaid and CHIP Payment and Access Commission)는 일리노이에서 2019 회계 연도에 재산 환수로 주정부가 가져간 금액은 7억3,300만달러라고 밝혔다.

이 금액은 메디케이드에서 일리노이가 지불하는 롱텀케어 비용의 0.5%에 그친다. 미국내 8개 주만이

지출금의 1% 이상 회수하고 있다. 샤코우스키 하원의원은 "매우 잔인한 프로그램이지만 제대로 작동도 하지 않고 있다"면서 "잘못 지급된 금액만 회수해야 한다"고 법안 발의의 의미를 설명했다.

**주마다 환수금 규정차이**

환수 대상 재산에 저당권을 선정하는 주도 있고 그렇지 않은 주들도 있다. 또 어떤 주는 아예 의사 방문, 처방전 약값까지 모든 메디케이드 지원금을 회수한다.

아칸소와 애리조나는 최근 수년간 10여 채의 주택을 회수했다. 반면 일

부 주들은 수천여채의 주택을 저당 잡고 수익달러를 환수했다. 뉴욕과 오하이오는 가장 강력하게 회수하고 있다. 1년에 1억달러 이상을 받았다. 테네시는 지난해 8만 1,000채에서 3,820만 달러를 회수했다.

**고소득자 메디케이드 남용**

연방의회가 '재산 환수법'을 제정할 때 지지자들은 고소득 시니어들이 변호사를 고용해 자신들의 재산을 빼돌리고 메디케이드를 받아 양로원 비용으로 조달한다면 재산을 환수해 정의를 실현하고 정부 돈도 아끼는 법이라며



# 1993년 부자들 겨냥해 만든 재산 환수법

부자들은 빠져나가고 중, 저소득자만 당해  
메디케이드 받기 전 규정 꼼꼼히 파악해야 낭패 없어  
세금으로 지원하는 메디케이드 매년 1,500억 달러

환영했다. 하지만 반대하는 사람들은 주정부가 실제 법을 악용하는 고소득자들이 아니라 흑인과 히스패닉 등 저소득 가정들의 재산을 쫓는다고 비난했다.

MACPAC에 따르면 65세 이상 메디케이드 수혜자들의 평균 자산은 4만 5,000달러이며 평균 주택 에퀴티는 2만 7,364달러라는 것이다.

카슨 변호사는 “이런 사람들의 대부분은 주택이 평생 열심히 일해 만들어 놓은 평생의 산물”이라면서 “자녀들과 손주들의 디딤돌이 될 수 있는데 이를 회수해 가버린다”고 말했다.

일반적으로 배우자 또는 미성년자, 장애 자녀가 집에 살고 있다면 메디케이드 수혜자가 죽어도 재산을 환수해 가지 않는다. 하지만 배우자가 죽고 또는 자녀들이 21세가 넘으면 재산은 환수된다. 하지만 캘리포니아는 주법으로 배우자가 메디케이드를 사용하지 않고 죽는다면 집에서 재산을 환수하지 못한다.

카슨 변호사는 주마다 환수를 줄이기 위해 면제 규정을 만들고 있지만 과정이 어렵거나 효과가 없다면 서주에 따라서 면제 신청이 거의 받아들여지지 않는 곳도 있다고 실상을 설명했다.

카슨 변호사와 같은 단체에서 일하는 나탈리 킨 변호사는 “재산 환수 정책이 저소득층을 겨냥해 만들어 졌다고 생각하지는 않지만 결국 그렇게 돼 버렸다”고 말했다.

### 재산 환수, 중산층에도 영향

중산층이라고 해도 워낙 양로원 비용이 비싸기 때문에 재산이 금방 소진돼 결국 메디케이드에 의존하게 된다. 지난해 전국 양로원 비용 중간값은 월 8,669달러로 나타났다.

매사추세츠 마블헤드의 노인 전문 변호사 브라이언 스넬은 요즘 치매를 앓다가 2022년 노스 앤더버의 자신의 집(콘도)에서 숨진 93세 노인의 가족케이스를 맡고 있다.

숨진 노인의 딸은 엄마의 간병을

위해 미용실 근무 시간을 줄여 집에서 엄마를 돌봐왔다. 엄마가 양로원에 가길 원치 않았기 때문이다.

엄마는 매사추세츠 메디케이드 프로그램인 ‘매스헬스’ 자격을 받아 집에서 전문 도우미의 도움을 받아왔다. 팬데믹으로 인한 도우미들이 집안 출입을 꺼려해 부정기적으로 도움을 받았다.

그녀가 죽자 ‘매스헬스’는 홈 간병 비용과 프로그램 보험료 등 29만 2,000달러를 고인의 콘도에서 회수해 가려고 했다.

고인의 두자녀는 간병을 했던 딸을 포함해 모두 저소득층이다. 자녀들은 어려운 가정에 대한 일부 회수금 면제조항에 따라서 고인의 콘도 판매 가격에서 각각 5만달러씩 받을 수 있다. 하지만 판매 가격 33만 5,000달러의 절반 이상을 주정부와 연방정부가 가져가는 것이다.

이런 재산 환수법으로인해 소득이 낮은 일부 노인들이 메디케이드 도움을 받지 않으려고 한다.

노인 간호업체 ‘아틀란타 리저널 커미션’의 매튜 포트우드 수퍼바이저는 “재산 환수 규정이 있다는 사실을 알고는 메디케이드 신청을 거부하는 노인들이 많다”면서 “상당원들이 거의 매일 겪는 일”이라고 전했다.

### 비용 회수 사전 고지 없어

테네시에 거주하는 아마니 팔미(42)의 모친은 2021년 알츠하이머 병으로 숨졌다.

팔미는 직접 집에서 모친의 간호에 나섰다. 그런데 2015년 유방암 진단을 받고 절개수술을 받아야 했다. 더 이상 엄마를 돌보기 힘들어 다른 옵션을 선택해야 했다. 메디케이드를 받는 것이다.

지역 메디케이드 직원이 모친의 어카운트에서 간병시설 비용이 나가므로 양로원 메디케이드 자격이 된다고 말해줬다.

팔미는 메디케이드 직원은 엄마가 죽으면 엄마의 집에서 메디케이드 비용을 가져가기 위해 집을 팔 것이

라는 말을 해주지 않았다.

테네시 메디케이드 국은 간병 비용으로 22만 5,000달러를 받아 갈 것이라고 편지를 보냈다. 팔미는 AP 통신과의 인터뷰에서 어떻게 해서라도 돈을 갚을 것이겠지만 집은 매우 힘든 문제라고 말했다. 흑인인 그녀의 모친은 보잉을 상대로 제기한 남녀 임금차별 소송에서 승소해 받은 돈으로 낙스빌에 꿈에 그리던 내 집을 마련한 것이기 때문이다. 이에 대해 테네시 주 메디케이드(텐케어)는 AP 통신의 질문에 진행되는 사례이므로 말해 줄 수 없다고 답변했다.

### 부담 줄이는 정책

일부 주는 저소득층의 부담을 줄여 주기 위한 정책을 실시하고 있다.

예를 들어 매사추세츠, 조지아, 사우스캐롤라이나, 일리노이는 유산 가치가 2만 5,000달러 이하면 환수를 하지 않는다. 또 일부 주들은 메디케이드 신청자들에게 재산 환수가 될 수 있음을 더욱 정확하게 설명하도록 하고 있다.

캘리포니아는 ‘보통 가치 집 보호’ 규정을 시행하고 있다. 주택의 마켓가격이 거주하는 카운티의 평균 주택 가격의 최대 절반까지는 면제해 주는 것이다. 김정섭 기자



**KOREATOWN SENIOR CENTER**

**다양한 레크레이션 프로그램**

**저녁 제공**

- 질 좋은 식사(아침·점심·저녁)
- IHSS·은행 등 통합 서비스 제공
- 간호사·소셜워커·영양사 상담사 등 상주

**크렌셔 커뮤니티 센터**  
1060 Crenshaw Blvd. LA, CA 90019  
**(213)201-7700**

**K - 타운 시니어센터**  
3400 Olympic Blvd. LA, CA 90019  
**(323)334-4600**

# 메디칼

## 주정부 메디칼 의료수가 높여 환자 거부 막는다

주치의, 산부인과, 정신과에 우선 투입  
메디케어 지불 비율의 87.5%까지 올려  
의사 찾기 힘들어 응급실 찾아 진료  
주정부 비축 세금 끌어 메디칼에 집중

3년 전 샌디에이고 인근의 검안 업소를 인수한 헨터 모간은 저소득층에게 제공되는 정부 지원 건강 보험인 메디케이드(메디칼)을 받았다. 이전 주인은 메디케이드를 받지 않았다. 현재 캘리포니아 주민 3,900만 명의 대략 3분의 1이 메디케이드 혜택을 보고 있다. 그러나 모간은 가난한 사람들을 위해 봉사해야 한다는 책임감 때문에 메디케이드 환자를 받기 시작했다.

정확히 5개월 후 모간은 더 이상 메디케이드 환자를 받지 않는다. 정부에서 주는 돈이 너무 적기 때문이다. 그는 눈 검사에 175달러를 받는다. 하지만 메디케이드는 그에게 40달러가량 지급한다. 이 돈으로는 직원 월급과 비싼 월세 내기가 어렵기 때문이다. 그의 업소는 샌디에이고 북쪽 25마일 떨어진 부촌 해변 커뮤니티엔시타스에 위치해 있다.

그는 “그렇게는 비즈니스 할 수 없다”고 말했다.

### 메디칼 안 받는 의사 많아

캘리포니아는 메디케이드 의료비 지불 비율이 전국에서 가장 낮은 곳으로 유명하다. 이 때문에 많은 의사와 의료 시설들이 메디칼 환자를 받지 않고 있다. 특히 건강에 우선적인 주치의와 산부인과, 정신과 의사 찾기도 힘들고 또 약속 대기 기간이 매우 길어 원성이 높다.

한인 의사 중에 메디칼을 받는 의사는 손에 꼽힐 정도로 적어 소수계인 한인들은 더 큰 불편을 겪고 있다.

환자들을 아예 병원 응급실에서 진료를 받는 경우도 허다하다.

### 메디칼 환자 크게 늘어

캘리포니아에서 메디케이드 환자

수는 점점 늘어나고 있다. 주정부가 수혜 자격을 대폭 확대해 가고 있기 때문이다. 올해부터 65세 이상자까지도 아예 보유 재산에 관계없이 소득만 보고 자격을 결정한다. 또 체류 신분이 없는 모든 불체자들에게도 메디케이드를 제공하고 있다.

이로인해 캘리포니아 메디케이드는 인구의 40%에 가까운 1,500만 명의 환자를 커버해 주고 있다. 그러나 정작 의사에게 지불하는 의료 수가 이를 따라가지 못해 많은 의사가 이 메디칼 환자를 받지 않는다.

메디칼에서 지급하는 의료비가 너무 적어 일부 시골 병원들은 문을 닫아야 할 위기에 처해 있다. 실제 지난해 일부 병원들은 주 의회의 긴급 구호 대출을 받아 겨우 운영하고 있다. 메디케이드 환자들은 메디케이드를 받는 의사 찾기가 매우 힘들고 메디케이드 받는 의사를 찾아 먼 거리까지 운전해야 한다.

### 세금 인상 어려워

의사들은 ‘메디칼’ (Medi-Cal)이라는 이름으로 운영하는 메디케이드가 달갑지 않다. 캘리포니아는 수백억 달러 예산 적자로 인해 이들에게 더 많은 진료비를 지불할 수 있는 여력이 사실은 없다.

의사들의 진료비를 더 올려주려면 뉴섬 주지사와 주 의회가 세금 인상 카드를 꺼내 들어야 하지만 그렇게 마음대로 올릴 수 있는 것도 아니다.

캘리포니아는 병원, 양로원, 앰블런스 같은 의료 관련 시설 등에 세금을 부과해 이들 시설의 메디케이드 부담금을 도와주고 있다.

캘리포니아는 2005년 이후 각 카운티마다 사설 건강보험회사들과 계약을 맺고 이들에게 메디칼 가입자들을 종합 관리하도록 하고 있다.



이때부터 캘리포니아에서 영업하는 건강보험회사들에게 세금을 부과해 오고 있다.

그러나 일반 세금과는 다르게 이런 건강관리 시스템으로 운영하는 회사들은 세금을 내지 않는다. 주정부가 이들이 내야 할 세금의 대부분을 부담해 주고 있기 때문이다.

캘리포니아는 그동안 연방 정부에서 지원하는 수십억 달러의 메디케이드 지원금을 일반 주정부 기금으로 비축해 뒀었다.

### 비축 세금 사용 늘려

지난해 뉴섬 주지사는 이 세금을 크게 올리는 법에 서명했다. 주정부는 2026년까지 196억 달러를 확보하고 지난달에는 주의회가 이를 다시 올려 150억 달러의 추가 수익을 충당할 계획이다.

이번 새 법에 따라 뉴섬과 의회는 이 돈을 가난한 캘리포니아 주민들의 건강 기금으로 사용하겠다는 것이다. 주재무국 HD 팔머 대변인은 2023년부터 2026년까지 세금 인상분 194억 달러 중 일부를 메디칼에 직접 사용하고 83억 달러를 주정부 일반기금으로 넣어 주정부의 메디칼 지불금 손실분을 충당한다는 계획이라고 밝혔다.

새로 투입되는 기금은 지난해부터 시작돼 첫 8억 2,000만 달러를 주

의와 산부인과 진료, 정신 건강 진료 비용을 올려주고 있다.

또 2025년부터 2029년까지 주정부는 매년 27억 달러가량을 할당한다는 계획이다. 주정부와 보험업계는 이들 중 일부 기금을 저소득층을 진료하는 레지던트 프로그램을 늘리고 정신병 환자를 위한 추가 병동 기금, 간호사와 정신건강치료사, 지역 커뮤니티 보건 근로자들을 늘리는데 사용할 것이라고 밝혔다.

하지만 어느 분야에 얼마나 돈을 더 투입될지는 아직 결정되지 않았다. 다만 많은 기금이 주치의와 병원, 장기간병실, 낙태시술소, 응급 서비스 등에 투입될 것으로 기대된다. 특히 정신과와 치과 등 꼭 필요한 분야에도 지원금이 크게 늘어날 것으로 보인다.

### 예산 적자 심해

메디칼은 캘리포니아 예산 중 가장 크게 늘어난 부분으로 올 회계연도에 1,520억 달러의 예산이 책정돼 압박을 받고 있다. 재정적자에 시달리고 있지만 주정부는 메디칼 지원 확대만은 양보하지 않겠다고 버티고 있다.

전문가들을 이번 계획이 최하위에 있던 캘리포니아 메디케이드 지불 비용을 미국 상위에 올려놓을 것으로 내다봤다.

캘리포니아 검안협회의 크리스틴 숄츠 회장은 “검안과도 포함돼야 한다고 강력히 주장하고 있다”면서 “검안 비용이 너무 낮아 저소득층을 치료하기 너무 힘들다”고 말했다.

예를 들어 검안 의는 메디칼 환자의 눈 검사 비용으로 평균 39달러를 받는다. 반면 메디케어에서는 158달러를 받는다고 검안협회는 밝혔다.

구체적으로 메디칼 환자들을 진료하면 얼마를 받는지는 정확하게 알 수 없다. 보험회사들과의 협상을 통해 결정되며 보험 플랜과 지역에 따라 비용이 다르고 또 협상은 극히 개인적이어서 공개되지도 않는다. 또 주정부는 또 보너스를 지불하고 있는데 이 돈으로 부족한 메디칼 검진 비용을 충당하기도 한다.

메디칼 지불 비율은 매우 다양하지만 평균적으로 캘리포니아는 메디케어 지불금 비율의 76%를 지불한다. 그런데 내년부터는 주정부가 주치의, 산부인과, 정신과 등 3개 주요 분야의 지불 비율을 메디케어의 87.5%까지 끌어올린다는 것이다. 메디케어에서 의료 시설에 지불하는 비율에 버금가는 의료비를 주겠다는 말이다. 이렇게 되면 메디칼을 거부하는 의사의 숫자도 크게 줄어들 것으로 보인다.

김정섭 기자 john@usemtronews.com

# “술 마시기전 맥주 한잔하면 술 덜 취한다”는 낭설

독일 대학 연구팀 실험해 봤지만 근거 없어  
위스키나 브랜디는 보드카, 진보다 숙취더해  
물과 섞어 마시며 알코올 농도 줄이면 도움  
술 섭취 줄이고 술 마시기전 음식부터

덧수 높은 술을 마시기전에 맥주를  
마시면 덜 취한다고 믿는 한인들이  
많다. 정말 그럴까.

뉴욕타임스는 이런 독자의 질문을  
받고 전문가들의 견해를 토대로 대  
답을 내놓았다.

**Q** ‘하드 리커를 마시기 전에 또  
는 와인을 마시기전 맥주를  
먼저 마시면 숙취가 없다’는 말을  
수년간 들었다. 이 말이 정말인가?

술꾼들은 마치 이 말을 진리처럼  
믿는다. 시원한 맥주를 한잔 들이킨  
다음 위스키, 소주, 와인 등 덧수가  
높은 술을 마시면 다음날 숙취가 심  
하지 않다는 것이다.

한술 한다는 사람치고 다음날 고  
생을 해 보지 않은 사람이 없을 것이  
다. 아침 숙취로 머리가 깨질 듯 아프  
거나 평한 기분에 정신을 가다듬기  
힘들다고 호소하는 사람들도 많다.

다시는 술을 마시지 않겠다고 맹  
세도 해 보지만 몇일 지나면 또 술을  
찾는다.

그래서 각자 나름대로 숙취를 피  
할 수 있는 다양한 방법을 찾는다.  
하지만 술을 줄이거나 끝내는 것 이외  
의 묘수가 있을까.

나이가 들수록 술을 마시는 회수  
가 줄어든다. 젊은 나이라면 왕성한  
신진대사로 숙취 해소 기간이 짧겠  
지만 나이가 들수록 숙취는 길어져  
심지어는 술을 마신 다음날까지 하  
루종일 시달리기도 한다.

술을 마시면서 물을 많이 마시라

는 말도 있다. 이  
론적으로 타당하  
다. 물을 많이 마  
셔 섭취하는 술  
의 농도를 줄이  
는 방법이다. 하  
지만 물을 많이  
마시면 밤새도록  
화장실 가느라 잠  
을 설쳐야 한다.  
다음날 더 피곤  
해 질 수도 있으  
니 이 방법이 그  
다지 좋은 해결책  
은 아는듯 싶다.

**과학적 시험**

술을 마시기전 맥주를 마시면 숙취  
가 덜한다는 말들이 과연 과학적으  
로 입증된 것일까.

이에 대한 연구는 거의 없어 진위  
를 가리기가 어렵다고 독일 부페르  
탈 헬리오스 대학병원 연구원 카이  
헨셀 박사는 말한다. 연구가 부족한  
이유에 대해 그는 우선 연구비가 비  
쌀 것이고 시간이 요구되는 실험이  
기 때문이라고 덧붙였다.

그래도 헨셀 박사는 2019년 이를  
조사해봤다.

헨셀 박사 연구팀은 독일의 한 대  
학에 다니는 19~40세 학생 90명을  
모아 이들을 3그룹으로 나누었다.

▲첫번째 그룹에게는 5% 맥주인  
필스너(칼스베르크 맥주회사 제품)  
를 주고 호흡에서 나오는 알코올 농



도 0.05%까지 마시게 했다. 그 다음  
알코올 농도 11%의 화이트 와인을  
호흡 알코올 농도 0.11%까지 마시도  
록 했다.

▲두 번째 그룹에게 첫번째 그룹과  
반대 순서로 마시게 했다. ▲세 번째  
그룹은 맥주 또는 와인만 적당한 정  
도로 마셨다.

실험에 참여한 학생들에게 연구원  
들은 술을 마실 때의 기분과 상태를  
먼저 질문했다. 또 동일한 양의 음식  
과 물을 줬고 실험 장소에서 잠을 자  
게 했다.

다음날 참가 학생들의 숙취 정도  
를 측정해 봤다. 얼마나 피곤한지,  
목이 마른지, 졸리운지, 메스꺼운지  
등의 질문을 주고 어느 정도인지 0  
에서 7까지 표시하게 했다.

연구팀은 1주 이상 지난후 전체 과  
정을 반복적으로 수차례 실시했다.  
술을 마시는 순서를 그룹마다 바꿔  
가면 반복했다. 맥주를 먼저 마신 그  
룹은 와인을 먼저 마시는 등 순서를  
바꿔가며 반복했다.

또 적정한 술을 마시는 세번째 그  
룹에게는 한번은 맥주만 주고 또 다  
른 한번에는 와인만 주며 매 실험때  
마다 맥주와 와인을 번갈아 줬다.

연구팀은 이들 전체 학생들이 작  
성한 숙취 측정 표를 모아 그룹별로  
또는 실험 날짜별로 다양하게 비교  
해 봤다.

헨셀 박사는 실험결과, 술의 순서  
는 숙취 증상에 믿을만한 영향을 주  
지 않았음을 발견했다.

그는 술을 마시는 순서가 사람들  
에게 주는 영향은 없었다고 설명했  
다. 다만 숙취의 정도는 학생들의 몸  
에서 알코올을 얼마나 잘 분해할 수  
있는지에 달려 있다는 것이다.

헨셀 박사는 실험 결과를 분석한  
연구 논문에서 “오랫동안 내려오는  
전설은 사실이 아님을 확인했다” 고  
적었다.

**숙취를 줄일 수 있는 방법은?**

“숙취에는 왕도가 없다” 하지만 줄  
일 수는 있다. 숙취를 줄일 수 있는  
가장 쉬운 방법은 술을 줄이는 것이  
다.

영국 킹스칼리지 런던에서 중독 정  
신의학 임상 강의를 하는 에머트 로  
버츠 박사는 어떤 알코올 음료는 다  
음날 숙취를 더 심하게 느끼게 한다  
고 말했다.

위스키와 브랜디 같은 오크통 숙  
성 양주를 마시면 보드카와 진 같은  
연한 색 양주보다 숙취를 더 심하게  
느낀다는 것이다.

위스키 등 짙은 색의 양주에는 증  
류, 오크통 숙성발효 과정에서 자연  
적으로 들어가는 착향료 농도가 높  
다. 이 자연 착향료가 술의 맛과 색,  
향기를 결정한다.

레드와인 역시 다음날 두통을 유  
발하는 것으로 알려졌다. 하지만 원  
인에 대해서는 확실하게 밝혀지지  
않았다. 다만 레드와인 여과에 사용  
되는 계란 흰자위(유황)이 원인 일  
수 있다고만 알려지고 있다.

일반적으로 양주는 맥주나 와인보  
다 알코올 농도가 높다. 따라서 로버  
츠 박사는 동일한 양을 마시면 양주  
가 더 심한 숙취를 유발할 수밖에 없  
다고 설명했다.

**물을 많이 마신다**

사실 숙취를 해소하는 뽀족한 수는  
없으며 또 과학적으로도 증명된 바  
없다.

다만 존홉킨스 대학의 심리학 및  
행동 과학과 사라 앤드류 조교수는  
수분을 충분히 섭취하면 도움이 될  
것이라고 밝혔다. 또 물을 타서 마시  
는 방법도 알코올 농도를 희석시키  
는 것이므로 알코올 섭취를 줄이는  
효과를 가져올 수 있다.

전문가들은 공복의 술을 피하라  
고 조언한다. 술을 마시기 전 음식을  
먹어 두는 것도 도움이 된다. 공복에  
술을 마시면 더 취하게 만들기 때문  
이다.

앤드류 박사는 “항간에 술과 관련  
해 진리처럼 떠도는 말들은 많지만  
허구가 대부분” 이어서 술을 덜 마시  
는 것이 숙취를 줄일 수 있는 최선의  
방법이라고 조언했다. 김정섭 기자

US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

# US메트로뉴스

종이신문과 인터넷의 장점을 접목하여 정보읽기의 효율성과 독자의 편의성을 높인 뉴스 서비스입니다.

[usmetronews.com](http://usmetronews.com)

US메트로뉴스

# 라이프

## 환절기 피곤함 롱코비드 원인일 수도

바이러스 감염되면 '사이토카인' 신호 물질 발산  
면역시스템이 온몸에 보내는 '명령'으로 피곤감 유발  
휴식 취하고 일 줄이고 물 많이 마시고 운동하고  
10일 이내 회복 안 되면 롱 코비드  
심하면 의사 진단 받고 다른 원인 찾아볼 수도

계절이 바뀌면서 피곤함을 호소하는 사람들이 많다. 특히 봄철 꽃가루에 민감한 사람들은 알러지가 원인일 수도 있다. 그런데 코비드 19가 발전한 롱코비드가 피로의 원인으로 지목되기도 한다. 코비드 19를 포함해 바이러스성 질병에 감염되면 피곤이 일반적인 증상으로 나타난다는 것이다.

그러면 왜 코비드가 감염자를 피로하게 만들까.

코비드로 인한 피로감은 '사이토카인' (cytokines)으로 불리는 물질과 관련이 있다.

우리의 면역 시스템은 바이러스가 몸에 침투하면 이 '사이토카인'을 생성해 온몸에 감염균과 싸워야 할 때임을 알리는 신호를 보낸다. 이때 몸이 피곤해짐을 느낄 수 있다.

피곤은 에너지 즉, 힘이 없는 느낌을 가져오게 되거나 극히 피곤하고 지친 느낌을 가져다준다. 경미하거나 일반 정도의 코비드 증상을 보이는 대부분의 사람들은 5~10일 정도 피로감을 호소한다.

일부 감염자는 '장기 코비드' (롱코비드, LONG COVID)에 빠져 수 주 또는 수개월 동안 이 피로감 등의

증상이 지속되기도 한다.

### 코비드 피로감은 어떤 느낌일까

피곤함을 보통 에너지가 부족하고 힘들고 지칠 때로 표현한다. 하지만 이 피곤함이 코비드에 의한 것이라고 확신하기는 매우 어렵다.

단순히 피곤함만 느낀다면 이를 코비드 바이러스 때문으로 보기 힘들다. 코비드로 인한 피곤함은 일반적으로 다음과 같은 증상을 동반한다.

- ▲기침 ▲설사, 메스꺼움 또는 구토 ▲호흡이 힘들거나 가빠짐 ▲열과 오한 ▲두통 ▲후각, 미각 상실 ▲근육 또는 온몸이 쑤심 ▲콧물 또는 코막힘 ▲목 아픔 등의 증상이 동반된다.

### 장기 코비드(롱코비드) 피로증

어떤 사람들은 코비드 증상이 끝난 후 발생하는 '감염 후 코비드 증후군'으로 알려진 장기 코비드 증상을 보이기도 한다.

의사들은 피로감을 장기 코비드의 대표적인 증상 중 하나라고 설명했다. 이외에도 호흡이 어렵고 일상 생활을 방해할 정도로 잠을 자지 못한다.

모든 사람들이 장기 코비드(롱코비드)로 발전할 수 있다. 하지만 다른 사람들보다 더 잘 걸리는 사람들이 있다.

- ▲나이든 사람 또는 여성 ▲전신염증증후군(multisystem inflammatory syndrome, MIS), 뇌, 심장, 신장, 폐 또는 기타 장기의 염증 환자 ▲건강 상태가 좋지 않은 사람 ▲심각한 코비드 감염증을 보인 사람 ▲코비드 감염 동안 병원 입원 또는 집중 치료실에 입원했어야 하는 사



람 ▲코비드 백신 접종을 받지 않은 경우 등이 롱코비드로 발전할 수 있는 위험 요소로 꼽힌다.

### 코비드 피로감은 얼마나 오래 지속되나

경미하거나 일반 코비드 증상을 가진 사람들은 6~10일 이내에 증상이 회복된다. 길어야 10일이다.

하지만 롱코비드로 발전하면 수 주 또는 수개월 동안 피로감이 지속될 수 있다.

4주 이상 피로감이 지속되고 기타 증상이 나타난다면 롱 코비드로 봐야 한다.

### 진료를 받아야 하는 경우

코비드 피로감이 일상 생활에 영향을 줄 정도라면 의사를 찾는 것이 좋다.

- ▲추위를 못 견디는 증상 ▲변비 ▲피부 건조 ▲우울하거나 슬픈 감정이 생길 때 ▲고열 ▲잦은 두통 ▲불면증 ▲발한 ▲예기치 못하게 체중이 감소하거나 불어난다면 의사와 상담하는 것이 좋다.

의사가 코비드 테스트를 해보거나 기타 신체 검사 또는 건강 검진을 할 수도 있을 것이다. 피곤함을 유발

하는 다른 건강 문제와 생활 요인도 상당히 많기 때문이다.

### 치료

코비드로 인한 피로감은 집에서 간단히 치료할 수 있다.

- ▲술, 마약, 니코틴 등 자극적인 물질을 피하고 ▲균형 식단으로 잘 먹으며 ▲운동 ▲충분한 수면 ▲개인 및 일 스케줄 조정 ▲가능하면 스트레스 최소화 ▲명상 또는 요가 등 의 휴식 ▲충분한 수분 섭취 ▲비타민 등 보충제 섭취를 의사와 문의하기 등의 조치를 취할 수 있다.

질병통제예방센터(CDC)는 최신 코비드 백신을 맞을 것과 코비드 증후와 증상을 잘 모니터링하고 조언했다. 또 코비드 백신을 맞은 후 피곤과 피로감을 느낄 수도 있다. 이런 부작용은 매우 경미하게 짧은 시간 내에 지나간다.

### 롱코비드 피로감 관리하기

롱코비드 증상으로 피로감을 겪고 있다면 몇 가지 도움이 되는 방법도 있다.

- ▲몸을 많이 움직이지만 낮은 수준으로 한다 ▲즐거워 일상을 보내는 시간을 갖는다 ▲균형 식단으로 잘 먹는다 ▲가능하면 공부 또는 책임 있는 일을 잠시 중지한다 ▲회복할 수 있도록 시간을 갖고 휴식을 취한다

### 피로감의 원인은

몸이 피곤하다고 해서 항상 바이러스에 감염됐다는 신호로 받아들일 필요는 없다.

피곤은 별 특징이 없는 증상이다. 피로감은 일상생활이나 주변 근무 환경 등에서 올 수도 있다. 따라서 좀 더 넓은 시각으로 왜 이런 문제가 생기는지 증상을 점검해 볼 필요가 있다.

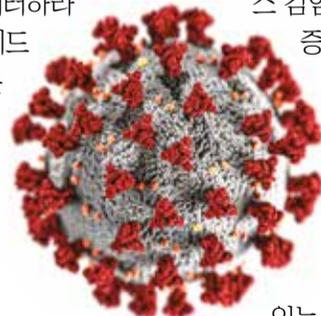
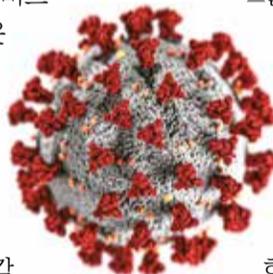
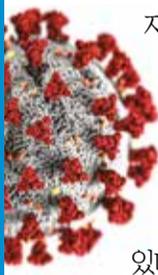
감기와 독감과 같은 흔한 바이러스 감염도 코비드와 비슷한 증상을 보인다.

이런 감염은 기침, 고열, 목 통증 등의 원인이 될 수 있으면 피로감을 가져올 수 있다.

집에서 간단히 할 수 있는 코비드 테스트를 해보거나 의료 시설에 찾아가 검사를 받아 코비드 감염 여부를 확인할 수 있다.

자넷김 기자 janet@usmetronews.com

월빙 가이드  
**US메트로뉴스**  
특별한  
**월간 프리미엄 웰빙가이드**  
고품격 월간지 US METRO NEWS가 매월 첫째주에 여러분을 찾아가합니다. 'USMETRONews'는 최고급 웰빙 기사를 기대하는 독자층의 요구에 부응하기 위해 새롭게 제작되는 월간 웰빙 가이드입니다.  
광고·구독·배달  
**(323)620-6717**



# 65세 생일이 되시는 분들을 위한 메디케어 등록을 엘림종합보험에서 무료로 도와드립니다



## 응답하라 1959!!

메디케어는 미국 납세자의 권리이며 가장 저렴하고 베네핏이 좋은 건강보험입니다.

등록시기를 놓치지 마시고 **65세 생일전에 문의하세요**

요람에서 마지막 순간까지 엘림종합보험이 여러분과 함께 합니다.



생명보험



은퇴연금



메디케어



건강보험



사업체



주택



자동차



## 정직 · 정확 · 친절 · 신속

Open Hour 월~금 :10am~6pm, 토 Close / 예약손님 Only



### 엘림종합보험

ELIM INSURANCE & RETIREMENT SERVICES INC.

License # 0M99487



### Los Angeles

LA 한남마켓 건너편

**213.315.5052**

2727 W Olympic Blvd #102  
Los Angeles, CA 90006  
hanna@aceinsus.com

### Orange County

플러턴 아리랑마켓 안

**714.382.6883**

1701 W Orangethorpe Ave #101  
Fullerton, CA 92833  
candice@aceinsus.com

### 시애틀지역 사무실 연락처

Tacoma(Hmart 안) 253.328.5454  
8720 S Tacoma Way Lakewood, WA 98499

Federal Way (대박왕만두 옆) 253.442.6222  
33100 Pacific Hwy #3 Federal Way, WA 98003

Lynnwood(Hmart 안) 425.678.6901  
3301 184th St SW #115 Lynnwood, WA 98037

# 재정

## 매년 1만 2,000명 SSA 사망자 명단에 잘못기록

### 은행 등 재정 구좌 동결돼 '재정적사망' 소셜국 즉시 찾아가 신분제시하고 정정 SSA 사망 명단 입력 중 오류에서 발생

“내가 죽었다고?” 소셜시큐리티국의 실수로 멀쩡한 사람이 숨진 것으로 기록돼 생활이 마비되는 피해자들이 적지 않은 것으로 나타났다. 이는 사망 보고가 가장 먼저 소셜시큐리티국으로 보내지는 과정에서 입력 오류 또는 이름과 소셜번호가 뒤섞이면서 발생한다. 일단 소셜시큐리티국의 사망자 명단에 잘못 이름이 올라가면 모든 은행 등 재정 구좌가 동결, 폐쇄돼 재정적 사망 선고를 받는다.

소셜시큐리티국 자문의위원회는 1년에 최대 1만 2,000명가량이 잘못 사망 선고를 받고 있다고 전했다.

#### 사망 신고서

테네시 내슈빌에 사는 브루클린 버나드는 지난 1월초 부채 '에스테이트 인포메이션 서비스' 콜렉션 전문업체로부터 황당한 편지를 받았다. 편지 내용은 “브루클린 버나드의 사망에 조의를 표합니다. 고인의 생전 부채를 유산에서 지불하는 방법을 알려 드립니다”라는 것이다. 처음에는 장난이나 사기성 편지인줄 알고 무시하려고 했지만 이상한 생각에 전화를 걸어 돈을 갚아버렸다.

수주후 또다른 문제가 발생했다. 그녀는 월마트에서 은행 데빗 카드를 사용했는데 은행에서 결제를 거부한 것이다.

버나드는 “결코 발생하지 않아야 할 일이 발생했다”고 분통을 터뜨렸



다. 그리고는 황당한 이메일이 한통 들어왔다. 그녀가 법적으로 죽었다는 내용이다.

버나드는 “내가 사망했다는 이메일이었다. 이로 인해 내 은행 어카운트가 동결됐다는 것”이라고 황당해했다.

그녀는 은행 고객상담원에게 전화를 걸었다. 하지만 여러명에게 전화가 수차례 넘겨지고 나서야 소셜시큐리티국에서 사망선고를 내렸음을 알게 됐다.

버나드의 크레딧 카드와 은행 구좌는 모두 폐쇄되면서 그녀는 은행 구좌의 돈을 더 이상 사용할 수 없게 됐다. 결국 렌트비와 같은 가장 기본적인 생활비도 가족과 친구들에게 빌려내야 했다. 은행 구좌가 폐쇄됐으니 직장에서 받은 수표를 입금할 수도 없었을 것이다.

7살 짜리 딸아이의 음식이나 일상용품 조차 사줄 수 없는 상황이다.

#### 소셜시큐리티국 실수 만발

버나드의 고통만이 아니다.

소셜시큐리티국 자문의위원회에 따르면 소셜시큐리티국의 업무 실수로 매년 최대 1만 2,000명이 사망한 것으로 처리된다는 것이다.

재정 전문 강사 알렉스 빈은 뉴스위크와의 인터뷰에서 “정말 재정적으로 최악의 시나리오이고 진짜 슬픈 것은 당사자의 실수가 아니라는 점”이라고 말했다.

그는 “소셜시큐리티국이 사망선고를 내리면 다른 정부 부서들도 이에 따라 조치하므로 잘못된 신고가 매우 복잡한 과금 효과를 가져오게 된다”고 말했다.

일단 소셜시큐리티국의 ‘사망자 파일’ (Death Master File)에 이름이 올라가면 모든 정부 혜택이 종료되고 은행 구좌와 크레딧 카드 구좌역

시 폐쇄된다.

이렇게 잘못 이름이 올라간 사람들은 또 건강 보험이 끊어지고 더 이상 세금 보고도 할 수 없게 된다. 신용조회는 물론이고 새 대출 신청 역시 불가능하다.

#### 소셜시큐리티 답변

시사 주간지 뉴스위크가 소셜시큐리티국에 이메일로 추가 정보를 요구하고 어떻게 이런 일이 발생할 수 있는지 해명을 요구했다.

이에 대해 소셜시큐리티국이 대런 러츠 대변인은 “1년에 대략 340만 건의 사망 보고서가 소셜시큐리티국에 보고되며 우리 기록은 매우 정확하다”면서도 “이중 0.7% 이하 정도가 나중에 정정된다”고 설명했다.

그는 또 “누군가 사망하면 가장 먼저 소셜시큐리티국으로 보고된다. 주정부뿐만 아니라 가족들 또는 장의사에서, 연방 정부 관할 기관에서 또는 은행이나 브로커 회사 등 금융 회사에서도 소셜시큐리티국에 보고한다”고 말했다. 그러면서 러츠 대변인은 “소셜 시큐리티국 기록에 사망한 것으로 잘못 올라갔다고 의심이 된다면 즉시 해당 본인이 각 지역 소셜시큐리티국 사무실을 찾아 정정해야 한다”고 조언했다.

#### 총체적 혼란

온라인 michaelryanmoney.com을 운영하는 마이클 라이언 재정 전문가가는 잘못된 사망자 명단이 얼마나 큰 영향을 주는지 직접 보아 왔다면서 각종 구좌들이 동결되고 수입을 잃으며 크레딧이 망가지고 심지어는 신분 도용까지 당한다고 전했다.

이런 소셜시큐리티국의 실수의 대부분은 데이터를 입력하는 과정에서 발생하거나 이름이나 번호가 뒤섞이면서 발생한다.

라이언은 뉴스위크와의 통화에서 “데이터 중심의 시대를 살아가는 요즘, 현대인들은 적극적인 관심없이 컴퓨터 시스템에 우리의 재정적 삶과 신분을 맹목적으로 신뢰할 수는 없다”고 말했다. 그는 또 “실수에 의한 사망 신고가 금전적이고도 합법적 대혼란의 수문 열수 있다는 사실을 부인할 수 없다”고 덧붙였다.

#### 내게 이런 일이 닥친다면

이런 상황에 직면했다면 재정 문제를 정상적으로 돌리기 위한 즉각적인 조치가 필요하다.

문제의 근원인 소셜시큐리티국에 가능한 한 빨리 찾아간다. 운전면허 또는 여권 등 신분 증명서를 보여준다.

소셜시큐리티국은 사망 신고를 정정해주는 편지를 발급해 줄 수 있다. 만약 은행이나 투자 브로커 회사가 이 편지를 신뢰하지 않을 경우도 있을 것이다. 이럴 때는 연방 정부 소비자보호국(Consumer Financial Protection Bureau)에 신고해야 한다.

버나드가 소셜시큐리티국에 찾아가 신분증을 제출하자 소셜시큐리티국은 버나드의 번호가 누군가의 사망증명서에 사용됐다고 말해 줬다.

소셜시큐리티국에서 발급한 사망 정정 편지를 받았지만 버나드는 아직도 세금 보고를 늦게 한데 대한 문제를 해결해야 한다. 또 그녀의 크레딧 리포트 역시 완전히 회복되지 않고 있다.

버나드는 “나 이외에 다른 사람들이 똑 같은 고통을 당하지 않기를 바란다”면서 “결코 보통 실수가 아니다. 미쳤다”고 분통을 터뜨렸다.

존 김 기자 john@usmetronews.com

Lic #0i99095

**소셜연금  
메디케어  
건강보험  
은퇴플랜**

**무료**

**“안내해 드립니다”**

**김정섭**

Wilshire4525@hotmail.com  
**(323)620-6717**

# 주택 다운페이먼트 보조(DPA)로 내 집 마련 꿈 이룬다

미 전국에 2,000여 프로그램 운영  
다운페이먼트, 클로징비 지원 현찰 보조  
0% 이자, 보조금 탕감 등 지역마다 다양  
HUD 웹사이트 통해 전국 프로그램 검색

이민 1세대에게는 집을 가지는 것이 ‘아메리칸 드림’으로 생각된다. 그만큼 집은 개인이 가지고 있을 수 있는 가장 큰 재산이기 때문이다.

그런데 집을 사려면 우선 다운페이먼트를 마련해야 한다. 다운페이먼트가 없다면 집 구하기가 거의 불가능하다고 봐야 한다. 내 집 마련의 꿈은 이 다운페이먼트부터 시작된다고 해도 틀린 말은 아니다.

요즘 렌트비가 너무 올랐다. 웬만한 집 모기지 페이먼트보다 렌트비가 훨씬 더 비싼 경우가 많다. 하지만 집을 구입하려고 해도 다운페이먼트가 없어 비싼 렌트비를 내고 살아야 한다. 그러나 걱정할 필요 없다. 각 주정부 또는 지방 카운티, 도시 정부마다 주택 구입을 꿈꾸는 사람들에게 다운페이먼트를 도와주는 다양한 프로그램을 운영하고 있다.

### 다운페이먼트를 많이 할수록 모기지 대출금도 낮출 수 있다

대부분 모기지 대출을 받으려면 주택 판매 가격의 최소 3%를 다운페이먼트로 내야 한다. 그러나 대출 회사들은 전통적으로 20% 다운페이먼트를 요구한다. 그래야 모기지 대출을 받는 사람들의 페이먼트 부담을 줄일 수 있고 또 페이먼트를 못해 모기지 상환에 어려움을 겪는 불상사를 막을 수 있기 때문이다. 하지만 20% 다운페이먼트가 그리 만만한 금액은 아니다.

미국 주택 가격이 2020년 팬데믹으로 잠시 동결 조짐을 보이더니 요즘 다시 해빙되고 있다.

부동산 데이터 제공회사 ‘ATTOM’에 따르면 2023년 2/4분기의 미 전국 다운페이먼트 중간값은 3만 1,500달러다. 전년 동기 대비 19% 상승했다. 물론 LA 등 대도시는 이보다 훨씬 많은 다운페이먼트가 필요하다.

세인트루이스 연방 준비제도의 자료를 보면 같은 기간 세인트루이스 주택 가격은 41만 8,500달러다.

지난해 9월 ATTOM의 주택 가격

분석 결과, 미국 중간가 주택을 구입하려면 연 수입이 7만 5,000달러 이상은 있어야 가능하다. 미 전국 부동산 시장의 절반이 이에 해당한다.

### 다운페이먼트 보조 프로그램

앞서 설명한 것처럼 미국 정부와 곳곳의 지방정부가 주택 구입을 희망하는 사람들에게 다운페이먼트를 보조해주는 프로그램(Downpayment Assistant, DPA)을 운영하고 있다.

미 전국적으로 2,000개 이상의 DPA가 운영되며 주택 구입 희망자들에게 ‘아메리칸 드림’을 실현시켜 준다. 미국 주택 정책을 책임지는 연방주택도시개발부(HUD)의 데이빗 베렌바움 주택상담국장은 주 정부를 포함해 각 도시정부마다 많은 DPA를 운영하며 주택 구입자들을 도와주고 있다고 밝혔다.

본인만 부지런하고 원한다면 충분히 주택 마련의 꿈을 달성할 수 있는 것이다.

특히 요즘같이 주택 가격이 치솟고 이자율이 높은 시기에는 매우 유용한 프로그램이다.

베렌바움 국장은 대부분 보조 프로그램은 첫 주택 구입자에 초점을 맞추고 있다. 또 40% 가량은 재향군인과 같은 특정 그룹을 도와준다고 설명했다. 첫 주택 구입자의 정의는 3년 이내 주택을 소유하지 않은 사람으로 하고 있다.

### 어떻게 운영되나

베렌바움 국장은 DPA 프로그램의 75%는 주택을 구입할 때 사용되는 다운페이먼트와 기타 클로징 비용에 사용할 수 있도록 현금을 지원한다고 밝혔다. 그는 또 0% 또는 매우 낮은 이자율을 제공할 수 있고 텍스 크레딧 또는 대출금을 탕감해 주는 프로그램도 있다고 덧붙였다.

대출은 2차 모기지로 제공되는데 대부분 다운페이먼트를 커버하고도 남을 정도로 충분하다.

0% 이자율의 무상 대출을 해주는



DPA를 받았다면 일정 기간동안 해당 주택에 거주하는 동안 대출금을 갚을 필요가 없다. 0%의 페이먼트 유예 대출을 받았다면 탕감을 받지 못하고 집을 팔거나 이사를 할 때 또는 은행의 1차 모기지를 재융자 할 때 또는 모기지를 다 갚을 때까지 대출금을 갚을 필요가 없다.

베렌바움 국장은 DPA 보조금은 구입하려는 지역의 주택 비용에 따라 결정된다고 말했다.

어떤 프로그램과 모기지 은행은 자격이 되는 구입 희망자에게 다운페이먼트를 요구하지 않는다. 또 1만 달러를 요구할 수도 있다.

다만 얼마 후 집을 팔고 다른 곳으로 이주하려는 사람들에게는 적합하지 않은 프로그램이다.

### 자격

대부분 첫 주택 구입자들을 위한 프로그램이다. 하지만 일반적으로 지난 3년간 주택을 소유한 적이 없는 경우 첫 주택 구입자로 분류된다. 하지만 렌트나 투자용 부동산을 소유하면 자격이 되지 않는다.

또 DPA는 수입 기준을 철저히 검증한다. 수입 기준은 지역마다 또는 지역의 주거비에 따라 다르다. 대부분 저소득 또는 중간 소득자들이 혜택을

받을 수 있다.

예를 들어 뉴욕주는 콜로라도 또는 애리조나보다 기준이 더 높을 것이다. 뉴욕주는 전국에서 가장 생활비가 높은 지역 중 하나다.

텍사스주 주택국의 ‘텍사스 홈 포 히어로즈 이니시예티브’(Homes for Texas Heroes initiative)는 교사, 간호사, 응급구조대 등과 같은 특정 전문직 종사자들을 위한 다운페이먼트 보조 프로그램이다. 또 흑인이나 라틴계들을 위한 프로그램도 운영된다.

이외에도 크레딧 점수 최소 620점이상이 요구되며 크레딧 기록이 중요하게 적용되기도 한다.

특히 이 프로그램을 그냥 주는 것은 아니다. 많은 경우 워크숍 등 모기지 과정에 대한 교육 프로그램을 이수해야 한다. 집을 구입한 후 재정 관리에 대한 교육도 받도록 되어 있다.

### 어떻게 프로그램 찾아

전국 2,000여 개 프로그램 모두 다르다. 각 주정부, 카운티, 시 정부에서 다양하게 운영하므로 각 지역 주택국에서 자신에게 맞는 프로그램을 찾는 것이 중요하다.

또 연방 HUD와 산하 연방 주택국(FHA)이 지역마다의 보조 프로그램을 찾을 수 있는 온라인 검색창을 운영하고 있다. ([https://www.hud.gov/program\\_offices](https://www.hud.gov/program_offices))

베렌바움 국장은 “내가 어디서 살 것인가, 또 어느 정도 능력이 되는가, 집을 사면 세금 혜택을 어떻게 되나 등등 HUD가 승인하는 카운슬러들이 도움을 줄 것”이라고 말했다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

# US메트로뉴스

종이신문과 인터넷의 장점을 접목하여 정보읽기의 효율성과 독자의 편의성을 높인 뉴스 서비스입니다.

[usmetronews.com](http://usmetronews.com)

US메트로뉴스

# 건강

## 생활 습관 개선만으로도 치매 위험성 40%까지 낮춰

올해 미국인 알츠하이머 환자 690만 명으로 늘어  
정기적 운동, 금연 등으로 치매는 25년간 감소  
중년의 혈압 조절은 노년의 알츠하이머 위험 낮춰져  
전문가들 “알츠하이머는 심각한 공공 보건 위협”

시니어들이 가장 두려워하는 질병이 알츠하이머다. 알츠하이머는 치매의 일종으로 치료 방법이 없다.

2024년 미국인 690만 명이 알츠하이머를 앓고 있다. 2023년보다 20만 명이나 늘어났다. 이 때문에 요즘 알츠하이머는 공공 보건을 위협하는 심각한 질병으로 급부상하고 있다.

지난달 20일 알츠하이머 협회의 연례 동향 보고서가 발표됐다.

보고서는 500~700만 명의 성인이 경미한 인지장애를 가지고 있으며 전문가들은 알츠하이머의 초기 증상과 연관이 있는 것으로 보고 있다고 밝혔다.

반면 치매는 지난 25년간 꾸준히 감소세를 보이고 있다. 이는 고학력자가 늘어나고 있고 건강에 직결되는 운동을 많이 하는데다가 혈압 조절을 잘 하고 있고 금연과 사회 활동이 늘어난데 원인이 있는 것으로 보인다

알츠하이머와 기타 치매 위험에 직면한 성인과 65세 이상 미국인은 2022년 5,800만 명에서 2050년 8,200만 명으로 늘어날 것으로 예상된다. 참고로 앞으로 6년간 베이비부머 마지막 세대가 65세에 대거 진입한다.

### 경제적 사회적 문제

미국 노년 인구는 심대한 경제적, 사회적 문제를 유발한다.

알츠하이머 또는 기타 치매 질환을 앓는 노년의 연간 간병비용은 2024년 3,600억 달러로 예상된다. 1년전보다 150억 달러가 늘어날 수 있다.

65세 이상 시니어에게 제공되는 메디케어와 가난한 사람들에게 보조되는 건강 보험 메디케이드가 올해 알츠하이머와 치매 환자들에게 지불하는 간병 비용만도 2,310억 달러에 달한다. 개인 간병과 공공 간병 비용을 합해 2050년에는 간병비용이 거의 1조 달러에 육박할 것으로 보고서는 내다봤다.

보고서를 발표한 알츠하이머 협회

의 샘 파지오 수석 연구국장은 “연구가 고령화 되면서 이런 문제에 대한 해법이 필요할 때가 됐다”면서 “알츠하이머 병은 심각한 공공 보건 위기로 남아 있다”고 촉구했다.

### 생활 습관 개선

이번 보고서에 참여하지 않은 알츠하이머 전문가들은 알츠하이머 또는 치매의 위험을 줄이기 위해 애쓰는 미국인들이 최근 들어 부쩍 늘고 있어 다소 긍정적이라는 반응을 보이고 있다.

UCLA 메리 이스턴 알츠하이머 연구 및 치료센터를 맡고 있는 키스 보셀 신경전문의는 생활습관 개선으로 치매 케이스의 40%까지 충분히 예방할 수 있다는 연구보고서도 발표됐다고 전했다.

보셀 전문의는 정기적으로 운동하고 담배를 피우지 않으며 교육을 더 받는 사람은 알츠하이머 등 치매의 위험이 줄어든다고 설명했다. 특히 중년기의 혈압 조절이 중요하다고 그는 강조했다.

보셀은 혈압 상승을 주의롭게 관리하는 것이 매우 중요하다고면서 “중년 시절에 높은 혈압을 가진 사람 중에서 혈압을 낮추는 사람은 나중에 치매 또는 경미한 인지장애의 위험을 낮출 수 있다”고 말했다.

보셀은 혈압 상승을 주의롭게 관리하는 것이 매우 중요하다고면서 “중년 시절에 높은 혈압을 가진 사람 중에서 혈압을 낮추는 사람은 나중에 치매 또는 경미한 인지장애의 위험을 낮출 수 있다”고 말했다.

### 알츠하이머, 치매 환자 돌봄이 주 31시간 소요

가족과 기타 케어기버는 알츠하이머, 치매 환자들을 먹여주고 돌봐주는 일련의 일들을 해야 한다. 이 보고서는 약 1,150만 명의 가족 친지 등 케어기버들이 지난해 1,800만 시간 이상을 무보수로 일했다.

이는 케어기버가 한주에 평균 31시간가량을 풀타임으로 일한 것과 맞먹는 시간이다.

지난 7월 메디케어를 관할하는 ‘메디케어 메디케이드 서비스 센터’(CMS)는 치매를 앓고 있는 환자 삶의 질을 향상시키기 위해 집에서 영양할 수 있도록 해주고 무보



**치매를 막고 활기찬 노년 맞는 행동 요령 10가지**

- 만성 질환을 적극적으로 관리하라
- 신체 활동을 늘려서 근육을 지켜라
- 우울증을 예방하고 치료하라
- 생선, 육류, 야채 등 균형 잡힌 식사를 하라
- 친구와 사귀고 사회 활동에 꾸준히 참여하라
- 혼자 밥 먹기를 피하라
- 손주를 자주 만나라
- 알부민(단백질) 농도를 올려라
- 종교 활동을 하는 게 좋다
- 혈중 고밀도 지단백(HDL) 콜레스테롤을 높게 유지하라

자료: 한국 노인 노쇠 코호트 연구

수 친척 등 케어기버들의 심적 재정적 부담을 줄여주기 위한 하나의 프로젝트 시작했다.

‘가이딩 임프루브드 디멘시아 익스피리언스’(개선된 치매경험 가이드)로 불리는 이 프로젝트 모델은 주7일 24시간 도움전화와 협력 치료를 제공하는 프로그램이다. 가족들에게 환자와 케어기버를 연결해주는 서비스도 제공한다. 이 모델에 참여하는 의사와 병원은 메디케어로부터 매달 환자 한명당 일정 비용을 받는다.

케어기버를 찾아 주는 서비스는 매우 중요하다. 가족들은 항상 큰 스트레스로 고통을 겪게 된다. 또 이분야 종사자들은 의료시스템이 치매를 겪는 사람들을 도와주는 역할을 제대로 수행하지 못한다고 생각하고 있다고 이 보고서는 지적했다.

조 바이든 대통령은 최근 암환자들을 위한 유사 안내 플랜을 확대했다. 이 안내 플랜은 일반 건강 보험회사가 커버한다.

### 신약 개발

현재까지 알츠하이머 환자를 위한 약은 8가지가 승인돼 있다. 이중 2개

만 직접 병을 공략해 기억력과 인지 감소를 늦춰주는 역할을 한다.

바이오젠은 ‘아둘헬름’(Adulhelm)이라는 이름으로 시판했던 ‘아두카 뉴맵’(aducanumab)을 더 이상 만들지 않는다.

연방식품의약품(FDA)은 이 약의 임상실험 결과가 불확신에도 승인했다가 못매를 맞았다. 이 약의 가격은 처음 공개됐을 때 연 5만 6,000달러로 책정되면서 제약회사 바이젠 역시 비난을 받았었다.

특히 FDA의 승인으로 메디케어가 이 약값을 커버해 주는 상황이 되면서 메디케어 파트 B 보험료가 크게 올랐다가 이듬해 다시 보험료가 인하되는 촌극까지 벌어졌다.

2023년 1월 제약 회사 ‘아이사이’(Eisai)가 알츠하이머의 원인으로 지목되는 마일로이드베타 단백질 공격 의약품 ‘레카네맵’(lecanemab)을 개발해 FDA의 승인을 얻어냈다.

‘레킴비’(Leqembi)라는 이름으로 판매되는 이 약은 알츠하이머 초기 단계의 환자를 위한 것이다.

알츠하이머 협회의 이번 보고서는 이 약의 단기간 효과는 감지하기

어렵다고 적었다. 이 약은 병의 진행을 늦추는 것이지 인지 감소를 회복시켜주지는 못하기 때문이다. 보고서는 특히 장기간 효과는 불분명하다고 지적했다.

지난달 초 FDA는 제약회사 ‘엘리 릴리’의 약품 ‘도나네맵’(donanemab)의 승인 여부를 잠정 연기했다. FDA는 자문 위원회를 열어 치료 효과에 대해 점검할 예정이다.

뇌에 축적돼 뇌 세포를 죽이는 단백질로 지목된 아밀로이드를 없애는 이들 3가지 약들은 모두 임상실험에서 뇌가 붓거나 출혈과 같은 부작용이 확인됐다. 하지만 일부 환자들은 증상을 인지하지 못하기도 하고 일부는 두통, 어지럼증, 메스꺼움, 혼란, 시력 변화 등을 경험한다.

아밀로이드 단백질 제거를 목표로 하는 약 이외에도 현재 신경퇴행성 질환을 유발하는 타우단백질 축적을 막아주는 약등이 개발 중에 있다고 보고서는 덧붙였다.

김정섭 기자

**광고 (213) 247-2938**  
contact@usmetronews.com

# 재채기에 콧물, 코막힘 “감기야 알러지야”

**봄철 단골 불청객 꽃가루 알러지 기승**  
**미국인 4명 당 1명꼴로 시즌 알러지로 고생**  
**기온 올라가고 비 많아져 꽃가루 농도 높아져**  
**소금물로 코 씻어내고 집에 돌아오면 샤워**

만물이 눈을 뜨는 봄이다. 이미 입춘이 지난지도 반달이다. 그런데 이런 반가운 봄소식에 반갑지 않은 손님들이 찾아온다. 바로 알러지다. 미국에서는 성인 4명 당 1명꼴로 계절적 알러지로 고생한다. 기후변화로 기온과 식물의 성장이 달라지면서 이전보다 더 일찍 알러지 시즌이 찾아왔다. 그러다보니 알러지인지 감기 인지가 혼동되는 경우가 많다.

**더 심해지는 알러지 시즌**

북미주 전반에 걸쳐 60개 측정소의 꽃가루 수치를 분석해 본 결과, 1990년보다 2018년의 봄 알러지 시즌은 약 20일 정도 빨리 시작되고 있다.

유타대학 생물학과 윌리엄 앤더리그 교수는 봄이 일찍 찾아오면 고초열(hay fever)로 알려진 알레르기성 비염이 더 높게 나타난다고 말했다. 그는 주체할 수 없을 정도로 심한 알러지 증상으로 병원을 찾는 경우도 많다면서 “예상도 못했고 가지고 있는 약도 없기 때문”이라고 설명했다.

과학계는 꽃가루 농도가 1990년 이후 전국적으로 20% 가량 더 증가했다고 전했다. 특히 텍사스와 중서부가 더욱 심하다.

더 더워진 기온, 이산화탄소와 증가하는 강수량이 식물 성장을 돕고 있으며 장기간에 걸쳐 대기에 더 많은 꽃가루를 뿜어내고 있다는 것이다.

미시시피 의과대학의 알러지 및 면역학과 게일린 마살 학과장은 40년전만 해도 알러지 시즌은 매 8주 정도가량으로 한정돼 있었다고 말했다.

나무의 꽃가루는 봄철에 날아다니지만 풀의 꽃가루는 봄과 여름에 증가하며 초록색의 작은 풀잎 돼지풀은 늦여름과 초가을에 날린다.

미국 알러지, 천식면역학 학회 회장이기도 한 마살 전문의는 당시만 해도 사람들은 “알러지 사이클이 이어지는 동안 최소 쉴 틈은 있었지

만 지금은 길고 긴 알러지 시즌으로 바뀌었다”고 말했다.

**알러지와 감기의 구별법**

많은 사람들은 코가 막히거나 콧물이 나면 감기라고 생각한다. 알러지와 감기 증상은 매우 유사할 수 있다.

UCLA 의과대학 임상 알러지 및 면역학 리타 카추루 과장은 알러지는 눈과 코, 목, 입과 귀에 가려움증이 생긴다고 말했다.

몸의 면역시스템이 꽃가루를 나쁜 적군이 침입한 것으로 오해를 한다. 이런 꽃가루에 반복적으로 노출되

월빙 가이드  
**US메트로뉴스**

특별기획

월간 프리미엄  
월빙가이드

고품질 월간지 US METRO NEWS가 매월 첫째주에 여러분을 찾아갑니다. 'USMETRONews'는 최고급 월빙 기사를 기대하는 독자들의 요구에 부응하기 위해 새롭게 제작되는 월간 월빙 가이드입니다.

광고·구독·배달  
**(323)620-6717**



지에 의한 가능성이 매우 높다. 알러지가 족력, 아토피성 피부염 또는 천식도 의사가 판단하는 중요한 요소가 될 것이다.

**이전에 알러지는 없었다면**

대부분의 사람들은 어린시절 첫 증상을 경험한다. 하지만 성인에게도 많이 나타난다.

다른 지역으로 이주했고 다른 알러지원에 노출되면 나타날 수도 있다. 성인이 되어 나타나는 알러지는 꽃가루 양의 증가가 원인이다.

하버드 대학의 마리 존슨 박사는 기후변화로 인해 바람이 잦으면서 꽃가루가 더 멀리 날아가 먼 곳에 있는 사람들에게도 새 알러지 요인을 전파한다고 전했다.

또 에스트로젠, 테스토스테론과 같은 호르몬도 알러지 관련 질환에 영향을 줄 수 있다는 연구 결과도 있다.

남자아이들은 보통 음식 알러지 또는 아토피성 피부염이 아기 때 생기며 성장하면서 계절적 알러지와 천식으로 발전한다. 하지만 사춘기 때 사라졌다가 30대와 40대에 되돌아 올 수 있다고 UCLA 카추루 학장은 전했다.

여성들의 경우 사춘기와 임신, 폐경기, 피임 등 호르몬 변화가 알러지를 유발하고 심각한 증상을 가져올 수 있다.

**증상 관리**

외출을 자제하고 집안으로 꽃가루가 들어오지 않도록 문을 닫아둔다. 웨일 코넬 의대의 윌리엄 레이사처 교수는 “외부의 알러지 요인이 집안의 알러지원이 되지 않도록 하는 것”이라고 강조했다.

처방전 없이 구입하는 약들은 항히스타민과 스테로이드로 구분된다. 시중에서 파는 클라리틴, 자이텍, 사잘, 알레그라 같은 코 분사, 안약, 내복약이 항히스타민제다. 반면 플로네이스, 베나코트, 트리아시놀론, 내소넥스 제품은 스테로이드다.

하지만 수다페드와 같은 약은 심박동과 혈압을 올릴 수 있기 때문에 1~2일 이상 지속 복용을 경계하는 의사들도 있다. 그래도 호전되지 않는다면 알러지 샷 또는 내복약으로 면역 기능을 강화해 준다.

자넷김 기자 janet@usmetronews.com

용기로도 할 수 있다. 한쪽 코에 소금물을 넣고 다른 코로 내보낸다.

- ▲야외 활동을 주의한다  
 꽃가루 농도는 새벽부터 아침나절에 가장 높고 뜨겁고 건조하고 바람부는 날에는 더 심하다. 이런 시간대를 피해 야외 활동을 하고 저녁 시간대로 바꾼다. 또 외출할 때는 마스크를 착용하면 큰 도움이 된다.
- ▲집안의 꽃가루 제거  
 외출에서 돌아오면 신발을 벗고 옷을 갈아입으며 샤워를 한다. 외부에서 묻어온 꽃가루를 제거하는 것이다. 숙면을 위해서는 매트리스와

베개를 저자극성 케이스에 넣어두고 침대보를 뜨거운 물로 세탁한다.

- ▲자신에게 맞는 약을 찾는다  
 환자에게 맞는 약을 찾는 과정이 조금 번거로울 수 있다. 의사와 상의해 여러가지 약을 복용해 본다. 코에 뿌리는 스테로이드가 보통 추천되며 항히스타민제와 충혈제거제로 즉시 효과를 볼 수 있지만 장기적으로는 알러지 면역요법을 사용한다.  
 바이러스에 감염되면 근육 피로감, 관절 통증 또는 열을 동반한다.  
 만약 매년 특정 시즌에 증상이 나타나고 1~2주 이상 지속된다면 알러

면 면역 세포가 히스타민과 같은 화학물질을 방출하면서 가려움이나 염증이 생긴다.

환자들은 코가 막히고 코가 목에 쌓이거나 목 뒤로 점액이 흘러내리는 것을 경험한다. 일부는 기침이나 재채기, 숨가쁨 등을 느낀다.

**치료**

- ▲부비강(sinus)을 씻어준다  
 코 세척이 효과가 있음을 보여주는 연구 결과도 있다. 코에 소금물을 넣어 씻어 주는 것이다. 실린지를 이용할 수도 있고 시중에서 판매하는

건강

# 전립선 암은 미국 남성에게 2번째로 많은 암

미국 남성 2번째로 사망률 높은 암  
조기 진단하고 치료하면 5년 생존율 100%  
담배 끊고 체중 조절하고 가족력 있다면 주의  
50세부터 위험서 높아지므로 의사와 상의

미국 국방장관 로이드 어스틴이 지난해 연말 대통령에게 알리지도 않고 몰래 전립선 암 수술을 받았다가 못매를 맞았다. 중동 사태가 중차대한 시점에 미국 국방 수호의 2인자가 몰래 수술을 받은 것이다.

그는 수술을 받은 지 2주후 수술 후유증인 요도감염 증세로 다시 병원에 입원하면서 그때서야 백악관에 이 사실을 통보했다. 그가 백악관에 사전 공지하지 않은 이유에 대해 “극히 개인적”인 것이기 때문이라고 변명했다.

전립선 암은 미국 남성에게 가장 일반적인 암으로 지목된다. 미국에서는 두번째로 남성에게 많은 암이고 사망률도 두번째로 높다.

미국 암협회에 따르면 남성 8명중 1명은 살아가는 동안 전립선 암 진단을 받는다는 것이다.

전립선 암은 글자 그대로 전립선에 생기는 암이다. 대부분 65세 이상 시니어에 발생하지만 다른 곳으로 전이되지 않아 조기 진단되면 5년 생존율이 100%에 달한다.

또 많은 사람들이 전립선에 암 인자를 가지고 있지만 평생 발병하지 않고 또 자신도 모르고 지내는 경우가 많다는 것이다.

**증상**

초기 단계에서는 증상이 없는 것이 보통이다. 일부 환자에게는 특이 증상이 나타난다.

▲소변을 보거나 중단할 때 매우 힘이 드는 배뇨 문제가 발생한다. 소변이 나온다고 해도 매우 줄기가 약하고 또는 소변이 잘 나오지 않으며 소변을 볼 때 타는듯한 통증을 느끼기도 한다. ▲소변에 피가 섞여 나온다. ▲소변을 자주 본다. 특히 밤에 심하다. ▲발기가 어렵고 통증이 동반된다. ▲허리 하부, 골반, 허벅지 위부분에 통증이 발생한다.

이런 증상은 꼭 암이 생겨야 나타나는 것은 아니다. BPH라고 불리는 전립선 비대증으로 전립선이 부풀어 오르는 등의 기타 건강문제로도

발생할 수도 있다. 이런 증상이 있다면 의사의 진단을 받아야 한다.

**검사**

50세가 넘으면 위험이 높아진다. 의사와 상의해 검사 여부를 결정해야 한다.

하지만 아버지 또는 형제가 65세 이전에 전립선 암에 걸렸다면 45세에 의사와 상의해야 한다. 또 친척중에 65세 이전에 전립선 암에 걸린 사람이 한명 이상이라면 40세부터 주의해야 한다.

전립선 암 역시 조기 발견하고 적절히 치료한다면 생존할 수 있다.

**치료**

치료 방법은 다양하다. 현재 어느 단계에 와 있는지 그리고 건강 상태가 어떤지에 따라 치료 방법이 달라진다. 수술을 하거나 방사선 치료, 호르몬 요법 또는 이런 치료를 병행할 수 있다. 암이 매우 진행된 상태라면 화학요법을 사용할 수도 있다.

어떤 전립선 암은 매우 진행이 느려 즉각적인 치료를 요하지 않는다. 이런 경우 의사는 정기적인 검진을 하면서 주의롭게 지켜보자고 할 수 있다. 피검사와 신체검사를 3~6개월 간격으로 실시해 진행 상황의 점검한다.

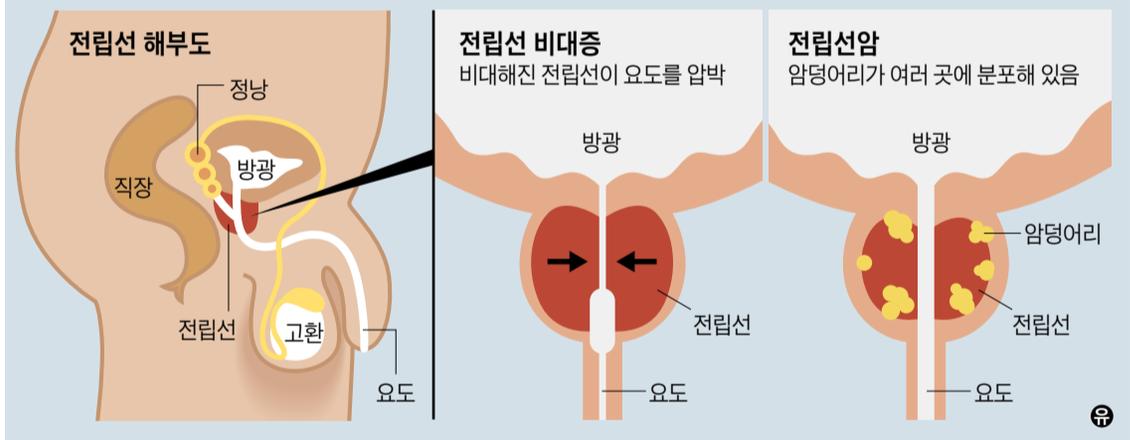
**누구 위험한가**

전립선 암은 나이와 인종에 영향을 많이 받는다. 어스틴 국방장관은 흑인이다.

또 개인적인 위험 요소에 주의해야 하며 의사의 진료가 절대적이다.

전립선은 ▲50대 이상 ▲흑인(흑인은 백인보다 전립선 암 발생 가능성이 70% 높다. 하지만 이유는 분명치 않다) ▲BRCA1 또는 BRCA2 변이 인자를 가지고 있거나 암 발생 가능성이 높은 유전적 질환 린치 증후군 ▲전립선 암 가족력이 있으면 주의해야 한다.

**위험 줄이기**



나이 등 어찌 할 수 없는 위험 요소들이 있지만 위험을 낮출 수 있는 방법은 있다.

우선 생활 습관을 바꾼다. 담배를 끊는다. 담배를 끊으면 전립선 암의 진행을 늦출 수 있고 또 심각한 상황으로 번지는 것을 줄여준다. 또 건강한 체중을 유지한다.

또 의사와 상의해 조기 진단을 받는다. 요즘 전립선 암 검사에 대해 찬반 양론이 갈리지만 어스틴 국방장관도 정기 검진에서 암을 발견했다.

또 가족력을 잘 알아본다. 가까운 친척중에 65세 이전에 전립선 암에 걸린 사람이 있다면 의사와 상의하는 것이 중요하다. 조기 진단이 무엇보다 중요하다.

**운동과 전립선 암**

운동으로 전립선 암을 막을 수 있을

까. 대답은 좀 복잡하다.

하지만 최근 영국 스포츠의학 학회지에 발표된 한 논문에 따르면 정기적인 운동이 전립선 암 위험과 관계가 있다는 것이다.

운동은 기타 암 발전 가능성을 낮추는 것만은 분명하다.

1982~2019년 스웨덴 남성 5만 7,652명을 대상으로 한 실험에서 운동을 하는 사람들은 암에 덜 걸린다는 사실이 확인됐다. 다년간 운동을 해온 사람의 암 진단 가능성은 35% 낮았다.

2021년 발표된 또다른 연구 결과에 따르면 미국 모든 성인들이 운동 가이드라인 대로 따른다면 암 진단 가능성이 매년 3%(4만 6,000건) 감소한다.

하지만 유방암이나 전립선 암과 운동의 관계에 대한 연구는 그다지

많지 않아 운동이 전립선 암을 낮추는 지에 대해서는 논란이 많다.

어떤 연구 보고서는 운동이 전립선 암의 위험을 고조시킨다고 밝힌 반면 어떤 보고서는 줄여준다고도 했다. 하지만 이들 연구보고서 모두 검사 표본이 너무 적어 신뢰성이 떨어지는 것도 사실이다.

다만 2019년 미국 스포츠의학협회의 분석 결과, 정기적인 운동은 방광, 유방, 대장, 자궁내막, 식도, 신장, 위암 등이 위험을 크게 줄여준다는 사실을 밝혔다. 또 운동은 이미 암을 가지고 있는 사람들이 수명을 연장시키고 치료 효과를 증진시킨다는 것이다. 따라서 운동 역시 전립선 암에 대항하는 면역 체계를 증강시켜 암 위험성을 낮출 수 있을 것이라고 영국 스포츠의학 연구 보고서는 밝혔다. 자넷김 기자



지난해 8월 캘리포니아에 불어닥친 허리케인 힐러리로 인해 연중 바짝 말라 있던 소금 호수 '배드워터베이스'가 오랜만에 진짜 호수의 모습을 연출했다. 지금은 물이 많이 증발 했지만 많은 관광객들이 20여년만에 자연이 가져다준 장관을 보기 위해 몰려 들고 있다. 관광객들이 맨발로 호수에 들어가 '소금 족욕'을 하고 있다. (미셸 김씨 제공)

# 비즈니스 생각 잠시 접은 귀중한 휴식 시간 만끽

## 미셸 김씨 대스밸리 관광지

큰비로 소금 호수 이룬 '배드워터베이스' 여행 끝자락에 만난 '사막의 해바라기' 매년 100만 명 관광객 몰려, 봄 가을이 최적기

3월 어느 화요일 아침 '티나'와 관광버스에 몸을 실었다. 4시간 거리의 라스베가스 길목에서 점심을 먹고 저녁 나절 라스베가스에 도착했다. 라스베가스 중심 스트립에서 조금 떨어진 호텔이지만 나름 '신시티'의 분위기를 누릴 수 있는 변화한 곳이다.

밤에 펼쳐지는 공연을 신청했지만 일행 중 가겠다고 나서는 사람들이 거의 없어 취소한다고 했다. 택시 타고 티나와 단둘이 갈 수도 없고... 포기했다.

새벽 5시 관광버스에 몸을 싣고 목적지 대스밸리로 향했다.

대스밸리 역사의 시발점인 봉사(보랙스) 광산과 미국에서 가장 낮은 배드워터 분지, 그리고 영화에나 올법한 모래언덕과 울겨울 많은 비로 인해 화려할 것으로 기대되는 사막의 꽃구경에 한껏 부풀었다.

하지만 시간상 모래 언덕 관광을 포기해야 했고 대스밸리에서 나오는 길에 작은 '사막의 해바라기' 군락을 보는 것으로 꽃구경을 만족해야 하는 아쉬움도 남는다.

### 대스밸리

대스밸리는 코네티컷 만한 크기로

미국에서 가장 큰 국립공원으로 매년 100만 명의 관광객들이 이곳을 찾는다고 한다. 1933년 호버트 후버 대통령이 봉사광산(borax mining)으로부터 수백만 에이커를 지켜내기 위해 국립기념물로 지정했다.

이후 1994년 340만 에이커에 달하는 국립공원으로 승격돼 라스베가스 관광객들에게는 단골 방문지다.

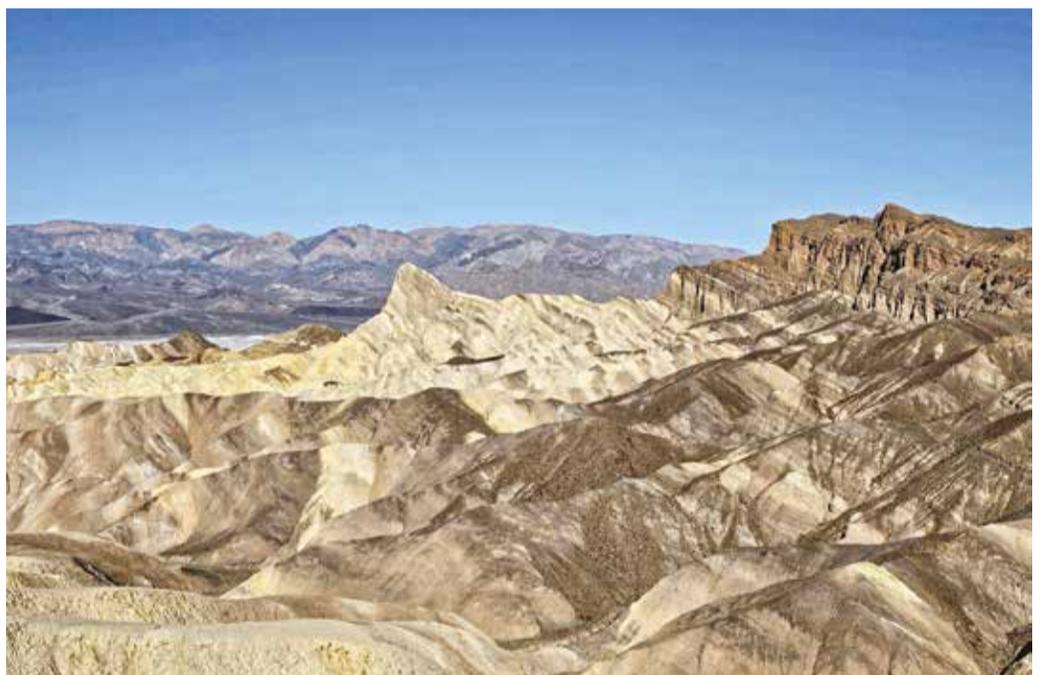
대스밸리는 한여름에는 관광이 불가능할 정도로 뜨겁다. 최근 한여름 기온이 130도를 치솟을 정도였다고 한다. 그러니 관광 적기는 늦가을과 요즘 같은 봄철이다.

출발할 때 기온은 50도대였지만 대스밸리 한낮은 벌써 80도로 올라갔다. 그래도 건조해서 그런지 뜨겁다는 느낌은 들지 않는다.

### 배드워터베이스(badwater basin)

대스밸리 대표적인 관광 명소다. 북미주에서 가장 낮은 곳으로 해수면보다 282피트가 더 낮다. 비가 오고 물이 고여도 바닥으로 스며들지 않고 오로지 강렬한 햇살로만 물이 증발한다고 한다.

대스밸리를 가고 싶었던 이유중의 하나는 지난 여름과 겨울 폭우로 바짝 메말라 있던 이곳 소금 호수에 물



북미주에서 가장 해발이 낮은 곳 배드워터 베신.

이 고여 있다는 소식 때문이었다.

지난해 8월 20일 캘리포니아에 불어닥친 허리케인 힐러리로 많은 양의 비가 내렸다. 연중 강수량보다 더 많은 2.2인치의 비가 내려 바짝 마른 소금바닥에 물이 고여 소금 호수를 만들었다.

소금이 가득한 호수물에 발을 담그고 기념 사진에 담고 싶었다. 2005년 이후 20년만에 처음 있는 현상이라니 말이다.

하지만 소금 호수에는 기대만큼 많은 물이 남아 있지는 않았다. 군데 군데 물이 고여 있어 관광객들 틈에 섞여 맨발로 어적대는 소금바닥을 걸으며 '소금 족욕'으로 무상의 시간을 보냈다. 황토 길을 맨발로 걸으면 건강에 좋다는데 소금 바닥도 혈액순환에 도움이 되지 않았을까.

### 노부부 관광객 많아

함께 간 관광객 일행들은 대부분 노인세대들이다. 손을 잡고 언덕과 소금밭을 걷는 노부부들이 모습이 정겹게만 느껴진다. 멀리 걷지 않은 곳, 그리고 부부가 멀리 운전하지 않아도 되는 여행사 관광에 나선 것이겠다.

하루 관광의 짧은 시간이었지만 대스밸리의 광활한 대자연에 흠뻑 젖었던 시간이 꿈결처럼 지나갔다.

대스밸리를 빠져나올 즈음 길옆 노란 꽃 단지 옆에 관광버스가 정차했다. '사막의 해바라기'라고 한다. 작은 해바라기 같다고 해서 붙여진 이름이라고 한다. 많은 비로 대스밸리의 화려한 꽃 구경은 아니었지만 그나마 봄꽃의 흔적에 빠져본, 아쉽지만 행복한 시간이었다.

건강

# 75세까지 여성 86%, 남성 80% 고혈압 시달려

**운동하고 과일, 야채, 저염식 중요**  
**한국인 65세 이상 노인 65.2% 고혈압**  
**혈관 손상 일으켜 뇌졸중, 치매 유발도**  
**120/80 정상 유지, 130/80이면 고혈압**

고혈압은 ‘침묵의 살인자’ 라고들 한다. 특별한 증상이 없기 때문이다. 한국인의 경우 65세 이상 노인 인구의 고혈압 발병률은 65.2%라는 통계도 있다. 또 고혈압은 연령을 가리지 않는다. 한국 30세 이상 인구의 약 30%가 고혈압을 가지고 있다고 한다.

미국도 마찬가지다. 미국 성인 절반가량이 고혈압에 시달리고 있다. 하지만 고혈압 환자 4분의 1만이 이를 제대로 조절하고 있다고 연방 질병통제센터(CDC)가 밝혔다.

리시 워드헤라 하버드의과대학 조교수는 뉴욕 타임스와 인터뷰에서 “고혈압은 건강에서 서서히 위험을 가져온다”고 밝혔다. 그는 혈압 검사가 팬데믹 이후 수준으로 회복되지 않고 있다고 아울러 경고했다.

고혈압은 심장병과 뇌졸중, 임신 합병증 및 기타 건강 문제의 위험을 고조시키지만 증상이 거의 없는

경우가 많다고 그는 덧붙였다. 그는 “많은 환자들이 감지하지 못하고 있다는게 문제”라고 말했다.

협심증이나 심근경색의 약 60%, 뇌졸중의 약 90%는 고혈압으로 인해 발생한다. 따라서 혈압을 조절해 이러한 질환들을 사전에 예방하는 것이 중요하다.

그러면 고혈압을 어떻게 조절할 수 있을까.

**고혈압이란, 정상 수치는**

오하이오 주립대학 웨스터 의과대학의 짐 루 심장 전문의는 혈압은 피를 밀어 심장 내 동맥 혈관 벽에 압박을 가한다고 말했다.

혈압은 2가지 수치로 나타낸다.

위의 혈압 수치는 최고 혈압, 즉 수축기압을 말한다. 수축 기압은 심장이 수축할 때 발생하는 압력을 표시해 준다. 반면 아래 혈압은 최소 혈압 즉, 확장기압이다. 이 확장기압은



심장 근육이 이완됐을 때의 압력을 말한다.

심장근육은 수축과 이완을 반복하면서 피를 온몸으로 보내준다. 수축을 할 때는 피를 동맥으로 뿜어 줄 것이고 이완하면 정맥에서 들어오는 피를 가득 채워 넣었다가 다시 수축으로 동맥을 통해 피를 온몸으로 보낸다.

이 압력을 압력계 측정 단위인 mm Hg(millimeters of mercury Hg)로 표시한다.

미국 심장협회와 심장학회는 정상 혈압을 120/80 이하로 정의하고 있고 CDC는 130/80 이상이며 고혈압으로 분류한다.

혈압이 매우 높으면 심한 두통, 가

슴 통증과 현기증을 포함한 증상을 유발할 수 있다.

많은 사람들의 경우 이런 증상을 인지할 수 있을 때까지 그동안 매우 천천히 혈압이 올라갔을 것이라고 류 조교수는 경고했다.

**고혈압이 왜 문제가 되나**

고혈압은 피 공급을 해주는 심장을 더 혹사시킨다. 장기간 지속되면 지친 심장이 점차 체내 혈액 공급을 위한 수축 운동에 문제를 일으킨다. 결국 심정지로 이어질 수 있다.

고혈압의 압력은 동맥의 연한 벽을 손상시킬 수 있다. 동맥 혈관 벽의 손상은 곧 나쁜 콜레스테롤로 알려진 LDL 콜레스테롤이 손상된 틈에 달라붙어 덩어리 또는 플라그를 형성시킬 수 있게 한다. 이러면 혈관의 혈류 순환을 방해해 일부 환자들은 심장마비가 오게 된다.

피가 뇌로 올라가는 동맥들이 막히면 뇌졸중이 발생하기도 하다. 뇌 속의 혈관이 장기간 손상되면 혈관성 치매라고 불리는 증상을 유발할 수 있다.

**고혈압의 원인**

모든 동맥은 나이가 들수록 굳어져 혈압이 점차 올라간다.

75세에 이르러 미국 남성 80%, 여성 86%가 고혈압을 가지는 것으로 측정된다.

고혈압 위험을 높이는 요소는 많다.

흡연, 과음, 비만, 만성 스트레스를 포함한 다양한 요소들이 복합적으로 작용한다.

또 운동 부족과 과도하게 짠 음식, 가공식품 역시 고혈압의 위험과 연관성이 높다.

**고혈압 방지법**

어떤 사람들에게는 생활 습관을 바꾸는 것으로도 고혈압을 크게 낮출 수 있다고 마사 콜라티 LA 시더스 사이나이 스미츠 심장연구소의 예방 심장 과장은 조언했다.

콜라티 과장은 하루 30분 이상 중간 강도의 운동과 7~9시간의 취침을 권장한다. 혈압을 낮출 수 있는 방법이라고 그는 덧붙였다.

또 적당한 체중의 건강한 신체를 유지할 수 있다면 역시 혈압을 낮출 수 있다.

니코틴이 들어 있는 제품을 피하는 것이 매우 중요하다.

미국 심장협회에 따르면 니코틴을 복용하면 혈압이 올라간다. 또 혈관이 좁아지고 혈관을 굳게 하는 원인으로 지목된다.

어떤 연구 결과는 저염식 역시 일부 고혈압 환자들의 혈압을 2~8 mmHg 줄일 수 있다고 보고했다.

특히 과일과 채소, 저지방 유제품 역시 혈압을 8~14포인트까지 낮출 수 있다고 한다.

알코올 섭취를 절제한다. 하루 여성은 알코올 섭취를 1잔으로 제한하고 남성은 2잔으로 제한하면 혈압을 2~4포인트 낮출 수 있다는 것이다.

**약 복용**

콜라티 과장은 만약 식생활이나 생활 습관을 바꿔도 정상 혈압으로 회복되지 않는다면 약을 복용해야 한다고 조언했다.

이노제를 복용하면 물을 통해 체내 염분이 배출돼 혈압이 낮아진다.

엔지오텐신 전환 효소 억제제(Angiotensin-converting enzyme (ACE) inhibitors)와 안지오텐신 II 수용체 차단제(angiotensin II receptor blockers, ARBs) 모두 혈관을 이완시키는 역할을 한다. 또 어떤 경우는 심박동 수를 낮추기도 한다. 이 약으로 조절이 되지 않는다면 다른 추가 약이 필요할 수도 있다.

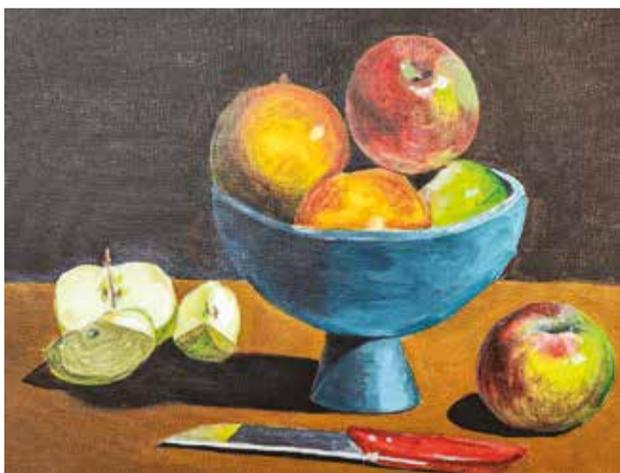
의사들이 환자의 나이와 건강 상태, 위험 요소 등을 고려해 어떤 약을 처방할지 결정할 것이다.

콜라티 과장은 “혈압은 심장병과 뇌졸중을 위한 가장 조절 가능한 위험 요소”라면서 “생활 습관을 바꾸고 약을 복용한다면 충분히 조절할 수 있고 심장 건강을 지켜줄 수 있다”고 말했다.

자넷김 기자 janet@usmetronews.com

12살 다슬이의 그림 일기

사과와 나 (Apple and me)



몇 해 전 나는 미술시험을 준비하고 있었어요. 사과 그리기가 제일 좋았어요. 시험 당일, 여러 물건들이 테이블 위에 있었고 그중 세 개를 골라서 정물화로 그려야 했어요. 나는 사과가 있기를 간절히 바랐어요. 처음엔 다른 물건들에 가려 사과를 찾을 수가 없었어요. 그런데 익숙한 줄기가 보였어요. “저거 사과인가요?”라고 물었고, 예스라는 대답을 들었을 때 정말 기뻐했어요. 나는 사과 그리기 방법을 아주 잘 알고 있었어요. 그 후, 시험에서 아주 잘한 것을 알게 되었고, 더 바랄 것이 없었어요.

여전히 사과 그리기는 나에게 최고의 취미지만, 지금은 몇 가지가 바뀌었어요. 이제는 사과가 그리기 가장 어려운 과일 중 하나라고 생각해요. 복잡한 곡선, 각기 다른 질감과 다양한 색깔들이 사과를 사과답게 만들어요. 사과를 잘 그리려면 이 모든 특징을 세밀하게 표현할 수 있어야 해요. 그래서 단순하면서도 복잡한 사과의 아름다움을 표현하기 위해 이 정물화를 그렸어요. 사과는 여전히 내가 가장 좋아하는 과일이고, 이제는 그 안에 담긴 아름다움까지 알 수 있어요.

**(송다슬)**

영어 이름은 그레이스. 영어로 쓴 글은 챗GPT가 한국어로 바꿔줍니다. 아빠, 엄마 그리고 고양이 두 마리 블루, 코코와 LA에 살고 있습니다.

# 절대 AI로 에세이 작성하지 말아야

듀크 대학 에세이와 표준학력평가 시험에 평점 낮기로 다른 대학들도 감시와 분석 더 강화될 것으로 보여

지난 2월 사립 명문 듀크 대학이 중요한 결정을 발표했다.

핵심 내용은 에세이와 표준학력평가 시험에 평점을 매기지 않기로 했다는 것이다.

크리스토프 구텐탁 학부 입학처장은 에세이에 대해 평점을 매기지 않기로 한 결정에 대해 인공지능을 이용한 에세이 작성 사례가 증가하고, 대입 컨설팅 업체들을 통해 만들어진 에세이도 늘고 있기 때문이라고 지적했다. 하지만 구체적으로 이를 어떻게 가려내고 판단했는지, 그리고 이를 통해 만들어진 에세이를 제출한 지원자에 대한 처리 내용에 대해서는 구체적인 답변을 피했다.

대신 구텐탁 입학처장은 에세이와 평가시험 점수가 입학사정 때 계속 고려 대상이 될 것이라고 말했다.

그러면서 에세이는 지원자의 내면이나 성취가 아닌 개인으로서 지원자를 이해하는 도움이 될 것이라며, 지원자가 누구인지 통찰력을 제공하는 에세이를 가치 있게 다룬다고 덧붙였다.

듀크 대학은 그동안 지원자가 수강한 과목들의 수준, 학업 능력, 추천서, 에세이, 과외활동, 표준시험 점수에 대학 각 1-5점씩 평점을 매기는 방법을 통해 합격자를 가려냈다. 물론 이 6가지 항목이 합격과 불합격의 절대적인 판단 기준은 아니어서 이 외에 다른 요소들도 평가에 반영했다. 그러나 이번 결정으로 평점을 매기는 항목은 문제가 된 2가지를 제외한 4개로 줄어들게 됐다.

듀크의 결정이 미치는 영향을 살펴보자.

## 1. 예상됐던 결과

이미 수년 전부터 AI 등장이 입시에 부정적인 영향을 줄 수 있다는 우려가 적지 않았다.

대입 에세이는 대학들이 제시하는 주제의 범위가 상당히 넓기 때문에

지원자들은 자신의 이야기를 깊이 있게 표현해 가는데 상당한 부담과 곤란을 겪고 있다. 그래서 명문대 지원자들은 일찌감치 에세이 작성에 들어가 많은 수정을 거치는 과정을 밟곤 한다.

하지만 AI를 이용하면 결국 남들이 길게는 몇 달을 썼다가 지우고, 다시 쓰는 일을 반복하는 상황을 아주 짧은 시간에 해결할 수 있다.

비윤리적이면서 사실상 허위 문서나 다름없음에도 불구하고 적지 않은 지원자들은 세상에 주어진 기술의 진화를 이용하려는 유혹에 빠져 들고 있는 것이다.

여기에 더해 크고 작은 대입 컨설팅 업체들이 늘어나면서 에세이와 관련 논란도 점점 커지고 있다.

우선 SAT 논란과 마찬가지로 부유한 가정의 자녀들은 적지 않은 돈을 들여가면서 전문가들의 도움을 받는 것에 대해 비판이 점점 커지고 있다. 그리고 심지어 아예 대필을 해 준다는 의혹들도 끊이지 않고 있다.

대학들은 이런 부당한 방법을 통한 에세이를 가려낸다고 하지만, 대학에 따라서는 수 만개의 에세이를 살펴봐야 하는 입장에서 완벽하게 구분해 내는 것은 현실적으로 쉽지 않다는 게 문제로 지적되고 있다.

결국 이 같은 흐름은 지원자가 제출한 에세이의 신뢰성에 흠집을 불러오게 됐고, 듀크 대학이 마침내 이런 결정을 내린 배경이 됐다고 볼 수 있다.

## 2. 대학은 어떻게 AI가 작성한 것을 찾아내나?

크게 두 가지로 나눌 수 있다.

하나는 입학사정관들이 직접 찾아내는 것이다.

입학사정관들은 주요 AI의 언어 모델과 기능에 대해 잘 알고 있어 사람이 직접 작성한 것과 비교해 낼 수 있다. 또 아무리 발전된 AI 모



델이라고 해도 에세이 전체에서 일관성을 유지하는 게 쉽지 않다. 즉 ChatGPT같은 AI가 작성한 글은 어휘나 문장 구조에서 분명 사람이 한 것과 차이가 있다.

게다가 감정적 깊이와 감동, 인간이 가진 통찰력과 자기 성찰 같은 독특한 관점은 현재까지는 AI의 능력을 넘어서는 것이어서 진솔한 내용의 에세이와는 큰 차이가 있다.

두 번째 방법은 AI 사용을 탐지하는 소프트웨어를 활용하는 것이다.

AI를 악용할 가능성이 이미 수년 전부터 우려돼 왔기 때문에 대학은 여러 소프트웨어를 이용해 언어 패턴, 작문 스타일, 에세이 일관성을 분석해 식별해 내고 있다.

하루가 다르게 발전하는 AI 기술에 맞춰 대학들은 소프트웨어를 통한 식별과 입학사정관들의 경험과

전문 지식을 활용해 이를 찾아내는데 많은 공을 쏟고 있다.

## 3. 지원자가 제출한 에세이가 AI를 이용한 사실이 밝혀진다면?

우선 분명하고 간단하게 강조할 부분은 절대 이런 방식으로 에세이를 작성해 제출해서는 안 된다는 것이다.

대학이 에세이를 요구하는 이유는 성적이나 점수 외 지원자 자신의 목소리를 통해 진솔한 자기 이야기를 듣기 위함이다. 즉 대학이 보다 구체적으로 지원자에 대하여 알고 싶은 점들을 이를 통해 얻는 것이다.

때문에 만약 지원자가 제출한 에세이가 자신이 충분한 시간과 생각을 통해 작성한 게 아니라 AI를 통해 만든 것이라면 자동으로 입학이 거부될 가능성이 매우 크다.

## 4. 지원자들이 알아둬야 할 점들

듀크 대학의 결정이 앞으로 다른 대학에 어떤 영향을 줄 것인지는 아직 알 수 없다.

하지만 적어도 AI를 이용한 에세이 작성 이슈는 이미 오래 전부터 우려돼 왔고, 이번에 듀크가 이런 결정을 내리면서 각 대학들은 이 부분에 대한 감시와 분석이 더 강화될 것으로 보인다.

그렇다고 해서 에세이 부문이 사라지거나 비중이 단기간에 크게 줄어들 것으로는 보이지 않는다.

대신 지원자는 진솔한 자세로 자신만으로 특별한 스토리를 만들어 갈 필요가 있고, 진한 감동을 입학사정관이 공유할 수 있도록 준비에 최선을 다해야 한다. 여기서 많은 지원자나 학부모들은 ‘완성도’란 문제를 마주치게 된다.

지원자는 고작 18세 정도이고, 어휘나 사고의 능력이 어른에 미치지 못하는 경우가 사실 대부분이다. 거꾸로 얘기하면 10대들의 경험은 한정적이고, 그 범위가 한정적일 가능성이 크다.

때문에 가장 중요한 것은 10대의 자연스러운 실제 경험들을 통해 새로 배운 것들이나 세상을 보는 눈의 변화, 그리고 성장 등을 그들의 눈높이에서 다룬 솔직 담백한 에세이가 가장 좋은 글이라고 할 수 있다.

AI를 통하면 10대들의 맛과 감성이 사라지고, 전문 컨설팅을 통하면 10대들이 잘 사용하지 않는 어휘와 문장으로 인해 뭔가 맞지 않는 옷을 입은 것 같은 느낌의 글이 될 수 있다. 그리고 이런 방법들은 무엇보다 지원자가 가져야 할 윤리와 정직성에 타격을 준다는 사실을 항상 기억해야 한다.

실제 경험과 사례, 사건 등을 바탕으로 자기만의 이야기를 통해 자신의 내면을 입학사정관에게 전달하는 게 가장 좋은 에세이라 하겠다. 100% 완벽한 에세이는 없다. 최선을 다해 작성하고 검토하는 과정의 반복을 통해 자신의 실제 모습과 잠재성 등을 최대한 보여주는 게 중요하다. 필립 기자



이경수 작가  
KCC(Kauai Community College,  
HI) 미술과 교수 역임. (현) Gallery  
KLBT Art Director



데미안서 작품 4



김경애 Patience

# 추상성 내포한 삶과 예술의 갈등 그리고 극복

## Dual Connection(김경애, 데미안 서 2인전)

예술적 도전 정신, 미래의 메시지 담아내  
리앤리 갤러리에서 4월 13일부터 5월 3일까지



데미안서 작품 1



데미안서 작품 2



데미안서 작품 3

예술가들은 어떤 생각으로 어디에서 영감을 받으며 어떻게 표현을 할까? 감상자들에게 흔히 듣게 되는 질문이다.

특히 추상성이 짙은 작품을 대할 수록 그 궁금증은 깊어간다. 예술은 모든 미디어를 동원해서 자신의 삶의 진정성을 나타내야 하는 창작 행위이므로 작가들의 고심과 노력은 항상 진행형이 된다. 삶과 예술과 생활이란 화두 속에서 자아를 찾아가며 조형적 여정을 하고 있는 김경애, 데미안서 작가의 2인전이 4월의 13일 부터 리앤리갤러리(이아그네스)에서 열린다.

이번에 선 보이게 되는 작품들은 두 작가 모두 추상성을 내포한 삶과 예술 사이에서 격게 되는 갈등과 이해 그리고 극복의 과정을 보여주고 있다.

작품을 풀어나가는 표현 방식은 달라도 추구해 나가는 예술적 도전 정신과 미래를 향한 메시지를 담고 있는 공통점이 있다. 김경애 작가는 디아스포라의 삶 속에서 만나게 된 캘리포니아의 자연환경인 <사막>에서 작품의 소재를 찾고, 가끔씩 작

품에 등장하는 물고기는 기독교의 상징을 나타내며, 그것은 작품의 영감으로 연결 된다고 설명한다. “사막에서 살아가는 것이 마치 물고기가 숨쉬기 위해 끊임없이 물을 찾는 것과도 같이 우리들은 창조주에 대한 갈급함으로 살 수 밖에 없으며, 이런 희망이 현실을 극복하고 사막에서의 삶에 더 많은 가치와 의미를 부여한다고 생각했습니다” 김 작가는 자연 현상에서 삶의 이치를 깨닫고 그 안에서 작품의 영감과 도전정신, 가능성 나아가 희망을 표현하고 있다. 주로 한지 위에 잉크와 아크릴화의 믹스드미디어 작업을 하는 김경애 작가는 서울대와 홍익대학원에서 미술을 전공했으며, 서울과 엘에이에서 꾸준히 작품발표를 해오고 있다.

데미안서 작가는 자신의 삶과 작품이 서로 같은 표정을 짓고 있다고 말한다. 바꾸어 말하면 그는 모든 세상의 사물들과 생활의 경험적인 이해도가 오롯이 작품 속에 직접적으로 녹아내려 있음을 의미하기도 한다. “나의 작업은 예술과 일상의 경계를 와해 시키고, 작고 사소한 경험



김경애 Red plum blossom



김경애 Peace, even in desert

속에 나뭇의 조형적 감각을 이입시켜 솔직한 반응을 기초로 실체를 찾아가는 과정입니다” 서 작가의 설명에서 알 수 있듯이 그의 창작 여정의 출발은 세상 모든 사물들과 생명체들에 대한 오랜 관찰을 통한 이해에서 비롯된다. 그의 작업의 패턴은 응집과 확산을 적절히 조율하며, 추상과 구상의 동반자적 표현방식을 추구한다. 데미안서 작가는 인하대에서 조각을 전공하였고, 엘에이에서 5회의 개인전과 그룹전을 통하여 작품생활을 하고 있다.

한지위에 번지는 잉크와 물감들

사이로 피어오르는 희망 이야기와 생활의 모든 과편들이 시공을 초월하여 펼쳐보이는 무브먼트. 모두 삶과 예술 사이에서 고뇌하며 각기 다른 표현 방법으로 답을 찾아가는 두 작가의 작품들이 기대 된다.

글 이경수

▶일시: 2024년 4월 13일 부터 5월 3일

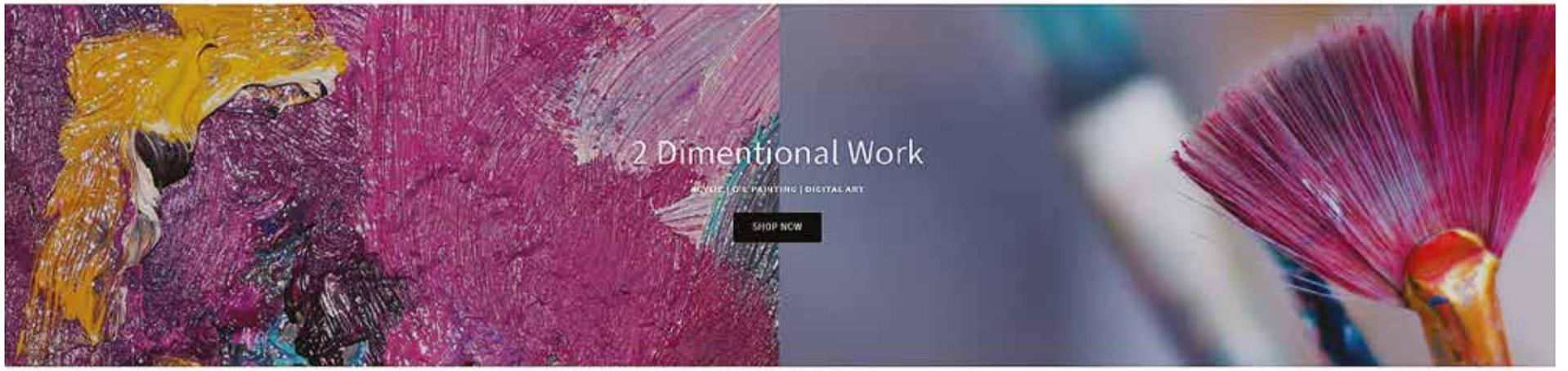
▶장소: 3130 Wilshire Blvd. #502 Los Angeles, Ca 90010

▶리셉션: 4월 13일 오후 2~5시

▶문의: 이아그네스 (213)365-8285

# Lee lee & lee Artshop

Painting Ceramic Digital Art Glass Sculpture Hand Craft Jewelry Book Wearable Art Wood



## lee & lee Artshop

We offers a carefully curated collection of contemporary artworks recommended by three professional collectors who have been reading, understanding, and introducing art for decades, and whose artistic value has been validated from contemporary art lovers.

# 시각 예술을 한눈에 볼 수 있는 예술품 샵핑몰

## Leenleeartshop 오픈

### 회화, 조각, 디지털 아트, 유리, 세라믹, 주얼리 등등 20년 문화계 지켜왔던 리앤리 갤러리의 아트쇼

남가주 LA에서 20년동안 한 곳에서 문화계를 지켜왔던 리앤리갤러리(리아그네스)가 드디어 온라인 아트샵(leenleeartshop.com)을 오픈했다.

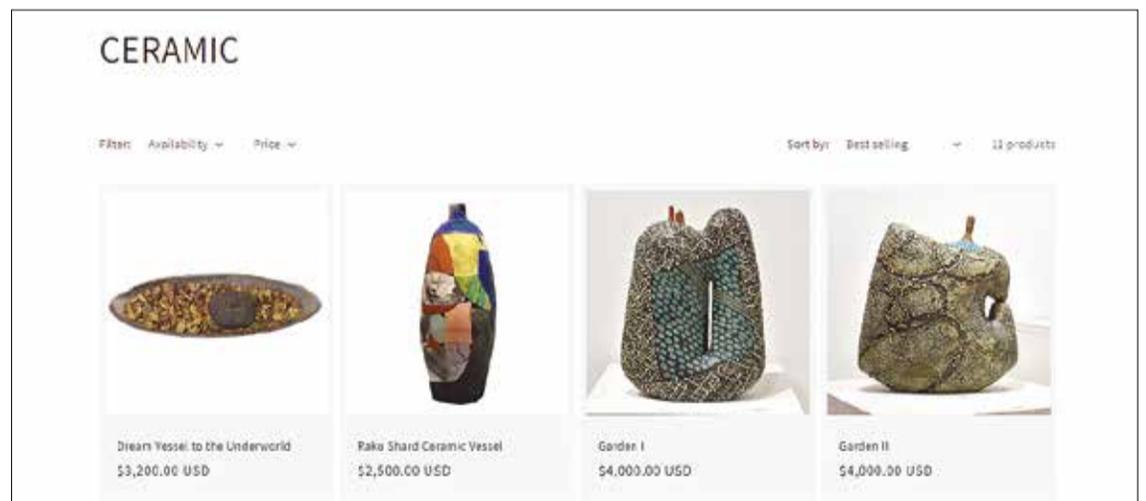
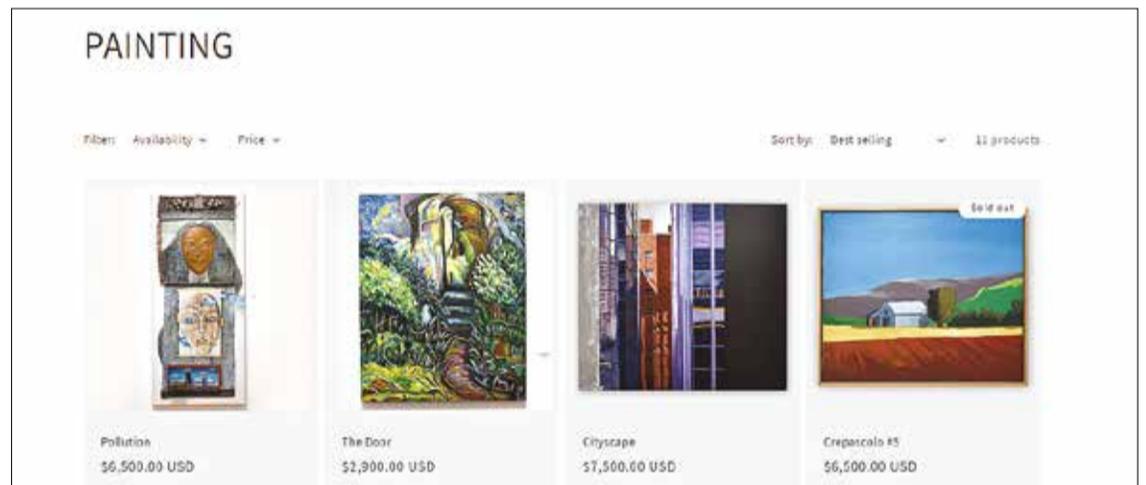
새로 오픈된 온라인 아트샵에는 회화를 비롯하여 조각, 디지털아트, 유리, 세라믹, 우드작품, 책과 주얼리와 크래프트에 이르기까지 그야말로 모든 시각예술을 한 눈에 볼 수 있는 예술품 샵핑몰 이다. 아트샵 각각의 장르별 섹션에 들어가면 다양한 작가들의 예술품들을 사진과 설명을 통하여 감상할 수 있고, 구입방법도 상세하게 잘 안내되어 있다.

리앤리아트샵에는 갤러리 컬렉션을 위주로 작품이 선별되었으며 미국 내,외에서 활동하고 있는 2D, 3D 작가들의 작품을 만나 볼 수 있다. 회화에는 지오반니 만시니, 니언카이, 스티브메츠거, 마크라이슨, 폴 어반, 로지타 고트리에브 작가등 모던에서 컨템퍼러리의 작품들이 있다.

세라믹 코너에는 요시로이케다,

에스더시마주, 수바이, 수잔 스텐판슨, 알리슨 케오의 사실부터 추상적인 세라믹 작품들이 정리되어 있다. 유리 아트에는 인체의 정교한 표현으로 유명한 마틴블랭을 비롯하여 프리츠드라이스 바흐, 카산드리아 블랙모어, 제니폴만과 사브리나 놀스, 캐런 윌린브링크, 야누즈 포즈니엑, 릭알렌, 더그롬, 데이비드 레비 등 시애틀 출신 작가의 작품들이 시선을 끈다. 부르스테커의 디지털 아트 섹션도 신선하고, 조각에는 데이비드 크라포드와 반 브랑켄의 브론즈도 독특하다. 그밖에도 핸드메이드로 제작된 주얼리 섹션과 크래프트, 북 코너도 방문하면 소소한 재미가 있다.

예술품 컬렉션은 1990년대 부터 뉴욕, 시카고, 시애틀, 로스앤젤레스, 하와이 등지의 아트쇼를 통하여 독특한 아이디어나 예술적 감성을 불러 일으키는 현대 미술 작품들의 수집을 통하여 이루어 졌다. “좋은 아트 컬렉션도 전시기간이 끝나면 관람을 하지 못하신 분들께는 전시된 작품을 보여드리지 못해 아쉽



고도 안타까웠습니다. 그래서 각자 편하신 시간에 작품을 감상하시고 소장하실 수 있는 통로가 필요하다고 생각되었습니다” 이아그네스 관장은 그동안 많은 전시회를 하면서 느낀 점을 소회하며, 온라인 아트샵을 오픈하게 된 이유를 설명한다. 전시장을 찾는 일이 생각만큼 쉽지않

고, 때로는 부담감을 느끼는 관람객들에게 온라인 아트샵은 새로운 활로를 찾게되는 소통의 공간이 된 셈이다.

다양한 문화적 배경을 지닌 작가들을 발굴하고 창의적인 예술작품을 소개하며, 지역 예술가들도 지원하며 로스앤젤레스 중심부에서 개

원 20주년을 훌쩍 넘긴 리앤리갤러리. 새로 오픈한 리앤리 온라인 아트샵은 급변하는 디지털 시대에 걸맞는 새로운 도약의 발판이 되리라 확신한다.

리앤리갤러리 온라인 아트샵은 www.leenleeartshop.com으로 방문하면 된다. 글이경수

4월 추천 詩

소

신달자

사나운 소 한 마리 몰고  
 여기까지 왔다  
 소몰이 끈이 너털너털 닳았다  
 미쳐 날뛰는 더러운 성질  
 골짜마다 난장쳤다  
 손목 휘어지도록 잡아끌고 왔다  
 뿔이 허공을 치받을 때마다  
 몸성한 곳 없다  
 뼈가 패였다  
 마음의 뿌리가 잘린 채 다 드러났다  
 징그럽게 뒤틀리고 꼬였다  
 생을 패대기쳤다  
 세월이 소의 귀싸대기를 한 사흘 때려 부렸다  
 늙은 악마 뿔 삭아내리고  
 쭉그러진 살 늘어뜨린 채 주저앉았다 녀마 같다  
 핏발가신 눈 끄뻑이며 이제사 졸리는가  
 쇠!  
 잠들라 운명

<감상>

신달자 시인의 '소'는 자신의 운명을 은유한 단어다. 그녀는 성질머리 사납고 멋대로인 운명을 끌고 그 과정에 상처를 받으면서 여기까지 왔음을 고백한다. 실제 시인의 삶은 어쩔 지리 인생이 고단한가 하고 옆사람들이 걱정할 정도로 지남하였다. 이를 시인은 이 시에서 '뼈가 패였다'로 표현했다. 그런 역경을 그녀는 이겨냈다. 그 힘든 여정도 끝이 가나 보다. 마지막 연에서 '쭉그러진 살 늘어뜨린 채 주저앉았다 녀마 같다/핏발가신 눈 끄뻑이며 이제사 졸리는가/쇠!/잠들라 운명'라 말한다. 이젠 지쳤고, 죽음도 편하게 받아들일 수 있다고 시인은 말한다.

추천작가

이해우(미국명: Jason Lee)

저서: 장미 다방, 흑등고래의 노래,  
 지금 이 순간 우리에게 필요한 것들  
 2020 모산 문학상 대상 수상.  
 2018 <나래시조> 신인상 등단.

2006 미주 중앙 신인문학상 수상 (단편소설)

Senior java Programmer at Disney Consumer Products

Senior java Programmer at Pratt & Whitney Rocketdyne

Senior Bio-statistician and DB Manager at Kaiser Permanente



이정아의

이달의 수필

미세스 구로가와 처럼

하필이면 우리 구역이 식사 당번인 주일, 그날부터 일회용 식기를 쓰지 않는다고 목사님이 광고를 한다. 교회 식당의 식기를 모두 교체하였다니 설거지를 담당할 남자들이 울상이다. 500개가 넘는 대접과 수저를 닦느라 남편들이 애를 많이 썼다. 사실 일회용 컵이나 폼으로 된 식기는 얼마나 아까운가? 집에서라면 두세 번은 쓸 수 있는 것을 나와서는 더 호기롭게 쓴다. 특히 교회에서는 아끼지 않고 함부로 쓰고 버리는 이들이 더욱 많다. 환경오염 때문에 식기를 교체하였지만 생각 없는 낭비가 미워서라도 절대 찬성이다.

30년도 넘은 오래전 유학생 아파트에 일본인 부부가 살았다. 포스트 닥으로 와 있는 닥터 구로가와 부부였다. 늦은 유학을 하는 우리 부부와 나이도 비슷하고 같은 동네에 살아서 자주 만났다. 마켓에 갈 때마다 헝겊 주머니를 가지고 다녀서 내 눈에 매우 촌스럽게 비쳤었다. 장보러 갈 때 후줄근한 망태기를 가지고 다니다니 선진 국민이라는 일본인이 세련되지 못하게...속으로 비웃었다. 그걸 빼놓으면 어찌나 알뜰하고 교육적인 엄마인지, 버릴 데 없는 여성이었다. 임신 중인 나는 아이를 낳으면 마이꼬엄 마처럼 아이를 키우리라 마음먹을 정도로.

녹색바람이 부는 요즘 가만히 생각해보니 나의 오해였다. 미세스 구로가와가 촌스러운 게 아니라 앞서가는 것이었다. 그걸 바라보던 내게는 후하고 남을 향해서는 무례하기 일쑤다. 우리의 의식보다 적어도 30년은 먼저 지구환경을 염려했던 것이 아닐까?

일터가 일본인들이 많이 사는 가디나(Gardena) 시로 옮기는 바람에 일하는 곳과 가까운 일본마켓에서 장을 보곤 한다. 마루카이에 자주 드나들다 보니 일본 주부들은 빠짐없이 예의 그 큰 신발주머니 같은 자루(요즘에는 에코백이라고 하는)를 가지고 다닌다는 걸 알았다. 아침나절 그 주머니만큼의 하루치 장을 보는

듯하였다. 나처럼 카트에 가득 넘치도록 사다가 절반은 버리는 규모 없는 살림을 사는 게 아니었다.

미세스 구로가와와 분신 같은 검소한 차림의 주부들이, 과일도 요리조리 보고 몇 개만 집고 파프리카도 한두 개, 파도 한단만 사는 것이 아닌가? 그걸 보고 배워서 과일도 박스로 사던 걸 멈추었다. 세 식구 끼니를 준비하며 30명 파티 음식 차리듯 장을 보던 큰 손이, 이젠 담았다가도 다시 꺼내어 놓을 줄 알게 되었다.

매년 4월 22일은 지구의 날(Earth Day)이다. 지구의 날은 어떤 정부나 국제 기구의 권위로 지정된 여타 국제 기념일들과 달리 민간의 움직임으로 시작해 10억 명이 참여하는 전 세계적인 기념일로 발전했다는 것에 의미가 있다.

지구의 날에 동참하는 것이 그리 어려운 일이 아니다. 집에서 음식물 쓰레기를 줄이는 일부터가 환경오염을 줄이는 일일 터이다. 그릇 닦을 때 세제도 조금 쓰고 폼컵 대신 개인 머그를 쓰는 사소한 마음 씀도 지구에 이바지하는 일이라니 얼마나 쉬운가? 글로벌한 시대를 사는 지구인이려면 깨끗한 지구를 후손에게 물려주는 일에 마음을 쓰며 살 일이다. 말이 어려워 그렇지만 환경오염이니 환경호르몬이니 녹색혁명이니 이런 것이 주부와 아주 밀접한 일이며 주부가 나서야만 성과를 거두는 일이기도 하다.

남편이 권해서 설거지용 세제를 생분해성(biodegradable)세제로 바꾸었다. 사막기후에 늘 물이 부족한 이곳에서는 설거지물도 화장에 재활용이 되어야 한다. 번거롭긴 해도 큰 통에 모았다가 텃밭에 물을 줄 때 요긴하게 쓰고 있다. 지구를 위한 아주 작은 한결같은 것이다.

'마당을 쓸었습니다. 지구 한 모퉁이가 깨끗해졌습니다. 꽃 한 송이 피었습니다. 지구 한 모퉁이가 아름다워졌습니다' 내가 좋아하는 나태주 시인의 시 한 구절이다. 지구를 깨끗이 하고 아름답게 하는 것이, 망설임 없이 시작할 수 있는 일이어서 참 다행이다.

이정아(본명: 임정아)

경기여중고.이화여자대학교 졸업

1991년 교민백일장 장원

1997년 한국수필 등단

재미수필문학가협회회장, 이사장 역임

피오 피코 코리아타운 도서관 후원 회장 역임.

선집 『아버지의 굴나무』의 수필집 다수

조경희 문학상외 다수

한국일보 (미주) 문예공모전 심사위원

한국일보 칼럼 집필(1998년~2012년)

현재 중앙일보 미주판 칼럼(이 아침에) 집필



독자와 함께

독·결혼·동창회 등 각종 행사를 안내해 드립니다.(사진 첨부 가능)

contact@usmetronews.com

(323)620-6717

# 미국 대학 풋볼 플레이오프(CFP) 천문학적 중계권료



문상열의  
**Insight Sport**



스포츠 전문 채널 ESPN은 지난달 대학 풋볼 플레이오프(CFP) 중계권을 6년 78억 달러 계약 연장에 성공했다. 1년 중계권료만 13억 달러에 이른다. 2031~2032시즌까지 연장이다.

ESPN은 지난 시즌까지 이어진 4강 포맷이 된 2015년부터 칼리지 풋볼 플레이오프(CFP)를 단독 중계했다.

대학 풋볼은 종전까지 기술위원회의 랭킹으로 선발된 1, 2위 팀 대결로 내셔널 챔피언을 확정했다. 늘 잡음이 끊이지 않았다. 무패 또는 1패 팀이 다수 나올 때마다 전국 챔피언십에 진출하지 못한 팀은 불만과 함께 제도를 문제 삼았다. 심지어 버락 오바마 대통령까지 나서 4강 제도를 권했을 정도다. 미국에서 대학 풋볼이 차지하는 비중이 어느 정도인지 가늠된다.

CFP가 도입되면서 ESPN은 12년 계약으로 2025~2026시즌까지 중계권을 확보하고 있었다. 2024~2025시즌부터 12개 팀으로 플레이오프 진출 팀이 확장되면서 중계권료는 하늘 높은 줄 모르게 치솟았다.

대학 풋볼은 프로 NFL 뺨칠 정도로 황금알을 낳는 거위다. 중계권료는 상상을 초월한다. 4강 포맷의 중계권료는 2025년까지 연간 4억 7,000만 달러(3경기), 잔여 2년은 6억 800만 달러다. 정규시즌 중계권은 각 방송사와 별개다. 플레이오프 12개 팀으로 늘어나면서 연간 중계권료는 2배로 경증 뛰었다.

## ESPN 6년 78억달러 계약 연장 성공 대학풋볼은 프로 못지않은 황금알 거위

12개 팀 포맷은 상위 4팀은 메이저 피에스타볼, 피치볼, 로즈볼, 슈거볼에 선착해 8강전에 대비한다. 나머지 8개 팀은 1라운드 PO를 거친다. 이어 4강전은 오렌지볼, 카튼볼로 벌어지고 1월 20일 최종 챔피언십으로 확정된다.

따라서 12개 팀의 CFP의 경기 수는 11경기다. 11경기의 중계권료가 무려 13억 달러다. 1경기당 1억 1,818만 달러짜리다. 미국의 방송사만이 감당할 수 있는 금액이다. NFL도 플레이오프 중계권료를 이렇게 확보하지 못한다. NFL은 정규시즌과 플레이오프가 방송사별로 패키지로 묶이는 계약이다. 슈퍼볼은 ABC(ESPN), CBS, NBC, FOX 등 4개 방송사가 순번으로 돌아간다.

애초 2024시즌 12개로 PO 팀이 확장되면서 중계권료 폭등은 예상됐다. 폭등과 함께 메이저 방송사들의 8강, 4강을 별도 중계할 것으로 예상됐다. 하지만 ESPN이 거액 베팅으로 단독 중계권을 획득했다. 몰빵이다. 12월부터 1월의 CFP 기간에는 ESPN 채널로 고정된다. 대학 풋볼 플레이오프의 시청률은 MLB 월드 시리즈, NBA 챔피언십을 능가한다.

대학 스포츠의 중계권료는 풋볼에만 국한되는 게 아니다. 지난달

부터 4월 초순까지 벌어진 대학 농구 NCAA 토너먼트 '3월의 광란(March madness)' 중계권료도 천문학적이다. 대학 농구 토너먼트는 CBS와 터너 방송사의 단독 중계다. 68강으로 67경기를 치른다.

NCAA는 2010년 CBS, 터너와 14년 108억 달러 계약을 맺었다. 작은 나라의 GDP(국내총생산) 규모다. 6년 후 NCAA는 두 방송사와 3032년까지 8년 88억 달러 계약을 연장했다. 3월의 광란 연간 중계권료는 11억 달러다.

대학 농구 플레이오프 격인 토너먼트 11억 달러, 대학 풋볼 플레이오프 13억 달러. 두 메이저 종목 풋볼과 농구의 플레이오프 중계권료만 무려 24억 달러다. 한화로 3조 2,148억 원이다. 중계권료는 PO 수입과 함께 대학 콘퍼런스로 분배된다.

농구는 미국의 자존심이다. 미국인들이 풋볼에 죽고 사는 식으로 열광하지만 농구도 이에 못지않다. 올림픽에서 미국은 농구 메달을 놓친 적이 없다. 남자는 1936년 히틀러의 베를린 올림픽 때 처음 공식 종목으로 채택됐다. 금메달을 놓친 게 딱 3차례다. 1972년 뮌헨, 1988년 서울, 2004년 아테네 올림픽에서 동메달로 체면을 구긴 적이 있다. 여자는

1976년 몬트리올 대회부터 공식 종목이 됐다. 노메달은 남녀 모두 1980년 모스크바 대회 불참 때뿐이다.

미국 대학 스포츠를 관장하는 곳은 NCAA(National Collegiate Athletic Association)다. 비영리 단체로 본부는 인디애나주 인디애나 폴리스에 있다. 주와 연방정부의 보조를 받지 않는다. 중계권료로 돈방석을 받는 인기 종목이 전면 주먹받지만 올림픽 종목을 지원한다. 남자 19개, 여자는 21개 종목이 포진해 있다.

NCAA는 풋볼과 농구 중계권료만으로도 재정이 충분하다. 미국 대학 스포츠의 마이너 종목도 활성화되고 학생들에게 장학금을 지급할 수 있는 원동력은 두 메이저 종목의 중계권료에서 비롯된다. 인기가 좋은 데서 큰 수익을 얻고 이를 군소 종목에 할당하는 시스템이다.

미 대학 풋볼과 농구는 전 세계 어느 나라도 따라갈 수 없는 인기와 임팩트로 천문학적 중계권료를 확보한다. 어느 나라에서 여자 대학 농구 팀이 68강 토너먼트를 할 수 있겠는가. 남자도 구성조차 힘들다. 미국만이 가능하다.

문상열 전문기자  
moonsytexas@sportsseoul.com

### 문상열

1989년부터 스포츠기자로 활동. 현재 라디오코리아 스포츠 해설위원. 메이저리그 38개 구장 취재. 스포츠는 정직하다. Numbers Never Lie.

# “한국 국악 퓨전 음악 듣고 싶다면 문화원으로”

국악 퓨전 밴드 ‘두번째 달’의 미주 순회 공연  
다수 드라마 OST 퓨전 히트곡 선보여  
4월 15일 오후 7시 문화원 3층 아리홀

LA한국문화원(원장 정상원)은 5월 아시안문화유산의 달(AAPI)을 기념해 4월 15일 저녁 7시 문화원 3층 아리홀에서 한국 퓨전 밴드 ‘두번째 달’의 퓨전 판소리 공연(A Pansori Night with Second Moon)을 개최한다.

이번 행사는 다양한 한국 드라마 삽입곡을 연주해 인기를 얻고 있는 퓨전 밴드 ‘두번째 달’의 미국 서부 순회 공연중 하나다. 평소 다양한 음악적 장르에 대한 실험을 추구해 온 ‘두번째 달’이 다양한 인종과 문화로 대변되는 LA를 찾아 문화적 다양성을 선보이는 자리로 기획됐다.

‘두번째 달’은 기타, 아이리쉬 휘슬, 만돌린, 일리언 파이프, 펠 로디언, 아코디언 등 세계 각국의

다양한 민속악기를 사용한다. 탱고, 왈츠, 라틴, 팝, 뉴에이지, 재즈, 국악 등 다양한 장르와의 협업을 시도하며 크로스오버 연주를 선보여 온 에스닉(ethnic) 퓨전 음악밴드이다. 현재 김현보(기타, 만돌린) 최진경(건반, 아코디언), 조윤정(바이올린), 박종선(드럼), 이영훈(기타), 박진우(베이스) 등이 멤버로 참여하고 있다.

이번 공연에서는 인기 드라마 ‘구르미 그린 달빛’ 삽입곡인 ‘달빛이 흐른다’를 비롯해 ‘두번째 달’이 참여했던 다양한 드라마 OST 히트곡과 평창 동계올림픽 폐막식에서 선보였던 ‘쾌지나 칭칭 나네’ 등을 관객들에게 선사한다. 특히, 판소리 ‘심청가’



퓨전 밴드 ‘두번째 달’의 공연 모습. ‘두번째 달’은 한국을 비롯한 각국 전통악기로 다양한 장르의 전통 음악을 구사하는 색다른 공연팀이다.

의 이수자이자 2007년 국립창극 단 차세대 명창으로 선정된 소리꾼 오단해 씨가 함께 무대에 올라 ‘적성가’, ‘사랑가’, ‘이별가’, ‘농부가’, ‘어사출두’ 등 판소리 대목을 새로운 해석으로 선보일 예정이다.

정상원 LA한국문화원장은 “요즘 국내외에서 국악에 대한 새로운 발상과 시도가 많이 이루어지

고 있다. 이번 공연을 통해 국악이 현대 음악이나 서양 악기와와의 협연을 통해 새로운 관객층을 창출해 내는 좋은 계기가 되길 바란다”고 밝혔다.

한편 문화원은 문화원 2층에서 전시중인 ‘민주공화정의 시작, 대한민국임시정부’를 이날 공연 시작 전까지 관람할 수 있도록 관람 시간을 연장할 예정이라고 밝

혔다. 상영은 무료이나 사전 예약이 필요하다. 사전 예약은 KCCLA 웹사이트 [www.kccla.org](http://www.kccla.org)에서 가능하다.

문의: [kelly@kccla.org](mailto:kelly@kccla.org)  
전화: (323) 936-7141  
주소: 5505 Wilshire Blvd., LACA 90036.  
(문화원 캘리 최제공)

## 텍사스대학, 연구 동참할 유방암 진단 여성 모집

어스틴 텍사스주립대학 간호대학은 미국에 거주하며 유방암을 진단받은 아시안 여성들을 대상으로한 기술 기반의 정보 및 코칭/지지 프로그램 연구에 참여할 여성들을 모집한다.

참여 자격은 ▲18 세 혹은 그 이상의 아시아계 미국 거주 여성으로서 ▲최근 5년 내에 유방암을 진단받았으며 ▲한국어를 읽고 쓸 수 있고 ▲인터넷 접속이 가능하며 ▲한국인, 중국인, 혹은 일본인이다.

연구 참여자는 ▲연구팀이 제공하는 교육용 정보를 사용 또는 ▲온라인 포럼 및 1:1 코칭/지지 프로그램에 참여한다.

연구 참여기간은 3개월이며 종료후 참여자들에게 50달러를 보상으로 지급한다.

- ▶문의: 웹사이트(<https://cai.research.nursing.utexas.edu/>)
- ▶전화: (512)232-2142, 이메일 [cai.help@austin.utexas.edu](mailto:cai.help@austin.utexas.edu)

US메트로뉴스

특별한  
월간 프리미엄  
웰빙가이드

광고·구독·배달 (323)620-6717

## 재미한국노인회, 한인 시니어 떡국잔치 성황리 개최

300여 시니어들 참석  
명절 분위기 만끽

서울메디칼 그룹  
휴마나 후원 매년 개최

재미한국노인회(회장 박건우)는 한인사회 대표 메디칼 그룹 서울메디칼 그룹과 휴마나 보험사의 후원으로 지난 2월 9일 구정 떡국 잔치를 개최했다.

재미한국노인회는 매년 구정과 추석등 주요 명절때마다 서울메디칼 그룹의 후원으로 회원을 포함해 한인 시니어들을 위한 다양한 행사를 해오고 있다.

미주평안교회에서 개최된 이날 행사에는 300여 명의 한인들이 참석해 맛있는 떡국을 먹으며 한국의 구정 분위기를 만끽하는 풍성한 자리를 즐겼다. 또 서울메디칼 그룹과 휴마나가 준비한 다양한 선물도 한아름씩 받아갔다.

이날 행사에는 또 김영애 내과 의가 참석해 한인들의 비타민 복용 요령 등 다양한 의료 정보도



서울 메디칼그룹과 휴마나 후원으로 ‘구정 떡국 잔치’가 열린 LA미주평안교회에서 박건우 재미한국노인회장이 참석자들에게 인사말을 전하고 있다.

제공했고 참석 시니어들의 즉석 질문에도 성실히 답변해줘 참석자들로부터 인사의 박수를 받았다.

박건우 재미한국노인회장은 “매년 구정을 비롯해 명절 때마다 서울 메디칼 그룹과 휴마나의 후원으로 시니어들에게 대접해주는 행사를 개최해 오고 있다”면서 “시니어들이 한자리에 모여

정보도 교환하고 즐거운 대화도 나누는 만남의 장”이라고 설명했다.

이진호 서울메디칼그룹 상무는 “건강한 모습으로 살아가시는 시니어들에게 감사한 마음을 표하기 위해 적극 후원하고 있다”면서 “서울 메디칼 그룹은 항상 시니어들과 함께 한다”고 인사를 전했다. 김정섭 기자

# 이웃케어클리닉, 연방정부 ‘헬스센터 리더’ 로 선정

## 지역 보건의료 발전 공로 6개부분 수상 메디칼 신청 무료 대행 서비스도

비영리 의료 재단 이웃케어클리닉(Kheir Clinic, 소장 애린 박)이 연방정부의 ‘헬스센터 리더’ 로 선정됐다.

이웃케어는 지난 한해 지역사회와 미국 보건의료 발전에 기여한 공로를 인정받아 연방 보건보건후생부(HHS) 산하 보건

자원서비스국(HRSA)이 수여하는 ‘지역사회 건강 개선 시상(CHQR)’ 에서 ‘헬스센터 퀄리티 리더’ 를 포함해 6개 부문에서 상을 받았다.

이웃케어는 2017년부터 매해 ‘헬스센터 퀄리티 리더’ 에 선정돼 오고 있다. ▲헬스센터 리더는

골드·실버·브론즈 3종류가 있으며 이웃케어가 이번에 받은 실버는 미국 내 전체 의료기관 중 양질의 의료서비스를 제공하고 클리닉 운영 및 진료 서비스를 개선한 상위 11-20%에만 수여하는 상이다.

또 ▲지역주민이 의료서비스를 받을 수 있는 기회와 접근성을 높여 의료서비스 수혜자를 확대한 ‘의료서비스 접근성 강화’ ▲인종·민족, 언어, 문화 배경 등에 상

관없이 누구에게나 공정하고 공평하게 의료서비스를 제공하는 ‘의료 혜택 격차 감소’ ▲사회적 위험요소 해결 ▲의료서비스 질과 접근성을 높인 헬스센터에 돌아가는 ‘품질개선을 위한 의료정보기술 진전’ ▲환자 중심의 의료서비스를 제공하고 이 서비스를 개선, 강화해 ‘환자 중심 메디컬 홈(Patient-Centered Medical Home, PCMH)’ 인증을 유지하는 등 6개 부문에서 상을 받았다.

HRSA는 매년 미국 내 1300여 개 커뮤니티 헬스센터(CHC)가 운영하는 8000곳 가량의 클리닉을 대상으로 의료보건서비스의 질·효율성·가치를 개선하며 의료보건 분야에서 뛰어난 성과를 거둔 헬스센터를 선정하고 있다.

이웃케어 주소는 3727 W. 6th Street, Suite 230, Los Angeles, CA 90020이며 메디칼 신청을 무료도 도와준다.

이웃케어클리닉 이재희 홍보담당 제공

## ‘건국전쟁’ 영화관에서 울려 퍼진 만세 삼창 감동

### 영화관람후 정영득 목사 인도로 한국발전 기원

대한민국 초대 대통령 이승만을 다룬 다큐멘터리 영화 ‘건국전쟁’ 이 한국과 미국 극장가에서 큰 관심을 모으고 있는 가운데 오렌지카운티 부에나파에 있는 CGV 영화관에서 관람을 마친 한인들이 ‘대한민국 만세’ 를 외치며 한국의 무궁한 발전을 기원

했다. 가나안교회(담임목사 임동운) 의 협동목사인 정영득 목사는 영화 관람에 앞서 관객들에게 영화가 끝난 후 대한민국을 위한 기도 와 함께 만세삼창을 제안했다. 영화가 끝나자 관객들은 정목사의 인도에 따라 합심기도와 순국선

열에 대한 묵념, 만세삼창을 함께 외쳤다.

정영득 목사는 “왜곡된 역사를 바로잡는 이 다큐멘터를 통해 후세들이 이승만 대통령에 대한 올바른 역사 의식을 갖기를 바란다” 고 말했다.

이날 영화관에는 조부모를 따라 영화를 관람하는 청소년들도 눈에 띄었다.



부에나파 CGV 영화관에서 3월 19일 ‘건국전쟁’ 관람을 마친 관객들이 가나안 교회 협동 목사인 정영득 목사 인도로 만세 삼창을 하고 있다.

### 대한민국 임시정부 LA 특별전 개막



3.1절 105주년을 맞아 LA한국문화원에서 대한민국 임시정부를 기리는 특별 전시가 성황리에 개막됐다. 국가보훈부 산하 국립대한민국임시정부기념관과 공동으로 마련된 이번 전시는 “민주공화정의 시작, 대한민국 임시정부” 라는 주제로 임시정부의 역사와 수립과정, 업적 등을 조명하고 있다. 이번 전시는 4월 15일까지 LA한국문화원 2층 아트 갤러리에서 진행된다. 주소 5505 Wilshire Blvd., LA, CA 90036. 문의 (323)936-7141, ext.112 (문화원 태미 조 큐레이터 제공)

### 경기도 동창회 신년 총회



경기도등학교 동창회(회장 임관혁)은 지난달 23일 LA 용수산 식당에서 신년 총회를 개최했다. 동문들 및 가족들이 참석한 가운데 열리는 이날 총회에서는 2024년 동창회 신년사업계획이 논의됐다. (동창회 제공)

### ANC 온누리교회 열린음악회 4월 20일 오전 10시



ANC 온누리교회 화평회가 주최하는 ‘2024 친구초청 열린 음악회’ 가 4월 20일 오전 10시 ANC 분당에서 열린다. 이날 행사에는 장진영(베이스), 김현미(소프라노), 전승철(테너), 김경희(파이프 오르간), ANC챔버 앙상블, 글로리아 트리오, 오덕환(트럼본), 박인옥, 이지은(피아노) 프로 음악인들이 대거 참석해 멋진 음악회를 꾸민다. 또 소울 가야금 합주단, 이정임 고전무용단의 특별 무정 출연도 있다. 주소 10000 Foothill Blvd, Lake View Terrace, CA 91342, 전화 (818) 834-7000.



**독자와 함께**  
 돌·결혼·동창회 등 각종 행사를 안내해 드립니다.(사진 첨부 가능)  
 contact@usmetronews.com

# ‘가라지 세일’에서 배운 오늘의 교훈...



김동희의  
**세상보기**

아웃리치 코디네이터

어느 화창한 일요일, 동네를 걷다 보니 아이들이 담요를 깔고 장난감을 팔고 있었다. 아이들은 나무에 ‘가라지 세일(Garage Sale)’이라고 써서 크게 붙여놨다. 풍선으로 예쁘게 장식도 했다. 동네 사람들은 지나가다 발길을 멈췄다. 누구는 “너희들 정말 멋진 일을 하는구나” 칭찬했고, 또 누구는 “몇 시까지 하니? 이따가 다시 올게”라며 관심을 표했다.

나 역시 아이들이 무엇을 팔고 있는지 궁금해서 들여다 봤다. 어려보이는 여자 아이가 자신은 7살이고 이름은 올리비아라며 먼저 인사를 해왔다. 올리비아는 나에게 딸이 있다고 묻더니 낡은 강아지 인형을 추천했다. 자신이 제일 좋아하는 강아지라고 했다. 손 때 묻은 모습을 보니 올리비아의 사랑을 많이 받았구나 싶었다. 4달러란다. 바비인형 4개가 있어 가격을 물어보니 2달러라고 했다.

“4개 다 사면 8달러에 해줄게”

2달러짜리 4개를 사면 원래 8달러 아니던가. 무슨 말인가 싶어 저 멀리 앉아 있는 아이들의 엄마를 쳐다봤다. 그녀는 눈을 ‘짙긋’ 해 보이더니 큰 소리로 말했다.

“정말 좋은 가격이지? 하나에 2달러, 4개에 8달러!”

가라지 세일 현장의 물건 값은 예측 불허였다. 꽤 값이 나가보이는 2



층짜리 장난감 캐슬이 눈에 들어와 가격을 물었다. 1달러란다. 낡은 인형이 4달러인데, 새 것 같아 보이는 캐슬은 1달러라니 도대체 기준이 뭔지 궁금했다. 의아해 하는 내 표정을 읽었는지, 옆에 있던 남자 아이가 큰 소리로 말했다. 서너 살은 족히 더 많아 보였다.

“더 비싸게 받아도 돼. 너는 큰 돈을 벌 수 있어.”

하지만 올리비아는 단호했다. “싫어. 나 저 캐슬 안 좋아해. 1달러야.”

올리비아가 운영하는 ‘시장’에서의 가격 책정 기준은 ‘내가 좋아하는 것과 싫어하는 것’이었다. 소비자의 선호도는 전혀 고려하지 않은 판매자 중심의 판매 방식. 내가 좋아하면 비싸게, 내가 싫어하면 싸게 파고 있었다. ‘올리비아 시장’의 가격

책정 원리를 깨닫는 순간, 머릿속에서 퍼즐이 맞춰지며 얼굴이 화끈 거렸다. 얼마전 내가 했던 큰 실수가 떠올라서다.

열심히 진행하고 있던 프로젝트가 있었는데 원하지 않는 결과가 나왔다. 실망을 넘어 약간의 충격을 받았다. 어디서부터, 어떻게 잘 못 했는지 수십번 생각했다. 각 단계, 단계, 진행 상황을 여러번 복기했다. 어떻게 방법을 바꿨더라면 성공했을까, 오랫동안 고민했다.

그 고민의 해답을 일곱살 올리비아가 가지고 있었다. 나의 상대는 멋진 캐슬을 원하고 있었는데, 나는 손 때 묻은 강아지 인형을 내민 셈이었다. 4달러도 아닌 한 10달러에 팔겠다고 한 것 같다. 상대는 강아지가 아닌 캐슬이 필요하다고, 캐슬을 팔라고 했

지만 나의 대답은 단호했다. “나는 캐슬을 좋아하지 않아. 안 팔아”였다. 결국 캐슬을 원했던 그는 아무것도 사지 않고 자리를 떠났다. 내가 인형을 팔지 못한 건 너무나 당연한 결과였다. 계속 캐슬을 원한다고, 저 캐슬을 팔라고 말했던 그의 말이 뒤늦게 들려오는 듯 했다. 나는 상대가 하고 있는 말을 들어야 했다. 내가 하고 싶은 말만 할 것이 아니라. 너무 쉬운 원리를 이제서야 깨달았다.

올리비아에게 1달러를 내밀었다. 캐슬을 사고 싶다고 했다. 올리비아는 강아지 인형도 같이 사라지며 캐슬 위에 인형을 얹어놨다. 조금 더 싸게 해주겠다고 3달러만 달라고 했다. 강아지 인형 팔기를 포기하지 않는 모습이 꼭 나 같아 보였다. 웃으며 강아지 인형을 옆으로 내려놨다.

“나는 캐슬을 원해. 강아지 인형을 원하는 사람을 만날 수 있을까?”

1달러를 받아 든 올리비아는 입을 삐죽 내밀었다. 결과가 마음에 들지 않는 모양이다. 또 만나자는 인사를 하고 돌아섰다. 그렇게 내 방 한 칸에는 어울리지 않게 장난감 캐슬이 하나 생겼다. 볼 때마다 캐슬을 원했던 그에게 강아지 인형을 내밀었던 내가 떠오른다. 부끄럽다. 하지만 안다. 아주 소중한 배움이였다. 나이가 들수록 입은 닫고 귀는 열라는 말, 오늘도 되새겨 본다. 핑크색 캐슬을 바라보면서.

**김동희**

전 미주 한국일보, 뉴욕 중앙일보 기자로 활동했다. 현재 미국병원 암센터에서 커뮤니티 아웃리치 담당자로 일하며, 미국에서의 일상을 소재로 네이버 블로그에 글을 쓰고 있다. dhkimla@gmail.com



**Q** “가슴에 몽우리가 잡히는데...”

작년부터 가슴 한쪽에 몽우리가 잡히는데 주변 사람들이 유방암일 수도 있다고 자꾸 겁을 줍니다. 하지만 저는 모유수유도 했고, 아직 40대이로 젊으니까 괜찮지 않을까요? 사실 건강보험이 없어서 병원에 가는 것도 쉽지 않습니다. 검사비는 얼마나 나올지 걱정도 많이 됩니다. 자꾸 걱정을 하다보니 최근엔 가끔 통증도 느껴지는 것 같고... 조금 무섭습니다. 저 같은 경우는 어떻게 해야 하나요?

**A** “무보험자를 위한 무료 유방암 검사 기회”

40대가 젊긴 하지만 이제 유방암 검사를 시작해야 하는 나이입니다. 유방암 검사 권고 기관에 따라 차이가 있지만, 대부분 늦어도 45세부터는 매년, 최소 2년에 한 번씩은 유방암 검사를 받을 것을 권하고 있습니다.

특히 최근 들어 50대 이하의 젊은 여성들 사이에서 유방암 발생이 증가하고 있어 40대 여성들의 유방암 정기검진이 더욱 중요해지고 있습니다. 캘리포니아에서는 건강보험이 없는 저소

득층 여성들에게 무료로 유방암 검사 혜택을 제공하고 있으니 자격이 되시는지 확인하시기 바랍니다.

무료 검사 프로그램의 혜택을 받으시려면 ▶캘리포니아 거주 ▶40세 이상 ▶저소득층 ▶유방암 검사를 받은지 1년 이상되어야 합니다. 저소득층 기준은 매년 바뀌므로 고려보건소로 문의 하셔서 소득기준을 확인하시기 바랍니다. 이 프로그램은 체류 신분엔 상관 없이 위의 조건에 해당하시면 무료 검사 혜택을 받으실 수 있으며, 유방암으로 진단을 받을 경우 치료 혜택까지 제공합니다.

건강보험이 없다는 이유로, 비용이 부담된다는 이유로, 그리고 체류신분이 걱정이 되셔서 유방암 검사를 받지 못하는 한인들이 없길 바랍니다. 고려보건소는 저소득층은 아니지만 건강보험이 없으신 분들을 위해 본인 부담 비용을 최소화하여 유방암 검사, 혈액 검사 등 각종 기본 검진 프로그램을 진행하고 있으니 관심 있으신 분들은 문의하시기 바랍니다.

▶문의: 고려보건소 (213) 380-8833,

▶주소: 2655 W. Olympic Blvd. #101. Los Angeles, CA 90006

CA LIC. #0672600

• 붕제 협회 • 익류 협회 • 한의사 협회 지정업소 • 미주 한인세탁인 총연합회 / 단체보험 남가주 추천업소



- 사업체
- 종업원 상해
- 자동차
- 주택
- 건강
- 생명
- 메디케어
- 오바마케어
- 연금(IRA)
- 학자금 준비
- BOND

안전하고 행복한 미래-

# 한미보험이 늘 함께 있습니다

**1972**년 시작된 한미보험은 52년간 축적된 오랜 경험과 전문지식으로 고객들에게 실질적인 혜택과 최대의 효과를 드리기 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다.  
저렴한 보험료, 신속한 사고처리, 확실한 보상은 한미보험이 드리는 약속이며 고객들의 믿음입니다.



**한미보험(주)**  
SINCE 1972  
KORAM INSURANCE CENTER, INC.

[www.hanmiinsurance.net](http://www.hanmiinsurance.net)

**Los Angeles**  
323.660.1000



**Fullerton**  
714.562.0300



**Garden Grove**  
714.530.5500  
**Irvine**  
949.929.8870

**Valley**  
818.383.1111  
**Fresno**  
559.233.0099

 NONGSHIM®

**SHIN**  
SINCE 1986

*Just Act on Your  
Spicy Instinct!*

