

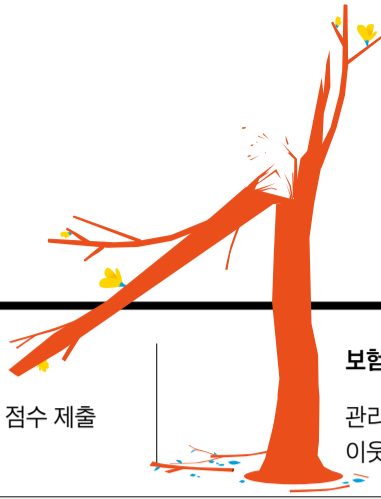
소셜 연금 3면
이혼했다면 배우자 소셜 연금
챙겨라

칼프레시 8면
극빈 수당, 장애수당 받으면
푸드 스탬프 자격

부동산 14면
주택 다운페이 부족하
다면 FHA론 이용하라

교육 18면
SAT 응시하고 점수 제출
해야 하나?

보험 20면
관리 부실 나무 부러져
이웃 피해주면 '책임'



7월부터 은퇴 플랜 의무 등록



Cover story 칼세이버스

캘리포니아 5인 이상 사업체 대상
여기면 종업원 1인당 750달러까지 벌금
개인 사업자나 프리랜서도 가능

직원 5명 이상 고용하는 캘리포니아 사업체는 6월 30일까지 종업원들을 위한 은퇴 저축플랜을 제공해야 한다. 우리가 흔히 말하는 401(k)과 같은 직장 은퇴 플랜을 제공하거나 주 정부가 운영하는 '칼세이버스' (CalSavers) 프로그램에 등록해 종업원들의 은퇴 저축을 도와줘야 한다.

은퇴 플랜을 제공하지 않는 고용주는 종업원 1인당 750달러의 벌금을 낸다.

등록 신청은 <https://www.calsavers.com/>을 통해 할 수 있으며 한국어로도 신청이 가능하다.

'칼세이버스' 플랜을 선택하는 고용주는 관리비나 수수료를 전혀 내지 않는다. 고용주는 단지 종업원을 위

해 주 정부에서 제공하는 개인 은퇴 플랜(IRA)에 연결만 해주는 역할이다.

종업원 수에 관계없이 모든 캘리포니아 비즈니스들이 가입할 수 있으며 자영업 고용주도 등록할 수 있다. 이미 종업원에게 직장 은퇴 플랜을 제공하고 있다면 웹사이트에 접속해 첫 페이지에 나오는 '예외' (Exemption)에 등록하면 된다.

캘리포니아는 2016년 '칼세이서스 신탁 은퇴 저축법' (CalSavers Trust Retirement Savings Act)을 제정해 고용주는 종업원에게 401(k)나 펜션 같은 직장 은퇴 플랜 또는 주 정부 운영 '칼세이서스'를 제공하도록 했다.

이 은퇴 플랜 제공법에 따르면 100명 이상 종업원 고용 업체는 2020년 9

월 30일까지, 50인 이상은 2021년 6월 30일까지, 또 5인 이상은 올해 2022년 6월 30일까지 반드시 제공해야 한다.

하지만 2020년 마감인 100명 이상 직원 고용주의 약 400업체는 은퇴 플랜에 가입하지 않고 있다. 주정부는 이들에 대한 벌금을 지난 1월부터 부과하기 시작했다.

이 프로그램에 가입하는 종업원의 자격은 18세 이상으로 근로 시간이나 재임 기간 등 조건 없이 누구나 가입할 수 있다. 특히 고용주로부터 W-2 폼을 받는 종업원이면 된다.

칼세이버스 플랜은 꼭 누군가를 위해 일하는 직장인만 가입할 수 있는 것은 아니다. 프리랜서로 일하는 근로자나 자영업자, 독립 계약자 등도 직접 본인이 주 정부 웹사이트를 통해 가입할 수 있다.

직접 가입하려면 근로 소득이 있어야 한다. 또 적립금을 이체시킬 은행 계좌를 가지고 있어야 한다. 약간의 개인 정보를 입력시켜야 하며 소셜시큐리티 번호 또는 IRS 택스 ID, 생년월일, 미국 주소, 이메일 주소 등의 정보가 필요하다. **13면에 계속**

김정섭 기자
john@usmetronews.com

인터뷰

이민 재판 전문 변호사 데이빗 김

한인타운 연방 하원에 재도전 한국어 잘하는 유력 후보

한인사회의 미국 정계 진출이 두드러진 요즘 6월 연방 하원의원 예비선거에 나서는 한인들의 행보도 바빠지고 있다. 그중에서도 가장 눈에 띄는 사람이 있다.

LA 한인타운 전체를 포함한 제34지구 연방 하원의원에 재도전하는 2세 한인 데이빗 김 후보다.

김 후보는 2년 전 현역 지미 고메스 의원의 과의 맞대결에서 53%대 47%의 아까운 표 차로 낙선해 정계를 놀라게 했던 주목받는 신예다. 당시 김 후보의 선전은 누구도 예상하지 못했었다. 한인타운을 포함하고 있다고 하지만 히스패닉 텃밭인데다가 상대 후보가 막강한 후원 세력의 유력 정치인이었기 때문이다.

10대 1의 자금 열세와 유명세에서 밀리는 김 후보가 주민들을 위한 풀뿌리 민주주의 실현을 위한 서민 정책을 들고나와 지지자들의 박수를 받으며 '골리앗'의 간담을 서늘케 한 대선건으로 기록된다.

그런 김 후보가 올해 재도전에 나선 것이다.

우선 6월 7일 예비 선거에서 45% 득표를 얻어 2위로 통과한다

음 1위와 2위가 겨루는 11월 8일 결선투표에서 고메스 의원과 또 한 차례 환관 승부를 벌일 계획이다.

17면에 계속
김정섭 기자



데이빗 김 후보

칼럼

정대용 변호사	21
김연신의 영어 한마디	23
홍지는 기자의 웰빙이야기	24
酒史(주사)	25
이경수의 미술이야기	26·27
김동희 칼럼	30

풍부한 경험 성실 신뢰

제인 김 CPA

(323) 840-3238

전 남가주 한인 공인 회계사 협회 회장

예술의 향기가 있는 곳

leenleegallery.com

lee & lee Gallery

(213) 365-8285

3130 Wilshire Blvd #502, LA, CA 90010



건강을 지키자!

치과

침술

안경

보청기

일반의약품 (OTC)

해외 여행시 응급치료

차량 제공

발기부전 치료제

기타 다양한 혜택

운동시설 이용

**서울 메디칼 그룹과 함께하시는
어르신들은 걱정없습니다!**

Medi-Cal과 메디케어 둘 다 가지고 계신
어르신들은 1년 내내 언제든지
서울 메디칼 그룹으로
변경 및 가입하실 수 있습니다.

** 보험 혜택은 보험사 마다 차이가 있으므로 변경 및 가입 전에 전문 메디케어 건강보험 에이전트와 상의하십시오.

SMG 서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP

★★★★ 4년 연속 환자 만족도와 의료진 진료 수준 최고 5성급 메디칼 그룹
TEL 213.389.0077 • 800.611.9862

“이혼했다면 배우자 소셜 연금 챙겨라”



결혼 10년 이상 지속해야 가능
이혼 3년 차부터, 60세 전 재혼 안 했어야
전 배우자 신청 안 해도 먼저 신청 가능
가족관계증명서, 시민권 또는 영주권 등 서류 필요



소셜 시큐리티 베니핏(이하 소셜 연금)은 은퇴 미국인들의 가장 큰 수입 원이다. 열심히 일해 낸 세금으로 은퇴 생활을 편안하게 보낼 수 있는 가장 기초적인 생활비다.

그런데 이혼했거나 계획하고 있다면 특히 소셜연금에 대해 잘 이해를 해야 한다.

소셜 연금 제도를 보면 일반 미국 생활의 근간을 읽을 수 있다. 남편(또는 부인)은 밖에서 일을 하며 돈을 벌고 부인(또는 남편)은 집에서 아이들 키우고 부모 보살피며 배우자의 외부 경제 활동을 뒤에서 도와주는 구조다.

남편(또는 부인)이 은퇴를 하면 그동안 낸 세금을 근거로 소셜연금을 받게 되지만 집에서 살림을 전담했던 부인(또는 남편)은 세금을 내지 않았기 때문에 소셜 연금을 하나도 받지 못할 것으로 생각될 것이다. 하지만 아니다.

집에서 살림을 전담했던 배우자는 밖에서 경제 활동을 한 배우자가 은퇴 후 받는 소셜 연금의 최대 절반을 받을 수 있다. 그동안 내조의 보상이다. 소셜연금뿐만이 아니다. 65세가 되면 일한 기록이 없어도 배우자와 동일한 혜택으로 메디케어를 받는다.

많은 사람들이 메디케어를 받으려면 각각 반드시 10년 근로기록이 필요하다고 오해한다.

이 잘못된 오해 때문에 자녀가 장성한 이후 10년 근로 기록을 채우기 위해 일을 시작하는 한인 여성들이 많다. 잘못된 정보이다. 남편 기록으로 충분히 소셜 연금과 메디케어를

받을 수 있다. 이혼한 경우에도 동일하게 적용된다. 다만 이혼한 경우라면 몇 가지 조건을 충족시켜야 한다.

자신의 근로 기록으로 받는 소셜 연금

맞벌이 직장 생활을 했거나 비즈니스를 하면서 부부 별도 세금 보고를 했다면 양쪽 모두 자신의 근로 기록으로 소셜 연금을 받을 수 있다.

소셜시큐리티국은 우선 은퇴한 각 개인의 근로 기록부터 확인한다. 최소 10년(40 크레딧) 근로 기록이 있다면 소셜 연금과 메디케어 가입 자격을 확보할 수 있다.

근로 크레딧은 1년에 최대 4점(크레딧)까지 받을 수 있다. 따라서 40점을 받으려면 10년을 일해야 된다는 말이다.

2022년 기준으로 1년에 1,510달러 이상을 벌면 1 크레딧을 확보할 수 있다. 4 크레딧을 받으려면 6,040달러 이상이면 된다. 이 정도면 파트타임으로 일을 해도 충분히 확보할 수 있는 수입이 될 것이다.

그런데 세금을 내지 않아 근로 크레딧을 확보할 수 없는 직업도 있다. 예를 들어 1984년 이전에 고용된 대부분의 연방 공무원(1983년부터 모든 연방 공무원은 소셜시큐리티 텍스의 일부에서 메디케어 병행 플랜 세금을 내기 시작했다), 10년 이상 근무한 철도 공무원, 소셜시큐리티 시스템에 세금을 내지 않은 일부 주 또는 지방 정부 공무원, 집안일을 하고 돈을 받은 21세 자녀(하지만 부모 비즈니스에서 일을 한 18세 이상 자녀는 예외)는 소셜 연금 크레딧을 확

보할 수 없다. 소셜 연금은 62세부터 받을 수 있고 만기 은퇴 연령(1960년생 이후 출생자는 67세)을 지나 70세까지 수령을 미룰 수 있다.

만약 근로 크레딧이 있어 소셜 연금을 받게 된다면 구태여 배우자 연금에 의존해 살지 않아도 될 것이다. 그런데 배우자 연금이 자신의 연금보다 많다면 소셜시큐리티국은 큰 쪽 연금을 지불해 준다.

결혼 생활 했수

집에서 살림만 하다가 이혼한 여성들이 소셜 연금을 받지 못하는 불행한 사태가 벌어지곤 한다. 결혼 생활을 충분히 하지 않았기 때문에 발생하는 일이다.

이혼 전 결혼 생활을 10년 이상 했어야 전 배우자의 근로 기록으로 연금을 받을 수 있다. 이런 이유로 소셜 연금을 받지 못해 뒤늦게 직장 생활을 시작하는 한인 여성들도 종종 대할 수 있다.

10년 이상 결혼 생활

이혼 하기 전 10년 이상 결혼 생활을 유지했다면 전 배우자 자격으로 이

혼 배우자 소셜 연금을 받을 수 있다.

이 금액은 이혼하지 않은 배우자가 듣는 것과 동일하다. 한 가지 차이가 있다면 현재 결혼 생활을 유지하고 있는 경우 근로 크레딧이 있는 배우자가 먼저 연금을 신청해야만 다른 배우자가 연금을 받을 수 있다. 하지만 이혼 배우자는 전 배우자의 신청 여부에 관계없이 이혼 배우자 자격으로 소셜 연금을 받는다. 다만 이혼한 지 2년이 지나야 자격이 된다. 한 가지 조건이 추가된다. 60세 이전에 재혼을 했다면 이혼 배우자 연금은 받을 수 없다.

배우자 연금은 얼마나 받아

전 배우자가 받는 기초연금 보험금의 최고 50%를 받는다. 기초연금 보험금은 전 배우자가 만기 은퇴 연령 때 받는 돈을 말한다.

만약 이혼 후 만기 은퇴 연령(1960년생은 67세)에 배우자 연금을 신청한다면 50%를 모두 받을 수 있다. 62세에 신청하면 50%가 아니라 32.5%를 받는다.

이 배우자 연금은 만기 은퇴 연령 이후부터는 더 이상 증가하지 않는다. 예를 들어 만기 은퇴 연령에 받을

50%의 연금을 계속 미루었다가 70세에 신청해도 돈은 늘어나지 않고 그대로 50% 연금만 지불된다는 것이다.

1954년 1월 2일 이전출생

1954년 1월 2일 이전에 태어났다면 지금은 사라진 ‘파일 앤드 서스펜드’ 전략으로 연금을 더 받을 수 있다. 짧게 설명한다면 만기 은퇴 연령 때 배우자 연금을 먼저 신청해 받고 자신의 근로 기록으로 인한 연금은 70세까지 수령을 미룬 다음 매년 불어난 연금을 70세부터 바꿔 받는 방법이다. 하지만 1954년생 이후부터는 더 이상 사용할 수 없다.

신청하기

소셜시큐리티 온라인으로 신청하는 방법이 가장 쉽고 직접 방문 또는 전화로도 가능하다. 출생 증명, 결혼 증명(가족관계증명서), 시민권 또는 영주권 증명, 이혼 서류 등이 필요하다. 배우자의 소셜시큐리티 번호나 생년월일이 필요하지만 없다고 해도 걱정할 필요는 없다. 소셜시큐리티국에서 모두 찾아 준다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

65세의 큰 선물!!

메디케어 신청, 모든플랜 선택 및 변경 도와드립니다.

To speak with a Licensed Agent



#OG15778

이정인 (213)503-1810

(Jessica J. Kim) foxrainlady@gmail.com

무료 상담

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

소셜 연금

장애인 연금 받고 일하면 연금 중단될 수 있어

월 1,350달러, 시각 장애는 2,260달러까지
 소셜 연금 소급은 6개월까지만
 배우자 연금과 소셜 연금 중 많은 쪽 지불

소셜시큐리티 베니핏(소셜연금)은 내용이 매우 복잡하고 이해하기도 쉽지 않다. 다음은 베론 가이드가 독자들의 질문을 받아 정리한 내용을 간추린 것이다.

장애인 연금과 소셜 연금

Q 59세 부터 장애인 연금(disability benefit)을 받기 시작했다. 지금 65세다. 내가 만기 은퇴 연령이 되면 장애인 연금 액수가 바뀌게 되나. 아니면 계속 장애인 연금을 죽을 때까지 받게 되나. 파트타임 일을 해서 돈을 번다면 내 장애인 연금은 어떻게 되나.

A 만기 은퇴 연령이 되면(66세 4개월 또는 6개월로 생각됨) 장애인 연금은 자동적으로 소셜시큐리티 베니핏(은퇴연금)으로 바뀌게 된다. 그런데 월 페이먼트는 거의 비슷한 수준이다.

웨이드 퍼 아메리칸 칼리지 재정학 은퇴 수입과 교수는 장애인 연금을 받으면서도 파트타임 일을 할 수 있다. 그러나 장애인 연금은 중단된다.

소셜시큐리티국(SSA)은 돈을 벌기 시작하면 '충분히 수입을 올릴 수 있는 활동'(substantial gainful activity)으로 본다. 다시 말해 더 이상 장애가 아니고 돈을 벌 수 있는 충분한 능력이 있다고 보는 것이다. 2022년 기준으로 월 1,350달러 이상 수입 또는 시각 장애가 있을 경우는 월 2,260달러 이상의 돈을 벌면 이 조항이 적용된다.

장애인 연금을 받고 있다면 9개월 동안 다시 일을 시작할 수 있는 가능성을 점검하는 '근로 재개 기간'(trial work period)을 갖게 된다. 이 기간 중에는 앞서 설명한 금액 이상을 벌어도 장애인 연금은 계속된다.

또 일단 만기 은퇴 연령에 도달하면 장애인 연금은 소셜 연금으로 바뀌게 되는데 만기 은퇴 연령 이후에는 아무리 많은 돈을 번다고 해도 소셜 연금에는 아무런 영향을 주지 않는다.

따라서 만기 은퇴 연령을 채우는

것이 가장 중요하다.

퍼 교수는 "만기 은퇴 연령이 지난 후부터는 소득에 따라 연금이 줄어드는 '소득 테스트'의 대상에서 벗어난다"면서 "일을 계속하려고 한다면 우선 만기 은퇴 연령이 된 후 연금을 자발적으로 중단하고 70세가 지 기다리면 매달 또는 매년 연금은 증가하게 된다" 고 말했다.

소셜 연금의 소급 규정

Q 72세가 된다. 지난 10년 동안 내 근로 기록으로 만으로 소셜시큐리티 베니핏(소셜연금)을 받아왔다. 그런데 이제서야 배우자의 기록으로 받을 수 있는 배우자연금(spousal benefit)이 있다는 사실을 알게 됐다. 배우자 연금을 받았다면 내 기록으로 받는 돈 보다 많을 것 같다. 지금 배우자 연금으로 바꾸면 그동안 받지 못했던 돈까지 모두 추가로 받을 수 있나.

A 배우자 연금은 배우자가 만기 은퇴 연령 때 받는 금액의 최대 50%까지 받는다. 그런데 배우자 연금이 더 많다면 차액을 추가로 받을 수 있다고 소셜시큐리티국은 설명했다.

소셜시큐리티국은 과거 지불되지 않았던 소급 연금 지불에 관한 규정을 정해 놓고 있다.

소셜시큐리티국 웹사이트에 따르면 "소셜시큐리티국은 만기 은퇴 연령 이전에 발생한 소급 금은 지불해 주지 않는다. 또는 (만기 은퇴 연령이 지났다고 해도) 소급 기간도 지난 6개월까지만 해당된다"고 설명하고 있다.

이혼 배우자 연금과 소셜 연금

Q 이혼한 전남편의 소셜시큐리티 베니핏(소셜연금)의 일부를 받을 수 있다고 들었다. 재혼한 적이 없었고 전남편의 소셜 연금이 내 것보다 훨씬 높다. 62세에 내 근로 기록으로 생긴 소셜 연금을 신청할 계획이었다. 그런데 소셜 연금을 신청했다니 새 법에 따라 전남편 소셜 연금 일부 또는 내 연금 중 큰 것만 받을 수 있다고 하더라. 이유가



무엇인가.

A 배우자 연금에 대한 충분한 이해가 필요한 것 같다.

이혼 배우자 연금은 ▲최소 10년 결혼 생활을 유지했고 ▲이혼한 지 최소 2년이 지났으며 ▲재혼하지 않았고 ▲전남편과 질문자의 나이가 모두 62세가 넘었다면 전 배우자(전남편) 연금의 최대 절반까지 받을 수 있다고 되어 있다.

만약 만기 은퇴 연령 때 배우자 연금을 받는다면 전 배우자가 만기 은퇴 연령 때 받게 되는 연금의 최대 50%까지 받는다. 하지만 만기 은퇴 연령 이전에 신청한다면 일찍 신청한 만큼 줄어든 금액을 받게 된다.

퍼 교수는 "이혼한 지 2년이 지났다면 언제라도 신청해 전 배우자(전남편) 연금을 받을 수 있으며 여기에는 아무런 제약도 없다"고 말했다.

질문에서 말하는 새 법이란 2015년 제정된 연방의회 예산법을 말하는 것 같다.

이 예산법은 그동안 부부가 소셜

연금 극대화를 위해 애용했던 '파일 앤드 서스펜드'의 허점을 없앴다. 남편이나 부인이 만기 은퇴 연령 이후 연금을 신청했다가 곧바로 중단하면 다른 배우자가 배우자 자격으로 연금을 받을 수 있다. 그러면 중단된 연금은 70세까지 매년 8%씩 늘어나 더 큰 돈을 받을 수 있다. 하지만 지금은 더 이상 사용할 수 없다.

다만 이 법은 1954년 1월 2일생 이전 출생자들에게는 적용되지 않는다. 그 이전 출생자는 계속 사용할 수 있다는 말이다.

이후 출생자부터는 배우자가 남편의 배우자 근로 기록에 따른 연금을 받으면 남편은 연금을 중단하지 못하고 계속 소셜 연금을 받아야 한다. 만약 만기 은퇴 연령 이후 연금 지불 신청을 중단하게 되면 배우자 연금 또한 자동으로 중단된다. 그러나 이 규정 또한 이혼 배우자에게는 적용되지 않는다. 전 남편이 연금 수령 중단 신청을 낸다고 해도 전 부인은 계속 배우자 연금을 받을 수 있다.

1954년 이후 출생자는 배우자 연금을 신청하면 자신의 연금과 배우자 연금을 동시에 신청하는 것으로 간주된다. 따라서 자신의 연금과 배우자 연금 중 더 많은 돈이 지불된다. 이를 '딤드파일링'(deemed filing)이라고 부른다. 우리말로는 '모든 연금을 동시에 신청하는 것으로 간주한다' 정도로 풀이할 수 있다.

질문으로 돌아간다면 질문자의 근로 기록으로 인한 소셜 연금이 아니라 전 배우자의 기록으로 인한 배우자 연금을 신청한 것 같은데 이는 더 이상 허용되지 않는다. 퍼 교수는 "소셜 시큐리티국은 아마도 이 내용을 설명했을 것"이라고 밝혔다. 바뀐 법에 따라 전남편의 배우자 연금과 질문자 본인의 연금을 동시에 신청하는 것과 같다. 둘 중 더 많은 돈을 받게 된다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

광고 (562)538-8581
 contact@usmetronews.com

치과 필요하면 파트 C, 옵션 별도 보험 가입

**오리지널 메디케어는 치과 치료 'NO'
어드밴티지 플랜 대부분 예방 치료 제공
서비스 추가하려면 옵션선택
한인들 대부분 추가 옵션에 거부감
치과 보험료 대략 20~50달러
메디칼 가지고 있다면 혜택 가능**

메디케어 가입자들의 가장 큰 고민 중 하나가 치과다.

연방정부에서 제공하는 오리지널 메디케어(파트 A, 파트 B)는 치과나 보청기, 안경 혜택을 주지 않고 의료에만 집중한다. 치과 혜택을 보려면 일반 보험회사에서 판매하는 주치의 제도의 메디케어 어드밴티지(파트 C) 플랜에 가입하거나 별도의 치과 보험을 구입해야 한다. 요즘 경쟁이 심한 대도시 지역에서 판매되는 파트 C 보험 중에는 임플란트 등 파격적인 치과 혜택이 제공되지만 익숙하지 않은 치과 의사를 선택해야 하는 등의 불편함 때문에 이용이 크지는 않은 상태다.

전미 노인협회(AARP)는 최근 시니어 치과 서비스의 실태를 조사한 통계자료를 분석 보도했다.

치과 혜택

오리지널 메디케어는 특별한 경우를 제외하고는 치과 혜택을 주지 않는다. 턱이 부러졌거나 구강암 방사선 치료를 준비할 때 또는 신장이식 수술 전 병원에서 구강 검사를 할 때 등 아주 드문 경우만 메디케어에서 치과를 허용한다. 하지만 정기 검진이나 치아 관리 등은 커버해 주지 않는다. 많은 사람들이 은퇴 전에는 이 사실을 인식하지 못한다.

AARP의 후원으로 미시간대학이 매년 2,000명을 대상으로 1년에 두 차례씩 실시한 '건강한 노년'을 위한 전국 설문 조사에 따르면 치과 보험이 없는 50~64세 성인은 약 4분의 1에 그쳤다. 그런데 메디케어 연령인 65세 이상으로 올라가면 무보험 비율이 거의 절반에 가까운 47%나 된다. 직장 보험이 더 이상 제공되지 않기 때문이다.

설문에 참여한 성인 5명 중 1명은 지난 2년간 치과 치료를 미루고 있거나 치과를 방문하지 않았다고 답했다. 가장 큰 이유는 돈이 많이 들고 보험 커버가 되지 않기 때문이다.

2021년 7월 메디케어 및 치과 혜택에 관련된 보고서를 펴낸 카이저재단의 메리디스 프리드 수석 정책 분석가는 "나이 든 성인들은 구강 보건이 더욱 중요하다. 그런데 필요한 치료를 받지 못하거나 치료를 받으려면 큰돈을 지불해야 한다"고 말했다.

재단은 최근 자료인 2018년 치과 서비스를 이용했던 메디케어 가입자 5명 중 1명은 최고 1,000달러 이상의 비용을 자비로 부담했고 11%는 2,000달러 이상 지불했다.

메디케어 파트 C 치과 혜택

오리지널 메디케어는 커버해 주지 않지만 일반 메디케어 어드밴티지(파트 C)는 플랜에 따라 검진 및 일부 치료비를 지불해 준다. 또 개별적으로 치과 보험을 가입할 수도 있다. 파트 C 플랜 중에서 발치, 신경치료, 충치 치료와 일부는 임플란트까지 커버해 주는 플랜도 있다.

하지만 파트 C 플랜 모두 동일한 치과 서비스를 제공하지 않는다.

그래서 일부 메디케어 보험사는 옵션 조항으로 메디케어 치과 보험을 판매하지만 한인들에게는 그다지 큰 호응을 받지 못하고 있는 것도 사실이다.

우선 메디케어 파트 C 보험이 '공짜'라는 인식이 많아 뭔가 추가 비용을 지불한다는 데 대해 거부감부터 갖기 때문이다.

카이저 재단에 따르면 2021년 메디케어 가입자 94%는 부분적으로나마 치과 혜택을 제공받았다. 또 가입자 10%는 옵션으로 추가 치과 보험료를 지불했다.

파트 C 플랜 대부분은 클리닝, 엑스레이와 같은 예방 서비스를 제공한다. 하지만 더비싼 비용이 드는 치료는 플랜마다 모두 혜택이 다르다. 어떤 보험은 추가 혜택을 제공하지 않고 옵션으로 보험을 추가 판매하고 있지만 일부 보험은 임플란트 등



파격적인 조건으로 추가 혜택을 무료로 제공한다.

카이저 재단에 따르면 구강 검사와 클리닝 등 기초 서비스를 받는 2/3의 가입자는 이런 서비스 비용에 돈을 내지 않는다. 하지만 예방 점검 이외의 크라운, 틀니, 발치, 임플란트, 신경치료, 잇몸병 치료 등에 대한 비용은 보통 자비 부담했다.

환자가 내는 일반적인 코인슈런스 비용은 치료비의 50%이며 환자 부담금 비율은 20~70%로 다양하다.

치과 보험

2021년 메디케어 파트 C 보험의 치과 치료비 지원 평균 금액은 1,300달러였다.

보통 치과 보험을 가지고 있는 사람의 4분의 1 가량은 연 2,000달러 혜택 플랜에 가입해 있었고 12명당 1명꼴로 2,000~5,000달러 혜택에 가입해 있었다. 혜택이 클수록 보험료는 비싸다.

만약 치과 서비스가 필요하다면 플랜에 혜택 요약본이나 폴 설명서를 자세히 검토해 결정하는 것이 좋다. 이런 정보는 플랜이 운영하는 웹사이트에서 확인할 수 있다.

메디케어 어드밴티지 플랜을 판매하는 보험회사들은 매년 9월 다음 해 변경되는 플랜 혜택들을 알려주게 된다. 가입자들은 변경된 내용을 잘 확인하고 10월 15~12월 7일 진행되는 연례 변경 기간을 통해 마음에

드는 플랜으로 바꿀 수 있다. 이때 바뀐 플랜은 1월 1일부터 혜택이 시작된다.

하지만 치과 혜택 하나만 보고 메디케어 보험을 변경하는 것은 바람직하지 않을 것이다. 현재의 의사, 복용 약, 기타 혜택 등의 다양한 요소를 고려해야 나중에 후회 없이 메디케어 보험을 활용할 수 있다.

또 전국 규모의 보험은 직접 자체 치과 네트워크를 운영하기도 하고 또 델타 덴탈 같은 전국 보험 네트워크를 공동으로 사용하는 보험도 있다. 따라서 치과 혜택을 주는 플랜을 선택했다고 해도 실제 자신이 이용하는 치과가 명단에 있는지 역시 따져봐야 한다.

보통 한인들은 자신이 모르는 치과 이용을 꺼리는 경향이 많다. 따라서 단골 치과에 전화해 플랜을 받는 지 확인하는 것도 중요하다.

별도의 치과 보험 가입

메디케어 어드밴티지 플랜 가입자만 일반 치과 서비스를 받을 수 있다. 오리지널 메디케어는 치과 혜택을 주지 않는다.

오리지널 메디케어를 가지고 있다면 별도의 치과 보험에 가입해야 낮은 비용으로 서비스를 받을 수 있다.

별도 치과 보험은 거주하는 주에 따라, 보험회사 또는 치과에 따라 디덕터블, 대기기간, 연간 혜택 금액 등이 모두 다르다. 또 보험료 역시 지역 별로 다르게 적용된다.

이들 보험은 기존에 가지고 있는 치아 문제는 커버해 주지 않는 것이 보통이다. 하지만 비싼 치료비가 드는 치료는 혜택을 제공하기 전 일정한 대기 기간을 두기도 한다. 6개월 등 정해 놓은 기간이 지나서 치료를 해야만 혜택을 주는 것이다. 또 연간 지급 비용 또한 한계를 둔다.

20면에 계속

홍은주
(Eun-Joo Powell)

**곧 65세가 되셔서 메디케어 보험에 가입하셔야 하나요?
시니어 보험전문인 홍은주가 도와 드립니다.**

- HMO (어드밴티지 플랜, 약보험 포함)
- 보조보험(서플리먼트 플랜-PPO)
- PDP (처방약 보험)

그 외에 플랜에 따라 엑스트라 베네핏(덴탈, 한방, 안경, 피트니스, 차량서비스) 제공됩니다. 개인의 건강상태에 따라 맞춤형 서비스를 제공합니다. 또한 Extra Help에 자격이 되시는 분께는 저렴한 처방약 보험을 알려드립니다.

시니어보험 전문인 (CA Lic #0L06761) • ej@epi-digm.com • (909) 576-3236

간염

원인모를 간염, 어린이들에 주의보

**엘라배마, 노스캐롤라이아서도 발견
감기 바이러스로 인한 간손상 추정
간염 환자 5억명 매년 150만 숨져
위생 주의하고 술 끊어 간 회복 주력
황달, 피곤함, 짙은 소변, 다리 부종 등 증상**

최근 미국을 비롯한 유럽 등 전세계 어린이들 사이에서 원인 모를 간염(hepatitis)이 갑자기 퍼지고 있어 질병통제예방센터(CDC)와 세계보건기구(WHO)가 긴장하고 있다. 아직 대규모 확산은 아니지만 원인이 불분명한데다가 어린이들 사이에 전파된다는 점에서 방역의 고삐를 조이고 있다.

그렇다면 간염이란 무엇이며 종류와 대책에 대해 알아보자.

WHO는 지난달 말 기준으로 12개국에서 최소 212건의 어린이 감염 케이스가 보고됐다고 밝혔다. 원인은 알 수 없어 국제 방역 공조를 시작했다고 덧붙였다.

간염 확인 지역으로는 미국과 영국, 스페인, 이스라엘, 덴마크, 아일랜드, 네덜란드, 이탈리아, 노르웨이, 프랑스, 루마니아, 벨기에이며 이중 영국이 총 발병 건수의 60%를 차지하고 있다.

발병 나이로는 생후 1개월에서 16세까지로 확인됐으며 1명이 숨졌고 17명이 간 이식을 받아야하는 중증을 앓고 있다.

간염 환자중 최소 74건은 아데노바이러스로 알려진 일반 감기 바이러스에 감염됐고 20명은 코비드-19 감염, 19건은 둘다 감염된 것으로 나타났다.

아직 원인을 모르지만 일단 감기를 유발하는 아데노바이러스에 힘을 싣고 있다. 전문가들은 간염과 감기 바이러스는 구토와 설사의 공통성을 보이므로 부모들의 주의가 필

요하다고 당부했다.

감기 바이러스 원인?

미국의 경우 엘라배마에서 지난 10월 이후 1~6세 어린이 9명이 간염으로 밝혀졌고 이들 모두 아데노바이러스 양성반응을 보였다. 하지만 코비드 19 케이스는 없었다. 동일 증상은 노스캐롤라이나에서도 발견됐다.

간염은 간에 발생하는 염증이다. 간은 영양 공급의 필수적인 장기로 피를 걸러주고 감염균과 싸우는데 지원 자격해주는 역할을 한다. 보통은 바이러스 감염으로 인해 발생하는데 술에 의한 간 손상으로도 나타난다. 증상으로는 눈과 피부에 황달, 식욕 부진, 고열, 검은색 소변, 항상 비정상적 피로감 등이 나타난다.

이번 어린이 감염 사례를 보면 일반 감기 바이러스도 검출되는데 간을 손상시키는 바이러스는 아직 확인되지 않고 있다. 영국대학의 일반 소아과 알라스테어 수클립 교수는 “오랜 봉쇄로 인해 갑자기 면역이 약한 그룹에서 요인 인자들의 노출이 증가했다는 것으로 설명할 수 있다”고 말했다.

간염환자 5억명

WHO에 따르면 전세계 5억명이 B형 간염과 C형 간염에 감염되고 있으며 이로 인해 매년 150만명이 목숨을 잃고 있다.

감염자 3명당 1명은 감염 사실을 인지하고 있지만 대부분은 감염된



것조차 알지 못하고 있다. 전문가들은 간염을 충분히 예방 가능하며 걸렸다고 해도 치료가 가능하다고 밝혔다. 또 C형 간염은 완치될 수 있다. 그러나 감염자 80%는 테스트를 받거나 치료를 받지 못하고 있는 환경에 살고 있다.

간염의 증상과 치료

간염은 간에서 발생하는 염증을 통칭한다고 미국보건서비스국(NHS)이 밝혔다.

간염은 바이러스가 원인이라는 하지만 술이나 독성 물질 등에 의하거나 자가 면역증으로도 발생할 수 있다. 간염은 여러가지 형태가 있고 일부는 증상이 없이 지나간다. 그러나 일부는 오랜 기간 지속돼 간경변을 일으키고 간 기능이 마비되며 간암으로 이어진다.

간염 증상은

단기간 발생하는 간염은 증상이 거의 없어 많은 사람들이 인지하지 못한다. 그러나 증상이 진전되기 시작하면 ▲근육, 관절통 ▲고열 ▲아픈 것 같은 기분 ▲항상 비정상적 피로감 ▲뭔가 불편한 느낌 ▲식욕부진 ▲복통 ▲색진한 소변 ▲회색빛 대변 ▲피부 가려움 ▲황달이 나타난다.

다. NHS는 장기 간염은 간의 정상 기능이 멈출 때까지 확실한 증상이 나타나지 않은 경우도 있어 혈액 검사를 해야 알 수 있다고 덧붙였다. 증상이 더욱 심해지면 황달과 다리와 발목 발의 부종, 정신 혼동, 혈변 또는 구토가 나타난다.

간염의 종류

A형, B형, C형, D형, E형 그리고 알코올과자가면역 간염이 있다.

▲A형 간염

A형 간염 바이러스에 의해 발병한다. 전형적으로 감염된 사람의 배설물에 오염된 물이나 음식을 마실 때 생긴다. 위생이 매우 나쁜 국가에서 주로 발생한다. 보통 수개월내 사라지지만 경우에서 따라 생명의 위험까지 올 수 있다. 통증이나 구토, 가려움 증상을 완화 시키는 이외의 특별한 치료방법은 없다.

▲B형 간염

B 바이러스에 의해 발병한다. 감염자의 혈액으로 전염된다. 전세계 감염의 가장 일반적인 감염으로 임신부가 태아에 감염시키고 어린이들 간접촉에 위해서도 감염된다.

특히 같은 그릇에 찌개를 먹거나 술잔을 돌리는 등의 식습관을 가진 한국인 감염도 많다. 요즘은 홍보가 잘돼 감염자가 줄어들었다고 하지만 아직도 400만명이 B형 간염을 가지고 있는 것으로 나타났다. 또 매년 2만명이 간염으로 사망한다고 한다.

드물기는 하지만 성교나 주사바늘 공유로도 전염된다.

치료가 가능하며 완전 회복도 가능하다. 그러나 어린이절 감염된 대부분의 사람은 만성으로 발전해 간

경변과 간암으로 이어지기도 한다. 항바이러스제로 치료할 수 있다.

▲C형 간염

C형 간염은 C형 바이러스에 의해 발병하며 주로 영국에 많다. 감염자와의 혈액으로 감염되는데 영국에서는 마약 주사를 공유해 많이 생긴다. C형 간염은 뚜렷한 증상이 없거나 감기와 유사한 증상을 보여 많은 사람들이 감염됐는지조차 알지 못한다.

4명당 1명은 치유되지만 나머지는 수년동안 몸에서 만성 질환으로 이어져 간경화와 간기능 마비를 유발한다. 아직 백신은 개발되지 않았지만 항바이러스제로 효과적으로 치료할 수 있다.

▲D형 간염

D형 바이러스로 발병한다. 그런데 B형 간염에 감염된 사람에게서만 발병한다. 체내 번식을 위해서는 B형 바이러스가 필요하기 때문이다. 혈액 감염 또는 성관계를 통해 번지는 것이 일반적이며 만성 질환은 압과 같은 심각한 문제로 발전한다. 아직 백신은 없지만 B 간염 백신으로 막을 수는 있다.

▲E형 간염

E 바이러스가 원인이다. 유럽에서의 발병 사례가 증가하고 있으며 영국에서의 단기간 간염의 가장 일반적인 원인이다. 날 음식 또는 덜익은 돼지고기 또는 내장, 멧돼지, 사슴고기, 조개류 섭취와 연관이 있는 것으로 알려졌다. 증상은 매우 약하며 특별한 치료가 필요 없다. 그러나 일부 면역체계가 약한 사람에게서 치명적일 수 있다.

▲알코올성 간염

알코올성 간염은 수년간의 과도한 음주가 원인이다. 많은 사람들이 자신의 증상을 알지 못한다. 황달과 간기능 정지로 이어지는 경우도 있다.

간이 회복될 수 있도록 음주를 삼간다. 간경화나 간암등으로 발전할 수 있다.

▲자가 면역 간염(Autoimmune hepatitis)

드물지만 장기 간염을 유발한다. 면역 시스템이 스스로 간을 공격해 손상시키는 것이다. 면역 억제제를 사용해 면역 시스템을 조절하고 염증을 줄이는 약을 투여해 효과적으로 치료할 수 있다.

자넷김기자 janet@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



멋진 인생 시니어! 제2의 인생 항해

서울 메디칼 그룹과 함께 준비하십시오!



아름다운 바다
아름다운 뷰
아름다운 시니어

건강하고 멋진 시니어 인생은 저 이순재와 함께
아름다운 항해로 시작하십시오.
서울 메디칼 그룹이 시니어 분들의
인생 항해에 함께 하겠습니다.



시니어 배우 이순재

Medi-Cal과 메디케어 둘 다 가지고 계신 어르신들은 1년 내내 언제든지
서울 메디칼 그룹으로 변경 및 가입하실 수 있습니다.

치과

침술

안경

보청기

일반의약품
(OTC)

해외 여행시
응급치료

차량
제공

운동시설
이용

발기부전
치료제

기타
다양한
혜택

어떤 의료 혜택이 있는지 지금 바로 전문 메디케어 건강보험 에이전트와 상의하세요.

SMG 서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP

★★★★ 4년 연속 환자 만족도와 의료진 진료 수준 최고 5성급 메디칼 그룹

TEL 213.389.0077 • 800.611.9862

칼프레시

극빈 수당, 장애수당 받으면 푸드 스탬프 자격

(SSI)

(SSDI)

(칼프레시)

1인 최고 255달러까지 식품비 지원
술 담배나 종이 제품 구입은 제외
칼프레시는 총수입 빈곤선 200%까지
60세 이상 시니어는 순수익으로 계산
합법 신분 이상 시민권자가 대상
유학생, 여행객은 제외

푸드 스탬프에 대한 한인들의 관심이 부쩍 늘었다. 푸드 스탬프는 극빈자에게 제공되는 식품 보조 프로그램으로 SNAP(Supplemental Nutrition Assistance Program)으로 부른다. 캘리포니아에서는 '캘리포니아 식품보조프로그램' (CFAP)으로 '칼프레시' (CalFresh)라고 한다. 일반적으로 EBT라는 이름으로 더 잘 알려져 있다.

SNAP는 연방정부에서 지원하지만 주정부와 각 카운티 정부가 다소간의 경비를 지원해 함께 운영하므로 규정이 조금씩 다르다. 하지만 기본 골격은 차이가 없다. 이번 기사에서는 캘리포니아 '칼프레시'에 집중하겠다.

칼프레시는 저소득 가정의 식품 구입을 지원하는 구제 프로그램이다. 음식과 음식 조리과 관련된 물품은 구입할 수 있지만 술이나 담배, 종이 상품 등과 같은 물품은 구입할 수 없다. 지원금은 EBT라는 카드에 적립되며 수혜자는 적립금 한도내에서 데빗 카드처럼 사용할 수 있다.

극빈자에게 제공되는 연방정부 SSI와 캘리포니아의 추가 지원금인 SSP, 또는 소셜시큐리티 장애연금을 받는 사람이면 칼프레시를 받을 수 있다. 자격은 시민권자 또는 영주권자로 캘리포니아는 내년 회계연도부터 55세 이상 불법체류 신분자에게도 혜택 추가를 추진 중이다.

칼프레시의 자격은 ▲은행에 2,001달러 미만 수입 또는 ▲3,001달러(가정) 미만 수입으로 ▲60세 이상이거나 ▲신청자나 자녀, 배우자, 부모가 장애를 겪고 있다면 가능하다.

또 자격은 가구의 총 수입으로 결정하는데 신청 가구에 장애인이 있거나 60세가 넘는 시니어가 있다면 순수익만으로 판단한다.

자격

▲시민권자 또는 영주권자 또는 인

도적 이유로 미국에 머물고 있는 비 시민권자로 유학생이나 여행객은 제외된다. ▲가구 중에서 누군가가 자격이 된다면 다른 사람들도 가능하다.

영주권자 등 비 시민권자는 5년간 미국에 살아야 한다. 하지만 캘리포니아는 5년 기준을 적용하지 않는다. 또 장애자의 경우도 입국 날짜에 관계없다. 신분 등 구체적인 내용은 차후 보도하겠다.

수입

수입 계산이 다소 복잡해 이해하기가 까다로울 수 있다. 칼프레시는 가구의 총수입(gross income)과 가구 내 구성원 수로 결정된다.

가구의 총수입이란 세금을 내기 전 총근로소득(gross earned income)을 말한다. 가구에는 정기적으로 함께 음식을 구입하고 먹는 사람들이 포함된다. 친족이 아니어도 된다. 한명이 될 수도 있고 또 한주소를 공유한 1명 이상의 사람이 될 수도 있다. 특히 푸드스탬프는 꼭 거주지가 있어야만 받을 수 있는 것도 아니다. 홈리스도 받을 수 있다는 의미다.

근로 수입이란 세금을 내기 전 1개월동안 일을 해서 번 수입을 말한다. 캘리포니아의 근로 소득의 기준은 ▲일을 해서 번 급여 또는 봉급 ▲자영업으로 비즈니스 경비를 뺀 소득 ▲세들어 사는 사람, 룸메이트 또는 하숙생으로부터 받은 수입 중 운영 경비를 뺀 나머지 수입 ▲경비 제외한 렌트 수입 ▲소셜시큐리티 연금 등이다.

이런 근로 소득을 모두 합친 수입을 캘리포니아 푸드 스탬프 기준에 맞는지 비교해 자격 유무를 판정한다.

만약 이 총 근로소득이 연방빈곤선 200%이하이면 칼프레시를 받을 수 있다. 하지만 가구 구성원중 한명이 고의적으로 프로그램 규정을 위반



칼프레시 수입 기준표

(2022회계연도, 2021년 10월 1일~2022년 9월 30일, 단위: 달러)

가구수	월 총수입 (빈곤선 200%)	월 총수입 (130%)	순수 월수입 (100%)
1	2,148	1,396	1,074
2	2,904	1,888	1,452
3	3,660	2,379	1,830
4	4,418	2,871	2,209
5	5,174	3,363	2,587
6	5,930	3,855	2,965
7	6,688	4,347	3,344
8	7,444	4,839	3,722
9	8,202	5,331	4,101
10	8,960	5,823	4,480
1명 추가마다	+758	+492	+379

캘리포니아 SNAP 월 최고금액

가구수	최고금액(달러)
1	250
2	459
3	658
4	835
5	992
6	1,190
7	1,316
8	1,504
1명 추가마다	+188

표준 공제

가구수	표준 공제
1	177
2	177
3	177
4	184
5	215
6+	+246

단위: 달러

했다면 자격이 발탁되며 이경우 가구 총 수입이 연방 빈곤선 130%로 떨어진다. 또 해당 구성원의 수입도 총 수입에 포함돼 자격이 제한되는 불이익을 당하므로 주의해야 한다.

60세 이상 또는 장애인인 총 근로 소득이 아니라 순수입으로만 결정된다.

순수익 계산

가구당 칼프레시 순수입은 총 근로 소득에서 정부가 인정하는 지출 경비를 뺀 나머지다.

정부 인정 지출 경비로는 ▲근로 소득의 20% ▲1~3인 가구 177달러, 4인 가구 이상 184달러 ▲직장, 직업 교육, 또는 학교에서 필요한 비용 ▲시니어 또는 장애인의 35달러 이상 월 의료비 지출금(보험이나 타인이 지불해 주지 않을 때) ▲자녀양육 지출금이다. 여기에 ▲노숙자 가구의 쉼터 경비 159.73달러 ▲가구당 수입의 절반 이상으로 주거 비용으로 쓴 금액(시니어나 장애인이 아닌 경우 587달러를 넘지 못함)이다. 여기에 추가로 이번 회계연도(2021년 10

월1~2022년 9월 30일)의 가구당 표준 공제금을 제한한다.

이렇게 계산된 지출 경비를 총 그로스에서 제하고 난 수입으로 칼프레시 자격과 금액을 결정한다.

예를 들어보자.

4인 가족으로 총수입이 2,050달러다. 이 중 근로소득이 1,500달러라면 1,500달러×20%= 300달러다. 이 300달러를 총 수입 2,050달러에서 제하면 1,750달러가 된다. 이 돈에서 4인 가구 표준 공제 금액 184달러를 제하면 1,566달러가 된다.

부양가족 돌봄 비용이 월 362달러 이라면 다시 1,569달러에서 제한한다. 그러면 1,204달러가 된다. 주거비용은 수입의 절반으로 계산하므로 1,204달러를 2로 나누면 602달러다. 만약 주거비를 700달러로 계산하고 수입의 절반 602달러를 빼면 98달러가 나오는데 이 돈을 지출 항목에서 추가로 공제할 수 있다.

따라서 이 가정의 월 순수입은 1,106달러가 되며 4인 순수익 2,209달러 이하이므로 칼프레시 자격을 받는다.

지급금 계산

지급금은 순 수익의 30%를 가족수에 따라 지급되는 최고 금액에서 제한하는 금액이다.

앞선 예를 비교해 설명해보자.

1,106달러가 순수익이므로 30%는 331.8달러(반올림 332달러)다. 4인가족 최대 푸드스탬프 지원금은 835달러다. 따라서 835달러에서 332달러를 뺀 나머지 503달러가 앞서 예를 든 4인가구가 받는 월 SNAP 즉 칼프레시 지원금이다.

이 돈은 전산 EBT 카드로 매달 입금된다.

부양가족 없는 성인

ABAWD(Able-Bodied Adults Without Dependents)이라고 부른다. 18~49세 나이로 부양 자녀가 없고 장애가 없는 성인을 말한다. 조금이라도 일을 해야만 매달 칼프레시를 받을 수 있다. 근로 기준이나 조건에 충족되지 못하면 3년내 3개월까지만 받는다.

또 가족 중 16~59세 정상 성인이 있다면 매 12개월마다 고용 증명을 첨부해야 한다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

근로기록 안 돼 파트 A 가입 안 하면 벌금

**국민자는 메디케이드로 모든 혜택 해결
근로 기록 부족하면 돈 내고 파트 A 가입
영주권자는 미국 연속 5년 거주해야**

많은 예비 은퇴자들이 65세 되기를 기다리고 있다. 건강 보험 때문이다. 자영업자 또는 직장에서 조기 은퇴를 계획하는 사람들의 가장 큰 고민 중 하나가 건강보험이다.

자영업자들이 건강보험에 가입하려면 적지 않은 보험료를 지불해야 한다. 오바마케어로 보험 혜택을 보려고 해도 연방 빈곤선 수입 400%까지만 정부 보험료와 치료비 보조를 받을 수 있다.

지난해 조 바이든 대통령이 취임하면서 오바마케어 보조금을 확대하고 400% 이상 수입자에 대해서도 수입의 8.5%까지만 보험료를 부담시키도록 했지만 이것도 의회의 조치가 없는 한 올해까지만 가능하다.

또 정부 보조금을 받는다고 해도 많은 사람들이 주치의 40달러, 전문의 80달러의 높은 코페이먼트로 인해 별로 달가운 보험으로 생각하지 않는다.

건강보험 혜택을 받던 직장인들 역시 65세 이전에 직장을 그만두면 보험 사각 지역으로 내몰려 메디케어 가 나을 때까지 수년간을 조이며 살아야 한다. 그만큼 시니어들에게 메디케어는 매우 중요한 미국의 건강 보험이다.

메디케어

지난 55년간 메디케어는 65세 이상 미국인들과 신체 장애인들의 빠질 수 없는 건강보험으로 자리를 잡았

다. 그렇다고 모든 시니어나 신체 장애인들이 메디케어 보험 혜택을 자동적으로 받을 수 있는 것은 아니다.

메디케어는 ▲미국 시민권자 또는 미국에 5년 이상 연속해서 거주한 영주권자에게 제공된다. 그런데 ▲미국 소셜시큐리티 연금 또는 철도 은퇴연금을 받을 수 있을 정도로 충분한 40점(10년) 이상의 근로 시간이 있어야 한다. ▲일부 정부 공무원이나 교사는 소셜시큐리티 세금을 내지 않지만 급여에서 메디케어 세금을 냈다면 가입 자격이 주어진다.

65세 이하의 나이라도 장애인에게는 메디케어가 제공된다.

▲소셜시큐리티 장애인 연금을 최소 24개월 이상 받고 있다면 자격이 된다. 연속 24개월일 필요는 없다. 철도은퇴위원회 장애 연금 수령자도 조건만 맞으면 가능하다. ▲우리가 루게릭병(ALS)으로 부르는 ‘근육 위축성 측삭 경화증’을 앓고 있

거나 ▲정기 투석이나 신장 이식이 필요할 정도의 말기신장 질환을 앓고 있어도 혜택을 볼 수 있다. 하지만 말기 신장 질환이라도 나이에 따라 다소간의 근로 기록이 필요하다. 근로 기록은 배우자 또는 부모의 것도 가능하다. 그런데 65세가 되기 전 말기 신장질환을 앓고 있다면 최대 1년 전부터 ESRD 메디케어를 받을 수 있다. 다시말해 64세부터 혜택이 가능하다는 말이다.

파트 A 벌금

근로 기록이 모자란다고 해서 메디케어 자격이 되지 않는다고 판단하면 안 된다.

미국 시민권자 또는 미국에서 연속으로 5년 살았다면 당사자 또는 배우자의 근로 기록이 없거나 모자라도 65세부터 메디케어에 가입할 수 있다.

물론 남들이 내지 않은 보험료를

내야 하지만 보험료가 아깝다고 가입을 하지 않는다면 나중에 가입할 때 벌금을 내야 한다.

당사자 또는 배우자의 10년(40점) 이상 근로 기록이 있다면 병원 혜택을 제공하는 파트 A는 보험료를 내지 않는다. 근로 기록은 근로 소득에 따라 결정되는데 2022년 기준으로 매 1,510달러를 벌 때마다 1 크레딧을 받게 되고 6,040달러 이상을 벌다면 1년에 받을 수 있는 4 크레딧을 확보할 수 있다.

이렇게 확보한 크레딧이 40점이 되지 못한다면 파트 A는 돈을 내고 가입해야 한다. 30점에 미치지 못하면 월 499달러를 내야 하고 30~39 크레딧이면 274달러를 낸다.

보험에 가입하지 않아도 된다. 하지만 나중에 필요할 때 가입한다면 파트 A는 가입하지 않은 기간의 두 배의 기간 동안 매달 10%의 벌금을 추가로 내야 한다. **23면에 계속**

가장 신뢰할 수 있는 ‘시니어 메디케어’

폴선 메디케어 건강보험 전문가

폴선이 지난 10여 년간 엘에이, 오렌지, 샌버나디노, 리버사이드, 벤츄라 카운티 등에 거주하시는 약 3,900명 시니어분들을 도와드린 경험으로(더 많은 분들을 도와 드리고자) 확장 이전하였습니다. ※모든 메디케어 상담은 무료입니다.

폴선
CA Lic.#OF44756

자넷(영희) 전
CA Lic.#OH49868

Google에서 **폴선 보험** 을 검색하세요.
www.paulsunmedicare.com

- ✓ 처음에 메디케어를 받으실 분이나, 모든 메디케어 수혜자
- ✓ **파트 B 보험료를 환불 받으시겠습니까?**
- ✓ 직장 보험에서 나오신 분, 거주지가 바뀐 분, **적합한 플랜을 받으시겠습니까?**
- ✓ 당뇨, 고혈압 질환을 위한 **SNP 플랜(특별 프로그램)**
- ✓ 메디케어와 메디칼을 갖고 계신 분 **더 많은 혜택 플랜**
- ✓ **치과 치료** 도움을 받으시겠습니까?
- ✓ **한방 침술**을 무제한으로 받으시겠습니까?
- ✓ **헬스클럽 회원권, 골프비 보조**를 받으시겠습니까?

폴선 시니어 건강보험은 서울 메디칼 그룹과 함께합니다.

SMG 서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP

건강을 지키자!

캘리포니아 4년 연속 환자 만족도와 의료진 진료 수준 최고 5성급 메디칼 그룹

폴선보험 (213)503-6897 / (323)767-6872

올림픽 & 알바라도 (구)월서은행 5층 510호
2140 W. Olympic Blvd. #510, LA, CA 90006

상속 계획

401(k)등 은퇴 구좌는 트러스트 제외 바람직

이름 바꾸면 소득세 내야 할 수도 수표 발행하는 은행 구좌도 제외 트러스트에 넣어도 집 팔 수 있어 지역 따라 1,000~1,500달러 소요 법원 '프로베이트' 절차 없이 상속



상속에 대해 여러가지 궁금해하는 한인들이 많다. 특히 시니어들의 대화에 빠지지 않고 등장하는 토픽이 상속 계획일 정도로 많은 관심을 가지는 부분이다.

보통 상속 계획하면 리빙트러스트(living trust)를 떠올린다. 재산을 신탁 구좌에 위탁해 사후 재산을 유지에 따라 배분할 수 있게 하는 유산 상속 방법이다.

트러스트에 재산을 담아 두면 '프로베이트'(probate)라고 불리는 법원 공증 절차를 거치지 않아도 된다. 유언장 만으로는 공증 절차를 피할 수 없다. 공증이란 재산이 법적으로 공정하게 배분될 수 있도록 법원에서 집행관을 인명하는 절차다. 죽은 사람의 재산을 분배하는 '에스크로'라고 생각하면 된다.

그런데 재산이 프로베이트 과정을 거치면 시간도 오래 걸리고 비용도 많이 든다.

변복 가능한 트러스트(revocable trust)로 알려진 리빙 트러스트는 신탁인(trustee)을 미리 정해 죽은 후 유산을 관리 집행하도록 설계돼 있다. 큰 재산을 물려 받아 관리할 수 없는 성인 또는 미성년자들이 있다면 매우 중요한 재산 신탁 방법이 될 것이다.

은퇴 저축 구좌

은퇴 저축 구좌는 트러스트에 들어가면 오히려 손해를 볼 수도 있다.

401(k)와 같은 직장 은퇴플랜, 개인은퇴플랜 IRA, 세금 유예 어누이

티(은퇴연금보험)와 같은 은퇴 구좌들을 말한다. 한인들에게는 익숙하지 않은 HSA라고 부르는 건강저축구좌(Health Savings Account) 등 의료비로 사용할 때 세금 없이 찾아 쓸 수 있는 건강 관련 저축 구좌 역시 트러스트에 포함시키지 않는 것이 좋다.

이런 은퇴 구좌나 건강 구좌를 트러스트로 이전시키면 IRS는 소유주 이름이 바뀌어 돈을 찾는 것으로 생각한다. 따라서 전체 금액에 소득세를 부과한다.

대신, 은퇴 구좌의 베니피셔리(수혜자)를 트러스트로 바꾸면 된다. 예를 들어 IRA 구좌의 베니피셔리에 트러스트 이름을 올려 놓으면 사망 후 구좌내 돈은 트러스트를 통해 자손등에 나눠줄 수 있고 채무가 있어도 구좌내 돈을 변제 없이 보호할 수도 있다.

그런데 2019년 은퇴 향상법(SECURE)에 의해 배우자가 아닌 자손이나 친척 등이 IRA 구좌를 물려 받으면 10년 이내에 모두 찾아 써야 한다.

이런 규정으로 트러스트로 넘어간 IRA 돈을 신탁 관리인이 언제까지 돈을 처리해야 할지 불확실해질 경우가 있으므로 전문 변호사와 상

의하는 것이 좋다.

사용중인 자동차, 은행 구좌

대부분의 재산은 트러스트에 넣어 둘 수 있다. 그러나 일부 재산은 포함시키지 않는 경우도 있다.

예를 들어 자동차를 트러스트로 이전하면 트러스트 이름으로 자동차 소유권을 넘겨야 한다. 이럴 경우 거주 주에 따라 세금이나 수수료를 낼 수 있다. 또 자동차나 보트, 오토바이와 같은 기타 차량은 일반적으로 공증 법원을 거치지 않기 때문에 구태어 트러스트로 집어넣을 필요는 없다.

은행 구좌 대부분은 트러스트에 들어가지만 매달 지불하는데 사용하는 은행 구좌는 제외시키는 것이 좋다. 경우에 따라 유틸리티 회사와 같은 일부 비즈니스는 사용자의 이름이 아닌 다른 명의 수표는 페이먼트로 받지 않는 경우도 생긴다. 또 은행은 트러스트 이름으로 새 구좌를 열도록 할 수 있다. 따라서 자주 사용하는 은행 구좌는 트러스트에 넣지 않고 계속 사용하는 것이 더 용이할 수 있다.

부동산

부동산 등 재산이 트러스트에 들어

있으면 상속에 걸리는 시간이 크게 줄어든다. 또 다른 주에 있는 별장 같은 재산의 타이틀도 리빙트러스트로 옮으면 타주에서의 공증 법원 절차를 거치지 않을 수 있다.

전국 노인법 변호사협회의 레사 맥도월 후 법률센터 변호사는 리빙 트러스트로 집 타이틀을 옮겨 놓았다고 해도 집을 파는데 아무런 영향을 미치지 않는다고 밝혔다.

그러나 모기지 재융자를 하거나 주택 에퀴티를 이용한 라인오브크레딧을 개설한다면 대출은행은 해당 주택을 일단 트러스트에서 제외시킨 후 신청자 이름으로 바꿔야 융자를 해주는 것이 일반적이다.

재융자를 받고 또 라인오브 크레딧을 받은 후 다시 집을 트러스트 명의로 옮겨 놓으면 되지만 이 과정이 귀찮을 수도 있다. 따라서 재융자 계획이 있다면 서류작업이 끝날 때까지 트러스트로의 이전을 연기하는 방법도 좋다.

주식 채권 등 재정

은퇴 구좌를 제외한 주식, 채권, 뮤추얼펀드, 은행CD, 머니마켓 펀드, 체크 발행을 하지 않는 은행구좌 등 재정 관련 어카운트도 트러스트로 옮길 수 있다. 은행 안전 금고(세이

프 디파짓 박스) 역시 트러스트가 가능하다.

옮기는 과정에 다소의 서류 작업이 필요하다. 은행과 브로커 어카운트의 경우 트러스트 이름으로 새 어카운트를 개설해야 한다. 주식 증서나 채권 증서를 가지고 있다면 또한 소유권을 트러스트로 바꾼다. CD 역시 마찬가지로 만기가 되지 않은 상태에서 트러스트로 옮긴다면 벌금을 내야 할 수도 있으므로 은행에 사전 문의해 확인해야 한다.

이런 과정이 매우 복잡하다고 생각된다면 아예 자손들에게 증여하는 방법도 고려할 수 있다.

개인 귀중품

귀중품이나 예술품, 보석등의 명의를 바꿀 필요는 없다. 하지만 트러스트에 포함시키려면 지침서와 함께 리스트를 적어 넣는 것도 중요하다. 누구에게 어떤 물건을 줄 것인지 정해 놓는 것이다. 그래야 사후 귀중품을 두고 분쟁이 생기지 않는다.

이런 것은 단순한 유서나 유언으로도 가능하다. 하지만 유언은 공공 기록이 될 수 있기 때문에 고가의 보석이라면 바람직한 방법은 아니다.

타고 다니는 자동차는 트러스트가 필요 없겠지만 오래돼 가치가 나가는 자동차 등의 수집품은 트러스트로 옮겨 놓는 것이 좋다.

일단 리빙트러스트로 옮겼다면 정기적으로 업데이트 해 둔다. 특히 아기가 태어날 때, 결혼 이혼 같은 변화가 있다면 트러스트를 업데이트 해 두면 좋다.

비용은 지역마다 다르다. 보통 1,000~1,500달러가 소요된다. 기본적인 유언 작성비 200~500달러에 비하면 비싼 편이다.

하지만 그만큼 충분한 가치는 있을 것이다.

존김기자

US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

월 방문자 2만5천명 돌파 US메트로뉴스

usmetronews.com wellbeingsus.com

창간 1주년

US메트로뉴스

403(b)는 공립학교, 401(k)는 일반회사 은퇴 플랜

거의 동일한 미래 위한 저축 플랜

403(b) 매칭 펀드 없지만 어뉴이티 옵션 가능

투자 상품 고를 때 수수료 꼼꼼히 따져야

401(k)는 ERISA에 적용돼 보호

직장에서 제공하는 은퇴플랜의 대표적인 예가 401(k)다. 거의 모든 일반 직장에서 종업원들의 미래 은퇴를 대비해 제공하는 저축플랜이다. 그런데 401(k) 플랜을 사용하지 않는 직장도 있다. 비영리 단체나 정부 교육 기관이다. 이들은 401(k) 대신 403(b)라는 은퇴 플랜을 사용한다. 두 플랜 이름은 모두 IRS 코드 번호다.

403(b)는 그런데 옵션과 관리비용이 많다는 지적을 꾸준히 받고 있지만 교육 기관들은 아직도 이를 고집하고 있다. 그렇다면 이유는 무엇이고 또 401(k)와는 어떤 차이가 있을까.

401(k) 대 403(b)

일반 개인 기업이나 회사에 다니면 401(k)에 대해 잘 알고 있을 것이다. 반면 공공 기관이나 비영리 단체에서 근무한다면 403(b)에 더 익숙하다.

두 플랜 모두 세금 전 수입으로 적립해 세금까지 포함한 적립금을 장기간 불려 나갈 수 있다는 공통점이 있다. 2022년 최대 적립 가능한 금액은 2만500달러까지이고 50세 이상은 6,500달러를 추가로 적립할 수 있다. 이 플랜을 잘 이용하면 노년에 돈 걱정 없이 편안히 살 수 있다.

그러나 403(b)는 지난 수십여년간 401(k) 보다 훨씬 많은 수수료를 내야 한다는 비판을 받아오고 있다. 또 정부 규제도 401(k) 보다 느슨하다.

차이점

403(b) 은퇴 플랜은 비영리단체, K-12학년의 공공 교육 기관, 공립 대학, 병원 의료 서비스 조직, 교회 근로자에게만 적용되는 플랜이다. 이익을 추구하지 않는 회사나 공공 기관에서 제공하므로 대부분 401(k)와 다르게 고용주 매칭 펀드가 없다. 또 이익금을 나눠주는 옵션도 제공하지 않는다.

하지만 경우에 따라 이런 공공 기

관에서 401(k) 옵션을 제공할 수도 있다.

403(b)는 또 동일한 직장에서 15년 이상 근무한 직원들에게 연간 3,000달러를 추가로 적립할 수 있게 하는 캐치업 플랜도 제공된다.

그러나 가장 큰 차이점은 401(k)는 1974년 ‘고용인은퇴수입안정법’(ERISA)에 적용된다. 그런데 403(b) 플랜은 이 법과 관계없다. 다만 사설 세금 면제 조직에서 제공하는 403(b)는 일반적으로 ERISA법에 적용된다.

ERISA법의 보호를 받지 않는 가장 큰 이유는 영리를 목적으로 하지 않는 회사에서 제공하는 플랜이기 때문에 고용주의 불평이 없기 때문이다. ERISA는 영리 회사들이 경영진이나 고임금 근로자들에게 불평 등한 혜택을 더 주지 못하게 규제한다.

연방노동부에 따르면 ERISA법에 적용되는 플랜은 가입자에게 플랜 내의 옵션을 포함해 정부 보호 정책 등등에 관련된 주요 정보를 제공해 줘야 한다. 또 플랜은 베니핏 불만이나 항소 절차를 위무적으로 마련해야 한다.

다시말해 ERISA는 기본적으로 종업원의 최대 이익을 보장한다는 것이다. 만약 잘못된 점이 발견된다면 회사를 상대로 소송을 제기할 수도 있다.

403(b)

403(b)는 역사적으로 일반 어뉴이티(은퇴연금플랜)를 판매하는 보험 회사에 의해 운영된다. 1993년까지만 해도 어뉴이티 옵션만 제공했지만 이후 일반 401(k)와 같은 옵션을 선택할 수 있다. 어뉴이티 옵션을 선택하는 가입자는 은퇴 후 평생 정기적인 월 수입을 보장받을 수 있다.

403(b)는 주식처럼 자유롭게 거래되도록 설계된 지수상품인 ETF를 제공하지만 드물게는 뮤추얼 펀드도 투자상품으로 제공한다.

어뉴이티 상품은 연간 경비가 2%



로 비쌀 수 있다. 하지만 ETF 투자 경비 비율은 1% 미만이다.

2016년 은퇴플랜 자문사 ‘에이언 휴잇’은 403(b) 가입자는 지나친 수수료로 연간 총 1억달러의 손실을 보고 있다고 발표해 논란 거리가 되기도 했다.

그렇다고 403(b)의 투자 상품과 수수료가 모두 높은 것은 아니다. 잘 고르면 오히려 401(k) 투자 옵션보다 더 좋은 투자 상품을 선택할 수 있다.

따라서 전문가들은 투자 플랜을 선택할 때는 수수료와 관리비를 꼼꼼히 살펴보는 것이 매우 중요하다고 전했다. 적은 %라도 장기간 누적되면 큰 비용이 될 수 있기 때문이다.

403(b)의 유래

403(b)는 1958년 탄생했다. 401(k)보다 20여년이나 앞선다.

‘어소시에이션 트랜드 매거진’의 법률 자문 매리 크레이 체사이어 변호사는 세금 면제 기관들은 1996년까지 403(b)를 통해서만 세금 유예 어뉴이티 프로그램을 제공할 수 있었다고 설명했다.

그는 “그러나 직원들이 기존 프로그램과 투자 옵션에 더 익숙하기 때문에 직장에서 401(k)로 바꾸기를 꺼려하고 있어 아직도 많은 직장에서 403(b)를 사용하고 있다”고 덧붙였다.

특히 미국 대부분의 주 공립 학

교에서는 401(k)를 제공하지 않고 403(b)만 활용하고 있다. 콜로라도와 아이다호, 테네시는 401(k)를 제공한다.

그렇다면 왜 403(b)를 고집하는 주들이 많을까. 401(k)보다 훨씬 더 오래 사용해 온데다가 보험회사들이 필사적으로 홍보하고 있기 때문이라고 일부 전문가들은 주장했다.

종업원들의 직접 준비하는 은퇴플랜의 문제점

직장에서 제공하는 은퇴 플랜은 장점이 많지만 강제성이 없다는 단점도 있다. 아무리 좋은 플랜을 제공한다고 해도 직원들이 가입하지 않

면 혜택을 받을 수 없다.

미국인 90%는 은퇴를 대비한 충분한 자금을 확보하지 못하고 있다. 소셜 시큐리티 연금 또한 지난 40년 동안 오르지 않았다.

401(k)는 직장 연금(펜션)으로 보충 플랜으로 설계돼 있었다. 하지만 시간이 갈수록 초기 목적과는 달리 미국인들의 주요 은퇴 저축 플랜으로 변해 버렸다.

직장인들이 젊어서부터 정기적으로 급여에서 돈을 떼어 모아야만 은퇴자들의 주요 은퇴 저축플랜으로서의 목적을 달성할 수 있게 된다. 도중에 실직을 한다거나 투자 회사를 잘못 골라 높은 수수료를 낸다면 목적 달성에 문제가 생길 수 있다.

하지만 소셜연금이 충분한 은퇴 자금을 조달하지 못하는 요즘 같은 상황에서는 직장 은퇴 플랜의 역할이 어느때보다 중요해졌다.

다행히 연방 하원이 최근 통과시킨 은퇴안정법 2.0 버전이 이런 결점을 보완할 것으로 기대는 되고 있다. 상원에서 이와 유사한 법안을 논의하고 있지만 내용은 유사하다. 이에 따르면 고용주는 자격이 되는 직원들에게 급여의 3%를 적립할 수 있는 401(k) 또는 403(b) 플랜을 제공해야 한다.

존김 기자 john@usmetronews.com

광고 (562)538-8581 contact@usmetronews.com

CA LIC. #0672600

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



45년 신용과 전통의 한미보험
보험료는 낮추고
보상은 충분하게!

- 사업체
- 종업원 상해
- 자동차
- 주택
- 건강
- 생명
- 메디 케어
- 오바마 케어
- 연금(IRA)
- 학자금 준비
- BOND

안전하고 행복한 미래-

한미보험이 늘 함께 있습니다

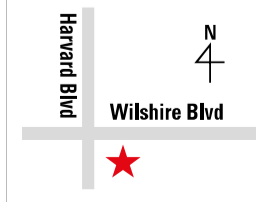
1972년 시작된 한미보험은 45년간 축적된 오랜 경험과 전문지식으로 고객들에게 실질적인 혜택과 최대의 효과를 드리기 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다.
저렴한 보험료, 신속한 사고처리, 확실한 보상은 한미보험이 드리는 약속이며 고객들의 믿음입니다.



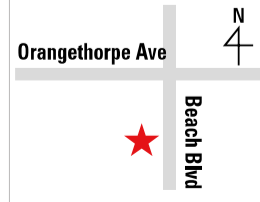
한미보험(주)
SINCE 1972
KORAM INSURANCE CENTER, INC.

www.hanmiinsurance.net

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

‘칼세이버스 로스 IRA’ 통해 은퇴 자금 마련 가능

Cover story 칼세이버스

46개 주 정부 차원 유사 법안 마련 또는 시행
종업원은 원치 않으면 탈퇴할 수 있어
첫해 급여 5% 시작 최고 8%까지 적립

1면에서 계속

어카운트 셋업을 위해서는 최소 10 달러 이상의 적립금을 내면 된다.

현재 미국 내 46개 주가 이와 유사한 법을 통과시켰거나 현재 법안을 마련 중에 있다.

종업원이 많은 기업이나 비즈니스는 자체 내 종업원의 은퇴를 위한 직장 은퇴 저축플랜 또는 펀션을 운영하고 있다. 하지만 소규모 비즈니스 종업원들은 특별히 고용주의 배려가 없는 한 이런 저축 플랜을 갖지 못한다.

많은 사람들이 개인 은퇴 구좌 IRA를 통해 은퇴 자금을 모아두지만 강제성이 없어 정기적으로 적립하지 못하고 있다. 따라서 칼세이버스와 같은 주 정부 플랜이 많은 소상공인 근로자들의 은퇴 자금 마련의 중요한 도구가 될 것으로 기대된다고 전문가들은 밝혔다.

칼세이버스

칼세이버스는 캘리포니아 소규모 비즈니스를 운영하는 고용주나 종업원들의 은퇴를 대비한 저축 플랜이다. 이들이 내는 돈은 세금을 내고 난 순수입으로 적립하는 ‘로스 IRA’에 투자된다. 아직 세금 전 수입의 ‘전통’ IRA는 설립되지 않았다.

고용주에게는 의무 조항이다. 하지만 종업원이 칼세이버스 IRA 프로그램을 원치 않는다면 주 정부의 가입 확인서를 받은 후 ‘탈퇴’를 선택하면 된다.

고용주는 웹사이트에 종업원 명단을 올린다. 이 명단을 받은 주 정부 관할 부서는 각 종업원들에게 의향을 묻는 통지서를 보낸다. 원치 않으면 ‘탈퇴’를 선택하면 된다. 아무런 답변이 없다면 주 정부는 종업원이 가입 의사를 표명한 것으로 판단한다.

칼세이버스에 종업원이 내는 적립금은 나이에 따라 위험성이 덜한 ‘타켓 데이트 펀드’ (TDF)에 투자된다. 만약 가입자가 원하면 채권 지수 펀드 등 다른 투자 옵션을 선택할

수도 있다.

칼세이버스의 캐티 셀렌스키 국장은 캘리포니아 24만여개의 스톱비즈니스가 이번 프로그램의 대상이라고 밝혔다. 직장 은퇴 플랜에 가입하든지 아니면 칼세이버스의 자동 IRA 프로그램 중 하나를 선택할 수 있다.

현재까지 2만3,000개의 사업체가 이 프로그램에 가입해 있고 이미 1억7,300만달러의 적립금이 모아진 상태라고 셀렌스키 국장은 밝혔다.

세이버스 웹사이트는 밝혔다. 만약 시간이 더 필요할 경우에는 30일 이내에 추가할 수 있다.

칼세이버스는 웹사이트에 올라와 있는 정보를 토대로 각 종업원에게 직접 프로그램의 운영, 구좌 개설 방법, ‘탈퇴’ 방법 등을 알려 준다.

해당 종업원이 30일 이내에 아무런 답변을 하지 않으면 주 정부는 가입 의향이 있는 것으로 판단해 해당 종업원을 자동 저축 프로그램에 등록시킨다. 향후 마음이 바뀌어 탈퇴할 생각이거나 어카운트 세팅을 바꾸려면 직접 칼세이버스의 자동 응답 전화 또는 인터넷이나 서면으로 통보하면 된다. 전화 번호는 (855) 650-6918이다.

칼세이버스는 프로그램에 대한 정보 제공 플라이어와 샘플 이메일을

진 돈의 일정 비율을 연간 수수료로 낸다.

-칼세이버스는 어떻게 운영되나

종업원들은 칼세이버스에 자동 등록되기 30일 전 통보를 받는다. 만약 동의를 한다면 아무것도 할 일은 없다. 하지만 원치 않는다면 ‘탈퇴’하겠다는 의사를 밝히면 된다.

만약 동의한다면 세금을 내기 전 급여의 5%가 급여에서 자동 공제돼 칼세이버스에 적립되며 매년 1%씩 자동적으로 올라 최고 8%까지 적립할 수 있다.

그러나 종업원은 이 비율을 선택할 수 있고 자동 인상을 선택하지 않을 수도 있다. 이 적립금은 로스 IRA에 투자된다.

칼세이버스를 통해 은퇴 플랜을

낮은 곳으로 할당된다.

채권의 ‘지수’ 펀드 옵션을 사용할 수도 있다. 기업 채권과 정부 채권 범주내의 저비용 펀드다.

-모든 종업원이 대상인가. 고용후 언제부터 가능한가

18세 이상으로 캘리포니아 주법으로 종업원 신분을 유지하는 모든 종업원이 대상이다. 근로자의 근무 시간이나 재임 기간 등의 기준은 없다. 모든 종업원이 대상이다.

종업원은 고용 즉시 칼세이버스에 가입할 수 있다. 고용주는 고용일로부터 30일 이내에 칼세이버스 웹사이트에 종업원을 등록시켜야 한다.

하지만 30일 통보 기간이 있으므로 첫 봉급부터 적립이 시작되지 않는다. 따라서 고용 기간에 따라 또는 단기 고용일 경우 적립이 안될 수도 있다.

-고용주가 가입 신청을 하지 않는다면 벌금을 내야 한다는데

주정부 법령 100033(b)에 의해 자격이 되는 고용주는 특별한 사정이 없는 한 칼세이버스에 가입해야 한다. 가입을 하지 않았다고 통보를 받은 후 90일에도 가입하지 않았다면 90일동안은 종업원 한명당 250달러의 벌금을 내게 되고 180일이 지나면 1인당 500달러의 벌금이 추가된다.

-칼세이버스 어카운트에서 돈을 빌릴 수 있다. 직장 은퇴 플랜은 가능한데

안된다. 칼세이버스 IRA를 포함한 IRA 구좌에서는 돈을 빌릴 수 없다. 돈을 사용하고 싶다면 아예 적립금을 찾아야 한다.

-59.5세 이전에 찾으면 벌금을 내야 한다는데

그렇다. 칼세이버스 프로그램은 로스 IRA 프로그램이다. 세금을 낸 후 돈으로 적립하는 것이다.

59.5세 전에 돈을 찾아 쓴다면 원금에서 불어난 이자에 대해서는 소득세와 함께 10% 벌금을 내야 한다.

-59.5세가 지난후 찾으면

벌금이나 세금 없이 찾아 쓸 수 있다. 단 5년간 구좌를 계속 가지고 있어야 한다.



앞서 설명한 대로 고용주는 칼세이버스 웹사이트를 통해서 가입한다. 이미 종업원들에게 은퇴 플랜을 제공하고 있다면 이 웹사이트에서 예외 조항을 선택하면 된다.

일단 가입을 위한 등록 절차를 마치면 고용주는 30일 이내에 종업원 이름을 올려야 한다.

자동 가입이란

칼세이버스는 자동 등록 형식이다. ‘탈퇴’ 옵션을 선택하지 않은 종업원은 자동적으로 은퇴 플랜에 등록된다는 것이다.

칼세이버스에 가입한 고용주는 종업원의 기본 정보를 칼세이버스의 웹사이트를 통해 올린다. 이 과정은 약 30분 정도 걸리는데 많은 고용주가 15분 이내에 등록을 마친다고 칼

준비하고 있다. 고용주는 이들을 이용해 각 종업원들에게 알려줄 수도 있다.

-만약 은퇴 플랜을 제공하고 있다면

칼세이버스 웹사이트에서 ‘예외’ 조항을 선택하면 된다.

은퇴 플랜으로는 401(k) 플랜, 408(k) SEP 플랜, 408(p) SIMPLE IRA 플랜, 401(a) 플랜(이익 공유 플랜과 기여형은퇴플랜 포함), 403(a) 또는 403(b) 어노이티 플랜 등이 해당된다.

-고용주가 부담해야 하는 비용은

칼세이버스 플랜에 등록하는 고용주는 별도의 수수료나 비용을 부담하지 않는다. 다만 종업원들은 모아

제공하는 고용주들은 종업원 급여에서 직접 적립금을 떼고 이 돈을 다시 주정부 칼세이버스 프로그램에 보낸다. 이 적립금은 주정부 산하 기관(tate Street Global Advisors and Newton Investment Management)이 관리하는 펀드에 투자된다.

적립금은 50세 미만 연 6,000달러까지이고 50세 이상이면 7,000달러까지 가능하다. 가입한 종업원들은 투자 방법에 따라 5종류의 IRA중 하나를 선택할 수 있다.

직접 투자처를 선택하지 않으면 처음 30일 동안은 이자율이 매우 낮은 머니마켓에 적립된다. 이후 종업원의 나이에 따라 칼세이버스의 ‘타켓 은퇴 기금’에 재할당돼 투자된다. 나이에 따라 투자 손실 위험성이

부동산

주택 다운페이 부족하다면 FHA론 이용하라

**3.5% 다운페이먼트로도 모기지 가능
최저 크레딧 500점 이상도 OK
단독주택부터 4유닛까지 구입
연방 정부 보증 받아 일반 은행 대출
다운페이 낮아 모기지 보호하는 보험 가입**

요즘 이자율 상승이 심상치 않다. 이자율이 올라가면 대출금 상환 부담이 커진다. 주택 시장이 주춤해질 것이고 집값은 하향선을 탈 수 있다.

그렇다고 어찌될 것이라는 막연한 기대속에 손놓고 내집 마련의 꿈을 버릴 수도 없다. 자칫 집값이 더 올라 내집 마련이 먼나라 이야기가 될 수 있기 때문이다.

내집 마련은 적당한 집값에 따른 페이먼트 부담 정도, 대출금, 이자율의 삼박자가 맞아야 된다. 그중에서도 대출금을 위한 다운페이먼트가 무엇보다 중요한 변수다.

요즘 집값이 너무 올라 다운페이먼트 구하는데 어려움을 호소하는 사람들, 특히 젊은이들이 많다.

하지만 크게 우려할 필요는 없다. 연방정부는 미국인들에게 내 집 마련의 꿈을 실현할 수 있도록 지원해 준다. 바로 FHA 용자다.

FHA론은 '연방주택청' (Federal Housing Administration)의 약자로 연방 정부가 주택 마련에 필요한 용자를 해준다는 것이다. 대출에 필요한 다운페이먼트를 3.5%까지 낮춰주고 신용점수, 즉 크레딧도 하향 해주면서 자격 기준을 확대한다.

페이먼트는 주택 구매가격의 최소 3.5%까지 할 수 있다.

그렇다고 연방정부가 직접 대출을 해 주는 것은 아니다. 연방정부 주택청(FHA)의 보증으로 일반 대출 은행들을 통해 받는다. 이들 대출회사들은 이자율을 정하고 또 최대 30년까지 모기지 상환할 수 있도록 하는 등 모기지 상환 기간도 정한다. 물론 다운페이먼트를 적게 하면 대출 은행은 그만큼 돈을 회수하지 못할 위험성에 노출될 것이다. 이 때문에 연방정부 FHA의 주택 및 도시 개발국(HUD)이 개입해 은행에 대출 모기지 보장을 해주는 것이다. 연방 정부 대신 일반 대출 은행에서 돈을 빌려주고 이 대출 서류를 연방정부에 파는 방식이다. FHA 역시 위험을 감수해야 한다. 이런 이유로 FHA 대출을 받을 때는 일시불로 또는 매년 FHA 모기지 보험료를 내야 한다. 모기지 보험은 대출을 갚지 못할 경우 대신 변상해주는 보험이다.

FHA 용자는 꼭 주택 구입에만 적용되지 않는다. 재용자, 주택 재건축에도 해당된다. 또 주택 에퀴티를 뽑아 사용하는 '리버스 모기지' (역모기지)때도 가능하다.

FHA 용자

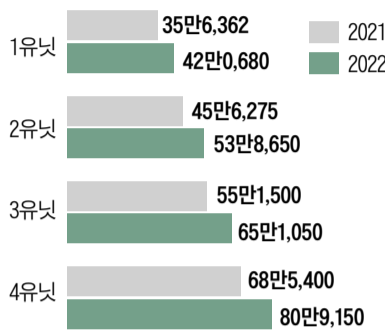
연방 정부 주택청의 모기지 대출 프로그램이다. 연방정부가 제공하는 대출이므로 일반 대출회사처럼 다운페이먼트를 많이 요구하지 않는다. 또 대출을 받기 위해 FICO 크레딧 점수가 높을 필요도 없다. 다운

다운페이먼트

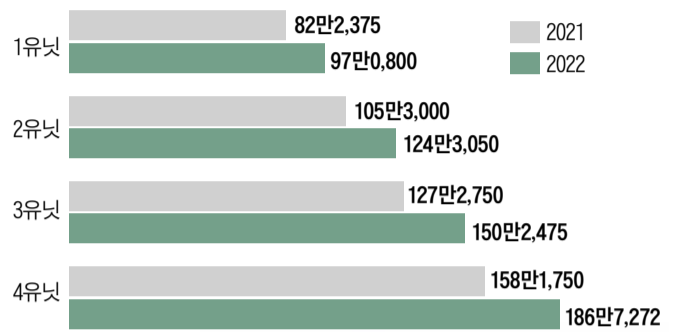
FHA 용자는 다운페이먼트가 크지 않아 첫 주택 구입자들에게 인기가. 대출을 위해서는 대부분의 경우 주택 가격의 최소 3.5% 다운페이먼트를 하면 된다.

현금이나 저축 및 체크ing 어카운트,

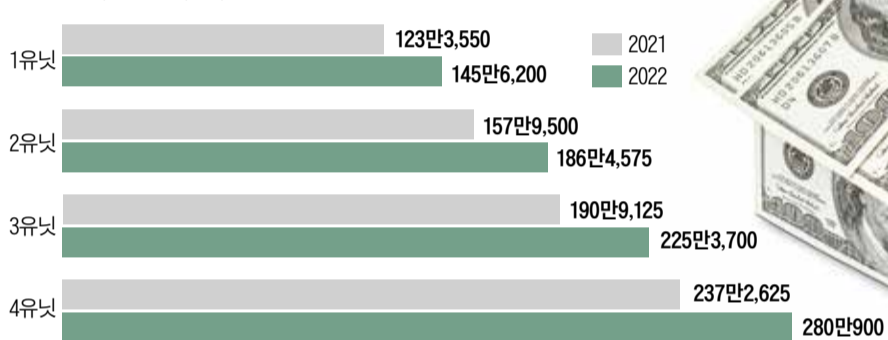
생활비 낮은 지역의 대출금 한계(단위: 달러)



생활비가 비싼 지역의 대출금 한계(단위: 달러)



알래스카, 하와이, 괌, 버진아일랜드 대출금 한계(단위: 달러)



투자 펀드, 증여 받은 돈, 부동산 판매로부터 받는 돈, 대출금, 기부금, 다니는 회사에서 도와주는 보조금으로도 다운페이먼트가 가능하다.

크레딧 점수 또는 기록

FHA 역시 크레딧 신용도를 조사한다. 그러나 500점 이상이면 가능하다. 대신 다운페이먼트 금액이 달라진다.

점수가 500~579점이면 주택 가격의 10% 이상을 다운페이먼트 해야 한다. 580점 이상이면 3.8%만으로도 가능하다.

하지만 이것이 절대적인 기준은 아니다. 대출 은행에서 이보다 높은 크레딧 점수를 요구할 수 있다. 예를 들어 일부 은행들은 FICO 점수 최소 580점을 요구하기도 한다.

대출 회사는 그동안의 크레딧 기록도 볼 수 있다. 예를 들어 그동안 올라와 있는 모든 법원 판결 금액을 갚아야 한다. 정기 페이먼트로 갚아 나가도 된다.

지난 3년간 압류 또는 집문서 압류 기록, 지난 2년간 챗터 7 파산 선거 기록, 1년 이내 챗터 13 파산 기록, 1년 이내 소비자 크레딧 교정 프로그램에 들어갔는지 여부, 연방 부채 연체 또는 연방 정부 부채로 인한 부동산 압류 기록 여부도 본다. 학자금 대출 부채도 연방 부채에 속한다.

부채 대 소득 비율

FHA 대출 프로그램에는 수입 증명이 필요 없다. 다만 월 모기지 페이먼트를 갚을 수 있어야 한다. 대출 은행은 급여 명세서, 세금 보고서, 은행 출납 기록 등을 통해 꾸준한 수입을 가지고 있는지 확인한다.

모기지 대출 신청을 받을 것인가 아니면 거부할 것인가를 결정하는 가장 큰 기준은 신청자의 '부채 대 소득' (DTI) 비율이다. 매달 버는 돈과 갚아야 하는 부채 페이먼트의 비율을 말한다.

우선 수입 대비 모기지 페이먼트의 비율을 비교한다. 일반적으로 이 비율은 31% 이하여야 한다.

두번째로는 크레딧 카드 최소 페이먼트, 자동차 대출, 학자금 대출 등등 모든 페이먼트에 모기지 페이먼트까지 합한 금액이 수입의 43%를 넘지 말아야 한다.

이런 조건을 모두 통과하면 대출 승인이 가능하다. 그런데 대출 은행들은 DRI 비율이 높으면 다운페이먼트를 더 요구하거나 저축금 증명을 요구할 수도 있다.

주거지 종류

FHA 대출 프로그램은 구입자가 거주하는 주거주 주택만이 가능할 수 있다. 바꿔 말하면 투자용이나 렌트 용으로는 구입할 수 없다. 주거주 주택은 기존 또는 짓겠다고 허가를 신청하고 있거나 짓고 있는 단독 또는 1~4유닛 거주지를 말한다.

특히 요즘 유행하는 모빌홈 하우스, 그리고 콘도미니엄도 자격이 된다. 아주 드문 경우를 제외하고는 2차 주택은 안된다.

FHA 대출로 구입하는 주택은 연방주택도시개발국(HUD)의 최소 부동산 기준을 통과해야 한다(지역 건축 코드보다 우위다). 만약 이 기준을 충족시키지 못한다면 문제가 되는 부분을 수리하거나 주택을 구입한 다음 고치겠다고 수리 비용을 에스스로에 맡겨야 한다. 사실 이 기준 때문에 셀러는 집을 FHA 대출을 받지 않고 일반 대출을 받는 바이어에게 팔려고 할 수도 있다.

대출금 대 집값 비율(Loan-to-value ratio)

대출 대 가치 비율(LTV)도 중요한 요소 중 하나다. 대출 은행은 감정(어프레이절)을 통해 집 값을 산정할 것이다. 그리고 대출금과 이 감정을 비교한다. 최소 다운페이먼트가 3.5%이므로 LTV비율의 최대 비율은 96.5%가 된다. FHA를 받기 위해서 꼭 시민권이 필요하지 않다.

23면에 계속 김정섭 기자



WINDSOR REALTY
kenparkscore@gmail.com

Lic#01019114

박건우(KEN PARK)
Realtor/Property Manager

Cell: (213)500-5479
Fax: (323)933-1601

BUSINESS · COMMERCIAL · RESIDENTIAL 4465 Wilshire Bl., Suite 101, LA, CA 90010

개 밥그릇 닦지 않으면 박테리아 ‘우글우글’

사료 관리 등 사람 건강에 직결
밥그릇 뜨거운 물에 자주 씻어주고
사료 주기 전후 20초간 비누로 손 씻기
사료준 후 손 씻는 사람 3명당 1명뿐

많은 한인들이 애완동물을 키우고 있다. 개와 고양이 등 가족과 같이 지내는 반려동물은 사람보다 더 애뜻한 정을 나눌 수 있다고들 한다. 그런데 애완동물을 키우려면 위생에 각별한 신경을 써야 한다. 특히 사료의 저장에서부터 애완견이 먹는 그릇에 이르기까지 언제나 청결한 환경을 유지해야 된다. 불결한 환경은 애완동물만이 아니고 함께 사는 가족들의 건강에도 악영향을 미칠 수 있다.

하지만 위생 수칙을 지키는 한인들은 많지 않다. 밥을 줄 때 그리고 주고 나서 손을 씻어야 하고 또 밥그릇을 비누와 뜨거운 물로 말끔히 씻고 말려야 하는데 이런 위생 규칙을 지키는 한인들은 얼마나 될까.

사료, 밥그릇 위생

CNN 방송은 최근 한 학술지에 실린 내용을 토대로 최근 인간과 가장 돈독한 우정을 자랑하는 애완동물과 그와 관련된 건강과 위생 문제를 조명 보도했다.

요즘 이콜라이와 살모넬라에 오염된 개 사료로 심각한 감염증상을 보이는 애완동물이나 견주가 종종 나온다. 오염된 사료의 리콜을 보도하는 기사도 심심치 않게 나오고 있다.

일반 사료만이 아니다. 집에서 만드는 생식에도 자주 문제가 발생한다. 또 밥그릇 세척을 자주 하지 않아 항상 박테리아 감염의 위험성이 도사리고 있다.

미국 FDA는 애완동물 사료를 어떻게 다뤄야 하고 또 보관해야 안전한가에 대한 기준을 명확히 밝히고 있다. 하지만 이를 지키는 견주는 극히 드문 것이 현실이다.

최근 학술지 ‘플로스 원’에 이런 문제를 다룬 흥미로운 연구 논문이 발표됐다.

연구원들은 애완견 견주들의 먹이 주는 습관이 식품의약청(FDA)가 밝히는 애완견 밥그릇 위생 기준을 따르는지, 그리고 어떤 영향을 미치는지 조사해 봤다.

연구를 주도한 에밀리 루이사나

소형견 수의 영양사는 “전문가들조차 FDA의 위생 수칙에 대해 잘 알지 못하고 있다. 그래서 일반 애완동물 키우는 사람들이 어떻게 위생 조치를 취하고 있는지 조사해 봤다”고 연구 취지를 밝혔다.

위생 인식 vs 위생 조치

연구에 참여한 417명의 견주 중에서 약 4.7%만이 FDA의 애완동물 음식 처리 및 그릇 위생 가이드라인을 인지하고 있었다. 이런 가이드라인이 있는지조차 모르는 사람들이 대부분이다.

또 견주 43%는 개밥 또는 사료를 사람이 먹는 음식 옆 5피트 이내(2.5미터)에 보관하고 있었고 34%만 음식을 준 후 손을 씻었다. 또 33%는 사람이 사용하는 조리대에서 개 먹이를 요리하거나 사료를 덜어주는 것으로 나타났다.

연구팀은 설문 대상 중 68명의 견주를 선정해 8일간의 밥그릇 오염도 측정 실험을 실시했다.

밥그릇의 표면에서 솜으로 채취한 사료를 통해 박테리아 밀도를 측정 한 다음 3개 그룹으로 나눈 뒤 8일 뒤 다시 박테리아의 번식을 살펴봤다.

▲그룹 A: FDA 가이드라인 대로 밥을 주기 전 손을 씻고 또 밥을 준 후에도 손을 씻도록 했다. 또 밥그릇으로 사료를 퍼 담지 않았고 밥그릇을 잘 닦고 사료를 푸는 용기는 매번 사용 후 비누와 뜨거운 물을 이용해 씻었다. 또 먹지 않고 남긴 사료는 봉투에 넣고 밀폐해 버렸다.

▲그룹 B: 사람뿐 아니라 애완동물 모두 FDA 음식 처리 가이드라인을 따랐다. 손을 최소 20초 이상 비누와 따뜻한 물로 씻었고 밥그릇을 닦기 전 남아 있는 사료는 잘 씻어버린다. 그릇을 역시 비누와 최소 160도(섭씨 71도) 이상의 뜨거운 물로 최소 30초 이상 닦는다. 그리고 마른 수건으로 완전히 건조시키거나 ‘전국 위생재단’ 공인 세척기를 사용해 세척하고 말린다.

▲그룹 C: 아무런 가이드라인도



주지 않았고 두 번째 박테리아 검사 때 가이드라인을 알려 줬다.

실험 결과

당연한 결과이겠지만 그룹 A와 그룹 B는 음식 그릇 오염도가 그룹 C보다 훨씬 적었다.

또 뜨거운 물 또는 세척기를 사용해 닦은 밥그릇에서는 찬물 또는 미지근한 물로 씻는 그릇보다 오염 정도가 ‘1.5로그’ 낮았다.

질병통제예방센터(CDC)의 ‘사람 식기 청결 및 위생 가이드’에는 ‘1.5

로그’ 감소는 미생물이 90~99% 줄어든 것을 의미하며 ‘5-로그’ 감소는 미생물이 99.999% 죽었다는 것을 뜻한다.

그룹 C의 밥그릇은 박테리아 오염이 크게 늘었다. 그룹 C 견주는 8일 동안 밥그릇을 한번도 닦지 않았다. 연구팀은 이번 조사 결과, 특히 면역체계가 약한 사람에게 애완견 사료 청결 교육이 매우 중요하다는 사실을 일깨워 주고 있다고 설명했다.

애완동물 밥그릇은 집안 도구 중에서도 가장 오염도가 높은 것 중 하나

이다. 지난 수십여년간 발표된 조사 자료들 보면 박테리아 양이 화장실 변기만큼 많았다.

그런데 그룹 A와 B 견주들의 20%는 앞으로 계속 위생에 신경 쓰겠다고 말했다고 고작 8%만이 모든 가이드라인을 따를 것이라고 밝혔다.

루이사나 수의 영양사는 “애완동물 소유주는 수의사와 식기, 사료 제작사로부터 사료 저장 및 위생 가이드라인은 꼭 확인하는 것이 좋다”고 추천했다.

존김기자 john@usmetronews.com

FDA의 애완동물 사료 보관 및 처리 가이드라인

애완동물 사료는 살모넬라와 리스테리아와 같은 음식 관련 질병을 유발하는 해로운 박테리아에 오염될 수 있다. 비록 FDA가 애완동물 사료 제작에 대한 철저한 관리 통제를 실시하고 있지만 이와는 별도로 소유주들이 주의가 절실히 필요하다.

애완 동물 사료 구입

외형이 온전한 캔, 자루, 백 등에 들어 있는 사료를 구입한다. 찌그러진 곳이나 뜯어진 곳, 또는 색깔이 변한 것 등 육안으로 볼 수 있는 포장 정도를 살핀다.

사료 주기

▲사료 주기 전과 준 후 손을 깨끗이 씻는다. 20초 이상 비누와 뜨거운 물로 손을 닦는다.

▲밥그릇과 사료 푸는 주걱 등은 매번 사용한 후 비누와 뜨거운 물로 닦는다.

▲밥그릇으로 사료를 퍼 담지 않는다. 깨끗한 주걱 또는 컵을 사용한다. 사료 푸는 주걱은 절대 개밥 그릇으로 사용하지 않는다.

▲오래된 사료나 상한 음식은 플라스틱 백 등에 잘 싸아서 쓰레기통에 버린다.

사료 저장하기

▲캔이나 파우치에 들어간 음식이 남았거나 사용하지 않았다면 버리거나 냉장고에 즉시 보관한다. 냉장 음식은 단단히 씌워 넣고 40도 이하의 온도를 유지한다.

▲차갑고 건조한 곳에 사료를 저장 보관한다. 온도는 80도 이하여야 한다. 과도한 상온 또는 습도

가 높다면 영양분이 많이 사라질 수 있다.

▲마른 사료는 원래 사 온 자루에 보관하고 입구를 단단히 접어 공기 접촉을 줄인다.

▲애완동물이 먹지 않도록 사료는 안전한 곳에 둔다.

생식

FDA는 익히지 않은 사료는 동물과 사람 모두에게 위험할 수 있다고 생각한다.

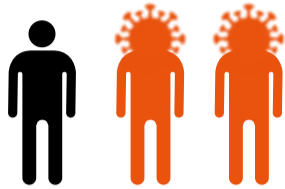
생식 사료는 가공 사료보다 박테리아에 더 많이 노출된다. 살모넬라와 리스테리아, 모노시토크와 같은 박테리아 감염을 줄이려면 생식 사료를 주지 않는 것이 좋다.

그래도 줘야겠다면 위험성에 대해 잘 인식하고 있어야 한다.

코로나

2월까지 미국인 3명당 2명꼴로 코로나에 감염

무작위 성인 혈액샘플서 감염 항체 분석 백신 접종 낮은 어린이는 75%



미국내 코로나 감염이 다시 증가하고 있는 가운데 미국인 3명당 2명꼴로 코로나 19에 걸린 것으로 조사됐다.

연방 질병통제예방청(CDC)은 무작위 성인 혈액 검출 조사를 통해 지난 2월까지 58%의 미국인이 코로나 19 감염에 의한 항체가 형성됐다고 밝혔다. 항체가 발견됐다는 말은 이미 감염이 됐었다는 것을 의미한다. 어린이들의 경우는 75%로 높게 나타났다.

이 같은 수치가 집단 면역의 형태로 나타나 향후 더 큰 바이러스 감염 확산을 막아주는 계기가 될 것으로 일부 전문가들은 기대했다.

CDC는 팬데믹 초기부터 10곳을 시작으로 감염에 의해 생긴 항체 수준을 측정해 왔고 이후 미국 전역으로 확대해 주기적으로 항체 조사를 실시하고 있다.

지난해 9월부터 12월까지 매 4주간격으로 1~2% 포인트 증가했으나 12월 이후 2월까지 거의 25% 포

인트 증가했다.

2월까지 18~49세 성인의 64%가 감염됐고 50~64세는 그보다 낮은 50%, 65세 이상 시니어는 33%가 감염됐다.

어린이 감염률이 높은 이유는 성인에 비해 백신 접종률이 낮기 때문으로 분석된다.

5~11세 어린이의 백신 접종율은 28%, 12~17세는 59%이다. 5세 이하 어린이 백신은 아직 승인되지 않았다.

코로나와 감기 독감 증상 유사

CDC가 밝힌 구별법

일교차가 심한 봄철을 맞아 늦감기가 기승을 부리고 있다. 많은 사람들이 코로나 19에 걸린 것이 아닌가의 심하며 테스트를 받기도 한다.

코로나-19의 심각한 증상은 일반 감기와 독감과 비슷하다. 이 때문에 의료 관계자들은 일단 코로나 테스트를 적극 권한다.

연방 질병통제예방센터(CDC)에 따르면 기침과 가쁜 호흡 또는 호흡 곤란, 피로감, 두통, 목통증, 코막힘 등이 코로나와 일반 감기, 독감의 공동 증상이라고 밝혔다.

다음은 CDC가 밝힌 일반적인 증상들이다.

▲코로나 19: 고열, 몸살, 기침, 가쁜 호흡 또는 호흡 곤란, 피로감, 근육통, 두통, 후각 및 미각 상실, 목아픔, 코막힘 또는 콧물, 어지럼 또는 구토 증상, 설사 등이다. 하지만 최근 나오는 변종은 후각 및 미각 상실 증상이 나타나지 않는 것으로 알려져 있다.

호흡 곤란이나 가슴 통증과 압박 증상이 계속되거나 정신 혼미, 피부나 입술, 손톱이 창백하거나 회색 또는 푸른색으로 변한다면 즉시 의료진의 도움을 받아야 한다고 CDC는

조언했다.

▲일반 감기: 재채기, 코막힘 또는 콧물, 목통증, 기침, 목 가래, 축축한 눈, 열등의 증상이 나타난다.

▲독감: 열과 오한, 기침, 목통증, 콧물, 근육통, 몸살, 두통, 피로감, 설사, 구토 등이 증상으로 나타난다. 어린이에게는 구토와 설사가 일반적이다.

CDC에 따르면 독감에 걸리면 감염 후 1~4일 이내에 증상이 나타난다. 하지만 코로나바이러스 감염 증상은 감염 후 2~14일 이내 나타난다.

독감에 걸린 성인이나 청소년들의 경우 첫 증상 후 첫 3~4일간이 가장 전염력이 높고 7일간 전염성을 유지하기도 한다.

코로나의 경우는 증상이 시작된 지 2~3일부터 타인에게 전염시킬 수 있고 증상이 나타나기 하루 전이 가장 높은 전염성을 보이고 있다. 또 대부분 바이러스는 증상 발현

후 8일간 전염된다고 CDC는 밝혔다.

코로나와 독감은 폐렴, 호흡기 손상, 폐에 물이 차는 증상, 패혈증, 심장 마비 또는 뇌졸중, 신장, 폐 등 장기 손상, 만성 질환 악화, 심장이나 뇌 또는 근육조직염증, 2차 감염 등의 합병증을 유발할 수 있다.

코로나는 폐, 심장, 다리, 뇌의 동맥이나 혈관 혈전을 유발하고 어린이와 성인 모두 다기관염증후군을 발생시킬 수 있다.



스페인서 3주만에 코로나 재감염 기록

매사추세츠 4월 한주새 1만명 재감염

코로나 19 재감염 사례가 급증하고 있는 가운데 유럽의 한 의료 종사자가 20일 간격으로 코로나 19에 감염된 것으로 나타나 팬데믹 이후 가장 짧은 시간내 재감염 사례로 기록됐다.

이름이 공개되지 않은 31세 스페인 의료종사자는 지난해 12월 부스터 샷 접종 후 12일만에 델타 변이에 감염됐다.

10일간 격리 후 1월 직장에 복귀한 수일 후 기침과 고열 등의 코로나 19 증상을 보여 테스트를 받았고 오미크론 양성 반응으로 재감염이 확인됐다.

이번 사례를 연구중인 스페인 연구소의 게마 레시오 전문의는 “오미크론 변종이 이전 델타 변종 감염 또는 백신 접종으로 생긴 면역 체계를 피해 감염된 사례”라면서 “코로나-19에 걸렸었거나 백신을 모두 접종했다고 해도 재감염의 위험을 막을 수는 없음을 보여준다”고 밝혔다.

영국 통계청(ONS)은 오미크론에 의한 재감염이 델타 변이보다 10배는 더 많다고 밝혔다. ONS는 또 재감염 사례는 백신 접종을 받지 않은 사람이나 백신으로 인한 면역이 줄어들기 시작한 사람들에게 주로

나타나는 현상이라고 추가했다.

영국은 현재 재감염 사례가 전체의 2/3에 달하고 있다.

미국의 경우 역시 재감염 사례가 속속 보고되고 있다.

매사추세츠 보건 당국은 4월 주별 통계에서 1만건의 돌파 감염이 보고됐다고 밝혔다. 돌파 감염은 최근 두배 늘어난 상태다. 매사추세츠는 매주 화요일 감염통계를 발표하고 있다.

4월 중순 4,154건의 돌파 감염 사례가 1주일만에 1만6,244건으로 늘어났다. 이에 따라 매사추세츠의 총 돌파 감염은 48만2,750건이며 돌파 감염중 사망자수는 2,244명으로 기록됐다.

US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

US메트로뉴스



usmetronews.com wellbeingsus.com

창간 1주년
US메트로뉴스

한인타운 첫 정계 진출 실현할 주목받는 2세

한인타운 포함 34지구 재도전 데이빗 김

한국어 능통하고 부모 세대 이해하는 이민 변호사
2년 전 압도적 자금 열세에도 대등한 승부로 주목

1면에서 계속

현재 34지구에는 김 후보와 3선에 도전하는 고메스 의원 그리고 공화당의 클립톤 리오 토라도 본복 등 3명의 후보가 예비선거에 나선다. 이 중 2명이 11월 결선에 진출하지만 민주당 텃밭인 34지구에서 고메스 의원과 함께 김 후보의 결선 맞대결이 확실시된다.

김 후보는 한국어를 너무나 잘하는 2세대. 어려운 한국어 질문에도 영어 섞지 않고 척척 한국어로만 설명하고 대답한다.

보수성 강한 이민 1세 목회자 아버지에게서 자라나 한인 이민 가정의 내막을 잘 이해한다. 한국어 실력도 정체성을 강조하는 아버지의 영향이 컸기 때문이었을 것이다.

LA 다운타운 노인 아파트에 할머니가 산다. 또 삼촌은 한인타운에서 어린이 학교를 운영한다. 형은 차민영 내과에서 의사로 있는 김영진 씨다. 그는 각 가정에서 흔히 접할 수 있는 여느 2세 자손들처럼 잘 웃고 순진하며 누구에게나 친절한 우리들의 아들이자 동생이다.

김 후보는 이민 법정의 재판 전문 변호사다. 부당한 추방 위기에 몰린 이민자가 있다면 발 벗고 나서 돕는다. 정치 도전도 어려움을 외면하지 못하는 그의 신념 때문이다.

어려운 사람이 있다면 항상 찾아가 돕는다는 신앙적 믿음이 강한 그는 캘리포니아에서 10번째로 가난한 34지구를 돈 많은 사람만이 특권을 누리는 곳이 아니라 그늘진 사회 구석구석에 희망의 빛이 비치는 곳으로 만들겠다는 각오로 선거에 도전하고 있다.

한인사회는 해결해야 할 숙원사업이 있다. 미국 한인 사회를 대표하는 LA 한인타운의 한인 정치인 배출이다. 이를 위해 그동안 한인타운의 선거구 단일화를 위해 다각적인 노력을 기울여 왔다. 그 결과 LA시 선거구의 단일화를 이뤄냈고 연방 하원 선거구도 이제 모든 한인타운이 포함되는 선거구가 탄생하는 쾌거를 이뤘다. 하지만 누가 이 타운을 지키는 첫 한인 정치인이 될 것이냐가 남

은 숙제다.

데이빗 김 후보는?

제34지구 연방 하원의원에 도전하는 데이빗 김 후보가 50년 LA 한인타운의 첫 선출직 정치인의 꿈을 향해 내달리고 있다.

그는 아직 한인사회에 잘 알려지지 않았다. 나이도 젊어 한인들의 눈에 잘 띄지 않았기 때문이다.

하지만 그는 무서운 신예다. 2년 전 현역 지미 고메스 의원과 맞붙어 자금과 인지도의 극명한 열세에도 불구하고 대등한 경쟁을 펼친 돌풍의 주인공이었다.

당시 표 차는 김 후보는 1만2,238표, 9만6,554표를 얻어 고메스의 10만8,792표에 아깝게 석패했다. 누구도 예상하지 못했던 결과다. 김 후보 득표의 70%는 한인일 정도로 보이지 않은 한인 표심의 지원이 든든한 버팀목이 돼 주었다.

선거 자금은 비교가 되지 않았다. 200만 달러가 넘는 고메스에 비해 김 후보는 고작 18만 달러였다. 다윗과 골리앗의 싸움에 비교된다.

하지만 그의 자금 열세는 이번 선거에도 계속되고 있다.

3월 말 현재 고메스 의원은 108만 9,842달러를 모은 반면 김 후보는 4만9,042달러에 그쳤다. 선거는 표가 중요하지만 자금도 필요하다. 연방 선거위원회 자료에 따르면 고메스 의원은 벌써 32만8,275달러를 쓰고도 125만1,086달러의 여유 자금을 보유하고 있다. 하지만 김 후보는 4만1,775를 써 수중에 7,267달러만 남는 극심한 자금난에 시달릴 정도로 '총알'이 부족하다.

한인사회의 후보별 정치 자금 편중도가 심한 것도 한 원인이다.

그는 "선거 단일 구역 조정으로 어느 때보다 가능성이 높아진 이번 선거에 한인사회의 많은 후원과 도움을 간절히 부탁드린다"고 말했다.

연방 하원 34지구

10년 만에 재조정되는 선거구 조정으로 모든 LA 한인타운을 포함해



데이빗 김 후보가 한인타운 인근에 위치한 캠페인 사무실에서 캠페인 봉사자들과 승리를 다짐하며 포즈를 취하고 있다.

5만 달러로 130만 달러 상대하는 '다윗'

차민영 내과병원의 김영진 의사 동생



다운타운을 지나 동쪽으로 이스트 LA 보일 하이츠까지 이어지는 연방 하원 선거구다. 북쪽으로 이글락 지역까지, 남으로는 한인타운을 지나 10번 프리웨이와 피코, 서쪽으로는 윌튼을 조금 지나지만 행복팍에 못 미치는 지역, 동으로는 다운타운을 넘어 보일하이츠 지역까지다.

2019년 기준으로 73만 명이 거주하며 주민 중간 나이는 35세로 히스패닉(34.3%), 백인 히스패닉(21.9%), 아시아(20.1%), 백인(12.8%), 흑인(4.66%)의 인종 분포를 보인다.

전체 히스패닉 인구는 59.8%이지만 최근 선거구 재조정으로 히스패닉 인구가 오히려 65%로 늘었다.

히스패닉 다수 지역에서의 선거 출마는 그리 녹녹치 않을 것이다. 하지만 김 후보는 걱정하지 않는다.

그가 필요할 때 손 내밀어 주는 추방 재판 전문 변호사로 도움을 많이 주고 있기 때문이다. 이로 인해 그의 인지도는 히스패닉 사회에서 조금씩 올라가고 있다.

김 후보는 "지난 선거는 이름을 알리는 선거였다면 이번은 정책으로 승부하는 선거가 될 것"이라면서 "누가 진정 지역구의 어두운 곳을

한인타운을 포함한 연방 34지구 하원의원에 출마하는 데이빗 김 이민 재판 전문 변호사가 캠페인을 알리는 팻말을 들고 포즈를 취하고 있다.

비쳐줄 후보인지를 알리는 데 주력한다"고 밝혔다.

한국어에 능통한 이민 2세

데이빗 김은 한국어말에 능통해 1세 같은 2세대.

2세로서 미국을 철저히 경험했고 인종차별도 느꼈다. 여느 2세와 마찬가지로 주류사회에 진출하면서 정체성의 혼란에 빠진 적도 있었다. 학교에서는 한국인으로 취급받지만 한국에서는 미국인으로 생각하는 전형적인 한인 2세의 이중적 정체성에 고민도 많았다. 이제는 이러한 경험과 배경으로 누구보다 더 1세 부모들의 이민 사회를 이해한다고 자부한다. 그래서 그는 한인사회에 무엇이 필요한가를 족집게처럼 집어낼 수 있다.

김 후보는 "1세대와 2세대를 이해하고 아우르는 풍부한 경험과 신념으로 누구보다 한인사회를 잘 이해한다"고 자부했다.

그는 시애틀서 보낸 초등학교 3학년 시절 TV에서 본 LA 흑인 폭동을 보며 "왜 이리저리 이러면 안 되는데" 하는 마음에 "난 한국 사람 최초로 미국 대통령이 될 거야"고 외친 적도 있다고 한다.

김 후보의 부친은 목회자다. 애리조나에 첫 한인 교회를 개척했고 시애틀 순복음 중앙감리교회 12년 목회 그리고 샌호세 개척교회 등 목회에 전념했던 김근재 목사다.

23면에 계속

“SAT 응시하고 점수 제출해야 하나?”

‘테스트옵셔널’은 선택과 전략의 문제 MIT 필수로 복귀, 타대학 미칠 파장 주목

올해 가을학기 신입생(Class of 2026) 선발절차가 완료됐다. 이제 12학년 학생들은 남은 2학기 동안 유종의 미를 거둘 수 있도록 최선을 다하면 된다.

그런데 이번 입시 결과가 마무리 되자마자 세계 최고의 공대인 MIT가 다음 입시부터 SAT 또는 ACT와 같은 학력평가시험 점수 제출을 필수로 부활시킨다고 발표, 적지 않은 파장을 불러오고 있다. MIT의 이번 결정이 다른 상위권 대학들에 어떤 영향을 미칠 것인지 아직 판단하기에는 이르지만, 이를 따르는 대학들이 생겨날 가능성을 배제할 수 없다. 팬데믹 이후 대부분의 대학들이 점수 제출 여부를 본인 결정에 맡기는 ‘테스트 옵셔널’ (Test Optional) 정책을 시행하면서 수험생들은 매년 이를 놓고 고민해야 하는 상황에 놓여있다.

“점수 제출을 하는 것이 유리한 것이고, 반드시 제출하는 것이 맞을까?”

이 질문에 대해 살펴보자.

1. 테스트 옵셔널 배경

이는 팬데믹 이전에도 일부 대학들에서 시행돼 왔다. 또 어떤 대학들은 아예 점수를 입학사정에 반영하지 않는 ‘테스트 블라인드’ (Test Blind) 정책을 시행해 오고 있다.

하지만 테스트 옵셔널이 광범위하게 이뤄진 것은 팬데믹이 시작된 2020년이다. 바이러스가 빠르게 확산되면서 학력평가시험이 제대로 진행될 수 없고, 이로 인한 혼란이 가중돼 결국 대부분의 대학들은 일시적으로 입시요강에 이를 적용하게 됐다.

대학들은 테스트 옵셔널을 발표하면서 점수를 제출하지 않았다고 해서 입학사정 때 불공정한 대우를 받지 않는다는 점을 명시적으로 강조했다. 다시말해 점수를 제출하면 그것을 분명 들여다 볼 것이지만, 만약 제출하지 않은 지원자에 대해서는 다른 부분들을 더 세밀히 들여다본다는 뜻이었다.

이로 인해 점수를 제출하지 않은 지원자의 성적표와 에세이, 그리고

도전적인 과목, 추천서 등의 비중은 자연스럽게 커질 수밖에 없었다.

2. MIT는 왜 다시 요구하나?

수학이 매우 중요한 MIT 입장에서는 지원자의 대학수업 수강능력이 제대로 평가돼야 하고, 이를 위해서는 표준화된 시험 점수가 중요할 수밖에 없다.

단순히 고등학교에서 이수한 과목과 결과만으로 높은 수준의 수업을 제대로 따라갈 수 있는지를 평가하기가 힘들다는 뜻이다.

사실 그동안 학력평가시험에 대해 부유한 가정의 학생들이 더 유리하다며 이를 반대해 온 목소리가 워낙 커 필요성을 강조하는 쪽은 제대로 이의를 제기할 수 없었다.

반대론자들은 돈 많은 가정의 자녀들은 사교육 등을 통해 그렇지 못한 학생들에 비해 시험준비가 철저해지고 결국 점수도 높다고 주장했다. 하지만 이 시험을 대학이 인정하지 않더라도 결국 대학들이 강조하는 도전적인 과목들, 즉 AP 또는 IB 같은 클래스들을 겨냥한 사교육이 오히려 강화되는 또다른 문제가 불거지게 되는데다, 성적 인플레이, 학교 간 실력차 반영, 지원서나 에세이 내용의 진위 확인 결여 등 여러 문제들이 발생하는 것에 대한 무대책을 우려하는 목소리도 적지 않았다.

결국 MIT의 결정은 지원자의 객관적인 실력 검증은 아직까진 SAT와 ACT가 현실적 대안임을 인정한 셈이었다.

3. 보낼까? 말까?

테스트 옵셔널은 결국 ‘선택’의 문제이자 ‘전략’이다.

이를 판단하기 위한 가장 우선 사항은 지원하고자 하는 대학이다.

A라는 대학이 드림스쿨이라고 가정할 때, 그 대학이 어떤 입시요강을 가지고 있는지를 먼저 확인해야 한다. 앞서 설명한 것처럼 ‘테스트 옵셔널’이나 ‘테스트 블라인드’ 중 하나이기 때문에 테스트 블라인드라면 그 대학은 점수를 제출해도 아예 입학사정에 반영되지 않는다. 캘리포니아 주 한인학생들이 가장 많

이 지원하는 UC계열도 점수를 반영하지 않는다.

두 번째는 지원하고자 하는 대학의 수준이다.

예를 들어 명문 사립대라면 신중한 판단을 필요로 한다. 그리고 의외로 많은 지원자들이 점수를 제출하고 있다는 점도 간과해서는 안 된다. 이는 곧 경쟁력의 문제란 뜻이다.

마지막으로 실제 점수를 놓고 고민해 봐야 한다.

점수가 지원하고 싶은 대학 지원자들의 수준에서 상위권에 속한다고 판단될 경우 당연히 제출하는 것이 유리하다. 그만큼 유리해 질 수 있다.

하지만 기대 이하의 점수를 받았다면 점수 제출 대신 다른 요소들을 보강하는데 시간을 배분하는 것이 현명한 판단이다.

4. 플랜을 세워라

지원자의 드림스쿨이 상위권 사립대라면 일단 SAT 또는 ACT 시험 준비를 차근차근 준비할 필요가 있다. 그리고 이는 10학년 때부터 천천히 준비해 가야 한다.

여기서 제일 중요한 것은 시험을 치를 준비가 됐을 때 응시하는 것이

광고 (562)538-8581
contact@usmetronews.com

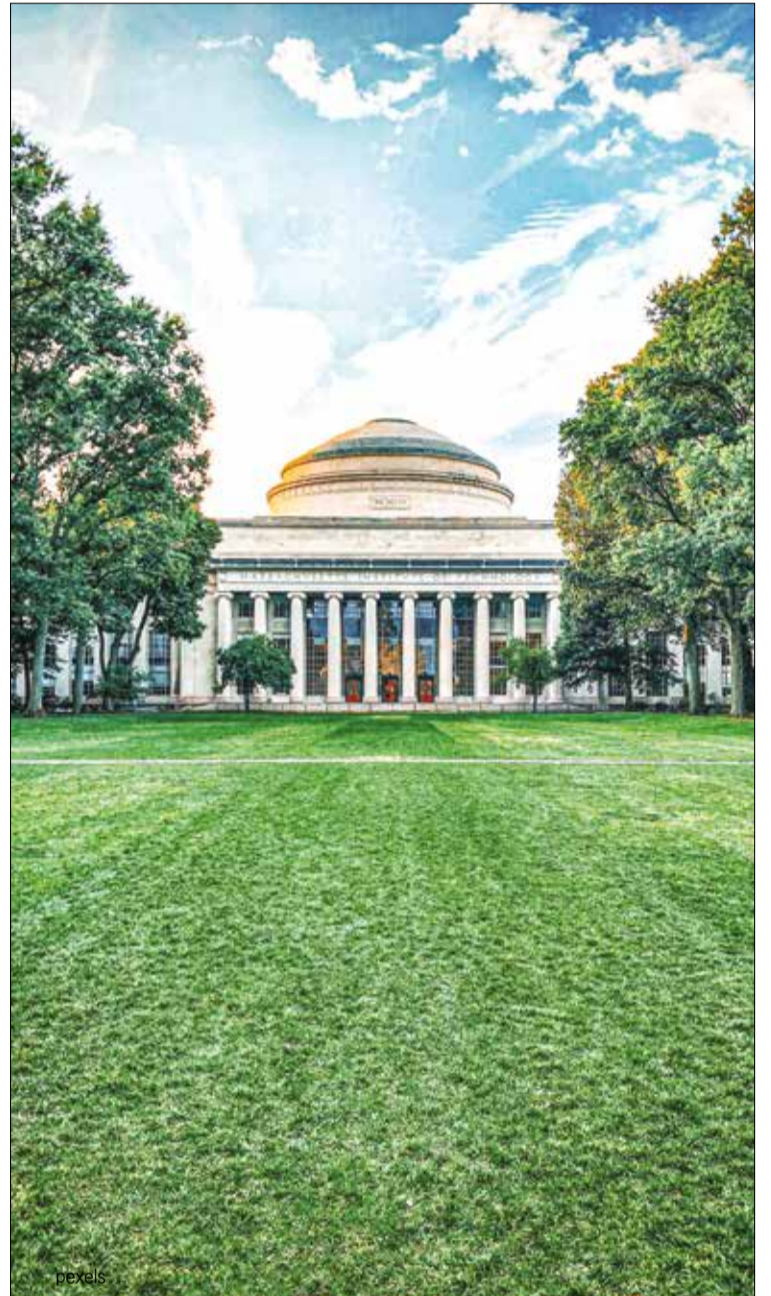
다. 남들이 서둔다고 자신도 그에 맞추기 보다는 자신의 준비상태를 객관적으로 평가하면서 시험을 준비해야 한다.

하지만 적어도 첫 시험을 11학년 중간에 한 번 치러볼 것을 권한다. 그 결과를 바탕으로 자신의 부족한 부분을 찾아내 보완하고, 다양한 문제들을 많이 접하면서 시험문제 유형을 익혀두는 것이 도움이 된다.

준비가 부족한 상태에서 시험을 치르면 심중팔구 기대하는 점수를 받을 수 없고, 다급하게 시간적 여유를 두지 않고 응시하는 것 역시 시간과 돈 낭비할 뿐, 점수가 올라가는 것은 아니다.

올 가을 대학 신입생이 되는 12학년 학생들은 누구보다 마음이 활기차 분할 것이다.

얼마 뒤면 바로 긴 여름방학을 맞이하게 되고, 8월에는 많은 학생들



이 기숙사에 들어가 새로운 친구들과 을 만나게 된다.

하지만 합격과 입학할 대학이 결정됐다고 해서 입시가 끝났다고 생각하는 것은 큰 오산이다. 대학문을 넘어서 때까지 주의할 것들이 있다. 이에 대해 알아보자.

1. 합격은 조건부

먼저 12학년 학생들은 대학에서 보내온 합격통지를 정확히 이해해야 하는데, 가장 중요한 것은 ‘조건부’란 사실이다.

즉 대학이 봤을 때 문제가 될 수 있는 소지가 발생하거나 발견된다면 언제든지 합격을 취소할 수 있다는 것이다. 그리고 이는 대학에 입학한 이후에도 유효하다고 봐야 한다.

때문에 가장 중요한 것은 학생 본업과 신분에 충실하는 것이다. 이것만 잘 지키면 이에 대한 부담을 가질

필요는 전혀 문제가 없다.

2. 어떤 문제들이 있나?

가장 흔한 것은 성적이다. 합격통보를 받게 되면 긴장이 풀어지면서 학업에 집중하지 않게 되는 일이 생길 수 있다. 그런데 이런 자세로 인해 갑자기 성적이 크게 떨어진다면 얘기가 달라진다. 대학들은 합격자의 12학년 2학기 성적까지 받아본다. 이 과정에서 갑자기 C나 D 학점을 받는다면 대학은 이에 대해 해명을 요구할 수 있다. 그리고 아주 엉망이 됐다면 합격취소도 가능하다. 또다른 사유는 자세 또는 생활과 관련돼 있다.

고등학생 신분에 맞지 않는 도덕적, 윤리적인 문제를 일으켰고, 이 사실을 대학이 인지하게 된다면 문제가 심각해 질 수 있다.

좁은 땅속보다 넓은 바다 원하는 ‘수장’ 주목

다양해지는 장례 문화

화장재 뿌리기 아니라 시신을 바다에 특별한 허가 필요 없이 장례 가능
해안 거리 3.45마일, 수심 600피트 이상

요즘 장례 문화가 서서히 바뀌고 있다. 한국에서는 화장과 수목장이 유행하고 있다. 미국에서도 화장이 크게 늘었다. 20년 후 80%가 화장일 것이라는 예측도 나온다. 종교 의식에 따른 전통 매장 문화가 다양한 형태의 장례 품으로 변하고 있다는 것이다. 그런데 요즘 바다에 시신을 묻는 수장도 주목을 받고 있다고 LA 타임스가 최근 보도했다.

간단히 화장 재를 바다에 뿌리는 것이 아니라 아예 시신을 담은 관이나 수의만 입힌 시신을 바다에 넣는 것이다. 마치 전쟁 중 배에서 죽은 수병을 바다에 넣어 수장하는 것과 같은 방법이다.

지난여름 수장을 택한 상업 미술가 루이스 우드번(85)은 수년 전 한 파티에서 만난 장의사에게 바다에 묻힐 수 있느냐고 물었다. 그녀의 딸 테레스 스트립차는 “엄마가 시신을 아예 바다에 수장시킬 수 있느냐고 묻는 것이었다”고 회상했다.

좌표 받아 때 되면 동일 장소 찾아갈 수도
고향 생각하며 결정하는 이민자들도 있어
환경 보호, 비용 절감 등 다양한 이유

장의사는 바다에 시신을 수장시키는 것은 다소 복잡하지만 규정만 따른다면 가능하고 합법적이라고 답했다.

딸 테레스는 엄마 우드번의 건강이 나빠지면서 진짜 수장을 원하는지 수차례 물었다. 하지만 우드번은 단호했다. 바다를 좋아했고 땅속에 갇히고 싶지 않다는 것이다. 평소 즐겨 입던 검은색 수영복으로 갈아입고 수장되기를 원했다.

지난해 8월 우드번의 가족과 친구 30여명은 롱비치에서 요트를 타고 6마일 떨어진 곳에 도착했다. 우드번이 안치된 스테인레스 관은 또 다른 배에 실려 왔다. 곧이어 장의사 직원은 선원들의 도움을 받아 관을 바다로 밀어 넣었다. 관은 수 분 후

물방울을 일으키며 파도 아래로 가라앉았다.

수장 선호

롱비치에서 맥켄지 장의 서비스를 운영하는 켄 맥켄지 장의사는 지난 32년 동안 2만7,000건의 장례 중 175건이 수장이었다고 밝혔다.

환경보호청(EPA)이 수집한 자료에 따르면 2020년 162명의 캘리포니아 주민이 수장을 택했다.

우드번의 장례를 준비했던 맥켄지 장의사는 “수장을 원하지 않아서가 아니라 그런 것이 있는지 몰라서 수장 건수가 적은 것”이라면서 “사람들은 군대에서만 가능한 것으로 안다”고 말했다.

사람들이 수장을 원하는 이유는 다양하다.

어떤 사람은 재정적인 문제로 수장을 결정한다.

‘아르고스 화장 매장 서비스’의 유다 벤허 대표는 수장을 한다면 관

과 배 렌트 비용 등을 합해 적게는 5,000달러에서 많게는 1만달러까지 소요되지만 매장을 택할 경우 2만 달러는 족히 든다고 설명했다. 화장을 한 후 재를 바다에 뿌리는 비용은 이보다 훨씬 저렴하다. 화장하고 배 빌리는 가격을 합하면 대략 2,500달러면 족하다.

환경을 위해 결정하기도 한다.

코비드 19이 확산되던 지난해 죽음 예식에 관련된 책을 썼던 텍사스 주립대학 종교학과 나타샤 미클스 교수는 “생태학적으로 묘지는 육지 공간을 많이 차지한다. 이런 묘지 이외 환경에도 도움이 되는 방법도 있다”고 말했다.

또 생전에 즐거움을 선사해준 바다에 묻히기를 원하기도 한다.



우드번은 해변에서 조개 줍기를 매우 즐겨 했다. 스쿠바 다이빙을 즐겼거나 어부, 또는 태평양 국가에서 이민 온 사람들도 고향을 그리며 수장을 원하는 경우가 많다.

바다와 특별한 인연이 없다고 해도 수장은 매우 상징적 의미를 가질 수 있다고 올리비아 바렘 LA 새크리드 크로싱스 연구소 및 장의사가 말했다. 바렘은 10년 전부터 수장을 도왔다.

그녀는 “어느 날 비가 오는 상상을 좋아한다. 만약 바다에 있다면 산꼭대기에 비가 돼 내릴 수 있다는 말을 듣곤 한다”고 말했다.

바닷속 매장지

배를 타고 수장 장소까지 이동하는 것은 매장지로 차를 타고 이동하는 것과 같다. 끝없이 넓게 트인 바다는 영생의 개념을 연상시킨다. 시신이 바다로 들어가면 선장은 시신이 수장된 지점을 3차례 시계 반대 방향으로 선회하며 가족들이 마지막 인사를 나누고 꽃을 바다에 던질 수 있는 묵념의 시간을 제공한다.

배가 다시 육지로 돌아오면 가족들은 시신이 수장된 정확한 위치를 받는다. 그리고 가족들은 이 좌표를 가지고 필요할 때마다 정확한 지점을 방문할 수 있게 된다.

지난 4월 1일 수장을 선택한 사회 운동가 존 베렐(73)은 환경에 더 관심을 가졌다.

존의 부인 다이앤은 화장이 생태학적이 아니라는 느낌 때문에 화장에 반대했다. 그녀는 “화장은 태워야 하고 대기에 이산화 탄소를 방출하는데 좋은 방법은 아니다”면서 “우리는 미래 지구에 가장 좋은 방

법을 원했다”고 말했다.

다이앤은 정확히 남편의 관이 수장된 위도와 경도 좌표를 가지고 있다. 언젠가 다이앤은 남편이 수장된 정확한 위치에 수장된 남편 곁으로 가게 될 것이라고 밝혔다.

누구라도 바다에 수장될 수 있다. 다만 해안으로부터 3해리(3.45마일) 이상 떨어져야 하며 수심 600피트 이상돼야 한다.

만약 관 없이 시신을 수장한다면 EPA는 환경 친화적 수위에 쌓아 무게추를 달고 수장할 것을 추천한다. 그래야 바다 밑으로 빨리 가라앉아 바닥에 닿을 수 있기 때문이다.

관을 원한다면 플라스틱 장식이 모두 제거된 스테인레스 스틸 관이 최적이다. 메탈 관에는 20개의 2인치 굵기의 구멍이 뚫린다. 물이 관 속으로 들어갈 것이고 밑으로 가라앉을 수 있도록 해준다. 주변에는 금속 띠를 두른다. 또 추가로 시신이 뜨지 않도록 모래나 시멘트 무게추를 달 수도 있다.

수장에 필요한 허가서는 필요 없다. 그러나 수장 30일 이내 EPA에 통보해야 한다.

장례 문화 변화

수장을 생각하고 있는 맥킨지는 바다에 관을 넣는 것이 쓰레기 투기 같아 느껴질 수 있다.

그는 “오래된 배를 해저에 가라앉혀 생태계의 보고를 만든다. 관도 역시 마찬가지다. 산호초가 된다. 육지에 묻히던, 바다에 들어가 있던 인간 모두는 원래로 돌아간다”고 말했다.

해저 시추공 근처에 모이는 해양 생물을 연구하는 UC 샌타바바라의

생물연구원 밀턴 러브는 바다에 가라앉은 관이 해양 동물의 서식처가 된다는 데 동의한다. 그러나 환경에 도움이 되는지에 대해서는 보는 관점에 따라 달라질 수 있다고 그는 말했다.

수의에 쌓여 수장되는 시신은 환경 영향을 덜 할 것이다. 특히 염을 하지 않은 상태라면 좋지만 염을 한다면 분해에 더 오랜 시간이 걸릴 것이다.

러브 생물학자는 “시신이 어디에 안착되는지에 달려 있다”면서 “산소 양이 적고 기온이 낮은 지역이라면 부패 과정이 느릴 수 있다”고 설명했다.

시신을 염할 때 처리하는 약품은 ‘포르말린’ 성분으로 해양 생물은 좋지 않지만 그다지 우려할 만한 수준은 아니라고 그는 덧붙였다. 바다는 매우 커 쉽게 희석되기 때문이다.

미클스 텍사스 주립대 종교학 교수는 세상 종교 대부분은 수장을 허용하면서도 “시신을 어찌 할 수 있는 상황이 아닌 극단적인 경우에서만 해당된다”고 전했다. 예를 들어 배에서 항해 중 선원이 죽었다면 부득이 수장이 불가피해진다.

결혼식 문화는 매우 빠르게 바뀌고 있다. 하지만 장례식은 보수성을 유지하는 경향이 많다. 그러나 요즘 종교의식으로 장례를 치를 미국인들이 그리 많지 않다. 장례 문화도 점차 바뀌고 있다는 증거다.

미클스 교수는 “모친은 사후 다이아몬드로 변하고 싶어 하고 부친은 나무로 변하는 곳에 묻히고 싶어 한다”고 말했다.

존김 기자 john@usmetronews.com

보험

관리 부실 나무 부러져 이웃 피해주면 '책임'

**부러진 이웃 나무 피해는 내 집 보험으로
소송 사태 막으려면 평소 관리 필요
이웃집 과일은 담 넘었어도 상대 소유
담 넘은 가지 치다 나무 죽어도 책임져야**

이웃집과 나무 관리 문제로 불편한 관계를 유지할 수 있다. 나만이 아니라 흔히 발생하는 문제다. 이런 경우 어떻게 대처해야 할까.

주택 소유주나 상업용 건물주들은 주변 나무나 식물 관리가 얼마나 중요한지를 잘 이해하지 못한다. 나무가 부러져 옆집이나 오피스를 손상시킬 경우는 매우 심각한 사태가 발생할 수 있다.

라호야의 재산 손상 및 개인 상해 전문 변호사 에만 윌커는 “집을 구입할 때 보통 정원 관리비용은 고려하지 않는다”면서 “부동산 에이전트들조차 설명하지 않는 경우가 많다”고 밝혔다.

집 크기에 따라 또는 나무의 종류와 개수에 따라, 집이나 구조물과의 거리, 관리 횟수 등에 따라 수천 달러를 지출할 수도 있다.

하지만 돈이 문제가 아니다. 건물주의 '책임' (liability) 문제가 뒤따를 수 있다.

안전한 상태로 나무를 관리하지 않고 방치하면 자칫 소송의 빌미를 줄 수 있다. 윌커 변호사는 “나무 등의 관리 부실로 재산이나 인명 피해가 발생한다면 과실로 인한 소송사태가 전개될 수 있다”고 말했다.

법대에서도 이런 문제를 놓고 사례 연구를 할 정도다.

보험 청구

만약 이웃집 나무가 지붕에 떨어졌

다면 어느 집 보험이 제거비를 지불 할까.

상대 집 보험이 아니라 우리 집 보험이 커버해 준다.

이유는 간단하다. 이웃집 나무가 떨어졌다고 해도 이는 내 책임이 될 수 있기 때문이다. 집 보험에서 디덕터블을 뺀 나머지 금액을 지불해 준다. 이웃집에서 디덕터블을 낼 법적 근거도 없다. 소송을 낸다고 해도 받을지가 확실치 않다.

보험회사는 보통 500달러 또는 1,000달러를 지불해 준다. 하지만 떨어진 나무로 인해 아무런 피해가 발생하지 않았다면 보험은 돈을 지불해 주지 않는다. 자비로 제거해야 한다. 예외도 있다. 장애인 출입하는 입구나 드라이브웨이를 막았다면 보험에서 제거 비용을 지불해 주기도 한다. 그런데 우리 집 보험이 상대방 보험에 크레임하는 경우도 있다.

관리 부족 등 상대측 과실에 의한 결과라면 '대위구상' (subrogation) 권으로 이미 보상해준 돈을 받아 내는 것이다. 이럴 경우 디덕터블도 돌려 받을 수 있다.

반대로 우리 집 나무가 다른 집에 떨어졌다면 어떻게 될까. 만약 나무가 말랐거나 죽어가는 것을 육안으로 식별 가능했다면 보험사가 관리 부실로 배상을 해주지 않을 수 있을까. 우리 보험사는 이런 경우에도 거부할 수 없다. 보험회사는 태만에 따

가지불해야 한다.

그런데 임플랜트 서비스를 제공하는 보험이라도 이미 없어진 치아에 대한 서비스는 제공하지 않는 것이 보통이다. 또 보험에 가입하기 전 가지고 있는 치아 문제 역시 커버해 주지 않는다. 메디케어 어드밴티지 플



임 보험이 포함된다. 집 보험에서 나무를 보호해 준다.

보험회사가 나뭇가지의 과실이 내게 있다고 판단한다면 이웃과 합의를 하고 더 이상 소송을 제기하지 않겠다는 서명을 받는다.

컨슈머 리포트에 따르면 나무와 관련된 문제는 복잡한 것 같아도 간단할 수 있다. 평소 관리를 잘했다면 보험 커버도 큰 문제는 되지 않는다. 나무가 건강하고 튼실했다면, 이 튼실한 나무가 강풍과 같은 요인으로 부러져 이웃의 재산에 피해를 줬다면 상대 집 보험에서 수리비와 나무 제거비를 지불한다.

하지만 나무가 부실하고 죽은 상태였다면 내

책임이므로 내가 배상을 해야 한다.

도움받는 곳

이웃집 나무가 부실하거나 문제의 소지가 있다면 시나 카운티 정부나 경찰, 시 단속국에 신고한다. 거주하는 지역에 따라 다르겠지만 시, 카운티, 지역의 관련 조례가 있을 것이다. 우선 조례 단속국에 연락한다.

조례국에서 직접 현장을 파악하고 상황을 정리해 줄 수도 있다.

만약 조례국이 문제의 나무가 공공에 방해해 준다고 확인하면 정정을 요구하는 경고장을 발부할 것이고 만약 시정되지 않는다면 재산에 압류권을 행사할 수도 있다.

이웃과의 직접 대화를 꺼린다면

이런 방법도 좋은 해결책이 될 수 있다. 또 현재 가입해 있는 주택 보험 회사에도 통지한다. 보험 약관에는 이런 문제에 대해 사전 통보 규정도 포함되는 경우가 많다.

직접 나무의 가지를 칠 수 있나

할 수 있다. 담장을 넘어왔다면 법적으로 가지치기를 할 수 있다. 하지만 이런 행위로 인해 나무가 죽으면 안 된다. 직접 가지를 치지 말고 전문 정원사를 고용하는 것이 좋다.

가지를 칠 때 주의할 점은 지나치게 바짝 잘라내지 않은 것이다. 나무는 1년에 15% 이상 가지를 치지 않는 것이 좋다. 또 지붕에 가까운 죽은 나무 가지만 정리한다.

가지를 칠 때는 절대 스파이크 신발을 신고 나무에 오르지 않는다.

그렇다면 우리 집으로 넘어온 과일나무의 열매는 누구의 소유일까. 담장을 넘어왔다고 해도 내 소유가 아니다. 주인

의 하락을 받아야 할 수 있다. 다만 땅에 떨어져 있다면 내 소유다.

이웃으로부터 불평을 받았다면

면허 있는 전문 서비스 업체를 불러 실제 나무나 숲이 이웃에 피해를 주는 지 확인한다. 이때 이웃을 초청해 함께 전문가의 말을 들어 보는 것도 좋다. 이웃 간 신뢰를 높일 수 있는 방법이기도 하다. 또 서비스 업체의 결과 보고서를 함께 공유한다.

만약 전문가의 진단에 따라 나무를 제거해야 할 필요가 있다면 즉시 제거한다. 앞으로 발생할지도 모를 더 큰 문제를 해결하는 방법이 될 것이다.
 존김기자

직장 치과 보험 있다면 그만 두기 전 치료받아라

한인들 대부분 추가 옵션 꺼려

5면에서 계속

65세 이상 시니어들이 별도 보험에 가입하면 대략 20~50달러의 월 보험료를 낸다. 정기 점검, 클리닝 등은 커버해주지만 치아 치료를 할 경우에는 연 디덕터블 50~100달러에 치료비의 20%에서 50%를 가입자

가 지불해야 한다.

그런데 임플랜트 서비스를 제공하는 보험이라도 이미 없어진 치아에 대한 서비스는 제공하지 않는 것이 보통이다. 또 보험에 가입하기 전 가지고 있는 치아 문제 역시 커버해 주지 않는다. 메디케어 어드밴티지 플

랜 역시 마찬가지이므로 플랜을 결정하기 전 자세한 내용을 알아둘 필요가 있다.

또 단골 치과가 보험 네트워크에 속해 있지 않다면 네트워크 이외의 치과로 구분돼 더 많은 돈을 내야 한다.

전략 세우기

직장에 다닌다면 은퇴 전 단골 치과 의사와 상의해 사전 치료받는 것도 좋다.

만약 비싼 치료를 받아야 한다면 직장 보험을 가지고 있는 동안 스케줄을 잡아 치료하는 것이다. 또 정기 클리닝 같은 예방 관리도 소홀히 하지 않는다. 호미로 막을 것을 가래로도 못 막을 수 있다.

건강저축구좌(health savings account)

한인들에게는 별로 익숙하지 않은 플랜이다. 은퇴 저축 연금과 같이 세금을 내기 전 수입으로 적립해 의료비로 사용하는 건강보험 보충 플랜이다.

그런데 조건이 있다. 디덕터블이 높은 건강 보험에 가입해야 한다. 모아진 돈으로 치과 치료비를 조달할 수 있다.

하지만 메디케어를 받기 시작하면 더 이상 적립할 수 없다.

자넷김기자 janet@usmetronews.com

교통사고 보상금, 더 많이 받으려면...



얼마 전 한 손님이 교통사고 보상금이 너무 적다며 사무실로 하소연한 적이 있다. 업무용으로 사용하는 깡통 밴이 '토탈 로스(total loss)' 가 났는데, 자신에게 주어진 보상금이 3,000달러밖에 되지 않는다는 것이다. 미국에서 교통사고를 당하면 보상금을 많이 받고 싶은 것은 누구나 같은 심정일 것이다.

이왕 난 사고, 어떻게 하면 더 많은 보상금을 받을 수 있을까? 보상금은 크게 3가지 기준에 의해 정해진다. 첫째, 부상의 정도다. 많이 다쳤을수록 보상금이 많은 것은 당연하다. 교통사고 변호사 광고에서 흔히 볼 수 있는 수백만불, 수천만불 보상금은 피해자가 신체의 일부를 잃었거나 아예 사용하지 못하는 정도의 상처를 입은 경우이다. 또, 사고로 인해 사고 전 누리던 일상의 행복을 영위할 수 없을 때, 배심원 재판에서 천문학적 금액의 보상금이 주어지곤 한다. 가령, 평소 즐기던 취미 생활이나 아이를 돌보는 것 등이 불가능할 때, 배심원들의 마음은 움직인다. 배심원들이 동정심을 느끼고, 감정이 이입된 상태에서 보상판정을 내리는 것이다.

둘째, 충분한 치료다. 보험회사로부터 보상금을 '받아 내기' 위해서는 부상의 정도가 심각하다는 사실을 입증해야 하는데, 이를 위해 꼭 필요한 것이 치료 기록이다. 많이 다친 만큼, 많이 치료해야 하는 것은 당연하다. 카이로프랙틱 외에 정형외과나 통증관리(Pain Management), 수술 등의 기록이 있어야 보상금 액수가 올라갈 가능성이 커진다. 하지만, 심각한 부상이나 통증에도 불구하고, 카이로프랙틱 몇 번 치료받고 케이스를 마무리할 경우, 절대로 많은 액수의 보상금이 나올 수 없다.

반대로, 허리에 타박상을 입었거나, 멍이 든 정도의 '경미한 부상(soft issue)' 의 경우, 보상금이 수천불에 그치는 것도 이런 이유에서다. 앞서 예로 든 손님의 경우도 사고 후 바쁘다는 이유로 카이로프랙틱 치료 7번만 받고, 차일피일 미루다 시간이 많이 흐른 경우다. 셋째, 보험 한도다. 아무리 큰 부상이라 하더라도 상대방의 보험 한도가 낮다면, 그 이상을 보상금으로 받기 쉽지 않다. 캘리포니아는 책임보험의 최저한도를 법으로 1만5,000/3만 달러로 정해놓고 있다. 엘에이(LA)와 오렌지카운티(OC)의 많은 운전자, 특히 라티노 운전자들이 이 금액만 가입하고 있어 큰 부상임에도 그 이상의 보상을 받지 못하는 경우가 허다하다. 물론, 한도 이상의 보상금을 받기 위해서는 과실이 있는 상대방 운전자를 상대로 고소를 할 수도 있지만, 가진 것이 없는 사람에게 딱히 돈을 받아낼 방법이 없는 것이 현실이다.

이런 경우를 대비해, UM/UIM 커버리지 한도를 높여 놓길 추천한다. '무보험자(Uninsured Motorist)' 커버리지, '소액 보험자(Underinsured)' 커버리지를 뜻하는 UM/UIM은 과실이 있는 상대방 운전자가 보험을 갖고 있지 않거나, 보험 한도가 낮을 때 사용할 수 있다. UM/UIM 커버리지는 전체 보험료에서 차지하는 비중이 높지 않다. 그렇기에, 한도를 높여도 보험료는 많이 올라가지 않는다. 최근의 두 사고는 UM/UIM 커버리지가 얼마나 중요한지 잘 보여준다. 디스크 증세로 고생하던 A는 사고 후 본인의 UM이 10만 달러이어서 에피듀랄 PRP 주사를 맞을 수 있었다. 이 주사는 1대에 1만달러씩 하는 고가의 디스크 치료법이기 때문에 커버리지가 낮으면 맞을 수 없다. 반면, B는 본인과 사고를 낸 상대방 모두 최저 보험만 가입하고 있어 비슷한 증상에도 불구하고 물리치료만 받고 있어 안타까울 따름이다.

▲213-351-3513/www.alexchalaw.com

'법으로 돕는 남자(法助男)' 정대용 변호사는 고려대 사회학과와 Abraham Lincoln 로스쿨을 나왔으며 매일경제와 미주한국일보(LA)에서 기자로 근무했습니다. 광고홍보회사 URI Global을 거쳐 현재는 '알렉스 차 변호사그룹' 에서 교통사고/상해/레몬법 변호사로 활동하고 있습니다.

원치 않으면 탈퇴하고 적립 비율도 조정

Cover story 칼세이버스

연 6,000달러, 50세 이상은 7,000달러까지
13만5,000달러 이상이면 적립 못해

13면에서 계속
전통 IRA는 세금을 내기 전 수입에서 적립하므로 은퇴 나이가 지나면 벌금을 내지 않지만 소득세를 내야 한다. 하지만 칼세이버스 프로그램은 아직 전통 IRA는 시작하지 않았다.

칼세이버스 개략
▷급여의 5% 자동 등록: 종업원은 플랜에 자동적으로 급여의 5%를 자동 적립할 수 있다. 하지만 매년 적립을 하지 않겠다고 의사를 밝힐 수 있다.
▷적립금 자동 증액: 종업원은 매년 1%씩 적립금을 자동 늘릴 수 있고 최대 8% 가능하다. 이 또한 매년 증액 여부를 결정할 수 있다.
▷연간 적립금 한계: 6,000달러, 그러나 50세 이상은 7,000달러까지 가능하다.

▷가입 IRA 종류는: 세금을 댄 수입에서 적립하는 IRA 즉, 로스 IRA 만 가능하다.
▷대출: 일반 IRA 처럼 대출은 불가능하다.

가능하다.
매칭 펀드: 고용주가 추가로 매칭해 적립할 수 없다. 순수한 종업원 적립 프로그램으로 고용주의 부담이 없다.
▷종업원 수입 한계: 로스 어카운트이므로 연간 13만5,000달러 수입 이하의 종업원만 가입이 가능하다. 그 이상 수입 종업원은 가입이 불가능하다. 김정섭 기자

“합격은 조건부, 끝까지 최선을 다해야”

성적 하락, 비행 등은
합격 취소 될 수 있어

18면에서 계속
그 중에는 비행이나 범죄도 포함되지만, 쉽게 적발될 수 있는 것 중 하나가 SNS를 통한 부적절한 행동이다. 여기에는 대화와 사진 등도 포함된다. 문제는 SNS는 쉽게 지울 수 없는 증거로 남을 수 있다는 점이다. 때문에 항상 SNS상에서의 대화는 주의할 필요가 있다.

3. 일관된 생활습관 중요
비록 몇달 뒤면 대학생이 된다고 해도 그때까지 항상 자신을 관리하는 습관을 유지하면서, 다가올 미래를 어떻게 준비할 것인지를 생각하고 계획을 세워 실천하도록 하는 것이 중요하다.
해야 할 것과 해서는 안 되는 것을 명확히 판단하고 행동할 줄 아는 것은 나중에 대학에 진학해서도 적지 않은 도움이 된다. 필립기자



자동차

전기 자동차 연료 효율 개스 자동차의 4배

**에너지 고가 시대 전기차 대세
개솔린 1갤런으로 100마일 주행
일반 내연 엔진은 3.9갤런 소모
MPGe 가장 높은 차량은 테슬라**

개스비가 크게 오르면서 전기 자동차로 눈을 돌리는 사람들이 많아졌다. 전기 자동차는 전기를 동력으로 사용하기 때문에 개솔린 가격에 영향을 받지 않기 때문이다. 그런데 한 가지 궁금한 점이 생겼다. 전기 가격이다.

전기가 무제한 공짜는 아니다. 전기를 사용하려면 돈을 내야 한다. 그렇다면 전기 자동차의 충전 비용과 개솔린 자동차의 주유 비용은 어느 쪽이 더 싼까. 물론 전기 쪽이 훨씬 싸다. 그러면 얼마나 저렴할까.

여러 미디어에서 요즘 개솔린 가격의 급등과 전기 자동차의 인기 속에 양쪽의 연료비용을 비교하는 보도가 심심치 않게 나온다.

결론은 이렇다. 해가 갈수록 전기 축적 기술이 좋아지고 주행 거리가 늘어날수록 전기 동력 자동차의 연료 비용이 훨씬 싸다는 것이다.

하지만 러시아의 우크라이나 침공으로 올해 개스 가격이 올라가면서 전기 요금도 함께 올라간다. 특히 테슬라 등 전기 자동차 판매 시장이 큰 일부 지역에서는 전기 요금 부담이 커졌다. 그렇다고 해도 전기 에너지가 훨씬 저렴하다.

1일 14.08달러로 2020년에 비해 두 배가량 뛰어올랐다. 매일 개스값이 치솟는 최근의 기록을 가산한다면 100마일 주행에 평균 16달러는 족히 육박할 것으로 분석된다.

반면 전기 충전 비용은 큰 변화 없이 꾸준히 비슷한 직선을 유지했다. 올 2월 1일 5.14달러로 다소 오르는 했지만 개솔린 가격보다 무려 9달러가량 저렴했다.

고물가 고에너지 가격 시대에 전기 자동차의 위력을 실감 나게 표현해 주고 있다.

전기료가 비싼 보스턴은 2020년 개솔린과 전기 비용이 100마일 주행 시 8.02달러로 동일하지만 이후 편차가 심하게 벌어지면서 올 2월 1일 평균 전기 충전 비용이 9.33달러로 오른 반면 개솔린 가격은 14.04달러 편차를 크게 벌였다.

테슬라 본사 인근 도시인 샌프란시스코의 전기 충전 비용은 100마일 당 2019년 2월 1일 7.15달러에서 2022년 2월 1일 9.68달러로 올랐다. 이에 반해 개솔린 가격은 13.06달러에서 3년 후인 올해 2월 1일 18.78달러로 10달러 가까이 뛰었다.

100마일 주행 때 가격 비교

CNBC는 평균 전기 자동차 또는 내연 엔진 자동차가 매 100마일 추가될 때마다 가격이 어떻게 변하는지 그래프를 만들어 비교했다.

CNBC는 우선 2019년부터 2020년 2월까지 미 전국 평균 전기료와 개솔린 가격의 변화를 비교해 봤다. 또 대도시로 분주한 샌프란시스코와 보스턴 두 곳을 추가 비교했다. 3곳 모두 내연 엔진의 개솔린 가격이 전기 자동차 배터리 충전 비용보다 훨씬 높은 것을 알 수 있다.

CNBC 비교에 따르면 100마일 주행 시 2019년 개솔린 가격은 9.33달러에 비해 전기 충전 비용은 4.72달러였다.

하지만 팬데믹이 시작되던 2020년 4월 1일 7.56달러로 푹 떨어졌다가 계속 상승곡선을 그어 2022년 2월

결론적으로 팬데믹 시작 시점인 2020년 4월 개솔린 가격은 떨어졌다가 다시 급속한 상승세를 이어 가고 있지만 전기 충전 비용은 지역별로 차이가 크다고 해도 그다지 급격히 올라가지 않고 거의 직선에 가까운 안정된 상태를 보여주고 있다.

그렇다면 개솔린 에너지 상승 곡선은 언제까지 계속될 수 있을까.

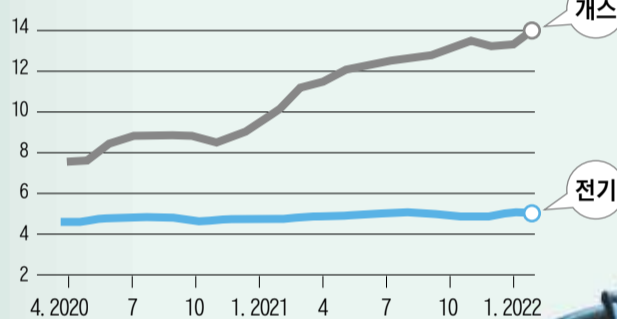
현재 산유국들이 원유 생산을 늘릴 것으로 보여 개솔린 가격은 수개월 내 떨어질 것으로 보이지만 그렇다고 전기 비용을 따라잡기는 역부족이다.

분석가들은 전기 자동차의 에너지 절약 비용은 내연 자동차보다 4,700달러 적게 들지만 기술 발달로

EPA는 2021년 최고 MPGe 자동차 모델 10개를 선정해 발표했다. ※ MPGe: 갤런당 주행 거리 환산치 또는 1년에 1만5,000마일 주행을 기준으로 전기료와 충전당 주행 거리를 비교했다.

순위	차종	MPGe	연간 충전비(달러)	주행거리(마일)
1	테슬라 모델 3 스탠다드 레인지 플러스	142 MPGe	450달러	263마일
2	테슬라 모델3 롱레인지 AWD	134	500	353
3	현대 아이닉 일렉트릭	133	500	170
4	테슬라 모델 Y 스탠다드 레인지	129	500	244
5	테슬라 모델 Y 롱레인지 AWD	125	550	326
	현대 코나 일렉트릭	120	550	258
7	테슬라 모델 S 롱레인지	120	550	405
8	세비 볼트 EV	118	550	259
9	BMW i3	113	600	153
	테슬라 모델 3 퍼포먼스 AWD	113	600	315

전국 평균 개스비와 전기료 비교(단위: 달러)



배터리 가격이 향후 수년간 계속 떨어져 에너지 절약 비용은 더 커질 것으로 내다봤다.

절약 정도는 지역별로 천차만별이다.

워싱턴주의 경우 자동차 수명을 15년으로 계산하면 전기 자동차가 개솔린 자동차보다 총 1만4,480달러의 에너지를 절약할 수 있다. 또 개솔린과 전기를 혼합해 사용하는 하이브리드 엔진을 사용하면 최저 2,494달러의 에너지 비용을 절약한다.

물론 절약의 차이는 지역마다 다르다. 지난해 예를 들면 서부 지역의 평균 개솔린 가격은 멕시코만 연안 지역보다 46센트 더 높다.

MPGe 대 MPG

미국 환경보호청(EPA)에 따르면 미국에서 2020년 판매된 새 자동차의 경우 갤런당 평균 25.7마일 주행이 가능하다. 100마일 주행에 3.9 갤런의 개솔린을 사용한다.

내연 엔진 자동차의 주행당 연료 소모량을 MPG(갤런당 주행 거리, Mile Per Gallon)로 표시하지만 전기 자동차는 효율을 MPGe(갤런당 주행 거리 환산치, Mile Per Gallon equivalent)로 나타낸다. EPA는 지난 2000년대 초반부터 개솔린 엔진의 갤런 당 주행거리를 전기로 환산해 표시하는 MPGe를 사용하기 시작했다.

EPA 공식에 따르면 개솔린 1 갤런

은 33.7킬로와트-h(kWh)와 동일하다. 1갤런 개솔린은 그만큼의 전기와 맞먹는다는 말이다.

2022년 모델 전기 자동차의 평균 MPGe는 대략 97이다(97 MPGe). 따라서 이론적으로 100마일을 달리는데 필요한 전기는 33.7kWh라는 것이다. 개솔린 3.9갤런으로 100마일을 달린다면 개솔린 1갤런 분량의 전기만 있다면 100마일을 거뜬히 달릴 수 있다는 말이다. 주행 효율이 4배나 높다.

앞으로 배터리 기술이 더욱 발전될 것이므로 효율성은 이보다 훨씬 높게 나타날 것으로 전문가들은 예측하고 있다.

존 김 기자 john@usmetronews.com

광고 (562)538-8581
contact@usmetronews.com

“뚱뚱뚱” 미국선 세 번 두드리며 “knock on the wood”



김연신의
천 냥 빚을 갚아주는
영어 한마디

미국 사람들도 의외로 미신을 많이 믿는다. 평균적으로 한국이 자살한 미신이 더 많다는 느낌이 들지만 미국인들도 네잎클로버 행운(four-leaf clover), 거울이 깨지면 불행(breaking a mirror is bad luck), 13일의 금요일(Friday the 13th) 등 꽤 많은 미신을 믿는다. 미국인들이 일상생활에서 자주 쓰는 미신적인 영어 표현과 풍습을 알아보자.

knock on the wood는 일종의 액막이 표현인데 미래의 소망이나 여태까지 재수가 좋았다는 말을 해놓고 괜히 입초사를 떤 게 아닐까 걱정이 되면 액막이와 행운 기원 의미로 주변에 나무로 된 물건(탁자, 의자, 문, 가

구 등)을 찾아 노크하듯이 세 번 두드리며 “knock on the wood”라고 말한다. I haven't got COVID yet, knock on the wood. (나 아직까지 코로나 안 걸렸어, 앞으로도 계속 그랬으면 좋겠다.)

한국에서 괜한 쓸데없는 입방정이나 부정적인 입초사를 떨고 취소하는 의미로 “뚱뚱뚱” 하는 경우가 있다면 미국에서는 일이 잘 되고 있고 앞으로도 계속 재수 좋기를 바란다면 그냥 가만히 있으면 되는데 그걸 굳이 입 밖으로 내서 부정을 탈까 봐 걱정이 되니 knock on the wood라고 말하는 것이다.

knock on the wood는 19세기부터 관용구가 됐는데 고대 켈틱/켈틱(Celtic) 문화의 나무에 신성한 기운이 있다고 믿는 풍습에서 시작됐다는 의견이 있다. 예수가 못에 박힌 십자가가 나무이고 거기서 시작된 기독교 관습이라는 설도 유력하다. 19세기 영국에서 아이들이 술래잡기(tag play)를 할 때 도망가는 사람이 나무에 몸이 닿으면 술래가 잡을 수 없는 “보호” 규칙(immune)에서 시작됐다는 해석도 있다.

미국 사람들이 양손의 엄지와 중지를 꼬아 보이며 “fingers crossed”라고 말하면(함께 눈을 질끈 감기도 한다) “행운을 빈다(good luck), 주의 은총이 함께 하길...”이라는 의미다. I'll keep my fingers crossed for you. (당신에게 행운을 빌어요.=Good Luck!) Keep your fingers crossed for me. (나에게 행운을 빌어줘요.=Wish me luck!) fingers crossed는 손가락으로 십자가와 비슷한 모양을 만들어 고대 기독교인들이 서로를 알아보는 비밀 사인에서 시작되어 16세기부터 영국에서 십자가의 의미로 사용됐다는 어원 해석이 있다. 이모티콘으로 많이 쓴다.

토끼 뒷발 Rabbit's foot 을 부적(amulet, lucky charm)으로 갖고 다니는 풍습도 특이하다. 공동묘지 등 특정 장소에서 보름달이 뜬 날이나 13일의 금요일 등 특정 날짜에 토끼를 사냥해 토끼의 뒷발을 잘라 부적으로 간직하면 행운이 있다는 18~19세기 미국 흑인 노예들의 풍습(hoodoo)에서 시작된 표현이다. 이제는 진짜 토끼 뒷발 부적은 거의 없지만 아직도 토끼 발 모양의 열쇠고리나 핸

드폰 고리는 쉽게 볼 수 있다.

약용 허브인 세이지(sage)를 말려 작은 묶음을 만들어 향처럼 태우는 세이지 버닝(sage burning) 풍습도 있다. 미대륙 원주민 문화에서 시작된 풍습으로 부정적인 에너지가 있는 공간에서 세이지를 태우면 정화된다고 믿는다. 식료품점에 가면 마른 세이지 묶음을 파는 것을 쉽게 볼 수 있다. 새로 이사한 집이나 특정 공간을 새로운 에너지로 정화하고 싶거나 기분전환이 필요할 때 세이지를 태운다. 세이지는 라틴어로 샬비어/살비아 salvia라고 부르기도 하며 ‘현명하다, 건강하다’라는 원뜻에서 알 수 있듯이 미국인들은 세이지를 건강 기능이 있는 좋은 식물로 여긴다.

김연신
UCLA 정치학 전공TESOL 부전공 / 라디오 코리아. 미주 한국일보 기자 / 영어 관련 블로그, 소셜미디어 그룹 운영.
▶블로그 <https://m.blog.naver.com/PostList.naver?blogId=milesmiles0803>

한인타운 포함 34지구 재도전 데이빗 김

17면에서 계속
7년 전부터 풍으로 고생하지만 항상 자식 걱정이 앞서는 전형적인 이민 1세 보수 아버지라고 그는 전했다. 김 후보는 “목회를 하면서 신앙으로, 선교로 집에 머무르는 시간이 없으셨다”면서 “햄버거숍 종업원으로, 우체국, 경비원, 봉제공장 등등 2중 3중 잡을 뛰시면서도 성경 말씀대로 가난하고 배고픈 한인들을 위해 항상 구휼에 전념하신 부모님이 자랑스럽다”고 말했다.

그는 “아버지의 치료비 부채에서 브프라이밍의 타격, 학비 융자 등으로 의사인 형이나 나나 모두 갚을 돈이 많다”면서도 “굴하지 않고 항상 깨끗하게 살 수 있도록 모범을 보이신 부모님께 감사한다”고 전했다.

정치적 성장기
그는 6학년부터 12학년까지 반장 선거에서 이겼고 UC 버클리 재학 시절 학생 상원의원으로도 활약했다.

1학년 때 대학원까지 합해 3만여 학생들을 대표하는 UC버클리 상원의원 20명 선거에 출마했지만 100명 중 26위로 아깝게 탈락했다. 이후 3학년 때 재도전해 6위로 상

원에 입성하며 일찌감치 정계 진출의 가능성을 증명했다.

뉴욕의 유대인 명문 예시바 대학의 벤자민 카도조 법대에 진학하면서 학생회의 잘못된 자금 운영을 바로잡기 위해 학생회장에 출마했다. 그는 학생 80%가 유대인 학교에서 최초의 비 유대인 학생회장에 당선되는 이번의 주인공으로도 기록됐다.

김 후보는 “상대 유대인 후보는 전통적으로 유대인 회장의 대를 한인에게 빼앗기면 안 된다며 지지를 호소했지만 결과는 나의 2대 1의 압도적 승리였다”고 전했다.

캘리포니아 변호사 시험을 기다리며 6개월간 LA 카운티 보조 검사로 일했다. 하지만 그는 “이건 아닌 것 같다”는 생각에 노동법 변호사로 전환했고 잠시 할리웃 연예인 전문 변호사로 일하며 한국 아이들 그룹 원더걸스의 미국 계약도 성사 시키기도 했다.

지금은 이민법 법정 소송 전담 변호사로 자리를 옮겨 추방에 몰린 이민자들을 대변하는 법정 재판 변호사로 일하고 있다. 선거 캠페인에 전념하느라 변호사 일을 중단하고 있지만 간혹 도움의 손길이 필요할 때면 이민 법정에 서서 이민

자들을 대변해주기도 한다고 그는 설명했다.

선거 정책
데이빗 김 후보는 이민 1세들의 50%에 달하는 34지구에는 아직도 1세들의 권익을 위한 당면 과제들이 수두룩하다고 밝혔다.

우선 수만의 노숙자가 다운타운과 한인타운에 몰려 있지만 어느 정치인도 이렇다 할 해결책을 내놓지 못하고 있다. 그는 이 문제에 대해 진지한 해결책을 고심 중이다. 또 이민자가 많아 복지에 취약하다. 빈곤과 건강 보험 미가입 등 건강한 가족 형성에 나쁜 영향을 줄 수 있다. 한인뿐 아니라 지역구 내 모든 주민들이 직면한 오래된 문제다.

학자금 대출 문제가 심각하다. 한인사회 2~3세들의 상당수가 월급으로는 이를 감당하지 못하고 있다. 연방 정부의 리소스가 한인타운에는 부족하다. 캘리포니아는 한국어 서비스가 가능하지만 아직 연방 정부 차원의 지원은 없는 상태다. 이런 리소스를 확보해 전국에 한인 청소년 센터와 시니어 복지 시설 유치에 적극 나설 예정이다.

그는 “확실한 비전과 목표로 선거에서 반드시 이길 것”이라며 한인들의 적극적인 지원과 후원을 호소했다. 김정섭 기자

주택 다운페이

14면에서 계속
시민권 여부
영주권이나 합법 체류 신분의 비영주권도 신청할 수 있다. 비영주권자라면 대부분 미국에서 일할 수 있는 소셜시큐리티 번호가 있어야 한다.

대출금 한계
지역에 따라 다르다. 카운티 별로 또는 대도시 별로 최대 대출 가능한 금액이 다를 수 있다. 일반적으로 생활비가 낮은 지역의 단독주택은 42만680달러까지이지만 생활비가 비싼 대도시 지역은 97만800달러까지 가능하다. 알래스카, 하와이, 괌, 버진아일랜드

드는 더 높은 금액까지 대출받을 수 있다. 단독 주택은 145만6,200달러, 다세대 주택은 더 높다.

모기지 인슈런스
대출을 받았다가 모기지를 갚지 못하는 경우가 있다. 이런 경우에 대비한 보험이 모기지 인슈런스다. 다운페이먼트를 20% 이상 한다면 모기지 인슈런스가 필요치 않다. 하지만 FHA론은 다운페이먼트가 낮아 대부분 가입해야 한다.

모기지 인슈런스 보험료를 선금으로 낸다면 총 대출 금액의 1.75%다. 또는 매년 월 페이먼트로 보험료를 낼 수도 있다. 대출 금액 정도, 모기지 기간, 대출-대-값잡 비율에 따라 보험료는 다르다. 김정섭 기자

메디케어 혜택

9면에서 계속
극민자로 메디칼(메디케이드) 자격이 된다면 근로 기록이 없어도 벌금 없이 언제라도 메디케어에 가입할 수 있다. 비용은 모두 주 정부에서 부담한다.

파트 B는 근로 기록에 관계없이 보험료를 내고(2022년 표준 보험료 170.10달러) 가입할 수 있다. 또 파트

B는 파트 A에 가입하지 않아도 독자적으로 가입할 수 있다. 그러나 파트 A를 돈 내고 구입했다면 파트 B도 함께 가입해야 한다.

처방전 플랜인 파트 D는 파트 A와 파트 B 중에 하나만 있어도 가입할 수 있다.

한인들이 많이 가입하는 메디케어 어드밴티지(파트 C) 보험은 파트 A와 파트 B를 모두 가지고 있어야 가입할 수 있다. 자넷김 기자



홍기자의 웰빙정보

잘먹고
잘살기

허브 꽃에서 추출한 향기의 놀라운 치유력

아로마테라피

향(Aroma)과 치료(Therapy)라는 말의 합성어인 아로마테라피(Aromatherapy)는 꽃이나 허브 등 식물에서 자연적으로 추출한 향을 이용해 인간의 신체와 정신을 건강하게 만드는 민간요법이다.

우리가 매일 사용하는 샴푸, 오일, 방향제, 양초 등 다양한 제품들이 아로마테라피의 원리를 이용해 만들어지기 때문에, 현대인들은 일상에서 다양한 종류의 아로마테라피를 경험하고 있다고 하겠다. 숙면에 도움을 주는 라벤더 향의 필로우미스트, 머리를 맑게 해주는 유칼립투스 향초 등이 그 좋은 예다.

아로마테라피는 고대로부터 사용되어 왔지만, 최근 후각과 향에 대한 연구를 통해 방향 효과가 이전에 예상했던 것보다 훨씬 크다는 것이 증명되면서, 기존 의료계의 보완대체요법으로 널리 이용되고 있다. 아로마테라피의 다양한 향과 효능, 사용 방법 등에 대해 자세히 알아본다.

아로마테라피의 원리

아로마테라피에 사용하는 식물의 향기는 후각신경을 통해 뇌에 자극을 줘 감정과 정서를 안정되게 한다. 후각의 신경은 식욕이나 성욕 등 원초적인 기능을 담당하는 대뇌변연계에 연결되어 있으며 소화기관이나 생식기관에도 영향을 준다. 또한 식물의 향은 인간의 뇌를 자극해 세로토닌을 분비시키는데 이는 스트레스 해소 및 진통 효과를 가지고 있다. 존스 홉킨스 대학 내 의학 전문 사이트(Johns Hopkins Medicine)에 따르면, 특정 에센셜 오일에서는 향생제보다도 더 뛰어난 항염 효과를 얻을 수 있다.

에센셜 오일

아로마테라피에서 사용하는 에센셜 오일은 방향성 식물의 꽃, 잎, 열매, 뿌리 등에서 추출한다. 수백 가지 종류의 에센셜 오일은 매우 강한 향을 갖고 있으며, 자외선이나 온도에도 민감해 주로 갈색이나 남색 등 어두운색 병에 담겨 있다. 향이 좋고 해서 향수처럼 직접 몸에 바르는

것은 금물이다.

에센셜 오일을 추출한 식물들은 자체 보호 역할을 하는 독성을 함유한다. 이 독성이 농축된 에센셜 오일은 유아나 임산부, 후각이 민감한 반려동물에게 향기만으로도 위험할 수도 있으니 사용이나 보관 시 주의가 요구된다.

사용 방법

호흡기를 통해 향으로 흡입하기도 하지만 마사지를 통해 피부로 흡수하기도 한다.

아로마테라피 샴에서는 일반적으로 에센셜 오일 몇 방울을 식물성 오일이나 마사지용 제품에 섞어 사용한다. 가정에서 사용하는 가장 흔한 방법은 에센셜 오일 전용 캔들을 사용해 방향 효과를 내거나 입욕 시 욕조에 한두 방울 떨어뜨려 향을 흡입하는 것이다.

허브와 식물의 향을 블렌딩해 만든 향초, 로션, 바디젤 등 다양한 아로마테라피 제품들은 사용하기 용이하지만 에센셜 오일에 비해서는 테라피 효과는 미비하다.

에센셜 오일을 구입할 때는 원산지를 확인하며 믿을 수 있는 브랜드에서 생산된 제품을 고르고 반드시 어두운색의 병에 담긴 것을 구입한다. 배스 앤 바디 워크스(Bath and Body Works)와 록시땅(L'occitane), 바디샵(Body Shop) 등 대표적인 바디 제품 브랜드들도 아로마테라피 라인을 따로 출시해 에센셜 오일과 샴푸, 바디 로션 등 다양한 제품들을 선보이고 있다.

향의 종류와 효능

▷라벤더: 라벤더 에센셜 오일은 티트리와 함께 가장 순한 에센셜 오일 중 하나다. 부교감 신경을 자극해 심박수를 감소시키는 등 진정 작용이 뛰어나며 불면증에 효과가 있어 침실용 미스트나 입욕 제품으로 많이 사용된다.

▷레몬: 건강하고 상큼한 레몬 향은 정신을 맑고 신선하게 유지해 주어 스트레스 완화에 좋다. 레몬 에센셜 오일을 사용한 미용 제품들은 피부의 각질을 제거해 주고, 피부염에 효과가 있다. 하지만 민감한 피부에



는 자극적일 수 있다.

▷유칼립투스: 상쾌한 향의 유칼립투스는 머리를 맑게 하고, 기분을 상승시킨다. 호흡기 기능을 강화시키는 효과가 있으며 비염 치료에도 도움을 준다. 또한 항바이러스 성분이 있어 감기와 기침, 천식, 폐결핵 등에 좋다.

▷자스민: 관능적인 향으로 알려

진 자스민은 에너지를 제공해 활력을 되찾게 해준다. 우울증이나 불안증, 무기력증 개선에 효과가 있으며 호르몬의 균형 유지 효과도 뛰어나다.

▷카모마일: 은은하게 상큼한 카모마일 향은 불면증이나 불안감 해소에 효과적이다. 피부를 탄력 있게 해주며

항염증 효과가 있어 알러지 피부 개선에도 효과가 좋다.

홍/서지은 기자

홍(서)지은 기자 약력

USC 동양학과 심리학 전공 / 라디오 서울·미주한국일보 기자/현공인회계사·슈퍼맘 / 소셜미디어·웰빙기사 다수 게재

칵테일로 술도 줄이고 추억도 쌓고...



나이가 들수록 주량이 줄어들고 알코올 도수가 낮아지게 마련이다. 다음날 감당이 안되기 때문이다. 세상에 건강한 음주법은 없을 것이다. 횡수를 줄이고 낮은 도수를 찾아 마시는 방법 이외에는...

약간의 술은 심장 건강에도 좋다고 한다.

미국인 '식이 가이드라인'에 따르면 술을 아예 마시지 않거나 부득이 술을 끊지 못하겠다면 남성은 하루 2잔 이하, 여성은 1잔 이하를 유지하라는 것이다. 평소 술을 마시지 않았다면 아예 마시지 않은 것이 좋다고 가이드라인은 강하게 말한다.

과음의 정의도 내려졌다.

여성은 한번의 술자리에서 4잔 이상, 남성은 5잔 이상이면 폭음이라고 봐야 하고 1주일에 여성 8잔 이상, 남성은 15잔 이상 마시면 지나친 음주로 분류된다.

그래서 잔에 대한 개념을 찾아봤다.

미국의 표준 음주는 순수 알코올 0.6 온스를 말한다. 순수 알코올 1.2 테이블 스푼 또는 14 그램 용량이다.

12온스 맥주(알코올 함량 5%, 작은 맥주 한병), 라거나 에일 맥주(7%) 8온스, 5온스 와인(12%), 1.5온스 80도(40%) 양주(진, 럼, 보드카, 위스키 등등)면 0.6온스의 알코올을 섭취하는 것이라고 한다.

우리가 흔히 말하는 한잔 술이다. 그 래도 마시고 싶다면 슬기로운 음주 생활이 필요하다.

친한 언론사 선배는 밤술보다 낮술을 즐긴

다. 점심 자리에는 뜨끈한 국밥에 '처음처럼' 소주 한병을 반주로 마신다. 술 하면 뒷걸음 친 적 없는 그 선배가 요즘 얼음에 섞어 술을 마신다. 역시 술에는 장사가 없는 가보다.

소주와 얼음. 희석주 소주에 얼음을 넣어 좀더 희석해 찬 맛과 함께 즐기는 것이다.

그래서 요즘 생 술 보다는 섞어 마시는 칵테일에 눈을 돌린다. 맥주에 소주나 양주 섞은 폭탄주를 말하는 것은 아니다.

은은하고 때로는 화려한 색깔로, 또는 기상천외한 갖가지 이름으로 술과 과일 주스, 음료와 섞어 마시는 서양식 '칵테일' 을 말이다.

우선 원샷이 부담스러워 원샷의 술버릇이 사라진다. 속도는 낼 수 있겠지만 마시는 술의 양이 훨씬 줄어든다.

예전 찬장에 아버지가 애지중지하시던 조니워커 위스키를 몰래 꺼내 콜라에 섞어 얼음과 함께 도독술을 마시곤 했다. 이것이 칵테일인지도 몰랐던 소시적 이야기다. 럼을 섞었다면 아마 '럼앤록' 이 됐을 것이다. 양주의 쓴맛과 독특한 알코올 냄새가 사라져 목넘김이 좋았다. 요즘도 가끔 럼에 콜라를 섞어 마신다. 육삼내 2~3잔을 마시지만 온몸에 취기가 돌아 더 이상의 음주를 삼가 하는 이중 효과도 누린다.

칵테일의 종류는 하늘의 별만큼이나 많다. 예부터 사랑을 받아오던 칵테일부터 바텐더나 호텔에서 각자 독특하게 제조한 것까지 종류가 무궁무진하다. 전문 웹사이트를 검색해 보면 공식 등록 칵테일이 약 72종류 그외 우후죽순 칵테일이 무려 400종이 넘는다고 한다.

물론 집에서 소주를 소재로 맛나게 만든 이름모를 혼합주도 칵테일에 들어갈터. 버번에 설탕등을 섞는 클래식 칵테일 올드패션드부터, 헤밍웨이가 사랑했다는 모히토, 그리고 럼과 라임주스 설탕을 넣어 슬러시로 즐기는 다이키리.

톰 크루즈 영화 '칵테일' 에 나와 유명세를 탔던 보드카 베이스 칵테일 섹스온더버치, 드라이진의 네그로니, 칵테일의 왕으로 불리는 드라이진과 베르무트의 합작품 마티니, 보드카의 더티 마티니, 파인애플이 들어간 프렌치 마티니 에스프레소 마티니, 칵테일의 여왕 위스키와 베르무트의 맨해튼 등등 헤아릴 수 없이 다양하고 많다.

내가 좋아하는 테킬라 베이스의 마가리타는 라임주스에 소금을 곁들인 대중적인 칵테일로 가볍게 마시기에 안성맞춤이다.

쿠바에서 잘나가는 모히토(럼과 라임, 탄산수, 설탕 배합), 집에서 간단히 만들어 마시는 보트카와 도마토, 레몬주스 섞어 셀러리를 띄운 불러디 메리, 샴페인과 오렌지 주스의 미모사, 럼과 라임주스 시럽을 섞은 마이타이, 노동자들이 스크루드라이버로 저어 마신다는 보드카와 오렌지의 스크루드라이브 등등.

칵테일은 나름 스토리가 있는 술이다. 유래서부터 누가 어떻게 만들어 얼마나 인기가 있는지 등. 다양하고 재미있는 내용들이 많다. 그리고 보면 내게도 스토리가 있었네. 절주에도 좋은 '럼앤록' 한잔 앞에 두고 옛 추억의 여행이 나 떠나야겠다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com





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



현재 전시회 중인 놀턴사이먼 미술관에서 보내온 전시장 내부

작가는 창작의 고통으로... 컬렉터는 작품을 세상으로

Paul Gauguin 과 Norton Simon Museum

놀턴 사이먼이 평생 모은 8,000여 점의 미술 소장품고갱 'The Swineherd' 11월 14일까지 전시

남가주의 많은 미술관 중에서 파사데나에 위치한 놀턴 사이먼 미술관(Norton Simon Museum)은 내가 좋아하는 곳이다. 다른 미술관에 비해서 규모는 방대하진 않지만 아담하게 꾸며진 현대식 건물과 모네의 정원을 연상케 하는 뒷뜰과 조각공원, 무엇보다도 실속있게 컬렉된 예술품들은 많은 볼거리를 갖게 한다.

20세기의 뛰어난 미술 수집가 중의 한 사람인 놀턴 사이먼(Norton Simon)은 일찌감치 사업에 강한 성향을 보여 부를 축적하였고, 시각예술이 인간 커뮤니케이션의 중요한 수단임을 판단하였다. 소통하는 예술의 힘을 믿었던 그의 삶의 철학은 약 30년의 기간 동안 인상파 및 근대 작품을 중심의 컬렉트로 이어졌고, 그 후에도 인디아 및 동남아시아 미술로도 소장 영역을 넓혔다. 그가 평생 모은 8,000여 점의 미술 소장품은 세계에서 가장 위대한 개인 미술 컬렉션 중 하나로 평가되고 있다.

현재 놀턴 사이먼 미술관에서는 LACMA의 특별 장기 대출(11월 13일 2019년~11월 14일 2022년)로 폴 고갱의 'The Swineherd' (1988)가 19세기 아트웍에서 전시되고 있다. 1886년과 1990년 사이 고갱은 파리를 떠나 잠시 프랑스 서부의 브리타니 지방에서 체류한 적이 있는데, 그 당시 지역사회에 몰입하면서 자연환경을 단순화한 표현력과 꿈결 같은 느낌을 주는 시각적 언어를 개발하였다.

전시되고 있는 작품은 그림 같은 포트아방(Port-Aven) 마을에서 돼지를 기르는 농부의 장면을 그린 것으로 목가적이며 평화로운 아름다움을 감상할 수 있다. 이 작품은 1955년 놀턴 사이먼의 7번째 중요한 컬렉션이었으나 이후 사이먼의 첫번째 부인에 의해 라크마(LACMA)에 선물로 기증이 되었다.

이번 전시회는 라크마의 관대함 덕분에 이 걸작과 함께 미술관 소장의 후기 인상파 관련 작품들이 재결합하여 만들어졌으며, 그 당시 작가들의 그림들도 함께 감상할 수 있다는 미술관의 설명이다.

우리에게 잘 알려진 폴 고갱(Paul Gauguin)은 후기 인상파의 화가 중 한 명으로 1900년대 초 상징주의 미술 운동에서 중요한 역할을 했다. 그의 그림에서 눈에 띄는 것은 대담한 색의 사용이다. 다소 원색적인 듯 하나 과장된 표현 방식이 차별화되어 원시주의 예술 운동의 초석이 되기도 하였다. 많은 후기 인상파 화가들 중에서도 '고갱 스타일' 이라고 불릴 만큼 그의 작품에서는 독특한 개성과 원시미를 동시에 느낄 수 있다.

1848년 파리에서 출생한 고갱은 태어나자마자 프랑스 혁명의 정치적 혼란기를 맞게 된다. 식구들 모두 페루의 리마로 이주하는 과정에서 부친은 심장병으로 여객선 안에서 사망하며, 1853년 다시 프랑스로 돌



- ❶ 고갱의 '우리는 어디서 왔으며, 우리는 무엇이며, 우리는 어디로 가는가'.
- ❷ The Swineherd, 1888, oil on canvas, LACMA, Gift of Lucille Ellis Simon and family in honor of the museum's twenty-fifth anniversary.
- ❸ 고갱의 '타히티의 여인'.

아울 때까지 고갱은 불행한 어린 시절을 리마에서 보내게 된다.

파리로 온 청년 고갱은 결혼과 함께 증권거래 사무실에서 비교적 경제적으로도 안정되어 인상파 작품들을 수집하기도 하였다. 1882년 평소 그림에 관심이 많았던 고갱은 증권사 직원을 그만두고 주위의 만류에도 불구하고 화가가 되기로 결심한다. 화가 카미유 피사로가 재능을 발견하고, 본격적으로 회화 연구소에서 그림 수업을 받은 그는 인상파 전이후의 주요 멤버가 되기도 한다.

30대 중반부터 화가가 되기 위해 모든 것들을 희생하며 스스로 어려운 삶을 선택하였으나, 그의 자신감 넘치는 솔직한 표현 방식은 오늘날의 마스터 '고갱' 을 기억하게 한다. 1891년 창작에 필요한 고독과 자유를 찾아 남태평양의 타히티섬에 2년

정도 체류하여 작품에 대한 영감을 찾고, '타히티 여인' 등 독특하고 과감한 색채가 돋보이는 60여 점의 회화와 조각작품을 완성한다.

파리로 돌아간 고갱은 생활에 정착하지 못하고 다시 타히티로 돌아가게 되는데, 그의 나이 55세에 매독의 재발로 건강 악화, 우울증과 자살 시도를 하며 고독한 죽음을 맞이하게 된다. 이 시기에도 붓을 놓지 않고 그린 그림이 바로 걸작 '우리는 어디서 왔으며, 우리는 무엇이며, 우리는 어디로 가는가' (375x139cm의 대작) 였다. 그의 작품은 사후 오랜 시간을 지나야 작품의 가치를 인정 받고 세상에 존재감을 나타냈으며, 파란만장했던 고갱의 인생을 소재로 다룬 소설 '달과 육펜스' 는 작가 서머셋홈에 의해 1919년 발표되기도 했다.

작가와 컬렉터는 예술의 완성도를 위한 불가분의 관계에 있다. 훌륭한 예술품을 제작하는 창작의 고통과 함께 작가에게는 그들의 작품들을 세상 밖으로 끌어내는 데 컬렉터의 조력이 필요하며, 컬렉터 역시 예술의 가치가 삶의 소통과 힘을 믿는 소신이 있어야 가능한 일이라 생각된다.

각기 분야는 다르지만 인간의 존재성에 대한 근원적 물음을 던지며 자신의 열정을 불태웠던 작가 고갱과 비범한 그의 비즈니스 업적과 동일한 미술품 수집가로서의 놀턴 사이먼.

사후에도 우리가 그들을 기억하며 감사할 수 있음은, 예술에 대한 깊은 사랑과 가치에 대한 그들의 노력과 예술만이 가질 수 있는 무한한 힘의 아름다운 결합이라 생각된다.

미술로 풀어내는 인종 화합 메시지

4.29 LA 폭동 30주년 한·흑 특별 교류전 Peace Together 콜라보 전시회

갈등의 불씨 없애고 이해하는 발판 되기를
당시 비극 잊지 말고 밝은 미래 만들기로

올해는 4.29 LA 폭동이 발생한 지 30년이 되는 해이다. 개인적으로 4.29 폭동을 겪은 경험자로서 그날의 사건은 잊지 못할 남가주 한인 커뮤니티의 비극으로 역사의 한켠에 남아 있음을 안다.

1992년 당시 나는 타운내의 앤드류사이어 화랑에서 개인전을 하고 있었다. 전시회 오프닝을 마치고 잠시 여행을 다녀 돌아오는 길에 폭도들의 소식을 차 안에서 접하게 되었고, 집으로 돌아오는 길은 공포의 두려움에 떨어야 했던 암울한 기억이 지금도 생생하다. 마치 전시를 방불케 하는 불안한 나날을 보내면서, 진행하던 전시회도 당연히 중단되었다.

모두가 하나되는 마음으로 난관을 극복하는데 힘을 모았고, 화가인 나는 그림대신 밤새도록 태극기 100여장을 만들어 갤리에 참가하는 사람들에게 나누어 주기도 했다. 모든 이들의 정성으로 다시 한인 커뮤니티가 제 자리를 찾았지만 그때 남았던 상처의 기억은 쉽게 지워지지 않을 것 같다. 복잡한 인종 갈등의 불씨가 번져서 폭동으로 커져 버린 사건이 일어난 지 30년이 된 지금에도 많은 단체에서는 ‘그날’을 기념하며, 위로와 미래의 화합을 위한 행사들이 열리고 있다.

남가주 문화계에서도 LA 한국문화원(KCCLA/원장 정상원)은 남가주 한인 미술가 협회(KAASC/양민숙)와 흑인 예술 단체인 블랙 아티스트인 LA(BAILA/릴리 버나드)와 함께 ‘피닉스 프로젝트: 1992년부터 이어지는 대화’ (The Phoenix Project: Continuing the Dialogue from 1992) 라는 제목으로 합동 전시회를 개최한다.

지난달 22일 부터 시작된 전시회



O'say Can U See 2022.

의 개막식에는 판소리 서연운, 북반주의 박춘희, 레퍼 H.E.Z.Y씨 등의 공연과 함께 한·흑작가 60여명이 참석하여 성황을 이뤘다. 우선한 인작가와 흑인작가 각각 30명은 4.29를 주제로 유화를 비롯 드로잉, 사진, 믹스미디어, 설치작품 등 개성이 강한 다양한 작품들을 선보인다. 또한 한인작가 15명과 흑인작가 15명이 공동으로 참여하여 문화원에서 제공한 30개의 10x10 인치 캔버스에 작업한 콜라보 모자이크 작품도 이번 전시를 통해 만나 볼 수 있다.

LA 한국문화원 정상원 문화원장은 “이번 특별 전시는 1992년 4월 29일 로스엔젤레스에서 일어났던 불행했던 사건과 관련하여 한국계와 아프리카계 미국인 예술가들의 대화를 지속하는데 초점을 맞추고 있습니다.”

1992년 이후 지난 30년이라는 세월을 돌아보고, 예술을 매개체로서의 문화를 이해하고, 나누고, 인정함으로써 치유와 화합을 이루고, 더 나아가 커뮤니티 간에 조화와 균형을 통해 더 나은 LA로 성장할 수 있을 것을 기대합니다” 라고 전시회 취지를 설명했다.

한인 참여작가는 장사한, 조현숙, 장제인, 조민, 최윤정, 한옥가, 흥한나, 데이비드장, 전미영, 정은실, 정인옥, 주선희, 전종무, 김진실, 김소문, 김성일, 박윤정, 김영식, 이정미, 이나경, 이승규, 이상훈, 남궁경, 오지영, 미셸오, 백혜란, 박혜숙, 박지현, 애스터십, 양민숙 이며, 흑인 커뮤니티에서는 릴리 버나드, 샤론 바네스 등을 포함한 30명의 작가가 대거 참여 했다. 또한, 전시기간인 5월 6일(금) 오후 7-9시에는 이번 전시의 참여 작가들과 함께하는 ‘아티



문화원 전시장 내부.



artwork by Duane Paul.



Land of hope.



Miyoung Jeon.

스트록’ 행사도 예정되어 있다. 이번 전시회는 5월 20일까지 진행되며, 자세한 문의는 전시담당 태미조 (323)936-3014에게 하면 된다. 4.29와 연계해서 마련된 타운 내의 또 다른 전시회는 갤러리 두아

르페(수잔황)와 갤러리 웨스턴(이정희)이 공동 개최하는 특별전 “Peace Together”가 4월 29일부터 5월 7일까지 동시에 열린다. 4.29 당시의 귀한 기록 사진과 동영상등 소중한 역사의 증거들이 재현 되는 전

시화로 생생한 현장사진들을 볼 수 있으며, 19명의 작가들이 참여 한다. 갤러리 두아르페 4556 council St. LA/갤러리 웨스턴 210 N. Western Ave #201LA

로컬

열정의 시니어들이 펼친 '화려한' 전시회

제1회 시니어 미술 공모전 출품작 전시

한인타운 리앤리 갤러리서 1주간 펼쳐져 추억의 사연들이 어우른 최초의 출품 전

지난달 말 LA 한인타운 월셔가의 '리앤리 갤러리'에서 '나의 소중한 순간들'을 주제로 열린 제1회 시니어 미술 공모전 출품작 전시회는 인생 2막을 맞은 시니어들의 '화려한 외출'이라는 표현이 딱 맞는 것 같다.

대상부터 입선작 그리고 격려작 등 공모전에 출품된 대부분의 작품들이 각자의 사연과 색채를 뽐내며 축하객들을 맞았다. 일부 작품은 출품자의 뜻에 따라 전시를 하지 못한 것이 아쉽기는 하지만 그래도 시상 여부에 관계없이 전시에 협조해준 참가자들의 열정이 돋보인 리앤리 갤러리의 색다른 전시회였다.

참가자들은 "전문화랑에서 전시할 수 있는 기회가 어디 있겠느냐"며 시니어들의 숨겨진 재능을 발굴해 주고 또 전시 기회까지 제공해준 '리앤리 갤러리'에 감사했다.

아들딸, 손자 손녀, 형제자매, 친구 지인, 첫번째 열린 시니어 미술 공모전에 호기심을 가진 관람객들이 출품작에 묻어나는 아마추어 시니어들의 인생 연륜을 박수로 화답했다.

화려하지 않지만 대화가 있고, 무한한 가능성이 엿보이는 작품들이 저마다의 애뜻한 사연을 담아 관람객과 무언의 인사를 나눴다.

미술전을 주최했고 또 출품작 전시회도 마련해준 리앤리 갤러리의 아그네스 김 대표는 "전시회에 대한

열정과 관심이 이렇게 뜨거울지 몰랐다"면서 "매일 갤러리 오픈 시간 한 시간 전부터 찾아 왔던 많은 한인분들의 관심에 감사한다"고 전했다.

취미로 그리는 시니어들의 작품이 어떤 것일까, 나도 이 정도는 그리지 않을까, 혹은 부러움을 내비치는 한인들의 표정에 그는 "책임감까지 느낀다"면서 "즐거워하는 시니어들이 모습을 대할 때면 잘했다 싶은 마음에 뿌듯하다"고 소감을 밝혔다.

요즘 시니어들은 음악으로 춤으로 글로 또는 그림으로 그동안 숨겨졌던 끼(?)를 발산하며 찾아오는 노년에 당당히 맞서고 있다.

전시회를 찾은 한 한인인은 "내친김에 다양한 분야의 시니어 경연대회를 개최해 달라"고 본보에 부탁하기도 했다.

이제 더 이상 뒷방 노인은 싫다. 자녀들 키우느라, 아메리칸 꿈을 향해 정신없이 달려왔던 지난날을 뒤로한 채 나만의 건전하고 건강한 인생 2막의 새 장을 위한 시니어들의 새로운 각오가 엿보였다.

코리아타운 시니어 센터에서 시니어 미술 강좌를 담당하는 양민석 남가주 미술가협회 회장은 전시회 오프닝 리셉션에서 "그림에 대한 뜨거운 열정과 재능에 놀랐다"며 격려했다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com



출품작 이외의 작품을 추가로 전시하는 기회도 제공됐다. 관람객들이 주제와 관계 없이 출품한 추가 작품들을 감상하고 있다.

어버이날 맞이 시니어 건강 세미나 성황

서울메디컬, 노인회 휴마나 공동 주최

어버이날을 앞두고 서울 메디칼 그룹(회장 차민영)과 재미 한국노인회(회장 박건우), 미국 대형 메디케어 보험회사 휴마나가 공동 개최한 건강 세미나가 지난 23일 동양선교교회에서 성황리에 개최됐다.

이날 행사에는 저스틴 림 노인병 전문의가 한인 시니어들의 건강한 생활과 건강 관리에 대해 상세하고 유익한 정보를 제공했다.

특히 세미나 후 퀴즈를 통한 탁상 시계와 책상시계가 선물로 제공됐다. 또 서울메디컬 그룹과 휴마나는 참가자에게 떡 등 다채로운 선물을 나눠주고도 했다.

행사를 준비한 박건우 재미 한국 노인회장은 "아직 완전히 가시지



서울메디컬 그룹과 재미한국노인회, 휴마나 보험사가 공동 주최한 어버이날 맞이 건강 세미나에서 저스틴 림 내과의가 시니어 건강 관리에 대해 설명하고 있다.

(길버트리 기자 제공)

않은 코로나 위축된 한인 노인들에게 서울 메디컬 그룹과 휴마나의 지속적인 지원이 큰 힘이 되고 있다"며 고마움을 전했다.

행사장 방역 수칙 때문에 100명 참석자 제한되면서 입장을 하지 못한 많은 시니어들이 밖에서 대기하

는 등 한인들의 큰 호응으로 성황을 이루기도 했다.

이날 행사에는 특히 메디케어 전문 에이전트 이정인 씨 등 한인사회 보험 에이전트도 참석해 한인들의 메디케어 궁금증을 풀어주기도 했다.

임창정 콘서트

6월 4일 페창가 리조트

인기 가수 임창정이 오는 6월 4일(토) 오후 6시 페창가리조트 카지노의 최신 대형 공연장인 페창가 서밋에서 단독 라이브 콘서트를 연다.

임창정은 연기와 노래, 예능까지 모든 영역에서 최고로 손꼽

히는 원조 만능 엔터테이너다. <소중한전>, <내가 저지른 사랑>, <그때 또다시>, <이미 나에게로>, <또 다시 사랑> 등 특유의 감성과 가창법이 돋보이는 '임창정식 발라드'의 애뜻한 무대가 펼쳐진다.

페창가는 오랜만에 남가주를 찾는 그의 무대에 벌써부터 기대가 고조되고 있다면서 "티켓 조기 매진이 예상된다"고 말했다.

콘서트 티켓 가격은 80달러부터



시작되며 예약은 714-443-3500 또는 온라인 koreanconcert.net 으로 가능하다.



송윤순 씨가 자녀와 손자·손녀의 축하를 받으며 기념 촬영을 하고 있다.

직원 수준, 청소 상태, 여가 프로그램 등등 살펴야

medicare.gov/care-compare로 비교 가능
다양한 정부 웹사이트 통해 정보 수집
탐문하고 직접 방문해 꼼꼼히 점검

양로 시설 선택은 주택을 고르는 것보다 더 중요하다. 사랑하는 배우자 또는 부모가 남은 여생을 보내야 하는 매우 중요한 장소이기 때문이다. 미국 도시 곳곳에 많은 양로 시설이 운영된다. 전문가들은 이름만으로 입원 여부를 결정하면 안 된다고 말한다. 직접 방문하고 믿고 맡길 수 있는 적합한 곳인가를 꼼꼼히 챙겨 결정해야 한다는 것이다.

개인 집에서 돌봐주는 홈-베이스 케어, 또는 여러 사람이 거주하는 양로원 같은 커뮤니티-베이스 케어를 선택할지, 청소 상태나 음식 서비스, 일상 여흥 프로그램 유무 등등 고려해야 할 부분들이 많다.

평생을 지내는 시설이 필요한지 아니면 수술 후 회복을 위해 잠시 머물 곳인지에 따라 점검해야 할 것들이 달라질 수 있다.

브라운 공공 보건 대학의 빈스 모어 교수는 “병원 퇴원 후 회복을 위해 또는 뇌졸중 또는 골반 뼈 골절을 위한 집중 관리의 경우는 장기간 입원 시설 선택할 때와는 고려해야 할 부분이 다를 것”이라고 조언했다.

우선 연방정부가 운영하는 www.medicare.gov/care-compare/를 통해 의료 시설에 대한 평가를 확인한다.

‘메디케어 메디케이드 서비스 센터’(CMS)가 운영하는 웹사이트로 병원으로부터 의사, 양로시설, 홈-베이스 케어 시설, 재활 병원 등등 연방정부 메디케어를 받는 모든 미국 내 의료 시설에 대한 평가를 볼 수 있다.

홈페이지에 접속해 원하는 지역의 우편번호를 입력하거나 시설 이름과 종류 등을 입력하면 관련 정보들이 지도와 함께 나온다. 원하는 시설을 클릭하면 시설에 대한 관리, 서비스, 평점과 환자들의 평가 점수까지 확인해 볼 수 있다.

원하는 시설이 있다고 해서 모두 입원이 가능한 것은 아니다. 시설에

입원할 수 있는 자리가 있어야 가능하다. 앞서 설명한 대로 단기 입원과 장기 입원은 다를 수 있다.

모어 교수는 “수술 후 좋은 회복에 적합한 최고의 시설이라고 해도 장기 간병에도 최고라고 할 수는 없을 것”이라고 말했다.

사전 조사하기

양로원은 연방 정부의 규정을 따른다. 따라서 정부 감독을 더 많이 받게 되고 시설마다 연방 정부에 보고를 해야 한다. 이 보고서를 기초로 CMS는 웹사이트에 비교 자료를 공개한다. 이곳에 올려진 정보는 시설 자체 보고서도 있고 주요 요소를 고려해 점수로 환산한 것도 있다. 또 일부는 정부 조사원들의 방문 조사 결과도 올라와 있다.

전문가들은 CMS 비교 사이트를 통해 직원 수준과 감염 관리와 같은 주요 요인들을 파악하라고 권장했다. 특히 이 사이트에는 팬더믹을 지나면서 입원 환자와 직원 백신 접종 상태, 사망 자료를 포함한 다양한 정보도 추가돼 있다.

USA 투데이나 ‘프로퍼블리카’와 같은 독립 언론도 웹사이트를 통해 양로원 가이드를 제공하고 있다. 지역 노인 단체나 주정부 보건국에서도 시설에 대한 데이터를 온라인에 공개하고 있다. 또 각 주에서 환자와 시설의 교량 역할을 해주는 읍부스맨 역시 시설에 대한 다양한 정보를 공유한다.

그런데 온라인으로 양로 시설을 찾을 때 주의해야 할 점이 있다. 일부 시니어 관련 단체의 웹사이트에 올려진 정보는 회원 업체에 대한 호의적인 내용이 많아 실제와는 다른 경우가 있다. 따라서 꼭 사전 방문으로 확인하는 것이 중요하다.

탐문한다

직접 찾아보는 것도 좋지만 주변의 평가를 들어보는 것도 좋다.

교회 또는 이미 해당 시설과 인연이 있던 가족이나 당사자로부터 의견을 수렴하는 방법이다. 요즘 인터넷 시설이라고 하지만 온라인에 올



라온 시설 정보는 업데이트가 안돼 있는 경우가 많다.

해당 시설에 대해 잘 아는 지인이나 지인을 통해 탐문한다.

CMS가 올려 놓은 별점 평점과 검사 결과표가 시설에 대한 모든 정보라고 보기는 어렵다. 평점이 낮고 검사로 인한 경고장을 받았다면 더 심각한 문제가 있을 수 있다.

직접 방문하기

백문이 불여 일견이다.

온라인으로 사전 점검하고 또 주변의 경험담과 의견을 종합한 후 마지막으로 방문하는 것이다.

요즘 팬더믹으로 방문이 매우 제한적이기는 하지만 점차 풀리고 있는 상태다.

가족들이 양로 시설을 방문할 때 듣고 보는 것 모두 세심하게 관찰해야 한다. 입원 환자들이 도움을 청하는지, 직원 평가표가 공지되는지, 직원들이 환자들을 어떻게 돌보는 지 등등.

가구가 잘 정돈되고 고급스럽다고 좋은 곳은 아니다. 이런 부분 보다는 작은 세부 사항에도 신경을 써야 한다.

입원 환자들의 미용 서비스가 잘 되고 있는지, 환자들의 표정이 편안해 보이는지도 살펴야 한다. 입원 환자들이 먹는 음식, 특히 직원들이 환자들을 이름으로 구분하는지 등 직원들과 환자의 관계와 직원들이 환자를 대하는 태도도 살펴야 한다.

가족들의 방문 가능 시간도 중요하다. 만약 가족 방문시간이 제한돼

있다면 일단 경계해 볼 필요는 있다. 비용도 생각해야 한다.

켄워스 설문 조사에 따르면 2021년 미국 양로원의 독방 중간가격은 월 9,034달러다.

극빈자 지원 메디케이드(메디칼)이 없는 메디케어 환자는 1년 최대 100일까지만 양로병원에 입원할 수 있다. 이후 비용은 환자가 모두 지불해야 한다.

존김기자

Lic#9199095

**소셜연금
메디케어
건강보험
은퇴플랜**

무료

“안내해 드립니다”

김정섭

Wilshire4525@hotmail.com
(323)620-6717

운동·식생활·수면·학습·인간관계·외상주의



김동희의
세상보기

시더스 사이나이 암센터
수석 코디네이터

치매 예방 6가지 방법

한인들을 대상으로 암 예방교육을 하다보면 종종 치매에 관한 질문을 받을 때가 있다. 암 발생 위험률을 낮추고 싶어서 강의를 들었는데, 암에 대한 두려움이 줄어들어 이제 치매가 걱정된다는 분들이다. 암과 치매는 두 질병 모두 '나이'가 위험요소 중 하나라는 점에서는 닮았다. 나이가 들수록 발병 위험이 높아지는 경향이 있는 병이다.

치매(Dementia)란 후천적 뇌손상으로 기억, 언어, 판단력 등 전반적인 인지기능에 장애가 생기는 증상을 칭하는 포괄적인 개념이다. 전문가들은 치매의 원인 질환으로는 80~90가지를 꼽는다. 이 중에서 가장 대표적인 것이 알츠하이머병(Alzheimer's disease)이다.

일반적으로 전체 치매 환자의 60~80%는 알츠하이머병이 원인인 것으로 알려지며, 뇌졸중 후 발생하는 혈관성 치매는 약 10~15%, 알츠하이머와 혈관성 치매가 동시에 발생하는 경우는 약 15%인 것으로 보고 있다.

그렇다면 알츠하이머병은 왜 발생할까. 결론만 말하면 아직 정확히 밝혀지지 않았다. 발생 이후 악화되는데 까지 3~30년으로 전망할 정도로 점진적으로 진행되는 것이 특징이다. 때로 치매는 발생 이유가 명확하지 않기 때

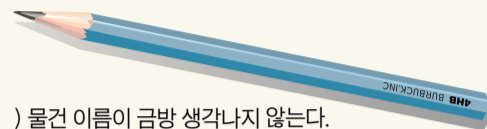
치매 체크리스트 20개

다음 중 최근 6개월간의 해당 사항에 표시하십시오.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 어떤 일이 언제 일어났는지 기억하지 못할 때가 있다. | <input type="checkbox"/> 물건 이름이 금방 생각나지 않는다. |
| <input type="checkbox"/> 며칠 전에 들었던 이야기를 잊는다. | <input type="checkbox"/> 개인적인 편지나 사무적인 편지를 쓰기 힘들다. |
| <input type="checkbox"/> 반복되는 일상 생활에 변화가 생겼을 때 금방 적응하기가 힘들다. | <input type="checkbox"/> 갈수록 말수가 감소되는 경향이 있다. |
| <input type="checkbox"/> 배우자 생일·결혼 기념일 등 중요한 사항을 잊을 때가 있다. | <input type="checkbox"/> 신문·잡지를 읽을 때 줄거리를 파악하지 못한다. |
| <input type="checkbox"/> 어떤 일을 하고도 잊어버려 다시 반복한 적이 있다. | <input type="checkbox"/> 책을 읽을 때 같은 문장을 여러 번 읽어야 이해가 된다. |
| <input type="checkbox"/> 약속을 하고 잊은 때가 있다. | <input type="checkbox"/> 전에 가본 장소를 기억하지 못한다. |
| <input type="checkbox"/> 이야기 도중 방금 자기가 무슨 이야기를 하고 있었는지를 잊을 때가 있다. | <input type="checkbox"/> 길을 잃거나 헤맨 적이 있다. |
| <input type="checkbox"/> 약 먹는 시간을 놓치기도 한다. | <input type="checkbox"/> 계산 능력이 떨어졌다. |
| <input type="checkbox"/> 하고 싶은 말이나 표현이 금방 떠오르지 않는다. | <input type="checkbox"/> 돈 관리를 하는 데 실수가 있다. |
| | <input type="checkbox"/> 과거에 쓰던 기구 사용이 서툴러졌다. |

* 이 설문지는 환자를 잘 아는 보호자가 작성하는 설문지로 20개 중 10개 이상이면 치매 가능성이 높습니다. 전문의와 상담하시길 권합니다.

자료출처: 삼성서울병원 건강칼럼



문에 흔히들 예방할 수 없다고 생각 한다. 하지만 전문가들은 건강한 생활습관으로 치매 발병 위험률을 낮출 수 있다고 설명한다. 실제 치매 환자 3명 중 1명은 생활습관 변화로 치매를 예방할 수 있다는 통계도 있다. 하버드의대에서는 치매를 예방하는 방법으로 6가지 키워드를 꼽는다. 첫째 '운동'이다. 땀이 나고 심장 박동이 느껴지는 중강도 이상의 운동을 주 3~4회 30분 이상하는 것은 치매는 물론 각종 만성질환을 예방하는 방법이다. 두번째 키워드는 '건강한 식생활'이다. 신선한 채소와 과일, 통곡류, 견과류, 생선류를 중심으로 올리브유 등 지중해식 메뉴를 추천한다. 그러나 다른 만성 질환이 있는 환자라면 식단이 달라질 수 있으므로 전문의와 상담이 필요하다. 세번째 키워드는 '충분한 수면'. 특별히 치매는 뇌건강과 직결

되기 때문에 충분한 휴식과 수면, 스트레스 관리가 중요하다. 네번째로는 '학습'이 중요하다. 운동이나 언어, 기술 등 자신이 좋아하든 새로운 일을 하면서 생각하고 움직이는 일을 멈추지 않는 것으로 치매를 예방할 수 있다. 다섯번째로는 '인간관계'. 사회 활동을 하며 즐겁고 행복한 인간관계를 유지하는 것은 알츠하이머 뿐만 아니라 우울증 발생률 저하에 도움이 된다. 마지막 여섯번째로 중요한 키워드는 '외상주의'. 다른 질병과 달리 치매는 뇌손상과 관련이 있기 때문에 낙상이나 사고 발생시 머리 부분이 다치는 일을 막는 것이 중요하다. 자동차에서는 안전벨트, 운동시에는 헬멧을 반드시 착용하며 집에서 넘어졌을 때 머리를 다치지 않도록 안전점검을 해 놓도록 한다. 그럼에도 불구하고 치매 혹은 알

츠하이머 진단을 받았다면 어떻게 해야 할까. 일단 진단을 받으면 의료진들은 완치한다기 보다는 진행을 늦추는 쪽으로 치료를 진행한다. 때문에 환자나 가족 입장에서는 발병 하더라도 최대한 늦게, 천천히 진행하도록 만들 수 있다면 막연히 두려워할 필요는 없다. 암과 마찬가지로 치매 역시 예방과 조기 진단에 초점이 맞춰지는 이유다.

가정의 달 5월이다. 부모님들의 건강은 안녕하십니까. 가족들의 건강은 어떠한지 조금 더 관심을 가져보는 한 달이 되기를 바란다.

김동희

현재 시더스-사이나이 암센터 건강형평성 연구소의 커뮤니티 아웃리치 수석 코디네이터로 활동 중. 전 미주 한국일보, 뉴욕 중앙일보 기자. '미국엄마의 힘' 저자. ▶ 연락처: (310)423-7410



알아두면 쓸모있는 의료 영단어(15)

Vascular dementia 혈관성 치매

뇌혈관 질환이 원인이 되어 발생한 치매를 총칭한다. 자기 발생하거나 급격히 상태가 악화되는 경우가 흔하며 '중풍을 앓고 난 후 갑자기 인지기능이 떨어졌다'고 하는 경우 혈관성 치매의 가능성이 높다.

Lewy body dementia 루이소체치매

알츠하이머치매 다음으로 흔한 퇴행성 치매의 원인 질환이다. 핵심적인 증상은 인지기능 저하, 환시, 렘수면 행동장애, 파킨슨증이 있으며 치매 환자들 중 약 3.8%가 루이소체치매로 진단되는 것으로 알려져 있다.

Cerebrum 대뇌

뇌의 대부분을 차지하는 중추신경계의 중추로 운동, 감각, 언어, 기억 및 고등 정신 기능을 수행하는 기관. 뇌 중 가장 많은 부분을 차지하며, 좌우 2개의 반구로 구성되어 있다.

Cerebellum 소뇌

뇌의 한 부분으로 대뇌 아래, 중뇌 뒤쪽에 위치하는 작은 뇌. 중추신경계의 일부분으로 대뇌의 기능을 보조하여 자발적운동의 조절과 평형을 유지하는 기관이다.



카지노 | 리조트 | 레스토랑 | 엔터테인먼트 | 스파 | 골프



당신의 완벽한 조합을 플레이하세요

서부 최고의 카지노에서 가능성이 주는 스릴을 느껴보세요.
 Pechanga 리조트 카지노는 5,000개가 넘는 핫한 슬롯머신과 테이블 게임, 세계 일류의 엔터테인먼트,
 1,100개의 호텔 객실, 레스토랑, 스파, 그리고 Journey at Pechanga를 통해 선수권 대회 수준의
 골프 코스를 제공합니다. Pechanga 리조트 카지노에서 당신의 완벽한 조합을 플레이하세요. 그간
 그리워해온 모든 즐거움과 휴식, 재미를 Pechanga 리조트 카지노에서 만끽하시기 바랍니다.



877.711.2WIN • PECHANGA.COM • 45000 PECHANGA PARKWAY • I-15 • TEMECULA, CA

본사는 모든 권리를 보유하고 있습니다. 도박은 21세 이상만 할 수 있습니다. 도박 문제 상담 전화: 1.800.GAMBLER.



까끌까끌 메밀면,
 알싸달달 **양념장!!**
 시원하게 즐기세요
 메밀막국수

