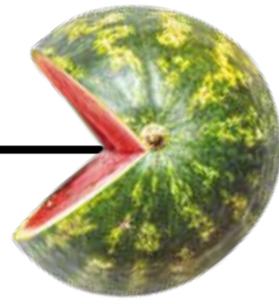


연금 4면	메디케어 5면	은퇴 플랜 11면	건강 17면
배우자 연금과 근로 기록 연금 중 큰 쪽만 받아	한국 살다 돌아와 파트 B 재가입하면 벌금 내야	'빚잔치' 로 못 갚은 세금은 자식에게 안 넘어가	수박으로 수분과 영양분 섭취하고



교육 18면
캠퍼스 투어는 꼭 참가해야 하나?



2024년 불체자도 메디칼 자산 한계 아예 없어져

Cover story

미국 최초 '헬스포올' (Health4All)
7월부터 자산 한계 130,000달러
2024년엔 자산 한계 없애
50세 이상 불체자도 5월부터 메디칼
자산 한계 2,000달러 유지 SSI 받아

캘리포니아가 미국 내 주로는 처음으로 건강 보험인 메디칼(메디케어)의 자산 한계를 아예 없애는 절차에 돌입했다. 또 저소득 서류 미비 이민자(불법 체류자)에게도 연령과 관계 없이 2024년부터 합법 이민자와 동일한 수준의 메디칼을 제공한다. 이를 위해 개인 뉴섬 주지사와 거주 의회는 지난달 말 '메디칼 포올' (Health4All)이 포함된 예산에 합의했다. 이에 앞서 5월부터는 50세 이상 저소득 불법 체류자도 메디칼 혜택을 받는다.

캘리포니아는 예고했던 대로(본보 2021년 11월호 참조) 7월 1일부터 메디칼 수혜자의 자산 한계를 현재의 2,000달러(부부 3,000달러)에서 13만 달러(부부 19만 5,000달러)로 대폭 상향했다. 또 1인 추가될 때마다 6만 5,000달러가 늘어난다. 예를 들어 3인 가족이라면 메디칼 자격 자산 한계는 26만 달러까지다.

이 자산에는 주 거주주택과 자동차 1대, 생명보험 현금 가치 1,500달러 미만, 이미 지급된 장례 비용(반복 가능할 경우 1,500달러 이하), 개인 귀중품은 제외된다.

또 2024년 1월 1일부터는 아예 자산 한계가 사라진다. 앞으로 메디칼 자격을 자산이 아니라 수입으로만 보겠다는 것이다. 특히 합법, 불법에 관계없이 캘리포니아 내 모든 저소득 주민들에게 메디칼이 제공된다.

그러나 연방 정부의 극빈자 현금지원 프로그램인 SSI '보충 안전 수입'(Supplemental Security Income, SSI)의 자산 한계는 변함이 없다. 독신 2,000달러, 부부는 3,000달러까지

다. 캘리포니아주는 이미 65세 미만 저소득 주민에게는 자산 한계를 묻지 않고 오직 월수입으로만 자격을 결정해 왔다. 하지만 일단 메디케어를 받는 65세부터는 자산 한계를 적용한다. 이로 인해 메디칼 자격을 잃는 시니어들이 크게 늘면서 이에 대한 정정을 요구하는 목소리가 높았다.

메디칼 재산 한계 2,000달러는 1989년 이후 변하지 않았다. 이로 인해 메디케어를 받기 시작하는 메디칼 가입자는 비상금을 모아 둘 수 없었고 자동차조차 구입하지 못하는 등 재정적 어려움이 가중됐다.

한편 50세 이상 저소득 불체자들에게도 지난 5월 1일부터 일반 합법 신분자와 동일한 메디칼이 제공됐다. 특히 2024년부터는 아예 신분이나 연령에 관계없이 모든 캘리포니아 저소득층은 메디칼을 받을 수 있다.

3면에 계속

김정섭 기자 john@usmetronews.com

빙하의 고장 알래스카

7박 8일 크루즈 여행기

오랜만의 나들이다. 팬더믹으로 꼼짝없이 묶인 지 꼬박 2년 6개월 만이다.

선 듯 나서지 못했다. 스쳐도 걸린다는 코비드의 기세가 아직 등등한데 구태여 사람 몰리는 여행길을 떠나야 할지 망설일 수밖에 없었다. 그것도 크루즈 여행을.

와이프 환갑 기념 겸 교사인 두 자녀의 여름 방학 시작, 딸 생일 등등 다양한 가족 이벤트를 계기로 1월부터 준비한 알래스카 크루즈 여행이라서 혼자 거절할 수도 없었다.

6월 20일 시애틀을 출발해 6월 27일 다시 시애틀로 돌아오는 7박 8일 크루즈 일정이다.

팬더믹 폐쇄령(2020년 3월 15일) 직전인 2020년 1월 4일, 3박 4일의 멕시코 엔시나다 크루즈 이후 2년 6개월 만의 평생 두 번째 크루즈 나들이다. 가족 이벤트로 친인



척 28명이 함께 다녀왔던 직후 온 가족이 고열을 동반한 감기로 2~3일을 고생한 기억이 생생하다. 함께 갔던 몇 조카들도 같은 고생을 했다고 한다. 지금 생각하면 아마도 코비드 19 감염이 아닌가도 싶다. 당시만 해도 코비드는 먼 나라 이야기인 줄만 알았을 때였으니까.

생전 처음 가보는 동토의 땅 알래스카. 알래스카는 "하늘로 보고 땅으로 보고 바다로 봐야 한다"는 말이 있다고 한다. 빙하와 에스키모인, 얼음집 등등 온갖 순진한 상상이 겹치면서 '겉 반 기대 반'으로 가족 4명이 짐가방을 싸 들고 집을 나섰다.

22·23·24면에 계속 김정섭 기자

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

정대용 변호사	20
김연신의 영어 한마디	21
문화(7월의 시)	26
홍지은 기자의 웰빙이야기	27
김동희 칼럼	30



난 걱정 안해!

아나윤서 손문선

어르신들! 서울 메디칼 그룹 주치의 계시니까 좋으시죠?

시니어 분들이 왜 주치의가 필요할까요?

어디가 아프면 일단 주치의 먼저 찾아가서 물어보거든.
왜냐면 수술할지 말지, 약을 먹을지 말지
주치의가 다 알아서 먼저 해결해 주니까...

오랫동안 나를 진료해 주신 주치의는
나를 가장 잘 알고 꼭 필요한 전문의를
연결시켜주기 때문에 걱정 안 해.

최고로 빠른 전문의 리퍼! 정확한 리퍼!
서울 메디칼 그룹의 훌륭한 주치의와 함께 하세요!

※ HMO는 주치의 (내과의, 가정의학과)를 선정하고 그 주치의를 통해서 치료를 받으며 외과, 안과, 심장 내과 등 각 과 진료가 필요할 때 주치의가 지정해주는 의료기관에서 진료를 받을 수 있는 의료 제도입니다.



- | | | | | |
|------------|------------|-------------------|-----------------|--------------|
| 웰케어 | 휴매나 | 유나이티드 헬스케어 | 엔섬 블루크로스 | 센트랄헬스 |
| 브랜드 뉴데이 | 블루실드 | 에트나 헬스넷 | 스캔 | 얼라이먼트 |
| | | | | 클레버케어 |



TEL 213.389.0077 • 800.611.9862

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

MAGI 수입 1만 8,754달러면 메디칼 혜택

Cover story

수입 높아도 의료비 부담 메디칼 가능
 자산 한계 없애 수입으로만 자격 결정
 신분 미비자 2024년부터 풀 의료 혜택
 장기 간병 메디칼은 자격 기준 달라 주의

1면에서 계속

캘리포니아는 그동안 26세 이상 불
 체자들에게는 응급 상황과 임신의
 경우에서만 사용이 가능한 ‘비 매
 기 메디칼’(Non-Magi Medical)을
 제공해 왔다.

이에 앞서 캘리포니아는 2020년부
 터 25세 이하 불법체류자에게 풀 메
 디칼을 제공하고 있다.

메디칼은 빈곤 가정에 제공하는
 건강보험 혜택이다. 이 프로그램의
 원래 이름은 메디케이드이지만 주
 마다 이름을 다르게 부를 수 있다.
 캘리포니아에서는 메디칼이라고
 부른다.

메디칼은 연방정부와 주 정부가 공
 동으로 자원을 확보해 제공한다.

메디칼을 받으려면 일정 수입 등
 자격이 되어야 한다.

전 국민 건강보험(ACA) 이후 메
 디칼 자격은 MAGI라고 부르는 ‘변
 경 후 조정된 총수입’(Modified
 Adjusted Gross Income)의 자격 기
 준에 따라 결정된다. MAGI는 세금
 보고할 때 과세 기준이 되는 AGI에
 이자 등 세금 공제를 받은 항목을 추
 가해 계산된 금액이다. 하지만 대부
 분 납세자의 MAGI와 AGI가 동일하
 다고 보면 된다.

캘리포니아에서 풀 메디칼 혜택
 을 받으려면 MAGI가 연방 빈곤선
 138% 이하여야 한다. 2022년 기준
 으로 1만 8,754달러다. 부부의 경우
 는 2만 5,268달러다.

캘리포니아에서는 메디칼을 결정
 할 때 65세 이상 시니어 또는 장애인
 을 제외하고는 월 소득만 확인한다.
 하지만 7월 1일부터 65세 이상이나
 장애인도 자산 한계를 13만 달러로
 올렸고 2024년부터는 아예 자산을
 보지 않고 소득만 가지고 자격 여부
 를 판단한다.

그런데 연방법에 따라 주 정부 제
 공 메디케이드 프로그램은 수혜자
 가 숨지면 그동안 지불했던 메디케
 이드 비용을 회수하는 정책을 시행

하고 있다. 이를 ‘유산 회수’(Estate
 Recovery)라고 부른다.

만약 55세 이상으로 혼자 살아가
 기 어려워 양로원이나 커뮤니티 홈
 서비스, 병원과 약품 혜택을 받았다
 면 개인의 유산에서 비용을 청구하
 도록 하는 것이다.

하지만 배우자가 있거나 21세 미
 만의 자녀 또는 장애자가 있다면 재
 산 회수가 매우 제한적이다.

메디칼 자격

연방정부에서 제공하는 극빈자 현
 금 보조 프로그램인 SSI 자격이 된
 다면 자동으로 풀 메디칼을 받을 수
 있다.

SSI를 받으려면 65세 이상이거나
 시각 및 신체장애인이어야 한다. 또
 미국 시민권자를 원칙으로 하지만
 일정 자격이 되는 영주권자도 받을
 수 있다. 자격이 되지 않는 영주권자
 는 캘리포니아 주정부가 동일하게
 제공하는 ‘카피’(Capi)를 통해 지원
 을 받는다.

SSI 받을 자격이 되려면 월수입
 1,040.21달러 이하여야 한다. 부부
 는 1,765.64달러까지다. 시각장애인
 은 더 높은 수입까지 가능하다.

SSI의 자산 한계는 매우 엄격하다.
 캘리포니아 메디칼의 자산 한계가
 대폭 상향되고 궁극적으로 없어 지
 하지만 SSI는 연방정부 프로그램이므
 로 자산 한계를 개인 2,000달러, 부
 부 3,000달러로 제한한다.

65세 이상으로 SSI 현금 지원 프
 로그램 자격이 되지 않는다고 해도
 캘리포니아 ‘노인 & 장애 연방 빈곤
 선’(A&D FPL) 프로그램으로 메디
 칼을 받을 수 있다.

신청 자격은 65세 이상 또는 장애
 인이다. 장애인의 연방 소셜시큐리
 티국에서 정한 자격 정의에 맞아야
 한다. 시각장애자도 마찬가지다.

2022년 7월 1일 이후 기준으로 개
 인 13만 달러, 부부 19만 5,000달러
 이하의 자산을 가지고 있어야 한다.

메디칼 프로그램별 수입 한계			
프로그램 및 자격		월 수입(달러)	
SSI : 65세 이상, 시각 또는 신체 장애	▶ 독신 1,040.21	부부 1,765.64	시각장애는 더 높음
A&D FPL 메디칼 : 65세 이상, 시각 또는 신체 장애	▶ 독신 1,584	부부 2,126	
메디칼 SOC : 65세 이상, 시각 또는 신체 장애	▶ 독신 1,584 이상	부부 2,126 이상	

※ SSI 자산 한계는 개인 2,000달러 부부 5,000달러, SSI를 제외한 풀 메디칼의 자산 한계는 독신 \$130,000, 부부 \$195,000이다.

SSI처럼 주 거주지와 자동차 1대, 생
 명보험 현금 가치 1,500달러 이하,
 퇴직 때 1,500달러 이하 가치의 장
 례 플랜은 자산에 포함되지 않는다.

월수입은 독신 1,584달러, 부부
 2,126달러 미만이어야 하며 첫 2달
 러를 수입으로 계산하지 않는다.

신분 미비 불체자 메디칼

2024년부터 신분이나 나이에 관계
 없이 불체자도 합법 이민자와 동일
 한 ‘풀 메디칼’을 받을 수 있다.

2016년 5월부터 19세 이하 불체 청
 소년들에게 풀 메디칼을 제공한 데
 이어 2020년부터는 25세 이하, 2022
 년 5월부터 50세 이상으로 확대했
 고 늦어도 2024년까지는 26~49세
 까지 포함한 모든 불체자에게 ‘풀 메
 디칼’을 제공한다. 물론 저소득이
 어야 한다.

이전까지는 응급 상황이나 임신한
 경우에만 제한적으로 메디칼을 받
 았다.

메디칼은 1년에 한 번씩 갱신 도록
 되어 있지만 일부 가입자는 자동적
 으로 갱신이 되는 경우도 있다. 갱신
 이 필요하다면 카운티 정부로부터
 통지를 받게 되는데 반드시 요구하
 는 서류를 작성해 보내야 갱신이 되
 므로 주의해야 한다.

경비 공유 메디칼(Medi-Cal with a Share of Cost, SOC)

월수입이 많아 메디칼 대상이 안 된
 다고 해서 실망할 필요는 없다. 정부

와 가입자가 일정 경비를 공유하는
 프로그램의 혜택을 받을 수 있기 때
 문이다. 이를 SOC 메디칼 즉, 경비
 부담 메디칼 프로그램이라고 부르
 다.

SOC는 디덕터블 제도라고 생각
 하면 된다. 의료비가 발생했다면 일
 단 정해진 금액을 내고 메디칼에서
 그달에 해당하는 나머지 돈을 지불
 해 주는 방식이다. 만약 의료 비용이
 없는 달에는 당연히 낼 돈이 없다.

그렇다고 SOC에 월 보험료가 있
 는 것은 아니다. SOC는 월수입에 따
 라 결정된다.

일단 메디칼에서 최저 생활비 명
 목의 600달러(개인)를 수입에서 제
 한다. 부부는 934달러다. 또 건강보
 험료 역시 수입에서 제해진다.

예를 들어 월 수입이 1,600달러라
 면 메디칼에서 우선 600달러를 수
 입에서 제한한다. 남은 수입 1,000달러
 로 의료 비용과 건강 보험료를 지불
 한다. 만약 지불 비용이 많아 마이너
 스가 난다면 그때 메디칼에서 나머
 지 경비를 지불해 준다.

이 SOC는 매달 발생하는 비용만
 커버해주고 소급 적용하지 않는다.
 또 메디케어 파트 B 보험료도 지불
 해 주지는 않는다. 소셜 시큐리티국
 은 매달 소셜연금에서 보험료를 공
 제하고 연금을 지불한다.

하지만 갑자기 사고나 기타 수술로
 의료비가 많아졌다면 메디칼에서
 그달 의료비와 메디케어 파트 B 보
 험료를 대신 내준다. 이런 경우 소셜

시큐리티국은 연금에서 제한 보험
 료를 소급해 되돌려준다. 이렇게 받
 은 돈은 소득에 포함되지 않는다.

신청하기

SSI는 연방정부 소셜시큐리티 국에
 서 신청 접수한다. 만약 SSI 자격이
 된다면 자동으로 메디칼도 받는다.
 SSI 자격이 되지 않는다고 해도 메디
 칼을 받을 수 있고 수입이 초과된다
 고 해도 SOC 메디칼을 받을 수 있다.

메디칼은 주 정부 온라인 또는 오
 바마케어 신청 웹사이트를 통해서
 도 쉽게 할 수 있다.

만약 장기 간병이 필요해 양로병
 원에 입원한다면 일반 메디칼 규정
 과 매우 다르므로 거주 카운티 소
 셴 공공서비스국(Department of
 Public Social Services, DPSS)에
 문의한다.

또 병원에 입원했는데 장기 간병이
 필요한 상황이라면 병원에 상주하
 는 메디칼 전문가에게 도움을 받을
 수도 있다. 메디칼이 필요한 상황이
 라면 장기 간병도우미까지 수주가 소
 요되므로 빨리 신청하는 것이 좋다.
 장기 간병 메디칼은 차후 상세히 보
 도할 예정이다. 메디칼은 1년에 한
 번씩 갱신하 도록 되어 있지만 일부
 가입자는 자동적으로 갱신이 되는
 경우도 있다. 갱신이 필요하다면 카
 운티 정부로부터 통지받게 되는데
 반드시 요구하는 서류를 작성해 보
 내야 갱신이 되므로 주의해야 한다.
 김정섭 기자 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 맞춤형플랜

연금

배우자 연금과 근로 기록 연금 중 큰 쪽만 받아

소셜시큐리티 베니핏(이하 소셜연금)에서 매우 중요한 부분 중 하나가 배우자 연금(Spousal Benefit)이다.

남편 또는 부인이 경제 활동에 전념하는 동안 자녀나 부모를 돌보고 가사를 전담하는 배우자에도 제공되는 미국의 사회 보장 혜택이다.

하지만 이런 중요한 혜택을 제대로 이해하지 못하는 한인들이 많아 손해를 보는 경우도 있다. 내부를 들여다보면 매우 복잡하고 까다로운 번에 설명하기는 어렵다. 여기에서는 우선 기본적으로 알아야 할 부분만 간단히 정리해 보자.

소셜 연금은 10년 이상 소셜시큐리티 시스템에 세금을 낸 기록이 있어야 받을 수 있다. 10년을 채우지 못하면 장애인 연금이나 생존자 연금(Survivor Benefit)의 일부를 제외하고는 받지 못한다.

소셜시큐리티 국은 근로 기록을 점수제로 환산한다. 1년에 받을 수

있는 최대 점수는 4점, 10년 40점을 채워야만 배우자 연금을 받을 수 있다. 1 크레딧(점)을 얻으려면 1,510달러만 근로 소득이 있으면 된다. 따라서 1년 합산 6,040달러만 벌어도 1년에 채울 수 있는 크레딧 4점을 모두 받을 수 있다. 학생 시절 아르바이트만 잘해도 10년 40점은 쉽게 채울 수 있다.

이혼을 했거나 사별을 했다고 해도 몇 가지 조건만 맞는다면 일을 하지 않았어도 연금이 지급된다. 일어난 배우자의 크레딧으로 나머지 배우자가 혜택을 받는 것이다.

메디케어 역시 마찬가지다. 부부 중 한 명만 40점 이상을 가지고 있으면 부모 모두 받을 수 있고 이혼이나 사별한 배우자 역시 혜택이 돌아간다.

이혼 배우자 연금은 결혼 생활 10년 이상 유지해야만 받을 수 있다. 부부 모두 일을 했고 각자의 근로 기록으로 연금을 받는 경우도 많다. 이럴 때는 자신의 근로 기록으로 인한 연금과 배우자 자격으로 받을 수 있는 연금을 비교해 큰 쪽의 금액을 받을 수 있다.

배우자 연금의 최대 50%

남편 또는 부인이 배우자 자격으로 받을 수 있는 최대 배우자 연금은 근로 기록을 가진 배우자가 만기 은퇴 연령(FRA, 1960년생부터는 67세)에 받게 될 연금의 50%까지다. 그런데 이 50%를 다 받으려면 배우자 연금을 신청하는 남편 또는 부인의 나이 역시 만기 은퇴 연령 즉, FRA가 되어야 한다.

만약 일찍 연금을 신청하면 그만큼 깎여서 지불된다.

예를 들어보자. 1960년생 영희 씨가 남편 철수 씨의 근로 기록으로 배우자 연금을 신청하는데 영희 씨의 만기 연령 67세가 아니라 62세부터 받는다면 철수 씨의 FRA 연금의 32.5%만 받는다. 50%가 아니라 일찍 신청하는 데 따른 일종의 페널티로 금액이 깎여 지불된다는 것이다.

두 연금 모두 받지 못해

자신의 근로 기록으로 받을 수 있는 소셜 연금과 동시에 배우자 자격으로 받을 수 있는 연금이 있다고 가정해 보자. 이런 경우 정부는 둘 다 지불하지 않는다. 둘 중 큰 쪽을 지불해

배우자 연금 ABC

이혼 여러 번 했어도 높은 연금 지급

이혼하면 10년 결혼 생활 유지했어야 인정돼

현재 부부는 1년 지나고부터 자격 갖춰

배우자 자격으로는 장애연금 못 받아

준다.

두 개 모두 받을 자격이 있다면 소셜시큐리티국은 우선 근로 기록에 따른 소셜연금을 계산한 다음 이 금액이 배우자 자격으로 받을 수 있는 연금보다 적다면 차액을 더해 지불한다.

배우자 연금은 FRA 이후 늘어나지 않아

많은 한인들이 혼동하는 부분이다. 소셜 연금은 늦게 받을수록 70까지 매년 8%씩 불어난다는 정도는 알고 있다.

그래서 많은 한인들이 배우자 연금도 같을 것이라고 생각한다. 하지만 그렇지 않다. 배우자 연금은 FRA가 지나 70세까지 기다린다고 해도 더 이상 늘어나지 않고 FRA에 받을 수 있는 돈만 받는다. 소셜 연금 신청 나이인 62세부터 FRA까지만 불어난다.

소셜시큐리티 장애인 연금(SSDI) 못 받아

소셜 세금을 내며 경제 활동을 하다가 의료적 문제로 더 이상 일을 하지 못할 때는 소셜시큐리티 장애

인 연금(Social Security Disability Insurance(SSDI))을 받는다. 하지만 배우자 자격으로는 받을 수 없다.

SSDI 자격이 되려면 신청자의 근로 기록이 있어야 된다.

이혼해도 배우자 연금 자격

최소 10년 결혼 생활을 유지했다면 배우자 자격이 인정돼 이혼 후에도 연금을 받을 수 있다. 다만 이혼한 지 최소 2년이 지나야 이혼 배우자 자격으로 배우자 연금을 받을 수 있다.

이혼 배우자 연금은 배우자 연금과 동일한 규정이 적용된다.

받을 수 있는 최대 연금은 전 배우자가 FRA에 받는 기초연금의 50%까지다. 만약 일찍 신청한다면 그만큼 줄어들 것이다. 또 FRA가 넘어 신청한다고 해도 더 이상 연금은 불어나지 않는다.

조건이 붙는다. 근로 기록이 있는 전 배우자의 나이가 최소 62세는 되어야 한다. 또 근로 기록이 있는 전 배우자의 연금은 이혼 배우자 연금이 지급돼도 영향을 받지 않는다.

결혼한 부부의 배우자 연금은 근로 기록을 가진 배우자가 먼저 연금을 신청해야만 받을 수 있다. 하지만 이혼 배우자 연금을 이와 관계없이 마음대로 신청할 수 있다.

재혼하면 자격 상실

일반적으로 재혼하면 배우자 연금 자격을 상실한다. 하지만 재혼한 지 1년이 지나면 현재 재혼한 남편 또는 배우자의 기록으로 연금을 받을 수 있는 자격이 된다.

여러 번 재혼하는 경우도 있을 것이다. 만약 10년간 결혼 생활을 하다가 이혼하고 재혼했다가 다시 10년 후 이혼했다면 소셜 시큐리티국은 모든 기록을 다 검토해 연금이 가장 많은 쪽을 택해 지불해 준다. 중요한 사실은 10년 결혼 생활은 넘겨야 한다는 것이다.

생존자 연금(Survivor's benefit)은 사망한 배우자가 받는 연금 100%까지 지급

배우자와 사별한 경우다. 사별한 배우자가 받는 연금을 100% 받을 수 있다. 이 또한 신청자의 나이에 따라 달라진다. 신청자의 나이가 만기 은퇴 연령이 되어야 100% 받는다. 일

찍 신청하면 그만큼 줄어든 금액을 받는다.

사별한 배우자의 기록으로 생존자 연금을 신청하려면 60세부터 가능하다. 만약 장애를 겪고 있다면 50세부터 가능하다. 그러나 금액은 줄어든다. 이혼한 배우자가 죽었을 때도 생존자 연금을 신청할 수 있다. 다만 그 배우자와의 결혼 생활이 10년 이상됐어야 한다.

알아 뒤야 할 점은 앞서 말한 대로 자신의 근로 기록으로 인한 소셜 연금과 배우자 자격으로 받을 수 있는 두 가지 연금을 비교해 더 큰 쪽을 받는다는 것이다. 둘 다 받지 못한다.

생존자 연금은 재혼에 관해서도 관대하다. 사별한 사람은 60세 이후(장애인은 50세) 재혼을 했다면 전 배우자의 기록으로 받는 생존자 연금을 계속 받을 수 있다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com



한국 살다 돌아와 파트 B 재가입하면 벌금 내야

가입 안 한 기간 1년당 보험료 10%
가입은 OEP에 가능, 효력은 7월부터
파트 D는 벌금 없이 특별 가입 가능
파트 A만 있어도 파트 D 가입할 수 있어

Q 미국에서 살다가 4년 전 이 중국적을 받아 한국으로 건너가 살고 있다. 한국에서 암 진단을 받았는데 미국에서 치료를 받고 싶다. 그런데 65세가 됐을 때 메디케어 파트 B에 가입했다가 한국으로 가면서 파트 B 보험료를 내지 않았다. 어떤 절차를 밟아야 미국에서 다시 메디케어로 암 치료를 받을 수 있나.

A 간혹 전화 문의를 받는 내용이다. 여러 가지 상황마다 조금씩 다르겠지만 메디케어 사무국의 설명을 토대로 일반화해서 알아보자.

소셜시큐리티국 또는 ‘메디케어 메디케어 관리 센터’(CMS)에 따르면 기본적으로 메디케어는 한국 등 외국에서 사는 경우 아주 제한적 상황을 제외하고는 커버해 주지 않는다. 그냥 거의 없다고 보면 된다.

따라서 많은 한인들이 한국에 영구 귀국한다면 메디케어를 포기하고 한국으로 갔다가 다시 미국에서 치료를 받고 싶어하는 경우가.

결론적으로 말한다면 파트 B를 가지고 있었다는 내용을 보아 10년 세금을 낸 기록으로 40 크레딧은 확보했을 것으로 생각된다. 미국 국적을 포기하지 않았다면 시민권도 가지고 있을 것이다.

이런 경우 메디케어 파트 B 보험료를 내지 않아 자동 해지됐겠지만 메디케어 파트 A는 자발적으로 해지 통보를 하지 않았다면 그대로 살아 있을 것이다. 메디케어 파트 A는 본인 또는 배우자가 10년 근로 세금 기록이 있다면 무료로 제공된다. 참고로 파트 A는 병원을 커버해 주는 플랜이다.

무료로 제공되는 파트 A는 스스로 소셜시큐리티국에 탈퇴하겠다고 의사를 밝히지 않는 한 그대로 유지된다. 그런데 탈퇴를 신청하면 그동

안 정부에서 지불한 파트 A 혜택 비용을 모두 반환해야 하는 규정이 있다.

질문자가 파트 A를 스스로 포기하지 않았다면 파트 B에만 재가입하면 미국에서 메디케어로 암 수술 등 치료가 가능해진다.

벌금 가산금 평생 추가

그런데 파트 B 보험료를 내지 않아 자동 탈퇴됐다면 탈퇴 된 달로부터 재 가입하는 기간까지에 해당하는 벌금까지 평생 내야 한다.

예를 들어 4년간 파트 B 보험이 없다가 다시 가입한다면 4년(48개월) 동안의 메디케어 파트 B 보험료의 10%를 재가입하는 해부터 보험료에 가산해 평생 내야 한다.

지난 2019년 표준 보험료는 135.50달러이다. 이 금액의 10%면 13.55달러, 2020년 144.60달러의 10%인 14.46달러, 2021년 148.50달러의 10%인 14.85달러가 가산된다.

3년 벌금을 모두 합치면 42.86달러다.

하지만 질문자가 올해 파트 B 보험에 가입해 암 치료를 받고 싶어도 안타깝게도 올해는 가입할 수 없다.

파트 B에 다시 가입하려면 특별한 경우(SEP)를 제외하고는 OEP라고 하는 ‘일반 가입 기간’(Open Enrollment Period)에만 가입이 가능하다.

OEP는 1월 1일부터 3월 31일까지 3개월 동안이다. 그런데 가입을 하고 해도 즉시 혜택이 시작되는 것이 아니라 그해 7월 1일부터 유효하다.

이럴 경우 질문자는 내년 1~3월 가입해야 하고 혜택도 7월 1일부터다. 따라서 1년 치 벌금이 또 추가된다. 2022년 보험료는 170.10달러이므로 여기에 10% 벌금 17.01달러를 가산해야 한다. 그러면 총 59.87달러의 과징금이 평생 보험료에 가산돼 내야 한다.

내년 메디케어 파트 B 보험료가



얼마나 될지 모른다. 분명한 것은 인플레이션으로 소셜시큐리티 연금이 대폭 오를 것으로 예상되고 이로 인해 파트 B 보험료도 큰 폭으로 오를 것으로 보인다. 따라서 올해 170.10달러보다 더 많을 것으로 예상된다.

내년 보험료를 올해 것으로 동일하게 취급해 170.10달러로 가정하면 질문자가 내년 7월부터 매달 내야 하는 보험료는 최소 229.97달러 이상이다. 남들 170.10달러 낼 때 229.97을 내야 한다는 말이다.

10년 이상 40 크레딧을 채웠다는 말을 근거로 보소셜 시큐리티 베니핏(소셜연금)을 받고 있을 것으로 추정된다. 따라서 매달 229.97달러가 소셜연금에서 매달 공제될 것이다.

파트 D 가입

미국에서 치료를 받으려면 메디케어 A와 B도 필요하겠지만 처방전 플랜인 파트 D에도 가입해야 한다. 정부가 인정하는 처방전 플랜 또는 파트 D가 63일 동안 없다면 이 또한 벌

금을 추가로 내고 가입해야 한다. 벌금은 가입하지 않은 해 미국 월 평균 파트 D 보험료의 1%가 가산된다. 올해 파트 D 전국 월 평균 보험료는 33달러다. 따라서 파트 D 보험료에 33센트가 매달 추가된다.

하지만 이 또한 4년 가입하지 않았다면 매년 평균 보험료의 1%씩 가산돼 계산되므로 최소 13달러 이상은 벌금으로 매달 보험료와 함께 추가로 내야 한다.

그런데 한 가지 다양한 일은 파트 D는 주치의 제도인 메디케어 어드밴티지 플랜과 마찬가지로 외국에 6개월 이상 나가 거주하는 사람이라면 혜택이 중단된다. 따라서 각 보험 회사에 전화해 등록 탈퇴를 통보하고 보험료를 내지 않으면 된다.

미국으로 다시 돌아온다면 벌금 없이 가입할 수 있는 ‘특별 가입 기간’(Special Enrollment Period)을 이용해 파트 D에 가입할 수 있다.

파트 D는 메디케어 파트 A와 파트 B를 모두 가지고 있어야 가입할 수 있는 것은 아니다. 둘 중 하나만 있어도 가입 가능하다.

질문자의 경우 파트 A가 그대로 살아있을 것이라는 전제로 미국에서 파트 B와는 달리 즉시 가입이 가능하다.

파트 D 가입은 미국에 들어오기 전 한 달과 들어온 후 두 달 총 4개월 동안 가입하는 특별 가입 기간 즉 SEP에 해당된다.

‘메디케어 인터랙티브’에 따르면 만약 7월에 미국에 들어온다면 6월부터 9월까지 4개월간 기회가 주어진다. 벌금 없이 가입할 수 있다. 만약 7월에 가입했다면 혜택은 다음 달인 8월부터 시작된다.

자세한 내용은 전문 메디케어 에이전트 또는 소셜시큐리티 사무국의 도움을 받으면 된다.

자넷킴 기자 janet@usmetronews.com

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

곧 65세가 되셔서 메디케어 보험에 가입하셔야 하나요?
시니어 보험전문인 **홍은주**가 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 Help 자격이 되시는 분께는 저렴한 처방약 보험을 알려드립니다.

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

코비드

백신, 감염 후 면역력 줄어 재감염 일반화

전문가들 “일반 유행병으로 가는 과정일 것”
시간 지나면 면역력 급속 저하, 방역 풀면 안 돼
변이에 변종 많아 반복 감염 위험 8배 높아져
첫 감염 때 바이러스양 적으면 재감염 위험 높아

연방정부가 지난달 12일부터 해외에서 들어오는 미국인뿐 아니라 모든 방문객들에 대한 코비드 19 음성 테스트 의무화를 전면 폐지한 가운데 최근 코비드 19에 재감염되는 한인들이 늘고 있어 주의가 요망된다. 지난해만 해도 코비드 19 재감염은 흔치 않았지만 요즘은 쉽게 볼 수 있는 현상이다.

전문가들은 내성이 생긴 코비드 변종들이 출현하면서 재감염이나 돌파 감염이 일반화되고 있다고 경고했다.

미국은 최근 들어 코비드 재감염 사례를 아예 추적하지 않는다. 하지만 영국 연구진들은 오미크론 변종이 휩쓰는 요즘 지난해 델타 변이때보다 재감염 위험이 8배나 높다고 밝혔다.

지난달 중순 코비드 19에 감염된 것으로 확인된 앤소니 파우치 백악관 의료담당 수석 자문은 자신의 코비드 감염에 앞서 NBC 뉴스와의 한 인터뷰에서 “1년 사이에 한번 이상 감염된 사람을 찾기는 그리 어렵지 않다”면서 “아마도 독감처럼 계절적으로 반복해 발생하는 질병으로 자리잡는 단계라고 확신한다”고 말했다.

파우치 역시 두차례 백신 부스터를 모두 접종했지만 지난 15일 코비드 19에 감염됐다. 그는 경미한 증상을 보였다고 밝혔다.

물론 재감염이 가능하다고 해서 모든 예방 노력을 포기하라는 말은 아닐 것이다. 우선 백신 접종과 부스터 접종을 받고 감염 위험이 높은 실내에서의 마스크 착용으로 감염 위험을 낮춘다.

코비드에 걸린 적이 있거나 백신을 부스터까지 맞았다. 재감염이 가능한가

물론 가능하다. 전문가들은 재감염이 가능하다고 본다. 이미 감염된 적이 있거나 백신을 최신 버전까지 다 맞았다고 해도 마찬가지다.

예일 대학의 면역학과 아키코 이와사키 교수는 “불행하게도 재감염

은 이 코로나바이러스의 특성으로 흔한 일”이라고 말했다.

코비드를 유발하는 코로나바이러스만의 독특한 현상은 아니다. 일반 감기의 원인인 다른 종류의 코로나바이러스 역시 재감염을 유발할 수 있다. 그러나 이런 종류의 바이러스는 큰 변이가 많지 않기 때문에 매 2-3년 정도 재감염이 될 수 있다.

이와사키 면역학 교수는 사람들의 면역은 자연스럽게 시간이 갈수록 소멸돼 재감염자가 늘어나는 것이라고 설명했다.

지난 겨울 오리지널 오미크론 변종 BA.1에 감염됐던 사람들은 현재 미국에서 나돌고 있는 하위 변종 BA.4와 BA.5에 면역력이 약할 수 있다. 두개가 매우 다르기 때문이다. 따라서 BA.1에 걸렸다고 해서 변종에도 면역이 생겼다고 장담할 수는 없다.

몇번이나 재감염 될 수 있나?

정확히 몇번이라고 말할 수는 없다고 전문가들은 말한다.

현재 코비드 감염이 높은 지역에서는 누구라도 감염자와 접촉할 가능성이 높아 재감염이 될 수 있다.

재감염은 병균에 노출됐을 때 면역 반응의 강도와 최근 백신 접종 여부에 따라 달라질 수 있다고 시애틀 프레드 허친슨 암센터의 백신 및 감염병국 줄리 맥켈라스 박사는 밝혔다. 얼마나 자주 노출되느냐가 중요하다.

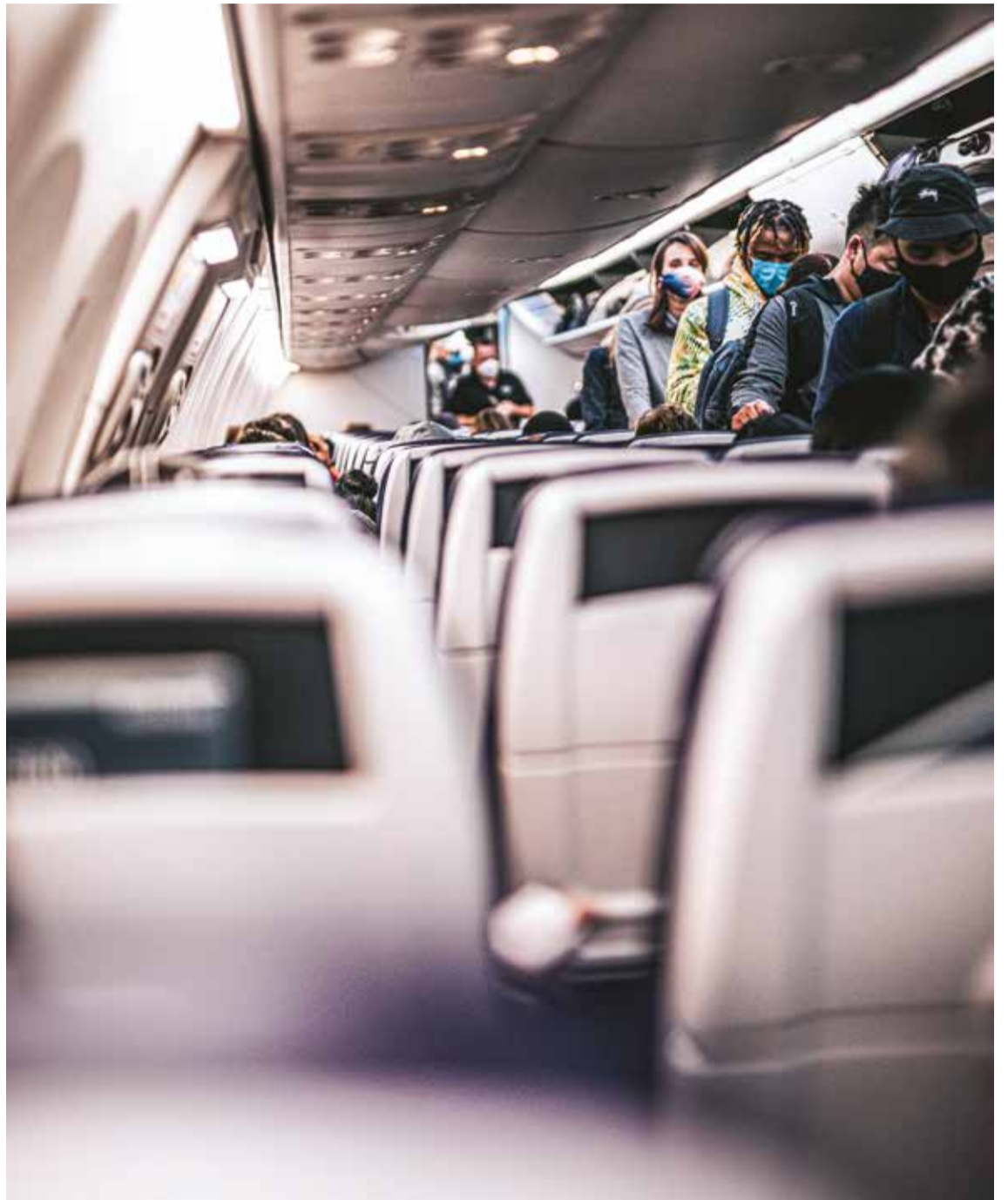
매번 병균에 노출될 때마다 면역 반응은 익숙해지고 개선된다.

맥켈라스 박사는 “새로운 정상으로 가는 과정으로 본다”면서 “수차례 노출이 항체 반응을 계속 개선해 줄 것이라고 기대한다”고 덧붙였다.

감염된 후 면역력이 얼마나 지속되나?

파우치 수석 자문은 아직 특별한 연구는 이루어 지지 않고 있다고 말했다.

그는 “일반적으로 다른 질병의 경우를 비교하면 일단 감염이 됐다면 아마 수개월은 면역이 지속돼 재감



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

염은 되지 않는다”면서 “아마도 코비드 역시 몇 개월은 지속될 것이겠지만 우리가 보고 있듯이 면역은 줄어들게 된다”고 덧붙였다.

그렇다고 짧은 기간내 재감염 된다는 말은 아니다. 그는 “감염 후 4주만에 다시 감염된 사례도 있다”고 말했다.

재감염 증상은?

대부분의 경우 재감염은 이전 감염 때 보다 증상이 심하지 않는 것으로 나타난다.

이와사키 면역학과 교수는 “재감염은 보통 더 경미하다”고 전했다.

파우치 수석 자문은 “이전 감염과 이로 인한 면역, 백신이 유도하는 면역는 심각한 증상 발현을 잘 막아줄 수 있다”고 설명했다.

하지만 일부는 재감염 후 더 아플 수도 있다. 예를 들어 1차 감염 때보다 더 많은 양의 바이러스에 노출되었거나 코비드에 대한 면역이 급격히 소멸된 경우에 해당된다.

건강이 좋지 않은 시니어 또는 면역 결핍을 앓는 사람은 백신을 맞았어도 심각한 증상을 막을 수 없을 수도 있다.

재감염에 약한 사람이 있나?

미국 CDC와 같은 기능의 영국 공공 보건국이 재감염을 계속 추적해 온 결과, 백신 접종을 받지 않았거나 감염됐을 때 바이러스 양이 적어 경미

하거나 무증상을 보인 사람들이 쉽게 재감염 된다.

이와사키 교수는 심각한 증상을 보인 사람은 바이러스에 대항하는 강력한 면역 체계를 가질 수 있다면 서로 결국은 시간이 갈수록 면역력은 떨어진다고 경고했다.

재감염 되면 장기 코비드로 갈 가능성이 높은가?

재감염이 증상이 지속되는 장기 코비드보다 더 잘 발전될 수 있다는 증거는 없다고 파우치 수석 자문은 밝혔다.

이와사키 교수 역시 수차례 감염이 장기 코비드 위험성을 높이는지는 아직 모르지만 그렇지는 않는 것 같다고 밝혔다.

존 김 기자 john@usmetronews.com

최고로 빠른 전문인의 리퍼!

정확한 리퍼!

아나운서 손문선

환자만족도 1등!

아나운서 김용필

서울 메디칼 그룹



5년 연속 5스타 등급을 받은
한인 메디칼 그룹 중에서는
최고의 메디칼 그룹!



서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP

TEL 213.389.0077
800.611.9862

웰케어 휴매나 유나이티드 헬스케어 엔섬 블루크로스 센트랄헬스 브랜드 뉴데이 블루실드 에트나 헬스넷 스캔 얼라이언트 클레버케어

소셜연금

소셜 연금 이외 수입 있다면 연금 일부에 과세

AGI에 비과세 이자, 연금 절반 합산
정부 기준선 넘으면 최대 85%까지 과세 소득
극빈 지원 SSI는 연금 아니므로 세금 없어

Q 은퇴를 준비하는 부부다. 조만간 소셜 시큐리티 베니핏(소셜연금)을 신청하려고 한다. 그런데 주변에서 소셜 연금도 세금을 내야 한다는 말을 들었다. 은퇴 생활에 필요한 재정을 미리 계산해보고 싶다. 소셜 연금에서도 세금을 내야 하나. 낸다면 얼마나 내야 하나.

A 은퇴 후 종합 수입이 일정 금액을 넘어가면 남은 부분만큼 소셜 연금도 과세 대상이 된다. 이는 1983년 이후부터 계속 시행돼 오던 정책이다.

이 과세 수입 한계는 불행하게도 전혀 바뀌지 않고 있다. 인플레이션에 따라 연금 액수는 올라가고 있지만 이 한계선은 반영되지 않고 있다. 이에 따라 매년 더 많은 은퇴자가 수입 한계를 넘어 더 많은 세금을 내야 한다. 그렇다고 모든 소셜 연금이 과세 대상은 아니다. 소셜 연금의 최대 85%까지만 과세 수입으로 잡혀 그해 소득세율에 따라 세금을 내게 된다.

소셜 연금 과세 한계

계산법이 매우 복잡하다. 우선 과세 소득을 정리한다. 이를 '조정후 총 수입' (Adjusted Gross Income) 즉, AGI라고 부른다. 이 AGI는 세금을 내야 하는 소득이다. 여기에는 급여, 자영업 소득, 이자, 배당금, 은퇴 저축 구좌(IRA, 401(k) 등)에서 나오는 RMD와 기타 과세 소득 등이 포함된다.

이렇게 계산된 AGI에 세금을 내지 않는 이자 수입과 소셜 연금 절반을 더해 '총합계' (combined income)를 낸다. 이 금액이 연방정부가 정한 수입 기준을 넘으면 소셜 연금의 최소 50%가 과세 소득이 된다. 세금을 낼 때는 모든 수입을 합한 금액에서 표준 공제 또는 항목별 공제를 빼고 나면 세금을 내야 하는 순수익이 나올 것이고 과세 비율에 따라 연방 소득세를 내게 된다.

정리를 해보자.
총합계(Combined Income)= 'AGI+세금을 내지 않는 이자 수입+

소셜 연금의 절반'이라는 공식이 나온다.

이 '총합계' (Combined Income)가 독신 ▲2만 5,000달러~3만 4,000달러 범위 내에 들어간다면 소셜 연금의 최대 50%까지가 과세 소득이다. 만약 ▲3만 4,000달러를 넘으면 최대 85%까지 과세된다.

예를 들어 보자. 싱글인 영희 씨의 소셜 연금은 1만 6,000달러이고 기타 수입이 2만 달러다. 둘을 합쳐 3만 6,000달러가 된다. 그런데 소셜 연금 과세 기준에 필요한 공식대로 계산하면 '총합계' (combined income)는 소셜 연금 절반에 기타 수입이 합쳐 지기 때문에 3만 6,000달러가 아니라 2만 8,000달러다(소셜 연금 1만 6,000달러의 절반인 8,000달러+기타 수입 2만 달러).

이 금액이 독신 2만 5,000~3만 4,000달러에 해당되므로 소셜 연금의 50%가 과세 대상이다.

따라서 '총합계' 2만 8,000달러에서 최소 기준 2만 5,000달러를 제한 금액의 절반인 1,500달러에 세금을 붙는다(2만 8,000달러-2만 5,000달러=3,000달러, 그리고 3,000달러/2=1,500달러). 이 금액이 영희 씨 소셜 연금에서 과세되는 금액이다.

계산법을 일반인들이 이해하기가 쉽지는 않다. 요즘은 컴퓨터 텍스트 프로그램이 발달해 수입만 넣으면 자동적으로 금액이 튀어나오므로 자세히 알 필요까지는 없다. 그렇다고 해도 기본적인 개념만 이해한다면 예비 은퇴자들의 은퇴 자금 계산에 도움이 될 것이다.

결혼 부부 세율

부부가 공동으로 세금 보고를 한다면 둘의 수입을 모두 합쳐 계산된다. 부부의 '총합계' (combined income)가 ▲3만 2,000~4만 4,000달러이면 소셜 연금의 최대 50%까지 ▲4만 4,000달러 이상이면 최대 85%까지 과세 된다.

예를 들어 보자. 공동 세금 보고를 하는 철수 씨와 영희 씨 부부의 소셜 연금 합계는 2만 6,000달러다. 또 기타 수입으로 3만 달러가 있다. 두 수



입을 합치면 5만 6,000달러다.

그런데 과세 계산에 포함되는 수입은 연금의 절반인 1만 3,000달러이므로 이들의 '총합계'는 4만 3,000달러다. 이 금액은 3만 2,000~4만 4,000 달러 구간에 해당된다. 따라서 이들 부부의 '총합계'에서 최저 한계 금액인 3만 2,000달러를 빼고 난 수입의 절반이 과세 수입이다(4만 3,000달러-3만 2,000달러=1만 1,000달러. 다시 1만 1,000/2=5,500달러). 따라서 이들 부부의 소셜 연금 과세 수입은 5,500달러다. 소셜 연금 중 5,500달러만 과세 수입이 된다는 말이다.

배우자 연금, 생존자 연금, SSI

만약 자신의 근로 기록 없이 배우자 연금만 받는다면 모든 소셜 연금 수혜자와 동일한 규정이 적용된다. '총합계'가 2만 5,000달러 이상이면 연금이 최대 50%까지, 3만 5,000

이상이면 85%까지 과세된다.

생존 배우자도 일반 연금과 동일한 규정이 적용된다. 하지만 자녀 자격으로 생존 자녀 연금을 받는다면 부모 또는 보호자는 이를 자신의 수입으로 보고하지 않아도 된다.

장애 연금(Disability Benefits) 역시 일반 은퇴자와 동일하게 규정된다.

하지만 극빈 보조금(SSI)은 세금이 없다. SSI는 소셜 시큐리티 연금이 아니다. 따라서 세금을 내지 않으며 과세 수입으로도 계산되지 않는다. SSI는 시각 장애인, 신체 장애인 또는 65세 이상의 극빈자에게 제공되는 생활 지원금이기 때문이다.

소셜시큐리티국은 매년 1월 전년도에 받았던 소셜 연금의 내역서를 발송한다. 이를 '소셜시큐리티 베니핏 스테이트먼트' (Social Security Benefit Statement, 폼 SSA-1099)라고 부른다. 따라서 지

불된 연금에서 얼마의 세금을 내야 하는지 계산할 수 있을 것이다.

만약 세금을 내야 한다면 매분기마다 예상 세금을 미리 IRS에 내거나 연금을 받기 전 예상 수입을 소셜 시큐리티국에 보고해 세금을 원천 징수하고 받을 수 있다. 만약 돈을 너무 많이 냈다면 세금 보고 때 돌려 받으면 된다.

주정부 소셜 연금 과세

소셜 시큐리티 연금에 세금을 물리는 주정부도 있다. 캘리포니아는 세금을 물리지 않는다.

콜로라도, 코네티컷, 캔자스, 미네소타, 미주리, 몬태나, 네브래스카, 뉴멕시코, 로드아일랜드, 유타, 버몬트, 웨스트버지니아 등 12개 주는 세금을 받는다. 세금 계산 방식은 주별로 수입별로 다르므로 전문 CPA와 상의하면 된다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com



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

주치의 제도 메디케어 어드밴티지 만족도 88%

전국 메디케어 가입자 42% 어드밴티지 선택 보험료 부담 없고 다양한 추가 혜택 가능

메디케어 어드밴티지라고 불리는 주치의 제도 파트 C 가입자들의 만족도가 대단히 높은 것으로 나타났다.

의료정보 전문 웹사이트 ‘이헬스’(eHealth)가 조사한 설문 자료에 따르면 메디케어 어드밴티지 플랜에 가입한 사람의 88%는 플랜에 매우 또는 다소 만족하고 있으며 오직 6%만이 불만을 표출한 것으로 나타났다. 또 86%는 가족이나 친구들에게 메디케어 어드밴티지 플랜을 권하겠다고 밝혔다. 하지만 3%는 권하지 않는다고 답했다.

메디케어 어드밴티지 플랜 vs 오리지널 메디케어 파트 C로 불리는 메디케어 어드밴

티지는 연방정부 관리 오리지널 메디케어와 구분된다.

오리지널 메디케어는 병원비를 커버하는 파트 A와 의사 진료비의 파트 B만 혜택을 제공한다. 그리고 정부가 계약을 맺는 보험 회사가 의료비 지불 등 정산을 맡는다.

그러나 오리지널 메디케어에는 처방전 약품 비용을 제공하는 파트 D 혜택이 없다. 다시 말해 본인들이 직접 보험회사에서 구입해야 한다. 또 오리지널 메디케어의 파트 B 의료비의 20%는 가입자가 부담해야 한다. 따라서 20% 의료비를 커버해 주는 메디 갭 보험(보충 보험)에 추가로 가입할 수 있는데 보험료가 비싸다. 가입자 부담이 전혀 없는 오리지널 메디케어 보험을 갖추려면 파트

B 보험료 포함 1인당 400달러 이상은 족히 지불해야 한다. 가격 부담이 높은 데다가 전국 어디에서나 사용 가능하므로 연방정부의 의료비 부담 역시 매우 높다. 주치의가 필요 없고 원하는 전문의를 마음대로 찾아갈 수 있기 때문에 감기 증상을 가지고 3~4명의 의사를 찾는 경우도 있다. 모두 연방 정부에서 의료비를

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

지불해 줘야 한다. 정부의 의료비 손실이 높다는 의미다.

하지만 파트 C, 어드밴티지 플랜은 파트 A와 파트 B, 그리고 종류에 따라 처방전 약품을 커버하는 파트 D와 오리지널 메디케어에는 없는 치과, 안경, 보청기 같은 추가 혜택도 포함하는 ‘원스톱’ 종합 메디케어

플랜이다. 이 플랜은 연방정부가 아닌 일반 건강보험회사가 판매하고 관리한다.

다만 주치의가 소속된 지역의 의료 네트워크에서만 사용이 가능하며 주치의의 승인이 있어야만 전문의 진료나 수술을 받을 수 있다.

메디케어 가입자 42%가 어드밴티지 선택

2021년 메디케어 가입자의 42%에 해당하는 2,600만 명이 메디케어 어드밴티지 플랜에 가입해 있다. 지난 10년간 두 배나 증가한 것이다.

카이저 패밀리 재단에 따르면 파트 D 처방전 플랜을 포함한 메디케어 어드밴티지 플랜 59%는 모든 메디케어 가입자가 반드시 내야 하는 파트 B 보험료(2022년 표준 보험료 170.10달러) 이외에 추가로 내는 월 보험료는 없다. 그러나 가입자들이 많지 않은 지역의 플랜 또는 가입자

인구가 많더라도 혜택을 많이 주는 플랜은 일부 보험료를 받기도 한다. 전체적으로 거의 모든 메디케어 가입자(98%)는 보험료가 없는 메디케어 어드밴티지 플랜을 선택할 수 있다.

따라서 가입자의 65%는 보험료 없는 플랜에 가입해 있고 20%는 50달러 이하의 보험료를 내는 플랜을 선택하고 있다. 이런 장점으로 거의 46%의 메디케어 가입자들이 메디케어 어드밴티지 플랜을 선호한다.

특히 오리지널 메디케어의 가입자 부담금을 커버해주는 메디 갭 플랜에 가입한 사람들의 약 67%는 메디 갭 보험료 부담이 너무 높다며 불만을 표출하고 있다.

오리지널 메디케어에는 처방전 플랜이 없기 때문에 오리지널 메디케어 환자의 ¼은 오히려 메디케어 어드밴티지를 원하고 있다.

자넷김기자

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.

중앙일보 메디케어 건강보험 칼럼 리스트

- ✓ 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

은퇴

이혼 때 은퇴 계좌 주마다 배분 달라져

(401(k), IRA 등)

캘리포니아 등 '부부공동재산' 반반씩 가져 '공평 배분' 주는 기여도 따라 비율 달라 결혼 전 재산 또는 결혼 후 유산은 별개

요즘 50대 이상의 황혼 이혼이 늘어났다고 한다. 미국인 50세 이상 4커플당 1커플이 이혼한 것으로 나타났다. 이유는 다양하겠지만 최근 30년 동안 황혼 이혼 비율은 두배로 늘었다.

이혼은 재정 배분의 문제를 가져온다. 어느 재산을 누가 가질 것이며 어떤 재산을 가질 것이냐의 복잡한 해결 과제가 따른다. 이혼 전문 변호사가 알아서 하겠지만 그래도 일반적인 개념은 알아 두는 것도 유익할 것이다. 특히 은퇴 자금으로 모아둔 401(k)나 IRA 등은 즉시 사용할 수 있는 재산이므로 배분 과정도 알아 둘 필요는 있다.

모든 이혼 재산이 다 그렇겠지만 은퇴 자금도 주에 따라 배분 비율이 다를 수 있다.

캘리포니아 등 9개 주는 부부 공동 재산권을 인정해 결혼 생활 중에 모은 재산은 모두 50대50으로 나뉜다. 하지만 기타 주들은 공헌도, 나이, 결혼 연령 등에 따라 배분되는 '공평 배분' 법을 따른다. 알래스카는 둘 중 하나를 선택할 수 있다. 참고로 결혼 전 재산 또는 유산은 별개의 재산이므로 나누지 않는 것이 보통이다.

401(k), IRA 등 이혼 재산 등분

이혼과 관련된 재정 문제는 이해하기가 매우 어렵고 복잡하다. 특히 그동안 모아왔던 은퇴 자금도 이혼에 영향을 받게 된다.

기본적인 개념은 이렇다. 결혼 후 모은 모든 재산은 일반적으로 이혼할 때 나누어 갖는다. 은퇴 자금 역시 예외는 아니다. 하지만 배분 비율

은주에 따라 달라질 수 있다.

결혼 생활 중에 모은 은퇴 저축금은 부부 재산으로 본다. 그러나 결혼 전 적립한 은퇴 저축금은 별도의 재산이다.

401(k), IRA와 같은 은퇴 저축 계좌는 주에 따라 부부 공동재산 (community property)이 아니냐하면 공평 분배(equitable distribution) 규정이냐 따라 배분이 달라진다.

애리조나, 캘리포니아, 아이다호, 루이지애나, 네바다, 뉴멕시코, 텍사스, 워싱턴, 위스콘신 등 9개 주는 부부 공동 재산권을 인정한다. 결혼 생활 중 어느 한쪽이 모은 재산이라고 해도 모두 공동 소유로 인정된다는 말이다. 누가 그 재산을 구입했는지와는 관계없다. 공동 소유권이 인정된다. 따라서 은퇴 자금 역시 부부에게 똑같이 나뉘어 배분된다고 재정 전문가들은 설명한다.

반면 이외의 주들은 공평 분배 규정을 따른다. 주 법원이 부부 재산을

공평한 방법으로 나눠주게 준다. 다시 말해 50대50 둘로 쪼개어 나누지는 않는다.

'공평 분배' 규정이 적용되는 주에서는 다양한 요소로 인해 한쪽 배우자가 더 많은 재산을 가질 수 있도록 한다. 예를 들어 이혼 후 다른 쪽 배우자보다 취업 기회가 더 많거나, 교육 수준이 더 높다면 돈 벌 기회가 더 많아지므로 재산 배분도 그만큼 상대적으로 적게 받을 수 있다. 또 가정 폭력을 행사했거나 배우자 부정을 저질렀다면 역시 책임을 물어 받는 돈을 줄일 수 있다. 나이와 저축 및 소비 습관 등 배우자 각자의 재정 기여도 역시 배분을 결정하는 요인이 될 수 있다.

그러나 앞서 언급한 대로 결혼 전 구입 재산 또는 결혼 전이나 결혼 중에 물려받은 유산은 별개의 재산이므로 배분 대상에서 제외될 수 있다. 이런 재산이 있다면 결혼 전 혼전 계약서를 통해 명시 해 두는 것도 좋은 방법이다.

이혼 후 은퇴 자금 분배

캘리포니아 등에서 적용하는 부부 공동 재산권을 예를 들어보자.

전통 401(k) 어카운트를 가지고 있다면 판사는 결혼 생활 동안 모은 돈에 대해서는 '자격 있는 가정 관계법' (Qualified Domestic Relations Order·QDRO)에 따라 배분하게 된다.

하나디 플래너는 "한쪽이 401(k)를 가지고 있고 다른 쪽은 없다면 401(k)의 절반은 다른 쪽에 주게 된다"고 말했다.

401(k) 절반을 받은 배우자는 자신의 이름으로 된 은퇴 어카운트로 돈을 넣을 수도 있고 돈을 모두 찾을 수도 있다. 하지만 돈을 모두 찾는다면 일반 소득세 대상이 될 수 있다.

전통 IRA도 결혼 동안 생긴 기금의 절반은 다른 배우자가 개설한 IRA에 직접 옮길 수 있다.

배분된 은퇴 자금은 세금에 유의해야 한다.

IRA에서 다른 IRA로 직접 이체하지 않고 일단 돈을 찾게 되면 일반 소득세를 내야 한다. 전통 IRA 계좌는 세금을 내기 전 수입에서 적용한 기금이기 때문에 돈을 찾을 때 세금을 내야 한다. 또 59.5세 이전에 찾는다면 조기 인출에 따른 10% 벌금도 내야 한다.

따라서 돈을 직접 찾지 말고 IRA 계좌를 열어 바로 이체시키는 것이 바람직한 방법이 되겠다.

하나디 플래너는 "예를 들어 전통 IRA에 들어 있는 5만달러의 기금을 찾으면 5만달러를 다 받는 것은 아니다. IRA 돈은 세금이 따르게 된다"고 말했다. 따라서 재정 전문가와 상의해 결정하는 것이 좋다고 그는 조언했다.

양쪽이 모두 401(k), IRA를 가지고 있다면

양쪽이 각자의 어카운트를 가지고 있을 수 있다. 그런데 적립된 금액에 차이가 있다면 앞서 설명한 대로 법원의 '자격 있는 가정관계법' (QDRO)에 따라, 또는 차액을 이체시키는 등의 방법이 있을 수 있다.

만약 다른 재산이 있다면 각자의 어카운트를 유지하면서 이들 재산에서 차액을 받아 공평하게 나눌 수 있다. 이 또한 세금 문제가 발생할 수 있으므로 전문가와 상의하는 것이 바람직하다.

이혼 후 수혜자 지정 문제는

모든 은퇴 재정구좌에는 유사시 누구에게 돈을 물려줄 것이라는 수혜자 이름이 지정돼 있다. 배우자가 포기 각서 쓰지 않는 한 대부분 배우자가 수혜자로 등록된다.

이혼이 끝나면 수혜자 이름을 업데이트해 두는 것이 중요하다.

수혜자가 계속 전 배우자 이름으로 되어 있다면 소유주가 사망하면 이미 이혼한 배우자가 모든 돈을 달라고 요구할 수 있다.

이런 경우 실제 유산을 받아야 할 사람이 재산권을 되찾기가 매우 어려워질 수 있다. 따라서 이혼을 했다면 이런 문제를 예방하기 위해서라도 즉시 수혜자를 바꿔야 한다.

존 김 기자 john@usmetronews.com



US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

월 방문자 2만5천명 돌파 US메트로뉴스

usmetronews.com wellbeingsus.com

창간 1주년

US메트로뉴스

‘빚잔치’로 못 갚은 세금은 자식에게 안 넘어가

결혼 후 개설한 카드는 배우자 책임 부부 공동 재산권 인정 주에 해당 은행 구좌 자손에 자동 이체 안 돼 카드빚 7년 후 소멸은 ‘낭설’

빚을 잔뜩 지고 죽으면 남은 가족에게 부담만 줄 수 있다. 일부 빚은 죽는 순간 모두 사라지지만 어떤 것은 남은 가족에게까지 이어지기 때문이다. 모든 부채가 동일하지는 않다는 말이다.

크레딧 카드 빚

크레딧 카드 빚을 지고 죽었다면 2가지 시나리오가 가능하다. 카드 빚이 모두 사라지거나 배우자에게도 넘어가는 경우다.

결혼을 하지 않았거나 보증인(코사인) 없이 카드 빚이 혼자 이름으로 되어 있다면 공증(프로베이트) 절차를 거치게 된다. 만약 유산을 남겨 놓았거나 은퇴 플랜 구좌, 또는 갚아가는 물건이 있다면 카드 빚은 여기에서 정산된다.

카드 빚이 하도 많아 재산을 정리해도 모자란다고 해서 자녀들에게 남은 빚을 갚으라고 할 수 없다. 나머지는 카드 회사가 모두 탕감 처리한다.

그러면 언제 카드 빚이 대를 이어 갈까. 만약 카드가 배우자 또는 보증인과 공동 명의로 되어 있다면 빚은 공동 명의자에게 넘어간다. 만약 카드를 타인이 사용할 수 있도록 허락해 타인이 사용하고 있다고 해서 원 소유주가 진 빚이 있다고 해도 채무 변제를 할 의무는 없다.

▲카드 빚이 7년 지나면 없어지나. 우리가 잘못 알고 있는 헛소문이다. 크레딧 카드 부채는 7년이 지난다고 해서 없어지지 않는다. 7년의 기한은 크레딧 기록에 올라가는 연체 기간을 말하는 것이지 부채가 소멸되는 기간은 아니다. 연체 기록은 7년이 지나면 소멸된다. 하지만 부채는 아니다. 카드 회사는 끝까지 쫓아와 빚을 받아 낼 것이다. 파산을 한다면 모를까.

▲죽은 남편 카드 빚을 대신 갚아야 하나. 경우에 따라서는 갚아야 한다.

죽은 배우자의 카드 빚이 남은 배우자에게로 넘어 가는 경우가 몇 가지 된다.

우선 결혼전에 생긴 카드 빚이고 죽은 배우자 혼자 이름으로만 되어 있다면 대부분의 경우 부채는 남은 배우자에게 가지 않는다.

크레딧 카드 빚이 결혼 후에 생긴 것이고 숨진 배우자 혼자 이름으로 되어 있다면 거주하는 주에 따라 결과는 달라진다. 캘리포니아 등 부부 공동 재산이 인정되는 ‘커뮤니티 프로퍼티’(community property) 주에 살고 있다면 구좌 소유주 이름과 관계없이 남은 배우자가 카드 빚을 모두 갚아야 한다.

여기에 해당하는 주로는 애리조나, 캘리포니아, 아이다호, 루이지애나, 네바다, 뉴멕시코, 텍사스, 워싱턴, 위스콘신 등 9개주다.

이들 주에 살지 않는다면 이름이 같이 올라가 있는 카드가 아닌 이상 일반적으로 생존 배우자는 죽은 배우자 크레딧 카드 부채를 갚을 의무는 없다. 하지만 이름이 같이 올라가 있다면 갚아야 한다.

의료비 부채

부모의 의료비 부채가 자식까지 이어지지 않는다. 하지만 자녀가 부모의 의료비에 책임을 지는 경우도 있다. 자녀들이 보증(코사인)을 썼을 때다.

부모의 치료를 위해 자녀가 재정적 책임을 지겠다는 서류에 서명을 했는데 부모가 돈을 내지 못한다면 그 부채는 보증인에게 넘어간다.

미국 내 26개 주는 일명 ‘효도법’(filial law)을 가지고 있다. 자녀가 일정 상황에서 자녀가 부모의 의료 부채를 책임진다는 법이다. 효도 책임 법을 시행하는 주로는 알래스카, 캔터키, 뉴저지, 테네시, 아칸소, 루이지애나, 노스캐롤라이나, 유타, 인디애나, 네바다, 캘리포니아, 메릴랜드, 노스 다코타, 버몬트, 코네티컷, 매사추세츠, 오하이오, 버지니아, 아이오와, 뉴햄프셔, 델라웨어, 미시시피, 오리건, 웨스트버지니아, 조지아, 몬태나, 펜실베이니아, 사우스다코타, 로드아일랜드이다.

하지만 이 법을 내세워 빚쟁이가



자녀들에게 돈을 달라고 하는 경우는 거의 없다. 사기가 아닌 이상 서명 서류가 있어야 한다. 특히 캘리포니아는 가정법으로 이에 대조되는 별도의 법도 가지고 있다. 특별히 갚겠다는 서명 서류가 없는 한 이 법을 내세워 돈을 달라고 할 수는 없다.

학자금 부채는

공부를 하느라 학비 부채가 잔뜩 있다면 역시 두가지 옵션이 있다.

▲연방 학자금 용자 연방 정부 보증 학자금 부채가 있다면 죽음과 동시에 모두 탕감된다. 연방 학자금 대출은 다른 사람에게 대를 이어가지 않는다. 사망 증명서를 받드시 대출 회사에 보내야 한다.

연방 학자금 용자는 디렉트 론(Direct Subsidized Loans), 디렉트 콘솔리데이션 론(Direct Consolidation Loans), 디렉트 언서브사이드드 론(Direct Unsubsidized Loans), 퍼킨스 론(Federal Perkins Loans)이다.

▲사실 학자금 용자(Private student loans) 2018년 11월 20일 ‘경기 성장, 구호 규제 및 소비자 보호법’으로 변경됐다. 원래 대출을 받은 사람이 죽으면 보증인 역시 사실 학자금 용자에 대한 재정적 책임이 소멸된다는 내용이 추가된 것이다.

이로 인해 새로 시작되는 사실 학자금 용자 모든 보증인은 학생이 죽으면 대신 돈을 갚을 필요가 없다. 그러나 2018년 11월 20일 이전에 지불된 학자금 용자는 보증인에게 변제의 의무가 요구될 수 있다.

▲연방 디렉트 플러스(Federal Direct PLUS loans)

이 대출 역시 죽음과 함께 소멸된다. 과거에는 플러스 론에 서명한 부모는 세금 의무를 지게 되고 자녀가 죽은 후 대출금 ‘수입’에 대한 탕감 신청을 해야 했다. 하지만 2017년 ‘세금 감면 및 직업법’에 따라 세금 의무가 사라졌다. 이 법은 2025년까지만 계속된다.

자동차 대출

자동차 대출에도 다양한 경우를 생각할 수 있다.

자동차 대출에 코사인을 했거나 커뮤니티 공동 재산권을 인정하는 주에 산다면 결혼 후 진 부채 이므로 자동차 대출금도 갚아야 한다. 만약 결혼 전에 받은 대출이고 죽은 배우자 이름으로만 된 부채라면 배우자에게 부채가 넘어가지 않는다. 대출 은행은 자동차를 가져 갈 것이다. 남은 배우자가 원한다면 용자금을 모

두 떠 안고 자동차를 가질 수 있다.

세금 부채

가장 무섭다. 연방 부채가 있다면 IRS는 우선 유산을 들여다볼 것이다. 법적으로 연방 부채는 모든 부채보다 우선된다. 우선 연방 정부가 겨냥 후 다른 부채가 정리된다는 말이다. 부채가 다 정리되지 않으면 다른 부채에 차압권을 걸 것이다. 하지만 자녀들에게는 책임이 넘어 가지 않는다.

은행구좌

죽은 후 자동적으로 진행되는 절차는 없다. 자녀나 집행인이 은행에 사망 증명서를 제출한다.

사망 증명서를 받은 은행은 모든 공증(프로베이트) 과정이 끝날 때까지 관련 구좌를 동결시킨다. 만약 재산을 주장하는 아무런 클레임도 들어오지 않으면 은행은 남은 돈을 상속자에게 넘겨 준다.

모기지 부채

프로베이트 과정에서 유산으로 물려지는 주택은 모두 갚아야 한다. 또 모기지 회사는 대출이 다른 사람에게 넘어가는 것에 동의해야 한다. 아직 모기지가 남아 있다면 배우자와 유산 상속자는 다음과 같은 옵션을 선택할 수 있다.

우선 집을 팔고 모기지를 갚는다. 유언 집행인은 빚을 갚기 위해 집을 팔 수 있다. 집 가치가 갚아야 할 모기지보다 낮다면 나머지 돈은 유산에서 지불해야 한다. 유산이 충분하다면 상속인이 이를 팔아 모기지를 갚거나 유산 상속자가 자신의 돈으로 대출금을 모두 갚는다.

충분히 모기지를 갚을 수 없다면 은행에 남은 모기지를 넘겨 받겠다고 요구할 수 있다.

존김기자 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



은퇴플랜

배우자 근로 소득 있다면 IRA 적립 가능

결혼이 은퇴 플랜에 미치는 영향

소득 높으면 '로스' IRA 적립 불가능
401(k) 적립금 많으면 IRA 세금 공제 줄어
부부 나이 10년 이상 차이면 RMD 적어

IRA는 개인 은퇴 적립구좌다. 은퇴를 대비해 돈을 모아 두는 것이다. 세금을 내기 전 수입으로 적립하는 '전통'(traditional) IRA와 세금을 댄 후 수입으로 적립하는 '로스'(Roth) IRA로 구분된다. 전통 플랜의 적립금은 수입에서 세금 공제를 받을 수 있지만 59.5세 이후 벌금 없이 찾아 쓸 때 세금을 내야 한다. 반면 로스 플랜은 세금을 낸 수입이므로 일정 기준만 맞으면 나이 제한 없이 돈을 찾아 쓰고 불어난 수익까지 세금 없이 찾아 쓸 수 있다.

이 정도는 누구나 다 아는 사실이지만 IRA는 가입자가 결혼을 했느냐 또는 안 했느냐에 따라 규정이 다르게 적용된다.

배우자 적립 가능

일반적으로 IRA는 근로 소득이 있어야만 가능하다. 직장에서 받는 W-2 소득 또는 자영업자의 순수입 등이 있어야만 가능하다. 혼자 살고 있는데 수입이 없다면 IRA에 가입할 수 없다.

하지만 결혼을 하면 규정이 달라진다. 결혼한 사람은 근로 소득이 없어도 배우자가 근로 소득이 있다면 그 근로 소득으로 IRA에 적립할 수 있다.

만약 배우자의 수입이 넉넉하다면 부부가 각자 개인이 적립할 수 있는 최대금액을 IRA 구좌에 적립할 수 있다. 2022년 부부의 나이 50세 이상이라면 최대 1만 4,000달러까지 적립할 수 있다는 말이다. 다만 근로 소득이 이 이상 돼야 한다.

'전통' 플랜에 가입해 있다면 적립금 모두 세금 공제를 받는다. 부부 중 한 명만 일하고 다른 한 명은 자녀를 양육하거나 노부모 부양 등으로 일을 하지 못할 경우 매우 큰 혜택이 될 수 있다.

로스 IRA 적립금 영향

결혼을 하면 보통 부부 공동으로 또는 부부지만 별도 세금 보고를 할 수 있다. 이럴 경우 로스 IRA 적립금에

도 영향을 미친다.

'로스' IRA는 '변경된 조종 후 총 수입'(MAGI)에 따라 적립 가능한 액수가 결정된다. 독신 때보다 결혼 해서 부부 공동 수입이 크게 늘어난다면 로스 IRA 적립 가능한 금액도 줄어들거나 아예 적립할 수 없다.

2022년 기준으로 독신의 MAGI 수입이 12만 9,000달러(부부 20만 4,000달러) 이상부터는 적립 가능한 금액이 줄어들다가 14만 4,000달러(부부 21만 4,000달러)가 넘으면 아예 적립하지 못한다. 그런데 직장에서 제공하는 '로스' 401(k)에 가입해 있다면 소득의 한계 없이 적립할 수 있다.

로스 IRA는 세금을 낸 후 수입으로 적립하는 개인 은퇴 플랜이다. 이미 세금을 냈기 때문에 은퇴 후 구좌에서 돈을 찾아 쓸 때도 일정 기준에 충족된다면 불어난 투자 수익까지 세금 없이 찾아 쓸 수 있다. 은퇴 후 세금을 내야 하는 수입이 많아지면 메디케어 보험료를 더 내야 하고 또 소셜 연금 세금 또한 더 많이 내야 한다. 따라서 세금 문제를 해결하는 방법으로 많은 사람들이 아예 세금을 낸 수입으로 적립하는 로스 IRA를 찾기도 한다.

하지만 앞선 수입 규정을 피해 가는 방법도 있다. 요즘 의회에서 폐지를 논의하고 있는 '백도어 로스 IRA'라는 방법이다. 조금 복잡하지만 자세한 내용은 다음 호에 추가로 설명하겠다.

전통 IRA 세금 공제액 영향

세금을 내기 전 수입으로 적립하는 '전통' IRA를 가지고 있는 배우자가 결혼을 한다면 더 이상 적립금에 대해 세금 공제를 못 받을 수도 있다. 회사에서 제공하는 401(k)와 같은 회사 제공 은퇴 플랜을 가지고 있다면 결혼에 따라 적립 가능한 금액이 줄어들 수 있기 때문이다.

직장 제공 은퇴 플랜에 가입하지 않았거나 가입했어도 많은 돈을 넣지 않는 독신이라고 가정해 보자. 별



도의 IRA를 개설해 적립하는 적립금은 세금 혜택을 받을 수 있다. 그러나 이 독신자와 결혼하는 배우자가 직장 제공 은퇴 플랜에 많은 돈을 집어넣고 있다면 결혼 후 전통 IRA에 적립해 세금 혜택을 받을 수 있는 금액은 수입에 따라 줄어들거나 아예 없어진다.

만약 2022년 이미 전통 IRA에 돈을 적립했는데 결혼을 했다면 자칫 세금 공제를 받지 못하고 벌금까지 내야 할 수 있기 때문에 적립금을 다시 인출해야 한다.

RMD 금액 낮춰 받기

나이가 들어 노년에 결혼 또는 재혼을 할 수도 있다. 나이 든 시니어들이 결혼을 하면 72세부터 전통 플랜이나 401(k)와 같은 세금 전 수입으로 적립하는 세금 유예 플랜에서 받아야 하는 최소 배분금(RMD)에 영향을 준다.

보통 RMD는 연방 국세청(IRS)

가 정해 놓은 나이별 기대 수명치 테이블 즉, IRS '표준 수명 테이블'(Uniform Lifetime Table)에 따라 결정된다(본보 6월호 RMD 기사 참조).

그런데 결혼했는데 배우자의 나이가 10년 이상 젊고 이 젊은 배우자가 1차 베니피셔리(소유주가 죽은 후 IRA를 물려받는 사람)이라면 별도의 수명 테이블이 적용된다. 이를 IRS '조인트 수명 테이블'(Joint Lifetime Table)이라고 부른다.

나이 차이가 많은 젊은 배우자가 오래 살면서 은퇴 자금이 금방 마르지 않게 하려는 목적이다. 당연히 72세부터 받는 RMD 금액이 독신이나 나이 차이가 얼마 나지 않는 배우자가 받는 것보다 적을 것이다. 그래야 젊은 배우자가 오래 자금을 유지할 수 있기 때문이다.

참고로 RMD는 연말까지의 구좌 잔고를 기대 수명치로 나누는 금액이다. 따라서 기대 수명치가 높을 수

록 그해 받아야 할 RMD는 적어지게 되고 소셜연금에 대한 세금 부담도 줄어든다.

베니피셔리 업데이트

결혼을 하면 IRA 구좌의 베니피셔리를 업데이트시킨다. 만약 새 배우자에게 모든 IRA 재산을 넘겨주고 싶다면 당연히 베니피셔리에 이름을 올려놓는다. IRA 베니피셔리 양식에 이름을 작성하고 IRA 관리 회사에 보내면 된다.

만일 IRA 소유 배우자가 숨지면 살아 있는 배우자는 배우자가 아닌 베니피셔리가 누릴 수 없는 혜택을 받을 수 있다.

물려받은 IRA(Inherited IRA)를 자신의 것처럼 그대로 유지할 수 있다. 혹시 별도의 IRA가 있다면 이곳으로 모든 금액을 이체할 수 있다. 이는 배우자만 누릴 수 있는 특권이다.

자넷 김 기자 janet@usmetonews.com

종업원 5인 이상 업주, 은퇴 플랜 등록해야

‘칼세이버스’ 7월부터 본격 시동
위반시 250, 500, 750달러 단계적 벌금
Calsavers.com 통해 등록

7월부터 5인 이상 캘리포니아 업주는 종업원들에게 은퇴 저축플랜을 제공해야 한다. 업주 자체 은퇴 플랜을 제공하거나 주정부에서 운영하는 ‘칼세이버스’(CalSavers) 플랜 등록 중 하나를 선택해야 한다(본보 5월호 커버스토리 참조).

캘리포니아 주정부에 따르면 지금까지 27만 5,000명 이상의 캘리포니아 주민들이 ‘칼세이버스’에 등록했고 저축 금액만도 2억 2,500만 달러 이상이다.

‘칼세이버스’ 프로그램의 캐티 셀렌스카 국장은 지난 6월 30일 마감을 앞두고 하루 3,000명 이상의 업주가 종업원들을 위해 ‘칼세이버스’에 등록했다. 6월 28일 하루만도

4,000여 업소 이상이 등록했고 총 8만 7,000여 업소가 등록한 것으로 기록됐다.

‘칼세이버스’는 지난 2019년 7월부터 종업원 수에 따라 단계적으로 확대돼 왔다.

‘칼세이버스’에는 5인 미만의 업소도 등록이 가능하며 종업원 뿐 아니라 업주도 가입할 수 있다.

피오나 마 캘리포니아 재무국장은 “모든 캘리포니아 주민들에게 은퇴 대비 저축 플랜을 가질 수 있도록 하는 매우 중요한 단계”라고 밝혔다.

캘리포니아 만이 아니라 오리건과 일리노이 등 여러 주정부가 이와 유사한 플랜을 발족하거나 운영하면서 소규모 업소에 근무하는 주민들

의 은퇴 저축 플랜 개설에 도움을 주고 있다.

조지타운 대학의 은퇴 연구소에 따르면 현재 16개 주와 뉴욕과 시애틀 등 2개 대도시가 정부운영 은퇴 프로그램을 제정했고 더 많은 주들이 합류할 것으로 보인다. 지난 2개월에만 하와이와 델라웨어주 의회 가 유사 법을 통과시켰다.

하지만 반대 의견도 만만치 않다.

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

캘리포니아 조세 반대 단체가 ‘칼세이버스’ 시행을 막기 위해 소송을 제기했으나 법원에서 패소했다. 또 일반 은퇴 플랜 전문 투자 회사들은 정부가 개입해 운영하면 일반 회사들과 경쟁하게 될 것이라고 불만을 표출했다.

전미노인협회는 반대로 적극 반겼다. 직장 은퇴 플랜을 제공하면 그렇지 못한 사람들보다 은퇴플랜에 가입 가능성이 15배나 높고 또 자동 가입 프로그램이 있다면 20배나 높다는 것이다.

등록하기

‘칼세이버스’ 프로그램 등록은 ‘Calsavers.com’을 통해 하면 된다. 이미 종업원들에게 은퇴 플랜을 제공하고 있다면 이곳에 등록에 ‘예외’ 조항을 선택하면 된다. 또 업주가 ‘칼세이버스’에 등록한다고 해도 업주의 부담은 없다.

업주는 어카운트를 개설해 W-2를 발행하는 모든 종업원들의 정보를 입력한다. 이 정보를 바탕으로 주정부는 30일 이내에 각 종업원에게 가입 여부를 묻는 통지서를 보내게 된다.

만약 가입을 원치 않은 종업원은

온라인을 통해 또는 반송 우편을 통해 가입을 원치 않는다는 ‘옵트 아웃’을 선택하면 된다.

이런 의사 표시가 없을 경우 한달 후부터 고용주는 급여에서 일정 금액을 떼어 주정부 프로그램에 보낸다. 종업원은 적립 금액을 높일 수도 있고 투자 항목 선택도 가능하다.

100인 이상 고용주는 2020년 9월 30일까지, 50명 이상은 2021년 6월 30일까지, 5인 이상은 2022년 6월까지 등록해야 한다. 하지만 등록을 하지 못했어도 웹사이트를 통해 계속 등록할 수 있다.

만약 등록하지 않은 업소는 첫 경고장으로 종업원 1인당 250달러의 벌금이 부과되며 2차 경고장은 500달러, 이후 750달러의 벌금이 오른다.

캘리포니아는 지금까지 452개 업주에 1차 경고장을 발송했다.

김정섭 기자



보험/연금/투자/재정설계
한솔종합보험(주)
완벽한 미래설계를 위해

힘들게 일한 당신
노후와 미래설계는
누가 해줄까?

일밖에 모르는 당신
일에는 자신 있지만, 노후설계와 자산관리는
자신이 없다. 그래서 그는 한솔종합보험을 선택했다.
미래와 노후 그리고 사랑하는 가족을 위한 미래설계.
꼭 시뮬레이션 선택이었다.

안정된 미래를 위한 자산관리

한솔 노후연금 적립 플랜

은행 CD나 일반 MONEY MARKET 저축보다 월등한 생명보험과 연금보험을 소개합니다.

시행보험금 보장
INDEXED RATES의 은퇴저축
생전 혜택 보장(LIVING BENEFIT)

개인연금(IRA)
회사 연금(SEP IRA & 401K)
ROLL OVER & TAX 유예

목돈 저축(INDEXED ANNUITY)
평생 INCOME
통계 개야300% 혜택이나 30년 후 월금보장

MYGA(다년간 연금보장 플랜)

단기간(3~7년)
원금보장 + 보장이자 수익 혜택 플랜이며
최소 \$10,000부터
최대 \$2,500,000까지 적립한다.

연기	최소 적립금	보장 이자율	연출금
3년	\$100,000+	3.75%	\$111,677
	\$250,000+	3.90%	\$280,406
5년	\$100,000+	4.20%	\$122,840
7년	\$100,000+	4.50%	\$136,086

(6월 30일 기준)

지수형(Indexed) 연금 플랜

원금보장은 물론 중기(7년)와 장기(10년)간 적립하여
지수형 수익금으로 노후 대책이 가능함.
종합주가 하락시에도 안정적이며, 상승시에도 MAX
CAP, MAX Participation Rates, Index Option
의 다양한 선택으로 높은 수익을 예상합니다.

	7년 연기 지수 연금플랜 예상 수익률과 금액		
	최고 수익률	최저 수익률	최근 수익률
최소 적립금	185%	116%	148%
\$10,000+	\$28,494	\$21,557	\$24,678
최소 적립금	196%	122%	159%
\$100,000+	\$295,727	\$122,276	\$255,286

(6월 30일 기준)





대표전화
(213) 487-4900 / (800) 300-0703
LA 지점 3598 Beverly Blvd, Los Angeles, CA 90004
OC 지점 6301 Beach Blvd, #304, Buena Park CA 90621

윌리엄 황



생명/은퇴연금/Medicare/LTC
한솔종합보험(주)

보육

부모 5명당 1명꼴로 애 보느라 직장 떠나

**자녀 맡기는 비용 너무 올라
연방정부 “보육비 수입의 7% 합당”
실제는 이보다 훨씬 더 높게 부담
정부와 고용주의 지원 정책 필요 지적도**

미국 부모들이 또 다른 인플레이션과 싸우고 있다. 어린이 학교나 베이비시터 등 자녀를 맡기는 보육비용이다.

‘케어닷컴’이 올 3월 실시한 자녀 보육비 관련 설문 조사에 따르면 부모의 63%는 지난해 자녀를 맡기는 비용을 더 많이 지불했다고 밝혔다. 비용이 올랐다는 것이다.

단순하게 자녀 보육비가 오른 것에서 그치는 일은 아니다. 자녀 보육비가 비싸다고 생각하는 부모들이 많아졌다는 것은 이들 부모들이 감당할 수 없는 비용까지 치솟아 이로 인해 자녀를 충분히 돌볼 수 없다는 중대한 문제가 제기되는 것이다.

이런 문제 해결을 위해서는 취학 연령을 4세로 낮추고 자녀들을 학교에 보내 정부가 비용을 분담하는 등 특단의 조치가 필요하다는 지적이 계속되고 있다.

‘케어닷컴’의 나탈리 메이슬리치 소비 국장은 “국가적으로 볼 때 인플레이션으로 인한 자녀 양육비 증가와 아동 물품 비용 상승으로 부모들은 이중고에 시달리는 것”이라고 분석했다.

팬데믹 기간 중 20% 상승

‘케어닷컴’은 자녀 돌봄이나 시설에 자녀를 맡기는 3,003명의 미국 부모를 대상으로 지난 3월 24~30일 설문 조사를 실시했다.

이에 따르면 집에서 자녀를 돌봐 주는 부모 비용은 팬데믹 중에 20%나 올랐고 베이비시터와 어린이 학교 비용도 5~15% 상승했다.

또 설문 조사에 참여한 부모 절반(51%)은 수입의 20% 이상을 보육 비용으로 지출한다고 밝혔고 또 10% 이상이라고 밝힌 부모도 72%에 달한다. 그런데 미국 보건후생부에 따르면 보통 자녀를 맡기는 비용이 가족 수입의 7%가 넘지 않아야 한다고 되어 있다.

그러나 많은 부모들이 이보다 훨씬 더 많은 금액을 지불하면서 자녀를 키우는 것이 현실이다.

“허리가 휘다”

혼자 아이를 키우고 있는 토리 스나이더는 소규모 자영업 운영을 하고 있지만 매우 힘들게 살아가고 있다. 그는 6월 중순 연방하원 세입 위원회 청문회에 출석해 증언하면서 연방정부의 대책 마련을 호소했다.

공익 단체 ‘맘스라이징’(Moms-Rising)의 회원이기도 한 스나이더(펜실베이니아 필라델피아 거주)는 “정말 지키고 힘들며 과로에 시달려

버티기가 힘들 지경”이라면서 “우리 자녀들에게 먹여야 할 식품 가격도 너무 올라 더더욱 힘들게 살아가야 한다”고 발언했다.

폐업 어린이 학교 많아

인플레이션으로 인한 고물가가 원인지만 코비드 19 팬데믹으로 인해 더 큰 문제가 발생하고 있다.

어린이 양육 문제 옹호 단체인 ‘차일드 케어 어워드’(ChildCare Award)에 따르면 지난 2019년 12월부터 2021년 3월 사이 미국에서 거의 9,000개의 어린이 시설이 문을 닫았다.

자녀를 맡기고 싶어도 최소 2년을 대기자 명단에 올려 놓고 기다려야 하는 부모들도 많다.

또 입주 보모나 베이비시터 수도 늘어나 결국 일을 줄이거나 아예 그만두는 부모들도 늘고 있는 실정이다.

부모들은 늘어나는 비용을 감당하기 위해 다양한 방법을 찾고 있다.

‘케어닷컴’의 설문조사에 따르면 31%의 부모는 비용을 벌기 위해 아르바이트나 이중 직업을 고려하고 있다.

또 26%는 근무 시간을 줄이고 있고 25%는 직업을 아예 다른 것으로 바꾼다. 또 21%는 아예 직장을 그만뒀다고 밝혔다.

인력 부족 현상이 더 심해지는 원인이다.

‘케어닷컴’의 나탈리 메이슬리치 소비 국장은 “자녀 맡기는 비용

이 올라가면서 가족들의 근로 시간도 줄어들고 있고 그 결과 미래를 위한 저축도 줄고 지출도 감소한다”면서 “전반적인 미국 경제에 나쁜 영향을 끼치고 있다”고 주장했다.

일부는 아예 출산을 포기하는 경우도 생긴다. 설문 참여 부모의 35%는 아이를 더 낳지 않을 것이라고 답했고 이들 중 43%는 자녀를 맡기는 비용이 너무 많이 올랐기 때문”이라고 말했다.

직장이 나서야

정부의 적극적인 지원과 보육 시설 확대 등의 방안이 필요하지만 직장 고용주들도 큰 역할을 할 수 있다고 전문가들은 지적했다.

‘케어닷컴’의 미래 혜택 보고서에 따르면 고용주 56%는 자녀 보육 비용을 지원해 주고 있다. 국가적 차원에서뿐만 아니라 고용주 차원에서 더 많은 참여와 지원이 필요하다는 것이다.

실제 많은 이익을 내는 중소기업들조차도 직원들의 자녀 복지에는 관심을 두지 않고 있는 것도 사실이다. 한인사회 비즈니스 중에서 직원 자녀 맡기는 비용을 분담하거나 지원해주는 곳은 거의 없는 실정이다.

외형적, 경제적으로 크게 성장했다고는 하지만 내부의 직원 복지는 아직도 바닥 수준임을 보여준다.

부모들의 대책

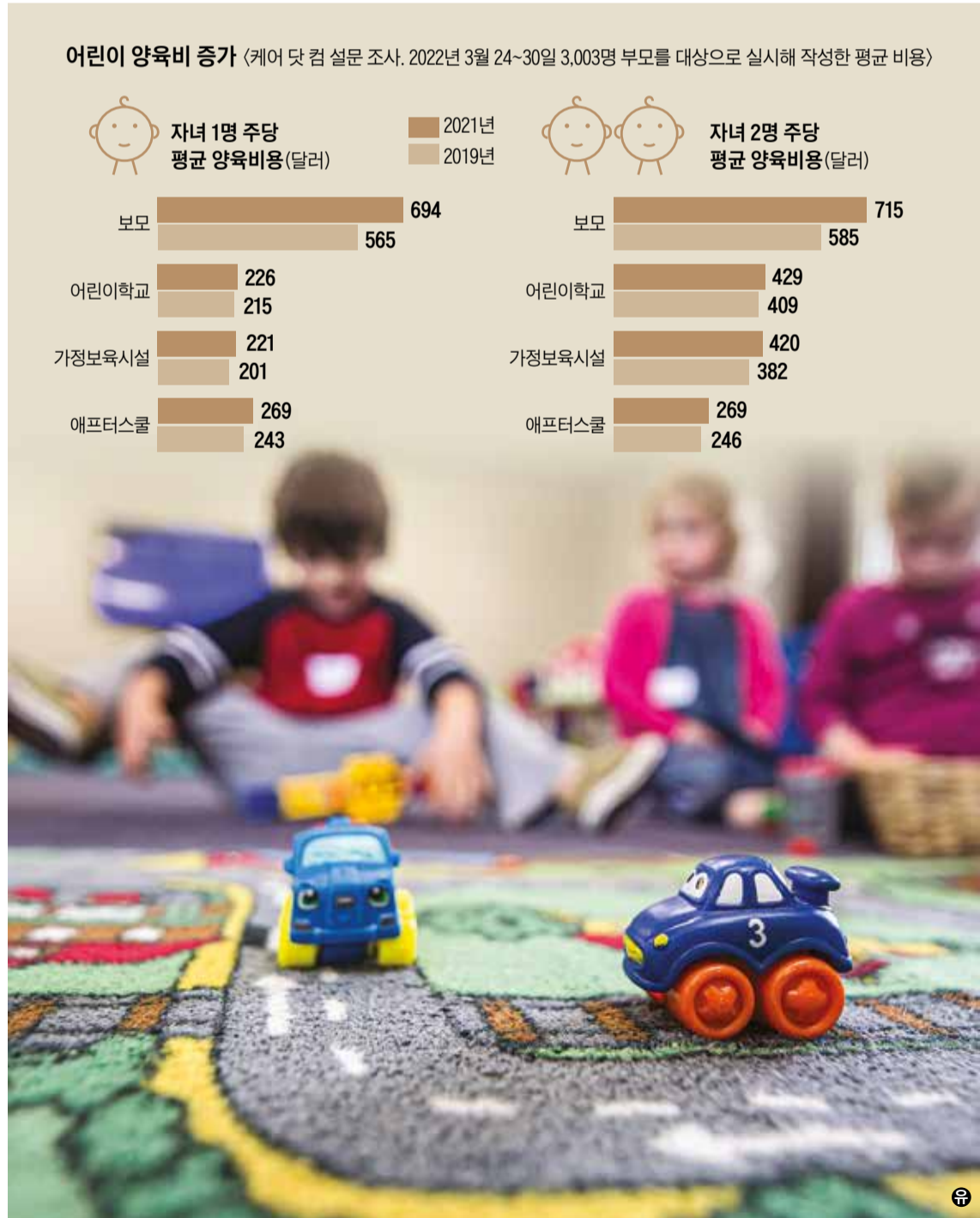
사실 베이비시터를 이용하는 비용이 어린이 학교에 보내는 것보다 훨씬 저렴할 수 있다.

또 일부 회사가 종업원들에게 제공하는 FSA라는 양육경비 지급구좌를 개설해 세금 전 수입으로 보육비를 마련할 수도 있다.

연방세법에 따라 13세 이하 자녀를 키우는 부모는 자녀 1인당 택스 크레딧 혜택을 받는다. 2022년 기준으로 자녀 1명당 2,000달러의 택스 크레딧을 받을 수 있다. 세금 보고 때 그만큼의 돈을 돌려받는다라는 말이다.

하지만 세금전 양육경비 지급구좌를 개설해 이미 적립금을 내고 있다면 택스 크레딧을 받을 수는 없다. 하지만 보육 비용이 이 구좌에 적립하는 돈을 초과할 경우 초과분만큼 택스 크레딧을 받는다.

존 김 기자 john@usmetronews.com



집 사려면 지출금이 수입의 36% 넘지 말아야

요즘 모기지 이자율이 크게 올라가면서 주택 구입의 열기가 다소 식었다고는 하지만 아직도 내 집 마련의 열망을 가진 구입자들은 줄을 서고 있다.

요즘 같은 이자율 상승 시기에는 주택을 구입하기 전 구입 능력과 페이먼트 등에 대한 종합 경비를 꼼꼼히 챙겨 결정해야 한다. 높은 이자율로 인한 페이먼트 부담으로 나중에 후회하는 일이 생기지 않을 것이다.

값이 비싼 주택을 구입하려면 우선 충분한 수입이 필요하다. 또 높은 크레딧 점수가 요구된다. 또 부채가 많지 않아야 하며 모기지를 충분히 감당할 수 있음을 증명하는 기타 자산도 도움이 된다. 하지만 무엇보다 중요한 것은 집값과 관리비를 충분히 감당할 수 있는 능력이 있느냐다.

구입 가능한 주택

집 구입에 나선다면 우선 월 모기지 페이먼트를 감당할 수 있을 정도의 수입이 있는지 점검한다. 또 학자금 부채, 자동차 또는 크레딧 카드 부채 등 정기적으로 지불해야 하는 페이먼트도 계산해 본다.

기타 부채에 따라 빌릴 수 있는 모기지 금액이 달라지기 때문이다.

미국 모기지 공사 프레디맥에 따르면 일반적으로 월수입의 25~28%가 모기지 페이먼트로 나간다는 것이다. 여기에 다운페이먼트가 필요하며 다운페이먼트의 액수에 따라 매달 내는 페이먼트가 달라진다.

무엇보다 중요한 것은 고정 수입이 있느냐는 것이다. 수입 변동이 심하고 불규칙하다면 재정적 압박에 대비해 페이먼트 부담이 적은 주택을 구입하는 것이 좋다.

모기지 대출 조건

아무리 사고 싶은 집이 있다고 해도 현금 거래가 아닌 이상, 모기지 대출을 받지 못하면 구입이 불가능하다.

대출 회사들은 몇 가지 조건을 고려해 대출 여부를 결정한다.

▲크레딧 점수 : 크레딧 점수는 받을 수 있는 모기지 이자율을 결정하는 중요한 기준이다. 이자율이 낮으면 페이먼트도 낮아질 것이고 장기적으로 내야 하는 이자 총액도 적을 것



모기지 이자율 올라 페이먼트 부담 늘어
수입 늘리고 크레딧 점검하고 부채 줄이고
PMI, 재산세, 관리비 등 고려해 결정



이다. 크레딧 점수가 높으면 이자율이 낮고 당연히 월 페이먼트도 적어진다.

프레디맥 데이터를 살펴보면 대출 은행들로부터 최상의 이자율을 받으려면 크레딧 점수 740점 이상은 필요하다.

▲부채 대 수입 비율(Debt-to-income ratio) : 모기지 은행들은 부채 대 수입 비율을 따진다. 이를 DTI라고 부르는데 수입에서 얼마나 많은 부채가 떨어져 나가는지 보는 것이다. DTI가 낮을수록 더 많은 모기지 페이먼트를 낼 수 있다. 다시 말해 더 비싼 주택을 구입할 수 있다는 말이다.

또 다른 모기지 공사 패니매는 모기지 페이먼트를 포함해 수입에서 지불되는 모든 부채의 비율이 36%를 넘지 않는 것이 중요하다고 조언했다. 다시 말해 매달 나가는 부채 상환금이 수입의 36%를 넘지 말아야 대출 은행들이 돈을 빌려준다는 것이다. 어떤 경우는 이 DTI 50%에도 모기지 대출이 가능하기는 하지만 흔하지는 않다.

▲자산과 저축 : 남의 돈을 빌리려면 다소간의 내 돈도 있어야 한다.

은행에 들어있는 돈, 은퇴를 대비해 가입한 IRA, 40(k) 구좌, 주식, 채권 또는 기타 투자금도 대출에 영향을 줄 수 있다. 이런 유동 자산을 가지고 있다면 돈을 잃을 위험이 낮다고 생각하기 때문에 은행은 자신 있게 대출을 해 줄 것이다.

▲장기 대출 : 장기 대출은 단기 때보다 월 페이먼트가 적게 마련이다. 원금을 장기간 나누어 갚기 때문이다. 예를 들어 10% 다운페이먼트에 30년 이자율 5.23%로 30만 달러를 빌린다면 월 1,487달러를 낼 것이다.

이에 반해 15년 상환으로 이자율 4.38%로 30만달러를 빌린다면 월 페이먼트는 2,048달러가 된다. 30년 대출보다 월 600달러가 더 많다.

▲대출 종류 : 대출의 종류에 따라서도 모기지 대출이 달라진다.

예를 들어 연방정부가 보증하는 FHA 론은 낮은 크레딧 점수와 적은 다운페이먼트로도 받을 수 있지만 빌릴 수 있는 돈의 한계가 있다.

연방 주택도시개발부에 따르면 올해 FHA 융자의 한계는 42만 680달

러다. 하지만 생활비가 비싼 지역은 97만 800달러까지 가능하다(본보 2022년 5월호 FHA 기사 참조).

▲이자율 종류 : 모기지 이자율은 고정 또는 변동으로 나뉜다.

변동 이자율은 대출 초기 이자율이 낮은 반면 시간이 지나면 올라간다. 반면 고정 이자율은 초기 변동 이자율보다 낮지만 대출금을 모두 상환할 때까지 이자율이 변하지 않고 계속 유지된다.

사고 싶은 집은 있는데 가격이 높아 페이먼트 부담이 많을 경우 변동으로 낮은 이자율을 선택해 부담을 줄이는 방법을 사용하곤 한다.

일단 모기지 대출을 신청하면 대출 은행은 대출 가능한 금액, 이자율, 월 페이먼트 그리고 전체 대출비용 등을 담은 대출 평가서를 신청자에게 준다. 이 평가서는 대출 회사마다 차이가 날 수 있으므로 최상의 조건을 제시하는 대출 은행을 선택하면 된다.

모기지 페이먼트 이외의 경비들

대출을 받는 모기지 원금과 이자가 월 페이먼트를 결정하는 요인이지만 기타비용 역시 전체 월 상환 페이먼트를 올릴 수 있다.

▲PMI(개별 모기지 보험, Private mortgage insurance) : 다운페이먼트를 주택 구입 가격의 20% 미만으로 낼 경우, 대출 은행은 보험을 요구한다. 이를 PMI라고 부른다. 빌려준 모기지를 갚지 못할 때 대출 은행은 손해를 보지 않기 위해 신청자에게 보험을 들도록 요구하는 것이다.

그런데 집값이 올라 주택 에쿼티가 주택 가격의 20% 이상으로 올라가면 PMI는 더 이상 필요 없어진다. PMI는 돈을 빌리는 사람이 내야 한다. 따라서 월 모기지 페이먼트에 PMI 보험료까지 가세하면 모기지 페이먼트는 더 많아진다.

▲재산세 : 부동산을 가지고 있다면 매년 재산세를 내야 한다. 이 재산세를 나누어 월 모기지 페이먼트로 낼 수 있고 아니면 1년에 1회 일시불 또는 2회 분할 납부할 수 있다.

월 페이먼트로 낸다면 당연히 모기지 페이먼트가 늘어날 것이다. 매달 내는 재산세 분할금은 에스스로 구좌에 축적돼 정부에 납부기일에 맞추어 납부된다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

음식

냉동고는 0도

〈섭씨 -17도〉

냉장고는 40도 유지

〈섭씨 4도〉

여름철이 다가오면서 음식 관리와 보관에 각별한 주의가 요구된다. 특히 먹다 남은 음식 보관에도 주의해야 한다.

지난해 2월 먹다 남은 국수 볶음 요리를 가져와 다시 먹었던 펜실베이니아 19세 대학생이 식중독으로 다리와 손가락을 절단하는 사건도 발생했다. 음식 관리가 그만큼 중요하다는 말이다.

보통 장을 본 음식은 냉장고에 보관하게 된다. 그렇다고 냉장고가 만능 상자는 아니다. 관리와 위생 규정을 따르지 않으면 살모넬라, 이콜라이, 보툴리눔 식중독을 일으키는 C 보툴리눔 등 미생물의 번식을 막지 못할 수 있다.

다음은 연방 식품의약국(FDA)의 냉장고 음식 보관과 냉장고 관리 수칙이다.

음식 저장 수칙

차게 보관해야 하는 음식을 집에 가져오면 가능한 빨리 냉장고에 넣어야 한다. 보통 이런 음식은 2시간 이내에 보관하는 것이 원칙이다. 특히 고기나 닭, 해산물, 계란 또는 냉장 보관이 필요한 기타 야채 등 음식은 실온에서 2시간 이상 방치하면 안 된다. 만약 기온이 90도(섭씨 32도)를 넘는다면 1시간 이내에 냉장 보관해야 한다.

먹다 남은 음식이나 식당에서 배달해온 음식도 마찬가지다.

냉장고나 냉동실에 음식을 보관할 때는 가득 채우지 않는 것이 좋다. 공기 순환이 되지 않아 자칫 음식이 변질될 수도 있다.

▲냉장고는 항상 규정 온도를 준수한다

FDA는 냉장고의 냉장실은 40도(섭씨 4도), 냉동실은 0도(섭씨 -18도) 유지를 권장하며 정기적으로 온도를 측정하라고 조언한다. 또 음식물 레이블에 적힌 지시 내용을 준수한다. 고기나 야채, 유제품 이외에도 냉장 보관해야 하는 많은 음식들이 있다. 음식 포장지의 지시를 따르지 않으면 내용물이 상해 버려야 한다.

▲인스턴트 식품은 바로 먹는다
스팸 등 런천미트 같은 인스턴트 식품은 포장을 개봉한 후 가능한 빨리

소비한다. 냉장고에 오래 보관할수록 식중독을 일으키는 리스테리아 박테리아 번식의 위험이 높아진다. 특히 냉장 온도 40도 이상인 경우는 더욱 박테리아 번식이 빠르다.

▲상한 음식 확인

육안으로 또는 냄새로 이상한 느낌을 받는다면 버린다. 물드가 보이면 역시 버린다. 물드 자체는 건강에 큰 해를 끼치지 않는다. 하지만 음식 맛이 변하므로 구태여 먹을 필요는 없다.

색이 변하거나 냄새가 나고 맛이 변한 음식은 식중독을 유발할 수 있다. 질병을 유발하는 박테리아와 음식을 상하게 하는 박테리아는 다르다. 하지만 음식이 상하면 해로운 박테리아가 생길 수 있다. 식중독 유발 미생물은 날고기나 덜 익은 고기, 닭고기, 해산물, 우유, 달걀, 더러운 물, 과일과 야채에 묻어 생긴다. 이런 음식들은 적절한 냉장 온도에 보관해야 박테리아 번식을 늦출 수 있다.

▲특히 손은 항상 청결하게 씻는다
손을 항상 청결하게 유지하고 음식 조리대를 소독하고 야채 과일을 깨끗한 물로 씻는다. 날음식과 일반 식품을 함께 포장해 보관하지 말며 냉장 온도를 유지한다.

냉장 음식 관리

양념한 음식을 실온에 방치하면 빠른 속도로 박테리아가 번식한다. 특히 사용 전 끓이지 않는다면 액상 양념은 절대 재사용 하지 않는다.

냉장고는 정기적으로 청소하고 음식물이나 양념이 떨어졌다면 즉시 닦아낸다. 육류에서 흘러내리는 액체는 다른 음식들도 오염시킬 수 있다. 리스테리아 박테리아 같은 치명적 미생물 번식의 온상이 될 수 있다. 따라서 즉시 닦아내고 정기적으로 청소한다.

음식을 항상 잘 포장해 둔다. 프라스틱 백에 넣고 뚜껑 있는 그릇에 담아 둔다. 또 먹다 남은 음식은 매일 상태를 점검해야 하며 오래 두고 먹지 않는다.

달걀은 원래 카튼 포장 상태로 냉장고에 저장한다. 냉장고 문에 보관하면 온도가 올라갈 수 있다.



0도 냉동고 음식은 오래 뒤도 'OK' '사용날짜' 표시는 최상의 맛 유지 기간 유아 분유, 우유는 날짜 지나면 폐기 육류는 실온에서 2시간 이상 방치 말아야

▲음식 유효 기간

포장지의 'use by' (언제까지 사용) 날짜는 최상의 맛과 질을 유지할 수 있는 날짜를 의미한다. 음식을 안전하게 먹을 수 있는 날짜를 표시한 것은 아니다. 하지만 어떤 경우는 이 날짜가 지나면서 맛과 색, 질감 또는 영양이 변할 수도 있다. 많은 식품이 이 날짜를 지나도 안전하게 유지될 수 있다. 그래도 못 믿겠다면 과감히 버려라.

주의해야 할 점은 유아용 우유다. 유아용 우유나 일부 아기 음식은 유효 날짜까지만 사용하게 되어 있다. 주의해야 한다.

냉동고 관리

냉동고 온도는 항상 0도 이하로 유지한다. 이렇게 보관하고 잘 요리된 음식은 안전하다.

냉동한다고 해서 모든 박테리아를

죽이는 것은 아니다. 다만 박테리아의 번식을 중지시킬 수는 있다. 0도로 냉동 보관한 음식은 영구적으로 안전하게 먹을 수는 있지만 음식의 질은 오래 보관될수록 떨어지게 돼 있다.

부드러움, 맛, 향, 육즙, 색 등에 영향을 줄 수 있다. 특히 먹다 남은 음식은 밀봉된 그릇에 저장해야 한다. 냉동 판매되는 음식은 포장지에 적혀 있는 요리 지침서를 따르는 것이 매우 중요하다.

냉동이 된다고 해서 영양분이 달아나지는 않는다. 다만 냉동되는 동안 음식 단백질이 다소 변할 수는 있다.

냉동실에 오래 보관되면 표면의 수분이 날아가 변할 수 있다. 그렇다고 안전하지 않은 것은 아니다. 공기가 들어가지 않도록 단단히 포장하지 않고 보관할 때 생기는 현상이다.

음식을 조리할 때 칼로 잘라낼 수도 있고 그대로 조리해도 좋다.

정전됐을 때

정전이 났다면 냉장실과 냉동실 문을 가능하면 열지 않는다.

문을 열지 않으면 냉장고 음식은 약 4시간 동안 차게 유지할 수 있다. 완전히 냉동된 식품은 문을 닫은 상태에서 48시간 유지가 가능하다.

전기가 다시 들어오면 음식이 안전한지 점검한다. 우선 냉장고의 온도를 점검한다. 만약 냉동실 온도가 40도 이하면 음식물은 안전할 것이고 다시 냉동하면 된다.

40도 이상의 온도로 올라갔다면 각 음식의 안전 상태를 봐야 한다. 색과 냄새로만 구별할 수는 없다. 음식에 얼음 결정체가 보이거나 40도 이하의 온도가 유지됐다면 다시 냉동하거나 조리해도 좋을 것이다.

정전이 4시간 이상 계속되지 않았고 문을 계속 닫아 뒀다면 냉장된 음식은 안전하다고 보면 된다. 40도 이상 온도에 2시간 이상 노출된 고기, 닭, 생선, 달걀, 남은 음식들은 아낌없이 버린다.

자넷 김 기자 janet@usmetronews.com



수박으로 수분도 보충하고 영양분도 섭취하고

미네널 항산화제 풍부한 건강식품
여름철 갈증 해소와 몸 건강 보충제
다량 섭취 보다는 정기적으로 한 컵 섭취
과하면 소화 안 되고 복부 팽만감 가져와

여름철 가장 많이 찾는 음식 중 하나가 수박이다. 뒷마당 바비큐부터 야외 모임 등등 수박은 빼놓을 수 없는 음식으로 등장한다. '전국 수박 홍보위원회'는 이런 수박이 수분 공급원뿐 아니라 풍부한 영양소의 보고라고 홍보했다. 이에 따르면 수박은 칼로리와 당분은 낮고 비타민과 미네랄, 그리고 항산화제는 풍부한 건강식품이다. 우리가 갈증을 해소하는데 최고의 음식이라고만 생각하던 수박이 이보다 훨씬 다양한 기능을 발휘하며 우리의 건강을 지켜 줄 수 있는 유익한 음식이라는 것이다.

수박을 매일 먹는다

미국인 10%만이 미국 질병통제예방센터(CDC) 권장량 하루 과일 2컵 섭취를 준수한다. 수박은 칼로리와 당분이 적어 장기 섭취에 따른 부작용 걱정 없이 매일 먹어도 안전하다고 되어 있다. 그렇다고 수박만 집중적으로 먹지 말고 다양한 종류의 과일을 함께 먹는 것이 좋다고 전문가들은 권한다.

그러나 과유불급이다. 지나치면 미치지 못하는 것과 같다는 말이다. 전국 식품영양학회의 대변인 그레이스 데로차는 한자리에 앉아 수박 한 통을 다 먹을 수야 있겠지만 일반적으로 권장량인 1회 한 컵 정도만 섭취하는 것이 좋다고 소개했다. 이유는 간단하다. 배탈이 날 수 있기 때문이다. 수박은 '포드맵' 식품으로 알려져 있다. '포드맵'이란 소장장에서 잘 흡수되지 않아 과민성장증후군을 악화시키는 당분류를 말한다. 발효당, 올리고당, 이당류, 단당류, 당알코올 등이 여기에 속한다. 데로차 대변인은 "수박을 다량으로 섭취하면 배가 더부룩하거나 불편할 수 있다"고 조언했다. 당뇨를 앓거나 당질(탄수화물) 양을 조절해야 하는 사람들은 특히 수박에 유의해야 한다. 과일을 너무 많이 먹으면 당분 섭취가 많아져 혈당 수치가 요동치게 되므로 당뇨병자

에게는 매우 위험하다.

수박의 건강 효과

노스웨스턴 보건대학의 크리스티나 마어-잭스 영양학과 교수는 "수박은 자연적으로 칼로리가 적은 음식이다"이라면서 "질병 예방에 도움이 되는 항산화 성분의 영양분이 많아 전체적으로 건강에 도움이 된다"고 말했다.

수박이 주는 건강 효과

▲필수 영양소 듬뿍
한 컵당 46 칼로리, 비타민 C 1일 섭취량의 15%, 비타민 A와 B6, 포테슘 등으로 포함한 미네랄이 풍부하게 들어 있다.

비타민 C는 면역 시스템을 강화하고 철분 섭취에 도움을 준다. 또 비타민 A는 피부와 눈 건강에 필요하다. 혈압을 낮추고 신경계를 도와주는 포테슘이 풍부하며 음식으로 섭취되는 단백질을 분해와 면역 및 신경 기능을 도와주는 비타민 B6도 많다.

▲리코펜(Lycopene, 도마토 등의 붉은 색소) 풍부
리코펜은 수박과 과일, 야채에 풍부한 붉은색의 천연 색소로 항산화의 보고다.

암과 심장질환, 노안의 위험을 줄여주는 것으로 알려져 있다. 또 리코펜은 세포 손상을 막아준다. 또 식이 요법으로 정기적 섭취하면 혈압을 낮춰주는 효과도 가져온다는 연구 결과도 있다.

▲수분 보충에 도움

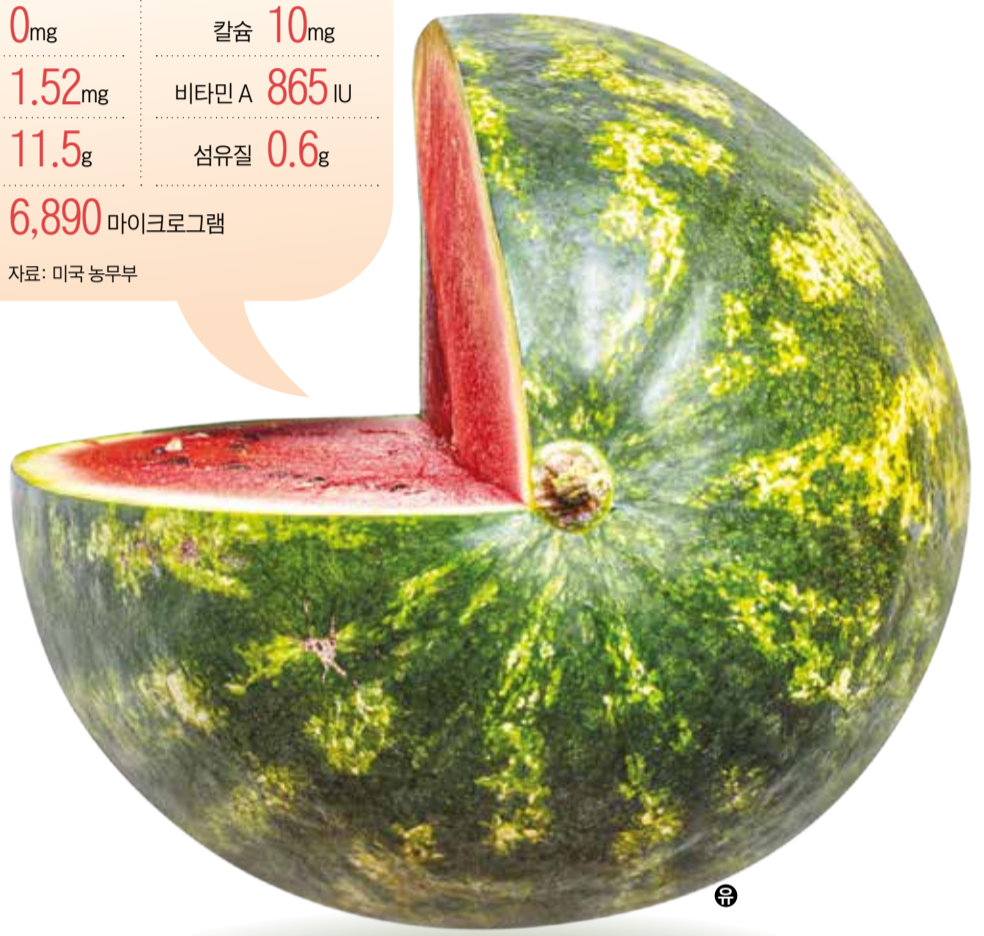
말할 것도 없이 수분 보충에 도움을 준다. 수박의 90%가 물이다. 데로차 대변인은 "우리 몸은 음료에서 80%, 먹은 음식에서 20%의 수분을 보충하므로 수박은 이런 수분 규형을 모두 유지해주는 좋은 음식"이라고 말했다.

성인 대부분은 충분한 물을 마시지 않는다. 따라서 기온이 올라가

수박에 들어있는 성분 1컵(152그램)기준

칼로리	45.6	비타민 C	12.3mg
지방	0.2g	포테슘	170mg
콜레스테롤	0mg	칼슘	10mg
소금	1.52mg	비타민 A	865 IU
탄수화물	11.5g	섬유질	0.6g
리코펜	6,890	마이크로그램	

자료: 미국 농무부



으로 수분을 잃는 한여름철에는 특히 수분 보충이 중요하다.

마어-잭스 교수는 운동을 한 후 또는 땀을 많이 흘리는 일을 장기간 했다면 약간의 소금을 곁들인 수박을 먹는 방법을 추천했다. 당질(탄수화물)과 소금은 몸에서 빠져나간 전해질과 당을 보충해주는 아주 좋은 방법이라고 그는 말했다.

▲건강식품

수박은 수분 함량도 높고 섬유질도 소량 들어 있다. 마어-잭스 교수는 "두 물질 모두 소화를 천천히 할 수 있도록 도와주는 주요 요인"이라고 말했다. 섬유질은 화장실 배변 활동을 도와줄 것이고 수분은 소화기를 통한 노폐물 배출에 도움을 준다.

▲심장 건강 개선 효과

리코펜이 풍부한 음식을 섭취하면 심장병과 뇌졸중의 위험을 낮출 수 있다는 연구 결과도 있다. 2012년 학술지 '고혈압'에 실린 보고서는 과일과 심장병의 관계를 규명했다. 특히 수박이 장기적으로 혈압을 낮출 수 있다고 되어 있다. 또 수박에 함유된 항산화 성분인 L-시톨린, L-아기닌이 혈액 기능을 개선해 줄 수 있다.

▲암 위험도 낮춰

리코펜은 염증과 항산화 스트레스를 줄여줄 수 있다. 신체의 건강을 해칠 수 있는 불안정한 분자인 자유기와 체내 자유기 생성을 막아주는 역할의 신체 작용의 밸런스가 무너지지 않도록 돕는다. 특히 만성 염증은 암과 같은 특정 질병의 위험을 증가시킨다. 리코펜은 이런 염증을 완화시키고 암세포 성장을 막아주는 역할을 한다. 소화

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

기 및 전립선암 위험을 감소시킨다.

▲씨와 껍질에도 영양분

수박의 육질을 먹을 때 붉은색 또는 핑크색을 고른다. 그러나 씨와 껍질 역시 건강에 큰 도움이 되므로 가릴 것 없이 먹는다. 껍질은 육질보다 섬유질이 높고 당은 낮다. 또 혈압을 낮추고 운동 활 동력을 향상시키는 데 도움을 줄 수 있는 L-시트룰린을 함유하고 있다. 씨 속에는 마그네슘이 풍부하다. 마그네슘은 에너지 생성과 신경계 기능, DNA와 단백질 합성, 혈압 조절에 매우 중요한 물질이다. 또 암과 우울증에 도움이 되는 염산이 함유되어 있다. 자넷김기자

캠퍼스 투어는 꼭 참가해야 하나?

올 가을 12학년이 되는 학생들은 긴 여름방학을 이용해 해야 할 것들이 여러 가지가 있다. 지원하고 싶은 대학들을 리서치해 보는 것도 중요하고, 공통원서 에세이 작성도 시작해야 한다.

그리고 또 하나 해 볼 것이 있는데 바로 “캠퍼스 투어”다.

대학을 직접 방문해 강의실과 기숙사 등을 살펴보고 대학 주변 환경을 직접 눈으로 확인하는 캠퍼스 투어에 대해 일부 학생이나 학부모들은 대수롭지 않게 생각하는 경우가 있는데, 절대 그렇지 않다. 거꾸로 말한다면 기회와 시간이 된다면 지원할 대학을 방문해 보는 것은 입시 준비에서 매우 중요한 과정이라 하겠다.

합격한 것도 아니고, 설령 합격한 다고 해도 실제 입학할 것인지 알 수 있는 지금 캠퍼스를 투어하는 게 왜 중요할까?

이에 대한 답을 찾아보자.

1. 캠퍼스 투어란?

말 그대로 대학을 방문해 분위기와 시설, 대학이 위치한 지역의 환경, 기후 등을 직접 눈으로 살펴 보면서 지원자에게 잘 맞는 곳인지를 가늠해 보는 것이라고 정의할 수 있다.

대학 사이트나 유튜브, 그리고 온라인 입시 사이트 등을 통해 여러 가지 필요한 정보들을 쉽게 얻을 수 있지만, 몸으로 느끼는 것과는 많은 차이가 있다.

예를 들어 캠퍼스가 대도시가 아닌 차로 한참 떨어진 한적한 외곽 지역에 위치해 있다고 가정해 보자. LA나 뉴욕 등에서 성장한 일부 학생들은 분명 답답함을 느낄 수 있다. 또 동북부 지역에 대학이 위치해 있다면 남가주에 거주하는 학생들은 경험해 보지 못한 매서운 추위를 감당해야 할 수 있다.

그리고 캠퍼스는 정말 마음에 드는데 교문 밖을 벗어나니 지역 치안이 불안해 보일 수도 있고, 만약 여기에다 교내 기숙사 시설이 부족해 학교 밖 아파트를 이용해야 한다면 그다지 유쾌한 기분은 들지 않을 것이다.

이같은 예들 외에도 캠퍼스 투어를 통해 얻는 정보는 많은데, 재학생들이 보는 대학의 장단점 같은 것은 매우 중요한 내용이어서 나중에 지

원 또는 합격 후 입학 여부를 결정할 때 유익한 판단 기준으로 사용할 수 있다.

2. 어떻게 진행되나?

캠퍼스 투어는 두 가지 일정으로 이뤄져 있다.

첫 번째는 앞서 설명한 캠퍼스 투어이다. 그리고 이는 일반적으로 재학생들이 담당한다. 캠퍼스 내 방문자 센터나 입학사무처 앞에서 모여 팀을 나눠 재학생의 안내로 곳곳을 다녀보게 된다.

재학생들은 시설 소개와 함께 학생들의 활동, 그리고 대학에서 즐길 수 있는 재미있는 이벤트 등도 함께 소개하고 질문도 받는다. 대략 시간은 1시간 정도 소요된다.

두 번째는 인포세션(info session)이다. 강의실 또는 회의실 등에 모여 대학 입학사무처 관계자 또는 입학사정관 등이 나와 대학에 대해 설명하는 시간이다.

대학의 입학사정에 관한 간단한 설명과 학비보조, 그리고 대학이 제공하는 다양한 프로그램들에 관해 소개하는 시간인데, 1시간 정도 진행된다.

인포세션은 보다 근본적인 질문이 가능하다. 즉 투어 때 재학생에게 대학의 입학사정에 관한 것을 질문하는 것은 바람직하지 않고, 재학생들도 이에 대해서는 언급을 하지 않게 돼 있다.

하지만 인포세션에서는 학생이나 학부모들이 궁금해 하는 내용들, 즉 입학사정 기준이나 대학이 원하는 지원자 등 보다 깊이 있는 대화가 가능하다. 그리고 세션이 끝난 뒤 개별적으로 질문하는 것도 괜찮으며, 가능하면 이 담당자의 명함을 받아 나중에 감사 이메일을 보내는 적극적인 자세를 보여주는 것도 좋은 자세라 하겠다.

3. 왜 캠퍼스 투어가 중요할까?

지원자가 지원 예정 대학에 대해 더 많은 것을 알 수 있는 것이지만, 또 다른 이유가 있다.

대부분의 대학들은 “빅 데이터”(big data)를 활용한다.

엄청난 컴퓨터 시스템을 말하는 게 아니라 지원자에 대한 정보 취합 및 관리로 이해하면 된다.

구체적으로 설명하면 우선 미국



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

의 입시 시스템을 먼저 이해해야 하는데, 대학 지원자의 지원 대학수에 사실상 제한이 없기 때문에 열심히 공부한 학생들은 대부분 복수의 대학들로부터 합격 통보를 받는다. 그리고 난 뒤 자신이 실제 입학할 대학을 결정해 통보하면 된다.

이는 대학의 입장에서 볼 때 합격을 시켜 놓아도 입학하지 않을 가능성이 있다는 얘기가 된다. 이 때문에 대부분의 대학들은 신입생 정원 보다 많은 인원을 선발하게 되고, 여기에 더해 대기자 제도를 통해 나중에 부족한 인원을 보충하게 되는 것이다.

그래서 대학들은 수년 전부터 우수한 신입생을 조기에 확보하기 위해 합격하면 반드시 입학 의무가 주어지는 “얼리 디시전”(Early Decision)을 확대하고 있다.

동시에 입학사정에서 중요한 판단 기준 중 하나가 입학시켰을 때 실제 입학할 학생을 선호하게 된다. 당연히 대학이 요구하는 수준의 실력을 갖춘 후보자여야 한다.

바로 이를 판단하기 위해 “빅 데이터”를 활용하게 되는데, 대학과 이메일이나 전화 등을 이용해 소통하

고 직접 캠퍼스 투어에 참가한 기록 등을 살펴보면 얼마나 강한 입학 의지가 있는지를 가늠해 보는 것이다. 물론 이것이 합격을 결정하는 절대적인 요소는 아니다. 하지만 비슷한 후보자들끼리 경쟁을 벌인다면 이런 기록들은 유리하게 작용할 수 있는 것이다.

4. 어떻게 참가하나?

방법은 간단하다. 대학 사이트에 들어가면 캠퍼스 투어 칸이 있는데, 가능한 날짜와 시간을 먼저 결정한 뒤 개인 신상에 관한 간단한 정보를 입력하면 된다. 통상 성명과 재학 중인 고등학교 명, 집 주소, 이메일 주소 등을 기재하면 된다.

투어에 들어가는 비용은 없다. 그리고 캠퍼스 투어는 학기 중에도 진행되기 때문에 꼭 여름방학을 이용할 필요는 없다. 단지 방학 중에 하는 게 시간적인 여유가 있기 때문에 권하는 것이다.

5. 간 김에 인터뷰도 가능하나?

가능하다. 하지만 미리 대학에 연락해 확인해 보는 것이 필요하다.

그 대학이 자신이 드림스쿨이고, 준비가 돼 있다면 캠퍼스 투어 후 바로 인터뷰를 하는 것도 나쁘지 않다. 특히 동부 지역 등 현재 거주지와 거리 먼 곳에 위치한 곳이라면 간 김에

인터뷰까지 마치는 것이 효율적이라고 할 수 있다.

하지만 아직 준비가 덜 됐다면 굳이 하지 않아도 무방하다. 지원서 제출 후 거주지 주변에서 할 수 있는 기회가 있기 때문이다.

그리고 인터뷰는 대학에 따라 하지 않는 곳도 있고, 대학에서 제시한 인터뷰를 응하지 않았다고 해서 불이익을 받지 않는다. 다만 기회가 주어졌을 때 이를 활용하는 편이 바람직하다고 하겠다.

6. 주립대도 캠퍼스 투어를 해야 할까?

사실 얼마 전까지만 해도 캠퍼스 투어는 명문 사립대 지원자들의 입시 과정이었다. 하지만 최근에는 UC계열 캠퍼스들마다 많은 투어가 활기차게 진행되고 있다. 그만큼 많은 학생들이 투어에 참가하고 있다는 얘기다.

UC계열은 주 내 광범위하게 흩어져 있기 때문에 저마다 다른 환경을 갖추고 있어 그중 몇 곳 정도는 직접 가보는 것도 나중에 도움이 된다.

대학은 4년이란 긴 시간을 보내게 되는 곳이어서 자신이 입학하고 싶은 대학을 직접 확인해 보는 것은 사립대와 주립대를 구분할 필요가 없이 필요하면 가보는 게 좋다.

필립 기자

췌장암 조기 발견 어려워 치사율 높아

평균 3~3.5년 생존율에 그쳐
“올해 4만 9,830명 사망할 것”
흡연, 비만, 과음 버리면 피할 수 있어

췌장암은 미국 인구의 3%에 영향을 준다. 또 미국 암 사망자의 7%를 차지한다. 그런데 조기 발견이 어렵고 치료도 까다롭다. 그래서 매우 위험한 암종의 하나로 기록된다.

미국 암 협회는 2022년 미국에서 6만 2,210명이 췌장암 진단을 받을 것으로 예상했다. 남성은 3만 2,970명, 여성은 이보다 조금 낮은 2만 9,240명이 될 것이다.

또 췌장암으로 인해 4만 9,830명이 이으로 인해 죽을 것이며 남성은 2만 5,970명, 여성은 2만 3,860명으로 예상된다.

발명이나 사망자 수가 여성보다 남성이 약간 높다.

미국암협회는 “췌장암은 조기 발견이 매우 어렵다. 췌장은 몸 깊숙한 곳에 자리 잡고 있어 초기 단계 종양은 정기 건강 검진에도 발견되지 않은 경우가 많다”면서 “암세포가 매우 커지거나 다른 장기로 번져 나갔을 때까지 환자들은 많은 경우 증상을 느끼지 못한다”고 전했다.

전문가들은 유전적인 요인과 나이가 췌장암 위험을 높이는 하지만 건강하지 못한 습관 역시 큰 역할을 할 수 있다고 밝혔다.

암 임상 실험을 하는 메소세리오 마 센터의 션 마치스 간호사는 건강한 습관만 가져도 췌장암을 피할 수 있다고 인터넷 건강 매체 ‘잇디스 낫댓’ 과의 인터뷰에서 말했다.

췌장암
췌장은 6인치 크기로 위장 아래 깊숙이 자리 잡고 있다. 소화에 매우 중요한 역할을 담당하는 장기 중 하나다. 음식을 분해해 유용한 물질을 만드는 체액을 분비한다. 또 혈중 당분을 유지시키는 호르몬 인슐린도 분비한다.

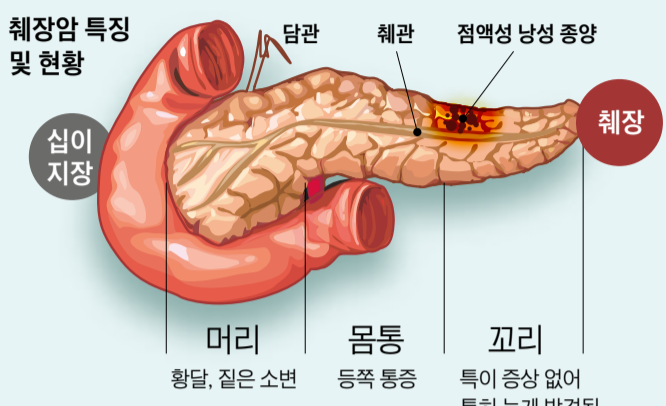
가장 일반적으로 췌장 종양의 형태는 간과 췌장을 연결하는 관에서 발생한다. 이를 췌장 관세포암이라고 부른다.

일반적인 치료 방법으로는 췌장암에 한계가 있다. 췌장암이 조기 발견되면 수술로 제거하는 옵션이 좋다. 최근에는 면역요법과 같이 타겟 치료가 널리 이용되고 있지만 더 많은 연구가 필요한 상태다.

췌장암 생존율이 낮은 이유
불행하게도 췌장암은 한창 진행이 된 후나 진단이 되곤 한다. 증상은 다른 장기로 전이된 후나 확실하게 나타나기 때문이다.

얼마나 퍼졌느냐에 따라서 화학요법을 사용할 것인지, 수술, 방사선 치료 또는 이들을 섞은 방법을 사용할지가 결정된다. 그러나 췌장암은 치사율이 매우 높다. 치료에 잘 반응을 하지 않아서다.

췌장암은 치사율이 가장 높은 암이다. 전체 5년 생존율이 고작 11%에 그친다. 하지만 조기 발견되면 5



췌장암 특징 및 현황

췌장은 머리, 몸통, 꼬리로 나뉘며, 담관, 췌관, 점액성 낭성 종양, 십이지장, 췌장, 황달, 짙은 소변, 등쪽 통증, 특이 증상 없어 특히 늦게 발견됨

암 위치별 증상
암이 췌장의 머리 부분에 생겨서 담관을 막으면 초기부터 황달이 나타날 수 있음. 몸통·꼬리 부분에 생기면 암이 복강·간 등으로 퍼진 뒤에야 소화불량·복통 등이 나타남

췌장암 치료법 췌장은 십이지장, 비장 등에 가려져 있어 초음파로 보는 게 어려움

1~2기 수술(췌장전절제) 3~4기 항암제, 방사선 치료

췌장암 현황
한 해 8099명 발생, 한국인 암 발생 8위
생존율 13.9%, 10대 암 중 최저, 폐암은 34.7%
진단 시 수술로 제거될 가능성 10~20%

췌장암 연령별 분포 2020년 기준, 단위: %

80대 이상	16.6%
70대	29.7
60대	30.1
50대	15.5
40대	5.1
30대	1.8
20대	0.7
10대 이하	0.4

의사와 상의 후
복부 CT(컴퓨터 단층촬영) 검사 권장

췌장암 고위험군

- 1 흡연자
- 2 췌장암 환자(한 번이라도 겪은 사람)
- 3 당뇨병이 새로 생기거나 악화된 사람
- 4 점액성 낭성 종양이 있는 사람
- 5 갑자기 혈당 조절이 안됨
- 6 직계 가족 2명 이상 췌장암 발생

췌장암 완치 장기 생존자 특징
전신의 건강 상태가 양호하다
낙천적이며 투병 의지가 강하다
치료 중에 식사를 잘하고 영양을 잘 유지한다
가족들이 적극적으로 돕는다
다른 질환이 없다

자료: 국민건강보험공단

년 생존율이 42%로 늘어난다. 특히 췌장암 환자 70%는 진단 후 생존율이 1년 미만이다.
평균 심각한 상태로 번지기 이전의 췌장암 생존 기간은 3~3.5년으로 나타난다.
한창 진행된 후 나타나는 증상으로는 ▲등에서부터 퍼지는 복부 통증 ▲식욕 부진 또는 예상치 못한 몸무게 감소 ▲피부 황달 및 눈의 황달기 ▲열은 대변 색깔 ▲검은색 소변 ▲피부 가려움증 ▲통제되지 않는 당뇨 또는 새로 당뇨 진단 ▲혈전 ▲

피곤 등이다.
이런 예상치 못한 증상이 나타나면 의사의 진료가 적극 권장된다.
흡연
흡연이 건강에 좋지 않다는 사실은 다들 잘 알고 있을 것이다. 그런데 흡연은 췌장암의 매우 중요한 위험 요소 중 하나이다.
담배의 발암물질은 염증을 유발한다. 췌장에 있는 섬유 조직에 염증을 일으키고 췌장관 세포 암으로 발전시킨다. 유전적 요인보다도 더 큰

영향을 미친다.
흡연자는 비흡연자에 비해 췌장암 발생 위험을 두 배가량 더 높인다.
미국암협회는 췌장암의 25%는 흡연이 원인이라고 밝혔다. 담배뿐 아니라 시가와 연기나지 않는 전자담배 역시 위험을 높인다.
붉은색 고기
췌장암과 적색육류 또는 돼지고기와 소고기 가공 육류는 상관관계가 있다고 과학자들을 밝힌다.
21면에 계속

US메트로뉴스가 또 한 번 앞서갑니다

US메트로뉴스

usmetronews.com wellbeingsus.com



창간 1주년
US메트로뉴스

리스차, 중고차도 레몬법 가능할까?

전문가칼럼

정대용 변호사
알렉스 차 변호사그룹



레몬법은 돈을 주고 구입한 상품이 워런티 기간 안에 고장 나, 원래의 기능을 발휘하지 못할 때 교환이나 환불, 보상해주는 ‘소비자 권리 보호법(Consumer’s Warranty Act)’이다. 특히 자동차와 관련한 레몬법에 대해서는 ‘2, 3, 4 법칙’이 적용된다.

‘2, 3, 4 법칙’이란 ▲엔진이나 브레이크 등 안전과 관련된 중대 이슈로 2회 이상 수리했지만, 문제가 계속될 때 ▲수리 기간이 30일을 넘을 때 ▲오디오 등 경미한 고장으로 4회 이상 수리했지만 해결되지 않을 때 레몬법이 적용될 수 있다는 뜻이다. 다만, 이때 수리는 반드시 딜러에서 이뤄져야 하고, 워런티 기간이 남아 있어야 한다.

레몬법은 차를 구입하지 않더라도 리스나 딜러에서 품질을 보증하는 ‘인증 중고차(CPO, Certified Pre-Owned)’에도 적용될 수 있다. 리스나 CPO에는 제조사가 워런티 기간을 제공하기 때문이다. 반면, 딜러가 아닌 곳에서 구입하거나 개인 간에 거래한 경우, 주인이 바뀌는 과정에서 워런티가 사라지기 때문에 레몬법이 적용되

지 않는다.

현대차나 기아차 등 한국 차의 품질이 과거에 비해 많이 좋아졌다. 워런티 제공 기간도 다른 차에 비해 길다. 과거에는 한국 차가 고장 나면 “그럴 줄 알았다”는 반응이었다면 지금은 “운이 나쁜 케이스”라고 보면 된다.

하지만 한국 차는 ‘10년/10만 마일 파워트레인 워런티’가 끝나갈 때쯤 엔진에 문제가 발생하곤 한다. 엔진 오일이 ‘없어져 (consumption)’ 1,000마일마다 보충해야 하는 경우도 흔하다. 특히 2015~17 사이에 생산된 쏘나타나 투싼에서 이런 문제가 많다. 한 고객은 라스베가스에서 LA에 오면 엔진 오일이 없어질 정도여서 운전하기 겁이 난다고 할 정도다.

실제로 우리 사무실에서는 최근 2016년형 중고 현대 쏘타나를 딜러에서 구입해 8만 2,000까지 운행한 손님에게 5,500달러의 현금 보상을 받아준 적이 있다. 이 손님 또한 엔진오일이 빨리 소진되어 1,000마일마다 엔진오일을 보충해야 했다. 2017년 현대 투싼 손님도 엔진 문제로 고생하다가

우리 사무실을 통해 6,000달러의 현금 보상을 받을 수 있었다.

최근 레몬법 문의가 많이 늘었다. 과거에는 레몬법이 드물었지만, 현재는 드물지 않다. 전에는 엔진에만 문제없으면 고장 날 일이 없었지만, 요즘은 옵션이 늘었고, 엔진도 컴퓨터 전자 부품이 컨트롤하기 때문에 고장 날 부분이 그만큼 더 늘어났다.

또 부품 공급 부족에 따라 수리 기간이 30일 이상 넘는 경우도 많다. 폭스바겐 같은 경우 수리 기간이 5개월이 넘는 경우도 있었다. 차에 문제가 있다고 생각되면, 딜러에 방문하여 수리 기록을 남기고, 레몬법이 적용될 수 있는지 전문가와 상의하시기 바란다. ▲(213)351-3513, www.alex-chalaw.com

‘법으로 돕는 남자(法助男)’ 정대용 변호사
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.

페창가 리조트 카지노 21년 연속 ‘AAA 4 다이아몬드’

안전, 청결 등 27개 분야 최상급 평가
‘그레이트 옥 스테이크 하우스’도 11년째 수상



페창가(Pechanga) 리조트 카지노가 전미 자동차 협회(AAA)의 독립 호텔 평가 기준인 2022년

‘AAA 4 다이아몬드 상’ (AAA Four Diamond Award)을 받았다. 21년째 연속 수상이다. 또 리조트의 대표 식당인 ‘그레이트 옥 스테이크 하우스’ 역시 11년째 수상의 영광을 안았다.

이 상을 받으려면 호텔 및 레스토랑들은 청결, 편안, 친절 부분 등 기본 27개 분야에서 엄격한 기준을 통과해야만 자격을 얻을 수 있다. 리조트는 문을 연 2002년부터 매년 다이아몬드 네 개 등급을 받아왔다.

AAA 4 다이아몬드는 리버사이드 카운티 내 14개 리조트만이 받았다. 또 ‘그레이트 옥 스테이크 하우스’는 테메쿨라에서 다이아몬드 네 개 등급을 받은 유일한 레스토랑이다.

또 다이아몬드 네 개 식당은 인랜드 엠파이어에서 단 한 곳, 리버사이드 카운티에서는 다섯 곳뿐이다.

AAA는 80년 동안 매년 미국을 비롯해 캐나다, 멕시코 등 북미주 3만 2,000여 호텔에 조사관을 파견하고 평안함, 청결, 안전 등 27개 기본 요소를 점검해 1등급에서 5등급까지 급수를 정해 발표한다. 또 이를 기준으로 호텔이나 식당 인증 여부를 결정한다. 4 다이아몬드 이상은 전체 4.8%에 그친다.

한편 페창가 리조트 카지노는 또 하우스키핑과 4.5 에이커 규모의 초대형 수영장인 ‘더 코브’ (The Cove)에 대해서도 AAA 조사관의 ‘베스트 상’ (Inspector’s Best Of award)을 수상했다. 리조트는 청결과 상태 면에서 전체 호텔 중 상위 25% 안에 들었다.

자세한 정보는 전화 문의(877) 711-2946 또는 웹사이트(www.Pechanga.com) 방문을 통해 확인하실 수 있다. 페창가제



21년 연속 AAA 4 다이아몬드 상을 받은 페창가 카지노 리조트 전경.

김종국 8월 6일 페창가 콘서트

단독 라이브 공연

가수 김종국이 오는 8월 6일 (토요일 오후 6시), 페창가 리조트 카지노의 최신 대형 공연장 페창가 서밋에서 단독 라이브 콘서트를 연다.

예능과 피트니스계를 오가며 많은 사랑을 받고 있는 김종국이 본업인 가수로서 오랜만에 남가주에서 여는 라이브 공연이다.

95년 댄스 듀오 터보로 데뷔한 김종국은, 여성, 남성 음역대를 모두 가진 특유의 미성과 가창력으로 가

요계에서 독보적인 존재감을 보유하고 있다. ‘나 어릴 적 꿈’, ‘검은 고양이’, ‘Love Is’, ‘회상’, ‘트위스트 킹’ 등 터보의 히트곡만 해도 셀 수 없이 많다.

솔로로써도 많은 사랑을 받았다. 솔로 히트곡으로 ‘한 남자’, ‘사랑스러워’, ‘제자리걸음’ 등이 있다.

현재는 예능인으로 더 유명한 그의 별명은 ‘능력자’다. 전 세계적 인기를 누리고 있는 예능 프로그램 ‘런닝맨’에서 월등한 힘과 게임 스킬을 자랑한 덕도 있지만, 노래, 예능감, 운동신경까지 다 갖춘



그의 재능 탓이다.

콘서트 티켓 가격은 80달러부터 시작하며, 전화 (714) 443-3500 또는 온라인(koreanconcert.net)으로 구매할 수 있다.

문의 (888) 810-8871, 웹사이트(pechanga.com)를 방문하면 확인하실 수 있다. 페창가제

“mea culpa” → “그래 내 탓이라 하자”



김연신의
천 냥 빛을 갚아주는
영어 한마디

라틴어는 일상 언어로서의 생명력은 잃은 지 오래지만 현대 영어 단어를 분류하면 라틴어에서 파생된 단어의 비율이 3분의 1에 육박한다. 학문, 법, 예술 분야의 전문 용어에 라틴 어원이 압도적으로 많은 것은 말할 것도 없고 원어민들의 일반 대화에서도 고상하고 함축적인 표현을 하고 싶을 때 라틴어 관용구가 자주 등장한다.

원어민들이 라틴어 관용구를 사용하는 것은 우리가 고상하고 함축적인 표현을 하고 싶을 때 중국의 고사 성어나 특이한 외국어를 끌어오는 것과 비슷하다. 미국에서 많이 쓰이고 색다르고 격식 있는 표현을 하고 싶을 때 사용하면 좋은 라틴어 관용구를 살펴보자.

유행어처럼 많이 쓰이는 라틴어 관용구는 단연 per se다. per se는 부사로 by itself, by definition이라는 의미이고 그 자체로, 기본적으로, 본질적으로 정도로 해석된다. 한국어 번역에서 ‘그 자체로’를 빼도 의미가 크게 달라지지 않듯이 영어에서도 per se는 큰 의미가 없다. 문장을 강조하고 대화의 묘미를 더하기 위해 쓰는 표현이다. The drug is not harmful per se, but is dangerous when taken with alcohol. 그 약이 그 자체로 해롭지는 않지만 술과 함께 먹으면 위험하다.

carpe diem은 seize the day라는 뜻으로 현재를 즐겨라, 기회를 놓치지 말라는 라틴 표현이다. 로마의 시인 호레이스(Horace)의 시에서 나온 문구로 미국에서는 1989년 영

화 ‘죽은 시인의 사회(Dead Poets Society)’에서 대사로 나오면서 유행어처럼 퍼져 나갔고 이제는 미국인들이 가장 많이 쓰는 라틴어 표현이 됐다. “즐길 수 있을 때 마음껏 즐겨라. Enjoy yourself while you have the chance.”는 의미로 많이 쓰인다.

mea culpa는 내 탓 이야, 내 잘못이야(my fault/my bad)라는 뜻이고 주로 농담조로 사용한다. 라틴어 mea=by me, culpa=fault에서 나온 표현이다. 잘잘못을 따지다가 “그래! 내 탓이라고 해두자”라는 뉘앙스(nuance)로 “mea culpa!”라고 말하는 식이다. 명사로 쓰이면 언론 기사의 정정, 고침을 뜻한다. 로마 가톨릭 교인들이 잘못을 시인하고 신에게 용서를 구하던 기도 문구에서 기원한 표현이다.

persona non grata도 재미있는 표현인데 원래는 외교 용어로 타국에서 물의를 일으켜 추방 명령을 받은 외교관, 외국인을 칭했지만 지금은 이상하고 용납되지 않는 말이나 행동을 해서 특정 장소에서 환영받지 못하는 사람(person not welcomed) 또는 인기가 없는 사람을 뜻한다.

verbatim도 자주 사용하는데 말한 그대로, 원본 글자 그대로라는 뜻으로 비즈니스 용어로 많이 쓴다. 명사처럼 보이지만 부사/형용사로 쓰인다. 타인의 말을 인용할 때 한 글자도 안 틀리고 그대로임을 강조하기 위해 사용하면 적절한 단어다. I can remember

lines from movies verbatim. 나는 영화의 대사를 한자 한자 그대로 기억할 수 있다.

이외에도 일상적으로 많이 쓰는 라틴어 표현으로는 반대의 경우도 마찬가지, 입장이 바뀌어도 마찬가지라는 의미의 vice versa, 사실상이라는 의미의 de facto, 현재 상황이라는 의미의 status quo, 즉석의 의미의 ad hoc 등이 있다. 출신 학교는 alma marta라고 표현하는데 alma marta의 원뜻인 인자한 어머니(nourishing mother)와 한국어 모교(母校)도 연관이 있을 것이다.

한국에서도 많이 쓰는 etc는 et cetera의 줄임말로 ~등등이라는 뜻이고 circa는 줄여서 c.라고 많이 쓰는데 시간을 나타낼 때 약, ~경이라는 뜻이다. c. 1960=1960년 경. 진실한, 진짜(real)라는 의미의 bona fide와 무료의, 공익을 위해라는 의미의 pro bono도 많이 사용하는 라틴어 단어다. He acted bona fide. 그는 진실되게 행동했다. pro bono lawyers 공익을 위해 무료로 봉사하는 변호사.

라틴어 문구들은 모두 소문자로 쓰고 하이픈(hyphen -)이나 별도의 문장 부호를 쓰지 않는 것이 원칙이다. 한국에서도 고사성어를 남발하면 어색하고 질난적하다는 느낌을 줄 수 있는 것처럼 라틴어 관용구도 지나치게 자주 사용하면 오히려 역효과가 날 수 있다.

문장의 맛을 살리기 위해 적절하게 사용하는 것이 바람직하다.

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=miles0803>

10살 다슬이의 그림 일기

자연이 주는 선물(Nature's Gift)

코로나바이러스가 시작되면서 아빠랑 엄마랑 ‘동네 한 바퀴’를 시작했어요. 우리는 집에 있어야 했고, 할 일이 없었어요. 그런데 동네 한 바퀴를 시작하면서 자연을 만났어요. 우리 집 앞에는 예쁜 나무가 있었고 옆 골목에

는 예쁜 꽃도 있었어요. 전에는 할 일이 많아서 자연을 보지 못했어요. 꽃도, 나무도, 옛날부터 그곳에 있었는데 보지 못했어요. 잠깐 멈춰요. 그리고 자연을 보세요. 아름다워요. 자연이 주는 선물이에요.



송다슬 (10세) / 아크릴 (14X11)
그림 그리고 글 쓰는 것을 좋아합니다. LA에서 엄마, 아빠, 고양이 블루와 코코랑 살고 있습니다.

취장암

19면에서 계속

어떤 관계가 있는지에 대해서는 좀 더 조사가 이루어져야 하지만 정확한 이유에 대해서는 확실히 밝혀진 것이 없다.

하지만 남성들이 적색육류를 매일 120그램씩 먹으면 취장암의 위험을 30% 높인다는 연구 결과도 많다. 이 정도 양이면 햄버거 4분의 1파운드 또는 베이컨 4조각 분량이다. 그러나 여성들은 아니다. 또 하루 가공육류를 매 50그램을 먹을 때마다 남성과 여성의 위험성은 19% 높인다.

알코올

과음은 만성 취장염을 일으킬 수 있다. 취장의 장기간 염증이 지속된다는 것이다.

만성 염증이라는 말은 취장 조직에 상처를 낼 것이고 세포를 훼손시켜 취장암 위험을 높인다는 것이다. 우리 몸은 알코올은 아세트알데하이드로 분해하는데 이 아세트알데하이드는 DNA를 파손시킬 수 있다.

세포는 이를 수리하려고 노력하겠지만 그 과정에 실패한다면 종양을 만들게 된다.

과음 또는 폭음은 고혈압과 뇌졸중, 심장병과 같은 심각한 건강상의 문제를 일으킨다. 또 구강, 식도, 간, 대장, 직장과 유방에 암을 생성시킬 수 있다.

운동 부족

운동을 하지 않거나 활동력이 줄어들면 건강 문제가 생길 수 있다. 심장병과 암의 원인이 될 수 있다는 말이다.

비만이 심한 사람은 취장암으로 발전할 수 있는 위험성이 20%가량 높다. 또 나이가 든 후에 몸무게가 크게 늘었거나 허리둘레가 굽어지는 사람 역시 위험이 고조된다. 허리가 굽어지면 복부 지방이 늘고 있다는 증거이고 복부 비방은 조직 훼손의 원인이기도 하다.

특히 운동량이 많지 않으면 제2형 당뇨병 위험이 높아지고 체장암의 또 다른 위험 요인이 된다.

자넷 김 기자 janet@usmetronew.com



승객실 발코니에서 바라본 낙조. 붉은 빛을 뿜어내면 해는 저물지만 환한 하늘 빛은 밤 11시가 넘을 때 까지 계속됐다.

코비드에 겁먹고 기대감에 설렌 7박 8일 크루즈 여행

팬더믹이 무색한 4,300 승객 태운 거침없는 항해
설산과 냉대림이 해안을 따라 줄지어 펼쳐진 장관
11시가 돼도 흰한 빛이 남아 있는 신비로운 체험

1면에서 계속

20일 아침 7시 30분, 예정보다 30분 늦게 손가방과 백팩 하나씩 챙겨 차를 몰고 LA 공항으로 출발했다. 오전 9시 30분 시애틀행 비행기. 시애틀서 크루즈 탑승 마감 시간은 오후 2시 30분. 빠듯하다. 비행기 취소 사태가 속출한다는 뉴스에 은근히 걱정도 됐다.

미리 예약해둔 공항 인근 파킹랏(8일 주차비 185달러)에 주차하고 셔틀로 부지런히 탑승구로 달렸다.

비행기는 2시간 30분 후 시애틀 공항에 도착했다. 전철(1호선)을 타고 다운타운으로, 또 24번 버스로 바꿔 타고 시애틀 항구 초입에 도착한 시간은 오후 2시 5분. 배까지 도보로 5분 거리여서 우리에게 할당된 승선 시간 오후 2~2시 30분에 맞추기에 충분했다. 나만 빼고 3명은 여유 있게 승선했다.

승선을 위해서는 여권과 백신 접종 카드, 티켓, 2일 이내 코비드 음성 테스트 결과지가 필요하다.

하지만 내게는 코비드 음성 테스트 결과가 없었다. 이를 전인 토요일(18일) 오후 동네 약국 체인점 CVS에서 테스트를 받았지만 승선 시간까지 내 결과만 나오지 않았다.

크루즈 터미널 옆 간이 검사소에서 거금 100달러 주고 받은 즉석 테스트 결과지를 들고 부지런히 배에 올랐다.



15층 놀이 공간에 있는 범퍼카 시설.



4,200명의 승객을 싣고 7박 8일 알래스카 바닷길을 달린 크루즈 선. 첫 기착지 알래스카 스티카에 정박해 있다.

크루즈 선은 오후 5시 30분 약간의 현기증을 일으키며 바다로 향했다.

크루즈 안은 '인산인해'다. 16층 높이의 4,800명 대형 유람선에 4,300명이 탑승했다고 한다. 곳곳이 사람이다. 쏟아져 나왔다는 표현이 맞을 것이다. 건기 힘든 노부부부터 갓난아기까지 다양한 연령의 다채로운 지역과 국가에서 온 지구촌 사람들이 빼곡히 모인 다인종 다세대 전시장과 같다.

배는 그렇게 캐나다 땅을 오른쪽으로 두고 연안을 따라 알래스카까지 7박 8일의 일정으로 흰 물보라를 일으키며 힘차게 출발했다.

오후 5시 15분 미리 예약해둔 정식 식당에서 오붓한 저녁 식사를 함께 했다. 매일 같은 시간에 앉아 식사를 할 식당이다.

직원들은 부담스러울 정도로 친절

하다. 담당 웨이터 '앤소니'와 보조 웨이터 '매리언' 모두 필리핀계 승무원이다. 서비스가 프로다.

티켓값에 모든 서비스에 대한 18% 팁이 포함돼 있다. 여기서 먹고 마시는 음식 그리고 룸서비스 등 모든 서비스에 팁이 포함된 가격이다.

추가 봉사료가 필요 없다. 하지만 이들의 서비스는 주머니를 열지 않을 수 없을 정도로 살갑다. 마지막 7일째 한꺼번에 감사의 마음을 표해야겠다.

둘째 날(21일)

배는 캐나다 연안을 따라 하루 종일 바닷길을 갈랐다. 날씨는 흐리고 때때로 이슬비가 뿌린다. 발코니 커튼을 열자 멀리 군데군데 흰 눈에 덮힌 산들이 해변을 따라 줄지어 눈에 들어왔다.

바람이 열은 안개를 뚫고 차갑게 다가왔다. 다소간의 출렁임을 느낄 수 있었지만 멀미할 정도는 아니다. 오늘 하루는 배에서 지내야 하니 배구경을 나섰다.

2층 병원과 선실부터 16층 운동실까지 어느 한 곳 놓칠세라 구석구석 눈에 담아 뒀다. 3층 카지노, 4층과 5층 공연장, 극장, 바, 커피숍, 식당과 24시간 피자 식당 등등, 14층 이상 뷔페식당부터 야외, 실내 수영장, 15층 암벽 타기, 서핑, 스카이 다이빙 체험 공간, 스노, 고가 사다리 전망대 그리고 조깅 트랙 등등. 필요한 것 빼고는 다 있는 '원스톱' 위락공원이다.

반바지를 챙겨 입고 15층 갑판의 조깅 트랙을 달려봤다. 2.91바퀴를 돌면 1마일이라고 적혀 있다. 흠뿌리는 이슬비, 뱃머



▲빙하 계곡으로 들어서는 초입에서 빙하 대신 작은 빙산 조각을 감상하는 승객들.
▶다양한 아침 식사를 서빙하는 뷔페식당 모습.
▶알래스카 스티카의 장승길을 산책하는 관광객들.



기후 변화로 저만큼 물러난 빙하가 아쉬워

친절과 청결함에 피곤 잊은 1주일
여행 중 응급차와 헬리콥터에 실려 가는 노부부들도
바람을 가르며 갑판을 뛰는 기분도 일품

리틀 향해 달릴 때마다 불어오는 맞바람을 30도 각도로 몸을 기울여 돌파해 보려 했지만 너무 추워 포기하고 실내 운동실로 들어가 자전거 패달만 열심히 밟았다. 배는 첫 기착지인 알래스카 초입 시트카(Sitka)를 향해 밤새 달려갔다. 밤새라는 표현이 무색하다. 일몰 시각은 10시 30분. 집에서라면 이미 깜깜한 어둠이 깔린 시간이다. 하지만 여기는 아직 환한 대낮이다. 북으로 올라갈수록 일몰 시각이 길어진다. 내일 일몰은 11시다.

셋째 날(22일)

커튼 사이로 빨려드는 밝은 빛에서 깨어 발코니로 나섰다. 오전 5시. 이미 날은 밝았다. 열은 구름 아래 펼쳐지는 눈 덮인 산봉우리들과 울창한 냉대림의 절경이 손을 뻗으면 잡힐 듯 길게 늘어서 열병하듯 우리를 반겼다. 가랑비가 내린다.

잠시 후면 알래스카 최 하단 시트카에 도착한다. 집안 후에 하선 오전 10시 30분부터 오후 5시 30분까지 시트카 관광이다.

시트카는 해달이라고 불리는 '시오토'(sea otter)의 주요 서식지다. 물 위에 배를 드러내고 뜯 채로 전복이나 조개를 깨 먹는 해달은 털가죽으로도 유명하다. 그러나 이날 해달을 한 마리도 못 봤다.

1700년대 러시아 회사가 이곳에 인디언 부족과 공동 회사를 세우고 많은 양의 해달을 잡아 유럽에 공급했다. 그러다 이곳의 힘센 부족인 트링깃트 족에 몰살당했다. 수년 후 러시아는 함대를 이끌고 보복 공격을 감행해 6일간의 전투 끝에 이곳을 재점령한다. 이후 해달 사업이 쇠퇴하면서 러시아는 이 동토를 미국에 팔아넘겨 버렸다.

20세기 초까지 알래스카 주도였던 인구 8,000의 작은 마을인 시트카에는 이미 도착한 또 다른 유람선 승객까지 뒤섞여 오랜만에 활기를 찾는 듯했다. 길거리 핫도그부터 킹클랩 간식 판매대와 식당, 각종 기념품 가게까지 관광객을 상대로 한 상점들이 줄지어 늘어서 있다.

고래 관광 등 다양한 볼거리 대신 우리는 시트카 국립 역사 공원 산책로를 택했다. 나무 위에는 비명에 가까운 소리를 내 지르는 큰 까마귀(레이븐)와 흰머리 독수리가 앉아 있다. 연신 카메라에 담지만 너무 높아 잡히지 않는다.

다양한 새와 사람 형상을 겹겹이 쌓아 올린 커다란 장승이 빼곡한 침엽수림 사이로 줄지어 서 있다. 신선 초 닳은 식물, 아직 색이 오르지 않은 산딸기 같은 열매 등이 그늘 아래 촘촘히 자리 잡고 신성한 공기를 내뿜고 있다. 인근 지역 부족들이 만든 독특한 장승까지 가져와 만든



크루즈 선실 발코니에서 내다보는 알래스카 연안 모습.



알래스카 주도인 주노의 빙하 계곡 모습. 멀리 왼쪽으로 한참 뒤로 물러나 있는 빙하가 보인다.

‘장승길’이다.

신선한 공기, 괴성의 새소리, 관광객들의 웃음소리 등이 섞인 산책로를 1시간에 주파하고 시내 관광에 나섰다.

킹클랩의 본산지 알래스카 킹클랩이 그렇게 비싼지 몰랐다. 길거리 음식 부스에서 손가락 두 마디 크기의 킹클랩을 5달러에 판다. 가격에 질

려 더 이상은 못 먹겠다.

네째 날(23일)

100년 전 황금을 찾아 몰려들었던 금광의 도시 스태그웨이(Stagway) 관광이다. 깎아지른 산자락에 자리 잡은 인구 700명의 작은 마을이다. 카누도 타고 마을을 관통하는 관광 기차로 탈 생각이다. 그런데 변수가

생겼다. 전날 쏟아진 비로 접안 시설에 진흙이 흘러내려 크루즈 정박이 불가능하다는 것이다. 하선을 준비하던 관광객들은 온종일 크루즈에 갇혀 꼬불대는 협곡의 절경만 먼발치서 감상해야 한다.

안내 방송이 흘러나온다. 내일 일정한 알래스카 주도인 주노로 향하는 길에 빙하 계곡을 거친다는 내용이다. 사진이나 비디오로만 봤던 크루즈선 위에서 빙하 감상이다.

지도를 들여다봤다. 배는 알래스카 연안 섬 사이의 좁은 뱃길을 유람하듯 질주하며 빙하만(Glacial Bay)으로 들어서게 된다. 하지만 기대가 크면 실망도 큰 법. 빙하 계곡의 거대한 빙하가 아니라 빙하에서 떨어져 내린 작은 빙산 조각들만 즐비했다.

20여 년 전만 해도 빙하의 계곡이었다고 한다. 지금은 기후 변화로 빙하는 저 멀리 계곡 사이로 숨어버려 크루즈가 빙산을 가로질러 안으로 들어가는 무리인 듯싶다.

4일간의 바다 생활에 다소 피곤감도 몰려 객실로 들어가 낮잠을 청한다. 조금씩 요동하는 뱃속의 오수는 비몽사몽이다.

다섯째 날(24일)

알래스카의 주도 주노에 오전 8시 도착했다. 전날보다 화창하게 갠 날씨다. 최고 기온은 66도. 전형적인 LA 늦가을 날씨다. 하지만 덩다. 청정 하늘을 뚫고 내리꽂는 햇볕이라서 그런지 기세가 세다.

가벼운 옷차림에 주도 시내를 활보했다. **24면에 계속**

여행도 건강이 허락해야 갈 수 있어

23면에서 계속

이곳에 오려면 뱃길을 이용하거나 비행기를 타야 한다고 한다.

빙하 관광을 가기로 했다. 대중교통을 이용하려 했지만, 차에서 내려 30~40분은 걸어야 한다. 그래서 빙하 초입까지 가는 관광버스를 탔다. 1인당 40달러.

항구에서 주노의 대표 빙하인 멘덴홀 빙하까지 30분 거리다.

주차장서 멀리 보이는 호수 같은 계곡 뒤편으로 흰색의 빙하가 빼꼼히 머리만 내밀고 있다.

그 뒤로는 거대한 빙하단지 '라스트 찬스 베신'이 펼쳐져 있지만 헬리콥터 관광만 가능해 일반 관광객으로는 보기 힘들다고 한다.

저만치 밀려난 빙하를 가깝게 보기 위해 2마일 산책로를 따라 멘덴홀 계곡으로 올라갔다. 빙하계곡 오른쪽에 거대한 물줄기를 뿜으며 쏟아져 내려오는 폭포가 장관이다. 공원 관리국 직원이 예전에는 없었던 폭포라고 한다.

20년 전만 해도 초입까지 빙하기 내려와 있었지만 매년 300피트씩 녹아 지금은 계곡 속에서 머리만 내밀고 있다는 것이다. 아마 몇 년 후면 그 빙하마저 계곡 너머로 사라져 버릴 것이라고 한다.

겨울 빙하 단지에 쏟아지는 눈이 얼어 빙하를 계곡 아래로 밀어 낸다. 그러면 빙하 끝 얼음덩이로 떨어져 나간 빙산들이 바다를 헤매다 녹아 버린다. 하지만 요즘 그만큼 눈이 내리지 않는다는 것이다.

알래스카에 지난해 큰 눈이 내렸다. 지난 5년 동안 극심한 가뭄 끝에 내린 눈이다. 대지를 덮어줄 만큼 충분한 눈은 아니다. 현지 버스 운전기사의 걱정이다.

여섯째 날(25일)

시간 변경 선을 오고 가느라 다소 피곤하다. 아침 해는 5시에 뜨지만 지는 시간은 11시 14분.

하루 종일 캐나다 밴쿠버 앞 빅토리아섬을 향해 달려간다. 배 안에서 소일거리를 찾아야 한다.

16층 갑판에 올라 뛰고 또 뛰기를 18바퀴째, 약 6마일 거리다. 달리기를 좋아해서가 아니다. 출렁이는 배 생활로 피곤이 몰려오기 때문이다.

오늘은 랍스터 데이다. 오후 5시 15분 같은 시간에 찾은 식당에 와이셔츠와 양복바지로 갈아입고 내려갔



16층 배 위에서도 15미터 상공의 기중기 캡슐에서 내려다본 크루즈가 흰 물보라를 일으키며 남쪽으로 향해가고 있다.



다. 벌써 넥타이에 정장을 차려입은 남성들과 파티복의 여성들이 속속 자리를 잡고 있다.

내가 먹은 랍스터는 4마리. 아들은 2마리와 스테이크, 딸은 2마리 반, 와이프도 2마리 반. 손해 볼까 부지런히 먹어도 5개는 무리여서 포기했다.

엘튼 존의 이름을 딴 가수의 극장 공연. 피아노를 곁들인 감미로운 유명 곡들, 기타와 바이올린 연주, 70년대 80년대 히트곡 밴드 공연 등등 곳곳에서 열리는 연주들을 보느라 승객들이 분주하게 움직였다.

배 위에는 특별한 탈 거리가 있다. 기중기로 사람들을 태운 캡슐을 들어 올려 15미터 상공을 한 바퀴 돌고 내려오는 '노스 스타'. 1인당 18달러로 배 전체를 내려다보는 스릴 넘치는 기구다.

늦게 저무는 탓에 24시간 문을 여는 피자 식당이 최고 인기다. 오후 11시가 지나도 환하게 밝은 탓에 시장기를 느낀 사람들로 항상 가득찬다. 매일 밤 내려가 야식으로 피자 두 조각을 먹었다. 살찌는 소리가 들린다.

부지런히 먹고, 또 승객들이 먹고

나간 음식 그릇을 부지런히 치우는 승무원들의 손발(?)이 환상적이다. 청결하고 깨끗하다. 그리고 모두 열심이다.

일곱째 날(26일)

사람들을 피해 아침 일찍(오전 6시) 뷔페식당에서 서양식 식사를 마쳤다. 사람들이 몰리는 오전 8시대에 는 앉을 자리가 없기 때문이다. 다이닝 식당은 너무 단조롭고 답답해 아침과 점심은 뷔페식당을 이용했다. 커피잔을 들고 대형 유리창 너머 바라다보이는 바닷물의 반짝이는 햇

살에 반해 한참을 앉아 있었다.

지루한 항해가 오후 4시까지 이어지며 도착한 곳은 캐나다 밴쿠버 앞 빅토리아 아일랜드. 5년 전 자동차 여행으로 다녀와 그다지 새롭지는 않다. 그래도 배보다는 육지가 낫겠다 싶어 저녁을 챙겨 먹고 오후 6시에 하선했다. 승선 시간은 오후 9시 30분까지. 시간은 충분하다.

하선에 앞서 식당 우리 테이블 담당 승무원에게 팁을 주기로 했다. 인터넷을 뒤져 얼마를 줘야 할지 고민하는 시간이다. 4가족이니 140달러를 주기로 했다. 많지도 않고 적지도 않은 금액이다. 이미 18% 팁을 줬다며 팁을 놓지 않는다는 크루즈 베테랑 노부부의 조언도 들었다.

여덟째 날(27일)

드디어 하선이다. 7박 8일의 길다면 길고 짧다면 짧은 여행의 종지부다.

오전 6시 30분 아침 식사를 마친 후 전날 챙겨 둔 짐가방을 들고 하선을 준비했다. 오전 8시 30분 배를 빠져 나와 간단한 입국 심사(여권만 확인)를 마친 후 다시 버스로 기차로 시애틀 공항에 도착했다. LA행 비행기는 오후 2시 45분 출발 오후 5시 도착이다. 부지런히 차를 빼 집으로 돌아왔다. 개 2마리가 반갑게 꼬리를 흔들며 반겨준다. 대중 샤워하고 신라면 끓여 먹고 곧바로 잠에 빠졌다. '흠 스윗 흠' "세상천지 집처럼 좋은 곳은 없다"를 외치며 잠을 재촉했다.

비행기 입국자 코로나 음성 테스트 폐지

미국 비행기 입국자에 대한 코로나 19 바이러스 음성 테스트 제출 의무화가 6월 12일 자정을 기해 철회됐다.

이에 따라 해외에서 비행기로 입국하는 사람들은 음성 테스트 결과를 제출하지 않아도 된다.

백악관은 지난 6월 10일 질병통

제예방센터(CDC)가 백신 접종 및 치료의 광범위한 효과로 인해 더 이상 음성 결과 의무화가 필요 없다는 결정에 따라 12일부터 해제한다고 밝혔다.

다만 CDC는 의무를 권고로 하향 조정했다.

지난 수개월 동안 여행업계는

조 바이든 행정부를 상대로 의무화 철회를 위한 광범위한 로비를 벌여 왔다. 미국 여행자문가 협회 마크 캐스토 이사장은 "금요일의 기적"이라면서 "기념비적 사건"이라고 반겼다.

하지만 미국에 입국하는 외국인 인은 백신 접종 증명이 필요하다.

건강보험료가 너무 높아서 큰 부담이 되신다구요?

건강보험료를 절약하는 좋은 방법이 있습니다.

714.603.6770

이원준, HealthCare Sharing Specialist

설명을 잘 들어 보시고 결정하세요.

- 건강한 크리스천을 위한 플랜
- 백만명 이상의 고소득 크리스천이 이미 가입 중



자동차, 집, 사업체보험

무료

비교견적서비스

서비스는
UP

보험료는
DOWN

Life is long if you know how to use it.



7월의 시

사랑은 큰일이 아닐 겁니다

박철(1960-)

사랑은 큰일이 아닐 겁니다
 사랑은 작은 일입니다
 7월의 느티나무 아래에 앉아
 한낮의 더위를 피해 바람을 불어주는 일
 자동차 클락슨 소리에 잠을 깬 이에게
 맑은 물 한 잔 건네는 일
 그리고 시간이 남으면
 손등을 한 번 만져보는 일

여름이 되어도 우리는
 지난봄 여름 가을 겨울
 작은 일에 가슴 조여 기뻐했듯이
 작은 사랑을 나눕니다
 큰 사랑은 모릅니다

태양계에서 가장 아름다운 별이라는
 지구에서 큰 사랑은
 필요치 않습니다

해 지는 저녁 들판을 걸으며
 어깨에 어깨를 걸어보면
 그제 저 바다에 흘러넘치는
 수평선이 됩니다

7월의 이 여름날
 우리들의 사랑은
 그렇게 작고, 끝없는
 잊혀지지 않는 힘입니다

〈해설〉
 느티나무 밑에서 낮잠 자는 이에게 부채를 부쳐주거나, 자다 깬 이에게 찬물 한 잔 건네는 것. 사소한 마음 씀이 서로에게 전해지면 그 순하고 아름다운 마음 이 바로 사랑입니다. 작은 사랑이 끝없이 이어져서 7월의 무더위를 이겨 내시길 바랍니다.



추천작가
이정아(본명 임정아)
 -서울 경기여자 중고등학교
 -이화여자대학교 가정대
 -경기도 평택시 한광여중교
 교사
 -1985년 미국 이민
 -1997년 한국 수필 등단
 -미주한국일보 문예공모
 심사위원(2008~2012)
 -재미수필문학가 협회장 및
 이사장(2009~2012)
 -현 국제펜한국본부 미서부
 지역회 부회장(2021~)

이정아 씨 수필선 ‘아버지의 굴나무’

선우 명수필선 44

한국 선우 미디어가 재미 수필가 이정아 씨의 수필을 골라 ‘선우 명수필선 44’ ‘아버지의 굴나무’를 발간했다.

선우 미디어는 수필 등단 20년 이상, 단행본 수필집 3권 이상을 펴낸 수필가를 선정해 수필집을 내고 있다. 이정아 씨는 44번째 작가로 선정됐다.

이번 수필집에는 250편이 넘는 이정아 씨 작품에서 고른 45점이 수록돼 있다.

수필은 자칫 내용이 지루한 단점을 가지고 있다. 하지만 이정아 씨 작품



은 간결하고 이해가 쉽다. 충분한 설득력과 잔잔한 감동이 곁들여진 우리들의 이야기를 이정아 씨만의 재치 있고 독특한 글솜씨로 독자들에게 전한다.

이정아 씨는 “이민와서 시작한 글 쓰기가 올해로 30년이 넘었다. 나태주 시인의 말씀처럼 이곳에 있는 현재의 내 모습을 글로 쓰라는 조언에 충실했다”고 작가의 말에서 밝혔다.

경기여중고, 이화여대 가정대를 졸업했다. 평택시 한광여중·고에서 7년간 교사로 있다가 1985년 이민 왔다. 1997년 ‘한국수필’로 등단했고 현재 국제 펜 한국본부 미서부지역회 부회장으로 있다.

수필집 ‘낮선 숲을 지나며’ (2004), ‘선물’ (2007), ‘자카란다 꽃잎이 날리는 날’ (2019), ‘불량품’ (2018), 5인 공동문집 ‘참 좋다’ (2010)을 펴냈다. 연락처 joannelim7416@daum.net

한국화 대가 박대성씨 LACMA 전시

‘고결한 먹과 현대적 붓’ 7월 17~12월 11일

한국화의 거장 박대성 화백(76)의 작품전 ‘고결한 먹과 현대적 붓’ (Virtuous Ink and Contemporary Brush)가 LA 카운티 미술박물관(LACMA)에서 개최된다. 기간은 7월 17~12월 11일.

박대성 화백은 현대적 주제를 서예의 선으로 동서양의 미학을 담아 그려내는 대형 수묵화 작가다. 그는 어릴 때 빨치산에게 부모님과 한 손을 잃고 중학교를 졸업 후 독학으로 그림을 배워 이름을 날렸다. 한국 인물 사전에 따르면 국전에서 내리 8번 입선했고 가나아트에 전속 화가였으며

중앙미술대전에서 장려상과 대상을 받았으며 특히 불국사 그림이 유명하다. 지난해 경북 경주에서 열린 작품전에서 한 초등학교 어린이가 1억 원을 호가하는 대형 서예 작품을 훼손했으나 박 화백은 “어린이가 다 그렇

다”면 문제 삼지 말라고 전시회 주최 측에 말한 일화로도 유명하다.

LACMA는 “수 세기 전부터 내려오는 중국과 한국 수묵 대가들의 스타일을 그만의 완벽한 작품으로 소화해 내고 있다”고 소개했다.

▶주소: 5905 Wilshire Blvd., LA, CA 90036



박대성의 불국사(1996, 아래 그림).

LACMA제공

LA한국문화원 7월 주요행사

2022 온라인 정기영화상영회

7월 14~7월 27일, LA 한국문화원 홈페이지(kccla.org/movie)를 통해 감상할 수 있음. 작품은 연상호 감독의 〈반도〉.

▶문의(323) 936-3011 영화 담당 하나조 hannah@kccla.org

‘안녕 여름!’ 한국어 스토리 타임

7월 15일 오후 2시, 문화원 3층 아리홀. 미취학 아동과 초등학교 저학년 대상으로 여름에 관련된 동화책을 읽고 동요를 부르며 시원하고 즐겁게 한국문화를 배우는 시간임.

▶문의(323) 936-7141(x131) 조이스, joyce@kccla.org

이태리 문화원 공동주최 ‘한여름 가곡의 밤’

7월 29일 한국문화원 3층 아리홀. 한국과 이태리 두 나라 문화 상호교류 및 한국 가곡에 대한 관심 제고를 위한 양국 가곡음악회.

▶문의(323) 936-3015 공연 담당 켈리최, kelly@kccla.org

여름학기 오프라인/온라인 한국 어강좌(총 15개 반) 운영

7월 19~8월 18일(5주간). LA 한국문화원, 미국 거점 세종학당 및 온라인(Zoom). 대면 한국어 수업은 7월 19~8월 16일 매주 화요일 오후 7~9시. 한국어 입문 2개 반, 초급 2개 반, 중급 2개 반, 총 6개 반 운영.

▶문의(323) 424-3235 미국 거점 세종학당 ksicusa@ksif.or.kr

온라인 한국어 수업(7월 21~8월 18일 12주), 매주 목요일 오후 7~9시 줌 강좌(초급 5개 반, 중급 3개 반, 고급 1개 반, 총 9개 반).

▶문의(323) 936-3025 한국어교육 담당 노승환 seung822@kccla.org

▶LA 한국문화원 주소
 5505 Wilshire Blvd. LA CA 90036.



진입장벽이 비교적 낮은 중저가 명품

토리버치, 코치, 마이클 코어스, 마크 제이콥스, MCM 등 가족의 품질과 디자인 면에서 가성비 ‘갑’

샤넬, 에르메스 등 명품 브랜드들의 행보가 최근 심상치 않다. 샤넬의 경우 지난해 총 4번 가격인상에 이어 올해 들어서만 벌써 두번 가격을 인상했으며, 이번달 7월에도 주요 제품의 가격을 각각 10%, 5%씩 인상한다는 소식이다.

디올과 루이비통 등 다른 브랜드들도 줄줄이 가격 인상 대열에 합류하고 있다. 에르메스는 기존의 구하기 어려웠던 버킨, 켈리 백 이외에 비교적 진입장벽이 낮았던 입문백들조차 이제는 매장에서 구경 한번 하기가 하늘의 별따기다. 엄청난 프리미엄을 주고서라도 원하는 가족과 컬러의 가방을 구하기 원하는 소비자들의 모습이 애달플 정도다.

한국에서는 백화점 앞에 새벽부터 줄을 선 뒤 번호표를 받고 몇시간 기다려야 겨우 매장에 입성(?)하는 ‘오픈런’을 겪어야지만 매장내 발이라도 내딛을 수 있으니 그나마 이에비하면 미국은 사정이 낫다 하겠다.

과연 이렇게 까지 해서 명품을 구입해야 하는가 반문하는, 명품 브랜드들의 갑질 아닌 갑질에 회의를 느끼는 수많은 소비자들은 좀더 저렴하지만 뛰어난 품질을 자랑하는 중저가 명품 브랜드로 발길을 돌리고 있다. 가족의 품질이나 디자인 면에서 뛰어난 가성비를 자랑하는 중저가 명품들은 하이엔드 브랜드들을 위협하는 패션 아이콘으로 떠오르고 있다. 대표적인 중저가 명품 브랜드를 소개한다.

코치(COACH)

1941년 설립된 코치는 가족의 품질이 하이엔드 명품 어느 브랜드와 견주어도 손색이 없을만큼 뛰어나다. 화려함이나 트렌디함 보다는 기본적이면서도 실용적인 디자인과 뛰어난 품질로 승부해왔는데, 최근에는 젊은 감각의 디자인도 많이 선보이고 있어 많은 ‘팬덤’(?)을 보유한 중저가 명품 브랜드의 대표라 하겠다.

가방 뿐만 아니라 의류, 신발, 액세서리 등 상품 카테고리도 매우 다양하며 특히 서류가방이나 백팩같은 남성용 제품도 인기가 많아 20대부터 60대까지 남녀노소 누구나 선호하는 브랜드이다.

◆가방은 200~500달러선.

토리버치(Tory Burch)

아메리칸 라이프 스타일 브랜드인 토리버치는 지난 2004년 디자이너 토리버치가 론칭한 이후 전세계적으로 사랑을 받는 대표적인 중저가 명품 브랜드다.

나오자마자 엄청난 인기를 끌었던 플랫폼슈즈는 토리버치 트레이드 마크인 귀여운 메달 모양의 로고 장식에 히트를 치면서 아직까지도 베스트셀러로 자리 잡고 있다. 미국 동부의 고급스러움과 이국적인 보헤

미안 스타일을 접목시킨 토리버치는 화려한 컬러와 트렌디한 디자인의 가방, 의류, 액세서리, 시계 등 다양한 상품으로 인기몰이를 하고 있다.

◆가방은 200~1000달러선.

MCM

90년대 후반 한국 대학생들 사이에서 선풍적인 인기를 끌었던 MCM 버킷백을 기억하는가. 모던 크리에이션 뮌헨(Modern Creation Munchen)의 약자인 MCM은 1976년 독일 뮌헨에 설립된 패션 브랜드로 지난 2005년 한국의 브랜드 기업인 성주 그룹이 인수한 글로벌 브랜드이다.

독일의 장인 정신을 추구하는 패션 브랜드로 가방은 모두 최고급 가죽으로 제작되어 내구성이 높다. 대표적인 상품은 스타크 비세토스 백팩(MCM Stark Visetos Backpack)으로 다양한 백팩, 크로스바디, 토트 백을 판매한다.

◆가방은 500~1200달러선.

마크 제이콥스(Marc Jacobs)

1997년부터 2013년 후반까지 루이비통의 수석 디자이너였던 마크 제이콥스가 자신의 이름으로 런칭한 브랜드다. 상업적인 패션 디자이너로 많이 언급되는 마크 제이콥스는 옷을 좋아하는 젊은이들이 구매할 수 있는 명품이 되는 것을 목표로 디자인을 했다고 밝혔는데, 이러한 이유 때문인지 마크 제이콥스에는 트렌디한 디자인의 가방, 의상 등이 많다.

2000년대 초반에는 하이엔드 명품과 비슷한 가격대였으나 현재는 중저가 명품 브랜드와 비슷한 가격으로 진입장벽이 낮아졌다.

◆가방은 300~500달러선.

마이클 코어스(Michael Kors)

1981년 출시된 마이클 코어스는 시크하고 세련되지만 화려한 디자인의 의상과 액세서리, 선글라스와 시계 등으로 유명한 미국 브랜드이다. 미셸 오바마가 이 브랜드의 의상을 즐겨 입으면서 더욱 화제가 되었고 이후 뉴욕 패션 피플들의 대표 아이콘으로 자리 잡아왔다.

실용적이면서도 세련된 디자인의 가방과 소품들이 다양하게 출시되고 있다.

◆가방 150~300달러선.

서/홍지은 기자

홍(서)지은 기자 약력

USC 동양학과 심리학 전공 / 라디오 서울·미주 한국일보 기자 / 현 공인회계사·슈퍼맘·소셜미디어·웰빙기사다수 게재



아메리칸 라이프 스타일 브랜드인 토리버치는 지난 2004년 디자이너 토리버치가 론칭한 이후 전세계적으로 사랑을 받는 대표적인 중저가 명품 브랜드다.



1941년 설립된 코치는 가족의 품질이 하이엔드 명품 어느 브랜드와 견주어도 손색이 없을만큼 뛰어나다. 화려함이나 트렌디함 보다는 기본적이면서도 실용적인 디자인과 뛰어난 품질로 승부해왔다.



마크제이콥스는1997년부터 2013년 후반까지 루이비통의 수석 디자이너였던 마크 제이콥스가 자신의 이름으로 런칭한 브랜드다.



1981년 출시된 마이클 코어스는 시크하면서 세련되지만 화려한 디자인의 의상과 액세서리, 선글라스와 시계 등으로 유명한 미국 브랜드이다.

로컬

캘리포니아주 10월 말 최고 1,050달러 현금 지원

수입 단계별 1인당 350, 250, 200달러

캘리포니아가 주 정부 차원의 경기 부양금을 지불할 예정이다.

주지사실에 따르면 올 늦가을 개인당 최고 1,050달러까지 2,300만 명의 주민들이 총 1,700만 달러를 받는다는 것이다. 이 기금은 캘리포니아의 970억 달러에 달하는 기록적 흑자예산에서 충당된다.

자격은 중저소득층 캘리포니아 주민이며 자녀들에게도 지급된다.

▲독신으로 7만 5,000달러 이하 수입자는 350달러, 7만 5,001~12만 5,000달러는 250달러, 123만 5,001~25만 달러는 200달러를 받는다.

▲부부 공동 세금 보고자로 15

만 달러 이하 수입은 700달러, 15만 1~25만 달러는 500달러, 25만~50만 달러는 400달러씩 제공된다.

▲독신이나 부부 공동 세금 보고와 관계없이 부양가족이 있다면 추가로 350달러, 250달러, 200달러가 지급된다.

수표는 10월 말까지 데빗 카드 또는 은행 디파짓으로 송금된다고 새클라멘토 NBC TV 가맹국 KCRA가 보도했다.

주 정부는 또 10월 1일부터 디젤 연료 세일즈 택스를 12개월 동안 중단할 예정이다. 꺾린당 23센트에 해당한다.

렌트와 유틸리티 부양 프로그램과 지역 교통 인프라 프로젝트에서 충당된다고 관계자들은 밝혔다.

김정섭 기자

경기 부양금 현금 지원표 (단위: 달러)

독신		부부 공동 세금 보고	
연수입	금액	연수입	금액
7만 5,000	350	15만 이하	700
7만 5,001~12만 5,000	250	15만 0,001~25만	500
12만 5,001~25만	200	25만 0,001~50만	400

※부양 자녀들이 있다면 추가로 각 수입별 350달러, 250달러, 200달러 지급.

우표값 58센트서 60센트로

미국 일반 우표값(Forever stamp)이 7월 10일부터 2센트 오른다. 현재 58센트에서 60센트로 인상된다.

일반 우표 '포에버 스탬프'란 글자 그대로 한번 사람 영원히 오른 우표 값이 아니라 우표가 다 떨어질 때까지 같은 값의 우표를 사용할 수 있다는 말이다. 예를 들어 10년 전 개당 45센트의 일반 우표를 샀다면 값이 올랐다고 해도 계속 추가 요금 없이 다 떨어질 때까지 사용할 수 있다는 말이다. 이번에 인상되는 우표는 일반우표뿐만이 아니다.

'1종 우편' (퍼스트 클래스 메일,

First Price Mail)은 6.5% 인상된다. 우정국은 인플레이션 비율보다는 훨씬 낮은 인상 폭이라고 밝혔다. 현재 일반 상품의 인플레이션은 8.6%다.

일반 우표값은 1년도 지나지 않아 재차 오른 것이다. 지난해 55센트에서 58센트로 올랐다. 아마 조만간 또 올릴 것으로 예상된다.

미국 우정국 루이스 드조이는 지난 5월 현재의 인플레이션과 비교하면 1~2년 간격의 우표값 인상으로 손해를 감당하기 힘들다고 밝힌 바 있다.



CBMC 장학금 수여식을 마친 후 관계자들과 장학생들이 한자리에 모여 기념 촬영을 하고 있다.

기독교실업인회, 18명에 2,000달러씩 장학금 수여

'한솔 골프대회' 수익금 총 3만 6,000달러 '매년 한인 차세대 육성사업 할 것'

기독교 신앙으로 비즈니스를 운영하는 한인들의 모임인 '미주한인 기독교실업인회' (CBMC·총회장 강승태)는 지난달 18일 부에나파크 '예손 몬테소리' 학교에서 제1회 장학금 전달식을 갖고 학생 18명에게 각 2,000달러씩, 총 3만 6,000달러를 지급했다.

장학금 1인당 2,000달러를 최근 한인사회 단일 장학금 액수로는 최고 금액이다.

이번 기금은 지난 4월 11일 '한솔 보험' 개업 45주년 기념으로 로스코요테스 골프코스에서 열린

CBMC 장학 기금 모금 '한솔 골프대회' 수익금이다. 골프대회 비용은 한솔보험에서 전액 부담했다.

황선철 한솔 보험 대표이자 CBMC 전 회장은 "올해를 시작으로 매년 장학 사업을 위한 다양한 행사를 통해 지속적인 장학 기금 행사를 개최할 것"이라면서 "후학들의 학업 정진과 한인사회 차세대 지도자 육성에 도움이 되기를 바란다"고 인사말을 전했다.

강승태 CBMC 총회장은 장학금 수여식에서 "기독교를 믿는 실업자들이 차세대 양성을 위해 힘을

모을 수 있어 감사하다"면서 "지속적인 사업으로 발전시키기를 희망한다"고 말했다.

"총 42명 중 18명의 학생을 선발했으며, 이 중 70%는 재정적으로 어려운 학생, 나머지 30%는 성적 우수 학생"이라고 장학 위원장 안신기 목사가 밝혔다.

장학생 명단은 다음과 같다.

▶서울메디칼 장학생: 아이잭 이, 클로이 최, 최영준 ▶세계한인교민청 장학생: 신현미, 신현민, 조안나 최 ▶한솔 보험 장학생: 서진영, 맥스 서, 안주영, 해나 안, 윤은지, 플로라 주, 최예찬, 그레이스 강, 아이잭 남, 성민백, 김혜빈, 유니스 최.

김정섭 기자



만희복지재단의 2022 생활비 전달식을 마친후 관계자들과 기금을 받은 주민들이 기념 촬영을 하고 있다.

만희복지 재단, 50명에 1,000달러씩 지원

박형만씨 설립 2015년부터 8회째

지난 2015년부터 가난한 이웃과 학생들을 지원해온 만희복지 재단(이사장 박형만)이 지난달 8일 한인타운 시니어센터에서 2022 생활 지원금 전달식을 갖고 50명에게 각 1,000달러씩 총 5만 달러의 후원금을 전달했다.

후원금은 한인 및 타인종 장애인, 독서노인, 소년소녀가장, 싱글맘, 저소득가정에 지급됐다.

또 만희복지 재단은 그동안 총청도와 결연을 통해 화상, 구순열 어린이 치료에도 도움을 준 슈라이너 아동병원에도 5,000달러의 후원금을 제공했다.

박형만 이사장이 설립한 만희복지 재단은 지금까지 LA지역 저소

독 주민들에게 생활 지원금을 전달해 왔다.

박형만 이사장은 "이제는 사회에 환원하는 다는 마음으로 매년 생활이 어려운 학생들과 저소득 이웃에 도움을 주고 있다"면서 "앞으로도 이들에게 작으나마 희망이 되는 다양한 지원을 할 것"이라고 밝혔다.

이날 전달식에는 박 이사장과 같은 고향인 공주 출신 박찬호 전 야구 선수도 참석했다.



독자와 함께

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

2035년 기금 고갈로 80%까지만 지불하나

**은퇴자 연금 늘고 근로자 세수입은 줄고
소셜 택스 한계 수입 25만 달러 방안 등
아직 구체적 논의 없어 전망만 무성
1983년 이후 또 한차례 개혁 조치 필요**

소셜 시큐리티 신탁 기금이 2035년 이면 고갈돼 의회의 조치가 없다면 80%까지만 받게 될 것이라는 우려의 목소리가 계속되고 있다. 이 때문에 많은 은퇴자들이 걱정을 하고 있다.

그나마 다행은 당초 예상됐던 시점보다 1년은 더 늦어질 것으로 정부는 예상한다.

그렇다면 진짜 소셜 시큐리티 연금이 파산을 할까. 전문가들은 아니라고 대답한다. 우선 의회는 국민의 선거로 구성된다. 따라서 표에 민감할 수밖에 없는 연방 의원들이 선거권의 막강한 파워를 자랑하는 시니어, 특히 베이비부머 세대의 주요 은퇴 자금원을 외면할 수 없는 파산까지 갈 정도로 방치하지는 않을 것이라는 이유에서다. 현재 의회에서는 다각적인 방법을 동원해 대책 마련에 부심하고 있다.

예상 시나리오로는 소셜 시큐리티 세금의 한계수입을 현재의 14만 7,000달러(매년 인플레이션으로 조금씩 상승)에서 최대 25만 달러까지 올려 더 많은 세금을 거둬 들인다. 또 만기 은퇴 연령을 70세로 고정한다. 현재 1960년 이후 출생자의 은퇴 연령은 67세다. 여기에 소셜시큐리티 세금 비율을 현재의 12.4%에서 더 올린다. 이외에 다양한 방법이 거론되지만 아직 확실한 방안은 논의되지 않고 있다.

만약 의회가 외면하면 2035년 소셜 연금은 기존의 80%로 깎여 지불된다.

보스턴 대학의 은퇴 연구 센터 엘리시아 멘델 국장은 “즉각적인 조치가 필요한 부분으로 접어들고 있다”고 말했다.

베이비 부머 은퇴, 장수가 원인

현재 소셜 기금의 부족 원인은 인구 변화로 인해 소셜 기금에 들어오는 세수입과 연금을 지출되는 비용 간의 차이가 좁혀지기 때문이다.

1964년 여성은 평균 3.2명의 자녀를 낳았다. 하지만 1974년 이 비율이 1.8로 뚝 떨어졌다.

이에 따라 소셜 시큐리티 세금을 내는 근로자는 예전보다 줄어들고 은퇴자는 늘어나면서 빨간 불이 들어오기 시작한 것이다. 베이비 부머 세대의 은퇴가 가속되면서 수입과 지출의 비율이 점차 좁혀지고 있다.

요즘 매일 1만 명의 베이비부머들이 은퇴 연령인 65세에 들어선다. 더 이상 일을 하지 않고 은퇴 대열에 동참하는 것이다. 이런 현상은 베이비 부머들의 은퇴가 끝나는 시기인 2030년까지 계속된다. 미국의 베이비 부머 세대는 약 7,300만 명으로 추정된다.

근로자들은 줄고 부양해야 될 은퇴자는 많아지고 있다.

특히 사람들의 수명이 길어졌다. 오랫동안 소셜 연금을 받는 사람이 늘고 있다는 의미다.

소셜 기금의 투자 수입 역부족

소셜 시큐리티 기금 자체가 적자 폭을 메우는 데 다소간의 도움을 준다. 투자 수익 때문이다.

지난 1970년대 말에도 기금 고갈의 위험에 노출되자 의회가 1983년 소셜 기금에 자금을 지원하는 한편 은퇴 연령 조정 등 소셜 시큐리티 법을 바꾸면서 소셜 기금이 다시 안정세를 찾기 시작했다.

하지만 이런 안정세도 2010년 들어 바뀐다. 연금 지불 비용이 소셜 세금 수입을 넘어서기 시작했기 때문이다. 이때부터 정부는 기금을 투자해서 발생하는 이자 수익을 연금 지불 비용으로 사용하기 시작했다. 하지만 이것도 잠시다. 2021년 연방 정부는 세수입과 투자 이자로는 감당할 수 없어 기금의 원금에서 돈을 꺼내 소셜 연금을 지불하게 됐다.

이런 현상이 계속되면 기금 원금은 2035년이면 모두 고갈된다. 당초 예상보다 1년이 늘었지만 암울한 과정은 아직도 남아 있다. 1980년대 법 개정으로 기금이 65년은 더 버틸 것으로 예상됐었다. 하지만 현재 13년 앞으로 다가선 눈앞의 과제가 됐다.

그래도 버틴다

기금이 다 고갈된다고 해서 아예 지불이 중지되는 것은 아니다. 계속 젊은 근로자 세대들이 열심히 소셜 시큐리티 세금을 내기 때문에 이 돈으로 은퇴자들의 연금이 지불될 것이다. 다만 세수입이 줄어들어 지불 연금을 감당할 수 없다면 결국 연금 지불을 줄여야 한다. 현재 연방 의회에는 75년 만의 적자를 해결하기 위한 몇 가지 방안이 상정돼 있다.

**장애인 연금 신청 권
수 줄어**

소셜시큐리티 신탁 위원회 가 지난해 발표한 향후 예상 보고서에서 주목할 부분은 소셜시큐리티 장애인 연금 기금이다. 이 장애인 연금 기금은 2057년 고갈될 것으로 예상됐다.

소셜 연금보다는 훨씬 더 여유가 생긴 것이다. 신청 기준이 줄어들고 최근에는 팬데믹으로 장애 연금 신청이 어렵자 신청자들이 감소했다. 따라서 지불되는 장애 연금도 그만큼 줄어들어 기금 고갈을 늦추는 원인이 된 것이다.

소셜시큐리티 장애인 연금 신청자는 지난 35년간 복합 요인으로 꾸준히 증가해 왔다.

특히 1984년 법을 바꾸어 장애에 대한 정의를 매우 광범위하게 적용하기 시작했다. 장애 연금 지급 결정에 신청자와 의료기구의 영향력을 더 늘리면서 더 많은 사람들이 장애인 연금을 신청해 받을 수 있다. 하지만 이러한 조치에도 오히려 소셜시큐리티 장애인 연금을 받는 사람들은 2014년 이후 줄어들고 있다.

2008년대 공황 이후 급속한 경기 팽창과 오바마 케어로 불리는 전국민 건강보험으로 건강 보험에 쉽게 가입할 수 있기 때문이라는 것이다. 또 과거보다는 육체노동 직종이 줄어들었고 팬데믹으로 인해 한동안 소셜 시큐리티 지역 사무소가 문을 닫아 신청이 어려웠다는 점을 이유로 분석했다.

특히 2009년부터 장애 판정을 소셜시큐리티국 행정판사가 내리게 되는데 배당 건수도 적어 매우 엄격하게 심사가 이루어지는 것도 한 이유. 이로 인해 신청 승인 비율이



2009년 57%에서 2019년 49%로 감소했다. 이후 팬데믹이 시작되면서 소셜 오피스가 문을 닫아 승인 비율이 더 줄어든 것으로 예상된다. 소셜

오피스가 올 4월 다시 문을 열었지만 많은 부분을 전화 인터뷰로 대처하고 있다.

김정섭 기자 john@usmetronews.com

Lic#9199095

소셜연금
메디케어
건강보험
은퇴플랜

무료

“안내해 드립니다”

김정섭

Wilshire4525@hotmail.com

(323)620-6717

“이 날이 바로 그런 날이었다”



김동희의
세상보기

시더스 사이나이 암센터
수석 코디네이터



아침 7시 30분. 아시는 분이 문자를 보내셨다. 아침 일찍 미안한데 급한 일이라서 연락을 했다고 하셨다. 글자 하나 하나 사이로 긴박함이 묻어났다. 한 한인 교회에서 리더로 활동 하시며 평소 내가 하는 일을 많이 도와주시던 분이다.

연락을 드려보니 남편이 얼마전 간암 진단을 받으셨단다. 우리 지난 4년간 같이 암 예방 세미나를 준비하기도 했고, 교회 내 유방암 검사 행사를 개최하면서 다른 이들이 보다 건강한 삶을 살아갈 수 있도록 함께 애썼다. 많은 순간 ‘암’ 예방을 이야기 했는데, 그 ‘암’ 이 가장 가까운 가족에게 생긴 것이다. 여러가지 생각과 감정이 스쳤는데, 지금 이 순간 나를 찾는 이유가 있으실테니 최선을 다해서 도와드리기로 마음 먹었다. 수첩을 꺼내고 볼펜을 잡았다. 이야기 중 나온 것들을 꼼꼼하게 받아 적을 생각이었다. 안 그래도 몸과 마음이 힘드실텐데, 같은 이야기 두 번 물어보는 실례를 범하고 싶진 않았다.

여러가지 검사 끝에 진단을 받고, 수술을 받고, 치료를 받는 과정 사이 사이에서 막히는 부분들이 많다고 하셨다. 어떻게 해야할지 잘 몰라서 연락하셨다고 했다. 그래도 동희씨

는 암센터에 있으니까 당신보다 잘 알 것 같다는 이야기였다. 그런데 통화를 하다보니 그렇지도 않았다. 처음 듣는 의학용어가 전화기 너머로 들려왔고, 그 단어를 몰라서 전화 통화를 하면서 뜻을 찾아보기도 했다. 오히려 내가 모르는 것이 더 많았다. 모든 일은 가족과 환자가 잘해나가고 계셨다. 다만 일과 일이 진행되는 사이 약간의 공백, 기다림의 시간들이 있기 마련인데 그날이 그런 날인 듯 했다. 며칠 기다리면 모두 해결될 듯 보였다. ‘조금 더 기다리시면 될 것 같은데요’ 라는 말을 하려는 찰나 한숨 섞인 말이 들려왔다. “병원 담당자와 연락이 잘 안되서... 어떻게 진행되는 지도 모르겠고... 우리보다 더 급한 환자가 있을 거라는 것도 아는데... 하도 답답해서...”

답답해서, 라는 말을 듣는 순간 하려던 말을 꿀꺽 삼켰다. 열심히 받아 적던 볼펜도 내려놨다. 어떤 조언이나 설명이 필요해서 시작된 통화가 아니었다. 그냥 답답해서였다. 살다 보면 그럴 때, 있지 않은가. 그냥 좀 답답해서, 어떻게 되는 건지 잘 몰라서, 이렇게 하는 게 맞는 건지 혼란스러워서, 누군가와 이야기를 하고 싶은 때 말이다. 특히 내가 모르는 어떤 일, 처음 겪는 일을 헤쳐나갈

때 더욱 그랬던 것 같다. 수많은 순간, 수많은 사람들이 그런 나의 이야기를 들어줬다. 이날은 내 차례였다.

조금 더 편한 자세로 앉았다. 조금 더 열심히, 제대로 들어드리기로 작정했다. 그렇죠 답답하시죠, 그러네요 저도 잘 모르겠어요, 그럴 때는 정말 어떻게 해야하는 걸까요, 라고 열심히 맞장구를 치면서 말이다.

코디네이터로 일을 하면 여러가지 교육을 받는다. 아주 유용했던 교육은 커뮤니케이션에 관련된 것이었다. ‘대화를 잘하는 4가지 방법’을 배웠는데 그 첫번째는 ‘적극적인 경청’이었다. 상대방이 한 말 중에서 중요한 단어나 마지막 문장을 기억했다가 똑같이 따라하는 ‘끝말 따라하기’ 기술이 포함된다. 특히 상대가 부정적인 감정을 쏟아내거나 힘들어 할 때는 “그게 아니라...”, “그러지 말고...”라며 대화를 긍정적으로 돌려보려고 애쓰곤 했는데, 적극적인 경청에선 상대의 말을 잘 듣고 있다가 그 말을 그대로 상대방에게 돌려주면 된다고 배웠다. 이후로 이 방법을 환자나 환자 가족들과 이야기를 할 때 써봤는데 매우 유용했다.

이 날도 그랬다. 무얼 어떻게 도와

할 수 있을지, 나 역시 답답했다. 내 역할이 그냥 들어주기, 가만히 옆에 있어주기였다는 것을 깨닫고 난 뒤로 ‘적극적인 경청’에 집중했다. 시간이 흘렀고 대화도 잘 흘렀다. 답답함이 어느 정도 빠져나가고 난 뒤 물었다.

“... 그래서 말인데요. 제가 도와드릴 일이 있을까요?”

약간 생각하시더니 도움이 필요하신 부분을 말씀하셨고, 그 부분을 알아봐 드리기로 했다. 충분히 할 수 있는 일이었다. 우리 서로에게 감사하며 기분 좋게 통화를 마무리했다.

언젠가 보스가 그런 말을 했다. 암 예방 교육을 하고 있지만 암 진단을 받은 사람, 치료 받는 사람, 생존자들에 이르기까지 많은 사람들이 우리를 찾아와 각자의 이야기를 할 거라고. 이민사회는 신뢰가 중요하기 때문에 더욱 그렇단다. 그때마다 우리가 다 도와줄 순 없지만 함께 있어 줄 수 있고, 들어 주고, 같이 방법을 찾아줄 순 있을 거라고.

이 날이 바로 그런 날이었다. 내가 다 도와줄 순 없지만 함께 있어줄 수 있는 날, 들어 줄 수 있는 날. 그래서 그렇게 했다. 그리고 내가 하는 일이 참 좋다고 생각했다. 더 없이 좋은 날이었다.

김동희
현재 시더스-사이나이 암센터 건강 형평성연구소의 커뮤니티 아웃리치 수석 코디네이터로 활동 중. 전 미주 한국일보, 뉴욕 중앙일보 기자. ‘미국엄마의힘’ 저자.
▶ 연락처: (310)423-7410

‘김코디’가 전하는 적극적인 경청 TIP

상대가 한 말의 마지막 문장을 따라하거나 감정을 표현한 단어를 기억했다가 의문문으로 만들어 다시 물어본다. 예를 들어 이렇게 저렇게

했다라고 말했다면 그랬군요, 이러저러 했군요라며 ‘군요’ 화법을 써본다. 대화 중 상대가 슬펐다 속상했다 스트레스 받았다 등 감정을 표현

하면 이를 슬펐겠어요, 속상했군요, 스트레스 받았겠어요 등으로 답할 수 있다.

지속적인 연습이 필요하다. 마음을 빼고 머리로는 따라하다 보면 상대가 말 따라하기로 놀린다고 느낄

수 있다. 상대를 대하는 나의 마음이 짐이 중요하다. 만나서 이뤄지는 대화라면 눈을 맞추거나 고개를 끄덕이며 적극적으로 반응한다. 상대가 보내는 무언의 몸동작에도 관심을 갖는다.

알아두면 쓸모있는 의료 영단어(17)

Gallbladder Cancer (갈블래더 캔서) 담낭암

이름 그대로 담낭에 생긴 악성종양이다. 담낭은 간에서 분비되는 담즙(쓸개즙)을 일시적으로 저장, 농축하는 주머니. 담석 제거나 담석 관련 검사를 하다가 발견되기도 한다.

Bile Duct Cancer (바일 덕트 캔서) 담도암

담즙이 십이지장으로 가는 경로인 담도에 생긴 암으로 Cholangiocarcinoma (콜렌지오카르시노마)라고도 한다. 증상 초기에는 뚜렷한 증상이 없으며 암에 의해 담도가 막히면 황달, 황달뇨가 나타날 수 있다.

Pancreatic Cancer (팬크레틱 캔서) 췌장암

배안의 뒤쪽에 가로로 길쭉하게 자리한 기관인 췌장에 생긴 암. 췌장은 소화 효소를 포함한 이자액은 샘창자로 보내고 인슐린을 분비한다. 당뇨 환자 100명 중 1명은 당뇨 진단 3년 안에 췌장암을 진단받는다는 통계가 있어 당뇨 환자들의 주의가 필요하다.

Liver Cancer (리버 캔서) 간암

간에 생긴 암으로 한국에서는 사망률이 높은 10대 암 중에서 폐암에 이어 두번째를 차지한다. 간암 환자의 80-90%는 만성 B형 간염보유자 또는 만성 C형간염보유자다. 과도한 음주와 간경변증도 위험요소. 위험군에 속한다면 꾸준한 관리가 중요하다.

CA LIC. #0672600

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



45년 신용과 전통의 한미보험
**보험료는 낮추고
 보상은 충분하게!**

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

안전하고 행복한 미래-

한미보험이 늘 함께 있습니다

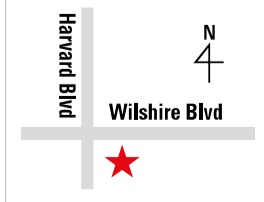
1972년 시작된 한미보험은 45년간 축적된 오랜 경험과 전문지식으로 고객들에게 실질적인 혜택과 최대의 효과를 드리기 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다.
 저렴한 보험료, 신속한 사고처리, 확실한 보상은 한미보험이 드리는 약속이며 고객들의 믿음입니다.



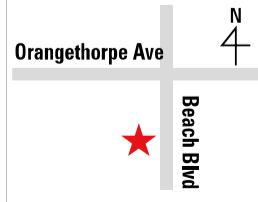
한미보험(주)
 SINCE 1972
 KORAM INSURANCE CENTER, INC.

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



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

