

지역사회와 함께하는 MG새마을금고

www.sndbbank.com

성남동부

2023

2022 성남동부 NEWS FOCUS

SPECIAL INTERVIEW

성남시 중원구청장 최홍석

사업추진실적 종합평가 대상 지점장 이희정

2022 장학생 이영주

성남동부스토리

성남동부 홈페이지 리뉴얼 오픈

INTERVIEW

내 인생 최고의 금융 파트너 - 강옥영 사장

믿을 수 있는 새마을금고 공제의 힘 - 나순이 대의원

대한민국 축구의 미래를 꿈꾸다 - 상원초등학교 축구부

여행칼럼

특특정보



MG새마을금고 성남동부



.....
행복한 사회를 함께 만들어가는
좋은이웃 성남동부새마을금고

언제나 곁에서 힘이 되어주는 든든한 이웃처럼
회원님과 같은 곳을 바라보며 같이 성장해 나가는
성남동부새마을금고가 되겠습니다.

— DREAM
MY BANK

CONTENTS

2023

지역사회와 함께하는 MG새마을금고성남동부

06 성남동부 연혁

08 이사장 인사말

황규덕 이사장 인사말

09 성남동부 수상실적

2022 새마을금고 경영평가연도대상 대상 수상
2021 새마을금고 공제연도대상 대상 수상

10 조직 및 재무현황

12 NEWS FOCUS

2022년 성남동부새마을금고 소식

22 SPECIAL INTERVIEW

성남시 중원구청장 최홍석
사업추진실적 종합평가 대상 지점장 이희정
2022년 장학생 이영주



26 성남동부 스토리

성남동부새마을금고 모바일 반응형 홈페이지 리뉴얼 오픈

28 INTERVIEW

내 인생 최고의 금융 파트너 - 강옥영 사장
믿을 수 있는 새마을금고 공제의 힘 - 나순이 대의원
대한민국 축구의 미래를 꿈꾸다 - 상원초등학교 축구부

36 여행칼럼

자연과 역사가 살아 숨쉰다 - 남한산성 도립공원
럭셔리 캠핑의 대명사 - 글램핑

44 경제칼럼

잘못된 금융습관 이제는 바로잡자

46 특특정보

몸과 마음을 향기롭고 건강하게 - 아로마테라피

49 추천도서



더 큰 발걸음으로 성남동부의 역사를 창조합니다.

언제나 곁에서 힘이 되어주는 든든한 이웃처럼 회원님과 같은 곳을
바라보며 같이 성장해 나아가는 성남동부새마을금고가 되겠습니다.

23 years
성남동부새마을금고

2022

- 03.07 MG희망나눔 저출생 극복 지원사업 협약
- 04.28 2022년 새마을금고 경영평가 연도대상 대상 수상
- 05.12 2021년 공제연도대상
(생명공제 금고평가 부문 대상 수상)
- 05.23 성남상원초등학교 축구부 유니폼 후원
- 06.21 성남시 그룹홈 금융교육 및 백미 지원
- 08.19 MG희망나눔 수해 복구 1,000만원 지원
MG희망나눔 사회복지시설 기능보강 공모 사업
5,140만원 지원
- 08.25 2022 도·농 새마을금고 상생 네트워크 업무 협약
- 12.02 MG희망나눔 나눔의 행복 이불 전달식 개최
- 12.26 어려운 이웃돕기 성금 1억원 기탁 (성남시)
- 12.28 장학생 장학금 1억원 지원
- 12.31 자산 1조7,793억원 달성
역대 최고 경영실적 달성 (당기순이익 186억원)

2021

- 05.13 공제사업 30주년기념 최우수금고 수상
2020년 공제연도대상
(생명공제 금고평가 1그룹 은상 수상)
- 06.28 성남시 『그룹홈 청소년 멘토링』 사업 지원
- 07.27 성남동부새마을금고 희망나눔통장사업 4천만원 지원
- 11.10 MG희망나눔 사회복지시설 기능보강 공모 사업
4,560만원 지원
- 12.31 자산 1조6,438억원 달성 (당기순이익 160억원)

2020

- 05.25 2019년 공제연도대상
(생명공제 금고평가 부문 우수상 수상)
- 11.30 자산 1조5천억원 달성

2019

- 03.26 2018년 경기도 새마을금고 경영평가 최우수상 수상
- 04.18 2018년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 1그룹 금상 수상)
- 12.29 제6대 이사장 황규덕 취임

2018

- 07.30 자산 1조원 달성
- 11.03 자산·공제 2조원 달성 기념행사
("성장과 동행" - 신구대체육관)

2017

- 04.19 공제(보험)유효계약고 1조원 달성기념 하와이 연수
(임·직원, 대의원, 우수회원)
- 05.11 2016년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 최우수상 5년 연속 수상)
- 10.24 저출산 문제 극복을 위한 제1회 산모교실 실시

2016

- 03.01 역사관 확립을 위한 제1회 국학교육 실시
- 05.04 2015년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 최우수상 수상)
- 09.24 생명공제 1조원 조기달성 다짐대회
("함께해요 1조원" - 신구대 체육관)
- 11.18 공제(보험)유효계약고 1조원 달성

2015

- 02.26 2014년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 최우수상 수상)
새마을금고 경영평가대회 최우수상 수상
새마을금고 지역사회공헌부문 우수금고 수상

2014

- 02.25 2013년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 최우수상 수상)
- 12.31 자산 5,000억원 달성

2013

- 02.26 2012년 공제연도대상
(생명공제 종합평가 최우수상 수상)
- 08.24 부모, 자녀가 함께 소통하는
제1회 행복캠프 실시

2011

- 12.06 장애인사랑 행복두배통장 업무 협약
(지원금 450백만원)

2009

- 12.31 공제(보험)유효계약고 6천억원 달성

2006

- 11.10 공제(보험)유효계약고 5천억원 달성

2000

- 02.24 제1차 대의원 정기총회

1999

- 12.30 성남동부새마을금고 신설합병
(자산 1,423억원, 공제 537억원)

이사장 인사말

"존경하는
성남동부새마을금고
회원 여러분"

2023년 계묘년 희망찬 한 해가 밝았습니다.

2022년은 전 세계적으로 불어 닥친 경기침체로 인하여 매우 혼란스럽고
어려운 한 해였습니다.

금융환경 또한 높은 인플레이션으로 고강도의 통화긴축 정책이 지속되었고
급격한 금리인상 등으로 금고 경영에도 변수가 많았습니다.

이런 어려운 환경에도 불구하고 우리 성남동부새마을금고는 당기순이익
186억 원을 실현하여 지난해 보다 성장된 성과를 거양하였습니다.

이는 회원여러분과 임직원, 대의원의 적극적인 참여가 있었기에 가능
하였다고 생각합니다. 서면으로나마 감사의 말씀을 드립니다.

회원여러분! 약 3년간 지속되었던 코로나도 이제는 종식의 기미를 보이고
있습니다.

2023년부터는 “지역사회와 함께하는 성남동부새마을금고”라는 위상에
걸맞게 그동안 코로나로 인해 실시하지 못했던 각종 지역사회공헌사업을
적극적으로 실시하도록 하겠습니다.

「참여와 협동으로 풍요로운 생활공동체 창조」라는 새마을금고 존재 이념을
실천할 수 있도록 회원여러분의 많은 관심과 참여를 당부 드립니다.

2023년 계묘년 한 해에도 풍성한 기쁨과 행복 속에서 뜻하시는 모든 일들을
성취하시길 소망합니다.

성남동부새마을금고 이사장

황 규석



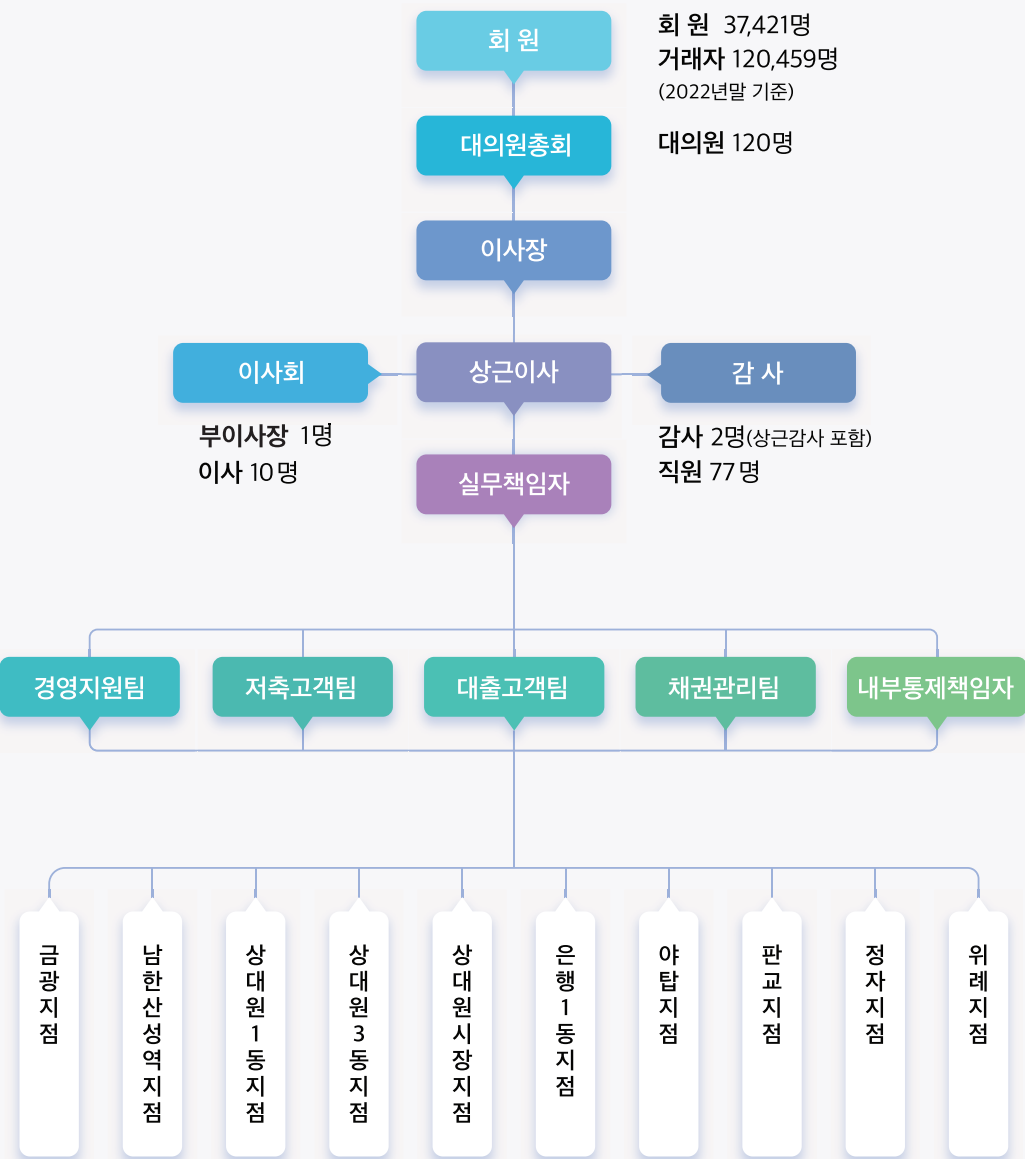
2022 새마을금고 경영평가연도대상 대상 수상
(2022.04.28 새마을금고 경영평가연도대상 개최)

2021 새마을금고 공제연도대상 대상 수상
(2022.05.12 새마을금고 공제연도대상 개최)



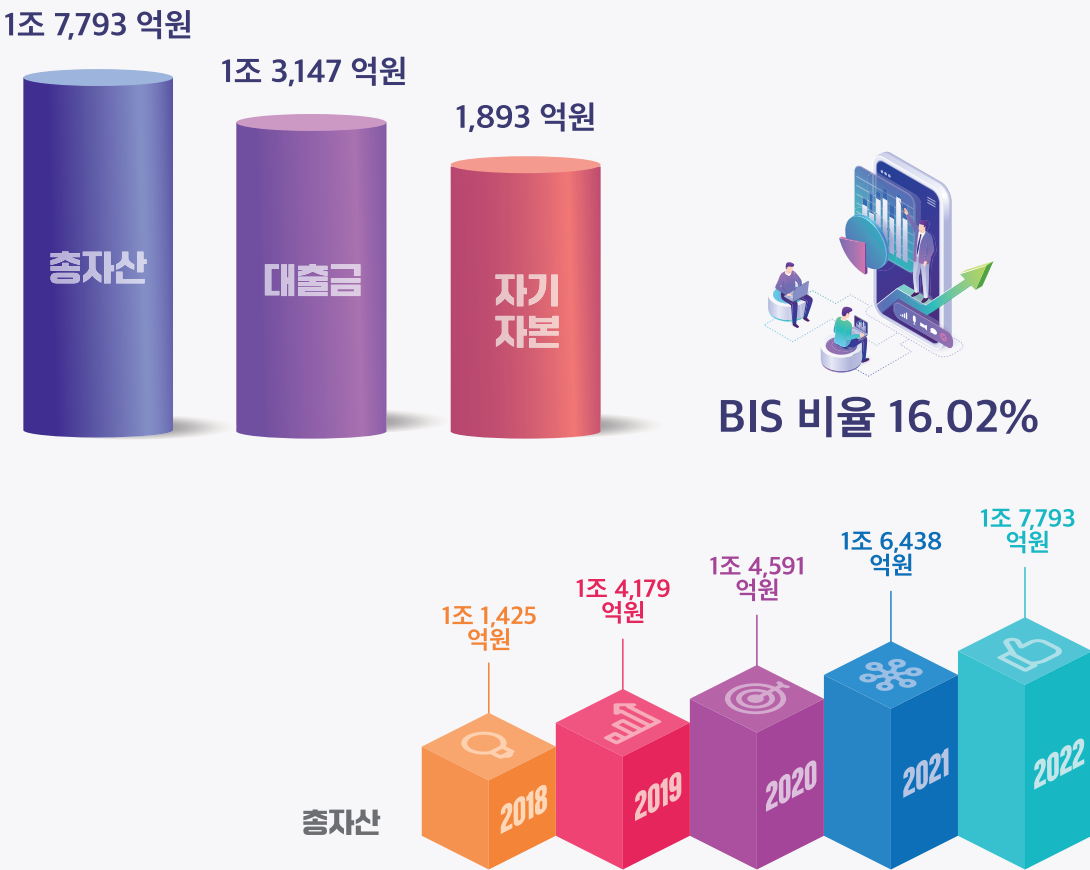
조직도

(2023. 2. 13 현재)



재무현황

(2022. 12. 31 기준)



회원수	45,889명	50,122명	51,020명	50,703명	37,421명
거래자수	114,426명	122,583명	123,316명	124,488명	120,459명
요구불	1,498억원	1,840억원	2,549억원	3,388억원	2,222억원
저축성	8,441억원	1조 435억원	1조 85억원	1조 952억원	1조 3,189억원
대출금	8,352억원	9,758억원	1조 686억원	1조 1,641억원	1조 3,147억원
자본금	788억원	1,207억원	1,196억원	1,192억원	1,248억원
BIS	16.42%	18.57%	17.18%	16.69%	16.02%
당기순이익	67억원	42억원	104억원	160억원	186억원

NEWS FOCUS

2022 성남동부새마을금고 소식

1월

JAN

2021년 MG희망나눔 사랑의 줌도리 모금 전달식

2022년 1월 19일부터 25일까지 본지점에서는 2021년 사랑의 줌도리 전달식을 가졌다. 식료품 및 생활용품 등 총 8종으로 구성된 사랑의 줌도리박스 336박스(1,678만원) 및 백미 12,410kg(3,723만원) 총 5,401만원 상당의 지원 물품을 어려움을 겪고 있는 소외계층에게 전달하여 사랑 나눔을 실천했다.



2월

FEB

제41차 대의원 정기총회 서면결의 시행

2022년초에도 코로나19의 확산세가 지속됨에 따라 본 금고는 제41차 대의원 정기총회를 서면 결의로 대체 시행했다. 2022년 2월 25일 대의원 120명 중 117명이 서면결의서를 제출하여, 정관 및 임원·대의원 선거규약 일부 개정, 2021년 결산 승인, 2022년 사업계획 및 예산 승인, 복지사업투자 승인 건 등이 처리됐다.

3월

MAR

2022 MG희망나눔 저출생 극복 지원사업 협약 및 지원

2022년 3월 7일 본 금고는 MG새마을금고 지역희망나눔재단과 MG희망나눔 저출생 극복 지원사업 업무 협약을 맺고, 2021년 7월 1일부터 2022년 6월 30일까지 출생한 아동 중 생애 첫 통장을 발급하면 본 금고와 새마을금고중앙회 지역희망나눔재단이 각각 10만원씩 지원하여 출생축하금 20만원을 75명의 출생 아동에게 총 750만원의 금액을 지원했다.

산불지역(울진.삼척) 피해복구 성금 납부

수일간 지속된 산불 피해 확산으로 2022년 3월 6일 특별재난지역으로 선포된 울진, 삼척 지역의 조속한 피해복구를 위하여 2022년 3월 7일부터 8일(2일간)까지 전국 1,259개 새마을금고가 성금 모금에 동참하였다. 본 금고 또한 산불로 인해 피해를 입은 곳에 소중하게 사용되기를 바라는 마음으로 500만원의 성금을 납부했다.

「2022 새마을금고 경영평가 연도대상」 대상 수상

새마을금고중앙회는 2022년 4월 28일과 4월 29일 양일간 「2022 새마을금고 경영평가 연도대상」을 울산 현대 바이라한호텔에서 개최했다. 지난해 경영실적이 우수한 새마을금고를 시상하고 경영우수사례를 공유하기 위한 자리로 박차훈 중앙회장을 비롯해 수상금고 이사장, 중앙회본부 및 지역본부 직원 등이 참석한 가운데 본 금고가 새마을금고 경영평가 연도대상 대상으로 선정돼 황규덕 이사장이 참석하여 대상을 수상했다.

4월

APR



5월

MAY



「2021 새마을금고 공제연도대상」 대상 수상

새마을금고중앙회는 2022년 5월 12일 2021 공제연도대상 시상식을 경주 라한셀렉트 호텔에서 개최했다. 이번 연도대상에서는 코로나19에 따른 침체된 영업환경 중에 거양한 성과를 기념하고, 공제사업 출정식을 통한 재도약을 다짐하기 위해 마련됐다. 이 날 본 금고는 생명공제 금고평가 부문에서 대상을 수상했고, 개인(MGP) 부문에서는 차주연 과장이 생명공제 평가 부문에서 동상을 수상했다.



상원초등학교 축구부 유니폼 후원금 전달식 개최

본 금고는 2022년 5월 23일 본 금고 황규덕 이사장, 박희선 상근이사, 상원초등학교 축구부 감독 및 임원진, 학생 등이 참석한 가운데 본 금고 5층 대회의실에서 200만원의 후원금을 전달했다. 또한 본 금고에서는 2022년 12월 '상원초교 축구부 후원의 날'에 맞춰 학생들의 축구 경기 분석용 촬영 캠코더(140만원 상당)를 구입하여 추가 지원했다.



6월

JUN

성남시 그룹홈 금융교육 지원 및 백미 전달식 개최

2022년 6월 21일 본 금고 5층 대회의실에서 성남시 그룹홈 금융교육 지원 및 백미 전달식을 가졌다. 본 금고는 위탁보호시설인 그룹홈에 아동·청소년의 식비를 지원하기 위해 그룹홈 10개소, 백미 총 2,000kg(640만원 상당)을 전달했다. 작년에 이어 올해에도 진행된 이번 전달식에서 황규덕 이사장은 "어려움을 겪고 있는 아이들에게 조금만 더 관심을 가지고 따뜻한 손길을 내민다면, 이 아이들이 더욱 건강하고 바르게 성장할 수 있을 것"이라고 말했다.



7월

JUL

내수경제 활성화 지원사업 실시

코로나19로 인한 내수경제 위기 상황에서 본 금고는 2022년 7월 25일부터 금고 주변 지역상권 (전통시장, 소상공인, 골목상권) 이용 고객에게 물품을 지급하는 내수경제 활성화 지원사업을 실시하여 지역 상생 및 내수경제 활성화에 앞장 섰다.

8월

AUG

MG희망나눔 수해 복구 지원금 전달

본 금고는 2022년 8월 19일 갑작스런 폭우로 피해를 입은 주민들에게 수해 복구를 위한 지원금 1,000만원을 전달했다. 이 지원금은 주택 침수 피해를 많이 본 은행2동 저소득 이주민 5가구의 도배, 장판, 보수 등 주거환경 개선에 쓰였다. 황규덕 이사장은 "수해를 많이 입은 은행2동 주민들이 위기 상황을 극복하고 하루 빨리 일상으로 복귀하시길 바라는 마음으로 지원하게 됐다"라고 말했다.



성남동부새마을금고

「MG희망나눔 사회복지시설 기능보강 공모 사업」 협약 및 전달식 개최

본 금고는 2022년 8월 19일 본 금고 5층 대회의실에서 MG희망나눔 사회복지시설 기능보강 공모사업 협약 및 전달식을 가졌다. 이번 전달식에는 황규덕 이사장, 박희선 상근이사, 선정된 18개 사회복지시설 관계자 등이 참석한 가운데 진행됐다. 본 사업은 지역사회 공헌사업의 일환으로 관내 지원이 시급한 사회복지시설에 필요한 물품(또는 소규모공사)을 지원해 주는 사업으로, 2022년 6월 20일부터 7월 1일 기간 동안 공모 결과 58개 사회복지시설이 접수하였으며, 본금고 심사를 통해 18개 복지시설에 총 5,140만원을 지원했다.



8월

AUG

도·농새마을금고 상생 네트워크 업무 협약

본 금고는 2022년 8월 25일 전남 무안에 위치한 해제새마을금고와 도시·농촌 균형발전을 위한 도·농 상생 네트워크 협약식을 가졌다. 해제새마을금고에서 진행된 협약식에는 본 금고 황규덕 이사장과 해제새마을금고 김선홍 이사장이 참석하여 도·농 상생 네트워크 협약을 체결했다. 이번 협약을 통해 농촌금고 활성화와 동반성장 기반 실현을 목적으로 양 금고간의 지속가능한 상생 사업 등 각종 협력 사업을 추진키로 하였으며, 11월 25일 1,200만원 상당의 홍보물품을 전달했다.



10월

OCT

지역사회 청소년 금연캠페인 후원

중원구 청소년지도협의회에서는 2022년 10월 26일 도촌중학교 학생들을 대상으로 학교 앞 등갓길에 금연홍보 현수막을 설치하고 피켓을 이용하여 금연캠페인을 실시하면서 학생들에게 금연 홍보물품을 배부하였다. 이에 본 금고는 금연 홍보물품을 후원하며 금연캠페인에 동참했다.

11월

NOV

관내 김장담그기(나누기) 지원

본 금고 이사장 및 임직원들은 어려운 이웃들에게 조금 이나마 힘이 되고자 2022년 11월 3일부터 11월 24일 까지 진행된 관내 김장 김치담그기(나누기) 행사에 동참하였으며, 성남시 관내 각 동별 30만원씩 11개동 총 330만원을 지원했다.



9월

SEP

성남시체육회 유소년 (소외계층·다문화) 축구교실 후원

본 금고는 성남시체육회에서 운영하는 유소년 축구교실에 저소득, 소외계층 다문화가정 아이들이 축구를 통해 협동심과 배려심을 키워서 건강하고 올바르게 성장할 수 있도록 축구 유니폼, 축구공, 칼라콘(204만원 상당)을 지원했다.



12월

DEC

MG희망나눔 「나눔의 행복」 이불 전달식 개최

2022년 12월 2일 본 금고 5층 대회의실에서 본금고 황규덕 이사장, 박희선 상근이사와 최홍석 중원구청장, 구청 및 시설관계자들이 참석한 가운데 MG희망나눔 「나눔의 행복」 이불 전달식을 개최했다. 작년에 이어 2년 연속 진행된 이번 전달식에서는 추운 겨울을 따뜻하게 지낼 수 있도록 성남시 관내 복지시설 11개소에 겨울이불 100채(650만원 상당)를 전달했다.



이웃돕기 성금 1억원 기탁

본 금고는 2022년 12월 26일 성남시 관내 한파취약계층 지원을 위해 성남시에 1억원의 성금을 기탁했다. 성남시청 시장실에서 열린 기탁식에는 신상진 성남시장과 본금고 황규덕 이사장, 박희선 상근이사, 육상길 실무책임자 등이 참석했으며, 이날 기탁한 성금은 성남시 50개동 행정복지센터를 통해 한파취약계층 가구에 20만원씩 전달됐다.



2022 장학생 장학금 1억원 지원

2022년 12월 28일 본 금고 5층 대회의실에서 '2022 장학생 장학금 전달식'을 가졌다. 품행이 단정하고 성적이 우수한 장학생 42명을 선정하여 대학생 29명에게 각각 300만원씩, 고등학생 13명에게 각각 100만원씩 총 1억원의 장학금을 전달했다. 황규덕 이사장은 “어려운 환경에서도 꿈을 향해 달려가는 학생들에게 큰 도움이 됐으면 좋겠다”라고 전했다.



지역민을 위한 가치의 연대

최홍석 성남시 중원구청장

다사다난했던 지난 2022년, 성남동부새마을금고는 지역사회를 위해 다양한 환원사업과 지원활동을 펼쳤다. 특히 금고의 지역행정기관인 성남시 중원구청과의 연계를 통해 도움의 손길이 필요한 이웃들에게 희망을 나누며 든든한 이웃으로 자리매김했다. 이 뜻깊은 연대의 의미와 가치를 최홍석 중원구청장과의 인터뷰에 담았다.

Q. 구청장님께서 구정활동을 하시면서 느낀 중원구는 어떤 곳인가요?

중원구는 성남시 중심에 위치한 도시로 현재 재개발사업과 가로주택사업 등 많은 변화가 진행되고 있습니다. 특히 도시가 조성된 지 오랜 시간이 지났기 때문에 대부분 지역이 낙후되어 환경개선이 필요할 뿐 아니라 저소득층, 홀로 사는 1인 가구도 많아 보살핌의 손길이 필요한 지역이기도 하죠. 그렇기 때문에 중원구는 어제와 오늘이 공존하며 새로운 가능성을 키워나갈 수 있는 활기찬 지역입니다. 또한 사람 사는 내음과 온정을 느낄 수 있는 도시라고 말할 수 있습니다.

Q. 중원구청은 소외계층이나 어려운 구민들을 어떻게 지원하고 있나요?

중원구는 <미소와 배려로 함께하는 중원>이라는 구정 목표를 구현하기 위해 어려운 이웃과 구민들을 위해 여러 가지 복지사업을 운영하고 있습니다. 우선 기초생활수급자들을 위한 생계, 의료, 주거, 교육급여 등을 제공하며 기본적인 생활 안정 보장을 도모하는 맞춤형급여를 지원하고 있습니다. 갑작스런 질병 및 실직 등 위기 상황으로 생계유지가 어려운 저소득가정을 위한 긴급복지사업도 진행하고 있습니다.

이 밖에도 복지사각지대 발굴을 위한 가정방문, 시스템 등을 통한 대상자 모니터링 등을 통해 우리 동네의 어려운 이웃을 찾아 지원하는 노력을 적극적으로 펼치고 있습니다.

아울러 이웃돕기를 희망하는 후원단체를 발굴하고, 민간기관과 후원을 연계하는 '서로 사랑 나누기' 운동을 연중 진행하고 있습니다. 이같은 사회적 운동은 경제적 지원은 물론 희망과 용기를 심어주고 나눔의 기쁨을 실현할 수 있기 때문입니다.

Q. 2022년 중원구청의 사회지원사업과 연계한 성남동부새마을금고의 환원사업에 대해 어떻게 생각하시나요?

저를 비롯한 중원구청의 400여 공직자들은 우리가 추구하는 좋은 이웃, 이웃 지킴의 파수꾼 역할에 최선을 다해주는 성남동부새마을금고의 황규덕 이사장님과 임직원분들께 매우 감사한 마음을 갖고 있습니다. 곁에서 힘이 되어주는 든든한 친구처럼 지역환원사업을 통해 지역사회에 꾸준히 봉사하는 모습에 성남동부새마을금고가 '신뢰할 수 있는 금융기관'이라는 사실을 다시 한 번 마음깊이 느낄 수 있었습니다.

성남동부새마을금고의 지속적인 사회공헌에 감사하며 우리 중원구청도 어려운 이웃에게 더 힘이 되어주는 사업을 구상하여 첨단과 혁신의 희망도시로 발전해 나가기 위해 노력하겠습니다.

Q. 향후 구청장님의 계획과 성남동부새마을금고에 당부하고 싶은 점이 있다면 무엇일까요?

2023년에도 주민들의 노고를 직접 보고 들을 수 있는 현장중심의 활동을 펼칠 계획입니다. 구민들과 함께 소통하고 고민하면서 '구민 곁에 함께 하는 구청장'의 소임에 최선을 다할 것입니다.

최근 물가 상승과 실업률 증가로 구민들의 어려움이 날로 커지고 있습니다. 성남동부새마을금고에서도 지역사회 환원사업 일환으로 관내 취약계층에게 '그룹홈백미 지원사업', '장학금 지원사업', '사회복지시설 기능보강 공모사업' 등을 통해 지역사회에 많은 기여를 하고 있습니다. 앞으로도 도움이 필요한 이웃들이 소외되지 않도록 더 많은 관심과 지원을 가져주시길 부탁드립니다.

중원구도 행정의 손길이 미치지 못해 어려움을 겪는 이웃들을 적극 발굴하고 민간협력으로 배려, 미소, 나눔을 펼쳐나가는 맞춤형 복지행정을 적극 실천해 나가겠습니다. ☁

2022 성남동부새마을금고 사회공헌사업

- 관내 청소년 그룹홈 백미 2000kg(640만원 상당) 지원
- MG희망나눔 수해 복구 비용 1,000만원 지원
- MG희망나눔 사회복지시설 기능보강 공모사업 5,140만원 지원
- 관내 사회복지시설 이불 100채(650만원 상당) 지원
- 이웃돕기 성금 1억원 기탁
- 장학금 1억원 지원 등



2022 사업추진실적 종합평가 大賞 수상 남한산성역지점 이희정 지점장

성남동부새마을금고 남한산성역지점은 이희정 지점장이 지점장으로서 처음 발령받은 근무지다. 설렘과 열정을 안고 달려온 지난 2년, 그녀는 이곳에서 2022 사업추진실적 종합평가에서 영예의 대상을 수상함으로써 특별한 의미를 더했다.



“더디더라도 앞으로 나갈 때의 과정이 중요합니다”

남한산성역지점 이희정 지점장은 입사 때부터 ‘금고에서 필요한 직원이 되자’며 스스로 마인드셋을 해왔다. 승진할 때마다 자리의 크기가 커지는 것을 실감한 그녀가 대리로 승진했을 때는 중간관리자로서 지점의 전반적인 흐름을 파악해야 했다. 차장으로 승진했을 때는 한 지점의 수장으로서 많은 역할을 감당해야 했다. 직원들과의 관계, 평가, 관리는 물론 회원 및 대의원 관리, 영업(여수신) 등을 통달해야 했기 때문이다. 그 때마다 ‘조금 더디더라도 앞으로 나갈 때의 과정이 중요하다고 생각했다’는 이희정 지점장은 성장통을 성장동력으로 바꾸어 나갔다.

이희정 지점장은 사업추진실적 종합평가 대상을 수상한 요인을 크게 두 가지로 꼽았다.

첫 번째는 지점장으로서 경험이 부족한 자신을 신뢰하고 따라와 준 남한산성역지점 직원들이었다. 그들이야말로 ‘대상의 숨은 공로자들’이라고 소개했다.

각자의 자리에서 맡은 역할보다 더 많은 것을 기꺼이 해내는 직원들을 보며 큰 감동과 영감을 받았다고 한다. 개인보다 우리를 먼저 생각한 직원들이 있어 이희정 지점장은 지점장으로서 길을 힘차게 걸어올 수 있었다. 아울러 영업 부문에서 고민이 커질 때마다 팀장님들과 지점장님들의 아낌없는 조언도 큰 힘이 되어주었다고 한다.

“소통 후의 열매가 더 단단하고 값지다고 생각해요”

두 번째는 ‘소통이 곧 지점의 운영방식’이라는 이희정 지점장의 업무철학과 가치관이다. 그녀는 ‘단독으로 결정하고 진행하는 것보다 함께 이야기를 나누고 소통한 후의 열매가 더 단단하고 값지다’고 말했다. 특히 2022 사업추진실적 종합평가 대상을 탄 배경에는 “직원들과 함께 소통하며 문제를 해결하기 위한 아이디어를 찾아온 노력들이 멋진 열매를 만들어 낸 것이라고 생각한다”라며 소통의 중요성을 강조했다.

2023년 계묘년, 판교지점으로 발령 받은 이희정 지점장은 새로운 비전을 꿈꾸고 있다. 업무영역에서 고객중심의 소통을 더 강화하는 것이다. 새마을금고의 설립 목적과 가치에 부합하도록 고객 및 관계자들의 경제적, 사회적, 문화적 지위의 향상 및 지역사회 발전을 위해 최선을 다하고 싶다고 전했다. 이러한 이희정 지점장의 다부진 비전이 금고에 어떤 시너지 효과를 만들어낼지 기대해본다. ☁



보건의료데이터 전문가를 꿈꾸다 2022 장학생 이영주

화폐나 경제에 대해 잘 모르던 시절부터 새마을금고를 알았다는 이영주 학생이 2022 성남동부새마을금고의 장학생으로 선발되었다. 장학증서 수여식에 참석해 축하를 받고 나서야 자신이 거래하는 금융기관의 장학생으로 선발된 기쁨과 감동을 두 배로 느낄 수 있었다며 “더할 나위 없는 영광과 감사”라고 소감을 밝혔다.



“지금을 참고 쌓아두면 미래의 선택지가 늘어난다”

이영주 학생은 현재 가천대학교 의료산업경영학과 3학년에 재학 중이다. 학과 특성상 의학용어를 배운다. 실생활에 쓰이는 언어와 다를 뿐 아니라 그 양도 방대해 처음 공부할 때 어려움이 많았지만 학교생활에 적응된 지금은 세내기 때보다 공부가 훨씬 더 수월해졌다고 한다.

지금은 새마을금고 장학생으로서 학업에 대한 실력과 열정을 갖추었지만, 그녀 역시 한때 방황했던 시기가 있었다. 그 때 가장 큰 힘과 지지를 보낸 준 멘토가 바로 부모님이었다. 특히 부모님의 말씀 중 ‘지금을 참고 쌓아두면 미래의 선택지가 늘어나고, 무엇을 하고 싶은 그것이 시작의 뒷받침이 되어 줄 것’이라는 조언은 머릿속에 오래 남았다. 당시에는 왜 선택지가 늘어나는지, 왜 시작을 도와주는지 알 수 없었지만 시간이 흐르고 나서야 그 의미를 깨달을 수 있었다고 한다.

“보건의료자료를 수집·분석·정리하는 전문가 되고 싶어요”

장래희망이 무엇이냐는 어른들의 질문에 이영주 학생도 확실한 대답을 하기 어려웠다. 하지만 학교생활 중 보건의료와 관련된 데이터 통계를 분석하고 강의하는 일에 점차 흥미와 재미를 느끼는 자신을 발견하게 됐다. 이영주 학생은 요즘 각광 받고 있는 빅데이터를 바탕으로 의료 데이터 및 의료 정책에 긍정적인 도움을 주는 전문가가 되고 싶다는 포부를 전했다.

다양한 통계 기법으로 질환의 유병률, 환자의 습관, 사회 요인과의 인과 및 상관관계를 파악한 자료를 토대로 의료 정책까지 영향을 미칠 수 있다는 점에서 매력을 느꼈다고 한다. 이를 위해 2023년부터 사회조사분석사 자격취득을 위한 과정을 밟아갈 계획이다. N포 세대를 운운하는 요즘, 자신의 꿈과 미래를 찾아 가는 이영주 학생이 보다 희망찬 내일을 맞이할 수 있도록 뜨거운 응원과 박수를 보낸다. ☁



성남동부새마을금고 홈페이지 리뉴얼 오픈 반응형 웹으로 더 편리하게 서비스 제공!

성남동부새마을금고 홈페이지(www.sndbbank.com)가 스마트하게 새단장했다.

새롭게 개편된 홈페이지는 스마트 기반의 반응형 웹 기술을 적용하여 다양한 디바이스(모바일, 태블릿 PC 등)와 브라우저에서 최적화된 홈페이지 화면이 구현되도록 제작하여 모바일 이용자들의 접근성과 편리성을 한층 강화하였다.

다양한 디바이스와 브라우저에 따라 자유롭게 반응하는 홈페이지

기존 홈페이지는 페이지 전환 속도가 느린데다가 홈페이지 접근성 기능이 떨어져 홈페이지를 이용하는데 큰 불편이 따르고 다양한 웹 브라우저 및 태블릿과 모바일 등 스마트 기기에 최적화되지 않아 홈페이지 개편 필요성이 꾸준히 제기되어 왔다.

그래서 금고 홈페이지를 사용자 중심으로 스마트하게 리뉴얼했다. 이번 개편의 핵심은 각기 다른 접속환경에 따라 웹

고객서비스 오픈일 : 2023.02.24 (금)
www.sndbbank.com



페이지가 실시간으로 반응하여 최적화된 화면을 구성하는 반응형 웹(Responsive Web)을 도입했다는 것이다.

반응형 웹은 PC 화면에 맞춰 제작된 웹페이지를 스마트 기기에서 볼 때 겹쳐야 했던 불편함을 개선한 기술로써, 단말 화면의 폭이나 높이에 따라 레이아웃을 자동으로 구성해 보여주기 때문에 스마트폰, 태블릿 등에서도 높은 가독성을 자랑한다.



금고 가치와 역량을 표현할 수 있는 '메뉴' 구조로 리뉴얼

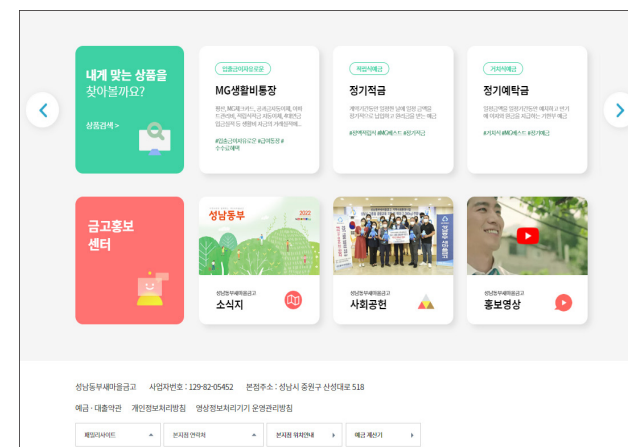
새 홈페이지는 금고소개, 금융상품, 사회공헌, 홍보센터 등을 한 눈에 볼 수 있게 구성하였고, 서브메뉴에는 주메뉴에 대한 상세 페이지로 세부 내용을 쉽고 간결하게 담아냈다.

금고의 가치와 역량을 볼 수 있는 '금고소개', 금고 판매상품을 알 수 있는 '금융상품', 금고가 실천하는 이웃을 향한 나눔을 전하는 '사회공헌', 금고의 역사적인 활약상과 최신 소식을 접할 수 있는 '금고소식' 등으로 메뉴 구조를 새롭게 설계했다.

그래픽화된 레이아웃으로 시각화 높여

한 눈에 보기 편한 홈페이지를 만들기 위해 각 메뉴의 성격에 따라 다른 형태의 인포그래픽을 적용한 것이 달라진 점이다. 금고 메뉴의 세부 내용은 콘텐츠를 설명하는 보조도구로 다이어그램을 사용하였으며, 콘텐츠 영역과 연관성이 있는 콘텐츠를 추가 구성하였다.

'사회공헌사업 현황' 메뉴는 세부 사업들의 특성에 맞는 아이콘을 배치하여 이해를 도왔고, 세부적인 사회공헌활동에는 사업내용 및 실제 사회공헌 사진으로 갤러리를 구성하였다.



그리고 이번 개편에 새롭게 선보이는 홍보센터는 보도자료, 연간소식지, 유튜브영상, 금융소식으로 구성되어 금고 소식을 회원들에게 보다 빠르고 쉽게 접할 수 있는 기회를 제공하고자 한다.

금고는 이렇게 개편된 홈페이지를 통해 회원과의 소통을 더욱 높이고, 모바일 이용자들의 접근성 확대 및 이용자들의 편리성이 증대될 것으로 기대하고 있다.



제작업체: 디오웹 대표 배도은 02-2060-7960



내 인생 최고의 금융 파트너

강옥영 사장

코로나와 금리인상 등으로 경제가 불안했던 2022년은 소상공인들에게 유독 힘든 한 해였다. 그럼에도 불구하고 꿋꿋하게 버틴 사람들, 강옥영 사장도 그 중 한 사람이다. 개업 10년 차, 그동안 그녀가 포기하지 않고 끝까지 일할 수 있었던 비결을 들어 보았다.

이심전심, 10년을 알고 지내며 쌓은 신뢰

강옥영 사장은 남한산성시장에서 닭집을 운영하고 있다. 생닭과 오리, 그리고 한방재료를 판매한다. 손수 튀긴 닭강정도 가게의 대표 먹거리로 빼놓을 수 없다. 신선도가 생명인 재료를 판매하다보니 그녀의 하루는 이곳 시장골목 안에서도 제일 먼저 시작된다. 새벽 5시 30분이면 어김없이 가게 문을 연다는 강옥영 사장. 그렇게 10년을 달려왔다. 1년에 딱 두 번, 설날과 추석만이 남한산성 닭집의 휴업일이었다.

가게를 운영하다보면 급하게 은행업무가 필요한 때가 발생한다. 가끔 사정이 여의치 않으면 제때 처리하지 못할 때가 있다. 강옥영 사장도 마찬가지였다. 그런 그녀에게 든든한 지원군이 되어준 곳이 있었으니 바로 성남동부새마을금고다. 가게와 지척에 위치한 이곳은 그녀가 개업할 때부터 믿고 찾았던 금융기관이라고 한다.



10년을 거래하다보니 이제는 금고 직원들과 눈빛만 보면 어떤 일로 왔는지 알 수 있을 만큼 가까운 사이가 됐다.

금고를 방문할 때마다 가게를 비워두어야 했던 강옥영 사장은 마음이 늘 조급했다. 그 때마다 금고 직원들은 발빠르게 업무를 봐주고 응대해 주었다. 1분 1초가 소중한 상인들의 일상을 잘 알기에 더욱 마음을 써 주었던 것 같으며 강옥영 사장은 고마운 마음을 전했다.



지난 추석 무렵, 강옥영 사장은 명절 대목을 앞두고 필요한 수량의 물건을 받아오는 과정에서 자금 2천만원이 부족해 어려움을 겪었다.

그 때 그녀 앞에 나타난 해결사도 성남동부새마을금고였다. 금고 측은 그녀에게 신용대출로 자금을 바로 처리해 주었다. 강옥영 사장은 '일반 금융권이라면 대출의 문턱이 높고 절차가 복잡해서 어려웠을 일'이라며 당시 성남동부새마을금고가 손을 내밀어 준 덕분에 어려움을 무사히 넘길 수 있었다고 말했다.

새마을금고와 상인회가 함께 만드는 지역상권의 활성화

남한산성시장은 1980년대부터 운영된 전통시장이다. 규모는 작지만 특화 상품이 잘 준비되어 있는 골목특화형시장이다. 이곳의 상인회는 강옥영 사장이 가게를 열고 2~3년이 지난 후에 최초로 설립됐다고 한다. 당시 강옥영 사장

도 상인회로 활동하며 지역상권 활성화에 힘을 더했다. 성남동부새마을금고도 KBS <6시내고향>을 비롯한 방송국 촬영에서부터 다양한 이벤트를 통해 남한산성시장을 알리는데 크게 기여했다. 특히 TV를 비롯한 가전제품과 생활용품 등의 협찬을 비롯해 상권에 활력을 불어넣는 일에 아낌없이 힘을 보태준 성남동부새마을금고의 모습은 그녀에게 깊은 인상을 남겼다고 한다.

비록 코로나로 인해 상권이 적잖은 타격을 받았지만 새로운 도약을 준비하고 있는 남한산성시장 상인회인만큼 앞으로 성남동부새마을금고와의 협업이 어떻게 펼쳐질지 기대된다.

지금처럼 성실하게 자신의 자리에 있을 강옥영 사장, 그녀가 꿈을 키우며 가게를 운영하는 동안 성남동부새마을금고는 최고의 금융 파트너로서 함께 동행할 것이다. ☁

mini interview



강옥영 사장은 요즘 시장골목의 '인싸'다. JTBC의 예능 프로그램인 <몽쳐야 찬다2>에서 활약하고 있는 아들 임남규 선수 때문이다. 준수한 외모에 뛰어난 운동신경까지, 이미 소문을 듣고 오는 손님들도 많다고 한다. 아들 임남규 선수가 본 성남동부새마을금고는 어떤 곳일까?

Q. 요즘 어떻게 지내고 계시나요?

2022년 베이징 동계올림픽 출전 이후 방송 촬영도 하고 루지라는 종목 국가대표 코치로 지내면서 평창을 오고 가며 열심히 지내고 있습니다.

Q. 임남규 선수에게 새마을금고는 어떤 곳인가요?

상품권 교환을 위해 새마을금고를 자주 찾았는데 직원 분들이 상냥하게 대해 주셨어요. 특히 베이징올림픽을 앞두고 큰 부상을 당했는데, 새마을금고 공제가 큰 도움이 됐습니다.

2023년 계획과 연간지 독자들에게 한 말씀 해주세요.

항상 그래왔듯이 주어진 일들을 감사한 마음으로 묵묵히 해낼 생각입니다. 지역사회발전에 많은 기여를 하고 있는 성남동부새마을금고의 발전을 기원드리며, 연간지 독자 여러분들도 2023년 원하시는 모든 일들 다 이루시고 항상 행복만 가득하시길 응원하겠습니다.



믿을 수 있는 새마을금고 공제의 힘

성남동부새마을금고 판교지점 나순이 대의원

나순이 대의원과 새마을금고의 인연은 1985년으로 거슬러 올라간다. 자그마치 20여 년에 가까이 지켜온 '순애보'다. 가족들은 물론 지인들에게도 성남동부새마을금고 자랑을 빼놓지 않는 그녀는 예·적금뿐 아니라 공제상품을 통해 든든하게 노후생활을 이어나가고 있다고 한다.

공제 혜택은 어려움 속에서 빛나는 히든카드

인생의 풍파는 예고 없이 찾아온다. 5년 전 나순이 대의원에게도 그랬다. 갑자기 끼어든 차량을 피하기 위해 버스가 급정거 하는 바람에 버스 안에서 넘어진 그녀는 갈비뼈 두대에 금이 가고 말았다. 당시 아이 돌봄을 하고 있던 그녀는 2주 가까이 재활치료를 받아야 했다. 일을 할 수 없는 것은 물론이고 병원비까지 걱정해야 하는 상황 속에서 힘이 되어 준 것이 바로 성남동부새마을금고에서 가입한 공제였다.

하지만 인생의 모진 바람은 거기서 멈추지 않았다. 재작년과 작년에 나순이 대의원과 그녀의 남편 모두 백내장 수술을 받았다. 위험한 수술은 아니지만 수십 만 원에 이르는 수술비가 코로나로 위축된 살림에 부담이 됐다. 하지만 이번에도 새마을금고 공제 덕분에 위기를 넘길 수 있었다.

특히 남편 명의로 가입한 공제 상품의 경우, 병원비가 60만원 나왔지만 공제 혜택은 생각보다 훨씬 큰 액수로 받게 되었다. 평소 자신 뿐 아니라 가족들의 공제상품도 살뜰하게 준비해 온 그녀였다. 그런 아내에게 불만이 많았던 남편은 그날 이후 더 이상 불멘소리를 하지 않게 됐다고 한다.

또한, 새마을금고 공제는 부모로서의 면을 세워준 버팀목이 되어 주었다. 아들에게 필요한 자동차 구입 자금을 공제대출을 통해 도와 줄 수 있었기 때문이다. 가입할 때는 몰랐지만 막상 문제가 닥칠 때마다 적잖은 혜택을 받은 나순이 대의원은 “막연하게 미래를 대비하기 위해 가입한 상품으로 실생활에 도움을 받으니 너무 좋다”라며 함박웃음을 지었다.

가족처럼 친구처럼 의지 할 수 있는 성남동부새마을금고 10년 전 나순이 대의원은 친구의 권유로 타 보험사의 상품에 가입해 이용한 적이 있었다고 한다.

그러나 보험가입부터 사고보험금 청구과정까지 까다롭고 복잡한 절차들이 그녀를 무척 피곤하게 만들었다. 보험 서류 접수부터 여간 손이 많이 가는 작업이 아니었다며 고개를 절레절레 흔들었다.

하지만 항상 가까이에 있는 성남동부새마을금고 지점에서 창구직원을 통해 가입 상담도 하고 사고보험금 또한 편리하게 청구 가능하니 일석이조였다고 한다.

그래서 나순이 대의원의 선택은 늘 성남동부새마을금고였다. 보험상품은 장기간 유지해야 하는 상품인 만큼 금융기관에 대한 신뢰가 중요하다. 그녀가 성남동부새마을금고와 지속적인 거래를 하는 이유가 바로 여기에 있다. 가족처럼 친구처럼 따뜻하고 든든하게 신뢰를 주기 때문이다.

그러다보니 자연스럽게 자신의 동생에서부터 시누이까지 새마을금고를 자랑하며 공제상품도 소개해주게 됐다.

어려울 때 힘이 되고, 절망 속에서 희망을 찾아주는 새마을금고 공제상품, 나순이 대의원은 '더 많은 사람들이 성남동부새마을금고에서 새마을금고 공제를 가입하고, 공제 혜택을 누리면 좋겠다'고 덧붙였다. 🌸



대한민국 축구의 미래를 꿈꾸다

상원초등학교 축구부

유난히 매서웠던 2022년 겨울을 누구보다 뜨겁게 보낸 사람이 있다.

바로 상원초등학교 축구부의 사령탑 김상원 감독이다. 2023년을 위해 동계 훈련을 준비하고 있는 그에게서 상원초등학교 축구 꿈나무들의 눈부신 활약과 그 원동력이 되었던 이야기를 들어보았다.



맨땅에 헤딩, 1명뿐인 축구부

학교와 이름이 같은 김상원 감독이 상원초등학교 축구부에 부임한 것은 지난 2014년의 일이다. 전용구장과 전용 버스는 고사하고 축구부 선수가 고작 1명뿐이었다. 그러나 김상원 감독은 '하나하나 준비하자'는 일념으로 축구부를 키워 마침내 축구부원을 14명으로 늘렸고, 황송인조잔디구장을 전용구장으로 섭외하기에 이르렀다. 여기에 25인승 버스와 12인승 승합차까지 전용수단으로 구입하게 되었다. 하지만 예산이나 지원이 충분하지 않아 많은 부분을 자신의 사비로 충당하기 일쑤였다. 열악한 환경과 조건이었지만 포기하지 않고 상원초등학교 축구부를 지도해 온 김상원 감독. 그는 "자신이 지도한 선수들이 각자의 팀에서 그라운드를 누비며 멋지게 활약하는 모습을 보면 가장 큰 보람을 느낀다"라고 말했다.

상원초등학교 서포터즈, 성남동부새마을금고

상원초등학교 축구부는 불과 몇 년 전만 해도 유니폼이 없었다. 축구의 경우, 1년에 한두 번 주유니폼과 보조유니폼을 제작한다고 한다. 사정이 이렇다 보니 학부모들이 나서서 유니폼을 공수해야 했다. 그러던중 2018년 희소식이 전해졌다. 성남동부새마을금고로부터 매년 유니폼 지원을 받게 된 것이었다. 성남동부새마을금고의 로고와 글자가 프린트된 유니폼을 입은 선수들은 예전보다 더 자신감 있는 플레이를 펼쳤다. 그 뿐만 아니라 선수들은 팀에 자부심을 갖게 됐고, 이제는 상대팀 선수들조차 상원초등학교 축구부를 부러운 시선으로 바라본다고 한다.



2022년 대한축구협회 주말리그 준우승의 쾌거

2022년 상원초등학교는 '대한축구협회 경기도 주말리그'에서 준우승을 거머쥐었다. 이재진 학부모 회장은 이 성과가 '열악한 환경과 조건 속에서 선수들과 부모, 그리고 감독님이 한마음 한뜻으로 운동하고 지원한 결과'라고 말했다. 특히 성남동부새마을금고의 지원과 후원을 언급하며 감사의 마음을 전했다. 다양한 경기 경험을 쌓아야 하는 축구부는 늘 열악한 환경과 재정적 부담에 부딪혀야 했다. 하지만 든든한 지원군을 통해 그런 문제를 해결하게 되었고, 상원초등학교 축구부원들과 김상원 감독 그리고 학부모 모두가 더 큰 목표를 향해 나갈 수 있었다고 강조했다.

김상원 감독은 꿈을 향해 달려가는 축구부 아이들이 자랑스럽다며 앞으로도 성남동부새마을금고의 지속적인 관심과 후원을 기대했다. 축구공 하나에 담긴 아이들의 꿈. 그 꿈을 응원하는 성남동부새마을금고는 상원초등학교 축구 꿈나무들이 우리나라 축구 발전에 이바지할 수 있는 날이 오기를 함께 그려본다. ♻️

상원초등학교 역대 성적

- 2015~2019 전국 화랑대기 유소년 축구대회 16강 진출
- 2018~2019 창녕 따오기배 전국 유소년 축구대회 8강 진출
- 2018 연천군수배 유소년 축구대회 8강 진출
- 2022 경기도 주말리그 축구대회 2위 준우승

연수와 휴식을 즐길 수 있는 MG제주연수원



제주시 애월읍 평화로 경마공원 맞은편 4만9천 587m2의 부지 위에 리조트동과 호텔동의 휴양 및 레포츠, 세미나 등 다양한 시설이 있는 새로운 개념의 휴양형 연수원으로 새마을금고 임직원, 공제계약자 및 회원님들이 연수와 휴식을 자유로이 즐길 수 있습니다.

고급스럽고 다양한 타입의 142실의 객실을 비롯하여 대강당 및 회의실 8실, 풋살장, 농구장(겸 족구장), 식당, 야외이벤트장, 편의점, 노래방, 동전세탁실 등의 각종 다양한 부대시설을 갖추고 있는 고품격 휴양형 연수원입니다.

※ 객실 예약, 이용금액 및 기타 문의사항이 있을 경우 아래의 문의처로 연락 주시기 바랍니다.

▶ 문의처 : MG제주연수원(<http://mgti.kfcc.co.kr>)
064)798-5000

MG제주연수원 예약 규정 한시적 변경 안내
2022년 9월 1일부터 리조트 등 리모델링 공사가 진행중입니다.

- 리조트동 예약 오픈 일정 : 2023. 04. 03 예정
- 리조트동 객실 오픈 일정 : 2023. 05. 10 예정

제주도, 한라산이 만들어낸 크고 작은 오름들이 어우러진 천혜의 자연환경에서 자연의 아름다움을 만끽할 수 있는 휴식처

■ 예약이용안내

01_회원(MEMBERSHIP)

구분	기준
공제계약자, 회원	새마을금고 보험에 가입한 계약자, 새마을금고 출자회원, 새마을금고 임직원

02_회원이용구분(CAPABILITY)

- 회원이 아닌 일반인은 예약이 불가합니다.
- 입실 15일 이내 취소 시 1년간 이용제한 적용(단, 천재지변으로 인한 취소는 제외)

구분	적용기간
하계시즌	• 극성수기(하계성수기) : 매년 7월 세번째 금요일부터 8월 세번째 일요일까지 • 일반성수기(주말) : 매년 극성수기 시작 일주일 전 금요일부터 목요일까지 매년 극성수기 종료 다음날 월요일부터 일요일까지
동계시즌	12월중순 ~ 익년 1월말
일반주말	시즌 이외의 금, 토, 공휴일, 휴일전일 및 연휴
일반주중	상기 기간을 제외한 평일

03_온라인 및 전화 예약신청(RESERVATION)

- 객실은 3개월 단위로 오픈합니다.
- 객실 예약은 1인에 한하여 최대 2개 객실까지만 예약이 가능합니다.
(단, 성수기의 경우는 1개 객실만 예약이 가능합니다.)
- 객실 예약은 최대 3박4일 이상 예약이 불가합니다.



36

여행칼럼

자연과 역사가 살아 숨신다 - 남한산성도립공원
럭셔리 캠핑의 대명사 - 글램핑

44

경제칼럼

잘못된 금융습관 이제는 바로잡자

46

특특정보

몸과 마음을 향기롭고 건강하게 - 아로마테라피

49

추천도서

자연과 역사가 살아 숨쉬는 남한산성도립공원

다양한 트레킹 코스와 드라이브 코스를 갖추고 있어 사람들의 발길이 꾸준히 이어지는 곳이 있다. 김훈의 소설 제목이자 영화 <남한산성>의 배경으로 등장한 이곳은 자연과 역사는 물론 세계문화유산으로서 가치까지 인정받아 우리에게 더 큰 매력을 선사해주는 남한산성도립공원이다.



삼국시대부터 다져온 옛터의 어제와 오늘

중·고등학교 국사시간의 기억을 더듬으면 남한산성은 병자호란 당시 보정처(전쟁시 왕과 조정의 피신하는 곳)였으며 일제 강점기 의병의 근거지였다고 배웠다. 그래서일까? 남한산성하면 대부분 조선시대를 떠올린다.

하지만 그 기원은 통일신라시대로까지 거슬러 올라간다. 조선 인조 4년(1626), 남한산성의 구축이 이루어졌지만 실상은 통일신라 문무왕 때 쌓은 주장성(672)의 옛터를 활용했다고 한다. 지형부터 천연의 요새였던 남한산성은 이미 백제 초기에 그 왕도가 자리했으며 고려와 조선시대에는 성진을 구축하여 군사요지로 사용되었다.

1950년대 남한산성은 이승만 초대 대통령에 의해 우리나라 최초의 국립공원으로 지정된다. 비록 4·19 혁명 이후 제 2공화국 때 국립공원 지정이 무효화됐지만 1971년 도립공원으로 지정되었다. 특히 1974년 광지원에서 남한산성을 관통해 성남으로 이어지는 도로가 포장된 이후 남한산성의 인접성이 좋아져 이곳은 수도권을 대표하는 산성으로 발전하게 된다.



선조들의 다양한 이야기가 어려 있는 옛길

예로부터 남한산성은 한양에서 경기도 여주를 지나 경상도 봉화까지 이어지던 조선시대의 대로 중 하나였다. 이 대로는 최종 목적지인 봉화의 이름을 따 '봉화로'라고 불렸다. 봉화로의 일부 구간과 주변의 다양한 역사 문화 자원들을 연결해 탄생시킨 것이 바로 오늘날의 '남한산성 옛길'이다.

남한산성에는 사대문을 비롯한 16개의 암문이 있었다고 한다. 남한산성 내부의 산성리에서 열리는 5일장에 물건을 사고팔기 위해 보부상들이 보따리를 이고지고 이 길을 밟았다. 조선시대 왕실에서는 경기도 여주에 있는 왕릉에 참배를 드리기 위해 임금이 이동하던 거동길로 이 길을 이용했다. 뿐 만 아니라 과거를 치르기 위해 한양으로 향하던 선비들도 이 길을 사용했다. 남한산성 옛길은 사농공상의 신분을 뛰어넘어 조선시대 사람들의 삶의 모습과 이야기가 고스란히 녹아 있는 길이라고 할 수 있다.

경기도남한산성세계유산센터는 남한산성 옛길 4개 코스의 관광 활성화를 위해 2017년부터 '남한산성 옛길 스탬프 투어'를 운영 중이다. 남한산성 옛길에는 스탬프 지점 11곳이 있으며, 스탬프를 전부 찍으면 완주증서와 남한산성 옛길 배지를 증정한다.

남한산성의 옛길 코스는 ▲남문 노선(성남·하남시 위례동 주민센터~남한산성 남문, 창곡동~남문) ▲북문 노선(하남시 춘궁동~남한산성 북문) ▲서문 노선(서울시 송파구 거여동~남한산성 서문) ▲동문 노선(남한산성 동문~북문~서문~남문) 이 있다.

골라 걷는 재미가 있는 남한산성 둘레길

남한산성은 성곽 안팎으로 다양한 매력을 가지고 있다. 평소 볼 수 없는 자연의 운치는 물론이거니와 역사 유적들과 어우러진 아름다운 풍경을 사시사철 만날 수 있다. 특히 남한산성은 수도권 최대의 소나무 군락으로서 푸른 소나무의 멋과 기상을 가까이에서 접할 수 있다.

남한산성 성곽은 약 7km로 한 바퀴를 도는 데 약 4시간 정도 소요된다. 저마다의 매력을 품고 있는 다섯 개의 둘레길 코스가 마련되어 있으며 각각 장수의 길(1코스), 국왕의 길(2코스), 승병의 길(3코스), 웅성의 길(4코스), 산성의 길(5코스)로 이름이 붙여져 있다.



아이와 함께 혹은 연인들끼리 가볍게 산책을 즐기고 싶다면 남한산성 1코스인 '장수의 길'이 무난하다. 이 코스는 세계문화유산으로 등재된 남한산성이 가지고 있는 방어 요새의 특징을 살펴 볼 수 있는 탐방 코스다. 방어 시설물 중심이었던 전승문(북문), 우익문(서문), 지화문(남문)을 거닐며 전쟁 시 비상연락 및 적정 탐색 위한 암문과 군사 지휘를 했던 수어장대를 볼 수 있다. 특히 한강을 조망할 수 있는 포인트가 있어 사진촬영가들에게 야경사진 촬영지로 사랑받는 곳이다.

남한산성 옛길 스탬프 투어 Tip

경기도남한산성세계유산센터는 '남한산성 옛길 스탬프 투어' 앱을 출시해 운영 중이다. 방문객들은 옛길 내 각 스탬프함에 설치된 무선 통신 기기(NFC)에 스마트폰을 올리면 도장을 받을 수 있다. 뿐만 아니라 남한산성 탐방로 정보, 옛길 내비게이션, 문화재 음성 안내도 앱에서 확인 가능하다. 앱은 구글 플레이스토어나 애플 앱 스토어에서 '남한산성 옛길 스탬프 투어'를 검색한 후 다운받을 수 있다.



다채로운 모습을 보고 싶다면 남한산성 둘레길 코스 중 가장 어려운 코스지만 5코스에 도전해 보길 추천한다. '하늘이 만든 성'으로 알려진 남한산성의 성벽을 두루 볼 수 있을 뿐 아니라 성벽을 따라 암문과 치성 등 방어시설물을 만나볼 수 있다. 특히 성남, 하남, 광주의 경관을 한눈에 조망할 수 있어 누릴 수 있는 멋과 시원함이 크다.

맹렬하던 코로나의 기세가 잠잠해지고 외부활동이 자유로워지는 요즘, 잠시 시간을 내어 남한산성도립공원이 주는 시원함과 고즈넉함에 취해 보면 어떨까. ☁

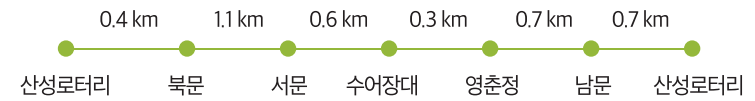


자료출처 : 경기도남한산성세계유산센터



남한산성 둘레길 정보

1코스
3.8km 1시간 20분



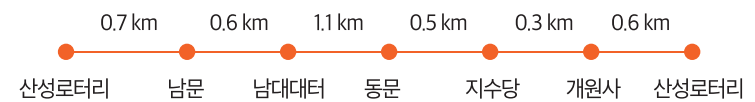
2코스
2.8km / 1시간



3코스
5.7km 2시간



4코스
3.8km 1시간 20분



5코스
7.7km 3시간 20분





편안함과 럭셔리를 추구하는 럭셔리 캠핑의 대명사 글램핑

답답한 도시를 떠나 자연과 어우러지길 원하는 현대인들의 트렌드가 지속적으로 대두되고 있다. 트렌드에 민감한 MZ세대뿐만 아니라 다양한 라이프 스타일을 추구하는 중장년의 요구도 다양해짐에 따라 글램핑이 인기를 얻고 있다.



국내 캠핑 관련 레저산업은 경제성장에 발맞춰 꾸준히 성장했다. 전국토의 70% 정도가 산림지역이어서 아웃도어 환경에 지리적인 접근성이 뛰어나다. 특히 손과 장비가 많이 요구되는 캠핑보다는 답답한 도시를 떠나 자연과 어우러지길 원하는 현대인들의 트렌드가 지속적으로 대두되고 있다.

트렌드에 민감한 MZ세대뿐만 아니라 다양한 라이프 스타일을 추구하는 중장년의 요구도 다양해짐에 따라 글램핑이 인기를 얻고 있다.

비용이 조금 들어가더라도 여유롭고 편안한 캠핑을 추구하는 세대들의 요구와 맞물려 지난 20년간 급격한 경제성장에 따른 소비수준의 향상과 핵가족화로 인한 가족 위주 레저 활동 및 MZ 세대의 유니크한 라이프 스타일도 글램핑 인기 상승의 요인이 됐다.

자연속에서 내 집 같은 안락함과 편안함에 대한 추구를 넘어 최고급 호텔의 럭셔리 서비스의 요구가 캠핑문화는 새로운 시장을 형성하고 소비하고 있는 현상이다. 현재는 초기 캠핑 문화 단계를 지나 럭셔리하고 유니크한 캠핑을 지향하는 선진국형 캠핑문화 단계로 진입하고 있으며 그 한 가운데 캠핑의 불편함을 럭셔리 하고 편안하며 고급스러운 글램핑이 캠핑 문화의 대세로 자리 잡아가고 있다.

카라반, 모터홈, 차박 등 고가의 장비들을 요구하는 캠핑이 증가하는 것도 이러한 추세의 결과로 보고 있다.



글램핑(glamping)이란?

‘글램핑’이라는 단어는 2005년 영국에서 처음 등장했고 2016년 옥스퍼드 영어사전에 추가되었다. 1920년대에 아프리카 사파리 평원은 부유한 미국인과 영국인들 사이에서 모험의 장소가 되었는데 모험을 찾는 사람들조차도 편안함이나 럭셔리함을 포기하지 않아 전기 발전기, 접이식 욕조, 샴페인 케이스까지 여행자들은 모험을 하는 동안 고가의 럭셔리 사치품을 이용했다고 한다. 그곳에서 숙소로 이용하던 캔버стен트가 오늘날 사파리텐트라는 고유 대명사가 된 것이다.

‘화려하다’는 뜻인 영단어 ‘글래머러스(glamorous)’와 ‘캠핑(camping)’을 혼합하여 만든 신조어이다. 음식, 가구, 조리기구, 텐트 등을 따로 준비하지 않고 미리 준비된 상황에서 즐기는 캠핑을 의미한다. 일반적으로 생각하는 캠핑의 이미지와는 다른, 펜션의 텐트 버전에 가까운 형태이며 야영의 펜션화라고 보면 이해가 쉬울 것이다. 유럽이나 미국에서는 글램핑 외에 부티크 캠핑, 럭셔리 캠핑, 포쉬 캠핑, 컴피 캠핑 등으로 불리기도 한다.

현대에 와서는 호텔 등의 숙박업계에서도 글램핑 패키지 서비스를 제공하고 있다. 기존 캠핑장에 글램핑장을 따로 만드느라 하면 아예 글램핑을 전문적으로 운영하는 글램핑 업체도 증가하는 추세이다.

우리나라에서도 2010년 무렵부터 불편하고 어려운 캠핑보다는 쉽고 편안함을 추구하는 젊은세대의 요구와 편안함과 럭셔리함을 추구하는 중년세대들의 요구에 부합하며 글램핑 시장의 부흥기가 시작됐었다고 볼 수 있다.

시설은 업체마다 차이는 있지만 일반적인 캠핑과는 다른 고정되어 있는 대형 텐트 내부에 펜션이나 호텔과 비슷한 편의 장비를 배치하고 침대를 비롯한 안락한 침구류와 TV, 에어컨 등 기본적인 편의시설을 갖추고, 경우에 따라 개별 샤워실, 와인셀러 등 일반적으로 캠핑에서 상상할 수 없는 시설을 설치하여 홍보하고 있다.

또한 캠핑의 꽃이라 할 수 있는 바비큐를 고가의 장비를 구비하지 않아도 바비큐 그릴과 고기, 야채, 술 등 글램핑장 패키지에 포함되어 공급하기도 하며 패키지가 아니라도 추가로 요구하면 제공하기도 한다. 또한 규모가 큰 캠핑장과 함께 있는 글램핑장은 다양한 식재료를 파는 매점을 운영하는 경우도 있다. 이 모든 것은 이동을 생각하지 않는 고정 시설로 운영하기에 가능한 일이다.



어쩌다 떠나는 캠핑이라면 글램핑이 딱!

펜션 못지 않은 장비가 갖춰진 글램핑은 캠핑의 맛을 보면서도, 캠핑의 단점인 고단함과 펜션처럼 고정된 집기가 없어 생기는 거주와 수면의 불편을 거의 완벽하게 없애준다. 캠핑을 체험하고 싶지만 어떠한 불편함도 감수하고 싶지 않다면, 글램핑은 이런 걱정을 완벽하게 해결해준다. 고가의 캠핑장비를 구입할 필요없이 고객의 눈높이에 충분한 서비스를 제공한다고 볼 수 있다.

캠핑을 위해 모든 장비를 구비하자면 고급 브랜드의 경우 천만 원은 가볍게 넘는다. 저렴한 장비로 구비한다 해도 집 안에 보관공간을 적지 않게 차지하기 때문에 연간 1~2회 정도 캠핑을 즐기는 사람이라면 글램핑이 제공하는 서비스가 더욱더 높은 만족을 준다고 할 수 있다. 최근에는 냉난방과 엔터테인먼트 시설까지 갖춘 글램핑장은 오히려 경제적인 수도 있다.

경제적 부담이 크다는 단점

글램핑은 모든 서비스를 이용하기에 그 사용료가 매우 고가라는 단점이 있다. 글램핑은 펜션과 거의 비슷한 요금을 받기에 성수기라면 15~20만 원 또는 그 이상 비용도 나올 수 있다.

일년에 몇 번씩 캠핑을 떠날 계획이라면 글램핑의 비용 부담을 무시할 수 없다. 장비를 직접 설치하고, 장비도 부족하고 다소 불편한 공간에서 자연을 가까이 느끼는 맛, 친한 사람들과 함께 불편함을 극복하며 친밀해지는 과정을 캠핑의 매력으로 느끼는 사람들에게 글램핑은 진짜 캠핑이라고 보기는 어려울 것이다.

글램핑 자체가 캠핑에서 ‘불편함’을 의도적으로 배제한 상품이기에 태생적인 한계는 피할 수 없다. ☁

사진자료제공

인휴글램핑 주 소 : 경기도 이천시 모가면 진상미로 1385번길 221-6
문의전화 : 031-635-9500



돈, 무자비한 주인이기도하고 유익한 심부름꾼 잘못된 금융습관, 이제는 바로잡자.

세계 인구의 0.2%밖에 되지 않는 유대인들이 세계 최고 기업의 경영자 중 40%를 차지할 정도로 부를 움켜진 민족이라는 것은 잘 알려진 내용이다.

유대인들은 어려서부터 탈무드를 통해 돈에 대해 공부하고 토론하며 부자가 되기 위한 교육을 받았다.

특히 탈무드 명언 속에는 돈에 관한 명언과 교훈들이 많이 있다.



계묘년이 시작되며 많은 사람들은 꿈과 희망을 바라본다. 특히 경제적으로 여유롭고 넉넉한 생활을 위해서 새로운 목표를 세우고 습관을 가지려 노력한다. 인생을 살며 부자가 부럽지 않은 적은 없을 것이다. 하지만 몇 톨이라도 모으기 위해 자신의 습관을 바꾸는 일이 어디 쉬운가? 사람이 습관을 바꾸는 일은 말처럼 결코 쉬운 일은 아니기에 다짐의 다짐을 하는 것이다. 새로운 한 해를 준비하며 “부자 되는 금융습관”을 알아보자.

❶ 휴면 상태의 급여 통장 과감히 없애기

현대인들이 예금이나 보험에 가입하고 찾아가지 않은 돈이 1조 원이 넘는 것으로 언론매체를 통해 보도된 적이 있다. 대다수의 직장인들이 직장을 옮기며 회사가 요구하는 급여통장을 개설하고 기존 회사에서 사용하던 급여 통장의 존재를 잊곤 한다. 이렇게 장기간 방치된 계좌는 관련 법률에 의해 소멸시효(은행예금 무거래 5년)가 경과하여 휴면예금으로 전환된다. 소중한 자산인 휴면예금은 전국은행연합회 통합조회시스템, 금융감독원 파인, 금융결제원 계좌정보통합관리서비스, 어카운트인포 모바일을 이용하여 계좌조회를 할 수 있다. 또한 사용하지 않는 통장은 대포통장으로 범죄에 악용될 수도 있으니 전액 모두 인출하고 해지하는 것이 좋다.

❷ 불필요한 신용 카드, 휴면카드 정리하기

휴면카드란 1년 이상 결제 실적이 없는 카드를 뜻한다. 현금인출이나 하이패스 등 신용카드에 부가된 기능을 사용 중이더라도 결제 실적이 없다면 휴면 상태로 간주한다. 발급만 받고 1년 이상 쓰지 않는 카드가 상당할 것으로 집계되고 있다. 2018년 1분기 이후로 휴면카드 현황은 계속해서 증가하는 중이다. 그러면 불필요한 카드 정리에 대하여 알아보자.

첫째, 사용하지 않았던 카드를 다시 사용하는 것이다. 카드의 혜택과 자신의 카드생활과 부합된다면 휴면카드를 정상카드로 전환 후 적극적으로 사용하면 된다.

둘째, 불필요한 카드는 즉시 해지하는 것이다. 카드 해지란, 카드사의 회원자격은 유지하되 신용카드 서비스의 사용 권한을 포기하는 걸 뜻한다.

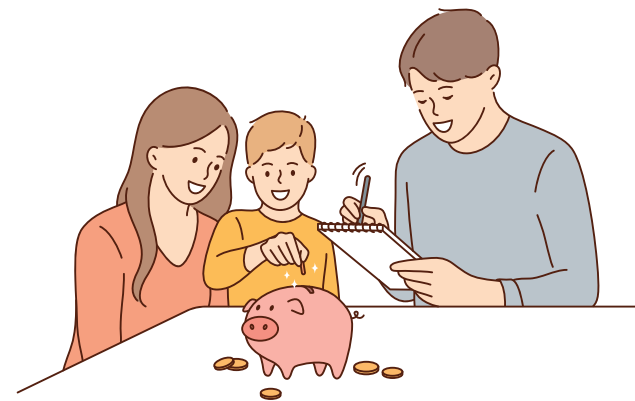
셋째, 마지막 선택지는 카드를 탈퇴하는 것이다. 카드 탈퇴란 해지와 비슷하지만 카드사의 회원을 탈퇴하는 걸 의미한다. 탈퇴 시 카드사에 등록된 모든 개인정보 및 기록이 삭제된다.

❸ 가입된 보험 상품 내역을 확인해 보자

생명보험이든 보장성보험이든 보험은 굉장히 보호적인 금융 수단이나 자칫 투자 수단으로 오인하는 경우가 있다. 평생 보험의 경우 매년 소득을 커버해주는 부분이 많아 안전하다고 여겨질 수 있으나 건강보험은 물론 자동차보험 내역까지 시간을 들여 꼼꼼히 확인해 보는 것을 추천한다.

❹ 주식투자에 너무 빠지지 말기

주식시장에는 그들만의 기반이 있다. 만약 당신이 주식투자를 활발히 하고 업계의 추천대로 하나하나 다 사들이고 있다면 이제는 그 흥분을 가라앉힐 때이다. 너무 많이 주식에 투자하는 것은 그만큼 많이 벌어들일 수 있는 확률을 낮추기도 한다. 계란은 한 바구니에 담지 말라는 명언이 있지만 그것은 투자금의 분산을 의미하는 것이지 많은 주식을 나누어 투자하라는 말과는 구분된다고 할 수 있다.



❺ 대출 상태를 확인하기

혹시 한 달 수입의 40% 이상을 대출금 상환에 쓰고 있다면 지금 그 비용의 비율을 재조정할 때이다. 현재 이자비용이 높아지고 있고 그런 이유로 가계 부채 상황이 어려워지고 있는 것이 사회문제로 대두되고 있다. 자신의 재무 상태를 꼼꼼히 확인하고 대출이자 변동비율을 잘 살펴 자신에게 제일 현실적인 방법을 찾아 알아나가는 것이 매우 중요하다고 할 수 있다.

지금까지 알아 본 다섯가지 금융 팁들은 우리가 살아가면서 무릇 지나칠 수 있는 금융습관들일 것이다. 지금이라도 나의 금융습관을 되돌아보고 잘못된 금융습관이 있다면 차근차근 하나씩 바로 잡아보자. 자신만의 좋은 습관을 만들고, 돈을 관리할 줄 안다면 목돈 마련의 새로운 희망을 발견할 수 있을 것이다. ☁



몸과 마음을 향기롭고 건강하게 아로마테라피



01. 아로마테라피(Aromatherapy)

Aromatherapy는 Aroma (향, 냄새)와 Therapy (치유, 요법)의 복합어이며, Aroma는 그리스어로 '향기 나는 식물'을 의미한다. 21세기 한국에서는 향기 식물에서 추출한 '향기 오일'을 '아로마 오일(Aroma oil)'이라 한다.

02. 에센셜 오일(Essential oil)

아로마테라피에 사용하는 '아로마 오일'은 식물의 나무, 줄기, 잎, 꽃, 열매, 과피, 뿌리, 등에서 식물의 고유한 향기만을 추출하여 모아 둔 것을 말하며 전문용어로 '에센셜 오일'이라 한다. 에센셜 오일을 이루는 구성 성분은 공기 중에 쉽게 휘발이 되는 테르페노이드로 이루어져 있다.

03. 에센셜 오일 주의 사항

에센셜 오일은 휘발성이므로 반드시 캐리어 오일(carrier oil)에 블렌딩해서 사용해야 한다. 원액을 사용할 경우는 민감한 피부에 자극이 될 수 있다. 물론 특별한 경우에 원액을 사용할 수도 있다.

에센셜 오일을 사용할 때는 몇 가지 주의사항이 있다.

동물에서 추출되었거나 석유에서 추출한 동물성 오일 또는 모조향으로는 아로마테라피를 하지 않는다. 에센셜 오일의 복용은 의사 처방을 받아야 하며, 눈에 들어갔을 때는 각막에 손상을 줄 수 있으니 주의해야 한다. 눈에 들어갔을 경우, 비비지 말고 스윗아몬드 캐리어 오일을 눈 안에 3방울 정도 넣어주면 중화되어 따가움이 없어진다. 어

린이의 손에 닿지 않도록 에센셜 오일을 잠금장치가 있는 곳에 보관하고, 산화를 예방하기 위해서 자외선과 열을 멀리하는 것도 중요하다.

04. 캐리어 오일(Carrier oil)은 피부에 바르는 오일

식물성 오일은 크게 3가지로 분류한다. 캐리어 오일, 식용 오일, 코스메틱 오일이 있는데 피부에 바르고 에센셜 오일을 블렌딩하는 식물 오일은 반드시 캐리어 오일만 가능하다. 식용 오일은 요리에 사용하도록 추출되어 있는데 피부에 바르면 알레르기를 유발할 수 있으며, 피부 속으로 에센셜 오일을 효과적으로 침투시키지 못한다. 코스메틱 오일은 화장품을 유화할 때 사용하는 오일이다. 고온에서 추출한 코스메틱 오일은 에센셜 오일을 블렌딩하지 않는다. 캐리어 오일의 종류는 호호바꿀든, 하이페리쿰, 카렌둘라, 바오밥 씨, 아보카도, 포도 씨, 썬플라워, 로즈힙, 이브닝프라이모즈, 아르간, 마카다미아 등이 있다.



05. 아로마테라피 고대 역사와 한국의 역사

아로마테라피의 역사는 약 6,000년 전 인도와 이집트의 전통 의학에서 관련된 기록을 찾을 수 있다. 성경 속에서도 유향, 몰약, 육두구, 침향, 나드, 등 향유로 소개되었으며, 14세기 페스트 전염병에 유향과 파인 등의 에센셜 오일을 바이러스 예방과 치료제로 사용하였다. 1897년 독일 바이엘사가 아스피린을 개발하기 전까지 유럽에서는 에센셜 오일을 치료제로 사용했고, 영국 약전에 등재되어 있다.

30년 전 한국은 피부 미용인을 대상으로 아로마테라피를 교육으로 보급하여 정착하게 되었다. 심신을 안정시키고 몸매관리 및 얼굴 피부미용, 산전 산후 프로그램, 모유 수유 프로그램, 어린이성장 프로그램 등의 특별한 아로마테라피 프로그램으로 뷰티 시장에서 발전하고 있다. 21세기의 한국은 개뿔쑥, 산국화, 금강송, 전나무, 잣나무, 유자 등 다양한 에센셜 오일을 추출하여 시중에 시판하고 있으며, 한국산 에센셜 오일을 세계적인 에센셜 오일로 발전시키기 위해 논문을 발표하는 등의 연구를 지속하고 있다.

06. 아로마테라피 효능

자연 치유요법 중 하나인 아로마테라피는 마사지, 흡입, 발향, 족욕 및 목욕, 기타 다양한 방법으로 인체에 적용하기도 한다. 전문가가 치유 등급의 에센셜 오일을 체질과 건강 상태에 맞추어서 처방하고 몸에 적용할 경우, 인체가 스스로 자가 치유를 할 수 있도록 도와주는 역할을 하기 때문이다. 아로마테라피의 효능은 심신 안정, 통증 완화, 피부 재생, 혈액순환, 체지방분해, 노폐물 배출, 등의 효과가 있다.

07. 아로마테라피 간단한 사용 방법

- ① 저혈압이면서 가위눌림이 있을 때, 히숨을 티슈에 1방울 묻혀서 베게 옆에 두고 잔다.
- ② 고혈압 불면증에는 화이트 그레이프프루트의 향기를 맡으면 숙면에 도움이 된다.
- ③ 고혈압으로 두통이 있을 때는 주니퍼베리 1방울을 백회에 찍어서 문지르면서 흡수시킨다.
- ④ 대상포진에는 라벤사라 원액을 국소 부위에 발라주면 통증을 줄일 수 있다.
- ⑤ 화상을 입었을 때는 불가리안 라벤더를 발라주면 쓰라리고 따가움이 가라앉고 표피가 재생된다.
- ⑥ 식욕 억제를 위해 패출리를 면 마스크에 1방울 묻혀서 수시로 향기를 맡으면 식욕이 억제된다.
- ⑦ 근육통, 관절통, 말기암 등의 극심한 통증이 있을 때 하이페리쿰 캐리어 오일에 넛메그를 블렌딩해서 발라주거나 마사지를 하면 통증을 완화할 수 있다.
- ⑧ 무좀에는 와일드 티트리와 불가리안 라벤더를 반반 혼합해서 무좀에 수시로 발라준다.

08. 아로마테라피의 가능성

21세기 아로마테라피는 똑똑한 소비를 지향하는 MZ세대들이 지구를 사랑하고 자연과 사람, 동물을 지키고자 아로마테라피를 적용하여 컨셔스 뷰티(conscious beauty)를 선도하고 있다. 아로마테라피는 자연이며 이를 통해 인류는 다시 자연으로 되돌아가고자 한다. ♻️

최미경
아로마테라피협회장



- 現 아로마테라피협회 협회장
- 現 아로마TV 유튜브 크리에이터
- 現 하베스트대학원 미래창조과학대학원 교수
- 現 목원대학교 화장품공학과 외래교수
- 現 원광디지털대학교 한방미용예술학과 겸임교수
- 現 (주)초이스아로마랩 대표

새마을금고와 함께하는 MG희망나눔 금융교실

교육대상

성남동부새마을금고 회원 및 지역주민, 인근 초·중·고, 대학교

교육내용

아동·청소년을 위한 금융 및 경제기초교육
성인을 위한 실생활 금융지식(보이스피싱, 재무설계 등)

금융강사

금융강사 김나영

초등학생(아동)교육진행



금융강사 양현정

중학생 교육진행



금융강사 박혜정

고등학생 교육진행



금융강사 김은지

대학생(일반인) 교육진행



신청방법

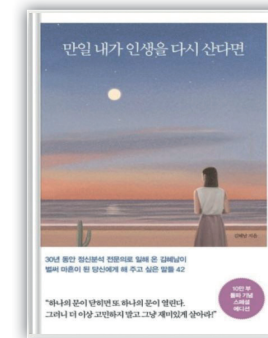
문의 : 성남동부새마을금고 경영지원팀

☎ 031-740-5474

※ 본 금고에서는 MG희망나눔 금융교실을 운영하고 있사오니, 관심있는 분들의 많은 신청바랍니다.

추천도서

만일 내가 인생을 다시 산다면



▶ 출판사 : 메이븐
▶ 저 자 : 김혜남

30년 동안 정신분석 전문의로 일해 온 김혜남이 마흔이 된 당신에게 해 주고 싶은 말들을 담은 책이다.

그녀는 지금껏 살면서 한 가지 후회하는 게 있다면 스스로를 너무 뒤통하며 인생을 숙제처럼 산 것이라고 말한다. 의사로, 엄마로, 아내로, 며느리로, 딸로 살면서 늘 의무와 책임감에 치여 어떻게든 그 모든 역할을 잘해 내려 애썼고 그러다 보니 정작 누려야 할 삶의 즐거움들을 놓쳐 버렸다는 것이다.

22년 전 마흔세 살에 파킨슨병 진단을 받으며 비로소 알게 되었다. 자신이 없으면 집안도 병원도 제대로 안 굴러갈 것 같았는데 세상은 너무나 멀정히 잘 굴러갔다. 그제야 그녀는 자신의 곁을 지켜 주는 사람들을 다시 보게 되었고, 놓쳐서는 안 될 인생의 소중한 것들이 무엇인지를 돌아보게 되었다. 그래서 벌써 마흔이 되어 버린, 후회 없는 인생을 살고 싶은 사람들에게 말해 주고 싶은 것도 딱 한가지다. “하나의 문이 닫히면 또 하나의 문이 열린다. 그러니 더 이상 고민하지 말고 그냥 재미있게 살아라!”

소식지 설문 조사

「2023 성남동부새마을금고 소식지」에 대한 독자여러분의 의견을 자유롭게 적어서 제출해주세요.
우수 제안으로 선정되신 분께는 소정의 모바일 기프티콘을 보내드립니다.
독자여러분의 많은 관심과 참여를 기다립니다.

▶제출처 : 성남동부새마을금고 본·지점 창구

▶제출기한 : 2023. 04. 30까지

절취선

▶2023 성남동부새마을금고 소식지 설문조사

구 분 : 회원 ☐ / 직원 ☐ / 직원가족 ☐ / 기타 ☐

1. 보내는 사람

성 명 :

연 락 처 :

2. 어떤 경로를 통해 '성남동부' 소식지를 알게 되셨나요?

☐ 금고 창구

☐ 우편 수령

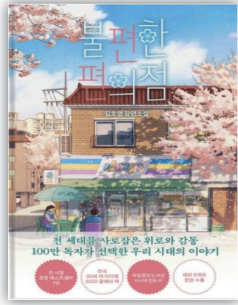
☐ 기타 : _____

3. 가장 관심있게 보신 칼럼은 무엇입니까?

그 이유도 함께 적어주세요.

추천도서

불편한 편의점



▶ 출판사: 나무옆의자
▶ 저자: 김호연

서울역에서 노숙인 생활을 하던 독고라는 남자가 어느 날 70대 여성의 지갑을 주워준 인연으로 그녀가 운영하는 편의점에서 야간 알바를 하면서 이야기가 시작된다. 덩치가 곰 같은 이 사내는 알코올성 치매로 과거를 기억하지 못하는 데다 말도 어눌하고 행동도 굼떠 과연 손님을 제대로 상대할 수 있을까 의구심을 갖게 하는데....

고교에서 역사를 가르치다 정년퇴임하여 항상 교사 본능이 발동하는 편의점 사장 염 여사를 필두로 20대 취준생 알바 시현, 50대 생계형 알바 오 여사, 매일 밤 참참참(참깨라면, 참치김밥, 참이슬) 세트로 혼술을 하며 스트레스를 푸는 회원 경만, 마지막이라는 각오로 청파동에 글을 쓰러 들어온 30대 희곡작가 인경, 호시탐탐 편의점을 팔아치울 기회를 엿보는 염 여사의 아들 민식, 민식의 의뢰를 받아 독고의 뒤를 캐는 사설 탐정 궤이 주인공으로 등장한다. 인생의 무게와 현실적 문제를 안고 있는 이들은 각자의 시선으로 독고를 관찰하는데, 그 과정에서 발생하는 오해와 대립, 충돌과 반전, 이해와 공감은 자주 폭소를 자아내고 어느 순간 울컥 눈시울이 붉어지게 한다.

성남동부새마을금고

통권8호

발행인 겸 편집인 : 성남동부새마을금고 이사장 황규덕
편집 : 성남동부새마을금고 경영지원팀
간 호 : 2019년 04월 05일
발 행 : 제4권 제1호(통권8호)
발 행 일 : 2023년 02월 24일
주 소 : 경기도 성남시 중원구 산성대로 518
대표전화 : 031)740-5400
홈페이지 : www.sndbbank.com

▶ 이 책에 실린 사진 및 기사의 소유권은 성남동부새마을금고에 있습니다.
무단 복제나 전제를 금합니다.



절취선

4. 다음 소식지에서 만나고 싶은 내용이나 바라는 점이 있다면 작성해주세요.

▶ 개인정보수집 및 이용 동의서

수집 및 이용 목적

소식지발송, 당첨자 상품권 발송 및 만족도 조사, 설문 답변 등

수집항목

성명, 연락처

보유기간

설문 도달일로부터 2년

동의거부권리

개인정보수집 및 이용을 원하지 않을 경우 전화 또는 설문지를 통해 수신 거부할 수 있으며, 수신 거부 시 발송을 중단합니다. 별도 회신이 없는 경우 동의하는 것으로 간주해 지속적으로 발송합니다.

동의함 ☐ / 동의하지 않음 ☐

개인정보보호법 제15조에 따라 위 각 호 사항을 고지받고 개인정보 처리에 동의합니다.

2023년 월 일
성명: (서명)

절취선



검찰·경찰 또는 금감원 직원이
돈이나 개인정보를 요구하면

No!



수사기관, 금감원 또는 금융기관이라며
금융거래 정보를 물어보거나 앱 설치를
요구하면 보이스피싱입니다.

수사기관, 금감원은 전화로 개인정보를
물어보지 않습니다.

“엄마, 나야” 카톡으로
신분증, 계좌번호 등을 요구하면

No!



카카오톡 등 메신저에서 친구나 아들딸인 척 접근해
신용카드 번호, 결제 인증번호 등을 달라고 하거나,
악성 앱 설치를 유도합니다.

진짜 아는 사람인지 꼭 확인하세요.

대출 안내
문자가 오더라도 연락은

No!



정부 지원 저금리 대출 등을 핑계로 기존 대출상환,
수수료 선취를 요구하거나, 비대면 대출이라며
악성 앱 설치를 유도합니다.

정상 금융회사는 전화, 문자로 대출광고 하지 않고,
대출금 상환을 위해 직접 만나지도 않습니다.

모르는 결제 문자,
출처 불명 앱 설치나 URL 모두

No!



알지 못하는 결제확인 문자나 택배 문자는
조심하세요.

모르는 앱 설치나 URL 접속은 절대 피하고,
결제확인 문자에 나온 업체가 아닌 카드사로
연락하세요.



본·지점 연락처

www.sndbbank.com

본점	031)740-5400	성남시 중원구 산성대로 518
금광지점	031)749-0082	성남시 중원구 광명로 353
남한산성역지점	031)749-4073	성남시 중원구 산성대로 444
상대원1동지점	031)746-0250	성남시 중원구 둔촌대로 425번길13
상대원3동지점	031)742-4011	성남시 중원구 박석로 90
상대원시장지점	031)734-8512	성남시 중원구 금상로 7
은행1동지점	031)732-1892	성남시 중원구 은행로 82
야탑지점	031)709-3236	성남시 분당구 성남대로 925번길11, 128호
판교지점	031)8016-5470	성남시 분당구 운중로 117, 201호
정자지점	031)786-0401	성남시 분당구 성남대로 385, 1층 101호
위례지점	031)758-6626	성남시 수정구 위례광장로 9-9, 228호