



은행연합회, 독거노인 위해 2억 상당 냉방용품 지원

은행연합회가 보건복지부 위탁 독거노인종합지원센터에서 실시하는 '착한바람 캠페인'에 후원금 2억원을 전달했다고 9일 밝혔다. 착한바람 캠페인은 취약계층 독거노인을 대상으로 냉방용품 및 여름 침구류 등을 지원하는 사업이다. 이번에 전달된 후원금은 저소득 독거노인(국가유공자 우선 지원)을 비롯한 500여 가구 에어컨 설치비용으로 사용된다. /은행연합회



한샘, 안양에 한샘리하우스 대형쇼룸 오픈

한샘은 대리점, 제휴점과의 상생 협력을 위한 한샘리하우스 대형쇼룸 안양점의 문을 열었다고 9일 밝혔다. 지난 5일 오픈한 안양점은 한샘의 22번째 한샘리하우스 대형쇼룸으로 총 31개의 대리점과 제휴점이 입점해 영업한다. 한샘리하우스 안양 대형쇼룸 오픈식에서 한샘 대리점 대표들과 한샘 이영식 사장(앞줄 왼쪽 5번째)이 상생을 다짐하며 포즈를 취하고 있다. /한샘



청호나이스, 자연사랑 어린이 그림대회 성료

청호나이스는 환경부 후원으로 '제12회 자연사랑 어린이 그림 그리기 대회'를 경기 화성에 위치한 청호인재개발원에서 성황리에 개최했다고 9일 밝혔다. 자연사랑을 주제로 진행된 이번 대회는 어린이 및 보호자 약 700명이 참여해 그림전시 경연과 함께 다양한 이벤트가 펼쳐졌다. 참가자들이 기념촬영을 하고 있다. /청호나이스



"우리 육우 사랑해주세요"

9일 오후 충북 제천시 청풍리조트 레이호텔에서 육우자조금관리위원회 주최로 열린 '2019년 육우데이' 행사에서 이승호 한국낙농육우협회장(왼쪽 네번째)이 우수육우인들과 기념촬영을 하고 있다. /연합뉴스

KISA, '2019 국가 암호공모전' 개최

한국인터넷진흥원(KISA)은 한국암호포럼, 한국정보보호학회와 함께 국가정보원 후원으로 '2019년 국가암호 공모전'을 연다고 9일 밝혔다.

'국가암호공모전'은 우수 연구 인력 배출과 연구 성과 창출 지원, 일반 국민의 암호에 대한 관심 고취 등을 위해 지난 2005년부터 개최됐다. 공모전에서 수상한 논문들은 국제암호연구회(IACR)

주관 암호학회 유로크립트, 크립토, 아시아크립트 등에 다수 채택되기도 했다. 올해 공모전은 ▲암호 논문 분야(암호 원천기술·암호기술 응용 및 활용) ▲암호 문제풀이 분야 ▲암호 소개 UCC 콘테스트의 총 세 개 분야로 진행된다. 일반 국민들의 참여 확대를 위해 UCC 공모를 추가하고 기존 문제풀이 분야의 난이도를 조정했다. /김나인 기자 silkni@

빈혈 예방에 좋은 '바지락'



김소영 역
본초테라피

단백질은 풍부하지만 지방은 낮아 봄철을 맞아 다이어트를 준비하는 사람들에게 좋은 게 바로 바지락이다.

바지락 삶은 찌개나 국에 넣으면 풍미를 돋우며 시원하고 담백한 맛을 즐길 수 있다.

평소 운동을 즐기고 근력 향상을 위해 단백질을 많이 찾아 먹는 사람들 역시 봄철에는 바지락을 자주 섭취하면 도움이 된다.

술을 많이 마시는 사람들에게 바지락은 술국으로 더 없이 좋은 음식인데 이는 바지락에 타우린이 풍부하게 들어

있기 때문이다. 바지락의 타우린 성분이 간을 보호하며 해독 작용을 효과적으로 활성화시킨다.

또한 봄철 괜히 나른해지고 피로가 늘어날 때도 타우린 성분이 풍부한 바지락을 섭취하면 도움이 된다.

피곤할 때 흔히 구입해서 마시는 자양강장제의 주성분으로 타우린이 들어가는 것처럼 타우린은 피로를 해소시켜 주며 에너지 활성화에 도움이 되는 성분이다. 따라서 정신적 스트레스가 육체적 피로가 심할 때는 타우린이 풍부한 바지락을 자주 먹으면 에너지 회복에 효과적이다.

바지락에는 철분이나 칼슘도 풍부하게 들어 있다. 철분은 혈액의 생성과 혈액 순환을 원활하게 만들어주기 때문에 생리, 임신, 출산 등으로 인해 철분 소모가 큰 여성들의 빈혈 예방에 도움이

된다.

또한 철분이나 칼슘의 경우 성장기 아이들의 균형 있는 발달을 위해 꼭 필요하기 때문에 활동량이 많고 에너지를 많이 소모하는 아이들에게도 좋은 영양식이 될 수 있다.

콜레스테롤이 많이 축적되어 비만, 고혈압, 고지혈증, 동맥경화 등 성인병의 위험이 높은 중년층의 경우에는 바지락이 혈관 건강을 돕는 데 효과적이다. 콜레스테롤을 낮추며 혈액을 맑게 하고 혈액 순환을 촉진할 수 있다.

신선한 바지락은 껍질에 푸르스름한 빛이 돌고 자연스러운 광택이 난다. 껍데기가 볼록하고 적당히 두께가 있어야 하며 입을 벌리지 않은 것으로 골라야 한다. 구입한 바지락은 소금물에 담가 2시간 이상 충분히 불순물을 제거한 후에 요리하면 된다. /한의학 박사

중진공, 물산업 중소·벤처기업 육성 힘 모아

환경공단, 대구시와 업무협약
특화 일자리 창출 등 협력 지원

중소벤처기업진흥공단은 한국환경공단, 대구광역시와 '신성장동력 물산업 등 중소벤처기업 혁신성장 및 일자리 창출을 위한 업무협약'을 체결했다고 9일 밝혔다.

이날 업무협약식에는 이상직 중진공 이사장, 장준영 한국환경공단 이사장, 이상길 대구광역시 행정부시장, 국가물산업클러스터 입주기업 대표 등 30여명이 참석했다.

이번 업무협약을 통해 세 기관은 신성장동력 산업인 물산업, 전기·자율 미래차산업 등 중소벤처기업을 발굴·육성해 환경산업 분야와 대구 지역에 특화된 일자리 창출 지원을 위해 힘을 모으기로 했다.

각 기관은 ▲물산업 우수 중소벤처기업 발굴·육성 및 경쟁력 강화 ▲물산업 영위 중소벤처기업 집적화 및 일자리·관로 지원 등 글로벌 물산업 허브도시 조성 지원 ▲4차산업, 첨단산업 융합 등 물산업 영위기업 혁신성장 지원 ▲전기·자율 미래차 등 환경산업분야



지난 7일 대구광역시청에서 진행된 '신성장동력 물산업 등 중소벤처기업 혁신성장 및 일자리 창출을 위한 업무협약'에서 (왼쪽부터) 이상직 중진공 이사장, 이상길 대구시 행정부시장, 장준영 한국환경공단 이사장이 기념촬영을 하고 있다. /중진공

중소벤처기업 지원 및 정책공조 ▲전기·자율 미래차 충전인프라 보급·확대에 적극 협력할 계획이다.

특히, 중진공은 31개 지역본·지부, 17개 청년창업사관학교, 5개 연수원 등을 통해 물산업 분야의 창업기업을 발굴하고 대구 달성군 국가산업단지 조성될 국가물산업클러스터에 입주하는 중소벤처기업의 초기 정착을 위한 정책자금, 수출, 일자리 등을 윈스톱으로

집중 지원한다.

약 4만 4000여 평에 조성하고 있는 국가물산업클러스터에는 약 150개 기업이 입주할 수 있다. 현재까지 롯데케미칼 등 24개 기업의 입주가 확정됐다. 클러스터는 국내 물산업 진흥과 물기업의 국제 경쟁력 강화를 위한 R&D, 기술성능 확인, 실적 확보, 사업화 등을 지원하게 된다.

/김승호 기자 bada@metroseoul.co.kr

인사

- ◆원자력안전위원회 ◇ 3급(부이사관) 승진 △ 방사성폐기물안전과장 장인숙 ◇ 4급(서기관) 승진 △ 국제협력담당관실 기술서기관 김선영 △ 방사선안전과 기술서기관 정희천
- ◆디지털타임스 △ 디지털전략부장 직무대행 우인호

부음

- ▲ 장시형(조선비즈 정보과학부장)씨 별세, 김경희씨 남편상, 장태형·장지형씨 형님상, 장선아씨 오빠상 = 8일 오후 1시, 동국대 일산병원 장례식장 12호실, 발인 11일 오전 6시 30분. 031-961-9400

- ▲ 정석호(전 현대중공업 이사)씨 별세, 정나영(일산하이병원 재무원장)·정나나·정나은씨 부친상, 김영호(일산하이병원 병원장)·박정호(삼성전자 메모리사업부 시니어 엔지니어)·박종범(한국거래소 코스닥시장 본부 차장)씨 장인상 = 9일 오전 5시 40분, 서울아산병원 장례식장 30호실, 발인 11일 오전 6시, 장지 안성 유토피아 추모관. 02-3010-2230
- ▲ 문용량씨 별세, 김방신(타타대우상용차 대표)·김방홍(KBS제주방송총국 심의위원)·김방희(방송인)씨 모친상, 김진(뉴스1 정치부 기자)씨 조모상 = 9일 오전 8시, 제주 부민장례식장 9분향실(10일 2분향실 입실 예정), 발인 11일 오전 7시 30분, 장지 제주 애월읍 신엄리 선영. 064-742-5000
- ▲ 박노정(청심자약품 창업주 회장)씨 별

- 세, 김애숙씨 남편상, 박윤신·박성신·박윤규씨 부친상, 원소윤씨 시부상, 임상택·권유욱씨 장인상 = 7일 낮 12시 19분, 포항 시민전문장례식장 VIP실, 발인 10일 오전 9시. 054-253-4444
- ▲ 이교임씨 별세, 신철하(예비역 육군 중령)씨 부인상, 신동진(전 예금보험공사 이사)·신동욱(신송사업주 전무이사)·신명미씨 모친상, 신태섭(삼성SDS 프로)·신윤아(JTBC 콘텐츠허브 사원)씨 조모상 = 9일 오전 3시 42분, 삼성서울병원 장례식장 9호실(10일부터 15호실), 발인 11일 오전 6시 45분. 02-3410-6909(10일부터 02-3410-6915)
- ▲ 태용문(NH농협은행 충북영업본부장)씨 부친상 = 발인 11일 충북대병원장례식장 2층 특1호실, 장지 옥천 선영.