

생활정보

해외 스포츠스타 사이트 개설

해외에서 활동하고 있는 우리나라 스포츠 스타들의 소식을 생생하게 전해주는 사이트 김미현, 박세리, 박찬호, 조진호, 이상훈, 박지은 등 해외에서 활동하고 있는 국내 선수들의 경기 실적과 동향을 자세하게 알려준다. AP통신, 골프헤럴드 등과 협약해 기사를 제공하며 홈페이지 운영자가 직접 취재한 내용도 담겨 있다. 박찬호 박세리 조진호 등의 불자 스포츠 선수 사진도 게재. (http://www.iccnews.com)

세금도 인터넷으로 납부

시민들이 관공서와 은행에 가지 않고 집에서 인터넷을 통해 지방세 고지서 발부에서부터 납부, 영수증 발급까지 해결할 수 있는 시스템이 구축돼 4월부터 강남구에서 시범 운영된다. 또 특별징수 주민세와 사업소세에 대해 인터넷 납부제도를 우선 실시한 뒤 모든 지방세로 대상을 확대할 계획이다.

강남구가 개발한 이 시스템은 주민이 인터넷을 통해 내야 할 세액을 열람해 전자고지서를 신청한 뒤 홈뱅킹 방식으로 세금을 내면 된다. 또 부과 과정상의 착오로 시민이 세금을 더 냈다면 인터넷을 통해 찾아갈 수도 있다.

여고 동창생 찾아주기 행사

대우자동차는 15일부터 4월말까지 전국 750여개 영업소에서 '여고 동창생 찾아주기 행사'를 펼친다. 대상은 70~85년 사이 여고를 졸업한 중년여성이다. 영업소를 방문해 찾고 싶은 동창생의 이름을 대면 영업소는 대우 데이터베이스(DB)와 연결된 검색 시스템을 통해 주소의 전화 번호를 확인해 준다. 또 참여도가 높은 여고 동창회 10곳을 선정, 해당 모교에 1천만원씩 모두 1억원의 '매그너스 장학금'을 지급하고, 상위 세 곳에는 '매그너스' 한 대씩을 증정한다.

유실물센터 18개월 지나면 기증

만 생각에 잠겨 지하철에서 내린 뒤 누구나 한 번쯤은 물건을 두고 내려 머리를 부여박은 경험을 있을 것이다. 신분이나 서류봉투, 휴대폰, 우산, 양복 등 지하철 유실물 센터는 그야말로 백화점을 방불케 한다. 유실물센터에 일단 들어온 물건은 1년 6개월동안 보관한 후 주인이 나타나지 않으면 사회단체에 기증돼 불우이웃 돕기에 쓰인다. (www.lost114.co.kr)

수도권 지하철분실물 센터

Table with 3 columns: 호선 (Line), 역이름 (Station Name), 전화번호 (Phone Number). Rows include 1·2, 3·4, 5·8, 6·7, and 국철 lines.

불교 여성단체 '자비의 손길' 이웃에 골고루

불교계 여성단체들이 새봄을 맞아 여성 불교 지도자 양성과 봉사활동, 성폭력 상담 등에 역점을 두고 활발한 움직임을 보이고 있다. 한국여성불교연합회, 불교여성개발원, 한국불교전국여성사회 등 교계 여성단체들이 잇달아 내놓고 있는 올해 사업 계획을 살펴보면 세미나와 연수 교육을 통한 여성지도자 양성하고 양로원·군법당 자원봉사 활동 등이 주류를 이루고 있다.

특히 10월 창립을 앞둔 불교여성개발원은 각 분과별로 세미나와 인터넷 홍보, 수행 프로그램 개발 등에 박차를 가하고 있어 여성불교 활성화에 일조할 것으로 기대를 모으고 있다.

그러나 여성 단체들의 사업계획에 대해 교계 일각에서는 "매년 비슷한 내용의 사업만 반복되고 있는 것이 여성불교의 현실"이라며 "여성불자들의 정체성을 확보하고 조직을 강화할 수 있는 차별화된 사업을 개발하는 것이 시급하다"는 의견을 제기하기도 한다. 불교계에서 2/3 이상을 차지하고 있으면서도 개인적인 기복 신앙생활에만 머무는 등 사회 문제에는 소홀했다는 것이다. 여성불자들이 조직의 입지를 강화하

여성불교연합회 환경세미나·다양한 강좌 준비

불교여성개발원 불자의식 조사·보호시설 추진

대한불교부인회 무연고자 천도재·양로원 봉사

고 사회 문제에 참여하기 위해서는 △ 불교 교리에 대한 정확한 이해 △ 체계적인 회인 교육을 통한 조직력 강화 △ 중산층에서의 남녀 평등관 확립 등이 필요하다는 것이 교계의 주된 의견이다. 불교 주요 여성단체들의 올해 사업 계획을 살펴 본다.

▲한국여성불교연합회(회장 김묘주)=다도강좌, 경정공부 강좌, 사찰순례, 양로원 봉사 등을 연중 펼친다. 4월 21·22일에는 합천 해인사에서 '여성지도자 양성을 위한 연수교육'을 실시한다. 또 생활한복 발표회와 전통혼례 세미나를 5월과 7월에 각각 개최한다. 특히 6월에는 전국 10개지부에 '성폭력 상담소'를 개설하고 교육을 실시한다. 이외에도 11월10일에는 '우리의 터를 지키자'를 주제로 환경 전문가를 초청,

세미나를 가질 예정이다. ▲불교여성개발원=10월 창립을 앞두고 '한글대장경속에서 여성 관련 자료 찾기' 연구활동과 '불교여성아카데미' 연수 프로그램을 4월과 5월에 각각 실시한다. 또 8월에는 전국 1천만 불자를 대상으로 '한국여성 불자 의식조사'도 계획하고 있다. 이외에도 조계사와 길상사에, 아이를 데리고 온 참배객들을 위한 '아동보호시설'을 5월중으로 설치할 예정이다.

▲한국불교전국여성법사회(회장 성순경)=베트남을 비롯해 중국 구화산, 인도 네팔 등 동남아 불교국가의 학교 및 사찰들과 자매결연을 맺어 운영 경비를 지원한다. 영동포구치소와 청송교도소 등을 찾아가 영주 나뉘주기 운동도 꾸준히 전개한다. 올해는 특히 군법당교전



홍희와 공동으로 군법당의 수계법회 활성화 운동을 신규 사업으로 추가한다. ▲대한불교부인회(회장 구자순)=매주 금요일 서울대병원 호스피스 자원봉사자와 월례 성지순례를 실시한다. 연말에는 파주에서 무연고로 숨진 노인들을 위한 대규모 천도제도 준비하고 있다. 또 예년과는 달리 경기지역에 독거 노

인들을 위한 양로원 봉사에도 박차를 가할 계획이다. ▲경률원 여성위원회(위원장 김정자)=매주 월·목·토요일에 실시하는 장애아동 돌보기 외에 아동 성폭력 방지를 위한 비디오 및 관련 교육을 각 불교 유치원에 보급할 방침이다. 김주일 기자(jkim@buddhopia.com)

건강백과

봄철 건강관리

만물이 생동하는 봄철 들어 오히려 몸이 무겁고 정신 집중이 잘 안된다는 등 고통을 호소하는 사람들이 적지 않다. 실제로 고혈압, 심장병, 호흡기질환 등 만성 질병을 앓는 사람들이 봄철에 가장 많이 사망한다는 통계도 있다. 전문가들은 생체리듬의 급격한 변화가 주원인이라고 입을 모은다. 경희의료원 가정의학과 최현림교수가 최근 소개한 '봄철 건강 관리법'에 대해 알아본다.

■춘곤증 탈출 춘곤증을 극복하기 위해선 △가벼운 운동 △식생활 개선 △무리하지 않는 생활 습관 등이 요구된다. 아침에 일어나 조깅을 하거나 직장내에서도 2~3시간마다 스트레칭을 하는 등 가벼운 운동으로 긴장된 근육을 풀어준다. 점심식사 후에는 가벼운 산책을 하는 것도 좋은 방법이다. 봄철에는 신진대사 기능이 왕성해지면서 비타민 소모량이 3~5배 증가하므로 비타민 섭취가 매우 중요하다.

■스트레스 분산 봄철은 직장인들에게 인사 이동과 가족들의 이사 등으로 환경의 변화가 많은 계절이다. 이런 환경의 변화가 따른 스트레스로 작용해 소화불량, 두통, 불면증 등을 초래하기도 한다. 따라서 적절하게 스트레스에 대처해야 하며 가능한 스트레스 받는 시간들을 분산시킬 필요가 있다. ■알레르기 질환 극복 먼지, 풀잎이나 꽃가루 등이 바람에 날려 알레르기성 비염, 결막염 등이 많이 발생하기도 한다. 이럴 때는 항히스타민제 등 보조적인 치료를 받아야 한다. ■만성질환자의 봄 평소 고혈압이나 당뇨병, 심장병 등을 앓는 사람들은 이같은 신체 부담으로 병이 깊어지고 합병증이 생길 가능성이 높아지므로 뚜렷한 이유없이 피곤을 느낀다면 주치의의 처방을 찾아 보는 것이 좋다.

청소년 자원봉사 새방향 찾는다

대전청소년센터 30일 세미나

대전청소년자원봉사센터가 30일 평송청소년수련관에서 '청소년자원봉사는 봉사 학습'이라는 주제로 '개소 4주년 기념 세미나'를 연다.

이날 세미나는 봉사학습의 관점에서 청소년 자원 봉사활동을 연구하고 재조명해 봄으로써 청소년 봉사의 인식 개선과 함께 봉사 활동의 새로운 방향을 모색하기 위해 마련됐다.

문화관광부와 대전광역시 교육청 후원으로 개최되는 이번 행사에서는 '청소년 자원봉사가 나아가길' (박광수 배재대총장), '봉사학습의 의미와 방법' (김성익 이화여대 교수), '청소년 자원봉사 프

그램 개발과 운영 전략' (이강현 불련터 21소장) 등이 발표된다. 또 김영준(대전교육청 장학관), 남궁단(중리종합사회복지관 관장), 조용만(사회복지사), 이문현(신탄중앙중학교 연구부장) 등이 주제별 토론자로 참석한다. 김명수 대전청소년자원봉사센터 사무국장은 "현재 청소년들의 봉사 활동은 상급학교 진학을 위한 도구로 사용되고 있는 게 사실"이라며 "이번 세미나는 청소년 봉사활동에 관한 다양한 의견을 수렴해 청소년들이 효과적인 자원봉사를 할 수 있도록 유도하는 취지에서 마련됐다"고 밝혔다. (042)488-0732

김주일 기자(jkim@buddhopia.com)

대불련 아카데미 강좌

대학생불교연합회는 9일부터 6월22일까지 매주 목요일 저녁 7시 조계사내 강의실에서 '제7기 KBUT 불교아카데미' 강좌를 개설했다. 이번 강좌는 △불교의 본질 △근본 불교 △인도 불교의 이해 △대승 불교의 사상 △한국불교의 이해와 역사 △불교와 현대 사회 등에 대해 강의한다. (02)732-0239

디지털상담실 창단식

청주 디지털 청소년 열린 상담실이 25일 오후3시 본원 법당에서 '제1기 학생회 창단식'을 개최한다. 이번 행사에서

청소년단신

는 청소년을 위한 영화 상영과 학생회원들의 유대 관계 형성을 위해 마련된 친교 프로그램 '마음나누기' 등이 진행된다. 현재 30여명의 청주 지역 중고생들로 구성된 제1기 학생회는 4월부터 독거노인을 위한 자원봉사, 전국 사찰 답사, 불을 포고 등 본격적인 실행활동을 펼칠 계획이다. (0431)212-5711

대불어 경남교사 연수

대한불교어린이지도자연합회는 18·19일 양일간 미산 정법사에서 경남지구 교

서북청 연꽃 노래잔치

내달 16일 동대서 예선

서울불교청년회(회장 김인택)는 4월 30일 오후1시 동국대 중앙당에서 어린이 찬불가 경연대회인 '제12회 연꽃 노래잔치'를 개최한다. 유치원생과 초등학생을 대상으로 열리는 이번 행사는 독창, 중창, 합창 등으로 나뉘 실시한다.

'연꽃 노래...'는 봉축위원장상을 비롯해 단체상 등 푸짐한 상품이 마련돼 있으며 수상자에게는 어린이 찬불가를 구입할 수 있는 기회와 함께 대한불교소년·소녀 합창단의 입단 자격이 주어진다. 한편 예선은 4월16일 오후1시 동국대 중앙당에서 열린다. (02)730-9108

목동수련관 동아리 창립제

목동청소년 수련관은 25일 오후 5시30분 수련관 극장내 유스텍에서 '동아리 창립제'를 연다. 수련관 내 동아리 회원들의 소속감 강화를 위해 꾸며지는 이번 축제는 청소년들의 풍물과 공연으로 막을 연다. 캠프선과 보컬 밴드 연주 등도 마련될 계획이다. (02)2646-6815

Large advertisement for Buddhist culture events. Includes '왕눈이 스님' (Wangnun-i), '재미있는 불교만화' (Interesting Buddhist Comics), '화엄경' (Hwaemgyeong), '불타석가모니' (Buddha Shikamooni), and '백유경' (Baekyugyeong). Each section features a small illustration and a brief description of the event.