



달서구의회 제9대 후반기 의장단, 푸른방송 방문

달서구의회 제9대 후반기 의장단이 지난 15일(월) 푸른방송을 방문해 지역사회 소통강화와 상호 협력 방안을 논의했다.

이번 방문은 의장단의 지역 미디어와 협력 강화를 통해 주민들과의 소통을 증진하고 다양한 현안을 상호 협력하기 위해 마련됐으며, 서민우 의장을 비롯한 정찬근 부의장, 도하석 운영위원장, 이진환 기획재경위원장, 남현주 복지문화위원장, 김장관 도시환경위원장이 참석했다.

서민우 달서구의회 의장은 “지역

주민들과의 원활한 소통이 구정 운영의 핵심이기에 푸른방송이 지역 방송을 대표해 다양한 소식 전달에 앞장서주길 바라며 의회도 적극 돕도록 노력하겠다.”며, “항상 주민과 함께하는 달서구 의회가 되겠으며, 아이들이 항상 웃을 수 있고 신혼부부가 정착해서 행복할 수 있으며, 어르신들이 노후를 즐겁게 보낼 수 있는 달서구가 되도록 저희 달서구의회는 함께하도록 하겠다.”고 말했다.

한편, 푸른방송 조현수 대표는 “달서구의회 의장단 방문을 환영하

며, 달서구의회와의 협력은 지역사회 발전에 위해 매우 중요한 일이라며, 앞으로도 주민들의 알 권리를

충족시키기 위해 다양한 소식 전달과 지역사회 발전에 기여하겠다.”고 밝혔다.

이세경 객원기자



www.prsinmun.co.kr

고객을 내 가게로 올 수 있게!

5만원이면 할수있다!!

경제적인 비용으로, 광고 효과는 더 크게!
늘어나는 고객, 커져가는 인지도 푸른신문에서 이뤄드리겠습니다.

광고문의 053-572-6000

www.hanwhalife.com

한화생명 금융서비스 FP 모집

(Financial Planer, 재무설계사)

GA업계 최고 대우,
최상의 교육, DB제공
내 가치는 내가 결정한다.



한화생명 금융서비스 신명인지점
영업팀장 **한순자**

010-6513-3324

위치: 반월당 ABL타워 한화생명금융서비스 신명인지점



우리 동네 **맛**플
이 가게 어때?

능이마을 달서점

달서구 한솔로6길 155-23
예약문의 ☎053-638-2229

‘대곡동 언덕 위’ 건강 맛집

살다 보면 학창 시절 친구, 직장 동료, 거래처 등 수많은 사람들과 인연을 맺게 된다. 나이가 들다 보니 학부모 모임도 하게 되고, 그럴 때면 “어디에서 모일까?” 고민하다가 건강식을 찾게 되는 듯하다. 상호만 봐도 느낄 수 있는 ‘능이마을’ 달서점을 소개하고자 한다.

달서구 대곡동 언덕에 있는 ‘능이마을 달서점’은 자연산 능이버섯과 송이버섯을 활용한 전통 한방 보양식으로 유명한 식당이다.

옛날 한솔마을로 알려졌던 이곳은 현재 대곡지구로 불리며, 주변 환경이 크게 변화했지만, ‘능이마을’ 달서점은 여전히 그 전통의 맛을 지키며 지역 주민들과 방문객들에게 사랑받고 있다.

식당은 수목원 근처에 자리 잡고 있어, 식사를 즐기면서도 깨끗한 공기와 아름다운 자연을 만끽할 수 있다는 게 특징이다. 식당 앞에는 250년 된 느티나무가 있어 식당의 상징이자 길을 찾는 이들에게 좋은 이정표가 되어준다.

주변은 택지 개발로 논밭이었던 지역이 아파트와 상가들로 바뀌었지만, ‘능이마을’ 달서점은 여전히 그 시절의 분위기를 간직하고 있어 방문객들에게 감동을 준다.

식당 내부는 전통 한옥 스타일로 꾸며져 있으며, 목재로 된 깔끔하고 고풍스러운 분위기를 자랑한다.

주메뉴는 자연산 능이버섯을 활용한 다양한 요리들이다. 여름철 몸보신을 위한 ‘능이버섯 한방 백숙’과 ‘능이버섯 소고기 전골’이 특히 인기가 높다.

‘능이버섯 한방 백숙’은 건강한 영양소가 가득한 닭고기와 함께 능이버섯을 넣어 조리한 백숙이다. 닭다리는 크고 육질이 부드러우며, 국물은 진하고 맛이 깊어 건강을 챙기기에 좋다. 조리 시간은 약 40~50분 정도 걸리므로 미리 주문하는 것을 추천한다. ‘능이버섯 소고기 전골’은 국내산 한우를 사용한 전골로 샤부샤부 방식으로 제공되며, 소고기의 부드러움과 버섯의 향이 조화를 이루는 깔끔한 맛이 특징이다. 버섯



과 채소가 듬뿍 들어가 있어 건강에도 좋고, 국물 맛이 개운해 애주가들에게 소주와 함께하기에도 좋다.

특별한 메뉴로 능이 맛이 은은하게 밴 ‘능이버섯 칼국수’, ‘능이버섯 숙회 수육’, ‘감자만두’ 등을 제공하고 있다. 능이버섯이 부족할 경우 추가로 주문할 수 있으며, 모든 메뉴는 포장 가능하다.

‘능이마을’ 달서점은 첨가물을 전혀 사용하지 않고 원재료의 맛을 살리는 데 중점을 두고 있다. 특히, 능이버섯을 활용한 생 칼국수는 한국 최초로 특허를 받은 메뉴로 식품 첨가물이 전혀 들어가지 않는 생면을 사용해 소화가 잘되고 속이 편안하다고 한다.

‘능이마을’ 달서점은 넓은 주차장

을 보유하고 있으며, 주변 길가에 주차할 수 있는 공간도 마련되어 있다. 매일 오전 11시~오후 9시까지 운영되며, 매주 월요일은 휴무이다. 단체 모임이나 특별한 경우를 대비해 미리 전화 예약을 하는 것이 좋다. 프라이빗 룸이 마련되어 있어 비즈니스 미팅이나 가족 모임에도 적합하다.

자연산 능이버섯을 주제로 한 건강한 요리를 제공하는 ‘능이마을’ 달서점은 전통과 현대가 어우러진 멋진 공간으로, 깨끗한 공기와 건강한 음식을 원하는 이들에게 최적의 장소임이 틀림없다.

자연 속에서 힐링과 맛있는 식사를 동시에 즐길 수 있는 ‘능이마을’ 달서점에서 특별한 외식을 경험해 보길 바란다. 한소영 객원기자



온 가족이 함께 즐기는
드라마·버라이어티 채널

CS 푸른방송 154번 GENIE TV 84번 Btv 104번

새로운 즐거움이 가득!
고퀄리티 해외 드라마 채널

CS 푸른방송 137번 GENIE TV 117번

상상력 UP, 사고력 UP
모두가 배우는 멀티 교육 채널

CS 푸른방송 245번 GENIE TV 254번

푸른방송 캐리TV 시청 인증 이벤트

푸른방송은 채널 175번에서 방영됩니다.



“반가워 캐리야~!”

어린이와 가족 모두를 만족시키는 눈높이 맞춤 채널 ‘캐리TV’ 푸른방송 론칭!
푸른방송 채널 175번 ‘캐리TV’ 시청 모습 인증샷을 찍어 SNS에 업로드해 주세요.
추첨을 통해 ‘캐리 굿즈’부터 푸짐한 ‘장난감 선물’을 드립니다.



응모기간 : 2024. 7. 15. ~ 8. 31.

당첨발표 : 2024. 9. 6. ※당첨자 개별통보

참여방법 :

1. 푸른방송 ‘캐리TV’ 시청 모습을 촬영
2. 필수해시태그와 함께 SNS에 업로드
3. 푸른방송 공식 인스타그램 DM 또는 카카오톡으로 성함/연락처와 함께 전송

※필수해시태그 :

#푸른방송캐리TV #반가워캐리야 #캐리TV



시청인증하기

문의사항 : 053-551-2000

대구과학대학교 청소년교육지도과 2025학년도 성인학습자 신입생 모집(2년 전문학사과정)

- 국가자격증(청소년지도사 & 평생교육사) 취득
- 성인학습자 장학 및 국가장학 100% 혜택

※ 9월 9일(월)~11월 22일(금)까지

문의 ☎ 053.320.1139



대구강서소방서, 119소방동요 경연대회 유치부 대상 수상

대구강서소방서는 '제22회 대구광역시 119소방동요 경연대회'에서 이바유치원이 유치부 대상을 수상했다고 밝혔다. 강서소방서 대표로 출전한 이바유치원은 '임금님과 119'라는 곡으로 대상을 차지했으며, 9월 제주도에서 개최되는 전국 119소방동요 경연대회 대구 대표로 출전하게 된다.

〈자료제공:강서소방서〉



대구남부교육지원청 '남부 중학교 연합 학생회'

대구남부교육지원청(교육장 김동관)은 지난 11일(목) 관내 중학교 학생 대표 34명을 초청해 학생 주도 자치 활성화를 위한 '2024. 남부 중학교 연합 학생회'를 구성했다. 이곡중학교 2학년 황정운 학생이 회장으로, 대명중학교 2학년 이유은 학생과 상서중학교 3학년 이현수 학생이 부회장으로, 용신중학교 2학년 권유민 학생이 총무로 선출됐다.

〈자료제공:남부교육지원청〉



달서구, 지역사회서비스투자사업 제공기관 대상 복지보조금 부정수급 예방교육

달서구(구청장 이태훈)가 지난 8일(월) 구청 대강당에서 달서구 지역사회서비스투자사업 제공기관 종사자 80여 명을 대상으로 복지보조금 부정수급 예방교육을 실시했다. 이날 교육은 복지서비스를 제공하는 기관 종사자들의 투명한 재정 집행을 위한 전자바우처시스템의 올바른 이해와 부정수급 사례중심의 교육을 실시했다.

〈자료제공:달서구청〉



'2024 희망+ 여름김장 나눔 마당'

달서구(구청장 이태훈)가 지난 13일(토) 달서구자원봉사센터(센터장 권혁환) 주관으로 구청사 내 구내식당에서 자원봉사자 등 130여 명이 참여한 '2024 희망+ 여름김장 나눔 마당'을 개최했다.〈자료제공:달서구청〉

달서구 취업노크 대구서부고용센터

■ 관리·사무직

사업체명	모집직종	학력	임금
(주)대광텍스타일 010-4616-5703	경리 사무원(무역)	대졸 2~4년	월 230만 원 이상
창문에이트블라인드 053-525-4096	경리 사무원	무관	월 2,060,740원 이상
주식회사 송이실업 053-584-5269	생산·품질 사무원 및 관리원 (화학·섬유·의료)	무관	월 250만 원 이상
주식회사 삼우농기 053-588-1700	자재·구매·물류 사무원	무관	연 3,200만 원 이상 (상여 100%)
추종업세무회계사무소 053-626-0016	회계 사무원 (회계·세무 사무소)	무관	연 3,000만 원 이상
효성직업능력개발원 053-62-6833	교육·훈련 사무원	대졸(4년)	월 2,060,740원 이상

■ 기술 기능직

사업체명	모집직종	학력	임금
주식회사 와이디테크 053-585-5920	머신센터(MCT) 조작원	무관	연 4,000~8,000만 원
동성레이저 053-354-6246	금속절곡기 조작원 (반전기 조작원)	무관	월 280만 원 이상
세광정밀 주식회사 053-556-8513	CNC 선반 조작원 (NC 선반 조작원)	무관	시급 9,860원 이상
효성타켄씨(주)대구공장 053-589-7016	공장 전기관리원	무관	연 3,200만 원 이상
아래테크 053-591-0604	프레스 금형 제조원	무관	월 250만 원 이상
화성세탁기계 053-583-5566	기타 공업기계 설치·장비원	무관	연 3,000~3,500만 원 (상여 100%)

■ 단순생산직

사업체명	모집직종	학력	임금
(주)대원레이저 053-585-2890	기계·금속 분야 단순 종사원	무관	월 210만 원 이상
(주)삼성파인씨 053-583-3511	제조 단순 종사원	무관	시급 9,860원
대원산업 053-585-2890	기계·금속 분야 단순 종사원	무관	월 210만 원 이상
주식회사 도아론 053-567-5858	제조 단순 종사원	무관	시급 9,860원 이상
(주)프라임광학 053-581-6634	제조 단순 종사원	무관	시급 9,860원 이상
주식회사 에스알 010-7162-4589	고무 사출성형기 조작원	무관	시급 9,860원 이상

■ 영업(판매), 운전배송직

사업체명	모집직종	학력	임금
대한F&D 053-566-1501	배송·납품 운전원 (납품영업 포함)	무관	월 2,711,070원
케이엔티 주식회사 053-611-4801	창고 관리원 (자재 검수원 포함)	무관	시급 11,000원 이상
대영제지공업주 달서공장 053-615-0171	지게차 운전원	무관	시급 10,600원 이상
타이퍼유통파트너스 주식회사 070-4276-0137	물류 사무원(물류 관리사)	무관	월 2,130,740원
(주)국제전기 053-384-3000	기타 기술 영업·중개 종사원	무관	연 3,600~4,200만 원
주식회사 한강기영북부매 053-593-9338	지동차 영업원	고졸 이상	월 210만 원 이상

※ 문의: 대구서부고용센터 053)605-6508 www.work.go.kr/daegu-sdbu





달서구 상인3동 행정복지센터 신청사 개소

달서구가 지난 11일(목) 도시재생뉴딜사업과 연계한 상인3동 행정복지센터 신청사 개소식을 가졌다.

이날 개소식에는 이태훈 구청장, 서민우 달서구의회회의장, 윤재욱 국회의원 및 시·구의원, 각급기관단체장과 주민 등 100여 명이 참석해 자리를 빛냈다.

상인3동 청사는 2021년 도시재생뉴딜사업에 선정돼 주민들의 삶의 질 향상을 위한 마을공

동체 활성화 사업 추진과 함께 현 부지에 지하 1층~지상 4층, 연면적 2,288.2㎡ 규모의 복합청사를 신축했다.

신청사는 총 사업비 85억여 원을 투입해 주민들의 다양한 요구와 생활 편의성을 고려해 설계했다. 1층은 동행정복지센터 민원실, 인산부후계실, 2층은 회의실과 행정복지센터 사무실, 3층은 주민자치센터, 예비군 동대 사무실로 구성됐으며 4층은

대구지역 최대규모의 스마트팜이 자리잡아 첨단기술을(IoT, 인공조명, 양액재배) 기반으로 미래도시농업을 운영하고 도시농업 체험프로그램도 주민들에게 제공할 예정이다.

이태훈 달서구청장은 “신청사 개소를 통해 쾌적하고 효율적인 공간에서 주민들의 다양한 행정·복지수요에 대응하길 기대한다.”고 밝혔다.

이세경 객원기자



성서경찰서, 실종예방지침 운영협의회

대구성서경찰서는 지난 11일(목) 실종 대응 역량 강화를 위한 실종예방지침(코드아담) 운영협의회를 개최했다.

※ 코드아담이란 1981년 미국의 한 백화점에서 실종된 ‘아담 월시’의 이름에서 유래된 것으로 다중이용시설에서 실종아동 등이 발생했을 경우 1차적으로 관리 주체가 경비발령, 수색, 출입구 감시 등 모든 역량총동원을 의무화한 제도이다.



달서구 '상호존중의 날' 캠페인

달서구(구청장 이태훈)는 지난 11일(목) ‘상호존중의 날’을 맞아 출근길 직원들을 대상으로 ‘존중하는 직장문화 만들기 캠페인’을 실시했다.

〈자료제공:달서구청〉

가창 정미네

달성군 가창면 월터로2길 26 / 문의 053-767-8522

우리 동네 핫플
이 가게 어때?

겉은 바삭하고 속은 부드러운 ‘감자전’



달성군 가창면에 있는 ‘정미네!’

인기를 실감하듯 가게 앞 주차장부터 많은 차들로 북새통을 이룬다. 가게 앞마당은 물론 앞마당까지 넓은 마당에 주차장이 마련되어있다.

‘감자전’으로 유명세를 치렀던 맛집이다. 감자전을 주축으로 감자전, 미나리전, 부추전, 춘두부와 식사류로는 보리밥, 수제비, 칼국수, 칼제비가 있고 돼지고기와 닭고기까지 다양한 종류로 손님들의 발길이 멈추지 않는 곳이다. 감자를 슬라이스하여 한 장 한 장 넓게 펼쳐 큰 접시 가득 올려 나오는 감자전은 겉은 바삭하고 속은 부드러운 감자의 맛

을 맛볼 수 있는 정말 매력적인 정미네의 대표적인 메뉴이다. 대부분의 손님상에 하나씩 있는 감자전. 바삭함에 한번 부드러움에 또 한 번 자꾸만 손이 가는 만큼 오랜 시간 인기 있는 감자전이다.

닭불고기도 아주 매력적이고 맛있게 유명한 메뉴 중 하나인데, 닭 다리 살로만 만들었다고 한다. 그래서인지 육즙이 부드럽고 야들야들해 막걸리 한잔과 함께 먹어도 참 좋을 것 같다. 게다가 불향이 배여져 군침을 돋게 하고 살짝 매운맛도 감돌아 마지막 한점까지도 아주 만족시키게 한다.

얇게 반죽을 떼어 쪄기하면서 부드러운 식감이 아주 상당히 좋았다. 그리고 수제비나, 칼국수이나 고민일 때는 둘 다 먹어보자! 칼제비를 주문하면 쫄깃한 수제비와 칼국수



면발은 모두 맛볼 수 있다는 사실! 정미네의 시그니처 감자와 애호박, 부추가 들어가 있고 뜨끈한 국물에 수제비 한 점 칼국수 한 젓가락 모두 맛보고 즐길 수 있는 인기 메뉴 중 하나이다. 칼제비는 2인 이상 주문 가능하다. 평일, 주말 할 것 없이 멀리서도 찾아오는 손님들의 발걸음에 특히 주말 낮에는 웨

이팅은 불가피하겠지만 회전율도 좋아서 그만큼 많은 분들이 찾아가는 맛집 중 맛집이지 않을까 생각된다.

특히 비 오는 날 칼국수와 수제비 뿐 아니라 전 종류가 생각이 많이 나는 만큼 이제 본격 시작되는 장마철 모든 메뉴가 인기가 좋은 가창 정미네로 가보는 것도 좋겠다.

이진하 객원기자



칭찬하고 응원해요

칭찬은 고래도 춤추게 합니다. 칭찬은 생활의 활력소요, 이웃에 대한 사랑입니다.
푸른신문은 이웃에 대한 사랑을 실천하고 아름다운 사회를 조성하며 지역사회에 활력을 불어넣기 위해 칭찬탈레이 코너를 마련합니다. <편집자주>

푸른신문에서는
주민여러분의 따뜻한 칭찬과 응원, 미담사례를
접수 받고 있습니다.

푸른신문 '칭찬하고 응원해요' 란에 들어갈
가족 또는 우리 이웃들에 대한
힘이 되는 메시지와 사진을 함께 보내 주시면
예쁘게 편집해서 실어드립니다.

주민 여러분들의 많은 관심과 참여 바랍니다.

온 세상이 칭찬과 격려로 넘쳐나는
그 날까지 푸른신문의
'칭찬하고 응원해요' 는
계속됩니다.



*접수는 이메일 pr5726000@naver.com로 보내주세요.

푸른방송 영업전략TF팀 강상모 매니저 칭찬하고 응원합니다.

늘 차분하고 묵묵히 푸른방송의 설치를 맡아주시는 강상모 매니저님을 칭찬합니다.
전산 관련 업무를 맡은 지 얼마 안 돼서 정신없고 실수하는 일이 많은데 그
때마다 기다려주시고 알려주실 때마다 감사했습니다.

더운 현장에서 바쁘고 힘들고 귀찮으실 텐데... 현장에 관해 모르는 업무
도 온화한 미소로 나긋하게 설명해 주시는 매니저님이 계셔서 든든합니다.
언제나 한결같이 본인의 자리에서 묵묵히 설치 업무를 완벽하게 완수
하시는 강상모 매니저님! 응원합니다. 화이팅~!!

미소는 지친 사람에겐 휴식이고 낙심한 사람에겐 햇살이며
슬픈 사람에겐 따뜻한 양지이다.

<칭찬하는 사람:전현정>



이야기를 잘 들어주는 친구 이도영 칭찬하고 응원합니다.

나의 오랜 벗~ 도영아!

상대방의 이야기를 잘 들어 주는 너는 다른 사람이 선뜻 나서지 않는 일도 언제나 먼저 나서서 최
선을 다 하지.

언제나 자신보다 상대방을 더 생각하고, 양보하고~ 안 좋은 일이 있어도 내색도 잘하지 않고...
이젠 속상하거나 힘들 때~~~ 큰소리로 이야기 해 "나 힘들어!"라고...

앞으로도 우리 서로 이야기하며 더 잘 지내자. 같이 힘내자! 화이팅!!

<칭찬하는 사람:정춘옥>



성당한우소머리국밥

달서구 아외음악당로 21-1(성당동)
문의 ☎053-654-9167

'진한 국물 맛' 무더운 여름 더욱 건강하게!

성당행정복지센터 부근 북개도
로 방향 100m 근방에 있는 노포
식당 같은 동네 맛집 '성당한우
소머리곰탕!'

겨울이면 생각나는 뜨끈한 곰
탕이지만 여름철 더위에 장마도
끼여있어 몸보신하기 위해 소문
을 듣고 찾아가 보았다.

진한 국물들의 향연! 직접 끓이
고 만들어 내주시는 깊고 진한 국
물과 고소한 머릿고기, 다양하고
맛깔나는 밑반찬들과 경북 의성에
서 직접 쌀농사를 지어 내주시는
흰쌀밥·떡볶이에 끓여나온 육수
는 잡내 하나 없이 진국이었다.

30년 넘게 장사를 해오셨고 이



곳에서만 20년 넘게 자리를 지키
고 있다는 너무나 친절한 사장님.
대표메뉴 외 추천메뉴를 여쭙
니 여름철에만 맛볼 수 있는 '콩
국수'를 추천해 주셨다.

불린 콩을 직접 갈아 만들며 검은
콩을 섞어서인지 너무나 고소
하고 깊은 맛에 국물 한 방울 남



기지 않고 쓱삭~.

이곳에서 먹는 음식이야말로
바로 몸보신, 보약 아닐까?

어머니의 손맛! 진한 국물을 맛
보고 무더운 여름날 더욱 건강하
게 보내고 싶다면 '성당한우소머
리곰탕'을 방문해 보길 추천한
다.

박영선 객원기자



우리 동네 핫플
이 가게 어때?

MBC+
CREATIVE MEDIA GROUP



MBC every1

국내 최고 버라이어티 채널

MBC SPORTS

대한민국 No.1 스포츠 채널

COMEBACK

류현진

몬스터의 귀환!



수사반장
1958

MBC Drama

드라마로 꿈꾸는 세상

MBC M

내 손 안의 즐거움



주간아이돌



죽어

MBC ON

다시보는 감동, 함께하는 재미

MBC+
CREATIVE MEDIA GROUP



우리 동네 **맛**플
이 가게 어때?

임지현 뷰티

달성군 다시읍 대실역북로26 청아람2단지상가 105호
문의 ☎010-3356-1027

올여름은 '베테랑 원장'이 운영하는 뷰티숍에서...

남녀노소 불문하고 이제 여름이 시작됐으니 자기관리 투철한 사람은 여름을 준비하기 시작한다.

다사대실역 4번 출구에서 3분 거리에 있는 '임지현 뷰티' 원장은 숄업숍에 오래 일을 하다가 7~8년 전에 이름을 따서 가게를 개점했다.

속눈썹 연장에도 종류가 엄청 많아서 처음 가게 되면 어떤 거 할 건지 고객 의견을 먼저 묻지만, '임지현 뷰티'는 손님에게 맞는 걸 추천해 준다. 이미 다사에는 소문이 난 곳이다.



속눈썹 연장은 1대1 원투 기법으로 한 올 한 올 촘촘하게 작업해 준다. 어떤 곳은 속눈썹 한 올에 여러 개를 부치는 곳이 많지만, '임지현 뷰티'는 한 올 한 올 작업하기에 다르다는 걸 느낀다.

눈 쓰러림도 없고 연장이 끝난 후에도 눈썹이 무겁지도 않고 부자연스럽지도 않다.

여름이다 보니 화장을 진하게 하면 관리하는 게 힘드니 선크림 하나만 발라도 화장을 한 거같이 보이게 하려고 반영구 화장을 찾게 된다.

'임지현 뷰티'는 왁싱도 유명하다. 수영복, 반소매, 반바지 입을 때 그 외 요즘 출산하기 전에도 왁싱은 다들 받고 간다고 한다.



반영구적이다 보니 저렴한 가격에 원장님 기술까지 여긴 여러번 와도 돈이 아깝지 않다. 저렴한 가격에 내 관리까지 덤이니 사람들이 많이 찾을 수밖에 없다.

왁싱 전용공간은 따로 공간이 만들어져있으며 차분하면서도 안정감 있는 그런 분위기다.

남녀불문하고 왁싱은 한 번도 안 한 사람은 있을지언정 한 번만 받은 사람은 없다고 할 정도로 추천한다.

임지현 원장은 초스피드에 완벽함

까지 더했기에 여기 방문 한번 하면 다른 데는 못 가게 된다. 올해 여름은 여기 '임지현 뷰티샵'에서 준비해 보자.

임지현 뷰티는 1인 숄업이다 보니 100% 예약제이며, 1주일 전에는 예약해야 원하는 시간에 방문이 가능하다. 주차는 건물 옆 주차장이 있으며, 도보 이용시 청아람2단지 상가 앞에 자리 잡고 있다.

※영업시간 11:00~20:00(매주 일요일 휴무)

장미경 객원기자



구지면 창6리 국가산단 디에트르 · 창7리 국가산단 모아미래도 경로당 개소식

달성군 구지면 창6리 국가산단 디에트르와 창7리 국가산단 모아미래도 경로당이 지난 10일(수) 개소식을 개최했다. 이날 행사는 최재훈 달성군수를 비롯한 군의원, 기관단체장, 창7리 노인회 회원과 마을주민 등 80여 명이 참석한 가운데 경로당 개소식을 축하했다.

신성현 창6리 노인회장은 “많은 이들의 관심과 응원 덕분에 활기찬 노후를 보낼 수 있는 따뜻한 보금자리가 마련돼 기쁘고 감사하다”면서 “경

로당이 단순한 휴식공간을 넘어 노인들이 화합하는 공간이 되도록 운영해 나가겠다” 말했다. 김기수 창7리 노인회장은 “경로당이 개소하게 돼 매우

뜻 깊고 자랑스럽게 생각한다.”면서 “경로당이 친목을 도모하고 행복한 쉼터가 되길 바란다.” 전했다.

최재훈 달성군수는 “어르신

들이 편안하고 즐겁게 모여 지낼 수 있는 여가 공간이 되기를 바란다.”고 말했다.

한편, 달성군은 현재 34개소의 경로당을 운영하고 있

며 경로당 운영비 및 냉난방비 지원, 건강기구 및 생활용품 지원 등을 통해 노인복지 증진과 경로당 활성화에 힘쓰고 있다. 최준업 객원기자



달성군의회 어린이 건강 방문

달성군의회는 지난 8(월)~10일(수)까지 논공 ‘아이랑 어린이집’, 다사 ‘해피아이 어린이집’ 원생 120여 명과 의회 견학을 실시했다.

지역사랑 파트너

사장님의 가게, **무료로 광고**해 드립니다. 지금 신청하세요!

달서구 · 달성군 중소기업들에게 힘이 되고자 합니다. 많은 관심과 참여 바랍니다. 문의 053)572-6000

‘나’ 보다 ‘우리’가 강하다. 서로 **도우며** 힘들수록 **함께해요!**

— 酒 —
주막 注 助
대구광역시 달서구 감삼길16 A동 1층 T 0507-1410-2206

나무집
T 070-8911-3333
대구광역시 달서구 학산로178(푸른방송 헤림빌관 C동 1층)

[I I I I]
M T G.
coffee & bakery
대구 달서구 감삼남길 144 1층 엠티지

달개맥주
대구광역시 달서구 감삼길16 A동 1층
T 0507-1402-2258

Coffee **bite.**
호주식 커피전문점
Coffee bite.
감삼점 070.8911.2222

신우애드
광고의 모든 곳
간판 · 현수막 · 명함 · 전단지 · 시트지
010-5545-4454
서구 북비산로72길 18(비산동)

푸른신문은
독자가 만드는 신문입니다.
모두에게 열린 신문입니다.

독자 여러분이 기자가 되어
사람 사는 이야기, 우리 사는 이야기를 신문에
실어 보시기 바랍니다.

나의 이야기도 좋고 주변의 이야기도 좋습니다.
원고를 써서 보내주셔도 좋고 제보만 해 주셔도
환영합니다.

살면서 느끼고 경험하는 이야기를 함께 나누는
가운데 우리 모두가 행복하고 건강한 사회가 만들
어집니다.

독자 여러분의 많은 참여를 기다립니다.

▶보내실 곳
편집국 (053) 572-6000
E-mail: pr5726000@naver.com
대구시 달서구 달구벌대로 1611번지 4층(우편번호 42640)

▶보내는 방법
• 형식은 제한 없으나 원고를 써서 보내실 경우 1,000자 내
외를 기본으로 합니다.
• 관련 사진 있으면 함께 보내주시고, 연락 전화번호 남겨주
시기 바랍니다.
• 신문에 게재되신 분께는 소정의 기념품을 드립니다.

광고는 해야하는데 비용이 걱정 되신다고요? 여기 푸른신문이 있습니다.

대성골프랜드
T.053.633.8000
달성군 논공읍 비슬로373길 23-6
최고의 시설, 최대 규모!

대구지역환경 에어리스도색
알리바바 인테리어 목수
010-8213-3575
대구시 달서구 두류동 136-6 www.alibabavespa.com

마스터통신
万事达通信
010-5029-6858
달성군 논공읍 남리 1115번지(논공로9길 16-3)

Korean Restaurant
BOBAEKGWAN
보배관
뼈해장국
감자탕
☎ 053-588-4042
달성군 다사읍 서재리 538번지 체인점 문의: 010-2779-4042

대성기사님 식당
예약 문의 ☎053.621.3313
달서구 성당동 482-1

착한낙지
전화예약 053-622-9993
달서구 두류동 아원음악당로 243

즉석손김
달서시장 '밥도둑'
고소한 향을 찾아서...
010-4227-4787
달서구 본리동 달서시장 내

소도둑
대구용산역점
대구광역시 달서구 장기동 811-6
T 053 567 8116 H 010 7647 2526
www.ybksododuk.co.kr

황금수
짬뽕 맛집
☎ 053-527-9799
달서구 감삼동 206-88번지

황토마을참숯불가마
찜질방

전화예약 053-616-0366 달성군 옥포읍 가세리 947-2

쌈라이프곱창

대표메뉴
한우 곱창 전문점 곱창모듬구이 | 소곱창전골
단채식원비 | 대형주차장완비

010.4051.4125, 010.9444.0933
대구광역시 달서구 외룡로 32길 16

에어컨청소전문업체
이편한 홈케어

대표 이 용 배
010-2605-6988

오동·중등 수학 전문
리더스 수학

010.5029.4554
대구광역시 달성군 화원읍 화암로 88 명곡미래빌 4단지 상가 104호

美&美
디자인
하우스
인테리어

아파트·주택·상가
인테리어 전문업체

010.3547.6755
대구 북구 구암로49길 19 F(구암동)

아진전력기술(주)

전기공사업 | 전기안전관리대행업

T.010-6764-0924
대구광역시 달서구 달구벌대로 330길 33(구암동)

방충망 월드
SCREEN WORLD

미세 방충망·방범 방충망·현관 롤 방충망·프로젝트 윈터치 방충망

견적 및 문의전화 010.3969.8126

한국방충망기술협회 포스코SUS 304
KB국민은행 614501-04-252667 방충망월드

ON SAFETY 온세이프티

이 종 은 대표

대표전화 | 1600-6223
휴대전화 | 010-8875-8301 이메일 | ceo@onsafety.kr

(주)한국안전기술원
Korea Institute of Safety & Technology

정부지정 【안전관리전문기관】 【안전보건교육기관】
【안전환경컨설팅】

☎ 053.523.8700 / 010.2227.1284
본사 : 대구광역시 달서구 성서공단로 15길 25

그린센스
For Your Eco Life

입주청소·준공청소·상가청소·정기청소

NAVER 그린센스 청소 검색

T.010.9078.2582 대구광역시 수성구 들안로 7길 3

인공관절/관절경!
관절을 아끼는 마디탄병원

정형외과 인공관절센터 | 관절내시경센터

대표번호 053.634.1000
대구광역시 달서구 월배로 215 상인네거리 상인역 2번 출구 앞

DOUZONE Business Partner (주)이젠솔루션
www.ezens.co.kr

기업을 위한 모든 IT Solution과 Service를 제공하는
대한민국 대표 IT기업 더존비즈니스파트너

T.1688-2639, 010.6630.9319
대구광역시 북구 유흥단지로 8길 116 이젠빌딩 3층

부동산

새태양공인중개사

달서구 서당로3길 27
053-583-0038

학생원룸 8억5,700인수

원룸/투룸/쓰리룸/월세/반전세/전세
단기가능, 풀옵션, 즉시입주

010-8500-5469

신축원룸 6억1,400인수

대55.6 건12 상가, 원룸5
보3천6백/월571만
용4억(정부정책상 변동가능성)

신서초등학교 남쪽 8M*6M코너

LH전세임대 성서전역

원룸 6천~ 투룸 8천~
쓰리룸 1억~ 주인세대 1.2억~

LH전세임대 전문

신축원룸 3억6,800인수

대70.7 건20 원룸2, 투룸, 주인세대
보2억7천2백/월351만
용4억 천 정부정책상 변동가능성)

외국어고등학교 인근

상가원룸 7억2,600인수

대65 건16 상가2, 원8, 미투2, 투룸3
보7억8천4백/월422만
용4억9천 정부정책상 변동가능성)

지하철 역세권 20M*8M코너

신축원룸 9억4,600인수

대69.5 건120 상가2, 원룸14, 주인세대
보1억8천4백/월668만
용5억(정부정책상 변동가능성)

계명대지하철역 역세권

학생들 선호도 높음

신축원룸 2억4,000인수

대52 건95 상가, 원룸0, 투룸2
보4억6천/월285만
용4억5천 정부정책상 변동가능성)

계명대지하철역 역세권

신축원룸 5억9,000인수

대67.8 건35 상가1, 원룸14, 주인세대
보4억8천/월520만
용5억(정부정책상 변동가능성)

계대동문과 지하철역 사이

학생 선호도 높은 위치

원룸매매 5억1,500인수

대63 건120 상가, 원룸4, 미투2, 투룸3
주인세대 보2억5천5백/월254만
용2억(정부정책상 변동가능성)

성서산업단지역 역세권

신축원룸 2억8,800인수

대63 건115 상가, 원룸2, 미투
보1억5천 백/월449만
용4억8천(정부정책상 변동가능성)

외릉시장 인근 8M*6M 코너건물

신축원룸 9억2,800인수

대68 건120 상가, 원룸0, 미투2, 정투2
보3억7천2백/월551만
용5억(정부정책상 변동가능성)

계명대지하철역 역세권

20M도로접 위치최상

뉴가람공인중개사

달성군 농공읍 농공로15길 6
053-611-4959 (주)N/A-2022-00041호

★ 매매 주공24, 5층

10년전 수리 9,200만원

월세 용경캐슬28, 4층

즉시입주 500/65

월세 성원4동 24

15층 올수리 300/40

빌라 삼익빌라24, 3층

즉시입주 5,000만원

월300만원출 5억5,000

대:259m² 건물:46432m²

매매 2층 경일18

★6,200만 원



부동산

뉴가람공인중개사

달성군 논공읍 논공로15길 6
053-611-4959 (지프/10-902-00044)

◎ 매매 3층 건물 ◎

논공 위치 좋음 213㎡

2억 5,000만원

빌라 삼익빌라24, 3층

즉시입주 5,000만원

매매 주공24, 16층

전망좋음, 즉시입주 1억

자영공인중개사

달성군 논공읍 논공로21길 15
053-617-7600, 010-3534-5363

매매 주공 1억1,500 수리됨

★농지매매★ 6,300만

개진부리 1,361㎡

촌집 약산온천 1억5,000

집 수리됨

매매 성원24 6,800만

싱크대교체

급매 성원24 6,300만

매매 경일17 2층 5,500만

상가임대 3층 500/50

다용도, 깨끗함 198㎡

빌라매매 8,000만

2층 3룸, 욕실 2개

★빌라매매 5,500만

1층 위치좋음

◎ 농지매매 3,000만

개진부리 581㎡

★빌라 3,700만 수리된 집

매매 성원24 / 6,800만

저층 상태양호

청구32 1억5,000 수리됨

★상가주택 3억5,000만

대지281㎡ 건물403.5㎡ 월240만출

매매 개진토지 6,000

농막포함 진입좋음 601㎡

전세 투룸 5,000/7 예쁜방

빛나라공인중개사

남구 두류공원로20길 9
010-8575-4859, 010-4903-9578

★상가 임대(약 10평)

비산동 대로로변 1층 상가
황단보도, 버스정류장 바로 앞
시장 인근 유동 인구 많음
다용도로 사용 가능
내부 화장실 · 주방시설 있음

보 1,000만 / 월 60만

권현장방문 후 협의 가능

대명동 초역세권 대명역 3분 거리

3층 상가주택 매매(대68평)

대단지 아파트 바로 앞(상권최상)
1층, 지하(상가) / 2, 3층주택
총 보증금 1억 7,500만 / 월수입 181만

몽땅 11억 3,000만 원

영대병원 정문앞
신축급원룸 초급매

대76.6평, 건51평
근생2, 원룸8, 투룸4, 주안 총15가구
영대병원역 걸어서 2분 초역세권
총 월수입 493만출, 자부담 3억3,500만
조용가능

대단지아파트 밀집 지역

3층 상가주택 대53평
몽땅 6억 5,000만

초급매 상가2, 미투, 쓰리룸3
4차선(20M 도로접), 용지없음
월수입 230만 원 / 자부담 5억 인수

3층 상가주택 몽땅 5억

12M도로접 초급매 / 약 44평
1층(상가), 2·3층(주택)
시장 바로 앞 상권 최상 용지없음
월수입 35만 / 자부담 4억 6,200만 인수

3층 상가원룸 초급매

엘리베이터 신축급 / 대70평 건93평
상가, 원룸8, 투룸2, 쓰리룸2, 주안 총14가구
북8X서8코너, 안차량과 현충로역 사이 더블역세권
총월수입 660만출 자부담 5억 절충가능

산격동 2층 주택 매매

올리모델링, 대34평, 시청 별관 뒷편
6M접, 집 앞 주차 가능 1·2층 모두 공실
(원하시는대로 맞춤 수 있습니다)

몽땅 2억 8,000만 원

초급매 원룸매매

서부정류장역과 두류공원 역세권
대72.6평, 건136평
상가1, 원룸2, 투룸4, 쓰리룸3, 주안 총11가구
동8X북6 코너 2015년 준공
총 월수입 268만출, 자부담 2,900만 인수

성당동 2층 주택 매매

올리모델링 대38평 두류공원 인접
성당시장 5분 거리 내·외부 컨디션 최상

2층 전세 9,000만/몽땅 3억

송현동 54평형 빌라 매매

송남시장 인근 올리모델링
최신식 아파트식 구조, 최고급 자재 사용
완전 넓습니다. 식구, 살림 많으신 분 추천

몽땅 2억 5,000만 원

우리 동네 **햇살**
이 가게 어때?

아뜰리에 숲

달서구 죽전길 25, 1층(죽전역 5번 출구에서 427m)
문의 ☎0502-1903-1446

이색 데이트! 파사로운 햇살이 들어오는 다육이 공방

손재주는 없지만, 요즘 색다른 걸 해보고 싶었던 찰나이기도 했고, 지나가는 길에 눈여겨만 보았던 곳이다.

마음도 힐링하고 완성품도 예쁘게 가져갈 수 있는 곳!

커피박을 이용해서 다양한 것들을 만들어볼 수도 있고, 아이들에게 인기 만점인 키링 만들기도 할 수 있다.

커피박 화분에 그림 그리고 다육아트까지 할 수 있는 일석이조 프로그램도 있어서 아이들 있는 집은 꼭 와봤으면 하는 곳이다.

입구 들어가자마자 감탄부터 나온다. 공방에는 맛있는 작품들이 많이 있다. 테라리움 작품, 공기 청정에 도움을 주는 스칸디아 모스 소품들도 많았고, 다육아트도 구경할 수 있어서 마치 꽃 갤러리, 식물전시장에 온 듯하기도 했다.

가게에 들어와 작품들을 구경하다 보면 복잡한 마음도 정리되는 신기한 기분도 느껴봤다.

그중 눈에 띄는 건 어릴 적에 TV 위에 어느 집이나 하나쯤 있었던 못난이 삼총사!

원데이 클래스를 통해 강사님이 꼼꼼하고 친절하 설명 덕분에 어렵지 않고 즐길 수 있는 프로그램이며, 아이들이 같이 온다면 가위는 위험하니 잘 이용하지 않는다고 말을 하며 세심한 부분까지 신경을 썼다.



북유럽 천연이끼인 스칸디아모스는 특별한 관리가 따로 필요 없는 식물이다. 따로 물을 주지 않아도 되고 유해 물질 제거 및 탈취 효과가 뛰어나며 미세먼지 흡착 기능도 있어서 공기청정기를 튼 듯 실내공기를 쾌적한 환경으로 만들어 주고 흡음 기능(소음차단), 새집증후군, 아토피 유해 성분 잡아주고, 가슴기 같은 기능 불에 타지도 않는 소재라며 설명했다. 지금은 살아가는 우리에게 참 고마운 소재인 거 같다. 모스의 알록달록한 색깔은 천연색소를 이용해서 염색했기 때문에 아이들도 안심하고 사용할 수 있다. 가

격은 작품의 크기마다 조금씩 다르므로 예약 & 문의하시고 방문하시는 걸 추천해 드린다.

하나의 작품을 만드는 데 드는 시간은 다육아트는 30~40분 정도, 스칸디아 모스는 잘게 뜯어서 붙이는 반복 작업이기 때문에 시간이 좀 더 걸린다.

아뜰리에 숲 사장은 “주변 사람들이 하나하나 만든 작품들을 보고 놀라워하고 이뻐하는 모습들에 성취감, 자신감, 자존감이 높아졌다”고 말씀해 주시면서 이 일을 시작하게 된 계기라고 했다.

뻔한 결과물이 아닌, 직접 내 손

으로 실패 없는 작품을 만들며, 나에게 좋은 기운을 주는 것이 좋은 장점이라는 생각이 든다.

선물용으로 부모님 선물, 집들이 선물, 승진 선물, 개업선물로도 추천하고, 한번 사가신 분들은 또 구매하러 오신다며 재구매율이 높다고 한다.

내 감성대로 만들어지는 작품들이 탄생하는 기쁨을 느끼고 싶으시다면 ‘아뜰리에 숲’ 꼭 추천해 드리고 싶다.

신세란 객원기자

※영업시간: 10:00~18:00(화요일 출강, 일요일 정기 휴무)

※매장 앞 1대 주차 가능

가족 실버 채널

뉴트로 tv

아름다운 나의 인생

문의 1588-0669

푸른방송 99번 (디지털) KT 138번 SK Btv 269번



대구시의회 의원연구단체 반려동물 보호 및 복지 정책 개선을 위한 토론회

대구시의회 의원연구단체 ‘새시대 희망포럼’ (대표 황순자 의원)은 지난 8일(월) 시의회 회의실에서 ‘반려동물 보호 및 복지 정책 개선을 위한 토론회’를 개최했다.

이번토론회는 최근 반려동물을 키우는 인구가 급격히 늘어남에 따라 주민 사이의 갈등, 동물 학대가 유기 등의 문제가 함께 증가하고 있어 이에 대한 대응 방안을 모색하고자 마련됐다.

황순자 시의원은 “대구시에 유기되어 공공동물보호소로 입소되는 동물만 매년 4,500

마리 정도다. 입소동물 중 절반 이상은 자연사하거나 안락사되고 있다. 이제 더는 미룰 수 없는 동물복지 문제를 여가 계신 전문가분들과 함께 토론회함으로써 동물복지 정책 수준을 몇 단계 끌어올리고, 대구시의 동물복지에 적극적으로 대안을 마련하기 위한 정책적인 대안이라고 볼 수 있다.”고 말했다.

이날 토론회는 이형주 (사)동물복지문제연구소 대표가 ‘동물복지 현황과 과제’에 대한 주제로 유실·유기동물문제, 동물학대, 동물보호업무



인력부족 등 개선과제들을 발표했으며, 토론회를 제안한 윤권근 의원이 좌장을 맡아 토론회를 진행했다.

윤권근 시의원은 “토론회가 대구시 동물단체 전문가 그리고 시민들이 함께 머리를 맞

대고 실질적인 효과적인 해결책을 모색하는 계기가 되기를 바란다.

토론자로 참석한 채일택 동물자유연대 전략사업국장은 “반려동물의 복지를 위해 반려인에 대한 교육이 필요하

고, 대구가 유기동물 발생비율은 타지역과 비슷한 수준이지만 유기동물 자연사 비율이 44.1%로 2022년 기준 전국평균 29.8%인데 대구는 1.5배가 높다는 결과를 제시하며 유기동물이 발생하지 않기 위한 정책 사업들이 필요하다”는 의견을 제시했다. 이어 임미연 달서구의원, 이준호 수성대 반려동물보건과 교수, 박준서 대구수의사회장, 임규호 (사)대구유기동물보호협회 대표, 김종오 대구시 농산유통과장이 종합토론을 펼쳤다.

이세경 객원기자



대구광역시활성센터 ‘청년 레벨업 프로젝트’ 업무협약

대구광역시활성센터(센터장 박송목)는 지난 11일(목) 대구 청년의 자립역량 강화 및 지역사회 청년 지원체계 구축을 위해 대구광역시청년센터(센터장 오창식), 월성종합사회복지관(관장 김흥렬), 대구광역시청소년자립지원관(이용형)(관장 이준기)과 4자 간 업무협약을 체결했다. <자료제공:대구광역시활성센터>

우리 동네 핫플레이스
이 가게 어때?

숨쉬는 순두부 다사점

달성군 다사읍 다사로4길 14(매곡리 257-2)
문의 ☎0507-1374-0896

국내산 100% ‘순두부’ 건강한 한 끼



‘숨쉬는 순두부’는 이미 아는 사람은 다 알고 있는 순두부 맛집이다.

아파트 밀집된 곳에 있어 주차공간이 넓어 편하게 주차할 수 있다.

매일 아침 국내산 100%로 두부를 만들고 있으며, 요즘 국내산 100% 두부는 찾아보기 힘들다.

내부는 깔끔하고 넓은 편으로 아기의자도 따로 준비되어 있다.

오픈 시간부터 손님이 있지만, 회전율이 높아서 웨이팅을 하지 않아도 먹을 수 있는 곳이다.

“두부의 맛은 콩이 결정합니다” 두부의 고소함은 혀끝에서부터 느낄 수 있다.

주문하기 전 자리에 앉자마자 두부를 내주시는데 매일 아침 오픈전만드는 두부라고 한다. 이 두부

는 건강 순두부라고 따로 판매도 한다고 한다. 김이 모락모락 나는 두부에 간장을 얹어 먹어보면 고소하다.

밀반찬으로는 여러 가지 반찬이 간도 짜지도 않고 집밥처럼 정갈하게 나온다. 다 먹으면 물론 리필도 가능하다.

메뉴판은 테이블 옆쪽 고리에 걸려있다. ‘숨쉬는 순두부’ 다사점의 세트 메뉴를 주문하게 되면 10% 저렴하게 먹을 수 있다. 여러 명이 갈 때는 세트 메뉴로 주문하는 게 경제적이다.

라드유로 볶아 풍미 가득 맛있는 돼지두부두루치기. 오삼두부두루치기가 있고, 매일 삶는 수육은 두부, 무, 보쌈김치, 깻잎과 환상의 조합이다.

술밥은 2,000원 추가하면 공깃밥

에서 술밥으로 변경해 주신다. 영덕 대게장순두부, 해물순두부, 김치순두부, 짬뽕순두부, 굴매생이순두부는 가격이 8,500원이다. 찌개만 먹기 조금 부족할 때는 4,000원 추가 하면 보쌈도 추가해서 먹을 수 있다.

요즘 같은 날씨에는 콩국수가 별미다. 두루치기는 돼지고기와 양배추가 엄청 많이 들어가 있어서 양념이 남아 공깃밥 하나 추가해 꼭 비벼 먹어 보길 바란다.

반찬에 술밥, 맨밥에 콩비지랑 먹어도 최고!! 그냥 공깃밥까지도 맛있는 청결하고 친절한 다사맛집 ‘숨쉬는 순두부’ 다사점 좀 꼭 한번 방문해 보길 바란다.

※영업시간: 매일 오전 11시~오후 9시
장미경 객원기자

우리 동네 **맛**을
이 가게 어때?

길은웃닭

달서구 감삼길 14(감삼동 209-6)
예약문의 ☎010-4517-1413

‘웃닭’으로 삼복더위를 날리자!



오늘은 대중적이지 않은 닭요리를 소개 한번 소개해 보려 한다. 닭요리라 하면 치킨, 찜닭 한방 백숙 등을 떠올릴 것이다. ‘웃닭’이라 하면 요즘 젊은이들은 생소할 수도 있다.

감삼동 북개도로의 위치한 ‘길은웃닭’을 소개해 드린다. 현 위치에서 4년 반 정도 감삼동 다른 곳에서 14년, 총 18년 정도를 감삼동에서 웃닭 가게를 운영하셨다.

웃닭을 시키면 세월을 알 듯 찌그러진 양은 냄비에 닭을 담아서 나온다. 사장님께서 직접 장갑으로 닭을 분해해 주신다. 처음 보시는 분들은 약간 어두운 국물을 보고 약간 꺼릴 수 있지만, 소금 간을 한 국물 한입 먹어보면 저절로 “아~ 시원하다”라는 소리가 나온다.

웃닭은 노계를 꼭 꼬아서 나오는



데 일반 육계보다는 약간 질긴 식감이라 호불호가 있을 듯하다. 나는 질기기보다는 쫄깃하다는 느낌이라 더 좋은 식감인 듯하다.

웃닭 한 냄비(한 마리) 가격이 2만 5,000원이다. 요즘 닭백숙이 6~7만 원 한다고 생각하면 절반도 안 되는 가격에 몸보신한다는 게 신기할 정도이다.

미리 주문해서 먹을 수 있는 ‘웃찰밥’이 있다. 고기를 다 건져 먹고 남은 국물에 찰밥을 넣고 약 5분간 끓여주면 맛난 죽이 된다. 이 또한



별미가 아닐 수가 없다. 찰밥죽에다 반찬으로 나오는 깻잎과 무말랭이를 얻어먹으면 세상 행복하다.

‘길은웃닭’은 한 그릇 메뉴도 있다. 한 마리가 부담된다면 한 똑배기로 나오는 메뉴가 있는데 닭을 한입 크기로 먹기 좋게 뜯어서 푸짐하게 얻어 주신다. 공깃밥은 별도이다.

그리고 웃닭집인데 참기름병같이 특이한 병이 있다. ‘웃 술’이라 한다. 많이 마시지 말고 하루에 한 두 잔씩 마시면 약이 따로 없다고 하신다. 나도 마셔 봤는데 건강해지

는 기분이 든다.

▶ **웃닭의 효능:** ①여성들의 생리 불순 및 생리통에 탁월한 효과 ②허리 통증, 근육통, 어깨 결림, 멍들었을 때 어혈 (나쁜 피) 제거 ③항암 효과에 뛰어난 우루시올 50% 함유 ④숙취 해소, 위장보호 효과 ⑤원기 회복과 정력 증진의 효과 ⑥속이 냉하거나 손발이 찬데 효과

삼복더위 속 지치지 마시고 길은웃닭 가져서 저렴한 가격에 몸보신 한번 하시고 원기 회복하시는 건 어떨까요? 이연수 객원기자

국내 최초 아시아 영화 중심

AsiaM

추억의 홍콩 클래식 명작부터 트렌디한 신작까지
다채롭게 편성하는 뉴트로 채널

푸른방송 110번 KT 90번 SKB 80번 LGU+ 55번



청춘은 바로 지금, 청바지 찾아가는 문화예술학교 제2기

청춘은 바로 지금, 청바지 찾아가는 문화예술학교 제2기 프로그램이 지난 11일(목) 가창면 행정복지센터 3층에서 진행됐다.

달성문화도시센터, 달성문화도시 가창권역이 주최·주관하는 이번 사업은 달성문화도시 조성사업내 가창권역 문화매개자사업의 문화휴게소 프로그램으로, 방문형 문화예술교육 프로그램 진행을 통한 문화예술 향유 기회를 확대하기 위해 마련됐다.

청바지 찾아가는 문화예술학교 제2기는 문화예술 향유 기회가 적고 교통 및 거동이 불편한 가창 관내 어르신을 대상으로 2개의 거점 공간인



정대2리 마을회관과 가창면행정복지센터에 찾아가 진행하고 있다.

이영희 강사는 “올해 2기를 출범하면서 많은 어르신들이 모여서 행복한 시간을 보내고 있다. 앞으로는 더 많은 동네를 찾아뵙고 어르신들을 참여 시키고 좋은 교육으로 아주 행복한 마을이 될 수 있도록

일조하고 싶다.”고 말했다.

이날 소규모 그룹으로 진행된 행복한 나의 모습그리기에서는 어르신들이 가장 행복했던 시절을 회상하며 작품을 만들고 즐거워했다. 이처럼 표현 기법 안에 잠재해 있는 저마다의 기억, 감정 등을 매개로 강사와 학생이 적극적으로 소통하는 등의 운영방식이



큰 호응을 얻고 있다.

우록2리 박숙희(75) 씨는 “지자체에서 좋은 프로그램을 만들어 줘서 일주일에 한 번이라도 참석하게 되어 기쁘고 행복하다. 여러 가지로 신경써주고 배려해 줘서 감사하다.”고 말했다.

또, 용계리 김원희 씨는 “형님, 아우, 친구들 같이하니까

너무 좋다. 앞으로도 좋은 프로그램 계속 이어졌으면 좋겠다.”고 말했다.

용계리 문월성 씨는 “이런 기회를 주신 많은 분들에게 감사를 드린다.”고, 또 용계리 박점임 씨는 “20대로 돌아간 것 같다. 앞으로 이런 기회가 자주 있었으면 좋겠다.”고 말했다. **최준업 객원기자**

엄마와 단둘이 여행을 떠나본 적 있나요?

엄마의 기차여행

생애 가장 특별한 여행이 찾아옵니다

CHANNEL J

푸른방송 디지털 케이블 123, 케이블 57-1

지방세 환급 신청 '카카오톡 채널' 서비스

달성군(군수 최재훈)은 주민들이 손쉽게 지방세 환급금을 돌려받을 수 있도록 '달성군 지방세 환급 신청 카카오톡 채널 서비스'를 실시한다.

보다 간편해진 환급 신청방법은 지방세 환급 안내문을 받은 납세자들은 카카오톡 채널명 '달성군지방세환급'을 검색해 채널 추가한 뒤 대화창을 열어 '환급 신청합니다'를 선택하고, 환급번호 및 환급받을 계좌번호 등을 입력해 환급 절차를 진행하면 된다.

〈자료제공:달성군청〉

※ 지방세 환급금은 자동차폐차 또는 소유권 이전, 국세 경정 등의 다양한 사유로 발생하며, 발생 즉시 안내문을 발송해 환급 신청을 안내하고 있다.

국민연금 Q&A

Q. 만성신부전증으로 투석 6개월째인데 장애연금을 받을 수 있나요?

A. 만성신부전증의 경우 지속적으로 투석을 시작한 날로부터 3개월 경과시점에 장애정도를 심사하여 장애연금을 받을 수 있습니다.

장애연금 청구 및 지급 시기는 일반적으로 완치일 또는 1년 6개월 경과일을 기준으로 하는데 만성신부전증은 지속적인 투석요법을 처음 시작한 날로부터 3개월이 경과한 날과 신장이식 수술일로부터 6개월이 경과한 날을 완치일로 인정하고 있습니다.

따라서 만성신부전으로 초진일로부터 1년 6개월이 경과하지 않은 경우라도 지속적인 투석요법을 3개월 이상 받고 있다면 심사를 거쳐 장애연금을 받을 수 있습니다. 장애등급(국민연금에서 심사·판정)은 1~4급으로 구분되며 1~3급은 매월 연금으로, 4급은 일시 보상금으로 지급됩니다.

장애연금은 초진일 당시 연금보험료를 일정기간 납부한 이력이 있어야 지급대상이 되고 연령제한이 있는 등 개별적인 사안마다 차이가 있을 수 있으니, 가까운 국민연금공단 지사나 국민연금 고객센터(국번없이 1355(유료))를 통해 자세한 안내를 받으시기 바랍니다.

국민연금 대구지사 / 국번없이 1355

우리 동네 **맛**
이 가게 어때?

장육식당

달서구 와룡로 104 / 예약문의 ☎053-566-6692

‘야들한 고기’ 본리동 숙성육 전문 식당

개인적으로 최애하는 모임 장소로 가족외식, 모임 할 때 꼭 추천하는 맛집이 있다. 바로 달서구 본리동에 있는 ‘장육식당’을 소개하고자 한다.

본리동 장육식당은 죽전역 3번 출구에서 도보 약 900m 거리에 있어 남대구IC나 장기동 먹자골목과의 접근성이 매우 좋다.

가게 앞에는 주차 공간이 마련되어 있어 차량 이용 고객들에게도 편리한 점이 돋보인다.

이 식당의 매력 중 하나는 월남쌈처럼 라이스페이퍼와 신선한 채소를 함께 제공한다는 점이다. 라이스페이퍼의 쫄쫄한 식감과 새싹 채소의 아삭함이 함께 어우러져, 고기와와의 조화를 더욱 즐길 수 있다.

밑반찬으로는 다양한 샐러드, 백김치, 콩나물무침, 양파장, 각종 장아찌 등이 준비되어 있으며, 소금, 쌈장, 마늘, 와사비, 양념장 등의 다양한 양념도 고기와와의 조화를 돋보이게 한다.

고기의 특징은 특히 두툼하고 고소한 맛이 특징이다. 직원들이 신속하고 맛있게 고기를 구워주어 고객들에게 최상의 맛을 제공한다.

또한, 고기의 굽는 기술은 매우 중요인데, 이 식당에서는 불판의 온도를 철저히 관리하여 고기의 식감과 맛을 최대한 살려준다. 고기와 함께 나오는 버섯과 밀떡도 함께 구워 먹으면 더욱 풍미가 높아진다.

매장은 밝고 깔끔한 인테리어로 고객들에게 편안한 식사 분위기를 제공한다. 매장 우측에는 20명의 단체가 이용할 수 있는 단체룸도 마련되어 있어 회식이나 가족 모임에 최적의 장소로 꼽힌다. 아이 동반 고객을 위한 아기의자와 일회용 앞치마도 갖춰져 있어 가족 단위의 방문에도 편리하다.



고기의 맛은 이 식당의 자랑 중 하나로, 고기는 원육의 품질을 우선으로 선택하고 2주 동안 항온숙성을 거쳐 고객들에게 제공한다. 고기가 두툼한 삼겹살은 쫄깃하고 육즙이 가득해 입맛을 사로잡는다.

특히 ‘표고버섯장’은 달콤하고 짭조름한 맛이 특별히 좋으며, ‘항정살’은 기름이 많은 부위임에도 불구하고 고소하면서 부드럽고 맛있다. ‘가브리살’은 쫄깃한 식감과 고소함이 어우러져 더욱 특별한 맛을 선사한다. 돼지고기 외에 한우 등심도 마블링이 좋아 보이고 부드럽고 감칠맛이 일품이다.

식사가 끝난 후에는 믹스와 원두커피를 마실 수 있으며, 나가는 길에는 세면대가 마련되어 있어 청결하고 깔끔한 느낌을 준다. 본리동 ‘장육식당’은 지역 발전과 음식 문화 수준 향상, 위생적 외식 환경 조성에 기여한 공로로 대구시장 표창장을 받았으며, 농림축산식품부 제공의 안심식당 인증도 받았다.

‘장육식당’은 매일 오전 11시 40분~밤 11시까지 영업을 하며, 오후 2시 30분~4시 30분까지는 브레이크 타임이다. 이런 다채로운 매력을 갖춘 본리동 ‘장육식당’은 사랑받는 곳으로 자리매김하고 있다. 고기를 좋아하는 분들에게는 특히 추천할 만한 곳이다.

김영식 객원기자



우리 지역 달서구·달성군의 중소상인들에게 힘이 되고자

모든 지면 광고 50% 할인해드립니다.

문의 : 053)572-6000

우리 동네 **맛**플
이 가게 어때?

연화정 삼계탕

달서구 구마로 116(본동 772-1)
예약전화 ☎053-526-8380

'여름철 보양식' 삼계탕으로 기력을 충전하자



비가 오락가락~ 장마의 계절이 지속되고 있다. 비가 오지 않으면 더위가 기승을 부리고 비가 오면 한 번씩 물난리가 날 만큼 많이 내리기도 한다. 지속적인 습한 날씨와 열대야가 기승을 부리는 삼복더위엔 보양 음식으로 우리 몸을 충전해야 한다.

본리네거리에서 서부정류장 방향 300m 우측 편에 자리한 '연화정 삼계탕!' 입구에 널찍한 주차장이 있어 주차 걱정은 할 필요가 없고 주차 자리를 도와주는 직원 2명 있어서 더욱 편하고 빠르게 주차하고 가게로 입장할 수 있다.

연화정은 언제부터 영업했는지 잘 모를 만큼 이 자리에서 오랫동안 영업을 하고 있다.

가게 안쪽에도 4인용 테이블이 많이 나열되어 있는데 "여기에 사람들이 다 들어올까?"라는 생각이 들 만큼 가게가 넓어 웨이팅 걱정할 필요 없을듯하다. 하지만 웨이팅 걱정을 해야 한다. 점심시간보다 조금 일찍 가게에 들어오다 보니 웨이팅은 생각하지 않았는데 점심시간이 되면서 자리는 금방 꽉 찼고 예약하지 않으면 웨이팅은 무조건 생각하고 오는 것이 맞는 것 같다.



주메뉴는 삼계탕 가게답게 연화정 삼계탕, 상황버섯 삼계탕, 산삼(배양근) 삼계탕, 전복(2개)삼계탕 있으며, 특별한 메뉴로는 황제탕(산삼 배양근+상황버섯+전복 2개), 산전탕(산삼배양근+전복 2개), 버전탕(상황버섯+전복 2개), 닭똥집도 준비되어 있다. 추가로 계절 음식 메뉴는 굴국밥, 매생이굴국밥, 전복굴국밥, 전복매생이굴국밥, 생굴전 등이 준비되어 있어 삼계탕을 잘 먹지 못하는 분들은 계절 메뉴를 이용하는 것도 좋을 듯했다.

연화정 삼계탕과 산삼(배양근) 삼계탕을 주문하고 가게를 살펴보니 몇 가지 식재료에 대한 설명을 많이 기술해 두고 있는데 그중의 하나가 산삼 관련 내용이다.

"이제 당신도 산삼배양근을 드실 수 있습니다."

고려산삼은 수십 년에서 약 100년 (추정)생의 고려산삼 중 유전적으로 성분이 가장 우수한 것을 선별하여 세계 최초로 인공 산삼배양에 성공하여 손성호 박사가 설립한 비트로 시스에서 직접 생산한 고려산삼 배양근이다.

주문한 음식이 펄펄 끓는 뚝배기 담겨 뜨거운 김을 내뿜으며 삼계탕 고유의 다리 꼬는 자세로 내 앞에 등장했다.

기본이 연화정 삼계탕이면 산삼 배양근 삼계탕은 삼계 위에 산삼배양근이 올라가 있는 형태라고 생각하면 되겠다.

삼계탕 첫맛을 어디나 비슷할 것으로 생각하지만 조금씩 맛이 다르다. 깊은 육수의 맛이라고 해야 할까?? 기본적인 간은 조금 되어 있고 뼈와 살을 함께 끓여내어 뼈와 살이

분리가 너무 잘되어 발라먹기 좋고 건강에 좋은 단백질과 영양소가 풍부하다. 열량을 고려해 건강식을 추구하는 현대인들에게 최적의 식사인듯하다. 함께 제공되는 별미 닭똥집도 오독오독 씹히니 맛이 너무 일품이다. 퇴근 후라면 함께 제공되는 인삼주도 한잔하고 싶으나 오늘은 점심이라서 아쉽지만, 다음을 기약한다.

삼계탕은 주로 여름철에 더위를 식히고 체력을 회복하기 위해 먹는 음식으로 그 전통도 아주 오래된 음식이다.

지역마다 조금씩 다른 조리법으로 요리하고 있지만 충분한 보양식 음식임에는 틀림없이 사실...

더위로 인해 입맛이 툭 떨어질 때 삼계탕 한 그릇 하러 가보자.

정말봉 객원기자

최고다 이순신

본방 월~금 9시 30분
재방 월~금 18시 30분

인어아가씨

본방 월~금 12시 30분
재방 월~금 21시

황금신부

본방 월~금 15시
재방 월~금 23시 30분

www.HighlightTV.co.kr
대구푸른방송 하이라이트TV
· 디지털 58번 · 8VSB 35-1번

군복무 달성청년 '상해보험' 최대 3,000만 원 무료 지원

달성군(군수 최재훈)은 작년에 이어 올해도 군 복무 청년 대상 상해보험을 무료로 지원한다.

대구시 달성군에서 시행하는 '군 복무 청년 상해보험'은 달성군에 주민등록을 둔 현역병(육·해·공군, 해병대, 상근예비역 등)이면 입대와 동시에 별

도 가입 절차 없이 자동으로 가입된다.

보험료 전액은 달성군이 부담하며, 가입된 현역병들은 군 생활 중 사고로 상해를 당할 시 최대 3,000만 원까지 보험금을 지원받을 수 있다. 보장 항목은 ▷사망(상해/질병) ▷후유장해 ▷상해·질병 입원 일당 ▷상해사

고 28일 이상 진단금 등 12개 항목이며, 타 제도에 의한 보상과 관계없이 중복 보상이 가능하다.

보험금 청구는 사고일로부터 3년 이내에 증빙서류를 갖춰 군복무 달성청년 상해보험 전담센터(☎070-4693-1655)로 신청하면 된다. <자료제공:달성군청>



새마을문고 달서구지부, 후원금 전달

새마을문고중앙회 대구달서구지부(회장 이광섭)는 지난 13일(토) 지역 인재 육성을 위해 써 달라며 200만 원의 후원금을 (재)달서인재육성장학재단에 전달했다.



화원읍 소재 국공립어린이집 8개소 저소득층 이웃돕기 성금 200만 원 기부

화원읍 소재 국공립어린이집 8개소 원장(꿈의숲·꿈터·그린빌·명곡·별초롱·안텔센·화원이진캐슬빌·해원) 등은 지난 11일(목) 화원읍 행정복지센터를 찾아 저소득 이웃들에게 전해달라며 성금 200만 원을 기부했다.



달성군청소년문화의집

청소년 요리동아리 지역사회 요리 나눔 활동

달성군청소년문화의집(관장 박성수) 청소년 요리동아리 '우리 마을 요리동아리'는 지난 13일(토) 달성군 가창면 용계리 노인회관 노인들 대상으로 요리 나눔 활동을 진행했다.



옥포읍 지역사회보장협의체

지원한 여름나기 생필품꾸러미 지원사업

옥포읍 지역사회보장협의체(공공위원장 윤태영, 민간위원장 최태영)는 지난 10일(수) 취약계층 30세대를 대상으로 삼푸, 비누, 삼계탕 간편식 등 생필품으로 구성된 '지원한 여름나기 생필품꾸러미 지원사업'을 실시했다.



(사)사랑해밥차, 무더위 속 사랑의 삼계탕 1,300인분 나눔

사단법인 사랑해밥차가 지난 11일(목) 두류공원 네거리 일대에서 한여름 무더위 속에서 어르신들의 건강을 위해 특별히 준비한 삼계탕 1,300인분 나눔 활동을 펼쳤다.

최영진 (사)사랑해밥차 대표는 "초복을 맞이해 어르신들을 위한

보양식 삼계탕을 1,300마리를 준비했다. 맛있게 드시고, 또 말북좁에 기회가 있으면 다시 한번 만들어 보도록 노력하겠다."고 말했다.

사랑해밥차는 20여 년간 꾸준히 급식 봉사를 하고 있으며, 현재도 주 5회 장애인, 노숙자 및 사회 소외계층을 위한 무료급식

을 실시하고 있다. 또한 단순한 급식 봉사를 넘어 다양한 문화 활동도 펼치고 있다. 문화공연 참여와 무대기획 및 제작, 이벤트 물품 대여사업 등을 통해 얻은 수익금을 무료급식과 찾아가는 문화마당 사업에 환원하고 있다.

안상득 객원기자



달서구 이곡2동, 새마을단체 주관 삼계탕 전달 행사

달서구 이곡2동(동장 심태희)이 지난 12일(금) 새마을협의회·부녀회(회장 곽병열, 박경화) 주관으로 초복을 맞아 이곡2동 행정복지센터에서 회원들이 함께 모여 만든 삼계탕 220통을 관내 취약계층과 경로당 어르신들에게 전달하는 행사를 진행했다.

<자료제공:달서구청>



달성군, 찾아가는 이동종합복지서비스 실시

달성군(군수 최재훈)은 지난 9일(화) 가창면 대일2리 주민들을 대상으로 민관합동 자원봉사 '찾아가는 어르신들에게 전달하는 행사를 진행했다.

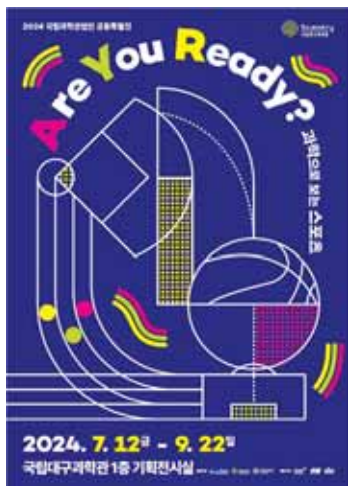
<자료제공:달성군청>

‘스포츠 속 과학’을 체험해 보요

국립대구과학관 ‘아유레디, 과학으로 보는 스포츠’ 공동특별전

국립대구과학관(관장 이난희)은 2024년 국립과학관법인 공동특별전 ‘아유레디?(Are You Ready?): 과학으로 보는 스포츠’를 9월 22일(일)까지 과학관 본관 1층 기획전시실에서 개최한다.

2024 파리 올림픽으로 스포츠에 대한 국민적 관심이 고조되는 가운데 열리는 국립대구과학관 공동특별전 ‘아유레디? 과학으로 보는 스포츠’는 스포츠를 통해 신체활동의 과학적 탐구와 스포츠 속에 숨은 과학의 원리를 이해할 수 있도록 대구·부산·광주 등 3개의 국립법인과 과학관이 공동으로 개최한다.



이번 전시는 스포츠를 직접 체험해 볼 수 있는 체험형 콘텐츠가 주를 이루며 움직임의 비밀, 스포츠 속 과학, 생활과 스

포츠까지 3개 존* 37종의 전시물로 채워졌다.

* 1존 ‘움직임의 비밀’, 2존 ‘스포츠 속 과학’, 3존 ‘생활과 스포츠’

특히 이번 전시는 전자태그(NFC) 시스템을 적용해 관람객에게 맞춤형 정보를 제공한다. 입장 시 나눠주는 팔찌형 전자태그로 체험전시물을 예약하기도 하고 체력 측정 시 근력이나 순발력 등 나의 정보값을 저장하고 출력할 수 있다.

국립대구과학관은 관람객들이 전시를 보다 쉽고 재밌게 접할 수 있도록 ‘전시해설 프로그램’을 운영한다.

문의) 053-670-6204

행복한 가족을 위한 ‘에코 라이프’

대구달성도서관, 찾아가는 환경교육

(관장 정현호)은 오는 7월 25일(목)~26일(금)까지 이틀동안 학부모를 대상으로 2024년 찾아가는 환경교육 ‘행복한 가족을 위한 에코 라이프’를 운영한다.

이번 행사는 대구시환경교육센터 주관

2024년 찾아가는 환경교육의 일환으로, ▲7월 25일(목)에는 일상 속 제로웨이스트 실천법을 챗GPT와 함께 알아보는 ‘A.I와 함께 배우는 제로웨이스트 실천법’, ▲7월 26일(금)에는 기후위기와 그에 따른 식량 문제를 다루는 ‘그 많던 대구 사과 어디로 갔을까?’를 주제로 진행됐다.

참가자는 도서관 누리집을 통해 선착순으로 모집 중이며, 주제별로 각각 신청 가능하다.

기타 자세한 내용은 도서관 누리집을 참고하거나 독서문화실(☎231-2171)로 문의하면 된다.

〈자료제공/달성도서관〉



맛나네 막창

달서구 달구벌대로332길 93
문의 ☎053-568-9289

“가성비 좋은, 집밥 먹으러 가자”



점심 한 그릇, 1만 원을 육박하는 고물가 시대에 정말 가성비 좋게 점심을 먹을 수 있는 곳을 소개해 드리고 싶다.

감삼동에 북개 도로에 있는 ‘맛나네 막창’

김남교 사장님은 대학로 앞 호프집 막걸릿집 각종 식당을 수십 년간 운영하셨다. 특히 2년 전까지 본리초등학교 후문 근처에서 ‘맛나네 할매집’이라는 가게에서 식사류 각종 안주 등으로 가게를 운영하신 바가 있다.

막창집이지만 제가 오늘 소개해 드리는 것은 점심 특선 메뉴이다. 오전 11시~오후 3시까지 판매하는 점심은 7,000원이라는 가격에 매일 바뀌어 나오는 6~7가지의 반찬과 국. “이래도 남는 게 있을까?”라는 의문이 들 정도이다. 식사를 가져다주시며 “우리 집은 밥은 무한이다”라며 배불리 먹고 가라고 하신다.

그리고 6월부터 시작하신 ‘잔치국수’ (5,000원)는 신선한 재료들로 직접 내신 육수에다가 쫄깃하게 적당히 잘 삶은 국수를 매일 직접 버무리시



는 걸쭉이를 곁들여 한 입하면 뭐라 설명할 수 없을 정도에 맛이 난다. 그리고 더운 여름이라 ‘냉잔치국수’를 판매하는데, 따뜻한 국물을 원하시는 분들은 미리 말씀해 주시면 ‘온 잔치국수’도 만들어 주신다. 그 외 ‘주꾸미 비빔밥’도 있는데, 사장님 특제 소스에 불맛을 곁들여 볶은 주꾸미에 콩나물 등 각종 채소를 곁들여 비벼 먹으면 잃어버린 입맛까지 돌아올 것이다.

그리고 한 가지 더 빠질 수 없는 메뉴가 있다. 예약해야 주문할 수 있는 ‘수육’이다. 원하는 시

간에 주문하면 그 시간에 맞춰서 따뜻한 고기를 먹을 수 있다.

마지막으로 ‘막창’은 사장님의 수십 년간의 노하우와 전문가에게 전수 받으신 소스, 막창 삶는 방법까지 더해 막창 특유의 냄새를 잡고 구수하고 졸깃한 식감을 느낄 수 있다.

매일 매일 점심 메뉴를 못 정해서 ‘뭐 먹지?’하지 마시고 ‘맛나네 막창’ 가서서 점심 특선 집밥 정식으로 든든한 하루를 채우는 건 어떨까?

이권수 객원기자

우리 동네 핫플

이 가게 어때?

우리 동네 **맛**
이 가게 어때?

왔다 산아나고 산곰장어

달서구 감삼북길 164(감삼동 140-27)
예약전화 ☎053-566-1845

“살아있네~ 살아있어” 웨이팅은 필수



한여름밤에 시원한 맥주에 어울리는 안주, 음식을 많이 찾는다. 덥다 보니 시원한 주류를 많이 찾는데, 그렇다고 꼭 시원한 맥주에 치킨만 있는 것은 아니다. 여름에 치맥이 유명하기는 하나 살얼음 살짝 있는 소주에 아나고, 먹장어 등도 훌륭한 안주가 될 때도 많이 있다.

자주 먹던 생맥주+치킨에서 벗어나 날씨가 매우 많이 습하고 더워도 때론 주당들이라면 계절에 상관없이 주종을 가리지 않아야 하듯이 오늘은 소주에 곰장어 선택했다.

오늘 저녁 맛 나는 저녁과 가벼운



소주 한잔으로 오늘의 피로도 날리고 ‘소소한 행복’도 챙길 수 있지 않을까?

오늘 찾은 ‘원조 왔다 산아나고, 산곰장어’ 위치는 우체국에서 구병원 쪽으로 50m 정도만 가면 된다. 왼쪽에 자리 잡고 있으며, 30년 이상 이곳에서 영업하는 소문난 맛집이기도 하다.

한때 구병원 인근에는 연탄 석쇠 구이집들이 많이 있었으나 이제는 많이 사라지고 여기만 남아있는 것 같다. 주차장은 가보지는 못했지만 뒤쪽 편에 몇 대할 수 있는 것처럼 보이고 조금 떨어진 주택가에도 충분히 할 수 있을 것으로 판단된다.

오늘 일행은 7명으로 2테이블을 잡고 들어가려고 했으나 역사... 맛집들은 잠시 늦으면 함께 입장하는 것도 쉽지 않다. 그래도 다행히 타이밍이 좋아 함께 앉아서 메뉴판을 보니 “와우!” 무엇을 먹어야 할지...

주메뉴는 산아나고(양념구이, 소

금구이), 산곰장어(양념구이, 소금구이), 국내산 양념 삼겹살, 사이드 메뉴로는 무뼈양념닭발, 오징어 양념구이 등이 있었고 오늘 맛을 다 보고 싶다 생각에 무리한다. 처음은 아나고(소금구이), 곰장어(양념구이), 양쪽으로 주문 올리고 나니 기본 반찬에 미역국, 기본 쌈, 각종 쌈거리(양념장, 마늘, 고추 등)이 제공됐다. 개인적으로 미역국이 맛이 괜찮아서 추가 리필해서 혼자 먹기도 했다.

주문 후에 손질한 산곰장어의 뼈와 심장을 불판에 올려주셨는데 팔딱팔딱 튀고 있는 심장이 식재료이지만 조금 불쌍하다는 생각이 들기는 했다. 처음 보는 분들은 빼달라고 해도 될듯하다.

먼저 하얀 살의 아나고 맛은 역시 전문가가 구워주는 맛이 고소하고 담백하니 너무 좋았다. 조금 먹다 보니 다시 양념곰장어 등장에 또 맛에 한 번 더 홀릭한다. 일단 맛있는 음식

식이 나오면 전체적으로 말수가 줄어든다. 이야기할 시간이 없다. 음식을 먹어야 하니까...

양념 삼겹살과 양념 오징어를 추가로 주문하고 잠시나마 사담했다. 금방 먹은 음식 이야기들인데 다들 만족하고 있는 모양이다.

다시 나온 양념 삼겹살과 양념 오징어는 적당히 요리된 상태로 왔고 바로 먹어도 될 만큼이었다. 바로 잡은 신선한 식재료들을 사용해서인지 비슷한 양념 기본인데도 맛이 많이 달랐고 맛은 모두 괜찮았다. 소주 한잔이라면서 된장찌개에 밥을 먹는 것은 패스할 만큼 함께한 지인들이 만족하면서 저녁 자리를 마쳤다.

장마가 지나가고 나면 폭염이 우릴 힘들게 하겠지만 더위에 지친 몸과 마음을 꼭 치맥이 아닌 아나고로 치유해 보는 것은 어떨까?

음식은 말로 다 설명이 안 될 때도 많이 있다. 그럼 가봐야겠지...

정말봉 객원기자

<도라에몽>, <파워레인저 킹덤포스>, <알로스와 친구들>
가족과 함께 볼 수 있는 애니메이션 채널

디지털
185번
가족과 함께

ANIONE

Animation

ANIBOX

디지털
182번
한일 동시

<원피스> 부터 <블루 아카이브> 까지!
한일동시 애니메이션을 가장 빠르게 볼 수 있는 채널!

SBS Sports

X

이강인



우리 동네 **맛**
이 가게 어때?

관문당 서남시장점

달서구 달구벌대로329길 10(감삼역 1번 출구에서 214m)
문의 ☎010-8469-0614

오븐에 구워서, 담백한 ‘치킨 & 오리고기’



매번 시장에 장을 보러 갈 때마다 사람들이 줄 서고 있는 오븐구이 통닭집!

달서구에서 유명한 먹거리가 많기로 소문난 서남시장에 자리 잡고 있다. 맛있는 먹을거리, 볼거리들이 많아서 장 보기 좋은 곳이라 자주 가는 곳인데, 관문당 지나갈 때마다 꼭 포장해서 손에 들고 집에 간다.

▶ 메뉴 & 가격

수제 떡갈비 1장 3,000원
4장 11,000원

왕 닭 다리 바비큐 1개 4,000원
3개 11,000원

오븐치킨 한 마리 반 팩 12,000원

닭 날개 구이 한 팩 10,000원

오리 훈제 바비큐 반 마리 8,000원
한 마리 15,000원

무뼈 닭발 한 팩 8,000원

김부각, 미역튀각 1팩 6,000원
2팩 10,000원

메뉴를 보면 수제 떡갈비, 왕 닭다리 바비큐, 오븐 치킨, 닭 날개 구이,

오리 훈제 바비큐, 숯불 맛 매콤 무뼈 닭발까지 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 다채로운 구성으로 고객들의 입맛을 사로잡고 있고, 닭에 약간 짭짤한 소스가 발라져 있는데 초등학생도 먹을 정도인 거 같다.

그중 시그니처 메뉴는 오리 훈제와 오븐치킨이다. 막 나온 치킨과 오리 훈제를 즉석에서 바로 잘라주기 때문에 더 맛있게 먹을 수 있다.

포장을 기다리다 보면 살이 가득한 통구이들이 끊임없이 나오는 걸 볼 수도 있다. 바로 나온 음식을 집으로 가져가서 먹으면 환한 닭과 오리를 즐길 수 있고, 조금 식었다 싶으면 전자레인지에 30초만 돌리면 처음 그 맛 그대로 즐길 수 있다.

오리라서 기름기가 없을 수는 없지만, 그냥 구웠을 때처럼 딱딱하지 않고, 부드러우면서 육즙이 남아있어 촉촉했다.

오리 기름은 굳지 않아 혈관을 막지 않아서 건강에 좋다고 하는데, 식구들 먹이기에도 부담 없을 거 같다.

한 마리 양이 많아, 2명이 먹거나 혼자서 먹을 땐 반 마리만 먹어도 충분할 거 같고, 남으면 냉장고에 두었다가 다음날 전자레인지에 돌려 먹으면 된다.

관문당의 치킨은 모두 국내산 냉장육을 사용한다. 기본적으로 양념이 배어 있고, 살이 통통하게 올라와 있는 데다가 부드러운 뼈 발라먹기에도 편했다. 매콤한 소스에 찍어 먹으니 더 맛있었고 밥과도 잘 어울렸지만, 맥주와 함께 한 마리 푹딱하기에 더 잘 어울리는 맛이였다.

통 닭다리 구이는 한 손으로 들기에도 벽철 만큼의 크기다. 염지도 되어있고, 겉면에 기본양념이 배어 있어 소스 없어도 맛있게 먹을 수 있었다. 살짝 매콤하고, 살이 꽉 찬 닭고기가 엄청 부드럽고, 쫄깃한 닭고

기를 씹으면 육즙이 흘러나올 정도로, 양이 엄청 많다. 양과 맛 모두 만족스러웠다.

아이들과 같이 드실 분은 떡갈비도 하나 같이 사 와서 먹으면 좋을 거 같았다.

기본 제공되는 소스는 허니머스타드, 파닭드레싱, 매콤한 소스인데 소스가 더 필요하다면 추가구매도 가능하다.

가성비 좋은 착한 금액으로 맛있는 훈제 오리랑 떡갈비 치킨 메뉴까지 다양한 오븐구이를 즐길 수 있는 서남시장 맛집으로 꼭 추천하는 곳이다.

※ 영업시간 오전 10시~오후 7시
매주 일요일 휴무
공영주차장 이용 가능

CHU

온리U 드라마
드라마와 입 맞CHU다

해외(유럽)드라마 전문 채널



디지털 95번

‘도동나라’에 모여 함께 책을 읽자!

테크노초, 지역사회 개방형 학교도서관 서비스 개시 기념 독서문화 행사

대구테크노초등학교(교장 박호길)는 학교도서관 ‘도동나라’가 7월부터 지역사회 개방 서비스를 개시한 기념으로 지난 6일(토) 다양한 독서문화 행사를 운영했다.

‘도동나라’는 대구지역 최초 지역사회 개방형 학교도서관으로 유네스코 세계문화유산에 등재된 도동서원의 ‘도동’과 날개를 뜻하는 순우리말인 ‘나라’를 합성해 지역주민들과 학생들이 책을 통해 생각과 상상의 날개를 펼치는 공간을 뜻한다.

이날 테크노초는 대구달성도서관과 함께 지역주민을 위한 ▲그림책 독서지도 강의, ▲학생들을 위한 책 놀이 활동, ▲책 읽는 가족 플라로이드 사진 행사, ▲대구테크노초등학교 굿즈 증정 등 다채로운 행사를 운영하여, 학생과 지역

주민이 함께하는 학교도서관 독서문화행사를 진행했다.

독서문화 행사에 참석한 강은희 대구시교육감은 “지역사회 개방형 학교도서관 운영을 통해 교육공동체가 함께하는 학교 문화와 더 나아가 지역사회 문화를 만들어 나가기 위해 다양한 시도와 노력을 하겠다.”라고 말했다.

한편, 도동나라는 대구달성도서관, 대구북부도서관, 2·28기념학생도서관, 국채보상운동기념도서관 등 지역사회



시립도서관에서 기증받은 도서 6,000여 권을 포함해, 아동과 지역주민을 위한 도서 총 1

만 3,000여 권으로 구성된 다양한 독서공간을 조성했으며, 교육공동체가 함께하는 내실

있고 책임감 있는 학교도서관 운영을 위해 힘쓰고 있다.

〈자료제공:대구테크노초등학교〉



대구테크노초병설유치원, 유치원 IB 교육 연수

대구테크노초등학교병설유치원(원장 박호길)은 지난 6일(토) 시청각실 및 세미나실에서 유치원 교원 20명, 초등학교 교사 3명을 대상으로 유치원 교원 IB 교육 역량 개발을 위한 연수를 개최했으며, 전국 최초로 도입되는 유치원 IB 교육에 대한 큰 기대를 나타냈다.

〈자료제공:대구테크노초등학교병설유치원〉

쁘띠자르당 까까

달성군 논공읍 남리길 1
문의 ☎053-615-6618

‘풍부한 경험과 실력있는’ 열풍 전문 미용실

논공 평광4차APT 입구에 있는 미용실 ‘쁘띠자르당 까까’를 소개한다.

사장님이 미용실을 시작한 지는 35년 정도이고 지금 이 자리에서만 도 벌써 21년째이다. 그러기에 동네 어르신들이 모여 수다를 떠는 동네 사랑방 역할을 도맡아 왔다. 활기찬 동네 모습을 확인하기 위해 사랑방을 방문해 우리들의 소소한 일상이 담긴 이야기를 들어보았다.

입구에 들어서니 활짝 웃으면서 반겨 주시는 사장님 덕분에 하루가 즐겁다. 꼼꼼한 성격과 남다른 손재주를 가진 사장님이 원래 미용 쪽에 관심이 있어서 미용실을 시작하였는데 하다가 보니까 적성에도 맞아서 운영상에 별다른 문제점은 없다고 한다.

풍부한 경험과 실력으로 다수의 수상 경력이 있다고 조심스럽게 자랑하신다. 이곳 사장님의 주특기는 열풍이라고 한다.



물론 미용실 원장님이라면 다들 커트 실력은 기본이겠지만 이곳 사장님은 풍부한 경험으로 특히 커트에 자신 있다고 말씀하신다. 최신시설의 장비와 사장님의 모발에 대한 이론과 지식이 풍부한 듯하다.

방문하시기 전에 인스타그램 등 SNS를 통해 여러 가지 헤어스타일을 많이 보고 오시는 것도 도움이 된다고 하였다. 손님 중에는 외국인 특히 베트남 분들이 많다고 한다.

항상 손님을 가족이라는 생각으로



전에 한 번이라도 오신 손님은 기억을 해두시는 게 참 중요하다고 말씀하신다. 단골 확보에 노력한 결과 대부분 단골손님 덕분에 운영상에 커다란 문제는 없다고 한다.

향후 바람이 무엇인지는 질문에 조금 더 노력해서 미용기능장이 되는 것이라고 했다. 그리고 사장님은 주 2회 정도 장애인센터 ‘헤어사랑’이라는 곳에 커트 봉사를 나가고 있

는데 지역민들의 많은 관심을 부탁하셨다. 그리고 논공읍 ‘다둥이 행복가게’로도 등록이 되어 있어서 세 자녀 이상 가정에 대해 미용 요금을 할인도 해주신다고 한다.

헤어스타일이 그 사람의 인상을 좌우하는데 이번 주말에는 기분 전환도 할 겸 가까운 미용실에 들러 헤어스타일에 변화를 주는 건 어떨까요?
신재진 객원기자

우리 동네 핫플
이 가게 어때?



대건고 '2024 화랑권 거점비즈쿨 연합 창업캠프'

대건고등학교(교장 박규장)은 지난 6일(토)~7일(일)까지 부산 영도 일대에서 대구경북, 경남, 부산 거점비즈쿨 세 개 지역 연합으로 진행된 '2024 화랑권 거점비즈쿨 연합 창업캠프'를 성황리에 마무리했다.

이번 캠프는 중소벤처기업부와 창업진흥원, 대구경북거점비즈쿨 대건고등학교, 경남거점비즈쿨 한일여자고등학교, 부산거점비즈쿨

부산문화여자고등학교, 영남대학교가 주최·주관했으며, ESG 로컬 브랜딩과 창업교육을 통해 친환경 스타트업 관련 지식을 함양하고 글로벌 인재를 양성하기 위해 마련됐다.

또한, 대구경북, 경남, 부산 등 화랑권의 비즈쿨 담당 교사와 창업대학 관계자 간의 네트워크 형성을 촉진하는 계기가 됐다.

이날 대구경북 7개교 14명, 경남

7개교 14명, 부산 6개교에서 학생 40명, 인솔교사 20명이 참여했으며, '꿈을 향한 도전, 함께 성장'이라는 주제로 지속가능한 발전을 위해 해양자원을 활용한 해양도시 콘텐츠 개발을 위한 아이디어 창출부터 최종 발표 및 시연까지 함께하는 팀 프로젝트 형식으로 진행됐다.

학생들은 지속 가능한 발전을 촉진하기 위한 멘토링 활동, 팀별 메

이커활동 및 IR발표를 통해 협력과 혁신의 정신을 함양하는 동시에, 창의성과 문제 해결 능력을 선보이는 시간을 가졌다.

대건고 교사 박종필은 "앞으로도 지역사회에서 혁신을 이루고 변화를 주도할 수 있는 미래의 리더로 성장할 수 있도록 적극 지원하겠다."라고 말했다.

〈자료제공:대건고등학교〉



상서고, 조리과 팝업LAB 공간 운영 창업 프로젝트 수업을 통한 팝업 스토어, 팝업 레스토랑

상서고등학교(교장 최우환)는 지난 9일(화)~10일(수)까지 조리과 학생들을 대상으로 중등직업교육 S.O.C 지원 사업에 따른 조리과 팝업LAB 공간을 운영했다. 중등직업교육 S.O.C 지원 사업은 기업 연계 교육과정 운영으로, 학생 창업 실무 역량 강화를 목표로 한다. 이날 행사에는 조리과 학생들과 교직원들이 기업 연계 창업 프로젝트 수업을 통한 팝업 레스토랑 및 팝업 스토어를 운영했다.

〈자료제공:상서고등학교〉



자신의 끼를 마음껏 펼칠 '천내 기네스'

천내중학교(교장 이해경)는 지난 10일(화) 1학기말 꿈·끼주간 운영의 일환으로 '천내 기네스 대회'를 실시했으며, 학생들이 꿈과 끼를 마음껏 펼칠 수 있도록 마련됐다.

〈자료제공:천내중학교〉





인천광역시 부평구 십정동 열우물 마을 재개발 현장을 기록 촬영한 사진으로
십정동 열우물 마을은 2013년 영화 김수현 주연 (은밀하게 위대하게)를 촬영해서 유명한 장소인데 재개발로 인해 역사 속으로 사라져 버린 곳이다.
전형적인 달동네 모습과 골목길 흔적을 추억 속으로 간직하며 새로운 아파트를 건축함으로써 시민들의 행복한 미래와 희망을 가져 봅니다.

십정동 열우물 재개발

전국문화사진초대작가회
회원 이승규

‘사문진-피아노, 그 첫 번째 이야기’ 제작발표회

달성문화도시센터, 시민 참여형 파크오페라

달성문화도시센터가 지난 12일 (금) 대구 그랜드호텔 프라자홀에서 국내 최초 피아노 유입지인 사문진 나루터를 배경으로 시민과 함께 만들어가는 파크 오페라 ‘사문진-피아노, 그 첫 번째 이야기’ 제작발표회를 가졌다.

제작 발표회에는 박병구 달성문화재단 대표이사, 김병수 달성문화도시센터장, 연출가, 지휘자, 언론사 기자 및 문화예술계 관계자들이 참석한 가운데 오페라 주요 아리아 시연, 제작진과 출연진의 인터뷰를 통한 작품 소개와 질의응답시간을 가졌다.

김병수 달성문화도시센터장은 “시민 참여형 파크 오페라, 사문진 피아노 그 첫 번째 이야기는 크게 두 가지 의미가 있다. 말 그대로 시민 참여형이라는 의미가 있다. 두 번째는 파크 오페라의 의미가 있다.”며, “앞으로 이런 문화도시에서는 시민이 주체가 돼서 문화를 향유하는 것이 아니라 주체가 돼서 만들어가는 것까지 문화도시 사업들을 진행하고



있다. 이번 오페라는 대구 오페라에 전국의 오페라에 보기 드문 새로운 콘텐츠가 될 것 같다.”고 말했다.

이번 작품은 피아노 최초 유입지 사문진 나루터를 배경으로 픽션을 가미한 오페라로, 반가의 여식 하빈과 신분 차이 때문에 고백은 못 하고 속앓이를 하는 현풍의 사랑 이야기와 빠르게 변하는 세상을 거부하는 하빈의 아버지인 윤단산과 그에 반하여 서양 음악의 상징인 피아노를 가져오려는 하빈과의 갈등이 시작되며 주인공 옆에서 하빈과 현풍의 친

구인 세천과 유가의 사랑을 키우는 이야기도 재미를 더한다.

김현규 연출감독은 “야외무대 오페라를 준비하며 중점을 둔 부분은 첫 번째는 참여하는 시민들이 재미 있고 즐거운 경험을 하게 하는 것, 또한 즐겁고 재미있는 시간을 보내 게 해드리는 것이다.”고 말했다.

또한 전문예술인외에 약 3:1의 오디션 경쟁률을 뚫고 올라온 15명의 시민 참여자가 함께 무대에 올라 숨겨진 실력을 선보인다.

김민하 세천역 시민출연자는 “도

전하게 된 계기는 직장 생활을 하면서 퇴근 후 취미로 예술·공연에 관심이 많아서 조금 활동을 했었다. 우연찮게 행사가 있다고 해서 참여를 하게 됐으며, 비전공자인 만큼 열심히 하도록 하겠다.”고 말했다.

한편 10월 5일(토)에 공연되는 파크 오페라는 공연뿐만 아니라 ‘도시 문화캠프’와 함께 다양한 문화콘텐츠를 즐길 수 있는 축제로 확대 운영될 계획이며 체험부스, 포토존, 전시존 등 다양한 문화 체험을 즐길 수 있다.

이세경 객원기자

‘달성 대구현대미술제’ 연계 프로그램 청년작가 전시 공모

달성문화재단(이사장 최재훈) 달성문화도시센터는 ‘2024 달성 대구현대미술제 연계 프로그램’으로 청년작가 전시 공모를 개최한다.

올해로 제13회를 맞이하는 동시대 미술축제 ‘2024 달성 대구현대미술제’가 오는 9월 7일(토)~10월 6일(일)까지 강정정보 디아크 광장 및 내부 전

시장에서 개최된다.

전국의 미술대학 및 관련 학과를 졸업(예정자 포함)하고 공고일 기준 만 39세 이하의 청년예술인이라면 개인 또는 팀 형태로 누구나 참여할 수 있으며, 공모 작품으로는 야외 설치 미술 작품만을 모집한다.

모집된 작품들은 작가 선정 심사(1차 서류심사와 2차 인

터뷰 심사)를 거쳐 총 5점이 최종 선정될 예정이다. 선정된 작품 당 △대상(1점) 1000만 원, △최우수상(1점) 700만 원, △우수상(3점) 각 500만 원을 포함해 총 3,200만 원의 상금이 수여된다. 또, 최종 선정된 작가들의 작품은 2024 달성 대구현대미술제 개최 기간 동안 강정정보 디아크 청년작가 공모

전시 존에 전시될 예정이다.

공모 접수기간은 7월 22(월)~29일(월)까지이며, 달성문화재단 또는 달성문화도시센터 홈페이지에서 구비서류를 내려받아 이메일로 제출하면 된다. 선정 결과는 위 홈페이지에 공고 또는 개별 연락으로 통보된다. 더 자세한 사항은 달성문화재단 또는 달성문화도시센터 홈페이지 공지사항에서 확인 가능하다. <자료제공:달성문화재단>



역사극 전문 채널

역사는 드라마다!

씨엔티브이

푸른방송 알뜰형 33-1 / 디지털 51번

중국 드라마 전문 채널

완벽 자막으로 즐기는 중드

채널차이나

푸른방송 알뜰형 56-1 / 디지털 121번

액션 영화 전문 채널

세계의 모든 액션을 즐겨라!

채널액션

푸른방송 디지털 98번

(주)씨엔티브이 | 서울시 영등포구 여의나루로 53-1 대오빌딩 12층 | <http://www.cntv.co.kr>

막지마라

이번엔
세계 제패다!

뭉쳐야 찬다3

조기축구 A매치

JTBC

매주 일요일 저녁 7시50분 방송

감독 안정환

푸른방송 8VSB 17-1, 디지털 14번 / 스카이라이프 4번 / KT Genie TV, SK Btv, LG U+ 15번

달성군정신건강복지센터, 정신건강 디지털 치료실

달성군정신건강복지센터는 2024년 전국 정신건강복지센터 최초로 첨단 디지털 기술을 활용한 ‘정신건강 치료실’을 운영 중이다.

현대 사회에서 정신적 스트레스와 우울증은 더 이상 특수한 문제가 아닌 일상적인 건강 이슈로 자리 잡고 있다. 급격한 사회 변화, 경제적 불안정, 과도한 업무 부담 등 많은 이들의 정신건강을 위협하고 있다.

특히 한국 사회에서는 높은 자살률과 우울증 증가율이 심각한 사회 문제로 대두되고 있으며, 이에 대한 효과적인 대응책 마련이 시급한 실정이다.

전통적인 정신건강 관리 방식은 여전히 중요하지만, 디지털 기술의 발전과 함께 새로운 접근법의 필요성이 대두되고 있다.

특히 젊은 세대를 중심으로 디지털 기기 사용이 일상화된



현 시점에서, 정신건강 서비스 역시 이러한 트렌드에 맞춰 진화하고 있다.

이러한 배경 속에서 달성군 정신건강복지센터는 2024년 전국 정신건강복지센터 최초로 첨단 디지털 기술을 활용한 ‘정신건강 디지털 치료실’을 운영하고 있다.

‘mind keeper 호모프롭트’ 양성을 목표로 하는 이 시설은 메타버스, VR, AI 등 가상현실, 인공지능, 온라인 매

체를 활용해 불안, 우울 및 스트레스 등 심리적 어려움에 대해 도움을 주는 맞춤형 디지털치료를 체험할 수 있는 공간이다.

‘정신건강 디지털 치료실’은 아산사회복지재단 사회복지공모사업에 선정되어 올해부터 3년간 매년 1억 원을 지원받는 사업으로 첨단장비를 이용한 생체신호 및 스트레스 측정, VR 기술을 이용한 가상 현실 체험, 명상 및 음악 체험



프로그램 등이 있다.

남주연 달성군정신건강복지센터 부센터장은 “시대적인 상황에 발맞춰 VR이나 AI 같은 디지털 치료 매체가 상당히 각광받고 있는 상황이며, 그런 부분들을 활용해서 센터의 정신건강 사업 서비스들을 관심이나 흥미들을 기준으로 활용해 많은 분들이 찾고, 부담 없이 정신건강을 지킬 수 있는 기회가 됐으면 하는 바람이다.”고 말했다.

채아현 정신건강사회복지사는 “디지털 매체를 활용해 좀 더 편안한 마음으로 정신건강 상담이라든지 프로그램을 진행하면서 본인의 마음을 잘 체크를 하고, 센터 이용하면서 많은 도움을 받으셨으면 좋겠다.”고 말했다.

해당 서비스는 달성군정신건강복지센터 홈페이지를 통해 신청 가능하다.

안상득 객원기자

건강칼럼



보생조한의원 원장 조현정



가슴이 붓고 감정변화가 심해지는 생리전증후군, 한의학적 치료

여성의 건강을 나타내는 대표적 지표 ‘생리(월경)’

하지만 많은 여성이 생리통과 생리전증후군으로 고생을 한다. 생리 7~10일 전부터 신체적, 정신적 이상 증상을 나는 생리전·월경전증후군(Pre Menstrual Syndrome, PMS)은 여성마다 다른 증상과 강도로 나타난다. 생리전증후군의 대표적인 증상으로는 유방 팽만감, 가슴 통증, 부종, 두통, 소화장애, 변비와 같은 신체적 증상과 감정기복, 우울, 불안, 분노 등의 정신적 증상이 있으며, 생리가 시작되면서 완화된다는 경향이 있다.

생리 전 증후군(PMS)의 원인은 밝혀져 있지 않지만, 여성호르몬(프로게스테론), 세로토닌, 알도스테론 등의 호르몬 변화, 유전적인 요인에 의해 발생한다고 보고 있다. 한의학에서는 기혈소통이 제대로 되지 않아(기체,氣滯) 호르몬 분비 조절능력이 떨어지거나 기혈저하로 항상성을 유지하는 힘이 약해져 발생하는 것으로 보고 환자의 건강상태에 맞는 한약과 침구치료를 통해 생리전증후군을 치료한다.

향부자, 치자처럼 간을기체를 푸는 한약재를 자주 사용하며, 환자의 몸상태에 따라 침, 뜸, 부항 등의 치료를 통해 순환력은 높이고 자율신경을 안정시키며, 자궁 기능을 강화하여 생리 전 증후군을 개선한다.

생리 전 증후군은 완치가 아니라 관리해야 하는 질병이기 때문에 증상이 나타나지 않도록 예방관리가 중요하다. 생리 전 증후군을 예방하기 위해서는 기혈순환이 원활하게 이루어지도록 스트레스 관리를 해야 한다.

규칙적인 운동과 스트레스 관리를 통해 호르몬 분비를 안정시켜주는 것이 좋은데, 가능하면 몸을 움직이거나 노래를 부르는 것처럼 기운이 발산되는 활동이 좋다. 또한 교감신경을 항진시키거나 체내 수분 저류를 유발하는 자극적인 음식과 카페인, 나트륨 섭취를 줄이는 것이 도움이 된다.

대구시 달서구 달구벌대로 1607 / 보생조한의원 ☎053-564-0401



달서스마트경로당 ‘화상회의시스템’ 맞춤형 건강특강

달서구(구청장 이태훈)가 지난 11일(목) 달서구한의사회(회장 이태훈)와 연계해 ‘달서스마트경로당’을 통해 경로당 어르신 대상 건강특강을 실시했다. 이번 특강은 달서구한의사회 회장이 직접 강사로 나서 ‘노년기 무릎질환 및 관리법’을 주제로 진행했다.

〈자료제공:달서구청〉



달성군보건소 ‘심뇌혈관질환 단디 알기’ 합동 캠페인

달성군보건소는 지난 8일(월) 달성테크노스포츠센터에서 대구시, 대구광역시 심뇌혈관질환예방관리사업지원단, 경북대학교병원 권역심뇌혈관질환센터 등 8개의 유관 기관과 합동 캠페인을 진행했다.

〈자료제공:달성군청〉

7월 22일 ~ 28일



36년생 서두르지 말고 참고 견뎌야 할 때다. 48년생 좋은 일과 나쁜 일이 함께 생긴다. 60년생 실속 없는 일에 관심을 가지지 마라. 72년생 열심히 한다고 해서 좋은 것은 아니다. 84년생 노력한 만큼의 성공을 얻게 된다. 정성을 들여야 한다. 96년생 생각보다 피곤해지고 일이 힘들어질 수 있다. 이쯤에서 정리하라.



37년생 도움을 얻게 되니 어려운 일이 없다. 49년생 힘든 시기이지만 바른 선택을 한다. 61년생 규칙을 어기면 망신을 당할 수 있다. 73년생 일부러 일을 만들지 말고 그냥 쉬어라. 85년생 계획이 너무 많아서 이루기 어렵다. 정리가 필요하다. 97년생 어떤 일이 있더라도 버텨야 한다. 지금 포기하지 말아야 한다.



38년생 일이 생각대로 잘 풀리지 않을 때이다. 50년생 아랫사람들과 의사소통이 잘 안 된다. 62년생 마음이 불편하니 새로운 일 하지마라. 74년생 어려울 때 일수록 신용을 지켜야 한다. 86년생 잘못된 일을 빠르게 고치니 운이 열린다. 변화가 중요하다. 98년생 귀찮은 일이라고 해도 진행을 제대로 해야 한다. 나중에 후회를 한다.



39년생 규칙을 지키면 도와주는 사람이 있다. 51년생 욕심이 앞서서 큰일을 그르칠 수 있다. 63년생 오랫동안 알던 사람이 도움을 주게 된다. 75년생 누군가 도움을 주지만 이성 관계에 주의하라. 87년생 노력을 해야 원하는 것을 이루게 된다.



40년생 자신의 말과 행동에 주의해야 할 때다. 52년생 한 번 손댄 일은 끝까지 밀고 가라. 64년생 자신의 실수를 줄여야 좋은 결과가 있다. 76년생 오랫동안 자리를 지킬 때 운이 좋아진다. 88년생 기회가 왔을 때 그것을 붙잡아야 한다. 시간을 끝지 마라.



41년생 기분 나쁜 일이 생겨도 화내지 마라. 53년생 독한 마음을 먹어야 손해가 없다. 65년생 자신을 바르게 하고 남을 지적하라. 77년생 주변 사람들과 다투면 일이 안 된다. 89년생 일의 순서가 정해지지 않으면 안 된다.



42년생 다른 사람을 도와야 자신의 일도 풀린다. 54년생 기초가 튼튼해야 어려운 일도 쉽게 한다. 66년생 자신의 실수를 인정하고 고쳐나가야 한다. 78년생 자신의 이익을 위해서 주변을 배신하지 마라. 90년생 다른 사람을 속이면 나에게도 해롭다. 신뢰가 중요하다.



43년생 자신의 노력만큼 일이 쉽게 풀린다. 55년생 준비가 철저하면 어려운 일이 없다. 67년생 모든 일에 의욕을 가지고 일해야 한다. 79년생 위아래가 화합하니 못하는 일이 없다. 91년생 노력한 만큼 결과가 나오지 않을 수 있다. 기다려야 한다.



44년생 모든 일에 마무리를 잘해야 한다. 56년생 욕심을 버리면 작게 얻고 크게 잃는다. 68년생 마음이 흔들리면 엉뚱한 일을 하게 된다. 80년생 지금 하는 그 일에 최선을 다해야 할 때이다. 92년생 어려운 일이 생기면 잠시 피하는 것이 좋다.



45년생 거짓말을 하면 오히려 일이 더 꼬인다. 57년생 운이 바닥을 치니 이제 올라가게 된다. 69년생 시작부터 꼬인 일은 마무리도 힘들다. 81년생 자신의 잘못을 고치기 위해 노력하라. 93년생 규칙을 어기지 않아야 이득도 생긴다. 편법을 멀리하라.



46년생 신뢰를 잃으면 모든 일에 장애가 생긴다. 58년생 작은 의심이 기회를 놓치게 만들 수 있다. 70년생 급한 일은 뒤로 미루지 말고 빨리 해결하라. 82년생 자신의 실수에 미련을 가지면 안 된다. 94년생 말조심을 하지 않으면 난감해질 수 있다.



47년생 자신의 말과 행동이 일치해야 일이 잘된다. 59년생 고생한 만큼 보상도 생기는 때이니 노력하라. 71년생 잘못된 것은 고치기 위해 노력해야 한다. 83년생 잘못된 과거는 청산하고 새롭게 시작하라. 95년생 자신이 직접 나서면 될 일도 안 된다. 주변사람을 이용하라.

제공 :당신의 멘토, 운조아

주간 일기예보

출처:네이버 날씨

7월 18일 목요일



7월 19일 금요일



7월 20일 토요일



7월 21일 일요일



7월 22일 월요일



7월 23일 화요일



시사상식 존 랜도(Jon Landau)

존 랜도(1960년 7월 23일~2024년 7월 6일)는 할리우드 흥행 신화를 쓴 영화 '타이타닉'과 '아바타' 시리즈의 제작자로, 1980년대부터 영화계에 입문해 프로덕션 매니저와 제작자로 활동한 인물이다.

1960년 7월 23일 미국 뉴욕에서 태어났으며, 서던캘리포니아대학교에서 영화학을 공부했다. 1980년대부터 영화계에 입문해 프로덕션 매니저 등으로 일했으며, 29세 때 20세기폭스사의 장편영화 총괄 부사장으로 임명됐다. 그는 이 시기 '나홀로 집에', '미세스 다웃파이어' 등 히트작의 제작을 감독했으며, 이 과정에서 제임스 캐머런 감독과 인연을 맺었다.

그리고 캐머런 감독과 함께 1997년 전 세계 박스오피스에서 사상 처음으로 수익 10억 달러를 돌파한 영화 '타이타닉'을 제작했다. 이 영화는 우연한 기회로 타이타닉호에 올라탄 자유로운 영혼을 가진 화가 '잭'과 막강한 재력의 약혼자와 함께 1등실에 승선한 '로즈'의 사랑을 타이타닉의 비극과 함께 담아낸 작품으로, 전 세계적으로 흥행을 기록했다. 그리고 이 영화는 개봉 이듬해인 1998년 아카데미 시상식에서 작품상과 감독상 등 11개 부문을 휩쓸면서 작품성과 흥행 모두에서 성공했다.

랜도는 이후에도 캐머런과 일하며 '라이트스톰 엔터테인먼트'의 최고운영책임자(COO)가 됐고, 2009년에는 '아바타'로 흥행 신화를 새로 썼다. 아바타는 '판도라'라는 외계 위성을 배경으로 한 SF영화로, 당시 우리나라는 물론 전 세계에서 흥행 1위를 기록했다. 그는 이처럼 역대 최고 흥행을 기록한 '타이타닉'과 '아바타'로 아카데미상 및 두 차례의 골든글로브상을 수상하기도 했다. 한편, 고인은 2009년 '아바타 1편', 2022년 '아바타: 물의 길(아바타2)' 홍보차 BIFF를 찾은 바 있다.

[네이버 지식백과] 시사상식사전, PMG 지식엔진연구소

2021 이용자만족도 푸른방송 전국 1위



한번에 받으니까 더 놀라운 혜택

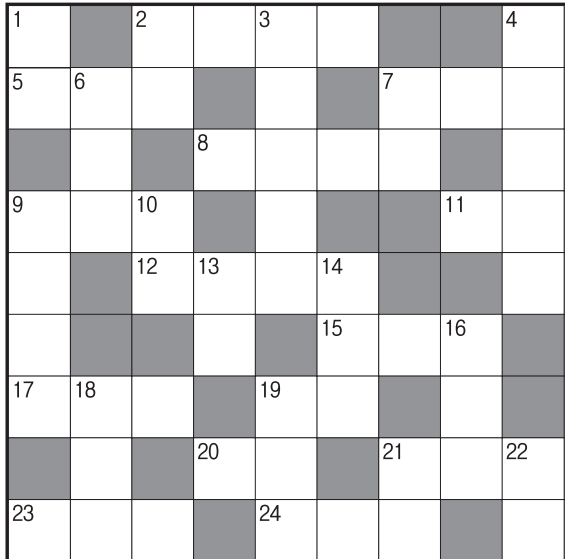
현명한 선택
결합 상품



지금바로! (053) 551-2000 www.gcs.co.kr



가족과 함께 풀어보세요.



<가로열쇠>

- 어떤 일이나 단체에서 으뜸인 사람. 그는 우리 모임의 ○○○○였다.
- 어느 한 지방에서만 쓰는, 표준어가 아닌 말.
- 피곤할 때에 몸을 쭉 펴고 팔다리를 뻗는 일.
- 앉아서 미끄러져 내려오도록 비스듬하게 만든 어린이 놀이 기구.
- 놀이 도구의 하나. 정육면체 모양으로 만들며, 각 면에 하나에서 여섯까지의 점을 새긴 것이다. 이것을 던져서 위쪽에 나타난 점에 따라 이기고 지는 것을 결정한다.
- 자기의 처지나 생각을 곳곳이 지키고 내세우는 기질이 나 기풍. 자네처럼 ○○ 있는 사람까지 그 뎌에 빠지다니.
- 제사를 지낼 때 쓰는 대추, 밤, 배, 감 따위의 과실을 아울러 이르는 말.
- 목숨이 위험할 정도의 큰 상처.
- 조선 말기에서 대한 제국까지의 시기.
- 궁중에서, 음식의 맛을 보는 일을 이르던 말.
- 노엽거나 분한 마음. 나는 끓어오르는 ○○를 꼭 참았다.
- 겉으로만 착한 체하는 사람.
- “?”의 이름.
- 바르지 아니하고 한쪽으로 기울어지거나 쏠리게. 줄을 ○○○ 서다.

<세로열쇠>

- 검찰권을 행사하는 사법관. 범죄를 수사하고 공소를 제기하며 재판을 집행한다.

- 말하는 이가 자기와 듣는 이, 또는 자기와 듣는 이를 포함한 여러 사람을 가리키는 일인칭 대명사. “○○ 둘이 힘을 합치면 못 할 일이 뭐가 있겠니?”
- 머리카락을 한데 뭉친 끝. 아이가 제 언니의 ○○○○를 잡아당겼다.
- 고구려 제19대 왕. 이름은 담덕. 고국양왕의 태자로 18세에 왕위에 올랐다. 불교를 신봉하였고, 남북으로 영토를 크게 넓혀 만주와 한강 이북을 차지하는 등 고구려의 전성시대를 이룩하였다.
- 경기에서 소와 싸우는 사람. 붉은 천으로 소를 유인하고 교묘하게 몸을 비키면서 최후에 검은 소를 숨통을 쪼른다.
- 어떤 일을 해 나가는 데 있어서의 가장 중요한 밑받침. 통일의 ○○을 마련하다.
- 어렵짐작으로 대충 하는 계산을 이르는 말. ○○○로 내린 결론.
- 어떤 물건을 속일 목적으로 꾸며 진짜처럼 만들. 신권은 ○○가 불가능하도록 특수하게 제작되었다.
- “이이”의 호.
- 자기가 하고도 아니한 체, 알고도 모르는 체하는 태도. “누구 앞에서 ○○○야?”
- 지방에서 서울로 올라가는 교통수단. ○○○ 좌석이 매진되었다.
- 쉬지 아니하고 내쳐 걷는 걸음이나 움직임. ○○○에 달려가다.
- ‘남편’을 예스럽게 이르는 말.
- 따뜻한 말이나 행동으로 괴로움을 덜어 주거나 슬픔을 달래 줌.
- 여자끼리의 동기. 언니와 여동생 사이를 이른다.

○ ‘가족과 함께 풀어보세요’ 낱말퍼즐을 만들어 푸른신문으로 보내주세요. 채택된 분께는 작은 선물을 우송해 드립니다.

▶보내실곳: 42640 대구광역시 달서구 달구벌대로 1611번지 (감삼동 68-4) 4층 푸른신문 편집부 앞
E-mail:pr5726000@naver.com

→ 응모엽서에 성명과 우편번호를 반드시 적어 주세요

▶정답자 발표: 1,329호



1,179회 퍼즐 상품 받으실 분

※당첨상품은 우송해 드립니다.



이용권 2매 ☎1688-8511



권희수(달성군 다사읍)

홍희순(달서구 선원남로)

여상우(달서구 달구벌대로)



이용권 2매 ☎1688-8511

하정민(달서구 월배로)

박민철(달서구 이곡동로)

김준우(동구 동부로)

<1,179회 정답>



♣ ‘가족과 함께 풀어보세요’ 정답을 아시는 분은 본사 편집부로 보내주시기 바랍니다.

7월 30일(화)까지 도착된 엽서 중에서 추첨을 통해 상품을 드립니다.

주소를 정확히 기재해 주십시오. 당첨상품을 우송해 드립니다.

푸른신문

www.prsinmun.co.kr

대표전화: (053) 572-6000 팩스: (053) 572-6006
대구광역시 달서구 달구벌대로 323길 13(감삼동 3F)
(우편번호: 42640)

▶등록일 2000년 10월 17일
▶등록번호 대구 다 01130
▶간별 주 간
▶인쇄처 미디어프린팅넷(株)

☑은행계좌입내
SC 제일은행 556-20-270245
예금주: 푸른신문(김현두)

▶발행인 김현두
▶편집인 김현두

※구독료 1년 15,000원

본지는 주간신문 윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다.

푸른신문 구독신청 방법

- 구독료 : 1년 15,000원
- 입금계좌 : SC제일은행 556-20-270245 예금주:푸른신문(김현두)
- 전화 : (053) 572-6000 팩스 : (053) 572-6006

달서구 · 달성군 지역신문 ‘푸른신문’은 지역밀착형, 주민밀착형 지역신문으로서 지역민들의 알권리를 충족시켜주기 위해 중앙지나 지방 일간지에서 다루지 못하는 우리 이웃들의 훈훈하고 작은 이야기들 까지도 싣고 있습니다.

지역주민들이 이웃과 더불어 지역에 대한 애정을 갖고 살아갈 수 있도록 도움을 주는 것은 물론 건전한 비판을 통해 지역문화를 창달하는데 앞장서고 있습니다.





제16회

대구 출신으로 참된 서예 사랑을 실천하신
화촌 문영렬 선생님의 큰 뜻을 기리고, 지역 학생의 서예진흥을 위해
「제16회 화촌대구학생서예공모전」을 개최합니다.

화촌대구학생서예공모전

접수 기간 2024. 7. 5.(금) ~ 8. 13.(화) 17:50



공모 요강

- ▶ 참가 부문: 한글, 한문, 문인화 (명제 자유)
- ▶ 응모 자격: 대구광역시 초·중·고등학교 학생
- ▶ 작품 규격: 초등부 - 화선지 1/4절(35×68cm) 이내
중·고등부 - 화선지 1/2절(35×135cm) 이내
- ▶ 출품 수량: 1인 1점 (참가비 없음)
- ▶ 접수 기간: 2024. 7. 5.(금)~8. 13.(화)
평일 9:00~17:50
(우편접수 8. 13. 소인 유효)
- ▶ 접수 장소: 우)42699 대구 달서구 문화회관길 160
별관 2층 달서구문화원 사무국
- ▶ 원서 배부: 달서구문화원 누리집(dalseo.or.kr)
「공지사항」에서 다운로드 또는 사무국
- ▶ 심사 일시: 2024. 8. 18.(일) 예정
- ▶ 실기 휘호: 2024. 8. 25.(일) 예정, 각 부문별 수상
후보자에 한함 <개별통보>
<실기휘호일과 수시전형일이 겹치는
경우에 증빙서류 제출 후 별도 실시함>
<동상 이상 후보자 중 실기휘호에 부득이
하게 불참한 경우 자필 확인 후 특·입선
처리함>

입상작 발표

- ▶ 본원 누리집 www.dalseo.or.kr
「공지사항」 2024. 8. 28.(수) 발표 (개별 통보 없음)

시상 내역

상 별	인원		내 용
	초등부	중·고등부	
대상[화촌상] (대구광역시교육감상)	1명	1명	상장/전시/작품집 수록·지급
금상(대구 달서구청장상)	1명	1명	상장/전시/작품집 수록·지급
은상 (대구남부교육지원청교육장상)	2명	1명	대구 남부교육지원청 관내 학생 중 상장/전시/작품집 수록·지급
동상(달서구문화원장상)	3명	2명	상장/전시/작품집 수록·지급
특선(달서구문화원장상)	00명	00명	상장/전시/작품집 수록·지급
입선(달서구문화원장상)	000명	00명	상장/작품집 지급

시상 및 전시

- ▶ 시상: 2024. 10. 7.(월) 18:30, 달서갤러리
(대구 달서구 문화회관길 160)
- ▶ 전시(특선 이상): 2024. 10. 7.(월) 15:00~10. 12.(토) 17:00
(평일 10:00~17:50)

기타

- ▶ 대필 등 부정한 방법으로 수상한 사실이 확인될 경우 언제든지
수상 취소됨
- ▶ 작품 반출: 특선 이상 전시작은 전시 종료 후 7일 이내 반출
(입선·낙선작 반출 없음)

문의

- ▶ 대구광역시달서구문화원 Tel. 053) 554-4800

| 주최 |  대구광역시 달서구문화원

| 후원 |  대구광역시교육청  대구광역시 달서구  대구광역시 달서구의회  대구광역시

 대구남부교육지원청  CS 푸른방송 푸른신문

<본 공모전은 시비 및 구비를 지원받아 개최합니다.>