

오늘의 날씨와 생활

8월 5일 수요일 음 6월 16일 (8월)

기상정보

호림

제주도는 흐린 날씨를 보일 것으로 전망된다. 아침 최저 기온은 26~27℃, 낮 최고 기온은 29~33℃의 분포를 보이겠다. 밤 사이에 열대야가 나타날 것으로 예상돼 건강관리에 유의해야 한다. 제주도북부·동부 앞바다의 물결은 2.0~3.0m로 일겠다.

오전	강수 확률	오후
30%	제주	30%
30%	성산	30%
30%	고산	30%
30%	서귀포	30%

해돋이 05:49	달뜨기 20:49
해지기 19:30	달지기 06:58
물때 만조 11:27	간조 06:21
00:00	18:07

생활·안전 기상정보

식중독지수 경고

자외선지수 매우높음

주간예보

내일 호림 27/33℃

모레 구름 많음 26/33℃

월드뉴스

최대 열대 늪지 ‘판타나우’ 화재 기록적 증가

7월 1684건... 작년 대비 3.4배

세계 최대의 열대 늪지인 브라질 중서부 판타나우 지역에서 화재가 기록적인 증가세를 보였다.

3일(현지시간) 브라질 국립우주연구소(INPE)에 따르면 지난달 판타나우에서 발생한 화재는 1684건으로 지난해 7월(494건)보다 3.4배 이상 많았다. 이는 지난 1998년부터 INPE의 조사가 시작된 이래 7월 기준으로 가장 많은 건수다. 아마존 열대우림, 판타나우, 세하두, 마타 아틀란치카, 카칭가, 팜파 등 브라질 6대 삼림 지역의 지난해 7월과 지난달 산불 발생 건수를 비교해도 판타나우가 압도적이다. 아마존 열대우림은 5318건에서 6803건으로 28%, 세하두는 5346건에서 5663건으로 5% 증가했다. 반면에 마타 아틀란치카는 1712건에서 1323건, 카칭가는 302건에서 265건, 팜파는 222건에서 67건으로 줄었다.



판타나우에서 화재 진화작업을 하는 소방대원.

판타나우의 전체 면적은 한반도와 비슷한 약 22만㎢이며, 80%가 브라질에 속하고 나머지는 볼리비아와 파라과이에 걸쳐 있다. 아마존 열대우림에 버금가는 생태계의 보고로 꼽힌다. 보통 1~5월이 우기에 해당하지만, 올해는 강우량이 예년의 50% 수준에 그쳤으며 이것이 화재 증가의 원인이 된 것으로 보인다. 앞서 브라질 정부는 지난달 16일 전국의 삼림·농촌 지역에서 120일간 방화 행위를 금지하는 포고령 발표와 함께 3000명의 임시직 소방대원을 채용, 산불 예방 활동에 투입했다. 연합뉴스

한리일보
제주의 대표 신문

발행인·인쇄인·편집인 이 용 곤 편집국장 조 상 운
☎ 63185 제주특별자치도 제주시 서서로 154
대표전화 (064)750-2114

인터넷 서비스 <http://www.ihalla.com>
e-mail : hl@ihalla.com

광고접수 본사 750-2828 / FAX 752-7448
서귀포지사 732-5552 / FAX 732-5559

기사제보 750-2214 / FAX 752-9790

구독신청·배달 750-2330
구독료 월정 10,000원, 1부 500원

1989년 4월 22일 창간 / 등록년월일: 1988. 12. 5 등록번호: 제주, 가00002

본지는 신문윤리 강령 및 그 실천 요강을 준수한다.

건강&생활



김연덕

제주성모안과

코로나19 때문에 늦춰진 일이 한두 가지가 아니겠지만, 매년 5월이면 진행되던 학교별 시력 검진 일정도 뒤로 크게 밀렸다. 지난달 학생들이 많이 찾아왔는데, 아이들 시력과 관련해 보호자들이 궁금해하는 질문들을 모아봤다. ▶우리 아이가 마이너스 시력인가=시력에 마이너스는 없다. 시력은 시력표를 읽는 능력을 수치화한 것인데, 1.0 이상이면 정상이며, 그 미만을 0.1에서 0.9까지로 표기한다. 0.1 미만의 시력은 마이너스가 아닌 0.05, 0.02 등 소수점을 더 내려서 표기한다. 시력표를 읽기 어려운 경우에는, 눈 앞에서 손가락 개수를 읽을 수 있

우리 아이가 ‘마이너스 시력’인가요?

는 상태, 손의 흔들림을 느낄 수 있는 상태, 빛을 인지하거나 인지하지 못하는 상태와 같이 표기하는데, 빛을 인지하지 못하면 실명 상태로 본다. 마이너스나 플러스라는 개념은 근시, 원시 등 굴절 이상이 있을 때 이를 교정하기 위해 덧대야 하는 렌즈의 도수를 표기하기 위해 쓴다. 오목 렌즈를 덧대야 하는 근시의 경우 -2.5 디옵터와 같이 마이너스로 쓰고, 볼록렌즈를 덧대야 하는 원시의 경우 +3.0 디옵터와 같이 플러스로 쓴다. 같은 도수라도 개개인이 시력표를 읽는 정도에 따라 시력에 차이가 있을 수 있다. 똑같이 -2 디옵터의 근시 환자여도, 어떤 사람은 0.1까지 시력이 나옴과 또 다른 이는 0.3까지 시력이 나올 수 있다. ▶안경을 안 쓰면 시력이 더 나빠지나=미국안과학회 홈페이지(<https://www.aaao.org>)에는 다음과 같은 문답이 실려 있다. 어느 나라도 부모 마음은 같은 것이다. “열두 살짜리 아

들이 근시 안경 처방을 받았습니다. 안경을 쓰지 않으면 눈이 더 나빠질까요?” 대답은 이렇다. “임상적으로는 아드님이 안경을 쓰지 않는다고 해서 굴절 오차가 더 심해진다고는 보지 않습니다. 그러나 (칠판을) 멀리서 보는 게 어렵다 보면, 학교 성적이 떨어질 수는 있겠습니다” 그렇다면, 당장 안경을 끼우거나 드림렌즈를 해주고 싶은 것이 또 부모 마음이겠다. ▶어떻게 하면 눈이 덜 나빠질까=컴퓨터나 휴대폰 등 디지털 화면을 들여다보는 시간을 줄이고 야외 활동을 많이 하는 것이 도움이 된다. 이외의 방법으로는 다음과 같은 것들이 있다. 첫째 Ortho-K렌즈(드림렌즈)다. 흔히 드림렌즈라고 하는 시력 교정용 하드렌즈를 착용하면 근시 진행은 억제할 수 있다. 아이가 렌즈를 무시위하면 끼우기 어렵고, 감염 등 부작용이 생길 수도 있다. 둘째, 저농도 아트로핀 점안제를 이용한다. 근거리를 볼 때 모양체근을 수축해 렌즈를 두껍게

하는 ‘조절’력을 억제하는 아트로핀 점안제를 저농도로 해 매일 넣어 주는 방법이다. 아트로핀 자체의 약 부작용이나 근거리 볼 때 불편함 등을 고려해야 한다. 셋째, 다초점 소프트 콘택트렌즈다. 중심부는 초점이 맞고 주변부는 초점이 맞지 않도록 설계되어 근시 진행을 억제하는 소프트렌즈가 최근 FDA에서 허가를 받았다. 아직 우리나라에는 들어오지 않았다. ▶부모가 눈이 나쁜데 유전 되나=안심하시라. 근시는 유전적 요인도 있지만 환경적인 영향을 더 많이 받는다. 다만, 요즘과 같은 디지털 시대에는 그 환경을 통제하는 것이 무척 어렵다. ▶눈 영양제를 먹으면 눈이 덜 나빠질까=시력저하 억제나 시력 강화 효과를 가졌다고 알려진 영양제 중, 아직까지 논문으로 증명된 것은 안타깝게도 없다. 당장 휴대폰과 아이 패드를 내려놓고, 오토와 숲에 데려가는 것이 방법일 뿐이다.

열린마당

포스트 코로나19 시대, 농업기술센터에서는



양규식

제주농업기술센터 소장

코로나19가 강력한 전파력으로 확산되면서 팬데믹 현상을 일으키고 사회적 거리두기, 비대면의 일상화 등 새로운 사회문화로 모든 분야에서 기존의 질서가 바뀌고 있다. 농업·농촌도 마찬가지이다. 경제 불안감으로 전반적인 농산물 소비시장이 위축됐고, 학교급식 중단으로 농산물 판로가 막혔다. 또 외국인 근로자 감소로 노동력 확보 어려움, 비대면 소비로 인한 식품의 트렌드 변화, 농산물 꾸러미 등장 등 많은 변화가 시작됐고 그 폭은 더욱 커질 것이다. 이제 농업·농촌도 포스트 코로나19 시대를 함께 할 적극적인 방안을 모색해야 할 시점이다. 비대면·원격 사회로의 전환, 가능성 농산물에 대한

당신의 ‘정화조’는 안녕하십니까



고민옥

서귀포시 상하수도과

나 어릴 적 ‘엘리제를 위하여’의 노래가 흘러나오며 좋지 않은 냄새를 풍기는 차가오면 피해다니던 모습, 일명 ‘똥차’가 생각이 나곤 한다. 이보다 더 오래전 지게꾼이 똥을 푸고 누군가에게 모욕을 주기 위해 똥을 뿌리는 장면을 TV에서 본적이 있다. 우리 조상들은 적을 죽이기 위해 똥을 뿌렸다고 한다. 전쟁터에서 일종의 무기로 사용했다고 하니 똥도 귀할 수가 있겠구나 싶다. 제주살이를 꿈꾸며, 푸른 잔디밭과 바다가 보이고 도심의 시끄러움 속에서 벗어나 일명 ‘숲세권’을 찾아 전원생활을 하는 사람들은 꼭 1년에 한번 정기적 정화로 관리가 필요하다. 기온이 올라갈 때면 정화조의 악취는

날로 심해지기 마련이다. 청소시기를 놓치면 일상생활의 불편함으로 직결되고 실생활에 불편함을 개선하기 위해서라도 철저히 관리해야 한다. 건물 내 정화조, 노후 된 건물의 정화조, 저지대 및 지하실에 설치돼 있는 등 정화조 시설이 있는 건물은 주변에 악취 민원 발생 우려가 있어 꾸준한 관리가 더욱더 필요하다. 생활하다 보면 ‘정화조 청소’를 잊고 지내는 경우가 많은데 사소하지만 실천 가능한 관리법이다. 정화조는 화장실을 사용하며 내린 물과 함께 들어온 분뇨를 슬러지 형태로 침전시키고 침전된 슬러지가 너무 많이 쌓여 정화조 용량 범위를 넘어서게 되면 넘칠 수도 있다. 주기적으로 청소를 실시하게 되면 악취 예방은 물론 청정제주를 지키는 밑거름이 되기 때문에 정화조를 꼭 청소를 해야 하는 이유다. 끝으로 혐오업종 종사자들의 고된 노동과 시민들의 적극적 참여 덕분에 청정제주의 모습을 계속 유지할 수 있다고 생각한다. 이 분들에게 감사하는 마음을 갖는 것은 시민으로서 당연하지 않을까 생각한다.

장례지도사 자격증
자격증 번호: 2008-03-0011
자격증 취득명: 장례지도사 자격증
위 사람은 장례지도사자격검정관리
중앙위원 제11조에 의하여 장례지도사
자격을 취득하였음을 증명함
2008년 08월 05일
검정 한국장례업협회

시 민 장 의 사
처음부터 끝까지 정성을 다하겠습니다.
사무실 : ☎ 064) 732-5200, 762-5316 H·P 010-3696-3172, 010-8661-6560

택일, 토신제 / 축문, 제관, 제물
장례일제 (매장·화장·묘도)
중형, 소형, 차량완비 / 향상주, 야대기
방문상담환영

약도
정방목포, 에이즈주유소, 남원, 시민장 의사, 버스거리, 일호광장, 토목, 동문로터리

제주소리샘 원장 송시봉

잘 안들리십니까?
소리샘 디지털 보청기와 함께 하십시오.

CIC M-ITC ITC ITE

① 소리샘 디지털 보청기는 미국 스타키와 마이크로텍사의 제품을 취급합니다.
② 소리샘 디지털 보청기는 고객의 청력에 적합한 올바른 보청기 상담 및 A/S를 책임집니다.
■ 신경성, 노인성, 소음성 난청으로 고생하시는 분들께 무료 청력검사 및 방문 상담 가능

소리샘 보청기
제주시 삼도1동 507-3(2층)

TEL. 753-5347

본 광고는 사전심의필 2007-GN1-25-0147

광양, 오라파출소, 터미널, 신제주, 한국병원, 소리샘 보청기