

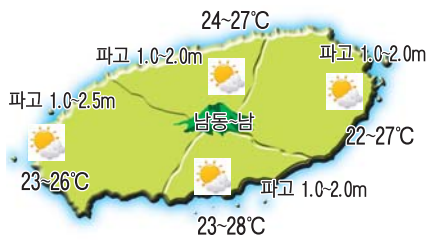


오늘의 날씨와 생활

9월 8일 수요일 음 8월 2일 (9월)

기상정보

구름 많음



제주는 구름 많겠다. 아침 최저기온은 22-24°C. 낮 최고기온은 26-28°C로 전망된다.

Table with weather forecast for the day: 오전, 강수 확률, 오후, and percentages for various weather conditions.

Table with sunrise/sunset times: 해돋이 06:12, 달뜨기 07:07, 해질 18:50, 달지기 19:51, and moonrise/moonset times.

식중독지수 위험, 자외선지수 높음

Table with 7-day weather forecast: 내일, 구름 많음, 21/28°C, 모레, 흐리고 비, 23/27°C.

Table with air quality index (PM10, PM2.5) and categories: 좋음, 보통, 나쁨, 매우 나쁨.

월드뉴스

'틱톡' 사용자당 시청시간 유튜브 제쳤다

미국·영국서 우위 차지해

유튜브(YouTube)와 틱톡(TikTok) 간 모바일 영상 플랫폼 경쟁이 치열하게 벌어지는 가운데 틱톡(TikTok)이 영국과 미국의 앱 사용자당 평균 시청 시간에서 유튜브(YouTube)를 앞섰다는 분석이 나왔다.



동영상 공유 앱 틱톡.

와 신흥 강자인 틱톡 간 경쟁은 점점 치열해지고 있다.

애초 15초짜리 짧은 동영상용 주로 서비스하던 틱톡이 서비스 동영상의 길이를 60초로 늘리고, 지난 7월부터는 유튜브가 주로 서비스하는 3분까지 연장하면서 공세를 강화하고 있다.

유튜브도 이에 맞서 틱톡의 메인 서비스와 같은 15초짜리 영상을 제작해 올릴 수 있는 '유튜브 쇼츠'를 지난해 인도에서 선보인 뒤 이를 지난 3월 미국 등 26개국으로 확대했으며, 지난 7월에는 100여 개국으로 늘리며 맞서고 있다.

한리일보 contact information: 대표인쇄·편집인 이용곤, 편집국장 조상운, phone numbers, website, and address.

건강&생활



이길수 수술후외과 원장

우리 몸의 어떤 조직이 일을 하고 나면 반드시 노폐물이 생긴다. 흔히 '뺏산'으로 알려진 이 노폐물이 조직을 빠져나가지 못하고 저류하면 염증 반응은 물론 체내 산-염기 균형을 망가뜨려 사람을 위험에 빠뜨릴 수 있다.

미국 정맥학회 및 혈관외과 학회에서는 오래전부터 이런 만성정맥질환을 6가지 클래스로 분류해 명명하고 있다. 우리가 잘 알고 있는 하지정맥류

만성 정맥 질환, 그냥 놔두지 마세요

는 클래스 2를 말하고 다리 부종이 있을 경우 클래스 3이라 부르는 식이다. 일반인은 물론 전공을 하지 않는 의사들도 이 클래스가 높아지면 질병이 심각해 진다고 오해하고 있는데 일부는 맞고 일부는 틀리다.

블과 20여년 전만 해도 초음파나 CT와 같은 장비들이 부족해 제대로 된 진단을 할 수 없어 의사의 맨눈이나 진찰만으로 환자의 상태를 진단되곤 했다. 이런 연유로 분명히 나는 다리가 무겁고, 밤에 쥐가나고, 저리고 불편한

데 병원에 가면 이상이 없다는 말만 들을 경우 클래스 3이라 부르는 식이다. 환개선제만 복용하는 경우가 많았다. 하지만, 맨눈이나 진찰로는 조직속에 보이지 않는 혈관의 역류를 알 수 없기 때문에 이런 방식의 진료는 절대 받아서는 안된다.

일반적으로 만성 정맥질환은 생활의 불편함을 느끼게 할 뿐 오랜기간 내버려 두더라도 생명의 위협이나 심각한 합병증을 초래하는 것은 드물다. 문제는 이런 별것 아닐 것 같은 특성 때문에 잠재적인 위험성을 너무 간과하게 하는 면이 분명히 있다.

첫째, 증상이 있든 없든 종아리와

발목이 무겁거나 붓는다. 특히 누가 봐도 내 다리가 부어 있다고 할 경우, 둘째, 무리한 일을 하지 않았는데도 밤에 쥐가 나는 일이 잦아졌다. 셋째, 다리에 힘줄이 선 지는 오래 됐는데 발목 주위의 피부색이 어두워 지거나 간혹 가려움을 느낀다. 넷째, 종아리나 발목에 국소적으로 원인을 알 수 없는 피부병이 생겼는데 피부과를 아무리 오래 다녀도 진단이 안되거나 치료가 안된다. 다섯째, 앞서 말한 증상 가운데 한가지라도 있으면서 숨이 차다는 느낌이 든다.

위의 경우들을 무시코 넘겨버리면 나중에 큰 시간과 비용으로도 치료하기 곤란한 경우를 만날 수 있다. 특히 연로하신 가족과 함께 생활하시는 경우 부모님들의 다리 상태를 한달에 한 번씩은 꼭 관찰하는 것이 좋다.

사계절 가운데 가장 빛나는 가을이 왔다. 건강한 다리로 아름다운 제주를 마음껏 즐기시길 희망한다.

열린마당

올해 벌초에서 지켜야 할 새로운 수칙



양동혁 제주시 도두동

추석 전 제주 전통 풍습인 모듬 벌초 기간에 안전사고가 지속적으로 발생함에 따라 당국에서는 매년 '벌초 시기 안전사고 주의보'를 발령해 인적·물적 피해를 최소화하고 경각심을 고취시키려 노력하고 있다.

그런데 올해는 이와는 별개로 추가 주의보가 발령됐다. '벌초 기간 한시적 특별방역대책 행정명령'이다.

코로나 확산세가 지속됨에 따른 강력한 사회적 거리두기 분위기와 벌초를 매우 중요시하는 도민의 정서를 함께 고려하면서 고심 끝에 마련한 대책으로 전 도민의 적극적인 참여를 부탁드리는 사항이다.

▷기간은 8월 21일부터 9월 20일까지 한달 간 ▷가능인원은 가족별 초(공설묘지 포함)는 4명까지, 모듬

벌초는 8명까지 ▷참여자 방역수칙은 마스크 착용(예방접종 완료자도 포함), 물과 무알코올 음료로 제한된 음식물 섭취 금지, 벌초 후 뒤풀이 행위 금지, 벌초는 봉분당 4명씩 나눠 작업해야 하며, 가급적 시간·날짜를 분산하고 이동시에도 4인까지만 차량에 탑승, 도로 거주하는 도민의 경우 벌초 목적으로 입도는 가급적 자제하고 불가피하게 입도시는 3일 전까지 PCR 검사 음성 확인 후 입도해야 한다.

이를 위반한 경우에는 10만원 이하의 과태료와 방역비용에 대한 손해배상(구상권)이 청구될 수 있다. '식계(제사) 안 한건 몰라도, 소분(벌초) 안한건 넘어 안다'는 옛말이 있을 정도로 제주에서 벌초는 무심히 넘길 수 없는 중요한 행사지만 전 세계적인 코로나와의 싸움에 벌초만큼 예외로 할 수는 없는 일이다.

코로나19 상황을 고려해 올해는 잠시 쉬어가는 해로 삼거나, 부득이한 경우에는 방역수칙을 준수한 벌초를 진행함으로써 모두가 안전하고 행복한 추석 연휴를 보낼 수 있도록 도민들의 많은 협조를 기대한다.

위생업소 재난배상책임보험 가입 필수



한은미 서귀포시 식품위생팀장

화재, 폭발, 붕괴 등 다양한 재해에는 기본적인 안전대책이 필요하다. 재난배상책임보험은 '재난 및 안전관리 기본법령' 개정에 따라 2017년 1월 8일부터 시행 중인 보험으로, 재난 발생 시 타인의 생명·재산상 손해를 보상해주는 의무보험이다.

가입 대상은 다양하게 많이 있지만 우리부서가 현재 관리하고 있는 위생업소 9515개소 중 음식점 영업장(1층) 사용 면적 100㎡ 이상인 일반·휴게음식점 1539개소 및 숙박업소(3000㎡ 이하) 297개소 총 위생업소 1836개소가 의무가입 대상에 해당 된다.

또한 신규 대상시설은 영업신고가 완료된 날로부터 30일 이내에 가입해

야 하며, 보험 유효기간이 만료되는 영업장은 만료일 시점에서 재가입해야 한다. 이에 가입 일자 하루만 늦어도 과태료가 부과되며 최소 10만원에서 최대 300만원까지 과태료가 부과되기 때문에, 영업주는 반드시 기한 내 보험 가입이 필요한 의무사항임을 잊지 말아야 할 것이다.

아울러 보험 미가입 또는 갱신 시기를 놓치는 영업주의 피해를 최소화하기 위해, 우리 부서에서는 신규 의무대상 위생업소 및 갱신도래 업소에 대해 보험만기 2개월 전부터 우편·전화, 방문 등 다양한 방법으로 가입 안내를 해드리고 있다.

그럼에도 불구하고 가끔 가입 시기를 놓쳐서 불이익을 받는 사례가 종종 발생해 안타까울 따름이다.

한층 더 요즘 코로나19로 인해 영업이나 생활이 어려운 시기긴 하지만, 재난이 발생할 경우 타인의 손해를 보상하는 제도인 만큼, 해당 영업주는 적극적인 관심을 가지고 적정 시기에 재난배상책임보험 가입할 것을 당부드린다.

* '오피니언' 면의 외부필자 기고는 본지의 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

Advertisement for Asahi 4, 5-year-old products. Includes text: '감귤요목 아스미 4, 5년생', '당 17.4브릭스 산 1.0인 최고 품질의 아스미는 소득이 월등합니다.', and a list of products like '유라조생 1, 2년생', '하굴 4, 8년생'.

Advertisement for Jeju Hanra Dongwon. Includes text: '국내개발 우수한 [신품종] 감귤요목 분양', '농가 소득에 큰 도움이 될 품질이 우수한 국산 품종', and '원터프린스', '미니향', '하례조생' varieties.

Advertisement for Hanra Electronics. Includes text: '제주 통신기반 구축 한라가 책임집니다.', '하고 있는 일' (List of services like '키폰·교환기 설치 및 유지보수', '건물구내통신 설비공사'), and '정보통신공사업 등록업체(제180008호) / ISO 9001 인증업체'.

Advertisement for TIEN Information Technology. Includes text: '정보통신의 미래 >> 티엔정보기술(주)', '고객을 위한 통합 SOLUTION 제공', and '티엔정보기술(주) Telecom & Network information technology'.