

오늘의 날씨와 생활

9월 7일 수요일 음 8월 12일 (4물)

건강&생활

기상정보



구름 많음

제주는 구름 많겠다. 아침 최저기온은 20-22°C, 낮 최고기온은 27-29°C로 전망된다.

Table with weather forecast for the day, including precipitation and wind speed.

Table with sunrise and sunset times, moon phase, and moonrise/moonset times.

식중독지수 경고, 자외선지수 매우높음

Table with air quality index (PM10, PM2.5) and visibility.

주간예보 <문의 ☎ 국번없이 131>
내일 맑음 22/28°C
모레 구름 많음 22/27°C

월드뉴스

중국 중남부 쓰촨 잇따른 악재에 신음

전력난·코로나·지진 삼중고

중국 중남부 쓰촨성이 기록적인 폭염·가뭄으로 인한 전력난과 코로나 19 감염자 폭증에 이어 지진까지 겹치면서 잇따른 악재에 신음하고 있다.



쓰촨 지진 구조 현장. 연합뉴스

6일 중국지진대와 중국중앙(CC) TV 등에 따르면 전날 낮 12시 52분쯤(현지시간) 쓰촨성 성도 청두에서 남서쪽으로 220km 떨어진 간쑤성자치주 루딩현에서 규모 6.8의 지진이 발생해 최소 46명이 숨지고 16명이 실종됐다.

전형적인 협곡지대인 까담에 산에서 떨어진 거대한 낙석이 마을과 도로를 덮치면서 구조 활동에 어려움을 겪는 것으로 전해지고 있다.

주인들은 현지 매체에 "지진이 났다는 생각에 너무 무서워 아이를 안고 무조건 집 밖으로 뛰어나왔다"라거나 "밖으로 나오자마자 건물이 무너졌다"며 당시의 급박했던 상황을 전했다.

앞서 쓰촨은 지난 6월부터 무더위가 시작돼 올여름 1961년 기상 관측 이래 최장기간 폭염을 겪었다. 지난달에는 40°C를 넘나드는 폭염이 장기간 지속됐다.

아울러 최근 코로나19 재확산의 직격탄을 맞은 지역 중 한 곳이기도 하다.

한리일보 contact information including website, phone, and address.

서귀포시 건강&힐링 박람회!



강준혁 한의학 박사

서귀포시는 2022년 9월 17일 오전 9시부터 오후 5시까지 제주월드컵경기장 일원에서 서귀포시 건강&힐링 박람회를 개최할 예정이다.

이번 박람회는 코로나19 장기화로 인해 생활 속 많은 제약으로 지친 주민들에게 다양한 건강체험 기회를 제공해 건강과 활력을 되찾을 수 있도록 하는 취지에서 마련됐다.

서귀포시 건강&힐링 박람회는 서귀포시 3개 보건소 주최로 15개 보건 의료 기관단체가 협조하고 시민 및 관광객 등 누구나 참여할 수 있는 행사로 주요내용은 걷기대회,

월간 한약 지원 사업을 하고 있다. 올해 3년째로 그동안 여러 명의 난임을 성공적으로 임신이 되게 해서 보람을 찾은 사업 중에 하나이다.

둘째로 산후 척약 사업이다. 출산 후에 산모의 건강을 빨리 회복시키고 출산 전의 몸으로 일찍 돌아가게 하기 위해서 출산 한약을 본인 부담금을 최대한 적게 부담시키고 나머지는 도의 보조금과 한의사들의 협조로 산모들의 회복을 돕는 한약을 지원하는 사업이다.

이외에도 찾아가는 서비스로 서귀포시에서 하는 통합 돌봄 서비스 중에 방문 진료 사업으로 독거노인이나 거동이 불편한 노인을 대상으로 지자체에서 선별한 대상자를 직접 거주지로 찾아가서 한방진료를 하고 있다.

가서 진료뿐만 아니라 생활 전반에 걸쳐서 불편한 사항도 들어보고 개선할 점 등을 직접 관할 동사무소나 시청 주무부서에 연결시켜줘서 전반적인 생활여건도 개선시킬 수 있어서 주민들에게 좋은 호응을 얻고 있는 사업이다.

이 외에도 약사회나 인구 보건복지협회, 제주지역 암센터, 국민건강보험공단 서귀포지사, 제주한라대학 간호학과, 제주 광역치매 센터, 의료기기업체, 뇌혈관 질환 예방관리사업지원단, 제주 스마트 시티 등 여러 유관기관이 건강 홍보관을 운영하니 다양한 체험과 힐링할 수 있는 기회가 됐으면 한다.

오는 17일 오전9시부터 오후5시까지 월드컵 경기장으로 오면 건강과 힐링을 할 수 있을 것이다.

도민 여러분들이 많은 참여를 해서 유익하고 즐거운 경험을 했으면 좋겠다.

열린마당

4-H운동으로 여성리더를 양성해 나간다



고애경 (사)서귀포시4-H본부 여성부회장

고교시절 학교 4-H활동을 시작으로 지금까지 30여 년간 4-H운동을 통한 지역사회의 여성리더를 양성해 나가는데 함께해왔다.

제주에는 제주4·3과 6·25전쟁 등으로 극도로 혼란에 빠져 어려운 시대적 상황과 맞닿은 4-H가 싹트기 시작했다. 이러한 과정을 거치며 1952년 초 4-H가 태동해 1년 여의 준비기간을 거쳐 1953년에 리·동 4-H회가 정식으로 발족돼 본격적으로 제주4-H운동이 시작됐다.

이 기간동안 4-H운동은 문맹퇴치와 농촌계몽을 시작으로 농어촌의 지도자와 민주시민을 양성해 나갔다. 특히 가난했던 시절 농어촌

해외여행 시 '뎅기열' 감염 주의



강성택 서귀포시 동부보건소 보건행정팀장

지역의 여성 청소년들에게는 4-H 활동이 특별한 단체활동이 됐고, 생활개선 교육 등 각종 사회교육의 과정을 통해서 여성리더가 갖춰야 할 배움의 장이 됐다.

사회에는 다양한 특성을 갖고 있는 단체들이 존재한다. 농촌지도기관에서 육성하는 학습단체, 행정과 발달치 지역에 봉사하는 단체, 국제적 봉사이념에 맞춰 봉사하는 국제클럽, NGO단체들 등이 제각기 활동영역에 맞춰 활동해 나간다.

우리 4-H단체는 지난날 리·동 4-H, 읍·면 4-H의 과정을 거쳤고, 현재 학교 4-H활동과 시민위 이상 4-H연합회의 과정을 거치며 지역의 지도자를 양성해 왔다.

이제는 4-H본부와 그 중심에서 위의 역할을 담당해 나가고, 4-H활동을 통한 여성리더를 양성해 나가는 장소로 만들어 나가고자 한다. 이것이 서귀포시 4-H본부의 여성부회장이로서 제시하는 바람이기도 하다.

면 바이러스에 감염돼 다른 모기나 사람에게 전파한다.

우리나라에서 뎅기열은 2000년 법정감염병으로 지정된 이후 국내 자체 발생은 없으나, 해외 유입으로 매년 약 200건 내외로 신고되고 있다. 코로나19로 해외 출입국이 어려워진 이후 국내 뎅기열 환자 발생수는 급격히 감소했으나, 올해 해외 여행 재개로 환자가 다시 증가하고 있다.

지난해까지 5년간 신고된 뎅기열 환자는 필리핀을 방문한 후 감염된 사례가 가장 많았으며, 다음으로 베트남, 태국, 인도네시아 순이었다. 따라서 동남아시아 등 모기가 많은 지역을 여행할 경우에는 예방수칙을 반드시 지켜야 한다.

먼저 모기에 물리지 않는 것이 가장 중요하며, 방충망, 모기장, 기피제를 사용하고 긴소매, 긴바지를 입어 노출 부위를 최소화해야 한다.

여행 전 질병관리청 누리집을 통해 여행지역별 주의해야 할 감염병 정보 확인도 잊지 말자.

Advertisement for Jeju Special Self-Government Province Bacteremia and Dengue Fever Prevention Association, featuring a 'Healthy Journey' theme.

Advertisement for Jeju International Hearing Aid Fair, offering government support of 131 million won and a 27,000 won 36-month interest-free installment plan.

Advertisement for Jeju Telecommunications Infrastructure Construction, highlighting the company's responsibility and listing various services like fiber optic and CCTV installation.

Advertisement for TIEN Information Technology Co., Ltd., showcasing their 'One-Stop System' for various IT and network services.