

액티브 시니어를 위한 라이프스타일

SENIOR 조선

DECEMBER
2015
VOL.44
senior.chosun.com



Come Inside

존재감으로 말하는 배우,
조재현
소금 섭취를 줄이는 8가지 아이디어

ROLF
BENZ



ROLF
BENZ
ONDA



ONDA란? 이태리 어로 “물결”을 뜻합니다. 직선의 레이아웃을 탈피한 유기적인 곡선의 디자인을 제공합니다.

121-1 Nonhyun-Dong, Gangnam-Gu, Seoul, Korea. 135-010 T- +82-2-547-7850 F- +82-2-3444-1355 www.youngdonggagu.com

Inside

VOL.44 DECEMBER 2015 액티브 시니어를 위한 라이프스타일, <시니어조선>

06

Nouveau

액티브 시니어라면 주목해야 할
최신 트렌드와 브랜드 소식들.

08

ALL EYES ON ME

연말은 파티와 모임이 잦아지는 시기다.
과하지 않되 스타일리시한 패션 감각을 표현하고 싶다면,
존재감 뚜렷한 포인트 아이템을 선택하자.

10

HOLIDAY EDITIONS COLLECTION

다채로운 홀리데이 에디션이 쏟아져 나오는 12월.
특별하고 화려한 패키지로 소유욕을 불러일으키는 제품을 엄선했다.



12

CHRISTMAS IS ALL AROUND

크리스마스는 누구나 기다리는 축제다.
강렬한 레드와 그린의 알록달록함보다
고급스럽고 모던한 크리스마스 분위기를 연출하고 싶다면
골드와 실버 그리고 화이트 컬러 아이템을 추천한다.

14

시니어파트너즈 AARP와 포럼 진행

지난 10월 27일 (주)시니어파트너즈가 AARP(미국은퇴자협회)의
국제부 수석 고문 브래들리 셔먼을 초청해
'AARP의 시니어 비즈니스 성공 사례'를
주제로 포럼을 열었다. 포럼의 내용을 간추려봤다.



16

존재감으로 말하는 배우, 조재현

조재현은 한결같으면서도 변화무쌍하다.
주류와 비주류, 장르와 영역을 넘나들며 독보적인 연기를 보여준다.
이제는 믿고 보는 국민배우가 된 조재현의 50 즈음 이야기.

18

오늘, 소금 얼마나 드셨나요?

음식을 짜게 먹는 것이 건강에 좋지 않다는 것을 모르는 사람은 없다.
하지만 이미 짭짤한 음식에 길들여진 입맛을 바꾸기란 쉽지 않은 일.
먼저 소금의 위험성을 인지해야 한다.

24

'시니어파트너즈'가 제안하는 은퇴 준비 종합 프로그램

중장년 교육 전문기관 (주)시니어파트너즈의
기업 임직원 대상 맞춤형 '은퇴 준비 종합 프로그램'이
기업 임직원 대상 은퇴준비 시장에서 인기를 끌고 있다.

25

잘 먹고 잘 쉬는 힐링 골프여행

12월 소개할 골프여행은 후쿠오카를 중심으로
백제의 문화가 숨 쉬고 있고, 일본 최고의 온천도시 중 하나인
사가현 주변의 명문 골프장과 힐링 여행이다.

26

이달의 정보

다양한 디자인의 워치 신제품, 연말을 더욱 풍성하게 해줄 호텔 패키지 정보,
편안한 수면을 선사하는 침대, 통증은 없애고
내 몸은 살리는 스위치 요법을 담은 책 등을 만나보자.



배우 조재현을 생각하면 연기파 배우라는
수식어를 빼놓을 수 없다. 주류와 비주류,
장르와 영역을 넘나들며 독보적인 연기를 보여준다.
예능 <아빠를 부탁해>를 통해 평범한 아버지의
모습으로 대중에게 다가온 조재현.
최근에는 연극열전 프로듀서, 수현재씨어터 대표,
경기영상위원회 위원장에 이어 대학교수,
DMZ다큐멘터리영화제 집행위원장을 맡으며
연기 외적인 곳까지 영역을 넓혀가고 있다.

Photographer 양수열(C.영상미디어)

Styling 조가희

화이트 셔츠는 에스티듀풀,
글렌체크 재킷은 브리오니.

PUBLISHER 시니어조선

발행인 양근만 yangkm@chosun.com
방정오 cbang@chosun.com

PARTNER 시니어파트너즈

대표 박은경 maypark@yourstage.com
이사 조규숙 ks.cho@yourstage.com

EDITORIAL & ART

편집장 황정원 hhw@chosun.com
기자 조가희 cgh@chosun.com
객원기자 김우성 ws.kim@yourstage.com
이은정 euninsa@gmail.com
사진 C.영상미디어
디자이너 장선희 rioba@chosun.com
교열 최귀열

ADVERTISING & MARKETING

팀장 양훈식 huns@chosun.com

ONLINE
부장 이재훈 jacopas@chosun.com
기자 박준현 pjh81@chosun.com
웹에디터 문형경 elflira@chosun.com

INFORMATION

취재 편집 02-724-7868
광고마케팅 02-724-7849
재무 02-724-7864
대표 메일 senior@chosun.com
트위터 @seniorchosun
페이스북 www.facebook.com/seniorchosun

창간일 2012년 4월 25일
발행일 매월 넷째 주 수요일

등록번호 서울 다10391
등록일자 2012년 3월 19일
발행소 서울특별시 중구 세종대로21길 30
인쇄 (주)교학사
출판 아이엔지프로세스

※ <시니어조선>은 서울 강남구, 서초구, 송파구,
영등포구, 용산구, 경기 분당 등 수도권 프리미엄 지역 및
오피스 밀집 지역의 조선일보 독자들에게 무료로 배포되며
서울 강남, 신사, 압구정, 청담, 잠실, 송파, 이태원,
삼청 및 경기 분당의 변화가 카페, 레스토랑, 병원, 은행,
호텔, 스포츠센터, 수입자동차 매장에서도 만날 수 있습니다.

※ 본 매거진은 저작권법에 따라 보호받는 저작물이므로
무단전재와 무단복제를 금지하며, 본 저작의 전부 또는
일부를 이용하시려면 반드시 <시니어조선>의 사면 동의를
받으셔야 합니다.



<시니어조선>은 국내 대표 매거진 포털 APP
'탭진'에서 무료로 구독할 수 있습니다.



ROGER DUBUIS

HORLOGER GENEVOIS



EXCALIBUR

자체 매뉴팩처 무브먼트 RD01SQ
스켈레톤 더블 플라잉 투르비옹



궁극의 파인 워치메이킹 기술력으로 모든 무브먼트에 파인 워치메이킹에서
가장 까다로운 마크인 제네바 실 인증을 획득한 유일한 매뉴팩처.



STAGE

국립극단, 아서 밀러의 〈시련〉 선보여

국립극단에서 2015년의 마지막 작품으로 아서 밀러의 〈시련(The Crucible)〉을 선보인다. 미국 연극계를 대표하는 극작가인 아서 밀러는 우리에게 〈세일즈맨의 죽음〉으로 유명한 인물. 최근 그의 탄생 100주년을 기념해 영어문화권에서도 그의 작품을 재조명하고 있다. 그가 1953년에 발표한 〈시련〉은 작가 스스로 가장 애착을 가지고 있다고 밝힌 작품으로, 매카시즘(극단적인 반공주의) 광풍에 사로잡힌 1950년대 미국 현실을 강하게 비판한 것으로 알려졌다. 1692년 매사추세츠 주 세일럼에서 실제로 벌어졌던 '세일럼 마녀재판'을 배경으로 했으며, 사회 이념과 개인의 이기심이 결합해 만들어내는 집단적 광기가 어떻게 개인과 사회를 파괴해가는지를 생생하게 묘사한다.

12월 2일부터 28일까지,
명동예술극장, R석 5만원, 만13세 이상 관람가.
문의 1644-2003
홈페이지 www.ntck.or.kr
Writer 이은정



PERFUME

프라다 향수, '캔디 크리스마스 컬렉터' 출시

이탈리아 명품 브랜드 프라다가 크리스마스를 맞이해 '캔디 크리스마스 컬렉터' 향수를 제안한다. 향은 달콤한 캐러멜 향으로 시작해 파우더리한 화이트 머스크 카 테일로 이어지고, 마지막으로 달콤하고 은은한 벤조인이 흰상적인 조화를 이룬다. 보틀 디자인은 감각적이고 럭셔리한 향취의 느낌이 고스란히 반영했다. 고급스러운 원통 보틀에 빛나는 블랙 반달 캡, 골드 사피아노 밴드 장식, 프라다의 로고가 더해진 캔디 크리스마스 컬렉터는 우아한 여성과 잘 어울리는 디자인으로 완성했다. 이번 신제품 캔디 크리스마스 컬렉터는 기존 선보인 프라다의 인기 향수인 캔디에 골드를 입힌 스페셜 에디션이다. 출시 직후부터 향수 마니아들 사이에서 인기 아이템으로 떠오르고 있는 제품이다. 프라다 캔디 크리스마스 컬렉터의 가격은 80ml 15만5천원이며, 주요 백화점 매장, BTY 갤러리에서 구매할 수 있다.

문의 02-3443-5050 Writer 조가희

Nouveau

액티브 시니어라면 주목해야 할 최신 트렌드와 브랜드 소식.



HOTEL

쉐라톤 서울 디큐브시티 호텔, 크리스마스 타운과 트리

크리스마스를 맞이해 쉐라톤 서울 디큐브 시티 호텔에서는 다양한 크리스마스 장식을 만날 수 있다. 41층 메인 로비에 있는 트리는 어둠을 밝히는 눈 내린 마을을 테마로 만들어졌다. 4m 높이의 트리를 흰색, 은색 오너먼트와 눈으로 장식하고 트리 주변은 나무로 만든 하얀 집, 순록, 크기가 다른 여러 종류의 초를 활용해 41층 로비를 환하게 비춘다. 38층에 있는 클럽 라운지에도 눈이 쌓인 나무에 색색의 방울을 달아 경쾌한 분위기의 성탄절을 표현한 트리를 설치했다. 이 외에도 1층에 있는 벨 데스크에는 커다란 크리스마스 리스를 걸고, 1층 정문에도 문 전체가 사진 액자처럼 보이도록 넝쿨 스타일의 크리스마스 가렌더로 꾸며 호텔에 들어오는 순간 따스한 온기가 넘치는 크리스마스 분위기를 느끼도록 했다. 문의 02-2211-2000 Writer 조가희



BEER

스텔라 아르투아,

한정판 크리스마스 패키지 출시

스텔라 아르투아는 1366년에 크리스마스를 기념하기 위해 탄생한 600년 전통의 프리미엄 벤네이션 맥주다. 라틴어로 '별'이라는 뜻을 가진 '스텔라'는 축배를 위해 탄생한 맥주인 만큼 연말연시의 파티 등 특별한 자리에서 더욱 사랑받아왔다. 때문에 칸국제 영화제, 부산국제영화제 등에서 공식 맥주로 선정되며 세계 4대 맥주로서 그 역할을 톡톡히 하고 있다. 스텔라는 미세하고 정교한 사즈 홀 아로마를 함유하고 있으며, 미묘한 파인애플 향의 뒷맛이 특징이다. '챌리스'라는 성배 모양의 전용잔에 따라 마시면 특유의 맛과 향을 더욱 잘 느낄 수 있다. 올해에는 특별히 첫 출시 당시의 패키지를 그대로 재현한 한정판 크리스마스 패키지를 선보인다. 이번 패키지는 주요 할인점과 스텔라 아르투아 취급 매장에서 만나볼 수 있다.

문의 080-022-3277 Writer 황정원



Canon

Delighting You Always

極

사.실.주.의

세계 최초 5060만 초고화소
이제, 수퍼픽셀 시대를 열다

극한의 디테일이 선사하는 놀라움
자금껏 보지 못한 비주얼의 세계
타협을 모르는 당신을 위해

5의 이름으로 또 한번 혁신하다



2015 EOS 5Ds 마지막 구매 찬스

EOS 5Ds 또는 5DsR을 구매하시면 정품 배터리 그립 등 다양한 경품을 드립니다 | 이벤트 기간 : 2015.12.01 – 2016.01.15 | 자세한 사항은 홈페이지를 참조하세요

볼드한 주얼 장식과 골드가 화려하게 빛나는
목걸이는 **스와로브스키**, 1백10만원.

ALL EYES ON ME

연말은 파티와 모임이 잦아지는 시기다.

과하지 않되 스타일리시한 패션 감각을 표현하고 싶다면,
존재감 뚜렷한 포인트 아이템을 선택하자.

Writer 조기희 · Photographer 이경호(C.영상미디어)

스타일리시한 연말 룩을 완성해줄 페도라는 **브리오니**, 68만원.

오리엔탈 무드의 패턴 장식이 멋스러운
타이는 **에스티듀옹**, 10만원대.

골드와 브루넬로 쿠치넬리의
컬러 포켓 스웨어는
루이비통, 1천8백70만원.

◀ 구조적인 베젤과 화려한 다이아몬드가
빛을 빛나는 빅뱅 골드 다이아몬드
시계는 **위블로**, 5천4백만원대.

▶ 부드러운 토끼털로
장식한 장갑은
조르지오 아르마니,
가격미정.

▶ 강렬한 호피무늬가
인상적인 스트랩 백은
살바토레 페라가모,
가격미정.

▶ 럭셔리 무드를 극대화해주는
퍼 머플러는 **브리오니**, 4백20만원.

▶ F/W 룩에 활력을
불어넣어줄 스카이블루
컬러 포켓 스웨어는
루이비통, 10만원대.

▶ 블랙 파이톤 가죽 테가 은은하게 빛나는
선글라스는 **뮤지크 아이웨어**, 20만원대.

▶ 재킷이나 니트,
카디건 등 어디에 매치해도
잘 어울리는 셔츠는 **에스티듀옹**,
19만9천원.

▶ 착용감이 편안한 보라색
미들 굽 에나멜 슈즈는
레페토, 39만8천원.

▶ 움직일 때 더욱 빛나는
컬러 스톤 귀고리는
스와로브스키, 54만5천원.

▶ 밑창에 레드와 화이트 컬러로
위트를 더한 스워드 더비 슈즈는
루이비통, 1백10만원대.

“쉿!~” 피부 미인들의 비밀

쿠션 속 수분은 달라야 한다!

미네랄 워터를 머금은 촉광쿠션



이지함 미네랄 인 쿠션

닥터코스메틱 이지함화장품

판매처 : 이지함화장품 쇼핑몰(www.ljhmall.com), 드럭스토어(GS와우스)
이지함 피부과 : 강남, 강북, 구리, 구미, 분당, 부산, 여의도, 이대, 일산, 청담, 천호, 평택
소비자 상담실 : 080-700-1544

Holiday editions collection

다채로운 홀리데이 에디션이 쏟아져 나오는 12월. 스킨케어 제품부터 향초, 향수, 보디케어 제품까지 다양하게 출시된다.

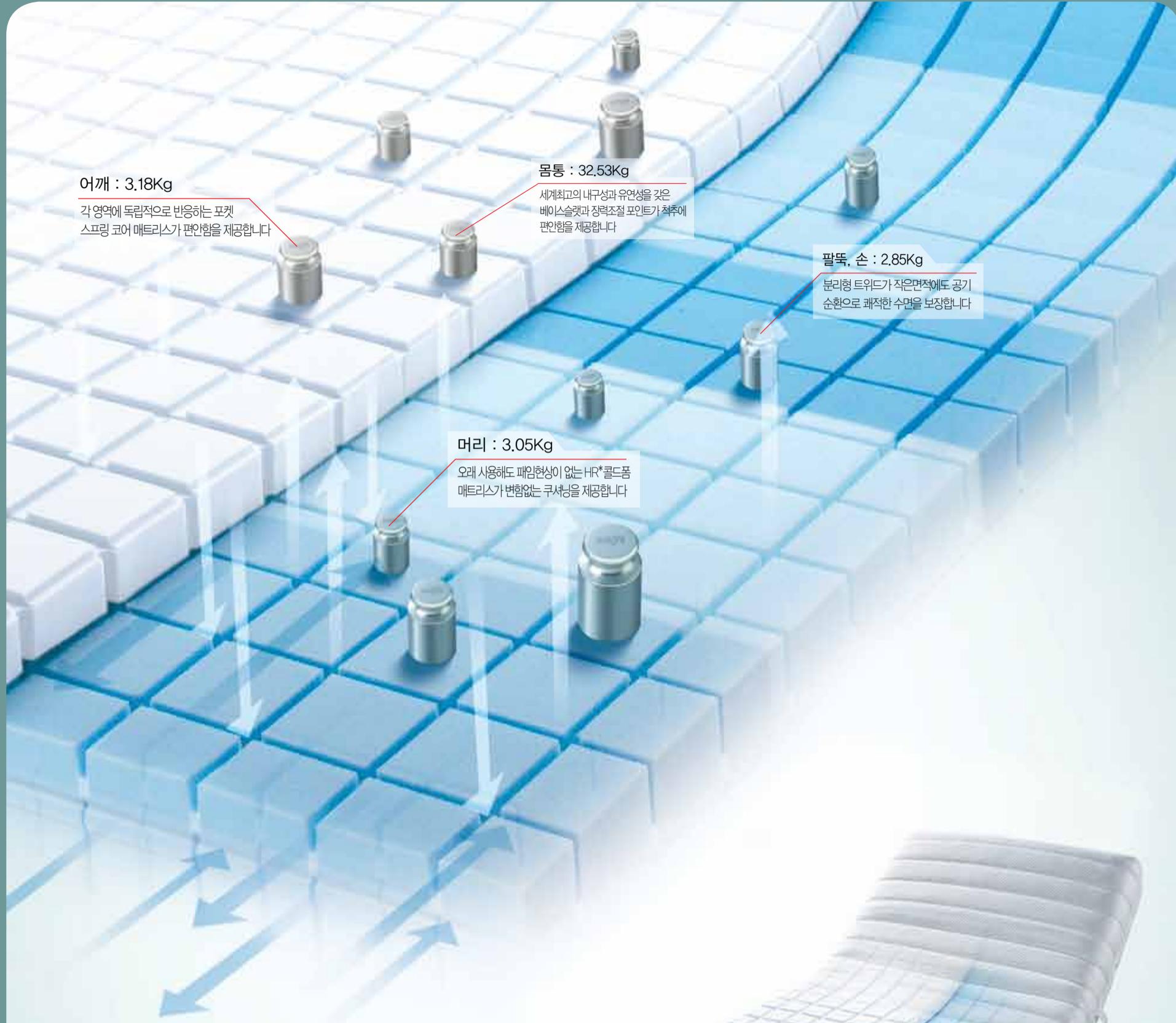
특별하고 화려한 멋을 더한 패키지로 소유욕을 불러일으키는 제품을 엄선했다.

Writer 조가희 · Photographer 이경호(C.영상미디어)

1 프레쉬 2015년 핸드 페인팅된 터키시 타일에 영감받은 플로럴 프린트 패키지에 라이프, 헤스페리데스 그레이프프루트, 브라운 슈가 오 드 퍼퓸을 담은 프레그ランス 저니 향수 세트는 각 15ml, 8만6천원대. 2 꼬달리 거친 손과 손톱에 풍부한 영양을 공급하고 보호하는 오리지널, 로즈 드 비뉴, 테 드 비뉴를 담은 핸드크림 트리오는 각 30ml, 2만7천원. 3 로라 메르시에 브랜드의 시그니처 향인 앰버 바닐라, 아몬드 코코넛 밀크, 크렘브륄레, 따르떼 오 시트롱을 포함한 리틀 인덜전시스 핸드&바디 크림 컬렉션은 5만8천원. 4 러쉬 목욕을 더욱 달콤하고 즐겁게 해주는 아보배쓰 배쓰밤부터 버터베어 배쓰밤, 홀리 고라이틀리 버블바, 셀러브레이트 보디 로션 45g, 요그 노그 숨 120g 등의 12개의 보디 제품으로 일차개 구성된 12 데이즈 오브 크리스마스 패키지는 15만원. 5 블리스 피부에 산소를 공급해 생기와 광채를 부여하는 홀리데이 톤 업 트리오는 7만5천원. 6 딥티크 유명한 화가 줄리앙 콜롱비에와의 컬래버레이션으로 탄생한 신비로운 오리엔탈 무드의 감미롭고 따뜻한 향을 내는 리미티드 에디션 올리방 캔들은 70g은 5만2천원, 190g은 8만9천원. 7 아쿠아 디 파르마 화려한 부케를 연상시키는 패키지와 화려하고 매혹적인 향을 담은 매그놀리아 노빌레 오드 코롱 50ml와 코코넛 오일 성분을 포함한 서블라임 배쓰 앤 샤워 젤 50ml, 비타민 A와 E를 포함한 서블라임 바디 크림 50ml로 구성된 코프레 2015 매그놀리아 노빌레는 18만원. 8 아닉구딸 배, 복숭아, 로즈 머스크 향이 어우러져 달콤하고 상큼한 향기가 특징인 빠띠드 쉐리 오 드 퍼퓸은 100ml, 26만2천원대. 9 씨흐트루동 묵직한 가죽과 캐시미어 우드 향과 설탕에 줄인 밤의 달달한 향이 조화를 이루는 가브리엘 클래식 캔들은 270g, 15만원.

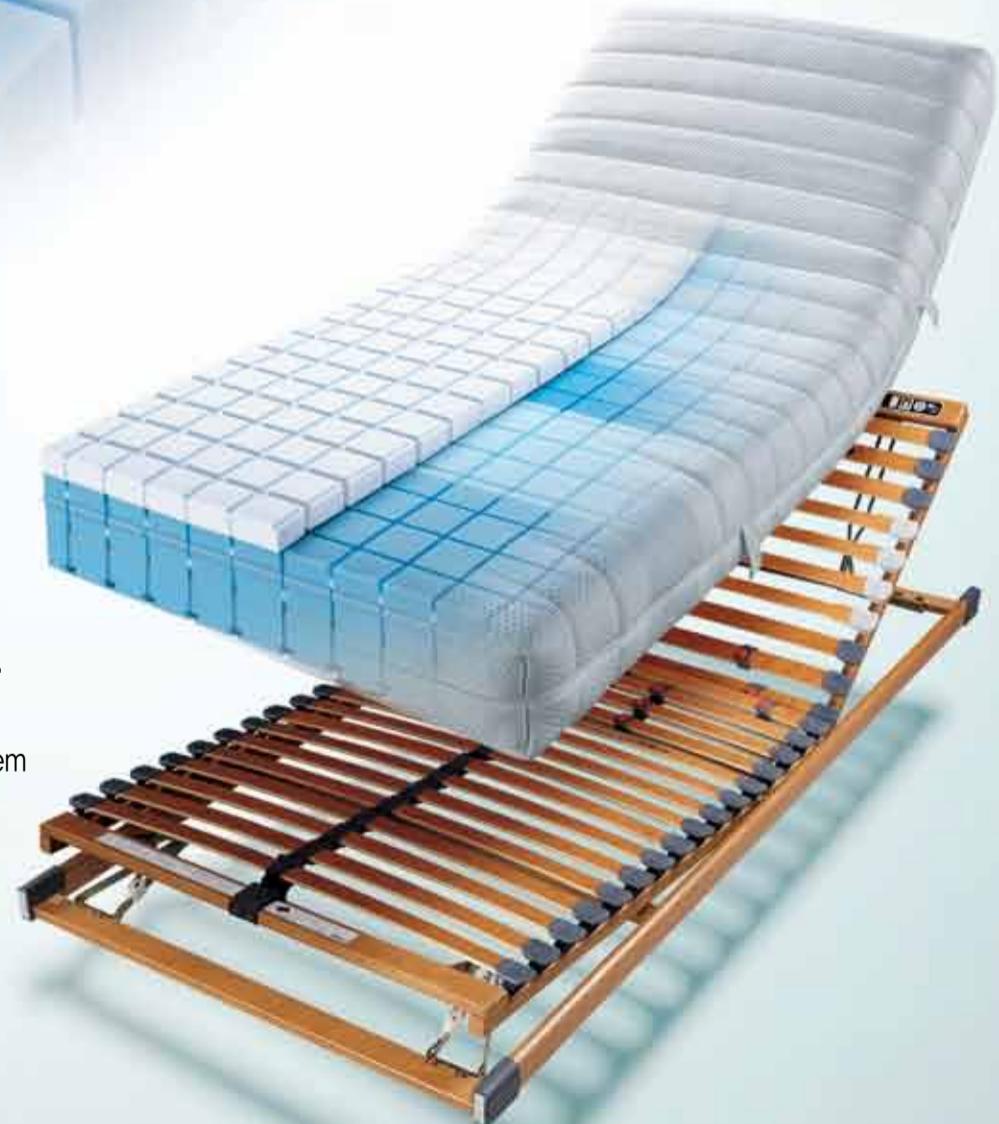
문의
꼬달리 02-546-7424
딥티크 02-555-6609
러쉬 070-4727-8186
로라 메르시에 02-517-4980
블리스 02-514-5167
씨흐트루동 02-517-5218
아닉구딸 080-023-5454
아쿠아 디 파르마 02-517-5218
프레쉬 080-822-9500





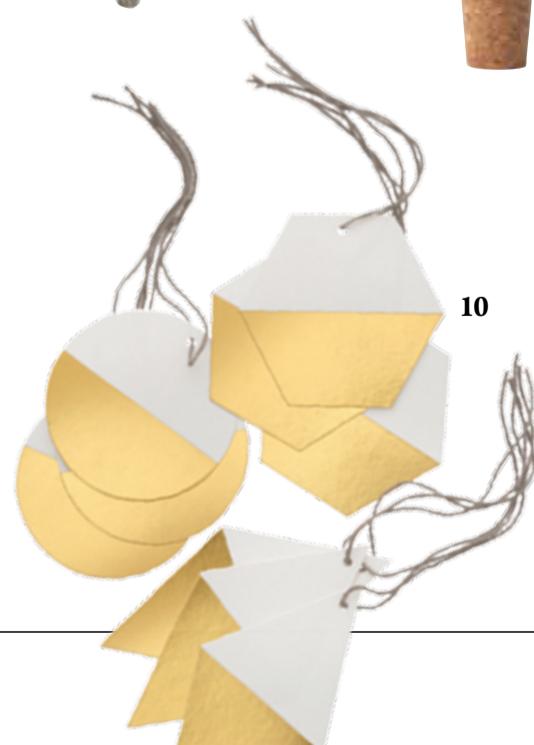
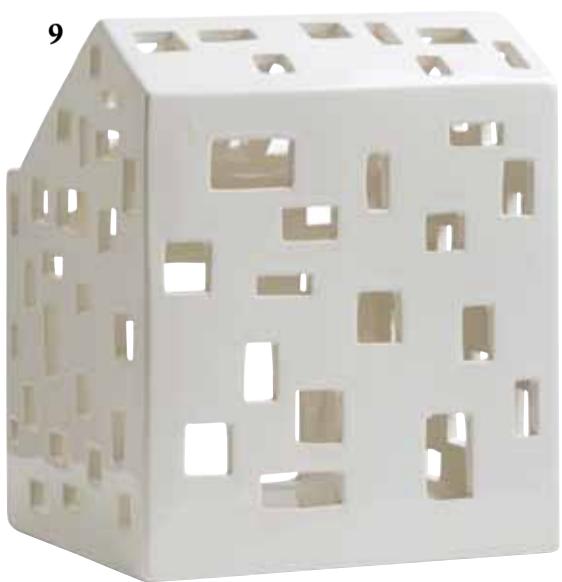
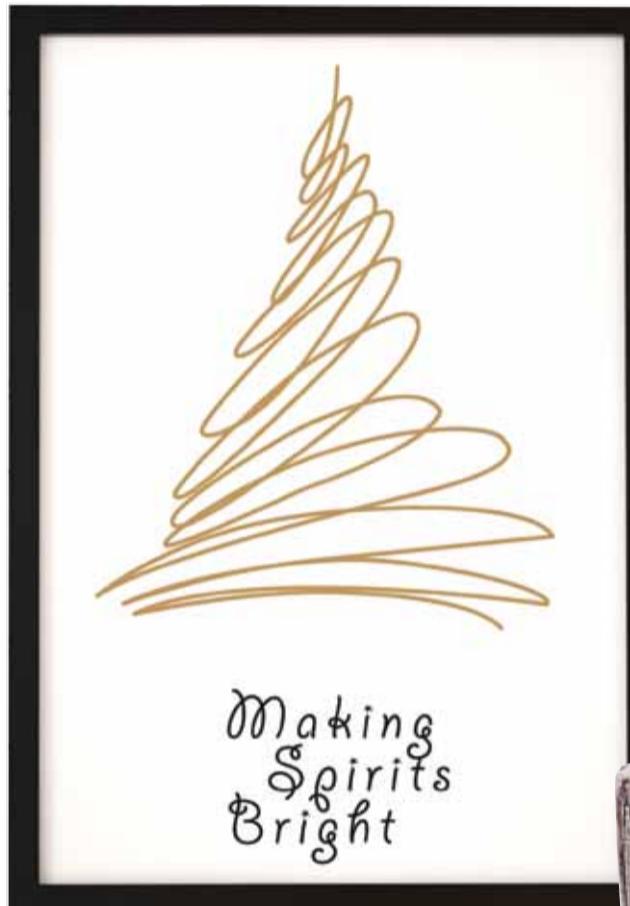
hülsta는
당신의 몸 하나 하나를 기억합니다

독일 기술이 선사하는 품격있는 수면 개별 맞춤 Sleeping System



CHRISTMAS IS ALL AROUND

크리스마스는 누구나 기다리는 축제다. 강렬한 레드와 그린의 알록달록함보다 고급스럽고 모던한 크리스마스 분위기를 연출하고 싶다면 골드와 실버 그리고 화이트 컬러 아이템을 추천한다. Writer 조가희



1 크리스마스트리를 형상화한 일러스트가 그려진 액자는 2만6천원, **マイプレイス**. 2 파티 분위기를 더욱 고조시켜줄 촛대는 23만원, **에잇컬러스 by 펌리빙**. 3 크리스마스트리 꼭대기를 더욱 멋스럽게 해줄 별 모양 오너먼트는 9만8천원, **에잇컬러스 by 펌리빙**. 4 겨울 나무 형태로 멋스럽게 표현한 초는 1만8천원, **덴스크 by 이츠어바웃로미**. 5 크리스마스 파티에서 빼질 수 없는 술잔세트는 2만2천원, **키커랜드**. 6 트리에 조명과 함께 장식하면 더 반짝거리는 색다른 장식품은 8천8백원, **덴스크 by 스히스히**. 7 먹다 남은 와인을 보관할 수 있는 스토퍼는 3만5천원, **키커랜드**. 8 겨울철 눈으로 뒤덮인 양상한 나무를 형상화한 옷걸이는 40만원대, **체리쉬**. 9 구멍으로 새어나오는 조명이 훈훈한 분위기를 조성해줄 캔들하우스는 6만7천원, **이노메싸 by 케흘러**. 10 선물, 혹은 카드 포장에 사용하면 고급스럽고 세련된 디테일을 더할 수 있는 기프트 태그는 1만2천원, **에잇컬러스 by 펌리빙**. 11 트리를 모던하게 장식할 수 있는 오너먼트는 각각 1만5천원, 1만8천원, **에잇컬러스**. 12 테이블에 세울 수 있는 트리 모양 장식품은 3만3천원, **덴스크 by 이츠어바웃로미**. 13 트리 안에서 사슴이 뛰어놀고 있는 듯한 느낌을 주는 루돌프 소품은 3만2천원, **덴스크 by 브로스테 코펜하겐**. 14 많은 사람과 파티를 즐길 때 활용하기 좋은 넓은 접시는 4만원, **에이치픽스 by 앤 클레버링**. 15 고급스러운 디자인의 와인잔과 피처는 4만원대, 20만원대, **이딸라 by 올티마 툴레**. 16 파이프 오르간을 형상화한 혁신적인 디자인의 '베오밥 18' 무선스피커는 1천80만원, **뱅앤올룹슨**. 17 트리 모양 패턴이 돋보이는 포근한 쿠션은 6만2천원, **에이치픽스 by 파인리틀데이**. 18 실버와 로즈색이 섞인 솔방울 모양의 오너먼트는 1만2천원, **덴스크 by 브로스테 코펜하겐**. 19 눈 속에서 양증맞게 먹이를 먹는 다람쥐 인형이 담긴 스노우 볼은 1만8천원, **에이치픽스 by 앤 클레버링**. 20 음악의 각 장르가 프린트되어 있어 재미를 더하는 컵은 각각 2만원대, **이노메싸 by 플레이타입**.



문의
덴스크 1800-1403
マイプレイス 070-8966-7205
뱅앤올룹슨 02-518-1380
에이치픽스 070-4656-0175
에잇컬러스 070-8654-3637
이노메싸 02-3463-7710
이딸라 02-3406-2263
체리쉬 02-307-4200
키커랜드 02-562-8701

시니어파트너즈 주최로 열린

AARP(미국은퇴자협회) 국제부 수석 고문 초청 포럼

지난 10월 27일 (주)시니어파트너즈가 AARP(미국은퇴자협회)의 국제부 수석 고문 브래들리 셔먼을 초청해 'AARP의 시니어 비즈니스 성공 사례'를 주제로 포럼을 열었다. 그는 고령층이 늘어나는 것은 위기이자 기회이며 새로운 경제 영역이 형성되고 있음을 의미한다고 말하며 시니어들의 일자리 창출에 대한 중요성을 강조했다.

포럼의 내용을 간추려봤다. Writer 이채현 · Photographer 이신영(C.영상미디어)



국가의 경제 성장은 고령인의 취업과 관련이 있다

전 세계적으로 저출산, 고령화 현상이 나타나면서 고령인의 취업에 관심이 높아지고 있다. 고령 취업은 두 가지 집단으로 나누어볼 수 있다. 원해서 일하는 사람들과 원하지 않지만 일자리가 필요해서 일하는 사람들이 있다. 첫 번째 집단은 보수적, 안정적으로 원할 때까지 일하는 집단이고, 두 번째는 소득수준이 낮으면서 경제적 어려움으로 인해 선택의 여지가 없는 집단이다. 한국은 지난 10년 동안 50대의 취업률이 높아졌고, 65세에서 69세까지의 취업률은 OECD 국가 중 2번째로 높게 나타났다. 문제는 아직도 정부가 많은 규제를 하고 있어서 고령자들이 취업 전선에 나가기가 어렵다는 것이다. 기업의 관점에서 볼 때 55세 이상 직장인 중 65% 정도가 피고용인이며 젊은 층은 이보다 낮은 58~60% 정도로 나타나는데 얼마나 충실했던 피고용인들이 있는가에 따라 기업의 수입과 재원에 영향을 미친다. 이것은 직장에서 고령자 뿐만 아니라 얼마나 회합적이고 다양한 사람을 수용하느냐도 중요한 이슈임을 알려준다. 고령인의 고용 기간을 1년 연장하면 GDP 1% 상승의 경제 효과가, 5년 연장하면 10% 성장과 맞먹는 경제 효과를 보이므로 시니어들의 일자리 창출은 충분히 가치 있는 일이다. AARP에서 조사한 우수 사례를 살펴보면 다양한 연령대로 구성된 직장에서 만들어지는 상품이나 서비스 마케팅, 홍보 등에서 좋은 결과가 나타난다. 예를 들어 20~30대로 이루어진 팀이 개발한 상품은 다양한 연령층이 사용하기 불편한 경향이 있는데, 다양한 연령대로 이루어진 팀이 개발한 상품은 나이와 상관없이 편하게 사용할 수 있다. 이는 다양한 연령층의 니즈를 알고 제품 개발에 반영했기 때문이다. 젊은 사람들은 오래 일하는 것을 싫어하고 나이 든 사람들은 은퇴 시기가 다가오면 단기간 일하는 것을 선호한다. 또한, 고령인들은 젊은 층에 비해 전문적인 기술과 지식을 가진 경우가 많으므로 젊은 사람들과 고령인의 고른 고용은 일자리를 공유하는 시스템을 만드는 좋은 조건이 되고, 기업에서 귀중한 자원을 잃지 않으므로 기업의 경제 성장 효과를 기대할 수 있다.

이처럼 국가의 경제 성장이 고령인의 취업과 관련 있다는 것을 정부가 모르고 넘어가는 것은 국가의 이익에 위배되는 일을 하는 것이나 다름없다. 이것이 AARP와

시니어파트너즈가 다른 국가의 고령자 취업의 좋은 사례를 검토하고 논의하는 이유다. 따라서 국가의 경제 성장이 고령인 취업과 관련 있다는 것을 잘 알고 있는 여러 국가는 정년을 연장하거나 이민자를 받아들이는 정책을 펼치고 있다.

나이 들의 가치를 수용하고 고령화를 기회로 만들어라

BMW는 근로자들에게 무작정 일을 시키기보다 무엇을 원하는지를 물어 개선해나가고 좋은 근로조건을 마련해 산재 등을 줄인 좋은 사례가 되고 있다. 미국의 한 은행에서는 자녀나 부모의 돌봄 문제로 직장을 그만두는 40대를 위해 세계 유일의 '돌봄 휴가'를 제공하고 있다. 이는 45세 연령층이 가장 귀중한 자원임을 깨닫고 있기 때문이다. 독일에는 세계 최초로 피고용인의 충싻도를 높이고 다양한 연령대에 필요한 상품을 만드는 역할을 하는 인류학자를 고용해 자문하는 회사도 있다. 경력직을 유지하며 새롭게 등장하는 소비자 집단을 겨냥하기 위함이다. 영국의 한 은행은 고령인력을 고용해 그들에게 치매나 고령화된 고객들의 서비스 등을 컨트롤하는 역할을 맡긴다.

이 모든 사례를 종합하면 모든 것이 기술의 영향을 받는 세상이 오고 있고, 남녀나 연령대, 프라이버시 등 다양성을 수용해야 하며, 인구 고령화 현상 또한 비즈니스의 한 부분임을 알 수 있다. 이는 윤리와 인력 관리의 이슈들이 복잡해지고 달라지고 있음을 의미한다. 그래서 나이 들의 가치를 수용하고 연륜에서 오는 경험이 자

1

산업을 알아야 한다.

최근 AARP에서는 정부가 제대로 된 정책을 펼 수 있도록 지원하고 미국의 중소기업청과 함께 고령자들의 창업을 지원하는 일을 한다. 또한 시니어의 건강과 관련된 서비스를 개발하려는 기업에게는 50대 이상 근로자의 건강 관련 정보와 자료 등을 제공하고 있다.

50대 이상의 근로자를 위한 경제는 장수경제라 일컬어지며 미국에서는 20년 안에 6% 이상 성장할 것으로 기대하고 있다. 인구 비율상 한국은 미국보다 지속적인 성장이 기대된다. 금액으로 환산하면 75조원 정도로 계산된다. 이는 세계 최고의 중국 경제 다음의 규모다. 따라서 현재 고조되는 한국의 고령화 현상 속에서 정부가 정책을 펼치지 않으면 기회를 만들어야 한다.

AARP

2



AARP에서 세대 간의 연대를 위해 진행하고 있는 프로그램 두 가지

1 Experience-co

부모들이 일하느라 바쁜 저소득층 지역의 학교에 경력자들을 자원봉사자로 보내 고연령대의 사람들과 어린이들이 상호작용할 기회를 만드는 프로그램.

2 Mentor-up

20~30대 젊은 층들이 고연령층이 첨단기기를 사용할 수 있게 도와주는 즉, 역멘토링을 하는 프로그램.

당분간 AARP가 중점을 두는 사업은 모든 세대가 서로 배울 게 있다는 전제 아래 공공영역이나 민간 영역에서 각 세대가 함께 일하는 직장을 만들어가는 것이다.

환상의 추리, 상상의 스펙터클!
최고의 블록버스터급 뮤지컬 매직쇼!



2015.11.28 ~ 2016.1.3 올림픽공원 우리금융아트홀

주최·개최 RAON PLAY 주관 CLIP service 문의 1577-3363 협찬 Audi Of America 예매 인터파크 옥션 에스24 티켓링크 하나프리티켓

문화체육관광부 지원 공연 선정! **공연티켓 1+1**

VIP석 1+1 (총 2매) 176,000원 - 50,000원

예매가능 공연기간 11월 28일 ~ 12월 31일

더불어 함께하면 더욱 실속있는 **3·4인 패키지**

3인패키지 VIP석 180,000원 | R석 159,000원

4인패키지 VIP석 220,000원 | R석 200,000원

존재감으로 말하는 배우, 조재현



조재현이 입고있는 심플한 화이트 셔츠는 에스티듀퐁, 글렌체크가 멋스러운 울소재의 베스트와 팬츠는 브리오니.

조재현은 한결같으면서도
변화무쌍하다. 주류와 비주류,
장르와 영역을 넘나들며 독보적인
연기를 보여준다.
이제는 믿고 보는 국민배우가 된
조재현의 50 즈음 이야기.

Writer 황정원 · Photographer 양수열(C. 영상미디어)

Styling 조가희

마음의 청을 통해 뿐어져 나오는 강렬한 눈빛 때문일까. 영화 〈악어〉, 〈나쁜 남자〉를 비롯해 드라마 〈피아노〉, 〈정도전〉, 〈편치〉까지. 배우 조재현의 필모그래피에는 시종일관 카리스마가 넘친다. 스크린이나 브라운관 밖에서 만난다면 쉽게 다가서거나 똑바로 응시하기 힘들 듯한 캐릭터다. 그런 그가 최근 예능 〈아빠를 부탁해〉에서 진솔한 모습으로 시청자들에게 다가섰다. 가족들과 함께한 일상 속에서 무뚝뚝하지만 조금씩 마음을 열어가는 아빠 조재현의 모습은 우리 주위에서 흔히 볼 수 있는 평범한 아버지 그대로였다. 사람들은 그런 아빠의 모습에 때로는 응원하고, 때로는 안도하며 함께 울고 웃었다. 드라마에서 연극, 영화, 예능을 아우르며 늘 새로운 모습을 보여주는 배우 조재현. 최근에는 연극열전 프로듀서, 수현재씨어터 대표, 경기영상위원회 위원장에 이어 대학교수, DMZ다큐멘터리영화제 집행위원장까지 맡으며 연기 외적인 곳까지 영역을 넓혀가고 있다. 겨울을 알리는 비가 추적추적 내리던 어느 오후, 조재현을 만나 그의 50+에 대해 허심坦회하게 이야기를 나누었다.

DMZ와의 인연은 어떻게 시작되었나?

경기영상위원회를 하면서 DMZ국제다큐영화제 집행위원장은 하면 어떻겠냐는 제안을 받았다. 처음에는 고사했다. 급작스럽게 영화제를 준비하면 성공하기 힘들다고 판단했기 때문이었다. 그러다가 부산국제영화제(이하 BIFF)로 인연을 맺은 김동호 · 이영관 집행위원장님께 상의를 드렸더니 '정말 매력적인 영화제가 될 것 같다'고 하시더라. 내가 준비가 안 돼 있다고 말씀드렸더니 두 분이 첫 회는 BIFF에서 준비를 도와주겠다고 하셨다. 덕분에 BIFF의 많은 스태프의 노하우를 전수받아서 진행할 수 있었다.

영화제를 계기로 평화누리길 홍보대사까지 같이 하게 된 건가?

그렇다. 경기관광공사와 DMZ국제다큐영화제를 하면서 1회 때 특별행사 중 하나로 'DMZ평화자전거행진'을 진행했다. 그 전까지는 경기관광공사에서 계속 시도를 했지만 여의치 않았는데 영화제를 하면서 함께 이뤄낸된 것이 자전거길이었다. 1사단에서 적극적으로 협조해준 것이 컸다. 평화누리길 걷기대회는 작년부터 시행된 걸로 알고 있는데 관광공사 측에서 이 행사를 좀 더 활성화시켜보겠다는 의지가 있었다. 나 역시도 걷는 걸 좋아하고, DMZ 부근을 걷는다는 건 의미도 있고, 우리 영화제의 취지와도 맞아서 선뜻 홍보대사로 나서게 되었다.

배우 생활을 하면서 필모그래피가 많이 쌓였다. 연기나 장르에 대한 방향성을 고민한 적이 있는지?

전에는 어쩌면 연기자로서의 나만 생각했다. '내가 얼마나 돋보이는가?' '이 작품을 하는게 나한테 얼마나 도움이 될까?' 편하게 이야기하면 '내가 얼마나 올라갈까?' 하는 걸 따졌다. 지금은 그 외의 부분에 의미를 두게 됐다. **스포트라이트**를 받는 것뿐 아니라 비주는 일에도 관심을 가지게 됐다. 하지만 그 역시 연기와 전혀 다른 분야라고 생각하지 않는다.

그래서 연출에도 관심을 가지게 된 건가?

연극 <에쿠우스>를 연출하고 최근에는

BIFF에서 직접 감독한 장편 영화

<나 홀로 휴가>를 선보였는데.

'배우를 했으니 연출을 해봐야지'라는 생각은 한 번도 해본 적 없다. 앞으로도 마찬가지다. <에쿠우스>는 내가 워낙 좋아했고 나와 연관성도 많은 작품이었기에 '이 작품을 내 방식대로 한번 보여주고 싶다'고 생각했던 것이다. <나 홀로 휴가>는 감독을 하려고 했다가 보다는 하고 싶은 이야기가 있었는데 가장 좋은 틀이 마침 영화였을 뿐이다. 내가 하고 싶은 이야기를 글로도 쓸 수 있고, 그림으로도 그릴 수 있고, 사진으로도 표현할 수 있겠지만 영화만큼 구체적으로 표현할 수 있는 게 없겠다 싶어서 한 거다.

중년에 대한 이야기를 풀어보고 싶어 하는 것 같다.

누가 나한테 블록버스터를 만들어보라고 하면 절대 못 할 것이다. 그럴 능력도 없고 그러려고 감독을 한 것도 아니다. 하지만 내가 충분히 표현할 수 있는 이야기, 내가 느끼고 내가 경험하고 내가 고민하는 내 나이에 맞는 이야기를 해보고 싶었다.

그동안 해온 작품을 보면 주류와 비주류, 주연과 조연을 계속 교차했다.

따로 뜻한 바가 있었던 건가?

장르와 매체마다 각각의 매력이 있다. 어느 한쪽에 치중하고 거기에만 집중하는 것도 좋지만 다양한 것을 느껴보고 출연해보는 게 매력 있다고 생각했다. 그중에는 독립영화, 작가주의 영화, 대중성과 거리가 있는 영화도 있다. 하지만 그런 것들이 내 성향과 잘 맞는 것 같다. 남들은 지루하고 재미없다고 하는데 나는 한시도 지루하다고 느끼지 않았던 영화들이 꽤 있다. 전수일 감독(<파리의 한국남자>, <개와 늄 대 사이의 시간> 연출)과도 세 번 작업을 했는데 많은 사람이 '어렵다' '지루하다' '무슨 말인지 모르겠다'라는 표현을 하곤 했다. 나 역시 '무슨 말인지 모르겠다'라는 말에는 공감한다. 하지만 지루하다거나 어렵다는 생각은 하지 않았다. 그 자체로 느껴지는 것들이 좋았다. 사람들은 영화를 볼 때 어떤 장면이 나오면 그 이야기를 틀에 맞춰서 이해하려는 버릇이 있다. '아, 이 얘기가 이렇고 저래서 그랬다는 거지? 응, 알았어' 하고 마음속에 담아가려고 한다. 하지만 그냥 영화를 보면서 '아 저런 느낌이구나. 저건 감독이 뭘 이야기하려는 걸까' 하고 구체적이지 않더라도 있는 그대로 받아들이는 게 더 좋을 때가 있다. 그런 게 내 취향과 맞아서 작가주의 영화를 많이 작업했던 것 같다.

그런 경험들이 이번에 영화를 만들 때

영향을 주기도 했나?

좋아하는 것과 직접 하는 건 다르다. 그런 것을 좋아하

긴 하지만 내가 그렇게 연출할 능력은 없다. 보는 사람은 모호할지라도 만드는 사람은 자기 생각과 철학이 확고해야 하는데 나는 그게 없다. 내가 만든 건 모호하지 않다. 이야기거리가 선명하고 단순하다. 지루하지 않고 재밌고.(웃음)

연기자로서 늦게 핀 케이스인데, 앞으로도 주연을 계속 할 수 있는 방법을 고민해본 적 있나?

주연이나 조연이나에 대한 것은 마음을 비운 지 꽤 오래됐다. 조연이라도 존재감이 있느냐가 더 중요하다. 분량이나 비중이 아니라. 이 인물이 작품 전체의 흐름에 어느 정도의 영향을 끼치느냐, 그 부분이 내게는 더 중요한 것 같다.

그래서인지 역할마다 캐릭터가 분명하다.

전혀 다른 역인데 비슷하다는 느낌도 있다.

사람들이 내게서 강하다는 느낌을 받는 것 같다. 최근에는 예능을 해서 조금은 편안해진 것 같지만 아직까지도 나를 말랑말랑하게 보지는 않는다.

누가 나한테 블록버스터를 만들어보라고 하면 절대 못할 것이다. 그럴 능력도 없고 그러려고 감독을 한 것도 아니다. 하지만 내가 충분히 표현할 수 있는 이야기, 내가 느끼고 내가 경험하고 내가 고민하는 내 나이에 맞는 이야기를 해보고 싶었다.

<아빠를 부탁해>를 하고 나서 깨달은 게 있다면?

누차 이야기했지만 예능 출연은 내게도, 딸에게도 굉장히 부담스러운 선택이었다. 하지만 딸이 엄마한테 다른 사람에게 이야기할 만한 아빠의 추억이 없다고 말했다는 걸 듣고 출연을 결심했다. 처음 그 이야기를 들었을 때 참 마음이 허전하더라. '그래? 그럼 한번 해보자'라는 생각이 들었다. 결과적으로 인간 조제현과 조혜정의 관계는 무척 좋아졌다. 그리고 출연 당시뿐 아니라 앞으로의 마음가짐도 달라지게 되었다. 그전에는 '아빠는 바쁘니까 대신에 이 다음에 몰아서 잘해줄게' '나중에 사랑해주면 되지 뭐' 하고 생각했는데 그런 마음이 바뀌었다. 물질적인 지원이나 집중적인 시간이 아닌 지속적인 시간이 필요하다는 걸 깨달았다. 나무를 키울 때 한번 물을 융창 준다고 나무가 크는 것이 아닌데, 나는 바쁘다는 핑계로 제대로 나무를 돌보지 못했다. 수시로 들여다보고 물을 줘야 진정한 가족이 될 수 있다는 걸 배웠다. 가족뿐 아니라 모든 인간관계도 마찬가지일 것이다.

남편으로서의 조제현은 어떤 편인가?

방학 때 빼고는 매주 부산에 강의를 가는데 대부분 아내와 동행한다. 처음 경성대에 강의를 나갈 때부터 여행 다녀오는 기분으로 함께하고 있다. 아내와 대학시절에 연애했던 곳도 부산이고 아내의 고향도 부산이라 친근하다.

대학에서 학생들을 가르쳐야겠다는 생각은 언제부터 했나?

막연히 언젠가는 그렇게 해야겠다고 생각했었다. 이렇게 빨리는 아니었다. '연기를 더 많이 하다가 좀 더 후에 천천히 해야지' 했었다. 처음에는 성신여대에서 강의를 시작했는데 모교에서 선배들에게 좋은 기운을 불어넣어줬으면 좋겠다며 계속 요청이 왔다. 한동안은 거리가 멀어서 고민했다. 성신여대는 우리 집에서 7km고 경성대는 420km다. 하지만 내가 조금만 고생하면 되는데, 하고 생각하니 못할 것도 없더라. 지금은 굉장히 만족하고 좋은 선택이었다고 생각한다. 학교에서도 많이 배려해주셔서 연기 생활과 무리 없이 병행하고 있다.

12월 11일부터 공연되는 <에쿠우스>에 다시 출연한다고 들었다.

준비는 어떻게 하고 있는지?

이번에는 연출하지 않고 출연만 한다. 연출은 극단 실험극장의 이한승 대표가 맡았다. 내가 17살 알련 역을 처음 한 게 27살 때였고, 40살에 또 한 번 했고, 44살에 연출을 하면서 의사 역할을 동시에 했다. 그때 사실은 연출하면서 동시에 출연도 하려니까 정작 연기 연습을 많이 못했다. 당시 송승환 형이랑 더블 캐스팅이었는데 송승환 씨 위주로 연습을 하다보니 내 연습은 못하게 되더라. 그래서 내가 했던 디아트의 연기는 완성되지 못했다는 느낌이 들어 그 역에 대한 미안함이 남아 있다. 이번에는 출연만 하기 때문에 의사 역에 좀 더 깊게 접근해볼 수 있을 것 같다.

이한승 대표의 연출은 어떤 특징이 있나?

그는 배우 출신 연출가다. 나는 지난 20여 년 동안 연출이나 배우가 바뀔 때마다 한 번도 빼놓지 않고 <에쿠우스>를 봤다. 그 정도로 그 연극을 좋아했고 관심을 갖고 있었는데 나보다 더한 사람이 이한승 대표다. 나보다 훨씬 더 많은 <에쿠우스>를 봤고 더 많은 연출자와 연기자들이 만들어놓은 <에쿠우스>를 접했다. 그렇기 때문에 이한승 대표가 만든 <에쿠우스>는 그간의 모든 장점들이 모아져 있는 작품이라 할 수 있다. 어떻게 보면 연출이 특출 나지 않을 수도 있다. 하지만 나는 명작의 경우 연출을 많이 가미할수록 원래 작품이 이야기하고자 했던 것과 멀어질 수 있다는 걸 느낄 때가 있다. 그런 면에서 이한승 대표가 연출하는 <에쿠우스>는 장점이 많을 것으로 기대된다.

50대가 되니 어떤 기분인가?

오히려 편안하다. 마흔이 됐을 때는 혼란스러웠다. 30대까지는 청년이었는데 40대가 되는 순간 갑자기 아저씨가 되는 것 같았기 때문이다. 반면 50대로는 편안하게 이동됐다. 머리에 술이 좀 없다는 게 차이일 뿐. 요즘의 50대가 예전과는 느낌이 많이 다르다는 점도 한몫한 것 같다.

은퇴 후의 삶을 생각해본 적 있나?

내게는 죽는 게 은퇴다.

죽기 전에 꼭 해보고 싶다고 생각한 것 중에 아직 못 이룬 것은?

장기간 동안 정처없이 여행을 떠나보고 싶다. 어떤 나라의 어떤 고장으로 갔다가 마음에 들면 두 달 정도 있어보고 마음에 안 들면 일주일 만에 철수하면서. 2년이고 3년이고 그렇게 해보고 싶은 생각은 있다. 근데 못할 것 같다. 다음 생에나 해볼까.

오늘, 소금 얼마나 드셨나요?



음식을 짜게 먹는 것이 건강에 좋지 않다는 것을 모르는 사람은 없다. 하지만 이미 짭짤한 음식에 길들여진 입맛을 바꾸기란 쉽지 않은 일. 심지어 본인이 음식을 짜게 먹는 사실조차 모르는 경우도 많다. 먼저 소금의 위험성을 인지해야 한다.

Writer 조가희 · Reference 〈소금중독 대한민국〉 김성권 박사



2014년 세계보건기구(WHO)는 2025년까지 세계인의 만성질환을 25% 줄이기 위한 '글로벌 실천 계획'을 발표한 바 있다. 발표 내용 중에는 아홉 가지 실천 목표가 포함되어 있는데 그중 주목받고 있는 실천법이 바로 '소금 줄이기'다. 우리는 평소 즐겨 먹는 음식에 나트륨이 얼마나 많이 함유되어 있는지 모른다. 그러나 하루 동안 필요한 소금의 양은 티스푼으로 단 한 스푼. 가공식품을 먹거나 외식 한 번이면 하루 필요량을 기뿐히 넘길 것이다. 소금을 무조건 먹지 말라는 것이 아니다. 차츰차츰 줄여나가라는 것이다. 콩팥병 명의 김성권 박사가 추천하는 일상 속에서 소금 섭취를 줄이는 방법 8가지를 소개한다.

1

내가 주로 먹는 음식을 파악하자

평소에 자신이 어떤 음식을 먹고 있는지, 균형 잡힌 식사를 하고 있는지 인식하는 것이 중요하다. 세계보건기구의 하루 소금 섭취 권장량은 나트륨 2000mg 미만이다. 한국인이 선호하는 음식의 나트륨량은 1회 제공량 기준으로 김치찌개에는 약 1962mg, 된장찌개에는 약 2021mg, 부대찌개에는 약 2664mg 정도나 포함되어 있다. 현재 자신의 식단을 점검하고 어떤 음식에 나트륨이 얼마나 많이 들어 있는지 알아야 한다. 이것이 싱겁게 먹기의 시작이다.

2

하루 1티스푼의 법칙을 기억하라

세계보건기구에서 권장하는 하루 소금 섭취량은 5g 미만으로 나트륨으로는 2000mg이다. 이 정도의 양은 앞서 언급했듯이 1티스푼 분량이다. 그런데 우리나라 사람들은 나트륨을 이보다 2.5배를 더 섭취한다. 앞으로 확실히 기억해두자. 소금은 하루에 1티스푼보다 적게 먹어야 한다는 것을. 소금 1티스푼은 최대 섭취량임을 잊지 말자.

3

장바구니에서 가공식품을 퇴출하자

우리는 특히 가공식품과 외식을 통해 많은 소금을 섭취한다. 나트륨은 짠맛이 나지 않는 식품에도 숨어 있다. 시리얼, 빵, 에너지 음료, 스포츠 음료 등에 말이다. 나트륨을 배출하고 싶다면 칼륨이 풍부한 음식을 섭취하자. 칼륨 함량이 높은 대표적인 음식으로는 바나나, 배, 키위, 감자 등이 있다.

4

소금 맛 외식을 줄여라

외식은 소금 과다 섭취의 중요한 원인이다. 우리나라 사람들은 하루 세끼 모두 외식을 하고 있다고 해도 과언이 아니다. 요리할 시간이 부족해 반찬을 반찬가게에서 사 먹게 되고, 밖에 있는 시간이 많아 어쩔 수 없이 외식을 하게 된다. 이처럼 가공식품과 외식이 주식이 되는 시대에 살고 있다. 우리가 자주 사 먹는 음식의 나트륨 함량은 1회 제공량 기준으로 육개장 약 2853mg, 자장면 약 2391mg, 짬뽕 약 4000mg, 만둣국 약 2368mg, 참치김밥 한줄에 약 1108mg 등으로 외식 한 번으로도 하루 나트륨 권장량을 쉽게 넘길 수 있다.

5

자연 향신료를 사용하라

요즘에는 건강한 먹거리에 대한 관심이 높아지면서 건강식 조리 방법을 소개하는 TV 프로그램이 많아지고 관련 서적도 많이 나오고 있다. 신선한 식재료를 구입했다면 직접 요리를 해보자. 요리할 때 소금, 된장, 고추장, 간장이 아닌 로즈메리, 파슬리, 바질, 오레가노, 강황 같은 다양한 향신료를 사용할 것을 추천한다. 자연 향신료는 식물 영양소를 다양하게 함유하고 있어 당뇨병, 암 등 만성질환의 위험을 줄이는 데 도움이 된다.

6

조리하는 중간에 맛보지 말라

뜨거울 때는 짠맛을 느끼지 못하는 경우가 많아 제대로 간을 볼 수 없다. 입안의 미각 외에도 온도 감각이 작동해 뜨거운 음식 앞에서는 모든 맛이 힘을 잃는다. 단맛, 짠맛을 느끼는 감각이 무뎌지는 것이다. 이때 마비된 미각을 자극하려면 더 맵고 더 달고 더 짠 양념을 첨가하게 된다. 음식이 뜨거운 데다가 맵기까지하면 짠맛을 느낄 틈이 없다.

7

치맥과 멀어져라

치킨과 맥주가 환상의 커플이 될 수 있었던 이유는? 바로 소금 때문이다. 치킨에는 엄청난 양의 소금이 들어 있다. 조리 과정을 보면, 닭고기를 밀간할 때 소금이 들어가고 반죽과 양념에도 소금이 들어간다. 그뿐만이 아니다. 닭을 도살하기 전에도 소금을 먹인다. 생닭에 밀간 작업을 하는 염지 과정으로 소금물을 주입하기까지 한다. 소금이 많이 들어 있는 닭고기를 튀기면 기름 덕분에 짠맛을 덜 느끼게 되고, 허를 속이고 통과한 염분이 몸에 퍼지면서 갈증을 느낀다. 그래서 찾는 것이 바로 시원한 맥주나 청량음료다.

8

소금통은 저 멀리

장 볼 때, 요리할 때, 외식할 때 소금과 멀어지는 연습을 해왔다면 이제 눈앞에 보이는 소금통을 치우자. 소금을 멀리하면 잠시 잊었던 미각을 찾을 수 있다. 저염식이나 무염식을 하는 사람들은 자연 재료 본연의 맛을 느끼게 되었다고 말한다. 소금에 의존하는 감칠맛보다는 재료 본연의 맛이 느껴지는 식단 위주로 식사해보자.

〈소금중독 대한민국〉

지은이 김성권 | 1만6천5백원 | 북스코프

현재 세계 각국에서는 소금 줄이기 운동이 한창이다. 소금 섭취를 줄이면 많은 질병 위험을 줄일 수 있기 때문이다. 그중 콩팥은 나트륨에 의해 한번 나빠지면 치료가 쉽지 않은 기관이다. 콩팥병을 예방하는 데 소금 섭취를 줄이는 것보다 더 좋은 방법은 없다. 이 책은 소금과 건강에 대해 깊이 있게 연구한 콩팥병 전문의 김성권 박사가 전하는 나트륨 줄이기 실천법을 소개한다.

문의 031-955-9514



사진 depositphotos

영동 가구와 롤프 벤츠가 함께한 영동 가구 40주년 로드쇼

지난 10월 22일 영동 가구 탄생 40주년을 기념하는
로드쇼가 열렸다. 독일 업홀스터리 브랜드 롤프 벤츠와
함께해 더욱 뜻깊은 자리였다. 화기애애했던 영동 가구의
2015년 로드쇼 현장을 다녀왔다.

Writer 이채현 · Photographer 이신영(C.영상미디어)

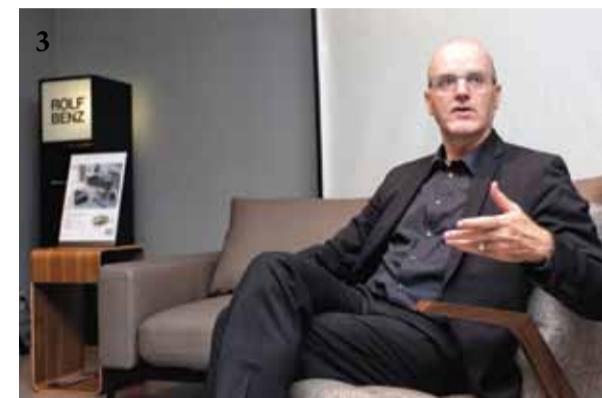


영동 가구 40주년을 축하하는 로드쇼는 영동 가구 이경희 CEO의 환영 인사로 문을 열었다. 기쁨과 감동 섞인 로드쇼 개최 소감과 인사말에 이어 롤프 벤츠의 본사 세일즈 총괄팀장인 루퍼트 하이즐(Rupert Haizl)이 등장했고, 먼저 롤프 벤츠 브랜드 소개로 운을 뗐다. 한국인들에게는 생소하게 느껴질 수도 있는 브랜드 롤프 벤츠(Rolf Benz)는 1959년 독일 남부지역인 나골드에서 탄생한 세계적인 프리미엄 업홀스터리 브랜드로, 50년이 넘는 세월 동안 혁신적인 디자인과 최상의 편안함을 선사하고 있다. 이날 행사는 2015년 밀라노 가구 전시회에서 선보인 롤프 벤츠의 2가지 신제품을 만나볼 좋은 기회였다.

온 가족이 누리는 편안함 롤프 벤츠 370 TIRA

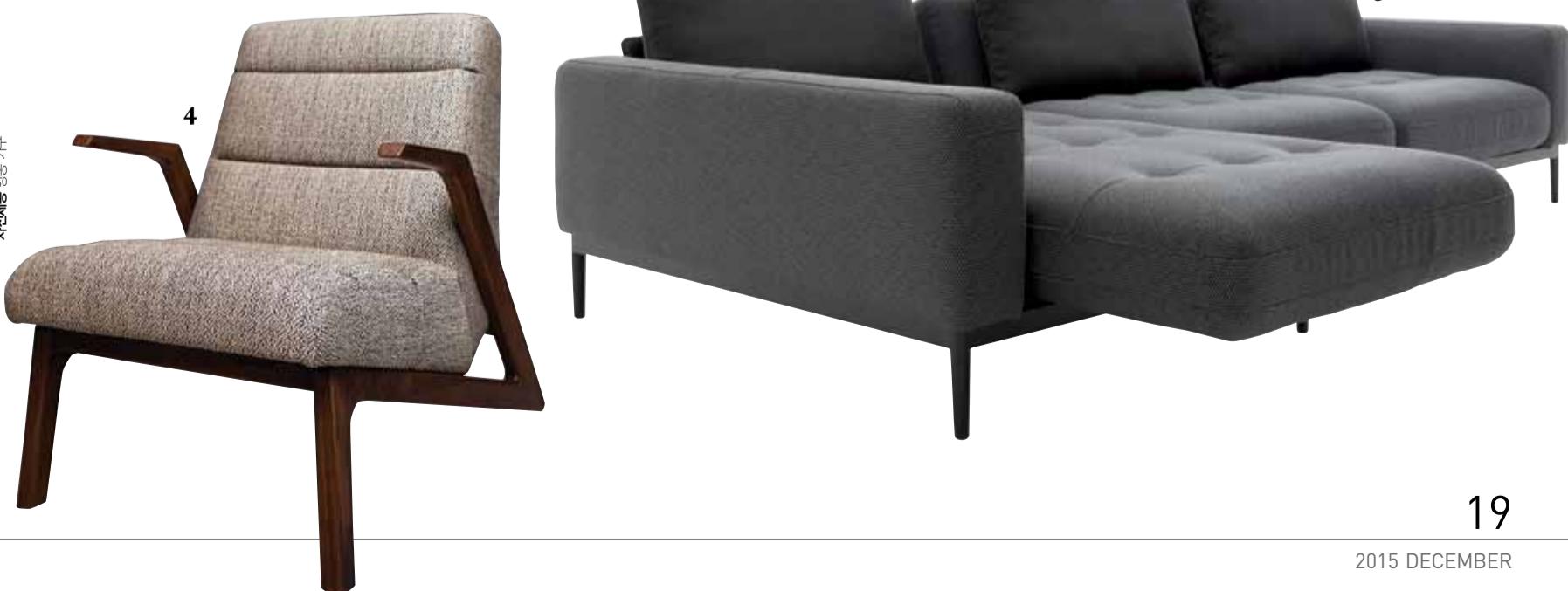
먼저 '370 TIRA' 소파는 롤프 벤츠 노바(Rolf Benz Nova) 소파를 디자인한 조애힘 니스(Joachim Nees)에 의해 디자인되었다. 각각의 엘리먼트 조합이 가능한 이 모듈 소파는 측면의 고급스러운 메탈 프레임, 우아한 몸체, 편안한 시트, 정교하게 이어지는 등받이 그리고 쿠션까지 완벽한 조화를 이룬다. 보이는 외형 그대로 시트는 푸신한 촉감과 아늑한 편안함을 선사한다. 좀 더 편하게 사용할 수 있도록 돋는 똑똑하고 유용한 기능들은 소파의 만족감을 높여주는데, 모든 좌석의 시트를 앞으로 끌어당길 수 있는 옵션이 대표적이다. 시트를 앞으로 끌어당기면 등받이 부분이 뒤로 더 깊숙이 들어가면서 42cm 정도의 여유 공간이 생기고, 길이는 180cm 정도로 널찍해진다. 몸을 뻗고 편하게 눕기에 부족함이 없다. 특히 출원될 만큼 인체공학적이고 혁신적인 기능성 메커니즘은 누가 어느 좌석에 어떤 자세로 있더라도 최상의 편안함을 제공한다. TIRA 컬렉션은 고객의 요구에 따라 1인 소파에서부터 다양하게 시트를 조합한 카우치 소파로까지 선택할 수 있다. 패브릭, 쿠션과 바디 종류 또한 취향에 맞게 선택할 수 있는 것도 장점이다. 라이프스타일에도 스토리를 부여할 수 있는 트렌디한 가구를 원한다면, 심플한 디자인 속에 사용자를 위한 특별한 배려를 담아낸 가구 370 TIRA를 경험해보길 추천한다.

- 1 모던한 무드의 인테리어와도 잘 어울리는 롤프 벤츠 TIRA 소파.
- 2 가구의 전통과 트렌드를 이끄는 영동 가구의 CEO 이경희.
- 3 롤프 벤츠 독일 본사 총괄 팀장인 루퍼트 하이즐.
- 4 인테리어에 고급스러운 분위기를 더해줄 롤프 벤츠 580 체어.
- 5 궁극의 편안함을 선사하는 롤프 벤츠 TIRA 소파.



강력한 존재감, 롤프 벤츠 580

2015 밀라노 가구 전시회에서 새롭게 선보인 두 번째 제품은 바로 롤프 벤츠 580 체어다. 디자이너 폼스텔레(Formstelle)가 디자인한 암체어로 구조적인 디자인이 매력적인 제품이다. 가장 눈에 띄는 요소는 바로 목재 프레임이다. 종이 접기에서 영감을 얻어 거대한 프레임이지만 딱 떨어지는 구조미가 특징이다. 폼스텔레의 전문적인 미적 감각과 롤프 벤츠의 기교와 기술이 접목해 독창적인 암체어로 탄생했다. 대담한 형태, 정교한 장식과 이음새, 그리고 무엇보다 편안한 업홀스터리 기능은 롤프 벤츠 580의 존재감을 극대화해준다. 어느 공간에 두어도 예술 작품처럼 그 공간의 무드를 장악한다. 목재 프레임과 커버 등을 변경할 수 있다. 이날 행사는 간단한 팽거풀드와 와인을 자유롭게 즐기는 분위기 속에서 롤프 벤츠의 신제품 소개가 끝나고, 자연스럽게 디너와 축하공연으로 분위기는 점점 고조되었다. 특히 지난 40여 년간 영동 가구와 함께한 고객들의 참여가 빛났다. 오랜 시간 자리를 지킨 고객들의 모습에서 영동 가구가 그동안 쌓아온 신뢰의 깊이를 다시 한 번 느낄 수 있었다. 다양한 이벤트와 럭키드로우 추첨으로 영동 가구와 롤프 벤츠가 함께한 40주년 기념 로드쇼는 성황리에 마무리되었다.





시계 부티크 아워패션이 제안하는 크리스마스 선물 대전

깔끔하게 정돈된 아워패션 롯데월드몰점 전경

스와치그룹이 직영하는 시계 부티크 아워패션(Hour Passion)이 12월 1일부터 27일까지 '크리스마스 선물 대전'을 연다. 이 행사에서는 스와치의 인기 시계 브랜드를 한자리에서 만날 수 있다. 연말연시 소중한 사람들에게 어떤 선물을 해줄지 고민하고 있다면 아워패션에 들러보자. 코엑스몰점과 롯데월드몰점에서 만날 수 있으며 행사 기간 내 구매할 경우 특별한 사은품과 혜택을 받을 수 있다. Writer 이은정

▶ LONGINES

여성미를 극대화해주는 '론진 심포네트'
Longines Symphonette

론진은 1832년 스위스 상티미에에서 탄생한 브랜드다. 론진의 위치메이킹 노하우에는 전통, 엘레강스, 퍼포먼스에 대한 강한 열정이 담겨 있다. 수 세기에 걸쳐 여성을 위한 시계를 제작해온 론진이 이번 크리스마스 시즌에는 '론진 심포네트'를 선물 아이템으로 추천한다. 모던한 디자인과 우아함이 조화를 이루는 이 론진 심포네트 시계는 트렌디한 미적 감각을 소유한 여성에게 어울리는 제품이다. 아담한 25mm 사이즈의 타원형 케이스와 베젤에 장착한 56개의 다이아몬드는 여성스러움을 극대화해주는 요소다. 쿼츠 무브먼트 963을 탑재했으며, 30m 생활 방수도 가능하다. 은은하게 빛나는 천연자개ダイ얼 위에 아라비아 숫자 인덱스를 세팅해 가독성을 높였다. 정교하게 제작된 스테인리스스틸 메시 브레이슬릿은 부드럽게 손목을 감싸 편안한 착용감을 선사해준다. 시계를 구성하는 스틸과 골드, 다이아몬드가 어우러져 천연자개 다이얼을 더욱 아름다워 보이게 한다. 연말 저녁 만찬 조명 아래 은은하게 빛날 론진의 심포네트 위치는 올 연말 세련되고 우아한 분위기를 연출하고 싶어 하는 여성들을 위한 시계다.



▶ RADO

기품과 화려함을 선사해줄
**'라도 하이퍼크롬 다이아몬드
브라운 세라믹'**

**Rado HyperChrome
Diamonds Brown Ceramic**

라도는 지난 3월, 스위스에서 열린 바젤월드 (Basel World, 세계 최대 규모의 시계&보석 박람회)에서 새롭게 발표한 '브라운 컬러의 하이테크 세라믹 위치'를 연말 선물로 추천한다. 스위스 하면 떠오르는 식품인 초콜릿의 이미지를 시계에 접목해 '초콜릿 브라운 하이테크 세라믹' 모델을 추가한 것이다. 수년간의 조사와 연구를 통해 새로운 컬러를 선보이기로 결정하고 브라운 세라믹을 탄생시키게 되었다. 타 브랜드에서 소개한 브라운 세라믹과 달리 라도의 초콜릿 브라운 하이테크 세라믹은 빛의 양과 각도에 따라 컬러가 다르게 보인다는 특징이다. 빛에 가까이할수록 브라운 컬러가 선명해진다. 스위스를 대표하는 정통 초콜릿 명가 마트르 쇼콜라티에 (Maitres Chocolatiers)의 초콜릿 컬러를 닮아 부드럽고 깊이 있는 브라운 세라믹은 부품 위치에 따라 매끈한 유광과 매트한 무광이 조화롭게 어우러져 감각적인 디자인으로 완성되었다. 출시 전부터 많은 사람이 관심을 보여 공식 출시 일정에 대한 문의가 많았던 이 브라운 세라믹 소재의 시계는 올 연말, 하이퍼크롬(HyperChrome)과 센트리克斯(Centrix) 컬렉션을 통해 출시할 예정이다.



▶ TISSOT

클래식하고 모던한 스타일의
'티쏘 슈망 데 뚜렐'

Tissot Chemin
des Tourelles

'티쏘 슈망 데 뚜렐'은 '전통에 의한 혁신가'라는 티쏘 모토에 가장 걸맞은 제품이라 할 수 있다. 브랜드의 오랜 전통과 함께 혁신적인 기술력을 입증하는 제품으로 티쏘 역사에서 중요한 부분을 요약해서 보여주는 특별한 스토리가 담겨 있다. 1907년 티쏘가 처음 설립된 스위스 르 로클의 거리 이름에서 본떠 명명되었는데, 초기에 설립된 티쏘 건물은 오늘날까지도 그곳에 그대로 남아 있다. 티쏘 슈망 데 뚜렐 컬렉션은 파워리저브 80시간을 자랑하는 파워마티ック 80 오토마티ック 무브먼트를 장착한 모델과 시계의 정확성을 입증해주는 COSC 인증 오토마티ック 무브먼트 모델 등으로 티쏘의 기술력이 돋보이는 다양한 모델로 출시되었다. 일부 모델은 로마 숫자 인덱스에 세련된 원형 클루드 파리 패턴을 장식해 이름다운 디테일로 멋스럽게 완성했다. 또한 섬세한 폴리싱과 브러시 마감 등 다양한 마감 방식을 접목한 현대적인 디자인으로 제품 하나하나에 브랜드의 162년의 제조 기술 역사와 노하우를 담아냈다. 골드 밸류 앤 어 실버 프라이스(Gold Value at a Silver price)라는 티쏘의 정책 아래 가격이 책정돼 합리적인 구매를 이끈다.



▶ CALVIN KLEIN

주얼 워치를 찾는다면 '캘빈클라인 슈프림'
Calvin Klein supreme

많은 셀링이 착용해서 매번 이슈를 만드는 시계 브랜드 캘빈클라인이 여성들을 위한 워치 '캘빈클라인 슈프림'을 연말 선물 아이템으로 제안한다. 사계절 내내 포인트 아이템으로 활용하기 적합한 캘빈클라인 슈프림 워치는 캐주얼, 포멀, 드레시한 룩까지 어디에든 잘 어울린다. 캘빈클라인 슈프림 워치는 디아일부터 스트랩 까지 이어지는 곡선 라인이 세련된 분위기를 자아내며 밴드는 주름 패브릭에서 영감 받아 디자인되었다. 손목 위에 자연스럽게 감겨 오랫동안 착용해도 편하다. 30m 방수 기능을 탑재해 미적인 부분뿐만 아니라 기능적인 부분도 놓치지 않았다. 한국에는 심플한 느낌의 실버와 우아한 분위기의 로즈 골드 버전으로 2가지 메탈 워치로 출시될 예정이다. 손목을 아름답게 빛내주는 주얼리로 연출하기에도 좋은 아이템이다.



▶ MIDO

파리 에펠탑의 조형미를 담은 '미도 커맨더 크로노그래프 칼리버 60'

Mido COMMANDER
CHRONOGRAPH CALIBER 60

스위스 메이드 워치 브랜드 미도(MIDO)가 연말을 맞아 특별한 선물을 찾는 이들을 위한 '커맨더 크로노그래프 칼리버 60' 워치를 제안한다. 미도에서 제안하는 커맨더 크로노그래프 칼리버 60은 1959년에 탄생해 지금까지 미도의 스테디셀러 라인으로 자리 잡고 있는 모델이다. 초창기의 디자인을 꾸준히 유지하며 미도 워치의 전통을 이어온 커맨더(Commander) 컬렉션의 2015년 버전이다. 파리의 대표 건축물인 에펠탑의 혁신적인 디자인과 아름다운 곡선, 사선의 매력을 담았다. 직경 42.50mm의 대담한 디자인에 단단한 스틀 케이스는 커맨더 컬렉션의 대표적인 독창성을 표현하며, 실루엣만으로도 커맨더임을 알아차리게 하는 디자인 요소이다. 60시간 이상 자동 작동 가능한 무브먼트를 탑재했으며 50m 방수 가능하다. 미도 커맨더 크로노그래프 칼리버 60 워치는 미도가 추구하는 완벽한 정확성이 돋보이는 워치메이킹 기술의 산물이라 할 수 있다.



◀ HAMILTON

대담하고 남성적인 디자인을 원한다면
'해밀턴 레일로드 스켈레톤'

Hamilton Railroad Skeleton

1892년 미국 철도의 정확성을 위한 타임키퍼로 채택된 해밀턴 시계 역사를 기리는 '레일로드(Railroad) 컬렉션'의 명성은 지금 까지도 이어져 오고 있다. 특히 2015년 바젤에서 출시한 해밀턴 레일로드 스켈레톤은 세련된 디자인의 드레스워치로 주목받고 있는 아이템이다. 해밀턴에서 자체 개발한 H-10-S 무브먼트를 탑재했으며 H-10-S 무브먼트는 80시간 동안 자동 작동이 가능하다. 디아일은 제네바 스트라이프 패턴과 야광 달팽이, 자개로 마감 처리해 새로운 디자인의 스켈레톤 디아일을 선보였다. 실버 디아일과 블랙 디아일, 두 가지 컬러로 선보이며, 실버 디아일 제품에는 블루 핸즈로 블랙 디아일 제품에는 오렌지 컬러 핸즈로 각각 포인트를 주었다. 기찻길을 연상시키는 디아일 테두리와 메탈 브레이슬릿을 통해 시계 곳곳에서 레일로드 컬렉션만의 특징을 찾을 수 있다. 해밀턴의 전통을 표현하는 소재와 스켈레톤화된 일체형의 로터(회전축)에서 높은 품질을 추구하는 장인 정신을 엿볼 수 있다.



▶ SWATCH

포인트 아이템으로 활용하기 좋은 '스와치 루신페스타'
Swatch LUCINFESTA

매년 다양한 테마의 스페셜 에디션을 선보이는 스와치에서 반짝이는 불빛과 설렘이 가득한 연말 분위기를 담은 시즌 스페셜 에디션 루신페스타(LUCINFESTA)를 선보인다. 크리스마스의 아름다운 풍경을 떠올리게 하는 프린트가 돋보이는 시계다. 순록이 반짝이는 하늘을 날아다니고, 도시의 불빛은 밤새 환하게 빛을 내는 모습을 형상화했다. 연말의 밤거리에서 느낄 수 있는 풍경과 분위기를 한번에 느낄 수 있다. 루신페스타 시계는 고급스러운 골드 미러 디아일을 장착하고, 별 모양 인덱스로 스페셜 에디션에 걸맞은 특별하고 화려한 디자인으로 완성되었다. 디아일부터 스트랩까지 새겨진 프린트는 한밤중 푸른 하늘의 불꽃놀이처럼 화려해 보인다. 스와치에서 연말을 위해 선보인 스페셜 워치 루신페스타는 각도에 따라 달리 보이는 3D 패키지에 담겨, 전 세계에 8888피스 한정 출시된다.

문의

코엑스몰점 02-551-1982, 롯데월드몰점 02-3213-4168



〈장승〉. 전북 남원시 산내면 입석리(실상사). Ipseok-ri, Sannae-myeon, Namwon-si, Jeollabuk-do(Silsangsa Temple). 1986.

봐라, 生이 뒤를 쫓는다 사진작가 육명심展

뷰파인더 가득 풍경 대신 문장이 흐른다. 오브제는 부호가 되고, 여백은 곧 행간이 된다.

소설 같은 삶과 가슴 아린 은유로 가득한 사진작가 육명심의 작품세계를 들여다본다. Writer 전규일(프리랜서)



〈백민〉. 전북 고창군, Gochang-gun, Jeollabuk-do. 1979.

밝을 명(明), 마음 심(心). 법명을 닮은 이름에 묘한 올림이 있다. 육명심 작가의 사진은 세상을 바라보는 등불처럼 환한 그의 마음이 오롯이 담겨 있다. 그의 대표작으로 꼽히는 〈백민(白民)〉, 〈장승〉, 〈검은모살뜸〉, 그리고 〈예술가의 초상〉 연작에서 그는 단순한 리얼리티에 대한 자각을 넘어 작가가 느끼는 삶의 비애가 담긴 작품들을 선보였다. 앞섶이 흐트러진 채 고랑에 앉아 쉬고 있는 시골 아낙네의 고단한 일상이, 담배를 문 채 언제 올지 모르는 손님을 하염없이 기다리는 노년의 장돌뱅이가, 금방이라도 카메라를 낚아챌 듯 매서운 눈으로 작가를 노려보는 예술가의 강팍한 성정이 감상자와 작품 사이의 거리를 단숨에 좁힌다.

1933년 대전에서 태어난 그는 서른셋의 나이에 처음 카메라를 다루기 시작했다. 특이하게도 그는 사진과 관련한 정규 교육을 전혀 받지 않았다. 내로라하는 당대의 사진작가들을 찾아가 기술을 배워보기도 했지만 그마저도 석 달 만에 그만뒀다. 그러곤 외국어로 된 사진서적을 닥치는 대로 모아서 스스로 공부하며 자신만의 확고한 작품세계의 기틀을 마련했다. 그 과정에서 그는 나름의 방식으로 세계 사진사를 정리하고 해외 유명 사진작가들을 국내에 소개하는 중요한 역할을 하며 리얼리즘 사진 일색이던

한국 사진계에 신선한 자극을 전파했다. 1972년 서라벌예술대학(현 중앙대학교 예술대학) 사진학과 강사로 부임해서는 자신의 사진철학을 학생들에게 전파하는 데 힘을 쏟았다. 1980년대 한국 사진계에 비로소 현대사진이라 일컬을 만한 다양성의 흐름이 나타나게 된 것도 그의 교육이 맺은 값진 결과다.

육명심 작가의 작품세계가 다른 작가들과 확연히 차이가 날 수 있었던 이유 중 하나로 예술, 특히 문학에 대한 그의 깊은 이해와 왕성한 관심을 꼽는다. 당시 동료들 사이에서 '시인보다 더 많은 시를 읽는 사진작가'라고 불릴 정도로 문학에 대한 애정이 두터웠다. 그의 이런 성향은 대표작인 〈예술가의 초상〉에서 시인 서정주, 천상병, 박두진, 영화감독 김기영, 소설가 박완서, 화가 장육진 등을 촬영할 때 그들의 얼굴뿐 아니라 작품세계와 지나온 삶까지 뷰파인더에 담는 데 더없이 큰 자양분이 됐다. 또 사라져가는 우리 것에 대한 그의 강한 애착은 〈백민(白民)〉, 〈장승〉 연작에서 큰 빛을 발했다. 〈백민〉에서는 가장 낫은 곳에서 삶의 질곡과 위대함을 동시에 증명한 사람들의 소박하고 담백한 정신을, 7년간 전국을 떠돌며 촬영한 〈장승〉에서는 끊임없이 변해가는 시대의 흐름 속에서 여전히 남아 있는 한국만의 정체성을 담았다.



〈예술가의 초상〉. 피천득(皮千得, 1910~2007). 수필가. Chon-Deuk Pi. Writer. 1977

한국현대미술작가 시리즈_사진 : 육명심展
국립현대미술관의 한국현대미술작가 시리즈로 만나는 육명심 작가는 한국사진 1세대 작가다. 1950년대부터 현재까지 꾸준히 작품 활동을 이어오는 한편 사진이론가이자 교육자로서 불모지와 같았던 한국 사진계를 풍성하게 성장시키는 데 이바지해왔다. 이번 전시에서는 작품의 큰 흐름이 되는 5개의 시리즈 중에서 대표작들을 선보인다. 독특한 구도와 조형성을 강조한 〈초기 사진〉, 사라져가는 장승과 기증민들의 삶을 기록한 〈장승〉, 〈백민〉 연작, 문인을 중심으로 예술가의 이미지를 담은 〈예술가의 초상〉 연작, 제주도에서 행해지던 검은 모래찜질 풍습을 통해 삶과 죽음이 공존하는 독특한 이미지를 드러낸 〈검은모살뜸〉 연작 등 작가가 60여년에 걸쳐 작업해온 총 5개의 작품 시리즈 전체를 처음으로 한자리에서 선보이는 뜻깊은 전시다.

12월 11일부터 내년 6월 5일까지,

관람료 2000원, 국립현대미술관 과천관

제6전시실 및 3층 회랑.

문의 02-2188-6000

홈페이지 www.mmca.go.kr



피부의 솜털까지 표현하는 EOS 5Ds의 입도적인 해상력과 디테일은 이를 사진 촬영에서 더욱 진가를 발휘한다. (©사진작가 김보성 촬영)

세계 최고 5060만 화소로 빛어낸 극사실주의 캐논 EOS 5Ds

눈으로 보는 것보다 더 밝고 생생한 화질. 캐논의 플래그십 DSLR 카메라가 추구하는 최고의 가치다. 철저하게 고화질에 초점을 맞춘 압도적인 해상력을 지금 확인해보자.

Writer 전규일(프리랜서)

캐논 EOS 5Ds 제품 사양

- 유효 화소수 : 약 5060만 화소
- 최대 기록 화소수 : 약 50.3메가픽셀(8688×5792)
- 감도 : AUTO/ISO 100-12800
- 크기 : 152×116.4×76.4(mm)
- 무게 : 약 930g(CIPA 가이드라인 기준)
- 인터페이스 : USB3.0, HDMI mini OUT 단자, 외부 마이크 IN 단자, 유무선 리모트 컨트롤, Eye-Fi 카드 지원
- 주요 기능 : 미러 진동 제어 시스템, 미러 락업 촬영, 61 포인트 고밀도 AF, AI Servo AF III, EOS iTR AF 등

최대 화소 5060만 화소로 카메라의 극사실주의를 구현한 캐논 EOS 5Ds ▶

또 한 번의 진화, 극한의 디테일과 표현력을 담다

극사실주의(Hyperrealism). 화가의 어떠한 주관도 배제한 채 오로지 눈에 보이는 현실만을 극명하고 또렷하게 묘사하는 화풍이다. 마치 카메라로 촬영한 고해상 이미지처럼 그림과 사진의 경계가 모호해지는 지점에 극사실주의의 매력이 숨어 있다. 스티브 밀스, 페드로 캄포스 등 극사실주의 화가들의 작품을 통해 우리가 살아가는 현실이 얼마나 생생하고 선명한지 날것 그대로의 느낌을 전달받는다. 눈앞의 피사체를 완벽하게 담고 싶다는 욕망을 품고 있다는 점에서 그림과 사진은 닮아 있다. 극사실주의의 실현은 모든 사진작가의 꿈인 셈이다. 그리고 마침내 캐논이 그들의 오랜 꿈을 실현해 압도적인 기기를 출시했다.

올해 상반기 국내 출시를 마친 캐논 EOS 5Ds는 35mm 풀프레임 카메라 최고 화수인 5060만 화소의 이미지 센서를 탑재해 극한의 디테일과 표현력을 갖췄다. 최대 8688×5792까지 지원하는 해상도는 대형 사이즈로 출력 시에도 고품질을 유지한다. 압도적인 화소수 덕분에 사진 어느 곳을 잘라도 세부까지 또렷하며, EOS 5D 시리즈 중 최초로 탑재한 '듀얼 디지털 6(Dual DIGIC 6)' 영상처리エン진은 신속하고 정확한 촬영을 완벽하게 지원한다.

피부결까지 생생하게, 자연의 생명력까지 세밀하게

그렇다면 캐논 EOS 5Ds로 촬영한 결과물은 어떨까? 놀랍게도 EOS 5Ds로 촬영한 사진 속 인물은 금방이라도 촬영자에게 말을 걸어올 만큼 선명하고 입체감이 뛰어나다. 텍스처가 살아 있다. 눈으로도 미처 담지 못한 솜털과 피부의 질감까지 생생하게 보인다. 디테일을 한껏 살린 촬영을 위해 흔들림에 대한 대처도 완벽하다. 바디 내에 미러 진동 제어 시스템을 탑재해 바디의 흔들림을 최소화했으며, 61포인트 고밀도 레티큘러 AF(61-Point High Density Reticular AF) 시스템을 채용해 원하는 위치에 포커스를 정확히 맞춰 고화소의 선명한 인물사진을 얻을 수 있다. 현존 최고의 고화수를 자랑하는 EOS 5Ds의 진면목은 아외에서도 확인할 수 있다. 사진작가들이 고화소를 선호하는 것은 그만큼 사진 속에 많은 정보를 담아낼 수 있기 때문. 5060만 고화소를 구현한 EOS 5Ds로 촬영한 사진의 퀄리티는 확대했을 때 확연히 차이가 난다. 저화소 카메라에서는 볼 수 없는 디테일이 살아 있고 심지어 눈으로 봤을 때보다 더 세밀한 표현력을 자랑한다. "사람보다 더 밝은 눈을 가지고 있다"는 사진작가의 호평은 EOS 5Ds의 입도적인 해상력이 어느 정도인지를 짐작하게 해준다. 극사실주의를 구현하려는 캐논의 끝없는 연구개발은 이제 '슈퍼 카메라' 영역에 도전하고 있다. 지난 2월 일본 카메라 전시회(CP+)에서 무려 1억 2000만 화소의 XMOS 이미지 센서를 공개해 모두를 놀라게 한 것을 시작으로 최근 2억 5000만 화소를 담은 APS-H 사이즈 CMOS 센서를 개발, 18km 떨어진 곳에서 비행하는 항공기의 문자를 읽어냈다고 밝혔다.

EOS 5Ds 시리즈 구매 고객 대상 마지막 프로모션

이벤트 기간 내 EOS 5Ds 또는 EOS 5Ds R을 구매하시고 정품등록 후 이벤트 응모/승인완료된 고객 대상

제품 구매 기간: 2015년 12월 1일(화) ~ 2016년 1월 15일(금)

정품등록 및 이벤트 응모기간:

2015년 12월 1일(화) ~ 2016년 1월 22일(금)

사은품 1), 2) 중 택1, 별도 배송

- 1) 정품 배터리 그립(BG-E11)과 5Ds 미니어처 USB
- 2) 정품 배터리(LP-E6N)와 Sandisk 64G CF, 5Ds 미니어처 USB



은퇴 후 보다 나은 삶을 위한 준비

시니어파트너즈의 '은퇴 준비 종합 프로그램'

(주)시니어파트너즈에서는 기업의 퇴직 예정자들이 직장에서 퇴직 후 심리적으로 안정을 찾고 새로운 환경에 적응할 수 있도록

'은퇴 준비 종합 프로그램'을 설계하여 진행하고 있다.

본인이 잘할 수 있는 분야가 무엇인지 파악해 퇴직 이후의 삶에 대한 현실적인 준비를 돋는 퇴직 예정자 대상 맞춤형 기업교육 프로그램이다.

Writer 구희근(시니어파트너즈 교육운영팀장)

중장년 교육 전문기관 (주)시니어파트너즈(대표 박은경, www.yourstage.com)의 기업 임직원 대상 맞춤형 '은퇴 준비 종합 프로그램'이 시니어 시장에서 큰 인기를 끌고 있다.

'은퇴 준비 종합 프로그램'은 중장년에 대한 축적된 경험과 노하우를 바탕으로 한 '시니어파트너즈 라이프모델링'을 기반으로 설계되었다. 이 프로그램은 균형 잡힌 다양한 콘텐츠를 제공함으로써 은퇴 후 삶에 대한 불안 요소 해소와 삶의 질 향상, 행복한 인생 2막 향유를 목적으로 하고 있다.

현실적으로 도움이 되는 교육을 통해 은퇴 이후 삶의 변화에 대한 인식을 높이고 삶에 대한 새로운 동기부여와 행복한 미래 설계를 돋는 프로그램을 제안한다.

주요 프로그램 내용으로는 은퇴를 앞둔 시니어 스스로가 퇴직 이후의 환경을 진단하고 점검하는 '자기 진단과 환경 분석', 퇴직 이후의 금융자산, 금융상품, 재테크 방법 등을 학습하는 '자산관리', 혼역으로서의 인생 제2막을 준비할 수 있는 '재취업 및 창업', 최종적으로 자신의 은퇴 이후의 삶을 설계하는 '은퇴 설계 종합' 등 총 4개 모듈로 구성되어 있으며, 교육 프로그램 구성 내용 및 진행 시간은 기업의 요구에 따라 맞춤형으로 제공된다.

문의 (주)시니어파트너즈 교육운영팀(02-3218-6244, edu@yourstage.com)



START

**STEP
1**

자기 진단과 환경 분석

- 치유와 힐링을 위한 인문학 특강
- 개인 환경 진단과 역량 분석
- 퇴직자 진로 설정의 이해



**STEP
2**

자산 관리

- 자산관리 정보편/실전편
- 금융 상품과 재테크의 이해
- 부동산 시장 전망과 향후 미래
- 연금시장과 상품 설계 전략
- 개인별 재무상태 점검과 진단(컨설팅)



**STEP
3**

재취업/창업

- 정부 지원 프로그램 및 제도 소개(취업/창업)
- 창업 시장의 이해와 상권분석 노하우
- 시니어 재취업 동향
- 돈이 되는 시니어 자격증 종류와 취득 방법
- 시니어 재취업/창업 성공과 실패 사례



**STEP
4**

2nd Life 설계

- 나의 은퇴 진단 점수는?
- 관계(가족, 부부, 사회)
- 건강과 여가
- 2nd Life Career Map 설계





잘 먹고 잘 쉬는 힐링 골프여행

1

후쿠오카는 도쿄, 오사카와 함께 한국 관광객이 가장 즐겨 찾는 일본 도시 중 하나이다. 인천공항 출발 1시간 10분이라는 짧은 비행 시간으로 외국 여행치고 아쉬울 만큼 가까운 곳이다. 12월, 소개할 골프여행은 후쿠오카를 중심으로 백제 문화가 숨 쉬고 있고, 일본 최고의 온천도시 중 하나인 사가현 주변의 명문 골프장 힐링 여행이다.

Writer · Photographer 0|재훈

유원지 그린랜드와 근접한 색다른 라운딩

그린랜드 골프코스는 위도상 제주도보다 60km 정도 남쪽에 위치해 있다. 겨울에도 눈이 거의 내리지 않고 기온이 10~15°C를 유지해 연중 골프 플레이가 가능하다. 그린랜드 유원지와 근접한 곳에서 총 72홀의 골프장을 만날 수 있다. 그린랜드 리조트 골프 '36홀 골프장'과 주변에 위치한 별도의 프라이빗 골프장인 '아리아케 18홀', '쿠르메 18홀'도 즐길 수 있다.

내년이면 50주년이 되는 화이트, 그린, 오렌지 코스로 이루어진 36홀은 한국 골프장과 비슷한 레이아웃으로 설계되어 있다. 전장도 짧지 않고 페어웨이도 평坦해 편하게 라운딩을 즐기고 싶은 골퍼에게 적합하다. 특히, 노 캐디플레이와 페어웨이 카트 진입이 가능한 것 이 특징이다. 보통 캐디와 함께하지 않는 플레이라면 클럽을 챙기는 데 가장 큰 불편함을 느끼지만, 카트가 페어웨이에 진입이 가능하므로 캐디가 없어도 불편하지 않고 여유로움을 느낄 수 있다. 그린은 비교적 잘 관리되어 있으며 전체적으로 페어웨이는 부담스럽게 넓지 않다. 특히 그린랜드 골프코스 36홀은 유원지와 붙어 있어 바로 옆 호텔은 물론 도보로 가능한 대형 쇼핑몰, 맛있는 일본 음식을 맛볼 수 있는 이자카야, 한국 골퍼들을 위한 한국 식당 등 유락시설이 잘 형성되어 있어 저녁 여가를 즐기기에도 부족함이 없다. 그동안 외국 골프여행에서 의사소통에 어려움을 느꼈던 사람일 지라도 걱정하지 않아도 된다. 친절한 한국인 스태프 2명이 상주하고 있어 언제나 불편함 없이 여행을 즐길 수 있다. 골프장 내 각종 표지판과 안내문에 한글로 표기되어 있어 그동안 외국 골프여행에 부담을 느꼈더라도 걱정 없이 방문할 수 있다.

일본 골프장의 클럽하우스와 식당 등의 모습은 한국과 비교하면 아주 소박하다. 그늘집도 코인 그늘집이 대부분이며 한국처럼 화려하지 않다. 하지만 클럽식 식사는 한국인 누구라도 만족스럽게 즐길 수 있다. 한국은 중간중간 그늘집에 모여 간단한 술자리를 갖기도 하며 화기애애한 분위기 속에서 라운딩을 하지만 일본은 간단

한 음료 정도만 마시고 운동에 집중하는 분위기다. 외국에서 라운딩을 즐기는 만큼 그 나라의 문화에 적응해보는 것도 색다른 경험이 될 것이다. 그린랜드 골프코스는 한국의 파미힐스, 울산, 부산, 청원, 대구컨트리클럽 등과 상호 시설 이용 계약을 체결해 국제 교류에도 힘쓰고 있다. 여유롭고 편리한 숙박과 함께 36홀을 정복하면, 다음 엔 페어웨이도 즐고 상급자 코스로 알려진 아리아케(18홀), 쿠르메 코스(18홀)에 도전해보기를 추천한다. 단, 미리 예약해야 한다는 점 잊지 말길.

최고의 온천에서 피로를 풀 수 있는 힐링골프 타케오 우레시노 컨트리클럽

타케오 우레시노 컨트리클럽은 겨울에도 비교적 따뜻한 기온에 바람까지 적어 라운딩을 즐기기에 아주 쾌적한 환경을 자랑한다. 또한 주변에 일본 3대 온천으로 꼽히는 우레시노 온천과 타케오 온천이 있어 운동 후 피로를 풀 수 있는 최적의 조건을 갖추고 있다. 본래의 산악지형과 자연 그대로를 보존한 코스가 돌보이는 곳으로, 언덕지대가 넓게 펼쳐져 있지만 그 가운데에 연못과 벙커가 배치되어 라운딩의 묘미를 극대화해준다. 각 홀 간의 간격이 짧아 이동 시간을 절약할 수 있다. 드넓게 펼쳐진 페어웨이 안에서는 드라이버샷을 마음껏 칠 수 있어 편안하고 자유롭지만, 곳곳에 배치된 벙커와 해저드로 인해 전략이 필요하다. 특히 파3가 길고 쉽지 않아서 골프 시합을 할 때 파3에서의 점수가 전체 점수



- 1 해 질 무렵 볼 수 있는
낭만적인 그린랜드 코스 조경.
2 골프코스 옆에 위치한
'호텔 베르데' 전경.
3 그린랜드 근처 이자카야
메뉴 꼬치구이와 구마모토의
명물 말고기 회(膾).
4 클럽하우스 식당 식사는
한국인들에게도 만족스럽다.
5 넓은 페어웨이가 마음까지
후련하게 해주는
'타케오 우레시노 컨트리클럽'.

에 큰 영향을 미치는 곳이기도 하다. 평평한 연습장 매트 위에서만 잘 치는 소위 연습장 프로들에게는 쉽지 않은 코스가 될 것이며 도전이 될 것이다. 업 다운에 따라 거리 계산도 정확해야 하기에 조금의 미스샷에 대비해 앞핀일 때는 조금은 짧게 보고, 오르막 뒤판일 때는 한 클럽 넉넉히 보고 플레이하면 도움이 될 것이다. 요즘 일본으로 골프를 즐기려 가는 한국 골퍼들이 점점 증가하고 있다. 일본 현지 여행사 '트래블 박스' 정용훈 대표는 "후쿠오카 공항으로 입국하는 한국 골퍼가 하루 평균 100명 정도로 보고 있으며, 최근 들어 가까운 거리와 맛있는 음식, 온천에서 힐링할 수 있다는 인식이 높아지면서 일본을 찾는 한국 골프 여행객이 지속적으로 늘고 있는 추세다"라며 "특히, 예전과 달리 방문객들 연령대가 낮아지고 있는 것이 특징이다"라고 전했다. 골프로 레저 활동을 즐기고 따뜻한 온천에서 피로를 풀며 일본 골프의 묘미를 느껴보고 싶다면 올겨울에는 후쿠오카로 떠나보자.

문의 제이홀리데이 (02)6349-4949
홈페이지 www.jholiday.kr

Bulletin

Writer 이은정



WATCH

론진, 론진 돌체비타

론진이 2015 바젤에서 새롭게 선보인 '론진 돌체비타 컬렉션'을 12월 국내에 출시한다. 유연한 곡선 라인과 화려한 다이아몬드가 어우러져 우아한 무드를 자아내는 여성 워치다. 인생은 아름다워라는 뜻의 돌체 비타(Dolce Vita)에서 영감 받아 완성했다. 쿼츠 무브먼트를 탑재한 이 워치는 물결치는 듯한 모양의 플린케 디아얼과 다이아몬드로 장식한 베젤이 화려하게 빛난다. 12월 돌체비타 컬렉션을 구매하는 모든 고객에게 코스메틱 파우치를 증정할 예정이며, 선 예약 후 구매하는 고객에게는 론진 선글라스를 추가로 증정하는 이벤트도 진행한다.

문의 02-310-1597

CAR



BMW 코리아, 6세대 뉴 7시리즈

BMW 코리아가 '뉴 7시리즈'를 국내에 공식 출시했다. iDrive 조작 시스템 모니터에 최초로 터치패널 스크린을 적용했으며, 다양한 인포테인먼트 기능을 간단한 손동작을 통해 제어할 수 있는 BMW 제스처 컨트롤 등 첨단옵션이 모든 트림에 제공된다.

문의 02-2038-8215

SPORTS



마샬골프, 프리미엄 골드 에디션 MARSHAL-V5 아이언세트

조우 스포츠에서 전개하는 마샬골프가 프리미엄 골드 에디션 MARSHAL-V5를 제작한다. 최첨단 소재인 고탄성 스티키 메탈(Sicky Metal)을 사용해 단조 아이언의 부드러운 타구감 반발력을 극대화해 비거리의 증대를 높여준다. 문의 02-325-5924~6

FURNITURE



영동 가구, 훌스타

영동 가구가 독일 장인들의 손길로 제작되는 침대 브랜드 훌스타를 제작한다. 특허받은 분할된 표면의 매트리스가 인체 압력을 완화하며, 완벽한 공기순환과 습기 방출을 돋는다. 베이스 프레임은 뛰어난 탄성을 지닌 7겹의 비치레이어로 만들어져 완벽한 수면을 선사한다. 문의 02-547-7850

RESORT



비발디 파크, 스키월드 15/16시즌 오픈

비발디 파크가 본격적으로 겨울 스포츠를 즐길 수 있는 스키월드를 열었다. 비발디 파크는 매일 새벽 5시까지 밤샘스키를 운영하고, 고객들을 위한 초급자 무료강습, 외국인 스키체험 캠프, 수도권 무료셔틀버스 등도 운영할 예정이다. 문의 1588-4888

WATCH



오피치네 파네라이, 테이블 클락

오피치네 파네라이가 대형 와인딩 크리운이 눈에 띠는 '테이블 클락' 2종을 제작한다. PAM00641 모델은 미니멀한 S.L.C 디자인과 샌드워치 디아얼을 갖췄다. PAM00651 모델은 1936년 이탈리아 해군에 공급된 첫 시계에 사용된 디아얼 디자인을 놀보인다. 문의 02-3449-5922

FASHION



무레르, 팝업 스토어 오픈

이탈리아 프리미엄 구스다운 브랜드 무레르가 현대백화점 무역센터점에 두 번째 팝업 스토어를 열었다. 무레르는 구스의 깃털이 아닌 솜털을 사용해 가벼운 착용감이 특징인 제품을 선보이고 있다. 이번 시즌에는 100% 캐시미어 원단으로 제작한 고급스러운 단테 재킷을 추천한다. 문의 02-3442-4134



TRAVEL

클럽메드, 따뜻한 겨울 휴가 프로모션

항공, 숙박, 전 일정 식사, 연령별 키즈클럽 등 휴가에 필요한 모든 것을 제공하는 프리미엄 올-인클루시브 리조트 클럽메드(Club Med)에서는 온 가족이 함께 행복하고 따뜻한 겨울 휴가를 보낼 수 있는 특가 프로모션을 마련했다. 이번 프로모션은 12월부터 클럽메드의 따뜻한 휴양지 7곳(발리, 푸껫, 케럼, 빈탄 아일랜드, 체리팅 비치, 이시가키 카비라, 몰디브 카니)을 대상으로 진행된다. 가격은 항공료를 포함해 성인 최저 1박 12만원대, 아이는 78만원대부터 만나볼 수 있으며(이시가키 카비라 3박 4일 기준), 온라인 예약 시 2% 추가 할인 혜택도 주어진다. 단, 지정일 별 한정 수량으로 조기 마감될 수 있다. 문의 02-3452-0123

HOTEL



임피리얼 팰리스 서울, 크리스마스 패키지

임피리얼 팰리스 서울이 크리스마스 시즌을 맞아 크리스마스 나이트 이웃 패키지, 로맨틱 이브 나이트 패키지, 패밀리 훌리데이 패키지를 선보인다. 각 패키지는 1박 숙박을 공통으로 제공하고 그외 혜택은 상이하다. 문의 02-3440-8000

WATCH



로저드뷔, 엑스칼리버 오토매틱 스켈레톤

로저드뷔가 '엑스칼리버 오토매틱 스켈레톤'을 제작한다. 디아몬드를 세팅한 베젤, 핑크 골드 케이스, 기하학적 별 모양 스켈레톤 무브먼트가 감각적인 조화를 이룬다. 마이크로 로터가 탑재된 오토매틱 RD8205Q 무브먼트가 돋보인다. 문의 02-3449-5914

FASHION



컬럼비아, 클라우드캡 코브 다운 재킷

컬럼비아가 항공점퍼 스티일의 클라우드캡 코브 다운 재킷을 선보인다. 길이가 짧아 활동성이 좋고 다리가 길어 보이는 효과를 준다. 컬럼비아의 대표 보온 테크놀로지인 옴니히트 리플렉티브를 적용해 따뜻하게 착용할 수 있다. 문의 02-6908-0279

BEAUTY



꼬달리, 크리스마스 홀리데이 리미티드 에디션

꼬달리가 2015 크리스마스 홀리데이 에디션으로 레디인스 세럼과 뷔티 엘리시르 등이 포함된 *(스킨케어 스페셜 에디션)* 6종, 새로운 향으로 선보이는 핸드크림 등이 포함된 *(바디 & 프래그런스 스페셜 에디션)* 7종을 제작한다. 문의 02-546-7424

LIVING



골드문트, 나노 메티스 와이어리스

골드문트가 이번 시즌 신제품으로 나노 메티스 와이어리스 스피커를 출시했다. 골드문트 제품 중 크기가 가장 작은 제품으로 작은 사이즈에 기술력과 감각적인 디자인 요소를 담아냈다. 컬러는 진주처럼 은은하게 빛나는 화이트 등 4가지로 선보인다. 문의 02-516-9081



에바솔로, 와인시리즈 3종

덴마크 주방용품 브랜드 에바솔로가 연말 파티에 어울리는 와인 용품 3종을 제작한다. 옆에서 빛을 때 사선으로 떨어지는 실루엣이 멋스러운 와인잔(400ml, 500ml)과 스테인리스스틸 소재로 견고하게 완성한 와인 마개로 구성했다. 문의 031-754-1708

BOOK



남성표류

10년간 200명의 남성을 인터뷰한 뒤 정리한 중년 남성의 심리 보고서. 일자리, 갱년기, 자녀교육, 부모 돌봄, 독신이라는 다섯 가지 위기를 짚으며 그동안 청년 및 여성 문제에 비해 소외된 중년 남성의 구조적 문제를 고발했다. 오쿠다 쇼코 지음, 서라미 옮김, 메디치, 1만3천8백원.



비주얼 경제사

그림을 통해 읽어보는 인류의 경제사. 그림 뒤에 숨겨진 역사적 사실과 함께 인류가 거쳐온 경제사의 흐름을 재미있게 풀어주는 책이다. 하나님 그림을 읽다보면 동양과 서양, 기독교계와 이슬람계, 정치가와 탐험가 등이 교류해온 세계사가 한눈에 들어온다. 송병건 지음, 아트북스, 1만8천원.



8초만 누르면 통증이 사라진다!

TV조선 <내 몸 사용 설명서>, KBS <아침 뉴스스타일> 등에서 소개되며 장안의 화제가 된 '8초 통증 마사지'를 엮은 책. 그동안 방송에서 선보인 '8초 통증 마사지'와 '배꼽 자극 요법'은 물론, 방송에서 공개한 적 없는 '발 자극 요법'까지 상세하게 담아냈다. 장민제 지음, 비타북스, 1만5천8백원.



선행 투자의 귀재! 손정의 비록

미국 3위 이통사 스프린트 네스텔을 인수해 세계 3위의 ICT 기업이 된 소프트뱅크의 수장 손정의. 그의 주변 인물 10여 명을 인터뷰해 손정의의 성장 과정부터 창업 스토리, 기업 상장에 이르기까지의 이야기를 자세하게 기술한 경영비법서다. 오시타 에이지 지음, 김선숙 옮김, 성인당, 1만3천8백원.



Yook Myong-shim
육명심
Retrospective

National Museum of Modern and
Contemporary Art, Gwacheon Gallery 6

국립현대미술관 과천관
제6전시실

2015.12.11.~2016.06.06.

한국현대미술작가시리즈

육명심

Korean Contemporary Artists Series
Yook Myong-shim Retrospective



DESIGN AND TECHNOLOGY.



LUMINOR 1950
10 DAYS GMT AUTOMATIC
(REF. 533)

PANERAI
LABORATORIO DI IDEE.

현대 압구정본점 2F 02-3449-5922 갤러리아 EAST 1F 02-512-6088
신세계 본점 B1F 02-778-7870 신세계 강남점 2F 02-3479-1986 신세계 센텀시티점 2F 051-745-1350
파네라이 제품은 위의 공식 매장에서만 만나실 수 있습니다

PANERAI.COM