

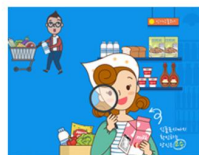
마약 없는 밝은 사회

식품의약품안전처 마약정책과 성동천 사무관
한국마약퇴치운동본부 예방사업팀 김영기 팀장

더보기 →



닥터's 약장
여행 불청객 멀미, 어떻게
퇴치할 수 있을까?



정책인터뷰
식품표시를 보면 건강이
보인다! '대한민국 식품안전
지킴이' 캠페인



타임캡슐
인공인간, 멀지 않은 현실.
영화<공각기동대>와 이식수술



식의약큐레이션
기름진 음식, 피할 수 없다면
이렇게

셰프에게 묻다

추석을 날씬하게 보내기 위한 “저칼로리 송편”

더보기 →

[셰프에게 묻다] 추석을 날씬하게 보내기 위한 “저칼로리 송편”



00의 여행

오래가는 등직한 친구 같은,
통조림의 여행



나도 박사

퀴즈로 풀어보는
열린마루 9월호

셰프에게 묻다

추석을 날씬하게 보내기 위한
“저칼로리 송편”

2017.09.15



온 가족이 한자리에 모여 맛있는 음식을 먹는 추석. 하지만 가족들과 화기애애한 분위기 속에서 음식을 먹다 보면 자신도 모르게 과식하기 마련! 명절 음식 대부분 칼로리가 높아 주의가 필요하다. 명절 음식으로 빠지지 않는 송편은 쌀가루로 만들기 때문에 칼로리가 높은 편이다. 다가오는 명절, 장여진 셰프가 소개하는 ‘저칼로리 송편’으로 건강하고 즐거운 추석을 보내자.

[셰프에게 묻다] 추석에 날씬하게 보내기 위한 “저칼로리 송편”



셰프 장여진에게 묻다

Q. ‘저칼로리 송편’을 소개해주신 특별한 이유가 있을까요?

쌀가루 반죽에 다양한 소를 넣어 만드는 송편은 칼로리가 높은 떡 중에 하나인데요. 이번에 소개한 송편은 반죽에 들어가는 쌀가루의 양을 줄이고 단호박, 쑥 가루를 넣어 칼로리를 낮추었어요. 또한, 칼로리가 낮은 재료인 밤과 깨를 이용해 소를 만들었고요. 다이어트와 건강을 생각하는 분이시라면 이번 추석에 ‘저칼로리 송편’을 꼭 만들어보세요!

Q. 송편을 예쁘게 만드는 방법을 알려주세요.

“송편 예쁘게 빚으면 예쁜 딸을 낳는다”는 말이 있지요. 이번 추석에는 다양한 모양의 예쁜 송편을 만들어보세요. 쌀가루에 단호박, 쑥 가루 등 다양한 색의 곡물가루를 넣고 반죽하면 고운 색을 내는데요. 맛도 훨씬 좋습니다. 또한, 젓가락을 이용해 반죽에 모양을 내주면 호박, 잎, 복숭아 등 다양한 모양의 송편을 만들 수 있습니다.

Q. 명절이 아니면 떡을 만들거나 먹어볼 기회가 없는 것 같아요. 평소에 쉽게 만들 수 있는 저칼로리 떡이 있다면 소개해주세요.

밤, 대추, 잣, 호박고지 등을 넣어서 만드는 ‘모듬백이’를 추천해드려요. 다른 떡에 비해 쌀가루 비율이 낮고 견과류 비율이 높아서 영양도 풍부하고 만들기도 쉽습니다. 담백하고 고소한 맛이 일품인 모듬백이는 어른은 물론, 아이들도 좋아하는 영양 간식이랍니다.

Q. 떡 만들 때 어떻게 위생을 관리하시나요?

식재료가 변하지 않도록 쌀가루는 한 번 만들 분량으로 나눠서 보관해요. 그리고 떡에 필요한 재료도 떡 필요한 만큼만 준비하고 남기지 않는 것이 좋습니다.

Q. 떡 요리에 관심을 갖게 된 계기가 있었나요?

어릴 때부터 요리에 관심이 많았어요. 대학 시절 우연한 기회에 떡 만들기 강좌를 듣게 되었는데요. 멥쌀가루, 물, 설탕 이렇게 세 가지 식재료로 순식간에 백설기가 만들어지는 모습을 보고 떡의 매력에 푹 빠졌습시다. 그 이후 밤새워 떡을 만들며 개발한 저만의 레시피를 블로그에 올리게 되었죠. 지금은 한 아이의 엄마가 되어 건강한 간식을 아이에게 먹이고 싶은 마음에 다양한 떡을 연구하고 있습니다.

장여진 | 셰프

요리와 조물조물 만드는 것에 관심이 많았다는 그, 현재 '모락모락' 쿠킹 스튜디오와 블로그(lemonsj80.blog.me)를 운영하며 건강하고 맛있는 떡을 알리는 데 노력하고 있다. 저서로는 《참 쉬운 떡 만들기》, 《플리워 떡케이크》가 있다.

닥터's 약장

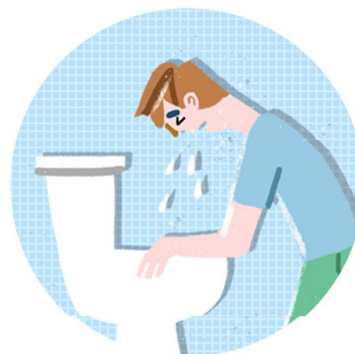
여행 불청객 멀미, 어떻게 퇴치할 수 있을까?

2017.09.15

멀미 때문에 나들이가 엉망이 된 적이 있는가? 평상시에는 아무런 문제가 없는데, 차만 타면 왜 멀미가 날까. 멀미가 발생하는 이유와 예방법을 알아보고, 증상을 완화해주는 멀미약의 종류와 복용법, 주의사항을 알아보자.

멀미는 왜 발생할까?

차나 비행기, 배를 타면 우리가 느끼는 것과 움직임이 다르다. 차는 앞으로 간다. 그렇기 때문에 우리 몸도 앞으로 간다고 인지하여 대처한다. 실제로는 위, 아래로 요동치고, 예고 없이 방향을 선회하기도 한다. 즉, 사람의 감각과 교통수단의 실제 움직임의 균형이 맞지 않는다. 이런 혼란스러운 상황에 의해 멀미가 생긴다. 평상시에는 별문제 없다가 차나 배, 비행기 등을 타면 발생하기 때문에 동요병(動搖病, motion sickness)이라고 불린다.



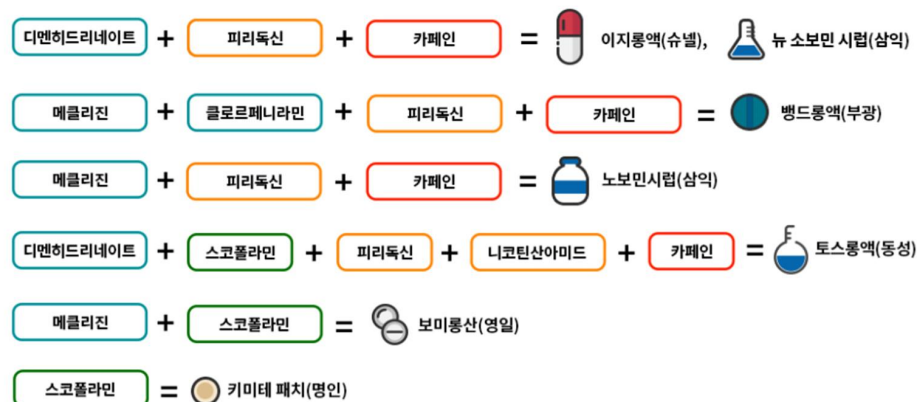
멀미가 생기면 구토 충동을 자극해서 울렁거리고, 심하면 위장에 있는 내용물을 토하기도 한다. 두통, 손발이 차가워지거나, 가슴이 두근거리며 불안해지고, 식은땀을 흘리는 등 다양한 증상이 나타난다. 멀미는 전정기관이 미숙한 2세 이하에서는 거의 발생하지 않고, 3~12세에서 가장 많이 일어난다. 하지만, 아이들이 성장하면서 탈 것의 움직임에 익숙해지면 멀미 발생 빈도는 현저하게 줄어든다.

멀미약, 특성에 따라 맞춰 복용하자

경구 멀미약은 출발 30분 이전에 복용한다. 추가로 복용할 때는 적어도 4시간 이상 간격을 유지해야 하며 1일 3회 이상 복용하지 않는다. 감기약 등 다른 약을 복용해야 할 때는 성분이 중복될 수 있으므로 의사, 약사에게 반드시 멀미약 복용 여부를 알려야 한다. 멀미약 복용이 부담스럽다면 생약제제들을 사용하는 것도 좋다. 생강은 주로 입덧에도 많이 사용되는데 위장의 기능을 강화하여 메스꺼움을 줄여준다. 캐모마일과 박하도 항경련효과로 메스꺼움을 완화하는 효과가 있으며, 사탕, 차 형태 등 제형이 다양하다.

멀미약 성분은 신경을 안정시켜주는 항히스타민제, 구토를 완화하는 스코폴라민, 피리독신, 각성작용을 하는 카페인 등으로 이뤄져 있다. 이들 성분을 어떻게 조합하였느냐에 따라 멀미약의 특성이 달라진다.





지속성과 편리함이 장점인

키미테 패치

차를 조금만 타도 울렁거려 고생하는 사람은 지속적인 효과를 주는 키미테 패치를 추천한다. 지속성과 편리함이 장점이지만, 환각 작용, 동공 확대 등의 부작용이 있을 수 있다. 7~15세 미만의 소아는 의사 처방이 있어야 사용 가능하다. 운전자는 절대 사용하지 않는다. 흡수되는 시간이 필요하므로, 최소 출발 4시간 전에 부착해야 한다. 약물이 묻어 있는 부분을 손으로 만지지 않고, 부착 직후에는 손에 묻은 약물을 깨끗이 씻자. 목적지에 도착하면 패치를 바로 제거하고, 반으로 접어서 버린다.

이동 중에 꼭 자고 싶은 사람은

뱅드롱액

신경이 예민해지면서 두통, 두근거림, 불안함 등의 멀미 증상으로 고생하는 사람에겐 항히스타민제가 들어 있는 뱅드롱액이 효과적이다. 스코폴라민이 들어 있지 않기 때문에 메스꺼움을 완화하는 효과가 조금 떨어지고, 잠에서 깨기 어렵다는 단점이 있다. 도착 전까지 한숨 꼭 자고 싶은 사람에게 적합한 멀미약이다.

구토 증상을 잡아주는

토스롱액, 보미롱산

토스롱액, 보미롱산에는 구토를 억제하는 성분인 스코폴라민이 들어있다. 또한 진정 작용을 하는 항히스타민 성분도 들어있어, 몸을 안정시켜 준다. 멀미가 심한 사람에게는 토스롱액과 보미롱산을 추천한다.

3세 이상 누구나 사용 가능, 졸음 부작용이 적은

이지롱액, 뉴소보민시럽, 노보민 시럽

약물에 민감하다면 항히스타민, 피리독신, 카페인 조합되어 있는 이지롱액, 뉴소보민시럽, 노보민 시럽을 권한다. 멀미도 완화하면서 여행 과정도 즐길 수 있을 것이다. 3세 이상 전 연령이 복용 가능하고, 항히스타민제가 과하게 들어있지 않아 졸음 부작용이 심하지 않다. 단, 스코폴라민이 없기 때문에 심한 구토를 수반하는 멀미에는 권하지 않는다.



멀미, 미리 예방하자

1. 이동 중에 스마트폰이나 책을 보지 않는다.
2. 차장 밖의 풍경을 보거나, 앞 좌석에 앉아 앞을 바라보며 이동 방향을 인지한다.
3. 자극적인 음식, 위장에 부담이 되는 우유나 튀긴 음식을 먹거나 과식은 금물. 공복도 좋지 않다. 여행 1시간 전 담백한 음식이나 음료, 레모네이드 같은 단 음료는 도움이 된다.

4. 되도록 차의 앞부분, 비행기 날개 근처, 배의 중간 부분에 앉는다.
5. 차창을 열어 자주 환기한다.
6. 구토할 것 같으면 누워서 이동하는게 좋다.

글_배현 | 밝은미소약국(분당) 약사

대중에 가깝게 다가설 수 있는 약사로서의 직능이 무엇인지 항상 고민하며 연구하고 있다. 경향신문에 ‘배현 약사의 셀프메디케이션(Self-medication)’이라는 코너를 연재하며 누구나 이해할 수 있도록 쉽게 의학 정보를 제공하고 있다.

이럴 땐 이렇게

한가위 음식, 안전하고 건강하게 관리하세요

2017.09.15

습하고 무더운 여름이 어느덧 지나가고, 서늘한 가을이 성큼 다가왔다. 음력 팔월 보름, 가을의 한가운데 달이라는 뜻을 가진 추석에 가족들과 먹을 음식을 안전하고 건강하게 다루는 정보를 소개한다.

건강하고 맛있게 적당량만

명절에는 맛있는 음식을 많이 만들고, 또 많이 먹는다. 하지만, 이럴 때 일수록 적당량을 건강하게 섭취할 필요가 있다. 명절 음식은 기름에 튀기거나 볶은 고열량, 고지방 음식이 많은 편이기 때문이다. 예를 들어, 쌀밥 1공기, 육탕, 소갈비찜, 잡채, 사금치나물, 배추김치를 먹었다 치자. 그다음, 간식으로 껌송편과 수정과를 먹으면, 총열량은 약 1,377kcal. 하루 권장섭취량(2,000kcal, 성인여성 기준)의 약 69%에 이른다.

음식별 칼로리: 쌀밥(1공기, 250g) 291kcal / 육탕(1그릇, 150g) 88kcal, / 소갈비찜(1접시, 250g) 495kcal / 잡채(1/2 접시, 75g) 102kcal / 사금치나물(1/2작은 접시, 25g) 25kcal / 배추김치(1/2작은 접시, 25g) 19kcal / 껌송편(4개, 100g) 224kcal / 수정과(1컵, 150g) 133kcal

재료를 안전하게 선택하고 보관해요

재료를 선택하는 과정에서 가족들이 음식을 더욱 건강하게 먹도록 할 수 있다. 먼저, 꼭 필요한 만큼의 신선한 제품을 선택한다. 유통기한과 표시사항을 확인하는 것도 잊지 말자. 그렇다면, 농산물, 육류, 어패류에 따라 어떻게 선택하고 보관하면 좋을까?

구분	선택 방법
농산물	고유의 색이 선명하고 상처가 나지 않은 것을 구입한다.
소고기	살코기가 밝은 선홍색을 띠고 윤기 나는 것이 좋다. 지방은 우윳빛을 나타내면서 윤기 나는 것을 고른다.
돼지고기	살코기가 옅은 선홍색을 띠면서 윤기가 나고, 지방은 흰색이면서 탄력이 있는 것을 선택한다. 지방이 무르거나 노란색을 띠는 것은 피하는 것이 좋다.
닭고기	피부에 외부손상이 없으면서 광택과 탄력성이 있는 것을 산다.
생선	원형을 그대로 유지하면서 살에 탄력이 있고 윤기가 흐르며, 아가미는 밝은 선홍색을 띠고, 눈은 투명하면서 비늘과 지느러미가 정상적으로 붙어 있는 것이 신선하다. 내장이 몸 밖으로 나와 있거나, 피부에 점액질이 흘러나와 있는 것은 상한 생선일 수 있으니 사지 않는 게 좋다.

깨끗하게 씻는 것이 중요한

채소와 과일

수돗물에 1~2분 담근 후 흐르는 물에 3회 이상 반복 씻는다. 생으로 섭취하면 미생물 오염이 될 수 있어, 사람이 그대로 먹는 야채나 과일 등을 씻는데 사용되는 1종 세척제를 사용하여 씻는다. 잔털이나 주름이 많은 채소나 뿌리, 줄기 부분의 흙과 같은 이물을 철저히 씻어야 한다.

신선하게 필요한 만큼만

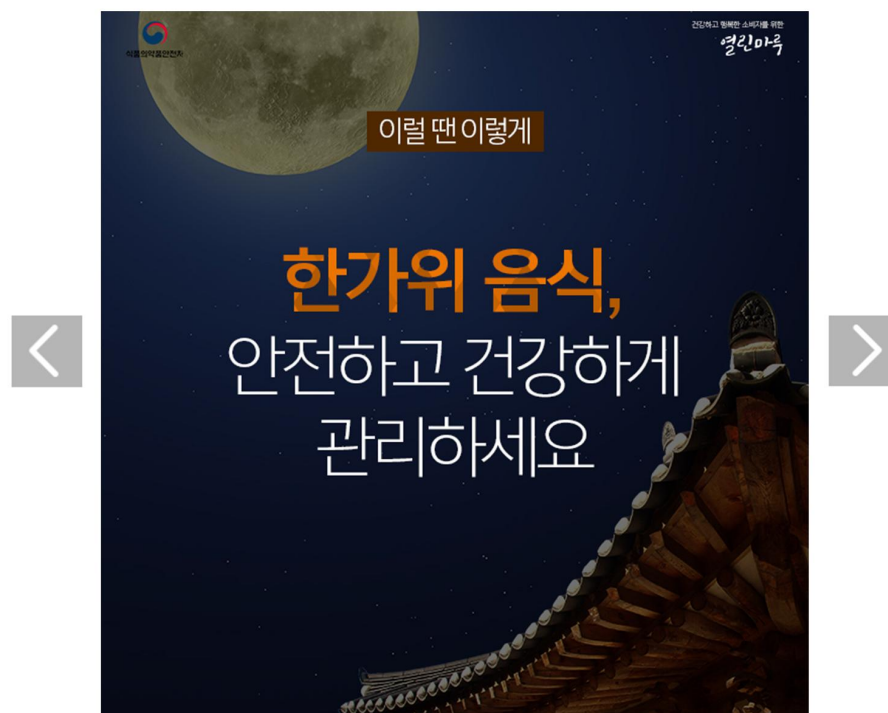
수산물

사용할 양 만큼 나눠서 밀봉이 가능한 투명 지퍼팩으로 싸둔다. 이때, 다른 식품과 구분하여 보관한다. 되도록 구매 날짜를 표시해두고, 구입 순서대로 사용해야 한다. 활어나 선어는 곧바로 섭취하는 것이 좋지만, 보관이 필요하다면 내장을 제거하고 남아있는 수분을 제거한 후에 냉장 또는 냉동한다. 나중에 다시 해동해 사용할 때는, 필요한 만큼만 해동하고 남은 생선이 있더라도 변질, 부패하기 쉬우므로 다시 냉동 보관하지 말고 폐기한다.

조리 형태에 따라 다르게 보관하는 육류

얇게 썬 고기는 단면이 넓은 만큼 상하기도 쉽다. 그 때문에 개봉 즉시 요리하는 것이 좋으며, 남았을 경우에는 밀봉해서 보관한다. 두껍게 썬 고기를 냉장 보관할 때는 1~2일을 넘기지 않는다. 고기를 여러 장 겹쳐 보관하면, 겹친 부분의 색이 변하므로 랍이나 비닐을 끼워 보관한다. 특히, 다진 고기는 부패 속도가 가장 빠르다. 구매 즉시 물기를 제거하고 밀봉하여 보관한다. 냉장 보관 시에는 1~2일, 냉동 보관이라도 2주는 넘기지 않도록 한다.

온 가족이 모이는 명절, 맛있는 음식을 안전하고 건강하게 즐기길 바란다면 주의사항들을 기억하세요. 사랑하는 사람들이 함께하는 한가위에 식중독에 걸리지 않고 건강하게 보내시길 바랄게요. 지금부터는 제수용품 구입법, 명절 음식 보관법 등의 대표적인 몇 가지를 알아봅니다.

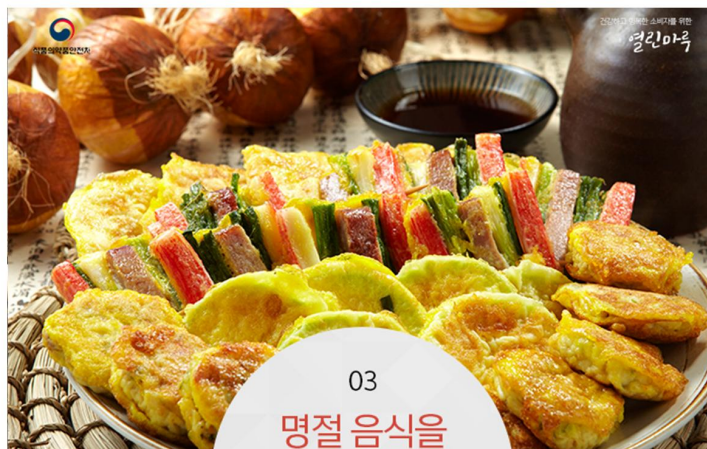




02

명절 음식 재료를 선택할 때

저칼로리 음식을 만들기 위해
두부, 버섯, 채소 등을 사용해 전을 만들어보세요.



03

명절 음식을 조리할 때

전은 요리 후 기름을 충분히 제거하세요.
부침 반죽이나 튀김옷을 얇게 만들면,
반죽과 튀김옷의 탄수화물 섭취량을 줄일 수 있어요.
육류는 살코기 위주로 껍질과 기름을 없애고,
튀기고 볶는 것보다 굽거나 삶으세요.



건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루



<

>

04
제수용 과일을
보관할 때

제수용 과일은 종류별로 따로 포장, 보관해요.
특히 사과는 에틸렌가스가 많이 발생하므로
다른 채소, 열매와 같이 보관하지 마세요.



건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루



<

>

05
명절 음식을
보관할 때

뒀개를 뒀기 전에 음식을 식힌 후, 2시간 내에 냉장 보관하세요.
조리한 고기는 지퍼백이나 밀폐 용기에 넣어 냉장 보관해요.
조리육은 신선육보다 산화되거나 변질되기 쉬우니 최대한 빨리 드시는 게 좋아요.





06

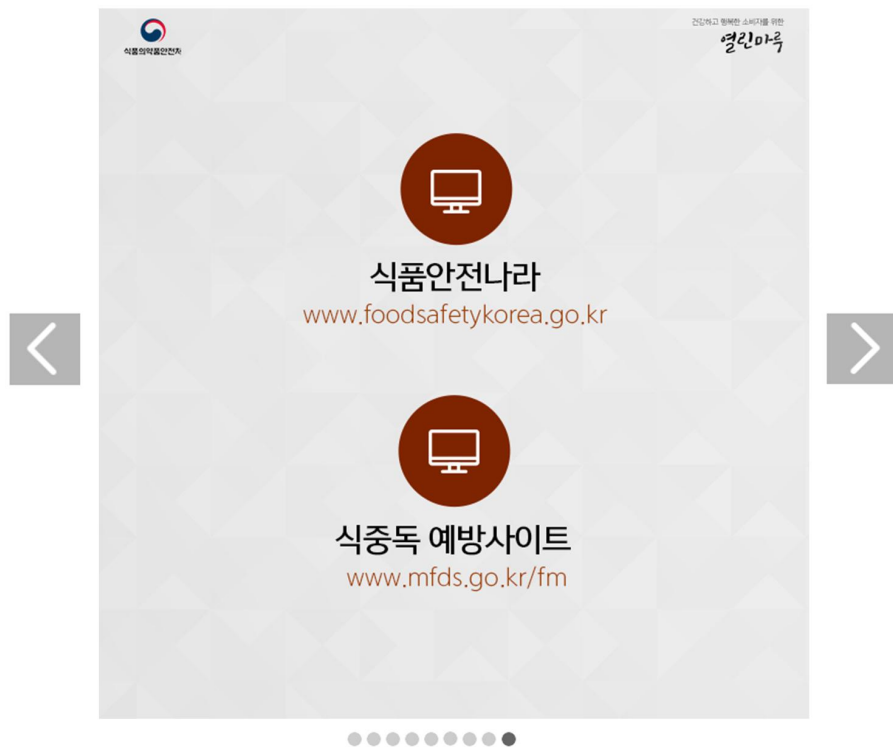
성묘 음식을 운반할 때

성묘 음식은 트렁크에 보관하지 말고
아이스박스, 아이스팩 등을 이용하여 10℃ 이하 냉장상태로 운반해요.
성묘 후 음식을 먹기 전에 손을 씻거나 물티슈로 닦는 것도 잊지 마세요.



온 가족이 모이는 명절,
안전하고 건강하게
맛있는 음식을 함께 먹으며
행복한 시간 보내세요!





OO의 여행

오래가는 든직한 친구 같은 통조림의 여행

2017.09.15



간편하게 허기를 채우고 싶을 때,
무엇이 가장 생각나시나요?

식품 가공기술이 발달하면서,
냉동식품, 즉석식품, 그리고 통조림의 종류가 다양해졌어요.
그중에서 조리 완료된 통조림은 편리성으로 인해 많은 사람들의 사랑을 받고 있죠.



굴뱅이



저는 보기만 해도 먹음직스러운 굴뱅이입니다.
바로 먹어도 맛있는 굴뱅이 통조림으로 변신하려고 해요. 통조림은 수많은 종류가 있는데요,
원료에 따라 공정이 조금 다르지만, 전반적으로 거의 비슷하답니다.
오래 보관할 수 있고, 위생적으로 먹기 좋은 굴뱅이 통조림이 되기 위해 떠나볼게요!

1 재료 획득

바다에서 살던 굴병이 중에서
가장 상상의 굴병이들이 통조림으로의
변신을 시작합니다!



3 자숙

다음에는 찌거나 삶아요.
단백질을 응고시켜 단단히 만듭니다.
앗, 뜨겁다. 뜨거워!



5 탈기

이제 깡통 안의 공기를 제거할 거예요.
수증기로 가열한 탈기장치 속으로
들어갑니다. 이때, 탈기와 밀봉을 동시에 합니다.



7 관세척, 멸균

밀봉 후에는 혹시 내용물에
세균, 곰팡이 등이 있을지 몰라요.
그러한 미생물을 가열해 사멸시킵니다. 뜨거운 물이나
가압수증기로 살균해요. 미생물이 모두 없어져라~!



9 검사, 포장

마지막으로, 금속제 막대로 통조림을
두드려 소리와 진동으로 품질을 확인하는 타격
검사를 한 후에, 최종적으로 포장됩니다.



2 세척, 선별

생선, 조개류는 신선도가 중요해요. 재료에 묻어있는
이물질, 세균 등을 제거하기 위해 세척합니다.
먹기 힘든 부분을 자르고, 먹기 좋은 크기와 모양으로
만들어요.



4 담기

정해진 내용량을 깡통에 넣습니다.
필요에 따라 소금물, 설탕물, 간장
등의 조미액으로 채워요.



6 밀봉

밀봉은 통조림으로 변신할 때,
가장 중요한 공정이죠! 캔 속에 미생물,
공기, 수분 등이 침투되지 않게 만들어야 하거든요.
이를 통해 변질과 변패를 방지해, 장기간 동안
저장할 수 있게 돼요.



8 냉각

냉각시켜 품질의 변화와
캔 내면이 부식하지 않도록 합니다.
믿고 먹을 수 있는 통조림이 되었어요.



10 유통

자, 이제 여러분을 만나러 갑니다.



저는 대형마트에 도착했어요.
이제 가지런히 진열대에서 여러분을
기다리고 있을게요. 쫄쫄쫄쫄한 굴병이와
함께 풍성한 일상을 보내세요!



통조림

통조림의 특징을 살펴보세요!



위생적인 식품이에요.

통조림은 식중독을 일으킬 수 있는 유해 미생물을 제거한 안전한 식품입니다. 공기를 빼고 밀봉 후, 진공이 유지된 상태에서 가열 및 살균하기 때문이죠.



제작경비가 적게 들고, 간편해요.

통조림은 공장에서 대량 생산되죠. 소비자의 손까지 가는데 날 식품보다 경비가 적게 들어요. 제조 과정에서 먹지 못하는 부분을 완전히 제거하기 때문에 먹기에도 간편해요.



장기 보관이 가능해요.

통조림 안쪽에 도장 강통이 사용되어서 장기간 보관할 수 있습니다. 과일, 과즙 통조림은 빛깔과 풍미를 유지하기 위해 도장하지 않은 강통을 사용하기도 해요.

통조림의 종류도 알아볼까요?

 종류별	생선조개류, 과일류, 채소류, 육류	
 가공 방법별	 생선조개류	삶기, 소금물 절임, 조미, 된장 절임, 꼬치구이, 기름 절임 등
	 과일류	시럽 절임, 고품 담기 등
	 채소류	삶기
	 육류	삶기, 조미, 콘드비프, 조미 담금 등
 특수용도	유아식품, 환자식품, 애완동물용 먹이 등	
 기타	과일음료(주스, 넥타), 기호음료(커피, 인삼넥타), 탄산음료(콜라, 사이다), 과자제품(잼·마말레이드), 토마토 가공품, 맥주, 우유제품 등	

통조림을 선택하고 이용할 때 알아두면 좋은 Tip을 소개합니다!

통조림을 선택할 때



뚜껑이 볼록한 통조림은
피하세요!
내용물이 부패하면 가스가 팽창해
뚜껑이 볼록해집니다.

요리할 때

강통 냄새를 없애기 위해서,
향미 채소를 곁들이거나 조미료,
향신료를 사용하세요.



사용 후 보관할 때



통조림 안의 내용물이 남으면,
다른 그릇에 옮겨 끓인 후 식혀
냉장고에 보관하세요.
되도록이면 열었을 때 모두 드시는
게 좋습니다.

통조림 마크를 확인할 때



품명, 재료, 내용량, 제조 연월일,
제조 회사 등의 표시를 꼭
확인하세요. 정부가 보증한 표시
마크가 있는지도 함께 확인하는
것이 좋습니다.



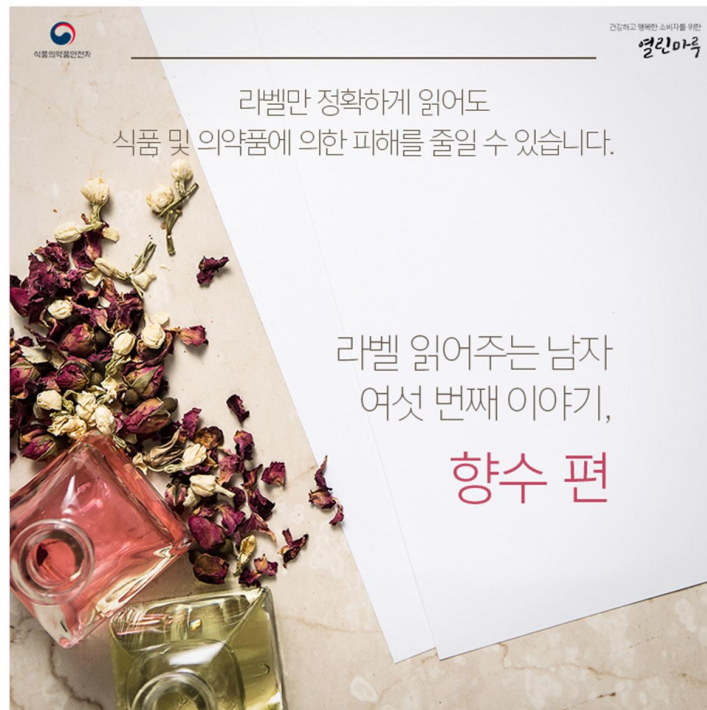
이물질이나 변질된 제품 발견 신고 1399

식품안전나라 홈페이지(foodsafetykorea.go.kr)

라벨 읽어주는 남자

은은하고 향기롭게 향수

2017.09.15





건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

향수의 라벨은 어떻게 구성되어 있을까요?

- 1 제품명
- 2 용량 및 중량
- 3 제조번호
- 4 사용기한
- 5 제조원
- 6 제조판매업자
- 7 사용상의 주의사항
- 8 전성분



OO OO 퍼퓸 (방향용 제품류)

용량 및 중량 : 용기표시 제조번호 : 용기표시
 사용기한 : 2021.06 제조원 : OO(미국) / 뉴욕, 연락이 10002
 제조판매업자 : (주)OOOO TEL. 02-1234-4321 서울시 강남구
 [사용상의 주의사항]
 1. 화장품 사용 후 다음과 같은 증상이 있을 경우에는 사용을
 중지할 것이며, 계속 사용하면 증상을 악화시키므로 피부과 전문의
 등에게 상담하십시오. 1) 사용 중 붉은반점, 부어오름, 가려움증,
 자국 등의 증상이 있는 경우 2) 격응부위가 적사광선에 의해 같은
 증상이 있는 경우.

2. 상처가 있는 곳 또는 습진 및 피부염 등의 이상이 있는 부위에는
 사용을 금하십시오.
 3. 보관 및 취급상의 주의사항 1) 사용 후에는 반드시 마개를
 닫으십시오. 2) 유, 소아의 손에 닿지 않는 곳에 보관하십시오.
 3) 고온, 내지 저온의 장소 및 알광이 닿는 곳에는 보관하지
 마십시오. 4) 외용오르만 사용하시고 눈에 들어가지 않도록
 하십시오. 5) 민감성 피부 보유자는 첫 사용 시 패치 테스트 후
 사용하십시오.
 전성분 : 변성알코올, 향료, 정제수, 글리세린, 알로에베라잎즙,
 벤질살리실레이트, 리모넨, 리날롤, 알파이소메칠이오논,
 시트로넬롤, 시트랄, 제라니올



건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

화장품 알레르기 유발물질이 있는지 확인하세요!

OO OO 퍼퓸 (방향용 제품류)

용량 및 중량 : 용기표시
 제조번호 : 용기표시
 사용기한 : 2021.06

전성분 : 변성알코올, 향료, 정제수, 글리세린,
 알로에베라잎즙, 벤질살리실레이트, 리모넨,
 리날롤, 알파이소메칠이오논, 시트로넬롤,
 시트랄, 제라니올

향수는 '방향용 제품류'로 표시합니다.

개봉하지 않은 경우에는
 제조일로부터 통상 3년까지,
 개봉한 경우에는 제조일로부터
 통상 2년까지 사용 가능합니다.

화장품 알레르기
 유발물질이 있는지
 성분을 꼭 확인하세요.



* 관련 법령 : 「화장품법」(시행 2017.5.30.) [법률 제14264호, 2016.5.29., 일부개정], 제10조,
 「화장품법 시행규칙」(시행 2017.7.31.) [총리령 제1405호, 2017.7.31., 일부개정],
 제19조 제6항, 별표4, 제3호 마목에 따라 착향제 구성성분 중
 해당 성분이 있는 경우에는 성분의 명칭을 기재·표시하시기 바랍니다.





서울대학교병원

건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

착향제 구성성분 중 알레르기 유발물질로 알려진 성분입니다.

- 1 아밀신남알
- 2 벤질알코올
- 3 신나밀알코올
- 4 시트랄
- 5 유제놀
- 6 하이드록시시트로넬알
- 7 이소유제놀
- 8 아밀신나밀알코올
- 9 벤질살리실레이트
- 10 신남알
- 11 쿠마린
- 12 제라니올
- 13 하이드록시이소헥실3-사이클로헥센카복스알데하이드

- 14 아니스에탄올
- 15 벤질신나메이트
- 16 파넬솔
- 17 부틸페닐메틸프로피오날
- 18 리날롤
- 19 벤질벤조에이트
- 20 시트로넬롤
- 21 헥실신남알
- 22 리모넨
- 23 메칠2-옥티노에이트
- 24 알파-이소메칠이오논
- 25 참나무이끼추출물
- 26 나무이끼추출물



* 단, 사용후 세척되는 제품은 0.01% 이상, 사용후 세척되는 제품 이외의 화장품은 0.001% 이상 함유하는 경우에 한합니다.



서울대학교병원

건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

여기서 잠깐! 향수, 이곳에 사용하세요.



상반신보다 하반신에
향기는 아래에서 위로 올라와요!



체온이 높고 맥박이 뛰는 부위에
손목, 목덜미, 귀 아래에 뿌리면 향이 은은하게 퍼집니다.



옷을 입기 전 맨살에, 혹은 옷 안쪽에
다른 향기나 체취와 섞이지 않아요.



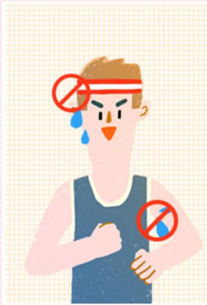
식품의약품안전처

건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

향수, 이곳에 사용하면 좋지 않아요.



**햇빛에 노출되는
부위에**
자외선과 알코올 성분이
반응해 피부 착색과
트러블의 원인이 됩니다.



**땀이 많이 나는
부분에**
불쾌한 냄새로
변할 수 있어요.



**얼굴과 가까운
목 부위에**
목에 뿌리다가 얼굴로
올라오면 피부 트러블이
유발되기도 하니 조심하세요.



식품의약품안전처

건강하고 행복한 소비자를 위한
열린마루

향수, 적절한 곳에 뿌리면 향기가 되고 잘못 사용하면 트러블로 변합니다.

향수 속 알레르기 유발 성분 표시와
유통 기한 등을 확인하세요!





식품의약품안전처

열린마루



타임캡슐

인공인간, 멀지 않은 현실

영화 <공각기동대>와 이식수술

2017.09.15

영화 <공각기동대: 고스트 인 더 쉘(2017)>는 인간과 인공지능이 결합해 탄생한 특수부대원 '메이저'의 이야기입니다. 메이저는 첨단 사이버 기술로 인공신체를 만드는 '한가 로보틱스'를 파괴하려는 범죄 테러조직을 막는 임무를 맡습니다. 하지만, 사건을 파고들수록 자신의 과거와 존재에 대한 의문을 갖게 되죠.

'공각기동대'는 '공격용 슈트를 입은 특수부대'라는 뜻입니다. 여기서 각(殼)은 한자로 단단한 껍질을 뜻하는데요. 영화는 인조인간 탄생에 의한 정체성 문제와 의학, 과학의 발전 과정에서 필연적으로 발생하는 부작용도 이야기하고 있습니다. 인공신체라는 껍데기를 쓴 인조인간에게 컴퓨터 프로그래밍으로 주입된 초능력, 네트워크로 통제되는 기억력, 자아가 충돌할 때 일어나는 혼란이 곧 미래에 우리와 자녀들이 직면할 모습은 아닌지 생각해보게 됩니다.

현대과학의 꽃, 이식수술

의학과 과학은 인간의 능력을 극대화하는 것을 목표로 발전하고 있습니다. 예를 들어 암세포를 선택적으로 공격하는 치료제와 유전자 가위를 이용해 병든 유전자 부분만 절제하는 치료 기술도 개발되었습니다. 가상 만화와 SF영화 속 이야기들이 점차 현실화되고 있는 거죠. 과연에게 일격 당한 로보캅의 팔이 재생되는 모습을 현실에서 볼 날도 머지않았습니다.

영화 <공각기동대> 주인공인 메이저의 목에는 여러 개의 구멍이 있고 그 구멍마다 선이 연결되어 있습니다. 뇌의 기억장치로부터 인공신체에 명령을 전달하는 선은 척추신경 역할을 하는 것 같습니다. 그 선을 통해 기억억제제와 신경전달물질이 주입됩니다. 이는 인공신체가 이식된 후 생기는 거부 반응을 예방하기 위해서입니다.

기술이 발달하면서 신체 이식수술의 성공확률도 나날이 높아지고 있습니다. 첫 이식 수술에 실패하더라도 반복적으로 이식 수술이 가능하고, 2~3개의 장기를 동시에 이식하거나, 복강 내의 전체 장기를 한 번에 이식하는 복합장기이식도 시행되고 있습니다. 전 세계에서 신체를 이식받은 환우들이 모여 육상, 수영 등 각종 경기를 하는 '세계이식인 체육대회'가 열리고 있는데요. 여러 번의 장기 이식을 받고도 열심히 경기에 참여하는 분들을 보면 이식수술을 통한 새로운 삶이 무엇인지 실감할 수 있습니다.

이식수술로 새 삶을 기대하며 기증 장기를 애타게 기다리는 대기자들도 많습니다. 기증 장기가 나올 때까지 무한정 기다리다가 안타깝게도 생을 마감하는 분들도 많습니다. 자신의 생명을 위해 타인에게 장기를 기증해달라고 강요할 수는 없기 때문이죠. 그래서 의학자들은 건강한 동물의 장기를 인간의 신체에 이식하기 위해 많은 노력을 했습니다. 하지만 동물보호단체의 반대와 동물의 면역체계가 인간과 달라서 생기는 거부반응과 바이러스성 질환으로 인해 상용화되지 못하고 있습니다.

이러한 한계를 극복하기 위해 인공 심장, 간, 신장 등의 인공장기가 개발되었습니다. 인공장기의 크기와 인체 내 삽입 가능 여부 등 여러 문제를 해결하지 못하고 수십 년째 제자리걸음을 해왔습니다. 그러다, 마침내 3D 프린트를 이용한 장기가 개발되었습니다. 3D 프린트로 만든 지지체에 각종 기능을 가진 세포들을 분리해 주입하면 심장과 간의 기능을 대신할 수 있습니다. 기계식 인공장기, 하이브리드형 인공장기 등 다양한 장기들이 개발되고 있지만, 연구가 필요한 부분들이 많아 아직은 교량 치료의 정도로 활용되고 있습니다.



새로운 삶을 선사하는 이식수술

20세기가 되면서 과학자들은 뼈나 관절 부위를 없애고 영구적이라고 판단되는 첨단 소재로 인공관절, 인공 뼈 등을 만들어 인체에 이식하기도 했습니다. 로봇콧, 육백만 볼의 사나이와 같이 말이죠. 하지만 각종 근육과 인대, 신경들이 어떻게 인조 팔과 다리에 온전히 일치되어 활동에 무리가 없게 만들지 관건입니다. 눈으로 보고, 귀로 들은 정보를 뇌에서 받은 다음에, 신경을 통해 신체의 움직임을 명령하는 과정도 가능해야 하니까요. 영화 <공각기동대>에서처럼 목에 구멍을 내어 신경에 해당하는 줄기를 넣고, 뇌의 명령을 신경과 각 신체 부위에 전달해서 뇌의 명령을 수행할 수 있다면 얼마나 좋을까요?

또한, 최근 의학계에서는 팔, 다리, 얼굴 등 신체 일부를 이식하는 혈관복합조직이식이 화두가 되고 있습니다. 기원후 4세기경 시리아 지역의 의학 성자로 불린 ‘성 코스마스’와 ‘성 다미안’이 환자의 썩은 한쪽 다리를 절단하고 흑인의 다리를 접합한 내용의 그림이 있습니다. 이것이 혈관복합조직이식의 시초라고 생각됩니다. 근래에는 사고로 팔이 절단된 환자에게 뇌사 기증자의 팔을 이식하거나, 얼굴에 화상이나 외상을 당한 환자를 대상으로 얼굴 이식 수술도 일부 시행되고 있습니다. 얼마 전에는 한국에서 팔을 이식받은 사람이 프로 야구장에서 시구하는 모습이 보도되기도 했지요.

판도라의 상자, 이식수술

이식수술의 장점이 많지만 해결해야 할 문제점도 많습니다. 올해 근육이 축소 및 마비되는 희귀병인 위축성근육신경질환을 앓는 러시아인이 머리 이식 수술을 받게되고 발표해 큰 논란이 있었습니니다. 이 수술은 먼저 기증자와 환자의 머리를 절단하여, 환자의 머리를 기증자의 목에 접합합니다. 그런 다음, 의료용 접합제를 이용하여 융합합니다.

수술은 진행되지 않았지만, 머리 이식 수술을 할 경우 엄청난 문제들이 예상됩니다. 얼마나 빨리 척추신경과 양측 팔로 가는 신경 줄기를 연결하고, 경동맥과 정맥도 연결해서 산소에 민감한 뇌의 손상을 막을 것인가, 그리고 식도와 기관지, 목 근육을 어떻게 연결할 것인가 등의 난제가 쌓여있습니다. 무엇보다도 이식환자의 정체성이 가장 중요합니다. 기증자의 대뇌 명령에 익숙한 팔, 다리, 오장육부가 새로 이식된 기증자의 뇌 명령에 바로 반응할지 미지수입니다.

무릎과 관절이 아파서 병원에 방문한 노인 환자에게 “좋은 기계도 60~70년 사용하면 고장 납니다. 이 정도면 많이 사용하신 거예요”라며 위로하곤 합니다. 환자의 상태에 맞게 인공관절 수술을 권하기도 하고요. 20세기 중반 프랑스에서 활동했던 소설가 ‘시몬 드 보브아르’는 “영원히 죽지 않는 것은 축복이 아니라 죽을 수 없다는 재앙이다”라고 말했는데요. 의학과 과학의 발달로 인간의 신체를 이식하고, 개조하며 영원한 생명을 꿈꾸는 것이 과연 순리인지 고민하게 됩니다.

글_조원현 | 계명대학교 의과대학 교수

외과 전문의인 조원현은 계명대학교 의과대학에서 학생들을 가르치고 있다. 그는 장기이식을 받기 위해 하릴없이 기다리다 끝내 이식을 받지 못해 죽어가는 연간 900여 명의 환자를 안타깝게 생각해 장기이식수술에 대한 연구를 멈추지 않고 있다. 지난 2009년 사단법인 ‘생명잇기’ 단체를 세워 장기기증운동을 적극적으로 홍보하고 있다.

사진 출처_다음영화 <공각기동대>



정책인터뷰

식품표시를 보면 건강이 보인다 '대한민국 식품안전 지키기' 캠페인

소비자위해예방국 소통협력과 임선이 주무관

2017.09.15

2017년 6월 초부터 7월 초까지 캠페인이 진행됐습니다. 바로, '대한민국 식품안전 지키기' 국민 소통 캠페인인데요. 네이버라는 플랫폼을 통해 더 많은 사람들에게 식품표시 확인의 필요성을 알리고, 창의적인 아이디어와 포스터 작품을 만날 수 있었습니다. 본 캠페인을 총괄한 소비자위해예방국 소통협력과 임선이 주무관에게 자세한 내용을 들어보았습니다.

Q1. 먼저, '대한민국 식품안전 지키기' 국민 소통 캠페인을 소개해주세요.

A. 소비자들에게 HACCP, 영양표시 등 식품표시 확인의 필요성을 알리고자 캠페인을 기획했어요. 더 많은 사람들에게 자연스럽게 다가가고 싶었어요. 그래서 네이버 해피빈과 제휴를 맺었고, 공모전을 단독 개최하는 게 아니라, 참여와 소통을 끌어내는 캠페인이라는 방식을 선택했어요. 네이버 해피빈에서 진행되는 캠페인을 통해 모인 기금은 소외계층의 식사 지원금으로 기부되는 점에서도 의미가 있습니다.

Q2. 캠페인의 콘셉트와 참여방법도 궁금해요.

'식품 표시를 보면 건강이 보인다'라는 슬로건을 만들었어요. 메인 포스터에 등장하는 3인 캐릭터는 '제품명만 확인하는 하수', '유통기한도 확인하는 중수', '식품 표시까지 확인하는 당신은 고수'로 표현했어요. 그리고 PC와 모바일 어디서나 보기 편하게 페이지를 구성했습니다. [네이버 > 해피빈 > 캠페인 > 공공정책 (campaign.happybean.naver.com/mfds2017)]

총 두 가지 캠페인을 진행했는데요. 첫 번째 캠페인 '식품 표시, 어떤 내용을 확인해야 할까요?'에서는 HACCP, 건강기능식품 표시, 식품용 기구 표시, 나트륨 함량 비교 표시, 영양 정보 표시까지 총 5가지 표시 소개 내용을 확인한 다음에, 해피빈에서 제공하는 쿨을 받으면 돼요. 두 번째 캠페인으로는 '식품표시확인 아이디어, 포스터 공모전'을 병행했습니다.

식품 표시, 어떤 내용을 확인해야 할까요?

식품 표시를 확인하고 칭찬한 고수가 되세요!
(모두 확인 시 10달 네이버페이 포인트 500원의 지급과 1,000원의 기부됩니다.)

참여 **123,456** 건

HACCP 표시

참여하기 >

건강기능식품 표시

참여하기 >

식품용기구 표시

참여하기 >

나트륨함량 비교 표시

참여하기 >

영양정보 표시

참여하기 >

확인하고 쿨 받기

식품 표시 아이디어 공모

아이디어로 소통하자!
당신이 만드는 식품표시 캠페인

주제	식품 표시 제도 홍보 아이디어 및 판매물과 유사한 공문
대상	대한민국 전 국민 (개인 혹은 법인皆可)
제출방법	공문 - 신청 페이지 내를 작성하여 제출 - 첨부 파일은 5mb이하로 설정한 후 첨부 이미지 upload(upload.komica.net) 제출
제출기간	제출기간: 6월 1일부터 7월 31일까지 - 식품 표시 제도 홍보 아이디어 및 판매물과 유사한 공문 - 신청서 제출 후 심사 결과에 따라 7월 31일까지 제출 가능 (7월 31일 이후) - 최종 수상작 발표 예정 (A/P 2017년 8월)
제출방법	제출방법: 6월 1일부터 7월 31일까지 - 공문 작성 후 7월 31일까지 제출 가능 (7월 31일 이후) - 신청서 제출 후 심사 결과에 따라 7월 31일까지 제출 가능 (7월 31일 이후) - 최종 수상작 발표 예정 (A/P 2017년 8월)
시상	대상: 1명 (100만원 상당의 상품권) 우수상: 2명 (50만원 상당의 상품권) 장려상: 3명 (20만원 상당의 상품권) 인센티브: 10명 (10만원 상당의 상품권)
참여기간	2017년 6월 1일 ~ 7월 31일 24:00
발표	2017년 7월 중순 경 소비자위해예방국 홈페이지, SNS 및 제언 등

공모 신청하기

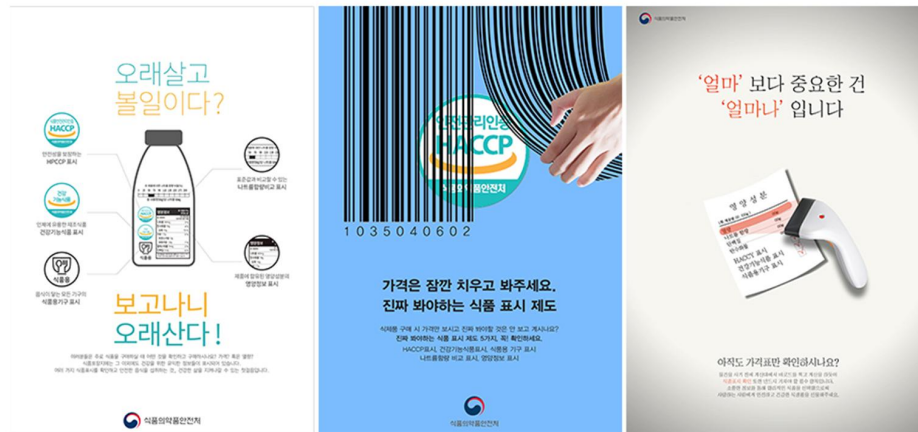
Q3. 각 캠페인의 반응은 어땠나요?

A. 아이디어, 포스터 공모전만 단독으로 개최했다면 공모작 수와 공모 작품들만 결과로 남았을 거예요. 하지만, 네이버와 연계해 캠페인을 진행하다 보니, 더 많은 사람들에게 식품 표시의 중요성을 알릴 수 있었다고 생각해요. 캠페인 페이지의 조회 수, 댓글 수와 내용, 관련 내용을 포스팅한 블로그까지, 다양한 형태로 뻗어 나갔어요. 캠페인 페이지 조회 수는 약 13만 회, '식품 표시, 어떤 내용을 확인해야 할까요?' 캠페인 참여 수는 약 2만 2천 회, 댓글 수는 6천 개에 달했습니다.

Q4. 클릭만으로 간편하게 식품 표시의 종류와 내용을 접하고, 기부도 하는 일거양득의 캠페인이었네요. '식품표시확인 아이디어, 포스터 공모전'에 관한 이야기도 들려주세요.

A. 아이디어 부문과 포스터 부문 모두 합쳐서 약 200건 정도의 응모작이 들어왔어요. 특히 포스터는 인쇄해서 바로 활용해도 좋을 만큼 퀄리티가 좋았어요. 재미있고 창의력 있는 작품들이 많고, 해외에 거주하는 분들도 참여하셨더군요.

아이디어 부문은 아이들의 교육을 주목하고, IT와 트렌드를 접목한 내용이 인상적이었어요. 모바일 애플리케이션에 대한 아이디어도 많더라고요. 최우수상 'Funny-Meal 즐거운 급식시간(김솔, 김정현)'은 점심시간이나 우유 마시는 시간을 활용해서 아이들이 보드게임과 체험형 학습 도구로 즐겁게 식품표시 관련 내용을 학습한다는 아이디어예요. 우수상 '1초 확인 애플리케이션(이학성, 진백민)'은 개인 맞춤형 헬스케어 애플리케이션이라고 할 수 있어요. 장려상은 'AR을 활용한 식품표시 라벨 확인(김고은)'이라는 아이디어로 선정됐어요.



최우수상

오래 살고 불일이다

이나경

우수상

가격을 치워주세요

최원영

장려상

'얼마'보다 중요한 건 '얼마나'입니다

최원영

Q5. 마지막으로 한 말씀 부탁드립니다.

A. 2018년 1월부터 본격적으로 시행되는 식품표시 관련 제도가 많아서, 올해는 식품표시 캠페인을 진행했구요. 앞으로는 식품표시 분야뿐만 아니라, 다른 분야 캠페인도 진행 예정입니다. 이번에 공모전만 단독으로 개최하지 않았던 것처럼, 계속해서 새로운 형태로 도전할 계획이에요. 국민들이 정책과 식품의약품정보를 더 쉽고 재미있게 접하는 방법을 찾아봐요. 국민들이 많이 계신 곳으로 직접 찾아가서 적극적으로 식품의약품정보를 알리기 위해 노력하겠습니다.



임선미 주무관 | 식품의약품안전처 소비자위해예방국 소통협력과
2016년 공직생활을 시작해 식의약 관련 대국민 소통, 홍보를 담당하고있다.

글_남은선

식의약큐레이션

기름진 음식, 피할 수 없다면 이렇게

2017.09.15

대명절 추석, 보름달 아래 가족들과 함께하는 즐거움만큼이나, 식탁에는 각종 전과 잡채, 송편과 같은 기름진 음식으로 가득 차는데요. 기름진 음식을 과다 섭취하면, 비만, 당뇨, 심혈관계 질환, 소화 불량, 만성 염증에 걸리거나, 암세포까지 생긴다는 연구 결과도 있습니다. 기름진 음식들을 건강하게 먹을 방법을 알아볼까요?

식용유 상태 확인은 요리 전에

색깔이 진하거나 탁한 식용유, 조리하면서 생긴 거품이 잘 없어지지 않는 식용유, 낮은 온도에서도 연기가 나는 식용유는 산패로 변질된 제품이니 사용하지 않는 것이 좋습니다. 사용 전에 반드시 용기에 적힌 유통기한을 확인하세요!



나물 요리는 기름 대신 물로

프라이팬을 충분히 달군 후, 기름 대신 물을 두르고 나물들을 센 불에 살짝 볶아주세요. 이렇게 물로 볶은 나물을 참기름으로 맛을 내면 기름을 적게 사용할 수 있어요. 재료를 물에 살짝 데친 후 볶는 것도 기름 사용량을 줄이는 데 도움이 됩니다.

프라이팬을 먼저 달굴 것

기름은 프라이팬을 먼저 달군 후에 두르세요. 이때 키친타월을 이용해 소량의 기름을 얇게 발라 준다면 더욱 좋아요. 열전도율이 높은 바닥이 두꺼운 프라이팬에는 전이 잘 들러붙지 않아서, 요리하는 도중에 기름을 추가로 넣지 않아도 요리를 완성할 수 있어요.

조리 직후, 키친타월로 기름기 제거

기름을 사용해 음식을 튀기거나 부친 후에, 최종적으로 음식에 흡수되는 기름은 거의 없어요. 재료 안에 있던 수분이 증발하려 해서, 기름이 음식으로 침투하기 어렵거든요. 단, 조리 직후에 열이 식는 동안에 표면에 묻었던 기름이 음식으로 흡수돼요. 음식으로 기름이 흡수되기 전에 키친타월로 표면의 기름을 제거하세요.



음식에 양파를 넣어요

양파의 '페쿠친'이라는 성분은 중성지방과 콜레스테롤을 분해하여 기름 성분이 몸속에 쌓이는 것을 막습니다. 페쿠친이 혈관에 쌓인 지방을 깨끗하게 청소하고, 섬유소도 풍부해서 기름진 음식을 원활히 소화하는 데도 도움을 줘요. 각종 음식에 양파를 넣으면 좋겠죠?

음식을 데울 때는, 오븐이나 전자레인지로

음식을 다시 데울 때는 기름을 사용하지 말고 오븐이나 전자레인지로 사용하세요. 음식을 종이컵에 담아서 데우는 것은 좋지 않아요. 높은 열로 인해 종이컵 내부에 코팅된 PE 성분이 녹아 인체에 피해를 준답니다.

기름기가 많은 음식 보관은 이렇게

기름진 음식은 상하기 쉽고, 기름이 공기와 만나면 산패되면서 몸에 해로운 활성산소가 생겨요. 그래서 특히 보관에 신경 써야 해요. 필요 이상으로 많은 음식을 요리하지 말고, 음식이 남았다면 비닐이나 플라스틱 용기가 아닌 유리용기에 담아 냉장실에나 냉동실에 넣어 보관하는 게 좋아요. 최대한 빠른 시일 내에 먹는 것이 가장 좋다는 사실을 꼭 기억하세요.



나물, 채소 등으로 포만감을 채워요

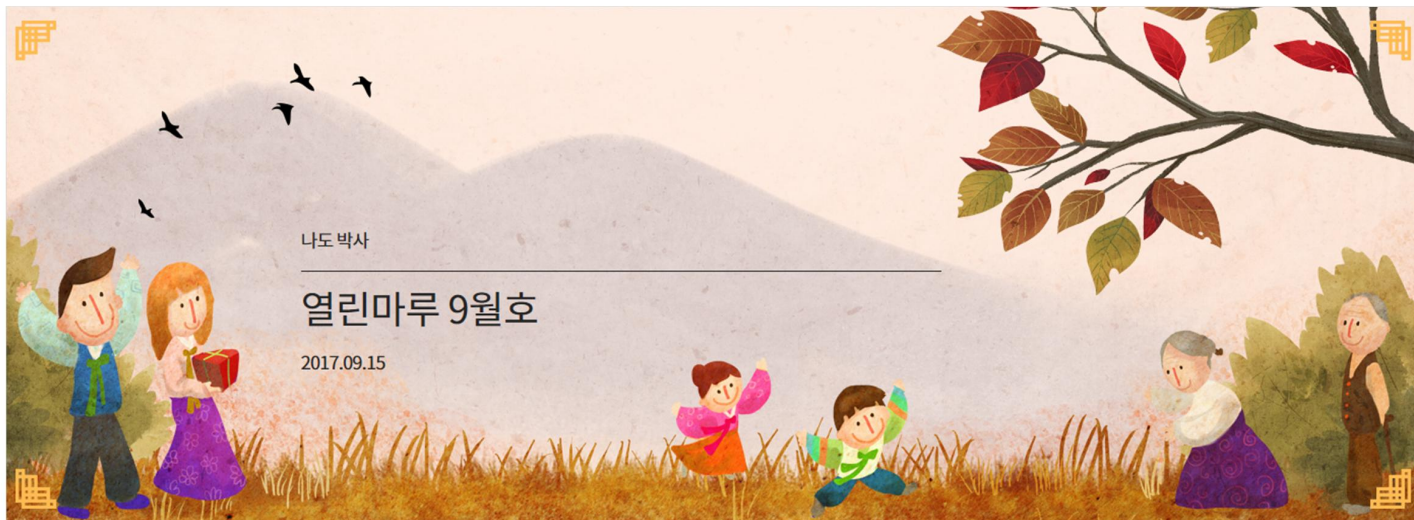
나물, 채소, 과일 등 칼로리가 낮은 음식을 먼저 섭취해 포만감을 채워 기름진 음식의 섭취량을 줄여 보세요. 가족들과 함께 도란도란 이야기 나누며 천천히 음식을 섭취하는 것 역시, 포만감을 높여 음식 섭취량을 줄여줄 수 있어요. 그리고 또 하나! 식사 후에 보이차, 우영차, 녹차 한 잔은 몸속 기름기를 청소하는 데에 도움을 줍니다.

기름진 음식을 건강하게 먹는 방법들을 소개해보았는데요. 이 방법들을 잘 활용해서 건강하고 즐거운 한가위 보내시길 바랍니다.



글_한영민 | 블로그 기자단 '식약아리아' 5기

현재 식품영양학을 전공자로서 건강과 직결되는 식품의 중요성을 실감했으며, 정확한 정보를 쉽고 효율적으로 사람들에게 전달하고자 식약처 블로그 기자단 '식약아리아' 5기로 활동하고 있다. 평소에 포스터, 동영상, 카드뉴스 등을 제작해 정보를 전달하고 있다.



나도 박사

열린마루 9월호

2017.09.15

어느덧 선선한 가을이 다가왔습니다.
온 가족이 만나는 대명절 추석도 기대되는 계절입니다.
<열린마루>와 함께 가을을 반갑게 맞이하시길 바랄게요.

이번 호 '나도 박사'는 9월호 전체 콘텐츠에 관한 퀴즈입니다!
12명의 당첨자를 추첨해 2만 원 상당의 선물을 드립니다.(다음 호에서 발표)

지난 호 '나도 박사' 당첨자를 발표합니다!

박하* / 이단* / 임경* / 박선* / 김경* / 라*

최현* / 이정* / 최석* / 한은* / 이지* / 소유*



나도 박사 열린마루 9월호

시작하기

질문1

‘대한민국 식품안전 지키기’ 캠페인은
네이버 해피빈에서 2017년 6월 초부터
7월까지 진행됐다.



확인

질문1

‘대한민국
네이버’가
7월까지

정답 O

소비자들에게 HACCP, 영양표시 등 식품표시
확인의 필요성을 알리고자 기획된 캠페인이다.
‘식품 표시를 보면 건강이 보인다’라는 슬로건을 중심으로,
메인 포스터에 등장하는 3인 캐릭터는
‘제품명만 확인하는 하수’, ‘유통기한도 확인하는 중수’,
‘식품 표시까지 확인하는 당신은 고수’로 표현했다.

X

확인

질문2

멀미가 심한 사람은
차의 앞 좌석보다 뒷좌석에 앉는 게 좋다.

O

X

확인

질문2

멀미가 심한
차의 앞

정답 X

멀미는 사람의 감각과 교통수단의 실제 움직임의
균형이 맞지 않는 혼란스러운 상황에 의해 생긴다.
그래서 되도록 차의 앞부분, 비행기 날개 근처, 배의 중간 부분에
앉아서 교통수단의 이동 방향을 인지해야 한다.

X

확인

질문3

향수는 상반신보다 하반신에,
옷을 입기 전 맨살이나 옷 안쪽에 뿌린다.



확인

질문3

향수는
옷을 입



정답 O

향기는 아래에서 위로 올라오기 때문에 하반신에 뿌려야 한다.
그리고 옷 안쪽이나 맨살에 사용해야
다른 향기나 체취와 섞이지 않는다.

X



확인