

위생방역사업의 중요성

신형코로나비루스가 발생한 때부터 많은 시일이 지났지만 그 병적 증상과 전파경로, 전파속도는 나날이 증대되어 국제 사회의 불안과 우려는 더욱 커지고 있다.

많은 나라에서 비상사태가 유지되고 세계적인 범위에서 전염병의 방위대전이 치열하게 벌어지고 있지만 신형코로나비루스감염자와 사망자수는 날이 갈수록 계속 늘어나고 있다.

이에 대처하여 공화국에서는 국가의 중대조직에 따라 신형코로나비루스감염증의 전파를 철저히 막기 위하여 위생방역체계가 신속히 국가비상방역체계로 전환되고 비상설중앙인민보건지도위원회로부터 지역별로 강력한 비상방역력량이 편성

되어 가능한 모든 대책을 세우고 있다.

전염병의 전파가 갈수록 국제적인 재난을 초래할 수 있는 심각한 문제로 확산되고 있는 것과 관련하여 비상설 중앙인민보건지도위원회는 신형코로나비루스가 류입될 수 있는 통로를 철저히 차단하고 인민의 생명과 국가의 안전을 보장하기 위하여 격리기간을 연장하고 엄격히 실시하는 문제를 논의하고 최고인민회의 상임위원회에 제기하였으며 조선민주주의인민공화국 최고인민회의 상임위원회는 전염병 예방법에 따라 공화국령 내에서 격리기간을 잠정적으로 30일로 연장한다는 것을 결정하였다.

이해에 대처하여 위생방역사업이 전군중적 운동으로 벌어지고 개인보호



위생방역사업이 전군중적 운동으로 벌어지고 개인보호

우리 선조들은 자식이 태어나면 처음으로 이름을 지어주고는 이것을 아명이라고 하였으며 이것을 짓는 것을 가문의 큰일이로 여기었다.

우리 민족의 이름은 성과 이름으로 되어 있다.

성은 아버지의 피줄을 따른 것으로서 아들은 물론 딸들도 아버지의 성을 그대로 불렀다.

이름은 외자이름도 지었으나 대부분 두자이름을 지었다. 이름 두 글자중에서 한 글자는 돌림자였다.

돌림자는 문종안의 함렬을 나타내었고 나머지 한 글자만이 그 자신에게 고유한 것이었다.

이름이 한 글자인 경우에는 번이나 받침의 돌림자를 썼다. 이름짓기에서 돌림자를 먼 친척까지 모두 쓰게 하기 위하여 흔히 죽보에 미

원하여 장수, 복동, 바우, 역쇠 등으로 이름을 지어주었다. 호는 그의 생활과 인연이 깊은 고장이나 그와 관련한 고사, 사설, 자기의 정신수양, 희망의 글자를 따서 지었다. 호는 필요에 따라 여러 개 짓기도 하였고 그의 저서, 편지, 묘지명 등에 많이 쓰였다.

호는 본이름과 자박에 허물없이 쓰기 위하여 지어부르던 이름이었다.

호는 그의 생활과 인연이 깊은 고장이나 그와 관련한 고사, 사설, 자기의 정신수양, 희망의 글자를 따서 지었다. 호는 필요에 따라 여러 개 짓기도 하였고 그의 저서, 편지, 묘지명 등에 많이 쓰였다.

우리 민족의 이름짓는 풍습

더운물에 발을 담그면 건강에 리롭다는데 대해서는 대다수 사람들이 알고 있다.

하지만 어느때 담그는가에 따라 건강에 미치는 영향도 조금씩 다르다는데 대해서는 잘 알지 못하고 있다.

공팔을 보호하려면 21시경에 발을 담그어야 효과가 가장 크게 나타난다.

그것은 이 시간에 축소음 신경의 기혈이 비교적 약해지는데 이때 더운물에 발을 담그면 체온이 오르면서 피질이 확장되어 피순환을 촉진시키기 때문이다.

또한 온종일 긴장되어 있던 신경이 풀리고 부하를 받은 공팔도 충분히 휴식을 하게 때문에 편안함을 느끼게 된다.

21시경에 발을 담그면 공팔을 보하고 잠의 질을 높이는 데도 도움이 된다.

만약 발담그기가 끝난후 몇분동안 발바닥안마를 하면 피순환을 촉진하고 여러 장기관의 기능도 더한층 강화할 수 있다.

그렇기때 발담그기가 끝난후 몇분 지나 인차 잠자리에

들어 가장 큰 공팔보호효과를 볼 수 있다.

더운물에 발을 담글 때 물이 너무 뜨거워도 나쁘며 40℃가 맞춘다.

발을 담그는 시간은 반시 간정도 가 적합하다.

그것이 금속제일인 경우 물이 인차 식기때문에 나무로 만든 그릇을 쓰는 것이 좋다.

또한 발을 담글 때 단산이나 당귀, 금은화, 국화 등을 넣으면 혈을 보하고 화를 떨구며 열을 없앨 수 있다.

본사기자

사화

누구의 잘못이냐

옛날 어떤 두메에 순박한 농군 한사람이 살고 있었다.

일마전에 모친상을 당한 그 농군은 청명을 며칠 앞둔 어느날 모친 산소를 돌아보러 갔을 때였다.

부지런히 걸던 그는 도중에 강 하나를 건지게 되어 배를 뺐다. 그런데 배가 강 한 복판에 이르렀을 때 문득 세찬 돌개바람이 불어와 그의 방앗을 허공에 날려버렸다.

아차할 순간이라 손발 사이가 찼다. 갑자기 방앗을 마련할 길이 없고 맨머리바람으로 모친 산소를 찾아갈 생각을 하니 눈앞이 캄캄하였다.

배에서 내린 그는 한참 궁리하던 끝에 하는수없이 그 고을원에게 자기의 딱한 사정을 여주어보기로 결심하고 판가에 찾아가다.

원은 처음에는 대수롭지 않은 일로 판가에까지 찾아온 그가 어리석게도 여겨졌지만 농사꾼으로서의 있을법도 한 일일뿐더러 그의 효성이 기특하게 생각되어 은근히 동정이 갔다.

농군에게서 배가 강 한복판에 이르러 다른 배와 서로 어기는 순간에 방앗을 날려버린 자초지종을 듣고 난 원은 머리를 피득 피득 머리는 궁리가 있어 즉시 하인에게 배주인들을 불러들이라고 부

하오 옥황님께 빈적은 있소이다.

동쪽에 집이 있는 배주인이 먼저 열리는 목소리로 말하며 고개를 수그리었다.

《소... 소인은 서풍이 불어주었으면 하고...》

서편지방에서 왔다는 사나이도 기어가는 초리로 떠들거리다가 말끝을 채 맺지 못하였다.

《그것 봐라. 아무리 공평한 옥황상제님들 그런 너

이 소문이 입에서 입으로 옮겨 이웃고을에 사는 한 부자의 귀에까지 가닿았다. 이자는 하도 린색하여 공짜라면 비상이라도 살릴 위인이었다. 그는 이통에 자기도 새갓을 하나 공짜로 얻으리라 생각하고 바람이 몹시부는 어느날 망건바람으로 원앞에 나타났다.

부자의 상소를 듣고 난 원은 그의 음흉한 배속과 간사스러운 행동거지가 알미워

그날 저녁에 갓장사가 와서 부자의 머리를 재어갔다. 멋도 모르는 부자는 《옳지, 새 갓을 마르느라고 머리를 재나보다.》 하고 혼자 기뻐하였다.

사흘만에 다시 찾아온 갓장사는 역시루만치나 큰 갓을 들고 들어왔다. 가가 가져다놓는 것을 보니 흠으로 구어만든 옹기갓이었다. 망귀밑에는 제법 끈을 뻗수 있는 구멍까지 뚫려 있었다.

원은 입가에 알릴듯말듯한 웃음을 짓고 사령들을 불렀다.

《어디 갔이 마나 한번 외워보아라. 그만하면 바람에 날릴 녀름이 없을게다.》

사령 두서넛이 옹기갓을 맞들어 부자의 머리에 올려놓으니 판자노리가 으르러지는듯하고 목이 울크러들어 말도 제대로 나오지 않았다.

이때 원이 보태는 말이 《하기는 세찬 바람엔 그것만으로는 마음이 안 놓이니 끈을 매느니보다 아예 든든히 꾸미는 것이 낫을 한게 씩씩하리라. 그러면 아무 녀름 없으리라.》

급해맞은 부자는 그제야 제 잘못을 깨닫고 백배 사죄하였다.

이리하여 겨우 면치는 되었으나 어찌나 맘을 뺏던지 그후부터는 갓을 쓸 때마다 그 생각이 되살아오곤 하여 함부로 헛된 욕심을 부리지 못했다고 한다. (끝)

늑이도 마음은 늑이 많지 않다

늑이도 마음은 늑이 많지 않다

늑이도 마음은 늑이 많지 않다

늑이도 마음은 늑이 많지 않다

2019년 조선민주주의인민공화국 10대최우수선수(6)

세계력기선수권보유자 박정주

4.25체육단 력기선수인 박정주는 2019년 국제력기연맹 세계력기선수권대회를 비롯하여 지난해에 진행된 여러 국제력기대회에서 훌륭한 성과를 이룩하고 나라의 존엄과 영예를 떨쳤다.

지난해 2월 중국에서 2019년 국제력기연맹 세계력기대회에서 67kg급기에 출전한 박정주선수는 모든 동작을 원만히 수행하여 추커울리기와 종합에서 영예의 제위를 하고 우승의 단상에 올랐다.

박정주선수는 지난해 9월 타이에서 진행된 2019년 국제력기연맹 세계력기선수권대회에서도 훌륭한 경기모습을 펼쳐보였다.

17개 나라에서 온 20명의 우수한 선수들이 참가한 2019년 국제력기연맹 세계력기선수권대회 남자 67kg급기에 출전한 그는 추커울리기 첫번째들기에서 178kg을 가볍게 들어올렸다.

이어 추커울리기 두번째들기에서 184kg을 성공시킨 그는 세번째들기에서 188kg을 신청하였다.

그것을 들어올리면 세계신기록을 세우는 것으로 하여 모두의 관심을 끌었다.

손에 땀을 쥐게 하는 긴장한 순간이 흐르는 속에 추커울리기 세번째들기에 나선 그는 평시에 련마한 기술을 남김없이 발휘하여 188kg을



박정주선수는 지난해 9월 타이에서 진행된 2019년 국제력기연맹 세계력기선수권대회에서도 훌륭한 경기모습을 펼쳐보였다.

것은 사람들의 미학적으로 요구와 결부되면서 건물은 보다 더 고급스러워 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

에 맞게 건축물을 장식적으로 세련시키면서 발전하여은 단청은 여러가지 색을 리용하여 다양한 형태의 무늬를 만들고 이 무늬들을 조합

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

민족의 재보 - 단청

기법으로 발전하게 되었다.

오늘 우리가 볼 수 있는 아름다고 우아한 단청은 바로 이러한 과정을 거쳐 더욱 화려하고 아름다운 장식으로 완성된 것이다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

《너희 할아버지가 계서 갓을 따먹는것을 보았으면 얼마나 좋겠느냐? 내가 원살이 되어 이 갓나무를 심을 때 조소를 하였지.》

《우리 할아버지는 명이 짧은분이었으니 어찌 보실수 있겠나이까?》

《너희 할아버지가 명이 짧으니 내가 명이 짧으니 새갓을 재촉하건터나.》

《사람이 늙는다고 의기를 떨고 죽을 날만 기다리면 장례가 길지 않을뿐 아니라 이웃에서도 깊은 산에 오르지 않고도 갓을 먹을 수 있게 되었다.》

이웃의 그 동갑이의 손자들도 갓을 따먹으려다. 황린은 그 손자들을 이윽히 바라보다가 한숨을 쉬며 이런 말을 하였다.

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이



단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

정지윤(정수동)

조선봉건왕조시기의 시인인 정지윤(1808-1858)은 평민시인의 한사람으로서 봉건적 신분제도의 불공평성에 불만을 품고 전국을 방랑하면서 량반을 비난하는 많은 일화들을 남겼다.

그는 걸문이 넓고 박식하여 아무리 심오하고 변잡한 문장도 한번만 읽으면 그 뜻을 쉽게 해득하였다고 한다.

시문에 뛰어난 재능을 가지고 있었으므로 많은 작품과 저술을 남겼으며 현재 전해지는 것은 많지 않다.

1854년에 당시까지 남아있

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이

단청은 조선건축에서 오래전부터 리용하여은 장식미술의 한 종류로서 민족적정서가 깊고 개성이 뚜렷한 문화재이다.

예로부터 우리 선조들은 나무를 기본재로 하여 독특하고 우수한 건축물을 수많은 일떠세웠다. 그러나 나무는 자연환경에서 여러가지 외적으로 하여 로화되는 제한을 가지고 있다.

이로부터 우리 선조들은 나무에 로화를 막기 위한 《철》을 하게 되었으며 이