



서울대학교 뉴욕지역

골든클럽 회보

GOLDEN CLUB NEWSLETTER

SEPTEMBER 2021

WE LEAD A HEALTHY AND HAPPY LIFE

VOL. 113

골든클럽 여성 멤버 소풍한 날



남쪽으로부터 태풍이 불어온다는 일기 예보에 한 달 전부터 잡아 놓았던 여성 멤버 소풍날이 비바람으로 망쳐질까 봐 며칠 동안 노심초사, 모두들 마음을 졸였다. 다행히 수요일 밤에 심한 비바람은 지나가고, 목요일 아침이면 우리가 가는 Hudson 강가의 Englewood Cliffs 피크닉장은 햇살이 난다는 반가운 소식에 우리 회원들은 8월 19일 정오부터 오후 3시까지 마음 놓고 모일 수 있었다. 내가 한 시간 미리 가서 맘에 드는 그늘이 좋은 자리를 먼저 잡아 놓고 기다리던 차, 흥예경 회원과 홍종만 회장이 음식을 푸짐히 장만하여 도착하였다.

작년 우리 모두가 방안에 갇혀 일상생활이 힘들 때 코로나바이러스가 약간 풀리는 사이에 포트 리, 팰 팍 부근에 가까이 사는 골든클럽 여성 멤버 얼굴이 보고 싶어 모두 일곱 분이 Hudson 강가의 Ross Dock 피크닉

장에서 만나 간단한 점心和 이야기꽃을 나누는 적이 있었다. 시원한 밖에서 강바람 마시며 즐거운 시간을 보냈다. 이를 계기로 골든클럽 여성 멤버 피크닉이란 행사가 굳혀지게 되었다.

금년에는 골든클럽의 비용으로 점심을 완벽하게 준비해 주어 우리는 입만 들고 와 조잘조잘 거리기만 하면 되었다.

정오를 즈음하여 바람도 사랑스럽게 불어오고, 가끔씩은 해님이 뺨뺨뺨 우리를 내다보며, 푸른 하늘이 구름 조각 사이로 가끔 얼굴을 내보이더니 급기야 피크닉을 즐길 수 있는 좋은 날씨가 되었다. 하나둘씩 모이기 시작하여 오랜만에 조금씩 예쁘게 바뀐 모습을 칭찬도 하고 덕담도 하며 시작하여 여성 멤버 15분 그리고 양념으로 남성 회원 3분 합하여 모두 18분이 참석했다. 특히 손경택 전 회장님은 여성 참석자들

을 위해 재미있는 우스개 소리를 해 주어 한층 더 분위기를 띄워 주셨다. 모두 맛있게 점심을 끝내고 2시부터는 바람, 햇빛, 흰 구름, Hudson 강, 숲, 맨해튼 마천루, 조지 워싱턴 다리 등 풍경을 즐기며 산책을 하였다. 모두 재간대로 사진을 촬영하여 서로 나누어 보면서 전시회에 출품할 만한 작품이라 지친 칭찬도 해가며 산뜻한 하루를 화기애애하게 보냈다.

여성 모임의 큰 장점은 게임, 놀이 계획이 없어도 앉은 자리에서 얘기 꽃이 피기 시작하면 끝도 없이 지루하지 않게 시간이 흘러간다. 헤어지는 아쉬움을 남기며 다음 모임에는 더 많은 여성 멤버들이 참석하기 바라면서 오후 3:30에 피크닉을 마쳤다. 열심히 준비를 도와주신 홍종만, 흥예경 회장 부부에게 깊은 감사를 드린다.

고애자 (사대58)

골든클럽 9월 골프대회 안내

9월 골프대회를 아래와 같이 공지하오니 많은 참여를 부탁드립니다. 이번에는 뉴욕지역동문을 위하여 Clearview에서 열기로 하였습니다.

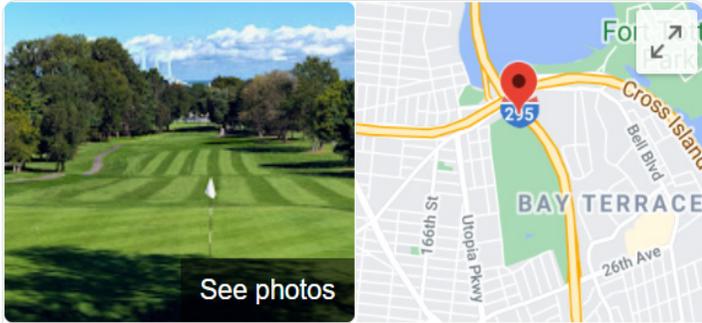
날짜: 9월 16일 (목요일) 1시 Shotgun

장소: Clearview Park Golf Course

202-12 Willets Point Blvd, Bayside, NY 11360

회비: \$100

문의: 김정필 (201-965-7759)



이준행 명예회장 뉴욕한국일보 신학연 사장 방문



이준행 골든클럽 명예회장이 뉴욕한국일보를 방문 신학연 사장과 담담하고 있다.

8월 11일 여주영 뉴욕한국일보 고문의 안내로 동 신문사를 방문한 이준행 회장은 신학연 사장의 권유로 인터뷰에 응했는데, 92세의 나이임에도 장장 1시간 이상의 인터뷰에 조금도 흔들림 없이 잘 마쳤다고 한다. 이를 지켜본 여주영 고문은 “이 회장님은 참으로 놀라운 의지와 끈기, 인내심을 가지신 분임을 확실히 보여준 자리”였다고 전해왔다.

인터뷰 기사는 8월 24일자 뉴욕한국일보 7면, 전면기사로 게재된 바 있다.

뉴욕한국일보 : <http://www.koreatimes.com/article/1377378>

뉴욕동창회 총회 및 야유회

제42대 동창회 집행부는 모든 동문님을 모시고 아래와 같이 2021년 총회 및 야유회를 개최하고자 하오니, 부디 참석하시어 자리를 빛내주시기를 청합니다.

일시: 2021년 9월 25일 (토요일) 오전 11시부터 오후 3시까지

장소: Rockland Lake State Park Parking Area #2

299 Rockland Lake Rd. Valley Cottage, NY 10989

참석대상: 서울대학교 뉴욕지역 동창회 회원 및 동반자, 관련 단체 회원 및 동반자

안건: 총회 (회칙개정, 임원인준) 및 야유회

회비: 없음 (당일 동창회비\$50 납부를 부탁드립니다.)

준수사항: 백신 접종 카드 및 마스크 (델타 변종 대비, 실내 시설 이용 시 필요)

이사장 성기로 917-751-4533 kirosung@hotmail.com

회장 금영천 718-791-4397 snuaany@gmail.com

제1 부회장 김정필 201-965-7759 jaypkim@keiusa.com

사무총장(내정) 김병순 703-407-4928 kbs8717@gmail.com

Rockland Lake State Park:

<https://parks.ny.gov/parks/rocklandlake/details.aspx>

뉴욕동창회 임시총회 및 상임이사회 개최

Zoom 화상으로 제42대 임시총회 및 상임이사회가 8월 5일 저녁 7시에 열렸다.

조상근 전 회장의 이임 인사 및 사업 보고와 금영천 신임회장 인준, 임원 인준 및 총회 야유회 개최 등의 안건을 처리했다.

42대 회장, 금영천, 이사장 성기로, 정해민 상임 고문, 제1 부회장 김정필, 장학위원장 조상근 전 회장, 김병순 감사, 양인회 IT 위원장 인준을 거쳐 명실상부한 제42대 회장단이 정식 출범했음을 알려드린다.

참석자: 금영천, 성기로, 정해민, 전병삼, 조상근, 연영재, 정준영, 김정필, 최한용, 배상규, 이승우, 김병순, 임호순, 김은희, 손대홍, 손갑수 (존칭 생략) 등 16명이 모여 진행되었다.

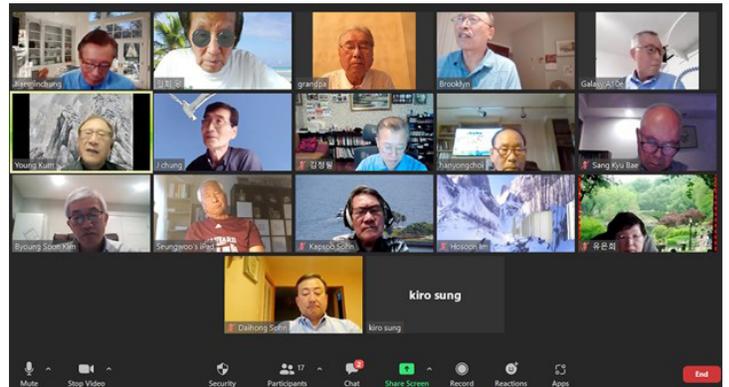


Photo Gallery - 사진으로 본 우리의 일상



8월 26일 골프대회 후 만찬 및 시상식



8월 16일 성기로 이사장이 동방그릴에 동창회 임원을 초청



곽선섭 손경택 민준기 김영덕 회원



7월 31일 컴퓨터 클래스 단합대회를 삼원각에서 가지다



8월 19일 곽선섭 조달훈 이대영 민준기 김정필 송준식 김태일 권영태 @ Sunset Valley



여성회원 피크닉을 마치고 우영순 우규환 고애자 홍예경 홍종만



[홍종만] 8월 3-5일 손자들과 White Mtn Hut-to Hut 산행



8월 14일 15대 미주동창회보 출판기념 오찬회가 Pearl East에서 열렸으며 조상근 양인회 회원 공로패 증정도 있었다



8/12일 계획했던 골프 모임이 95도가 넘는 폭염경보로 2주 연기 되었는데, 다행히 오전에는 무더피 않아 참가 예정 인원 33명이 전원 참가하여 11시부터 Shotgun으로 진행되었지만, 오후 시간이 되면서부터 온도가 올라가 온몸이 물 풍덩이가 되고 흐르는 땀에 Sunglass를 벗을수 밖에 없는 고온다습한 날씨로 몇 회원이 중도에 포기도 하였지만, 예정을 마치고 Club House 식당에 앉아 이야기 나누며 들이키는 맥주 맛은 일품이었다.

참석회원: 광선섭 권정덕 김광현 김병순 김영덕 김영만 김익성 김정필 민준기 박기환 배상규 성기로 손경택 손대홍 송웅길 오용호 오유섭 우규환 임도혁 조달훈 최순채 최준희 한태진 홍종만 고애자 남종현 박현미 이행순 조승자 한용희 홍선경 홍예경

한여름 후덥지근한 날씨일 거라고 은근히 걱정을 했지만 강이 높기로 바라보이는 나무 밑 장소는 예상과는 달리 바람이 솔솔 불고 쾌적한 날씨이어서 우선 만족도 110% -- 홍종만 회장님 그리고 언제나 모두들 마음을 편하게 웃으며 배려해 주는 Mrs. 홍 덕분에 맛있는 음식도 푸짐하고 아무런 부담 없이 이야기 나누다가 강을 끼고 제법 먼 거리를 함께 걸으며 시간을 보낼 수 있었던 것도 너무 좋았다.

동문 선 후배, 그리고 자주 안 만났어도 친근감이 느껴지는 미세스 님들 너무 즐거웠던 모임이어서 '또 기회가 있으면 꼭 참석해야지--'하는 마음을 가져 본다.

Picnic 참석, 15명

고애자 남종현 박현미 손옥화 손정희 송진희 우영순 이준
이행순 이희정 조승자 한용희 홍선경 홍예경 홍정표

남자회원: 손경택 박기환 홍종만

Group	상	상금	이름	Gross	Net
1 League (Gold) 18명	1등	50	김익성	95	23
	2등	40	김영만	88	16
	2등	40	박기환	89	17
2 League (White+ Lady) 15명	1등	50	홍예경	99	27
	2등	40	오용호	105	33
	3등	30	조승자	95	23
Close pin	3	30	최순채		
	7	30	임도혁		
	11	30	김광현		
	15	30	남종현		

골프대회 결산

대항목	명목	숫자	단가	금액	비고
수입	회비	33	\$100.00	\$3,300.00	
	후원금			\$300.00	금영천 동문회장
지출	Green fee /dinner			\$2,248.93	
	시상			\$370.00	
	김밥/음료			\$170.00	
	지출계			\$2,788.93	
	잔액			\$511.07	

골든클럽 입회를 환영합니다

김승호 (공대71)

jeewha@hotmail.com

(917) 421-2883

Seungho Kim

252-24 Leith Rd,

Little Neck, NY 11364



110년 전의 조선의 모습

정해민 (법대55)

1920년대 조선의 생생한 모습을 파란 눈의 독일인 선교사가 사진으로, 그림으로, 심지어는 무성 동영상으로 남긴 것을 보고 너무나 감동을 받아 아직 못 보신 분들을 위하여 여기에 소개하려고 한다.

그는 성 베네딕토회 왜관수도원장 김구원(한국명)-독일인 신부 노베르트 베버(Pete Nobert Weber: 1870-1956)이다. 그는 조선의 카톨릭 상황을 둘러보기 위해 1911년 약 4개월간 조선에 머무는 동안 조선의 풍광과 문화, 풍습에 매료되어 관심을 갖기에 이르렀고 그림, 사진 등으로 자료를 수집했다고 한다. 특히 농촌에서의 '품앗이'로 공동체 문화를 이루고 있는 점과 조상과 어른에 대한 감사와 존경하는 가족제도 및 가족에 대한 책임과 사랑 같은 정신적 가치 들은 베버 신부를 감동시켰다.

조선사람들은 자연을 정복하기보다 그 찬란함 속으로 들어가는 꿈을 꾸며, 아름다운 조선의 금수강산과 어울리며 살아가는 조선사람들의 모습은 그에게 강한 인상을 남긴다. 그러나 을사보호조약 이후 이러한 아름다운 조선의 문화들이 이미 사라져 가고 있고 얼마 가지 않아 남아있는 것들도 살아질 것이라는 안타까운 심정에서 그는 조선의 마지막 모습을 상세히 기록하기로 결심한다.

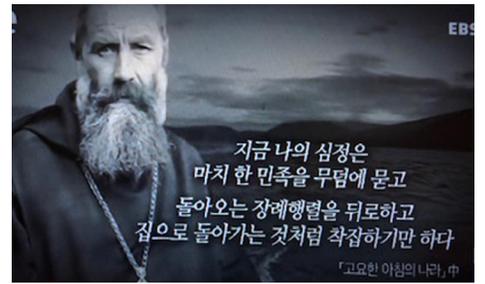
농업과 수공업, 풍습, 민간신앙, 명절과 전통 들을 기록으로 담았고 그가 고국으로 돌아가는 길에서 이렇게 괴렷했다. "지금 나의 심정은 마치 한 민족을 무덤에 묻고 돌아오는 장례행렬을 뒤로하고 집으로 돌아가는 것처럼 착잡하기만 하다."

1914년에 그는 독일에서 "조용한 아침의 나라"라는 여행기를 발간했다. 그는 1년 후에 다시 조선으로 돌아올 때에는 아예 영상 촬영을 하는 장비를 들여와 본격적으로 기록을 시작함으로써 기록영화 두 편을 만들었다. 그중 하나가 "조용한 아침의 나라에서" 조선의 풍속을 담은 다큐멘터리로 길이만 15,000m인 35mm 최초의 흑백 동영상이다. 1926년 독일로 돌아온 그는 여러 벌 복사해 독일 문화부에 돌린 것으로 전해지고 있으나, 50여 년간 사장되어 햇빛을 보지 못하다가 1978년에 우연히 오�티리엔 수도원 참고

를 수리하던 중, 벽 속에서 발견되어 세상에 나오게 된 것이다. 베버 신부는 1927년에 "금강산"이라는 책도 발간했으며 거기에는 겸재 정선의 산수화 20여 점을 수록하기도 했다. 이 화첩은 한때 뉴욕의 크리스티 경매장에서 50억 원의 가격을 제시하면서 구매를 희망한 적도 있었다고 하는데, 2005년 독일 베네딕토 수녀원은 한국 정부에 무상으로 기증하기로 결정하여 정부가 인수하게 되었다고 한다.

필자는 '재외한인사회 연구재단'의 설립인이며 초대회장이었고 현재는 상임고문으로 봉사하고 있는데, 이 재단의 주요 사업 중 하나가 퀴즈칼리지의 "재외한인사회 연구소(민병갑 소장)"를 재정적으로 후원하는 일인데, 동 연구소는 한국의 문화유산 내지 이민 역사를 연구, 기록, 출판, 보존하는 일을 주요 업무로 하고 있는 기관이다. 한 민족의 역사와 그에 관련된 기록을 수집하여 기록 보존한다는 것이 얼마나 중요한지는 재론의 여지가 있을 수 없는데, 특히 일제 강점기의 조선은 일본의 조선 문화 말살 정책에 따라 좋은 것들은 그 흔적을 지우기에 급급했을 뿐 아니라 좋은 물품들(도자기를 비롯하여)은 전부 가져갔고 심지어는 어떤 것들은 마치 자기네의 고유한 것인 양했던 것도 사실이다.

그러한 시기에, 베버 신부가 100여 년 전에 선각자로서, 또 외국인으로서 조선의 기록을 수집하고, 책자로 남기고, 영상으로 남겨, 전해 오게 된 것은 그 문화적인 가치 면에서나 역사성에 비추어 볼 때 필자로서는 가히 경탄해 마지않을 수 없다. 참으로 고맙고 감사한 일이다.



Chemistry and Information

윤현남 (공대 64)

생명은 화학이다.

생체, 보다 더 구체적으로, 세포는 생명을 유지하려면 성장, 내부 구조의 구축, 유지, 보수해야 하며, 다음 세대를 만들고 또 이를 성취하는데 필요한 에너지를 찾아와야 한다. 이 모든 process는 근본적으로 화학 반응이다. 세포는 세포분리 같은 특별한 작업을 않더라도 그저 연명하는 데에만 4,000여 개의 화학 반응을 동시에 수행하고 있어야 한다. 내 책상 위에 이 반응들을 설명하는 '분자 세포학'이라는 1,200페이지 책이 놓여있다. 한 5년 읽고 있는데 배움과 잊음이 평행에 도달한 것 같다. 이제는 읽을 때마다 "세포는 대학원 공부하지 않고도 이 모든 반응을 쉽게 수행하는데...."하고 분심만 들어온다.

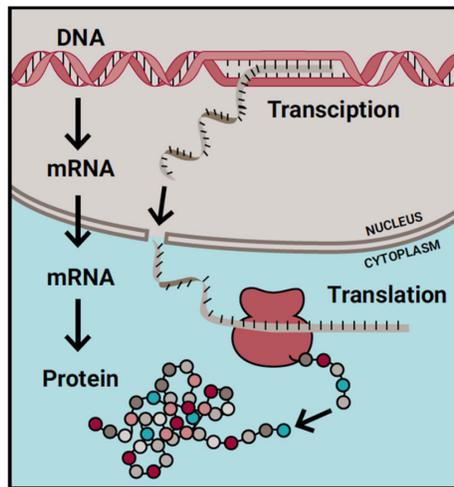
세포의 '생명 유지 귀감'은 세포 중심에 있는 nucleus(세포핵) 안의 DNA(deoxyribonucleic acid)이다. 책이라기보다는 도서관이라 표현하는 것이 더 적절할 것 같다. 인간 DNA는 4종류의 nucleotide base 30억 개를 미리 정해진 순서로 연결해 만들어진 선형 고분자로 그 안에 22,000개의 gene(유전자)을 포함하고 있다. 각각의 gene은 특정한 상황에 대응하는 화학 반응을 수행하는 특정 enzyme(효소)를 만들 수 있게 하는 code이다. 근자에 일반인도 조금은 익숙해진 mRNA는 DNA 내의 특정 gene을 복사(약간 변형)하여 ribosome이라는 효소 제작기에 공급하는 도서관원 같은 역할을 한다. 위의 내용은 20세기 말의 유전학 혁명을 한마디로 요약해 "DNA -> RNA -> Protein(enzyme)"이라 말하고 이를 "분자 생물학의 중심원리 (the central dogma of molecular cell biology)"라 부른다.

나는 일생을 고분자 공학자로 세계에서 가장 큰 화학회사의 연구원에서 고분자 재료를 개발했는데 먼저 하나보다도 작은 세포 속에서 일어나는 화학 반응들은 상상도 못 할 수준이다. 일반 플라스틱용 고분자는 base의 수가 200개 정도인데 DNA는 30억

개라는 것은 아예 비교할 수도 없다. 현재 고분자 공학의 수준으로는 200개의 base도 특정한 순서로 연결할 수 있는 기술은 없다. 더욱이 DNA 안에 적혀진 code를 전혀 다른 고분자 시스템인 단백질(protein)로 만들어 특수 기능을 수행하게 하는 것은 책을 읽고 이해를 하면서도 아무리 40억 년 동안의 진화라고 하지만 어떻게 이것이 가능해졌는지 상상이 안 된다.

생명은 정보와 조직이다.

지금까지는 세포에 초점을 두고 생물학의 원리를 기술했지만, 생태계 전체는 세포보다 훨씬 규모도 크고, 다양하다. 세포가 모여 근육이 되고, 장기가 되고, 생명체가 되고, 또 종(specie)이 되고, 생태계를 만들고, 그리고 biosphere가 형성되었다. 이런 진화의 근본에는 각 단계의 생명체들이 삶 속에서 만들어 낸 정보를 전파하고, 수신하고, 기억하고 그 정보를 조직, 합성하여 새로운 차원의 정보를 생성함이 있다. 20세기 말부터 시작하여 생물을 보는 관점이 물리 화학에서 추상적인 정보과학 차원으로 확장되고 있다.



This diagram illustrates the Central Dogma of molecular biology.

이런 관점 변화의 가장 좋은 예는, 약간 상상할지 모르겠지만, 다시 또 '분자 생물학의 기본 원리'이다. 위에서 몇 차례 말했지만 DNA는 네 글자(A, T, G, C nucleotide)로 쓰여진 유전자들의 집합이다. 살아나가는 시시콜콜한 작업을 수행하는 단백질은 20개의 아미노산으로 구성된 고분자이다. 유전자는 20개의 아미노산을 어떤 순서로 연결하여 유전자에 타당한 단백질을 만들 것

을 지시하는 명령서이다. 이를 수행하기 위해 유전자는 3개의 글자를 모아 codon이라는 단어(이론적으로는 64개의 codon이 가능하고, 각 codon은 특정 아미노산을 지적하지만, 중복도 있고, 시작, 끝, 빈칸 그리고 20개의 아미노산을 지적한다)를 만들고 연결함으로써 특정 단백질 제조를 지시한다. 이런 logic이 어떻게 형성되었는지는 아직 알려지지 않았다.

위의 예가 세포 내의 정보 전달의 예라면 세포와 세포 사이 통신의 예로는 사람의 성장일 것 같다. 사람 몸은 30조 개의 세포의 집합이고 이는 400개의 세포 종류가 있다 한다. 처음 수정된 난자 세포로 시작하여 세포 분리를 통해 200개 정도가 될 때까지는 stem cell로 남아 있다가 그 후로는 신경, 심장 등의 특수 세포로 전환되고 그 후의 분리는 주위 세포의 협력을 통해 장기를 형성할 때까지 진행된다. 이 변화는 DNA 내의 유전자 중 어느 것들을 protein으로 제조하느냐는 결정은 환경과 세포 내의 상태에 따라 만들어진다 증거이다. 이를 연구하는 학문은 epigenetics라 하는데 21세기의 중심 연구 분야가 될 것으로 기대된다.

무한의 가능성

현대 생물학은 꿈꾸기 좋아하는 연구자들에게는 인간의 한계를 뛰어넘을 수 있는 toy이다. 몇 가지 dream을 소개한다.

1. 유전자 편집, RNA 편집 기술: 유전병 (Huntington's disease, cystic fibrosis) 치료
2. Stem cell을 사용해 퇴행성 질환 치료
3. 암 유전학을 통해 암의 면역치료법을 개발
4. 극단 환경(사막, 툰드라, 해상 등)에서 번창할 수 있는 생물 개발: desert 경작화, 해면에서 biofuel용 plankton 경작, global warming 해결
5. Synthetic biology
6. 뇌의 완전한 이해

오미자 이야기

손대홍 (미대79)

최근 들어 한국에서는 오미자가 건강식품으로 크게 각광을 받고 있습니다. 자료에 따르면 오미자는 한국, 중국, 일본, 그리고 러시아 사할린 지방에서 서식 되고 있다고 하는데 그 종류가 10여 종에 이르고 종류에 따라 맛은 다소 다르다고 합니다. 문헌에 따르면 한국의 오미자는 조선 시대부터 그 산지와 효능이 기록되어 있으며, 국내 생산량의 40%를 차지하여 현재 오미자의 최대 주산지인 경상북도 문경이 당시에도 지역 특산물 산지로 기록되어 있습니다. 1996년 문경을 시작으로 현재는 재배조건에 적합한 한국 내 몇 개의 지역에서 재배되고 있는데, 많은 분들이 관심을 갖고 있는 오미자에 대하여 잠시 말씀드려 보겠습니다.

오미자는 어떤 식물인가?

오미자는 한자로는五味子로 쓰는데 다섯 가지의 맛을 갖고 있다는 의미가 들어 있다고 합니다. 많은 사람들이 가공된 상태의 상품으로 오미자를 즐기고 있어 그 성상을 아는 사람은 많지 않을 것으로 생각되는데, 영어로는 Shisandra Fruit이라고 하며 오미자과의 식물입니다. '열매는 고르지 않은 구형을 하고 있으며 지름은 약 6mm이고 열매의 바깥 면은 어두운 붉은색에서 흑갈색을 띠며 주름이 있고 때때로 흰 가루가 묻어 있습니다. 열매의 육질은 유연하고 냄새가 거의 없으며 맛은 처음에는 시고 뒷맛은 떫으면서 쓰다'라고 표현되고 있습니다.

우리에게 일반적으로 알려져 있기로는, 오미자는 단맛, 쓴맛, 신맛, 짠맛, 매운맛의 이 다섯 가지를 느낄 수 있어 오미자라고 부르며 그중에서도 신맛이 가장 강합니다. 또한, 껍질에는 신맛, 과육에는 단맛, 씨에서는 매운맛과 단맛, 그리고 전체적으로는 짠맛이 조화를 이루어 오미자라고 부른다고도 합니다. 오미자는 내한성이 강하고 고온에 약해서 여름철에도 고온을 피할 수 있는 중산고랭지에 지하수가 낮고 수평 배수가 잘되는 곳이 재배에 적지이며 한국 내에는 경북 문경이 가장 많은 양의 오미자가 재배되고 있습니다.

오미자의 성분과 효과

오미자의 효능은 쉬잔드린의 효과에 먼저 주목할 수 있는데, 쉬잔드린은 기관지 내 염증의 배출을 돕고 폐에서 분비되는 염증을

줄여주는 거담작용이 탁월한 것으로 알려져 있습니다.

따라서 기침을 멎게 하고 가래 배출을 줄여 기관지염과 천식 등의 호흡기 질환 예방에 도움을 주는 것으로 알려져 있고, 섭취를 하면 체내에서 항산화 물질로 바뀌면서 활성산소로 인한 질병과 세포 손상, 노화를 예방하는 데 도움을 준다고 합니다. 아울러 간에 축적된 독소의 배출을 돕고 간세포 재생을 촉진하는 작용을 하여, 간 기능 개선과 간 질환 예방에도 뛰어난 작용을 하며 숙취 해소에도 탁월한 효과가 있는 것으로 연구에서 밝혀졌습니다.



또한, 오미자에는 리그난이라는 성분이 풍부하는데 뇌세포 활성화와 뇌의 혈액순환을 도와 뇌 기능 개선에 도움을 주는 한편 집중력 향상과 인지능력, 기억력 등을 향상시켜 치매 예방에도 도움을 준다고 합니다.

그리고 오미자에 들어 있는 고미신과 시트랄, 시트르산, 사과산 등의 성분이 혈압을 낮추어 주어 심장을 튼튼하게 하는데 도움을 주는데, 고미신은 위궤양과 위염의 예방에도 도움이 되어 평소에 위가 쓰러지거나 아픈 사람이 오미자를 자주 먹으면 위가 튼튼해진다고도 합니다. 시트르산과 사과 산에 든 각종 유기산과 비타민C 성분은 혈관 속 노폐물의 배출을 돕고 동맥혈관을 확장하여 동맥 경화, 심근경색, 고혈압 등을 예방해준다고 알려져 있습니다.

그밖에 오미자에는 비타민 C가 풍부하고 칼슘과 각종 미네랄이 풍부하여 신진대사를 촉진시켜주고 체력의 회복, 면역력 향상에 도움을 주며, 당뇨 증상의 개선에 도움을 주고 젖산을 빠르게 분해시키는데 도움을 주어 피로 회복에 효과가 있다고 합니다.

한방(韓方)으로 알려진 효능

예로부터 오미자는 염폐자신(斂肺滋腎), 생진렴한(生津斂汗), 삼정지사(澀精止瀉) 및 영심안신(寧心安神) 하는 효능이 있다고 기록되어 있는데, 염폐자신은 오미자의 다섯 가지 맛이 오장육부에 각각 작용을 하는데 특히 폐와 신장에 더 강하게 작용한다는 것이고, 생진렴한은 우리 몸의 체액을 보충하고 땀을 거두어들이는 역할을 한다는 것입니다. 삼정지사는 몸에서 자신도 모르게 정

액이 세어 나가는 것과 설사를 막아준다는 것이고 영심안심은 오미자가 마음을 편하게 하고 정신을 편안하게 해준다는 의미입니다.

또한 오미자는, 간기(肝氣)를 수렴하고 위(腎)를 자양하며 진액을 생성하고 한(汗)을 수렴하며 정(精)을 수렴하는 효능을 갖고 있다고 기록되어 있는데, 이는 간에 기를 모으고 위에 좋은 영양을 제공하며 땀과 정액을 거두어 세어 나가지 않게 해준다는 의미입니다. 그리고 폐허(肺虛)에 의한 천식과 해수, 입안의 건조 구갈, 자한, 도한, 노상이수(勞傷羸瘦), 몽정, 유정, 만성 설사와 만성 이질을 치료한다고 나와 있는데, 결국 폐가 허하게 됨에 따라 생기는 천식, 기침, 그리고 입안의 건조함 등을 막아주고 힘든 일에 따라 몸이 마르는 것과 몽정, 설사 등을 막아준다는 것입니다.

오미자의 효능에 관한 연구성과들

오미자의 효능에 대해서는 많은 연구가 이루어지고 있는데, 한국 식약처 식품의약품안전평가원 생약연구과의 연구에서는, 오미자 추출물이 혈당 강하에 미치는 영향, 멜라닌 생성 억제와 미백효과, 항균과 항산화 효과 등에서 오미자의 효능이 확인되었으며, 항염증과 항알러지 효과의 연구에서는 오미자의 효능이 쉬잔드린(Shizandrin)에 의한 것으로 생각된다고 밝혔습니다. 또한 오미자 속의 고미신(gomisin) A에 의한 면역 및 항진균 효과와 중추신경계질환 효과를 추론해볼 수 있는 연구도 이루어졌으며, 오미자 속의 쉬잔드린이 간 경화 억제 활성을 나타내는 것을 입증하였고 또 한 골다공증 억제 효과 등이 확인되었다고 합니다.

농림축산부가 동의대학교 부산대학교, 한국의학연구원 등과 진행한 오미자를 활용한 노인성 질환 개선 기능성 제품개발 연구에서는 오미자 속의 물질들에 의한 항간염 작용, 간의 재생 촉진, 간의 암 발생 억제 연구, 그리고 항산화, 독성제거, 피로 회복 등의 효과 연구 등이 이루어졌는데, 이처럼 많은 대학교와 연구기관, 산지 기술센터 등을 중심으로 지속적인 연구가 되고 있어 일부 효능은 식약처로부터 그 기능을 인정받아 건강 기능성 식품으로 제품화가 되어 판매가 되고 있으며 앞으로 연구 결과에 따라 다양한 기능성 식품이 출시될 것으로 예상되어, 오미자청을 비롯한 먹거리와 함께 한국 내 오미자 산업도 더욱 성장할 것으로 예상됩니다.

회원 명단 (111명 / 2021-08-20)

강교숙	김상만	배상규	우규환	임도혁	최학주 추재옥 한영수 한영오 한태진 허용웅 홍사만 홍정표 홍지복 홍종만 홍예경
강에드	김승호	성기로	유무영	임호순	
강영선	김영덕	손갑수	윤선구	정도현	
계동휘	김영만	손경택	윤종숙	정수일	
고애자	김우영	손대홍/	윤현남	조달훈/	
곽상준	김익성	남종현	이강홍	조승자	
곽선섭	김인형	손옥화	이국진	정해민	
곽승용	김재경	송근숙	이준	조상근	
구달희	김정필	송웅길/	이대연	주상선	
권정덕/	김종필	송현자	이대연	주재양	
홍선경	김창수	송학린	이범선	진봉일	
권영대	김태일	신진식/	이수호	천병수/	
권태전	김한중	이정자	이용대	천종화	
금영천	김현중	신영남	이전구	최구진	
김광수	노용면	양인회	이종대	최병우	
김광현	민준기	오성	이종석	최수용	
김동건	박기환	오순문	이준행	최순재	
김문경	박준구/	오용호	이준희	최준희	
김문연	최숙희	오유섭	이행순	최진영	
김병수	박희병	오인석	이흥빈	최철용	

골든클럽 2021년 행사 일람 (2021-08-30)

1월		Golden Club Directory 발간
3월	3월 27일(토)	신년교례회 (정기총회)-취소
4월	4월 14일(수)	Hiking - Harriman State Park 13명참가
	4월 22일(목)	Opening Golf Outing - Sunset Valley 38명참가
5월	5월 12일(수)	Hiking
	5월 19일(수)	동창회 춘계 골프대회 - Wallkill 40명참가
6월	6월 10일(목)	Golf Outing - Philip J. Rottela 44명 참석
	6월 17일(목)	Picnic - Rockland Lake State Park 74명 참석
7월	7월 15일(목)	Golf Outing - Pelham Bay 43명참석
8월	8월 12일(목)	Golf Outing - Wallkill Golf Club 33명 참석
	8월 19일(목)	여성회원 피크닉 -18명 참석
9월	9월 16일(목)	Golf Outing - Clearview Golf Club, NY
	9월 25일(토)	뉴욕동문회 정기총회및 Picnic
10월	10월 6일(수)	동창회 추계골프대회 -Sunset Valley, NJ
11월	11월 4일(목)	Golf Outing
12월	12월 4일(토)	동창회 송년회 예정
1월	미정	플로리다 골프트립
3월	3월26일(토)	신년교례회

2021년 연회비 납부 명단 (85명 / \$8,900/ 2021-08-20)

강에드	김문연	배상규	오순문	이준	최병우
강교숙	김병수	성기로	오용호	이행순	최수용
강영선	김상만	손갑수	오유섭	이흥빈	최순재
계동휘	김승호	손경택	오인석	임도혁	최준희
고애자	김우영	손대홍/	우규환	임호순	최철용
곽상준	김익성	남종현	유무영	정수일	한영수
곽선섭	김정필	손옥화	윤선구	정해민	한영오
곽승용	김한중	송웅길	윤종숙	조달훈	한태진
구달희	김현중	송현자	윤현남	조승자	허용웅
권정덕	김창수	송학린	이강홍	조상근	홍선경
권태전	노용면	신진식/	이대연	주상선	홍지복
금영천	민준기	이전구	이수호	주재양	홍종만
김광수	박준구/	이정자	이용대	진봉일	홍예경
김광현	최숙희	송근숙	이종대	천병수	홍정표
김동건	박기환	양인회	이종석	천종화	
김문경	박희병				

2021년 후원금 납부 명단 (28명 / \$13,070 / 2021-8-29)

곽선섭100	노용면200	오유섭500	이흥빈100
곽승용300	성기로300	우규환200	임호순300
권정덕200	손경택1,000	윤선구200	정해민1170
금영천300	송학린1,100	이강홍200	최수용500
김광현200	신진식300	이전구1000	최철용300
김승호700	양인회200	이준행2,000	한태진500
김한중300	오용호100	이행순200	홍종만500

2021년 입회비 납부 명단 (5명 / \$1,000 / 2021-8-20)

남종현	금영천	김승호	김한중	윤종숙
-----	-----	-----	-----	-----

2021년 발전기금 납부명단 (1명 / \$10,000 / 2021-8-20)

이준행 10,000



9월 생일을 축하합니다.

- 곽승용 (의대65)
- 김광현 (미대57)
- 송학린 (법대59)
- 이행순 (미대60)
- 허용웅 (상대63)

골든클럽 컴퓨터연구원 강의

뉴욕: 매주 화요일 / 오전 10시-오후 1시
 뉴저지: 매주 월요일 / 오전 9시30분 - 오후 1시
 Zoom video 강의로 진행됩니다.
 문의사항: 양인회 (917-494-0223)
 홍종만 (646-342-2667)

골든클럽 회비 납부 양식

이 회비 납부 양식을 Check (payable to **SNUAA**)와 함께 보내주시기 바랍니다.
 보내실 주소: SNUAA 44 Macintyre Lane, Allendale, NJ 07401
 (T) 201-965-7759 (E) jaypkim@keiusa.com

성명: (한글) _____ (영문) _____ 생년월일: _____

단과대: _____ 학과: _____ 입학년도: _____ 졸업년도: _____

전화번호: _____ Email: _____

주소 (Home): _____

입회비 \$200
 연회비 \$100
 후원금 (\$) _____