韓國生藥報

本紙는 新聞倫理綱領및 實踐要綱을 遵守합니다.

發行人兼編輯人 裵東守
印刷人 金政坤
編輯局長 裵永斗

發行所 社團法人 韓國生藥協會
<우편번호 131>
서울특별시 동대문구 제기동 1051
☎ 967-8133

(每月 初日發行)

〈協會指針〉
農民所得增大
生産輸出增大
國民保健向上

會長訓
1. 最大의 봉사
1. 最大의 협동
1. 最大의 노력

(無料配布)

中央共販場
☎ 962-5895
☎ 967-8133 사무실

'88년도 제19차 定期總會召集

— 3月31日(木) 午後 1時로 —

會長후보 3.15日까지 등록마감
9천여만원의 88豫算案 編成

88年 第1次 理事會에서 決定(3·8)
제8代 會長競選으로 選出

協會는 지난 3月8日 今年들어 처음인 제1次 理事會를 소집하고 제19次定期總會 준비事項인 執行部案을 놓고 토의및 審議끝에 總會 상전 案件을 順調롭게 마무리지었다。

이날 會議에는 前例없이 구성員20名中 1명만의 궐원과 3명委任、그리고 監査2名 포함등 많은 任員들이 參席하는 열성을 보인 가운데 진지한 審議와 決議가 이루어졌다。

期間中의 協會運營 現況報告에서 1~2年사이에 많은 分事務所 組織이 擴充되어 이제는 過去에 누적된 약간의 債務事項만 말소된다면 現기구인원에 對한현안이 別하자 없이 解決될 수 있다는 結論을 내리고 다음과 같은 19次定總에 상정할 執行部 의안을 축조 審議하여 各各 通過시켰다。

▲제19次總會日 : 前例와 시골휴장日을 고려하여 오는 3月31日 오후1시로 決定

▲總會場所 : 제기동 한약商街빌딩 4층으로

▲88事業計劃書 作成 : 執行部 作成 원안대로 상정

▲88收支豫算편성안 : 87보다 약25% 增加된 9천2백여만의 예산안을 심의원안대로 總會 상정하기로 決定。

▲87事業實績作成 : 執行部에 作成 위임

▲87收支決算報告書作成 : 現在 公認세무사측에서 作成中에 있음으로 作成完了되면 관계 세무당국에의 제출과 일간지등에 決算公告 協會監事의 檢討를 필한後 總會에 상정하기로 위임。

▲이어서 오는 3月로 任期가 만료되는 大部分의 任員選出方案에 대한 총회상정案을 심의 決定했다。

·會長선출방안 : 會長후보자가 여렷이 등록할 것으로 예상하고、협회 受任事項을 수락하는 조건下에서 總會에서 競選하기로 決定 候補者는 現任員中 2명의 추천을 받아 3월15일까지 등록을 필하도록 하였음。 3월15일까지 등록된 會長후보者는 3명이며 프로필은 別途3面 참조。

·副會長2名 선출방안 : 慣例대로 新任會長이 지명추천하여 總會의 承認을 받도록 하였음。

·궐원 任員에 對한 選出방안 : 많은 任員을 총회直席에서 추천하기는 매우 어렵기 때문에 전형委員을 구성 委任하던가 新·舊會長團에 委任구성후 次期총회에서 追認을 받도록하는 2가지 案을 상정 擇一하도록 하였음。

이로서 아직 任期가 남은 理事3명과 監事2名을 除外한 모든 任員의 總會에서의 選出方案을 채택하므로서 今般定總을 원활하게 運營하도록 對備하였다

※이날 參席한 任員名單은 다음과 같다。

△會長=朴萬鍾 △副會長=金東均(제주도지부장) 朴贊永△전무=鄭尙鈺 △理事=裵命哲、鄭東五、이옥용、김용한、오관수(代) 경기지부장、송인겸 강원지부장、이종철 충북지부장、이화의 전북지부장、안승관 경북지부장、김정만 경남지부장、박길부 부산지부장、황인구 원주시소장 △監事 : 류복규(영주시 소장)、박영임(철원군 소장) △委任理事 : 이종엽(종앙)、정영준(대구)、문대규(충남) △불참=최종대(전남)。

21일부터 植樹기간
1億그루심기

산림청은 21일부터 4월21일까지 한달기간 동안을 국민식수기간으로 정하고 2백41억원을 들여 4만3천정보에 1억1천8백만 그루의 나무를 심기로했다。

산림청은 이를 위해 시도및 시군 영림서에 국민식수추진 상황실과 임업기술상담석을 설치、운영하기로 하고 나무심기를 원하는 사람들에게 묘목구입등의 필요한 편의를 제공하기로 했다。

農林水産部 食糧節約·食生活개선 캠페인

육류의 영양과 이용

사람은 누구나 건강하고 오래 살기를 원한다。그러나 갑작스러운 사고나 질병、공해 또는 스트레스등으로 천수(天壽)를 누리는 사람은 그리 많지 않다。1940년대만 하더라도 우리나라 사람의 평균수명은 40세에 불과했으나 40여년이 지나는 사이 남자65세 여자71세(85년도 현재)로 크게 높아졌다。이와같은 평균수명의 연장은 주로 의료기술、위생상태、생활수준등의 향상 때문으로 지적되고 있으나 가장 비중이 큰 요인으로 식생활의 개선을 드는 학자들이 많다.

한편 우리나라는 전반적인 국민영양의 향상과 함께 성인병 또한 크게 늘고 있어 이와 관련된 식품과 식사에 대한 관심이 높아지고 있다。이중 육류는 성인병 환자에게 혈중 콜레스테롤 함량을 증가시키는 포화지방산이 많아섭취량을 어느 정도로 제한하고 있으나 정상인에게는 동물성단백질을 공급하는우수한 식품임에 틀림없다。

그러면 육류의 영양과바람직한 섭취방법에 대해살펴보기로 하자。

▲육류는 우수한 단백질원이다。

단백질은 신체의 모든세포를 구성하는 기본적인구성요소로서 인체에 가장중요한 영양소이다。사람들이 정상적인 성장과 건강의유지를 위해서는 단백질、특히 동물성단백질을 적정량 섭취해야 하는데 육류는곡류에 부족되기 쉬운 필수아미노산을 고루 함유하고 있어 이를 보충하는데 매우 효과적인 고단백 동물성식품이다。

▲육류는 알맞게 섭취해야 한다。

요즘 대도시나 중소도시를 막론하고 갈비집、불고기집이 눈에 띄게 늘어나고 생활수준이 향상되면서 외식의 기회도 많아지고있다。그리하여 사람들은 곧잘 대형음식점에 가서 1인분으로 부족하여 한사람이 2인분、3인분씩 주문해서 먹고는 고기를 포식했노라고 자랑하기가 일쑤다。

그러나 이렇게 한꺼번에 너무 많은 육류를 섭취하는 것은 오히려 건강을해치는 일이다。육류를 과잉섭취하게되면 양질의 단백질과 동시에 성인병의 한원인이 되는 포화지방산을 많이 섭취하게 되므로 중년기 이후에는 특히 위험한 일이다。

그러므로 정상적인 성장과 건강의 유지를 위해꼭 필요한 동물성단백질의 섭취에 항시 유념하되 과부족이 없도록하고 혈중 콜레스테롤량을 감소시켜 주는 참기름등 불포화지방산이 많은 식물성유와 함께 섭취하는 것이 바람직하다 또한 육류는 산성식품이므로 알카리성 식품인 채소를 곁들이면 육류에 부족한 비타민과 무기질을 보충해 균형을 이룰수 있다。

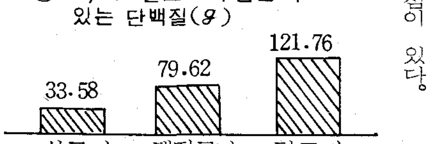
육류의 적정 섭취량은노인의 경우 약70g、중년기이면 100g까지는 무방하다고 전문가들은 지적한다。

▲육류는 경제성을 고려하여 섭취하자。

일반적으로 식품의 가치판단은 기호、가격、영양의 문제를 고려해야 한다。아무리 영양이 좋다해도 맛이 없다거나 값이 비싸다면 그 식품의 가치는 상대적으로 떨어진다。

닭고기、돼지고기는 영양면에서 쇠고기와 비슷하며 표①에서 보는 바와 같이 훨씬 경제적으로 더 많은 단백질을 얻을 수 있다는 잇점이 있다。

표① 1,000원으로 구입할 수 있는 단백질(g)



* 자료 : 농수산물유통공사 1988.2.23 서울소비자가격

기호적인 면에서의 만족감은 각자의 구미에 따른 조리법에 의해 얼마든지달라질 수 있다。사람들의기호에 맞도록 더욱 다양하게 조리법을 개발한다면특정식품의 선호에 젊은 식성을 차츰 고쳐나갈수 있을 것이다。

*육류의 영양성분

	열량 (Cal)	수분 (%)	단백질 (g)	지질 (g)	칼슘 (mg)	철 (mg)	비타민 A (Iu)	비타민 B_1 (mg)	비타민 B_2 (mg)	나이아신 (mg)
닭고기	126	73.5	20.7	4.8	4	—	40	0.09	0.15	5.0
돼지고기	135	72.4	20.7	4.6	4	3.0	10	0.95	0.11	5.0
쇠고기	116	75.8	22.8	3.7	9	2.2	70	0.06	0.13	5.0

* 자료 : 식품분석표, 농촌진흥청 1986

第19次 定期總會 召集公告

▲根據=協會定款 第10·11條에 의거 1988년도 第19次 定期總會를 다음과 같이 召集 公告함。

1、總會日時

1988年 3月 31日(木) 오후1시

2、總會場所

東大門區 제기동 한약商街빌딩
第一生命 會議室(協會本部 옆)

3、參加對象

①協會理事 및 監事
②직할市·道支部長
③市·郡·區 事務所長
④右記 대상자로부터 權限을 委任받아 委任狀을 소지한 中央會員

4、議案

①1987년도 收支決算 報告 承認
②1988년도 事業計劃書 承認
③1988년도 收支豫算 編成 承認
④任員選出(新任會長團선출 및 理事會구성 심의)
⑤其他 行政事項

1988년 3월 20일

社團法人 韓國生藥協會