

하늘사랑 5

2016. May

www.kma.go.kr Vol. 419

—
정책 클로즈업

자동차 OBD기술을 활용한
기상정보 수집 및 활용

—
해외동향

일본, 날씨정보를 반영한
음식 레시피 제공

—
열린마당

극한 스릴을 느끼며 하늘을 날다



우리 가족의 행복지킴이! 재난대응 안전한국훈련

풍수해, 지진, 산불, 화재 등에 대한 재난대응훈련

2016. 5. 16.(월) ~ 20.(금)



하늘사랑

2016 May Vol.419

2016년 5월호(통권 419호)

주소 서울특별시 동작구 여의대방로 16길 61 전화 (02)2181-0360
 팩스 (02)836-5472 E-mail kmanews@korea.kr 발행처 기상청
 발행일자 2016년 5월 10일 발간등록번호 11-1360000-000079-06
 발행인 고윤화 편집장 정현숙 편집기획 대변인실 최의수 조아라
 디자인/인쇄 사)한국시각장애인연합회

KMA Special Issue

정책 클로즈업

자동차 OBD기술을 활용한
 기상정보 수집 및 활용 · 02
 수문기상협력센터,
 기상예측에서 물 관리까지 한 뼘 더 성장하다 · 04

해외동향

미국, 인체 건강에 대한 기후변화의
 영향 보고서 발간 외 · 06

한눈에 보는 KMA

한눈에 보는 확률장기예보 · 08

KMA About

열린마당

2016년 ICAO 아·태지역 기상분과 회의를 다녀와서 · 10
 신입직원의 좌충우돌 문화체험 탐방기 · 12
 극한 스릴을 느끼며 하늘을 날다 · 14
 글 먹는 동아리, 글동을 소개합니다 · 16
 건강하게 다이어트 하자! 나의 다이어트 도전기 · 18
 반짝반짝 빛나는 나의 별, 기상청 · 20
 국립고궁박물관에서의 특별한 추억
 궁궐의 일상을 엿보다 · 22

KMA 날씨 +

날씨 + 건강 체온과 건강 · 24
 날씨 + 24절기 입하(立夏) · 25
 날씨 + Story 핑크빛 유혹, 황매산 · 26

KMA Report

월간기상정보 · 28
 포토 브리핑 · 30
 독자 마당 · 32

가계
 영향
 3개년 계획

3년의 혁신,
 30년의 성장

5 May



11



15



26



기상청에서 발행한 「하늘사랑」 저작물은 '공공누리'의 출처표시·상업금지·변경금지 조건에 따라 무료로 이용할 수 있습니다. 단, 상업적인 목적이나 변형하여 이용하는 것은 금지됩니다. 또한 사진, 일러스트, 만화는 이용할 수 없습니다. '공공누리'는 공공기관의 저작물을 자유롭게 활용할 수 있도록 표준화된 공공저작물 자유이용허락 표시제도입니다. www.kogil.or.kr

자동차 OBD기술을 활용한 기상정보 수집 및 활용

차세대 도시농림융합기상사업단

오늘날 다양한 곳에서 날씨에 대한 사회·경제적 관심이 높아지고 있다. 이에 기상에 대한 빅데이터를 활용하려는 요구와 날씨지수 및 날씨 관련 상품개발을 위한 필요성이 빠르게 증가하고 있다. 그러나 증가하는 기상서비스 수요를 충족시키기 위해서는 국민의 다양한 수요를 만족시킬 수 있는 새로운 기술개발이 필요하다. 이 문제를 해결할 수 있는 여러 대안 중 하나가 바로 자동차에 대한 편의성을 위해서 등장한 온보드 진단기(OBD, On-Board Diagnostics) 활용기술이다.

다양하게 활용되는 OBD

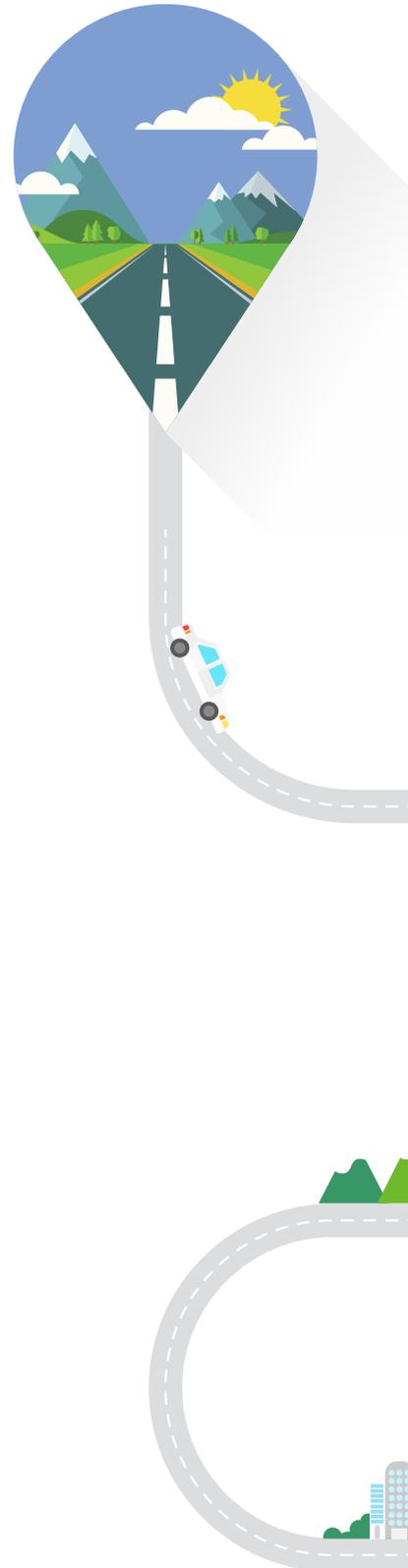
OBD는 차량 정보 모니터링, 주행 또는 사고 발생 시 운전자 편의 지원 등과 같은 다양한 서비스를 스마트폰과 연계하여 제공하는 기술이다. 선진국의 OBD 활용기술 추세를 보면 개인 및 정부에 이르기까지 활용범위가 매우 다양해지고 있다. 대표적으로 운전자의 다양한 운전습관을 분석해 보험료에 반영하는 UB(User Based Insurance) 자동차보험 도입상품 개발로 미국, 유럽 등 도로교통 선진국은 이미 OBD기술을 체계적으로 도입하고 확대하여 사고 감소에 큰 효과를 보고 있다. 또한, 기상 분야에서는 영국기상청(Met Office)이 차량 OBD에서 수집되는 주변 온도, 대기압 등 기상정보의 수집 체계 구축 및 이를 활용한 기상모델 개선에 활용하고 있다. 우리나라에서도 지난 2011년부터 일부 보험회사 등에서 OBD를 이용한 빅데이터를 활용해서 보험료 차등화를 시행하고 있다.

OBD의 기상정보 빅데이터 활용

OBD에서 추출할 수 있는 정보는 수집목적에 따라서 항목이 다양하지만, 기본적으로 내부 센서정보의 수집이 가능하며 기상정보(기온, 기압), 차량정보(방향 지시등, 브레이크 상태, 핸들 각도등) 등을 수집할 수 있다. OBD에서 수집되는 기상정보는 고도의 빅데이터가 축적된다는 측면에서 보면 향후 분석 및 활용 전반에 걸친 광범위한 기술을 선점할 수 있어 기상청의 빅데이터 활성화 정책에도 유리한 환경을 만들어 줄 수 있다. 기상정보의 활용성과 중요성에 대한 인식이 나날이 증가되고 있는 최근의 경향으로 미루어 볼 때 기상 분야에서의 OBD 활용기술은 수요자 특성 및 사용 목적에 부합된 맞춤형 기상서비스의 만족도를 해소할 수 있는 좋은 방안이 될 수 있을 것으로 예상된다.

도로기상 OBD 활용기술의 동향

현재 기상청에서 추진하고 있는 도로기상 OBD 활용기술은 차량의 OBD에서 기온 및 기압 등의 기상 관련 데이터를 수집할 수 있는 기술을 개발 중에 있다. 아래의 그림과 같이 도로에서 수집된 기상자료는 앞으로



신속하고 정확한 기상예보서비스 구현에 도움을 줄 수 있으며 선진 수치예측 및 자료 활용 강화에도 큰 도움을 줄 수 있다.

특히, 도로기상 분야에서 이 자료를 활용함으로써 악천후와 도로에서 발생하는 교통사고 정보 간의 연관성 및 해결책을 찾는 데 기여할 수 있다. 이렇듯 도로기상 정보는 교통안전 정책에 도입될 경우 교통사고예방에 상당 부분 도움을 줄 수 있는 획기적인 활용기술이 될 것이다.

도로기상 OBD 활용기술의 기대

아직까지 OBD 활용기술이 국내에 도입되기까지는 개인정보보호와 고가의 장비 가격, 관련 기관과의 협업문제 등 선결해야 할 과제가 적지 않아 사회 전반의 논의가 뒷받침돼야 한다. 그러나 일부 선진국을 중심으로 OBD 활용기술은 빠른 속도로 진보하고 있고 새로운 기상 분야의 환경은 날이 갈수록 변화하고 있다.

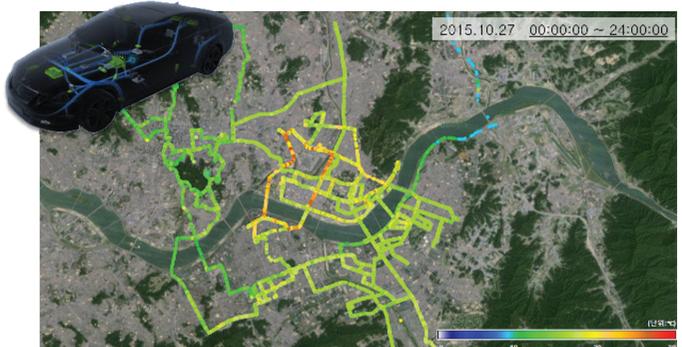
따라서 우리나라도 이러한 계기를 통해서 OBD 활용기술을 꾸준히 연구하고, 관련 기술을 선점한다면 기상 분야의 새로운 활로 모색 및 고부가가치 창출의 활력소가 될 것이다. 바로 이 점이 앞으로의 OBD 활용기술의 기대되는 이유다.

OBD 정보



구분	상세 정보명	설명
차량 정보	ABS 제어	ABS의 활성화 상태
	엔진 속도	RPM으로 계산되는 엔진 속도
	차량 속도	차량이 이동하는 속도
	브레이크 스위치	브레이크 스위치의 활성화 상태
	유도 공기 온도	가솔린 ECU 안의 유도공기 온도
기상 정보	기압	도로상의 차량 주변 온도
	흡입 공기 온도	엔진으로 흡입되는 공기 온도
	모델 주변 온도	도로상의 차량주변 온도

* OBD 정보 전체 140개 항목



수문기상협력센터, 기상예측에서 물 관리까지 한 뼘 더 성장하다!



방재기상팀

2014년부터 시작된 가뭄은 2015년 장마철에도 기대에 못 미친 강수를 기록했다. 이로 인해 6월 충주댐에서는 역대 최저 수위를 기록하였으며, 물 관리를 통한 홍수 대비뿐만 아니라 가뭄 대비의 중요성을 일깨워 주었다. 이를 위해 유관기관들 간의 긴밀한 협조와 소통 또한, 중요해졌다.

수문기상협력센터의 탄생

기상청은 여러 물 관리 기관들과 다양한 자료와 정보들을 교환하며 물 관리에 대한 지원을 하고 있었다. 그러다 단순한 자료 교환을 떠나 기관 간 공동협업과 연구개발을 통하여 기상예측으로부터 물 관리까지 긴밀한 협조체계를 구축하고자 하는 뜻이 모아졌다. 그 결과 2014년 2월에 한국수자원공사와 업무 협약을 맺고, 4월에는 수문기상협력센터를 개소하게 되었다. 이후 2014년부터 2015년까지 이어진 극심한 가뭄으로 국가적 물 문제 해결을 위해서는 각 기관 간의 공동대응을 확대할 필요성이 커졌고, 2016년 1월에는 비로소 기상청-한국수자원공사-한국농어촌공사 3자 간의 협력으로 확대되어 현재의 수문기상협력센터의 모습을 갖추게 되었다.

수문기상협력센터 2년간의 주요 성과

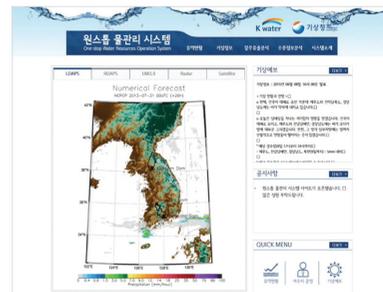
수문기상협력센터는 통합 물 관리 기반 구축 및 수문기상 서비스 개선을 통해 국가 물 문제 공동대응을 목표로 각 기관에서 인력과 예산을 부담하여 주요 협업 과제와 공동 연구과제를 논의하여 추진하고 있다. 수문기상협력센터의 2년간의 주요 성과를 살펴보면, 다음과 같다.

1. 강우·유출 모델 기반 원스톱 물 관리 시스템 기술 개발

기상청 단기 기상예측 수치모델과 한국수자원공사의 수문해석 모델의 연동을 통해 물 관리 의사결정을 지원 하는 시스템이다. 기상청 수치모델에서 생산되는 강수량 예측자료를 바탕으로 각 댐 유역의 강수량과 유입량을 예측시간별로 알려준다. 군남 홍수조절지에 시범 적용하여 북한 지역에 있는 황강댐의 방류조건 시나리오에 따른 유입량과 방출량을 알려주며 관측할 수 없는 임진강 유역의 홍수 대비 물 관리에 유용한 정보가 될 것으로 기대된다.

2. 북한 수문기상정보 공동생산 기술 개발

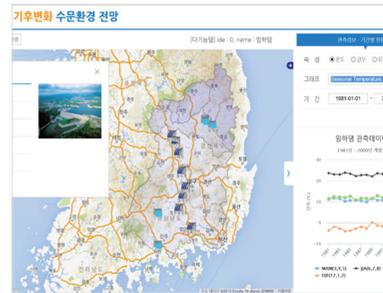
기상청의 레이더, 위성 등 원격탐사 자료를 기반으로 북한 지역의 수문기상정보를 생산하여 북한지역 기상 관측 자료와 비교 검증하고, 산·학·연·관이 가지고 있는 북한의 수문기상정보를 수집 통합하여 통일을



원스톱 물관리시스템



북한 수문기상 포털시스템



기후변화 수문환경 전망 표출시스템

대비한 북한의 수문기상정보 시스템을 구축하였다.

3. 물 관리를 위한 기후변화 시나리오 활용

기후변화 시나리오를 바탕으로 기후변화에 따른 수문요소의 변화와 저수지 및 하천의 수질 환경에 대한 정보를 검색할 수 있는 시스템을 구축하기 위한 연구를 진행한다. 현재는 낙동강 일부 지역에 대한 시스템만 구축되어 있고, 계속 연구가 진행되고 있다. 향후 기후변화를 반영한 수자원 장기종합계획이나 댐 장기 종합 계획 등 물 관리의 장기 계획 수립에 활용될 것으로 기대되고 있다.

4. 수문기상 빅데이터 활용 및 산출기술 개발

우리나라는 물 관리 업무가 기상-기상청, 수문-국토교통부, 수질-환경부, 재난-국민안전처로 분리되어 있다. 또한, 물 관리 기관에서는 물 관리 정책 결정 시 기상·수문 등의 관측 및 예측 정보를 받아 각 기관별로 임의로 가공하여 사용하여 일원화된 범정부적 대응이 어렵다. 이 연구는 이를 극복하고 효율적인 물 관리가 가능하도록 수문기상요소 산출기술을 공동으로 개발하고, 범정부적 수문기상요소 공동 활용체계를 구축하기 위해 가칭 '빅데이터 기반의 수문 관리 정보화 시스템' 모델을 제시하고 이를 활용하기 위한 것이다.

물 관리 분야의 다양하고 활발한 활동

이 밖에도 홍수기를 대비하여 한국수자원공사의 각 수계별 통합물관리센터와 지방기상청 간의 간담회를 통한 정보공유와 협조 체계를 구축하고, 수문기상 공동 워크숍을 개최하는 등 기상과 물 관리 분야의 정책 협력 및 인력 교류도 활발히 진행하고 있다. 2015년에는 '세계물포럼 전시회'에 공동 참여하였고, 국내외 전문가를 초빙하여 콘퍼런스도 개최하였다. 또한, 한국기상산업진흥원의 공적개발원조 공공협력사업(ODA)을 지원하여 에티오피아 '홍수에경보시스템 설계'의 현장 조사 등 자문을 하기도 하였다.

기상과 물 관리 전문 기관 간의 스마트 협업을 통한 성공적인 걸음을 내디딘 수문기상협력센터! 기상청-한국수자원공사-한국농어촌공사의 협력으로 확대된 수문기상협력센터는 앞으로 기상예측에서부터 물 관리와 활용까지 융합 행정을 통한 국가 물 문제 해결에 공동 대응함으로써 국민의 삶의 질 향상과 국가 경제발전에 이바지할 수 있길 기대한다.

수문기상협력강화를 위한 MOU 체결



수문기상협력센터 확대 개소



2주년 기념 연구성과 발표회



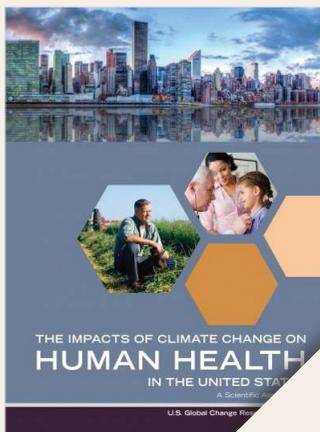
AMERICA

미국, 인체 건강에 대한 기후변화의 영향 보고서 발간

미국 지구 기후변화 연구 프로그램(Global Change Research Program, GCRP)의 새로운 보고서에 따르면, 모든 미국인은 어느 지역에 살고 있든 기후변화와 관련된 건강에 대한 영향에 취약하다고 발표했다. 이 보고서는 미국해양대기청(NOAA)에서 전문 과학지식과 데이터 등을 지원받아 발간되었다.

이 연구는 기후변화가 지속될 때 기존에 건강을 위협하던 요인과 새롭게 발생하는 요인을 발견하기 위해 진행되었다. 특히, 열에 과도하게 노출시간 증가로 인한 건강 위협은 음식이나 물을 통해 전염되는 질병(예, 진드기와 모기 등)과 정신 건강이 악화될 것으로 예상되며, 어린이, 노인, 야외 근로자 및 소외 지역에 살고 있는 인구는 더 취약할 것이라고 발표했다.

출처: <http://www.noaa.gov>



아프리카, 황사의 과거와 현재 그리고 미래

사하라 사막은 세계 어떤 다른 사막보다도 더 많은 먼지를 발생시킨다. 이 먼지는 북아프리카의 육지와 바다를 비옥화시키고 자외선을 차단하거나 반사시킬 뿐 아니라 구름과 허리케인을 형성시키는 등 다양한 기상변화를 일으키는 것으로 알려져 있다.

지금까지 이 현상에 대해 많은 가설들이 있었음에도 사막의 먼지바람과 기후변화와의 뚜렷한 상관관계를 밝혀내기는 어려웠다. 새로운 연구 결과에 따르면 엘니뇨 현상 같은 기상변화나 북대서양 진동(North Atlantic Oscillation) 및 사헬 지대의 강우는 사하라 사막의 바람(Harmattan)이 북아프리카의 산맥을 넘어올 때 풍속을 가속화시켜 더 많은 먼지를 발생시키는 것으로 나타났다. 과거 표준기상자료의 통계분석을 통해 밝혀낸 이번 연구는 사하라 사막의 먼지가 향후 몇 백 년 후에는 점점 감소하여 인류의 건강에는 유익할지라도 열대 북대서양 지역을 더 온난화시켜 더 많은 허리케인을 발생시킬 것이라고 예측했다. 이 연구는 프랑스와 미국의 연구진들에 의해 발표됐다.

출처: <https://www.sciencedaily.com>





네덜란드,
해수면 상승에 순응하는 방법,
수륙양용 주택

네덜란드는 국토의 25%가 해수면보다 낮은 곳에 조성되어 있으며, 이 지역에 인구의 절반이 몰려 있다. 따라서 해수면과 밀접한 관계에 있는 제방과 운하 관리에 예로부터 많은 공을 들여왔으나 지구온난화로 인해 해수면 상승 속도가 점점 빨라지면서 더는 해수면보다 낮은 국토를 유지하기 힘든 상황으로 변해가고 있다. 이에 네덜란드에서는 해수면 상승에 순응할 수 있는 생활방식의 해법으로 수륙양용 주택을 제시했다.

네덜란드 암스테르담 외곽의 에이뷔르흐(IJburg) 마을은 수상 가옥들이 몰려 있는 곳으로 유명한 수상마을 중 하나인데, 집 앞에는 자동차 대신 보트가 정박해 있고, 집 사이사이에는 골목길 대신 다리가 놓여있다. 에이뷔르흐의 가옥들은 이탈리아의 베니스나 동남아시아에 있는 고정된 수상가옥이 아닌 물에 뜨는 거대한 콘크리트 구조물 위에 지어져 있어 물이 차면 집이 수면 위로 뜨는 방식이다. 평소에는 수면 아래 땅에 고정되어 있지만 폭우나 수문 개방 등으로 인해 수위가 높아지면 물이 콘크리트 구조물을 수직으로 들어 올리면서 물 위로 뜨게 된다. 가옥은 최대 2m 높이까지 뜰 수 있으며, 수도와 전기 같은 제반 시설은 그대로 사용이 가능하다. 이 수륙양용 주택을 개발한 영국의 '워터스튜디오'사는 '물 위에 뜨는 아파트' 단지 건설까지 계획하고 있어 앞으로 수륙양용 주택 개발이 활발해질 전망이다.

출처: <http://www.sciencetimes.co.kr>



일본,
날씨정보를 반영한 음식 레시피 제공

일본의 Bioweather에서는 일기예보와 함께 인간생활과 밀접한 여러 관련 정보들을 동시에 제공한다. 당일의 날씨를 지역별로 분류하여 관절통, 기침, 피부에 좋은지 나쁜지 등을 알기 쉽게 지도상에 표시하여 누구든 한눈에 이해할 수 있도록 보여준다. 또한, 일기예보와 함께 그 날씨에 발생할 수 있는 질병을 소개하고 질병예방을 위한 음식 레시피를 제공한다. 예를 들어, 칸토(關東) 지방의 주간예보에서는 기온상승으로 현기증, 눈 충혈 등이 발생할 수 있음을 알리고, 열을 내려 증상을 개선하는 음식재료를 알려준다. 또한, 일별 날씨, 기온, 습도와 함께 발생하기 쉬운 질병을 소개하고 이에 맞는 요리와 그 조리법을 소개함으로써 날씨의 변화로 인해 정보사용자에게 일어날 가능성이 있는 질병의 예방이나, 증상을 개선을 돕고 있다.

출처: <http://recipe.bioweather.net>



한눈에 보는 확률장기예보



**날씨를 보면
스마트한 선택이
보입니다!**

한달 뒤, 석달 뒤 날씨가 궁금하다면?
기상청에서 날씨를 확률로 확인하세요!




확률장기예보

1개월 예보는 매주 목요일, 3개월 예보는 매달 23일
지역별 기온과 강수량을 발표합니다.
기상청 홈페이지에서 확인하세요!

그럼, 확률장기예보가 실생활에서
어떻게 활용되는지 알아볼까요?

기상청 홈페이지
날씨 > 특보·예보 > 육상예보





올 가을 기온 높다는데, 어떤 배추 심을까?

올 가을 기온이 높다는 3개월 예보를 들은 농민 박씨는
지역 농업기술센터에 들러 어떤 품종의 배추 모종을
선택해야 할지 의논해 보기로 했습니다.





3

일단, 고온에 강한 품종은 A 배추!

지역 농업기술센터 최 지도사는
고온에 강한 A 품종과 저온에 강한 C 품종, 중간정도의 B 품종의
기온에 따른 예상 수확량을 소개해주었습니다.

• 기온에 따른 배추 품종별 수확량 • 단위: ton/10a

품종	기온		
	낮음 (L)	평년과 비슷 (N)	높음 (H)
A	5	8	10
B	8	10	8
C	10	8	5

4

확률장기예보 활용해 배추 수확량 예측!

지도사님, 올 가을 기온이 높으면 A 배추로 심는 것이 좋을까요?

잠깐! 확률장기예보로 예상수확량을 먼저 계산해 볼까요?

5



예상수확량 산출식
= 수확량(L) × 낮을 확률 + 수확량(N) × 비슷할 확률 + 수확량(H) × 높을 확률

품종 A $5 \times 0.20 + 8 \times 0.40 + 10 \times 0.40 = 8.2$ (ton/10a)

품종 B $8 \times 0.20 + 10 \times 0.30 + 8 \times 0.50 = 8.6$ (ton/10a)

품종 C $10 \times 0.20 + 8 \times 0.30 + 5 \times 0.50 = 6.9$ (ton/10a)

6

**농민 박씨는
3개월 예보를 활용해,
B 품종 배추를 심어 풍작을 이루었습니다!**

※ 배추 농사에 영향을 끼치는 요인들이 모두 최상의 조건으로 가정함 실험으로, 실제와 다를 수 있음



2016년 ICAO 아·태지역 기상분과 회의를 다녀와서

지난 3월 아시아·태평양지역의 「제14차 기상정보교환 실무회의」 및 「제6차 기상서비스 실무회의」가 방콕에 있는 ICAO 지역사무소에서 5일간 개최되었다. 사실 작년까지는 '위험기상 실무회의'로 진행되었지만, 올해부터는 '기상서비스 실무회의'로 영역을 확장하여 회의가 진행되었다. 국제회의 참석은 이번이 처음인 데다, 우리나라 기상청 대표로 참석하는 것이었기에 긴장감, 걱정이 가득했다.

긴장의 연속, 제6차 기상서비스 실무회의

이번 회의는 아·태 지역 내 기상자료 교환현황 및 모니터링 결과, 관련 지침 등을 검토하는 것과 위험기상 관련 수행 체계 검토 및 이행상황과 국제적인 기상서비스 동향 파악 및 공유에 목적을 두었다. 항공기상청의 관련 실무 담당자들과 함께 나를 포함한 총 3명이 이번 회의에 참석하였다. 그리고 적극적인 참여와 활동을 위해 두 회의 각각 관련 의제를 제출하여 회의 시 발표도 진행하였다. 모든 것이 영어로 진행되기도 했고, 혹시 회의 때 실수라도 하지 않을까, 긴장의 연속이었다. 다행히 한국에서 진행되었던 지난 회의에 참석했던 낯익은 얼굴들을 보니 반갑기도 했고, 그래서인지 시간이 가면서 조금씩 편안한 마음으로 회의에 임할 수 있었다.

최신 정보와 동향을 파악하다, 제14차 기상정보교환 실무회의

「제14차 기상정보교환 실무회의」에서는 기상정보 교환에 대한 모니터링과 오류 수정 등 최신 정보와 기술동향에 대한 부분을 파악할 수 있었다. 또한, 미래 항공기상업무 발전에 꼭 필요한 국제표준기상자료 모델(WXXM)의 향후 개발 계획 및 이행사항에 대한 부분을 숙지하고 다른 국가들과 기술공유에 대한 논의를 할 수 있는 의미 있는 시간이었다. 그리고 「제6차 기상서비스 실무회의」에서는 위험기상정보 발표 훈련과 참여, 대응능력 등을 알아보고 필요한 조치사항이 무엇인지에 대한 토의가 이루어졌으며, 각국에서 이루어지는 기상서비스에 대한 현황 및 계획을 공유함으로써 더욱 실질적이고 효율적인 기상서비스 업무에 대한 필요성과 국제적인 기상서비스 업무의 중요성을 일깨워주는 소중한 시간이 되었다.



이민자
항공기상청

드디어 우리의 발표시간

우리가 준비한 관련 의제는 회의 첫째 날과 넷째 날에 각각 발언할 시간이 주어졌다. 기관을 대표하는 자리에서 발표하는 게 처음이라 많이 긴장한 탓인지 목소리도 조금 작아지고 미세하게 떨리기도 했다. 내가 발표한 주제는 디지털 TAF&METAR의 자동 생산 서비스에 대한 내용이었다. 발표 후 여러 나라에서 관심을 보이며 질문이 이어졌다. 다행히 예상 질문에 대한 답변을 빠르게 적어간 비밀 노트가 역할을 톡톡히 해내는 순간이었다. 물론 정확히 이해하지 못해 당황했던 순간도 있었지만, 좋은 내용이었다는 의장의 발언과 관련된 자세한 자료를 받고 싶다는 요청 등 좋은 반응을 가져온 것 같아 내심 뿌듯하기도 했다. 물론 이를 위해 더 많이 준비하고 연구하여 더 좋은 정보를 제공해야 하겠다는 부담감도 동시에 들었지만 말이다.

회의의 마무리와 항공안전의 선도적 역할

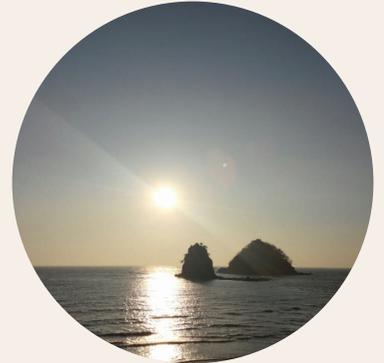
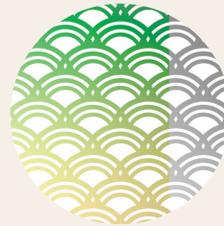
회의 셋째 날 저녁에 일본 대표단의 제의로 간단한 저녁 식사 자리를 가졌다. 회의 장소가 아닌 편한 곳에서 함께 담소를 나누며 친분을 쌓을 수 있는 소중한 시간도 가질 수 있었다. 두 회의 모두 작년에 이어 올해 다시 참석하면서, 관련 업무에 대한 진행 상황 등 전반적인 국제적인 업무에 대한 흐름을 파악하는 데 많은 도움이 되었다. 일부 국가의 경우 관련 실무 담당자가 같은 회의에 매년 참석할 때도 있는데, 이번 회의를 통해 업무 담당자 지정의 필요성을 절실히 느낄 수 있었다. 또한, 이번 회의를 계기로 우리 항공기상청이 지역 내에서 앞으로 더 적극적으로 참여하고 활동함으로써 항공안전에 대해 선도적인 역할을 하여 우리나라 기상청의 국제적인 위상을 높일 수 있기를 바란다. 🇰🇷





신입직원의 좌충우돌 문화체험 탐방기!

신규직원으로 발령받고 관측현업 근무를 한 지도 벌써 5개월째 접어들고 있다. 그동안 홍성기 상대에 있어서 혹은 현업근무를 하고 있어서 대전청의 다른 직원들과 만날 기회가 적었고, 이에 출장으로 대전지방기상청에 들어가면 같은 동료이지만 어색함이 맴돌았다. 그러던 중 좋은 기회가 나에게 왔다. 바로 야심차게 준비한 '문화체험' 활동! 같이 가게 되는 분들이 직급과 나이가 비슷해서 오히려 불편한 마음보다는 가벼운 마음이 들기도 했다.



이지훈
홍성기상대

드디어 기다리던 문화체험 시작!

3월 14일~15일, 설레고 기대되는 2016년 1분기 문화체험을 가게 되었다. 우리는 담당 지역인 태안 버드랜드, 주라기 박물관, 꽃지해수욕장, 빛 축제, 서산 마애삼존불상, 해미읍성 등, 서산과 태안의 역사와 문화를 체험할 수 있는 곳을 목표로 체험을 시작했다. 이틀 동안 태안과 서산을 걸쳐 대전으로 복귀하는 코스였다. 첫날 태안으로 가는 길은 조금 흐렸지만, 오후부터 맑게 개고 다음 날은 완전히 화창하게 맑아서 따스한 봄을 만끽할 수 있었다. 매번 다니던 길이었지만 문화체험을 하러 간다는 생각으로 들뜬 기분 탓인지 경치도 더욱 좋고 참 아름답게 느껴 졌다.

설렘 반, 기대 반, 좌충우돌 첫째 날

가는 날이 장날이라고 했던가. 태안에 가는 길에 들르려고 했던 버드랜드와 주라기 박물관은 하필 월요일이 휴관일이라 관람은커녕 입장조차 할 수가 없었다. 버드랜드와 주라기 박물관은 아쉽지만, 다음을 기약하며 우리는 절대 문이 닫혀있지 않을 꽃지 해수욕장으로 향했다. 꽃지 해수욕장은 긴 백사장과 꽃지해변을 상징하는 슬픈 전설이 깃든 할미바위와 할아비바위 두 바위가 유명하다. 확실히 바다를 보니 가슴이 탁 트이면서 마음이 힐링 되었다. 특히 이 꽃지의 두 바위 너머로 지는 일몰이 정말 장관이었다.

다음은 태안 빛 축제로 향했다. 해가 완전히 지기 전까지 차 안에서 조금 기다렸다가 축제장에 입장하게 되었다. 매년 툴립축제가 열리는 곳과 같은 장소에 600만 개의 LED 전구를 이용해 축제장을 화려하게 수놓고 있었고 테마가 있는 포토존들이 많이 있었다. 너무 아름답고 화려해서 우리들의 시선을 사로잡았고 밤늦게까지 발길을 땔 수 없었다.

옛 선조의 숨결이 느껴지는 해미읍성

둘째 날, 서산 해미읍성에 도착하여 성문을 지나니 현대에서 갑자기 조선시대로 넘어간 것 같은 타임머신 체험을 할 수가 있었다. 해미읍성은 서해안을 지키던 성곽이었고 조선말 충청도 각 지역에서 수많은 천주교 신자가 잡혀 와 고문받고 죽임을 당했던 곳으로 교황님이 방문했던 곳이기도 하다. 생각보다 읍성의 규모가 상당했고



여러 가지 체험할 수 있는 장소가 곳곳에 있었다. 아픈 역사가 있는 곳이라 한편으로는 마음이 씁쓸했지만, 곳곳에서 다양하게 직접 체험을 할 수 있는 곳들이 있어서 눈으로 보는 것뿐만 아니라 손으로 만지고 느껴보는 경험을 할 수 있었다.

금강산도 식후경, 해미읍성 근처에 짬뽕으로 유명한 맛집에서 점심을 먹고 다음 장소인 서산마애삼존불상으로 이동했다. 서산마애삼존불상은 백제의 미소로 표현되는 온화한 미소가 얼굴 전체에 퍼져있다고 한다. 생각보다 너무 작아서 처음에는 이게 뭐야 라고 생각했지만 이 불상의 진가는 그 미소가 아름다워 마음이 평안하게 만든다는 점이었다.

문화체험을 마무리하며

서산마애삼존불상을 마지막으로 우리의 설레고 기대됐던 2016년 1분기 문화체험을 마무리하였다. 짧은 시간이었고 계획했던 곳들 다 가지 못해서 너무 아쉬웠지만, 날씨도 너무 좋았고 좋은 사람들과 함께할 수 있는 시간이어서 행복했다. 이런 큰 아쉬움은 우리에게 만약 다음 기회가 생긴다면 벌써부터 어떤 테마를 가지고 어느 곳을 체험할지 머릿속에 떠오를 만큼의 자극제가 되었다. 또한, 첫 발령을 흥성으로 오게 되어 일도 서툰고 사람들도 익숙지 않았던 신규직원으로서 지내다가 비슷한 또래의 직원들과 조금이라도 더 가까워질 기회가 되어서 다행이라고 생각한다. 대전지방기상청에 출장 및 교육으로 방문하게 된다면 익숙하고 편한 얼굴들이 있어 나는 더 반갑고 큰소리로 인사할 수 있을 것 같다. “안녕하십니까. 흥성기상대 이지훈입니다.”라고!

극한 스릴을 느끼며 하늘을 날다!

구름 한 점 없는 청명한 하늘 혹은 양떼구름 뭉실 뭉실 피어오른 파란 하늘을 보면 사람들은 무슨 생각을 할까? 나는 하늘을 보면 “날고 싶다!”라는 조금은 아찔한(?) 생각을 한다. 그 생각은 때때로 실천에 옮겨지기도 하는데, 혼자만의 경험으로 간직하기보다는 접하기 쉽지 않은 경험이니만큼 함께 공유하고자 한다. 극한의 스릴을 느낄 수 있는 스카이다이빙 매력 속으로 초대한다.



설렘과 두려움이 공존하는 순간

지금은 경비행기 안이다. 동료 스카이다이버들은 점프를 위한 고도에 올라가는 중이고 프로펠러의 굉음에 둘러싸여 있다. 곧 하늘을 날 것이란 설렘과 내 안의 도전정신을 타하는 두려움이 공존하는 순간이다. 지금 고도는 5,000피트. 눈을 어디에 두어도 하늘과 땅이 만나는 지평선이 펼쳐진다. 양떼구름도 손에 잡힐 듯하다. 우리의 목표 고도는 14,000피트 다시 말해 지상 4,270m에 도달해서 내 발로 지상으로 뛰어내려야 한다는 말이다. 초조함에 손과 발에서 땀이 배어난다. 왼손에 차고 있는 고도계가 14,000피트를 가리키자 기다렸다는 듯이 날카로운 기계음과 동시에 적색등에서 초록색으로 그린라이트 시그널로 바뀌었다. “드르륵” 하고 문이 열리자 지상에서 느꼈던 익숙한 공기가 아닌 낯선 바람이 굉장한 힘으로 얼굴을 때린다. 그린라이트 시그널과 동시에 뛰어내려야 하기에 여유는 없다. 심호흡하니 어느덧 내가 뛰어내려야 하는 차례. 내 발밑에는 사람머리, 차도, 집도 아무것도 보이지 않고 군데군데 뭉실뭉실 피어오른 양떼구름과 그 밑에 끝없이 펼쳐진 푸른 산과 강줄기만 보일 뿐이다.



김용주
부산지방기상청 청원경찰



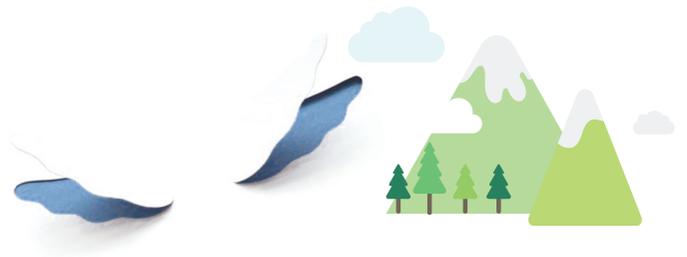
양떼구름 속으로 뛰어들다

READY! SET! GO! 를 목청껏 외치고 힘차게 뛰어내린다. 하늘에 내 몸을 맡기는 순간 입에서는 알 수 없는 소리가 튀어나온다. 이윽고 자세는 안정적으로 잡히고 눈에는 끝없이 펼쳐진 산과 강 그리고 하늘과 맞닿은 지평선이 보인다. 귀에는 들어본 적 없는 엄청난 바람 소리와 느껴본 적 없는 굉장한 바람 덕분에 얼굴이 일그러질 때로 일그러져있다. 자, 이번에는 몸을 이용해 본격적으로 하늘을 날아볼 차례. 나의 자세는 큰 대자로 크게 벌려져 있다. 오른팔을 지긋이 눌러보면 오른쪽으로, 왼쪽 팔을 누리면 왼쪽으로 뱅글 돌아간다. 손과 발동작에 내 몸이 컨트롤 될 수 있다는 사실이 놀랍게 느껴지는 순간이다. 저 멀리 손에 잡힐 것 같았던 양떼구름이 보이자 왠지 다가가고 싶어진다. 결심을 하고 양떼구름 속으로 다가가 300km 이상의 속력을 낼 수 있다는 트랙킹을 시도해 본다. 큰 대자로 뻗은 자세에서 차렷 자세로 서서히 손과 발을 모은다. 그러자 나의 속도를 가능할 수 없지만 머리가 앞뒤로 흔들릴 만큼 큰 저항에 덜컥 겁이 난다. 눈앞에는 양떼구름이 아니, 다가가 보니 솜사탕으로 변해있다.

날개를 접어야 할 시간

왼쪽 손목에 차고 있던 고도계의 고도를 확인한다. 4,000피트를 가리키고 있다. 이제 낙하산을 펼쳐야 할 때이다. 오른쪽 허리 부분에 있는 낙하산 개방 손잡이인 파일럿 슛을 힘차게 뽑아 던지자 급격하게 무엇인가에 끌려 올라가는 느낌이다. 머리 위에 낙하산이 바르게 펼쳐져 있는지 확인을 해본다. 낙하산은 네모 반듯하게 펼쳐져 있다. 곧 한 가지 사실을 깨닫게 된다. 주위가 너무나도 고요하다는 사실을. 끝 모르게 넓은 이 세상 속에 혼자 남겨진 생각이 들 정도다. 고요한 4,000피트 상공에서는 사람의 소리도 차의 경적 소리도 공사장의 소음조차도 들리지 않는다. 낙하산이 펼쳐지자 또 다른 세상에 온 기분이다. 이것이야말로 사람들이 말하는 하늘을 두둥실 떠다니는 기분이라랴? 여유를 가지고 조종줄을 오른쪽 왼쪽 당겨가며 새가 된 기분을 만끽한다. 어느덧 내 어깨 위로 돌아온 날개를 접어야 할 때가 다가왔다. 착지의 순간이다. 온 정신을 집중한다. 착지의 순간에는 땅이 솟아오르는 착각이 들어 타이밍을 잡기가 여간 어려운 게 아니다. 손에 잡고 있는 조종줄을 엉덩이 부분까지 힘껏 당긴다. 순간 브레이크가 걸리고 아주 사뭇한 착지에 성공한다.

극한의 전율을 느낄 수 있는 최고의 익스트림 스포츠인 스카이다이빙을 글로 표현하기에는 분명히 한계가 있다. 하지만 한 문장이라도 스카이다이빙을 느낄 수 있다면 그것으로 만족한다. 잠시지만 그리고 비록 간접경험이지만, 순간일지라도 일탈의 대리만족이 되었길 바란다. 마지막으로 스카이다이버라면 세계 공통 구호로 글을 마무리한다. **BLUE SKY~~!!!**



글 먹는 동아리, 글동을 소개합니다!

2016년 1월 1일! 새해를 맞이하여 다들 분주하게 독서, 운동, 영어 공부 등 항상 단골로 등장하는 계획들을 세웠을 것이다. 특히 이 중에 독서! 중요성을 알고 늘 결심하지만, 혼자서는 진도가 잘 안 나가는 힘든 계획이다. 이럴 땐 옆에서 끌어주고 이야기를 나눌 수 있는 동지가 필요하다! 새해 맞기로 설레던 1월 1일에 신기선 주임님이 수도권 기상청 직원들에게 독서 동지를 모집하는 공지글을 올렸고, 이렇게 해서 독서에 뜻있는 사람들이 모여 '글동(글 먹는 동아리)'이 탄생하게 되었다.



김세미
수도권청



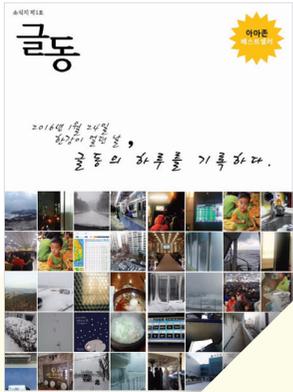
글동, 위로와 소통으로 뭉치다

글동에는 현재 12명의 회원이 함께하고 있으며 이 중에는 '문턱회원'도 포함되어 있다. 문턱회원이란 참가 의사는 밝히지 않았지만 공지에 답글을 달아준 회원들이다. 그리고 2월 2일에는 글동 사이버 오픈식이 소소하게 진행되었다.

글동의 목적은 책이라는 매개체를 통해 함께하는 것이다. 마음이 힘들 때 서로 보듬어 주고 힘이 없을 때는 힘을 주는 역할을 한다. 역시나 글동답게 상황에 맞는 책을 추천하면서 위로하고 격려하고 있다.

계획은 많이, 실천은 조금?!

글동의 운영 방식은 상식과 반대로 간다. 계획은 많이 세우고 실천은 조금만 한다. 뽑기로 리더를 정해서 일정 기간 글동의 리더 역할을 맡기고 회원님 대신 글동님이라고 부른다. 소통 창구는 카톡



방과 네이버 밴드다. 자신이 현재 읽고 있는 책을 찍어 인증샷을 남기기도 하고 책을 읽다가 함께 나누고 싶은 내용이 있으면 공유한다. 공유된 글귀는 다른 글동님들의 생각과 느낌이 더해져 더욱 풍성해진다. 책을 재로 삼아 이야기를 나누다 보니 일상 이야기만으로 대화할 때보다 깊이가 있고 계속 생각을 하게 된다. 돌아서도 머릿속에, 마음속에 깊이 남아있다.

글동에서는 매월 책을 추천받아 한 권의 책을 정하고 함께 읽는다. 1월에는 「아마다 사장은 돈 버는 법을 알고 있다」와 「장사의 신」, 특별히 2권이였다. 자유로운 사고와 발상의 전환에 도움이 되는 책으로 앞으로 글동이 나아가갈 방향을 모색하는 데 유익했다. 2월에는 「아픈 영혼 책을 만나다」, 3월에는 「파리의 심리학 카페」를 읽었다. 4월에는 즐겁게 일할 때 얻을 수 있는 아이디어 대한 내용이 담겨진 「장사의 신」을 복습해서 읽기로 했다. 책을 다 읽은 후에는 소감을 남기고 싶은 분량만큼 남기면 된다. 책을 읽고 짧게라도 소감을 남기면 책에서 얻은 내용이 더 오랫동안 내 것이 된다. 소감을 남기기 위해서 책을 다 읽고 나서 덮어 버리는 것이 아니라 한 번 더 되짚어 보면서 생각해보기 때문이다. 그리고 글로 쓰면서 또 한 번 정리가 된다.

글동의 색다른 이벤트

지금까지 두 번의 이벤트가 있었다. 첫 번째로 지난겨울에 가장 추웠던 1월 24일을 기록하는 의미로 '일상 사진 공모전'을 열었다. 「기록이 상처를 위로한다」라는 책을 읽고 어느 글동님이 내주신 아이디어였다. 일상의 기록이 좋은 추억을 만들고 역사를 만든다고 한다. 2015년 겨울 들어 가장 추웠던 날이라는 역사적인 사건에 우리의 일상을 결부시키면서 각자의 삶을 조금 특별한 것으로 생각해볼 수 있는 이벤트였다. 두 번째로는 사이버 오픈식을 기념하여 '사다리 타서 책 선물하기'를 시행했다. 가까이 있는 사람에게는 직접 전해주었고, 멀리 있는 사람에게는 택배로 보냈다. 선물 받는 것도 즐거웠지만 '나는 누구에게 어떤 책을 선물할까, 또 나는 누구에게 어떤 책을 받을까' 이렇게 고민하는 시간도 소소한 즐거움이었다. 손편지와 함께 전달한 글동님도 있고 재봉틀을 돌려 손수 만든 컵받침을 함께 전달한 글동님도 있었다.

글동이 나아가야 할 방향

꾸려진지 얼마 안 된 새내기 '글동'은 앞으로 나아가야 할 방향을 계속해서 생각하고 있다. 앞으로 독서 릴레이, 작가와의 만남, 독후감 첨삭 받기 등을 추진해볼 계획이다. 새로 지어질 수도권 북카페에 북카페를 만들면 좋겠다는 의견도 있다.

글동은 뻣뻣한 동아리가 아니다. 자기가 하고 싶을 때 감성에 빠져들 때 같이 하면 된다. 자유로운 분위기이지만 글동에는 발만 담고 있어도 책과 가까이해야겠다는 건강한 부담감이 느껴진다. 그동안 입시, 취업, 가사 등으로 책을 가까이하기 어려웠다면 글동 울타리 안으로 초대한다. 서로 이끌어줄 독서 동지들이 기다리고 있다. ☺



“ 생각하는 시간을 따로 떼어 두십시오. 그것은 힘의 원천이기 때문입니다. 읽는 시간을 따로 떼어 두십시오. 그것은 지혜의 샘이기 때문입니다. ”

건강하게 다이어트 하자! 나의 다이어트 도전기

어느덧 봄이 지나, 계절의 여왕 5월이 왔다. 그리고 조만간 노출의 계절 여름이 다가오고 있다. 새해 수많은 목표 중 단골 목표가 다이어트와 금연, 독서 등이 있지 않나 싶다. 그중에 작심삼일의 대명사 다이어트! 다들 새해 목표로 세운 다이어트 잘 진행되고 있는지 묻고 싶다. 무조건 굶는 다이어트는 건강을 해칠 수 있고, 심한 요요현상을 초래하기도 한다. 아직 한 해에 반도 지나지 않았다. 시작이 반이라는 말이 있듯이, 여러분들도 제 이야기를 들어보고 다시 한 번 멈추었던 다이어트 계획을 다시 시작해보는 것은 어떨까? 올해 초 다이어트 결심하여, 현재 6kg 감량 중인 나의 다이어트 성공담을 여러분께 들려드리고자 한다.

1. 나 자신부터 제대로 알자! 체지방 측정을 해보자.

다이어트를 시작하는 많은 분들은 자신의 몸무게를 잘 아시면서, 자신의 근육량과 체지방량을 잘 모르는 경우가 많다. 우선 자신의 몸 상태를 제대로 파악하고, 다이어트 운동을 시작해야 한다. 근육량 정도에 따라, 근육운동을 보다 강화하고, 단백질 보충에 좀 더 신경 써야 할 것인지, 충분한 근육량이 있으면 체지방 소모 위주의 달리기나 수영 등의 유산소 운동에 보다 더 신경을 써야 할지, 나 자신부터 제대로 알고 다이어트 운동을 시작해야 한다. 인근 보건소 등에서 체지방 측정을 무료로 할 수 있으니, 다이어트를 시작하신 분들은 1~2개월에 한 번씩 측정할 필요가 있다. 단순 몸무게 감량 보다는 체지방의 감소 정도를 확인하고, 잘못된 다이어트로 근육량 손실이 심하지 않은 지 점검해야 한다. 많은 근육량은 신진대사량을 높여 잦은 요요현상 없이 건강하고 효율적인 다이어트를 할 수 있다.

2. 명확한 목표를 세워라, 대회에 출전해라

우리는 다이어트를 하면서, 언제까지 몇kg 이상 감량이라는 목표를 세워야 한다. 초반에는 체중이 잘 감량이 되어서, 조만간 목표에 도달할 거 같지만, 1~2달 만에 정체기가 다가와서 포기하시는 분들이 많다. 우리의 몸은 기존 환경에 적응하게 되어 있어, 급격하게 체중이 빠지면 기존 몸무게를 유지하려는 특징이 있다. 그래서 급격하게 빠지다가 정체기에 오게 되면, 지루하고 운동성고가 보이지 않아 포기하는 사람들이 많다.

이럴 때는 목표를 구체적으로 명확하게 설정하면, 정체기를 효율적으로 벗어날 수 있다. 가장 좋은 방법이 마라톤이나 수영대회 같은 각종 대회를 출전하는 방법이다. 대회 출전 날짜가 정해져서, 언제까지



강명훈
국립기상과학원



다이어트 전
체지방 측정

체성분분석 Body Composition Analysis		측정일	체지방량	체중	표준범위
체지방률 (%)	47.2	60.8	64.5	82.7	37.9~46.3
근육량 (%)	12.8				10.2~12.4
무지방량 (kg)	4.47	60.0	63.6	76.2	3.50~4.28
체지방량 (kg)	18.2				8.1~16.2

골격근·지방 Muscle Fat Analysis		표준범위	표준이상	표준범위
체중 (kg)	82.7			57.3~77.5
골격근량 (kg)	36.3			28.8~35.2
체지방량 (kg)	18.2			8.1~16.2

비만진단 Obesity Diagnosis		표준	표준이상	표준범위
BMI (kg/m ²)	27.0			18.5~23.0
체지방률 (%)	22.0			10.0~20.0

체성분분석 Body Composition Analysis		측정일	체지방량	체중	표준범위
체지방률 (%)	40.6	60.1	63.6	76.2	37.9~46.3
근육량 (%)	12.7				10.2~12.4
무지방량 (kg)	4.26	60.0	63.6	76.2	3.50~4.28
체지방량 (kg)	12.6				8.1~16.2

골격근·지방 Muscle Fat Analysis		표준범위	표준이상	표준범위
체중 (kg)	76.2			57.3~77.5
골격근량 (kg)	36.4			28.8~35.2
체지방량 (kg)	12.6			8.1~16.2

비만진단 Obesity Diagnosis		표준	표준이상	표준범위
BMI (kg/m ²)	24.9			18.5~23.0
체지방률 (%)	16.6			10.0~20.0



적은 근육 손실 비해
6kg 가까이 빠진 체지방



다이어트 후
체지방 측정



하프마라톤 완주
(기록: 1:54:48)



지라는 명확한 시기가 정해져 있고, 자신에 맞는 코스(마라톤 경우 10km, 하프)를 몇 분 내로 완주할 것인지 명확한 목표도 설정할 수 있다. 명확한 기간과 목표를 정하고, 준비하신다면 지루한 정체를 벗어날 수 있다. 운동을 즐기고 있는 자신의 모습을 볼 수 있을 것이다. 나의 경우, 출전 40일 전 하프마라톤을 신청하였고 2시간 이내 완주를 목표로 세웠다. 이를 준비하면서 지루함 없이 운동을 즐길 수 있었다. 그리고 나의 도전을 주위 사람들에게 알려, 많은 응원과 지지를 얻었고 목표를 달성할 수 있었다. 더불어 동호회 활동을 통하여, 여러 사람들과 함께 한다면 더욱더 즐겁게 다이어트를 할 수 있다.

3. 제대로 효율적으로 운동하자.

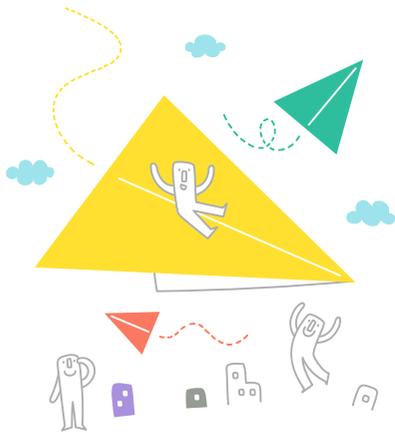
헬스장을 가게 되면, 매일 운동하고 있는 몇몇 사람을 볼 수 있다. 주 3회 정도 헬스장을 찾는 나는 그분들이 매일 매일 오시는 분이 라는 걸 짐작할 수 있다. 그러나 운동하는 대부분 시간을 운동기구에 앉아 핸드폰 만지작거리고, 러닝머신에서는 평상시 걸음 속도로 걸으면서 TV 시청하기 바쁘다. 3달 동안 운동하는 모습을 보면서, 신체적으로나, 활동적으로 크게 개선된 점을 볼 수 없었다. 운동하는 것보다는 습관적으로 시간 때우기 식으로 보일 정도다. 본인이 운동을 열심히 하는데 체중 감량이 되지 않는다면, 둘 중 하나라고 생각된다. 하나는 식이요법이 실패하고 있다는 것이고, 다른 하나는 바로 제대로 운동하지 않고 있다는 것이다.

운동을 매일매일 하는 게 중요한 것이 아니라, 조금씩이라도 올바른 자세와 올바른 호흡으로 제대로 하는 것이 중요하다. 나는 주 3회 운동을 하고, 러닝과 헬스 포함해서 2시간 넘지 않게 운동을 하였다. 운동하는 동안은 3분 이상 긴 휴식 없이 지속적으로 운동하였다. 체지방 감량을 위해서 6km/h 정도로 400m 걷고, 12km/h로 600m 달리는 인터벌 운동법을 자주 하였다. 고강도 운동과 불완전한 휴식을 번갈아 가면서 하는 인터벌 운동법으로 내 몸이 지속적으로 운동한다는 착각을 일으켜 체지방 감량에 효과를 많이 봤다. 이렇게 나의 3가지 비법이 담긴 경험담을 공개한다. 마지막 목표까지는 2kg 추가 감량이 남았는데, 여름이 오는 7월까지의 목표에 도달할 것이라고 자신한다. 아직 반 이상 남은 2016년 한 해 여러분 모두 건강하게 다이어트 하세요!



반짝반짝 빛나는 나의 별, 기상청

택시를 탔다. “전주기상지청으로 가주세요.” 라는 나의 말에 택시기사 아저씨는 “전주기상지청이 어디죠?” 라고 묻는다. 나는 이렇게 대답하고 싶다. ‘국민의 생활과 가장 밀접하지만, 또한 묵묵히 멀리 있는 곳.’ 이라고.



이기혜
전주기상지청

수레바퀴 기상청에 작은 톱니바퀴인 나

10월 5일 첫 발령을 받아 6개월간 지켜본 나의 기상청은 별이다. 지금 지구에 반짝거리는 별빛은 수만 광년 전에 별에서 보낸 것이다. 수만 광년을 열심히 달리고 또 달려서 지구에 빛을 전하고 우주의 정보를 제공한다. 기상청도 하루하루의 날씨 정보를 국민에게 전하기 위해서 과거 수많은 데이터들을 분석하고 슈퍼컴퓨터의 자료와 수많은 정보들을 비교한 후에 예보를 한다.

많은 사람들은 예보문이 그저 똑딱 만들어졌을 것이라고 생각하지만, 그 뒷면에는 밤을 지새우며, 관측, 연구, 분석하는 관측예보과, 그 예보문이 국민에게 잘 전달되도록 수많은 서비스를 제공하는 기후서비스과, 그 외 모든 과들이 서로 협력하여 기상청의 수레바퀴가 잘 돌아갈 수 있도록 노력하고 있다. 국민을 위해 항상 노력하는 기상청의 수레바퀴에 작은 톱니바퀴로 생활한 지 어느덧 6개월이 지났다.

누군가 나에게 이런 말을 한 적이 있다. 인생의 절반 이상을, 어쩌면 가족보다도 더 오랜 시간을 회사에서 보내게 되는데 그 시간이 괴로우면 어찌하겠냐고. 난 그 말을 맘 속 깊이 새기고 첫 단추를 잘 끼워 나의 직장이 곧 나의 행복이 되게 하기 위해 긍정적인 마인드로 6개월간 지내왔다. 6개월이 짧다면 짧다고 할 수 있는 시간이지만 그동안 전주기상지청에서 많은 경험을 했고 행복한 추억도 많이 생겼다. 발령을 받은 지 얼마 되지 않아 돌아온 나의 생일, 타지생활이고 근무상 집에 갈 수도 없었는데 계장님께서 직접 나의 생일을 챙겨주셨다. 멋진 케이크와 맛있는 저녁, 입사한 지 얼마 되지도 않았고 친분이 많이 쌓이지도 않았을 때인데 나에게 선배로서 꼭 해주고 싶으신 말씀과 좋은 추억을 선물해 주셨다. 그 후 많은 선배님들이 타지 생활하는 나를 위해 밥도 사주시고 좋은 말씀을 많이 해주셨다.

어느새 식구가 되어버린 전주기상지청 직원들

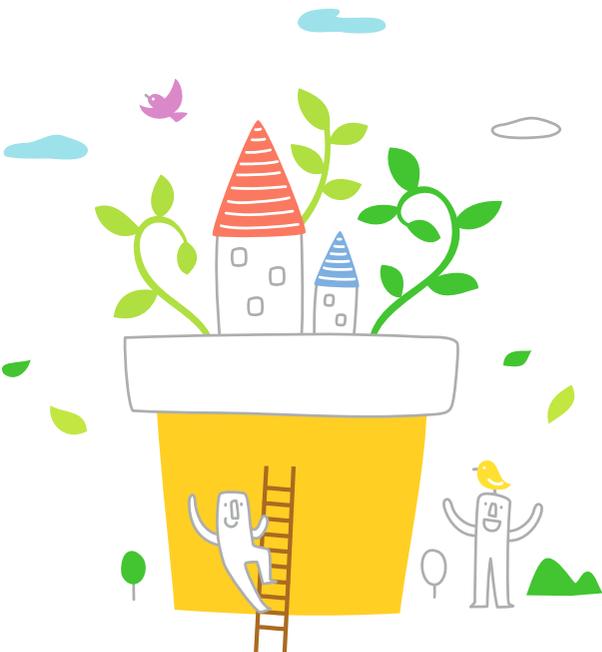
“Have you eaten?” 외국에서 이렇게 인사한다면 정말 밥을 먹었는지 궁금해서 한 질문일 것이다. 하지만 우리 한국에서 “식사하셨습니까?”라는 말은 정말 밥을 먹었는지 궁금해서라기보다는 친



근함의 표현, 사람과 사람 간의 대화를 시작하기 위한 인사말일 것이다. 우리 전주기상지청은 이런 곳이다. 나이가 많고 적고 직급이 높고 낮고를 떠나서 항상 서로서로 챙기는 곳. 즉, 식구(食口)이다. 식구란 밥 식(食), 입 구(口)를 사용하여 밥을 같이 먹으면 식구가 되는 것이다. 같이 식사를 한다는 것은 배를 채우는 것보다 그 이상을 의미한다. 밥을 먹으며 서로의 근황을 묻고 상대방과 더욱 가까워지는 시간. 이 시간들이 직장생활을 더욱 원활하고 행복하게 해주지 않을까 생각한다.

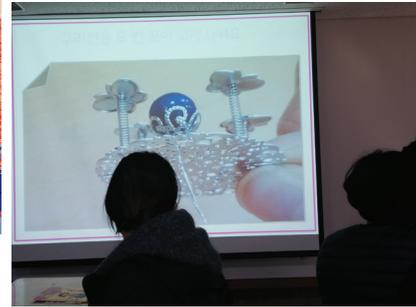
인상 깊은 체육 행사, 여왕피구!

또 하나 기억에 남는 것은 기상의 날 체육 행사이다. 첫 번째 라운드 여왕피구. 여왕피구란 여자 1명 남자 1명만 선 안에 들어가서 남자가 여자를 보호해 여자만 공에 맞지 않으면 되는 게임이다. 이 게임에서 내가 공에 맞지 않기 위해 몸을 날리시던 지청장님, 여자계장님을 막아주시던 과장님, 그런 과장님께 '이때가 기회대!'하고 공을 마구 던지시던 주임님들. 모두 우리 지청 가족들에게 웃음을 주기 위해 한 몸 아끼지 않으셨다. 덕분에 많이 웃었고 지금까지 행복한 직장생활을 하고 있다. 이런 분들과 함께 긍정적인 마인드로 나의 평생직장을 다니고 싶다. 반짝반짝 밤하늘에 별처럼 항상 국민의 행복을 위해 곁을 지키는 기상청! 앞으로도 더욱 빛을 발할 것이다.☀



국립고궁박물관에서의 특별한 추억 공궐의 일상을 엿보다!

평소에 왕실문화와 역사에 대해 관심이 있었지만 공학을 전공하고 기상 관련 분야를 업으로 삼고 있기에 체계적으로 공부하거나 관심을 가질 기회가 많지 않았다. 때마침 문화재청에서 주관하는 '박물관 문화 연수 1기' 교육이 2월에 국립 고궁박물관에서 계획되어 있었기에 좋은 기회라 생각해 참여하게 되었다.



어진의 재발견

박물관 문화연수 프로그램은 3일간의 일정으로 구성되어 있었다. 교육 내용은 조선 왕실의 문화와 의상, 왕실에서 일어난 여러 가지 일화들에 대한 강의를 비롯해 궁중무용 감상 등의 체험 프로그램도 있었다.

첫날은 조선왕실의 문화와 조선시대 국왕과 정치에 대한 강의를 듣게 되었는데 가장 인상 깊게 들었던 내용은 어진(御眞)에 대한 것이었다. 조선시대 국왕의 초상화를 어진이라고 하는데 대표적인 것은 국사책에도 자주 등장하는 태조 이성계의 어진이다. 강의를 듣기 전에는 어진이 한 화가가 왕의 모습을 세밀히 관찰해 그리는 단순한 초상화 정도로 생각했는데 한사람이 그리는 것이 아니라 여러 명의 화원(畫員)이 자신이 잘 그리는 부분을 그려 전체를 완성하고 어진을 그리는 것을 총괄하는 기구인 도감도 두었다. 즉 단순한 초상화가 아닌 국가적인 행사의 결과물인 것이다. 이토록 귀중한 어진은 한국전쟁까지 잘 보관되다가 전쟁 중 부산으로 옮겨 보관하게 되었는데 1954년 화재로 소실되게 되었다 한다. 원래 40점 이상의 어진이 있었지만 화재로 인해 불과 7점 정도밖에 건지지 못했고, 그마저도 불에 크게 훼손된 작품이 많다고 한다. 지금까지



서정국
강원지방기상청



잘 보존되었다면 왕들의 구체적인 모습이나 의상에 대해 많은 정보를 주었을 것인데 남아있지 않다는 것이 너무 아쉬운 부분이었다.

궁궐의 일상을 맛보다

둘째 날은 조선왕실의 복식과 기록문화에 대한 강의와 더불어 떨잠(궁중에서 왕비들의 머리꾸미기에 쓰인 장식품) 만들기나 악장(궁중에서 부른 노래) 짓고 부르기 체험이 있었다. 체험은 둘 중 하나를 택 일하게 되어 있었는데 나는 궁중에서 쓰인 소품을 만들어보는 것도 좋은 선택이라 생각해 떨잠 만들기를 신청하였다. 철로 된 틀에 구슬 등을 철사로 꿰어 이어 붙이고 그 위에 젤네일로 색칠하고 건조기로 굳히는 순으로 이루어졌는데 색칠하는 과정에서 젤네일을 너무 많이 발랐는지 칠해야 될 부분 밖으로 번지는 바람에 처음에 생각했던 작품이 나오지 않았다. 하지만 내가 직접 만들어서일까? 집에 가져가 다시 꺼내보니 색이 좀 이상하긴 했어도 나름 만족스러웠다.

셋째 날은 조선왕실의 대외관계와 대한제국에 대한 강의가 있었고 마지막으로 궁중무용 감상 체험시간이 있었는데 궁중무용 감상이 가장 인상적이었다. 궁중무용은 정재무(呈才舞)라고도 하고 총 53종이 오늘날까지 전해 내려오고 있다고 한다. 이 중 일무, 춘영

전, 학무, 무산향, 검기무, 처용무의 6가지의 무용을 관람하게 되었는데 한국예술종합학교 학생들이 직접 공연해주었다. 서양음악이나 연극과 춤 등에 익숙한 나로서는 처음 본 순간 연극이 너무 정적이라는 느낌이 들었으나 끝까지 다 보고나니 정적이면서도 우아하고 세련된 멋이 있었고 이 공연을 세트를 바꾸어 궁궐에서 본다면 훨씬 기품 있게 보일 거란 생각이 들었다. 무엇보다도 넘쳐나는 서양문화 탓에 소외될 수도 있지만 어려운 상황에서도 궁중무용이 잘 보존되고 있고 또한 열심히 배우려는 젊은이들이 있다는 사실에 마음이 놓였다.

교육을 마치고

비록 3일간의 짧은 교육과정이었지만 이색적인 체험을 할 수 있어 매우 유익한 시간이었다. 학교에서나 공무원 준비를 하면서 국사를 공부하기는 했지만 대부분 시험을 위한 공부였는데 이런 기회를 통해 깊이 있게 우리 역사를 접하고 궁중 문화에 대한 체험까지 하게 되니 감회 또한 새로웠다. 덤으로 점심시간에 인사동 주변의 맛집까지도 섭렵하게 되었으니 눈과 귀뿐만이 아니라 입도 즐거웠던 시간이었다. 앞으로도 이러한 역사와 문화에 관심을 가지고 적극 참여하여 새로운 사실을 하나하나 알아갔으면 한다. 📖

체온과 건강

기온이 높아지면서 옷이 가벼워지고 얼음이 들어간 차가운 음료를 찾는 사람이 부쩍 늘었다. 이렇게 찬 음료를 많이 찾을 때면 아랫배가 차가워지면서 체온이 내려가기 쉬운데 이는 건강을 유지하는 데 방해가 되기도 한다. 오히려 아랫배는 따뜻하고 이에 비해 가슴은 약간 기온이 낮은 것이 더 건강한 몸이다.



김성준 원장
김한의원

현대인의 체온과 건강

조선시대 사람들은 체온이 37도 정도로 추정되고 있으나 현대인들의 평균체온은 36도~36.5도 정도다. 이런 추정이 가능한 것은 과학의 발달로 인한 냉장고의 보급과 연관이 깊다. 요즘 아이들은 조금만 더워도 냉동실에서 얼음을 꺼내 찬물에 띄워 먹는다. 또한, 의외로 비염, 아토피, 감기가 자주 발생하기도 한다.

왜 그럴까? 최근 일본에서 발간되는 의학 관련 서적에서는 체온의 중요성에 대해 다루고 있는 책이 증가하고 있는데, 그 내용 중 체온이 1도 하강하면 면역력이 70% 감소한다고 한다. 동의보감에 자주 다루었던 질병들과 현대인들에 자주 발생하는 질병의 빈도에는 차이가 있다. 현대인들은 과거 우리의 선조에 비해 찬 음식을 자주 먹고, 노동시간이 적으며, 운동과 수면 시간이 부족하고, 스트레스는 많아지고, 먹을 것은 풍부하여 비만인 사람들이 늘어나고 있다. 그 결과 혈액순환 속도가 느려지고, 이로 인해 체온이 하강하므로 질병이 발병한다고 생각한다.

저체온의 위험성과 예방법

더위를 많이 타서 찬 음식을 자주 찾는 분들의 아랫배를 만져보면 의외로 차가운 경우가 종종 있다. 얼굴은 더운데 아랫배가 차가우면 이 사람은 열이 많은 것일까? 오히려 부족한 것일까? 정답은 열이 부족한 경우다. 아랫배 온도는 우리 오장육부(五臟六腑)의 온도를 의미한다. 찬 음료와 찬 음식을 먹으면 바로 위장으로 들어가 소화기를 지나면서 주변의 열기를 빼앗으면서 오히려 더 차가워지게 된다. 한여름에도 찬 음료를 많이 마시다가 갑자기 설사하는 경우가 이에 해당한다.

의학계에서는 앞으로 3~4명 중 한 명이 암 환자가 될 가능성이 크다고 한다. 암은 체온이 35도 이하에서 자주 발생하므로 암 환자는 몸을 따뜻하게 하는 것이 도움이 된다. 실제로 암 환자들에게 땀을 흘려주는 통증을 완화시키고 증상이 호전되는 경우가 많다.

또한, 심장에는 암이 발병하는 경우는 극히 드물다. 이는 심장은 한의학에서 화(火)에 해당하는 장기이므로 항상 열이 있기에 암이 발생할 환경이 조성되지 않기 때문이다. 그렇다면 어떻게 해야 저체온에서 벗어날 수 있을까?

찬 음식을 드시는 것을 삼가시고, 적절한 운동을 하며, 스트레스를 피하고, 숙차나 생강차 등 몸을 따뜻하게 하는 차를 마시는 것이 좋다. ■

여름에 들어서다

입하(立夏)

24절기 중 일곱 번째 절기. 양력으로 5월 6일 무렵이고 음력으로 4월에 들었으며, 태양의 황경(黃經)이 45도에 이르렀을 때이다. 입하는 곡우(穀雨)와 소만(小滿) 사이에 들어 여름이 시작되었음을 알리는 절후이다. ‘보리가 익을 무렵의 서늘한 날씨’라는 뜻으로 맥량(麥涼), 맥추(麥秋)라고도 하며, ‘초여름’이란 뜻으로 맹하(孟夏), 초하(初夏), 괴하(槐夏), 유하(維夏)라고도 부른다.



청개구리 울고 지렁이가 땅에서 나오는 입하

예로부터 입하 15일 동안을 5일씩 3후(候)로 세분해 청개구리가 울고, 지렁이가 땅에서 나오며, 왕과(王瓜: 쥐참외)가 나온다고 하였다. 이때가 되면 봄은 완전히 퇴색하고 산과 들에는 신록이 일기 시작하며 개구리 우는 소리가 들린다. 또 마당에는 지렁이들이 꿈틀거리고, 밭에는 참외꽃이 피기 시작한다. 그리고 묘판에는 법씨의 싹이 터 모가 한창 자라고, 밭의 보리이삭들이 패기 시작한다. 집안에서는 부인들이 누에치기에 한창이고, 논밭에는 해충도 많아지고 잡초가 자라서 풀뽑기에 부산해진다.

입하 바람에 씨나락 몰린다

옛날 재래종 벼로 이모작을 하던 시절에는 입하 무렵에 한창 못자리를 하므로 바람이 불면 씨나락이 몰리게 되는데, 이때 못자리 물을 빼서 피해를 방지하라는 뜻으로 “입하 바람에 씨나락 몰린다.”는 말이 있다. 특히 이 시기부터 들판의 풀잎이나 나뭇잎이 신록으로 물들기 시작하면서 찻잎을 채취하는 손길도 분주해진다. 보통 곡우 때 채취해 만든 차를 우전차(雨前茶)라 하여 최상품으로 여기지만 입하 무렵에 만든 차도 이에 못지않다. 입하까지 채취한 찻잎으로 만든 차를 삼춘차(三春茶)·삼침(三尖), 입하 후에 만든 차를 사춘(四春)·난청(爛靑)·장대(長大)라 하여 통칭 입하차로 부른다.

입하 일진이 털 있는 짐승날이면 그해 목화가 풍년 든다

겨울에 눈이 많이 오는 해는 목화가 풍년 든다는 뜻으로 “입하 일진이 털 있는 짐승날이면 그해 목화가 풍년 든다.”는 말도 있다. 입하가 다가오면 모심기가 시작되므로 농가에서는 들로 썰레를 신고 나온다는 뜻으로 “입하물에 썰레 신고 나온다.”라는 말도 있다.

또 세시풍속의 하나로 이즈음에 쌀가루와 쑥을 한데 버무려 시루에 찌먹는 떡, 이른바 쑥버무리를 절식(節食)으로 먹기도 하고, 집안에 따라서는 색다른 음식을 마련해 농사꾼들의 입맛을 돋우기도 하였다. ㉠

출처: 국립민속박물관



핑크빛 유혹, 황매산

봄꽃은 하루에 오십 리 길을 북상하여 피기 시작한다. 봄의 전령인 동백꽃, 유채꽃, 매화꽃이 봄의 향기에 흠뻑 취하게 한다. 여수 영취산에서 시작한 진달래꽃은 강화 고려산까지 꽃 천지를 이루면서 북상한 뒤 곧이어 철쭉이 산천을 붉게 물들인다. 철쭉은 진달래에 비해 붉기가 더해 화려함을 더욱 자랑하는데, 어떻게 보면 봄이 가고 여름이 다가오고 있음을 색으로 말해주는 꽃이기도 하다.



이인성
대전지방기상청

어느 산 철쭉이 가장 예쁘냐

어느 산의 철쭉이 가장 예쁘냐 물어보면 전부 다르게 이야기한다. 그 이유는 꽃이 활짝 피었을 때 어느 산에 갔느냐에 따라 각자 다녀온 산을 이야기하기 때문이다. 그래서 꽃 산행을 할 때 가장 중요한 것은 만발 시기를 잘 선택하는 것이다. 시기를 잘 맞추어 산행한다면 좀 더 예쁜 꽃들의 잔치에 감동은 한층 더 할 것이다.

꽃이 아름다운 많은 산 중에 황매산이 있다. 황매산은 경상남도 합천군에 있는 높이 1,108m의 소백산맥에 속하는 고봉이다. 주봉 우리는 크게 하봉, 중봉, 상봉으로 나뉜다. 삼라만상을 전시해 놓은 듯한 모산재(767m)의 바위산이 절경이며 그 밖에 북서쪽 능선을 타고 펼쳐지는 황매평전의 철쭉 군락과 무지개터, 황매산성의 순결 바위 등이 볼만한 곳으로 꼽힌다. 황매산과 맞닿아 있는 모산재를 갔다 오면 금강산은 가보나 마나 할 정도의 비경을 자랑한다. “황매산은 수량이 풍부하고 온화한 기온으로 황(黃)은 부(富)를 매(梅)는 귀(貴)를 의미하고 전체적으로 풍요로움을 뜻하여 황매산에 들어오면 굶어 죽지는 않는다.”고 전해진다.

가장 짧은 시간에 가장 멋진 철쭉을 볼 수 있는 황매산

휴일에는 밀려드는 상춘객 때문에 황매산 앞은 분주스럽다 못해 혼잡스럽다. 등산객들이 도착하기 시작하는 9시 이전에 주차장에 도착하면 산 정상 7~8부까지 승용차로 올라갈 수 있기 때문이다. 정상까지 거리가 멀지 않다 보니 다리가 아파 등산이 어려운 분이나, 산을 죽어라 싫어하는 아이들에게는 산책하는 기분으로 쉽게 다녀올 수 있다. 거기다 가장 짧은 시간에 가장 멋진 철쭉을 선사하니 일석이조의 산이라고 할 수 있겠다.

은행나무주차장에서 10분 정도 걸어가면 바로 눈앞에 드넓은 황매평전이 펼쳐진다. 황매평전은 우리나라에서 몇 안 되는 초원지대로 전국에서 가장 넓다고 하는 철쭉밭이다. 많은 사람은 들뜬 분위기로 탄성과 함께 꽃을 배경으로 하나, 둘, 셋! 기념사진을 찍느라 카메라 셔터 누르는 소리가 꽃 속에서 들려온다. 사진 찍는 모습도 다양하여 꽃물결 속에서 자유형으로 가는 모습과 뛰는 순간을 담기위해 다 같이 손잡고 꽃덤불로 뛰어드는 모습이 봄을 느끼게 해준다. 송이송이 꽃이 피듯이 마주치는 등산객 모두 봄꽃처럼 아름답다.

드라마나 영화 촬영지로 유명한 황매산

평전은 여러 드라마나 영화 촬영지로도 유명하다. '태왕사신기', '태극기 휘날리며' 등 많은 작품이 바로 이곳에서 촬영되었다. 황매산에는 영화주제공원이 있다. 공원 안에는 촬영을 위해 조성된 초가집으로 이루어진 마을과 전투장면 재현을 위한 산성이 있다. 등산객들의 사진 배경으로 훌륭하여 많은 사람이 이곳에서 추억을 새기고 간다.

초가집 영화촬영 세트장을 바라보고 있으면 과거로 회귀하는 기분이며 평전으로 올라오는 꼬불꼬불한 산길은 붉은 철쭉꽃 길 사이의 시골마을을 고살길 같다. 우뚝 솟아 있는 황매산 정상을 오르기 위해 계단을 오르면서 뒤돌아본 황매평전의 시원스런 산상화원은 아름다운 이국땅에 와 있는 느낌이다. 끝이 보이지 않는 등산객들의 행렬과 옷차림 색의 조화에서 또 다른 풍경을 만든다. 정상을

에 올라서서 팔을 벌려 깊은숨을 들이마시면 황매산의 향기에 온몸이 날아갈 듯하다.

철쭉의 바다, 황매산을 내려오며

정상을 다녀와도 산행이 조금 부족하다면 모산재 임릉을 추천한다. 전국 제일의 명당자리인 무지개터, 삼각 돛대 모양의 돛대바위 등이 볼만하다. 모산재를 향하여 이어지는 하산 길은 연녹색으로 피어나는 어린 나뭇잎과 붉은빛 철쭉이 조화를 이루는 아름다운 숲길이다.

이 잔치에 어찌 그냥 돌아갈까! 능선에 누워 밤하늘의 별 따기를 할까? 아니면 여기서 살까? 아쉬움을 뒤로한 채 내려온 하산길 끝자락에서 답답한 등산화를 벗고 개울에 발을 담근다. 시린 발이 나른함을 일깨울 때 돌아본 황매산 자락으로 아쉬움과 안타까움이 너울져갔다. 바다를 이룬 철쭉이 생각나 다시금 행복에 젖어본다. 🌸



4 April 주요 기상정보 및 이슈

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3 제주4·3항쟁	4 청력 남부, 흠뻑 내린 봄비	5 식목일·한식	6	7 보건의 날 전국에 봄비	8	9 미세먼지+황사+안개로 답답한 주말
10	11	12	13 20대국회의원선거일 임시정부 수립기념일 봄비	14 황사, 미세먼지 나뭇	15	16 비와 강풍, 태풍급 봄바람
17	18 황사와 미세먼지	19 4.19혁명	20 곡우·장애인의 날	21 귀학의 날 제주도 지진 발생 ·한경면 고산 북서쪽에서 규모 2.7 지진 발생	22 청보통신의 날·지구의 날	23
24	25 봄의 날 제주도 지진 발생 ·북서쪽 해역에서 규모 2.3 지진 발생	26 나월 하순 역대 두 번째 더위 ·서울 29.6℃	27 경남 함천군 지진 발생 ·동쪽 16km 지역에서 규모 2.3의 지진 발생	28 추우공탄신일	29	30

평균기온 역대 최고 2위

- 이동성 고기압과 저기압의 영향으로 남서풍계열의 따뜻한 공기가 지속적으로 유입되어 전국 평균기온이 평년보다 1.6℃ 높았다.
 - 이동성 고기압이 우리나라를 통과한 후 그 후면으로 저기압이 통과하는 기압계가 자주 형성되어 남서풍계열의 따뜻한 공기가 지속적으로 유입되면서 기온이 크게 상승하였으며, 1973년 이래 최고기온 최고 4위를 기록하였음
 - 특히 26일에 남쪽에서 따뜻한 바람이 유입된 가운데 강한 일사까지 더해져 중부 내륙지방을 중심으로 30도 안팎의 고온 현상이 나타났음
 - ※ 동두천 30.9℃, 원주 30.0℃, 수원 29.7℃, 서울 29.6℃
 - 상층 한기의 유입이 매우 약했던 가운데, 남서쪽에서 다가오는 저기압의 영향으로 구름 낀 날씨 및 잦은 강수로 인해 최저기온이 큰 폭으로 올라, 1973년 이래 최저기온 최고 2위를 기록하였음
 - ※ 1973년 이래 최저기온 최고 1위: 1998년

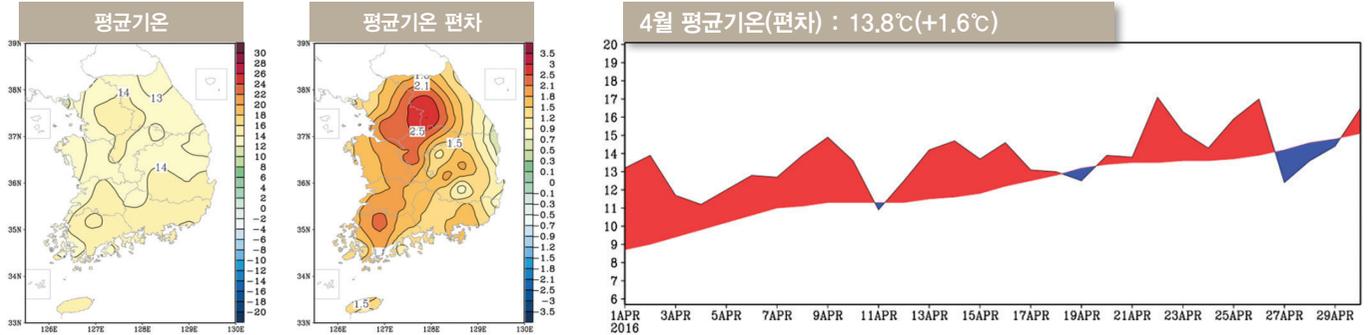
평년보다 많고 잦은 강수

- 이동성 고기압이 우리나라를 통과한 후 그 후면으로 저기압이 통과하는 기압계가 자주 형성되어 비가 자주 내렸고, 전국 강수량이 평년보다 많았다.(평년비 198%)
 - 3~4일 및 27일에 우리나라 남쪽해상을 지나는 저기압으로 인해 제주도와 남부 지방을 중심으로 비가 내렸음
 - 6~7일과 13일, 21일에 우리나라 남부를 지나는 저기압의 영향으로 전국적으로 비가 내렸음
 - 16~17일에 저기압이 우리나라 중부를 지나면서 전국적으로 많은 비가 내렸으며, 특히 강한 남서풍으로 다량의 수증기 유입과 지형적인 영향으로 제주도, 남해안 및 지리산 부근에 많은 비가 내렸음

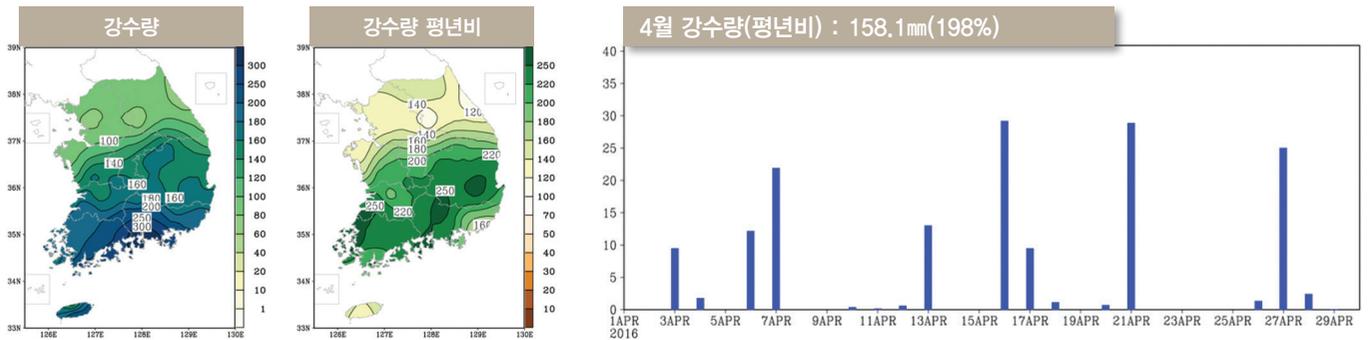


이상고온과 많은 강수

전국 45개 지점의 4월 (위)평균기온과 편차(°C) 분포도 및 평균기온(°C) 편차 일변화



강수량(mm)과 강수량 평년비(%) 및 강수량(mm) 일변화



1973년 이래 전국 평균의 4월 순위 현황

	1위	2위	3위	4위	5위					
평균기온(최고)(°C)	1998	14.9	2016	13.8	1994	13.7	2014	13.4	1989	13.4
평균최고기온(최고)(°C)	1994	20.7	1989	20.7	1998	20.6	2016	20.2	2001	20.0
평균최저기온(최고)(°C)	1998	10.0	2016	8.2	2014	7.6	2015	7.4	2003	7.3
강수량(최다)(mm)	1977	204.1	2003	190.8	1980	170.2	1974	163.8	2016	158.1
강수일수(최대)(일)	2015	14.2	1983	12.9	1998	11.7	2003	11.2	2016	11.1

※같은 극값이 2개 이상 존재할 때는 최근 값을 우선순위로 함(출처: 기후통계지침(2014.11.))

황사 발생

- 4월 전국 황사발생일수는 3.3일로 평년(2.5일)보다 0.8일 많았으며, 3~4월 전국 황사발생일수는 3.9일로, 평년(4.3일)보다 0.4일 적었음
- 몽골과 내몽골 고원 및 중국 북부에서 발원한 황사가 북서풍을 타고 이동하여 우리나라로 유입되면서 황사가 발생하였음
 - ※ 우리나라에 영향을 주는 황사 발원지의 상태는 평년에 비해 고온 건조하였으며, 특히 몽골과 내몽골 고원에서 황사가 많이 발생하였음
- 9~10일과 14일에는 우리나라 남부를 중심으로, 17일에는 서해안과 수도권을 중심으로, 22~25일에는 전국적으로 황사가 관측되었으며, 특히 23~24일에 400 μ g/m³ 안팎의 황사가 나타났음
 - ※ 황사는 전국 13개 목측관측 지점에서 관측한 자료를 사용함

사진으로 보는 기상청 소식



기상청 청렴추진 전담요원 워크숍(4.4)

기상청의 조직문화·인사 등 청렴 분야에 현장감 있는 토론과 청렴도 향상 방안을 모색하기 위해 청렴추진 전담요원 워크숍을 개최하였다. 이번 워크숍을 통해 청렴의지를 표명하고 청렴문화와 조직문화 개선에 적극적으로 임할 것을 다짐했다.

기상청은 신속하고 정확하며 가치 있는 기상서비스를 실현하기 위하여 오늘도 최선을 다하고 있습니다.

매일 새롭게 변모하는 기상청의 살아있는 모습을 사진으로 전합니다.

ㅣ 편집단



'수문기상협력센터 2주년 연구성과 발표회' 개최(4.7)

기상청은 한국수자원공사, 한국농어촌공사와 함께 '수문기상협력센터 2주년을 기념하는 연구성과 발표회'를 개최하였다. 이번 발표회는 전문가 50여 명이 참석해 주요 성과를 공유하고 핵심과제를 발표, 시스템 시연·전시 등의 시간을 가졌다.



제8차 한·호주 기상협력회의 개최(4.5)

기상청(청장 고유화)은 지난 4월 5일, 제8차 한·호주 기상협력회의를 개최하였다. 이번 기상협력회의에서는 해양기상서비스, 지구대기감시, 차세대 위성데이터 분석 및 훈련 협력에 대한 신규 의제를 채택하고 그에 따른 양국 간의 협력활동 등에 대한 논의가 이뤄졌다.



기상학회와의 주요 정책현안 간담회 개최(4.8)

기상청과 기상학회 30여 명이 참석한 가운데 주요 정책현안 간담회를 개최하였다. 이번 간담회에서는 영향예보 추진계획과 주요 기상정책현안을 소개하고, 기상학계의 학문적 의견 청취 및 공감대 형성 등 학계 전문가들과의 소통을 위해 마련되었다.

Photo News



‘기상레이더 자료활용능력 향상과정’운영(4.18)

아시아, 아프리카, 오세아니아 9개국 기상청 직원 10명을 대상으로 ‘기상레이더 자료활용능력 향상과정’을 운영한다. 이번 교육과정은 개발도상국의 레이더 자료 분석능력 향상을 통한 위험기상 탐지역량을 강화하고자 마련되었다.



‘2016년 상반기 날씨경영(건설업) 지식토론회’ 개최(4.27)

기상청과 한국기상산업진흥원은 공군회관에서 ‘2016년 상반기 날씨경영(건설업) 지식토론회’를 개최하였다. 이번 토론회는 산·학·연·관 관계자 70여 명이 참석하여 건설업계의 효과적인 기상정보 활용 및 날씨경영에 대해 논의를 나눴다.



2016년 상반기 기상홍보실무단 워크숍 개최(4.21~4.22)

기상홍보실무단이 한자리에 모여 홍보방안에 대한 이야기를 나눴다. 언론의 이해와 더불어 올해 정책홍보계획 및 평가방안에 대한 토의와 카드뉴스 만들기 등 홍보역량을 강화하는 시간을 가졌다.



황교안 국무총리, 기상청 국가기상센터 방문(4.29)

황교안 국무총리가 기상청 국가기상센터를 방문하여, 전국 예보 생산 현장을 점검하였다. 특히, 황 총리는 황사와 미세먼지 등 기상예보의 정확도 향상과 다양한 매체를 통해 국민께 실시간 정보가 제공될 수 있도록 최선의 노력을 다해줄 것을 당부했다.



독자마당

하던 일을 잠시 멈추고 머리 좀 식히면 어떨까요? 「하늘사랑」도 읽고, 상품도 타고, 스트레스도 풀고~♪

퀴즈 참여 방법

퀴즈 정답은 5월 25일까지 전자우편(kmanews@korea.kr)으로 보내주시면 됩니다.
이름·주소·우편번호·전화번호를 꼭 적어주시기 바랍니다.

원고 기고 방법

여러분의 원고를 기다립니다. 원고 분량은 200자 원고지 15매 정도(아래한글 10point, 줄 간격 160%, A4용지 1장 반 정도)이고, 매월 20일까지 보내주시면 됩니다. 글과 관련된 사진이 있으면 더욱 좋습니다. 채택된 외부기고에 대해서는 소정의 상품이나 원고료를 드립니다.

Q&A



비가 오려 할 때 팔·다리가 저리는 것은 근거 있는 것일까?

남북 전쟁 당시 미국의 미첼 박사는 포탄에 맞아 다리를 자른 한 장군을 치료하고 있었다. 그런데 이 장군이 심한 통증을 호소할 때면 어김없이 기압이 떨어지면서 기온과 습도가 오르고, 비를 동반하는 폭풍우가 다가오는 것이었다. 이를 이상히 여긴 그는 이때부터 날씨와 건강이 밀접한 관련이 있다는 가설을 세우고 연구를 시작하였다. 그리고 이 가설은 뒷날 펜실베이니아 대학병원의 홀란더 박사에 의해 입증되었다. 홀란더 박사는 인공기상실에 인위적으로 기상환경을 만든 다음에 그 안에 관절염 환자들을 수용했다. 그런 다음 기압을 떨어뜨리면서 점차 습도를 증가시키는 실험을 하였다. 그러자 대부분의 환자들이 앞을 다투어 통증을 호소하기 시작했으며, 어떤 환자들은 관절이 부어오르는 모습도 있었다. 기상상태를 다시 정상으로 되돌리자 통증을 호소하는 환자들도 줄어들었고, 부어올랐던 관절의 부기도 점차 빠지기 시작했다. 이 실험을 통해 비가 오기 전의 기압 강하와 습도 증가가 관절염 환자들에게 실제로 영향을 준다는 것이 증명된 것이다.

QUIZ

1. 궁중에서 왕비들의 머리 꾸밀 때 쓰이는 장식품의 이름은?

- ① 약장 ② 어진 ③ 무산향 ④ 딸장

2. 다음 중 절기 '입하'와 관련된 단어가 아닌 것은?

- ① 모과 ② 지렁이 ③ 참외 ④ 청개구리

지난달 퀴즈 정답

1. ② 모지스
2. ③ 벨기에 브뤼셀

지난달 퀴즈 정답자

김진아(안양) 최영지(대구)
박지영(부산) 김혜선(안성)
이종호(인천)

인사발령

내용	일자	소속		직급(직위)	성명
승진	4. 1	예보국	국가태풍센터	기상사무관	김환승
휴직	4. 1	예보국	국가태풍센터	기상사무관	변건영
휴직연장	4. 7	기상청		기술서기관	이용섭
임용	4. 13	예보국	방재기상팀	기상사무관	오태석
		국립기상과학원	수치모델연구부 수치자료응용과	기상연구관	박세영
	4. 16	기후과학국	기후예측과	기상사무관	임보영
		기상레이더센터	레이더운영과	기상사무관	국봉재
		기상레이더센터	레이더분석과	기상연구관	정성화
전보	4. 16	국가기상위성센터	위성분석과	기상연구관	류근혁
		국가기상위성센터	위성기획과	기상사무관	박윤호
퇴직	4. 18	국가기상위성센터	위성운영과	기상사무관	허철운
퇴직	4. 18	제주지방기상청	예보과	기상사무관	최대범

— 아 이 가 행 복 해 지 는 시 선 맞 춤 —
**7월, 맞춤형 보육이
시행됩니다**



“ **5월 20일부터 신청하세요!** ”

맞춤형 보육이란? 아이와 부모의 보육필요에 맞는 다양한 보육서비스를 이용할 수 있도록 하는 제도입니다.

신청대상	신청장소
어린이집을 이용하는 2013년생 1월1일 이후 출생 (만0~2세반) 아동	방문신청 읍·면·동 주민센터 온 라 인 www.bokjiro.go.kr

맞춤형 보육서비스

보육서비스 유형	이용시간 및 대상
종일반 서비스	이용시간 7:30 ~ 19:30 이용대상 취업, 구직(취업준비), 장애, 다자녀, 임신, 한부모, 조손가정, 입원, 학업, 생계·의료급여 수급, 다문화 등 장시간 어린이집 이용이 필요한 아이와 부모
맞춤반 서비스	이용시간 9:00 ~ 15:00 + 긴급보육바우처(15시간) 이용대상 종일반 외 어린이집 이용이 적정시간 필요한 아이와 부모

상담문의 ☎ 보건복지부 콜센터 129, 1644-3558(5.10~7.29) ☎ 맞춤형보육 홈페이지
📍 아동의 주소지 관할 읍·면·동 주민센터 (www.goodchildcare.kr)

NEWSTAY 새로운 주거문화의 시작

아이는 즐겁고, 엄마는 걱정없어요

분양주택 수준의 새집에서 8년 동안 안심하고 살게 됩니다

- 8년간 내 집처럼, 이사 걱정없이 오래오래
- 연 5%이내로 임대료 인상이 제한, 임대료 부담없게
- 육아, 청소, 교육 등 토탈 주거 서비스로 편리하게
- 연말까지 12,000호 모집
(서울, 인천, 대구, 수원, 화성, 진천 등)
www.molit.go.kr/newstay/

