

한우 자조금

www.hanwooboard.or.kr

2013년 10월호

기획특집

추석이후 한우가격 지지방안

릴레이 인터뷰

이군현 국회 예산결산위원회 위원장

이슈

1. 지자체별 한우경진대회
2. 가을축제 이모저모

한우자조금 이렇게 쓰입니다



CONTENTS

한우지조금 2013. 10



기획특집 03-05

추석이후 한우가격 지지방안

포커스 06-07

마블링의 오해와 진실

릴레이 인터뷰 08-09

이군현 국회 예산결산위원회 위원장

이슈 10-13

1. 지자체별 한우경진대회
2. 가을축제 이모저모

Information 14-18

한우자조금 이렇게 씁니다

KREI 축산관측 19

10월 한우 수급동향과 전망

무엇이든 물어보세요 20-21

울긋불긋 고운자태 단풍에 눈이 멀다

Bravo! Life 22

생활습관 교정으로 고혈압을 잡아라!

PPL&애독자코너 23

한우지조금

등록번호 114-82-61108

비매품 제9권 통권 제96호 발행일 2013년 10월 5일 발행인 한우자조금관리위원회 _서울시 서초구 서초동 1628-60 커피아회관 3층 기획총무부 Tel : 02-522-4292~3 Fax : 02-522-3605
2층 홍보마케팅부 교육조사부 Tel : 02-522-3607~8 Fax : 02-522-4314 발행처 전국한우협회 _서울시 서초구 서초1동 1621-19 제2축산회관 2층 Tel : 02-525-1053 Fax : 02-525-1054
※본지는 한국간행물윤리위원회의 윤리강령 및 실천요강을 준수합니다. ※본지에 실린 기사와 사진, 그림 등은 무단으로 복제·전재할 수 없습니다.

추석명절 반짝 회복세이후 약세 전망 소비촉진이 관건

지난 추석 반짝 회복세를 보였던 한우가격이 약세에 접어들 것이란 전망이 나오고 있다. 추석 특수를 거치면서 도축물량은 크게 늘었지만 소비는 이를 충족시키지 못했다는 것이다. 이에 따라 지속적인 소비촉진 행사가 하반기 한우가격의 회복을 가를 중요한 열쇠가 될 것이라 분석이다. 특히 한우산업의 지속적인 발전을 위해서는 기존 소비촉진 행사를 지속하는 가운데 새로운 수요처 발굴도 병행, 장단기적인 수급의 안정화가 요구된다는 것이다.

새로운 수요처 발굴 · 장단기 수급안정화 요구

추석이후 한우가격 '하락' 예고

추석이후 올 하반기 한우가격이 하락세에 접어들 것이라 유통업체의 예측이 지배적이다. 지난 추석 과일가격 급등, 일본 원전사고에 따른 수산물 기피로 축산물 수요가 크게 늘 것으로 예상됐지만 실상 기대했던 만큼의 신장세는 없었다고 유통업계 관계자들은 전한다. 추

석을 일주일 앞둔 시점부터 오르기 시작한 한우가격이 오히려 소비 심리를 위축시켰다는 것이다.

이에 따라 유통업체에서는 지난 추석 한우 판매에 대해 소폭의 신장세를 기록했지만 예상했던 만큼 판매가 이뤄지지 못해 재고에 여유가 있다고 전하고 있다. 특히 냉장 판매가 부진해 당분간 추가 물량 확보는 어려울 것이라 밝혔다.

홈플러스 관계자는 “이번 추석에 시장 수요와 상관없이 대체 수요가 클 것이라 예측이 나오면서 한우 가격이 급격히 올랐다”며 “몇 달 새 30~40%가 오르면 소비자가 외면할 수밖에 없었고 결국 판매부진으로 이어졌다”고 말했다.

이마트 관계자도 “시장에 나온 물량은 많고, 가격이 크게 올라 판매가 기대에 못 미쳤다”며 “추석 이후 한우가격은 하락할 것으로 보인다”고 밝혔다.



소비처 지속 확대해야

이에 따라 전문가들은 추석 이후 회복세를 보였던 한우 산지·도매가격이 경기불황과 도축마릿수 증가로 인해 하락세로 돌아설 것이라 전망하며 철저한 수급관리와 지속적인 소비촉진 활동이 필요하다고 강조했다.

농협경제연구소는 이에 따라 농가의 홍수출하 자제와 합리적인 출하, 소비촉진 활동의 지속 전개 등이 요구된다고 밝혔다.

6월 한우 사육마릿수가 지난 3월대비 3.5% 증가한 295만마리로 나타났으며 지난 1~7월 배합사료 누적량이 지난해 같은 기간보다 3.2%나 증가했기 때문이다. 또한 9~11월 도축출하 대기물량도 지난해 같은 기간보다 4%나 늘어난 28만마리로 예상돼 합리적인 대응이 필요하다는 것이다.

황명철 농협경제연구소 축산경제연구실장은 “추석 이후 한우 가격 하락 징후가 곳곳에서 나타나고 있다”며 “자조금을 활용한 지속적인 소비촉진 활동과 농가의 홍수출하 자제 노력 등이 요구된다”고 말했다.

한국농촌경제연구원 역시 지난달 27일 ‘한육우 사육과 가격 동향 및 전망’을 통해 이달 이후 한우 도매가격이 kg당 지육 평균 1만2,000~1만3,000원으로 지난해 평균인 1만2,567원 수준이 될 것이라 예측했다. 또 4분기 공급량과 관련해 국내산 쇠고기 공급이 지난해보다 3~5% 증가해 수입이 감소하고 있는 추세를 감안하더라도 국내 쇠고기 총 공급량은 지난해보다 증가할 것으로 내다봤다. 소비가 크게 확대되지 않고 있는 가운데 공급량은 증



가해 가격이 지난해 수준에서 제자리걸음을 할 것이라 예측이다. 하지만 이는 평년 평균 1만3,584원에 비해 1,000원 이상 낮은 가격으로 굳이 추석 성수기 가격과 비교하지 않더라도 농가에서 하락세로 느끼기 충분하다.

이어 농경연은 지난 1일 농정포커스 ‘2014년 이후 한육우 사육과 가격 전망’을 통해 “사육마릿수 등 외연적 확대를 지속해 온 한우산업이 지난 2011년 이후 지속적인 경기불황을 겪고 있다”며 “암소감축, 번식의향 감소 등으로 장기적으로 수급 및 가격 안정화 과정에 접어든 만큼 지속적인 소비촉진 활동을 전개하는 동시에 새로운 수요처 발굴에 노력해야 한다”고 전했다.

특히 지난 2년간 활발히 진행된 한우고기 소비촉진 행사가 한우가격 폭락을 일정부분 저지했다는 점을 주지하며 한우고기 소비 위축을 경계하고 미경산우 브랜드, 학교 급식 활성화 등 안정적인

수요처 발굴과 수출 등 새로운 수요처 발굴 노력이 필요하다고 강조했다.

신개념 유통채널 진출로 소비저변 확대

농협도 한우가격 안정의 핵심은 소비 저변 확대에 있다고 판단, 축산물 소비 확대에 전력기로 했다. 기존에 전국적으로 실시돼 온 할인행사 등 소비촉진행사를 지속하는 동시에 깔없는 정육점, 즉석가공품 판매점, 실시간 인터넷방송 쇼핑몰 등 신개념 유통채널 진출을 통해 소비자 장바구니 부담을 덜면서 축산

농가의 경영난 극복의 돌파구를 찾겠다는 것이다.

이를 위해 농협은 우선적으로 올해 대도시를 중심으로 깔없는 정육점을 150개소 신설하고, 2016년까지 450개소로 확대할 계획이라 밝혔다. 또한 축산물위생관리법 개정에 맞춰 올해 즉석가공품 판매점 10개소를 시범운영한 후 2016년까지 안심 축산물전문점, 목우촌 가맹점, 축협판매장 등을 대상으로 80개소까지 늘릴 예정이다. 이와 함께 오는 11월 안심축산 사이버장터를 개설, 현재 판매가격의 45.3%를 차지하는 유통비용을 30%선까지 낮춘다는 목표다. ☺

인터뷰

김홍길 한우자조금 관리위원

“장기적·지속적 소비촉진행사 전개해야 농가 수급 조절노력도 필요”

“한우가격 안정화를 위해서는 장기적인 소비촉진 행사가 강력히 전개돼야 합니다. 소비시장이 확대되지 않는다면 한우산업의 안정은 기대하기 어렵습니다.”

김홍길 관리위원은 추석 이후 한우가격 하락이 예견되고 있는 가운데 한우가격 지지를 위해서는 지속적인 소비촉진 활동이 필요하다는 이 같이 밝혔다.

김 위원은 이를 위해 이달 18~20일 대구에서 열리는 아줌마축제와 롯데백화점 대구역점 앞에서 대단위 소비촉진 행사를 계획하고 있다. 정부와 중앙회뿐 아니라 지자체, 도지회, 시·군지부 차원도 소비 확대 노력이 함께 해야 전국 단위 소비촉진 활동이 탄력을 받을 수 있다는 것이다.

이와 함께 수급 조절을 위한 농가의 노력도 강조했다.

“추석 전과 달리 지금은 소 출하가 많지 않습니다. 성수기에만 물량이 몰리고, 비수기에는 농가에서 출하를 자제하는 것이죠. 이럴 경우 일시적으로 일부 농가에서 이익을 볼 수도 있지만 장기적으로 산업에 도움이 되지 못할뿐더러 가격 불안정으로 개인에게도 손해가 됩니다.”

김 위원은 한우가격 지지를 위해서는 생산농가 스스로의 수급조절 노력이 함께 어우러져야 소비촉진 행사도 더욱 빛을 발할 수 있다는 것이다.





날씬한 몸매를 원한다면 한우고기

주선태 교수(경상대 축산학과, 필명 : 필로)

※ 이 기고는 한우자조금관리위원회의 연구용역의 일환으로 제작한 '한우고기 예찬' 중 일부내용을 발췌한 것으로 연속 연재하고 있습니다. 또한 한우자조금은 이번 연구내용을 책자로 발간해 소비자에게 왜곡된 한우의 이미지를 개선하고 있습니다.

일반적으로 비만이 되지 않으려면 가급적 고칼로리나 고지방 식품을 피하고 고단백질, 고섬유질 식품 위주로 식사를 하는 것이 좋다. 그래서 최근에는 고단백질인 닭가슴살과 고섬유질인 고구마가 다이어트에 좋은 식품이라고 많이 알려져 있다. 그런데 사실 한우고기도 닭가슴살과 동일한 효과를 볼 수 있는 고단백질 부위가 많이 있다. 물론 한우고기 하면 마블링이 좋은 꽃등심이 먼저 머리에 떠오르기 때문에 지방함량이 많다고 오해할 수 있지만, 지방함량이 적은 안심, 우둔, 설도, 사태 같은 부위는 닭가슴살에 버금가는 고단백질을 자랑한다. 특히, 이런 부위에는 식욕을 조절하는 아연, 철분, 비타민 등이 월등히 많아 오히려 더 다이어트에 좋다고 할 수 있다.

안심·우둔·설도·사태 부위, 닭가슴살 버금가는 고단백질

고단백질 식단이 고탄수화물 식단에 비해 다이어트 효과가 좋다는 것은 이미 과학적으로 잘 밝혀져 있다. 특히 비만한 대사증후군 환자들을 대상으로 실험을 하면, 고단백질 식이요법의 효과가 드라마틱하게 나타난다. 즉, 단백질 비율을 높인 식이요법

을 한 그룹이 그렇지 않은 그룹보다 체중 감량 속도가 월등히 빠르게 나타나는 것이다. 이것은 비만한 사람들은 전체 몸무게를 줄이는 것보다 체지방을 줄이는 것이 더 중요하기 때문인데, 고단백질 고탄수화물 식사에 비해 식사가 체지방 감소에 효과적으로 작용한 결과다. 단백질이 탄수화물이나 지방보다 체중감량 효과가 크다는 말이다.

단백질의 열량(4kcal/g)은 탄수화물(4kcal/g)이나 지방(9kcal/g)과 비교할 때 같은 열량이라도 체내에서 에너지 형태로 더 많이 사용되는 반면, 몸안에 저장되는 비율은 낮다. 또한 단백질은 같은 양을 먹어도 허기를 덜 느끼게 하는데, 그 이유는 단백질이 다른 영양소보다 뇌에 '먹기 중단' 신호를 더 빨리 보내기 때문이다. 따라서 비만하여 다이어트가 필요한 사람은 한우고기와 같은 고단백질 식품으로 다이어트를 실시하는 것이 훨씬 효과적이다. 물론 일반인들도 식사를 할 때 단백질 함량을 높이고, 탄수화물과 지방 비율을 줄이면 체중감량과 유지에 큰 도움이 된다.

기름에 튀긴 패스트푸드·가공식품이 문제

현재 우리나라 국민들의 평균 에너지 섭취비율은

비교적 바람직한 것으로 보인다. 한국인의 성인을 기준으로 평균 섭취 열량은 남성이 2,500kcal이고 여성은 2,000kcal이다. 그리고 국민건강영양조사에 따르면, 한국인의 영양 섭취 비율은 단백질 20%, 탄수화물 60%, 지방 20%로 권장량에 근접한 수준이다. 따라서 필로는 우리나라 사람들이 비만과 관련해서 정말 걱정해야 할 식품은 한우고기와 같은 자연식품소재가 아니라고 생각한다. 우리가 진짜 걱정해야 할 식품들은 기름에 튀긴 패스트푸드나 가공식품들, 특히 건강에 좋다고 생각하여 많이 섭취하는 저지방 고탄수화물 식품들이다.

우리나라의 전통적인 식단은 밥과 된장국, 김치와 나물 등 고섬유질, 저지방으로 구성되어 있다. 그러나 최근에 식사가 서구화되어 가면서 비만이 문제되자 고칼로리나 고지방 식단이 문제가 된 것이다. 여기서 필로가 강조하고자 하는 점은 비만의 원인이 되는 고칼로리나 고지방 식품은 일반적으로 기름에 튀긴 음식이나 인스턴트식품들이라는 것이다. 불에 굽거나 물에 삶아 기름기를 빼고 먹는 천연자연식품인 한우고기는 비만과 별로 관계가 없다는 말이다. 예를 들어, 기름에 튀긴 쇠고기 패티로 만든 햄버거나 통닭, 감자튀김 등을 당분이 들어 있는 콜라와 함께 먹으면 고칼로리 고지방이 맞다. 하지만 숯불에 잘 구운 한우등심을 고섬유질의 채소와 함께 먹는 것이나 각종 식물성 재료들과 함께 장시간 고온가습 조리한 한우갈비찜을 먹는 것을 고칼로리 고지방 식사라고 할 수는 없다는 말이다.

아이들 고열량 주범은 당분

문제는 저지방이라고 선전하는 고탄수화물의 가공식품들이다. 빠른 시간 내에 비만이 되고자 하는 사람에게 고당분 식품보다 더 좋은 음식은 없다. 식사를 통하여 섭취된 여분의 당분은 모두 아세틸코에이(Acetyl Coenzyme A)를 경유하여 중성지방이 되어 체내에 축적되기 때문이다. 특히 당분 중에서도 설탕은 중성지방을 만드는 효과가 탁월하다. 따

라서 빨리 비만이 되고 싶다면 설탕이 많이 들어간 식품의 섭취를 최대한 늘리고, 음식을 조리할 때도 가급적 설탕을 많이 넣는 것이 좋다.

대부분의 인스턴트식품은 무엇보다도 당분 함량이 많아 칼로리가 높은 편이다. 제조과정에서 맛을 증진시키기 위해 백설탕을 많이 사용하기 때문이다. 인스턴트식품뿐만 아니라 커피, 탄산음료, 술 등을 통해 설탕이 과잉 섭취되면 비만은 물론 당뇨, 심장병, 동맥 경화 등에 걸리기 쉽다. 특히 오늘날 우리나라 소아비만의 주범은 당분이라고 해도 과언이 아니다. 어린아이들이 즐겨먹는 과자류는 기름에 튀기거나 설탕을 묻혀놓은 것이 대부분이며 탄산음료수 등에도 당분은 빠지지 않고 들어 있다. 우리 아이들에게 고열량을 공급하는 주범은 마블링이 좋은 한우고기의 지방이 아니고 당분이라는 말이다.

한우고기 마블링은 몸에 좋은 천연자연식품

성인의 경우도 마찬가지다. 하루에 습관적으로 몇 잔씩 마시는 커피에도 필요 이상의 설탕이 들어 있으며 각종 주류도 고열량 음료이다. 그러므로 필로의 결론은 이렇다. 비만의 핑계를 많이 먹지도 않는 한우고기의 마블링 같은 동물성 지방으로 돌리면 안 된다. 만약 고기를 많이 먹지 않는 한국인이 비만이 되었다면, 그건 열량이 높은 다른 식품들을 필요 이상으로 많이 섭취했기 때문이다. 특히 기름에 튀기고 당분을 많이 함유하고 있는 인스턴트식품이 고칼로리 식품으로 비만의 주범이다. 늦은 밤에 야식으로 먹는 라면, TV를 보면서 습관적으로 먹는 스낵, 당이 많이 들어 있는 음료수 등이 비만의 주범인 것이다. 그러니 괜히 천연자연식품인 한우고기의 우수한 마블링을 보고 비만의 원인이라는 누명을 씌우면 안 된다. 한우고기로 비만이 되기란 정말 힘든 일이다. 다이어트에 좋은 음식이기 때문이다. ☺

▶다음 호에 계속됩니다.

한우산업발전 예산 확대...경쟁력 강화 주력

국회의원 동참 한우시식회 · 할인판매 개최

소비촉진 효과 '톡톡'

전국적으로 폐업을 고심하는 농가가 늘어나고 있는 등 한우산업의 어려움은 생산자인 농가의 노력만으로는 해법을 찾기 어려운 상황으로 치닫고 있다. 이에 따라 정부와 소비자는 물론 국회 차원의 노력도 어느 때보다 절실해지고 있는 시점이다.

최근 이러한 한우 농가의 현안 해소를 위해 지난 9월 6일 소비 촉진 할인 행사(한우자조금 소식지 9월호 19면 참고)를 전개한 국회 예산결산위원회 이군현(새누리, 경남 고성·통영)의원을 만났다.



한우 소비촉진 행사를 국회에서 진행하는 등 이러한 행사를 진행하시게 된 이유는?

이번 행사는 한우 가격하락과 소비침체의 이중고를 겪으면서 어려움을 겪고 있는 전국의 한우농가에게 희망을 주고, 한우산업 안정화에 기여하기 위해 마련됐다. 특히 지난 7월 국회 앞에서 열린 '소값 회복 촉구 단식농성' 현장을 직접 방문해 전국한우협회 관계자로부터 한우농가의 절박한 목소리를 듣고 바로 농림축산식품부 장관과 협의한 후에 행사를 추진했다.

국회 후생관 앞마당에서 개최된 이번 한우 소비촉진 행사에는 농식품부 장관, 농협, 전국한우협회, 한우자조금, 소비자단체 등 관계자들과 국회의원들을 비롯해 약 1,200여명이 참석한 가운데 한우시식회를 통해 우수한 우리 한우의 맛을 알리고, 할인판매 2시간 만에 2,000만원 상당의 한우가 판매되는 등 소비촉진의 효과도 있어 매우 뜻 깊었다고 생각한다.

한우농가 폐업지원신청 2,100억원 규모 달해

FTA 피해보전직불금 확대 등 농가지원에 최선



국회 차원에서 한우산업 발전을 위한 계획이 있다면?

한우산업과 관련해 현재 국회에 제출된 2014년도 정부 예산안은 대략 3,725억원이지만 한우산업발전을 위해서는 예산 확대 등 노력이 더욱 필요할 것으로 보인다. 국회에서 조사료생산 기반확충사업과 농가사료 직거래활성화 등에 지원을 확대해 사료 가격을 안정시키는 한편 축사시설 현대화 등 한우 생산성 향상을 위한 지원 확대에도 힘을 계획이다.

또한 축산경영종합자금을 통한 한우농가 조직화 및 브랜드 경영체 활성화 등을 통해 한우산업 경쟁력을 높이는 데 적극 노력하겠다.



한우농가에 당부하고 싶은 말은?

사육마릿수 과잉으로 인한 공급 과잉과 경기침체에 따른 한우 소비 위축으로 인해 소값 하락 문제가 심각하다. 폐업지원신청이 24만마리, 2,100억원 규모에 이르는 등 한우농가의 어려움이 가중되고 있는 것을 실감할 수 있다.

FTA 피해보전직불금을 확대하는 등 한우농가에 대한 지원을 통해 피해가 최소화되고 조기에 경영이 안정될 수 있도록 예결위원장으로서 최선의 노력을 다하겠다. ㉞

지자체별 한우경진대회 개최 한우농가 개량의지 고취

전국대회는 격년제로 운영, 경기·경북지역 우수농가 시상

지난해 16년만에 부활한 한우 부문 최고의 권위를 자랑하는 전국한우경진대회가 올해는 열리지 않는다. 최근 농림축산식품부와 대회 실무추진위원들의 논의 결과 중앙대회는 격년제로 운영하기로 최종의견을 도출했기 때문이다.

하지만 지역별로 한우 우량 암소와 고급육 성적을 평가하는 행사는 지난해에 이어 올해도 여러 지자체에서 열릴 예정이다.

우선 경기지역의 경우 '2013년 경기도 한우경진대회'가 경기도 주최, 경기농협지역본부 주관으로 지난 9월 27~28일 이틀 동안 고양시 호수공원에서 열렸고, 경북은 지난 2일 안동에서 한우경진대회를 개최해 우열을 가렸다.

전북지역은 지난 8일 완주공설운동장에서 개량이 잘된 한우 암소와 우량 송아지 등을 선발했고, 경남지역에서는 지난 10일 고성축협 경매시장에서 우량 한우 품평회와 초음파 육질진단대회를 겸한 행사를 열었다.

강원지역도 이달 17일부터 이틀 동안 춘천시 근화동 옛 미군기지캠프페이지 터에서 한우·돼지 고급육 품평회와 한우암소경진대회, 축산물브랜드 시식 및 판매행사를 겸한 '2013 축산경진대회'를 연다.

또한 종축개량협회에서 진행하는 전국한우능력평가대회가 오는 28일 출하를 시작으로 30일 경매가 될 예정이다.

경기 G-페스티벌과 함께 경진대회 개최

암소개량 우수개체 다량 출품...전국대회 우수성적 기대

경기도 최고의 한우를 선발하는 경기도 한우경진대회가 지난달 27일, 28일 양일간 2013년 경기축산 G-페스티벌이 열린 고양 꽃 박람회장에서 열렸다.

경산우, 미경산우, 암송아지, 농장부문 등 4개부문에서 총 72두가 참가한 가운데 양평 이길수씨가 경산우 부문 최우수상을 수상했다. 미경산우 부문에서는 이천축협이 최우수상을 암송아지부문에서는 안산시 김동수씨가 농장부문에서는 양평군 장석



명씨가 최고의 영예를 안았다. 우수상에는 광주 김성기씨(경산우), 가평 김태성씨(미경산우), 양평 최영채씨(암송아지), 화성 박광순씨(농장)가 각각 수상했다. 장려상은 파주 황동인씨(경산우), 여주 허범만씨(미경산우), 평택 허도희씨(암송아지), 용인 조성환씨(농장)가 수상했다.

이날 심사위원장을 맡은 중축개량협회 경기강원지부 정용호 지부장은 “올해 출품된 한우 중 암송아지와 미경산우 부문 출품우들의 발육이나 체형, 자

질면에서 상당히 우수한 개체들이 많았다. 전반적으로 개량에 대한 농가들의 노력을 엿볼 수 있었다”라며 “이번에 수상축들은 전국대회에 나가서도 우수한 성적을 거둘 수 있을 것으로 기대된다”고 말했다.

한편 이날 경진대회에서는 경기도 한우씨수소 생산시험축 전시를 비롯해 경기도 연천의 명성농장에서 사람을 잘 따르는 소 ‘다행이’를 선보여 관람객들에게 큰 인기를 끌었다.

경북 안동에서 한우경진대회 개최

고능력 한우 ‘한자리에’ ...경북한우 우수성 재확인



경상북도도는 지난 2일 안동에서 2013 경북한우 경진대회를 개최했다. 이번 대회는 한우농가의 개량의 욕 고취로 경쟁력을 강화하기 위해 개최했으며, 전국 유전능력 상위 50% 이내의 개체를 사전에 선발해 질병검사와 친자확인 등 철저한 행사준비로 고능력 한우가 대거 출품되어 열린 경합을 벌였다. 한우 총 72두가 출품되어 심사위원들의 엄격한 심사를 거쳐 심사를 통과한 12두를 선발했다. 최우수상은 경산우 부문 상주시 이재영씨가 수상했다. 미경산우 부문은 안동 최영모씨, 암송아지 부문 상주 김주식씨, 수송아지 부문 안동 권오순씨가 최고의 영예를 안았다.

우수상에는 칠곡 채종관씨(경산우), 군위 이수원씨(미경산우), 포항 김영석씨(암송아지), 상주 김의

재씨(수송아지)가 각각 수상했다. 장려상은 문경 양승남씨(경산우), 구미 김진씨(미경산우), 영주 이선미씨(암송아지), 의성 정현숙씨(수송아지)가 수상했다.

우수 시·군상에는 상주시가 최우수상을 안동시가 우수상을 수상했다.

한편 지난 9월 26일 농협 고령공판장에서 진행 된 고급육 품평회 입상내역은 경주시 이현우씨가 최우수상을, 경산시 성상열씨가 우수상을, 고령성주축협이 장려상을 각각 수상했다.

김관용 경상북도지사는 수상자들을 격려하면서 “이번 한우경진대회를 계기로 침체된 한우산업의 활로를 모색하고 경쟁력의 기초는 개량이라는 기본 명제를 확인하는 계기가 되었다”고 말했다. ☺

씹고 뜯고 맛보고 즐기자! 손길잡고 발길머무는 **가을축제**의 현장속으로

바야흐로 천고마비(天高馬肥)의 계절 가을. 가을은 또 축제의 계절이기도 하다. 10월 한 달간 전국 곳곳에서는 다양한 축제가 관람객들의 발길을 유혹한다. 깊어가는 가을 대한민국 구석구석 축제의 현장을 찾아가보자.

횡성한우축제

10.2~6

‘2013 횡성한우축제’가 지난 2일부터 6일까지 5일간 강원도 횡성군 횡성읍 섬강 둔치 일원에서 열렸다. 올해로 9회째를 맞은 횡성한우축제는 전국 최고의 한우브랜드 중 하나인 명품 횡성한우의 참맛을 즐기고 다양한 볼거리와 체험프로그램으로 가을철 가족나들이로 각광받고 있다. 횡성군은 이번 축제를 위해 섬강에 수상 레스토랑과 수상 카페, 수상 골프장, 나무다리 위 수상 포토존 등을 설치하고 맨손 송어잡기 등 물 위에서 즐길 수 있는 프로그램들을 대폭 확대했다. 또 족욕시설 두 곳을 설치하고 한우 햄버거 만들기, 소시지 시식, 워터볼 게임, 대형 수조 물고기 잡기, 행글라이더, 수상 자전거 등 다양한 체험 및 즐길 거리를 선보여 관람객들에게 호평을 얻었다. 한편 홍천에서도 지난 10일부터 13일까지 홍천한우인삼축제를 홍천군 토리숲 공원에서 개최해 한우할인판매 및 다양한 이벤트를 진행하며 한우축제로 자리매김했다.



기장 철마한우불고기축제

10.3~6



지난 3일부터 6일까지 4일간 청정자연 철마 장전천에서 개최한 기장 철마한우불고기축제는 단순한 먹거리 시식을 넘어 “온 몸으로 느끼는 오감만족 가을여행”이라고 행사목표를 정해 방문객들에게 신선한 한우의 맛을 즐기게 할 뿐만 아니라 가족들이 함께 온 몸으로 직접 체험하고 참여할 수 있는 행사들을 풍성하게 마련했다.

‘우공제’의 기원제례를 시작으로 개막식 및 축하 공연이 이어지고, 청정메뚜기잡기, 민물고기잡기 등 농촌체험행사와 철마한우 포토존을 설치해 아름다운 추억을 남길 수 있도록 했으며, 매일 경품권 추첨을 통해 푸짐한 상품도 증정했다.

봉계한우불고기축제

10.3~13

봉계한우불고기축제는 지난 3일부터 13일 까지 울산광역시 울주군 두동면 봉계리 경관단지 일대에서 개최됐다.

첫날 도축한 소의 뉘를 기리고 성공적인 축제를 기원하기 위한 천도제를 시작으로 막이 오른 봉계한우불고기축제는 '봉계달인을 찾아라', '한우 OX퀴즈', '한우 깜짝경매', '울주특산물 요리경연대회', '봉계한우요리경연대회', '가요제' 등 다채로운 프로그램이 관람객을 맞았다.

이밖에 지난 3일부터 6일까지 4일간 행사장 내에 마련된 먹거리광장에서 시중가보다 저렴한 가격으로 한우를 맛볼 수 있어 전국각지에서 온 관람객들에게 봉계한우의 우수성을 적극 홍보했다.



대숲맑은 담양한우축제

10.4~6

대나무의 고장 전남 담양에서 청정자연이 키워낸 담양한우의 참맛을 볼 수 있는 '제5회 대숲맑은 담양한우 축제'가 지난 4일부터 6일까지 죽녹원 앞 광장에서 열렸다. 올해로 5회째를 맞는 대숲맑은 담양한우축제는 대숲맑은 담양한우 품평대회와 함께 한우사랑 노래자랑, 인기 연예인의 축하공연 등 공연행사 등이 진행됐다. 축제장에는 담양군과 담양축협이 100%보증하는 담양한우만이 들어올 수 있기 때문에 관광객들이 안심하고 담양한우의 참맛을 맛볼 수 있었으며, 한우 시식코너에서 다트 추첨을 통해 한우 시식은 물론 선물까지 받는 행운도 선사했다. 특히, 축제 중간 중간 '경매'를 실시해 저렴한 가격에 최고급 품질의 '대숲맑은 담양 한우'를 구매할 수 있는 기회도 제공됐다. ☺



아직 끝나지 않은 10월 한우축제는?

앞서 소개한 한우축제들 뿐만 아니라 10월은 한우축제로 가득하다. 오는 18일부터 20일까지 문경한우축제가 문경새재공원에서 열린다. 한우부위 정량맞추기, 즉석경매, 요리특강 등 다채로운 행사가 방문객을 기다리고 있다.

오는 18일부터 27일까지 보은대추축제가 개최해 행사기간 중 민속소싸움대회를 같이 진행한다. 보은의 특산물인 대추축제

와 병행하는 이번 축제는 보은읍 뱃들공원과 속리산 일원에서 진행한다. 또한 충북한우사랑축제도 18일부터 21일까지 청주 용암동 하나로클럽 앞에서 개최해 저렴한 가격의 한우를 판매할 예정이다. 전북에서는 31일부터 11월 4일까지 정읍 전국민속소싸움대회가 정읍시 농경문화체험관에서 개최해 축제기간동안 저렴한 가격으로 한우를 맛볼 수 있다.



문경한우축제 10.18~20



보은소싸움대회 10.18~22



정읍소싸움대회 10.31~11.4

토종한우 칙소·흑우, ‘맛의 방주’ 등재

한국 토종 먹거리 8가지 중 한우 2종이 선정



‘맛의 방주(Ark of Taste)’에 토종 한우 ‘칙소’와 ‘흑우’가 목록에 등재됐다.

맛의 방주란 슬로푸드 국제 본부가 음식 문화 유산 소멸을 막고 세계 음식에 관심을 두자는 취지로 전통 종자를 보호하고 그 지역의 음식과 문화를 보존하는 활동으로 지난 1

일부터 6일까지 경기 남양주에서 슬로푸드대회를 개최해 맛의 방주를 소개했다. 현재 76개국 1,211종의 토종 종자와 음식이 ‘맛의 방주’ 목록에 등재됐다. 한국 음식과 종자가 오른 것은 이번이 처음이다.

칙소와 흑우는 우리나라 전통 한우로 꼽히고 있지만 일제시대 일본이 자국의 소인 화우를 개량하기 위해 대량 반출 및 도축되고 농가에서도 혼합종으로 인식해 사육을 기피하

고, 황우를 중심으로 사육함에 따라 그 개체수가 줄어 칙소는 400여 마리, 흑우는 1,500여 마리 가량 사육되고 있다.

축산업계 관계자는 “우리 토종 한우가 맛의 방주 목록에 등재된 것은 매우 기쁜 일”이라며 “멸종위기에 놓여있는 한우를 보존하기 위한 대책이 시급하며 앞으로 우리 소에 많은 관심을 보여주길 바란다.”고 전했다.

한편 이번 맛의 방주에 등선한 한국 토종음식 8가지는 칙소와 흑우를 비롯해 태안 자염, 장흥 돈차, 제주 푸른콩장, 진주 앓은뱅이밀, 울릉도 섬말나리, 연산 오계가 있다.㉮



축산물 ‘이미지 개선’...쉽고, 널리 알리자

Daum 웹툰 ‘돌판마을 석쇠부족’ 연재

축산물에 대한 부정적 인식을 개선하고자 한우자조금과 한돈자조금은 국내포털사이트인 Daum의 웹툰을 통해 우리 축산물의 다양한 정보를 제공한다.

남녀노소 연령을 불문하고 우리 축산물의 올바른 정보를 제공하고



우수성을 홍보하고자 Daum 웹툰 중 매주 금요일마다 ‘돌판마을 석쇠부족’이란 제목의 웹툰을 연재하는 것이 바로 그것. 10회 가량 연재될 예정이며 웹툰의 초반은 축산물의 올바른 이해를 다루고, 이 후 한우에 대한 정보를 제공한다.㉮

수입육보다는 우리한우가 ‘최고’

63빌딩 레스토랑에서 공동 프로모션 진행

한우자조금은 수입산 쇠고기의 소비를 지양하고, 이를 한우로 대체하여 한우 소비를 촉진하기 위한 일환으로 63빌딩 고층부 레스토랑과 공동 프로모션을 진행하고 있다.

지난 9월 1일부터 시작된 이번 프로모션은 이달 31일까지 진행되며, 다양한 한우 메뉴를 선보이는 것은 물론 추첨을 통한 한우 세트를 경품으로 증정하는 이벤트도 함께 실시하고 있다.

양식당 위킹온더클라우드에는 메인디쉬에 친숙한 한우 안심, 등심, 새우살 등 특수부위 1가지를 더해 제공하는 한우 스페셜 스테이크 코스 메뉴를 제공한다. 직화 숯불구이로 제공되는 스테이크가 부위별 각기 다른 식감과 풍미를 제공하며 넉넉한 양으로, 고기를 좋아하는 고객들에게 만족도가 높은 메뉴다. 그리고, 한우 스페셜 메뉴 주문 시 프리미엄 와인 두 잔을 무료로 제공한다.

중식당 백리향에서는 시진핑 중국 국가주석이 박 대통령에게 대접한 국빈 만찬메뉴를 재현했는데, 그 중 두지 소스로 맛을 낸 중국식 한우 안심스테이크를 메인 요리로 제공한다.

일식당 슈치쿠에서는 후쿠오카 전통방식의 한우등심 호우바 구이를 선보인다. 미소 소스에 재워둔 한우 등심을 물에 불린 일본 목련나무 잎에 올려 굽는 요리로, 일본 방사능 사태로 유려 돼 일본산 목련나무잎 대신 국내산 후박나무잎을 활용하고 있다.

프렌치 레스토랑 터치더스카이

에서는 점심메뉴에 한우 안심과 등심을 이용한 코스메뉴 2종을 선보인다.

또한, 이번 프로모션에서 선보이는 한우 메뉴를 주문하는 고객을 대상으로 일주일에 2명씩 추첨을 통해 한우자조금에서 제공하는 25만원 상당의 한우 정육세트를 증정하는 경품 행사도 진행된다.

한우자조금 서정훈 팀장은 “이번 공동 프로모션으로 한우 소비를 촉진하여 농가에 실질적인 도움을 줄 수 있기를 바란다.” 며 “한우로 준비한 다양한 메뉴들을 만나볼 수 있는 좋은 기회를 레스토랑을 찾는 고객들에게도 제공해드릴 수 있게 되어 기쁘다.” 전했다. ☺



우리동네 한우맛집을 소개합니다~

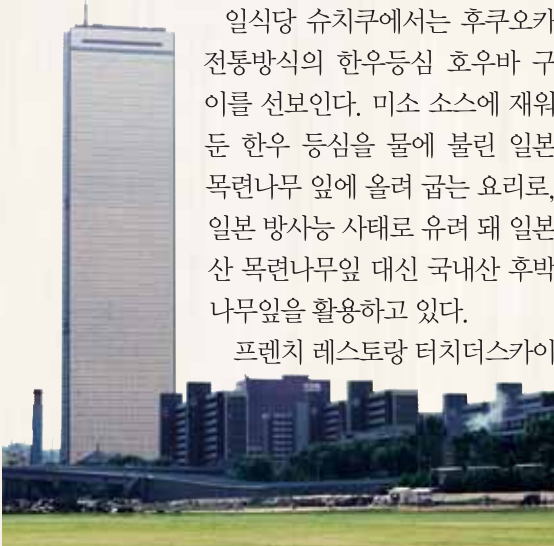
한우자조금, 오는 11월 29일까지 추가 접수

한우협회 시군지부 추천받아야

한우자조금은 소비자용 홈페이지(www.hanwoo114.co.kr)에서 한우협회 시군지부가 추천하는 한우맛집 인증 및 소개를 통해 소비자의 신뢰성 제고 및 소비촉진에 기여하고자 한다.

오는 11월 29일까지 추천서 및 신청서를 작성해 사진과 함께 이메일(hanwoo@hanwooboard.or.kr)로 발송하면 된다. 이 후 접수받은 한우맛집 내용은 ‘한우맛집탐방’이란 코너를 통해 게재되며, 페이스북 및 블로그 등을 통해 홍보할 예정이다.

한편 한우맛집 신청 시 수입산 쇠고기를 판매하면 삭제되며, 한우협회 시군지부가 인정할 수 있어야 한다. 자세한 내용은 한우자조금 홈페이지(www.hanwooboard.or.kr)내 공지사항을 참고하면 된다.



‘2013 한국국제축산박람회’ 성황리 폐막

228개업체 845개부스 전시...역대 ‘최대규모’ 축제

대한민국 축산업 현주소 확인 · 미래조망 ‘교류의 장’



‘2013 한국국제축산박람회 (KISTOCK 2013)’가 지난달 25~28일까지 나흘간 대구 EXCO 1층 전관 및 야외전시장에서 개최됐다.

행사를 주관한 한국낙농육우협회



손정렬 회장은 25일 개막식 축사에서 “국내유일의 국제축산박람회가 역대 최고규모로 개최돼 최신기술을 많이 선보여 우리나라 축산 발전에 더욱 의미있는 행사”라면서 “이번 박람회를 계기로 내일의 축산 발전을 위해 쉽 없이 경주해 나갈 것”이라고 말했다.

농식품부 여인홍 차관은 “우리나라 축산은 괄목할 만한 성장을 해왔고 성장속도도 빠르지만 안주하지 말아야 하며 위기는 또 닥칠 수 있어 대응을 잘해야 한다”고 말했다. 그는 또 “기후변화로 사료값이 들쭉날쭉 한데 제대로 대응하도록 해야 하며, 소비자들의 확고한 신용을 얻기 위해 친환경 축산에도 노력을 기울여야 한다”고 말했다.

농림축산식품부, (사)한국낙농육우협회, (사)대한한돈협회, (사)전국한우협회, (사)대한양계협회, (사)한국축산환경시설기계협회 등 축산생산자 5개 단체가 공동 주최하고 (사)한국낙농육우협회와 2013 한국국제축산박람회 추진위원회가 주관하는 KISTOCK2013은 ‘건강한 축산, 내일의 생명산업’

이라는 주제로 국내 228개 업체, 845개 부스에서 축산기계·자재를 선보이고 있다. 또한 전시규모가 2만1915㎡로 2011년보다 25%커진 역대 최대 규모로 치러져 축제의 한마당을 펼쳐졌다. 또한 연계학술행사를 하루 5회 이상 개최, 대구지역 주요 축산기업 견학 프로그램 운영, 경품행사, 경매행사, 건강검진 등 참관객이 즐길 수 있는 다양한 행사를 마련해 행사내실화에 만전을 기했다. 올해로 8회째를 맞는 KISTOCK2013은 박람회 규모와 비중이 커진 만큼 정부에서 공식시상 하는 서훈도 격이 높아져 종전 우수 전시업체 대상이 국무총리상에서 대통령 상으로 격상됐다.

한우자조금과 한우협회는 이번 국제축산박람회에서 별도 부스를 마련해 관람객을 대상으로 한우 우수성을 홍보하고, 룰렛이벤트 및 한우버거 시식회, 한우와 함께 사진찍기 등을 진행하는 한편 야외에서는 한우고기 할인판매와 한우불고기 시식회를 병행했다. ☺

우리축산물 퀴즈왕 선발대회 개최

우리 축산물, 올바르게 알고 건강하게 먹자

농림축산식품부와 축산물품질평가원은 '제4회 우리축산물 퀴즈왕 선발대회'를 지난 3일 경기도 과천시민회관 대체육관에서 개최했다.

이날 대회는 한우자조금이 주최하고 축산물품질평가원이 주관했으며 미래 소비자인 전국 초등학교를 대상으로 축산물등급제와 한우고기의 우수성을 홍보함으로써 우리 축산물에 대한 올바른 이해를 돕고 학부모에게 전파하기 위해 마련됐다.

온라인 예선전을 통과한 초등학교생 380명 중 본선 참가자 100명을 대상으로 한 대회에서 대상에는 개봉 초등학교 5학년 박채은 학생이 농림축산식품부



장관상을 수상했고, 부상으로 노트북과 손목시계가 수여됐다. 대상을 수여한 박채은 학생은 "2010년부터 4년동안 참가한 결과 마침내 오늘 대상을 수상했다"고 밝혔다.

한편 이날 행사에는 휴일을 맞아 전국에서 모인 많은 어린이들과 학부모들이 참석해 퀴즈대회를 비롯해 다양한 부대행사를 함께 즐겼다.㉸

제 6회 한우의 날 개최 안내

오는 31일부터 11월 1일까지 서울시청광장에서 개최



2013 제 6회 한우의 날이 오는 31일부터 11월 1일까지 2일간 서울시청광장에서 화려한 개막을 앞두고 있다. 한우자조금, 농림축산식품부, 서울시청이 주관하고, 농협중앙회와 한우협회가 주최하는 이번 행사는 '한우, 5천만 대한민국의 힘을 모으다'를 주제로 오전 10시부터 오후 8시까지 진행할 예정이다. 대한민국 황소상 시상식 및 나눔축산행사 등의

개막식을 시작으로 전국 최고의 한우를 모아 만든 팔도 한우 곰탕을 배식하며, KBS1 TV프로그램인 6시 내고향이 생방송으로 진행된다. 행사장에는 한우 직거래 장터가 대규모로 펼쳐져 저렴한 가격의 한우가 소비자를 기다리고 있으며, 다양한 부대

행사들이 준비해 행사장을 찾은 방문객들에게 즐거운 시간을 선사할 예정이다. 한편 이번 한우의 날에는 사전 예약 판매방식을 처음으로 도입할 예정으로 홈페이지 및 모바일로 구매예약을 할 수 있다. 또한 각 지역별 한우협회 도지회와 농·축협도 한우의 날을 맞아 저렴한 가격의 한우고기와 다양한 행사 등을 준비하고 있다.㉸

서울 청계광장에서 한우 직거래장터 열어

긋은 날씨에도 식지않는 ‘한우사랑’



“비오는 곳은 날씨에도 불구하고 많은 사람들이 찾아주셔서 놀라웠다”

추석을 맞아 서울 도심 한복판에서 개최된 한우 직거래장터에 참여한 한우 농가는 행사장을 찾은 분들에게 감사의 뜻을 전했다.

한우자조금은 추석을 맞아 지난 9월 11일부터 13일까지 서울 청계광장에서 ‘서울시민과 함께하는 추석맞이 한우 직거래장터’를 열었다. 안심, 등심과 같은 구이류와 추석 명절 차례상에 많이 쓰이는 국



거리와 불고기 등 부위별 최대 50% 할인 구매할 수 있는 기회라 소비자들로부터 관심을 끌었다.

이날 장터에는 비오는 날씨에도 불구하고 한우를 구매하려는 소비자들이 몰려 예정시간 보다 1시간 이른

10시부터 판매가 시작되었다. 행사 상품(1등급 기준)으로는 정육 100g 기준으로 안심 6,000원, 등심 6,500원, 채끝 5,000원, 갈비 7,000원, 양지 3,000원, 국거리와 불고기가 각각 2,000원, 사골 1,000원, 잡뼈 500원에 판매됐다.

한우자조금 강성기 위원장은 “즐거운 추석을 맞이 하도록 저렴한 가격에 한우를 판매하고자 직거래장터를 마련했다. 한우에게 보내준 사랑에 감사드리며, 앞으로도 한우에게 많은 성원을 부탁한다”고 밝혔다. ☺

한우시식회 및 할인판매



9.27~28 명랑대접축제(전남 진도)



9.27~29 와일드푸드축제(전북 완주)



9.27~28 경기G페스티벌(경기 고양)



10.1~6 천안향타령축제(충남 천안)



10.2~6 양양송이축제(강원 양양)



10.4~5 안동한우 한마음축제(경북 안동)

10월 한우수급 동향과 전망

10월 이후 한우 도매가격 전년대비 보합세 전망

9월 사육마릿수는 작년(314만마리) 대비 3.6% 감소한 303만마리(통계청 잠정치)이며, 6월 가임암소 마릿수는 작년(131만마리)보다 4.9% 감소한 124만마리이다. ☺

♣ 가격동향

송아지 : 9~11월 수송아지(6~7개월령) 가격은 작년보다 높게 형성될 전망

▷ (암송아지) 마리당 1,200천원 수준에서 상승 추세

* ('13.8월)1,064천원→(9월)1,176천원→(10.1)1,243천원

▷ (수송아지) 마리당 180~19만원 수준에서 보합세를 유지하고 있으나, 전반적으로 상승추세

* ('13.8월)1,914천원→(9월)2,063천원→(10.1)2,168천원

큰소 : 10월 이후 한우 도매가격 전년대비 보합세 전망

* 가격전망 : 10~11월(12,000~13,000원/kg)

◆ 육질 등급별 소득 추정(9월 도매가격 기준)

(단위 : 천원)

등급	도매가격(원/kg)	가격(A)(600kg)	2012년 경영비(B)(600kg)	소득(A-B)
1++	17,855	6,396	4,630	1,766
1+	16,074	5,758		1,128
1	14,674	5,256		626
2	11,899	4,262		-368
3	9,141	3,274		-1,356

◆ 한우 가격 및 출하동향(9월 기준) - 국내 소 도축 / 출하 현황 및 쇠고기 가격

(단위 : 원/kg)

구 분		평년 ('08~'12)	2012년		2013년		대비		
			8월 (A)	9월 (B)	8월 (C)	9월 (D)	C/A	D/B	
도축마릿수(마리) (일평균도축마릿수)		654,734 (2,480)	70,895 (3,223)	117,230 (5,862)	90,568 (4,313)	97,465 (5,415)	27.7 (33,8)	△16.9 (△7,6)	
경매마릿수(마리) (일평균경매마릿수)		246,000 (932)	33,717 (1,533)	40,949 (2,047)	42,798 (2,038)	38,727 (2,152)	26.9 (32,9)	△5.4 (5,1)	
도매시장 거래가격 (원/kg) (농가수취가격)	평균	14,167 (5,076)	12,890 (4,617)	13,865 (4,966)	12,695 (4,547)	14,043 (5,030)	△1.5	1.3	
	거세우	15,242 (5,478)	14,900 (5,355)	15,505 (5,572)	13,949 (5,013)	15,299 (5,498)	△6.4	△1.3	
	비거세우	10,913 (3,870)	9,417 (3,339)	10,884 (3,859)	9,716 (3,445)	11,210 (3,975)	3.2	3.0	
가축시장 거래가격 (천원/두)	암소		4,442	3,243	3,449	3,356	3,529	3.5	2.3
	송아지	암	1,983	986	968	1,011	1,176	2.5	21.5
		수	2,124	1,653	1,716	1,789	2,063	8.2	20.2
한우 불고기(1등급/kg)		33,287	31,370	32,580	29,030	31,610	△7.5	△3.0	
한우 등심(1등급/kg)		64,477	61,770	64,890	62,890	64,830	1.8	△0.1	

무엇이든 물어보세요!

울긋불긋 고운자태 단풍에 눈이 멀다

울긋불긋 고운자태 단풍에 눈이 멀다

청명한 가을 하늘 아래, 한들한들 피어있는 코스모스 길을 따라 걷고 싶은 요즘이다. 짙은 녹음으로 무성했던 산과 들판도 이제는 울긋불긋한 옷으로 갈아입을 채비를 한다. 가을하면 가장 먼저 떠오르는 것은 뭐니뭐니해도 '단풍'이다. 올 가을 단풍은 얼마나 고운 자태를 뽐낼까, 또 어느 곳을 찾아 단풍놀이를 즐길까 하는 생각이 앞선다.

[발췌 : YTN · 온케이웨더(www.onkweather.com)]

오매 단풍 들 것네

시인- 김영랑

"오매, 단풍 들것네."

장광에 골 붉은 감잎 날아오아

누이는 놀란 듯이 치어다보며

"오매, 단풍 들것네."

추석이 내일모레 기둘리니

바람이 자지어서 걱정이리

누이의 마음아 나를 보아라.

"오매, 단풍 들것네."



첫 단풍은 9월 28일 금강산부터 시작

올해 단풍은 예년보다 1~2일 정도 늦게 시작되지만 색은 고을 것으로 보인다.

기상청은 오늘 발표한 올가을 단풍 전망에서 이달 중순 기온이 예년보다 높을 것으로 보여 첫 단풍과 절정시기가 예년보다 1~2일 정도 늦어지겠다고 밝혔다. 하지만 이달 하순부터는 일교차가 크게 벌어지고 맑은 날이 많아 단풍 색은 예년보다 고을 것으로 전망했습니다.

첫 단풍은 9월 28일 금강산을 시작으로 설악산 9월 30일, 오대산 10월 4일, 북한산 10월 16일, 내장산 10월 21일로 예상됩니다.

단풍 절정기는 첫 단풍이 든 이후 약 2주 뒤로 중부지방과 지리산에서는 10월 중순 후반에서 하순, 남부지방은 10월 말에서 11월 상순쯤에 단풍이 절정을 이룰 것으로 전망된다.

최저기온 5℃ 아래로 내려가면 물들기 시작

‘단풍’이란 가을에 나뭇잎의 빛깔이 변화하는 현상을 말한다. 대개 일 최저기온이 5℃이하로 떨어지기 시작하면 단풍이 들기 시작한다.

기상청에 따르면 단풍의 시작 시기는 9월 상순 이후 기온이 높고 낮음에 따라 좌우되며, 일반적으로 기온이 낮을수록 단풍이 드는 시기가 빨라진다고 한다.

단풍은 기온이 떨어지면서 잎 속 엽록소의 분해로 노란 색소인 카로티노이드(Carotenoid) 색소가 드러나게 되면 노란색으로, 광합성 산물인 잎 속의 당분으로부터 많은 효소 화학반응을 거쳐 안토시아닌(Anthocyanin) 색소가 생성되면 붉은색으로 나타나게 된다. 타닌(Tannin)성 물질이 산화 중합돼 축적되면 갈색이 된다.

가을이 진행돼 기온이 0℃ 부근까지 떨어지면 나무는 엽록소 생산을 중단하고 잎 안에 ‘안토시아

닌’을 형성해 붉은색으로 변한다. 그리고 안토시아닌 색소를 만들지 못하는 나무들은 비교적 안정성이 있는 노란색과 오렌지색의 ‘카로틴’ 및 ‘크산토피’ 색소를 만들며 투명한 노란 잎으로 변한다. 또한 붉은색의 안토시아닌과 노란색의 카로틴이 혼합되면 화려한 주홍색이 된다. 이러한 것들이 바로 우리가 가을철에 볼 수 있는 단풍색인 것이다.

산꼭대기→계곡, 북쪽→남쪽 순

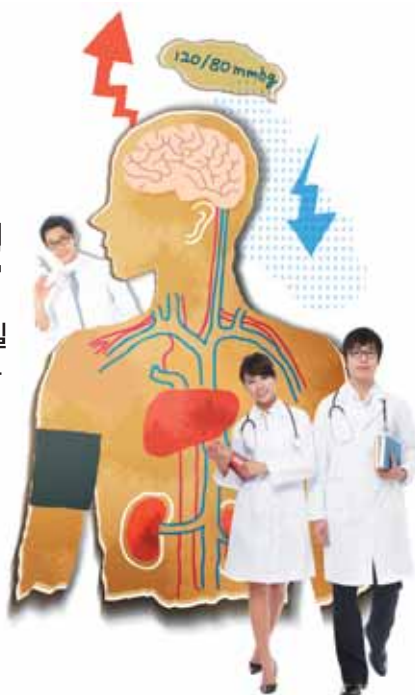
한편 단풍은 산꼭대기부터 시작해서 계곡으로 내려오고 북쪽에서 시작해서 남쪽으로 내려온다. 이것은 한랭한 기온 변화의 순서에 따른 것으로 볼 수 있다. 해마다 조금씩 차이가 있지만 우리나라는 대체로 10월 중·하순부터 11월 중순까지가 단풍의 절정 시기다. 지난해의 경우 설악산은 9월 25일, 오대산은 9월 27일에 첫 단풍이 관측됐다.

일교차가 크고 일조량이 많을수록 단풍의 색깔은 더 선명해지고 고와진다. 특히 단풍이 아름답게 물들기 위해서는 날씨가 건조해야 하며 0℃ 이하로 내려가지 않는 범위 내에서 공기가 차가워야 한다. ㉞

생활습관 교정으로 고혈압을 잡아라!

고혈압은 각종 성인병과 혈관질환의 원인이 되기도 하는 심각한 질병이다. 짜게 먹는 식습관과 스트레스, 비만, 운동 부족과 같은 생활 속 요인들이 고혈압의 주요한 원인이다. 고혈압은 당뇨, 고지혈증, 복부 비만 등과 더불어 성인병 및 혈관의 동맥경화증을 유발시키고 악화시키는 주요 원인이다. 고혈압의 주요 합병증으로 심근경색증·협심증을 포함한 관상동맥 질환, 심부전증, 심비대증, 뇌출혈·뇌경색 등의 중풍, 일과성 뇌허혈성 질환, 신부전 및 말초동맥 폐쇄성 질환, 눈의 안저동맥경화 및 출혈 등이 있다.

[발췌 : 국민건강보험 웹진]



‘침묵의 살인자’ 고혈압

고혈압은 위에 열거한 합병증과 연관된 흉통, 흉부 불편감, 호흡 곤란, 두근거림, 두통, 어지럼증, 운동 및 감각 이상, 부종, 사지의 파행증(claudication) 및 시력 이상 등의 증상이 있을 수도 있으나, 뚜렷한 증상을 동반하지 않을 수 있다. 이러한 이유로 고혈압을 일명 ‘침묵의 살인자’라고 부른다.

따라서 혈압은 평소에 늘 관심을 갖고 자가 측정을 통해 조금이라도 고혈압이 의심되면 조기에 적절한 비약물 및 약물 치료를 포함한 치료를 받아야 위험한 합병증이 발생하지 않는다.

특히 많은 고혈압 환자가 본태성 고혈압이므로 고혈압의 가족력이 있는 경우에는 더욱더 관심을 갖고 혈압을 측정해야 한다.

혈압은 일반적으로 하루에도 변화가 있을 수 있으므로, 고혈압의 자가 측정은 하루 한 번만 측정하기보다는 충분한 안정을 취한 후에 수차례(2~3차례) 혈압을 측정하는 것이 좋다. 자가측정으로도 고혈압 유무가 확실하지 않다면 24시간 고혈압 측정(24hour Ambulatory BP Monitoring; 24시간 ABP) 검사가 진단에 도움이 되기도 한다.

저강도 지속적 근지구력 운동 효과적

고혈압의 비약물적 치료로 저염식, 적절한 유산소 운동, 체중 조절(특히 복부 비만의 조절), 적절한 스트레스 관리, 금연 및 절주 등이 있으며 이러한 비약물적 치료로도 혈압이 140/90mmHg 이상이면 적극적으로 약물 치료를 고려해야 한다. 적절한 유산소 운동은 걷기, 자전거, 수영, 조깅 등 자신의 신체를 이용한 운동이 좋으며, 30~60분 내외로 일주일에 적어도 3일 이상 운동을 하는 것이 좋다. 계절에 따른 기온 변화를 고려하여 초봄이나 겨울 등 추운 시기의 아침에는 기온이 낮아져 혈압이 오를 위험성이 있으므로 운동을 피하는 것이 좋고, 무더운 여름에는 온도와 습도가 높아져 혈압이 급격하게 상승할 수 있으므로 낮 시간 운동은 피하도록 한다.

중증 고혈압이 아니면 적절한 근력 운동은 병행할 수가 있으나, 지나치게 무거운 근력 운동은 피하는 것이 좋으며, 적절한 무게로 횡수를 많이 하는 저강도의 지속적인 근지구력 운동이 적합하다. 근력 운동을 할 때는 늘 혈압의 변화를 측정하여 혈압 변화가 심하면 중단하고, 철봉에 거꾸로 매달리는 운동은 피하는 것이 좋다. ㉞

추석 TV프로그램에 한우가 가득!

한우자조금 다양한 PPL 진행, 한우선물세트홍보

추석을 맞아 준비한 다양한 TV프로그램에 한우가 가득했다. 한우자조금은 추석특집프로그램에 PPL을 진행해 시청자의 입맛을 돋우며, 한우소비촉진에 열을 올렸다. 직거래 장터 및 한우선물세트 등을 홍보하며, 다시금 한우의 우수성을 각인시켰다.

9.11 SBS 모닝와이드



저렴한 한우직거래장터를 홍보하며, 한우를 이용한 다양한 조리법을 소개했다.

9.12 KBS2 연예를 기대해



프로포즈, 부모님께 처음 인사드리러 갈 때 등 한우가 필요한 다양한 상황 등을 연출했다.

9.13 MBC 기분좋은날



채식주의에 따른 문제점을 제기하고, 균형잡힌 영양소 섭취를 위한 한우에 대해 소개한다.

한우선물세트 제공



9.19 KBS2 투혼



9.20 KBS2 놀이왕



9.21 SBS 스타킹



9.22 SBS 맘마미아



애독자코너

2013 제 6회 한우의 날이 서울 시청광장에서 '한우 5천만의 힘을 모으다'를 주제로 개최할 예정입니다. 각 지역 한우할인행사를 비롯해 팔도한우곰탕 배식, 황소상 시상식, TV프로그램 생방송 등 **다채로운 행사로 진행되는 이번 한우의 날은 언제일까지요?** 한우자조금 소식지 10월호 17페이지를 참고하시기 바라며 정답을 아시는 분은 한우협회, 한우자조금 홈페이지에 올려주세요. 우편접수도 가능하오니 아래 접수처를 참고하시기 바라며 반드시 전화번호를 같이 적어주시기 바랍니다. 정답을 게재하시는 분 중 추첨을 통해 5만원 상당의 송아지 설사 예방약을 드립니다.

한우자조금관리위원회 홈페이지
www.hanwooboard.or.kr

전국한우협회 홈페이지
www.ihanwoo.org

9월호 정답자분들
축하드립니다!

최승삼(충남 예산군), 박윤서(강원 홍천군), 김동배(경기 안성시),
오현재(전남 담양군), 이주희(경북 청도군), 김명준(경기 화성시)



한우자조금관리위원회

비즈니스계의 오스카상이라 불리는 2013 국제비즈니스대상(BA) 2개 부문 수상
(마케팅 부문 금상, 기업 커뮤니케이션/PR부문 은상)

한우자조금관리위원회
www.hanwooboard.or.kr

생각할수록...

영양이론을 생각하기 **한우**

해외시장이 주목하는 우리의 한우,
한우를 세계적인 명품으로 키우기 위해
한우자조금관리위원회가 함께합니다.

