



# 코람뉴스 (2020년10월)



Dr. Anthony Fauci (앤소니 파우치)      Dr. Robert Redfield (로버트 레드필드)

## COVID-19 또는 CORONA VIRUS PANDEMIC (코로나바이러스 팬데믹) 새로운 정보 :

Dr. Anthony Fauci (앤소니 파우치) 는 코비드 19 긴급 대응팀의 멤버로 국립알러지 전염병연구소 소장이며, Dr. Robert Redfield (로버트 레드필드) 는 질병통제 예방센터의 소장입니다.

앤소니 파우치 연구소 소장은 코비드 19 전염을 막기 위해서 술집, 식당과 체육관 등과 같이 **실내 공간을 최대한 피하고 실외생활을 하라고 조언합니다.** 또한 로버트 레드필드 소장은 마스크 하나로 면역성이 70%에 달하기 때문에 **백신보다 마스크가 확실히 나를 보호해준다고** 말할 수 있다고 합니다. 또한 백신이 개발되어 접종을 해도, 몸안에서 면역력을 발휘하여 **정상적인 일상생활로 돌아갈 수 있는 시기는 내년 (2021년) 2분기나 3분기로 예상하고 있어요.**

한국의 중앙방역 대책본부에서도 이른바 **3밀 (밀집, 밀접, 밀폐)된 환경에서는 코비드 19 전파 위험성이 커질수 있다고 강조하고 있습니다.**

가을과 겨울이 다가오면서 독감유행도 염려를 해야한다고 합니다. 증상으로는 독감과 코비드 19가 비슷한 증상도 있다고 하네요. 코비드 19의 증상에서는 냄새와 맛을 예전과 다르게 맞거나 느끼지 못한다고 합니다. **독감의 예방법 또한 마스크 착용과 손을 자주 씻고, 필요한 외출만을 하여 바이러스와의 접촉을 최대한 줄이는 것이 최선의 예방법이라고 합니다.**

독감 (flu) 예방접종을 하여 독감예방에 최선을 하기를 적극 권합니다. 독감에 걸리면 면역력이 약해지며 코비드 19에 더 취약하게 될 수 있다고 합니다.

최근 시카고 의과대학의 연구진에 의하면 '비타민 디'가 부족한 사람들이 코비드 19에 걸리는 비율이 많이 나왔다고 합니다. 비타민 디는 햇볕을 많이 받게되면 자연히 우리 몸에서 만들어진다고 하지요? 외출하기 어려운 분들은 보조 영양제로도 섭취할 수 있습니다.



9월이나 10월중에는 의사 방문이나, 약국에서 꼭 독감 예방접종을 하세요.

10월의 생신을 축하합니다!!!!

김송절님 (7일, 408호), 박병문님 (2일, 310호),  
 박데이비드님 (11일, 510호), 윤용수님  
 (19일, 407호)

**알림**

☞ 우편 투표 응지가 배달되고 있어요. 받게되면 서비스코디네이터에게 문의해 주세요. 투표응지 작성을 도와드리겠습니다.

☞ 21일 수요일 오후 2시30분에는 발닥터인 김선웅님이 코람을 방문합니다. 시간에 맞추어 210호로 오세요. 발치료가 필요한 분들은 미리 서비스코디네이터에게 알려주셔도 됩니다.

☞ 10월1일은 추석 한가위입니다. 오후 3시에 1층으로 오시면 훈훈한 한가위 선물이 준비되어 있어요!!!

🍂🍂🍂🍂🍂 아래의 사진은 Native Illinois Prairie Plant (일리노이 평야지대의 토박이 식물) 보호구역에서 찍었어요. 이러한 식물들이 일리노이주의 가을 토박이 식물입니다.



이 사진은 일리노이주에서 찍었어요

- |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 입맛컴백  | 더덕장아찌 | 밀반찬   | 아삭아삭  | 해물장아찌 |
| 감자기감장 | 된장박은무 | 밥위에한점 | 연근장아찌 | 참외장아찌 |
| 개두릅   | 마늘쫀   | 부추장아찌 | 우무장아찌 | 나라츠케  |
| 고추된장  | 모듬장아찌 | 산채장아찌 | 짭조름   | 매실장아찌 |
| 궁중장과  | 목이장아찌 | 서양피클  | 풋마늘   | 우메보시  |

입	석	차	름	하	나	에	하	나	더	케	익	끗	찌	릿
단	맛	두	성	짹	잘	합	도	너	츠	덕	스	아	마	씨
참	개	컴	퓨	터	조	종	실	라	볶	이	장	조	림	늘
과	외	비	백	사	장	름	나	란	히	듬	육	아	교	실
부	기	장	독	대	갑	오	징	어	모	도	삭	면	찌	대
춘	추	복	아	자	유	복	밥	그	릇	아	장	아	장	춤
내	기	장	기	찌	든	때	쌩	위	삭	발	장	발	단	속
장	지	갑	아	저	씨	된	서	리	에	이	클	라	리	넛
고	장	장	손	찌	개	찌	장	찌	목	한	지	피	찌	개
과	물	된	아	주	아	시	아	박	달	재	점	아	양	파
해	장	장	추	찬	합	장	보	장	은	하	장	터	쫄	서
야	채	중	반	고	근	무	지	메	실	무	청	늘	조	심
산	속	밀	궁	연	어	낙	시	한	우	매	마	이	동	풍

한 번 만들어 놓으면 사시사철 오래 먹을 수 있는 저장식품인 장아찌. 한국에는 약 200여 가지의 장아찌가 있다고 합니다. 이 외에도 어떤 장아찌가 있을까요?

- |       |        |       |       |       |
|-------|--------|-------|-------|-------|
| 밥심이최고 | 날리는안남미 | 물적은된밥 | 수수밥   | 즉석밥   |
| 고구마밥  | 대나무잎밥  | 버섯밥   | 영양밥   | 쫄득찰밥  |
| 고봉밥   | 도시락밥   | 비빔밥   | 오므라이스 | 카레라이스 |
| 군대짬밥  | 무스비    | 산채비빔밥 | 유부초밥  | 팔밥    |
| 김치볶음밥 | 물많은진밥  | 생선초밥  | 장어덮밥  | 헛제사밥  |

밥	국	반	찬	찬	밥	말	기	쫄	쫄	생	날	계	란	유
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

이	심	전	심	덮	어	듬	밥	알	득	리	선	장	부	오
승	냥	이	어	도	미	마	구	짬	는	찰	라	초	므	아
고	추	장	최	초	구	공	탄	안	대	조	밥	라	밥	풀
신	라	백	제	고	구	려	남	나	무	군	이	밥	술	팔
산	위	에	봉	우	리	미	무	리	수	스	된	장	수	박
전	기	밥	술	산	속	잎	사	귀	이	은	비	둘	기	수
미	술	유	채	화	밥	차	마	라	적	헛	기	침	체	기
비	장	비	김	말	이	락	레	물	장	난	제	헌	절	밥
설	빔	새	옷	치	즈	카	시	장	많	아	요	사	기	꾼
밥	집	밥	도	득	볶	음	용	도	금	은	방	션	밥	영
여	섯	조	석	식	미	음	향	기	술	자	진	짜	양	갱
버	선	발	인	죽	잡	곡	밥	짓	는	기	술	밥	주	걱

한국인은 밥심이 중요합니다.

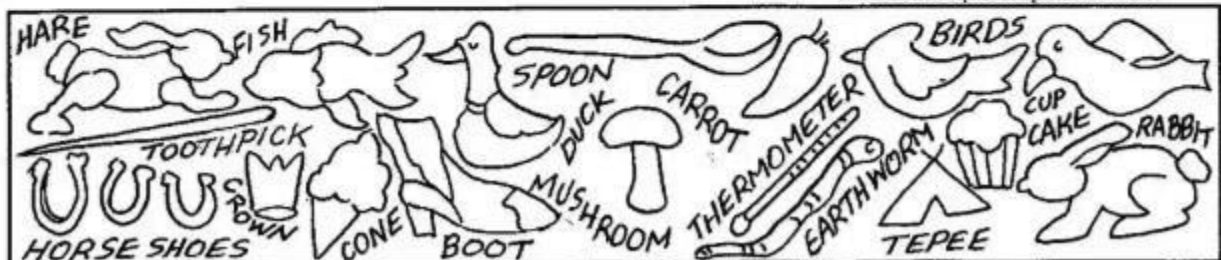
맛있게 드시고 힘 내세요!

잊지 않고 단어찾기를 보내주시는, 캘리포니아에 사시는  
원 저스틴님께 감사드립니다.



© Liz Ball

www.hiddenpicturepuzzles.com



숨은그림 찾기 : HARE (토끼), FISH (물고기), TOOTHPICK (이쑤시개), CROWN (왕관), HORSE SHOES (말발굽 3개), CONE (포칼), BOOT (자화 1짝), SPOON (스푼), DUCK (오리), MUSHROOM (버섯), CARROT (당근), THERMOMETER (온도계), TEPEE (원주민 원형집), BIRDS (새 2마리), CUPCAKE (컵케익), RABBIT (토끼)



nail



pencil



turtle



ring



tube of  
toothpaste



fish



cupcake



spoon



artist's brush



teacup



envelope



crescent  
moon



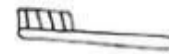
mushroom



flashlight



worm



toothbrush



pennant



needle

숨은 그림 찾기 : nail (못), pencil (연필), turtle (거북이), ring (반지), tube of toothpaste (치약), fish (물고기), cupcake (컵케익), spoon (스푼), artist's brush (예술가의 붓), teacup (차잔), envelope (봉투), crescent moon (초승달), flashlight (손전등), mushroom (버섯), worm (벌레), toothbrush (칫솔), needle (바늘).