

무궁테라스(2020년 9월 뉴스)

(Moogoong Terrace/ 4848 N Kedzie Ave Chicago, IL 60625 Tel : 773-478-0085)

코비드(COVID)-19 또는코로나바이러스 팬데믹 업데이트

PROTECTING ★ CHICAGO

NEW PUBLIC HEALTH PROTECTION

Per the State of Illinois, restaurant customers MUST WEAR face coverings during all interaction with staff.



새로운 공중 보건 보호

일리노이주 규정에 따르면, 식당을 방문하는 손님은 식당직원과의 접촉시 **반드시** 마스크나 얼굴가리개를 해야 합니다.(08/26/2020)

마스크 착용에 따른 코로나 19 전파

코로나 19 감염자

건강한 사람



마스크 미착용

감염률 100%



마스크 미착용



마스크 미착용

감염률 70%



마스크 착용



마스크 착용

감염률 5%



마스크 미착용



마스크 착용

감염률 1.5%



마스크 착용

(정확한 마스크착용이 아니면 미착용과 동일한 효과임)

**연방질병통제예방센터(CDC)는 코로나 19 자가진단을 위한 의심 증상으로 크게 발열, 기침, 호흡곤란등 세 가지를 언급해 왔다. 그렇지만 요즈음 직원들의 발열검사를 하고 있는 기업들이나, 유럽에서 2,000 명의 환자들을 대상으로 증세를 분석한 결과, 코로나 19 환자들중 60%는 발열 증세가 나타나지 않았다. 버팔로 대학이 발표한 연구에서도 발열환자 3 명중 1 명만이 코로나 19 진단검사에서 양성 판정을 받은 것으로 나타났다 따라서 열이 동반된다고 해서 코로나 19 감염 여부가 100%확정인것은 아니다. 또한 발열 없이 기침, 호흡곤란 증상이 나타나기도 하는데, 이때 열이 없다고 해서 감염이 아니라고 생각하는것은 금물이다. 그외의 발열이 없이도 나타나는 코로나 19 에 감염된 경우는 미각.후각의 둔화, 극심한 피로감, 발진, 복통.설사등과 같은 증상으로도 나타난다.

어느누구도 코로나 바이러스로 부터 안전할순 없다고 합니다. 하지만건강한 식습관, 적당한 운동과 햇빛으로 면역력을 강화하고 마스크착용과 사회적거리를 지키면서 생활한다면 이겨낼수 있다고 합니다.



9 월에 생신 맞으신 분

최현자 -213 호(1 일), 윤규춘-415 호(3 일), 주알린-314 호(3 일),
김춘자-402 호 (7 일), 김정옥-516 호(8 일), 안영원-512 호(10 일),
정현애-507 호(14 일), 안상학-209 호(15 일), 한영수-215 호(19 일),
이이나-302 호(22 일)

생신 축하드립니다



관리 사무실에서 알려 드립니다

1) 8 월초에 운동실 사용을 희망하는 분들의 신청을 받았습니다. 그러나 아직까지 시카고의 COVID-19 의 상황이 좋지 않아서 경과를 보며 오픈하려고하니 좀 더 기다려 주시기 바랍니다. 운동실 사용을 희망하는 분들은 매니저에게 문의 하시기 바랍니다.

2) 요즈음 북도쪽의 방문을 열어놓고 계시는 분들이 있습니다. 문을 열어놓시면 방안의 뜨거운 공기가 북도로 나와서 북도가 더워지게 됩니다. 그러니 **절대로 방문을 열어두지 마시기 바랍니다.**

알려드립니다

1) 일리노이주에 거주하는 **75 세이상 운전자들의 운전면허 유효기간이 1 년간 연장**된다고 합니다. 예를들어 올해 8 월이 생일인 75 세이상 운전자는 유효기간이 2021 년 8 월까지 연장되는 것입니다. 그리고 **75 세 미만의 주민들의 운전면허 및 주신분증(State ID)의 유효기간도 올해(2020 년) 11 월 1 일까지 연장**되었다고 합니다.

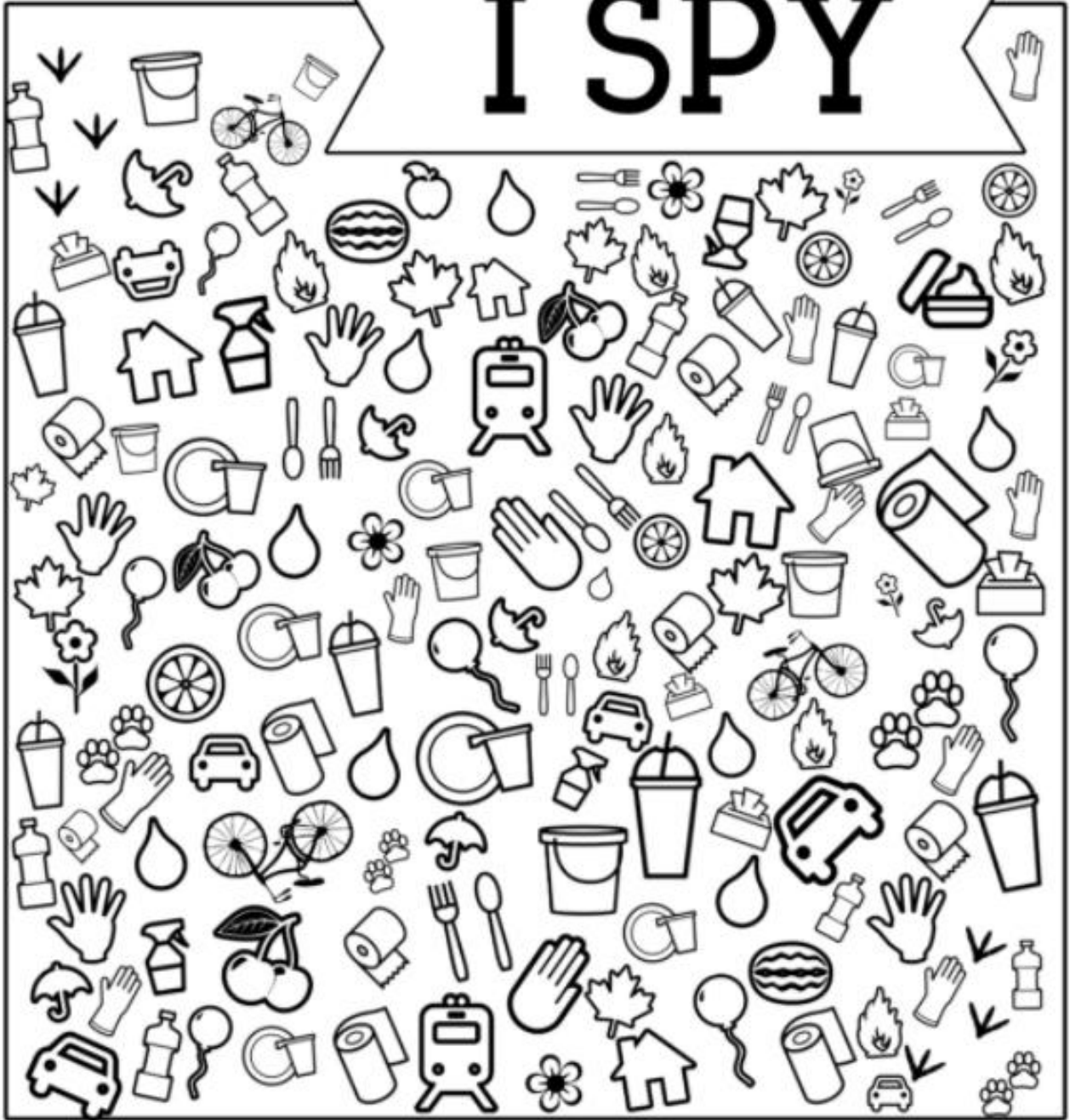
2) 매년 10 월 15 일부터 12 월 7 일사이에 메디케어 약보험과 그외 의료보험을 다른 보험회사로 바꾸실수 있는 기간이 됩니다. 현재 가지고 계시는 보험을 그대로 사용하실 경우에는 아무것도 하실 필요가 없습니다. 그런데 특히 이기간에는 여러 보험회사에서 자기네 보험을 소개하는 전화나 편지가 예전보다 많이 오는데, 중요한 용건은 모두 편지로 하게 되어 있으니 전화로 오는 경우 **절대로 개인정보 (주소, 생년월일, 소셜번호 등등)를 주시지 않는게 안전합니다.**






















3) 9 월이나 10 월중으로 2020 년 대통령 선거 우편 투표용지를 받을겁니다. 서비스코디네이터에게 오시면 우편투표 요령을 알려드리겠습니다.

4) **9 월 7 일(월요일)**은 노동절 공휴일이므로 사무실은 문을 닫습니다.

5) 서비스 코디네이터 김혜경 : 9 월 1 일(화요일)부터 9 월 4 일 (금요일)까지 휴가갑니다.

I SPY



- | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 |  | 4 |  | 4 |  | 2 |  | 4 |  | 5 |  | 7 |  | 4 |  | 6 |  |
| 1 |  | 6 |  | 7 |  | 1 |  | 3 |  | 6 |  | 7 |  | 4 |  | 7 |  |
| 3 |  | 2 |  | 4 |  | 6 |  | 2 |  | 7 |  | 3 |  | 9 |  | 6 |  |

** 써있는 숫자 만큼 옆에 있는 그림을 위의 박스안에서 찾으세요.

단어 찾기

반드시 대각선으로 연결하여 주어진 단어를 모두 찾아봅시다.

| | | | | |
|-------|-------|------|--------|------|
| 놀이와노래 | 왜왔니 | 두껍아 | 뭐하니 | 떴다떴다 |
| 꼭꼭숨어라 | 왜왔니 | 헌집줄게 | 가위바위보 | 비행기 |
| 머리카락 | 무궁화꽃이 | 새집다오 | 하나빠기 | 세세세 |
| 보일라 | 피었습니다 | 여우야 | 동동동대문을 | 아침바람 |
| 우리집에 | 두껍아 | 여우야 | 열어라 | 찬바람에 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 놀 | 이 | 터 | 찬 | 물 | 세 | 수 | 대 | 야 | 열 | 무 | 김 | 치 | 국 | 수 |
| 간 | 이 | 식 | 당 | 바 | 가 | 지 | 아 | 열 | 대 | 라 | 궁 | 중 | 만 | 찬 |
| 을 | 기 | 와 | 집 | 다 | 람 | 쥐 | 치 | 포 | 어 | 장 | 일 | 화 | 요 | 일 |
| 정 | 문 | 내 | 노 | 바 | 위 | 에 | 서 | 숨 | 기 | 라 | 면 | 보 | 꽃 | 병 |
| 지 | 지 | 대 | 침 | 래 | 보 | 비 | 꼭 | 지 | 점 | 심 | 식 | 사 | 냉 | 이 |
| 취 | 학 | 아 | 동 | 위 | 로 | 꼭 | 행 | 복 | 함 | 야 | 식 | 상 | 아 | 탑 |
| 왜 | 껍 | 질 | 바 | 동 | 물 | 농 | 장 | 기 | 우 | 돼 | 지 | 껍 | 데 | 기 |
| 두 | 왔 | 위 | 치 | 머 | 동 | 산 | 피 | 여 | 빠 | 리 | 두 | 헌 | 병 | 대 |
| 여 | 가 | 니 | 은 | 다 | 리 | 건 | 너 | 엇 | 하 | 나 | 집 | 뭐 | 라 | 구 |
| 먹 | 엇 | 습 | 니 | 다 | 셀 | 카 | 워 | 시 | 습 | 줄 | 하 | 에 | 새 | 총 |
| 여 | 의 | 주 | 떴 | 떴 | 함 | 세 | 락 | 꽃 | 게 | 니 | 체 | 집 | 들 | 이 |
| 새 | 우 | 다 | 슬 | 기 | 세 | 븐 | 어 | 제 | 왔 | 음 | 다 | 다 | 익 | 선 |
| 해 | 떴 | 야 | 외 | 세 | 레 | 나 | 데 | 왜 | 식 | 오 | 뚜 | 기 | 러 | 기 |

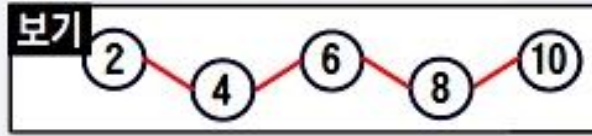
아이들이 놀면서 부르던 노래의 첫 소절입니다. 기억나시면 끝까지 불러보시고 어떤 놀이였는지도 떠올려 보세요.

이페이지에 있는 낱말 퍼즐은 Korean American Silver Lining Initiative 라는 단체에서 연장자분들을 위하여 자체적으로 제작된 것입니다. 그리고 이퍼즐은 새로운것이 지속적으로 제공되는 것이므로 혹시 필요하신분들은 서비스코디네이터에게 말씀하시면 프린트 해드리겠습니다.

숫자 연결 1

2에서 50까지의 숫자가 적힌 원이 있습니다. 2의 배수를 찾아 차례대로 연결해 보세요.

 제한시간 5분



| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 2 | 4 | 5 | 9 | 11 | 18 | 20 |
| 3 | 6 | 8 | 12 | 14 | 17 | 22 |
| 35 | 32 | 10 | 13 | 16 | 19 | 21 |
| 15 | 25 | 30 | 23 | 26 | 24 | 46 |
| 34 | 36 | 27 | 29 | 28 | 44 | 47 |
| 31 | 37 | 7 | 40 | 42 | 43 | 49 |
| 39 | 33 | 38 | 41 | 45 | 48 | 50 |

숫자 연결 2

2에서 50까지의 짝수가 적힌 다른 색깔의 원이 있습니다. 이번에는 '노란색-파란색-노란색-파란색'으로 색깔을 교대로 바꾸어서 2의 배수를 차례대로 연결해 보세요.



| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 2 | 4 | 4 | 8 | 10 | 8 | 10 |
| 24 | 2 | 6 | 6 | 12 | 12 | 14 |
| 26 | 22 | 22 | 20 | 16 | 14 | 18 |
| 28 | 26 | 28 | 20 | 18 | 16 | 36 |
| 30 | 24 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 |
| 50 | 30 | 32 | 44 | 46 | 38 | 40 |
| 34 | 48 | 48 | 46 | 44 | 42 | 42 |

** 아래 왼쪽의 초성을 보고 주방에서 사용하는 주방용품을 빈칸에 적는 문제입니다.

| | | | | | | | |
|----|---------|---|-----|----|---------|---|--|
| 1 | ㄷ ㅁ | → | 도 마 | 2 | ㄴ ㅂ | → | |
| 3 | ㅈ ㄱ | → | | 4 | ㅅ ㄱ 락 | → | |
| 5 | ㅈ ㄱ 락 | → | | 6 | ㅍ ㅋ | → | |
| 7 | ㄷ ㅈ 개 | → | | 8 | ㅇ ㅅ 시 ㄱ | → | |
| 9 | ㅍ ㄹ 이 ㅍ | → | | 10 | ㅈ ㅈ 자 | → | |
| 11 | ㅅ ㅅ 미 | → | | 12 | ㄱ ㅈ | → | |

9 월달 퀴즈의 답을 다 맞추어 코디네이터에게 가지고 오시면 예쁜 스티커드려요..5 개 모으시면 연말에 상도 드립니다!



노자가 말하는 물의 6 가지 미덕

1. 낮은곳으로 흐르는 겸손
2. 막히면 돌아가는 지혜
3. 구정물까지 받아주는 포용력
4. 어떤 그릇에도 담기는 융통성
5. 바위도 뚫는 인내와 끈기
6. 유유히 흘러 바다를 이루는 대의

수유육덕 (水有六德, 물이 갖는 여섯가지 덕목) - 노자가 말한 인간수양의 근본은

유유히 흘러 큰뜻을 이루기 위해 필요한 겸손, 지혜, 포용력, 융통성, 인내와 끈기가 필요하다는 것을

말하고 있습니다.