TV 18일

★이 프로그램은 방송사 사정에 따라 바뀔 수 있습니다.

KBS1	KBS2		MBC	KBC/SBS
00 KBS 뉴스광장	00 걸어서 세계속으로 스페셜 30 생방송 세상의 아침 1~2부	6	00 MBC 뉴스투데이 1~2부	00 출발! 모닝와이드 1~2부
50 인간극장		7	10 광주 MBC 뉴스투데이 50 MBC 아침드라마 〈하얀 거짓말〉	05 KBC 뉴스지금 30 출발! 모닝와이드 3부
25 아침마당	00 KBS 8 아침 뉴스타임	8	30 특집다큐 〈천년 살이〉	30 아침연속극 〈녹색마차〉
30 KBS 뉴스	00 아침드라마 〈장화홍련〉 30 여유만만	9	30 기분 좋은날	05 좋은 아침 플러스 원 30 좋은 아침
00 무엇이든 물어보세요 50 TV동화 행복한 세상 55 아름다운 정원	40 지구촌 뉴스	10	45 MBC 뉴스	40 SBS 뉴스
55 바른말 고운말	00 신동엽 신봉선의 샴페인(재)	11	00 MBC 주말기획 드라마 〈2009 외인구단〉(재)	00 문화다큐 특별한 만남
00 KBS 뉴스 12	10 일일연속극 〈집으로 가는 길〉(재)	12	00 MBC 뉴스와 경제 40 일일시트콤 〈태희 혜교 지현이〉(재)	00 뉴스와 생활경제 40 KBC 생활뉴스
00 KBS 걸작선 〈해신〉(재)		1	40 MBC 스포츠 2009 MBC투어 S-Oil 챔피언십 인비테이셔널	00 하늘에서 본 지구(재)
00 KBS 뉴스 10 KBS 스포츠 2009 KBS배 육상대회	10 KBS 네트워크-대구	2		00 SBS 뉴스 10 드라마 스페셜 〈정관의 치〉
	00 2TV 스페셜 소비자 고발(재)	3		00 건강클리닉(재)
00 KBS 오늘의 경제 10 삼국쥐전 40 TV유치원 파니파니	10 꼬꼬마 꿈동산(재) 40 맹꽁서당(재)	4	00 뽀뽀뽀 아이조아 30 곰탱이와 함께하는 TV동화	00 아기공룡 둘리 30 UCC 과학탐험대
00 KBS 뉴스 5 15 동물의 세계 40 남도지오그래피	10 2TV 하이라이트 남자의 자격(재)	5	00 MBC 뉴스 20 우리집 주치의 365 35 생방송 전국시대	00 SBS 뉴스퍼레이드 15 KBC 저녁뉴스 30 전국 TOP 10 가요쇼(재)
00 6시 내고향 55 시청자칼럼 우리사는 세상	10 리빙쇼 당신의 여섯시	6	30 MBC 뉴스 50 야단법석	25 생방송! KBC 투데이
00 KBS 뉴스네트워크 30 쟁점토론	10 무한지대	7	45 일일시트콤 〈태희 혜교 지현이〉	05 시사터치 따따부따 15 일일 드라마 〈두 아내〉
25 일일연속극 〈집으로 가는 길〉	00 KBS 8 뉴스타임 20 KBS 8 뉴스타임 - 광주·전남 30 30분 다큐	8	15 일일연속극 〈밥 줘〉	00 SBS 8 뉴스 25 KBC 8 뉴스 45 SBS 스포츠 뉴스 50 순간포착 세상에 이런일이
00 KBS 뉴스 9	00 대결 노래가 좋다 55 수목드라마 〈그·바·보〉(최종회)	9	00 MBC 뉴스데스크 50 MBC 스포츠뉴스 55 수목미니시리즈 〈트리플〉	55 드라마 스페셜 〈시티 홀〉
00 생로병사의 비밀 50 느티나무		10		
00 KBS 뉴스라인 30 현장르포 동행	05 해피 투게더	11	05 뉴스 후	15 웃음을 찾는 사람들
15 KBS 뉴스 25 스포츠 스포츠 35 책 읽는 밤	25 생방송 시사 360 55 느티나무(재)	12	00 MBC 뉴스 24 10 MBC 100분 토론	25 나이트 라인 55 2009 컨페더레이션스컵 〈브라질:미국〉(녹화) ③:20 2009 컨페더레이션스컵 〈이탈리아:이집트〉(생)

EBS

06:00 얼쑤! 한국어쇼
06:30 세계테마기행 〈대자연의 걸작, 베내수엘라〉
07:10 헬로 부부토
07:25 리틀 아인슈타인
07:50 칙칙폭폭 처깅턴
08:00 딩동댕 유치원
08:20 안녕! 루퍼트
08:30 빠삐에 친구
08:40 천사랑
09:00 로켓보이
09:15 방귀대장 뿡뿡이
09:30 뽀로로와 노래해요
09:35 아무아무 참참
09:45 냉장고 나라, 코코몽
10:00 60분-부모
11:00 최고의 요리비결 〈장선용의 대가에게 배우는 맛깔난 상차림〉
11:30 다큐 프라임 원더풀 사이언스
12:20 EBS스페이스 공감 〈주현미, 마음의 노래를 부르다〉
13:10 극한 직업 〈대왕문어잡이〉
13:40 문학사랑
13:45 똑똑! 영어놀이터
14:05 냉장고 나라, 코코몽
14:20 작은 녀석들
14:30 수퍼와이
14:55 아무아무 참참(재)
15:05 방귀대장 뿡뿡이(재)
15:20 알록달록 콩콩이
15:35 천사랑(재)
15:55 딩동댕 유치원(재)
16:15 뽀롱뽀롱 뽀로로(재)
16:30 뽀로로와 노래해요(재)
16:35 칙칙폭폭 처깅턴(재)
16:45 모래요정 바람돌이
17:10 수퍼와이
17:35 로켓보이
17:50 〈생방송〉톡! 톡! 보니하니
18:50 작은 녀석들
19:00 스톰 호크
19:25 독수리 오형제
19:50 과학실험 - 사이펀
20:50 세계 테마 기행 〈동유럽의 교차로, 루마니아〉
21:30 EBS 뉴스(생)
21:45 지식채널 e
21:50 원더풀 사이언스
22:40 극한 직업 〈폐선 처리반〉
23:10 하나뿐인 지구 〈저어새의 왕국, 강화도〉
00:00 지식채널 e
00:10 세계명작드라마 〈내 사랑 아프리카〉
00:55 문학사랑

EBS플러스1

07:00 EBS 포스 〈수학Ⅱ〉
07:50 EBS 기본과 특별한 〈수학(상)〉
08:40 〃 〈수학(하)〉
09:30 EBS 학습자료실 클릭! 사이언스
09:35 TV로 보는 박물관
09:40 EBS 수능 플러스 〈탐구영역〉
10:30 세계테마기행
11:10 역사극장
12:00 EBS 내신6감 〈수학(상)〉
12:50 〃 〈수학(하)〉
13:40 EBS 기본과 특별한(재) 〈수학(상)〉
14:30 〃 〈수학(하)〉
15:20 EBS 탐스런(재) 〈윤리〉
16:10 〃 〈지구과학Ⅰ〉
17:00 EBS 수능특강 선택-고3(재) 〈윤리〉
17:50 EBS 학습자료실 〈과학사〉
17:55 3분 VOCA
18:00 EBS 포스(재) 〈현대문학〉
19:00 〃 〈수학Ⅱ〉
19:50 EBS 학습자료실 〈수학사〉
19:55 EBS 학습자료실 〈문학사〉
20:00 EBS 수능특강 선택-고3(재) 〈지구과학Ⅰ〉
21:00 EBS 내신 6감 〈생물〉
21:50 EBS 수능플러스 〈탐구영역〉

EBS플러스2

08:00 EBS TV 중학 1학년 〈영어〉
08:40 〃 〈과학〉
09:20 EBS 중학 1학년 퍼펙트 체크업 〈과학〉
10:00 방귀대장 뿡뿡이
10:15 딩동댕 유치원
10:35 알록달록 콩콩이
10:50 달려라 도라라
11:00 일일드라마 〈깡순이〉
12:00 EBS TV 중학 2학년 〈영어〉
12:40 〃 〈과학〉
13:20 EBS 중학 2학년 퍼펙트 체크업 〈과학〉
14:00 중학영어독해 level 2
14:40 방과후 영어 통합 level 3
15:20 Bedtime Story
15:30 2009공인중개사시험대비강좌 문제풀이편(재)
16:00 10급공무원시험대비강좌(재)
16:30 얼쑤! 한국어쇼
17:00 EBS 초등 친절한 선생님 〈과학 3-1〉
17:30 〃 〈과학 4-1〉
18:00 〃 〈과학 5-1〉
18:30 〃 〈과학 6-1〉
19:00 EBS TV 중학 1학년(재) 〈영어〉
19:40 〃 〈과학〉
20:20 EBS 중학 1학년 퍼펙트 체크업(재) 〈과학〉

일상 속 당신의 몸에 쌓여가는 '중금속'

KBS 1 생로병사의 비밀 '…생활 중금속의 공포' 18일 방송

충북 제천의 한 마을. 박광호 씨는 시멘트 공장이 있는 이 마을로 이사하고 5년 뒤부터 기침과 가래가 끊이지 않는다. 의사도 명확한 진단을 하지 못하고 두 손을 들었다. 이상한 것은 박 씨의 크롬 수치가 2.47을 기록해 일반적인 크롬 수치인 0.4보다 훨씬 높다는 점.

그런데 크롬 수치가 높은 것은 박씨뿐이 아니었다. 마을 주민들을 대상으로 모발 검사를 해봤더니 전체적으로 바륨과 크롬 수치가 높은 것으로 드러났다. 왜 이 마을 사람들은 체내 중금속이 많은 것일까?

시멘트 공장이 있는 마을에 국한된 이야기가 아니다. 우리가 밟는 땅에는 소량의 납이 있고, 페인트에도 납이 함유돼 있다. 충치를 때울 때 쓰는 아말감에는 수은이 들어 있다. 심지어 우리가 마시는 공기에도 중금속은 들어 있다. 우리도 모르는 사이에 일상 속에서 중금속을 마셔 몸속에 쌓아두는 셈이다.

일반적으로 중금속 하면 일본의 이타이이타이 병을 떠올리지만, 중금속이 원인으로 지목되는 병이나 질환은 그보다 훨씬 많다. 원인 모를 불임도 중금속 때문일 수 있고, 치매로 알려진 알츠하이머병도 중금속과 상관관계가 있다는 보고가 꾸준히 올라오고 있다.

최근 문제가 된 주의력결핍과잉행동장애(ADHD)나 자폐 등도 수은 등 중금속이 주요한 원인으로 꼽히고 있다. 수은이 신경계와 뇌에 영향을 미치기 때문이라는 것이다. 중금속은 학습능력이나 지능에도 영향을 미치고 무기력증과 우울증을 유발하기도 한다.

인체에 중금속이 덜 쌓이게 하려면 양파와 마늘 등 채소 위주의 식사를 하고 산행 등 운동을 하는 것이 효과적이다. 특히 마늘에 들어 있는 황은 중금속에 달라붙어 중금속이 체내에 흡수되는 것을 막아준다. 중금속 수치가 높은 사람은 병원 처방을 추가로 받는 것이 좋다.

KBS 1TV '생로병사의 비밀'은 18일 오후 10시 중금속의 악영향을 살펴보고 중금속 해독 방법을 알아보는 '몸과 마음을 황폐화한다, 생활 중금속의 공포' 편을 방송한다.

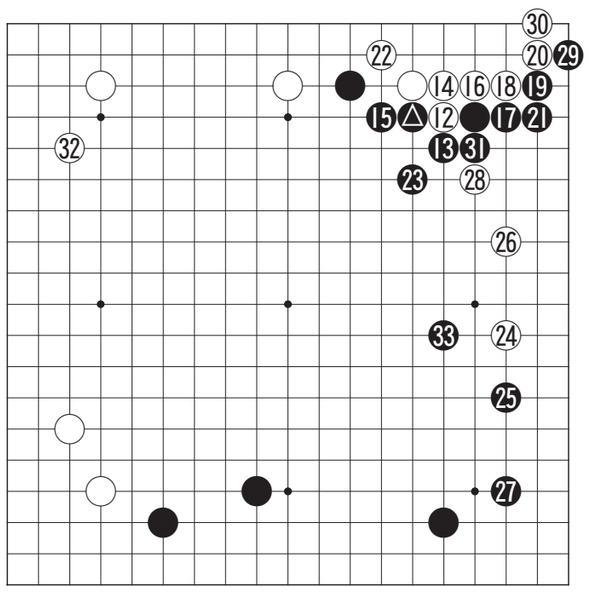
/연합뉴스

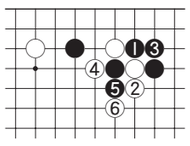
제18회 光日盃 광주·전남 직장바둑대회

'안전하고 쉬운 길'

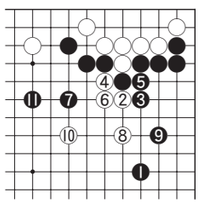
2회전 2보 (12~33)

白 박광주 5단 〈포스코〉 黑 강행옥 5단 〈변호사회〉





〈참고도1〉



〈참고도2〉

흑 ▲로 붙여왔을 때 백 12로 끼운 수가 맥점이다. 이 수로 단순히 14에 느는 것은 흑이 한없이 두터워져 실전보다 불만이다. 그러나 이 수는 '참고도1'의 흑 1로 아래쪽에서 끊는 수를 경계해야 한다. 만약 백 4로 모는 축이 성립하지 않으면 낭패다.

흑 23까지는 흔히 두어지는 정석인데 23으로는 '참고도2'의 흑 1로 변신할 수도 있었다. 그러면 백 2로 껴붙이는 수가 급소며 흑 11까지의 전투가 예상된다.

시합바둑에서는 흔히 모험을 피하게 되는 것이 인지상정이다. 두 대국자도 마음 속으로는 수많은 그림을 그리고 있겠지만 백 24, 흑 27 등으로 안전하고 쉬운 길을 찾아가고 있다. 흑 33이 매서운 공격의 맥점이다.

〈오규철 9단·본보 바둑해설위원〉

知天命이 보는 오늘의 운세 6월 18일(음 5월 26일 甲午)

子 36년생 불연이면 송사에 휘말린다. 48년생 새로운 일이 생기니 전후좌우를 살펴가라. 60년생 소신껏 행동하면 재물을 얻으리라. 72년생 식구들의 건강을 살펴볼 때가 되었다. 84년생 신체적 불편이 나올 수 있고 주변이 어지럽다. 행운의 숫자 : 04, 22

丑 37년생 예상치 못했던 실물수가 있으니 주의하라. 49년생 인생의 멋을 아는 시기다. 61년생 건강에 시달림이 있을 수 있다. 73년생 재산은 증식되나 부부간의 이해가 부족하니 대화하라. 85년생 매사에 신중하고 욕심을 버려라. 행운의 숫자 : 06, 25

寅 38년생 좋은 일과 연결될 기회가 생긴다. 50년생 주변의 변화로 재물이 생길 수도 있다. 62년생 직업과 돈 남편 자녀들까지도 조심해야 한다. 74년생 직장에서 새로운 일로 인정받고 가정의 평안이 있다. 행운의 숫자 : 07, 26

卯 39년생 협조자가 나오나 조심성 있게 판단하라. 51년생 흥분은 금물이니 생각하고 행하라. 63년생 건강을 위한 꾸준한 계획을 세우고 행동하라. 75년생 기상천외한 횡재수가 있고 노력에 비해 대가가 증가된다. 행운의 숫자 : 12, 23

辰 40년생 길보다 흉이 더 많으니 매사에 신중 하라. 52년생 누명 구설 등으로 불순한 일이 괴롭힐 수도 있다. 64년생 다시한번 뒤를 돌아보라. 76년생 대단히 불리해질 수니 오늘 할 일을 미루지 마라. 행운의 숫자 : 15, 27

巳 41년생 도화기가 재발하면 망신수가 있으니 조심하라. 53년생 모든 일이 순조롭게 진행 된다. 65년생 무리한 변화는 잘못이 따르니 신중하게 처신하라. 77년생 본인의 뜻을 이룰 수 있는 기회를 놓치지 마라. 행운의 숫자 : 19, 28

午 42년생 상황에 따라서 시비 도난 분실이 발생할 수도 있다. 54년생 새로운 인생을 설계 할 때다. 66년생 새로운 일을 계획하고 있으나 쉽지는 않다. 78년생 소탐대실 욕심을 버리는 사람이 승리한다. 행운의 숫자 : 02, 29

未 43년생 슬픔과 기쁨이 같이 나타난다. 55년생 아랫사람과 금전거래는 절대로 하지마라. 67년생 아무리 부부사이라도 예의를 지키면 사랑은 두 배로 되리라. 79년생 악어도 수달에게 꼬리를 내어준다. 행운의 숫자 : 03, 16

申 44년생 애사가 생길수도 있고 가족과 떨어져 살 수도 있다. 56년생 애인과 다툼은 있으나 원인은 사소한 것. 68년생 어부지리가 있지만 결과는 좋지는 않다. 80년생 이성의 만남도 좋은 계획을 세워서 하라. 행운의 숫자 : 09, 21

酉 45년생 일실일득, 하나를 잃으면 하나를 얻는다. 57년생 자기자랑보다 동료를 칭찬하면 공은 내게로 온다. 69년생 작은 일도 꼭 성공하겠다는 각오로 추진하라. 81년생 제일 편한 사람이 제일 소중한 사람이다. 행운의 숫자 : 11, 24

戌 46년생 공술에 병이 따르니 피하는 게 좋다. 58년생 귀인을 만나서 도움을 받지만 마무리는 자신이 하라. 70년생 나에게 불편한 일은 모두가 내 탓으로 생각하라. 82년생 뜻하지 않은 사태에 지혜롭게 대처하라. 행운의 숫자 : 13, 30

亥 47년생 많은 지출이 발생하나 투자로 생각하라. 59년생 배인 덕이 없다 생각 말고 자신의 노력 부족으로 생각하라. 71년생 형제의 도움이 있어 새 생활이 시작 된다. 83년생 자식교육이 최우선이다. 행운의 숫자 : 17, 18

www.cafe.daum.net/sajoo114 ☎011-632-6121

굿모닝 잉글리쉬 <1328>

I doubt it

그럴 것 같지는 않은데

A : Do you think Mary will come home next weekend?
B : I doubt it.
A : How come?
B : She's got a paper to work on next weekend.
A : Maybe she'll finish it early.
B : I wouldn't count on that.

A : 다음 주에 메리가 집에 올 것 같은가?
B : 그럴 것 같지는 않은데요.
A : 왜?
B : 다음 주 처리해야 할 보고서가 있거든요.
A : 어쩌면 그 일을 더 일찍 마칠 수도 있을 거야.
B : 전 그럴 거라고 믿지 않아요.

* work on = 처리하다
* count on = 믿다, 기대하다

〈동아 외국어학원 제공〉
www.donga.tv ☎ 222-6253

오하요우 니혼고 <1328>

ここの窓を開けてもかまいませんか

여기의 창문을 열어도 상관없을까요

A : 暑いですね.
ここの窓を開けてもかまいませんか.
B : はい, 開けてもかまいません.
A : ここでべんとうを食べてもかまいませんか.
B : いいえ,ここではべんとうを食べてはいけません.
べんとうは隣りの休憩室で食べてください.

A : 덥군요.
여기의 창문을 열어도 상관없을까요.
B : 예, 상관없습니다.
A : 여기에서 도시락을 먹어도 상관없습니까.
B : 아니요. 여기에서는 도시락을 먹어서는 안됩니다.
도시락은 옆에 있는 휴게실에서 먹어 주세요.

* 窓(まど) : 창 문
* 隣り(となり) : 옆
* 休憩室(きゅうけいしつ) : 휴게실

〈광주 글로벌 외국어학원 제공〉
http://kglobal.wo.to ☎ 228-2545

니하오 쭝구워 <405>

售后服务

A/S (애프터 서비스)

A : [illegible]
B : [illegible]
A : [illegible]
B : [illegible]

[illegible] ([illegible]) [illegible]
[illegible] ([illegible]) [illegible]

〈리틀차이나 중국어 전문학원〉
www.littlechina.co.kr ☎ 233-9582

한자 이야기 <1045>

花朝月夕(화조월석)

꽃 화, 아침 조, 달 월, 저녁 석

화조월석(花朝月夕)은 신선한 꽃이 피는 이른 아침과 밝은 달이 뜨는 저녁이라는 뜻으로 아름다운 시절과 경치를 비유하는 말이다. 음력 2월 15일을 '화조'라고 하고 8월 15일을 '월석'이라고 한다.(提要錄)

화조월석은 많은 문학 작품에 사용되어왔는데, 그 중 전거가 되는 것은 '구당서(舊唐書)' 나위전(羅威傳)에 나오는 다음 부분이다.

"꽃피는 아침 달뜨는 저녁마다(每花朝月夕) / 손님과 함께 서로 시를 지어 읊기를 권하니([illegible]) / 매우 그윽한 정취가 있구나(甚有情致)"

우리민요 '창부타령'에서는 사계절을 노래하는 대목에서 "일년삼백육십오일은 춘하추동(春夏秋冬) 사시절(四時節)인데 꽃피고 잎이 피면 화조월석(花朝月夕) 춘절(春節)이요. 사월(四月) 남풍(南風) 대맥황(大麥黃)은 녹음방초(綠陰芳草) 하절(夏節)이라. 금풍(金風)이 소슬하여 사벽충성(四壁蟲聲) 슬피 울면 구추단풍(九秋丹楓) 추절(秋節)이요. 백설(白雪)이 분분(紛紛)하여 천산(千山)에 조비절(鳥飛絶)이오. 만경(萬頃)에 인종멸(人踪滅)하면 창송녹죽(蒼松綠竹) 동절(冬節)이라"고 한다. 음미할수록 맛이 깊다.

〈한예원(韓睿嫄)〉
조선대학교 한문학과 교수 ☎ 230-7353