

새로 발굴된 청동기시대 유적

최근 라선시 라진구역 해양동의 초도에서 청동기시대 유적이 새로 발굴되었다.

사회과학원 고고학연구소에서는 라선시 민족유산보호부부 일꾼들과의 긴밀한 협력에 유적조사사업을 벌리는 과정에 청동기시대의 무덤유적을 발굴하였다.

동서방향으로 놓여있는 무덤은 장방형의 구덩이안에 나무판을 묻어놓은것인데 길이는 50cm정도이고 검은흙층의 30cm깊이에서부터 사람뼈와 유물들이 노출되기 시작하였으며 그밑에는 조개껍질이 10cm정도의 두께로 깔려있었다.

사람뼈는 머리뼈복합상태와 관절부위의 특징으로 보아 20~30살 되는 남성고 녀성의것으로 인정된다.

사람머리뼈의 형태를 보면 남자는 단두형이고 녀자는 단두형에 가까운 중두형이다.

머리뼈의 인류학특징은 이마가 아주 굽고 얼굴뼈가 중간얼굴형이며 코마루가 낮고 중간코형에 속하는것, 눈확은 높은 눈확형에 해당되며 입천장이 아주 넓은것 등으로서 이는 청동기시대 조



선옛류형사람들에게서만 볼수 있는 고유한 특징이다.

이것은 우리 나라에서 신인 단계부터 형성되기 시작한 조 선사사람의 고유한 특징이 인식기시대를 거쳐 청동기시대에 이어서 내려져왔다는것을 실증해주고있다.

무덤에서는 20여점의 유물들이 출토되었으며 곱배팽이, 도끼, 자귀, 활촉, 창갈, 찌르개살과 같은 석기들은 여러 가지 재질의 돌들을 잘 다듬고 정교하게 갈아 만든것들이다. 그리고 철괴들은 우리

나라 청동기시대에 쓰인 대표적인 붉은간조릇으로서 조화로운 균형미와 섬세한 제작기술을 보여주고있다.

이번에 초도에서 청동기시대의 유적과 유물들이 발굴됨으로써 조선사람은 먼 옛날부터 우리 조국강토에서 하나의 피줄을 가지고 자기의 고유한 언어와 문화를 빛내이면서 독자적으로 살아온 슬기로운 단일민족이라는것을 다시금 뚜렷이 확증할수 있게 되었다.

본사기자

국가비물질문화유산

오랜 역사를 가진 회령오지

우리 민족의 오랜 역사를 가진 대표적인 오지는 공화국의 회령오지이다. 오지그릇은 붉은찰흙으로 형태를 만들고 약한 불에 구워 굳힌 다음 오지물을 입혀 다시 높은 온도에서 구워낸 도기의 한 형태이다.

회령오지는 세나라시기에 자기의 독특한 민속공예적 풍격을 갖추고 높은 발전단계에 이르렀으며 조선봉건왕조시기에 와서는 부역세간의 범위를 벗어나 그 품종이 100여종을 헤아렸다.

살균작용과 함께 음식을 담기도 비타민이 파괴되지 않아 건강에 좋고 더없이 아름다운 회령오지그릇은 오랜 세월 왕궁에서 리용되었고 함경북도일대는 물론 여러 지역들에서 결혼지참품으로 빼놓지 않았다.

본사기자

삼복철의 보양음식 - 조개탕과 팔죽

삼복철에 우리 선조들이 즐겨 만들어 먹어온 보양음식들에는 단고기장과 함께 조



조개탕



팔죽

개탕과 팔죽도 있다. 특색있는 민족음식인 조개탕은 그 맛이 매우 독특하다.

기름기를 뺀 닭고기국물을 차게 하여 시원한 맛을 낼뿐 아니라 해삼, 특두묵, 오이를 비롯한 음식감들이 산뜻한 맛을 내고 새콤하면서도 맵사한 식초와 겨자로 하여 여름철에 떨어진 입맛을 돋구어주는 데는 조개탕이 그저그만이다.

조개탕을 만드는 데 들어가는 음식재료들은 무더위로 인한 중상해소에 효과적인 작용을 한다.

영양가가 높고 지방이 적은 닭고기와 단백질이 풍부한 소고기, 《바다의 인삼》으로 불리우는 해삼, 열독을 없애

주는 특두묵은 원기회복에 좋은 음식감이다.

식초와 겨자는 삼복철에 자주 나타나곤 하는 피로감과 소화불량증 등을 막아주는 데 특효가 있다.

민속명절인 동지날의 전통음식으로 꼽는 팔죽도 기본재료인 쌀의 찬 성질로 하여 삼복철의 무더위를 가해주는 데 좋은 보양음식으로 되고 있다.

고려의학에서 《적소두》라고 불리우는 팔에 대하여 옛 문헌에서는 그것이 몸안의 나쁜 수분을 배출하고 증기를 치료하며 설사를 멎게 하고 오줌이 잘 나가기 할뿐 아니라 복수로 하여 배가 불어난것을 치료한다고 하였다.

본사기자

옛날 어느 한 농군이 판상쟁이를 찾아가 판상을 보았다.

《듣자하니 당신이 판상을 잘 본다는데 그네 판상이 어떻소?》

판상쟁이는 한참 동안 농군을 찬찬히 바라보다가 이렇게 말하였다.

《당신의 상을 보니 량미간에 복이 가득했소. 그러나 가만히 누워있어도 온갖 부귀가 겹로 찾아들리다.》

판상을 본 농군은 집으로 돌아와 안해와 자식, 이웃사람들에게 자랑을 하였다.

그리고 온종일 방안에 누워있으면서 손가락 하나 까딱하지 않았다.

사람들이 왜 일을 하지 않느냐고 물으면 이렇게 대답하였다.

《나는 누워있어도 부귀가 찾아드는 판상을 하고있소. 아무런 판상이 어디 가겠

나.》 팔자를 밧고 허송세월한 농군은 나이가 들어 그만 림종의 시각을 맞이하게 되었다.

그러나 부귀영화는커녕 죽음이 눈앞에 닥쳐온것이였다.

그때야야 농군은 판상쟁이를 원망하며 말하였다.

《아, 판상쟁이한테 속히이렇게 죽는구나. 예, 예, 팔자를 밧으면 굶어죽는다!》

농군이 씨를 뿌리지 않고 어찌 알찬 열매를 거둘수 있고 부귀를 바랄수 있겠는가.

여기로부터 《팔자를 밧으면 굶어죽는다.》는 속담이 생겨났는데 이것은 제함을 밧고 노력하지 않으면 어떤 일도 이룰수 없고 어떤 부귀도 차례지지 않는다는 심각한 생활의 진리를 가르쳐주는 말로 되었다.

본사기자

장님의 등불

한 장님이 밤에 집을 나서면서 안해에게 등불을 달라고 하였다.

그녀가 집에 와있던 손님이 물었다.

《아니, 눈 못보는 봉사님이 등불은 왜 가지고 나가

시오?》

《홍, 그런 말 마오. 눈 못보는 나보다 눈쁜 사람들이 가끔 가다 부딪칠디다. 그네 내가 (여기 사람이 가오.) 하는 표시로 등불을 들고 가는 것이요.》

마지막 발명품 (1)

글 리성덕, 그림 채대성

조선봉건왕조조영인 1441년 8월 18일 이날 세계최초의 발명품인 축우기가 완성되었다.

임금 세종은 신하들을 거느리고 천문관측을 맡아보는 서운관에 나와 축우기를 보면서 매우 만족해하였다.

하얀 화강석대에서 반짝거리는 크지 않은 쇠통, 만든 솜씨가 참으로 정교하며 그 지혜도 놀랍고 경탄할만 한것이였다.

축우기를 살펴보면 세종의 얼굴에 한가득 웃음이 피어올랐다.

《나의 지혜와 재능이 실로 놀랍구나. 갑진년(세종 16년)에는 자격루(물시계)를 만들고 오늘날은 또 이런 기이한 기구를 만들어 백성들의 농사를 돕게 하였으니 실로 기특한 일이로다.》

《황송하오이다.》 장영실은 허리를 깊이 굽혔다.

《소인이 뼈를 깎아 이런 기구를 만들었다한들 어찌 상감마마의 그 은혜에 백분의 비량을 짐계해은 호조에서 새로운 측정방법을 세워줄것을 서운관에 의뢰하였다.》

그러하여 서운관에서는 비량을 측정하며 강물이 불거나 줄어드는것을 한눈에 알

아낼수 있는 새로운 측량방법을 찾아내기로 하였다.

이 과업이 장영실이라는 것 마흔에 난 천민출신의 기술자에게 맡겨졌다. 그는 거의 1년가까이 애쓰던 끝에 드디어 축우기를 완성하였다.

하얀 화강석대에서 반짝거리는 크지 않은 쇠통, 만든 솜씨가 참으로 정교하며 그 지혜도 놀랍고 경탄할만 한것이였다.

축우기를 살펴보면 세종의 얼굴에 한가득 웃음이 피어올랐다.

《나의 지혜와 재능이 실로 놀랍구나. 갑진년(세종 16년)에는 자격루(물시계)를 만들고 오늘날은 또 이런 기이한 기구를 만들어 백성들의 농사를 돕게 하였으니 실로 기특한 일이로다.》

《황송하오이다.》 장영실은 허리를 깊이 굽혔다.

《소인이 뼈를 깎아 이런 기구를 만들었다한들 어찌 상감마마의 그 은혜에 백분의 비량을 짐계해은 호조에서 새로운 측정방법을 세워줄것을 서운관에 의뢰하였다.》

그러하여 서운관에서는 비량을 측정하며 강물이 불거나 줄어드는것을 한눈에 알

어려서부터 남달리 꿈이 많고 뛰어나게 공부도 잘한 황복경은 후대교육사업을 당과 국가의 제일중대사로 내세우는 소중한 뜻을 받들어 갈 일념을 안고 교원이 될것을 결심하였다.

단말머리치녀시절 교단에 선 첫날 그가 그려본것은 언제나 학생들의 맑은 눈동자에 비끼는 참된 교육자의 모습, 실력있고 사랑과 정이 넘치는 다정한 스승의 모습이였다.

그는 성격과 취미가 서로 다른 나 어린 학생들의 연령심리적특성에 맞게 여러가지 교수수법활용과 교편문제작에 힘을 들이고 교육실무적자질과 교육자적품성을 소유하기 위해 꾸준히 노력하였다.

그는 성격과 취미가 서로 다른 나 어린 학생들의 연령심리적특성에 맞게 여러가지 교수수법활용과 교편문제작에 힘을 들이고 교육실무적자질과 교육자적품성을 소유하기 위해 꾸준히 노력하였다.



2021년 10대최우수교원
평성교원대학부속 평성시덕성소학교 교원
황복경
평성교원대학부속 평성시덕성소학교 교원 황복경은 2021년 10대최우수교원으로 선정되었다. 그녀는 교육자로서의 열정과 헌신을 보여준 공로를 인정받아 이殊한 영광을 안았다. 그녀는 2021년 10대최우수교원으로 선정되었다. 그녀는 교육자로서의 열정과 헌신을 보여준 공로를 인정받아 이殊한 영광을 안았다.

건강상식

건강에 해로운 새벽녘등산

흔히 사람들은 수면이 우거진 곳이면 무조건 좋은 곳으로 알고 이런 곳을 자주 찾곤 한다.

그러나 수면속이라고 해서 아무때나 좋은것은 아니다.

새벽이 되면 기온이 떨어지고 공기는 평야면에 압축된다.

이때 공기속에는 인체에

해로운 탄산가스가 많이 섞여있게 된다.

나무는 해별이 내리쬐는 시간에 빛합성을 하여 탄산가스를 흡수하고 산소를 내보내므로 낮에는 산소가 가득차있게 된다.

그러나 밤에는 호흡작용만 하여 산소를 흡수하고 탄산가스를 배출하므로 산소는 적고 탄산가스가 많

게 된다.

이때 사람이 수면속에서 운동을 하거나 등산을 하면서 숨을 들이쉬게 되면 산소의 공급이 적은 대신 탄산가스가 몸안으로 많이 들어가게 된다.

이로 하여 현기증이 오기도 한다.

이와 같이 새벽에 수면속을 거닐거나 등산을 하는것은 건강에 도움이 되는것이 아니라 오히려 해를 준다.

아침에 일어나서 머리가 어지러운 경우

아침에 일어나서 머리가 어지러우면 경주의 뼈질이 증식되었을수 있다.

이 병에 걸리면 경추동맥이 압박되어 뇌수의 괴공급에 영향을 주기때문에 머리가 어지러워진다.

○ 일찍 일어나고 잠이 잘 오지 않는 경우
어떤 로인들은 새벽 4~5시가 되면 일어나는데 잠에서 깬 후에도 온몸에 맥이 없고 가슴이 답답해한다.

림상에서는 이런 현상을 우울증, 혹은 정신심리장애

아침에 나타나는 질병신호

이 두근거리고 배가 고프는 경우

어떤 사람들은 새벽 4~5시에 일어나서는 배가 고프는감을 느낀다.

또한 가슴이 두근거리고 피로하며 맥이 없어하는데 아침식사후에 이런 증상이 조금 나아지기는 하지만 그래도 입안과 혀, 목이 마르게 된다.

이런 증세는 아침식사 후 천천히 없어지는데 이것은 당뇨병에 걸렸다는 신호이다.

졌는가를 의논하기 위해 몇몇 신하들을 불러들였다.

신하들이 정해진 자리에 다들어서자 세종은 좌우를 둘러보며 입을 열었다.

《예로부터 정치의 근본은 백성을 잘 다스려 편안히 하는것이아 하였거니와 그러자면 춘하추동 네계절과 때와 시를 정확히 가려 정사를 베풀고 농사를 잘하도록 해야 하지 않겠소. 헌데 아직 과인의 대궐에는 때와 시를 어김없이 가림만한

지 방법들을 두루 이야기하였다.

당시까지만 하여도 시간측정이 그리 정확하다고 할수 없었다. 태고시절부터 써오던 방법의 하나는 물을 함아리에 넣고 하루동안 흘러내리게 한 후 그 물량을 12등분하여 그 물이 흘러가는 동안을 1시간으로 보는것이였다.

중국에서는 이미 기원전 7세기경에 루각 또는 경루라고 부르는 이런 장치들 만들어 리용하여왔다.

금과 은을 제련하는 기술도 높았고 여러가지 무기제조와 수리는 물론 성을 쌓거나 농기구를 만드는 일에서도 탁월하였다. 당시 동태관에서는 장영실이 참작하지 않으면 아무 일도 묘리있게 해내지 못하는줄로 아는 정도였다.

심지어 량반부호집 안방마님네들의 망가지기질이며 금은노리개까지도 장영실이 아니면 제대로 고쳐놓지 못하는것으로 알고있었다.

그가 만든 물계를 본 사람들은 누구나 혀를 내두르며 그 기술의 신묘함을 두고 감탄을 아끼지 않았다.

그러하여 점차 그의 이름은 동태관에서는 말할것도 없고 경상도일관을 벗어나 한양까지 알려지게 되었다.

1422년 어느날, 왕 세종은 시간을 정확히 측정하는 기계를 어떻게 하면 만들수 있

었었다.

12~13세기에는 아라비아사람들에 의하여 시간이 되면 쇠공이가 굴러떨어지면 종과 북을 치는 장치가 되어있는 자동물시계가 만들어졌다.

이 시계로는 시간을 비교적 정확히 측정할수 있었다. 아라비아사람들이 만든 이러한 자동물시계장치는 매우 높은 수준의 기술을 요구하는것이였다.

세종은 바로 이같은 시계를 경복궁대궐에 보관듯이 놓아두고싶었던것이다.

임금의 그 뜻을 알아차린 공조참판 리천이 정중히 아뢰었다.

《소신은 우리 나라가 동방의 레지국일뿐 아니라 당당한 문명국으로 그러한 자동물시계를 만들지 못할 까닭이 없다고 생각하옵니다. 어명으로 경향각지에서 이룩있는 기술자와 공인들을 찾아내어 일을 맡긴다면 능히 자동물시계를 리용할수 있을줄로 아옵니다.》

《음- 참관이 옳은 말을 하였습니다.》 세종은 머리를 끄덕이며 빙그레 웃었다.

《그러나 이제부터 경들이 자동물시계를 만들수 있는 사람을 천거해보오. 빈부와 귀천은 구태여 가릴 필요가 없소.》

임금의 그 말에 부복해있는 신하들의 몸은 금시 풀아드는데였다.

그들은 모두 꿀떡은 병어리가 되어 고개를 깊이 숙일뿐이었다.

기계가 없으니 실로 근심스럽소. 태고시절부터 해의 그림자나 별의 위치를 보고 시간을 알아내는 법은 있지만 정확하지 않고 그나마 흐린 날이면 알 도리가 없으니 어찌하면 좋겠는지... 누구든 방안이 있으면 말을 하오.》

임금이 말을 마치니 좌중은 물을 뿌린듯 조용해졌다.

잠시후 신하들은 시간을 측정해온 동서고급의 여러가

그러나 이 물시계는 하루 한두번씩 물을 갈아주어야 했고 사람이 지켜서서 실수없이 시간을 알려야 하므로 정확할수가 없었다. 때로는 시간을 왕청같이 틀리게 알려 큰 소동이 일어나는 경우도 있었다.

그후 송나라시에는 소송이라는 사람이 1091년 물레바퀴로 돌아가는 자동물시계를 창안한것도 있었으나 구조가 복잡하고 정밀하여 그가 죽자 다시는 만들지 못하