## 세노비스, 멀티비타민미네랄 '트리플러스 맨 & 우먼' 출시

세노비스가 28일 멀티비타민미네랄 '트리 플러스 맨'과 '트리플러스 우먼'을 출시했 다. 2010년 국내 선보인 오메가-3가 함유 된 멀티비타민미네랄 트리플러스의 4번째 업그레이드 제품이다. 남녀의 하루 영양 섭취 권장량을 고려해 성분과 함량을 강화 했지만 가격은 그대로 유지했다. 13가지 비타민군과 6가지 핵심 미네랄까지 하루 두 알로 간편하게 섭취할 수 있다. '트리플 러스 맨'은 에너지 대사에 도움을 주는 비 타민 B군의 함량을 강화했고, '트리플러스 우먼'은 항산화와 혈액생성에 필요한 비타 민C, 가임기 여성에게 높은 함량이 요구되 는 철분과 엽산을 강화했다. 정용운 기자

#### G마켓, '맘껏쇼핑' 프로모션 인기

G미켓은 육아·생활용품 특가 프로모션 '맘 갯쇼핑'이 오픈 3주 만에 주말 판매실적을 견인하고 있다고 28일 밝혔다. 맘껏쇼핑은 G마켓이 매주 일요일 선호 육아 제품 등을 초특가에 판매하는 원데이 할인 프로젝트 다. G마켓에 따르면 이달 7일 진행한 첫 행 사의 경우 참여 브랜드사 거래액이 행사 직 전 주 일요일과 비교해 205%, 전일과 비교 하면 277% 증가했다. 지난 21일 행사에선 참여 브랜드사 거래액이 행사 시작 전 일요 일과 비교해 4배 이상(347%) 급증했다. 프 로모션 페이지뷰는 19% 늘었다. 김명근기자

# 건강 | 비행기 탑승 시 주의해야 할 건강관리 팁

# "귀 먹먹할 땐, 물 꿀꺽꿀꺽"

여름 휴가철을 맞아 국내외 여행객이 늘고 있다. 국토교통부에 따르면, 최근 3년간 비행기 탑승객 요청에 의해 이륙 전에 비행기에서 내린 사례 중약 55%가 공황장애나 심장이상 같은 건강상의 이 유인 것으로 조사됐다. 심혈관질환, 신 경질환, 폐질환 등도 비행기 긴급 착륙 의 주요 원인이다. 비행기 탑승 시 주의 해야할 건강관리 팁에 대해 알아본다.

#### ●호흡기 질환 예방위해 수분 섭취

비행기 내부는 약 5~15% 정도의 낮 는 것이 좋다. 은 습도로 인해 코와 후두의 보호 점막 이 건조해져 세균의 침투에 취약하다. 밀폐된 공간에서는 전염성이 높아 감기 나 호흡기 질환에 걸릴 위험이 높다. 이 를 예방하기 위해서는 충분한 수분 섭 취와 청결 유지가 중요하다. 비행 전후 손을 씻고. 기내에서 물이나 주스를 자 주 마시며 마스크를 착용한다.

#### ●지상보다 강한 자외선

지상에 비해 훨씬 강하다. 장시간 노출 시 피부암 등 각종 피부질환을 유발할 수 있어 가급적이면 닫도록 한다. 기내 의 압력과 건조한 공기로 인해 눈과 피 부 점막도 건조해져 안구건조증, 피부 건조증이 우려되므로 콘택트렌즈 대신 ●**공황장애 환자는 복도 쪽 좌석 앉아야** 안경을 착용하고 인공눈물을 자주 넣는 다. 로션이나 보습제, 자외선 차단제 등 을 충분히 바르고 지나친 화장은 삼가

# ●이·착륙할 때 귀마개 착용하면 도움 돼

이·착륙 시 기압 차이 때문에 순간적 으로 귀가 먹먹해지거나 심한 통증이 생기는 '기압성 중이염'이 발생할 수 있 다. 이를 완화하기 위해서는 물이나 침 을 삼키거나, 사탕을 먹거나 껌을 씹고, 하품을 하며, 코와 입을 막고 숨을 내쉬

고, 귀마개를 쓰는 방법 등이 있다. 무 비행기 창을 통해 들어오는 자외선은 언가를 먹거나 삼키면 평소 닫혀 있던 이관이 자연스럽게 열리면서 기압차를 줄일 수 있다. 귀마개는 귀 통증을 감소 시키고 외부의 소음을 차단해 귀 자극 을 최소화한다.

비행공포증, 공황장애, 폐쇄공포증 이 있는 사람은 복도석이나 탑승구 좌 석을 확보하고, 탑승 시에는 가급적 카 페인이나 알코올은 섭취하지 않는다. 평상시 복식호흡법을 익히고 수시로 비 행기 복도를 걸으며 스트레칭하고, 편 안하고 행복했던 순간이나 장소 등을 떠올리는 것이 좋다. 여행 전에 의사와 의 상담 후에 필요하다면 비상약을 처 방받아 복용하도록 한다.

> 도움말=중앙대학교병원 정용운 기자 sadzoo@donga.com

#### 인사

# 교육부 차관보 11년 만에 부활 서유미 민주당 전문위원 임명



활된 차관보에 서유미 민 진)을 26일 임명했다.

차관보 보직은 2001년 교육부가 부총리급의 교

육인적자원자원부로 승격하면서 신설됐 다. 이후 2008년 교육인적자원부와 과학 기술부가 교육과학기술부로 통합되면서 없어졌다가 이번에 부활했다. 여성 차관보 는 서 차관보가 처음이다.

서 차관보는 서울대 가정관리학과를 졸 교육부에서 학술정책과장, BK21사업기획 팀장, 순천대 전북대 사무국장, 학술장학 지원관, 대학정책관, 부산시부교육감 등을 역임해 대학. 초중고 등 교육행정 전반에 대한 이해가 밝고 여성가족부 청소년정책 관, 민주당 수석전문위원 등 외부 경험도 많아 정책 협의 및 조율 능력이 뛰어나다 는 평가다. 원성열 기자 sereno@donga.com

#### "BTS가 자주 찾는 곳?"…'누구', 서울관광 정보제공 시작 서울관광재단-SKT 제휴

서울관광재단(대표 이재성)은 SK텔레

콤과 제휴를 맺고 26일부터 인공지능(AI) 이트 '비짓서울'은 서울의 축제, 행사 정보 체, 러시아어)로 서비스 중이다. 서비스 누구(NUGU)를 통한 서울관광 정 부터 관광객 참여소통형 이벤트, 영상 콘 보제공을 시작했다. 누구 이용자가 '비짓 텐츠, 서울 TOP10시리즈, 명소, 추천코 봐야 하는 10곳 알려줘', '방탄소년단이 서 교육부는 11년 만에 부 서울'이라는 서비스명을 이용해 "아리아, 스, 한류관광, 도보관광 및 공연, 호텔 예 비짓서울에서 강남구 축제 추천해줘"라고 약 서비스 등의 정보를 제공하고 있다. 연 버스 코스 가격 알려줘' 등 정보 분야를 확 주당 수석전문위원(55·사 지시하면 음성으로 관광정보를 안내한다. 간 1000만 명 이상 방문하며 현재 6개 언어 대해 제공할 예정이다.

서울관광재단이 운영하는 여행정보 사 (국문, 영문, 일문, 중국어 간체, 중국어 번

서울관광재단은 앞으로 '서울에서 꼭 가 울에서 자주 가는 곳은 어디야', '시티투어 김재범 기자

# 롯데면세점 하노이공항점 오픈 향후 10년 간 매출 2000억 기대

롯데면세점(대표 이갑)은 26일 베트남 하노이 노이바이 국제공항에 출국장 면세 업하고 행정고시 31회로 공직에 입문했다. 점을 오픈했다. 2017년 5월 다낭공항점과 2018년 6월 나트랑 깜란공항점에 이은 베 트남의 세 번째 매장이다. 하노이공항점은 506m² 규모로 향수·화장품·주류·담배·식 품 등 90여 개 브랜드를 취급한다. 롯데면 세점은 하노이공항점이 향후 10년간 매출 이 약 2000억 원에 이를 것으로 예상하고 있다. 이로서 롯데면세점은 한국 포함 8개 국 21개 매장을 운영하게 됐다.



이갑 롯데면세점 대표이사(왼쪽에서 두 번째)와 송용덕 롯데그룹 호텔&서비스BU장(오른쪽)이 26일 베트 남 하노이 노이바이 국제공항에서 열린 롯데면세점 하노이공항점 오픈 행사에서 관계자들과 함께 매장을 둘러보고 있다. 사진제공 | 롯데면세점

다낭시내점을 오픈할 예정이며, 2020년

롯데면세점은 연내에 베트남 4호점인 해외점 매출 1조를 달성하겠다는 목표를 갖고 있다. 김재범 기자oldfield@donga.com

## TV 프로그램·오늘의 운세

29일 (월)

신을 알리는 계기를 만들

출장근무가 성사돼 보상

길방:남 이 기대된다. 길방:동

채널A 02-2020-3100 KBS	02-781-1000 MBC 02-780-00	15 SBS 02-2113-5000 個又	배방송 🔟 시각장애인을 위한 화면	해설방송
채널 A	KBS1	K B S 2	МВС	SBS
4:00 채널A 스페셜 〈이지사이언스〉 6:00 특별기획	5:00 생활의 발견 스페셜 5:10 내고향 스페셜 6:00 KBS뉴스광장	5:00 숨터⑩ 5:05 걸어서 세계 속으로[D)⑩ 6:00 여름특선 다큐멘터리 3일⑩	5:00 함께사는세상 희망프로젝트- 나누면 행복 스페셜	5:00 SBS특선 다큐멘터리 6:00 모닝와이드(1, 2, 3부)
〈몸속 염증 공장, 지방을 잡아라〉® 7:00 은비랑 꼼지락 꼼지락®	7:50 특선 인간극장® 8:25 아침마당	7:00 생생정보 스페셜 8:00 KBS아침 뉴스타임 9:00 일일연속극-	6:00 뉴스투데이(1, 2부) 7:50 일일드라마- 모두 다 쿵따리®	8:35 아침연속극- 수상한 장모⑮ 9:10 좋은 아침⑫
8:00 행복한 아침 9:20 김진의 돌직구 쇼	9:30 뉴스 10:00 무엇이든 물어보세요	여름아 부탁해⑥젱 9:40 그녀들의 여유만만② 10:40 지구촌 뉴스	8:30 생방송 오늘 아침⑤ 9:30 930뉴스 9:45 기분 좋은 날@	10:10 뉴스 10:30 살맛나는 오늘
10:50 뉴스A 라이브	11:00 다큐 공감[D®] 11:50 UHD한식의 마음®]	11:00 월화드라마-퍼퓸미⑤솅	10:45 월화미니시리즈- 검법남녀 시즌2回⑤제	11:00 꾸러기 탐구생활 11:30 요리조리 맛있는 수업
12:00 사건 상황실	12:00 뉴스12 1:00 네트워크 기획-문화산책	1:10 트레킹노트	12:00 12뉴스 12:20 수목미니시리즈-	12:00 12뉴스
1:20 풍문으로 들었쇼[[6]@	1:50 2018 국제엠네스티 언론상 수상작	세상을 걷다 스페셜	신입사관 구해령回⑤® 1:30 헬로키즈 신비한 자연교실2	12:50 동상이몽2 너는 내 운명®®
2:50 평일 오후 세시의 연인 7~8회 명장면 다시보기®	(기억, 마주서다제1, 2편)® 2:50 세계는 지금 스페셜 3:00 시니어 토크쇼	2:00 뉴스타임 2:10 생생정보스페셜	1:50 2시 뉴스 외전 3:20 뽀뽀뽀 모두야 놀자 스페셜[미	2:00 뉴스브리핑
3:00 금토드라마-평일 오후 세시의 연인®제	황금연못® 4:00 2019방송통신위원회	3:00 자동공부책상 위키2 3:30 TV유치원	3:50 뽀뽀뽀 모두야 놀자 4:20 일일드라마-	
4:20 정치데스크	방송대상 수상작- 어멍의 바당⑩(1부)	4:00 그녀들의 여유만만@®	모두 다 쿵따리⑥⑩ 5:00 5뉴스	4:00 생활의 달인□®
5:50 뉴스톱10	5:00 뉴스5 5:30 동물의 왕국미	5:00 영화가 좋다⑥제	5:25 출발 비디오 여행 스페셜®〈1, 2부〉	5:00 SBS오뉴스
7:20 뉴스A 8:20 TV주치의 닥터 지바고	6:00 6시 내고향 7:00 뉴스7	6:00 KBS경제타임 6:30 2TV생생정보	6:25 생방송 오늘 저녁	6:00 순간포착 세상에 이런 일이[Dis/Al)
9:20 역사 다시보기-	7:40 특선 다큐멘터리 (다이너스티, 아생의 지배자들-	7:50 일일드라마- 태양의 계절®	7:30 MBC뉴스데스크	7:00 생방송 투데이
천일야사⑤	제1편 침팬지/교육 8:30 일일연속극-	8:30 글로벌24 8:55 옥탑방의 문제아들	8:55 월화미니시리즈-	8:00 8뉴스
CHANNEL 채널A 다시보기 www.iChannelA.com	여름아 부탁해⑮ 9:00 KBS뉴스9	스페셜® 10:00 여름특집 사장님 귀는	검법남녀 시즌2® 〈마지막 회〉	8:55 생활의 달인(1, 2부)
11:00 풍문으로 들었쇼⑥	10:00 가요무대 11:00 오늘밤 김제동 11:40 저널리즘 토크쇼J®	당나귀 귀- 보스들의 대나무숲® 11:10 안녕하세요®	10:05 스트레이트 11:05 MBC스페셜	10:00 동상이몽2 너는 내 운명®
12:40 2019 슈퍼레이스 매거진 ※1:40 평일 오후 세시의 연인			12:05 스포츠 다이어리 12:20 UHD특선다큐	12:00 나이트라인
7~8회 명장면 다시보기(6명)	12:35 뉴스 12:45 이웃집 찰스미제	12:35 옥탑방의 문제아들⑥®	(북극의 비밀- 1부 극한의 땅)	12:30 스포츠 투나이트

※ 1:40 KBS재난방송센터®

1:50 채널A 스페셜

(다큐S 프라임)

※ 1:35 생활의 발견D

## 바견증이 으스 족으 난

좋지 않다. 모든 일을 순

리대로 풀어나가야 된

다. 오늘은 게을러지기

쉬운 날이다. 길방:중앙

7월 29일(월) 음력: 6월 27일 무의: (02) 812-1201 도원한당

막성호의 운수 좋은 일 /월 29일(월) 음력: 6월 27일 문의: (02) 812-1201, 노원학					
<b>쥐</b>	<b>소</b>	<b>호랑이</b>	<b>토끼</b>		
행운색:흰색	행운색:적색	행운색:적색	행운색:검정		
적극적으로 진행시킬 단계가 아니다. 큰 계획은 재고키 바란다. 신경이 많이 쓰이고 의욕이 저하되는 때이니 극기의 정신이 필요할 때다. 향후의 운세는 자신의 행동 여하에 달려있다. 길방:서	순조롭게 발전되며, 해	안정된 직업이나 직장에	승진 운이 있다. 경거망		
	외사업에서도 기회가 생	서 꾸준히 노력하라. 큰	동을 삼가라. 특히 자중		
	길 수 있다. 기발한 묘책	사업을 하는 사람은 힘들	지란을 조심해야 한다.		
	으로 상대를 누르고 실리	겠으나 작은 사업에 종사	우왕좌왕하기 쉽고 엉뚱		
	달성을 획책하려하는 기	하는 자는 좋은 운이다.	한 짓을 하기 쉬운 날이		
	운이 강하다. 인간적 유	이성 관계에 있어서 문제	다. 현 위치에서 좀 더 높		
	대관계에 마음을 쓰는 것	가 있을 수도 있으니 조	은 자리로 도약하려는 노		
	이 유리하다. 길방:남	심하라. 길방:남	력이 필요하다. 길방:북		
<b>용</b>	<b>뱀</b>	<b>말</b>	<b>양</b>		
행운색:적색	행운색:노랑	행운색:청색	행운색:적색		
기회를 얻어 일을 성사시	소원하는 일은 시간이 소	문서 운이 좋아 진급이나	무르익은 기운을 비탕으로 하여 결실의 탑을 쌓는 형상이다. 힘으로 밀어붙이지 말고 서서히 행동하라. 지금 당장은 불안한 생각이 들겠지만 현상태를 유지해 나가는 것이 바람직하다. 길방:남		
킨다. 귀인이 나타나 승	요되기는 하겠지만 좋은	인사이동 등에서 결실을			
승장구하게 되겠고, 특	운이니 기대해도 좋겠	맺게 된다. 서두르다 실			
히 옛것을 버리고 새 것	다. 작은 돈은 들어오겠	패할 수 있으니 시간적			
을 계획하면 더욱 길하겠	지만 지출도 심하다. 자	여유를 갖고 매사에 임하			
다. 서류상의 문제는 정	첫 인간관계에서의 트러	라. 오늘은 도화의 날이			
확한 확인 및 보관이 필	블로 인해 곤란한 지경에	기도 하다. 이성문제, 탈			
요하다. 길방:남	놓일 수 있다. 길방:중앙	선을 조심하라. 길방:동			
<b>원숭이</b>	<b>당 당</b> 행운색:검정	<b>개</b>	<b>돼지</b>		
행운색:노랑		행운색:적색	행운색:청색		
육체적 보다는 두뇌활동	정성을 다하면 작은 소원	하는 일이 위축되며 자금	소가 등을 비빌 언덕을		
을 통해 일확천금을 노리	성취는 되겠지만 큰 소원	난에도 봉착할 수 있어	만나는 대길한 운으로 동		
는 날이다. 하지만 급진	은 아직이다. 무리한 투	수지 균형이 맞지 않아	지를 구할 수 있으며 발		

적이고 적극적인 행동은 ㅣ 자를 삼가고 지출을 줄이 ㅣ 고민이 많겠다. 욕심 없 ㅣ 전할 것으로 보인다. 자

는 것이 현명한 방법이 이 침착하게 밀고 나아가

돼지띠를 만나 자문을 구 등을 통한 휴식이 도움

하면 좋겠다. 길방:북 되겠다.

│다. 변화가 이루어진다. │라. 음악이나 영화감상 │게 되며 득세하게 된다.

# 경제

15

2019년 7월 29일 월요일

*스크*초동아

#### 날씨와 생활

29일(월)		
서울 70/20	인천 70/20	수원 70/20
25	25	수원 25
30	29	31
춘천 70/30	강릉 30/20	청주 30/10
25	28	25
31	34	33
대전 20/0	전주 30/0	광주 20/0
25	25	25
33	33	33
대구 20/10	울산 20/0	부산 20/0
25	25	25
34	33	30
<b>U</b>		

## ☆ 해뜸 05:33 해짐 19:44 달뜸 02:16 달짐 17:07

산 날씨					TÂA.
북한산	<i>*</i>	25/30	내장산	怣	25/31
설악산	Ժ	27/31	무등산	卷	25/32
오대산	۵	23/28	주왕산	۵	23/30
속리산	苍	24/30	지리산	怣	23/31
계룡산	ੴ	23/28	한라산	<i>*</i>	18/22

바다 날씨	l				<b>b</b> ,
인천송도	♂	25/29	안면도 꽃지	⊁ 2	5/27
제부도	<i>*</i>	25/29	변산반도	♂ 2	5/31
경포대	Ø.	28/32	거문도	⊁ 2	5/28
속초	<b>^</b>	27/30	해운대	<b>~</b> 2	6/30
대천	Ժ	26/28	제주도	♂ 2	5/30

미세먼지					
서울	14	좋음	대전	15	좋음
부산	17	좋음	울산	17	좋음
대구	18	좋음	경기	15	좋음
인천	21	좋음	경북	23	좋음
광주	18	좋음	제주	17	좋음

## 주간 날씨 (최저/최고기온)

30일 서울경기 🗅 25/30 영동 🔆 28/34 충청 🌤 26/33 화★ 25/33 양남 ☆ 25/31 제주 ☆ 25/32 31일 서울경기 📤 25/31 영통 📤 26/33 충청 🗅 25/33 화 🗢 25/33 영남 🗢 25/30 제주 🗢 26/33

#### 한국인이 가장 많이 보는 스포츠신문 스포츠동아, 유료부수 2년 연속 1위

	네표전화 02-301-1010		
발행인	이인철	편집부장	좌혜경
편집인	이성춘	스포츠부장	김도헌
ᄪᇄᄀᆉ	연제호	엔터테인먼트부장	윤여수
편집국장		경제부장	김재범
광고국장	이승욱	뉴미디어전략팀장	양형모
인쇄	동아일보사	사진부장	고종철

광고문의 02-361-1612 구독신청 1588-2020 FAX 02-361-1617 www.sportsdonga.com (우) 03737 서울특별시 서대문구 충정로 29 2008년 3월 3일 등록번호 서울 가-00131호 〈일간〉 2008년 3월 24일 창간 본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다 구독료: 한달 12,000원, 1부 700원

기사 의견 제보 및 독자 투고 02-361-1616 sol@donga.com