



호랑이는 내친구

vol.191 2019

09

www.kiatigers.co.kr

KIA 타이거즈



그라운드 포커스

8월 경기 화보

커버스토리

타이거즈 젊은 불펜 '막강'

스포츠라이트

7년만의 타이거즈 도루왕 보인다

SNS 인터뷰

'대기만성' 유민상

I LOVE TIGERS

'팬 퍼스트' 팬 참여 이벤트 인기

SNS 핫클릭

트위터, 인스타그램, 유튜브 이슈

타이거즈 뉴스

2020년 신인 2차 지명 등

T스토리

9월부터 영문 표기 운전면허증

건강 칼럼

밝은안과2병원·MK한방병원

퀴즈 & 이벤트

204마력, 새로운 기준을 만든다

New Performer

soul
BOOSTER



The Power to Surprise

쏘울 부스터 완벽하게 진화하다

동급 최고



강력한 퍼포먼스

최대출력 204PS/최대토크 27.0kg-m

동급 최고



감성 스페이스

사운드 무드램프

동급 최대



첨단 멀티미디어

와이드 10.25인치 내비게이션 UV03D

www.kia.com
PSM 1588-1100
24시간 240-200-2000

기아자동차는 전국 어디서나 동일한 가격과 조건으로 고객님께의 서비스를 제공합니다.

정부공인 표준연비 및 동급·소형 1.6 T-GDI 70CT 17인치 타이어 제형 연비 : 22.4km/ℓ (도시) 연비 : 15.9km/ℓ, 고속도로 연비 : 18.9km/ℓ 제1상 159km 공차중량 1,300kg 복합CO₂배출량 134g/km (동급) · 소형 1.6 T-GDI 70CT 17인치 타이어 제형 연비 : 22.2km/ℓ (도시) 연비 : 15.2km/ℓ, 고속도로 연비 : 17.7km/ℓ 제1상 158km 공차중량 1,375kg 복합CO₂배출량 137g/km (동급) ※ 위 연비는 표준모드에 의한 연비로서 도로상태 · 운전방법 · 차량적재 · 정비상태 및 외기온도에 따라 실 주행연비의 차이가 있습니다. ※ 실제 차량구성은 차급 및 선택 사양에 따라 다르게 적용됩니다.

AUTO 안전운행을 위한
24시간 Care Service
24시간 240-200-2000



CONTENTS



KIA타이거즈가 거둔 올 시즌 최대 성과는 '백화전문'으로 불리는 젊은 불펜이다. 박준표, 하준영, 전상현, 문경찬으로 이어지는 '필승 불펜'들의 줄임말인데, 이들이 뒷문을 든든하게 버텨주면서 후반이 강한 야구를 펼치고 있다. 지난 시즌 1군 엔트리에 없었거나 적은 경기에만 나섰던 이들이 불펜의 핵심 자원으로 성장했다는 데서, KIA는 불펜 리빌딩에 성공했다고 볼 수 있다.

- 04 그라운드 포커스 _ 8월 경기 화보
- 06 커버스토리 _ 타이거즈 젊은 불펜 '막강'
- 10 스포트라이트 _ 7년 만의 타이거즈 도루왕 보인다
- 12 SNS인터뷰 _ '대기만성' 유민상
- 16 I LOVE TIGERS _ '팬 퍼스트' 팬 참여 이벤트 인기
- 18 SNS 핫클릭 _ 트위터, 인스타그램, 유튜브 이슈
- 20 타이거즈 뉴스 _ 2020년 신인 2차 지명 등
- 21 T스토리 _ 9월부터 영문 표기 운전면허증
- 22 건강칼럼 _ 밝은안과21병원·MK한방병원
- 24 퀴즈 & 이벤트 _ 틀린 그림 찾기

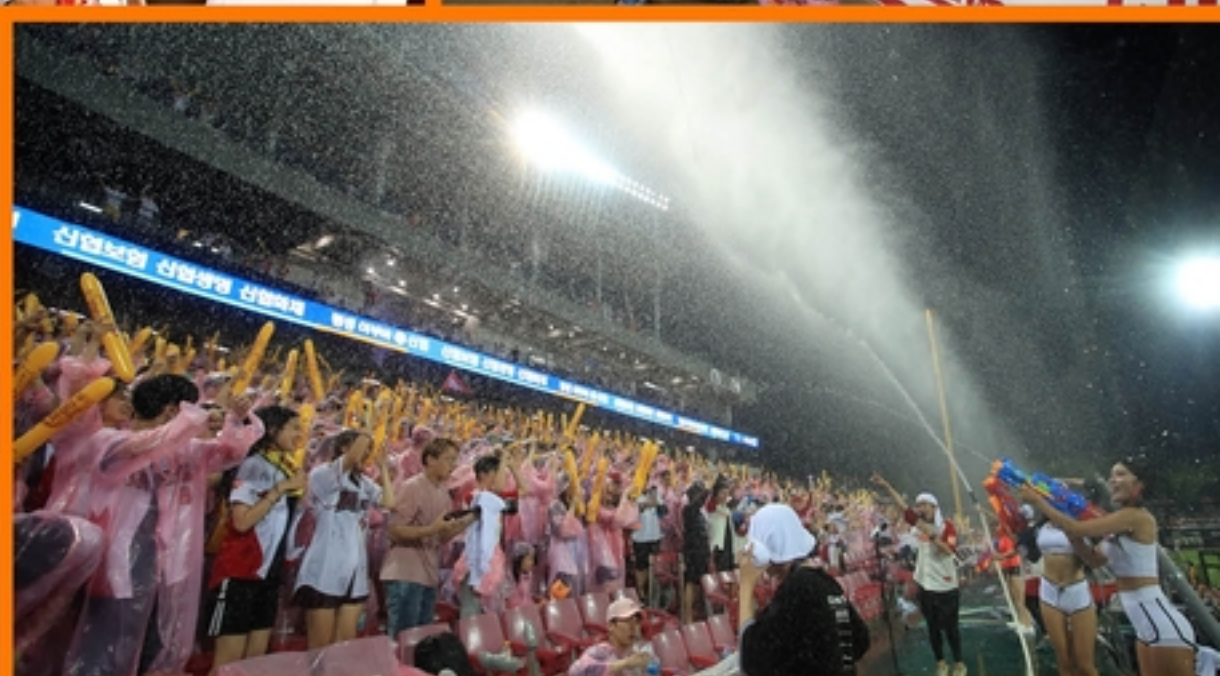
2019 SEP vol.191



유종의 미를 거둬야 한다

2019시즌도 이제 20경기가 채 남지 않았다. 올 시즌 KIA타이거즈에는 굵직한 변화들이 있었다. 모진 풍파 속에서도 긍정적인 요소들을 발견하고, 그 희망을 키워왔다는 점은 큰 성과로 평가 받는다. 신예 선수들의 발굴과 젊은 선수들의 성장은 내년 시즌을 더욱 기대케 하는 대목이다. 남은 경기에서는 이 희망 요소들이 현실에 연착륙할 수 있게 '유종의 미'를 거둬야 한다. 이러한 희망을 동력으로, 내년 시즌엔 더 높이 뛰어 오를 준비를 해야 한다.





“박하전문을 아시나요” 티

-팀 리빌딩 속 젊은



'KIA 불펜 박하전문입니다.'

KIA타이거즈 '필승 불펜'에 별명이 붙었다. 중간 계투 투수들의 성을 따 만든 이름이다. 박준표, 하준영, 전상현, 문경찬으로 이어지는 '박하전문'이다.

올 시즌 KIA타이거즈의 큰 소득 가운데 하나가 새로운 불펜을 구성했다는 점이다. 최근 몇년간 불안했던 뒷문을 철벽처럼 지키고 있는 이들도. 이들은 특히 지난 시즌 군 복무 중이었거나, 1군 엔트리에 오랜 기간 머물지 않았던 선수들이란 점에서 더 큰 소득으로 평가 받는다. 신예 선수와 기존 선수들의 성장만으로 완벽한 '필승조'

를 구성해냈기 때문이다. 이에 불펜 부문에서만은 리빌딩에 완벽하게 성공했다는 평가도 나온다.

KIA타이거즈 마운드의 올 시즌 히트 상품인 박준표, 하준영, 전상현, 문경찬의 활약을 차례로 살펴보자.

'언터처블' 박준표

박준표는 사실 올 시즌 선발투수로 가장 기대됐던 선수였다. 지난해 경찰청 복무를 마치고 팀에 복귀하자마자 엔트리에 등록돼 활약했다. 와일드카드 결정전 엔트리까지 들었던 박준표는 그 해 치러진 마무리 훈련 캠프에서도 발군의 실력을 자랑했다. 2019시즌 선발진에 큰 힘이 되어줄 것으로 기대됐다. 하지만 악재가 터졌다. 스

타이거즈 젊은 불펜 '막강'

불펜 성장 두드러져



글/사진 홍보팀

프링캠프를 앞두고 위장에 용종이 발견돼 수술대에 올랐던 것. 그래서 시즌 합 류도 늦었다. 4월 16일 퓨처스리그 경기에 등판하며 몸상태를 조율했지만, 발목에 타구를 맞는 부상을 입었다. 또 한 차례 기다림의 시간이 필요했다. 5월 17일과 21일 퓨처스리그에 등판했고, 이상이 없음을 증명하며 5월 23일 1군에 올라왔다. 1군 마운드에 오른 박준표는 자신의 가치를 증명했다. 중간계투 요원으로 등판하며 '필승조'의 중추 역할을 했다. 묵직한 직구와 날카로운 변화구를 앞세워 상대 타자들을 돌려세웠다. 박준표는 8월31일 현재 40경기에 나서며 1점대 평균자책점을 기록하고 있다. 7월에는 한달간 9경기에서 평균자책점 '0.00'을 기록하며 '퍼펙트 피칭'을 이어가기도 했다. 경기 중후반 승부처에 등판해 상대 타



선을 잠재우며, 팀 승리에 기여하고 있는 박준표는 승리와 홀드 기록 역시 차곡차곡 쌓아 가고 있다.

박준표는 "군 생활이 도움이 많이 됐다. 정신력이 많이 좋아졌다. 경찰청 시절 많이 던지면서 느낀 점이 많다. 예전에는 안타를 맞으면 흥분하는 스타일이었지만, 지금은 냉정하게 생각하려 한다"고 이야기 했다. 군복무를 통해 성숙해진 셈이다. 박준표는 이어 "안타를 맞고, 삼진을 잡는다는 생각보다 상대 타자의 타이밍을 뺏는다는 생각으로 던지고 있다"고 강조했다.

박준표는 올 시즌 성장을 바탕으로 내년 시즌 선발투수로의 꿈을 키우고 있다. 그는 "선발투수 욕심은 있다. 우선 올해는 주어진 보직에 최선을 다할 것이다. 내년에 진짜 잘 만들어서 도전해 보겠다"고 각오를 다졌다.

패기 앞세운 '마당쇠' 하준영

'박하전문' 가운데 유일한 '미필' 투수가 하준영이다. 고졸 2년차 좌완투수 하준영은 젊음의 패기로 마운드의 핵심 자원으로 자리 잡은 케이스다.

하준영은 지난해 6월 16일 LG를 상대로 KBO 데뷔전을 치렀다. 1이닝 무실점을 기록했고, 그 다음날 등판에서 데뷔 첫 삼진을 잡았다. 올 시즌에는 개막 엔트리에 이름을 올린 이후 1군에서 자리를 지키고 있다. 8월31일 현재 52경기에 등판해 6승(2패) 12홀드 평균자책점 5.01을 기록 중이다. 올 시즌 KIA 투수 가운데 가장 많은 경기에 출장한 게 하준영이다. 하준영은 "지난해에는 1군에 제

자리가 없다 보니까 내려가면 어떡하나, 못 던지면 내려가겠구나 싶은 생각을 많이 했다. 올해는 자리를 잡아서 못 던진 날에도 자신감을 잃지 않는다. 작년보다 확실히 공이 좋아져서 오래 있을 수 있는 것 같다"고 자평했다. 하준영의 강점은 역시 140km 후반대에 이르는 빠른 공이다. 강력한 구위를 앞세워 한복판으로 찰려 넣으면 상대 타자들의 배트가 헛돌기 일쑤다. 때문에 타이트한 상황, 믿고 맡기는 좌완 믿을맨으로 성장했다.

하준영의 진가를 엿볼 수 있는 대목은 2019 KBO 올스타전에도 볼 수 있었다. 하준영은 올 시즌 올스타전에서 나눔올스타(한화, 키움, KIA, LG, NC)의 6번째 투수로 마운드에 올라 1.1이닝 4탈삼진 무실점 완벽투를 뽐냈다. 하준영은 호세 페르난데스(두산)와 최정(SK), 제이미 로맥(SK), 멜 로하스 주니어(KT)를 삼진으로 제압했다. 4타자 연속 탈삼진으로, 종전 3타자 연속이던 기록을 넘어선 올스타전 신기록이었다. 또한 올스타전 한 경기 최다 탈삼진 타이 기록이기도 했다. 더욱 의미 있는 건 페르난데스, 최정, 로맥, 로하스 모두 각팀의 대표 강타자라는 점이다. 이들을 연속으로 상대해 삼진으로 돌려세운 건 압도적인 구위뿐 아니라, 두툼한 배짱 또한 칭찬받을만 하다는 점이다.

'묵묵하지만 돋보이는' 전상현

'좌완 마당쇠'가 하준영이라면, 우완 마당쇠는 전상현이라 할 만하다. 고졸 4년차 전상현은 군 복무 후 달라진 모습으로 '믿을맨'으로 꼽히고 있다. 전상현은 8월31일 현재 48경기에 등판해 1승(4패) 11홀드를 기록 중이다. 평균자책점은 3.66으로 준수하다. 묵묵하게 역할을 수행하다보니, 어느덧 KIA 불펜의 돋보이는 셋업맨으로 자리 잡았다.

입단 후 지금까지 전상현은 돋보이는 투수가 아니었다. 입단 첫 시즌이던 2016년 8경기 등판에 그쳤던 전상현은 2패 1홀드, 평균자책점 8.10을 기록했다. 시즌 후 상무에 입단했고, 2018년 전역 후 1군에 등록되서도 5경기에서 승패 없이 평균자책점 6.10을 기록했다. 돋보이지 않는 성적표였다.

하지만 2019년 전상현은 KIA 불펜에서 없어서 안될 자원으로 성장했다. 직구 구속이 상승하면서 공의 위력이 더해졌다. 140km대 초반이 최고였던 직구 구속이





140km 후반까지 나오면서 상대 타자들을 제압하기 시작한 것이다. 전상현은 구속에 비해 묵직한 공을 던지는 것이 강점이었던 터라, 구속 상승은 그의 위력을 배가시켰다. 전상현은 "구위와 구속이 좋아지면서 자신감이 생기고, 그래서 결과도 잘 나오는 것 같다"면서 "처음부터 맞더라도 후회 없이 던지자"는 생각을 하면서 던졌다. 이것이 좋은 결과로 이어지고 있다"고 말했다. 그는 이어 "올 시즌 목표는 풀타임이다. 다른 큰 목표나 수치적인 목표는 없다. 올해는 풀타임이 처음이니까 경험을 쌓고, 배우고자 한다"고 겸손해했다.

'타고난 클로저' 문경찬

사실 올 시즌 KIA타이거즈 마운드의 가장 큰 '히트상품'은 마무리 투수 문경찬이다. 중간계투 요원이던 그는 김윤동의 부상 탓에 임시 마무리 보직을 맡았다가, 시즌 마지막까지 뒷문을 책임지는 '클로저'로 자리 잡았다.

문경찬은 올 시즌 8월31일 현재 46경기에 등판해 1승(2패) 18세이브 평균자책점 1.53을 기록 중이다. 5월 중 10경기에서는 1승 5세이브 평균자책점 0을 기록했고, 월간 평균자책점 0의 행진은 6월까지 계속됐다. 갑작스러운 보직 변경에도 안정적인 모습을 보여주자, 문경찬에는 '뒷문 경찬'이라는 별명도 붙었다. 뒷문을 푼다라는 뜻이다.

인천고-건국대를 졸업하고 2015년 2차 지명 2라운드로 KIA 유니폼을 입은 문경찬은 첫 등판에서 이미 이름을

크게 알렸다. 루키 시즌 4월 5일 수원 kt전 선발 투수로 등판한 것이었다. 이날 선발로 예정됐던 임준혁이 갑작스러운 부상으로 빠지면서 문경찬에게 기회가 돌아간 것이다. 문경찬은 5.1이닝 동안 4피안타 1볼넷 1실점의 호투를 펼쳤고, 팀이 4-1로 이기면서 승리 투수가 됐다. KBO 데뷔전을 선발승으로 장식하며 스포트라이트를 받았다. 하지만 이후 등판에서 걸출한 성적을 내지 못하면서 1군 무대에서 사라졌다.

그리고 상무에서 군 복무를 마치고 돌아온 지난해부터 주목을 끌었다. 32경기에서 승리 없이 3패였지만 평균자책점 4.72로 가능성을 인정받았다. 그리고 올해 날카로운 구위를 과시하며 당당히 마무리 투수로 자리 잡은 것이다. 문경찬의 강점은 두둑한 배짱이다. 위기 상황에서도 흔들리지 않고 직구를 미트에 꽂아 넣는 자신감이다. 직구의 최고 구속은 140km대 중반이지만 공격적인 볼배합과 빠른 투구 템포, 최대한 공을 앞에서 놓는 투구 폼 덕분에 상대 타자들은 속수무책으로 당하고 있다. 문경찬은 "상황이나 타자를 의식하지 않고 내가 던지는 공에 집중한다"면서 "원래 생각이 많은 편이었는데, 올해 마음을 비우고 공 하나하나에만 집중하다 보니 좋은 성적이 나오고 있다"고 비결을 설명한다.

문경찬 역시 군 복무를 통해 한층 성장했다. 그는 "상무에선 경기 결과에 개의치 않았고 던져보고 싶은 대로 던졌다"면서 "2년간 야구에만 몰두했고, 그러다 보니 야구를 보는 시선이 달라졌다"고 박흥식 감독 대행도 문경찬의 활약에 엄지손가락을 치켜 세운다. 박 감독 대행은 "성격도 활발하고 자신감까지 얻으면서 마무리 투수로서 안성맞춤인 선수"라고 말했다.





‘7년 만 도루

글/사진 홍보팀

KIA타이거즈 내야수 박찬호가 도루왕 계보를 잇는다.

올 시즌 KIA '히트 상품' 중 한 명인 박찬호는 8월 31일 현재 34개의 도루를 기록하며 이 부문 단독 1위에 올라 있다.

2014년 입단 후 작년까지 통산 도루가 5개 뿐이었던 박찬호는 올 시즌 도루 성공률 0.872를 기록하며 '대도'로 떠올랐다.

박찬호의 강점은 도루 타이밍을 잡는 능력이 탁월하다는 것. 김종국 주루코치의 조언이 더해지며 만들어진 결과다. 여기에 빠른 스타트와 과감한 슬라이딩 능력으로 상대 배터리와 내야진을 흔들어 놓고 있다.

타이거즈에서 가장 최근 30도루 넘어서는 선수는 로저 버나디나로, 2017-2018시즌 2년 연속 32도루를 기록했다. 박찬호는 이미 이 기록에 타이를 이뤘고, 40도루를 정조준하고 있다.

가장 최근 타이거즈 40도루 성공자는 2012년 이용규다. 이용규는 이 시즌에서 44도루로 도루왕 타이틀을 거머쥐었다.

타이거즈는 전통의 '대도' 팀이었다. KBO리그 초대 도루왕 김일권이 대도의 문을 열었다. 김일권은 1982년부터 3년 연속 도루왕을 차지했다. 태평양으로 이적한 1989~1990년 2연패를 했다. 1986년 서정환에 이어 이순철이 1991~1992년 2연패에 성공했다.

한의 타이거즈 왕 보인다'



'야구천재' 이종범은 1994년 84개의 도루를 성공시켜 전무후무한 80도루 시대를 열었다. 이종범은 1996년과 1997년, 2003년까지 4번의 도루왕을 차지했다. 2루수 김종국도 2002년 50도루로 첫 타이틀을 차지하기도 했다. 2012년 이용규 이후에는 타이거즈 도루왕이 나오지 않았다. 박찬호가 도루왕을 차지할 경우 7년 만에 타이틀을 차지하는 것이다.

40도루 가능성은 열려있지만 어려움도 있다. 체력 저하로 찾아온 타격감이 슬럼프에 빠져 출루율이 극도로 낮아진 것이다. 이에 박찬호 스스로 출루율을 높이는 것이 숙제로 꼽힌다.

박찬호는 "도루왕 욕심은 난다. 야구를 하면서 시상식에 올라가는 것은 꿈이다. 그런 꿈을 꾸고 있다. 하지만 도루는 기회가 와야 하는 것이다. 만들기 위해 노력하겠다. 나가면 된다는 생각을 한다"고 말했다.

'대기만성' 유.민.상

-물오른 타격감으로 중심타선에 '무게감'
-유쾌한 입담에 '더그아웃 비타민' 역할



항상 웃는 얼굴로 더그아웃 분위기를 이끌고 뜨거운 타격감으로 타선에 힘을 불어 넣고 있는 유민상! 팬 여러분이 남겨주신 질문에도 언제나처럼 밝은 모습으로 워트 넘치는 답변을 해주었습니다.

유민상의 진지함과 웃음이 모두 담겨있는 SNS인터뷰를 지금 공개합니다!

(이번 달 이벤트 당첨자 'irns02'님과 'gaeng_1'님, 이상 두 분께는 유민상 선수의 친필 사인이 들어간 기념품을 선물로 보내드리겠습니다. 축하합니다.)

정리/홍보팀

Q. ID : hyeonseok_11023 - 언제부터 야구를 좋아하게 되었나요?

A. 어렸을 때부터, 아버지가 코치님이셔서 자연스럽게 야구를 접하게 됐어요. 응원하는 것도 재밌어서, 더 가까워 질 수 있었던 것 같아요.

Q. ID : 30_890413 - 야구를 하게 된 계기는?

A. 초등학교 2학년때부터 시작했어요. 세 살 터울인 형이 5학년때부터 야구를 했고 집에 혼자 있기 너무 심심해서 형을 따라 야구를 하게 됐어요. 원래는 (부모님께서) 그렇게 일찍부터 시키려고 하셨건 아닌 것 같은데 혼자 너무 외로워하니까 빨리 시작한 것 같아요.

Q. ID : eomminho64 - 형인 유원상 선수랑 승부하면 누가 이기나요?

A. 도구를 이용한 경기이고 확률 싸움이기 때문에 한번 붙어서는 잘 모르겠지만, 많이 붙으면 제가 요즘 페이스가 좋아서 제가 더 잘하지 않을까요. 3할 이상이면 제가 이기는 거겠죠?

Q. ID : irns02 - 만약 친형인 유원상 선수랑 상대하는 날이 온다면 기분이 어떨 것 같나요?

A. 2군에서는 몇 번 붙었는데, 1군에서 만나게 된다면... 드디어 왔구나! 제가 두산에 있고 형이 LG에 있을 때 항상 LG전 앞두고 2군으로 내려갔어요. 한 세 번 정도 그랬나? 제가 kt에 있을 땐 형이 재활하느라 만날 수가 없었어요. 드디어... 만약에 상대하게 된다면 드디어 붙는구나. 하나의 짐을 떨쳐내는 느낌일 것 같아요. 계속 못 붙어서 마음 속의 짐이고, 제가 치든 못 치든 빨리 붙고 싶는데 뜻대로 되는 건 아니더라고요.

Q. ID : sunshine__mk - 항상 유쾌하고 밝은 유민상 선수의 모습을 많이들 좋아합니다. 팬들을 행복하게 해주는 유쾌함의 원동력이 뭔지 궁금합니다.

A. 어렸을 때부터 뭐든지 재미가 없으면 하기 싫었기 때문에 항상 웃으면서 했던 것 같아요. 공부를 해도 재미있게 하려고 하고, 기존 공식을 따르



기 보단 저만의 공식을 찾으려고 노력하면서 즐겁게 하는 편이에요.

Q. ID : teakuna1110 - 늘 웃는 모습인 민상 선수! 혹시 경기하다가 화난적 있나요?

A. 경기가 안 풀리면 화를 내기 보단, 생각이 많아지면 더 잘 안되기 때문에 웃으려고 노력해요. 가끔 제가 어찌할 수 없는 부분, 예를 들면 심판의 콜이 제 생각과 너무 다를 때, 그럴 때 가끔 욕할 때가 있어요.

Q. ID : @KIA_3_8 - 요즘 타격 감이 좋은 데 아버님이 칭찬해주셨나요?

A. 아버지는 항상 기술적인 부분보단 정신적으로 잡아 주려고 노력하세요. 아버지는 이미 다 겪어보신 부분이라 이 나이에 기술적인 변화보단 컨디션 조절과 멘탈을 관리하는 것에 대한 조언과 함께 항상 잘했다고 해주세요. 못한 경기에 대해서는 이런 상황에서는 이렇게 생각하고 했으면 어떨겠냐 정도로만 방향성을 제시해주시고요.

Q. ID : dan_b2_58 - 요즘 타격 감이 너무너무 좋으신데, 경기 들어가기 전에 나만의 루틴이 있나요?

A. 특별한 루틴은 없고, 타석 들어가기 전에 스윙 두 개

를 하고 타석에 들어가요. 군대에 있을 때부터 했으니까 6년째 하고 있는데 그거 말고는 특별히 없어요.

Q. ID : hongcho99 - 타석에서 특별히 신경 쓰는 게 있으신가요? 타격감이 좋지 못하다는 생각이 들 땐 어떻게 감을 되찾으시나요?

A. 타격감이 안 좋을 땐 연습밖에 없는 것 같아요. 연습을 통해 제가 원하는 폼을 찾는 게 빠르지, 연습을 안 하고 다른 걸 한다고 해서 컨디션이 달라지거나 타격 폼이 달라지는 건 아니니까요.

제자리로 돌아오려면 연습을 해서 찾는 게 가장 중요한 것 같아요.

Q. ID : gaeng_1 - 타격 폼이 독특한데 지금의 타격 폼을 정립하게 된 계기와 시기는 언제인가요?

A. 작년에 대타로만 나와서 장타 위주로 쳤는데 좋은 결과가 나왔고, 올해는 장타를 더 많이 생산할 수 있는 폼으로 연습을 했는데 시즌 초반엔 잘 안되더라고요. 욕심을 부려서 그런지 잘 안돼서 여러 폼을 연구하다가 정성훈 코치님과 같이 2군에 있을 때 다리를 좀 높게 들고 쳐보라고 권유하셨어요.

그래서 다리를 드는 폼으로 연습을 했는데 그때는 다리를 넓게 벌리고 쳤어요.

다리를 많이 벌린 상태에서 높게 들려고 하니까 중심 잡기가 힘들어서, 조금씩 줄이다 보니 확실히 중심이동이 수월하고 그러면서 지금 폼이 만들어진 것 같아요.

그게 올라오기 전이었으니까 6월 말쯤에 확실히 폼을 정립하고 유지하면서 2군에서 좋은 성적을 냈고, 바로 1군에 올라올 수 있었던 것 같아요.

Q. ID : kyeong_yoo - 최근에 친 안타 중에 가장 기억에 남는 순간은 언제인가요?

A. 2주전에 홈에서 SK랑 할 때(8/16) 김태훈 선수 상대로 좌전안타 쳤던 게 기억에 남아요.

그날 안타가 없었는데 그래도 마지막 타석에서 집중해서 좋은 결과가 나왔던 것 같아요. (유민상 안타 이후 유재신의 끝내기 득점으로 승리)

Q. ID : 12939_ - 키움전(8/22)에서 누구에게 왜 윈크했는지 궁금합니다!

A. 상대였던 신재영 투수가 제 중학교 동창이에요. 제가 재영이 공을 항상 잘 쳤어요. 2군에서도 8타수 8안타 칠 정도로 잘 쳤는데, 그날 선발로 등판한다 해서 몸



풀 때 재영이한테 절했어요.

고맙다고 안타 좀 치겠다고. 근데 첫 타석에서 안타치고 나가니까 재영이가 저를 때려보더라고요. 그래서 재영이를 바라보면서 윈크 한번 날려줬죠. 너무 씩씩거리면서 쳐다보길래 화 풀라고 그런 거예요.

Q. ID : twins__hyunsuk94 - 유민상 선수 좌완 투수 상대로 더 편하게 치는 이유가 뭔가요?

A. 특별한 이유는 없는데 어릴 때부터 좌완이 나오면 장타 욕심을 버렸었어요. 그러면서 정확한 타격을 하려던 게 타율 쪽에서 좋은 결과가 있는 것 같아요.

Q. ID : lol_qwer1 - 제일 어려웠던 투수는 누군가요?

A. 건방지게 보일까봐 조심스러운데... 완전히 압도할 정도로 던진 투수는 없던 것 같아요. 요즘 제가 감이 좋아서 그런지 모르겠는데 좀 더 집중하면 어떻게라도 할 수 있을 것 같은 기분이에요.

Q. ID : kwon0504kim - 첫 홈런 쳤을 때 어떤 기분이었어?

A. 그때까지 안타를 거의 30개 쳤는데 홈런이 안 나와서 올 시즌에 홈런 못치고 끝날까봐 마음 졸였어요. 다른

애들은 다 치는데 저만 못 쳐서... 다행히 첫 홈런이 나와서 마음이 후련했어요.

Q. ID : kia_love0605 - 요새 별명들이 새로 많이 만들어지고 있는데 그 별명들 중에 가장 듣기 좋거나 이것만은 평생 갖고 싶다는 별명 있나요?

A. 요새 하나만 부르던데요? 이십끼 아니면 한입만. 둘 다 똑같잖아요. 타점 잘 먹는다는 거니까 좋죠. 기분 좋은 별명인 것 같아요. 요즘 나름 대세 개그맨이기도 하고.

Q. ID : popobe_22 - 함평에서 타격기계 & 최홍만이라고 불리던데, 맘에 드는 별명은 어떤 건가요?

A. 제가 덩치가 커서 애들이 최홍만이라고 부르더라고요. 타격기계는 2군 경기에 자주 오시는 (신)범수 팬분이 제가 범수한테 자주 장난치니까 괴롭히지 말라고 지어주신 거예요.

그분이 경기 때도 조그만 플래카드를 들고 오시다 보니 별명이 됐어요. (마음에 드는 별명은) 아무래도 올해 잘 됐고 있으니까, 이십끼?

Q. ID : kiasaranghae - 팀에서 장난을 제일 많이 받아주는 선수는 누구예요?

A. 우리 팀에 제가 장난 쳐서 안받아주는 사람은 없어요. 형우형? 형우형이랑 자주 붙어있으니까(라커룸에서 바로 옆자리) 잘 받아주고, 주찬이형도 잘 받아주고. 제가 옆에 가면 다들 장난 칠 준비를 하고 있더라고요. 부담이 되긴 하는데 기대에 부응해야죠.(웃음) 요즘 외국인 선수들까지도 장난쳐서 피곤해요.

Q. ID : _cherish_98 - 더그아웃에서 본인과 같은 분위기 메이커인 선수는?

A. 지금이요? (한숨을 쉬며)애들이 많이 부족한 것 같아요. 2군에서 후계자 양성을 하려고 해서 분위기를 좀 바꿔놓긴 했는데 몇 년 지나보면 저에 버금가는 선수가 나오지 않을까 생각해요.

Q. ID : lvcji_78 - 항상 넘치는 미소로 더그아웃을 밝게 빛내시는데 야구하면서 가장 행복했던 순간이 궁금합니다!

A. 데뷔 첫 홈런 쳤을 때요. 그때가 가장 기억에 남아요. 두산 시절인데 군대 다녀와서 8월 15일 광복절에 문학에서 3:3 동점 상황이었어요. 윤길현 투수 상대로 풀카운트에서 슬라이더를 때려 결승홈런을 쳤었어요. 극적인 데뷔 홈런이었는데, 근

데 그거 치고 다음날 바로 2군 갔어요.(웃음)

Q. ID : jinh0910 - 알라딘을 보면 지니라는 램프의 요정이 있어요. 만약 유민상 선수에게 램프의 요정지니가 나타나 세가지 소원을 들어주겠다고 한다면 무엇을 말할 것 같아요?

A. 영원한 젊음, 부와 명예, 그리고 소원 10개만 더?

Q. ID : leejaeseng - 가장 존경하는 야구선수는?

A. 제가 미국에 있을 때 캔그리피 주니어 선수가 가장 잘 나갈 때였거든요. 스윙도 멋있고. 어렸을 때부터 캔그리피 주니어를 좋아했어요. 야구는 캔그리피, 농구는 코비였을 때라 두 선수를 가장 좋아했어요.

Q. ID : 30_890413 - 야구선수로서 이루고 싶은 목표는?

A. 제가 나이가 많아서 어떤 개인 기록을 달성하기엔 너무 늦은 것 같고, 아버지랑 형이 우승 반지가 없거든요. 그래서 제가 우승반지를 꺼보는 게 가장 큰 목표입니다.

Q. ID : kimminae1216 - 선수님에게 KIA타이거즈란?

A. 저에게 KIA타이거즈는 다시 찾아온 기회. 팀을 두 번이나 옮겼고, kt에 있을 때도 제가 잘해서 온 건 아니잖아요.

2군에서 끝까지 포기하지 않고 열심히 해서 타격왕 타이틀 따내고, 그래서 KIA에서 저를 불러주신 것 같아요. 저에게 마지막 기회라고 생각하고 열심히 하다 보니 지금 같은 기회가 다시 한번 온 것 같아요.



“팬 퍼스트” 팬 참여

선수와의 하이파이브, 함께 입장,



KIA타이거즈가 팬이 직접 참여할 수 있는 이벤트를 확대하며 팬들에게 한 발 더 다가서고 있다.

KIA는 올 시즌부터 일반 팬이 참여할 수 있는 △애국가 부르기 △선수와 함께 그라운드 입장 △선수와 하이파이브 △홈경기 선수단 훈련 관람 △외야에서 캐치볼 등 이벤트를 마련해 운영 중이다.

이 가운데 ‘애국가 부르기’ 이벤트는 10:1의 참가 경쟁률을 기록할 만큼 반응이 뜨겁다. 연예인이나 유명인들의 전유물이었던 애국가 제창 순서를 일반 팬의 몫으로 돌려자 참가 신청이 잇따르는 것.

지난 6월 초 참가자를 모집한 지 2주 만에 약 270팀이 신청할 정도였다. 참가자들의 면면도 눈길을 끈다. 전북 고창지역 다둥이 영유아 32명(8가정)부터 광주 북구 리틀 야구단, 전남대 음악교육학과 19학번 학생들, 광주 골든글러브 여자야구단, 부부 성



여 이벤트 인기

외야 캐치볼 등 인기



악가, 광주 유촌초등학교 6학년 5반 학생 등 평범한 우리 이웃들이 애국가를 불렀다.

그라운드 입장과 하이파이브 역시 선수들과 함께 한다는 데 의미가 있어 팬들의 호응이 높다. 입장 시간 탓에 볼 수 없었던 홈경기시 선수단 훈련 모습을 참관하는 프로그램도 인기가 있다. 아빠와 아들 팬이 함께 할 수 있는 '외야 캐치볼'은 광주-기아 챔피언스 필드에서 특별한 추억을 쌓을 수 있다.

이러한 팬 참여 이벤트는 KIA타이거즈 카카오톡 플러스 친구 응모와 당일 경기장을 찾은 관객을 대상으로 하는 게임을 통해 참가자를 선정하고 있는데, 호평 속에 참가 신청이 줄을 잇고 있다.

2016년부터 시행하고 있는 챔피언스 필드 투어의 인기도 식지 않고 있다. 경기장 및 선수단 시설 곳곳과 광주-기아 타이거즈 야구 역사관을 둘러본 뒤 경기까지 관람할 수 있는 챔피언스 필드 투어는 유료임에도 불구하고 모집(30명 내외) 때마다 5분 만에 마감되는 인기를 이어 가고 있다.

KIA 관계자는 "남은 시즌은 물론 내년에도 일반 팬들이 더 많이 참여해 선수들과 함께 할 수 있는 이벤트를 준비할 것"이라고 말했다.





SNS 핫

지난 한 달, 구단 공식 SNS
팬 여러분의 많은 사랑을

8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 6.9만 / 좋아요 1,529 / 댓글 252)

2019.08.03

이명기 송별인사



트레이드 후 처음으로 챔필을 방문한 이명기를 위해 송별식을 마련했습니다. 이명기를 응원하는 팬 여러분의 마음이 모여 가장 많은 좋아요를 기록했습니다.

Fan's replies

[ID : 민트ss] 트레이드 되어서 아쉽지만 이런 송별회라도 해주신 기아에 감사합니다.
명기씨 NC가서도 화이팅하세요, 화이팅~
[ID : 박건규] 와 한달정도 돼서 이제 괜찮아졌는데 이 영상보니 또 이명기선수가 그립네요.
우승시즌 리드오프 no.2761 이명기선수 감사했습니다. NC에서도 열심히 건강히 뛰어주세요.

8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 4.9만 / 좋아요 1,068 / 댓글 276)

2019.08.08

훈련 모습 찍으려다 인생을 담은 인터뷰



훈련 중이던 양현종과 나눈 진솔한 인터뷰. 야구, 가족, 그리고 미래에 대한 양현종의 진심을 확인할 수 있는 시간이었습니다.

Fan's replies

[ID : 11 na_88] 앞으로 기아의 54번은 이제 양현종밖에 없을겁니다
[ID : adorable s] 그레요 은퇴.. 70살이 되면 낚드릴게.

8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 2만 / 좋아요 564 / 댓글 69)

2019.08.04

1:0 완봉승을 합작한 한양 배터리!



2000년대 KBO 최단시간 경기의 완봉승을 합작한 양현종과 한승택 배터리의 수훈선수 인터뷰!

Fan's replies

[ID : 땡땡이안유진] 기아의 자랑 광주의 자랑 타이거즈의 심장 양현종
[ID : 전서연] 대투수님...양현종선수! 안병마님 한승택 선수!!...
마지막으로 제일 고생하는것같은 호걸이...! 다 너무 수고하셨습니다!!

8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 1.4만 / 좋아요 511 / 댓글 61)

2019.08.09

철벽불펜 미니 인터뷰!



든든한 불펜조의 훈련시간 미니 인터뷰. 데뷔 첫 승을 거둔 고영창의 소감과 시즌 10홀드를 달성한 하준영의 공약 이행을 담았습니다.

Fan's replies

[ID : adorable s] 우리 불펜 보면 밤 안 먹어도 배부르다구요ㅠㅠ
[ID : Hana Hwang] ㅋㅋㅋㅋㅋㅋ하준영은 터집니다!! ㅋㅋ 우리 불펜 너무 예뻐 예뻐 죽겠어

핫클릭

S채널에서
받았던 게시물 다시보기!



8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 4.1만 / 좋아요 737 / 댓글 202)

2019.08.14 경찰 야구단 11기 4인방의 전역신고!



경찰 야구단 복무를 마치고 팬 여러분께 복귀를 신고한 고장혁, 김명찬, 김호령, 이진영! 기다렸던 얼굴들의 등장에 환영의 댓글이 가득 달렸습니다.

Fan's replies

[ID : 뽕떡] 드디어 효령이 재대하는구나. 시간 빠르네. 현종이 20승 도우미 * * 후반기 반등하자!
[ID : 단판] 박찬호선수 경험하고 나서는 린서비스가 아니라 정말로 군체대선수들에 대한 기대치가 한껏 올라갔다고요 ㅋㅋ 좋은 모습 기대하고 있어요

8월의 유튜브 핫클릭

(조회수 2만 / 좋아요 373 / 댓글 75)

2019.08.15 폭염 속 훈련에 한창인 함평월드



뜨거운 태양빛 아래 붉은 땀방울을 흘리고 있는 퓨처스 선수단. 경찰청에서 전역한 선수들로 더욱 활기가 넘치는 훈련 모습에 많은 관심이 집중됐습니다.

Fan's replies

[ID : 배현아] 앞으로도 함평 많이 가주세요 ㅠㅠ 퓨처스 선수님들도 많이 보고싶어요 ㅠㅠ
[ID : 뽕떡] 전 영상에서 선수들 이름 써달라는 요청이 많았는데 반영해주셨네요!! 소통하는 가티비 너무너무 좋습니다 * *

8월의 인스타 핫클릭

(좋아요 4.9천 / 댓글 122)

2019.08.04
선수단에게 피자를 돌린 하준영!



올스타전 우수투수상 수상의 기쁨을 팀 동료들과 함께 한 하준영. 앞으로의 올스타전도 기대한다는 용원의 댓글이 가득 달렸습니다.

Fan's replies

[ID : dw0819] 역시 베포줄 아네요. 멋져요~
[ID : jong_hyeonni] 하준영 선수 힘내세요 아프지 마시구 매일같이 행복하시길 바래요 사랑합니다

8월의 인스타 핫클릭

(좋아요 1.2천 / 댓글 172)

2019.08.24
유민상의 SNS인터뷰



뜨거운 타격감으로 중심타선에서 맹활약하고 있는 스마일 가이 유민상에게 궁금한 점들을 많이 남겨주셨습니다.

Fan's replies

[ID : _m_s_2404_] 요새 인기가 많아지셨어요!! 비결은 모두를 행복하게 하는 웃음이라는데 많이 웃는 비결이 있을까요?
[ID : kiasaranghae] 유민상선수 8/22일 키움이랑 2회 경기하실때 안타치시고 링크하시던데 누구한테 하신건가요? 링크 외도하신건가요? 링크 맨날 해주세요.

TIGERS NEWS

2020년 신인 2차지명 1라운드 박민 지명



KIA타이거즈가 26일 오후 2시 서울 웨스틴조선호텔 그랜드볼룸에서 열린 '2020 KBO 신인 2차 지명회의'에서 1라운드 1순위로 박민(야탑고. 내야수)을 지명하는 등 모두 10명을 뽑았다.

185cm, 84kg의 다부진 신체 조건을 지닌 박민은 중장거리형 타자로, 장타력이 탁월하면서도 건실한 유격수 수비력까지 갖춰 공수에서 활약이 기대된다.

2라운드에서는 홍종표(강릉고. 내야수)를 지명했다. 178cm, 75kg의 신체 조건을 지닌 홍종표는 전형적인 컨택트형 타자로, 넓은 내야 수비 범위를

자랑하며 주력 또한 뛰어나다는 평가다.

3라운드에서 지명된 오규석(휘문고. 투수)은 187cm, 94kg의 신체 조건으로 시속140km대 중반의 묵직한 직구를 구사하며, 체인지업 등 변화구 구사 능력이 뛰어나고 제구력이 좋다는 평가 받고 있다.

4라운드에서 지명한 유지성(북일고. 투수)은 좌투좌타로 189cm, 90kg의 탁월한 신체 조건을 자랑하며 직구 구속(140km초반)은 빠르지 않으나 향후 발전 가능성이 크다는 평가다.

KIA타이거즈는 5라운드 김양수(북일고. 투수), 6라운드 장재혁(경남고. 투수), 7라운드 백현종(경주고-동강대. 포수), 8라운드 강민수(장충고. 투수), 9라운드 이인한(강릉고-영동대. 외야수), 10라운드 최용준(부산공고. 투수) 등 총 10명을 지명했다.

김양수는 사이드암 투수로 공의 무브먼트가 좋고 경기 운영 능력이 뛰어나다는 평가다. 장재혁은 우완 정통파 투수로 커브와 슬라이더 등 변화구 구사 능력이 탁월해 즉시 전력감으로 평가 받고 있다. 포수 백현종은 어깨가 강하고 배트 스피드가 뛰어나다. 강민수는 사이드암 투수로 체격은 작지만 마운드에서 배짱이 두둑하다는 평가이다.

이인한은 외야수로 장타력이 뛰어나며 강한 어깨를 보유하고 있다. 최용준은 신체조건이 탁월하며 큰 키에 비해 투구 폼이 부드러워 향후 발전 가능성이 큰 선수로 평가받고 있다.

이날 지명을 마친 스카우트팀은 "즉시 전력감의 내야수 보강에 집중했고, 사이드암 투수를 보강하고자 했다"면서 "계획했던 대로 좋은 선수들을 뽑아 만족스럽다"고 말했다.

순위	성명	포지션	투/타	출신고	생년월일	신장	체중
1R	박민	내야수	우투우타	야탑고	2001.06.05	185	84
2R	홍종표	내야수	우투좌타	강릉고	2000.05.02	178	75
3R	오규석	투수	우투우타	휘문고	2001.12.04	187	94
4R	유지성	투수	좌투좌타	북일고	2000.11.15	189	90
5R	김양수	투수(사이드)	우투우타	북일고	2001.01.23	184	80
6R	장재혁	투수	우투우타	경남고	2001.08.02	180	85
7R	백현종	포수	우투우타	경주고-동강대	1999.06.10	185	90
8R	강민수	투수(사이드)	우투우타	장충고	2001.02.14	176	80
9R	이인한	외야수	우투우타	강릉고-영동대	1998.12.24	183	88
10R	최용준	투수	우투우타	부산공고	2001.12.19	193	95

‘KIA 홈런존’에 하이클래스 소형 SUV ‘셀토스’

KIA타이거즈와 기아자동차는 광주-기아 챔피언스 필드 ‘KIA 홈런존’ 전시 차량을 하이클래스 소형 SUV ‘셀토스’로 교체했다.

광주-기아 챔피언스 필드 외야 우중간 잔디석에 설치된 ‘KIA 홈런존’에는 구조물 위에 기아자동차 차량 1대가 전시되며, 홈런으로 차량이나 구조물을 직접 맞히는 선수에게 해당 차량을 증정하고 있다.

KIA타이거즈 선수는 물론 원정팀 선수도 해당되며, 차량 대수 제한 없이 홈런존을 맞히는 모든 선수에게 차량을 증정한다.

한편 대범하고 혁신적인 디자인에 다양한 첨단 사양을 갖춘 ‘셀토스’는 기아자동차광주공장에서 생산되는 소형 SUV다.





9월부터 개편되는 운전면허증, 어떻게 달라질까?

글 현대자동차그룹

9월부터 달라지는 운전면허증 관련 소식을 전하고자 합니다. 결론부터 말씀드리면, '영문' 표기가 주요 내용입니다. 면허증 뒷면에 면허 소지자의 이름과 생년월일 등 개인 정보와 면허 정보가 영문으로 들어가는 건데요. 과연 어떻게 바뀌는지 자세히 살펴보겠습니다.

해마다 증가하고 있는 국제운전면허증 발급 수
해외여행 시 렌터카를 이용하는 여행객들이 해마다 증가하고 있습니다. 도로교통공단에 따르면 2018년 기준 국제운전면허증 발급 건수는 29만4,023건에 달했습니다. 그동안 국제운전면허증 발급을 위해서는 출국 전 경찰서나 도로교통공단 운전면허 시험장을 방문해야 했는데요. 이렇게 발급받은 면허증의 유효기간이 1년밖에 되지 않아 해마다 발급받아야 하는 번거로움이 있었습니다.

이러한 불편을 해결하고자 도로교통공단은 인천국제공항에 국제운전면허발급센터를 운영하고 있습니다. 지난해 문을 연 제1터미널에 이어, 올해 7월 제2터미널에도 센터가 생겼는데요. 지금까지 이곳에서 발급한 운전면허는 3,333건으로 일평균 166건씩 발급될 만큼 여행객들의 방문이 이어지고 있습니다.

도로교통공단은 해외여행을 떠나는 국민들의 불편을 더 최소화하고자, 이번에는 운전면허증 자체를 새롭게 바꿉니다. 지난 7월, 도로교통공단은 뒷면에 영문으로 면허 정보를 적어 넣은 새로운 운전면허증 디자인을 발표했습니다. 올해 9월부터 전국 운전면허 시험장에서 발급할 계획입니다.

현재, 운전면허증 뒷면은 주소 변경 시 이를 적어 넣는 공간으로 사용되고 있습니다. 과거에는 면허증 뒷면에 변경된 주소를 적지 않으면 범칙금 대상이었지만, 1999년 이 규정이 폐지되면서 의미가 없어지면서 운전면허증 뒷면은 버려진 공간이 되었습니다. 이번 영문 표기로 인해 20년 만에 뒷면이 그 쓸모를 찾은 겁니다.

새 운전면허증의 주요 특징을 살펴보겠습니다. 제일 먼저 눈에 띄는 부분은 '픽토그램'입니다. 면허 면허 소지자가 운전할 수 있는 차량 종류를 국제 기준에 맞는 픽토그램으로 표시해,

의사소통이 어려운 상황에서도 알아볼 수 있도록 했습니다.

위변조 방지를 위한 각종 보안 요소도 면허증 뒷면에 들어갑니다. 끈을 꼬아 놓은 것 같은 띠 모양 장식의 보안 문양이 도입됩니다. 뒷면 곳곳에 미세&특수문자도 삽입됩니다. 해당 정보가 지워지지 않도록 보안필름인 홀로그램이 앞면과 뒷면 모두 부착됩니다.

새로 도입되는 영문 운전면허증은 해외에서 신분증을 대체하는 용도로도 사용할 수 있습니다. 해외에서 술집에 가거나 담배를 구입하는 등 생년월일 확인이 필요할 때 여권이 필요한데요. 여행 시 분실이 우려돼 여권을 숙소에 두고 다니는 분들이 많아 불편함을 겪는 경우가 생기곤 합니다. 영문 운전면허증이 도입되면 여권 대신 운전면허증이 그 역할을 하게 됩니다.

그렇다면, 영문 운전면허증이 통용되는 나라는 어느 곳들인지 살펴보겠습니다. 현재 즉시 통용되는 국가는 30개국으로, 아시아에서는 호주, 싱가포르, 뉴질랜드 등이, 아메리카에서는 캐나다, 괌, 페루 등이, 유럽에서는 영국, 아일랜드, 터키 등이, 아프리카에서는 카메룬, 르완다 등이, 중동에서는 오만이 해당합니다. 해당 국가에서는 한국의 영문 운전면허증을 그대로 사용할 수 있습니다.

추후에 독일, 이탈리아, 미국(플로리다 등 4개 주) 등 30여 개국에서도 추가 협의를 통해 한국 면허증 사용이 가능해질 전망입니다. 한국인들이 많이 방문하는 나라가 대부분 포함되어 있어 많은 여행객이 편리하게 운전대를 잡을 수 있을 예정입니다.

새로운 운전면허증 발급을 원하는 분들은 운전면허 시험장에서 한글+영문 면허증 발급을 신청하면 됩니다. 발급 비용은 면허 종류에 따라 다르며, 1종 보통의 경우 1만 원으로, 국내 전용 대비 2,500원을 더 내야 합니다. 준비할 거 많은 해외여행, 이제 국제운전면허증을 매번 발급받으러 가지 말고 한번에 끝내 보시면 어떨까요? 해외에서 멋진 드라이브를 꿈꾸는 분들이라면 여유 있을 때 운전면허증을 새로이 발급받아보시길 바랍니다.

직장인 & 대학생, 회복 빠른 스마일 라식이 적합



직장인 A씨(여, 35)는 연차를 사용해 시력교정술을 받을지 고민 중이다. 시력교정술인 라식, 라섹 수술을 하면 어느 정도의 긴 회복 기간이 필요하다고 들었기 때문이다. A씨는 시력교정술 때문에 아까운 연차를 사용하는 게 억울했다. 또 수술 후 바로 회사업무에 복귀해야하는데, 근거리 작업이 시력에 영향을 줄까봐 선택 결정하지 못하고 있었다. 그러다가 A씨는 직장 동료들 통해 기존 라식, 라섹보다 회복이 빠르다는 스마일 라식을 듣고 수술을 결심했다.

최근, 수술 다음날부터 일상생활이 가능한 스마일 라식이 직장인들 사이에서 주목받고 있다. 시력교정술 1세대인 라식 수술은 각막 상피의 110 μ m 정도를 잘라, 일정한 두께의 각막 절편을 만든다. 절편을 열고 각막 실질부에 레이저를 조사해 시력을 교정한다. 그리고 열었던 각막 절편을 다시 그대로 덮는 수술 방법이다. 시력 회복 속도가 빠르다는 장점이 있지만 절편 부위가 완전히 회복될 때까지 외부 충격에 주의해야 한다.

라섹은 각막절편을 만들지 않고 각막 상피가 재생되는 원리를 이용한 수술이다. 각막 상피를 얇게 벗겨내고 레이저로 시력교정을 한다. 절편을 형성하지 않기 때문에 외부 충격에 강하며 각막이 얇거나 눈이 작은 사람도 시력교정술을 받을 수 있다. 하지만 각막 상피가 재생되는 과정에서 통증이 있고 회복 속도도 라식에 비해 더디다. 그런데 3세대 시력교정술인 스마일 라식은 기존 라식과 라섹의 단점을 보완하고 장점만을 결합한 시력교정술이다. 라식과 달리 각막 절편을 만들지 않고 아주 미세한 레이저인 펄스초 레이저로 교정량만큼의 각막 실질 조각을 만든다. 그리고 각막에 약 2mm의 미세한 절개창을 만들어 그 사이로 분리된 각막 실질 조각을 빼내는 시력교정술이다.

스마일 라식은 각막 실질을 제거하기 위해 각막을 최소한으로 절개한다. 때문에 겉면의 손상을 최소화하고 기존의 각막 구조를 그대로 보존할 수 있다. 그래서 통증이 없고 회복 속도도 라식, 라섹보다 빠르다. 특히 시간적 여유가 없는 직장인들은 주말을 이용해 시력교정을 받고 바로 월요일에 출근을 할 수 있다. 수술 다음날 가벼운 세안, 화장 등 일상생활이 가능하기 때문이다. 또한 수술 직후만 아니면 컴퓨터 사용, 책 읽기 등 근거리 작업도 가능해 공부하는 대학생들에게도 적합한 시력교정술이다.

시력교정술은 굴절이상치에 해당하는 각막두께를 깎는 과정에서 각막확장증, 원추각막 등의 합병증으로 시력 저하를 초래할 수 있다. 또한 안구건조증, 빛번짐 등의 부작용에 노출될 수 있다. 그러나 스마일 라식은 각막 겉면을 그대로 유지하기 때문에 부작용 발생이 적고, 안전성이 높아 수술 만족도도 높은 편이다.

스마일 라식이 부작용이 없는 수술이라고 단정 지을 수는 없다. 하

지만 다른 시력교정술에 비해 부작용 발생률이 낮다. 스마일 라식은 레이저가 분해해놓은 각막 실질을 박리하여 제거하는 고난도 수술이기 때문에 전문의의 기술력이 필요하다. 처음 수술하거나 경험이 많지 않은 의료진이 수술을 진행하게 되면 기대만큼의 시력이 나오지 않을 수 있다. 따라서 수술 완성도를 높이고 부작용을 낮추기 위해서는 의료진의 노하우와 많은 경험이 필요하다.

병원을 선택하기 전, 환자는 의료진의 숙련도와 임상경험 등을 알아봐야 한다. 또한 레이저를 사용하는 시력교정술인 만큼 최첨단 수술 장비를 갖추고 있는지 확인하자. 또 체계화된 의료 시스템이 구축되어있는지 꼼꼼히 살펴보는 것이 좋다. 최신 장비일수록 시력의 질과 안전성, 정확성이 높아지기 때문이다.

스마일 라식이 다음날 일상생활로 복귀할 수 있다고 해서 사후관리에 소홀히 하는 사람이 종종 있다. 사후관리는 부작용을 줄이고 교정시력을 지속적으로 유지할 수 있게 한다. 특히 시력교정술을 받고 근거리 작업을 해야 한다면 50분 작업 후 10분 동안 눈에 휴식을 취하고 의식적으로 눈을 깜빡이는 것이 좋다. 또한 병원에서 알려준 수술 후 주의사항들을 숙지하고 시간에 맞춰 안약을 점안하는 것이 중요하다. 야외 외출할 때는 반드시 선글라스와 모자 등을 착용해 자외선으로부터 눈을 보호하는 등 사후관리가 제대로 이뤄져야 한다.

하지만, 아무리 좋은 시력교정술이라고 알려져 있어도 자기 눈 상태에 적합한 수술을 받아야 한다. 수술 방법마다 장·단점이 다르기 때문에 시력교정술을 선택할 때 시력검사, 안구 질환 여부, 안압, 나이 등을 고려하는 것이 중요하다. 수술 전 환자는 안과 전문의와 구체적인 상담과 시력, 망막 상태, 각막 두께 등 여러 가지 정밀 검사 후 가장 적합한 시력교정술을 선택하는 것이 좋다.

직장인이나 대학생들은 시간을 내기 어려워 시력교정을 미루는 경우도 있다. 스마일 라식은 회복력이 빠르고 부작용도 적어 환자들의 선호도가 높을 뿐만 아니라 수술 후에도 만족도가 높다. 시력교정술 때문에 고민하지 말고 스마일 라식으로 편하고 즐거운 일상을 만들어보자.

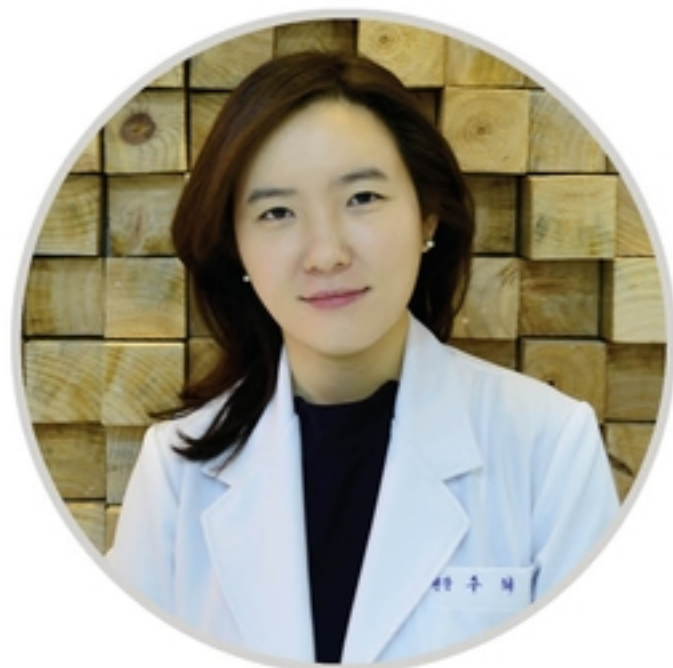
<KIA타이거즈 공식지정 밝은안과21병원 반태수 원장>

피로 없는 건강한 한가위 보내는 방법

긴 명절이 지나면 노는 것도 힘들다는 말이 절로 나옵니다. 명절에 과로, 과음, 과식, 불규칙한 생활을 하고 나면 몸에 크게 무리가 오기 때문입니다. 다음 몇 가지 수칙을 기억해 건강한 한가위 보내시기 바랍니다.

명절 음식은 평소 음식과 포만감은 비슷하지만 열량은 2배 이상 차이가 납니다. 오랜만에 만난 가족들과 삼시 세끼는 물론 간식도 챙겨 먹다 보면 명절 뒤에 체중이 느는 경우가 흔합니다. 대표적인 음식이 떡이나 전과 같은 기름진 음식입니다. 보통 한식 한 끼 열량이 500kcal인데, 송편 5-6개는 300kcal로 밥 한 공기와 비슷합니다. 그 외에도 약과 유과가 각각 170kcal, 120kcal이고 식혜도 100kcal정도입니다. 그러므로 평소와 동일한 식사량을 유지하되 간식을 조심해야 체중이 급격하게 느는 것을 피할 수 있습니다. 명절이 지나면 관절 통증으로 많은 여성분들이 병원을 찾습니다. 바닥에 꾸그리고 앉거나 앉았다 일어나기를 반복하고 무거운 물건을 나르다 보면 체중 부하와 과사용으로 관절 연골에 수분과 탄력이 줄어 연골이 닳고 통증을 유발하게 됩니다. 통증을 줄이려면 바닥보다는 식탁에 앉거나 서서 일하는 것이 좋고, 장시간 서서 일할 때는 번갈아가며 발을 움직여 주는 것이 도움이 됩니다. 무거운 물건은 여러 사람과 함께 들어 허리와 무릎에 과도한 무게가 실리지 않도록 합니다. 관절 염증을 줄이는 데에 도움이 되는 오메가-3지방산은 등푸른 생선, 들기름, 호두, 잣, 땅콩 등에 많이 함유되어 있으며, 관절과 허리디스크는 수분과 함께 영양분이 공급되므로 하루 1.5L 이상의 충분한 수분 섭취를 하는 것이 좋습니다. 관절 건강은 결국 혈관과 순환이 결정합니다. 피로한 하루 마무리를 반신욕과 스트레칭으로 해주면 다리에 고인 정맥혈과 림프순환을 호전 시키는 도움을 받을 수 있습니다.

장거리 운전은 남성들의 명절을 피로하게 만듭니다. 오래



앉아 운전을 하면 허리와 무릎에 무리가 오고, 장시간 긴장으로 목이 뻣뻣해지고 두통이 오기도 합니다. 장거리 이동 시에는 허리에 무리가 가지 않는 바른 자세가 가장 중요합니다. 앉으면 누울 때보다 허리를 누르는 하중이 2,3배 더 커집니다. 의자 각도를 110도 정도로 조절하고 엉덩이와 등을 등받이에 바짝 붙여 앉으면 허리에 무리가 덜 갑니다. 평소 허리가 좋지 않다면 쿠션을 허리 뒤에 대는 것도 좋은 방법입니다. 또한 창을 닫고 에어컨을 켜면 실내에 이산화탄소가 많이 발생해 머리가 더 무거울 수 있으므로 환기를 자주 해야 졸음 예방을 할 수 있습니다.

과거 명절은 배부르게 먹고 휴식을 취하는 보양의 기회였지만, 요즘 명절은 가사 노동과 과식, 과음으로 남녀노소 모두에게 부담이 되는 면이 많습니다. 연휴 전 설레던 마음에서 평소 생활로 돌아오는 순간 갑자기 피로가 몰려오는 경험을 누구나 합니다. 연휴 후 피로를 줄이기 위해서는 정상 리듬으로 돌아올 수 있는 시간적 여유를 두는 것이 좋습니다. 조금 더 일찍 집으로 돌아와 휴식을 취하고, 낮잠은 밤 수면을 방해하지 않을 정도로 자야 수면 리듬을 해치지 않습니다. 복귀 첫 날은 과음, 과식을 피해 오히려 소식하고, 점심 식사 후 눕는 것 보다는 가벼운 산책을 하는 것이 균형을 찾는 데 큰 도움이 됩니다.

배려와 절제로 건강한 한가위 보내시기 바랍니다.

<KIA타이거즈 공식 지정 MK한방병원 주혜정 원장>

틀린그림찾기

아래 사진을 보시고 두 사진의 틀린 부분 5곳을 찾아주세요~ 9월 20일까지 홈페이지-타이거즈 웹진-틀린그림찾기(웹진 페이지 하단 / <http://www.tigers.co.kr/news/game01.asp>)에 응모하시면 모두 맞히시는 분들 중에 추첨을 통해 소정의 상품을 보내드립니다.



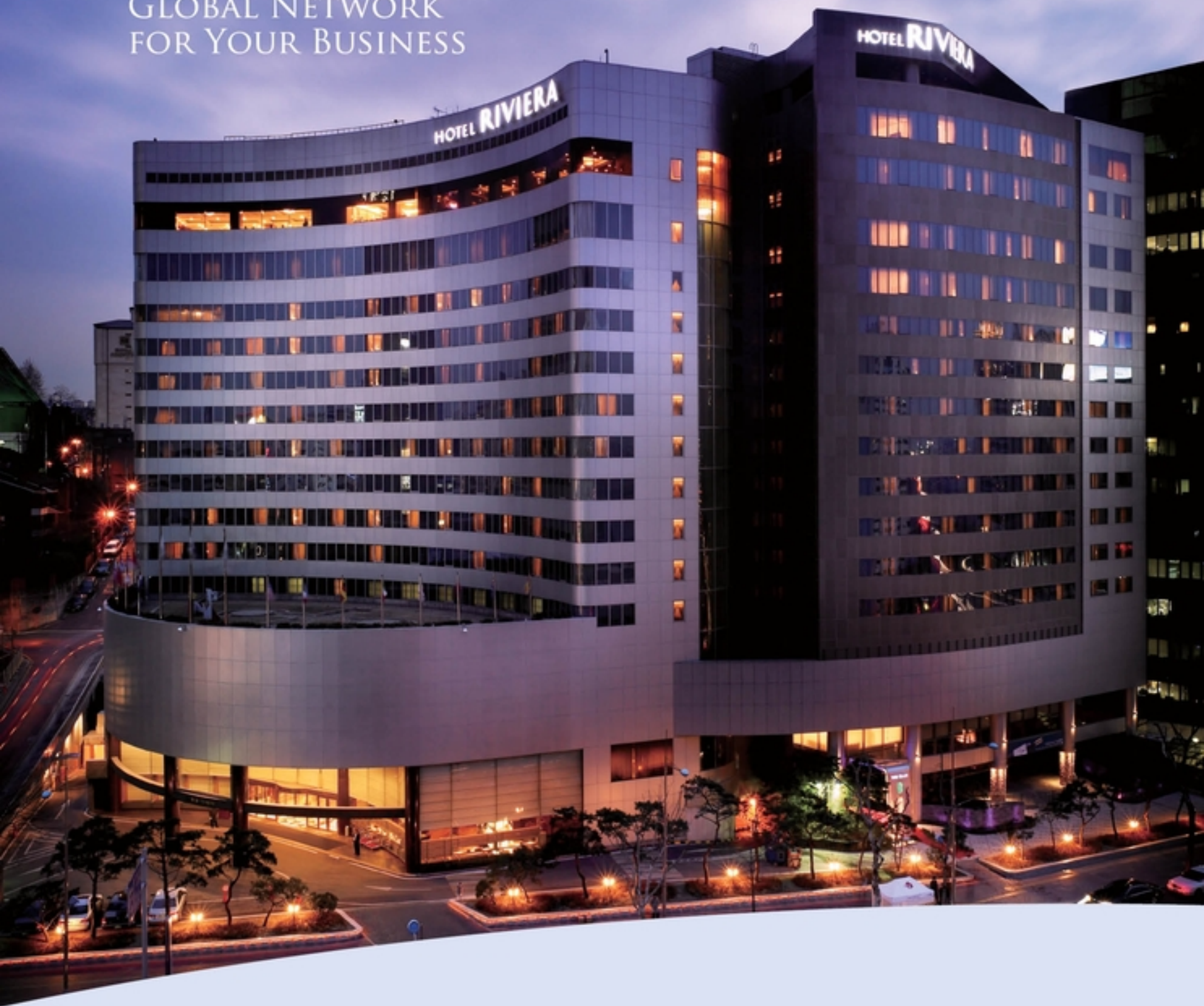
8월 웹진 이벤트 당첨자



8월 틀린그림찾기 당첨자
당첨자는 개별 연락드리겠습니다.

HOTEL RIVIERA

GLOBAL NETWORK
FOR YOUR BUSINESS



당신이 생각하신 그 이상의 특별함이 가득한
호텔 리베라

KIA타이거즈의 V12를 응원합니다.

SHINAN GROUP HOTEL & RESORT

호텔 리베라 청담 서울시 강남구 영동대로 737(청담동) / T. 02.541.3111 객실예약 T. 02.3438.4200 연회예약 T. 02.3438.4300 www.riviera.co.kr
호텔 리베라 거제 경남 거제시 일운면 거제대로 2190 / T. 055.730.5000 www.riviera.co.kr 객실예약 T. 055.730.5030 연회예약 T. 055.730.5091 www.riviera.co.kr
웰리힐리 파크 강원도 횡성군 둔내면 고원로 451 / T. 1544.8833 www.wellhillipark.com 에버리스골프리조트 제주시 애월읍 평화로 1693-75 / T. 064.795.5000 www.everis.co.kr



HOTEL RIVIERA
호텔리베라