



상  
담  
소  
소  
식

## NEW "번역과 통역" 이제 걱정 마세요!

언어의 장벽 때문에 한인들이 겪는 불편과 불이익을 해소하기 위하여, 지난 3월부터 상담소는 전문가와 함께 통역 및 번역 서비스를 시작했다. 통역과 번역에 있어서는 언어뿐 아니라 문화에 대한 이해도 필요하므로, 상담소는 언어와 문화가 조화된 최상의 서비스를 위해 힘쓰고 있다. 이 서비스는 모든 한인에게 열려 있으며, 상담소 후원 회원에 가입하는 이들에게 우선 제공한다.

## 일반 업무

한인생활상담소의 주요 일상 업무로는 저소득층 및 노인복지/사회복지 상담, 시민권 및 영주권 신청 상담, 저소득자를 위한 무료 법률 상담, 개인 및 가정 심리 상담, 음주 및 마약의 남용과 중독 상담, 청소년 리더십 캠프 등이 있고, 그 밖에 각종 민원정보들을 제공한다.

앞으로 상담소는 네트워크를 통해 1세대와 2세대가 함께 할 수 있는 장을 마련하고, 같은 비전을 가진 여러 기관들과 협력하여 지역적 테두리를 넘는 더욱 진취적인 사업들을 계획해 나갈 것이다.

특히 올해는 미국의 45대 대통령을 선출하는 중요한 해인 만큼, 우리 동포들에게 투표의 중요성을 인지시키기 위하여 선거 설명회를 비롯해 Ballot Party와 유권자 등록을 실시할 예정이다.

## 청소년 리더십 캠프

한인생활상담소는 올 여름에도 9학년~12학년을 대상으로 청소년 리더십 캠프를 개최할 예정이다. 주제는 "꿈과 도전"이며, 미래 주류 사회의 구성원이 되어 한인 사회와의 매개 역할을 의연히 담당할 수 있도록 리더십을 키우는 것이 주 목적이다.

오랫동안 캠프를 시행해 오면서 가장 큰 수확을 꼽는다면 참가자들의 정체성 확립이라 하겠다. 많은 참가자들이 캠프를 통해 Korean-American으로서의 정체성을 확실히 자리매김 하게 되었다고 말한다. 자녀를 연속 참가시킨 부모님들은 특별히 캠프가 자녀와의 대화의 중심점이 되어준 데 대해 감사를 표시했다.

이 캠프는 또한 비슷한 정서를 가진 저마다의 청소년들이 자연스럽게 어울리고 그 세대에 도전이 되는 가치관을 공유하며, 보다 큰 미래를 만들어 갈 수 있도록 밑거름을 제공하는 것에 큰 의미를 둔다.

부모님들의 적극적인 관심과 지지가 이 행사를 더욱 의미 있게 만들 수 있음은 아무리 강조해도 지나치지 않을 것이다.

## 상담소 이전

한인생활상담소는 최근 에드몬즈 부한식품 건너편 녹색 지붕 건물 107호에서 같은 건물 내 206호로 이전했다.

## ≡ 목 차 ≡

- 1면 ❖ 상담소 소식
- ❖ 장영희 교수 에세이 중에서
- 2면 ❖ 워싱턴 애플헬스
- ❖ 푸드스탬프의 새로운 규정 "ABAWD"
- 3면 ❖ Q&A 궁금하세요?
- ❖ 詩 (바람과 햇살과 나)
- ❖ 심리 칼럼
- 4면 ❖ 미국의 대통령 선거는 어떻게 치러질까?

괜찮아-  
난 지금도 이 말을 들으면 괜히 가슴이 찡해진다.

2002년 월드컵 4강에서 독일에게 졌을 때  
관중들은 선수들을 향해 외쳤다.  
"괜찮아! 괜찮아!"

혼자 남아 문제를 풀다가 결국 골든벨을 울리지 못해도  
친구들이 얼싸 안고 말해 준다.  
"괜찮아! 괜찮아!"

'그만하면 참 잘했다'고 용기를 북돋아 주는 말,  
'너라면 뭐든지 다 눈 감아 주겠다'는 용서의 말,  
'무슨 일이 있어도 나는 네 편이니 넌 절대 외롭지 않다'는 격려의 말,  
'지금도 아파도 슬퍼하지 말라'는 나눔의 말,  
그리고 마음으로 일으켜 주는 부축의 말,  
괜찮아~

- 장영희 교수의 에세이 <살아온 기적, 살아갈 기적> 중에서

# 워싱턴 애플헬스(Washington Apple Health)

워싱턴 애플헬스(구 메디케이드)는 자격이 되는 개인이나 가족에게 양질의 건강관리 서비스를 제공하는 무료 건강보험이다.

우편으로 "Service Card"(하늘색)와 "Managed Care Plan Card"(흰색) 두 개의 카드를 받으면 애플헬스를 관리하는 5개의 보험회사 중 하나를 선택하여 등록하면 된다. Managed Care Plan Card는 대부분의 의료서비스와 약 처방을 커버하며 Service Card는 치과서비스와 21세 미만 아동의 안경맞춤, 청력검사, 간병인서비스, 임신부지원서비스 등을 커버한다. 일년 내내 신청이 가능하며 매년 갱신해야 하고, 수입

이나 거주 신분, 가족 수에 변동이 있으면 반드시 신고해야 한다.

❖ 자격 조건: 워싱턴 주 거주자에 한하며 아래와 같다.

|     |  |
|-----|--|
| 어린이 | 0-18세<br>가족수입이 연방빈곤선의 312% 이하          |
| 성인  | 19-64세<br>가족수입이 연방빈곤선의 138% 이하         |
| 임산부 | 가족수입이 연방빈곤선의 193% 이하<br>(태아도 가족 수에 포함) |

## 푸드스탬프의 새로운 규정 "ABAWD"

일반적으로 푸드스탬프로 불리우는 보조 영양 지원 프로그램(Supplemental Nutrition Assistance Program; 이하 SNAP) 관련 규정이 강화됨에 따라 일부 대상자들은 푸드스탬프 혜택을 더 이상 받을 수 없게 되었다. SNAP 신청 자격은 가족 수와 수입에 기준하여 결정되는데, 2016년 1월 1일부터 시작된 새 규정에 따르면 "부양가족이 없는 18~49세의 건강한 성인(Able-Bodied Adults Without Dependents; ABAWD)"의 경우 다음과 같은 예외 조항이나 특정 근로규정을 충족하지 않는 한 제한적인 혜택만 받게 된다(3년간 3개월 분만 제공).

이와 같은 제한 조치는 일 할 수 있는 사람들이 사회복지 혜택에 의존해 게으른 삶을 지속하는 것을 방지하기 위한 것으로 보인다.

### ♣예외 조항

- 자영업이나 유사업종에서 주 30시간 이상 일하는 자
- SSI, SSDI, ABD, Worker Compensation 등을 받는 자
- 육체적 혹은 정신적 문제 때문에 근로할 수 없다는

공식적 판정을 받은 자(의사의 서명)

- 집이나 주거지가 없어서 일을 할 수 없는 자
- Drug or Alcohol 치료 프로그램에 참가하고 있는 자
- High School or College에 1/2 time 이상 다니는 자
- 18세 미만의 미성년자를 부양하는 자
- 임산부
- 장애인이나 노약자를 돌보고 있는 자
- 킹, 스노호미시 카운티 외 다른 카운티 거주자 (단, 피어스카운티는 Tacoma나 Lakewood 거주자만)

### ♣SNAP 혜택이 제한되지 않는 특정 근로 규정

- 월 80시간 이상 근로
- 정부에서 인정하는 직업훈련 프로그램에 주 20시간 이상 참여
- 공설 혹은 사설 비영리 단체에서 주 16시간 이상 봉사(16시간이 안되더라도 DSHS(보건사회국)에서 인정하면 됨)

\*자세한 사항은 한인생활상담소로 문의 바랍니다.



## 동서한의원

린우드 : 425-778-5691  
18904 Hwy 99 #F Lynnwood, WA 98036

## 후원 회원 가입서

우리 이웃과 함께 나누는 나눔터로 자라고 싶습니다.  
함께 동참해 주실 귀한 분들의 참여를 기다립니다.

연 \$25( ), 연 \$50( ), 연 \$100( ), 기타( )

- 성 명: 한글 \_\_\_\_\_
- 영 어 \_\_\_\_\_
- E-mail: \_\_\_\_\_
- 전 화: \_\_\_\_\_

♣회원이 되시면 상담소 소식지를 받아 보실 수 있습니다.

**(문) 시민권 신청 시 지난 5년간 해외 체류 180일을 넘기면 자격이 안 된다고 하는데, 180일을 살짝 넘긴 것 같습니다. 시민권 신청이 거부될까요?**

**(답)** 해외체류기간이 연속적으로 6개월 이상(1년 미만)인 경우 무조건 거부되는 것은 아니며, 미국 영주 의도를 버리지 않았음을 증명해야 한다.

①미국 내 취업 상태가 유지되고 있다는 증거 ②미국 내 직계가족 관계 ③미국 내 주거지 유지 상태 ④외국에서 취업하지 않았다는 증거 등을 제시할 수 있으면 연속 거주기간 조항을 충족시킬 수 있다.

**(문) 시민권자 남편과 결혼을 해서 임시 영주권을 받은 지 1년이 되었는데 지금은 이혼 신청이 들어간 상태입니다. 임시 영주권 받고 2년이면 정식 영주권 신청을 해야 하는 걸로 아는데 이혼을 한 상태에서 정식 영주권을 받을 수 있는지요.**

**(답)** 미국 시민권자와의 결혼을 통해서 영주권을 받은 경우 2년간의 임시 영주권이 주어지며, 임시 영주권을 받은 날로부터 2년이 되기 90일 이내에 부부가 공동으로 조건부 해지를 신청함으로써 정식 영주권을 받게 된다.

하지만 다음 4가지 경우에 해당이 되면 배우자의 서명 없이 혼자서 조건부 해지 신청을 해서 정식 영주권을 받을 수 있다.

- ①처음에 진실한 의도로 결혼했지만 이후에 배우자가 사망한 경우
- ②처음에 진실한 의도로 결혼했지만 이후에 이혼이나 혼인 무효로 결혼이 끝난 경우
- ③처음에 진실한 의도로 결혼했고 현재도 결혼 중이지만 배우자에 의해 심한 폭행을 당하고 있는 경우
- ④추방이 되면 본인이 심한 어려움에 처하게 될 경우.

처음부터 진실한 결혼(bona fide marriage)이었음은 둘 사이에 자녀가 있거나 공동명의의 리스나 용자 계약서, 신용카드, bank accounts, 공동 세금보고, 혹은 주변사람들의 증언 등을 통해 증명할 수 있다.

여기서 중요한 것은 조건부 해지를 혼자 신청할 경우 반드시 이혼이 끝난 상태여야 한다는 점이다. 만약 이혼이 진행중인 경우에는 이혼 판결문을 제출하라는 추가서류 요청을 받게 되며 제출기간은 보통 8일이 주어진다. 또 한가지 중요한 것은 이 경우 이민국에서 이혼 사유에 대한 진술서를 요구하고 인터뷰를 보게 될 가능성이 높다.

바람이 유리문을 두드려  
문을 열어 주었지  
그랬더니 햇살까지 따라와  
셋이서 수다를 떠네  
  
할머니  
혼자서 외롭지 않아?  
  
바람과 햇살이 물기에  
사람은 어차피 다 혼자야  
나는 대답했네  
  
그만 고집 부리고  
편히 가자는 말에  
  
다같이 웃었던  
오후

- 99세 할머니  
'시바타 도요' 의 시

## 심리 칼럼

이경희 (상담심리전문가, 교육학 박사)

### 서로 다른 사랑의 언어

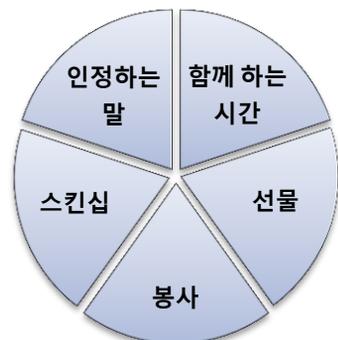
미국의 저명한 상담자 게리 채프먼(Gary Chapman)은 오랜 상담 경험을 통해 인간관계 특히 부부간 또는 부모-자녀간의 의사 소통 방식에 대해 연구했습니다. 그 결과 5가지 사랑의 언어를 ①인정하는 말 ②함께 하는 시간 ③선물 ④봉사 ⑤스킨십으로 설명하며, 사람들은 저마다 고유의 사랑의 언어를 사용하고, 사랑을 소통하려면 상대방의 사랑의 언어를 구사해야 한다고 말했습니다.

사랑의 시작은 불현듯 감정적으로 되기 쉬우나 사랑을 유지하기 위해서는 의지와 노력이 필요합니다. 5가지 사랑의 언어 중 나에게 그리고 상대방에게 가장 중요한

사랑의 언어가 무엇인지 찾아서 소통의 길을 함께 모색해 보세요.

제가 상담했던 이혼 위기에 처했던 한 부부의 경우를 예로 들면, 남편은 ①인정하는 말을, 아내는 ④봉사(육아와 집안일 나눔)를 각각 가장 중요한 사랑의 언어로 꼽더군요.

사랑의 언어가 다르면 소통이 되지 않습니다. 외국어를 배우듯 사랑의 언어도 배워야 한다는 것, 잊지 마시기 바랍니다.



# 미국의 대통령 선거는 어떻게 치러질까?

미국의 대통령 선거는 한국과 달리 간접선거이다. 우리 교민들이 좀 더 적극적으로 선거에 참여할 수 있도록 미국 대선 과정에 대한 이해를 돕기 위해 간단히 정리해보았다.

먼저 대통령 후보는 각 당의 **코커스(Caucus, 당원대회)**나 **프라이머리(Primary, 예비선거)**를 통해 선출된다. 코커스와 프라이머리는 최종 후보 지명을 위한 전당대회(National Convention)에 나갈 **대의원(delegate)**을 뽑는 과정이며, 코커스로 할지 프라이머리로 할지는 각 주에서 결정한다. 코커스는 당원들만 참가해 대의원을 뽑는 것으로 각당이 행사를 주관하지만, 프라이머리는 해당 주 당국이 주관하며 당원 뿐 아니라 일반 유권자들도 신청만 하면 투표에 참여할 수 있다. 1월~6월에 걸쳐 코커스와 프라이머리가 열리는데, 보통 3월 초에 대부분의 주에서 동시에 열려서 이 날을 **'슈퍼 화요일(Super Tuesday)'**이라 부르며 사실상 이 날을 기점으로 양당 후보의 윤곽이 뚜렷해진다.

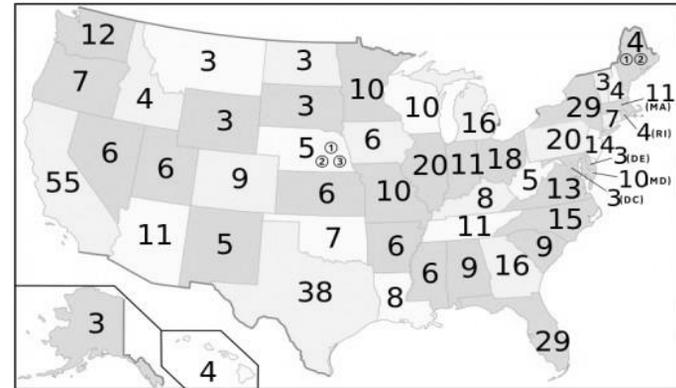
지역별 경선절차가 끝나면 각 당은 7월~9월초 사이에 전당대회를 열어 각 한 명의 최종 후보를 공표한다. 여기서 선출된 양당(**민주당; Democrat, 공화당; Republic**)의 대통령 후보가 각각 러닝메이트 부통령 후보를 지명하며, 본격적인 선거운동과 TV 공개 토론회를 실시한다.

대통령 선거일은 "11월 첫째 월요일이 들어 있는 주의 화요일"로 올해는 11월 6일이다. 미국은 한국과 달리 유권자의 직접선거가 아닌 **선거인단(Electoral College)**제도를 채택하고 있으며, 선거인단 선출방식은 주 별 투표에서 승리한 후보가 그 주에 배당된

선거인단을 모두 획득하는 **승자독식(winner-takes-all)** 방식으로 진행된다.(메인과 네브라스카 주는 예외) 선거인단 총수는 538명으로, 각 주에 2명씩 선출되는 상원의원 100명과 인구비례로 배정되는 하원의원 435명, 그리고 워싱턴DC에서 나오는 3명을 합한 수이다. 이 중 과반인 270명을 확보한 후보가 대통령으로 선출된다. 이후 12월에 대통령 선거인단 투표라는 형식적 절차를 거치면서 미국 대통령이 최종적으로 결정되며, 다음해 1월에 대통령 취임식을 개최한다.

이 선거인단제도는 일반 유권자의 지지를 더 많이 받더라도 선거인단의 비율이 큰 주(캘리포니아, 텍사스, 플로리다 등)에서 질 경우 매우 불리해지기 때문에 근본적 모순을 안고 있다. 2000년 대선에서 전체 유권자의 40만 표를 더 얻은 앨 고어 민주당 후보가 선거인단 수에서 앞선 조지 부시 공화당 후보에게 패한 것도 이 때문이다.

<각 주에 배당된 선거인단 수>



아시죠? **베틀 약국!!** 항상 우리 곁에 있는!!

## BETHEL PHARMACY



Tel: 425-741-0075

17414 Highway 99, Ste 100, Lynnwood, WA 98037

린우드: 425-275-9700  
 타코마: 253-581-9700  
 페더럴웨이: 253-946-9700  
 벨뷰: 425-454-9700

튼튼한 한인은행~



### 한인생활상담소

이사장 김길수  
 소장 김주미  
 이사 관중세  
 관정용  
 김준배  
 박명래  
 심사라  
 윤부원  
 이수잔  
 이승영  
 이크리스티나  
 장용석  
 홍경림

편집 함 숙/이영미

Phone : 425-776-2400  
 홈페이지: [kccscseattle.org](http://kccscseattle.org)  
 Address:  
 22727 Hwy 99  
 Suite 206, Edmonds  
 WA 98026