

치매 예방 '인지질', 삶은 육류·가금류에 풍부

농촌진흥청, 특히 닭 부산물에 함량 높아

농촌진흥청은 14개 연구기관과 함께 케이(K)-농식품자원의 특수기능성분 정보 구축 사업을 추진하고, 한국인이 섭취하는 농식품을 대상으로 다양한 기능 성분 함량 등 정밀 정보(데이터)를 생산해 제공할 예정이다. 이번에는 치매 예방에 중요한 인지질을 소개했다.

농촌진흥청(청장 권재한)은 강원원주대학교, 충남대학교, 대구대학교와 함께 한국인이 많이 섭취하는 식품을 대상으로 5종의 인지질을 분리해 분석하고 정보 구축에 나섰다.

인지질은 세포막을 구성하는 주요 인자로 신경 세포막 안정화, 위염 완

화, 혈중 콜레스테롤 개선 등 다양한 효과가 보고돼 있다.

특히 달걀, 육류, 가금류, 생선 등에 많이 함유된 것으로 알려진 콜린 유래 인지질은 세포의 정상적인 기능과 뇌 발달에 필요하다. 따라서 임신 중 태아 발달에 필수 영양성분으로 손꼽히며 치매 예방에도 중요한 성분으로 주목받고 있다.

연구진 분석 결과 생 시료 100g을 기준으로 찐 귀리에는 267mg, 찐 결보리과 찐 보리에는 각각 158mg, 141mg이 함유돼 있었다. 곡류에는 주로 라이소포스파티딜 콜린, 포스파티딜 콜린, 포스파티딜 에타올아민이 들어 있

었다. 이는 잡곡밥을 섭취함으로써 물린계 인지질을 흡수할 수 있음을 뜻한다.

채소류 중에서는 가지(생가지 3mg)를 굵거나(44mg) 데치거나(27mg) 찌었을 때(28mg) 함량이 높아졌다. 과일류에서는 감귤류가 품종에 따라 33~52mg으로 높은 함량을 보였다.

돼지고기는 사태(407mg), 앞다리(265mg), 머릿고기(128mg), 뒷다리(90mg) 등 순으로 함량이 높았고, 닭 부산물 중에는 간(1193mg), 심장(615mg), 모래주머니(258mg)가 특히 높았다. 한우의 인지질 함량은 앞다리(194mg), 뒷다리(149mg), 목살(103mg), 갈비(65mg) 순이었다(삶았을 때 기준).

육류나 가금류는 날 것보다 삶았을

때 인지질 함량이 높았다. 특히 포스파티딜 콜린이 가장 많이 함유돼 있으며, 포스파티딜 에타올아민과 스핑고마이엘린이 주요 인지질로 나타났다.

농촌진흥청은 관련 학계와 산업계에서 기능성 식품 소재 개발에 이번 정보를 활용함으로써 우리 농식품 자원의 부가가치를 높이는 기반이 될 것으로 기대한다.

농촌진흥청 식생활영양과 유선미 과장은 "우리 농산물의 기능성 성분을 정밀 분석해 기능성을 높이는 농산물 가공 제품 개발을 지원하겠다"라며 "이를 통해 농가 소득이 높아지고 국민 건강이 증진되도록 힘을 보태겠다"라고 말했다.

/김옥기 기자



전북농협(본부장 김영일)은 지난 8일 남원농협(조합장 박기열)을 방문하여 NH농자하자 콘서트 공감이야기를 성공적으로 열었다

NH농자하자 콘서트 '공감이야기' 개최

전북농협, 농축협 직원들과 가치관·다양성 공감 도모

전북농협(본부장 김영일)은 지난 8일 남원농협(조합장 박기열)을 방문하여 NH농자하자 콘서트 공감이야기를 성공적으로 열었다. 이번 콘서트는 남원농협 고죽동 협회실에서 조합장과 전직원 140여명이 참석한 가운데 진행됐다.

특히 이번 콘서트에서는 전북농협 본부장의 특별 강연이 마련되어 참석자들로부터 큰 호응을 얻었다. 본부장은 강연에서 'THE 칭찬받는 전북농협'이라는 주제로 전북농협 임직원 모두가(Together) 협력하고 조화롭게(Harmony) 성장하며 에너지(Energy)를 집결하여 새로운 대한민국 농협을 만들어

가지고 강조하면서 참석자들과 공감대를 형성했다.

또한 박 터트리기 퍼포먼스를 통해 참석자들은 소통과 화합의 중요성을 다시금 느끼며 함께 의미 있는 시간을 보냈다.

전북농협 본부장은 "이번 남원농협 임직원분들과 함께하는 뜻깊은 자리를 통해 농협이 지닌 소중한 가치를 다시 한번 확인하게 되었다"라며 "앞으로도 소통의 기회를 확대해 농협의 발전과 지역사회의 상생을 위해 최선을 다하겠다"고 강조했다.

이번 NH 농자하자 콘서트 공감이야기는 농축협의 직원들과 유대감을 강화했다. /김옥기 기자



남원 운봉농협 청년조합원 교육 등 위한 '청년회사무실' 개소

남원 운봉농협(조합장 오영담)은 지난 7일, 농협중앙회 농촌유통시설 활용 창업지원 자금으로 청년조합원의 농산물 디지털 상품 판매를 위한 회의 및 교육장소 등으로 활용하기 위한 운봉비판 '청년회사무실'을 개소했다고 밝혔다.

디지털 농산물 판매시설(운봉비판)은 청년조합원의 각종 회의, 디지털농산물 판매 교육장소, 소통공간으로 활용을 하게 된다.

오영담 조합장은 "사무실을 농업 미래를 논의하고 서로의 경험과 아이디어를 나누는 소중한 공간이 될 수 있도록 적극적인 지원을 아끼지 않을 것이며, 농촌에 젊은 청년들이 많이 들어와서 농업에 전념할 수 있는 농촌을 만드는 데 노력하겠다"고 밝혔다.

/남원=김기두 기자

후쿠시마 오염수 대응사업, 수산물이력제 표시율 고작 0.41%

'해수부 17년 동안 370억 예산쓰고, 이력표시율 0.41%'

정부의 후쿠시마 오염수 대응관련 예산으로 분류되어 관리되는 해수부의 '수산물이력제'의 이력표시율이 고작 0.41%로, 국내에서 생산되는 전체 수산물 중 0.41%만 이력관리되는 것으로 밝혀졌다.

더불어민주당 이원택 의원(군산·김제·부안)은 해양수산부로부터 제출받은 2024년 국정감사 자료에 따르면, 지난 7월까지 집계된 국내수산물 총생산량 256만9,461톤 중 1만496톤만 이력이 표시되어 전체 생산량 중 1%에도 못미치는 0.41%만 이력이 표시되어 관리된다고 밝혔다.

수산물이력제란 수산물의 생산, 가공, 유통 전 과정 이력정보를 기록·관리하고 투명하게 공개함으로써 소비자에게 안전한 수산물을 제공하는 제도이다.

수산물이력제는 2008년 제도가 도입되어, 2022년부터 수산물이력제 의무화를 시행하려고 했으나, 저조한 이력 표시율을 의무화 시행을 포기하였다.

해수부는 2023년 12월, 제2차 수산물 유통발전 기본계획을(2023~2027) 발표하면서, "수산물이력제와 재순환 어선자 보험사업은 아직도 정착되지

못했다"고 정책적 실패를 인정하였다.

하지만 해양수산부는 수산물이력제를 '후쿠시마 오염수 대응관련 예산'으로 분류하여 예산을 2배 정도 확대하고 마지 국내생산 수산물의 이력관리가 철저하게 되고있는 것처럼 여론을 호도했다.

이원택 의원은 "해수부가 수산물이력제 예산을 17년동안 370억원을 사용하였지만 이력표시율은 1%도 안되는 0.41%에 머물러 있다"며 "해수부는 국민들에게 안전한 수산물을 제공할 수 있도록 수산물이력제에 대한 혁신적 대책을 강구해야 한다"고 밝혔다. /이만호 기자

농어촌공 전북, 아동학대 예방 릴레이캠페인 동참

한국농어촌공사 전북지역본부(본부장 이정문)는 아이를 있는 그대로 존중하는 긍정 양육 문화 확산을 위한 '아동학대 예방 릴레이 캠페인'에 이정문 본부장이 동참했다고 10일 밝혔다.

아동학대예방 릴레이 캠페인은 지난 5월부터 보건복지부와 아동권리보장원 주관으로 아이를 독립적인 인격체로 존중하고 부모의 외의 상호작용을 통해 신뢰를 쌓아 가는 양육방식인 '긍정양육' 인식을

확산하고자 각계의 리더들이 앞장서 참여를 장려하는 릴레이 캠페인이다.

한편 전북본부에서는 직원들의 자발적 참여로 모은 300여권의 어린이 도서를 농어촌지역 작은도서관에 기부

하고, 아동 학습지원 후원금을 지원하는 등 소외된 아동들을 위한 다양한 나눔 활동을 펼치고 있다.

이 본부장은 "소중한 아동을 보호하고 건강한 인격체로 성장하게 하기 위해서는 가정 내에서의 긍정적인 양육 방식이 무엇보다 중요하며 아이들이 언제 어디서나 안전한 세상에서 살아갈 수 있도록 아이들을 지키고 보호하는 일에 앞장서겠다"고 말했다.

이번에 농협 전북본부 김영일 본부장의 추천을 받은 이정문 본부장은 캠페인 다음 참여자로 sh수협은행 이정운 본부장과 a한국농수산식품유통공사 전북지역본부 홍준수 본부장을 지목했다. /김옥기 기자

전북은행, 전북자치도의회사회와 '주거래은행 협약'

JB금융그룹 전북은행(은행장 백종일)은 전북특별자치도의회사회와 상생 발전을 위한 주거래은행 업무협약을 체결했다고 10일 밝혔다.

이번 협약을 통해 전북은행은 전북특별자치도의회사회 회원에 대한 예금 신상품을 개발하는 등 특화된 금융서비스를 지원하며, 전북특별자치도의회사회 회원들의 국민건강보험공단에서 발급되는 의료급여, 카드사에서 발급되는 카드 매출대금, 4대보험 납부 등을 전북은행의 주거래 통장을 통해 계좌 관리가 이뤄질 수 있도록 협력하기로 했다.

협약식 이후 전북은행은 의사 및 약사 고객을 위한 JB 메디컬 주거래 통장을 11월에 출시할 예정이다. 금액별 금리우대로 잔액 5천만 원 이상일 경우 연 1.00% 이율을 제공하고, 각종 금융수수료 면제와 '의료보험 급여' 또는 '카드가맹점 매출대금' 입금 실적에 있는 경우 환율 우대 제공 등 다양한 금융서비스 혜택을 제공한다. 해



당 상품은 영업장에서만 가입이 가능하다.

한편, 전북은행은 지난달 1일부터 병원과 의원을 운영 중인 의사들을 대상으로 JB와 함께하는 '진심케어' 이벤트를 오는 11월 30일까지 진행 중이며 이벤트 조건을 충족하면 추첨을 통해 호텔 숙박권과 모바일 주유 쿠폰이 지급된다.

전북은행 관계자는 "전북특별자치도의회사회와 금융파트너로서 최상의 금융서비스 제공으로 협력관계를 공고히 하며 양 기관 모두 동반성장 할 수 있도록 상생발전을 위해 노력하겠다"고 말했다. /이만호 기자

구독 · 광고문의 063-288-9700

전주매일 전자신문
www.jjmaeil.com

지구를 시원하게 식혀주는 에너지 절약 실천 방법

1. 사용하지 않는 전기제품은 플러그에서 뽑기
2. 전기세가 많이 나오는 제품 아껴쓰기
3. 겨울철 실내 온도를 20도로 유지하고 내복 입기
4. 전기 사용량이 많은 시간대에는 전기 사용량을 줄이기

▶ 전주매일 에너지캠페인