

# CONTENTS



70

## COVER STORY

### 12 아, 여름이구나

PART1. 어떻게 여름을 보낼 것인가  
-정진홍 서울대 명예교수

PART2. 오늘 '복캥스' 떠나볼까요?!

PART3. 여름 노출 패션, 섹시함에는 유효기간이 없다

PART4. 감각과 취향, 패션으로 시원하게 젊어지기

PART5. '발·땀·살' 한 글자 관리

PART6. 혼자 즐기는 여름 취미

PART7. 집에서 즐기는 여름 취미

PART8. 미시니어, 여름엔 뭘 하며 지낼까?  
-하혜연 LA 객원기자



48



Model 박미선 Photographer 이혁

## BRAVO INTERVIEW

40 낭만주부, 나방 엄마로 허물 벗고 빛을 보다  
나방생활사 전문가 허운홍

44 명사와 함께하는 북스북  
-송호근 서울대 사회학과 교수  
학문의 메마름, 문학으로 적시다

48 "돈을 외면하고 살면 행복해져요"  
'빚빠이' 이상용의 숨겨진 파란만장 인생담

62 철의 역사를 써나가는 칼럼니스트  
전 동국제강 상무 김종대씨

70 "모두 함께 잘 살면 너무 예쁘지 않을까요?"  
'이상희 헤어팝' 이상희 원장

74 "취미로 시작했지만, 이제는 멋진 가수예요"  
중년 여성 밴드 민들레트리오

## SPECIAL

10 부치지 못한 편지  
-김인숙 소설가  
'땡큐' 뒤에 끝내 못 부쳤던 말

36 이봉규의 心治데이트  
솔직하고 섹시한 유부녀 박미선의 마지막 불꽃 태우기

52 김성희가 만난 CEO 스토리  
-유필화 성균관대학교 경영전문대학원 교수  
행복한 인생2막의 비결은 '공부력', 마음공부, 지혜공부 그리고 자신에 대한 성찰

92 제2인생  
3D 프린터 창업, 은퇴자들의 희망 될까

96 동년기자 페이지  
-김영선·성미향·김종역·박애란·박혜경·신용재·최은주 동년기자  
"으이구, 주책이야"



44

## OPINION

60 함철훈의 사진 이야기  
몽골 초원과 말

78 정유재란 격전지를 찾아서  
-문창재 언론인  
아비규환의 남원·황석산 전투

159 한문 산책  
-하태형 前 현대경제연구원장  
조조의 인재 등용

# CONTENTS

## HEALTH

- 104 **착한 환자 좋은 의사 되기**  
극심한 허리 통증으로 고생한  
중년 여성과 신경외과 전문의의 라뽀
- 108 **건강 100세**  
TV 건강 프로그램 어디까지 믿으세요?
- 110 **웰에이징**  
약해지고, 새고, 가늘어지는 자존심  
'전립선 비대증'
- 114 **홍혜걸의 비온뒤 칼럼**  
미세먼지를 이기기 위한 5가지 방법
- 116 **음식과 건강**  
-최철한 본디올대치한의원 원장  
태양의 리듬을 따르자
- 118 **건강 라이프 '10년 젊게 살기'**  
-기침·가래 많은 당신,  
'역류성 인후염'일 가능성 높다  
-주름처럼 당연한 여성의 변화  
'위축성 질염'



150



132

## MONEY



- 82 **5070 액티브 시니어의 은퇴재무설계 가이드**  
-합리적 소비에 주목해야 하는 3가지 이유  
-5070세대의 존경받는 소비원칙 'SPPS Up'  
-어떻게 적당하게 잘 쓸 수 있을까

## LIFE

- 66 **김인철의 아생화**  
가야산 사방 백 리를 뒤덮는 백리향!
- 91 **생활의 지혜**  
특독 튀는 탄산수 활용 Tip
- 127 **추천 앱**  
혼자서도 쉽게 따라 하는 홈 트레이닝  
'패션근육운동'
- 128 **라이프@**  
초록산책단 인형극단 '오늘'
- 130 **7월의 산책**  
도심 속 바다 나들이  
'코엑스 아쿠아리움'
- 138 **패션 스타일**  
님아, 흰머리를 가리지 마오
- 143 **요즘 말 나들이**  
신조어 얼마나 알고 있나요?

## BRAVO THEME

- 56 **박원식이 만난 귀촌 사람들**  
전남 구례 시골로 귀촌한  
김창승·김태영씨 부부
- 122 **LA에서 만난 사람**  
-하혜연 LA 객원기자  
꿈의 은퇴촌,  
캘리포니아 라구나우즈 빌리지를 가다
- 132 **7월의 맛**  
달빛 아래 무르익는 막걸리,  
그리고 우리들의 소소한 이야기
- 140 **주니어가 시니어에게 말한다**  
"엄마, 저는요...", "딸아, 엄마는..."
- 146 **문화읽기**  
이달의 추천 공연·도서·영화·전시
- 156 **문학관 답사기**  
김유정의 동백꽃은 '노란색'입니다

## CULTURE

- 47 **이성낙의 그림 이야기**  
일본 정원을 보며 우리 문화를 본다
- 68 **스타 라이프**  
중장년 연예인,  
예능 프로그램 통해 화려하게 부활!
- 136 **문화공감**  
대방동 전철길 옆 '역전이용소'
- 150 **해외 투어**  
프란츠 리스트의 운명을 바꾼 도시  
'슬로바키아 브라티슬라바'
- 154 **미리 보는 평창동계올림픽**  
불가능이란 없다,  
인간세의 화려한 비상 '스키점프'



154