



EKOLO



에콜로 소식

2025년 11월

일상 속 소소한 사랑의 진동을 모아
세상을 건강하고 아름답게 하다!



Golden

애니메이션 영화 “케이팝 데몬 헌터스”의 주제가 “Golden”이 전세계인 남녀노소의 마음에 커다란 울림을 주고 있는 것은 아마도 ‘스스로 부끄럽다고 느꼈던 각자의 독특한 빛깔’을 이젠 꺼내어, 더 더 더 환하게 빛내고 말겠다는 ‘한풀이’ 같은 것이 아닐까요?

에콜로는 믿습니다— 깨어난 각자의 그 빛이 서로를 비출 때, 세상은 더 온전하고 아름다워 질 수 있다고요.



목 차

빛의 인사

- 표지 사진: 설악산 수렴동 계곡 (2025년 10월)
- Golden

함께 나누는 소식

- 에콜로캔디, 새로운 여정을 준비합니다.
- 에콜로 회원 맛집 이벤트

에콜로 에세이

- 주인의 향기

회원 작품관

- 태양과 학-한목 김맹길

내몸내가

- ‘내몸내가’ 섹션 소개
- 초가공식품과 건강

에콜로 정보

함께 나누는 이야기

에콜로캔디, 새로운 여정을 준비합니다.

10월, 많은 분들의 사랑 속에 에콜로캔디가 전량 소진되었습니다. 보내주신 뜨거운 관심과 소중한 피드백은 에콜로에게 큰 영감이 되었습니다. 현재, 여러분의 의견을 바탕으로 더 깊은 맛과 더 나은 경험을 선사할 새로운 업그레이드 버전을 준비 중입니다.

다시 찾아올 에콜로 캔디의 소식,
설레는 마음으로 곧 전해드리겠습니다 🍡💛

에콜로 회원 맛집 이벤트

에콜로 회원 여러분이 직접 다녀온, “정말 여긴 추천하고 싶다!”는 맛집을 공유해 주세요.

🎁 참여만 해도 5,000포인트 적립!

🏆 우수 맛집으로 선정 시 20,000포인트 추가!

📌 선정된 맛집은 에콜로 웹사이트의 [에콜로 맛집] 코너에 소개됩니다.

당신의 일상 속 작은 기쁨이, 누군가의 ‘인생 식당’이 될 수 있습니다. 따뜻한 마음과 함께, 기분 좋은 맛의 이야기를 들려주세요 💛

[이벤트 가기](#) ▶





에콜로 에세이



주인의 향기

언제부터인가 식당에 들어서면, 이상하게도 주인의
마음이 느껴집니다.

간판에서 풍기는 기운, 문을 열고 들어서는 순간
코로 들어오는 공기,

조명과 함께 다가오는 따뜻한 시각적 감성,
응대하는 사람과 주문을 주고받을때 느껴지는
표정과 리듬까지..

그 모든 곳에 주인의 마음이 깃들어 있죠.

드디어 음식이 나왔습니다.

단짠이나 MSG가 아닌, 싱싱한 재료 그 자체의 맛,
김치 한 점, 나물 한 젓가락에도
정갈한 ‘손맛’이 느껴집니다.

그런 식당에서는 밥 한 숟가락에도 따뜻함이 있고,
나오는 길엔 마음이 한결 포근해집니다.

손님을 향한 주인의 그 마음이

내 가슴에 온기를 지킵니다.

나는 그것을 “주인의 향기”라 부릅니다.

에콜로는 그런 향기를 닮고 싶습니다.

작은 제품, 작은 글 하나에도 정성과 진심을 담아,
고객의 하루에 따뜻한 여운을 남기는...

그런 브랜드로 기억되고 싶습니다.





회원 작품관



[작품 감상하기 ▶](#)

작품 소개

이번에 소개하는 김맹길 명장의 작품 ‘태양과 학’ (사진 하단의 중간 작품)은 찬란한 빛을 뿜어내고 있는 태양을 중심에 두고 두 무리의 학이 대칭으로 우아한 자세로 날아가는 모습을 정교한 자개로 표현한 작품입니다. 은은한 옷칠 위에 학의 깃털과 태양에서 뿜어져 나오는 햇살을 자개로 채워 넣어 생동감과 조화성을 극적으로 살린 것이 특징입니다.

이 작품을 통해 “대한민국 명장” 칭호를 부여 받고, 한국 나전칠기의 예술성을 세계에 알리는 역할을 해 오고 있습니다.

태양과 학 - 한목 김맹길 명장 -



[확대된 작품 보기](#) 🔍

에콜로 팀에서는 이번 가을에 김맹길 명장의 작업실을 방문하여 명장님과 대화하며 그 분의 귀한 작품을 직접 촬영할 수 있게되어 여러분과 공유합니다.

작품을 사진으로만 공유할 수 있어 많이 아쉽지만, 명장 및 그의 작품에 대하여 더 알고 싶으신 회원들께서는 아래 이메일 주소로 연락하여 주시기 바랍니다.

news@ekolos.net



철흑 같은 우주 공간 한가운데, 찬란한 빛을 내뿜는 태양이 자리하고 있습니다. 그 빛을 중심으로 두 무리의 학이 서로를 향해 대칭을 이루며, 우아한 자태로 하늘을 가로지릅니다.

학의 깃털 한 올, 태양에서 퍼져 나오는 햇살 한 줄기까지 섬세한 자개의 결로 정교하게 표현되어, 찬란함과 생동감이 한 화면 안에서 극적으로 어우러집니다. 마치 어둠의 심연 속에서 한 줄기 빛이 태어나 삼라만상이 펼쳐지는 순간을 보는 듯합니다.

작가 소개

한국 나전칠기 공예의 거장

한목 김맹길(金孟吉, 1947~) 은 50여 년 넘게 목칠공예의 길을 걸어온 장인입니다. 태권도, 십장생, 연꽃 등 한국적인 소재를 모티프로 삼아 새롭게 제작 공정을 개발하며 나전칠기의 품질을 개선해왔습니다. 특히 1999년 엘리자베스 2세 영국 여왕 방한 시, 그의 작품 〈쌍학과반〉을 국민 선물로 증정해 대영박물관에 소장 되면서 국내외에서 이름을 널리 알렸습니다.

주요 경력

- 대한민국 목칠공예 명장 지정
- 한목공예디자인연구소 및 한목공예갤러리 대표
- 한국미술협회 고문
- 문화재청 문화재 전문위원
- 인천가톨릭대학교 전통종교미술학과 겸임교수
- 한국 폴리텍III대학 강릉캠퍼스 명예교수

[다음 페이지에서 계속]

한국 나전칠기 공예의 거장

수상 및 활동

- 대한민국 미술인상 전통공예 본상 수상
- 화관 문화훈장, 철탑산업훈장 등 국가훈장 수훈
- 서울미술제 대상(문화진흥원장상) 수상
- 1986년 대한민국공예대전 우수상 수상
- 대한민국 산업디자인전 초대작가 및 심사위원
- 대한민국미술대전, 신미술대전, 전승공예대전 등 다수 공모전에서 심사위원 및 심사위원장 역임
- 2014 세계청년비엔날레 상임운영위원장
- 국내외 전시 다수 개최 및 국제문화예술 명장 심의 위원장 활동

김맹길 명장은 나전칠기의 전통을 계승하면서도 현대적인 디자인과 기술을 도입해 작품성과 실용성을 두루 갖춘 작품을 선보이고 있습니다. 나전칠기 공예의 아름다움을 세계에 알리고 후학 양성에도 힘쓰는 그의 행보는 여전히 현재진행형입니다.





내몸내가



‘내몸내가’ 섹션 소개

100세 시대를 살아가는 지금,
건강은 더 이상 병원에만 의존하는 것이 아니라
스스로 지켜야 하는 가장 기본적인 삶의 조건이 되었
습니다.

이번호에 새로 마련된 ‘내몸내가’ 섹션은
“내 몸은 내가 지킨다”는 신념을 바탕으로,
우리 모두가 일상 속에서 알고 실천해야 할
건강 상식과 과학적 정보를 나누기 위해 만들어졌습
니다.

‘내 몸은 내가 지킨다’ —
그 여덟 글자의 다짐을 한 걸음 더 친근하게 담아
이제 ‘내몸내가’ 로 함께 걸어가고자 합니다.

[이번호 내용 보기 ▶](#)





초가공식품과 건강

-같은 칼로리인데도 더 찐다-

여러분, 같은 칼로리를 먹어도 어떤 음식을 선택하느냐에 따라 건강 결과는 전혀 달라질 수 있다는 사실, 알고 계신가요? 짐작은 하고 계셨으리라 생각합니다.

최근 덴마크 코펜하겐 대학의 연구에선 초가공식품을 섭취한 사람들은 동일한 칼로리를 먹었음에도 체지방이 더 많이 늘고, 남성 호르몬인 테스토스테론 수준이 떨어지는 동시에, 정자 건강에 좋지 않은 유해물질 수치가 상승하는 현상을 확인했습니다.

초가공식품에는 단맛과 식감을 유지하기 위해 정제당, 인공감미료, 산화방지제, 인산염, 유화제, 인공향료 같은 첨가제 들이 다량 들어갑니다.

[다음 페이지에서 계속]

이들 첨가제들은 음식의 신선함을 오래 유지하고 맛을 인위적으로 풍부하게 만드는 대신, 장내 미생물 균형을 무너뜨리고, 염증 반응과 호르몬 불균형을 유발할 수 있습니다.

이 연구는 단순히 ‘먹는 양’이 아니라, ‘얼마나 자연스러운 음식을 먹느냐’가 건강에 더욱 중요하다는 경고이자 조언입니다.

우리의 몸이 공장이 아닌 순수 자연에서 왔듯이 우리를 구성하고 작동하는 재료들도 순수 자연의 것임이 중요할 것입니다.

특히, 중년과 노년의 세대에게는, 가공식품을 줄이고 식탁에 신선한 채소, 통곡물, 해조류 등 자연식품을 더하는 것이 더욱 건강한 삶으로 나아가는 길이라는 의미죠.

특히 해조류는 매우 주목할 만합니다. 요오드, 미네랄, 항산화 성분이 풍부한 해조류는 대사 균형을 회복하고, 내분비계 건강을 지켜주는 천연 동반자가 될 수 있습니다.

어제도 가공이 많이 된 음식을 드셨다면, 오늘 저녁에는 섬유질과 폴리페놀이 풍부한 나물이나 해초 등 자연 그대로의 채소로 뱃 속을 정갈하게 챙겨주는 건 어떨까요?

[원문 보기](#) ▶





에콜로 정보



[에콜로 대문 사이트 ▶](#)

[에콜로 샵 ▶](#)

[회원가입 바로가기▶](#)

[에콜로 선언서 ▶](#)

[에콜로 회원 맛집 이벤트▶](#)

[캔디 체험 설문이벤트▶](#)

[에콜로 아이디어 제안 이벤트▶](#)

[플로로탄닌 과학 문헌 사이트 ▶](#)

[무엇이든 건의/문의 하기▶](#)

