



“명씨대중회, 뿌리를 지키며 함께 나아가는 길”

제47차 명씨대중회 정기총회, 전국 종친 300여 명 한자리에

명씨대중회는 2025년 4월 26일(토), 대전 뿌리공원 효월드 대강당에서 제47차 정기총회를 300여 명의 종친이 참석한 가운데 성대하게 개최하였다. 명씨상징 조형물이 자리한 뜻깊은 장소에서 열린 이번 총회는, 제25대 회장단 출범 1주년을 맞아 그간의 사업을 결산하고 향후 1년간의 계획을 논의하는 중요한 자리였다.

이번 총회에는 명제태 회장을 비롯해 24대 회장을 역임한 명호근 명예회장이 참석하였고, 청양·창원을 포함한 전국 각지에서 원로 종친들과 가족 단위의 참석이 이어지며 축제와도 같은 분위기 속에서 진행되었다.

전자족보 공개와 홈페이지 오픈, 대중보 재창간까지 ‘3대 성과’

명제태 회장은 인사말을 통해 “제25대 회장단 출범과 동시에 공약으로 내세운 ‘대중보 재창간’, ‘대중회 홈페이지 구축’이 임원들의 적극적인 협조와 관심 덕분에 성공적으로 이루어졌다”며 감사를 전했다. 대중보는 15호부터 18호까지 정해진 일정에 따라 발행되었으며, 종친 간의 소통 창구로서 중요한 역할을 해내고 있다.





홈페이지는 자료 수집과 정리의 어려움을 딛고 2024년 10월 30일 정식 오픈되었고, 현재 누적 방문자 수가 2만 회를 넘어서는 등 활발하게 운영 중이다. 특히, 명 회장은 최신 버전의 홈페이지 완성 이후 “전자족보를 홈페이지에 탑재하자”는 제안을 다수의 임원회의에서 논의한 끝에, 2024년 11월 29일 족보 제작업체와 계약을 체결하고, 2003년 판 족보 전권을 수록한 전자족보를 2025년 3월 30일 전국 종친들에게 공개하였다고 밝혔다. 그는 “기존 족보는 중수에 막대한 시간과 비용, 인력이 소요되었고, 발행 후에도 잘못된 등재가 종종 발생했다”면서 “전자족보는 본인이 직접 등재 신청과 확인을 할 수 있어 완성도가 매우 높고 실시간 확인이 가능하다는 점에서 획기적이다”라고 강조했다.

명호근 명예회장 “중증 숙원을 이뤄낸 회장단에 깊이 감사”

명호근 명예회장 역시 인사말에서 “대중회의 오랜 숙원이었던 대중보 재창간과 홈페이지 구축을 훌륭히 완수했고, 전자족보 역시 완성 단계에 이르렀다”며 명제태 회장 및 회장단의 노고를 높이 평가하고 감사를 전했다.

전자족보 설명회… “많은 종친의 등재 참여 필요”

총회 후반부에는 족보 제작을 맡은 한상익 대표가 직접 전자족보와 홈페이지에 대해 설명하는 자리가 마련되었다. 한 대표는 “전자족보는 누구나 쉽게 접근할 수 있으며, 정정 및 추가가 용이한 시스템으로 완성도가 높다”고 설명하며 “많은 종친들이 이번 기회에 족보 등재에 참여해 주시길 바란다”고 전했다.

이번 제47차 정기총회는 명씨대중회가 디지털 시대에 맞춰 소통과 기록의 기반을 새롭게 다졌다는 점에서 의미가 크다. 대중회는 전통을 지키며 미래를 향한 변화도 계속해나갈 예정이다.

〈명씨대중회 편집국〉



비타민D 결핍, 정말로 대유행인가?

- 권장섭취량의 개념과 정의의 오류 -

명승권 교수



의학박사/가정의학과 전문의
국립암센터 국제암대학원대학교 보건AI학과
국립암센터 가정의학과



비타민C의 하루 권장섭취량은 나라마다 다른데, 프랑스는 남녀 공히 하루 100 mg이며, 우리나라와 일본은 100 mg, 미국은 남성 90 mg, 여성 75 mg이다. 그런데 영국과 인도는 남녀 모두 40mg으로 프랑스와 비교시 3분의 1정도 밖에 되지 않는다. 한편, 2014년 국민건강영양조사에 따르면 우리나라 남성의 약 75%, 여성의 83%가 비타민D 결핍으로 보고되고 있다. 연구에 따르면 우리나라 뿐 만 아니라 남아시아인의 68%, 유럽인의 40%가 비타민D 결핍으로 전 세계적으로 비타민D 결핍이 대유행하는 것처럼 보인다. 이는 비타민D 혈중 농도를 20 ng/mL(나노그램 퍼 밀리리터)으로 기준으로 한 결과로, 일반 병원에서는 30 ng/mL로 기준이 높아 특히 여성의 경우 90% 이상이 비타민D 결핍으로 진단받고, 비타민D 주사나 복용을 하고 있는 실정이다. **비타민C 권장섭취량이 나라마다 상당히 차이가 나고, 비타민D 결핍이 대유행하는 것처럼 보이지만, 이는 사실이 아니며, 권장섭취량의 잘못된 개념과 정의에 기인한다.**

권장섭취량은 지금으로부터 80여년 전인 1941년 제2차 세계 대전 당시 미국에서 개발했다. 당시 영양결핍은 매우 흔해 미국의 군집집병중 25%가 현재 혹은 과거 영양결핍자였다. 미국 국방자문위원회는 미국국립과학원립원에 국방과 관련한 영양에 대한 조언을 요청했고, 군인들뿐 아니라 일반 대중에게 적용되는 주요 영양소의 권장섭취량을 1941년에 만들었다. 처음 발표된 권장섭취량에 대한 논문을 살펴보면 권장섭취량의 정의와 개념이 명확하게 서술되어 있지 않다. 논문에는 당시 동물실험이나 사람을 대상으로 한 임상 연구가 부족했기 때문에, 미국 전역의 50여 명의 전문가들로부터 의견을 수렴해 비타민 등 주요 영양소별 권장섭취량을 정했다. 즉, 이 당시 처음 개발된 권장섭취량은 건강의 최적 상태와 관련한 의학적 및 임상적으로 타당한 연구 결과로부터 얻은 근거가 아닌 당시 의학 및 과학수준에서 전문가들의 ‘합의’로 만들어진 것이다. 그 뒤로 여러 차례 개정이 되긴 했지만, **현재 권장섭취량은 ‘특정 나이와 성별의 집단에서 거의 대부분의(97-98%) 건강한 사람들의 영양요구량을 충족시키는데 충분한 하루 평균 특정 영양소의 섭취량’으로 정의하고 있다.** 달리 표현하면, 건강한 사람들 100명을 모았을 때, 특정 영양소의 섭취량이 낮은 사람부터 높은 사람까지 다양한데 가장 많이 섭취하는 사람들 상위 2.5%가 섭취하는 양을 권장섭취량으로 정했다는 것이다. 대부분의 건강한 사람들의 요구량을 충족시키는 양이라고 정의하고 있는데, 달리 말하면 **현재의 권장섭취량은 극단적으로 과도한 양이다.** 적게 섭취하는 사람들은 그만큼만 먹어도 건강을 유지하는데 충분하지만, 많이 섭취하는 사람은 그 정도의 양을 먹어야 건강한 것이기 때문에 많이 섭취하는 사람들의 요구량까지도 충족시키는 양을 권장섭취량으로 정하고 있다. 하지만, 반대로 적게 섭취하는 사람들에게는 너무나 과도하게 많은 양이 아닌가?

비타민C 권장섭취량이 나라마다 달라 3배 가까이 차이나는 이유가 바로 이 때문이다. 프랑스 사람들은 채식위주의 식단으로 비타민C 섭취가 전체적으로 많기 때문에 상위 2.5%에 해당하는 섭취량이 110 mg이기 때문에 이 양을 권장섭취량으로 정한 것이고, 인도나 영국은 비타민C 섭취가 전체적으로 적기 때문에 상위 2.5%

에 해당하는 섭취량이 40 mg이라 이 양을 권장섭취량으로 정한 것이다.

비타민D 결핍이 우리나라 사람뿐 만 아니라 전세계적으로도 대유행하는 것처럼 보이는 이유도 극단적으로 높은 권장섭취량에 상응하는 비타민D의 혈중농도인 20 ng/mL (병원에서는 30 ng/mL) 이상을 정상으로 정의했기 때문이다. 이보다 낮으면 비타민D 결핍이나 부족으로 분류하고 있는데, 건강한 사람들 80-90%가 비타민D 결핍 혹은 부족으로 잘못 분류되고 있는 것이다. 하지만 대부분 건강한 사람들의 비타민D 혈중농도가 분포하는 구간은 12-20 ng/mL이다. 즉, 일반적으로 건강한 사람들은 비타민D 검사가 불필요하며, 20 ng/mL 미만이라도 결핍이 아니며, 비타민D 치료가 필요하지 않다.

현재의 권장섭취량의 개념과 정의, 즉 건강한 사람들 중 상위 2.5%의 섭취량은 과도하게 많은 섭취량으로, 되도록 충분히 많은 양을 권장해야 했던 80여년전 영양결핍이 흔한 시대에서는 틀리지 않았을지도 모른다. 하지만 이후 영양성분 섭취와 최적의 건강상태를 규명하는 타당한 역학적 연구방법론이 등장하게 되었다. 코호트연구라는 대규모 집단을 대상으로 연구를 시행한 결과, 질병의 발생과 사망률은 체질량지수(키와 몸무게를 이용한 비만도)가 너무 낮거나 높으면 높아지고, 중간 정도인 경우가 가장 낮게 나와 이 구간을 표준체중으로 제시하고 있다. 마찬가지로, 권장섭취량도 코호트연구를 통해서 최적의 건강상태를 보이는 특정 영양소의 섭취량의 범위를 새롭게 정해야 한다.

지금까지 수십년 동안 전 세계적으로 발표된 권장섭취량 및 영양결핍 관련 연구는 **잘못된 개념과 정의의 권장섭취량에 기반했기 때문에 신뢰할 수 없으며 전면적으로 재검토해야 한다.** 의학, 영양학, 역학, 보건학 등 영양과 관련한 모든 분야가 논의를 통해 올바른 권장섭취량의 개념과 정의를 새롭게 만들어야 한다.

※ 영양소 권장섭취량의 개념과 정의에 문제가 있으며, 새로운 개념 및 정의가 필요하다는 본 주장은 2024년 6월, SCIE 국제학술지 ‘영양(Nutrition)’에 연구단신(short communication)으로 출판되었다. 이러한 주장과 견해가 국제학술지에 출판된 것은 이번이 처음으로, 전세계적으로 의학 및 영양 등 관련 학계에서 논쟁이 될 전망이다.



대하국(명하)은 왜 “황제국”이고 우리는 명옥진시조님을 왕이 아니라 왜 “황제”라고 호칭하는가? -2부-



홍콩 MDM & 중국 BRIGHT CELESTAR 대표이사 **명 경 식**

명옥진황제님과 민족 부흥이라는 공동 목표하에서 두터운 친분을 가지고 교류했던 주원장도 1364년에 오(吳) 나라를 세우고 제후국의 형태가 아닌 왕이라고만 호칭하다가 1368년에서야 명나라를 건립하고 황제라 칭했습니다. 대하국관련 논문을 작성한 유홍량 박사와도 교류하며 획득한 자료와 유박사의 개인 의견도 아래에 설명해 드립니다. 유홍량 박사는 후베이성 무한대학 박사 출신으로 중경삼협박물관 연구원과 대학에서 강의도 하는 학자입니다.

유홍량 박사의 언급에 따르면 명옥진황제님의 대하국이 토가족의 토사를 원나라 때 보다 더 큰 등급으로 올려 집중관리한 것은 의심할 바 없이 훌륭한 정책 조치였다는 평가와 더불어 명옥진황제님이 주군으로 모셨던 서수휘를 살해하고 대한(大漢)이라는 나라를 세웠던 진우량과 비교하여 더 높은 평가를 한 점은 우리 후손에게 큰 자긍심을 갖게 하고 있습니다..

하기는 유박사의 연구논문을 한국어로 번역한 것과 중국어 원문을 기재하니 참고해 보시기 바랍니다.

논문제목 : 명옥진의 대하국 정치 지리 연구
-- 진우량 대한국 (大漢國) 과 비교
기남 대학교 2010년 석사논문 유홍량

원나라 말기 사회가 불안해지고, 군웅들이 병기하여, 정권이 계속적으로 수립되었습니다. 장강 유역에 할거한 서수휘의 농민정권은 후기에 둘로 나뉘었고, 명옥진은 사천을 근거지로 대하(大夏) 정권을 수립하고, 진우량은 장강 중하류에 근거지를 두고 대한(大漢) 정권을 수립했습니다. 이 글에서 연구한 대하 정권은 명옥진 건국부터 명승이 주원장에게 항복하는 10년 동안 총 2대에 걸쳐 지속되었으며, 원나라 말기 건립 정권 중 오랜 기간 존재해 왔고 특징이 뚜렷한 대표적 정권입니다. 명옥진은 건국 이후 신생 정권을 공고히 하기 위해 군사, 정치 등 각 방면에서 일련의 조치를 시행했습니다.

정치적으로는 원나라 사천성을 8개의 도(道)로 분할하고 자사부(刺史府, 지방장관제도)가 최우선 행정 구역으로 설정되었으며 그 산하에 주(州)와 현(縣)이 설치되었습니다. 변방에서 명옥진은 원나라 말기에 이미 있던 큰 토사(土司 지방 소수민족의 세력)를 끌어들이어 더 큰 대량의 토사를 설치하여 대하국의 병풍과 울타리로 만들었습니다. 군사적으로는 북벌과 남쪽 정복을 통해 산시성 한중지역에 관리를 파견하고 원난성 일부 지역이 영토에 포함되어 강역이 확장되었지만, 그러나 군사행동은 거의 효과를 거두지 못했습니다.

이 논문은 역사 정치 지리학적 방법을 운용하여 대하국의 행정제도에 관한 심층 연구를 수행하고 이 분야에서 역사지리학이 이 방면에서의 공백을 메우고 있습니다.

아울러 논문의 결론은 대하국의 정치제도가 대부분 원나라로부터 계승되었지만, 혁신적인 부분이 삼공(三公 고대로부터 내려오는 중앙행정제도), 팔도(八道), 자사부(刺史府) 등의 제도와 토사(土司) 제도 방면의 창설을 구현한 데 있습니다. 이러한 특색은 대하(大夏)와 진우량이 세운 대한(大漢) 정권의 가장 큰 차이점이기도 합니다.

■ 明玉珍大夏国政治地理研究
 --兼与陈友谅大汉国比较
 刘兴亮

元末社会动荡、群雄并起、割据政权相继建立。割据于长江流域的徐寿辉天完政权、后期一分为二、明玉珍割据四川、建立大夏政权、陈友谅据有长江中下游地区、建立大政权。本文研究的大夏政权、从明玉珍建立到明异投降朱元璋共计十年、共传两代、是元末割据政权中存在时间较长并特征明显、具有代表性的政权。明玉珍建国后、为巩固新生政权、在军事、政治等各方面实行了一系列措施。在政治上、对元代四川行省进行了调整、将疆域划分为八道、并设立刺史府为高级政区、下设州、县。在边地、明玉珍极力拉拢在元末就已经坐大的土司、更设立大量土司、以作大夏国屏藩。在军事上、通过北伐和南征、将陕西行省之汉中和云南行省部分地区纳入版图、疆域有所扩张、但军事行动收效甚微。本文运用历史政治地理学方法对大夏国行政制度进行深入研究、填补了历史地理学在这方面的空白、并得出结论：大夏国的政治制度多承自元代、但又有所革新、体现在“三公”“八道”“刺史府”等制度以及在土司制度方面的创设上、这些特色也是大夏与陈友谅建立的大汉政权之间最大区别。
 暨南大学 2010年硕士论文

명옥진황제님에 관해 공부할수록 가장 아쉽고 통탄하는 것은 38세의 젊은 나이에 붕어하시고 어린 열 살의 아들 명승황제님이 등극하고 팽항후님의 수렴정정으로 국가를 통치하지만 대신들간의 암투와 살해 사건 등으로 국가의 통치 체계가 점점 무너지게 되었습니다. 이에 명나라 주원장은 대하국을 1371년에 멸망시킵니다. 만약 명옥진황제님이 오래 사셨다면 주원장과 개인적인 관계가 좋았고 국가 통치 체계가 잘 정비되었던 상태였기 때문에 아마도 당시의 중국대륙 천하는 새로운 역사가 창출되었을 것입니다. 중국의 학자들이 명옥진황제님은 천하통일의 야망은 없었다고 평가하는 경우가 있습니다. 1357년 서수휘 휘하에서 대장군원수 및 사천 지역의 우승상까지 오른 명옥진황제님은 1360년 서수휘 휘하에 있던 진우량이 서수휘를 살해하고 대한(大漢)을 세우자 진우량과는 교류 단절을 선언하고 촉지역(사천위주)에 국가를 건설하는 작업을 하여 이후에 대하국의 황제로 등극하게 됩니다. 황제등극 이후에도 만승(萬勝)등을 시켜 계속 영토 확장을 하여 대하국에 복속을 시켰습니다.

“명사(明史)태조(주원장)실록 명옥진전”의 아래 내용을 보면 만승을 시켜 원난성에 도사리고 있는 원나라 잔당 세력을 토벌하러 보내는 내용이 나옵니다. 그러나 다른 협력 세력의 도움을 못 받고 만승이 홀로 싸우다가 크게 당하게 되고 퇴군하게 되는데 이런 과정에서 많은 백성이 우환을 당해 명옥진황제님은 토벌을 멈출 수밖에 없었던 것입니다.

■ 勝兵之入雲南也，鄒興、芝麻李尚未至。梁王不意勝兵奄及，故棄城遁。及梁王之傳大都率兵出偵敵，獲勝部將姬安禮，問：「勝兵幾何？」曰：「八千。」於是，大都會大理段平章兵擊勝，殺傷者過半，勝以孤軍深入，約兵未至，而戰士多中傷，遂引兵還，所過暴掠為民患。玉珍不能制。上聞，遣書諭之。（太祖實錄，明玉珍本傳）

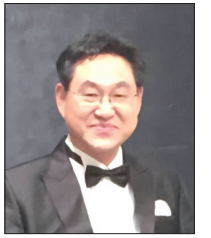
즉, 명옥진황제님은 야망이 있으셨고 그 야망은 이민족이 세운 원나라를 완전히 없애고 순수한 한족이 세운 송나라의 상태로 돌아가자는 민족주의의 부활이었던 것입니다. 천하통일을 위해 같은 한족끼리 싸우는 전쟁은 피하셨던 것입니다. 아울러 검소하고 청렴 애민의 황제여서 백성을 힘들게 하며 황궁을 새로 짓는 것보다 기존에 있던 송나라의 중정부 관아, 원나라 때 국가 사무로 사용되던 건물을 황궁으로 활용을 한 것입니다. 우리는 너무 훌륭하신 조상님을 모시고 있는 것입니다.

명옥진황제님에 대해 우리는 좀 더 배우고 우리 후손들이 자랑스러운 긍지를 지니도록 모든 종친님이 한마음으로 대동단결하기를 기대해 봅니다.

파주 경모사(파안기념관) 웬스 설치작업 완료 - 숙원사업의 결실

2025.06.10(토) | 장소: 파주 경모사

명씨대종회 사무총장 명영철



파주시 파평면에 위치한 경모사는 우리 명씨 종중의 정통성과 정신을 상징하는 소중한 공간입니다. 그 뒤편에 위치한 공터의 웬스 설치는 몇 해 전부터 논의되어 온 숙원사업이었으나, 여건상 추진이 쉽지 않았던 과제였습니다. 그러나 종친들의 지속적인 관심과 헌신적인 실천이 더해지며 마침내 지난주, 이 오래된 숙원이 무사히 마무리되었습니다.

특히 공사 여건이 열악한 상황에서도 청양에서 장비를 실어 먼 길을 달려와 주신 명현식 부회장님, 명노운 종친님, 그리고 명제협 아저씨의 수고와 헌신 덕분에 작업은 신속하면서도 안전하게 진행될 수

있었습니다. 세 분의 정성과 실천이 있었기에 이번 설치 작업이 원활하고도 안전하게 마무리될 수 있었습니다. 현장을 묵묵히 이끌어주신 노고에 깊이 감사드립니다. 더불어 “점심시간도 아깝다”며 수원에서 정성껏 식사를 마련해주신 명남식 이사님께도 진심어린 감사의 인사를 전합니다. 먼길 마다하지 않고 따뜻한 밥상을 준비해주신 그 손길 덕분에 작업에 참여한 모든 이들이 마음과 몸을 함께 채울 수 있었습니다. 그 정성 가득한 식사는 그날의 고단함을 잊게 해주었습니다. 현장 작업 당일에는 많은 종친들께서 직접 방문해 자리를 빛내주셨습니다. 명제태 회장님, 명노석 부회장님, 명제일 이사님,

명화진 이사님, 그리고 먼 인천에서 발걸음해주신 명노호 이사님까지, 각자의 바쁜 일정 속에서도 현장을 찾아 따뜻한 격려와 응원을 전해주셨습니다. 그 응원의 말 한마디, 손길 하나가 현장 분위기를 더욱 따뜻하게 만들고, 큰 힘이 되었습니다.

무엇보다 이번 웬스 설치 작업을 처음부터 계획하고 준비하며 실무를 총괄해주신 명영식 부회장님의 노고에 특별한 감사를 드립니다. 현장 조율부터 인력 섭외, 작업 흐름을 세심하게 챙기며 묵묵히 중심을 잡아주신 덕분에 무리 없이 마무리될 수 있었습니다.

이번 설치작업은 시설 보완뿐 아닌, 종중 구성원들의 협력과 참여로 이루어진 의미 있는 사업이었습니다. 함께 힘을 모아 계획하고 실행함으로써 실질적인 개선을 이뤄낼 수 있었습니다.

경모사와 파안기념관은 앞으로도 우리 명씨 대종회의 정통성과 정체성을 지켜가는 중심 공간으로 기능할 것입니다. 이번 작업을 계기로 관리 기반을 한층 더 탄탄하게 다질 수 있게 되어 뜻깊게 생각합니다. 이 자리를 빌려 함께 애써주신 모든 분들께 진심으로 감사의 뜻을 전합니다.

사진은 파주 경모사(파안기념관) - 웬스 설치 작업 현장의 모습입니다. 정성스럽게 마무리된 작업 현장을 함께 확인해보세요.



명씨대중회 산악회, 6월 충청남도 내포 용봉산 정기산행



지역 종친과 함께한 뜻깊은 교류의 시간

명씨대중회 산악회는 지난 6월, 충청남도 내포에 위치한 용봉산에서 정기 산행을 진행하며 지역 종친들과 따뜻한 교류의 시간을 가졌다. 용봉산이 자리한 홍성·예산 지역은 최영 장군, 김좌진 장군, 조선 중기의 임득의 장군 등 수많은 역사적 인물들을 배출한 고장으로, 특히 임 장군의 머느리가 서촉연안 명씨로 전해져 있어 이번 등정은 산행 이상의 깊은 뜻을 담은 자리였다. 더불어 매한 윤봉길 의사의 정신이 깃든 이 땅을 함께 걸으며, 종친들은 새로운 활력과 감동을 함께 나눴다.

특히 이날 산행에는 명태식 전임 회장 내외분이 건강을 회복한 모습으로 자리를 함께해, 산행에 더욱 깊은 의미와 감동을 더했다. 2년 전 승조정신 실천 중 과로로 건강을 잃으셨던 전임 회장님의 동참은, 많은 종친들의 진심 어린 축하와 응원을 받았다.

또한 청양의 제협 대부님, 한식·헌식 부회장님, 노운·노섭 종친님, 이원태 대모님, 오복 여사님, 성순 상임이사님 등 많은 종친들이 한자리에 모여 정을 나누며, 산행의 분위기를 더욱 훈훈하게 만들었다. 이번 산행을 준비하고 이끈 홍성 총무의 발 빠르고 헌신적인 진행 역시 큰 호응을 얻었다. 산악회 관계자는 “이 모든 시간들은 같은 핏줄이라는 유대와 따뜻한 공동체 의식에서 비롯된 것”이라며, “그래서인지 만나면 헤어지기 싫고, 자연스레 다음 만남을 기약하게 된다”고 전했다.

명씨대중회 산악회
회장 명영식



명씨대중회 산악회,
백두산 원정 산행 나서다

33인의 종친,
조상과 후손을 잇는
송조의 길을 함께하다

일시: 2025. 7월28~8월 3일 (6박 7일)

주요 일정: 단동 ➡ 이도백하 ➡ 백두산 서파/북파 등정
➡ 고구려 유적지 ➡ 집안 ➡ 장춘 등

명씨대중회 산악회는 오는 7월 28일부터 8월 3일까지 6박 7일간 백두산 원정 산행에 나선다. 명씨대중회 산악회는 그간 대중회의 중심에서 종친 간 결속을 다지고, 다양한 봉사과 실천 활동을 꾸준히 이어오며 살아 숨 쉬는 공동체로서의 면모를 다져왔다. 이번 백두산 등정은 그 정신을 다시금 되새기고, 다음 세대를 향한 자긍심과 유산을 공유하는 계기가 될 것으로 기대된다.

이번 여정은 전국에서 모인 33명의 종친이 함께한다. 단동, 이도백하, 백두산 서파·북파, 고구려 유적지 등을 둘러보며 송조의 정신과 후손 간 연대의 의미를 되새길 예정이다. 산악회는 이번 산행을 통해 명씨 공동체의 역사적 뿌리와 정신을 기리고, 세대 간 소통을 넓히고자 한다.

▼ 광개토대왕릉비



신뢰할 수 있는 기업
태흥산업기전(주) ■ 태흥기전: 명영준(25세손)

수·배전반 및 자동제어반 전문 제작업체

30여년간 전통과 풍부한 경험을 바탕으로 고객 만족을 위해 언제나 최선을 다하겠습니다

풍부한 설계 및 제조 기술을 바탕으로 우수한 제품을 제공함으로써 협력사의 기대를 충족시키고 고객의 만족을 추구합니다. 고객이 만족하는 기업으로 기억되기 위해 앞으로도 최선을 다하겠습니다.

www.taeheungsanup.co.kr



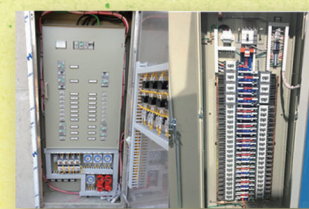
고압배전반



전동기 제어반



저압배전반



분전반반

<주요생산품목>

수, 배전반 Moter제어반 중앙감시제어반
계장제어반 분전반 출전기 집합 계량기함

서촉(연안) 명씨대동보 2차 족보증수 연장 접수 안내

뿌리를 잇고, 후손에게 전통을 전하는 뜻깊은 일입니다.

접수 기간: 2025년 7월 1일(화) ~ 9월 30일(화)

존경하는 명씨 종친 여러분,
2025년 6월 30일부로 마감된 1차 족보 등재 접수가 많은 종친님
들의 적극적인 관심과 협조 속에 성황리에 마무리되었습니다.

특히 미국 캘리포니아의 명성식 종친님께서도 본인과 자녀의 등재를 위해 직접 자료를 보내주셨고, 부산의 종친님은 건강이 좋지 않음에도 불구하고 “자녀들이 족보에 빠질까 걱정된다”며 사전 연락을 주시는 등, 국내외 종친들의 뜨거운 참여가 있었습니다.

하지만 여전히 등재하지 못하신 분들이 많아, 아래와 같이 2차 족보 증수 접수 기간을 운영합니다. 족보는 후손들에게 물려줄 소중한 가문의 역사이자 자부심입니다. 이번에 진행 중인 인터넷 족보는 등재 여부와, 오자, 탈자 등 오류 등재를 본인이 직접 실시간 확인할 수 있어서 정확도가 거의 완벽에 가까운 시스템입니다. 자손 만대에 물려줄 우리 명씨의 소중한 역사에 모두 참여하시기 바랍니다.

속보용 어사전
선택하세요

옛자료편찬사전
선택하세요

왕실계보도
연대대표

명대조표

인터넷족보

홈
족보검색
혼수계산
화보
문헌
통계
계촌법
방위도
열람방법

족보검색

성씨를 클릭하고 본인 이름과 아버지 이름을 입력후 찾아보기 버튼을 눌러주세요
(본인 이름과 아버지 이름은 한글로 입력해 주세요)

이름 부모명

파명 족보등록번호

본문검색 배우자 이름

이름으로 족보를 찾지 못하면 우.호.초명.관직.지명등 자손록(만주)에 수록된 대종승 검색 할 단어를 입력하여 찾아보십시오.

출생년도 사망년도

권수 페이지

찾아보기 >
다시쓰기 >
검색결과 0 명

4대가계보보기

1대

명숙진 (明王珍)

2대

승 (昇)

3대

의 (義) → 현 (現) → 준 (準) → 선 (仙)

4대

상덕 (尙德)

이름
세(世)
관계
부(父)
조부
증조부
파(派)
족보등록번호
출생년도
책보기
세대도
프로필
필요자수정
사진
묘지도
직계
4대 가계도
8대 가계도
10대 가계도
부부 가계도
사진 가계도

명숙진 (明王珍)	1	子	()	()	()	1000001	1권 1쪽 1단													
승 (昇)	2	子	명숙진 (明王珍)	()	()	1000002	1권 1쪽 2단													
의 (義)	3	子	승 (昇)	명숙진 (明王珍)	()	1000003	1권 1쪽 3단													
현 (現)	3	子	승 (昇)	명숙진 (明王珍)	()	1000004	1권 3쪽 3단													
준 (準)	3	子	승 (昇)	명숙진 (明王珍)	()	1000005	1권 4쪽 3단													

명숙진님은 1세입니다.
 족보 1권 1페이지 1단에 등록되어 있습니다.

[2차 족보 등재 접수 안내]

접수 기간: 2025년 7월 1일(화) ~ 9월 30일(화)

신청 대상: 국내외 거주 서촉(연안) 명씨 후손

접수 및 문의처: 명씨대종회 족보 편찬위원회.

각 지역 종친회 회장 및 총무

접수처: 명씨대종회

문의전화:  족보편찬위원회: 010-6233-8204

 족보접수 담당자: 010-8551-6936

 카카오톡 제출 가능

팩스: 031-527-3128 홈페이지: www.명씨대종회

E-mail : my1857@naver.com

주소: 경기도 남양주시 진접읍 내각1로 73번길 77 (우편번호 12071)

[족보 등재신청 비용 안내]

기혼자 1인: 20,000원 (배우자 포함)

미혼자 1인: 20,000원 (아들, 딸 구분 없음)

사망자 등재: 20,000원 (후손이 작성 제출)

(직계 후손 작성, 묘지 위치도 및 사진 1컷당 10,000원 추가)

인터넷 족보 개인 사진 등재: 10,000원

족보 구매 예약금: 1질당 50,000원 (최종가 추후 공지)

[입금 계좌 안내]

계좌번호: 국민은행 392801-04-176571

예금주: 명씨대중회

기타 안내 사항

1. 신청서 양식은 대종회 홈페이지에서 다운로드 가능
2. 가족관계증명서로도 신청서 대체 가능
3. 제출된 모든 자료는 인터넷조회에도 활용됨

족보는 명씨 가문의 유산을 후손들에게 전할 귀중한 자료로, 효와 우애를 실천하는 계기가 될 것입니다. 종친 여러분의 많은 관심과 적극적인 참여를 부탁드립니다. 한 집안 당 형제자매 중 1질의 족보는 꼭 구입하여 소장하시기를 바랍니다.

정답의전

■ 정담의전: 명재익(24세손) 010-9922-0042

장레서비스, 전액 100% 환불제
믿을 수 있는 정당의전이 함께합니다.

명씨대중회와 협약된 정당·의전은 거품 없는 합리적 가격과 품격 있는 장르 토탈 서비스를 전액 후불제로 제공합니다.

상품가격 330만원



상담 전화

장례 절차와 상품 예약에 대해
궁금한 점이 있으신가요?

1644-1350



임종 전화

임종접수 및 신속한 대응으로
유가족의 곁을 지키겠습니다.

1588-4844

모든 장례는 3일 기준으로 합니다 | 서비스 지역 : 전국구 (도서, 섬지역 불가) | 명씨대중회와 장례서비스 제휴업체 정담의전

종친 애,경사 및 동향

결혼 2025.04.26 명태식 아들 명노협결혼
2025.07.06 전임 회장님 명태식 아들 명두환 결혼

장례 2025.04.11 명동현 님 소천
2025.05.14 명도진 님 소천
2025.05.29 명인식 님 소천

明氏大衆會

명씨대중보 문의 및 구독신청

- ▶ 명씨대중보 발행인
명제태 회장 010-2399-6233
이메일 jayatool521@naver.com
- ▶ 명씨대중보 편집국장
명영식 부회장 010-6233-8204
이메일 mys3540@hanmail.net
- ▶ 명씨대중보 편집인
명영철 사무국장 010-8551-6936
이메일 my1857@naver.com

명씨대중회 종친 회비 및 후원계좌 안내

명씨대중회 발전을 위해 협찬을
부탁드립니다. 아래는 후원 계좌입니다
국민 392801-04-176571
명씨대중회

본 면은 광고란입니다.
광고 게재를 희망하시는 분들께서는
대중회 사무국으로 문의 바랍니다.

명씨대중보 기사투고 및 광고안내

- ▶ 명씨대중보는 3개월에 1번씩, 연간 4회 발행되는 우리 명씨의 신문입니다.
기사 및 사진 투고는 연중무휴 가능하오니, 종친들의 많은 투고 바랍니다.

(주) 비 경

페인트, 방수 시공 전문 업체

경기도 의왕시
1위 업체



福 을 칠해 드립니다.



■ (주)비경 : 대표 명노성(23세손) 010-3799-5700

- 빌딩 / 상가 / APT
- 병원, 주차장, 옥상
- 방수 및 단열 공사
- 시공 전문 업체



Tel. 031-462-5507

FAX. 031-462-5508

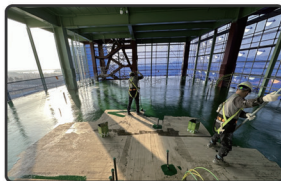
Email. bkc9704@naver.com



상업, 주거시설
내·외부 도장 공사



조형물 등
특수 도장 공사



옥상, 주차장바닥
방수 및 에폭시 공사



우레탄 단열공사
내화, 흡음 뽐칠 공사



주차장, 도로, 공원
차선 도색공사

보령건강원

■ 보령건강원: 명남식(22세손)

건강은 건강할 때 지키세요
정성을 다해 모시겠습니다

[건강원제품]



배즙



비트즙



양파즙



홍삼



자라



대추



장어



흑염소



붕어



가물치



전국 택배 가능



01
재료 선별 및
생산

02
검수 및 포장

03
출고 후 배송

주소 : 경기도 의왕시 부곡시장길8(우리은행 앞)
Tel. 031)461-1939 H.P 010-3778-0247