



## 후손의 뿌리, 함께 지켜갈 명 씨 족보

1701년 신사보에서 시작된 명 씨 족보는 시조 명옥진 황제의 정신과 우리 성씨의 역사를 담은 귀중한 기록입니다. 후손에게 길이 전할 이 전통을 위해 이번 족보 편찬사업에 **모두 함께 동참합시다.**

명씨대중회장 명 제 태



2025년 금년에는 6월이 윤달인 관계로 추석이 늦어져서 10월 6일이 추석이다. 따라서 추석 연휴가 무려 10일에 이른다. 대중회 추향대제가 이 추석 연휴에 포함되어 있어 종친들의 참석 여부에 걱정을 많이 하고 일부 임원들은 명절 연휴 전 이나 명절 연휴 후로 하자는 의견이 있었으나 임원 회의에서 명씨 가문의 오랜 전통과 조상에 대한 경의를 생각하여 일자 변경 없이 정해진 10월 3일에 거행하기로 결정 하였다.

걱정했던 것과 달리 추향대제에는 긴 추석 연휴에 비까지 내리는 상황에서도 200여 종친이 참석하여 시조 명옥진 황제님과 황후 팽씨, 2세조 승황제님 황후 윤씨, 3세조 의(儀), 현(峴), 준(俊), 신(信) 네 분의 할아버님께 올리는 시제에 함께하여 조상에 대한 예를 갖추었다.

명제태 대중회장은 인사말을 통해 “오늘 시제를 준비하기 위해 지난 9월 27일 경모사 대청소에 함께하신 임원 및 종친님들, 그리고 어제부터 음식과 행사를 정성껏 준비해 주신 임원 여러분께도 진심으로 감사드립니다”라고 말하고 사제를 털어 제례 기물과 제례약까지 준비해 주신 명영수 감사, 넉넉하지 않은 수고료 가운데 일부를 추향대제 답례품으로 기꺼이 내어주신 명영철 사무총장에게도

감사한다”라고 말했다.

“건강이 불편하심에도 자리를 함께해 주신 21대 명태식 회장님, 그리고 전임 24대 명호근 회장님께도 깊은 감사의 말씀을 드리며 앞으로도 더욱 건강하시기를 기원한다”라고 말했다.

명제태 대중회장은 취임 1년 6개월이 되었다고 말하며, 2018년 5월 제14호를 끝으로 중단되었던 대중보를 2024년 6월 재창간 1호(제15호)를 시작으로 제20호까지 대중보를 발행해 오고 있다. 또한 종친 간의 소통 채널 역할을 하는 홈페이지를 최신 버전으로 구축하여 종친들이 4만여 회를 상회할 정도로 방문하여 대중회의 소통 창구 역할을 톡톡히 하고 있다. 명제태 회장은 “대중회에서는 5개월 전 전자 족보 편찬을 시작하였다. 명영식 전자 족보 편찬 위원장과 편찬위원님들의 노고에 깊이 감사드립니다. 편찬에 참여하신 분이나 전자 족보를 보신 분들은 잘 알겠지만, 전자 족보는 기존의 책 족보보다 더 정확하고 늘 확인이 가능하여 언제든지 잘못 기록된 부분을 수정할 수 있어서 그야말로 완벽한 족보가 구현되는 것이라고 말했다.” 전자 족보가 완성된 후 책 족보가 필요하게 되면 바로 인쇄해서 소장할 수 있는 장점도 있다.

# 10월 3일, 나의 뿌리 명씨 나의 시조, 대하국 명옥진 황제를 추모하다

2025. 10월 3일(금) 오전 11시 | 파주 경모사 추향대제 참관기



대중회에서는 전국에 산재해 있는 종친들이 전자 족보 편찬에 모두 참여할 수 있도록 하기 위하여 많은 채널을 활용하여 홍보에 주력하고 있지만 종친들의 고령화와 젊은 종친들의 무관심으로 인해 족보 편찬 사업에 어려움이 많다. 전자 족보 편찬 사업은 우리 가문에는 정말 중요한 사업이다. 지금 전자 족보를 완성하지 못한다면 언제 다시 누가 이 사업을 할 수 있겠는가? 명 회장은 "오늘 시제에 참석하신 종친님들께서라도 귀가하시면 가족들이 모인 자리에서, 또 주위에 계신 종친분들께 족보 편찬에 모두 참여할 수 있도록 명절 연휴에 많이 홍보해 주시길 특별히 간곡히 부탁드립니다. 이번 전자 족보 편찬 사업은 출산을 저하와 뿌리의 중요성이 점점 희박해지는 시점에서 앞으로 먼 후일에 후손들이 뿌리를 찾고자 한다고 생각하면 정말 중요한 일이라고 생각합니다. 이는 후손들이 먼 훗날 뿌리를 찾고자 할 때 반드시 필요한 귀중한 작업이 될 것입니다."라고 하였다.



명제대 회장은 "앞으로는 우리 젊은 후손들이 추향대제에 직접 참여함으로써 우리 조상에 대한 문헌이나 홈페이지에 올려진 자료들과 족보 등을 살펴봄으로써 우리 명 씨의 자랑스러운 역사와 높은 정신을 직접 느끼고 익힐 수 있는 좋은 기회이며 자랑스러운 황손의 후예임을 느낄 수 있도록 해야 한다"고 말했다. "우리는 중국 중원을 다스리던 대하국 황제 "옥"자 "진"자 할아버님의 자랑스러운 후손입니다. 평소에도 몸가짐이나 언행에 각별히 유의하고, 자손들이 사회에 귀감이 되는 리더로 성장할 수 있도록 지도하여 주시기 바랍니다."라고 하였다.



대중회가 지금껏 유지되고 발전해 온 것은 무엇보다 임원들과 회원들의 헌신이 있어 가능했다. 앞으로의 과제는 종친 모두 공감하겠지만, 저출산으로 인해 젊은 종친이 줄어들고 있어 대중회의 지속과 발전이 많이 걱정되는 상황이다!



## 지방시제 날짜와 시간을 안내드립니다

### 지방 종친회 시제일정

지방시제 날짜와 시간을 안내드립니다

문중	2025년 시제 일시
청양	11월 22일 11시
서산	11월 23일 11시
창원	11월 23일 11시
태안	11월 23일 11시
서천	11월 23일 12시
고흥(덕흥)	12월 03일 11시
고흥(신금)	12월 04일 11시
금산	11월 29일 11시

明氏大宗會

# 건강을 위한 올바른 생활습관



명승권 교수

의학박사/가정의학과 전문의  
국립암센터 국제암대학원대학교 보건AI학과

## 생활습관병이란?

현대인에게 가장 흔하면서 수명을 단축시키고 삶의 질을 떨어뜨리는 대표적인 질병은 바로 고혈압, 당뇨, 이상지질혈증(고지혈증), 비만, 암, 지방간, 역류성 식도염, 기능성 위장장애, 과민성 대장증후군 등의 만성질환이다. 이러한 질병은 공통적으로 생활습관 때문에 생기기 때문에 생활습관병이라고 부른다. 생활습관병은 부모가 가지고 있으면 자식도 이런 병이 있는 경우가 많은데, 그 이유는 유전이라기 보다는 공통된 생활습관을 갖고 있기 때문이다.

## 생활습관병의 원인

생활습관병의 원인은 잘못된 생활습관이며 흡연, 음주, 비만, 고기의 과다섭취, 운동부족, 과일과 채소 섭취 부족, 짜게 먹는 습관 등이 있다.

## 생활습관병의 예방과 치료

생활습관병 중에 고혈압, 당뇨, 이상지질혈증(고지혈증)의 세 가지 질병은 공통적으로 당장에는 특별한 증상은 없을지라도 수년 후에 혈관의 동맥경화로 인해 협심증, 심근경색, 뇌경색 등의 심혈관질환 합병증이 발생하기 때문에 바로 관리를 해야 한다. 그런데 많은 분들이 이런 병을 진단받자마자 약을 복용하고 있는데 의학적으로는 3내지 6개월 정도는 약을 쓰지 않고 생활습관개선을 하는 게 원칙이다.

담배를 끊고, 술을 줄이고, 먹기를 20% 줄이고, 운동을 30분에서 1시간 정도 일주일에 5일 정도 시행하고, 간식을 줄이고, 싱겁게 먹고, 기름진 음식이나 고기를 줄이고, 과일과 채소를 골고루 드시면 약을 복용하지 않고도 충분히 정상으로 만들 수 있다. 예를 들면 혈압이 160인 분들도 1개월 안에 140이하로 낮출 수 있고, 나쁜 콜레스테롤 170인 분들도 130이하로 충분히 낮출 수 있다. 그렇지만, 생활습관개선을 3내지 6개월 시행했는데도 정상으로 되지 않는 경우에는 약을 복용해야한다.

고혈압, 당뇨, 이상지질혈증을 치료하는 약들은 한 번 먹으면 평생 먹어야 한다는 말이 있는데 반은 맞는 말이라고 봐야 한다. 예를 들어 항암제나 항생제 같은 약은 병 자체를 완치하는 효과가 있지만, 고혈압약, 당뇨약, 고지혈치료제는 복용하는 동안에만 수치를 정상으로 유지하고, 복용을 중단하면 다시 수치가 오르게 되어 있어 대개는 평생 먹게 된다.



하지만 지금 약을 복용하는 분들 중에 생활습관개선의 과정 없이 바로 약을 드셨던 분들은 주치의와 상담을 하시고 생활습관을 개선한 후 약을 줄이거나 끊는 것을 시도해 볼 수 있다. 다시 한 번 강조하지만, 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치가 높다고 생활습관 개선 없이 바로 약 복용을 시작한 경우, 생활습관 개선을 시행하면서 약 끊기를 주치의와 함께 상담하면서 시도하자.

## 건강하게 오래 살기 위한 올바른 생활습관

1. 정상 체중유지(체질량지수 18.5-23)
2. 매일 1시간 중등도 활동 혹은 30분 이상 활발한 활동하기
3. 패스트푸드와 가공음식과 같은 지방함량이 높은 음식을 피하고 설탕이 든 청량음료 피하기
4. 과일과 채소를 충분히 섭취하고 콩류나 도정하지 않은 전곡류를 섭취하기
5. 붉은색고기(쇠고기, 돼지고기 등)를 일주일에 약 500그램(3인분 내외)이하로 제한하며 가공육 섭취 피하기
6. 적정음주: 캔맥주 기준으로 하루에 남성은 2캔, 여성은 1캔 이하로 마시기
7. 소금섭취는 하루에 6그램을 넘지 않기 (참고로 우리나라 사람들은 13그램 이상 섭취)
8. 담배 끊기: 자신의 의지만으로 금연이 어렵기 때문에 담배 끊는 약을 3개월 동안 복용하기
9. 일부 영양보충제는 암발생을 높일 수 있으므로 보충제에 의존하지 말고 건강한 식단을 유지하기



### 01 생활습관병

고혈압, 당뇨, 이상지질혈증(고지혈증), 비만, 암, 지방간, 역류성 식도염, 기능성 위장장애, 과민성 대장증후군 등은 모두 생활습관에서 비롯된 만성질환으로, '생활습관병'이라고 부른다.

### 02 원인

잘못된 생활습관  
흡연, 음주, 비만, 운동부족  
고기과다섭취, 과일 채소  
섭취부족, 짜게 먹는 습관

### 03 생활습관병은 약보다 습관 개선이 우선

04 3~6개월 금연·절주·운동으로도 개선 가능

05 지속 관리가 핵심, 약은 보조 수단

# 백두산 천지의 장관과 민족의 숨결

2025.7.28.~8.3. (6박7일)

백두의 기운과 고구려의 숨결을 따라, 하나 된 종친의 발걸음



명씨대중회 사무총장 명영철



명씨대중회 산악회가 가을을 맞아 백두산 산행에 나섰다. 애초 계획했던 귀주 방문이 무산되면서 새롭게 추진된 일정이었지만, 오히려 더 큰 의미와 감동을 남긴 여정이 되었다. 명노승 명예회장님의 발족으로 시작된 산악회는 회원이 꾸준히 늘며 대중회의 중심축으로 자리 잡았고, 이번 산행 역시 많은 종친이 참여해 뜻깊은 시간을 만들었다.

인천항에서 출발한 배는 밤바다를 가르며 단둥으로 향했다. 오랜만에 함께한 종친들은 설렘과 기대 속에서 밤늦도록 이야기를 나눴다. 이튿날 짙은 안개로

하선이 지연되었지만, 기다림마저 여행의 일부로 여겼다. 첫 일정으로 찾은 오녀산성 고구려 박물관에서는 주몽이 세운 나라의 기상을 느끼며 조상들의 열을 되새겼다.

셋째 날, 일행은 북파 코스로 백두산을 올랐다. 비가 내려 천지를 보지 못할까 염려했으나, 정상에 오르자 구름이 걷히며 장엄한 천지가 모습을 드러냈다. 모두가 감격스러워했고, 장백폭포의 굉음이 그 감동을 더 했다. 다음 날 남파에 오른 일행은 압록강 발원지를 지나며 북한 땅과 마주했다. 흐리던 하늘이 맑아지며 이틀 연속

천지를 볼 수 있었고, 가이드조차 “7년 만의 행운”이라며 놀라워했다.

다섯째 날에는 장수 왕릉과 환도산성을 찾아 고구려의 숨결을 느꼈다. 이어 압록강 유람선에 올라 북한 땅을 바라보며 분단의 현실을 되새기며 단둥으로 돌아온 밤, 명노석 부회장의 생신을 축하하는 자리도 마련되어 종친 간의 정이 더욱 두터워진 시간이 되었다.

백두산의 천지와 압록강, 그리고 고구려의 열을 품은 이번 산행은 민족의 자취를 되새기는 뜻깊은 여행으로 기억되었다.



## 서촉(연안) 명씨대동보 족보증수 연장 접수 안내

뿌리를 잇고, 후손에게 전통을 전하는 뜻깊은 일입니다.

### [족보 등재 접수 안내]

접수 기간: 2025년 10월 1일(수) ~ 2026년 3월 31일(화)

신청 대상: 국내외 거주 서촉(연안) 명씨 후손

접수 및 문의처: 명씨대동보 족보 편찬위원회,  
각 지역 종친회 회장 및 총무

접수처: 명씨대동보

문의전화:  족보편찬위원회: 010-6233-8204

족보접수 담당자: 010-8551-6936

카카오톡 제출 가능

팩스: 031-527-3128 홈페이지: [www.명씨대동보](http://www.명씨대동보)

E-mail : [my1857@naver.com](mailto: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: 명씨대동보

기타 안내 사항

1. 신청서 양식은 대동보 홈페이지에서 다운로드 가능
2. 가족관계증명서로도 신청서 대체 가능
3. 제출된 모든 자료는 인터넷족보에도 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.

## 한중 경제협력, 유림진에서 새 장 열다



### 수현 유림진 인민 정부와 한국 명씨대동회, 경제협력 투자 협의 체결

중국 후베이성 수현 유림진 인민 정부와 한국 명씨대동회가 ‘유림진 중한 경제협력 프로젝트’ 협약을 체결했다. 이번 협약은 명옥진 기념관과 “산월수인” 한옥 리조트 구역을 중심으로 문화·관광·경제를 아우르는 공동 협력 사업이다. 양측은 문화 교류 증진과 지역 관광 활성화를 위해 ‘명씨 문화주간’ 등 상호 교류 프로그램을 추진하며, 역사와 문화의 연결을 강화하기로 했다. 유림진 인민정부와 명씨대동회는 향후 지속적인 교류와 협력을 통해 한중 문화의 상호 이해와 지역 발전의 기반을 함께 다져가겠다고 밝혔다.

협약식에 참석한 한국 명씨대동회 대표는 “이번 투자는 자본 협력이 아니라, 한중 양국의 뿌리를 잇는 문화적 교류의 상징”이라며 “명 씨의 정신과 전통이 현지에서 지속적으로 이어질 수 있도록 문화·산업적 가치를 함께 발전시키겠다”고 밝혔다. 유림진 인민정부 관계자 역시 “명씨대동회의 협력은 유림진의 발전에 중요한 의미를 지니며, 지역경제와 관광산업을 한 단계 도약시키는 계기가 될 것”이라고 전했다. 이번 협약으로 한중 양국의 역사와 혈연, 문화가 교차하는 유림진이 ‘명 씨 문화의 세계적 중심지’이자 한중 합작 탄생지 조성 공사의 출발점으로 자리매김할 전망이다.

<명씨대동회 편집국>

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](http://www.taeheungsanup.co.kr)

<주요생산품목>

수, 배전반    Moter제어반    중앙감시제어반  
계장제어반    분전반    출전기    집합 계량기함



고압배전반



저압배전반



전동기 제어반



분전반반

## 2025년도 하례회 및 정기총회·추향대제 찬조내역 총괄

(단위: 원)

아래 표는 2025년도 하례회/제47차 정기총회/추향대제 찬조 내역을 종합한 자료입니다

종친 여러분의 성원과 찬조에 깊이 감사드리며,  
그 마음을 소중히 새기겠습니다.

종친회	금액	성명	금액	성명	금액	성명	금액	성명	금액	성명	금액	
서울경기북부 종친회	300,000	명기주 부회장 (창원)	1백만	명동진-강진	100,000	명정숙	50,000	명성순	200,000	명광호	100,000	
청양종친회	300,000	명광식-서산	200,000	명규정	100,000	명진호	50,000	명영식	200,000	명세기	100,000	
보령화수회	300,000	명영옥-구리	100,000	명형순	100,000	명준호	50,000	명노석	200,000	명만옥	100,000	
명륜회	300,000	명노석 부회장	300,000	명공식-청양	100,000	명청수	300,000	명순식	200,000	명환철	100,000	
수원종친회	300,000		200,000	명중수-창원	100,000	명규섭	200,000	명경민	200,000	명한식(보령)	100,000	
서천종친회	300,000	명영식 부회장	300,000	명본호-복동	100,000	2025년 추향대제 찬조명단		명노준	200,000	명응식	100,000	
창원종친회	3,000,000		200,000	명한식	100,000			명영수	100,000	명영옥	200,000	명선진
	500,000	명노영-부천	200,000	명노주	100,000			명호근	1백만	명노연	100,000	명승현
고흥덕흥종친회	200,000	명노현-북부	100,000	명영균	100,000	창원종친회	500,000	명한식(수원)	100,000	명제석	100,000	
금산종친회	500,000	명병산-금산	100,000	명노연	100,000	금산문중	500,000	명재신	100,000	명상하	100,000	
명대산악회	500,000	명충환-금산	100,000	명재택	100,000	보령화수회	300,000	명승진	100,000	명재필	100,000	
성명 회장	1백만	명노영-청양	100,000	명재호	100,000	청양종친회	300,000	명지영	100,000	명영호	100,000	
	1천만	명재인-청양	100,000	명남식-수원	300,000	서천문중	300,000	명해관	100,000	명제걸	100,000	
명성순-이사	300,000	명현식 이사	300,000		200,000	수원종친회	300,000	명재택	100,000	명대중	50,000	
명호근 전회장	500,000	명노갑	200,000	명해관-수원	100,000	명륜회	300,000	명재인	100,000	명제웅	50,000	
명규정-금산	100,000	명광호-부산	100,000	명함식	50,000	고흥덕흥종친회	300,000	명노영	100,000	명청일	50,000	
명영준 부회장	500,000	명제만	200,000	명미연	50,000	태안군화수회	300,000	명승식	100,000	명치호	50,000	
명병윤-여수	300,000	명한식-수원	100,000	명노운	50,000	경기북부종친회	300,000	명제만	100,000	명재홍	50,000	
명태식 전회장	300,000	명효남-수원	100,000	명제광	50,000	명광길	300,000	명노섭	100,000	명제태 회장	수건(300박스)	
명영철 사무총장	200,000		300,000	명정자	50,000	명노문	300,000	명현식	100,000		명영철 사무총장	형광등(20개)
명순식 자문위원	300,000	명노형-북부	100,000	명재섭	50,000	명태식	300,000	명노형	100,000	명영철 사무총장	멀티탭(200개)	
	300,000	명홍석	100,000	명치호	50,000	명구섭	300,000	명환주	100,000	명노석 부회장	국화 화분	
명노경 감사	300,000	명홍복	100,000	명재근	50,000	명영준	300,000	명병산	100,000	명영수 감사	제기, 기물	
명환주-천안	200,000	명영식-대전	100,000	명노우	50,000	명재익	300,000	명기주	100,000	명화진, 명남식	황제탕요리	
명경민-고흥	200,000	명제능	100,000	명상국	50,000	명노경	200,000	명노현	100,000	명홍식, 명태식	형광등 공사, 기와, 페인트 농약	
명동성 전회장	200,000	명병산	100,000	명홍식	50,000	명영수	200,000	명용표	100,000			
명구섭-청양	100,000	명정심	100,000	명부철	50,000	명규정	200,000	명호현	100,000			
								명윤식	100,000			

# 정담의전

■ 정담의전: 명재익(24세손) 010-9922-0042

장례서비스, 전액 100% 후불제  
믿을 수 있는 정담의전이 함께합니다.

명씨대중회와 협약된 정담의전은 거품 없는 합리적 가격과  
품격 있는 장례 토탈 서비스를 전액 후불제로 제공합니다.

**상품가격 330만원**



상담 전화

장례 절차와 상품 예약에 대해  
궁금한 점이 있으신가요?

**1644-1350**



임종 전화

임종 접수 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

**부고** 2025.07.22 명완식, 명창식님 모친 이월선님 별세  
 2025.08.20 명광주님 빙부 김진운님 별세  
 2025.09.08 명귀진님 별세 (태안문중 회장)

**결혼** 2025.10.12 명영환님 아들 명재익 결혼



### 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) 비경

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 ]



배추



비트즙



양파즙



홍삼



자라



대추



장어



흑염소



붕어



가물치



전국 택배 가능



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