

■ 법률 칼럼

### 불완전한 계약



계약서에 서명을 하는 순간부터 여러 가지 우려되는 사항들 때문에 왠지 찝찝할 때가 있다. 아니면, 계약서에 서명을 하고 난 후에야 일부 조항들이 마음에 들지 않는다는 사실을 깨닫는다는 계약서에 서명을 할 당시 미처 고려하지 못했던 변동 사항들로 인하여 계약을 부득이 파기해야 될 것 같을 때 과연 어떻게 대처해야 할까?

일단 계약을 체결할 때 가장 먼저 염두에 두어야 하는 사항은 계약이라는 법적 행위가 복수 당사자의 의사 합치에 의해 성립된다는 사실이다. 계약서에 날인을 하는 순간부터 법적 효력이 발휘될 수 있는데, 그 후 일방적으로 계약서를 무시하는 행위를 할 때는 계약의 '파기'가 되어 손해배상의 청구를 비롯한 법적 책임을 피하기 어려울 수 있다. 하지만 업무적으로 관련된 제 3자나 채무자들이 복잡하게 연관되어 난처한 결과가 초래되는 상황이 아니라면 계약 당사자들은 상호간의 동의를 통해 계약 사항들을 변경함으로써 그에 따른 법률 효과들이 조정될 수도 있다.

만약 계약의 내용을 변경하는 경우라면 이는 계약 상대를 충분히 설득했다든가 계약 상대 역시 이미 변경의 필요성을 인정하고 있는 상태이다. 계약 당사자 양측이 변경되는

사항들을 정확하게 이해하며 이행할 수 있도록 확실하게 합의하여 변경 전과 후의 내용을 기재하는 동시에 상호 계약자의 서명과 동의 사실을 상세히 문서화 시켜야 한다. 다만 이런 경우가 흔하다고 보기는 힘들다. 우리는 수많은 계약서에 서명하는데, 사업을 위하여 협상을 하는 입장이 아니라면 계약서의 내용의 변경이 가능한 경우는 사실 드물다. 또한 변경이 가능하니까 대충 작성해서 일단 계약을 체결하고 보자는 방법은 추후에 매우 난처한 문제들을 유발할 수 있다.

최근 필자를 찾아온 한 고객은 거래처 한 곳과 다수의 계약서를 주고받았다가 과연 어디서부터 어디까지가 유효하며, 중복되는 내용과 상충되는 내용들 중 어떤 문서의 어느 부분이 법적 효력을 갖는지 알기 힘들게 되었다며 자문을 구했다. 이런 문제를 해결하려면 추가 법률 비용이 여러 단계로 발생할 수 있는데, 단순히 법률적인 해석 또는 계약서 자체를 다시 작성하는 등의 문제만이 아니다.

▶다음호에 계속됩니다.

**이지연 변호사**  
(Jeeny J. Lee, Esq.)  
JL Bridge Legal Consulting 대표변호사  
info@jlbridge.com  
www.jlbridge.com  
(949) 535-5275



■ 건강 칼럼

### 복부 비만과 남성 호르몬의 상호관계

젊었을 때는 하루 한두 끼만 걸러도 훌쩍해지던 허리나 옆구리가 아무리 운동을 하고 식사 조절을 해도 빠지지 않는다면 이것은 우리의 의지력 문제만이 아닙니다. 나이가 들에 따라 또는 신체의 변화에 따라 생긴 성호르몬의 불균형 때문이기도 합니다.

◆ 호르몬은 무엇일까요?

호르몬은 우리 몸의 한 부분에서 분비되어 혈액을 타고 표적기관으로 이동하는 일종의 화학물질로 우리 몸의 메신저 역할을 합니다. 표적기관에 도착한 호르몬은 세포 외부 혹은 내부에 위치하는 수용체와 결합하여 작용을 나타냅니다. 예를 들면, 남성 호르몬인 테스토스테론은 고환에서 분비되고 여성 호르몬인 에스트로겐과 프로게스테론은 난소에서 분비되어 남성 호르몬은 남성 생식기의 발달과 이차성징의 발현에 관여하고 여성 호르몬은 여성 생식기의 발달과 유방 발달과 같은 이차성징의 발현에 관여합니다.

이와 같이 호르몬은 신체의 성장과 발달, 대사 및 항상성을 유지하는데 중요한 역할을 담당하고 있는데 '호르몬이 불균형하다'라고 말하는 것은 호르몬이 과다하게 생성되거나 저하, 결핍됨으로써 몸의 여러 기관의 밸런스가 깨지고 여러 가지 부정적인 신체적, 감정적 증상을 갖게 되는 것을 말합니다.

남성도 여성과 마찬가지로 중년이 되면 뱃살이 눈에 띄게 증가합니다. 열량의 과다 섭취, 만성적인 운동 부족 등 복부 비만의 원인은 다양하지만 남성 호르몬의 감소를 빼놓을 수 없습니다. 남성 호르몬이 줄어들면 체내 지방이 복부에 주로 쌓이면서 복부 비만으로 이어집니다. 한국인 허리둘레 기준으로 남자 90cm(35.4인치) 이상이면 복부 비만에 해당합니다. 체내의 지방은 피하지방과 내장지방으로 나누는데, 특히 체내 장기를 둘러싸고 있는 체강 내에 축적되는 지방인 내장지방은 당뇨병, 고혈압, 고지혈증 등 만성질환을 유발합니다. 남성 갱년기가 중년 남성에게 위험한 이유는 건강까지 잃을 수 있는 위

협성 때문입니다. 또한 남성 호르몬인 테스토스테론이 감소하면 머리숱과 근육이 줄고 복부 비만, 골밀도 감소, 안면 홍조 등 여성 갱년기 증상이 남성에게도 나타나게 됩니다. 체내에서 남성 호르몬이 균형을 잃으면 복부뿐만 아니라 얼굴, 목, 어깨 주변에 과도한 지방의 축적될 수 있는 반면에 팔다리의 근육량은 감소해 목은 두텁고 등이 두터우며 배가 불거지는 몸매로 변하게 됩니다.

평상시에 이러한 증상을 겪는다면 나의 생활습관이 어떠한가 한번 뒤돌아볼 필요가 있습니다. 영양의 불균형, 수면 부족, 지나치게 높은 스트레스, 환경호르몬의 노출 등 모두 호르몬의 불균형에 영향을 줍니다. 그렇기 때문에 그 근본 원인을 알아서 잘 치료하는 것이 중요한데, 우선 우리가 우리 몸에 필요한 영양분을 골고루 잘 섭취하고, 숙면을 취하고, 스트레스를 잘 조절한다면 호르몬의 불균형은 어느 정도 조절될 것입니다.

그러나 아무리 해도 이러한 증상이 계속된다면 호르몬 치료를 하는 것이 필요합니다. 특히 갱년기부터 미리 잘 관리하지 않으면 100살까지 사는 요즘 세상에 노년기 내내 관절염, 골다공증, 비만, 요실금 등의 만성질환에 시달릴 수 있습니다.

AFH(Anti-Fragility Health)에서는 호르몬 검사를 통해 어떤 호르몬이 부족하고, 과다 생성되는지 원인을 밝히고, 개개인에게 맞는 호르몬을 처방해드립니다. 많은 사람들이 호르몬 치료 후 18세의 청년 에너지를 되찾았고 복부지방도 해소되었으며, 우울증약도 더 이상 필요로 하지 않고 잠도 잘 자게 되었다고 합니다. 여러분도 새로운 인생의 주인공이 될 수 있습니다. AFH(Anti-Fragility Health)가 도와드리겠습니다.

**Dr. Sung Hye Yi**  
President & COO  
Anti-Fragility Health  
www.anti-fragilityhealth.com  
TEL (714) 864-3730  
1020 S. Anaheim Blvd, #101  
Anaheim, CA 92805



## 엔틱 시골농장

일일관광 추천장소

- 단체손님 좋은 모임장소제공 및 특별 서비스제공
- 바베큐 시설 완비
- 교회 바자회 물품 특별상담
- 정성드려 농사지은 올계닉 무청 시레기, 상추 깻잎, 돛나물, 마늘 / 각종 장류, 청국장
- 정말 좋은 건강식품 부추뿌리 분양 (집에서 쉽게 키울수있음)

11528 Monte Vista Ave. Chino, CA 91710  
☎ 문의/예약 323 841 5687

· 왕초보 전문 ·

# 영어방황 끝!

소름끼치게 쉬운 지도방법으로 영어회화 끝장내드립니다!

미국에서 20년 영어지도하면서  
터득한 영어성공비법 무료공개!

\* 1,2 회 무료상담 및 지도 후 결정바람

- 대상**
- 해도해도 영어실력이 늘지 않는 분
  - 영어가 갈수록 더 안되는 분
  - 일상영어가 빨리 나오길 원하는 분
  - 기본원리를 깨달아 스스로 하고 싶은 분
  - 미국인 선생님과 대화 가능

☆ 각종 회화교재와 CD, DVD 완비 ☆

714.797.4028 1031 Rosecrans Ave. #211, Fullerton, CA 92833  
213.284.4725 15435 S. Western Ave., Gardena, CA 90249

