지니의 한국 사는 이야기
'나는야 1.5세 아줌마'

# 확찐자

확진자가 될까 두려워 모든 것을 멈추고 방콕하다가 어느새 확찐자가 되었다는 이야기들을 한다. 처음 "확찐자" 라는 우스갯소리를 들었을 때엔 대체 이런 시국에 뭐 저런 걸로 말장난을 하나 좀 불편했는데 모든 게 멈춘 지 반년이 다 되어가는 요즘엔 그냥 그런가 보다 싶다. 아마 이제는 생활 속 거리 두기, 마스크 착용, 손소독제 사용, 악수 대신 팔꿈치 인사, 개학 연기, 이동과 모임 자제 등이 놀랍지도 않을 만큼 코로나19에 익숙해져 버렸기 때문인 것 같다.

그리고 불행히도 나도 어느새 확찐자 대열에 들어서고 있는 것만 같다. 슬프게도 농담이 아니다. 바지 위로 살이 튀어나오고 손에 잡히는 피하지방들이 어째 어제보다 두툼해진 것 같고 내일이면 더 커질 것만 같다. 작년 여름에 큰 마음먹고 장만해서 입고 다녔던 하의들이 모조리 너무 꽉 껴서 입고 다니는 것 자체가 너무 곤욕이다. 살이 찌니 조금만 움직여도 숨이 가쁘고 몸이 무겁다. 예쁜 구석이라고는 눈꼽만큼도 없는 미운 살들을 여기저기 꼬집고 눌러본다. 이 정도면 차라리 지방흡입술을 하는 편이 빠를 것 같다. 언젠가 빠지기는 하는 걸까? 아니 나는 평생 살이란 걸 빼 본 적이 있었던가?

나는 평생 마른 몸을 가져본 적은 없지만 항상 일정한 체격에서 크게 벗어나 본 적도 없었다 (몸무게 앞자리가 바뀔 만큼의 큰 변동은 없었다는 의미임). 네 번의 임신과 출산 때도 몸무게가 크게 늘지 않는 산모였고 덕분에 출산 이후에 임신 전 몸무게로 돌아가는데 크게 애를 먹지 않았다. 그렇다보니 드라마틱한 다이어트에 성공해본 적도 없다.

친구들이 포도며 토마토, 달걀과 고구마 같은 원푸드 다이어트로 며칠 만에 몇 kg씩 감량할 때도 나는 그저 그 친구들의 확고한 의지와 독한 실천에 감탄했을 뿐이다. 한 달간의 유럽 배낭여행 때도 그렇게 하루 종일 걷고 또 걸었음에도 빵빵한 볼 살을 그대로 유지한 채 집으로 돌아왔다. 심지어 결혼을 앞두고도 나는 몸무게를 단 1kg도 감량하지 못했다. 웨딩드레스를 렌트했던 샵에서 첫 가봉을 할 때 보통 신부들은 대부분 식을 앞두고 살이 빠지니 결혼 직전에 다시 가봉을 하자고 했다. 그런데 나는 놀랍게도 식 직전까지 첫 가봉 당시의 사이즈를 그대로 유지하고 있었다.

지금도 사실 몸무게가 크게 달라지지는 않았다. 왜 나의 몸무게는 작년과 별 차이가 없는데 작년에 잘만 입고 다녔던 옷들이 모조리 작아진 것일까? 어느 날 갑자기 옷이 다 줄어든 건 아니겠지? 어디 몸에 이상이라도? 곰곰이 분석해보지만 답이 안 나온다. 운동 부족, 야식, 외식, 과식…… 이게 뭐 어제 오늘 일인가? 그런데도 허리춤 위로 삐져나오는 살이 두툼해진 것은 역시 나이 탓을 안 할래야 안 할 수가 없다. 기초대사량이 줄면서 전과 비슷하게 먹고 비슷하게 움직여도 지방은 늘어나고 근육은 줄어들고 있는 것이다. 단 1kg 살 빼기가 하늘의 별 따기인데 주말 며칠 거하게 먹고 나면 말도 안되게 순식간에 2-3kg씩 살이 쪄버리고 있다.

그래서 이제 무엇을 할 것인가? 다이어트? 운동? 간헐적 단식? 사실 모르겠다. 맛있는 음식을 먹는 것처럼 행복한 낙이 어디 또 있는지도 모르겠고, 요즘 같은 코로나19 시대에 어디서 어떤 운동을 해야 할지도 잘 모르겠다. 사실 날이 더워져 운동은커녕 집 안에서 조금만 왔다 갔다 해도 땀이 줄줄 흘러 만사 귀찮기도 하다. 그렇다면 결국 옷 사이즈를 업해야 하는 시점인 것인가? 나도 정말 모르겠다. 기약 없는 코로나19 종식처럼 내 살 들의 운명을 나도 도통 모르겠다. 그저 확진자만큼이나 확찐자도 반드시 피해 가고만 싶다.

여러분은 안녕하십니까? 작년에 입던 옷들도 문제 없나요?

* 한국에서 중학교 1학년을 마치고 미국으로 건너와 26년 동안 생활했던 필자는 2017년 8월부터 다시 한국에서 생활하고 있다. '나는야 1.5세 아줌마' 는 '재미교포1.5세 아줌마' 인 필자가 한국 생활을 하면서 전하는 생생하고 유쾌한 한국 이야기이다. 〈편집자 주〉


REDPOINT REALTY

꿈과 사랑이 싹트는 내 집 마련을 최선을 다해 도와드립니다.
귀하의 집을 30일안에 매매를 성사시키는 전문팀을 갖춘
Listing 에이전트 아이비를 찾아주세요

*독점*오렌지힐
$1,198,000
오렌카운티 시내 전체와 카타리나 섬이 보이는 숨막히는 전망을 가진 집 방5 화3 넓은대지 10000sqft 단지내 최고의 자리에 위치한 집전체 업그레이드 되어있는 집 보시면 한눈에 반하실 turn key 매물입니다

*독점*어바인
$819,800
타운홈 많은 분들이 선호하시는 노스팍스퀘어 모델 하우스 같은 타운홈 방3 화3 렌탈 투자용으로 너무 좋은 수영장 뷰가 있는 백맨하이스쿨 도보거리 low-HOA, No-Mello Roos

플러튼
$625,000
넓은 대지 11750 sqft 방2 화1 1200sqft High cathedral ceiling 포텐셜! 포텐셜! 서니힐스 고등학교 풀러튼 다운타운 가까운 거리 유클리드, 멜번, 베스탄처리 지금 전화 주세요 마켓에 오래 있지 않을 매물

부에나팍
$548,000
타운홈 방3 화3 1520 sqft HOA 240불 처음 집으로 또 투자용으로 렌트 너무 잘나가는 돈벌어 주는 매물입니다.

교통과 위치 좋은 부에나팍
새로 짓는 콘도 타운홈 분양 방2 화 2½ 1250 sqft $50만불 부터 방3 화3 1500sqft upper 50만불

처음 집을 사시나요?
$25,000~$75.000까지 보조를 받으실 수 있답니다 Los Angeles and Orange County First home buyers program *low income and median income

코로나로 인해 페이먼트가 힘드신가요? 은행과 협상을 도와드립니다. 모디피케이션 숏세일도 가능합니다

사무실 Lease
650sqft 부에나팍, 플러튼에서 8분거리 CPA, Accounting, Law office Notary Public, Finacial Office 용으로 저렴한 렌트비 밸리뷰 + 로즈크랜즈

레이크포레스트 2~4bed 새 타운홈/콘도를 소개합니다
지금! 분양합니다. 첫번째 Phase로 가장 좋은 가격에 구매 가능합니다.
No Melloroos!! 8월중순부터 입주시작! Tax: 1.10%, HOA: $225~$403
Ranch Cananda Elementary/Serrano Intermediate/El Toro High
2Car attached garage(일부 드라이브웨이 있음)

※ 새집 분양! 얼바인 및 레이크포레스드 여러지역 새집 매매 경험을 바탕으로 상담부터 투어, 입주하실때까지 자세히 도움 드리고 있습니다.
※ 첫 방문시 저와 함께 가셔야 더욱 많은 혜택을 드릴 수 있으며, 매입 거래시 어떠한 수수료도 지불하지 않습니다.

1) 3 story Attached Homes
* 2bed & 2.5bath 1,321sf. $564,990 * 3bed & 3.5bath 1,736sf. $649,990
2) 3 story Attached Homes(1층 게스트룸+full bath)
* 3bed & 3.5bath 1,670sf. $669,990 * 3bed & 3.5bath 1,812sf. $719,990
* 4bed & 3.5bath 2,001sf. $749,990
3) 2~3 story Attached Homes
* 4bed & 2.5bath 1,877sf. $819,990(2층) * 4bed & 3bath 2,010sf. $849,990(2층)
* 3bed & 3.5bath 2,171sf. $849,990(3층) * 4bed & 2.5bath 2,426sf. $899,990(3층)
4) 2 story Detached Homes
* 3bed & 2.5bath 1,919sf. $889,990 * 3bed & 2.5bath 2,273sf. $959,990
* 3bed & 3bath 2,894sf. $1,074,990

주택,상가,사업체 투자매물 전문
차별화된 전문가의 서비스가 꼭 필요합니다

Leah Ivy Chang
Realtor
DRE Lic: 02086695

전 미국대학입시 코디네이터
칼리지 카운셀러
Member of NAR, CAR, PWR
LeahchangRealty@gmail.com

714.904.1202 / 949.501.8555
Buena Park: 6561 Beach blvd Irvine: 8 Corporate Park #220