



▲ 화니타 쿡 트레일, 사진=타운뉴스

Juanita Cooke 트레일은 Fullerton시 한가운데 있다. 코스가 다양하기 때문에 그날의 컨디션에 따라 얼마든지 걷는 시간과 거리를 조절할 수 있다.

필자는 Morelia Ave.와 Bastanchury Rd.가 만나는 곳에서 시작해서 Berkeley Ave.와 Harbor Blvd. 코너에 있는 오렌지카운티 Superior Court(고등법원)까지 약 1.1마일, 왕복 2.2마일을 걸었다.

트레일을 시작하면서부터 도심 속에 이렇게 조용하고 아늑한 트레일이 있음에 감탄사가 절로 나온다. 시간이 있고 좀 더 걷기를 원한다면 법원에서 시작해서 Imperial Highway에 있는 Walmart parking lot까지 왕복 6마일을 걸을 수도 있다.

이렇게 걷는다면 호수도 구경할 수 있다. 법원에서 출발해서 중간에 Hiltcher Park Trail에서 돌아 나온다면 왕복 4마일을 즐길 수도 있다.

자전거를 타고 갈 수도 있으며 애완견과 함께 걸을 수도 있다. 만일 Bastanchury Rd.에서 출발한다면 Morelia Ave.에 스트리트 파킹을 해야 하고, 법원을 트레일 헤드로 한다면 커다란 파킹장이 있어 언제든지 주차가 용이하다.

■ 가는 길: LA에서 5번을 타고 오다가 Harbor Blvd에서 내려 북쪽으로 가다 Berkeley Ave에서 좌회전하면 넓은 주차장이 나온다.

Lic. #920169 Since 2007 Insured & Bonded

지붕에 관한 모든 것 블루 크루에 맡기세요

Blue Crew

무료 견적

- 신축, ADU, Addition 지붕공사
- 태양광 관련 문의 및 자문환영
- 가정집, 아파트, 커머셜, 지붕수리 및 재시공

www.coolroofservice.net
(213) 820 - 3789 LA
(562) 237 - 8900 OC

Buena Park Nursing Center ★★★★★

부에나 팍 양로병원

- ▶ Skilled Nursing
IV 투여, 당뇨 및 투석관리, 스페셜 통증관리, 튜브영양법, Wound Care, TPN 등
- ▶ Subacute Unit
Respiratory Therapy, Tracheostomy Care Ventilator 등

서비스	재활치료
한국음식 또는 미국음식 한국인 스테프 / 한국인 소셜워커 한국책, 신문 / 24시간 한국방송 다양한 한인교회 봉사활동	물리치료 (PT) 작업치료 (OT) 언어치료 (ST)

메디케어, 개인, 메디칼, HMO, PPO 취급합니다

한국어: 562-240-3516 www.buenaparknc.com
 영어: 714-828-8222 Fax: 714-828-1467
 8520 Western Ave, Buena Park, CA 90620

이광혁 내과 : 일반내과 전문의

(JOHN K. LEE, M.D.) 노인과 : 메디케어 전문의

건강 검진 스페셜 \$199

1. 내과 전문의 상담, 진찰 및 치료 (1회)
2. 종합혈액검사: 혈당검사, 간기능 검사, 신장기능검사, 갑상선호르몬검사, 종합콜레스테롤검사, 중성지방검사, 전해질검사, 혈중단백질검사, 칼슘검사, 빈혈검사, 백혈구검사, 적혈구검사, 혈소판검사, 요산검사, 지방간검사, 당화혈색소(HbA1c)
3. 정밀소변검사: Color, Character, Specific Gravity, PH, Glucose, RBC, Protein Ketones, Blood, Urobilinogen, Nitrite, WBC, Bilirubin, Epithelial Cells, Bacteria, Casts, Crystals

이민국(USCIS) 신체검사 지정병원

진료시간 : 월 - 금: 8:30am ~ 5:00pm 토, 일: Closed

Tel: 714.879.8700
 400 N. Euclid St.
 Fullerton, CA 92832

각종보험(PPO), 메디케어 플랜 받습니다.

John K. Lee, M.D.
 미국 내과 보드 전문의
 미국 노인과 보드 전문의
 Diplomate, American Board of Internal Medicine
 CAQ in Geriatric Medicine
 Member, American College of Physicians
 Member, American Geriatrics Society
 Member, American Medical Association