

우리 동네 걷기 좋은 곳
Yorba Regional Park - Anaheim

빗방울이 떨어지고 있었다. 일기예보를 보니 오후에는 비가 오지 않는다고 했다. 떨어지는 빗방울을 무시하고 공원으로 향했다. 동서로 길게 자리 잡은 140에이커에 달하는 큰 공원이다. 공원의 남쪽에는 산타아나 강이 동서로 길게 뻗어 있다. 강 건너는 91번 프리웨이가 이어지고 있다.



▲ 요바 레저널 파크, 사진=타운뉴스

어느새 비는 멈췄다. 서쪽 끝 주차장에 차를 세우고 바로 걷기 시작했다. 소나무들이 뻗어 있다. 가끔 떡갈나무들이 보인다. 공원 한 가운데 호수가 자리 잡고 있다. 20분쯤 지나서부터 소나무 숲이 끝나고 포플러 나무들이 주를 이룬다. 시멘트 길로 이어지던 길도 아스팔트 포장으로 바뀐다. 그 옆에는 흙을 밟으며 걸을 수 있는 돌레길이 펼쳐져 있고, 그 다음에는 아스팔트로 포장된 자전거 도로가 있다. 걷는 사람과 자전거 타는 사람들이 같은 길을 이용할 때 벌어질 수 있는 해프닝을 고려한 세심한 배려가 느껴진다. 20여분 걷다보면 소나무 숲이 끝나고 왼쪽에 오리 모양의 보트들이 보이며 커다란 호수가 한 눈에 들어온다. 코로나 19로 보트를 빌려 탈 수 없어 안타깝다. 바비큐 시설이 잘 되어 있으며 공원 중간 중간에 각종 운동시설이 설치되어 있어 돈 안들이고 즐길 수 있다. 이곳의 다람쥐들은 사람을 무서워하지 않는다. 절대로 가까이 다가가지 않는 것이 좋다. 무서운 기세로 사람을 향해 달려오기 때문이다.

걷기 좋은 공원으로 추천할 만 하지만 한 가지 아쉬운 점을 꼽는다면 '걷는 내내 91번 프리웨이를 달리는 자동차들의 소음'이 그치지 않고 들린다는 점이다. 소음에 예민한 사람들은 이어폰을 꽂고 음악을 들으며 걷기를 추천한다.

- Open Hours
Spring - Summer : 7 a.m to 9 p.m.
Fall - Winter : 7 a.m. to 6 p.m.
- Office Hours
Mon. 8 a.m.-3 p.m./ Tues.- Fri. 8 a.m to 4:30 p.m.
- Yorba Regional Park
7600 E. La Palma Ave. Anaheim, CA 92807
(714)973-6615 or (714)973-6838
<https://www.ocparks.com/parks/yorba>

TOGO PRINT

디자인 | 명함 | 각종인쇄 | 판촉물

657-706-5816

TOGOPRINT

현지 보다 저렴하게! 신속하게!
고품질로 각종 인쇄 부터 디자인까지

4950 Barranca Pkwy Suite 102, Irvine, CA 92604

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 스텝 / 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**

이민국(USCIS) 신체검사 지정병원

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

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