

Good Morning Good Bedding

Health & Lifestyle Magazine

vol.110
August 2015

이브자리, 청송 슬로시티에 '꿀잠' 체험존 열어 p.30

2015 슬립앤슬립 베개 뉴 라인업 p.14

기분 좋은 만남 - 이브자리 코디센 부평4동점 배완동 점장 p.18

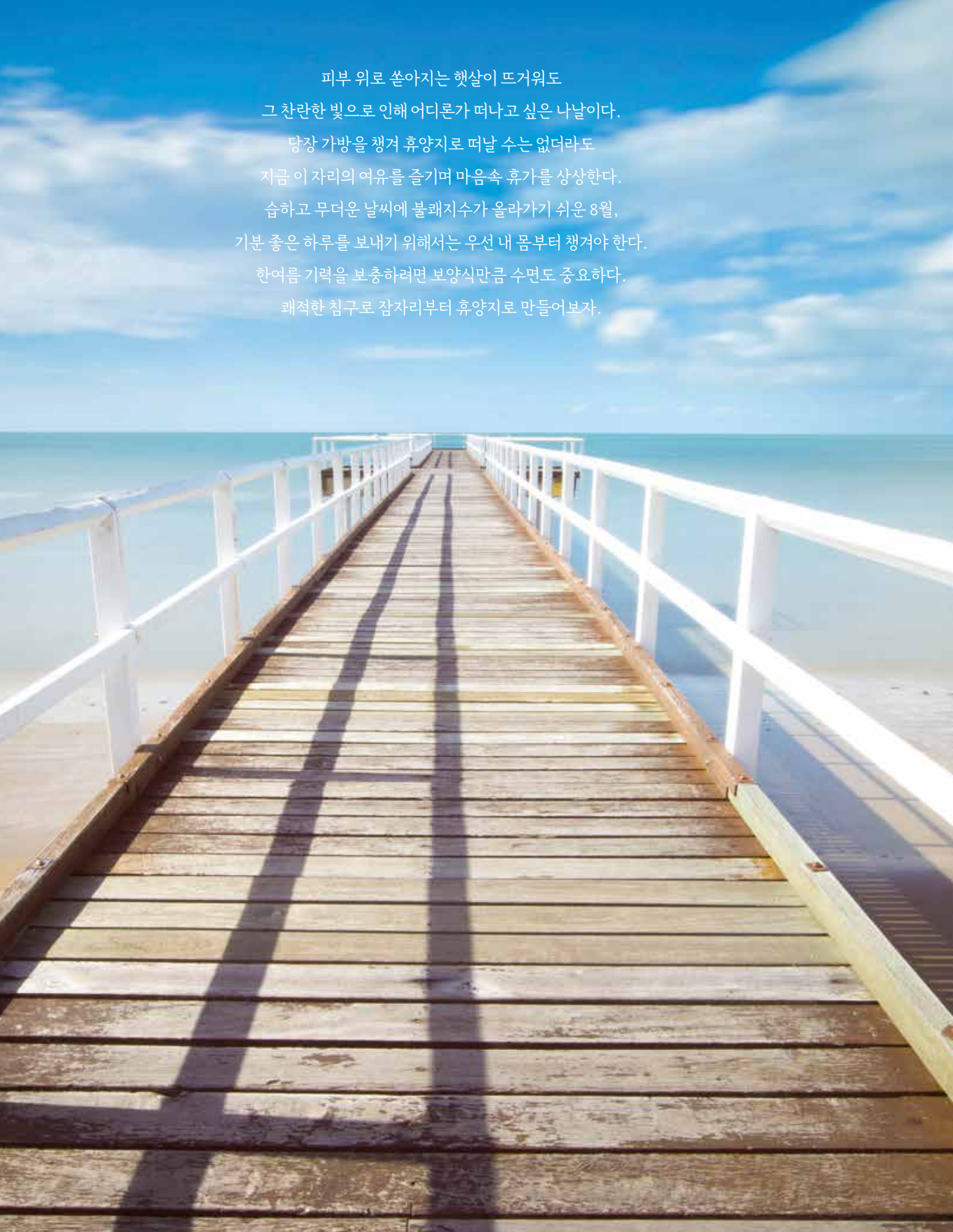
칭찬합니다 - 슬립앤슬립 교육팀 홍소희 주임 p.22

출내기 피트니스 p.34

포인
매트리스커버세트Q
매트리스커버Q + 누비이불커버Q + 베개커버L 2장

₩ 350,000

 이브자리
GOOD BEDDING



피부 위로 쏟아지는 햇살이 뜨거워도
 그 찬란한 빛으로 인해 어디론가 떠나고 싶은 나날이다.
 당장 가방을 챙겨 휴양지로 떠날 수는 없더라도
 지금 이 자리의 여유를 즐기며 마음속 휴가를 상상한다.
 습하고 무더운 날씨에 불쾌지수가 올라가기 쉬운 8월,
 기분 좋은 하루를 보내기 위해서는 우선 내 몸부터 챙겨야 한다.
 한여름 기력을 보충하려면 보양식만큼 수면도 중요하다.
 쾌적한 침구로 잠자리부터 휴양지로 만들어보자.



미니벨

내추럴한 감성의 은은한 플로럴 베딩.
 너도밤나무에서 추출한 원료를
 무공해 공법으로 제조한 친환경소재인
 모달 소재로 최상의 부드러움을 선사하며
 저자극으로 수면 시 피부를 보호해
 줍니다. 항균·소취는 기본, 집먼지 진드기
 투과 방지를 넘어 접근부터 차단한 진정한
 알려지케어 상품입니다.

미니벨

매트리스커버세트Q
 매트리스커버Q + 누비이불커버Q + 베개커버L2장

₩ 365,000

Contents

Good Bedding Good Sleep

- 04 Good Bedding
이달의 추천 상품
- 12 인사이드
높이만큼 중요한 베개의 구조
- 14 슬립앤슬립
2015 슬립앤슬립 베개 뉴 라인업
- 16 소품의 재발견
수험생에게 유용한 소품
- 17 생활 속 마케팅
컬러 마케팅
- 18 기분 좋은 만남
이브자리 코디센 부평4동점
배완동 점장
- 22 칭찬합니다
슬립앤슬립 교육팀 홍소희 주임
- 24 New Open
신규&리뉴얼 대리점
- 26 Atrian
아뜨리앙 소식
- 28 On Air
드라마 속 이브자리
- 30 Issue
이브자리, 청송 슬로시티에
'꿀잠' 체험존 열어

Good Health Good Life

- 34 Healthy Life
졸넘기 피트니스
- 38 Dr. evezary
다양한 탈모치료방법
원인에 맞는 처방이 필요하다
- 40 Super Recipe
천연 인슐린 덩어리 여주 열매
- 42 Interior
집이 숲과 바다가 되는
자연소재 인테리어
- 46 예술과 통하다
G icon: Global international
contemp
- 48 캐면 테라피
잠들지 못하는 당신을 위한
한여름 밤의 숙면 요가

* 특별부록(뒤표지)
이달의 전략 상품과
POP를 뜯어내어 활용하세요!



Good Morning, Good Bedding

vol.110 August 2015

<Good Morning, Good Bedding>은 이브자리에서 매월 발행하는 아름다운 침실문화와 건강한 생활문화를 공유하는 매거진입니다.

발행일 2015년 7월 27일 발행 (통권 제110호 8월호) 발행인 고준홍
 발행처 (주)이브자리 서울특별시 동대문구 망우로 49-7(휘경동)
 담당자 마케팅본부 이정인(02-6490-3206)
 제작진행 마인드,마인드(02-308-0082) 기획 및 편집 정라희 디자인 김민정, 서미선
 뷰티 스타일링 하나 사진 최용(yong studio) 인쇄 한울그래픽스



여민
한실이불요세트
한실이불요세트 + 칩베개 + 방석커버
₩ 890,000

여민

전통적인 고상함과 현대적인 세련미가 느껴지는 고급 예단
천연염색을 한 듯한 고전적인 색감에 깔끔함과 포인트 자수를 더해
고상하면서도 세련된 감각을 느낄 수 있는 제품입니다. 전통적인 고상함과
현대적인 세련미가 느껴지는 고급스러운 느낌에 합리적인 가격으로 마련할
수 있는 실용적인 예단입니다.

친환경소재 인건에 고밀도 워싱가공처리로 건강한 예단
천연 목재 펄프에서 추출한 친환경소재 인건에 고밀도 워싱가공처리를
하여 더욱 위생적이고 건강하게 사용할 수 있습니다. 숨 누빔으로 보온성과
견고성까지 높은 사계절 내내 사용할 수 있는 실용적인 제품입니다.

항균·소취는 기본 진정한 알러지케어
천연성분으로 가공한 이브자리 친환경
알러지케어는 집먼지 진드기의 접근을
원천적으로 차단합니다. 투과 방지가 아닌
집먼지 진드기가 살지 못하게 하는 환경을 조성합니다.



- 소재 인건(워싱), (안지 : 면 60수 사탄)
- 색상 베이지
- 아이템 한실이불요세트, 칩베개, 방석커버, 베개커버 S



- 여민 한실이불요세트 890,000
- 01. 여민 한실이불 460,000 / 여민 한실요 430,000
- 02. 여민 베개커버 S 50,000
- 03. 여민 칩베개 60,000
- 04. 여민 방석커버 55,000
- 여민 양모이불요세트 1,090,000
- 여민 양모이불 525,000 여민 양모요 565,000



소선
한실이불요세트
한실이불요세트 + 칩베개 + 방석커버

₩ 860,000

소선

단아하면서도 중후한 멋이 느껴지는 세련된 예단
고급스러운 자카드 소재 특유의 광택감과 전통 느낌의 메탈 양단을 매치해
기존의 한실과는 차별화된 제품입니다. 단아하면서도 중후한 멋이 느껴지는
예단으로 젊고 세련된 시부모님께 추천합니다.

기존 한실과는 차별화된 현대적인 감각의 예단
몸판 가득 수놓은 기존 한실과는 차별된 디자인으로 현대적인 감각과
실용성이 돋보입니다. 안지는 부드러운 촉감이 돋보이는 면60수 사틴
소재를 사용해 보이지 않는 부분까지 세심하게 배려했습니다.

항균·소취는 기본 진정한 알러지케어
천연성분으로 가공한 이브자리 친환경
알러지케어는 집먼지 진드기의 접근을
원천적으로 차단합니다. 투과 방지가 아닌
집먼지 진드기가 살지 못하게 하는 환경을 조성합니다.



- 소재 폴리자카드(안지 : 면 60수 사틴)
- 색상 골드, 그레이
- 아이템 한실이불요세트, 칩베개, 방석커버, 베개커버 S



- 소선 한실이불요세트 860,000
- 01. 소선 한실이불 470,000 / 소선 한실요 390,000
- 02. 소선 베개커버 S 37,000
- 03. 소선 칩베개 50,000
- 04. 소선 방석커버 45,000
- 소선 양모이불요세트 1,060,000
- 소선 양모이불 535,000 소선 양모요 525,000



예슬
한실이불요세트
한실이불요세트 + 칩베개 + 방석커버

₩ 740,000

03

02

01

예슬

화사하면서도 감각적인 멋이 느껴지는 예단

이불 몸판의 화사하고 곱게 수놓인 자수와 4가지 원단이 조화를 이룬, 화려하면서도 감각적인 멋이 더해져 고급스러움을 느낄 수 있는 예단 제품입니다.

컬러감과 광택감이 우수한 양단과 부드러운 면 60수 사틴의 조화 앞지는 컬러감과 광택감이 우수한 양단소재를 사용하고, 뒷지는 부드러운 촉감이 돋보이는 면60수사틴 소재를 사용하여 보이지 않는 부분까지 세심하게 배려했습니다.

항균·소취는 기본 진정한 알러지케어

천연성분으로 가공한 이브자리 친환경 알러지케어는 집먼지 진드기의 접근을 원천적으로 차단합니다. 투과 방지가 아닌 집먼지 진드기가 살지 못하게 하는 환경을 조성합니다.



·소재 양단(안지 : 면 60수 사틴)

·색상 옐로우

·아이템 한실이불요세트, 칩베개, 방석커버, 베개커버 S



예슬 한실이불요세트 740,000

01. 예슬 한실이불 400,000 / 예슬 한실요 340,000

02. 예슬 베개커버 S 45,000

03. 예슬 방석커버 45,000

예슬 칩베개 50,000

예슬 양모이불요세트 940,000

예슬 양모이불 465,000 예슬 양모요 475,000

STAY FRESH

쾌적한 오늘 밤을 위하여



여름밤을 이기게 하는 믿음직한 삼총사

덥고 습한 여름철 평소 땀이 많아 쉽게 잠들지 못하는 고객에게 에어 쿠션 시리즈와 유닛베개를 추천합니다. 에어 쿠션 매트와 베개는 3D 망구조로 되어있어 망 사이로 공기가 원활하게 통해 수면 시 시원하면서 위생적으로 사용할 수 있습니다. 수면 시 뒤척임에도 편안한 큐브릿 유닛베개는 베개 뒤쪽에 방마다 지퍼가 달려 있어 수면 시 불편한 부분의 높이를 직접 조절 가능해 사용하기 편리합니다. 충전물은 통기성이 좋은 원형칩을 사용했습니다. 시원하면서 지지력까지 있는 유닛베개를, 여름철 맞춤 베개로 추천합니다.

01 에어쿠션 매트

(110×200cm) 110,000 / (150×210cm) 150,000

(170×220cm) 180,000

커버 : 폴리에스터 100%

충전물 : 3D 매쉬(폴리에스터+폴리에틸렌)

02 에어쿠션 베개

S (33×50×8.5cm) 55,000 / M (33×50×10cm) 55,000

커버 : 폴리에스터 100%

충전물 : 3D 매쉬(폴리에스터+폴리에틸렌)

3D 입체구조의 망처럼 짜여진 직물 사이에 완충사가 있는 구조의

3D 매쉬가 감싸고 있어 쿠션성과 지지력이 아주 좋은 상품.

03 큐브릿 유닛 베개

(30×50×5cm) 58,000

커버 : 앞면-모달테리 / 뒷면-면 100%(40수트월)

충전물 : 폴리에틸렌 100%

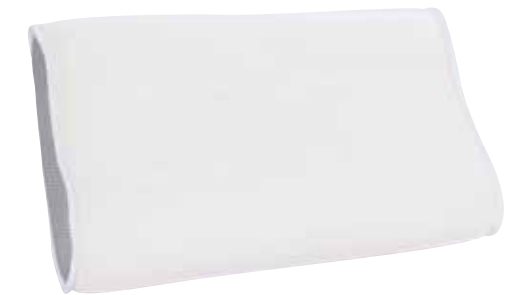
5개의 경추 지지형 유닛 구조로 목 근육을 부드럽게 받쳐주며,

개인 체형에 적합한 베개의 높이 선택 가능.

01



02



03



건강한 수면의 필수 조건, 베개 높이만큼 중요한 베개의 구조

오랜 시간 수면을 취했는데도, 다음날 어쩔지 몸이 빠근할 때가 있다.
수면 시간과 비교해 숙면을 취하지 못하는 것 같다면, 당장 지금 사용하는 베개부터 점검하자.
베개는 건강한 수면의 필수 조건. 가장 좋은 베개는 내 몸에 맞는 베개다.
최적의 베개를 선택하려면 구조부터 파악해야 한다.



베개가 필요한 몸

흔히 잠을 잘 자는 사람들은 '베개 없이도 잘 잔다.' 혹은 '베개에 민감하지 않다.'라고 말하지만 진실은 다르다. 베개 없이 잠을 잤던 날을 다시 떠올려보자. 그냥 베개 없이 자는 것이 아니라 무의식 중에 옷가지를 둘둘 말아서 머리나 목 밑에 넣어 받치거나, 팔을 구부려 머리와 목 밑을 받쳤던 기억이 날 것이다. 우리의 몸이 누웠을 때 머리와 목 아래에서 받쳐주는 무언가를 필요로 한다는 증거이다. 한마디로 베개는 '우리의 필요에 의해 사용되는 것'이다.

베개의 역할

일반적으로 사람들의 머리는 5kg에서 8kg 정도의 무게를 지닌다. 우리가 평소 생활하는 동안 머리 무게를 감당하는 것은 바로 목이다. 그렇기 때문에 목뼈는 머리 무게를 효율적으로 감당하기 위해서 C자형 굴곡을 띄고 있다. 이 굴곡 때문에 목에 걸리는 힘을 분산시켜 목의 부담이 적어지는 것이다. 이와 같은 굴곡은 우리가 잠을 자는 동안에도 유지되어야 하며, 그러기 위해서는 바닥(매트리스)에 누웠을 때 머리와 바닥, 목과 바닥 사이에 생기는 빈 곳을 채워주는 무언가가 필요하게 된다. 이 빈 곳을 채워주는 역할을 하는 것이 바로 베개이다. 즉, 베개는 인체 중 머리, 목, 어깨까지를 지지하여 편안하고 바른 수면자세를 유지하는데 도움을 주는 역할을 한다.

빈 곳을 잘 채워주는 베개란?

누웠을 때 머리와 바닥, 목과 바닥 사이에 생기는 공간을 채워주기 위해서는 빈 곳 만큼의 높이를 가지고, 머리와 목, 어깨로 이어지는 굴곡처럼 생긴 모양의 베개가 필요하다. 이 중 베개의 모양과 구조는 매우 중요한 역할을 한다. 왜냐하면 두상, 목의 길이, 목의 C자형 굴곡의 정도, 어깨 넓이 등 인체 모양이 사람마다 다르기 때문이다. 거기에 사람들이 잠을 잘 때 취하는 자세도 다 다르기 때문에 베개의 모양 또한 매우 중요한 요소이다.

아직도 남들과 같은 모양의 베개를 베고 있나요?

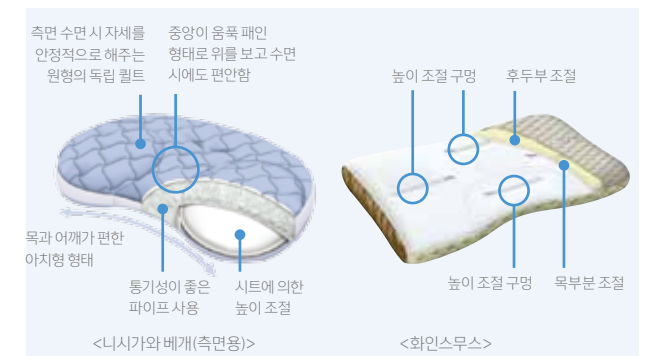
인체의 구조로만 본다면 반듯하게 누워 잘 때 우리 베개의 모습은 머리가 닿는 가운데 부분은 오목하고 목이 닿는 아랫부분은 볼록해야 한다. 이러한 구조를 반영한 베개가 바로 경추형 베개이다.



1. 어깨 라인까지 고려한다면 베개의 모양은 하단면이 유선형을 이루어야 한다.



2. 옆으로 많이 누워 잔다면 베개의 모양은 가운데 부분보다 양옆이 상대적으로 높고, 넓어야 한다.



3. 소재의 치우침으로 높이나 모양의 변형이 없도록 유닛화 되어 있는 것이 좋다. **인생**

베개 선택 TIP!

1. 베개 사용자가 잠잘 때 주로 자는 자세를 고려해야 한다. 반듯하게 누워 자는 것에 적합한 베개 모양을 고를지, 옆으로 누워 자는 것에 적합한 베개 모양을 고를지 결정한다.
2. 베개 사용자의 체형을 고려한다. 만약 반듯하게 누워 잔다면 뒤통수 모양과 목의 굴곡 정도를, 옆으로 잔다면 어깨 넓이와 머리 크기 등을 고려하여 베개의 모양을 선택한다.

2015 슬립앤슬립만의 베개 뉴 라인업 슬립앤슬립 베개는 무엇이 다를까?

수면컨설팅을 통해 최적화된 수면 솔루션을 제공해주는 맞춤형 수면 전문브랜드 슬립앤슬립에서 2015 베개 뉴 라인업을 전개합니다. '달라도 너~무 다른' 슬립앤슬립의 베개! 건강하고 쾌적한 수면을 가능하게 하는 최고의 베개를 소개합니다.



latex-organic

라텍스 오가닉라인



오가닉 - 경추형 라텍스 베개
바른 자세로 수면

커버 : 겔감-오가닉 면 100%(오가닉 40수 테리)
안감-면 100%(다이마루)
충전물 : 내추럴라텍스 100%(천연 93% 이상-45kg/m³)
(50×30cm) 2호 66,000 / 3호 69,000 / 4호 72,000

목의 C자 커브와 후두부가 둥근 것을 고려한 경추형 구조의 베개로 목을 효과적으로 지지해 줍니다. 목이나 어깨의 부담감을 덜어주어 쾌적한 수면을 돕습니다. 오가닉 코튼 커버를 사용해 촉감이 부드럽고 민감한 피부에도 자극 없이 안심하고 사용할 수 있습니다.



오가닉 - 웨이브형 라텍스 베개
옆으로 수면

커버 : 겔감-오가닉 면 100%(오가닉 40수 테리)
안감-폴리에틸렌 100%(타이벡)
충전물 : 내추럴라텍스 100%(천연 93% 이상-45kg/m³)
(50×30cm) 2호 / 3호 79,000

3차원 형태의 웨이브형 입체구조. 품의 중앙부는 후두부가 둥근 것을 고려한 오목한 구조로 머리를 부드럽게 감싸고 지지하는 느낌을 줍니다. 목 부분은 중앙부보다 조금 높으며 경부를 확실하게 지지하고, 양쪽 어깨 부분은 가장 높게 설정되어 옆으로 누웠을 때 받는 압박감을 최소화하는데 도움을 줍니다. 오가닉 코튼 커버를 사용해 촉감이 부드럽고 민감한 피부에도 자극 없이 안심하고 사용할 수 있습니다.

엄격한 기준으로 생산되어 믿을 수 있는 오가닉 코튼은 3년 이상 농약이나 화학비료를 사용하지 않는 밭에서 재배한 목화면입니다. 화학염료를 사용하지 않아 내추럴한 면 고유의 컬러감이 편안한 느낌을 줍니다. 부드럽고 피부에 자극이 적어 민감한 피부를 지닌 유아나 성인 모두 안심하고 사용할 수 있는 소재입니다.

memory foam-bamboo

메모리폼 뱀부라인

천연 대나무에서 추출해 만든 대나무 섬유를 사용한 친환경 소재 베개입니다. 대나무는 인공비료, 살충제 없이도 햇빛과 수분만으로 성장하는 생명력이 강한 식물입니다. 깊은 청량감과 뛰어난 자연 항균능력을 가진 깨끗한 천연소재가 쾌적한 수면을 도와줍니다.



뱀부 - 경추형 메모리폼 베개
바른 자세로 수면

커버 : 겔감1-레이온29% + 폴리에스터71%(뱀부삼중직)
겔감2-폴리에스터 100%(에어매쉬)
안감1 : 폴리에틸렌 100%(타이벡)
충전물 : 폴리우레탄 100%(메모리폼 : 슬라브공법-60kg/m³)
(70×50cm) 1호 94,000 / 2호 99,000 / 3호 104,000 / 4호 109,000
(50×30cm) 1호 59,000 / 2호 64,000 / 3호 69,000 / 4호 74,000

목의 C자 커브와 후두부가 둥근 것을 고려한 경추형 구조의 베개로 목을 효과적으로 지지해 줍니다. 목이나 어깨의 부담감을 덜어주어 쾌적한 수면을 돕습니다. 천연 대나무 소재 커버를 사용해 쾌적한 수면 환경을 제공합니다.



뱀부 - 라운드형 메모리폼 베개
뒤척임이 잦은 수면

커버 : 겔감1-레이온29% + 폴리에스터71%(뱀부삼중직)
겔감2-폴리에스터 100%(에어매쉬)
안감1-면 100%(다이마루)
충전물 : 폴리우레탄 100%(메모리폼 : 몰드공법)
(65×35cm) 1호 76,000 / 2호 79,000 / 3호 82,000

3차원 형태의 라운드형 입체구조. 품의 중앙부는 후두부가 둥근 것을 고려해 오목한 구조로 머리를 부드럽게 감싸 지지하고 목 부분은 중앙부보다 조금 높으며 경부를 확실하게 지지합니다. 유선형의 와이드한 폭은 잦은 뒤척임으로 양옆으로 움직여도 머리가 바닥에 닿지 않도록 안정감을 줍니다. 천연 대나무 소재 커버를 사용해 쾌적한 수면 환경을 제공합니다.



뱀부 - 웨이브형 메모리폼 베개
옆으로 수면

커버 : 겔감1-레이온29% + 폴리에스터71%(뱀부삼중직)
겔감2-폴리에스터 100%(에어매쉬)
안감1 : 폴리에틸렌 100%(타이벡)
충전물 : 폴리우레탄 100%(메모리폼 : 몰드공법)
(50×30cm) 2호 / 3호 69,000

3차원 형태의 웨이브형 입체구조. 품의 중앙부는 후두부가 둥근 것을 고려한 오목한 구조로 머리를 부드럽게 감싸고 지지하는 느낌을 줍니다. 목 부분은 중앙부보다 조금 높으며 경부를 확실하게 지지하고, 양쪽 어깨 부분은 가장 높게 설정되어 옆으로 누웠을 때 받는 압박감을 최소화하는데 도움을 줍니다. 천연 대나무 소재 커버를 사용해 쾌적한 수면 환경을 제공합니다.



뱀부 - 버터플라이형 메모리폼 베개
자녀의 성장기 수면

커버 : 겔감1-레이온29% + 폴리에스터71%(뱀부삼중직)
겔감2-폴리에스터 100%(에어매쉬)
안감1 : 면 100%(다이마루)
충전물 : 폴리우레탄 100%(메모리폼 : 몰드공법)
(48×32cm) 45,000

나비모양의 인체공학적인 3차원 형태의 입체구조. 후두부가 둥근 것을 고려해 품의 중앙부를 오목한 구조로 만들었습니다. 머리를 부드럽게 감싸 지지하는 유선형 형태로 베개에 누웠을 때 빈틈없이 어깨와 베개 사이를 채워 수면 시 안정감을 줍니다. 낮은 쪽과 높은 쪽의 사용이 가능하므로 자녀의 나이에 따라 선택하여 사용하면 됩니다. 천연 대나무 소재 커버를 사용해 쾌적한 수면 환경을 제공합니다.

수능 D-100 스누지가 수험생의 꿀잠을 도와드립니다!

8월. 수험생에게 유용한 소품

수능시험이 100여일 앞으로 다가오면서 수험생들의 컨디션 관리가 더욱 중요해지면서 밤잠을 아껴가며 공부하는 수험생들을 위해 '수면의 질'을 높이는데 학부모들의 관심 또한 커지고 있습니다. 아직 무더위가 한창인 8월, 스누지가 더위에 지친 수험생의 피로를 풀어주고 숙면을 도와드립니다!

snoozy bear 스누지 베어



- | | | | |
|---|---|--|---|
| 1. 숙면쿠션
(83×20×15cm)
35,000
브라운 / 핑크 | 2. 목베개
(지름 36cm)
23,000
브라운 / 핑크 | 3. 메모리폼 목쿠션
(지름 36cm)
23,000
브라운 / 핑크 | 4. 메모리폼 방석
(지름 40cm)
23,000
브라운 / 핑크 |
|---|---|--|---|

snoozy frog 스누지 프로그



- | | | | |
|--|--|---|--|
| 1. 숙면쿠션
(83×20×15cm)
35,000
블루 / 그린 | 2. 목베개
(지름 36cm)
23,000
블루 / 그린 | 3. 메모리폼 목쿠션
(지름 36cm)
23,000
블루 / 그린 | 4. 메모리폼 방석
(지름 40cm)
23,000
블루 / 그린 |
|--|--|---|--|

snoozy cat 스누지 캣



- | | | | |
|--|---|--|---|
| 1. 숙면쿠션
(83×20×15cm)
35,000
블랙 / 아이보리 | 2. 목베개
(지름 36cm)
23,000
그레이 / 블랙 | 3. 메모리폼 목쿠션
(지름 36cm)
23,000
그레이 / 블랙 | 4. 메모리폼 방석
(지름 40cm)
23,000
그레이 / 블랙 |
|--|---|--|---|


나만의 취향, 이제는 컬러로 말해요

누구나 좋아하는 색깔이 있다. 기쁨은 별로 필요하지 않은 물건인데, 그 색상 때문에 제품이 사고 싶어질 때도 생긴다. 한 연구 결과에 따르면, 소비자들이 제품을 선택할 때 가장 큰 영향을 미치는 것이 '시각 효과'라고 한다. 색채심리학자인 파버 바렌은 "모든 색채는 그 색상마다 인간에게 각각 다른 느낌을 주는데, 실제로 상품 판매, 성격, 음식 맛까지 좌우한다"고 주장했다.

컬러=브랜드?

컬러 마케팅은 색상을 활용해 소비자의 구매 욕구를 높이는 판매 전략이다. 각 기업의 제조기술이 평준화되면서 품질이나 가격만으로 승부를 걸기 어려운 지금, 디자인의 한 부분인 '컬러'가 더욱 주목받고 있다. 감성을 자극하는 컬러가 구매를 일으키는 중요한 요소가 된다는 것이다. 컬러 마케팅은 1920년 미국 파커(Parker)에서 출시한 빨간색 만년필이 시초다. 당시 여성용 만년필은 남성용과 마찬가지로 검정색과 갈색이 전부였다. 하지만 파커에서 과감하게 빨간색 만년필을 출시했고, 그 결과 큰 성공을 기록했다. 여성들의 구매력이 높아지면서, 컬러 마케팅은 더욱 중요해지고 있다. 여성들은 아무리 기능이 뛰어나도 디자인이 예쁘지 않으면 구매 결정을 쉽게 내리지 않는다. 그 가운데 컬러는 매우 중요한 선택 요인이다. 과거 가전제품은 흰색이나 빨간색이 전부였다. 하지만 이제는 금색이나 은색은 물론, 주방에서 기피되었던 검은색 밥솥이나 냉장고도 출시되고 있다. 자동차 역시 마찬가지다. 선택지가 별로 없던 자동차도 사용자의 취향에 따라 다양하게 고르는 시대가 되고 있다.

컬러로 드러내는 나만의 개성

독특한 디자인으로 대중들의 호감을 샀던 폴크스바겐 뉴비틀의 예를 살펴보자. 뉴비틀은 1960년대 인기를 끌었던 비틀의 이미지를 빌려 파스텔톤부터 메탈릭 톤까지 다양한 색채를 사용했다. 국내에서도 변화는 일어나고 있다. 중고차 시장에서 더 좋은 값에 되팔기 위해 무난한 색깔만 선택하던 분위기가 바뀌고 있는 것이다. 실제로 기아자동차에서 출시한 박스카 레이도 다채로운 컬러를 선택할 수 있게 하며 국내 자동차 시장에 컬러 마케팅 붐을 일으켰다. 이처럼 과거와는 다른 컬러 방정식이 소비자들의 마음을 사로잡고 있다. 인기가 높은 제품의 경우, 새로운 컬러가 출시되는 것만으로도 화제가 된다. 애플에서 아이폰 화이트를 출시했을 때, 기능의 변화 없이 다른 색깔로만 출시되었을 뿐인데도 소비자들은 열광했다. 이유는 하나다. 그 컬러가 자신의 개성을 더욱 잘 표현할 수 있다고 생각했기 때문이다. 특정 컬러를 제품에 적용하면, 소비자들은 그 제품의 이미지를 컬러로 기억한다. 컬러는 기업의 이미지를 상징하기도 한다. 상큼한 연두색을 보면 자연스럽게 '이브자리'가 떠오른다. 실제로 소비자들은 '삼성' 하면 파란색을, 'LG' 하면 빨간색을 연상한다. 컬러가 단순히 순간적으로 시선을 끄는 용도만은 아닌 셈이다. 

상큼한 연두색을 보면 자연스럽게
'이브자리'가 떠오른다.
컬러가 단순히 순간적으로
시선을 끄는 용도만은 아닌 셈이다.



이브자리로 열어가는 수면 문화 창조의 꿈

이브자리 코디센 부평4동점 배안동 점장

인천지하철 1호선 부평시장역을 나와 대로를 건너 초록빛깔로 반짝이는 '이브자리' 간판이 눈에 띈다. 덕분에 매장을 찾아가는 발걸음이 빨라진다. 금세 도착한 이브자리 코디센 부평4동점. 이곳은 이브자리 경력만 25년 차인 배안동 점장이 운영하는 매장이다. 청춘 전부를 이브자리 곳곳을 뛰어다니며 경력을 쌓아온 그의 노하우가 집약된 현장이 궁금하다.

안녕하세요. 매장이 매우 크고 넓어 보입니다. 이른 시간인데도 매장을 찾은 손님도 꽤 많아 보이고요. 배안동 점장님은 이브자리에서 오랜 기간 근무했다고 들었어요. 이브자리 코디센 부평4동점은 언제 오픈했나요?

저에게 이브자리는 첫 직장이자, 마지막 직장입니다. 1991년 1월 2일에 이브자리에 입사했으니, 벌써 이브자리와 인연을 맺은 지도 25년째입니다. 많은 이브자리인이 그렇듯, 저 역시 직장생활을 하며 '언젠가는 내 매장을 하고 싶다'는 생각이 컸습니다. 특히 대형 매장을 꼭 하고 싶었어요. 그러다 기회가 닿아 지난해 4월 25일에 이곳에 매장을 열게 되었습니다. 때마침 슬립앤슬립 론칭과 시기가 맞아 '슬립앤슬립 1호 대리점'의 영광을 얻을 수 있었습니다.

매장이 자리한 상권은 어떠한가요? 많은 지역 중 부평동에 동지를 튼 이유가 궁금합니다. 부평은 인천 안에서도 중심지로 통하는 곳입니다. 인근에 사는 고객도 있지만, 주변을 오가는 고객도 많아요. 지역 상권으로서도 훌륭하지만, 좀 더 큰 그림을 보고 입지를 정했습니다. 근처에 금융가가 형성되어 있어 유동인구도 많은 편이고요.

이브자리 안에서 다채로운 경험을 쌓았기에, 브랜드와 상품에 대한 이해도도 높으셨을 텐데요. 무엇보다 100% 이브자리 제품으로만 승부를



최고의 마케팅은 방문한 고객에게 잘해드리는 겁니다

결쫘다는 것이 우리 매장의 대원칙입니다. 매장을 운영해보니 ‘이브자리 마니아’가 많아요. 어떤 분들에게 이브자리는 ‘꿈의 이불’이기도 하더라고요. 조금 전에 오신 고객도 혼수를 예약하러 오셨는데요. 그 바탕에는 이브자리 브랜드에 대한 신뢰가 깔려 있습니다. 앞으로 주력해야 할 부분은 마케팅과 홍보입니다.


매장을 둘러 보니 규모도 크지만, 구성도 탄탄하다는 느낌이 듭니다.

우선 우리 매장이 입점한 외벽에 대형 광고판을 설치했고, 길가에서도 매장 위치를 바로 확인할 수 있게 선간판을 비롯한 간판 위치를 조절했습니다. 매주 금요일에는 홍보 현수막을 정기적으로 설치하고 있습니다. 다른 매장과 다른 우리 매장만의 디스플레이 전략이 있어요. 바로 소품 판매대입니다. 젊은 고객의 반응이 뜨거워요. 매장 전면에 인형 소품을 전시해 둔 것도 시선을 끄는 효과가 있습니다. 밖에서 인형 소품을 본 고객들이 자연스럽게 매장에 방문해 어린이용 바디 베개를 구경하거든요.

고객 관리는 어떻게 하시나요? 신규 고객 유입을 위한 이곳 매장만의 노하우가 있다면 소개해 주세요.

지난 1년 동안 고객 동의를 받고 1000여 명의 데이터를 확보했습니다. 재구매 고객은 1년에도 10회 이상 매장에 방문하기도 합니다. 최고의 마케팅은 방문한 고객에게 잘해드리는 거예요. 베개 커버 한 장을 사가는 고객에게도 작은 선물 하나씩은 챙겨 드려요. 그리고 식사는 주변 식당에서 해결해요. 처음에는 매장에 주방도 있고 해서 직접 해먹기도 했는데, 식당에 가서 관계를 쌓는 것도 영업이더라고요. 인근에 한복 매장이나 창호 대리점 사장님들하고도 돈독하게 지내면서 혼수 고객들이 찾아오면 서로 소개해주기도 합니다. 같은 건물에 ‘무료결혼추진위원회’가 들어와서 같이 협업도 합니다. 관련 종사자들과의 네트워크로 같이 성장하는 거죠.

지난 1년, 전력을 다해 달려오셨습니다. 하지만 이제 시작이라는 생각도 드는데요. 앞으로 이루고 싶은 꿈이 있다면 들려주세요.

회사에 다닐 때는 매장 세 개를 운영하는 게 꿈이었는데, 지금은 1000㎡(약 300평) 규모의 대형 매장을 하는 것으로 목표를 바꾸었어요. 앞으로는 가구나 그릇 등 다른 브랜드와 협업해 혼수 단지를 구축하고 싶습니다. 

이브자리 코디센 부평4동점의 BEST 3

소프트리 양모 이불솜
“혼수 고객들에게 가장 인기가 좋습니다. 가격 대비 성능이 뛰어나 판매 후 고객들의 후기도 아주 좋고요. 제가 직접 사용하고 있는 제품이기도 합니다.”



스카이 바이오 베개속
“항균성도 뛰어나고 유럽과 미국의 환경 인증마크를 획득한 친환경 소재로 만든 상품입니다. 밀착감이 좋아 사용하기 좋아요.”



오딘
“올해 봄/여름 시즌에 반응이 뜨거웠던 상품입니다. 우리 매장 주요 고객이 30~40대다 보니 모던한 스타일에 대한 선호도가 높습니다.”



탄탄한 현장 경험으로 새 출발을 계획하다

슬립앤슬립 교육팀 홍소희 주임

좋은 브랜드는 좋은 사람을 만나 널리 알려진다.
'슬립앤슬립 압구정 직영 1호점' 오픈에 동참한
홍소희 주임이 교육 컨설턴트로 새 출발을 시작하며
'더 좋은 교육'을 다짐하는 것도 그 때문이다.
직영 1호점 오픈을 앞두고 열심히 달렸던 홍소희
주임은 지난 6월, 우수사원으로 선정되었다.



안녕하세요. 지난 6월 우수사원으로 선정되신 것을 축하합니다. 소감이 어떠신가요?

우수사원 선정은 이번이 처음이에요. 아무래도 그동안의 노력을 인정해주신 것 같아 감사하기도 하고 감격스럽기도 합니다.

이브자리에는 언제 입사하셨나요?

날짜도 생생하게 기억해요. 2013년 3월 18일에 입사했습니다. 첫 업무가 이브자리 인천간석점 오픈 지원이었어요. 신입 때 매장 오픈을 경험한 것이 현재의 저에게 큰 자산이 되었습니다.

지난 몇 달 동안 슬립앤슬립 직영 1호점 오픈에 참여하셨다고 들었어요. 매장 오픈을 준비하는 것이 쉬운 일은 아니었을 텐데요.

회사에서 오랫동안 직영점 오픈을 계획해왔습니다. 슬립앤슬립 압구정 직영1호점은 지난 6월 11일에 오픈했습니다. 슬립앤슬립 브랜드에서는 상징적인 의미가 있는 곳이에요. 서울에서는 로드숍 1호점이거든요. 지금까지는 슬립앤슬립이 대부분 스텝인숍(Shop in shop) 형태로 대리점에 들어가 있었는데요. 압구정 1호점이 슬립앤슬립을 널리 알리는 거점으로 자리 잡기를 기대합니다.

곧 슬립앤슬립 교육 컨설턴트로 활약할 계획이라고 들었어요. 특별히 준비하고 있는 점이 있다면요? 슬립앤슬립은 맞춤형 수면 전문매장입니다. 고객들이 만족할 수 있는 최적의 수면 솔루션을 지원해야 하므로 매장 근무자들의 전문성이 무엇보다 중요해요. 대리점 사장님들과 매니저들이 자신 있게 고객들에게 제품을 권할 수 있도록 돕고 싶어요.

더 좋은 교육을 준비하기 위해 어떻게 노력하고 계신가요?

성공적으로 매장을 운영하려면 이론과 실무가 함께 탄탄해야 하는 것 같아요. 그래서 항상 배운 이론을 현장에 적용했을 때, 어떤 점이 나아지는지 분석해요. 이론과 실제의 차이점을 파악하면서 최고의 사례를

성공적으로
매장을 운영하려면
이론과 실무가 함께
탄탄해야 하는 것 같아요

발굴하려고 애쓰고 있습니다.


교육 컨설턴트로서 바라본 슬립앤슬립의 장점은 무엇인가요?

요즘 수면 문화에 대한 관심이 높아지면서, 시중에도 다양한 베개가 출시되고 있어요. 슬립앤슬립에도 100종 이상의 베개가 있고요. 어떤 베개가 가장 좋은가에 대해서는 정답이 없어요. 고객들의 수면 환경이나 체형, 체질에 따라 제일 잘 맞는 베개에도 차이가 있으니까요. 그런 차이를 맞출 수 있는 유일한 매장이 슬립앤슬립입니다. 정확한 컨설팅을 통해 고객 한 분, 한 분에게 맞는 수면 환경을 제안해드리는 거죠.

다양한 일을 하다 보면 기분전환이 필요한 때도 있습니다. 스트레스는 어떻게 푸나요?

개인적으로 야구 관람을 즐겨 해요. 야구장에서 좋아하는 팀을 큰 소리로 응원하면서 기분전환을 합니다. 기회가 되면 같이 일하는 팀원들과도 야구장에 가기도 해요. 아무래도 함께 같은 팀을 응원하다 보면 더 빨리 친해지거든요.

이브자리인으로서 앞으로 이루고 싶은 목표가 있다면 들려주세요.

슬립앤슬립 압구정 직영 1호점 오픈을 준비하면서 많은 것을 배웠어요. 그때 경험이 대리점 사장님들과 소통할 때 큰 도움이 될 것 같습니다. 개인적으로는 서비스와 상품 등 다양한 분야를 아우르는 교육 강사로 성장하고 싶어요. 

신규 대리점, 새단장 대리점을 소개합니다

NEW OPEN

이브자리 발산점

이브자리
신규

인근에서 가장 눈에 띄는 모습으로 오픈한 본 매장은 유동인구가 많아
큰 매출 성장이 기대되는 점포입니다.
서울시 강서구 내발산동 655-9



이브자리 CODISEN 유성장대점

이브자리
코디센
리뉴얼

큰 규모로 매장 환경이 시원한 본 매장이 기존 목재로 되어 있던 예전 환경에서 새롭게
바뀌었습니다. 인테리어 또한 완전히 탈바꿈하여 큰 매출 성장이 기대되는 매장입니다.
대전광역시 유성구 장대동 275-15





2015 F/W New Collection

헤이마의 2015 F/W 신상품이 3가지의 다양한 테마로 출시되었다. 높은 품질의 소재를 사용한 Basic&White라인은 단정하고 베이직한 느낌을 전하며, Smart&Dandy 라인은 빈티지한 느낌을 살려 다양한 질감과 색상이 조화를 이룬 체크 패턴으로 완성되었다. 또한 Mild Ethnic 라인은 어덜트 싱글의 세련된 새로운 이미지의 침실을 제안하고 복잡한 패턴을 간결한 컬러로 재해석하여 선보였다. 2015 F/W 헤이마만의 감성이 담긴 신제품을 만나보자.



바토

매트리스커버 세트 / 차렵이불 세트

컬러 : 그레이
소재 : 모달 70% + 면 30%

면모달 원단으로 부드러운 감촉이 편안함을 주는 제품입니다. 마치 제작된 원단처럼 섬세하게 표현한 디자인이 돋보이며, 그레이와 골드 컬러의 조화가 캐주얼 하면서도 고급스러운 이미지를 주는 디자인입니다. 차렵이불 아이템도 있어 더욱 실용적인 침구세트로 구성할 수 있습니다. 천연원료를 사용한 알러지케어 가공을 하여 더욱 친환경적인 제품입니다.



몰리

매트리스커버 세트

컬러 : 네이비
소재 : 모달 70% + 면 30%

면모달 원단으로 부드러운 감촉이 편안함을 주는 제품입니다. 열매가 열린 나무를 작고 모던한 패턴으로 재해석하여, 정제된 네이비와 모노톤의 조화가 단정하면서 차분한 느낌을 살렸습니다. 지퍼가 하단 안쪽으로 숨겨져 있어 앞면과 뒷면 모두 사용 가능합니다. 천연원료를 사용한 알러지케어 가공을 더하여 실용적이고 친환경적인 제품입니다.



레브

매트리스커버 세트

컬러 : 네이비
소재 : 모달 50% + 면 22% + 아웃라스트 28%

면모달 원단으로 부드러운 감촉이 편안함을 주며 톤다운된 버건디 컬러를 활용해 더욱 모던하게 디자인했습니다. 북유럽 감성을 느낄 수 있는 제품입니다. 지퍼가 하단 안쪽으로 숨겨져 있어 앞면과 뒷면 모두 사용 가능합니다. K(킹) 사이즈 패드도 출시되어 더욱 실용적으로 사용할 수 있습니다. 소재 자체에 아웃라스트 기술을 적용해 쾌적한 수면을 취할 수 있습니다. 알러지케어 가공을 더하여 실용적이면서도 품질까지 높은 제품입니다.

한여름밤 시원한 재미를 선사하는 8월의 이브자리 On Air

무더위에 밤 잠 설치게 되는 8월이다. 보기만 해도 시원함이 느껴지는 이브자리 침구가 등장하는
드라마로 한밤 무더위를 날려보자.



<어셈블리>

매주 수, 목 오후 10시

무식해서 용감하고, 단순해서 정의로운 용접공 출신 국회의원 진상필이
진상남에서 카리스마 진심남으로 탈바꿈해가는 유쾌한 성장 드라마다.
국회의 이면과 '정치하는 사람들'의 에피소드들을 통해 한국 정치의 단면을
그려낼 것을 예고하고 있다. (출연 : 정재영, 송윤아, 옥택연 등)



클로젯



멜팅



리코타



<미세스캡> 상류사회 후속작

상류사회 후속작 - 매주 월, 화 오후 10시

경찰로는 백점이지만 엄마로선 뺑뺑인 형사 아줌마의 활약을 그린 드라마.
직업과 엄마 사이에서 끊임없이 고민하고 갈등하는 주인공이 워킹맘들의 무한
공감을 이끌어낼 것으로 기대되고 있다. (출연 : 김희애, 김민중, 이다희 등)



심플라인



멜팅



마가리트



<상류사회>

매주 월, 화 오후 10시

자신의 신분을 철저히 감추고 재벌 딸이 아니어도 자신을 사랑해줄 남자를
찾는 한 여자와 사랑은 지배층이 피지배층을 지배하기 위한 정서적
당근쯤이라고 여기는 남자의 이야기. (출연 : 유이, 성준, 박형식, 임지연 등)



노튼



올비아



바울



노블리아



<딱너같은 딸>

매주 월~금 오후 8시 55분

세 사돈시간을 통해서 오해와 갈등이 이해와 사랑으로 회복되고 마침내
상처를 감싸 안고 용서하는 과정을 담은 가족 드라마.
(출연 : 이수경, 강경준, 김혜옥, 김용우, 우희진 등)



오스틴



하버드레인



디바인



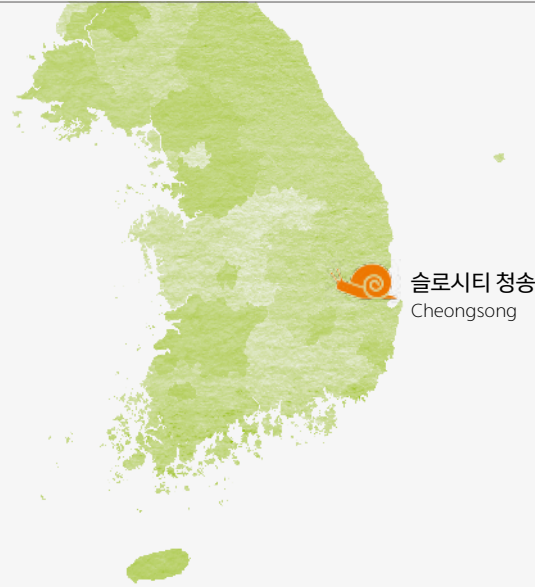
비체나

이브자리, 청송 슬로시티에 '꿀잠' 체험존 열어

송소고택·민예촌에 숙면 돕는 기능성 침구 지원 투숙객 체질 취향 따라 선택, 맞춤형 침구 체험

수준 높은 수면 문화를 만들어가고 있는 이브자리가 '꿀잠' 체험존을 열었다. 한국슬로시티운동본부와 함께 청송 슬로시티 내 고택에 기능성 침구 체험 공간을 마련한 것. 멋스러운 환경에서 최고의 침구 위에서 자는 하루. 진정한 꿀잠이 무엇인지 경험하고 싶다면, 청송으로 가보자.

사진 출처. 공공누리



'행복침구문화운동'의 일환으로 진행되는 '꿀잠' 체험존은 슬로시티 청송 지역을 방문한 투숙객이 본인의 수면 타입이나 체형에 따라 자신에게 맞는 기능성 침구를 선택적으로 체험해 볼 수 있다. 이브자리가 타파·이불·베개를 지원하며 이용 고객이 침구의 특징을 알 수 있도록 제품 설명이 함께 제공된다. 이를 위해 한국슬로시티본부는 '송소고택'과 '민예촌' 두 곳을 슬로시티 침구문화운동 지정업체로 선정했다. 중요민속문화재로 지정된 '송소고택'은 조선시대 대부호의 저택에 걸맞게 한실 분위기로 꾸민다. 이브자리 '더함'은 금빛 원단과 산호빛 띠 자수, 노리개가 어우러진 전통 이불로 135년 전통 고택의


에스러운 분위기에 잘 어울린다. 전통 한옥의 멋과 현대식 가옥 구조가 조화를 이룬 '민예촌'은 단순하면서도 감각적인 침실로 조성한다. 이브자리 '심플라인'은 현대적 감성의 디자인에 천연 소재의 질감을 구현해 전통과 현대적 감각이 조화를 이루는 인테리어에 제격이다. '송소고택'과 '민예촌'을 방문하는 투숙객은 다양한 소재의 이불·베개 속통을 선택해 고를 수 있다. 수면 중 체온 유지를 돕는 '아웃라스트', 땀과 습기를 흡수해 뽀송뽀송함을 유지시켜 주는 친환경 텐셀, 포근함을 주는 에어다운 등 투숙객의 체질과 취향에 따라 기능성 침구를 선택해 체험할 수 있다.



슬로시티는 지역 고유의 자연환경과 전통문화를 지키면서 느리게 살기 미학을 추구하는 도시를 뜻한다. 1999년 이탈리아에서 느린 마을 만들기 운동으로 시작됐으며, 현재 전 세계 30개국 약 200개 도시가 국제슬로시티에 가입돼있다. 청송 슬로시티는 느린 삶과 친환경 음식이 있는 산촌형 슬로시티로, 국내에서는 9번째로 인증 받았다.





이브자리는 “자연의 아름다움과 전통의 멋을 함께 즐길 수 있는 청송 슬로시티에서 이브자리가 고객을 위한 건강한 잠자리를 제공하게 돼 기쁘다”며 “이브자리는 앞으로도 더 많은 고객이 ‘꿀잠’을 청할 수 있도록, 다양한 체험 프로그램을 통해 건강한 수면 환경을 만드는 데 앞장 설 계획”이라고 전했다. 한편, 이브자리는 지난 해부터 슬로시티 협력 기업으로 활동하고 있으며 이날 오후 2시 청송군 한동수 군수, 한국슬로시티본부 손대현 이사장, 이브자리 서강호 대표 등이 참석한 가운데 ‘행복침구문화운동’ 현판식을 가질 예정이다. 

Good Health Good Life

Healthy Life

줄넘기 피트니스
잠자고 있는 운동 소도구를 활용하자

Dr. evezary

다양한 탈모치료방법
원인에 맞는 처방이 필요하다

Super Recipe

천연 인슐린 덩어리 여주 열매
당뇨병·시력회복에 탁월한 도깨비 방망이

Interior

집이 숲과 바다가 되는
자연소재 인테리어

예술과 통하다

G icon:
Global international contemp

쾌면 테라피

잠들지 못하는 당신을 위한
한여름 밤의 숙면 요가



줄넘기 피트니스 잠자고 있는 운동 소도구를 활용하자

집에서 잠자고 있는 줄넘기를 이용한 피트니스에 대한 알아보자.
줄넘기는 스트레칭, 근력운동 등 다양한 동작이 가능한 효율적인 도구다.
줄넘기를 이용한 스트레칭, 유산소·근력·밸런스 운동으로
전신운동 효과를 누려 보자. 모든 동작은 10~15회 반복한다.

글 <헬스조선> 권미현 기자

Stretch

줄넘기를 이용한 스트레칭

1. 스트레칭

- 1 다리는 어깨너비보다 넓게 벌려
오른발은 정면을 향하고 왼발은
바깥쪽을 향하게 선다. 양손은
머리 위로 올려 줄넘기를
팽팽하게 잡는다.
- 2 왼팔이 바닥과 수직이 되게
상체를 옆으로 숙인다.
- 3 2번 자세에서 손의 위치를 바꿔
오른팔이 왼발 옆 바닥을 짚도록
상체를 천천히 돌려 준다.
반대쪽도 실시한다.

Tip 상체를 숙일 때는 골반이
비틀어지지 않게 주의한다.



2. 스트레칭

- 1 양손으로 줄넘기를 잡고
다리를 최대한 넓게 벌려
앞은 후 왼쪽으로 천천히
내린다. 이때 등이 굽지 않게
주의한다.
- 2 호흡을 내쉬면서 위에 있는 팔을
천천히 뒤로 넘긴다. 가슴을 활짝
열어 주는 느낌으로 시선은
하늘을 본다. 반대쪽도 실시한다.

Tip 유연성을 길러 상체의 가동
범위를 확장해 준다.



Exercise of Muscle

줄넘기를 이용한 근력 운동

3. 근력 운동

- 1 반으로 접은 줄넘기를 오른발에 걸어 디디고 선다. 줄을 팽팽하게 잡아당기며 상체를 곧게 세우고 왼발은 바닥에 발끝을 세운다.
- 2 지탱하고 있는 다리를 따라 왼발 끝을 천천히 무릎까지 올린다. 이때 무릎은 바깥쪽을 향한다.
- 3 올렸던 발을 다시 바닥에 내린 후 발끝은 정면을 향한 채 다리를 바깥으로 들어 올린다. 반대쪽도 실시한다.

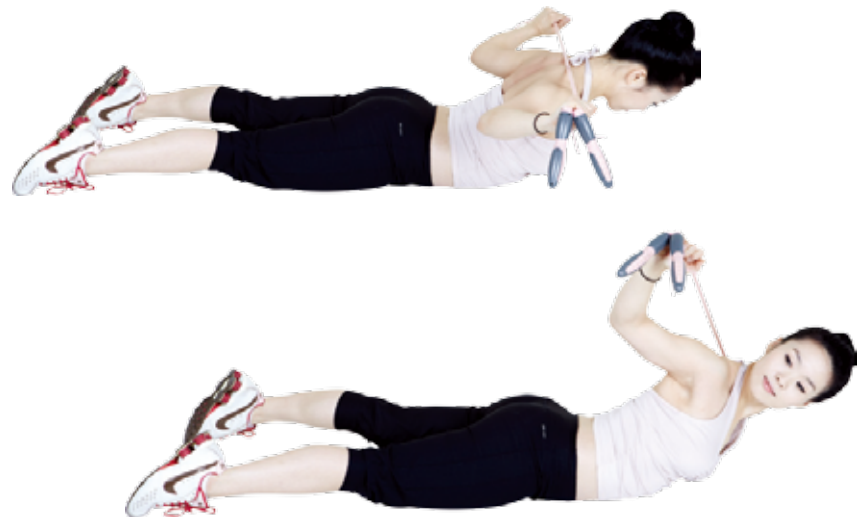
Tip 손쉽게 균형을 잡을 수 있으며 엉덩이 근살제거에 효과적이다.



4. 근력 운동

- 1 바닥에 엎드려 팔의 각도를 직각이 되게 하면서 등 뒤로 줄넘기를 잡는다. 턱을 몸쪽으로 당겨야 경추가 불편하지 않다.
- 2 호흡을 내쉬며 상체를 오른쪽으로 향해 열어 준다. 반대쪽도 실시한다.

Tip 이 운동을 반복하면 등 근살제거에 도움을 준다.



Balance

줄넘기를 이용한 밸런스 운동

5. 밸런스 운동

- 1 줄넘기를 잡고 바르게 서서 오른쪽 다리를 접어 왼쪽 다리 무릎 위에 놓는다. 양 팔은 정면으로 길게 뻗는다.
- 2 골반이 비틀어지지 않게 유의하며 의자에 앉듯이 엉덩이를 뒤로 뻗는다. 10~15초간 유지하며 다리를 바꿔 반대쪽도 실시한다.

Tip 이 운동을 반복하면 몸의 균형 감각을 길러준다.



전신다이어트에 좋은 줄넘기 운동 올바르게 하는 방법

전신다이어트 전천후 운동인 줄넘기는 10분 정도만 뛰어도 충분한 다이어트 효과를 얻을 수 있는 이상적인 생활체육이다. 체중에 따라 효과는 다르지만 30분 운동을 했을 때 대략 400~640kcal 정도가 소모된다. 주로 발바닥 앞부분으로 뛰는 특수한 상하 운동으로, 강도 높은 자극을 주기 때문에 발목, 종아리, 무릎, 허리 등 각 신체의 기능을 강화시켜 준다.

줄넘기의 기본자세

- 1 어깨의 힘을 빼고 시선은 정면을 응시합니다.
- 2 양 팔꿈치는 겨드랑이에 붙이고 손잡이의 위치는 허리의 위치에 둔다.
- 3 리드미컬한 무릎의 탄력을 이용해 손목으로 손잡이를 가볍게 돌려 준다.
- 4 자세는 몸을 앞으로 약간 기울여 조깅 할 때의 자세를 취한다.
- 5 신체에 부담이 갈 수 있으므로 적당한 높이로 뛰고, 반드시 발의 앞부분으로 착지해야 한다.
- 6 손잡이는 되도록 뒷부분을 가볍게 잡고, 줄넘기의 뒷부분을 엄지손가락으로 살포시 누르고 돌리면 줄의 회전력이 높아져 전신다이어트 줄넘기방법으로 더욱 잘 돌릴 수 있다.

줄넘기 줄의 길이

- 1 줄의 길이는 한 발로 줄의 가운데 부분을 밟았을 때 줄 끝이 머지 정도로 오면 알맞는 길이이다.
- 2 줄넘기가 숙달 될 수록 점차 줄의 길이를 짧게 해 배꼽 정도의 길이에 맞추는 것이 좋다.
- 3 넘는 방법에 따라 줄의 길이를 다르게 하면 더욱 효과적이다.

줄넘기 유의사항

- 1 몸을 너무 많이 앞으로 굽히거나 뒤로 젖히지 않는다.
- 2 점프를 할 때 발바닥 전체가 바닥에 닿으면 관절에 충격을 줄 수 있기에 몸에 힘을 최대한 빼고 양 발을 모아 발끝으로 가볍게 점프한다.
- 3 콘크리트나 아스팔트 위에서는 발목이나 관절에 무리한 충격이 가해질 수 있으니 흙바닥이나 마룻바닥을 이용한다.





다양한 탈모치료방법 원인에 맞는 처방이 필요하다

스트레스, 면역력, 과로로 인한 영양 불균형은 탈모로 이어지기 쉽다.

최근 현대인들 중 1/5이 탈모로 인해 고통 받고 있다.

그에 따라 탈모치료를 위한 다양한 방법들이 등장하고 있다.

또한 시중 약국에서 손쉽게 구입할 수 있는 제품들도 급격히 늘어나고 있다.

하지만 자가진단을 통한 치료가 옳은 판단인지 생각해볼 필요가 있다.

글. <머니투데이 생활뉴스>



머리카락이 빠지는 탈모로 고민하는 사람이 많다. 탈모는 우리 몸의 호르몬, 영양, 건강 상태 등이 나빠졌을 때 보내는 최후의 신호다. 그러나 탈모의 원인을 아는 사람은 드물다. 더욱이 정확한 치료법을 몰라 탈모를 부추기는 경우도 있다.

머리카락은 왜 빠지나

탈모가 중년남성의 전유물이라는 선입견은 이제 버려야 할 시대가 왔다. 20~30대의 젊은 층은 물론이고 10대에서부터 여성에게도 발생하는 탈모는 예방이 필수적인 것으로 자리 잡고 있다. 물론 현재까지 밝혀진 탈모의 가장 큰 원인은 유전이다. 하지만 유전적인 소인이 많은 부분에 작용하는 것은 맞지만 그 이 외의 관리 소홀이나 불규칙적인 식습관, 무리한 다이어트 그리고 스트레스나 면역반응 이상, 피부염 등으로 탈모가 증가하고 있는 것이 사실이다. 유전이 아닌 다른 이유로 탈모가 진행되면 영양 불균형 같은 여러 원인이 있을 수 있으니 꼭 확인해야 한다.

탈모예방법 이렇게 하면 된다!

아침 샴푸는 머리에 필요한 유분까지 씻어내 버린다
아침 샴푸로 머리를 보호하는 유분이 씻겨진 채로 외출을 하면, 자외선에 의해 두피 손상을 받기 쉽다. 가끔적 저녁에 샴푸하는 것이 좋다.

염색은 머리카락과 두피를 상처 입힌다
반복되는 염색은 머리카락과 두피를 손상시키기 때문에 탈모로 이어진다. 염색 후에는 더욱 신경 써서 트리트먼트를 한다.

운동 부족은 머리카락에 악영향을 준다
운동이 부족하면 혈액의 산소량이 줄어 머리로 영양 공급이 잘되지 않게 된다. 적당한 운동은 필수임을 명심하자.

규칙적인 식생활 습관, 영양 밸런스 유지한다
몸에 좋은 것은 머리에도 좋다. 정해진 시간에 균형 잡힌 식사를 하자.

모발에 좋은 것을 의식해서 먹는다
기름진 음식들은 혈액을 걸쭉하게 만들어서 두피의 혈행을 나쁘게 한다. 육류 등은 가능한 줄이도록 하자.

담배는 혈액 불량을 초래하기 때문에 삼가자
담배를 피면 혈관이 수축하고, 머리에 산소를 공급하고 있는 혈액의 흐름이 나빠져 탈모의 원인이 된다.

지나친 고민은 탈모를 촉진한다
지나치게 스트레스가 쌓이면 근육이 수축하고, 혈액 불량이 되어 탈모가 진행되니 주의한다. 마음에 여유를 갖고 가끔적 스트레스를 받지 않도록 하자.

탈모의 다양한 치료방법

탈모의 원인은 개개인마다의 차이가 있고 남성과 여성 그리고 연령대에 따라 치료 방법이 많이 달라지기 때문에 전문의의 진단없이 자가 탈모 진단을 통한 치료는 오히려 독이 될 수 있다. 무작정 노푸(Nopoo, 샴푸 없이 머리 감기)를 시작한다면 다른 사람들의 탈모치료방법을 자신에게 똑같이 적용하는 것은 바람직한 방법이 아니다. 유전적으로 발생하는 남성형 탈모를 위한 치료 대부분은 DHT, 즉 디하이드테스토스테론을 억제하기 위한 약물을 처방한다. 또한 여성탈모를 위한 것으로는 먹는 약물보다는 주사요법, 두피에 바르는 제형을 처방한다. 탈모로 인한 약물 처방은 모발을 튼튼하게 해주는 데에 효과는 있지만 오랜 시간과 인내를 요구한다.

탈모의 종류 중에 원형탈모는 특히 치료가 어려운 질환 중 하나이다. 원형탈모는 면역체계의 이상으로 인해 모낭이 휴지기로 접어들어 모발을 생성해내지 못하는 자가면역체계의 질환으로 알려져 있다. 따라서 면역 체계가 정상으로 돌아온다면 모발이 자라나게 되지만 심한 경우 모발이식 진행이 필요할 수 있으니 오랜 시간 방치하지 않도록 주의해야 한다.

많은 사람들에게 고통을 주고 있는 지루성 두피염이나 두피질환은 탈모의 원인으로 잘 알려져 있다. 지루성 두피염이나 두피질환은 탈모로 이어질 수 있는 소지가 크기 때문에 미리 예방을 하고 두피관리를 시작하는 것이 좋다. 두피관리는 두피에 쌓여있는 각질과 피지, 노폐물을 제거하여 세균의 번식을 억제하고 두피의 상태를 개선시키는 것을 말한다. 가정에서도 두피관리가 가능하긴 하지만, 잘못된 방법을 사용하여 오히려 두피 건강에 악영향을 줄 수도 있는 경우가 많다. 개개인마다 두피질환의 원인과 증상이 다르기 때문에 자신이 직접 두피의 상태를 진단하기 보다는 전문의와의 상담을 통해 상태를 정확하게 진단하여 적절한 예방책과 치료를 받는 것이 필요하다.



천연 인슐린 덩어리 여주 열매 당뇨병·시력회복에 탁월한 도깨비방망이

일명 '인슐린 덩어리'인 여주 열매는 당뇨병 예방과 시력회복에 효과적인 음식으로 많은 각광을 받고 있다. 쓴 오이라고도 불리는 여주 열매는 생김새도 독특하다. 긴 타원형이고 양끝이 좁으며 혹 같은 돌기가 있고 황적색으로 익으면 불규칙하게 갈라진다. 특유의 쓴맛으로 열매 자체로는 먹기 힘들지만 최근 다양한 효능이 알려지면서 건강식으로 떠오르고 있다.

글. <머니투데이 스타일M> 김나현 기자




여주 열매란?

특유의 씹쓸한 맛, 고과라고도 불러 여주 열매의 원산지는 인도 등 아시아 열대지방으로 줄기는 가늘고 1~3m 길이로 자란다. 덩굴손으로 다른 식물이나 물건을 지지대로 삼아 감아서 올라간다. 수년 전부터 우리나라에서 재배하기 시작했으며 4월에 파종한다. 열매는 박과이며 긴 타원형이고 양 끝이 좁으며 혹 같은 돌기가 있고 황적색으로 익으면 불규칙하게 갈라져서 홍색 육질로 싸인 종자가 나온다. 열매가 여지(荔枝)와 비슷하여 여주라고 부른다. 어린 열매와 홍색 종피(種皮)는 식용으로 사용하고 종자는 약용으로 사용한다. 열매의 모양은 수세미와도 비슷하게 생겼으며 도깨비방망이와 같은 모양으로 생겼다. 특히 여주 열매는 특유의 독특한 씹쓸한 맛으로 한자로는 고과(苦瓜)라고도 불린다.

왜 좋은가?

당뇨병 예방효과, 시력회복 효능
여주 열매는 혈당을 낮추고 췌장의 기능을 촉진해 당뇨병 환자에게 좋다고 알려졌다. 특히 식중독과 혈액순환에도 도움이 되며 당뇨 합병증인 망막증이나 심근경색, 뇌졸중 등의 혈관성 질환에 대한 예방효과도 있다. 여주 열매에는 식물인슐린과 카라틴 성분을 함유하고 있는데 식물인슐린은 우리 몸속의 인슐린과 비슷한 작용을 하고 있는 펩타이드의 일종으로 특히 여주 열매와 씨에 많이 포함되어 있다. 식물인슐린은 간에서 포도당이 연소되는 것을 돕고 막아줌으로써 혈당 수치를 낮춰 당뇨병 환자들에게 아주 효과적이다. 또한 여주 열매에는 베타카로틴 성분이 풍부하게 함유되어 있는데 이 성분이 비타민A로 바뀌면서 시력회복과 눈 피로 개선, 안구 건조, 노안 등에 좋은 것으로 나타났다. 이런 이유로 여주 열매가 눈에 좋은 영양제 못지않은 인기를 얻고 있다.

섭취 방법은?

쓴맛 뺀 후 기호에 맞게 섭취
한방에서는 당뇨병 치료방법으로 식물성 인슐린 성분이 풍부한 여주 열매를 한약재로 사용하고 있다. 당뇨나 고혈압이나 도움이 되는 여주 열매는 체질과 증상에 맞춰 복용하는 게 좋기 때문에 전문가의 상담을 거치는 것을 권장한다. 또한 여주 열매는 고함량 천연 비타민C를 포함 칼륨, 철분 등 미네랄 성분을 포함해 피부 건강은 물론 항산화 효과로 인한 면역력 향상 및 성인병 예방에도 도움을 준다. 비타민C는 열을 가해도 파괴율이 낮은 편이어서 볶음 요리에 활용이 가능하며 이 외에도 샐러드와 여주 피클 등으로 만들어 섭취할 수 있다. 여주 피클은 한번 만들어 놓으면 오래 먹을 수 있어 효율적이다. 여주 열매는 특유의 쓴맛이 강하기 때문에 가운데 부분의 씨를 잘 제거하고 소금을 희석한 물에 담가 쓴맛을 빼고 헹구면 뒤 요리에 사용하는 것이 좋다. 



새콤달콤 여주 열매 피클 레시피

재료
여주 열매 3개, 양파 1개, 설탕, 간장, 식초, 물

여주 열매 쓴맛 빼는 방법

- 1 소금물에 담근다. 오래 담가 놓으면 영양분이 손실될 수 있으므로 20분 내로 담갔다 물에 헹구 사용한다.
- 2 여주를 얼음물에 10분 정도 담가 놓으면 쓴맛도 제거되고 여주의 아삭한 식감까지 살릴 수 있다.

만드는 법

- 1 먼저 물:설탕:간장:식초를 1:1:1 비율로 피클물을 재료를 준비한다. 기호에 따라 비율은 달리하여도 된다.
- 2 물에 설탕을 넣어 녹인 뒤 간장과 식초를 넣어 한소끔 끓인 후 식힌다.
- 3 쓴맛을 제거 한 여주 열매를 세로로 길게 반으로 잘라 씨 부분을 제거한다.
- 4 손질된 여주 열매와 양파를 먹기 좋은 크기로 썰어 준다.
- 5 소독한 유리병에 준비된 여주 열매와 양파를 담고 식힌 피클물을 넣는다. (냉장고에 한두 시간 정도 보관)

집이 숲과 바다가 되는 자연소재 인테리어

에어컨 없이도 8월을 보낼 수 있는 인테리어 노하우를 숲과 바다, 들에서 빌려 오자. 대나무, 왕골, 돌, 등나무를 꼬아 만든 라탄 등을 이용한 인테리어 소품은 집 안을 한층 선선하게 만든다. 눈을 감고 있으면 대숲의 서걱이는 바람소리가 들리는 듯하고, 몽돌 해변을 걷는 듯 집 안이 통째로 자연으로 바뀌는 마법이 펼쳐진다. 어렵지 않게 따라 할 수 있는 인테리어 스타일링을 소개한다.

진행. <헬스조선> 강미숙 기자

멋스러운 라탄 의자와 돌이 있는 거실

라탄은 베트남, 인도네시아 등 동남아 열대지방에서 자라는 야자와 덩굴식물이다. 여름을 상징하는 라탄 가구는 주부라면 누구나 하나쯤 갖고 싶어 하는 위시 아이템. 통기성이 좋을 뿐만 아니라 나무 짜임이 멋스럽다. 답답한 거실 소파를 치우고 낮잠을 청해도 좋을 만큼 편안한 의자나 라탄 스톨을 놓아 보자. 자칫 밋밋해진 바닥에는 커다란 돌을 두면 포인트 소품이 된다. 돌에서 풍기는 서늘한 느낌이 거실의 기운을 한층 떨어뜨린다.

등받이가 편안한 라탄 체어와 스톨 겸용 라탄 수납바구니는 모두 가격미정, 의자 앞에 놓인 나무통 초 가격미정, 모두 **웨스트코스트**. 라탄 체어 위 패턴 쿠션과 바닥에 놓인 쿠션 모두 14만원, 바닥에 간 PVC소재의 파벨리나 러그 22만9000원, 모두 **빌라도브**. 스톨 위에 놓인 왼쪽 향초 15만원, 오른쪽 에센스 포함 포푸리 17만원, 모두 **챗터원**.



침실로 들어온 대나무 울타리

열대야로 숙면을 취하기 힘든 침실에는 어떤 스타일링이 필요할까. 리넨과 인견, 삼베 등 여름용 소재로 침구를 바꾸는 것만으로는 부족하다. 순간 머릿속을 스치듯 지나가는 장면이 하나 떠오른다. TV 광고 속에서 보던 초록빛 싱그러운 대나무 숲이라면 잠이 솔솔 올 것만 같다. 그렇다면 당장 대나무를 침실에 들이자. 울타리를 만들 때 사용하는 굵은 대나무를 가져다 끈으로 엮어 침대 머리맡에 세우니, 그럴듯한 침대 헤드가 됐다. 여기에 맞춰 조명도 바꿔 달았다. 대나무 살이 빛어 내는 그림자마저 운치 있어 밤이 기다려진다.

대나무 헤드에 기댄 쿠션 큰 것은 가격미정, 작은 것은 14만원, 침대 앞쪽에 놓인 나무 트레이 4만3000원, 모두 **빌라도브**. 트레이 위에 놓인 티팟과 커피잔 각각 11만원과 25만원, 모두 **한국공예문화진흥원**. 리넨 소재 침구 가격미정 **빈콜렉션**. 벽에 기댄 종이느낌 빨래 바구니 12만8500원, 실내용 슬리퍼 8만2500원, 모두 **마켓엠**. 유선형 대나무 소재 조명 25만원, **프라다조명**.

바람이 스민 여름 패브릭 홈드레싱

마와 리넨이 시원한 이유는 바람이 지나가는 길을 품고 있기 때문이다. 성글게 짜인 씨실과 날실 사이로 바람이 드나들기 좋고, 뽀뽀한 촉감 때문에 몸에 닿아도 불쾌감이 덜하다. 그동안 리넨을 침구로만 사용했다면, 기능성에 치우친 스타일링이다. 이제 벽에 걸어서 미적으로도 시원해 보이는 연출에 도전해 보자. 발을 대신해 벽이나 창가에 걸면 색다른 느낌이다. 제주 바다를 연상시키는 코발트빛 리넨이면 더욱 좋다. 대나무 막대에 걸어 두고 보니 평범한 그림 한 점보다 더 자연스런 멋이 풍긴다. 쿠션과 방석도 모두 리넨과 마 소재로 옷을 갈아입혔다. 홈드레싱을 좋아하는 주부라면 자신이 원하는 빛깔과 패턴의 천을 구입해 간단히 냅킨과 주머니를 만들어보는 것도 소소한 즐거움이다.

대나무 막대에 걸린 코발트빛 스프레드 6만원 **챗터원**, 가운데 놓인 긴 다리 교자상 200만원 **반김**, 교자상 위에 놓인 작은 재봉틀과 뒤편에 놓인 액세서리 수납함 각각 13만5000원, 27만5000원 **키스마이하우스**, 상 위에 놓인 한지 브루지는 가격미정 **한국공예문화진흥원**, 상에서 길게 내려온 파란 냅킨 3만3000원, 벽에 기댄 쿠션은 가격미정, 모두 **리넨앤밀크**, 앞쪽에 놓인 마 소재 방석 커버 가격미정 **빈폴렉션**.



바람의 노래를 전해 주는 왕골 돛자리

뜨거운 공기는 올라가고 찬 공기는 바닥으로 가라앉는 법. 여름에 바닥과 가까이 하면 좀더 시원하게 보낼 수 있는 이유다. 8월만이라도 좌식생활을 해보자. 맨바닥보다는 돛자리를 깔아 한층 쾌적하게 꾸며 보자. 다다미를 연상시키는 왕골 돛자리를 반으로 접어 길게 깔아두니 색다르다. 짙을 꼬아 만든 방석도 여름 좌식생활에는 안성맞춤이다. 돛자리에 앉아 얼음 동동 띄운 오미자차를 한잔 들이키면 더위는 저만치 물러간다. 자칫 벽이 심심하게 느껴진다면 기분 전환으로 청량감이 드는 스프라이트 발을 달아 보자. 푸른 바다 위 떠 있는 요트가 연상된다. **옴**



바닥에 간 다다미 러그는 8만5000원, **무인양품**, 돛자리 위에 놓인 짙방석 2만5900원, **모던하우스**, 흰색과 붉은색이 조화를 이룬 티팟 11만원, 책 위에 놓인 돋보기 15만원, 장식장 위에 놓인 바구니는 50만원, 모두 **한국공예문화진흥원**, 그윽한 빛이 도는 교자상은 60만원, **반김**, 교자상 위에 놓인 컵 3만원, 점시 2만5000원, 모두 **빌라토브**, 사이드 테이블은 왼쪽 250만원, 오른쪽 230만원, 작은 사이드 테이블 위에 놓인 유리돔 2만원, 향초 16만원 모두 **챗터원**, 큰 사이드 테이블 위에 놓인 툴 홀더 작은 사이즈 27만8500원, 큰 사이즈 37만8500원, 티팟 아래 놓인 철제 받침은 12만8500원, 모두 **마켓엠**.

G icon: Global international contemporary

김중식 · 이계원 · 이금희 · 이대희 · 이성복 · 이승

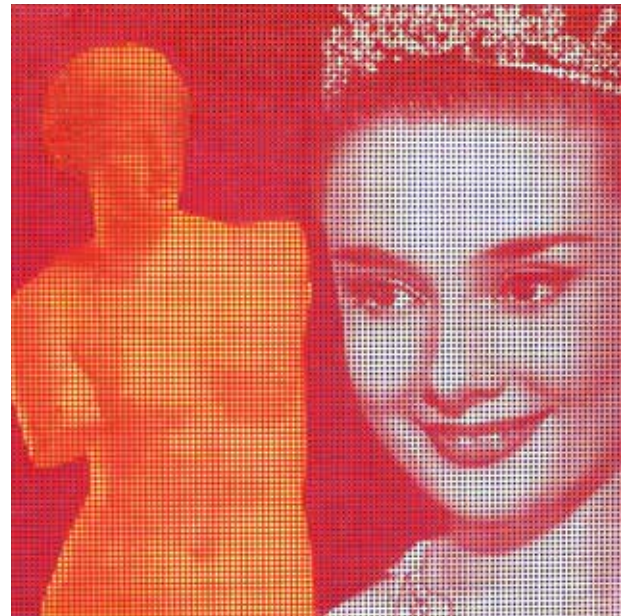
2015.8.5 - 8.23

삼성동 이브갤러리

현대미술의 본 고장인 미국과 프랑스에서 공부한 국제적 감각을 지닌 작가 6인의 초대전이 삼성동 이브갤러리에서 열린다. 이번 전시는 동시대 현대미술의 진수를 경험할 수 있는 장이다. G icon이라는 전시명과 같이 한국을 넘어 세계무대를 중심으로 활동할 국제적 작가들의 작품세계를 집중 조명해 한국 현대미술의 현재와 미래의 비전을 제시한다.



이성복, Color Structure 2015-2(정면)
Urethane paint on aluminum,
1230×590×480mm, 2015



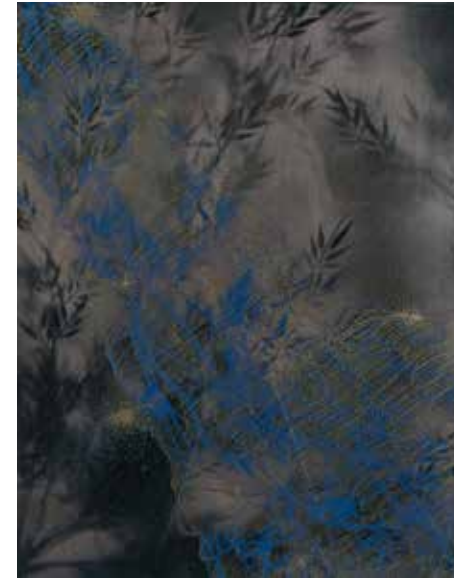
김중식, 오드리헵번과 비너스
Acrylic on canvas, 1120×1120mm, 2010



이대희, Melting Pot 100-2
Acrylic on canvas, 1620×1185mm, 2014



이금희, Interpretation



이승, Blue Tree
Mixed media, 460×360mm, 2012



이승, Complimentary Tree
Mixed media, 460×360mm, 2012



이계원, Allotropism(同質異形)
Acrylic on canvas-board / Pinewood, 91×117cm, 2015



이계원, Allotropism(同質異形)
Acrylic on canvas / wood, 1303×1621mm, 2015

잠들지 못하는 당신을 위한 한여름 밤의 숙면 요가

몸은 노곤한데 후텁지근한 밤 기운에 쉬 눈이 감기지 않는다. 밤새도록 뒤척여도 잠이 오지 않는 이 밤은? 다음아닌 한여름의 불청객, '열대야'다. 열대야는 최저 기온이 25℃ 이상으로 올라가는 무더운 밤을 뜻한다. 하루쯤이야 '치맥'과 함께 하얗게 지새볼 수도 있을 터. 하지만 수면 부족으로 피로와 두통으로 시달리고 나면 생각이 좀 달라질 것이다. 열대야로 잠들지 못하는 이 밤! 숙면하고 싶은 이들에게 소개하는 한여름 밤의 요가 팁.

그림. 김은경



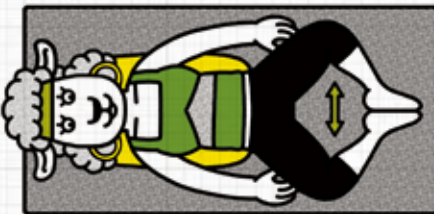
①

바닥에 앉아 무릎을 세워 두 발을 바닥에 대고 앉는다.



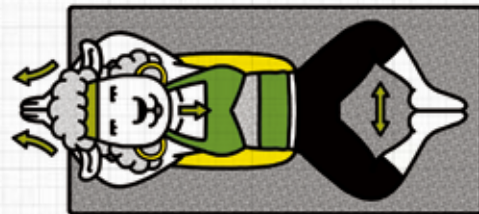
②

베개를 허리 아래쪽 깊숙이 놓고 척추와 머리가 베개에 닿도록 천천히 눕는다.



③

편안한 상태로 두 발바닥을 붙이고, 두 다리를 벌려 다이아몬드 형태로 만든다.



④

팔을 위로 올려 어깨의 긴장을 풀고, 턱을 가슴 쪽으로 당겨 뒷목을 길게 늘린다. 12회 정도 호흡하며 자세를 유지한다.

독자 페이지



기분 좋은 만남

인천지하철 1호선 부평시장역에 내리니 초록 빛깔 이브자리 간판이 눈에 띕니다. 이번 호 기분 좋은 만남의 주인공은 바로 이브자리 경력만 25년 차인 이브자리 코디센 부평4동점 배완동 점장입니다. 숙련된 이브자리 전문가답게 매장 구석구석 반짝이는 아이디어가 가득했습니다. 지금도 규모나 환경 모든 면에서 최고의 매장을 만들었지만, 배완동 점장의 목표는 아직도 큼니다. 언젠가 배완동 점장이 이브자리를 중심으로 대규모 혼수 단지를 만들 날을 기다립니다.



칭찬합니다

지난해 론칭한 수면전문 브랜드 슬립앤슬립이 빠르게 성장하고 있습니다. 덕분에 수면 문화의 중요성도 많은 이에게 널리 알려지고 있습니다. 슬립앤슬립 압구정 직영 1호점 오픈에 동참하며 슬립앤슬립의 무궁무진한 가능성과 함께한 홍소희 주임! 당시 노력을 인정받아 6월 우수사원으로 선정된 그녀는 이제 슬립앤슬립 교육 컨설턴트로 활약할 예정입니다. 다양한 현장 경험과 브랜드 지식으로 똘똘 뭉친 그녀와 함께하는 교육이 벌써 기대됩니다.

Good morning, Good bedding 2015년 8월호를 보시고 '기분 좋은 만남'과 '칭찬합니다' 코너에 신청 e-mail을 보내주세요. 선정되신 분께는 문화상품권을 선물로 드립니다.

- 신청 기간 2015년 8월 1일 ~ 8월 15일
- 이메일 jilee0307@evezary.co.kr
- 당첨자 발표 2015년 8월 15일 이후 개별 연락드립니다.



“평소 땀이 많아 쉽게 잠들지 못하는 고객님들께
적극 추천해드립니다!”

에어쿠션 매트(3D 매쉬)

통기성을 최우선으로 고려한 추천 제품



110x200cm
110,000

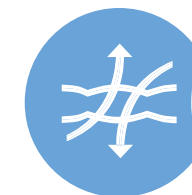
150x210cm
150,000

170x220cm
180,000

에어쿠션 매트(3D 매쉬)는 이런점이 좋습니다!

쿠션성은 기본! 여름엔 통기성이 좋아 시원하고, 겨울에는 열이 빨리 올라와 따듯함을 유지해주어 사계절 돌침대용 매트로 추천드립니다.

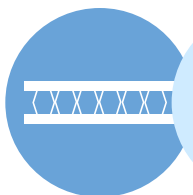
*겨울철 에어쿠션 매트와 워싱 패드를 함께 사용하시면 더 오래동안 보온성을 유지할 수 있습니다.



통기성



세탁 용이성



3D구조 (3D 매쉬)

8월 히트상품

월 화 수 목 금




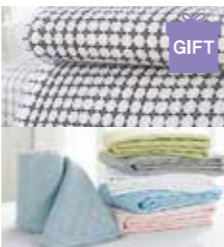
1주차. 2015 F/W 신상품 입하, 정성을 담은 건강예단 패키지 하나!

 여민(베이지) 한실이불요세트 890,000	 예화각(골드) 매커세트 Q 1,100,000	 다운핏 이불속 Q(740g) 600,000	 레이언실버 베개속 L 58,000	 보아(베이지) 한실이불요세트 540,000
--	--	---	---	---

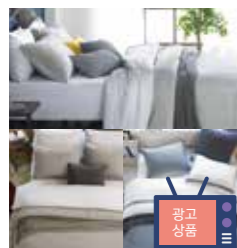
2주차. 2015 F/W 신상품 입하, 정성을 담은 건강예단 패키지 둘!

 애비뉴(핑크 / 민트) 매커세트 Q 620,000	 예슬(옐로우) 한실이불요세트 740,000	 프레시스프링 이불속 Q(0.8kg) 175,000	 프레시스프링 베개속 L 48,000	 디센트(베이지) 매커세트 Q 235,000
--	---	---	--	---

3주차. 2015 F/W 신상품 입하, 조인성과 함께하는 혼수 히트상품 TV광고 캠페인 시작

 포인(블루) 매커세트 Q 350,000	 미니벨(블루 / 옐로우) 매커세트 Q 365,000	 소마(케어) / (퍼플) 매커세트 Q 450,000	 레이언실버 이불속 Q(1.2kg) 220,000	 오가닉큐브 스프레드 Q 48,000 오가닉솔리드 패드 Q 58,000
--	--	--	---	--

4주차. 2015 F/W 신상품 입하, 조인성과 함께하는 혼수 히트상품

 멜팅(그레이 / 브라운 / 네이비) 2점세트 Q(누빔커버) 230,000	 그릭(그린) 매커세트 Q 350,000	 드왈렛(민트) 매커세트 Q 410,000	 큐브릿 유닛베개 L 58,000	 슬림차렷 D(180x220cm) 오딘(옐로우 / 블루) 89,000 하우젠(그린 / 핑크) 89,000
--	---	--	--	--

2015 한국산업의 브랜드파워 홈페이지 부문
2년 연속 1위 이브자리

SLEEP & SLEEP
premium sleep center

이브자리
GOOD BEDDING

만약

사랑이라는 감정이

만져지는 거라면

이렇게 부드러운 느낌 아닐까요?

평생을 함께 할 사람이나

부드럽게, 자극없이 지켜주는 친환경 면모달
집먼지 진드기를 원천부터 차단하는 알러지케어



SLEEP PROTECT SYSTEM

SLEEP PROTECT SYSTEM은 각자 다른 개인이 수면타인과 외부환경으로부터
편안한 수면을 유지하기 위한 이브자리의 다양한 기술과 소재를 의미합니다



2년 연속 (2014~2015)
한국산업의 브랜드파워 홈페이지 부문 1위 이브자리



당신이 잠든사이
이브자리가 지켜줄게요



TV CF 속, 조인성을 설레이게 하는 친구

포인 소재 40수 면모달 | 색상 블루

www.evezary.co.kr