

Start

지속가능한 성장·발전을 위한 한전원자력연료의 새로운 출발

# 원자력 연료

2022  
MAY + JUNE  
VOL.161

KNF MAGAZINE



# CONTENTS



## COVER STORY

우리는 매일 미지의 세계를 찾아 모험에 나선 선장처럼 조심스럽지만 과감한 전진을 이어갑니다. 원자력연료 5+6월 호에서는 비 온 뒤 더욱 단단해진 땅과 같은 우리 스스로를 재발견하게 됩니다.

## KNF MAGAZINE

# 원자력 연료

2022 05+06 Vol.161

### 발행일

2022년 6월 10일

### 발행처

한전원자력연료주식회사

### 주소

대전광역시 유성구 대덕대로  
989번길 242(덕진동)

### 발행인

최익수

### 편집실

홍보협력실 042-868-1135

### 기획·디자인·인쇄

반디컴 02-2272-1190

<원자력연료>는 <https://www.knfc.co.kr>의 E-Book과 App-Book '사보 원자력연료'로도 보실 수 있습니다.



## CORE OF ENERGY

04 한 줄 에세이

06 KNF 소식

- 공공기관 동반성장 평가 '최우수' 달성
- 현대건설과 포괄적 업무협약(MOU) 체결

10 Theme & Talk

새로운 출발선에 선 우리,  
같이의 가치로 에너지 강국을 위한 미드필더로

14 Theme & People

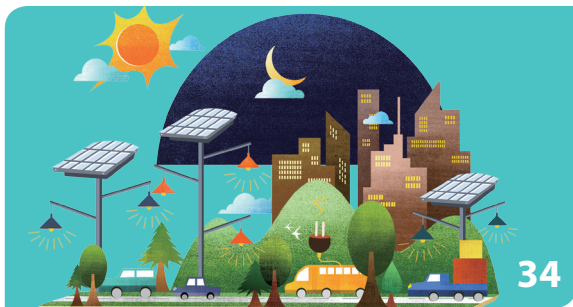
NGO 단체 대표에서 AI 연구하는 농업인까지  
- (주)Croft 농업회사법인 류희경 대표

18 Theme & Essay

새로운 출발을 준비하는 우리가 주목해야 할 것들

20 Theme & Test

지속가능한 직장생활을 위해 필요한  
내 마음 변화 체크 리스트 만들기



## CORE OF KNF

- 22 **여행의 이유**  
심민철 대리의 행복 약속을 위한 증평 여행  
둘째 출산 앞두고 새로운 출발을 응원하다
- 26 **My Item**  
나와 지구를 지키는 느리지만 착한 걸음  
플로깅(Plogging)
- 28 **안전 알림이**  
작업현장에서 산업재해를 예방하기 위한  
안전수칙과 안전보호구 착용법
- 32 **이슈 & 챌린지**  
새로운 출발을 준비하는 올바른 자세,  
미리 준비하는 자격증

## CORE OF LIFE

- 34 **과학컬럼**  
열에너지와 엔트로피
- 36 **문화 레시피**  
K-CULTURE 시대,  
또 다른 출발을 준비하다
- 38 **리빙 트렌드**  
나를 위한 매일의 실천  
바른생활 루틴이
- 40 **KNF in Cartoon**  
퇴근하고 뭐해?  
직장인 자기개발 노하우
- 42 **일상공감**
- 44 **독자 어울터**

To truly laugh, you must be able to take your pain, and play with it!

“진정으로 웃으려면 고통을 참아야 하며, 나아가 고통을 즐길 줄 알아야 해!”

- 찰리 채플린(Charles Chaplin, 1889~1977) -





## 공공기관 동반성장 평가 '최우수' 달성



우리 회사는 '2021년도 공공기관 동반성장 평가'에서 최고 등급인 '최우수'를 달성했다. 중소벤처기업부와 동반성장위원회는 공공기관이 국내 중소기업과 동반 성장하는데 선도적인 역할을 수행하도록 매년 '공공기관 동반성장 평가'를 실시하고 있다. 공공기관의 동반성장 추진실적과 협력 중소기업의 체감도 조사결과를 합산하여 5개의 등급(최우수, 우수, 양호, 보통, 개선)으로 평가한다. 평가 대상인 133개 공공기관(공기업형 36개, 준정부형·기타형 97개) 중 준정부형·기타형에 속하는 우리 회사는 지난 2017년 최고 등급을 받은 후, 2021년도 평가에서 최고등급인 '최우수등급'을 달성하는 성과를 이뤄냈다. 우리 회사가 동반성장 최우수 기관이 될 수 있었던 데에는 CEO의 강한 동반성장 정책 시행 의지가 가장 주효했다는 평가이다. 아울러 동반성장을 위한 인프라 구축, 공정거래질서 확립, 중소

기업 기술지원, 사회적책임 강화라는 '동반성장 4대 추진전략'을 수립하여 추진전략별 세부 실행과제를 경영목표와 연계하여 대내·외 추진동력을 한층 강화했다. 2021년도 주요 성과로는 중소기업과의 상생을 위한 협력이익공유 및 성과공유, 경영안정을 위한 협력사 금융자금 지원, 생산성 향상을 위한 혁신 파트너십 및 산업혁신운동 지원 등 기술혁신 지원 등 원자력산업 축소 정책에도 불구하고 동반성장 투자재원을 지속적으로 확대 출연하여 상생 생태계 기반조성을 위한 다양한 사업을 전개하였다. 또한 '동반성장 지원기동반' 운영으로 찾아가는 맞춤형 기술지원 및 현장교육 실시, 실시간 전화상담 등으로 중소기업의 애로사항을 적극적으로 해소하는 노력을 기울였으며, 중소기업 개발기술 유출방지와 기술 보호를 위한 기술자료 임치(任置)와 기술나눔을 추진해왔다.

## 현대건설과 포괄적 업무협약(MOU) 체결



우리 회사와 현대건설은 지난 4월 20일 '국내·외 원전해체 및 사용후핵연료 사업 동반 진출을 위한 업무협약(MOU)'을 체결했다. 이날 서명식은 우리 회사 최익수 사장과 현대건설 윤영준 사장 등 양사 주요 관계자들이 참석한 가운데 진행됐다.

우리 회사와 현대건설은 이번 MOU를 통해 ▲ 국내·외 원전해체 사업 ▲ 사용후핵연료 임시 및 중간저장시설 ▲ 원자력연료 건전성 평가 ▲ 방사성폐기물 처리 등의 분야에서 상호 협력하기로 합의하고, 앞으로 해당 분야의 기술 및 정보 교류, 사업 동반 진출 등에 적극 협력할 예정이다.

국내 유일의 원자력연료 설계·제조 전문회사인 우리 회사와 국내 원자력발전소 시공 최대 실적을 보유한 현대건설과의 협력으로 원자력 산업의 신시장인 원전해체, 사용후핵연료 및 소형모듈원전(SMR) 분야에서 큰 시너지를 창출하는 한편, 세계

최고 수준을 갖춘 K-원전 기술 보유국가의 위상을 더욱 확대할 것으로 기대된다.

우리 회사가 보유하고 있는 폐기물 저감기술 및 사용후핵연료 안전성 평가 기술은 이번 현대건설과의 양해각서 체결을 통해 국내 원전해체 사업 수행 시 방사성폐기물 처리 및 건식저장시설 분야에서 새로운 시장을 선도해갈 것으로 기대되고 있다. 또한 소형모듈원전(SMR) 사업에서도 핵연료 개발 및 관련 기술 서비스 제공 등 협력 관계가 보다 확대될 것으로 예상된다.



## 한국폴리텍Ⅳ대학 대전캠퍼스 원자력연료 전문 기술인력 양성을 위한 상호협력 업무협약 체결



우리 회사는 5월 17일 한국폴리텍Ⅳ대학 대전캠퍼스와 산학협력 강화를 위한 업무협약을 체결했다. 이번 업무협약은 양 기관이 보유한 역량과 인적자원을 활용해 협력함으로써 원자력연료 전문 기술인력을 양성하고 양 기관의 공동 발전을 도모하기 위함이다. 양 기관은 이번 협약을 통해 ▲우리 회사 교육 수행에 대해 양 기관 상호 긴밀한 협력 추진 ▲한국폴리텍Ⅳ대학 대전캠퍼스 교육을 통해 한전원자력연료(주) 직원의 전문성 향상 ▲교육, 정보, 기술의 상호교류 및 산학협력에 관한 사항 ▲각종 홍보활동 지원 등에 협력을 추진할 예정이다. 특히 이번 산학협약을 통해 한전원자력연료의 니즈를 반영한 로봇 운영기술, PLC제어, 유·공압 센터, 정밀가공 등에 관한 교육 과정이 개설될 계획이다.

## 국립대전현충원 결연 묘역 봉사활동



우리 회사는 6월 호국보훈의 달을 앞둔 5월 25일 대전 유성구 소재의 국립대전현충원에서 묘역정화 봉사활동을 실시했다. 이날 최익수 사장을 포함한 임직원 40여 명이 참여해 순국선열과 호국영령의 숭고한 희생정신을 기리며 태극기 꽃기와 묘역 주변 잡초 제거 등의 환경정화 활동을 펼쳤다. 우리 회사는 지난 2014년 국립대전현충원과 '1사 1묘역 가꾸기' 협약을 맺고, 매년 결연 묘역에 대한 정화 활동뿐만 아니라 국군장병을 격려하기 위한 성금 후원도 지속해오고 있다.

# 노사합동 청렴 및 이해충돌방지법 실천 서약식 개최



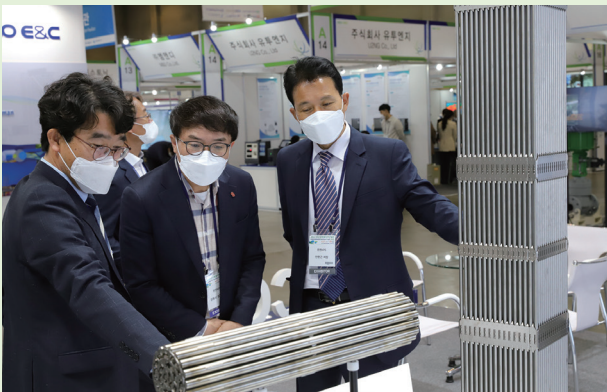
우리 회사는 5월 24일 공정하고 청렴한 직무수행을 통한 국민 신뢰 확보를 위해 노사합동으로 '청렴 및 이해충돌방지법 실천 서약식'을 가졌다. 이번 서약식은 5월 19일부터 시행된 '공직자

의 이해충돌 방지법' 준수 실천 의지를 다지고 직무수행 시 발생할 수 있는 이해충돌 상황에 효과적으로 대처하기 위해 진행됐다.

이날 서약식에서는 청렴한 조직문화 조성을 위해 MZ세대 34명으로 구성된 청렴에이전트 발대식을 함께 진행했으며, 회사의 주요 현안 사항과 중장기 비전을 공유하는 등 노사간 소통의 시간도 가졌다. 청렴에이전트는 향후 ▲경영진-직원 간 소통 ▲상향식(Bottom-up)의 청렴 아이디어 발굴 ▲청렴문화 확산 등의 역할을 수행할 예정이다.

우리 회사는 청렴·윤리문화 확산을 위해 제도혁신, 소통강화, 불합리한 관행 타파를 위해 전사적인 노력을 하고 있으며, 반부패 경영 표준 ISO37001 5년 연속 인증 유지, 2021년 공공기관 청렴도 평가 2등급 획득 등의 가시적 성과를 내고 있다.

# 2022 부산 국제원자력산업전 참가



우리 회사는 4월 27일부터 29일까지 3일간 부산 벅스코(BEXCO)에서 열리는 '2022 부산 국제원자력산업전'에 참가해 전시 부스를 운영하여 회사 및 원자력 연료와 R&D 성과를 흥

보했다. 원자력 기술부에서 개발한 금속폐기물 제염 기술과 소재개발부의 혁신원자력연료 소재 및 부품이 전시되어 우리 회사의 고유 기술을 적극 홍보했다. 이번 '2022 부산국제원자력산업전'은 원전 설계·안전·기자재, 핵연료, 해체, 방폐물 처리, 방사선 의료 등 전 분야에 걸쳐 4개국 130개사가 370부스를 열고 새로운 기술과 제품을 선보였다.

아울러 산업전 기간 중 '2022 한국원자력연차대회'가 동시에 개최되었다. 37회째인 올해는 '탄소중립과 수소경제를 위한 청정에너지-원자력'을 주제로 27일과 28일 양일간 개최되었다. 미래 원자력산업 대응전략, 원자력혁신기술, 수소경제 기여방안 등 추후 원자력계가 나아가야 할 방향에 대해 중점 논의했다.

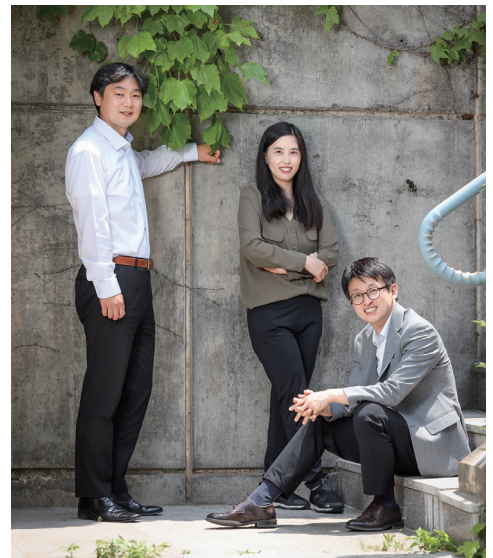




1 성과관리팀 박종화 부장  
 2 ESG전략팀 유경남 부장  
 3 조직예산부 전미현 부장

# 새로운 출발선에 선 우리, 같이의 가치로 에너지 강국을 위한 미드필더로

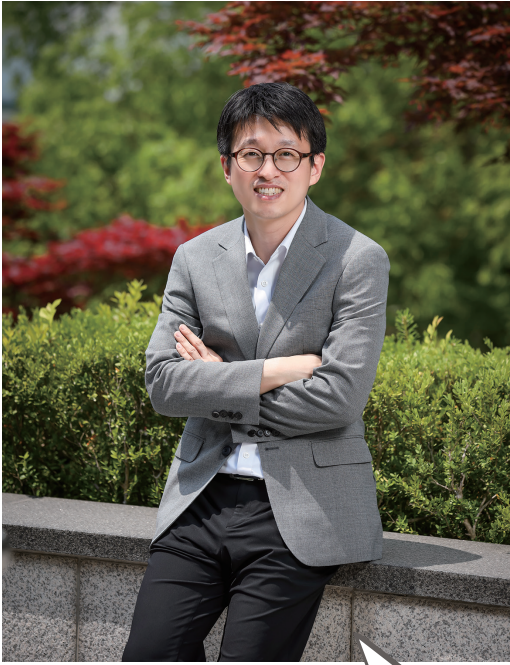
지금 우리 회사는 매일 새로운 출발선에 선 마라토너와 같은 각오로 다가올 미래를 위한 준비에 한창이다. 그 준비는 자신 스스로를 위함이기도 하고 우리 사회 전체를 위함이기도 하다. 우리 회사를 대표하는 젊은 부장 3인을 만나 그들이 귀땀하는 우리의 미래에 대해 들어보는 특별한 시간을 가져보았다.



## 새로운 출발, 그리고 희망 찾기

우리는 늘 새로움에 대해 스스로 고민하고 갈망한다. 어쩌면 당연한 일하면서도 한편으로 보면 꽤 피곤한 삶의 과정이기도 하다. 하지만 도돌이표처럼 늘 반복되는 화두인 '새로운 출발'을 사뭇 긍정적 자세로 대하는 이들이 있다. 우리 회사를 대표하는 40대 젊은 부장 3인이 그 주인공이다. 첫 만남부터 마지막까지 긍정 미소로 인터뷰에 응한 성과관리팀 박종화 부장, EGS전략팀 유경남 부장, 조직예산부 전미현 부장이 말하는 새로운 출발이 갖는 의미에 대해 들어보았다.

각자가 생각하는 새로운 출발에 대한 의미와 그 의견은 다른 듯하면서도 자못 닮은 듯한 모습이다. 먼저 유경남 부장은 "지속적인 업무지만 매일 새로운 출발이라는 마음가짐으로 삶에 임하다 보면, 혹여나 흐트러질 수 있는 마음을 다잡는 데 큰 도움이 된다."며 자신의 의견을 내놓는다. 유경남 부장의 의견에 동의하며 고개를 끄덕이던 전미현 부장은 "새로운 출발은 늘 두려움이라는 친구를 동반하기 마련이죠. 따라서 서로 상호



저에게 새로운 출발은 마치 100미터 달리기 경주와 같습니다. 도착지까지 몇 번을 넘어져도 오뎅이처럼 다시 일어나 목적지에 도착했을 때 경험할 수 있는 성취감을 즐기기 때문이죠.

우리 회사 설립연도와 제 출생연도가 같은 82년입니다. 함께 성장하고 있다는 의미는 물론 중년으로서 새로운 출발을 할 수 있어 그 의미가 남다른입니다.



작용하는 원리를 이용해 긍정적으로 삶에 임하다 보면 좋은 성과를 낼 수 있다고 믿습니다.”라며 발상의 전환을 강조한다. 이어 새로운 출발을 100미터 달리기에 비유한 박종화 부장은 “도착지까지 몇 번을 넘어져도 오뎅이처럼 다시 일어나 목적지에 도착했을 때 경험할 수 있는 성취감을 즐기기 때문이죠.”라며 새로운 출발에 대한 나름의 가치를 설명한다.

### 매일 또 매시간이 새로운 도전

우리는 알게 모르게 매일 또 매 순간 새로운 도전에 직면한다. 그 순간은 설렘 반 두려움 반의 심정이지만, 조직의 혁신은 물론 나 스스로의 성장을 위해서라도 필시 극복해야 할 현실이다. “새로움과 혁신은 집중과 선택을 통해 실현할 수 있다고 생각합니다. 모든 일이 그렇겠지만 적시 적소에 필요한 실천력에 아이디어가 더해졌을 때 비로소 누구에게나 인정받는 성과를 만들 수 있기 때문이죠.” 전미현 부장이 새로운 도전에 임하는 자세다.

각각의 주제마다 대화를 이끌던 유경남 부장은 “부서 특성상 기획업무가 많습니다. 늘 골치 아프지만 부딪히고 이겨내기 위

해 스스로 담금질하다 보면, 어느새 생각지 못한 성과를 낼 때가 있더라고요. 여기서 중요한 덕목은 팀원들과의 협업이라 생각하고요.” 새로운 도전을 위해 같이의 가치가 주는 긍정 효과까지 더해 설명한다.

오고 가는 두 사람의 대화를 신중히 경청하던 박종화 부장은 “도전하는 사람이 아름답다는 말이 있습니다. 해석하는 사람마다 다를 수 있겠으나, 저는 새로움에 적극적으로 도전하는 자세 그 자체만으로도 충분히 의미가 있다고 생각합니다.”라며 과정의 중요성에 대해 의견을 전달한다.

### 미래 환경을 위한 동행

1982년 설립한 우리 회사도 어느덧 40년이라는 세월을 걸어왔다. 사람에 비유하면 완숙미 넘치는 중년으로 접어든 셈이다. 이는 세 명의 젊은 부장들도 마찬가지. 그중 유경남 부장은 82년생으로 회사와의 인연이 더욱 각별하다고. “우리 회사 설립연도와 제 출생연도가 같은 82년입니다. 함께 성장하고 있다는 의미는 물론 중년으로서 새로운 출발을 할 수 있어 그 의미가 남다른입니다.” 회사와 자신의 남다른 인연을 곁들여 동행에 대한



새로움과 혁신은 집중과 선택을 통해 실현할 수 있다고 생각합니다. 모든 일이 그렇겠지만 적시 적소에 필요한 실천력에 아이디어가 더해졌을 때 비로소 누구에게나 인정받는 성과를 만들 수 있기 때문이죠.

의미를 설명한 유경남 부장은 “이미 우리 회사는 원전 제조 및 관련 기술력만으로도 충분한 경쟁력을 갖추고 있습니다. 따라서 원전 최강국으로 성장할 수 있는 기회가 마련되길 희망하며, 글로벌 경쟁력을 갖추 수 있도록 더욱 노련한 모습으로 힘찬 출발을 할 수 있길 바랍니다.”라고 말해 회사에 대한 남다른 애정을 보여준다.

지금 우리 회사는 필환경 시대를 맞이해 다방면으로 새로운 변화를 준비 중이다. 특히 지역사회와의 동행을 위한 잔걸음이 한창으로, 지난해 9월에는 2050 탄소중립 실현을 위한 ‘푸르미 그린스쿨’ 프로젝트 업무협약을 체결했다. “대전시 유성구, 대전서부교육지원청과 함께 퍼블리코 대전의 일원으로 2050 탄소중립 실현을 위한 푸르미 그린스쿨 프로젝트는, 우리나라에서 제안해 UN이 지정한 ‘푸른 하늘의 날(매년 9월 7일)’을 기념하고 학교 내 그린공간 조성 및 친환경 문화 확산을 지속적으로 조성해 나가자는 데 관·학·공공기관이 뜻을 함께 하고자 추진됐습니다.” 유경남 부장의 부연 설명이다.

탄소중립에 대한 남다른 관심을 가진 전미현 부장은 “에너지 전환시대에 원자력연료는 탄소중립을 위한 새로운 대안입니다.



따라서 우리 조직에서는 전략적 실현과 강화를 위해 박차를 가하고 있으며, 특히 올해는 원자력 계속 운영 및 효율화 등을 위해 적극 지원한다는 계획입니다. 이는 현재의 우리도 포함되겠지만 미래 세대를 위한 과정입니다.”라고 밝혀 엄마라는 소중한 위치에서 환경보전의 중요성을 다시 한번 강조한다.

#### 함께의 가치를 실천했을 때 더 큰 시너지 낼 것

얼마 전 아시아 선수 최초로 잉글랜드 프로축구 프리미어리그(EPL) 득점왕에 오른 벤투호 ‘캡틴’ 손흥민(30·토트넘) 선수의 짜릿한 경기 모습은, 코로나19로 지친 국민의 피로감을 한 방에 날리고도 남을 정도였다. “손흥민 선수가 득점왕에 오르는 경이로운 광경을 TV 화면으로 시청했습니다. 정말 멋졌죠. 그 과정에서 저는 함께 뛰고 있는 동료들의 도움이 크게 유효했다고 봅니다. 동료들의 도움 없이 득점왕이 될 수 없었던 거죠. 그렇듯 우리 회사도 서로 협력하고 도와 새로운 출발의 원동력을 만들었으면 합니다.” 박종화 부장은 함께 했을 때 더 큰 시너지를 낼 수 있다고 강조한다.

이러한 신세대 부장들은 저마다 개인적 희망을 오롯이 가슴에 품고 있다. 먼저 전미현 부장은 회사 업무와 가사 등으로 간혹 지칠 때가 있다고. 따라서 온전히 혼자만의 시간을 갖고 재충전할 수 있기를 바람과 동시에, 중학교 1학년인 아이와 수행평가 등 학업부터 자기개발까지 함께 할 수 있는 친구 같은 엄마가 되길 희망한다.

또 박종화 부장은 가장으로서의 책임감이 점차 커지면서 자신의 건강을 돌봐야겠다고 다짐하는 모습인데, 건강한 체력이 건강한 가정을 유지하는 데 필수적이라는 생각 때문이다. 한편 유경남 부장은 자녀들의 건강한 성장과 주택청약에 성공하고 싶다는 바람을 전해 함께 대화하던 젊은 부장들의 폭소를 자아낸다.



## NGO 단체 대표에서 AI 연구하는 농업인까지

(주)Croft 농업회사법인 류희경 대표

중국에서 비정부기구인 NGO 단체를 설립해 운영하면서 농촌개발 프로젝트를 진행하게 됐고, 그로 인해 농업과 첫 인연을 맺게 되었다는 류희경 대표는 농산업이 미래의 중요 산업임에도 인정받지 못하는 안타까운 현실과 잠재력을 동시에 인지한 뒤 농업에 뛰어든 겁 없는 초보 농사꾼이다.

### ㉞Croft 농업회사법인 류희경 대표는?

류희경 대표는 세계를 무대로 대한민국 농산업을 가능성을 알리기 위해 분주하다. 그가 대표로 있는 ㉞Croft는 'Anyone can grow' 라는 슬로건 아래 스마트팜 위주의 농업 솔루션을 제공하는 회사다. ㉞Croft와 함께라면 누구든 성공적인 스마트팜을 구현해낼 수 있도록 돕는 것이 목표로, 현재 작물 상태와 외부환경을 모니터링하여 인공지능 알고리즘을 통해 최적의 제어 변수를 찾는 스마트팜 자동제어 시스템을 개발 중에 있다. 아이템의 공식 명칭은 '인공지능 기반 온실 자동제어 시스템'이다.



### 환경전문가의 새 출발

30대 초보 청년 농사꾼인 류희경 대표는 농업인이기 전 환경전문가로 국제무대에서 활동한 독특한 이력의 소유자로, 3세 때 부모님을 따라 인도네시아로 건너가 성장한 교포 출신이기도 하다. 이후 서울대 조경학과에 입학했고 대학원에서 생태조경학을 전공하면서 기후변화로 인해 발생하는 문제들을 심각하게 인식하게 된다.

석사 학위를 취득한 류희경 대표는 한국에 본부를 두고 있는 글로벌녹색성장기구인 GGG(Global Green Growth Institute)에 들어가 본격적인 활동을 하게 된다. 여기서 그는 주로 개도국들과 지속가능개발 프로젝트를 진행하는 업무를 맡았으며, 신재생 에너지 사업부터 폐기물 관리, 교통 등 개도국들이 지속가능한 발전을 달성할 수 있도록 지원하는 업무를 담당했다.

그 후 한국수출입은행에 취업해 인도네시아와의 경제발전경험 공유사업(KSP) 업무를 담당해 수행했고, 다시 서울대 내 한국기후변화대응전략연구소로 자리를 옮겨 차근차근 경력을 쌓으며 인연을 맺게 된 중국인 야생동물 보호 운동가와 지린성 연변에서 야생 호랑이 보호를 위한 비정부기구(NGO)를 공동 설립해 운영하기도 했다. 그러던 중 코로나19 사태로 중국 활동이 어려워지면서 귀국을 결심했고, 한국으로 돌아와 새로운 분야로 시선을 돌린 곳이 바로 농업이었다. 기후변화 시대에 인류가 지속 가능한 삶을 영위하기 위해선 농업혁신이 무엇보다 중요하다는 걸 깨달음 때문이다.

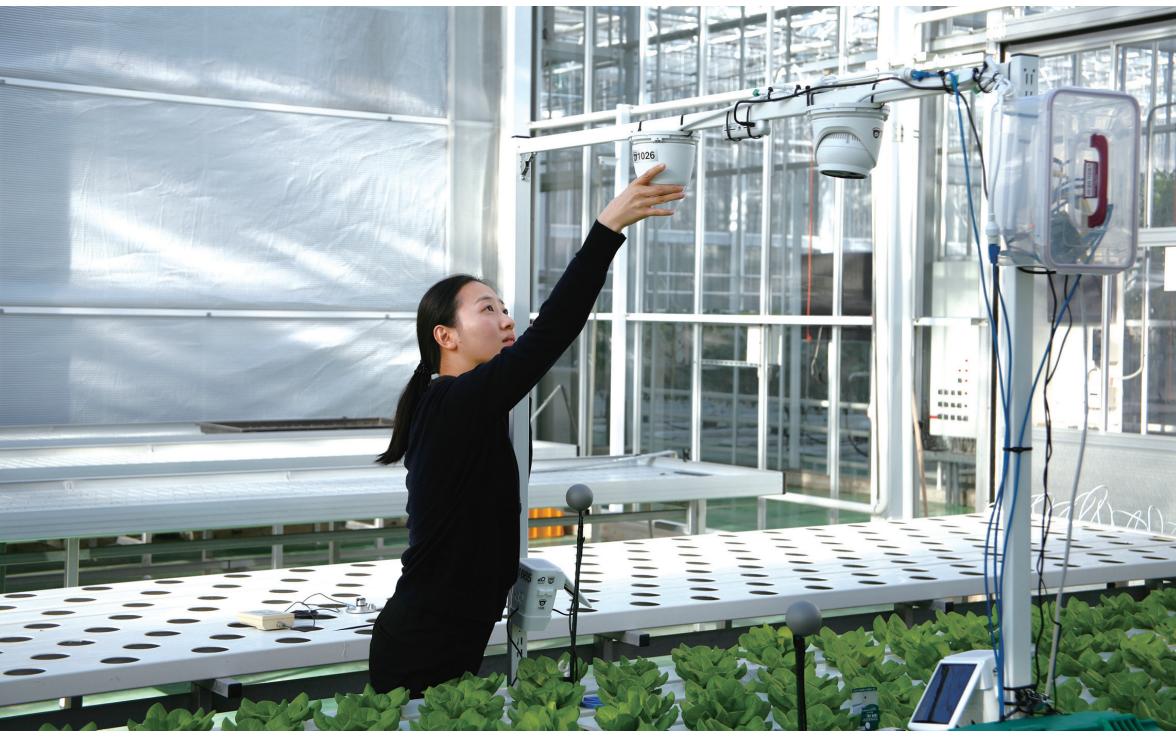
### 초보 농업인이 벌인 대형사고

류희경 대표는 국제대회인 '제3회 인공지능(AI) 온실 자동화 대회' 선발전 본선에서 1등의 영예를 안는 쾌거를 달성했다. 네덜란드



Wageningen 대학교와 Tencent가 주최하는 국제 온실 자동화 대회로, 매년 작물을 바꾸어 진행한다. 그가 대회에 참여하게 된 계기는 스마트팜 온실 환경제어에 어려움이 많았기 때문으로, 이를 해결하기 위한 기술을 팀원들과 함께 개발하면서 참가를 결심하게 되었다.

대회의 취지는 증가하는 세계 인구를 위해 식량안보와 안전 문제가 커지고 기후변화의 영향으로 가스나 전기 가격이 급등하면서 온실을 보다 효율적으로 관리할 필요성이 대두됨에 따름으로, 이를 해결하기 위해 인공지능 기술을 접목해 자동제어 함으로써 온실의 효율적 운영을 가능하도록 하는 데 있다. 본 대회에는 상추 재배를 놓고 전 세계에서 실력 있는 17개 팀이 실력을 겨뤘고, 류희경 대표가 이끈 팀이 1위를 차지했다. 불과 2년여라는 짧은 농업 경력을 가진 초보 농사꾼이 벌인 대형사고다.



66 류희경 대표는 농촌에 젊은 사람들을 유입시킬 수 있는 방안에 대해서도 고민하고 있다며 귀띔했는데, 스마트팜 단지 조성을 통해 자연스럽게 젊은 층의 유입을 유도하는 것이 그의 또 다른 계획 중 하나다. 99

한편 그는 이 같은 성과가 모두 팀원들 덕이라며 공을 돌린다. 그와 함께 했던 팀원은 머신러닝과 딥러닝 전문가인 경기과기대 이우람 교수, 로보틱스 전문가인 Motion2AI 백승민 매니저, 소프트웨어 엔지니어인 유니버설 로봇 성황현 연구원, 풀 스택 프로그래머인 낮은집 작업실 임창진 대표, 경기과학기술대학교 전자공학과 김민우 학생, 전라북도 농식품인력개발원 최연규 박사까지 총 7명이다.

#### 스마트팜과 AI가 융합한 진보된 농업 구현

류희경 대표가 실험실로 운영 중인 농장은 전라북도 농식품인력개발원 내 위치한 엽채소 온실로 유럽형 샐러드가 초록의 싱그러운 자태를 뽐내며 자라고 있다. 그리고 작물들의 위와 좌우로 낫선 장비들이 가득 달려 있는데, 네덜란드 Sigrow 사에서 만든 센서들로 식물의 증산작용을 실시간으로 모니터링해 주는 역할을 한다. 또 이 센서를 통해 식물의 기공 개폐 여부를 관찰하고 광합성의 정도를 판단할 수 있는데, 이러한 데이터들을 기반으로 온실을 보다 효과적으로 제어할 수 있다.

이처럼 남들과 다른 실험적인 농업을 구현 중인 류희경 대표는 온실 작물에 요구되는 다양한 환경을 보다 효과적이고 정밀하게 제어할 수 있도록 컴퓨터를 적극 활용할 필요가 있다고 피력했다. 또한 “온실 제어 알고리즘이 정확한 판단을 내리기 위해서는 작물과 온실 모니터링 데이터가 매우 중요하다.”면서 “작물이 특정 환경에서 어떤 생육 기작을 보이는지를 관찰하고 그 데이터를 이용한 자동 온실 제어 기술 개발에도 한창이다.”라는 희망 메시지를 전했다.

이는 그가 대표로 있는 크로프트(Croft)의 팀원들과 함께 개발 중으로 농촌의 고령화와 기후변화로 인해 발생하는 문제점에 적극 대응할 수 있는 기술이 될 수 있을 것으로 기대된다. 이에 그는 “우리나라뿐만 아니라 농촌 고령화 문제에 직면하고 기후변화로 인한 에너지 정책에 의해 급등하는 에너지 비용에 부담을 느끼는 대부분의 선진 국가들에게도 필요한 기술일 것으로 생각한다. 그렇기에 세계 시장을 목표로 하고 있고, 국제적으로 더 나은 농업 환경을 조성하는 데 그 의미가 있다고 생각합니다.”라며 큰 포부를 밝혔다.



### 스마트팜으로 위기를 기회로

세계는 지금 기후변화로 인해 농산업을 위기에 처해있다고 판단한다. 실제로 관련 연구 결과에 따르면 기후변화로 노지농업의 생산량이 급감할 것으로 예측하고 있으며, 수자원의 고갈까지 심화되면서 현재와 같은 농법으로는 더 이상 급증하는 인구를 감당하기 어렵다고 분석했다. 이에 류희경 대표는 “기후변화로 인해 야기되는 갖가지 위기를 감당하기에 우리 농촌은 이미 심각한 고령화가 진행 중입니다. 따라서 현재 산재해 있는 문제를 해결하기 위한 열쇠가 스마트팜임을 직시하고 스마트팜이 농산업 전반에 온전히 정착할 수 있도록 인프라 지원이 수반되어야 한다는 판단입니다.”라는 제언을 내놓기도 했다.

또한 농촌에 젊은 사람들을 유입시킬 수 있는 방안에 대해서도 고민하고 있다며 귀띔했는데, 스마트팜 단지 조성을 통해 자연스럽게 젊은 층의 유입을 유도하는 것이 그의 또 다른 계획 중 하나다. 만약 그의 계획이 실현된다면 일정 규모의 단지를 이룰 수 있고, 이는 다시 다양한 작물을 연중 생산할 수 있는 기반을 마련하는 중요한 단초가 될 수 있다. 여기에 부족한 노동력의

해결과 개별 농가가 마련하기 어려운 저온창고나 선별장 등의 인프라를 공유할 수 있게 되어 보다 수월하게 농산물 판매까지 이뤄질 수 있는 기반이 마련될 것이다. 따라서 그는 “스마트팜으로 생산된 농산물은 품질 유지 및 관리가 가능하기 때문에 연중으로 일정한 고품질의 농산물을 꾸준히 납품할 수 있어, 적절한 인프라만 수반된다면 스마트팜 단지는 농촌과 농업인 모두에게 큰 경쟁력이 될 수 있을 것 같다.”며 힘주어 말한다.

이같이 다양한 포부와 농업에 대한 진정성으로 뚝뚝 땀 흘린 그에게 앞으로 남은 과제들이 있다. 그 첫 번째는 온실 자동화 대회에서 좋은 성적을 내고 온실 자동화 기술 개발에 꾸준히 매진해 기술을 보완하고 완성시키는 것이고, 두 번째는 곧 입주하게 될 김제 스마트팜 혁신밸리의 임대형 농장에서 샐러드 상추 농사를 지어보며 자신의 농장 설립을 위한 준비를 하는 것이다. 그리고 세 번째는 크로프트에서 개발한 온실 자동화 기술을 자신의 농장에 적용해 완성시킨 뒤 후배 영농인들이 큰 어려움 없이 농업에 매진할 수 있는 발판을 마련하는 것으로, 작은 체구의 그이지만 그가 꾸는 꿈만큼은 결코 작지 않다는 생각이다.

# 코로나 엔데믹 시대

## 새로운 출발을 준비하는 우리가 주목해야 할 것들

2020년 1월 20일은 첫  
코로나19 확진자가 국내에서  
발생한 잊지 못할 날로,  
이후 우리 국민은 커다란 변화에  
직면할 수밖에 없었다.  
그렇게 2년여가 지날 즈음인  
4월 사회적 거리두기가  
완화되면서 우리 사회는  
또 다른 출발을 준비해야 하는  
시점과 마주하게 됐다.

### 코로나19와

#### 새로운 출발이라는 시험대

지난 3년여를 돌아보면 코로나19는 우리 사회 곳곳에 위기와 기회를 동시에 가져다준 변화의 중심 그 자체였다. 한편 미국의 칼럼리스트 토머스 프리드먼(Thomas Friedman)은 “앞으로 세상은 코로나 전(BC; Before Corona)과 후(AC; After Corona)로 규정될 것이다.”라고 주장해 또 다른 변화에 대비해야 함을 암시하기도 했다.

실제 우리 사회는 코로나19로 인해 대면 경제의 위기를 경험했고, 비대면 경제는 호황기를 누리며 순식간에 급성장하는 현실을 지켜왔다. 이와 함께 정보통신기술을 활용한 새로운 생활방식으로 전환을 꾀할 수 있다는 가능성을 엿볼 수 있었는데, 그 예가 원격근무와 원격수업이다.

전화위복이라는 말처럼 위기 뒤에는 희망이 있기 마련일까? 오래전 우리 인류는 비슷한 경험을 통해 위기를 극복한 사례가 있다. 바로 16세기 엘리자베스 1세가 흑사병의 대확산을 예방하기 위해 도시 확장을 제한한 것으로, 요즘으로 치면 그린벨트와 유사하다. 이처럼 우리 인류는 늘 위기를 극복하고 새로운 출발을 위한 시험대에 서왔다. 이에 지금이 코로나19 이후를 준비할 수 있는 골든타임이라는 사실을 함께 자각했으면 하는 바람을 가져본다.



엔  
데  
믹

## 변화된 일상,

### 그리고 Up & Down

필자는 업무 특성상 전통적인 산업부터 소상공인에 이르기까지, 코로나19 팬데믹으로 변화를 몸소 겪어낸 이들의 희로애락을 직접 곁에서 지켜봤다. 그리고 지금 우리는 코로나 엔데믹 시대로의 전환을 준비하며, 각자 살아남기 위한 다양한 전략을 준비 중이다.

이 같은 현실에서 기존과 상반된 분위기를 보이는 대표 분야가 있다. 바로 코로나 사태로 특수를 누렸던 배달업과 자영업이다. 팬데믹 이후 타 산업에서 대거 유입 현상을 보이까지 했던 배달업계는 최근 종사자의 급격한 이탈 현상을 보이고 있고, 자영업은 사적모임 인원과 영업시간 제한 조치에 제약이 풀리면서 점차 회복세를 이어가는 분위기다. 실제 고깃집을 운영 중인 한 식당 주인은 밀려드는 손님에 배달 주문까지 소화하기에는 역부족이라고 말하기도 한다. 그야말로 희비가 교차하는 순간이 아닐 수 없다. 이러한 분위기 속에서 영업시간 제한 조치로 심야시간대 승객이 뚝 끊기며 어려움을 호소하던 택시기사들도 한숨 돌리는 모습이다.

이러한 분위기는 대형 유통가를 비롯해 영화관 등 실내 다중이용시설들도 마찬가지다. 특히 실내 취식이 허용되면서 대형마트 내 시식과 화장품 테스터 사용이 가능해짐에 따라 유통업계는 다양한 대면 행사를 발 빠르게 준비 중이다. 또 대표 유통기업인 L사와 S사는 각각 향후 5년간 37조 원과 20조 원을 투자한다는 계획을 밝히며, 코로나 엔데믹 시대에 대한 기대감을 더했다. 두 기업 모두 오프라인 매장 투자에 중점을 둔 부분도 눈여겨볼 만한 대목이다.



# 새로운 출발...

## 보다 캐주얼한 일상의 확대

그 끝을 가늠하기조차 어려웠던 암흑 같은 코로나19 팬데믹이 끝나가고 있다. 물론 시기상조라는 의견도 만만치 않은 게 현실이지만, 우리 사회 곳곳에서는 지금의 분위기를 대체로 반기는 분위기다. 물론 코로나19 이전과 동일한 모습으로 돌아가기까지는 더 많은 시간이 필요할 것으로 예상된다. 이에 우리나라의 대표 소비트렌드 연구·분석기관인 서울대 소비트렌드분석센터의 엔데믹 시대와 관련한 흥미로운 예상 결과를 살펴봤다. 우리의 의식주와 관련한 내용이다.

이들은 우선 일과 휴가를 병행하는 '워크케이션(work vacation)'을 즐기는 이들이 늘어날 것으로 예상했다. 도시와 교외를 오가며 일과 거주, 그리고 여가를 즐기는 생활방식인 워크케이션이 코로나19 이후 새로운 삶의 대안이 될 것으로

내다본 것이다. 이와 함께 가상 하이킹이나 언택트 플로깅 챌린지 등 오프라인 기반의 모임이 온라인과 결합되는 현상에 주목해 소비자에게 새로운 경험을 제안하는 여가 시장의 피보팅(pivoting) 전략이 필요하다는 의견도 냈다.

한편 늘어난 집콕 생활의 연장선 차원에서 가족 구성원 개인의 성향에 맞춰 인테리어도 진화할 것으로 예상했는데, 최근 여행지에서의 경험을 고스란히 옮겨놓은 호텔 인테리어가 주목받는 것도 이 같은 예상을 뒷받침한다. 여기에 집의 순기능이 주거 목적에서 정보기술(IT)이 결합된 스마트 홈 기술이 더해지면서 일과 휴식, 또 놀이와 생활이 가능한 복합 공간으로 진화할 것으로 내다봤다. 그야말로 격식보다는 자신의 라이프 스타일에 맞춘 캐주얼하고 스마트한 일상이 확대될 것으로 내다본 것이다.

# 지속가능한 직장생활을 위해 필요한 내 마음 변화 체크 리스트 만들기

최근 어렵지 않게 들을 수 있는 단어 중 하나가 '지속가능'이다. 사회 전반에 걸쳐 사용되고 있는 이 단어는 우리 직장생활에서도 심심치 않게 들을 수 있다. 그렇다면 지속가능한 직장생활을 위해 우리는 어떤 노력을 해야하는 것일까?

## 내가 몸 담고 있는 회사의 장단점을 리스트로 만들어라

직장은 어느 형태든 우리의 삶과 일상에서 떼려야 뗄 수 없는 필수적 관계를 맺고 있다. 좋은 싫든 매일 그곳에서 사람들과 관계하며 하루의 절반 또는 그 이상의 시간을 보낸다. 따라서 각자가 부여하는 의미도 제각각인데, 어떤 이에게는 집과 가족 그 이상의 의미를 부여할 수 있고, 반대로 도망치고 싶은 곳이 되기도 한다.

물론 이 같은 생각은 직장 내 연차나 직급에 따라 서로 다를 수도 있지만, 요즘과 같이 지속가능성이 자주 회자되는 세상에서 직장을 보다 오래 또 슬기롭게 다니는 방법을 미리 점검하고 준비하는 것은 윤택한 직장생활을 위해 꽤 좋은 선택이 될 수 있다.

이를 위한 좋은 방법으로는 내가 현재 다니고 있는 회사의 장단점을 나열한 리스트를 손수 만들어 보는 것이다. 그리고 그 리스트를 바탕으로 내가 보완할 것들이 무엇인지 또 장점은 무엇인지 파악해 내 존재를 부각시킬 수 있는 전략을 세우는 것이다.

## 우리 회사 장단점 리스트 작성과 내 마음 변화 지표 만들기

내가 다니고 있는 회사를 가장 잘 아는 사람 중 하나는 바로 본인이다. 따라서 주관적인 견해도 좋고 객관적 견해도 좋으니 퇴근 후 스탠드 조명 아래서 차분히 리스트를 만들어 보자. 어쩌면 자신을 되돌아보는 또 다른 기회가 될 수도 있다.

여기에 더 중요한 체크 리스트가 있는데, 바로 오늘의 핵심인 내 마음의 변화를 체크할 수 있는 마음 변화 지표를 기록하는 것이다. 작성 방법의 예는 아래 예시와 같아도 좋으며, 자신만의 방식으로 만들어도 관계없다. 이후 스스로가 기록한 결과를 바탕으로 직장 내 처세술로 활용도 가능하니 꼭 실천해보자.

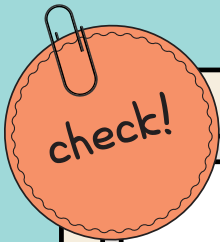
이 같은 기록을 통해 얻을 수 있는 결론은 불편한 관계도 언제든 마음 먹기에 달렸으며 회복 또한 가능하다는 것을 잊지 않는 것이다. 직장생활을 하다 보면 남의 떡이 커 보이는 경우가 있는데, 그 속을 살펴보면 별반 차이가 없다. 오르막이 있으면 내리막이 있고 내리막이 있으면 오르막이 있는 이치다.

## 슬기로운 직장생활을 위해

### 함께 일하고 싶은 동료 유형

앞에서는 나 자신을 위해 필요한 체크 리스트를 얘기했다면, 이번에는 함께 일하고 싶은 동료 유형을 살펴보고 나는 어떤 동료인지 3자 입장으로 살펴볼 수 있는 시간을 가져볼까 한다. 결론부터 말하면 '인성이 좋으며, 협력이 잘





## 내 마음 변화 체크리스트

### ✔ 일정한 기간을 정해라!

1달 또는 6개월 등 내 업무와 나의 상관관계를 살펴볼 수 있는 기간을 정하세요.

### ✔ 직장생활 기분지수를 만들어라!

직장생활 중 기분 변화를 1~10단계로 나눠 체크해보세요. 예를 들면 '오늘 성과는 정말 멋졌어'는 '10'으로 또 '오늘은 되는 일이 없네'는 '0' 등으로요.

### ✔ 직장생활의 매일 기분지수 체크도 필수!

출근을 위해 집 밖을 나선 순간부터 퇴근까지 회사 내에서 발생한 여러 상황들에 대한 기분지수를 체크하면 됩니다.

### ✔ 사건별 감정 변화를 기록하세요!

스스로 느낀 감정 변화를 기록하고 체크해 감정 변화가 가장 클 때를 찾아 원인을 살펴보세요.

### ✔ 원인을 파악하고 대처 방안을 만드세요!

직장생활은 관계의 연속입니다. 만약 서로 감정이 좋지 않은 직원이 있더라도 다시 회복이 가능하다는 사실을 기억하세요.

되는 동료'가 함께 일하고 싶은 1순위로 꼽혔다. 이는 구인·구직 포털 사이트에서 직장인 1,056명을 대상으로 조사한 결과로 응답률 62.3%를 차지했다. 이어 '눈치가 빠르고 융통성이 있는 동료(39.8%)', '전문지식과 업무 능력이 뛰어난 동료(38.1%)', '예의 바르고 성실한(32.4%)', '긍정적 마인드로 밝은 인상의(28.0%)' 순으로 조사됐다.

한편 같은 조사결과에서 흥미로운 부분은 근무하는 기업별로 모두 '인성 좋고 협력이 잘 되는 동료'를 선호한다는 답변이 가장 높은 것으로 나타났지만, 대기업 직장인 중에는 '전문 역량이 뛰어난 동료'와 함께 일하고 싶다는 답변이 50.0%로 많았고, 공기업 직장인 중에는 '눈치 빠르고 융통성 있는(44.8%)', '예의 바르고 성실한(39.7%)' 동료 유형을 꼽은 응답자가 상대적으로 많았다. 따라서 본 조사결과를 바탕으로 과연 나는 어떤 동료 군에 속할지 살펴 보는 시간을 가져보는 것도 슬기롭고 지속가능한 직장생활을 위해 필요하지 않을까 하는 생각을 가져본다.

# 심민철 대리의 행복 약속을 위한 증평 여행기

## 둘째 출산 앞두고 새로운 출발을 응원하다





장인어른 / 장모님 / 신민철 대리와 딸 / 아내 / 처제 / 동서



인생이라는 긴 여행길에서 가족이라는 든든한 울타리는 크고 작은 추억을 공유하며 하나의 이야기를 완성해 가는 친구 같은 존재다. 이번 신민철 대리(연료생산처 연료운영팀) 가족과 함께 떠난 증평 여행은 그러한 가족의 의미를 다시 한번 되새겨 볼 수 있는 특별한 이야기가 담겨있다.

#### 가족이라는 울타리 안에서 발견하는 행복

누구나 행복의 기준에 대해 고민해본 적이 있을 것이다. 어떤 이는 연봉을 그 기준으로 삼고, 또 어떤 이는 하루하루 소소한 것들에서 행복을 느끼며 감사한 마음으로 삶을 살아간다. 한편 이번 여행의 주인공인 연료생산처 연료운영팀 신민철 대리는 가족이라는 울타리 안에서 행복을 발견하고 경험한다.

이런 신민철 대리는 이번 여행도 또 다른 행복 발견의 일환으로 아내인 안혜진 씨의 둘째 출산을 앞두고 계획했다고. 그렇게 추억 더하기를 위해 준비한 여행길에 처가 식구들이 총출동해 특별함을 더했으며, 얼마 전 새롭게 식구가 된 동서 이강원 씨와 처제 안혜수 씨의 첫째 임신을 축하하기 위한 자리이기도 하다.

여행일정은 총 2박 3일로, 신민철 대리 가족과 만난 날은 여행 이튿날 증평 벨포레 리조트에서였다. 호반과 어우러진 수려한 자연이 꽤 멋스러운 여행지로, 큰 들숨 한 번으로도 그간 쌓였던 몸과 마음의 피로가 한순간에 사라지는 듯하다. 그리고 그곳에 신민철 대리 가족의 행복한 웃음꽃이 더해지면서 완벽한 풍경을 만들어낸다.

#### 코로나19 이후 나선 오랜만의 가족 나들이

“그동안 코로나19로 많이 답답했을 가족들이 이번 여행을 통해 행복해지는 모습을 보니 정말 좋았다는 생각이 듭니다. 앞으로 기회가 된다면 횡수를 늘려 보다 자주 다녀볼 계획입니다.”

신민철 대리는 출산을 앞두고 제법 배가 부른 아내와 처제, 두 사람을 위해 넉넉하고 여유롭게 일정을 계획했다. 또 코로나19 펜데믹 탓으로 오랜 시간 여행을 하지 못한 장인어른과 장모님을 위한 자리기도



제가 여행을 즐기는 이유는 일상과 잠시 분리된 제 스스로를 돌아보고  
평소 미뤄두었던 생각을 정리해 볼 수 있기 때문입니다.

아울러 지금까지 잘 살아왔는지 또 앞으로 가야 할 방향은 어디인지 삶의 방향도 재설정해봅니다.

마음 충전도 되고요.



한데, 예전 같았으면 크고 작은 여행 스케줄까지 일년에 최소 10여 회 이상 가족 여행을 다녔었다고. 이처럼 오랜만의 외출에 나선 가족들은 신민철 대리의 첫째 딸 지인 양의 재롱에 마냥 행복한 모습이다. 특히 지인 양의 사랑을 독차지하고 있는 이모부이자 신민철 대리의 동서인 이강원 씨는, 지인 양이 어디를 가든 혹여나 다칠세라 알뜰하고 살뜰히 챙기는 모습이 보는 이들에게 흐뭇한 미소를 자아냈다. 예비 아빠로서 100점을 주고도 남을 정도다.

#### 자연 속에서 가족의 의미 되새겨

리조트 내에서 가족 모두가 동심으로 돌아간 듯 오순도순 편안한 모습이다. 다양한 체험과 사진찍기에 흠뻑 빠져있는 모습을 보니 더욱 그런 듯하다.

퇴직 후 유튜브로 활동 중인 장인어른 안영현 씨는 가족들의 행복한 모습을 비디오키메라에 담느라 동분서주하고, 그 모습을 흐뭇하게 바라보는 장모님 박경숙 씨 입가엔 미소가 가시질 않는다. 이번 여행의 백미는 리조트 프로그램에서 가장 인기 있다는 양몰이 체험으로, 딸 지인 양을 비롯한 모든 식구가 가장 즐겁게 경험한 프로그램이었다고. 또 양몰이 체험이 끝난 후 아장아장 서툰 걸음걸이로 동물 친구들을 하나하나 찾아가 인사를 건네며, 먹이를 주는 지인 양의 모습은 가족들의 사랑을 독차지하고도 남았다.

그 모습을 가만히 바라보고 있자니 “가족들이 서로 맺어져 하나가 되어 있다는 것이 정말 이 세상에서의 유일한 행복이다.”라고 말한 프랑스의 물리학자





이자 화학자인 ‘퀴리 부인(Marie Curie, Maria Salomea Sklodowska)’의 말이 다시 한번 되새김질 된다.

### 가장이라는 이름으로

6월 15일은 신민철 대리 부부의 둘째 출산 예정일로, 아기의 태명은 ‘축복이다.’ 가족 모두에게 축복과 같은 존재가 되길 바라는 깊은 뜻으로, 요즘과 같은 사회 분위기 속에서 둘째 계획은 신민철 대리에게 가끔은 부담이 되기도 한다. 하지만 첫째 지인 양이 아내 배에 가만히 손을 얹고 “아가야” 라며 동생을 부르는 모습을 볼 때면, 걱정보다는 행복한 네 식구가 되어있을 머지않은 미래가 더 기대된다.

“자존감이 강하면서도 예의 바른 아이들로 자랐으면 좋겠습니다. 틀리더라도 일단 시도해보며 소신 있게 인생을 결정해가는 사람이 되면 좋을 것 같고, 주변 사람들을 소중하게 생각하고 대할 줄 아는 아이들이 되었으면 합니다.” 신민철 대리가 자신의 2세들에게 바라는 모습이다.

한편 가장으로서 무게감이 더해지는 것도 신민철 대리가 온전히 짊어져야 할 무게지만, 그간 고생한 아내를 생각하면 자신의 고민은 고민도 아니라는 것이 그의 생각이다. 그만큼 아내를 사랑하고 위하는 모습에서 가장으로서 책임을 다하려는 모습에 괜히 든든한 마음도 든다.



### TRAVEL INFO

예로부터 물 좋고 공기 좋기로 소문난 충북 증평에 위치한 벨포레 리조트는 대전에서 자동차로 1시간 거리다. 정상 부근엔 양떼 목장이 있고, 하루 두 차례 양몰이 공연을 관람할 수 있다. 이밖에 익스트림 루지와 수상놀이 등 다양한 즐길거리가 준비되어 있다.

#### ❖ 벨포레 목장 양몰이 공연 시간

주중 13:30 / 15:30, 주말 11:30 / 13:30 / 15:30

- 양, 미니어처 호스, 당나귀 먹이 주기
- 토끼, 보어염소, 돼지, 기니피그 먹이 주기
- 승마 체험

#### ❖ 익스트림 루지 운영 코스

- 조금 더 길고 경치를 즐기며 주행 하는 1코스  
⇒ 약 1.5km
- 더욱 짜릿하고 속도감 넘치는 2코스  
⇒ 약 1.4km

#### ❖ 마리나 클럽 수상 놀이

- 360도 회전 및 반 잠수 모가로 제트 보트 (Moggaro Jet Boat)
- 세계적인 요트 메이커 씨윈드 요트 (Seawind Yacht)
- 드래곤 보트 (Dragon boat)
- 블랙스톤 카타마란 (Catamaran ship)
- 그 외 수상 놀이 기구: 허리케인, 핵사곤, 플라이피쉬, 바나나 보트, 제트 보트



# 나와 지구를 지키는 느리지만 착한 걸음 플로깅(Plogging)

우리 주변 환경과 스스로의 건강을 위한 활동 ‘플로깅(Plogging)’을 실천하는 이들이 늘고 있다. 플로깅은 조깅과 산책, 그리고 등산 등을 즐기며 쓰레기를 줍는 환경보호 운동으로, 2016년 스웨덴에서 처음 시작됐다.



### 필(必)환경 시대에 플로깅이 주는 장점

플로깅은 우리가 흔히 즐기는 유산소 운동과 맞먹는 칼로리 소모를 요구하는데, 걷기 및 달리기와 같은 유산소 운동에 스쿼드나 런지 동작과 유사한 쓰레기 줍기가 더해지기 때문이다. 여기에 환경에까지 선한 영향력을 끼칠 수 있으니 일거양득이라는 말이 그야말로 딱 맞는 활동이다.

플로깅이 주는 이점을 조금 더 자세히 살펴보자. 우선 걷기와 달리는 대표적인 유산소 운동으로 혈액순환을 원활하게 돕고 심박수와 혈압을 낮춰 심장과 폐를 건강하게 해준다. 이는 대표 성인질환인 당뇨병이나 고지혈증 등을 예방하는 데도 효과적이다. 한편 전문의들은 상체와 하체 모두를 움직임으로써 근력 운동에도 꽤 이롭다고 설명한다. 실제 플로깅을 해보면 바닥에 떨어져 있는 쓰레기를 줍기 위해 집게를 왼 팔을 뻗어야 하고 다리를 구부리고 퍼기를 반복해야 한다. 마치 피트니스에서 자주 볼 수 있는 스쿼드 자세와 흡사하다.

스웨덴에서 조사한 결과를 보면 30분 동안 조깅한 사람이 평균 235kcal를 소모했고 플로깅을 한 사람은 평균 288kcal를 소모한 것으로 나타났다. 물론 정신건강에도 이롭다. 당연한 얘기겠지만 야외활동을 함으로써, 자연스럽게 햇볕을 받고 신선한 공기를 마시므로써 스트레스를 해소할 수 있기 때문이다.

### 준비물도 환경을 고려한 도구로 준비해야

플로깅은 건강은 물론 환경을 위한 실천이자 행동이다. 따라서 도구도 친환경 제품 또는 가급적 환경에 덜 해로운 제품을 이용해야 본래의 취지에 맞다고 전문가들은 조언한다. 최근에는 온라인 쇼핑몰을 조금만 주의 깊게 살펴보면 나무로 만든 집게라든가 관련 에코백도 어렵지 않게 찾아볼 수 있다.

꾸준히 플로깅을 실천하고 있는 사람들은 집에 보관하던 낡은 백팩을 사용하기도 하고, 오물에 대비하기 위해 다회용 장갑을 사용하기도 한다. 물론 종량제 봉투를 사용해도 된다. 단, 모은 쓰레기는 꼭 분리수거해야 한다는 것도 잊지 말자. 복장은 최대한 편안한 복장이 좋으며, 바지의 경우는 긴 바지를 입어 해충이나 풀독에 대비하는 것이 좋다.

모든 준비를 마쳤다면 내가 사는 마을 주변이나 가까운 산책로 등으로 출발해보자. 여기서 잊지 말아야 할 한가지, 플로깅 전 충분한 몸풀기를 해주어야 한다. 간단한 스트레칭만으로도 부상 방지는 물론 운동 효과도 높일 수 있기 때문이다. 오랜만의 운동이라면 근육통을 줄일 수도 있다.

# Plogging [ plocka up + jogging ]

## 여기서 잠깐, 플로깅 초보를 위한 요약 Tip

### 플로깅 준비물 어떻게 필요해요?

- 에코백 또는 종량제 봉투 등 재활용 가능한 쓰레기 수거 용품
- 환경보호가 가장 우선인 만큼 다회용 장갑 필요
- 다양한 소재로 만든 제품 중 환경을 고려한 집게
- 활동에 유리한 복장이 가장 좋으며 상처를 방지할 수 있는 편안한 차림

### 플로깅 방법이 궁금해요!

- 플로깅을 시작하기 전 가벼운 스트레칭은 필수예요
- 봉투와 집게를 들고 조깅하고 주변 사람에게 적극적으로 알려주세요
- 쓰레기를 발견하면 봉투에 주워 담으세요
- 여기저기서 모은 쓰레기는 꼭 분리수거해 주세요



봉투



장갑

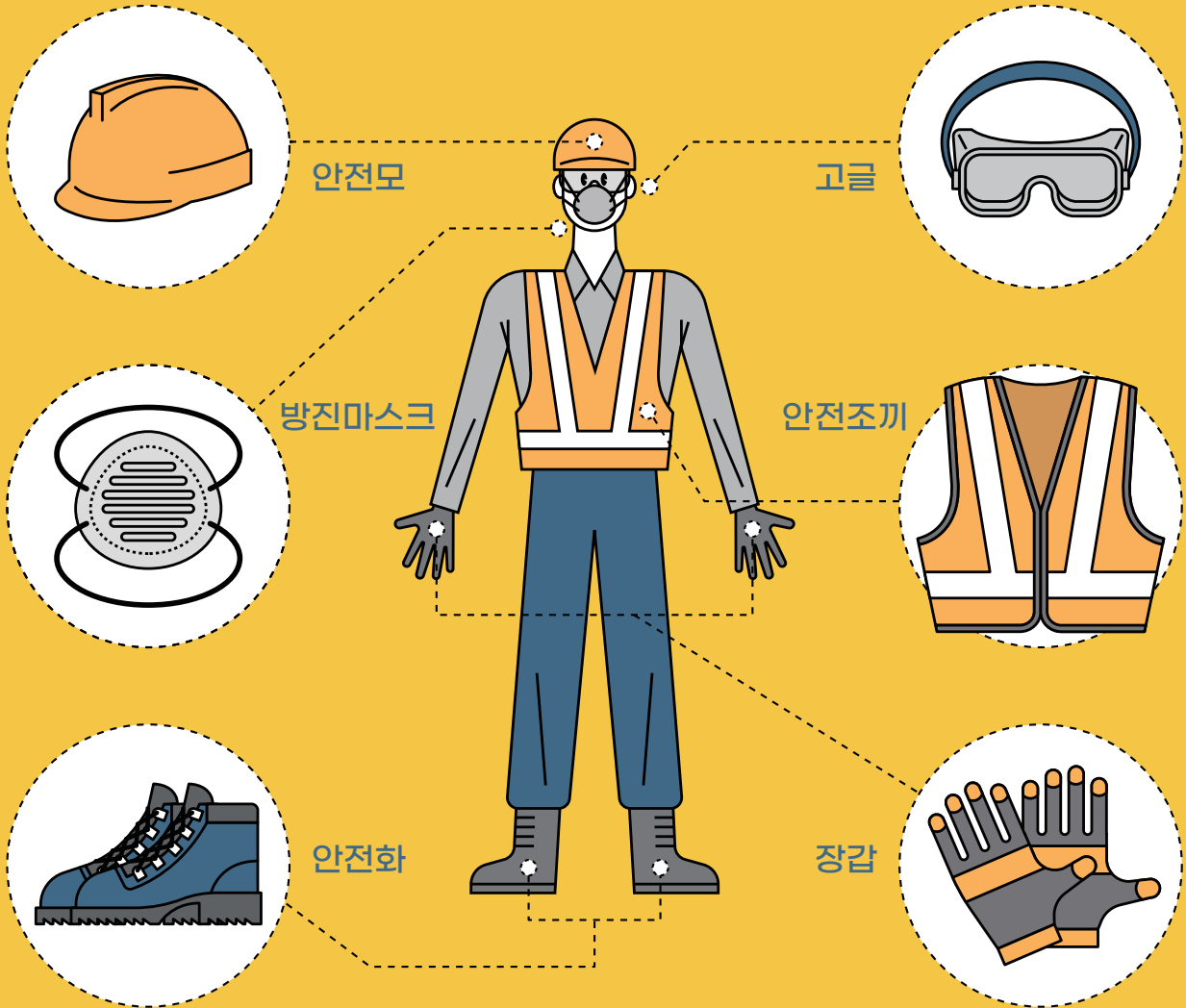


집게



편안한차림

# 작업현장에서 산업재해를 예방하기 위한 안전수칙과 안전보호구 착용법



혹시 작업 종류마다 지켜야 할 안전수칙이 다른 건 알고 계셨나요? 작업 종류별로 알맞은 안전수칙을 숙지해야 산업재해를 예방할 수 있습니다. 그리고 안전보건공단 홈페이지에 들어가면 작업별로 지켜야 할 안전수칙이 나와 있습니다. 관리자는 업무에 참고하셔서 산업현장에서 일어나는 안전사고를 예방하기 위해 안전수칙에 대해 숙지하고 작업자한테도 교육을 통해서 사고 예방을 위해 노력해야 합니다. 그중 우리 회사에서 지켜야 할 12대 안전수칙에 대해 알아보겠습니다.

## 안전사고 예방을 위한 KNF 안전수칙

- ✓ 무허가 작업 금지
- ✓ 중장비/화물차 관계자 외 접근금지
- ✓ 밀폐공간 출입 전 환기가스농도 측정
- ✓ 제한구역 출입금지
- ✓ 화기작업 시 화재예방 조치
- ✓ 회전기계 작업 중 면장갑 착용금지
- ✓ 고소작업 시 안전대 착용
- ✓ 폭발/화재 위험장소 화기사용 금지
- ✓ 적정 안전보호구 착용
- ✓ 안전장치 임의 해제 금지
- ✓ 유해위험작업 전 안전점검



회사에서 지켜야 할 기본적인 안전수칙은 위의 내용과 같습니다. 이중에서도 제일 중요한 건 '무허가 작업 금지'입니다. 회사에서 작업을 할 경우에는 '안전작업허가서'를 비치하고 작업을 진행해야 합니다. 이를 어길 경우에는 해당 작업에 대한 작업 중지 명령을 내릴 수 있습니다.

또한 안전작업허가서를 비치했다라도 작업현장에서 안전수칙에 따라 적절한 안전조치가 이루어지지 않는다면 이 경우에도 작업중지명령을 내릴 수 있다는 점과 작업 시작 전에 안전관리 담당자에게 작업 시작시간을 알려야 할 의무가 있습니다.

## 올바른 안전보호구 착용법



안전보호구는 산업안전보건법에 따라 작업현장에서 필수적으로 착용해야 합니다.

하지만 작업현장에서는 불편하다는 이유로 안전보호구를 착용하지 않고

작업을 하던 중 방심하는 순간에 사고가 발생하여 부상을 당하거나 사망에 이를 수도 있습니다.

올바른 안전보호구를 착용함으로써 산업재해를 예방할 수 있고, 나 자신과 가족을 모두 지킬 수 있는 최선의 방법이라는 사실을 알고 꼭 지켜주시길 바랍니다.

또 안전보호구를 착용하더라도 올바른 방법으로 착용을 하지 않는다면 착용하지 않는 것과 같습니다. 따라서 산업현장에서 쓰이는 안전보호구의 올바른 착용법에 대해 소개하겠습니다.

### 안전모

- 안전모의 모체, 착장제, 충격흡수제 및 턱끈의 이상 유무 확인
- 자신의 머리 크기에 맞도록 착장제의 머리 고정대 조절
- 귀 양쪽에 턱끈이 위치하도록 조절
- 안전모가 벗겨지지 않도록 턱끈을 단단히 체결
- 작업별로 알맞은 안전모 착용(A종, AB종, AE종, ABE종)



#### A종

떨어지거나 날아오는 물체와 맞을 위험을 방지 또는 경감함



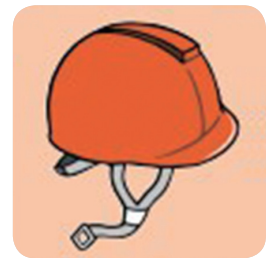
#### AB종

떨어지거나 날아오는 물체에 맞거나 높은 곳에서 떨어져 다칠 위험을 방지 또는 경감함



#### AE종

떨어지거나 날아오는 물체에 맞을 위험을 방지 또는 경감하고 머리 부위 감전 위험을 방지함



#### ABE종

떨어지거나 날아오는 물체에 맞거나 높은 곳에서 떨어짐에 의한 부상을 방지 또는 경감하고, 머리 부위 감전 위험을 방지함

## 안전화

- 안전화 끈까지 단단히 조여매고 꺾어 신지 않기
- 착용 후 땀을 건조시켜 보관
- 작업현장에 알맞은 안전화 착용(절연화, 화학물질용 안전화, 정전기 안전화 등)



### 가죽제 안전화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발을 보호



### 절연장화

고압감전방지와 방수를 겸함



### 고무제 안전화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발을 보호하고 내수성과 내화학성을 갖춘



### 절연화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발을 보호하고 저압감전 방지함



### 정전기 안전화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발을 보호하고 정전기의 인체 대전을 방지함



### 발등안전화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발등 보호



### 발등안전화

떨어지는 물체에 맞거나 부딪히거나 날카로운 물체에 찔리지 않도록 발등 보호

안전화 종류(출처: 산업안전보건공단)

## 안전대

(2m 이상의 추락 위험 현장에서 착용)

- 양다리에 그네식 안전대를 끼우고 들어올린다.
- 양어깨에 그네식 안전대를 끼운다.
- 가슴 조임줄을 채운다.
- 혹은 구멍줄에 건다.
- 수직 구멍 중인 경우 혹은 안전대의 D링에 건다.
- 착용 상태의 이상 유무를 확인한다.



1

양다리에 안전대를 끼우고 들어올린다.



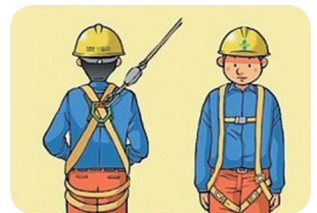
2

양어깨에 안전대를 끼운다.



3

가슴 조임줄을 채운다.



4

착용 상태의 이상 유무를 확인한다.

# 새로운 출발을 준비하는 올바른 자세, 미리 준비하는 자격증

& 일터의 풍경을 바꾸는 작은 실천



바야흐로 자기개발 시대다. 연봉, 승진 등 그 이유도 다양한데, 이번에는 퇴직 후 새로운 인생을 준비하는 예비 퇴직자들을 위한 자기개발 정보를 담아보았다. 한 취업 플랫폼 조사에 따르면 직장인들이 체감하는 정년퇴직 시기는 평균 51.7세로, 법정 정년인 60세보다 8년 이상 이른 것으로 나타났다. 그야말로 미래의 나를 위한 적극적인 준비가 필요한 시대다.

## 생각보다 이른 은퇴 시기와 늘어난 기대수명



평균 기대수명이 대폭 늘어난 요즘 '100세 시대'는 꿈이 아닌 현실이 되었고, 평균 정년퇴직이 50대 초반인 만큼 은퇴 후의 50년을 준비하기 위한 나만의 전략이 그 어느 때보다 절실한 시기가 되었다.

지난해 중순 실시된 '경제활동인구조사'를 확인해보면 고령층의 경우 73세까지 일하기를 희망한 것으로 나타났으며, 실제 평균 기대수명이 늘어난 만큼 결코 무리는 아니다. 한편 최근 한국고용정보원에서 펴낸 보고서 '2020 한국의 직업정보'를 살펴보면, 중장년(50~69세)이 가장 일하기 적합한 직종으로 농림·어업직이 가장 일하기 적합한 직종으로 나타났다.

## 사회 관심에서 멀어지는 중장년층

최근 한 금융기관의 조사에 따르면 국내 임금근로자의 퇴직연령은 평균 49.3세로 법정 정년인 60세에 크게 미치지 못하는 것으로 나타났다. 퇴직사유의 41.3%가 권고사직, 정리해고, 사업부진 등 비자발적 퇴직이었다. 더 큰 문제는 청년 취업문제에 밀려 사회적 관심에서 상대적으로 밀리고 있다는 현실이다. 또 다른 조사 결과에 따르면 국내 15세 이상 생산가능인구 가운데 50세 이상 중장년층 비중은 2020년 45.8%에서 2030년 55%로 증가할 것으로 전망하고 있으며, 반면 청년층 비중은 19.9%에서 14.7%로 감소할 것으로 내다보고 있다.



# 3

## 새 출발 준비하는 중장년층에게 인기 높은 자격증

고용노동부와 한국산업인력공단이 국가기술자격 종목별 채용시장 활용 현황에 대한 조사 결과를 보면 구인 공고에서 가장 많이 요구하는 자격증은 지게차운전기능사로 지난 수년 동안 부동의 1위를 차지하고 있는 것으로 나타났다.

특히 중장년층에게 인기가 높은 지게차운전기능사는 특별히 요구하는 응시조건이 없어 코로나19 장기화로 제2의 직업에 도전하는 이들이 많이 찾는 추세다. 시험 합격률은 2020년 지게차운전기능사 시험의 경우 필기 기준 68%, 실기 50.3%였다.

이어 건축기사와 한식조리기능사도 순위변동 없이 각각 2위와 3위를 고수하고 있다. 토목기사와 건축산업기사는 5위와 11위에, 전기기사·전기산업 기사·전기기능사·전기공사산업기사는 4위·6위·7위·14위에 오르는 등 건설분야와 전기분야는 많은 종목들이 꾸준히 상위에 포함돼 있다.



# 4

## 중장년 직업 적합성 1위는 플로리스트



중장년 직업 적합성 1위는 플로리스트가 차지했다. 플로리스트가 되기 위해서는 꽃의 재배나 유통, 소재 개발 등 다양한 부분에 대한 지식을 필요로 한다. 플로리스트 관련 국가기술자격시험으로는 한국산업인력공단에서 시행하는 화훼장식기능사 자격시험과 화훼장식기사 자격시험 등이 있다. 수입은 실력에 따라 천차만별로 일반 꽃집에 취업할 경우 월평균 150만~200만 원 선이며, 웨딩이나 파티를 프로젝트로 맡을 경우 1건에 1,000만 원을 넘는 경우도 있다.

이밖에 '숲 해설사'와 '문화 관광 해설사' 등도 중장년 직업 적합성이 높은 직업 중 하나다. 업무 성격상 수입은 상대적으로 적은 편으로써 연평균 소득은 1,078만 원 수준이다. '중년 고사'라 불리는 부동산 중개업도 인기다. 은퇴 후 제2의 직업으로 가장 많이 택하는 직업 중 하나로 정년이 없고 겸업이 가능하기 때문이다.

## #이달의 챌린지

### 미래 나의 새출발을 위한 자격증 준비 챌린지!



직장인들은 자신의 미래를 위한 준비로 자격증을 먼저 생각하고 고민합니다. 이에 전문가들은 자신의 적성과 장기적인 안목이 우선되어야 한다고 조언합니다. 수많은 자격증이 존재하고 취득 방법도 다양한 지금, 미래 나의 새로운 출발을 위해서라도 꼼꼼히 체크하는 건 당연하겠죠?

- ✔ 유행보다는 자신의 적성을 먼저 고민하기!
- ✔ 지속가능한 직업과 자격증 조사하기!
- ✔ 예전 나의 직업과 연관성을 고려한 자격증 준비하기!

# 열에너지와 엔트로피

일반인들에게 에너지가 무엇이라고 묻는다면 일(work)을 할 수 있는 능력이라고 대답할 것이다. 그러나 에너지 전문가 또는 과학자에게 에너지에 대한 정의를 묻는다면 “에너지란 물리계가 일을 얼마나 할 수 있는지를 정량적으로 나타내는 것이다.”라고 대답할 것이다. 에너지는 일반적으로 사람들이 직접 인지하지 못하고 에너지의 이동이나 변환이 일어날 때 에너지의 존재를 알 수 있게 된다. 에너지는 빛, 열, 소리, 전기, 화학, 핵, 중력 등 여러 가지의 형태로 구분할 수 있으나 역학적으로는 위치에너지, 운동에너지, 정지에너지의 셋(3)으로 분류한다.



19세기 초까지만 해도 과학계는 열(熱)이 무엇인지를 잘 모르고 있었다. 열의 특성을 정확하게 파악하지 못한 당시의 과학자들은 열은 열소(熱素)라는 물질이 만들어내는 화학작용의 하나로만 인식했다. 그러나 마이어(Julius Mayer), 헬름홀츠(Hermann Helmholtz), 줄(James Joule) 등 과학자의 연구결과로 열도 에너지의 한 형태이며, 에너지의 총량은 변하지 않는다는 에너지의 보존법칙을 확립하게 되었다. 특히 영국 과학자 줄은 1847년 실험을 통해 1칼로리(cal)의 열량은 4.18줄(J)의 에너지와 같음을 정량적으로 밝혀냈다. 이렇게 확립된 에너지의 보존법칙을 열역학 제1 법칙이라고 부르게 되었다.

에너지의 총량은 변하지 않는다는 에너지의 보존법칙이 밝혀진 이상, 열도 에너지이므로 열은 낮은 온도의 물체에서 높은 온도의 물체로 이동할 수 있어야 한다. 그러나 열은 높은 온도에서 낮은 온도로만 이동할 뿐, 낮은 온도에서 높은 온도로 이동하지 않는다. 이는 에너지 보존법칙으로는 설명할 수 없는 현상이었다. 또 다른 문제도 있었다. 운동에너지는 쉽게 모두 열에너지로 변환될 수 있다. 예를 들면 달리던 물체에서 마찰력이 작용하면 물체가 가진 운동에너지는 열에너지로 바뀌고 물체는 정지된다. 그러나 열에너지는 일부만 운동에너지로 바뀔 뿐이다. 운동에너지와 열에너지는 모두 에너지인데 왜 열에너지는 일부만 운동에너지로 바뀔까? 에너지 보존법칙은 오류인가?

이와 같은 자연현상을 열역학 제1 법칙만으로 설명하기에는 충분하지 않아 등장한 개념이 엔트로피(Entropy)이다. 열역학 제1 법칙(에너지 보존법칙)에 의하면 모든 에너지는 서로 간에 쉽게 변환될 수 있다. 그러나 에너지 변환에는 어떤 자발적인 방향이 있다는 것이 오래전부터 경험적으로 알려져 왔다. 예를 들면 마찰로 발생하는 에너지는 발생하면서 흩어져 사라질 뿐이지 그 에너지가 스스로 모여 마찰 중인 물체의 운동에너지 혹은 위치에너지 형태로 변환되지 않는다. 이러한 방향성을



설명하기 위해 독일 물리학자인 클라우지우스(R. Clausius)가 1850년대 초에 엔트로피라는 개념을 고안했으며, 이로써 열역학 제2 법칙이 성립되었다. 엔트로피는 열역학적 상태함수(state function)의 하나로서 열역학계에서 일로 전환될 수 없는, 즉 유용하지 않은 에너지를 기술할 때 사용된다. 이를 두고 무질서도(無秩序度)라고 표현한다.

이 열역학 제2 법칙은 고립된 계에서 엔트로피는 감소하지 않는다는 법칙이다. 엔트로피는 열역학적 계(Thermodynamic System)의 무질서 정도를 나타내는 척도이며 엔트로피가 높을수록 계의 무질서도 높다는 것이다. 고립된 계가 아닌 계에서는 엔트로피를 인위적으로 감소시킬 수 있다. 예를 들면 실내에서 에어컨을 가동해 실내온도를 낮추는 경우 실내 공기의 엔트로피는 감소한다. 그러나 이 경우 실내외를 모두 포함하는 전체 계를 본다면 엔트로피는 항상 증가한다. 에어컨이 가동되면 실외로 배출되는 열에너지가 발생시키는 엔트로피의 양이 실내에서 감소하는 엔트로피의 양보다 많기 때문이다.

열역학 제2 법칙에 따르면 엔트로피는 감소하지 않으므로 거시적으로 본다면 우주에는 사용할 수 없는 에너지가 계속 증가하게 된다. 이는 자연계에서 에너지의 자발적 변화는 사용 가능한 에너지(Enthalpy)가 감소하는 반면 열의 비가역적 변화를 뜻하는 엔트로피가 증가한다는 것이다. 따라서 멀고도 먼 미래에는 열역학적 관점에서 본다면 우주의 엔트로피가 최대가 되는 상태에 도달할 것이며, 이 상태에서는 어떠한 자발적 운동이나 생명 등이 유지될 수 없는 극단적 무질서의 상태가 되어 우주의 열역학적 종말을 맞이하게 된다. 이러한 상태를 “열 죽음”(Heat Death)이라 부른다. 이 상태에서는 모든 것이 소립자로 분해되어 우주 공간에는 소립자만 무질서하게 돌아다니게 된다.

오늘 현재 지구촌이 시급하게 해결하지 못하면 지구의 종말을 피할 수 없게 될 중대한 과제가 있다면 그것은 기후변화(Climate Change)일 것이다. 오늘날의 기후변화는 결코 자연현상이 아니라 전적으로 인간이 초래한 것이기 때문에 인간이 책임지고 이 엄중한 문제를 해결해야 한다. 기후변화의 주범인 이산화탄소는 산업화 이전에는 대기 중에 280ppm였으나 현재는 50% 이상 증가해 420ppm으로 대기 온도는 1°C 상승했다. 2015년 파리기후협약에서 세계 각국은 21세기 말까지



대기 온도 상승을 1.5°C로 억제하기로 합의했으나 전문가들은 이 목표달성에 비관적이다. 현재까지 파리협약을 이행하고 있는 국가가 없기 때문이다. 2020년 부유한 국가들이 솔선해서 연간 1000억\$를 기후변화를 위해 개도국에 기부하겠다는 약속을 이행하지 않고 있을 뿐 아니라 탄소 배출이 최고로 많은 미국은 트럼프 정부가 파리협약을 탈퇴했고 중국과 인도는 탄소 배출 감축 목표를 2030년에서 2050년으로 연기하고 있는 등 선진국의 불성실한 태도로 기후변화의 위기극복은 요원하다는 것이 전문가들의 견해이다. 최근의 미국 캘리포니아 산불, 아프리카 여러 나라에서 겪고 있는 극심한 가뭄, 남극과 북극 빙하의 급속한 해빙, 지구의 허파인 남미 아마존의 원시림과 인도네시아 삼림의 벌목 등 지구 생태계의 파괴를 가속하고 있는 모든 현상이 엄청난 탄소 배출이 직간접적인 원인으로 작용하고 있어 이러한 문제에 대한 적절한 대책이 없다면 21세기 말 대기 온도는 4~7°C 상승할 것이라고 전문가들은 경고하고 있다. 2021년 영국 글래스고에서 개최된 기후협약 COP 26 당사국은 탄소 배출 “영(Zero)”을 위해 향후 30년 동안 100조\$의 재정지원을 약속했으나 구속력이 없어 실현 가능성은 의문시된다. 기후변화의 중심에는 탄소 배출이 있으며, 탄소 배출은 에너지 소비의 과용과 오염에 기인하므로 이는 엔트로피를 증가시켜 결국에는 지구가 “열 죽음”에 이르게 될 것이다.



part 1

# K-CULTURE 시대, 또 다른 출발을 준비하다

우리의 K-CULTURE가 세계를 무대로 힘차게 약진하고 있는 것이 현실로, 필자의 어린 시절은 이소룡이나 취권에 나오는 성룡의 현란한 무술을 따라하거나, 영웅본색 속의 주윤발이 되어 바바리코트에 성냥개비를 입에 무는 것이 유행이었고, 라디오에서 흘러나오는 음악은 비틀즈를 거쳐 마이클 잭슨에 빠져 있었다. 우리나라의 문화보단 다른 나라의 문화에 열광하고 익숙하였던 시기로 무조건적인 서구문명에 대한 동경심과 일본 문화에 대한 상대적 열등감에 젖어 있었다. 지금은 이 땅의 문화인으로 요즈음은 우리 것에 대한 깊은 자부심을 느끼고 있다. 하지만 미래를 위한 준비가 필요하다는 목소리도 커지고 있는 것이 현실로, 또 다른 출발을 위해 우리가 준비해야 할 것은 무엇인가?

한류 1세대라 할 수 있는 대장금, 겨울연가 등의 드라마를 시작으로 싸이의 강남스타일이 대박을 터뜨리며 K-POP에 대한 관심이 쏟아졌고, 봉준호 감독의 '기생충'은 2019년도 칸영화제에서 황금종려상을 수상하며 큰 업적을 이룩하였고, 다시 2020년 아카데미 시상식에서는 작품상·감독상·각본상·국제장편영화상 등 4개 부문을 석권했다. 방탄소년단은 신곡 '다이너마이트'가 빌보드 핫100 차트 1위를 기록하며 전 세계적으로 K-pop의 위상을 드높이며 우리의 문화콘텐츠 산업의 글로벌 선전이 지속되면서 한류 3.0의 다음 진화 단계인 '신한류(K-Culture)'에 대한 논의가 제기되고 있는 것이 현실이다.

영국 킹스칼리지런던(KCL) 국제관계학 교수인 라몬 파체코 파르도 박사가 '새우에서 고래로/잇힌 전쟁에서 K팝까지의 한국'이란 책에서 오랜 기간 동안 중국과 일본에게 유린당한 아픈 과거를 이야기하며 대륙문화와 해양문화 라는 거대한 고래를 사이에 위치한 반도라는 상황에서 언제 새우등이 터질지 모르던 공포를 이겨내고 이제는 스스로 고래가 됐고, 반도체를 위시하여 자동차 및 선박과 전기배터리와 휴대폰 등을 기반으로 이제는 세계 10대 무역 대국이 됐다며, K팝 음악과 '기생충'을 필두로 한 음악과 영화 등 문화면에서도 한반도 특유의 저력으로 세계 문화의 강국으로 변했다 하였다.

이 책은 우리의 경제, 문화적 성공에는 600여 년 전 조선의 탁월한 임금 세종대왕의 한글 창제가 큰 몫을 차지하였다며, 중국의 상형문자를 버리고 입모양의 발음을 기본으로 하여 만든 우리말이 한국문화 발전의 한 축이라고 하였다. 파체코 파르도 교수는 앞으로도 경제력과 소프트파워 및 군사력까지 합하여 계



# K-CULTURE

# 한류

속 노력해야 한다며 이제는 미국과 중국의 사이에서 등이 터질 것을 두려워 할 것이 아니라 오히려 두 강대국이 한국을 자신의 편으로 끌어드리려 한국의 파워를 키워야 한다며 밝은 미래가 한국을 기다리고 있다고 찬사를 아끼지 않았다.

오래 전에 북경 칭화대 교수 재직시절 주중 한국문화원장과 함께 술자리를 나누면서 자연스럽게 우리 것에 대한 대화를 나누는 적이 있었다. 흥미롭게도 그 자리에서 문화원장은 중국술과 우리 술을 비교하면서 한류(韓流)는 있을지언정 중류(中流)는 있을 수 없다는 제법 그럴듯한 논리를 펼쳐 필자도 공감한 적이 있다.

그의 말인즉 한류가 성공하려면 세계라는 틀 속에서 우리 것이 어느 정도만 존재하고 있어야 한다는 논리로 한류는 세계 속에서 우리 것을 드러낼 듯하면서도 안 들어내는 절묘한 조화를 거치고서야 비로소 입지를 형성하였다는 것이다. 구체적으로 설명하자면 (우리가 즐겨 마시는) 폭탄주는 세계화한 맥주 2/3에 우리의 술인 소주기 1/3이 믹서 된 상태(우리 것보다 세계화가 2배)가 가장 맛있다는 나름 경험으로 체험한 실용논리로, 반대로 중국술은 워낙 개성이 강하기에 맥주 2/3에 중국술 1/3이 아니라 중국술은 조금만 넣어도 (향이 워낙 강하기에) 우리의 폭탄주처럼 (누구나 좋아하는) 조화로

운 맛을 낼 수가 없기에 중류는 어렵다는 것이었다.

오늘날 우리의 영화 산업은 그야말로 세계 속에 우뚝 섰지만, 이전에 미국이 한미 FTA 협상의 전제조건으로 년 중 73일만 국내 영화를 상영하라며 스크린쿼터(screen quota) 축소를 요구하였고, 어쩔 수 없이 우리 정부가 수용하자 우리 영화 산업은 이제 곧 망한다고 영화인들이 삭발은 물론 단식투쟁까지 불사하였지만, 역설적으로는 스크린쿼터의 축소는 우리 영화 산업 도약의 계기가 되었다.

이왕 이야기가 나온 김에 우리의 영화 산업을 중국과 비교하자면, 이전 홍콩의 영화산업은 그야말로 꿈이었다. 우리는 시나리오 검열부터 시작하여 작품 소재도 군인이나 정치인 등 권력을 건드리는 것은 금기시하여야 함은 물론이고 정책에 반한다면 내용이 아무리 좋아도 무조건 상영불가라는 제재를 받았기에 우리의 영화인들은 대학로에서 눈물 젖은 빵을 먹으며 (살아남기 위하여 독하게 버티며) 벽에 연극 포스터를 붙이며 그저 라면으로 끼니를 때우는 것으로 (출연료를 대신하며) 그 기나긴 추운 겨울을 버텼다, 그런 상황에서 검열을 통과하는 작품의 소재란 것은 고작 술집여자 이야기나 깡패 이야기가 대부분이었다.

중국은 우리와는 비교가 되지 않게 풍족한 영화 인력에 다양하고 거대한 세트장과 거대한 자본이 뒷받침되어 있지만, 결과적으로는 우리의 적수가 못 된다. 필자는 중국 영화산업을 우리와 비교하면서 모 잡지에 '불공정 게임'이라고 표현하였던 적이 있다. 게임이라는 것은 동일한 조건에서 서로의 실력을 겨루어야 하건만 우리가 이전에 그랬듯이 중국의 현실은 시나리오 검열로 (중국 문화부 소속의)

여러 관련 기관을 통과하려면 1년 가까이 걸린다. 누구는 1년 먼저 출발하여 많은 진행을 거쳐 마무리 단계인데 반하여, 나중에 출발 한 팀은 그동안의 세태가 많이 변하였음에도 1년 전의 시나리오로 영화를 찍는다면 당연히 현실감이 많이 떨어지는 수준 낮은 작품을 만들 수밖에 없을 것이다.

우리 영화산업도 현재의 중국과 같이 가혹한 시나리오 검열에서 이를 악물고 버티며 살아나온 처절한 독종들이 갑자기 시나리오 검열 등 족쇄가 풀리자 그야말로 물고기가 물을 만난 듯 끼를 발휘하며 서서히 우리의 본색을 찾아가며 세계 속에 한류의 열풍을 이끌고 있다. 현대경제연구원은 우리의 문화콘텐츠 산업이 이미 글로벌 규모 경쟁력을 갖춘 상태로 게임, 음악, 영화, 방송 시장에서 전 세계 10위권 안이라 평가하였고, 한국콘텐츠진흥원에 따르면 한국의 문화 콘텐츠 산업 수출액은 103억 3,000만달러(약 12조 원)로 한국의 주요 수출품목 상위 12위에 올라서는 주요 수출산업으로 성장하였고, 앞으로도 문화콘텐츠 산업은 국가 경제에서 차지하는 비중이 점진적으로 확대될 것이며 이는 큰 경제적 파급효과를 가져온다고 분석했다.



필자  
차홍규(車鴻圭)

북경 칭화대 미대교수 정년퇴임.

현 : 한국조형예술원석좌교수,  
한중미술협회 회장,  
JIS/GGU 미안마 대학 석좌교수

\*이번 칼럼은 내용상 2회에 걸쳐 실릴 예정입니다.

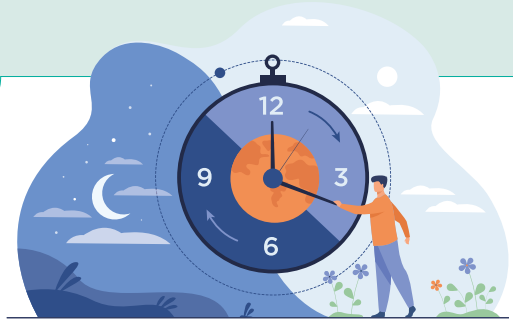
# 나를 위한 매일의 실천 바른생활 루틴이

누구나 바른 생활을 통해 자신의 심신을 보다 건강하고 안정적으로 유지하고자 노력한다. 하지만 작심삼일을 거듭하는 예도 많고 막상 실천하다 보면 귀찮아 포기하는 경우도 다반사다. 이에 꼭 필요한 트렌드, '바른생활 루틴이(Routinize Yourself)'에 대해 소개한다.

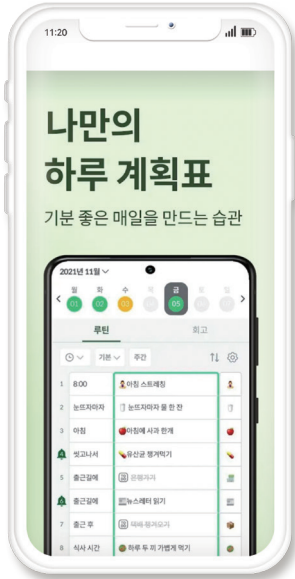


## 스스로를 설계하고 돌보다

코로나19가 우리 생활의 많은 것들을 바꿔놓았다. 특히 팬데믹을 넘어선 '코비드 엔데믹' 시대의 도래는 우리에게 또 다른 변화를 예고하고 있다. 이러한 가운데 자기 관리에 대한 욕구가 커지면서 '바른생활 루틴이'에 대한 관심도 커지고 있다. 바른생활 루틴이는 코로나19에 따른 근무 환경과 근로시간 등의 변화로 자기 관리에 대한 욕구가 커지면서 등장한 트렌드로, 치열한 경쟁사회 속에서 자신을 돌보고 힐링을 도모하며 미세행복을 추구한다는 특징이 있다. 특히 개인 시간이 상대적으로 많아지면서 이를 실천하고 있는 이들도 늘고 있는 추세로, 자신의 하루를 규칙화하고 습관화하여 요즘과 같이 어려운 시기를 즐기롭게 극복하고자 하는 성향이 강해지고 있다.



## 마이루틴



### 일상의 작은 변화 바른생활 루틴이

바른생활 루틴이는 확실한 미래를 염두에 두기보다는 오늘 하루의 보람을 우선하고 찾는 것에서 시작됐다. 또한 규칙적으로 행하는 의식을 뜻하는 '리추얼(Ritual)'과 일상을 뜻하는 '라이프(Life)'가 합쳐진 '리추얼 라이프(Ritual Life)'와도 맥락을 같이 한다.

이는 자기계발을 중시하는 MZ세대를 중심으로 확산 중이며 코로나 블루와 주택난, 취업난 등에서 오는 무력감을 극복하고, 심리적 만족감과 성취감을 찾으려는 이들의 욕구가 반영된 것으로 분석된다. 바른생활 루틴이의 실천방법도 다양하다. 어린 자녀를 둔 부모의 경우는 아이들을 재운 뒤 독서나 음악을 듣고, 어떤 이들은 남들보다 이른 기상 후 명상이나 운동을 한다.

실제 한 기업에서 루틴을 실천하고 있는 분야를 조사한 결과 '생활습관 루틴'(48.6%), '운동 루틴'(40.5%), '모닝 루틴'(26.4%), '취미 루틴'(24.0%), '업무 루틴'(21.0%), '공부 루틴'(19.6%), '힐링 루틴'(16.1%), '저녁 루틴'(15.0%)을 꼽았다. 성별로는 여성의 '생활습관 루틴'(54.4%), 연령대별로는 50대의 '운동 루틴'(46.8%)이 평균 대비 높은 응답률을 보인 것으로 나타났다.

## 챌린저스



### 다양한 앱(App) 활용도 효과적

바른생활 루틴이의 지속적 실천을 돕는 다양한 방법들도 함께 관심을 끌고 있다. 그중 첫 번째는 자신의 루틴을 만들어 SNS에 공유하는 것이다. 이는 주변 사람들에게 자신의 각오를 밝힘으로써 장기적으로 지속할 수 있게 돕게 되며, 가장 보편적으로 사용된다.

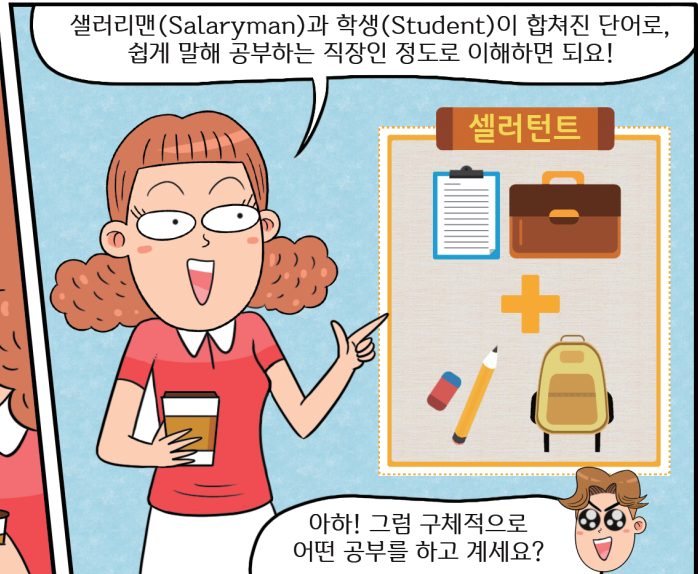
다음은 자신이 선택한 루틴의 실천을 위한 관련 모바일 앱(APP)을 활용하는 방법이다. 앱의 종류도 명상, 독서, 식습관, 홈 트레이닝 등 세부적으로 나눈 앱부터, 취미, 셀프 케어, 예코, 다이어트 등 목표 루틴을 한꺼번에 관리할 수 있도록 돕는 앱도 있으니 적절하게 활용한다면 성공적인 나만의 루틴을 이루는 데 보다 효과적으로 도움을 받을 수 있겠다.

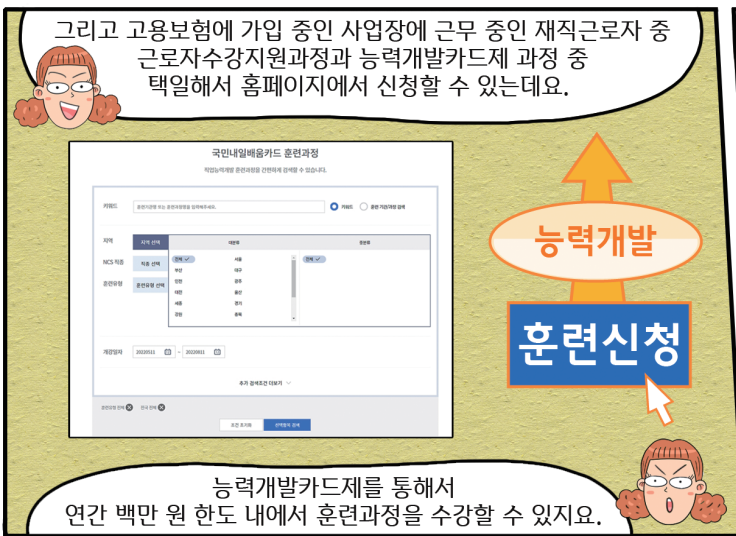
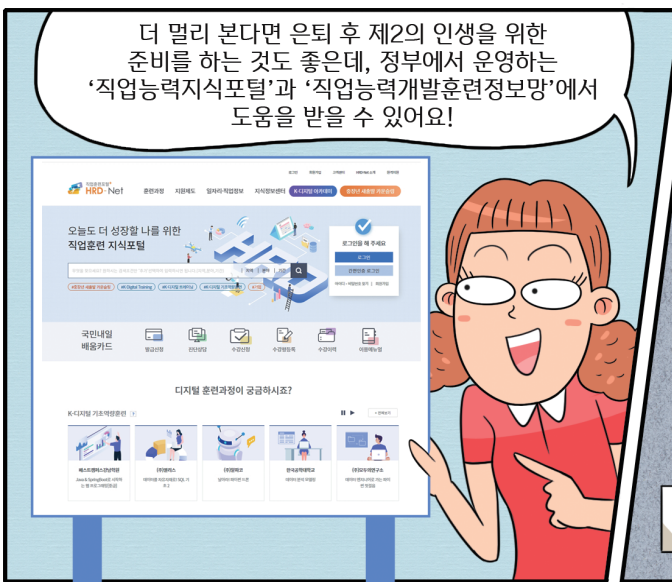
대표적인 앱으로는 '마이루틴'과 '챌린저스'가 있다. 마이루틴은 자기자기한 이모지가 특징으로 작은 습관들을 정해두고 실천 여부를 스스로 체크할 수 있는 '습관 형성 앱'이다. 다음 '챌린저스'는 '목표 달성 앱'으로 개개인이 도전 과제를 설정한 뒤 함께 도져할 사람들을 모아 일정 금액의 참가비를 내고 지킨 약속에 대한 인증샷을 올리는 방식으로 진행되니 각자의 성향에 맞게 사용하면 된다.



# 퇴근하고 뭐해? 직장인 자기개발 노하우

MZ부터 베이붐 세대까지  
함께 보면 좋은 직장인 공감 스토리





# 응 덕 이



정년퇴직을 한 지도 어느덧 2년이 되어간다. 퇴직 직후만 해도 인생 2막에 대한 기대로 벅찬 설계를 하느라 하루하루가 즐거웠다. 35년간의 직장생활을 마쳤으니 수고한 나에게 휴식을 제공하면서 그동안 하지 못했던 새로운 삶을 살아보리란 기대였다.

늦잠도 자보고, 영화도 보고, 산으로 바다로 쏘다녀 보리라. 마음 가는 대로 발길 닿는 대로 마냥 해보자. 그동안 게을리 한 건강에 대한 투자도 해보고, 몇 날 며칠 전국의 맛집도 찾아가 보리라. 세월이 일깨워 준 연륜이란 지혜를 기반 삼아 바람처럼 자유롭게 살아보자. 공자 왈 70세가 되면 “중심소욕불유구(從心所欲不踰矩)”라 했다. 오랜 기간 자연스레 축적된 상식과 경험은 맘 내키는 대로 무엇을 하더라도 세상에 거리낄 일을 하지 않게 된다는 말일 것이다. 아직 칠십은 안됐지만, 정년을 맞아 퇴직을 했으니 어느 정도의 산전수전 공중전을 치러낸 만큼 나 또한 내키는 대로 살더라도 죄가 되거나 남들이 싫어하는 짓은 하지 않을 자신이 있다. 어디를 가서든, 누구를 만나든지 말이다.

직장생활을 동안에는 내 일정조차 내 맘대로 정해본 적이 사실 별로 없었다. 입사 시 막 설립된 초창기 회사에 입사했으니 더욱 그러했다. 휴가계획을 세우면 하필 그때 급한 일이 발생하곤 해서 가족들에게 늘 미안했다. 아버님 기일을 지키지 못한 적도 한두 번이 아니다. 자~ 떠나보자! 가슴이 떨릴 때 쏘다녀야지 손발 떨릴 때는 놀고 싶어도 놀 수가 없다고 했다. 예전에 우리 고부랑 할머니께서 그러셨다. 놀아 놀아 젊어서 놀아 늙어지면 못 노나니!

그런데 아뿔싸! 예기치 않은 상황이 나를 기다리고 있었다. 퇴직일로부터 한 달이 채 지나기도 전에 두 번의 뇌경색으로 쓰러져 병원에 입원해 재활치료를 받고 계신 모친의 병세가 심해진 것이다. 스스로 걷는 것이 거의 불가능하고, 시력은 오랜 당뇨병으로 점점 상실해 가고 있었으며, 치매도 날로 심해져 병원에서조차 간병하기가 힘들다는 것이다. 더구나 코로나19로 가족들이 번갈아 병문안 드리는 것도 어렵게 되다 보니 건강이 더욱 좋지 않아진 것이다. 할 수 없이 집으로 모셔와서 자식들이 간병할 수밖에 없었다.

한껏 희망에 부풀어 써 내려간 내 맘대로 리스트는 한 발짝 실행하기도 전에 허사가 되었다. 마냥 즐겨볼 인생 2막에 들떠있던 나에게 이런 일이 발생할 줄이야 상상조차 했으랴! 사실 때마침 발생한 것이 아니고 그동안 아픔을 참고 자식의 정년퇴직을 기다려



주었는지도 모르겠다. 고관절 수술과 위절제 수술을 받은 데다가, 뇌경색이 찾아온 이후론 합병증이 나날이 심해져 병원 생활을 힘들어 하셨다고 한다. 도리없이 하릴없는 내가 간병해야 할 상황이 되고 말았다. 아버지가 돌아가실 당시 40대 젊은 나이로 5남매를 뒷바라지 하느라 쉽 없는 인생을 살아오셔서 급기야 병을 얻은 것이다. 대학은 각자 알아서 다녔다 하더라도 고등학교 졸업 때까지는 오롯이 어머니 몫이었다. 그때 고달픔으로 혼자 걷기조차 힘들어 졌는데 자식된 자로서 간병하는 것은 지극히 당연한 일이었다. 주무르고, 음식 떠드리고, 휠체어 태워 외출하고, 이야기 나누고, 식후마다 약 드리고, 잠자리 살피고 하루가 짧게 느껴질 정도로 챙겨야 할 일이 많았다.



고령과 병마에 시달리는 모친을 물끄러미 쳐다본다. 인간은 태어나고 싶어서 태어난 사람은 없다. 그냥 세상에 던져진 존재이고 어디로 가는지 모른 채 죽음을 맞게 된다는 철학적 사고가 딱 맞는 것 같다. 하이데거가 말했듯이 '사람은 죽음을 향한 존재'일 뿐이다. 죽음은 누구에게나 반드시 찾아오고, 불안과 절망의 완전한 끝이다. 실존철학에 심취한 것은 아니지만 잠시 삶의 의미가 상실되고 정신적 공허감이 엄습함을 느낀다.

KBS '아침마당'에 치매인 부친을 간병하는 어느 여인이 출연하여 화장을 지운 지 오래되었고 다시 화장을 할 때가 조만간 올 것 같지 않다는 탄식이 남의 일 같지가 않다. 나 또한 무릎이 시려 올 때 가거나 내 맘대로 하고 싶은 것을 할 수 있거나 없을까 하는 생각에 우울해진다. 밧줄도 없고 물도 없는 깊은 웅덩이에 빠져버린 것이다. 도저히 자력으로는 빠져나갈 수 없다. 나의 엑스더스는 모친이 별떡 일어나는 기적이 있거나, 큰 홍수로 웅덩이가 물로 채워질 때나 가능할 것이다.

하나님이 보기에 인간들은 평생 바벨탑을 쌓는 일만 하다가 죽음을 맞이한다고 한다. 당신이 만든 인간이지만 부질없는 일에 삶을 소비한다는 신의 탄식이다. 인생은 헛되고 헛되며 헛되고 헛되니 모든 것이 헛되도다(Vanity of vanities ; all is vanity). 이 성경구절을 생각하면서 잠시나마 지금의 나를 위안한다.

이어령 교수가 타계했다. 그분의 책은 군대 시절에 '흙속에 저바람 속에'를 시작으로 마지막 작품 '너 어디서 왔니'까지 거의 다 읽어 본 것 같다. 한국인의 문화유산을 늘 강조한 그분의 글 중에 이런 대목이 생각난다. '부모는 과거다. 부모의 시간은 나의 미래다. 어머니께서 하신 말씀은 내 아이에게 이어진다. 내 아이는 그 아이의 아이에게 이어지리라. 과거가 미래가 되고 미래가 또다시 과거가 되어 미래를 탄생한다.' 부모란 오늘의 나의 삶에 지대한 영향을 준 선생임은 분명하다. 그래서 감사해야 하는 것은 당연한 것이지만 간병하느라 지쳐가는 지금은 솔직히 고마운 마음이 식어가고 있다. 훗날 내 자식들은 늙고 병든 나를 어떻게 생각할까? 간병은 해줄까? 내 곁에 가까이와 줄까? 순간 스치는 생각에 정신이 번쩍 든다.

**판생각 말고 간호나 열심히 하자!**

절대로 잊지 말아야 할 사람들이 있음을 느낀다. 오늘의 나를 있게 한 것은 분명 수고한 나 자신이라고 하고 싶지만 주변의 도움이 없었다면 오늘의 나는 없었을 것이다. 날 태어나게 한 것은 부모이고, 가르침을 준 것은 스승이다. 그리고 사랑을 알려준 것은 가족이며, 직장생활을 도와준 것은 동료와 선배였다. 그분들께 감사를 드린다.

# 한전원자력연료의 소식지 <원자력연료> 직원 참여 코너에 함께해주세요!

한전원자력연료의 소식지 <원자력연료>는 사내 문화 형성과 직원 복지 향상을 위해 다양한 콘텐츠를 만들고 있습니다. 한전원자력연료의 비전을 전달하고 직원 간 교류를 활성화하고 있습니다. 콘텐츠 참여 직원에게는 푸짐한 혜택이 제공되니 적극적인 참여를 부탁드립니다.



**참여 대상** 한전원자력연료 직원 누구나  
**참여 콘텐츠**



## Theme & People

인터뷰

매 호 메인 테마를 주제로 직원들이 모여 다양한 이야기를 나누는 코너로, 주제에 대한 다양한 의견을 들어보고 인사이트를 얻을 수 있습니다.



## 일상공감

직원 기고

우리 회사 직원 여러분의 행복한 일상 이야기를 공유해보는 시간으로, 자유 주제로 누구나 참여가 가능합니다.



## 함께의 가치

체험 및 인터뷰

동료, 가족, 지인(친구, 연인 등) 등 함께하고 싶은 사람과 특별한 시간을 보내며 추억을 남길 수 있는 코너. 공방 체험, 베이킹 등 일일 클래스부터 활동적인 체험이 준비돼 있습니다.

예: 아버지와 막걸리 만들기, 죽마고우와 사격장 체험 등

**참여 방법** **방법 1** 메일(shna@knfc.co.kr)로 참여를 원하는 콘텐츠 이름과 인적사항(소속, 이름, 전화번호)을 발송

**방법 2** QR코드 스캔 후 참여 페이지를 통해 참여하고 싶은 콘텐츠 선택 및 간단한 설문조사 진행



<원자력연료> 참여하기

## 스마트폰으로 <원자력연료>를 언제 어디서나 편리하게!

소식지 <원자력연료>를 스마트폰으로 편리하게 볼 수 있습니다. 구글 플레이(안드로이드)와 애플 앱스토어(iOS)에서 앱을 다운받거나 웹진 페이지에 접속해 유익하고 재미있는 소식을 받아보세요.



안드로이드



iOS



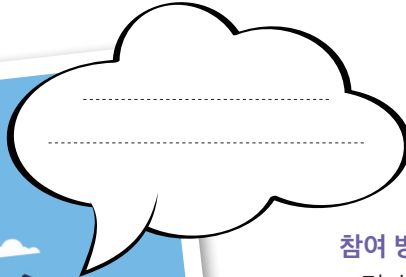
웹진

# 재미있는 한마디

'재미있는 한마디'와 '독자의 시선'에 참여하신 분들 중 재치 넘치는 답변과 다양한 의견을 추천하여 소정의 상품을 드립니다. 엽서 또는 QR코드로 참여해 주세요. 다음 호 <원자력연료> 소식지에 실릴 예정입니다.

## 주제

'도전하는 사람이 아름답다.' 꿈을 향해 끊임없이 도전한 결과, 그토록 원하던 정상에 도달하였습니다. 정상에 오른 나 스스로에게 해주고 싶은 메시지를 남겨주세요!



## 참여 방법

그림 속 대화에 이어질 유쾌하고 재치 있는 말을 써 주세요. 추천하여 소정의 상품을 드립니다.

스마트폰으로 QR 코드를 스캔하여 인정사항 및 정답 기재



## 독자의 시선

<원자력연료> 독자가 보내준 소중한 의견입니다.



**조한석(경기도 의정부시)**  
책에 실린 화사하고 따뜻한 느낌의 사진으로 무르익은 봄 향기를 한껏 느낄 수 있어 행복했습니다. 충남 예산군은 봄을 기다린 이들에게 최고의 여행지임이 틀림없다는 생각이 듭니다.



**왕진민(전라남도 여수시)**  
올바른 분리수거 기준이 헛갈릴 때는 '내 손 안의 분리배출' 앱을 이용하면 좋을 것 같습니다. 이외에도 지구를 지키는 데 도움이 되는 다양한 앱 이용 정보를 얻었습니다.



**박현정(서울특별시 송파구)**  
최근 OTT에 관한 관심이 증가했습니다. 세대를 넘어 남녀노소 누구나 쉽게 영상 콘텐츠를 즐기고, 더불어 국내 토종 OTT와 콘텐츠 시장이 발전해 지금보다 더 세계적인 인기를 누릴 날이 오길 바랍니다.



안드로이드용



iOS용

QR코드를 스캔하시면  
<원자력연료>를 모바일에서도  
만날 수 있습니다.