

2023
VOL.576
05

다시
나를 비추는,
나눔



산악인 엄홍길

기업과 직원
모두 행복한 세상

월간
내일

나눔을 통해
꿈과 사랑을 실천하는
힘을 키워갑니다



CONTENTS

2023 May VOL. 576

- 04 **오피니언**
- 06 **고용 아카이브**
- 12 **멘토크**
- 여전히 산악인 엄홍길, 나눔을 말하다
- 16 **레벨업 스토리**
- 장애인 인턴제 수료 후 취업에 성공한 이성수 씨
- 20 **슬기로운 회사**
- 직원이 행복한 회사, 청년친화 강소기업
(주)트위니
- 24 **MOEL News+**
- 제44회 근로자문화예술제를 다녀오다
- 26 **MOEL News**
- 30 **잡 큐레이션**
- 스포츠 선수의 든든한 멘탈 코치
스포츠심리상담사
- 34 **취업 시크릿**
- 국가별 취업 유망 분야
- 36 **시네마 클래스**
- 직업도 삶도 업그레이드 <히든 피겨스>
- 38 **워커북**
- 직장인 점심시간 활용법
- 40 **널튼**
- 42 **고용한입**
- 외국인근로자 고용허가 신청접수
- 43 **MOEL letter**

고용노동부 소식지 <내일>

통권 강남 라 00389(통권 576호) 발행처 고용노동부
발행인 고용노동부 장관 편집위원 고용노동부 대변인
주소 세종특별자치시 한누리대로 422 정부세종청사 11동
전화 044-202-7782 홈페이지 www.moel.go.kr
웹진 www.labor21.kr 기획·제작 한국애드

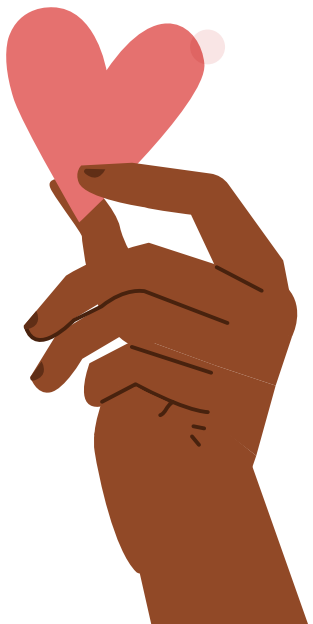
퍼네이션(Funation), 새로운 나눔의 트렌드

대구대학교 사회복지학과
이승주 교수



한국에서 퍼네이션이 처음 세간의 주목을 받게 된 계기는 2014년 SNS를 통해 삼시간에 전 세계로 퍼진 '아이스버킷챌린지' 때문이다. 아이스버킷챌린지는 빌 게이츠, 부시 대통령, 메시 등 해외 유명 인사들이 SNS를 통해 참여하면서 유명해졌다. 우리나라에서도 정치인, 연예인, 운동선수 등 일반인에 이르기까지 루게릭병에 대한 지원과 관심을 유도하는데 지대한 기여를 하였다. 이외에도 기부천사로 잘 알려진 가수 선과 한국컴패션이 2019년부터 지속적으로 개최하고 있는 '원더슈즈'라는 기부 마라톤 캠페인도 있다. 참가자는 3, 5, 10, 15, 21km 코스 중 하나를 선택해 달리게 되며, 이들이 내는 참가비로 맨발로 다니는 아프리카 아이들에게 신발을 선물한다. 원더슈즈 캠페인은 참가자들이 SNS를 통해 자발적으로 캠페인 내용을 대중에게 알리는 메신저 역할을 한다. 또 다른 '트래시태그챌린지'는 공공장소나 자연에 방치된 쓰레기를 치우고 SNS 상에 이를 공유하면서 환경보호를 유도한다. 특히 예술가들은 이 트래시태그챌린지를 통해 모은 형형색색의 쓰레기를 활용해 전시회까지 개최하고 환경파괴의 심각성을 대중과 공유한다. 이처럼 퍼네이션은 큰 수고 없이 SNS의 파급력을 통해 누구나 손쉽게 나눔을 실천할

최근 나눔의 트렌드를 이야기할 때 '혁신'이라는 키워드를 빼놓을 수 없다. 사회는 지금 4차 산업혁명으로 불리는 기술의 급속한 발전을 이루며, 특히 스마트폰을 통해 타인과 즉각적으로 정보가 공유되는 세상으로 변모하였다. 이에 발맞춰 나눔의 방식에도 혁신적인 변화가 나타나고 있다. 그 대표적인 사례가 바로 '퍼네이션(Funation)'이다. 퍼네이션은 재미라는 의미의 단어인 'Fun'과 기부를 의미하는 단어인 'Donation'으로 이루어진 합성어이다. 이러한 퍼네이션은 나눔의 과정에서 기존의 '기부'라는 단어가 주는 딱딱함은 견어내고, 기부라는 행위가 누구든 쉽게 참여해 재미있게 즐길 수 있는 놀이라는 인식을 심어 준다.



수 있도록 유도하는 매우 혁신적인 기부방식으로 평가받는다.

퍼네이션은 나눔의 즐거움을 확산시키는 데 일조한다. 주변에 보면 나눔에 대한 생각은 있으나 어떻게 나눔을 시작해야 할지 몰라서, 혹은 그간의 나눔의 방식에 크게 공감하지 못해서 나눔을 하지 않는 사람들이 많다. 이런 사람들에게 퍼네이션은 나눔의 행위를 하나의 놀이로 인식하게 함으로써, 이들이 쉽게 받아들이고 동참할 수 있

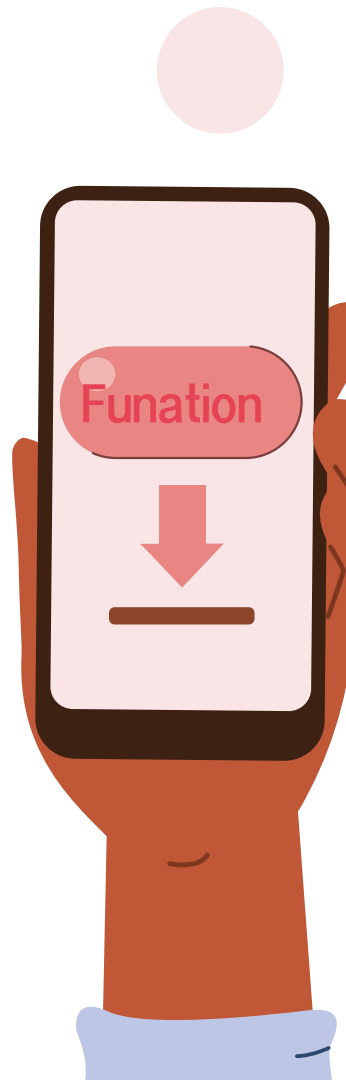
여한 경향이 강해 자발적 참여 동기가 적고, 그 결과 이들의 나눔은 일시적인 행위에 그칠 가능성이 높다고 우려를 표명한다. 틀린 말은 아니다. 그러나 필자는 이제 나눔도 이를 행하는 사람들에게 즐거움을 선사하는 행위를 강조하는 방향으로 변화하고 있음을 강조하고자 한다. 곤궁하고 피폐한 사람들을 자극적이고 과장되게 묘사해 사람들의 눈물에 호소하는 전통적인 기부 모집방식은 실용주의적인 소비행태를 보이

“ **이제는 어떤 방식으로 누구에게 나눔을 하든지 자신이 그 행위로 인해 행복하고 즐거워야 한다** ”

도록 유도한다. 또 퍼네이션은 대중에게 전통적인 기부 모집방식에서 강조하는 나눔에 동참해야 하는 이유를 구구절절하고 과장해서 설명하지 않는다. 그보다는 사람들이 놀이에 참여해서 즐기는 동안에 알게 모르게 기부에 자발적으로 참여하도록 하는 것이 핵심이다.

나눔이란 물론 도움이 필요한 사람들을 돕는 행위를 의미하긴 하나, 그렇다고 단순히 타인을 돕는 모든 행위를 나눔이라고 보기는 어렵다. 필자는 나눔을 도움의 손길이 필요한 대상을 존중하고 그들과 소통하고자 하는 쌍방향적 커뮤니케이션으로 본다. 퍼네이션은 이러한 슬픔과 고통을 실제 체험을 통해 이해하고 나누는 행위이다. 이를 통해 도움을 받는 사람과 기부자들 간에 단절된 관계를 자연스럽게 이어주는 역할까지 한다. 실제로 2014년에 국내외로 선풍적 인기를 끌었던 아이스버킷챌린지는 단순히 얼음물을 뒤집어쓰고 망가지는 놀이가 아니라 근육이 굳어가면서 죽어가는 루게릭병 환자들의 고통을 함께 경험하자는 공감과 소통의 표현이다. 혹자는 퍼네이션에 참여한 사람들은 재미로 참

는 MZ 세대에게서 더 이상 나눔을 이끌어 내지 못한다. 특히 요즘 MZ 세대 내 불필요한 소비를 줄이자는 ‘거지방’ 놀이까지 유행하고 있는 마당에, “만원의 기적”, “커피 한잔 값을 아끼면...”, “밥 한 끼 값으로...” 등의 불편한 문구는 스스로를 ‘N포세대’로 규정하는 이들에게 맘에 와닿지도 않는다. 이들에게는 어떤 방식으로 누구에게 나눔을 하든지 자신이 그 행위로 인해 행복하고 즐거워야 한다. 혹자가 비판하듯 퍼네이션 활동이 즐거운 놀이문화로 조금은 이기적인 목적을 띠고 있으면 어떤가. 그것이 어려운 사람들을 더 잘 이해하고 도와주기 위한 목적을 가지는 한, 그리고 사람들이 이를 통해 우리 사회 곳곳에 선한 영향력을 퍼트려 가는 한, 그 행복한 여정에 동참하는 것이 우리 사회에는 축복일 것이다.



일자리는 나누고 채용은 늘리고



‘일자리 나누기’란 근로자 한 사람이 담당하는 일을 여러 사람이 나누어 수행하는 노동 형태를 말합니다.

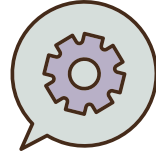
기술의 발전으로 사람의 직접적인 노동력을 필요로 하는 일자리가 줄어들며 따라 새롭게 나타난 근로 형태죠. 예를 들어 특정 사업장의 잉여 노동력이 30%라면 이를 해소하는 대신 1인 작업량을 30%씩 줄여 인원을 감축하지 않고도 다 함께 지속하여 일하는 방식을 들 수 있습니다.

‘일자리 나누기’라는 나눔이 지속되기 위해서는 사업주 또는 기업의 피해 역시 없어 야겠죠? 그래서 고용노동부는 남다른 열정으로 일자리를 만들고, 일자리의 질을 향상해 온 사업주를 대상으로 다음과 같은 다양한 지원을 하고 있습니다.



PART
1

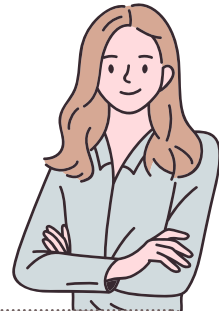
고용안정 지원

근로자는 일·생활 균형을
기업은 생산성 향상을

근로시간 단축제도는 근로자가 필요한 때 사업주에게 근로시간 단축을 신청할 수 있도록 보장하는 제도입니다. 근로자는 가족돌봄, 본인건강 등으로 일을 그만두거나 휴직을 하는 대신 일정기간 근로시간 단축을 통해 어려움을 극복할 수 있습니다. 기업은 직장을 떠나는 인력이 줄어 장기근속을 통해 숙련인력을 확보할 수 있고, 근로자의 일생활 균형으로 업무몰입도가 높아지면서 생산성이 향상되는 등의 장점이 많습니다.

일·생활 균형을 위한 워라밸 일자리 장려금

근로시간 단축제도 도입·활용에 따른 근로자의 임금감소 및 사업주의 인력운용 등의 부담을 덜어드리기 위해 근로시간 단축제도를 도입하고, 일정 기간 근로시간 단축을 허용한 사업주에게 **근로자 1인당 최대 월 50만 원씩 1년 범위 내**에서 지원합니다. 근로자는 필요한 때 근로시간을 단축하여 근무할 수 있어 일과 삶의 균형을 이루고, 사업주는 다양한 일자리 수요를 충족시킬 수 있는 기회가 됩니다.



근로자 생생 후기

” 흔쾌한 허락과 함께 회사의 워라밸 근무가 확산되다

대표님은 주 4일 근무를 해도 급여는 그대로 가져가라고 했지만, 저는 다른 직원과 형평성 문제가 생길 수 있어 끝까지 주 4일로 급여신청을 요청해 수락되었습니다. 저는 근무시간이 적더라도 최대한 집중력 있게 일을 해야 한다는 의지를 가졌습니다. 가정과 회사의 모든 시간을 철저히 분배하고 나쁜 선례를 남기지 않고자 회사 일을 효율적으로 처리하기 위해 노력했습니다. 전략기획팀장이었던 저는 거래처들의 많은 사업을 수주하였고 다른 부서외도 열심히 협업했습니다. 그 결과 2019년 71억이었던 매출이 2020년에는 283억, 2021년에는 467억으로 초고속 성장하였고, 직원도 2019년 39명에서 2022년 9월 현재 120명으로 늘어났습니다. 근로단축을 하면서 성과를 창출하고 승진하면서 좋은 선례를 남기게 된 것입니다. 현재에도 회사는 규정을 만들어 일정한 사유(직계가족 돌봄, 학업, 치료, 기타 관리자가 필요하다고 생각되는 경우)가 있으면 근로시간단축청구권을 사용할 수 있도록 하고 있습니다.

PART
2

취약계층 채용

근로자는 내 일의 기쁨을
기업은 아름다운 동행을

원하는 일자리나 구직자를 찾지 못한 일자리 미스매칭 문제는 다양한 계층에 걸쳐 나타나고 있는데 특히 장애인, 노인, 저소득 근로자, 구직단념 청년과 같은 취업취약계층에게 취업은 더욱 어려운 일이 될 것입니다. 취업취약계층이 지속적인 일자리를 통해 소득을 안정화하고 보다 양질의 일자리를 찾을 수 있는 고용노동부 정책을 소개합니다.

취업에 편견이 없도록 장애인 고용장려금

장애인의 고용촉진 및 고용안정을 도모하기 위하여 장애인 의무고용률(민간기업 3.1%, 공공기관 및 지방공기업 3.6%)을 초과하여 장애인을 고용한 사업주에게 장애인 근로자 1인당 월 35~90만 원(월 임금 60% 한도)을 지원합니다. 또한, '22년부터 장애인 신규고용 장려금도 3년간 한시적으로 운영하고 있는데요. 이는 상시근로자 5인 이상~50인 미만 사업주가 2022.1.1. 이후 장애인을 신규고용하고 6개월 이상 고용을 유지한 경우, 장애인 근로자 1인당 월 35~90만 원(월 임금 60% 한도)을 지원하는 제도입니다. 고용노동부는 장애가 있는 구직자와 기업의 연결을 도와드리는 장애인 구직자 알선 서비스도 운영하여 장애인의 일자리 창출을 적극적으로 유도하고 있습니다.

사업주 생생 후기

” 장애인 고용에 대한 고민을 덜다

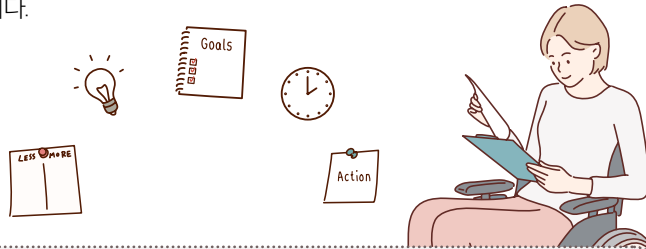
중견 사업체를 운영 중인 A 씨는 고민이 있습니다. 금번 신입사원 채용에서 장애가 있는 지원자를 직원으로 뽑아도 될지 확신이 서지 않았기 때문이죠. 하지만 장애인 의무 고용률을 초과하여 장애인을 고용한 사업주에게 월 35~90만 원 장려금을 지급할뿐더러, 근로지원인 서비스를 통해 장애인 직원 역시 기업에서 필요로 하는 생산성을 낼 수 있도록 지원해준다는 것을 알았습니다. A 씨는 고민을 멈추고 장애인 지원자의 다른 역량을 검토할 수 있었습니다.





취업 취약자의 채용 촉진을 도모하는 고용촉진 장려금

취업이 특히 곤란한 사람(취업지원프로그램 이수자, 여성가장, 중증장애인 등)을 고용하는 사업주가 6개월 이상 고용을 유지한 경우 **1년간 매 6개월마다 최대 360만 원씩 연 2회 최대 720만 원**까지 지급되는 고용촉진 장려금입니다. 1개월 이상 실업상태에 있는 여성가장, 중증장애인, 기초생활수급자 등은 최대 2년까지 지원됩니다.



사업주 생생 후기

” 구인란도 해결하고 고용도 창출하고

소규모 사업체를 운영 중인 A 씨는 구인란에 어려움을 겪고 있었습니다. 이때, 취업지원프로그램을 이수한 B 씨를 고용하여 취약계층에 대한 고용 창출은 물론, 고용촉진장려금을 지원받을 수 있게 되었습니다. 기업 및 근로자 서로 모두에게 도움이 되었습니다.

· 문의처 고용노동부 고객상담센터 ☎ 1350

균형 있는 지역 발전을 위한 지역고용촉진 지원금

고용위기지역이란 고용사정이 현저히 악화되었거나 고용감소가 확실시되는 지역을 말합니다. 이러한 고용위기지역에서 고용을 창출하는 사업주에게 지원금을 지급합니다. 고용위기지역으로 사업을 이전하거나, 사업장을 신설 또는 증설하는 사업주가 지정지역에 3개월 이상 거주한 구직자를 6개월 이상 채용하는 경우 **근로자 1인당 월 통상임금의 1/2(대규모기업은 1/3)을 최대 1년간** 지원받을 수 있습니다.

지역고용촉진 지원금은 고용위기지역의 사업주를 돕는 목적도 있지만, 지역 노동시장 간 형평성 제고, 지역 균형발전 등을 위한 취지도 있습니다.

※ 고용위기지역: 2023. 1월 기준 1개 지역(거제시, 2023.1.1.~2023.12.31.)

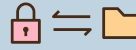
· 문의처 고용노동부 지역산업고용정책과 ☎ 044-202-7407

PART
3

고령자 계속고용 지원

근로자는 고용안정을
기업은 숙련인력 확보를

일할 의욕과 능력이 있는 60세 이상 근로자가 많습니다. 근로자들은 정년 후에도 현재 일자리에서 계속 근무할 수 있어 국민연금 수령까지의 소득 공백이 해소되고, 기업은 업무 경험이 풍부하고 숙련도가 검증된 근로자를 계속 고용하면서 생산성 향상, 인력 채용 비용 절감 효과를 얻습니다. 2022년 고용영향평가 발표 결과에 따르면 고령자 계속고용장려금 수혜 사업장이 비수혜 사업장보다 60~64세 근로자에 대한 고용효과가 5.86%p 높은 것으로 나타났습니다.

정년이 연장되는 **고령자 계속고용장려금**

계속고용제도(정년연장, 폐지, 재고용)를 취업규칙 등에 도입하여 60세 이상 정년에 도달한 근로자를 정년 이후에도 계속 고용하는 사업주에게 비용의 일부를 지원하는 제도로, 중소·중견기업에 **계속 고용된 근로자 1인당 월 30만 원씩 최대 2년간(총 720만 원)** 지원합니다. 고령자를 계속 고용하면 사업주도 직원도 만족하며 업무를 지속할 수 있는 경우가 많은데요. 조선업 위기 속에서 정년 제도를 폐지한 조선업계는 숙련기술자 재고용을 지원받고 신규 직원들에게 기술과 노하우를 전수할 수 있는 새로운 돌파구를 마련한 사례도 있습니다.



사업주 “업무경험이 풍부하고 숙련도 높은 근로자를 확보할 수 있어서 인력운영에 도움이 됩니다.”



사업주 “정년퇴직자를 대체할 인력을 구해야 하는 걱정도 덜고 계속고용장려금으로 비용 부담도 덜게 되니 일석이조입니다.”



직원 “퇴직하고 국민연금 받을 때까지 소득 공백기 때문에 막막했는데 지금 직장에서 오래 일할 수 있어서 행복해요.”



직원 “재취업하면 근로조건이 아무래도 지금보다 좋진 않을 텐데 그런 걱정이 없어서 마음도 편하고 애사심도 커집니다.”

· 문의처 고용노동부 고객상담센터 ☎ 1350 또는 관할고용센터 기업지원팀





은퇴희망 연령까지 고용이 안정되는 **고령자 고용지원금**

60세 이상 고령자(재직기간 1년 초과) 수가 증가한 경우 지원하는 제도이며, 증가한 **고령자 수 1인당 분기 30만 원을 최대 2년간 지원(피보험자의 30% 및 30명 한도, 피보험자 수 10명 이하 기업은 3명 한도)**합니다.

통상적인 조건에서 취업이 특히 곤란한 고령자가 희망 은퇴 연령까지 일할 수 있으려면 기업이 일할 능력과 의지가 있는 고령자를 활발히 채용해야겠죠. 고용지원금을 통해 고령자와 사업주가 함께 일할 수 있는 분위기를 조성할 수 있도록 지원하는 제도입니다.



사업주 “업무의 특성상 고령자 고용인원이 증가하는 중소기업입니다. 경기가 나빠져 채용에 부담이 되었는데, 고령자 고용지원금 제도를 통해 부담 없이 고령자를 계속 고용할 수 있어서 좋습니다. 직원 수를 줄이지 않아도 되니 기존의 직원들 역시 업무부담이 줄어들어 좋아합니다.”

신중년 현역시대 일할 기회 늘리기 **신중년 적합직무 고용지원**

만 50세 이상 실업자를 신중년 적합직무에 6개월 이상 고용하는 사업주에게 인건비를 지원하는 제도이며, 신규 고용한 **근로자 1인당 우선지원대상기업 월 80만 원, 중견기업 월 40만 원을 6개월 단위로 각각 480만 원, 240만 원** 지원합니다.

여기서 ‘신중년 적합직무’란 신중년의 특성 및 경력 등을 감안 했을 때 신중년이 노동시장에 재진입하는데 적합한 직무를 말하며 고용노동부가 선정한 신중년 적합직무로는 경영·사무 관련 전문직 및 사무직, 연구 관련직, 정보통신·방송 관련 기술·기능직 등의 직무를 대상으로 지원하고 있으며, 경박·청소나 요양보호사 등 고령자 비중이 높은 일부 직무는 지원하지 않고 있습니다.

사업주 생생 후기

신중년의 전문성을 활용한 기술개발에 성공하다

신중년을 채용한 C사는 해당 분야에서 20년 넘게 근무해 온 신중년의 경력과 전문성을 활용해 진행 중이던 기술개발을 성공하여 회사가 염원하던 프로젝트를 수주할 수 있었습니다. 그뿐만 아니라 신중년은 다른 직원들에게 멘토 역할도 잘해주고 있어 ‘당신이 있어 너무 든든하다’는 동료의 피드백을 받으며 직장 생활을 이어가고 있습니다.



엄홍길 멘토와의
더욱 자세하고 생생한 인터뷰는
영상으로 만나보세요!



**Q. 히말라야 8천 미터 16좌 완등
신화! 세계 최초라는 타이틀로
국민의 마음을 울린 대장님에
게도 '인생의 멘토'가 따로 계
신지 궁금합니다.**

(1초의 고민도 없이) 산입니다. 저는 산을 통해서 제 삶에 필요한 모든 것을 배우고 깨달았고, 지금도 산을 오르며 위로와 휴식을 찾습니다. 어릴 적에는 애정의 대상으로, 히말라야 등반에 도전할 때에는 극복의 대상으로 산을 만났지만, 지금도 고민거리와 스트레스 해소를 위해 계속해서 산을 오르며 필요한 해답을 찾곤 합니다. 그래서 산을 예나 지금이나 제 인생의 나침반 역할을 해주는 스승으로 생각하고 있습니다.



네팔 아이들에게 삶의 희망을 전하는 산악인 엄홍길을 만나다

삶에서 나눔의 가치를 깊이 느끼고 있습니다

세계 최초로 히말라야 8천 미터 봉우리 16좌 완등에 성공한 엄홍길 대장은 지금 네팔 어린이들에게 희망과 꿈을 전하는 일에 몰두하고 있다. 그와 인연이 닿았던 네팔 오지 곳곳에 휴먼스쿨을 설립하여, 다양한 장학사업을 펼치고 있는 것이다. 엄대장은 산과 세상으로부터 받은 것을 다시 돌려주고 있을 뿐이라며, 누구나 함께 오를 수 있는 길은 '나눔의 길'이라고 환한 얼굴로 말한다.



“영화 <라디오스타>를 보면 이런 대사가 나오요. ‘스스로 빛나는 별은 없다. 내가 눈에 띄는 것도 누군가가 사방에서 나를 비추주기 때문에 빛이 난다는 거죠. 결국 사랑들과의 교류와 나눔은 나를 비추는 빛이 될 겁니다.’”



Q. 산행은 극한의 환경을 버텨내야 하기에 ‘자신과의 외로운 싸움’으로도 잘 알려져 있습니다. 자신과의 싸움에 도움이 되는 체력 관리나 마인드컨트롤이 있으면 전수 부탁드립니다.

체력 관리나 마인드컨트롤을 위해 저는 아직도 산에 올라가요.(웃음) 목표에 오르는 길은 힘들더라도 한걸음 한걸음에 몰입하다 보면 어느 순간 어느덧 나의 몸은 정상에 닿아 있고 그간의 고통이 일순간 잊히는 경험을 하기 때문이죠. 괴롭더라도 과정에 집중하고, 목표를 달성했을 때 얻게 될 성취감과 자신감을 생각하라고 말씀드리고 싶어요. 이러한 과정은 또 다른 도전을 준비할 원동력이 되기도 하거든요.



Q. 더 멀리 가기 위해, 목표를 완주하기 위해 산행에 있어서도 동료들과의 협업이 중요하다고 알고 있습니다. 협업에 시너지 효과를 발휘하기 위한 '이상적인 조직의 모습'이 있다면 무엇 일까요?

팀원들이 같은 목표를 가지고 한마음 한뜻이 되기 위해선 리더의 역할이 매우 중요합니다. 저 같은 경우 대원 개개인의 체력이나 심리상태를 계속 체크하며 팀의 목표가 끝까지 하나로 통합되도록 신경을 기울였습니다. 리더는 팀을 위해 냉철한 판단을 내려야 하는 순간도 많고, 희생정신도 있어야 합니다. 그래야 하나의 목표를 위해 달려가는 강한 팀이 탄생한다고 생각합니다. 팀원들 역시 이러한 리더를 믿고 일사불란하게 움직이고 따라주어야 하고요.



Q. 역시 세계 최초 기록이 그냥 이뤄진 것이 아니네요. 16좌 완등 이후에는 '엄홍길휴먼재단'을 설립하셨습니다. 재단의 설립 배경과 활동에 대한 자세히 설명해주세요.

16좌 등반 시 두려움이 찾아올 때면 “등반에 성공하게 해주시고 살아서 산을 내려보내십시오.”라는 기도를 했습니다. 그렇게만 해주신다면 산과 동료들의 은혜를 평생 갚으며 살겠다고 다짐하면서 말이죠. 그리고 그 약속을 지키기 위해 2008년 엄홍길휴먼재단을 설립했습니다.

등반을 통해 만난 히말라야 어린이들이 가난의 굴레를 끊어내고 지혜로운 삶을 찾아갈 수 있도록 교육을 제공해야겠다고 생각했고, 이는 자연스럽게 학교 건립으로 이어졌습니다. 2010년 팡보체 휴먼스쿨 준공을 시작으로 현재 16개 학교를 지었어요. 지금도 3개 학교가 추가로 준공 중이죠. 산에서 목숨을 잃은 셰르파들의 자녀에게 장학금을 지원하는 등 장학금, 의료, 국내외 청소년 교육 및 소외계층 지원 사업 등을 펼치고 있습니다.

거창한 것 같지만, 거친 히말라야 꼭대기를 향했던 저의 시선이 사람들이 있는 히말라야 아래로 향하게 되었을 뿐입니다. 산에게 받은 것들을 다시 나누고 있는 것이죠.



Q. 산을 통해 맺어진 인연과 지속적인 교류를 통해 관심과 사랑을 나누고 계신 대장님 모습이 인상 깊습니다. 우리 사회 나눔과 같은 선한 영향력이 더욱 확대되기 위해서는 어떠한 것들이 필요할까요?

엄홍길휴먼재단에서는 '휴먼상'과 '도전상'을 만들어 휴머니즘과 도전에 대한 업적을 남긴 개인이나 단체에 상을 수여하고 있습니다. 베풀고 나누고 도전하는, 인간에게 필요한 기본적인 마음의 중요성에 대해 사회적 관심을 유도하기 위해서죠. 관심과 사랑과 포기하지 않는 마음, 선한 영향력에 있어서는 그것이 가장 중요하다고 생각합니다. 나부터 동료를 사랑하려는 마음, 작은 일에도 관심을 가지려는 태도, 포기하지 않는 끈기를 가져보면 어떨까요?



Q. 끝으로 월간내일 독자들에게 하고 싶은 말씀 부탁드립니다.

인생을 살아가고 목표를 이뤄가는 과정이 순탄하지 않은 것을 겁니다. 힘들고 어려울 때일수록 '위기는 또 좋은 기회'라고 생각하시면 좋을 것 같아요. 자신이 생각하고 목표를 세웠던 일들을 절대 포기하지 마시고, 자신감을 가지고, 용기를 가지고, 신념을 가지고, 도전하십시오. 정말로 진짜로. 꿈은 꼭 이루어집니다.

엄홍길 대장은 전문 산악인들과 함께 등반을 하면서 자신의 지식과 경험을 나누며, 산악계의 후배들을 가르치고 지도해 주기도 한다. 이미 그런 방법으로 마음을 나누고 있던 그가 산을 통해 인연을 맺은 네팔의 학생들을 위해 수년간 교육지원사업에 힘써 온 모습은 놀라울 수밖에 없다. 이날 역시 네팔 아이들이 좋은 환경에서 열심히 공부하며 꿈을 키울 수 있도록 지원을 아끼지 않겠다는 진심어린 메시지를 전하며 인터뷰를 마무리했다. 네팔 아이들의 꿈을 히말라야처럼 높이 쌓아주고 있는 엄홍길 대장의 모습에 감사의 인사를 전한다.

“
신부전 판정 이후 찾아온 좌절,
다시 직업 가지며 이겨냈어요

KT희망지음 이성수 씨



장애인 취업은 비장애인에 비해 훨씬 어렵습니다. 때문에 정부는 다양한 장애인 고용촉진 제도를 마련해 장애인이 보다 안정적으로 생활할 수 있도록 지원하고 있습니다. 이번 호에서는 고용노동부 산하 한국장애인고용공단이 운영하는 '장애인 인턴제'를 통해 취업에 성공한 KT희망지움의 이성수 씨를 만나 그의 취업 성공기를 들어봤습니다.

승승장구하던 미국생활 접고 4년 전 귀국

20살이 되던 1993년, 성수 씨는 미국으로 건너가 유학생활을 시작했습니다. 이듬해 커뮤니티 컬리지에 입학해 편입학을 위한 학점을 취득하고 4년 뒤 명문 워싱턴주립대에 편입학했습니다. 당시는 멀티미디어와 디지털의 시대가 열리는 시기였고, 성수 씨는 시대적 흐름과 자신의 적성에 맞는 컴퓨터사이언스를 전공했습니다. 그렇게 8년간 학업을 마친 뒤에는 누구나 '성공'이라고 부를 만큼 고임금을 받으며 사회생활을 시작했습니다.

“전공과는 다르게 공중전화카드를 만드는 회사에 취업했어요. 마그네틱을 긁으면 핀 번호가 나와 전화를 걸 수 있는 카드인데, 당시는 지금처럼 인터넷이 발달하지 않았기 때문에 카드 제조 시장이 엄청 컸습니다. 또 미국에서 카드를 만드는 한국기업이 많았죠. 처음엔 세일즈맨으로 들



어갔다가 임원이 되기도 하면서, 약 15년간 카드를 제작하는 회사에 몸을 담았어요”

뿐만 아닙니다. 성수 씨는 식당 운영을 추천하는 친구의 제의를 받아들여 미국 북서부에 테리야끼 식당을 차리기도 했습니다. 운영과 요리를 도맡는 만능 자영업자였죠. 그렇게 다시금 자신의 장기를 발휘하며 새로운 삶을 살던 성수 씨는, 2019년 몸이 안 좋아 찾은 병원에서 신장병이라는 진단을 받습니다. 청천병력 같은 일이었습니다.

'장애인인턴제' 통해 KT희망지움에 취업

27년간의 미국생활은 절반은 성공이었습니다. 하지만 가장 중요한 건강을 잃었으니 인생무상이 아닐 수 없습니다. 성수 씨는 미국의 비싼 병

원비를 감당하기 어려워 신장병 진단을 받은 이듬해 부모님이 계신 한국으로 돌아왔습니다. 그리고 약 3년간 실의에 빠져 무기력한 시간을 보내다 비로소 지난해 한국장애인고용공단의 '장애인 인턴제'를 통해 다시 세상에 나왔습니다. “처음에는 장애인 고용 공고를 보고 공단에 연락했어요. 당시 지원했던 일은 불발이 됐는데, 이후 공단에서 새로운 일자리 정보를 계속 알려 주시더라고요. 신장병은 주기적으로 투석을 해야 하기 때문에 직장생활이 쉽지 않았거든요. 여러 일자리를 소개받은 끝에 유리창 닦는 일이 저에게 딱 맞겠다는 생각이 들었어요. 실제로 해 보니 일이 재미있어요. 가끔 '유리창이 깨끗하다'고 말씀해주는 고객들을 만나면 기분이 아주 좋아집니다.”



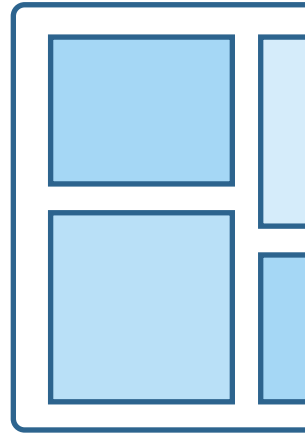
성수 씨의 직장은 KT희망지음입니다. 이곳은 사회적 취약계층인 장애인에게 양질의 일자리를 제공해 경제적으로 자립하고 사회구성원으로 참여하는 기회를 제공하기 위해 KT가 설립한 자회사형 장애인표준사업장입니다. 장애인을 고용해 인쇄, 차량 세차, 매장 유리창 클리닝 업무를 맡기고 있는데요. 성수 씨는 3개월간의 인턴 기간을 마치고 정직원이 되어 하루 8시간씩 매장 2곳을 돌며 유리창 닦는 일을 하고 있습니다.

신장이식 이후 나눴던 삶의 이어가는 계 꿈

새벽부터 장을 보고 가게 문을 열고 수명의 종업원과 음식을 팔고 저녁 늦게 문을 닫았던 식당 일에 비하면 지금의 일은 훨씬 단순합니다. 그러나 스스로 자신의 상황을 인정하고 나니 남들에게 작아 보일 수도 있는 이 일이, 성수 씨는 얼마나 즐겁고 감사한지 모릅니다. 성수 씨는 다시 시작된 직장생활을 위해 주 3회 병원을 방문해야 하는 혈액투석 대신 하루 4회 집에서 직접 할 수 있는 복막투석으로 치료방법도 바꿨습니다.

“가끔 병원에 가면 저처럼 투석하는 환자들을 만납니다. 대부분 장애인의 몸으로 취업하기가 어렵다는 얘기를 많이 해요. 그런데 고용노동부와 한국장애인고용공단의 취업 지원 제도를 모르는 사람이 많더라고요. 그래서 공단 쪽에서 병원 투석실 같은 곳을 통해, 취업지원 제도를 알리고 홍보해주면 좋겠다는 생각을 평소에도 했어요. 많은 장애인이 좌절하지 말고 저처럼 취업에 성공해 활기찬 삶을 누리면 좋겠습니다.”

제2의 인생을 살고 있는 성수 씨는 제3의 인생을 계획하고 있습니다. 성수 씨는 신장이식을 받아 건강을 회복하게 될 7년 후쯤에는 본격적으로 나눔활동을 이어갈 생각입니다. 사실 성수 씨는 수년 전부터 한 선교사와 캠페션을 통해 탄자니아 아이들을 후원해 왔습니다. 그리고 지금도 병원비의 2배에 달하는 금액을 후원에 사용하고 있죠. 건강을 회복해서 더 좋아하는 나눔 활동을 활발하게 펼칠 성수 씨를 다시 만나길 기대합니다.



직원이 행복한 TWINNY 청년과 함께 성장하는 회사로 인정받다

청년친화강소기업, (주)트위니

창업 당시 고민은 아이템이 아니었습니다

(주)트위니는 물류 운송용 자율주행 로봇을 개발·공급하는 전문기업입니다. 지난 2015년 일정관리·매신저 어플 ‘모이고’를 시작으로 2018년부터 본격 로봇 사업에 착수해 최근 다양한 형태의 자율주행 로봇을 선보이며 급성장하고 있습니다. 초기 창업자인 쌍둥이 형제가 시작한 회사는 로봇 연구 및 사업을 본격화하면서 매년 30~40명씩 직원이 늘었습니다. 현재는 약 160명의 직원이 대전 본사와 분당 지사에서 근무하고 있습니다.

회사가 급성장한 이유는 자타공인 최고의 기술력에 있습니다. (주)트위니의 핵심기술은 ‘자기위치추정기술’인데요. 넓고 복잡한 환경에서 인프라 없이 주행이 가능한 로봇기술은 세계에서도 독보적입니다. 물론 이러한 기술력은 카이스트 출신 천홍석 대표이사를 비롯해 석·박사 30여 명으로 구성된 막강한 인적자원으로부터 나옵니다. 하지만 그들을 포함한 전 직원이 신나게 일할 수 있는 이유는 따로 있습니다.

“창업 당시부터 아이템에는 중점을 두지 않았습니다. 다만 ‘직원이 행복한 회사’를 만들고 싶었죠. 주변 사람들과 얘기해보면 하나같이 회사 생활에 불평불만이 많았어요. 그냥 놔두면 회사



사회에 갓 진출한 청년들의 '조기 퇴직' 및 '잡은 이직'이 사회문제가 된 지 오래입니다. 그렇다면 청년층이 취업하고 싶은 기업의 조건은 뭘까요? 최근 전국경제인연합회 설문조사에 따르면, 요즘 MZ세대가 취업하고 싶은 기업의 조건 1순위는 '워라벨(일과 삶의 균형) 보장'입니다. 또 선호하는 경영진의 리더십 유형 1순위는 '소통형 리더'입니다. 이에 고용노동부가 선정한 청년친화강소기업은 그들의 바람에 얼마나 부합하는지 알아보기 위해 (주)트위니를 찾았습니다.



강우성 홍보실 매니저와 성삼우(청년직원) 자율주행소프트웨어2팀 매니저가 회사 휴게실에서 인터뷰를 하고 있다.

와 업무에 더 기여할 수 있을 텐데, 그냥 놔두지 않기 때문에 시키는 대로 할 수밖에 없다는 거예요. 그래서 저는 직원들이 자유롭게 회사생활 하고 의견을 얘기할 수 있는 기업문화를 만들고 싶었습니다.”

청년비율 83%...눈높이 맞는 제도·문화 구축

최근 몇 년 사이 (주)트위니는 청년 취업준비생들 사이에서 ‘쌍둥이 대표가 있는 기업’, ‘로봇 만드는 회사’로 확실히 인지도를 굳혔습니다. 특히 ‘이과장’, ‘워크맨’ 등 유튜브 프로그램을 통해 이곳만의 독특한 기업문화가 청년층 사이에 퍼져 나가고 있는데, ‘직원이 행복한 회사’, (주)트위니가 추구하는 목표가 입소문을 타고 업계에까지 퍼져 이제 대기업에서도 주목할 정도로 유명해졌습니다.



(주)트위니의 두드러지는 강점은 ‘젊은 기업’이라는 점입니다. 최연소 19세부터 최고령 57세까지 다양한 연령대의 직원들이 분포해 있는 가운데 평균 나이가 33세로 젊습니다. 20대에서 30대 초반까지 청년층이 83%를 차지하고 있는데, 그럼에도 직원 채용 시 정규직 채용을 원칙으로 진행하기 때문에 고용안정 수준이 매우 높습니다. 또한 청년층 직원들의 눈높이에 맞는 제도와 문화를 구축하기 위해 다양한 노력을 기울이고 있습니다.

“우리 회사는 출퇴근 시간이 따로 없어요. 아침 9시에 오는 사람, 오후 3시에 오는 사람 제각각이죠. 각자가 원하는 시간에 짜임새 있고 효율적으로 업무를 보면 됩니다. 대표님이 직원들과 1:1 티타임이나 술자리, 동호회활동을 함께하신다는 것도 독특한 문화라든 문화예요. 직원들은 그 시간에 직장생활에서의 고충이나 업무적 난제를 해결할 실마리를 찾곤 합니다.”



강우성 홍보실 매니저의 말처럼 ㈜트위니의 일하는 분위기는 '자유로움' 그 자체입니다. 회사는 직원들에게 헬스장, 샤워실, 세탁실, 카페테리아 등 각종 편의시설을 제공하는 것 외에도 사기 진작을 위해 스톡옵션을 부여하고 우리사주조합 운영을 통해 회사 성장에 따른 이익이 돌아갈 수 있도록 운영합니다.

직원이 행복하면 회사가 성장합니다

직원이 회사 가치와 성장의 원동력이라는 두 대표의 믿음은 회사 설립 8년차인 지금까지도 변함이 없습니다. 그리고 그 믿음을 증명하듯 지난 2018년부터 2022년까지 5년 연속 '청년친화강소기업'에 선정되었습니다. 고용노동부는 임금, 일생활균형, 고용안정이 우수해 청년들이 근무할 만한 청년친화강소기업을 매년 1,000곳 선정해 홍보·지원하고 있습니다.

자유와 소통을 중시하지만 거기에는 책임도 따릅니다. '프로다운 책임, 이유 있는 수평, 목표 아래 자율'이 바로 ㈜트위니의 핵심가치입니다. 지위고하를 나누는 직급을 없애고 대다수가 '매니저'로 통용되는 호칭체계도 자유와 소통을 위해 마련한 하나의 방편입니다.

현재 트위니는 물류센터에서 고객의 발주 내역에 따라 상품을 찾아야 하는 근로자의 노동 강도를 낮추고 오피킹을 최소화하는 '자율주행 오더 피킹 로봇'과 이를 활용한 사업화에 주력하고 있습니다. 내년에는 미국으로 진출해 본격적으로 매출을 창출할 계획입니다. 자율과 소통과 책임으로 완성된 세계 최고의 기술력이 세계무대를 누빌 날이 기대됩니다.

Interview

자신의 미래가치를 보고 취업을 준비하세요

자율주행소프트웨어2팀 | 성삼우 매니저(31세)



Q. ㈜트위니에 입사한 계기는?

A. 로봇과 인터넷(웹서버)이 융합되면 세상에 큰 변화가 일어날 거라 생각하고 있었어요. ㈜트위니가 제 생각과 정확히 일치하는 서비스를 개발하고 있었고, 그래서 주저 없이 지원했습니다.

Q. 청년직원으로서 ㈜트위니의 기업문화 중 만족스러운 부분은?

A. 권위적인 분위기가 적응이 어려웠던 첫 회사와 달리 ㈜트위니는 자율적인 분위기라 적응이 빨랐어요. 가장 좋은 제도는 자율출퇴근제입니다. 몸이 안 좋을 때 병가를 내지 않아도 되고, 금요일에는 '칼퇴'가 가능하기 때문이죠.

Q. 앞으로의 목표나 꿈은?

A. 로봇 시장이 성공하기 어려운 이유는 넓고 복잡한 공간에서 자신의 위치를 잃어버리지 않게 하는 기술이 어렵기 때문입니다. 트위니가 그 퍼즐을 정말 많이 맞춰왔는데, 마지막 남은 한 조각을 맞추는 순간까지 기여하고 싶습니다. 나아가서는 로봇 입문자들을 위해 제 지식과 경험을 나누고 싶어요.

Q. 청년 취업준비생들에게 한마디?

A. 미래가치를 보세요. 중요한 것은 자신이 세상에 어떻게 기여할 수 있는지, 그걸 이룰 수 있는 회사가 어디인지를 보는 것입니다.

근로자들, 큰 무대에서 노래실력 뽐내다

고용노동부 주최
‘제44회 근로자문화예술제’ 열려
방글라데시 출신 너우샤드,
국무총리상 수상



전국의 근로자들이 숨은 노래 실력과 끼를 발산하는 자리가 마련된 가운데 트로트 <남자는 말합니다>를 구수하게 소화한 방글라데시 출신 외국인 근로자에게 최고 영광이 돌아갔습니다. 지난 4월 13일 고용노동부·근로복지공단·KBS가 주최한 ‘제44회 근로자문화예술제’가 서울 여의도 KBS홀에서 뜨거운 열기 속에 개최됐습니다. 앞서 3월 열린 예선에서 1,405팀 가운데 선발된

12팀이 이날 본선 무대 위에서 마음껏 기량을 펼쳤습니다. 2년 전 폐암 진단을 받고 항암치료를 받는 와중 노래를 통해 환우들에게 희망의 메시지를 전하고 싶다는 60대 근로자, 어릴 때부터 음악을 해왔으나 낮은 자존감 때문에 남 앞에서 노래 부르는 것이 힘들다는 청년 근로자, 태풍 한남노 침수피해 복구에 고생한 사우들에게 음악으로 힘을 주고 싶다는 직장인밴드 등 참가자

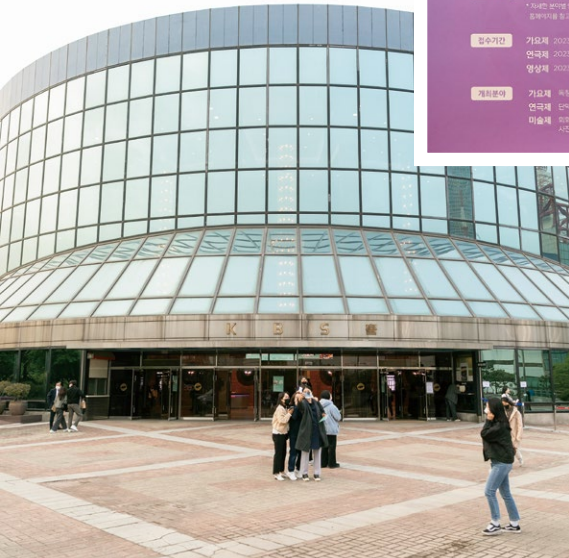
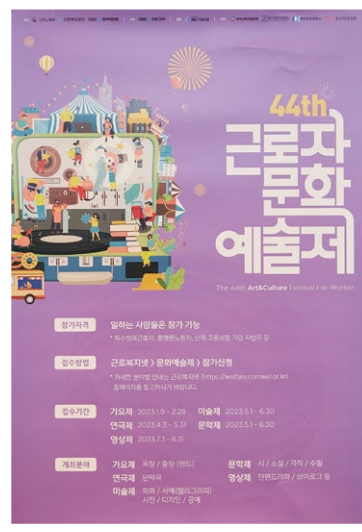


들의 사연도 다양했습니다.

이날 경연에는 가수 유영석, 김경호, 김조한, 뮤지컬배우 김소현, 음악프로듀서 라이언전 등이 심사위원으로 참여했습니다. 노라조, 정동하, 하이키, 진성, 소란이 초대가수로 무대에 올랐습니다. 심사 결과 ▲국무총리상은 너우샤드 ▲고용노동부장관상은 강지한 ▲금상은 안티츄츄, 천도영 ▲은상은 김민재, 이청수, 김소령 ▲동상은

정안진, 박근식, 김민재, 포스코다락밴드 ▲특별상은 홍서우 씨에게 돌아갔습니다.

이정식 고용노동부장관은 “일하는 틈틈이 재능과 끼를 갈고닦아 열정의 무대를 선보인 참가자들에게 박수를 보낸다”며 “근로자의 날을 맞아 근로자들의 노고와 헌신에 감사하고, 정부는 근로자의 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 항상 노력하겠다”고 말했습니다.



국무총리상 / 너우샤드(신영정공 사원)

방글라데시에서는 노래를 한 적이 없어요. 한국에 와서 트로트를 듣고 너무 좋아 따라 부르기 시작했습니다. 지난해 처음 '근로자문화예술제'라는 것이 있다는 것을 알게 되어 지원해 보아겠다고 생각했습니다. 오늘 본선에 나오기 위해 1주일 동안 일을 쉬고 연습했어요. 제가 잘 되면 인생 바뀔 수 있다고, 가족들과 빨리 같이 살 수 있다고 말씀드리니 사장님께서 배려해 주셨어요. 큰 상을 받게 되어 너무 기쁩니다. 감사합니다.

장관상 / 강지한(우아한청년들 사원)

연말 회사 행사 때 노래 부른 경험이 있습니다. 이후 직원분들이 알아봐 주셔서 즐겁게 연습하고 있습니다. 오늘 무대를 위해서 한 달 반 정도 퇴근 후에 연습했어요. 김동률의 <감사>는 원래 좋아하는 노래라 컨디션 조절과 춤에 오히려 신경을 많이 썼어요. 하하. 아직 꿈속에 있는 기분입니다. 만약 하고 싶은 일이 있는데 현실에 부딪혀 못하시는 분들 계시다면, 저처럼 열심히 기회를 찾아보라는 말씀 드리고 싶어요.



1 청년의 미래 글로벌 기업과 함께합니다

#디지털트레이닝 #여성개발자양성



4월 18일 이정식 고용노동부 장관은 숙명여자대학교에서 진행된 청년 간담회에 참석하여 취업에 관한 청년의 다양한 관심사와 애로사항에 대해 이야기를 나누었습니다. 이날 행사는 IT 기술업계 진입에 어려움을 겪는 비전공·여성 청년을 지원하기 위한 협업을 확대하고자 마련한 자리입니다.

IT·기술업계가 인력 수급에 지속적으로 어려움을 겪고 있는 가운데, 마이크로소프트는 다양성·포용성 문화에 바탕을 두고 정부가 지원하는 K-디지털 트레이닝을 통한 이공계 여성 청년대상 사이버 보안 실무인재 양성과정 등에 참여해 왔는데요. 마이크로소프트는 지속적으로 고용노동부 대학일자리플러스센터를 통해 향후 5년간 2,000명 이상의 청년에게 양질의 직무훈련 과정을 제공하고, 향후 전국 대학일자리플러스센터로 확대한다고 밝혔습니다. 특히 여성 청년들의 IT·기술분야 진입을 활성화하기 위해 올 하반기에는 세계 여성 리더·개발자 커뮤니티와 함께하는 멘토링 행사인 '러닝 투게더'를 지속 추진하여 현직자의 경험을 생생하게 전달할 수 있는 기회를 더 많이 제공한다는 계획입니다.

2 건강하게 일하고 정당하게 보상받도록 현장 근로관행 개선에 감독역량 집중합니다

#국민이공감하는근로시간제도 #법치주의확립

4월 10일 이정식 고용노동부 장관은 약자 보호를 위한 감독행정을 강화하기 위해 「고용노동부 노동개혁 추진 점검회의」를 개최하였습니다. 이날 회의에는 주요 실·국장과 48개 전국 지방관서장이 참석했는데요. 이정식 장관은 “회계 관련 노조법 위반 노조에 대한 엄정 조치”와 “포괄임금 오남용 기획감독 및 근절대책 마련·집행에 빈틈이 없도록 본부·지방관서의 모든 역량을 집중할 것”을 주문했습니다. 고용노동부는 올해 1월부터 포괄임금 오남용이 강하게 의심되는 사업장을 선정하여 역대 최초의 기획감독을 하고



있으며, 지난 두 달여간 '온라인 부조리 신고센터'를 통해 접수된 포괄임금 오남용이 의심되는 87개 사업장에 대해서도 5월 말까지 집중적으로 기획감독을 실시할 예정입니다.

3 내 일(my job)과 내일(tomorrow)을 위한 제33회 장애인고용촉진대회를 실시했습니다

#장애인고용 #장애인고용촉진대회



고용노동부가 주최하고 한국장애인고용공단이 주관하는 <2023 장애인고용촉진대회>가 4월 13일 서울 올림픽파크텔에서 열렸습니다. 이 행사는 장애인 고용에 기여한 사업주와 모범이

되는 장애인 근로자, 장애인 고용업무 유공자를 포상하고 축하하는 자리로, 올해는 철탑산업훈장, 산업포장 등 정부포상 8점과 고용노동부 장관 표창 22점이 수여되었습니다. 철탑산업훈장을 받은 (주)포스코휴먼스는 우리나라 제1호 자회사형 표준사업장으로 2022년 6월 기준 299명의 장애인을 고용해 지방 거주 장애인에게도 양질의 일자리를 제공하고 있습니다. 특히 주요 대기업에서 연평균 60회(월평균 5.2회) 방문해 벤치마킹하는 등 대기업의 자회사형 표준사업장 확산에 기여했습니다. 이정식 장관은 “소중한 일을 가질 때 미래의 꿈이 더 커질 수 있다”라며, “정부는 장애인분들의 내일을 향한 꿈이 실현될 수 있도록 장애인 일자리 안전망을 촘촘히 이어나가도록 하겠다”고 말했습니다.

4 포괄임금 오남용 신고 87개 사업장 즉시 감독 착수했습니다

#온라인부조리신고센터 #포괄임금오남용기획감독



- ① 포괄임금 오남용 기획감독Ⅱ: 익명 신고 87개 사업장(4월 7일~5월 말)
- ② 포괄임금 오남용 기획감독Ⅲ: 정보기술(IT)·사무직 등 취약분야(하반기)
- ③ 장시간근로 감독 강화(6월까지 300개 사업장, 하반기 추가 500개 사업장)

고용노동부는 지난 두 달여간 온라인부조리 신고센터를 통해 익명 신고된 포괄임금·고정 OTT(이하 ‘포괄임금’) 오남용 의심 제기 사업장 87개소에 대해 즉시 감독에 착수했습니다. 해당 기획감독은 지난해 12월 포괄임금 오남용이 강하게 의심되는 16개 사업장을 선정하여 ‘포괄임금 오남용 기획감독 I’ 이후 두 번째로 진행되는 기획감독입니다. 익명의 신고내용을 바탕으로 공짜 야근, 장시간근로, 근로시간 조작 및 기록·관리 회피, 연차휴가 사용실패 등을 집중 점검할 예정입니다. 고용노동부는 하반기에 포괄임금 오남용이 많이 제기되는 정보기술(IT)·사무관리·금융·방송통신 직종과 장시간근로 사업장 300개소를 대상으로 추가 기획감독을 실시할 예정이라고 밝혔습니다.

5 모성보호 신고센터 개설하고 육아휴직 등 사용 방해 집중 감독합니다

#모성보호신고센터개설 #육아휴직



고용노동부가 4월 19일 모성보호 신고센터를 개설했습니다. ‘언제든, 무엇이든, 어떤 방식으로든’ 상담 및 신고할 수 있도록 전국 49개 지방고용노동관서에서 신고센터가 운영됩니다. 신고센터 운영을 통해 상반기 중 500개 사업장에 대해 집중 감독을 실시할 예정임을 밝혔는데요. 먼저, 육아휴직 등 사용을 못 하게 하거나 불리한 처우 등이 의심되는 사업장 500개소를 선정하여 집중 감독합니다. 감독 결과를 자세히 분석하여 하반기에는 위반 비중이 높은 업종의 사업장을 감독 대상으로 추가 선정하고 관련 업종 대표이사 간담회 등을 통해 위반 사례를 공유하는 등 개선될 수 있도록 할 계획입니다. 고용노동부 이정식 장관은 “근로자가 법에서 보장한 출산휴가 및 육아휴직 등을 눈치 보지 않고 사용할 수 있도록 지속적으로 확대하겠다”라고 전했습니다.

6 2023년 청년일자리도약장려금이 이렇게 좋아졌어요

#청년채용 #중소기업지원

만 15~34세의 취업애로 청년을 정규직으로 신규 채용하고, 6개월 이상 고용을 유지한 5인 이상 우선지원대상기업에게 지급하는 ‘청년일자리도약장려금’ 혜택이 확대되었습니다. 이와 함께 취업에 어려움을 겪는 청년 범위도 확대하고, 참여기업 매출액도 꿈꾸히 살퍼볼 예정입니다. 그간 인건비 부담으로 신규채용을 망설였던 사업주들에게 좋은 기회가 될 것입니다. 더 자세한 사항은 사업 누리집(www.work.go.kr)을 참조해주세요.



기간	2022	1년	2023	2년
지원금		960만 원		최대 1,200만 원 (청년 1인당)

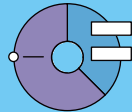
회사를 운영하고 있는데 노동법에 대해 궁금하다고요?



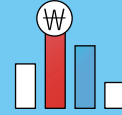
근로계약



임금·퇴직금 지급



근로시간



최저임금 준수



취업규칙 등

소규모 사업장 사업주를 위한 노동법 교육 신청하세요!

신청대상은

전국 20인 미만 사업장 7,200개소

신청기간은

2023.4월~10월

신청방법은

한국공인노무사회, 중소기업융합중앙회, 소상공인 연합회,
충남노사민정 협의회, 원주 상공회의소로 문의

스포츠 선수의 든든한 멘탈 코치

스포츠심리상담사

Sports Psychology Counselor

스포츠 선수의 눈부신 활약 뒤에 숨은 일등공신에는 감독과 코치만 있는 게 아닙니다. 선수들이 흔들리지 않고 훈련과 경기에 집중할 수 있도록 선수들의 마음을 돌보고 이끌어주는 사람이 있지요. 바로 스포츠심리상담사입니다.

선수들의 든든한 마음 코치, 스포츠심리상담사에 대해 알아볼까요?





스포츠 선수들은 모두가 지켜보는 가운데 뛰어난 기량을 발휘해야 합니다. 그러나 팀 경기든 개인 경기든 자신의 기량을 발휘할 수 있는 기회는 많지 않기 때문에 출전하는 경기에서 성과를 내야 한다는 부담감이 큼니다. 그러한 중압감 속에 경기를 무사히 치르기란 쉬운 일이 아닙니다. 그래서 평소에 좋은 기록을 내던 선수들도 막상 경기날이 되면 연습 때만큼 좋은 성적을 내지 못하거나 평소 하지 않던 초보적인 실수를 하기도 합니다. 또한 스포츠 선수들은 매일 반복되는 고된 훈련을 견뎌야 하며 생각만큼 실력이 향상되지 않을 때면 슬럼프에 빠지기도 쉽죠. 이처럼 스포츠 선수들이 마주하는 힘든 순간마다 곁에서 힘이 되어주고 이끌어주는 사람이 바로 스포츠심리상담사입니다. 스포츠심리상담사는 일반적인 심리상담과 다르게 스포츠라는 특수한 분야에서 심리상담을 진행하므로 스포츠에 대해 잘 알아야 합니다. 스포츠 종목은 매우 다양해서 자신이 상담하는 선수가 어떤 종목의 선수인지 미리 파악해 그에 맞는 상담을 진행합니다.

일반 심리상담의 경우 가족갈등, 대인관계, 우울증, 불안장애 등 일상에서 심리적 고통을 겪는 사람들을 대상으로 진행됩니다. 그러나 스포츠 심리상담의 경우 팀 내에서 일어나는 갈등이나 개인적인 고통 등을 상담하며, 각 선수들이 지닌 역량을 최대한 뽐낼 수 있도록 심리적인 기술을 트레이닝하고 수행 능력을 높이는 멘탈 트레이닝까지 담당합니다. 따라서 스포츠심리상담사는 상담과 스포츠, 두 분야 모두 빠삭하게 알고 있어야 하며 선수들을 앞에서 끌어주고 뒤에서 밀어주는 든든한 조력자 역할을 해야 하죠.

각각의 선수들에게 최적화된 맞춤형 심리상담과 멘탈 트레이닝은 당분간은 인공지능이 대체하기 어려울 것으로 예측되므로 스포츠심리상담사는 4차 산업혁명이라는 물결 속에서 살아남을 수 있는 직업으로 꼽히기도 합니다. 게다가 앞으로 선수를 육성하는 데 있어 피지컬 트레이너가 한 명 있으면 멘탈 트레이너도 반드시 한 명 있어야 한다는 인식이 보편화될 것으로 예상됩니다.

현직자 인터뷰를 통해 스포츠심리상담사에 대해 더욱 자세히 들여다 봅시다

Q 안녕하세요. 간단한 자기소개 부탁드립니다.

A 안녕하세요. 저는 스포츠 현장에서 선수들의 경기력 향상을 위해 심리지원을 하고 있는 스포츠심리학 박사 김미선(케이스포츠심리상담소 대표)입니다.

Q 현재 맡고 계신 업무를 소개해 주세요.

A 스포츠심리상담사는 선수 및 스포츠팀과 협력하여 정신적·정서적 지원을 통해 선수들이 최고의 성과를 올릴 수 있도록 합니다. 선수들에게 개별 상담을 제공하여 선수들이 훈련 및 경기와 관련된 스트레스와 불안을 관리하도록 돕고 자신감 향상, 동기부여 및 목표설정을 돕습니다. 또한 의사소통, 팀 구성, 리더십 등의 주제로 교육을 진행하여 선수들이 최고의 성과를 올릴 수 있도록 합니다.

스포츠심리 상담사는 선수들이 경기장 안팎에서 잠재력을 최대한 발휘할 수 있도록 돕는 멘탈 코치입니다.



Q 스포츠심리상담사가 된 계기는 무엇이며, 어떤 과정을 통해 스포츠심리상담사가 되셨나요?

A 초등학교 때부터 대학생 때까지 13년간 농구 선수로 생활하면서 경험했던 심리적인 애로사항들을 후배들은 조금이라도 덜 경험하도록 하자는 마음으로 스포츠심리상담사가 되었습니다. 저는 스포츠심리상담사가 되기 위해 대학원에서 스포츠심리학 과정으로 석사, 박사 학위를 취득했습니다. 석·박사 과정 중에 스포츠심리와 관련된 다양한 활동을 하면서 자격증을 취득했습니다. 스포츠심리상담사가 되기 위해서는 관련 학위와 한국스포츠심리학회에서 요구하는 강의와 시험, 현장 수련 과정이 필요합니다. 자격 과정을 통해 상담 기술을 배우고, 현장에서 선수들과 함께하는 실습 경험을 얻을 수 있습니다.

Q 현재 하고 계신 일에 대해 어느 정도 만족하 시나요?

A 저도 그렇지만 저와 같이 스포츠심리상담사로 일하는 분들께서는 이 분야에 대한 직업 만족도가 높다고 말합니다. 그 이유는 스포츠심리상담사라는 직업이 선수들의 삶과 스포츠팀에 긍정적인 영향을 미칠 수 있기 때문입니다. 스포츠심리상담사의 업무는 도전적이고 까다로울 수 있지만, 스포츠를 사랑하고 이 분야에 열정을 가진 사람이라면 큰 보람과 성취감을 느낄 수 있습니다.

Q 스포츠심리상담사에게 꼭 필요한 자질은 무엇인가요?

A 스포츠심리상담사에게 필요한 핵심 자질은 의사소통 기술, 공감 능력, 인내, 문화 이해, 유연성, 상담 지식, 열정입니다. 효과적인 의사소통은 운동선수, 코치 및 기타 구성원과의 신뢰 및 친밀감 구축에 매우 중요하며, 공감 능력은 선수가 스포츠 및 개인 생활에서 경험하는 도전과 감정을 이해하는 데 중요합니다. 내담자가 변화하고 발전하는 과정에서 인내와 끈기를 가지고 도와주어야 하며, 다양한 문화적 배경을 가진 선수들과 효과적으로 협력해야 합니다. 각 선수의 요구 사항을 충족하기 위해 적응력이 있어야 하며 필요에 따라 상담 접근 방식을 신속하게 조정할 수 있어야 합니다. 그리고 선수가 직면하는 문제에 대한 종합적인 이해와 분석이 가능해야 하죠. 마지막으로 스포츠에 대한 열정과 선수의 성공을 돕고자 하는 열망은 스포츠심리상담사에게 강력한 동기가 되며, 선수와 의미 있는 관계를 만드는 데 도움이 됩니다.

Q 스포츠심리상담사를 꿈꾸는 이들에게 응원 의 한 말씀 부탁드립니다.

A 스포츠심리상담사가 되는 것이 꿈이라면 목

스포츠심리
상담사는 선수의
정신건강을
최적화하고
선수가 목표한
바를 달성하도록
도울 수 있는
숙련되고 이해심
높은 인격을
갖춘 전문가여야
합니다.

표에 집중하고 헌신하는 것을 잊지 말고 인턴십, 자원봉사, 지속적인 교육을 통해 다양한 경험과 지식을 얻을 수 있는 기회를 찾으라고 말해주고 싶습니다. 나아가 이 직업에 대한 구체적인 정보를 안내하고 지원할 수 있는 멘토 및 동료와 꾸준히 관계를 이어가며 서로 성장할 수 있는 기회를 가지는 것이 도움이 될 것이라는 말씀을 드리고 싶습니다.



★ 직무 사전

★ 직무명 스포츠심리상담사

★ 직무정의 스포츠 현장에서 스포츠 선수 또는 팀이 가지고 있는 심리적인 고충이나 어려움, 문제 등을 파악하고 전문적인 상담 및 교육을 통해 이를 해결함으로써 각 선수가 최고의 기량을 발휘하고 목표한 바를 성취할 수 있도록 돕는 심리상담사

★ 필요 지식 및 역량 상담 지식 및 기술, 스포츠 관련 지식, 스포츠심리 전반에 대한 지식, 의사소통 기술 등

★ 관련 전공 심리학과, 체육학과, 체육교육과 등 심리 또는 체육 관련 모든 학과

★ 스포츠심리상담사 자격증(한국스포츠심리학회 기준) 스포츠심리상담사 자격증은 전문성에 따라 1~3급으로 구분, 자격증을 취득하기 위해서는 학위, 시험, 현장수련, 사례발표, 학술행사 참가 등의 과정을 거쳐야 함

★ 자격심사 과정 1, 2급 : 자격연수 서류 접수 및 심사 → 자격연수 → 자격(논술)시험 → 이수 및 통과자 현장수련활동 계획 신청 및 심사 → 심사 승인 후 현장수련활동(슈퍼비전, 학술 행사참가 및 사례발표) → 자격심사 신청 및 최종 승인 → 자격부여, 3급 : 자격연수 종료일에 종합시험 형태의 필기시험 시행

★ 시험 과목 스포츠심리이론, 스포츠심리측정, 운동심리상담, 스포츠심리기술훈련, 팀상담 등 자격관리위원회에서 별도로 지정

국가별 취업 유망 분야 알아보기

세계로 출근합니다



누구나 한 번쯤은 ‘해외에서 살아보면 어떨까?’ 하는 생각을 해본 적이 있을 거예요. 더 나아가 해외취업을 꿈꿔본 분도 꽤 많을 텐데요. 사실 외국에서 정식으로 취업하기란 쉬운 일은 아닙니다. 그러나 불가능한 일도 결코 아니지요. 해외취업을 목표로 꾸준히 준비하고 노력하면 어느 순간 기회의 문이 활짝 열립니다. 해외취업의 문을 좀 더 쉽고 빠르게 열기 위해서는 전략적인 접근이 필요한데요. 국가별 취업 유망 분야가 다르기 때문에 이를 미리 파악하여 그에 맞는 직무능력과 외국어를 익힌다면 더욱 수월하게 해외취업을 할 수 있겠지요.

고용노동부는 한국산업인력공단과 협업하여 해외취업지원사업을 시행하고 있습니다. 대한민국의 유능한 인재들이 세계에서 꿈을 펼칠 수 있도록 채용 정보를 안내하고 해외취업 상담, 교육, 설명회 및 박람회, 사후지원 등을 실시하고 있어요. 지금부터 고용노동부에서 소개하는 국가별 취업 유망 분야를 살펴볼까요?

1 IT 직종이 뜨는 미국, 일본, 독일

오늘날 우리는 IT가 없는 세상을 상상할 수 없습니다. 이는 기업도 마찬가지인데요. 미래 성장을 위해 필수 요소가 되고 있는 IT 분야의 경우 실력이 있다면 자신의 역량을 발휘하기에 용이합니다. 원활한 의사소통능력이 필요하지만, 의사소통이 완벽하지 않아도 본인만의 스킬과 강점을 어필한다면 해외취업에 성공할 가능성이 큼니다. 게다가 IT 부문은 대부분의 국가에서 부족직업군에 속하므로 취업비자 발급이 다른 직군에 비해 용이합니다.

※ 해외취업 유망 IT 직종 : 시스템소프트웨어 개발자, 응용소프트웨어 개발자, 정보시스템 운영자, 웹디자이너



2 호텔·항공 직종이 유망한 UAE, 카타르, 일본, 싱가포르

한동안 코로나19로 인해 관광산업이 주춤했는데요. 그러나 각 국가마다 팬데믹 종식을 선언하면서 그동안 참아왔던 해외여행을 즐기는 사람들이 부쩍 늘었습니다. 이에 따라 관광산업에서 부족 인력 충원 등을 위해 많은 일자리가 창출될 것으로 보입니다. 이 분야의 해외취업에 성공하기 위해서는 높은 외국어 구사 능력과 함께 다른 글로벌 구직자들과 차별화된 직무 관련 능력을 갖춰야 합니다.

※ 해외취업 유망 호텔·항공 직종 : 호텔업(백오피스, 프론트오피스, 식음료 부서, 조리부), 항공(객실승무원&지상직)



3 서비스 직종을 희망한다면 호주, 싱가포르, 미국, 일본으로!

서비스 분야의 해외취업 인원은 매년 500~600명으로 IT와 사무 분야에 비해서는 작은 규모지만, 항공·호텔 분야와 비슷한 수준입니다. 서비스 직종에서 해외취업이 가장 활발한 직종은 요리사입니다. 글로벌 외식산업의 40% 이상이 아시아-태평양 지역에 집중되어 있는 만큼 이 지역의 해외취업이 활발한 편입니다. 또한 해당 지역 외식산업 분야 평균 임금도 국가마다 차이는 있지만 대체로 한국보다 높은 것으로 보고되고 있지요.

※ 해외취업 유망 서비스 직종 : 요리사, 일반 영업 및 판매업



4 사무 직종 채용이 활발한 미국, 일본, 베트남, 싱가포르

해외취업자 중 40% 이상은 사무직 취업자입니다. 사무직의 해외취업이 유망한 이유는 첫째, 사무직은 모든 산업과 모든 기업 및 기관에 필수적인 인력을 공급하며 둘째, 한국 기업들의 해외 진출 시 한국인 중간·초급 관리자를 필요로 하기 때문입니다. 사무직으로 해외취업에 성공하기 위해서는 영어 및 현지 언어 능력이 요구되며, 무역·회계 등 각 분야에 대한 전문 지식을 갖춰야 합니다.

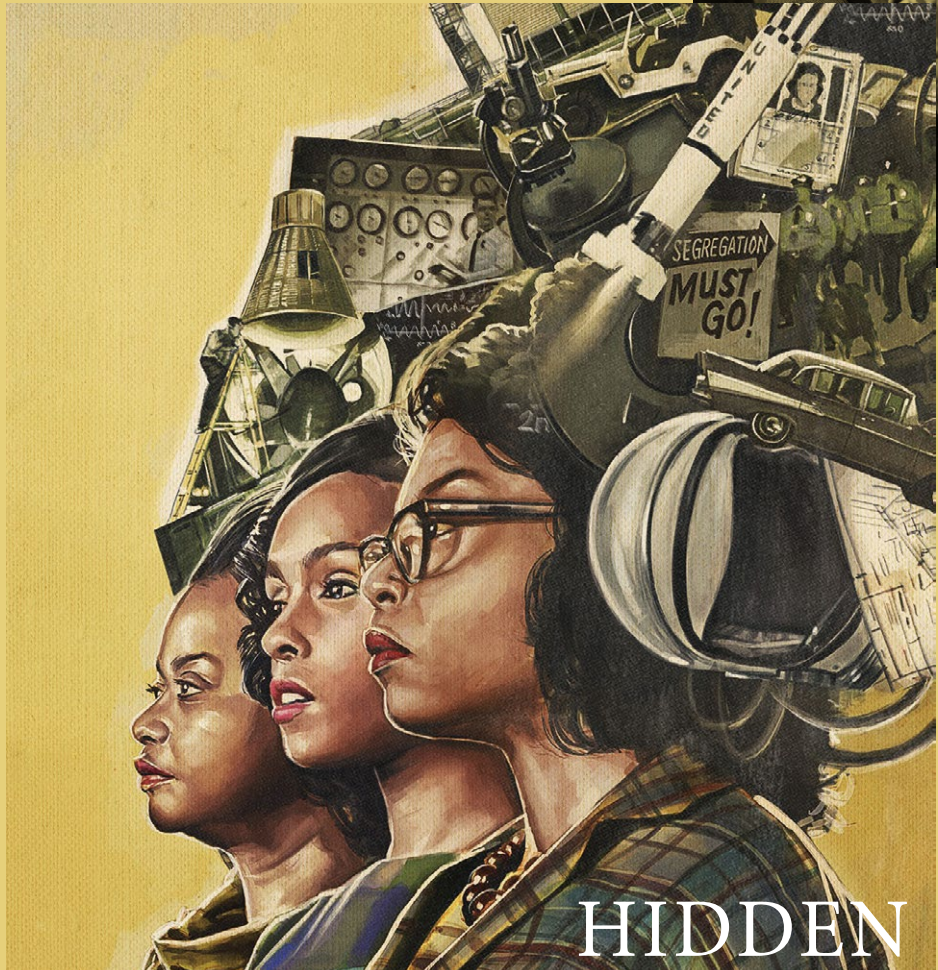
※ 해외취업 유망 사무 직종 : 경영기획, 영업, 무역·물류, 생산·품질·자재·구매 관리





개봉 2017. 03. 23.
장르 드라마

감독 테오도어 멜피
주역 캐서린 존슨 역
티라지 P.헨슨
주역 도로시 본 역
옥타비아 스펜서
주역 메리 잭슨 역
자넬 모네



웬만해선 그녀들을 막을 수 없다

히든 피겨스

1960년대 미국과 소련의 우주개발 경쟁에서 미국의 승리를 이끈 NASA의 숨겨진 천재들을 그린 영화 <히든 피겨스>. 유색인종은 백인과 함께 화장실을 쓸 수 없던 그 시절, 커피포트에도 사무실에도 유색인종이라는 뜻말이 달렸다. 실화가 바탕인 영화의 주인공은 세 명의 흑인여성 전산원. 임시적인 그녀들의 꿈은 따로 있다. 캐서린은 천재적 수학능력을 발휘하고 싶고, 메리는 엔지니어가 되고 싶다. 도로시는 백인과 동등한 대우를 받길 원하지만 현실은 요원하다. 그럼에도 현실에 좌절하지 않는 그녀들은 각자의 분야에서 우주프로젝트에 기여하고 자신의 삶도 더 높이 도약하는데... 원하는 삶을 쟁취한 세 여성의 여정을 따라가보자.



여기엔 흑인여자가 쓸 화장실이 없다고요!

캐서린은 NASA의 천재들이 해결하지 못하는 문제를 척척 풀어낸다. 문제는 화장실이 너무 멀다는 것. 유색

인종 화장실은 저 멀리 아프리카쪽에 있다. 800미터나 떨어진 화장실을 가야 하니 “어느 세월에 일을 하겠어!”, 캐서린의 강력한 항의에 팀장은 화장실 구분을 없앤다. 캐서린은 천재적 수학 실력으로 IBM의 오류를 찾아내 우주선 착륙 지점을 정확히 계산한다. 차별과 편견을 넘어설 수 있는 힘은 오직 실력뿐이라고 말해주는 캐서린이다.

오늘 판사님 재판 중에서 100년 뒤에 남은 판결은 무엇일까요?

두 개의 학위를 가졌음에도 엔지니어가 되기 위해선 심화과정을 이수해야 하는 메리. 까짓 거 들으면 그만인데, 흑인여성은 수업을 들을 수 없다. 버지니아 주의 법이 그렇단다. 메리는 입학허가 소송 법정에서 판사를 설득한다. 흑인여성 입학허가 시켜주면 판사님은 역사에 길이 남을 거라고 입학허가를 받은 메리는 흑인 최초로

NASA의 미국인 여성 엔지니어가 되며 화답한다.

우린 준비됐어요, 시켜만 주세요

10년을 열심히 일하고도 주임 승진에 번번이 탈락한 도로시는 나사에 IBM컴퓨터가 들어오면 전산팀이 해체될 거란 말을 듣는다. 도로시는 독학으로 컴퓨터언어를 습득하는 한편 이럴 때일수록 최대한 배워서 우리 가치를 높여야 살아남는다고 동료들을 격려하는데. 존 글렌의 비행을 앞두고 컴퓨터를 다룰 사람이 필요한 NASA는 도로시와 전산팀 모두를 부를 수밖에. 그들은 이미 준비된 인재였으니까. 컴퓨터 프로그래머가 된 도로시는 흑인 최초로 NASA 여성 주임에 오른다. 영화의 마지막은 백인 여성들이 도로시의 후임이 되는 장면이다.

실력, 당당함 그리고 욕심

정면으로 돌파해야 되는 일이 있고 우회로를 택해야 할 때도 있는 법. <히든 피겨스>의 세 여성은 자신의 장점을 살리면서 상대방의 자존심도 세워준다. 그러니까 무척 지혜로운 방법으로 인종차별에 호소한다는 얘기. 캐서린은 출중한 실력을, 메리는 당당함과 재치를, 도로시는 욕심 있는 추진력을 가지고 위기를 기회로 바꾼다. 그리고 그들은 전설이 되었다.



뭐가 됐든 버튼은 사람이 눌러야 하니까

NASA에 IBM컴퓨터가 들어오고 전산팀이 해체될 위기에서 도로시와 팀원은 컴퓨터 언어를 독학으로 학습하여 전원 컴퓨터실로 재배정 받는다. 아무리 대단한 기계라도 버튼은 사람이 누르는 법. 세상 변화에 맞춰 배우면 될 일이다. 과학기술 발전에 따라 산업의 흥망성쇠는 불가피하다. 2000년대 초까지 휴대폰 점유율 세계 1위였던 노키아는 휴대폰사업부를 마이크로소프트에 매각하는 대신 디지털 통신인프라 분야의 선두주자가 되었다. 200년 전통의 섬유화학 최강자 듀폰이 식품농업기업으로 변신한 것도, IMF 시절 구조조정의 찬바람 속에서 컴퓨터 관련 업종에 투신한 이들이 벤처신드롬의 수혜자가 된 일도, 모두 같은 맥락이다. 무인화·사·빅 데이터가 주도하는 세상이라고 지레 겁먹을 필요 없다. 어느 시대에나 변화를 수용하면서 자기개발에 힘쓰는 사람에겐 새로운 기회가 주어졌으니까. 어느 시대에나 변화를 수용하면서 자기개발에 힘쓰는 사람에겐 새로운 기회가 주어졌으니까.



‘런치 투어’ 어디까지 해봤니? 요즘 직장인의 점심시간 활용법!

Lunch Tour

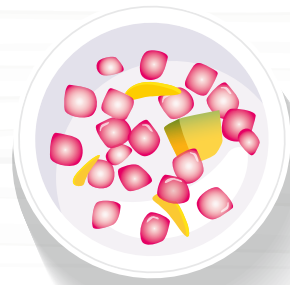
‘런치 투어(Lunch Tour)’라고 하면 왠지 맛있는 점심을 먹으러 다니는 투어를 말하는 것 같은데요. 그런데 런치 투어의 진짜 뜻은 점심시간에 식사를 하지 않거나 간단히 해결하고 공부나 운동, 쇼핑 등 개인적인 시간을 보내는 것입니다. 이처럼 점심시간을 알차게 활용하는 직장인들을 일컬어 ‘런치 투어족’이라고 부릅니다.

1시간의 점심시간은 하루 종일 업무에 몰두해야 하는 직장인에게 매우 소중한 시간입니다. 점심만 먹고 끝내기에는 왠지 아쉬운 마음이 들지요. 그래서 요즘에는 1시간 남짓의 점심시간을 상사나 동료와 보내지 않고 자기개발에 활용하는 직장인이 늘고 있습니다.

런치 투어족은 주로 독서, 강의 수강, 운동, 쇼핑, 재테크, 동호회, 소개팅 등을 즐깁니다. 직장인이 많은 여의도에 위치한 학원에는 런치 투어족을 위한 점심시간 프로그램이 다양하게 마련되어 있는데요. 일본어 강의부터 바이올린, 줌바댄스, 필라테스, 요가, 캘리그래피, 꽃꽂이, 쿠킹클래스 등 틈새 시간을 즐겁게 보낼 여러 프로그램이 준비되어 있습니다.

1분 1초도 허투루 쓰기 싫은 직장인이라면 런치 투어에 도전해 보는 건 어떠세요? 지금부터 나에게 꼭 맞는 런치 투어 활동을 찾아봅시다.





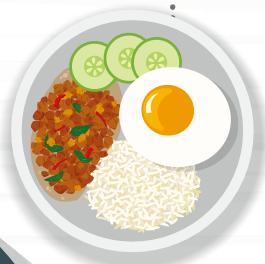
기본전환에 최고! 산책하기

런치 투어족의 상당수가 간단한 식사 후 가벼운 산책을 즐기는 것으로 나타났습니다. 점심식사 후 산책을 하며 소화도 시키고 고된 업무로 지친 몸과 마음을 풀어줄 수 있어요. 퇴근 후 따로 시간을 내 운동하기 어려운 경우 산책을 통해 부족한 운동량을 채울 수도 있습니다. 요즘에는 걷기만 하면 돈이 되는 만보기 앱을 이용해 앱을 활용하기도 해요.



건강한 몸을 위해, 나에게 맞는 운동하기

요즘 체중 관리 또는 체력 향상을 위해 헬스나 필라테스, 요가, 발레 등을 하는 직장인이 부쩍 늘었습니다. 그래서 요가나 필라테스 센터 등에서 직장인을 위해 점심시간 프로그램을 운영하는 곳이 많아지고 있는데요. 장시간 근무 후 녹초가 된 몸을 이끌고 운동하러 가기가 힘들다면 아직 생생한 점심시간에 몸을 단련해 보는 건 어떨까요?



자투리 시간의 공부로 열정 불태우기

더 나은 미래를 위해 끊임없이 자신을 갈고닦는 직장인이 많습니다. 자기개발에 진심인 런치 투어족은 남들이 식당으로 향할 때 홀로 학원으로 향하거나 조용한 곳에서 인터넷 강의를 듣습니다. 외국어, 직무관련 기술, 재테크 등 자기개발의 분야는 무궁무진한데요. 하루 1시간, 성장의 밑거름을 차곡차곡 쌓아간다면 훗날 더 성장한 내 모습을 마주할 수 있을 거예요.

짧지만 즐거운 사교활동으로 리프레쉬!

누군가와 1시간의 만남은 짧은 시간이지만 결코 불가능한 것은 아닙니다. 회사 근처 카페에서 친구를 만나 맛있는 디저트를 먹고 수다를 떨면서 재충전의 시간을 가질 수 있습니다. 회사가 많이 모여있는 업무지구에서는 점심시간에 직장인 동호회 모임이 열리기도 하는데요. 시간이 많지 않기 때문에 오히려 더 알찬 시간을 보내게 된다고 하네요.



직장인의 점심시간은 하루 중 1시간에 불과하지만 일주일 일을 모으면 5시간, 한 달을 모으면 20시간이 넘습니다. 이 시간을 잘 활용한다면 자신을 발전시키고 생활에 활력을 더하는 좋은 기회가 될 수 있습니다. 점심시간에 점심을 먹고 휴식을 취하는 것도 물론 중요하겠지만, 색다른 활동으로 삶에 변화를 주는 것도 좋지 않을까요?

넬툰

글·그림 박혜림

에피소드 1

《디자이너인 내가 동료에게 감동하는 순간》



작업 레퍼런스를 찾아 공유 할 때



기획 내용 모두 타이핑 되었을 때



깔끔하게 정리된 자료를 받았을 때



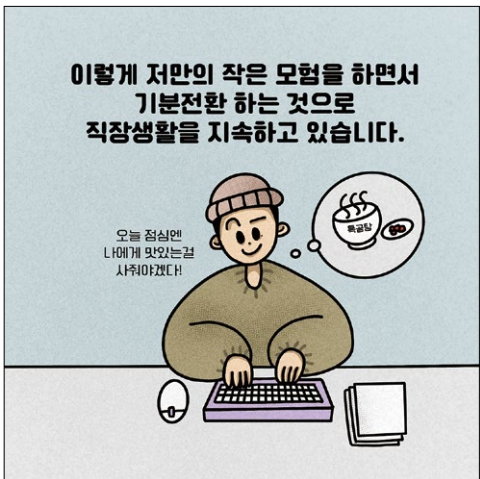
일이 마무리 되고 '고맙다'는 인사를 건넬 때



여러분도 동료에게 감동을 주는 사람인가요?



에피소드 2



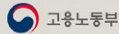
외국인근로자 고용허가 신청접수



2023년 3회차 고용허가 신청 접수
**외국인근로자(E-9)와
함께 일하고 싶은 사업장은
고용허가 신청하세요**

신청기간 2023.5.15.(월)~26.(금)

허가 인원 2만 5천명



OPEN 119

고용허가제 신청할 수 있는 업종은?



7천 여명은 향후 추가 배정할 계획입니다!

신청방법은?



고용허가서 발급신청서를 작성하여
EPS 누리집 www.eps.go.kr
또는 지방고용노동관서에 제출하세요.

*내국인 구인 노력(농축산업업 7일, 그 외 업종 14일)을
받드시 거쳐야 신청이 가능합니다.

고용허가제 처리 절차는?

5.15.(월)~5.26.(금)
사업장
고용허가 신청

6.16.(금)
사업장
선정 발표

제조, 조선 6.19.(월)~23.(금)
그 외 6.26.(월)~30.(금)
고용허가서 발급

7월 말~
외국인
근로자 입국

#일스타그램



웹진에서 만나는 #일스타그램 이벤트



여러분의 일은 어떠신가요?

자랑하고픈 근무 환경, 든든한 나의 동료,
보람찬 나의 업무, 노력이 묻어나는 구직활동까지.

<월간내일>에서 구독자들 저마다의 '일'을 모두와 공유하며
함께 공감하고, 웃고, 즐겨 보아요.



참여방법

- 1.인스타그램에 나의 '일'을 표현하는 사진을 선택한다.
 - 2.본문에는 관련 코멘트와 함께 해시태그 '#월간내일_일스타그램'을 필수 기재하여 게시한다.
- *비공개 계정은 참여 확인이 불가능합니다.

참여혜택

참여 게시물이 해당 웹진에 게재될 시, 디지털 쿠폰을 지급합니다.
당첨자에게 별도의 연락을 드립니다.



<월간내일> 구독 및 구독 해지 방법

01

<월간내일> 웹진에 접속합니다.



웹진 바로가기

02

왼쪽의 늘봄이(QUICK MENU)를 클릭
하고 '구독신청 및 해지'를 클릭합니다.

또는
홈페이지 제일 아래쪽의
'구독하기' 버튼을 클릭합니다.

03

구독하시려면 '신청하기'
버튼을, 구독을 해지하시려면
'해지하기' 버튼을 클릭합니다.

※ 구독 및 해지를 위해
정보입력 및 개인정보 수집에
동의하여야 합니다.

