

기업과 직원 모두 행복한 세상

월간 내일



02
Vol. 549

행복 일터

○○○

Intro

당신의 내일을
준비합니다

희망 일터

○○○

굿&굿 워라벨

함께 가면 멀리 갑니다
대유에이텍

힐링 일터

○○○

미디어 속 노동읽기

딱풀이 엄마,
워킹맘으로 살기 쉽지 않죠?

Contents



새해를 맞은 후 정신없이 지나간 한 달.
2021년에 꼭 해보고 싶다고 결심한 일들을
벌써 놓치고 있는 건 아닌지
반성 중인 늘봄 과장입니다.
저 늘봄 과장은 올해 새로운 목표가 생겼어요.
바로 유튜브 영상 만들기입니다.
변하는 시대에 발맞춰 디지털 역량을 업그레이드 하기 위해서죠!
느슨해지기 쉬운 2월,
여러분은 새해에 다짐한 것들
모두 잘 지키고 계신가요?

고용노동부 소식지 <내일>
통권 강남 라 00389(통권 549호)
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

2021. 02
vol.549

행복 일터

04	Intro 당신의 내일을 준비합니다
08	Topic 대전환의 시대 어떤 키워드를 주목할까요?
12	People 고용노동부 인스타그램 속 빨강머리N이 그리는 세상
16	System 2021년 고용노동부 예산 이렇게 쓰입니다!
20	Plus 우리 회사에 매칭되는 정책 어떤 것이 있을까?
24	Post 2021년 바뀐 고용노동 정책 한눈에 볼 수 있다고요?



희망 일터

28	인생 2막 공사 현장과 인생의 희망을 지키는 '행복 파수꾼' - 김세원 LH 행복주택 공사현장 경비반장
32	명장의 시간 요리를 시작한 계기요? 우연이었지만 이제는 제 삶이 됐습니다 - ㈜스시효외식산업개발 안효주 대표
36	굿&굿 워라밸 함께 가면 멀리 갑니다 - 대유에이텍
40	더불어 세상 당신의 식탁에 건강을 올립니다 - ㈜소반에
44	기술이 힘! 인생 2막, 불을 켜다 중년 인생을 전기로 [on]하세요
48	인생설계카드 밥심으로 살맛 나는 내일을 가꾼다
52	정책이슈 노동자와 시민의 안전을 위해서 산재 사망사고 감축에 최선을 다하겠습니다!
56	고용노동 뉴스



힐링 일터

62	미디어 속 노동위기 딱풀이 엄마, 워킹맘으로 살기 쉽지 않죠?
66	시사백과 어려운 백신 용어 쉽게 정리해드립니다
68	직장탐구생활 엔택트 시대엔 업무용 도구 잘 선택하는 것도 실력입니다!
70	고민타파 마냥 좋은 줄 알았던 재택근무 이런 문제도 있네요...
74	저녁이 있는 삶 지구도 살리고 건강도 챙기는 착한 쉼린지 나도 해볼까?
76	직장인 건강상식 나에게 필요한 영양제 챙겨 먹기 생각보다 참 쉽죠?
78	주말에 뭐 할래? Keep Going 힘차게 계속 나아갈 당신의 일상력을 충전해줄게요
82	애독자 모의고사



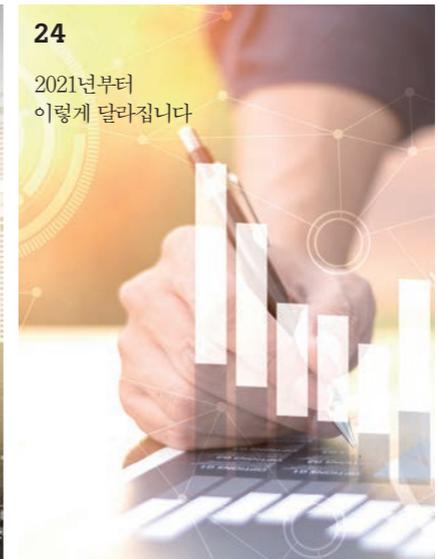
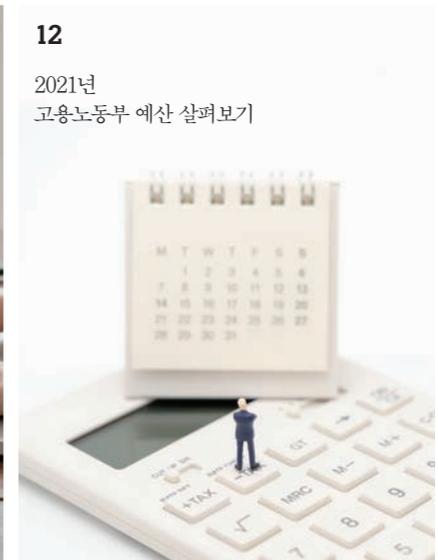
Korean-version New Deal

당신의 내일을 준비합니다

코로나19라는 초유의 사태를 맞아 바야흐로 격변의 시대를 살고 있습니다. 다가올 미래에 적극적으로 대응하기 위해 지난 7월 선언된 대한민국 대전환의 계획은 2021년 '한국판 뉴딜'이라는 사업으로 구체적으로 실현될텐데요. 곧 펼쳐질 이 담대한 계획은 우리의 일상을 어떻게 바꾸어 놓을까요?



변하는 일자리 상황에 발맞춰 고용노동부에서도 부지런히 정책들을 마련하고, 예산을 책정했습니다. 특히 급변하는 환경에서 고용 사각지대가 발생하지 않도록 고용안정망을 더욱 강화하고, 디지털 및 비대면 일자리 인력을 양성하는 등의 노력을 하고 있죠. 월간내일 2월호에서는 2021년 고용노동부 예산을 살펴보면서 **변화하는 일자리 정책**에 대해 함께 알아봅니다.





대전환의 시대 어떤 키워드를 주목할까요?



기술이 발전하면서 생기는 필연적 변화가 코로나19로 인해 더욱 앞당겨졌습니다.

대한민국 대전환의 시대를 맞아 관계부처에서 합동으로 준비하는 '한국판 뉴딜'에서는 10대 대표과제를 내세웠는데요. 각각 어떤 사업인지 또 앞으로 어떤 일자리를 창출시킬지 함께 알아보까요?

데이터 댐

KEYWORD 5세대이동통신(5G) 구축·융합, 인공지능 융합, 디지털 집현전



댐이라고 하면 흔히 떠오르는 이미지가 있지만, 데이터 댐은 생소한 분들이 많으실 텐데요. 데이터의 수집과 가공, 거래와 활용기반을 강화하여 데이터 경제를 가속화하기 위한 사업입니다. 2020년 하반기에는 범국가적 데이터 정책을 수립하고, 공공·민간데이터를 통합관리해 활성화 할 수 있도록 민관합동 컨트롤타워를 마련하는 것을 목표로 하고 있습니다.

2022년까지 총사업비 8조 5천억 원 투자, 일자리 20만 7천 개 창출
2025년까지 총사업비 18조 1천억 원 투자, 일자리 38만 9천 개 창출

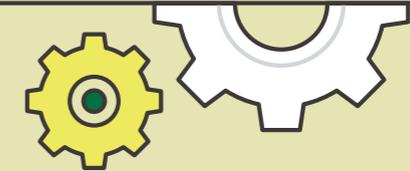
지능형(AI) 정부

KEYWORD 비대면 맞춤형 행정, 블록체인 기술 확산, 스마트 업무환경, 지식플랫폼



지능형 정부는 5세대이동통신(5G)과 블록체인 등 디지털 신기술을 활용해 국민에게 맞춤형 공공서비스를 미리 알려주고 신속히 처리해주는 똑똑한 정부를 구현하는 것을 목표로 합니다. 대면 기반의 민원 처리 등을 모바일 신분증 등으로 전환하거나, 온라인 투표나 부동산 거래에 블록체인 기술을 활용하고, 39개 중앙부처 청사에 5세대이동통신(5G) 국가망을 구축하는 사업 등을 진행할 예정이에요.

2022년까지 총사업비 2조 5천억 원 투자, 일자리 2만 3천 개 창출
2025년까지 총사업비 9조 원 투자, 일자리 9만 1천 개 창출



스마트 의료 인프라

KEYWORD 스마트병원, 호흡기전담클리닉, 인공지능 정밀의료



코로나19로 인해 시급한 사업으로 주목받고 있죠. 스마트 의료 인프라 사업은 감염병 위험으로부터 의료진과 환자를 보호하고, 환자의 의료 편의 향상을 위해 디지털 기반의 스마트 의료 인프라를 구축하는 사업입니다. 5세대이동통신(5G), 사물인터넷(IoT) 등을 활용한 디지털 기반 스마트병원 구축, 호흡기전담클리닉 설치, 인공지능 정밀 진단 소프트웨어 개발 등에 주력합니다.

2022년까지 총사업비 1천억 원 투자, 일자리 1천 개 창출
2025년까지 총사업비 2천억 원 투자, 일자리 2천 개 창출

그린 스마트 스쿨

KEYWORD 학교 와이파이파이 구축 및 리모델링, 교육용 스마트기기 지원, 온라인 교육 통합플랫폼



안전하고 쾌적한 녹색환경과 온오프라인 융합 학습 공간을 구현하기 위해서 전국 초·중·고에 에너지 절감시설을 설치하고 디지털 교육환경을 조성하는 사업입니다. 노후된 학교를 태양광 기반의 친환경 에너지 시설로 리모델링하고, 무선망과 스마트기기를 확대합니다. 또 온라인 교육 통합플랫폼 구축을 통해 다양한 교육콘텐츠 및 빅데이터를 활용한 맞춤형 학습 콘텐츠를 제공할 예정입니다.

2022년까지 총사업비 5조 3천억 원 투자, 일자리 4만 2천 개 창출
2025년까지 총사업비 15조 3천억 원 투자, 일자리 12만 4천 개 창출

디지털 트윈

KEYWORD 3D 지도, 스마트항만, 스마트시티, 정밀도로지도



트윈(Twin)은 쌍둥이란 뜻으로 쓰이는 영단어인데요. 디지털 트윈 사업이란 가상공간에 현실공간(사물)의 쌍둥이를 구현한다는 의미입니다. 자율주행 자동차, 드론 등 신산업을 기반으로 안전한 국토 시설 관리를 하기 위해 도로와 지하 공간, 항만, 댐 등을 가상공간에서 시뮬레이션으로 구현하고 분석·예측할 수 있도록 하죠. 디지털 트윈 사업이 잘 진행된다면 현재 육안으로 분석하는 많은 기반시설이 미래에는 디지털 시뮬레이션으로 예측 가능해진다고 해요.

2022년까지 총사업비 5천억 원 투자, 일자리 5천 개 창출
2025년까지 총사업비 1조 8천억 원 투자, 일자리 1만 6천 개 창출



국민안전 사회간접자본(SOC) 디지털화

KEYWORD 차세대 지능형 교통시스템, 공항 비대면 생체인식시스템, 재난대응 시스템



국민의 안전하고 편리한 생활을 위해서 핵심기반 시설을 디지털화하고 효율적 재난 예방 및 대응시스템을 마련하는 사업입니다. 주로 도로·철도·공항·항만·수자원 시설 등 신기술을 통해 디지털화 하죠. 동시에 재해 등 상황에 빠르게 대처할 수 있도록 조기경보시스템을 설치하거나 침수위험 신속 알림시스템을 추가 구축하는 등의 노력을 기울일 예정입니다.

2022년까지 총사업비 8조 2천억 원 투자, 일자리 7만 3천 개 창출
2025년까지 총사업비 14조 8천억 원 투자, 일자리 14만 3천 개 창출



스마트 그린 산업단지

KEYWORD 스마트 산업, 스마트 에너지 플랫폼, 녹색공장, 미세먼지 저감시설



산업단지를 디지털 기반으로 전환해 생산성을 향상시키고, 친환경 제조 공간으로 전환하는 사업입니다. 생산시설이 노후화되거나 에너지 비효율과 대기 오염 물질 배출이 높은 시설을 보유한 기업의 혁신역량을 향상시키고 친환경 제조공정이 가능하도록 하죠.

2022년까지 총사업비 2조 1천억 원 투자, 일자리 1만 7천 개 창출
2025년까지 총사업비 4조 원 투자, 일자리 3만 3천 개 창출

그린 리모델링

KEYWORD 노후 건축물 리모델링, 고효율 친환경 건축물 신축, 정부청사 에너지관리 효율화



노후 건축물을 친환경 에너지와 소재를 활용한 건축물로 리모델링해 에너지관리를 효율화 하는 사업입니다. 먼저 공공건축물에 선도적으로 태양광을 설치하거나 친환경 단열재로 교체할 텐데요. 노후 정부청사와 국공립 어린이집, 박물관, 도서관, 보건소 등에 리모델링이 시도될 예정입니다.

2022년까지 총사업비 3조 1천억 원 투자, 일자리 7만 8천 개 창출
2025년까지 총사업비 5조 4천억 원 투자, 일자리 12만 4천 개 창출

그린 에너지

KEYWORD 해상풍력단지, 태양광 설비, 수소도시 조성, 공정전환



친환경 에너지에 대한 관심도 더 커질 것으로 보입니다. 그린 에너지 사업은 태양광·풍력(육상·해상) 등 신재생에너지 산업 생태계 육성을 위해 대규모 연구개발(R&D)·실증사업 및 설비 보급을 확대하는 사업인데요. 더불어 석탄발전 등의 사업에 대해서는 신재생에너지로 업종전환이 가능하도록 지원합니다. 신재생 에너지에 대한 연구와 투자는 앞으로 더욱 활발해질 것 같네요!

2022년까지 총사업비 4조 5천억 원 투자, 일자리 1만 6천 개 창출
2025년까지 총사업비 11조 3천억 원 투자, 일자리 3만 8천 개 창출

친환경 미래 모빌리티

KEYWORD 전기자동차 보급, 수소자동차 보급 및 유통기반 구축, 미래형 자동차 개발



온실가스와 미세먼지를 줄이고 미래형 자동차 시장을 선점하기 위해서 전기자동차, 수소자동차 등의 기술을 개발하고 인프라를 지원합니다. 편리한 이동과 환경보호라는 두 마리 토끼를 모두 잡을 수 있도록 하는 친환경 미래 모빌리티 사업에 주목해 볼까요?

2022년까지 총사업비 8조 6천억 원 투자, 일자리 5만 2천 개 창출
2025년까지 총사업비 20조 3천억 원 투자, 일자리 15만 1천 개 창출

고용노동부 인스타그램 속



빨강머리N이 그리는 세상

최현정 작가

주근깨 뽀뽀마른 빨강머리 앤~ ♪
밝고 긍정적인 동화 속 '앤'이 현대에서
직장생활을 한다면 어떨까요?
그런 작가의 상상으로 탄생한 캐릭터가
있습니다. 바로 11만 8천 팔로우를
보유한 '빨강머리N'이죠.
고용노동부 인스타그램에도 등장해
허심탄회한 직장생활 이야기를 들려준
'빨강머리N'의 최현정 작가를 만나보았습니다.



Q '빨강머리N'으로 많은 사랑을 받고 계세요. 우리가 흔히 아는 문학작품 속 Ann도 Anne도 아닌 No에서 따온 N이라고 들었습니다. 캐릭터 탄생의 사연이 있을까요?

많은 소녀들이 그러했듯 저도 어린시절에 '빨강머리 앤'을 굉장히 좋아했어요. 삭막한 삶 속에서도 공상을 좋아하고 꿈과 희망을 놓지 않는 모습이 좋았거든요. 그런데 직장 생활을 5년 정도 했을 즈음, 스트레스도 업무량도 제가 감당할 수 있는 수준을 벗어나 더 이상 견딜 수가 없는 지점에 이르렀던 것 같아요. 그래서 결국 휴직을 하고 집에서 매일 멍을 때리는데 불현듯 '빨강머리 앤'이 생각나더라고요. 문득 아무리 그녀라고 해도 지금 내 상황에서 긍정적인 생각만 할 순 없을 거라고 생각했어요. 그래서 '빨강머리앤이 지금 이 시대를 살아간다면 어떨까'라는 생각으로 원작의 주인공을 오미주해 작업을 시작했어요. 그러니 원작의 주인공과 완전히 똑같아선 안되겠죠. 이 시대의 빨강머리N이라면 부당하고 납득이 안되는 상황에 대해 당당하게 'NO'라고 말하는 캐릭터였으면 좋겠다고 생각하고 성격을 설정했어요.

Q 고용노동부 인스타그램에서도 인스타툰을 연재해주셨는데요. 2020년 한해 가장 '좋아요'를 많이 받은 게시물이 작가님의 '직장 내 후배 대하기' 게시물(좋아요 2,313개)이었어요. 독자분들이 작가님의 작품을 좋아하는 이유가 뭐라고 생각하시나요?

아무래도 대신 욱해줘서가 아닐까요?(웃음) 직장 내에서 쌓이는 불만이나 욕들은 입 밖에 내기가 조심스럽잖아요. 그래서 답답하고 짜증나는 순간에 공감이가는 이야기가 올라

오면 "이거 내 이야기다!" 하면서 피식 웃게 되고, 나만 그런 게 아니라는 생각에 위로 받으시는 것 같아요. 특히 고용노동부 작업물을 돌아보면, 정부기관에서 운영하는 콘텐츠는 형식적이고 딱딱할 것 같다는 편견을 깨고 정보 제공을 위한 목적만이 아닌 공감을 유발하는 부분이 신선하게 느껴져서 더 좋아해주셨던 것 같아요. 고용노동부 디지털소통팀의 아이디어가 좋았다고 생각합니다.

Q_ 2년 동안 고용노동부와 콜라보레이션 작업을 해오셨는데요. 혹시 가장 기억에 남는 에피소드가 있으신가요?

회사의 빌런 설정을 해주는 게 스토리 전개에 용이해서, 주로 김부장이라는 사람이 빌런으로 많이 나오는데요. 코로나 시대에 회식을 하자고 하거나, 가족도 없으면서 왜 정시퇴근을 하냐고 하는 김부장 편 같은 경우 공감을 위해 연출한 상황인데도 오해를 하시는 분들이 계십니다. 너네 팀장님이 그러냐고 물어보셔서 그런 내용이 포스팅 되면 살짝 눈치를 봅니다. 그럴 때면 대한민국 모든 직장인이 고용노동부를 팔로우 해도, 우리 회사 사람들은 팔로우하지 않았으면 좋겠다는 생각도 들어요(웃음).

Q_ 고용노동부 인스타그램의 또 다른 캐릭터인 '고주무관'을 탄생하게 한 일등공신이라는 말도 있어요. 어떻게 탄생에 도움을 주셨는지요?



일로 처음 만난 담당자를 고주무관으로 설정해 '고용노동부에서 연락이 와서 내가 뭐 잘못했나 긴장했는데, 웹툰 연재 이야기더라 담당자가 괜찮아보여서 하기로 했다'라는 에피소드를 올린 적이 있어요. 약간의 썸 설정을 넣었더니 팔로우분들이 진짜 고용노동부 담당자랑 뭐 있는 거 아니냐며 댓글과 좋아요를 많이 눌러 주셨는데요. 그 후부터 고용노동부 담당자님께서 직접 고주무관으로 웹툰을 그리기도 하시더라고요. 처음 제가 그랬던 것과는 많이 다른 고구마 같은 비주얼인데 그래서 더 귀엽습니다. 저도 아주 잘 보고 있어요.

Q_ 매일 출퇴근하는 직장인이시기도 하죠. 카피라이터 일을 하고 계신데요. 빨강머리N 작업의 영감의 원천이 직장생활은 아닐까 싶습니다. 실제로 그런가요?

저는 굉장한 집순이예요. 금요일 저녁에 퇴근하면 월요일 아침에 집 밖에 나오고, 그러다 보니 스스로 목소리를 들은 게 언제였던가 싶을 정도로 말 한마디 안하는 날도 많죠. 모임이 많은 편도 아니어서 제가 마주하는 사람들은 대부분 회사 사람이 전부입니다. 물론 저를 고통스럽게 하는 사람들도 많았지만, 회사에 가야 사람들이랑 수다도 떨고, 회의하다가 재밌는 이야기들도 빵빵 터져서 좋아요. 좋은 이야기, 열 받는 이야기, 재밌는 이야기... 아마 회사 안 다니면 소재가 떨어질 수도 있겠죠? 아무래도 저 회사 오래 다녀야 할 것 같네요.

Q_ 작품 속 빨강머리N은 굉장히 날 것 그대로의 감정을 솔직하게 느끼고 표현하는 것 같아요. 한편으로는 빨강머리N이 작가님의 부캐가 아닐까 싶기도 하고요. 작가님과 빨강머리N은 비슷한 캐릭터인가요?

알고 보면 누구에게나 다 부캐가 존재해요. 저도 집에만 있는 제 모습과 회사에 가서 일하는 모습, 가족이나 친구들과 함께 있을 때의 모습이 다른걸 보면 어떤 상황에 있느냐에 따라 제가 또 다른 존재가 되는 것 같아요. 빨강머



제가 생각하는 N잡러의 규칙은 심플합니다. 그것이 두 개든 세 개든 나의 메인 밥벌이에 피해를 주지 않는 것. 다른 일을 한다고 회사 일을 소홀히 하면, 그 업무 부담이 동료에게 가게 되고, 그런 상황은 제 부담이 되고, 결국은 그만두게 되는 날이 올 거예요.

리N도 튼이라는 세계관 속에서 또 하나에 부캐에 해당되겠죠. 다만 현실에서 하기 어려운 말들이나 생각들을 표현하다 보니 제 욕망을 대변하는 캐릭터라고도 볼 수 있어요.

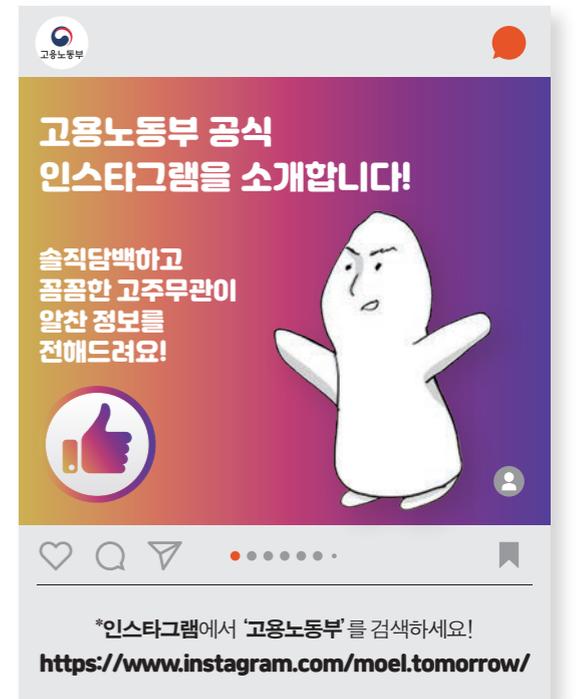
Q_ 최근 많은 직장인의 꿈이 성공적인 N잡러이기도 하거든요. 글도 쓰고 그림도 그리는 삶. 결코 만만하지 않을 텐데, 두 가지 모두를 잡기 위해서 어떤 노력을 하고 계신가요?

제가 생각하는 N잡러의 규칙은 심플합니다. 그것이 두 개든 세 개든 나의 메인 밥벌이에 피해를 주지 않는 것. 다른 일을 한다고 회사 일을 소홀히 하면, 그 업무 부담이 동료에게 가게 되고, 그런 상황은 제 부담이 되고, 결국은 그만두는 날이 올 거예요. 빨강머리N을 시작한 후 출판이나 기타 작업들로 부수적인 수입이 생기기도 하지만, 저한테 가장 중요한 건 저에게 매달 월급을 주는 회사에서 맡은 일을 해내는 거죠. 월급을 받는다는 건 그만큼의 책임감을 다 해야 한다는 거니까요. 저는 주중에는 회사 일에 집중하고, 주말에는 그림을

그리는 루틴인데 그래서 연애할 시간이 없는 걸까요. 왜... 눈물이 나지(웃음).

Q_ 마지막으로 빨강머리N에게 공감을 표하며 오늘도 열심이 일하는 전국의 독자분들에게 한 말씀해주세요.

얼마 전 후배 한 명이 제가 회사 다니면서 다른 작업을 하는 게 대단하다고 하더라고요. 누구나 할 수 있는 거라고 말했어. 그런데 그 후배 말이, 시작은 누구나 할 수 있는데 그걸 그렇게 꾸준히 할 수 있는 게 대단한 거라고 대답하더라고요. 그리고 보면 육하는 마음에 충동적으로 시작한 작업을 몇 년 동안이나 꾸준히 해오고 있었네요. 작업물 개수가 800개를 넘어갔어요. 이렇게 할 수 있었던 건 많은 분들의 공감에 저에게 에너지가 되었기 때문이라고 생각해요. 항상 감사드리고, 저에게 주신 응원만큼 게으름 안 피고 열심히 작업하는 사람이 되겠습니다!

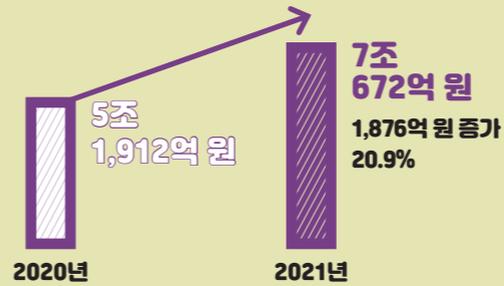


2021년 고용노동부 예산 이렇게 쓰입니다!

가정에서나 국가에서나 한 해 살림을 살기 위해서는 구체적인 계획이 중요합니다.
 정해진 예산을 어디에, 얼마나 규모있게 운용하는지에 따라 우리는 "살림 잘 산다"며 칭찬을 하곤 하죠.
 2021년 고용노동부는 어느 분야에서 어떤 계획을 세우고 있을까요?

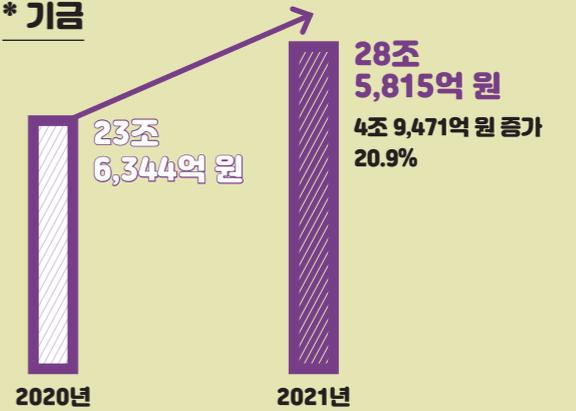


* 일반·특별회계



* 주요 증액: 국민취업지원제도(+5,515억 원), 청년디지털일자리 지원(+4,676억 원), 내일배움카드(+1,171억 원), 국민취업지원 제도 일경험 프로그램(542억 원)

* 기금



* 고용보험기금은 18조 8,443억 원으로, 3조 3,456억 원 증가(21.6%)
 * 산재보험기금은 8조 990억 원으로, 1조 1,929억 원 증가(17.3%)
 * 주요 증액: 구직급여(+18,328억 원), 고용유지지원금(+13,728억 원) 산재보험급여(+6,189억 원), 클린사업장조성지원(+3,271억 원)



* '21년 예산 및 기금운용계획

(억 원, %)

회계·기금별	'20년 예산		'21년 예산 (B)	'20년 대비 (B-A)	%
	당초(A)	추경(+)			
총지출(a+b)	305,139	94,275	356,487	51,347	16.8
- 예산지출(a)	68,795	29,459	70,672	1,876	2.7
일반회계	65,226	29,534	67,133	1,907	2.9
특별회계	3,569	△76	3,538	△31	△0.9
- 기금지출(b)	236,344	64,815	285,815	49,471	20.9
고용보험	154,986	62,964	188,443	33,456	21.6
산재보험	69,061	855	80,990	11,929	17.3
장애인	5,975	△39	6,789	814	13.6
임금채권	4,868	-	7,304	2,436	50.0
근로복지	1,453	1,035	2,288	835	57.5
총계*	444,776	87,948	517,108	72,332	16.3

* 총계: 기금전출금, 기금여유자금 등 포함

전 국민 고용안전망 구축

저소득층·청년 대상 국민취업지원제도 본격 시행

국민취업지원제도 8,286억 원
일경험 프로그램 지원 542억 원, 2.9만 명

구직자 생계지원 및 취업 시 사회보험료 지원

구직급여 수급자 확대 64억 원, 3,710명
사회보험료 지원 81만 명



디지털·신기술 인력양성 및 비대면 훈련·근무 확산

디지털·신기술 인력양성 등 사람투자 확대

K-Digital Training 1,390억 원, 1.7만 명
K-Digital Credit 200억 원, 4만 명
인프라 확대 50억 원, 5개소

비대면 훈련·근무 지원 확대

원격훈련 +60억 원
유연 근무 지원 400개소, 11천 명



고용유지 및 대상별 맞춤형 일자리 지원 강화

고용유지

고용유지지원금 1조 3,728억 원

청년 일자리 지원

청년추가고용장려금 1조 2,018억 원
청년내일채움공제 1조 4,017억 원
청년디지털일자리 4,676억 원, 5만 명

여성 일자리 지원

모성보호육아지원 1조 5,915억 원

신중년 일자리 지원

재취업지원서비스 지원제도 49억 원, 450개소
신중년 사회공헌활동지원금 438억 원(공헌형 1.2만 명, 경력형 0.5만 명)
신중년 적합직무장려금 243억 원(신규 3천 명, 계속 2.1천 명)

장애인 일자리 지원

저임금 중증장애인 근로자 출퇴근비용 지원 31억 원, 6.3천 명
정보기술(IT) 특화 맞춤형 훈련센터 신설·전환 31억 원

지역 일자리 지원

고용안정 선제대응패키지 8개 지역 지원 645억 원, 8곳



안전한 일터 조성 지원

추락·화재·폭발 등 주요 사망사고 예방

위험기계 교체 및 뿌리산업 사업장 공정 및 시설 개선 지원 3,271억 원
화재·폭발사고 예방시설 지속 지원 140억 원, 2,200개소
안전보건 지킴이(200→400개) 및 패트롤카(27→404대) 확충

산재급여를 통한 재활 지원

특수형태근로종사자 적용직종 확대 279억 원, 2,800명

직장내 성희롱·괴롭힘 예방 강화

직장내 성희롱 예방 교육 무료강사 지원 확대(840→1,000개소)
직장내 괴롭힘 상담센터 확대(8→10개소) 및 지방 관서별 괴롭힘판단 전문위원회 운영 지원



필수노동자 보호·지원

건강 보호 강화

필수노동자 건강관리강화를 위한 건강진단 지원사업 147억 원
방문 돌봄 서비스 종사자 등 대상 한시적 생계지원 460억 원



저소득 노동자 지원 및 소득 격차 완화 지원

체불 노동자 생계 지원

체당금 지원 4만 명 확대 6,698억 원, 13.5만 명
임금체불에 대한 용자 지원 강화 3→4.5천 명

일자리안정자금

'21년 최저임금 인상을 고려, 지원 단가하향조정 1조 2,966억 원(5만 원)

고용형태에 따른 격차 완화

고용구조개선 컨설팅 신설 10억 원, 기초진단 250개소, 컨설팅 50개소



우리 회사에 매칭되는 정책 어떤 것이 있을까?

2021년 예산안에는 사업주를 위한 정책도 많이 반영되어 있습니다.
해가 바뀌면서 도입되는 수많은 정책 중, 우리 회사에 딱 매칭되는 정책은
어떤 것이 있는지 함께 살펴볼까요?



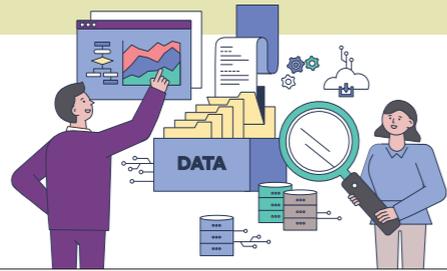
청장년의 근속과 추가 고용을 고민하고 있나요?

내일채움공제 · 청년추가고용장려금 · 신중년 지원제도

청장년의 일자리 지원은 2021년에도 계속됩니다. 양질의 청년 일자리를 창출하고 장기근속을 유도하기 위해 청년추가고용장려금*에는 1조 20,018억 원의 비용이, 청년내일채움공제 에도** 1조 4,017억 원이 투입되죠. 중장년의 일자리를 위한 지원도 계속되는데요. 사업주에게 약 49억 원의 비용을 투입해 450개소의 재취업지원 컨설팅을 신설합니다. 더불어 21년 한시적 사업으로 40대 중심 훈련생계비 지원(75억 원, 2,500명)을 신설해 훈련 참여여건도 개선할 예정입니다.

* 청년추가고용장려금 : 청년 정규직을 신규채용하고, 기업 전체 근로자수가 증가한 경우 청년 추가채용 1명당 연 최대 900만 원을 3년간 지원

** 청년내일채움공제 : 신규취업 청년 및 5인 이상 중소기업 등 가임, 2년간 만기 1,200만 원의 자산형성 지원(청년+기업(정부지원)+정부 3차 적립)<개편: 2·3년형을 2년형으로 통합, 만기금 조정(1,600→1,200만 원), 기업순지원금 폐지>



디지털 인재 교육이 필요한가요?

K-Digital Training 등 추진

변화하는 업계 환경에 맞춰 신기술 분야 현장 투입이 가능한 미래형 핵심 실무인재 18만 명 양성('21~'25)을 목표로 'K-Digital Training'('21년 1,390억 원)을 추진하고, PBL 기반 자기 주도 학습 등 혁신적 훈련방식을 적극 도입해 나갑니다. 아울러, 'K-Digital Platform'을 신설하여 지역 내 중소기업 재직자 등에게도 공동훈련센터를 개방, 디지털 융합훈련을 제공합니다. 또 디지털·신기술 분야를 중심으로 폴리텍대학 학과를 신설 및 개편하고 이를 활용한 고속련·신기술 훈련인 하이테크 과정*을 운영하며, 소재·부품·장비 등 전략기술 분야 인력양성에 대한 투자도 확대할 예정입니다.

* 폴리텍 하이테크 과정(48억 원 → 55억 원), 소부장분야 전문인력 양성(연구장비 분야)(30억 원 → 37억 원), 게임인재원 운영(15억 원 → 18억 원), 데이터전문인력양성(18.9억 원 → 19억 원)



비대면 근무에 대한 지원이 필요한가요?

비대면 근무 지원 확대

코로나19로 비대면 근무를 하는 사업장이 크게 늘었죠? 유연근무제를 실시하기 위해서 준비해야 할 부분이 생각보다 많아 걱정이사라고요? 걱정마세요. 유연근무 지원을 위해서 고용노동부에서 재택근무와 원격근무 관련 종합컨설팅 시설을 400개소 신설합니다. 또 2021년에는 유연근무 간접노무비 지원도 1만 1천 명까지 확대할 예정입니다!



코로나19로 고용 유지가 어려워졌나요?

고용유지지원금·체불노동자 생계 지원

경영이 어려운 상황에서도 일자리를 지키고자하는 노사의 노력을 뒷받침하기 위해서 코로나19 고용유지지원금*도 대폭 확대됩니다. 약 1조 3,728억 원의 비용으로 78만 명에게 지원할 계획이죠. 나아가 광역·기초자치단체가 협업하여 고용위기에 선제 대응할 수 있도록 '고용안정 선제 대응 패키지' 8개 지역(컨소시엄)을 지원합니다. 또 민간부문 일자리 창출력 약화, 취업취약 계층 보호 필요성 등을 고려, 직접일자리를 104만 명에게 제공할 예정입니다.

* 고용유지지원금 : ('20년) 351억 원, 2.1만 명 → ('21년) 1조 3,728억 원, 78만 명



사업장의 안전 문제가 불안하세요?

뿌리산업 사업장 시설물 개선 지원

고용노동부는 구조적 안전성이 취약한 위험 기계를 교체하고 3,271억 원의 비용을 투입해 뿌리산업 사업장의 위험 공정과 시설의 개선을 지원합니다. 화재나 폭발사고를 예방하기 위해 140억 원의 비용을 투입하고, 안전한 일터를 만들기 위한 사업주들의 노력을 서포트할 예정이에요.

2021년 바뀐 고용노동 정책 한눈에 볼 수 있다고요?

해가 바뀌면서 많은 정책이 바뀌곤 합니다. 하지만 수많은 정책을 뉴스를 찾아보며 일일이 챙기기가 쉬운 일이 아니죠. 그래서 나왔습니다! 바뀐 정책 정보를 한눈에 볼 수 있도록 돕는 서비스가 말이죠! 바뀐 고용노동 정책을 편하게 찾아볼 수 있는 사이트와 애플리케이션을 소개합니다.

분야별·부처별·기간별 정부 정책을 한눈에! 2021년부터 이렇게 달라집니다

웹사이트 '2021년부터 이렇게 달라집니다'는 정부 각 부처의 정책을 보기 쉽게 정리한 서비스입니다. 각각 분야별/부처별/시기별로 바뀐 정책 정보를 확인할 수 있죠. 원하는 정책의 키워드를 입력하면 해당 부처 정책의 상세한 정보를 얻을 수 있어요.



분야별 정책



보건·복지·고용, 문화·체육·관광, 금융·재정·조세 등, 2021년부터 변화된 정책을 분야별로 만나볼 수 있습니다. 국민취업지원제도 시행, 예술인 고용보험 적용, 공공서 공휴일 민간기업 적용 확대, 출산육아기 고용안정장려금 중소기업 지원 확대 등, 변화된 고용노동 정책도 만나볼 수 있습니다!



부처별 정책

내가 낸 세금으로 각 부처에서 올리는 어떤 일들을 진행하는지 궁금하신가요? 고용노동부를 비롯해 기획재정부, 교육부, 문화체육관광부 등 부처별로 일목요연하게 정리된 정책 정보를 만나볼 수도 있습니다.



시기별 정책



이번 달 일어나는 정책의 변화를 알고 싶은 분들은 월별로 바뀌는 정책 정보 탭을 이용해보세요. 놓치지 않고 필요한 시기에 필요한 정책정보를 얻을 수 있습니다.

내게 딱 맞는 일자리 정책

**‘부산일포유’에서도
찾아준다는 사실!
알고 계신가요?**

나에게 딱 맞는 정책을 콕 찝어서 알려주는 애플리케이션도 있습니다.
바로 부산광역시, 부산고용노동청에서 지원하고
부산인적자원개발위원회와 부산경영자총협회에서 운영하는
일자리 정책 지원 서비스 ‘부산일포유’인데요. 부산에서 개발되었지만,
다양한 고용노동부 정책도 만나볼 수 있습니다.
부산일포유와 함께라면 기업·구직자·재직자 모두가
각각 원하는 지원사업 확인할 수 있고,
정책 Talk 등 대화형 검색으로도
쉽게 정보를 얻을 수 있다는 사실!
부산일포유를 통해 간편하게 144개
일자리 지원제도를 만나보세요!



수혜자에 맞는 지원제도를 찾는 4가지 방법

- ① **통합검색창:** 지원제도 146개를 사업명, 대상별 등으로 전체 검색 가능
- ② **핵심 기업지원정책 Talk:** 활용도가 순위가 높은 기업지원제도(44개) 중심으로, 지원분야 - 지원대상 - 업종 - 근로자수 - 지원방식 순으로 자신에게 맞는 지원사업 검색
- ③ **수혜 대상별 지원제도:** 기업, 구직자, 재직자로 구분하여 지원제도 안내
- ④ **기업지원 방문 컨설팅(무료) 신청:** 공인노무사가 기업 방문하여 컨설팅 진행

(지원분야, 6개) 고용유지, 채용, 고용환경개선, 직업훈련, 경영·창업, 기타혜택
(지원대상, 5개) 공통, 청년, 여성, 중장년·고령자, 장애인
(근로자수) 4인 이하, 5~9인, 10인 이상(업종) 일반업종, 특별고용지원업종
(지원방식, 4개) 재정, 금융, 서비스제공, 혜택부여



기관	합계	지원제도(전체)									핵심 기업 지원 (정책 Talk)
		기업							구직자	재직자	
		소계	고용 유지	채용	고용 환경 개선	경영 창업	직업 훈련 등	제도 안내			
합계	146	101	11	17	24	34	6	9	38	29	43
고용부	96	64	11	11	24	4	5	9	25	26	24
부산시	41	29		6		22	1		13	4	13
중기부	8	8				8					6

Hopeful



28

공사현장과 인생의
희망을 지키는 '행복 파수꾼'

44

인생 2막, 불을 켜다
중년 인생을 전기로 (on)하세요

32

요리를 시작한 계기요?
우연이었지만 이제는
제 삶이 되었습니다

48

밥심으로 살맛 나는
내일을 가꾼다

36

함께 가면 멀리 갑니다
대우에이텍

52

노동자와 시민의 안전을 위해서
산재 사망사고 감축에
최선을 다하겠습니다!

40

당신의 식탁에 건강을 올립니다
(주)소반에

56

고용노동 뉴스

공사 현장과 인생의 희망을 지키는 '행복 파수꾼'

김세원 NH 행복주택
대전 유성구 도안지구 공사현장 경비반장

해가 떠오릅니다. 밤새도록 NH 행복주택 대전 유성구 도안지구 공사현장을 지키느라 피곤할 법도 하지만, 동료와 교대하는 김세원 씨의 표정은 누구보다 밝습니다. 중장년일자리희망센터와 함께 발견한 인생의 희망을 행복한 마음으로 지켜 나가고 있기 때문입니다.



끈기와 성실함으로 맞이한 인생 3막

젊은 시절, 김세원 씨는 아동교육출판 분야의 촉망받는 인재였습니다. 명문대를 졸업한 후 28세부터 경력을 쌓아 나갔고, 30대에는 한 교육회사의 사장 자리까지 올랐죠. 새로운 사업 영역을 찾던 그는 우리나라 최초의 영재 심화 교육 프로그램을 개발하기로 결심하고, 관련 교재와 교육과정 개발에 모든 것을 쏟아부었습니다. 하지만 욕심이 과했던 걸까요. 예기치 못한 상황이 전개되면서 사업이 급격하게 무너졌고, 여기에 사활을 걸었던 김세원 씨 또한 파산을 맞았습니다. 35세라는 이른 나이에 맞은 커다란 실패였습니다.

“빈들했던 집이 단칸방으로 바뀌었고, 가족이 빨빨이 흩어졌습니다. 신용 불량자가 됐고, 빚도 산더미처럼 쌓였죠. 성공에 대한 확신만이 가득했던 상황에서 갑자기 모든 것이 무너지니, 정말 힘들더군요. 죽을 생각까지 하다가 마음을 고쳐먹고, 고시원에서 생활하며 출판사 영업사원, 심야 택배 분류 근로자 등 닥치는 대로 일했습니다. 그렇게 20년 넘게 근근이 살았죠.”

이런 와중에 서울에서 사는 셋째 누나가 자신이 거주하는 곳의 경비원으로 일해 보지 않겠냐는 제안을 했습니다. 김세원 씨는 곧장 서울로 올라왔고, 2015년 12월에 첫 출근을 한 뒤 누나 집에서 지내며 4년 동안 성실하게 근무했습니다. 그 사이 빚을 모두 정리하며 신용도 회복했고, 경비반장으로 진급도 했습니다. 이제 그에게는 마지막 과제가 남아 있었는데, 바로 '독립'이었습니다.

“주민들에게 인정받으며 일했고 생활도 점점 안정돼 갔지만, 언제까지나 누님 집에서 살 수는 없었습니다. 신용도 회복됐으니 대전에서 인생 3막을 활짝 열기로 결심했죠. 주민들의 배움을 받으며 작년 3월 1일, 대전역에 도착했는데요. 일자리를 찾는 게 최우선 과제였지만, 제 앞에는 코로나19라는 뜻하지 않은 악재가 도사리고 있었습니다.”



주민들에게 인정받으며 일했고 생활도 점점 안정돼 갔지만, 언제까지나 누님 집에서 살 수는 없었습니다. 신용도 회복됐으니 대전에서 인생 3막을 활짝 열기로 결심했죠.



**만 65세의 나이에도 출근할 수 있는
직장이 있다는 게 얼마나 감사한지 모릅니다.
일이 없었다면 앞으로의 미래도,
새로운 희망도 꿈꿀 수 없었겠죠.
그래서 저는 입버릇처럼
'일이 행복이다'라고 말하고 다닙니다.**

중장년일자리희망센터와 함께 쓴 '구직 드라마'

막상 대전으로 내려왔지만, 어떻게 일자리를 찾아야 할지 감이 잡히지 않았습니다. 더군다나 유례없는 감염병 사태로 구직시장도 꽁꽁 얼어붙어 있었는데요. 이 상황을 돌파할 방법을 백방으로 찾던 김세원 씨는 인터넷 검색 중 우연히 중장년일자리희망센터를 발견했고, 곧장 취업 상담에 돌입했습니다. 대전에 내려온지 나흘 만에 발견한 희망의 동아줄이었죠.

“중장년일자리희망센터는 저에게 워크넷 등록 및 활용법, 이력서 및 자기소개서 작성법, 취업 정보 제공, 일대일 맞춤형 취업상담 등 정말 많은 것들을 제공해 주셨습니다. 저의 경력을 분석한 뒤 경비직을 권하며, 앞으로 이 분야의 일을 하려면 신입경비교육을 반드시 받아야 한다고 알려주셨죠. 기댈 곳 하나 없었던 저를 따뜻하게 맞아 주시고 정확한 취업 컨설팅을 해주셔서 어찌나 고마웠는지 모릅니다.”

하지만 김세원 씨의 앞에 또 하나의 걸림돌이 등장했습니다. 코로나19로 신입경비교육과정을 운영하는 기관들이 휴업에 들어간 것입니다. 무작정 교육과정이 다시 시작되기만을 기다릴 수 없었던 그는 인력사무소에 나가 건설 근로자로 일하며 때를 기다렸습니다. 그렇게 한 달이 지났을 때, 의외의 경로로 희소식이 들려왔습니다. 건설현장에서 함께 일하던 동료 근로자가 대전에서 유일하게 신입경비교육과정을 운영하는 곳을 알려 준 겁니다.

“그 순간 ‘하늘은 스스로 돕는 자를 돕는다’는 것을 절절히 느꼈습니다. 곧장 그곳으로 가서 3일간의 신입경비교육을 이수하고 중장년일자리희망센터에 이수증을 제출했고, 다음날 면접을 본 뒤 LH 행복주택 대전 유성구 도안지구 공사현장에서 경비반장으로 일하게 됐습니다. 저에게는 한편의 드라마 같은 구직 여정이었죠.”



응원합니다

Send a letter

다시 시작하는 용기를 가진
선생님을 응원합니다

충청 중장년일자리희망센터
최정윤 책임 컨설턴트

선생님을 처음 뵈은 때가 생각납니다.
미소가 가득한 얼굴, 단정한 차림.
누가 봐도 밝고 친절한 선생님을 바라보며,
별다른 고생 없이 살아온 분이실 거나
짐작했습니다.

하지만 선생님이 들려준 얘기는 전혀
그렇지 않았죠. 여러 고난을 겪으며,
힘든게 살아오신 이야기를 들으며,
만뽐하시는 선생님보다 제가 더
어찌할 바를 몰랐던 것 같습니다.
'감사를 안으면 모든 것을 잃는다,
낮은 데서부터 시작하라.'

취업에 성공한 후 저에게 써 주신
글귀 기억하시나요? 저는 이 글을
볼 때마다 선생님이 생각납니다.
선생님이 주시고 간 것이어서가 아니라,
선생님께서 이 글을 직접 실천하는 삶을
살아가고 계시기 때문입니다.

모든 일에 감사하고, 항상 겸손한 자세로
삶을 살아가시는 김세원 선생님!
올해보다 더 행복한 새해가 선생님
앞에 펼쳐지시기를 기원하겠습니다.
선생님의 인생 3막을 진심으로 응원합니다!

일은 행복입니다!

작년 4월 23일부터 시작된 새 직장에서의 일상은 바쁘게 돌아갑니다. 출입자 관리, 출입차량 통제, 코로나19로 인한 체온 측정, 현장 주야간 순찰 등 주어진 임무를 착실히 수행하다 보면 어느새 퇴근 시간이 가까워지는데요. 김세원 씨는 “격일제 교대 근무이기에 몸은 피곤하지만, 마음은 어느 때보다 기쁘고 평온하다”고 말합니다.

“만 65세의 나이에도 출근할 수 있는 직장이 있다는 게 얼마나 감사한지 모릅니다. 일이 없었다면 앞으로의 미래도, 새로운 희망도 꿈꿀 수 없었겠죠. 그래서 저는 입버릇처럼 '일이 행복이다'라고 말하고 다닙니다. 남에게 피해를 주는 일이 아니라면, 무슨 일이든 나름대로의 가치와 보람이 있다고 확신합니다. 그렇기에 저는 일할 수 있는 요즘이 아주 행복합니다!”

김세원 씨는 “새로운 인생을 준비하는 중장년이라면, 스스럼없이 중장년일자리희망센터의 문을 두드리라”고 강조합니다. 담당 컨설턴트와 함께 여러 취업 경로를 모색하다 보면, 안 보이던 취업 길이 서서히 열리게 된다는 것입니다. “아무것도 없던 저도 중장년일자리희망센터의 도움으로 일을 찾았으니, 누구라도 해내실 수 있습니다. 열정과 희망이 있다면, 우리의 앞길은 여전히 창창합니다!”

그는 여전히 꿈을 꾁니다. 경비지도사와 주택관리사 자격증에 도전할 계획을 세우고 있습니다. 경제적 상황 때문에 어쩔 수 없이 이혼한 아내와의 재결합을 모색 중이고, 틈틈히 연습해서 키운 캘리그라피 실력으로 작년에 창업한 딸도 돕고 있습니다. 이렇듯 해야 할 일이 많기에, 김세원 씨는 오늘도 기쁨과 희망을 가득 품고 일터로 향합니다.





(주)스시효외식산업개발

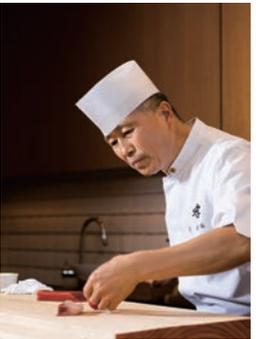
안효주 대표

권투를 배우던 소년이 서울에서 자취를 하며 시작한 식당일이 계기가 되어 요리사의 길을 걷게 됐습니다. 요리도 결국에는 하나의 기술이라고 말하는 안효주 대표. 배움에는 끝이 없다고 말하며 그는 여전히 주방에서 정성을 다합니다. 열정을 가지고 우직하게 조리인의 길을 걷는 그의 삶을 들여다 봤습니다.

* 본 촬영은 방역지침을 준수하여 진행되었습니다

요리를

시작한 계기요? 우연이었지만 이제는 제 삶이 됐습니다



권투선수로 상경해 요리사가 되기까지

안효주 대표는 전북 남원에서 태어나 고교 시절 권투를 시작했습니다. 둘째 형을 따라 시작했던 권투에 꽤 소질이 있었던 덕분에 제8회 전국 학생 신인선수권대회에 출전해 플라이급 준우승을 하기도 했죠. 졸업 후 그는 세계 챔피언의 꿈을 꾸며 무작정 상경했지만, 아는 사람이 없어 의식주 문제를 해결하기 위해 서울 명동에 있는 '대번'이라는 일식당에 들어간 것이 계기가 되어 조리사의 길로 접어들었죠.

“지금은 노동법이 좋아서 근로자들이 좋은 환경에서 일하지만 당시에는 굉장히 열악했습니다. 주방에서 음식을 익힐 때 연탄이나 조개탄을 사용했거든요. 휴무는 한 달에 딱 하루였어요 (웃음). 요즘은 들으면 놀라겠지만 그때는 그랬습니다. 설날, 추석 빼고는 휴일 없이 일하는 사람도 많았으니까요. 조리사로 의식주를 해결하면서 7년간 운동을 계속했지만 결국 빛을 보지 못했어요. 군대를 제대하고 나서는 사회 첫 발을 디뎠던 주방이 편안하게 느껴져 계속 요리를 하자고 마음 먹었죠.”

신라호텔에 입사, 요리인으로서 날개를 달다

본격적인 요리인의 시작은 1985년 신라호텔에 조리사로 입사하면서 시작됐다고 안효주 대표는 회상했습니다. 당시 긍정적인 반응으로 실력을 인정받아 '차랑스러운 삼성인' 상을 수상하는 영광도 안았습니다.

“저의 요리와 인생의 스승이신 ‘이보경’ 스승님을 만나면서 체계적인 요리 수업을 했다고 생각합니다. 이때 조리기능장, 일식기능사, 복어조리기능사 등 다양한 자격증도 두루 취득했죠. 해외연수도 보내주기 때문에 일본 동경의 초밥집 큐베위, 스시귀, 기오다, 후쿠쓰게, 호텔 오쿠라, 북해도 스시젠 등에서 짧게는 1개월에서 길게는 3개월씩 연수를 하면서 일본 조리사들의 기술과 정신력을 몸에 익혔습니다.” 안효주 대표는 일본에서 배운 기술로 국내 일식집에서는 생소한 생선별 숙성방법 개발과 새로운 조리법인 저온 조리를 익혀서 손님들에게 선보이기도 했습니다.

**참다운 삶의 가치는 서로
돕는 것에서 온다고
생각합니다.
후배들도 이 철학에 대해
공감할 수 있도록 틈틈히
얘기하는 편이에요.
제 인생 최고의 가치는
약자를 돕는 것으로 생각하며
적게나마 몸소 실천하고
있습니다.**



(주)스시효외식산업개발, 알을 깨고 나오다

2003년 신라호텔에서 20여 년을 보낸 안효주 대표는 후배들에게 자신의 자리를 물려주고 회사라는 울타리를 넘어 창업에 뜻을 품었습니다. 퇴직금만으로는 턱없이 부족해서 자금을 따로 투자 받아 시작한 스시효 일식당을 개업하게 됩니다.

“가게 하나로 시작한 스시효 외식산업개발은 가게 하나로 시작했던 스시효가 지금 이만큼 커질 줄은 상상도 못했었죠. 현재는 5개의 일식당을 운영하고 있으며 70명의 직원, 연간 80억 원의 매출로 일식조리 문화의 발전에 앞장서고 있습니다.”

요리인으로써 안효주 대표의 명성은 이뿐만이 아닙니다. 일본에서 100만 부 이상 판매된 ‘미스터 초밥왕’ 전국대회 17편에 실명으로 등장하기도 했는데요. 한국의 강화도 인삼으로 초밥을 만들어 소개하여 일본에 한국의 조리기술을 널리 알리고 ‘한국의 초밥왕’이라는 애칭을 얻었습니다.

후진양성, 말 보다는 항상 실천이 중요

평소 후배 제자 직원들에게 늘 말보다는 실천이 중요하다고 강조하며 강한 사람이 약한 자를 도와줘야 한다고 강조하는 안효주 대표. 그는 10년간 600시간이 훌쩍 넘는 봉사 활동을 했습니다. 일관성 있게 해온 사회활동에서 그의 진심이 느껴졌습니다. 뿐만 아니라 다양한 활동과 기부에도 참여해왔습니다.

“참다운 삶의 가치는 서로 돕는 것에서 온다고 생각합니다. 후배들도 이 철학에 대해 공감할 수 있도록 틈틈히 얘기하는 편이에요. 제 인생 최고의 가치는 약자를 돕는 것으로 생각하며 적게나마 몸소 실천하고 있습니다. 회사를 통해서 사회에 소외된 계층을 돕고 후학을 양성하는 것에 신경을 기울이려 하죠.”

열정을 가지고 기술인 뿐만 아니라 모두가 존중 받는 사회를 만들고자 정성을 기울인다는 안효주 대표의 이야기가 오랫동안 컷가를 맴돌았습니다.

함께 가면 멀리 갑니다

대유에이텍

두 번의 위기 앞에서도 흔들리지 않았습니다. 여러 갈래로 갈라지는 대신, 뜻과 마음을 하나로 모았기 때문입니다. 2020 노사문화대상 대통령상을 수상한 대유에이텍. 상생의 노사문화, 대기업 못지않은 교육과 휴식이 있는 대유에이텍을 만나보았습니다.

대유에이텍은 1999년 7월 1일 설립된 자동차 시트 제조업체입니다. '신뢰하는 마음, 창조하는 사고, 도전하는 행동'이라는 사훈으로, 고객에게 안전하고 편안한 카 시트를 공급하기 위해 지금껏 달려왔습니다. 본사와 공장은 광주광역시 광산구 소촌공단에 위치해 있으며, 근무 중인 임직원은 300여 명 가까이 됩니다. 얼핏 특별할 게 없어 보이지만 절체절명의 위기를 두 번이나 극복한 저력이 있는 회사입니다. 그 저력에는 비밀이 숨어 있습니다. 바로 '원칙'과 '소통' 그리고 '신뢰'입니다.

한 마음 한 뜻으로 위기 극복에 동참하다
톨스토이의 소설 <안나 카레니나>에는 '행복한 가정은 모두 비슷한 이유로 행복하지만 불행한 가정은 저마다의 이유로 불행하다'는 글이 등장합니다. 행복한 회사도 마찬가지로입니다. 대유에이텍이

우수한 성과를 낼 수 있었던 비결은 노사간의 긴밀한 협력과 소통에 있습니다. 첫 번째 위기는 2004년 생산체계 개편 때 찾아왔습니다. 위기를 불러온 요인은 고객사의 다품종 소량생산체제에서 소품종 대량생산체제로의 생산체계 개편과 함께 진행된 신차 개발이었죠. 생산체계 개편은 필연적으로 기존에 생산하던 차종의 단산과 함께 매출 급락을 불러왔고, 성공 여부를 확인할 수 없는 상황에서 신차 개발에 막대한 투자비가 들어가던 상황이었습니다. 회사의 기반이 미약하던 당시, 대유에이텍은 노동조합의 협조를 얻어 회사를 지킬 수 있었습니다. 두 번째 위기는 업종을 가리지 않고 어려움을 겪었던 2009년 글로벌 위기와 함께 왔습니다. 생산량이 급감하고 대규모 유휴인력이 발생하는 등 정상적인 기업 운영이 어려운 상태였습니다. 그때도 노동조합에서 임금 삭감과 무급 순환휴직과 같은

고통 분담을 먼저 제안했습니다. 노사가 한 마음 한 뜻으로 뭉쳐 위기를 극복한 겁니다. 이후 노사간 긴밀한 협력과 소통을 바탕으로 비약적인 성장을 이뤘으니 비 온 뒤에 땅이 굳은 셈이라 하겠습니다.

2020 노사문화대상 대통령상의 영예
진심이나 배려가 결여된 소통은 신뢰로 이어지지 않습니다. 대유에이텍은 하루도 빠짐없이 노사간의 일상적인 대화에 힘써왔습니다. 장소와 절차, 내용에 개의치 않고 현안을 조율하고 문제를 해결하는데 노사가 힘을 모았죠. 참여한 노사간 현안 문제와 갈등 속에서 굳건히 기준을 잡아주는 것은 '원칙'입니다. 대유에이텍이 근로시간 단축이나 생산체계 개편 등 노사갈등의 원인이 될 수 있던 민감한 이슈를 슬기롭게 해결할 수 있었던 원동력에도 신뢰와 원칙이 있었습니다. 자동차와 마찬가지로



* 본 촬영은 방역지침을 준수하여 진행되었습니다

직원들의 평균 근속년수

12년

노동조합 창립

21주년

대유에이텍 창립연도

1999년





시트는 수많은 부품의 결합품입니다. 부품 한 개의 품질이 시트의 품질과 직결됩니다. 대유에이텍은 내부의 결속은 물론이고, 부품 협력사와의 동반성장, 상생 협력도 차곡차곡 다져왔습니다. 1차 및 2차 협력사를 대상으로 공정거래 및 동반성장 협약을 체결하는가 하면, 연 2회 협력사 대표이사가 참석하는 협의회를 진행해 기술 정보 및 동향을 공유했습니다. 또한 사내 임직원을 대상으로 갑질 예방과 비즈니스 매너 교육을 실시, 상호 존중을 바탕으로 한 동반성장을 도모해 왔습니다. 그렇게 켜켜이 쌓인 일상의 대화가 소통이 되고 신뢰로 쌓였습니다. 이 같은 상생 노력을 인정받아 대유에이텍은 2020년 노사문화우수기업 대통령상을 수상했습니다.

직원 교육과 휴식만큼은 넉넉히 배려

대유에이텍은 임직원에게 대한 교육과 지역 사회에 대한 공헌 활동을 '의무'로 생각해 왔습니다. 지방에 위치한 중소기업인 만큼 교육의 기회와 여건은 그리 녹록지 않지만, 특히 임직원의 성장만큼은 기

업의 사활과 직결되는 만큼 투자를 아끼지 않았습니 다. 연수원이 대표적입니다. 충분치 못한 시설과 환경에도 임직원 교육에 대한 열의만은 대기업 못 지않습니다. 현장관리자 과정, 직급별 과정, 전 직원 의식교육, 세미나와 워크숍을 통해 새로운 리더 그룹이 탄생했고, 2019년 7월에는 기존 노후 연수원을 철거한 자리에 연 면적 700평 규모의 최신식 연수원 건물을 신축하기도 했습니다. 안락하고 편안한 근무환경에서 최상의 품질이 나오기 마련입니다. 그래서 전 공장에 냉난방 공조장치를 설치해 혹서기와 혹한기 근무환경을 개선했습니다. 복지 관에는 식당과 카페, 헬스장과 탁구장, 영상휴게실, 여직원 휴게실을 두고 임직원이 편안하게 휴식과 여가를 즐길 수 있도록 배려하고 있습니다. 생산 현장에는 스트레칭 기구와 마사지 기구를 비치해 작업 중 피로를 감소하고 근골격계 질환을 예방할 수 있도록 했습니다. 또한 임직원과 배우자의 정기 건강검진 지원으로 건강한 가정, 나아가 건강한 회사를 만들고 있습니다.

새로운 비전으로 준비하는 새로운 미래

앞서 말한 것처럼 대유에이텍은 회사 설립 초기부터 지역 사회에 대한 기여활동에도 노사가 함께 하고 있습니다. 장애인 복지시설 봉사활동, 위탁가정 어린이 돌봄, 1사 1산 1강 가꾸기 등은 물론이고, 연 2회 헌혈 봉사활동을 꾸준히 하고 있죠. 지난해는 창립 20주년을 기념해, 전 임직원이 머리를 맞대고 'New Mobility Culture, Good Mobility Partner'라는 비전을 수립해 새로운 미래를 준비하고 있습니다. "지난 20년, 모든 임직원의 노력과 헌신이 없었다면 노사문화대상 대통령상이라는 영예를 떠나 지금의 회사는 없었을 겁니다." 임직원 한 명 한 명이 보여준 신뢰와 창조, 도전이라는 기치 아래 새로운 모습으로 미래를 준비해갈 대유에이텍의 내일을 힘차게 응원해 봅니다.

대유에이텍은 임직원에게 대한 교육과 지역 사회에 대한 공헌 활동을 '의무'로 생각해 왔습니다. 지방에 위치한 중소기업인 만큼 교육의 기회와 여건은 그리 녹록지 않지만, 특히 임직원의 성장만큼은 기업의 사활과 직결되는 만큼 투자를 아끼지 않았습니다.



대유에이텍의 노사문화대상 수상 비결



연 면적 700평 규모 최신식 연수원 신축



헬스장, 탁구장 등 임직원 휴식 및 여가 시설 운영



임직원 및 배우자 정기건강검진 지원



전 직원 세미나 워크숍 개최



협력사와 공정거래·동반성장 협약 체결 및 협의회 개최



건강한 먹거리로 상생하다

소반에는 바른 식생활 강의, 건강 도시락, 지역 특산물을 활용한 신메뉴 컨설팅 등 크게 세 가지 사업을 진행합니다. 먼저 바른 식생활 강의는 말 그대로 사람들에게 건강한 식생활의 중요성과 구체적인 실천 방법을 알려 주는 강좌인데요. 보건소, 학교, 지자체, 농업기술센터 등 바른 먹거리를 알고 싶어 하는 곳이라면 어디든 마다하지 않고 달려갑니다. 각자 체질에 맞는 식재료를 요리하는 방법과 특정 만성질환자들을 대상으로 앓고 있는 병을 완화시킬 수 있는 식단을 알려 주는가 하면, 현장 실습으로 더욱 건강하고 맛있는 요리를 만들 수 있는 비법을 전하기도 합니다.

하지만 하루가 어떻게 지나가는지 모를 정도로 바쁜 요즘 사람들은 건강 식단과 조리법을 알고 있더라도 실천하기가 어렵죠. 소반에는 이런 분들을 위해 건강 도시락도 직접 만들어 배송합니다. 학교나 지자체에서 단체로 주문하는 도시락은 물론, 개인의 건강 상태와 입맛을 고려한 맞춤형 건강 도시락도 제공하는데요. 천연 조미료와 건강하고 신선한 유기농·친환경 식자재만을 사용해 모든 반찬을 직접 만들기 때문에 건강에 관심이 높은 사람들, 만성질환자, 병원 생활을 오래 해야 하는 환자들에게 큰 인기를 얻

고 있습니다. 일부 도시락은 자발적인 건강 관리에 어려움을 겪기 쉬운 취약계층에게 전달되다니, 그 의미가 더욱 깊다고 할 수 있습니다.

소반에는 최근 지역 특산물을 활용한 신메뉴 컨설팅에도 나섰는데요. 각 지역에서 생산되는 질 좋은 식재료를 활용하는 만큼, 소반에의 방향성과도 잘 어울리는 사업이라고 할 수 있습니다. 조영래 대표는 이렇게 바쁜 와중에도 취약계층이 힘을 합쳐 도시락 반찬 사업을 하는 사회적기업의 사업화를 돕는 등 이웃들과 더불어 살아갈 수 있는 먹거리 활동에도 적극 나서고 있습니다.

‘음식으로 힐링하는 세상’을 꿈꾸다

지역 사회와 함께 성장하다 보니 뿌듯했던 기억도 무척이나 많습니다. 바른 식생활 강의를 듣고 혈당 조절이 한결 수월해졌다는 어르신 이야기나 들려오는가 하면, 건강 도시락을 먹으며 운동을 병행한 뒤 군살이 많이 빠졌고 생활의 활력을 되찾았다는 사람들도 있습니다. 지역 특산물의 풍미를 오롯이 살린 신메뉴가 탄생했다며 기뻐하는 지자체 관계자들도 조영래 대표와 직원들을 웃음 짓게 만들었죠. “얼마 전에는 아이들을 대상으로 나트륨 저감 교육을 진행했는데요. 제 이야기를 유심히 듣던 한 아이가

집에 가서는 엄마에게 ‘소금 대신 전통 간장을 쓰면 나트륨을 적게 먹을 수 있다’고 했습니다. 그 말을 들은 어머니는 실제로 전통 간장을 사용하기 시작했대요. 이렇듯 저희에게 배운 분들이 주변에 지식과 정보를 전하고 지역 사회의 식탁이 조금씩 건강해지고 있으니, 이보다 보람 있는 일이 또 있을까요?(웃음)”

소반에는 공익적 사업을 추구한다는 점과 조리원·회계원·배달원 등 지역 사회 고용 확대 가능성이 높다는 점을 인정받아 지난 2018년 12월, 예비사회적기업 인증을 받았습니다. 올해는 한 발 더 나아가 사회적기업으로 발돋움할 예정이며, 이를 통해 활동 영역을 한층 넓힌다는 계획입니다.

“사람들이 편하게 머무르면서 건강한 먹거리를 통해 심신을 치유하는 ‘힐링센터’를 만드는 게 소반에의 목표예요. 이를 위해 산림 치유 지도사 공부와 함께 대체의학대학원 박사과정을 밟고 있습니다. 또 한국약용작물교육협회 충북지역본부를 운영하고 지역민들과 귀농, 귀촌자들에게 약용작물 산업 관리사와 약선차 자격증 과정을 진행하고 있습니다. 점점 더 많은 분들이 저희와 자연에서 온 먹거리를 통해 건강한 일상을 누리실 수 있도록, 앞으로도 최선을 다하겠습니다!”

소반에가 꿈꾸는 내일은?



이현옥

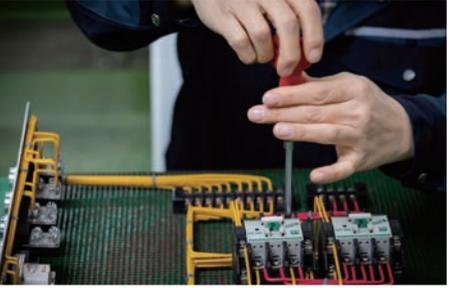
소반에가 추구하는 음식의 가치와 소중함을 더욱 많은 사람에게 전하고 싶습니다. 저희의 활동을 통해 지역 사회와 충청북도, 나아가 우리나라 국민 모두가 건강하고 행복한 삶을 누리는 그날까지 열심히 일하겠습니다.

조상애

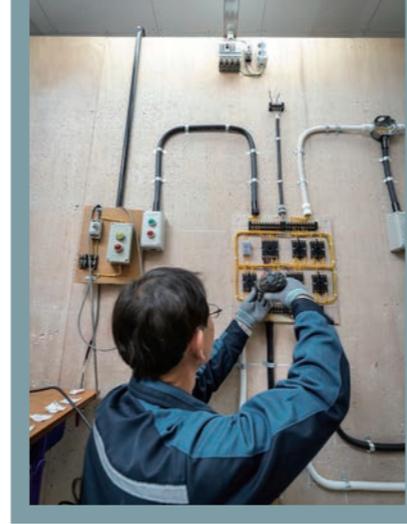
소반에가 오늘날처럼 자리 잡기까지 많은 고생과 노력이 있었는데요. 그만큼 저희가 알려드리는 건강한 식생활 정보가 많은 이들에게 조금이라도 도움이 됐으면 하는 바람입니다. 건강한 삶의 출발점은 건강한 먹거리입니다!



인생 2막, 불을 켜다
**중년 인생을
 전기로 (on)하세요**



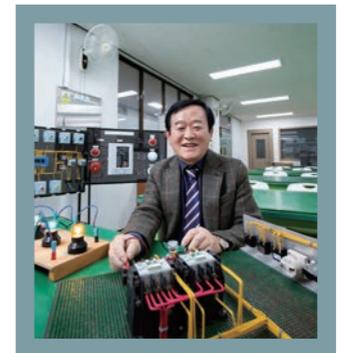
* 본 촬영은 방역지침을 준수하여 진행되었습니다



누군가는 불이 꺼진 나이로 여기기도 하는 중년. 하지만 이때부터 열심히 불을 켜는 사람들이 있습니다. 바로 스마트전기와 신중년특화과정에서 내일을 준비하는 중년들입니다. 전기가 닿는 곳이라면 어디든 이들이 꿈을 펼쳐나갈 드넓은 무대이자 환한 미래일 겁니다.

전기시설 관리 전문가를 배출합니다

전기 및 시설 관리 분야의 '미다스의 손'이 되고 싶으세요? 취업 제한, 정년 제한 없이 기술과 역량을 마음껏 발휘할 수 있는 기회, 남인천캠퍼스 스마트전기와 신중년특화과정에 있습니다. 스마트전기와 신중년특화과정은 정부의 국정과제로 새로운 인생2모작을 지원하고 준비하기 위한 특별 과정입니다. 만 40세 이상의 재취업을 원하는 사람을 대상으로 교육비, 식비, 기숙사비까지 전액 국비로 운영되고 있으며 1년에 두 번, 각각 25명의 신입생을 모집합니다. 이론만 탄탄하게 다지는 게 아닙니다. 뽕뽕한 실무 능력도 겸비하게 되죠. 전공 실무인 기초전기에서부터 전기설비, 시퀀스제어 실무 교육을 받게 되며 전기기능사 실기시험 준비와 수배전 설비 실무 교육도 받을 수 있습니다. 실제 70% 이상의 높은 취업률은 1막보다 환하고 찬란한 인생 2막을 약속하는 듯 합니다. 세상의 모든 전기 기술자들이 이러한 실무를 배웠다는 사실, 놀랍지 않으세요?



전기시설 관리 전문가 양성

이렇게 진행됩니다!



①

기초전기 실무

이것은 전압인가, 전류인가! 전기를 처음 배우는 초보자들은 전기 공사용 공구를 사용하여 각종 전선과 케이블을 접속하고 전기 측정기를 올바르게 사용하여 전기적 양을 측정하는 기초전기 실무를 배웁니다.

②

전기설비 실무

각종 전기 공사용 자재를 사용하고 배관, 배선 및 스위치를 이용해 전등을 켜고 끄는 조명설비와 화재감지기, 수신기 연동 소방설비, 타이머와 릴레이 등 주택이나 공장의 전기 배선을 축소해 배선실습판에 직접 시공하는 실무입니다.

③

시퀀스제어 실무

각종 릴레이와 타이머, 전자개폐기의 요소별 특성을 이해하고 산정해 제어장치를 운영하고 유지보수 할 수 있는 능력을 키우는 실무입니다. 어려운 도면을 해석하고 작품을 만들어내는 과정을 통해 큰 성취감을 맛보게 되는 과정이죠.

④

수배전선비 실무

수배전설비에 대한 점검계획을 수립하는 과정입니다. 전력용 변압기, 차단기와 개폐기, 계기용변성기 등 전력용 기기와 변전 설비 점검을 통해 예비 진단과 유지 보수 능력을 향상시켜 주죠. 아파트나 큰 빌딩의 변전실과 똑같은 변전실에서 교육을 합니다.

남인천캠퍼스 스마트전기 과정 이익환 교수에게 물어봤습니다

Q. 교육 기간은 어떻게 되고 주로 어떤 것들을 배우게 되나요?

교육 기간은 약 4.5개월, 560시간 과정으로 이론과 실습이 2:8로 하루 6~8시간씩 수업이 진행됩니다. 수업은 전공이론 120시간, 전공실무 420시간으로 이루어지며, 특히 교양 교과로 외부 전문 강사를 초빙한 취업 컨설팅 20시간 수업을 포함, 취업 준비에 도움이 되도록 하고 있습니다.

Q. 남인천캠퍼스 신중년특화과정만의 특징점이 어떤가요?

선배들의 글이나 지인의 입소문을 통해서도 알 수 있듯 스마트전기과는 높은 취업율을 자랑하는 과입니다. 스마트전기과 신중년특화과정 출신들은 성실하게 전기관련 업무를 잘 수행 한다는 아파트나 대형빌딩 건물관리 소장님들의 긍정적 피드백도 있습니다. 이것이 바로 스마트전기과 신중년특화과정의 특징이고 손꼽는 장점이라 생각합니다.

Q. 중년층이 수강하는 것으로 아는데요. 본 과정의 수강생들의 반응이 궁금합니다.

회사원, 공무원, 교사, 군인, 경찰 등 다양한 경력과 배경을 지닌 중장년 늦각이 학생들은 교수들의 지도하에 평생의 마지막 학교 생활이라며 최선을 다합니다. 스터디 그룹도 만들고, 공부가 재미있다고 정말 열심히 노력하고 만족하고 있습니다.

Q. 본 과정을 수료하고 나면 주로 어떤 분야에 취업하나요?

재학생들은 오랫동안 근무할 수 있는 곳에 재취업하기 위해 전기 설비, 시퀀스제어, 수배전설비 등 현장실무 중심의 기술을 배우고 전기기능사 자격증을 따니다. 아파트나 빌딩 같은 큰 건축물의 건물관리 업체나 전기공사 업체에 주로 취업을 하게 되는데, 반기별 수료생의 70% 이상이 취업에 성공하고 있습니다.

Q. 미래의 수강생들에게 한 말씀 부탁드립니다.

다ნი던 직장을 퇴직하고 제2의 인생을 열만한 일자리를 찾기 위해 고민하던 중 스마트전기과 신중년특화과정에 입학해 기술을 배우고 자격증을 따 취업에 성공한 분들이 많습니다. 미래의 수강생들께서도 한국폴리텍대학교 남인천캠퍼스 스마트전기과 신중년특화과정 수료와 전기기능사 자격증 취득 내용이 추가되는 이력서로 취업에 큰 도움을 얻기를 바랍니다.





무한 열정을 가진 우수한 강사진

해운대음식나라조리학원의 가장 큰 자랑거리는 우수한 강사진에 있습니다. 강사진은 국가 공인 조리기능장, 조리산업기사 등 전문 기능자격증을 보유하고, 오랜 현장실무 경험 그리고 조리계열 대학교, 관공서, 사회교육기관 등 다양한 분야에서 강의한 경력을 가진 베테랑들입니다. 특히, 수장인 김경애 원장은 조리기능장, 조리 산업기사, 조리기능사 외에 약선요리, 사찰요리, 발효효소 등 요리 전반적 분야에 전문자격증을 보유하고 있어 요리뿐만 아니라 진로에 대한 고민도 함께 나눠 준다고 합니다. 프랑스나 스위스 같은 나라의 유명 요리학교가 부럽지 않은 이유가 바로 여기에 있습니다.



자격증은 기본, 실무감각은 덤!

요리별로 한식, 중식, 일식, 양식 그리고 한식+양식 과정, 중·고생들을 위한 진학반, 요리경연대회반 등 요리와 학습자에 맞춘 다양한 커리큘럼으로 운영되고 있습니다. 그중에서 국민내일배움카드 과정은 현재 한식, 중식, 일식, 양식 그리고 한식+양식 과정으로 5개 과정이 운영 중입니다. 한 과정마다 인원 제한은 10명, 소수의 인원으로 정예 교육이 이뤄지고 있습니다.

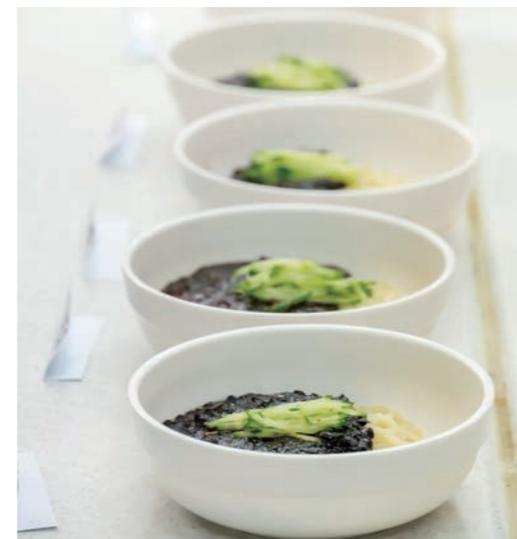
국민내일배움카드 과정은 자격증 취득을 기본으로 하고 있기 때문에 정규 수업시간 외에도 조리장에서 연습을 할 수 있도록 개방하고 있습니다. 수강생들은 시험 과정을 연습해 보고, 궁금한 점이 있으면 그때그때 물어보고, 강사진으로부터 피드백을 받아 바로바로 시정할 수 있습니다. 뿐만 아니라 커리큘럼에는 없는 다양한 실무 정보도 공유해줍니다. 요즘의 요리 트렌드, 조리 현장에서 바로 적용할 수 있는 노하우가 느껴지는 요리팁을 배우는 것 또한 즐거움이라고 수강생들은 입을 모읍니다.

“목표를 가지고 한발씩 나아가다 보면 자신도 모르게 그 자리에 와 있을 거예요!”

김경애 원장님



요즘은 TV쇼 프로그램 덕분에 남녀노소 누구에게나 '요리'가 친숙한 것이 되었습니다. 하지만 막상 직접 '요리를 한다는 것', '음식을 만든다'는 것은 여전히 쉬운 일은 아닙니다. 이곳을 찾아오신 분들은 요리를 통해서 새로운 미래를 설계하고, 더 나은 내일을 꿈꾸는 분들이십니다. 그분들께 요리하는 즐거움과 더 살맛 나는 내일을 가꾸는 길잡이가 되어 드릴 수 있다는 것이 저에게도 큰 기쁨입니다. 수강생들께 항상 '구체적인 목표'를 세우라고 얘기합니다. 흔들리지 않는 목표를 가지고 있다면, 나머지는 함께 만들어가면 됩니다. 그렇게 한발 한발 내딛다 보면 어느덧 그 목표에 다 닿을 수 있을 거예요. 항상 응원하면서 함께 하겠습니다!



국민내일배움카드 Point



누구나 신청 가능
단, 공무원, 사학연금 대상자, 재학생, 일정 임금 이상 대규모기업 종사자, 일부 고소득 자영업자 및 특수고용형태 종사자 제외



유효기간 5년
실업, 재직, 자영업 여부 관계 없이 5년간 사용 가능



훈련비 지원
저소득층 500만 원, 국가기간 전락산업 직종 훈련 전액 지원



개인맞춤 수강
상담절차를 거쳐 개인에 맞는 훈련을 선택 수강



HRD-Net 실시간 확인
개인의 훈련이력, 계좌잔액 등 실시간 확인



자부담 비율 동일 적용
실업자, 재직자, 자영업자 자부담 비율 동일

※ 신청 방법
가까운 고용센터를 방문하거나 HRD-NET을 통해 신청 가능합니다. (단, 훈련과정 수강 신청의 경우 140시간 이상은 고용센터 상담을 통해, 140시간 미만 훈련과정은 HRD-NET을 통해 신청 가능합니다.)

노동자와 시민의 안전을 위해서 산재 사망사고 감축에 최선을 다하겠습니다!



지난 1월 8일 「중대재해 처벌 등에 관한 법률」이 국회를 통과하였습니다. 중대재해처벌법은 중대재해 예방에 대한 사회의 경각심을 높이고, 노동자와 시민의 생명과 안전을 지키는 새로운 출발점이 되었다는 점에서 큰 의미가 있고, 이 법의 제정으로 경영책임자 등에게 종사자의 안전보건을 확보할 의무가 부여되었는데요. 기업인을 처벌하기 위한 것이 아니라, 기업의 안전보건 조치를 강화하고 안전투자를 확대하여 중대재해를 근본적으로 예방하는 것에 궁극적인 목적이 있죠. 고용노동부는 중대산업재해 소관 부처로서 기업의 불안감을 해소하고, 노동자가 안전하게 일할 수 있도록 산재 예방과 사망사고 감축에 최선을 다할 것입니다!

* 1.8. 국회 통과, 1.19. 국무회의 의결, 1.26. 공포 예정 → '22.1.27. 시행(50인 미만' 24년)

산재 사망사고 감축을 위해 중대재해 발생 위험요인 중심의 점검·감독을 강화하겠습니다

건설업에 대해서는 현장별 위험작업 시기* 등을 실시간으로 파악하여 추락 등의 위험요인 개선을 위한 적시 점검·감독을 실시하겠습니다. 유해위험방지계획서, 세움터의 착공신고 정보, 민간산재예방기관의 기술지도 정보 등을 연계하는 전산시스템(K2B)을 신속히 고도화하고, 활용도를 높일 것입니다. 건설업은 현장에 대한 본사의 영향력이 크므로 본사에 대한 관리·감독을 강화하겠습니다. 개별 건설현장의 안전관리체계 구축은 본사의 예산·조직·인력 지원과 안전투자 등에 달려있기 때문에 건설현장과 본사 점검·감독을 병행하여 실시할 계획입니다. 사망사고가 반복적으로 발생하는 등 안전관리가 불량한 경우에는 해당 건설사 모든 현장에 대한 특별감독을 실시합니다. 추락, 끼임 등 중대재해 위험요인의 근절을 위해 추락위험 방지조치, 끼임위험 방지조치, 필수 안전보호구 착용 등의 3대 안전조치* 준수 여부를 집중 점검·감독하겠습니다. 또 대폭 늘어난('20년 108대→'21년 404대) 산업안전 패트롤카를안전관리 취약 현장의 3대 안전조치 준수 점검에 집중 투입하겠습니다. 「3대 안전조치 위반 사업장 신고제」도 시행할 예정입니다. 온라인 신고센터(고용부, 산업안전보건공단 홈페이지)를 통해 누구든지 3대 안전조치 위반 현장을 발견하면 신고할 수 있도록 하고, 신고가 접수되면 즉시 산업안전보건공단이 점검을 실시한 뒤, 미준수 사업장은 감독으로 연계하겠습니다.

* ① 추락위험 방지조치: 안전난간, 개구부 덮개, 추락방지망 설치 등, ② 끼임위험 방지조치: 컨베이어, 파쇄기 등의 안전장치 설치, 수리·점검시 운전 정지 등, ③ 필수 안전보호구 착용: 안전모, 안전대, 안전화 지급 및 착용, 상시점검 등

산재 사망사고 감축을 위해

사업장의 안전보건 관리체계 구축을 지원하겠습니다

중대재해 예방을 위해서는 기업 스스로 위험성 평가 등을 통해 유해·위험요인을 찾아내고 자율적으로 개선하는 등 상시적인 안전보건 관리체계를 구축해야 합니다. 금년부터 산업안전보건법에 따라 상시근로자 500명 이상 기업과 시공능력 1천위 이내의 건설회사의 대표이사는 매년 안전보건 계획을 수립하여 이사회에 보고하고 승인받아야 합니다. 상반기에는 해당 기업에서 안전보건 계획을 충실히 수립·이행하도록 지도하고 지속적으로 모니터링하는 한편, 아울러 중대 재해처벌법 상의 경영책임자 의무*는 노사 및 전문가 의견을 충분히 수렴하여 대통령령에 명확히 규정해서 기업이 필요한 준비를 할 수 있도록 하겠습니다. 50인 미만 중소기업장은 안전관리 역량이 부족한 점을 고려하여 안전관리체계 구축을 위한 지원을 적극 확대하겠습니다. 기업별로 밀착형 컨설팅을 제공하고 향후 3년간 안전투자혁신사업 등을 통한 재정지원도 확대하여 중소기업장에도 안전보건 관리체계가 갖춰지도록 유도하겠습니다.

* '21년 2,324개소(500명 이상 1,324개 + 건설회사 1천 개) → 미이행시 1천만원 이하 과태료

산재 사망사고 감축을 위해

소규모 사업장의 안전관리 지원을 대폭 확대하겠습니다

클린사업을 통해 7천 개 건설현장에 시스템비계 등 추락방지용 안전시설을 지원하고, 위험한 기계·기구 교체와 위험한 공정 등을 개선하기 위해 안전투자혁신사업에 5천 3백억 원*을 지원하겠습니다. 방호장치 등 시설개선이 시급한 5인 미만 사업장은 최우선 지원대상으로 선정하여 신속히 지원하겠습니다. 재원이 부족하면 재정당국과 협의하여 지원규모도 더 확대합니다. 지역별 안전관리 현장지원단을 구성하여 스스로 안전관리체계 구축이 어려운 소규모 사업장에는 컨설팅, 교육, 재정 연계 등을 종합적으로 지원하겠습니다.

* ('21년) 5,271억 ▲재정지원(3,271억): 위험기계·기구 5천 대, 뿌리산업공정 1천 개소 ▲용자지원(2,000억): 위험공정·장비 및 위험시설물 개선 1천 개소

산재 사망사고 감축을 위해

지자체·민간산재예방기관의 산재예방 역할을 강화하겠습니다

지자체가 사업장 지도 등 적극적인 산재예방 활동을 할 수 있도록 명확한 법적 근거*를 마련하겠습니다. 지자체가 자체 발주 공사·수행사업(약 1만 개소)에 대해 3대 안전조치 준수를 점검토록 하고 필요 시 합동점검을 실시하겠습니다. 지자체의 안전보안관(약 1만 명)도 활용하여 추락위험 현장을 관리해 나가겠습니다. 지자체와 함께 '안전점검의 날'(매월 4일) 등 안전캠페인을 실시하여 안전문화를 지역사회 곳곳으로 확산시키겠습니다. 민간산재예방기관의 소규모 사업장 대상 기술지도(약 10만 개소) 시, 3대 안전조치 준수 여부를 점검토록 하고 고위험현장은 패트를 점검·감독과 연계하겠습니다. 민간산재예방기관이 시공사와 독립된 위치에서 위험요인을 지적하고, 불량 현장은 감독으로 연계할 수 있도록 기술지도 계약주체를 시공사에서 건설공사발주자로 변경토록 법령을 개정하겠습니다. 민간산재예방기관 평가체계를 개선하여 기술지도 결과 허위기재 등 부실기관에 대해서는 업무정지, 지정취소 등 엄정하게 제재하여 책임감 높은 안전관리를 유도하겠습니다.

* 산업안전보건법에 ①지자체의 산재예방 노력의무 규정, ②지자체 역할을 계획 수립·교육·홍보·사업장 지도로 명시, ③국가의 지원 근거 마련

산재 사망사고 감축을 위해

산재 사고 원인을 과학적으로 분석하여 공개하겠습니다

산재 예방에 활용할 수 있도록 산업재해 통계 분석을 강화하겠습니다. 건설업은 공사 종류·공정별로 위험요인을 파악하고 재해형태별로 사고 발생 요인을 면밀히 분석하여 패트를 점검·감독 대상을 선제적으로 관리하겠습니다. 제조업 사업장 역시 지역·업종·규모·발생형태별 사망사고 현황과 발생원인을 심층 분석하여 위험 사업장 점검의 실효성을 높이겠습니다. 금년부터 사망사고 분석결과와 함께 감독현황 및 위반사업장 사례, 정부 재정지원 현황 등을 반기별로 공개하겠습니다.

News



① 공정채용·블라인드 채용 온라인 시상식을 개최했습니다



고용노동부와 한국산업인력공단은 지난 12월 4일 「2020년 공정채용·블라인드 채용 우수사례 경진대회 시상식」을 개최했습니다. 이번 경진대회는 기획재정부, 교육부, 행정안전부, 고용노동부, 국민권익위원회, 한국산업인력공단, 중소기업중앙회, 한국무역협회 등이 참여하여 진행했으며, 공공 36개, 민간 9개 등 총 45개의 기관이 응모했고, 심사를 거쳐 이 중 16개 공정채용 우수사례를 발굴했습니다. 특히 올해부터 국민권익위원회가 시상 기관으로 경진대회에 참여하면서 시상 범위도 공직유관단체까지 확대되는 등 행사 저변이 크게 확대됐습니다. 이번 시상식은 코로나19 확산 방지를 위해 공공기관, 민간기업, 공직유관단체 등 수상기관 관계자만 참석한 가운데 온라인 비대면 방식(페이스북 생중계)으로 진행했습니다. 이재갑 고용노동부 장관은 “능력 중심의 공정한 채용은 취업을 준비하는 청년 입장에서뿐만 아니라 정부와 기업의 성장과 발전을 위해서도 꼭 달성해야 하는 가치이다”라고 하며, “오늘 수상한 기관들이 공정채용 문화가 발전될 수 있도록 앞장서주실 것을 기대한다”라고 밝혔습니다.



② 일터혁신 컨퍼런스가 열렸습니다



고용노동부와 노사발전재단은 지난 12월 2일 「2020 일터혁신 컨퍼런스」를 개최했습니다. 이번 일터혁신 컨퍼런스에서는 11개 우수기업에 대한 일터혁신 우수기업 시상(장관상)과 함께 사례를 공유하는 한편, 향후 일터혁신 방향에 대한 노사 전문가들의 토론이 함께 진행되었습니다. 이날 행사는 기조 강연자 등 필수인원만 참석하고, 행사 전(후)과정에서 철저한 방역수칙 준수 하에 진행되었으며, 현장에 참석하지 못한 사업장 노사 및 전문가 등이 볼 수 있도록 온라인으로 생중계되었습니다.

이번 컨퍼런스는 ‘노사 참여와 협력으로 사업장을 개선하는’ 일터혁신 노력을 통해 코로나19 위기를 극복하고 코로나 이후 시대 미래를 대비하기 위한 내용으로 채워졌습니다. 전문가들은 코로나 이후 시대 기업의 생존과 노사의 성장을 위해서는 노사 협력으로 함께 혁신을 진행하고 그 성과를 공유하며 다시 혁신을 위해 노력하는 선순환 구조가 필요하다는 데 입을 모았습니다. 고용노동부 류경희 노사협력정책국장은 “코로나19 상황에서 노사가 참여와 협력을 바탕으로 좋은 일터를 만들고 함께 성장해 나가는 것이 중요하다”라고 하면서, “정부는 일하는 방식과 문화를 개선하는 우리 기업과 사회의 일터혁신을 적극 지원해 나가겠다”라고 강조했습니다. 정부와 노사발전재단은 앞으로도 일터혁신 우수기업 사례를 적극 공유하고 확산시켜나가는 한편, 코로나19 극복 등 현장 수요에 맞는 맞춤형 일터혁신 지원을 확대해 나갈 계획입니다.

③ 청년드림 베스트 프랙티스를 선정·발표했습니다



고용노동부와 동아일보, 한국고용정보원은 「2020년 청년드림 베스트 프랙티스(Best Practice)」를 선정·발표했습니다. 진로지도, 취업지원, 창업지원 3개 분야에 총 97개 사례가 접수되었고, 분야별 전문가의 심사를 거쳐 부천대 등 12개 대학이 수상의 영예를 안게 되었습니다. 청년드림 베스트 프랙티스(Best Practice)는 2015년부터 청년들의 진로설계와 취·창업 지원을 위해 각 대학에서 추진하고 있는 우수사례를 발굴하여 널리 알리기 위해 선정하여 오고 있습니다. 그간 베스트 프랙티스(Best Practice) 선정식 및 세미나 등 다양한 행사를 통해 우수 사례를 공유·확산하였으나, 올해는 코로나19 상황을 고려하여 선정대학의 사례를 발표하는 것으로 추진했습니다. 장관급 청년고용정책관은 “올해는 코로나19로 청년들이 취업 준비에 상당한 어려움을 겪고 있는 상황인 만큼, 대학에서 다양한 진로 및 취·창업지원 프로그램 등을 운영하여 청년들의 든든한 버팀목이 되어주길 기대한다”라고 말했습니다.

고용노동부는 지난 12월 9일 한국노동연구원, 한국노동경제학회와 함께 온라인 행사로 「2020년 고용영향평가 결과 발표회」를 개최했습니다. 고용영향평가(한국노동연구원에 위탁)는 정부 정책이 일자리의 양과 질에 미치는 영향을 분석·평가하여 고용친화적인 정책추진을 지원하는 제도로, 2011년 처음 시행한 이래 지난 10년간 230여 개의 평가 과제를 수행했습니다. 매년 일자리와 밀접하게 관련된 정책이나 사회변화 등을 고용영향평가 과제로 선정하며, 올해에는 노동조건 개선, 기술혁신 및 시장변화, 지역활성화 등에 초점을 맞추고 총 23개의 과제를 선정하여 평가를 진행했습니다. 이날 발표회에서는 5개 과제의 평가 결과가 발표됐습니다. 특히 근로기준법 개정용 거쳐 지난해 7월 시행된 직장 내 괴롭힘 금지제도와 최근 식당·카페 등에서 쉽게 찾아볼 수 있는 무인주문기(키오스크) 확산과 관련된 과제가 눈길을 끌었습니다. 이 외에도 「지역주도 혁신성장의 고용영향 분석」, 「산업단지 연계성 강화의 고용영향 분석」, 「지역산업거점기관 지원의 고용효과」 등 지역산업 활성화와 관련된 과제들도 함께 발표됐습니다. 박화진 고용노동부 차관은 “코로나19로 인해 유례없는 일자리 위기를 겪고 있는 상황에서, 고용영향평가와 같은 정책연구의 역할이 더욱 중요하다”라며, “올해 특히 무인주문기 관련 과제는 최근 비대면 기술 확대로 일자리가 감소할 것이라는 우려 상황에서 중요한 의미를 가질 것으로 보인다”라고 말했습니다. 또한 “내년도에는 코로나19가 우리 노동시장에 미친 영향과 변화, 그리고 정부의 주요 대응책들의 효과를 객관적으로 평가해보는 것이 핵심적인 과제가 될 것”이라고 밝혔습니다.

④ 고용영향평가 결과발표회가 열렸습니다



고용노동부는 지난 12월 9일 한국노동연구원, 한국노동경제학회와 함께 온라인 행사로 「2020년 고용영향평가 결과 발표회」를 개최했습니다. 고용영향평가(한국노동연구원에 위탁)는 정부 정책이 일자리의 양과 질에 미치는 영향을 분석·평가하여 고용친화적인 정책추진을 지원하는 제도로, 2011년 처음 시행한 이래 지난 10년간 230여 개의 평가 과제를 수행했습니다. 매년 일자리와 밀접하게 관련된 정책이나 사회변화 등을 고용영향평가 과제로 선정하며, 올해에는 노동조건 개선, 기술혁신 및 시장변화, 지역활성화 등에 초점을 맞추고 총 23개의 과제를 선정하여 평가를 진행했습니다. 이날 발표회에서는 5개 과제의 평가 결과가 발표됐습니다. 특히 근로기준법 개정용 거쳐 지난해 7월 시행된 직장 내 괴롭힘 금지제도와 최근 식당·카페 등에서 쉽게 찾아볼 수 있는 무인주문기(키오스크) 확산과 관련된 과제가 눈길을 끌었습니다. 이 외에도 「지역주도 혁신성장의 고용영향 분석」, 「산업단지 연계성 강화의 고용영향 분석」, 「지역산업거점기관 지원의 고용효과」 등 지역산업 활성화와 관련된 과제들도 함께 발표됐습니다. 박화진 고용노동부 차관은 “코로나19로 인해 유례없는 일자리 위기를 겪고 있는 상황에서, 고용영향평가와 같은 정책연구의 역할이 더욱 중요하다”라며, “올해 특히 무인주문기 관련 과제는 최근 비대면 기술 확대로 일자리가 감소할 것이라는 우려 상황에서 중요한 의미를 가질 것으로 보인다”라고 말했습니다. 또한 “내년도에는 코로나19가 우리 노동시장에 미친 영향과 변화, 그리고 정부의 주요 대응책들의 효과를 객관적으로 평가해보는 것이 핵심적인 과제가 될 것”이라고 밝혔습니다.

5 퇴직연금 우수사업자 명단을 발표했습니다



고용노동부와 근로복지공단은 '2020년 퇴직연금사업자 성과 및 역량평가 결과'를 발표했습니다. 퇴직연금사업자 평가는 사용자 및 근로자가 퇴직연금사업자를 합리적으로 선택하도록 정보를 제공하고 퇴직연금사업자의 자율적인 사업역량 제고 및 서비스 개선을 유도하기 위해 실시되고 있습니다. 올해 평가는 영업 중인 퇴직연금사업자(43개소, '19년 말 기준) 중 평가 참여를 희망한 34개사*를 대상으로 진행했습니다. 이번 평가에서는 투자성과

평가에 있어 장기수익률 평가 기준을 강화(7년→10년)하고, 서비스에 기반한 합리적 수수료 부과체계, 객관적 운용상품 선정·제공 체계 운영 등의 평가를 강화했습니다. 특히 올해는 변별력과 비교 선택 가능성을 높이기 위해 평가항목별 상위등급 우수사업자와 함께 평가항목 전체에서 고르게 높은 성과를 보인 전체종합평가 우수사업자를 추가하여 발표했습니다. 평가결과는 퇴직연금제도를 새로 도입하거나 퇴직연금사업자 변경을 고려하는 노·사가 활용할 수 있도록 고용노동부 퇴직연금 누리집(www.moel.go.kr/pension)에 게시될 예정입니다. 한편, 올해 처음 발표하는 전체종합평가 상위사업자는 7개 세부평가 항목을 배점에 따라 집계한 결과, 미래에셋대우·미래에셋생명·삼성생명이 선정됐습니다. 김대환 고용노동부 근로기준정책관은 "퇴직연금사업자 평가는 노사가 합리적인 선택을 주도적으로 할 수 있도록 다양한 정보를 객관적으로 제공하고, 퇴직연금사업자의 자율적 경쟁을 유도하여 퇴직연금 운영 성과를 높일 수 있도록 하는 것이 중요하다"고 강조하면서, "퇴직연금제도가 노사에게 든든한 노후소득보장체계의 한 축으로 더욱 발전할 수 있도록 지속적으로 노력하겠다"라고 밝혔습니다.

* 은행 11개사, 보험 15개사, 증권 8개사 참여(적립금 기준 99.4% 비중)



2021년도 최저임금

시간급 8,720원

최저임금은 국가가 임금의 최저수준을 정하고, 사용자에게 이 수준 이상의 임금을 지급하도록 하는 제도입니다.

월 환산액 1,822,480원: 주 소정근로시간 40시간
 월 환산액 산정 기준 시간수 약 209시간 (주당 유급휴휴 8시간 포함)

2021. 1. 1. ~ 2021. 12. 31. 적용

Healing



- | | | | |
|---|---|--|---|
| <p>62
딱풀이 엄마, 워킹맘으로 살기 쉽지 않죠?</p> | <p>66
어려운 백신 용어 쉽게 정리해드립니다</p> | <p>68
언택트 시대엔 업무용 도구 잘 선택하는 것도 실력입니다!</p> | <p>70
마냥 좋은 줄 알았던 재택근무 이런 문제도 있네요...</p> |
| <p>74
지구도 살리고 건강도 챙기는 착한 챌린지 나도 해볼까?</p> | <p>76
나에게 필요한 영양제 챙겨 먹기 생각보다 참 쉽죠?</p> | <p>78
Keep Going 힘차게 계속 나아갈 당신의 일상력을 충전해줄게요</p> | <p>82
애독자 모의고사</p> |

딱풀이 엄마, 워킹맘으로 살기 쉽지 않죠?

최연소 상무에게도 출산과 육이는 어려운 일이었습니다.
저출산 시대, 워킹맘으로 살아갈 것을 결심한 주인공에게는
어떤 현실이 펼쳐졌을까요?



“상무님 출산을 축하드립니다!”



승상장구 직장인의 표본인 현진의 하루는 오늘도 분주합니다. 회사에서 최초의 여성 상무이자, 최연소 임원 타이틀을 달고 18년 차 직장인이자 워커홀릭으로 살아가는 그는 까다로운 클라이언트를 유연하게 상대하고, 유창한 외국어로 커뮤니케이션하면서 어려운 계약도 따내죠. 누구도 그녀의 실력을 의심하거나 비난하지 않았고 현진 또한 스스로 그렇게 믿었습니다. 출산을 하기 전까지 말이죠. 하지만 출산 후 현진 앞에 펼쳐진 세상은 전혀 다른 세상 같았습니다. 믿을 수 없는 출산의 고통을 겪은 이후 회복기에 접어든 현진. 출산 축하를 하기 위해 찾아온 회사 식구들 앞에서 작은 오해를 사게 되고, 화장기 없이 병원복을 입고 마주한 회사 식구들 앞에서 초라함을 느낍니다. 산후조리원에 입성한 후에도 이름도 상무라는 직함도 없이, 아이의 태명인 딱풀이 엄마라는 호칭으로 불리우죠. 이 낯선 곳에서 우리의 주인공 현진은 딱풀이 엄마로 잘 적응해낼 수 있을까요?

😊 여기서 잠깐!

출산과 육아, 어떤 지원이 있나요?

출산 전후·유산사산휴가급여 지원: 임신 중인 여성 근로자의 건강을 보호하고, 출산으로 인한 여성 근로자의 이직을 방지하기 위한 급여입니다.

육아휴직급여 지원: 육아휴직급여 지급을 통한 가정과 직장의 양립지원으로 근로자의 고용안정과 경제활동 참여를 도와요.

육아기 근로시간 단축 지원: 육아휴직 대신 육아기에 근로시간을 단축하여 근무하는 경우 급여를 지원하여 출산 육아기 근로자의 경력단절을 방지하고 일과 가정의 양립을 지원합니다.

* 지원 대상 및 요건에 대한 자세한 내용은 고용노동부 홈페이지를 참조하세요.

“딱풀이 엄마, 수유하실 시간입니다”



현진은 산후조리원에서 다양한 인물을 만납니다. 골프선수 남편을 둔 인스타그램 셀럽이자 육아에 대한 신념이 강한 사랑이 맘 '은정', 속옷 사업을 하며 미혼모로 조리원에 입성한 요미 맘 '루다' 등. 다양한 인물을 만나며 현진은 정체성의 혼란을 겪습니다. 전업맘 사랑이 엄마의 철저한 육아 신념과 신세대 엄마인 요미 맘이 자주 부딪히면서, 이도저도 아닌 현진은 워킹맘으로서 혼란을 겪게 되죠. 이내 아이를 너무도 사랑하지만 동시에 일도 놓고 싶지 않은 자신을 자책하기에 이릅니다. 하루에도 여러 번 엄마 자격이 없는 스스로를 원망하다가도, 회사의 소식에 귀를 쫑긋하며 조리원에서 밤새 프로젝트를 준비하기도 하죠. 육아휴직 대체 근무자로 들어온 알렉스 상무를 견제하면서 수시로 회사에 복귀하기 위한 동정을 살피는 현진. 우리의 워킹맘 현진은 과연 무사히 회사에 복귀할 수 있을까요?

😊 여기서 잠깐!

현진의 빈자리 채우는 대체인력, 인건비 지원도 된다고요?

맞습니다! 고용노동부에서는 출산과 육아 등으로 인해 공백이 예상되는 자리에 적합한 인력을 추천하고 대체인력에 대한 지원금을 지급하고 있습니다. 각각 대상 기업에 따라 아래 지원들을 받을 수 있어요.

출산육아기 대체인력 지원금

선지원대상기업 1인당 월 80만 원(인수인계기간 월 120만 원), 대기업 월 30만 원

시간선택제 대체인력 인건비 지원금

대체인력 인건비 80%(중소·중견기업 월 60만 원, 대기업 월 30만 원) 지원

산재근로자 대체인력인건비 지원금(20인 미만 사업장)

대체인력 인건비의 50%지원(월 최대 60만 원 한도 내)

“여보, 난 직장에서도 엄마로서도 잘하고 싶어”



조리원에서의 꿈 같은 2주는 쏠살같이 지나갔습니다. 퇴소를 앞두고 어느새 친해진 조리원 동기들은 현진의 방에 둘러앉아 퇴소 파티를 엽니다. 수다 꽃을 피우는 조리원 동기들. 2주 내내 몰랐던 서로의 직업을 알게 되죠. 쇼핑몰 CEO, 대기업 임원, 여행 작가, 어린이집 교사, 대학교수, 스튜어디스 등. 모두가 치열하고 꿈많은 청춘을 보낸 인물이었습니다. 그리고 모두가 일터 복귀와 전업 육아 사이에서 각각 현실에 맞는 결단을 내리죠. 딱풀이 엄마 현진은 결국 일터로 복귀할 것을 결정했습니다. 스타트업을 운영하는 남편 도윤도 육아에 적극 가담하기로 했죠. 낮밤 없이 우는 아이를 번갈아 가며 돌보다가도 다음 날 아침 출근길에 나서는 우리의 슈퍼 워킹맘들. 육아도 일도 훌륭하게 해내는 그들에게 박수를 보냅니다. 짹짹!

😊 여기서 잠깐!

부부 동시 육아휴직도 가능하다는 사실, 알고계신가요?



지난 2020년 2월 28일부터 회사 규모에 상관없이 같은 자녀에 대해 부부가 동시에 육아휴직이 가능하도록 제도가 변경되었습니다. 육아휴직급여 또한 동시에 받을 수 있게 되었죠. 맞벌이 부부의 경우 1명의 아이에 대해서 각각 최대 1년의 휴직 기간을 가질 수 있다는 사실, 기억하세요!

어려운 백신 용어 쉽게 정리해드립니다



좀처럼 잡히지 않고 있는 코로나19 감염 사태와 함께 백신 개발에 대한 관심도 커지고 있습니다. 백신이란 특정 병원체에 대한 면역을 만들기 위해 체내에 주입하는 면역원을 이르는 말입니다. 이러한 백신에도 여러 가지 종류가 있다고 하는데요, 우리 몸을 바이러스로부터 지켜주는 백신, 제대로 알고 맞아야겠죠?

다당류백신·단백접합백신

다당류 백신은 백신 개발 초기부터 사용되어 온 종류이지만, 어린이에게는 효능이 없었으며, 성인들에게도 그 효능이 약했습니다. 이에 대안으로 발명된 것이 단백질접합백신입니다. 단백질접합백신은 소아에게서도 면역을 형성하며, 항체 형성 정도가 다당질백신보다 높고 지속기간도 길다는 장점이 있습니다. 현재 단백질접합백신으로 개발된 백신으로는 폐렴구균백신, B형헤모필루스균백신, 수막구균백신 등이 있습니다.

생백신

생백신은 말 그대로 살아있는 균을 주사하는 방법입니다. 병원성을 줄인 균은 체내에 들어갔을 때, 질병을 일으키지 않거나 약하게 일으켜 면역반응을 유지하게 합니다. 면역원이 체내에서 증식하기 때문에 면역효과가 뛰어나다는 장점이 있습니다. 하지만, 면역력이 약한 사람의 경우, 이조차 치명적일 수 있어 사용이 어렵습니다. 홍역, 볼거리, 인플루엔자, 장티푸스, 결핵백신 등이 대표적입니다.

콤보백신

콤보백신이란 여러 가지 백신을 하나로 혼합한 것을 말합니다. 예방 접종 횟수를 줄일 수 있어 고통과 비용 등 다양한 측면에서 부담을 줄일 수 있습니다. 디프테리아, 파상풍, 백일해, 폴리오를 한 번에 예방할 수 있는 DTaP-IPV가 가장 대표적인 콤보백신입니다. DTaP-IPV는 2012년부터 국가필수예방접종 지원 사업에 포함돼 최근 출생한 신생아의 대부분이 해당 백신을 접종하고 있습니다.

사백신

면역력이 약한 사람에게 사용할 수 없다는 생백신의 단점을 보완하기 위해 발명된 방법입니다. 물리적 또는 화학적 방법으로 균의 병원성은 없애고 항체는 유지한 상태의 면역원을 주사하는 방법입니다. 비교적 안전하고, 면역저하자 등에게도 접종이 가능하지만, 비교적 효과가 떨어지기 때문에 여러 번 접종해야 합니다. 장티푸스, 콜레라 백일해, 인플루엔자, 일본뇌염, A형간염백신 등이 있습니다.



다 같은 주사가 아니라고?

백신접종 방법

백신이라 하면 으레 엉덩이에 맞는 주사를 떠올리게 되는데요, 백신에 따라 다양한 접종방법이 있다고 합니다.

● 경구투여

알약이나 액제로 된 백신을 먹는 방법입니다. 소화작용으로 인해 면역 형성이 저하될 수 있습니다. 주사에 대한 두려움이 있는 경우 사용할 수 있습니다.

● 근육주사

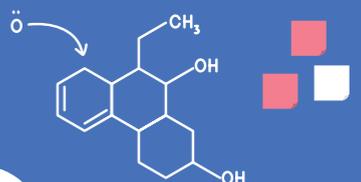
두꺼운 근육이 있는 부위에 주사하는 방법입니다. 대개 엉덩이와 어깨에 맞는 주사는 근육주사라고 볼 수 있습니다. 주사 바늘이 두껍고 통증이 강하며 효과가 빠릅니다.

● 피하주사

피부와 근육 사이의 피하층에 약물을 주입하는 방법입니다. 복부, 허벅지, 팔 등에 주사하며 흡수속도는 근육주사와 피내주사의 중간 정도입니다.

● 피내주사

주사바늘이 보일 정도로 피부 아래로 얇게 찌르는 방법입니다. 팔 안쪽이나 바깥쪽에 주사하며 약물의 흡수속도가 느립니다. 주사 후에 절대로 문지르거나 긁으면 안 됩니다.



언택트 시대엔 업무용 도구 잘 선택하는 것도 실력입니다!

코로나19로 인해 바뀌는 언택트 업무 환경에 사무실도 빠르게 적응하고 있습니다. 재택근무나 유연근무 시 업무 공백을 메꾸기 위한 다양한 업무용 툴도 속속 등장했죠. 언택트 시대에도 일잘러가 되기 위해서 업무 능력을 향상시킬 업무용 도구들을 살펴볼까요?



**스마트한 업무용 메신저
잔디, 슬랙**

개인용 메신저와 업무용 메신저가 구분되는 것도 상당히 좋은 방식입니다. 흔히 메신저 지옥이라는 말을 하곤 하는데요. 두 메신저의 성격을 구분해서 사용할 수 있는 애플리케이션도 최근 각광받고 있습니다. 각 업무용 메신저들은 조금씩 기능이 다른데요. 몸 담고 있는 업계 특성에 따라 고객지원 서비스, 외부서비스 연동 등을 활용할 수 있는 메신저를 골라서 사용할 수 있어요.

UNCONTACT




**프로젝트 관리도 체계적으로!
노션, 트렐로**

실시간으로 프로젝트 협업을 지원하는 업무 툴도 인기입니다. 협업에 있어서 생산성을 확 끌어 올려주는 오피트 툴이죠. 멀리 떨어져 있어도 함께 협업하는 듯 프로젝트 관리 환경을 체계적으로 잘 마련해주는 툴입니다.



**이제는 화상 회의 시대!
줌, 구글 미트**

재택근무를 하면서 가장 난감해진 것이 바로 회의입니다. 동시에 여러 사람이 발언하고, 듣고 협의를 이끌어야 하는데 오프라인 대면 모임이 어려워져서 미팅 진행이 난감해졌기 때문이죠. 최근 이를 보완할 수 있는 화상 미팅 도구들이 많이 각광받고 있는데요. 영상통화 기능이 주로 1:1로 이루어진다면, 줌이나 구글 미트와 같은 화상회의 툴은 다대다로 매끄럽게 미팅이 가능하고, 각종 기능이 담겨있어 화상 회의에 최적화된 도구로 인식되고 있습니다.

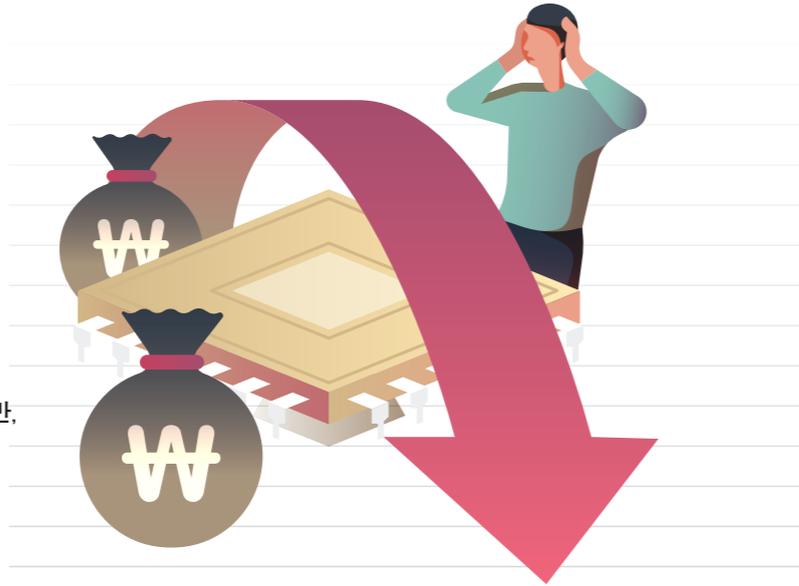



**통합 업무 도구로 업무력을 탄탄히!
구글 워크스페이스, MS365**

사내망을 이용해 자료와 정보를 주고받기 힘들어진 만큼 통합 협업 도구에 대한 수요도 많이 증가했습니다. 재택근무를 한다고 모든 자료를 메일을 통해 공식적으로 주고받는다면, 소요되는 에너지가 상당해지겠죠? 언제 어디서든 업무 협업을 할 수 있도록 돕는 통합업무 오피스 툴을 통해 업무력을 탄탄히 할 수 있어요.

마냥 좋은 줄 알았던 재택근무 이런 문제도 있네요...

코로나19로 재택근무를 시행하는 기업이 상당히 많아졌습니다. 집에서 근무하는 것이 로망인 분도 있겠지만, 갑작스런 시행에 기업도 근로자도 예상치 못한 문제가 발행하기도 하죠. 여러분의 재택근무는 안녕하신가요?



Q1 회사의 방침으로 재택근무를 곧 시작하게 된 디자이너입니다. 그런데 회사에서 업무에 필요한 노트북과 화상 미팅에 필요한 웹 카메라를 사비로 사리는 지시가 떨어졌습니다. 보유하고 있는 개인 컴퓨터가 있던 하지만, 디자인을 뽑아낼 만큼의 성능이 되지 않네요. 재택근무를 선택한 회사 방침을 따르기 위해 갑작스럽게 몇백만 원 이상의 비싼 고사양 컴퓨터와 웹 카메라를 사야 하는 상황이 되었습니다. 되도록 사비 지출 없이 사측에 비용을 청구하고 싶은데, 방법이 없을까요? 원래 이런 비용은 회사에서 부담하는 것이 맞단 생각이 드는데 당황스럽습니다.

때문에 해당 근로자의 동의를 받는 것이 원칙입니다. 재택근무와 관련해 발생하는 통신비, 소모성 비품 등에 대한 비용은 사용자인 회사가 부담하는 것이 원칙이며, 다만 그 비용이 종전 회사 내 근무 시에도 근로자가 부담하는 유형의 것인 때에는 재택근무 여부와 관계없이 근로자가 부담하는 것이 타당합니다. 상담 사례의 경우, 회사가 재택근무제도를 도입, 운영하면서 업무 수행에 필요한 노트북이나 웹카메라 등의 장비를 근로자 개인 비용으로 부담하도록 하고있는바 ①상담자는 회사의 지시에 의한 재택근무 시행에 동의하지 않고 당초 근로조건과 같이 사무실에 출근하여 정상 근무를 하겠다는 의사를 표시할 수 있으며, ②본인의 의사와 관계없이 회사가 추진하는 재택근무로 인해 근무 장소의 변동이 발생하고 그에 따른 부수적 결과로 업무수행에 상시적으로 필요한 장비의 구입이나 설치가 필요한 때에는 회사가 그비용을 부담하는 것이 맞다는 개선 의견을 제시할 수 있는 것으로 판단됩니다. 참고로 코로나19 등으로 인한 재택근무제 도입과 관련해 고용노동부는 유연근무제 간접노무비 지원제도와 재택근무 인프라(설비) 구축비 지원 제도를 운영하고 있으며, 이러한 재택근무 관련 정부 지원제도가 있음을 회사에 안내하고 업무수행에 필요한 장비에 대한 비용은 회사가 부담하도록 요구할 것을 권장드립니다.

A_ 재택근무란 근로자가 부여받은 업무를 회사가 아닌 자택 등 제3의 지정된 장소에서 수행하는 근무 유형을 말하며, 일반적인 근무형태와 상이하기 때문에 유연근무제 등 예외적 근로시간 산정, 근로시간 관리, 적절한 업무수행을 위한 근무 환경 정비 등의 조치가 일반적으로 수반하게 됩니다. 재택근무의 실시에 대해 취업 규칙이나 근로계약서에 관련 규정이 있는 경우에는 별도로 근로자의 동의가 필요없지만, 재택근무 관련 규정이 없는 경우에는 근무 장소 등의 근로조건 변경이 있기

Q2 3개월째 재택근무를 하는 중인 직장인입니다. 회계 부서라 유독 연말 연초가 업무가 많고 바쁜데요. 매일 집에서 밤늦은 시간까지 초과근무를 하는 상황입니다. 거의 3개월째 쉬는 날 없이 야근한 셈이라 사무실에서 근무하는 것이었다면 상당한 금액의 야근수당을 청구할 수 있었을 것이라는 아쉬운 마음이 듭니다. 회사에서는 재택근무 시 야근수당에 대한 별도의 방침을 정하지 않은 상황이고요. 게다가 상사는 메시지를 통해 늦은 시간까지 업무지시를 하고 있는데, 회사에 요구해서 재택근무 시에도 야근에 대한 수당을 받을 수 있도록 할 방법이 없을까요?

A_ 재택근무제도는 종전 회사에 출퇴근하여 근무하기 때문에 근로시간의 관리가 적정하게 이루어지는 근무제도와 다른 형태이며, 실무적으로는 근로시간과 휴게 시간 인정기준에 대한 논란이 종종 발생하고 있습니다.

재택근무제 운영 시 ①정보통신기기 등을 통해 상시적으로 통신이 가능하여 사용자가 정한 업무의 시작과 종료 시간, 휴게 시간 등의 관리가 가능한 경우에는 통상적인 근로시간제의 적용을 받을 수 있고, ②재택근무 특성상 사무실 밖에서 근무하기 때문에 근로시간과 휴게시간의 구분이 어려운 경우에는 근로기준법에 명시된 예외적 근로시간제도(사업장 밖 간주근로시간제의 적용으로 근로자대표와 서면합의로 재택근무시 인정되는 근로시간을 특정하는 제도)를 적용받을 수 있습니다.

통상적인 근로시간제가 적용되는 경우에는 사용자의 지시에 따라 근로자가 연장, 야간, 휴일근로를 하면 종전과 동일하게 해당 초과근로에 대한 보상을 하여야 합니다.

다른 근로시간제가 적용되는 경우에는 근로자대표와 서면합의로 정한 근로시간을 근로한 것으로 간주하게 되며, 만약 근로자대표와 8시간을 초과하는 근로시간을 간주한 때에는 초과시간에 대한 연장근로수당을 별도로 지급하여야 합니다.

한편 다른 근로시간제가 적용되어 있다하더라도 사용자의 특별한 지시나 승인으로 소정근로시간을 초과하여 연장, 야간, 휴일근로를 한 경우에는 이에 대한 수당을 별도로 지급하여야 합니다.

상담 사례에서 통상적인 근로시간제 적용이든 다른 근로시간제 적용이든 관계없이 업무특성상 당초의 소정근로시간을 초과하는 근로가 매우 빈번하고 업무의 시간에도 상사의 업무지시가 있음을 고려할 때, 충분히 근로기준법상 초과근로가 발생하고 있는 것으로 판단됩니다.

상담자는 회사에 재택근무시 별도의 야근수당이 없다는 방침이 자칫 법위반 소지가 있고 고용노동부 재택근무 가이드라인에도 맞지 않음을 안내하고, 종전 사무실 근무 때와 동일한 수당 정산을 요청하거나 별도 지침으로 재택근무시 연장이나 야간근로의 확인 방식이나 절차를 명확하게 설정, 운영해 줄 것을 요청하는 것이 합리적인 것으로 판단됩니다.



Q3 계약직 사무지원으로 1년째 근무 중입니다. 회사에 코로나19 확진자가 한때 생기면서 대부분 직원이 유연근무제에 들어갔는데요. 저를 포함한 몇몇 계약직, 파견직 직원들만 전일제 근무를 하고 있습니다. 모두가 같이 전일제 근무를 할 때는 별생각 없었는데, 막상 정규직 직원들만 유연근무제로 편안하게 출퇴근 시간을 조정하거나 재택근무를 하고, 비정규직 직원들은 선택권이 없는 환경에 놓이니 이것도 일종의 차별이란 생각이 들어서 속상합니다. 혹시 이런 것도 차별로 신고하거나 동일한 근무여건을 요구할 수 있나요? 괜히 요구했다가 미운털 박히고, 계약을 해지당하지 않을까 걱정되어 참고 있는데 서러운 생각이 들어 여쭙습니다.



A_ 기간제 및 단시간근로자 보호 등에 관한 법률(이하 “기간제법”), 파견근로자 보호 등에 관한 법률(이하 “파견법”)은 사용자가 기간제 근로자나 파견 근로자에 대해 임금 뿐만 아니라 그 밖에 근로조건, 복리후생제도 적용시 합리적인 이유없이 불리한 처우를 하지 못하도록 강제하고 있습니다.

일반적으로 업무의 시작과 종료 시간, 휴게 시간, 휴일 및 휴게 등에 관한 사항은 근로자의 근로조건에 해당하는 것으로 판단됩니다. 재택근무 등의 유연근무제에 의한 근로시간의 적용 및 처우에 관한 사항은 근로자의 근로조건에 관한 사항에 해당하며, 따라서 기간제법이나 파견법에서 금지하고 있는 차별적 처우의 판단 대상에 해당할 것입니다.

상담 사례에서 상담자는 계약직으로 사무지원 업무를 수행하고 있는 것으로 보아 기간제법의 적용대상에 해당하며, 따라서 유연근무제 등에 의한 근로시간제도의 적용에 있어 “합리적인 이유”가 없는 경우에는 동일유사한 업무에 종사하는 정규직 직원에 비해 차별적 처우를 할 수 없습니다(참고로 기간제, 단시간, 파견 근로자에 따라 차별적 처우의 기준은 조금씩 다름). 유연근무제의 적용 제외 근거가 합리적인 이유에 의한 것이라고 한다면 차별적 처우가 아닌 것으로 판단할 수 있는 바, 예컨대 상담자를 포함한 계약직이나 파견직 직원이 그 시간대에 사무지원 업무가 지속적으로 이루어져야 하기 때문에 유연근무제 적용이 곤란하거나 사무실에서 유연근무제 관련 지원 업무를 수행해야 하기 때문에 재택근무제 적용이 곤란하는 등의 합리적인 이유가 있는 경우에는 유연근무제 적용을 제외할 수 있을 것입니다.

그러나 이러한 합리적인 이유없이 단순히 계약직이거나 파견직이기 때문에 유연근무제를 적용하지 않는 것은 자칫 합리적 근거없는 차별적 처우에 해당할 수 있을 것입니다.

상담자는 위 기본적인 내용을 확인하여 합리적 이유가 있는 유연근무제 적용 제외인지 먼저 선판단한 이후, 합리적 이유없는 제도 시행으로 판단되는 경우에는 (향후에 계약해지 등의 불이익 문제를 고려해 회사에 무조건 제도 개선을 요구하기 보다는) 고용노동부에 제도 운영의 적법성을 다시 한번 확인하면서 동시에 소속 회사에서의 유연근무제 운영이 논란이 있을 수 있음을 간접적으로 안내해주시도록 고용노동부 상담원에게 도움을 요청하는 방법을 권장드립니다.



Q4 재택근무에 돌입한 중견기업 대리입니다. 회사의 방침을 듣고 처음에는 좋기만 했는데, 막상 생각해보니 집에서 마땅히 일할 공간이 없어서 걱정입니다. 대가족의 막내라 개인방이 없고 형제들과 함께 방을 공유하고 있어서, 업무에 몰입하기 어렵고 화상 미팅 시 프라이버시가 지켜지지 않을 것이 염려됩니다. 그래서 집 근처의 1인 대어 오피스나 카페에서 근무하려는데, 회사에서 자택 근무가 원칙이라 불가하다고 합니다. 게다가 근태관리 목적으로 GPS 위치 정보까지 수집하겠다고 동의할 것을 강요하는데요. 차라리 사무실 근무가 낫겠다는 생각이 듭니다. 원하는 근로 장소를 선택할 수 없고 원치 않는 위치 추적까지 당하는 것이 영 찝찝해 그냥 사무실로 출근하겠다고 하고 싶은데 어떻게 하는 게 좋을까요?

A_ 통상적 근로형태와 다른 재택근무제의 운영 목적은 단순히 일하는 장소의 변화만이 아니라 일하는 방식의 변화를 통해 업무 효율성과 생산성을 향상시키기 위한 것입니다.

재택근무제를 도입하였으나 그로 인해 집중도의 저하나 근무환경 저하로 인해 업무효율성이 떨어진다면 제도를 운영할 이유가 없을 것입니다.

일반적으로 재택근무제도는 장소의 유연성을 도모하되, 자칫 방심할 수 있는 복무규율 유지 및 생산성 유지를 위해 업무수행에 대한 기본적인 관리감독이 이루어질 수 있도록 명확한 운영방식 설정이 필요합니다.

상담 사례에서 ①재택근무제 취지상 자택에서 근무하는 것을 절대적인 전제조건으로 하지는 않을 것이고, ②실무상 다른 장소에서의 재택근무가 자칫 복무지 이탈이나 업무집중 저하의 문제를 야기할 수 있음을 고려해 자택 근무를 원칙으로 하고 있는 것으로 보이고, ③정상적인 업무수행이 관련한 합리적인 이유가 있는 경우에는 이에 대한 충분한 소명으로 예외 적용이 가능한 것으로 보이고, ④자택이 아닌 1인 오피스나 카페 등으로 근무지를 지정하더라도 GPS 위치 정보로 근무지 이탈 여부에 대한 관리가 가능할 수 있음을 고려할 수 있습니다.

상담자는 종전과 동일한 방식의 사무실 근무 요청, 열악한 자택 근무환경에 기초해 재택근무시 근무장소나 방법의 변경을 담당부서에 정식으로 요청하거나 고충신고를 통해 개선을 요구할 수 있는 것으로 판단됩니다(다만 코로나19로 인한 재택근무제 운영시에는 다중인원이 출입하는 시설에서의 근무를 금지할 필요가 있기 때문에 카페에서의 근무 등은 금지됨).

참고로 GPS 위치 정보는 개인정보보호법에 따라 제한된 목적 범위 내에서 본인 동의가 있는 경우에 수집이 가능할 수 있는 바, 상담자가 불가피하게 자택이 아닌 다른 근무지에서의 재택근무를 희망하는 경우에는 근무지 이탈에 대한 최소한의 복무관리가 이루어질 수 있도록 GPS 위치 정보에 대해 동의하는 것이 타당한 것으로 판단됩니다.

지구도 살리고 건강도 챙기는 착한 챌린지 나도 해볼까?

환경을 생각하는 사람이 늘고 있습니다. 특히 코로나19로 택배나 배달음식을 시키는 경우가 많아지면서, 환경에 대한 경각심을 담은 착한 챌린지가 성행하고 있는데요. 이제는 엄연히 문화현상으로 자리 잡은 착한 챌린지들! 이번 주말, 한 번 도전해볼까요?



장바구니 챙겨왔습니다! #용기내 챌린지

'#용기내 챌린지'는 중의적 의미를 담은 챌린지입니다. 물건을 담은 용기(Container)를 뜻하기도 하지만 용기(Bravery)가 필요하다는 의미를 담기도 했죠. 그린피스에서 시작한 이 챌린지는 소비자들이 마트에서 물건을 구매할 때, 일회용 비닐백에 담기보다 다회용 용기에 담아 구매하도록 권하는 챌린지입니다. 우리 모두 용기 내어 '#용기내 챌린지'에 도전해볼까요?



'올'바른 '분'리배출 챌린지 #올분 챌린지

'#올분 챌린지'는 '올바른 분리배출 챌린지'의 줄임말입니다. 서울시에서 지난 해 8월 18일부터 시범사업을 시행한 '페비닐, 페펄트병 별도 분리배출 요일제'를 알리기 위해서 시작된 챌린지라고 하는데, 페트병을 분리 배출할 때 라벨을 분리해서 올리는 사진을 올리면 서울시에서 추첨을 통해 선물을 증정하기도 했다고 해요.



Eco Challenge



출근길 커피 한 잔은 텀블러에 담아요 #플라스틱프리 챌린지

출근길이나 점심시간에 커피 한 잔. 많은 직장인에게 필수코스죠? 카페에서 커피를 테이크아웃할 때 나오는 일회용품 줄이기 위한 캠페인도 있습니다. 바로 '#플라스틱프리 챌린지' 인데요. 카페에서 음료를 주문할 때 텀블러나 머그컵을 지참해 플라스틱 용기의 사용을 줄이는 챌린지의 일환입니다. 이외에도 아이스팩을 수거해 재활용하는 등, 생활 속에서 실천할 수 있는 '#플라스틱프리 챌린지'의 종류는 무궁무진하답니다!

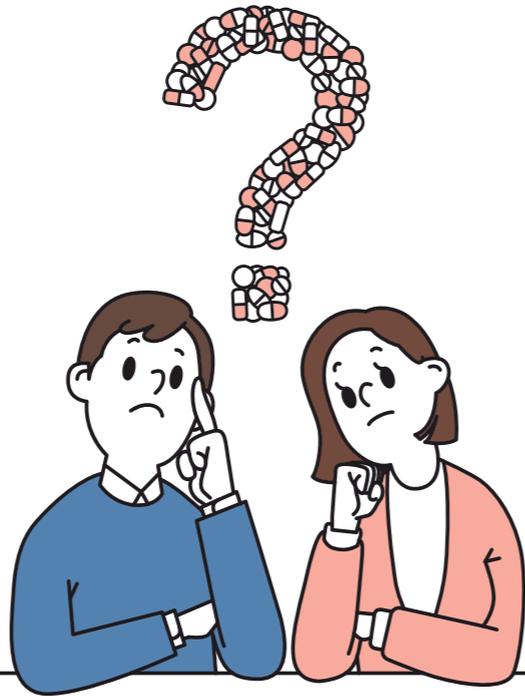


청소를 놀이로 승화하다 #트래시태그 챌린지

보다 적극적이고 활동적인 챌린지도 있습니다. '#트래시태그 챌린지'는 쓰레기를 뜻하는 단어 트래시(Trash)와 태그(Tag)의 합성어 인데요. 청소가 필요해 보이는 쓰레기가 많은 공간을 찾고, 자발적으로 청소를 한 뒤 청소 전후의 사진을 찍어 올리는 챌린지입니다. 환경을 사랑하는 마음을 놀이로 승화한 것이 재미있죠?

나에게 필요한 영양제 챙겨 먹기 생각보다 참 쉽죠?

업무에 대한 스킬이 늘어나는 만큼, 잔병치레도 늘어나는 것이 직장인의 숙명일까요? 연차가 쌓일수록 오랜 시간 모니터를 보고 있어서 침침해진 눈, 칙칙하고 생기를 잃은 듯한 피부까지 눈에 들어오곤 합니다. 슬슬 영양제를 챙겨 먹고픈데 무엇을 어떻게 챙겨 먹어야 할지 애매한 당신! 나타나는 증상에 따라 적절한 영양제를 추천해드립니다.



잔병치레가 끊이지 않는다면

면역력 높이는 프로바이오틱스

프로바이오틱스란 유산균의 다른 이름으로 건강에 이로운 세균과 미생물을 총칭합니다. 우리 몸의 질병을 막아주는 면역세포의 70%가 장에 분포되어 있는데, 프로바이오틱스는 장내 유해균의 생육을 억제하고 유익균은 더해 장 건강과 면역력을 함께 높입니다. 바야흐로 면역력의 시대, 환절기에 어김없이 감기를 달고 사는 허약체질이라면 프로바이오틱스를 통해 면역력을 높여보는 것도 좋은 방법입니다.

시중에는 다양한 종류가 판매되고 있는데 비피도박테리움 락티스, 락토 바실러스 람노시스 등 임상 시험으로 효과가 증명된 제품을 고르는 것이 바람직합니다. 프로바이오틱스는 음식을 먹은 후에 먹거나 음식과 함께 먹어야 제대로 된 효과를 볼 수 있다고 하는데요. 공복 상태에서는 위산에 의해 균이 제대로 활동하지 못하기 때문이죠. 또한 한 달 이상 꾸준히 복용해야 한다고 하니, 매일 잊지 않도록 습관을 들이는 것이 중요하겠죠!



자도 자도 피곤하고, 활력이 필요해?



지친 간을 회복시켜주는 밀크시슬

밀크시슬은 우리나라에서 엉겅퀴라 불리는 식물입니다. 밀크시슬 추출물에 함유된 실리마린 성분이 알코올을 비롯한 독성 물질에 의한 간 세포의 손상을 재생시키는 데에 도움을 준다고 알려져 있죠. 만성피로를 갖고 있거나, 평소 음주로 인해 간 건강이 걱정되는 분들이라면 한번쯤 복용해봐도 좋을 것 같습니다.

만성피로엔 역시 비타민B

비타민B는 오랫동안 피로회복에 뛰어난 효과를 보이는 영양소로 사용돼 왔습니다. 비타민B군은 티아민, 니아신, 비오틴, 엽산 등의 여덟 가지로 구성되어 있는데 이는 유전자, 혈액 생성, 신경전달물질을 합성하는 등 신진대사에 꼭 필요합니다. 더불어 수용성으로 과량 섭취 시 소변으로 배출되어 체내에 축적되지 않아 안심하고 복용할 수 있답니다. 특히 알코올은 비타민B1의 체내 분해를 촉진시켜 흡수를 방해하기 때문에 만성피로로 이어질 수 있습니다. 평소 술을 좋아하는 사람이라면 추천합니다.



침침한 눈, 모니터 보기 힘들다면



안구 혈류 개선하는 오메가3

오메가3는 우리 몸에 꼭 필요하면서도 자체적으로 합성되지 않기 때문에 꼭 음식을 통해 보충해야 합니다. 주로 콜레스테롤과 중성지방을 낮춰 혈액순환을 개선해주는 효과로 유명하데요. 이러한 작용은 안구에 뻗은 미세혈관까지 혈류를 원활하게 해 눈 건강에 좋다고 합니다. 또한 염증을 완화하고 세포막의 유연성을 촉진해 촉촉한 눈을 만들어줍니다.

황반변성 막아주는 루테인

루테인은 눈 건강을 위한 대표적인 영양소로 알려져 있습니다. 황반의 구성 영양분인 루테인은 나이가 들수록 감소하며 황반의 변성을 일으킵니다. 이때 부족한 루테인을 보충해주어 황반색소밀도를 유지하고 시력을 지킬 수 있습니다. 이외에도 녹내장과 백내장 등 노인성 안구 질환 개선에 도움이 됩니다.



Keep Going 힘차게 계속 나아갈 당신의 일상력을 충전해줄게요

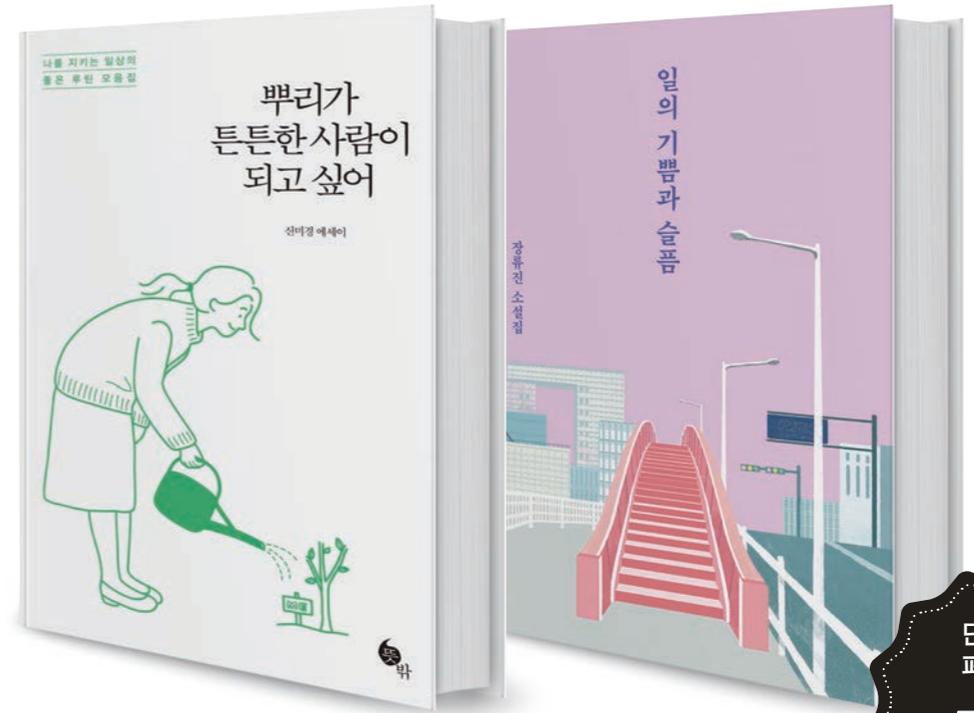


기분 좋은 섬유유연제 향기로 상쾌하게 리프레시!

빅터 콜먼 앤더슨의 그림

각종 일에 치여 주말에서야 밀린 빨래를 집어 든 당신. 빨래를 털면 은은하게 풍겨오는 섬유유연제 향기 덕분일까요? 어쩐지 빨래가 귀찮지만은 않습니다. 우리의 일상을 건강하게 유지해주고 스트레스를 풀어주는 습관 중, 생각보다 빨래나 설거지 등 집안일을 끔직한 분들이 많은데요. 어쩐지 무너진 듯한 일상을 차곡차곡 쌓아나가고 싶다면? 빅터 콜먼 앤더슨의 그림처럼 밀린 빨래를 널면서 깨끗하게 생각을 정리해보아요.

일상력이란 말의 의미를 아시나요? 우리의 일상이 무너지지 않도록 일상을 단단히 지지하는 힘(力)을 뜻하는 말인데요. 따분하고 지루하게 느껴지는 순간, 우리에게 일상력을 가득 불러 넣어줄 에너지틱한 작품들을 함께 살펴볼까요?



나를 지키는 일상의 좋은 루틴 모음집

〈뿌리가 튼튼한 사람이 되고 싶어〉

라이프스타일 잡지 에디터로 활동하던 신미경 작가가 건강의 이상 신호를 느낀 뒤 여유 있고 흔들림 없는 일상을 영위하기 위해서 새 내러가기 시작한 글을 엮은 책입니다. 처음에는 어렵게 느껴지는 것도 몇 번의 작심삼일을 반복하다 보면 자연스럽게 삶의 질을 올려주는 좋은 삶의 습관으로 자리 잡는다는 사실! 기억하고 함께 실천해볼까요?

유쾌하고 단단한 현대인의 자화상

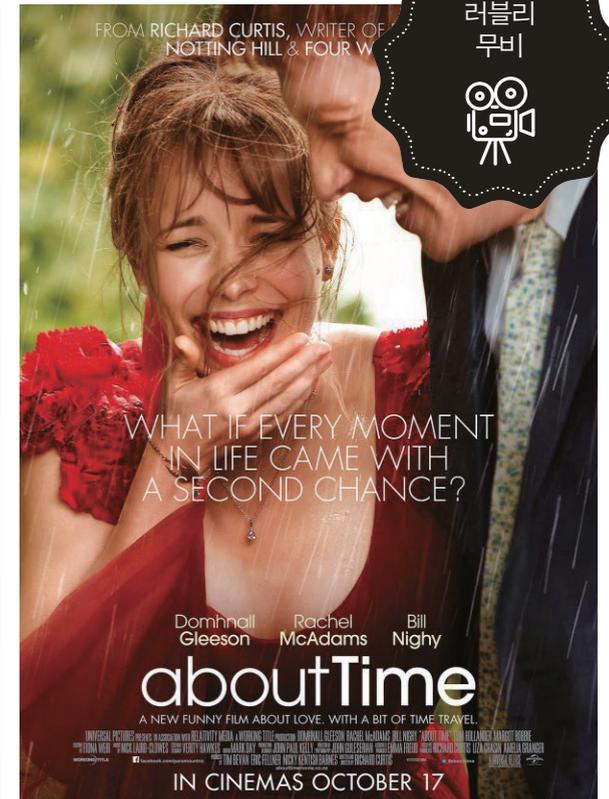
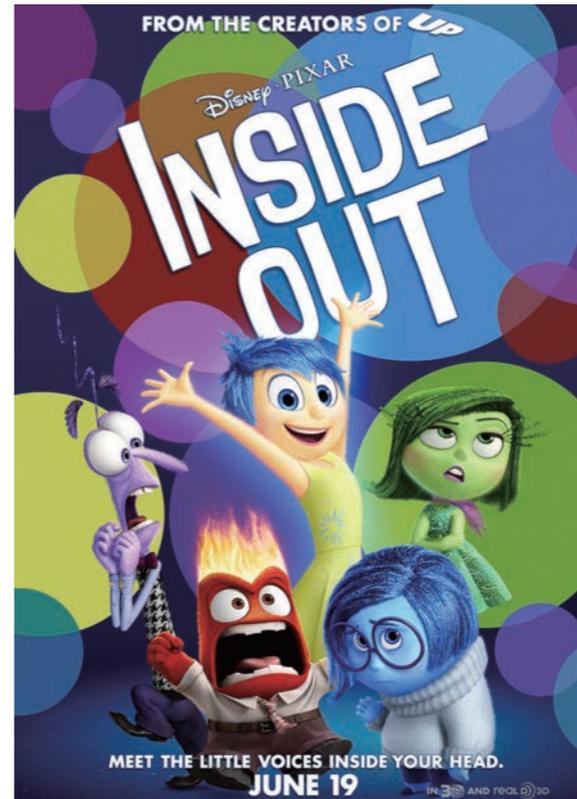
〈일의 기쁨과 슬픔〉

지극히 현실적인 장류진 작가의 소설 속 주인공들을 따라가다 보면 피식피식 웃음이 나다가도 어느 순간 애잔한 마음이 듭니다. 누구나 한 번쯤 일상에서 보고 듣고 만났을 법한 상황들, 그 속에서 내가 느꼈을 법한 감정들이 고스란히 담겨 있기 때문이죠. 단단하고 현실적이면서도 유쾌하게 하루하루를 살아가는 우리들의 자화상을 만나볼 수 있는 사랑스러운 작품이에요!



이런 챌린지도 있다고? <일상력 챌린지>

챌린지 열풍은 그 형태를 바꾸어 가며, 다양한 콘텐츠들로 모습을 드러내고 있습니다. 2021년은 일상력 챌린지까지 그 열풍에 가세할 예정인데요. '하루 1만 보 걷기 챌린지', '건강한 식단일기 챌린지', '오늘하루운동 챌린지' 등. 일상을 공유하고 인증을 남기며 건강한 일상을 가꾸어보세요.



지금 내 마음은 어떨까? <인사이드 아웃>

정신없이 매일을 살다 보면, 미처 스스로 감정을 돌아보지 못하고 기계적으로 일상을 살아가게 되곤 합니다. 그렇게 내 안의 감정과 기억을 인지하지 못한 채 시간을 흘려보내게 되기도 하죠. 영화 <인사이드아웃>의 다양한 감정 캐릭터인 기쁨이, 슬픔이, 버럭이 등의 인물을 보면서 웃고 울다 보면, 무심해졌던 감정에 대해 돌아보는 순간을 갖게 될지도 몰라요!

매일 하루, 최선의 여행 <어바웃 타임>

첫바퀴처럼 돌아가는 일상에 지친 당신, 수많은 선택의 기로에서 "아 그때 그랬다면!" 하고 후회를 반복하면서 선택을 되돌리고 싶다고 느끼곤 했나요? 영화 <어바웃 타임>은 전형적인 로맨틱 코미디 같지만, 의외의 판타지적인 요소가 가미되고 가슴 따뜻한 감동이 담긴 작품인데요. 내 곁의 소중한 사람들을 돌아보며 하루를 소중히 여길 수 있게 되는 영화 <어바웃 타임>으로 일상력을 충전해보세요!

2021년 2월호 애독자 모의고사

100

성명

전화번호

모든 해답은 <월간 내일> 2월호에 있습니다.

1. 한국판 뉴딜 사업의 일환으로 가상공간에 현실 공간과 쌍둥이(Twin) 같은 디지털 기반을 구축하는 사업을 뜻하는 말입니다. 3D 지도, 스마트 항만, 스마트 시티, 정밀도로지도 등에 적용될 이 사업은 무엇일까요?

- ① 그린 리모델링 사업
- ② 디지털 트윈 사업
- ③ 지능형 정부 사업
- ④ 스마트 의료 인프라 사업

2. 코로나19로 대면 노동을 피할 수 없는 노동자들을 일컫는 말입니다. 보건의료 종사자, 돌봄 종사자, 배달업 종사자, 환경미화원 등. 사회의 생명과 안전 기능 유지를 위해 코로나19 감염의 위험에도 노동을 지속하는 이들을 무엇이라고 부를까요?

- ① 필수노동자
- ② 감정노동자
- ③ 화이트 칼라 노동자
- ④ 비정규직 노동자

힌트

10페이지를 살펴보세요.

힌트

19페이지를 살펴보세요.

여러분의 참여를 기다립니다

모의고사 답안, 이렇게 보내주세요!

- 엽서로 제출 시** 엽서에 답안을 기입한 후, 정기구독 신청을 표시해 우체통에 넣어주세요.
- 웹진으로 제출 시** 인터넷 검색창에 '월간 내일' 혹은 'www.labor21.kr' 입력한 뒤 이벤트에 참여해주세요.

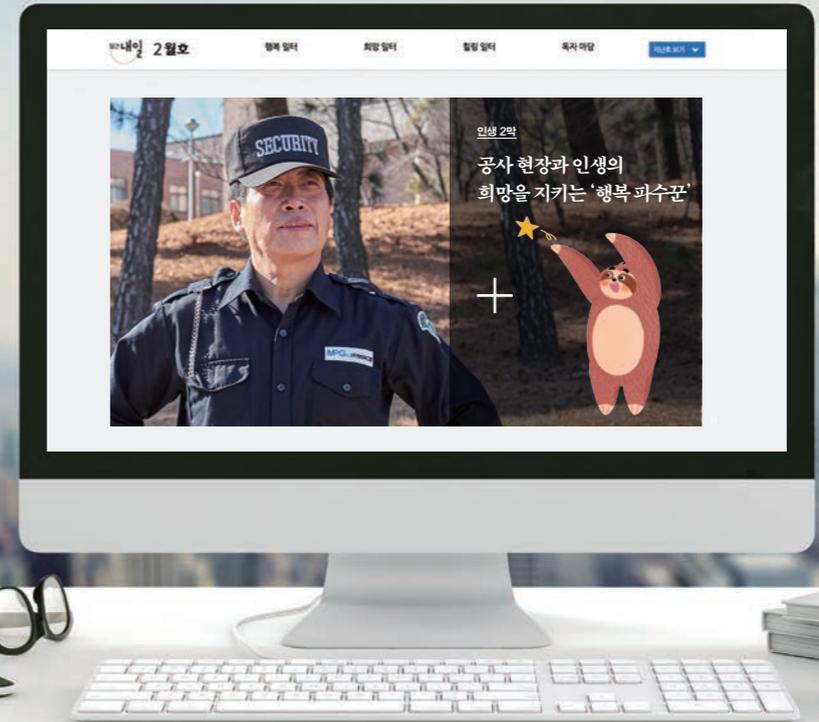
1월호 퀴즈 정답 당첨자

최영태	송재민	권성경	김현경
도아영	문현식	이지현	* 퀴즈 당첨자 분들께 2월 중으로
신혜인	김민우	강상철	커피 쿠폰을 선물해드립니다.



<월간 내일>을 만나는 방법

<월간 내일>은 일하는 사람들과 함께 일의 가치와 중요성, 행복과 기쁨에 대해 이야기하고자 합니다. 고용노동부는 일하는 사람들의 목소리에 귀 기울이며 항상 곁을 지키겠습니다.



1. 인쇄 잡지로 만나기

엽서를 보내시거나 웹진에 접속해 정기구독을 신청하세요.

2. 웹진으로 만나기

인터넷 검색창에 '월간 내일' 혹은 'www.labor21.kr'을 입력하세요.

