



Vol.595

12 December 2024
Vol.595

Vol.595



월간 내일

Contents

2024.12

Vol.
595

오늘의
작은 변화가
내일의
큰 혁신으로



Special

노동자와 사용자의 관계에서
우리 사회가 나아가야 할 전환의 방향

고용노동부 소식지 <월간내일>

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	경성문화사



04

토픽 에세이

내가 걷는 길이 지도가 된다

08

쉬어가기

새벽녘 커피 한 잔이 바꾼 삶

10

어쩌다 우린

혁신으로 지속 가능한 미래를 만들다
(주)딥비전스

14

내일 인터뷰

'나'를 혁신하는, '삶'을 개척하는 지속 가능한 힘
지식생태학자·교수 유영만

Move

우리 사회의 다양한 기회를
만들어가는 가치 있는 이야기

18

내일을 향한 도약

취업 자신감 충전 완료! 나만의 경쟁력을 찾다
신예원 씨

22

고용 아카이브

2025년 최저임금 어떻게 달라질까

24

희망 브릿지

어둠 속에서 피어난 희망, 나의 가치를 재발견하다
봉성창 씨

28

일터애(愛)서

퇴직연금 해자·손실 없이 환승하는
퇴직연금 실물 이전 서비스

32

내일, 매일

이제 질병 치료도 디지털 기술로
방명환 재활의학과 교수

36

기자단이 간다

'청년카페 취트키'에서 만나는
청년성장프로젝트



Wave



Wave

오늘의 변화 속에서 펼쳐지는
유용한 정보와 내러티브

38

내일, 플레이스

제민천 주변을 걷다

42

트렌드 프리뷰

맛있는 요리에 뿐리는 '이야기 시즈닝'

44

MOEL 뉴스

48

팩트풀니스

노화 속도를 늦추는 건강 브레이크

50

잡, MBTI

보육교사·사회복지사

52

낼툰

유연한 태도로 새롭게 혁신 & 결핍은 원동력이다

54

WEVENT

초성퀴즈 & 독자 라운지



내가 걷는 길이
지도가 된다

"If you want to make the world a better place
Take a look at yourself, and then make a change
(만일 당신이 세상을 더 좋은 곳으로 만들고 싶다면
자신을 돌아보고, 변화를 만들어 보세요)"

마이클 잭슨 'Man in the Mirror' 中

미지의 경로로 향할 때면 고독과 힘난,
때로는 이해하지 못하는 시선과도 싸워야 한다.

그러나 거듭되는 실패와 좌절에도
흔들리지 않고 나아가다 보면
그동안 헤쳐온 걸음걸음이 모여
지도 위의 새로운 길이 된다.

변화는 내면에서부터 시작된다.
무언가 바꾸겠다는 결심을 했다면
그때부터 혁신은 시작된 것이다.

작은 물줄기가 모여 대양을 이루듯
아주 작은 변화와 스스로를 향한 믿음이
언젠가 세상을 바꾸는 빛이 될 것이다.



새벽녘 커피 한 잔이 바꾼 삶

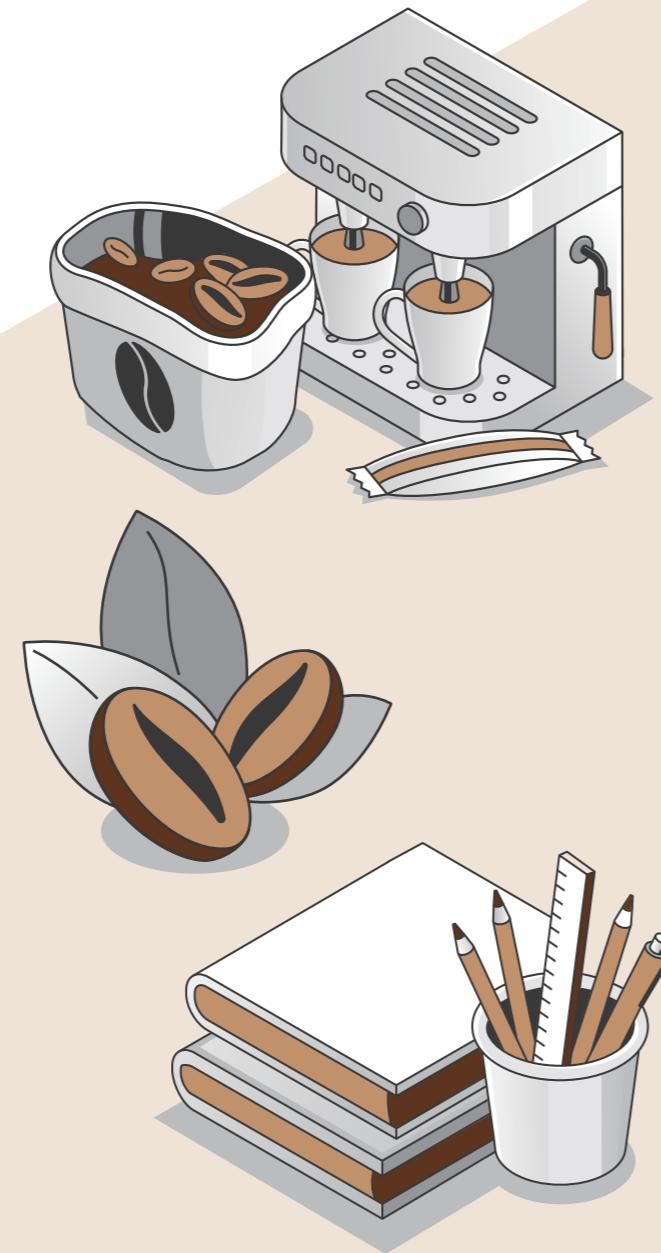
혁신이라는 단어 앞에선 여러 생각이 오간다. 때로는 설레기도, 때로는 낯설고 두렵기도 하다. 그러나 인생을 혁신하기 위해 필요한 것은 어떠한 거대한 사건이나 변화가 아니라, 작지만 의미 있는 내면의 울림이다.

글 편집실

지인의 이야기다. 12년 차 평범한 직장인인 그는 바쁜 일상에서 행복을 느끼는 사람으로, 일과 가정, 취미 활동에 모두 적극적으로 임해 왔다. 그런데 어느 날부터인가 원인 모를 무력감에 휩싸이기 시작했다. 무언가 잊어버린 것만 같은 이유 없는 공허가 그를 조금씩 짙어먹었고 이내 잠드는 것조차도 어려워졌다.

잠이 오지 않던 어느 새벽, 창문을 열었는데 어디선가 은은한 커피 향이 풍겼다. 근처 24시간 운영하는 카페에서 훌러나온 향이었다. 불면증에 괴로워하던 그는 새벽에도 커피를 마시는 사람이 있다는 사실에 놀라워하다가, 이왕 잠이 오지 않을 바에 커피를 마시며 밤을 버텨보기로 했다.

정성 들여 원두를 갈고 커피를 내리는 것이 새벽의 일과가 되자 그는 커피로 또렷해진 정신을 다른 곳에 쏟아보기로 했다. 한때 가장 좋아했던 일인 글을 쓰는 것이었다. 조용한 새벽은 글쓰기에 최적의 환경이었다. 어떤 날은 2시간 가까이 집중할 때도 있고, 어떤 날은 한 줄도 쓰지 못하고 커피만 마시기도 했지만 매일 꾸준히 글을 쓴 끝에 단편 소설 한 편을 완성했다. 그 작품이 공모전에서 수상하면서 그는 작가라는 새로운 이름을 얻었다.



훗날 그는 자신이 괴로워했던 이유가 스스로를 들여다보지 않았기 때문이었던 것 같다고 털어놨다. 우리는 얼굴을 맞대거나 이메일, 메신저로 매일 수많은 사람들과 대화를 나누지만 정작 자신의 마음을 들여다보고 스스로와 대화할 시간은 갖지 않는다. 그의 내면이 진정 원했던 것은 일상의 변화와, 잊고 있던 꿈의 실현이었다.

스스로를 들여다보고, 원하는 것을 찾았다면 그 다음으로 해야 할 일은 매일 사소하게나마 반복하는 시도다. 견고한 벽을 무너뜨리기 위해서는 한 번의 커다란 충격보다는 작더라도 꾸준하고 규칙적인 타격이 필요하다. 한 번에 무너뜨리는 데 실패했다고 해서 전부 실패한 것은 아니다. 중요한 건 계속해서 시도하는 것이다. 그도 매일 새벽 책상 앞에서 작은 성공과 실패를 반복했다. 한 줄도 쓰지 못하는 날이면 성공했다고 할 순 없지만, 그렇다고 실패했다고 생각하지도 않았다고 그는 말했다. 그렇게 포기하지 않고 꾸준히 노력한 결과 그는 일상과 인생의 변화라는 원하던 선물을 얻었다.



혁신이라는 말은 웬지 무겁게만 느껴지고, 이름난 정치인, 철학가, 대기업 같은 단어들이 자동으로 따라올 것만 같다. 하지만 혁신은 역시책이나 뉴스 속이 아니라 우리 내면에 있다. 원하는 대로 변화하고자 하는 마음, 그 마음을 실현하려는 의지, 작지만 꾸준한 시도가 모두 혁신이다. 가고 싶은 방향을 찾아 그쪽으로 몸을 돌리고, 한 발을 내딛는 용기. 그것이 우리만의 특별한 이야기를 새롭게 써 내려갈 첫걸음이다.





혁신으로 지속 가능한 미래를 만들다

‘美 CES 2024 혁신기업·근무혁신 우수기업’ (주)딥비전스

혁신은 현재라는 틀을 깨고 미래로 나아가기 위한 용기다. 변화에 적응하는 것이 아니라, 끊임없는 도전으로 변화를 이끄는 것이 바로 혁신이다. 환경문제 대응을 위한 첨단 기술로 혁신을 거듭하여 세계 최대 국제전자제품박람회 ‘CES 2024’에서 혁신상의 영예를 안은 (주)딥비전스가 지향하는 혁신이란 무엇인지 들어본다.

글 김지연 사진 김경수

Q (주)딥비전스는 어떤 기업인지 소개해 주세요.

(주)딥비전스(이하 딥비전스)는 첨단 기술로 사회·환경문제 해결에 기여하는 것을 목적으로 2018년에 설립한 소셜벤처입니다. 세계 최초로 비전 인공지능(AI) 기술을 통해 미세먼지를 측정하는 기술을 개발했는데, 고전적인 측정 방법으로는 해결하기 어려웠던 데이터 관리 문제를 해결할 수 있는 대안적인 기술로 주목받고 있습니다. 전국 소셜벤처 경연대회 우수상을 포함해 소셜 분야 경연대회 수상 6회, 문화데이터 활용 경진대회 대상을 포함한 벤처 및 기술 분야 경연대회 수상 10회 등 다수의 국내외 경연대회에서 수상했습니다.

Q 올해 세계 최대 국제전자제품박람회

‘CES 2024’에서 혁신상을 수상하셨는데요. 어떤 기술로 혁신기업임을 인정받았는지 궁금합니다. 영상으로 미세먼지를 측정하는 AI 솔루션 ‘VisionPlus(비전플러스)’로 ‘CES 2024’에서 혁신상을 수상했습니다. 딥러닝 알고리즘을 통해

이미지 분석만으로 PM 농도를 정확히 계산할 수 있는 기술인데요. 기존 장비들은 비용과 설치에 제약이 있는 반면, 이 기술은 기존 CCTV 시스템을 활용해 추가 설치 없이 여러 위치에서 모니터링이 가능하다는 장점이 있으며 오염 원을 정확히 파악하고 실시간 데이터를 제공합니다. 혁신 기술과 인간안보에 중점을 두는 CES 혁신상의 취지에 맞는 기술인 점을 좋게 평가해 주신 것 같습니다.

Q ‘사람의 존엄성과 가치를 향상하는 AI 기술 개발’이라는 기업의 가치 실현을 위한 혁신을 이어가고 계신 점이 눈에 띕니다. 근로자들을 위한 근무혁신 제도 도입도 이러한 가치 실현의 일환으로 여겨집니다. 활용 중인 근무혁신 제도에는 어떤 것들이 있나요?

구성원마다 생활패턴에 따라 오전보다 오후에 일할 때 능률이 좋은 경우가 있고, 그 반대의 경우도 있습니다. 그래서 오전 8시에서 10시 사이 자유롭게 출근해 8시간의 근로 시간을 채우고



<근무혁신 우수기업>이란

일·생활 균형의 고용환경을 조성하기 위해 근무혁신 우수기업을 선정하고 인센티브를 부여해 기업의 자발적·직접적인 근무혁신을 유도하기 위한 제도. 기업의 일하는 방식과 문화를 개선해 업무생산성을 향상시키고, 근로자의 일·생활 균형 도모를 목적으로 한다.

퇴근하는 유연근무제를 실시하고 있습니다. 매주 수요일에는 일·생활 균형을 중요시하는 청년들의 편의를 위해 '패밀리 데이'를 운영해 1시간 단축근무를 하고 있습니다. 환경 기업인 만큼 '플로깅(조깅하면서 쓰레기를 줍는 캠페인) 단축근무' 또한 시행하고 있는데요. 일주일에 최대 1시간까지 플로깅을 하면 그 시간을 근무 시간으로 인정해 주는 시스템입니다. 이렇게 근무혁신 제도를 안정적으로 운영하면서 고용노동부의 근무혁신 우수기업 SS등급, 청년친화강소기업, 일생활균형 근무혁신 인센티브 우수기업 등으로도 선정됐습니다.

Q 이렇게 다양한 근무혁신 제도를 도입한 배경도 궁금합니다.

저희는 기술개발과 서비스의 방향을 최종적으로 사람에 두고 있습니다. 그래서 사람을 위한 기술을 개발하기 위해, 개발하는 사람들을 위한 사내 정책이 선행되어야 한다고 생각했습니다. 구성원들의 입장에서 실제로 어떤 필요가 있는지 함께 고민했고, 다양한 시행착오를 겪으며 지금의 정책들을 시행하고 있습니다. 조직의 규모가 달라지고 구성원들의 면면이 빠르게 변하기 때문에 지속적으로 소통하며 상황에 맞는 효율적인 정책들을 시행할 계획입니다.



기술이 세상을 바꾸고 사람을 바꿀 수 있다는 믿음을 갖고, 앞으로도 첨단 기술로 사회·환경 문제 해결에 이바지하겠습니다.



Q 근로자를 위한 여러 복지제도 도입 후

변화한 점이 있다면요?

노사 간에 신뢰 관계가 생긴 것이 가장 큰 변화인 것 같습니다. 스타트업이기 때문에 대기업 만큼 여유 있는 복지제도를 운영하는 데는 한계가 있지만, 그럼에도 다양한 복지들을 도입하기 위해 노력하고 있다는 점을 직원들이 이해 해주고 있습니다.

Q 그 밖에도 딥비전스만의 자랑할 만한

기업문화는 무엇인가요?

수평적인 사내 분위기를 조성하기 위해 임직원 모두 직급을 없애고 영어 이름을 사용합니다. 입사한 지 얼마 되지 않은 직원들은 다소 어색해하기도 하지만 실제로 수평적이고 편안한 분위기에 자연스럽게 녹아드는 데 도움이 됩니다. 기업 규모가 지금보다 더 작았을 때는 임원들과 직원들이 회사의 대소사에 대해 다 함께 회의하곤 했는데요. 아무래도 의사 결정권이 있는 임원들의 발언이 힘이 있었지만, 기업 규모가 좀 더 커지고 수평적인 조직 문화를 만들기 위해 애쓴 결과 현재는 신입 직원들도 자유롭게 의견을 피력하는 환경이 조성되었습니다.

Q 끊임없는 혁신을 지향하는 딥비전스의

향후 목표가 궁금합니다.

우선, 오는 2027년까지 전국 미세먼지 지도를 만들어 우리나라 미세먼지 문제 해결에 기여하고 싶습니다. 동시에 우리 주변의 다양한 사회·환경 문제 해결에 기여할 수 있는 새로운 기술 개발을 할 계획입니다. 내년부터는 미국·유럽·일본 등 해외에서 농업 분야로 서비스를 확대 및 시행할 예정입니다. 딥비전스는 기술이 세상을 바꾸고 사람을 바꿀 수 있다는 믿음을 갖고, 앞으로도 첨단 기술로 사회·환경 문제 해결에 이바지하겠습니다.



‘나’를 혁신하는, ‘삶’을 개척하는 지속 가능한 힘

달리는 자전거가 쓰러지지 않는 원리는 끊임없이 운동하는 회전축이 돌기 때문이다. 우리네 삶도 다르지 않다. 욕망과 변화가 끝 없이 맞물리는 에너지를 통해 진화와 성장을 꾀할 수 있다. 지식생태학자 유영만 교수에게 듣는, 진정한 ‘나’를 발견하고 인생을 혁신하는 방법.

글 김주희 사진 오충근



Q 한양대 교육공학과 교수이자 작가로 활동하십니다. 또한, 강연을 통해 새로운 울림도 전하고 계신데요. 강연에서 주로 어떤 주제를 다루시는지 궁금합니다.

최근에는 ‘코나투스’라는 개념을 주제로 ‘다른 사람의 성공지도에는 나의 성장지도가 없다’, ‘복사본으로 훈슬릴 것인가 원본으로 뒤흔들 것인가’ 등의 강연을 진행하며 자기 개발과 성공을 모방하는 대신 삶의 주도권을 지키는 것이 중요하다고 강조합니다. 코나투스는 지금의 상태를 유지·보존하려고 하는 ‘관성’의 수동적인 개념과 지금보다 더 나아지려고 하는 ‘욕망’의 적극적인 개념으로 설명할 수 있는데요. 우리는 욕망을 충족시키기 위해 노력하고, 노력의 부산물로 능력이 생깁니다. 코나투스는 ‘욕망, 노력, 능력’의 삼중주가 연주되는 과정입니다. 코나투스를 실현하는 방향도 중요하죠. 타인의 욕망을 욕망하는 것이 아니라 나만의 욕망이 무엇인지 찾아야 하는데요. 방법은 딱 한 가지, 새로운 경험을 마주쳐야 합니다. 스스로 도전하고 직접 실천해 보면서 내가 진짜 원하는 욕망이 무엇인지 파악하는 거죠.

Q 20대 용접 기능공에서 오늘날
지식생태학자가 되기까지, 수많은 도전을
이어오셨습니다. 교수님의 인생을 바꾼
혁신을 손꼽아 주신다면요.

돌아보건대, 인생에 터닝 포인트가 몇 차례 존재합니다. 과거 고시 합격생 수기를 읽고 공부를 시작했는데요. 어느 날 밤, 책을 모두 불질러버린 사건이 제 인생의 가장 큰 혁신이었던 것 같아요. 고시 공부를 하기로 결단을 내린 게 아니라 고시 공부를 포기하기로 한 순간, 인생이 전환된 거죠. 의무감으로 고시 공부를 했던 것과 달리 흥미롭게 다가온 책들을 본격적으로 읽기 시작하면서 오늘날에 이를 수 있었습니다. 두

번재 전환점은 2015년, 킬리만자로에 오르다 위기에 빠졌을 때입니다. 정상은 안 보이고 체온은 떨어지고 물도 없고 날씨는 춥고, 앞으로도 뒤로도 가지 못할 때 옆으로 가면 되더라고요. 앞문과 뒷문이 아니라 “절벽도 문이 될 수 있을까?”라는 질문을 던질 수 있었습니다. 진퇴양난이라는 통념에 낯선 질문을 던지는 과정을 통해 벽 또한 새로운 가능성으로 나아가는 관문이 될 수 있다는 걸 깨달았습니다. 질문을 통해 비로소 사유 체계가 흔들리는 것처럼, 혁신 또한 질문에서 시작합니다.

Q 교수님 말씀처럼 삶의 주도권을 쟁취하고 성장하기 위해서는 혁신이 필요한데요. 변화를 실천하기 위해서는 무엇이 중요할까요?

역발상으로 생각해 볼까요? 변화를 못 하는 이유는 지나치게 많은 계획을 세우기 때문입니다.



다짐과 결심을 거친 후 시작하는 방법을 연구하다 보면 정작 시작하지 못합니다. 방향과 의도, 목적이 정해지면 그냥 해봐야 합니다. 무엇이든 해보기 전엔 알 수 없는 거예요. 실천하면 내가 변화하는 방법이 떠오릅니다. 마라톤 풀코스를 뛰어 봄아 풀코스를 뛰는 방법을 직접 알 수 있는 것처럼요.



질문을 통해 비로소 사유 체계가 흔들리는 것처럼, 혁신 또한 질문에서 시작합니다.

Q 교수님께 혁신이란 어떤 의미인가요?

혁신은 생각을 갈아입는 것, 생각을 세탁하는 것입니다. 내 생각의 오래 묵은 각질을 벗겨내고 뇌에 새로운 자극을 주는 것이죠. 기존에 가진 생각의 배치를 바꾸면 혁신적인 사고를 할 수 있습니다. 저 또한 매일 같은 연구실에 머물면 틀에 박힌 사유가 떠오르거든요. 그래서 마라톤과 트레킹 등 일상의 배치를 바꾸면서 낯선 마주침을 경험하고자 합니다. 이 과정을 통해 깨우침이 발현되곤 합니다.

Q 그간 수많은 도전을 해오셨는데, 다음 행보가 궁금합니다.

64세가 되면 6,400m 높이의 산 메라 피크, 70세에는 7,000m 높이의 레닌 피크에 오를 계획입니다. 정상을 정복하는 등산이 아닌 입산을 하고자 합니다. 산과 내가 혼연일체가 되어 대화를 나누고 질문도 던져보며 대답을 안 하면 며칠 기다려 보고요.

이 과정 속에서 새로운 깨달음을 얻을 수 있겠지요. 그리고 2025년 1월 첫 시집 출간을 목표로 집필에 몰두하고 있습니다.

Q 변화를 원하는 사람들, 삶을 혁신하고 싶지만 주저하는 이들을 위해 응원 한 말씀을 부탁드립니다.

시작하기 전에 걱정부터 하는 사람들이 있습니다. 하지만 실제 두려운 대상은 존재하지 않습니다. 내가 두렵다고 생각하기 때문에 두려운



거예요. 도전해서 부딪혀 보면 그 대상이 두렵지 않다는 걸 깨달을 수 있습니다. 걱정만 하면 일부의 진전도 없다는 걸 기억했으면 해요. 거창하고 대단한 일이 아니라 작고 사소한 경험을 하나하나 혁신하길 바랍니다. 자주 만나는 사람, 자주 가는 곳, 자주 읽는 책 등에 변화를 주면 경험적 마주침, 공간적 마주침, 지적 마주침으로 인한 깨우침이 생기고 삶이 바뀝니다. 흔히 혁신을 추상 명사라고 하는데, 앞으로는 보통 명사로 생각해 보세요. 혁신은 생각보다 가까이에 자리합니다.

취업 자신감 충전 완료! 나만의 경쟁력을 찾다

취업을 앞두고 고민이 많았던 신예원 씨는 청년도전지원사업에 참여하면서, 틀과 한계를 벗어나 취업을 바라보는 시각을 넓히고 자신만의 경쟁력을 강화했다. 다양한 경험과 취업 실전 노하우 등을 체화해 대학교 행정직 취업에 성공한 그에게, 청년도전지원사업은 단순한 취업지원사업이 아니라 스스로의 한계를 뛰어넘는 성취를 맛보게 해준 계기였다.

글 김주희 사진 방문수



내 안의 취업 한계를 뛰어넘다

지난 10월에 취업한 신예원 씨는 현재 경남의 한 대학교 기숙사 생활관에 근무 중으로, 기숙사 학사 일정에 따른 행정 업무를 비롯해 학생 관리와 상담을 도맡고 있다. 처음 접하는 직무가 낯설 법도 하지만 새로운 경험을 또 다른 역량으로 연마하는 중이다.

이곳에 취업하기 전에는 데이터 활용 업무를 이어왔다. 퇴사 후 다음 스텝을 고민하던 중, 미취업 기간이 6개월 넘게 이어지자 청년도전지원 사업에 참여하며 취업 준비를 병행했다.

청년도전지원사업은 최근 6개월 이상 취업 및 교육·직업훈련 이력이 없는 청년 등을 대상으로 취업 촉진을 지원하는 사업이다. 참여자 개인별 특성과 필요에 따른 밀착 상담부터 진로 탐색 및 컨설팅, 직업 체험, 면접 기술 교육 등 맞춤형 프로그램을 제공한다.

“지난해 청년도전지원사업에 참여한 언니가 다양한 경험과 교육 등을 받는 모습을 가까이에서 지켜봤어요. 프로그램이 일주일에 2회 정도 진행되는 터라 취업 준비를 병행하기에 크게 부담이 없을 것 같아 저 또한 참여 신청을 했습니다.”

청년도전지원사업은 지원 기간에 따라 5주·15주·25주 이상 프로그램으로 나뉜다. 신예원 씨는 올해 3월부터 9월까지 25주 이상 진행되는 장기 프로그램에 참여하며, 전문 상담사와 현직자 등과 소통을 통해 취업에 대한 시각과 관점을 달리할 수 있었다.

“기존에는 제 안에서 정해진 틀에 맞춰 취업을 시도했습니다. 직무에 있어서도 선을 긋고 제한적으로 바라봤습니다. 현직자 특강을 들으면서 한 기업 안에도 다양한 조직과 부서가 있고, 그 안에서도 직무를 연계·확대·접목하는 과정을 통

청년도전지원사업
참여자
신예원 씨



해 새로운 기회를 발견할 수 있다는 걸 깨달았죠. 범위를 더 넓게 바라보며 취업을 시도했습니다.”

실전 면접 기술부터 참여 수당까지

생각의 전환은 실천으로 이어졌다. 전공이나 이전 경력에 꼭 맞지 않더라도 다양한 직무를 고려하니 취업의 문이 한결 넓어졌다. 여러 곳의 면접을 시도하며 실전 감각을 기를 수 있었다. 단체면접, 개별면접 등 다양한 방식의 면접 전형을 경험한 것.

이 과정에서 청년도전지원사업을 통해 습득한 면접 기술과 노하우를 접목하고 자신만의 차별화된 경쟁력을 구축했다.

“면접 성공률을 높이는 방법을 귀담아듣곤 했는데요. 면접이 끝날 즈음 면접관에게 가벼운 질문을 하면 좋을 것이라는 팁이 와 달았어요. 특히 여러 사람이 함께 참여하는 면접에서는 나만의 차별점을 보여주는 게 중요하잖아요. 각 기업과 직무에 맞춘 질문을 1~2가지 준비하고 면접에 임했습니다. 해당 직무에 필요한 역량 등을 질문하며 긍정적인 인상을 남길 수 있었던 것 같아요.”

청년도전지원사업을 통해 지급된 참여 수당도 많은 도움이 되었다. 직무와 관련된 인터넷 강의를 수강하거나 면접 시 필요한 복장 구입 등에 사용하며 재정적 부담을 덜 수 있었다. 이 밖에 조리사 및 바리스타 직업 체험, 종이 드론 만



청년도전지원사업은 한계를 뛰어넘고 실패를 두려워하지 않는 방법을 배운 좋은 기회였습니다.

들기 등의 문화 활동, 1박2일 워크숍 등에 참여하며 다양한 사람들과의 교류를 확대하고 새로운 도전을 통해 자신감을 충전했다.

새로운 동기부여는 나의 성장동력

신예원 씨는 사업 참여기간 동안 틈틈이 취업 지원에 나섰고, 대학교 행정직으로 새로운 직장 생활을 시작했다. 특히, 기숙사는 학생들이 거주하는 ‘집’과 다름없는 공간이므로 공감하고 경청하는 자세로 업무에 임하고 있다.

이전에는 데이터를 다뤘다면, 이제는 사람을 위한 일을 하는 지금이 꽤 만족스럽다. 얼마 전에는 기숙사 자치위원회 선거를 앞두고 투표율 제고를 위한 기획·홍보 업무를 진행하며 성취감을 맛보기도 했다.

보조 업무로 학생 상담도 담당하고 있다. 기숙사 생활의 불편한 점을 호소하거나 고민을 안고 있는 학생들이 건강하고 안전하게 생활하도록 도움말과 해결책을 제시한다. 기숙사생들 간의 갈등을 중재하는 역할도 수행한다.

“아직은 업무에 적응하고 일을 배우는 단계인데요. 학생들에게 ‘고맙다’는 한마디를 들을 때면 보람을 많이 느낍니다. 상담 사례를 공부하고 행정 업무의 완성도를 높이기 위해 노력하고 있어요. 저보다 경험이 많은 선생님들의 조언도 귀담아들으며 내공을 탄탄히 다지고, 다양한 상황에 유연하게 대응하는 역량을 기르고자 합니다. 장기적으로는 전공을 살려 경제금융 분야에 서도 일하고 싶습니다.”

신예원 씨는 주변 친구들에게도 청년도전지원



사업을 적극 추천했다. 실제 친구 몇몇은 내년에 참여 신청을 할 예정이라고.

“청년도전지원사업은 한계를 뛰어넘고 실패를 두려워하지 않는 방법을 배운 좋은 기회였습니다. 미취업으로 고민이 많은 청년들에게 유익한 길라잡이가 되어줄 거예요. 청년도전지원사업에 참여하셔서 폭넓은 경험을 쌓아 보길 바랍니다.”

많은 청년이 취업 실패의 두려움 때문에 자신의 능력과 한계를 설정하고, 그 안에서 안전하게 머물기를 원한다. 하지만 우리는 이미 알고 있지 않은가. 새로운 목표와 도전이야말로 성장과 발전을 이끄는 인생 ‘치트키’임을.

스스로 미래를 열어간 신예원 씨처럼 많은 청년이 자신을 둘러싼 울타리를 거두고 ‘나의 일’과 마주하길 바란다.

2025년 최저임금 어떻게 달라질까

고용노동부는 2025년도 적용 최저임금을 시간급 10,030원으로 결정·고시했다. 근로자의 생활 안정과 공정한 경쟁 촉진을 위해 도입된 최저임금의 연도별 현황과 산출액에 대해 자세히 알아본다.

정리 편집실 참고 고용노동부



근로자의 생활 안정을 위한 최저임금

최저임금제도란

국가가 노사 간의 임금 결정 과정에 개입해 임금의 최저수준을 정하고, 사용자에게 이 수준 이상의 임금을 지급하도록 법으로 강제해 저임금 근로자를 보호하면서, 임금 격차 완화를 통한 근로자의 생활 안정과 노동력의 질적 향상, 소득분배 개선을 통한 국민경제의 건전한 발전을 도모하기 위한 제도다. 이러한 최저임금은 근로자의 생계비, 유사 근로자의 임금, 노동생산성, 소득분배율 등을 고려해 결정한다.

고용노동부는 지난 7월 12일 최저임금위원회가 11차례 전원회의를 거쳐 의결한 최저임금안을 고시한 후 같은 달 29일까지 이의제기 기간을 운영하였는데, 노사단체의 이의제기가 없었던 것은 2020년 이후 4년 만이다.

연도별 최저임금 결정 현황



최저임금 이렇게 지켜야 합니다

주 5일 하루 8시간씩, 1주 소정근로 40시간을 근무했을 때 2025년 최저임금을 월급으로 환산할 경우 2,096,270원을 받게 된다.

2025년 최저임금 산출

단위: 원

구분	산출액
1시간	10,030
일급(8시간 기준)	80,240
주급(48시간 기준·주휴수당 8시간 포함)	481,440
월급(209시간 기준·주휴수당 35시간 포함)	2,096,270

최저임금 적용 사업장·근로자

근로자 1명 이상 사용하는 모든 사업 또는 사업장의 근로기준법상 근로자(정규직·비정규직·파트타임·아르바이트·청소년 근로자·외국인 근로자)에게 모두 적용된다. 단, 정신 또는 신체장애로 근로 능력이 현저히 낮아 고용노동부 장관의 적용 제외 인가를 받은 근로자에 대해서는 적용하지 않는다.

1년 이상 기간을 정해 근로계약을 체결하고 수습 중에 있는 근로자로서 수습을 시작한 날부터 3개월 이내인 사람에 대해서는 최저임금액의 10%를 감액해 지급할 수 있다. 그러나, 단순노무업무로 고용노동부 장관이 정하여 고시한 직종에 종사하는 근로자(한국표준직업분류상 대분류 9(단순노무 종사자)에 해당하는 사람)에게는 수습 여부·계약기간과 관계 없이 최저임금액의 100%를 지급해야 한다.

최저임금 주지의무

사용자는 근로자가 쉽게 볼 수 있는 장소에 게시하는 등 적당한 방법으로 최저임금액·최저임금에 산입하지 아니하는 임금·적용 제외 근로자의 범위·최저임금의 효력 발생 연월일을 근로자에게 알려야 하며, 이를 위반할 경우 100만 원 이하의 과태료가 부과된다.

만일 최저임금액보다 낮은 금액으로 임금을 정한 경우 그 부분에 대한 근로계약은 무효이며 최저임금액과 동일한 금액을 지급해야 한다. 사용자가 최저임금에 미달한 임금을 지급하면 3년 이하의 징역 또는 2천만 원 이하 벌금에 처해지거나, 두 가지 처벌을 같이 받을 수 있다.

*최저임금 위반 상담·문의 고용노동부 고객상담센터(국번 없이 1350)
최저임금 위반 신고 사업장 관할 지방고용노동청(지청)

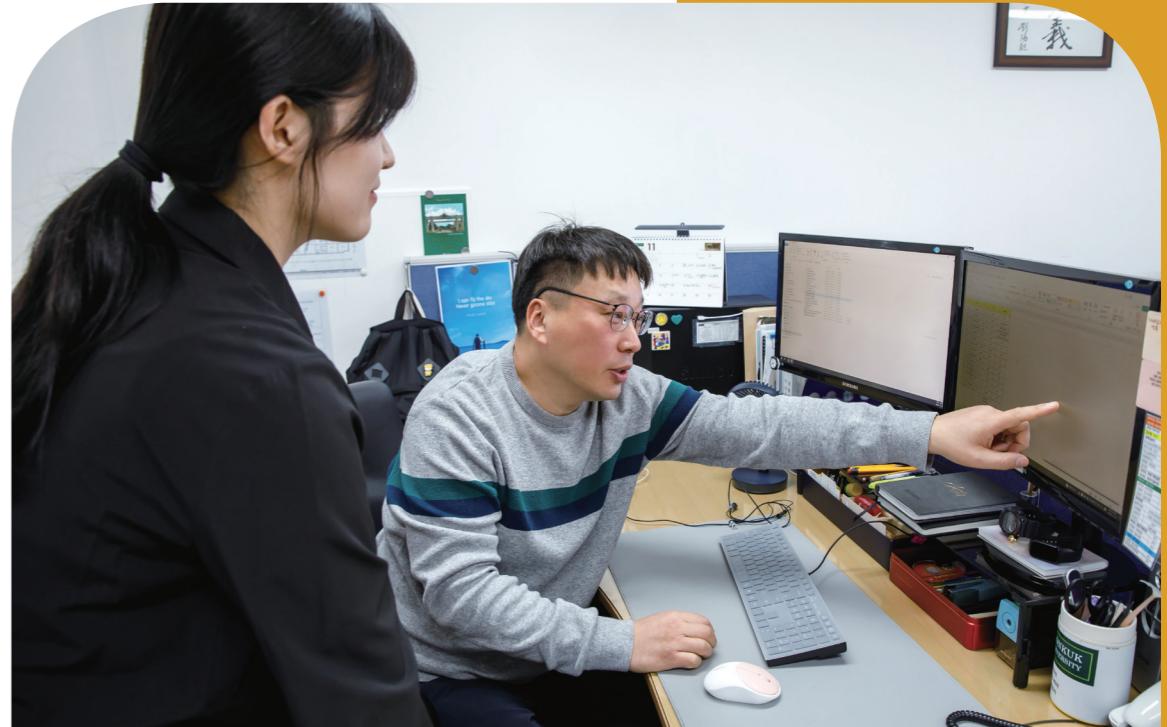


어둠 속에서 피어난 희망 나의 가치를 재발견하다

국민내일배움카드 우수사례자 봉성창 씨

겨울이 오면 봄 또한 멀지 않다고 했다. 불의의 사고로 장애를
안게 된 봉성창 씨는 절망을 딛고 여러 차례 벽을 넘으며
국민내일배움카드를 통해 직무 역량을 쌓았고, 취업 의지를 다져
중년의 나이에 다시 '내 일'을 찾을 수 있었다. 새로운 가능성을
꽃피운 그에게 일터로 향하는 출근길은 봄날처럼 포근하다.

글 김주희 사진 김경수



좌절 속에서 배움의 빛을 마주하다

6년 전 다리를 다친 봉성창 씨는 지체장애인으로 살아가야 한다는 이야기를 듣고 모든 것이 무너졌다. 13번의 수술, 4년 6개월 동안 누워 지내던 날이 계속되면서 현실을 받아들이지 못하고 무기력해졌다. 건강과 직업 등을 상실한 삶을 끊임없이 곱씹으며 스스로를 책망하기만 했다. “병원비까지 감당하느라 경제 상황 또한 좋지 않았습니다. 아이 셋 가정의 가장으로서 할 수 있는 일이 없어 괴롭기만 했었죠. 그때 장애인 복지시설 선생님이 직업훈련을 받을 수 있는 국민내일배움카드를 추천해 주셨어요. 딥도, 길도 보이지 않던 순간에 숨통이 트이는 듯했습니다. 디지털 편집 디자인 교육을 받으면서 재취업에 대한 의지를 다질 수 있었어요.”

학원을 오가며 훈련과 재활에 매진했지만, 중년의 나이에 새로운 배움은 어렵게만 다가왔다. 익숙하지 않은 프로그램과 툴을 다루는 일이 쉽지 않아 포기하고 싶었던 순간도 있었다. “집에서 복습할 때 궁금한 점이 생기면 언제든 연락해라”라는 교육 강사의 세심한 배려와 격려에 힘입어 훈련을 지속해 갔다.

실무 교육 중심으로 이뤄진 훈련 과정은 매우 만족스러웠다. 자격증 취득뿐만 아니라 실질적으로 취업에 유용한 내용도 도움이 많이 되었다. 또한, 교육을 받는 동안 직업훈련생계비 대출도 받았는데, 이를 통해 일상을 조금씩 회복할 수 있었다.

또 다른 벽을 넘고 재취업 성공

봉성창 씨는 훈련을 받는 동안 시간이 날 때면 틈틈이 도보로 음식 배달을 하며 사회인으로 한 발씩 내닫기 시작했다. 훈련 과정을 모두 마친 후에는 안정적인 직장생활을 하고자 재취업에 도전했다. 그 과정은 쉽지 않았다. 번번이 서류 전형에서 탈락하며 면접 기회가 주어지지 않자



중장년층은 새로운 세상으로 나아가는 게 더욱 두려울 거예요. 하지만 의심하지 말고 도전했으면 합니다.

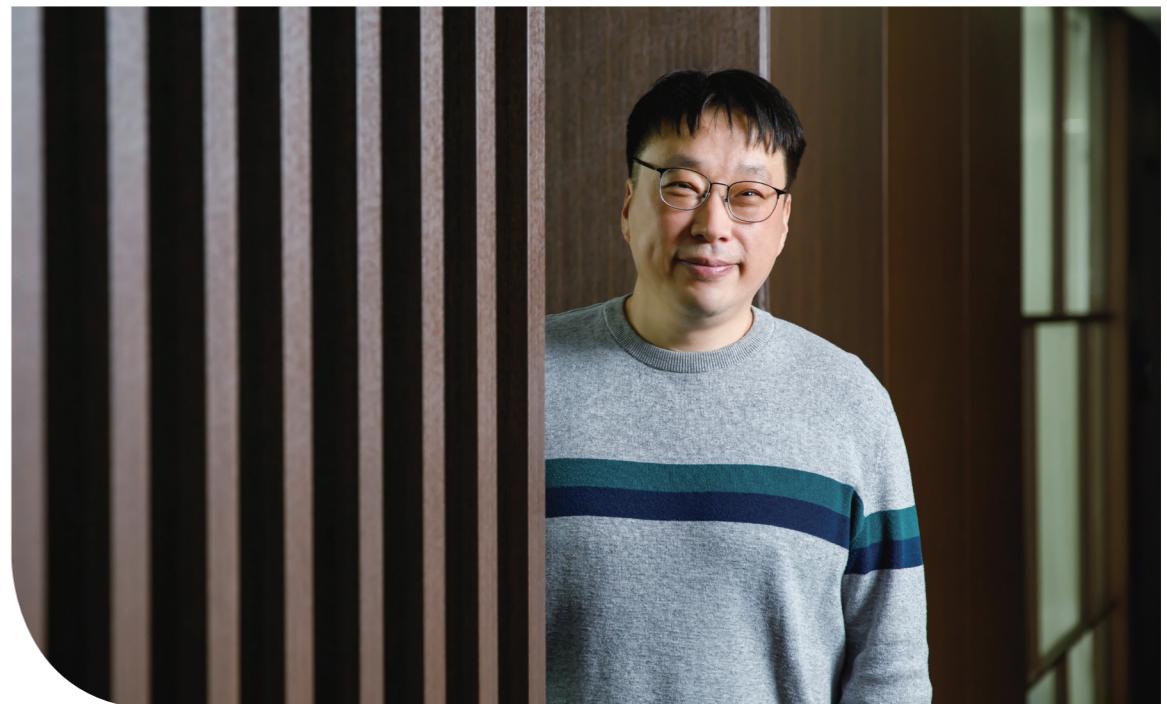
또 다른 벽에 가로막힌 것 같았다. 그러던 어느 날 우연히 대학교 행정지원직에 지원해 보라는 제안을 받고 가슴이 뛰었다.

“큰 기대를 하지 않았는데, 면접 전형에 참여하는 연락을 받았습니다. 취업이 안 되어도 좋으니 면접만이라도 잘 보고 싶다는 마음이었어요. 당시만 해도 보행이 불편했던 터라 지하철 역에서 면접 장소까지, 10분 소요되는 거리를 무려 40분에 걸쳐 걸어 갔죠. 그런데 면접 후에는 마음가짐이 달라지더라고요. 교정의 은행나무들이 노랗게 물든 가을날이었는데, 이 길을 걸으며 매일 출퇴근하고 싶었습니다.”

그의 간절한 바람이 통한 걸까. 직업훈련 과정에서 습득한 컴퓨터 활용 역량 부문에서 높은 점수를 받고 취업에 성공했다. 2022년 취업 후 현재 학교법인 건국대학교 경영지원부에서 근무하는 그는 각종 행정지원과 더불어 입학식 및 졸업식, 장학금수여식 등 다양한 행사 지원도 수행하고 있다. 사무실과 현장을 오가며 폭넓은 업무를 경험하며 성장하는 시간이 봉성창 씨에게는 더없이 소중하다.

マイ너스 아닌 ‘더하기’의 삶, 이제부터 시작

중장년 근로자로서 재취업의 기쁨을 온전히 누리고 있는 봉성창 씨는 적극적으로 업무에 임하며 동료들을 돋는 일에도 열심이다. 일을 하며 분주히 움직이는 동안 체력이 눈에 띄게 좋아졌다. 오랜 시간 병실에서 누워지냈을 때와 비교해 근육량도 늘어났다. 자신에게 찾아온 긍정적인



변화를 기꺼이 받아들이고 있다. 국민내일배움 카드를 통해 익힌 편집디자인 기술을 활용해 홍보 관련 업무까지 확대하면서 능력을 인정받고 있다. 계약직임에도 관련 업무 반장으로 인사 발령을 받아 더 좋은 조건으로 일하고 있으며, 계약직에서 무기계약직으로 전환되면서 더욱 안정적인 직장생활을 이어갈 수 있게 되었다. “업무적으로 역량을 더욱 강화하고 싶습니다. 지금은 안전 및 소방 관리에 대한 전문 지식을 공부하는 중이에요. 사고를 겪기 전에 선교활동을 했었는데요. 훗날 기회가 된다면 교육 인프라가 부족한 남태평양 선교지에서 제가 알고 있는 것들을 나누고 싶습니다.”

심리적·경제적으로 힘들었던 시절 용기를 낼 수 있도록 도와준 국민내일배움카드에 대한 신뢰도 드러냈다. 훈련 과정이 정말 도움이 될까, 의

심과 불확신만 가득했던 자신에게 찾아온 변화를 강조하며 재취업을 꿈꾸는 중장년에게 향해 도전할 것을 당부했다.

“중장년층은 새로운 세상으로 나아가는 게 더욱 두려울 거예요. 하지만 의심하지 말고 도전했으면 합니다. 저 또한 잃어버린 것, 없어진 것에만 집착하며 한 발짝도 못 나간 시절이 있었는데요. 이제는 과거를 뒤로하고 ‘더하기’의 삶을 살아가려 합니다. 국민내일배움카드로 수강할 수 있는 분야가 다양한 만큼 자신에게 맞는 배움을 통해 제2의 인생을 멋지게 일구길 바랍니다!” 면접 본 첫날부터 매년 가을이 되면 교정에 떨어진 은행잎을 수집한 봉성창 씨. 앞으로도 그는 해마다 은행잎을 모을 것이다. 밝고 따뜻하며 선명한 황금빛처럼 그의 미래에도 희망이 가득하길 바란다.

퇴직연금 해지·손실 없이 환승하는 퇴직연금 실물 이전 서비스

퇴직연금을 보유한 상품 그대로 다른 금융사로 옮길 수 있는 퇴직연금 실물 이전 서비스가 개시됐다.

퇴직연금 가입자의 선택권을 폭넓게 확대하고, 사업자 간의 건전한 경쟁을 촉진하기 위한

이번 서비스에 대해 자세히 확인해 본다.

글 편집실 참고 고용노동부



퇴직연금 실물 이전 서비스 도입

퇴직연금은 근로자가 연금 등 노후 자금으로 활용할 수 있도록 적립하는 제도로, 본인의 급여와 노후 계획, 투자 성향 등을 고려해 알맞은 유형의 퇴직연금을 선택해 운용한다. 기존에는 가입 중인 퇴직연금 계좌를 타 사업자로 이전하기 위해서는 기존 상품의 해지(현금화)에 따른 비용(중도해지 금리 등), 펀드 환매 후 재매수 과정에서 금융시장 상황 변화로 인한 손실(기회비용) 등이 발생할 수 있었다.

그러나 10월 31일부터 개시된 퇴직연금 실물 이전 서비스를 통해 퇴직연금 가입자가 기존의 운용 상품을 매도(해지)하지 않고도 퇴직연금 사업자만 바꿔 이전할 수 있게 됐다. 이번 서비스 도입을 통해 계약이전 시 가입자가 부담하는 손실이 최소화되고, 사업자 간 서비스 기반의 건전한 경쟁이 촉진되어 퇴직연금 수익률 개선에도 기여할 것으로 기대된다.



퇴직연금 실물 이전 서비스는 퇴직연금 사업자인 금융사(은행·증권사·생명보험사·손해보험사) 44곳 가운데 39곳에서 먼저 시행하며, 5곳은 2025년 4월까지 전산시스템 구축 등을 완료해 시행할 예정이다.

고용노동부와 금융감독원은 가입자의 편의성을 제고하기 위해 보유한 상품의 실물 이전 가능 여부를 신청 전 조회할 수 있는 '사전 조회 기능'도 추후 오픈할 예정이다. 또한, 중·장기적으로 DC에서 IRP로의 실물 이전 등 포함되지 않은 상품에 대해서도 실물 이전이 가능하도록 추가 검토하는 등, 퇴직연금 가입자에 대한 서비스 제고를 위해 지속적으로 노력할 계획이다.

실물 이전 가능 대상

이전 범위

신탁계약 형태의 원리금보장상품(예금·GIC(신탁제공형)·ELB·DLB 등), 공모펀드(MMF 제외), ETF 등 주요 퇴직연금 상품은 대부분 실물 이전이 가능하다. 단, 동일한 제도 내(DB↔DB, DC↔DC, IRP↔RP)에서만 가능하며, 퇴직연금 운용 상품의 특성 및 계약 형태 등에 따라 실물 이전이 불가능한 경우가 있어 가입자는 보유한 상품의 실물 이전 가능 여부를 확인해야 한다.

DB 간, DC 간 이전의 경우, 해당 기업이 이수관회사 모두와 퇴직연금 계약을 체결하고 있어야 실물 이전 가능

개인이 투자하는 DC와 개인형 IRP는 적립금의 전부 이전만 가능. 계약 내 실물 이전이 불가능한 상품이 있는 경우 현금화해 이전 필요



이전 대상

특정금전신탁 형태의 원리금 보장상품(예금·GIC·ELB·DLB 등), 공모펀드(MMF 제외), ETF 등은 실물 이전이 가능하다. 단, 실물 이전이 가능한 상품이더라도 이수관회사에서 동일한 상품을 취급(라인업)하고 있어야 실물 이전이 가능하다. 가입자가 운용하는 상품 중 수관회사가 취급하는 실물 이전 대상 상품은 해지 없이 이전이 가능하나, 실물 이전 제외 상품과 수관회사 미취급 상품은 기준과 마찬가지로 상품 매도 후 현금화해 이전 가능하다.

제외 대상

계약 형태

보험계약 형태의 퇴직연금(자산관리) 계약, 연번들형 계약(사용자가 운용 관리 업무와 자산 관리 업무를 각각 다른 사업자로 지정)

상품 특성

퇴직연금 사업자의 자체 상품 [디폴트옵션], 지분증권, 리츠, 사모펀드, ELF, 파생결합증권, RP, MMF, 종금사 발행어음

상품제공 수수료 부과 상품[단, 수관회사의 판단으로 실물 이전 가능 여부 선택 가능], 임의해지 대상 소규모펀드, 환매수수료가 있는 펀드, 압류 및 질권 설정 상품, 자사 원리금 보장 상품, 환매 불가 펀드 등

실물 이전 절차

이전 신청

- 이전 회사 결정 및 신청
- 신규 계좌 개설

유의사항 안내

- 이전 예상 소요기간 등
- 이전 불가 시 현금 이전

이전 실행

- 실물 이전 대상 상품 안내
- 이전 불가 상품 환매

이전 결과 통보

- 상품·계좌 정보 변경
- 이전 결과 안내 (가입자)



실물 이전 형태로 퇴직연금 계좌를 이전하려는 퇴직연금 가입자는 새롭게 계좌를 옮기고자 하는 퇴직연금 사업자(수관회사)에서 퇴직연금 계좌를 개설한 후, 이전신청서를 접수하면 된다. 다만, 수관회사에 개설된 퇴직연금 계좌가 있는 경우에는 신규 계좌 개설이 불필요해 이관회사에서도 이전 신청이 가능하다.

가입자의 계약이전 신청을 받은 퇴직연금 사업자는 실물 이전 가능 상품목록 등 유의사항(가입자가 기준에 투자한 상품을 동일하게 취급하고 있는지 여부 및 동일한 상품 미취급 시 처리방안(현금 이전) 등)을 가입자에게 안내해 가입자의 이전 여부에 대한 최종 의사 확인을 거친다. 이후 실물 이전을 실행하고, 이전 결과를 문자 메시지나 휴대폰 앱 등을 통해 가입자에게 통보한다. 실물 이전 신청부터 완료까지는 최소 3영업일이 소요된다.



이제 질병 치료도 디지털 기술로, 디지털치료기기의 모든 것

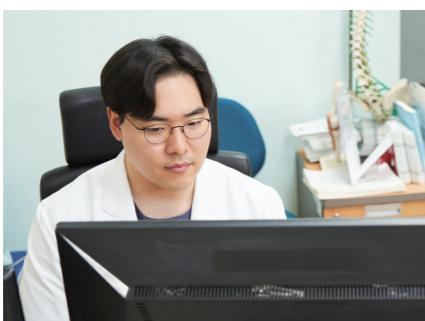
방명환 재활의학과 교수

4차산업혁명 시대에 접어든 이후 산업 전반에 인공지능, 빅데이터 등 다양한 디지털 기술이 활용되고 있다. 의료 분야 역시 마찬가지로, 세계 각국에서 디지털 기술을 활용해 질병을 보다 효과적으로 치료하는 디지털치료기기의 개발이 활발히 이뤄지는 중이다. 국민건강보험 일산병원 재활의학과 전문의로서 환자들의 건강한 삶을 고민하며 의료 현장에서 디지털치료기기의 활용 연구를 이어가고 있는 방명환 교수의 이야기를 들어본다.

글 김지연 사진 고인순

Q 의료 분야에서 활용되는 디지털치료기기란 무엇인가요?

디지털치료기기는 질병을 예방·관리·치료하기 위해 환자에게 근거 기반의 치료를 제공하는 의료기기로서의 소프트웨어를 말합니다. 쉽게 말하자면 치료제가 손안의 휴대폰이나 태블릿 속의 앱으로 구현된 것이라고 할 수 있습니다. 디지털치료제라고도 알려져 있는데, 식품의약품 안전처(이하 식약처)에서 명명한 정식 명칭은 디지털치료기기입니다.



Q 디지털치료기기와 관련해 어떤 연구

활동을 하고 계신지도 궁금합니다.

디지털치료기기는 일반적으로 모두가 처음 접하는 치료법이다 보니, 많은 분들이 디지털치료기기를 쉽고 지속적으로 사용할 수 있도록 사용 순응도를 향상시키는 방법을 연구하고 있습니다. 또한, 심장질환 환자들에게 심장재활 디지털치료기를 적용해 그 유효성과 안전성을 평가하는 연구도 진행하고 있습니다.

Q 디지털치료기기가 의료 분야에 도입된

배경은 무엇인가요?

기본적으로 모바일 기술과 함께 빅데이터, AI 기술이 개발된 것이 디지털치료기기가 태동할 수 있는 계기였다고 생각합니다. 약물과 같은 기존 치료제가 갖는 한계를 극복하기 위해 이 기술들이 사용되면서부터 디지털치료기기가 연구 개발되기 시작했고요. 전통적인 약물이 개발에 10년 이상 소요되는 반면 디지털치료기는 상대적으로 개발 시간이 짧고, 시공간 제약 없이 서비스를 제공받을 수 있습니다.

기존에 병원 중심으로 이뤄진 치료를 환자 중심 치료로 전환할 수 있게 돼 충족되지 못했던 의료 수요를 충족시키고, 의료 비용도 감소해 전체적으로 의료 시스템 효율성을 향상시킨다는 장점이 있습니다.

Q 디지털치료기를 활용하기에 적절한

의료 분야는 무엇인지도 궁금합니다.

대표적인 분야는 약물 남용, 불면증과 같은 정신과 영역입니다. 세계 최초의 디지털치료기기가 약물 남용 환자를 대상으로 한 제품이었고, 국내에서도 불면증 치료를 위한 디지털치료기기가 최초로 식약처의 허가를 받았습니다. 수면 위생 교육이나 인지행동치료 등을 디지털치료기기에 접목시켜 수면제를 먹지 않고도 불면증을 치료



전공 분야가 무엇이든 그 분야의 전문가가 되기를 추천드리고, 디지털 헬스케어의 흐름과 다양한 기술에 호기심을 갖고 공부하는 것이 좋겠습니다.

하는 방식입니다. 그 밖에도 당뇨, 고혈압, 암 등 다양한 의료 분야에서 디지털치료기기의 개발이 이뤄지고 있는데요. 재활의학과 영역에서도 뇌졸중 후 발생하는 시야장애와 폐질환 환자를 위한 호흡 재활 디지털치료기기가 최근 식약처의 허가를 받았습니다. 또한, 근골격계 질환으로

인한 통증이나 수술 후 재활 환자를 대상으로 운동 교육 및 재활 서비스를 제공하는 디지털치료기기도 연구 개발 중입니다.

Q 국내 디지털치료기기 산업은 현재 세계 시장과 비교해 어떠한 수준이며, 어떻게 발전해 나가리라 전망하시나요?

세계 디지털치료기기 시장은 연평균 약 20% 성장해 2025년에 89억 달러 규모가 될 것으로 예상되며, 국내 시장도 연평균 27% 성장해 내년에 5억 달러에 이를 것으로 예상됩니다. 미국, 독일 등에서 디지털치료기기가 먼저 사용되기 시작했고, 국내의 경우 여러 규제기관과 제반 환경 여건상 시장이 조금 늦었다고 볼 수 있는데



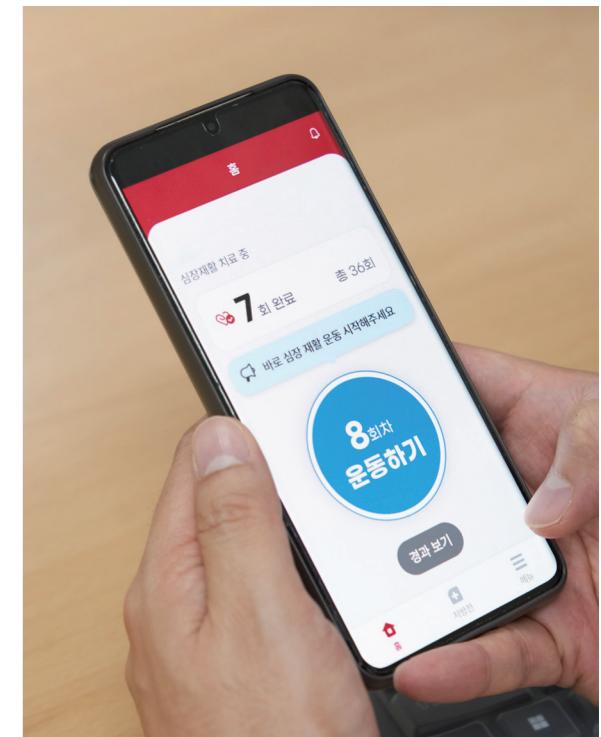
요. 올해 11월 기준 4개의 디지털치료기기가 식약처 허가를 받아 처방될 준비를 마쳤습니다. 우리나라 의료는 단일 보험이라는 특징이 있고, 지지적인 규제 정책과 인프라 구축이 활발히 이뤄지고 있기에 앞으로 우리나라가 디지털치료기기 산업에 있어 선도적인 역할을 할 수 있으리라 봅니다.

Q 디지털치료기기 전문가가 되기 위해서는 어떤 준비가 필요할까요?

기본적으로 의학과 헬스케어 기술에 대한 공부가 필수겠죠. 공학 및 제품 설계, 보건 정책 및 규제 등에 대한 공부도 필요합니다. 하루가 다르게 발전하는 디지털 기술에 대한 호기심과, 의료 현장에서 의료진과 환자의 필요에 대해 지속적인 관심을 갖는 것도 중요합니다. 좋아하는 명언 중에 애플 창업자 스티브 잡스가 한 'Connecting the dots(인생의 점을 연결하라)'라는 말이 있는데, 현재 배우고 경험하는 것들이 나중에 어떻게 연결될지 알 수 없으니 지금 하는 일에 최선을 다하라는 의미입니다. 학생에게는 전공에 국한되지 말고 독서, 여행 등 다양한 경험을 쌓아보라는 조언을, 취업 준비 중이거나 현직에 계신 분들께는 전문성을 한층 더 다듬고 접점이 있는 분야를 찾아 공부할 것을 권하고 싶습니다.

Q 디지털치료기기 전문가를 꿈꾸는 이들에게 조언 부탁드립니다.

이제 막 태동해 점차 커지는 시장이기 때문에 보다 많은 분들이 관심을 갖고 함께 활동했으면 합니다. 처음부터 디지털치료기기 전문가가 되고자 하면 막막한 마음이 들 텐데요. 먼저 본인의 전공 분야가 무엇이든 그 분야의 전문가가 되기를 추천드리고, 디지털 헬스케어의 흐름과 다양한 기술에 호기심을 갖고 공부하는 것이



좋겠습니다. 그러다 보면 어느 순간 시장의 필요를 파악하고, 그에 적용할 수 있는 기술에 대한 아이디어가 떠오를 것입니다. 그 지점이 바로 디지털치료기기 전문가로서의 첫걸음이 되리라 생각합니다.

청년카페 '취트키'에서 만나는 청년성장프로젝트

치열한 경쟁 속에서 취업을 고민하는 청년들의 어려움을 해소하기 위해, 고용노동부와 전국 46개 지방자치단체가 협력하여 청년성장프로젝트를 운영 중입니다. 특히 청년카페는 청년들이 취업 준비 과정에서 필요한 다양한 지원을 받을 수 있는 공간으로 주목받고 있는데요, 그중 대구광역시 청년카페 취트키는 청년들의 취업 역량 강화를 위해 다채로운 프로그램을 운영하며 큰 호응을 얻고 있습니다.

글 유시은 고용노동부 정책기자단 16기 참고 고용노동부



나를 찾고, 성장하고, 미래를 설계하다!

청년들의 고민을 해결하고 미래를 응원하는 청년성장 프로젝트는 고용노동부와 지방자치단체가 손잡고 펼치는 청년 맞춤형 지원 사업입니다. 15세부터 34세까지(기준에 포함되지 않더라도 자자체 조례 등에서 지원의 필요성이 있다고 인정하는 경우 자치단체별 목표 인원의 30%까지 참여 가능)의 넓은 연령대를 아우르며 취업 준비로 지친 청년들의 마음을 다독이고, 사회 진입을 위한 발판을 마련해주기 위한 목적으로 올해 신설되었습니다.

청년성장프로젝트는 청년카페를 통해 개인/집단 심리 상담, 경력설계 지원, 취업 워밍업 프로그램(멘토링 지원), 네트워크 지원 등 다양한 프로그램을 제공하고, 청년들이 스스로 성장할 수 있도록 돕습니다. 특히, 개인별 맞춤형 상담을 통해 청년들의 강점을 발굴하고, 취업에 필요한 역량을 강화하는 데 집중합니다. 또한, 멘토링, 워크숍 등 다채로운 프로그램을 운영하여 청년들의 네트워킹 기회를 확대하고, 사회적 관계 형성을 도모합니다.

청년카페 '취트키'와 함께, 꿈을 현실로 만든다!

대구광역시 청년센터는 청년들의 다양한 활동을 지원하고, 성장을 돋는 공간입니다. 특히, '활동그래' 공간에서 운영되는 청년카페 '취트키'는 청년들의 마음을 보듬고, 성장을 지원하며 큰 사랑을 받고 있습니다. 취트키는 단순한 카페를 넘어, 청년들이 서로 소통하고 성장할 수 있도록 돋는 특별한 공간입니다. '사회역량카페', '진로설계카페', '마음돌봄카페' 세 가지 테마를 중심으로 운영되는 취트키는 매주 색다른 프로그램을 선보이며 대구시 청년들에게 한 발짝 가까이 다가가고 있습니다. 특히, '마음돌봄카페'는 바쁜 일상 속 지친 청년들에게 따뜻한 위로와 공감을 건네며, 정서적인 안

정을 찾을 수 있도록 돋고 있습니다. 대구시 청년센터와 청년카페 취트키는 고용노동부와 협업하여 지역사회에 밀착된 맞춤형 프로그램을 제공하고, 필요한 청년 고용 정책을 연계하여 청년들의 꿈을 향한 도전을 적극 지원하고 있습니다.

청년들이 희망을 찾는 공간, 청년성장프로젝트

취트키는 청년의 사회 진입을 돋는 활동으로 올해 7월부터 11월까지 매달 120명의 참여자를 모집합니다. 많은 청년이 취업의 불안과 경제적 어려움 속에서 고군분투하고 있는 현실에서, 청년성장프로젝트와 같이 실질적인 도움을 주는 프로그램의 존재는 참 소중하고 가치 있습니다. 앞으로도 이와 같은 정책이 확대되어 더 많은 청년들이 실질적인 도움을 받고, 구직 의욕과 사회 진출 의지를 지속적으로 고취할 수 있기를 바랍니다. 도움이 필요한 청년들이 적극적으로 이러한 지원 프로그램에 참여해 각자의 성장에 밀거름이 되길 기원합니다. 청년성장프로젝트! 청년들의 삶에 작은 변화의 시작이 되기를 바라며, 꿈이 현실이 되는 길에 함께할 수 있기를 희망합니다.



대구광역시 청년카페 취트키

공주의 역사와 함께 뛰어온 제민천



제민천

주변을 걷다

충남 공주의 제민천은 서울로 치자면 청계천과 같은 곳이다. 공주 구도심을 가로지르던 이 작은 하천 주변이 되살아나고 있다. 공공미술 프로젝트가 진행되며 마을이 재정비되었기 때문이다. 재정비를 마치고 새로운 모습으로 사람들을 만나고 있는 제민천 골목 일대로 떠나 본다.

글 김민영 사진 정우철



제민천 일대에 생기가 돌다

공주는 우리나라 역사에서도 많은 부분을 차지하는 역사 도시다. 삼국시대 때, 한성이 고구려에 의해 함락되면서 지금의 부여로 천도하기까지 64년 동안 백제의 수도로서 굳건하게 자리를 지켜온 덕분에 현재까지도 공산성과 공주 무령왕릉 등 다양한 역사의 흔적이 남아있다. 공주시 금학동에서 발원해 금성동에서 금강으로 유입되는 작은 하천, 제민천도 공주 역사와 함께 흘러왔다고 해도 과언이 아니다. 제민천을 기준으로 형성된 마을은 오랫동안 공주의 도심 역할을 했다. 이 일대는 오랜 시간 변화해 오다가 1932년, 충남도청이 타 지역으로 이전해 생기를 잃게 된다. 인구가 줄고 쇠락하는 줄로만 알았던 구도심, 제민천 일대에 다시 생기가 돌고 있다. 하숙 마을, 공주읍사무소 등 역사를 그대로 간직한 구도심의 매력을 깨달은 지자체가 2014년 도시재생 프로젝트를 시작했기 때문이다. 웅진, 중학, 옥룡동 일대에 공주문화예술촌이 조성되었고 근대문화골목길, 박찬호골목길, 하숙촌골목길 등 테마를 담은 골목길이 탄생했다. 제민천 역시 생태하천 조성 사업이 진행되면서 산책로와 쉼터가 생겼고, 인근 주민들과 여행자들이 언제고 편안하게 머물다 갈 수 있는 공간이 되었다.

외지인이 구도심에 숨을 불어 넣다

제민천 일대가 서서히 활기를 되찾자, 외지인들이 공주에 주목하기 시작했다. 역사적 가치도 있으면서 아기자기한 모습을 간직한 마을의 매력에 빠져든 것이다. 외지에서 온 청년들이 60년 역사 를 간직한 한옥을 리모델링한 카페, 책 만드는 것을 직접 볼 수 있는 책공방, 한 옥 게스트하우스 등 다양한 문화 공간 을 오픈하면서 제민천 일대에 숨을 불 어넣었다. 결과는 대성공이었다. 쇠락 했던 동네가 생기를 찾으면서 여행자들

이 몰리기 시작했고, 젊은 청년들이 전 국 각지에서 모여들었다. 덕분에 줄어들 던 인구가 늘어났고, 지역 자산을 적극 활용해 도시 정체성을 회복한 공주시는 청년 전입 인구를 위한 다양한 혜택을 마련했다. 원도심이 공주 경제에 활기를 가져다주자, 지금은 지자체와 주민들이 나서서 마을 일대를 가꾸고 있다. 반죽 교와 중동교를 양옆으로 형성된 제민천 골목길은 다양한 테마를 간직하고 있어 산책하는 내내 색다른 경험을 선사한다.



다양한 테마가 있는 골목길 산책



제일교회 뒤 대통 1, 2길 골목은 숨바 꼭질이 생각나는 길이다. 사람 한 명이 겨우 지날 법한 좁은 길이 여기저기나 있는데, 이 골목을 걷다 보면 예술가들의 손길이 묻은 옛 풍경의 조형물과 아기자기한 벽화들, 모과를 따거나 마당을 쓰는 주민들의 모습을 보는 재미가 쏠쏠하다.

나태주 골목길은 그야말로 사랑 넘치는 길이다. 공주가 고향인 나태주 시인이 직접 운영하는 풀꽃문학관이 문을 열면서 이 길이 만들어졌는데, 평소 서정적이고 따뜻한 시로 사랑받는 그의 시들이 담벼락에 아기자기한 벽화와 함께 새겨져 있다.

맞은편에는 세월의 흔적을 느낄 수 있는 문화공간 겸 카페들이 즐비한 골목 길이 자리한다. 유럽 스타일 노천카페와 무인 책방은 오고 가는 여행자들과 주민들에게 새로운 쉼터가 되었다. 골목골목 꽉 찬 불거리에 '자세히 보아야 예쁘다, 오래 보아야 사랑스럽다'는 나태주 시인의 시가 저절로 떠오르는 풍경이다.

골목길에서만 끝나는 산책이 아쉽다면 제민천 종착지인 금강 둔치 미르섬 까지 걷는 것도 좋다. 유채꽃, 양귀비, 코스모스 등, 계절마다 모습이 바뀌는 다양한 꽃과 공산성이 어우러진 풍경을 눈에 담을 수 있다.

따끈따끈한 한식에 깨소금을, 방금 완성된 양식에 파슬리 가루를 뿌리면 요리가 더 맛있어 보인다.

그런데 요즘은 그 위에 또 하나의 시즈닝(양념)을 뿐더 풍미를 더한다.

바로 그 요리와 식당만이 가지고 있는 '이야기'다.

글 강진우

맛있는 요리에 뿌리는 '이야기 시즈닝'

스토리 다이닝



'비밀 수 없는 비빔밥'에 감동한 이유



얼마 전 세계적 인기를 얻으며 종영 된 예능 프로그램 <흑백요리사>에서 시청자 대다수가 눈시울을 불힌 장면이 있다. 미국 교포 에드워드 리 셰프가 자신의 성장 과정에서 느꼈던 정체성의 혼돈과 문화의 혼재를 '비밀 수 없는 비빔밥'이라는 메뉴로 표현해 극찬과 감동을 불러일으킨 것이다. 덕분일까. 그는 이 프로그램에서 2위를 차지하며 자신의 이름을 온 세상에 널리 알렸다.

사람들은 고유의 역사와 스토리가 담겨 있는 제품과 서비스에 더 높은 가치를 부여한다. 중국 스마트폰의 고품질화와 저가 공세에도 불구하고 아이폰이 2023년 스마트폰 판매 점유율 1~7위를 모두 석권한 배경에는 애플 사(社)의 창업자인 스티브 잡스라는 아이콘이, 그가 일군 스토리의 뜻이 상당하다. 이러한 경향성은 외식업계에도 그대로 적용되며, 앞서 소개한 에드워드 리 셰프도 그 덕을 톡톡히 봤다고 할 수 있다. 따라서 요리와 식당에 이야기를 접목하려는 시도가 늘고 있는데, 세상은 이러한 트렌드를 '스토리 다이닝'이라고 부른다.

맛난 요리를 더 맛깔나게

제주도에는 대표 상징인 해녀와 제주 특유의 신선한 해산물을 하나로 엮은 공연형 식당이 있다. '국내 최초 해녀 다이닝'이라는 슬로건을 내건 이 식당은 이를 그대로 해녀가 갓 잡아 올린 제주 해산물로 식단을 차린다. 아울러 해녀가 직접 출연하고 먹거리에 대해 하나하나 설명하는 공연과 토크쇼를 통해 현역 해녀들이 경험한 수십 년 희로애락을 몇 시간으로 응축하여 간접 체험할 수 있다. 이곳이 아니면 어디서도 접할 수 없는 특별한 스토리가 눈앞에서 생생하게 펼쳐지는 것이다. 1인당 5만 원이 넘는 비싼 관람료에도 불구하고 MZ세대의 발길이 끊이지 않는 이유다.

차별화된 콘셉트를 잡고 식당을 개업한 사례도 종종 눈에 띈다. 서울 중구 황화동에 위치한 한 에스프레소 카페는 언제 어디서든 에스프레소를 마실 수 있는 '커피 공화국' 대한민국에서 살아남기 위해 옛 유럽 우체국의 감성을 들었다. 색 바랜 벽지, 손때 묻은 소품 등 고풍스러운 인테리어도 인상적이지만, 이곳의 백미는 주문 방식이다. 주문지에 메뉴명을 적어 건네면 번호가 적힌 열쇠를 주는데, 메뉴가 나오면 손님이 열쇠로 서랍을 열어 직접 메뉴를 가져가야 한다. 사람들은 이러한 스토리를 통해 마치 추억 가득 담긴 편지를 우체통에서 꺼냈을 때의 설렘을 느낄 수 있다. 이곳에서 판매하는 편지지와 우표를 구매해 편지를 쓰고 편지함에 넣으면 실제로 한 달에 한 번씩 편지를 부쳐주기도 한다.

요리와 식당의 첫 번째 덕목은 단연 '맛'이다. 하지만 거의 같은 맛을 구현하는 두 식당 중 한 곳에만 스토리가 담겨 있다면, 사람들의 발길은 이야기 있는 쪽으로 향할 것이다. 최고의 기술력에 오랜 역사와 다양한 이야기거리까지 두루 갖춘 아이폰이 여전히 판매량 최상위권을 차지하고 있는 것처럼 말이다.

스토리 다이닝 사례



뮤지컬 스토리텔링 레스토랑

뮤지컬에서 영감받은 요리를 스토리텔러의 설명과 함께 제공하는 레스토랑. 인테리어, 소품 등도 공연 특징을 반영해 뮤지컬 안에 있는 듯한 경험을 제공한다.



김천 김밥축제

김밥을 테마로 내세운 경북 김천시의 지역 축제로, 지역 명이 김밥 프랜차이즈 이름과 유사한 점을 재치 있게 활용해 방문객 10만 명이 몰리며 대성공을 거뒀다.



감귤 팝업스토어

제주도와 제주농협이 MZ세대를 겨냥해 '팝업스토어 성지' 성수동에서 지역 특산물인 감귤을 홍보하고 시식 기회를 제공하기 위해 팝업스토어를 개최했다.

01

재직근로자 의명제보 기획감독 결과 발표



지난 10월 27일, 고용노동부가 재직 근로자 제보 내용을 토대로 실시한 기획감독 결과를 발표했다. 이번 감독은 48개 고용노동청(지청)이 98개 기업을 대상으로 실시했으며, 감독 결과 75개 기업에서 174억 원(3,885명)의 임금체불을 적발했다. 고의·상습

임금체불 사업장 14개소를 즉시 사법처리했고, 적발된 체불임금 중 75억 원은 감독 기간 중 즉시 청산됐다. 재직 근로자의 체불이 여전히 많은 상황을 고려해 10월 28일부터 11월 15일까지 익명제보센터를 추가로 운영했다. 특히, 이번 제보 기간에는 건설근로자가 손쉽게 제보하도록 건설근로자공제회에서 운영하는 전자카드 근무관리 모바일 앱을 통해서도 제보할 수 있었다. 고용노동부는 향후 남아 있는 체불에 대해서도 지속적으로 청산 지도해 나갈 계획이다.

02

「청년도약 멤버십 콘퍼런스」 개최



고용노동부와 한국경영자총협회는 10월 28일 '청년도약 멤버십 콘퍼런스'를 개최하고, 기업의 청년고용지원 활동을 격려했다. '청년도약 멤버십'은 기업이 사회공헌 활동 차원에서 운영하는 일경험, 직업훈련 등의 프로그램을 발굴·확산하기 위해 시작됐다.

기업이 앞장서서 프로그램을 운영하면, 정부가 재정지원 등을 통해 뒷받침하는 민관 파트너십 선도 모델로, 올해 기준 총 128개 기업이 가입했다. 이날 행사에는 멤버십 운영 4년 차를 맞아 신규가입 기업 인증뿐만 아니라, 3년 연속 우수 청년고용 ESG 프로그램을 운영한 기업도 함께 격려하는 자리가 마련됐다. 김문수 고용노동부 장관은 "앞으로도 민관 협업을 더욱 강화하면서, 청년들이 더 나은 미래를 꿈꾸고 기업도 함께 성장할 수 있는 환경을 조성하는 데 최선을 다하겠다"고 밝혔다.



03

노조 회계공시율 2년 연속 90%



고용노동부는 2024년 노동조합 회계공시 등록기간을 운영한 결과, 공시대상 조합원 수 1,000인 이상 노동조합·산하조직 733 개소 중에 666개소(공시율 90.9%)가 공시를 완료했다고 밝혔다. 지난해 10월부터 시행된 노동조합 회계공시 제도는 노조의 직접 회계연도 결산결과를 정부의 회계 공시 시스템에 공표하도록 하는 제도로, 시행

첫해에 이어 올해에도 90%가 넘는 참여율을 보이며 노동조합 운영의 투명성과 조합원·국민의 알권리를 높인 노동개혁의 대표적 성과로 평가받는다. 정부는 노동조합 회계공시 제도의 현장 안착을 계기로 회계 투명성에 관한 노동조합 전반의 인식을 개선하고, 자율적인 재정 운영 체계개선 노력을 뒷받침하기 위해 자체적인 회계 역량 강화 지원도 지속해 나갈 계획이다.

04

모바일 맞춤형 잡케어 서비스 개시



인공지능·빅데이터 분석 기반 맞춤형 직업상담지원 서비스인 '잡케어(JobCare)'를 휴대기기에서도 이용할 수 있는 모바일 잡케어 서비스를 11월 5일부터 개시했다. 잡케어 서비스는 전 생애에 걸친 경력단계에서 개인의 직업선택과 취업준비를 지원하기 위해 개발된 서비스로 '나의 직무역량(나의 직무역량, 경력개발 로드맵)', '취업시장정보(일자리, 자격증, 직업훈련, 학력·전공, 연령, 임금)', '추천정보(일자리, 자격증, 직업훈련)' 등의 메뉴로 구성돼 있으며, 개시 후 현재까지 약 3년간 38만 명 이상이 이용했다. 잡케어 서비스는 고용24(모바일은 고용24앱) 로그인 후 잡케어 메뉴를 선택하면 이용할 수 있다. 자세한 이용 방법은 고용24 잡케어 이용안내 동영상과 사용자 매뉴얼을 참고하면 된다.

05

육아휴직급여· 실업급여 부정수급 특별점검 실시



고용노동부가 11월 6일부터 2025년 1월 31일 까지 약 3개월간 육아휴직급여·실업급여 부정 수급 특별점검을 실시한다. 이번 특별점검은 ① 친인척 관계에 있는 사업장에서 근무한 것처럼 허위로 고용보험 피보험자격을 신고하고서 육아휴직급여나 실업급여를 수급한 경우, ② 구직 활동을 하지 않고 해외 체류 기간에 타인이 대리로 실업인정을 신청하여 실업급여를 수급한 경우 등을 중점 점검한다. 부정수급자에 대해서는 지급된 육아휴직 급여 또는 실업급여를 반환토록 하고, 최대 5배 범위에서 추가 징수하며 형사처벌도 병행할 계획이다. 부정수급 자진신고 시 최대 5배의 추가징수를 면제하고, 부정 수급액·처분 횟수 등 범죄의 중대성을 고려해 형사처벌(3년 이하의 징역 또는 3천만 원 이하의 벌금)도 면제한다.



06 근로감독관 AI 시스템 시범운영

고용노동부가 2024년 대한민국 정부 박람회에서 근로감독관 인공지능(AI) 지원시스템을 시연했다. 이는 근로감독관이 신고 사건과 근로감독을 더욱 신속하고 정확하게 처리할 수 있도록 지원하고, 노동법에 관한 국민의 궁금증을 쉽게 해소해 주는 시스템으로, 영세사업장 근로자 등 노동약자가 복잡한 노동법을 쉽게 알고 권리 찾는데 기여할 수 있을 것으로 기대된다. 공개된 서비스 4종은 ①인공지능(AI) 노동법 지식 검색 ②법령·판례·질의회시·매뉴얼 대화형 검색 ③진정서 접수 지원 ④문서와의 대화로, 누구나 QR코드를 스캔해 SNS상에서 AI 노동법 지식검색 서비스를 체험할 수 있다. 해당 서비스는 12월 중순부터 시범운영을 개시하고 그 결과를 검토해 추후 정식으로 서비스할 계획이다.

07

「화학사고 사례집」 발간



2019년부터 2023년까지 5년간 발생한 주요 화재·폭발 사고사례(10건)의 사고원인과 과정을 쉽게 설명한 '화학사고 사례집'이 지난 11월 11일 발간됐다. 전문용어 위주로 작성됐던 기존 사례집과 달리 이번 사례집은 일반 국민도 쉽게 이해할 수 있도록 발생 원인과 과정, 사업장 안전수칙을 스토리텔링 방식으로 작성했다. 화재·폭발이 발생한 직접적인 원인뿐만 아니라 기업의 작업환경 및 안전보건관리체계 등 사고가 발생한 복합적인 요인을 상세히 분석해 설명했으며 화재·폭발 현상에 대한 이해, 화재·폭발 사고 예방을 위해 사업장에서 활용할 수 있는 내용을 수록했다. 화학사고 사례집은 고용노동부 안전보건공단 누리집과 전자책 플랫폼(교보문고·예스24·알라딘)에서 무료로 볼 수 있다.



08 「육아지원 3법」 하위법령 일부개정안 입법예고



고용노동부는 남녀고용평등법·고용보험법·근로기준법 하위법령 일부개정령안을 11월 20일부터 12월 30일까지 입법예고 한다. 지난 9월 26일 국회를 통과한 육아지원 3법 시행에 필요한 사항과 임신초기 유·사산 휴가를 확대하는 내용이 포함됐다. 내년 2월 23일부터 부모 모두 3개월 이상 육아휴직을 사용한 경우 육아휴직기간이 1년 6개월로 연장되며, 한부모·중증 장애아동의 부모는 이러한 조건 없이 6개월 육아휴직 기간 연장이 가능하다. 출산전후휴가는 출생 후 미숙아가 신생아 중환자실에 입원하는 경우 100일로 늘어나며, 고위험 임신부의 경우 임신 12주 이내 혹은 임신 36주 이후 사용할 수 있는 임신기 근로시간 단축을 임신 기간 전체에 걸쳐 사용할 수 있다. 임신 후 11주 이내 임신초기 유·사산 휴가 기간은 10일로 늘어난다.

장수(長壽)는 현대인의 '기본값'이다. 이제는 그 앞에 '무병'이라는 단어를 접붙이는 일이 중요해졌다. 이왕이면 건강 수명을 최대한으로 늘리고, 노화 속도는 되도록 줄여야 하는 시대에 들어선 것. 최근 전 연령대에 걸쳐 거세게 불고 있는 '저속노화' 트렌드는 이러한 움직임의 일환이다.

글 강진우

노화 속도를 늦추는 건강 브레이크 저속노화



'건강한 젊음'을 향한 MZ세대의 저속노화

저속노화는 말 그대로 노화의 속도를 줄이기 위해 실천하는 일련의 활동을 의미한다. 노화하면 자연스럽게 시니어가 떠오르지만, 최근에는 MZ세대가 저속노화 트렌드에 더욱 뚝 빠져든 모양새다. 그 배경에는 급격하게 나빠지고 있는 20~30대의 건강이 자리하고 있다. 건강보험심사평가원에 따르면 2022년 20대 당뇨

병 환자는 2018년보다 47.7% 늘었다. 전체 연령대 중 가장 높은 증가율이다.

한편, 통계청의 '2022 국민건강통계'를 살펴보면, 20대와 30대의 비만율은 2010년 각각 20.5%, 31%에서 2022년 31.1%, 39.8%로 약 10%포인트 증가했다. 고콜레스테롤혈증 유병률은 2005년 남성 6.1%, 여성 6.8%에서 2021년 남성 21.5%, 여성 20.3%로 양쪽 모두 3배 이상 높아졌다. 젊은 층이 더 이상 성인병에서 자유롭지 않다는 점을 실감할 수 있는 동시에, 왜 저속노화 트렌드가 MZ세대 사이에서 대세로 자리 잡았는지를 알 수 있는 조사 결과다.

MZ세대의 저속노화 노력은 특히 식단 측면에서 두드러진다. 흰쌀밥 같은 정제 곡물 대신 현미, 잡곡밥 등의 통곡물을 선택하고, 육류와 가공식품 위주의 식단을 채소 중심의 건강 식단으로 전환하는 것이 핵심이다. 일반식 대비 적게 먹는 것도 저속노화 식단의 키포인트. 한 30대 직장인은 언론사와의 인터뷰에서 "저속노화 식단을 시작한 후 오후의 식곤증이 사라졌다"라며 SNS, 블로그 등에 저속노화 식단을 적극 공유하고 있다고 밝혔다.

사회적·제도적 지원이 절실한 시니어의 저속노화

저속노화는 본격적으로 노화와 마주하기 시작한 시니어들에게도 매우 중요한 문제다. 그러나 보니 저속노화 식단, 규칙적 운동, 생활 습관 개선 등에 나서는 시니어가 점점 늘고 있다. 하지만 진정한 저속노화를 이루기 위해서는 개인 차원의 노력뿐만 아니라 사회적 환경 조성, 제도적 지원도 필수적이다.



세계보건기구(WHO)는 시니어가 일상에서 독립적 생활을 유지하고 사회적 역할을 지속할 수 있는 기능적 역량을 보존하기 위해서는 사회적 체계와 통합된 접근이 필요하다고 줄곧 강조하고 있다. 건강한 노화를 '개인의 내재적 역량과 물리적·사회적 환경 요인이 상호작용한 결과'라고 정의하며, 이 두 요소가 균형을 이뤄야 시니어가 건강하게 나이들 수 있다고 보는 것이다.

하지만 안타깝게도 우리나라 시니어가 마주하는 환경은 이러한 방향성과 거리가 있는 경우가 많다. 통계청이 발표한 '2024 고령자 통계'에 따르면 혼자 사는 65세 이상 고령자 가구는 전체 고령자 가구의 37.8%를 차지하며, 이들 중 44%가 자신의 건강 상태를 나쁘다고 평가했다. 또한 독거 고령자 중 34.8%는 몸이 아파도 집안일을 부탁할 사람이 없고, 71%는 경제적 어려움이 있을 때 도움받을 사람이 없으며, 32.6%는 대화할 사람이 없는 고립된 상태에 처했다고 응답했다. 시니어의 저속노화를 위한 사회적 연결망 구축과 체계적·다각적인 지원의 필요성을 느낄 수 있는 대목이다.



공감과 책임감으로 돌봄을 제공하고 싶다면

사람은 누구나 다른 이들의 도움을 받으며 살아가는 존재다.
원활한 의사소통과 공감 능력을 바탕으로 아동, 청소년,
어르신 등에게 돌봄을 제공하는 보육교사와 사회복지사를 꿈꾼다면
어떤 자질이 필요할지, 나의 성향과 잘 맞을지 알아보자.

정리 편집실 참고 책 「MBTI 진로탐색」에 다수



ENFJ의 특징

#공감 능력 #의사소통 #책임감

“**“따뜻하고 책임감이 있습니다. 타인의 감정에 공감하고 도와주는 것을 즐기며, 의사소통 기술이 뛰어납니다.”**

선도자형인 ENFJ는 이타주의적 성향으로 주변에 긍정적인 영향을 발휘하기 위해 노력한다. 사람들이 꺼리는 일도 모범적으로 나서서 수행하는 리더십을 타고난 지도자로, 타인이 발전할 수 있도록 돋기 좋아하며 누군가에게 도움이 되었을 때 만족감을 느낀다.

선한 의도를 가지고 타인에게 진심으로 공감하며 사려 깊게 의사소통 한다. 타인의 감정이나 분위기를 빨리 파악하는 통찰력이 있다. 협동심을 발휘하며 단체로 활동하는 것도 좋아하지만 혼자 해야 하는 일도 잘 해내는 편이다.

E 나의 에너지 방향은?

외향형 E ✓

- 글보다는 말로 표현하기 원해요.
- 사교적이며 다른 사람들과의 상호 작용을 통해 에너지를 얻어요.
- 말보다는 글로 표현하기 원해요.
- 깊이 생각하고 혼자만의 생각을 통해 에너지를 얻어요.

N 나의 인식 기능은?

감각형 S

- 실제의 경험, 현재에 초점을 맞춰 생각해요.
- 실용적이고 현실적이며 직접 관찰한 정보를 신뢰해요.
- 영감, 아이디어, 의미에 초점을 맞춰 생각해요.
- 추상적이고 미래지향적이며 직감을 신뢰해요.

F 나의 사고 성향은?

사고형 T

- 논리적이고 객관적인 분석을 바탕으로 의사 결정하기 원해요.
- 일관성, 공정성, 진실성을 중요하게 생각해요.
- 가치관, 공감, 타인의 감정에 대한 배려를 바탕으로 결정을 내려요.
- 조화, 공감, 인간관계를 중요하게 생각해요.

J 나의 의사 결정은?

판단형 J ✓

- 계획해서 결정을 내리고, 일정을 따르는 것을 좋아해요.
- 명확성, 예측 가능성, 안정성을 중시해요.
- 새로운 정보에 적응하고 선택권을 열어두는 것을 선호해요.
- 유연성, 자발성, 개방성을 중시해요.

나에게 맞는 직업일까?



보육교사의 성향

봉사

아이를 아끼고 사랑하는 마음이 있다.

의사소통

부모에게 아이의 발달 과정을 상담할 수 있다.

책임감

아이의 요구·건강을 관심 있게 관찰한다.

안전의식

아이가 위험에 빠지지 않도록 예방한다.

하는 일

- 영유아의 심신 상태, 발육단계, 연령에 따라 적절한 보육 계획을 세운다.
- 영유아를 보살피고 균형 있는 영양 공급과 바른 식습관을 지도한다.

취업 분야

- 어린이집, 유치원, 아동복지관, 유아교육 출판사
- 유치원 교사, 특수학교 교사, 교재교구 개발자, 방과후 교사

첫 GPT가 살펴본 직업 전망

저출산과 고령화의 영향으로 영유아 교육의 질을 향상하려는 사회적 요구가 높아지고 있으며, 공공 보육 시설 확충과 교육 품질 개선에 대한 관심이 증가해 보육교사의 수요도 함께 늘어날 가능성이 크다. 저출산 문제로 인해 장기적인 수요는 다소 줄어들 수도 있지만 경험과 전문성을 갖춘 보육 능력, 특화된 보육 서비스 역량을 지닌 보육교사에 대한 수요는 꾸준히 확대될 전망이다.



사회복지사의 성향

봉사

어린이부터 노인까지 모두 존중하는 마음을 갖고 있다.

통찰력

사회적 약자와 양극화 문제를 해결하고 싶다.

리더십

자원봉사자들을 교육하고 통솔한다.

의사소통

여러 사람의 눈높이에 맞춰서 대화한다.

하는 일

- 사회, 개인적 어려움을 겪는 사람의 문제 원인을 파악해서 돋는다.
- 자립할 수 있는 사회복지 프로그램을 기획, 실행한다.

취업 분야

- 노인·사회복지관, 지역아동센터, 청소년지원센터
- 교정사회복지사, 정신건강사회복지사, 학교사회복지사

사회복지사를 꿈꾼다면

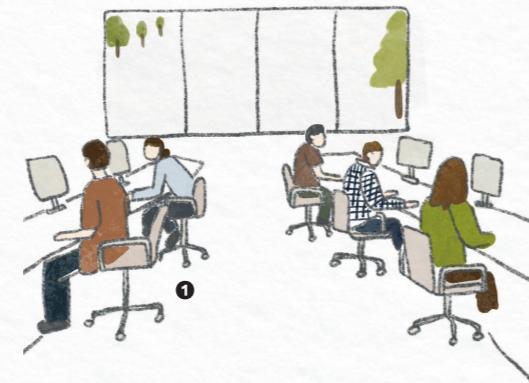
사회복지학과를 졸업하면 사회복지사 2급 자격증이 발급되며, 한국산업인력공단에서 시행하는 국가시험에 합격하면 사회복지사 1급 자격이 주어진다. 사회복지사 자격증 소지자는 지역 복지사업, 아동복지, 노인복지 등 민간 사회복지기관이나 학교, 법무부 산하 교정시설, 군대, 기업체 등에서 사회복지사로 활동할 수 있다. 2급 이상 소지자는 복지행정 업무를 담당하는 사회복지직 공무원 시험 응시가 가능하다.

글·그림 여혜리 작가

유연한 태도로 새롭게 혁신



단순한 변화가 아닌, 근본적인 개선을 목표로 한답니다.



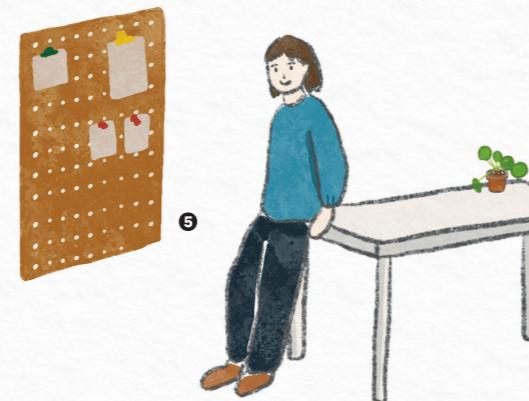
혁신이란 새로운 접근 방식으로 일의 효율성을 높이거나
새로운 가치를 창출하는 것을 말해요.



고정된 사고방식에서 벗어나
새로운 관점으로 보는 것이 중요한데요.



새로운 관점으로 보려면
새로운 것을 받아들이려는 유연한 마음이 필요합니다.



내 뜻을 꺼지 않는 고집스러움보다 늘 성장하고자 하는 태도는
인생을 살아가는데도 필요한 부분이겠지요.

결핍은 원동력이다.



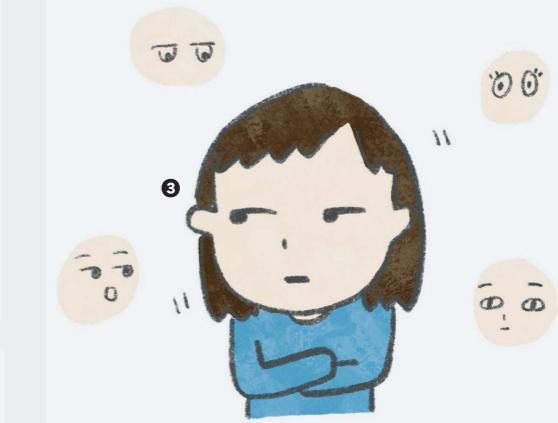
예전엔 나의 결핍이 참 부끄러웠는데
이제는 나의 한 부분이라 받아들이고 함께 살아가고 있다.



결핍을 마주하고 스스로가 인정한다면
그때부터 나를 채워갈 수 있는 계기가 된단다.



굳이 말하지 않는 자신만 아는 결핍이 있을 것이다.



내가 부끄럽다 생각하면 늘 부끄럽지만



부족한 부분을 잘 다듬어
더 나은 사람으로 살 것인지는 나의 마음먹기에 달려있다.



『월간내일』과 함께하는 초성퀴즈

『월간내일』 2024년 12월호를 읽고 퀴즈에 응모해 보세요!

정답자 중 추첨을 통해 커피 쿠폰을 보내드립니다. 독자 여러분의 많은 참여 바랍니다.

QUIZ

근로자의 생활 안정과 노동력의 질적 향상, 소득분배 개선을 통한 국민경제의 건전한 발전을 도모하기 위한 제도로, 2025년 시급금 10,030원으로 결정된 이것은 무엇일까요?

Tip) <고용 아카이브> 코너

Hint!
퇴직연금

퇴직연금을 보유한 상품 그대로 다른 금융사로 옮길 수 있도록 해
가입자의 선택권을 폭넓게 확대한 이 서비스의 이름은 무엇일까요?

Tip) <일터애(愛)서> 코너

Hint!

퇴직연금 시장 오픈 서비스

참여방법 | 이벤트는 QR코드를 통해 응모하실 수 있습니다.



Step 1 스마트폰으로 QR코드 스캔

Step 2 이벤트 응모 입력 후 제출

* 참여기간

2024년 12월 16일(월)까지

* 당첨자에게

별도로 연락드립니다.

11월호 당첨자 축하드립니다!

김*현(4189) 마*선(4713) 문*찬(9384) 박*일(0309)
신*소(2400) 양*승(0853) 유*애(1724) 이*미(9222)
정*별(1132) 허*(7963)

『월간내일』 독자 라운지

이번 「월간내일」 잘 읽어 보셨나요? 이번호를 읽으며
가장 좋았던 내용은 무엇이며, 가장 도움이 되었던 내용은 무엇인가요?
더욱 알찬 「월간내일」로 여러분을 찾아갈 수 있도록,
독자 여러분의 생각을 들려주세요! 추첨을 통해 커피 쿠폰을 보내드립니다.

- ① 이번 「월간내일」에 대한 만족도는 어떤가요?
- ② 이번 「월간내일」에서 가장 좋았던 내용과 이유는 무엇인가요?
- ③ 앞으로 「월간내일」에서 다루었으면 하는 주제나 보완되었으면 하는 점은 무엇인가요?



참여방법 | 이벤트는 QR코드를 통해 응모하실 수 있습니다.



Step 1 스마트폰으로 QR코드 스캔

Step 2 이벤트 응모 입력 후 제출



참여기간 2024년 12월 20일(금)까지

※ 당첨자에게 별도로 연락드립니다.



『월간내일』 구독 및 구독 해지 방법

- ① 「월간내일」 웹진에 접속합니다.
- ② [QUICK MENU]를 클릭하고,
‘구독신청 및 해지’를 클릭합니다.
또는 홈페이지 제일 아래의
‘구독하기’ 버튼을 클릭합니다.
- ③ 구독하시려면 ‘신청하기’ 버튼을, 구독을
해지하시려면 ‘해지하기’ 버튼을 클릭합니다.



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

