

전기로 만드는 행복

서북공간

KOREA WESTERN POWER MAGAZINE MAR+APR 2019

서부인 say

당신만의 아지트는 어디인가요?

동반성장 파트너

발전소 제어의
맡그림을 그린다

New Face Interview

인사드립니다!
우리는 새삼
서부인입니다

공간의 발견



전기로 만드는 행복

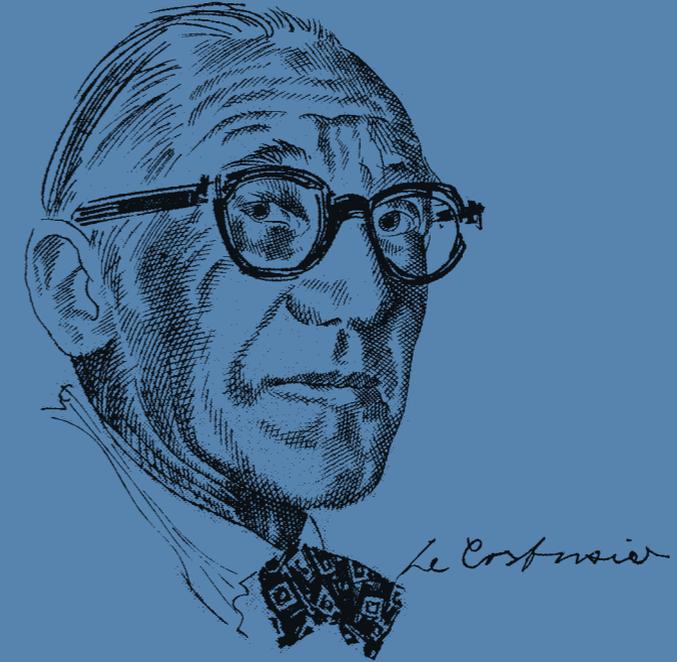
서부공간

vol. 88

High	Deep	Wide	Close
04 뷰포인트 을지로에는 과거와 현재가 공존한다	20 New Face Interview 2018 하반기 신입사원 4인 인터뷰	32 어디가볼까? 색다른 볼거리 가득, 경주여행	56 단신뉴스 서부발전 소식
06 테마 속 인문학 삶의 공간에서 예술의 불꽃을 피우다	24 동반성장 파트너 협력사 (주)제스엔지니어링	36 부모 성장프로젝트 부모의 말, 상처받는 아이의 뇌	58 우체통 독자의견
10 불업 셀프 인테리어 걸음마 편	26 패션피플 뉴트로 패션	40 스마트한 직장생활 회사의 언어 '숫자' 정복기	59 손이 전하는 힐링타임 필사 한줄
12 별별체험기 실내 클라이밍 체험	30 퍼스널 트레이닝 손목터널증후군 스트레칭	42 커피상식 커피의 모든 것	
16 서부인 say 당신만의 아지트는 어디인가요?		44 어플로 놀기 심심한 날 어플로 놀기	
18 잡학사전 햄버거와 프렌치프라이는 왜 세트로 묶일까?		46 명당을 찾아라 나에게 맞는 야구장 좌석은 어디?	
		48 인류보고서 매너소비자	
		50 품격을 입다 결혼의 품격	
		52 특별한 식사 전자레인지로 간편하게	
		54 문화취향저격 나의 학창시절을 추억하다	

High

: 르 코르뷔지에



건축물 그 이상의 가치를 불어 넣은 건축가 르 코르뷔지에

"집은 인간이 살기 위한 기계"라 말하며 집은 사람들이 감탄하며 스쳐 지나가는 장식품이 아니라 실재로 그곳에서 사는 사람이 편리해야 한다는 신념을 가졌던 르 코르뷔지에, 이러한 신념과 철학을 바탕으로 빌라 사보아, 유니테 다비타시옹, 롱상교회 등을 설계하고, 이 건축물은 건축물 그 이상의 가치를 가지게 되었다. 인간을 위한 공간이라는 명제를 가지며 살아왔던 르 코르뷔지에에는 오늘날의 우후죽순 생기는 아파트들과 과시의 대상으로 전락해버린 건축물에 대해 진정한 공간이란 무엇인지 다시 한 번 생각해보게 한다.



버스에서 내려 청계천을 따라 걷는다. 전동 드릴과 톱날, 모터를 파는 가게들을 지난다. 짐을 가득 실은 오토바이가 몸에 닿을 듯이 지나간다. 1980년에 오픈했다는 호프집의 간판을 보니 기억나지도 않는 시절이 그리워진다. 대구포는 골뱅이 국물에 적셔먹어야 제맛이라는 아버지의 말을 떠올리며 걷는다. '여기에 카페가 있다고?' 싶은 곳에 정말 카페가 있다. 사람 한 명 겨우 지나갈 수 있을 것 같은 후미진 골목 끝이나 간판도 없는 인쇄소 건물에 재미있는 공간들이 숨겨져 있는 곳, 을지로다.

글 박정은(도서 <공간의 온도> 저자)

을지로에는

과거와 현재가 공존한다



그때 그 시절, 아버지의 을지로

을지로에는 수많은 공구상가가 모여 있다. 어쩌서 그 많은 가게들이 이곳에 자리를 잡게 되었을까. 아버지에게 물었더니 의외의 답을 들을 수 있었다. 을지로에 미군부대가 위치해있었기 때문이다. 미군부대에서 군수물자가 흘러나오면서 그 부근에 공구상들이 몰리게 된 것이다. 점차 주변으로 미싱, 조명, 타일, 가구, 인쇄소 등이 생겨나면서 거대한 상권이 형성되었다. 몇 년간 품었던 미스터리가 풀리는 기분이었다. 아침이면 공구며 철물, 목재, 부품들이 전국 각지로 보내졌다고 한다. 여전히 사람들은 필요한 것이 있을 때 을지로를 찾는다. 좋은 물건을 비교해보고 싸게 살 수 있다는 믿음이 수년간 쌓여있기 때문이다.

아버지는 평생 기계를 만지며 살았다. 그리고 여전히 그 일을 즐겨워하신다. 농대를 나온 아버지가 어쩌서 기계를 만드는 일을 하게 되었는지, 나는 얼마 전까지도 잘 몰랐다. 아버지는 을지로에서 유년기를 보냈다. 당시 청계천을 사이에 두고 작은 점포들이 많이 생기기 시작했고, 각종 공구며 철물, 부품들이 가득했다. 그는 복잡한 골목을 뛰놀며 그 환경에 알게 모르게 익숙해졌을 것이다. 20대 후반 회사에 취직한 후, 큰 공장에 갔는데 기계들이 압도적인 소리를 내며 돌아가는 모습을 보고 크게 감동한 아버지는 '앞으로 나는 이 일을 해야겠다'고 결심했다고 회상했다. 그런 결심은 어릴 때부터 보고 느낀 경험의 영향을 받아서 마음 속에 자리 잡는다. 어릴 때부터 아버지를 따라 을지로와 공장을 자주 다닌 덕분인지 딸인 나 역시도 그 풍경과 사람들을 가깝게 느낀다.

현재, 서울에 하나뿐인 특별한 공간

나는 아버지와는 조금 다른 이유로 을지로에 자주 갔다. 중학교 때 미술 전시에 참여하게 되었는데 입체적인 그림이라 케이스를 아크릴로 주문 제작을 해야 했다. 그때 들었던 이야기가 '을지로에 가면 다 만들어 준다'였다. 친구들과 함께 무작정 찾아가 여러 가게를 돌며 가격을 흥정했고 결과물은 만족스러웠다. 역시 을지로였다. 나에게 인쇄소 골목도 중요했다. 다양한 인쇄소들이 모여 있기 때문에 견적을 비교해보기도 쉽고, 필요할 때는 원하는 공법으로 제작이 가능한 가게를 소개해주기도 한다. 하루 날 잡고 을지로를 돌아다니면 필요한 일을 맡기고 원하는 재료나 부자재까지 살 수 있었다. 다양한 가게들이 조금만 걸으면 되는 거리에 모여 있어 일을 수월하게 해주었다. 그것이 을지로가 가진 경쟁력이었다.

건물과 시설이 오래돼서인지 비교적 임대료가 싸고, 시와 구에서 예술가, 스타트업들을 지원해주면서 청년들이 을지로로 모이기 시작했다. 을지로에 젊은 창작자들이 모이니 변화가 생겼다. 독특한 작은 가게들과 작업실, 갤러리들이 오래된 건물 구석구석 생겨나며 재미난 분위기를 만들어냈다. 근처에서 일하는 중년의 노동자가 갤러리 입구에 붙은 포스터 그림을 보며 무슨 전시를 하나며 묻기도 하는 곳. 골뱅이나 노가리를 파는 오래된 노포와 감각적인 카페가 공존하는 곳. 다양한 삶의 모습들이 어우러지는 곳. 서울에 하나뿐인 특별한 공간이라 생각한다.

미래는 현재를 사는 우리가 만드는 것

그런 을지로가 재개발을 앞두고 있다. 영화 <집의 시간들>에서는 30년 정도 살아온 자신의 오랜 집을 '가족'과 같다고 말한다. 아파트가 재개발이 되면 시설의 편리함은 있을지언정, 기존의 단지처럼 나무가 우거지고 살기 좋았던 환경은 다시 만들 수 없을 거라고 말했다. 을지로도 마찬가지이다. 사람들이 함께 수년간 쌓아놓은 상권과 인지도, 노하우, 네트워크는 물론 시간이 계속 덧대어지며 만들어진 지역의 독특한 분위기도 재현이 불가능하다. 과거의 피맛골과 새로 만들어진 건물의 먹자골목이 같지 않은 것처럼, 오래된 카메라 골목의 아우라를 세운스퀘어에는 가져올 수 없는 것처럼 말이다. 과거의 가치를 지키며 현재와 함께 공존하는 것이 앞으로 나아갈 미래가 아닐까.

수많은 예술가들이 탄생시킨 작품에는 그것을 제작한 아틀리에와 집이 있고 공간과 풍경이 있었다. 어떤 이에게는 그 공간은 다락방이었고, 또 다른 어떤 이에게는 손수 가꾼 정원이었다. 예술가들의 위대한 작품과, 작업실과의 밀접한 관계를 통해 그들 역시 우리와 마찬가지로 한 인간으로 살았다는 흔적을 엿볼 수 있다. 글 편집실 참고도서 <예술가가 사랑한 집>, 이케가미 히데히로 지음, 페이퍼스토리 펴냄

삶의 공간에서 예술의 불꽃을 피우다



CLAUDE MONET

거대한 팔레트가 되어준 모네의 정원

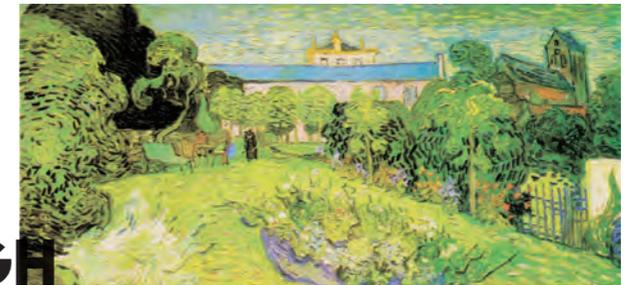
빛의 화가라 불리는 클로드 모네. 말년의 대작 <수련>은 ‘끝없는 화면’을 만들겠다는 야심을 품고 시도한 작품이다. 60세를 눈앞에 두고 시작된 도전이었으나 그 꺼지지 않는 창작 의욕으로 타원형의 벽면을 빙 둘러, 정말 모든 것이 이어진 화면을 완성했다. 모네의 정원은 센강과 엠프강이 만나는 지점에 있는 작은 마을 지베르니에 있다. 그가 지베르니에 이사하고 살기 시작한 것은 1883년으로, 모네가 마흔 세 살의 일이다. 이곳에서 지내던 모네는 53세가 되었을 때 직접 정원을 만들기 시작했다. 약 1만 평방미터나 되는 광대한 정원은 금련화와 장미, 벚꽃과 사과나무가 사시사철 꽃을 피우고, 모네는 창작 이외의 거의 대부분의 시간을 정원 가꾸는 일로 보냈다.

모네의 정원을 보면 그의 꼼꼼한 성격이 잘 드러난다. 연못은 애써 엠프강에서 물을 끌어왔고 백 가지가 넘는 꽃들도 개화 시기와 색을 고려해 심었다. 저택은 주위와의 조화를 생각해 외관을 간소하게 꾸렸는데 아르누보와 같은 당시의 유행을 따르지 않았다. 내부의 색도 방마다 조화롭다. 가령 식당의 벽면은 옅은 노란색이고 문은 보라색, 그리고 식기까지 직접 디자인한 청색으로 통일했다.

말년에는 백내장을 앓았으며 아내와 아들이 먼저 세상을 떠났다. 그러나 정원을 돌보는 그의 열정은 식지 않았다. 그는 여러 권의 원에 잡지를 읽고 공부하면서 정성 들여 정원을 가꾸었다. 그에게 이 정원은 거대한 팔레트였던 것이다.



VINCENT VAN GOGH



인생의 마지막 70일, 고흐의 다락방

파리에서 북쪽으로 30km 떨어진 마을 오베르 쉬르 우아즈. 이곳에는 '라부(Ravoux)'라는 이름의 여관이 있었다. 이 여관의 다락방에서 고흐는 파란만장한 인생의 마지막 70일을 보냈다. 오베르에서 머물던 10주간 그는 수많은 그림을 그렸다. 마을 여기저기에는 그가 그린 교회나 목장이 그대로 남아 있고, 교외에는 고흐가 여러 차레 그렸던 보리밭이 마치 시간이 멈춘 듯 펼쳐져 있다.

고흐가 이 마을로 와서 처음 살았던 곳은 인상파 화가들의 후원자로 알려진 정신과 의사 가세 박사의 소개로 살게 된 다른 장소였다. 그러나 방세가 너무 비쌌던 탓에 얼마 지나지 않아 라부 여관 3층으로 이사를 한다. 지금도 여관 지붕에 있는 작은 창은 그가 살았던 다락방의 창문이다. 고흐가 머물렀던 다락방은 무척 간소하고 삭막했다. 당시 방은 하룻밤에 3.5프랑이었다고 한다. 요즘 화폐 가치로 치면 약 2만원 정도의 요금이다. 여기에 간단한 아침식사를 포함해 2만5천원에 장기투숙을 했다고 생각하면 될 것이다. 라부여관 1층은 현재 레스토랑으로 바뀌었다. 고흐가 살았던 때에도 그곳은 식당을 겸한 술집이었기 때문에 지금도 당시 모습이 거의 그대로 남아 있다.

고흐는 밤에도 거의 이곳에서 만 원 정도의 식사를 했을 것이다. 고흐는 이곳에서 술은 전혀 입에 대지 않았다고 한다. 고흐의 마지막 예술혼이 담겨있는 오베르에서 그의 작품에 등장하는 건물이나 거리를 찾아보는 것도 마을을 걷는 즐거움의 하나다.



병마도 꺾지 못한 예술에 대한 찬미, 르누아르의 폴레뜨 저택

인상파의 거장이라 불리는 오귀스트 르누아르. 그가 사랑하는 아내 알린과 남프랑스 카뉴의 폴레뜨 저택을 사들인 것은 66세 때의 일이다. 폴레뜨 저택은 병마와 싸우면서도 마지막 열정을 불태웠던 곳이다. 정부에서 그의 작품을 구매할 정도로 성공한 화가가 되었지만 류머티즘으로 몸조차 마음대로 움직일 수 없는 상태가 되었다. 78세의 나이로 세상을 떠날 때까지 르누아르가 살았던 이 저택을 둘러본다면 왜 그가 이곳을 마지막 장소를 정했는지 이해할 수 있을 것이다. 넓은 택지에는 그가 사랑한 꽃이 흐드러지게 피어 있고 울창한 나무들에는 열매가 주렁주렁 매달려 있다. 그리고 무엇보다 강렬한 햇살이 따뜻하게 감싸고 있음을 느낄 수 있다.

르누아르는 그림의 소재로 삼을 정도로 폴레뜨 저택을 좋아했다. 원래 올리브밭이었던 정원은 올리브 외에 아내 알린이 좋아하는 오렌지나무도 많다. 그녀는 정원 가득 꽃을 키웠고 그 꽃을 꺾어 집안을 장식했다. 그것을 보면 르누아르는 몹시 기뻐했다고 한다. 르누아르는 이곳에서 말년에 시작한 조각에 사력을 다해 도전했고 두 명의 조수를 두어 제작에도 힘썼다. 실제로 붓을 들지 못할 정도로 병이 악화된 상태에서도 팔에 붓을 묶어서까지 제작에 열정을 쏟았다. 하지만 아들의 회고록이나 다른 많은 책에서 말하는 그런 비장함보다는 항상 밝고 즐거운 분위기가 넘쳐났다고 한다.



일생 단 한 명의 여인의 마지막 숨결을 품은 달리의 별장

하얀 마을과 투명한 지중해를 품고 있는 프랑스 국경에 인접한 휴양지 카다케스는 스페인이 낳은 천재 화가 달리가 가장 사랑했던 장소로 유명하다. 어릴 때부터 별장이 있던 이곳에 자주 들렀던 달리는 훗날 평생을 함께한 갈라와 만나 사랑에 빠졌다. 달리 인생의 유일한 여인, 갈라의 마지막을 지켜보기까지 한 달리는 이 집에서 열정적으로 창작활동을 했다.

‘달갈의 집’이라고도 불리는 달리의 집은 카다케스 포트리가트에 있다. 달리가 낳은 어부의 집을 네 채나 구입해 40년에 걸쳐 개축한 이 집은 그 자체가 초현실주의자인 달리의 거대한 작품이다. 집은 구석구석 달리가 좋아하는 소재로 꾸며져 있는데 초대형 달갈 오브제가 얹혀 있는 외관은 그의 독특한 작품세계를 대변한다. 이 집에서 달리가 가장 마음에 들어한 것은, 지중해의 경치를 액자처럼 보여주는 작은 창이다. 예술가의 일상을 가능할 수 있는 디자인의 하나이다. 바다를 향해 가로로 길게 나 있는 1층의 작은 창을 통해 달리는 매일 해변을 바라보았다고 한다. 포트리가트는 달리의 작품에 커다란 영감을 주었다. 이곳에는 바닷바람에 깎여나간 기암이 즐비한데 보는 각도에 따라 그 모습이 다르게 보인다. 이 풍경은 ‘더블 이미지’라는 표현 기법을 탄생시켰다. 각도를 달리하면 숨겨져 있던 다른 모티프가 모습을 드러내는 트릭 표현기법인데, 유명한 <비키니섬의 세 스피그스>의 빼놓을 수 없는 중요한 요소가 되었다.

오롯이 당신만의 공간에

살고 있나요?

셀프 인테리어 걸음마 편

봄맞이 집 단장을 마음 먹어보지만 쉽사리 엄두가 나지 않을 뿐만 아니라 조금 바뀐다고 뭐가 달라질까란 의구심이 들 것이다. 셀프 인테리어를 소재로 한 드라마 <은주의 방> 속 주인공은 변화를 주저하는 사람들에게 이야기 한다.

“뭔가 꼭 엄청나게 변할 필요는 없다. 대단한 거 아니어도 괜찮으니까 한번 해보자!”

공간 인테리어는 누군가에게 보여주기 위함이 아닌 일상에서의 만족감을 얻기 위한, 자신에게 보내는 소소한 선물일 수도 있다. 작지만 의미 있는 변화의 그 첫 걸음을 시작해보자.

Stage1. 기본 체크! 홈 인테리어 어떤 것부터 해야 하죠?

결로가 발생했거나 보수할 곳은 없는가?

벽지나 장판에 오염된 부분은 없는가?

1년 이상 사용하지 않은 짐이 있는가?

방의 용도는 명확한가?

불편함지 않은 여유공간이 있는가?

Stage2. 나를 닮은 인테리어! 취향 찾기

인테리어에 문외한이라면 가장 쉬운 방법은 인터넷 자료들을 찾아보는 것이다. 머리로 판단하지 않고 마음에 드는 건 모두 저장해 두기! 저장한 사진을 모아서 살펴보면 자신이 좋아하는 취향을 대략적으로 알 수 있다.

QR코드를 찍으면 꿀팁 가득한 인테리어 사이트로 GO!



apartmenttherapy



designsponge



decor8blog

INTERIOR STYLE.

내추럴 나무와 흙 등 자연소재를 사용해 질감을 돋보이게 하며 여유로운 분위기 연출

컨트리 소박한 시골집 같은 느낌에 수공예 가구가 돋보이는 스타일

심플 화려한 장식이나 복잡한 선이 없어 깔끔. 화이트를 주로 사용해 도회적인 느낌

모던 무채색을 바탕으로 플라스틱, 금속 등 인공 소재가 사용되며 예리한 직선과 면이 특징

클래식 유럽의 전통 양식에 기초한 패턴이나 엔틱한 가구 등의 장식이 두드러짐

Stage3. 컬러만 제대로 매칭해도 반은 성공!

공간을 이루는 요소 중 절반에 해당하는 것이 컬러다. 방을 구성하는 색은 총 3가지다. 가장 큰 면적을 차지하는 메인, 그 컬러와 가장 잘 어울리는 보조색, 그리고 포인트다. 메인은 천장이나 벽면, 바닥, 창문 등이며, 보조는 침구 색이나 포인트 벽, 옷장과 같은 큰 가구다. 가장 작은 부분을 차지하는 포인트는 쿠션이나 조명과 같은 소품의 컬러다. 봄에 맞춰 인테리어를 하고 싶다면 '노란색, 주황색, 연두색'으로 온화한 색감을 더하는 것으로 시작해보자.

TIP. 무적의 인테리어 컬러 매치

모던하게



내추럴하게



빈티지하게



러블리하게



세련되게



Stage4. 작지만 효과 만점! 가성비 갑 인테리어

1) 벽지 말고 원단으로 포인트

벽을 바꾸는 것만큼 효과적인 인테리어가 없지만 페인트칠도 벽지를 바꾸는 일도 대공사다. 바꿀 수 없다면 포인트가 되는 소재를 찾아보자. 벽면의 전체를 뒤덮는 방식이 아닌 원단을 활용해 부분적으로 벽에 포인트를 주는 식이다. 사용하고 남은 원단은 쿠션이나 커튼으로도 재활용이 가능하다.

※ 원단 사용시 시침핀이나 꼭꼬핀 사용 (자국이 남지 않아요)

2) 비어 있는 액자 프레임 활용

그림이나 사진이 있는 액자로 인테리어 포인트를 주고 싶지만 금액도 만만치 않고, 어떤 그림이 공간에 어울릴지 선택하기가 쉽지 않다. 그렇다면 비어 있는 액자 프레임을 활용해보자. 가격대도 부담 없이 벽에 모던한 포인트가 될 수 있다.

3) 살아있는 식물로 공간의 생명을~

식물 하나만 들여놔도 일상의 공간이 살아 숨쉬듯 변화한다. 우리들이 거주하고 있는 대부분의 공간은 직선으로 이뤄져 있기 때문에 곡선의미를 갖고 있는 식물을 인테리어에 활용하면 공간에 따뜻하고 편안한 느낌을 줄 수 있다.

TIP. 공간에 어울리는 식물 고르기

거실 휘발성 유해 물질 제거가 우수하고 빛이 적어도 잘 자라는 식물 (알로에, 알레카야자, 싱고니움, 보스턴고사리, 대나무 야자 등)

현관 대기오염물질 제거 기능이 우수한 식물 (벤자민 고무나무, 스투키, 스파티필럼 등)

침실 밤에 공기정화능력이 우수한 식물 (산세베리아, 호접란, 선인장, 다육식물 등)

공부방 음이온 방출과 이산화탄소 흡수가 우수한 식물 (아글라오네마, 팔손이나마, 로즈마리, 팔로엔드론 등)

주방 일산화탄소 제거 기능이 우수한 식물 (스킨답서스, 산호수, 아펠란드라 등)



사방의 벽을 자유롭게 오르내릴 수 있다면? 실내 클라이밍을 하면 만화에서 자주 보던 장면을 안락한 환경에서 직접 실현할 수 있다. 벽이라는 공간을 재발견함으로써 새로운 경험과 가치를 만들어 낸 이 운동을 체험하기 위해, 세 명의 서부인이 뭉쳤다. 벽을 사다리로 바꾼 사나이들의 이야기, 지금부터 자세히 살펴보자. 글 강진우 사진 전재현

벽을 사다리로 바꾼 사나이들

이정현 · 이상현 · 손대석 사원의 실내 클라이밍 체험기

태안발전본부 경영지원처 연료자재부 이상현 사원

"지난 겨울 도전했던 빙벽 타기 이후에 체력적인 한계를 많이 느껴서 배드민턴 같은 운동을 많이 했는데, 그래서인지 이번 실내 클라이밍은 정말 원 없이 즐긴 것 같아요. 앞으로 운동을 더 열심히 해서 보다 가벼워진 몸으로 재도전하고 싶어요."

관리처 총무부 손대석 사원

"운동에 퍼즐 풀기나 추리와 같은 요소가 가미되니까, 더욱더 실내 클라이밍에 열중할 수 있었어요. 난관이던 마지막 코스를 두 사원과의 협업으로 통과했을 때가 가장 기억에 남는데요, 오늘을 계기로 다른 분들과의 협업에 보다 적극적으로 나설 수 있을 것 같아요."

태안발전본부 경영지원처 총무부 이정현 사원

"정말 재미있게 실내 클라이밍을 경험했습니다. 미션을 하나씩 달성해 가는 성취감이 남다르네요. 인공 암벽을 오르면서 느낀 여러 가치를 앞으로의 일상 속에서 두루 실천해 나가겠습니다."





새로운 운동, 남다른 각오

세 서부인이 모인 곳은 비록 지하층이었지만, 그 안은 그랜드캐니언 암벽을 방불케 했다. 평일 오후임에도 불구하고 삼삼오오 모인 실내 클라이밍 동호회원들이 등반 공략법을 논의하는가 하면, 한쪽에서 묵묵히 벽을 오르며 자기 수행 중인 사람도 있다. 뜨거운 열정이 뿜어져 나오는 서울의 한 실내 클라이밍장 전경에 세 서부인의 눈이 동그래진다. “세 분 다 처음이시죠? 먼저 옷부터 갈아입으시죠.” 강습을 맡은 전문 클라이머가 인사를 건네며 탈의실로 안내하자, 태안발전본부 경영지원처 총무부 이정현 사원이 설렘 가득한 얼굴로 발걸음을 옮긴다. 새로운 장난감을 눈앞에 둔 어린아이처럼 웃고 있던 경영지원처 연료자재부 이상현 사원과 관리자 총무부 손대석 사원도 재빨리 그 뒤를 따른다.

두 팔과 두 다리로 중력을 이겨 내야 하는 격한 운동이니만큼, 준비운동도 남다르다. 가벼운 스트레칭으로 시작된 체조는 무릎을 가슴까지 끌어올리는 제자리 달리기를 하고 나서야 마무리된다. 다음은 암벽화를 신을 차례. 미끄러짐 방지를 위해 발가락이 살짝 구부러질 정도의 팍조이는 신발을 고르는 것이 포인트다. 다소 불편할 법도 하건만, 암벽화를 신자마자 일어나서 이리저리 몸을 푸는 데 열중하는 세 서부인. 그 모습에서 일종의 결의마저 느껴진다. “벽은 일반적으로 단절이나 한계를 의미하는데요. 실내 클라이밍은 이러한 고정관념을 깨고, 나아가 벽에 새로운 가치를 부여하는 운동이잖아요. 그래서인지 다른 운동을 체험할 때보다 더 잘하고 싶다는 생각이 들어요. 나름대로 긴장도 되고 말이죠.” 이상현 사원이 천장을 올려다보며 말한다. 이제 본격적으로 벽을 탈 시간이다.

클라이밍으로 되새기는 인생의 교훈

실내 클라이밍장에는 각양각색의 수많은 홀드가 설치돼 있다. 이를 손으로 잘 잡고 발로 잘 디벼야 비로소 안정적인 등반이 가능해진다. “홀드를 손으로 잡을 때는 쥐어짜듯이 잡기보다는 손끝을 갈고리 모양으로 만들어서 ‘걸친다’는 느낌으로 잡아야 체력 소모를 최소화할 수 있습니다. 발을 디딜 때는 엄지발가락의 안쪽으로부터 홀드를 밟아야 무게중심이 흐트러지지 않죠. 이 상태에서 힘을 쭉 빼고 몸을 벽에 밀착시키면 안정적으로 매달릴 수 있습니다. 정리하면, 과욕을 버리고 적당히 힘을 쥐야 비로소 잘 오를 수 있는 겁니다.” 강사의 설명에 손대석 사원이 이정현 사원과 이상현 사원에게 속삭인다. “꼭 우리 인생 같네요. 그렇지요?”

뒤편지 첫 번째 경험은 서툴기 마련. 이들의 첫 등반도 마찬가지였다. 아래에서 보면 잘할 수 있을 것 같다가도, 막상 홀드에 올라서니 손발이 꼬이는 것은 물론 그저 버티기조차 쉽지 않다. 그럼에도 세 사람은 도전에 도전을 거듭한다. 그것만이 벽을 잘 탈 수 있는 길임을 알고 있기 때문이다. 뛰어난 운동신경으로 이른바 ‘에이스’로 떠오른 이정현 사원도 거친 숨을 몰아쉬기는 마찬가지. 한 코스를 들고 들어온 그가 문득 이런 말을 건넨다. “실내 클라이밍은 쓸모없을 것 같은 벽을 새로운 운동의 장으로 만든, 다시 말해 ‘생각의 전환’으로 탄생한 운동이잖아요. 저희가 지금 하고 있는 도전과 연습도 생각을 바꾸면 얼마든지 즐겁게 할 수 있어요. ‘익숙하지 않은 일을 하려니 두렵고 힘들다’가 아니라 ‘새로운 일을 통해 나의 시야와 역량이 한층 넓어진다’고 생각한다면, 도전과 연습이 마냥 힘든 일만은 아니지 않을까요?”

적극적인 협업으로 어려움을 넘어서다

강사가 제시한 코스를 큰 무리 없이 넘어서던 세 서부인이 위기에 봉착했다. 일반적인 홀드와 달리 모양이 한결 자유분방한 홀드를 이용한 등반, 볼더링 클라이밍으로 접어들면서부터다. 마치 퍼즐을 풀듯 주어진 홀드와 벽만을 이용해 나름대로의 공략법을 짜야 하기에, 고민은 점점 깊어지지만 간다. 이리저리 시도하다가 실패하는 경우도 점점 늘어난다. 이럴 때는 집단지성의 힘에 기대는 것이 가장 좋은 방법. 세 명이 벽 앞으로 다가가더니 뜨거운 토론을 펼친다. “여기랑 저기를 짚고, 벽에 기대서 조금씩 올라가면 되지 않을까?” 이정현 사원의 의견대로 오르다가 실패하자, 이상현 사원과 손대석 사원도 구상한 공략법을 공유한다.

세 사람의 의견을 적절히 더한 전혀 새로운 방법도 하나둘 선보인다. “자, 완등 힘드시면 다음 코스로 넘어갈게요.” 강사의 달콤한 제안에도 꿈쩍하지 않는다. 이 문제를 풀고 넘어가야만 속이 시원하겠단다. 그렇게 30여 분을 공공거리는가 싶더니, 어느새 이정현 사원이 목표 홀드에 두 손을 올리고 크게 외친다. “하나, 둘, 셋! 완등!” 그 모습을 지켜보던 강사와 동호회원들이 혀를 내두르며 박수를 보낸다. 함께 박수 치던 이상현 사원이 입을 떼는다. “저희가 코스를 공략한 대로 업무를 진행하면 참 좋겠어요. 어려움을 함께 이겨 나가다 보면 지금처럼 더 뿌듯하고 감격스러울 것 같아요.” 그 말에 다른 두 사람이 고개를 끄덕이며 맞장구친다. “그래, 앞으로 힘을 합쳐서 열심히 일하고 함께 기뻐합시다!” 실내 클라이밍에서 협업의 지혜를 발견하는 이정현, 이상현, 손대석 사원. 역시 발전적인 서부인답다.

당신만의 아지트는 어디인가요?

친구들과 모인다면 항상 가는 장소, 휴식이 필요할 때면 자연히 발걸음을 옮기게 되는 장소, 학창시절 늘 모임의 장소가 되었던 친구의 집 등 우리에게 아지트 한 곳 정도는 있다. 그래서 서부인에게 물었다. 당신의 아지트는 어디인가요?



#1. 20년 단골 동네 허름한 음식점

퇴근하다 잠시 시간이 되면 들르는 목은지 음식점. 작고 허름하지만 정이 물씬 넘치는 곳이다. 특별한 일이 있어서, 아무 일도 없어서, 소주 한잔이 그리울 때 발이 먼저 나를 이끄는 곳이다.

#2. 고향 뒷산

유치원 시절 할아버지 손잡고 올라가면서 산딸기 따먹고, 초등학교 다닐 땐 6년 내내 소풍으로 가지곤했다고 말했지만 생각 정리가 필요할 때면 늘 가던 이 작은 뒷산이 추억 가득한 제 아지트입니다.

#3. 친구 아버지가 운영하던 사진관

토요일 방과 후 약속이라도 한 듯 늘 하나 둘씩 사진관으로 모였습니다. 친구 아버님은 점심도 사주시고 재밌게 놀 수 있도록 다락방도 치워주셨죠. 호기심에 만지작거렸던 카메라는 저의 취미가 되었습니다. 그때 그 사진관이 이제는 없어졌지만 그 앞을 지날 때면 열일곱살 추억이 떠오릅니다.

#4. 태안의 원복 이화산

자연의 향기가 그리울 때
마음의 안정이 필요할 때
나와 동기들의 버팀목이 되어주는 고마운 곳

#5. 화장실

사랑하는 아내와 아이들이 생겼지만 저만의 공간은 잃었네요. 제가 인터넷 서핑을 좋아하는데 혼자만 있을 수 있는 공간이 없어 방황하던 중 발견한 화장실. 아직까지 가족 누구도 터치하지 않은 공간입니다. 가끔 여기서 방해받지 않고 영화나 재밌는 예능 짤방을 보고 있노라면 소소하지만 확실한 행복을 느낀답니다. 음... 좀... 구차한가요?



#6. 서산 스타벅스 커피점

스타벅스의 커피향기는 저에게 안식을 준답니다. 태안에서는 마실 수 없는 그 초록색의 따뜻함은 지치고 힘든 저에게 유일한 안식을 주지요~

#7. 동네 도서관

오랜 시간 공부하다보니 가끔은 집보다 편한 곳이 되었습니다. 열람실에서 공부하다보면 재취업한 고등학교 동창, 알고 지내던 선후배, 심지어 시집간 첫사랑과 그의 아들도 만나곤 합니다. 빠르게만 사는 제게 시간이 조금 느리게 가는 도서관은 제 삶의 조각입니다.

햄버거와 프렌치프라이는

왜 세트로 묶일까?

글 편집실

치킨과 치킨무, 피자와 피클이 세트라면 햄버거와 프렌치프라이도 서로 떼려야 뗄 수 없는 조합이다. 어느 햄버거 가게 할 것 없이 햄버거 세트를 주문하면 당연하다는 듯 이 둘이 함께 나온다. 치킨무와 피클은 치킨과 피자의 느끼함을 잡아주기 위한 것이라고 하지만 그렇게 생각해보았을 때 햄버거와 프렌치프라이의 조합은 의아하다.

하지만 우리의 예상을 벗어나 프렌치프라이의 역할은 치킨무, 피클과 크게 다를 바 없다. 대부분의 햄버거 패티에는 소스가 발려져 나오는데, 그 소스의 맛이 꽤 강한 편이다. 그리고 프렌치프라이. 겉면에 소금간을 하긴 하지만 감자 본연의 맛은 밍송밍송하다. 햄버거와 프렌치프라이가 함께 나오는 포인트가 바로 이 지점이다. 소스의 강한 맛과 감자의 싱거움, 햄버거를 먹으면서 입안에 느껴지는 강한 소스를 이 감자가 깔끔하게 씻어주는 것이다.

사람들이 햄버거를 먹는 모습은 다양각색이다. 프렌치프라이를 먼저 먹고 햄버거를 먹는 다든가 아니면 햄버거를 다 먹은 후 프렌치프라이를 먹는 것처럼 말이다. 어떻게 먹든 각자의 취향이다. 하지만 한번쯤은 햄버거와 프렌치프라이를 번갈아가며 먹어보는 건 어떨까. 주문한 햄버거가 표현하고자 했던 그 본연의 맛을 맛볼 수 있을 것이다.



현대 아파트의 시초, 유니테 다비타시옹

길이 137미터, 너비 20미터, 높이 61미터, 337가구가 들어설 수 있는 유니테 다비타시옹은 '수직도시'라 불리기도 하며 현대 아파트의 시초가 되었다. 이곳에는 식료품점, 제과점, 사무실 등이 입주할 수 있게 되어 있으며, 일반인들도 출입할 수 있도록 유치원, 체육관 등도 설치하였다. 당시에는 '정신병자 수용소' 같다는 거센 여론도 있었지만 결국 1952년에 완공되었고, 오늘날 프랑스 근대건축문화재, 유네스코 문화유산으로 등록되어 세계인이 찾는 명소가 되었다.



태안발전본부 기술지원처
기반시설부 **권찬엽** 사원
**항상 파이팅이 넘치는
열정을 가진 남자**

인사드립니다!

우리는 새싹 서부인 입니다



평택발전본부 복합발전실
복합계측제어부 **이나영** 사원
**다정함과 온화함을 지닌
곰돌이 푸우**



서인천발전본부 발전기술실
기계부 **이석원** 사원
**에너지를 전파하는
에너지 넘치는 신입사원**

지난 12월 24일 2018 하반기 신입사원 입사식이 있었다. 그리고 2월 1일, 6주간의 신입사원 교육과정을 마치고 수료식이 진행되었다. 수료식에 앞서 4명의 새싹서부인들을 만나 서부인이 되기까지의 과정과 미래의 꿈에 대해 이야기를 나누었다. 글 편집실 사진 전재천

사보를 통해 선배들에게 인사를 하는
자리이기도 한데요. 나를 표현할 수 있는
한 줄 자기소개해주세요.

권찬엽 안녕하세요! 항상 파이팅이 넘치는 열정을 가진 남자 권찬엽입니다.

호소영 활력 넘치는 에너지이저 호소영입니다.

이나영 다정함과 온화함을 지닌 곰돌이 푸우 이나영입니다. 곰돌이 푸우는 성격이 푸근하고 화도 내지 않아서 친구들이 붙여준 별명입니다.

이석원 에너지를 전파하는 에너지 넘치는 신입사원 이석원입니다.

최종합격을 확인했을 때
기분은 어땠나요?
다섯 글자로 표현해주세요.

권찬엽 '수고 많았다.' 에너지 기업 입사가 목표였어요. 그런데 이 목표가 쉽게 이루어지지 않더라고요. 서부발전에 입사하기 까지 2년의 시간이 걸렸는데, 그 동안 취업활동만 할 수 없는 상황이라 낮에는 일을 하고 저녁에는 공부하면서 보냈어요. 이제 그 노력의 시간을 보상받았죠.

호소영 저는 '참 다행이다'라고 말하고 싶어요. 12월 4일이 합격 발표 날이었는데요. 이 날이 저희 오빠 생일이기도 해요. 좋은 날에 제가 분위기를 망칠까봐 걱정했는데 합격해서 정말 다행이었죠. 이날 오빠의 생일은 뒤로 밀리게 되어 조금은 미안하지만 오빠도 정말 좋아해주었어요.

이나영 '꿈 아니겠지?'가 당시의 제 기분이었어요. 취업활동을 하면서 실패도 참 많아서 제 무의식중에 '이번에도 안 되겠지'



평택발전본부
신명택복합발전실
시운전부 **호소영** 사원
**활력 넘치는
에너지이저**



“앞으로 실수하는 일도 많겠지만 낙담하지 말고 끊임없이 노력해서 성공하는 내가 되자!”

“이제 걸음마를 시작했는데, 혹시 미래에 나태하게 되는 때가 온다면 지금의 모습을 떠올리며 마음을 다잡고 업무를 수행하는 사람이 되자!”

“지금까지 고생 많았다. 앞으로 닥치는 일도 힘들 수 있지만 취업 준비 기간 동안 힘들었던 것 생각하면서 열심히 하면 못 버틸 것 없다.”

“어려운 일이 있더라도 긍정적인 마인드로 꺾대고, 취준생 시절처럼 꾸준히 하면 잘 이겨낼 것이라고 생각해. 파이팅!”

라는 생각이 자리잡았더라고요. 그런데 합격한 거예요. 이거 정말 꿈 아니겠지 라는 생각에 계속 확인하고 또 확인하고 그랬더니깐요.

이석원 저도 꿈이 전력회사에 입사하는 것이었어요. 그래서 원자력 발전소, 발전소 정비회사에서 경험을 쌓기도 했어요. 그렇게 한 우물을 파며 드디어 서부발전엔 입사하게 된 거예요. 그래서 합격을 확인했을 때 ‘드디어 됐다’라고 생각했어요.

첫 월급을 받았다고 들었어요. 받은 월급으로 무엇을 했는지 궁금해요.

권찬엽 어머니께 지갑을 선물해 드렸어요. 낮은 지갑이 항상 마음에 걸렸거든요. 그리고 동생에게 시계를 선물하고요. 그리고 동기들과 소고기 먹었어요. 어느 날부터 소고기가 너무 먹고 싶은 거예요. 무언가 먹고 싶을 때, 그것이 돼지고기가 아닌 소고기를 제 돈으로 사먹을 수 있게 되었다는 것에 괜히 스스로 대견하고 뿌듯했어요.

이나영 합격하고 입사 전까지 남은 시간 동안 운전면허 시험 준비를 했어요. 아쉽게도 재도전을 해야 해서 돈을 아껴두었습니다! 그리고 첫 월급으로 부모님 여행을 보내드리려 했는데 이왕 여행하는 것 돈 더 많이 모아서 더 좋은 곳으로 보내드리자 라는 생각이 들어서 통장에 아껴두었는데요. 하루 빨리 부모님 여행 보내드리는 날이 왔으면 합니다.

이석원 그동안 틈틈이 모아두었던 돈과 합쳐서 요즘 효도선물 1위인 안마의자를 부모님께 사드렸어요. 굉장히 만족해하시고, 지인들에게 자랑도 하셨어요. 부모님 좋아하는 모습을 보니 이제 효도 하는구나 싶었어요.

호소영 부모님께 용돈과 함께 식사 대접을 했어요. 부모님께서 막내한테 얻어먹는 날이 왔다고 좋아하셨어요. 이 모습을 보니 취준생 시절의 고생이 싹 날아가는 것 같았어요.

이제 서부인이 되었는데요. 서부발전을 통해 이루고 싶은 목표가 있다면 무엇인가요?

권찬엽 존경받는 아버지가 되고 싶어요. 직장생활을 통해 업무적으로 성공하고, 가정도 꾸리고. 그러면서 자식들에게 좋은 아버지, 존경받는 아버지가 되는 것. 이것이 가장 큰 목표입니다.

호소영 제가 지금은 이제 막 6주의 교육과정을 마친 신입사원이지만 언젠가는 제가 스스로 업무를 주도해 나가는 사람이 되고 싶어요.

이나영 ‘후배들이 본받고 싶은 선배가 되자!’가 제 목표입니다. 학교 선배 중에 서부발전 직원이 있는데요. 취업준비를 하면서 그 선배에게 도움을 정말 많이 받기도 하고, 그렇게 도움을 주는 선배를 보며 참 멋있다는 생각을 했어요. 저도 그런 선배가 될 수 있도록 열심히 노력하겠습니다.

이석원 노련한 전문가가 되고 싶습니다. 그러기 위해서는 업무에 있어 다양한 경험이 중요하다고 생각하는데요. 저에게 주어지는 모든 일을 즐거운 마음으로 임하겠습니다.

직장인으로 첫 발을 내딛었습니다. 나 자신을 위한 응원의 메시지를 보내주세요.

권찬엽 지금까지 고생 많았다. 앞으로 닥치는 일도 힘들 수 있지만 취업 준비 기간 동안 힘들었던 것 생각하면서 열심히 하면 못 버틸 것 없다.

호소영 어려운 일이 있더라도 긍정적인 마인드로 힘내고, 취준생 시절처럼 꾸준히 하면 잘 이겨낼 것이라고 생각해. 파이팅!

이나영 앞으로 실수하는 일도 많겠지만 낙담하지 말고 끊임없이 노력해서 성공하는 내가 되자!

이석원 이제 걸음마를 시작했는데, 혹시 미래에 나태하게 되는 때가 온다면 지금의 모습을 떠올리며 마음을 다잡고 업무를 수행하는 사람이 되자!

발전소는 수많은 설비가 정확하게 맞물려 돌아가야 제 기능을 발휘한다. 그러려면 각 기기의 작동 상태를 실시간으로 파악하고 정밀 제어할 수 있는 분산제어시스템(DCS)이 반드시 필요하다. 이 분야 최고의 중소기업 제스엔지니어링은, 최근 DCS 외에도 발전소 운용에 큰 도움을 주는 각종 시스템 및 장비를 속속 개발하며 세간의 주목을 받고 있다. 글 강진우 사진 전재천

발전소 제어의 밑그림을 그린다

☞제스엔지니어링

자체 기술로 개발한 제품, 글로벌 기업과 겨루다

DCS는 발전소 설비와 운전원 사이에서 오가는 상태 및 제어 신호를 여러 대의 컴퓨터로 나눠 보다 효율적으로 처리할 수 있도록 돕는 제어시스템이다. 수많은 발전소 기기의 정보를 한 컴퓨터에서 처리하면 처리 속도가 상당히 떨어진다. 또한 그 컴퓨터가 어떠한 이유로 먹통이 되면, 모든 발전소 기기의 동작이 멈추거나 오작동이 일어나 사고가 발생하는 등 심각한 문제가 발생할 수 있다. 따라서 DCS 설계·설치·최적화를 위한 시운전은 발전소에 있어 필수 불가결한 요소. 제스엔지니어링은 모든 발전사가 인정하는 이 분야 최고의 중소기업이다.

제스엔지니어링이 1등 자리에 오를 수 있었던 비결은 '사람'이다. 창업 전, 오인수 대표는 동종 분야 기업의 관리임원으로 일했다. 그런데 어느 순간부터 사운이 급격히 기울었고, 결국 그 회사는 문을 닫고 말았다. 오 대표는 지금껏 경험과 노하우를 쌓아 온 DCS 엔지니어들이 뿔뿔이 흩어지는 상황이 안타까웠고, 이들과 함께 제스엔지니어링을 설립하기로 결심했다. 2007년 7월의 일이었다.

"일반적으로 다른 회사들은 엔지니어를 1~2명 정도 보유하고 있습니다. 반면 저희는 15명으로 구성된 막강한 사내 엔지니어 그룹을 구축했습니다. 단지 사람만 많은 게 아닙니다. 한 명 한 명이 엄청난 경험과 노하우를 축적한, 그야말로 일당백의 엔지니어들입니다. 이렇듯 엔지니어의 양과 질에서 모두 앞서 나가다 보니 DCS 설계·설치·시운전을 한층 신속 정확하게 수행할 수 있습니다. 뿐만 아니라 DCS에 문제가 발생하는 등의 관련 위급 상황 발생 시 언제든지 실시간으로 대응함으로써 발전사의 손실을 최소화할 수 있죠. 결국 우리 회사의 최대 강점은 사람인 셈입니다."

발전 설비에 덧붙이는 '4차 산업혁명'

DCS 분야에서 승승장구하던 제스엔지니어링은 지난 2010년부터 본격적으로 연구 개발에 뛰어들었다. 자체 개발품으로 '매출 다변화'와 '발전 산업 기여'라는 두 가지 목표를 동시에 달성하기 위해 나선 것. 꾸준한 노력의 결과물로 다양한 제품이 세상에 나온 가운데, 가장 주목할 만한 설비는 복수기 세정장치(CTCS)와 3D 주제어설비 관리시스템(3D-MCMS)이다.

발전 터빈을 돌린 뒤 압력과 온도가 떨어진 증기는 재가열을 위해 다시 물로 환원시켜야 한다. 이를 위해 포집한 증기를 15°C 내외의 바닷물이 흐르는 1만여 개의 얇은 관 다발 사이로 통과시켜서 물로 되돌리는데, 이 설비가 바로 복수기다. 복수기 세정장치는 작은 스펀지볼을 복수기의 얇은 관 다발 내부로 투입, 곳곳에 쌓인 바닷물의 각종 노폐물을 제거하는 역할을 한다. 제스엔지니어링은 여기서 한 단계 더 나아가, 스펀지볼 함수·마모 스펀지볼 선별 및 새 스펀지볼 투입 등 일일이 손으로 했던 작업들을 자동으로 수행하는 스마트 복수기 세정장치(SA-CTCS)를 개발, 태안발전본부 2호기를 통해 실증화사업을 진행 중이다. 한편 기존에는 발전소 설비에 문제가 발생했을 시 책자 형태의 정비 매뉴얼을 활용했는데, 그러다 보니 문제 대응이 상당히 늦었다. 제스엔지니어링은 3D주제어설비 관리시스템(3D-MCMS)의 3D 그래픽 및 프로그램을 이용해 전자기기 실 주제어 설비 정보, 결선정보, 정보이력, 장애 대책에 대한 신속한 대응이 가능해졌다. 제스엔지니어링은 앞으로 증강현실·사물인터넷·인공지능·빅데이터 등 4차 산업혁명 기술을 적용한 발전 설비를 지속적으로 선보일 예정이다. 최근에는 증강현실을 활용한 정비 교육시스템을 기획하고 있다. 최신 기술을 바탕으로 발전 설비 분야를 선도하고, 이를 통해 발전 산업의 성장에 일조하겠다는 제스엔지니어링 임직원들. 그 용기와 열정에 박수를 보낸다.



제스엔지니어링은 책자를 대신해, 3D 그래픽과 태블릿PC를 활용하여 보다 쉽고 정확하게 문제를 파악·조치할 수 있도록 돕는 3D 주제어설비 관리시스템도 개발, 실증화사업 말미에 접어들었다.



Going Newtro!

: 뉴트로 패션

세련된 촌스러움이 요즘 트렌드

태안발전본부 기술지원처 화공운영부 도현지 사원
서인천발전본부 발전기술실 발전부 김동명 사원



‘뉴트로’가 2019년 트렌드로 자리하며 패션에까지 영향을 주고 있다. 촌스럽다 여겼던 빅로고와 마치 경성시대로 돌아간 것만 같은 패션이 눈에 띈다. 이번 호 <패션피플>에서는 뉴트로 패션에 도전했다. 글 편집실 사진 전재천

빅로고가 촌스럽다고요?

“뉴트로 관련 아이템들을 보면 신기한 것들이 많아요. 90년대 옷을 재현해놓은 것을 봤는데 지금 봐도 촌스럽지 않고 예쁘더라고요. 특히 어렸을 때 엄마가 입혀주시던 코듀로이 소재나 부츠컷 청바지가 요새 많이 보이는 걸 보면 유행은 돌고 돈다는 말이 맞는 것 같아요.”

뉴트로 문화의 중심에 있는 도현지 사원에게 이번 콘셉트는 하나의 놀이이다. 그 놀이의 첫 번째 스타일은 빅로고 패션. 최근 몇 년 사이에 많은 브랜드들이 자신의 로고를 숨기려 하는 경향을 보였다. 대놓고 크게 자신의 브랜드 로고를 내보이는 것을 촌스럽다고 생각했기 때문이다. 하지만 최근 8090시대의 복고풍이 유행하면서 그때 그 시절의 빅로고가 다시 돌아왔다. 도현지 사원은 맨투맨 티셔츠에 테니스 스커트를 매칭했다. 파스텔 톤의 하늘색과 분홍색이 조화를 이룬 맨투맨 티셔츠와 하얀색 테니스 스커트는 긴 겨울을 밀어내고 봄의 느낌을 자아낸다. 여기에 스포티한 느낌에 어울리는 롤링백을 들었다.

김동명 사원은 도현지 사원보다 좀 더 스포티한 느낌을 내기 위해 트레이닝복을 선택했다. 영화 <건축학개론> 속 납득이의 요즘 버전이라 생각하면 되겠다. 빅로고 스타일에 맞게 상의는 물론 하의에도 브랜드 로고가 크게 박혀있다. 트레이닝복 스타일에서 포인트는 바지 밑단을 양말 속에 넣는 것! 누가 이렇게 입을까, 싶지만 이것이 요즘 젊은 층들 사이에서 유행이라고 한다.



오래된 것의 아름다움

복고(Retro)를 기반으로 하고 있는 레트로 문화. 보통 복고라 하면 젊은 층에게는 아주 먼 시절의 이야기다. 하지만 복고라는 것은 각자의 기준에서 자신만의 추억을 담고 있는 것 아니겠는가. 때문에 밀레니얼 세대라고 해서 자신만의 추억의 복고가 없는 건 아니다.

“제 추억의 아이템이라 하면 아버지의 필름카메라예요. 고등학교 미술시간에 우연치 않게 아버지의 필름카메라를 쓰게 되었던 기회가 있었어요. 아버지께서 저의 성장과정을 담았던 카메라죠.”

필름카메라 특유의 아날로그적인 분위기가 좋아 여행을 갈 때면 그 카메라를 항상 챙겨가곤 한다며 김동명 사원이 말한다. 세상이 변하고 옛 물건은 디지털화 되어 편리해졌지만 오랜 시간을 품고 그 안의 이야기를 담은 물건을 온전히 대체하지는 못했다. 도현지 사원 추억의 아이템은 교복이라고 한다. 학생 때는 교복입기 싫어 이래저래 딴 짓도 해보았지만, 출근할 때마다 옷 고르는 생각하면 교복입었던 그 때가 좋았다고 웃으며 말한다. 학생시절 우리가 어른들에게 듣던 ‘교복 입고 다닐 때가 좋은 거야’라는 말. 그저 어른들의 훈수 정도라 생각했지만 이제 그 말에 고개가 끄덕여지는 걸 보면 우리도 어느새 세상의 ‘단짠’을 알게 된 어른이 되었다.



경성의 셀럽! 모던보이 & 모던걸

요즘 젊은 층에 있어 가장 핫한 놀이는 콘셉트 사진 찍기다. 그 중에서 콘셉트 사진관 예약 1 순위가 바로 경성시대 스타일. 우리도 트렌드에 맞춰 경성시대 스타일에 도전해보기로 했다. 콘셉트에 맞춰 의상을 갈아입고 나온 두 사람. 도현지 사원은 그 시절의 모던걸이 되었다. 꽃 자수가 포인트인 버건디색 통원피스를 입고, 망사 미니 페도라를 써 그 시대의 분위기에 방점을 찍었다. "사실 친구들이랑 경성스타일 콘셉트로 사진 찍으러 가기로 했어요. 먼저 한번 입어보니 어떤 느낌인지 알겠어요."

도현지 사원의 한 마디 말에 이번 콘셉트 촬영이 젊은층들의 트렌드임을 명확히 알 수 있었다. 도현지 사원이 경성시대 모던걸이라면 김동명 사원은 모던보이로 변신했다. 진한 회색의 스트라이프 수트를 쓰리피스로 착장했다. 여기에 2:8 포마드 스타일로 머리를 완성하며 경성시대의 멋쟁이로 탄생했다. 그 시절의 분위기를 내고자 조명도 다운시키고 촬영 포즈도 조금은 딱딱한 자세를 취해보았다. 처음의 어색함도 이제는 재미가 되어 여러 포즈도 이젠 척척이다.

"뉴트로 문화가 1020세대에게는 경험해보지 못한 것을 간접적으로 체험해보게 하고 3040 이상 세대에게는 추억을 떠올리게 하는 것 같아요. 모든 세대가 함께 향유할 수 있어 좋은 의미를 담고 있는 문화인 것 같아요."

김동명 사원의 말처럼 세대를 분리하고 다른 견해차가 생기는 것이 아닌 서로 공유할 수 있는 문화가 바로 뉴트로인 것 같다. 이러한 의미를 담아 도현지 사원은 "요즘 이런 사진을 찍는 게 유행이에요. 선배님들도 가족, 친구들과 함께 체험해보면 좋을 것 같아요"라며 추천한다.



이번 봄나들이에는 뉴트로 패션으로 스타일리시하게

도현지 사원의 추천과 함께 선배들에게 권하고 싶은 '요즘' 문화가 있다면 무엇이 있는지 물으니 김동명 사원은 '브이로그'라고 답한다.

"굳이 웹에 올리려는 목적이 아니더라도 자신의 일상, 경험을 영상으로 남기는 것이 사진과는 또 다른 맛을 주는 것 같아요. 동기들이랑 엠티를 갈 경우에 영상으로 기록하는데요. 훗날 다함께 본다면 굉장한 추억으로 남을 것 같아요."

'뉴트로'라는 콘셉트로 진행된 패션피플 촬영. 과거와 현재를 넘나드는 시간이었다. "올해 뉴트로가 트렌드라고 해요. 따뜻한 봄날 나들이 갈 때 뉴트로 패션으로 멋을 내고 가는 것도 좋을 것 같아요. 저도 오늘 처음 입어보는 옷이라 걱정 많이 했는데, 자신에게 어울리는 아이템을 적절히 섞어도 훨씬 센스있게 입을 수 있을 것 같아요. 다들 이번 봄에 도전해보세요!"라며 도현지 사원이 서부인들에게 패션 제안을 한다. 뉴트로 패션이라고 해서 어려운 것 하나 없다. 나의 반짝반짝 빛나던 청춘 시절을 떠올리면 된다. 내 인생 최대의 멋을 내려 했던 그때 그 시절. 만약 누군가가 "요즘 누가 이렇게 입어!"라고 핀잔을 준다면 이렇게 말하자. "이게 바로 요즘 힙한 문화 뉴트로 패션이에요!" 당당하게 뉴트로를 외치고 시도하는 당신은 이 시대의 패션피플이다.



Deep : 퍼스널 트레이닝

손목을 조금 비틀었을 뿐인데 감전된 것처럼 찌릿하다면 손목터널증후군일지 모른다. 컴퓨터 자판이나 스마트폰 장기간 사용과 요즘 현대인이라면 기본적으로 갖고 있는 생활습관으로 손목터널증후군을 앓고 있는 사람들이 증가하고 있다. 이를 예방하기 위해 틈틈이 손목스트레칭을 해보는 건 어떨까. 글 편집실

손목터널증후군 스트레칭 손목이 찌릿찌릿!

5
minute

손목터널증후군 자가진단



- 1 양 손등을 마주 본다. ✓
- 2 마주본 상태에서 90도 직각으로 꺾는다. ✓
- 3 그 상태에서 60초 정도 기다린다. ✓
- 4 60초 뒤에 저림 현상이 있다. ✓

✕ 이 단계를 거쳤을 때 저림 현상이 있다면 손목터널증후군이 의심된다. 틈틈이 손목스트레칭을 통해 더 악화되는 것을 막을 필요가 있다. ✕

손목터널증후군 예방 손목스트레칭



STEP.1

손목 꺾어 늘려주기

- 1 오른쪽 손목을 세우고 왼손은 오른손을 몸쪽을 향해 당긴다. 10초간 유지한다.
- 2 오른손바닥을 하늘로 향한 후 왼손으로 오른손을 잡고 아래로 당겨준다. 10초간 유지한다. 같은 방법으로 반대 손도 실시한다.



STEP.2

주먹 쥐었다 펴기

- 1 손목을 반듯하게 편 다음 손가락을 이완시킨다.
- 2 주먹을 최대한 꽉 쥘다.
- 3 팔목과 손가락을 느슨하게 펴고 다섯을 센다. 같은 방법으로 반대편 손도 실시한다.

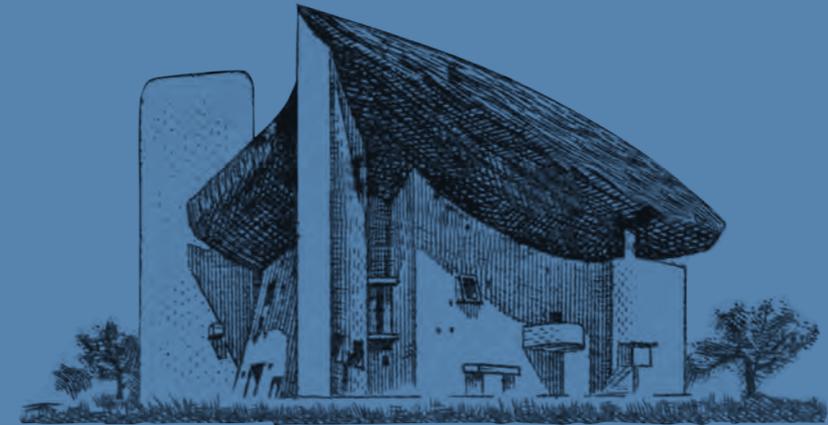


STEP.3

손목 주먹 쥐었다 꺾기

- 1 손목을 가볍게 떨어뜨린다.
- 2 1번의 상태에서 주먹을 쥐고 몸쪽을 향해 당긴다.
- 3 손을 펴면서 손목을 몸 쪽을 향해 당긴다.

Wide : 르 코르뷔지에



감각적이고 비합리적인 건축의 탄생, 롱상성당

르 코르뷔지에가 활동하던 시절 건축이란 기본적인 기하학을 활용해 기능과 형태가 상호 교감하는 것이라 생각했다. 이것을 전복한 건축물이 바로 롱상성당. 건축계의 반응은 뜨거웠다. 극단적 비합리주의의 건축이라는 비난과 함께 표준과 합리성을 넘어선 노력으로 극찬을 하기도 했다. 어떠한 평가를 받든 르 코르뷔지에는 이 성당을 통해 균형 잡힌 구성 체계를 취하면서도 전체가 공명하며 유동하고, 특정한 틀에 얽매어 작업하지 않는 자유인임을 보여준다.



추억의 달동네

<http://www.daldongnae.co.kr/>
〈위치〉 경상북도 경주시 보불로 216-8
〈전화〉 054-748-5002
〈관람시간〉 봄/가을/겨울 09:00~19:00
여름 09:00~20:00 (입장, 마감시간은 연장될 수 있음)
*마감 1시간 전까지 입장

버드파크

<http://www.birdparks.co.kr/>
〈위치〉 경상북도 경주시 보문로 74-14
〈전화〉 054-777-7200
〈관람시간〉 10:00~19:00 (18:00까지 입장가능)



색다른 볼거리가 가득한 곳,
경주에도
이렇게
신나는 곳이?!

첨성대, 불국사가 먼저 생각나는 문화와 역사의 도시 경주. 하지만 경주의 매력은 이뿐만이 아니다. 색다른 매력으로 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 경주의 이색 관광지를 살펴보자. 글 편집실

추억의 달동네

추억의 달동네는 1960~80년대의 풍경을 그대로 간직하고 있다. 입구에 위치한 문구점에는 아폴로, 막대사탕 같은 불량식품과 종이인형, 유리구슬 같은 추억의 장난감을 구매할 수 있다. 처음 보이는 골목길에는 옛날 만화방, 약방 등 다양한 간판이 걸려있는 것이 눈에 띈다. 골목 곳곳에서 사진을 찍으면 과거와 현재를 오가는 느낌을 받을 수 있다. 길을 따라 자리한 봉건사회관, 학교길, 영화관은 옛 생활모습을 재현해 놓아 어린아이들도 쉽게 과거의 모습을 엿볼 수 있다. 학교길에서는 옛날 교복을 무료로 대여해 주고 있다. 저잣거리에는 파출소와 보건소뿐만 아니라 철물점, 연탄집, 분식집 등 여러 가게들이 늘어서 있다. 동네 여기저기에 붙어있는 전단지과 안내문은 그 시절 특유의 말투를 사용하고 있어 한층 더 몰입하게 만든다. 추억의 달동네를 한 바퀴 둘러보는데 걸리는 시간은 약 1시간 정도이다. 별도의 요금을 낸다면 귀신의 집에서 무시무시한 공포체험도 함께 즐길 수 있다.

버드파크

입구의 큰 모형깃털이 인상 깊은 버드파크는 이름 때문에 새만 있다고 생각하는 사람이 많지만 파충류, 거북이, 물고기와 같은 다양한 종류의 동물들을 만나볼 수 있다. 버드파크 전시관은 1층이 동식물 체험관, 2층은 스토리텔링장으로 구성되어 있다. 동식물 체험관에서는 약 250종의 크고 작은 새들을 가까운 곳에서 보고 만질 수 있다. 먹이봉지를 구매하면 팔에 새를 얹혀놓고 직접 먹이를 주는 색다른 경험도 할 수 있다. 일부 구역은 작은 수족관처럼 되어 있어 상어, 잉어 등 여러 해양생물도 함께 볼 수 있다. 2층에 위치한 스토리텔링장에는 조류별로 새의 알과 뼈 모형을 전시하고 있다. 부화실도 있어서 막 태어난 아기 새의 모습도 만날 수 있다. 비행 시뮬레이션 게임을 통해 새가 되어 하늘을 날아보는 것도 하나의 재미다. 전시관 밖에 위치한 제2 전시관은 마치 숲 속을 걷는 듯한 느낌을 준다. 버드파크는 새를 중심으로 한 동식물 테마파크임과 동시에 월지를 현대적 모습으로 재현한 전시문화공간이다. 야외체험장으로 나가면 월지를 1/25로 축소 재현한 임해지가 있다. 월지는 안압지라는 이름으로도 유명하며 신라시대에는 연회를 열거나 귀빈을 접대하는 장소로 쓰였던 곳이다.



테디베어박물관



교촌마을

테디베어박물관

테디베어박물관에서는 테디베어와 함께 타임머신을 타고 여러 세계를 여행할 수 있다. 박물관 내부는 공룡관, 해저관, 신라관, 아트갤러리, 3D극장 등으로 나뉘어져 있다. 제일 처음 방문하는 공룡관은 경주에 실제로 살았던 공룡들의 실감나는 모습과 그런 공룡을 타고 있는 귀여운 테디베어의 모습을 즐길 수 있다. 그 뒤로 이어지는 신라관에서는 신라시대의 생활모습을 사람이 아닌 테디베어로 표현해 감쪽함을 더한다.

테디베어가 신라시대의 의상을 입고 있어 더 정밀한 느낌을 준다. 선덕여왕부터 불국사, 석굴암과 같은 유적지도 쉽게 접할 수 있다. 테디베어에 경주만의 특색을 더한 모습이 인상 깊다. 전시 후반부에는 좀 더 다양하게 테디베어를 배우고 즐길 수 있다. 역사관에서는 1900년대부터 시작되는 테디베어의 역사와 앤틱 테디베어를 전시하고 있다. 아트갤러리에서는 마리 앙투아네트, 비너스상 등의 예술작품을 바탕으로 한 테디베어의 모습을 보며, 세계의 명작들을 보다 친근하게 접하는 기회를 갖는다.

교촌마을

교리김밥과 최부자집으로 유명한 교촌마을은 한반도 최초의 국립대학인 국학이 있던 장소이기도 하다. 국학은 고려 시대에 향학을 거쳐 조선시대에는 향교로 이어졌고 '교촌'이라는 마을의 이름에도 영향을 주었다. 지금도 교촌마을에는 향교와 전통한옥이 많이 남아있다. 교촌마을이 일반 한옥마을과 다른 점은 체험시설이 다양하다는 점이다. 토기공방, 누비체험장에서는 전통방식으로 토기와 머리핀 등을 만드는 체험이 마련돼 있다. 어렵지 않기 때문에 어린 아이들이 쉽게 자신만의 작품을 완성할 수 있다. 한복대여점인 '경주를 입다'에서는 한복대여뿐만 아니라 금관 만들기와 한지공예 체험과 같은 교육도 준비되어 있다. 또 인절미 아이스크림과 전통 떡으로 유명한 교촌가람에서는 매주 토요일과 일요일에 무료로 떡 매치기 체험을 할 수 있다. 이 밖에도 교촌국악원, 전통찻집 등 여러 종류의 체험장이 마을을 구성하고 있다. 전통을 경험하며 잊혀져 가는 역사를 배우고 추억을 새겨본다.



테디베어박물관

<http://www.teddybearmuseum.com/home/>

〈위치〉 경상북도 경주시 보문로 280길 34번지

〈전화〉 054-742-7400

〈관람시간〉 10:00~19:00 (18:00 입장마감)



교촌마을

<http://gyochon.or.kr/>

〈위치〉 경상북도 경주시 교촌길 39-2 (교동)

〈전화〉 054-760-7881

〈관람시간〉 체험장마다 상이함으로 홈페이지/전화 확인 필요

마음과 뇌는 연결되어 있다. 심한 충격으로 마음이 닫히면 뇌에서 그 기억을 지우는 것처럼 말이다. 이정도까지는 아니지만 상처가 되는 말을 들으면 사람의 뇌는 스스로를 보호하기 위해 뇌 변형을 택한다. 당연히 그 변형이 좋은 방향은 아닐 터. 때문에 특히 뇌 발달이 한창 이루어지는 성장기 어린이에게 있어 부모의 말이 중요한 이유가 바로 여기에 있다. 글 김지은
참고도서, <아이의 뇌에 상처 입히는 부모들>, 도모다 아케미 지음, 북라이프 펴냄

무심코 던진 부모의 한 마디의 말

아이의 뇌는 상처를 입어요



마음은 어디에 있나요?

우리는 흔히 마음에 상처를 입었어, 라고 말한다. 이 관용구의 의미는 슬프거나 화가 났다는 등의 부정적 감정이 당분간 잊히지 않고 나를 괴롭힐 것 같아, 라고 해석할 수 있다. 여기에서 주목해야 하는 것은 마음이란 무엇인지이다. 우리는 크게 놀랐을 때 심장이 평소와 다르게 두근거리거나 위가 조여드는 듯한 통증을 경험하기도 한다. 이것은 우리 마음의 반응이다. 그렇다면 마음이 가슴부터 배에 이르게 자리하고 있는 것일까? 심장이 두근거리고 위가 아프게 느껴지는 신체의 화학작용은 뇌에서 보낸 신호를 전달받아 이루어진다. 뇌에서 호르몬을 분비하도록 명령해 장기에 영향을 미치는 것이다. 결국 낭만적인 이야기는 아니지만 사람의 마음이란 '뇌'라고 볼 수 있는 것이다.

마음도 발달 장애를 겪어요

인간의 마음-곧 뇌는 과도한 스트레스를 받으면 '물리적'으로 손상된다. 갓 태어났을 때 겨우 300그램에 불과한 인간의 뇌는 서서히 성장하면서 생존 요령을 습득해간다. 사람의 발달을 연구한 많은 박사들은 뇌의 발달에 큰 영향을 미치는 시기로 태아기, 영유아기, 사춘기라고 말한다. 인생의 초기 단계에서 사람의 뇌는 형태를 잡는 것이다. 이 형태를 잡아가는 시기에서 극도의 스트레스를 받는다면 아이의 섬세한 뇌는 고통에 적응하기 위해 변형되어 버린다. 살아남기 위한 방어기제인 셈인데, 뇌 성장이 더뎌지고 부정적 성향의 생각을 많이 하는 뇌가 되어버린다. 위에서 우리는 마음을 뇌라고 보았다. 이렇게 성장기에 받은 스트레스들은 마음의 성장에도 방해로 주어 '마음 발달 장애'를 유발하게 된다. 이런 환경에서 자라난 사람들은, 예를 들자면 화를 쉽게 내거나 난폭한 행동을 하는 등 비행으로 치달는다. 그렇다면 성장기의 스트레스는 어디로부터 오겠는가. 부모로부터의 충분치 못한 사랑 그리고 부모의 학대로부터 기인할 것이다. 학대라는 말은 너무 과격한 느낌이다. 그러나 일상 속에 숨어있는 '부절절한 태도' 또한 심리적 학대로 보아야 한다. 미디어에서 접하는 유난한 폭력적 학대만이 아이에게 가해지는 학대가 아니다. 부모의 폭언, 부부싸움 등이 모두 학대-정서적 학대의 범주에 들어간다. 이런 환경에 지속적으로 노출된 아이들은 마음-뇌를 다치게 되어 결국 아이의 마음-뇌는 변형되고 만다.

이런 행동이 아동 학대?

보건복지부 산하 중앙아동보호전문기관에서 발표한 연도별 아동학대 신고 접수 건수, 일반 상담 건수, 의심 사례 자료(2001~2016)를 보면 해가 갈수록 증가하는 추세이다. 이어서 피해 아동의 연령은 초등학생, 중고생, 3세부터 미취학 아동의 순서였다. 우리나라에서는 아동복지법 제3조 제7호에 따라 아동학대를 보호자를 포함한 성인이 아동의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적, 심리적, 성적 폭력이나 가혹행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것으로 정의한다. 즉 습관적으로 아이에게 폭언을 하거나, 화를 내는 것 또한 어떤 의미에서는 아동학대로 볼 수 있다는 것이다. 조금 더 구체적으로 들여다보자. 아이에게 소리



를 지르거나 위협을 가하고 욕설을 퍼붓는 것들은 모두 언어폭력이라 할 수 있다. 물론 지속적인 언어폭력들은 아닐 것이다. 그러나 도가 지나친 폭언이 아이에게 자주 가해진다면 또 아이의 부모가 아이의 앞에서 자주 다투게 된다면 그 아이는 마음에 상처를 입게 될 것이고 자신의 마음을 지키기 위해 사람의 마음인 뇌 변형이 일어나게 되는 것이다. 어린 시절에 사랑과 칭찬을 제대로 받지 못하고 자란 사람들은 자기 긍정감이 낮고 자율신경계의 기능이 떨어져 우울감에 빠지거나 자해 행위를 반복하기도 한다. 부모 또한 사람이다. 시행착오를 거듭하며 육아의 방법을 깨달아가는 것인데 이런 깨달음의 과정 속에서 아이에게 상처를 주는 행동은 단 한 번도 하지 않았기란 신정도여야 가능하지 않을까. 그렇다면 이렇게 위험한 심리적 학대를 어떻게 하면 피할 수 있을까? 그리고 혹여 이미 내가 아이에게 심리적으로 압박감을 주었다면 어떻게 회복시킬 수 있을까?

이미 다친 마음-뇌도 회복이 될까요?

사랑은 받아봐야만 줄 수 있다는 말이 있다. 어린 시절에 많은 사랑을 받은 아이는 자신이 당연히 사랑받아야 하는 존재라 생각하는 어른이 된다. 곧 자존감이 견고한 사람이 되는 것이다. 혹시 이 글을 읽는 부모 중에 나는 이미 아이의 자존감을 망가뜨린 것은 아닐까 걱정하는 사람이 있다면, 안심하길 바란다. 다행히도 사람의 마음에 가해진 상처는 치유될 수 있으니. 즉 앞서 이야기했던 마음-뇌의 상처는 치유될 수 있다. 뇌는 급성장하는 '민감기'라는 시기가 있어(앞서 언급한 시기) 이 기간에 가해진 상처 요인들은 뇌의 모습을 바꾸어버린다. 뇌에 흔적을 남기는 것이다. 이렇게 손상된 뇌는 피부나 소화기관 등의 세포와 달라서 재생이 불가능하다고 생각해온 것이 사실이다.

그러나 다양한 분야에서 연구되어온 결과 손상된 뇌도 회복될 수 있다는 사실이 증명되었다. 이 연구는 어른을 대상으로 이루어졌으나 어른의 성장이 끝난 뇌도 회복이 가능하니 성장 중인 아이의 뇌 또한 회복이 가능하리라는 것이다. 꾸준한 시간과 노력을 쏟으면 아이의 상처받은 마음-뇌는 복구가 가능하다. 우선 아이가 상처 받게 된 환경을 개선해주어야 한다. 부모도 사람이다. 화를 낼 수는 있다. 화라는 것이 내야지 하고 계획적으로 내는 것이 아닌 불쑥 튀어나가는 것이기에 화가 난다면 그것은 내 능력 밖의 일인 것이다. 문제는 화를 낸 이후이다. 아이에게 부모가 화를 낸 이유를 차분한 환경에서 설명해주고 사과하자. 가장 중요한 것은 아이 또한 하나의 인격체라는 것을 늘 인지하는 것이다. 아이에게 화가 났던 이유를 잘 정리해 아이가 이해할 수 있도록 하자. 또 아이에게 안심할 수 있는 환경과 충분히 사랑받고 있음을 느끼게 해주자.

아이와의 대화에서는 다음 세 가지만 기억하자. 첫째, 아이를 적절하게 격려하자. 둘째, 아이를 비교하지 말자. 셋째, 아이가 스스로 결정을 내릴 수 있도록 하자. 이 세 가지만 지켜져도 아이는 부모가 자신을 신뢰하고 사랑하고 있음을 알 수 있다.

부모 언어체크! 혹시 내가 이런 말을?

다음은 아이의 마음에 상처를 주는 말들이다. 혹시 내가 무의식중에 이런 말을 하고 있지는 않았는지 체크해보도록 하자. 단 한 가지라도 있다면 지금 이 순간부터 주의하도록 하자. 그 누구도 아닌 사랑하는 내 아이를 위해서.

- 1 누굴 닮아 이렇게 말을 안 듣니? _____
- 2 어른이 말할 때는 끼어드는 거 아니야. _____
- 3 엄마가 안 된다면 안 되는 줄 알아. _____
- 4 지금 바쁜 거 안 보이니? _____
- 5 이게 다 널 위해서야. _____
- 6 그렇게 까불다 다친다. 다쳐봐야 정신 차리지! _____
- 7 너 이거 해야 장난감 사준다. _____
- 8 너 때문에 내가 못살아. _____

1 부서별 정복해야 할 숫자란?

업무 자체가 숫자와 친밀한 부서들이 있다. 조직 개편이나 입사 등을 통해 하기 부서에 들어가게 됐다면 해당 항목들을 먼저 체크하고 숙지하는 센스를 발휘해보자.

재무팀	홍보팀	영업팀	생산팀
회사 자산, 부채, 자본 총액과 매출액, 영업이익, 재무비율 등	시장점유율과 회사 주가 및 광고 집행비	판매하는 제품의 판매액과 판매촉진비, 매출채권	공장관리비, 제조원가 등

학창시절에는 수포자(수학포기자)로, 취직해서는 숫자 싫어증에 걸린 직장인으로 사는 사람들. 숫자 관련 업무만 맡으면 실수할 것 같고, 틀리면 바보 취급당할 것 같아 도망치기 일쑤였는가? 숫자는 직장생활에 꼭 필요한 '회사의 언어'다. 숫자를 이해하고 사용하면 업무 효율은 물론, 숫자 데이터를 활용한 수준 높은 결과물로 신뢰도를 높일 수 있을 것이다. 글 편집실 참고 서적. <제가 좀 숫자에 약해서> 윤정용 지음 / 앳워크

숫자 싫어증에 걸린 직장인 회사의 언어 '숫자' 정복기

2 읽기도 쉽지 않은 숫자 당당히 외치기

프레젠테이션에서 자신감 있게 브리핑을 하다가, 가장 중요한 숫자를 설명할 때 말을 더듬거렸다면 보고는 한순간 신뢰를 잃을 수도 있다. 만 단위가 넘어가는 긴 숫자! 어떻게 읽어야 할까.

① 십표 4개로 긴 숫자 읽기

숫자 속 십표 4개만 외우면 천원에서 일조 원까지 단숨에 읽을 수 있다. 회사에서 가장 많이 사용하는 숫자는 억 단위와 백만 단위다. 아래처럼 십표가 하나일 때는 천 원, 두 개일 때는 백만 원, 세 개일 때는 십억 원, 네 개일 때는 일조 원이다.

실전 연습을 해보자. **897,989,237원**

당황하지 말고 십표가 2개가 보이면 우선 기준 단위는 100만 원! 700만 원에서 앞의 숫자를 향해 역으로 세어나가면 된다. 바로 팔억 구천칠백구십팔만 구천이 백삼십칠 원'이라고 읽을 수 있다.

② 숨어 있는 십표 '단위'를 조심하라!

<단위: 천 원> **1,000**

상단의 <단위>를 포함시켜 '천 원'이 아닌 '백만 원'으로 읽어야 한다. 하지만 숨어 있는 십표인 <단위>를 확인하지 못해 실수하는 경우가 많다. 결산서나 재무제표처럼 숫자가 빼곡히 적힌 표의 경우, 모든 숫자를 다 적기가 힘들다. 그렇기 때문에 대부분 <단위>를 표의 가장 상단 오른쪽에 기재한다. 표를 읽기 전, <단위>부터 확인하자.

3 숫자가 빠진 보고서는 보고서가 아니다?

① 숫자를 적절한 그래프로 시각화하라

- 선 그래프: 시간의 흐름에 따라 회사의 매출액, 비용 등이 줄고 늘는 것을 보여줌
- 원 그래프: 회사의 매출액을 상품, 수수료 등 항목별로 구분할 수 있음
- 막대 그래프: 2개 이상의 비교가 필요할 때

② 구체적이고 상세하게 숫자를 표기

꽤, 상당한, 많은 등의 추상적 표현이 아닌, '30일 만에 45%' 등과 같이 구체적으로 표현

③ 다른 숫자와 비교해서 보고하기

올해 매출액을 보고할 때는 반드시 2~3년 전의 매출액과 비교해서 보고하면, 그 자료 하나만으로도 매출 추이를 진단해볼 수 있음

4 숫자 관련 표현! 잘못된 표현 찾기

직장 내 보고서뿐만 아니라 일상 생활 속에서도 숫자와 함께 언급되는 다양한 단어들을 부정확하게 쓰는 경우가 종종 있다. 미묘한 차이 같지만 의미 전달에 혼선을 줄 수 있는 표현들을 잡아!

적다 vs 작다

어떤 기준에 미치지 못할 경우 '적다'라고 써야 하고 '작다'는 넓이와 부피, 길이에 적용되는 단어라는 점을 기억하자.

예) 월급이 적다(X), 면적이 적다(X)

증가 vs 증대

증가의 '가(加)'는 더하다는 뜻으로 양이나 수치가 늘었을 때를 의미한다. 증대의 대(大)는 커진다는 의미로 양이 많아지거나 규모가 커질 때 쓰인다.

예) 1분기 매출액이 전년도비 대비

21% 증가했다.

예) A센터 기업 매출 증대 1등 공신

예) 관광객 증가로 매출 증대

수익 vs 이익

수익은 번 돈이고, 이익은 수익에서 비용을 빼고 남은 돈이다.

예) A는 오늘 하루 1,000만 원 수익이 났다.

B는 오늘 하루 1,000만 원 이익이 났다.

그렇다면, B가 훨씬 잘되는 가계다.

영업이익 vs 당기순이익

이 두 가지를 설명하려면 먼저 매출총이익에 대해 알아야 한다.

- 매출총이익=영업수익(매출액)-매출원가
- 영업이익=매출총이익-(판매비+관리비)
- 당기순이익=영업이익±영업 외 수익과 비용-
- 법인세 비용 (최종적으로 회사가 손에 쥘 이익)

집에서도 회사에서도 카페에서도 커피는 우리의 곁을 맴돈다. 커피가 우리생활에 깊숙이 자리를 잡았다고 해도 과언이 아니다. 그렇다면 우리는 커피에 대해 얼마나 알고 있을까? 알면 알수록 깊이가 느껴지는 커피의 세상 속으로 빠져보자. 글 편집실

나도 당신도 몰랐던 커피의 모든 것

TIP.1

알고 마시면 지식도 맛도 2배

뉴크롭(new crop)

올해에 생산된 생두

크레마(crema)

에스프레소 표면에 나오는 갈색 빛을 띠는 크림

드리퍼(dripper)

커피를 추출할 때 사용하는 깔때기 모양의 용기

탬핑(tamping)

포터필터에 담긴 분쇄된 커피를 고르게 해주는 동작

바디감(body)

입 안에 커피를 머금었을 때 느껴지는 묵직한 느낌

데미타세(demitasse)

약 60~70ml용량의 에스프레소 전용 잔

COFFEE TYPES



아메리카노(Americano)

뜨거운 물에 에스프레소 두 잔을 부어 만드는 커피. 미국인이 최초로 만들어 마셨다고 하여 아메리카노라는 명칭이 생겼다.



마끼아또(Macchiato)

우유를 사용하여 크레마에 뚜렷한 자국을 만든 에스프레소. 이탈리아어로 '얼룩진', '점 찍다'란 의미를 가지고 있다.



베리에이션 커피(Variation Coffee)

블렌드 커피에 우유, 생크림, 시럽, 파우더를 첨가한 커피. 라떼, 마끼아또, 카푸치노 등의 커피가 해당된다.



플랫 화이트(Flat White)

에스프레소를 기본으로 마이크로폼 스팀밀크를 넣은 커피. 오스트레일리아에서 카푸치노를 만드는 과정에서 실수로 탄생했다.



롱블랙(Long Black)

아메리카노와 비슷하지만, 물을 조금 덜 넣은 커피. 아메리카노보다 강한 풍미를 즐길 수 있다.



도피오(Doppio)

더블샷 에스프레소를 뜻하는 커피. 보통 40~60ml정도의 양이 제공된다.

TIP.2 커피 추출? 어렵지 않아요

침출식, 프렌치 프레스 (난이도 ★) 커피포트에 굵게 갈은 원두와 뜨거운 물을 넣어서 섞은 후, 필터를 눌러 원두 가루를 아래로 가라 앉히고 올라온 추출액만 따라 마시는 추출방식이다. 뜨거운 물과 같은 원두만 있다면 언제 어디서나 추출이 가능해 외출 시 많이 사용된다.

여과식, 핸드 드립 (난이도 ★★★★★) 드리퍼에 종이필터를 올리고 뜨거운 물을 천천히 부어 추출하는 방식이다. 어떤 드리퍼와 종이필터를 사용하느냐에 따라 커피의 맛이 달라진다. 특히 드리퍼는 플라스틱부터 도자기까지 다양한 재질이 있으며 종류도 다양하다. 멜리타, 칼리타, 고노, 하리오의 4가지 드리퍼가 대표적이다.

가압식, 에스프레소 머신 (난이도 ★★★★★) 원두에 뜨거운 물과 높은 압력을 주어 빠른 시간 내에 커피를 추출하는 방식이다. 현재 대부분의 커피 전문점에서 없어선 안될 도구 중 하나이다. 보통 90도 정도의 물에 9기압의 압력을 20~30초간 가하면 30ml 정도의 에스프레소를 추출할 수 있다고 한다. 추출량과 기능은 에스프레소 머신마다 차이가 있으므로 기계마다 확인이 필요하다.

커피에 대한 엉뚱한 상식?

Q 제일 비싼 커피는 루왁커피가 아니다?

A 흔히 세상에서 제일 비싼 커피를 물어보면 자연스럽게 루왁커피(Kopi luwak)를 떠올린다. 하지만 실제로 제일 비싼 커피는 태국의 코끼리 변에서 만들어지는 블랙아이보리(Black Ivory)이다. 루왁커피도 인도네시아 현지에서 1파운드(435g)에 120~600달러로 판매되는 비싼 커피지만 블랙아이보리는 1파운드에 1100~1500달러 정도로 훨씬 더 비싼 몸값을 자랑한다. 코끼리의 배설물량에 비해 나오는 커피콩의 양은 매우 적기 때문에 분류를 하는 것만 해도 큰일이라고 한다. 힘든 과정을 거쳐 1년에 약 150kg만 생산되는 것이 블랙아이보리가 비싼 이유이다.

생산과정은 루왁커피와 비슷하다. 다른 점이 있다면 동물학대 논란이 있었던 사향고양이들과 다르게 코끼리들은 보호 센터와 협력해 자연적인 방식으로 생산을 한다는 점이다. 더불어 블랙아이보리의 판매금액 일부는 코끼리를 보호하는 지원금으로 사용된다고 한다.

Q 커피! 마시면 안 되는 시간이 따로 있다?

A 커피를 마실 때 주의해야 하는 시간은 오전 8~9시와 식사를 먹고 난 직후다. 오전 8~9시는 우리 몸에서 스트레스 조절 호르몬 코르티솔이 가장 많이 분비되는 시간이다. 코르티솔은 신체를 안정시키고 몸이 에너지를 내도록 돕는 중요한 역할을 한다. 하지만 커피의 카페인 성분은 이러한 코르티솔의 생성과정을 방해한다. 점심 식사 후 입가심으로 커피를 찾는 사람이 특히 많다. 하지만 식후의 빠른 카페인 섭취는 위벽을 자극해 위산을 과도하게 분비 시킨다. 습관적으로 식후 커피를 마신다면 과도한 위산 분비로 인해 위벽이 얇아지고 위염과 같은 위장장애 증상의 발생 가능성이 높아진다. 식후 30분의 간격을 두고 커피를 섭취하는 것이 좋다.

Q 커피가 인간의 수명에 영향을 준다?

A 하루 한 잔 이상 커피는 사망 가능성을 줄여준다. 미국 서던 캘리포니아 의대 연구팀의 연구결과에 따르면 하루 한 잔의 커피를 마시는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 심장질환, 암, 뇌졸중과 같은 사망 가능성이 12% 낮았다. 하루에 2~3잔을 마시는 경우는 18%로 더 낮았다고 한다. 하지만 커피와 건강의 관계가 꼭 좋은 것만은 아니다. 카페인을 많이 섭취하면 오히려 건강을 해친다는 연구결과도 발표된 바 있다. 우리나라 식품의약품안전처에서는 카페인 일일 섭취 권장량을 성인 400mg(평균 커피 2~3잔) 이하, 청소년 125mg 이하, 임산부는 300mg 이하로 권고하고 있다.

우리는 스마트폰 어플리케이션의 편리함과 실용성을 열심히 응용하며 살아가고 있다. 그렇다면 어플들이 이렇게 편리함을 위해 존재할까? 혹시 그렇다고 생각한다면 당신은 스마트폰을 덜 활용하고 있다고 볼 수 있다. 세상에는 당신이 상상했거나, 전혀 상상하지 못했던 영역의 유용하면서도 재미있는 다양한 어플들이 존재하고 있다. 어떤 재미있는 어플들이 숨어 있을지 다양한 어플리케이션의 세계로 함께 떠나보자! 글 김지은

세상은 넓고 어플은 다양하다

어플로 놀기



model my diet - women

여성 중심의 어플이지만 신기하고 재미있는 기능 때문에 추천하는 어플. 체중계 위에 올라갔을 때의 충격이 희미해지고 자꾸만 유혹하는 야식을 이겨내기 힘들 땐 이 어플을 실행해보자. 입력된 신체 정보를 가지고 다이어트 전후의 모습을 시뮬레이션 해주는 어플이다. 만약 내가 살을 뺐다면 어떤 모습일지, 혹은 살이 더 찌다면? 모델 마이 다이어트 어플을 통해 상상 속의 내 모습을 조금 더 구체적으로 살펴보고 흔들리는 다이어트 결심을 붙잡도록 하자.



고양이는 정말 귀여워!

반려동물로 강아지나 고양이나 의견이 팽팽하지만 어쨌거나 고양이는 정말 귀엽다! 그래서 어플의 이름도 '고양이는 정말 귀여워!'. 사람들 다 고양이 있는데 나만 없다고 서러워했던 랜선 집사들이여, 유튜브 대신 이 어플을 켜자! 지쳐 돌아온 당신을 위한 힐링 시뮬레이션을 지향하는 이 게임은 무려 고양이 마을을 만드는 게임이다! 다양한 고양이들을 모아 나만의 마을을 꾸며도 좋고 그냥 놓고 있는 고양이들을 바라보는 것만으로도 힐링이 될 것이다! 고양이는 정말 귀여우니까!



쓰: 일상적 글쓰기

글 쓰는 것을 좋아하고 글 쓰는 것에 매력을 느끼는 사람들을 위한 SNS 원고지. 씬은 하루에 두 번 다른 글감을 제시하고 거기에 관한 짧은 긴 글을 쓰는 공간을 제공하는 글쓰기 어플이다. 매일 일기를 쓰듯 주어진 소재로 글을 쓰다보면 어느새 늘어있는 나의 글쓰기 실력과 내가 쓴 글에 공감해주는 익명의 독자를 만날 수 있다는 점이 매력적인 어플. 글쓰기를 일상적으로 접근하기 쉽게 만들어주는 점이 어플의 큰 즐거움이다.



사운드 하운드

문득 들려오는 마음에 드는 노래. 누구에게 제목을 물어볼 순 없고 벌써 노래는 끝나가는데 이렇게 제목을 모른 채 지나가고 싶지 않다면? 노래 제목을 물어다주는 귀여운 강아지 같은 이 어플을 추천한다. 카페에 앉아 커피 한잔의 여유를 즐기며 배경으로 흐르는 노래 제목을 검색해보는 것도 일상의 작은 즐거움이 될 수 있을 것이다. 이 어플과 함께라면! 내가 검색했던 음악의 제목을 저장하는 기능도 사운드하운드의 큰 장점 중의 하나이다.



후지캠

레트로를 즐기고 과거를 추억하는 사람들 사이에서 필름카메라의 감성에 대한 바람이 불고 있다. 그렇지만 언제 현상을 맡기고 또 찾으러 가는 시간을 낼 수 있을까? 이렇게 바쁘지만 필름 카메라의 향수를 즐기고 싶은 사람들을 위해 MANHOLE사에서 후지필름의 분위기를 내는 카메라 어플을 출시했다. 후지필름사의 공식 앱은 아니지만 사진 한 칸에 찍히는 날짜와 살짝 어둡게 찍히는 후지 특유의 분위기는 '필카' 못잖아 재미있다.



헬로톡

책으로만 하는 언어 공부로 내가 실전 회화에서 잘 할 수 있을지 의심이 된다면, 세계 최초 외국어 학습 및 언어 교환 소셜 네트워킹 앱인 헬로톡에 접속해보자! 100개가 넘는 언어들 중 내가 배우기를 원하는 언어를 선택해 원어민과 채팅을 통해 실전 회화를 즐길 수 있다. 언어 공부만이 아니라 흥미를 가지고 있는 나라의 언어를 사용하는 외국인 친구까지 만날 수 있으니 친구와 놀면서 외국어 연습을 할 수 있다.



2019 야구시즌 개막!

나에게 맞는 야구장 좌석은 어디?

3월 23일, 2019 프로야구가 개막하며 겨울동안 잠들어 있던

야구팬들의 열정이 다시 눈을 뜨는 날이다. 야구장 자리도 저마다의 맛이 있다.

무엇을 목적으로 하느냐에 따라 좌석 전략도 달리해야 한다. 글 편집실



1 간담이 서늘? 익사이팅존

야구를 보면서 스릴을 느끼고 싶다면 익사이팅존을 추천한다. 운동장과 같은 눈높이에 설치되어 있는 좌석으로 1루와 3루 맨 앞쪽에 위치해 있어 볼펜에서 몸을 푸는 선수들도 볼 수 있다. 파울볼이 자주 넘어오는 구역이기도 한데, 때문에 어린이는 입장할 수 없다. 파울볼의 위험은 어른들도 마찬가지. 헬멧 없이 절대 입장 못하니 무료로 나누어주는 헬멧을 꼭 받아서 가져.

2 아이와 함께라면 테이블석으로!

비싼 만큼 제값 톡톡히 하는 자리다. 먹거리를 테이블에 올려두고 편하게 먹을 수 있는 것은 물론이고 고래고래 소리를 지르지 않고서도 대화가 가능하여 야구의 룰을 모르는 아이에게 설명해주기도 좋은 좌석이다. 가족끼리 피크닉을 즐기고 싶은 사람들에게 강력 추천! 연인끼리 오붓하게 데이트를 하고 싶은 사람에게도 추천하는 자리다. 단, 중계 카메라에 잘 잡히는 자리이니 굳이 전국적으로 연애공개 하고 싶지 않다면 다시 한 번 생각해 볼 것!

3 홈런을 욕심 있는 자, 외야석으로!

타자의 방망이에 '딱'하고 제대로 맞아 시원하게 날아가는 홈런볼을 갖는 주인공이 되고 싶다면 외야석을 노려보자. 사실 매 경기에서 홈런이 나오는 것이 쉽지 않은데 굳이 외야를 가야 하나 싶지만 경기의 흐름을 한눈에 볼 수 있다는 장점을 가진 곳이 또 외야석이다. 저렴한 가격에 복적거리지 않게 경기를 즐기고, 혹시 찾아올지 모르는 홈런볼을 캐치하고 싶은 사람들에게 추천한다.

4 생생한 경기를 보고 싶다면 포수 후면석으로

투수의 손끝에서 변화하는 공의 움직임과 속도를 느낄 수 있으며, 포수와와의 거리가 가깝기 때문에

배트의 타격 음과 미트 소리, 심판의 콜 소리까지 생생하게 들을 수 있다. 고척 스카이돔, 인천 SK행복드림구장, 대전 한화생명이글스파크, 대구 삼성라이온즈파크, 광주 기아챔피언스필드 구장에서 포수 후면석을 운영하고 있다.

5 야구 분석가들의 명당, 내야 꼭대기 중앙석

야구를 즐기는 놀이로서 관람하는 것이 아닌 전략을 분석하는 등 머리로 즐기는 분석가들의 명당이 바로 여기다. 주루 플레이, 수비 포메이션, 중계 플레이, 타구의 방향과 움직임을 한눈에 볼 수 있다. 또한 타자들의 타격 스타일과 타구 방향 분석 데이터에 따라 일사 분란하게 움직이는 선수들의 모습을 확인할 수 있어 야구를 섬세하게 즐길 수 있다.

TIP.1 경기도 보고 소풍도 즐기고 싶다면?

인천 SK행복드림구장 바비큐존에서는 고기를 구워먹을 수 있다. 날씨 좋은 날에는 w잔디석에 돛자리를 깔고 누워 경기를 관람해보자. 무릉도원이 따로 없다.

광주 기아챔피언스필드 어린이를 위한 외야 어린이놀이터와 샌드파크가 꾸며져 있어 가족끼리 나들이하기 좋다. 여름에는 워터파크를 운영해 또 다른 즐거움을 선사한다.

TIP.2 홈팀 응원석은 1루?

보통 홈팀 응원석은 1루, 원정팀은 3루가 일반적이거나 대구 삼성라이온즈파크와 광주 기아챔피언스필드에선 3루가 홈팀 응원석이라는 걸 기억하자!

Manners maketh the

매너 소비자

consumer

지난해에 일과 삶 사이의 균형을 맞추는 '워라밸(work and life balance)' 열풍이 불었다면, 올해엔 근로자와 소비자의 평등을 추구하는 '워커밸(worker customer balance)' 바람이 불 예정이다. 사회가, 시대가 매너소비자를 요구하고 있다. 글 편집실

너나 없는 갑질에 병드는 사회

매너 있는 소비자, 즉 소비 행위를 함에 있어 직원에 예의를 지키는 소비자를 일컫는 '매너소비자'. 이러한 용어가 생겨나고 올 한 해의 트렌드 키워드로 선정된 현실은, 우리 사회에 만연한 소비자의 비매너를 상기시킨다. '왕'이라 부른 그들이 '갑'이 되어 말로 또 행동으로 사람을 또 사회를 아프게 하고 있다.

지난해 말, 한 패스트푸드 전문점에서 고객이 아르바이트생의 얼굴을 향해 햄버거를 던진 일이 있었다. 한 달여 후 같은 사건이 다른 매장에서도 일어났다. 두 사건 모두 고객의 오해에서 비롯했다는 사실과 함께 당시의 상황이 담긴 영상이 공개되자 많은 이들은 공분했다. 먼저 일어난 사건의 고객은 "회사 스트레스가 많아 감정이 폭발했다"는 경찰조사 진술을 남겼다. 직원이 그의 감정 쓰레기통이었던 소리다.

비슷한 시기, 한 온라인 커뮤니티에는 고객에게 맞아 생긴 상처라며 시퍼렇게 멍든 신체 사진이 올라왔다. 한 백화점 속옷 매장 직원이 부부 고객으로부터 각종 욕설과 부모에 대한 모욕적인 언사를 들었고, 그들이 집어던진 집기들에 상해를 입었다는 것. 그것도 모자라 직원의 무릎을 꿇리고 머리채까지 잡아 흔들었다. 몇 년 전 총격을 쫓던 주차 요원을 무릎 꿇리거나 직원의 따귀를 때리는 갑질 사건이 여전한다는 의미다.

권력으로 오해받은 권리

이러한 소비자 갑질 문제가 생겨난 데엔 서비스 경쟁의 과열이 큰 영향을 미쳤다. 인터넷의 발달로 서비스의 질과 양을 타인과 쉽게 비교할 수 있게 되며 소비자의 기대 심리가 높아졌고, 이를 충족시키기 위한 기업의 고객 맹종 현상이 나타났다. 이로써 소비자는 '갑', 서비스를 제공하는 근로자는 '을'의 상복하명 관계가 형성되며 소비자의 힘이 권력화된 것이다. 동등해야 할 관계가 상하 관계로 변질되자 권리를 남용하고 오용하는 소비자들이 생겨나기 시작했다.

과거에 비해 개인주의적 성향이 짙어진 의식도 갑질 소비자 양산에 한몫했다. 자신에게 주어지는 이해(利害)만을 생각하는 의식 속엔 타인에 대한 배려나 관용이 쉽게 결

여되곤 했다. 그들의 의식 저변엔 존중받길 바라면서 존중하는 자세는 갖춰지지 않은, 가는 말이 곱지 않음에도 오는 말은 곱길 바라는 아이러니가 깔려 있었다. 그리고 자신의 행위를 갑질로 인식하지 못하는 사실이 사회를 더욱 병들게 했다. 제대로 대우받고 권리를 누리는 소비자, 그럴 자격이 있는 소비자, 즉 매너소비자가 되는 방법은 사실 그리 어렵지 않다.

최근 한 채용정보업체가 실시한 매너소비자에 관한 설문조사에서 아르바이트생에게 감동을 준 고객의 매너로 '인사를 상냥하게 받아줄 때' 그리고 '서비스에 감사함을 표할 때'가 꼽혔다. 간단한 인사 한마디면, 상대를 생각해 주는 작은 마음이면 우리는 매너소비자가 될 수 있다.

Manners maketh man. 영화 <킹스맨>에서 콜린 퍼스는 매너가 사람을 만든다는 명대사를 남겼다. 이제는 이렇게 외치고 싶다. "Manners maketh the consumer!" 매너가 소비자를 만든다고.

TIP. 매너소비자라면 절대 하지 맙시다!

노쇼(No-Show)

외식업, 여행, 항공, 호텔, 공연 등 고객이 예약을 하고 예약취소를 하지 않은 채 예약시간에 나타나지 않는 것. 이것은 서비스 제공측과 다른 소비자 모두에게 피해를 준 셈이다. 요즘에는 노쇼 고객들에게는 별도의 페널티를 부가하는 추세다.

오버투어리즘(Overtourism)

관광을 의미하는 'Tourism'에 과잉을 뜻하는 접두사 'Over'를 합친 용어. 관광지에 한계 이상의 관광객이 모여들면서 여러 부작용이 동반되는 현상을 뜻한다. 가장 큰 부작용으로는 소음과 쓰레기, 교통체증, 관광지역 주민피해 등이다. 북촌 한옥마을, 부산 감천마을, 통영 동피랑마을이 그 예라 할 수 있다.

블랙컨슈머(Black Consumer)

이익을 얻기 위해 부당한 민원을 제기하는 악성 소비자를 뜻한다. 기업은 제품이나 기업 이미지 손상을 우려하여 블랙컨슈머들의 상식 밖의 무리한 요구나 불만을 수용해야 하는 곤란한 처지에 놓이기도 한다. 요즘에는 기업들도 악의성이 명확한 경우 적극적으로 고소 및 고발에 나서는 쪽으로 대응 방식을 바꾸고 있다.

신랑신부도 하객도

모두 웃을 수 있는

결혼의 품격



늘 말도 많고 탈도 많은 결혼식 문화. 특히 손님을 초대하는 입장인 신랑, 신부 역시 신경 쓸 것이 한두 개가 아니다. 정신없다는 핑계로 혹은 몰랐다는 이유로 의도치 않게 빈축을 사는 경우가 있다. 이와 반대로 몰상식한 하객 때문에 눈살을 찌푸리게 하는 경우도 있다. 모두가 웃으며 결혼을 축하하고 축하받을 수 있는 결혼식의 품격에 대해 알아본다. 글 편집실
참고도서 <예의 없는 새끼들 때문에 열받아서 쓴 생활예절>, 김볼꽃 지음, 팬덤북스 펴냄

결혼 당사자들의 예절

· 청첩장은 서면 제출이 기본

청첩장을 어떻게 받을 것인가는 받는 사람이 정하는 것이지만 당사자가 정하는 것이 아니다. 모바일 청첩장은 보내는 사람이 아닌 받는 사람의 편의를 위해 존재한다. 하지만 다음과 같은 상황이 있을 수 있다.

일정이 맞지 않아 만나기 어려운 경우 / 먼저 전화로 결혼 소식을 전하는 것이 순서. 그런 다음 청첩장을 우편으로 받을 것인지 모바일로 받을 것인지 묻고 '상대'가 원하는 대로 발송해야 한다.

친분이 두텁지 않을 경우 / 그래도 전화로 먼저 소식을 전하고, 청첩장을 모바일로 발송해도 되는지 정중하게 물어야 한다.

· 축의금 받아야 될 상황, 받지 말아야 할 상황 구분하기

축의금에 혈안이 된 사람처럼 언행을 하는 사람들 때문에 축의금의 미가 퇴색되는 경우가 있다. 상황별 축의금을 받는 경우, 받지 않아야 하는 경우가 있다.

축의금 받는 경우 / 상대 결혼식에 내가 축의금을 냈을 때

축의금을 받지 않아야 할 때 / 내가 상대 결혼식에 축의금을 안 냈을 때, 상대에게 주례·사회·축가·들러리 등을 부탁했을 때, 상대가 경제적 생활 사정이 좋지 않다고 미리 말을 했을 때

오히려 돈을 쥐어 하는 경우 / 상대가 편도 2시간 이상을 걸려서 와주었다면 차비로 단돈 만 원이라도 주는 것이 도리, 상대가 주례·사회·축가·들러리 등을 해 주었다면 수고비는 주는 것이 당연한 도리. 물론 상대가 거절할 수 있다. 그렇다면 모바일 기프트콘이라도 싸주는 것이 예의다.

하객들의 예절

· 상대 배우자에게 무례한 질문 하지 않기

자산, 자가, 자차, 채무, 유산 등. 아무리 친한 관계에서도 함부로 묻지 않는 질문이다. 오디션 프로그램 심사 위원인 것처럼 상대 배우자를 평가하는 무례를 범하지 말자. 자신의 친구(지인)이 소중한 만큼 그의 배우자도 존중해야 한다.

· 참석했으면 제대로 인사하기

결혼식장은 식당이 아니다. 참석을 했으면 이름 적고, 축의금 내고, 결혼 당사자 부모님께 인사드리고 신랑 혹은 신부 찾아가 웃으며 '예쁘다', '오늘 참 멋있다' 등 신랑신부 기 살려주는 멘트를 전하는 것이 참석자의 도리다. 인사하고 덕담 한마디 해주는 것 돈 드는 일 아니다.

· 청첩장 받았으면 참석하기

청첩장을 받았다면 참석하는 것이 기본 예의다. 못 가는 상황은 그야말로 상중, 병중, 국내의 출장 중, 결혼 당사자가 일주일 안팎으로 참석을 요청한 경우다. 이유를 불문하고 참석을 해야 하는 경우는 결혼 당사자가 내 결혼식에 온 경우, 결혼 발표 자리에서 식사 대접까지 받은 경우다.

· 식장에서는 절대 뒷담화 나누지 않기

식장은 신랑, 신부 축하하기 위한 자리다. 누가 묻지도 않았는데 신랑, 신부의 과거사부터 시작해 부모님에 걸쳐서까지 식장에서 불필요한 말을 하는 것은 굉장한 결례다. 보는 눈, 듣는 귀가 많은 자리임을 명심하자. 그리고 남의 결혼식 축하하는 자리에서 하객끼리 고성 이 오고가는 싸움은 절대 하지 말 것. 이것은 그야말로 만행이다.

간편하게 전자레인지로 완성!

버섯 명란젓 무침 & 닭고기 김치 찜

자료도움, 도서 <전자레인지만 있으면 OK>, 야나기사와 에이코 지음, 시그마북스 펴냄



버섯 명란젓 무침
쫄깃한
식감이 일품!

● 명란 피스타 느낌인 나는 반찬 팬이버섯 대신 새송이버섯을 잘게 찢어 넣어도 잘 어울린다. 저 기름 상태로 먹거나 따뜻하게 데워 먹어도 맛있다.

재료 \ 팬이버섯 큰 사이즈 2팩, 명란젓 2덩이, 술 1큰술, 홍고추 1개, 올리브오일 2작은술

- ① 팬이버섯은 밑동을 잘라 가닥가닥 떼어낸다. 내열 유리 볼에 팬이버섯을 담고 술을 두른 뒤 살짝 랩을 씌워 전자레인지로 1분 30초 가열한다.
- ② 명란젓은 껍질을 제거하고 속만 발라낸다. 홍고추는 씨를 제거하고 손으로 잘게 찢는다.
- ③ 명란젓과 홍고추를 ①에 넣고 고루 버무린다. 이번에는 랩 없이 전자레인지에 넣고 1분 30초 가열한다.
- ④ 올리브오일을 둘러서 잘 섞은 다음 보관 용기에 옮겨 담는다.



전자레인지만 있으면 OK!

간단한 레시피와 오직 전자레인지 사용으로 요리 '귀차니즘'을 극복해줄 수 있게 도와준다.

● 닭고기와 김치 맛이 서로 잘 어울리는 요리. 보통 김치찌개는 돼지고기를 넣지만 다이어트를 생각한다면 닭고기는 최고의 재료가 된다. 닭고기 김치 찜에 고수를 함께 곁들여도 잘 어울린다.



닭고기 김치 찜
쫄깃한
전자레인지로!

재료 \ 닭가슴살 4덩이, 배추김치 60g, 대파 1/2대, 소금 후추 약간, 간장 1작은술, 참기름 2작은술

- ① 닭가슴살은 칼집을 넣어 양념으로 펼친 뒤 소금과 후추, 간장을 뿌려 손으로 문지른다.
- ② 대파를 어슷썰기한 후 내열 보관 용기에 ①의 닭가슴살, 김치를 순서대로 담는다. 랩을 살짝 씌워 전자레인지로 4분간 가열한다.
- ③ 참기름을 둘러 마무리한다.



입학 개강 개학 시즌!

나의 학창시절을 추억하다

3월이면 조용했던 학교가 시끌시끌해진다. 바로 입학, 개강, 개학을 한 것! 지나가는 학생들을 보며 부럽기도 하고 그때 그 시절의 추억이 떠오르기도 한다. '학교, 학창시절'을 주제로 한 영화, 책 등 다양한 문화아이템을 통해 추억 속으로 빠져보는 건 어떨까. 글 편집실



📺

우리들

<우리들>은 모두의 학창시절 이야기가 담겨 있는 작품이다. 따돌림을 당하고 있던 주인공 선은 방학식 날, 전학생 지아를 만난다. 둘은 서로의 비밀을 나누면서 급속도로 친해지고, 생애 가장 반짝이는 여름 방학을 보내게 된다. 하지만 개학 후 학교에서 만난 지아는 선을 멀리하고, 따돌림을 주도하던 보라와 가까이 지낸다. 선은 어떻게 해서든 지아와 친했던 그때로 돌아가고 싶어 발버둥치게 된다.

"야, 한지아 선 안 밟았어. 진짜 선 안 밟았어. 내가 다 보았어"

개봉. 2016년
감독. 윤가은
출연. 최수인, 설혜인, 이서연, 강민준



📺

마이크로맨 가솔린

<마이크로맨 가솔린>은 어렸을 때 누구나 한번쯤은 생각했던 불가능한 일들에 도전하는 괴짜들의 이야기다. 주인공인 다니엘은 마이크로맨이라 불릴 정도로 작고 소극적이지만 섬세한 예술가이다. 다니엘 앞에 가솔린 냄새 풀풀 풍기는 괴짜 모험가 테오가 나타났다. 이들은 첫 만남에 서로의 특별함을 알게 되고 영혼의 단짝이 된다. 여름 방학 동안 테오와 다니엘은 프랑스 전국을 누비는 로드 트립을 계획하고 그 여정에서 펼쳐지는 에피소드를 담아내고 있다.

"어릴 때 잘나가면 어른 돼서 망가지거든"

개봉. 2016년
감독. 미셸 공드리
출연. 앙주 다르장, 테오필 바케, 오드리 토투, 디안느 베니에, 뱅상 라무르

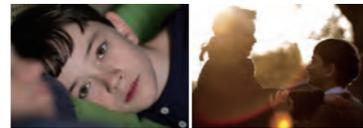


📺

몬스터콜

<몬스터콜>은 마음속에만 있던 상상 속의 친구가 밤마다 찾아와 어리고 약한 아이의 마음을 달래주는 영화다. 아픈 엄마와 단둘이 살고 있는 코너는 학교에서도 적응하지 못하고, 엄마의 병환에 따라 불안감은 커져간다. 기댈 곳 없는 코너에게 몬스터는 3개의 이야기를 시작하고, 각각의 동화는 '어른'이 되어가는 우리들에게 강한 메시지를 전한다. 그리고 외면하고 있던 각자의 마음속 상처들을 마주하게 된다. "두려운 게 당연하지. 하지만 넌 이겨낼 거야"

개봉. 2017년
감독. 후안 안토니오 바요나
출연. 루이스 맥더켈, 시고니 위버, 펠리시티 존스, 리암 니슨



📖

사랑하는 나의 문방구

<사랑하는 나의 문방구>는 어느 철학자가 문방구에서 만나볼 수 있는 연필, 지우개, 노트, 삼각자 등에게 고백하는 이야기다. 철학자는 문방구의 용품들이 우리 인생에서 가장 가까운 존재라고 생각한다. 그 용품들은 손을 뻗으면 잡을 수 있을 정도로 변함없이 우리의 곁을 지켜주곤 했다. 학창시절을 떠올리며, 현재 책상에 자신이 즐겨 썼던 오랜 벗이 있는지 들여다 보자. "오래 남기고 싶은 글은 붓이나 연필로 써야 되겠다고 생각했다"

저자. 구시다 마고이치 / 출판사. 정은문고

다행히 졸업

<다행히 졸업>은 아홉 명의 소설가들이 1990년부터 2015년까지의 자신들이 겪었던 학교생활을 고스란히 담아낸 소설이다. 어떤 사람에게는 다시 돌아가고 싶지 않은 기억이지만 또 누군가에게는 유쾌하고 행복했던 추억으로 가득한, 잊혀진 그 시절의 이야기다. 우리들의 학창시절은 어땠는지 회상해보는 타임머신 같은 책이다. "우리 망했다. 아주 때로 망하고 퍼펙트하게 망했다"

저자. 장강명, 김아정, 우다영, 임태은, 이서영, 정세람, 전혜진, 김보영, 김상현 / 출판사. 창비



🎵

Drive it like you stole it

<네가 훔친 듯 운전해라>

<Drive it like you stole it>는 인생과 행복에 대한 고민이 가득한 10대들의 풋풋한 첫사랑을 드러낸 영화 <싱스트리트> OST로 알려졌다. 불안정한 10대들에게 앞으로 어떤 인생의 길이 펼쳐질지 모르는 갈림길 속에서 결국 선택은 네 몫이라는 메시지를 남기며 탄생하게 된 음악이다. 첫사랑의 아픔을 이겨내고 불합리한 어른의 세계와 마주하면서 아이들이 성장해가는 모습이 온전히 담겨 있는 곡이다. "지금까지 않으면 절대 못 가니까"

앨범. 영화 싱 스트리트 OST
아티스트. 싱 스트리트
감독. 존 카니



WP NEWS

KOREA WESTERN POWER NEWS / 2019 03+04

01

신안산대학교내 연료전지 신재생발전 공동개발 협약(MOU) 체결



우리 회사 신재생사업처는 2019년 2월 1일 신안산대학교에서 연료전지 등 신재생에너지 발전사업 공동 추진을 위한 양해각서(MOU)를 체결하고, 신재생에너지 분야의 새로운 산학협력 모델 구축의 첫발을 내딛었다. 이번 업무협약으로 우리 회사는 신안산대학교 유휴부지 내 연료전지 등 신재생에너지 사업을 통해 정부의 '수소경제 활성화' 에너지전환 정책에 적극 부응할 것이다.

이와 관련, 김병숙 한국서부발전 사장은 "신안산대학교와 연료전지 등 신재생분야의 공동개발을 통해 산학협력의 모범사례가 되리라 믿으며, 수소경제라는 에너지 전환의 큰 흐름 속에 상호신뢰를 바탕으로 본사업의 성공을 위해 최선을 다할 것이다"라고 강조했다.

또한, 강성락 신안산대학교 총장은 "신안산대학교가 신재생에너지 생산 및 연구개발의 중심지로서 지역사회 발전에 이바지할 수 있게 되어 기쁘게 생각한다"라고 말했다. 향후, 신재생사업처는 산학 협력 등을 통하여 우리 회사 미래성장 동력이 될 새로운 비즈니스 모델을 정립하고, 사업을 확대해 나갈 예정이다.

02

수소경제 활성화를 위한 수소산업 현황 기술세미나 개최



우리 회사 발전기술처는 1월 29일 본사 회의실에서 최근 정부의 '수소경제 활성화 로드맵' 발표와 관련하여 수소경제 로드맵의 전반적인 내용과 수소의 생산과 유통의 경제성에 대하여 설명회를 개최하였다. 설명회 서두에 고등기술원 플랜트엔지니어링센터장 유영돈 박사는 2018년도 매킨지 보고서 상의 한국의 수소산업 로드맵과 산업부의 수소경제 활성화 로드맵을 비교하며 수소와 관련한 정부의 큰 그림에 대해 설명하였다.

이어서, 수소 생산기술(부생수소, 추출수소, 수전해, 해외생산 수소 활용)별 수소생산 단계, 공급구조, 수송의 방식, 수송용량, 거리에 따른 비용 등 케이스별 수소의 경제성 검토 사례와 우리 회사와 협업 추진 중인 해양 고세균 이용 바이오 수소생산 기술과 기존의 상업화된 공정의 차이점 및 경제적 기대효과에 대하여 설명하였다.

우리 회사는 수소시대의 도래에 따라 IGCC 합성가스를 활용한 사업을 3개의 Track(해양 바이오 수소, 합성가스 추출수소, IGFC)으로 추진 연구 중에 있다. 또한 IGCC의 활용성 증대 및 수소경제 활성화를 위해 수소생산 기술을 개발 검토 중이며, Human Network 강화를 통해 수소경제를 선도해 나갈 계획이다.

WP NEWS

KOREA WESTERN POWER NEWS / 2019 03+04

03

라오스 태양광 지원 시범사업 착공



우리 회사 사업본부 해외사업처는 2월 14일 라오스 태양광 지원 시범사업 건설현장 부지에서 최향동 상임감사위원, 김순교 사업본부장 및 라오스 싸남사이 부군수 등 주요 인사들과 지역주민이 참석한 가운데 착공식 행사를 거행하였다. 이번 라오스 태양광 지원 시범사업 건설부지인 싸남사이 중·고등학교는 라오스 내에서도 태양광 일사량이 풍부한 지역으로, 지난해 아타푸 수해 시 이재민들을 위한 임시 대피소로 사용되었다. 우리 회사에서 지난해 7월부터 총 12차례 걸쳐 연인원 1,764명이 구호활동을 전개한 곳이기도 하여 의미가 크다.

착공식 행사는 싸남사이 중·고등학교 학생들의 학습환경 개선을 위한 노트북 10대를 기증하는 행사도 함께 진행 되었다. 착공식에서 최향동 상임감사위원은 "세남노이 수력발전소 보조댐 사고에 대한 위로 말씀"을 전하며, "향후 태양광 발전의 메카로 거듭날 이곳에 한국 서부발전이 태양광 지원 시범사업을 추진하여 기쁘게 생각한다"고 밝혔다. 이번 사업은 우리 회사가 라오스에 설치하는 첫 번째 태양광 설비로 싸남사이 중·고등학교에서 필요한 소비전력을 안정적으로 공급할 수 있는 50kW 규모다. 지역 내 에너지 자립 지원, 라오스 태양광 진출을 위한 실증설비를 구축함으로써 대내외의 신뢰도 회복, 라오스 내 태양광 사업 운영을 통한 데이터베이스를 확보하여, 향후 사업 확장의 교두보를 마련할 계획이다.

04

서부 위피스쿨 4기 수료식 개최



우리 회사와 한국대학사회봉사협의회는 1월 30일 본사 사옥 컨벤션 홀에서 멘토-멘티 및 학부모 등 350여명이 참석한 가운데 서부 위피스쿨 4기 수료식을 가졌다.

'서부 위피스쿨'은 2017년부터 서부발전이 진행해 온 태안 지역학생 학습 멘토링 프로그램으로, 이번 4기 위피스쿨에서는 처음으로 1회용 도시락이 아닌 멘토와 멘티가 함께 나누는 점심배식을 시도하여 환경오염방지 활동에 앞장서기도 했다. 또한 선발된 멘토 스스로 직접 기획한 프로그램으로 다양각색 멘티의 다양성을 추구하고, 학습의 효율성은 극대화시키며 멘토와의 인생진로상담, 건전한 여가활동, 상호 정서교류 등을 통해 또 다른 창의적인 가치관을 가질 수 있도록 동기를 부여하는데 중점을 두었다.

멘토-멘티 및 관중석의 열띤 호응과 환호 속에 막을 내린 4기 수료식에서 김경재 기술본부장은 추운 날씨임에도 행사에 참여해주신 분들께 감사의 인사와 향후에도 지속적인 지역사회 인재양성을 위해 끊임없이 노력할 것임을 약속하며 훈훈한 격려사를 전하였고, 이에 태안교육지원청과 대학교사회봉사협의회 관계자는 지역의 미래인 청소년에 지원을 아끼지 않는 서부발전에 진심어린 감사의 뜻을 전하였다.



High... | 전남 장성군 삼계면

약을 복용할 때 함께 먹지 말아야 할 음료나 음식 종류를 소개해준 '뜸업'을 공부하듯 정독했습니다. 나이 먹을수록 약 먹을 일이 많아지다 보니 가족 모두에게 꼭 필요한 정보였습니다.



Wide... | 경기도 용인시 포은대로

손님을 맞이하는 입장이 되어서 겪어보는 손님은 정말 각각각색에 당황스러운 일이 한 두 번이 아니었습니다. 그래서일까요. '품격을 입다' 글이 가장 재미있었고 가장 기억에 남습니다.



Wide... | 경남 밀양시 삼랑진읍

'올해의 색 리빙코랄' 재밌게 보았어요. 리빙코랄은 참 따뜻한 색인 것 같습니다. 적당히 포근하고 부드러운 색감이 참 좋습니다. 리빙코랄 색으로 쿠션 한 두 개쯤 구입해서 집에 포인트를 주어야겠어요.



Deep... | 전북 익산시 송학동

2018년 하반기 신입사원 입사식을 읽고 46년 전 입사할 때 생각이 나서 마음이 몽클하였습니다. 그 때 내리던 함박눈은 지금도 잊을 수가 없는 풍경으로 제 마음속에 자리하고 있습니다.



High... | 서울시 중랑구 상봉로

'서부인 say'에서 서부발전 직원들의 이야기를 들을 수 있어서 좋았습니다. 가지의 훌륭한 식감이 싫었는데 이제는 직접 가지를 아삭하게 볶고 한살밥 위에 올려 먹으면 맛이 좋다는 이야기에 저도 군침이 막 나네요.



Wide... | 서울 서대문구 북가좌동

'겨울방학 현장학습' 기사 잘 읽었습니다. 사진과 상세한 설명이 좋았습니다. 한 곳에 몰려있지 않고 여러 군데를 소개하고, 직접 갈 수 있는 곳에 있어 더욱 좋았습니다.

우체통

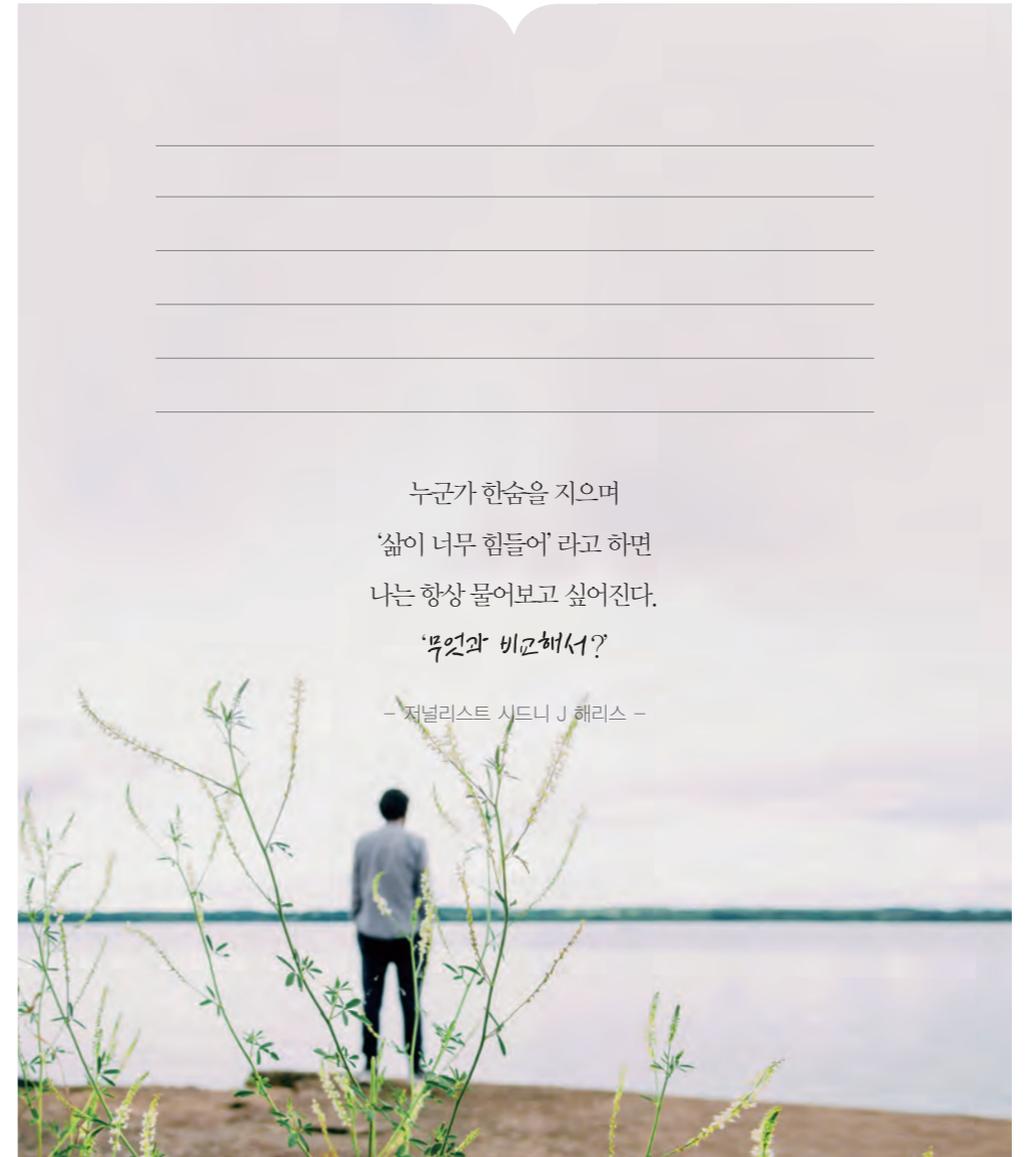
지난 호 사보를 읽고 독자 여러분께서 보내주신 의견입니다. 소중한 의견 감사합니다.
<서부공감>은 여러분의 애정 어린 관심으로 무럭무럭 자랍니다. 앞으로도 많은 참여 부탁 드립니다!



손이 전하는 힐링타임

누군가 한숨을 지으며
'삶이 너무 힘들어' 라고 하면
나는 항상 물어보고 싶어진다.
'무엇과 비교해서?'

- 저널리스트 시드니 J 해리스 -



개인정보보호! 나부터 실천하겠습니다



오랫동안
사용하지 않는
인터넷 사이트 탈퇴



이벤트, 경품행사에서
개인정보 제공 시
내용 확인



공용 PC(PC방 등)에서
개인정보 사용 금지



서류나 택배박스를 버릴 때
개인정보 삭제



백신 프로그램 사용과
주기적 업데이트 실시



공인인증서는
USB에 안전하게 보관



비밀번호는
주기적으로 변경

개인정보보호 실천 수칙



우 편 엽 서

우표

사내에서는
문서함에
넣어주세요.

보내는 사람

이름

전화

주소

□ □ □ □ □

받는 사람

충청남도 태안군 태안읍 중앙로 285
한국서부발전(주) 홍보부

3 2 1 4 0

공간의 발견



독자의견

〈서부공감〉은 모두가 함께 만들어 가는 매거진입니다. 더욱 알차고 흥미로운 이야기를 제공하는 〈서부공감〉이 되기 위해 독자 여러분의 소중한 의견이 듣고 싶습니다. (기한: 4월 25일까지)

1. 이번 3+4월호 〈서부공감〉에서 가장 좋았던 기사 / 아쉬웠던 기사와 그 이유는 무엇인가요?

2. 앞으로 다루었으면 하는 내용이나 〈서부공감〉 편집실에 하고 싶은 말이 있으면 적어주세요.

✓ 개인정보 수집 및 이용 동의

한국서부발전(주)은 개인정보 보호법(법률 제 14839호) 등 관련 법령에 의거하여, 정보주체로부터 개인정보를 수집함에 있어, 아래 내용을 안내하고 있습니다. 정보주체가 되는 이용자께서는 아래 내용을 읽어보신 후 동의 여부를 결정하여 주시기 바랍니다.

1. 개인정보의 수집 · 이용 목적

독자엽서 응모자 신원 확인, 참여사항 확인, 사은품 발송을 위한 연락통지, 발송

2. 수집하는 개인정보의 항목

- ① 필수항목: 이름, 전화, 주소
- ② 선택항목: 없음

3. 개인정보의 보유 및 이용기간

독자엽서 당첨자 사은품 발송 완료 시 즉시 해당 개인정보를 파기합니다.

4. 동의를 거부할 권리 및 동의 거부에 따른 안내

귀하께서는 본 안내에 따른 개인정보 수집에 대하여 거부할 수

있는 권리가 있습니다. 본 개인정보 수집에 대하여 거부하시는 경우, 개인정보 보호법 제15조에 따른 수집근거 부재로 인한 개인정보 수집이 불가능함에 따라 독자엽서 당첨자로 채택될 수 없습니다.

5. 개인정보 수집 · 이용 특례

만14세 미만의 개인은 반드시 법정대리인의 동의를 받아야 하므로 독자엽서 응모를 불허합니다. 따라서 개인정보의 정보주체가 만14세 미만일 경우, 해당 법정대리인이 직접 신청해주시기 바랍니다.

본인은 한국서부발전(주)의 개인정보 수집 및 이용에 대한 내용을 확인 및 숙지하였으며, 이에 동의합니다.

동의함 동의하지 않음

성명 _____ 서명 _____

〈서부공감〉은 독자 여러분의 개인정보 보호를 위해 홈페이지에서 사보 구독 신규 신청 및 주소 변경 신청을 받고 있습니다. 한국서부발전(주) 홈페이지 www.iwest.co.kr을 방문해주세요. (홈페이지 ▶ 사이버홍보실 ▶ 사보 서부공감 ▶ 사보신청)