

2024.
October
vol.470

—
마음의
근육도
관리하나요?

10
이
겨울
심



with IBK
I B K M A G A Z I N E

Endure

끝까지
포기하지 않으면

우린 더 멋진 일을
해낼 수 있어





더 빛나는
시간이 올 때까지

IBK가 존재하는 이유

Contents

2024. October
vol.470

내면의 힘(력力)을 더하고
서로의 마음(심心)을 나누는
IBK 시너지, 열 번째

인 내 심



IBK사보를
웹진으로 만나보세요

with IBK
IBK MAGAZINE

발행일 | 2024년 10월 2일
발행인 | 은행장 김성태
편집인 | 김태경
편집위원 | 이정현, 정누리
발행처 | 브랜드전략부
편집·디자인 | 더에이치(주)

* 외부 필자의 원고는 <with IBK>의 편집 방향과
일치하지 않을 수 있습니다.
* <with IBK>에 실린 모든 글과 그림, 사진은
무단으로 사용할 수 없습니다.

08

에세이

“인내할 수 있는 사람은
무엇이든지 손에 넣을 수 있다.”

10

IBK 양케이트

갑자기 스마트폰이 사라졌다!
어떻게 시간을 보낼 건가요?

18

타인의 생각

사랑의 시작은
인내를 품은 대화에서

24

IBK가 만나다

단 하나의 공을 위한 타협하지 않는 마음
전 야구 선수, 방송인 정근우

30

체크리스트

참을 인(仁) 세 번이면 나는 더 성장할 수 있다!
인내력 테스트

32

IBK뜨끼

우리 모임 우정해! 병천순대 사랑해!
⑩ 충청도 편_신은수참병천순대집

38

그곳에 가면(국내)

바다 위의 사막을 걷다
인천 대이작도

44

그곳에 가면(해외)

‘낮쌌’으로 채워진 경이로운 섬나라
스리랑카



50

IBK산 ⑩

앞으로도 행복하자! 지금처럼!
‘호동이’들의 두근두근 첫 선운산

58

IBK버킷리스트

행복과 닮은 맛!
달콤한 두바이 초콜릿 만들기

64

IBK동호동락

단 한 번의 스윙이 가져다주는 완벽한 기쁨
IBK동호회 ‘IBK ITC’

70

그때 그날 한 컷

10월에 일어난
이야기

72

헬스 케어

한쪽으로 기울어진 골반,
척추까지 괴롭힌다!

74

요즘, 시선

운동, 더 재밌게 더 효과적으로
덤벨 이코노미

78

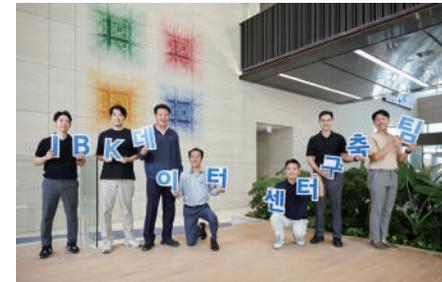
IBK 히어로

디지털 in 하남을 이룩하다
데이터센터구축팀

88

히든챔피언

칠보에 가치를 담아 고유의 명품 브랜드를 완성하다
클로이수 김홍범 대표



94

IBK업글인

레고가 주는
행복한 몰입감 속으로

100

창공, 날다

꿈임없이 성장하는 IBK창공 기업
스트리밍하우스, 링크업, 포엠, 맨인블록

106

잡학 사전

공중화장실 고체 비누,
깨끗한 거 맞아요?

108

우리말 한 걸음

설렁? 선능?
헛갈리는 발음 알려드립니다!

110

HOT Issue

문화예술 속에서 피어난 아이들의 웃음,
「IBK 모두가 아트캠프 2024」 성료

112

IBK뉴스

IBK기업은행
주요 소식

114

이달의 이벤트

다른 그림 찾기/
표지 캐릭터를 찾아라

117

부록

아껴 쓰는 게 잘 쓰는 게 아니다!
생활용품 교체 주기





“인내할 수 있는 사람은
무엇이든지 손에 넣을 수 있다.”
- 벤자민 프랭클린 -

파도의 포말처럼 세상은 한 치 앞도 장담할 수 없습니다.
이 어둠이 무서워 포기하고 되돌아가길 반복한다면
우린 아무것도 완결짓지 못할 겁니다.
그러니 좋은 결말을 완성하고 싶다면 우리 조금 더 버텨봐요.

갑자기 스마트폰이 사라졌다!

어떻게 시간을 보낼 건가요?

스마트폰으로 일도 하고, 휴식을 취하기도 하고, 밥을 먹기도 하는 등 일상에서 현대인의 필수품이 되어버린 스마트폰! 스마트폰이 없다면 어떤 일상을 보내게 될까? IBK인들에게 스마트폰이 사라진다면 어떤 시간을 보낼 것인지 물었다.



1위
새로운 취미를 찾아서 **47.8%**

스마트폰에 뺏겼던(?) 시간! 새로운 취미 활동으로 채운다! 독서하기, 요리하기, 목공 배우기, 캘리그래피 배우기 등 생각만 하고 실천하지 못했던 취미 활동을 찾아 시간을 보낸다는 답변이 1위를 차지했다. 특히 도서관이나 카페에 가서 책을 읽고 싶다는 답변이 대다수였다. 잠시 스마트폰은 내려놓고, 가을맞이 독서 계획을 세워보자.

#독서왕 #새로운_취미로_여유만끽 #빠빠구매



2위
자연 속에서 힐링 **22.2%**

작은 화면에서 쏟아지는 미디어와 정보의 홍수 속에서 벗어나 자연 속에서 진정한 쉼과 힐링을 하고 싶다는 IBK인들! 울창한 숲속에서 캠핑을 즐기고, 동해에 풍덩 빠져 바다의 신비로움을 누리기도 하고, 템플스테이로 몸과 마음의 안정을 취하고 싶다고 한다. 도파민 중독에서 벗어나 자연 속에서 건강한 힐링을 즐겨보자.

#자연이_주는_힐링 #숲속_캠핑 #디지털_디톡스



3위
사랑하는 이들과 함께 **17.4%**

스마트폰이 사라진다면 가족, 친구, 지인, 반려견과 함께 더 많은 시간을 보내며 심심함을 달랠 것이라는 IBK인들도 있었다. 스마트폰이 아닌 몸으로 놀아주며 육아하기, 반려견과 무한 산책, 집과 스마트폰 세상에서 벗어나 옆에 있는 사람과 더 깊은 대화를 나누고, 추억을 쌓고, 행복을 누리는 것! 이것이 진정한 행복이지 않을까?

#가족과_소중한_시간 #하루일과_나누기 #깊은_대화



4위
매일매일 오·운·완 **12.6%**

스마트폰 없이도 시간이 잘 가게 하고 싶다면 운동하러 출발! 운동하는 시간만큼은 스마트폰도, SNS도 전혀 생각나지 않는다. 스마트폰이 사라진다면 지금보다 더 운동할 시간이 많아질 것 같다고 이야기하는 IBK인들. 건강도 챙기고, 뿌듯함도 챙기고! 손해 볼 일 없는 운동으로 하루를 알차게 보내자.

#오운완 #미루던_운동으로_건강찾기 #커피와_함께_산책

자연 속에서
여유로움을
만끽하고
싶습니다!
#울산남외동지점 김한별



오랜만에 종이책을 보립니다~~
눈도 점점 안 보이는데,
이참에 책으로!!

#인천전략영업센터 김현순



멍때리기에 30분 할애
그동안 피로했던
눈과 머리를
쉬게 해주고 싶다.
#염창동지점 조영미

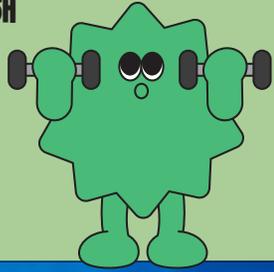


가고 싶었던 카페에 가서 책도 읽고
나만의 시간을 즐기고 싶습니다.

#안주로지점 노미정



건강을 챙기기 위해
운동으로 시간을
보낼까 합니다!
#부산지역본부 김정문



스마트폰이 사라진다면 가족,
친구들과 더 많은 시간을
보내며 심심함을 달랠 것
같아요.
그리고 비비를 꼭 구입할 것
같습니다^^
#남대문지점 고인실

그동안 못 읽었던 책 읽기~

#평촌아크로타워지점 김선명



가족들과의 소중한 시간을
보내려 지금보다 더 열심히
운동도 하고, 맛집도 가고,
사진도 찍고 좋은 곳들 찾아서
움직일 겁니다^^
#인사부 박미정



아외 곳곳
여행
#남대문지점 이미성



작은 농막 하나 이쁘게 설치하고
수시로 들락날락할 것 같아요!
힐링!!!!

#천안산단지점 윤미영



스마트폰 없던 시대도 살아왔었다.
연락 수단으로 일단 비비를 구하고
도서관으로 향한다.
하루 종일 책 속에서 온갖 세계를
여행한다.
#역곡지점 양정인

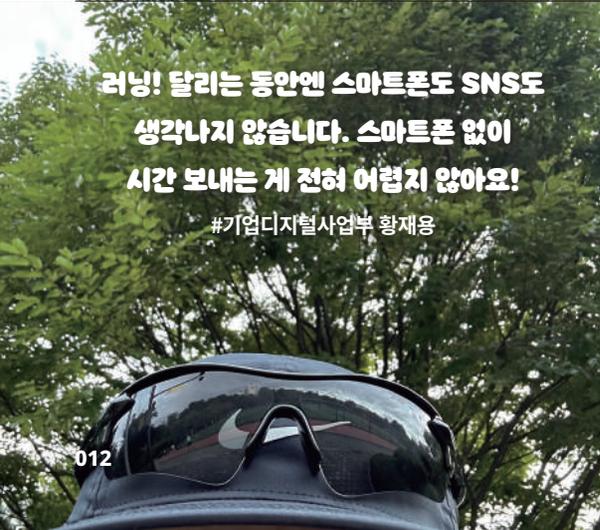
책·잡지 보러
도서관으로
고고씽~!!^^

#창원카드영업센터 임강현



러닝! 달리는 동안엔 스마트폰도 SNS도
생각나지 않습니다. 스마트폰 없이
시간 보내는 게 전혀 어렵지 않아요!

#기업디지털사업부 황재용



MP3에 음악을 담아 음악감상 하며
소중한 사람에게 편지 써서 우체국
가서 발송하고 만화책방이나
비디오방 가서 책이나 비디오
빌려보기
#시화공단지점 윤수미



사랑하는 가족들과 캠핑도 가고 여행도 가서 깊은
대화도 하고, 더 즐겁게 보낼 수 있을 것 같아요.

#김포지점 이혜민



신문이나 잡지 그리고
책을 읽어볼 것 같아요.

#안전관리팀 차재원





밖에서 아이들과 몸으로
놀이. 집에서 TV는 그만
보고 즐겁게 놀고 건강하게
보내자. 엄마 스마트폰만
보는 사람 아니라고~^^
#삼성동지점 김영은

소중한 아들과 눈을 맞추면 대화 나누기

#발안산단지점 한정아



산이나 바다를
좀 더 보면서
자연과 더
가까워질 것 같아요.
#위커히지점 정소영

숲속 캠핑! 가족들과 자연을 만끽하기!

#천호동지점 유일



좋아하는 운동경기 중계를 보면서 시간을 보내고 싶습니다.

#마장동지점 박제선



저 N인데 그런 만약에는
상상하고 싶지 않아요 흑흑....
그렇다면... 눈을 감겠어요...

#칠곡지점 강주희



잠을 많이
잘 수 있겠다.
불면증 예방..

#인천지역본부 손귀숙

베란다 정원에서
초록이들 바라보며
플명하기...
시간 가는 줄
몰라요~~~♡

#정보보호부 김명선



내가 사는 세상과
함께 살아가는
사람들의 눈을
더 많이 마주칠
거예요^^

#잠실지점 정영미

블록이나 레고를 하며 카페에서 놀기

#김포지점 국나영



반려견과 산책도 자주 하고,
맛있는 수제 간식도 만들어 주고~
같이 즐기는 시간을 가질 겁니다.
#카드마케팅부 이해경

야날로그 캠핑해야죠~ 곤충채집..

#포항공단지점 양소영



차를 타고 강릉으로 달려가 대한민국 동해의
신비로움을 맘껏 누리고 오겠습니다.
어차피 바닷속에서는
스마트폰이 딱히 필요하지 않으니까!
#대림동지점 윤동근

그동안 멀리했던
종이책을 읽기 위해
돋보기를
맞춰야겠네요.

#IBK고객센터 김주란



지금 캘리그래피를 배우고 있는데 여유시간에 캘리그래피
연습을 더해서 자격증 취득까지 도전해보고 싶어요.
그리고 휴일엔
웨이크보드, 서핑 등
활동적인 스포츠를 즐기고
싶어요^^
#천안아산역지점 소지혜



경주 굴굴사
템플스테이로 가서
선무도를 배우고,
경건한 몸과 마음으로
명상과 참선의 시간을
가진다.

#수안역개인스마트지점 이정우



하루 종일 개랑 산책도 하고 간식도 먹으면서 놀아줄 거예요~!^^ 개랑 놀고 있으면 스마트폰 보는 것보다 시간이 더 잘 갑니다ㅋㅋ 시간순삭 #제천지점 김진혁



그동안 사두고 읽지 못했던 책들을 볼 거예요! #정관지점 정명철



조카랑 키즈카페 가기, 조카랑 수영장 가기, 조카랑 번개맨 뮤지컬 보러 가기 등등 이모랑 노는 걸 제일 좋아하는 사랑스러운 조카랑 하루 종일 놀아주기♡ #서초남지점 임현아

산속 깊은 곳에서 낮잠 자기 #IT시스템운영부 김규범



운동하는 시간이 지금보다 더 많이 늘어날 것 같다. #IT기획부 이승환



도서관 가야죠! 책 속에 길이 있습니다! 이때야말로 망중한을 즐기러 도서관에 가서 아이들과 좋아하는 책을 읽을 수 있는 절호의 기회! #마산지점 김유미

두 손을 자유롭게 하고 차가운 황토의 기운을 느끼며 맨발 걸기 하면 머리까지 시원해질 것 같아요~ #삼성역지점 김유미



유선전화 찾아서 통화하고 노트북 켜서 메일 확인하고 당분간 불편할 예정입니다. 습관이 되면... #일곡지점 한진



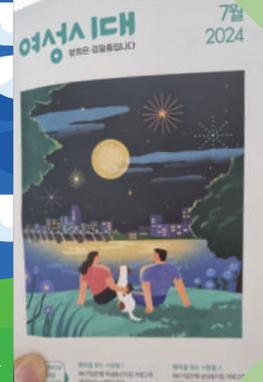
귀여운 딸랑구와 놀이터 루어를 갑니다. #목동사거리지점 이다은



책을 더 읽을 것 같아요. #부평지점 이상섭

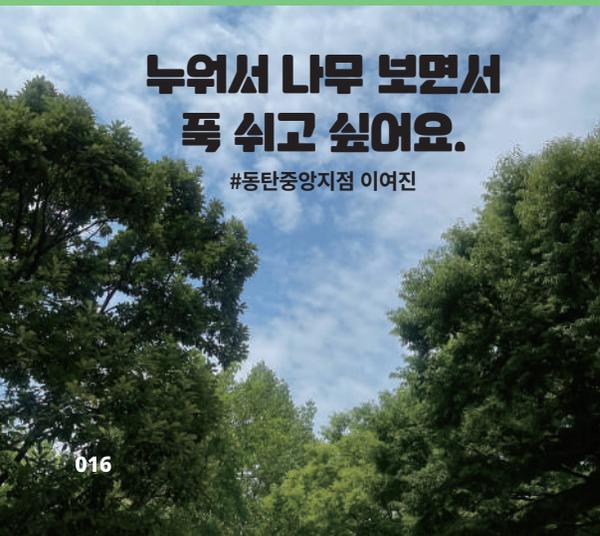


한 달 살기 가서 바다 멍실컷 하고 올 것 같아요. #프로세스혁신부 안미라

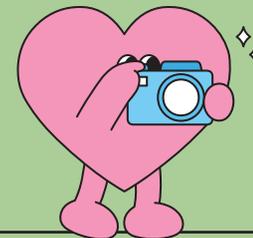


명상과 요가를 할 것 같습니다! 그리고 여성시대 책자를 입을 거예요! #가산테크노지점 최성희

누워서 나무 보면서 푹 쉬고 싶어요. #동탄중앙지점 이여진

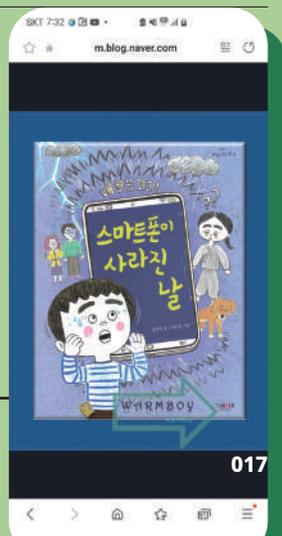


강아지랑 산책하러 가고 놀아줄 것 같아요^^ #프로세스혁신부 임가은



필름 사진기 사서 여행 기록을 남길래요. 요즘 사진 인화 안 한 지 너무 오래된 것 같다 ㅎㅎ #남동2단지 지점 장수정

- 1. 만화책을 본다
 - 2. 잠을 잔다
 - 3. 음악을 듣는다 (MP3)
- #경수지역본부 오병석



사랑의 시작은 인내를 품은 대화에서

타인과 가까워질 수 있는 가장 중요한 방법은 상대방의 목소리에 귀를 기울이는 것이다. 상대방이 하고자 하는 말을 끝까지 듣는 것 그리고 상대방의 마음을 이해한 뒤, 자신의 생각을 전하는 것. 상대방의 말을 받아들일 때 우린 더 큰 세상으로 나아갈 수 있다.



서로에게 스며드는
것이 좋은 대화다. 그런
대화가 좋은 관계를
만들고, 함께하는 일을
원활하게 한다.

Listening

관계의 발전은 소통에서

소은 씨와 도영 씨는 오랜 친구 사이다. 어떤 상황에서도 변함없이 서로를 지지하는 든든한 존재로, 서로의 일상과 감정을 깊이 나누면서 지내왔다. 그런데 최근 거칠게 부딪치는 일이 많아졌다. 도영 씨가 소은 씨와 만나기로 한 약속을 자주 어기자, 소은 씨의 심기가 편치 않은 것이다. 평소 활동적인 도영 씨는 신입사원인데도 벌써 여러 모임에서 초대를 받은 데다, 학교 선후배 모임마저 잡힌 것이다. 소은 씨는 그가 바쁜 회사 생활로 그럴 수 있다고 여겼지만, 사과조차 없는 점에 서운함을 느꼈다. 이에 소은 씨가 먼저 말을 건넸다.

“너 요즘 변한 거 알아? 내게는 관심도 없나 봐. 약속도 어기고. 너무 실망이다.”(소은)

“그러니까, 일이 너무 많아서 그래. 지금 신입이라 그런지 진짜 바쁘네. 이해해 줘라.”(도영)

소은 씨가 그의 말을 낚아채며 말한다.

“나는 안 바쁜 줄 알아? 난 너랑 한 약속을 가장 중요하게 생각하거든. 왜 지키지도 않을 약속을 하는 거야?”(소은)

“너 평소답지 않게 왜 그래? 내가 바빠서 그런 것뿐이야. 지금도 노력하고 있어.”(도영)

“너는 늘 그렇게 변명만 하지.”(소은)

이 대화는 무척 거칠다. 처음엔 작은 물결이 이는 것 같지만, 곧 폭우가 내린 뒤 계곡에 흐르는 격류처럼 변하고 있다. 부딪쳐 튀고, 요란한 소리가 난다. 대화는 사람과 사람 사이의 신뢰를 쌓고 관계를 맺는 데 필수적인 활동이다. 한 사람이 이야기하면 상대는 듣고, 듣는 이가 말하면 상대는 들어준다. 돌이 얇은 작은 방안에 좋은 커피 향이 은은하게 퍼지듯 상대방의 의도를 파악하고 감정을 읽으며, 서로에게 스며드는 것이 좋은 대화다. 그런 대화가 좋은 관계를 만들고, 함께하는 일을 원활하게 한다. 대화가 매끄럽게 이어지고, 향기가 나는 수준에 이르기 위해 반드시 필요한 것이 ‘경청’이다. 상대방의 말을 귀 기울여 듣는 것이다. 그래야 오해를 피하고, 서로 공감하고, 공동의 해결책을 모색하고, 이해와 신뢰에 기반한 협력관계를 구축할 수 있다.

경청보다 더 중요한 것

경청을 잘하려면 상대방의 말을 집중해서 들어야 한다. 또 상대가 말하는 바를 이해하려고 노력해야 한다. 상대방의 눈을 보며 존중과 신뢰를 전할 필요가 있다. 상대방의 말에 적극적으로 반응하며, 필요할 때는 질문을 해서 부족한 이해를 보충하는 것도 좋은 경청의 자세다. 그런데 경청보다 더 중요한 것이 있다. 바로 상대방이 충분히 말할 수 있게 시간을 주는 것이다. 그러려면 무엇보다 인내가 필요하다.

특히 대화하는 두 사람 사이에 갈등이 있는 상황에서 상대방의 감정을 존중하고 배려하려면 인내심이 필요하다. 상대방이 자신의 감정을 표현할 시간을 주는 것이다. 인내심을 가지고 대화에 임하면 상대방은 자신이 존중받고 있다고 느끼게 되어 신뢰가 쌓인다. 인내심을 잃고, 상대의 이야기를 끝까지 듣지 못하고 즉각 반응하면, 이를 테면 상대의 말에 비난하거나 판단하면서 말한다면 어떻게 될까? 듣는 사람은 비난이나 공격을 받은 것으로 생각하고 반격하거나 변명을 하는 방어적인 태도를 보여 대화는 더 이상 이어지지 못한다.

소설 <모모>에서 배우는 인내

소은 씨와 도영 씨의 사례로 돌아가 보자. 소은 씨는 소중하게 생각하는 친구와 즐거운 시간을 보내고 싶었을 텐데 친구가 약속을 어기는 경우가 반복되다 보니 많이 속상했을 것이다. 이럴 때는 자신의 기분을 들여다볼 필요가 있다. 친구가 약속을 지키지 않은 데에서 오는 불편한 마음을 관찰하는 것이다. 그리고 친구에게 지키지 못한 이유를 들어보는 과정이 필요하다. 소은 씨는 도영 씨의 마음을 헤아리는 것보다 불편한 자신의 감정을 더 우선시하다 보니 도영 씨의 말이 귀에 들리지 않았다. 이처럼 듣는 행위에는 인내가 필요하다.

도영 씨도 소은 씨를 소중하게 여기지 않은 것은 아닐 것이다. 그런데도 충분히 설명하고, 벌어진 상황에 대해 사과하기보다는 평소 친하게 지낸 소은 씨가 자신을 잘 이해해줄 것으로 여기고 표현하지 않았다. 친한 관계에서는 서로의 이해가 깊기 때문에 굳이 사과하지 않아도 관계에 큰 영향이 없을 거라 여기는 경우가 있지만, 이견 오해다.



Patience

모모의 능력이 바로 경청이다. 신뢰에 찬 눈빛으로 사람들을 바라보며 정성껏 이야기를 들어주는 능력 말이다.

미카엘 엔데의 소설 <모모>에서는 소박하게 살아가는 작은 시골 마을 변두리 낡은 원형극장 터에서 사는 왜소한 소녀 모모가 주인공이다. 그 모모에게 갖가지 고민과 문제를 갖고 사람들이 매일 찾아온다. 모모는 그들에게 명쾌한 해답을 주지는 못하지만, 모모를 만난 사람들은 기쁜 마음으로 돌아가 다른 사람들에게 “모모에게 가보라”고 말한다. 모모의 능력이 바로 경청이다. 신뢰에 찬 눈빛으로 사람들을 바라보며 정성껏 이야기를 들어주는 능력 말이다.

나를 지켜야 인내도 단단해진다

인내심은 평온을, 성급함은 후회를 거둔다고 한다. 상대방의 말을 충분히 듣지 않고, 즉각적으로 감정을 드러내는 방식으로 대화가 진행되면, 문제 해결은 더욱 어려워진다. 서로가 자신의 감정을 전달하고 싶지만, 감정이 격해져서 서로의 말에 귀 기울이지 못하게 된다.

인내력의 약화는 여러 상황에서 발생할 수 있다. 과도한 스트레스나 압박감이 있을 때, 인내력이 쉽게 소진된다. 이럴 때는 작은 일에도 쉽게 화가 나거나 짜증을 내게 된다. 반복적인 실패나 좌절을 경험하면 그 상황에 에너지를 다 소진해버려 다른 이와 마주할 때 인내심이 없어진다. 특히, 사람은 교만해졌을 때 인내력을 내려놓기 쉽다. “내가 그토록 참았는데 더 이상 참을 필요가 뭐 있어”, “당신이 감히 나를?”, “네가 나를 좌절시켜?”라는 생각을 하게 되고 이 생각이 언어가 되어, 걸리지 않는 말을 하게 된다. 그 순간을 참고 견디면서 나아가야 한다.

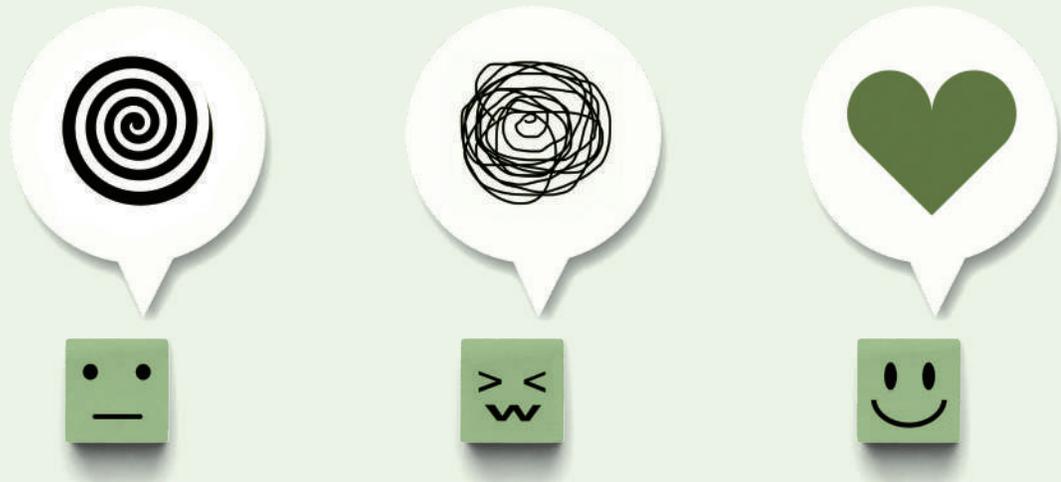


인내는 우리 삶에 가장 요구되는 성품이자 이루기 어려운 성품이기도 하다. 그렇지만, 인내력 키우기를 포기해선 안 된다. 세상에 인내하지 않고 성공할 수 있는 것은 하나도 없기 때문이다. 내 마음조차도 의식적으로 노력하지 않으면 부정적인 생각이 일어난다. 무언가 계획한 대로 되지 않으면 좌절을 느끼게 되고 스트레스로 분노와 화가 생길 것이다. 화가 난다고 화를 내고, 포기하고 싶다고 포기하고, 더 이상 안 보고 싶다고 보지 않는다면 그 결과는 어떻게 될까? 결코 이뤄지는 게 없다. 인내하지 않으면 자포자기하고, 열등감과 자기 비하에 빠지기 쉽고, 남 핑계, 실패, 원망으로 이어질 수 있다. 다음은 인내심을 키우는 방법 세 가지를 소개한다.

상대방을 이해하는 세 가지 방법

첫째, 자신의 경청 능력을 살펴보자. 상대의 말을 이해하기 위해서 끝까지 듣고 있는지, 이해가 되지 않는 부분이 있을 때 차분히 질문할 수 있는지, 이를 통해 상대방이 진정으로 하고 싶은 이야기를 끌어낼 수 있는지, 제3자의 눈으로 살펴보는 것이다.

둘째, 자신의 감정을 잘 표현해보자. 그러면 상대의 감정도 잘 인식할 수 있는 능력이 키워진다. “친구가 여러 번 약속을 지키지 못하니 내 마음이 너무 외롭고 무시당하는 기분이 들었어”라고 얘기하면 상대도 나의 감정을 인식하면서 자신의 속마음을 표현할 수 있다. 그럴 때도 “도영이가 요즘 많은 일정으로 힘들어하고 있고, 단적인 내게 이해를 받고 싶어 하는구나”라고 여길 수 있다. 인내는 상대방의 감정 상태를 안정시키고, 신뢰를 쌓는 데 꼭 필요하다. 상대의 감정을 이해하고 존중하는 태도는 관계의 기초를 다지는 중요한 요소다.



인내력 키우기를 포기해선 안 된다. 세상에 인내하지 않고 성공할 수 있는 것은 하나도 없기 때문이다.

Communication

셋째, 감사 일기를 써보자. 우리 삶에 기적과 같은 일도 있고, 소소한 행복을 주는 것들로 둘러싸여 있다. 잠들기 전, 감사할 몇 가지를 기록해본다면 감사하는 습관이 만들어질 것이다. 좋은 일에는 시간이 걸린다는 것을 알기에 감사한 마음이 우리를 더 큰 인내심을 갖게 할 것이다. 이때 기억할 것은 오늘 실수한 말들에 실망하거나 자책하면서 자신을 꾸짖지 않는 것이다. 실수나 실패에 대해 자신을 너무 비난하지 않고, 긍정적인 시각으로 상황을 바라보면 인내심을 기르는 데 도움이 된다. “내가 오늘 그 상황에서는 나를 소극적으로 표현했구나”, “오늘은 실수를 두 번밖에 하지 않았구나”와 같이 자신을 돌보고 격려하는 노력이 필요하다. 자신을 들여다볼 때 좋은 친구를 대하듯 친절하게 대하길 바란다. 이 모든 과정에 익숙해지는 데는 적잖은 시간이 걸린다. 하지만 이 순간을 참고 인내하다 보면 더 큰 세상이 우리 앞에 펼쳐질 것이다.



글. 박진영 작가

<단박에 통하는 전달력 수업>, <공감대화법>, <박진영의 말하기 특강> 등을 집필했다. 현재 공감 커뮤니케이션 연구소 대표이자 전남대학교 객원교수로 대화를 통해 사람들의 심리를 파악, 올바른 소통이란 무엇인지 알려주고 있다.

단 하나의 공을 위한 타협하지 않는 마음

전 야구 선수, 방송인 정근우

괴로움이나 어려움을 참는 일은 쉽지 않다. 그렇기에 ‘인내력’은 우리에게 최고의 결과를 가져다준다. “야구할 때가 제일 행복하다”라는 정근우의 야구 인생이 그랬다. 그의 야구는 타협하지 않는 인내로 시작되었고, 여전히 진행 중이다.

Q. 안녕하세요! 먼저 정근우 님의 간단한 자기소개 부탁드립니다.

안녕하세요. 이렇게 만나 뵙게 돼서 반갑습니다. 전(前) 야구선수 정근우입니다. 분명 은퇴를 하긴 했는데 요즘에 소개할 때도 야구선수라고 말하게 되네요(웃음). 여전히 야구하고 있는 정근우입니다.

Q. 몇 달 전, 예능프로그램 <최강야구>에서 땅볼 타구 수비를 하다가 손가락 골절을 당하셨어요. 그럼에도 불구하고 대타로 나가서 멋진 실력을 보여주셨는데요. 현재 손가락 등 컨디션 회복은 잘 되셨는지요.

다행히 컨디션은 잘 회복 중이고요. 아무래도 아직 뼈가 붙지 않은 상태에서 계속 경기도 하고 훈련도 하다 보니 회복 속도가 좀 더디긴 합니다. 사실 현역 프로야구 선수였다면 주변

에서 경기를 못 뛰게 막았을 테고, 저 역시도 회복에 더 집중했을 것 같아요. 하지만 <최강야구>는 매 경기가 결승 경기이지 않습니까? 모든 경기에 최선을 다하고 싶고, 스스로와 타협하고 싶지 않은 마음이 부상에도 경기를 뛰게 만든 것 같아요.

Q. 2005년 SK와이브스로 프로에 입단하시고, 한화이글스 그리고 LG트윈스 소속으로 약 16년 동안 프로야구 선수로 활동하셨습니다. 야구를 시작하게 된 계기는 무엇인가요?

12살 때 아버지 손에 이끌려 롯데마린스 리틀야구단 창단식에 가게 됐어요. 창단식인지도 모르고 따라갔는데 갑자기 유니폼을 나눠주더라고요. 그렇게 창단멤버가 되고, 야구를 시작하게 됐죠. 당시에는 야구를 하고 싶어서 시작한 게 아니다 보니 방향을 좀 했어요. 그때는



축구를 더 좋아해서 학교에 축구부를 만들어 달라고 교장 선생님을 찾아갔는데 다른 학교를 이기고 오면 만들어 준다면 축구부는 몇 번을 이겨도 안 생기더라고요. 그러다 보니 자연스럽게 야구에 마음이 생겼고, 당시 집에서 부산 사직구장까지 꽤 거리가 있었는데 그 거리를 매일 오가며 야구를 봤어요. 도로 위 시간이 아깝지 않다는 생각에 ‘아, 나 야구가 하고 싶구나!’라는 생각이 들었고, 13살 때부터는 야구만 바라봤죠. 그때부터 정근우의 야구 인생이 시작됐네요.

Q. 조금은 늦게 프로에 입단했지만, 정교한 타격과 빠른 발, 완벽한 수비로 야구 경기에서 승리의 흐름을 가져오는 ‘악마의 2루수’로 활약하셨습니다. 처음 프로를 준비하시고, 입단하셨을 때의 소회가 궁금합니다.

제가 청소년 대표를 하고, 주장도 하고, 우승도 하고 여러모로 성적이 좋았는데도 불구하고 고등학생 때 신인드래프트에서 지명이 안됐어요. 너무 허무했죠. 그간의 노력과 일궈낸 성과들이 다 무너졌으니까요. 피지컬이 좋은 선수를 선호하는 분위기였기에 키 작은 제가 야구를 더 해봤자 상처만 입지 않을까 싶어 이대로 야구를 포기해야 하나 싶은 생각도 컸고요. 그래도 야구가 하고 싶었어요. 마침 고려대학교에서 스카웃 제의가 왔고, ‘피지컬이 약하다면 내가 할 수 있는 야구를 하자’는 생각으로 매일 달리기, 수비·스윙 연습을 미친 듯이 했어요. 그렇게 대학교 4학년, 두산 베어스랑 연습 경기가 있는 날 코치님이 “근우야 SK 2차 1번 지명 축하한다!” 이 말을 하셨던 게 아직도 생생해요. 도저히 경기는 할 수 없는 상태가 됐고 엄청나게 울었습니다.



끝까지 인내해야 나에게 오는 기회를 제대로 잡을 수 있어요.

고등학생 때 지명이 안된 게 속상했지만, 결과적으로 저를 더 강하게 만들었고, 그 시기가 없었다면 지금의 정근우는 없었을 거예요.

Q. 타자에게는 콘택트 능력과 공을 구별하는 선구안, 무엇보다 자신의 공을 기다리는 인내력이 필요하다는 생각이 듭니다. 타석에 섰을 때, 어떤 마음으로 공을 기다리시나요.

투수는 자신의 베스트 볼을 던질 수밖에 없고, 타자는 그 베스트 볼을 꼭 쳐내야만 해요. 그렇기 때문에 타석에 들어섰을 때 “졸면 지는 거다. 내가 원하는 공만 기다리자”라는 생각으로 단 한 개의 공만 기다립니다. 내가 원하는 공을 기다려서 치는 게 타자에게 필요한 능력이라고 생각해요. 타석에서는 여유를 갖고 최대한 인내해야지만 그 기회를 얻을 수 있어요. 누가 예전에 그렇게 말하더라고요. 호랑이가 토끼를 잡을 때 바로 잡지 않고 왜 움츠러서 기다렸다가 잡는 줄 아냐고, 한 번에 못 잡으면 창피하니까요. 타자도 마찬가지예요. 끝까지 인내해야 나에게 오는 기회를 제대로 잡을 수 있어요.

Q. 맞습니다. 야구는 선수와 팬 모두에게 인내력을 요구하는 스포츠인데요. 그렇다면 정근우님은 인내력을 키우기 위해서 어떤 노력을 하시는지 궁금합니다.

무조건 훈련이죠. 개인훈련과 반복훈련으로 인내력을 만들어낸 것 같아요. 다들 알고 계신 김성근 감독님의 지옥의 평고 훈련도 물론 힘들지만, 감독님의 훈련이니 해낼 수밖에 없어요. 그런데 개인훈련은 수많은 유혹을 뿌리치고, 스스로와 싸움을 해야 하고, 절대 타협하지 않는 자세가 필요해요. 현역일 때, 경기 전에 1~2시간 정도 여유가 생기면 숙소 옥상에 가서 100번씩 스윙 연습을 하는 게 루틴이었

정근우 방송인, 전 야구선수

대한민국 전(前) 야구선수. 2005년에 SK와이번스로 프로에 입단, 2020년에 은퇴했다. 현역 시절 ‘악마의 2루수’로 불리며, 2008 베이징 올림픽 우승, 2009 WBC 준우승, 2015 프리미어 12 우승 등을 이끌었다. 은퇴 후, 방송인으로 활동하며 현재는 <최강야구>를 통해 새로운 전성기를 맞았다.



어요. 그런데 사람은 항상 타협하고 싶잖아요. 내가 몸이 좀 지치고 힘들 때 ‘오늘은 쉬어도 되지 않을까?, 다른 사람들도 다 자고, 놀고 있는데 나도 하루는 놀아도 되지 않을까?’ 이렇게 스스로 타협하고 싶은 마음을 저버리는 게 정말 힘들었어요. 하지만 절대 타협하지 않는 것이 인내력을 키워줬죠. 물론 16년의 야구 인생에서 많은 타협이 있었겠지만, 그 속에서도 꾸준히 반복하고, 훈련하고, 이겨냈던 것들이 자신감을 만들었고, 필요한 인내력을 키워줬고, 좋은 경기의 결과로 나타났다고 생각해요.

Q. 그렇다면, 요즘 인내력이 필요한 순간은 언제인가요?

지금 타이밍에 참 좋은 질문이네요. 아무래도 부모로서 자녀를 키우고 있다 보니 인내력을 요구하는 순간이 매우 많더라고요(웃음). 누군가를 키운다는 게 이렇게 어렵고 인내해야 한다는 것을 많이 느끼고 있는 요즘입니다. 반대로 언제까지 인내해야 할지 스스로에게 되물곤 하는데 이 부분 또한 끊임없는 인내로 부모로서 역할을 잘 감당해야겠다고 생각해요.

Q. 은퇴 후, 본격적으로 방송활동을 시작하시고, <최강야구>, <정근우의 야구인생> 등 활발한 활동으로 새로운 전성기를 보내고 계십니다. 최근에 팬미팅을 진행하셨는데, 오랜 팬들과의 만남은 어떤 시간이 되셨는지요.

<정근우의 야구인생> 유튜브 10만 구독 달성 기념으로 팬미팅을 열었는데요. 남녀노소 정말 다양한 연령층에서 오셔서 정근우를 사랑해 주시고 많은 관심을 쏟아주셔서 정말 감사하고 소중한 시간이었어요. 야구선수일 때는 사랑을 받기만 했다면 지금은 그 사랑을 더 가까이서 보답할 수 있어서 또 감사했고요. 계속해서 팬분들이 주시는 사랑과 감사에 보답할

수 있도록, 앞으로 더 많은 분을 모시고 소통할 수 있도록 노력하고자 합니다.

Q. 정근우님의 앞으로의 계획이 궁금합니다.

은퇴하고 나서 많은 활동들을 하고 있지만, <최강야구>로 인해 더 많은 것을 할 수 있는 기회가 생겨서 참 감사한 나날을 보내고 있습니다. 하지만 아직은 야구할 때가 제일 행복한 것 같아요. 앞으로의 계획이나 목표보다는 현재 주어진 역할에 최선을 다하는 정근우가 되고 싶고요. 계속해서 <최강야구>에서 좋은 모습 보여드릴 수 있게 열심히 노력하겠습니다.

전 야구선수 정근우가 <with IBK> 독자들에게 전하는 메시지

IBK기업은행 임직원 여러분! 인내라는 것은 인간으로 태어나면 당연히 마음에 품어야 하는 단어가 아닐까 생각합니다. 야구에서도 덤비면 범타 나올 확률이 높지만, 인내하면 좋은 타구의 기회들이 많이 오거든요. 인내해 손해 보는 건 없습니다! 인내로 제 야구 인생이 더욱 단단해졌듯이 인내력으로 더욱 단단해질 여러분의 삶을 응원합니다.

참을 인(忍) 세 번이면 나는 더 성장할 수 있다! 인내력 테스트



START



더 나은 결과를 위해선
우리는 한 템포 쉬어갈 줄도 알아야 한다.
나를 더 좋은 사람으로 성장시키는 인내심,
과연 나의 인내력은 얼마나 될까?



인내력 100%, 너무 참진 말아요

당신은 견고한 인내심을 가진 사람이다. 답을 얻을 때까지 끊임없이 고민하고, 바르게 살아내겠다는 올곧은 신념을 쉽게 굽히지 않는다. 다만, 인내력이 너무 높아 회의 시, 자신의 의견을 개진하지 않아 간혹 오해를 사기도 한다. 하지만 매사에 최선을 다하기 때문에 오해를 품었던 사람들도 결국은 당신을 믿고 따르게 된다.



인내력 70%, 인내도 활용하기 나름

만화 <달려라 하니>처럼 수천 번 넘어져도 다시 일어서고, 어떠한 역경에도 원하는 목표를 반드시 이루고야 마는 당신! 자신을 사랑하고 신뢰할 줄 아는 건강한 마음의 소유자다. 참고 기다리는 것이 손해 보는 행동이 아닌 나를 성장시키는 도구라는 것을 안다. 자기 분야에서 멋지게 능력을 발휘하고 있는 만큼 이 인내력을 잘 활용해 보자.



인내력 50%, 성급과 인내는 한 곳 차이

상대방과 의견 차이가 생기면 “나만의 길을 걸겠노라!” 외치는 당신은 마음이 가는 대로 유연하게 움직이는 자유로운 영혼의 소유자다. 감정을 솔직하게 표현해 상대방을 종종 당황스럽게 만들기도 하지만 알고 보면 누구보다도 남을 잘 헤아리는 마음 따뜻한 당신! 조금 더 부드럽고 온화한 말투로 당신의 의견을 표현해 보면 어떨까?



인내력 30%, 타인의 말에 흔들리지 말 것

앞사귀에 이는 바람에도 마음이 팔랑팔랑하는 당신. 혹시 다른 사람의 이야기에 귀 기울이느라 자신의 다짐을 모른 척하지는 않는가. 참고 기다리기보다는 결과를 빨리 확인하고 싶어 다른 사람의 목소리에 마음이 왔다 갔다 할 때도 있지만, 딱! 10분만 나를 위한 생각에 잠겨보자. 더 당당하고 자신감 있는 모습으로 성장할 수 있을 것이다.



우리 모임
우정해!

병천순대 사랑해!

⑩ 충청도 편_신은수참병천순대집



QR코드를 스캔하면
<with IBK>를 영상으로
만날 수 있습니다.

누가 충청도를 ‘노잼도시’라고 했는가! 먹는 즐거움이 이렇게 가득한데! 10번째 IBK트끼가 호두과자의 도시 천안을 찾았다. 이곳에서 만난 ‘병천순대’는 오직 천안에서만 누릴 수 있는 즐거움이다.

It's Health Food

호두과자 말고, 병천순대

IBK끼 10번째 지역은 바로 충청남도 천안이다. 역시 호두과자의 도시답게 고소한 호두과자 냄새가 솔솔 풍긴다. 그 유혹을 참지 못하고 호두과자 한 봉지를 샀다. 후회 없는 선택이었다. 호두과자를 들고 천안 병천면에 위치한 천안병천순대거리를 찾았다. 그곳에서 아산지점 김소정 대리, 천안아산역지점 소지혜 대리, 천안산단지점 이정미 대리, 천안WM센터 김지희 대리를 만났다. 소지혜 대리와 김지희 대리가 자신 있게 이야기한다.

“MC님! 천안 호두과자도 맛있지만, 병천순대거리에 왔으면 병천순대를 먹어야죠~!”

“호두과자는 저 주시고! 병천순대 먹으러 가시죠!”

보자마자 인사는 패스하고, 활기찬 그들의 외침에 오늘의 음식, 병천순대가 더욱 기다려졌다. 병천순대거리는 유관순 열사가 독립 만세를 외쳤던 아우내장터 부근에 있는 전통 있는 순대 골목으로 병천순대는 1960년대 병천 인근, 돼지고기를 취급하는 햄 공장이 들어서면서 야채와 선지가 많이 들어가는 순대를



만들어 먹은 것이 시작이다. 전국적으로 유명해지면서 순대 거리가 생기고, 현재까지 20곳이 넘는 순대 전문점들이 자신만의 특색있는 맛으로 ‘병천순대’ 자부심을 내세우고 있다. 오늘 IBK끼는 수많은 순대 전문점 중에서도 『IBK가 만드는 맛있는 지도』 속 IBK인들이 뽑은 맛집, ‘신은수참병천순대집’으로 향했다.



순대볶음, 그 깊은 맛에 빠지다

모두 천안에서 근무하고 있기에 사실 병천순대는 많이 먹어봤다는 오늘의 IBK인들. 하지만 아는 맛이 더 무서운 법이기에 병천순대를 기다리는 시간이 설렘으로 가득했다. 음식이 나오는 동안 이들의 모임은 어떻게 생겨났는지 물으니, IBK끼 신청자 이정미 대리가 답했다.

“사실 모두가 한 지점에서 같이 일한 건 아니고요. 각각 저와 함께 일했던 동료들이예요. 같이 일할 때 제가 참 좋아하던 직원들인데 성향도 비슷하고, 모두 워킹맘이라는 공통점이 있으니 다 같이 만나면 재밌을 것 같더라고요. 그래서 한 명씩 소개해 주면서 모이게 됐어요. 아니나 다를까, 역시 예상대로 넷이 너무 잘 맞아서 이렇게 IBK끼에도 신청하게 됐습니다.”

김소정 대리, 김지희 대리, 소지혜 대리 모두 이정미 대리의 동료로 원래는 모르는 사이였으나, 이정미 대리의 소개로 모임이 형성됐고, IBK끼를 통해 오랜만에 네 명이 함께 모이는 시간을 보내게 됐다고 한다. IBK로 하나 되는 이들의 친화력에 박수! 이런저런



이야기를 하다 보니 김이 모락모락 피어나는 순대국밥과 순대볶음, 모듬순대가 식탁에 차려졌다.

“역시 순대는 병천순대!”

모두가 입안 가득 병천순대를 머금고 엄지손가락을 치켜세웠다. 씹장에 순대를 푹 씹어 먹은 김지희 대리가 만족스러운 표정과 함께 맛 표현을 해주었다.

“병천순대는 새우젓, 쌈장, 초고추장 등 어떤 양념장에도 잘 어울려요. 그중에서 저는 쌈장파입니다(웃음). 또 병천순대로 만든 순대볶음은 처음인데 특유의 녹진한 선지의 맛과 아삭한 야채, 양념의 매콤함이 잘 어우러져서 정말 맛있네요!”

순대볶음이 주는 깊은 맛에 모두 빠져버린 오늘의 IBK인들! 취향 저격 음식은 만장일치로 순대볶음이 뽑혔다.

윤기가
차르르~



마음도, 입맛도 잘 맞는 우리

한창 맛있게 병천순대를 즐기고 있던 중, 스마트폰이 없어진다면 어떨 것 같은지 IBK인들에게 물었다. 자신의 취미 또는 운동에 집중하거나 가족들과 더 많은 시간을 보내거나 하는 등 소소하지만, 확실한 행복을 더 많이 누릴 것 같다는 동일한 대답을 들려주었다. 역시 성향도, 입맛도, 마음도 잘 맞는 오늘의 IBK인들!



‘IBK트끼’에 함께한 소감 한마디!

천안아산역지점 소지혜 대리

이런 촬영이 처음이라 많이 뚝딱거렸는데 잘 이끌어 주신 촬영팀과 MC님께 감사드립니다. 덕분에 좋아하는 직원들과 함께 평생 잊지 못할 추억을 만들었어요!

천안WM센터 김지희 대리

아침에 일어나서 갈 곳이 있다는 게 정말 큰 행복이지만 은행 생활에 가끔 지친다고 느낄 때! IBK트끼로 새롭고 특별한 경험 꼭 해보세요!

천안산단지점 이정미 대리

처음에 긴장을 많이 했는데 시간이 지날수록 점점 편해져서 맛있게 먹고, 재밌게 즐기다가 왔네요. 바쁜 일상 속 신선한 힐링이었습니다!

아산지점 김소정 대리

IBK트끼를 계기로 오랜만에 함께 모일 수 있어서 좋았습니다. 촬영하는 즐거움도 느낄 수 있어서 새로운 하루였고요! 우리 우정 포에버♡

이어서 ‘방’으로 끝나는 단어 말하기, ‘억’으로 끝나는 단어 말하기 게임을 진행했다. ‘서방-합방-안방’ 3콤보로 촬영 현장은 웃음바다가 되었고, 이어서 ‘억’으로 끝나는 단어 ‘일억-이억-사억-십억’으로 게임에 성공했다. 덕분에 시원한 탄산음료와 함께 아줌마들의 우정은 영원하다는 의미의 줄임말 ‘아우디’를 외치며 깔끔하게 오늘의 IBK트끼를 마무리!

“이렇게 시간 맞춰서 모이기가 쉽지 않은데 IBK트끼를 통해서 만나니까 새롭고 즐겁네요. 눈으로 즐기고, 입으로 즐기는 병천순대! 천안에 왔으면 꼭 맛보러 오세요~”

촬영이 낯설었던 김소정 대리도 맛있는 음식과 즐거운 만남에 IBK트끼를 온전히 즐기게 됐다고 소감을 전했다. IBK인들과 함께 만들어 가는 맛있는 여행! 이번 편도 재밌는 입담으로 즐거운 IBK트끼 시간이었다. 다음은 대구·경북으로 향한다. 그곳에선 어떤 IBK인들과 어떤 음식으로 함께할지 모두 많·관·부!



신은수참병천순대집

(사진 왼쪽부터) 소지혜·김지희·이정미·김소정 대리

🍴 순대국밥, 만세 순대볶음, 병천순대

📍 충남 천안시 동남구 병천면 아우내순대길 9

☎ 041-561-0151

바다 위의 사막을 걷다

인천 대이작도

인천 옹진군에 속한 대이작도는 작고 예쁜 섬이다.
대이작도의 최고 볼거리는 썰물 때 드러나는 풀등이다.
우리나라에서 가장 크고 신비로운 풀등이 대이작도
앞바다에 있다. 어촌계에서 운행하는
작은 여객선을 타면 풀등에 오를 수 있다.



대이작도

大伊作島



01

01 드론으로 본 풀등 전경. 완전히 드러나면 길이 7km 정도, 폭 1km 정도이며 면적이 30만 평쯤 된다.

자연의 신비로움 가득한 풀등

인천항연안여객터미널에서 출발한 카페리호가 인천 대교 아래를 지나면, 먼 여행길을 떠나는 듯 설렌다. 배 안은 평일인데도 사람들로 북적인다. 인천의 인기 좋은 섬들인 자은도, 승봉도 등을 거치기 때문이다. 1시간 30분쯤 항해 끝에 대이작도에 닿았다. 배가 닿은 선착장은 부산하다. 사람들은 분주히 움직이고, 펜션에서 나온 차들은 손님을 싣고 부리나케 사라진다. 대이작도에는 공영버스가 없다. 대신, 전기차를 빌려 드라이브를 즐길 수 있다. 대이작도는 당일 여행도 가능하지만, 작은풀안해수욕장에서 캠핑하거나 펜션에서 하룻밤 묵으면 더욱 좋다. 선착장이 텅 비면 마음이 편안해진다. 이제 걷기여행자들의 시간이기 때문. 대이작도의 으뜸 볼거리는 풀등이다. 풀등은 물이 빠졌을 때 드러나기 때문에 시간 맞추는 게 쉽지 않다. 어촌계 홈페이지를 통해 매달 탐방

가능한 시간을 알 수 있다. 어촌계에서는 ‘풀등 1호’ 작은 여객선(정원 11명)을 운행한다. 날짜를 잘 맞춘 덕분에 때맞춰 풀등 1호에 오를 수 있었다. 시원한 바람을 맞으며 대이작도를 벗어나자 바다 위에 뜬 풀등이 보인다. 풀등은 완전히 드러나면 길이 7km, 폭이 1km 정도이며 면적이 30만 평이나 된다. 본래는 70만 평쯤 됐으나, 모래 채취로 절반 이상 사라졌다고 한다. 풀등에 내리자 사막에 온 느낌이다. 모래가 끝없이 펼쳐진다. 풀등에 닿으면 서둘러야 한다. 탐방 시간이 30분에 불과하다. 우선 양말을 벗었다. 풀등은 맨발로 걸어야 제맛이다. 서걱거리는 모래 알갱이의 촉감, 말랑하고 폭 꺼지는 느낌이 발바닥을 통해 오롯이 전달된다. 사막의 봉우리 같은 가장 높은 곳에 잠시 올랐다가 여객선이 있는 곳으로 돌아왔다.



03 나이가 25억 살이 넘는 국내 최고령 암석

수영하고, 조개도 잡고 싶었지만, 시간이 아쉽다. 돌아가는 여객선에서 자꾸 뒤돌아 풀등을 살핀다. 마치 고래 등에 올라탄 느낌이었다. 선착장으로 돌아와 대이작도 트레킹 안내판을 확인한다. 갯길 따라 시계 반대 방향으로 섬을 반 바퀴도는 코스를 확인했다. 최고령 암석과 작은풀안해수욕장을 거쳐 부아산에 올라 정점을 찍고, 선착장으로 내려오는 길이다.

02 덱으로 이어진 해안 갯티길은 걷기 좋고 풍경이 수려하다.



캠ป์사이트가 좋은 작은풀안해수욕장

해안에는 덱 산책로가 잘 나 있다. 해안선을 따라 길이 구불구불 이어진다. 바다 건너편으로 소이작도가 손짓한다. 1km쯤 이어진 덱 산책로가 끝나면 숲길이 바통을 잇는다. 파도 소리 들리는 호젓한 숲길이다. 이정표가 잘 나 있어 길 잃을 염려가 없다. 중간중간 조망이 열린 곳에서는 풀등이 잘 보인다. 역광 속에 드러난 풀등은 신기루처럼 가물가물하다. 노란 띠처럼 보이는 풀등은 바다 위에 길게 누웠다. 풀등은 가는 길 내내 길동무처럼 든든하다. 최고령 암석은 해변에 있다. 덱 산책로 끝나는 지점에 있으며, 이정표를 따라가면 쉽게 찾을 수 있다. 이 암석의 나이는 무려 25억 년 이상. 약 15~20km 아래 지하 땅속에서 생성된 것으로 추정한다. 겹겹의 시간을 간직한 돌에 가만히 손을 대보고 걸음을 돌린다.

최고령 암석 옆쪽에 작은풀안해수욕장이 있지만, 이곳에서는 해안으로 길이 나 있지 않다. 길은 울창한 숲을 지나서 작은풀안해수욕장으로 이어져 있다. 알록달록한 텐트들이 웅기증기 모인 모습이 정겹다. 텐트를 가져오지 않은 게 후회된다. 호젓하게 해수욕장을 즐기며 하룻밤 즐기 그만이다. 해수욕장은 모래가 곱고, 수심이 깊지 않아 아이들 놀기에 좋다. 앞 바다에서는 풀등이 고개를 내밀고, 해수욕을 즐기는 이들을 물끄러미 바라본다.

김밥 먹고 발 담그며 한동안 쉬었다가 길을 나선다. 도로를 따라 부아산 오르는 길이 딱딱하다. 삼신할매 약수터에서 시원한 약수로 더위를 식힌다. 물맛이 부드럽고 순하다. 이 약수는 애를 못 낳는 여인에게 아기를 점지해 주고, 주민들 생명을 보호해 주는 생명수로 알려졌다.



04 대이작도 해변 중에서 캠핑하기 가장 좋은 곳은 작은풀안해수욕장이다.
05 작은풀안해수욕장 옆의 포토존. 바다에서 풀등이 보인다.

06 부아산의 입구 격인 일명 '천국의 문'. 이 길을 따르면 봉수대와 부아산 정상이나온다.



부아산 꼭대기에서 섬을 조망하는 맛

갈증을 해소하고, 힘을 내 봉수대를 거쳐 부아산 꼭대기에 올랐다. 약수터에서 40분쯤 걸렸으니 생각보다 멀지 않다. 159m 높이의 부아산은 대이작도 최고봉으로 생김새가 어머니가 아기를 업은 듯한 모습이다. 꼭대기에는 전망대가 설치되어 조망이 시원하다. 대이작도와 건너편 소이작도 사이의 해변은 하트 모양으로 보이고, 그 뒤로 덕적도 일대 섬들이 장쾌하게 펼쳐진다. 맑은 날에는 서쪽의 굴업도와 동쪽의 인천 시내까지 보인다.

이제는 섬을 떠날 시간이다. 당일로 여행을 마치려면 오후 4시 20분 배로 나가야 한다. 제법 가파른 급경사를 조심조심 내려와 촛대처럼 뾰족한 오형제바위를 거쳐 마을에 닿았다. 이작분교에서 아이들이 뛰어노는 모습이 보기 좋다. 마을 앞 해변 도로에는 '섬마을 선생님'이라고 쓴 비석과 영화 스틸 컷이 새겨져 있다. 1967년에 제작된 이 영화는 대이작도 계남마을 일대에서 촬영했고, 당시 큰 인기를 누렸다. 모퉁이를 돌아 선착장에 닿았다. 하루 알차게 대이작도를 즐겼다.

Tip 대이작도 가이드

대중교통이 없는 대이작도는 여유롭게 걷기 좋은 섬이다. 섬 구석구석 깨끗하고 산책로가 잘 관리되어 있다. 풀등 탐방은 시간을 잘 맞추는 게 중요하다. 대이작도 어른계 홈페이지에 매월 풀등 탐방 시간이 나온다.

교통

인천연안여객터미널에서 대이작도 가는 배는 08:30, 15:00에 있으며, 약 1시간 20분쯤 걸린다. 대이작도에서 인천으로 나가는 마지막 배는 요일에 따라 다르다. 15:10(토요일), 15:50(일요일), 16:20(평일).

맛집과 숙소

펜션과 숙소를 겸하는 이레식당(010-5496-0519), 풀등이야기(010-6322-3945) 등에서 꽃게탕과 자연산 회 등을 먹고, 숙박할 수 있다. 캠핑은 작은풀안해수욕장을 이용한다.

07 대이작도는 영화 '섬마을 선생님'의 촬영지다. 1967년 제작된 이 영화는 당시 큰 인기를 누렸다.



‘낮섬’으로 채워진 경이로운 섬나라

스리랑카

섬나라 스리랑카의 단상들은 온통 낮설다.
바다 요새, 암벽 왕궁 등 세계유산에
등재된 곳들이 경이로운 자태로 다가선다.
탐험가 마르코 폴로는 세계에서 가장 아름다운 섬으로
인도양의 스리랑카를 꼽기도 했다.



Sri Lanka



성채도시 갈레 그리고 장대 위 낚시

더딘 시간이 흐르는 스리랑카에는 ‘신성한 섬’이라는 뜻이 담겨 있다. 불교 유적 넘어 섬나라 남쪽 해안은 이질적인 도시와 독특한 삶들로 채워진다.

성채를 간직한 갈레는 스리랑카 남부를 대표하는 항구도시다. 14세기 아라비아 상인이 드나들던 포구는 포르투갈, 네덜란드 등 서구열강의 지배 속에 교역항이자 요새의 도시로 성장했다. 구도심과 바다 사이에는 2.5km 길이의 성곽이 고스란히 남아 있다.

갈레는 콜롬보에 교역항의 타이틀을 내준 뒤, 오롯한 관광지로 변신했다. 갈레 포트로 불리는 성채 구도심은 네덜란드 식민 시절 지었던 수백 년 세월의 유럽풍 가옥들이 웅기종기 남았다. 우윳빛 호텔, 레스토랑, 교회, 박물관이 이방인과 뒤엉켜 정물화처럼 골목을 단장한다. 갈레의 구시가는 유네스코 세계문화유산으로 등재돼 있다.

신·구도심을 잇는 갈레 게이트의 좁은 골목 사이로는 세 바퀴 달린 오토 릭샤가 오간다. 스리랑카에서 처음 지어졌다는 등대 아래는 크리켓을 즐기는 꼬마들로 가득하다. 갈레는 인도양에 비긴 석양이 아름다운 도시다. 해 질 무렵 현지 주민들과 뒤섞여 등대, 요새, 시계탑으로 이어지는 성채 위를 걷는 일과는 몽클한 감동으로 남는다.

갈레의 남쪽으로 향하면 스리랑카 어촌의 향취가 강렬하게 풍긴다. 아항가마, 고깔라 등의 해변에서 마주



갈레는 인도양에 비긴 석양이 아름다운 도시다. 갈레의 남쪽으로 향하면 스리랑카 어촌의 향취가 강렬하게 풍긴다.

- 01 아항가마 해변의 장대 위 ‘스틸트 피싱’
- 02 갈레 남쪽으로 이어지는 고즈넉한 인도양 해변
- 03 실론티의 원료가 되는 차잎
- 04 유럽향 깃든 캔디의 도심 풍경

한 장면은 전율이다. 포구 옆에는 기다란 장대 10여 개가 늘어서 있고, 어부들은 장대 위에 허수아비처럼 매달려 고기를 낚는다.

‘스틸트 피싱’으로 알려진 스리랑카 남부의 독특한 낚시는 거친 인도양의 바다가 길러낸 삶의 방식이다. 파도가 험한 날에 배를 띄울 수 없었던 어부들은 장대에 올라 낚시했다. 장대 낚시는 최근에는 관광객들을 위한 이벤트로 변색됐지만, 스리랑카의 풍광을 대표하는 장면으로 등장한다.

유럽향 완연한 실론티의 도시 ‘캔디’

외딴 파도는 이방인들에게 특별한 휴식을 안겨준다. 스리랑카는 사계절 서핑이 가능한 숨겨진 서핑 천국이다. 갈레 인근의 웰리가마, 미리싸 등은 초보 서퍼들의 성지로 알려진 곳이다. 소박한 어촌마을의 자취 대신 검게 그을린 서퍼들이 서성대고, 서핑 교습소들이 즐비하다.

해안을 벗어나 중부 캔디로 가는 길은 스리랑카 싱할라 왕조의 마지막 수도와 알현하는 길이다. 섬나라 도시의 아침을 달린다는 것은 흥미롭다. 스리랑카 사람들은 유독 흰 옷을 사랑한다. ‘사리’로 불리는 여인들의 복장도, 학교에 가기 위해 분주히 걷는 학생들도 죄다 흰 옷이다.

해발 500m에 자리한 캔디는 스리랑카의 정신적 수도로 추앙받는 땅이다. 18세기 말 영국의 식민지로 귀속됐다 1948년 독립한 도시는 구도심이 세계문화유산에 등재돼 있다.

열강의 식민시대를 거치면서도 고유의 문화를 간직했던 캔디에 대한 주민들의 자긍심은 높다. 캔디의 도심



한가운데는 왕조의 마지막 왕이 후궁들을 위해 만들었다는 캔디 호수와 부자들의 별장이 들어서 있다.

캔디는 실론티와 향신료의 최대산지로 알려진 곳이다. 고원지대의 선선한 날씨는 돈 있는 자들과 차발을 끌어들이고 또 다른 부를 잉태했다. 현지에서 맛보는 실론티는 깊고 은은한 향에 쓴맛이 없다. 캔디에서는 차밭까지 이동하는 열차 투어가 진행된다.

세계 10대 불가사의 바위산 ‘시기리야’

스리랑카 중부는 문화의 삼각지대다. 담불라를 중심으로 아누라다푸라, 폴론나루아, 캔디 등 옛 수도들이 웅기웅기 모여 있다.

싱할라 왕조는 아누라다푸라에서의 1500년 세월을 접고 힌두교인 타밀족을 피해 폴론나루아로 수도를 옮긴다. 스리랑카의 불교가 꽃을 피운 때가 11~13세기에 걸친 폴론나루아 시대다. 옛 수도 폴론나루아는 도시 전역이 세계문화유산이며, 왕궁 옆 사원들은 천년 불교 유적을 간직하고 있다.



05 시기리야 주변으로 펼쳐진 호수
06 폴론나루아 왕궁 사원의 불교 유적
07 천년세월을 간직한 담불라의 와불상
08 시기리야를 감상할 수 있는 레스토랑



폴론나루아의 유적을 자전거를 타고 둘러보거나, 담불라의 시장을 배회하는 이방인들의 호흡은 여유롭다. 여행자의 모든 시선은 담불라의 바위산 ‘시기리야’에서 멈춘다. 시기리야는 세계 10대 불가사의로 여겨지는 스리랑카의 상징과 같은 유적이다. 부왕을 시해한 카사파 1세는 370m 바위 절벽 위에 철옹성을 세웠다. 바위산 주변에 해자를 만들고 ‘사자의 목구멍’으로 불리는 바위 통로로 겹겹이 에워 쌓았다.

승려들의 수행지였던 바위산 정상에는 수영장, 연회장까지 갖춘 왕궁이 들어섰다. 5세기 때 일어났고, 짧은 흥망의 과정을 겪었던 암벽 왕궁은 19세기 후반 영국군 장교에게 발견되면서 1400년 만에 모습을 드러냈다.

삭막할 것만 같던 육중한 바위산 동굴에는 가슴을 드러낸 여인들의 프레스코 벽화가 그려져 있다. 부왕의 혼을 달래기 위해 춤추는 선녀의 모습을 그린 ‘시기리야 미인도’는 천년 세월을 넘어 정교함이 묻어난다.

담불라 석굴사원으로 오르는 언덕 역시 고행의 길이다. 자연 동굴 속 담불라 사원은 기원전 3세기 때부터 승려들의 수행터였다. 세계유산에 등재된 다섯 개의 석굴사원에는 수백 년 동안 만들어진 150여 기의 불상과 정교한 프레스코화가 신성하게 남아 있다.



Tip 스리랑카 가이드

스리랑카는 인도 남쪽에 매달린 섬나라다. 최대도시인 콜롬보가 주요 관문이다. 유적 투어를 하려면 담불라로 이동해 시기리야, 폴론나루아, 캔디 순으로 이동한다. 휴양, 서핑을 위해서는 남서부 해안을 따라 갈레, 웰리가마 등을 둘러보는 일정이 좋다. 스리랑카는 18세기 말 영국의 식민지로 귀속됐다가 1948년 독립했다. 언어는 싱할리어, 타밀어, 영어 등 3개 언어가 공용어다. 종교는 불교 외에도 힌두교, 이슬람교를 두루 믿는다.

스리랑카의 거리에서 흔하게 접하는 전통음식은 ‘호퍼’다. 밀가루에 코코넛 밀크를 섞어 반죽해 얇게 구워낸 뒤 달걀 한 개를 가운데 떨어뜨려 먹는다. 달걀은 보통 반숙으로 먹는다. 스리랑카 사람들은 아침이나 간식 대용으로 호퍼를 즐겨 찾는다. 호퍼와 함께 밀가루빵 로띠를 면처럼 잘라내 커리 등과 섞어 먹는 ‘꼬뚜’ 역시 부담 없이 맛볼 수 있는 스리랑카 음식이다. 스리랑카 입국에는 별도의 비자가 필요하며, 5월부터 9월까지 우기다.



앞으로도 행복하자! 지금처럼!

‘호동이’들의 두근두근 첫 선운산

그리 높지 않은 봉우리들이 길게 늘어서 서해를 바라본다.
전라북도 고창의 선운산 이야기다. 호남 출신 3년 차 IBK인
6명이 선운산을 찾았다. 앞으로도 언제나 지금처럼 즐거운 일
가득한 나날이기를 바라며 정상을 향했다.



QR코드를 스캔하면
<with IBK>를 영상으로
만날 수 있습니다.



禪雲山

※ IBK산은 등산 안전 수칙을 준수하며 진행하였습니다.



01

선운산에 가신 적이 있나요

선운산은 대중가요에도 나온다. 정확하게는 ‘선운산’이 아니라 ‘선운사’다. 선운사도 아름답다. 전주에서 가까운 모악산의 금산사와 더불어 전라북도의 제일로 꼽히는 사찰이다. 좋은 절은 아름다운 산에 깃드는 법이라 선운산과 모악산 또한 산을 좋아한다면 지나치기 어렵다. 동료들과 함께 오르는 첫 산으로 선운산이 제격이다.

긴 여름이었다. 지독하게도 더웠던 여름 탓에 30도만 돼도 “이제 좀 선선하니 살 만하네”가 절로 나오는 여름의 끝, 8월의 마지막 날 선운산 입구에 IBK인 여섯 명이 모였다. 모임의 이름은 ‘호동’, ‘호남의 동기들’이란 뜻이다. 2020년 하반기에 입학한 동기가 200명 정도인데, 그중에 호남 출신은 이 여섯이 전부여서 처음 만날 때부터 끈끈했다. 고향 이야기든, 음식 이야기든, 야구 이야기든.

2020년 하면 누구나 떠올리는 것, 코로나19. 코로나19 때문에 채용도 미뤄지고 집합 제한으로 인해 비대면

연수를 해야 했지만, 사람 사이 친분이란 어떤 상황에도 방법을 찾아 쌓이는 법. 그때 만난 인연이 ‘호동’으로 뭉쳐 지금까지 이어지고 있다.

“저희는 못 해도 한 달에 한 번은 보려고 해요. 자주 볼 때는 1, 2주에 한 번 모일 때도 있습니다. 주로 간단한 여행을 하고 여행지 근처의 맛집을 가죠.”

어지간한 여행지에서는 산이 보이기 마련이고, 큰 산은 근사한 여행지를 품은 경우가 많아서 산에 조금씩 관심이 생겼다. 이번 산행을 기획한 전주서신동지점 박정규 대리는 이번 산행도 여행의 일환이라고 말한다. <IBK산> 유경험자인 서광주지점 이재우 대리는 무등산의 경험을 살려 촬영에 필요한 것들을 함께 등산하는 IBK인들에게 알려줬다. 나주혁신도시지점 염수지 대리와 정읍지점 류혜림 대리는 <IBK산> 역사상 가장 작은 ‘배낭’을 선보이며 등장했다. 완주산단지점 양승환 대리와 하남공단지점 김동석 대리로 좋아하는 이들과 함께하는 산행이 들뜨다며 웃었다.

우리들의 첫 산행

“저희 호동이들은 첫 산행지로 선운산을 선택했습니다. 오르는 게 어렵지 않지만, 조망이 좋아 산에 입문할 때 좋기 때문입니다.”

박정규 대리의 말처럼 선운산은 등산 입문자들에게 추천하는 산이다. 절반 이상이 평탄한 산책로처럼 이어져 산을 오르다기보다 산속을 걷는다는 느낌 있어서 산과 친해지기 좋다. 더구나 선운사라는 아름다운 절이 있어 서두르지 않고 산행하게 된다.

행여 내내 맛있는 걸기로 짜릿한 맛을 느끼지 못할까 봐 걱정할 필요는 없다. 도솔암에서 용암굴 거쳐 낙조대에 오르는 길은 길지 않지만, 허벅지에 힘을 줘야 한다. 모든 산행의 필수 코스이자 첫 단계는 스트레칭. 산이 위험해서 탈이 나는 게 아니다. 방심하면 꼭 탈이 난다. 스트레칭은 몸을 준비하는 과정이기도 하지만 마음도 준비하게 된다. 낮은 산이라도 스트레칭은 빠뜨리지 않도록 한다.



02

- 01 본격적인 산행에 앞서 준비운동 체크!
- 02 오늘의 산행 코스를 짚어주는 박정규 대리
- 03 산행 시작 전, 인증샷을 남기는 IBK인들
- 04 선운산 입구에서 찰칵!



03



04

출발 전에 잠시 살펴볼 게 있다. 몸을 푼 공터 바로 옆, 개울 건너로 천연기념물(제367호)인 송악이 있다. 지금은 녹음이 무성해 잘 드러나지 않지만, 잎이 지고 난 늦가을이 되면 절벽에 뿌리를 박은 거대한 송악을 만날 수 있다. 송악은 늘 푸른 덩굴식물이다. 다른 나무들 잎이 지는 시월이 되면 짙은 녹색의 꽃을 피운다. 절벽에 뿌리를 박고 있는데 그 크기로 미루어 수령이 적어도 수백 년이라고 추정한다.

개천을 따라 걸으면 선운사가 근처고, 걷기 좋은 길을 따르다 보면 곧 도솔암이다. 선운산은 옛날 도솔산으로 불렸다. 선운사가 유명해지면서 이름이 바뀌었지만, 지금도 오랜 주민들은 도솔산으로 부른다. 암자지만 절이라 불려도 될 정도로 규모는 큰 편이다. 다만 거대한 암반 위에 자리하고 있어 등산로에서 300계단 정도를 거친 숨 몰아쉬며 올라야 해서 우린 곧바로 용문굴을 향했다.

도솔암에서 용문굴까지는 600m 정도 되는데 지금까지 걸었던 길에 비하면 경사도가 ‘어마어마’해서 마음을 조금 단단히 먹어야 그나마 쉽게 오를 수 있다. 굴 이라기보다는 바위로 만든 문인데, 딱히 이정표가 필요 없을 정도로 “내가 용문굴이다.” 말하는 것처럼 생겼다. 그래 이 정도면 용이 오를 수 있겠다 싶다. 안쪽 그늘에서 쉬고 계시던 어르신들이 우리를 보고 바나나를 건네신다. “젊은 사람들 산에 다니는 게 보기 좋다.” 말씀하시면서.

- 05 짙은 녹음과 어우러진 IBK인들
- 06 돌다리를 건너며 추억을 남깁니다.
- 07 헛돌헛돌 함께라 힘들지 않습니다.
- 08 정상에 함께 오르는 IBK인들



앞으로의 나날들을 축하해

용문굴에서 계단을 따라 오르면 곧 능선에 닿는다. 낙조대인데, 진짜 전망대는 능선 서쪽으로 조금 가면 따로 있다. 물론 능선에서 봐도 동서의 조망이 좋다. 숨돌릴 것도 없이 조금만 더 가면 천마봉이다.

해발 284m의 천마봉은 선운산 주봉은 아니지만 기다란 선운산 자락의 봉우리 가운데 낙조대와 더불어 가장 인기가 좋은 봉우리다. 주봉은 수리봉 혹은 도솔봉으로 산자락 북쪽에 있어 종주하는 이들이 즐겨 찾는 코스다. 물론 우리는 입문하는 날이라 천마봉만 오르기로 한다.

천마봉에 오른 기념으로 사진과 영상도 찍고 바나나도 먹으면서 그동안 못다 한 이야기를 나눈다. 화제의 중심은 단연 류혜림 대리다.

“안녕하세요. 정읍지점 류혜림 대리입니다. 애정하는 사람들과 이런 멋진 풍경을 봐서 정말 좋고요, 저 10월에 결혼합니다. 행복하게 살겠습니다. 일도 가정도 놓치지 않는 멋진 IBK인이 되겠습니다.”





09



10



11

근사한 첫 산행이었다. 선운사의 송악과 상사화도 궁금하지만, 다음을 기약하기로 한다. 그래야 다시 올 테니까.

“사실 이번 산행도 헤림 대리 결혼하기 전에 뭔가 기록을 한번 남기자는 마음으로 계획했습니다.”
 “물론 결혼해도 계속 만나겠지만 이런 기회에 모이면 좋잖아요. 우리 호동이들 은퇴할 때까지 같이 갔으면 좋겠습니다.”

09 엄지척이 절로 나오는 산행 코스
 10 탁 트인 천마봉 풍경
 11 높은 선운산 봉우리처럼 IBK인들도 더 높이 성장하길 바랍니다.

선운산 INFO

- 주소** 전북 고창군 심원면 연화리
- 입산 시간** 시간 04:00~17:00 (3~11월, 12~2월은 16:00까지)
- 코스** 선운산관광안내소 - 선운사 - 도솔암 - 용문굴 - 낙조대 - 천마봉 (원점회귀, 약 9.5km)
- 문의** 선운산도립공원 관리사무소 063-560-8681

이어 박정규 대리와 김동석 대리도 산행 소감을 전한다. 근사한 첫 산행이었다. 낙조대에서 보는 노을도 궁금했고, 늦봄의 선운사 동백꽃도, 가을의 송악과 상사화도 궁금하지만, 다음을 기약하기로 한다. 그래야 다시 올 테니까.

다음 산행은 어디로 가 볼까?

함께 한 산행의 기억이 희미해질 무렵, 우리들의 이야기가 <IBK산>에 소개되면 즐거웠던 산행의 추억이 살아날 것이다. “산에 한 번 더 갈까?” 단톡방에 누군가 이런 ‘미끼’를 던진다면 우리는 붉게 물든 산하를 보러 떠날 것이다. 마침 류혜림 대리가 있는 정음지점 근처에 단풍으로 천하제일을 뽐내는 내장산이 있다. 참, 이번 산행에서 영상은 박정규 대리가 맡았는데, 촬영과 산행을 겸해 힘들어 쉬다가도 “저 장면은 찍어야 해”라는 생각이 들면 바로 카메라를 들고 일어났다. 가장 많은 배터리를 썼고, 가장 많은 영상을 남겼다. 선운산 편 영상이 아름다우면, 그 공은 박정규 대리 덕이다.



행복과
깊은 맛!

달콤한
두바이 초콜릿 만들기

2024년 가장 큰 인기를 끌었던 디저트를 꼽자면 단연 ‘두바이 초콜릿’이다. 그러나 먹어본 사람은 있어도 만들어본 사람은 흔치 않다. 여기 서로를 가장 애정하는 사람들이 모여 두바이 초콜릿을 직접 만들며 특별한 추억을 쌓았다.



Dubai Chocolate

사랑과 우정으로 뿔뿔 뭉친 두 팀의 도전

아침저녁으로 제법 쌀쌀한 바람이 불기 시작했지만, 상수역 인근 상수동카페거리는 젊음의 열기로 뜨겁다. 주말 저녁, 네 명의 IBK인들이 카페거리 한편에 있는 K-푸드 전문 스튜디오를 찾았다. 이날 클래스에는 디지털추진팀 신재문 과장과 IT디지털개발부 황지원 대리, 투자금융부 김지원 대리와 도당중앙지점 김혜린 대리가 문을 두드렸다.

일찍 스튜디오에 도착한 신재문 과장과 황지원 대리 사이에 직장 동료 이상의 분위기가 감지된다. 아니나 다를까. 두 사람은 내년 2월 결혼을 앞둔 예비부부다. 결혼 준비로 바쁜 나날을 보내는 와중에 ‘달콤함’으로 에너지를 채우기로 한 것이다.

“남자친구가 주말에 뭘 할지 고민하기에 서프라이즈 이벤트를 해주고 싶어 신청했어요. 신혼여행 중 두바이를 경유하기로 해서 미리 분위기를 내보고 싶었고요.”

두 사람의 달달한 분위기에 김지원 대리가 “이거 체험 프로그램이 아니라 결혼 장려 프로그램인가요?” 하며 웃는다. 그러나 찰떡궁합이라면, 김혜린 대리와 김혜린 대리도 커플 못지않다. 신입 행원 연수에서부터 단짝이 되었다는 두 사람. 김혜린 대리는 “신입 행원이라 서로의 마음을 더 잘 이해하는 것 같아요. 입학 후 각자의 자리에서 업무를 익히느라 함께할 시간이 줄어 아쉬웠는데, 오늘 체험으로 관계가 더 돈독해질 것 같습니다”라고 기대감을 드러낸다.

함께하기에 초콜릿보다 더 달콤한 시간

처음 할 일은 속 재료인 ‘카다이프’ 만들기. 카다이프는 튀르키예 전통 디저트로, 볶았을 때 바삭하고 고소한 맛을 내는 것이 특징이다. 오늘은 기성품 대신 반죽을 팬에 구워 직접 카다이프를 만들기로 했다. 팬에 열기가 오를 것을 확인한 신재문 과장이 반죽을 팬에



먹고 싶은지 묻는다. 어떤 상황에서도 새로운 출발을 이야기하고 또 서로의 마음을 확인하는 두 사람. 연애사를 궁금해하는 사람들을 위해 신재문 과장이 처음 만났던 이야기도 들려준다.

“IT 부문에는 선후배가 함께 대화할 수 있는 프로그램이 마련되어 있어요. 거기서 황지원 대리님과 처음 만났죠. 당시 팬데믹으로 마스크를 쓰고 있었는데도 얼마나 아름다운지 느껴지더군요(웃음). 그렇게 첫눈에 반했다가 엠티에서 운명처럼 다시 만나 행내커플이 되었습니다.”

도란도란 이야기를 나누며 15분가량 면을 볶아주자 색도 냄새도 제법 먹음직스러워졌다. 김지원 대리는 흑여나 두꺼운 면이 있을까 봐 하나하나 매의 눈으로 팬을 들여다본다. 보통 정성이 아니다. 황지원 대리는 팬 위에 카다이프로 하트를 만들고 인증사진도 찍는다. 세상 어떤 초콜릿이 지금 이들이 만드는 초콜릿보다 달콤할까.

두르고 “이 정도면 괜찮지?” 하고 황지원 대리의 컨펌을 기다린다. 황지원 대리가 고개를 끄덕이자 그제야 자기도 만족한다는 듯 웃어 보인다.

망치면 안 된다는 부담감 때문인지 김혜린 대리는 “너무 떨려” 하며 김지원 대리 어깨에 몸을 기대는다. 하지만 긴장도 잠시, 성공하면 성공해서, 실패하면 실패해서 웃음이 터진다. 김지원 대리가 “정말 잘한다. 소질 있는데?” 하고 칭찬하자 “이번에는 양손으로 해볼까?” 하고 장난치는 여유도 생겼다. 동시에 “주저하지 않고 빠르게 하면 잘 된다”라고 노하우를 전수하며 김지원 대리를 이끈다. 김지원 대리는 “네가 있어서 다행이야”라며 김혜린 대리의 등을 토닥인다. 꽤 많은 양의 면을 만드느라 힘들 법도 한데 두 팀은 서로를 응원하며 푹푹푹 속 재료를 만들어냈다. ‘환상의 짝꿍’이란 이들을 두고 하는 말일 것이다.

카다이프가 완성되면 버터에 볶아 수분을 날려버릴 차례다. 이 과정을 성실하게 해내야 바삭한 식감의 속 재료가 만들어진다. 버터 향이 스튜디오 안을 가득 채우자, 신재문 과장과 황지원 대리는 연애 초기 아몬드 초콜릿을 만들어줬던 추억을 꺼내 나누고, 또 무얼



마음과 정성을 담아 달콤 초콜릿

두바이 초콜릿은 겉면에 물감으로 그림을 그린 듯 무늬를 넣는 것 또한 특징이다. 네 사람도 초콜릿 펜을 이용해 각자 개성을 담아 그림을 그려보기로 했다. 사랑이 넘치는 신재문 과장은 틀 위에 ‘LOVE’와 ‘LIKE’ 글자를 썼다. 애사심 넘치는 김지원 대리과 김혜린 대리는 커다란 하트와 ‘IBK’ 글자를 각각 넣었다.

장식이 끝난 후에는 짤주머니 속 초콜릿을 틀에 붓고 그 위에 스프레드를 채운 뒤 다시 초콜릿으로 덮었다. 이제 5분간 냉장고에 굳히면 멋진 무늬의 두바이 초콜릿이 나올 것이다.

“바삭한 맛을 살리기 위해 코팅을 얇게 했기 때문에 초콜릿을 꺼내다가 부서질 수도 있습니다. 조심히 해주세요.”

드디어 완성된 초콜릿을 꺼낼 시간. 그러나 “코팅이 얇아 부서질 수 있다”라는 강사의 말에 다들 긴장한 눈치다. 실리콘 틀을 조심스레 벌리며 초콜릿을 꺼낸다. 안도의 한숨을 내쉬는 것도 잠시, “앗!” 하고 김지원 대리가 소리친다. 초콜릿이 깨진 탓이다. 아쉬워하던 김지원 대리가 결심한 듯 “이렇게 된 김에 다 같이



먹어보자”하고 사람들에게 초콜릿을 건넨다. 덕분에 네 사람은 갓 나온 초콜릿을 함께 먹어볼 수 있었다. 제일 먼저 초콜릿을 맛본 신재문 과장이 “정말 맛있다고” 목소리를 높이자 황지원 대리도 고개를 끄덕이며 거듭 감탄한다. 김혜린 대리는 “겉은 바삭한데 속은 고소하면서 동시에 부드럽다. 사서 먹은 것보다 훨씬 맛있다고” 극찬한다.

오늘 만든 초콜릿은 저마다의 소중한 사람에게 선물로 전해질 것이다. 신재문 과장은 “아마 저 혼자 왔다면 황지원 대리에게 선물로 줬을 테지만, 오늘은 먼저 연락하는 사람에게 줄 거다. 운명에 맡길 것”이라며 너스레를 떠다. 김혜린 대리는 “이토록 많은 정성이 들어갈 줄 몰랐다”라며 웃는다.

오늘 처음 만난 사이인데도 사진을 찍을 때면 “멋있다”, “모델 같다” 칭찬하고, “결혼을 축하한다”라며 진심 어린 인사도 건네는 네 사람. 서로 다른 재료가 조화로운 맛을 내는 두바이 초콜릿처럼, 네 사람도 초콜릿이 완성되는 동안 IBK인이라는 하나의 공동체가 됐다. 앞으로 이들로부터 초콜릿보다 달콤한 소식들이 계속 전해지길 기대한다.



IBK버킷리스트 미니인터뷰

처음 두바이 초콜릿을 먹었을 때 만드
는 과정이나 재료를 생각하지 않았어
요. 하지만 오늘 직접 만
들어보니 본연의 맛뿐
만 아니라 그 안에
들어간 정성의
맛까지 느껴지는
듯합니다. 기회가
닿는다면, 김지원 대
리와 이러한 경험을
또 함께하고 싶어요.



도당중앙지점 김혜린 대리

<with IBK> 덕분에 좋은 경험을 했습
니다. 두바이 초콜릿이 유행인 건 알
고 있었지만, 직접 만들어볼
수 있으리라고는 생각도
못했거든요. 또 동료
와 함께해서 행복
하고, 어머니께 직
접 만든 두바이 초
콜릿을 선물할 수 있
어서 두 배 더 행복
했습니다.



투자금융부 김지원 대리

생일을 하루 앞두고 정말 좋은 시간을
선물 받았습니. IBK기업은행 덕분에
멋진 사람을 만나 행복
한 시간을 보내고 있
어요. 게다가 오늘
은 행내커플에게
훌륭한 데이트 코
스까지 마련해 주
셨고요. IBK기업은
행, 감사합니다!
사랑합니다!



IT디지털개발부 황지원 대리

제가 가장 사랑하는 사람과 가장 좋아
하는 음식을 만들어볼 수 있어서 좋았
습니다. 황지원 대리하고 앞
으로 잘 살겠습니다. 지
켜봐 주십시오. 결혼
하고 나서도 기회
가 닿는다면, 함
께 좋은 추억을
만들러 또 오고
싶습니다. 꼭 뽑아
주세요!



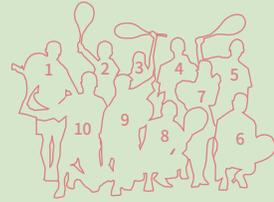
디지털추진팀 신재문 과장

단 한 번의 스윙이 가져다주는 완벽한 기쁨

테니스 동호회 'IBK ITC'

- 1. 잠실지점 김양규 과장
- 2. 중부지역본부 이용희 팀장
- 3. 강남역지점 최윤선 과장
- 4. 수탁사업부 박준형 차장
- 5. 시화공단지점 양재윤 팀장

- 6. 직원행복부 최성호 부장
- 7. 이천지점 노미래 과장
- 8. 카드마케팅부 정재학 부장
- 9. IT금융개발부 고경돈 대리
- 10. 인사부 신동해 과장



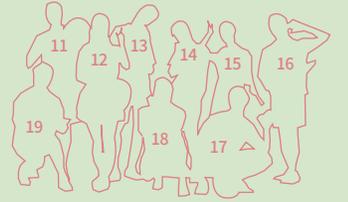
어느 계절에 가도 초록이 만연한 테니스 코트 위에서 있으면, 우리의 마음도 초록으로 물드는 듯하다. 그래서일까? 코트를 밟고 서 있는 ITC의 스윙에는 모든 계절을 유명하는 듯한 즐거움과 생동감이 가득하다.



QR코드를 스캔하면
<with IBK>를 영상으로
만날 수 있습니다.

- 11. 화성송산지점 송윤섭 팀장
- 12. 시흥매화산지점 한다현 대리
- 13. 반월기업금융센터 김민승 대리
- 14. IT금융개발부 조현민 대리
- 15. 구의동지점 박영선 대리

- 16. 경영관리부 임호근 대리
- 17. 계양서운산지점 이재평 과장
- 18. 반월대로지점 배재원 차장
- 19. 고잔중앙지점 이상주 과장



Q. 동호회 소개 및 만들어진 계기가 궁금합니다.

A. ITC는 'IBK기업은행 Tennis Club'의 약자로 테니스를 사랑하는 사람들의 모임입니다. 현재 매주 일요일 아침마다 모임을 하고 있습니다. 총 22명의 인원이 활동하고 있는 ITC의 모태는 기훈단으로, 테니스를 사랑하던 선배님들의 열정을 이어받아 열심히 운영되고 있는 동호회입니다. 사실 처음에는 테니스를 좋아하는 직원들이 삼삼오오 모여서 운동하는 소모임에 불과했지만, 시간이 흐를수록 함께 운동하고자 하는 직원분들 많아졌습니다. 이에 조금 더 체계적인 환경에서 테니스를 하고 싶어 동호회를 결성하게 됐고 현재 8년째 회원들과 함께 테니스를 하고 있습니다.

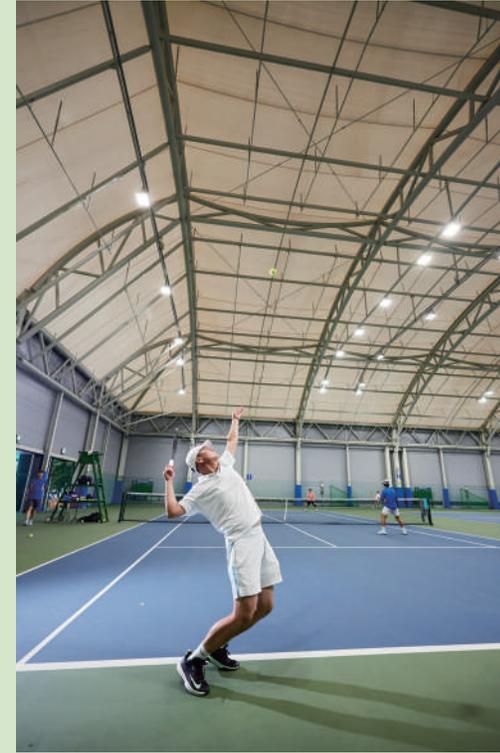


ITC 회원들에게 테니스는 회사 생활을 더 열심히 하게 해주는 원동력입니다.

Q. 동호회 가입 조건이 있을까요?

A. 직급, 나이, 성별에 대한 조건은 없으나 일정 구력 이상인 분들 위주로 모집하고 있습니다. 테니스 코트와 운동 시간이 제한적이다 보니 불가피하게 구력

조건을 두게 되었습니다. 구력 조건은 구력 3년 차 이상, NTRP(National Tennis Rating Program) 2.5 이상입니다.



Q. 직장인이라 평소 연습 및 활동이 어려우실 것 같아요. 활동은 어떻게 하고 계신가요?

A. 평일에는 회원들 모두 업무를 해야 하기에 업무 시간을 피한 매주 일요일 오전 8시부터 11시까지 테니스 활동을 이어오고 있습니다. 일요일 오전 시간을 활용해 운동하다 보니 오후 시간은 가족, 친구들과 시간을 보낼 수 있어 직장인 동호회로서 안성맞춤이란 칭찬이 자자합니다.

Q. 동호회 활동 중 가장 기억에 남는 순간은 언제인가요?

A. 작년 12월에 갔던 동호회 MT가 가장 기억에 남습니다. 테니스 코트가 있는 숙소에서 팀을 나눠 대항전을 했는데, 지점장님부터 대리님들까지 모두가 직급을 떠나 테니스로 하나 된 순간이어서 그런지 아직도 생생합니다. 기회가 된다면 다시 한번 단합대회를 가지고 싶습니다.

Q. 동호회 활동이 회사 생활에 어떤 영향을 주나요?

A. ITC 회원들에게 테니스는 회사 생활을 더 열심히 하게 해주는 원동력입니다. 한 주 동안 업무로 바쁜 나날을 보내 피로가 쌓였을지라도 주말에 테니스 코트 위에서는 순간, 다시 월요일을 맞이할 수 있는 에너지가 생기기 때문입니다. 특히 땀을 짖 빼서 그런지 한 주 묵은 스트레스까지 한꺼번에 사라지는 느낌입니다.





Q. 자체 대회를 연다거나, 금융배 테니스 대회 등에도 출전하시나요?

A. 올해 3월, 수출입은행과의 친선 교류전을 가졌습니다. 모두가 승리를 염원한 결과, 5대1이라는 점수 차로 승리를 거뒀습니다. 이후 5월에는 기업 테니스 동호회를 위한 테니스 리그 ‘Flex Team Tennis League’에 참가했습니다. ITC는 앞으로도 타 은행과의 친선 교류전 또는 외부 테니스 리그 대회에 계속해서 참가할 예정입니다.

Q. 테니스할 때 가장 주의해야 할 점에 대해 짚어주세요.

A. 테니스를 무리하게 하다 보면 부상 위험이 커지는데요. 대표적인 부상으로 테니스엘보가 있습니다. 테니스엘보는 손목 관절에 발생하는 건증입니다. 때문에



즐거운 테니스를 오래오래 하기 위해서는 충분한 준비 운동이 동반되어야 합니다. 테니스를 빨리 치고 싶어도 라켓은 잠시 내려놓고 준비 운동에 임해주시면 좋겠습니다. 준비 운동이 동반된 동호회 활동은 저희에게 더 큰 행복과 성취감을 안겨줄 것입니다.

Q. 앞으로 회원들에게 바라는 점은 무엇인가요?

A. 항상 ITC가 지금만 같았으면 좋겠습니다. ITC에는 테니스 초보자부터 오랜 구력을 가지신 테니스 실력자들이 함께하고 계십니다. 다양한 실력을 지닌 IBK인들이 한곳에 모여 함께 테니스 실력을 향상시키고 부족한 부분은 보완해나가는 모습이 현재의 ITC의 모습인 만큼 늘 지금처럼 서로 소통하고, 도우며 성장하길 바랍니다. 아울러, 외부 테니스 리그 대회, 타행과의 교류전, 동호회 내 엠티 등 다양한 활동을 계획 중이니 남은 2024년 매주 일요일 아침은 ITC와 함께 해주세요!



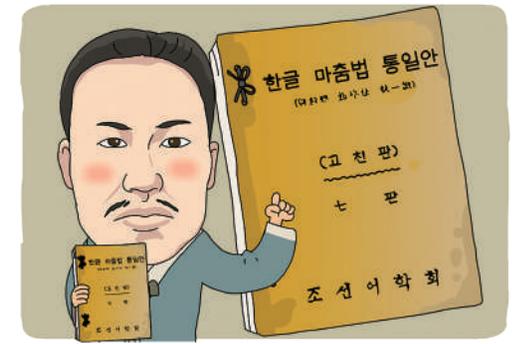
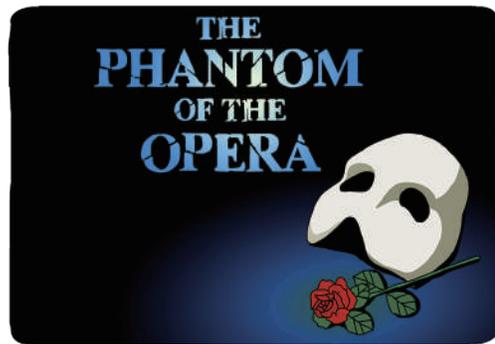
Q. 테니스에 관심이 있으나 쉽게 도전하지 못하고 있는 IBK인들에게 한 말씀 부탁드립니다.

A. 테니스는 시작이 어렵지, 시작한 순간 돌이킬 수 없을 정도로 큰 매력을 가진 운동입니다. 알록달록한 테니스 코트에서 형광색 테니스공을 주고받을 때의 그 기분! 공을 라켓에 정확히 맞출 때 들리는 경쾌한 소리! 시각과 청각이 모두 즐거운 테니스를 IBK인들도 함께 즐겨보시면 좋을 것 같습니다.



October in History

10월에 일어난 이야기



06day

월트 디즈니 컴퍼니 설립

월트 디즈니 컴퍼니는 1923년 10월 16일, 월트 디즈니와 로이 디즈니 형제의 손에 의해 세워졌다. 이후 1928년 11월 미키 마우스를 공식 마스코트로 지정하고 <증기선 윌리>를 시작으로 영화, 테마파크 등 활동 영역을 넓혀 나갔다. 현재는 영화와 애니메이션, 픽사, 마블 등 다양한 장르의 콘텐츠를 제작하고 있으며, 올해 설립 101주년을 맞이했다.

09day

뮤지컬 <오페라의 유령> 런던서 초연

뮤지컬 <오페라의 유령>은 프랑스 작가 가스통 르루가 1910년에 발표한 소설을 영국 작곡가 앤드루 로이드 웨버가 뮤지컬로 만든 작품이다. 2019년 4월, 브로드웨이에서 13,000회 공연을 돌파했다. 한국에서는 2001년 LG아트센터에서 라이선스 초연을 했고, 2005년 내한 공연, 2009년 두 번째 한국어 공연, 2012년 25주년 기념 내한 공연을 진행했다.

28day

자유의 여신상 제막식

자유의 여신상은 뉴욕을 상징하는 대표적인 건축물이다. 프랑스가 19세기 말, 미국과 프랑스 국민 간의 친목 기념 및 미국의 독립 100주년을 축하하기 위해 제작한 동상이다. 현재 자유의 여신상은 미국의 자유와 민주주의의 상징이자 세계 각지에서 유입된 이민자에게 환영의 상징이 되었다. 한편, 1984년 유네스코 세계문화유산으로 등록됐다.

29day

<한글 맞춤법 통일안> 발표

1933년 조선어학회가 <한글 맞춤법 통일안>을 발표했다. 이는 한글 반포 487돌을 기념하기 위한 것으로 조선어학회가 정한 한글 맞춤법들이 정리돼 있다. 한글 맞춤법 통일안의 초판은 총론, 각론, 부록으로 구성됐으며 각론은 7장 65항, 부록은 표준어, 문장 부호 부분으로 나뉘어 있다. 한편, 책에 실린 맞춤법은 현재 우리나라에서 쓰는 맞춤법의 바탕이 됐다.

이날 이집트에서는?

1973년 이집트군이 시나이반도를 침공함으로써 4차 중동전쟁이 시작됐다. 전쟁 기간은 약 20일 정도며, 시나이반도와 골란고원을 중심으로 벌어졌다.

이날 미국에선?

1888년 미국 워싱턴 D.C. 내셔널 몰에 있는 워싱턴 기념탑이 일반에게 공개됐다. 탑의 총 높이는 170m이며, 153m 지점에는 전망대가 있다.

이날 스페인에선?

1982년 스페인 총선거에서 사회노동당이 압승해 38년 만의 혁신 정권이 탄생하게 됐다. 현재 스페인에서 활동 중인 정당 중 가장 역사가 오래됐다.

이날 미국에선?

1969년 미국 국방부의 고등 연구 계획국인 아파넷에서 컴퓨터와 컴퓨터끼리의 첫 연결이 이뤄졌다.

Big Issue

10월, 세계 각국에선
또 어떤 일이?
한 줄로 보는
그날의 이슈

- 1일 1926년 영화 <아리랑> 개봉
- 2일 1950년 스누피로 유명한 <피너츠> 연재
- 3일 1990년 서독과 동독이 하나의 독일로 통일
- 7일 1933년 에어프랑스 설립
- 11일 1953년 대한민국 최초 항공기 부활호 첫 비행
- 13일 2000년 김대중 대통령 노벨 평화상 수상자 선정
- 15일 1973년 소양강댐 준공
- 26일 1909년 안중근, 이토 히로부미 저격
- 30일 1947년 관세 무역 일반 협정 체결

한쪽으로 기울어진 골반, 척추까지 괴롭힌다!

업무에 집중하다 보면 나도 모르게 다리를 꼬게 된다.
이 편안함이 나중에는
신체 곳곳에 부작용을 불러올 수 있다.



☑ 내 골반도 틀어졌을까?

정상적인 골반은 좌우 대칭을 유지하고, 척추와 일직선 상태에 있어 인체의 균형과 중심을 잡는 역할을 한다. 하지만 장기간 잘못된 자세를 유지하다 보면 한쪽 골반이 눈에 띄게 높아지거나 낮아져 몸의 균형이 틀어지게 된다. **만약, 옷을 입었을 때 치마가 돌아가거나 바지 허리선 높이가 양쪽 다르게 위치했다면 골반 틀어짐을 의심해 봐야 한다.** 골반이 틀어지면 골반 통증만 발생하는 것이 아니라 엉덩이 근육과 인대 불균형이 발생해 이상근증후군, 발음성 고관절 증후군, 좌골 신경통 등을 유발할 수 있다. 이뿐만 아니라 척추에도 악영향을 준다. 골반이 틀어진 상태에서 균형을 맞추기 위해 척추가 휘어, 척추 옆굽음증이나 허리디스크 등으로 이어지는 것이다.



☑ 교정은 코어 기르기부터

간혹 운동이 아닌 한쪽으로 꼬 다리를 반대로 또 꼬는 행동으로 골반을 교정하려는 사람들이 있다. 하지만 이러한 행동은 양쪽 골반을 모두 무너뜨린다. 다리를 꼬면 골반이 휘어져 한쪽 골반과 허리에 체중이 쏠림과 동시에 반대쪽 골반 근육이 심하게 당겨지면서 골반이 틀어지는데, 이 상태에서 다른 쪽 다리를 꼬면 틀어졌던 골반이 제자리로 돌아오는 것이 아니라 다른 쪽 역시 비틀리게 된다. **틀어진 골반을 교정하고 싶다면 앉거나 서 있을 때 복부에 힘을 주면서 척추와 골반을 바로 세우고, 발바닥을 11자로 평행하게 하는 것이 좋다.** 또 의자에 앉을 때는 엉덩이를 의자 깊숙이 넣고, 등을 등받이에 댄 채로 허리에 자연스럽게 C자 곡선이 생기도록 해야 한다. 그래도 다리 꼬는 습관을 없애기 어렵다면, 발 밑에 받침대를 두고 양쪽 발을 번갈아 올리는 등 다리 꼬기 외에 다른 습관을 만들어보자.

Tip. 골반 교정 운동법

상체 돌리기



- ① 바닥에 다리를 쭉 펴고 눕는다.
- ② 한쪽 무릎을 굽히고, 반대편 다리의 무릎 바깥쪽에 발바닥이 닿도록 넘긴다.
- ③ 굽힌 다리 반대 방향으로 고개와 상체를 돌리고, 천천히 제자리로 돌아온다.

누워서 무릎 당기기



- ① 편안하게 누운 자세에서 한쪽 다리의 무릎을 구부린 채로 들어 올린다.
- ② 반대편 다리를 굽혀 허벅지 위로 가져온 후, 손으로 무릎을 잡아 가슴 쪽으로 부드럽게 당긴다.
- ③ 다리를 교차해 반대편도 같은 방식으로 반복한다.

운동, 더 재밌게 더 효과적으로 덤벨 이코노미



많은 직장인이 술잔 대신 덤벨을 들고 있다. 팬데믹 이후 자신의 건강을 챙기는 이들이 늘면서 체력 관리에 관한 소비가 점점 늘어나고 있다.



급성장 중인 덤벨 이코노미

밀레니엄 세대는 운동으로 몸을 관리하고 SNS에 운동 인증 사진을 올린다. 실제로 SNS에 ‘오운완’을 검색하면 약 845만 개(2024. 09. 기준)의 피드가 나온다. 운동을 건강 증진의 목적이 아닌 하나의 트렌드로 즐기는 사람이 생김에 따라 SNS에 자신의 운동 일상을 올리는 사람도 많아진 것이다. 대학내일20대연구소가 발표한 ‘2023년 MZ세대의 운동 트렌드 보고서’에 따르면 최근 6개월 내 운동한 MZ세대 중 91.2%가 ‘주기적으로 운동한다’라고 답했다. ‘주 2회 이상 주기적으로 운동한다’라는 답변은 60.7%를 기록했다. 코로나19 이후 건강을 챙기려는 문화와 개인의 삶과 가치 등을 중시하는 워라벨 문화가 지속 확산하면서 덤벨 이코노미도 재부각되고 있다. **덤벨 이코노미란 아령(Dumbbell)과 경제(Economy)를 합친 말로, 운동 등 건강과 체력 관리에 대한 소비가 증가하면서 관련 시장 또한 급격히 성장하는 경제 현상을 말한다.** 덤벨 이코노미는 영미권에서 먼저 나타난 현상인데, 미국의 경우 피트니스센터에 20조 7,300억 원, 운동용품에 약 36조 원을 지출하는 것으로 나타났다. 국내도 비슷한 양상이다. 행정안전부 자료 조사에 따르면 최근 10년간 국내에서 영업하는 피트니스센터는 54% 정도 증가했고, 문화체육관광부의 ‘2023년 국민생활체육조사’를 살펴보면 2023년 월평균 체육활동 경비는 70,507원으로, 5년 전인 2018년(60,992원) 대비 약 16% 증가했다.



홈집 용품 및 단백질 식품 매출 급증

헬스장에서 시작된 덤벨 이코노미는 현재 플랫폼 기반의 디지털 헬스케어 영역인 홈 트레이닝으로 계속해서 확장 중이다. 팬데믹 이후, 이동 동선을 최소화하려는 사람들이 늘어나면서 실내 체육시설 대신 **집에서 운동하는 홈 트레이닝 열풍과 함께 집 안에서 운동을 즐길 수 있는 홈집 용품에 대한 수요가 급증한 것이다.** 이와 관련 적극적으로 홈 트레이닝에 나서는 이들은 러닝머신과 사이클, 푸시업바 등을 구비해 집을 헬스장처럼 꾸미고 있으며, 스마트 체중계와 스마트워치로 체중과 체지방량, 운동량을 전문적으로 체크하고 있다. 이처럼 운동용품의 특수가 심상치 않다. 최근 10년(2011~2020년)간 비대면·스마트 실내 운동기구 관련 출원 건수를 보면, 지난 2011~2017년까지 7년간 매년 평균 20건 안팎으로 늘어나다 지난 2018년 60건, 2019년 82건으로 3~4배 증가한 뒤, 2020년에는 총 142건으로 7배 이상 급증했다. 식품 업계 역시 홈 트레이닝족을 겨냥한 다양한 상품군을 출시하고 있다. 한국농수산식품유통공사에 따르면 2018년 890억 원에 불과했던 국내 단백질 시장 규모는 2023년 4,500억 원으로 5년 만에 약 5배가량 급성장했다. 코로나19 이후 면역력을 높이려는 사람들이 많아지면서 단백질 음식에 관한 관심이 급증한 것으로 보인다. 업계는 오는 2026년까지 단백질 식품 시장이 8,000억 원 규모로 성장할 것으로 전망하고 있다.



애플리케이션으로 건강 지킨다

운동을 일상적으로 하는 사람이 많아지면서 운동 종목과 운동 방식에도 큰 변화가 생겼다. 자신에게 딱 맞는 운동을 스포츠 크루와 함께하거나, 게임 요소가 반영된 애플리케이션 등을 활용하는 움직임이 나타났다. 이와 관련, **온라인 기반의 홈 트레이닝 기업 수가 증가하고 있으며, 애플리케이션을 통해 구독자를 확보한 후, 신규 서비스 프로그램을 추가해 구독료로 수익을 내는 등 운동 관련 시장은 계속해서 소비자 맞춤형 서비스로 발전하고 있다.** 대표적인 예가 글로벌 스포츠용품 업체 나이키의 런 클럽 앱이다. 해당 앱은 뛰는 자세와 방법을 알려줄 뿐만 아니라 달린 거리에 따라 레벨을 나누고, 다른 사람과 자신의 페이스를 비교할 수 있도록 한다. 이외에도 영국에선 사진 한 장으로 음식의 칼로리를 확인할 수 있는 애플리케이션 ‘헬시파이(Healthify)’를 출시했다. 헬시파이는 인공지능(AI)을 활용해 사진만으로 음식물의 칼로리를 판별한다. 이뿐만 아니라 음식의 영양 성분까지 계산하여 단백질, 지방, 탄수화물 및 식이섬유 함량도 확인할 수 있다. 더불어 헬시파이는 개인별 AI 건강 코치 기능도 함께 제공한다. 이 기능은 개인의 라이프 스타일과 건강 목표에 기반한 맞춤형 지침을 제공해 수면 품질을 높이거나 체중 감량을 달성하는 데 도움을 주는 것으로 알려졌다. 이처럼 운동과 관련된 다양한 앱이 계속해서 등장함에 따라 글로벌뷰티리서치는 글로벌 피트니스 앱 시장 규모가 2026년 210억 달러로 성장할 것으로 내다보고 있다.

디지털 in 하남을 이룩하다

데이터센터구축팀

67개월이란 시간 동안 하나의 목표만 바라보며 달려온 이들이 있다. 바로 데이터센터구축팀. 그들은 안정적이고 빈틈없는 데이터센터 구축을 위해 부단히도 노력했고 드디어 그들의 땀과 열정이 담긴 IBK하남데이터센터가 문을 열었다.



QR코드를 스캔하면 <with IBK>를 영상으로 만날 수 있습니다.





데이터센터의 토대를 마련하다

데이터의 정확한 뜻은 ‘이론을 세우는 데 기초가 되는 사실 또는 바탕이 되는 자료’ 등이다. 업계에서는 데이터를 자료로 정의하고 있다. 은행은 이 데이터를 기반으로 고객의 업무 프로세스를 관리하는 등 대고객 서비스를 시행한다. IBK기업은행은 용인에서 수지 IT센터를 운영 중이었으나 낮은 효율성 및 서버증설 공간 부족 문제에 대비하기 위해 2018년, 경기도 하남에 최첨단 시설의 데이터센터 구축을 결정하게 된다. 이에 2019년 상반기 데이터센터구축팀이 신설되었고 데이터센터 설계 및 구축부터 이전추진단의 서버 이전 지원까지 담당하고 있다. 데이터센터구축팀은 총 7명이 원팀으로 이뤄져 있다. 그럼에도 건축, MEP(통신, 전기, 기계, 소방), 기획 및 계약 등 역할을 철저히 분담해 훌륭한 팀워크를 발휘한다.

이러한 팀워크를 바탕으로 데이터센터구축팀은 안정적이고 빈틈없는 데이터센터 구축을 위해 혁신적이고 체계적인 운영을 위한 표준 및 관리 방안을 마련했다. 이뿐만 아니라 데이터센터 운영 중 개선이 어려웠던 각종 인프라 및 환경을 업그레이드 해 데이터센터가 보다 더 원활하게 돌아갈 수 있는 환경을 계속해서 조성해 나가는 중이다.

데이터센터구축팀은 총 7명이 원팀으로 건축, MEP, 기획 및 계약 등 역할을 철저히 분담해 훌륭한 팀워크를 발휘한다.

Teamwork



금융권 데이터센터 최초로 제로에너지건축물 인증 취득

초기 IBK하남데이터센터의 사업 목적은 'IT 장비의 무결점 이전 및 최적의 IT 인프라 구축'이었다. 이에 데이터센터구축팀은 팀 창설과 동시에 여러 차례 컨설팅을 통해 최적의 데이터센터 설계를 마련했고, 이 설계 내용을 바탕으로 2021년 5월 건축허가를 얻어 2021년 12월 착공, 약 3년의 기간을 거친 끝에 지난 9월, 건물 준공을 이뤄낼 수 있었다.

IBK하남데이터센터는 단순한 데이터센터가 아니다. 데이터센터구축팀은 IBK하남데이터센터가 금융권 내 최고 수준의 데이터센터가 될 수 있도록 다양한 가치를 녹여냈다. 먼저, 데이터센터 전력의 30%가 신재생 에너지이며, 에너지 절감형 냉각공조 장비 사용과

더불어 건물 및 에너지관리시스템(BEMS)을 IBK기업은행 내 최초 도입했다. 이를 통해 금융권 데이터센터 최초로 제로에너지건축물 인증 취득을 앞두고 있다. 또 강화된 보안시스템 도입 및 강진에도 안전한 면진 구조 구축으로 신뢰성까지 확보했다. 그뿐만 아니라, 디젤발전기 설치와 주요 전원 구성의 이중화를 통해 무중단 운영이 가능한 안정적인 인프라를 제공한다. 마지막으로 IBK하남데이터센터는 최대 2,016면의 전산 서버를 수용할 수 있으며, 수요에 따라 단계적으로 증설이 가능하도록 설계되어 있다. 때문에 수지IT센터와 IBK하남데이터센터 간 서버 이전 완료 후에도 약 30년간 전산 서버 증설이 가능할 것으로 기대된다.



Zero-Energy



데이터센터구축팀을 이끈 5력(力)

데이터센터구축팀은 최근, 건물 사용승인을 받은 만큼 서버 장비 운용에 필수적인 전기, 통신, 냉방 설비 등의 안정화를 통해 이전추진단의 1차 서버 이전을 성공적으로 지원하는 것이 목표다. 이처럼 하나의 목표를 세워 계속해서 전진할 수 있는 원동력에는 데이터센터구축팀만의 5력(力)이 깔려있다. 먼저, 목표를 향해 한마음으로 나아가는 결속력, 위험 대비를 위해 안전화와 안전모를 제일 가까이하는 안전력, 집밥보다 공사 현장 인근 한식뷔페 이모님 밥이 더 맛있어진 적응력, 공사 하자 부분을 매의 눈으로 찾아내 즉각 시정 요청할 수 있는 집중력, 성공적인 준공을 위해 사계절 내내 현장을 누비는 행동력이다.

이러한 5력을 바탕으로 데이터센터구축팀은 직원들의 역량을 계속해서 강화해나갈 예정이다. 특히 건물 건축의 전문지식을 지속적으로 습득하고, 해당 지식

을 현장에서 적극 발휘하기 위해 공사 관련 담당자(시공사, CM)들과 끊임없이 교류한다. 또 ‘현장에 답이 있다’라는 생각으로 마지막에 마지막까지 공사 현장을 돌아보며 성공적인 준공을 위해 현장을 수시로 체크할 계획이다. 현재 데이터센터구축팀의 최종 목표는 IBK하남데이터센터가 금융권 최고의 데이터센터로 자리잡는 것으로 이를 위해 데이터센터구축팀은 사용자가 만족할 수준의 디테일을 유지해 데이터센터의 최대 안정화를 끌어낼 것이다.

**데이터센터구축팀은
사용자가 만족할 수준의 디테일을
유지해 데이터센터의 최대
안정화를 끌어낼 것이다.**



Mini Interview



최상의 데이터센터 구축

IBK하남데이터센터 사업은 IBK기업은행 역사상 최고 수준의 대규모 프로젝트였습니다. 프로젝트를 진행하는 과정에 있어 예기치 못한 상황을 마주할 때도 있었는데 그때마다 부서원 모두가 함께 고민하고 해결해 나갔습니다. “단순히 같이 일한다는 것을 넘어 최적의 시너지를 창출한다”라는 진정한 의미의 협업을 한 결과, 성공적인 준공을 이뤄낸 것 같아 매우 뿌듯합니다.

일하고 싶은 공간을 만듭니다

IBK하남데이터센터의 성공적인 준공으로 ‘디지털 in 하남’ 시대의 개막이 눈앞으로 다가왔습니다. 최첨단 공조시스템, 면진 설계 등 데이터센터가 갖춰야 할 모든 환경을 구축했고, 직원들이 일하고 싶은 공간을 조성하기 위해 최선을 다했습니다. 그동안 어려운 여건 속에서도 데이터센터 구축이라는 임무를 성공적으로 마무리한 부서원 및 관계자분들에게 이 자리를 빌려 감사 인사를 드리고 싶습니다.



나는
[] [] [] [] [] 를
잘 버틴다!



유지우 차장



두아들육아

이광진 차장



월요일아침

IBK 하남



데이터센터구축팀



하종길 부장



긴시간싸움

김기호 팀장



공사장소요

전철수 팀장



한여름더위

김범석 차장



아내잔소리

김동선 차장



구축된막내

칠보(七寶)에 가치를 담아 우리 고유의 명품 브랜드를 완성하다

클로이수 김홍범 대표
언양지점 거래 기업



금속 위에 아름다운 빛깔을 채우고,
뜨거운 불길 속에서 수십 번의 기다림의 시간을 보낸다.
명인의 손길 속에 그렇게 칠보는 눈부신 생명을 얻어
세상에 하나뿐인 빛의 예술로 탄생한다.

- 2023 ○ U.A.E 아랍에미레이트 '이코노믹 그룹 홀딩스'와 MOU 체결
- 2021 ○ 한국예술문화명인 그랜드마스터 선정
- 2014 ○ Cloisoo 상표 출원
- 2014 ○ 한국예술문화단체총연합회 칠보 명인 선정
- 2011 ○ 영국 런던 Harrods백화점 한국 대표 작품 선정 및 특별전 참가
- 2002 ○ 아셈총회(아시아태평양 정상모임) 전시 참여 및 밀레니엄상 선정
- 1999 ○ 칠보 최초로 18k 골드&다이아몬드와 접목한 아트 주얼리 제작
- 1984 ○ 서울 국제 무역 박람회 IDEA 우수상 수상
- 1977 ○ 처음 제작한 아트 작품을 네덜란드 황태자에게 전달
- 1968 ○ 창덕궁 낙선재에서 왕실칠보기법 사사





**사람이 창작해 낸 가장 아름다운 보석,
칠보(七寶)**



울산 남구 달동에 위치한 클로이수는 일반인들에게는 다소 생소한 칠보(七寶)를 제작하는 기업이다. 칠보는 이름 그대로 일곱 가지 보배인 금, 은, 유리, 거거, 마노, 진주, 산호와 함께 일곱 가지의 색을 모두 담고 있다는 뜻을 가지고 있다. 클로이수는 순금, 순은, 순동 위에 유리질 성분의 유약을 올린 뒤 800도의 고온에서 수십 차례 굽는 것을 수작업으로 반복하며 제품을 제작한다. 칠보의 기원은 이집트이지만 실크로드를 따라 1400년 전 신라시대 때 유입되어 이어내려온 우리의 전통문화 예술이다. “칠보는 사람이 창작해 낸 가장 아름다운 보석입니다. 수백 도의 불에 구워져 불의 온도와 시간, 만드는 장인의 정성과 기술에 따라 각기 다른 보석을 만들어 냅니다.”

클로이수는 대표작가이자 칠보 명인인 이수경, (故)김익선 부부로부터 시작되었다. 부부는 1968년 창덕궁 낙선재에서 왕실칠보기법을 사사한 뒤 그해 한국칠보 공예사를 설립했다. 이후 작업에 매진하며 자신만의 예술기법을 발전시켜 나갔다. 1970년도에는 최초로 칠보 기술을 가구에 접목해 작품을 완성했고, 1990년대에는 18K 금과 다이아몬드를 접목한 작업을 시도했다. 이수경 명인은 멈추지 않는 창작 욕구와 열정으로 남편과 함께 클로이수의 토대를 다졌다. 울산으로 터전을 옮긴 것은 1990년대 초반의 일이었다. 고문서에서 우리 칠보의 시발점인 곳이 울산광역시 태화강 명촌교 나루터로 들어왔다는 기록을 보고 칠보의 뿌리를 찾아 울산에 자리를 잡았다.

**시련을 딛고
브랜드를 빛다**



현재 클로이수는 글로벌 명품 브랜드로 도약 중이다. 그 과정에는 부부가 운영하던 공예사를 브랜드화하고, 복잡하고 세밀한 공정을 매뉴얼화해서 분업화하는 과정이 필요했다. 여기까지 오는 데에는 두 번의 터닝 포인트가 있었다.

첫 번째는 아들 김홍범 대표의 합류다. 어릴 때부터 부모님의 칠보 작업을 지켜보며 자란 김 대표는 전역 후인 2002년 클로이수 경영에 본격적으로 참여했다. 합류 초기 김 대표는 전통 수공예 브랜드는 성공하기 어렵다는 선입견을 없애는 데 주력했다.

“클로이수의 작품은 공예품이라는 명칭을 사용하지 않습니다. 단순한 공예품이 아닌 장인이 오랜 시간에 걸쳐 하나하나 손으로 만들어내는 수제품, 작품이기 때문이죠. 사실 처음에는 주변 분들의 우려가 컸습니다. 선례도 없고 비전도 보이지 않는다고 하셨죠. 하지만 저는 클로이수의 작품이 가진 가치를 믿었고, 그 가치를 언젠가는 인정받을 수 있을 거로 생각했습니다.” 그렇게 가족이 함께 브랜드를 운영하던 중 회사에 위기가 찾아왔다. 아버지의 건강 악화로 회사의 모든 작업이 중단되었기 때문이다.

하지만 김 대표는 위기를 기회로 만들었다. 이 일을 계기로 모든 공정을 매뉴얼화하고 분업화를 진행한 것이다. 현재도 디자인은 대표작가 이수경 명인이 담당하고 있지만 그 공정은 생산팀 장인들이 수작업으로 진행한다.

회사명도 새롭게 브랜드했다. 클로이수(CloiSoo)는 유선칠보를 의미하는 Cloisonne와 대표작가 이수경 명인의 가운데 글자 빼어날 수 ‘秀’를 합쳐 만든 브랜드 이름으로, 빼어난 칠보라는 의미를 지니고 있다. 두 번째 터닝 포인트는 2017년에 이뤄진 한 고객과의 만남이었다.

“클로이수의 작품에 애정을 가지고 작품을 주문해 주신 한 고객이 ‘당신의 고객은 누구인가요?’라고 묻더군요. 1만 원대의 휴대전화 장식부터 몇천만 원대의



**단순한 공예품이 아닌 장인이
오랜 시간에 걸쳐 하나하나 손으로
만들어내는 작품입니다.**

고가품까지 다양한 제품군을 가지고 있는 클로이수의 모호한 브랜드 정체성에 의문을 제기한 것이죠.”

이 일을 계기로 김 대표는 브랜드의 정체성과 고객층을 명확히 하기로 결심한다. 이후 ‘글로벌 명품 브랜드’로서 클로이수의 정체성을 정립하기 위해 중저가 라인의 제품과 납품처를 정리하게 된다. 쉬운 결정은 아니었다. 멸망한 제품을 참고로 보내고 납품 요청도 거절해야 했다. 때로는 불안함이 엄습했다. 하지만 작품에 삶과 영혼을 담아내는 이수경 명인. 어머니가 만드는 작품의 가치를 ‘제대로’ 전해야 한다는 생각에 마음을 굳혔다.

이수경 명인의 삶과 영혼이 녹아 있는 클로이수의 작품들. 김 대표는 그중에서도 가장 애정하는 작품을 소개했다. 바로 보상화 칠보 금도끼다. 이 작품은 어떠한 난관도 이겨내며 앞으로 전진한다는 의미를 갖고 있다. 여기에 행운을 의미하는 칠보와 천상의 꽃 ‘보상화’가 어우러져 어떠한 어려움도 행운과 행복의 기운으로 힘차게 뚫고 전진해 나갈 수 있다는 기운과 메시지를 담은 작품이다.

글로벌 명품 브랜드로
가치를 전하다



클로이수의 특징점

Step. 1

‘사람’을 아끼는 마음

모든 공정에 사람의 손이 닿고 인적 구성원을
소중히 여길 줄 아는 클로이수

Step. 2

작품에 녹여내는 ‘가치’

클로이수의 철보 작품은 작가의 삶과 열정
그 안에 녹아든 가치를 담아낸다.

Step. 3

온 정성을 다하는 ‘진정성’

57년의 역사 속에서 클로이수가 잊지 않고
품어온 신념

지난 1월, 클로이수는 아랍에미리트 아부다비에서 에미레이트 적신월사(Emirates Red Crescent)가 주최하는 자선 전시회인 아타야(Ataya, 아랍어로 ‘주다’라는 뜻)에 참가했다. 아부다비 왕실에서 직접 선별한 브랜드만 참가하는 아타야 전시회는 10여 년째 진행 중인 정기 기부 행사로 국내 업체 참석은 클로이수가 처음이다. 약 한 달간 아부다비에서 한국 철보의 아름다움을 전한 클로이수는 아랍에미리트를 시작으로 사우디아라비아, 카타르 등 중동에 클로이수의 작품을 선보일 예정이다. 이외에도 미국, 유럽, 싱가포르, 중국까지 글로벌 확장을 준비 중이다.

글로벌 명품 브랜드로서 초석을 다지며 고객층과 유통시장을 확보한 클로이수는 올해부터 본격적인 성장을 계획하고 있다. 지난해 21억 원가량이었던 매출은 올해 60억 원으로 예상하고 있다. 내년 매출은 140억 원 등으로 큰 폭의 성장을 기대하고 있다. 올해 전국 백화점 명품관을 대상으로 진행하는 VIP 특별전은 모두 예약이 완료됐고, 성공적인 성과를 거두고 있다. 서울 백화점 명품관 내 매장 개장도 준비하고 있다.

“그동안 클로이수의 철보 작품이 가진 작품을 알리기 위해 노력해 왔고, 이제 그 결실이 하나씩 눈에 보이고 있습니다. 개인적으로 5000년의 역사를 자랑하는 우리나라에 아직 제대로 된 명품 브랜드가 없다는 사실이 안타까웠습니다. 그래서 전 세계 어디를 가도 대한민국 하면 철보 ‘클로이수’를 떠올릴 수 있는 글로벌 명품 브랜드를 만들어 나가고 싶습니다.”



가장 어려울 때 손 내밀어준

IBK의 진심, 잊지 않겠습니다.



Q. 대표이사님의 경영 철학은 무엇인가요?

A. 클로이수는 ‘사람, 가치, 진정성’이 세 가지 키워드를 중심으로 운영합니다. 그래서 직원과 고객님들에게 항상 감사의 마음을 가지게 되고, 회사가 성장할수록 그 마음이 더 커지고 있습니다. 클로이수가 여기까지 오는 데 수많은 사람의 도움이 있었습니다. 같은 마음으로 함께 회사를 끌어나가는 직원들, 클로이수의 가치를 알아봐 주신 고객님들, 더불어 어려울 때 손을 내밀어주신 IBK기업은행에도 항상 고마운 마음을 가지고 있습니다. 매 순간순간이 모여서 우리를 만들고 살리고 있다는 생각이 듭니다.

Q. IBK기업은행과의 인연은 어떻게 시작되었나요?

A. 2년 전 코로나로 인해서 아주 큰 어려움을 겪게 되었습니다. 금융권의 지원을 받는데 애로점이 있는 상황이었었는데, 연양지점 김강지 지점장님이 매장을 찾아오셔서 그동안의 이야기를 듣고 클로이수의 비전을 보고 방법을 모색해 주셨습니다. 한번 경험해 보니 기업을 운영하고 있다면 IBK기업은행과 꼭 인연을 이어가야 한다는 생각이 들었습니다. 국책은행인 만큼 국가적인 소명을 두고 우리나라 기업을 위해서 헌신하는 곳이라는 걸 느꼈습니다.



클로이수
김홍범 대표

글로벌 명품 브랜드로 도약하는

클로이수의 내일을 기대합니다.



Q. 연양지점을 소개해주세요.

A. IBK연양지점은 울산역에서 10m거리에 있는 울주군 언양읍에 자리하고 있습니다. 이곳은 소도시와 농촌의 중간지점으로 공단도 여럿 산재해 있습니다. 사실 대부분의 고객사는 주로 제조업 기업입니다. 2년 전 인연을 맺은 클로이수는 전통문화를 계승한 문화예술 기업이기 때문에 기대를 갖고 지켜보고 있습니다. 앞으로 클로이수를 비롯한 여러 고객사, 더불어 울산 지역과 상생하며 발전해 나가고 싶습니다.

Q. 클로이수의 비전과 강점은 무엇일까요?

A. 클로이수는 우리 고유의 전통문화를 계승하고 있는 내실 있는 문화예술 브랜드이자 기업입니다. 2년 전 다른 고객님의 소개로 클로이수를 만났을 때는 자금 쪽으로 어려움을 겪고 계셨습니다. 직접 방문해 보니 김홍범 대표님의 열정이 대단하신 것은 물론이고, 탄탄한 내실을 갖춘 업체더군요. ‘우리가 누군가를 도와야 한다면 이런 기업일 것’이라는 생각으로 지원을 결정하게 되었고요. 실제로 얼마 되지 않아 급격한 성장세를 보였습니다. 이미 작년에 비해 매출이 2배 이상 신장했고요. 이미 체결된 여러 계약으로 인해 내년 매출은 그 이상으로 예정되어 있다고 합니다. 앞으로도 클로이수가 한국을 대표하는 명품 브랜드로 성장해 나가는 모습을 곁에서 응원하고 싶습니다.



연양지점
김강지 지점장



레고 아티스트 윤태경 팀장

레고가 주는

행복한 몰입감 속으로

범천동지점 윤태경 팀장



크고 작은 블록들이 합을 맞춰 무언가를 만들어 낸다. 이 과정은 시간도 필요하고, 인내도 필요하지만, 윤태경 팀장에게는 기분 좋은 몰입의 시간이다. 그 몰입은 다시 삶의 에너지를 만들어 내고, 완성된 작품은 온갖 행복한 감정으로 남겨진다.





어른들의 취미, 레고에 빠지다

누구나 한 번쯤 만들어봤을 레고 블록. 어른, 아이 관계없이 모두가 함께 즐길 수 있는 장난감 블록이지만, 몇 년 전부터 레고 마니아를 넘어 레고 아티스트가 등장하며 레고 블록으로 예술 작품을 만드는 ‘레고 예술’이 종종 눈에 띄기 시작했다. 작년 10월에는 레고 아티스트 콜린진의 첫 개인전에서 국가 무형문화재 1호로 등재된 ‘종묘제례악’이 레고로 만들어져 화제를 일으키기도 했다. 이처럼 아이들보다 어른들에게 더욱 인기 있는 장난감이자 취미활동인 레고 블록. 내가 좋아하는 만화, 영화의 한 장면을 레고로 만든다는 것은 어른들을 동심의 세계로 초대하면서, 소소하지만 확실한 행복을 가져다주는 것 같다. 범천동지점 윤태경 팀장도 레고와의 첫 만남이 그랬다.

“8년 전에 지인으로부터 레고 선물을 받게 됐어요. 제가 좋아하는 영화 해리포터에 나오는 호그와트 익스프레스 기차 레고였는데요. 저녁 식사를 마치고 조립

하기 시작했는데 정신 차리고 보니 새벽 2시가 넘었더라고요. 그때 딱 생각했어요. ‘와, 레고 조립 진짜 재밌다!’라고요. 밤새 시간 가는 줄도 모르고 집중해서 무언가를 한 게 처음이었거든요. 그렇게 레고 블록의 재미를 느끼고 하나씩 레고를 수집하다 보니 레고 전시장 하나가 나왔네요.”

윤태경 팀장의 집 거실 한쪽에는 해리포터 시리즈의 레고 작품이 멋지게 전시되어 있다. 호그와트 성부터 하늘을 나는 자동차, 호그와트 학생들이 교과서를 사러 오는 다이애건 앨리(Diagon Alley), 플러리쉬와 블러트 서점(Flourish and Blotts) 등 영화 속 장면을 완벽히 묘사한 것은 물론 섬세한 디테일까지 모두 레고로 표현되어 있었다. 윤태경 팀장이 한땀 한땀 손으로 모두 조립한 작품으로 아크릴판까지 맞춰가며 소중하게 보관한 모습에 그가 이 레고 조립에 열마가 심혈을 기울였고, 진심이었는지가 느껴졌다.

“개인적으로 컨셉과 테마가 명확한 작품이나 영화 속 장면을 만들 수 있는 작품을 좋아해요. 기본적으로 조립설명서 그대로 따라 조립하지만 여기서 어떤 연출이 실제 장면과 가장 비슷할지, 어떻게 하면 영화 속 장면을 더 구체적으로 표현할 수 있을지 많은 고민의 과정이 필요합니다. 그래서 추가로 부품을 따로 구입하거나 다른 재료를 추가하면서 제 머릿속에 있는 장면을 레고로 표현해 나가죠. 예를 들면, 해리포터 1편에서 해리포터에게 호그와트 입학 편지가 전달되는 장면은 편지 1통이 아니라 수 백통이 집으로 쏟아지잖아요. 그 장면을 위해 기존에 2통만 들어있는 편지 블록을 더 구매해서 쏟아지는 느낌을 자세히 표현했죠. 또 하늘을 나는 자동차를 제대로 연출하고자 다양한 종류의 실을 사서 자동차 레고 블록을 매달아 공중에 떠 있는 연출을 하려고 애쓰기도 했어요. 이렇게 고민하고 조립하는 과정이 힘들기보다는 재밌더라고요. 레고로 무엇이든 만들 수 있잖아요. 정말 매력 있는 취미죠.”



레고가 선물하는 기분 좋은 몰입감

레고 블록 수 약 6,020개에 달하는 호그와트 성 레고는 일하는 시간, 자는 시간을 제외하고 무려 일주일 넘어서야 완성할 수 있었다. 그렇게 오랜 인내와 꾸준함의 시간을 거치고 완성된 작품은 형언할 수 없는 뿌듯함과 기쁨을 선물한다는 윤태경 팀장. “내 손으로 이걸 만들다니!” 일주일 동안 레고 작품을 만들어 본 사람만이 느낄 수 있는 감격일 것이다.

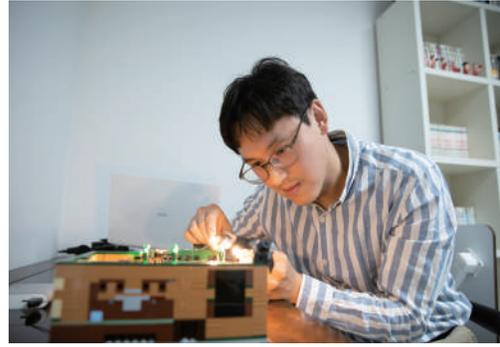
“레고 작품을 하나 만들면 주변 동료들에게 사진을 보여주며 자랑하죠. 가끔 집에 초대해 레고 전시장을 보여주면 다들 많이 놀라고요. 특히 해리포터를 좋아하는 분들은 추억에 잠기면서 유독 좋아하더라고요(웃음). 호그와트 성 레고를 조립하던 때가 소상공인 대출 수요가 많이 몰리는 시기여서 매일 아침 6시에 출근해서 밤늦게까지 야근을 했어요. 그렇게 야근을 해도 집에 돌아오면 새벽까지 호그와트 성을 조립하고 쪽잠 자고 새벽에 일어나 출근했죠. 새벽까지



레고 조립을 했다고 하면 다들 너무 피곤하겠다고 생각하겠지만 저에게는 굉장한 활력이 되어 줬어요. 업무 스트레스를 없애주기도 했고요. 그랬으니 잠도 포기하고 레고 조립에 몰입했겠죠?(웃음)”

바쁘고 정신없는 하루 끝에서 마주하는 레고 조립. 그 시간이 주는 몰입과 고요한 시간은 윤태경 팀장에게 삶의 에너지를 충전하는 시간이 됐다. 또한 사랑하는 아들, 딸과 함께 조립하는 레고 블록도 그에겐 레고가 주는 매력이자 재미다. 레고 덕분에 재밌게 놀아주는 아빠가 될 수 있으니 말이다.

“지금은 영화 속 장면을 표현하는 레고 위주로 조립하고 있지만 레고 창작을 하게 된다면 우리 동네의 일상적인 모습을 레고로 만들어서 디오라마*를 해보고 싶어요. 내가 살던 동네, 자주 가는 장소 등 익숙한 곳을 레고로 만드는 것도 재밌을 것 같고, 저에겐 나를



큰 의미가 있을 것 같다는 생각이 들더라고요. 아직 창작 레고까지는 기회와 여유가 없어서 시도를 못 했는데 언젠간 기회가 된다면 창작 레고도 레고 취미의 목표로 생각하고 있습니다.”

* **디오라마** : 배경을 그린 길고 큰 막 앞에 여러 가지 물건을 배치하고, 그것을 잘 조명하여 실물처럼 보이게 한 장치. 스튜디오 안에서 만들 수 없는 큰 장면의 촬영을 위한 세트로 쓴다.



행복한 취미를 만든다는 것

“솔직히 말하자면, 레고는 사실 가성비 좋은 취미는 아닙니다. 가격이 저렴한 레고도 많지만, 눈에 들어오는 건 모두 가격대가 부담스러운 레고들이 많거든요(웃음). 또 대형 레고를 만들어서 집에 놓으려면 그만큼의 공간이 필요해서 쉽게 시작하기에 좋은 취미는 아니라고 생각해요. 하지만 적당한 크기의 레고 제품을 조립해서 아크릴 보관함에 넣기만 해도 집 인테리어 제품으로 훌륭합니다. 제가 갖고 있는 제품 중에 호그와트 익스프레스나 미드 ‘프렌즈’ 시리즈 같은 경우가 크기도 적당하고 가격대도 괜찮아서 추천해 드리고 싶어요. 무엇보다 색감이 예뻐서 직접 보시고 조립해 본다면 저처럼 레고의 매력에 푹 빠지실지도 몰라요. 손으로 만드는 걸 좋아하시거나, 좋아하는 만화, 영화, 캐릭터 등을 만들어 보고 싶다면 레고 취미 강력하게 추천해 드립니다.”

윤태경 팀장에게 레고는 어떤 존재냐고 묻자, “인생

의 쉼터”라고 말해주었다. 레고를 조립하는 그 과정은 아무 생각도, 고민도, 걱정도 없이 내가 좋아하는 레고에 몰입하는 시간이기 때문이라고. 그 몰입이 일상의 스트레스를 풀어주고, 완성되어 진열된 레고를 보는 것은 잠깐의 소소한 힐링이자 행복이 된다고 한다.

“최근에 또 다른 취미로 러닝을 시작했습니다. 내년엔 마라톤 풀코스에 도전해서 완주하는 것이 목표입니다. 레고 조립도, 러닝도, 업무도 성실히, 열심히 해서 올해보다는 내년이, 내년보다는 후년이 더욱 즐겁고 행복하길 바랍니다.”

삶에 활력을 주는 취미가 있다는 것은 매우 행복한 일이라는 것을 윤태경 팀장을 통해 느낄 수 있었다. 올해 하반기도 마무리 되어 가는 이 시점에서 나와 잘 맞는 취미를 찾아보면 어떨까? 행복은 바로 가까이에 있으니 말이다.

꿈임없이
성장하는



IBK항공 기업

IBK항공

마포

워케이션 예약 플랫폼

스트리밍하우스

스트리밍하우스

워케이션 전문 브랜드 '더휴일'을 통해 국내 워케이션 문화 확산에 앞장서는 기업으로 20여 개 지역에서 워케이션 운영



thehyuil.co.kr

IBK항공

부산

온라인 주류 유통 플랫폼



링크업

연간 10조 규모의 낙후된 주류유통시장의 DX(디지털전환)를 통해 새로운 유통패러다임을 만드는 유통DX 푸드테크 기업



worldbeermarket.kr

IBK항공

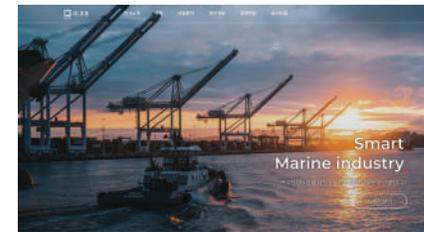
대전

전도성 카본블랙 소재 전문기업



포엠

국제 수준의 해양 개발 기술과 지속적인 연구 개발을 통해 고부가가치 제품의 개발 및 생산에 주력하는 기업



for-mkorea.com

IBK항공

광주

의료 정보 제공 AI 플랫폼

MENINBLOX

맨인블록

데이터 기반 24/7 맞춤형 건강 의료 정보를 제공하는 AlaaS 기업



meninblox.com

IBK항공
마포

워케이션 원스톱 서비스

스트리밍하우스

스트리밍하우스는 워케이션 솔루션 ‘더휴일(THE HYUIL)’을 통해 국내 워케이션 문화 확산에 앞장서고 있다. 현재 제주도를 비롯해 부산, 부안, 등 50여 개 지역에서 워케이션 프로그램을 운영하며 500여 개 기업에게 워케이션 서비스 더휴일을 제공 중이다. **특히 작년에 이어 올해에도 ‘2024 IBK 기업은행 워케이션’을 운영하면서 중소기업 임직원들을 위한 새로운 근로 문화 도입을 함께하고 있다.**

더휴일 워케이션은 인구감소 지역에서 기업의 ESG 경영과 연계하여 주중/비수기 운영을 통해 지역의 새로운 성장 모델 그리고 지역 상생 방안으로 주목받고 있으며, 이를 통해 2023년 18억 매출을 달성하며 2022년 대비 350% 성장할 수 있었다. 또한 올해 초에는 후쿠오카를 시작으로 일본 시장에 진출하며 글로벌 워케이션 NO.1 기업으로 나아가기 위한 첫 발걸음을 내디뎠고 일본의 다른 지자체 및 대만 등에서도 관심을 보이고 있어 워케이션 문화와 함께 빠른 성장이 예상된다.



IBK항공
부산

AI 무인 주류 자판기 운영



링크업은 업계 최초의 온라인 주류 유통 플랫폼(B2B)과 AI 무인주류자판기를 개발한 업체로 주류유통시장의 디지털 전환에서 혁신적 성과를 기록하고 있다는 평가다. **링크업의 핵심사업은 낙후된 주류유통시장의 디지털 전환(DX)을 위한 온라인 주류유통플랫폼(B2B) 구축으로 현재 6,400여 종 이상의 국내 최다 상품과 5,400여 개의 판매처, 그리고 45만 건 이상의 실거래 빅데이터를 보유 중(2024년 6월 기준)이다.** 링크업은 ‘온라인 주류유통플랫폼(B2B)’의 디지털 유통경쟁력을 기반으로 올해 론칭하는 AI 스마트 무인주류자판기로 무인 매장의 새로운 유통 패러다임을 제시할 계획이다. DX 유통플랫폼(B2B)을 통해 유통 시장의 데이터(상품, 가격 등)를 수집하고, 100% 비전 기반의 스마트 무인주류자판기를 통해 개별 매장의 데이터(진열, 판매 등)를 수집하여 이종 간 데이터 분석을 통해 매장별 최적의 상품을 자동으로 관리(상품 큐레이션, 발주, 유통)해 주는 것이 특징이다. 한편 AI 무인주류자판기에 막걸리·와인·위스키와 같은 맥주 외 주류를 비롯해 안주류 등 다양한 상품을 제공하기 위해 지역 기업 및 스타트업과 협력할 예정이다.



IBK항공
대전

글로벌 NO.1 소재 전문 기업



(주)포엠은 해양폐바이오 자원화 기반의 다기능 전도성 카본 블랙을 생산하는 소재 전문기업이다. (주)포엠은 최근 해파리와 수산가공 부산물 폐기물, 유해 해조류 등을 활용해 전도성 카본 ‘젤로스’ 개발에 성공, 싱가포르, 베트남, 영국 등 수출을 진행하고 있으며, 해외에서 생산공정의 라이선스 계약을 요청받기도 하고 있다. **(주)포엠이 개발한 젤로스는 이차전지 도전재 및 연료전지 MEA 촉매담지체, 슈퍼커패시터 음극재, 차폐 도료 첨가물 등의 소재로 활용 가능한 제품이다. 비표면적과 전기전도도의 ‘비례 상승 기술’을 갖추고, 수입 소재 대비 뛰어난 성능과 가격 경쟁력도 확보했다.** 이러한 성과 외에도 (주)포엠은 올해 4월, 자체 개발한 ‘폐바이오매스 열분해 카본’에 대한 ‘K마크’ 인증을 획득했다. 이로 인해 (주)포엠은 친환경 에너지 소재 분야에서 국내 최초로 K마크를 획득한 회사로 성장을 하게 되었다. 한편, (주)포엠은 2029년 830억 원 달성을 목표로 하고 있다. 이에 혁신적인 기술에 집중적으로 투자하고, 전량 실증(PoC) 진행, 해외 원료 수급 공장 준공 등 국내외 수요처 안정화와 해외 생산 라이선스 계약을 통해 시장 점유 성공 전략을 펼칠 계획이다.



IBK항공
광주

의료시 헬스케어 데이터 전문기업



맨인블록은 헬스케어 특화 대화형 AI 상담 에이전트인 **MediKoGPT**를 개발하였다. 헬스케어 특화 거대언어모델 (Healthcare specialized LLM, sLLM) 기반 기술의 범용 대화형 에이전트 모델은 병·의원 뿐만 아니라 보험회사, 건강관리기기, 헬스케어 O2O 솔루션에 이르기까지 헬스케어 상담 서비스를 인공지능이 대체할 수 있는 비즈니스 수요 맞춤형 서비스를 제공한다. 한림대학교 춘천성심병원을 시작으로 서울대학교 의과대학, 고려대학교 구로병원, 동국대학교 일산병원, 전남대학교병원 등 다수의 종합병원과 성능 개선과 실증을 진행하고 있으며, 기초 건강의료 상담뿐만 아니라 소화기내과, 신경과, 산부인과 등으로 전문진료 과목으로 점진적으로 확대하고 있다. 아울러, 베트남, 인도네시아 등 비대면 진료에 필요한 국가에 현지 거점을 마련하여 MediKoGPT의 글로벌 진출의 박차를 가하고 있다.





공중화장실 고체 비누, 깨끗한 거 맞아요?

여러 사람이 함께 사용하는 공중화장실의 비누. 손을 닦으려고 보면 비누에 거품이 묻어있거나 손자국이 남아있어 찝찝했던 적이 많을 터. 과연 공중화장실에 있는 고체 비누는 안심하고 사용해도 될까?

갈라진 고체 비누, 뭔가 찝찝한데

많은 사람이 공중화장실에 비치된 고체 비누 사용을 꺼린다. 불특정 다수가 사용해 불청결하다고 생각하기 때문이다. 심지어 오래된 고체 비누는 갈라지거나 검은 때까지 끼어 용변 후 물로만 손을 닦는 사람들이 많다. 실제로 질병관리청이 발표한 ‘2023년 감염병 예방행태 실태조사’에 따르면 용변 후 손 씻는 사람의 비율은 71.1%였고, 이 가운데 비누로 손 씻는 사람의 비율은 25.4%에 그친 것으로 조사됐다. 하지만 비누는 염기성을 띠기에 세균이 살기 어렵다. 이와 관련, 중앙대병원 감염내과 김해인 교수는 “오염된 비누로 손을 씻었을 때 손에서 문제가 될 만한 수준의 박테리아 수치는 확인되지 않았다”라고 말했다. 비누 속 세균이 손을 씻는 과정에서 대부분 사라지기 때문이다. 하지만 젖어 있는 상태의 고체 비누일 경우, 박테리아가 번식해 있을 수도 있으므로 30초 이상 손 씻는 것을 권장한다.

올바른 손 씻기로 환절기 감기 안녕~

세계보건기구(WHO)에서도 비누를 이용해 손을 30~60초간 씻으라고 권장하고 있다. 구체적으로는 △손바닥 문지르기 △손등과 손바닥 문지르기 △손가락 사이 문지르기 △엄지손가락을 다른 편 손바닥으로 문지르기 등 30초간 꼼꼼히 씻어야 한다. 또 대중 말린 손으로 화장실 문고리, 스마트폰, 컴퓨터 등을 만지면 오히려 세균이 더 번식할 수 있으므로 종이 타월 또는 핸드 드라이어 등으로 물기를 제거하는 것이 좋으며, 수도꼭지는 손목 또는 사용한 종이 타월로 잠그는 걸 추천한다. 그래도 많은 사람의 손이 거처간 공중화장실 고체 비누 사용이 꺼려진다면 휴대용 비누를 사용하는 것도 방법이다. 찬 바람 부는 계절 가을이다. 손 씻기가 감기 예방의 첫걸음인 만큼 식사 전, 화장실 이용 후 등 여러 상황에서 자주 손 씻는 습관을 길러보자.

Tip! 올바른 손 씻기 방법



손바닥 문지르기



손가락 마주 잡고 문지르기



손등과 손바닥 문지르기



엄지손가락 돌려주기



손톱 밑까지 문지르기



손목 문지르며 씻기

△ 설릉? 선릉? 헛갈리는 발음 알려드립니다!

대화를 주고받는 과정에서 자꾸 말을 버벅거리게 된다.
아는 단어인데 발음 때문에 말하길 망설인 적이 있다면 집중하자!
헛갈리는 발음의 단어들을 모아 정리했다.

과장님!

죽말에 뭐 하세요?

선릉? 설릉?

저는 친구랑 선릉[설릉]역
가기로 했어요!



선릉

‘선릉’의 표준 발음은 [설릉]입니다. 하지만 [선릉]이라고 발음하는 사람을 종종 만나곤 합니다. 그러나 표준 발음법 제20항에 따르면 ‘ㄴ’은 ‘ㄹ’의 앞이나 뒤에서 [ㄹ]로 발음됨에 따라 [설릉]이 올바른 발음입니다. 또 다른 예로는 신라[실라], 물난리[물랄리]가 있습니다.

안간힘

‘안간힘’의 표준 발음은 [안간힘]입니다. 표준 발음법 제28항에 따르면 표기상으로 사이시옷이 없더라도 관형격 기능을 지니는 사이시옷이 있어야 할 합성어의 경우, 뒤 단어의 첫소리 ‘ㄱ’을 된소리로 발음해야 합니다. ‘안간힘’ 또한 ‘안’과 ‘간힘’의 합성어로 [안간힘]으로 발음해야 합니다. 다만, 최근 된소리가 나지 않는 경우도 많아 [안간힘]도 표준 발음으로 인정됐습니다.

인기척

‘인기척’은 한자 사람인(人)과 기척이라는 고유어가 합쳐진 말로, 두 번째 음절인 ‘기’를 된소리 [끼]로 발음해야 합니다. ‘인기척’ 또한 ‘안간힘’과 마찬가지로 표준 발음법 제28항에 따라 첫소리 ‘ㄱ, ㄷ, ㅂ, ㅅ, ㅈ’을 된소리로 발음해야 하기 때문에 [인끼척]이 맞는 발음입니다.

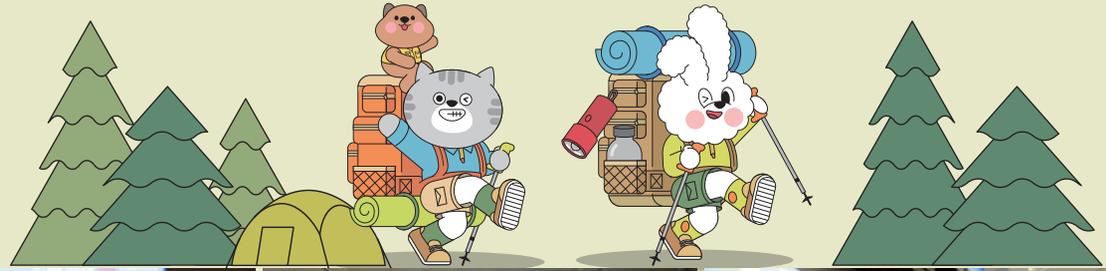
밧다

‘밧다’를 [밭따]로 발음하는 경우가 많은데 [밭따]가 올바른 발음입니다. ‘밧’은 자음 앞에서 [밭]으로 발음합니다. 원래 겹받침 ‘ㅃ’은 두 개의 자음 중 뒤의 자음인 ‘ㅂ’을 탈락시키고 앞선 자음인 ‘ㄹ’을 발음하는 것이 원칙입니다. 하지만 ‘밧다’의 경우에는 예외적으로 뒤의 자음인 ‘ㅂ’을 발음하고 있습니다. 한편, 밧‘앗’다처럼 모음 앞에서는 [밭밭따]로 발음해야 합니다.

일요일

표준 발음법 제29항에 따라 ‘ㄹ’ 받침 뒤에 첨가되는 ‘ㄴ’ 음은 [ㄹ]로 동화시켜 발음합니다. 예를 들어 ‘수원역’은 ‘ㄴ’을 첨가해 [수원녁]으로 발음하지만, ‘서울역’은 [ㄹ]로 동화돼 [서울력]으로 발음합니다. ‘일요일’의 경우에도 첨가 현상이 나타나지 않으므로 [이료일]을 표준 발음으로 삼아 발음해야 합니다.

문화예술 속에서 피어난 아이들의 웃음, 「IBK 모두다 아트캠프 2024」 성료



문화예술은 창의적 사고와 상상력을 자극해 자신에 대해 더 깊이 알 수 있게 해준다.

「IBK 모두다 아트캠프」가 8월 12일부터 2박 3일간 IBK충주연수원에서 열렸다. 이날 캠프에는 다문화 및 외국인 가정 초등학생 150명이 초대됐다. 올해 처음 개최된 「IBK 모두다 아트캠프」는 다문화가정 자녀에게 다채로운 문화예술적 경험을 제공하고, 사회구성원으로서 소속감을 고취하기 위해 마련됐다.

이번 캠프는 단체 퍼포먼스, 협동 미술, 스톱모션 애니메이션 등 총 7개 문화예술 프로그램으로 구성돼 아이들에게 뜻깊은 경험을 선사했다. 이번 캠프의 특징은 ‘하나 되는 경험’을 강조했다는 점이다. 단체 난타 공연과 협동 미술 프로그램을 통해 또래 간 유대감을 형성하고 협력의 중요성을 배우도록 했다. 또한, 다양한 기법으로 벽면에 작품을 그려내며 상상력을 자극하는 드로잉 쇼와 언어 장벽 없이 유쾌하게 즐길 수 있는 타악기 퍼포먼스 팀의 공연을 통해 아이들의 공감과 소통을 끌어냈다. 특히 IBK기업은행이 후원하고 있는 대한태권도협회 소속 태권도 시범단이 멋진 퍼포먼스를 선사하며 의미를 더했다.

이날 IBK기업은행 관계자는 “문화예술은 창의적 사고와 상상력을 자극해 자신에 대해 더 깊이 알 수 있게 해준다”라며 “이번 캠프를 통해 아이들이 다양한 문화를 이해하고 존중하는 데 도움이 되었기를 바란다”고 말했다. IBK기업은행의 사회공헌 사업으로 이날 다문화가정 자녀들은 그 어느 때보다 특별한 여름방학을 보냈다.

다문화가정 자녀들은 언어 장벽 및 정보의 한계로 문화예술 체험의 기회가 적다. 이에 IBK기업은행은 다문화가정 학생들의 다문화 감수성 향상 및 사회적 소속감 강화를 위해 다양한 문화예술 사회공헌 사업을 펼치고 있다.

ARTCAMP 2024



01

‘파리올림픽’ 태권도선수단 출신 학교에 장학금 전달

‘2024 파리올림픽’에서 활약한 태권도선수단의 성과를 축하하고 태권도 꿈나무 육성을 위해 참가선수 출신 중·고등학교에 장학금을 전달했다. 김성태 은행장은 “이번 장학금 지원이 태권도 국가대표를 꿈꾸는 학생들에게 도움이 되길 바란다”라며, “앞으로도 태권도 및 비인기 스포츠 발전을 위해 꾸준한 지원을 이어가겠다”라고 말했다. 이와 관련, 기업은행은 지난 6월부터 대한태권도협회 공식 파트너사로 유소년 및 국가대표팀 육성, 시범공연단 지원 등 태권도 발전을 위한 후원금을 지원하고 있으며 이외에도 역도, 레슬링, 테니스, 바둑, 씨름 등 비인기 스포츠 종목을 꾸준히 후원해 오고 있다.



02

소상공인에게 ‘IBK희망디자인’ 재능기부

사회공헌 사업인 ‘IBK희망디자인’을 통해 서울 염천교 수제화거리와 대구 대신동 양말골목 소재 총 37개 점포의 차광막 원단을 교체하는 등 환경 개선을 지원했다. 이번 지원은 ‘IBK희망디자인’ 기존 지원 상권의 사후관리를 통해 영세 소상공인의 영업환경을 개선하고 지역 상권을 활성화하기 위해 기획됐다. 기업은행의 재능기부를 받은 서울 염천교 수제화거리와 대구 대신동 양말골목 상인들은 영세 소상공인을 위해 다시 도움의 손길을 보내준 기업은행에 깊은 고마움을 전했다. 이에 기업은행 관계자는 “앞으로도 지역 상권에 활력을 제공하고 소상공인에게 힘이 되는 IBK희망디자인 사업을 지속 추진하겠다”라고 말했다.



03

2024년 기업인 명예의 전당 헌액자 선정

에이알 한승일 회장과 리모트솔루션 신홍범 회장이 ‘2024년 기업인 명예의 전당’ 헌액자로 선정됐다. 기업인 명예의 전당은 국가경제에 기여한 기업인을 헌액자로 뽑는 행사다. 2004년에 설립된 현재까지 41명의 헌액자를 선정했다. 심의 기준은 헌액 대상자의 기업가 정신, 기업의 성장성 등이다. 한승일 회장은 에이알을 향온합습기 국내 시장점유율 1위로 성장시키는 등 국내 냉동공조 산업 발전에 공헌한 점, 신홍범 회장은 창업 이후 리모컨 개발 및 제조에 매진해 리모트솔루션을 국내 최고 수준의 원거리 음성인식 기술을 보유한 혁신기업으로 성장시킨 공로를 인정받아 이번 헌액자에 선정됐다.



04

‘IBK 모두다파크콘서트 2024’ 성료

지난 6일 경기도 안산시 선부광장에서 다문화사회 통합을 위한 찾아가는 음악회 ‘IBK 모두다파크콘서트 2024’가 열렸다. ‘IBK 모두다파크콘서트 2024’는 국내 최대 외국인 밀집 지역인 안산시 외국인 근로자 및 주민을 대상으로 문화적 다양성을 살린 공연을 통해 지역사회 통합에 기여하고자 마련됐다. 이날 공연에는 1,300여 명의 다양한 국적 출신 관객들이 참석했으며 박기영, 예눅, 소냐, 카르디오, 트리니티필하모닉오케스트라가 출연했다. 기업은행 관계자는 “앞으로도 다문화가족 구성원과 중소기업 근로자에게 문화예술 향유 기회를 제공하는 사회공헌 사업을 지속적으로 추진할 계획”이라고 밝혔다.



05

외국인 근로자 고객 대상 이벤트 실시

오는 11월 29일까지 ‘IBK에서 해외송금하고(GO) 고향가고(GO)’ 이벤트를 실시한다. 이번 이벤트는 기업은행 외국인 근로자 전용상품 ‘AMPUH(암뿌) IDR’, ‘I-VARO’, ‘중국 快低(콰이디)’를 통해 해외송금을 보낸 외국인 고객을 대상으로 한다. 기업은행은 이벤트 기간 내 해외송금 누계 금액 미화 환산 3천 불 이상이면서 이벤트에 응모한 고객에게 추첨을 통해 하나투어 여행상품권 1백만 원(3명)을 제공한다. 또한 이벤트 기간 내 해외송금 자동이체 서비스 ‘ANYTIME’을 신규 신청하고 해외송금을 보낸 고객에게 CU편의점 모바일 쿠폰 1만 원(100명)을 선착순 지급한다.



06

‘유로머니 어워드 포 엑셀런스 2024’ 시상식 참석

지난 9월 12일 싱가포르에서 개최된 유로머니 주관 ‘Euromoney Award for Excellence 2024’ 시상식에서 김성태 IBK기업은행은 행장(가운데), 아니타 카푸르 유로머니 시상식 진행자(왼쪽), 엘리엇 윌슨 유로머니 아시아 편집장(오른쪽)이 기념 촬영을 진행했다. 이날 기업은행은 해당 시상식에서 대한민국 최우수 중기금융 은행상 및 포용금융 은행상을 수상했다.



IBK EVENT

다른 그림 찾기

기억력과 집중력을 높이는 다른 그림 찾기!
우리의 뇌를 깨워볼까요?



위의 두 이미지에서 서로 다른 5곳을 찾아보세요.
랜덤 추첨을 통해 선정된 5분께는 스타벅스 아메리카노를 드려요!



참여 기간 2024년 10월 2일~10월 20일
참여 방법 다른 곳을 찾은 후, 제일 뒷장에 있는 엽서에 체크해서 발송
당첨자 발표 2024년 10월 25일

다른 그림 찾기 당첨자 발표!



정○운 (3**6) 반○운 (6**5) 김○결 (7**8)
김○혁 (0**5) 이○주 (5**5)

**당첨되신 분들
축하합니다!**



<with IBK> ‘표지 캐릭터’ 4개를 찾아라!

다른 그림 찾기보다 숨은 그림 찾기에 자신 있는 분은
아래 이벤트에 응모해주세요.



참여 기간 : 2024년 10월 2일~10월 20일
참여 방법 : 엽서에 페이지 번호 기재 후 발송
당첨자 발표 : 2024년 10월 25일

<with IBK> 에서 ‘표지 캐릭터’ 4개를 찾아라!

IBK기업은행의 매거진 <with IBK>는
호별 다양한 이야기로 독자분들을 찾아가합니다.
올해는 표지에 개성 넘치는 독특한 캐릭터들로 이야기를 꾸몄습니다.
<with IBK> 10월호 속에 숨어 있는 ‘표지 캐릭터’를 발견해보세요!
추첨을 통해 10분에게 스타벅스 아메리카노를 드립니다.
(힌트: 정답 4곳_표지 및 해당 페이지 제외)

참여방법
STEP1. <with IBK>에 숨어 있는 표지 캐릭터를 찾아주세요!
(총 4곳, 표지 및 해당 페이지 제외)
STEP2. 제일 뒷장에 있는 엽서에 적어 발송해주세요.

뒷면에 생활용품
교체 주기 꿀팁이
숨어 있습니다.

소설을 볼 때 결말부터 보는 사람이 있을까요?
알고 보는 재미가 있을지라도,
모르고 봤을 때의 감동보단 적을 거예요.

기다림 끝에 싹을 틔우고, 열매를 맺는 나무처럼
우리도 이 순간을 천천히 즐겨봐요.

**그 기다림 속에 추억이 쌓이고 노력이 쌓여
우리에게 더 풍성한 결실을 안겨줄 거예요.**



아껴 쓰는 게 잘 쓰는 게 아니다! 생활용품 교체 주기



‘아껴 쓰고 나눠 쓰고 바꿔쓰고 다시 쓰자!’라는 아나바다도 좋고, 환경을 생각하는 ESG 실천도 중요하지만, 생활용품을 너무 오래 쓰면 건강에 큰 지장을 줄 수 있습니다. 이에 알아두면 도움이 되는 생활용품 교체 주기입니다.

정리 편집실

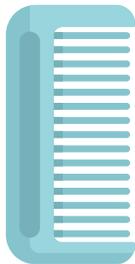


칫솔

3개월

칫솔모가 변형되고 닳을 때까지 사용하면 플러그 제거 효과가 떨어짐

Tip! 한 달에 한 번 소금물에 칫솔모 소독

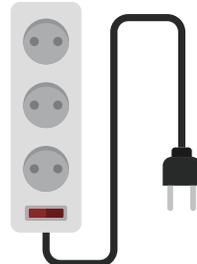


빗

6개월

유분이나 모발용 제품 등의 오염물질이 빗 끝에 남아 박테리아가 서식할 수 있음

Tip! 일주일에 한 번씩 샴푸로 빗 세척

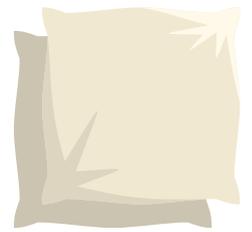


멀티탭

2년

플러그를 꽂는 부위에 먼지가 계속 쌓이면 화재나 폭발 위험이 있음

Tip! 평상시 면봉으로 먼지를 제거하면 장기 사용 가능

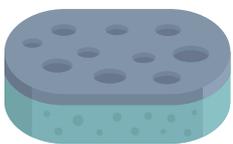


베개

18개월

땀, 곰팡이, 먼지 진드기 때문에 생긴 박테리아가 베개에 달라붙기 쉬움

Tip! 개별 세탁 후 3일에 한 번씩 식초 넣어 팔팔 끓여주기

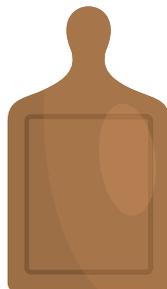


수세미

1개월

수세미 사이사이에 남아 있는 음식을 찌꺼기로 인한 세균 번식

Tip! 사용 후, 개수대 안에 방치하지 않기



도마

1년

칼자국 난 도마 틈 사이로 오염물질이 남기 쉬움

Tip! 도마 세척 시, 소금을 뿌리고 10분 뒤 세척하면 틈 사이 세균 박멸에 도움



행주

1개월

주방 곳곳을 닦는 제품이기 때문에 오염 속도가 빠름

Tip! 팔팔 끓는 물에 10분 정도 삶아주기



플라스틱 용기

3개월

플라스틱 용기를 계속 사용하면 유해 화학 물질을 우리 몸에 계속 노출됨

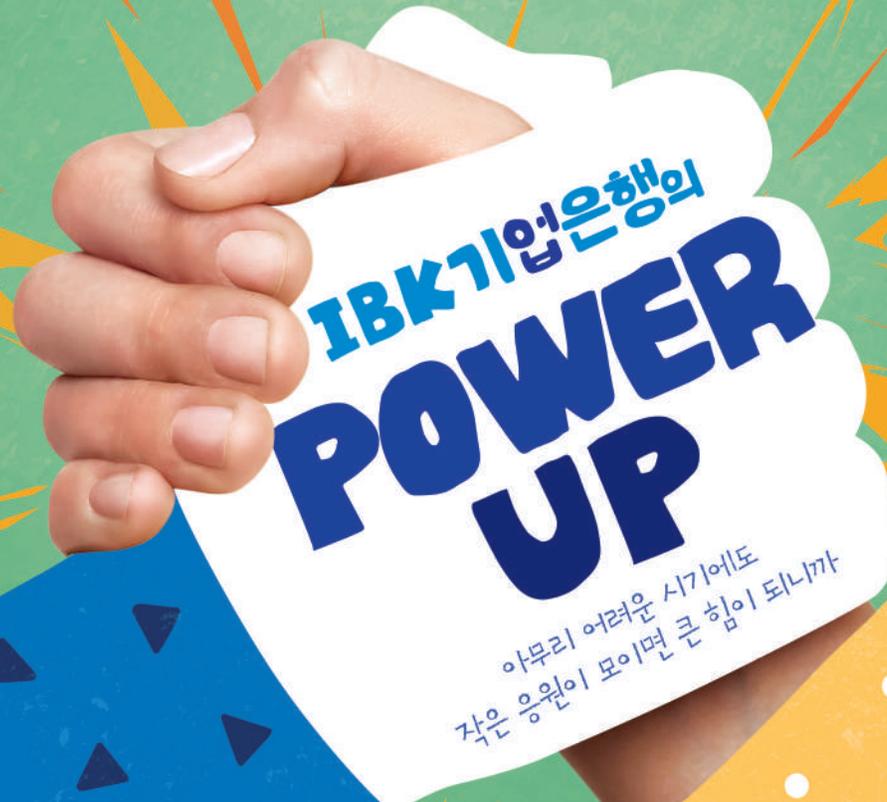
Tip! 기름기 있는 음식은 보관하지 말고, 가급적 유리 용기를 사용할 것

기업은행의 가치성장 프로젝트

IBK UP TOGETHER

IBK기업은행이
곁에서 힘을 드리겠습니다

오늘도 희망을 품고
내일을 향해 나아가는
중소기업과 소상공인을 위해



소상공인 디자인지원 사업
[IBK 희망디자인]

중소기업 근로자 자녀
[장학금, 치료비 지원]

IBK 중소기업
[공동직장어린이집]

