



04 공감 동화

빨강머리 앤

12 스포츠라이트

배구와 배려

30 함께하는 풍경

생산직 신입사원 교육
국내영업본부 워크숍

38 팝업 정보창

함께 극복해요! 코로나19

통권 제460호 발행일 2020년 3월 9일 발행처 에스-오일 주식회사 홍보팀
주소 서울시 마포구 백범로 192 홈페이지 www.s-oil.com E-Mail sabo@s-oil.com
제작 ㈜디자인소호 02-514-5164 · (주)성환인쇄 02-2273-0583
안내 일부 기사*의 게재를 잠정 보류합니다.
* <달리는 희망 주유소> <취미 연관 검색어> <가족 추억 공작소>

MADE 함께 만드는 가치

- 04**
공감동화
[정도] 빨강머리 앤
- 06**
고전 속 핵심가치
[최고] 선죽제인
앞서 행하는 승리 전략
- 08**
표창자 인터뷰
[나눔] 피준호 사우(탈황1팀)

IN 우리 안의 성장판

- 10**
습관의 기적
솔로몬의 지혜로
[결정] 습관
- 12**
스포츠라이트
경기력 높이는 기회 공유
[배구와 배려]
- 14**
읽고 듣는 오페라
<카르멘> '사랑은 자유로운 새'
- 16**
언제나 건강
달콤한 불청객
[당뇨병]
- 18**
이달의 활력평가
3월 탐구영역 [위생]
- 20**
터벅터벅 소도시
[샴페인 본고장]
프랑스 샹파뉴
- 24**
정원의 품격
은둔 속 강학 교유의 장
[전남 나주 영산강 정자]





표지 속 동화

빨강머리 앤

'빨강머리 앤'은 정의에 따라 행동하는 데 결코 주저하거나 물러서지 않습니다. 그 당당함은 치기 어린 당돌함이 아니라 올곧은 윤리와 도덕에 기반합니다. 요동치는 변화에 흔들리기 쉬운 오늘날 우리에게 앤은 정직하고 공정한 선택을 두려워하지 않는 삶의 방식으로 정도의 가치를 일깨웁니다.

*관련기사 4쪽

S-OIL 앞서나가는 에너지

28

두런두런 이야기방

산악회 정기산행기

30

함께하는 풍경

생산직 신입사원 교육

국내영업본부 워크숍

동호회 조직 안내

34

주요 경영활동

코로나19 감염증

극복 동참 5억 기부·임직원 총력 대응

35

단신

CEO 공장 현장 방문

본사 사옥 새 글판

36

햇살나눔

햇살나눔 통계

38

팝업 정보창

함께 극복해요! 코로나19

40

임직원 동정

42

독자마당

08



14



28



34



24





제3화 [정도]

나다움 지키는 곧은 신념

빨강머리 앤

수많은 학자나 경영자가 꼽는 인재의 으뜸 조건은 인성이다. 도덕적이고 윤리적이라 믿는 일에 한결같은 태도를 유지하는 것이다. 하지만 그 길은 쉽지 않다. 타협에 흔들림이 없어야 하며 다수의 선택에 반대를 외쳐야 할 때도 있다. 강단도 필요하다. 놀랍게도 110년 전 빨강머리 앤은 요즘 인재와 같이 핵심가치 정도(Integrity)의 덕목을 갖췄다.

글: 조관일<N형 인간> 저자

캐나다 아동문학가 루시 모드 몽고메리(Lucy Maud Montgomery)의 대표소설 <빨강머리 앤>의 원제는 <녹색 지붕의 앤(Anne of Green Gables)>이다.

배경은 캐나다의 아름다운 섬 프린스 에드워드다.

빨간 머리에 주근깨투성이 고아 소녀 앤이 커스버트 남매에게 실수로 입양되면서 이야기가 전개된다. 작가 몽고메리는 앤의 성장과 인생 항로를 연작소설 22편으로 풀어낸다.

그중 제일 잘 알려진 것이 제1권이다. 아쉽게도 후속편을 향한 대중 호응은 미미했지만 주인공 앤만큼은 전편을 관통해 수작으로 기억된다. <빨강머리 앤>은 1908년 소설 발표 뒤 지금까지 사랑 받으며 위로와 용기 그리고 감동과 교훈을 준다.

최고 Excellence

열정 Passion

정도 Integrity

협력 Collaboration

나눔 Sharing

우리는 모든 일에 정직하고 공정하며, 최고 수준의 도덕적·윤리적 기준을 준수해 진정한 성공을 이뤄냅니다.

“온 마음을 다해 착한 일만 하려고 노력할 거예요.
저는 정말 착한 사람이 되고 싶어요.”

<빨강머리 앤>* 중에서

* <빨강머리 앤>(강주현 옮김, 세종서적, 2016)은 캐나다 ‘빨강머리 앤 협회’가
<빨강머리 앤> 탄생 100주년을 기념해 공식 출간한 기념판의 완역본이다.



웁다는 확신

활달하고 밝은 성격, 생기 있는 열의와 정의감, 사람을 향한 배려와 인정, 변하지 않은 의리와 충성심, 어두운 환경 속에서도 잃지 않는 긍정, 세상을 아름답게 보는 풍부한 상상력 등 앤을 묘사할 수 있는 표현은 다양하다. 이 모든 인성을 하나로 아우르는 사건이 대학 진학을 포기한 에피소드다. 레드먼드 대학교에 장학생으로 입학하게 된 앤은 금의환향하듯 녹색 지붕 집을 다시 찾아간다. 하지만 얼마 지나지 않아 커스버트 남매 중 매슈가 죽음을 맞이하고 앤은 홀로 남은 마릴라 곁을 지키기 위해 대학교 진학을 포기한다. 돌연 주어진 의무도 당연한 도리로 기쁘게 받아들이며 자신을 키워준 남매를 위해서 확고한 신념으로 제 갈 길을 선택한다.

마음속 질문

앤의 어려운 성장과정에 비춰보면 안온한 타인의 생과 자신의 처지를 비교하면서 자격지심으로 스스로를 무장할 법도 하다. 하지만 앤은 늘 당당한 시선을 던졌고, 그 마음은 정직함의 거울과 마주했다. 창문을 열고 독백하는 장면들도 앤이 스스로에게 얼마나 진솔한지를 대변한다. 끝없이 자신에게 질문을 던지며 ‘나다움’을 잃지 않으려 했던 앤은 가치관이 흔들리는 요즘 세상에 바람직한 인성의 정수를 보여준다. 모든 일에 정직하고 공정하며, 도덕적·윤리적 기준을 지키는 것을 우리는 정도(integrity)라 부른다. 정도는 유혹의 여러 갈래 길에서 헤맬지라도 바른 길을 택해 뚜벅뚜벅 나아가게 하는 꽃대다. 🌻



先則制人

핵심가치
[최고] 편앞서 행하는
승리 전략

글. 박수밀(고전문학자)

— 해안에서 비롯된 행동

바둑 격언 가운데 ‘손 따라 두면 진다’는 말이 있다. 상대방을 따라하다가는 이길 수 없다는 뜻이다. 핵심을 먼저 차지해 앞서나가면 이길 확률이 높지만 남이 하는 대로 끌려다니면 이기기 어렵다. 물론 먼저 움직이면 위험이 따른다. 하지만 공격이 최상의 수비라는 말과 같이 먼저 움직여야 대응력도 생기는 법이다.

천하를 통일하며 세력을 떨치던 진시황이 죽자 2세인 호해(胡亥)가 왕위에 올랐다. 그는 폭정을 일삼았고 법을 매우 가혹하게 시행했다. 폭정에 저항해 진승(陳勝)과 오광(吳廣)이 처음 일으킨 반란은 전국 각지에 들불처럼 번졌다. 항우(項羽)도 삼촌인 항량(項梁)과 함께 천하를 차지할 큰 뜻을 품었다. 항량은 병법에 뛰어날 뿐만 아니라 타고난 지도력을 발휘해 지도자 자리에 오른 인물이었다. 공교롭게도 강동(江東)의 회계 군수인 은통(殷通)도 반란을 일으키려 항량에게 조언을 구했다. “진나라는 망할 때가 되었소. 먼저 선수를 치면 남을 제압할 수 있지만 뒤지면 반대로 제압당할 것이오. 나는 그대와 함께 군사를 일으키고 싶소.”

항량은 거짓으로 동의하는 척한 뒤 조카 항우를 만나도록 주선했다. 항우가 들어오자 항량은 눈짓으로 은통을 죽이도록 지시했고, 은통은 항우에게 죽임을 당하고 말았다. 미리 제압해야 할 것을 안 이는 은통이었지만, 이를 실행으로 옮겨 선수를 친 이는 항량이었다. 이로부터 선즉제인(先則制人)이란 말이 나왔다. 상황의 흐름을 먼저 파악해 장악하고 대응하면 상대방을 이길 수 있다는 뜻이다.

선즉제인

먼저 행함으로 이김

先則制人

先

먼저 선

1. 미리 2. 이전

則

곧 즉

1. 법칙 2. 준칙

制

억제할 제

1. 절제하다 2. 억제하다

人

사람 인

1. 사람 2. 타인

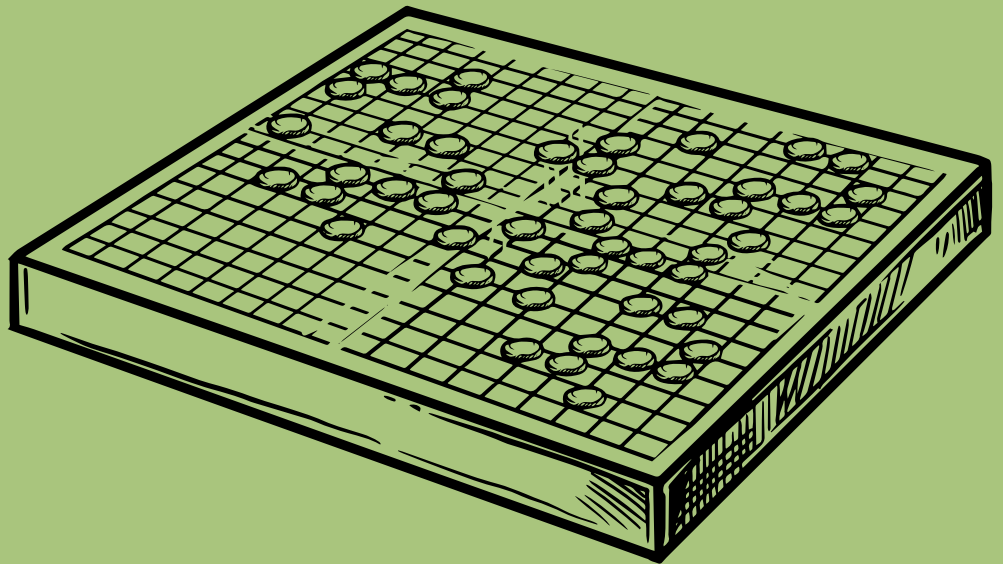
— 방향 짚기 전 상대 파악

이 고사가 전하는 더 깊은 교훈은 먼저 행하기 이전에 치밀한 준비가 필요하고 상대를 잘 알아야 한다는 것이다. 은통은 상대의 특징을 제대로 파악하지 못한 탓에 일의 방향을 잘 알고 있었음에도 오히려 자신이 제압당했다.

모든 것이 빠르게 변화하는 시대다. 과거 수백 년 동안 걸쳐 일어난 변화의 속도가 지금 1년 동안의 변화 속도와 비슷하다고 전문가들은 말한다. 하루가 다르게 문화와 사회 현상이 바뀌는 만큼 변화의 맨 앞에 서는 것은 혹독한 책임도 따른다. 하지만 충분히 가치 있는 모험이다.

송나라 시인인 황정견은 다음과 같이 말한다.

“남이 하는 대로 따라 하면 끝내 남에게 뒤횈다. 스스로 일가를 이뤄야 비로소 참다운 경지에 다다를 수 있다.” 



핵심가치 [최고] 되새기며
필사로 사자성어를 익혀보세요!

先則制人

先則制人

先則制人

先則制人

先則制人

先則制人



표창자 인터뷰

업무현장에서 다양한 성과를 일궈낸 사례로 우리 안의 핵심가치를 공유합니다.

행동하는 선의

[나눔] 부문 표창자
피준호 사우(탈황1팀)

형식보다

실질적 필요 주목

우리회사는 기업의 사회적 책임을 실현하기 위해 다양한 사회공헌 활동을 펼쳐왔다. 특히 지역밀착형 사회공헌 프로그램을 운영하며 어려운 이웃을 지속해서 후원하고 있다.

이 가운데 2015년부터 Hydrocracker공장 봉사단의 코디네이터로 활동하며 나눔 가치를 실천해온 피준호 사우는 대상자들의 편의성과 관심사를 바탕으로 활동 계획을 수립해 실질적 도움을 제공한다.

“나눔은 수혜자에게 꼭 필요한 것이 무엇인가에 대한 고민에서 시작돼요. 시설 청소, 도배, 목욕, 장비기, 치아 지원, 야외 소풍 등 다양한 방법을 발굴해 최대의 만족감을 주려고 노력해 왔습니다. 형식에 갇히지 않고 절실하게 필요한 것을 찾아 적합한 방법으로 실천하면 대상자나 봉사자 모두에게 행복한 시간이 되죠.”
봉사단은 현재 울산 중구노인복지관을 중심으로 도움이 필요한 이웃을 찾아 손길을 내민다. 피준호 사우는 봉사단 내 가장 많은 봉사활동시간을 기록하며 CEO 표창 핵심가치 나눔 부문 수상자가 됐다.





나눔은
수혜자에게
꼭 필요한 것이
무엇인가에 대한
고민에서 시작돼요



약속과 책임

피준호 사우에게 봉사란 어제오늘의 일이 아니다. 그는 Hydrocracker공장 봉사단의 코디네이터이기 전, 1996년 입사 당시부터 100여 명이 넘는 입사동기들과 봉사단체 ‘디딤돌’을 결성하고 25년째 단체를 이끌어 가고 있다. “디딤돌 결성 초기에는 기업의 지역사회 공헌활동이나 나눔에 대한 인식이 부족했습니다. 우리 입사 동기회가 술선수범한 셈이죠. 일정 금액을 달마다 후원하는 것으로 뜻을 모았습니다.” 디딤돌 운영위는 후원 회비를 모아 지역사회 시설이나 단체 등 나눔이 필요한 곳에 지원했다. 경제적 지원뿐 아니라 봉사활동도 병행했다. 초창기에는 시설 청소가 주를 이루다가 점차 다양한 방식으로 변모했다. 문화시설 ‘나눔터’의 중증 장애인을 대상으로 시설 청소, 소풍 등의 봉사활동도 실천했다. 간혹 일손이 부족하면 가족을 동원하기도 했다. 가족 구성원 모두 약속한 것은 반드시 책임지고 수행했다. “여성 장애인 목욕 봉사는 아내가 거의 동행했어요. 저보다 더 불임성 있게 잘하더라고요. 제가 더 든든했죠. 아들과 딸은 처음에는 힘들어했지만 곧 적응하고 열심히 손을 거들어줘 대견했습니다.”

일 년에 한 번, 나눔 실천

봉사단은 수년 전부터 지역의 소년소녀 가장과 연을 맺고 생필품과 장학금을 후원하고 있다. 피준호 사우는 일회적이고 시혜적인 봉사활동에서 벗어나 대상자에게 필요한 실질적 나눔을 지향하고 있지만 여전히 목마름을 느낀다. 아울러 임직원의 봉사활동 참여율을 높여 더욱 적극적이고 폭넓게 활동을 이어가길 원한다. 한 사람이라도 더, 한 시간이라도 더 많은 참여를 복돋기 위해 봉사활동 계획을 동기들에게 이메일로 공지하고 활동 뒤에는 사

진과 후기를 공유한다.

“우리에게는 잠깐의 시간이지만, 어려운 이웃에게는 소중한 기회가 되고 행복한 시간이 될 수 있습니다. 나눔이란 그런 것이죠. 기업은 사회적 책임을, 개인은 사회 구성원으로서 역할을 되돌아볼 때 더 나은 사회로 나아갈 거라고 확신합니다.”

피준호 사우는 사회공헌 활동 지표가 기업 가치를 높이는 요즘, 많은 임직원이 참여할수록 봉사활동이 더욱 내실 있게 운영될 것이라 믿는다.

“현재 내가 할 수 있는 나눔 활동을 찾고 거기에 집중하는 것이 필요해요. 일 년에 한 번 실천하기, 사우들에게 적극 권합니다.” 🌱



습관의 기적

새 습관을 만드는 데 필요한 시간은 최소 3주입니다. 긍정적 삶의 마중물이 될 이달 이 습관을 제안합니다.

솔로몬의 지혜로

[결정] 습관

결정장애 진단

스스로 무언가 결정하기를 주저하거나 심지어 괴로워하는 것을 결정장애라 부른다. 다른 말로 햄릿증후군이라고도 한다. 정보의 포화 속에서 빠른 결정과 행동에 어려움을 겪는 현대인의 자화상이다.

자가진단

- ☐ 메뉴선택에 소극적이다
- ☐ 누군가 질문하면 '글쎄', '잘 모르겠는데' 등 애매모호한 대답을 한다
- ☐ 혼자 쇼핑하지 못하고 대신 결정해줄 사람이 곁에 있어야 한다
- ☐ 제때 선택하지 못해 피해를 입은 적이 있다
- ☐ 선택 상황에서 스트레스를 받거나 두려움을 느낀다
- ☐ SNS나 인터넷 커뮤니티에 결정을 요청하는 질문을 종종 올린다

* 0~2개 정상 / 3~4개 결정장애 의심 / 5~6개 결정장애 심각

01 시간·기준 정하기

결정 습관은 노력으로 바꿀 수 있다. 고민하는 시간이 길어지면 결정에 대한 피로가 쌓여 일상의 다른 부분까지 영향을 미친다. 미국 캘리포니아공과대학 뇌과학 연구진은 선택 항목이 많으면 뇌 활성도가 떨어진다고 발표(2018)했다. 사소한 결정부터 나만의 확고한 기준을 세워 범위와 시간을 정하면 에너지 소모를 줄일 수 있다.

행동 훈련

① 목표 구체화

*예시_ 5월 결혼식에 어울리는 얇은 소재 상의

② 범위 제한

*예시_ 가격은 3만 원 이하로 정하기, 무늬와 구김 없는 하늘색 긴팔 셔츠

③ 정보 출처 제한

*예시_ 평소 신뢰하는 온라인 카페 2곳 정보 참고하기, 직장 동료 5인 내로 조언 구하기
오프라인 매장 3곳 이내로 둘러보기

④ 데드라인 설정

*예시_ 3시간 내 결정하기



1월
1천 원 저축

2월
메모

3월
결정

4월
티타임

5월
동료 칭찬

6월
자투리 학습

짜장이나 짬뽕이나의 선택은 아무리 결단력 있는 사람이라도 한 번은 경험했을 고민이다. 타인에게 결정을 미루거나 반대로 고민만 하다 결정을 포기하면 자칫 책임을 떠넘기는 데 익숙해지거나 찾아온 기회를 놓칠 수 있다. 다양한 결정 경험이 현명한 선택을 이끌어낸다.

02 순위 정하고 버리기

결정 습관은 업무에도 중요한 영향을 미친다. 세 가지만 기억해도 현명한 결정을 이끌어낼 수 있다. 일의 중요도와 목표에 따라 선택 항목을 선별하는 것이 우선이다. 팀에 중요한 우선가치를 정한 뒤 질문과 토론을 반복해 공통적인 방향을 정한다. 마지막으로 불필요한 요소부터 제거해나가면 설득력 있고 합리적인 결정을 내릴 수 있다.

팀내 결정 훈련

① 선택 항목 중 우선가치 정하기

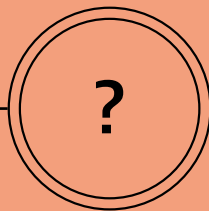
*예시_ 감염병 예방을 목적으로 한 재택근무와 단축근무

② 질의응답을 활발히 진행해 공통분모 찾기

*예시_ 재택근무와 단축근무 실효성에 대한 장단점 분석

③ 단점을 감수하고 선택할 가치가 있나?

*예시_ 불가능한 항목부터 제거하기



03 결정력 키우는 가이드북

3주만 따라 실천해도 변화가 시작된다. 결정력을 높여줄 실용 정보들을 참고한다.



<하버드 행동력 수업> 가오위안, 2018

저자가 미국 기업들과 정부기관, 하버드생들을 대상으로 강의한 내용을 모아 엮은 책으로 행동력을 높이는 실질적 지침을 전한다.



<조조처럼 대답하라> 신동준, 2016

조조의 대담한 전략과 승부사적 기질을 소개하며 현대인이 갖춰야 할 실행력 키우는 현실적인 방법을 제시한다.



<실행동력 프로젝트> 김형조, 2016

떠벌리기, 보상하기 등 실행력이 부족한 이들이 목표를 달성하게 도와주는 실용적인 방법을 사례와 함께 흥미롭게 풀어낸다. 



경기력 높이는 기회 공유

배구와 배려

글. 공규택(<경기장을 뛰쳐나온 인문학> 저자)

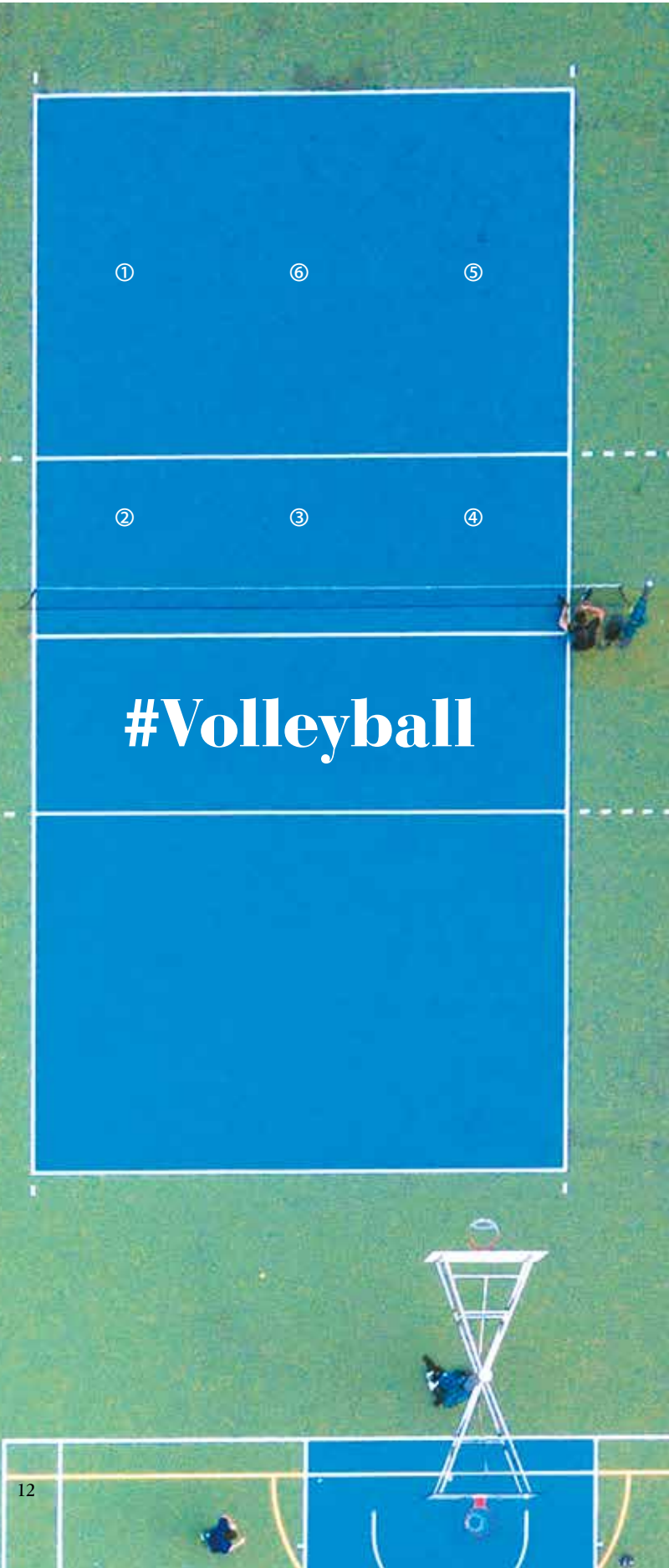
승부를 가리기 위해 치열하게 전략을 세우고
기량 뛰어난 선수를 경기에 내세우는 것은
모든 스포츠의 공통점이다. 그런데 같은 팀
선수들은 물론 상대편까지도 의무적으로
배려하도록 규정을 넣은 종목이 있다.
장신들의 싸움, 배구다. 열띤 경쟁 속에서도
기회를 주고받는 배려의 덕목이 숨어있다.

그때 그 경기!

돌고 도는 선수들

배구는 농구와 함께 대중적인 인기를 누리는
대표적인 실내 스포츠다. 6명이 뛰는 배구는
네트를 기준으로 앞쪽에 3명, 뒤쪽에 3명의
선수들이 위치하는데 이 자리는 경기 내내 계
속 바뀐다. 상대에게서 서브권을 따낼 때마다
모든 선수들이 시계 방향으로 자리를 옮겨야
한다. 즉, 그림에서 ②에 서 있던 선수는 ①로,
①에 서 있던 선수는 ⑥으로 자리를 옮겨가는
식이다. 이것을 ‘로테이션 룰’이라고 한다. 규
칙을 어기면 1점의 점수를 상대편에 내주고
서브권까지에 빼앗기게 된다.

그뿐이 아니다. 코트 중앙을 가로질러 어택 라
인이라는 선이 그어져 있는데 로테이션을 통
해 어택 라인 뒤쪽에 위치하게 되는 선수는
어떤 경우에도 이 선 안쪽에서 스파이크 공격
을 할 수 없다.



#Volleyball

스포츠 잡학사전

‘로테이션 룰’과 ‘3초 룰’의 취지

키가 큰 선수가 경기 내내 앞쪽에만 위치해 팀 내에서 공격과 수비를 독점하면 다른 선수들의 사기는 떨어질 수밖에 없다. 기량이 뛰어난 특정 선수가 네트를 점령하는 것은 상대 팀에게도 맥이 빠지는 일이다. 따라서 선수들을 주기적으로 뒤쪽 공간으로 물려나 있도록 강제하는 것이 바로 ‘로테이션 룰’이다. 장신의 상대 선수가 후위로 물러서는 순간이 상대 팀에서는 점수를 만회할 수 있는 기회다. 막강한 선수를 보유해도 이 룰 때문에 특정 선수에 절대적으로 의존할 수 없다.

농구 경기에도 비슷한 취지의 ‘3초 룰’이 있다. 골대 아래에 사각형의 ‘페인트존’이 있는데 그 안에서는 공격자든, 수비자든 연속으로 3초 이상 머물 수 없다. 유리한 신체 조건을 가진 선수가 골밑 공간을 오랫동안 독점하지 못하도록 만든 규정이다. 실제 농구 경기를 보면 선수들이 페인트존을 설 새 없이 드나드는 것을 확인할 수 있다.



조직 속 플레이

공간과 시간의 양보

약육강식이 지배하는 스포츠 경기이지만 들여다보면 양보와 배려의 미덕이 숨어 있다. 직장 조직 내에서도 이러한 배려의 규칙을 적용할 수 있다.

독보적인 능력을 발휘하는 팀원이 있다는 것은 큰 행운이지만 팀이 소수에 의해 움직이면 그 소수가 결원될 때 공백은 조직에 치명적이게 된다. 한두 사람의 능력에 의존하는 것보다 팀 전체가 함께 성장해 더 큰 성과를 나누도록 큰 그림을 공유해야 한다.

배구와 농구 경기에서 공간을 양보하듯 기회를 양보할 수 있다. 모든 팀원에게 어려운 업무를 경험해볼 기회가 고루 주어진다면 그 경험이 쌓여 더 큰 업무 능력을 발휘하는 밑거름이 될 것이다. 배려와 양보는 나에게 주어지는 기회를 빼앗기는 것이 아닌 모두가 성공을 쟁취하는 지름길이다. 🌱



모바일기기로
QR코드를 찍으면
해당 스포츠 관련 장면들을
확인할 수 있습니다.



사랑은 자유로운 새

모바일기기로 QR코드를 찍으면
'사랑은 자유로운 새'를
감상할 수 있습니다.



<카르멘>

글. 정은주(클래식 음악 칼럼리스트)



#카르멘 사랑은 자유로운 새, 그 누구도 길들이지 못해.
 이미 거절할 마음을 먹은 그를 아무리 불려도 소용이 없어!
 위협도 하소연도 그를 움직이지는 못해.
 한 사람은 멋대로 지껄이고 다른 한 사람은 잠자코 있네.
 허나 나는 말 없는 사람을 택해. 말이 없는 그를 나는 좋아해.
 사랑은 집시 어린애, 세상의 법 따위는 들은 적도 없어.
 그대가 나를 사랑하지 않는대도 나는 좋아해.
 한번 내가 좋아하게 되면 조심해야 할 거야!
 당신이 잡을 거라 믿고 있는 새는 날갯짓하여 날아가 버릴 거야.
 사랑은 멀리 있고 당신은 그것을 기다릴 수 있어.
 당신이 더 이상 기다릴 수 없다면, 그건 그곳에 있을 거야.
 모두 당신 주위에 있어. 사랑은 금세 왔다 가지만 다시 올 거야.
 당신이 그것을 잡을 수 있다고 믿으면 그것은 당신을 피하지.
 당신이 그것을 피할 수 있다고 믿으면 그것은 당신을 꼭 붙들지.
 사랑은 집시 어린애, 세상의 법 따위는 들은 적도 없어.
 그대가 나를 사랑하지 않는대도 나는 좋아해.
 한번 내가 좋아하게 되면 조심해야 할 거야!

#Carmen L'amour est un oiseau rebelle Que nul ne peut apprivoiser,
 Et c'est bien en vain qu'on l'appelle, S'il lui convient de refuser.
 Rien n'y fait, menace ou prière, L'un parle bien, l'autre se tait,
 Et c'est l'autre que je préfère, Il n'a rien dit, mais il me plaît.
 L'amour est enfant de bohème, Il n'a jamais, jamais connu de loi,
 Si tu ne m'aimes pas, je t'aime, Si je t'aime, prends garde à toi!
 L'oiseau que tu croyais surprendre Battrait de l'aile et s'envola,
 L'amour est loin, tu peux l'attendre; Tu ne l'attends plus, il est là!
 Tout autour de toi, vite, vite, Il vient, s'en va, puis il revient,
 Tu crois le tenir, il t'évite, Tu crois l'éviter, il te tient!
 L'amour est enfant de bohème, Il n'a jamais, jamais connu de loi,
 Si tu ne m'aimes pas, je t'aime, Si je t'aime, prends garde à toi!

<카르멘> 작품 속으로

스페인 세빌리아 거리의 위병근무를 서는 하사관 돈 호세는 시골에서 온 순박한 청년이다. 어느 날 그는 담배 공장에서 일하던 집시 여인 카르멘이 동료와 싸움을 일으켜 감옥에 가게 되자 그녀를 호송하는 임무를 맡게 된다. 그러나 카르멘의 유혹에 넘어가 고의로 그녀를 도망치게 하고 결국 대신 감옥에 들어간다. 2개월 뒤 석방된 호세는 카르멘을 찾았으나 이미 그녀의 마음이 투우사 에스카밀리오에게 있었다. 분노한 돈 호세는 투우장에서 카르멘을 칼로 찌르고 스스로 목숨을 끊는다.



조르주 비제(1838~1875)
프랑스 작곡가

본명은 알렉산드르 세자르 레오폴(Alexandre César Léopold)이다. 조르주 비제는 그의 가족이 부르던 애칭이다. 성악 교사였던 아버지, 피아니스트였던 어머니의 영향으로 탁월한 음악적 재능을 보이며 자란 그는 10세에 파리국립음악원에 입학해 피아노와 오르간 등을 배웠다. 1857년 오페라 <클로비스와 클로틸드>로 당시 최고의 콩쿠르이던 로마 대상을 거머쥐었다. 대표작으로 <진주잡이>, <아를의 여인>, <카르멘> 등이 있다.

비제의 죽음 카르멘의 저주

1875년 3월 프랑스 파리의 오페라 코미크 극장에서 <카르멘>이 초연된다. 그리고 3개월 뒤 작곡가 비제가 불과 36세 나이로 세상을 떠났다. 밝혀진 사인은 호흡기 질환이지만 사람들 사이에서는 그의 죽음을 두고 카르멘의 저주를 받았다는 소문이 퍼져나갔다.

사실 비제가 온 힘을 쏟아 완성한 작품 <카르멘>은 초연 직후 신랄한 혹평을 받았다. 하루 계층 여인 카르멘이 못 남성들을 유혹하고 끝내는 한 남자를 파멸로 몰아넣은 결말은 당시 고상함을 추구하던 파리지앵들에게 반감과 분노를 불러일으켰다. 당대 최고 메조소프라노이자 카르멘 역을 맡은 셀레스틴 갈라 마리에 등 성악가들이 비제를 지지했지만 결과는 좋지 않았다.

안타깝게도 세상은 작곡가가 영면한 뒤에야 오페라 <카르멘>을 인정하기 시작했다. 무수한 파리지앵들의 비난을 받던 천덕꾸러기 작품은 프랑스 오페라의 자존심을 세워주는 주역이 됐다.

#1

사랑은 자유로운 새

<카르멘>은 총 4막(약 3시간)으로 구성됐다. '하바네라-사랑은 자유로운 새', '여러분의 건배에 보답하리라', '네가 던진 이 꽃은', '저는 이제 아무것도 두렵지 않습니다' 등의 아리아가 유명하다. 그중 1막 1장에 등장하는 '하바네라'는 주인공 카르멘을 가장 잘 보여주는 아리아다. 카르멘 역은 메조소프라노 혹은 소프라노, 돈 호세 역은 테너, 에스카밀리오 역은 바리톤이 맡는다.

'하바네라'는 카르멘이 돈 호세를 유혹하며 부르는 노래다. 스페인과 쿠바의 춤곡 형식에서 영향을 받은 무곡을 의미한다. 고향에 둔 약혼자 때문에 카르멘을 거들떠보지도 않는 돈 호세를 향해 '사랑은 자유로운 새'라고 노래한다. 어떻게든 사로잡으려는 카르멘의 열망이 매혹적으로 다가온다. 그녀의 대사는 당시 부르주아 계층 남성들에게 큰 충격이었다. 사랑에 순종하는 여성의 모습이 아니었기 때문이다. 도발적인 카르멘의 대사만큼 놀라운 것은 아리아의 음악적 완성도다. 내용은 불온하지만 관능적인 선율은 즐겁고 경쾌하다. 



아는 만큼 들리는 오페라 상식!

오페라 코미크 (Opéra Comique)

'익살스러운 오페라'라는 뜻이다. 프랑스에서는 대화가 이어지는 오페라 장르를 아울러 일컫는다. <카르멘>은 비극임에도 대사와 아리아로 구성된 까닭에 오페라 코미크에 포함된다.

그랜드 오페라 (Grand Opéra)

비극적인 내용과 화려한 무대가 전개되는 오페라를 말한다. 또 파리의 오페라극단을 '그랜드 오페라'라고 부르기도 한다. 19세기 초반 처음 등장했고, 합창과 발레가 포함된다. 보통 5막 구성으로 대사 없이 작곡된다.



언제나 건강

모든 가능성의 기본은 건강입니다. 12대 만성질환을 중심으로 예방·관리·개선에 참고할 정보를 집약합니다.

달콤한 불청객

당뇨병

당뇨병은 전 세계적으로 흔한 질병처럼 인식되지만 잘 관리하지 않으면 치명적인 합병증으로 사망에 이르게 한다. 유전적 요인을 포함한 선천적인 발병 외에도 후천적 요인이 상당 부분 차지하는 만큼 전 생애 이르러 주의 깊게 살피고 예방·관리해야 한다.

1월
심장
질환

2월
관절염

3월
당뇨병

4월
뇌혈관
질환

5월
악성
신생물

6월
간
질환

7월
정신·행동
장애

8월
호흡기
결핵

9월
신경계
질환

10월
갑상선
장애

11월
고혈압

12월
만성
신장병



질환

7명 중 1명

대한당뇨병학회 조사(2018년 기준)에 따르면 우리나라 30세 이상 성인 중 당뇨병 환자가 501만 명으로 추정된다. 성인 7명 중 1명꼴이다. 65세 이상에서는 10명 중 3명으로 발병률이 높다.

방치는 금물

췌장에서 분비되는 인슐린은 체내 혈당을 조절하고 포도당이 간과 근육, 지방 등 세포에 흡수돼 에너지로 사용되도록 돕는다. 하지만 인슐린 이상에 따른 당뇨 증상을 자각하지 못하거나 방치하면 족부괴사, 실명, 만성신부전증 등 중대한 합병증을 초래할 수 있다.



분류

제1형 당뇨병

제1형 당뇨병은 췌장에서 전혀 인슐린이 분비되지 않는 경우로, 혈액의 포도당 농도가 높아져 체중감소와 다뇨 증상, 만성적 혈관 합병증을 일으킨다. 주로 사춘기나 유년기에 발생되며 30세 전에 진단되는 경우가 많다.

제2형 당뇨병

비만과 운동부족, 고열량 식사 등이 원인으로 인슐린 저항성이 생기면서 인슐린이 충분히 분비되지 못해 발생한다.



공식

체중

체중이 1kg 증가하면 당뇨병 발생 위험도 9% 증가한다. 적정 체중을 체크해 조절·유지한다.

남자 = 키(m) × 키(m) × 22

여자 = 키(m) × 키(m) × 21

열량

하루 필요 열량은 표준체중 × 30(보통 활동량)으로 구할 수 있다.



식품

전곡류 현미·보리·메밀·옥수수·귀리·통밀 등 전곡류는 정제된 곡류에 비해 더 많은 섬유소와 비타민, 단백질, 무기질 등을 함유하고 있으며 혈당 조절에도 탁월하다.

콩류 혈당을 안정화하는 식이섬유와 칼슘이 풍부하다. 포화지방 함량이 낮고 단백질이 풍부해 육류 대체 식품으로도 좋다.

단일불포화지방 올리브오일·카놀라유·아보카도 등 단일불포화지방은 콜레스테롤 수치를 개선시키고 당뇨 위험을 낮춘다.

OX 퀴즈

단 음식 섭취가 원인이다?

X 단 음식 자체가 1차적인 당뇨 발생 원인은 아니다. 다만 고당도로 인해 비만 확률이 높아지면 인슐린 저항성을 유발해 당뇨병이 생길 수 있다.

당뇨가 있으면 자주 허기짐을 느낀다?

O 포도당이 에너지로 쓰이지 못하면서 허기짐을 자주 느낄 수 있다.

1일 1식은 당뇨 환자에게 좋다?

X 식사를 거르면 저혈당이 올 수 있다. 식사를 거른 뒤 폭식하면 오히려 고혈당을 유발한다.

평생 약을 복용해야 한다?

X 평생 인슐린 주사를 맞아야 하는 제1형 당뇨병과 달리, 제2형 당뇨병은 주로 비만이 원인이다. 운동과 식단 조절을 병행해 인슐린 저항성을 개선하면 약을 줄이거나 중단할 수 있다.

도서·앱



<하루 한 끼 당뇨 밥상> 안철우

제2형 당뇨병 예방과 치료를 돕는 건강한 식습관을 제시한다. 세 끼 중 한 끼 당뇨밥상을 통한 혈당 관리 노하우가 담겨 있다.



코치코치 당뇨 앱

제2형 당뇨병 환자의 자가관리 맞춤형 솔루션 앱이다. 혈당 관리, 약 복용, 식이 관리를 꾸준히 진행할 수 있도록 코칭 서비스를 제공한다. 🌟



이달의 활력평가

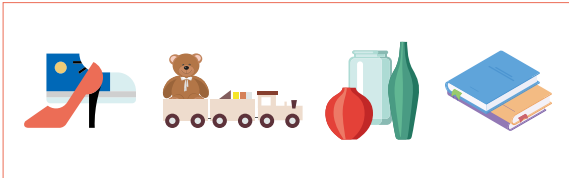
바쁜 일상에 심표를 찍습니다. 시의성 있는 소재의 인문·생활 정보 퀴즈로 이달의 화제를 짚어봅니다.

3월

탐구영역 [위생]

환경

1. 다음 그림에서 재활용 쓰레기로 분류되는 품목은?



- ① 구두·운동화 ② 어린이 완구
- ③ 유리컵·도자기류 ④ 책류

2. 다음 중 음식물 쓰레기로 분류되는 품목은?

- ① 견과류 껍데기·콩류 ② 생선 뼈
- ③ 굴껍질 ④ 고추장·된장

생활

3. 일상 속 위생 관리법으로 맞는 것을 고르시오.

- ① 채소류 → 생닭 → 육류 → 어류 순으로 세척
- ② 칫솔은 6개월마다 교체
- ③ 면도날은 2개월마다 교체
- ④ 알코올 솜으로 휴대폰 닦기

4. 효율적인 청소를 위한 올바른 동선은?

- ① 침실 → 거실 → 현관 ② 현관 → 거실 → 침실
- ③ 창틀 → 창문 → 방충망 ④ 바닥 → 천장

5. 집먼지진드기 제거를 위한 올바른 침구관리를 고르시오.

- ① 침대 매트리스는 1년 한 번 좌우 위치 변경
- ② 섬유탈취제 수시 분사
- ③ 두드려 먼지를 털고 10분 정도 일광소독
- ④ 습도 55% 이상, 온도 25~30℃ 유지

6. 세탁기호에 따라 바르게 설명한 것은?



- ① 세탁 뒤 기계 건조 불가능
- ② 집에서 드라이클리닝 가능
- ③ 염소계(과탄산소다)·산소계(락스) 표백제 사용 가능
- ④ 물 온도 약 40℃로 세탁기 표준 사용

차량

7. 봄철 차량관리 요령을 고르시오.

- ① 뿌연 황사는 와이퍼 작동으로 제거
- ② 연 1회 또는 2만km 주행할 때마다 에어컨 필터 교체
- ③ 차 문을 모두 개방해 30분 정도 환기·일광소독
- ④ 타이어는 공기압만 점검

8. 내부 세차 방법 중 틀린 것을 고르시오.

- ① 천장 먼지 털어낸 뒤 오염자국 제거
- ② 대시보드에 세정제 분사해 닦기
- ③ 발 매트는 중성세제로 세탁 뒤 완전 건조
- ④ 면봉으로 에어컨 송풍구 먼지 제거

정답·해설

1.

④ 책류

*자료 : 환경부

분류	재활용 분리수거	일반 쓰레기 배출
종이류	신문, 책, 노트, 종이컵, 우유팩, 종이상자류, 달력 *책이나 노트 스프링은 반드시 제거	비닐 코팅 종이, 전단지 등
유리류	음료수·주류 병	식기용 유리·도자기류, 거울, 형광등, 전구
고철류	음료·식품용 캔, 분유통, 에어졸, 살충제 용기	오일·페인트 통 등 유해물 포장통
플라스틱류	간장·식용유 병, 샴푸·세제 용기, 물통, 우유병 등	과자·라면 등 포장 용기, 완구·필기구, 화장품 용기

2.

③ 굴껍질

*자료 : 환경부

음식물 쓰레기는 가공 처리를 거쳐 가축 사료로 쓰인다. 견과류 껍데기·콩, 닭과 생선 뼈 등 딱딱하거나 날카로운 것은 일반 쓰레기로 버린다. 고추장·된장 등 장류는 염분이 많아 사료로 적합하지 않으므로 일반 쓰레기로 분류해 버린다.

3.

*자료 : 식품의약품안전처·보건복지부·질병관리본부

④ 알코올 솜으로 휴대폰 닦기

식재료는 채소류 → 육류 → 어류 → 생닭 순으로 세척한다. 생닭은 가급적 씻기보다는 한 번 삶아낸 뒤 찬물로 행궤야 캄필로박터균 감염으로 인한 식중독을 예방할 수 있다. 칫솔은 마모상태에 따라 1~3개월 간격으로 교체한다. 면도날은 1개월 주기로 교체해야 무딘 날로 인한 피부 상처를 막을 수 있다. 손 위생과 밀접한 휴대폰은 세균 증식의 온상으로, 알코올 솜이나 물티슈를 사용해 수시로 닦는다.

4.

① 침실 → 거실 → 현관

*자료 : 국민건강보험공단

체계적인 동선은 청소 시간을 단축시키고 효율성을 높인다. 현관과 가장 먼 안쪽부터 시작해 바깥쪽으로 진행하는 것이 좋고, 높은 곳에서 낮은 곳 순서로 청소해야 바닥으로 떨어진 먼지까지 깔끔하게 청소할 수 있다.

5.

③ 수시로 먼지를 털고 10분 정도 일광소독

*자료 : 국민건강보험공단

매트리스는 3개월에 한 번씩 좌우를 바꿔준다. 섬유탈취제보다는 소독용 알코올을 뿌려야 살균소독 효과가 있다. 습도 55% 이상, 온도 25~30℃의 고온다습한 환경은 집먼지진드기 번식에 좋은 조건으로 습하지 않은 쾌적한 환경을 조성한다.

6.

① 세탁 뒤 기계 건조 불가능

*자료 : 국제표준화기구(ISO)

세탁기호 주요 아이콘

1. 물세탁



그림 가운데 '약'자는 세탁 세기를 나타냄

4. 기계 건조



X 표시가 있으면 기계 건조 불가능

2. 드라이클리닝



아래 선이 있으면 전문점에서만 드라이클리닝 가능

5. 자연 건조



옷걸이에 걸어 그늘에 건조

3. 표백

염소계(락스)·산소계(과탄산소다) 표백제 사용 가능
*X가 있으면 표백 불가능

6. 다림질



아래 물결 표시가 있으면 천을 대고 적힌 온도로 다림질

7.

*자료 : TS한국교통안전공단

③ 차 문을 모두 개방해 30분 정도 환기·일광소독

황사 철에는 먼저 수건이나 천으로 먼지를 제거한 뒤 와이퍼를 작동시켜야 유리창 손상을 막을 수 있다. 에어컨 필터는 6개월 주기 또는 1만5천km 주행 때마다 교체하고, 맑은 날 차 문을 모두 열어 30분 정도 환기·일광소독하면 실내 탈취와 세균제거에 효과적이다. 차종별 적정 공기압 점검은 물론, 겨울철 빙판길 연화칼슘이 바퀴에 잔류하지 않도록 고압 세척기로 씻어낸다.

8.

② 대시보드에 세정제 분사해 닦기

*자료 : TS한국교통안전공단

대시보드 먼지는 호흡기 질환을 유발한다. 전자기기나 회로가 탑재돼 있어 세정제를 직접 분사하기보다는 타월에 묻힌 뒤 닦는다. 🌿



터벅터벅 소도시

세계 곳곳에 오랜 가치가 살아 있습니다. '본고장'로 일컬어지는 국외 소도시 여행 정보를 제공합니다.

1박2일

상파뉴 여행 일정

상파뉴는 덤지도 춥지도 않은 초가을에 가는 것을 추천한다. 샴페인 하우스 투어는 대략 지하 20m에 위치한 좁고 습한 지하 셀러를 걸어야 해서 생각보다 몸이 고되다. 하루에 한 개, 많아도 두 개가 적당하며, 예약은 필수다.

Day 1 파리 → 기차로 랭스까지 이동 → 샴페인 하우스 투어 → 도심 관광 → 저녁 식사 뒤 휴식

Day 2 랭스 → 에페르네 → 콤브(C.Comme)에서 샴페인 테이스팅&쇼핑 → 파리 이동

보석처럼 기품있는 거품

[샴페인 본고장]
프랑스 샤파뉴

글·사진: 엄정선·배두환(여행 칼럼니스트)

샴페인의 진정한 가치는 본고장인 샤파뉴에서 발견할 수 있다. 그중 프랑스의 고대 왕들의 대관식이 열렸던 샤파뉴의 주도 랭스라는 도시 지하에는 무려 200km에 달하는 샴페인 셀러(지하 저장고)가 거미줄처럼 얽혀 있다. 고대 로마인들이 돌을 캐기 위한 채석장이 이제는 황금빛 버블을 탄생시키는 마법의 셀러로 변신했다. 이 신비한 공간을 탐닉하기 위해 해마다 십만 명 이상의 관광객들이 샤파뉴 지역으로 향한다.

Travel Information

이동시간
인천~파리(비행기 약 12시간),
파리~랭스(TGV 약 1시간)

시차
한국보다 8시간 느림

화폐
유로(1유로 ≈ 한화 1,300원)

교통수단
트램, 버스, 기차



기포 있는 와인의 상징

샴페인

샴페인(Champagne)이란, 파리에서 북쪽으로 145km 떨어진 '샹파뉴(Champagne)' 지방의 스파클링 와인만을 지칭하는 고유 명사다. 스펠링은 같지만 보통 지역을 이야기할 때는 불어식 발음으로 샹파뉴라 하고, 와인을 이야기할 때는 영어 발음으로 샴페인이라고 부른다. 오직 샹파뉴의 스파클링 와인만 레이블(라벨)에 'CHAMPAGNE'라고 적을 수 있다. 다른 국가나 지역의 경우 스파클링 와인을 말하는 고유 명사가 따로 존재한다. 예를 들어 스페인에서는 까바(Cava), 독일에서는 켝트(Sekt), 이탈리아에서는 스푼만테(Spumante)라 부른다. 물론 영어로는 모두 다 스파클링 와인이다.

샴페인이 처음부터 기포가 발생한 것은 아니다. 샹파뉴는 포도 재배의 북방 한계선에 있어 프랑스의 다른 와인 산지보다 겨울이 일찍 찾아왔다. 가을에 수확한 포도로 만든 와인들은 미처 다 발효되지 못한 채 지하 셀러에 저장됐는데 겨우내 동면하던 효모가 따뜻한 봄 재발효를 일으키면서 기포를 만들었다. 주병 기술이 발달하지 않았던 시대였기에 대부분의 와인들이 깨지기 일쑤였지만, 간혹 운 좋게 살아남은 와인을 맛본 사람들은 입안에서 별처럼 톡톡 터지는 기포에 매료당했다. 특히 유럽 최고의 와인 마켓이었던 영국에서 희소성 때문에 높은 가격에 거래되면서 샴페인의 영광이 시작됐다.



상파뉴의 와인 산지 랭스 & 에페르네

와인 여행의 꽃은 와이너리 투어다. 상파뉴의 주도인 랭스와 규모는 작아도 모엣 샹동과 같은 정상급 샴페인 하우스의 본사가 위치한 에페르네는 최고의 와인 여행지로 볼리기에 손색이 없다. 대부분의 와이너리(포도주 양조장)가 시골에 있어 렌터카가 필수지만, 샴페인 하우스들은 랭스와 에페르네 시내에 자리 잡고 있기 때문에 도보로도 낭만적인 여행이 가능하다.

샴페인 하우스 투어는 하루에 두 곳이 적당하다. 이동 중 랭스 대성당이나 생 레미 성당, 팔레 뒤 토와 같은 역사적인 건축물들을 자연스럽게 구경하는 것도 추천한다.

랭스에서 만나는 크라예르(Crayères)

샴페인이 다른 스파클링 와인과 차별화된 점은 긴 역사에서 비롯된 블렌딩과 숙성 방식에 있다. 샴페인을 만들기 위해서는 우선 기포가 없는 베이스 와인이 필요하다. 샴페인 하우스들은 매년 생산된 베이스 와인 일부를 저장해 둔다. 이를 리저브 와인이라 부르는데, 보통 수십 년분의 리저브 와인을 크라예르라 불리는 백악질의 지하 셀러에 보관한다. 그리고 해마다 만드는 새로운 와인과 수십 년분의 리저브 와인을 솜씨 좋게 섞어 병 안에 넣고 마개를 닫는다. 이때 소량의 당분과 효모를 함께 넣기 때문에 병 내부에서 이산화탄소가 생성되면서 스파클링 와인으로 변신한다. 이 상태로 짧게는 1년, 길게는 수십 년을 보관하면 마치 비스킷과 같은 구수한 향과 맛이 나게 된다. 샴페인의 풍미가 결정되는 과정이다.

크라예르는 랭스, 에페르네에 위치한 유명 샴페인 하우스라면 하나씩은 갖고 있다. 그중 '테땅저(Taittinger)'가 대표로 꼽힌다. 끝을 알 수 없는 길이에 셀 수 없이 많은 샴페인이 잠들어 있는 모습은 감탄을 자아낸다. 투어 가격은 인당 21유로(약 2만7천 원)부터다.

*투어 예약 : <https://www.taittinger.com/en/visit>

에페르네 샴페인 명소 콤(C.Comme)

샴페인은 만드는 과정이 까다롭고 오랜 시간이 걸리기 때문에 가격이 비싼 편이다. 하지만 샴페인의 본고장에서는 여러 샴페인을 한 번에 맛볼 수 있는 호사를 합리적인 가격에 누릴 수 있다. 가장 추천하는 곳은 에페르네에 위치한 콤(C.Comme)다. 이곳에서 RM이라 불리는 소규모 샴페인 생산자의 보석 같은 샴페인들을 구매·시음할 수 있다. 가장 인기 있는 테이스팅 메뉴는 샴페인 6종(각 100ml)으로 가격은 33유로(약 4만3천 원)다. 참고로 맞은편에 유명한 샴페인 숭인 라 파인 불(La Fine Bulle)이 있다. 이곳에서는 보다 대중적인 샴페인을 저렴하게 구매할 수 있다. 🌻

*홈페이지 : <https://www.c-comme.fr>

Tip

샴페인 재료는 적포도!

샴페인을 만드는 주요 3대 포도는 피노 누아, 피노 뫼니에, 샤르도네이며, 피노 명칭이 붙은 것이 모두 적포도다. 수확한 적포도를 부드럽게 파쇄해 껍질 안 과육의 투명한 즙을 빼낸다. 샴페인 레이블에 'Blanc(흰색) de Noirs(검정)'라 적혀 있으면 적포도로만 만든 샴페인이고, 'Blanc de Blancs'이라 적혀 있다면 청포도인 샤르도네 한 품종으로 만든 샴페인이다.

샴페인과 찹떡궁합, 육회!

상파뉴에서는 육회와 샴페인을 즐겨 먹는다. 현지에서는 비프 타르타르라고 부르는데, 모양새나 식감이 우리나라 육회랑 판박이다. 육회의 고소함과 기름진 풍미를 샴페인이 깔끔하게 잡아줘 최상의 마리아주(와인과 음식의 배합)로 손색없다.

샴페인 레이블(라벨) 용어

드라이(달지 않은 와인)하다는 뜻의 '브뤼트(Brut)'은 샴페인에서 주로 쓰는 레이블 단어다. '엑스트라 브뤼트(Extra Brut)'은 매우 드라이하다는 뜻이며, 반대로 '섹(Sec)'은 약간 달다, '데미 섹(Demi-sec)'은 달다, '도우(Doux)'는 매우 달다는 의미다. 샴페인은 대개 드라이하다.





정원의 품격

눈길 머무는 곳마다 아름다운 국내 여정이 이어집니다. 한국이 품은 정원의 고요한 풍경을 전합니다.



은둔 속

강학 교유의 장

전남 나주 영산강 정자

글·사진: 전부순

전남 담양에서 발원한 영산강은 136.6km를 흘러 목포에서 바다와 만날 때까지 호남평야와 나주평야를 살찌우는 젖줄이자 내륙 깊숙이 문물을 운송하는 교역의 통로였다. 광주와 나주를 지난 물길은 세월의 흔적을 담은 듯 애잔하고도 기품이 넘친다. 남도문화의 상징인 정자들을 따라가다 보면 그 옛날 은둔의 삶과 선비의 풍류가 되살아난다.



01



02

정자(亭子)는 풍치 좋은 곳에 벽이 없이 기둥과 지붕만 있는 간소한 목조 건물로 특정 가문이나 개인이 지었다. 자연을 감상하며 시문을 짓고 조상을 기리거나 후학을 가르치고 농사를 독려하는 등 이곳의 쓰임은 다양했다. 호남문화연구소가 1985~1991년까지 조사한 기록에 따르면 전라남도 누정은 모두 1,687개소로 그중 638개소가 남았고, 나머지는 없어진 것으로 파악됐다. 이중 나주에는 59개의 정자가 남아있으며 대표적인 다섯 곳을 둘러본다.

마을 자연놀이터, 영모정(永慕亭)

귀래정 임봉(1486~1553)이 1520년 건립한 영모정은 나주 지역을 대표하는 정자다. 처음에는 임봉의 호를 따 '귀래정(歸來亭)'이라 불렀다. 1555년 임봉의 두 아들(임복·임진)이 아버지를 추모하며 재건하면서 '예의와 존경을 담아 그 뜻을 이어가겠다'는 뜻인 '영모정'으로 바꿨다. 현 건물은 1982년과 1991년 중간·중수한 정면 3칸, 측면 2칸 겹처마 팔작지붕집이다. 왼쪽 1칸은 온돌방, 오른쪽 2칸은 마루방이다. 정자 주위에 400여 년 된 팽나무가 호위하듯 서있고 영모정 아래 언덕에는 '귀래정나주임공봉유허비'와 '백호임제선생기념비'가 있다.

이곳 출신 백호 임제(1549~1587)는 영모정에서 공부해 29세 때 문과에 급제, 벼슬길에 올라 당시 혼란스런 정국을 비판하며 호방한 기질을 유감없이 발휘하다 39세로 짧은 생애를 마친 조선 명문장가이자 사상가다. 영모정 돌 비석에 새긴 '물곡사(勿哭辭)'는 그가 병들어 죽음을 맞이할 때 아들이 슬퍼하며 울자 '내가 죽어도 울지 말라'고 남긴 유언으로 선생의 자주성을 짐작케 한다. 1987년 6월 1일 전라남도기념물 제112호로 지정된 영모정은 재실(齋室)뿐만 아니라 공동체정원 기능을 한다. 인근 주민에게는 마을정원이자 어린아이들에게는 자연놀이터, 지나는 길손들은 잠시 한 숨 돌리는 쉼터로 사랑받는다. 영산강과 강 건너 가야산 그리고 주변 풍경을 정원 삼아 지은 자연풍경식 정자답게 담장도 대문도 없다. 동네 마을 숲처럼 자연스럽다. 인근 백호문화관에서는 임제 선생의 일생과 작품을 접할 수 있다.



03

- 01 나주시 다시면 회진마을 앞 언덕에 자리한 영모정(永慕亭) 전경
- 02 영모정 돌 돌에 새겨진 임제 선생의 유언 '물곡사(勿哭辭)'
- 03 문인 교류와 강학 장소로 쓰인 기오정(寄傲亭). 높직한 대지 위에 방과 마루를 들인 4칸 재실형 정자다



풍류의 공간, 기오정(寄傲亭)

영모정 인근 구진포 높직한 대지 위에 건립된 기오정(寄傲亭)은 정면 4칸, 측면 3칸 규모의 팔작 지붕집이다. 서쪽 2칸은 마루, 동쪽 2칸은 방과 툇마루이고, 사면은 벽과 문으로 막혀 있는 재실형 정자로 공부를 가르치는 학숙(學塾)이자 선비들이 춤과 노래를 배우는 공간이었다. 기오(寄傲)는 '내 마음안의 오만함을 보내버린다'는 수양의 한 방편으로 '초연한 자유인의 경지를 마음껏 펼친다'는 뜻이다. 이곳의 현판은 1762년 진도로 유배 가던 문인이자 서화가인 이광사(李匡師)가 둘러 쓴 것이라 전해진다. 기오정은 2008년 4월 전라남도 문화재자료 제266호 지정됐다.

절의의 품격, 금사정(錦社亭)

나주시 향토문화유산 제20호로 지정된 금사정은 16세기 이후 사화와 당쟁으로 벼슬에서 물러나거나, 포기하고 낙향해 은둔하며 교유한 누정이다.

정유재란(1597년) 때 영산강을 거슬러온 왜적들이 정자와 기록물들을 모두 불태워 3개 편액만 걸려있는 금사정은 그다지 볼품이 없다. 그러나 정자 앞에 깨끗하게 서있는 동백나무는 다르다. 금사정 동백나무 한 그루는 유일하게 지정된 천연기념물 제515호다.

조선 중종 때 부패한 기득권 세력에 맞서 개혁을 꿈꾼 정암 조광조가 화순 능주로 유배된다. 기묘사화(1519년)가 일자 성균관에서 수학하던 나주 출신 유생 11명은 죽음을 무릅쓰고 상소를 올렸다. 그러나 유배지에서 조광조가 사약을 받아 유생들은 나주까지 걸어 내려와 절의를 지키고자 '금강계(錦江契)'를 조직하고 금사정을 짓는다. 이상 정치를 기원하며 동백 한 그루도 심었다. 500년 전 개혁을 꿈꾸던 신진사류들의 뜨거운 소망을 담은 그 나무다.



04 금사정은 정면 3칸, 측면 2칸 대청형 구조로 조선시대 나주지방 사림파 행보와 계회(契會) 운영을 보여주는 역사적 공간이다

05 영산강 죽산보 하류 쪽에 자리한 장춘정. 정자를 둘러싼 은행나무와 느티나무, 동백나무가 한 폭의 동양화 처럼 어우러져 시인묵객들이 자주 찾았다

06 장춘정은 뼈대가 굵고 전체 구조가 건실한데, 추녀를 지탱하는 네 모서리 나무기둥 위에 거북이 형상을 조각해 받혀놓은 점이 이색적이다

07 석관정은 영산강에서 철따라 농어·송어·장어 같은 솔안주를 잡아 올려 시주회의 최적지였다. 지금은 하구언으로 막혀 어팔진미와 소팔진미는 전설로 남았다



봄을 품은 곳, 장춘정(藏春亭)

2002년 4월 전라남도기념물 제201호로 지정된 장춘정은 '감출 장(藏)'에 '봄 춘(春)'자를 써서인지 겨울에도 시들지 않는 숲이 있고 사철 피는 꽃이 늘 봄을 간직한다 해서 붙인 이름이다.

단층 팔작지붕 건물로 정면 3칸, 측면 2칸 재실형이다. 뼈대가 굵고 구조가 건실하다. 대청 우물마루와 빗살창, 선자 서까래나 활주가 세련됐다. 추녀를 지탱하는 네 모서리 나무기둥 위에 거북이 형상을 조각해 받혀놓은 점이 특이하다.

기다림의 시작, 석관정(石串亭)

1530년경 영산강 본류와 고막강 지류가 만나는 절벽 위에 세워진 석관정은 배산임수형 정자로 나주 제1정이라 할 만큼 절경이다. 정유재란 때 폐허가 됐으나 후손들이 몇 차례 보수하다 1755년 공조참판을 지낸 이시창이 중건했다. 절벽 아래는 층층바위가 쌓여있어 급류가 치달더라도 흩이 유실되지 않아 오랜 세월 남아날 수 있었다. 이곳에는 '배를 기다리는 아낙'을 형상화한 조형물과 만남과 이별을 반복하던 이별바위가 있다. 일제강점기에는 징용으로 끌려가는 남편을 따라가던 아내가 강물에 가로막히자 몸을 던져 목숨을 끊었다. 강 건너 금강정에서 공부하던 선비를 흠모하던 한 처녀는 매일같이 그의 과거급제를 빌었지만 선비가 급제한 뒤 한양의 지체 높은 집 처녀와 혼인하자 강물에 뛰어들었다. 주민들이 시신을 거둬 묻었는데, 그 무덤가에 동백나무가 자라났고, 피보다 붉은 동백꽃이 해마다 피어난다는 슬픈 이야기도 전해진다. 🌸

TRAVEL INFORMATION

영모정
전남 나주시 다시면
회진길 14-22

기오정
전남 나주시 다시면
동곡리(동춘마을)

금사정
전남 나주시 왕곡면
송죽리(외구마을)

장춘정
전남 나주시 다시면
화동길 13-10

석관정(石串亭)
전남 나주시 다시면
동당리 844-2



두런두런 이야기방

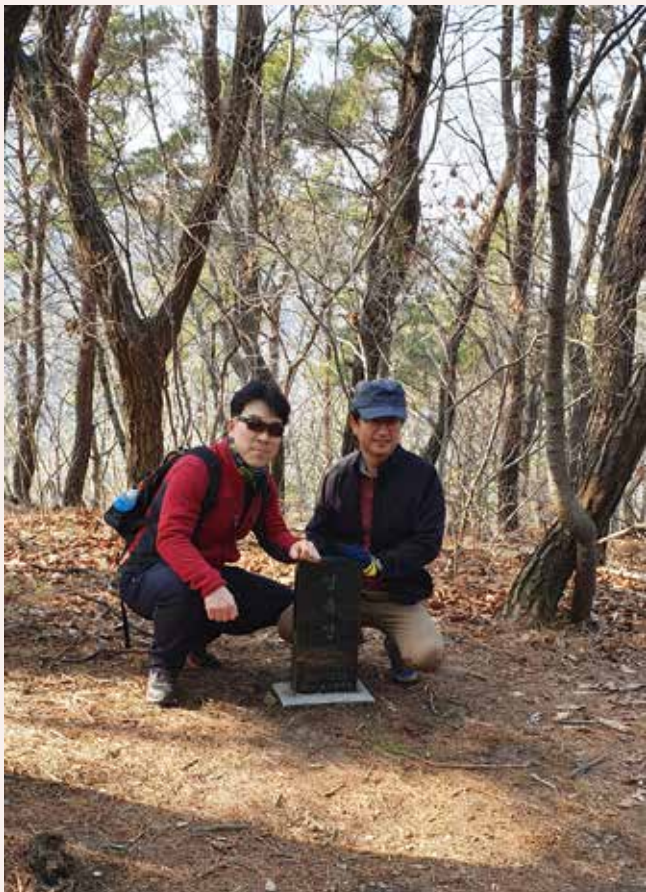
평범한 일상 가운데 행복한 시간을 보내는 사우의 사연을 실습니다.



기운찬 첫 발걸음

산악회 정기산행기

글. 피준호(탈황1팀)



문수산 신년 첫 산행

지난해 말 우리회사 산악회는 신년 계획을 위한 모임을 개최했다. 회장단이 모인 가운데 산악회 활성화와 발전을 논의한 끝에 1분기 모임 장소를 울산 근교 문수산으로 정한 뒤 산행을 마치고 정기총회를 열기로 했다.

2월 1일, 신년 첫 산행에 20명이 참가했다. 문수산은 해발 600m로 울주군 청량면과 삼동면 범서읍에 걸쳐있다. 과거 청량산으로 불린 이곳은 신라시대 문수보살이 청량하고 아름다운 산세에 매혹돼 터를 잡고 살았다는 유래가 전해진다. 신라 제27대 선덕여왕15년(서기 646년)에 자장율사가 세운 문수사는 이곳을 상징하는 명소다.

정상을 오르는 코스는 10개 정도다. 우리는 문수실버복지관을 출발해 영축산과 철탑 그리고 깔딱고개를 거쳐 정상을 향하는 코스를 선택했다. 정오가 지날 즈음 복지관에서 단체사진을 찍은 우리는 곧바로 경사가 가파른 영축산까지 빠르게 걸었다. 선두 팀은 후미가 보이지 않을 만큼 걸음에 속도를 냈다.

영축산 정상에 도착해 잠시 숨을 돌린 뒤 다시 철탑을 거쳐 깔딱고개 입구로 향했다. 나뭇잎 없이 앙상한 겨울 산 풍경이 이어졌지만 날씨만 큼은 등산하기에 최적이었다. 40분쯤 지난 뒤 깔딱고개 입구에 도착했다. 숨 돌리는 것도 잠시, 정상으로 걸음을 재촉한 우리는 출발 1시간 만에 정상을 탈환했다. 깔딱고개는 쉬지 않고 계속 걸어 숨이 넘어갈 듯한 모습을 본뜬 이름이다. 그 고개를 넘어 정상에 오를 때마다 쾌감과 희열을 느낀다.



으라차차 힘찬 기운으로!

우리는 정상에서 단체사진을 남긴 뒤 행사의 정점이 될 정기총회를 위해 바로 하산길에 나섰다. 참가자 대부분이 50대 중년임에도 평소 산행을 자주 다니며 체력을 다져서인지 청년 못지않게 팔팔했다.

정기총회를 위해 예약해둔 장소로 이동했다. 일행 중 일부는 교대 근무 일정으로 산행을 마치자마자 업무 복귀에 나섰다. 대신 이날 산행에 참가하진 않았지만 퇴근한 회원들이 합류해 자리를 채웠다. 회장님의 인사와 감사보고에 이어 올해 산행계획을 공유하는 시간을 가졌다. 2분기는 소백산행을 계획 중이다. 하반기 두 번의 산행은 회원들 추천을 받고 회장단 회의를 거쳐 정하기로 했다.

정기총회를 마치며 회원들 모두가 한마음으로 올 한 해 무탈하게 건강히 산행을 지속하기를 염원했다. 산악회의 힘찬 기운이 업무 현장에도 가득 전달되기를 바란다. 🌻





함께하는풍경

최선을 다하는 동료와의 시간 속에 다채롭게 펼쳐진 이야기를 공유합니다.

성취 향한 시동



생산직 신입사원 교육

글. 이상준(기술교육팀)



2020년도 생산직 신입사원 교육이 2월 10일부터 3월 27일까지 7주 일정으로 진행되고 있다. 총 21명 신입사원들은 촘촘히 수립된 교육 일정에 따라 회사 전반에 대한 이해를 넓히고 비전2025와 핵심가치를 비롯한 목표를 명확하게 공유하면서 에쓰-오일 한 가족으로서 면모를 갖추어나가고 있다.

교육은 공장 전반의 소개에서부터 회사 현황을 이해할 수 있는 조직별·공정별 강의로 진

행됐다. 이 가운데 임원 특강 세션과 선배와의 대화로 비전을 구체화하는 기회도 마련됐다. 특히 선배와의 대화 시간에는 앞서 생산 현장을 경험하며 안정적인 공정 운영의 최전선에 있는 직원들이 생생한 조언과 격려로 교육생들의 의욕을 북돋웠다. 교육이 마무리된 뒤 3월 마지막 주부터 신입사원들은 각 현장 부서에 배치돼 직무훈련에 돌입한다. 🌱



새내기 교육 일기



“배움의 행복”

공장 내부의 복잡하게 구성된 설비들을 보며 부담보다는 설렘이 차올랐다. 배움에 최적화된 환경 속에서 뛰어난 역량을 갖춘 전문가들에게 교육받는 것에 행복함을 느끼고 있다. 짧은 기간 보다 안전하게 그리고 좋은 성적으로 동기들과 함께 끝마치는 것이 목표다.

김근호



“성장의 시간”

7주간의 땀땀한 일정 속, 빠트릴 것 없는 교육 과정에는 최고로 키우겠다는 선배들의 열정이 녹아있었다. 매시간 눈을 부릅뜨며 수업에 임하고 있다. 교육 뒤 성장해있을 나를 생각하니 가슴이 벅차오른다. 자부심을 갖고 역량을 키워나가겠다고 다시 한번 다짐한다.

류제욱

“지적 활동의 재충전”

우리회사의 과거와 현재, 미래를 머릿속에 펼쳐 보일 수 있었던 시간이었다. 선배들의 실전 교육부터 교수님의 화학공학 강의까지 수준 높은 교육은 큰 자양분이 됐다. 교육 기간의 값진 경험들을 가슴속에 남기며 더욱 성장할 모습으로 현장에 힘을 보태고 싶다.

이동재



“내일 다지는 기회”

선배들의 진정성 있는 조언을 들으며 조직 구성원 간의 소통이 얼마나 중요한가에 대해 생각했다. 실질적인 업무에 돌입하기 전 내일을 다지는 기회인 만큼 교육이 끝난 뒤에도 정제되지 않고 끊임없이 발전해나갈 것이다.

박다환

“핵심인재의 꿈”

울산에서 자라 화학공학을 전공하면서 생산 원천원이라는 꿈을 키웠고, 목표를 이룬 성취감으로 매일이 행복하다. 현재 공정용어를 외우며 현장에 필요한 지식을 습득하고 있다. 맡은 일을 완벽히 수행해 조직에 꼭 필요한 핵심인재로 성장할 포부를 다진다.

이진환



“자공심으로 무장”

전기 전공지식에만 머물러 있던 지식을 석유화학으로 넓힐 수 있는 기회였다. 생산 공정 시설을 둘러보며 에쓰-오일 가족임에 자공심을 느꼈다. 선배들의 환대, 최고의 인사가 되라는 독려는 강한 동기부여가 됐다. 이 마음을 항상 새기며 발전을 도모해나가겠다.

장연규



국내영업본부 워크숍

글. 김경민(영업전략팀)

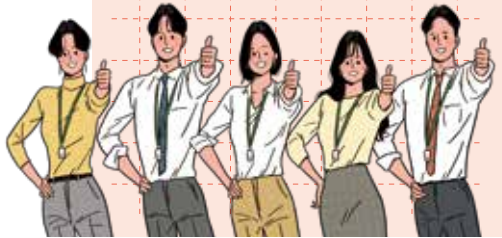
격전의 국내영업 시장을 돌파해 새 목표 달성을 결의하는 국내영업본부 워크숍이 2월 14일 써닝리더십센터(경기도 용인시 처인구)에서 개최됐다. 이번 워크숍은 2019년도 부문별 성과를 살피고 올해 중점 추진과제를 공유해 목표를 향한 공동의 투지를 굳건하게 다지기 위해 마련됐다. 이 자리에는 안중범 수석부사장과 국내영업본부 임원·팀리더·지사장·저유소장·파트리더 등 총 54명이 참석했다. 서정규 전무는 워크숍 서두에 “최근 시장과 경영 여건을 둘러싼 어려움 속에서 위기 극복에 대한 공감대를 토대로 모든 노력을 한데 모아야 할 것”이라고 격려했다. 이어 워크숍 참가자들은 중장기 전략에 따른 올해 중점 추진 사항을 부문별·지역본부별 발표로 공유했다. 아울러 외부 특강 세션으로 2020년 트렌드 관련 강의를 마련해 유용한 정보를 나눴다.

‘멀티 페르소나’, ‘라스트핏 이코노미’, ‘초개인화 기술’, ‘팬슈머’ 등 시장을 둘러싼 폭넓은 경향 정보는 유연한 시장 대응력의 중요성을 일깨우는 계기가 됐다.

안중범 수석부사장은 총평을 통해 “적극적인 소통으로 목표 달성을 도모하는 다각도의 실행방안을 논의한 만큼 모든 역량을 한데 집중해 거대한 도전과 변화의 파고를 뛰어넘자”고 북돋웠다.

이날 워크숍에서는 2019년 성과에 기반한 시상식이 진행됐다. 지난해 4분기 성과 우수지사로 강남·창원·원주·인천·남양주시사가 수상하고, 용인·아산·청주시사가 2019년 연간 영업성과 최우수지사로 상을 받았다.

국내영업본부는 해마다 워크숍을 개최해 명확한 현실 인식을 바탕으로 지속적인 가치 창출을 실현해나갈 아이디어를 공유하고 있다. 🌟



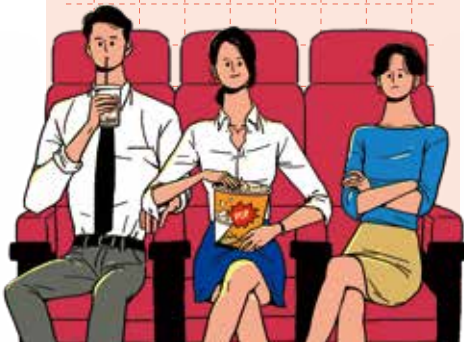
역량과 지혜 결집



기초튼튼 여가

동호회 조직 안내

글. 이미수(복리후생팀)
정승확(인사후생팀)



우리회사는 건전한 취미생활 여건 조성의 일환으로 동호회 활동을 지원한다. 머지않아 반드시 극복해낼 코로나19 감염증 대응 상황 속에 활동 냉각기를 거치고 있는 현 시점을 심사숙고의 기회로 삼아 관심 분야를 탐구해줄 만하다. 🌟

동호회 조직

사업장	동호회명	총무	인원(명)
본사	스카보드회	김관희(시설투자기획팀)	26
	탁구회	홍영목(수송팀)	21
	야구회	김정현(법무팀)	21
	풋살회	장성제(관리회계팀)	30
	농구동호회	성정현(법인영업팀)	20
	자전거회	김형수(브랜드마케팅팀)	12
	마라톤회	박세준(저유관리팀)	10
	걷기동호회	조성아(LPG팀)	13
	테니스동호회	이석균(TC2C팀)	15
	씨킷스포츠회	장성제(관리회계팀)	11
	사진회	김명현(신용관리팀)	14
	색소폰회	박건구(총무팀)	12
	그리스어·라틴어연구회	이화영(CEO실)	10
	꽃꽂이동호회	조설화(수급운영팀)	50
	서양문화의 이해 동호회	이희성(시설투자기획팀)	14
	문화예술동호회	김태영(대리점영업팀)	24
온산 공장	축구동호회	박정훈(PO/MTBE팀)	190
	테니스회	오해원(제품출하팀)	148
	산악회	피준호(탈황1팀)	130
	영상회	조일충(품질관리팀)	100
	마라톤동호회	오두식(전기팀)	95
	족구동호회	박남규(전기팀)	92
	수영동호회	조영식(계기2팀)	80
	탁구동호회	백경민(전기팀)	67
	스키동호회	김건섭(아로마틱2팀)	70
	야구동호회	안중홍(정유1팀)	80
	배드민턴동호회	윤성민(RFCC1팀)	70
	서예회	이병학(아로마틱1팀)	60
	뉘시회	박평수(화학생산본부)	50
	스쿠버다이빙동호회	안재중(정비계획팀)	35
	FC구도일(풋살)	이민지(이익개선팀)	38
	농구동호회	김영록(탈황2팀)	40
지방 사업장	자동차정비동호회	정대성(MHC팀)	20
	충부지역본부 산악회	주민규(중부영업지원팀)	87
	서부지역본부 산악회	이순영(광주지사)	88
	TS&D 볼링동호회	박정우(용도개발/기술지원팀)	11
	수원 걷기동호회	이윤희(중부영업지원팀)	13
	대전볼링·탁구동호회	신기섭(대전지사)	21
	청주·아산지역볼링동호회	윤도현(아산지사)	18
	제주저유소 오름동호회	김종민(제주저유소)	7

힘내자 대한민국!

코로나19 감염증 극복 동참 5억 기부·임직원 총력 대응

우리회사가 코로나바이러스 감염증-19(코로나19)로 인해 어려움을 겪고 있는 이웃을 위해 희망브리지 전국재해구호협회에 5억 원을 기탁했다. 후세인 알 카타니 CEO는 국민 모두가 힘든 나날을 보내고 있는 현 상황을 면밀히 살피면서 “에쓰-오일이 함께 고통을 분담하고 극복하기 위한 전국적 노력에 동참하자”

며 3월 5일 기부금 전달 의사를 밝혔다. 이 가운데 가장 피해가 큰 대구·경북지역의 직원들을 위해 마스크, 소독제 등 시급한 물품을 보내면서 CEO의 편지를 동봉해 “힘내세요, 대구·경북! 힘내세요, 대한민국!”이라는 응원 메시지를 전했다.



우리회사는 코로나19 감염증 확산 방지를 위한 대응에 총력을 기울이고 있다. 시차출퇴근제, 재택근무, 가족돌봄휴가 등으로 안전 확보와 불안감 해소에 힘쓰고, 마스크와 손 소독제를 전사 배부한 가운데 마스크 상시 착용을 권장하고 있다. 또한 사업장 공간과 시설, 집기 등을 망라해 수시로 방역 소독을 실시하는 한편 사업장 출입구를 일원화하고 열화상 카메라를 설치해 감염증 의심 대상을 선별하는 등 엄격한 통제로 바이러스 확산 경로를 차단하고 있다. 🌱



NEWS



CEO 공장 현장 방문

후세인 알 카타니 CEO가 2월 17일 온산공장을 방문했다. 알 카타니 CEO와 박봉수 사장을 비롯한 임직원은 동북화학 등 현장을 순회하며 안전 상황을 챙기고 브리핑을 통해 운영 현황을 점검했다. 이어 신본관 대회의실에서 진행된 보고 세션에서는 스마트 PID 제어, 결함 제거 (Defect Elimination) 등 주요 현안을 중심으로 진행 경과를 공유하고 향후 추진 사항에 관해 토의했다.

본사 사옥 새 글판

아름다운 시 한 구절과 그에 어울리는 이미지로 시민들과 공감을 이루는 마포 본사 사옥 글판이 새로 게시됐다. 3월 첫날 교체 설치를 마친 글판은 목필균 시인의 <함께하다> 중 한 구절과 맞잡은 손의 사진을 활용했다. 모두가 어려운 상황 속에서 서로 위안하며 함께 극복해 나가자는 사회적 통합과 상생의 메시지를 담았다. 우리회사는 시민들과 문화적 소통을 강화하고 지역 랜드마크로서 본사 사옥을 자리매김하기 위해 글판을 운영하고 있다. 글판은 해마다 교체된다.





햇살나눔

세상의 온기를 더하는 햇살나눔 활동을 소개합니다.

햇살나눔 통계

나눔 싹 움트는 봄

우리회사는 기업시민으로서 책임을 다하고 소외이웃들이 따뜻한 행복을 누릴 수 있도록 지속적인 사회공헌 활동을 펼치고 있다. 효과성·적시성·수혜자 중심의 3대 원칙을 근간으로 전국 각 지역에서 나눔을 실천해온 햇살나눔 활동의 지난 한 해 지원 실적을 정리한다. 🌻

글: 신영철(CSR/운영지원팀)



2019 햇살나눔 지원



햇살나눔 캠페인 참여

급여우수리·1인1나눔계좌

2,413명

인원

1,863명

시간·횟수

1인당 10시간 2.6회(연)



문화예술&나눔 캠페인

기부금

2억 2천만 원

공연

총 12회

관람

약 3천 450명



영웅지킴이

소방영웅·가족

약 255명

해양경찰·가족

약 121명

시민영웅

23명



멸종위기천연기념물지킴이 캠페인

대학생천연기념물지킴이단

총 40명

저소득가정 어린이 천연기념물 일일교실

400명 참여 10회 진행

임직원 생태보호 봉사활동

약 200명 참여





함께 극복해요! 코로나19

자료: 질병관리본부

일상에서

1



비누로 30초 이상
꼼꼼히 (생일축하
노래 두 번 부르는
정도의 시간)

2



기침할 땐 옷소매로
입과 코 가리기

3



밀폐된 공간이나
공공장소에서 반드시
마스크 착용

4

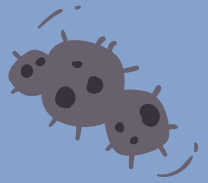


외출·이동
최대한 자제하고
사회적 거리 두기
(2m 이상)

증상 의심될 때

- 1 발열·기침·목아픔 증상이 나타나면 출근 등 외출을
멈추고 집에서 3~4일 경과 관찰
- 2 고열 등 증상이 지속되면 관할보건소, 1339,
지역번호+120으로 전화상담 뒤 선별진료소* 방문
*선별진료소는 질병관리본부 홈페이지에서 확인하거나
관할보건소에 문의
- 3 가급적 자기 차량으로 의료기관 방문
- 4 의료진에게 해외 여행력·호흡기 증상자와 접촉 여부
전달

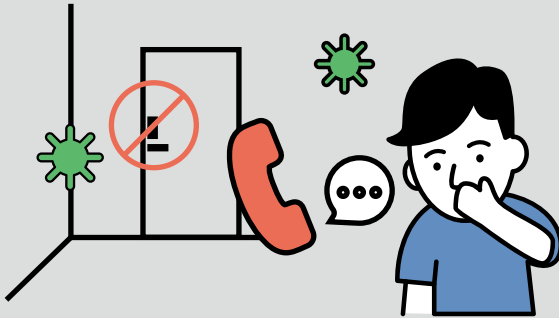




자가격리 상황이라면

- ① 격리장소 외 외출 금지
- ② 독립된 공간에서 혼자 생활하기
- ③ 진료 등 외출이 불가피할 경우 반드시 관할보건소에 먼저 연락
- ④ 가족 또는 동거인과 대화 등 접촉하지 않기

*격리장소 무단이탈, 격리거부 등 위반사항 발생 시
관련법에 따라 300만 원 이하 벌금 부과



불안 심리 극복을 위해

- ① 믿을만한 정보에 집중
- ② 어린이와 청소년에게 관심 기울이기
- ③ 격리된 환자·가족의 불안감과 스트레스 도와주기
- ④ 의료인과 방역요원 응원하기

*국가트라우마센터 상담

<https://nct.go.kr>

확진자·가족(02-2204-0001) 격리자·일반인(1577-0199)

감염 걱정 없는 '국민안심병원'

진료 전 과정에서 일반 환자와 호흡기 환자의
구역과 병동을 분리해 진료

*국민안심병원 찾기

코로나바이러스감염증19 ncov.mohw.go.kr

건강보험심사평가원 www.hira.or.kr

대한병원협회 www.kha.or.kr



공적 마스크 5부제 기억하세요!

구매 기준

*3월 9일부터 시행

요일	월	화	수	목	금	토·일
출생연도 끝자리	1·6	2·7	3·8	4·9	5·0	주중 구입 못한 모든 출생연도

수량

1주일 최대 2개

확인 자료

- 성 인 : 신분증(주민등록증·운전면허증·여권 등) 중 하나
- 미성년자(2009년 포함 이전 출생) : 학생증·여권·주민등록등본 중 하나
- 외 국 인 : 건강보험증과 외국인등록증 함께 제시
- 대리 구매 : 만 10세 이하 어린이(2010년 포함 이후 출생) / 만 80세 이상 노인(1940년 포함 이전 출생) / 장기요양급여 수급자

*본인 신분증과 대리 구매 대상이 등재된 주민등록등본 제시(주민번호 모두 기재)



MARCH 2020

2.14

홍승표 상무(공장혁신/조정부문장)→전무(정유생산본부장)
한주현 상무(정비부문장)→전무(정비부문장)
안종필 상무(수급부문장)→전무(공장혁신/조정부문장)
김평길 상무(대외업무부문장)→전무(대외업무부문장)
김인찬(1급.기유마케팅팀리더)→상무보(수급부문장)

3.7

이동언 상무보(서부지역본부장)→상무(서부지역본부장)
김경수 상무보(Basic Chemical 영업부문장)→상무(Basic Chemical 영업부문장)

3.21

조영일 수석부사장(CFO) 아들 결혼

【 팀리더 임명 】

2.14

이원기(2급.프로젝트추진1팀)→올레핀팀리더
이종환(2급.정유Light제품팀)→아로마틱영업팀리더
김승후(2급.CEO실)→수급전략팀리더

【 보직변경 】

2.14

정동건(1급.프로젝트추진1팀리더 겸 프로젝트추진2팀리더)→프로젝트조정팀리더
윤종원(1급.Cyber보안팀리더)→IT운영팀리더
정영섭(1급.해외마케팅전략팀리더)→정유해외마케팅팀리더
김판석(1급.아로마틱영업팀리더)→기유마케팅팀리더
박명제(1급.판매계획분석팀리더)→판매계획팀리더
백창용(1급.네트워크강화팀리더)→멤버십마케팅팀리더
이순미(1급.고객서비스팀리더)→직영네트워크관리팀리더
이성제(1급.법인영업팀 특수제품영업파트리더)→법인영업팀리더
최정연(1급.원주지사장)→중부영업지원팀리더
한학규(1급.법인영업팀리더)→강북지사장
노태현(1급.진주지사장)→수원지사장
박이홍(1급.목포지사장)→안동지사장
정환섭(1급.강릉지사장)→원주지사장

김재만(1급.멤버십마케팅팀리더)→수송팀리더
이정인(1급.수송팀리더)→저유관리팀리더
정의산(1급.저유관리팀리더)→영천저유소장
최형주(1급.프로젝트원가관리팀리더)→회계팀 자산회계파트리더
이옥용(2급.프로젝트추진2팀)·김주현(3급.공정혁신팀)·정호규(4급.정유/유회공정팀)·김동엽(4급.프로젝트추진2팀)·김진수(5급.프로젝트추진1팀)→프로젝트조정팀
김홍민(3급.RFCC2공정팀)·정경두·김지훈·이상원(3급.프로젝트추진1팀)·김수형(4급.RFCC2공정팀)·조준형(4급.프로젝트추진1팀)·정승문·이찬희·박관우(4급.프로젝트추진2팀)·오동우(5급.정유/유회공정팀)·황성근(5급.올레핀공정팀)→올레핀팀
이윤백(4급.올레핀공정팀)→TC2C팀
진용인(2급.프로젝트기술1팀)→프로젝트기계기술팀 TC2C기계기술파트리더
전동훈·강철원(3급.기계설계팀)·박성재(4급.프로젝트건설3팀)→프로젝트기계기술팀
정장식(2급.프로젝트기술2팀)→프로젝트계전기술팀 TC2C계전기술패트리더
김건일(4급.계전설계팀)·석운수(4급.Defect Elimination팀)→프로젝트계전기술팀
이동훈(5급.Defect Elimination팀)→기계설계팀
이희일(2급.프로젝트원가관리팀)→프로젝트관리팀
권택갑(2급.구매팀)·박상우(5급.구매팀)→프로젝트구매팀
이중범(1급.대외업무부문장 보좌역)→홍보팀
김계근(1급.Cyber보안팀)·김경호·황은철(2급.Cyber보안팀)→CISO
이동범(1급.프로젝트구매팀)→구매팀
김영기(2급.영업전략팀 영업관리파트리더)→법인영업팀 특수제품영업파트리더
최유성(1급.국내영업부문장 보좌역)→법인영업팀
최영호(1급.동부지역본부장 보좌역)→동부영업지원팀
김동훈(1급.중부지역본부장 보좌역)→강남지사
송희섭(1급.서부지역본부장 보좌역)→전주지사
김인환(2급.소매관리팀)·김영진(2급.고객서비스팀)·김병태(2급.영업전략팀)·강주혜(4급.브랜드마케팅팀)·양동조(4급.멤버십마케팅팀)·양수경(일반사무직2급.중부영업지원팀)·서지현(일반사무직3급.소매관리팀)→영업관리팀
구자현(2급.브랜드마케팅팀)·이지영(일반사무직2급.브랜드마케팅팀)→영업전략팀
이수영·김도형(2급.판매계획/분석팀)·권대영·모

완재(3급.판매계획/분석팀)·이동인(3급.영업전략팀)·박건욱·박정우·이은지(4급.판매계획/분석팀)·박선영(5급.판매계획/분석팀)·김연실(일반사무직3급.판매계획/분석팀)→판매기획팀
박관식·최경식(2급.네트워크강화팀)·김영균(2급.브랜드마케팅팀)·정일(2급.고객서비스팀)·이봄이(4급.고객서비스팀)·이선영(일반사무직2급.브랜드마케팅팀)·김기선(일반사무직3급.고객서비스팀)→멤버십마케팅팀
형을진·백수옥(2급.고객서비스팀)·이용현·서호경·최영수(2급.네트워크강화팀)·남성은(4급.네트워크강화팀)·김민정(일반사무직M급.네트워크강화팀)·김도희(일반사무직3급.네트워크강화팀)→브랜드마케팅팀
김주만(2급.고객서비스팀-대전지사 파견)→브랜드마케팅팀(대전지사 파견)
김영곤(2급.네트워크강화팀)→브랜드마케팅팀(광주지사 파견)
이용문(일반사무직M급.네트워크강화팀)→브랜드마케팅팀(동부영업지원팀 파견)
김영중(3급.고객서비스팀-강북지사 파견)→브랜드마케팅팀(강북지사 파견)
김창운(3급.고객서비스팀-부산지사 파견)→브랜드마케팅팀(부산지사 파견)
황창선(4급.강북지사)→네트워크개발팀
양기석(2급.법인영업팀)·박지수(4급.네트워크강화팀)·임영주(일반사무직2급.네트워크강화팀)→소매관리팀
곽기원(2급.고객서비스팀)·탁현아(4급.네트워크강화팀)→대리점영업팀
서원영(2급.부산지사)·추연민(4급.고객서비스팀-대구지사 파견)→동부영업지원팀
강석환(2급.대리점영업팀)·김종탁(3급.직영네트워크관리팀)→강북지사
박종태(4급.고객서비스팀-전주지사 파견)→전주지사
손승모·조병욱(2급.강릉지사)·최만영(3급.강릉지사)·전효정(일반사무직1급.강릉지사)→원주지사
백윤기(3급.강릉지사)→인천지사
문정환·황승봉·변준석(2급.진주지사)·하인목·이호동(3급.진주지사)·김혜정(일반사무직1급.진주지사)→창원지사
박상진(2급.창원지사)·신기환(3급.진주지사)→부산지사
김왕세·서부일·이재성·조활용·김중창(2급.목포지사)·김성록(5급.목포지사)·지선미(일반사무직2급.목포지사)→광주지사
이장혁·김용진(2급.광주지사)→전주지사

김동인(2급. 해외마케팅전략팀)→정유해외마케팅
팀 마케팅전략파트리더
홍상영(2급. 해외운영팀)·신종현·신수연(3급. 해외
마케팅전략팀)·박수영(일반사무직3급. 해외마케
팅전략팀)·김무건·남옥수(3급. 정유Light제품팀)·
이종욱(4급. 정유Light제품팀)→정유해외마케팅팀
나누리(3급. 정유Light제품팀)→해외운영팀
이승호(2급. 프로젝트원가관리팀)→회계팀

2.24

이재현(2급. 제품운영1팀)→안전정책팀
김진혁(3급. 아로마틱공정팀)→생산최적화팀
박종진(5급. 총무보안팀)→기획분석팀
김정연(2급. 구매관리팀)→구매팀
방승지(5급. 멤버십마케팅팀)→유통운영팀
서수연(2급. 신용관리팀)→영업전략팀
권석준(3급. 관리회계팀)→회계팀

2.28

장서영(3급. 구매팀)→프로젝트구매팀

3.9

노용대(2급. 품질관리팀)→Hydrocracker공정팀
윤광수(2급. 품질관리팀)→정비계획팀
이지혜(4급. 품질관리팀)→에너지관리팀
권성우(4급. 품질관리팀)→안전정책팀
김성부(4급. 품질관리팀)→안전혁신팀
이현웅(4급. 품질관리팀)→환경관리팀
백상철(1급. 품질관리팀)→Chemical기술개발기획팀

4.1

안우근(4급. 회계팀)→프로젝트관리팀
장성제(4급. 관리회계팀)→세무팀

【 2020년도 대졸 신입사원 부서배치 】

2.24

박평화·신준호→정유/유통공정팀 | 나호인·조진현
→Hydrocracker공정팀 | 김동혁·이한별→RFCC1공
정팀 | 이창현→RFCC2공정팀 | 민태영·박건주→아
로마틱공정팀 | 박준식·이경만→올레핀공정팀 | 이
동훈→제품운영1팀 | 이태호→정비계획팀 | 오승만→
연차보수팀 | 고태식·이향현·정상악→기계설계팀 |
오승택·윤민영→계전설계팀 | 고영창·김우현·정대
권·최원석→검사기술팀 | 김현숙→환경관리팀 | 김

운혁→총무보안팀 | 장정현→프로젝트관리팀 | 진성
원→지속가능경영팀 | 이원도→인력개발팀 | 김용현
→구매관리팀 | 현종만→멤버십마케팅팀 | 김건영→
정유해외마케팅팀 | 김윤정→해외운영팀 | 김윤호→
유통마케팅전략팀 | 김태호→올레핀영업팀 | 이정환
→아로마틱영업팀 | 이다슬→PP영업팀 | 이재승→자
금계획팀 | 김지영→회계팀 | 윤형기→관리회계팀

【 2020년도 생산직 신입사원 】

2.10

강필직·김근호·김성완·김재민·김태영·김현수·
류제욱·박건도·박다환·배한복·신기범·이동재·
이영봉·이진환·장연규·정현섭·조성진·차동엽·
최원석·한인우·허주영(운전원. 기술교육팀 부)

【 정년퇴직 】

2.29

이영재(2급. 법인영업팀)
박광열(2급. 강북지사)
박용순(3급. 수원지사)

【 결혼 】

2.29

정연민(장차1팀)

3.29

박수영(정유해외마케팅팀)

【 부음 】

2.9

김종휘(아로마틱1팀) 조모

2.11

송동철(안동지사) 빙부

2.15

조영대(탈황2팀) 조부

2.18

지용희(생산조정팀) 조모

2.19

노현대(LPG팀) 빙부

2.20

민웅기(브랜드마케팅팀) 빙모
김영철(감사1팀) 조모

2.23

김성호(품질관리팀) 빙부
정홍민(유통팀) 부친
최남준(MHC팀) 부친

2.25

조재혁(공정혁신팀) 외조모

2.26

김경득(제품출하팀) 빙부
최현목(품질관리팀) 빙부
류현석(수급운영팀) 조모

2.27

김영기(법인영업팀) 부친

2.28

정의산(영천저유소) 빙모

2.29

조윤철(MHC팀) 부친

3.2

박혜미(유통운영팀) 외조모

3.3

강석환(강북지사) 빙부

3.7

한승권(광주지사) 부친

3.8

권민석(PO/MTBE팀) 조모

3.9

황정미(유통운영팀) 시모



독자마당

사내보 <S-OIL>은 사우 여러분의 참여와 관심으로 만들어집니다. 다양한 지면에 참여 기회가 열려 있습니다. 문의: sabo@s-oil.com



<고전 속 핵심가치> 나눔 - 덕필유린(德必有隣)
사자성어의 의미를 하나씩 알아가는
재미가 있습니다.
강신기(아로마틱2팀)



<취미 연관 검색어> 야구 심판
인생을 살아가며 깊이 있는
취미를 가져야겠다는 생각이 들었습니다.
예진혁(안전대응팀)



<스포츠라이트> 테니스와 긍정적 자기암시
자신만의 루틴(최고의 역량 발휘를 위해 습관화한
동작)을 갖는 것이 중요하다는 사실을 알았습니다.
정주영(안전대응팀)

이달의 퀴즈

Quiz 01. 생활안전 아이콘

감염 막는 올바른 마스크 사용법은?

벗을 때



①

버릴 때



②

Quiz 02. 즐거운 두뇌 훈련

다음 <보기>의 글자를 두 개씩 골라 단어를 만들어 보세요.
(글자 반복 사용 가능)

구 야 자
선 인 모
처 소 비
면 지 의 림

모자 _____

공 장 동 전
하 방 냉
고 어 의
청 수 대

장수 _____

*자료 삼성서울병원 뇌 신경센터 '뇌 훈련 퀴즈'



<터벅터벅 소도시> 라거 맥주 본고장, 체코 폴젠
새로운 여행지를 소개해 좋았습니다.
전천구(윤희팀)



<정원의 품격> 안동 만휴정 원림
바쁜 일상에 여유를 주는 격조 높은 기행문입니다.
김영식(중부영업지원팀)



<팝업 정보창> 코로나19 감염증 대응법
신종 바이러스로 불안한 상황인데 대처 방법을
알 수 있었고 궁금증도 해소돼서 유익했습니다.
서부일(광주지사)

지난호 퀴즈 정답

지난호 퀴즈 당첨자

Quiz 01. 생활안전 아이콘

올바른 손 씻기 방법은?

→ 정답.

①



30초

*바이러스 감염을 예방하는 가장 효과적인 방법은 손 씻기 습관이다. 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손바닥과 손등, 손가락 사이사이, 손톱 아래 부분까지 꼼꼼히 씻는 것이 중요하다. 손 소독제는 알코올 함량 70% 정도에서 최적의 항균 효과를 보인다.

*자료 질병관리본부

블루투스 스피커

김병희(RFCC1팀)
허정욱(아로마틱2팀)
김승현(제품운영3팀)
김희달(LPG팀)

휴대폰 보조배터리

진미진(달항2팀 진대중 사우 가족)
장경환(아로마틱2팀)
박성희(송유동력팀 박장호 사우 가족)
김진욱(경영개선팀)

Quiz 02. 즐거운 두뇌 훈련

- | | |
|-------------|-------------|
| ① 바오르 → 병아리 | ⑨ 드르즈 → 다람쥐 |
| ② 코끼리 → 코끼리 | ⑩ 드로브 → 도마뱀 |
| ③ 얼룩말 → 얼룩말 | ⑪ 독수리 → 독수리 |
| ④ 도롱뇽 → 도롱뇽 | ⑫ 너구리 → 너구리 |
| ⑤ 산토끼 → 산토끼 | ⑬ 호랑이 → 호랑이 |
| ⑥ 청설모 → 청설모 | ⑭ 기러기 → 기러기 |
| ⑦ 까마귀 → 까마귀 | ⑮ 오소리 → 오소리 |
| ⑧ 멧돼지 → 멧돼지 | |



올해 사보 표지는 핵심가치를 통찰해 볼 수 있는
동화 이야기를 소재로 그려나갑니다.

