51st

삼구를 사랑하는 사람들의 쉼터

삼구愛

세계로 가는 삼구,
또 다른 50년의 시작

2019 VOL.**102**
Samkoo magazine
04

Since 1968 ~2019 오십 그리고 하나

삼구를 사랑하는 사람들의 쉼터

삼구愛

삼구애 2019년 통권 102호
발행인 구자관 책임대표사원 **발행일** 2019년 4월 1일
발행처 삼구아이앤씨 서울시 중구 청계천로 100, 동관6층(수표동, 시그니쳐타워)
전 화 1588-2239 www.samkoo.com **편집인** 홍보팀 이유희 차장
담당자 홍보팀 김현지 선임 02) 828-3856
디자인·인쇄 조움커뮤니케이션즈 02) 6271-2240

Contents

꿈을 이루는 SAMKOO

4p **프롤로그** 사월의 시 - 이해인

6p **베트남 지사**

8p **포커스 인 삼구**
뉴코아아울렛 인천점 장윤호 보안담당

12p **고객속으로**
대한제분 인천공장 관리팀 서종열 팀장님

18p **칭찬릴레이 이심전심**
대한제분 인천공장

18p **충북장애인테니스협회** 국제대회 참가

함께 나아가는 SAMKOO

22p With U

• 신세계푸드

- '푸른밤살롱'

24p **삼구소식 이모저모**

일구삼구 생생현장

미래를 여는 SAMKOO

32p **삼구와 함께하는 개인정보보호**

34p Medical for you

얼굴 통증, 턱관절 장애

36p **산업현장 안전 상식**

지게차 작업 시 안전수칙

38p **생활의 꿀팁**

식목일 손 쉬운 홈가드닝

42p **독자퀴즈**

해마다 4월이 오면

해마다 4월이 오면 겨울에서 봄으로 계절이 확연히 달라짐을 느낍니다.
온세상을 다채로운 빛깔로 물들이는 봄꽃들.
살랑살랑 어느새 따뜻해진 햇살과 바람.
어느새 살포시 여린 훈풍이 다가와 얼굴을 간지릅니다.

앙상한 가지만 껴안은 채 추운 겨울을 이겨내고 다시
새초롬한 낯빛의 연한 새싹이 얼굴을 내밀고
꽃망울들이 일제히 제 몸을 열어 보입니다.
드디어, 봄입니다.

겨울을 이겨낸 대지의 건강한 황톳빛,
지천에 넘실거리는 연둣빛 새싹과 봄나물,
흐드러지게 피어난 연분홍빛 벚꽃,
곳곳마다 신생의 기운을 머금은 봄빛으로 가득합니다.
무심하게 지나칠 수는 없겠죠?
눈부신 봄빛을 음미하며
인생의 봄도 함께 맞이하기를 소망합니다.

사월의 시

– 이해인

꽃무더기 세상을 삽니다.
고개를 조금만 돌려도
세상은 오만가지 색색의 고운 꽃들이
자기가 제일인양
활짝들 피었답니다.
정말 아름다운 봄날입니다.

새삼스레 두눈으로 볼 수 있어 감사한 마음이고
고운향기 느낄 수 있어 감격이며
꽃들 가득한 사월의 길목에 살고 있음이 감동입니다.

눈이 짓무르도록 이 봄을 느끼며
가슴 터지도록 이 봄을 느끼며

두발이 부르트도록 꽃길을 걸어 볼랍니다.
내일도 내 것이 아닌데
내년 봄은 너무 멀지요.
오늘 이 봄을 사랑합니다.
오늘 곁에 있는 모두를 진심으로 사랑합니다.
4월이 문을 엽니다.

April

베트남 진출 발자취

Global SAMKOO

G10 025

2018. 06

맛바오경영진 본사방문

(경영철학, 기업문화 공유, 당사 관리 사업장 방문 등)

step by step

2018. 02~05

현지 시장 조사 및 회사 분석

2018. 07~10

M&A 협상

삼구, 베트남 진출… 기업에 원스톱 서비스 제공 목표

MATBAO 베트남 법인 BPO와 함께…G10.025 도약

'글로벌삼구'를 신성장동력으로 꼽고 지난해 G10.025(2025년까지 글로벌 10만 가족과 함께하는 삼구)를 비전으로 삼은 삼구아이앤씨는 최근 가파를 성장세를 보이고 있는 베트남 시장에 진출했다. 파트너는 베트남에서 IT사업을 모태로 서비스업까지 영역을 넓힌 MATBAO그룹이다.

당사는 지난 2017년 1월부터 2년 여간의 베트남 사업을 위한 M&A사례 분석, 자체 현지시장조사, 피인수대상 선정 및 기업방문 등 관점의 다각화와 꾸준한 전략을 통해 베트남 법인을 설립하고 본격적인 사업에 시동을 걸었다. 베트남 법인에서는 현재 사업 중인 콜센터, 판매, 물류 사업을 비롯 한국에서 진행하고 있는 토탈 아웃소싱 서비스를 제공하기 위해 박차를 가하고 있다. 건물종합관리, 안내, 파견, 생산공장 도급 그리고 플랫폼을 통한 B2C사업 등으로 확대할 계획이다.

베트남에 진출하는 한국기업에 원스톱 토탈서비스를 제공하여 사업안정화에 선제적 도움을 주고, 전문 베트남 인력 교육, 그리고 베트남 아웃소싱의 전문화를 통해 국내기업의 베트남 진출을 원활하게 하기 위해 가장 큰 노력을 기울이고 있다.

베트남은 아시아에서 가장 가파른 속도로 성장하고 있는 국가 중 하나다. 지난해 경제성장률은 10년이내 최고치인 7.08%를 기록해 목표치였던 6.7%를 넘어섰다. 인구역시 9800만명 규모로 1억명 돌파를 앞두고 있다. 국민 생활수준이 높아지면서 서비스의 질에 대한 관심이 증가한데다 한국기업의 진출이 많아지면서 전문 아웃소싱서비스의 필요성도 더 높아지고 있다. 삼구는 한국기업 뿐 아니라 베트남 기업들이 업무를 함에 있어 번거로움을 줄여주고 최고의 서비스를 제공받을 수 있도록 하는 것에 정조준하고 있다. 삼구아이앤씨의 이번 베트남 시장 진출은 기존 회사의 역량을 강화하고 베트남에 진출한 한국기업과의 동반성장 가능성을 모색한다는데 의미가 있다.

한편 MATBAO BPO는 10년 이상의 HR 아웃소싱 경험을 가지고 있으며 탄탄한 기술적 기반을 보유한 IT 모기업을 보유하고 있다. 구성원 관리, 프로젝트, 문서 관리를 위한 소프트웨어를 자체 개발 운용하고 있다. 호치민에 본사, 하노이에는 지사를 두고 있으며, 고객의 관점에서 고객을 최우선으로 생각하는 고객지향적 마인드를 갖고있다. 무엇보다 구성원의 행복을 중요하게 생각하는 기업의 문화가 삼구아이앤씨와 같이 향후의 발전이 더욱 기대된다.

2019. 01

송년회&신년회
맛바오 그룹 행사 초대
시루떡 선물

2019. 02.15

베트남 주재원 상주
개시 (호치민 본사)

2018. 07~10

최종 법무 및 회계 실사

2019. 01

SPA(지분양수도) 계약서
협의 및 계약날인

2019. 03.08

국제여성의 날 행사 Woman's Day in
Hanoi Branch 행사 축하 참관

열정과 패기로 뭉친 용감한 청년

뉴코아아울렛 인천점 **장윤호** 보안담당

지난 2월, 인천터미널 앞에 위치한 뉴코아아울렛 인천점에서 근무하는 삼구 가족이 절도범을 잡은 일로 인천 남동경찰서장으로부터 표창장을 받았다. 그는 새벽에 수상한 사람을 CCTV로 발견하고는 바로 현장에 출동해 기지를 발휘했다. 자연스럽게 말을 건네며 경찰이 오기까지 차분히 기다렸다. 그렇게 절도범을 경찰에 인계해 범인 검거에 커다란 공을 세운 장윤호 보안대원.
장 대원을 만나 그날의 가슴 철렁했던 이야기를 자세히 들어보았다.

투철한 직업의식을 보여준 용감한 삼구 가족

표 창 장

유 진 규

그날도 여느 날과 다름없이 야간 보안업무를 시작했다고 한다. 장윤호 보안대원이 업무 시작한 지 얼마 지나지 않아 매장에서 현금이 없어졌다는 제보가 들어왔다. 그 제보를 받고 장 대원은 아울렛에 설치된 수십 대의 CCTV를 확인하며 꼼꼼히 메모해나갔다. 야간에 시작한 CCTV 확인은 다음날 새벽까지 이어졌고, 그 속에서 수상하게 움직인 사람을 발견해냈다. 그런데 그 시각, 어제와 같은 복장을 한 남자가 또 CCTV 안에 나타났다. 뉴코아아울렛 인천점은 아울렛이 폐점된 후에는 12층의 스포츠센터만 이동할 수 있도록 엘리베이터가 설정되어있다. 그런데 그 남자는 다른 층을 서성이고 있어 어딘가 수상하게 보였다. 그 즉시 장 대원은 현장으로 내려가 보았다.

"그때가 2월 중순이었던 것 같습니다. 야간 업무를 시작한 지 얼마 지나지 않아 매장에서 현금이 없어졌다는 제보가 들어와서 CCTV를 확인해보았습니다. 이곳에는 한 층에 20대씩, 지하주차장에는 12대의 CCTV가 설치되어있어요. 쭉 보다 보니 수상한 사람을 발견했는데, 바로 다음날 같은 복장을 한 사람이 다시 나타났어요. 바로 현장에 출동했고, 엘리베이터 앞에서 그 사람을 마주했어요. '어디를 찾고 있으신지, 목적지까지 안내해드리겠다' 고 제가 물으니, 그 사람의 첫마디가 '오늘은 좋은 목적으로 왔어요' 라는 겁니다. 느낌이 왔죠. 바로 출입문 폐쇄하고 자연스럽게 말을 이어가며 경찰 출동을 기다렸습니다."

실제 이런 일을 만나면 두려워 당황해버리기 일쑤인데, 장윤호 대원은 예리하게 범인을 발견해냈고 침착하게 대응해 경찰에 인계했다. 장 대원은 그렇게 중요 범인 검거에 공을 세우며 인천 남동경찰서장으로부터 표창장을 받았다. 또한, '큰 피해를 막을 수 있게 용기를 내주어 감사하다' 라는 내용이 적힌 인천시장의 편지도 받았다. 누구도 쉽게 하지 못할 일을 한 장윤호 대원, 그 덕분에 '삼구는 일 잘하는 회사' 라는 기분 좋은 칭찬을 삼구 가족이 다 같이 듣게 되었다.

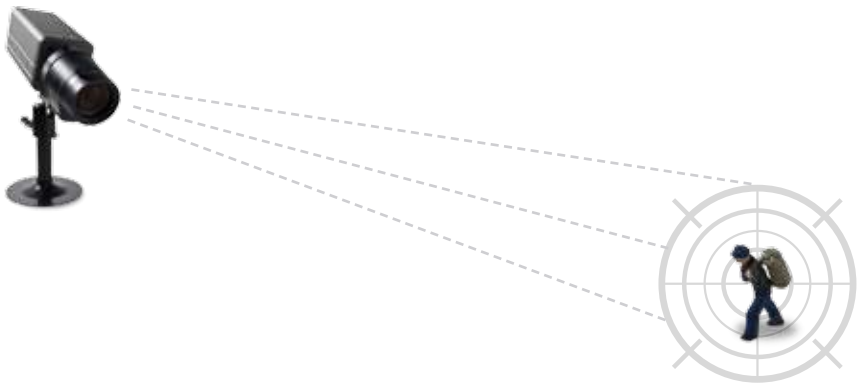
자기 일에 책임감이 강한 장 대원은 군대 동기 소개로 이곳에서 일을 하게 되었다고 한다.

신뢰를 얻는 사람이 되고 싶어요!

"이전에도 마트에서도 보안 업무를 해본 경험이 있는데, 저는 외향적인 성격으로 사람들과 어울리며 활동적인 것을 좋아해요. 그래서 보안 쪽 일을 하게 되었고, 일하는 게 즐겁습니다. 야간에 근무하기에 조금 힘든 점은 있지만 제가 야행성이라 괜찮은 것 같아요. 아직은 제가 좀 부족하지만, 항상 배우면서 노력하는 자세로 임하겠습니다."

뉴코아아울렛 인천점은 야간엔 문을 닫으나, 스포츠센터 이용객이나 새벽에 들어오는 납품업체들을 위해 출입구 하나는 개방을 해 관리한다. 그런데 그 사이로 주취자들이 가끔 건물 안에 들어오는 일이 있어 곤란한 적도 많다고 한다. 그럴 때마다 삼구 가족들은 함께 도우며 대처하기 때문에 장 대원은 든든하다고 말했다. 전국의 삼구 가족 중에는 장윤호 대원과 같은 보안 업무를 하는 가족이 많다. 각 현장에서 열심히 움직이고 있는 삼구의 일원으로 장 대원의 포부를 물었다.

"보안 업무가 고객과 바로 가까이에서 상대하는 접점업무라 보안팀 역할의 중요성을 더욱 느끼고 있어요. 삼구의 가족이라는 것도 자부심이 생기고요. 신용, 신뢰, 사람을 갖추겠다는 삼구의 사명에 담긴 의미도 반드시 기억하겠습니다. 저도 세상을 살아가며 중요한 것이 '신뢰'라고 생각합니다. 어떤 일이든지 신뢰를 바탕으로 시작된다고 생각해서입니다. 저도 '신뢰'를 갖추는 사람, '신뢰'를 얻는 사람이 되고 싶습니다."



"저는 할아버지 때부터 유지해 온 가훈을 좋아합니다. '최고보다는 최선을 다하자'라는 말인데요. 언제 떨어질지 모르는 최고보다는 언제든 올라갈 수 있고 노력 하는 것을 인정받는 최선이 더 좋습니다. 최고보다는 최선이, 더 기쁘다고 생각합니다."

최고보다는 최선을 다하자

건강한 미소를 보여주며 이야기를 이어가던 장 대원이 같이 일하는 삼구 가족들에게 고마움을 표현했다.

"삼구 가족들은 제가 제일 좋아하고 편하게 생각하는 분들입니다. 근무시간이 달라서 자주 만나지는 못하지만 언제 어디서 일하던 지금처럼 자기가 하는 행동에 자신감을 가지고, 자기 일에 자부심을 느꼈으면 합니다. 그리고 안전하게 일하시는 것도 중요해요, 오래오래 건강하게 같이 일하고 싶습니다. 특히 소장님께 고맙다고 전하고 싶은데요, 제가 어떤 행동을 해도 믿어줘서 일을 할 때에도 당당하게 할 수 있다고 생각합니다. 고맙습니다."

그 얘기를 옆에서 듣고 있던 송현우 관리소장도 장윤호 보안대원에 대한 마음을 보여줬다.

"저도 보안 주임으로 시작해서 지금은 소장을 맡고 있는데, 그래서 보안 대원들에게 애착도 많아요. 장윤호 대원은 적극적이고 혈기왕성한 친구입니다. 예의도 바른 친구고요. 그래서 고맙고 한편으론 선배 입장에서 걱정도 되고 그럽니다. 이번 절도범과 관련한 일도 적극적으로 움직여서 좋은 결과가 나왔지만, 혹시나 하는 걱정이 들더라고요. 앞으로 다치지 않고 안전에 신경 쓰며 멋진 보안 대원이 되길 바랍니다."

서로를 믿고 고마워한다는 말이 오가는 훈훈한 분위기 속에서, 장 대원에게 마지막 질문을 던졌다. 평소 좋아하는 말이 있다면 무엇일지, 장 대원의 대답엔 건강한 생각이 담겨있었다.

"저는 할아버지 때부터 유지해 온 가훈을 좋아합니다. '최고보다는 최선을 다하자' 라는 말인데요. 언제 떨어질지 모르는 최고보다는 언제든 올라갈 수 있고 노력하는 것을 인정받는 최선이 더 좋습니다. 최고보다는 최선이, 더 기쁘다고 생각합니다."

고객이 잃어버린 물건을 찾아 돌려줬을 때, 고객이 진심으로 고맙다는 인사를 전해오면 기분 좋게 일할 수 있는 힘이 난다는 장윤호 보안대원. 그는 자기 일에 당당하기 위해 노력하며 책임을 다하는 패기 넘치는 건강한 청년이다.

봄처럼 따뜻한 마음, 더 따뜻해지는 관계

대한제분 인천공장 관리팀 **서종열** 팀장님

밀가루, 부침가루, 튀김가루 등을 생산 판매하는 대한제분은 지난 70여년을 쉬지 않고 한 길을 걸어왔다. 대한제분의 역사는 곧 대한민국 제분의 역사와 다름없다. 밀가루 하면 누구나 떠올리는 '곰표 밀가루'는 세대를 뛰어넘는 사랑을 받으며 밀가루의 대명사가 되었다. 대한제분 인천공장에서 만난 서종열 관리팀장님, 그와 이야기를 나눠보니 정말 회사를 사랑하는 사람 같았다. 그리고 사람을 향한 따뜻함도 느껴지는 분이었다.

70여년 한 길을 걸어온 대한제분

이름만으로도 유명한 '곰표 밀가루' 의 대한제분은 국내 제분업계 넘버원이다. 대한제분은 밀가루, 부침가루, 튀김가루, 파스타, 국수 등을 생산 판매하며 오랫동안 탄탄한 브랜드 파워를 지켜오고 있다. 대한제분의 시작은 1952년으로 거슬러 올라간다. 한국전쟁 이후, '민족의 배고픔 해소' 라는 역사적 사명으로 대한제분은 세워졌다. 그 후 대한제분은 빠르게 이뤄진 국가경제성장에 한 축을 담당하며 마스코트인 북극곰처럼 우직하게 한 길을 걸어왔다. 인천공장과 부산공장에서 생산되는 제품은 140여 종의 밀가루 제품과 프리믹스 제품 등이다. 고소한 냄새 풍기는 빵에도, 어릴 적 특별한 날에 먹던 짜장면에도, 스파게티, 라면, 국수, 빵, 과자, 튀김에도... 우리가 즐겨 먹는 많은 것에는 대한제분이 늘 함께 해오고 있다.

대한제분 인천공장 관리팀의 서종열 팀장님은 대한제분에 신입사원으로 입사해 어느덧 32년째 근무하고 있다. 서 팀장님은 대한제분의 깊은 역사를 말해주며, 대한제분 소개를 한마디로 압축해서 하자면 '따뜻한 회사' 라고 말하고 싶다고 했다.

"1952년 설립한 대한제분은 설립 이후 제분업 한 우물만 판 회사입니다. 이 공장 건물만 해도 80년이 넘었다고 해요. 대한제분은 이직률이 적은 회사입니다. 제가 1988년 신입으로 입사했는데, 그때 저와 함께 입사한 동기들 대부분이 지금도 같이 근무하고 있어요. 신입으로 입사한 직원들이 열정을 더하며 회사와 함께 성장해오고 그렇게 회사가 만들어지고 있습니다. 국가적으로 휘청했던 외환위기 시절에도 대한제분은 크게 흔들리지 않았어요. 많은 기업이 어려웠던 상황이었지만 대한제분은 구조조정도 없었습니다. 그러면서 더 단단해졌고, 한 단계 더 올라설 수 있었어요. 긴 역사를 간단히 표현할 순 없지만 대한제분에는 따뜻한 정이 있어요. 제가 지금까지 잘 다니고 있는 것을 보면 선택을 잘했다고 생각해요."

대한제분

"회사에서는 동료와의 관계, 집안에서는 부부, 자식과의 관계. 다 관계로 이루어지고 그만큼 제일 중요하다고 생각해요. 생활하며 이런 보이지 않는 관계가 참 중요합니다.
지금도 서로의 관계를 잘 지키려 노력하고 있어요. 그러기 위해서는 희생과 배려가 필요하다고 생각합니다."

북극곰처럼 깨끗하고 묵묵하게

"대한제분의 마스코트 북극곰은 깨끗하고 우직합니다. 영하 40도가 넘는 북극의 추위를 견디고 시속 120km의 강풍을 온몸으로 받아내며 그 자리를 지켜낸다고 합니다. 그 '묵묵함' 이 대한제분과 닮았습니다. 대한제분만의 기술노하우로 엄격한 품질관리 기준을 묵묵히 지켜왔기에 곰표 밀가루는 품질이 좋다고 소문이 나 중국집 같은 식당에서도, 일반 소비자들도 계속 찾는 브랜드가 되었죠. 참 고마운 일입니다."

오래전 할머니께서 쓰시던 곰표 밀가루를 어머니가, 그리고 지금의 세대로, 그렇게 곰표의 명성은 오랜 세월 동안 소비자와 함께 지내며 쌓였다. 기본과 원칙을 지키며 그 안에서 변화와 혁신으로 한 발 한 발 묵묵히 걸어온 대한제분은 이제 식품제조업을 넘어 라이프스타일 브랜드로 도약하고 있다. 대한제분 그룹은 밀가루, 프리믹스를 생산 판매하는 대한제분을 중심으로, 각종 수입 곡물의 하역과 항만 보관을 맡은 대한싸이로, 배합사료 제조와 육가공 제조 판매를 하는 대한사료, 가축 대용유를 생산 판매하는 DH바이탈피드, 국내 최대 규모의 해양심층수 취수 능력을 갖춘 글로벌심층수, 카페&베이커리 브랜드 아티제를 운영하는 보나비 등의 계열사로 이루어져 있다. 원료공급, 하역 보관, 제조, 유통에 이르기까지 대한제분 그룹은 국민의 더 건강하고 맛있는 일상을 위해 서로 유기적으로 움직이고 있다.

"대한제분도 미래를 위한 과감한 시도를 해오고 있습니다. 2016년에는 오랫동안 지켜오던 CI, BI를 변경해 기업 이미지 변신을 시도했습니다. 회사의 핵심가치인 협력, 전

곰표 SINCE 1952

문성, 정직, 열정을 바탕으로 직원 교육도 꾸준히 진행하고 있습니다."

이외에도 대한제분은 최근 복고를 즐기는 뉴트로(New+retro) 문화에 발맞춰 화장품 브랜드, 의류브랜드 등과의 다양한 콜라보레이션으로 소비자에게 더 가까이 다가갔다. 투박한 느낌의 백곰에 신선함을 더한 이 시도는 젊은층에게는 새로움을, 중년층에게는 추억을 느끼게 하며 큰 인기를 끌었다.

좋은 관계 속에서 좋은 믿음도 생겨나는 법

서 팀장님은 처음 인터뷰 자리에 앉으면서 대한제분과 삼구아이앤씨는 삼구가 예전 삼구개발 시절부터 인연을 맺어 20년 넘게 이어오고 있어 반갑다고 삼구에 대한 애정을 표현했다. 그런 그가 인생을 살아오며 꼭 갖추어야 한다고 생각하는 것은 '관계'라고 말했다.

"회사에서는 동료와의 관계, 집안에서는 부부, 자식과의 관계. 다 관계로 이루어지고 그만큼 제일 중요하다고 생각해요. 생활하며 이런 보이지 않는 관계가 참 중요합니다. 그래서 저는 지금도 서로의 관계를 잘 지키려 노력하고 있어요. 그런데 그러기 위해서는 희생과 배려가 필요하다고 생각합니다. 저는 주변의 대소사에는 빠지지 않으려고 하고있습니다. 내가 조금 힘들더라도 꼭 갔다 와야 마음이 편하더라고요. 삼구 가족들에게도 늘 고맙고 미안하기도 합니다. 힘든 일도 묵묵히 잘해주셔서요. 다들 삼구 가족들 일 잘한다고 말합니다. 삼구와의 관계가 계속해서 좋은 관계로 유지되었으면 좋겠

고, 삼구도 저희를 편안하게 느껴주시길 바랍니다."

서 팀장님은 95세 노모을 집에서 모시고 있는데, 아내가 "어머님을 모시면서 힘든 것보다 어머님에 대해 몰랐던 것을 배우고 있다"고 해줘서 고마웠다는 얘길 건넸다. 바로 팀장님의 눈시울이 붉어져 왔다. 그 모습을 보니, 가족을 사랑하는 마음이 전해져 취재진도 덩달아 가슴이 뜨거워졌다. 이야기를 나눌수록 따뜻함이 느껴지는 서 팀장님께 평소 좋아하는 말이 있을지 물었더니, 작은 봉투를 꺼내 보여줬다.

"명절 때나 특별할 때, 제가 아이들 용돈을 이 봉투에 담는데요. 'Everything in your world is created by what you think.' 라는 문구를 인쇄했어요. 미국의 토크쇼 진행자인 오프라 윈프리가 한 말 중 하나로, '세상 모든 일은 여러분이 무엇을 생각하느냐에 따라 일어납니다.' 라는 말입니다. 이 메시지를 사람들에게 전달하면 의미가 깊어지더라고요."

테니스와 골프를 즐기고, 보스턴마라톤에도 참가할 정도로 운동에도 열정이 뜨거운 서 팀장님과의 인터뷰는 관계의 따뜻함을 배우게 해준 시간이었다. 서종열 팀장님의 앞으로 일상도, 70여년을 묵묵히 한 길을 걸어온 대한제분의 미래도 지금처럼 따뜻하게 만들어가길 응원한다.

글로벌심층수
대한제분그룹

좋은 물을 마시면 행복해집니다! 해양심층수 **딥스**

해양심층수
정부인증마크

천연미네랄은 이런 분들에게 꼭 필요합니다!

물 또는 모유를 통해서 미네랄을 섭취할 수 밖에 없는 영유아

해양심층수는 분유가 잘 녹을 뿐만 아니라
장기능이 약한 아기의 소화, 흡수를 촉진시켜줍니다.
해양심층수의 천연미네랄은 이온화가 잘되어 있습니다.

체계적인 영양관리가 필요한 임산부

임신중 미네랄 부족에서 오는 부작용의 경우가 많고, 태아가
모체에서 미네랄을 흡수하기 때문에 가장 많은 미네랄이 필요합니다.
해양심층수에는 Mg:Ca:K 등의 천연미네랄이 풍부합니다.

혈액순환 장애로 고생하는 중장년층

해양심층수에 녹아 있는 마그네슘은 심혈관계
기능 개선에 꼭 필요한 천연미네랄입니다.
해양심층수에는 마그네슘이 다량 함유되어 있습니다.

스트레스, 과로, 음주, 흡연으로 고통받는 현대인

만성탈수 상태는 피부노화를 촉진시키고
만성피로, 감기 등의 증상을 불러옵니다.
하루 2L의 충분한 수분섭취는 인체의 대사 균형을 잡아줍니다.

오랜 시간 이어온 '정'이 넘치는 편안한 —— '식구'

대한제분
인천공장

인천의 바다 바람이 불어오는 한 곳에 자리한 대한제분 인천공장은 밀가루, 프리믹스, 국수와 파스타 제품들을 생산한다. 대한제분 인천공장에는 56명의 삼구 가족들이 각자의 자리에서 하루하루 즐겁게 일하고 있다. 이곳은 대부분 장기근속이신 분들이 많다. 그래서인지 서로가 편안해보였고, 웃는 표정도 닮아 정말 한 '식구'같아 보였다. 매일 봐도 반갑고, 안보이면 걱정되는 끈끈한 '정'이 넘치는 대한제분 인천공장의 삼구 가족들 이야기를 들어보았다.

김재근
상하차 담당 반장님

만나서 반갑습니다. 저는 대한제분에서 35년 가까이 근무하고 있는 김재근 반장입니다. 인천공장에서 상하차 담당을 하고 있죠. 이곳에는 저뿐만 아니라 오래 근무해온 구성원들이 많아요. 그 세월만큼 서로 사이가 끈끈하고, 손발이 척척 맞는 사람들이죠. 그중 저는 이광재 반장님을 칭찬하고 싶습니다. 이 반장님은 아주 남자답고 멋쟁이입니다. 주변에 베푸는 것도 많고 좋습니다. 웃는 미소도 얼마나 멋지신데요.

이광재
지게차 담당 반장님

저는 지게차 반장으로 여기서 일한지 는 21년 되어갑니다. 지게차 파트는 12명의 팀원과 함께 일하고 있는데요, 모두 오래 손발 맞춰온 사람들이라 일의 능률도 좋습니다. 안전을 위해서 일할 때는 엄격하지만 휴식시간엔 화끈하게 팀을 단합하게 하는 제 노하우랄까 싶어요. 저는 김상훈 환경담당 선생님을 칭찬하려 합니다. 말수는 적지만, 착실하고 꼼꼼하신 분이세요. 눈에 잘 띄지 않은 구석구석도 굉장히 깔끔하게 정리하십니다.

김상훈
FPP 환경 담당 선생님

이제 저는 대한제분 인천공장에서 3년 반째 일해오고 있는데요. 제가 맡은 구역에서는 밀가루 포장이 터졌을 경우 분진처리를 하고 있습니다. 아무래도 입자가 고와 치우는 것에 조금은 어려움이 있지만 그래도 제가 맡은 일에 대해서는 완벽하게 처리하려 노력합니다. 그리고 같이 일하는 삼구 가족들의 따뜻함 속에서 즐겁게 일하고 있어요. 미소로 편하게 대해주시는 김성애 여사님은 복지관 환경을 담당하십니다. 아주 성실하고 열심히 일하시는데, 어느 부분에서도 나무랄 데가 없습니다.

김성애
복지관 환경 담당 여사님

저는 여기에서 일한 지는 6년 되었어요. 복지관은 직원들이 이용하는 지하 1층부터 지상 4층까지의 건물로, 체력단련실, 노조위원장실, 탈의실, 목욕탕 등의 시설이 있습니다. 공간마다 위생을 철저하게 관리하고 있고요. 수건이나 물품들도 잘 챙겨 넣어 편하게 이용할 수 있도록 하고 있어요. 문덕훈 보안반장님은 항상 사람들에게 친절하신 분이세요. 보안업무가 어찌 보면 매서워 보이는 면도 있는데, 사람들 마주치면 늘 웃으시고 기분 좋게 대해주시죠.

문덕훈
보안 반장님

저는 모든 이들이 기분 좋게 일할 수 있으면 좋겠고, 그래서 최대한 친절을 베풀려고 노력합니다. 30년 가까이 이곳에서 일하고 있는데, 삼구 가족들은 입으로 칭찬을 말할 필요가 없을 정도로 다들 최고이십니다. 최찬순 상하차 팀장님은 모든 면에서 완벽하십니다. 일도 그렇고, 사람 관계도 좋으세요. 옆집 형같이 인자한 모습으로 친근하게 대해주시고, 말을 할 때도 차분하고 점잖으신 분이세요.

최찬순
상하차 담당 팀장님

저도 이곳에서 상하차 담당을 하며 많은 사람을 보았지만, 우리 삼구 가족들은 모난 분이 없어요. 모두가 둥글둥글하신 분들이 모여서 관계가 까다롭지 않고, 각자가 맡은 일도 완벽히 잘해나갑니다. 이어서 소개할 이순녀 여사님도 그렇습니다. 다른 일을 하시다가 환경 담당을 하신 지 2년 반 정도 되셨는데 그 누구보다 꼼꼼하시답니다. 그리고 항상 소녀 같이 웃으시는 모습이 참 보기가 좋아요. 앞으로도 얼굴 볼 때마다 웃으며 인사하고 서로 격려하며 일하고 싶습니다.

이순녀
사무동 환경 담당 여사님

저는 생산 쪽에 일을 하다가 환경 관리 일을 새로 시작하게 되었어요. 몸이 건강하니까 일할 수 있는 것이고, 그래서 즐겁습니다. 삼구 가족들은 매일 보는 얼굴이지만 만나면 반갑고, 안 보이면 혹시 아픈 건 아닐까 궁금하고 그래요. 정이 듬뿍 들었나 봐요. 김건오 소장님은 항상 활기가 넘치셔서 덕분에 현장 분위기도 한 톤 더 밝아졌습니다. 그리고 소장님은 모든 이들을 차별 없이 정말 사람답게 대해주시고, 존중하는 것이 느껴집니다.

김건오 소장님

직장이라는 곳이 편안한 곳이 되었으면 좋겠어요. 짜증보다는 서로 웃으면서 즐겁게 일하는 공간이 되었으면 합니다. 그런 즐거운 분위기가 있어야 효율도 좋아진다고 생각합니다. 대한제분의 삼구 가족들이 즐겁게 일을 하고 계시니 삼구의 이름을 좋은 이미지로 남길 수 있지 않았나 싶어요. 그로 인해 삼구 가족들도 일에 대한 자부심과 자존감이 높아지고요. 저는 지금도 인생의 해답을 찾아가고 있습니다. 한 가지씩 답을 찾아가고 있는데, 앞으로는 삼구 가족들과 좋은 기운 얻으며 서로에게 좋은 영향을 주고받았으면 합니다.

Let's go!

충북장애인테니스협회

4월3일부터 국제대회 참가

Fighting

충북장애인테니스협회에서 선수로 활동 중인 삼구가족 7여명이 4월 첫째 주 3일부터 개최되는 국제대회에 참가한다. 4월3일부터 7일까지는 부산에서, 4월 10일부터 13일까지는 대구에서 16일부터 20일까지는 서울 올림픽공원에서 대회를 치르게 된다.

지난해 제6회 감사사진 공모전에서 대상을 수상하기도 한 차민형 선수는 인터뷰에서 출전에 임하는 각오를 묻자 "지금까지 땀흘려 준비한 만큼 대회에서도 좋은 성적을 거둘 수 있기를 바란다"고 말했다. 이어 테니스를 정말 잘했다고 느끼는 순간이 언제냐는 물음에 "테니스를 하며 사람들과 함께하고, 테니스라는 공통 분모로 함께하는 모든 시간들이 행복하다"는 마음을 전했다. 한편 지난 2018년에는 남자오픈 세컨부에서 박재홍 선수가 부산과 대구에서는 준우승을, 서울에서는 우승을 차지한 바 있다. 충북장애인테니스협회의 삼구가족들은 4월 3일부터 펼쳐지는 부산국제오픈 대회를 시작으로 올해 본격적인 행보를 전개한다. 특히 4월 16일부터 20일까지 5일간 서울 올림픽공원 테니스장에서 2019 서울 코리아오픈 국제휠체어테니스대회가 개최되는데, 수준 높은 경기 및 운영으로 국제휠체어테니스 발전에 기여하는 모범적인 대회로 성장한 이 대회는 올해로 20년째를 맞이하게 되었다.

화이팅!! 삼구가족 모두가 응원합니다!! 힘내용~

▲ 푸른밤살롱 전경

도심 속 낭만 포차 '푸른밤살롱'

#푸른밤소주와 다양한 안주를 즐길 수 있는 신개념 다이닝 포차

바쁜 일상에서 지친 마음을 달래러 떠나온 여행지에서의 낭만적인 밤. 누구나 간직하고 있는 아름다운 여행지에서의 추억 한 장면을 서울 도심 한 가운데서도 느껴볼 수 있는 공간이 문을 열었다. 신세계푸드가 운영하는 다이닝 포차 '푸른밤살롱'이다.
서울 강남구 논현동 일렉트로마트 5층에 약 207㎡(62평), 96석규모로 문을 연 푸른밤살롱은 푸른밤 소주를 비롯한 다양한 술과 안주를 1~2만원대 합리적인 가격에 즐길 수 있는 신개념 다이닝 포차다. 푸른밤살롱에서는 제주하면 떠오르는 신선한 회와 제주 흑돼지를 활용한 약 30여종의 다채로운 안주를 맛볼 수 있다.
대표 메뉴로는 참치, 광어, 연어, 전복, 도미, 고등어 등 신선한 해산물을 제주도 섬 모양의 접시에 플레이팅 한 '한라산 모둠회', 흑돼지와 숙주, 청고추, 홍고추를 풍성하게 볶아내 식감이 살아있는 '제주 흑돼지 숙주볶음', 감자와 호박, 흑돼지를 된장과 함께 자작하게 끓여낸 '제주 흑돼지 짜글이' 등이다.

제주도 느낌 물씬~
푸른밤살롱만의 이색 메뉴 풍성

오직 푸른밤살롱에서만 맛볼 수 있는 이색 메뉴도 풍성하다. 대표적으로 '제주 한라산 백록담 케이크'는 한라산 모양의 생크림 케이크 상단에 푸른밤 소주를 부어 백록담을 먹는 듯한 느낌을 주는 이색적인 케이크다. 술 안주로 달콤하고 부드러운 케이크가 잘 어울리는 점에 착안해 신세계푸드가 새롭게 개발한 신메뉴다.

또한 '솜사탕 스키야끼'는 우삼겹, 배추, 숙주, 버섯 등이 간장소스와 어우러진 정통 일본식 스키야끼에 솜사탕을 토핑한 이색 메뉴다. 미니 인덕션에서 냄비 채 끓이면 솜사탕이 녹으며 국물에 달짝지근한 감칠맛을 더해준다.

푸른밤살롱의 다양한 안주는 푸른밤 소주를 비롯한 칵테일, 맥주, 와인, 사케 등 약 26종의 주류와 함께 즐길 수 있다. 특히 푸른밤 소주에 각각 청귤, 한라봉, 석류를 믹스해 제주도의 향을 한껏 느낄 수 있는 '소주 칵테일 3종 샘플러'를 추천한다.

▲ 푸른밤살롱 주요 메뉴

▶ 제주도한라산백록담케이크

▲ 푸른밤살롱 루프탑

◀ 푸른밤살롱 인스타그램

떠오르는 SNS 핫!플레이스

매장 전체를 감도는 은은한 푸른빛의 인테리어도 푸른밤살롱을 낭만적으로 만드는 요소다. 특히 천장을 장식하고 있는 수십 개 조명이 시간대에 따라 변화하며 시시각각 다른 느낌을 자아낸다. 매장과 연결되는 루프탑 가든에도 제주 밤하늘을 수놓은 별을 형상화한 조명과 대형 초승달 조명이 설치 되어 있어 환상적이고 몽환적인 느낌을 준다. 이 포토존은 오픈 이후 매장을 찾는 고객들 사이에 반드시 사진으로 남겨야 하는 곳으로 자리잡으며 SNS에서 자연스럽게 '푸른밤살롱'을 알리는 역할을 하고 있다.

신세계푸드 관계자는 "푸른밤살롱은 오픈 직후 넓은 공간과 낭만적 분위기, 가성비 넘치는 메뉴를 즐길 수 있는 곳이라는 입소문이 퍼지면서 강남을 찾는 고객들에게 새로운 명소로 주목 받고 있다"며 "앞으로 푸른밤살롱을 도심 속 낭만을 느낄 수 있는 강남의 핫 플레이스로 키워가겠다"고 말했다.

자료제공 : 신세계푸드

위치 서울 강남구 강남대로 512 일렉트로마트 5층 **Tel** 02-511-8337, 매일 18:00 ~ 02:00

삼구 소식 이모저모

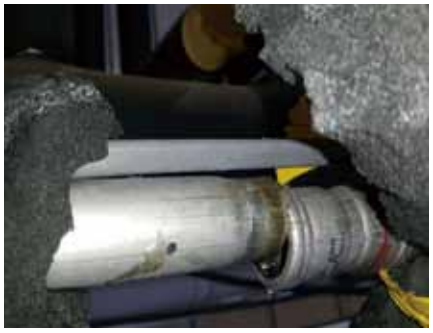
일구삼구 생생현장

미담은 '사람을 감동시킬 만큼 아름다운 내용을 가진 이야기'라고 합니다.
삼구 가족 분들의 작은 행동으로 일구어 낸 아름답고 소소한 소식을 공유하고,
서로가 서로에게 많은 이야기를 전하기 위해 구성하게 되었습니다.
우리가 가진 아름다운 이야기는 아주 작은 것부터 시작됩니다. '이런 것도 미담이야?'라는
생각은 잠시 넣어두시고 '이런 이야기는 같이 나눠야겠다'는 마음으로 함께 해주시길 바랍니다.

우리들만의 특별한 소통 공간

파라다이스 시티는 오픈 당시(2017년 4월)부터 밴드를 만들어 활용을 하고 있습니다. 손 쉬운 접근성으로 기업문화, 교육, 업무(작업 전/후), 개선사항 등을 실시간으로 공유하는 장으로 자리잡고 있습니다.
현재는 관리자부터 고객사 임원 분들까지 밴드에 초대되어 신속하고 현장감있는 밴드로 정착화되어 좋은 평가가 되고 있답니다. 업무 뿐만 아니라 소통창구로 활용되며 자연스럽고 편한 공간, 우리들의 자랑입니다. 감사의 표시도 밴드로 주고받고 있죠. 저희도 지면으로 감사인사를 말씀드리고 싶습니다. 모두 감사합니다^^
파라다이스시티 구성원들 모두 항상 건강하고 행복합시다.

맥가이버 동국대학교BMC 삼구!



개선 전

개선 후

2018년도 2월 초 일산지역 기록적인 폭우로 약학관 외부 천장이 주저앉아 천장 배수로 배관 파열과 대량 누수가 발생하였습니다.
계약상 중, 대규모의 보수 수리공사는 외부 전문업체를 통해 비용을 지불하고 진행하는 것으로 되어있으나 삼구 구성원들의 기술과 노하우로 보유하고 있던 자재를 활용하여 보수공사를 진행하게 되었습니다.
*노영훈 소장 : 에너지관리기능장, 배관기능장, 용접자격 등 보유
외부 업체를 통하지 않고 자체적으로 공사를 진행하여 잘 마무리 지었기에 고객사 관리팀과 한 층 더 신뢰를 쌓는 기회가 되었습니다.

대한항공 케터링 성금모으기

10년 이상 근무하신 최정하 감독님.
지속된 이명 증상으로 지난 01월15일 퇴사를 결정하시게 되었습니다.
이후 지속적으로 병원에서 치료를 하고 계시며, 입원 중에 계십니다.
이 소식을 듣게된 김포MEAL VG 야채실 팀 동료들은 마음을 담아 작은 성금을 모금하여 전달하였습니다.
오랜시간 함께 해왔던 가족같은 구성원이기에 너도 나도 할 것 없이 쾌차를 빌고 있습니다. 우리 모두 건강합시다!!

대한항공 케터링
김포MEAL VG 야채실 팀

주인 품 속으로!!

SK이노베이션 서산
이용진 사원

요즘은 휴대폰이 정말 생활에 많은 부분을 차지하고 있습니다.
지갑 역할도, 연락은 기본에 건강체크까지…휴대폰을 잃어버리면 정말 모든 것이 all-stop 되는 기분 일 것입니다. 근무 중 현장 화장실에서 주인 잃은 휴대폰을 발견하게 되었습니다. 휴대폰을 찾으러 연락이 올 것 같아 기다리고 있었지만 깜깜 무소식.
기다려도 전화가 오지 않아 분실물 발견 장소인 화장실 문 앞 및 이동 예상 동선에 포스트잇(분실 휴대폰 사무실 보관) 을 붙여놓았습니다. 얼마 지나지 않아 분실자가 찾아오셔서 무사히 돌려드렸습니다. 그 분께서 포스트잇으로 친절히 안내해줘서 금방 찾을 수 있었다고 감사의 말씀을 주고 가셨습니다.
핸드폰을 무사히 주인 품으로 돌아갔기에 그 찾아주는 과정이 뿌듯한 기억으로 남을 수 있게 되었습니다.

SK하이닉스 이천 폐기물팀
정대영, 김현웅 사원

물리셀의 고객만족은 '나' 로부터!

그날도 평소와 다름없이 M14에서 탱크로리 폐액 수거 안전감독관 업무를 동료 김현웅 사원과 함께 수행하고 있었습니다. 마지막 작업을 마치고 사무실 복귀를 준비하던 중, 김현웅 사원이 부스 근접 거리에 있는 폐전선 적치 장소에서 수상쩍은 행동을 하는 근로자를 발견하였습니다.

단지 내에서 발생하는 폐기물은 저희 삼구 폐기물팀에서 전량 담당, 수거하는데 저희 소속이 아닌 건설 노동자로 보이는 두 사람이 1톤 차량에 폐전선 일부를 허둥지둥 급하게 싣는 것을 목격한 것입니다.

저희 안전점검팀 업무 영역은 아니지만, 이전에도 몇 차례 사내 폐전선이 도난 된 일들로 인해 윤병혁 소장님께서 조회시간에 인폼하신 것이 생각났습니다.

"모든 폐기물팀 구성원이 평소에도 주변에 관심을 갖고 특이 상황이나 의문점 발생시 보고를 하고, 만약 현장 적발 시 인적 사항 파악 및 증거 자료를 수집하도록" 말씀하신게 생각났고 사안의 심각성을 인식, 다시 그 장소로 가보았습니다.

그들은 이미 자리를 뜬 후였고, 저희는 다급히 차량으로 사내를 돌아보기 시작했습니다. 많은 차량이 오가는 단지 안에서 차량의 특징을 기억해서 찾아내기란 쉽지 않았지만, 연구개발동 앞에서 태연히 지나가는 문제의 트럭을 발견하였습니다. 조심스레 뒤쫓아 정차시키려던 순간, 저희 존재를 눈치채고 달아나기 시작했습니다.. 퇴근시간과 겹쳐 차량과 사람들로 붐비는 단지 안을 10여분 추격 끝에 막 다른 장소에 이르자 가로막고 붙잡게 되었습니다.

당연히 해야 될 업무를 하였음에도 고객사에서 감사의 뜻으로 포상까지 해주신다고 하니 뿌듯하면서 쑥스럽기도 합니다. 소장님 이하, 삼구 폐기물팀 구성원분들에게서도 많은 격려와 칭찬을 듣고 있습니다. 앞으로도 폐기물팀의 일원으로서 책임과 의무를 열심히 하도록 하겠습니다. 감사합니다!

강동경희대병원 칭찬스타

2019년 2월 칭찬스타 **임점순** 환경담당 여사님

고객으로부터 칭찬편지

부지런하시고 차분하게 조용히 잘 치우시고 청소도 깨끗하게 하시면서 항상 웃는 얼굴로 인사도 잘 하시고, 잘 받아 주시는 꼭 엄마 같은 분이시라 칭찬 드립니다.
반들반들 해 진 11B 병동은 임점순 여사님 덕분인 듯합니다.
쉬지 않고 계속 쓸고 닦는 모습이 많은 젊은 사람들을 반성하게 하십니다. 근면 성실하신 우리 어머님들의 모습 감사합니다. 항상 친절하셔서 또 감동합니다.

▲ 이은지 여사님

▲ 강성심 여사님

2019년 2월 고객 분실물 습득자
강성심, 이은지 환경담당 여사님

설날 오후 1층 관절센터 옆 화장실에서 봉투 10개 발견, 각 3만원씩 총 30만원을 1층 보안팀에 보안팀에 인계하였습니다. 신속한 조치로 주인 품으로 돌아갈 수 있도록 노력하였습니다.

▲ 안영순 여사님

2019년 2월 고객 분실물 습득자
안영순, 차순애 환경담당 여사님

2월14일 로비에서 지갑을 습득하여 로비 보안에 접수 강동경희대병원 직원의 것으로 밝혀지며 감사의 뜻을 전달받았습니다. 누군가의 것이 중요한 것이 아닌 '나의 것이라면' 이라는 생각으로 항상 같은 마음을 임하고 있습니다.

▲ 차순애 여사님

2019년 3월 고객 분실물 습득자 **서윤철** 환경담당 선생님, **김경희** 환경담당 여사님

분실물 습득 시 잃어버린 당사자의 걱정하는 모습이 제일 먼저 떠오릅니다. 항상 이를 발견하면 그 즉시 한결같은 모습으로 보안팀에 인계한답니다. 항상 한결같은 마음으로 분실자의 마음을 헤아리는 환경팀! 혹여나 잃어버리셔도 저희가 꼭 찾을 수 있도록 어디에서나 힘쓰고 있으니 걱정마세요!

▲ 서윤철 선생님

▲ 김경희 여사님

2019년 강동경희대병원 명예의 전당 입성 **장명학** 환경담당 여사님

해마다 강동경희대병원에서 시행하는 친절사원에게 주어지는 축전이 미화팀에도 전달되었습니다.
바로 장명학 여사님이세요.
매달 여러 건의 칭찬 글을 받으시는 장명학 여사님의 노고와 성실함을 치하하기 위해 강동경희대병원에서 마련한 원장님이 수여하시는 표창장, 부상, 꽃다발까지 영광스런 자리가 마련되었습니다. 매년 여러 명의 칭찬스타가 배출되는 미화팀은 교육전문가 박미용 소장님의 노력이 빚어낸 결과라 할 수 있습니다.
매달 2시간의 cs교육, 산업 안전 및 성희롱예방 교육, 장애인 인식교육까지 풍부한 경험과 교육자료를 바탕으로 연세가 있으신 직원들의 눈높이에 맞춘 PPT를 작성하여 교육에 힘쓰고 계십니다. 그리고 직원들의 사기 증진을 위해 생신을 맞으신 분들과 칭찬스타에 선정된 분들을 잊지 않고, 소정의 선물을 증정하시는 소장님의 배려심은 관심에서 나오는 진심임을 미화팀 직원들은 알 수 있습니다.
2019년에는 강동경희대병원에 큰 숙제가 있습니다. 인증평가인데요, 인증평가를 위해 대청소 계획서를 꼼꼼히 준비하시고, 시행하고, 좋은 결과를 도출해 내기 위해 노력하시는 박미용 소장님의 끊임없는 열정이 바로 친절사원 명예의 전당 입성을 위한 밑거름이었다고 생각합니다. 신바람 나는 직장을 만들고자 열심히 교육하시고, 그에 보답이라도 하듯 친절함과 성실함으로 상을 수상하신 장명학 여사님!
강동경희대병원의 자랑입니다.

2019년 2월교육 ▲

SK이노베이션 배터리개발동
문봉선 사원

SK이노베이션 배터리개발동
최지현 사원

우리회사 우렁각시^^

2019년 1월 여직원 휴게실 확장 이전으로, 전체 여직원(39명)이 같은 휴게 공간에서 생활하게 되었습니다.

많은 사람이 이용하다 보니 쓰레기통엔 쓰레기가 가득 쌓여 있었고, 차를 마실 수 있게 담아 놓은 물병은 바닥 나기 일쑤였는데 어느 날부턴가 이솝 우화에 나오는 우렁각시처럼 휴게실에 들어가면 바닥은 따뜻하고 쓰레기통은 깨끗하게 비워져 있었습니다. 또, 커피포트엔 미리 물을 끓여 놓고 신선한 물을 물병에 가득 채워놓아 휴게실 사용에 불편함이 없도록 되어있었죠.

이를 보고 너도나도 할 것 없이 번갈아 가며 정리정돈을 하기 시작했습니다. 작은 일이지만 솔선수범 해주신 마음씨 착한 두 여직원 분들 덕분에 매일 아침 쾌적한 휴게실을 이용 할 수 있어서 "고맙고 감사하다"라는 마음 전하고 싶습니다.

안전! 가장 중요한 부분

코아비스 현장은 안전사고 예방을 위해 전체적으로 설비점검을 진행하고 있습니다. 2018년도 5월부터 현재까지 총 10가지의 설비 개선을 진행해왔습니다.
고객사와 함께 고민해가며 많은 지원을 해주신 덕분에 현재까지 안전설비사고 0건을 유지하고 있습니다.
아차! 실수를 미리 방지하기 위해 작은 틈도 주지 않으려고 모두가 한 마음으로 개선을 해나가는 중입니다. 자칫 손이 들어갈 수 있는 부분에 아크릴을 부착하여 공간을 봉쇄하였고, 비상 버튼을 장착 및 에러발생 시 정지 후 재 작업에 누가 되지 않도록 그 이후까지 체크하고 있습니다.
안전! 가장 중요한 부분이라고 항상 명심하는 코아비스입니다.

코아비스
생산 팀

"팀의 안전을 위한 땀 한방울"

SK하이닉스 이천 설비운영팀 **김석진**, **최선호** 사원

김석진 사원 과 최선호 사원은 W11약품입고장에 비상시 안전을 위해 설치되어 있는 트렌치에 이물질 확인 및 물이 고여 있는 것을 발견하였습니다.
설비운영팀 모두가 필수로 받아야 하는 화학물질관리법 내용 중 트렌치는 어떠한 이물질 등이 있으면 안되는 것을 알고 있습니다. 그래서 두 사원은 W11약품입고장 모든 트렌치를 개방하여 안에 있던 모든 이물질 및 고인 물을 제거 및 청소 후 다시 정상운영이 될 수 있도록 원상 복구하였습니다. W11약품입고장이 개방이 되어 있는 도로이기 때문에 건식 관리가 될 수 없고, 모두가 알고는 있지만 실행에 옮기지 않은 일에 김석진 사원과 최선호 사원은 행동으로 몸소 보여주었습니다.
이 두 사원이 흘린 땀이 설비운영팀 모두의 안전을 지키는 행동에 값진 결과물이라고 생각합니다.

랜섬웨어로 부터 PC를 안전하게 지키세요!

랜섬웨어 피해예방을 위해 삼구정보보안본부에서 진행하는 보안수칙 안내 캠페인입니다.

Ransom (몸값) 랜섬 + Ware (제품) 웨어

랜섬웨어 컴퓨터 사용자의 문서를 '인질'로 잡고 돈을 요구한다고 해서 붙여진 명칭

중요한 파일은
복사본을 만들어 둔다.

모든 소프트웨에는
최신 상태로 유지한다.

실천하세요!

백신을 설치하고
주기적으로 점검한다.

발신인을 알 수 없는
이메일은 열람하지 않는다

콘텐츠 불법 공유
사이트는 방문하지 않는다

*정보보호의 날 운영 매주 네번째 수요일은 삼구 정보보호의 날입니다.

신입생 모집 [전액국비]

취업 확실~! 교육 후 바로 취업 연계

교육특전

- 우수 협약기업체 취업연계
- 자격증 취득(기능사 필기시험 면제)
- 교육비 전액 무료

① 기숙사 완비
② 식사
③ 실습재료 등
* 무료제공

내 일이 없으면 내일도 없다
No Job No Future

모집기간

● 접수 선착순 면접 실시(마감 임박~!!)

모집과정

[3월과정]

분야	교육과정	인원	교육기간
기계	CAD/CAM실무	30	2019.3.21~2020.1.23 (10개월)
전기	전기설비공사	30	
컴퓨터제어	스마트공장기반 임베디드시스템 구축	30	
가구	가구설계제작	30	
전기	태양광스마트전기제어★	25	2019.3.21~2019.11.8 (8개월)

[4월과정]

분야	교육과정	인원	교육기간
융합	3D프린터활용금형CAD/CAM★	25	2019.4.1~2019.11.19 (8개월)
메카	스마트팩토리(로봇PLC)제어★	25	
기계	기계설계제작(CAD/CAM)	30	2019.4.11~2020.2.21 (10개월)
전기	전기설비공사	30	
가구	VR가구설계제작★	25	2019.4.22~2019.11.16 (7개월)

※ 교육과정 및 교육기간은 정부정책에 따라 변경될 수 있음.
※ 별표(★)과정은 내일배움제 카드를 발급 받지 않아도 되는 과정임

원서접수

● 인터넷 접수 (선착순 면접)

인터넷 접수 | 인천인력개발원 | 검색

- 내일 배움제 카드를 발급 받는 기간이 4주 이상 걸리므로 개강일 4주 전까지 접수하셔야 합니다.

입학문의

● 전화상담 : 032)810-6520 ● 카카오톡 상담 : ic6520

대한상공회의소 인천인력개발원

스트레스와 자세불량이 불러오는
얼굴 통증, 턱관절 장애

턱관절 장애는 턱관절을 구성하는 골격, 근육, 인대, 디스크 등의 문제가 생겨서, 턱 주변부를 비롯한 얼굴에 통증과 함께 입을 벌리고 닫는데 불편함이 발생하는 복합적인 증후를 포괄하는 질환이다.
안면 부위 통증을 유발하는 원인 중 치통 다음으로 높은 비율을 차지한다. 치료가 잘 되지 않고 만성적인 경과를 보이는 경우가 많아 초기부터 치료와 생활습관 관리가 매우 중요하다.

턱관절 장애와 관련된 요인들을 종합해보면 부정교합과 같은 치과적 문제, 턱과 목에 긴장을 유발하는 심리적 스트레스, 턱관절과 주변 근육에 무리가 되는 습관, 거북목·척추 측만과 같은 자세불량 등이 주된 원인으로 파악된다.

다양한 원인으로 발생하는 턱관절 장애

턱관절 장애는 다양한 인자로 인해 발생하기 때문에 유발하는 원인을 한가지로 정의하는 것은 쉽지 않다. 다만 턱관절 장애와 관련된 요인들을 종합해보면 부정교합과 같은 치과적 문제, 턱과 목에 긴장을 유발하는 심리적 스트레스, 턱관절과 주변 근육에 무리가 되는 습관, 거북목·척추 측만과 같은 자세불량 등이 주된 원인으로 파악된다.

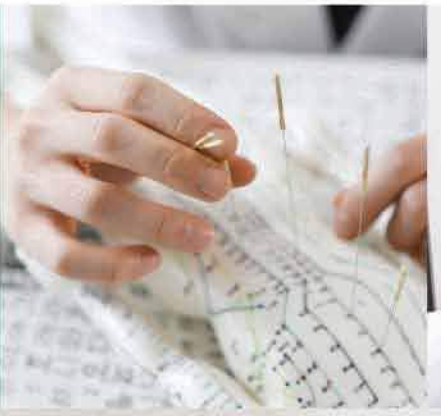
치료와 관리의 핵심

잘못된 자세로 인한 신체의 불균형 잡아주기

턱관절 장애를 치료하기 위해서는 자세의 불균형을 잡아주는 것이 우선적이다. 턱관절의 비대칭과 함께 턱관절의 악영향을 미치는 경추(목) 비대칭이나 거북목에 대한 치료도 함께 진행해야 한다. 치료를 위해서는 침, 전기침, 뜸 등을 활용하여 잘못된 자세로 인해 경직된 턱과 목 주변부 근육의 긴장을 해소해줘야 한다.
근육의 긴장을 넘어서 골격의 비대칭까지 나타난다면 추나요법를 통해 틀어진 골격을 바로 잡아줘야 한다. 만약 턱관절에 퇴행성 변화나 염증으로 인한 통증이 심한 경우에는 봉독약침을 포함한 약침 치료를 활용하여 관절염에 대한 치료도 함께 시행해야 한다.

스트레스로 인한 몸과 마음의 긴장 해소하기

턱관절 장애는 현대인들의 20~30%가 겪는 질환으로 알려져 있으며, 특히 스트레스가 많은 20~40대 연령에서 가장 많이 발생한다. 스트레스는 마음의 문제를 넘어서 턱관절에 악영향을 미치는 목과 어깨의 긴장, 턱주변 긴장 및 이갈이와 같은 몸 전체의 긴장까지 유발하기 때문에 턱관절 장애 치료를 위해서는 스트레스 관리가 필수적이다.



침구과 **구본혁 교수**

전문진료분야 : 안면신경마비, 안면경련, 안면통증(삼차신경통), 안면감각이상, 턱관절 장애, 기타 안면질환
문의 : 02.440.7141

스트레스는 체질에 따라 다양한 형태의 전신적인 문제로 파급된다. 열이 많은 체질인 경우 눈의 충혈, 입 마름, 갈증, 두통 등의 상열증(上熱證)이 나타나기 때문에, 열을 내리고 진액을 보충해주는 약이 필요하다. 비위가 허약한 체질의 환자는 식욕저하, 무기력, 어지럼증 등의 기혈(氣血)이 허(虛)한 증상으로 이어지기 때문에, 비위의 기능을 돕고 기혈을 보충해주는 약이 필요하다. 또한 갑작스러운 스트레스로 극심한 두통, 가슴통증, 두근거림 등의 기체증(氣滯證)과 관련된 증상이나타난 경우에는 사향, 용뇌 등의 약재를 사용하여 소통을 원활하게 하는 것이 중요하다.

턱관절 장애를 유발하는 생활습관과 요인

턱관절에 무리를 주는 습관

- 딱딱한 음식 씹기
- 입을 과도하게 크게 벌리기
- 교통사고와 같은 외부 충격

신체 좌우 불균형을 유발하는 습관

- 한 쪽 치아로만 음식 씹기
- 고개를 한 쪽으로 장시간 돌리고 있기
- 턱을 한 쪽으로 괴고 있기

신체 긴장을 유발하는 과도한 스트레스

- 장시간의 스트레스로 인한 목, 어깨, 편두통
- 턱의 긴장

턱관절 장애의 주요 증상을 통한 자가진단법

- 음식을 씹거나 입을 벌릴 때 턱과 얼굴에 통증이 발생한다.
- 입을 벌리려고 하면 잘 벌어지지 않는다.(4㎝ 이하)
- 입을 벌리고 닫을 때 관절에서 소리가 나고 뼈가 걸리는 듯한 느낌이 든다.
- 거울을 보면 양쪽 턱관절 위치와 주변 골격의 비대칭이 심하다.

강동경희대학교병원
KYUNG HEE UNIVERSITY HOSPITAL AT GANGDONG

강동경희대학교병원은 신기술, 신개념의 정확한 원스톱 서비스 의과대학병원, 질병중심으로 특화된 한의과대학병원, 편리와 신뢰의 고품격 치과서비스 치과대학병원으로 구성되어있다. 다른 대학병원과는 차별화 진료형태 및 운영시스템을 구축하고 있으며 동양의학과 서양의학의 융합에 의한 양한방 협진 시스템도 시행하고 있다. 신기술 접목을 통한 첨단 수술 및 검사, 치료를 진단에서부터 퇴원까지 최단시간 내 진행될 수 있도록 질병중심, 환자중심으로 진료시스템을 운영 중이다.

서울시 강동구 동남로 892 **대표전화 1577-5800 응급의료센터 440-8282**

부딪힘, 깔림, 떨어짐 사고 빈번한 지게차

지게차는 무거운 자재를 쉽게 이동시킬 수 있다는 장점 때문에 많은 사업장에서 사용된다. 하지만 지게차의 위험성에 대한 인식 부족으로 연간 1천여 건의 지게차 관련 사고가 끊이지 않고 있다. 시야확보, 안전띠 착용 등 재해예방을 위한 안전수칙을 알아보자.

지게차
포크, 램(ram) 등의 화물을 적재하는 장치와 이것을 승강시키는 마스트(mast)를 구비한 하역운반기계로, 포크리프트(Fork Lift)라고도 부른다.

정리 편집실 **출처** 안전보건협회

지게차 사망 사고 안전수칙 무시해 발생하는 경우 많아

회전반경이 작아 좁은 공간에서도 화물을 용이하게 운반할 수 있는 지게차는 제조·건설·운수·도소매업 등 다양한 산업현장에서 중량물의 적재·하역·운반용으로 널리 사용된다.

하지만 운전자 시야 불량, 무면허, 과속에 의한 사고가 매년 발생해 주의를 요하는 기계 중 하나다. 지게차에 의한 재해는 '보행자와의 부딪힘, 정비·보수작업 중 끼임, 지게차에 깔림, 운반하물의 떨어짐, 탑승자 떨어짐' 등의 형태로 나타난다. 이들 사고를 예방하기 위해서는 무엇보다 작업장 내 안전한 운행경로를 확보하고, 자격증이 있는 자가 운전하는 것이 기본이다. 근로자 및 관리감독자에 대한 교육과 철저한 현장 관리 역시 재해를 예방하는 필수 과제다.

지게차 작업 시 안전수칙 7가지

01 자격자 운전

면허취득자 운전

02 시야 확보

전방을 주시 최대적재량을 초과하지 않아야 한다.

03 안전띠 착용

지게차 깔림사고를 최소한으로 줄일 수 있다

04 보행자 통로 설치

지게차 운행 경로와 보행자 경로를 구분

05 용도 외 사용 금지

해당 장비 목적에 맞게 사용

06 출입금지 조치

지게차의 운행·정비 작업 시 통행 금지

07 작업계획서 준수

작업계획서에 기재된 내용에 따라 시행

초록식물로 홈 가드닝 도전하기

정리 편집실 **출처** 네이버캐스트

4월5일 식목일. 무심코 지나쳤을 지도 모를 나무 심는 날입니다.
계절의 변화를 느끼는 환절기면 홈 인테리어에도 변화를 주고 싶어집니다. 하지만 막상 인테리어를 바꾸자니 값비싼 가격에 엄두가 나지 않는데요. 여기 간단하고 저렴한 방법으로 집안의 분위기를 화사하게 바꿀 수 있는 방법이 있습니다. 작은 화분 하나로 우리 집을 자연 친화적이고 트렌디한 공간으로 바꾸어 주는 마법의 인테리어, 홈 가드닝(Home Gardening)을 소개합니다.

STEP 1. 홈 가드닝 초보! 관엽식물로 시작하자

"우리 집은 햇볕이 잘 들지 않는데 식물이 잘 자랄 수 있을까?", "식물 키우면 벌레가 많이 생긴다던데 괜찮을까?" 홈 가드닝에 도전하고 싶은 이들이 가장 많이 하는 질문들입니다. 꽃이 아닌 화려한 잎을 감상하는 관엽식물을 키우면 됩니다. 관엽식물은 햇볕이 부족한 곳에서도 잘 자라고, 유해물질 제거와 습도 조절, 냄새 제거 등의 능력이 다른 종에 비해 뛰어납니다.

TIP. 식물 킬러를 위한 관엽식물 관리법

햇볕을 덜 받아도 자랄 수 있지만 너무 어두운 곳은 피합시다. 자칫 잎이 물러지거나 쉽게 병이 들 수 있습니다. 식물을 키우는 이들이 가장 어려워하는 부분은 물 주기. 관엽식물은 습도가 높은 곳에서 잘 자라기 때문에 실내가 너무 건조할 때는 분무기로 공중에 물을 뿌려 습도를 높입니다

STEP 2. 햇볕이 부족한 공간에는 스킨답서스와 스투키

거실, 베란다를 제외한 집 안의 공간은 햇볕이 잘 닿지 않는 경우가 많습니다. 이런 공간에는 햇볕이 부족해도 잘 자라는 고사리 종류, 스킨답서스, 스투키 등을 추천합니다. 식물마다 특징이 달라서 그 환경에 어울리는 식물을 배치한다면 열악한 환경에서도 충분히 식물을 키울 수 있습니다.

TIP. 습하고 그늘진 화장실에 어울리는 관엽식물

화장실은 습하고 그늘이 많은 공간입니다. 그늘진 곳에서 잘 견디는 식물, 습한 공간을 좋아하는 식물을 키우기에는 좋습니다. 또한 일 년 내내 아름답고 우아한 꽃대를 올리고, 화장실에서 발생하는 각종 냄새와 암모니아 가스 제거 능력이 뛰어납니다

STEP 3. 인기 만점 행잉식물 도전하기

공기 중 습도와 영양을 먹고 사는 행잉식물은 공중에 매달 수 있어 많은 공간을 차지하지 않습니다. 허전할 수 있는 위쪽 공간을 꾸며주고 시원하면서도 이국적인 분위기를 연출해줍니다. 무엇보다 가장 큰 매력은 흙 없이 키울 수 있다는 것. 사랑스런 하트 잎, 디시디아는 흙 없이 키워도 덩굴식물처럼 늘어지게 키울 수 있습니다. 거꾸로 자라난 수염처럼, 틸란드시아는 공기 중의 수분과 먼지 속에 있는 미립자를 자양분으로 자라는 식물입니다.

TIP. 행잉식물 가드닝 이렇게 해 보세요

행잉식물을 천장에 걸 때는 크기와 길이가 다른 형태들을 다채롭게 배치하는 것이 좋습니다. 비어 있거나 삭막해 보이는 공간에 리듬감과 생동감을 줄 수 있습니다.

SIGNATURE TOWERS SEOUL

OPEN

KICHENS TWELVE

지하1층 시그니쳐몰 키친스트웰브 오픈

JUST COFFEE

もくもく 모쿠모쿠 Shabu Shabu

수북 덮밥 · 샐러드

신룽푸마라탕

명품한우수제만두 한우가 수제 분식

제주 삼다밥상

중화요리 맛에 빠지다 迷宮 밍궁

수제돈가스전문점 바삭반상 바삭에 반한 상차림

양푼이 김치찌개 · 제육볶음 소사잇집

ラーメン まる MARU 일본라멘 돈부리

미소초밥

철판볶음전문 mau TEPPAN EXPRESS DINER

위치 : 서울특별시 중구 청계천로 100 시그니처타워 지하1층

추억의 해피라면

NEW!!

맛도 HAPPY!

가격도 HAPPY!

라면은 농심
농심

퀴즈 풀고 상품받자!

〈삼구愛〉는 독자의 참여로 만들어집니다. 메일이나 우편을 통해 다양한 의견과 퀴즈의 정답을 보내주시는 분들 중 세 분을 추첨하여 문화상품권을 드립니다.

Q1 삼구 가족이 절도범을 잡은 일로 인천 남동경찰서장으로부터 표창장을 받은 정윤호 보안대원의 근무처는 어디일까요?

❶ 뉴코아아울렛 부천점 ❷ 뉴코아아울렛 강남점
❸ 뉴코아아울렛 평촌점 ❹ 뉴코아아울렛 인천점

Q2 밀가루, 부침가루, 튀김가루, 파스타, 국수를 생산 판매하는 국내 제분업계 넘버원 대한제분의 브랜드 명칭은 무엇일까요?

❶ 백설밀가루 ❷ 곰표밀가루
❸ 해표밀가루 ❹ 큐원밀가루

Q3 파라다이스 시티 현장에서는 업무 뿐만 아니라 소통창구로 활용하며 자연스럽고 편한 공간, 손 쉬운 접근성으로 기업문화, 교육, 업무(작업 전/후), 개선사항 등을 실시간으로 공유하는 장으로 자리잡고 있는 것은 무엇일까요?

❶ 카카오톡 ❷ tictok
❸ BAND ❹ 네이트온

보너스 퀴즈

Q4 삼구정보보안본부에서 진행하는 보안수칙 안내 캠페인 중 컴퓨터 사용자의 문서를 '인질'로 잡고 돈을 요구한다고 해서 붙여진 명칭은 무엇일까요?

❶ 트로이목마바이러스 ❷ 스파이웨어바이러스
❸ 랜섬웨어 ❹ 웜바이러스

3월호 당첨자

1. 최성호 님 - LG디스플레이 구미
2. 이승하 님 - 광명역도심공항터미널
3. 김철연 님 - 광교 아브뉴프랑
4. 이옥경★ 님 - SK하이닉스 이천

보너스 퀴즈를 맞추시는 분 中 한분께 농심 **'해피라면'**을 보내드립니다.

보내시는 곳

매월 말일까지 접수분에 한하며, 개인 정보는 발송 후 한 달 안에 폐기 됨을 알려드립니다.

※ 퀴즈응모시 반드시 주소, 성명, 연락처를 기재해 주세요.

• 우편접수 :
04542 서울시 중구 청계천로 100,
동관6층 (수표동, 시그니쳐타워) 홍보팀

• e-mail : **hj0396@samkoo.com**

LG, 삼성 TV 고배송 샵에서

해외에서 훨씬 저렴하게 직구 하세요!
가격은 사이트에서 확인해 주세요!

다양한 TV, 한정수량만 고배송샵에서 특별가격 판매중
해외, 국내 모든 배송비 포함가격, 관부가세 별도

고배송 직구 사이트 http://shop.gobaesong.com

해외직구 하시는 분들께
가장 좋은 서비스로 인정받고 있는
고배송은 빠르고, 저렴하고, 확실한 서비스로 인정받고 있습니다.
gobaesong.com사이트에 방문하시면 다양한 이벤트 가격을 보실 수 있습니다.

55'' | 4K | 2x HDMI | SMART

SAMSUNG UN55NU6950 55" 4K UHD LED LCD TV

65'' | 4K | 3x HDMI | SMART

SAMSUNG UN65NU740D 65" 4K UHD LED LCD TV

55'' | 4K | 4x HDMI | SMART

LG 55UK6500AUA 55" Ultra HD LED LCD TV

65'' | 4K | 4x HDMI | SMART

LG 65UK6500AUA 65" Ultra HD LED LCD TV

고배송 Gobaesong

www.gobaesong.com 고배송 검색

미국에 다양한 쇼핑사이트에서 구입한 물건을 고배송 물류센터로 보내주시면 한국에 원하시는 곳까지 배송을 대행 해드립니다.
www.gobaesong.com에서 다양한 이벤트와 해외 배송에 대한 정보도 제공합니다.
고배송 물류센터는 미국 뉴저지와 델라웨어에서 서비스합니다.
고배송 카페에서 다양한 "쿠폰을 받아가세요" http://cafe.naver.com/gobaesong

창립 51주년 기념 제 7 회 삼구 '감사 사진 공모전'

밥 한 끼의 의미, 7시에 무엇하세요?

한솥밥. 누군가와 식사시간을 함께한다는 것!
따뜻하고 소중한 추억을 사진에 담아 보내주세요.

지 원 자 격	삼구 가족
응 모 주 제	따뜻한 밥 한 끼에 대한 추억
응 모 일 정	2019년 4월 1일 ~ 2019년 4월 30일 (30일간)
응 모 방 법	• 우편접수 : 서울특별시 중구 청계천로 100, 시그니쳐타워 동관6층 (수표동) • e-mail : hj0396@samkoo.com • 담당 매니저에게 전달 中 택1 ※ 양식 – 홈페이지 공지사항에 업로드 예정 (4월 1일부터)
상 금	• 대상 1명 100만원 • 최우수상 2명 50만원 • 우수상 3명 30만원 • 장려상 5명 10만원 • 참가상 전원 응모주제 요건 충족 시
담 당 자	홍보팀 (02-828-3856)
당선자 발표	2019년 5월 15일 (홈페이지 팝업 및 공지사항) *대상 수상자 개별 연락후 시상예정

4월 1일 홈페이지 리뉴얼 오픈

QR코드 : WWW.SAMKOO.COM 공지사항 바로가기

Samkoo www.samkoo.com (주)삼구Inc. 서울특별시 중구 청계천로 100, 시그니쳐타워 동관6층 (수표동) • 대표전화 02.828.3939 • 전국공통 1588.2239