

# 늘품

SUMMER VOL. 2

ISSN 2733-5429





# 잠시

잉계 술

잠시 시대의 어지러움으로부터  
그대의 눈과 귀를 돌려라.  
그대의 마음이 스스로 정화되기 전엔  
이 시대의 어지러움은 그대의 힘으로도  
치유될 수 없는 것.

이 세상에서 그대가 할 일은  
영원을 지키며 기다리고 응시하는 것  
그대는 이미 이 세상에  
묶여 있고 또 풀려나 있으니.

그대를 부르는 때가 오리니  
그대 마음을 준비하고  
꺼져가는 불길 속  
마지막 불꽃을 위해  
그대를 던지리라.

# CONTENTS

## SPECIAL TALK

- 04 **休머니즘**  
제대로 쉬고 있습니까?
- 06 **충전 노하우**  
건설인들이 알려주는 나만의 '충전' 노하우
- 08 **희망을 만나다**  
공사판을 스튜디오로 막노동 포토그래퍼 황태석
- 12 **휴식 같은 책**  
삶에 여유를 선물해주는 책

## HAPPY LIFE

- 14 **건강 플러스**  
숙면의 기술
- 16 **가족 사진관**  
김유현 건설근로자 가족의 "가족사진 촬영記"
- 20 **톡톡 상담소**  
감정조절 ON/OFF

## PEOPLE STORY

- 22 **건설기능장들의 비법전수**  
기초 작업 '바탕'을 강조하는 김성수 도장 명장
- 24 **Thanks 공제회**  
푸른등대 건설근로자공제회 기부장학생 수혜 사례
- 26 **직접 체험하러 갑니다**  
기술을 기르고 꿈을 키우다. 이도타일직업학원
- 30 **건설잡학사전**  
키워드로 읽는 「건설근로자법」
- 32 **공제회 팀 탐방**  
건설근로자의 행복이 곧 우리의 행복! 고객복지팀

## CWMA IN&OUT

- 36 **알아두면 도움 되는 제도**  
건설일용직 임금 체불, 소액체당금으로 지급받기
- 38 **공제회 서비스 A to Z**  
취업·훈련서비스 신청방법
- 40 **공제회 뉴스**  
광주지역 건설기능인 일자리 창출 등 업무협약 체결 등
- 48 **독자의 글**
- 49 **소식지를 읽고**
- 50 **독자 마당**

소식지 제호 「늘품」은 순우리말로써  
‘꿈’은 ‘공동체’, ‘늘’은 ‘계속하여 언제나’를  
의미하며, 늘 건설근로자를 생각하며 함께  
성장하는 공제회와 건설근로자 간의  
공동체적 관계를 의미합니다.

**발 행 일** 2020년 7월 1일  
(통권 제2호)  
**발 행 인** 송인희  
**편 집** 「늘품」편집발행위원회  
**발 행 처** 건설근로자공제회  
**담당부서** 혁신기획팀  
**전 화** 02-519-2018  
**팩 스** 0505-182-8311  
**주 소** 서울특별시 중구 남대문로 109  
국제빌딩 10층  
**제 작** ㈜명진씨앤피



스마트폰으로 스캔하시면  
소식지를 보실 수 있습니다.



## 제대로 쉬고 있습니까?

우리는 숨이 턱까지 찼을 때 비로소 휴식을 취한다. 몸 한구석 어딘가 아파야지 겨우, '이제 좀 쉬어야겠다'고 생각한다. 마치, 실 자격을 갖춰야 할 수 있는 사람처럼 말이다. “피곤해”를 입에 달고 사는 당신을 위해 이번 호에는 “충전”을 테마로 이야기하고자 한다.

### 제대로 쉬어야 재충전이 된다

“주말에 14시간이나 잤는데도 피곤해”

“아무것도 안 했는데도 피곤해”

“요즘 딱히 뭘 하는 게 없는데도 피곤해”

“그냥 쉬고 싶어. 근데 뭘 어떻게 쉬어야 할지 모르겠어.

피곤해”

누구나 한 번쯤은 해봤을 법한 말이다. 일과 삶의 균형을 맞추자는 의미로 워라밸(work-life balance)이란 신조어도 탄생했지만, 일상은 여전히 ‘피로’와 전쟁을 치른다. 혹자는 “그냥 쉬지 뭘 어렵게 생각해?”라고 물을지도 모르지만, 제대로 온전히 쉬는 것 또한 연습이 필요하다. 하던 일을 멈추고, 휴대전화를 마음껏 본다고 해서 쉬는 게 아니다. 단 1분을 쉬더라도 제대로 쉬어야 재충전이 되는 법이다.

휴식은 부교감신경을 활성화해 쌓였던 스트레스를 완화하고, 새로운 에너지를 채우는 과정이다. 부교감신경은 우리 몸의 휴식과 재생, 치유와 회복을 담당하며 소화력과 면역력을 높이는 역할을 한다. ‘휴식’은 그만큼 중요하다. 그런데 스트레스가 더해지는 잘못된 휴식도 있다. 가령 퇴근 후, 소파와 한 몸이 되어 TV 리모컨 채널만 돌리다 잠드는 경우다. 요즘은 어쩔 수 없이 ‘집콕’을 해야 하는 상황이지만 잘못된 휴식은 오히려 ‘독이 되므로 보다 현명한 재충전의 시간을 가져야 한다.

### 누구나 휴식을 취할 권리가 있다

최근에는 었친 데 덮친 격으로 코로나19 상황이 장기화하면서 코로나 블루(코로나19 사태로 일상에 큰 변화가 닥치면서 생긴 우울감이나 무기력증) 증상을 호소하는 이들이 많아졌다. 급작스러운 재난 상황에서 발생한 불안과 두려움 그 기저에는 나로 인해 발생할지도 모를 피해에 대한 염려가 들어 있다. 코로나19로 인한 일상의 피로까지 더해진 지금, 그 어느 때보다도 재충전의 시간이 절실하다. 특히 건설 분야는 타 분야와 달리 재택근무가 어려운 환경이라 피로 누적의 굴레에서 벗어날 길을 찾아야 한다. 그러면, 어떻게 쉬어야 잘 쉬는 것일까.

먼저 휴식에 대한 생각을 바꿀 필요가 있다. 쉬면서도 생산적이고 유익한 일을 해야 한다거나, 여행을 가더라도 남부럽지 않은 곳에 가야만 한다는 생각 등이다. 휴식은 온전히 나를 위한 시간이 되어야 한다. 다른 사람의 눈치 볼 것 없이 자기가 편한 게 최고다. 혹자는 자연 속에서 휴식을 얻



지만, 자연에 별다른 감흥이 없는 사람에게는 산이나 바다가 좋은 휴식처가 되지 못한다. 온종일 집에서 낮잠을 자는 게 더 좋은 휴식이 되는 사람도 있다는 걸 인정해야 한다. 사람을 만나는 데서 에너지를 얻는 사람도 있지만 에너지를 소모한다고 느껴 피곤해하는 사람도 있다는 걸 받아들여야 한다.

부부 사이에도, 친구 관계에도, 가족 간에도 서로의 취향에 맞춰 쉬는 법을 존중해야 하는 이유다. 누구나 휴식을 취할 권리가 있다. 함께 하고 싶은 휴식, 혼자 있고 싶은 휴식, 어느 쪽이든 한 발씩 양보해서 합의점을 찾아야 한다. 사람마다 식성이 다른 것처럼 휴식하는 방법도 제각각이니깐.

### 나에게 필요한 새로운 에너지를 채우는 휴식

때론 지나긴 휴가 기간 ‘방콕’하며 아무것도 하지 않고 시간을 보내버린 것에 죄책감(?)을 느끼는 이들도 있다. 이들은 다음에는 좀 더 멋진 휴가를 보내리라 다짐하며 원대한

계획을 세운다. 그런데 무엇을 꼭, 그럴싸하게 해야지 휴식을 잘 취했다고 말할 수 있는 것일까? 여기서 중요한 것은 바로 ‘내가 무엇을 할 때 스트레스가 풀리는지’를 알고 있는나다. 게임을 하면서 시간을 보낼 때, 박물관을 관람할 때, 쇼핑할 때, 운동할 때, 사람들과 어울려 먹고 마실 때, 책을 볼 때, 아무것도 하지 않을 때, 청소할 때 등등 사람마다 자신만의 스트레스 해소 방법이 있다. 내가 무엇을 할 때 즐거운지, 어떻게 해야 스트레스가 풀리는지를 아는 것부터가 온전한 휴식의 시작이다.

영어로 휴식은 리프레싱(Refreshing)이다. 말 그대로 에너지를 채워 넣고 다시금 새로운 의욕을 불어넣는 일이다. 무엇을 해도, 무엇을 하지 않아도 쉬는 것 같지도 않고 스트레스만 쌓여간다면 자기의 마음을 먼저 들여다볼 필요가 있다. 나를 짜증스럽게 만드는 것, 나를 움아매는 것, 나를 슬프게 만드는 게 무엇인지 스스로 물어보는 것만으로도 마음속에 답이 떠오르고, 그러면 묘하게 뻗힌 마음이 풀어지기 시작한다. 마음이 무거우면, 어떤 방식으로든 제대로 휴식을 취하기 어렵다. 나에게 필요한 게 무엇인지 그 답을 찾을 때 비로소 제대로 된 휴식이 찾아온다. 우리의 삶을 더 건강하게 만들어주는 휴식, 새로이 재충전된 몸과 마음으로 여름을 즐겨보자.

영어로 휴식은 리프레싱(Refreshing)이다. 말 그대로 에너지를 채워 넣고 다시금 새로운 의욕을 불어넣는 일이다. 무엇을 해도, 무엇을 하지 않아도 쉬는 것 같지도 않고 스트레스만 쌓여간다면 자기의 마음을 먼저 들여다볼 필요가 있다.



## 건설인들이 알려주는 나만의 ‘충전’ 노하우



### 찜질방에서 이열치열

보미엔지니어링에서 근무 중인데, 뜨거운 여름철, 땀 흘리고 일을 마치고 나면 가장 먼저 친구들이 생각나죠. 가끔 만나 즐겁게 이야기 나누고 노는 것이 힐링 포인트입니다. 주말에는 친구들과 찜질방에서 이열치열, 냉방에서 놀다 보면 스트레스가 ‘훅’ 사라집니다. 친구들과 맛있는 것도 사 먹고 이야기 나누는 것으로 원기회복 완료! 집에서는 함께 살고 있는 네 살 조카와 함께 노는 게 최고의 행복입니다. 조카가 ‘삼촌~ 삼촌’ 하면서 따라오면, 지쳤던 몸과 마음도 사르르 풀린답니다. 그래서 요즘은 조카 바보로 살고 있죠. 지금은 조카의 재롱만으로도 재충전 완료입니다.

권영규 보미엔지니어링 근무

날씨는 점점 후텁지근해지고, 한 해의 중간 매듭도 지어야 해서 마음이 바빠지는 시기이다. 축구경기에도 하프타임이 있듯 우리 삶에도 재정비 시간이 필요하다. 일과 사람과 더위에 지쳤다면, 잠시 내려놓고 몸과 마음을 다독이며 후반전을 맞이해 보자. 분주한 일상 속에서 몸과 마음을 재충전하는 나만의 방법을 건설인들에게 물었다.

### 몸과 마음을 비우는 낚시

현장 일용직으로 타일 시공을 배우기 시작해서 20년 동안 이 일을 해왔고, 이제는 훈련교사로 후배들을 양성하는데 힘쓰고 있습니다. 몸으로 직접 부딪치며 일을 하니 힘들 때도 많지만 일에 대한 자부심만은 한가득입니다. 현장에서 힘들고 복잡한 일이 있을 때는 ‘낚시’를 하러 떠납니다. 요란하게 하는 바다낚시보다는 한적한 강에서 조용히 낚시를 즐기는데, 물고기를 잡는 쾌감 때문이 아니라, 몸과 마음을 비우러 가는 편이죠. 조용한 곳에서 오랜만에 지인들에게 전화해 안부도 묻고, 근처 처음 보는 낚시꾼들과 이야기 나누는 재미가 쏠쏠 하답니다. 오롯이 나에게 집중하면서 시간을 보내는 것이 큰 힘이 됩니다.

양기봉 (주)개성시대 T&I 근무, 타일시공자협회 부회장, 대전공고 훈련교사



### 심장을 두드리는 강렬한 사운드

현장에서 30년 넘게 적벽돌 시공을 하고 있는데 요즘 힘이 솟는 재충전 포인트는 바로 ‘전자기타’ 연주입니다. 3년 전 우연히 악기사 앞을 지나가다 ‘기타교실’ 문구가 눈에 띄어 전자기타를 배우기 시작한 것이 첫 시작입니다. 지금은 그 매력에 푹 빠져 저녁에 일 끝나고 바로 연습실에 가서 한두 시간씩 연습합니다. 30년 동안 다니던 조기 축구회도 횡수를 줄이고 그 좋아하던 축구도 지금은 뒷전이 되었네요. 일주일에 3~4일을 통기타를 치는 친구와 하모니카를 부는 친구 이렇게 셋이 모여 연습하다 보면 즐거움만 남아 힘이 불끈불끈 솟는답니다. 아들 결혼식 때 축하 공연을 했는데 “멋지다”는 말을 많이 들었습니다. 더 열심히 연습해서 양로원 같은 곳에서 무료 연주 봉사활동을 하는 게 꿈입니다.

최현욱 영승이엔지 근무, 적벽돌 시공 능력자, 기능인경진대회 은상 수상

### 자연 속에서 고요한 힐링을

제주 업무인 타일 시공은 집이나 건물이 많은 도심에서 주로 일을 하게 되는데, 그래서인지 자연 속 시원한 공기가 늘 그립습니다. 여름에 지칠 때 집에서 멀지 않은 서해로 나가 조개나 게 등을 잡는 재미를 느끼면서 재충전을 합니다. 날씨가 덥긴 하지만 일상에서 벗어나 탁 트인 바다를 가만히 바라보고 있으면 기분이 한없이 좋아져요. 꼭 바다가 아니더라도 계곡에서 발 담그고 가만히 물 흘러가는 것만 봐도 좋죠. 풍경 좋은 곳에서 새로운 공기를 마시며 자연과 하나가 될 때 ‘뽕’ 뚫리는 기분입니다. 사람 많은 곳보다는 조용한 자연 속에서 즐기는 것이 나만의 재충전 포인트라고 할 수 있죠. 여러분도 일상에서 벗어나 활력을 찾아보세요.

김동성 바로건설 근무, 인덕공고 훈련교사, 2019년 타일 시공 대통령상 수상



## 내가 본 것을 당신도 볼 수 있다면 ————— 막노동 포토그래퍼 황태석 작가

막노동 포토그래퍼 황태석(33). 허허벌판 건설 현장에서 방수작업을 하며 우연히 찍은 사진 한 장이 그의 인생을 바꿔놓았다. 사람들은 그의 사진을 보고 감탄했다. 도대체 그런 감수성이 ‘어디에서 오는 것인지’ 궁금해했다. 그의 사진 속엔 우연히 지나쳐간 공간, 한 번도 ‘아름답다’고 생각하지 못한 공간, 익숙해서 간과했던 공간의 아름다움이 담겨있다.



자세히 보아야 예쁘다.  
오래 보아야 사랑스럽다.  
너도 그렇다.  
- 나태주, 풀꽃

### 건설 현장, 그 시간의 풍경을 담다

그는 한때 일러스트 삽화 작가였고, 컴퓨터 프로그래머였다. 이후 우연한 계기에 건설 현장에서 방수 기술을 전문적으로 배우며 일을 하던 그는 인생의 전환점을 맞게 된다. 쉬는 시간 틈틈이 휴대전화로 촬영한 여러 장의 사진이 SNS상에서 화제가 되며 ‘막노동 포토그래퍼’란 수식어를 얻게 된 것이다. 알코올 중독으로 힘든 시간을 보내던 그에게 ‘건설 현장’이 두 가지 삶의 선물을 가져다준 셈이었다. 하나는 일상으로의 복귀였고, 또 다른 하나는 ‘사진’이란 표현 도구의 발견이었다. “창작 자체에 관심이 많아요. 사진은 여러 창작 수단 중 하나인 거고요. 여러 가지 소재를 사진에 담고 싶었는데 건설 현장이 첫 번째 주제가 된 거죠. 현장에서는 몸을 쓰는 고된 일을 하다 보니까 점심 후에는 대부분 낮잠을 자거든요. 그러면 건설 현장 특유의 소음들로 가득했던 공간이 일순간 사라지면서 고요해져요. 그 시간의 풍경이 다르게 보이더라고요. 그래서 사진에 담기 시작했죠.”

### 비현실적이면서도 특이한 미를 만들어내는 건설 현장

미(美)와는 거리가 먼, 거친 질감과 미완성의 불규칙한 패턴으로 가득 찬 건설 현장에서 그의 눈에 띈 아름다움은 무엇이었을까. 넓은 의미에서 ‘창작(創作)’이란 울타리 안에 살던 그에게 건설 현장은 단순히 투박하기만한 공간은 아니었다. 아름다움을 살피 찾는 그만의 안목은 사물을 다르게 보는 데서부터 시작됐다.

“개인적으로 가장 애착이 가는 사진이 있어요. 네모난 프레임에 파란색 망과 빨간색 띠가

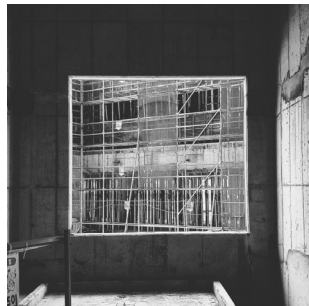






돌린 창가 사진이에요. 이 사진을 시작으로 건설 현장을 본격적으로 촬영하게 됐죠. 네모난 프레임도 개념적으로는 창문이지만 그 이전에는 그냥 뚫린 공간일 뿐이잖아요. 그곳을 ‘창문’이라 표시하기 위해 붙여둔 원색적인 망과 띠의 색감이 현장 분위기와 대비되어 뭔가 강렬하게 다가왔어요. 비현실적이면서도 특이한 아름다움이라고 생각했거든요.”

그냥 무심코 지나칠 수도 있는 공간. 그는 그 안에서 ‘심미안’이란 자신만의 표현 도구를 꺼내 들었다. 무언가를 만들어 사람들에게 보여주고 싶은 욕구도 더해졌다. 그의 사진에 대한 사람들의 뜨거운 반응까지 이에 힘을 보탰다. “평소에 재미있는 아이템들을 생각하고 있다가 하나의 결과물로 만들어서 사람들과 공유하고 싶었어요. 제가 호기심이 많거든요. 어쨌든 그 자체로도 재밌는 일이잖아요. 덕분에 제가 만든 콘텐츠가 사람들에게 재미를 줄 수 있다는 걸 알게 되기도 했어요.” SNS에서 ‘데일리 노가다(@dailynokada)’란 닉네임으로 활동하고 있는 그의 최애 댓글은 멀리 외국 건설 현장에 있는 분이 남긴 공감의 한 마디였다. 건설 현장 밖, 감탄하는 대중의 반응 못지않게 건설 현장 안, 그곳을 잘 이해하는 이가 남긴 공감은 그의 기억에 오롯이 남았다. “공사 현장 특유의 차가움과 날카로움 그리고 오묘한 색감의 조합들이 어우러져 풍기는 세기말적인 감성을 공감하는 누군가가 있다는 게 무척 신기하고 즐거웠어요.” 낯것 그대로의 거친 건설 현장 속에서 그가 발견한 미(美)의 가치를 알아봐 주는 이들이 있다는 것. 그 자체만으로도 그는 행복한 사람이 아닐까.



황태석 작가의 사진 작품

### 낮선 듯 익숙한 아름다움의 재발견

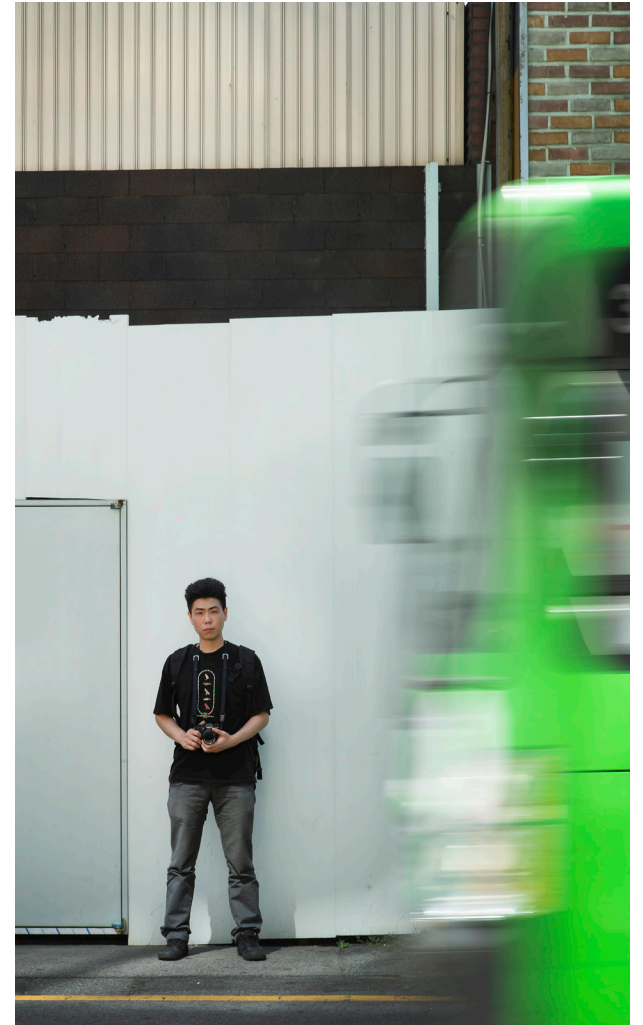
‘어글리 뷰티(Ugly Beauty)’란 패션 트렌드가 있다. ‘못생겨서’ 예쁘고, ‘못생긴데’ 예쁜 일종의 반어적인 표현이다. 중요한 건 어글리 뷰티만의 오묘한 아름다움을 발견하는 이들이 존재한다는 사실. 아름다움을 한 마디로 규정할 수 없는 이유다. 보는 관점에 따라 생각과 태도와 방향의 차이가 구분 지어지듯 그가 바라보는 세상은 우리가 미처 보지 못했던 아름다움을 일깨워준다. 그는 “전혀 어울리지 않는 것들로, 시각적인 미(美)보다 피사체를 바라보는 인

식 자체를 뒤트는 과정 그 자체가 아름답다고 생각한 다”며 자신이 생각하는 미(美)의 철학을 차분히 설명했다. 누가 봐도 예쁘고, 탐스럽고, 보기 좋은 피사체가 아닌 거칠고, 투박하고, 지저분하고, 차가운 공간에 그가 더 매력을 느끼는 이유가 있었다.

“누가 봐도 예쁜 사진은 잘 찍는 사람이 이미 많다”며 호탕한 미소를 지어 보인 그는 자기 사진이 언제 어디서든 보고, 느끼고, 즐기며 가볍게 소비되길 바랐다. 마치 울타리를 허문 예쁜 정원에 누구라도 들어와 감상할 수 있는 것처럼. 피사체에 과도한 의미를 부여하길 꺼리고, DSLR 카메라보다 언제 어디서든 쉽게 꺼내 찍을 수 있는 휴대전화를 더 좋아하는 그에게 그 다음 주제는 ‘쓰레기 매립지’다. “언젠가 쓰레기 매립지를 가까이에서 본 적이 있어요. 형형색색의 쓰레기

더미가 산을 이루는데 그 풍경이 뭔가 현실적이지가 않는 거예요. 저한테는 낯선 기분을 준, 신기한 공간이라 전국에 있는 쓰레기 매립지를 찾아다니며 영상으로 담고 싶어요.”

그는 여전히 건설 현장에서 일하고 있다. 인력사무소를 통해 일을 받기 때문에 일이 있으면 하고, 없으면 할 수 없는 하루하루지만 ‘웬’을 위해 ‘돈’을 벌어야 하고 그러기 위해 ‘일을 해야 하는 순리’ 또한 ‘자유’라 부르는 그였다. “꼭 막노동이어야 하는 건 아니에요. 다른 무엇이든 할 수는 있겠죠. 하지만 이걸 제 선택이고, 삶의 방식이에요. 앞으로 다양한 프로젝트를 진행해 보고 싶거든요.” 반드시 어딘가 소속되어, 오래오래 한 자리를 지키며 일하는 게 ‘정답’이라는 인식을 뒤트는 그의 선택이 또 어떤 아름다움을 이끌어낼지 기대된다. 다르게 보아야 예쁘다. 너도 그렇다.





## 삶에 여유를 선물해주는 책

“힘들고 어려운 일을 할 때에는 일하는 만큼의 휴식도 필요하다.” 미겔 데 세르반테스의 말처럼 삶의 여정 속에는 휴식이라는 선풍기가 필요하다. 휴식의 시간이란 지난 시간을 되돌아보며, 더 나은 곳으로 도약할 수 있는 집중력과 에너지를 얻는 아주 중요한 순간이기 때문이다. 지친 몸과 마음을 새롭게 다지는 여유 시간, 도움을 주는 책들을 살펴보자.



### 그리스인 조르바

니코스 카잔차키스 지음 | 이윤기 옮김 | 열린책들

호쾌한 자유인 조르바가 펼치는 영혼의 투쟁을 풍부한 상상력으로 그리고 있다. 이야기는 젊은 지식인 ‘나(저자)’가 크레타 섬으로 가는 배를 기다리다가, 60대 노인이지만 거침이 없는 자유인 조르바를 만나는 것에서 시작된다. 작품 속 조르바는 물레를 돌리는 데 거추장스럽다고 손가락을 잘라버리고, 수도승을 꼬여 타락한 수도원에 불을 지르는 등 초인과의 같은 인물이다.

조르바는 만물에 대한 경이와 애정을 가지고, 순간의 자유와 현실을 충분히 누린다. 온몸으로 생을 살아낸 그에게는 그만의 삶의 지혜가 있다. 조르바의 거침없이 자유로운 영혼의 투쟁을 통해 삶에 대한 긍정의 에너지를 경험하게 된다.

“일을 어정쩡하게 하면 끝장나는 겁니다.  
말도 어정쩡하게 하고 선행도  
어정쩡하게 하는 것, 세상이 이 모양 이 꼴이  
된 건 다 그 어정쩡한 것 때문입니다. 할 때는  
화끈하게 하는 겁니다. 못 하나 박을 때마다  
우리는 승리해나가는 것입니다.”



### 완벽하지 않은 것들에 대한 사랑

헤민 지음 | 수오서재

이 책에는 완벽하지 않은 것들로 가득한 나 자신과 가족, 친구, 동료, 나아가 이 세상을 향한 온전한 사랑의 메시지가 담겨 있다. 우리 안에는 완벽하지 못한 부분들만 존재하는 것이 아니라, 부족한 부분을 따스하게 바라보는 자비로운 시선도 함께 있음을 일깨워주며 마치 엄마가 내 아이를 지켜보는 사랑의 눈빛으로 나 자신을 돌보고 내 본성을 깨치도록 도와준다.

다른 사람 눈치만 보다 내면의 소리를 잊고 사는 현대인들, 서운한 감정이나 용서하기 힘든 사람 때문에 고통받는 이들, 좌절의 경험 후 용기와 치유가 필요한 사람, 진정한 내가 무엇인지 인간 본성을 깨닫고 싶어하는 이들에게 따뜻한 등불 같은 길잡이가 되어줄 것이다.

“사람은 가까이서 보면 누구나 모순되고  
약한 존재들입니다. 말과 행동이 상황에 따라  
다르고, 누구 앞에서 이야기하느냐에 따라  
다르게 말하며, 타인에겐 잘하는데 가족에겐  
오히려 함부로 대하고, 가치관도 상황에 따라  
급방 변하는... 성숙은 이런 불완전하고,  
앞뒤 맞지 않는 모습을 자기 스스로 돌아보면서  
성찰하는 것에서 시작합니다.”



### 철학으로 휴식하라

안광복 지음 | 사계절

어떤 나이이든지 어떤 상황에 처해 있든지, 인생의 고민은 누구에게나 있다. 좋아지지 않는 경제 상황, 마음과는 달리 풀리지 않는 인간관계, 사랑이나 돈 또는 인정에 대한 욕망 등. 이러한 고민은 인생의 굴이굴이에 차례로 나타나게 마련이다. 하지만 누구도 시원한 답을 주지는 못한다. 고대의 많은 철학 학파들은 철학을 그저 추상적인 이론을 연구하거나 문헌을 해석하는 활동이 아니라 “삶의 기술”로 여겼다. 그리고 철학자들 스스로 ‘인생을 위한 의사’가 되고자 했다.

이론으로서가 아니라 삶을 위한 처방으로서의 철학이야말로 철학의 진짜 모습이다. 경쟁과 갈등, 불안으로 흔들리는 현대인들을 위한 철학적 상담의 처방전이다.

“자유인은 일에 매몰되는 경우가 없다.  
그들은 치열한 현실에서 벗어나 여유 속에서  
지금 하는 일의 의미를 되문곤 한다.  
‘내가 하는 작업이 내 인생에 무슨 의미가 있을까?’,  
‘세상에 꼭 필요한 일일까?’ 등등 노에는  
반복할 뿐이지만 자유인은 성찰한다.”

# 숙면의 기술

‘좋은 잠이 쌓인다. 좋은 나를 만든다.’  
어느 침대 브랜드의 TV광고 카피처럼 좋은 잠은  
피로에 지친 몸과 마음의 가장 좋은 해결책이다.  
반대로 불면증은 삶의 질을 떨어트리고,  
치명적인 생활습관병을 야기한다.  
그러면 좋은 잠이란 무엇일까?  
숙면을 위한 생활팁을 소개한다.

## 혹시 나도 수면 부족?

우울증, 면역력 약화, 비만, 기억력 감퇴, 심혈관질환, 뇌졸  
중... 우리 주변에서 흔히 발생하는 질병으로 수면 부족  
이 그 원인으로 손꼽힌다. 수면이 부족할 때 어떤 증상들  
이 나타나는지 살펴보면, 잠이 우리 건강에 얼마나 중요한  
지 알 수 있다. 충분히 잠을 자지 못하면 면역력이 약해지  
고, 호르몬 이상으로 여러 질환을 유발할 수 있기 때문이  
다. 수면의 질은 건강한 삶을 위한 바로미터. 현재 나의 상  
태는 어떤지 체크해보자!

### 수면 부족 증상 자가진단

- ☐ 자주 식욕을 느낀다  
☐ 집중력이 떨어졌다  
☐ 단기 기억력이 떨어졌다  
☐ 대화를 이어가기 힘들다  
☐ 운전할 때 나른하고 피로한 기분이다  
☐ 몸이 아프지만 특별한 증상은 없다  
☐ 쉽게 우울해진다

3개 : 올바른 수면 습관 필요  
4개 : 충분한 휴식 필요  
5개 이상 : 수면 부족 의심

## 숙면, 이렇게 해보세요!

인간은 하루 평균 30%를 잠자는 데 쓴다. 누군가는 이 시  
간도 아까워 잠자는 시간을 쪼개가며 살지만, 잠은 다  
양한 신체 활동에 영향을 주기 때문에 반드시 ‘보장’되어  
야 하는 필수 요소다. ‘꿀잠’을 위한 건강한 수면 습관! 생  
활 속에서 쉽게 실천할 수 있는 숙면의 기술을 살펴보자.

### 슬립테크

#### SLEEP TECH

숙면을 위해 가끔은 기술의 도움이 필요  
하다. 시중에는 심신을 안정시키고, 수면  
을 촉진하는 백색소음(파도소리, 모닥불  
소리, 낙엽 소리 등으로 인간 뇌파의 알파파를 자극해 숙면  
을 유도)을 끝없이 재생하는 아이템 기기가 있는가 하면 미  
세한 진동으로 코골이를 멈추게 하는 스마트 베개, 온열 찜  
질 기능을 더해 눈의 피로를 풀어주며 꿀잠으로 안내하  
는 온열 수면 안대도 있다.

### 카페인 보다는 차 TEA

대추차는 불면증에 도움을 준다. 특히 씨  
를 제거하지 않은 생대추가 좋다. 한의학  
에서는 대추씨를 ‘산조인’이라는 약재로 따  
로 분류해서 불면증 치료에 활용한다. 주변에서 쉽게 접  
하는 허브차도 좋다. 카모마일, 라벤더, 레몬차가 대표적인  
데 신체 이완 효과가 있어 숙면을 돕는다. 흔히 마시는 둥글  
레차는 예민해서 쉽게 잠들지 못하는 사람에게 좋다.

### 달콤한 잠을 부르는 과일

바나나는 수면을 돕는 대표적인 과일이  
다. 특히 바나나에 있는 마그네슘 성분  
은 체내 수면을 유도하는 물질인 트립토  
판의 생성을 돕는다. 키위도 마찬가지다. 마그네슘뿐만 아  
니라 이노시톨이란 성분이 신경을 안정시킨다. 체리에는 수  
면 유도 호르몬인 멜라토닌 성분이 풍부하다.



### 잠자리 취침 모드 ON

‘기상 시간’ 못지않게 중요한 게 일정한 ‘취  
침 시간’이다. 수면 골든타임인 밤 10시에  
서 새벽 2시 사이가 숙면을 취하기에 가  
장 좋다. 잠자리에 들어서는 취침 모드가 되어야 한다. 실  
내 조명을 어둡게 하고, 전자기기 사용을 줄인다. 숙면  
을 위해 부드러운 호흡을 내쉬며 몸과 마음의 안정감을 찾  
는 게 중요하다.

## 숙면을 방해하는 음식

술, 커피, 홍차 등 카페인이 든 음료, 붉은 육류, 초콜릿, 토  
마토, 매운 음식, 브로콜리 등은 숙면을 방해하는 대표적  
인 음식이다. 육류와 같은 고단백질 음식을 피해야 하는 이  
유는 뇌를 각성시키는 아미노산인 타이로신 성분이 많  
이 함유되어 있기 때문이다. 또한 소화를 위해 분비된 위  
산이 속쓰림, 소화불량을 일으켜 수면을 방해할 수 있으  
므로 과식은 금물. 각성효과가 큰 카페인 음료는 물론, 단  
순 당이 많이 포함된 사탕이나 초콜릿도 다량의 인슐린 분  
비를 야기하고, 스트레스 호르몬을 발생시켜 불면을 유발  
하니 자기 전에는 피하도록 하자.







## 슬기로운 가족 생활

김유현 건설근로자 가족의  
“가족사진 촬영記”



사회생활을 하다 보면 한집에 사는 가족이라고 해도 모이는 시간이 그리 많지 않다. 장남의 결혼을 앞두고 기념사진을 촬영하게 된 김유현 건설근로자 가족. 무더운 날씨 속에서도 웃음이 팍팍처럼 피어난 하루였다.



라라건설에서 철근공사를 담당하고 있는 김유현 씨와 아내 김순옥, 장남 김인철, 예비 며느리 김정원

### 사진 좀 찍고 가실게요!

모처럼 단장을 한 김순옥 씨가 자꾸 거울을 쳐다본다. 가지런히 정돈된 눈썹과 붉은 입술. 거울 속 여인이 낯설면서도 싫지 않은 눈치다. 그런 아내를 발견한 김유현 씨의 입가에 잔잔한 ‘남편 미소’가 번진다. “이렇게 좋아할 줄 알았으면 진즉 찍는 건데...”

중국에서 일하다가 코로나19로 잠시 한국 지사로 온 장남 김인철 씨와 결혼을 앞둔 예비 신부까지, 이런 촬영이 처음인 네 사람은 수줍어하며 카메라 앞에 선다. 처음이라 다들 긴장한 표정이 역력하다. 하지만 어색함도 잠시, 촬영이 시작되자 언제 그랬냐는 듯 프로페셔널하게 돌변해 포즈와 각도, 표정을 익숙한 듯 바꾼다. 알고 보니 자잘알(사진을 잘 아는) 가족이다. 예비 시어머니의 머리칼을 정돈해주는 예비 며느리, 아들의 편안함을 고려하는 어머니의 모습이 서로 꼭 닮았다.

“울 아들 어릴 때, 그러니까 네 다섯 살쯤에 마당에서 훌쩍 벗고 노는 걸 찍은 사진이 있어요. 저 녀석은 그 사진을 꼭스러워하는데 나는 그 사진이 제일 좋아요.” 김유현 씨의 눈에는 장성한 아들이 여전히 흠을 갖고 놀던 개구쟁이로 보인다. 어느새 훌쩍 자라버린 아이들, 고왔던 얼굴에 주름이 지기 시작한 아내. 흐른 세월을 추억하게 해주는 건 변함없이 그 자리를 지키고 있는 사진뿐이다.







### 힘든 지난날 보상해준 철탑산업훈장

김포에서 김밥집을 운영하고 있는 아내의 기억은 조금 다르다. 김순옥 씨에게 장남 김인철 씨는 장난꾸러기가 아닌 집안의 든든한 기둥이다. “공부를 잘했어요. 표창장이란 표창장은 다 받아왔죠. 남편을 닮아 빈틈없고 야무져요. 식당 운영에 종일 팔다리가 저렸는데, 덕분에 아픈 것도 잊고 흐뭇했어요.”

엄마를 잘 도와주는 ‘일등 알바’였던 아들의 어깨에 기대어, 김순옥 씨는 행복한 미소를 지어 보인다. 그녀가 ‘내 딸’이라 부르는 예비 며느리 김정원 씨도 김순옥 씨의 팔을 포근하게 감싼다. 이런 가족을 바라보며 가장 흐뭇한 사람은, 다름 아닌 인생의 4할을 건설근로자로 살아온 김유현 씨다.

“다들 그렇겠지만 힘들더라도 이런 날을 꿈꾸며 건디는 걸 거예요. 꿈꾸던 노후를 살고 있어 그간의 노고를 송두리째 보상받은 느낌입니다.” 그는 지난해 말 고용노동부와 국토교통부가 주최하고 건설근로자공제회가 주관한 제10회 건설기능인의 날 기념식에서 철탑산업훈장을 수상했다. 수많은 공동주택 및 오피스텔 등 다양한 건축 현장에서 철근공으로 근무하며 국민의 주거공간을 창출하는데 힘써온 공로를 인정받은 순간이었다. 스스로 일컫듯 ‘가문의 영광’이었다. 그날의 영광을 떠올리는 그의 얼굴에, 오래전 건설 현장을 비추던 햇살처럼 환한 미소가 빛난다. 렌즈는 순간의 행복을 놓치지 않고 포착한다. 찰칵, 찰칵!

LOVE



### 행복을 느끼는 지금 이 순간이 화양연화

인생에서 가장 아름답고 행복한 순간을 뜻하는 ‘화양연화(花樣年華)’가 있다면 바로 이 순간일 거다. 결혼을 앞둔 예비부부에게도, 또 다른 가족의 탄생을 지켜보는 부모에게도 지금 이 순간은 소중한 인생의 한 토막이다. “아버지는 말로 인생을 가르치는 대신 몸소 등을 보이며 인생을 보여주신 분이었어요. 묵묵히 앞서가는 모습을 보며 가장이란 저렇게 든든한 모습이어야 한다는 걸 배웠어요.” 장남의 가볍지 않은 칭찬에 아버지는 씩스러운 미소로 화답한다. “넌 나보다 더 잘 해낼 거야” 커플 촬영이 끝나고 가족은 옷을 갈아입는다. 청바지와 하얀 티로 통일한 커플룩, 아니 패밀리룩이다. 산뜻한 옷차림 덕분에 스튜디오까지 화사하게 옷을 갈아입는다. “자, 찍겠습니다. 서로 마주 보시고요. 기분 좋은 미소 한번 지어주세요~” 포토그래퍼의 주문에 서로를 마주 본 순간, 하하 호호 까르르 웃음이 팝콘처럼 터진다. 그 어떤 얼굴보다 익숙하고 반갑지만, 마주 보며 웃을 용기까지는 차마 없다. 침묵을 지키고 있던 김유현 씨가 아내를 바라보며 입을 연다. “앞으로 수십 년 보게 될 사진이니 다들 알아서 하세요. 난 강요는 안합니다. 대신 오늘 촬영한 사진은 거실에 대문짝만하게 걸어둘 거예요~”

아버지의 ‘협박 아닌 협박’에 가족들은 웃음을 터뜨리다가도 진지하게 촬영에 임한다. 촬영을 마친 가족은 오늘 먹을 메뉴를 상의한다. “엄마가 만든 누드 김밥이요. 그것보다 맛있는 게 세상에 어디 있어요?” 오늘의 메뉴는 예비부부의 추천 메뉴로 정해졌다. 추억의 책갈피에 꽃아줄 예쁜 사진을 남긴 가족. 오늘 하루, 인생이라는 보물상자에 간직하고픈 소중한 보물이 하나 더 생겼다.



“다들 그렇겠지만  
힘들더라도 이런 날을  
꿈꾸며 건디는 걸 거예요.  
꿈꾸던 노후를 살고 있어  
그간의 노고를 송두리째  
보상받은 느낌입니다.”

## 감정조절 ON/OFF

우리는 매일 당연한 듯 숨을 쉬고, 당연한 듯 감정을 흘려보낸다. 지금껏 잘하고 있다고 믿어왔고, 내 감정이야 얼마든지 조절할 수 있다고 자신하지만, 사실 감정을 제대로 느끼고 다스리는 일만큼 어려운 게 없다.

글 유주현 마음치유상담사



### 스트레스 폭발의 신호탄, 낮선 감정 날 선 감정

공사 현장에서 방수 작업을 하는 50대 A씨는 더워진 날씨 탓인지, 기분 탓인지 종종 낮선 감정을 느낀다. 길을 걷다 누가 어깨를 치고 간다거나, 새치기를 한다거나, 차가 막힌다거나 하는 어찌 보면 사소한 일들인데 그냥 지나치지 못하고, 짜증 섞인 한두 마디를 기어코 내뱉고 만다. 작업 중에도 이유 없이 화가 나고, 동료의 사소한 말 한마디에 섭섭함을 느낀다. 어느 순간엔 그런 자신이 한없이 못나 보이고, 그런 기분이 지속될 때면 깊은 우울감을 느끼곤 한다. 그리고 '누구라도 한 명 걸리기만 해봐하는 심정으로 공격태세를 갖춘 채 예민한 상태가 이어진다. 작은 일에도 화를 참지 못하는 경우가 많아지고, 불편한 감정 섞인 한숨이 늘었다.

### “내 안의 히로에락, 감정도 선택할 수 있어요”

나폴레옹은 감정조절과 관련해 이런 명언을 남겼습니다. “마인드 컨트롤을 잘하는 사람이 성을 차지한 장군보다도 더 위대하다” 그만큼 쉬운 듯 어려운 게 감정조절입니다. 코로나19로 사회적 피로도가 높아지는 상황에서 A씨와 같은 감정을 토로하는 분들이 많은데요. 직장인, 가정주부, 청소년, 청·장년 할 것 없이 내면의 감정을 제대로 느끼고, 표출하고 발산하기란 나이를 떠나 결코 쉬운 일이 아닙니다. 감정을 대신 풀어주는 상품이나 콘텐츠가 주목받는 이유도, 감정 해소를 돕는 모임이 증가한 것도 그 연장선상에서 생각해볼 수 있습니다.

현재 A씨가 느끼는 것처럼 우울과 권태, 분노와 같은 부정적 감정들은 우울증으로 이어지고, 더는 감정이라 부를 수도 없는 질병으로 확대 될 수 있는데요. 그러면 우리는 어떻게 감정을 조절할 수 있을까요?

#### 감정 객관화: 거리두기

인간의 감정은 히로에락처럼 크게 4가지 감정으로 구체화되지만 실제로 단순화할 수 없는 게 바로 감정입니다. 살면서 우리가 느끼는 다양한 감정의 면면들을 살펴보면, 더 와 닿습니다. 감정은 참 신기하고, 오묘해서 때로 거짓으로 위장하기도 하는데요. 불안한데 화를 내고, 우울한데 즐거운 척하는 등 가짜 감정으로 자신의 진짜 감정을 회피하거나 무시하고 억압합니다. 내 감정인데, 내 마음대로 되지 않는 경험을 한 사람이라면 지금, 내가 느끼는 이 불편한 기분이 어디에서부터 온 것인지, 왜 그렇게 느끼는 것인지 정확히 알지 못한 채 미궁에 빠지기 쉽습니다. 이때 필요한 것은 바로 감정과 거리를 두고 객관화하는 일입니다. ‘나는 화가 난다’가 아니라 ‘내가 화라는 감정을 가지고 있구나’ 식의 접근법입니다. 그러면 언제든 부정적인 감정을 놓아버릴 수 있습니다. 여기서 감정을 객관화하는 데 가장 좋은 방법은 바로 ‘기록’입니다. 감정을 이성적으로 통제할 수 있기 때문입니다. 긴 글이 아니어도, 잘 쓴 글이 아니어도 좋습니다. 그냥 자신의 마음을 글로 옮겨 적어보세요.

#### 감정 소유화: 선택하기

제대로 표현하지 못한 감정은 사라지지 않고, 우리 몸 어딘가에 남아 끊임없이 표출되기를 요구합니다. 무조건 참는 것만이 능사가 아닌 이유입니다. 별것 아닌 일에 견잡을 수 없이 분노하는 경우, 평소애 꼭꼭 참아 눌렀던 화가 컸을 가능성이 높습니다. 따라서 제대로 감정을 표출한다는 것은 그때그때 감정을 다스리고 풀 줄 안다는 말의 다른 표현이기도 합니다. 결국 감정은 밖으로 표현하는 것 자체만으로도 어느 정도 해소할 수 있습니다. 감정을 선택한다는 건, 그 감정을 충분히 컨트롤할 수 있다는 걸 전제로 하는데요. 자신에게 맞는 기분전환 법을 찾는다면 가능합니다. 땀 흘려 운동을 한



다거나, 친구와 대화를 한다거나, 여행을 떠난다거나 하는 방식으로 감정을 전환해보면 어떨까요?

#### 감정 달래기: 이럴 땐 이런 음식

행복 호르몬인 세로토닌은 트립토판 성분에서 만들어집니다. 이 성분은 특히 견과류, 우유, 달걀노른자에 많이 들어있습니다. 보통은 기분이 우울할 때 사탕, 초콜릿 같은 달콤한 간식을 선호하는데 일시적으로 기분이 좋아질 수는 있지만, 장기적인 감정조절에는 별로 도움이 되지 않습니다. 한편 스트레스를 받으면 ‘매운 음식’이 당기는데요. 실제로 매운맛은 스트레스 해소에 도움이 된다는 과학적인 근거도 있습니다. 단, ‘건강한 매운맛’이어야 합니다. 화학 첨가물이 아닌, 청양고추, 양파, 부추, 달래, 겨자, 생강 같은 식자재로 만든 매운맛이면 스트레스를 푸는 데 도움이 됩니다.



# 명장의 탄생

## 40년 도장 경력의 김성수 명장

‘명장’이라는 최고의 타이틀을 달고도 그는 쉽 없이 공부를 한다. 오늘도 어제만큼 배울 것이 많다는, 그래서 습관처럼 초심으로 돌아간다는, LH에서 운영하는 건설품질명장제의 도장 명장 ‘제1호’ 김성수 명장을 만났다.

### 도장공이라면 자재부터 마스터해야

시흥시 은계지구 대규모 아파트 공사 현장. 안 전모를 쓴 김성수 명장의 눈이 이제 막 보양지를 제거한 도장 작업 구간을 빈틈없이 스캔한다. 도료를 헛갈려 실수했던 것이 엇그제 같은데 어느덧 육안으로만 봐도 상태를 속속들이 파악하는 명장이 되었다.

그가 도장공으로 첫발을 들인 것은 1982년 5월, 농촌의 함석지붕 채도장 작업장이다. 입대하기 전이라 마땅히 별이가 없던 농촌에서 그는 아연도금 골 철판 지붕의 도장 전처리 작업을 했다. 무척 더운 날씨에 옥외 환경에서 노화되어 벗겨지거나 박리되는 구 도막을 제거하는 바탕 정리 작업은 이중고였다. 하지만 그의 가슴 속에서는 언젠가 도장 분야의 최고가 되겠다는 열망이 피어나고 있었다. 그러



김성수 명장은 40년 경력과 노하우를 인정받아 LH에서 운영하는 ‘건설품질명장제’에 참여하여 ‘품질명장’의 지위를 인정받고 현재 ‘LH품질명장’으로 활동하고 있다.

\* 건설품질명장제란? LH에서 공공주택의 하자저감과 품질향상, 숙련기능인이 우대받는 사회여건 조성 등을 위해 '17년부터 시행하고 있는 숙련기능인의 경험과 건설기술자의 기술력을 결합한 품질관리체계이다.

나 경험으로 부닥친 현장은 선배나 주변 기능인들에게서 듣던 것과 사뭇 달랐다.

1986년 4월 목동 신시가지 아파트 현장에서 일하게 된 그는 합성수지 에멀전 페인트와 합성수지 에나멜 페인트를 혼동하는 실수를 경험한다. 도로 용기에 전문용어로 표기되던 시절이었다. 더욱 충격적이었던 것은 현장의 내로라하는 고참도 두 도료의 차이를 정확히 구분하지 못하는 것을 알고서였다. “도장 작업의 주재료인 도장재는 석유화학이 주원료인데, 정작 현장에서 일하는 사람들은 재료의 특성이나 위험성을 잘 모르고 있더군요.” 1992년 처음 소장으로 울산에 소재한 비료공장의 철재 구조물 보수 채도장 공사 현장에서 작업하게 된 그의 눈에는 도처에 도사린 위험 요소가 감지되었다. “노후화된 구조물부터 대형 전문 장비까지 일하는 내내 긴장의 연속이었습니다. 결국 전문 장비를 사용하는 기능공의 순간적인 실수로 고압으로 규사와 함께 분출하는 분사 장비를 놓쳐 자신의 몸에 분사하는 안전사고가 발생했죠”

### 명장의 기술은 ‘탄탄한 기본기’에 있다

사고를 눈앞에서 목도한 김 명장은 자재에 대한 전문적인 공부 및 현장 상황 연구를 결심하게 된다. 그는 도장에 사용되는 화학 자재, 그 고유의 특성부터 브랜드별 차이까지 파고들었다. 직접 경험한 현장이 그를 더욱 철저히 만든 것이다. 비록 능률만 중시하고 안전은 뒷전이던 과거의 관행이 개선되었다고는 하지만, 김 명장은 도장의 품질을 위해서는 여전히 개선되어야 할 점이 있다고 강조한다. “건축을 종합예술이라고 하는데 그 마지막 화룡점정



“  
기술만 있다면  
정년이 없는 일인  
‘도장’을 누구보다  
매끄럽고 완벽하게  
마무리하려면  
기초 작업인  
‘바탕’에 심혈을  
기울여야 한다.

”

이 바로 도장 공사입니다. 과거와 비교하면 지금은 안전한 환경을 우선시하는 풍조로 자재나 장비들이 굉장히 좋아졌습니다. 그러나 도장공에 대한 사회적 편견은 개선되어야 할 부분입니다. 도장공들을 건축이라는 예술의 마지막 공정을 담당하는 예술가로 여긴다면, 도장공들 역시 성취감을 느끼고 작업에 열정을 쏟을 수 있으리라 봅니다.”

대기업 건설사에 자문을 해주는 위치에 오른 수십 년 경력의 명장이 도장공들에게 강조한 것은 기본기, 즉 ‘바탕’이었다. 바탕 작업을 잘해야 그 이후의 작업이 순조롭게 이루어진다는 것이었다. 기술만 있다면 정년이 없는 일인 ‘도장’을 누구보다 매끄럽고 완벽하게 마무리하려면 기초 작업인 ‘바탕’에 심혈을 기울여야 한다고 했다.

“목동신시가지 아파트 현장 일을 할 즈음 품었던 목표가 있습니다. 건축 도장 공사의 최고 전문가로 인정받는 것이었죠. 그 꿈은 지금도 변함이 없습니다.” 명장은 매일 전열을 가다듬고 다시 스타트라인에 선다. 기술이 무르익은 명장에게서 가장 빛난 건 그의 손이 아닌, 언제나 시작점으로 돌아가려는 그의 ‘마음’이었다.



# Thanks to CWMA

공제회는 건설근로자의 자녀 교육비 부담을  
덜어주고자 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학생을  
선정하여 장학금을 지급하고 있다. 다음 글은 장학생으로  
선정된 중앙대학교 심리학과 4학년 학생의 사연이다.

## 감사의 마음을 담아 건설근로자공제회분들께

우선 이렇게 좋은 기회로 많은 학생들에게  
도움을 주셔서 감사의 말씀을 드립니다.  
또한 저는 4학년이기에 저의 대학 시절, 마지막  
장학금을 건설근로자공제회로부터 받아  
더더욱 뜻깊고, 마음 깊이 감동하고 있습니다.

저의 아버지께서는 갑작스러운 사기로 인한  
사업실패로 20대 이후로는 단 한 번도  
해본 적 없는 건설근로자가 되기로 하셨습니다.  
여느 아버지들처럼 삶을 포기하거나,  
가족들을 버리고 사라지지 않으셨고,  
그 누구보다도 더 열심히 살겠다고  
말씀하셨습니다.  
건설근로자가 되신 지금은 가족이 사는 곳이  
아닌, 타지까지 가서서 혼자 생활하고 계십니다.

대학에 다니는 저와 중학교에 다니는  
동생을 위해서 50대의 나이에 주말에  
일하러 나가실 정도입니다. 지금도 가족을  
위해 열심히 살겠다는 그 다짐을 지키고  
계시기에 온 가족이 모두 아버지께 감사한  
마음을 갖고 있습니다.  
아버지가 가족을 위해 땀 흘려 일하시는  
모습을 보고 저는 근로자들의 안전을 관리하고  
보호해 줄 수 있는 산업 및 안전심리에 더 많은

관심이 생겨 관련 대학원에 진학할  
예정입니다. 대학원 진학을 생각하고 있는  
와중에 건설근로자공제회가 주는 이런  
장학금을 받게 되어 아버지가 더 자랑스럽고,  
코로나19 때문에 아르바이트가 끊겨 생활에  
어려움이 있는 저 같은 학생들에게 삶의 여유를  
찾게 해주셔서 진심으로 감사합니다.

또한 직접 우편으로 보내주신 이사장님의  
편지 또한 진정으로 건설근로자 자녀들을  
생각해주고 있다는 것이 느껴져 제 방의 벽에  
붙여두고 생각날 때마다 보고 있습니다.  
따뜻한 마음으로 전해주신 고마움을 잊지  
않고 더 열심히 공부하겠습니다.  
그리고 저도 사회인이 되면, 제가 받은 마음을  
잊지 않고 주변에 함께 나누는 사람이  
되겠습니다.





## 기술을 기르고 꿈을 키우다 이도타일직업학원

수십 명의 훈련생이 실내에서 바닥에 몰탈을 바르고 벽에 타일을 입힌다.  
한 평 남짓한 실습장이 이들에겐 미래의 일터다.  
불안정한 직장인 대신 기술을 가진 직업인을 배양하는 꿈의 인큐베이터,  
이도타일직업학원을 찾았다.

주소 : 서울시 중랑구 동일로 686 2층 전화 : 02-492-2500



### 이제 기술은 선택 아닌 경쟁의 필수조건

교육 과정은 주간반과 야간반으로 운영된다. 오전 9시 30분부터 오후 4시까지 교육이 진행 되는 주간반은 현재 건설 현장에서 일용근로 중이거나, 실직 상태인 사람 중 고용보험 건설 근로내역이 신고된 적 있거나 퇴직공제 적립자, 건설업 경력자를 대상으로 하며, 국비 지원을 받는다. 오후 6시 45분부터 9시 45분까지 3시간 수업을 원칙으로 하는 야간반은 재직 근로자나 일반 교육 희망자를 대상으로 한다. 타일기능사 자격증 취득이 가능한 '타일 시공 실무 기초반' 과정의 경우 1개월 20일 수업으로 구성되며, 최대 3개월까지 받을 수 있다.



### 실무, 실무에 의한, 실무를 위한 직업훈련

10년 경력의 타일 시공 전문가 김주호 원장은 지난 2014년 서울 중랑구 상봉동에 이도타일직업학원을 열었다. “수년간 국내외에서 타일 시공 실무를 수행하면서 현장 실무와 훈련 기관의 타일기능사 배출 위주 교육의 괴리를 체감했어요. 수료한 훈련생이 현장의 시공 실무에 빠르게 적응할 수 있는 실무 중심 커리큘럼의 필요성을 깨달았죠.”

김 원장의 교육 목표는 간결 명료하다. 학원 교육을 받은 수료생이 욕실 리모델링 및 타일 시공을 혼자서 수행할 수 있는 시공능력 배양을 훈련 목표로 하고 있다. 이론수업을 통해 시공지식을 전달하고 훈련실습으로 시공기능을 숙련시키며, 학원생활 속에서 시공자로서의 태도를 교육함으로써 현장에서 활용가능한 타일 시공 실무역량(KSA)을 함양할 수 있도록 구성된 짜임새 있는 커리큘럼에 건설근로자공제회와도 2015년 업무 협약을 맺었다.



타일 시공의 기본 동작과 개념을 이해하고, 시멘트 몰탈을 사용하는 중요하고 필수적인 ‘타일 습식 시공법’이 주된 수업 내용으로 구성되어 있다. 타일 습식 시공법을 바탕으로 도면에 맞는 가공법 실습을 훈련하여 숙련도를 향상할 수 있을 뿐 아니라 기능사 자격증 취득도 준비할 수 있다. 교육 과정에는 타일 본드 및 압착 시멘트를 활용한 건식 시공법 실습 내용 또한 포함된다.

이론에 실제를 겸비한 커리큘럼 덕분에 현장에 배출한 실무 인력이 늘자 최근 2~3년 사이에는 훈련생이 부족 늘었다. “직장 생활을 하다 한계를 절감하고 기술을 배우러 오는 분들이 많습니다. 교육과정을 수료한 분들이 기술을 지닌 직업인으로 거듭날 수 있게 커리큘럼을 더욱 촘촘히 업그레이드할 계획입니다.”





## “이렇게 기능인이 되어갑니다”

잘 택한 기능 하나, 열 직업 안 부러운 법. 훈련생들은 미래를 준비하려는 일념으로 더위도 잊어가며 이론과 실무를 익혔다.  
열정으로 잇는 더위, 이열치열 그 뜨거운 실습의 현장 속으로 들어가 봤다.

이론 수업을 위해 강의실에 모인 훈련생들  
실전 교육 전 워밍업은 다른 아닌 ‘안전 교육’  
“첫째도 안전, 둘째도 안전, 마지막도 안전입니다!”  
공구 사용방법과 함께 안전 수칙을 강조하는 김주호 원장



하나라도 놓칠세라  
‘열공모드’ ON

어서 와!  
이런 실습장은  
처음이지?

시멘트 몰탈을 이용해  
실습하게 될 강의실 옆 실습 공간  
저마다 공구를 쥐고 타일 시공 실습 중인 훈련생들.  
20대부터 60대까지 연령층은 다양하지만  
마음은 하나, 대한민국 최고의 타일 시공  
전문가가 되는 것!



타일 떠붙임 시공에서 가장 기초적인 작업은 다른 아닌 ‘실 작업’  
기준이 잘 잡혀 있다면 시공이 쉬워지는 건 두말하면 잔소리!  
실이 모든 것이라고 할 수 있을 만큼 기준 잡기가 중요하다.



실을 걸었다면 이제 기준장을 붙일 차례  
제일 중요한 기준장을 붙이려면  
밥(몰탈)을 잘 떠줘야 한다.



식당도 아니고 웬 밥?  
아! 몰탈!!

몰탈을 짹짹 채워넣고  
실에 맞춰 기준장 붙이기  
이때 중요한 TIP!  
타일이 실을 밀면  
‘절대, NEVER’ 안 된다.  
실을 밀게 되면  
기준이 틀어지기 때문.



초집중

미니 인터뷰 안상우(35) 훈련생

“현재 2회차 교육 과정을 받고 있습니다. 이전에는 사진 관련 일을 했었습니다. 건축 기술을 배우고 싶어 이것저것 알아보던 중 홈페이지의 커리큘럼이 좋아 교육을 신청했어요. 실무 중심의 실습 있는 직업교육 덕분에 성취감이 크고 만족도도 높습니다. 기술을 잘 익혀 현장에 꼭 필요한 건설기능인이 되고 싶습니다.”



초롱초롱한 눈망울과 송골송골 땀방울 속에  
어느덧 마무리되어 가는 오늘의 실습 교육  
사용한 공구와 가설물을 모두 정리 정돈하고  
돌아가는 훈련생들. 완료되는 과정이 늘 때마다  
훈련생들의 꿈도 조금씩 여물어갑니다.



타일을 시공할 때는 타일면과 줄 눈을  
완벽한 일직선으로 맞춰 시공  
욕조 리모델링의 경우 기존 벽에 본드를  
이용해 타일을 덧붙이기도 한다.  
타일에 본드를 균일하게 도포한 후  
타일을 붙인다.

힘 났다 뭐하게?  
타일 곳곳을 잘 눌러  
본드가 타일에 고르게  
압착될 수 있게 해야지



## 키워드로 읽는 「건설근로자법」

### # 퇴직공제의 당연 가입 대상

- 「건설산업기본법」 제87조제1항 및 「건설근로자법 시행령」 제6조에서 정하는 건설공사를 하는 사업주는 그 건설공사의 사업시작일부터 당연히 퇴직공제의 가입자가 된다.
- 최근 「건설근로자법」 개정으로 공공공사는 3 → 1억 원 이상, 민간공사는 100 → 50억 원 이상까지 당연 가입 대상 범위가 확대되었다.

### # 피공제자

- 피공제자란 퇴직공제에 가입된 사업 또는 사업장에 근무하는 건설근로자를 의미한다.
- 다만, ① 기간을 정하지 아니하고 고용된 상용근로자, ② 1년 이상의 기간을 정하여 고용된 근로자, ③ 1일의 근로시간이 4시간 미만이고 1주간의 근로시간이 15시간 미만인 근로자}는 제외한다.

### # 공제부금

- 퇴직공제에 가입한 사업주는 고용노동부령으로 정하는 바에 따라 피공제자의 근로일수를 매월 공제회에 신고하고, 이에 상응하는 공제부금을 공제회에 납부한다.
- 공제부금은 피공제자에게 지급할 퇴직공제금과 공제회의 사업 및 운영 등에 필요한 비용인 부가금으로 나뉘며 2020년 5월 27일부터 근로일수 1일에 상응하는 공제부금액은 6,500원이다.
- 공제부금 인상은 2020년 5월 27일 이후 최초로 입찰 공고를 하는 공사, 입찰 공고를 하지 않는 경우에는 도급계약을 체결하는 공사부터 적용된다.

건설근로자의 고용 여건을 개선하고, 복지 증진과 건강한 노후를 위해 마련한 「건설근로자의 고용개선 등에 관한 법률」(이하 「건설근로자법」). 건설근로자 모두에게 해당하는 법률이지만, 어려운 용어 탓에 읽기조차 꺼려진다. 하지만 아는 만큼 보이고, 보이는 만큼 그 권리를 누릴 수 있는 법! 「건설근로자법」 전문 속 알아두면 쓸모 있는 여섯 가지 키워드를 소개한다.

### # 임금 비용의 구분지급 및 확인 제도

- 도급인에게 임금 비용을 다른 공사 비용과 구분하여 지급하고 지급한 임금의 사용명세를 확인토록 하여 임금 체불을 예방할 목적으로 만든 제도이다.
- 기존의 공사대금 지급 관행은 인건비·자재비 등 공사대금을 구분하지 않고 지급함으로써 자재비 등 부족 시, 인건비를 일부 사용하여 임금 체불이 발생하는 경우가 있었는데, 이 제도로 이를 예방할 수 있다.

### # 공제부금 납부특례

- 공제부금을 납부해야 하는 공제가입사업주가 경영악화, 파산 등의 사유로 공제부금을 납부하지 못한 경우에 도급인이 사업주를 대신하여 공제부금을 직접 납부할 수 있는 제도를 의미한다.
- ① 도급인이 공제부금을 내기로 서면으로 합의, ② 사업주가 파산·회생절차 등으로 공제부금을 내지 못하는 경우, ③ 도급인이 사업주에게 퇴직공제 가입에 드는 금액을 지급하지 아니한 경우 등 의 경우에 도급인에게 공제부금 납부 의무가 발생한다.

### # 전자카드

- 근로자의 퇴직공제 신고 누락을 방지하기 위하여 건설근로자가 건설현장을 출입할 때, 사용하는 카드를 의미한다.
- 건설근로자 전자카드는 금융기관에서 발급하는 금융형카드(체크 또는 신용)로 금융실명제법에 따라 카드 발급자의 정확한 개인정보 파악이 가능하다. 또한 건설근로자가 현장에 설치된 카드단말기에 전자카드를 태그하여 본인의 출퇴근 내역을 직접 기록하는 방식으로 정확한 출역일수 측정이 가능하다.



## 건설근로자의 행복이 곧 우리의 행복! 고객복지팀

### 공제회에서 가장 다이내믹한 팀

“저희 팀이요? 공제회에서 고객복지팀만큼 다이내믹한 팀도 없을걸요?” 고객복지팀의 신승환 대리가 웃으며 말한다. 언제 어디서 발생할지 예측할 수 없는 민원에 신속하고 정확하게 대응해야 하는 업무. 매 순간 추격전(!)과 속도전을 벌이고 전화는 잠시도 쉴 틈이 없지만 그래도 행복하다. 고객의 보람과 행복을 가장 가까이서 느낄 수 있어서다. 건설근로자를 ‘최고의 고객’으로 모시는 고객복지팀은 건설근로자들에게 가장 직접적인 혜택을 제공하는 팀이다. 퇴직공제금 지급부터 건설근로자를 위한 복지 사업 기획 및 집행까지 복지에 관한 다양한 업무는 기본이고, 종합지원이동반 버스를 운영하며 현장의 소리도 경청한다. “이동반 버스를 이용해 새벽시장이나 건설 현장 등 현장에서 일하시

는 분들을 직접 찾아가는 거죠. 제도도 설명하고 혜택도 안내하고, 또 현장에서 신청을 받기도 합니다.” 종합지원이동반을 담당하고 있는 김성민 사원은 말한다. “근로자들의 요구를 파악하려면 현장을 잘 알아야 한다고 생각합니다. 현장 근로자분들에게 제공되는 음료를 오히려 저희에게 마시라며 건네주는 일도 있어요. 다들 마찬가지겠지만 저 또한 현장과 소통하는 게 즐겁습니다.”

### 법의 한계와 싸우며 개선한 근로자 복지

민상현 차장은 고객복지팀의 역할을 ‘회사 대행’으로 비유한다. “아시다시피 건설근로자들은 따로 소속된 회사가 없습니다. 단체보험가입부터 종합 건강검진, 결혼·출산장려금 지급까지 공제회가 소속회사 역할을 하고 있는 셈이죠.” 이처럼 보다 많은 근로자들에게 더 많은 혜택을 주기 위한 고민이 고객복지팀의 ‘과제’이다. 그 노고의 결과로, 최근에는 아주 큰 변화도 있었다. 7년 동안의 숙원사업이던 건설근로자 퇴직공제금의 조건을 완화, 변경한 것이다. 건설근로자 퇴직공제금은 퇴직금을 받지 못하는 일용직 건설근로자의 실질적인 복지를 위해 마련된 제도로, 기존의 기준과 달리 근무 일수(1년)를 못 채웠더라도 사망이나 고령에 이르는 경우 퇴직공제금 신청이 가능할 수 있게 법령이 개정되어 지난 5월 27일부터 시행되고 있다. 공제금 혜택 사각지대에 놓여있다가 개정된 법령으로 새롭게 혜택을 받게 된 수혜자만 어림잡아 90만 명으로 추산된다. 고객복지팀은 이들 외에 매년 수혜자가 10만 명씩 증가할 것으로 예상하고 있다.



건설이 누군가의 미래를 여는 통로라면, 여기 건설근로자의 미래를 열어나가는 팀이 있다. 바로 ‘고객복지팀’이다. 고객이 웃을 때 함께 웃고, 고객이 행복해할 때 가장 행복하다는 고객복지팀을 찾았다.







“근로자들에게 혜택을 찾아드리고 싶어도 법 테두리 밖에 있어 못하는 경우가 있었습니다. 사망자 유족에게서 가족관계증명서를 받을 수 없는 경우 금융감독원, 행정안전부 등과 협업체 상속인 조화서비스를 이용하는 등 법의 한계를 극복하려고 팀에서 노력한 사례도 많았고요. 이번 법령 개정으로 더 많은 근로자들이 퇴직공제금 혜택을 누릴 수 있게 되어 기쁩니다.” 법령 개정에 앞장선 곽윤주 팀장은 이번 기회를 계기로 더 많은 건설근로자들이 법의 보호와 권리를 누렸으면 한다는 바람을 피력했다.

#### 복지 사각지대 제로화가 우리의 목표

법의 한계를 극복해 수혜자는 늘리고 혜택은 키우려는 고

객복지팀의 노력은 지금도 계속되고 있다. 최근에는 인터넷진흥원과 협업해 국비 50%를 지원받아 모바일 전자고지 시스템을 구축하기도 했다. 자발적으로 혜택을 찾아 누리지 못하는 근로자들이 모바일로 고지문을 받을 수 있게 한 것이다.

현장에서 땀 흘리는 근로자들처럼 고객복지팀도 근로자들의 삶 속으로 스며들기 위해 숨 가쁘게 곳곳으로 달려가고 있다. 숨들릴 틈 없이 ‘다이너믹’하게 흘러가는 업무 속에서도 미소와 함께 보람을 찾는 순간은 있다. 근로자들에게 감사의 인사나 감동의 메시지를 받을 때이다.

“매년 수기를 공모해요. 채택된 분들은 공제회에서 가족 힐링캠프를 보내드립니다. 감사의 편지를 보내오신 분도 계시

건설근로자들이 스스로  
근로자임을 자랑스럽게 느낄 수 있는  
복지 체계를 구축해가는 것.  
그것이 고객복지팀이 궁극적으로  
추구하는 목표라고 말한다.



고, 공제회에서 제공한 건강검진을 통해 암을 발견해 건강을 되찾을 수 있었다는 분도 계셨습니다. 이런 소통이 정말 뭉클하고, 이럴 때 보람을 느낍니다. 더 열심히 뛰어야겠다는 각오를 다지기도 하고요.”

건설근로자들이 스스로 근로자임을 자랑스럽게 느낄 수 있는 복지 체계를 구축해가는 것. 민상현 차장은 그것이 고객복지팀이 궁극적으로 추구하는 목표라고 말한다. 코로나19로 인한 거리두기로 비록 물리적으로는 거리를 두고 있지만 열린 소통과 효율적 협업으로 마음의 거리만큼은 친밀하게 유지하고 있다는 고객복지팀. 고객이 웃을 때 제일 행복하다는 이들의 시선은 오늘도 건설근로자의 ‘숨은 복지 2인칭’을 찾기 위해 부지런히 현장으로 향하고 있는 중이다.

#### 「늘품」에 바란다!



##### 곽윤주 팀장

사외보 「늘품」에 고객복지팀이 소개되어 기쁘고 감사한 마음입니다. 생각해 보면 유일 최고의 고객인 건설근로자와 무언가를 공유할 기회가 드물었던 것 같습니다. 늘품이 건설근로자와 공제회 직원이 함께 할 수 있는 소중한 공간이 되었으면 합니다.



##### 민상현 차장

얼마 전 「늘품」 창간호를 받아보고 새롭다, 깔끔하다, 흐뭇하다는 느낌이 들어서 기분이 좋았습니다. 창간호에 이어 2호 발간을 위하여 사진을 찍고 인터뷰를 하는 게 어색했지만, 저도 일조할 수 있다니 뿌듯하네요. 늘품에 대한 애정과 관심이 꼭 이어져 100호까지 이를 수 있기를 바랍니다.



##### 신승환 대리

「늘품」 소식지가 건설근로자의 삶과 가치를 우리 사회에 알리는 소통 창구가 되길 기대합니다. 또한 건설근로자들에게 활용도가 높은 정보들이 많이 담겨 있는 유익한 소식지가 되길 바라며 고객인 건설근로자에게 희망 넘치는 소식을 알리기 위해 더욱 노력해 나가겠습니다.



##### 김성민 사원

우선 우리만의 첫 사외보 창간, 너무나 기쁘고 감사합니다! 건설근로자와 공제회가 늘 함께 하는 것처럼 늘품 소식지에도 다양한 에피소드와 많은 정보들이 함께 어우러지기를 바랍니다. 감동과 유익이 공존하는, 음식으로 비유하자면 단짠단짠 맛있는 공제회, 늘품이 되기를~ 파이팅!



## 건설일용직 임금 체불, 소액체당금으로 지급받기

건설 현장에서 일용직으로 근무하다가 임금을 못 받는 경우가 종종 있다. 하도급, 재하도급, 물량도급 등 복잡한 다단계 형식의 하도급 관행 때문에 건설일용직의 경우 임금 체불을 당해도 그 해결이 쉽지 않다. 이렇게 일하고 받지 못한 임금을 정부가 대신 지급하는 '소액체당금' 제도에 대해 알아보자.

### '소액체당금'이란

임금이나 퇴직금을 못 받은 근로자에게 국가(근로복지공단)가 사업주(고용주)를 대신하여 지급하고, 사후 사업주를 상대로 국가가 구상권을 행사해 회수하는 제도이다.

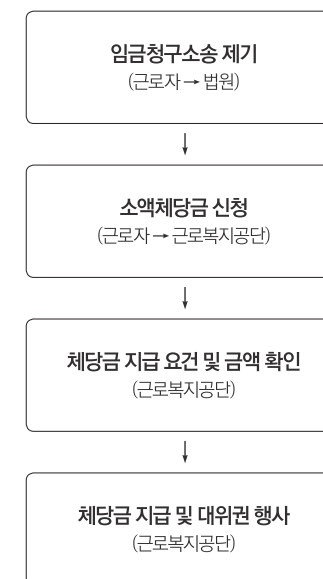
건설일용직의 경우 고용노동부에 신고해도 임금을 못 받은 경우가 많기에 결국 소송을 해서 판결문을 가지고 '소액체당금'을 지급받아야 한다. 최종 3개월, 월 평균 임금이 400만 원 미만인 경우에는 대한법률구조공단에서 무료로 변호사 지원을 해주니 도움을 받아 신청해보자.

### 지급 금액

근무한 회사가 도산했든 운영 중이든 최종 3월분 체불 임금·휴업수당, 최종 3년분 체불 퇴직금 중 최대 1,000만 원까지 받을 수 있다.(임금·휴업수당과 퇴직금을 구분하여 항목별 상한액을 각 700만 원으로 설정)

### 어떻게 신청하나?

2019년 7월 1일 이후 최초 민사 확정판결 등을 받은 경우부터 적용



#### 구비 서류

소액체당금 지급청구서, 체불임금등·사업주확인서 사본, 판결문 등 집행권원 정보, 확정증명원 정보, 통장사본

#### 체당금 신청

근로복지공단 ☎1588-0075



## 건설 근로자들의 안정된 내일을 위한

## 취업·훈련서비스의 모든 것



### 무료 취업지원 사업이란?

건설근로자의 구직비용(소개비 등) 부담을 완화하기 위한 공공 일자리 지원 사업으로, 구인·구직자를 대상으로 체계적인 건설 현장 취업 또는 채용 상담, 무료 알선 서비스를 받을 수 있습니다.

#### 어떻게 이용하나요?

온·오프라인을 통하여 구인·구직 신청 후 건설근로자 취업지원센터 상담을 통하여 적합한 일자리와 근로자를 연결하여 드립니다.

- 온라인 : 건설일드림넷 <https://www.cwma.or.kr/cid>
- 모바일 앱 : 앱스토어에서 '건설일드림넷' 검색
- 오프라인 : 전국 건설근로자 취업지원센터 1666-1829

#### 일자리를 찾을 때 이용방법

1. 구직 신청	· 오프라인(센터방문) · 온라인(건설일드림넷, 모바일 앱)
2. 센터 상담	· 적합한 알선을 위한 상담(대면 등)
3. 면접 실시	· 적합한 일자리 면접 진행 (필요 시 동행 면접 지원)
4. 취업 확정	· 구인업체 채용 확정 시 취업 완료
5. 사후 관리	· 지속적 관리를 위한 내용 공유

### 건설 기능향상훈련이란?

건설근로자의 기능향상 및 건설업 구직자의 기능 습득을 위해 미장, 방수, 타일, 용접, 도장 등 다양한 건설 직종 훈련과정을 운영하고 있습니다.

#### 훈련 참여 대상

만 15세 이상인 건설근로자 중에서 아래 어느 하나에 해당되는 근로자는 참여 가능합니다.

- 고용보험에 건설 현장 근로내역이 있는 자
- 공제회 퇴직공제금 적립자
- 건설 현장에 취업한 경력이 있는 자
- 건설 직종으로 구직 신청한 자
- 건설업 기초안전보건교육을 이수한 자

#### 훈련 참여 방법

- 훈련희망자는 본인이 해당 직종 훈련기관에 방문, 등록 신청
- 훈련기관 방문 시 상담을 통해 건설 현장 취업 가능성 등을 판단 후 선발
- 준비물 : 신분증, 본인명의통장 등

#### 이용 방법

- 온라인 : 건설일드림넷 <https://www.cwma.or.kr/cid>
- 모바일 앱 : 앱스토어에서 '건설일드림넷' 검색



#### 기능향상훈련 안내

훈련 기간	주간 과정		20일(1일 6시간)
	야간 과정		40일(1일 3시간)
훈련 직종	기본 과정	단일	조적, 미장, 타일, 방수, 배관, 도장, 건축목공(일반, 형틀, 한옥), 일반용접, 철근
		혼합	도장+방수, 미장+조적, 미장+타일, 방수+조적, 조적+타일, 철근+비계, 타일+미장, 타일+방수, 타일+조적
	심화 과정		타일, 건축(일반)목공
훈련장려금	훈련생이 1일 5시간(야간 1일 2시간 30분) 이상 훈련에 참여한 경우 훈련수당 지원		
	주간 과정		16,000원/1일
	야간 과정		10,000원/1일



광주지역 건설기능인 일자리 창출 등 업무협약 체결



4월 23일, 공제회는 광주광역시도시공사와 “광주지역 건설기능인 일자리 창출 등을 위한 업무협약”을 체결했습니다.

양 기관은 이번 협약을 통해 ▲ 광주지역 건설기능인 일자리 창출과 취업지원, ▲ 건설근로자 퇴직공제제도 정착, ▲ 코로나19 등 지역 현안 위기 극복, ▲ 양 기관 주요사업 홍보, ▲ 지역 사회공헌활동 등에 대해 포괄적으로 협력하기로 했습니다.

‘광주지역 건설기능인 일자리 창출과 취업지원’은 도시공사가 관리하는 건설공사 현장에 공제회가 위탁 운영하는 건설기능향상 훈련을 수료한 지역 건설기능인의 고용장려를 골자로 하며, 구직자는 공제회로부터 무료 취업서비스를 제공 받아 건설 현장에 취업할 수 있어 지역 내 건설기능인 채용이 활성화될 것으로 기대됩니다.

양 기관은 협약식 이후, 공제회 송인회 이사장, 임준택 광주지사장, 도시공사 노경수 사장 등이 참석한 가운데 건설기능인의 권익 향상과 양질의 일자리 발굴을 위한 간담회를 가졌습니다.

코로나19 극복을 위한 ‘희망캠페인 릴레이’ 참여



5월 7일, 송인회 이사장은 코로나19 극복을 위한 희망캠페인 릴레이에 동참했습니다. ‘희망캠페인 릴레이’란 코로나19 극복을 위해 힘쓰고 있는 국민들을 응원하기 위해 손글씨로 응원 문구를 쓰고 사진 촬영을 한 후, SNS에 포스팅하는 캠페인입니다. 송인회 이사장은 노사발전재단 정형우 사무총장의 추천으로 캠페인에 참여하게 되었으며, 코로나19로 어려운 건설근로자들에게 힘이 되길 바라는 마음을 손글씨에 담아 전달했습니다.

우정사업본부와 업무협약 체결



5월 20일, 공제회는 우정사업본부와 “퇴직공제금 신청 접수대행 및 전자카드 발급 위탁업무”를 위한 업무협약”을 체결했습니다.

이번 협약은 건설근로자법 개정 시행(2020. 5. 27.)에 따른 퇴직공제금 지급대상 확대 및 전자카드제의 시행(2020. 11. 27.)을 대비하여 공제회와 본부 간 업무협약 체결을 통해 건설근로자의 퇴직공제금 청구 및 전자카드 발급 신청 편의 등을 상호협력하기 위해 맺었습니다.

퇴직공제금 신청 접수대행은 건설근로자의 접근성 및 편의성 향상을 위해 5월 27일부터 전국의 금융업무를 취급하는 2,600여 개의 우체국에서 접수대행 업무를 개시하며, 신청대상은 적립일수가 252일 미만이나 만 65세 이상인 건설근로자가 대상입니다.

전자카드 발급 위탁업무는 퇴직공제 신고 누락방지를 위해 현장 출입 시 설치된 단말기에 태그하는 “전자카드”를 우체국이 발급하는 업무로써, 올해 하반기(8월 이후)부터 건설근로자는 전국 2,600여 개의 우체국 창구를 방문하거나, 우체국을 직접 방문하지 않아도 스마트폰뱅킹, 인터넷뱅킹, 포스트페이 등을 통한 비대면 채널로 발급받을 수 있습니다.

코로나19 극복을 위한  
긴급 생계비 지원에 직접 나서 홍보



6월 2일, 송인회 이사장은 공제회 서울지사의 민원 창구를 찾아온 건설근로자들에게 ‘건설근로자 긴급 생계비 지원 대부사업’을 적극 홍보하고 애로사항을 청취했습니다.

송인회 이사장은 손수 번호표를 뽑아 건설근로자들에게 나눠주며 원활한 민원상담을 지휘하였고, 코로나19 등으로 더욱 어려워진 건설 현장에 대한 어려움을 성토했는 건설근로자들의 고충을 듣고 함께 고민하는 시간을 가졌습니다. 송인회 이사장은 “보다 많은 건설근로자가 긴급 생활안정자금 대부로 어려운 이 시기를 잘 극복해 나가면 좋겠다”며 방문하는 건설근로자들을 응원했습니다.



## 건설기능인 등급제 추진 TF 13차 회의 개최



6월 3일, 공제회는 정부 일자리위원회가 발표한 정책과제인 '건설기능인 등급제' 도입 추진을 위한 TF 13차 회의를 개최하였습니다. 이번 등급제 추진 TF 회의에서는 국토교통부, 고용노동부, 건설사업주 단체·노동단체 및 한국건설산업연구원 등 관련 유관기관의 전문가들이 참여한 가운데 진행되었으며, 주요 내용으로는 그간의 제도 추진 TF 회의 결과보고, 제도 도입 기반 설계 연구용역 등 제도 추진현황 및 건설기능등급 산정기준(안)에 대해 논의하였습니다.

## 대한건설협회 방문



6월 17일, 송인회 이사장은 대한건설협회를 방문하여 김상수 회장과 면담을 가졌습니다. 송인회 이사장은 코로나19로 어려운 시기임에도 불구하고 정부에서 발표한 '제4차 건설근로자 고용개선 기본계획' 로드맵에 따른 공제부금일액 인상결정 동참에 대한 감사 인사를 전하고, 「건설근로자법」 개정으로 시행되는 주요 정책(임금 구분지급 및 확인제, 도급인 공제부금 직접납부제, 전자카드제, 건설기능등급제 등)들이 단계적으로 시행될 예정에 있는 만큼 사업주 단체의 협력을 당부했습니다.

## 기고

# “청년 건설기능인재 양성에 힘 쏟아야”

송인회 이사장

인력 부족과 고령화로 건설산업이 생산기반과 경쟁력 면에서 심각한 수준으로 약해지고 있다. 내국인 인력 확보 및 청년 건설기능인력의 수혈을 통해 안정적인 노동력 수급이 시급하다. 정부에 따르면 올해 건설인력 수요는 169만 명이다. 그런데 인력 공급은 내국인이 161만 명으로, 8만 명 정도가 부족하다. 그 규모는 점차 증가할 것으로 보고 있다. 건설근로자의 연령대도 타 산업에 비해 상대적으로 높다. 통계청에 의하면 29세 이하 청년층 비율은 건설업이 7.5%로, 산업 평균인 14.5%에 크게 못 미친다. 이 때문에 건설업계 등에서는 청년층 건설기능인력 육성 등 노동력의 안정적인 수급을 위해 다각도로 노력해왔다.

청년층 건설기능인력을 육성하기 위해 건설근로자공제회는 건설업 맞춤형 교육훈련인 건설뉴마이스터 양성에 나서고 있다. 건설 관련 특성화고등학교 학생들을 대상으로 교내에서 건설기능훈련을 실시하고 있다. 학생이 교내 훈련을 마친 후 고용된 전문건설업체에서 OJT(직무 수행과 병행하는 교육훈련)를 받아 기능을 갖출 수 있도록 지원한다.

하지만 취업 후 근로자가 군대에 갈 경우, 고용과 경력이 단절되는 문제가 있었다. 이를 보완하기 위해 군 제대 후에도 건설분야 취업을 희망하는 장병을 대상으로 부대 내에서 훈련 기회를 제공하는 제대(예정)군인 건설베테랑 양성훈련을 올해부터 시범운영하고 있다.

최근에 우려할 만한 상황이 벌어지고 있다. 건설분야 특성화고 교과과정이 4차 산업혁명 중심으로 개편되고 있는 것이다. 전국의 건설분야 특성화고 교과과정이 이 추세를 따라 전통적인 건설분야 학과와 신생 학과가 통합하여 드론측량토목과, IT융합건축과 등으로 재편되고 있다. 상황이 이렇다 보니 2017년에

는 건설 관련 특성화고 학생 수가 약 1만 8,000명이었으나, 올해에는 약 1만 3,000명으로 3년 사이에 25% 이상 감소했다. 앞으로 교과과정 개편은 더 가속화할 것으로 예상된다. 면밀한 모니터링을 통해 건설분야 청년인력 공급을 원활히 하기 위한 정책적 배려가 필요한 상황이다. 4차 산업혁명과 조화를 이루면서도 건설업의 특성에 부합하는 전문직업 기술 인재를 양성할 수 있도록 해야 한다. 장기적 관점에서 산업별 인력 수급의 균형을 고려한 교과과정 편성과 교육훈련 지원체계가 필요하다. 마침 지난해 건설근로자법 개정으로 건설근로자의 경력 관리를 체계적으로 하고 등급체계에 따른 처우 개선을 위한 '건설기능인등급제'가 도입되어 내년 상반기에 시행될 예정이다. 이 제도 도입에 맞춰 체계적인 청년 건설기능 교육훈련체계의 전면 도입 등 국가적 차원의 지원과 배려가 필요하다. 건설기능인등급제와 청년 건설기능 교육훈련체계가 연동될 경우 경력에 상응하는 대우로 건설 일자리에 대한 인식이 개선될 것으로 보인다. 일자리를 창출하는 것은 물론 건설 현장을 건강하고 활력 넘치게 만들 수 있다.

이 제도가 시행되면 건설근로자도 전문성을 갖고 일할 수 있고 경력관리도 체계적으로 된다. 명확한 직업 전망이 제시됨으로써 청년층의 진입과 숙련인력의 육성을 촉진해 고령화 문제를 근본적으로 해결할 수 있다고 본다. 건설분야에 소질이 있는 학생이 고용과 경력의 단절 없이 특성화고-군대-직업교육훈련기관에서 체계적으로 교육받고 건설업에 진입할 수 있도록 해야 한다. 건설근로자가 전문직업인으로 성장·발전할 수 있도록 건설업계와 정부가 적극 나서야 할 때이다.

## 건설근로자 1만 8천 명에게 230억 원 긴급 생계비 무이자 대부금 지급



공제회는 지난 4월 16일부터 건설근로자 긴급 생계비 무이자 대부사업으로 1만 8천 명에게 총 230억 원을 지급했습니다. 이번, 긴급 생계비 대부사업은 고용노동부의 2020년 적극행정 우수사례로 선정된 사업으로서 코로나19로 인해 일감이 없는 건설근로자를 위해 한시적으로 8월 14일까지 실시하는 사업이며, 별도의 구비서류 없이 신분증을 소지하고 공제회를 방문하거나 인터넷(www.cwma.or.kr/hanaro) 및 모바일로도 신청이 가능합니다.

신청대상은 퇴직공제 총 적립일수가 252일 이상이고 적립원금이 100만 원 이상인 건설근로자로서 본인 적립금액의 50% 이내 최대 200만 원까지 가능하되, 공제회에서 대부받은 적이 없는 근로자 중 연체자나 대부 한도 초과자는 제외됩니다.

## 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학생 400명 선발



공제회는 건설근로자의 대학생 자녀 교육비 부담을 줄여주기 위해 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학생' 400명을 선정하여 장학금을 지원합니다.

신청자격은 퇴직공제 적립일수가 252일 이상이고, 2019년도 적립일수가 100일 이상인 건설근로자의 2년제 이상 대학생 자녀(신입생, 휴학생, 정규학기 초과자 제외) 중 직전 학기 12학점 이상 이수하고, 직전 학기 성적이 백분위 80점 이상인 재학생입니다.

신청기간은 7월 6일(월)부터 7월 21일(화)까지 예정이며, 선정 기준은 가계소득, 성적, 퇴직공제 적립일수 등을 종합심사한 점수입니다.

신청 구비서류는 ①퇴직공제 적립내역서(공제회 홈페이지에서 출력 가능, 공인인증서 필요), ②가족관계증명서(신청일 기준, 최근 1개월 이내 발급한 서류일 것)이며, 한국장학재단의 '푸른등대 건설근로자공제회 기부장학생 신청'을 통해 신청할 수 있습니다. 선정 결과는 10월 말 발표 예정이며, 보다 자세한 사항은 한국장학재단 홈페이지(www.kosaf.go.kr)를 참조하시기 바랍니다.

## 건설근로자를 위한 “종합 건강검진” “단체보험 가입” 신청하세요!



공제회가 건설근로자의 건강 및 질병 관리를 위해 1,300명에게 종합 건강검진을 지원하고, 6,500명에게 단체보험 가입을 무상으로 지원합니다.

종합 건강검진은 기초검사, X선 촬영 등 국가 검진을 포함한 기본검진과 MRI, CT, 대장내시경 등을 선택할 수 있는 선택검진으로 구성되어 있습니다. 검진은 지역별로 전국 45곳의 검진기관에서 실시되며, 건설근로자가 이용이 편리한 지역 및 검진기관에서 검진을 받을 수 있습니다.

단체보험은 각종 상해와 질병, 일상생활 배상을 포함하여 365일 24시간 보장되며, 매 분기 말에 신청자 중 적격자를 대상으로 가입하고 보장 기간은 가입일로부터 1년입니다.

종합 건강검진 및 단체보험 가입의 신청대상은 퇴직공제 총 적립일수가 252일(1년) 이상, 2019년 적립일수가 100일 이상인 건설근로자이며 본인의 신청·접수를 통해 지원이 가능합니다. 신청접수는 인터넷(www.cwma.or.kr/hanaro), 모바일 및 공제회 전국 7개 지사, 8개 센터를 방문하거나 우편(등기), 팩스 등을 통해서도 가능합니다. 종합 건강검진, 단체보험 모두 모집인원 지원 시까지 연중 접수를 실시하고 있으며, 인원이 모두 모집될 경우에는 조기 마감될 수 있습니다.

## 경기지사 조인환 경기지사장 경기지역 언론매체와 인터뷰 진행



5월 26일, 공제회 조인환 경기지사장은 경기지역 언론매체 기자와 만나 인터뷰를 진행했습니다. 조인환 지사장은 공제회를 설명해달라는 기자의 질문에 “회사가 없는 일용직 근로자들의 최소한의 울타리죠”라고 답변했습니다.

2006년 처음 개소한 경기지사는 경기도 내 약 4천 700여 개 사업장을 관리하고 있고, 연간 공제부금 수납액은 약 1천 900억 원 규모로 전체의 30%를 차지하고 있습니다. 조인환 지사장은 “주로 대규모 공사 현장이 많기 때문에 하루에 평균 300여 명의 건설근로자들이 찾아옵니다. 직원 13명으로는 역부족일 때가 종종 있지만, 그래도 건설근로자들을 위해 사명감을 가지고 헌신하는 직원들에게 항상 감사할 따름입니다”라며 직원들에 대한 애정과 무한한 신뢰를 드러냈습니다.

공제회의 앞으로의 목표에 대해 묻는 기자의 질문에는 건설 현장에 있는 모든 건설근로자들이 퇴직공제제도의 수혜를 받게 하는 것이라고 답했습니다.

조인환 지사장은 “공제회의 유일 최대의 고객은 건설근로자분들이지만, 건설근로자에게 최고의 서비스를 제공하기 위해서는 공제회에 대한 사업주의 관심과 참여가 절실하다”며 “함께 행복한 건설 현장을 만들어가기 위해 일신우일신의 자세로 최선을 다하겠다”고 다짐했습니다.



대구지사  
찾아가는 종합상담서비스 실시



대구지사는 훈련사업 위탁기관인 (재)대구직업전문학교와 연계해 건설기능 훈련생들을 대상으로 종합상담서비스를 실시했습니다. 이날 행사는 매월 셋째주 수요일 현장을 방문해 상담서비스를 하는 ‘찾아가는 종합상담서비스’의 첫 번째 행사로 공제회, 직업전문학교와 진명노무사무소도 참여해 퇴직공제제도, 기능훈련, 노무, 복지사업 등에 대한 상담서비스가 이뤄졌습니다. 공제회 신익철 대구지사장은 “상담서비스가 훈련생들의 취업에 도움이 되길 바란다”며 “앞으로 건강, 법률 등 다양한 분야로 상담서비스를 확대 제공할 수 있도록 하겠다”고 말했습니다.

대구지사 직원들과 ‘이심전심’ 행사 실시



5월 13일부터 5월 14일까지 송인회 이사장은 대구지사를 방문하여 직원들을 격려하고 애로사항을 듣는 시간을 가졌습니다. 이날 대구 방문은 기관장 취임 2년차를 맞아 전국 지사 직원들과 소통을 강화하기 위한 일환의 하나로 코로나19로 가장 큰 어려움을 겪은 대구지사 직원들에게는 특별한 시간이었습니다. 송인회 이사장은 ‘마음에서 마음으로 전한다’는 뜻의 이심전심(以心傳心) 소통 강화 간담회 자리에서 “대구가 긴급했던 상황을 슬기롭게 헤쳐나갈 수 있었던 것은 시민의식과 의료진의 희생, 공직자들의 노력 덕분입니다. 공공기관의 종사자로서 여러분들의 노고도 컸을 것입니다. 희생과 노고에 진심으로 감사와 격려의 말씀을 드립니다”라고 치하하고, 코로나19를 극복할 수 있도록 대구지사 직원들이 모범적으로 생활방역에 앞장설 것을 당부했습니다.

광주지사  
광주·전남 대규모 건설사업장  
특별지도 TFT 운영



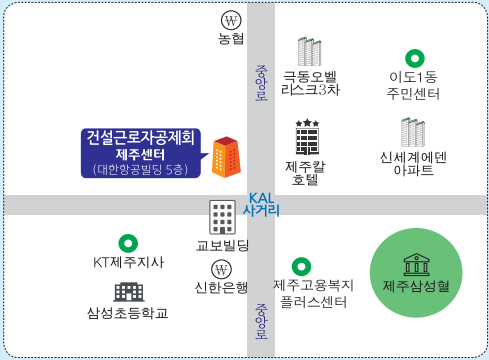
광주지사는 대규모 건설사업장 특별지도 TFT를 구성하여 5월 20일부터 5월 29일까지 광주·전남지역의 대규모 건설사업장을 대상으로 퇴직공제제도 이행실태 등을 지도했습니다. TFT는 공제회 임준택 광주지사장을 팀장으로 총 5명으로 구성되었으며, TFT는 광주시, 여수시, 무안군 등에서 시공 중인 토목공사(공사금액 2,000억 원 이상), 건축공사(공사금액 1,000억 원 이상) 등 총 10개소의 대규모 현장을 방문해 퇴직공제제도 이행 실태 등을 확인했습니다. 이번 특별지도는 건설근로자법에 따른 ▲고용관리 책임자 지정 및 신고 위반, ▲고용 관련 편의시설 설치 여부, ▲퇴직공제 관계 성립신고 여부, ▲퇴직공제부금 납부 여부 등에 대해 계도하는 것이 목적이며, 공제회는 위반사항에 대해 일정 기간의 개선 기간을 부여하고 기한 내 개선되지 않을 경우, 관찰 고용노동청에 위반사항을 통보해 과태료 부과 등 제재 조치를 취할 계획입니다.

제주센터 사무실 이전 안내



6월 22일부터 제주센터가 새로운 사무실에서 업무를 시작합니다. 보다 쾌적한 공간에서 퇴직공제·고용·복지 서비스 등의 업무를 제공하여 고객들에게 보다 나은 서비스로 찾아뵙겠습니다.

주소 : 제주특별자치도 제주시 중앙로 150, 대한항공빌딩 5층  
전화 : 064-721-5711



## ESSAY

# 모든 것은 마음이 만든 것

글 김철모

인후통이 있다. 목 안이 좀 부었고 미열이 있다. 혹시 코로나19? 2월 중순에 대구에 사는 지인의 부친상 문상을 갔었다. 한창 대구 경북지역에 코로나19가 창궐하던 초창기인지라 아내가 가지 말라고 극구 말렸지만, 상주와 친한 사이라 안 갈 수가 없었다. 대학병원 영안실은 밀폐된 공간이었고, 국밥을 먹으며 한 시간 정도 머물렀다.

‘지나가는 감기겠지’하고 생각했다. 마스크에 손 소독도 했고, 거기다 열흘이나 지났는데 이제야 증상이 나타날까? 하지만 찜찜하다. 국밥을 먹을 때 마스크를 벗고 있었고 유난히 잔기침을 해대던 옆 테이블 사람도 떠오르며 혹시나 하는 불안한 마음이 불쑥 들었다. 참 마음이 오락가락하다. 내가 확진자라 가정하니 주변이 신경 쓰인다. 매일 얼굴을 맞대는 동료들에게 옮기지는 않았을까? 아내와 아이들은?

먹다 남은 감기약을 먹고 일찍 잠을 청한다. 출근해서는 동료들과의 대화를 삼간다. 혹시 옮길지도 모르니. 그런데 오후가 되니 감기가 더 심해진 느낌이다. 기관지 쪽으로 무언가 느낌이 있다. 가래가 있는 것은 아니지만 가벼운 기침 증세가 있다. 가슴이 철렁 내려앉는다.

퇴근길에 보건소를 들렀다. 건물 입구에서 열을 체크하고 손 소독하고 문진표를 쓴다. 열을 전쯤에 대구를 갔다 왔다고 하니 건물 뒤편 계단을 이용해 2층으로 올라가고 한다. 2층에 올라가니 강당으로 보이는 곳에 천막이 쳐있고 방호복을 입은 의사와 간호사가 긴 면봉으로 검

체를 채취하는 모습이 보인다.

나는 복도에 있는 책상 앞 의자에 앉는다. 의사가 다시 체온을 재더니 열이 없으니 검사를 안 받아도 된다고 그냥 돌아가라고 한다. 보건소를 나와도 마음이 계속 불안하다. 분명 코로나19 같은데 열이 없으면 코로나가 아니란 말인가? 무증상 환자도 많다고 들었는데. 그러면서 또 다행이다 싶다. 안도감이 든다. 아마도 감기였던 모양이다. 요 몇 주 동안 목이 칼칼했었다. 그래서 목 감기가 온 모양이었다. 며칠 동안 코로나19가 내 마음을 이리저리 휘저어놓았다.

과거에 술 많이 마시고 필름이 끊긴 채 집에 들어와 잔 적이 있었다. 다음 날 아침 어머니께서 누가 컵에 물을 마셨느냐고 했다. 어머니는 주무시면서 컵에 꼭 물을 받아놓고 틀니를 담가놓곤 하셨다. 누군가 그 물을 밤사이 마신 것이다. 어머니와 나만 살던 집에 어머니가 아니라면 내가 마신 것이다. 나는 순간 매스꺼움을 느꼈다. 원호 스님이 해골 물에서 느낀 기분이 이런 것일까.

**모든 것은 마음이 만든 것이다. 불안감, 무기력감, 좌절감을 느끼게 되는 것은 누구의 탓이 아니다. 다 내 마음에서 오는 것이다.**

끝나지 않는 코로나19에 점차 지쳐가고, 거기다 날씨도 점점 더워져 마음의 여유를 찾기가 힘들다. 부정적인 마음은 불안을 낳고, 긍정적인 마음은 좋은 결과를 가져온다는 것을 잊지 말자. 올여름, 모든 건설근로자가 몸 건강히 보내길 바란다.

소식지를 읽고

2020 SUMMER VOL. 02

# Reader's Voice

「늘품」은 독자 여러분의 목소리에 귀를 기울이고 있습니다.  
창간호에 대한 소중한 의견을 보내주셔서 감사드립니다.  
제안해주신 내용을 반영하여 더 나은 소식지를 만들겠습니다.



「늘품」 창간호 잘 보았습니다. 항상 창간호는 소장 가치가 있지요. 잘 보관하겠습니다. 공제회에서 하는 일과 관련된 다양한 정보를 알게 되고, 다양한 이야기를 짧막하게 설명해 지루하지 않고 쉽게 읽을 수 있었습니다. 한 가지 건의를 드린다면, 시나 수필 같은 문예란이 1페이지 정도 있었으면 합니다. 내용은 건설과 관련된 것이면 더 좋을 것 같습니다.

김철모

「늘품」을 통해서 장학금 기부, 건설근로자 취업지원, 건설일용근로자 기능향상 지원 등 공제회의 많은 역할을 알게 되었습니다. 건설 현장 기술자로서 협력사 일용근로자들에게 많이 공지하여 혜택이 갈 수 있게 되었으면 좋겠습니다.

이상철

“건설근로자를 생각하며 함께 성장하는 공제회와 건설근로자 간의 공동체적 관계”를 의미하는 「늘품」이 신선하게 와 닿았습니다. 다양한 소식들을 늘품 통해 공유하는 소식지로 앞으로 기대가 큼니다. 현장 근로자들에게도 많이 홍보하겠습니다. 「늘품」에 많은 정보를 담아 주시기 바랍니다.

홍분남

창간호 발간을 축하드리며, 항상 건설근로자들을 따듯이 품어줄 수 있는 소식지가 되기를 바랍니다. 또한 안전하고 튼튼한 대한민국 건설에 든든한 받침목이 될 자긍심 갖춘 건설기능인이 많이 나오길 바랍니다.

정태복

우선 공제회 창간호가 나온 것을 축하합니다. 실내 암벽 체험기는 저도 직접 참여해보고 싶더라고요. ‘톡톡 상담소’의 내용도 마음에 와 닿았습니다. 앞으로도 더 좋은 내용 많이 담아주시길 바랍니다.

배동우



## 날말퀴즈

이번 호 「늘품」을 읽고 아래 문제의 정답을 찾아주세요.

1. 공제회는 건설근로자의 자녀 교육비 부담을 덜어주고자 '□□□□ 건설근로자공제회 기부장학생'을 선정하여 장학금을 지급하고 있다. □□□□에 들어갈 네 글자는 무엇일까요?
2. 건설근로자 □□□□□은 퇴직금을 받지 못하는 일용직 건설근로자의 실질적인 복지를 위해 마련된 제도로, 기존의 기준과 달리 근무 일수를 못 채웠더라도 사망이나 고령에 이르는 경우 신청이 가능할 수 있게 법령이 개정되었다. □□□□□에 들어갈 다섯 글자는 무엇일까요?

정답을 아시는 분은 이메일(mjcp5@naver.com)로 정답을 보내주세요. 추첨을 통해 5명에게 1만 원 모바일 기프트콘을 발송해드립니다. 마감 기한은 7월 31일까지이며, 반드시 이름과 휴대폰 번호를 함께 기재해주세요.

## 독자의견

「늘품」 편집실은 유익한 읽을거리와 다채로운 소식으로 가득한 소식지를 만들기 위해 노력하고 있습니다. 독자 여러분의 관심과 참여가 있을 때 더 좋은 「늘품」이 될 것입니다.

「늘품」 여름호에 대한 여러분의 의견을 보내주세요. 좋은 점이나 개선할 점 등을 이메일(mjcp5@naver.com)로 보내주시면 됩니다. 메일 제목은 '늘품 소식지 독자 의견'으로, 마감일은 7월 31일입니다. 선정된 5명에게 1만 원 모바일 기프트콘을 발송해드립니다. 이름과 휴대폰 번호를 함께 기재해주세요.



# 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금

건설근로자 자녀의 푸른 꿈을 함께 응원해 주세요!!

## 기부 장학금

### 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금 소개

건설근로자공제회는 2020년 1월, 건설근로자 대학생 자녀의 생활비 지원을 위하여 한국장학재단 (법정기부금단체)에 장학금을 기탁하여 '푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금'을 조성하였습니다. '푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금'은 한국장학재단을 통하여 매년 장학생 신청서를 접수받아 공정한 심사를 거쳐 장학생을 선정 1인당 100만원의 장학금(타 장학금과 중복 수혜 가능)을 지급합니다.

## 세제 혜택

### 푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금의 세제혜택

'푸른등대 기부장학금'을 운영하는 한국장학재단은 '법정기부금 단체'로서 일반 지정기부금 단체에 기부하시는 것보다 더 많은 세제혜택을 받으실 수 있습니다.



법인은 소득금액의 50% 한도 내에서 "손금 산입" / 개인은 소득금액의 100% 한도 내에서 "세액 공제"

## 기부

### 기부절차 및 방법



### 푸른 꿈 지킴이

건설근로자 대학생 자녀에게 장학금을 지원하길 바라는 개인 또는 단체는 '푸른등대 건설근로자공제회 기부장학금'에 장학금을 기탁하여 건설근로자 자녀를 후원하실 수 있습니다.



**첫 번째, 푸른 꿈 지킴이** 2020년 1월, **하나은행(은행장 지성규)**은 2,000만원을 기탁하여 건설근로자 자녀 20명에게 장학금을 지원해 주셨습니다. 소중한 후원 감사합니다.



**두 번째, 푸른 꿈 지킴이** 건설근로자 자녀의 푸른 꿈을 "당신"이 함께 응원해 주세요.

보다 자세한 내용은 건설근로자공제회 고객센터팀 장학사업 담당자(02-519-2096)에게 문의하여 주시기 바랍니다.



서울특별시 중구 남대문로 109 국제빌딩 10층 (우)04522 Tel. 1666-1122 Homepage. [www.cwma.or.kr](http://www.cwma.or.kr)