

저축어록

미래를 위해 저축하는 사람이야말로
현실에 가장 충실한 사람이다



희망+

SBI저축은행 웹진형 매거진
2016 Autumn Vol. 11

SBI Story

SBI 사회공헌활동의 어제, 오늘 그리고 내일
새롭게 시작하는 SBI저축은행 동호회
전주지점 탐방

SBI Life

리테일영업3부 '사내커플' 탄생기
낭만 가득한 한옥 골목, 익선동
가을 바다의 맛 대 맛, 대하 vs 꽃게



희망+

SBI저축은행 웹진형 매거진
Autumn 2016 Vol.11



표지모델
SBI저축은행 채권관리부 박정용 사원

<희망+>는 웹진과 함께 펴내는 SBI저축은행 계간 매거진입니다.
SBI저축은행 준법감시인 심의필 제2016-561호(2016. 10. 10)

발행일 2016년 10월 10일
발행인 임진구, 정진문
발행처 SBI저축은행 홍보부
주소 서울특별시 중구 을지로5길 26 센터원빌딩 동관 9층
담당 SBI저축은행 홍보부 여성환 대리 Tel. 02-3416-6288
기획·편집·디자인 101디자인스튜디오 Tel. 02-548-5780

<희망+> 웹진
<http://sbiwebzine.co.kr>

SBI Story

- 04 SBI 포커스
SBI 사회공헌활동의 어제, 오늘 그리고 내일
- 08 SBI 이슈
SBI저축은행 동호회 제도 본격 시행
- 12 SBI 희망뉴스
2016년 3분기 주요 소식
- 16 SBI 새 얼굴
핀테크TFT 김정훈 과장 외 8명
- 20 부서 탐방
SBI저축은행 전주지점
- 24 직장생활 솔루션
직장생활? 아부 No, 칭찬 Yes!

SBI Life

- 28 달콤한 나의 가족
인연은 가까이 있었네! '커플의 탄생'
: 리테일영업3부 공구현 사원 & 이소민 사원
- 32 추천! 핫 플레이스
낭만 가득한 한옥 골목, 익선동
- 34 계절 밥상
가을바다의 맛 대 맛, 꽃게 vs 대하



SBI Story



조건이 아니라 선택입니다.
추구의 대상이 아니라 발견의 대상입니다.

SBI 사회공헌활동의 어제, 오늘 그리고 내일

지난 7월 30일, 서울 중구에 있는 아동보육시설 '남산원'에 SBI저축은행 임직원 30여 명이 모여 들었다. 고사리 같은 손으로 아빠 손을 잡고 온 임직원 자녀들도 눈에 띄었다. 한국전쟁이 한창이던 1952년에 설립해 올해로 개원 64년째인 남산원은 0~18세 아이들 56명이 거주하는 아동 양육 시설. 작년 12월부터 후원을 약속하고 지난 2월에 이어 두 번째로 찾아온 SBI저축은행 임직원과 가족들의 모습에 아이들도 복지사 선생님들도 활짝 얼굴이 밝아졌다.



여럿이 함께하니 힘든 일도 똑딱!

“저희 남산원에 복지사 선생님은 모두 스물네 분이 계세요. 아이들 돌보는 것은 물론이고 시설보수 같은 일도 스스로 해야 하는데, 남자 선생님들은 몇 분 안 계시다 보니 장마철 같은 때가 지나면 시설이 망가져도 수리할 여유가 없었죠. 오늘처럼 많은 봉사자 분들이 와서 힘을 모아 주시니까 저희가 일주일 넘게 해도 못할 일을 한나절 만에 똑딱 끝낼 수 있었습니다.”

SBI저축은행 임직원들에게 고마운 마음을 전하는 남산원 김선기 사회복지사. 이날 SBI저축은행 임직원들은 김치냉장고, TV 등 물품 기증은 물론 아이들이 쾌적한 환경에서 생활할 수 있도록 군데 군데 파인 운동장과 망가진 시설을 복구하고, 아이들의 여름나기 장비를 깨끗이 세척하는 등 봉사활동으로 한여름 더위에 연신 구슬땀을 흘렸다. 특히 이날 행사는 케이블방송 SBS-CNBC의 <꿈꾸는 경제> 프로그램이 동행 취재해 8월 16일 전파를 타기도 했다.

시작이 반! 더 큰 나눔을 꿈꾸며

‘시작이 반!’이라고 했던가. SBI저축은행의 사회공헌활동 역사는 사실 그리 오래되지 않았다. 지난 2013년 출범 이후 사회적 책임을 다하기 위해 사회공헌활동에 대한 의지를 지속적으로 밝혀온 SBI저축은행은 지난 2015년 비로소 흑자 기업으로 전환에 성공하면서 본격적인 사회공헌활동에 팔을 걷어붙이고 나섰다. 적자를 흑자로 돌리기 위해 달려온 시간만큼 더 큰 나눔을 꿈꾸며 미래를 준비하자는 임직원들의 공통된 뜻에서였다. 2015년 11월 사회복지공동모금회를 통해 2천만원을 기부한 것을 시작으로 복지시설 자매결연, 사내 봉사단 운영, 1사 1교 금융교육 결연 등 다양한 방법을 통해 사회공헌활동의 범위를 꾸준히 넓혀가고 있다.

SBI저축은행 사회공헌활동 일지

2015년 11월 24일	사회복지공동모금회 기부금 후원
2015년 11월 24일	'SBI희망봉사단' 연탄 나눔 봉사활동(서울 중구 신당동)
2015년 12월 18일	지역사회 복지기관 후원 자매결연(남산원, 혜심원)
2016년 2월 13일	'SBI희망봉사단' 남산원 봉사활동
2016년 3월 12일	'SBI희망봉사단' 혜심원 봉사활동
2016년 3월 18일	2016 희망온돌 따뜻한 겨울나기 우수기부자 표창
2016년 4월 19일	1사 1교 금융교육 결연(선린인터넷고등학교)
2016년 7월~12월	불우이웃돕기 성금 모금을 위한 '희망나눔 자선경매 릴레이' 실시
2016년 7월 30일	'희망나눔봉사단' 남산원 봉사활동





연말까지 이어지는 사회봉사활동

2016년 하반기에는 더욱 구체적인 사회공헌활동을 계획하고 있다. 본부별 1개 이상의 봉사단체 자매결연을 통해 지역 유대성을 강화하고, 모든 직원이 봉사활동의 보람을 느낄 수 있도록 참여 방법과 채널을 더욱 확대할 예정이다. 관할구역 저소득가정 후원, 연말 SBI 희망나눔 봉사대축제와 같은 행사도 계획하고 있다.

2016년 하반기 SBI저축은행 사회공헌활동 계획

2016년 10월~12월	관할구역(중구청) 소년소녀가장 후원 • 정기후원: 저소득가정 아동 13명 매월 20~30만원 지원 • 장학후원: 후원 대상 외 성적우수자·모범학생 5명 장학금 100만원 지원
2016년 11월	1본부·1봉사단체 자매결연 • 신당종합사회복지관 외 9개 시설
2016년 12월	SBI 희망나눔 봉사대축제 • 저소득가정 대상 김장김치 담그기 • 연탄·생필품 배달



사회공헌활동(CSR)

흔히 'CSR'(Corporate Social Responsibility)이라고 하는 기업의 사회공헌활동은 주로 자선, 기부, 환경보호 등의 활동으로 나타난다. 사회공헌활동은 단순히 기업의 이윤 일부를 사회에 환원하는 것이라 생각할 수도 있지만, 광의적으로는 기업이 지닌 재능·능력·자원 등을 이용해 사회 전반에 산재해 있는 문제들을 해결하고 공익을 위해 활동하는 것을 두루 이르는 개념. 기업 이미지 제고, 마케팅 전략 등의 기업 경영 전반에 사회공헌의 비중이 커지면서, 사회공헌은 이제 단순한 자선활동을 넘어 전략적 투자, 가치 창조 방법이 되어가고 있다. 또한 글로벌 교류가 활발해지면서 세계 여러 나라에서 기업의 윤리 기준을 제정하고, 심지어 그 기준에 맞아야 그 나라에서 기업 활동이 가능한 경우도 점점 늘고 있는 추세다.

SBI 사회공헌활동, 앞으로의 방향은?

최근 기업들이 펼치고 있는 사회공헌활동은 CSR(Corporate Social Responsibility)이라는 개념을 넘어, 공유가치창출(CSV, Creating Shared Value)이라는 새로운 방향으로 나아가고 있다. CSV란 기업의 이념과 가치를 나누며 사회공헌을 실현하고, 나아가 기업이익 창출과정에 연계된 네트워크의 공생발전을 추구하며, 기업활동과 동시에 공공의 이익을 추구하는 경영철학을 의미한다. 기존의 CSR 활동이 기업의 사업을 통해 생겨난 이익을 분배하는 것에 그쳤다면, CSV는 기업이 이익 창출 과정에서부터 사회의 요구를 수용하고 문제를 해결해 경제적 가치와 사회적 가치를 동시에 창출한다.

SBI저축은행의 사회공헌활동은 이제 막 걸음마를 떼었다고 할 수 있다. 하지만 실천의지와 추진력만큼은 그 어느 기업에도 뒤지지 않는다. 발전 가능성 또한 무궁무진하다. 향후 SBI홀딩스의 소외계층 아동들을 위한 공익재단인 'SBI어린이희망재단'과 연계해 소외계층 아동들을 위한 다양한 프로그램에 참여할 계획도 세우고 있다. 이제 시작이라고, 시작이 반이라고 말하는 SBI저축은행 임직원들의 열정과 실천이 나눔의 나머지 반을 채워길 기대해 본다.



동기부여 팍팍! 에너지 쑥쑥!

SBI저축은행 동호회 제도 본격 시행

과거 직장문화가 '일할 시간도 부족한데, 동호회는 무슨...'이라는 분위기였다면 최근에는 사내 동호회 활동이 '얼굴 보기조차 힘든 직원들끼리 커뮤니케이션을 활성화해주는 도구'라는 인식이 더 확산되고 있다. 사내 동호회의 가장 큰 장점은 상사나 동료들과 격의 없이 소통해 업무능률까지 높일 수 있다는 점이다. 특히 타부서나 임원진들과도 개인적인 친분을 쌓을 수 있는 좋은 기회이기도 하다. 이번 9월부터 본격 시행되는 SBI저축은행 동호회를 소개한다.

동호회에 묻습니다!

- ① 만든 까닭은? ② 우리 동호회의 매력은? ③ 모임은 얼마나 자주?
- ④ 앞으로의 계획은? ⑤ 가입신청은 누구에게?



당구 동호회 | 하이런

- ① 당구는 날씨와 장소에 구애받지 않고 끊임없이 대화가 이뤄지는 스포츠입니다. 업무시간 동안 서로 협력하고 부딪히는 동료들끼리 당구대에 도란도란 모여 함께 즐길 수 있는 자리를 만들고 싶습니다. '하이런'은 당구 게임에서 한 큐에 친 최고 점수를 뜻합니다.
- ② 나만의 '개인 큐'를 보유할 수 있는 기회를 드립니다! 매달 자체 당구대회를 개최해 우승자에게 증정할 예정입니다.
- ③ 월 1회 정기 모임(자체 대회), 번개모임 수시
- ④ 매달 자체 당구대회를 개최하고, 동호회원들이 골로루 우승할 수 있도록 적절한 핸디캡과 어드밴티지를 적용할 예정입니다. 승부가 아닌 즐기는 자리를 만들겠습니다.
- ⑤ 회장 이종석 실장(정보시스템실), 총무 손재홍 사원 (IB2부)



농구 동호회 | Buzzer

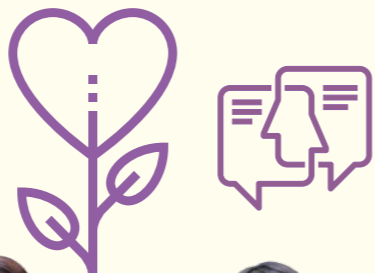
- ① 회사에서 농구를 좋아하는 사람들끼리 소통할 수 있는 공간을 마련했습니다.
- ② 농구는 개인 기량보다 팀워크가 중요시되는 운동입니다. 승리했을 때의 쾌감, 패배했을 때의 아쉬움, 땀 흘리며 느끼는 결속력이 회사생활의 또 다른 모미가 됩니다.
- ③ 월 2회 정기 운동(웅산초등학교), 매월 5번째 주 타 동호회 팀과 교류전
- ④ 직장인 농구 동호회 대회에 나가 SBI저축은행의 이름으로 챔피언에 오르겠습니다.
- ⑤ 회장 이승현 대리(IB자산관리부), 총무 이영환 사원 (전략기획부)

등산 동호회 | 산뽕오리



- ① 전 국토의 70%가 산악지형인 우리나라에서 산악회 모임은 지극히 당연한 일!
- ② '유능제강'(柔能制剛)이란 말이 있습니다. 부드러움이 능히 강함을 제어할 수 있다는 뜻이죠. 산의 형세는 직선일 수 있지만 산행의 걸음걸음은 항상 곡선입니다. 산행의 매력은 곡선의 걸음을 통해 식선의 산세를 제어하는 지혜를 배울 수 있다는 점 아닐까요?
- ③ 분기별 1회 서울·수도권 산행, 연 2회 설악산 능선 중 주 등 특별산행
- ④ 산을 정복의 대상으로 삼는 극기훈련 같은 산행은 지양합니다. 누구나 맑은 공기 마시면서 맛있는 음식도 먹고 어울릴 수 있는 '부담 없는 산악회'를 만들겠습니다.
- ⑤ 회장 안홍범 부장(기업여신심사부), 총무 조영주 과장 (기업여신심사부)

여직원 문화 동호회 | **쌀롱**



- ① 평소 떨어져 있는 영업점 여직원들끼리 정보를 나누고 친목을 도모할 수 있는 모임입니다.
- ② 미모의 여직원들! 그 자체가 매력 아닐까요?
- ③ 월 1회 정기모임, 번개모임 수시
- ④ 영업점 여직원들의 든든한 마음의 울타리가 되어 줄 수 있는 따스한 공간이 되고 싶습니다.
- ⑤ 회장 조혜진 대리(지점관리부), 총무 김도연 주임(인천지점)



계절스포츠 동호회 | **포시즌**



- ① 답답한 도시를 벗어나 자연과 함께 하는 아웃도어 활동을 통해 회원들간의 친목과 유대감을 높이고자 합니다.
- ② 건강이면 건강, 젊음이면 젊음, 비주일이면 비주일! 뭐 하나 빠지는 것 없는 회원들의 모임입니다. 우리 회사 임직원 중에 수상스키, 스노보드, 스키 등 아웃도어 활동 전문가들이 의외로 많다는 것도 아시게 될 겁니다.
- ③ 동호회 명칭에 맞게 연 4회 계절별 정기모임을 진행하고 번개모임도 수시로 합니다.
- ④ 거창한 목표보다는 회원들의 안전과 친목을 최우선으로 합니다.
- ⑤ 회장 서영훈 부장(총무부), 총무 김예진 주임(오토금융부)



볼링 동호회 | **볼스원샷**



- ① 너무 교과서 같지만 실제로 '회원 상호간의 건강증진과 친목도모'를 목적으로 합니다.
- ② 평균 나이 스물아홉! 젊고 파릇파릇한 동호회를 원하시면 볼스원샷으로 오세요!
- ③ 월 1회(첫째 주 화요일) 저녁식사 후 볼링(광화문)
- ④ 회원 전체 애버리지 20점 상승!
- ⑤ 회장 문휘범 대리(정보시스템실), 총무 유혜인 사원(감사부)



야구 동호회 | **SBI야구부**



- ① 야구 동호회는 지난 2001년에 처음 창단되어 2007년 지식경제부장관배 대회 동부디비전 우승, 2008년 금융단리그 백호(2부) 준우승, 2012년 저축은행리그 우승 등 화려한 역사와 전통을 지닌 모임입니다.
- ② 던지고, 때리고, 달리면 스트레스가 한방에 날아갑니다. 야구경기의 다양한 상황과 그에 따른 순간적인 판단력, 조직적인 플레이와 때에 따른 희생, 상대 선수에 대한 심리 파악 등은 회사 업무에도 도움이 될 수 있다고 생각합니다.
- ③ 매월 1~2회 토요일 경기, 스크린야구장 번개모임 수시
- ④ 금융감독원장배 금융단리그에 참여합니다. 목표는 당연히 우승!
- ⑤ 회장 송민호 부장(리테일영업1부), 총무 권용진 사원(리테일콜렉션부)





모바일 신용대출 '사이다' 소비자중심 3.0 브랜드 대상 수상

SBI저축은행의 중·저금리 모바일 신용대출 상품 '사이다'가 조선뉴스프레스 주관 '소비자중심 3.0 브랜드 대상' 조사 결과 모바일신용대출/시장선도력 부문 대상에 선정되었습니다. 지난해 12월 21일 출시한 사이다는 출시 9개월 만에 누적 대출 1,400억 원을 돌파하며 국내 대표 중·저금리 모바일 신용대출 상품으로 자리매김하고 있습니다. 사이다는 시중은행 고객과 은행 대출 거절 고객, 고금리 카드론 이용 고객 등을 두루 겨냥한 상품으로, 대출 금리는 신용등급 1등급의 경우 연 6.9%, 6등급은 13.5%를 적용합니다. 대출 한도는 국내 모바일 전용 대출 상품 중 가장 많은 3,000만 원이며, 애플리케이션을 통해 방문이나 서류 제출 없이 당일 대출이 가능해 이용 편의 또한 대폭 높였습니다. SBI저축은행은 이를 통

해 최근 금융시장의 화두인 금리단층 문제를 해소하고 고금리 상품을 이용하는 금융소비자들의 채무 부담을 경감해주는 등 국내 중금리 시장을 선도함으로써 금융업계 전반에 돌풍을 일으키고 있습니다. SBI저축은행 관계자는 "저축은행이 대부업과 다를 바 없는 고금리 신용대출기관이라는 저간의 부정적인 이미지를 쇄신하는 데 앞장서고 고금리로 고통 받는 서민들의 부담을 근본적으로 덜어주어야 한다는 무거운 책임감을 바탕으로 '사이다'를 개발해 출시했다"며 "그간 시중은행을 이용하거나 은행에서 거절당한 금융소비자들이 고금리 카드론으로 내몰리지 않고 맨 먼저 우리 SBI저축은행을 찾아올 수 있도록 하겠다."고 말했습니다.



전주지점, 전주의 중심지 팔달로에 새 보금자리

SBI저축은행 전주지점이 고객 접점을 늘리고 한 차원 높은 금융서비스를 제공하기 위해 지난 9월 1일 전주의 중심지 완산구 팔달로(서노송동)에 새롭게 자리 잡았습니다. 이번에 옮긴 SBI저축은행 전주지점은 전라북도청, 전주 시청, 한옥마을, 대규모 주거단지, 대형마트 등 행정, 상업, 문화 시설이 인접해 유동인구가 풍부할 뿐만 아니라 접근성 또한 뛰어나 향후 개인 고객은 물론 소상공인, 자영업자, 중소기업 등 많은 고객들이 더욱 편리하게 지점을 방문할 수 있을 것으로 전망됩니다. 지난 2010년 3월에 설립된 이후 전주 중앙시장 인근에서 영업을 지속해온 SBI저축은행 전주지점은 이번 이전 오픈을 계기로 새로운 도약을 약속하고 있습니다. 한옥마을, 오

목대, 경기전, 전통한식 등으로 유명한 국내 대표 관광지이며 이러한 지역 특색으로 소상공인, 자영업자의 비율이 높은 전주의 도시 특성을 더욱 면밀히 분석해 자산규모 업계 1위(2016년 6월말 경영공시 기준) 저축은행다운 한 차원 높은 서비스와 금융 편의를 제공할 계획입니다. SBI저축은행 전주지점 이동일 지점장은 "전주는 전라북도의 행정, 문화, 관광의 핵심 역할을 하고 있을 뿐만 아니라 대규모 주거 단지가 형성되어 있어 더욱 편리하고 쾌적한 환경에서 금융 서비스를 제공하기 위해 이전 오픈했다"며, "지역 일대의 중소기업, 소상공인, 자영업자, 개인 고객들에게 편리한 접근성과 차별화된 금융 서비스로 지역 발전에 이바지할 것"이라고 밝혔습니다.



희망나눔 봉사단 '남산원 봉사활동' 실시

SBI저축은행은 지난 7월 30일 서울 중구에 위치한 보육시설인 남산원을 방문해 물품을 기증하고 환경정리를 하는 등 봉사활동을 실시했습니다. 출범 이후 사회공헌 활동에 대한 의지를 지속적으로 밝혀온 SBI저축은행은 지난해 흑자 전환을 계기로 본격적인 사회공헌 활동의 기반을 다지며 다양한 프로그램을 펼치고 있습니다.

이날 행사에는 SBI저축은행 희망나눔 봉사단 30여 명이 참여해 김치냉장고, TV 등 물품을 기증하고 아이들이 깨끗하고 쾌적한 환경에서 생활할 수 있도록 시설보수, 주변 환경정리 등의 봉사활동으로 한여름 구슬땀을 흘렸습니다. 케이블 방송 SBS-CNBC에서는 <꿈꾸는 경제> 프로그램을 통해 이날 봉사활동 모습을 취재하여 8월 16일 방영하기도 했습니다.

SBI저축은행은 지난해 연탄배달 봉사활동을 시작으로 더욱 다양한 사회공헌 활동을 계획해 진행 중입니다. 향후 일본 SBI홀딩스의 소외계층 아동을 위한 공익재단인 'SBI어린이 희망재단'과 연계하여 결식아동, 학대아동 등 소외계층 아동들에게 도움을 줄 수 있는 다양한 프로그램을 개발해 직원에 적극 나선다는 계획입니다.



보이스피싱 예방, 전주지점 송미향 사원 감사패 수상

SBI저축은행 전주지점 송미향 사원이 보이스피싱을 예방한 공로를 인정받아 전주 완산경찰서로부터 감사패를 받았습니다.

지난 7월13일 전주지점 창구에서 한 고객이 상기된 표정으로 예금 전액 인출을 요청하자, 송미향 사원은 자금 인출 목적을 상세히 물어보았습니다. 이어서 침착한 태도로 고객을 안심시키고 상담실로 안내하였습니다. 송미향 사원은 자초지종을 알아본 후, 고객이 누군가와 계속 통화하고 있는 상황을 의심해 고객에게 양해를 구하고 휴대전화 내역을 살펴보고, 그 내용이 보이스피싱을 확신해 고객에게 차근차근 설명하였습니다. 그 사이 다른 직원이 전주 완산경찰서에 신고를 했고, 신고를 접수한 전주 완산경찰서 지구대가 출동해 범죄와 고객의 피해를 예방할 수 있었습니다.



임직원 기념일 축하제도 운영

'일과 삶의 균형'을 지원하는 SBI저축은행이 임직원들의 개인적인 기념일을 축하하고 애사심을 고취할 수 있도록 가족들과 함께 사용할 수 있는 소정의 선물을 지급하는 제도를 마련했습니다.

기념일 축하제도의 지원내용은 임직원의 기념일에 휴대폰으로 3만 원권 '모바일 쿠폰'을 발행하여 지급하는 것입니다. 지원대상은 모든 임원 및 직원(G, S, E군)이며 휴가 및 휴직자에게도 동일한 기준으로 축하제도를 운영합니다. 지원내역은 결혼을 기준으로 구분하여, 기혼자에게는 결혼기념일에 모바일 쿠폰을 지급하고 미혼자는 임직원 본인의 생일에 맞춰 3만 원권 쿠폰을 발행하여 지급합니다.



SBI저축은행, 2016 임원 워크숍 실시

SBI저축은행이 10월 7일 천안 신라스테이에서 임진구 사장과 정진문 대표이사를 비롯한 전국 임원이 모두 참석한 가운데 '2016년 임원 워크숍'을 개최했습니다.

이번 워크숍은 SBI저축은행이 국내 1위 서민금융기관으로 더욱 큰 도약을 하기 위한 중장기적 경영전략 및 혁신과제에 대해 심도 있는 논의를 하려는 목적으로 마련되었습니다. 세부적으로는 ▲ FY17기 전사 및 본부별 사업계획 수립 운영 ▲ 자산의 질적, 양적 측면의 실질적 성장 방안 ▲ 경영개선을 통한 ROA 개선 방향 ▲ 전사 조직관리의 효율성 제고 등에 대한 논의를 진행했습니다. 또한, 2016년의 주요 재무적 목표인 '견고한 흑자 기초 유지'와 '고정이하여신비율 지속 축소' 등을 달성하는 데 전사적인 노력을 총동원하여 이번 회계연도에 완전한 의미에서의 경영 정상화를 이루기로 뜻을 모았습니다.

다음날인 8일에는 골프 라운딩을 실시하며 임원간의 친목을 도모하는 기회를 가졌습니다. 이날 라운딩에서는 임진구 사장이 최저타수 우승을 포함한 5관왕에 올랐습니다.

가을바람 따라 날아온 반가운 새 얼굴

정보시스템실 원재훈 대리

- ① 혁신적인 도약의 트리거
- ② 정보시스템실, 채널서비스팀 식구들 모두! 늘 함께해주시며 업무 적응에 큰 도움을 주고 계십니다.
- ③ <터널>(김성훈 감독, 2016년) 어렵고 힘든 상황에서 주위 환경에 굴하거나 절망하지 않고, 자신이 할 수 있는 최선을 다하는 것이 인생의 지혜라는 것을 느낄 수 있어서 권하고 싶습니다.

정보시스템실 김영화 주임

- ① 나의 희망 금융 파트너!
- ② 정보시스템실, 채널서비스팀 식구들 모두! 채널팀 여러분이 계셔서 좀 더 빨리 적응해 나가고 있습니다. 앞으로 잘 부탁드립니다!
- ③ <도쿄타워>(마츠오카 조지·니시타니 히로시 감독, 2007년) 가을날 분위기와 무척 잘 어울리는 영화입니다. 사실 영화 내용보다는 영화에 수록된 음악을 더 추천 드려요. 특히 Norah Jones의 <Sleepless Nights>라는 곡을 꼭 들어보셨으면 좋겠어요.

핀테크TFT 김정훈 과장

- ① 새로운 기회와 도전
- ② 핀테크TFT 구성원 모두! 다 같이 오랫동안 동거동락한 동료들입니다.
- ③ <아주 작은 반복의 힘>(로버트 마우어 지음, 장원철 옮김, 스물빅라이프 펴냄) 성취할 수 있는 작은 목표를 설정하는 방법과, 실행하는 방법, 나아가 큰 목표를 이룰 수 있는 방법에 대해 자세히 설명해주고 있어, 매년 결심만 하고 목표를 이루지 못했던 분들에게 이번 가을에는 결심한 목표를 꼭 이룰 수 있도록 도움을 줄 수 있는 이 책을 회사 동료들에게 권하고 싶습니다.

핀테크TFT 민세준 대리

- ① 보면 볼수록 매력 있는 곳
- ② 인사부 유형근 사원 회사에 와서 처음 만난 분이어서 그럴까요? 왠지 모르게 의지가 됩니다.
- ③ <죽여 마땅한 사람들>(피터 스완슨 지음, 노진선 옮김, 푸름숲 펴냄) 오랜만에 접한 반전 가득한 스릴러 소설입니다. 잔인함도 끔찍함도 없지만 흡입력이 정말 대단합니다.

① 나에게 SBI저축은행은?
② 우리 회사에서 내가 가장 좋아하는 사람은? 그 까닭은?
③ 이번 가을, 동료들에게 권하고 싶은 책 또는 영화가 있다면?



핀테크TFT 강주이 대리

- 1 또 한번의 시작과 도전
- 2 핀테크TFT 멤버 혼자서는 힘든 일도 TFT 멤버들과 함께라면 모두 헤쳐 나갈 수 있을 것 같아서입니다.
- 3 리처드 링클레이터 감독의 'Before' 시리즈 시간의 흐름이 삶에 미치는 영향에 대해 한번쯤 생각해 볼 수 있는 영화입니다. 유럽 길거리의 아름다운 풍광을 볼 수 있는 건 덤이죠.

인사부 권재용 대리

- 1 또 다른 행복을 주는 터전
- 2 단연 인사부 직원들입니다! 부드러운 미소를 지닌 안호중 부장님 그리고 정호영 대리님, 유형근, 심혜주, 한경희 사원님, 마지막으로 입사동기인 이경호 대리님까지 모두 따뜻하고 좋은 분들입니다.
- 3 <포레스트 검프>(로버트 제메키스 감독, 1994년)
"인생은 초콜릿 상자와 같은 거야. 네가 무엇을 고를지 아무도 모른다."

인사부 이경호 대리

- 1 새롭게 도전할 수 있는 곳
- 2 인사부 정호영 대리 입사하고 나서 궁금한 점이 있으면 가장 많이 찾았던 동료입니다. 그 덕분에 새로운 환경에 적응하는데 큰 도움이 되었습니다.
- 3 <굿윌헌팅>(구스 반 산트 감독, 1997년)
재미있는 영화는 아니지만, 기억에 남는 영화입니다. 가을에 보기에 마음이 따스해지는 영화로 추천 드립니다.

소호영업부 김성균 사원

(9월 26일 목동지점에서 인사이동)

- 1 나를 완성해 나갈 장소
- 2 목동지점 직원들
입사 후 긴 시간을 함께 지낸 목동지점 직원들이 가장 고맙습니다. 신입사원인 저를 따뜻하게 맞아주시고 친절하게 지도해 주셨습니다. 업무뿐만 아니라 회사생활에 필요한 마음가짐도 많이 배울 수 있었습니다.
- 3 <당신, 거기 있어 줄래요?>(기욤 뭈소 지음, 전미연 옮김, 밝은세상 펴냄)
국내에도 잘 알려진 기욤 뭈소의 소설입니다. 시간 여행을 소재로 한 작품으로 가볍게 읽을 수 있는 흥미진진한 내용입니다. 곧 있으면 김윤석 씨 주연으로 영화로도 개봉될 예정이라고 하네요.

M프로젝트TFT 유호원 사원

(9월 26일 노원지점에서 인사이동)

- 1 또 다른 시작! 또 다른 기회!
- 2 노원지점 운주인 지점장님 지점의 화목과 단합, 분위기를 책임져 주십니다.
- 3 <사피엔스>(유발 하라리 지음, 조현욱 옮김, 김영사 펴냄)
광범위한 인류 역사를 객관적이고 논리적인 언어로 이해함으로써, 인간 사회의 과거와 현재 그리고 미래를 보는 혜안을 지닐 수 있습니다.



한옥마을에 떠오른 희망 햇살

SBI저축은행 전주지점

지난 9월 1일, SBI저축은행 전주지점이 영업력 강화를 위해 전주의 '핫 플레이스' 한옥마을 근처로 보금자리를 옮겼다. 풍부한 유동인구에 대규모 주거단지, 상업·문화시설, 금융권이 밀집해 있는 이곳에서 전주지점 식구들은 어떤 새로운 도약을 준비하고 있을까?



새로운 공간, 새로운 각오

“전주는 소상공인과 자영업자 비율이 매우 높은 도시입니다. 지역경제 활성화를 위해 저희 같은 은행이 꼭 필요한 곳이지요. 이사 오기 전에는 전주 중앙시장 인근에 자리 잡고 있었는데, 생각보다 유동인구가 많지 않아 신규고객 창출에 어려움이 있었습니다. 이번에 영업점을 옮기면서 그런 아쉬움을 말끔히 털어버릴 수 있게 되었죠.”

슬쩍 봐도 한눈에 ‘큰형님’ 분위기가 물씬 풍기는 이동일 지점장은 요즘 하루하루 출근길이 설레고 즐겁다. 남들은 일부러 찾아오는 한옥마을과 영화의거리를 날마다 지나다니는 것도 즐겁고, 지점 앞을 오가는 수많은 ‘잠재 고객’들을 바라보는 일도 불끈 힘을 썩게 한다.

전주지점은 9월 현재 지점관리부 내 전략이행도 1등을 달리고 있는 우수 지점. 이동일 지점장은 전주지점이 이렇게 잘나가는 비결이 마치 ‘한 식구처럼 편안한 분위기’ 덕분이라고 말한다. 오랫동안 서로 믿고 의지하며 생긴 직원들끼리의 연대감은 물론이고, 고객들 또한 지점을 편안한 이웃처럼 여기고 직원들에게 스스럼없이 다가간다.

“고객을 식구처럼 생각하면 ‘안녕하세요?’란 말이 단순한 인사치레가 아니에요. 얼굴과 눈빛만 봐도 진짜 안녕하신지 알 수 있어요. 한번은 저희 지점 송미향 사원이 평소와 뭔가 좀 달라 보이는 고객님한테 안부를 물었는데, 알고 보니 보이스피싱에 걸려 큰 손해를 보실 뻔한 상황이었지 뭐예요. 다행히 손해를 안 보게 막아드릴 수 있었는데, 고객님께 진정성 있는 관심이 없었다면 절대 막아낼 수 없는 사고였다고 생각합니다. 이 사건으로 송미향 사원은 전주경찰서로부터 감사패까지 받아 우리 지점의 자랑거리가 되었죠.”

◀ 왼쪽부터 임태욱 팀장, 임주희 사원, 이혜린 주임, 송미향 사원, 유난희 사원, 이동일 지점장, 김요한 청경



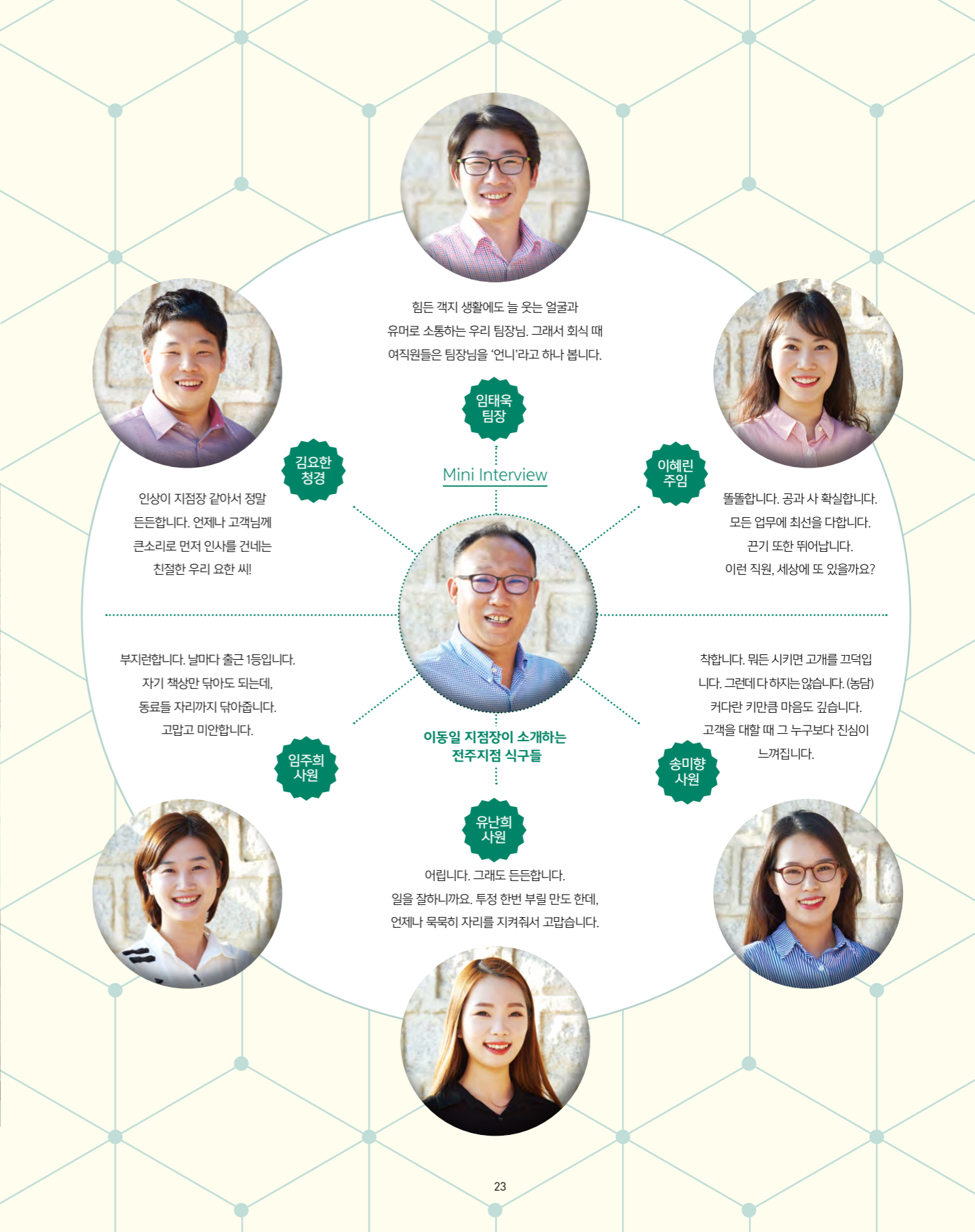
Strategic Business Innovator

유동인구가 많은 곳으로 보금자리를 옮긴 전주지점은 요즘 매주 1회 이상 전 직원이 길거리 홍보에 나서고 있다. 만나는 사람이 많아진 만큼 영업실적도 경천 뒤엎을까?

“길거리 홍보의 진짜 목적은 지점 홍보와 젊은 층과의 일대일 만남에 있습니다. 전주지점은 지방 특성상 기존 고객층 연령이 높은 편에 속하는데, 지속적인 지점 성장을 위해서는 안정적인 자산을 구축하고 있는 노년층 고객도 소중하지만 미래 성장 가능성이 높은 젊은층 고객의 유입도 중요하기 때문이죠.”

이동일 지점장은 전주지점의 향후 전망을 묻는 질문에 ‘독수리’ 이야기로 대답을 대신했다.

“독수리는 평균수명이 70세로 가장 장수하는 새라고 합니다. 오랜 세월을 살다 보니 40세 즈음에는 고비가 온다고 합니다. 발톱이 굵어지고, 길어진 부리는 가슴을 찌르고, 날개는 무거워져 퍼기조차 힘들어진다고 하지요. 기로에 선 독수리는 두 가지 방법을 선택합니다. 모든 것을 포기하고 죽음을 맞든지, 아니면 고통스러운 혁신 과정을 거쳐 새로운 비행으로 30년의 수명을 연장하든지 말이죠. 지금 우리가 처한 상황도 40세 독수리와 비슷한 것 같습니다. 경기약화, 부동산 침체, 대출규제, 저금리 시대 등 역경과 마주하고 있지요. 하지만 우리는 답을 알고 있습니다. 명함에 쓰여 있잖아요? 우리는 ‘Strategic Business Innovator’입니다!”





직장생활? 아부 No, 칭찬 Yes!

‘칭찬의 힘’은 일찍이
《칭찬은 고래도 춤추게 한다》와 같은 책을
통해서도 널리 알려져 있다.
그런데 일반적인 인간관계가 아닌
직장생활에서의 칭찬은 조금 다른 면이 있다.
듣기 좋으라고 칭찬을 남발하다 보면
오히려 상대방에게 아부한다는 느낌을 전달해
거부감을 줄 수 있다.
직장생활에서 칭찬 잘하는 법은 무엇일까?

머릿속에 실제 떠오른 것을 이야기하라

누군가를 칭찬할 때 ‘영혼 없는’ 말은 금물이다. 누가 봐도 이성적이고 차분한 동료한테 ‘분위기 메이커’라고 말한다면? 감성적이고 기분파인 선배한테 ‘논리적’이라고 말한다면? 듣는 사람 귀에는 ‘비아냥’으로 들리기 십상이다. 이는 심중팔구 내가 실제로 느껴서 머릿속에서 떠오른 칭찬이 아니라, 무언가 상대방의 칭찬거리를 찾다가 그 순간의 상황에서 치약 놀러 짜듯 우겨낸 말이다. 마음이 담겨 있지 않는 칭찬은 ‘아부’ 아니면 ‘조롱’이다. 누군가 나에게 별거 아닌 일로 “정말 대단하십니다!” 하고 칭찬을 한다면 얼굴이 화끈거리거나 오싹하다.

대개 많은 사람들이 머릿속에 칭찬거리가 떠올라도 굳이 입 밖으로 말을 꺼내지 않는다. 이런 사람들이 주변에 많을수록, 실제 내 머릿속에 떠오른 칭찬만 확실히 말로 표현해 버릇해도 ‘칭찬 잘하는 사람’이 될 수 있다. 단, 마음에 없는 말은 안 해도 된다. 그러면 적어도 ‘아부꾼’은 되지 않는다.



결과뿐만 아니라 과정에 대해서 칭찬한다

흔히 프로는 '결과'로 말한다고 한다. 맞는 말이다. 그러나 누군가를 칭찬할 때는 다르다. 결과뿐만 아니라 '과정'을 짚어주는 편이 훨씬 더 효과 높은 칭찬이 된다. 며칠씩 야근해서 보고서를 완성한 후배에게 어떤 말을 할 것인가?

“수고했어.” “잘했네!” “최고야!”

위와 같은 말은 전형적인 '결과 중심적' 칭찬이다. 안 하는 것보다야 낫겠지만 이왕이면 후배에게 더욱 커다란 동기부여가 될 만한 얘기를 해주는 것이 좋다.

“지난번보다 분석이 아주 명쾌해졌는데? 일에 정성이 담겨 있어.”

이 같은 칭찬은 선배에게도 필요하다. 직책이 높아지면 높아질수록 칭찬해주는 사람이 적어지기 때문에 효과 또한 매우 높다.

“피드백을 벌써 주셨네요? 그 짧은 시간에 이렇게 정확히 요점을 짚어내시다니, 정말 놀랍고 부럽습니다.”

사실을 조금만 과장한다

머릿속에 실제 떠오른 것만 칭찬하러더니, 이제 와서 사실을 과장하라고? 뭔가 앞뒤가 안 맞는 말 같지만, 머릿속에 실제 떠오른 것만 칭찬하는 것이 조금 스킬이라면 사실을 조금만 과장해서 칭찬하는 것은 좀 더 고급스러운 스킬이다. 간단히 말하면 실제 머릿속에 떠오른 칭찬에 10%만 살을 붙이는 것이다.

이를테면, 직장에서 선배를 위해 서프라이즈 생일 파티를 열게 되어 퇴근 후 많은 인원이 모인 상황이다.

① “우아! 사람들이 정말 많이 모였네요. 이게 다 선배님 인덕 아니겠습니까!”

② “축하드려요! 전부터 저희 동기들한테는 선배님 인기가 제일 좋았는데 역시 많이 모이셨네요!”

서프라이즈 파티에 사람이 많이 모일 정도라면 그 선배는 분명 인기가 관찮은 사람이다. 하지만 ①번처럼 말한다면 어딘가 모르게 밀도 끝도 없는 느낌이다. 실제 사실을 두 배 이상 부풀린 느낌으로 듣는 사람도 왠지 낯간지럽다. 이에 반해 ②번처럼 말한다면 ‘인기가 좋다’는 사실에 ‘저희 동기들 중에서 선배님 인기가 제일 좋다’는 구체적인 정보를 더했다. 당장 확인하긴 어렵지만 부담 없이 수긍하고 넘어가기에 딱 좋을 만큼이다. 이 얘기를 듣고 실제 설문조사를 해오라는 선배는 없을 것이다. 선배가 인기 있는 것은 사실이고, 여기에 10%쯤 조미료를 곁들였을 뿐이다.

SBI Life



청년에게는 음식
노인에게는 오락
부자에게는 지식
고통스러울 때는 위안

인연은 가까이 있었네! ‘커플의 탄생’

리테일영업3부 공구현 사원 & 이소민 사원

돌발퀴즈 하나. 버락 오바마 미국 대통령과 빌 게이츠 마이크로소프트 회장의 공통점은? 둘 다 ‘사내커플’ 출신이란 점이다. 오바마 대통령은 하버드대학 로스쿨 재학 중이던 1989년 시카고 한 로펌에서 인턴으로 일하다가 선배 변호사인 미셸 로빈슨과 사귀기 시작했다. 빌 게이츠의 아내 멀린다 게이츠는 1987년 마이크로소프트에 입사했다가 1994년 창업자와 결혼식을 올렸다. 2016년 가을, SBI저축은행에서도 이 같은 사내커플이 탄생했다. 말 그대로, 인연은 가까이 있었다!



공구현, 이소민 커플이
관람하는 뮤지컬 <김종욱 찾기>는
두 사람의 상황과 꼭 맞는
'데이트 뮤지컬'을 대표하는 작품.
뮤지컬 내용은 한마디로
인연은 늘 우리 주변에
가까이 있다는 것이다.



주변을 발각 뒤집어놓은 깜짝 발표

가을 오후 햇살이 따사로운 10월 첫날의 대학로. 언뜻 보면 대학생이라 해도 좋을 만큼 엷된 얼굴의 남녀 한 쌍이 마로니에공원에 들어선다. 불과 어제까지도 날마다 봤을 텐데 뭐가 그리도 할 말이 많을까? 꼭 잡은 손을 놓지 않고 공원을 거닐고 있는 두 사람은 SBI저축은행 리테일영업3부에서 근무하는 공구현, 이소민 사원. 2015년 8월 같은 부서에서 만나게 된 두 사람은 그로부터 약 1년 뒤 '깜짝 발표'로 온 부서를 뒤집어 놓는다. 비밀스러운 사내연애 생활에 마침표를 찍고 결혼을 선언한 것.

“둘이 사귀는 걸 주변에서 모를 때 서로한테 소개팅 시켜준다는 얘기를 하시는 분들이 있었는데, 옆에서 들을 때마다 모른 척하느라 정말 힘들었습니다. 소민 씨를 처음 봤을 때부터 아기처럼 순수한 웃음에 저도 모르게 이끌렸어요.”

그동안 나름대로 겪은 사내연애의 고충(?)을 토로하면서도 연신 웃음이 끊이지 않는 공구현 사원. 물어보나 마나 한 소리지만 요즘 하루하루가 '정말 행복'하단다. 결혼식을 앞두고 담배는 끊었고 가능할지는 모르지만 술도 곧 끊어서 아내에게 가방을 선물해 주고 싶단다. 아이고……, 여기 아내사랑 팔불출 한 명 추가요!

가슴 떨린 첫 고백의 순간

바쁜 업무 중 두 사람은 어떻게 서로의 감정을 확인하고, 긴 시간 동안 '몰래 데이트'를 했을까?

“작년 가을 회사 점심시간에 다른 동료들과 같이 밥을 먹고 카페에 들렀어요. 오빠가 카드로 커피 계산을 하려는 걸 빼앗아 제 카드로 결제했지요. 빼앗은 오빠 카드를 들고 장난 식으로 '이걸로 오늘 저녁 사먹어야겠다' 하면서 제 지갑에 넣어놨는데, 돌려주는 걸 깜빡하고 그냥 퇴근을 했지 뭐예요. 그날 저녁 오빠한테 왜 카드 안 주고 갔냐고 연락이 왔어요. 카드가 없어서 저녁도 쭈뼛 굶고 있다고 해서 부랴부랴 돌려주러 갔지요. 그렇게 만나서 커피 한잔을 하는데 오빠가 갑자기 분위기를 잡더니 고백을……. 나중에 알고 봤더니 다른 카드도 있었으면서 저 보려고 핑계를 댄 거였어요. 호호.”

첫 고백의 순간을 회상하는 이소민 사원의 얘기. 요즘은 둘만의 스크랩 지도를 만들어 여행 갔다온 지역에 색칠하는 재미가 쏠쏠하다고 한다. 그런데 여기서 드는 의문 하나. 다른 카드가 있었다는 걸 이소민 사원은 정말 몰랐을까? 당연히 '믿거나 말거나'다.

김종욱 찾기? 나의 인연 찾기!

오늘 공구현, 이소민 커플이 관람하는 뮤지컬 <김종욱 찾기>는 두 사람의 상황과 꼭 맞는 '데이트 뮤지컬'을 대표하는 작품이다. 뮤지컬의 내용은 한마디로 인연은 늘 우리 주변에 가까이 있다는 것.

“사내연애의 가장 큰 장점은 데이트할 시간이 절약된다는 점인 것 같아요. 회사생활에도 소소한 협업이나 커뮤니케이션에 큰 도움이 돼요. 각자의 상황과 업무적인 고충을 누구보다 잘 아니까 언제나 든든하죠. 서로 스케줄 파악을 하고 있으니 불필요한 오해도 줄일 수 있고요.” (공구현 사원)

“같은 업종, 같은 부서에서 일하다 보니 서로에 대한 이해도가 높다는 점입니다. 공사 구분만 확실히 한다면 평소 생활과 업무 두 마리 토끼를 잡을 수 있다고 생각합니다.” (이소민 사원)

한 조사결과에 따르면 직장인들의 37.9%가 사내연애 경험이 있다고 한다. 아무리 눈코 뜰 새 없이 바빠도 '쌘' 탈 시간은 있다는 것은 사실 누구나 다 아는 진리. 몰래 한 사랑을 결혼이란 뜻깊은 결실로 맺은 공구현, 이소민 사원의 핑크빛 스토리는 결코 '남 얘기'만은 아니다. 마음껏 부러워하고 마음껏 축하하자. 공구현, 이소민 사원의 장밋빛 내일을!



낭만 가득한 한옥 골목, 종로 익선동



서울 종로3가역 4번 출구로 나와 익선동에 처음 발 딛는 사람들은 대부분 깜짝 놀란다. “서울에 이런 데가 있었어?” 하고, 1920년대에 좁은 골목 양쪽으로 형성된 서민형 한옥 동네 익선동은 서울에서 복춘을 제치고 면적 대비 가장 높은 한옥 비율을 자랑한다. 이 비좁은 골목에 카페, 빈티지숍, 경양식집 등 다양한 맛집, 멋집이 들어서기 시작한 것은 2년도 채 안 된 일이다.



1 <열두달> 맑은 햇살과 건강 식재료가 있는 다이닝 카페
 ① 서울 종로구 수표로28길 17-6
 ☎ 070-4449-8225



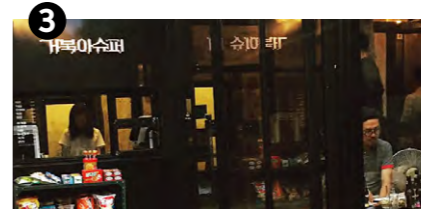
5 <뜰안> 뜰 안의 햇살과 창 너머 들꽃을 보며 즐기는 전통 한방차
 ① 서울 종로구 수표로28길 17-35
 ☎ 02-745-7420



2 <익동다방> 익선동 골목대장, 한옥을 리모델링한 갤러리 카페
 ① 서울 종로구 수표로28길 17-19
 ☎ 070-4449-8226



6 <카페 식물> 예술가의 아지트, 시간이 쌓인 복합문화 공간
 ① 서울 종로구 돈화문로11다길 46-1
 ☎ 02-747-4854



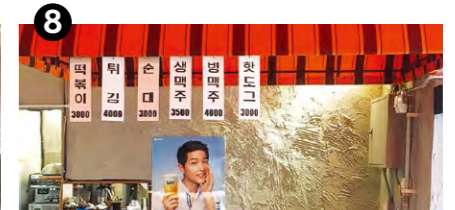
3 <거북이슈퍼> 느릿느릿 일상의 심표를 선물하는 구멍가게
 ① 서울시 종로구 수표로28길 17-25
 ☎ 010-7532-7474



7 <올리브리사> 자중해에서 한옥마을로 건너온 올리브 절임 가게
 ① 서울 종로구 돈화문로11나길 27
 ☎ 010-8685-3708



4 <경양식 1920> 모던보이와 모던걸이 만났을 법한 레스토랑
 ① 서울 종로구 수표로28길 17-30
 ☎ 02-744-1920



8 <력키분식> 그 옛날 하룻길의 추억, 이제는 맥주와 함께
 ① 서울 종로구 수표로28길 27
 ☎ 010-2784-1682

서해안의 가을은 입이 즐겁다. 서늘한 바람이 불면서 살이 짙은 꽃게와 대하가 즐줄이 올라오고, 포구에는 축제가 이어진다. 9~10월이면 특유의 식감과 감칠맛이 절정에 달하는 꽃게와 대하, 그 막상막하의 맛 대결!

타우린이 풍부한 가을 보양식 '수꽃게'

봄에는 알이 짙은 암꽃게가, 가을엔 살이 통통하게 오른 담백한 수꽃게가 제철이다. 꽃게는 우리나라의 서해와 남해, 중국해역 등에 분포하며 어족 보호를 위해 6~8월은 금어기로 정해 놓았다.

꽃게는 단백질, 비타민A, 칼슘, 미네랄 등을 고루 갖춘 저지방 영양 식품이다. 아미노산의 일종인 타우린이 풍부해 콜레스테롤을 낮추고 피가 굳어지는 것을 막아준다. 타우린은 망막 형성과 시력 보호에도 효과가 있어 노약자나 성장기 어린이가 섭취하면 좋다. 특히 가을에 잡히는 수꽃게는 소고기보다 약 5배 많은 타우린 성분이 있어 고혈압과 동맥경화 예방에 좋다. 오메가 3도 풍부해 치매 예방, 두뇌 건강에도 좋다. 또 게 껍질에 들어 있는 키틴과 키토산은 장의 활성성을 높여 변비에 도움을 주고 체내 면역기능을 높여준다. 키토산은 몸속에 지방이 쌓이는 것을 막아 다이어트 식품으로도 제격이다.

게는 신선도가 급속히 떨어지는 특징이 있으므로 구입 후 되도록 빨리 먹는 것이 좋다. 손으로 들어봤을 때 묵직하고 발이 덜렁덜렁한 것 보다는 뽀뽀한 것, 손끝으로 눌렀을 때 탄력이 있는 것을 고르는 것이 좋다.

어르신 굵은 허리도 펴게 하는 '대하'

대하는 이름 그대로 몸길이 20cm 안팎의 제법 몸집이 큰 새우다. 속담에 '가을 대하는 노인의 굵은 허리도 펴게 한다'는 말이 있을 만큼 허리 교정까지는 무리겠지만 뼈 건강에 유익한 건 사실이다. 칼슘이 많지 않게 많다.

대하를 머리 떼고, 꼬리 떼고 몸통만 먹는 사람들이 많은데 껍질째 통째로 먹기를 권한다. 콜레스테롤 걱정 때문에 대하를 아예 안 먹는다는 사람도 있지만, 사실 크게 걱정할 필요는 없다. 타우린이 오히려 혈압을 안정시키고 콜레스테롤 증가를 막아주기 때문이다. 또한 껍질을 함께 먹으면 대하에 함유된 콜레스테롤을 분해해준다. 대하 껍질은 노화방지와 면역력 강화에 도움을 주는 키토산도 풍부하다. 그래도 어쨌든 머리와 꼬리 먹기가 영 부담스러운 사람들에게엔 천연 조미료로 사용하길 권한다. 잘 말린 뒤 가루로 만들어 국이나 찌개 끓일 때 넣으면 감칠맛이 난다.

대하는 9월이 되면 필수아미노산 성분인 글리신 함유량이 최고조에 달한다. 대표적인 저지방, 저 칼로리 음식으로 비타민이 함유되어 발육과 피부미용에 좋다. 꽃게 못지않게 타우린 성분이 풍부해 간 기능 활성화, 이노자용, 독소배출에도 도움을 준다.

가을바다의
맛 대 맛,
꽃게 vs 대하

다른 그림 찾기

두 사진에서 서로 다른 부분 다섯 군데를 찾아보세요!



1. 서로 다른 곳을 찾아 위쪽 사진에 표시한 뒤 휴대전화로 사진을 찍으세요.
2. 11월 11일(금)까지 홍보부 여성한 대리(ysh@sbisb.co.kr)에게 답을 보내 주세요.
3. 정답을 보내신 분 가운데 추첨을 통해 다섯 분에게 소정의 선물을 드립니다.