



리너스 반 데 벨데, <친애하는 에밀, 나는 다른 사람들의 아이디어를 발전시켜 왔습니다...>

**이슈를 잡아라**  
ISU×JiyongKim 프로젝트

**이수 플레이어리스트**  
내 고막을 책임져 줄 인생 음악 공유해 줘!

**ISU TRAVEL**  
AI 추천 여행 코스 - 치앙마이

**이수 튜브**  
손 안에 든 주치의 - 이수튜브 건강 멘토

**이수 테이블**  
홍어와 홍어삼합

**ISU PLACE**  
리너스 반 데 벨데 <나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다>

# CONTENTS



## 04 Focus & News

### 08 이슈를 잡아라

ISU x JiyongKim 프로젝트

### 20 이수인의 반려생활, 이수펫갤러리

유연재 과장((주)이수 HR팀)

### 22 이수 플레이리스트

내 고막을 책임져 줄 인생 음악 공유해 줘!

김재교 대리(이수건설 공공입찰팀)

김민형 대리(이수AMC CS팀)

신민지 선임(이수페타시스 설계팀 NPI 파트)

### 26 이수타그램

사진과 해시태그에 담긴 아름다운 추억들

이다솜 사원(이수스페셜티케미컬 재경팀)

신기연 대리(이수화학 기획관리팀)

장하은 사원(이수시스템 HR프로젝트2팀)



### 30 지금 이 순간, OTT

일상의 활력, 공감 콘텐츠 추천

김현수 사원(이수스페셜티케미컬 안전환경팀)

송기찬 책임(이수페타시스 인사팀)

### 34 ISU TRAVEL

AI 추천 여행 코스 - 치앙마이

### 38 이수튜브

병원 가기 심란한 일상, 손안에 든 주치의

이수튜브 건강 멘토

### 44 이수 테이블

스토리셰프가 차려내는 식탁

홍어와 홍어삼합



### 50 ISU PLACE

나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다

리너스 반 데 벨데

### 55 컬러링 테라피 갤러리

컬러링 응모작 소개

### 56 이수 이벤트

이수리너스망고 굿즈 증정 이벤트

### 57 이수 간식 창고

간식 서프라이즈 - 우리 팀에게 쏘세요!

### 58 컬러링 테라피 및 엽서

## COVER STORY

다양한 장르를 넘나들며 가상적, 실제적, 평행적 우주에서의 순환적 내러티브를 탐구하는 벨기에 작가 리너스 반 데 벨데의 작업세계를 조망하는 전시 <나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다>전이 5월 10일까지 스페이스 이수에서 개최된다.



본지에 실린 글, 그림, 사진 등 모든 자료들은 어떤 경우에도 이수그룹의 동의없이 사용할 수 없습니다. 본지에 게재된 내용은 해당 필자들의 견해이며, 이수그룹의 입장과는 다를 수 있습니다.

이수그룹 계간 사보 2024년 봄호 통권 116호

발행일 2024년 4월 15일

발행인 김상범

발행처 ㈜이수

주 소 서울시 서초구 사평대로 84

총괄진행 김현중 02-590-6819

사보기자 이수화확(김찬희 안인연) 이수스페셜티케미

컬(이정구-이하연) 이수페타시스(이준경-한

수진) 이수건설(김민주) 이수시스템(서준혁)

이수창업투자(김경문) 이수엠지스(양예솔)

이수AMC(이홍휘)

제작디자인 LEE & LEE work shop 기획실장 이신우,

디자이너 유선영

인쇄 LEE & LEE work shop

※이수그룹 사보는 친환경 FSC인증 펄프로 만든 용지를 사용해 제작합니다.

FSC인증은 국제산림관리협회의가 만든 친환경 인증으로 지속가능한 방식으로 생산된 종이와 상품에 부여됩니다.

이수화학

이수봉사단  
<일석이조 자원봉사>  
프로그램 지원 협약



이수화학과 이수스페셜티케미컬의 직원으로 구성된 이수봉사단은 지난 2월 <일석이조> 자원봉사 프로그램 지원 협약식을 개최했습니다. <일석이조>는 자원봉사 활동과 사회복지 기관의 재정적 지원을 통해 일석이조의 효과로 지역사회에 기여한다는 의미가 담겨있습니다. 이수봉사단은 울산 지역 내 8개 기관을 선정하였으며, <일석이조> 자원봉사 프로그램은 3월부터 진행될 예정입니다.

이수페타시스

김상범 회장,  
이수페타시스  
증설 진척사항 점검



지난 3월 15일, 이수그룹 김상범 회장은 이수페타시스 대공장에 방문하여 신축 본관과 CAPA 증설 진척사항을 점검하는 자리를 가졌습니다. 한편, 이수페타시스 주요 경영 현황을 보고받으며 올해 증설 투자가 무사히 마무리될 수 있도록 만전을 기하라는 당부도 전했습니다. 아울러 현재 진행 중에 있는 설비시설 현장 점검 및 생산 현황 브리핑이 있었으며, 현장 작업자들에 대한 격려의 뜻을 전했습니다.

이수스페셜티케미컬

이수스페셜티케미컬,  
경상북도·구미시와  
MOU 체결



지난 3월 15일, 이수스페셜티케미컬은 경상북도·구미시와 함께 '꿈의 배터리'라 불리는 전고체 배터리 전해질의 핵심 원료인 황화리튬(Li<sub>2</sub>S) 생산공장 신설을 위한 투자양해각서(MOU)를 체결했습니다. 구미시청에서 진행된 이 행사에는 김상범 이수그룹 회장, 류승호 이수스페셜티케미컬 대표와 이철우 경북도지사, 김장호 구미시장을 비롯하여 구미시 국회의원, 경북도의원, 구미시 의원 및 지역 경제계 주요 인사 등 30여 명이 참여했습니다. 체결한 MOU에 따르면 이수스페셜티케미컬이 황화리튬(Li<sub>2</sub>S) 생산공장을 신설하기 위해 2025년부터 구미 지역에 3,000억 원을 투자한다는 것이 주요 골자입니다.

이수스페셜티케미컬은 이수그룹 계열사인 이수화학에서 인적분할된 정밀화학 전문 기업으로 늘어나는 고객 수요 대응을 위해 황화리튬 데모플랜트 증설 투자를 단행한 바 있습니다. 이로써 이르면 올해 상반기에는 본격적인 제품 양산이 시작될 예정입니다. 나아가 대규모 상업화 공장 건설을 위한 부지를 확보하고, 2027년 양산 개시를 목표로 정진할 예정입니다. 이번 MOU는 황화리튬 상업화를 위한 본격적인 행보로 평가됩니다. 이와 함께 차세대 전고체 배터리 핵심소재인 황화물계 고체전해질의 원료합성 연구개발(R&D)도 진행 중입니다.

구미시는 전고체 배터리 업계에서 그 기술력을 인정받는 이수스페셜티케미컬의 신규 입주로 신규 일자리 창출을 통한 지역 경제 활성화는 물론 첨단산업 메카로서의 위상을 더욱 공고히 할 것으로 기대됩니다.

류승호 이수스페셜티케미컬 대표이사는 “이번 협약은 세계를 선도하는 황화리튬 공급사로 도약하기 위한 첫걸음”이라며 “황화리튬의 품질과 물량 면에서 업계 선도해 전고체 배터리를 탑재한 전기자동차의 상용화 시기를 앞당길 수 있도록 노력하겠다.”라고 밝혔습니다.

이수건설

장주익 대표이사 & 임직원들  
플랜트 현장 방문



이수건설 장주익 대표이사 이하 임직원들은 지난 2월, 플랜트 현장 2곳을 방문하였습니다. 삼양사 액상 알룰로스 증설 현장은 연간 10,000Ton 규모의 액상 알룰로스(차세대 감미료) 생산시설을 증설하는 프로젝트로 24년 7월 준공 예정이며, 어프로티움 P3 L-CO2 현장은 CO2 생산공장, CO2 액화공정 및 저장설비 공장을 신설하는 프로젝트로 24년 4월 준공 예정입니다. 남은 공사기간 동안 무재해 준공 및 최고의 품질을 최우선의 가치로 여기며 원가절감을 통한 이수건설 플랜트의 기술력을 입증하는 데 최선을 다하고 있습니다.

이수시스템

한국야금(KORLOY)  
S/4HANA Conversion  
프로젝트 수주



지난 2월, 이수시스템 ERP 팀이 한국야금 S/4HANA 전환 프로젝트 수주에 성공했습니다. 본 수주는 약 8개월이 소요되는 프로젝트로, 국내 유명 IT기업들과 경쟁하여 얻어낸 성과라는 점에서 의미가 큼니다. IT 투자를 활발히 하는 한국야금은 오랜 기간 ERP 서비스를 이용하며 이수시스템의 IT 역량과 서비스 품질에 대한 변함없는 신뢰를 보내주었습니다. 이번 수주를 시작으로 이수시스템의 외부 사업 확장은 더욱 탄력을 받을 것으로 기대되고 있습니다. ERP 사업 확대를 준비 중인 이수시스템은 SAP S/4HANA 전환을 고민하는 기업에게 최고의 서비스를 제공하는 파트너로 거듭날 것이라는 목표를 갖고 있습니다.

이수앱지스

김상범 회장,  
이수앱지스 방문  
전략 보고 및 연구시설  
투어 진행



지난 3월 21일, 이수그룹 김상범 회장은 이수앱지스 동백사무소에 방문, 2024년 자산 투심위, ISU104 기술이전 진행 현황, 뉴라클 사이언스 프로젝트에 대하여 황엽 대표이사, 박장준 신약본부장, 정수현 기획관리본부장, 조연욱 생산본부장, 이용윤 사업개발본부장의 브리핑이 있었습니다. 이수앱지스 경영진은 희귀질환 신약 개발 전략 관련 경제적인 개발 비용, 성공 가능성 제고 방안, 개발 역량 등 전략에 대한 타당성을 검토하는 한편 타깃 선정 방법과 효율적인 인력 운영 등 구체적 실행 방안에 대한 의견을 나누었습니다. 이어서 생산시설 소개와 함께 새롭게 확장한 신규 보관소 Tour를 진행하였습니다.

이수앱지스

창사 이래  
첫 영업 흑자 달성...  
매출액도 역대 최대



이수앱지스가 지난해 매출 543억 원에 39억 원의 영업이익을 올리며 본격적인 흑자 경영에 들어섰습니다. 특히, 주력 제품인 에브서틴 및 파바갈의 고른 성장과 수익성 개선이 실적 개선을 이끌었습니다. 이 밖에 글로벌 제약사 아스트라제네카의 솔리리스(Soliris) 바이오시밀러 'ISU305' 및 BMS의 옵디보(Opdivo) 바이오시밀러 'ISU106'을 해외로 기술 이전하는 등 국내 의약품 개발 역량의 위상을 제고한 점도 주요 공적으로 꼽혔습니다. 이수앱지스는 지난 2분기에서 4분기까지 3개 분기 연속 영업 흑자를 달성했고, 이익 규모도 점차적으로 확대되며 4분기 영업이익은 44억 원을 기록했습니다.

## 매일 뜨는 태양도 늘 새로운 흔적을 남긴다

### A NEW UPCYCLING PROJECT

JiyongKim의 시그니처인 '선블리치(Sun-Bleach)'는  
원단을 오랜 시간 태양, 비, 바람에 노출시켜  
패턴을 만드는 탈색 기법이다.  
그는 빛이 바래 가치가 없다고 여겨지던 것에서  
오히려 새로운 가치를 발견했다.  
자연의 흔적은 균일하게 남지 않으니,  
선블리치를 거친 작업물들은  
세상에 단 하나뿐인 '한정판'이 된다.

## 해지다 해체하다 해석하다

해진 근무복을 해체해 업사이클링 제품으로 재해석한  
'이수그룹 X 지용김 CSR 프로젝트'

# ISU X JiyongKim

## 이수그룹과 함께 한 JiyongKim 패션 프로젝트

이수그룹에서는 패션디자이너 지용김과 함께 2년에 걸쳐 폐근무복을 활용한 업사이클링 프로젝트를 진행해 왔습니다. “버려지는 폐근무복을 해체해 원단으로 재사용하면 어떨까?” 라는 아이디어 하나로 몽쳤습니다. 이수화학의 폐근무복이 지용김 디자이너의 선블리치 (Sun Bleach) 기법을 만나 바지와 가방으로 재탄생(업사이클링) 한 것입니다.

특히 이번 컬렉션 라인의 모델 착용샷을 담은 캠페인 북은 이수화학 온산 공장에서 촬영되어 의미가 더 큼니다. B2B기업과 패션 디자이너의 이러한 이색 콜라보가 대중의 이목을 끌고 있습니다. 이 제품은 지용김의 2024 S/S 컬렉션으로 출시되어 4월부터 해외 명품 편집숍 7곳에서 판매됩니다.

## ISU×JiyongKim 업사이클링 제품을 판매하는 명품 브랜드 해외 주요 편집숍



**Browne**

BROWNS (영국)

**SSENSE**

SSENSE (캐나다)



GR8 (일본)

**082+**

082+ (일본)

**SND**

SND (중국)

# NEW UPCYCLING

# PROJECT

# UCYCLE

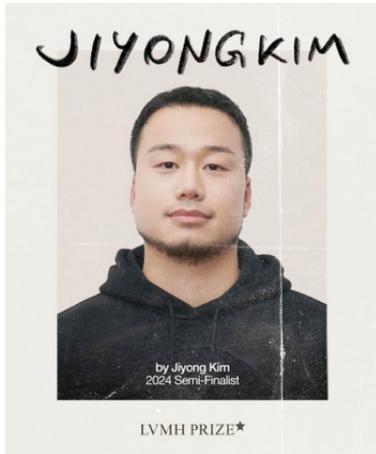
버려지는  
폐근무복을 해체해  
원단으로 재사용하면  
어떨까?

## 패션디자이너 지용킴, 그는 누구인가?

1990년생으로 일본 문화복장학원(Bunka Fashion College)을 거쳐, 영국 센트럴 세인트 마틴(Central Saint Martins)에서 남성복 학사와 석사 학위를 받았습니다. 미싱 사용법을 문화복장학원에서 처음 배우고, 일본의 상징적인 디자이너 브랜드 메종 미하라 야스히로(Maison Mihara Yashuhiro)에서 일하며 경험 쌓았습니다.

센트럴 세인트 마틴에서는 오리지널리티에 관한 연구를 했으며, 세계 최고 수준의 패션 하우스 중 하나인 루이비통(Louis Vuitton)에서도 커리어를 다졌습니다. 이후 LVMH X Maison/O Green Trail Awards와 MDF Fashion Foundation Awards, 10 Asian Designers To Watch Award에서 연이어 우승을 차지했고, 자신의 이름을 딴 브랜드 '지용킴'을 론칭해 활발히 활동 중입니다.

한편 그는 '2024 LVMH 프라이즈' 세미파이널리스트에 이름을 올렸습니다. LVMH 프라이즈는 신진 패션 디자이너를 발굴해 기금과 육성을 지원하는 프로젝트로 올해는 2,500명이 출품하면서 역사상 최대 참가율을 기록했고, 그중 18개국의 20명의 디자이너가 세미파이널리스트에 진출했습니다. 이 준결승에서 지용킴은 이수그룹과 협업한 업사이클링 제품도 함께 선보였습니다. [수상자는 LVMH 팀의 1년 맞춤 멘토링을 받으며 총 40만 유로(한화 약 5억 7797만 원)의 상금]



(사진: @jiyongkim\_official)



<스페이스 이슈에 전시됐던 지용킴의 아트워크>



## Sunbleach

폐근무복에  
햇빛과 자연을 이용해  
하나뿐인 가치를  
불어넣는다

## Sling bag

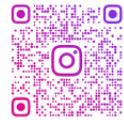
## Doubne-knee trouser

<JiyongKim 2024 SS 룩북>

### 이수화학 직원모델과 함께한 캠페인 북(룩북)

지용킴 S/S 컬렉션의 캠페인 북은 지난 2월 이수화학 온산 공장에서 촬영된 것으로 캠페인 북에는 이수화학의 폐근무복으로 만든 업사이클링 가방/바지를 포함한 이번 컬렉션의 모델 착용샷이 실려 있습니다. 사실 이번 프로젝트의 일등공신은 이수화학과 이수스페셜티케미컬의 임직원들이라고 할 수 있습니다. 가장 중요한 부분인 소재 수급을 위해, 임직원 한 명 한 명을 수소문하며 100벌이 넘는 폐근무복을 수집했습니다. 화학 공장을 배경으로 한 룩북의 출시는 현장 직원들의 적극적인 참여가 없었다면 불가능했을 것입니다. 직원들이 전문 모델과 함께 룩북에 직접 출연하는 등 일일 모델로서의 역할을 톡톡히 해냈습니다. 그와 더불어 임직원들은 유튜브 <원의 독백> 영상 촬영에도 직접 참여해 완성도를 높였습니다. 이수화학 한진근 상무는 “현재 가동 중인 공장이 패션 관련 콘텐츠의 배경이 될 수 있다는 것이 새로웠습니다. 직원들도 룩북과 유튜브 영상에 등장하는데, 고생해서 찍은 만큼 좋은 결과물이 나온 것 같아 만족스럽습니다”라며 소회를 밝혔습니다.

이번에 촬영된 룩북의 사진은 기존 패션업계의 통념을 깨고 이수화학의 공장을 배경으로 하고 있다는 점에서 주목을 받았습니다. 특히 지용킴이 표방하는 친환경 철학을 담은 작품이 이수그룹의 업사이클링 콘셉트와 조화롭게 매칭되어 있습니다. 화학공장을 배경으로 한 친환경 룩북은 업계 첫 사례로 꼽힙니다.



이수그룹과 지용킴이 함께 한 캠페인 북 사진을 지용킴 인스타그램 계정(@jiyongkim\_official)에서 확인하세요!



<촬영 현장에 참여한 이수화학 직원들>



<JiyongKim 2024 SS 룩북>

### 유튜브 채널 <원의 독백>과 협업하는 이수그룹

이번 프로젝트와 관련해 이수그룹에서는 유튜브 <원의 독백>과도 협업하여 영상을 제작했습니다. 해당 영상은 <원의 독백> 채널 [나를 찾아줘 (youtube.com)] 및 <이수그룹> 공식 채널에서 확인할 수 있습니다.

<원의 독백>은 유튜버 임승원이 운영하는 유튜브 채널로 크리에이터의 내레이션(영어 독백)으로 스토리가 전개됩니다. 경쟁, 시험, 취업 준비, 모태솔로, 퇴사 등 다양한 주제를 감각적인 스토리텔링과 영상미로 표현하는 기법으로 확고한 팬층을 보유하고 있습니다.

[구독자 수: 약 10만 명 / 영상 길이는 약 3~4분 정도 / 다큐멘터리나 영화 기법 사용]

원의 독백과 함께 한 영상 [나를 찾아줘]는 지용킴의 선블리치로 재탄생한 폐근무복의 의미를 표현했습니다. '평범해 보이는 것들도 시간과 사연이 쌓이면서 특별해진다.'는 의미를 담은 영상입니다.



[나를 찾아줘]  
'이수X지용킴 프로젝트' 영상을  
<이수그룹> 공식 채널 및 <원의 독백>  
채널에서 감상하세요!



버려진 유니폼을 내리찍는 태양 아래 두었다

유니폼은 햇빛을 맞았다 비도 맞았다

그랬더니 독특한 무늬가 생겼다

어느 하나 같은 무늬가 없었다

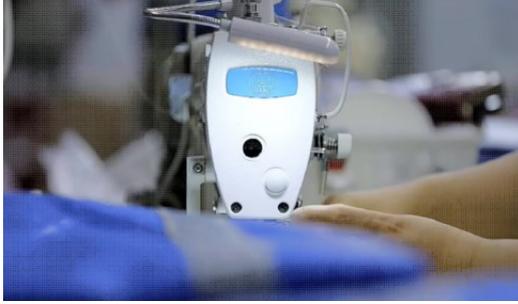


## 생채기를 낸 모든 날이 유의미했다



세상에 단 하나뿐인 가방이 되었으니까요

**ISU X JiyongKim**



<본연의 컬러를 살리면서 가방으로 재탄생 중인 이수건설 수직보호망>



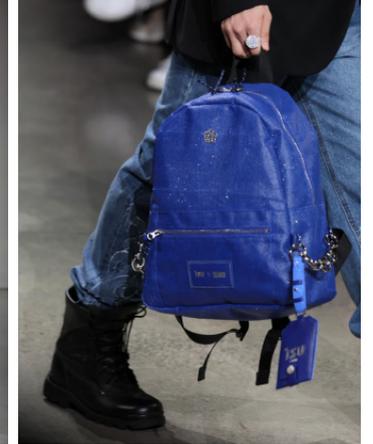
<선 블리치 작업이 끝나고 재단 중인 이수화학 근무복>

### 이수그룹의 지속적인 CSR & 향후 계획

이수그룹은 업사이클링 프로젝트인 UCYCLE(유사이클)을 꾸준히 진행해 왔습니다. 올해 지용킴 디자이너와 협업한 업사이클링 프로젝트뿐만 아니라, 2022년에는 <얼킨> 브랜드 및 서울디자인재단과 협력해 건설 현장에서 사용되는 수직보호망으로 제작한 가방을 선보였고 뉴욕과 파리 패션위크에 진출해 그 가치를 인정받기도 했습니다. 앞으로도 이수그룹은 지속 가능한 브랜드 경영에 대해 진지하게 고민하고, 친환경적 가치를 실현하기 위해 다양한 시도를 해 나갈 것입니다.



[2022 이수그룹 UCYCLE 프로젝트 (브랜드 CF편)]  
이수건설 수직보호망을 업사이클링 백으로  
재탄생시킨 CF 영상을<이수그룹> 공식 채널에서  
감상하세요!



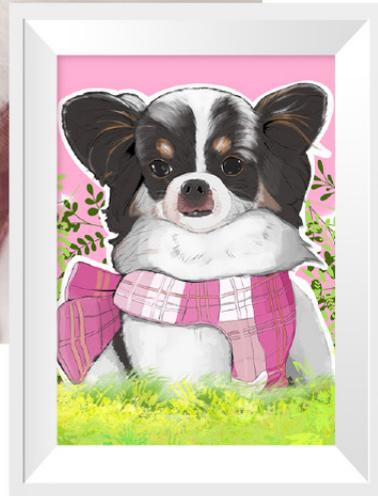
## UCYCLE

환경을 보호하고  
세상을 아름답게 만드는 것은  
당신이다



# 반려동물과 함께 하는 소중한 순간

## 이수펫갤러리



소중하고 예쁘고 사랑스러운 베라가 바라봅니다.  
따뜻한 눈빛으로 수많은 말을 건네는군요

유연재 과장  
(주)이수 HR팀

# VERA

베라  
2018. 10월생



- **별명**  
베랑이 (베라+호랑이/쓸데없이 용맹함)  
쫄탱이 (하지만 한없이 소심)
- **성격**  
개지만 고양이 같은 성격 / 매우 깔끔,  
집에 온 첫날 화장실에 패드 깔자마자  
바로 용변 장소 인지
- **잘 먹는 것**  
강아지용 우유, 육포, 황태포, 새로운 사료  
(하와이 신행 가서 동결건조사료  
쇼핑해온 사람 나야나)
- **과식(?) 성향**  
장마 후 보도블록에 말라붙은 지렁이,  
굴껍질 하얀 부분
- **산책코스**  
양재천(도곡동,양재동), 마루공원(일원동)

베라와 웨딩 촬영을 함께  
했다고 들었어요.

우리 부부에게 소중한 의  
미가 되어준 베라와 웨딩  
사진을 함께 찍었습니다.  
스튜디오의 스텝 전부가  
베라 여기 보자!! 오로로로  
로로로~~하면서 조명 번  
쩍번쩍에 잔뜩 얼음이 된  
듯한 표정인데, 사진작가  
님이 워낙 강아지 좋아하  
셔서, 베라 사진만 50장은



찍어 주신 듯해요. 결혼사진에 베라랑 함께한 추억을 남길 수 있어  
서 좋았습니다. 결혼하고 데려올까도 고민했지만, 맞벌이라 종일 혼  
자 있어야 해서 친정 부모님들께 막내딸 역할을 해주고 있어요. 지  
금도 3주에 한 번쯤은 함께 놀아주거나, 한강 산책도 하고 있습니다.

SoSo한 베라의 에피소드가 궁금해요.

마루공원에서 시베리아허스키를 마주친 적 있는데, 앞에서는 짹소리  
도 못하다 지나가고 나니 왈왈왈~ ㅋㅋ 어이 상실이었죠. 어질리티  
(dog agility:장애물 경기)를 해봤는데 자기보다 높은 키도 무서워 않  
고 오로지 간식만을 쫓아 달려갔습니다.  
산책하면서 길고양이가 숨어있는 곳을 귀신같이 찾아내서 동네 길  
고양이들이 몹시 귀찮아해요 ㅎㅎ

반려동물 키울지 고민하는 사람들에게 제언해 주세요.

마음으로 낳아 지갑으로 키운다 - 동물 병원 치료는 비보험!! 생각보  
다 큰 지출 감안하셔야 합니다.  
한 생명 20년 책임 - 화장실, 목욕, 아픈 거 다 돌봐야 해요. 끝까지 실  
천이 따라줘야 해요.  
펫로스 증후군 - 13년간 동생처럼 키웠던 시츄가 무지개다리를 건너  
후 한동안 많이 힘들었어요. 심적인 부담이 큰일이기도 합니다.

독자 여러분의 반려동물 스토리와 사진을 공유해 주세요.

반려동물과 함께 하는 소소하고 소중한 순간들을 나누고자 합니다. 채택된 분들께는 폼호부터 펫들을 작가 그림 액자로 담아 드립니다.  
임직원분들의 많은 신청 부탁드립니다. 보내실 곳 카카오톡 ID : creativekeym / 이메일 : hjkim1@isu.co.kr

# 같이 나누면 행복은 제곱 인생음악 공유해요!



음악을 듣는다는 건  
 그 어떤 예술 장르보다도 직접적이어서  
 다른 많은 취미와 구별됩니다.  
 한 곡의 음악으로 나에게 오는 위로와 고무, 때론 먹먹한 감동으로  
 심신에 안마를 받은 듯한 그 저릿한 순간...

이 코너는 그런 밀도를 공유하는 자리입니다.  
 간접경험도 진하다 진하지만  
 또 나의 인생 음악을 건지게 되는  
 흐뭇함이 있습니다.

## 긍정마인드 번지는 마법의 주문 행복행복... 행복해져라~~~

김재교 대리 | 이수건설 공공입찰팀

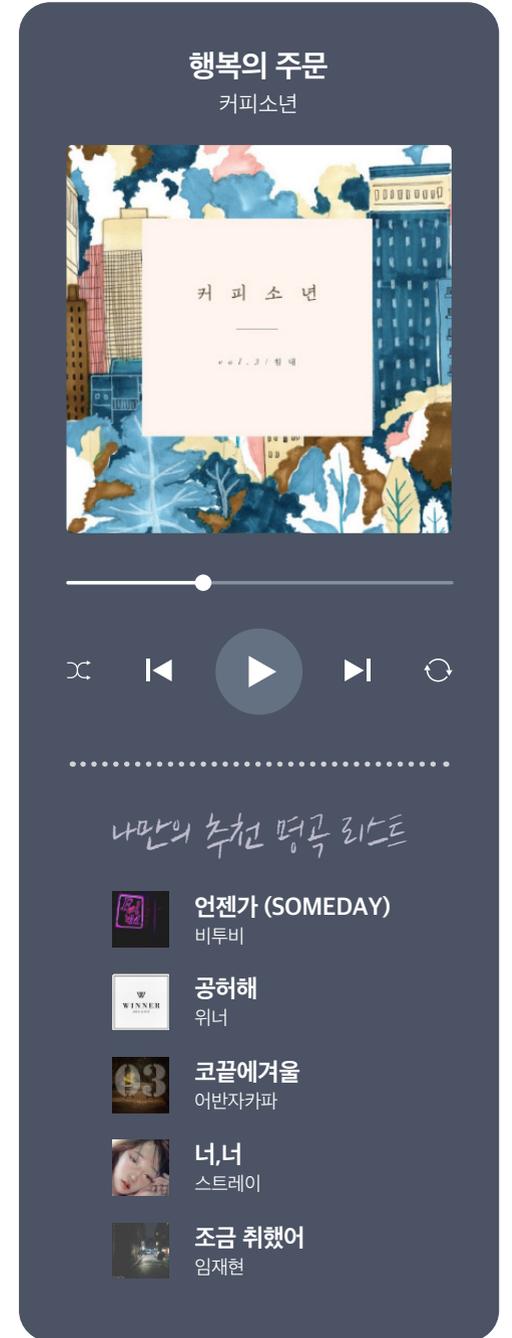


요즘 회사 생활은 정말 바쁘지만 열정을 다 하는 중이에요. 또한, 회사에서 제공하는 교육 프로그램을 통해 계속 성장할 기회도 얻고 있어서 더욱 자신감도 생기고 있답니다. 물론 가끔은 힘든 일도 있지만, 그럴 때마다 서로를 격려하고 응원해 주는 팀이 있어 이겨내고 있습니다.

평소 잔잔한 음악을 좋아하는 제가 어느 힘들었던 날 우연히 이 노래 제목을 보고 "행복해지는 노래일까?"라는 생각에 들어보게 되었어요. 이 곡을 들을 때면 행복한 순간들을 떠올리게 되고 미소가 저절로 지어져서 힘든 출근길에 가장 많이 들었던 것 같아요. 마치 나에게 주문을 걸었던 것처럼 기분이 좋아지게 만들어 주었고, 실제로 행복한 일들이 생기기도 했어요. 여러분들도 이 노래를 들으면서 행복의 주문을 걸어보세요. 그 행복이 여러분들을 더욱 행복하게 만들어줄 거예요.^^

### comment

"행복해져라"라는 가사가 반복되는 구간이 참 좋습니다. 따뜻한 감정을 느끼게 해주고, 힘을 주는 메시지입니다. 세계는 긍정 마인드를 불러일으키는 마법의 주문입니다.



## Flowers

Miley Cyrus(마일리 사이러스)



### 나만의 추천 명곡 리스트

- Let You Love Me**  
Rita Ora
- Houdini**  
Dua Lipa
- Selfish**  
Justin Timberlake
- San Francisco**  
Galantis

## 나의 소중함을 깨우쳐 주는 곡 나를 위해 꽃을 사다...

김민형 대리 | 이수AMC CSE팀



약 2년 전 체력 증진을 위해 집 근처 헬스장에서 PT를 받은 후로 헬스뿐만 아니라 운동 자체에 관심이 많아졌어요. 몸도 건강해졌고, 체력도 많이 향상된 게 느껴져서 운동을 좋아하게 되었지요. (특히 실생활 체력이 늘었죠. 지각 직전 고속터미널 계단 두 개씩 뛰어올라오기, 근육량이 늘어 서인지 음주 시 덜 취함 등.. ㅎㅎ)

평소에도 마일리의 허스키한 보이스의 신나는 노래들을 좋아했는데 마침 처음 듣는 마일리의 신곡이라 바로 제 운동 플레이리스트에 추가했어요. 러닝 할 때 슬슬 몸풀기 시작용으로 요즘 틀어놓고 뛰고 있답니다.

“Yeah, I can love me better than you can”  
(그래, 내가 널 더 사랑해 줄 수 있어, 너보다 더)  
이혼한 남편을 저격하 노래란 해석이 많은데, 가사를 보면 스스로를 사랑하는 일이 제일 소중한다는 생각이 드는 곡입니다. 후렴구가 아주 진취적이고 중독적이라 계속 듣게 되는 매력적인 노래입니다!

### comment

현재 빌보드 핫 100 연속 7주 1위 / 2024 그래미 베스트 팝 솔로, 올해의 레코드 등 2개 부문 수상! 그녀의 당찬 모습이 나오는 뮤비도 추천드려요!!

## 삶의 전환점에서 만난 영화 ost 그때의 좋은 기억을 떠올리며...

신민지 선임 | 이수페타시스 설계팀 NPI 파트



작년 1월 회사에 입사하여 어느덧 15개월이 지났습니다. 빠르게 돌아가는 근무환경과 업무에 적응하느라 1년이 훌쩍 지나갔습니다. 퇴근하고는 길게 할 수 있는 취미활동을 배워보고자 테니스를 시작하였고, 어느덧 코트에서 공을 주고받을 수 있는 정도가 되었네요. 이 취미를 못해도 2년은 더 해보고자 합니다.

작년 여름이 시작될 즈음 '가오갤3' 영화를 봤었는데, 이 ost가 기억에 남아서 따로 찾아서 들었습니다. 영화를 봤었던 그 당시는 새로운 동기들도 알아가고, 업무도 해볼 만하다는 자신감도 있어서 좋은 기억으로 남아있습니다. 가끔 우연히 플레이리스트에서 들으면 그때가 상기돼서 기분이 묘해지긴 합니다. 90년대 팝송을 좋아하시는 분들이라면 들어보시면 좋을 거 같습니다.

### comment

사실 가사보다 멜로디를 좋아하는 편이라 이걸 적으면서 뜻을 찾아보게 됐네요. 찾아봐도 뜻은 다 좋은데 “woo ooh~” 후렴구가 제일 좋습니다.

## In the Meantime

Spacehog(스페이스호그)



### 나만의 추천 명곡 리스트

- I'm Not In Love**  
10cc(텐씨씨)
- Good Together**  
HONNE(혼네)
- Perfect Night**  
르세라핌

# 한 개인의 빛나는 순간 함께 환해지는 이수 패밀리



그동안 호응을 보여온 이수인의 소통 코너입니다.

계절감 담긴 사진이나 시사성 있는 이미지,

공유하고 싶은 개인적 관심사 등

혼자 간직하기 아까운 삶의 순간들을

넌지시 공개하는

이수 가족 커뮤니케이션 공간입니다.

스토리가 담긴 이미지를 공유하며

자유롭고 활발한 내적 보물과 소중한 순간을 함께 합니다.



이다솜 사원(이수스페셜티케미컬 재경팀)



## 한 단계 한 단계 도전하며

### 성장하는 나를 느끼는 클라이밍

연말 인사를 나누던 게 바로 엊그제 같은데 벌써 올해의 한 분기를 지나 왔네요, 아울러 이수에서의 저의 새로운 생활도 정확히 한 분기가 지났습니다. 3개월이라는 시간이 지났지만, 아직은 새로운 환경과 업무들이 익숙지 않아 때때로 어려움도 느끼는 요즘입니다. (물론 좋은 분들을 만나 함께 일하며 열심히 적응해가고 있긴 하지만요)

저는 요즘 클라이밍에 푹 빠져 있는데요, 평소의 스트레스도 훌훌 털어버리고 다시 리프레시 할 수 있는 동기를 얻고 있습니다! 보기엔 그냥 성큼 성큼 오르면 되지 뭐가 그리 힘든가 싶지만, 사실 성큼성큼 오르기 전에 첫 스타트 돌을 잡는 것부터 균형과 힘이 필요한 아주 빠른 운동입니다. 하지만 이 힘든 과정을 이겨낸 끝에 돌을 잡는 순간에는 엄청난 성취감을 느낄 수 있어요! 하루하루 더 높은 단계를 성공하며 성장하는 자신을 느끼는 일도 아주 행복하답니다! 이런 일상의 스트레스를 날릴 수 있는 취미 생활 하나씩 어떠신가요? 모두 파이팅입니다!

#취미 #클라이밍 #스트레스안녕!



신기연 대리(이수화학 기획관리팀)



### 스트레스 땡!! 자동차 경주 관람, 떠올리면 생산성도 씩씩~~

봄과 함께 F1 시즌 시작! 평소 <Formula-E> 등 많은 레이스를 보러 다니다가 작년 여름휴가 때 처음 F1 직관을 갔죠! 그것도 제가 가장 좋아하는 팀의 홈경기여서, 아주 의미 있는 첫 직관이었죠. 아직도 그날이 생생하고, TV로 경기를 볼 때마다 그날을 이야기하게 됩니다. 경기장으로 가는 길은 승패 상관없이 모두 즐기는 축제 분위기였습니다. 관중석에는 문자 서킷의 상징인 빨간 티셔츠를 입은 사람들로 가득 차 있었는데, 그 사이에서 파도타기를 하고 있자니 마치 붉은 악마로서 응원하는 것 같아 기분 이 들뻔했죠. 레이스 카들이 굉음을 내며 0.5초에 한 대씩 지나가고, 타이어 고무 타는 냄새와 연기가 자욱~~ TV에 비할 수 없이 활기차고 재미있어서 아직도 가슴이 두근거립니다. 그 후 선수들의 이름뿐만 아니라, 어려웠던 용어도 쉽게 이해하게 되었어요. 역시 백문이 불여일견!! 좋아하는 것들로 리프레시 되는 휴가를 생각하면 저의 생산성이 레이스 카만큼 빨라지는 것 같기도 합니다. 이 글을 보는 이수인들도 좋아하는 것 많이 먹고, 보고, 즐기시면서 행복한 한 해 보내시길 바랍니다!

#F1 #직관 #리프레시



장하은 사원(이수시스템 HR프로젝트2팀)



### 굳이 동해 아니어도 아주 괜찮네! 물멍 때리면서 힐링하기

저는 평소 스트레스가 쌓일 때 바다를 보러 갑니다. 바다를 보면서 물 멍 때리기를 좋아하지요. 그래서 평소에 바다를 보고 싶을 땐 강릉으로 가는 편이에요. 덤으로 맛있는 음식까지 먹고 오면 엄청난 힐링이 되거든요. 그날도 바다를 보러 가고 싶은 날이었지만 강릉까지는 부담이 커서 가까운 곳을 찾다가 선택한 곳은 오이도 근처 섬 모양이 정말 거북이같이 생긴 거북섬! 종종 가본 적이 있는 오이도랑 비슷하겠거니 하고 가보니 조금 다른 분위기에 사람도 많지 않고 조용한 편이었는데요. 평소에 무조건 동해로 달렸는데 굳이 멀리까지 갈 필요 없다는 생각이 든 섬입니다. 날이 흐려 청량한 바다는 담지 못했지만 눈으로 봤을 때 훨씬 더 분위기가 있다고 생각했습니다. 사진은 검색해서 간 곳인데 생각보다 뷰가 정말 좋은 <해밀화>라는 카페입니다. 빵도 맛있고 시화호를 한눈에 볼 수 있어서 정말 좋았습니다. 거북섬 가시면 꼭 들러 보시길 추천드립니다. ㅎㅎ

#거북섬 #시화호 #해밀화 #물멍때리기

#### 독자 여러분의 사진을 받습니다

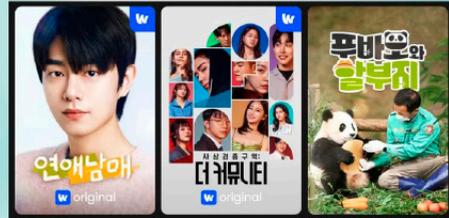
가만히 바라보면 우리 곁엔 놓치지 가까운 행복한 순간들이 참 많습니다. 여러분의 휴대전화 속에 담긴 행복하고 의미 있는 순간들을 사연과 함께 보내주세요. 사보에 실리는 행운과 소정의 선물을 드립니다. 보내실 곳 카카오톡 ID : creativekeym / 이메일 : hjkim1@isu.co.kr

# 지금 이 순간, OTT

(Over-the-top)



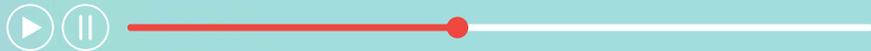
Wavve



Disney+



WATCHA



## 내가 나를 사랑하는 방법, 내면의 태업 감기

세상은 넓고 할 일은 실로 많습니다.  
내가 내 맘에 들도록 성숙하다는 건  
해야 할 일, 하고 싶은 일이 늘어난다는 의미이겠습니다.

이 또한 균형의 일이어서  
어김없이 내 앞에 당도한 새봄에도  
일상이 요구하는 해야 할 일과  
나다움이 향하는 하고 싶은 일을 안배하게 됩니다.

눈과 맘을 잡아 끄는 OTT의 세상은 정말 넓고  
누릴 수 있는 문화의 공간은 무궁합니다.  
잘 만난 콘텐츠와 왕성한 소화력은 존재의 용량을 키워  
일의 에너지로 재충전 될 것입니다.





### 김현수 사원 (이수스페셜티케미컬 안전환경팀)

최근 보컬 수업을 듣기 시작했습니다. 학생 때부터 한 번쯤 배워보고 싶었는데 2024년을 맞이하여 새로운 도전을 해보고자 시작하게 되었습니다. 노래 부를 때 저의 습관과 발성, 기교 등 다양하게 배우고 있어 매우 만족스럽습니다. 이수 가족분들도 잔잔하던 일상에 지루함을 느낀다면...쉽사리 시도하지 못했지만, 언젠간 꼭 해보고 싶었던 것들에 도전해 보시는 건 어떨까요?



### NETFLIX 원더

2017 | [All] | 어린이 & 가족 영화, 드라마 영화

### 여기의 외모는 바꿀 수 없어요. 그러니... 우리의 시선을 바꿔야죠.

스트레스를 받거나 복잡한 일상에 가끔은 가슴이 뚫뚫해지는 이야기가 필요할 때가 있습니다. 저에겐 그런 시기가 오면 이 영화가 떠오르곤 합니다. 선천적 안면기형을 가지고 태어난 주인공 여기가 사람들의 시선에 상처받기도 하지만, 자신을 진심으로 위해주는 사람들과 함께 성장해 나갑니다. 우리 삶에서도 각자의 시선에서 바라보는 관점이 다른 것처럼 이 영화도 여기의 시선뿐만 아니라 여기 주변 사람들의 시선을 함께 다루며 다양한 관점으로 이야기를 바라볼 수 있습니다. "여기의 외모는 바꿀 수 없어요. 그러니 우리의 시선을 바꿔야죠." 이 영화에서 가장 기억에 남는 대사로 저에겐 정말 큰 울림이 있었습니다. 휴일에 소중한 사람들과 시청해 보시길 추천드립니다!

### 추가 추천 콘텐츠



### Disney+ 무빙

2023 | [18+] | 드라마, 스릴러, 판타지

제 기준으로 한국판 히어로물 중에 가장 잘 만들어진 작품이라 생각합니다. 웹툰을 원작으로, 원작 작가가 시나리오에 직접 참여하여 웹툰 속 장면 재연이 훌륭합니다. 과거의 아픈 비밀을 숨긴 채 살아온 부모 세대와 초능력을 숨긴 채 살아가는 아이들의 현재를 각 등장인물의 에피소드로 매화마다 다양하게 담고 있습니다. 이 드라마를 보며 남들보다 뛰어난 능력을 가졌을지라도 그 사람들에게겐 어쩌면 평범하게 살아가는 것이 가장 특별한 것일 수 있다는 생각이 들었습니다. 스토리 구성이 탄탄하고 연출 또한 훌륭해서 히어로물을 좋아하지 않는 분이라도 재밌게 시청할 수 있는 드라마라 추천드립니다!



### 송기찬 책임 (이수페타시스 인사팀)

경력직으로 이수페타시스 인사팀에 합류한지 2개월이 되어 회사 업무에 적응하면서 어떤 기여를 할 수 있을지 역할을 찾고 있습니다. 부서 내 여러분들이 주변 맛집을 자주 데려가 주셔서 살이 4kg이나 늘었습니다. 예전부터 꾸준히 운동을 해왔던 터라 금방 빠질 것이라 예상했는데 점점 건강한 돼지가 되어 가고 있습니다. 그룹사 내 다양한 분들과 교류하고자 하는 희망이 있던 차에 사보에 글을 심게 되어 대화를 틀 수 있는 좋은 기회가 생겨서 감사합니다.



### WATCHA 타인의 삶

2006 | [15+] | 드라마

### 나도 같이 극작가를 감시하는 느낌... 탁월한 연출력 몽클한 엔딩

이 영화는 분단 독일 동독 비밀경찰이 극작가를 감시하는 과정에서 본인의 신념과 업무 완수 중 무엇을 선택해야 할지 끊임없는 고민을 담고 있습니다. 초등학교 시절 늦은 밤에 채널을 돌리다 우연히 EBS에서 방영해 별생각 없이 봤던 기억이 납니다. 성인이 되어 역사적 배경이나, 비밀경찰 업무에 대해 이해하고 나서 이 영화를 다시 보았을 때 사랑과 일, 신념 등 생각할 거리를 많이 남겨준 영화입니다. 특히 영상 전개가 뛰어나는데, 주인공과 피감시자가 있는 분리된 공간의 사건과 각 인물의 감정 변화를 섬세하게 담아내 뛰어난 몰입감을 줍니다. 한 번만 봐도 충분히 가치가 있지만, 본인의 최근 관심 주제에 따라 몰입하게 되는 등장인물이 달라지기에 n차 감상을 추천합니다.

### 추가 추천 콘텐츠



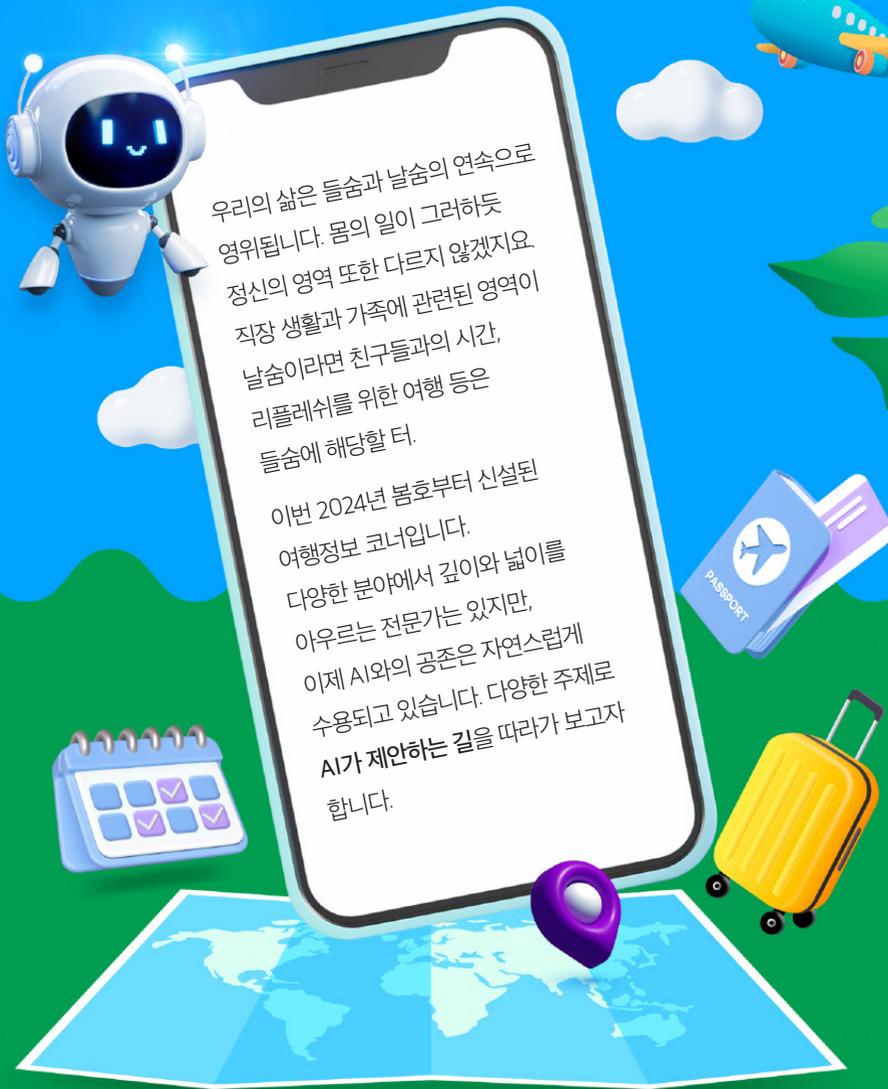
### 여행 4월의 축제 송끄란

태국 (Thailand)

송끄란은 태국 전통 달력 기준 새해맞이 축제로 매년 4월 13일부터 15일까지 열립니다. 이때 태국이 일 년 중 가장 더운 시기이기에, 액운과 더위를 쫓아낸다는 의미로 서로에게 물을 뿌리는 전통이 있습니다. 물을 싫어하시는 분이려면 꺼려질 수도 있겠지만, 도시 전체가 물총 싸움장으로 변하는 진풍경을 구경할 수 있습니다. 제 세 번째 태국 여행은 송끄란 기간 중이었는데 출발하면서는 이번 여행을 끝으로 다른 곳을 좀 가봐야겠다고 생각했다가 돌아오는 비행기에서는 '이제 매년 온다'로 바뀌었을 정도로 활기차고 재미있는 축제입니다. 지금은 태국만 20번 가까이 간 준 방콕 시민이 되었네요. 송끄란 혹은 방콕에 대해 궁금하신 점이 있으신 분은 언제든지 저에게 연락 주세요.

# 취향 듬뿍 AI 추천 여행 코스

## 여행~어디로 갈까?



ㅣ 챗 GPT를 사용해 구성했습니다.

바쁜 일상에서 잠시 벗어나 나홀로 트레킹 여행을 떠나보려 하는데 어디로 가는 게 좋을까? 어느 나라, 어떤 도시로 가는 게 좋을지 추천해 주고 이유를 알려줘.



AI

동남아 지역은 트레킹 애호가들에게 매력적인 여행지로 손꼽히며, 그중에서도 베트남의 하롱 베이와 태국의 치앙마이는 특히 인기가 높습니다. 이 두 곳은 각각 독특한 자연 경관과 문화적 특성으로 방문객들에게 잊지 못할 경험을 제공합니다. 동남아 트레킹 여행은 단순히 자연을 경험하는 것을 넘어서, 문화와 전통을 이해하고 현지인들과 교류하며 더 깊은 의미를 찾는 여행입니다. 하롱베이와 치앙마이는 이러한 여정을 위한 완벽한 시작점이 될 것입니다.



### 하롱베이

유네스코 세계 자연 유산에 등재된 하롱베이는 수천 개의 석회암 섬과 동굴이 펼쳐진 자연 경관이 매력적인 곳입니다. 카약을 타고 섬 사이를 탐험하거나 섬에 있는 동굴을 탐험하는 트레킹은 잊을 수 없는 경험을 선사합니다. 하롱베이는 그 자체로 하나의 자연 미술관과 같습니다. 수천 개에 달하는 석회암 섬들이 에메랄드빛 바다 위로 솟아 있어 보는 이의 탄성을 자아냅니다. 또한, 비밀의 세계로 들어서는 느낌을 주는 섬에 있는 동굴 내부에는 다양한 종류의 석순과 종유석을 감상할 수 있어, 지질학적 호기심을 자극합니다.



### 치앙마이

자연과 문화가 어우러진 곳으로, 태국 북부의 자랑입니다. 도이 인타논 국립공원으로의 트레킹은 방문객들에게 태국에서 가장 높은 산인 도이 인타논 정상을 목표로 한 도전의 기회를 제공합니다. 정상에 오르는 길목에서는 다채로운 식생과 야생 동물을 관찰할 수 있으며, 때로는 구름 위를 걷는 듯한 신비로운 경험도 할 수 있습니다. 또한, 치앙마이에서는 전통 태국 문화에 대한 이해를 깊이 할 수 있는 기회도 많이 마련되어 있습니다. 현지의 사원을 방문하거나 전통 시장을 구경하며, 태국 북부 지역의 생활 방식과 문화를 직접 체험할 수 있습니다.

하롱베이와 치앙마이 중 어디로 가는 것이 더 좋을까?  
그중 한곳을 골라서 그 도시에서 할 수 있는 관광이나  
액티비티 설명과 함께 2박 3일 여행 코스를 추천해 줘.



AI

치앙마이 여행을 추천합니다. 치앙마이는 다양한 볼거리와 즐길 거리가 있으며, 저렴한 물가와 편안한 분위기 속에서 여유로운 시간을 보내기에 좋은 곳입니다.

그럼 트레킹 일정을 포함한 2박 3일 동안의 치앙마이 여행 코스를 추천해 드리겠습니다.

### Day 1 치앙마이 나이트 바자

·오후: 치앙마이로 출발하는 직항 항공편은 모두 늦은 오후에 출발합니다. 인천국제공항에서 출발하는 직항 항공편을 타고 치앙마이 국제공항에 오후 8시 40분 정도에 도착합니다. 공항에서 택시를 타고 호텔로 이동하여 체크인합니다.

·저녁: 치앙마이의 대표적인 야시장인 **치앙마이 나이트 바자**를 방문합니다. 다양한 상품과 먹거리를 저렴하게 구입할 수 있습니다. 태국 전통 음식부터 길거리 음식까지 다양한 음식을 맛볼 수 있습니다.  
호텔로 돌아와 휴식을 취합니다.



### Day 2 도이 인타는 국립공원 - 도이 수텝

·오전: 아침 일찍 호텔에서 출발하여 **도이 인타는 국립공원**으로 이동하여 트레킹을 즐깁니다. 태국의 지붕이라 불리는 이곳에는 다양한 트레킹 코스가 있으며, 자신의 체력과 시간에 맞춰 선택할 수 있습니다. 광활한 산림과 무지개가 드리운 웅장한 와치란 폭포를 비롯한 시리탄 폭포, 매끌랑 폭포 등 거대한 폭포를 감상할 수 있습니다. 카렌족 마을이나 사원을 방문해도 좋습니다.



·저녁: **도이 수텝**으로 이동합니다.

이전에는 300개 이상의 끝도 없는 계단을 올라가야 도이 수텝 사원을 만날 수가 있었지만, 산 정상으로 케이블카를 타고 올라갈 수 있습니다. 이곳에는 거대한 황금빛 불탑과 크고 작은 불상들로 가득한 사원의 볼거리가 펼쳐집니다. 치앙마이의 대표적인 일몰과 야경 명소로, 치앙마이 시내의 아름다운 전망과 황금빛으로 빛나는 사원을 감상할 수 있습니다.



### Day 3 왓 프라싱 - 왓 체디루앙 - 치앙마이 시내

·오전: **왓 프라싱**을 방문합니다. 왓 프라싱은 '신성한 사자의 사원'이라는 뜻으로 14세기에 지어진 치앙마이의 대표적인 웅장한 사원입니다.



·오후: **왓 체디루앙**을 방문합니다. 왓 체디루앙은 '큰 탑이 있는 사원'이라는 뜻으로 높이 8m의 황금 입불상과 12간지 동상, 금장식 지붕, 코끼리 동상 등 볼거리가 많습니다.

·저녁: **치앙마이 시내**를 둘러봅니다. 다른 태국 관광지에 비해 물가가 저렴하여 쇼핑을 수월하게 즐길 수 있고, 편안한 분위기 속에서 휴식을 취할 수 있습니다. 치앙마이 국제공항에서 밤에 출발하는 항공편을 타고 돌아옵니다.

2박 3일의 짧은 일정이지만, 치앙마이의 주요 관광지를 둘러볼 수 있는 알찬 코스입니다. 위의 코스를 참고하여 알찬 여행을 즐기시기 바랍니다.

**TIP** 치앙마이는 1년 내내 따뜻한 날씨가 이어지므로, 가벼운 옷차림으로 여행하시면 됩니다. 간단한 태국어어를 익혀두면 여행에 도움이 됩니다.

이 코너는 AI를 활용하여 여행 코스를 추천받아 작성된 것으로 개괄적 방향 제시에 중점을 두었습니다.

유튜브의 바다에서 건재하기

# 병원 가기 심란한 일상, 손안에 든 주치의 이수튜브 건강 멘토

의료계에 관한 한 2024년 봄은 카오스 그 자체를 통과하는 중입니다.

이럴 때일수록 무엇보다 큰 병 걸리지 않고 사는 안녕이 절실한 시절.

몸과 맘이 별개가 아닌 터라 섭생 잘 하고 정보와 지식을 갖추어 꾸준한 일상 관리가 부쩍 소중해집니다.

유튜브의 바다에서 만난 건강 멘토!!



## 주의 깊게 듣고 시원하게 짚고... 솔직 자상한 정신건강 힐링 토크

정신과의사 뇌부자들

구독자 | 20.6만 명

한 사람의 정신이 아프면 온 마을이 아프다는 사명감으로 현대인의 복잡한 마음과 정신의 병을 주의 깊게 듣고 나직나직 조언을 전해줍니다.

세 분의 정신과 전문의로 이루어진 뇌부자들은 진료실 문을 열고 나와 세상과 소통하며 사회적 심리치료에도 애정을 쏟는 따뜻한 치유자들이 환자들과 함께하는 힐링토크 채널이에요.

재생목록 - 동영상 512개  
분노조절장애 / 조현병 / 수행 불안 / 발표 공포 / 번아웃 등 병이라 생각지도 못한 내면 현상 극복을 위한 조언과 심리, 정신질환, 관련 책과 영화 등으로 다양하게 접근합니다.



» 연세월정신건강의학과의원 원장 김지웅 연세가산숲정신건강의학과의원 원장 허규형 ADHD를 중점적으로 다루는 오동훈 등의 의사들이 활동



### 핑크코끼리

홀스와 리헤의 스트레스 척도  
Holmes and Rahe Stress Scale

생활사건	점수
재혼	100
고도수술	85
이혼	75
이직	65
입학 또는 졸업	55
직장사퇴의 결정	45
이대	35

오동훈 | 크게 중요하진 않지만 자칫한 스트레스를 주는 사건들

## 다리가 아픈데 허리가 문제라고? 근거와 원칙이 있는 치료

▶ **관절 알려주는 의사 뼈선생**

구독자 | **6.12만 명**

뼈와 관절 관련 질환에 대한 임상데이터를 토대로 사례를 들어 환자 또는 예비환자들의 상식과 지식을 확장시키도록 도와주는 채널입니다.

근거와 원칙이 있는 치료를 표방하며 환자와의 소통 창구로 삼는 유튜브 운영을 통해 구독자가 늘어나면서 생기는 수익금을 정기적으로 <Save the children>에 기부하고 있는 뼈선생입니다.

재생목록 - 동영상 146개  
뼈선생의 척추관련 / 소아 관절 / 어깨관절 강좌 / 골다공증 골절 / 무릎 관련 강좌 / 알면 도움이 될 상식들



▶▶ 관절 및 척추질환을 앓고 있는 현대인들을 위해 올바른 의학정보를 전달하는 정형외과 전문의 신병기 원장 / 대한정형외과학회, 슬관절학회 정회원



## 몸이 천 냥이면 눈은 구백 냥 순한 언니 같은 안과 샘의 깨알 조언!

▶ **안과언니**

구독자 | **2.82만 명**

스마트폰 세대인 현대의 직장인들에게 눈을 위협하는 환경을 열거하자면 끝도 없습니다. 다리가 부러져도 머리가 깨져도 신체 어디 한군데 탈이 생겨 관찮은 부위는 없겠지만 눈을 잃으면 세상 모두를 잃은 듯 감감해지죠.

재생목록 - 178개  
눈앞에 지렁이...비문증 / 안과언니가 들려주는 녹내장 / 라식 라섹 고민중이라면 필청 / 눈 영양제 이야기 / 안과언니가 알려주는 수술 후 주의사항 / 방치하면 큰일 나는 녹내장 등



▶▶ 힐링안과 김선영 대표원장의 안과 정보 공유채널. 가톨릭대학교 석사 안과 전문의 서울성모병원 최우수 전공의 표창수상



**위험한 비문증 증상**

- 하루아침에 2~30개 많이 떠다님
- 반짝거리는 현상
- 가려져 보이는 시야
- 갑자기 시력이 안 보이고 뿌옇게 보임
- 개만 물감을 뿌린 것처럼 앞이 안 보이는 경우

## 가장 자연스러움이 가장 건강함!! 명료한 지침에 눈이 반짝



구독자 | **5.12만 명**

<건강은 균형이다>라는 슬로건으로  
한의학의 본질이 그러하듯 몸과 마음을 아우르며  
여러 주제로 건강 조언을 전해줍니다.

환자는 물론 건강한 직장인들을 위협하는  
일상의 요소들을 사전에 관리하게 도와주며  
몸의 밸런스를 가장 중요시하는  
인체과학+한의학적 의료 철학을 만나게 됩니다.

재생목록 - 71개  
상하부 카테고리 구분 없이 병렬식으로 리스트업  
마음의 병 치료하기 / 당뇨 부작용 없이 혈당 뚝 /  
뇌신경 혈관 푸는 법 / 팔다리 혈액순환 /  
자주 체하는 사람, 속이 땡 뚫리는 혈자리

» 한의학 입문 전  
착하게 사는 공부만 먼저 1년간 하면서  
사람답게 사는 법을 최고 가치로  
수확하며 환자를 있는 그대로 보며  
의술을 펴게 된 한 의사 류수업 원장의 체널



## 좋다고 남용, 몰라서 오용 약국에서 말 안 해준 슬기로운 복약 팁



구독자 | **176만 명**

지혜로운 삶도 똑똑한 건강관리도 잘 알아야 가능!  
병원에서 시작해 약국에서 끝나는 엔드리스 의료투어,  
무엇을 더하고 어디서 멈출지 너무 먼 길을 와버린  
현대인의 건강 현주소에 일정 기준을 제시해 줍니다.  
약에 관한 한 너무 몰라도 너무 많이 알아도 미궁,  
쌓여가는 약물치와 돌아다니는 약병들 사이에서  
현명하고 지혜로운 취사선택의 틀을 알게 됩니다.

재생목록 - 동영상 605개  
영양제와 비타민 / 영양제 선택의 어려움 /  
약들약 콜라보 / 유산균 프로바이오틱스 /  
건강한 커피 이걸 드세요 / 치매 예방 필수 영양제 /  
꼭 알아야 할 부작용 / 콩팥 망가트리는 약 복용

» 고약사라고만 밝힌 주인공은  
고상은 약사로 2017년부터 비교적  
초반에 영상활동을 시작해 국내에서  
가장 많은 구독자를 보유한 약튜버



살다 보면  
 지금까지 유지해 온 평온을  
 송두리째 전복시키는  
 낯선 존재를 마주할 때가 있습니다.  
 그런 순간 피하지 않고  
 맞아들일 때도 있지요.  
 홍어를 모르는 사람은 있어도  
 알게 되면 빠지고 이후  
 고락을 함께 하게 됩니다.  
 홍어, 그 지독하고 아찔한 이야기 속으로  
 일단 풍덩!

# 홍어와 홍어삼합

스토리쉐프가 차려내는 식탁  
 용기 있는 자만이 새로운 맛을 영접한다!



## 극단적 호불호 식힌 홍어, 역사와 유래

우리나라의 홍어 역사가 짧지 않음을 말해주는 자료로는 <세종실록지리지>와 울산의 토산 공물로 홍어를 언급한 <경상도지리지>, 그리고 나주 사람들이 식힌 홍어를 즐겨 먹는다고 기록한 정약전의 <자산어보>가 있습니다. 잔칫상에 제아무리 진수성찬 산해진미를 뜨르르 갖춰도 홍어가 빠지면 그 잔치 망쳤다고 여기던 전남 지역엔 집안 경조사에 홍어 대접을 최고로 치는 풍습이 여전하며 최근 택배 성업의 영향으로 홍어를 즐기는 인구는 전국적으로 증가 추세입니다.

우리나라 사람들이 식힌 홍어를 먹게 된 데는 아픈 역사가 있습니다. 고려 말 조선 초 왜구들이 남해안에서 노략질을 일삼자, 조정에서는 가까운 섬을 모조리 비우라고 명했습니다. 연근해 홍어잡이 어민들은 영산포 일대로 강제 이주해 홍어를 잡지만 삶의 터전까지 오는 중 더 멀어진 뱃길에 폭삭 삭아버립니다. 아주 고약하게 씹은 맛은 아니라 조심스레 먹다 보니 점점 그 맛에 매료되었고 그때부터 아예 식혀 먹는 문화로 정착되었습니다.

일본의 한 여행 사이트에서 <냄새가 지독한 세계음식 5>를 선정했는데 1위는 스웨덴 소울푸드인 염장청어통조림, 수르스트뢰밍(Surstroemming)입니다. 소문엔 날아가던 새가 이 냄새를 맡고는 기절해서 떨어졌을 정도로 지독하다는데요. 아파트에서 이 음식을 먹었다는 이유로 세입자를 쫓아낸 관리인에게 무죄판결이 내려졌을 정도라고 합니다. 그 뒤를 잇는 2위가 바로 우리나라의 식힌 홍어라니 홍어 입문자들의 강한 저항감도 충분히 이해됩니다.

우리나라 홍어는 남쪽에 국한된 것이 아니라 한반도 연해에서 두루 잡히며 지역마다 다음과 같이 달리 불립니다. [전남: 흥해, 흥에, 고동무치 / 전북: 간재미 / 경상도: 가부리, 나무가부리 / 함경남도: 물개미 / 평북 신미도: 간쟁이]

## 아는 형님의 서울푸드, 홍어삼합 (삭힌 홍어+돼지수육+김치)

옛날 한 선비가 잔치집에 갔습니다. 그 귀하다는 삭힌 홍어가 한상 푸짐하게 차려졌는데요, 점잖은 체면에 덩석덩석 먹자니 눈치가 보였겠죠. 얼른 돼지고기를 한점과 김치 한 조각을 입에 넣고 보니 아무래도 미진해 홍어 한 점 더 집어 씹어보자 그 맛이 황홀 오묘했답니다. **코가 땀 뚫리는 홍어의 강한 자극을 돼지수육이 부드럽게 감싸면서 곱삭은 김치의 감칠맛이 입안의 조화를 완성하니, 이게 바로 선비가 훌쩍 반한 맛, 홍어삼합입니다.**



셋을 합쳤다는 삼합(三合)은 명리학에서 나온 용어인데요. 성질이 다른 세 가지가 어우러져 새로운 세계를 창조한다는 뜻으로 홍어삼합을 즐기는 사람들에게 그 맛은 조화로움 이상의 별천지입니다. 1+1=3이 되는 산술적인 맛이 아니라 새로운 시너지로 융합의 맛을 창조한 때문입니다. 최근 홍어 맛집에는 20~30대 직장여성들이 삼삼오오 홍어삼합을 앞에 두고 제법 화기애애한 풍경이라 그쪽 테이블에 자주 눈이 가는데요. 차세대 될성부른 예비 마니아를 향한 식당 사장님의 특별대우가 역력함을 실감하게 됩니다.

### 과학으로 푸는 홍어 맛 비밀

홍어 특유의 냄새는 삼투조절 방식에서 발생합니다. 대부분의 경골어류는 체내 염도가 1.5%로, 해수 염도 3.5%인 해수에 비해 낮아서 체내의 액체가 반투막을 통해 몸 밖으로 빠져나와 바닷물 속으로 이동하는 삼투현상이 일어납니다. 따라서 체내 염도 조절 과정에서 탈수를 막기 위해 아가미로 염분을 배출할 수 있도록 진화했습니다. 가오리나 홍어와 같은 연골어류는 삼투 조절 방식이 경골어류와 다르게 진화해 일종의 노폐물인 요소를 배출하지 않고 재흡수합니다. 혈액 속에 요소가 많이 농축돼 있으면 해수의 삼투 농도에 의해 체내 수분을 빼앗기지 않을 수 있기 때문입니다. 죽은 홍어에 남은 요소는 우레아제(Urease)라는 분해 효소에 의해 암모니아와 트리메틸아민으로 분해됩니다. 이는 부패가 아닌 발효가 진행된 것으로 이 과정에서 생기는 화학물질은 홍어 특유의 강한 맛을 만들어냅니다. 홍어를 삭히는 과정에서 발생하는 암모니아는 pH 8.5 이상의 강한 알칼리성으로 우리가 이것을 먹으면 위산을 중화시키고 장 속의 잡균을 제거하는 기능을 합니다.

## 스트레스 땀!! 마니아가 경탄하는 홍어맛 디테일

처음 삭힌 홍어를 접하는 사람에겐 그야말로 일생일대의 도전입니다. 마니아들이 만족할 수준으로 제대로 삭힌 홍어는 자칫 입천장 점막이 벗겨지는 강도라 거의 전투에 가깝습니다. 우리나라의 삭힌 홍어요리로는 짬, 삼합, 무침, 전/튀김, 애국 등 다양하지만 첫 도전을 하는 홍어 입문자들에게 하나같이 강편치를 날립니다.

**생홍어회/홍어애** - 홍어회는 잡자마자 바로 썰어낸 요리지만 삭힌 홍어도 홍어회로 통용되다 보니 별도로 홍어생회, 생홍어회로 불립니다. 생홍어회는 굉장히 찰지면서도 부드러우며 달착한 끝맛이 일품이지요. 게다가 별미로 홍어간, 즉 홍어애가 있습니다. 격조 있게 크림이~한 것이 입안에서 살살 녹아 기름지고 고소한 맛에 별미로 꼽히긴 하지만 금방 상하기 때문에 좀 지난 것은 홍어애국으로 먹는답니다.

**삭힌 홍어전/튀김** - 바삭한 튀김 비주얼에 끌려 고소한 속살을 기대하고 시켰다간 식겁하게 됩니다. 방심하고 입에 넣는 순간 튀김옷을 입은 홍어 속살이 암모니아 폭탄처럼 터지며 갇혔던 냄새가 폭발하지요. 삭힌 홍어회야 워낙 그러려니 사전 각오나 대비모드가 작동하지만 튀김은 그야말로 무방비로 기습적 강편치를 당하는 형국이라 독층에 목젓을 물린 듯한 사고 방블 충격으로 (물론 애호가는 찬탄으로) 이래저래 올킬!

**홍어구섬치(아가미)** - 찐 마니아들이 꼽는 또 다른 별미는 홍어의 아가미, 구섬치인데요. 당연히 갓 잡은 신선한 홍어에서만 맛볼 수 있는 진미로, 회로 먹으면 특 쏘는 맛을 일품으로 칩니다. 알맞게 삭힌 것이나 생구섬치는 마니아들의 미각신경을 마구 강타하는 향과 독특한 맛이 독보적이며 오로지 현지에서만 맛볼 수 있지요. 식감은 오돌오돌하고 삭히기 전에는 양념장과 함께 고소하게 즐길 수 있고 삭힌 후에는 멀리서도 알아차릴 정도로 아주 강한 향을 느낄 수 있습니다.



생홍어회



삭힌 홍어튀김

(출처: 전남 나주 홍어번지)

## 황제급 위상의 바다 귀족, 현실은...

오랜 세월 동안 우리의 경조사에서 **홍어삼합**과 **홍탁(홍어+탁주)**의 주인공인 홍어는 특유의 맛으로 점점 인지도가 높아지면서 한때는 100만 원을 웃돌기도 했습니다. 사실 홍어는 양식이 불가능한데 알도 적게 낳아 번식력이 낮은 데다가 지독하게 느리게 성장하기 때문이지요. 현실이 이러한데 따라 국내 업체들이 미국, 칠레, 우루과이, 아르헨티나 등에 홍어만을 전문으로 잡는 회사를 설립, 1997년부터 수입량이 1만 t을 넘고 있습니다. **우리나라에서 소비되는 대부분의 홍어는 칠레산**으로 한국 수출로 돈이 되자 지나친 남획으로 멸종 위기 중입니다. 대신 우루과이와 아르헨티나 경계의 라플라타 강(Rio de la Plata) 하류의 홍어는 우리나라 홍어 못지않은 맛이지만 칠레산이 최고라는 인식 때문에 남미에서 수입된 홍어들은 모두 칠레산으로 둔갑한답니다. 그나마 홍어를 식하는 과정만큼은 우리나라에서 이루어지고 있어 영산포 인근 지역이 홍어의 메카로 명맥을 유지하고 있습니다.

## 서양에서도 유구한 역사, 홍어요리

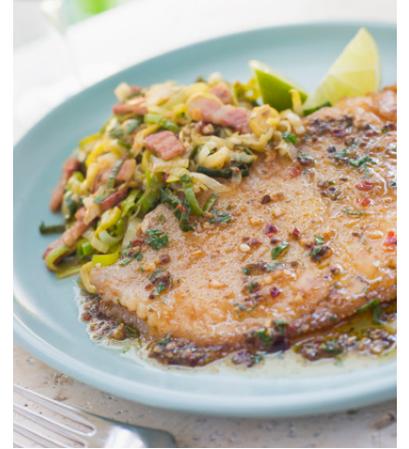
서양에서는 일반적으로 홍어를 스케이트(Skate) 또는 등에 가시가 박혀 있어 쏘언백(thornback)이라고 하며 중세 유럽 귀족들은 홍어를 희귀하고 고급스러운 식재료로 여겨왔습니다. 고대 로마의 박물학자인 플리니우스의 저서 <자연사 Naturalis Historia>에서는 홍어를 “바다의 보물”이라고 칭송하며, 섬세한 풍미와 풍부한 영양소를 찬양했습니다. 또한, 로마 황제 티베리우스는 홍어를 자신의 식단에 필수 식재료로 삼아 특별히 로마 해안에 홍어를 가두어 기르기도 했습니다. 하지만 특유의 향과 맛에 비해 한정된 어획량과 요리 과정의 복잡성 때문에 일부 상류층에서만 향유할 수 있었습니다.

오늘날 유럽에서 쉽게 접할 수 있는 홍어요리는 주로 머리 꼬리 부위를 반원형으로 도려낸 후 부드러운 날개살만 발라 익힌 후 땅콩버터, 파슬리, 레몬, 케이퍼를 곁들여 먹습니다. 식힌 홍어를 먹는 나라는 한국, 아이슬란드, 노르웨이 정도로, 아이슬란드에는 12월 23일 수호성인을 기리는 <성 토롤라우퀴르의 날>에 전 국민의 40% 정도가 그들만의 소울푸드인 식힌 홍어에 양기를 얹어 먹는 전통이 있습니다. 지금은 1년 전부터 예약해 두고 기다리는 레스토랑도 있다고 합니다.



아이슬란드 Skate Fish  
(출처: Iceland Magazine ©GVA)

최근에는 홍어가 미술랑 스타 레스토랑의 시그니처 메뉴를 장식하고, 유명 셰프들의 창의적인 요리에 등장하며 서양 요리의 새로운 스타로 거듭나고 있습니다. 세계적인 미식가들 사이에서 주목받는 식재료로 유럽과 북미 등지의 일부 레스토랑에서는 홍어를 현대적 방식으로 재해석한 요리를 선보이며 전통과 현대가 어우러진 새로운 미식문화를 창조하고 있습니다.



버터에 구운 홍어요리

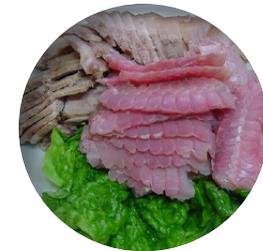
## 장안의 홍어 맛집



### 홍어한마리

오래된 티가 역력한 간판에 흑산도 3대 집이라는 표기에서 자부심 넘실 홍어는 물론, 한정식 차림과 맛짱 뜨는 화려한 메뉴에 탄성

📍 서울 마포구 동교로 94 지층  
☎ 02-323-1011



### 순라길

오마카세 방불 무수한 메뉴의 홍어 맛집 식신 우수 레스토랑 선정, 마니아들도 인정한 홍어 메뉴 갤러리

📍 서울 종로구 서순라길 141  
☎ 02-3672-5513



### 남도

홍어삼합의 격을 좌우하는 묵은지가 별미이며 심하게 식힌 맛이 아닌 대중적 접점을 찾아 홍어 입문자들에게도 무난

📍 서울 관악구 난곡로 65길 6  
☎ 02-852-0953



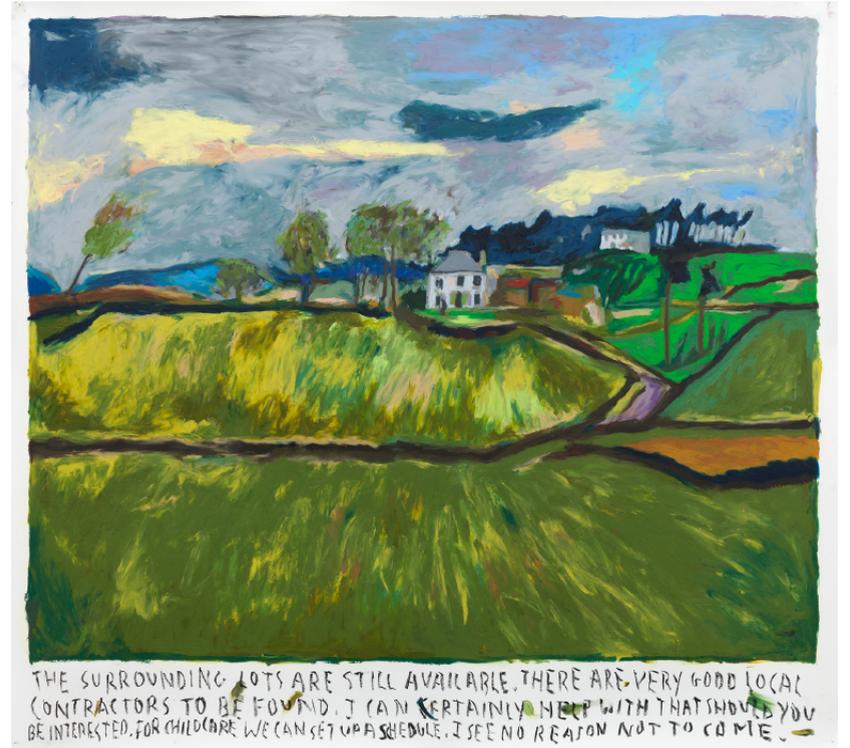
<리너스 반 데 벨데-나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다> 전시 전경, 스페이스 이수, 2024

Photo: 이의록

## 나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다 리너스 반 데 벨데



이수그룹의 문화예술 공간 ‘스페이스 이수’는 2024년 3월 8일부터 5월 10일까지 리너스 반 데 벨데 개인전 <나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다>를 개최합니다. 스페이스 이수와 아트선재센터에서 동시에 열리는 이번 개인전은 회화, 설치, 조각, 영상 등 다양한 장르를 넘나들며 가상적, 실제적, 평행적 우주에서의 순환적 내러티브를 탐구하는 벨기에 작가 리너스 반 데 벨데 (Rinus Van de Velde, b.1983)의 작업 세계를 조명합니다.



<주변 부지는 아직 남아 있다. 지역의 아주 좋은 계약 업체들을 찾을 수 있다. ...>

2023, oil pastel on paper, 112×124cm

### 안락의자 여행자(The Armchair Voyager)의 상상풍경

상상의 여행으로 들어갈 수 있는 통로가 되는 영화 세트이자 조각인 <소품, 터널(Prop, Tunnel)>(2020) 외에도 공상을 하고 영감을 얻는 자리이자 여러 평행우주로 들어갈 수 있는 입구인 빈 침대를 그린 차콜 드로잉 그리고 탐험가, 예술가 등의 실존 인물들의 전기에 기반해 ‘허구적 자서전’을 담은 오일 파스텔화 등을 만나게 됩니다. 리너스 반 데 벨데의 최근의 오일 파스텔화는 인상주의나 표현주의 같은 20세기 초의 외광파 작가들과 상상의 대화를 나누고 상상의 풍경을 그린 것들입니다. 외광파 화가들이 밖으로 나가서 실제로 보고 겪은 자연에서 영감을 얻는다면, 리너스 반 데 벨데는 작업실 안 안락의자에 머물며 상상의 여행을 하고 상상의 풍경을 그립니다. 이번 전시에는 외광파 작가로서의 그가 그린 하늘, 바다, 호수, 숲, 들판을 담은 풍경화들로 가득합니다.



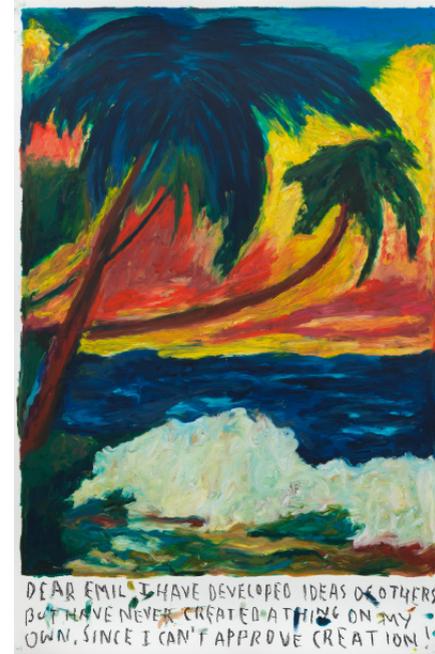
<여기서 비로소 내가  
아까 너무도 생경함을  
느꼈음을 인정할  
준비가 되었다...>  
2023,  
charcoal on canvas,  
250×178cm



<그럼 지금요? 조금만 더 기다려 주세요.>  
2023, colored pencil on paper, 20×29.6cm



<옆에 붙은 작은 스튜디오에서 나는 담배를 피우고  
내가 원하는 것을 할 수 있다...>  
2023, oil pastel on paper, 110×73cm



<친애하는 에밀, 나는 다른 사람들의 아이디어를  
발전시켜 왔습니다...>  
2023, oil pastel on paper, 110×73cm



<알프레드, 한 번만  
말해줄게요, ...>  
2023,  
oil pastel on paper,  
110×73cm

<당신이 불투명한 노  
란색을 찾을 수 있다면  
원하는 대로 청구할 수  
있다. ...>  
2023,  
oil pastel on paper,  
110×73cm



### 공상과 상상, 성찰에 사용할 강력한 도구

이번 전시 타이틀은 <나는 해와 달과 구름이 지나가는 것을 보면서 욕조에서 망고를 먹고 싶다...>(2023) 라는 작품 제목에서 가져온 것으로 앙리 마티스(Henri Matisse, 1869-1954)가 그림 그리기에 가장 좋은 빛을 찾기 위해 프랑스 남부로 여행을 떠났을 때 한 말을 인용한 것입니다. 작가는 20세기의 야수파(Fauvism) 화가와 자신을 동일시하는 한편 자기 집 따뜻한 욕조에 몸을 담근 채 미국적인 세계로 상상의 여행을 떠날 수 있다는 작업관을 역설적으로 드러냅니다.

### 미술사 속 작가들과의 허구적 만남을 통한 예술적 탐험

<나는 욕조에서 망고를 먹고 싶다>전에서 리너스 반 데 벨데는 상상의 여행과 미술사 속 작가들과의 허구적 만남을 통해 흥미진진한 모험과 예술적 탐험의 이야기를 들려줍니다. 또한, 에밀 놀데(Emil Nolde, 1867-1956)나 알프레드 윌리스(Alfred Wallis, 1855-1942) 같은 미술사 속 작가들과 상상의 대화를 나누고 상상의 풍경을 그린 풍경화를 통해 외광파 작가로서의 자기 자신을 소개합니다.

### 우리를 인간답게 만드는 것은 공상하는 능력

리너스 반 데 벨데는 자신의 작업실 안에서 상상과 공상만으로 스스로 설계한 내적 여행을 떠나고 이를 작업으로 제시하는 작가인데요. 자신을 '안락의자 여행자(The Armchair Voyager)'라고 소개하는 그는 직접 여행하는 대신 책과 영화, 뉴스와 잡지, 미술 서적과 역사서 등 다양한 원천으로부터 영감을 얻어 상상력만으로 모험을 떠나길 즐깁니다. 우리를 인간답게 만드는 것은 "공상하는 능력(capacity for daydreaming)"이라는 그는 발견된 이미지를 자신의 이야기로 전환하는 상상력을 통해 자기만의 세계를 구축해 나갑니다.

### 감상포인트, 이미지+텍스트 조합을 통한 알레고리 유추

리너스 반 데 벨데는 회화, 설치, 조각, 영상을 아우르며 가상적, 실제적, 평행적 우주에서의 순환적 내러티브를 탐구합니다. 그의 회화는 상단의 이미지와 하단의 텍스트를 조합하는 구조를 특징으로 하는데요. 그의 작업에서는 상상과 현실, 가짜와 진짜, 미술과 언어 등이 충돌하며 긴장을 일으키고 또 서로 간의 경계를 모호하게 함으로써 이미지와 텍스트 사이의 알레고리를 지속적으로 유추해 보도록 합니다.



<소품, 터널>  
2020, cardboard, paint,  
wood and mixed media,  
600×135×196cm  
Photo: ©Marc Latzel

<옛날 옛적에>  
2020, pedestal, painted ceramic,  
109×64×46cm, 20×103×55cm



**리너스 반 데 벨데  
(Rinus van de Velde, 1983~)**

리너스 반 데 벨데는 벨기에 안트워프에 거주하며 작업합니다. 신티 루카스 안트워프와 겐트의 HISK에서 석사학위를 취득했습니다. 주요 개인전으로는 벨기에 보자르, 스위스 루체른 미술관, 프랑스 FRAC 페이 드 라 루아르 컬렉션, 스페인 말라가 현대미술관 등이 있습니다. 작가의 작품은 벨기에 S.M.A.K., 벨기에 안트워프 현대미술관, 벨피우스 컬렉션, 벨기에 왕립미술관, 네덜란드 헤이그 미술관, 네덜란드 보르린덴 미술관, 스페인 말라가 현대미술관 등지에 소장되어 있습니다.

**컬러링 테라피 갤러리**

이수 가족이 정성껏 채색해 주신 컬러링 응모작을 소개합니다.  
작은 행복, 컬러링 테라피 코너에 앞으로도 많이 응모해 주세요.



김경림 과장  
(이수화학)



김찬민 책임  
(이수페타시스)



노항택 기정  
(이수스페셜티케미컬)



문홍식 대리  
(이수엠지스)



이관형 기정  
(이수스페셜티케미컬)



이상열 기정  
(이수화학)



이호균 부장  
(이수시스템)



최용석 대리  
(이수건설)

# 퀴즈 풀고 이행시 짓고, 이수리너스망고 굿즈 받자!

스페이스 이수  
리너스 반 데 벨데 전시 이벤트

**퀴즈** □□과일을 맞춰 주세요!

나는 옥조에서 □□를 먹고 싶다

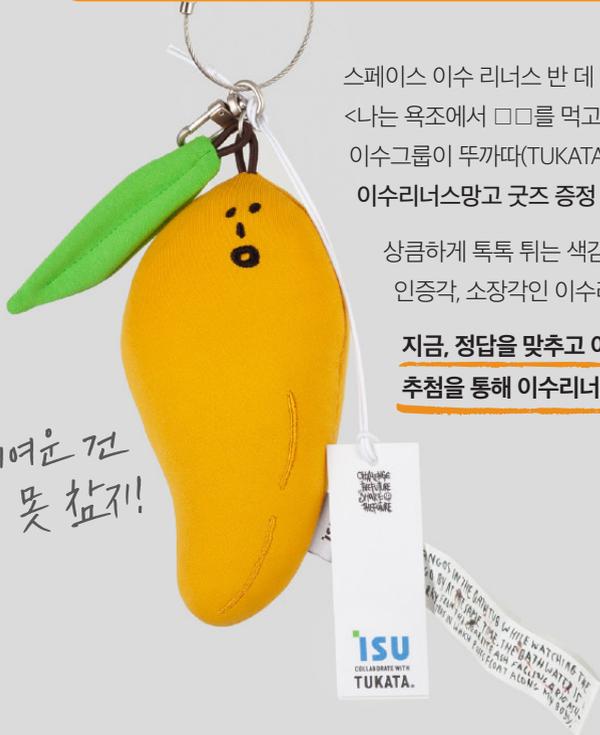
**이행시** 그 과일 □□로 센스있고 재미있는 2행시를 지어주세요!

스페이스 이수 리너스 반 데 벨데  
<나는 옥조에서 □□를 먹고 싶다>전시와  
이수그룹이 뚜까따(TUKATA)와 콜라보 해서 만든  
이수리너스망고 굿즈 증정 이벤트를 진행합니다.

상큼하게 툭툭 튀는 색감! 폭신하게 말랑 보들 촉감!  
인증각, 소장각인 이수리너스망고 굿즈를 받고 싶다면...

**지금, 정답을 맞추고 이행시를 지어 응모하세요~  
추첨을 통해 이수리너스망고 굿즈를 드립니다!**

귀여운 건  
못 참지!



정답을 맞춘 당첨자에게 이수리너스망고를 드립니다. (퀴즈 마감 : 6월 15일)  
보내실 곳 카카오톡 ID : creativekeym / 이메일 : hjkim1@isu.co.kr

ISU



눈코입을 사로잡는  
간식 서프라이즈  
우리 팀에게 쏘세요!!



이수 간식 창고에서 여러분의 신청 사연을 기다립니다!

와우! 간식 서프라이즈 ~횡재 같고 선물 같고 상 같은 해피이모티콘이 팀원들에게 간식 서프라이즈를 해주고 싶다면,  
일할 맛나게~ 간식 맛나게~ 먹고 싶다면,  
우리 팀이 간식의 주인공이 되어야 한다는 신청 사연을 보내주세요.  
심사하여 간식 선물을 배달 드릴 예정입니다.  
부서 또는 팀의 소화행은 사연부터 시작인 거 아니죠?^^

이수그룹 전 계열사 부서 또는 팀의 간식 신청 사연을 기다립니다. (신청 마감 : 5월 31일 / 배달 : 6월 중순)  
우리 팀 자랑 및 간식이 필요한 이유와 치킨, 피자, 커피 음료 등 원하는 메뉴를 사연에 담아 신청해 주세요.  
당선된 사연 및 사진은 여름호부터 실릴 예정입니다. 보내실 곳 카카오톡 ID : creativekeym / 이메일 : hjkim1@isu.co.kr

## 이수 가족을 위한 아트 힐링 컬러링 테라피

컬러링 북은 선으로 그린 그림이나 도안을 모아 엮은 책으로 아이들은 물론 성인들도 장소에 구애받지 않으며 어디서나 즐길 수 있는 취미생활입니다. 즐거운 마음으로 각자 원하는 색깔로 그림을 채워가노라면 자연스럽게 마음을 다스려 정서적인 안정 효과도 누릴 수 있다고 합니다.



사보 <ISU>는 마음의 안정과 힐링을 선사할 컬러링 코너를 연재합니다. 컬러링을 마친 인증샷을 보내주시면 추첨을 통해 소정의 원고료를 지급합니다. 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

### 응모 방법



컬러링을 한다



인증샷을 찍는다



사진을 전송한다

보내실 곳 | 카카오톡 ID : creativekeym / 이메일 : hjkim1@isu.co.kr

2024년  
신년호 당첨자  
(※가나다순)

- 김경림 과장(이수화학)
- 김찬민 책임(이수페타시스)
- 노향택 기정(이수스페셜티케미컬)
- 문홍식 대리(이수엠피지스)
- 이관형 기정(이수스페셜티케미컬)
- 이상열 기정(이수화학)
- 이호균 부장(이수시스템)
- 최용석 대리(이수건설)

사보 ISU는 여러분의 적극적인 참여를 기다리고 있습니다. 진솔한 생각과 마음이 담긴 글이나 사진을 보내주세요. 채택된 자료는 소정의 원고료를 지급합니다. 여름호 원고 마감은 6월 15일입니다.



※ 상기 일러스트는 <강아지와 함께하는 봄 소풍 컬러링>으로 시가 생성한 이미지입니다.

# ISU x JiyongKim

폐근무복의 재탄생 . 예술을 입다

QR코드를 통해 이수그룹과 지용김의 협업 스토리를 확인해 보세요.

