

Am100플랜

내 삶의 힘, 100세 시대 은퇴파트너

2023 WINTER
VOL.44

AGENDA

‘청룡의 해’ 2024년
푸른 용처럼 비상하는
한 해가 되려면

RETIREMENT

실제 사례에서 볼 수 있는 성공적인 시니어 취업의 비결
‘국민 질병’ 치주질환, 올바른 구강위생 관리로 잇몸을 건강하게

FINANCIAL

구매도의 두 얼굴
우리 집 장바구니가 전보다 줄어든 이유, ‘슈링크플레이션’

HAPPY

여가&조이 _ 자연 속의 제주
인터뷰 _ 배우 이한위

H E L P



SAVE
THE
PLANET



CONTENTS

2023 WINTER VOL.44

All100 플랜
2023년 겨울 통권 44호

발행일 2024년 1월 2일

발행처 NH농협은행

발행인 은행장 이석용

편집책임 이민경

편집위원 이정은, 김훈식

제작 농민신문사

신고일 2012년 10월 19일

등록번호 서울중 바 00139

아트웍 지오커뮤니케이션

AGENDA

New
Happiness
은퇴설계
행복하게

06

All 100 NEWS

08

‘청룡의 해’ 2024년

푸른 용처럼 비상하는 한 해가 되려면

10

경제시황

2024년 투자 방향을 어떻게 가져가야 할까?

12

세금

상속받은 농지를 양도하면 양도소득세는?

14

부동산

2024 갑진년, 변경되는 부동산 제도 총정리

16

은퇴전략

은퇴를 묻고 연금으로 답하다



18

시니어 취업

실제 사례에서 볼 수 있는
성공적인 시니어 취업의 비결

20

아름다운 얼굴

중요한 것은 비율보다 균형
균형과 조화가 진짜 '미인' 만든다

22

건강

'국민 질병' 치주질환
올바른 구강위생 관리로 잇몸을 건강하게

24

기자가 읽어주는 경제 1

공매도의 두 얼굴

28

기자가 읽어주는 경제 2

우리 집 장바구니가 전보다 줄어든 이유,
'슈링크플레이션'

32

법률 정보

유언으로 끝이 아니다? 후견계약이 필요한 이유



34

여가&조이

새해 일몰과 함께하는 서쪽 여행길,
자연 속의 제주

38

인터뷰

인생은 저지르는 자의 것...
늦지 않았으니 도전하세요
-배우 이한위

42

요리

작지만 알찬 땅콩

44

영화

사랑과 기쁨이 입을 맞추는 식탁
- 풍성한 식탁에 관계의 질감 담아내는
프랑스 음식영화



QR코드를 스캔하면 NH농협은행 사보
All100클럽을 웹진으로 만나실 수 있습니다.



NH농협은행, 'NH자산관리 콘서트' 개최

NH농협은행이 NH농협은행·농협생명·농협손해·NH투자증권·NH아문디자산운용 6개 계열사에서 선발된 자산관리 전문가 그룹 'NH WM마스터즈'와 함께 'NH자산관리 콘서트'를 성료했다.

'2024년 청룡의 기운으로 비상하라'라는 주제로 2024년 성공적인 투자를 위한 다양한 솔루션이 제시됐다.

1부 투자 콘서트에서는 금리 하락 여부와 미국의 민간 투자 및 대선 이벤트에 주목할 것을 강조했으며, 2부 부동산

콘서트에서는 2024년 부동산 시장 전망과 투자 유의 사항을 짚어주는 시간을 가졌다.

이날 콘서트에서는 사전 질의를 받아 투자 고민이나 궁금한 점에 대해 맞춤형 솔루션을 제시하는 시간도 가졌다.

김용기 농협금융지주 부사장은 "NH자산관리 콘서트'가 고객님의 소중한 자산 증식에 도움이 되기를 바라며, 앞으로 농협금융 각 계열사 자산관리 서비스의 강점을 융합해 고품격 종합자산관리 서비스를 제공할 것"이라고 말했다.



NH농협은행, 예술품과 함께하는 이색 세미나 개최

NH농협은행이 예술품을 즐기며 진행되는 투자 세미나 ‘투자를 묻고 아트가 답하다’를 개최했다. ‘투자를 묻고 아트가 답하다’ 세미나는 우수고객을 대상으로 JW메리어트 서울 호텔에서 최근 열렸다. 이번 세미나는 고물가·고금리·고환율 환경에서 다양한 대체자산과 여러 투자처를 모색해보자는 취지로 마련됐다.

윤수민 AI100자문센터 부동산 전문위원이 ‘고금리 시대 부동산 투자전략’을 주제로, 오수정 써포먼트 갤러리 대표는 이날 전시된 예술품을 주제로 특강을 진행했다. 이민경 NH농협은행 WM사업부장은 “고객의 요구를 충족할 수 있도록 앞으로도 다양한 세미나를 개최 최선의 서비스를 제공할 것”이라고 밝혔다.



NH농협은행, ‘한국경제TV 2023년 글로벌 금융대상’ 은행연합회장상 수상

NH농협은행이 ‘한국경제TV 2023 글로벌 금융대상’에서 자산 관리 부문 은행연합회장상을 수상했다. ‘한국경제TV 2023 글로벌 금융대상’은 금융혁신과 포용에 앞장선 금융회사를 격려하기 위해 만들어진 상으로, 금융산업 안정에 기여한 금융사에 초점을 맞췄다. 최미경 NH농협은행 부행장은 “NH농협은행은 혁신과 포용을 잊지 않는 금융산업을 실천하기 위해 노력하고 있다”며 “앞으로 더 열심히 하라는 채찍으로 받아들이겠다”고 말했다.



NH농협은행, ‘제12회 MTN 100세 시대 금융대상’ 우수상 수상

NH농협은행이 ‘제12회 MTN 100세 시대 금융대상’에서 우수상을 수상하였다. ‘MTN 100세 시대 금융대상’은 MTN과 한국금융소비자학회가 공동 주최하고 금융위원회와 금융감독원이 후원하는 상으로, 고령화 시대에 금융 소비자에게 이정표가 될 수 있는 은퇴 상품을 알리기 위해 만들어졌다. 이민경 WM사업부장은 “앞으로도 우수한 은퇴 맞춤형 상품을 출시·개발해 양질의 서비스를 제공할 수 있도록 노력하겠다”고 밝혔다. 🌟



YEAR OF THE BLUE DRAGON



갑진년, '푸른 용의 해'가 떴다. 새해를 맞이해 모두가 새로운 마음가짐을 갖추는 시점, 경쾌하고 푸른 용처럼 날아오르려면 어떤 전략이 필요할까? 국내외 경제 상황이 녹록지 않은 상황에서도 꼼꼼하고 철저하게 준비한다면 은퇴 후에도 날아오르는 용처럼 활기찬 삶을 영위할 수 있다. 이를 위한 방법을 살펴본다.





‘청룡의 해’
2024년
푸른 용처럼
비상하는
한 해가 되려면

2024년 투자 방향을 어떻게 가져가야 할까?

Am100 전문센터

SUMMARY

글
남명수 WM전문위원

- ▶ 2024년 글로벌 경제 주요 이슈는 연준의 피벗 시점과 금리 인하 속도에 대한 불확실성이다. 또한 길었던 고금리 영향이 신용긴축, 대출상환부담 등 부정적 리스크가 될 수 있다. 자산배분을 위해 글로벌 금융환경을 점검해보고 방향과 투자 기회를 모색해 보자

2023년은 높은 금리와 강달러, 혼재된 경제지표, 지정학적 리스크 속에서 금융자산 변동성이 컸던 한 해였다. 2024년은 과연 어떤 변화가 기다리고 있으며, 기회를 찾을 수 있을까? 금리가 인하하는 국면에서 시차를 두고 자산 가격의 방향성은 차별화된 모습을 보일 것으로 예상된다.

글로벌 금융환경 - 변화의 중심은 미국

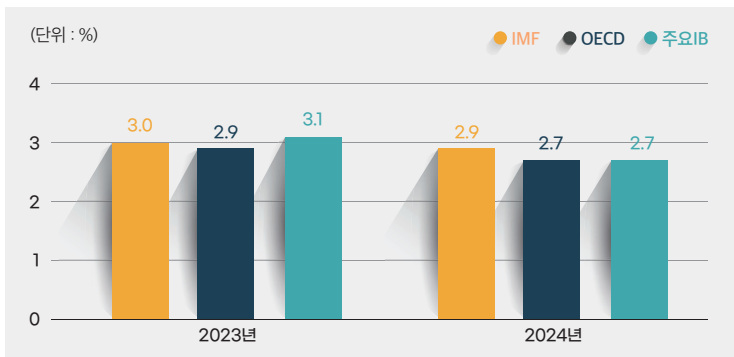
2024년 글로벌 경기 성장세는 둔화할 것으로 보이지만 상대적으로 경기 모멘텀이 양호한 미국 중심의 부문별 확장이 예상된다. 높아진 금리를 감당할 수 있는 고용과 가계 재무건전성이 견조하기 때문이다. 가계 부채 현황을 보면 기준 금리 인상 전의 모기지 고정금리

가 적용되는 비율이 85%를 차지한다. 인상 후 높은 금리로 차입한 비중이 낮고, 기업이 부담해야 하는 이자비용보다 현금 보유 비중이 많은 점 또한 주택시장과 부채 상황이 양호한 것으로 판단할 수 있다. 게다가 빅테크 시장지배력을 바탕으로 한 기업실적과 소비도 견조하다.

결국 높아진 금리에 적응한 국가와 기업 위주로 경기 확장이 가시화될 수 있다. 유럽과 아시아의 경우 자본시장은 미국 금리에 대한 민감도 영향이 클 수밖에 없고, 실물경제는 성장률이 낮고 부채도 많아 상대적으로 미국이 더 안정적일 것이다.

또한 '탈세계화' 흐름은 이미 거스를 수 없는 상황으로 원자재 자원을 보유하거나 지리적인 이점이 있는 국가들이 유리하다. 앞으로의 의사결정 기준은 공급망과 G2 패권 경쟁을 기반으로 자국의 정치적 이권을 우

표1 글로벌 성장률 전망



자료: 주요 IB, OECD, IMF

선순위로 둘 것이다. 이로 인해 부담하는 비용이 상승하더라도 각국의 주요 과제인 에너지 인프라, 안보의 중요도가 커지면서 재정지출은 확대될 수 있다.

다각화된 자산 배분 대응 (채권 ≥ 주식 > 대체)

기준금리 레벨이 높은 구간에서는 주식과 채권의 상관관계가 높기 때문에 같은 방향으로 움직여 자산 배분 효과가 크지 않게 된다. 그렇지만 성장률과 물가가 서서히 하락하는 여건에서 금리하락의 시그널이 나오면 전통자산인 주식과 채권에 분산 투자했을 때 양호한 수익률을 기대할 수 있다. 여기에 자산 배분 포트폴리오의 변동성을 줄이기 위한 목적으로 주식과의 낮은 상관관계를 보이는 대체자산인 금을 고려할 수 있다.

그렇다면 현재는 채권에 투자하기 적절한 시기일까? 12월 FOMC 회의 결과 연준은 통화정책 정상화 관점에서 금리 인하를 고려 중이다. 금리 인하폭에 대해 美 연준과 시장이 바라보는 시각에는 차이가 있다. 금리 인하 기대감을 빠르게 선반영하며 미국 10년물 국채금리는 4%를 하회하고 있다. 아직 연준의 목표 물가 달성에 시간이 걸리고, 재정건전성과 국채 발행 이슈 등을 감안할 때 장기금리 하락폭이 크지 않을 수 있어 주식에 비해 금리 변동성이 높을 수 있다. 그렇다면 단기적으로 안정적 이자수



익이 높은 단기채권이 더 나은 선택이 될 수 있다. 추가 금리 상승에 따른 리스크를 이자수익으로 상쇄할 수 있기 때문이다. 장기적 관점에서 금리가 인하하게 되면 장기채권으로 수익력을 강화할 수 있다. 주식은 어떨까? 높아진 할인율이 부담되는 주식은 긴축적 통화정책 영향이 적어지고 금리 인하에 대한 기대감이 반영되는 점, 탈세계화 구조 속 미국의 재정 부담을 고려하면 성장주 중심의 상승이 이어질 것으로 보인다. 그러나 M7(애플·MS·아마존·알파벳·엔비디아·테슬라·메타플랫폼스) 중에서도 견조한 이익 전망과 생성형 AI의 수익을 실현하는 기업에 대해 선별할 수 있는 안목이 필요하다. 투자가 지속될 수밖에 없는 산업인 반도체, 클라우드, 더 나아가 기술이 확장된 영역의 로봇 분야에서도 기회를 엿볼 수 있다. IRA 관련 자금 집행이 본격화되는 올해는 바이든 정부의 대선 불확실성이 높아지고 있어 트럼프 리스크 등을 고려해 보면 정책과 무관한 기업과 업종에서 안정적인 모멘텀을 찾아야 할 것이다. 글로벌 자금흐름을 보면 반도체 경기저점을 통과하며 반등하고 있는 한국과 대만 IT 부문, 글로벌 에너지와 안보 분야도 증시 자금이 꾸준히 유입되고 있다. 환율의 경우 견조한 성장세가 둔화되고 금리 인하 정책으로 전환되면 강세를 보였던 달러는 약세 여건이 형성될 수 있다. 하지만 제조업 활성화, 리쇼어링 등 자국 우호적인 정책으로 미국 내 투자가 증가 되고 경기 둔화폭이 크다면 강달러 기조가 유지될 수 있다. 고금리가 지속되는 가운데 성장은 귀할 수밖에 없다. 결국 투자자로서의 관심은 내가 투자하는 자산이 현재와 미래 상황에 적합한지 여부다. 용이 승천하려면 여의주가 필요하다. 새해 첫 달 해답이 될 수 있는 여의주를 많이 준비해보자. 🍀

세금

상속받은 농지를 양도하면 양도소득세는?

Am100 저문센터

SUMMARY

글

김지영 세무 전문위원



▶ 본인이 소유하고 있던 농지가 아닌 부모의 사망으로 인해 상속받은 농지에 대한 절세방법은 어떤 것이 있는지 잘 모르는 경우가 대부분이다. 조세특례제한법 및 조세특례제한법 시행령을 통해 상속 농지를 양도함에 따라 발생하는 양도소득세의 절세방법에 대해 알아보도록 한다.



서울에서 근무하고 있는 김농협씨는 시골에서 농사만 지으며 평생을 살아오신 부친의 사망으로 농지를 상속받게 되었다. 김농협씨는 농사를 지어본 적도 없고 농사를 지을 계획도 없기에 상속 농지를 적정가격에 매수하고자 하는 이가 나타나면 바로 양도할 생각이다. 한 지인으로부터 “직접 자경한 농지는 세액감면을 받을 수 있어 양도소득세 부담이 낮다.”라는 정보를 들은 김농협씨는 상속 농지를 직접 농사지은 후 양도해야 할지, 그냥 보유해야 할지 선택의 기로에 서게 된다.

‘어쩌다 상속’의 경우 세 부담은?

김농협씨와 같이 부모로부터 농지를 상속받은 경우 농사를 지어본 적 없는 사람도 농지를 팔아야 하는 일이 생길 수 있다. 취득가액은 상속 당시 농지의 개별공시지가로 평가되고 양도가액은 양도 당시의 시세로 된다면 이에 따른 양도차익이 상당하기에 양도소득세 부담이 커질 수밖에 없다. 이러한 세 부담을 절감하기 위해 농지에 대한 양도소득세 감면 규정을 확인하여 김농협씨의 선택에 어떠한 영향을 끼칠지 살펴보도록 한다.

상속받은 농지를 양도하는 경우 먼저 조세특례제한법 제69조 및 제133조의 ‘자경 농지에 대한 양도소득세의 감면대상 규정’을 확인해야 한다. 농지소재지에 거주하는 거주자가 8년 이상 직접 경작한 농지의 양도로 인하여 발생하는 소득에 대

해서는 양도소득세의 100분의 100에 상당하는 세액을 감면한다. 단, 감면받을 양도소득세액의 합계액은 과세 기간별 1억원, 5개 과세기간 2억원을 한도로 한다.

이때 농지는 양도일 현재의 농지를 기준으로 하며, 지적공부상의 지목에 관계없이 실제 경작에 사용되는 농지여야 한다. 양도일 현재 특별시·광역시 또는 시에 있는 농지 중 주거지역·상업지역 및 공업지역 안에 있는 농지로서 이들 지역에 편입된 날로부터 3년이 지난 농지는 양도소득세 감면 혜택을 받을 수 없다.

양도소득세 감면 위해선

‘꼼꼼한 확인’ 필요

김농협씨처럼 부친이 8년 이상 농지 소재지에 거주하면서 직접 경작한 농지를 상속받아 양도하는 경우 양도소득세 감면을 받을 수 있을까?

조세특례제한법시행령 제66조에 따르면 상속인은 상속받은 날(상속

개시일) 부터 3년이 되는 날까지 상속 농지를 양도하는 경우 피상속인이 경작한 기간을 상속인의 경작 기간으로 보아 자경 농지에 대한 양도소득세 감면 혜택을 받을 수 있다.

상속받은 날부터 3년이 경과하여 상속 농지를 양도하는 경우에는 상속인이 1년 이상 계속하여 경작한 후 양도해야만 감면 혜택을 받을 수 있다. 여기서 ‘1년 이상 계속하여 경작’이란 농지가 소재하는 시·군·구 안의 지역, 그와 연결한 시·군·구 안의 지역 또는 상속 농지로부터 직선거리 30킬로미터 이내의 지역에 거주하면서 상속 농지에서 농작물의 경작에 상시 종사하거나 농작업의 2분의 1이상을 자기의 노동력에 의하여 경작 또는 재배하는 것을 말한다. 단, 사업소득 총수입금액이 복식부기 의무자 수입금액 기준 이상(표)이거나 사업 소득금액과 총급여액의 합계액이 3천700만원 이상인 과세기간이 있는 경우 그 기간은 경작한 기간에서 제외하며, 사업소득에는 농업·임업에서 발생하는 소득, 부동산임대업에서 발생하는 소득, 농가부업소득은 제외한다.

표 업종별 복식부기 의무자 수입금액

업종별	복식부기 의무자
농업·임업 및 어업, 광업, 도매 및 소매업(상품중개업 제외), 부동산매매업, 아래에 해당하지 아니하는 사업	3억원 이상
제조업, 숙박 및 음식점업, 금융 및 보험업, 상품중개업 등	1.5억원 이상
부동산임대업, 부동산업(부동산매매업 제외), 전문·과학기술 서비스업, 교육 서비스업, 예술·스포츠 및 여가관련 서비스업, 기타 개인 서비스업	7500만원 이상

출처: 소득세법 시행령 제208조 5항 2호

농사 계획 없다면 ‘3년’ 내로 결정해야

농지를 상속받은 후 농사를 지을 계획이 없다면 상속받은 날(상속개시일)로부터 3년 이내에 양도하는 것이 양도소득세 절감 측면에서는 가장 유리할 것으로 보인다. 상속받은 날(상속개시일)로부터 3년 이내에 양도하는 경우에 한하여 상속인이 직접 경작하지 않아도 자경농지 세액감면을 받을 수 있기 때문이다.

상속받은 농지를 양도할 계획이라면, 양도 시기에 따라 납부세액이 달라질 수 있으므로 전문가의 도움을 받아 정확한 세무 상담을 받고 의사 결정하는 것을 권한다. 



2024 갑진년, 변경되는 부동산 제도 총정리

Amoo 저문센터

SUMMARY

글
조수지 부동산 전문위원

▶ 올해 바뀌는 부동산 제도를 살펴보고 부동산 자산관리 계획에 적극 활용해 보자.

1. 저출산 극복을 위한 신생아 특례 대출
2. 자산형성과 주거안정을 돕는 청년 주택드림 청년통장
3. 재정비 사업에 속도를 높일 재건축 초과이익 환수제 개정안

매년 세제, 금융, 청약 등 부동산 관련 제도들이 새롭게 도입된다. 2024년에는 입주권 및 분양권 양도세가 일반과세로 부과되고, 청약 시 다자녀 기준이 확대되는 등 관련 제도가 완화될 것으로 보인다. 이 중에서도 현재 가장 주목받는 제도 3가지를 함께 살펴보자.

표1 2024년 변경되는 부동산 제도

구분	시행시기(예정)	2024년 변경되는 부동산 제도
세금	미정	혼인, 출산 증여재산 최대 1억원 공제 신설
	1월	장기 주택저당 차입금 이자상환액 소득 공제 확대
		주택청약종합저축 소득공제 한도 상향
금융	1월	신생아 특례 구입 / 전세자금 대출 출시
		특례보증자리론(우대형) 중단
청약	미정	무주택으로 간주되는 소형 주택 및 공시가격 기준 확대
	지역별 상이	다자녀 가구 기준 3명에서 2명으로 완화
	1월 / 12월	청년 주택드림 통장 및 청년 주택드림 대출상품 출시
		신혼특공 맞벌이 소득기준 완화 및 공공주택 특별공급 추첨제 신설
제도	미정	재건축 초과이익 기준 8천만 원으로 상향
	~'24. 05월	주택 임대차 신고제 계도기간 '24. 05월까지 연장

신생아 특례 자금 대출… 출산을 제고 도모

첫 번째는 '신생아 특례 구입·전세자금 대출'이다. 2024년 1월부터 시행되는 이 정책은 사회적 문제로 떠오르는 저출산 문제와 주거 안정을 위한 방안 중 하나로 정부는 신생아 특례 구입 및 전세자금 대출 상품을 발표했다. 해당 정책금융상품은 특례보증자리론과(우대형)의 최저 기본금리인 4.5%보다 2.9%p 낮은 1.6%의 저렴한 금리가 적용되며 DSR 규제는 적용되지 않을 예정이다. 해당 정책금융상품을 통해 출산을 장려하고 주거 불안 문제를 완화할 방침으로 풀이된다.

청년의 '내 집 마련' 꿈 실현

올해 2월부터는 '청년 주택드림 청약통장'이 신설된다. 해당 상품은 청년층을 대상으로 '상향된 우대금리'와

‘2%대 저금리 주택담보대출’ 혜택을 부여한다. 기존 청년 우대형 청약통장을 개편하여 가입 요건은 완화되고 이자율은 최대 4.5%까지 상향된다. 해당 청약통장을 통해 분양받을 시 청년 주택드림 대출을 2.2% 저금리로 최장 40년까지 이용할 수 있다. 또한, 결혼·출산·다자녀 등 생애주기별 추가 금리인하 혜택도 지원한다.

청년 우대형 주택청약 종합저축 가입자는 개편되는 청약통장 출시일에 자동 전환되며, 기존 가입 기간과 납입 횟수 모두 인정된다. 이번 청년 우대형 주택통장 개편을 통해 청년층의 주거 마련과 자산 형성의 기회를 동시에 제공할 것으로 기대된다.

재건축 초과이익 환수제 완화 개정안(시행일 미정)

재건축 초과이익 환수제 완화 법안이 국회 국토교통부 위원회 국토법안소위원회(국회소위)를 통과해 내년 초 시행을 목표로 하고 있다. 이번 개정안을 통해 부담금을 부과하는 초과이익 기준은 3천만 원에서 8천만 원으로 상향되고 부과 구간은 2천만 원에서 5천만 원으로 확대될 예정이다. 아래 표3과 같이 부담금은 초과이익 금액구간에 따른 부과율이 적용되며 부담금 부과 개시 시점은 조합설립추진 위원회 단계에서 조합설립인가 단계로 늦어진다.

또한, 장기 보유자에 대한 혜택도 확대된다. 집주인이 재건축 아파트를

보유한 기간에 따라 부담금은 최소 10%에서 최대 70%까지 감면된다. 법 개정으로 초과이익 환수금액이 줄어들면 재건축사업의 진행 속도를 높여 주택공급에도 큰 영향을 끼칠 것으로 예상된다.

표2 산생아 특례 구입 / 전세자금 대출 조건

구분	주택 구입자금 대출	전세자금 대출
대상	대출신청일 기준 2년 내 출산한 무주택 가구(23년 출생아부터 적용)	
소득	1.3억 원 이하	
자산	5.6억 원 이하	3.61억 원 이하
대상 주택	9억 원 이하	(수도권) 5억 원 이하 (지방) 4억 원 이하
대출 한도	5억 원	3억 원
소득별 금리	(8.5천 이하) 1.6~2.7%	(7.5천 이하) 1.1~2.3%
	(8.5천~1.3억) 2.7~3.3%	(7.5천~1.3억) 2.3~3.0%

표3 청년 주거마련 지원 방안 3단계

①청년 주택드림 통장	②청년 주택드림 대출	③생애주기별 추가지원 (금리 인하)
· 소득 연 5,000만 원 · 이자율 4.5% · 납입한도 월 100만 원	· 분양가 80% · 금리 최저 2.2% · 최장 40년 만기	· 결혼 0.1%p · 출산 0.5%p · 다자녀 0.2%p * 금리 하한선은 연 1.5%

표4 초과이익 환수제 부담금 부과기준

초과이익	부담금
8천만원~1억3천만원	10%
1억3천만원~1억8천만원	20%
1억8천만원~2억3천만원	30%
2억3천만원~2억8천만원	40%
2억8천만원 초과	50%

위 시행 예정인 부동산 정책의 일부 내용은 변경될 수 있지만, 올해 도입되는 제도들을 관심있게 지켜보면서 확실한 주택 시장에서 내 집 마련과 성공적인 투자 등 각자의 목표를 달성하기 위해 바뀌는 제도들을 적극 활용해보자. 🏠

은퇴를 묻고 연금으로 답하다

Am100 저문센터

SUMMARY

글
김훈식 은퇴설계전문위원



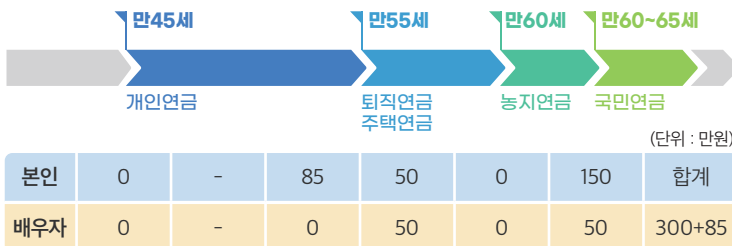
- ▶ 은퇴 후 가장 먼저 해야 할 것은 '연금 정리하기'다. 국민연금은 조기노령연금 수령 시 연금액 축소, 건강보험료 인상 등을 검토해야 한다. 퇴직연금은 연금수령한도 이용으로 세금을 절약할 수 있다. 주택연금은 공시가격이 9억에서 12억 상향돼 부족한 연금의 대안이 될 수 있다.

은퇴, '행복한 시작' 맞이하려면

은퇴를 앞둔 이들은 각자가 처한 상황에 따라 은퇴를 맞이하는 자세가 '설렘' 혹은 '초조함'으로 나뉜다. 공통점은 은퇴자들 모두 사망 시까지 안정적인 생활비를 유지하는 것이 목표라는 점이다. 행복한 은퇴 생활을 위해선 본인의 현재 상황을 객관화·수치화하고 연금 자산을 점검하는 것이 매우 중요하다.

특히 연금마다 연령기준·수급요건·청구 방법이 상이하므로 다양한 연금에 대해 정리 해본다.

표1 은퇴 후 예상 연금흐름표 예시



연금종류	최초수령기간연령	총금액(연령)	매월수령액(기간)
국민연금	만61~65세	상이	188,000 ~ 2,460,000(종신)
퇴직연금	만55세	3억원 기준	850,000(30년)
개인연금	상품별 상이 통상 45세	-	-
주택연금	연소자 기준(가입은 55세)	5억원(55세)	1,023,000(종신형)

평생 받는 국민연금...

수령 조건 따져야

국민연금이란 연금 가입자의 출생 연도에 따라 60세부터 65세 사이에 지급개시 되는 급여로, 평생 매월 지급받을 수 있다. 국민연금은 공적 연금으로 연금 수령시 노령연금이 라 부른다.

국민연금은 수급권 발생일로부터 5년 안에 청구하지 않으면 소멸시효가 완성되어 지급이 불가능하게 된다. 또 개인의 상황에 따라 지급개시 연령에서 5년 조기 수령 및 5년 연기 수령이 가능하다.

최근 적립 기금의 조기 소진으로 노령연금 조기 수령을 요청하는 사람이 많은데, 조기 수령 시 매년 6% 연금 감액으로 최장 5년을 당겨 받으면 연금이 30% 감액된다. 또한 건강보험료 소득 산정 시 연금액 50%가 추가 소득이 되므로 조기 수령은 충

분한 검토가 필요하다.

퇴직연금 잘 활용하면 ‘세금 감면’ 효과

퇴직연금은 근로자 퇴직 시 연금 또는 일시금으로 받는 기업복지 제도로, 일시금으로 수령할 때보다 연금으로 수령할 때 30%, 11년 차부터는 40% 절세 혜택이 있다. 은퇴 후 목돈이 필요한 경우라면 연금 수령한도를 이용하여 세금을 절약하는 것도 가능하다. 은퇴 후 노령연금까지 소득 공백을 막기 위해선 ‘은퇴부터 노령연금 수령 전’까지 필요한 연금액을 설정하고, 이후는 기타 연금과 합산하여 연금액을 계산하면 된다. 퇴직연금을 재원으로 한 연금소득은 1200만원을 초과해도 종합과세와 분리과세 중 납세자에게 유리한 방법으로 선택할 수 있다.



표2 퇴직금 연간 연금 수령한도 계산식

$$\text{연간 연금 수령 한도} = \frac{\text{과세기간 개시일 현재 연금계좌의 평가액}}{(11 - \text{연금 수령 연차})} \times 120\%$$

* 연금 수령 연차 : 최초로 연금수령가능 연차를 1로 함(만55세 1년/56세 2년……/65세 11년)
(단, 2013. 03. 01. 이전 가입한 연금계좌는 “6”으로 함)

집 담보로 한 주택연금… 장단점 따져야

주택연금은 집을 소유한 55세 이상 국민이 집을 담보로 내 집에 살면서 매달 연금을 받도록 한 상품으로, 한국주택금융공사가 보증한다. 연금액은 부부 중 연소자 기준으로 책정되고 2023년 10월 기준으로 공시가격이 9억 이하에서 12억 이하로 상향 조정되어 보다 많은 국민이 혜택을 누릴 수 있다.

장점은 주택가격이 하락하거나 배우자가 사망해도 동일한 연금 수령이 가능하다는 것이다. 부부가 둘 다 사망한 후에는 주택을 처분해 정산하면 되고, 연금 수령액 등이 집값을 초과하여도 상속인에게 청구하지 않는다. 만약 집값이 남으면 상속인에게 지급하는 것도 이점이다. 단점으로는 가입 시 한국주택금융공사에 초기 보증료(주택가격의 1.5%)를 납입해야 하고, 중간에 주택연금을 해지하면 돌려받을 수 없다는 것이다. 단, 3년 내로 해지할 경우엔 일부를 지급받을 수 있다. 주택연금을 많이 받기 위한 팁으로는 ‘주택 가격이 조금이라도 높을 때 가입하는 것’이다. 부족한 연금을 메우기 위한 매력적인 대안이지만 장단점을 충분히 따져 봐야 한다. 🏠

표3 주택연금 월지급금 예시

연령	주택가격											
	1억원	2억원	3억원	4억원	5억원	6억원	7억원	8억원	9억원	10억원	11억원	12억원
50세	112	225	338	451	564	677	790	903	1,016	1,129	1,242	1,355
55세	151	302	453	604	756	907	1,058	1,209	1,360	1,512	1,663	1,814
60세	204	409	614	819	1,023	1,228	1,433	1,638	1,843	2,047	2,252	2,457
65세	246	492	739	985	1,232	1,478	1,724	1,971	2,217	2,464	2,710	2,957
70세	300	601	901	1,202	1,503	1,803	2,104	2,405	2,705	3,006	3,307	3,615
75세	373	746	1,120	1,493	1,867	2,240	2,613	2,987	3,360	3,733	4,106	4,479
80세	476	951	1,427	1,903	2,379	2,855	3,331	3,807	4,283	4,759	5,235	5,711

• 예시 : 70세(부부 중 연소자 기준), 3억원 주택 기준으로 매월 90만 1천원을 수령합니다.

출처 : 한국주택금융공사

실제 사례에서 볼 수 있는 성공적인 시니어 취업의 비결

직장 생활을 하다 은퇴한 개인이 다시 구직 시장에 뛰어들 때, 혼자 하기 보다는 정부에서 운영하는 다양한 기관들의 도움을 받는 것이 좀 더 양질의 직업을 구하기 쉽다. 도움을 통해 적성에도 맞고 '워라밸'까지 챙길 수 있는 일자리를 찾아보자.

글 김슬기 서울시어르신취업지원센터 대리

시니어 취업, 구직 활동에 뛰어들고자 하면 막막한 마음이 드는 것이 사실이다. 그러나 적절한 조력을 받으면 다양한 선택지를 안에서 직접 해당 직업을 경험해보며 취업에 도전할 수 있는 좋은 기회가 있다. 고용노동부를 포함해 각 지방자치단체에서 운영 중인 취업지원센터를 방문하면 생각지 못한 기회를 '발굴'할 수 있다. 시니어 취업에 성공한 실제 사례와 함께 이를 알아본다.

본인의 평소 성향을 고려해 선택해야

'제2의 삶'을 위한 새로운 직업을 정하는 가장 명쾌한 방법 중 하나는 평소 좋아하던 일에서 시작하는 것이다. 고용노동부 중장년내일센터와 서울시어르신취업센터에서는 개인별로 분석을 통해 적성을 파악하고, 재취업을 위한 자격증 안내 등을 종합적으로 돕는다. 특히 고용노동부 중장년내일센터는 곧 퇴직을 앞둔 이들도 도움을 받을 수 있다. 서울 송파구의 손○○씨(62)가 그 사례다. 손 씨는 평소 사람들의 이야기를 경청하는 것을 좋아하는 본인의 성향을 잘 알고 있는 만큼, 서울시어르신취업센터의 도움을 받아 은퇴 전부터 상담심리학사 학위와 직업상담사 2급 자격증 등 관련 자격증을 미리 취득했다. 자격증을 취





특하니 활동 범위가 넓어지게 된 손 씨는 적성에 맞는 직업 선택에 만족감을 느끼고 있다. 본인과 같은 처지의 시니어에게 상담과 도움을 줄 수 있는 ‘동년배상담가’가 된 것이다. 손 씨는 여기에서 나아가 취업준비교육 강사들과 협동조합을 만들고, 상담카페 창업까지 준비하고 있다. 손 씨는 “제가 도움을 받아 시니어 취업에 성공한 것처럼, 다른 이들에게 도움을 주고 싶다”며 “적성에 맞는 일을 찾는 것 같아 뿌듯하다”고 말했다.

구직 상담부터 전문가의 도움 받으세요

사무직을 은퇴한 경우, 수십 년을 안정적으로 일했지만 전문성을 요하는 기술을 가지지는 않은 탓에 재취업에 어려움을 겪는 경우가 많다. 우수한 인력임에도 사무직을 은퇴한 분들은 당장 어디를 찾아가야 구직 상담을 받을 수 있는지도 모르는 경우도 상당수다.

이같은 이들을 위해 서울시어르신취업센터에서는 전문적인 직업상담사가 구직자 개개인의 성향을 고려해 직업을 알선해준다. 방금 전 취업에 뛰어든 개인은 찾기 힘든 곳곳에 숨어있는 일자리를 적성에 맞게 추천해주기 때문에 개인이 직접 구직 활동을 할 때보다 훨씬 더 적은 노력으로 양질의 직업을 찾을 수 있다.

실제 사무직으로 일하다 은퇴한 서울 동대문구의 이○○(61)씨는 집 근처의 서울시어르신취업지원센터를 방문해 건물관리소장으로 재취업에 성공했다. 이 씨는 “어딜 가

서 도움을 요청해야 하나 막막했는데, 직장에서 제가 했던 일들의 성향을 파악한 후 추천해 준 직군으로 바로 재취업까지 할 수 있어 좋았다”며 “센터를 찾기 전에는 경비원으로 여기저기 이력서를 넣었었는데 건물관리소장으로 취업하게 되니 매우 만족스럽다”고 밝혔다.

직접 현장 실습 후 결정할 수도

시니어 취업이라고 해서 반드시 많은 조건을 포기하고 취직해야 하는 것은 아니다. 고용노동부를 포함해 각 지방자치단체의 취업지원센터에서 운영하는 재교육과정을 잘 이용하면 미리 직업 체험을 통해 본인에게 적성에 맞는지를 확인할 수 있으며 단순히 소득을 위한 재취업이 아니라 자기효능감을 극대화할 수 있는 직업을 가질 수도 있다.

서울 광진구의 현○○(63)씨는 ‘병원동행매니저’ 재교육과정 수강을 통해 적성에 맞는 직업을 찾은 케이스다. 백화점 판매원으로 일했던 현 씨는 사람을 좋아하는 성격이기에 누군가를 돌보는 직업을 가지면 좋겠다고 생각한 터였다. 현 씨가 수강한 재교육 과정을 통해서서는 이론 교육뿐만 아니라 현장 실습까지 참여할 수 있어, 이를 통해 미래에 가질 직업을 짧게나마 직접 체험해 볼 수 있었다.

현 씨는 “병원동행매니저로 일하면 혼자 병원을 이용하기 어려운 사람들, 그중에서도 어르신들을 가장 많이 만나게 되는데 그분들을 도와드린다는 의미에서 매우 뿌듯하다”며 “제가 좋아하는 일을 하면서 돈도 벌 수 있어 그 어느 때보다 자기 만족감이 크다”고 밝혔다.☺



중요한 것은 비율보다 균형 균형과 조화가 진짜 ‘미인’ 만든다



‘아름다운 얼굴’이란 무엇일까? 우리는 미인 혹은 미남을 이야기 할 때 얼굴의 ‘황금비율’을 따진다. 그러나 이 비율만 일치하면 무조건 아름다운 얼굴이 될까? 가장 중요한 것은 이목구비와 얼굴형이 조화롭게 이루어지는 것이다.

글 안태주 수아이 성형외과 원장

사람들이 ‘미인’, ‘미남’을 정의할 때 흔히 ‘비율’을 기준으로 삼곤 한다. 여기서 말하는 ‘비율’이란, 인간이 아름답다고 생각하는 얼굴을 분석해 눈에서 눈 사이의 간격, 코가 얼굴에서 차지하는 비율의 평균을 따진 것이다. 하지만 비율보다 중요한 것은 얼굴의 특징을 파악하는 것이다. 그리고 균형과 조화가 우선시 돼야 천편일률적인 ‘강남미인’에서 벗어날 수 있다.

내 얼굴은 북방계일까, 남방계일까?

우선 본인의 얼굴이 ‘북방계’인지 ‘남방계’인지 따져보는 것이 중요하다. 우리나라에서 남방계는 동남아를 통해 한반도로 유입된 이들이 조상이며, 북방계는 중앙아시아와 시베리아를 거쳐 한반도에 유입된 사람들이 조상이다. 생김새가 뚜렷하게 다른 특징을 보이기 때문에 외모만으로 대략적인 추측이 가능하다.

북방계의 특징은 눈이 가늘고 코가 길며 입술이 얇다는 것이다. 추운 지방에서 눈이나 얼음에 의한 빛의 반사를 막고 눈이 건조해지는 것을 방지하기 위해 눈이 가늘어진 것으로 추정된다. 긴 코는 찬 공기를 보다 효과적으로 데워줄 수 있다. 체온 유지를 위해 입술은 얇고 차갑게 언 고기를 먹기 위해 치아와 턱이 발달했다. 반대로 남방계는 크고 쌍꺼풀이 있는 눈, 길은 눈썹, 두툼한 콧방울과 입술, 짧은 얼굴이 특징이다.

얼굴의 황금비율을 찾아보자

얼굴의 폭을 5등분 했을 때 대략적으로 눈의 폭이 2/5 지점과 4/5 지점에 들어가면 황금비율이다(그림1). 얼굴의 폭까지 생각하지 않고 눈만 보더라도 눈의 폭과 미간 사이의 거리가 비슷한 것이 좋다. 물론 이는 서양인 기준으로, 동양인은 이보다 미간이 좀 더 넓은 것이 자연스럽다.

얼굴 세로의 길이를 따질 때 기본적으로 상안면, 중안면, 하안면이 1:1:1이 되는 것이 자연스러운데, 하안면은 상안면과 중안면에 비해 약간 작은 것이 더 좋다고 보기도 하여 1:1:0.9의 비율이 좀 더 아름다운 인상을 주기도 한다. 입술은 아랫입술이 윗입술보다 1.7~2배 정도 두꺼운 것이

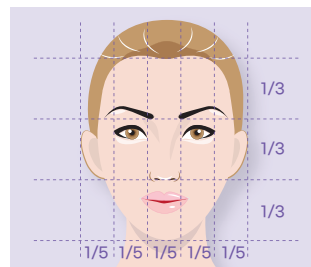


그림 1. 일반적으로 알려진 황금비율

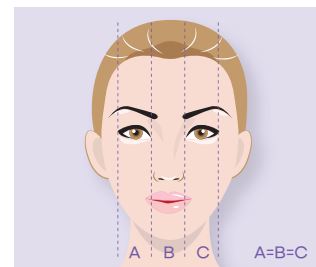


그림 2. 다빈치의 황금비율처럼 눈의 폭과 눈 사이의 폭이 같으면 보기 좋다.

좋다. 참고로 관상에서는 입술의 색깔이 붉어야 귀하다고 여겼다. 입술은 심장의 끝으로, 입술 색이 심장의 피를 나타낸다고 보았기 때문이다.

예쁜 코의 비율이 있을까?

코를 볼 때 이상적인 정면 비율은 그림2와 같다. 눈썹에서 코끝까지의 길이는 얼굴 길이의 약 1/3, 미간사이의 거리와 콧방울 사이의 거리는 비슷해야 좋다. 서양인에게는 눈썹 높이 혹은 쌍꺼풀의 높이에서 시작하는 코가 잘 어울리는 반면 동양인은 눈동자의 중간 정도에서 시작하는 것이 아름답다. 무엇보다 코 하나만의 모양보다는 얼굴 전체와 조화를 이루어야 한다. 즉, 중요한 것은 비율보다 조화와 균형이다. 북방계 얼굴은 상대적으로 콧대가 높아도 잘 어울린다. 반대로 얼굴이 둥글고 귀여운 이미지의 남방계 얼굴은 코가 짧아야 하고, 콧대가 높지 않아야 하므로 코 끝 모양이 전체적인 코 모양을 결정하는 경우가 많다. 예를 들어 얼굴이 둥글고 귀여운 이미지의 남방계 얼굴에 필러나 수술로 긴 코를 만든다면 보기 싫은 모습이 된다.

원래 가진 얼굴과의 조화가 중요

사람들이 말하는 ‘미인’의 얼굴이 왜 점점 비슷해질까? 눈의 크기, 코의 각도, 턱의 비율 등 일반화된 미인의 공식에 집착하기 때문이다. 하지만 이는 자신의 타고난 매력까지 떨어트려 시간이 지날수록 수술 후 만족도가 떨어질 수 있다. 중요한 것은 원래 자신이 가진 ‘얼굴과의 조화’이다. 성형수술의 성공 여부는 수술 후 얼굴의 특징과 매력을 최대한 자연스럽게 조화시키는 데 있다고 해도 과언은 아닐 것이다.📌

22



우려하는 사람들이 있다. 그러나 치간칫솔을 제대로 사용하면 그렇게 되진 않는다. 치간칫솔 사용이 잇몸이나 주변 조직에 손상을 주지 않는다는 여러 연구 결과도 있다. 단, 너무 강한 힘으로 사용하거나 들어가지 않는 부위에 억지로 넣을 경우 잇몸에 상처가 나거나 잇몸이 내려갈 수 있다.

치간칫솔이 잇몸을 상하게 하는 것으로 오해하는 사람들의 상당 수는 잇몸이 부어 있는 상태에서 치간칫솔을 사용해 출혈이 발생한 경험이 있을 가능성이 크다. 하지만 이런 경우에도 오히려 치간칫솔로 지속적으로 관리해주면 출혈이 줄어들고 잇몸이 가라앉는다. 한편 임플란트 주변에도 꼭 치간칫솔을 사용해야 한다.

스케일링과 구강 세정기 등으로 꾸준히 관리

치과에서 정기적으로 스케일링을 받는 것도 중요하다. 스케일링을 하고 나면 “잇몸이 벌어져요”, “이가 패어 나가는 것 같아요” 라고 호소하는 이들이 있다. 스케일링 후에 잇몸이 벌어지는 것은 잇몸 조직의 염증이 감소하는 것을 의미한다. 부어 있던 잇몸이 가라앉는 것이다. 잇몸 뼈의 지지가 충분하다면 치아 사이간격은 필요 이상으로 넓어지

지 않는다. 단, 잇몸이 나빠져 오랫동안 치아 뿌리가 노출된 치아의 경우엔 스케일링 시 손상될 가능성도 있다. 이런 치아는 뿌리를 감싸고 있는 일부 조직(백악질)이 외부의 지속적인 자극에 의해 얇아질 수 있기 때문이다. 수압을 이용하는 구강 세정기도 도움이 된다. 구강 세정기는 접근이 어려운 부위의 치아 뿌리 사이나 보철물, 교정장치 주변에 특히 효율적이며, 염증이나 출혈을 줄여주는 효과도 있다. 잇몸마사지를 꾸준히 하는 사람들도 많다. 하지만 잇몸마사지가 잇몸 건강에 도움을 준다는 근거는 없다. 칫솔 등을 이용한 잇몸마사지는 잇몸 조직을 두껍게 해주는 하지만 잇몸 건강과 직접적으로 연결되지는 않는다고 한다. 흔히 사용하는 가글액(구강청정제)은 항균 효과가 있어 권장할만하다. 미국치과의사협회에서는 가글의 종류로 클로르헥시딘 가글과 에센셜오일 가글을 정해놓고 있다. 두 종류 모두 잇몸 수술이나 임플란트 수술 후에 사용할 경우 효과가 있으며, 수개월 사용 시 세균막의 양을 줄여주고 치은염(잇몸 뼈가 소실되는 수준이 아닌, 잇몸에만 생기는 가벼운 염증)을 완화해준다. 단, 클로르헥시딘은 장기간 사용 시 치아 착색이나 미각의 변화를 일으킬 수 있어 주의해야 한다.🔊



금융당국의 '공매도'

최근 금융당국은 '공매도'를
금지하는 조치를 취했습니다.
뉴스를 통해 '공매도'라는 단어는
많이 들어보셨을 텐데요. 도대체 '공매도'가
무엇이길래 이렇게 논쟁이 되는 걸까요?
그 정확한 개념과 사안들을
자세히 살펴봅니다.



논란의 공매도, 도대체 무엇일까?

지난해 11월, 주식 시장이 쉬는 일요일 저녁에 금융당국이 깜짝 발표를 했습니다. 2024년 상반기까지 공매도를 전면 금지하겠다고 발표한 것입니다. 다음 날 아침 다시 열린 주식 시장은 잔칫집 분위기였습니다. 코스피 지수는 하루 만에 5.66%가 올랐고 코스닥 지수는 7.34%나 급등했습니다. 물론 또 하루 만에 다시 제자리로 내려갔지만요.

우리나라는 2008년 금융 위기, 2011년 유럽 재정 위기, 2020년 코로나 사태 등 경제에 경고등이 들어올 때마다 공매도가 한시적으로 전면 금지되었습니다. 공매도는 주식 시장이 위험해 보일 때면 금지되어서 논란이고, 시장이 안정을 되찾아 재개되어도 논란입니다. 공매도가 뭐길래 그럴까요?

공매도의 빛과 그림자

주식에도 신용거래가 있습니다. 주식 매입을 목적으로 돈을 빌리기도 하고, 아예 주식을

빌려다 거래하기도 합니다. 주식 살 돈을 빌릴 때는 주가가 올라야 이익이 납니다. 빌린 돈으로 싸게 주식을 사서, 주가가 오른 뒤 팔면 시세 차익이 남죠. 반대로 주식을 빌리는 경우에는 주가가 내려야 이득입니다. 증권사를 통해 주식을 빌리고, 빌린 주식을 먼저 파는 방식인데요. 상대적으로 비싼 값에 주식을 팔아 돈을 챙기고, 나중에 더 싼값에 주식을 다시 사서 갚으면 되니까요. 이런 거래법을 ‘공매도’라고 합니다.

공매도(空賣渡)를 말뜻 그대로 풀면 주식이 없는 채로 파는 겁니다. 일단 지금 시세에 팔겠다고 하고, 주식은 며칠 뒤까지 구해 넘겨주겠다고 계약을 하는 거죠. 외상으로 주식을 판다고 생각하면 좀 쉬울까요? 주식을 빌려서 팔아버리고, 나중에 같은 주식을 사서 돌려주는 겁니다.

이제 왜 공매도로 이득을 보려면 앞으로 주가가 내려갈 것 같은 종목을 목표로 해야 하는지 이해가 되시나요? 그래야 주식을 빌릴



* 헤지펀드

소수의 투자자로부터 자금을 모집해 운영하는 사모펀드의 일종

* 테슬라

미국에 위치한 세계 최대의 전기자동차 업체

때보다 싼값에 다시 사서 값을 수가 있으니
 까요. 그 차익이 공매도를 하는 이유입니다.
 그래서 주로 주가가 갑자기 많이 오른 종목,
 기업의 실제 가치에 비해 주가가 지나치게
 높다는 이야기가 나오는 종목에 공매도 투자
 가 몰립니다. 한편으로는 공매도가 급증했다
 는 사실이 투자를 꺼리게 만들고 주가를 끌
 어내리기도 합니다. 이 때문에 시장 전체로
 보면 공매도가 주가의 거품을 빼고 주가 변
 동성을 줄이는 순기능을 한다는 주장도 있습
 니다.
 가격이 내릴 것 같은 종목을 찾아 공매도 투
 자만 전문적으로 하는 헤지펀드도 있습니다.
 ‘힌텐버그리서치’가 대표적이죠. 회계 부정
 이나 사기, 비윤리적인 사업, 경영진 비위 등
 을 파헤쳐서 공개하고 공매도로 수익을 내는

곳입니다. 이 헤지펀드의 이름 ‘힌텐버그’는
 1937년 독일에서 출발해 미국에서 추락해버
 린 비행선의 이름에서 따왔습니다. 원래 비
 행선에는 불이 잘 붙지 않는 헬륨을 채워 넣
 어야 하는데, 구하기 쉬운 수소로 채우는 바
 람에 폭발 사고가 일어났고, 35명이 사망하
 는 참사를 불러왔습니다. 힌텐버그 참사 같
 은 일이 시장에서 일어나 피해자를 양산하기
 전에 문제를 찾아내겠다는 것이 이 회사가 공
 매도 보고서를 내는 명분입니다.
 반면 공매도를 정말 싫어하는 사람들도 있
 습니다. 테슬라 최고경영자(CEO) 일론 머스
 크는 공매도라면 이를 갈기로 유명합니다.
 2018년 무렵 테슬라는 공매도 세력의 관심을
 한몸에 받고 있었습니다. 창립 이래 15년 동
 안 단 한 해도 이익을 내지 못하고 현금만 떨어

2023년 11월 5일 공매도 전면금지를 발표하는 금융당국 기자회견 모습



©금융위원회

어저가는 상황에서, 기대를 모아온 보급형 전 기차 ‘모델3’ 생산이 지연되는 위기에 처했습니다. 당연히 테슬라의 미래를 어둡게 보는 투자자가 늘었고, 테슬라에 대한 공매도 투자가 급증했습니다. 머스크는 트위터에 공매도 세력을 비난하는 글을 올려냈습니다. 머스크 입장에서는 공매도가 주가 하락을 부추기고 회사를 위태롭게 하는 것으로 보였을 테니까요. 이후 테슬라 주가가 눈부시게 날아오른 2020년, 머스크는 자사 온라인 쇼핑몰에 짧은 반바지를 출시했습니다. 공매도를 영어로 숏셀링(short selling)이라고 부르는데, 오랫동안 테슬라를 저평가해온 공매도 세력을 조롱하는 의미로 ‘테슬라 숏 팬츠’를 만든 것입니다.

엇갈리는 ‘공매도’에 대한 평가

회사 경영진이나 회사의 미래를 보고 투자한 개인 투자자들도 공매도를 싫어합니다. 자금력 있는 기관 투자자가 대규모로 공매도를 해서 주가를 끌어내린다고 의심하죠. 가만히 두면 주가가 내릴 이유가 없던 멀쩡한 회사 주식도 매도 물량이 대량으로 쏟아지면 그것만으로 시세 하락을 유도하고, 공매도 투자자만 이득을 챙긴다는 주장입니다. 한마디로 시세 하락을 내다보고 선견지명으로 하는 투자가 아니라, 시세 하락을 ‘만들어낼 수 있어서’ 하는 투자 아니냐는 것이죠.

금융당국 입장에서는 시장이 과열됐을 때 공매도가 가격 거품을 제거하는 역할을 하는 것도 있지만, 경제 위기나 경기 침체로 주식 시장이 좋지 않을 때는 공매도가 몰려서 증시가 폭락하는 일이 벌어질까 걱정입니다. 팬데믹 기간 중 ‘동학개미운동’으로 주식 투자를 하는 국민이 늘어서 “공매도 제도가 기관과 외



국인에게 더 유리하게 되어 있다”라는 비판이나 “기관과 외국인이 불법 무차입 공매도를 관행처럼 일삼는다”라는 의혹을 외면하기도 어렵죠.

서브프라임 모기지 사태를 다룬 영화의 제목 ‘빅 쇼트(The Big Short)’의 ‘쇼트’는 공매도를 뜻합니다. 엉망진창인 주택 담보대출 상품의 실패를 먼저 알게 된 투자자들이 공매도에 베팅하는 이야기가 나오죠. 영화에서 브래드 피트가 연기한 전직 증권맨 벤 리켓은 때론을 별 생각에 신이 나 춤을 추는 두 젊은 투자자에게 이렇게 말합니다.

“너넨 방금 미국 경제가 망한다는데 돈을 건 거야. 우리가 맞았다면, 사람들은 집을 잃고, 직장도 잃고, 퇴직금도 사라진다는 이야기지...그러니 춤 추지마.”

시장이 어려울 때마다 공매도를 금지해야 한다는 목소리가 커지는 것은 아마도 누군가의 투자 실패가 누군가의 이익이 되기 때문이 아닐까 싶습니다.🔗

* 동학개미운동

코로나19 사태가 장기화되며 주식 시장에 등장한 신조어로, 국내 개인투자자들이 기관 및 외국인에 맞서 국내 주식을 대거 사들인 상황을 ‘동학농민운동’에 빗댄 표현

우리 집 장바구니가

전보다 줄어든 이유.

‘슈링크플레이션’



최근 고물가가 기업에도 영향을 주면서 소비재 상품 가격이 줄줄이 인상하고 있습니다. 사실 기업 입장에서는 상품 가격을 인상하면 소비자의 눈치를 볼 수밖에 없어 조심스러운데요. 이때 등장한 대안이 ‘슈링크플레이션’으로, 소비자 몰래 상품의 용량이나 개수를 줄이면서 사실상 가격을 인상한 효과를 보는 것입니다.

물가, ‘꾸준한 상승세’ 이어가

지난 한해를 돌아해보면 식재료, 대중교통, 문화생활, 기타 생활비 등등 일상생활 곳곳에서 물가가 크게 올라 갑자기 늘어난 지출에 당황해본 경험이 한 번쯤 있었을 겁니다. 자주 가는 백반집의 가격이 인상됐다는지, 치킨을 주문하려고 보니 한 마리 가격이 3만원이 넘는 다든지... 물가가 고공행진을 이어온 탓입니다. 2023년 상반기에 상승세를 보이던 물가는 안정화되나 싶더니 하반기 들어 다시 오르는 추세를 보였습니다. 우상향 추세를 보이는 것입니다. 통계청의 ‘소비자물가 동향’에 따르면 지난해 10월 기준 소비자물가지수는 113.37(2020년=100)으로 전년도 같은 달보다 3.8% 올랐습니다. 물가 상승률은 지난해 8월 3.4%, 9월 3.7%에 이어 더 높아지면서 7개월만의 최대 상승률을 기록했습니다.

기업들, 가격 인상 대신 ‘슈링크플레이션’ 꿈속

고물가 시대를 맞아 제품 가격 인상도 줄을 잇고 있지만 가격은 그대로 두거나 올리면서 제품 용량을 줄이는 이른바 ‘슈링크플레이션’(Shrinkflation) 사례도 어렵지 않게 볼 수 있습니다.

슈링크플레이션은 인플레이션과는 차이가 있습니다. 지난 2022년, 스타벅스는 아메리카노 한 잔의 가격을 4100원에서 4500원으로 인상했습니다. 회사 측은 ‘원두 가격과 국제 물류비 상승 등’ 인상 이유를 대며 가격 인상을 받

표했는데요. 이는 인플레이션에 따른 것으로, 가격을 인상하는 경우에는 소비자가 ‘가격이 올랐다’는 사실을 인지하기 쉽습니다.

이에 반해 슈링크플레이션은 기업이 별도의 안내 없이 제품의 용량과 개수를 줄이기 때문에 소비자가 알아채기 힘듭니다. 예컨대 과자의 가격은 유지한 채로 용량을 100g에서 95g으로 줄였다면 가격으로 따졌을 때 약 5%가 인상된 셈이지만 5g의 차이를 소비자가 알아채기는 힘듭니다.

실제 최근 여러 기업이 가격은 동결하고 용량은 줄여 소비자들이 큰 배신감을 느낀 바 있습니다. 풀무원의 ‘탱글뽕득 핫도그’를 같은 가격에 5개(500g) 팔던 것을 4개(400g)으로 줄였고요. 동원F&B는 ‘양반김’의 중량을 5g에서 4.5g으로, 참치 통조림은 100g에서 90g으로 낮췄습니다. 가격은 그대로인 채 말이죠. 오비맥주는 ‘카스 맥주’ 묽음 제품을 1캔 당 375ml에서 370ml로 5ml씩 줄였고, 서울유유협동조합은 유제품 ‘비요뜨’의 중량을 143g에서 138g으로 낮췄습니다.

해외에서도 여러 기업이 상품의 양을 몰래 줄이는 방식으로 소비자의 지탄을 받고 있습니다. 지난해 유니레버는 비누 ‘도브’의 중량을 100g에서 90g으로 줄였고, 음료 ‘게토레이’는 용량이 32온스에서 28온스로 줄었습니다. 유명 과자 ‘오레오’는 소비자들 사이에서 크립의 용량이 적어졌다는 주장이 제기되며 슈링크플레이션 논란이 일기도 했습니다.

‘스킴·번들플레이션’도...

소비자 편익은 줄어들어

기업들은 다양한 방법으로 실질적 가격을 인상하는 꼼수에 나서고 있습니다. 슈링크플레이션과 유사한 ‘스킴플레이션’은 상품의 질을 낮추는 방법입니다. 재료 비율을 바꾸거나 기존 재료를 저렴한 재료로 교체하는 등 상품 구성을 이전보다 하향화하는 겁니다.

롯데칠성음료는 오렌지 주스 원액 가격이 오르자 오렌지 주스의 과즙 함량을 100%에서 80%로 낮췄습니다. ‘100% 엑스트라 버진 올리브오일’을 사용한다고 오랫동안 내세우던 치킨 브랜드 BBQ는 튀김기름의 절반을 단가가 낮은 해바라기유로 교체했습니다. 식당들도 식재료 가격이 뛰자 반찬 가짓수를 줄이는 식으로 대응하고 있습니다.

기업의 ‘번들플레이션’도 비슷한 상술입니다. 흔히 대용량 제품이 일반 제품을 사는 것보다 가격이 저렴할 것이라고 생각하지만, 실제로는 그렇지 않은 것입니다. 농심은 ‘신라면 컵라면’ 6개를 4900원에, 12개가 든 2박스 제품

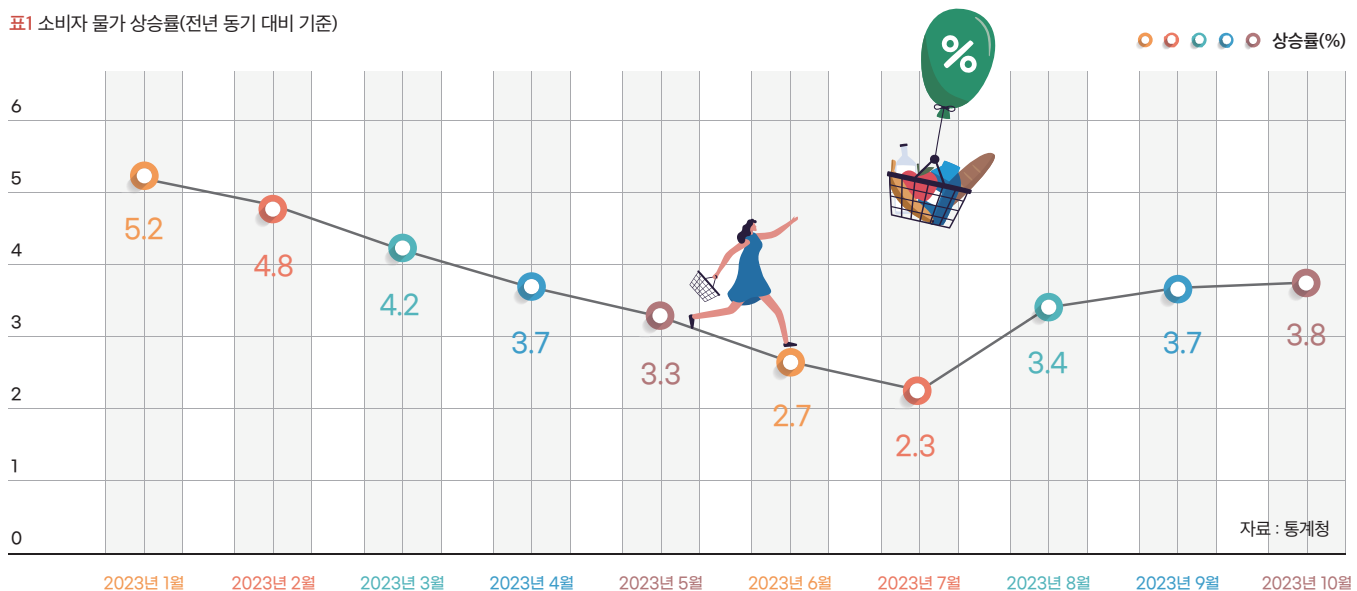
* **슈링크플레이션**
‘줄어들다(Shrink)’와 인플레이션을 합친 말로, 기존 제품의 가격은 그대로 유지하면서 제품의 크기나 수량 등을 줄여 사실상 가격 인상 효과를 노리는 판매 방식.

은 1만2200원에 팔았습니다. 2박스를 사는 게 1박스를 2개 사는 것보다 가격이 비싼 겁니다. 오�뚜기는 ‘오�뚜기밥’ 210g 3개를 4080원에, 200g는 24개를 3만6120원에 판매했습니다. 개당 가격을 따지면 각각 1360원, 1505원으로 용량이 10g 더 많은 제품이 오히려 저렴한 겁니다.

정부, 뒤늦게 수습나섰지만...

정부는 이런 고물가 상황에 꼼수를 부리는 기업을 단속하고자 뒤늦게 나섰습니다. 현재 기업의 슈링크플레이션에 대한 별다른 규제가 마련돼 있지 않은만큼, 최대한 관련 방안을 마련하겠다는 겁니다. 정부는 각 부처 차관에 ‘물가안정책임관’ 역할을 부여하고 현장 대응을 강화하는 ‘범부처 특별물가안정체계’를 본격 가동했습니다. 기획재정부는 물가관계차관 회의를 열어 물가·민생 안정대책을 점검하고 있습니다. 모든 부처 차관은 각자 소관 품목의 가격·수급을 점검하고 품목별 대응 방안을 마련하는 물가안정책임관 역할을 맡았고요. 정

표1 소비자 물가 상승률(전년 동기 대비 기준)



* 스킵플레이션

‘인색하게 굶다’라는 의미의 스킵(skip)과 인플레이션을 합친 말로, 제품값이나 용량은 그대로 유지한 채 재료나 서비스에 들어가는 비용을 줄이는 것.

* 번들플레이션

번들(Bundle)과 인플레이션을 합친 말로, 단위 가격으로 비교했을 때 묶음 상품이 낱개 상품보다 더 비싼 현상. 묶음 상품이 더 저렴할 것이라는 일반적 인식을 뒤집는 상술.



부는 슈링크플레이션 대응과 관련해서는 업계 의견을 적극 청취하고, 대상품목과 정보제공 방식 등에 대한 개선방안을 마련할 방침입니다. 또 슈링크플레이션 관련 정보를 수집하기 위한 신고센터를 설치·운영하고, 관련 품목에 대한 실태조사도 진행합니다. 그러나 한편으로는 정부가 시장가격을 임의로 통제하는 것이 과연 적절한지에 대한 비판의 목소리도 나옵니다.

미국은 소비자물가 상승률이 최근 둔화하면

서 물가 상승 기조가 꺾이는 것이 아니냐는 기대가 나오고 있습니다. 미 노동부 발표에 따르면 지난해 10월 미국 소비자물가지수(CPI) 상승률은 전년 동기 대비 3.2%를 나타냈습니다. 이는 7월(3.2%) 이후 가장 낮은 수준입니다. 한국은행은 2023년 실질 국내총생산(GDP) 성장률 전망치로 1.4%, 소비자물가 상승률 전망치로 3.5%를 제시한 바 있습니다. 물가잡기에 ‘비상등’이 켜지면서 정부 대응이 주목되는 시점입니다.🔗

표2 슈링크플레이션 제품 사례

(단위 : g, ml)

기업	제품명	변경 전	변경 후
풀무원	탱글뽕득 핫도그	500g(5개)	400g(4개)
동원F&B	양반김	5g	4.5g
오비맥주	카스 묶음제품	375ml	370ml
서울우유협동조합	비요트	143g	138g

자료출처 : 각 사

LEGAL INFORMATION

법률 정보

유언으로 끝이 아니다? 후견계약이 필요한 이유

적법한 방법으로 유언을 설계해놓은 경우에도 정신건강이 악화되면
기존 유언의 내용이 실질적으로 무력화될 수 있다. 이 같은 여지는 자녀간의 분쟁을
야기할 수 있으므로 꼼꼼한 법적장치를 마련해두는 것이 필요하다.

내년이면 70세가 되는 A씨는 요즘 부쩍 건망증이 심해졌다. 주식회사를 운영 중인 A씨는 아들 하나, 딸 둘이 있으며 배우자는 얼마 전 사망했다. A씨는 아들에게 회사를 물려주고 싶으나 혹시라도 본인의 정신건강에 문제가 생기면 딸들이 재산 다툼을 일으키지 않을까 걱정이다.

정신건강 악화, 분쟁으로 이어질 수 있어

A씨는 유언 등의 방법으로 아들에게 회사를 물려줄 수 있다. 그러나 A씨가 적절한 방법으로 상속을 설계해 뒀어도, 만일 A씨의 정신건강에 문제가 생긴다면 딸들이 이러한 상황을 악용해 A씨의 의사를 가장하여 상속을 변경시키거나 그 재산을 처분할 수 있다.

최근 정신적으로 어려움을 겪는 부모의 의사를 가장하여 자신에게 유리한 증여를 받거나 재산을 임의로 처분한 후 그 대금을 소비, 은닉하는 사례가 늘고 있다. 이 같은 경우 다른 자녀는 부모가 사망한 후 또는 부모의 정신건강에 심각한 문제가 생긴 후에야 그 사실을 알게 되며 그 효력을 되돌리기란 매우 어렵다.

만약의 사태 대비한 후견계약

이러한 상황에 대비하기 위해 (임의)후견계약을 고려할 수 있다. 후견계약은 피후견인으로 될 사람이 스스로 질

병, 장애, 노령 등으로 사무를 처리할 능력이 부족한 상황이거나 부족하게 될 상황에 대비해 자신의 재산관리 및 신상보호에 관한 사무의 전부 또는 일부를 다른 사람에게 위탁하는 계약이다. 이는 피후견인으로 될 사람의 의사능력이 있는 상태에서 공정증서로 체결해야 하고, 등기가 돼야 한다. 후견계약의 내용은 당사자의 자유로운 의사에 따라 정해진다. 임의후견인은 후견계약에서 정한 바에 따라 재산관리 및 신상보호 사무에 관한 권한과 직무를 담당하고, 후견계약을 이행, 운영할 때 당사자의 의사를 최대한 존중한다.

유언 후 후견계약으로 '이중장치' 마련

A씨는 유언으로 상속 설계를 마친 뒤, A씨가 원하는 내용으로 후견계약을 체결해 걱정을 덜 수 있다. 만일 A씨의 정신건강에 문제가 생긴다면 A씨의 아들은 가정법원에 임의후견감독인 선임을 청구할 수 있고, 임의후견감독인이 선임된 때부터 후견계약의 효력이 발생한다.㉠



글 강민성 법무법인 율촌 변호사

A vibrant aurora borealis (northern lights) display in shades of green and blue, dancing across a dark, starry night sky. Below the lights, a rugged, snow-covered mountain range is visible, with some peaks illuminated by a warm, orange glow from the setting or rising sun. The foreground shows a dark, rocky shoreline with patches of snow and ice.

Happy

행복이야기

여가&조이

새해 일몰과 함께하는 서쪽 여행길,
자연 속의 제주

인터뷰

인생은 저지르는 자의 것...
늦지 않았으니 도전하세요
- 배우 이한위

요리

작지만 알찬
땅콩

영화

사랑과 기쁨이 입을 맞추는 식탁
- 풍성한 식탁에 관계의
질감 담아내는 프랑스 음식영화

늘 그곳에 있지만 보여주는 모습은 늘 다르다.
갈 때마다 바닷빛은 새롭고 숲은 바람결의 맛이
또 다르다. 섬 속에 딸린 자그마한 섬들이 또한
볼거리이고, 유구한 세월이 담긴 생태 숲과 치유와
명상의 숲도 곳곳에 분포되어 있다. 소소한 힐링
코스과 제주의 자연을 간 김에 모두 마주하기란
쉬운 일이 아니다. 적당히 게으른 여행이 제맛이므로.

글·사진 이현숙 브라보마이라이프 여행작가, 이미지 투데이, 셔터스톡

새해 일몰과 함께하는 서쪽 여행길,
자연 속의 제주



제주는 서부권과 동부권으로 나뉜다. 동서남북으로 빙 돌아보고 싶은 마음에 우왕좌왕할 수도 있다. 제주의 아름다운 자연을 여유롭게 힐링하려면 동선을 정리하는 것도 필요하다. 걷기 좋은 길을 다 욕심낼 일도 아니고, 맛있는 음식을 다 먹을 수도 없다. 에너지를 막 쓸 나이기도 아니고, 2~3일 정도 제주의 바람결 따라 몸을 옮긴다. 이번엔 제주 서쪽이다.

은빛 일렁임, 새별오름

제주 애월의 평화로를 달리다 보면 봉긋하게 삼각형으로 솟은 동산이 눈에 들어온다. 얼핏 거대한 고분처럼 보이기도 한다. 바다로 둘러싸인 섬이라서 제주는 바다를 먼저 떠올릴 수 있으나, 이제는 이렇게 억새가 반짝이는 오름이나 돌레길이 제주의 모습으로 자연스럽게 연결된다. 제주 서부 중산간 오름 지대의 저녁 하늘에 샛별처럼 외롭게 서 있다 하여 붙여진 이름도 새별오름이다. 해발 519.3m라고는 하나 경사를 겁낼 정도는 아니다. 산 위로 오르면 분화구와 크고 작은 봉우리들이 여럿임을

비로소 보게 된다. 멀리 한라산과 비양도도 볼 수 있으며 상쾌함의 절정이다. 탁 트인 새별오름의 전망과 바람결에 은빛 털복숭이처럼 일렁이는 억새 물결의 군무에 정신이 아찔할 정도다. 오름에 올랐으니 잠깐 머무르면서 실컷 바람을 맞아야 제맛이다.

제주의 건축 기행, 방주교회와 본태박물관

세계적인 건축가 유동룡(이타미 준)이 설계한 방주교회, 실내와 실외가 각기 다른 공간이 아닌 함께 어우러지는 건축 예술의 멋을 보게 된다. 성경 속 노아의 방주를 모티브로 지어진 신비로운 건축물이다. 물 위로 교회가 떠있고 노율이 담기기도 하는 시각적인 묘미를 보여준다. 실내를 들여다보면 개인 예배를 드리는 모습도 볼 수 있다. 조용하고 신성한 시간 속의 여행이다. 교회 옆으로 수(水)·풍(風)·석(石) 뮤지엄, 포도호텔도 둘러볼 만하다. 중문 위 중산간에 위치한 본래의 형태를 뜻하는 본태박물관, 건축의 철학자라 일컫는 안도 다다오(Ando Tadao)의 건축이다. 제1전시관 한국 전통 수공예품, 제2전시관 현



대 예술 작품 등 전통과 현대를 조화롭게 보여주는 아름다움에 꼭 빠진다. 파격적인 느낌의 공간과 복잡하게 연결된 길에서 알 수 없는 느낌에 빠져든다.

자연 친화적 건축 속에서 명상의 시간을 가질 만하다. 저지리의 현대미술관과 공공수장고, 승효상 건축가의 추사관이나 미스터밀크, 정기용 건축가의 서귀포 기적의 도서관, 조민석 건축가의 오설록 티 뮤지엄 다도 체험관, 박현모 건축가가 지은 애월의 빵집 '버터 모닝' 등, 제주 섬의 자연과 멋스럽게 어우러지는 다양한 건축물 덕분에 제주의 건축 기행이 따로 있을 정도다.

낙천 아홉굿마을의 의자공원과 차귀도

여러 가지 의자들로 공원을 이룬 곳, 예쁘고 신기하고 다양한 의자들이 무수하다. 앉아보거나 쉬기도 하고, 그러다가 나도 모르는 새 오래 머물게 된다. 올레길 13코스 중간 지점의 의자공원은 아홉 개의 샘이 있다 하여 아홉굿마을로 불리는 곳에 자리한다. 천 개가 넘는 의자에 앉아 바쁘거나 지친 마음을 위로받는 시간이다.

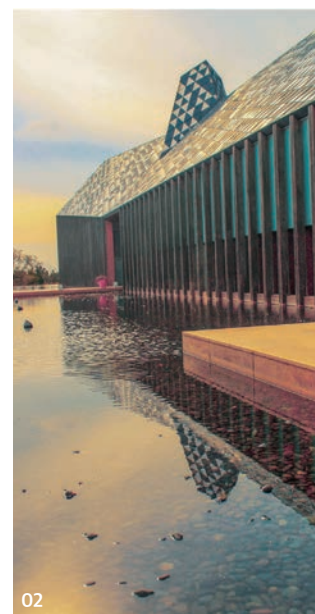
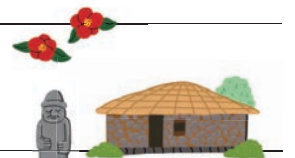
이윽고 한낮의 햇살이 열리며 뉘엿뉘엿 하루가 저물 때, 협재해수욕장을 옆으로 끼고 차귀도를 향해 달린다. 옛날 송나라 호종단이라는 사람이 제주 땅의 지맥을 끊기 시작했는데, 차귀도의 지맥과 수맥을 끊어놓고 돌아가려 할 때 한라산 날쌔 독수리가 이들이 탄 배를 침몰시켰다는 전설이 내려오는 섬이다.

저무는 해안도로를 달리는데 이날따라 조금 이르게 해가 떨어지는 게 아닌가. 조금 더 가야 하는데 3, 4분 정도 늦게 차귀도 해안에 들어선 까닭이다. 도중에 어디든 무조건 내려서 바닷가로 뛰어 내려갔더니 이미 중간쯤 해가 떨어지고 있다.

적당히 드리운 구름과 고요함 속으로 일몰이 진행되는 중이다. 하늘과 바다가 순간순간 달라진다. 바다를 온통 붉게 물들인 저녁노을이 바다에 닿을락 말락 한다. 자연이 주는 선물이다. 제주의 서쪽에선 이런 벽찬 순간을 기대할 수 있다.☁

01 올레길과 외딴 건물, 그 속의 아름다움

02 제주의 신비로운 건축양식과 미술



인생은 저지르는 자의 것 :
늦지 않았으니 도전하세요

배우 이한위

글 이은주 서울신문 기자
사진 최지혜 포토그래퍼



“잘 물든 단풍은 봄꽃 보다 아름답다는 말이 있잖아요. 추운 겨울에 피는 동백꽃처럼 각자 만개할 시기가 다르다고 생각해요. 저도 영원한 현역으로서 활짝 꽃피기 위해 오늘도 열심히 달립니다.”

배우 이한위(62)의 인생 시계는 2024년에도 열심히 돌아가고 있다. 데뷔 41년차 배우로서, 세 아이의 아빠로서 일과 가정 모두 소홀히 할 수 없기 때문이다. 영화 <미녀는 괴로워>, <최종병기 활>과 드라마 <제빵왕 김탁구>, <또 오해영> 등 스크린과 안방극장을 오가며 서민들의 희로애락을 함께 한 이한위를 만나 새해를 누구보다 힘차게 여는 그의 이야기를 들어봤다.

“연예계 자리에는 등기가 없어”

지난해 배우로치면 ‘불혹’인 데뷔 40주년을 맞았는데, 연기 생활을 돌아본다면.

40년 동안 연기를 했는데 오답은 알겠는데 정답은 여전히 모르겠어요. 인생도 마찬가지로인 것 같아요. 늘 100점짜리 연기는 없다는 생각으로 임합니다. 연예계에서 배우의 자리는 '등기'가 되지 않아요. 잠깐 머무르는 것일 뿐, 얼마나 오래 머무르냐가 중요하죠. 때문에 본인의 의지와 역량이 중요하고 운도 따라줘야 하죠. 그런데 운만 있을 경우 일회성으로 끝나 버리기 때문에 꾸준히 신뢰를 주는 것이 중요한 것 같아요.

긴 무명 생활을 딛고 ‘명품 조연’의 자리에 올랐는데.

처음에는 내성적인 성격을 개조하기 위해 연기를 시작했어요. 대학교 4학년때 취업 대신 연기를 선택하고 1983년 KBS 공채 탤런트 시험에 운 좋게 합격하면서 데뷔를 했죠. 그런데 10년 뒤 공채의 생존율은 5%라는 말이 있을 정도로 살아남는 것이 쉽지 않았죠. 고향 광주에서 서울로 올라오기 전날, 은행원이셨던 아버지가 저를 불러서 해주셨던 말씀이 배우 생활 하는 내내 밑거름이 됐어요.

고향을 떠나던 날, 은행원 아버지가 건넨 조언

고향을 떠나는 아들에게 아버지가 어떤 조언을 해주셨나요?

크게 돈과 일에 관해 말씀하셨는데 첫째로 돈을

사람에게 두거나 빌리지 말고 돈이 필요하면 꼭 은행에서 빌리고 남으면 금융권에 두라고 하셨어요. 은행과의 관계는 회복이 되지만 돈으로 인한 인간관계는 회복되지 않을 가능성이 높다고 조언하셨죠. 두번째는 배우 생활이 안 맞다는 생각이 든다면 빨리 그만두되, 그만두는 일을 절대로 반복해서는 안 된다고 하셨어요. 그때는 이 말이 잘 이해되지 않았는데 두고두고 생각해보니 아버님이 굉장히 큰 말씀 해주셨다는 생각이 들어요. 진짜 안맞는 일이라면 그만둬야겠지만 웬만하면 진득하게 끝까지 해 보라는 뜻이라는 것을 나중에 알았죠.

대학에서 연기를 전공하지도 않았고 사투리를 고치는 것도 쉽지 않았는데, 아버님의 말씀이 늘 가슴 속에 있었어요. 그래서 힘들고 어려운 일이 있어도 다른 생각 하지 않고 연기에만 몰두 할 수 있었죠.

‘애드리브의 대가’로 불리며 연기자로 통렬한 비결은.

연기하기 전에 이 작품에서 제 배역이 왜 배치됐는지를 잘 생각해보고 스스로 수위를 결정해요. 열심히 한다는 미명하에 독자적으로 연기하기 보다는 전체적인 균형을 중시하죠. 조연은 주연과 연기하는 속도나 호흡이 달라요. 조연이 주연처럼 연기하는 순간 작품의 균형이 깨지죠. 후배들에게도 늘 자신의 기량을 활짝 펴라는 말보다 '조연은 조연다워야 된다'는 조언을 더 많이해요. 개인적인 욕심보다 자신에게 맡겨진 미션을 정확히 파악하고 잘 수행하는 것이 중요한 것 같아요.



“아내 만난 나는 행운아...누리고만 있을 수는 없죠”

19세 연하 아내와 결혼해 ‘대한민국 3대 사랑꾼 도둑’으로도 불리는데, 행복한 가정생활을 위해 어떤 노력을 하는지.

아내가 어떤 경우에도 캐묻거나 따지지 않고 툭 터놓고 솔직하게 대화를 하기 때문에 크게 속 복잡할 일이 없어요. 아내가 저와 야이기하다 보면 하루에 세 번 정도 목젓을 휘날리면서 쾌활하게 웃거든요. 이런 좋은 사람을 만난 저는 행운아인데 그걸 누리고만 살 수는 없잖아요. 그래서 상대방이 싫어할 만한 일을 최대한 하지 않아요. 치약을 중간에서 짜지 않고 양말을 뒤집어 놓지 않는 등 기본적인 것부터 잘 하려고 노력해요. 집안일도 시간 날 때 돕고요.

세 아이를 키우고 계시는데 어떤 아빠가 되고 싶은지.

저는 아이 셋 낳기를 참 잘했다고 생각해요. 뭔가를 못하게 하기보다 하도록 돕는 아빠가 되고 싶어요. 첫째는 바이올린, 둘째는 수영을 하고 있는데, 벌써 예체능계가 두 명이다보니 어느 날 셋째가 ‘아빠, 나는 효자야. 돈이 안들어’라고 말하더군요.(웃음) 아이들에게는 친하고 편한 아빠, 이야기를 들어주는 아빠가 되려고 노력해요.

데뷔 20년 만에 적자에서

흑자 인생으로

현재 실천 중인 노후 재무 플랜이 있다면.

40년 연기자 생활을 했는데 20년까지는 늘 버는 것보다 쓰는 것이 많은 적자 인생을 살았어요. 한번은 집 전세를 얻기 위해 모 은행에 가서 대출을 받으려 갔는데 배우들은 경제적으로 안정이 되지 않으니 담보를 제공하라고 하더라고요.

그래서 제가 은행 대출 담당자분에게 “우리 아버지가 은행원인데 사람이나 다른 사람이나 남의 재산을 담

보로 하지 말라고 하셨다. 제 눈을 한 번만 보시고 담보로 해주시면 안 되겠습니까?”라고 해서 대출을 받은 기억이 납니다. 이후 20년을 성실하게 연기하니까 가게가 흑자로 돌아서면서 적금과 보장성 보험, 주택청약종합저축도 들었고 마침내 보금자리도 마련했죠.

소시민의 회로애락 잘 표현하는 배우 되고파

인생의 후배들에게 해주고 싶은 조언은.

‘인생은 저지르는 자의 것’이라는 말을 꼭 해주고 싶어요. 저도 나이가 적당히 먹고 일본어와 드럼을 배우고 싶었는데, 그때 용기를 내지 못한 것이 굉장히 후회돼요. 아무도 늦었다고 하지 않았는데 스스로 늦었다고 생각했던 거죠. 충동적이 아니라 이성적으로 생각해 보고 하고 싶은 일이 있다면 지금이라도 늦지 않았으니 도전해 보라고 이야기 해주고 싶어요.

앞으로 어떤 배우가 되고 싶은지.

첫 주연작 KBS <드라마 스페셜-그곳에 두고 온 라일락>(2020)에서 트로트 모창 가수 역할을 맡은 적이 있는데, 별것 아닌 것을 별것처럼 연기하는 것이 어렵다는 것을 다시 한번 느꼈죠. 저는 ‘또 오해영’

“이성적으로 생각해보고
하고 싶은 일이 있다면
지금이라도 늦지 않았으니
도전해보라고
이야기해주고 싶어요.”



의 아버지처럼 중산층 가장 역할에도 애정이 가요. 앞으로도 소시민들의 희로애락을 잘 표현하는 배우가 되고 싶어요. 이론 보다 잘 실천에 강한 배우가 되려고 노력합니다.

후배들에게 ‘남과 절대 비교하지 말고 너의 길을 묵묵히 걸어라. 그리고 스타가 되려고 하지 말고 배우의 길을 걸어라’고 조언을 건네는 가슴 따뜻한 선배 이한위. 그는 2024년 새해라는 출발선에 선 이들에게 그는 묵묵히 걷다 보면 길은 보일 것이라고 희망

의 메시지를 전했다.

“북한산을 오를 때 매번 정상 백운대를 보면 지치기 쉽잖아요. 묵묵히 다섯 발짝을 걷다가 정말 힘들 때 한번 쉬면 정상이 한층 가까워진 것을 느끼죠. 저도 건강하고 꾸준하게 연기하는 배우를 꿈꿉니다. ‘하늘은 스스로 돕는 자를 돕는다’, ‘뜻이 있는 곳에 길이 있다’는 흔한 말에 아주 큰 의미가 있다는 것을 새삼 느낍니다. 뜻하시는 일 모두 이루는 2024년 되세요!” 🍀



작지만 알찬 땅콩

“이 정도는 심심풀이 땅콩이지.”

땅콩은 주로 이럴때 쓰인다. 딱히 할 거 없이 무료할 때나 찾는 먹거리, 아니면 그만큼 하찮은 일을 이야기할 때. 하지만 알고 보면 땅콩은 심심풀이 그 이상이다. 조그만 크기에 비해 품고 있는 영양소가 웅골차다.

자료제공 전원생활

겉질에 더 풍부한 영양소

땅콩은 그물무늬의 두꺼운 겉껍질과 적갈색의 얇은 속껍질이 있다. 갓 수확한 풋땅콩은 겉껍질째로 삶거나 찌서 먹어도 된다. 말린 땅콩은 속껍질을 남긴채 볶아 먹는 게 좋다. 땅콩 껍질에는 항산화 성분으로 유명한 루테올린이 풍부하다. 루테올린은 식물이 병원이나 미생물 같은 적으로부터 자신을 보호하기 위해 분비하는 성분이다. 땅콩 껍질에는 양파의 9.2배, 들깨의 26배가량 더 많은 루테올린이 함유돼 있다. 루테올린은 항산화 기능외에도 기침·알레르기·간염이나 기억력 감퇴 등에도 효과적이다.

땅콩, 요리에 풍미를 더하는 식재료

땅콩은 간식뿐만 아니라 요리에 풍미를 더하는 식재료로도 많이 쓰인다. 대표적인 게 땅콩버터다. 땅콩버터엔 이름과 다르게 버터가 들어가지 않는다. 대신 설탕과 소금을 넣는데, 땅콩 함량이 높은 땅콩버터를 먹으면 땅콩에 풍부한 불포화지방산을 맛있게 섭취할 수 있다. 일명 ‘살 빠지는 지방’으로 알려진 불포화지방산은 혈관 내 중성지방이 쌓이는 것을 억제해 고혈압이나 동맥경화 같은 성인병 예방에 효과적이다.👉



아스파라거스 땅콩볶음

준비하기(2인분) 땅콩50g, 아스파라거스 100g, 버터 2큰술, 말돈 소금 ½작은술, 토핑(레몬 ½개, 파프리카 파우더 ½작은술, 말돈 소금 ½작은술)

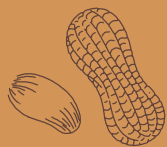
만들기 1 아스파라거스는 밑동을 제거하고, 채칼로 중간 지점 일부분까지 섬유질을 제거한다. 2 땅콩을 30분간 약불에 타지 않게 볶는다. 3 버터를 녹인 팬에 ①을 넣고 센 불에서 노릇해질 때까지 볶는다. 4 ②와 말돈 소금을 ③에 넣고 2분간 볶는다. 5 ④를 그릇에 담고 위에 토핑용 레몬을 쥔 뒤, 파프리카 파우더와 말돈 소금을 뿌려 마무리한다. *말돈 소금은 다른 소금에 비해 짠맛이 덜해 재료의 맛을 살리면서 풍미를 더하기 좋다.



땅콩 갈비 꼬치

준비하기(1인분) 땅콩버터 3큰술, 돼지 목살 300g, 칠리소스 1큰술, 간장 ½큰술, 다진 생강 ½작은술, 다진 마늘 1작은술, 물 1큰술, 고기 양념(다진 마늘 3큰술, 다진 파 2큰술, 간장 7큰술, 미림 2큰술, 물엿 3큰술, 참기름 1큰술), 토핑(땅콩 30g, 고수 2줄기)

만들기 1 고기 양념 재료를 한데 넣고 섞는다. 2 돼지 목살은 꼬치에 끼우기 적당한 크기로 썰고 ①을 발라 1시간 숙성한다. 3 ②를 꼬치에 꽂아 170℃로 예열한 오븐에 30분간 굽는다. 4 토핑용 땅콩은 약불에 20분간 볶아 한 김 식힌 후 속껍질을 벗기고 다진다. 5 토핑용 고수는 잎만 떼어 굵게 다진다. 6 볼에 땅콩버터·칠리소스·물·간장과 다진 생강, 다진 마늘을 섞어서 찍어 먹을 소스를 완성한다. 7 그릇에 ③을 담고, ④와 ⑤를 뿌려 완성한다. 기호에 따라 ⑥을 찍어 먹는다.



청상추 땅콩쌈

준비하기(2인분) 땅콩 100g, 청상추 10장, 닭가슴살 200g, 굴소스 2큰술, 칠리소스 1큰술, 간장 1큰술, 후춧가루 ½작은술, 다진 마늘 1작은술, 레몬 ½개, 식용유 약간, 토핑(쪽파 2줄기, 적양파 ¼개)

만들기 1 닭가슴살은 끓는 물에 20분간 익히고 잘게 찢어 준비한다. 2 굴소스·칠리소스·간장·후춧가루와 다진 마늘, 레몬의 즙을 잘 섞어 양념을 준비한다. 3 토핑용 쪽파는 송송 썰고, 적양파는 다진다. 4 땅콩은 30분간 약불에 타지 않게 볶는다. 5 식용유를 두른 팬에 ①을 넣고 중불에서 3분간 볶는다. 6 ⑤에 ②와 ③을 넣고 5분간 중불에서 볶은 후 한 김 식힌다. 7 그릇에 청상추를 2장 겹쳐 놓고 ⑥을 먹기 좋게 올린 뒤, ③을 올려 완성한다.



HAPPY

행복이야기 - 영화



사랑과 기쁨이 입을 맞추는 식탁

풍성한 식탁에 관계의 질감 담아내는 프랑스 음식영화

Babette's Feast
Delicious, Délicieux
The Pet-Au-Feu



음식 영화는 그 나라 음식을 닮았다. 많은 일본 음식 영화가 작고 단출한 밥상을 그려낸다면 프랑스 음식 영화는 복잡하고 화려한 진수성찬이다. 세계를 돌며 갖가지 식탁을 차려 함께 먹는 일의 의미를 음미해온 프랑스 음식영화가 또 새로운 메뉴를 내놓았다.

글 남은주 번역가, 자유기고가 사진 imdb.com, 다음 영화(스틸컷), 그린나래미디어 제공

'맛알못'들과 성찬을

새해를 맞는 특별한 식탁에 누구를 부를까. 가장 상석에 앉을 영화는 <바베트의 만찬>이다. 1987년작인 이 영화는 음식영화사에서 식사 시간이 시작되었다고 알리는 종소리वाद도 같았다.

<바베트의 만찬>에는 맛의 즐거움을 죄악시하고 요리사의 천재성을 알아볼 줄 모르는, 그야말로 미식의 세계에 우매하고 적대적인 사람들이 초대받았다. 덴마크 한 작은 마을 교구 목사집에는 프랑스에서 온 수수께끼 같은 여자 바베트(스테판 오드랑)가 살고 있다. 어느 날 목사 생일을 맞아 바베트는 마을 사람들을 초대해 프랑스식 만찬을 대접하는데, 여기에 자신의 재능과 돈을 아낌없이 쏟아 붓는다. 완고한 금욕과 경건주의를 실천하며 살아가는 마을 사람들은 음식에 정신이 팔려선 안된다고 다짐하며 식탁에 앉았다가 난생 처음 접하는 혀의 쾌락에 마음까지 녹아버려 행복해하고 서로를 용서하고 눈물을 흘린다. 이게 신의 축복이 아니면 무엇이란 말인가.

진흙색 수프로 한끼를 때우던 사람들에게 전 재산을 털어 천국의 만찬을 선사하는 바베트의 자기희생적 행동은 성

스럽고 그 때문에 종교적 영화라는 오해를 받기도 하지만, 사실 <바베트의 만찬>은 역사적 맥락으로 이해돼야 할 영화다. 카렌 블릭센의 원작 소설을 보면 바베트는 유명 레스토랑의 셰프로서 파리 코뮌에 참여한 대가로 모든 것을 잃고 도망쳐야 했던 인물이다. 당시 파리에선 식탁에서도 혁명이 시작되고 있었다.

모두를 위한 식탁

지난해 개봉해 지금도 넷플릭스에서 상영중인 영화 <더 딜리셔스:프렌치 레스토랑의 시작>은 18세기 프랑스 공작가에서 일하던 요리사 망스루이 성에서 쫓겨나면서 시작되는 이야기인데, <바베트의 만찬>과 시대적으로 겹친다. 망스루이는 귀족들을 위한 일류 요리사였지만 이제는 먹고 살기 위해 시골에서 주막을 하는 신세가 됐다. 그런데 수습요리사 루이즈와 아들의 도움으로 주막은 점점 붐비게 된다. 손님들은 집에 요리사가 없는 사람들도 고급 음식을 주문하고 맛볼 수 있는 장소에 매료됐다. 이것이 최초의 레스토랑이라는 영화 속 이야기는 꾸며낸 것으로 실제 역사와는 다르다. 하지만 프랑스 혁명 당시 귀족들





이 몰락하고 거리로 나온 요리사들이 누구나 맛있는 음식을 먹을 수 있는 레스토랑을 속속 열기 시작했던 것은 역사적 사실이다. 바베트의 식탁에 앉은 사람들이 식객이 아니라 새로운 시대, 새로운 예술을 지켜볼 관객들이었던 것처럼 <더 딜리셔스>의 요리사는 더 이상 하인이 아니라 예술가로 모두를 위한 넓은 식탁을 편다.

이 맛을 기억해줘

2024년 개봉예정인 영화 <프렌치 수프>(원제 <포토피>)는 그로부터 또 수십 년이 지난 프랑스의 어느 교회를 배경으로 한다. 영화가 시작하면 거의 30분 가까이 주방에서 요리를 하는 장면이 이어진다. 지글지글 고기가 구워지는 옆에서 김이 오르고 또 채소를 볶는 손들이 바쁘게 움직인다. 주방은 어지러우면서도 질서가 느껴진다. 요리사 유제니(줄리엣 비노쉬)와 미식연구가 도맹(브누아 마지멜)은 20년 동안 함께 일하며 음식을 만들어온 사이다. 도맹은 유제니의 마음을 얻기 위해 직접 음식을 만들

어 구매하려 한다.

유제니는 도맹이 만들어준 버터 리조또나 야채 오믈렛을 먹으면서 꼭 안겨 있는 느낌을 받고 사랑하는 사람의 땀새를 맡는다. 음식을 먹는 순간을 관능적인 순간으로 연출한 감독은 <그린파파야 향기>에서 성과 음식의 감각을 연결했던 트란 안 홍 감독이다. 감독은 이 영화로 제76회 칸영화제 경쟁부문에서 감독상을 받았다.

<바베트의 만찬>의 메인 디쉬가 바닷거북 수프와 오리구이이고, <더 딜리셔스>는 감자로 만든 디저트였다면 <프렌치 수프>는 포토피라는 프랑스 가정식 수프를 주 요리로 택했다. 소박한 만 아주 오랜 시간 끓여야 제 맛을 내는 요리다. 그러니까 식도락의 정점에서 프랑스 음식영화는 가장 기본적인 음식으로 돌아온 것이다. “이 맛을 꼭 기억해.” 영화는 주방을 지켜보는 소녀에게 속삭인다. 맛있는 음식에 취해 있던 우리가 올해 내내 먹고 싶고, 다른 사람에게 먹이고 싶은 것도 결국엔 맨 처음 먹었던 맛있는 음식일지 모른다. 



NH All100자문센터



고객님의 소중한 자산,
100세까지 『NH All100자문센터』와 함께 하세요!

금융 · 세무 · 부동산 · 은퇴설계 전문가로 구성된 「NH All100자문센터」는
고객님의 자산을 체계적으로 관리해드리는 자산관리(Wealth Management) 동반자가 되겠습니다.

자산관리(WM)전문가와와의 상담을 통해 고객님의 자산현황을 진단하고
최적의 솔루션을 제공받으세요!

New
Happiness

은퇴설계
행복하게

은퇴설계 전문가와 상담을 통해
고객님의 은퇴목표를 설정, 자산현황을 진단하고
최적의 솔루션을 제공 받으세요!

새100플랜

 NH농협은행



QR코드를 스캔하면 새100플랜 2023 겨울호를
웹으로도 만나실 수 있습니다.