

05



TOGETHER HARIM

May

2026

Vol

240

표현주의 정서적 효과를 위하여 색채와 형태를 과장하고
왜곡하는 미술을 가리키는 미술사조



에곤 실레의 아내와 그녀의 어린 조카

Schiele's Wife with Her Little Nephew

에곤 실레 Egon Schiele

에곤 실레(1890-1918)는 표현주의적인 경향으로 왜곡된 인체와 강렬한 선을 통해 인간의 내면과 감정을 표현한 오스트리아 출신의 화가입니다.

자화상과 누드, 초상화를 중심으로 짧은 생애 동안 집중적으로 작품 활동을 했으며, 남겨진 대부분의 작품은 20대 후반의 불과 몇 년 사이에 제작될 정도로 치열했습니다.

요절과 사회적 논란, 불안정한 삶으로 인해 그는 불안과 고독을 화폭에 담아낸 비극적 천재 화가로 기억되기도 합니다.

Contents

02	기획포커스 표현주의	14	하림인 이야기 전남지점
04	트렌드 리포트 건강을 고르는 능력, '건강지능(HQ)'	16	우리 가족 소개 보고서
06	대리점 탐방 구미 네오푸드	18	전국 닭 요리 강릉 맛애정
08	하림 뉴스 2026년 4월	20	칭찬 릴레이
12	MZ 생각	21	비즈니스 잉글리쉬
13	신제품 이야기	22	직장생활 꿀팁.zip
		23	눈으로 보는 하림

Date of Issue
2026년 5월 1일

Publish
(주) 하림 전북특별자치도 익산시 망성면 망성로 14



건강을 고르는 능력, '건강지능(HQ)'



우리는 매일 아침 SNS와 뉴스를 통해 쏟아지는 건강 정보와 마주한다. 어떤 비타민이 필수인지, 요즘 유행하는 식단은 무엇인지 등 정보는 넘쳐나지만, 정작 “내 몸에 정말 맞는 방법은 무엇인가?”라는 질문에는 쉽게 답하지 못한다. 이런 흐름 속에서 새롭게 주목받는 개념이 바로 건강지능(Health Quotient, 이하 HQ)이다. HQ는 단순히 건강 지식을 많이 아는 것이 아니라, 수많은 정보 속에서 나에게 필요한 것을 골라내고 이를 실제 생활 습관으로 연결하는 능력을 의미한다.

그동안의 건강 관리가 큰마음을 먹고 의지와 인내를 쏟아붓는 특별한 숙제였다면, 이제는 일상 속에서 자연스럽게 실천되는 지속 가능성이 핵심이 되고 있다. 1인 가구 증가와 잦은 외식 환경 속에서 획일적인 관리법은 한계를 드러내고 있기 때문이다. 최근에는 AI 식단 추천이나 개인 맞춤형 영양 설계를 활용해 자신의 몸 상태에 맞는 식사를 선택하는 이들도 늘고 있다. 음식은 더 이상 배를 채우는 수단에 그치지 않고, 몸의 컨디션을 정교하게 조율하는 일상적인 관리 방식으로 자리 잡고 있다.



이 변화는 신체를 넘어 마음의 건강으로까지 확장되고 있다. 스트레스와 피로가 일상인 시대에 휴식은 미루어둔 보상이 아니라 적극적으로 관리해야 할 필수 요소다. 명상이나 수면 관리가 건강한 식습관만큼 중요하게 여겨지는 이유도 여기에 있다. 일상 속 짧은 휴식은 정서적 안정을 돕고, 이는 다시 건강한 식습관으로 이어지는 선순환을 만든다. 통합적인 웰니스가 새로운 삶의 기준으로 자리 잡고 있는 셈이다.



정보가 넘쳐날수록 건강을 바라보는 눈, 즉 HQ의 중요성은 더욱 커진다. 자극적인 광고나 근거 없는 유행에 휘둘리지 않고 자신만의 관리 공식을 만드는 능력이 곧 삶의 경쟁력이 된다. 식품 기업들 역시 단순한 성분 강조에서 벗어나, 스마트 기기를 통해 개인 데이터를 분석하고 맞춤형 식단을 제안하는 방향으로 진화하고 있다.

건강 관리는 단기간의 목표가 아니라 평생 이어지는 선택과 습관의 과정이다. 스스로 이해하고 판단하며 쌓아가는 작은 실천이 삶을 지탱하는 기반이 된다. HQ의 시대, 건강은 ‘더 많이 아는 것’이 아니라 ‘나에게 맞는 것을 꾸준히 선택하고 실천하는 것’이라는 점을 기억할 필요가 있다.



(주)네오푸드

“2세 경영자의 새로운 도전 - 유통에서 종합식품으로”



▶ 시인건 대표

▶ 황선용 지점장

웹 디자이너 출신의 이색 이력, 시 발주 자동화 시도, 자체 브랜드 론칭까지.

경상북도 유통 시장에서 아버지의 대리점을 이어받아 종합식품 유통회사로의 도약을 준비 중인 (주)네오푸드 시인건 대표를 만났다.

Q1. (주)네오푸드에 대해 소개해 주세요.

아버지께서 1997년 1월 ‘네오식품’으로 시작하신 사업을 제가 이어받았습니다. 2012년 4월 법인을 설립해 운영하고 있어요. ‘네오푸드’라는 이름은 새 천년을 앞두고 새롭게 시작한다는 의미에서 출발했고, 저는 거기에 ‘시대 변화에 맞는 새로운 방식과 가치를 더해가는 식품기업’이라는 뜻을 더해 계승하고 있습니다. 현재 직원은 육아휴직자 1명 포함 총 11명이며, 연 매출은 약 60억 원 규모입니다.

Q2. 유통업을 시작하게 된 계기가 있으신가요?

원래 저는 웹 디자이너였습니다. 프리랜서로 쇼핑몰 디자인을 해드리다 보니 '내 것도 해보아겠다'는 생각이 들어 2010년경 온라인 쇼핑몰을 시작했어요. 아버지가 하림 대리점을 운영 중이셨기 때문에 자연스럽게 연결됐고, 대학 때부터 사업계획서를 대신 써드리고 새벽 배달도 따라다니다면서 유통 일을 몸으로 익혔습니다. 원래는 2세 경영을 할 생각이 없었는데, 하다 보니 이렇게 됐어요.(웃음)

Q3. 주력 품목과 시장 반응은 어떤가요?

볶음탕, 다리 두 배 볶음탕, 정육류가 잘 나갑니다. 특히 다리 두 배 볶음탕은 출시 이후 확실히 자리를 잡았어요. 소스류도 볶음탕 옆에 함께 진열하면 같이 팔리는 효과가 있고요. 한 가지 건의드리고 싶은 건 부분육 패키지입니다. 경쟁 브랜드가 흰 배경 트레이로 제품을 잘 보여주는 반면, 저희는 그 부분에서 조금 밀리는 것 같아요. 본사에서 비교 테스트를 한번 해봐 주셨으면 합니다.

Q4. 경영 철학과 영업 비결이 있다면요?

거래처가 급하게 찾으면 밤이든 새벽이든 직접 나가서 가져다 드립니다. 코스가 안 맞더라도 약속을 먼저 지키는 게 제 방식이에요. 또 거래처별 동네 특성을 파악해 맞춤 행사를 제안합니다. 젊은 층 상권엔 부분육·볶음탕·정육, 연령대가 높은 곳엔 토종, 육계 위주요. 그리고 저는 시를 적극적으로 활용하고 있습니다. 1년 치 발주 데이터를 학습시켜 내년부터 시 발주 자동화를 테스트해볼 계획이에요.

Q5. 운영하면서 가장 어려웠던 시기가 언제인가요?

지금 가장 힘든 것 같아요. 작년에도 힘들다고 했는데 올해가 더 힘들네요. 닭 시세가 너무 높아지다 보니 판매가를 그만큼 올리기 어렵고, 마진율이 줄어들 수밖에 없어요. 오프라인 식자재 시장도 자영업자 폐업이 늘면서 전반적으로 침체된 상황입니다. 아이러니하게도 코로나 때는 장사가 오히려 잘 됐어요. 지금이 그때보다 더 어렵습니다.



Q6. 앞으로의 목표와 방향은 무엇인가요?

오프라인은 신제품 수용과 행사로 계속 살리고, 온라인도 함께 키울 계획입니다. 올해 온라인 매출을 20~30% 추가 성장시키는 게 단기 목표예요. 장기적으로는 하림산업(미식) 대리점을 발판으로 국물류·소스류 등 식품 카테고리를 확대해 종합식품 유통회사로 성장시키고 싶습니다. 하림이 종합식품 그룹으로 가는 방향처럼, 저희 대리점도 그 흐름을 같이 따라가야 한다고 생각해요.

Q7. 하림 본사에 바라는 점이 있다면요?

결품 최소화가 가장 절실합니다. 저희는 하림 비중이 거의 100%에 가깝다 보니, 결품이 나면 타격이 클 수밖에 없어요. 그리고 프라임 대리점 지원 품목을 볶음탕 외에 다양한 품목으로도 확대해 주신다면 더욱 감사하겠습니다.

Q8. 마지막으로 한 말씀 부탁드립니다

주말에도 쉬지 못하다 보니 가족들, 특히 와이프에게 늘 미안합니다. 아이가 셋인데 함께하는 시간이 부족해서요. 직원들에게는 회식 대신 개별 식사비를 별도로 드리는 게 지금 제가 드릴 수 있는 최선의 복지입니다. 이 사업을 잘 키워서, 나중에 아이들이 원한다면 더 좋은 회사를 물려줄 수 있으면 좋겠습니다. 함께해 주는 직원 모두가 네오프드 안에서 진짜 행복을 찾길 바랍니다.

“어떤 상황에서도 약속은 지키는 것이 기본이라고 생각합니다”



하림 삼계탕, 美·EU 넘어 16조 베트남 육류시장 진출... "철통 위생·품질로 뚫었다"

농장부터 식탁까지 완벽 통제하는 하림의 '초격차 식품안전시스템' 입증



시를 활용해 생성된 이미지

저한 품질 혁신에 있다. 우리 회사는 농장부터 가공, 유통까지 전 과정을 통합 관리하는 '삼장 통합 시스템'과 완벽한 해썬(HACCP) 시스템을 통해 외부 오염원을 원천 차단하고 있다. 특히 영하 35도 이하에서 개별 급속 동결하는 첨단 IFF(Individual Fresh Frozen) 공법을 적용한 '냉동 삼계탕'은 장기 보관의 안전성은 물론, 해동 후 조리 시 갓 끓여낸 듯한 쫄깃한 식감과 진한 국물 맛을 완벽히 구현해 내며 세계인의 입맛을 사로잡고 있다.

우리의 완벽한 품질 제어 역량은 이미 세계 최고의 식품 위생 기준을 요구하는 미국 농무부(USDA)와 캐나다 검역을 통과하며 북미 시장에 성공적으로 안착한 바 있다. 더 나아가 거대 소비재 시장인 중국, 홍콩을 비

우리 회사의 자랑스러운 '초격차 식품안전시스템'이 미국과 유럽연합(EU)에 이어 1억 인구의 거대 소비 시장인 베트남의 굳건한 검역 장벽까지 뚫어내는 과거를 이뤘다. 최근 농림축산식품부와 식품의약품안전처가 베트남 당국과 장장 9년간 공들여 온 '열처리 가금육 위생·검역 협상'이 한-베트남 정상회담을 계기로 최종 타결되었다. 이 과정에서 우리 회사는 독보적인 위생 및 품질 관리 역량을 다시 한번 인정받아, 국내 육가공장 중 최우선으로 삼계탕 제품의 현지 수출 승인을 획득하는 빛나는 성과를 거두었다.

이러한 연이은 글로벌 시장 진출의 비결은 단연 타협 없는 위생 관리와 철

롯해 최근 비관세 장벽이 매우 높은 EU 27개국 수출까지 성사시킨 경험은, 이번 베트남 시장 진출의 든든한 밑거름이자 우리 회사의 철통같은 식품안전시스템이 세계 최고 수준임을 증명하는 결과다.

이번 성과는 정부의 적극적인 외교적 지원과 우리 회사의 선제적인 위생 규격 준비가 시너지를 낸 모범적인 수출 합작 사례로 평가받고 있다. 하림 식품안전센터 양창호 실장은 "미국과 EU 등 선진국 식탁에서 이미 검증 받은 압도적인 품질력과 절대적인 안전성을 무기로 베트남 소비자의 입맛을 사로잡을 것"이라며, "앞으로도 전 세계인이 믿고 먹을 수 있는 최고의 제품으로 K-푸드의 위상을 드높이는 선봉장이 되겠다"고 힘찬 포부를 전했다.

새내기자 | 백의철 차장

2 하림-바이오포아, '양계질병 플랫폼 백신' 공동개발 MOU 체결

세계 최고 사육 인프라와 첨단 백신 기술의 만남... 가축 방역 및 식품 안전에 새 지평 연다



우리 회사는 지난 2일 본사 대회의실에서 (주)바이오포아와 '양계질병 플랫폼 백신 공동개발에 대한 상호협력 양해각서(MOU)'를 체결했다고 밝혔다. 이날 협약식에는 하림 정호석 대표이사사와 바이오포아 조선휘 대표이사, 한국섬뽕 김달중 대표이사사를 비롯한 실무진 약 17명이 참석했다. 이번 협약은 기후 변화와 끊임없이 발생하는 변이 바이러스 등 축산 현장의 과제에 능동적으로 대응하고, 국민에게 더욱 안전한 먹거리를 제공하기 위해 추진되었다.

양사는 조류인플루엔자(AI), 전염성기관지염(IB), 뉴캐슬병(ND) 등 주요 양계 질병을 대상으로 백신의 공동개발 및 임상평가를 진행한다. 특히 올해 2026년에는 ND-IB 2중 혼합백신의 야외 임상평가를 본격적으로 실시하고, 나아가 ND-IB-AI 3중 혼합백신에 대한 평가도 함께 추진할 계획이다. 아울러 질병 모니터링 기술 지원과 현장형 진단 기술 교류

등 다방면의 협력 체계를 구축하기로 뜻을 모았다. 이번 협력은 우리 회사가 자랑하는 세계 최고 수준의 사육 인프라와 바이오포아의 첨단 백신 플랫폼 기술이 결합했다는 점에서 큰 시너지가 기대된다. 우리 회사의 방대한 농장 인프라를 통해 현장에서 유행하는 최신 야외 항원을 신속하게 분리하고, 이를 바탕으로 가장 빠르고 정확한 현장 맞춤형 백신을 개발한다는 전략이다.

정호석 대표이사는 "양사의 기술력과 노하우가 결합된 혁신적 성과가 대한민국의 가축 방역과 식품 안전에 새로운 지평을 열 것"이라며 굳건한 기대감을 전했다. 우리 회사는 이번 협약을 기점으로 성공적인 백신 상용화는 물론, 향후 새로운 백신 생산 시스템 구축과 해외 시장 진출을 통해 국가 경쟁력 강화에도 적극 기여할 방침이다.

새내기자 | 백의철 차장

3

하림·자회사 싱그린FS, 총 4,644주 식재하며 저탄소 녹색성장 실천 앞장
 임직원 114명, 식목일 맞아 나무 심고 ESG경영 실천 가속화



우리 회사는 지난달 2일 식목일을 맞아 “친환경 ESG 경영의 일환으로” 나무 심기를 통해 녹색환경 조성을 진행했다. 우리 회사는 ESG경영 활동을 직사회적 책임을 다하고 ESG 경영을 실천하기 위해 식목행사를 꾸준히 이어오고 있다. 지난달 2일 진행된 하림 본사 및 주요 사업장 행사에는 임직원 74명이 참여해 환경개선 활동에 동참했다. 임직원들은 본사 준비실 옆 화단 및 외부사업장(가공공장, 가공2공장, 무장부화장 등)을 중심으로 행사를 진행했다. 이날 편백나무, 에메랄드 그린, 철쭉, 맥문동, 꽃잔디 등 총 4,590주를 식재하며 쾌적한 사업장 조성과 아름다운 미래 환경 가꾸기를 실천했다. 또한, 하림의 자회사인 싱그린FS 임직원 40명도 지난 4월 1일 식목 행사

에 뜻을 함께했다. 이들은 공장 옆 산복천변에 홍가시나무 4주와 철쭉 50주 등 총 54주를 식재하며 주변 환경 개선과 지역사회 녹색 환경 조성에 기여했다. 특히, 하림은 저탄소 녹색 성장의 기반 구축을 위해 올해에도 태양광 발전 설비를 확대 설치·운영하며 온실가스 배출 감축 설비, 제품 포장재 축소, 폐기물 재활용 등 다양한 친환경 프로그램을 지속적으로 추진하고 있다. 정호석 대표이사는 “미래 세대를 위해 친환경적인 자산을 물려주어야 하는 일은 매우 중요한 부분이다”라며 “하림은 기후변화 대응에 적극적으로 준비하고 지역공동체와 함께 상생하기 위한 ESG경영 활동을 지속해 나가겠다”고 말했다.

새내기자 | 백익철 차장

4

김제사료공장 ‘CAPA UP 20%’ 증설 기공식 개최
 김제·정읍공장 인프라 확충으로 사료 생산 및 저장 능력 20% 향상 추진



우리 회사 사료사업부는 지난달 22일 전북특별자치도 김제사료공장에서 사료 생산 및 저장 능력을 대폭 향상시키는 ‘CAPA UP 20%’ 증설 기공식을 개최하고 본격적인 공사에 돌입했다. 이번 투자는 국제 곡물 가격 변동 등 불안정한 외부 환경 속에서도 사육 농가와의 상생을 최우선으로 삼고, 선행적인 사료 공급이 원활하지 않았

던 현장의 근본적인 문제를 해결하기 위한 선제적 조치다. 이번 설비 투자의 핵심은 김제와 정읍 사료공장의 생산 및 저장 인프라를 대대적으로 확충하는 데 있다. 김제사료공장의 제품 저장 빈(Bin) 용량을 기존 600톤에서 1,300톤으로 대폭 늘리고, 정읍사료공장 3호기 라인에는 팻렛기 1기를 추가 설치해 제조 역량을 한층 강화한다. 이를 통해 기존 0.7일분(1,400톤) 수준이던 저장 능력을 1.05일분(2,100톤)까지 끌어올려 든든한 공급 안정성을 확보하게 된다. 또한, 일일 생산능력 역시 기존 1,760톤에서 2,112톤으로 확대되어 하루 평균 2,000톤에 달하는 출고 물량을 원활하게 소화할 수 있게 되었다. 우리 회사는 이번 증설을 통해 충분한 설비 정비 시간을 확보, 제조 품질 지표를 더욱 안정적으로 관리하고 사료요구율(FCR)을 0.006 개선하는 등 실질적인 품질 향상을 이끌어낼 방침이다. 이날 기공식에서 정호석 대표이사는 “성공적인 증설 완공을 통한 농가와 의 상생도 중요하지만, 공사 과정에서 현장의 안전이 무엇보다 최우선 되어야 한다”며 철저한 사고 예방을 당부했다. 이어 김종설 사료사업부장은 “이번 기공식은 농가 사장님들이 사료 공급 걱정 없이 사육에만 전념할 수 있는 환경을 만들기 위한 첫걸음”이라며 “앞으로도 최고의 사료를 안정적으로 공급하는 든든한 상생 파트너가 되기 위해 전력을 다하겠다”고 포부를 밝혔다.

새내기자 | 백익철 차장

5

환절기 호흡기 질병 원천 차단 나선다... 170개 농가 IB 백신 지원

백신 구입비 50% 지원 및 올바른 접종 현장 지도 병행... 농가 생산성 보호 앞장서



우리 회사 사육사업부와 안전검사팀은 봄철 환절기를 맞아 육계 및 삼계 170개 농가를 대상으로 '전염성 기관지염(IB) 백신 구입 비용'을 전격 지원한다고 밝혔다.

양계 산업에서 봄철은 IB 등 호흡기 질병이 집중적으로 발생해 농가에 큰 경제적 타격을 주는 시기인 만큼, 생산성 저하를 막고 비용 부담을 덜어주기 위한 적극적인 상생 행보다.

지원 대상은 사전 신청을 마친 170개 농가(약 1,275만 수 규모)로, 2월 입추분부터 농장당 총 2회전 사육 분량에 대해 백신 구입비의 50%를 지원받게 된다. 이를 위해 총 9,600만 원의 예산이 투입되며, 지원되는 백신은 현재 국내에 유행 중인 변이 바이러스(K-IIcd 유전형) 방어에 최적화된 맞춤형 제품으로 엄선했다.

우리 회사는 단순한 비용 지원을 넘어 실질적인 예방 효과를 거두기 위한 현장 밀착 케어에도 나선다. 농가가 백신을 가장 효율적으로 활용할 수 있도록, 지역소장들을 통해 올바른 투약 시기와 꼼꼼한 음수 접종 방법을 현장에 적극적으로 지도할 계획이다.

방지운 안전검사팀장은 "환절기마다 찾아오는 질병은 농가의 소득을 위협하는 가장 큰 고충"이라며, "A외 유행주와 유전적 상동성이 높은 맞춤형 백신을 적기에 투여해 교차 방어력과 국소 면역을 극대화함으로써, 농가의 사육 피해를 원천 차단하겠다"고 강조했다.

새내기자 | 강승헌 사원

6

'SAP 표준원가 고도화' 추진... 데이터 기반 원가 관리 체계 확립

가금 4사 중심 현장 데이터 반영 및 기준정보 정비... 5월 중 1차 시스템 개선 및 교육 실시



우리 회사는 원가 관리 체계의 정밀도를 높이고 경영 의사결정 지원을 한층 강화하기 위해 'SAP 표준원가 고도화' 활동을 본격적으로 추진하고 있다. 지난 21일 판교세븐벤처벨리에서 열린 이번 회의는 가금 4사를 중심으로 현장의 실제 데이터를 꼼꼼히 반영해 제품의 적정 원가를 사전에 산정하는 핵심 지표인 '표준원가' 체계를 개선하는 데 초점을 맞추었다. 이날 회의에서 우리 회사는 각 계열사의 원가 담당자들과 함께 표준원가 산정 기준과 로직을 전면 재검토했다. 특히 기존 'Hatis' 원가와와의 차이점을 면밀히 분석하고 시스템을 재점검하여, SAP 시스템 내 기준정보(Master Data)의 정합성을 한 차원 끌어올리는 방향으로 개선을 진행하기로 협의했다.

현재까지 총 6개의 핵심 안건을 토대로 심도 있는 논의를 마쳤으며, 도출된 개선안을 바탕으로 오는 5월 중 1차 시스템 업데이트와 사내 원가 교육을 순차적으로 실시할 예정이다. 현장의 목소리를 즉각 반영하여 시스템의 실효성과 완성도를 높여겠다는 계획이다.

우리 회사는 이번 고도화 작업을 통해 단순한 시스템 개선을 넘어, 데이터 기반의 체계적인 원가 관리 환경을 확립하고 전사적 경쟁력을 극대화할 방침이다. 앞으로도 계열사 간의 끈끈한 협업을 바탕으로 변화하는 경영 환경 속에서도 흔들림 없는 수익 구조를 창출하며, 스마트 경영 체계 구축에 박차를 가할 것이다.

새내기자 | 김현민 대리

7

사육사업부, 농가 화재 예방 위한 '합동 전기 점검' 돌입

육계 111개 농가 대상 화재 취약 설비 정밀 진단... 사고 발생률 30% 감축 목표



우리 회사 사육사업부는 계절 농가의 화재 예방하고 안전한 사육 환경을 조성하기 위해, 지난달 4월부터 11월까지 육계 111개 농장을 대상으로 대대적인 '전기 시설 합동 점검'에 돌입한다. 이번 점검은 농가 안전을 위해 추진 중인 '전기 안전 점검 3개년 계획'의 2년 차 사업으로 마련되었다.

최근 3년간 누전 등 농장 전기·화재 사고로 약 126만 마리의 닭이 폐사하고 17억 원에 달하는 막대한 재산 피해가 발생한 바 있다. 이에 우리 회사는 위험 요소를 사전에 완벽히 차단하기 위해 발 벗고 나섰다. 사업 첫해인 지난해에는 92개 농장의 점검을 완료하여, 전년 대비 피해 수수를 약 28.7% 줄이고 1억 7,800만 원의 손실을 예방하는 값진 성과를 거두기도 했다.

올해는 외부 전기 설비 전문업체(동림건설)와 소속 지역관리자로 구성된 합동 점검반을 현장에 투입해 배전반, 노후 전선 등 화재 취약 설비를 정밀 진단하고 즉각적인 시설 보안을 지도할 예정이다. 이를 통해 올해 농가 전기 사고 발생률(피해 수수 기준)을 전년 대비 30% 이상 획기적으로 감축한다는 뚜렷한 목표를 세웠다.

이강현 사육사업부장은 “농장 화재 예방은 농가의 막대한 재산 피해를 막는 동시에, 닭고기 시장의 수급 안정화로 이어져 궁극적으로 소비자에게 혜택이 돌아가는 상생 경영의 핵심”이라며, “철저한 예방 점검으로 모두가 안심할 수 있는 먹거리 공급망을 유지하는 데 최선을 다하겠다”고 밝혔다.

새내기자 | 강승현 사원

8

네이처델리, 수도권 임직원 대상 '스킨십데이' 성료... 소통과 협업 다져

광고산 등반하며 부서 간 장벽 허물어... “건강한 조직문화 조성 지속할 것”



특히 이번 스킨십데이는 단순한 체육 활동을 넘어, 구성원 간의 심리적 거리감을 좁히고 상호 신뢰를 쌓는 데 집중했다. 산행 중간중간 이루어진 자유로운 대화를 통해 평소 업무 접점이 적었던 타 부서 동료들과도 한층 가까워지는 뜻깊은 교류의 장이 되었다.

산행을 마친 후에는 오찬과 휴식 시간이 이어져 친목을 더욱 단단히 다졌다. 참석자들은 현장의 다양한 경험을 나누며 조직 전반에 대한 이해도를 높였다. 행사에 참여한 직원들은 “자연 속에서 동료들과 맘 흘리며 한층 더 가까워진 기분이다”, “사무실에서는 나누기 어려웠던 속 깊은 이야기를 편

우리 회사 네이처델리는 지난 16일 광고산 일대에서 수도권 근무 임직원 약 40명이 참석한 가운데 '스킨십데이' 행사를 성황리에 개최했다. 이번 행사는 수도권 지역 임직원 간의 유대감을 끈끈하게 다지고, 부서 간 원활한 소통과 협업 문화를 조성하기 위해 마련됐다.

이날 참가자들은 광고산 등반을 함께하며 답답한 사무실을 벗어나 자연 속에서 재충전하는 힐링의 시간을 가졌다. 완만한 산책로부터 다소 숨이 차는 경사 구간까지 서로 발을 맞추고 밀어주며 걷는 동안 자연스럽게 대화가 오갔고, 평소 서먹했던 팀 간의 장벽을 허무는 훈훈한 풍경이 연출됐다.

하게 나눌 수 있어 무척 의미 있었다”며 밝은 미소로 긍정적인 반응을 보였다.

네이처델리 사업부 김현진 사원은 “이번 스킨십데이는 단순한 단합 행사를 넘어, 조직 내 소통을 활성화하고 협업의 기반을 튼튼히 다지는 중요한 시간이었다”며, “앞으로도 임직원 간의 긍정적인 스킨십을 확대하고 건강한 조직문화를 가꿔나가기 위한 다양한 프로그램을 지속적으로 추진하겠다”고 밝혔다.

새내기자 | 남다빈 대리

“MZ와 꼰대 사이, 우리가 놓친 질문 하나”

요즘 온라인, 오프라인 가리지 않고 자주 보이는 단어가 있습니다.

‘MZ’, 그리고 ‘꼰대’. 어떤 행동은 “요즘 친구들은 왜 저럴까”라는 말로 정리되고, 어떤 말투는 “너무 꼰대 같은 거 아니야?”라는 반응으로 돌아옵니다. 서로를 설명하는 말 같지만, 가만히 들여다보면 이 단어들은 이해보다 ‘거리’를 만드는 표현에 더 가까운 것 같습니다.

일을 하다 보면 비슷한 장면을 자주 마주하게 됩니다. 누군가는 “일단 해보면서 맞춰보자”고 말하고, 누군가는 “처음부터 기준을 잡고 가야 한다”고 말합니다. 누가 맞고 틀린 문제라기보다 일을 바라보는 기준이 다른 경우가 많습니다. 조금 더 빠르게 움직이는 것을 중요하게 생각하는 쪽, 조금 더 안정적으로 쌓아가는 것을 중요하게 생각하는 쪽.

각자의 방식에는 나름의 이유가 있습니다. 대부분은 틀렸다고보다, ‘다른 경험에서 나온 선택’에 가깝습니다. 하지만 우리는 종종 그 차이를 ‘요즘 세대라서’, 혹은 ‘예전 방식이라서’라고 쉽게 정리해버립니다. 그 순간부터 대화는 줄어들고, 이해 대신 판단이 먼저 자리 잡게 됩니다. 돌이켜보면 누군가는 더 나은 효율을 고민하고 있었고, 누군가는 리스크를 줄이기 위해 기준을 지키고 있었을 뿐인데 말입니다.

결국 문제는 태도가 아니라, ‘왜 그렇게 생각하는지’를 묻지 않았던 데 있었던 건 아닐까요.

요즘은 오히려 이렇게 생각해 보려고 합니다. 빠르게 바꾸려는 시도도 필요하고, 지켜야 할 기준을 강조하는 태도도 필요하다고. 둘 중 하나가 틀린 것이 아니라, 함께 있어야 균형이 맞는 것이라고.

그래서 더 중요한 건 누가 더 맞는지 가리는 것이 아니라, 서로의 이유를 한 번 더 들어보는 일이라고 생각합니다. “왜 그렇게 생각하셨어요?” 이 한 문장이 생각보다 많은 것을 바꿉니다. 우리는 같은 공간에서, 같은 목표를 향해 일하고 있습니다. 다만 그 방법이 조금 다를 뿐입니다. 그 차이를 줄이려 하기보다, 이해하려는 시도가 조금만 더 늘어난다면 ‘MZ’도, ‘꼰대’도 아닌 그냥 함께 일하는 ‘우리’로 보이게 되지 않을까요.



이달의 신제품

신제품 ‘오븐구이’ 3종 출시

반조리 공법으로 ‘진짜’ 프랜차이즈 치킨의 맛을 경험하다!



우리 회사가 신제품 ‘오븐구이’ 3종(△조각치킨 △순살치킨 △윙봉컴보)을 출시했다.

고물가 여파로 식품업계가 배달 치킨을 대신할 냉동치킨 제품을 다양하게 선보이고 있는 가운데 하림은 ‘오븐구이’ 시리즈를 새롭게 출시했다. 시중에 나와있는 냉동치킨 제품들은 후라이드 혹은 후라이드에 소스를 입힌 제품들이 많으나, 제조 및 조리에 신경을 써도 배달 주문해 맛보는 치킨의 퀄리티까지는 구현이 어렵다. 반면 하림 오븐구이 시리즈는 프랜차이즈 오븐치킨 매장에서 사용하는 오븐과 가열 방식이 유사한 에어프라이어로 조리하기 때문에 집에서 조리해도 배달 치킨의 맛을 그대로 경험할 수 있다.

‘하림 오븐구이’ 시리즈는 제조 과정에서 열처리를 최소화하는 ‘반조리 공법’을 적용해 집에서 육즙 가득한, 촉촉한 오븐구이를 맛볼 수 있게 했다. 간편식을 집에서 데우거나 익히면 과조리(overcook) 되어 맛과 식감이 떨어질 수 있다는 단점이 있어, 이를 해소하기 위해 소비자가 에어프라이어로 조리하는 시간까지 감안한 최소한의 열처리만으로 닭고기 본연의 풍미를 살렸다. 해동 없이 에어프라이어에 돌리면 오븐에서 갓 구워 낸 듯한 고급스러운 닭고기 구이가 완성된다.

‘하림 오븐구이’는 간장과 마늘을 최적의 비율로 섞어 만든 감칠맛 풍부한 특제 소스를 입혀 중독성 있는 ‘단짠단짠’ 풍미가 매력적이다. ‘오븐구이 조각치킨’은 100% 국내산 냉장 닭고기의 다리, 날개, 몸통 등 인기 부위를 골라 담았다. ‘오븐구이 순살치킨’은 부드러운 닭다리살 부위만 사용해 딱딱하지 않고 쫄깃하면서 아삭아삭한 닭고기 순살의 깊은 맛을 제대로 맛볼 수 있다. ‘오븐구이 윙봉컴보’는 부드러운 속살을 발라 먹는 재미가 있는 날개 부위만으로 구성됐다.

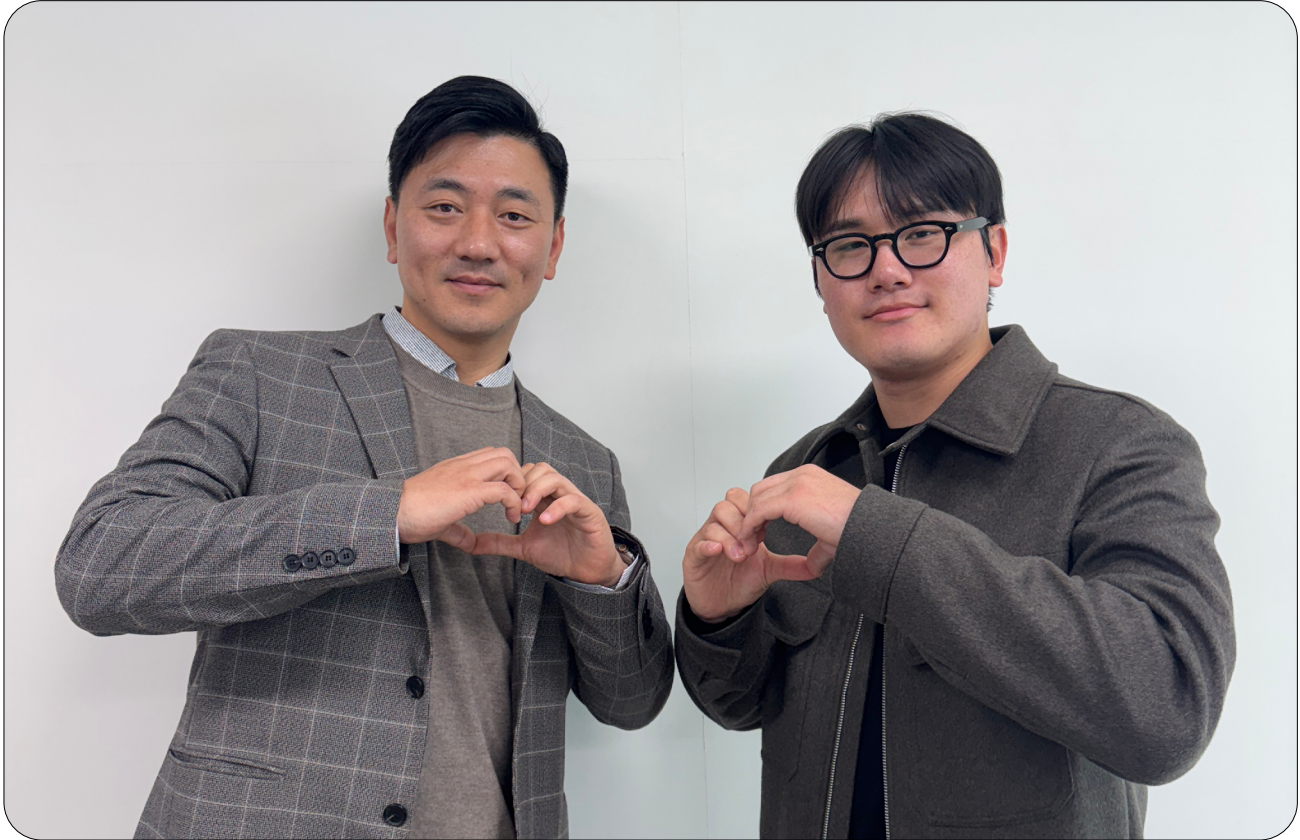
‘오븐구이 시리즈’ 3종은 온라인, 오프라인 유통 매장에서 판매 중이며, 하림 공식 온라인 쇼핑몰인 하림몰(www.harimmall.com)에서도 만날 수 있다.

하림 마케팅팀 관계자는 “집에서도 외식이나 배달 못지 않은 오븐구이 닭고기 요리를 간편하게 맛볼 수 있도록 ‘반조리 공법’을 적용한 신제품을 선보였다”며 “앞으로도 간편함은 기본, 신선한 닭고기의 깊은 풍미를 통해 진짜 외식의 맛을 제대로 경험할 수 있는 차별화된 제품 개발에 힘쓰겠다”고 말했다.



땅끝까지 책임지는
전남지점을 만나다

전남지점을 소개합니다



1. 전남지점, 한 줄로 말하면?

"끈끈한 정(情)과 발품으로 승부하는 전남지점"

모든 지점 중 가장 적은 거래처와 거래하지만, 그만큼 한 곳 한 곳과의 거래 규모와 유대감은 전국 1등이라고 자부하는 소수정예 영업맨입니다.

2. MBTI로 알아보는 전남지점

전남지점
불도저
안태규 차장(지점장)
ESTP



"겉보기엔 거침없는 '마이웨이 상남자' 같지만, 현장에서는 거래처 사장님들의 어려운 곳을 귀신같이 끊어주는 마성의 영업맨입니다."

젊음과 패기로 승부하는
MZ사원
임형준 사원
ESTP



"특유의 싹싹함과 통통 튀는 센스로 거래처 사장님들의 사랑을 독차지하는 전남지점의 떠오르는 메이스입니다."

3. 전남지점, 이렇게 일해요

① ‘선택과 집중’을 통한 거래처 밀착 관리

관할 구역이 넓은 만큼 효율적인 동선과 전략이 필수입니다. 단순히 물건을 납품하는 것을 넘어, 거래처의 매출 증대와 진열 상태까지 함께 고민하는 든든한 비즈니스 파트너로 일합니다.

② 사무실 책상보다 익숙한 운전대와 현장

전남 전역을 누비며 현장에서 답을 찾습니다. 책상 앞에서의 기획보다 매장의 생생한 반응과 지역 상권의 변화를 직접 눈으로 확인하고 발로 뛰며 영업 현장을 책임집니다.

③ 지역 특성에 맞춘 발 빠른 대응력

각 지역과 마트, 대리점 특성에 맞는 프로모션을 기획하고 즉각적으로 실행합니다. 갑작스러운 이슈나 거래처의 요청 사항에도 유연하고 빠르게 대처하며 현장 점유율을 탄탄하게 다져갑니다.

4. 가장 인상 깊었던 에피소드는?!

“반품을 막아낸 500박스 상하차”

한 주요 거래처에서 규격 혼입으로 인하여 물량 500박스를 전량 반품하겠다고 하신 적이 있습니다. 반품으로 인한 손실을 막기 위해 저희가 직접 팔을 걷어붙였습니다. 창고 한구석에서 500박스를 하나하나 직접 나르고, 다시 꼼꼼히 정리하여 땀 흘리며 직접 상하차를 하는 모습에 사장님도 결국 마음을 돌리셨습니다. 몸은 고된 하루였지만, 그 물량이 반품되지 않고 정상적으로 입고 되었을 땐 영업사원으로서 말로 다 할 수 없는 목직한 보람을 느꼈습니다.



5. 전남지점 생존 가이드 TOP 3

① 장거리 운전을 거뜬히 소화하는 체력과 컨디션 관리

→ 전남 전역이 우리의 무대! 넓은 권역을 담당하다 보니 차 안에서 보내는 시간이 많습니다. 장거리 이동에도 지치지 않고 거래처 사장님들께 늘 밝은 에너지를 전달할 수 있는 꾸준한 체력 관리는 기본 중의 기본입니다.

② 단단한 멘탈과 꾸준함

→ 영업을 성과는 꺾이지 않는 마음에서! 처음부터 모든 제안이 환영받을 수는 없습니다. 거절당해도 상처받지 않고, 다음 날 다시 밝게 웃으며 문을 두드리는 꾸준함이야말로 굳게 닫힌 마음을 여는 최고의 무기입니다.

③ 자연스러운 스피치

→ 영업의 시작은 가벼운 안부 인사부터! 지역 소식이나 거래처 사장님의 관심사를 자연스럽게 대화로 이끌어내는 센스가 필요합니다. 부달스럽지 않은 넉살로 거리를 즐기는 것이 핵심입니다.

우리 가족 소개 보고서

가정의 달, 사랑과 웃음이 가득한 우리 가족 소개 보고서를 공개합니다.

기획관리팀
소경선 차장



1. 우리 집 역할 분담

- 아들: 요리, 애교 담당(특별 요리 전문가)
- 남편: 청소 담당(정리정돈 전문가)
- 나: 사랑과 응원 담당(가족 분위기 메이커)



2. 그 역할이 생긴 이유는?

퇴근 후 저녁 식사 시간마다 아들이 유튜브를 보며 특별한 요리를 자주 만들어 주어 자연스럽게 요리 담당이 되었습니다.
남편은 집안에 흐트러져 있는 물건이 있으면 누구보다 열정적으로 정리정돈을 해 청소 담당을 맡고 있습니다.

3. 우리 집만의 규칙 or 웃긴 에피소드

약속은 사랑의 또 다른 이름이며, 기다림을 설렘으로 바꾸는 마법이다.

4. 가족에게 보내는 한 줄 편지

어떤 상황이 우리를 흔들어도 서로를 향한 미소만은 흔들리지 않는, 든든한 내 편이 되어 줘서 고마워요.

사육1팀
강상원 과장



1. 우리 집 역할 분담

- 아버지: 정보 전달 담당(독서 괴물)
- 어머니: 기도 담당(천주교 신자)
- 여동생: 해결사(MBTI: ISTJ)
- 나: 철딱서니 담당



2. 그 역할이 생긴 이유는?

아버지는 은퇴 후 매일 도서관에서 책을 읽으십니다. 많은 독서를 통해 쌓은 방대한 지식을 가족들에게 전달하는 데 큰 보람을 느끼십니다.
어머니는 독실한 천주교 신자로, 항상 우리 가족들이 잘되기를 기도하십니다.
이상하게도 어머니가 기도하실 때마다 일이 잘 풀려 중요한 일을 앞두고는 어머니께 기도를 부탁드리곤 합니다.
여동생은 가족들에게 어려운 일이 생길 때마다 항상 해결책을 제시해 주는 해결사입니다. 외고를 거쳐 고려대학교를 졸업한 엘리트로, 우리 가족의 무한한 신뢰를 받고 있습니다.

3. 우리 집만의 규칙 or 웃긴 에피소드

아버지가 멕시코 현지 법인장으로 계시던 시절, 온 가족이 멕시코에서 6개월간 생활했던 기억이 남아있습니다.
또 어렸을 때 어머니께서 달리기 선수 출신이라고 하셨는데, 정작 달리기 시험에서 꼴등 하셨던 일이 아직도 기억이 남습니다.

4. 가족에게 보내는 한 줄 편지

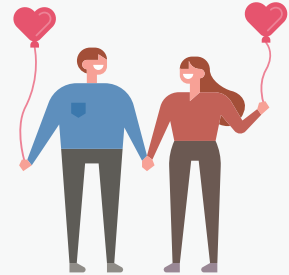
어려울 때나 기쁠 때나 항상 함께 해줘서 고맙고, 엄마 아빠는 이제 건강 잘 챙기시고, 동생은 건강한 가정을 잘 꾸려서 우리 모두 행복하게 살자.

온라인사업부
강민지 대리



1. 우리 집 역할 분담

남편: 요리 담당(방구석 요리사)
나: 메뉴결정 & 맛있게 먹기 담당(오늘의 메뉴 큐레이터)



2. 그 역할이 생긴 이유는?

남편은 평소 요리하는 것을 좋아해서 자연스럽게 요리 담당을 맡게 되었고,
저는 요즘 유행하는 메뉴나 새로운 음식을 찾아보고 먹어보는 걸 좋아해서 메뉴 정하는 역할을 맡게 되었습니다 :)

3. 우리 집만의 규칙 or 웃긴 에피소드

평일에는 바쁜 일상을 보내다 보니 “오늘은 각자 쉬기”를 자연스럽게 인정해주는 편입니다.
각자의 시간도 중요하게 생각해서 서로의 쉬는 시간을 존중해 주는 것이 우리 집만의 규칙입니다.
대신 주말에는 함께 맛있는 걸 먹으면서 한 주를 정리하는 시간을 가지려고 합니다.

4. 가족에게 보내는 한 줄 편지

항상 고마워, 지금처럼 건강하게 잘 지내자

회계팀
김승현 사원



1. 우리 집 역할 분담

아버지: 미식가
어머니: 정신적 지주
큰 누나: 얼리어답터(기계 수리 전문가)
작은 누나: 분위기 담당
나: 심부름 담당(물류 유통 총괄)
반려견 태양: 산책 전문가



2. 그 역할이 생긴 이유는?

저는 심부름을 하면서 받은 카드로 추가로 먹고 싶은 것을 사온 뒤로 자연스럽게 심부름 담당이 되었습니다.
반려견 태양이는 하루라도 산책을 나가지 않으면 앓는 소리를 내기 때문에 산책 전문가를 맡고 있습니다.

3. 우리 집만의 규칙 or 웃긴 에피소드

서로 다투지 않고 가족의 화목을 집안의 제1 원칙으로 삼습니다.
매일 웃음이 끊이지 않는 행복한 일상을 함께 만들어가는 것을 최우선으로 생각합니다.

4. 가족에게 보내는 한 줄 편지

다들 일하느라 얼굴 보기 힘들지만, 다음 황금연휴만큼은 일 생각은 싹 잊고 다 같이 여행 가서 마음껏 웃으며 행복하게 놀아요

강릉 '맛애정'

강릉 명물 순두부와 부드러운 토종닭의 환상적인 하모니

강릉역 인근에 위치한 '맛애정'은 깔끔한 매장과 친절한 서비스, 건강한 재료 본연의 맛이 돋보이는 곳이다. '맛·애정·정성'을 담았다는 이름처럼 음식 전반에서 사장님의 철학과 진심을 느낄 수 있다.



<정보>

위치: 강원 강릉시 옥천동 318-1

전화번호: 0507-1396-0363

영업시간: 11:00~21:00 (15:00~17:00 브레이크타임)

14:00, 20:00 라스트오더 (매주 수요일 정기휴무)

주차: 매장 전용 주차장

편의시설 및 서비스: 남,여 화장실 구분, 포장, 단체, 유아의자, 좌석휠체어 이용 가능

<주요 메뉴>

- 해물 닭볶음탕
- 초당 순두부 닭볶음탕
- 흥합 오븐구이



이곳의 닭볶음탕은 취향에 따라 신선한 해물이나 고소한 초당 순두부를 선택해 이색적으로 즐길 수 있다. 강릉의 특색을 듬뿍 담아낸 ‘초당 순두부 닭볶음탕’은 얼큰하고 칼칼한 국물에 명물 초당 순두부와 닭고기가 완벽하게 어우러진 특허 받은 스투 요리다. 자연 방목한 11호 토종닭을 저온에서 익혀 육즙을 가두는 진공 수비드, 압력밥솥 조리, 그리고 풍미를 극대화한 정제버터인 기(Ghee) 버터 로스팅까지 3차에 걸쳐 조리하여, ‘토종닭은 질기다’는 편견을 깨고 아들아들한 식감을 자랑한다. 특히 상황 버섯, 삼채, 당귀 등 각종 약초를 베이스로 한 육수는 인위적이지 않고 깊은 맛을 내어 질리지 않고 계속 손이 간다.

함께 곁들이기 좋은 ‘홍합 오븐구이’는 마늘 소스와 빵가루를 올려 바삭한 과자 같은 식감으로 별미 역할을 톡톡히 한다. 진하게 우려낸 남은 국물에는 칼국수, 라면 사리나 고소한 ‘치즈 볶음밥’을 추가해 보자. 깊고 진한 육수를 흠뻑 머금어 남은 국물과 환상적인 조화를 이룬다. 강릉 명물 초당 순두부를 더욱 특별하고 든든하게 즐기고 싶다면, 깊은 정성이 담긴 ‘맛애정’이 후회 없는 선택이 될 것이다.



3줄로 정리한 강릉 ‘맛애정’

- 수비드, 압력밥솥 조리, 기(Ghee) 버터 로스팅으로 극강의 부드러움을 살린 토종닭
- 유기농 약초 육수와 초당 순두부, 해물이 어우러진 특허받은 얼큰 달큰 스투
- 홍합 오븐구이와 진한 국물에 곁들이기 좋은 칼국수, 치즈 볶음밥 추천



칭찬 챌린지



김지연 과장 총무팀 → **이동희 사원** 안전보건팀

저는 안전보건팀 이동희 사원을 칭찬합니다! 이동희 사원은 작업 전 잠재적인 위험요소를 꼼꼼히 점검하고 근로자들에게 안전수칙을 적극적으로 안내함으로써 사고를 사전에 예방하는 데 큰 역할을 하고 있습니다. 이러한 세심한 관리와 철저한 준비는 현장의 안전 수준을 한층 더 높이는 데 중요한 기반이 되고 있습니다. 또한 현장 곳곳을 지속적으로 순찰하며 위험 요소를 점검하고 필요한 부분에 대해서는 즉각적인 지도와 개선을 이끌어내며 새내 안전 문화 정착에 앞장서고 있습니다. 눈에 띄지 않는 곳에서도 묵묵히 역할을 다하며 모두가 안심하고 일할 수 있는 환경을 만들어주고 계신 점에 깊은 감사의 마음을 전합니다. 앞으로도 지금과 같은 책임감과 헌신으로 현장의 든든한 버팀목이 되어주시길 응원합니다. 감사합니다!



송다윤 대리 홍보팀 → **이홍구 사원** 총무팀

총무팀 이홍구님을 칭찬합니다. 이홍구님께서 맡고 있는 시설 유지보수 업무를 언제나 성실하고 책임감 있게 수행하며 안정적인 시설 운영을 위해 묵묵히 힘써주고 계십니다. 특히 문제 발생 시에는 신속하고 정확한 대응으로 시설 이용자들의 불편을 최소화하고 상황을 빠르게 정상화하는 데 큰 역할을 하고 계십니다. 또한 사전에 예방 점검을 철저히 수행하여 사고를 미연에 방지하는 등 보이지 않는 곳에서도 꼼꼼하게 관리해주시는 모습이 인상적입니다. 이러한 노력 덕분에 구성원 모두가 보다 안전하고 쾌적한 환경에서 업무에 집중할 수 있습니다. 더불어 늘 한결 같이 밝은 미소로 인사를 건네고 따뜻하게 받아주시는 이홍구님의 모습에 감사드리며 앞으로의 모든 길을 진심으로 응원합니다!



신영재 사원 생산3팀(익산) → **김정희 사원** 생산3팀(익산)

김정희 사원은 하림에 오랜 기간 근무하셨음에도 누구보다 솔선수범하며 앞장서는 모습이 인상적입니다. 또한 쉽지 않은 상황에서도 늘 상대를 배려하는 태도로 주변에 좋은 영향을 주고 계십니다. 특히 신규 입사 직원들이 낯선 환경에 잘 적응할 수 있도록 진심 어린 조언과 격려를 아끼지 않으시며 질타보다는 공감과 가르침으로 이끌어 주시는 모습이 큰 귀감이 되고 있습니다. 이러한 따뜻한 리더십과 책임감 있는 자세에 깊은 감사의 마음을 전하며 앞으로도 많은 이들에게 좋은 본보기가 되어주시길 응원합니다. 감사합니다.



칭찬 릴레이



지윤경 사원 기획관리팀 → **심형준 과장** 디지털혁신팀

하림의 '천사'라고 불리는 디지털 혁신팀 심형준 과장님을 칭찬합니다. One ERP라는 새로운 시스템이 도입된 이후, 업무 환경이 크게 변화하면서 예상치 못한 여러 문제와 어려움이 발생하곤 했습니다. 모두가 바쁘고 정신없는 상황 속에서 심형준 과장님께서 늘 한결 같이 친절하고 차분한 태도로 해결의 방향을 제시해 주셨습니다. 또한 빠르고 정확한 피드백으로 업무 흐름이 끊기지 않도록 도와주신 덕분에 여러 부서에서 보다 원활하고 효율적으로 업무를 이어갈 수 있었습니다. 바쁜 일정 속에서도 문의 하나하나를 소홀히 하지 않고 세심하게 대응해 주시는 모습에서 깊은 책임감과 배려를 느낄 수 있었습니다. 보이지 않는 곳에서 조직 전체의 원활한 운영을 위해 애써주시는 그 노고에 늘 감사한 마음을 가지고 있습니다. 이러한 감사의 마음을 칭찬 릴레이를 통해 전하며 앞으로도 지금까지처럼 많은 이들에게 든든한 지원군이 되어주시길 진심으로 응원합니다!



송대성 대리 공무팀 → **조홍석 차장** 공무팀(익산)

안녕하세요! 정읍공장 공무팀 송대성입니다. 제가 칭찬하고 싶은 분은 익산공장 공무팀의 조홍석 차장님입니다. 하림에 입사하여 도계설비 관리 업무를 수행한 지 어느덧 5년이 되었습니다. 반복되는 일상적인 업무뿐만 아니라 현장 안전 관리와 설비 개선, 그리고 예기치 못한 긴급 대응 상황까지 다양한 업무를 수행하는 과정에서 크고 작은 고민과 어려움이 따르곤 했습니다. 그럴 때마다 익산공장의 조언과 도움이 필요했는데 조홍석 차장님께서 언제나 유쾌하고 긍정적인 태도로 기꺼이 도움의 손길을 내밀어 주셨습니다. 바쁜 업무 속에서도 한 번도 귀찮은 내색 없이 상황을 함께 고민해 주시고 실질적인 해결 방향을 제시해 주시는 모습에서 깊은 책임감과 배려를 느낄 수 있었습니다. 비록 직접 볼 수 있는 기회는 많지 않았지만 차장님께서 건네주신 한마디 한마디와 따뜻한 지원은 현장에서 업무를 수행하는 데 큰 힘이 되었습니다. 이러한 차장님의 긍정적인 에너지와 태도는 단순한 업무 지원을 넘어 저 스스로도 후배와 동료들에게 좋은 영향을 주는 구성원이 되고 싶다는 다짐을 하게 만들었습니다. 도움을 받는 입장에서 끝나는 것이 아니라 그 마음을 이어가는 사람이 되어야겠다는 생각을 하게 해주신 점에서 더욱 감사한 마음을 느끼고 있습니다. 앞으로도 변함없이 많은 이들에게 든든한 버팀목이 되어주시길 진심으로 응원합니다.



조영재 과장 물류팀(가공) → **김보미 사원** 사육기획팀

제가 칭찬하고 싶은 분은 사육기획팀의 김보미 사원입니다. 부서 이동 전, 생산팀에서 함께 근무하며 업무적으로 부딪히는 순간들도 있었지만 그럴 때마다 김보미 사원은 늘 밝은 태도로 상황을 풀어가며 긍정적인 자세로 업무에 임해주었습니다. 업무를 하다 보면 크고 작은 어려움이 따르기 마련인데도 힘든 기색 없이 책임감을 가지고 끝까지 해내는 모습은 주변 사람들에게도 좋은 영향을 주었습니다. 그 모습을 지켜보며 자연스럽게 많은 것을 배우게 되었고 함께 일하는 동료로서 깊은 신뢰를 느낄 수 있었습니다. 비록 지금은 부서 이동으로 함께 업무를 진행하지는 않지만 지금까지 보여주시는 밝고 성실한 모습이라면 새로운 부서에서도 분명 많은 사랑과 신뢰를 받는 구성원이 될 것이라 확신합니다. 밝은 에너지와 긍정적인 태도로 주변을 환하게 만드는 김보미 사원을 진심으로 칭찬하며 앞으로의 모든 걸음을 응원하겠습니다!

새내기자 | **정진 사원**

초보자도 할 수 있다! AI를 활용한 업무 수행



<AI를 활용한 업무 수행 샘플>

Jane: Hi Mark, (A) I used AI to draft the initial version of the report.

Mark: That's great! How did it turn out?

Jane: Pretty well. (B) It helped me analyze the data and summarize key insights.

Mark: Impressive. (C) Did you review and refine the content?

Jane: Yes, I edited it to ensure accuracy and clarity.

Mark: Excellent. (D) Can you share the AI-generated draft with the team?

Jane: Of course. I'll upload it to the shared folder in Google Drive.

Mark: Perfect. How much time did you save using AI?

Jane: About two hours. It significantly improved my productivity.

Mark: That's efficient. (E) Let's continue leveraging AI for future projects.

Jane: Agreed. It will streamline our workflow.

제인: 안녕하세요, Mark. AI를 활용해 보고서 초안을 작성했습니다.

마크: 훌륭하네요! 결과는 어땠나요?

제인: 매우 만족스러웠습니다. 시가 데이터를 분석하고 핵심 인사이트를 요약하는 데 도움을 주었습니다.

마크: 인상적이네요. 내용을 검토하고 수정했나요?

제인: 네, 정확성과 명확성을 위해 편집했습니다.

마크: 좋습니다. 시가 생성한 초안을 팀과 공유해 주시겠어요?

제인: 물론입니다. 구글 드라이브 공용 폴더에 업로드 하겠습니다.

마크: 훌륭합니다. AI를 사용해 얼마나 시간을 절약했나요?

제인: 약 두 시간입니다. 생산성이 크게 향상되었습니다.

마크: 매우 효율적이군요. 앞으로도 시를 적극 활용합시다.

제인: 동의합니다. 업무 프로세스가 더욱 간소화될 것입니다.

<AI를 활용한 업무 수행 패턴>



(A) 업무 수행 보고하기

• **I used AI to + [업무]. / I leveraged AI to + [업무]**
 ex. I leveraged AI to prepare presentation materials.
 (AI를 활용해 프레젠테이션 자료를 준비했습니다.)

(B) AI 활용 결과 설명하기

• **It helped me + [성과]. / AI helped me + [업무]**
 ex. AI helped me organize large amounts of information efficiently.
 (AI는 방대한 정보를 효율적으로 정리하는 데 도움을 주었습니다.)

(C) 결과 검토 및 수정 여부 확인하기

• **Did you review and refine + [결과물]? / Did you verify + [항목]?**
 ex. Did you review and refine the content?
 (내용을 검토하고 수정했나요?)
 ex. Did you verify the accuracy of the AI-generated output?
 (시가 생성한 결과의 정확성을 확인했나요?)

(D) 결과 공유 요청하기

• **Can you share + [자료] with + [대상]? / Could you upload + [파일]?**
 ex. Could you upload the file to the shared drive?
 (파일을 공용 드라이브에 업로드해 주시겠어요?)

(E) 향후 제안하기

• **Let's continue leveraging AI for + [목적]. / It will streamline + [업무].**
 ex. Let's continue leveraging AI for future projects.
 (향후 프로젝트에도 시를 계속 활용합시다.)
 ex. It will streamline our workflow.
 (시是我们的 업무 프로세스를 간소화할 것입니다.)



지지기 전에 알아두는 신호와 관리법

번아웃 증후군, 미리 알고 관리하기

번아웃 증후군이란?

번아웃(Burnout)

지속적인 업무 스트레스와 과로로 인해 신체적·정신적 에너지가 완전히 소진된 상태
단순한 피로와는 다르게, 쉬어도 회복이 잘 안 되고
일에 대한 의욕 자체가 떨어지며 감정적으로 무기력해지는 것이 특징

이런 신호가 보인다면 번아웃 의심!

- 출근 전부터 피로감이 느껴진다
- 업무에 대한 의욕이 이전보다 줄었다
- 퇴근 후에도 쉽게 회복되지 않는다
- 사소한 일에도 짜증이나 예민함이 늘었다
- 일의 의미나 보람이 잘 느껴지지 않는다
- 집중력이 떨어지고 실수가 잦아졌다

2~3개 이상 해당된다면,
몸이 보내는
'경고 신호'일 수 있습니다.

번아웃 관리 포인트

1. 일의 강도 관리

하루 업무를 To-do 리스트로 정리하고
“집중이 필요한 일 / 단순 처리 업무”로 나누기
에너지가 높은 시간에는 중요한 업무 먼저 처리

모든 일을 100% 완벽하게 하려 하지 않기!



2. 업무 효율 리듬 만들기

점심시간에는 업무 생각 잠시 내려놓기
짧은 산책, 스트레칭으로 몸과 머리 한기
집중이 떨어지기 전에 잠깐씩 리셋하기

내려놓기, 한기하기 리셋하기!



3. 조직에 도움 요청하기

업무 부담은 미리 공유하고 혼자 끌어안지 않기
팀원·상사와 우선순위와 일정 조율하기
구체적으로 상황을 설명하고 도움 요청하기

업무 공유는 미리미리,
일정 조율, 도움 요청하기!



4. '회사의 나'와 '일상 속 나' 분리하기

퇴근과 동시에 업무 스위치 OFF!
퇴근 후 메신저·메일 확인은 최소화하기

운동, 취미, 충분한 수면으로
은전한 '나의 시간' 확보하기!



조금 천천히 가도 괜찮습니다.
중요한 것은 멈추지 않고 지속하는 것입니다.
오늘 하루, 내 업무 속도와 리듬을 한 번 점검해보는 것은 어떨까요?



눈으로 보는 하림

2026년 4월의 주요행사 모습입니다.
지난 추억들을 살펴보세요



0401_이달의 하림인 시상식
우리 회사는 직원 11명을 선정해 이달의 하림인 시상식을 진행했다



0405_부활절 행사
우리 회사 신우회가 부활절 기쁨나눔 행사를 진행했다.



0409_사랑의 헌혈 캠페인
우리 회사가 생명 나눔을 실천하는 사랑의 헌혈 캠페인을 진행했다.



0416_삼기부화장 리모델링 완공식
우리회사 삼기부화장이 1차 리모델링 공사를 성공적으로 마무리하고 완공식을 개최했다.



0422_정음 PAC시상
정음 PAC 시상을 통해 우수 성과를 달성한 직원들을 격려하고 품질 및 생산성 향상을 독려했다.



0424_네티나무 마트
웅인 동부지점 사업장을 방문해 시장 상황과 진열상태 등을 점검하고 현장 직원들을 격려했다.



0428_하림그룹협력업체세미나
익산에 위치한 국가식품클러스터에서 하림그룹 전 가금사 협력업체를 대상으로 식품위생관련 세미나 진행했다.

하림과 함께한 사람들

0410 전주대학교 류두현 총장님 일행 방문



하림 (주)하림-전주대학교 농생명AX 기반 산학협력 업무 협약

0422 이마트 바이어



0425

피오봉사단



0429

우리은행 대기업 심사부



HCR 견학객 HCR투어 신청은 하림푸드투어 홈페이지를 통해 가능합니다

4월에는 전주대학교 류두현 총장님 일행, 우리은행 대기업 심사부, 우석대학교, 고창교육지원청, 전북기계공고 등 4,150여 명이 방문해 주셨습니다



이달의 Quiz

5월 가정의 달,
가족과 함께 하기 좋은 활동은 무엇일까요?

- ① 함께 HCR(Harim Chicken Road) 투어 하기 ♥
- ② 각자 산책하기
- ③ 각자 방에서 휴대폰만 보기



정답 제출 방법

답장을 보내주신 분들 가운데 추첨을 통해 '하림 선물세트'를 드립니다.

참여 시, 번호와 선택한 이유, 이름, 전화번호, 주소를 함께 보내주세요.

[메일주소]
E10202932@harim.com

239호 퀴즈 당첨자

전*연 익산시 부송1로83
마*성 전북 익산시 무왕로32길85
전*성 광주광역시 광산구 수등로 205
이*아 전주시 완산구 효자동3가



하림 닭가슴살 육수로
깔끔하고 고소한

닭가슴살 단백질



하림

알베이스로 담백한

닭가슴살
단백질

고소한 맛

21g
저당
저지방
PROTEIN

240 ml(120 kcal) | 닭가슴살 육수(고형분 함량 0.03%) 99%, 쌀레이스트(고형분 함량 3.8%) 닭가슴살단백질 0.1%



고소한 맛