



CONTENTS



HD MESSAGE

PROLOGUE

- 06 · 아산(峨山)이 남긴 철학
· 정주영 창업자 타계 25주기 추모 행사

HD INSIDE

FESTIVAL

- 12 현장스케치
HD해피워크

STORY

- 16 HD 돌보기
· HD현대마린솔루션, 타운홀 미팅
· HD건설기계, 콘엑스포(CONEXPO) 참가
- 20 HD HYUNDAI NEWS
- 24 미래를 여는 HD
· 세계 최초 대형 컨테이너선 '수중방사소음' 인증
· 전사 AI 대전환 선포 ... 조직 혁신의 본격 출발

PEOPLE

- 26 현장을 가다
HD현대오씨아이 지원팀
- 30 오피스 인터뷰
HD현대사이트솔루션 스마트안전기술팀
- 32 스타 플레이어
· 공학전문기술식사 3인방
· '굴착기 부녀(父女)'의 특별한 동행



HD CULTURE

SOCIAL

- 36 미라클 HD
- 38 사랑을 나눕시다
- 40 HD SNS 픽
· HD현대오일뱅크, '오일전사' 탄생의 서막
· HD건설기계, 기업 합병 AI 영상 '화제'
- 44 우리네 이웃
· 울산 HD FC
· HD아트센터

INSIGHT

- 48 로컬 재발견
이번 봄은 삼천포로 빠지다
- 52 건강 칼럼
건강한 체중 관리
- 54 마음 컨설팅
진정한 '나' 찾기
- 56 트렌드 코리아
AI시대 생존 전략: 인공지능과 인간의 협업
- 58 사우 참여마당

HD

MESSAGE

바람의 끝이 부드러워지는 봄, 계절이 건네는 다정한 인사를 따라
당신의 마음에도 기분 좋은 설렘이 가득 차오르길 응원합니다.

도전으로
길을 만들고,

사람으로
길을 넓히다



정주영 창업자가 일군 수많은 업적은 불굴의 도전 정신이 있었기에 가능했다고 해도 과언이 아니다. 그리고 그 밑바탕에는 사람을 중요시 생각하고, 모든 국민이 행복하길 바라는 창업자의 마음이 녹아있었다. 사람들을 위해 도전을 이어 나간 창업자의 발자취를 다시 한번 돌아보자.



잔디밭에서 시작된 '따뜻한 리더십'

창업자는 그 무엇보다 직원을 중요하게 생각했다. 사람이 전 재산이라 말할 정도로, 직원들을 아끼고 사랑했다.

70년대 후반 영빈관 앞 잔디밭에서 직원들과 둘러 앉아 막걸리 한잔하며 격의 없이 소통하는 소탈한 사람이었다. 인재를 선발할 때도 학교나 연고를 가리지 않고 뽑았으며, 신입사원 수련회 때부터 같이 자리를 하며 직원들과 어울렸다.

직원들이 일을 잘못했을 때는 결과보다 과정을 살펴봤다. 본인이 충분한 노력을 했음에도 불구하고, 어쩔 수 없는 상황이었다면 결단코 문책은 없었다. 합리적이면서 따뜻한 리더십이 있었기에 가능했으며, 그래서 창업자는 경영자이기 전에 직원들에게 따뜻한 형님과도 같은 존재였다고 한다.

이러한 마음은 직원들의 교육제도로 이어졌다. '직장은 자기발전의 터전'이라 말할 만큼, 창업자는 모든 직원들이 직무능력 함양을 통해 세계적인 인재로 거듭나도록 지원을 아끼지 않았다. 1977년 HD현대중공업 '사내 기능경진대회'를 시작으로 '인재교육원' 개소 등 교육 프로그램을 점차 확대해 나가며 직원들의 직무 전문성과 업무 역량을 높이는 데 심혈을 기울였다.

'그저 남들보다 조금 먼저 성공한 노동자'라고 칭할 정도로 직원들과 가까이 지낸 창업자. 눈에 보이지 않지만, 창업자의 철학은 여전히 우리 현장에 남아 있을 것이다. 그의 따뜻한 마음이 앞으로도 계속 이어지길 바라본다.

500원 지폐 한 장, 도전의 서막

창업자는 정부의 중화학공업 육성 전략에 맞춰, 울산 미포만에 세계에서 가장 큰 조선소를 세우기로 결심했다. 그러나 문제는 조선소 건립에 필요한 자금 마련이었다. 당시 한국의 재정 상황은 너무나 열악했기에 해외에서 차관을 도입해야만 했다.

창업자는 영국 바클레이즈 은행에 찾아가 우리 돈 약 208억 원에 달하는 차관을 요구했지만, 돌아오는 대답은 거절이었다.

계속된 난항 속에서 창업자는 선박 컨설팅 회사인 'A&P 애플도어'의 롱바텀 회장을 만나 추천서를 요청했지만, 그 역시 이전에 만난 투자자들과 별반 다르지 않았다.

이때 창업자는 바지춤에 거북선이 그려진 500원짜리 지폐를 꺼내 보이며 '우리는 영국보다 300년 앞선 16세기에 이미 철갑선을 만들었다'고 한국인의 잠재력과 가능성을 호소했다.

지폐에 그려진 거북선을 살펴본 롱바텀 회장은 마침내 약속을 청하며 추천서를 써주게 된다. 애플도어사의 추천서를 들고 바클레이즈 은행에 찾아가지만 새로운 난관에 봉착했다.

이번에는 선박 수주 계약서를 들고 가야 하는 것. 배를 사겠다는 사람이 있어야 영국의 수출신용보증국(ECGD)에서 차관을 승인해 주겠다는 것이었다.

그러나 있지도 않은 조선소에 선박을 발주할 선사가 있을 리 만무했다. 고민하던 창업자는 마침 롱바텀 회장으로부터 그리스 쉐넬터프라이즈사의 리바노스 회장이 값싼 배를 구하고 있다는 소식을 접하게 된다.

창업자는 부지 사진과 사업계획서만 들고 끈질기게 노력한 끝에 '그리스 선박왕' 리바노스를 설득하는 데 성공하며, 마침내 26만 톤급 초대형 유조선 2척에 대한 공급계약을 체결한다.

이렇게 현대조선소가 창설됐고, 현재의 세계 1위 조선 회사인 HD현대중공업을 있게 한 역사를 만들어 냈다.



그리운 아산 정주영 ... 창업자의 높은 뜻을 기립니다

해마다 봄이 되면 우리들의 마음에 찾아오는 그리운 이름, 아산(峨山) 정주영. 대한민국의 산업화와 경제 발전의 주춧돌을 놓은 그의 업적은 여전히 우리에게 큰 울림을 주고 있다. 창업자가 우리 곁을 떠난 지 25년이 지났지만, 무던해지기보다는 더욱더 그리운 까닭에 추모의 마음을 전한다.



초심 되새기며 아산 추모

HD현대가 정주영 창업자 서거 25주기를 맞아 고인의 뜻을 기리고 추모하는 행사를 진행했다.

HD현대는 지난 3월 20일(금) 경기도 판교에 위치한 HD현대 글로벌R&D센터(GRC)에서 정기선 회장 등 주요 경영진이 참석한 가운데 정주영 창업자의 25주기 추모행사를 가졌다.

5층 청운홀에서 진행된 이날 행사는 개회사, 추모사, 헌화 및 묵념, 기념 촬영 순으로 이어졌다.

정기선 회장은 추모사를 통해 “25년이라는 시간이 지났지만 창업자님의 삶과 정신은 여전히 우리 안에 깊이 남아 있다”며, “불가능해 보이던 일을 현실로 만들어낸 발자취는 HD현대가 존재할 수 있는 원동력이 되었다”고 추모의 뜻을 밝혔다.

이어 참석자들은 정주영 창업자의 흉상 앞에서 헌화 및 묵념을 하며 창업자를 기리고 발자취를 되새기는 시간을 가졌다.

같은 날 같은 시각, 지역 주요 사업장에서도 추모행사가 진행됐다. HD현대중공업과 HD현대삼호는 각각 울산과 전남 영암 본관에 위치한 창업자 흉상 앞에서 추모식을 열고, 창업자가 남긴 고귀한 뜻과 기업가 정신을 기리는 시간을 가졌다.

앞서, HD현대 주요 경영진들은 지난 3월 14일(토) 경기도 하남시 창우동에 위치한 정주영 창업자의 선영을 찾아 참배하며 고인의 뜻을 기렸다.

임직원들 추모 물결 이어져

HD현대는 창업자 타계 25주기를 맞아 GRC에 임직원 및 방문객들이 자유롭게 추모할 수 있도록 특별한 공간을 마련했다.

LED 화면을 활용해 생전 고인의 집무실을 재현한 디지털 집무실과 어록 전시 공간을 구성하고, 창업자의 생전 말씀을 담은 영상을 송출했다. 이를 통해 임직원과 방문객들이 창업자의 정신과 뜻을 되새길 수 있도록 했다.

이와 함께 임직원들이 온라인 추모 페이지에 남긴 메시지를 사옥 내 스크린을 통해 함께 볼 수 있는 공간도 마련해 세대와 직급을 넘어 추모의 마음을 나눌 수 있도록 했다.

HD현대중공업과 HD현대삼호에서도 임직원 누구나 창업자 흉상 앞에서 헌화하며 창업자를 추모할 수 있도록 장소를 마련했다.

더불어 HD현대는 이날 창업자의 소탈한 삶을 담은 특별 식단을 임직원들에게 제공했다. 창업자의 초심을 상징하는 ‘강원도식 감자밥’부터 실용 정신을 담은 ‘영양만점 골동반’, 현장 중심 리더십을 떠올리게 하는 ‘맑은 양지설렁탕’, 생전에 즐겨 찾던 ‘시원한 강릉물막국수’까지 창업자의 삶을 떠올릴 수 있는 메뉴로 구성됐다.



지난 3월 20일(금) 창업자의 소탈한 삶을 담은 음식을 먹고 있는 직원들

HD INSIDE

봄은 단순히 계절의 바뀜이 아니라 새로운 가능성을 마주하는 시간입니다.
HD현대의 내일이 오늘보다 더 찬란하게 피어나기를.

현장스케치

12

HD 돋보기

16

HD HYUNDAI NEWS

20

미래를 여는 HD

24

현장을 가다

26

오피스 인터뷰

30

스타 플레이어

32



통합 100일의 봄,
웃음으로 물든 현장 🏃 🏃

HD해피워크

HD아트센터와 현대백화점 울산점 동구 광장 일대가 웃음과 활기로 가득찼다. HD현대중공업 통합 법인 출범 100일을 기념해 열린 '2026 HD해피워크'에는 임직원과 가족, 지역 시민들이 함께 모여 강연과 공연, 동호회 페어 등 다채로운 프로그램을 즐기며 행복한 시간을 보냈다. 회사와 지역이 함께 어우러진 9일간의 축제는 통합 100일의 의미를 더욱 특별하게 만들었다.



야외 광장에서는 축제의 열기가 한층 더 생생하게 퍼졌다. 사내 동호회들이 참여한 동호회 페어는 그야말로 '사람 냄새 나는 회사'의 한 장면을 보여줬다



모두가 함께 즐긴 HD해피워크

초봄 바람이 부드럽게 스치던 3월의 울산. HD아트센터와 현대백화점 울산점 동구 현대광장 일원은 평소보다 한층 더 북적이고 활기찬 분위기로 채워졌다.

HD현대중공업 통합 법인 출범 100일을 기념해 마련된 '2026 HD해피워크(Happy Week)'가 3월 15일(일)부터 23일(월)까지 9일간 펼쳐지며, 임직원과 가족, 지역 주민들의 발걸음을 불러 모았다.

행사장에 들어서자 가장 먼저 눈에 띄는 것은 밝은 표정으로 오가는 사람들의 모습이었다. 가족의 손을 잡고 나온 임직원들, 친구와 함께 광장을 찾은 시민들, 부스 앞에서 호기심 어린 눈빛으로 발걸음을 멈추는 아이들까지.

현장 곳곳에는 "저기 부스 같이 가볼까요?", "사진 한 장 찍어 드릴게요" 같은 정겨운 말들이 오갔고, 축제를 즐기는 사람들의 웃음소리가 자연스럽게 공간을 채웠다.

공감과 활기가 어우러진 축제의 장

가장 먼저 HD아트센터 대공연장에서는 가족과 육아를 주제로 한 명사 강연이 이어졌다. 지난 3월 15일(일)에는 가족상담 전문가 이호선 교수가 무대에 올라 따뜻한 공감과 위로의 메시지를 전했고, 23일(월) 열린 오은영 박사의 부모 코칭 클래스에서는 진지하게 메모를 하거나 집중해 귀를 기울이는 참가자들이 많았다. 객석 곳곳에서 고개를 끄덕이며 강연에 공감하는 모습도 눈에 띄었다. 일과 가정의 균형을 고민하는 구성원들에게는 위로와 공감을 얻는 소중한 시간이 됐다.

야외 광장에서는 축제의 열기가 한층 더 생생하게 퍼졌다. 사내 동호회들이 참여한 동호회 페어는 그야말로 '사람 냄새 나는 회사'의 한 장면을 보여줬다. 봉사, 축구, 요트 등 다양한 동호회 부스에서는 저마다의 활동을 정성껏 소개했고, 방문객들은 걸음을 멈추고 설명을 들으며 자연스럽게 대화를 나눴다. 회사 안에서 함께 일하는 동료들이 근무복을 벗고, 각자의 취미와 열정을 드러낸 모습은 또 다른 반가움으로 다가왔다.

함께 만든 봄날의 추억

행사장 분위기를 더욱 풍성하게 만든 것은 다양한 참여형 프로그램이었다. 지난 3월 21일(토) 열린 랜덤플레이댄스 경연대회가 시작되자 음악에 맞춰 몸을 움직이는 참가자들 주변으로 금세 사람들이 모여들었고, 무대 앞은 박수와 환호로 가득 찼다.

이어진 재능 발표 무대에서는 남녀노소를 불문하고 끼와 열정으로 똘똘 뭉친 참가자들이 차례로 무대에 올라 저마다의 매력을 펼쳤다.

또 같은 날 열린 플라마켓과 보이는 라디오 부스 주변에도 발길이 끊이지 않으며 축제의 열기를 더했다.

한편, 행사 기간 동안 HD아트센터의 영화관과 미술관, 볼링장 등 일부 시설이 무료로 개방돼 시민들의 큰 호응을 얻었다.

현장 찾은 정기선 회장

16일(월) 행사장에는 HD현대 정기선 회장이 깜짝 방문했다. 이날 정기선 회장은 울산 HD FC 팬사인회 행사에 참석해 김현석 감독 및 조현우·이동경·정승현·김영권 선수들과 함께 울산 시민들을 만났다. 현장을 찾은 시민들과 기념 촬영을 하는 등 편안한 분위기 속에서 인사를 나눴다.

이어 봉사, 축구, 요트 등 사내동호회 부스를 둘러보며 구성원들의 활동을 살폈다. 또, 행사장 내 푸드트럭을 찾아 행사 참석자들과 함께 음식을 즐기며 편안하고 화기애애한 분위기 속에서 소통을 이어갔다.



9일간 이어진 HD해피워크는 통합 HD현대중공업 출범 100일 기념을 넘어, 울산 동구의 온 가족이 함께 어우러지는 축제의 장이 됐다. 참가자들은 함께 먹고, 보고, 듣고, 웃으며 저마다 봄날의 행복한 추억을 쌓았다.



같은 방향으로 함께 움직인다: 타운홀에서 시작된 우리의 2026

리더와 직원이 자유롭게 마주 앉아 대화하는 '타운홀 미팅(Town Hall Meeting)'이 유행을 넘어 문화로 정착되는 분위기다. 조직의 발전을 위해 현장의 생생한 목소리를 반영하고 나아가 열린 조직문화를 추구한다는 점에서 그 효과는 굉장하다. 타운홀 미팅을 통해 2026년 첫 단추를 잘 끼우며 순조로운 출발을 알린 HD현대마린솔루션을 만나보자.

기술 경쟁력 확보에 전사적 역량 결집

HD현대마린솔루션은 지난 2월 GRC 아산홀에서 '2026 상반기 CEO 타운홀 미팅'을 개최했다. 이번 타운홀 미팅은 지난해 10월 새롭게 부임한 김성준 사장과 함께한 첫 소통의 자리로, 2025년 경영 성과를 돌아보고 2026년 사업 목표와 중장기 성장 방향 그리고 HD현대마린솔루션만의 일하는 방식을 공유하기 위해 기획됐다. 이날 행사에서는 사전 설문을 통해 취합된 HD현대마린솔루션의 미래 모습도 함께 살펴봤다. 임직원들은 회사가 나아가야 할 모습으로 '성장할 수 있고 자부심을 느끼는 회사', '기술 경쟁력이 강한 회사'를 꼽았다. 이에 따라 회사는 △구성원 성장을 지원하는 제도 △조직 간 협업 강화 △전략 및 방향에 대한 명확한 공유를 핵심 개선 포인트로 설정했다. 이 밖에도 HD현대마린솔루션은 대표이사게릴라 피크닉, 사내 교육과 피드백 제도 등을 지속적으로 확대해 나갈 예정이다. 마지막으로 김성준 사장은 지속 가능한 성장을 위해 친환경·디지털 사업 비중을 확대하고, 임직원들이 자부심을 느끼는 조직문화를 지향해 나갈 것을 다시 한번 주문했다.



Town Hall Meeting



후속 이벤트 통해 임직원 실천의지 다져

타운홀 미팅의 메시지는 일회성으로 마무리되지 않았다. 공유된 방향을 구성원 각자의 실천으로 확장하기 위한 후속 행사로 '2026 구성원 목표 Wall 이벤트'가 함께 진행됐다. 이 이벤트는 타운홀 미팅을 통해 공유된 경영층의 목표와 각오를 구성원 개인 목표와 연결하기 위해 마련됐다. 나아가 2026년을 향한 전사적 공감대 형성과 조직 몰입도 제고까지 도모할 방침이다. 임직원들은 업무 목표 1개와 비업무 목표 1개를 직접 작성해 자신만의 올해 다짐을 정리했으며, 이렇게 수집된 데이터는 포스터로 제작돼 각 사업장 휴게공간(칸틴)에 게시됐다. 일상 속에서 서로의 목표를 자연스럽게 공유하고 응원할 수 있는 공간이 마련돼 긍정적인 반응을 이끌었다는 평이다. 이번 타운홀 미팅과 목표 Wall 이벤트는 회사의 방향을 공유하는 데서 나아가 구성원 한 사람 한 사람의 목표와 실천으로 이어졌다는 점에서 의미가 있다. HD현대마린솔루션은 앞으로도 임직원들의 목소리에 귀 기울이며, 공동의 방향을 실행으로 연결하는 다양한 소통과 참여의 장을 마련해 지속적인 성장을 이어갈 계획이다.



현대·디벨론 차세대 신모델, '콘엑스포(CONEXPO) 2026'서 북미 전격 데뷔

HD건설기계가 지난 3월 미국에서 열린 국제 건설기계 박람회 '콘엑스포(CONEXPO) 2026'에서 디벨론과 현대의 23~40톤급 차세대 굴착기 9종을 공개하는 '언베일링 쇼케이스(Unveiling Showcase)'를 진행해 업계 관계자와 관람객들의 이목을 집중시켰다.



CONEXPO

무인·자율·원격 등 스마트 건설기계 기술 소개

현대(HYUNDAI) 부스에서는 HX 시리즈 굴착기와 휠로더, ADT(Articulate Dump Truck, 굴절식 덤프트럭) 등 총 22대의 장비를 전시하고 원격 작업 체험 프로그램을 운영해 스마트 건설기계 기술을 소개했다.

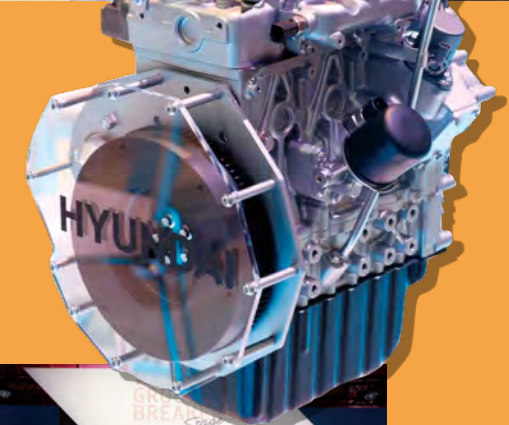
디벨론(DEVELON) 부스에서는 북미 전략 모델 등 21종의 장비를 선보이며 자율 굴착·적재 작업과 스마트 안전 기술을 체험할 수 있도록 구성했다. 또 현대의 미니 전기 굴착기 오퍼레이터 챌린지(Operator Challenge)와 디벨론의 AI 무인 자율화 솔루션 '리얼엑스(Real-X)' 시연 등 첨단 기술과 퍼포먼스를 결합한 이벤트로 현장 분위기를 더욱 뜨겁게 달궜으며, VR 시뮬레이터와 XR 가이드, 스마트 안전 기술 체험존 등도 큰 호응을 얻었다.



CONEXPO

더욱 확대된 엔진 라인업과 기술력 선보여

엔진 부스에서는 초소형부터 초대형까지 아우르는 산업용 엔진 풀 라인업을 선보였다. 특히 정밀 전자식 시스템을 적용한 고효율 초소형 엔진 DA11과 100~150톤급 초대형 굴착기용 엔진 DX22를 공개하며 기술 경쟁력을 강조했다. 아울러 탄소중립 대응과 미래 파워트레인 시장 선점을 위해 HX12·HX22 수소 엔진과 전동화 배터리 팩을 축으로 한 전략 등을 소개하며, 산업 분야의 탈탄소화를 이끌 차세대 동력 솔루션을 제시했다.



CONEXPO 2026



CONEXPO

글로벌 IT 기업 AWS와 협업 성과 발표

HD건설기계는 전시 기간 중 아마존웹서비스(AWS, Amazon Web Services)가 주관하는 콘엑스포 키노트 세션에서 공동 발표를 진행하기도 했다.

이번 세션에서는 차세대 신모델에 적용된 주요 기술인 SAVM(Smart Around View Monitoring), PHM(Prognostics & Health Management), MG(Machine Guidance)·MC(Machine Control)와 AI 기반 무인·자율화 솔루션 리얼엑스(Real-X)를 소개했다.

HD HYUNDAI NEWS

[HD현대]

정기선 회장 베트남 방문, “해답은 현장에 있어”



HD현대 정기선 회장이 취임 후 다섯 번째 현장 행보로 베트남을 찾으며, 현장 중심의 경영을 실천하고 있다. 정기선 회장은 지난 3월 말 HD현대베트남조선과 HD현대에코비나를 방문해 공장설비 및 안전시설을 점검하며 직원들을 격려했다. 먼저, 정기선 회장은 3월 24일(화) 베트남 중남부 칸호아성에 위치한 HD현대베트남조선을 찾아 건조 작업이 진행 중인 PC선을 살펴보고 현장 관계자에게 공정준수율과 작업 간 애로사항 등을 묻고, 작업장 내 안전에 대해 당부했다. 이어 다음날에는 HD현대가 친환경 독립형 탱크 제작 기지 및 아시아 지역 내 항만 크레인 사업을 위한 거점으로 육성 중인 'HD현대에코비나'를 찾았다. 이번이 지난해 12월 인수 완료 후 첫 방문인 만큼, 정 회장은 탱크 제작 공장 건설 현장과 항만 크레인 및 LNG 모듈 생산 공장 등 회사 내 시설물 곳곳을 살피는 한편, 안전 점검 및 위험 요소를 발굴했다. 이후 정기선 회장은 파견 임직원들과 점심을 함께 하며 타지에서 가족과 떨어져 지내는 고충을 위로하고, 회사를 위해 헌신하는 열정적인 모습에 고마움을 표했다. 앞서 정 회장은 음성(HD현대에너지솔루션/HD건설기계), 청주(HD현대일렉트릭), 울산(HD현대중공업) 등 국내 사업장과 해외사업장(HD현대필리핀조선)을 찾아 현장점검을 실시한 바 있다.

[HD현대삼호]

세계 최초 'HVS 기술' 적용 LPG선 인도



HD현대삼호가 지난 1월 29일(목) 세계 최초로 LPG운반선에 'HVS(Hybrid Vertical Support) 기술'을 적용한 선박을 인도했다. HD현대 그룹사 연구실에서 수년간 연구 끝에 개발한 이 기술은 LPG운반선에 화물탱크 침수 시 부양을 방지하는 혁신적인 시스템이다. HVS 기술이 적용된 이 선박은 일본 'MOL(Mitsui O.S.K. Lines, Ltd.)'사에서 수주한 8만 8천입방미터(m³)급 LPG운반선 '에너지아 그랜저(ENERGIA GRANDEUR)'호로, 길이 233M, 너비 32.25M, 높이 23.85M의 제원을 갖췄다. 기존에는 사고 등으로 인한 선박 침수시 가스 화물탱크 부양을 방지하기 위해 탱크 윗부분에 무거운 철제 구조물을 덧대 누르는 방식으로 고정해왔다. 그러나 이번에 도입된 HVS 기술은 철제 구조물 대신 가볍고 단단한 첨단 소재인 탄소섬유를 사용해 선체 바닥에서 탱크를 잡아주는 기술로, 선박 안정성은 물론 △선체 경량화 △탱크 상층부 공간 확보 △부식 및 파손 감소로 인한 유지보수 비용 감축 등의 효과가 기대된다. HD현대삼호의 한 관계자는 “이번 HVS 기술 적용 성과를 계기로 글로벌 선사 및 검사기관과의 협력을 강화하고, 친환경·고효율 선박 기술 개발을 선도하겠다”고 말했다.

[HD현대일렉트릭]

북미 생산 거점 확장 ... 美 앨라배마 제2공장 기공



HD현대일렉트릭이 북미 생산법인 증설에 착수하며 북미 초고압 변압기 시장 리더십을 강화한다.

HD현대일렉트릭은 지난 3월 6일(금) 미국 앨라배마주 몽고메리시에 위치한 북미 생산법인인 HD Hyundai Power Transformers USA(HD HPT)에서 김영기 사장을 비롯해 이준호 애틀랜타 총영사, 앨런 맥네어 앨라배마주 상무장관 등이 참석한 가운데 제2공장 기공식을 개최했다.

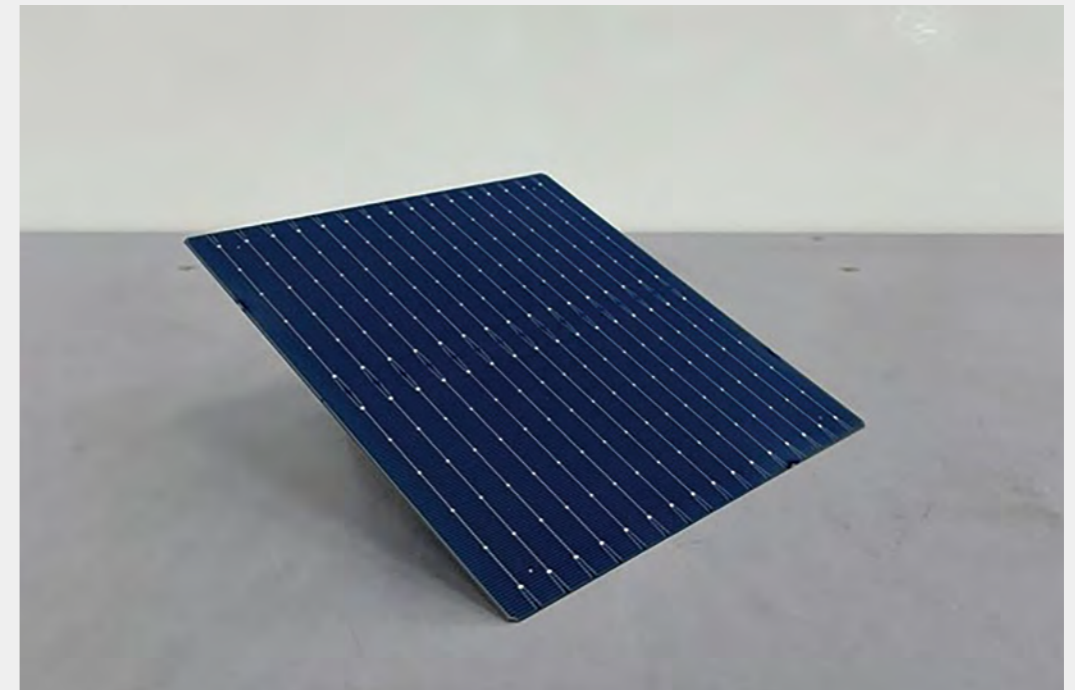
2만 9,000㎡ 규모로 조성될 제2공장은 약 2억 달러를 투자해 초고압 변압기 생산능력을 기존 대비 50% 확대하는 한편, 미국 내 초고압 송전망(Backbone) 구축을 위해 수요가 증가하고 있는 765kV급 초고압 변압기의 시험·생산 설비를 구축할 계획이다. HD HPT는 2011년 국내 전력기기 업계 최초로 설립한 미국 현지 변압기 생산공장이자 미국 내 최대 전력변압기 생산시설로 설립 이후 지금까지 생산 기반 확장을 위해 지속적인 투자를 이어왔다.

그 결과 성장세도 두드러지며 매출은 2011년 60만 달러에서 2025년 3억 7,400만 달러로 확대됐으며, 같은 기간 고용 인원 역시 100명에서 460명 규모로 증가했다.

HD현대일렉트릭은 이번 제2공장 착공을 계기로 북미 전력망 인프라 수요 증가에 대응하고 현지 시장에서 입지를 더욱 강화할 방침이다.

[HD현대에너지솔루션]

美 모듈 제조 기업에 국산 TOPCon 셀 공급



HD현대에너지솔루션이 최근 미국 태양광 모듈 제조사에 국산 고효율(25.4%) TOPCon 태양전지(셀)를 공급하며 북미 시장 내 입지를 한층 강화했다.

이번 공급은 완제품인 태양광 모듈을 넘어 핵심 부품인 태양전지까지 미국 현지 제조 공급망에 직접 진입했다는 점에서 의미가 크다. 이는 단순 수출을 넘어 미국 현지 생산 생태계와 직접 연결됐다는 점에서 시장 확대의 기반을 넓혔다는 평가를 받고 있다.

또한 제품 포트폴리오를 모듈 중심에서 태양전지까지 확대하며 판매 구조를 다변화하는 동시에, 미국 현지 제조사들과의 파트너십도 더욱 공고히 하고 있다. 이를 통해 북미 시장에서의 사업 안정성과 확장 가능성도 한층 높아질 것으로 기대된다.

특히 미국 모듈 제조사가 제품 생산의 핵심 소재로 HD현대에너지솔루션의 태양전지를 채택함에 따라, 국산 태양전지의 우수한 품질과 신뢰성이 미국 현지의 엄격한 제조 기준을 충족했음을 다시 한번 확인했다.

HD현대에너지솔루션은 앞으로도 안정적인 공급 역량과 기술 경쟁력을 기반으로 모듈은 물론 태양전지 분야에서도 북미를 포함한 글로벌 시장 확대를 지속해 나가, 변화하는 시장 환경에 선제적으로 대응하며 글로벌 태양광 시장에서의 경쟁력을 더욱 강화해 나갈 방침이다.

HD한국조선해양

세계 최초 대형 컨테이너선 '수중방사소음' 인증



수중방사소음
인증
획득

HD한국조선해양이 세계 최초로 대형 컨테이너선의 수중방사소음 인증을 획득하며 친환경 선박 기술력을 입증했다. HD한국조선해양은 HD현대중공업, HD현대삼호와 함께 지난 2월 24일(화) 한국선급(KR)으로부터 대형 컨테이너선 수중방사소음(URN) 인증을 획득했다. 이번 인증은 HD현대삼호가 건조한 'HMM'사의 9천 TEU급 컨테이너선을 대상으로 진행됐으며, 실제 운항 조건을 반영한 실선 계측 방식으로 평가가 이뤄졌다. 수중방사소음은 선박 운항 중 발생해 바닷속으로 전달되는 소음으로, 해양 생태계에 영향을 줄 수 있는 요소로 꼽힌다. 최근 IMO(국제해사기구) 등 국제기구를 중심으로 관련 규제와 가이드라인 논의가 활발해지면서, 실제 선박을 대상으로 한 계측과

평가의 중요성도 커지고 있다. 특히 대형 컨테이너선은 높은 출력의 추진 시스템과 큰 선체로 인해 대표적인 고소음 선종으로 분류된다. HD한국조선해양은 이번 인증을 통해 저소음 선박 건조 기술과 수중방사소음 관리 역량을 객관적으로 입증했으며, 실제 상업 운항 환경에서도 안정적인 저소음 운항 가능성을 확인했다. HD한국조선해양 관계자는 "이번 인증은 친환경 기술력이 시장에서 다시 한번 인정받는 계기"라며 "앞으로도 저소음 선박 건조 기술과 수중소음 계측·평가 역량을 지속적으로 고도화해 나가겠다"고 말했다. 한편, HD한국조선해양은 암모니아, 수소, SMR 등 다양한 에너지원을 활용한 친환경 고부가가치 선박 개발에도 힘쓰고 있다.

HDE AI

HD현대일렉트릭

전사 AI 대전환 선포 ... 조직 혁신의 본격 출발



HD현대일렉트릭은 지난 3월 16일(월) 전사 차원의 AI 대전환(A/X, AI Transformation)을 공식화하는 'AI 대전환 선포식'을 성공적으로 개최하며 미래 경쟁력 강화를 위한 조직 혁신의 본격적인 서막을 열었다. 이번 행사는 AI 기반 업무 혁신의 방향성과 변화 전략을 임직원과 공유하는 의미 있는 자리로 마련됐다. 행사는 본사 GRC를 비롯해 청주·울산 사업장에서 총 2백 여명이 오프라인으로 참석했다. 온라인에서는 486명이 실시간 참여해 높은 관심을 보이며 AI 전환에 대한 전사적 기대와 참여 의지를 다시금 확인했다. 프로그램은 카이스트 김대식 교수의 특별 강연으로 시작되었다. 김 교수는 빠르게 진화하는 AI 기술 환경과 글로벌 산업 변화 흐름을 제시하며, 시가 조직과 업무 방식에 가져올 근본적 전환에 대해 인사이트를 제공했다.

이어 발표에 나선 이찬주 CTO는 회사가 추진하는 AI 전환 전략과 단계별 실행 계획을 구체적으로 설명하며, 앞으로의 변화 방향과 실질적 추진 과제를 제시했다. 또한 김영기 사장과 Q&A 세션에서는 구성원들이 AI 도입에 대해 궁금해하던 다양한 질문이 공유되었고, 이에 대한 CEO의 직접적인 답변을 통해 전사 공감대 형성의 계기가 마련되었다. 더불어 Microsoft, 팔란티어 등 글로벌 AI 선도 기업들이 참여해 실제 운영 사례 중심의 세션을 제공하며, 데이터 기반 업무 혁신의 가능성을 구체적으로 보여주었다. HD현대일렉트릭은 이번 선포식을 기점으로 AI 기반 업무 프로세스 개선뿐 아니라 제품·서비스 경쟁력 강화까지 전사 혁신을 단계적으로 추진해 나갈 계획이다. 축적되는 경험과 데이터는 앞으로 조직 전체의 의미 있는 변화를 이끌 전략적 자산이 될 것으로 기대된다.



HD INSIDE

PEOPLE
01
현장을 가다

보이지
않는 곳에서

회사 안팎을
살피는

든든한
지원군

HD현대오씨아이 지원팀

“도움이 필요해요!” 임직원의
SOS가 울리면 어디든 나타나는
HD현대오씨아이 지원팀.
임직원들이 최상의 컨디션으로
업무에 몰입할 수 있도록
오늘도 보이지 않는 곳에서 회사를
움직이고 있다.

TEAM WORK



Together

함께 성장하는 신뢰의 공동체를 향해

임병모 지원팀장은 지원팀의 장기적인 비전을 '함께 성장하는 신뢰의 공동체' 구축이라고 설명한다. 특히 올해는 상호 존중과 배려를 바탕으로 한 조직문화를 더욱 견고히 다지는 데 집중할 계획이다. 단순히 화목한 분위기를 만드는 것을 넘어, 업무 효율을 극대화하는 강력한 성장 엔진이 될 것이라고. 임 팀장은 "지원팀은 늘 누군가를 먼저 챙기고, 타인의 업무가 원활하게 돌아가도록 돕는 역할을 한다"며 "그 과정에서 말로 다 할 수 없는 스트레스와 고충이 있다는 것을 잘 알고 있다"고 말했다. 이어 "그럼에도 우리 팀원들은 늘 밝은 에너지로 동료들을 대하고, 서로의 짐을 기꺼이 나누어 들고 있다"며 "바쁜 업무 속에서도 서로를 배려하며 단단한 팀워크를 만들어가는 팀원들을 볼 때마다 깊은 고마움을 느낀다"고 전했다

지원팀을 둘러싼 오해와 편견도 있다. 먼저 "지원팀은 모두 E일 것 같다"는 인식. 하지만 실제로는 외향적인 성향의 팀원은 단 두 명뿐이며, 극도 존재한다고 한다. 대부분 겉으로는 E 같지만 속은 I인 '겉E속I'라고.

또 "지원팀은 간간하고 요청하면 '안 돼요'부터 할 것 같다"는 오해도 있다. 하지만 팀원들의 속마음은 누구보다 요청을 들어주고 싶은 '파워 예스맨'에 가깝다. 다만 회사 규정과 예산 때문에 어쩔 수 없이 '악역'을 맡는 경우가 많을 뿐이다. 마지막으로 "늘 여유롭고 칼퇴만 할 것 같다"는 인식 역시 사실과 다르다. 보이지 않는 곳에서 끊임없이 쏟아지는 각종 요청과 다양한 업무, 그리고 특별 이벤트 구상까지 각자의 자리에서 치열하게 씨름하고 있다.

회사 살림 책임지는 안방마님

'가화만사성!' HD현대오씨아이 지원팀은 회사 곳곳의 살림 책임지는 역할을 맡고 있어 안방마님으로 통하고 있다. 여기에 딱딱한 분위기에 활력을 불어넣는 신나는 조직 활성화 행사를 통해 사내 행복 지수도 팍팍 끌어올리고 있다.

지원팀의 가장 큰 강점은 단연 팀워크다. 다양한 업무를 완벽하게 소화할 수 있는 비결은 '긍정'과 '소통'. 서로의 빈틈을 채워주며 언제나 웃음이 끊이지 않는 끈끈하고 유쾌한 단합력을 자랑한다. '백지장도 맞들면 낫다'는 말처럼 다방면의 업무를 하다 보면 특정 파트에 일이 몰릴 때가 있지만, 누군가 바빠 보이면 "제가 도와줄 부분 없을까요?"라며 먼저 손을 내미는 것이 지원팀의 일상이다. 각자의 일이 아니더라도 서로의 상황을 세심하게 살피고 내 일처럼 나서는 따뜻한 배려가 이 팀의 원동력이다.

보이지 않는 곳에서 더 바쁘게

전 임직원을 가장 가까이에서 상대하는 팀답게, 지원팀에는 특유의 직업병이 있다. 일상 대화에서도 상대방의 말투나 표정만 보고 "지금 기분이 안 좋은건가?", "무슨 고민이 있는 것 같은데?"하고 과하게 몰입하는 '고충 처리 레이더'가 상시 가동 중이다. 언젠가 임직원의 호출이나 비상 상황에 대응해야 한다는 생각이 진동만 울려도 심장이 덜컥하는 '상시 대기모드'도 몸에 배어 있다.

이처럼 다양한 업무를 수행하는 지원팀에게 꼭 필요한 능력도 있다. 선제적으로 문제를 해결하는 능력, 친절함, 위기관리와 우선순위 설정 능력, 트렌드를 읽는 창의적 기획력 그리고 예기치 않은 변수를 즐길 수 있는 유연한 대처 능력이다. 특히 조직활성화 행사나 다양한 사내 프로그램을 기획할 때는 이러한 역량이 더욱 유감없이 발휘된다.



Communication



모두의 안전을 지키는 건설기계

HD현대사이트솔루션 스마트안전기술팀

건설 현장의 안전은 더 이상 숙련과 감각에만 의존하지 않고 한층 똑똑해지고 있다. HD현대사이트솔루션 스마트안전기술팀은 작업자와 장비 운전자 각각의 상황에 맞춘 스마트 안전기술을 개발하고, 이를 실제 국내외에서 검증하며 건설 현장 안전의 새로운 기준을 만들어가고 있다.



SMART SAFETY TEAM



Q. 팀 소개 부탁드립니다.

저희 팀은 HD현대사이트솔루션 기술원 소속으로, 건설 현장의 사고를 사전에 차단하는 스마트 안전 솔루션의 기획부터 기술 검증, 실제 적용까지 전 과정을 책임지고 있습니다. 현장에는 '장비 운전자'와 '현장 작업자'라는 두 주체가 있는데, 저희는 두 주체에 맞는 안전 기술을 나눠서 개발하고 있습니다. 현장 작업자를 위한 기술로는 SAVM(Smart Around View Monitoring)과 E-STOP(Emergency Stop)이 있고, 장비 운전자를 위한 기술로는 원격제어가 있습니다. 이렇게 각각의 상황에 맞는 기술을 통해 두 주체 모두가 안전하게 작업할 수 있는 환경을 만드는 데 집중하고 있습니다.

Q. 스마트 안전 솔루션에 대해 설명 부탁드립니다.

SAVM은 장비 주변 360도 환경을 실시간으로 파악해 운전자에게 시각 및 청각적 알람을 제공함으로써 사각지대를 없애는 기술이며, E-STOP은 카메라와 레이더 센서 정보를 융합해 장비로 접근하는 사람을 정확히 인식하고, 충돌 위험 시 장비를 자동으로 감속하거나 정지시켜 사고를 미연에 방지합니다. 이런 기술은 기존의 수동적인 방식에서 벗어나, 안전기술이 한 단계 발전했음을 보여줍니다. 과거에는 운전자가 화면을 직접 확인해야 했다면, 최근에는 인공지능(AI) 기반으로 사람만을 감지하여 장비가 스스로 상황을 판단하고 사고를 예방하는 수준까지 발전했기 때문입니다. 이와 함께 '장비 운전자'의 안전을 최우선으로 고려한 원격제어 기술 고도화에도 힘쓰고 있습니다. 원격 제어는 발파현장과 같은

열악한 작업 환경에서 운전자가 직접 탑승하지 않고도, 근거리나 원거리에서 장비를 안전하게 조종할 수 있도록 하는 기술입니다. 이를 위해 스테이션과 콘솔 등 제어장치와 장비 간의 끊임없는 통신을 지원하는 하드웨어 및 소프트웨어 부품도 자체적으로 개발했습니다.

Q. 실제 현장에서 이뤄지는 실증 현황이 궁금합니다.

현재 국내외 건설사를 대상으로 다양한 현장에서 기술 실증을 진행하고 있습니다. 안전에 대한 중요성이 커지면서 관련 기술에 대한 관심도 계속 확대되는 분위기입니다. 저희 역시 다양한 건설사로부터 꾸준히 실증 요청을 받고 있습니다. 먼저, SAVM과 E-STOP 기술은 까다로운 현장 검증을 거쳐 DX240, HX300 등 차세대 신모델에 본격적으로 탑재되었으며 현재 성공적으로 양산되고 있습니다. 국내에서는 삼성물산을 대상으로 기술 시연회를 마쳤으며, 특히 해외에서 프랑스 안전협회 주관 프로젝트 및 대형 건설사들을 대상으로 시연회를 성공적으로 개최하며 그 기술력을 인정받았습니다. 또한, 원격제어 기술 역시 국내외 실증을 마쳤습니다. 지난해 9월 전남 여수 화태-백야도로건설 현장에 원격제어 굴착기를 투입해 국내 실증을 완벽히 수행했고, 북미 지역의 딜러 및 고객사 현장에서도 지속적인 테스트를 이어가며 다양한 작업 환경에 대응하는 등 기술의 완성도를 한층 더 높이고 있습니다.

Q. 앞으로의 목표 한 말씀 부탁드립니다.

저희 팀은 앞으로 보다 진보된 E-STOP 기능과 현장 맞춤형 원격제어 상용화 기술을 지속적으로 개발하여, 모두가 안전한 건설 현장이 될 수 있도록 노력할 것입니다.



건설기계 안전기술 1편



건설기계 안전기술 2편





HD현대중공업
최민석 기사

우리 생산 현장의 경쟁력을 강화하기 위한 책임감 덕분인지 이들은 피곤한 내색 없이 학구열을 불태웠다고 한다. 미묘한 경쟁심리는 없었고 서로를 경쟁자가 아닌 동반자로 여겼다. 모르는 것이 생기면 서로 가르쳐주거나 같이 정답을 찾는 등 부족함을 메꿨다.

실제 전 과목 A+ 만점으로 수석 졸업한 최민석 기사는 모르는 것을 묻고 답하며 공부한 시간이 큰 도움이 됐다며 우수한 성적으로 졸업한 공을 동기들에게 돌렸다.

이들은 지난 2년 동안 스마트 제조, 자동화, 디지털 기반 생산기술의 중요성을 배우고, 실제 현장에서 요구되는 기술 역량이 무엇인지 알게 돼 유익했다고 입을 모았다. 최민석 기사는 현장 실무뿐만 아니라 본인이 직접 수행한 연구를 통해 자동화 기술 역량을 심화할 수 있어 좋았다는 소회를, 전명수 기장은 대학원에서 배운 것과 25년의 경력을 바탕으로 후배들 성장에 도움이 되겠다는 각오를 남겼다.

특히 전성국 기장은 학업 중 2024년 기계정비분야 대한민국 명장에 선정되는 영예를 안았다.

미래 경쟁력은 기존의 시스템 위에 새로운 기술을 얼마나 효과적으로 융합하고 발전시키느냐에 달려 있다고 말하는 이들. 매일 작은 노력과 배움을 축적하며 끊임없이 성장해 회사 발전에 보탬이 되고 싶다는 소감을 들으니 HD현대의 미래가 더욱 기대된다.



HD현대중공업
전명수 기장

기술 중심 교육으로 전문성 강화

HD현대 생산기술직 사우들이 공학전문 기술석사를 취득하며 전문성을 강화해 눈길을 끌고 있다.

그 주인공은 HD현대중공업 최민석 기사(기계보전부), 전명수 기장(기술교육원), HD건설기계 전성국 기장(건기품질보증팀).

이들은 2년간 울산과학기술대학교 기계공학부와 전기전자공학부가 공동 운영하는 전문기술석사 프로그램인 '미래모빌리티제조' 과정을 야간 교육으로 이수했다.

공학전문기술석사 제도는 미래 산업 변화에 대비해 고속련 기술 전문가 양성을 목표로 하는 현장 맞춤형 교육이다. 본인 소속 기업의 직종 및 직무와 연관된 과제를 지도교수와 공동 연구해 학위 과제를 발표하며, 일반대학원과는 차별화된 '비논문 방식'으로 석사 학위를 취득한다.



HD건설기계
전성국 기장

주경야독 끝에 학사모 쓴 '공학전문기술석사 3인방'

퇴근 시간, 어색한 책가방을 메고 학교로 향하는 현장 베테랑들. 도면이 아닌 전공 서적을 펼치고, 자재 대신 펜을 움켜잡았다. 낮에는 생산 현장을 누비며 밤에는 학업을 이어간 결과, 지난 2월 석사 학위를 받았다.

현장에서 쌓아온 아버지의 열정, 딸의 연구로 이어져

아버지가 현장에서 직접 모는 굴착기 제조사에 딸이 취직하게 되면서, 이들은 다정한 부녀(父女) 사이를 넘어 든든한 업계 선후배가 됐다. 끈끈한 가족애에 같은 산업 현장을 누비는 동료애까지 더해져 서로를 더 깊이 이해하게 된 두 사람. 현장과 연구실이라는 각자의 위치에서 '최고의 굴착기'를 향해 달리는 두 사람의 진솔한 이야기를 직접 들어봤다.



취업 전에는 현장에서 들려주시는 아버지의 말씀들이 그저 먼 나라 이야기 같았습니다. 하지만 현업에 뛰어들어 지금, 아버지의 한마디 한마디가 어느 때보다 깊고 자연스럽게 와닿습니다. 입사 초반, 낯선 장비 명칭이나 현장 용어를 붙들고 아버지께 질문을 쏟아내던 시간들이 떠오릅니다. 이제는 '굴착기'와 '현장'이라는 공통된 언어가 생긴 덕분에 이전보다 대화의 깊이가 깊어졌고, 서로를 더 많이 공감하게 되었습니다.

설계를 하다가도 현장에서 직접 장비를 다루시는 아버지의 모습을 떠올리곤 합니다. 그럴 때마다 사용자의 안전과 입장을 한번 더 고민하게 되고, 제가 하는 일이 이전보다 훨씬 가치 있게 느껴집니다.

딸 은지수 선임연구원

HD건설기계 시스템통합설계팀



34년 동안 현장에서 거친 굴착기를 다뤄온 제게, 딸아이가 같은 업계에서 연구개발을 하고 있다는 사실은 무엇보다 든든한 버팀목이 됩니다. 제가 평생 몸담아온 이곳의 기술 변화, 그 중심에 제 딸이 서 있다는 것이 참 대견하고 자랑스럽습니다. 처음 합격 소식을 들었을 때는 무심한 척 걸으며 티를 내지 못했지만, 속으로는 누구보다 기뻐했습니다. 앞으로도 현장의 목소리를 귀담아듣는 연구원으로서, 무엇보다 '안전'을 최우선으로 생각하며 오래도록 자신의 길을 걸어갈길 응원합니다.

아빠 은종민 씨

'굴착기 부녀(父女)'의 특별한 동행

"딸이 만든 굴착기를 아버지가 몬다고?" 누군가 상상으로는 던질 법한 이 흥미로운 질문이 HD건설기계에서 생생한 현실로 나타났다. 그 주인공은 바로 HD건설기계 시스템통합설계팀 은지수 선임연구원과 그녀의 아버지이자 34년 경력의 베테랑 굴착기 조종사 은종민 씨다.

HD CULTURE

함께 걷는 이 길이 꽃길이 아니어도 좋습니다.
우리가 함께라면 그 어디라도 가장 찬란한 봄날일 테니까요.

미라클 HD	사랑을 나눕시다	HD SNS 픽	우리네 이웃	로컬 재발견	건강 칼럼	마음 컨설팅	트렌드 코리아	사우 참여마당
36	38	40	44	48	52	54	56	58

쓰레기 줍고 역사도 배우고, 방어진 일대 플로깅



HD현대중공업이 역사·문화 체험과 환경정화 활동을 결합한 새로운 프로그램을 선보여 눈길을 끌고 있다.

HD현대중공업은 지난 4월 11일(토), 임직원과 가족 30여 명이 참여한 가운데 동구 방어진 일원에서 '지역 탐방 플로깅' 행사를 개최했다. 이 프로그램은 동구 방어진 지역의 주요 명소를 걸으며 문화해설사의 설명을 듣고, 동시에 쓰레기를 줍는 환경정화 활동으로 오는 10월까지 총 6차례에 걸쳐 진행될 예정이다. 지역의 역사와 문화를 직접 체험하는 동시에 생활 속 환경보호를 실천할 수 있도록 기획돼 참가자들로부터 좋은 반응을 얻고 있다.

참가자들은 한 손에 집게를, 다른 한 손에는 쓰레기봉투를 들고 지역의 역사와 문화를 배우는 한편, 거리를 깨끗하게 가꾸는 뜻깊은 시간을 보냈다. 단순한 환경정화 활동을 넘어 지역에 대한 이해를 넓히고, 가족과 함께 의미 있는 시간을 보낼 수 있다는 점에서 더욱 호응을 얻었다.

주요 탐방 구간은 천재동 예술쉼터, 방어진위판장, 남방파제, 천년소나무, 8헌장옥, 방어진역사관 등이며, 프로그램은 2개 코스로 나누어 운영됐다.

참가자 HD현대중공업 기본상세설계2부 주형준 책임은 "자주 지나다니던 곳이었지만 문화해설사의 설명을 들으니 새롭게 느껴졌다"며 "플로깅만 했다면 단순한 정화 활동으로 느껴질 수도 있었겠지만, 지역의 역사까지 함께 배울 수 있어 더욱 뜻깊은 경험이었다"고 말했다.

국경을 넘어선 따뜻한 손길, 필리핀서 사랑의 나눔 실천



HD현대필리핀조선이 울산대학교병원과 필리핀 수빅 지역에서 대규모 의료봉사를 실시하며 국경을 넘어선 나눔을 실천했다.

이번 봉사는 "모든 인간이 질병의 고통으로부터 해방되어 행복한 생활을 하는 복지사회 건설"이라는 정주영 창업자의 숭고한 정신을 전달하기 위해 마련됐다.

봉사단은 HD현대필리핀조선 임직원 20여명을 비롯해 울산대학교병원 전문 의료진 26명, 수빅 지자체 및 현지 협력병원 자원봉사자 50여명 등으로 구성됐다. 의료진은 내과, 외과, 소아청소년과, 산부인과, 치과 등 5개 진료과를 운영했으며, 이들 동안 750여명의 현지 주민에게 진료와 치료를 제공했다.

진료 시작 전부터 수백 명의 주민들이 길게 줄을 서며, 평소 적절한 치료 시기를 놓친 환자들의 발걸음이 이어졌다. 치통을 오래 참아오다 치과 진료를 받은 주민부터, 복통과 만성질환을 방치해온 환자, 고열의 아이까지 다양한 사연의 환자들이 의료진을 찾았다.

실제로 진료를 받은 한 주민은 "아파도 병원에 가기 쉽지 않았는데, 이렇게 직접 찾아와 치료해줘서 정말 감사하다"며 "앞으로는 몸이 아플 때 어떻게 관리해야 하는지도 알게 됐다"고 말했다.

한편, 이번 해외 의료봉사는 HD현대필리핀조선의 글로벌 인프라와 울산대학교병원의 의료 전문성을 결합해 지역사회와 함께 성장하는 '기업-병원 협력형 사회공헌 모델'을 구축했다는 평가를 받았다.



싱글대디의 눈물 겨운 '자식 사랑'

평생을 같이 할 줄 알았던 와이프가 사라지고, 하나 남은 아들마저 자폐성 장애 진단을 받았다. 홀로 아들을 키우기 위한 마음의 준비도 하지 못한 상황에 준호(가명, 5세)의 자폐 진단은 영수 씨(가명, 33세)의 가슴을 먹먹하게 만들었다. 아버라는 책임감 하나로 버텨내기엔 세상이 호락호락하지 않지만, 그래도 포기할 순 없다.

사라진 와이프와 몸이 불편한 아들

10여 년 전, 영수 씨와 지원 씨(가명)는 마트에서 함께 떡 홀러 일하며 소중한 인연을 맺었다. 성실하게 내일을 꿈꾸던 두 사람에게 2020년 찾아온 아들 준호는 세상 무엇보다도 바꿀 수 없는 커다란 기쁨이자 희망이었다. 하지만 준호를 만난 후, 지원 씨에게는 감당하기 어려운 산후우울증이 소리 없이 찾아왔다. 누구의 잘못도 아니었지만, 깊어지는 마음의 아픔은 단란했던 가정을 감당하기 힘든 침묵으로 몰아넣었다. 결국 산후우울증을 이겨내지 못한 지원 씨는 2024년 초 연락이 두절됐고, 현재까지 생사조차 알 수 없는 상황이다. 영수 씨는 아내를 찾기 위해 백방으로 노력하고 꾸준히 연락을 시도했으나 끝내 닿지 못했다. 영수 씨는 아내에 대한 원망보다, 엄마의 빈자리를 느끼며 홀로 남겨진 아들을 지켜야 한다는 책임감 하나로 하루하루를 버텨내고 있다.

설상가상으로 친구보다 발달이 조금 늦는 줄만 알았던 준호는 2024년 자폐성 장애 진단을 받았다. 또래 아이들은 재잘거리며 세상을 배워가지만, 준호는 아빠와 눈을 맞추는 것도, 단 한 마디의 말을 건네는 것도 어렵다. 최근에는 극심한 식사 거부와 감정 기복으로 인해 정신과 진료와 약물 치료를 시작했다. 또래보다 부쩍 마른 준호의 뒷모습을 볼 때마다 아빠 영수 씨의 가슴은 무너져 내린다.

경제적 어려움 속 한줄기 '빛'

영수 씨는 과거 주변 지인에게 속아 빚을 지고 통장이 압류되는 고초를 겪었다. 신용 회복을 통해 간신히 빚을 갚아 나갔지만, 최근에도 보이스포싱 표적이 되는 등 세상의 모진 풍파를 겪고 있다. 준호의 치료비를 벌기 위해 아침부터 저녁까지 고된 현장 일을 하면서도, 준호의 식사는 직접 준비하는 등 서툴지만 아버로서 해야 할 역할을 다하려 애쓰고 있다.

하지만 최근 영수 씨는 빚길 오토바이 사고로 다리를 다쳐 일을 나가지 못 해 생활비가 줄었고, 앞친 데 뒷친 격으로 준호마저 차량과 부딪히는 접촉사고를 겪어 가슴을 쓸어내려야 했다. 다행히 준호의 건강에는 큰 이상이 없었으나, 기댈 곳 없는 영수 씨가 홀로 감당해야 했던 심리적 중압감은 상당했다. 다행히 준호의 자폐 증세가 치료를 시작하면서 호전돼 영수 씨의 노력은 빛을 발하고 있다.

지난해까지 기저귀를 못 떤 준호가 이제는 기저귀 없이 생활하고 있고, 소리 지르거나 떼쓰기 같은 돌발 행동도 눈에 띄게 완화됐다. 또 어린이집 하원 후 스스로 옷을 정리하는 등 많이 의젓해졌다.

하지만, 이 희망을 이어가기엔 현실의 벽이 너무나도 높다. 언어 발달 골든타임에 있는 준호의 치료를 이어가려면 매월 수십여만원이 필요하고, 아빠가 일하는 동안 준호를 돌봐줄 도우미 비용 역시 매달 지출된다.

이와 함께 월세와 공과금 등을 내고 나면 정작 영수 씨 가족은 제대로 된 식사 한 끼 챙기기 어려운 실정이다. 영수 씨는 매일 지친 몸과 마음을 이끌고 일터로 향한다. 아픈 아들과 무거운 생계의 짐을 홀로 짊어진 채, 오늘도 준호와 함께 웃을 수 있는 내일을 꿈꾸며 묵묵히 살아간다.



'오일전사' 탄생의 서막!



오일전사 탄생의 서막 ... '홍행 성공'

주인공은 HD현대오일뱅크 사내 AI 스터디 동호회 'AI XYZ(AI is eXpanding Your Zone)'. 지난 2024년 12월부터 활동을 시작한 'AI XYZ' 동호회는 현재 28개 부서에서 모인 총 43명의 임직원이 세미나와 외부 특강 등을 통해 AI 역량을 키우고 있다.

이들은 올해 초 자발적으로 'AI 혁신 TF'를 구성해 6개월 동안 5명의 멤버가 주요 과제를 수행하고 있으며, 그 중 하나가 바로 '생성형 AI를 활용한 광고 영상 제작'이었다. 평소 '오일전사'를 좋아하던 이들은 기존 콘텐츠의 세계관을 확장한 프리퀄(Prequel) 영상을 제작했으며, 정유 공정의 핵심 단계를 '오일전사' 투혼으로 시각화해 풀어냈다.

특히 생성형 AI가 더 이상 일부 전문가만의 도구가 아니라 일반인들도 아이디어만 있다면 콘텐츠로 구현하는 실용적인 창작 도구가 될 수 있음을 보여줬다는 점에서 의미가 크다.

'AI 혁신 TF'팀은 미드저니(Midjourney), 나노 바나나 프로(Nano Banana Pro), 힉스필드(Higgsfield), 클링(Kling), 캡컷(CapCut) 등을 통해 회사의 사업과 기술, 현장 이야기를 AI 기술로 실제 마케팅과 홍보 영역에서 가시적인 성과를 낼 수 있음을 증명했다.

'AI XYZ' 회장인 윤부현 책임매니저(HD현대오일뱅크 여신운영팀)는 "간혹 AI 영상 제작을 '딸깍' 한 번에 끝나는 자동화 작업으로 오해하는데, 실제로는 정교한 프롬프트 설계부터 수많은 시행착오를 겪어야 한다"며 "별도의 제작 예산 없이 고품질 영상을 뽑아내는 과정은 힘들었지만, 많은 사람들의 관심과 응원을 받으니 되려 보람을 느낀다"고 소감을 밝혔다.

영상에 나오는 인물들 역시 100% 생성형 AI로 제작됐으며, 유튜브 및 사내 게시판 댓글에도 '영화의 한 장면 같다', '웅장하고 스케일도 엄청나다' 등의 호평이 이어졌다.

01 상상력에 AI를 더하니 ... 블록버스터 탄생

HD현대오일뱅크 직원들이 생성형 AI를 활용해 제작한 영상 콘텐츠가 눈길을 끌고 있다. 전문 제작자가 아닌 일반 직원이 블록버스터급 영상을 만든 점에서 창의적인 시도와 새로운 콘텐츠 제작 방식의 가능성을 보여주고 있다.



02

AI 활용한 HD건설기계 출범 영상 ... SNS서 '폭발적 반응'

HD건설기계의 출범에는 새로운 미래를 향한 도약과 두 회사의 결합이 창출할 시너지 등 여러 희망과 기대가 담겨 있다. HD건설기계가 최근 AI를 활용한 영상으로 기업 합병이라는 딱딱한 단어 속 숨은 가치를 직관적으로 전하며 SNS를 강타했다.



고질라



로봇



Be the One, Be the No.1

올해 초 생성형 인공지능(AI)을 활용해 제작된 HD건설기계의 짧은 영상 콘텐츠들이 공개되며 화제를 모았다.

HD건설기계 굴착기 'HYUNDAI'와 'DEVELON'이 영화 '트랜스포머'처럼 로봇으로 합체해 달을 향해 날아가는 영상과 이 둘이 웨딩드레스와 턱시도를 입고 버진로드를 이동하며 결혼식을 올리는 장면은 신선하다는 점에서 좋은 반응을 얻었다.

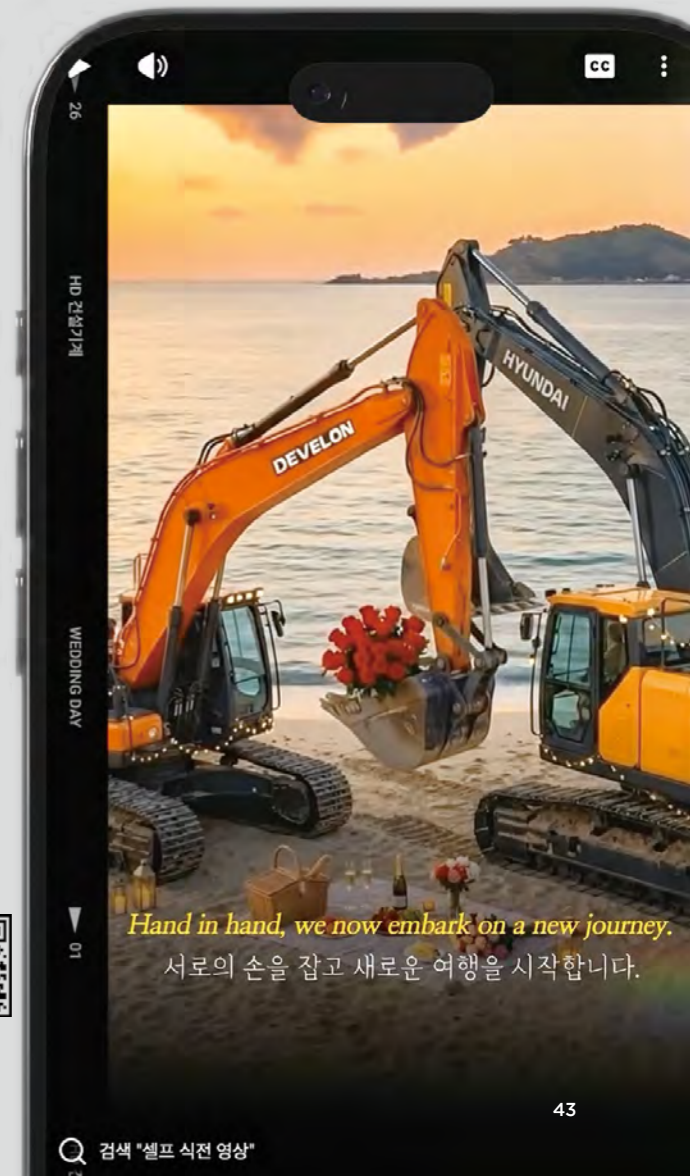
특히 민감하고 어렵게 느낄 수 있는 '합병'이라는 소재를 생성형 AI 기술로 보다 부드럽고 친근하게 표현하며 보는 재미를 더했다. 강렬한 장면과 역동적인 연출을 통해 메시지를 색다르게 풀어내며, 유튜브 쇼츠 형식의 짧은 콘텐츠지만 긴 여운을 남겼다.

영상을 접한 누리꾼들은 '생각보다 훨씬 재미있고 쉽게 다가왔다', '무거운 주제를 이렇게 감각적으로 풀어낼 수 있다는 점에서 감동을 받았다' 등의 반응이 이어졌다.

또 인스타그램 인플루언서와 협업을 통해 제작한 '고질라vs 굴착기' 영상도 많은 사랑을 받으며 흥행몰이를 이어갔다. HD건설기계 관계자는 "건설장비 제조업은 딱딱한 이미지가 있어서 이를 탈피하기 위해 다양한 아이디어를 발굴하고 있다"며 "앞으로도 재미있고 참신한 콘텐츠를 통해 인기를 이어갈 수 있도록 노력하겠다"고 소감을 전했다.



결혼



'이제는 재도약할 시간' ... 울산 HD, 올 시즌 부활 정조준

울산 HD FC가 지난 2월 28일(토) 울산 문수축구경기장에서 펼쳐진 하나은행 K리그1 2026 홈 개막전에서 강원FC를 상대로 3대 1 대승을 거두며 올 시즌 부활의 신호탄을 쏘아올렸다. 이어진 부천 FC 1955와 제주 SK를 상대로 원정경기에서도 모두 승리를 거두며 기세를 이어갔다. 지난해 9위의 성적표를 받아들며 아쉬움을 남긴 울산은 올 시즌 3월 말 기준 3승 1무의 성적으로 리그 2위를 달리고 있다.



김현석 감독



새 사령탑 김현석 감독과 함께한 출발...

경기 결과로 증명한 변화

새로 사령탑에 부임한 클럽의 레전드 김현석 감독과 주장단을 필두로 한 선수단은 동계훈련부터 결속력을 다지며 경기력을 점점 끌어올리고 있다. 특히, 야고, 심상민, 이규성 등 지난해 임대를 통해 실력을 쌓아 올린 선수들이 복귀했고, 조민서, 페드링요, 정재상, 이민혁, 벤지 등 새로운 선수들도 팀에 합류하며 선수층도 두꺼워졌다. 이와 함께 체계적인 훈련을 통해 전술 완성도를 높이고 있으며, 공격 중심의 플레이스타일을 구축하고 있다.

이러한 노력의 성과는 지난 홈 개막전에서 여실히 드러났다. 돌아온 스트라이커 야고가 2골을 작렬하며 무려 462일만에 득점포를 가동시켰다. 이희균도 333일만에 득점에 성공하며 승리에 뼈대를 박았다. 측면 수비수 듀오 최석현과 조현택도 적극적인 수비플레이와 공격 가담으로 승리에 기여했다.

이어 지난 3월 15일(일) 진행된 부천 경기에서 울산은 2대 1로 역전승을 거두며 지난해 5월 이후 308일만에 값진 원정경기 승리를 챙겼다. 이후 이어진 제주SK FC와의 원정경기에서도 2대 0으로 승리하며 시즌 첫 무실점 경기를 치렀고, 야고는 3경기 연속 득점 기록을 이어갔다.

울산은 올 시즌 리그 상위권 도약을 목표로 하고 있다. 현재 팀이 좋은 흐름을 이어가고 있는 만큼, 리그 전반기 동안 많은 승점을 쌓는 것이 우승 경쟁에서 한 걸음 더 나아가는 길이다. 울산이 이 흐름을 계속 이어갈 수 있도록 그 어느 때보다 팬들의 응원과 지지가 절실하다.



더 특별해진 이벤트, 더 뜨거워진 문수

울산은 경기장을 찾는 팬들의 관람 경험을 강화하기 위해 홈 구장인 문수축구경기장에 새로운 변화를 도입했다. 경기장 2층에는 국내 최초 360도 LED 전광판을 설치해 한층 더 역동적인 연출을 선보이고 있다. 득점 장면과 선수 소개, 응원 유도 영상 등 경기 흐름에 맞춘 다양한 디스플레이 연출을 통해 경기장 분위기를 더욱 고조시키고 있다. 특히, 울산이 승리할 경우 디스플레이에 '잘가세요'를 송출해 팬들의 응원이 합창과 어우러진 시각·청각 연출로 경기장 전체를 승리의 열기로 채우고 있다.

이와 더불어, 울산은 로컬 탁주 브랜드 '복순도가'와 협업을 통해 경기장에서 즐기는 특별한 한 잔, '문수탁주'를 선보였다. 이번 협업은 축구 팬들에게 경기 관람의 즐거움과 지역 고유의 맛을 동시에 전달하기 위해 기획됐다.

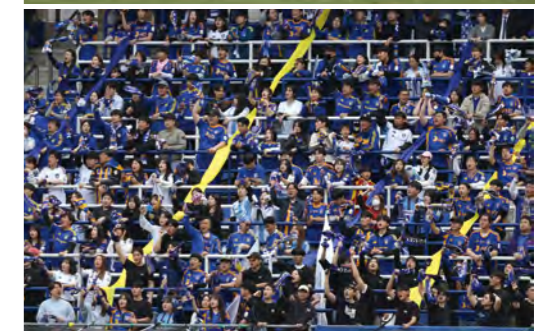
울산은 올 시즌 팬들에게 더 다채롭고 차별화된 관람 경험을 제공하기 위해 다양한 협업과 이벤트를 앞으로도 많이 진행할 계획이다.



이동경



야고





유쾌한 웃음과 설렘을 전하는 로코 연극

웹툰을 원작으로 한 연극 '운빨로맨스'는 미신과 운명을 굳게 믿는 여자와 철저히 논리와 과학을 신뢰하는 남자가 만나며 벌어지는 이야기를 유쾌하게 그린 로맨틱 코미디다. 전혀 다른 가치관을 가진 두 사람이 예상치 못한 사건들을 겪으며 가까워지는 과정은 관객들에게 웃음과 설렘, 그리고 공감을 동시에 전한다.

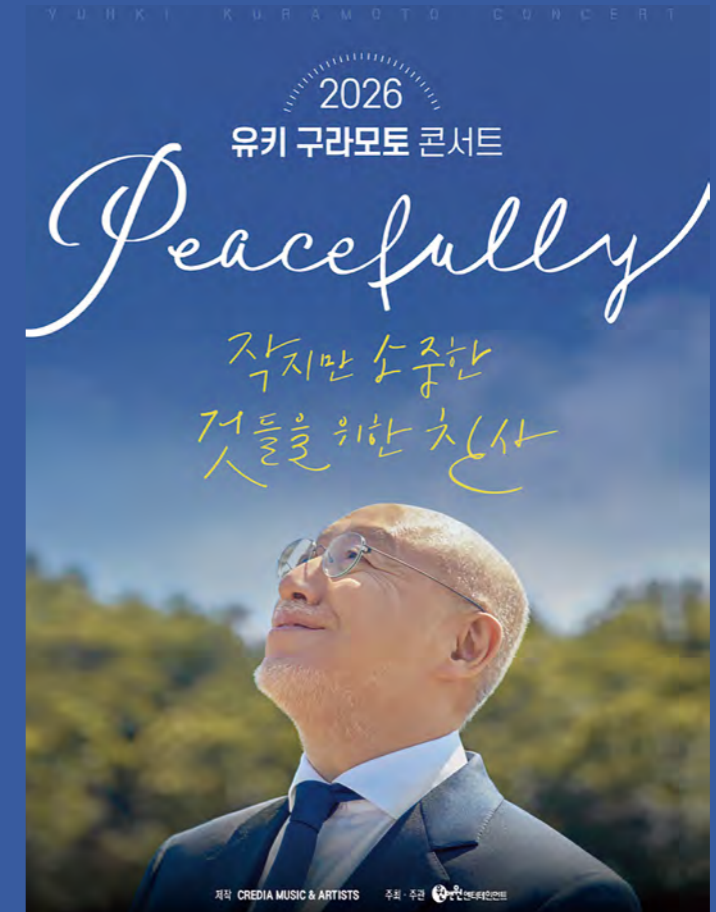
빠른 전개와 재치 있는 대사, 배우들의 생동감 넘치는 연기가 어우러져 관객들의 큰 호응을 얻고 있다. 특히 연애와 인간관계 속 현실적인 고민을 유쾌하게 풀어내며 다양한 세대가 함께 즐길 수 있는 작품으로 평가받는다.

이 연극은 단순한 로맨스를 넘어 '운명과 선택'이라는 주제를 재치 있게 풀어내며 사랑에 대한 다양한 시선을 전한다. 때로는 엇갈리고 때로는 가까워지는 두 주인공의 이야기는 공연 내내 유쾌한 웃음을 선사하면서도 따뜻한 여운을 남긴다.

누구나 부담 없이 즐길 수 있는 로맨틱 코미디 작품으로, 일상에서 잠시 벗어나 웃음과 설렘을 느낄 수 있는 시간을 선사할 것으로 기대된다.

공연 개요

공연명 | 연극 '운빨로맨스'
일정 | 5월 8일(금) ~ 22일(금) / 세부일정 홈페이지 참고
장소 | HD아트센터 소공연장
관람등급 | 중학생이상 관람가
가격정보 | 25,000원 (HD현대 직원 30% 할인)



피아노로 전하는 '작지만 소중한 것들의 찬사'

따뜻하고 다정한 피아노 선율로 전 세계 관객들에게 사랑받는 피아니스트 유키 구라모토의 공연 '2026 유키 구라모토 콘서트 : Peacefully'가 6월 17일(수) HD아트센터에서 열린다.

이번 공연 'Peacefully'는 '작지만 소중한 것들을 위한 찬사'라는 메시지를 담고 있다. 2025년에 발매된 앨범 [PEACEFULLY]와 동명의 타이틀로 진행되며, 명료하고 담백한 음악의 언어로 일상을 둘러싼 소중한 가치들을 차분하게 들려줄 예정이다.

공연은 1부와 2부로 나뉘어 진행된다. 1부에서는 유키 구라모토의 피아노 솔로 연주가 펼쳐지며, 2부에서는 콰르텟과 함께하는 앙상블 무대가 이어져 한층 풍성한 음악을 선사한다.

특히 피아노와 현악·목관 악기가 어우러지는 피아노 콰르텟 편성은 유키 구라모토가 특별히 애정하는 구성으로, 바이올린 듀오와 바이올린·첼로 트리오 등 다양한 편성의 무대를 통해 더욱 다채로운 음악적 색채를 관객들에게 선보일 예정이다.

따뜻한 피아노 선율이 흐르는 이번 공연은 초여름 밤, 관객들에게 잔잔한 위로와 평온한 감동을 전하는 시간이 될 것으로 기대된다.

공연 개요

공연명 | 뉴에이지 피아니스트 '유키 구라모토 콘서트'
일정 | 6월 17일(수) 19:30
장소 | HD아트센터 대공연장
관람등급 | 초등학생이상 관람가
가격정보 | R석 9만원, S석 8만원, A석 7만원, B석 6만원 (HD현대 직원 30~50% 할인)

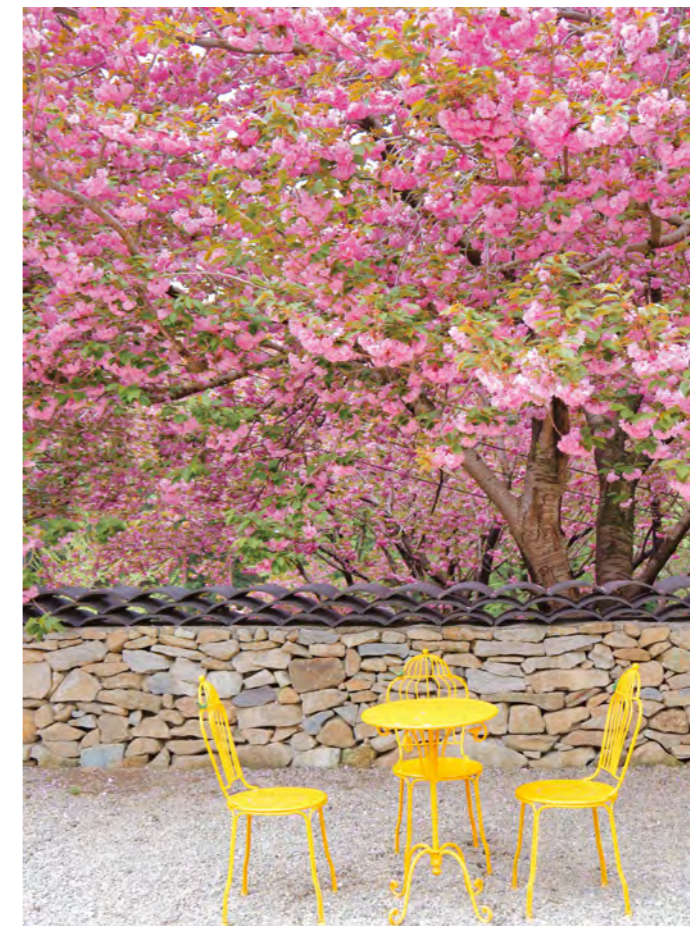
Samcheonpo

[三千浦]

봄 내음을 느낄 수 있는 꽃들을 따라 몇 번이고 방향을 틀었다. 봄이니깐 길을 잃어도 괜찮다. 시선의 끝에는 언제나 몽글몽글 꽃이 기다리고 있을 테니. 이름 모를 봄꽃부터 겹벚꽃, 유채꽃까지 이번 봄은 잘 나가다 삼천포로 빠진다.

글/사진, 여행 작가 불비(김혜민)

이번 봄은 삼천포로 빠지다



벚꽃엔딩 아쉬움 달래주는 '겹벚꽃'

벚꽃이 지면 또 일 년을 기다려야 한다는 아쉬움과 허전함이 든다면, 두 번째 봄을 만끽하러 갈 차례다.

1978년, 당시 생소했던 겹벚꽃 나무 100구를 심은 주지 스님 덕분에 청룡사는 현재 상춘객들로 북새통을 이룬다. 50년의 시간을 머금은 덕분인지 청룡사 겹벚꽃은 주먹만큼 커다란 분홍 팝콘을 매단 것처럼 보인다.

그러니 아침 댓바람부터 서둘러야 한다. 입구를 지나 5분 남짓 오르면 꽃으로 둘러싸인 사찰이 모습을 드러낸다. 이때 뒤를 돌아보면 또 다른 세상이 펼쳐진다. 꽃잎이 얼마나 무겁겠냐마는 늘어진 가지들이 자연스레 만들어내는 꽃 터널이 장관이다.

청룡사에서 가장 인기 좋은 포토존은 돌계단 양옆으로 겹벚꽃이 터널처럼 드리운 '극락의 계단'. 줄 서는 것이 망설여진다면 담장 앞 노란 의자에 앉아 사진을 남기는 것도 좋다.



유채꽃 필 무렵, 초양도와 녹도

“섬 하나를 통째로 놀이동산으로 꾸며주세요” 누군가의 상상이 현실이 됐다.

섬 한가운데는 높이가 무려 72m의 대관람차 ‘사천아이’가 돌아가고, 머리 위로는 케이블카가 지나간다. 관람차 옆에는 2층 회전목마가 손님을 기다리고, 동물원과 아쿠아리움까지 더해져 관광객들을 불러 모은다. 이 모든 풍경을 품은 곳은 바로 ‘초양도’다.

초양도는 부담 없이 들리기 좋은 섬이다. 인근 휴게소에 무료로 차를 세워둘 수 있어 접근도 수월하다. 보통 놀이동산을 이용하려면 입장료가 필요하지만, 이 풍경을 바라보는 데에는 아무런 비용이 들지 않는다. 게다가 탁 트인 바다와 시원한 바람이 부는 산책로는 바쁜 일상 속 스트레스를 날리기에는 더없이 좋은 곳이다.

초양도의 매력은 조금 떨어져 맞은편 녹도에서 바라볼 때 더 뚜렷해진다. 흐드러지게 핀 유채꽃 너머로 초양도를 바라보는 풍경이 녹도의 백미인데 한 쪽의 그림과도 같다.

알록달록 무지갯빛 해안도로

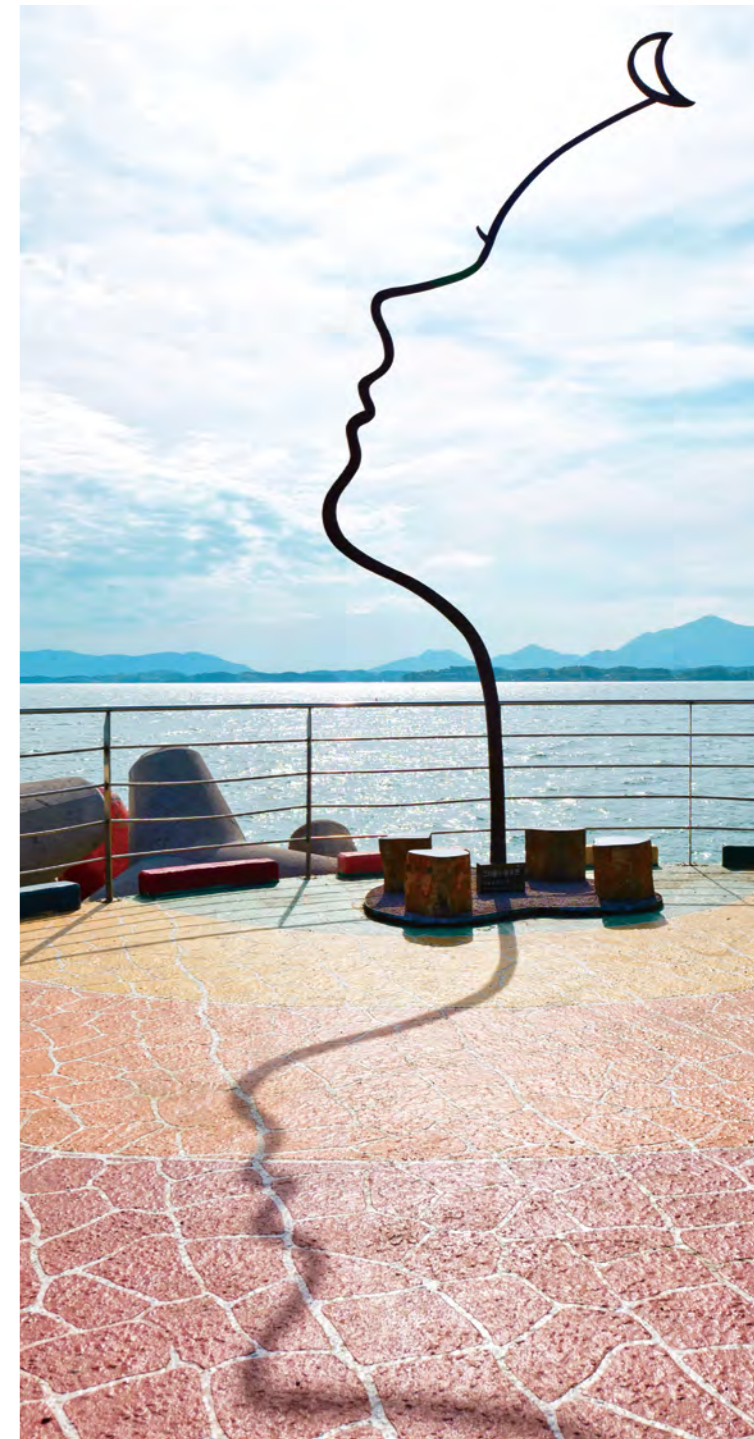
파란 바다를 배경으로 빨주노초파남보 무지개가 이어지는 해안도로. 안전을 위한 방호 시설물인 경계석에 무지개색을 입히며 평범했던 길이 새롭게 탄생했다. 마치 제주도에 온 걸로 착각하게 할 만큼 감성적이다.

6.2km의 제법 긴 해안도로는 드라이브하기에 더할 나위 없이 좋지만, 푸른 바다와 시원한 바닷바람을 맞으며 산책을 즐기기에 충분하다.

회색빛 도로와 파란 바다 사이 강렬한 색채의 경계석은 멋진 풍경을 자랑하는데, 곳곳에 핀 노란 유채꽃 군락과 어우러진 곳은 보는 이들의 감탄을 자아낸다.

특히 해 질 무렵 대포항 방파제 ‘그리움이 물들면’에 가보자. 노을이 바다로 번져 붉은 기운이 넘치면 연인의 얼굴도 함께 발그레 물든다. 별다른 기술 없이 휴대전화 카메라로 촬영해도 예술 작품이 남을 것이다.

역시 삼천포. 잘 나가다, 기꺼이 빠지고 싶은 사천의 봄이다.



흐드러지게 핀 유채꽃 너머로

초양도를 바라보는 풍경이 녹도의 백미인데

한 쪽의 그림과도 같다.



비만 치료의 핵심은 규칙적인 생활 습관

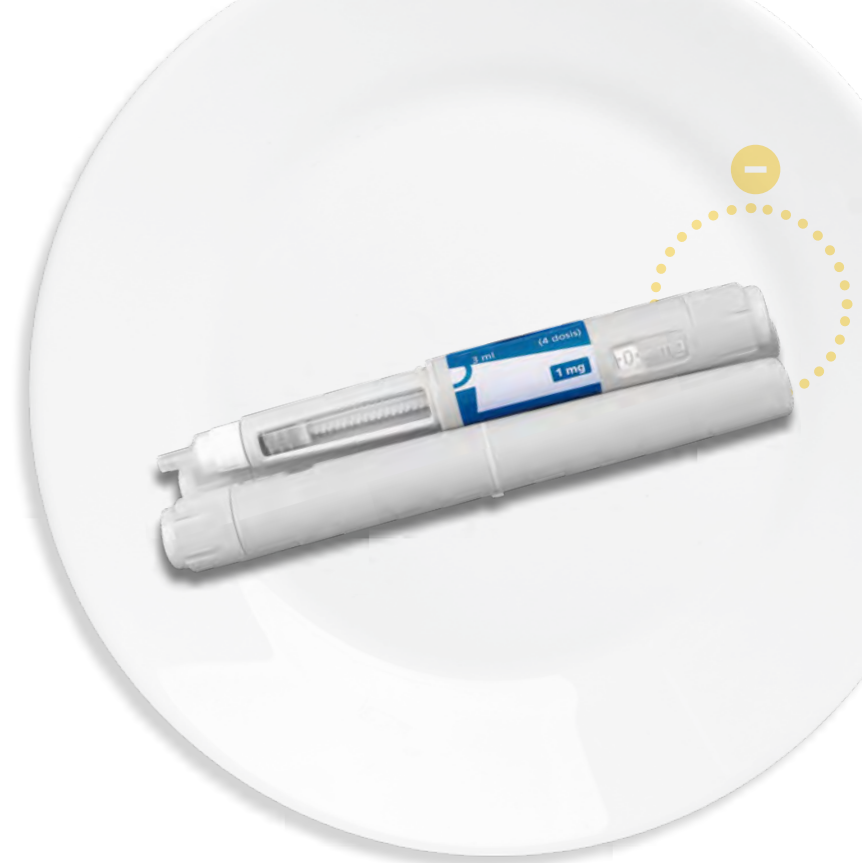
최근 신종 비만 치료제 '위고비, 마운자로' 등이 놀라운 체중 감량 효과로 세계적인 주목을 받고 있다. 하지만 효과만큼 부작용도 커서 자칫 잘못하다간 '요요 현상'으로 체중조절에 실패할 가능성이 높다. 무엇보다 건강한 체중 관리는 올바른 생활 습관으로부터 시작된다.

글. 울산대학교병원 정태홍 교수 (가정의학과)



체질량지수(BMI) 25 이상은 비만

비만의 원인은 다양하지만 가장 큰 비중을 차지하는 것은 '에너지 불균형'이다. 많이 먹고(높은 칼로리 섭취) 적게 움직이는(낮은 칼로리 소비) 생활 습관이 문제다. 유전적·환경적 요인도 있지만 대부분 식습관 개선과 신체 활동량 증가를 통한 근본적인 생활 습관을 교정한다면 치료는 수월하다. 비만은 단순히 체중이 높은 것이 아니라 지방이 많은 상태를 의미한다. 특히 핵심 지표는 내장 지방의 축적 정도이며, 따라서 근육량이 많은 사람은 체중이 높더라도 비만이 아니다. 보통 비만은 체질량지수(BMI)와 허리둘레로 진단한다. BMI 23 이상을 비만 전 단계, BMI 25 이상은 비만이라고 한다. 허리둘레를 기준으로 할 때는 남자는 35인치, 여자는 33인치가 넘으면 비만이다.



식욕 억제해 '배부름' 상태 유지

항간에 떠도는 소문에 의하면 비만 치료제는 몸에서 지방을 저절로 녹여 없애준다고 하지만, 사실은 식욕 억제 작용을 통해 체중을 줄이는 역할을 한다. 우리의 뇌에는 배고픔과 배부름을 감지하는 부분이 있는데, 이 부분에 약물이 작용해 배고픔을 줄이고 배부름을 느끼게 한다. 그리고 음식물이 위(胃)에서 장(腸)으로 넘어가는 시간을 지연시켜 배부름을 더 오래 유지한다. 이 두 가지 효과를 종합하면 '금방 식사를 마친 상태의 느낌'을 지속적으로 만들어 자연스럽게 식사량을 줄여 체중 감량을 유도하는 원리다. 또, 비만 치료제는 전문의약품이라 미용 목적으로는 처방받을 수 없다. 일반적으로 2단계 비만(BMI 30 이상)이거나 1단계 비만(BMI 27 이상)이고 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등 질환이 있는 경우에만 가능하다.

진짜 비만 치료제는 '생활 습관 개선'

비만은 장기간 걸쳐 형성된 나쁜 생활 습관의 결과물이기 때문에, 근본적인 해결 방법은 기존의 생활 습관을 개선하는 것이다. 약물 치료는 분명 체중 감량에 도움을 주지만, 생활 습관 개선 없이 치료제에만 의존하면 체중이 줄어도 지방보다는 근육이 빠지는 경우가 생긴다. 그래서 체중은 줄었는데도 몸이 무겁고 피곤함을 더 느낄 수 있다. 이런 상태에서 약물을 중단하게 되면 식욕이 폭발하면서 이전 체중으로 급속하게 돌아가는 '요요 현상'을 겪게 된다. 요요를 통해 늘어난 체중은 지방으로 이루어진 경우가 많아서 처음보다 건강 상태는 더 나빠지고 앞으로 체중조절도 더 힘들게 된다. 비만 치료의 성공은 일시적인 노력이 아니라 식사, 운동 그리고 취침 이 세 가지를 규칙적으로 만들어서 습관화하는 것이 중요하다. 이러한 규칙적인 생활이 자리 잡아야 비로소 감량된 체중을 아주 오랫동안 유지할 수 있는 것이다. 비만 관리는 단순히 외모 변화가 아닌 만성질환을 예방하고 치료하는 가장 강력한 방법임을 명심해야 한다.

* 체질량지수(BMI)에 따른 비만 진단

키와 몸무게를 이용하여 지방의 양을 추정하는 비만 측정법으로, 몸무게(kg)를 키(cm)의 제곱으로 나눈 값

35 이상	3단계 비만
30-34.9	2단계 비만
25-29.9	1단계 비만
23-24.9	과체중
18.5-23	정상
18.5 이하	저체중

자신과 가장

친한 친구가 되어 보세요

요즘 사람들은 SNS에 화려하게 꾸민 일상과 보정된 사진을 공유하며 한껏 존재감을 과시하지만, 아이러니하게도 화려한 과시 속에서 '진짜 자신'은 찾아보기 어렵습니다. 자신에 대한 관심이 많고 개인주의적 성향도 강하지만, 정작 진정한 자신을 찾지 못해 정신적 고통을 호소하고 있습니다. '나와의 관계'를 원만하게 만들어야 할 시점입니다.

글. 유승희 실장(HD현대삼호 마음정원)
참고 도서. 『나와 친해지는 연습』 - 최윤정



나의 가치를 결정하는 건 오직 '나'

많은 사람들이 자신의 가치가 타인, 조직, 사회 등 외부로부터 주어진다고 착각하곤 합니다. 인간은 주변과 상호작용을 하는 존재이기 때문에 좋은 평판을 얻기 위해 끊임없이 자신의 인생을 소모하게 됩니다.

다만, 안타깝게도 외부의 인정이 자신의 존재에 대한 확신으로 이어지기는 어렵습니다. 스스로 낮은 가치감을 가진 사람은 외부에서 아무리 긍정적인 메시지가 쏟아져도 결국 받아들이지 못합니다.

자신의 가치를 확신하는 것은 행복한 삶을 살아가기 위해 튼튼한 골격을 세우는 일입니다. '나는 세상 속에서 행복을 누리며 살아가길 충분히 가치 있는 존재'라는 사실을 받아들이는 것이 최우선입니다.

'나는 가치 있는 사람이다', '나는 사랑받는 사람이다'와 같은 긍정 확인은 자신감을 높이고 좋은 감정을 유도하는데 도움이 됩니다. 쉬워 보이지만 방법을 몰라 선뜻 시도하기 어렵고, 도대체 자신과의 관계를 어떻게 개선할 지도 막막할 수 있습니다.

이럴 때 필요한 건 말이 아닌 행동입니다.

이렇게 하면, 일기를 쓰며 하루의 작은 행복을 되짚는 것은 '내 삶은 의미 있는 순간들로 가득 차 있다'라는 따뜻한 메시지를 담고 있습니다. 자신의 행동 하나하나 단 순한 행위에서 그치는 것이 아니라 자신과의 특별한 대화이자 소통의 창구임을 알아야 합니다.

기록의 힘, 작은 성공이 점진적 성취로

세계적인 토크쇼 진행자인 오프라 윈프리는 "기록은 단순한 습관이 아니라 자신을 발견하는 과정"이라고 말했습니다. 기록은 우리 내면을 다독이고 격려하는 역할을 하며, '오늘도 해냈다'라는 성취감을 확인시켜 불안과 두려움을 누그러뜨리고 더 큰 도전을 위한 심리적 여유를 만들어 줍니다.

기록의 또 다른 매력은 성장과 변화를 추적할 수 있다는 것입니다. 예를 들어, '3개월 전에는 매일 운동하기가 그렇게 힘들었는데 지금은 자연스러운 일상이 됐네'라는 변화를 눈으로 확인할 때 부딪힘과 감동을 느낄 수 있습니다. 지금 펜을 들고 오늘의 작은 성공을 적어보길 추천합니다. 자신에 대한 믿음을 키워줄 것입니다.

인간관계는 정원에 비유할 수 있습니다. 정원을 방치하면 잡초나 해충들이 꼬여 내가 원하는 정원의 모습은 찾아볼 수 없게 됩니다.

인간관계로 인한 문제 또한 방치하면 정돈되지 않은 관계가 자신의 삶을 좀먹게 됩니다. 자기 친화력이 낮은 사람은 해로운 관계를 방치해 스스로를 위험에 처하게 만드는 반면, 자기 친화력이 높은 사람은 자신과 건강한 관계를 맺으며 다른 사람들과도 자연스럽게 어울립니다. 다른 사람들과 건강한 관계를 맺는 것은 본질적으로 자신을 소중히 여기며 더 행복하고 의미 있는 삶을 추구하는 방법입니다.

당신의 정원을 한 번 돌아보세요. 잡초가 무성히 자라 중요한 관계들을 덮고 있지는 않은지 혹은 무력감에 빠져 주변 관계를 소홀히 하고 있는 것은 아닌지 살펴야 합니다.

당신을 소모시키는 잡초 같은 관계를 뽑아내고 당신만의 아름다운 정원을 정성껏 가꾸어 보시길 바랍니다.

자기 신뢰를 키우는 3단계 기록법

노트, 다이어리, 메모 앱(APP) 등에 아침저녁으로 기록하기

01 오늘의 작은 성공

오늘 해낸 작은 성공을 적어 보세요
예) 아침에 일어나 침대 정돈 완료

02 나의 강점

오늘의 행동 속에서 발견한 나의 강점을 적어보세요
예) 포기하지 않고 꾸준히 노력하는 점

03 내일의 나에게

내일을 위한 응원 한 마디를 적어 보세요
예) 작은 발걸음으로 계속 나아가보자

AI시대 생존 전략: 인공지능과 인간의 협업

인공지능(AI)에 대한 의존이 갈수록 심해지고 있다. 심지어 어느 신혼부부는 말다툼하다가 결론이 나지 않자, 누가 더 잘못했는지 AI에 물어봤다고 한다. 우리 생활 깊숙이 들어온 AI가 활동 영역을 빠르게 넓히더니, 어느새 신혼부부의 베갯머리송사까지 간여하게 됐다. AI시대, 인간의 역할에 대해 고민이 필요한 시점이다.

참고 도서, 『트렌드 코리아 2026』

불완전한 AI에는 인간이 필수

먼 미래에는 인간의 모든 업무가 인공지능에게 넘어갈 수도 있겠지만, 다행히 아직 인공지능의 업무 처리 결과는 완벽하지 않으며 심지어 부작용이 염려되기도 한다. 그렇기 때문에 인공지능이 업무를 처리하는 과정 속에서 적어도 한번은 인간의 관여가 필요하다. 이러한 개념을 '휴먼인더루프(Human-in-the-loop)'라고 한다. 여기서 루프(Loop)는 특정 업무의 처음부터 끝까지 이어지는 순환고리를 의미하는데, 휴먼인더루프는 그 안에 인간이 끼어들어야 한다는 개념이다. 다시 말해, 인공지능이 업무를 수행하는 과정에 인간이 의도적으로 개입하여 시스템의 정확성을 높이고 최종 결정에 상황적 의미, 윤리적 판단, 창조적 감성을 부여함으로써 완성도를 높일 수 있는 업무 설계 철학이 휴먼인더루프의 핵심이다.

Human-in-the-loop

이는 단순히 AI를 인간의 통제하에 둔다는 소극적 개념을 넘어, 인간과 AI가 각자의 강점을 바탕으로 최적의 결과물을 만들어낼 수 있는 적극적인 '협업 시스템'을 의미한다. 휴먼인더루프는 인간이 '불완전한 AI'를 단순히 수정하는 것이 아니라, 서로 다른 두 종류의 지능이 시너지를 창출하는 가장 이상적인 공존 모델이다.

AI와 인간의 협업은 '미래 경쟁력'

인간과 AI 중 누가 주도권을 얼마나 갖느냐에 따라 상황은 달라진다. 자동 물류 시스템처럼 주문, 배송, 예약, 문의 등 복잡한 프로세스에는 인간의 개입은 최소화되고 AI가 전적으로 주도한다. 이를 두고 '휴먼온더루프(Human-on-the-loop)'라 하며, 나아가 인공지능이 완전히 독립적이고 자율적으로 기능하는 '휴먼아웃오브더루프(Human-out-of-the-loop)'도 있다.

결국 무엇이 됐든 아직은 AI가 인간의 통제를 받는 것이 더 안전하고 바람직하다는 것이 중론이다. 인간의 고유한 지능적·윤리적·감성적 역량이 AI의 방대한 데이터 처리 및 연산 능력에 더해질 때, 비로소 최상의 결과물이 나올 수 있기 때문에 '휴먼인더루프'가 중요하다.

2026년 병오년 말(馬)을 해를 맞아 비유하자면, 그리스 신화에 나오는 반인반마(半人半馬) '켄타우로스(Centaur)'형 인재가 AI시대를 선도할 것이다.

켄타우로스 상체, 즉 '머리'는 AI가 결코 흉내 낼 수 없는 인간 고유의 역량을 상징하며, 켄타우로스 하체 '다리'는 AI가 압도적인 속도와 스케일로 방대한 데이터를 지치지 않고 처리하는 것을 뜻한다.

인간의 머리가 방향을 정하고 현명한 질문을 던지면, AI의 다리는 그 방향으로 세상에서 가장 빠르게 달려가 답을 찾아온다.

결국 우리는 단순히 AI를 '잘 다루는 기술'을 배우는 것이 아니라, AI가 제시한 수많은 가능성 중에서 최선의 것을 '선택'하고, 그것들을 융합하여 새로운 가치를 '창조'하며, 그 결과에 대해 '책임'지는 지혜와 통찰력이 필요하다.

'휴먼인더루프' 시대에서는 AI와 경쟁하는 것이 아니라, AI와 한 몸이 되어 세상을 이끌어 간다는 점을 명심하자.

EVENT

같은 취미, 같이 흥미 참여자 모집 안내



사보 편집실에서는 여름호 사보에 소속 팀원(과원)들과 함께 예쁜 추억을 만들 수 있는 코너를 준비하고 있습니다.
문화 생활, 취미 활동 등 동료들과 함께 해보고 싶은 활동이 있다면 간단한 사연과 함께 신청해주세요.
아래 QR코드를 통해 신청 가능하며, 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

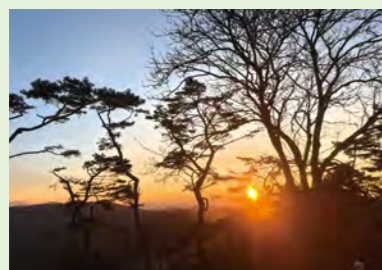


신청 기간: 5월 8일(금)까지

PHOTOGRAPHY CONTEST

겨울호 '2026 새로운 시작을 응원해' 당선작

당찬 포부와 각오가 담긴 HD현대 사우들의 새해 목표가 반드시 성공으로 이어질 수 있도록 응원합니다.



남한산성에서 맞이하는 새해 일출.
좋은 기운을 듬뿍 받았으니, 올해는
꼭 보컬 트레이닝을 받아서 무대에
서겠습니다.

이주선 사원
HD현대사이트솔루션 해외영업1팀



개인적으로는 가족들의 행복과
건강을 기원합니다. 아울러 부서 HSE
담당으로서 올해 우리회사 안전사고가
없도록 노력하겠습니다.

이지현 기원
HD현대중공업 RUYA공사부



올해도 마라톤 풀코스 '무사 완주'가
목표입니다. 물론 작년보다 기록이
더 빠르면 좋겠지만, 그래도 목표는
안전하게 완주하는 것입니다.

이현연 책임연구원
HD건설기계 소형엔진시험팀

QUIZ

당신의 사보 이해도는 몇 점?

가볍게 풀지만, 은근히 중요한 문제들!
지금 바로 도전해 보세요!

1. HD현대중공업 통합 법인 출범 100일을 기념해
실시된 행사의 이름은?

- ① HD해피워크
- ② HD해피벌스
- ③ HD해피드림
- ④ HD해피밀

2. 다음 중 지난 3월 HD건설기계가 참가한
국제 건설기계 박람회는?

- ① 노르시핑
- ② 콘엑스포
- ③ CES
- ④ 포시도니아

3. HD현대오일뱅크 직원들이 생형형 시를 활용해 제작한 'OOOO' 영상이 화제를 모으고 있다.

- ① 오일교체
- ② 오일누수
- ③ 오일전사
- ④ 오일장군

※ 만점자 가운데 추첨을 통해 기프티콘 지급 예정

지난 호 정답

- ① 5,000
- ② 안전
- ③ 액침냉각

퀴즈 응모 방법

퀴즈 정답을 5월 8일(금)까지 QR코드(또는 하단 링크) 접속 후 작성해 주세요!
추첨을 통해 푸짐한 상품을 드립니다.

<https://forms.gle/CwtCmkAy56brmKMx8>

※회사명, 부서, 이름 필수 입력! 당첨된 사우에게 상품 수령 관련 안내 문자를 발송합니다.



겨울호 퀴즈 당첨자

치킨 기프티콘(2만원 상당)

심우진 HD현대중공업 크랭크생산부
이지혜 HD건설기계 HRD팀
정영철 한결솔루션(주)
김지성 HD현대중공업 전장설계부
이영록 HD현대삼호 멤브레인공사부
박홍만 HD현대에너지솔루션 고객지원팀
강기보 HD현대중공업 중형선커미셔닝부
박경호 HD현대이엔티 중형선품질검사부
최태영 HD현대일렉트릭 변압기생산부
안동창 HD현대중공업 합정선체생산부

커피 기프티콘(1만원 상당)

신동주 HD현대중공업 시운전부
박종혁 HD현대삼호 전장설계부
임승택 HD현대중공업 운항관제부
이상민 HD현대이엔티 건설기계설계부
박병대 HD현대중공업 발판지원부
전현성 HD건설기계 제어솔루션개발팀
오형택 HD현대중공업 군산공장부
이도영 미래물류
정정홍 HD현대중공업 중형선선체가공부
유영수 HD현대중공업 그린동력시스템연구실

이지민 HD현대중공업 합정시운전부
임상원 이스트코어
이기욱 HD현대중공업 엔진기계구매부
정찬수 HD현대사이트솔루션 스마트굴착기술팀
정제운 HD현대중공업 에너지운영부
전장호 HD현대삼호 산업설비사업부
김희정 HD현대중공업 해양배관설계부
이성준 HD현대중공업 TRION공사부
성미숙 HD현대일렉트릭 기술경영부
김동규 HD현대중공업 중형선전장부