

IL-YANG newsletter
2026 Winter
vol.328

www.ilyang.co.kr



*Coming together is a beginning, staying together is progress,
and working together is success.
- Henry Ford -*

모이는 것은 시작이고, 함께 있는 것은 진보이며,
함께 일하는 것은 성공이다.

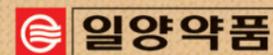


80년 신뢰, 100년을 여는 혁신
일양약품

일양 가족

IL-YANG newsletter
2026 Winter
vol.328

www.ilyang.co.kr



IL-YANG CONTENTS

2026 Winter vol.328

의약기술 100년 도전...
신뢰, 도전, 창조였습니다.
www.ilyang.co.kr

앞으로도 일양약품은 생명에 대한
책임을 다하는 기업으로서
사회적 책임은 물론 이땅의 모든 질병을
퇴치하는 그날까지 끊임없는 연구와 개발로
21세기의 건강한 미래를 열어가는데
최선의 노력을 다하겠습니다.



일양약품 계간 매거진
일양가족
2026년 겨울호

발행일 2026년 1월
발행인 정도연
편집인 홍보팀
발행처 서울특별시 강남구 도곡로 194(도곡동)
일양빌딩 02-570-3844

디자인 다룸팩토리
인쇄 두원인쇄공사



04 신년사
— 2026년 병오년(丙午年)

06 일양지점소개
— 총무팀 - 미술테라피

12 일양가족 기쁨전하기
— 서울병원 5팀 - 김형석 과장
임상 1팀 - 신지윤 책임

18 일양슈퍼루키
— 약사팀 김경렬 사원

22 전지적 일양기행
— 평창 '오대산 월정사'

26 도담도담
— 트리플비타 출시 5주년

28 AAPS PharmSci 360
— 미국 제약과학자협회(AAPS) 주최
"AAPS PharmSci 360" 참석

30 한눈에 보는 축제 2026
— 세계질 대표축제 테마

32 일양책방
— 2026 베스트셀러 소개

34 건강한호기심
— 현대인들의 건강관리의 노하우

36 일양통신
— 승산마을 이야기

37 일양뉴스
— 장애인 채용 우수사례 공유 및
특화 직무개발 간담회

38 이랑사랑퀴즈
— 이랑사랑퀴즈

신년사

일양 임직원 여러분!
희망찬 2026년 병오년(丙午年) 새해가 밝았습니다.

먼저, 지난 한 해 동안 각자의 자리에서 맡은 바 소임을 다하며 일양약품을 위해 헌신해 주신 임직원 여러분께 진심으로 감사의 말씀을 드립니다. 아울러 여러분과 가정에 건강과 행복이 가득하길 기원합니다. 녹록지 않은 외부 환경과 어려운 여건 속에서 외면하거나 침묵하지 않은 일양약품은 끊임없이 살피고 계획한 부분을 차질 없이 일구기 위해 노력과 인내, 그리고 도전으로 묵묵히 전진해 왔습니다. 그러했기에 위기 속에서도 중심을 잃지 않고 기업의 존재 이유를 다시금 확인할 수 있었습니다.

지난 한 해의 일들을 디딤돌 삼아 2026년은 일양약품의 새로운 도약을 위한 해가 되어야 합니다. 우리에게 필요한 것은 화려한 변화가 아니라, 기초를 다시 단단히 세우고 신뢰를 쌓아가 꾸준한 혁신을 이루는 것입니다.

늘 최선을 다해주는 임직원 여러분!

위기를 넘어, 신뢰로 다시 도약하는 해가 되기 위해 내실 있는 변화와 성장 / 지속 가능한 신뢰 경영을 핵심 기조로 다시 한번 성장의 궤도를 그려야 합니다. 이를 위해 올해 우리가 가져야 할 마음가짐을 말씀드리고자 합니다.

먼저, “어려움을 슬기롭게 이겨내는 지혜와 실행력”입니다.
 지금의 불확실성은 우리 모두에게 부담이지만, 이런 시기에 냉철한 판단력과 유연한 사고가 필요합니다. 위기를 회피하려 하지 않고 정면으로 마주하며 해법을 찾는 용기를 가집시다. 위기를 두려워하지 않는 조직만이 진정한 혁신을 이룰 수 있으며, 더 강한 일양약품을 만들 것입니다. “모든 임직원이 함께 만드는 투명하고 책임 있는 기업 문화”를 만들어 갑시다.

주주에게는 신뢰받는 기업으로, 소비자에게는 안전하고 품질 높은 제품으로, 임직원에게는 자부심과 행복이 깃든 일터로 자리매김해 나갑시다. 우리의 모든 경영 활동이 윤리와 원칙 위에 서서, 그것이 곧 기업의 핵심 경쟁력이 될 수 있도록 더욱 건강한 일양약품을 위해 함께 힘을 모읍시다.

또한, “끊임없는 혁신과 체질 개선”입니다.
 R&D 투자 확대, 글로벌 시장 진출 확대, 품질 혁신 등 미래 성장을 이끄는 핵심 역량을 지속적으로 강화해야 합니다. 단기적 대응에만 급급한 근본 없는 경쟁력을 버리고 새로운 기회를 포착하고, 변화하는 시장에 선제적으로 대응할 수 있는 복합적이고 유연한 조직 문화를 만들어 갑시다.

일양 가족 여러분!

가을 보리는 겨우내 뿌리를 단단히 내리며 봄에 파종한 보리보다 더욱 알차게 여문다고 합니다. 현재 위기와 난관에 대한 명확한 인식과 회사 비전에 대한 임직원 여러분들의 공감을 바탕으로 본연의 역할을 충실히 수행해 나간다면, 단단한 가을보리의 뿌리처럼 더 큰 성장을 위한 밑거름이 될 거라 확신합니다.

주저하지 않고 도전적인 자세로 더욱 단단한 일양이 되도록 최선을 다하여 올 한해 더욱 실질적인 성과 도출과 함께 주주에게 신뢰받고, 소비자가 존경하며, 임직원 모두가 자부심을 느끼는 일양약품으로 도약해 갑시다.

또한, 서로를 믿고 협력하며, 각자의 자리에서 책임을 다함으로써 역동적이고 행복한 조직문화를 만들어 가길 당부드립니다. 새로운 도전이 기다리고 있는 2026년, 이 순간에 다시 한번 처음의 마음으로 돌아가 더 큰 도약을 향해 나아갑시다. 다시 한번, 새해 우리의 다짐이 빛나는 결실로 이어지길 소망하며, 임직원 여러분의 건강과 행복, 그리고 일양의 밝은 미래를 진심으로 기원합니다.

감사합니다.

2026년 1월 1일
 일양약품 대표이사 사장 정유석

협동심 향상 팀 빌딩 프로그램 : 미술테라피

총무팀

“
2026년
포근한 겨울!
일양약품의
총무팀과
함께 했다.
”

총무팀과 함께하는 겨울

2026년을 맞아, 홍보팀은 총무팀과 함께 특별한 시간을 보냈다. 총무팀은 조직의 기반을 탄탄히 지탱하는 일양약품의 핵심 부서 중 하나로, 높은 책임감과 목표 의식을 바탕으로 업무 전반을 지원하고 있다. 팀원들 간의 협력과 소통이 뛰어나 서로를 격려하며 유기적으로 움직이는 팀이다. 이날 진행된 팀 프로그램은 팀원들의 정서 안정과 상호 이해를 돕는 미술테라피 시간이었다. 각자 그림을 구성해 가고, 결과를 보고 자연스럽게 서로의 감정과 생각을 공유하며, 팀원 간 소통과 공감 능력이 한층 깊어졌다. 팀장과 팀원 모두 적극적으로 참여해 서로의 작품을 존중하고 격려하는 모습은 단순한 활동을 넘어 마음을 나누는 진정한 치유와 협력의 시간으로 느껴졌다. 총무팀이 보여준 따뜻한 팀워크와 조화로운 분위기! 겨울의 차분한 공기 속에서 진행된 의미 있는 미술테라피 현장, 그 속에 담긴 소중한 순간들을 함께 들여다보자.



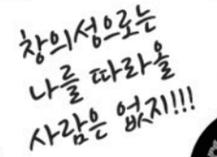
좌측부터 한상운 과장, 김하나 과장대리, 최광수 과장대리, 박준혁 사원, 석수호 부장, 박영길 부장, 홍수희 사원

총무팀 활동 프로그램 : 미술테라피

미술테라피는 작품을 만들고 해석하는 과정에서 자연스럽게 서로를 이해하고 소통할 수 있는 의미 있는 활동이다. 나만의 그림을 창작하는 과정에서 창의력과 내면의 심리가 자연스럽게 발휘되는 프로그램으로, 참가자들에게 큰 호응을 얻고 있다. 총무팀은 이번 미술테라피 프로그램에 참여해 새로운 방식의 팀 활동에 도전했다. 활동은 기본적인 표현 기법과 주제를 이해한 뒤, 각자 자신의 개성과 감정을 담아 작품을 완성하는 순서로 진행됐다. 처음부터 어색함 없이 서로 재료를 공유하며 협력하는 모습이 인상적이었고, 팀원들은 자신만의 아이디어를 스스로 표현하며 점차 창작 과정에 몰입해 갔다. 그 과정에서 공간에는 자연스러운 활기와 웃음이 퍼져 분위기를 한층 더 따뜻하게 만들었다.

특히 인상적이었던 순간은 팀원들 간 공감과 소통이 한층 깊어진 점이었다. 서로의 작품을 감상하고 결과를 공유하는 과정에서 각자의 생각과 감정을 더 깊이 이해하게 되었고, 그에 따라 팀워크도 자연스럽게 강화됐다. 작품 해석을 나누며 신뢰와 친밀감이 더욱 높아지는 모습이 인상적이었으며, 이번 경험은 총무팀이 평소 얼마나 견고한 협력 체계를 유지하고 있는지를 다시금 확인하게 해 준 소중한 시간이었다.

함께 표현하며 마음을 나누는 이번 미술테라피 활동! 앞으로도 총무팀의 긍정적인 에너지를 기대해 본다.



Q 일양약품 총무팀에 대해 소개 부탁드립니다.

일양약품 총무팀은 회사의 행정 전반과 인사관리를 담당하며, 임직원이 안정적이고 효율적인 환경에서 업무에 전념할 수 있도록 지원하는 핵심 부서입니다. 사옥 관리, 복리후생 제도 운영, 각종 행사 기획과 안전관리 등 다양한 업무를 수행하고 있으며, 조직 내 소통과 협업이 원활히 이루어질 수 있도록 중심에서 조율 역할을 하고 있습니다. 또한 인사관리 부문을 통해 인재가 역량을 발휘하고 성장할 수 있는 제도를 마련하며, 구성원의 만족도와 조직 문화를 함께 발전시켜 나가고 있습니다. 총무팀은 '사람과 조직이 함께 성장하는 일양약품'을 만들기 위해 현장의 목소리에 귀 기울이고, 더 나은 근무환경과 문화를 만들어가기 위해 노력하고 있습니다.

Q 총무팀만의 자랑. 자부심은 무엇일까요?

총무팀의 가장 큰 자라는 '문제가 생기기 전에 먼저 움직이는 팀'이라는 점입니다. 모든 구성원이 보이지 않는 곳에서도 세심하게 살피며, 회사의 크고 작은 일들이 원활하게 돌아갈 수 있도록 한발 앞서 준비하고 대응합니다. 업무 특성상 다양한 부서와의 협업이 필수적인 만큼, 총무팀은 소통과 신뢰를 무엇보다 중요하게 생각합니다. 서로의 업무를 존중하

며 협력하는 과정 속에서 자연스럽게 팀워크가 다져지고, 이런 협력 문화가 회사 전체에 긍정적인 영향을 미친다고 생각합니다. 또한 임직원 한 사람 한 사람의 편익과 안전, 그리고 만족도를 높이기 위한 노력이 실제로 체감될 때 큰 보람을 느낍니다. '회사 안팎의 모든 일이 원활히 돌아가도록 하는 든든한 지원팀'이라는 자부심으로 최선을 다하고 있습니다.

Q 총무팀 업무에 있어 가장 중요한 자질이 무엇이며, 이를 위해 어떤 노력을 하고 계시나요?

총무팀 업무에서 가장 중요한 자질은 세심함과 소통능력이라고 생각합니다. 총무 업무는 회사 운영의 기초를 다지는 역할로, 작은 부분의 실수가 큰 영향을 미칠 수 있기 때문에 꼼꼼함과 정확성이 필수적입니다. 또한 여러 부서와 임직원을 지원하는 과정에서 원활한 의사소통과 신속한 대응이 중요합니다. 이를 위해 팀 내에서는 업무 상황을 수시로 공유하며 협업 체계를 강화하고 있고, 다양한 부서의 요청을 보다 정확히 이해하기 위해 적극적으로 의견을 듣고 피드백하는 문화를 이어가고 있습니다. 업무 전반에 대한 이해도를 높이기 위해 관련 법규나 행정 절차를 꾸준히 학습하며, 예측 가능한 상황 대응력을 키우기 위해 다양한 사례를 공유하고 있습니다. 이러한 노력을 통해 언제나 신뢰받는 지원부서로서 역할을 다하고자 합니다.

Q 총무팀을 대표하는 마스코트 같은 팀원 분, 또는 개성이 넘치는 팀원 분이 계신다면 소개 부탁드립니다.

총무팀의 마스코트를 꼽자면 단연 박준혁 사원입니다. 평소 배드민턴을 즐겨서인지 에너지와 순발력이 남다르고, 업무에서도 그 특유의 밝은 에너지로 팀 분위기를 늘 긍정적으로 만들어줍니다. 빠르게 판단하고 움직이는 모습이 총무팀의 업무 스타일과도 닮아 있어, 팀원들 사이에서는 "총무팀의 움직이는 활력소"라고 불립니다. 일상적인 업무부터 갑작스런 업무까지 상황을 빠르게 파악하고 신속하게 대응하는 모습은 팀 전체에 좋은 자극이 되며, 주변 동료들에게도 자연스럽게 활기를 불어넣습니다. 언제나 웃는 얼굴로 업무를 대하며, 맡은 일을 끝까지 책임감 있게 수행하는 모습이 총무팀의 이미지와 가장 잘 어울리는 '진짜 마스코트'라고 생각합니다.

Q 총무팀 단합은 주로 어떻게 하시나요?

총무팀은 업무 특성상 여러 부서와의 협업이 많다 보니, 내부적으로도 팀워크를 유지하는 것이 무엇보다 중요합니다. 그래서 적어도 분기마다 한 번은 약주를 곁들인 식사 자리를 마련하려고 노력하고 있습니다. 단순히 식사 이상의 의미로, 서로의 근황을 나누고 업무 속에서 미처 하지 못했던 이야기를 편하게 주고받는 시간이 됩니다. 이런 자리를 통해 자연스럽게 유대감이 형성되고, 평소 협업 시에도 서로를 더 잘 이해하며 배려할 수 있게 됩니다. 업무 외적인 교류가 팀워크로 이어지는 만큼, 앞으로도 구성원 간의 신뢰와 소통을 돈독히 하는 시간을 꾸준히 이어가고자 합니다.



Q 총무팀에서 일하면서 가장 기억에 남는(보람찬) 순간은 무엇인가요?

총무팀에서 일하면서 가장 기억에 남는 순간은 전사 행사를 준비해 무사히 마쳤을 때입니다. 회사의 크고 작은 행사들은 여러 부서의 협조와 세심한 준비가 있어야 가능한 일인데, 준비 과정은 언제나 쉽지 않습니다. 하지만 행사 당일, 임직원들이 즐겁게 참여하고 만족해하시는 모습을 볼 때마다 모든 노고가 보람으로 바뀝니다. '총무팀이 있어서 든든하다'는 한마디를 들을 때마다 팀원 모두가 큰 힘을 얻습니다. 그때마다 일양약품의 구성원으로서 자부심을 느낍니다.

Q 총무팀에게 일양약품이란?

총무팀에게 일양약품은 '두 번째 가족'과 같은 존재입니다. 회사의 모든 구성원이 안정적이고 쾌적한 환경에서 일할 수 있도록 지원하는 것이 총무팀의 가장 큰 역할입니다. 사무공간 관리부터 복리후생, 행사 운영까지 회사의 전반을 살피며 구성원들의 일상과 가장 가까운 곳에서 함께하고 있습니다. 그 과정 속에서 '일양약품의 성장'이 곧 '우리의 성장'이라는 마음으로, 회사의 발전을 개인의 보람으로 느끼고 있습니다. 앞으로도 모든 임직원이 편안하고 활기찬 환경에서 일할 수 있도록 묵묵히 회사의 기반을 지켜나가겠습니다.



생명의 아름다움을 눈앞에서 느끼는 특별한 하루

홍보팀에서는 금번 일양 가족체험으로 아쿠아리움 관람을 진행했다.

탁 트인 수족관 앞에서 펼쳐진 이번 체험에는 두 가족이 함께 참여해, 일상에서 벗어나 다양한 해양 생물과 교감하는 특별한 시간을 보냈다. 자녀들은 작은 물고기와 해양 생물들을 신기한 듯 관찰하고, 부모들은 더 깊은 풍경을 관찰하며 각자 다른 시선으로 바다 생태계를 감상했다. 생생하게 움직이는 해양 생물과 변화하는 수중 풍경은 참여자들에게 놀라움과 감탄을 선사했으며, 서로 발견한 장면을 이야기하며 미소와 대화가 이어지는 즐거운 시간이 되었다.

이번 관람은 단순히 바닷속 생물을 구경하는 것을 넘어 가족이 함께 감정을 나누고 기억을 쌓는 소중한 경험이 되었으며, 일상 속에서 자연의 경이로움과 생명의 다양성을 새롭게 바라보는 계기가 되었다.

일양가족 여러분도 가까운 아쿠아리움에서 생명의 아름다움을 눈앞에서 느끼며 특별한 하루를 보내보시길 권해드립니다.

서울병원 5팀
김형석 과장 가족

임상1팀
신지윤 책임 가족



눈으로 경험하는 또 하나의 바다, 원비로운 우풍 세계

아이들은 물고기들이 헤엄치는 모습을 따라 걸으며, 형형 색색의 해양 생물을 보며 호기심 어린 표정으로 감탄을 쏟아냈다. 상어가 수영하는 대형 수조 앞에서는 눈을 떼지 못했고, 소형 물고기가 은은한 빛을 내며 떠다니는 공간에서는 신비로운 분위기에 잠시 말을 잃기도 했다.

어른들 또한 아이들과 같은 설렘 어린 마음으로 관람을 즐겼다. 해양 생태계에 대한 설명을 읽으며 생물을 이해하고, 사진을 찍으며 순간을 기록했다. 벽면을 따라 이어지는 다양한 전시를 따라가다 보니, 어느새 현실과 다른 또 하나의 세상 속에서 여행을 하고 있는 듯한 기분이 들었다.

이번 관람은 아이들에게는 상상력을 자극하는 신나는 탐험이, 어른들에게는 바쁜 일상 속에서 잠시 벗어나 여유를 느끼는 치유의 시간이 되었다. 무엇보다 유리벽 속 바다를 바라보며 가족이 함께 나눈 이야기와 웃음이 가장 큰 추억으로 남았다.

다른 세상을 건듯 천천히 걸으며, 해양 생물과 눈을 맞추고 숨결을 느꼈던 이번 아쿠아리움 관람. 참가자들에게 깊은 여운과 마음의 심표를 남겨준 소중한 시간이었다.



롯데월드 아쿠아리움

주소 서울 송파구 올림픽로 300 롯데월드몰 B1
 소요시간 평균 2시간 이내
 영업시간 월~금: 10:00~20:00
 토~일: 10:00~22:00
 전화번호 1661-2000



아쿠아리움이란?

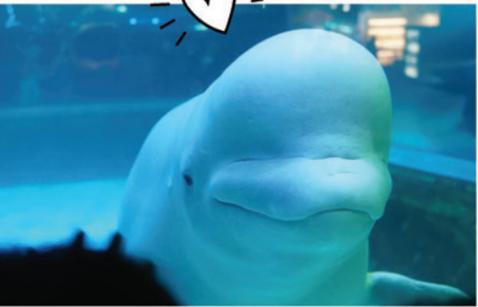
아쿠아리움은 바다나 강과 같은 실제 수중 환경을 인공적으로 재현해 다양한 수중 생물들을 관찰하고 체험할 수 있도록 만든 공간이다. 물고기뿐만 아니라 산호, 해양 포유류, 파충류, 해양 식물 등 여러 생물이 함께 서식할 수 있도록 수질, 온도, 조명 등을 세심하게 관리하고 유지한다.

또한 아쿠아리움은 단순한 전시 공간을 넘어 해양 연구, 멸종위기종 복원, 환경 보존 활동, 생태 교육 등 중요한 역할을 수행한다. 관람객들은 평소 쉽게 볼 수 없는 해양 생물들을 가까이에서 관찰하며, 해양 생태계의 다양성과 소중함, 그리고 자연 보호의 필요성을 자연스럽게 배우게 된다.

이처럼 아쿠아리움은 교육, 연구, 체험, 휴식의 기능을 함께 갖춘 공간으로, 어린이부터 성인까지 누구나 즐기면서 학습할 수 있는 특별한 장소라 할 수 있다.



김형석 과장 - interview



이번 체험이 아이들에게 어떤 추억으로 남길 원하시나요?

큰 아이에게는 깊은 물속을 바라보며 잠시나마 학업에 대해 잊을 수 있길 바라며, 작은 아이에게는 넓은 바다만큼 세상의 다양함을 느낄 수 있는 추억이 되었으면 좋겠습니다.

즐거운 하루를 같이 보낸 가족들에게 하고 싶은 말은?

평일에는 항상 바쁘다는 핑계로 함께 시간을 많이 보내지 못하였는데, 앞으로 저희 가족들이 함께 참여할 수 있는 프로그램이 있다면 적극적으로 참여하여 다양한 활동을 할 수 있게 노력하겠습니다.

가족과 함께한 아쿠아리움! 가족과 함께한 오늘 하루 어떠셨나요?

연말에 가족들과 함께 나들이 할 수 있어서 매우 뜻 깊은 시간이었습니다. 주말에 어디를 가야 할지 항상 막막하였는데, 회사에서 진행하는 좋은 프로그램에 참여하여 가족들에게 아빠의 회사를 알릴 수 있어서 정말 좋았습니다.

아쿠아리움 체험 중 가장 기억에 남는(인상깊은) 순간은 언제였나요?

아무래도 롯데월드 아쿠아리움의 마스코트인 가장 큰 수족관을 혼자 사용하고 있는 벨루가를 보았을 때가 가장 기억에 남습니다. 혼자자기에 더 애교도 많고 사람들에게 잘 다가오지만, 어딘가 조금 외로워 보이는 모습이 마치 어린아이 같아 보였습니다.

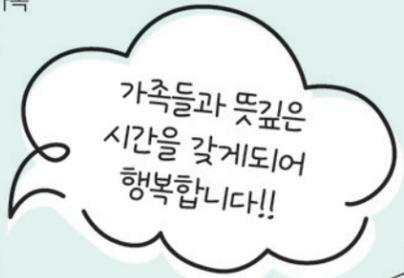


이번 가족체험 프로그램에 대한 전반적인 만족도는 어느 정도였나요?

아이들과 아내가 정말 만족하여 잊지 못할 시간이었습니다. 회사에서 진행하는 프로그램에 참여하여 가족끼리 시간 보내는 것은 처음이었기에, 가족들에게도 새로운 추억으로 남을 것 같습니다.

2026년 병오년, 꼭 이루고 싶은 계획이 있으실까요?

2026년 일양약품이 다시 한번 도약하는 한 해가 되었으면 좋겠고, 그 도약을 함께 이루어 낼 수 있게 슈펙트 연매출 100억을 달성할 수 있도록 노력하겠습니다. 또한 가정에서는 업무가 없는 주말만큼은 귀찮아 하지 않고 가족과 함께 시간을 보낼 수 있게 약속하겠습니다!



신지윤 책임 - interview



가족과 함께한 아쿠아리움! 가족과 함께한 오늘 하루 어떠셨나요?

일양가족체험 프로그램을 통해 가족과 즐거운 추억을 쌓을 수 있어 매우 만족스러웠습니다. 앞으로도 이런 프로그램이 많아져 더 많은 사우분들이 함께 즐길 수 있으면 좋겠습니다.

아쿠아리움 체험 중 가장 기억에 남는(인상깊은) 순간은 언제였나요?

1층과 2층이 연결된 아쿠아리움에서 벨루가가 멈춰 서서 인사하듯 아이들과 함께 있는 모습이



가장 인상 깊었습니다. 아이들도 그 순간을 정말 좋아하며 떠날 줄 몰랐습니다

이번 체험이 아이들에게 어떤 추억으로 남길 원하시나요?

다른 가족과 함께한 즐거운 추억으로 남길 바랍니다. 아직 어려 배려심을 배우는 단계지만, 이번 경험을 통해 조금씩 배려를 배워가는 계기가 되길 바랍니다.

즐거운 하루를 같이 보낸 다른 가족에게 하고 싶은 말은?

함께 자리해주셔서 감사합니다. 아이들이 아직 어려 움직임이 많다 보니 함께 관람하는 과정에서 간혹 앞서거나 뒤처지는 순간이 있었습다. 그럼에도 따뜻하게 이해해주셔서 감사드립니다.

이번 가족체험 프로그램에 대한 전반적인 만족도는 어느 정도였나요?

이번에 처음 참여했는데 매우 만족스러웠습니다. 앞으로도 이런 기회가 자주 있으면 좋겠습니다.



2026년 병오년, 꼭 이루고 싶은 계획이 있으실까요?

진행 중인 임상(영·유아 4가 인플루엔자 백신)이 식약처 품목허가를 득해, 회사의 2026년 백신 사업에 차질이 없길 바랍니다.



ROOKIE

이번 일양가족지 봄호에는 일양 사원을 소개하고자 합니다.
입사부터 포부까지 자신만의 생각과
계획을 듣고 앞으로 멋지게
성장해 갈 일양가족을 함께 응원하길 바랍니다.
이번 호에서는 **약사팀 김경렬 사원**을 소개합니다.

입사일 2025년 7월 14일 소속 약사팀
담당업무 의약품 허가관리 및 대관업무 MBTI INFP



매 순간 최선을 다하는
일양인이 되겠습니다!



회사생활에서 가장 중요하게 생각하는 것은?

작은 일이라도 진심을 다해 열심히 하는 자세가 가장 중요하다고 생각합니다.
결과도 물론 중요하지만, 매 순간 최선을 다하는 태도가 결국 회사생활을 계속 할
수 있게 하는 원동력이라고 생각합니다. 어떤 업무라도 책임감을 가지고 임하는
것이 제가 지키고 싶은 회사생활의 기준입니다.

향상된 업무수행을 위해 배워보고 싶은 기술이 있으니까요?

요즘 관심이 있는 분야는 생성형 AI를 활용한 코딩 및 데이터 활용
능력입니다. 규제, 품목, 일정 등 약사팀 업무는 생각보다 많은 데이터를
다루기 때문에, 반복 작업을 자동화하고 복잡한 흐름을 빠르게
정리할 수 있다면 업무 효율이 크게 개선될 것이라 생각합니다.
앞으로 AI를 능숙하게 다룰 수 있는 역량을 갖추고 싶습니다.

약사팀 생활에 필요한 업무 역량은?

약사팀에서는 규제 관련 지식과 정확한 판단 능력이 기본이 되며,
동시에 여러 부서와 협업하며 식약처 대관을 수행해야 하므로
의사소통 능력이 정말 중요합니다. 아직은 많이 서툴지만, 말 한마디가
갖는 무게를 잘 알기에 더 신중하게, 더 명확하게 전달하려고 꾸준히
노력하고 있습니다.



일양인으로써
함께 일했을 때 참 따뜻한
사람이었다고 기억되고
싶습니다.

내가 생각하는 나의 강점은?

한 가지 일에 깊이 몰입하는 능력입니다. 한번 집중이 시작되면 주변이 잘 보이지 않을 정도로 흐름을 타서 끝까지 끌고 가는 편입니다. 이런 성향 덕분에 새로운 과제나 복잡한 업무도 빠르게 흡수하며 안정적으로 마무리할 수 있다고 생각합니다.

동료들이 본인을 어떻게 기억하기를 바라시나요? 혹은 듣고싶은말.

함께 일했을 때 참 따뜻한 사람이었다고 기억되고 싶습니다. 업무가 힘들고 바쁠 때에도 제 주변만큼은 편안하고 긍정적인 분위기를 만들고 싶다는 마음이 늘 있습니다. 결국 사람과 사람이 함께 일하는 만큼, 제 존재가 동료들에게 작은 안정감과 좋은 기억으로 남았으면 합니다.

직장생활과 개인 생활의 균형을 어떻게 유지하나요?

집에서 고양이(본명: 김준양, 종: 치즈냥)와 함께 시간을 보내며 하루의 스트레스를 해소합니다. 일을 마치고 침대에 누워 준양이와 가만히 같이 있으면 온종일 쌓였던 긴장이 자연스럽게 풀어집니다. 그 짧은 순간이 가장 안정되고 편안한 시간이라, 매일의 균형을 유지하는 데 큰 힘이 됩니다.

일양약품이
최선입니다!

좌우명이나 인생철학이 있으신가요?

저의 인생철학은 "사람마다 보이지 않는 사정이 있다" 입니다. 상대방에게는 나름의 이유가 있다고 믿으면 어떤 상황에서든 '그럴 수도 있구나' 하고 한 번 더 유연하게 바라보는 태도를 가질 수 있습니다. 이렇게 마음을 조금만 열면 모든 관계가 좀 더 편안해집니다.

취미나 관심 있는 활동이 있나요?



발레를 운동 겸 취미로 배우고 있습니다. 요즘은 한쪽 다리로만 도는 피케턴_Piqué Turn을 연습 중인데, 연말에는 발레 공연을 관람하며 동기부여를 할 예정입니다. 노래에 맞추어 동작을 수행하다 보면 균형감각, 박자감각, 유연성 및 근력 등을 조화롭게 기를 수 있기 때문에 일양 사원분들에게도 추천드립니다.

갑자기 오늘 하루 연차가 생긴다면 가장 먼저 하고 싶은 것은?

갑자기 연차가 생긴다면, 오랜만에 아무 걱정 없이 늘어지게 늦잠부터 자고 싶습니다. 그 다음엔 가장 좋아하는 친구와 맛있는 음식을 먹으며 여유롭게 대화를 나누고, 근교 바다로 드라이브를 떠나 노을을 바라보고 싶습니다. 잠깐이지만 일상에서 벗어나 좋아하는 사람과 좋아하는 순간을 함께하는 것만으로도 큰 충전이 될 것 같습니다.

영똥발랄 논제! 손 씻을 때 자동으로 비누칠되는 능력 갖기 vs 손 씻고 나서 자동으로 건조되는 능력 갖기

자동으로 건조되는 능력! 비누칠은 금방 끝나지만 손을 말리는 과정이 온근히 번거로운데, 자동으로 건조된다면 일상에서 편리함이 확실히 클 것 같습니다. 게다가 이 능력을 잘 활용하면 헤어드라이어나 건조기 없이도 손만으로 다양한 것들을 말릴 수 있어 일상에서 활용도도 높을 것 같습니다.

약사팀과 일양약품에 한마디

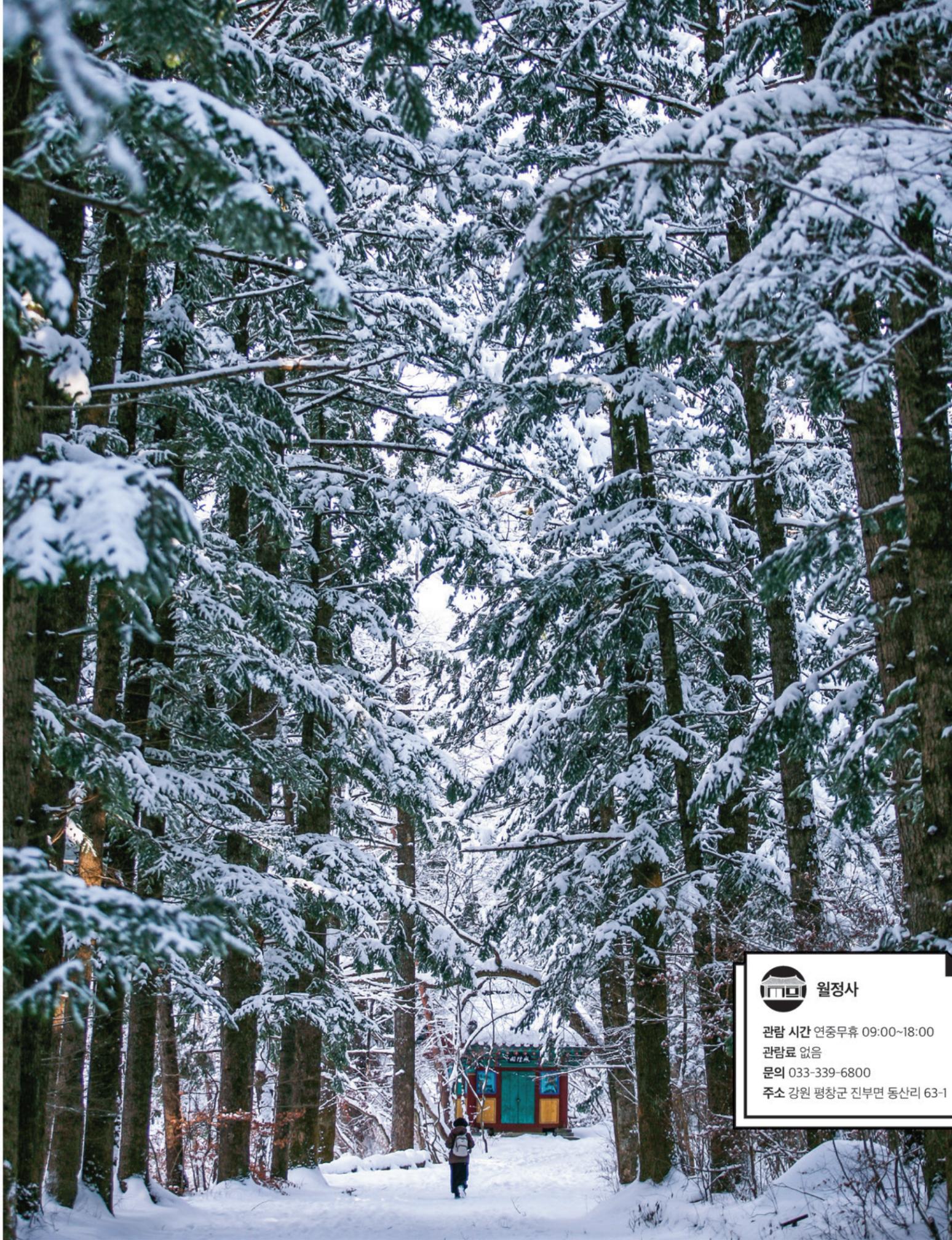
신입사원이라 아직 서툰 부분도 많지만, 따뜻하게 챙겨주시는 일양 사원분들 덕분에 매일 감사한 마음으로 일하고 있습니다. 받은 도움만큼 더 좋은 구성원이 되기 위해 노력하겠습니다. 2026년 한 해도 모두 건강하고 행복한 일 가득하시길 바랍니다.

취미생활로
삶의 즐거움을
찾으세요!



전나무숲에 들려오는 풍경소리

평창 오대산 월정사



새 달력을 받았다. 달력을 넘겨 보며 2026년은 어떤 스케줄로 가득 채울까를 궁리했다. 아차! 싶었다. 심신의 건강을 위해 비우는 삶을 살기로 결심해 놓고 잠시 잊었다. 이런저런 생각의 끝이 눈 내리는 월정사에 가 닿았다. 서둘러 여행 짐을 꾸리고 오대산으로 향했다.

하얀 망토를 두른 듯한 전나무들 사이로 보이는 성황각

 월정사

관람 시간 연중무휴 09:00~18:00
 관람료 없음
 문의 033-339-6800
 주소 강원 평창군 진부면 동산리 63-1



오대산옛길에서 만나는 월정사 부도전

고백하자면, 월정사보다 전나무숲길을 더 좋아한다. 월정사 입구에서 일주문까지 아름답리 전나무가 900m가량 늘어선 숲길이다. 맑은 오대천이 그 옆을 따라 흐른다. 전나무는 겨울에도 잎이 풍성하고 푸르다. 눈이 수북이 쌓인 수령 400~500년 된 전나무들은 새하얀 망토를 걸친 늙은 장수처럼 보인다. 이 장수들이 마치 속세와 불교 성지를 이어주는 비밀 통로를 지키고 있는 것 같다. 누군가 이 모습을 보고 우리나라에서 설경이 가장 아름다운 전나무 숲길이라 주장하더라도 반박할 수 없다.

고요한 순백의 길을 걸으며 내 욕심, 갈등, 고민, 오만을 뒤돌아본다. 수백 년 동안 이곳을 지킨 전나무들이 내게 묻는 듯하다. '네 삶의 속도가 얼마나 빨랐는지 아느냐'라고. 머릿속 야단법석인 생각들이 멈추고, 내 마음의 소리에 귀 기울여진다.

수많은 이의 소원을 귀담아 주었을 할아버지 전나무의 밑둥과 성황각도 만난다. 이 숲길이 금세 끝날까 봐 거북 걸음으로 걷는다. 맛있는 음식을 아껴먹듯 야근야근. 가끔 산중의 깊은 적막을 깨뜨리는 순간도 닦친다.

월정사 아름답리 전나무숲길



바람이 휩 불어 전나무에서 눈이 후드득 떨어질 때다. 눈발이 휘날려 목덜미에 닿기라도 하면 화들짝 놀라 소리를 지르고 만다.

금강교를 지나 천왕문, 일주문을 차례로 통과하면 월정사의 너른 마당이 나온다. 전각들 뒤로 명산 오대산이 병풍처럼 둘러섰다. 오랜 세월 동안 불교 성지로 여겨진 오대산은 여러 사찰을 품었는데, 그중 월정사와 상원사가 으뜸이다.

폭설이 내린 뒤라 경내에 인적이 드물다. 월정사가 두터운 눈 이불을 덮고 고요히 낮잠을 자는 것 같다. 찬바람을 피해 전각 처마 아래 숨었는데, 처마 끝에 20cm는 되어 보이는 고드름이 주렁주렁 달렸다. 투명한 고드름에서 '챙챙' 겨울 소리가 난다.

국보인 평창 월정사 팔각구층석탑 앞에 서니, 청아한 풍경 소리가 바람을 타고 절 마당에 울려 퍼진다. 이 탑은 고려 초기 작품으로 높이가 15.2m나 된다. 팔각기단을 두 단 올리고, 구층 탑신을 쌓은 뒤 지붕돌 위에 섬세하게 조각한 청동 머리 장식을 얹었다. 각 층 팔각모서리와 머리 장식에 풍경 80여 개를 매달았다. 이 모습이 금빛 보관 쓴 관음보살을 닮았다.

팔각구층석탑 앞에는 보물로 지정된 고려 시대 석조보살좌상이 마주 앉아 있다. 보살상은 머리에 둥글고 긴 관을 쓰고, 몸에는 팔찌와 귀걸이를 걸고, 화려한 천의를 둘렀다. 왼쪽 무릎을 세우고, 오른쪽 무릎을 꿇은 채 두 손을 모으고 공양하는 모습이다. 은은한 미소를 띤 얼굴에서 부처를 향한 지극한 존경심이 느껴진다. 진품은 월정사 성보박물관에 보관돼 있다.



월정사 전각 처마에 매달린 고드름



살얼음 낀 월정사 오대천 계곡

평창 진부면의 황태 덕장 설경



성보박물관에 평창 상원사 중창권선문(국보), 평창 월정사 석조보살좌상(보물), 월정사팔각구층석탑에서 출토된 사리구들(보물), 상원사문수동자좌상 복장유물(보물) 등 문화유산 620점이 전시돼 있으니 꼭 둘러볼 것.

월정사에서 오대천을 거슬러 오대산 옛길로 깊숙이 걸어 들어가면 월정사 말사인 상원사에 닿는다. 차를 타고 가면 금방이지만, 계곡물 소리 들으며 옛길을 걷는 즐거움을 놓치긴 아쉽다. 길이 평탄하여 정담을 나누며 걷기 좋다.

'월정대가람'이 적힌 월정사 일주문 / 전나무숲이 보이는 월정사 / 월정사 적광전과 팔각구층석탑



황태회관 해물, 생선요리

위치 강원 평창군 대관령면 횡계리 348-4
 영업시간 06:00 ~ 22:00
 문의 033-335-5795



해발 고도 700m인 진부면과 대관령면에 대규모 황태 덕장이 있어 황태요리 전문점이 많다. 대관령 황태는 영하 20도까지 내려가는 강추위와 눈보라 속에서 얼었다 녹기를 반복하며 약 4개월간 숙성된다. 이 동결건조 숙성 과정을 30~40번 거친 황태는 북어보다 속살이 부드러워 질은 향과 깊은 맛을 낸다. 내 단골집은 대관령면 '황태회관'이다. 황태국, 황태찌, 황태구이, 황태전골 등 다양한 황태 요리를 맛볼 수 있다. 매콤 짭조름한 황태구이에 구수한 황태국이 딸려 나오는 황태구이 정식 이 가성비가 좋다.

도담도담 트리플비타 출시 5주년

도담도담 트리플비타액, 출시 5주년 맞아 새롭게 리패키징 누적 매출 35억 원 달성, 유튜브 광고 통해 브랜드 홍보 강화

어린이 액상 멀티비타민 브랜드 '도담도담 트리플비타액'이 출시 5주년을 맞아 새롭게 리패키징되어 재출시됐다. 이번 리패키징은 브랜드의 성장과 함께해준 고객들의 성원에 보답하고, 제품의 출시 5주년을 기념하기 위해 진행되었다.

'도담도담 트리플비타액'은 건강기능식품이 아닌 일반의약품으로, 전국 약국에서 구입할 수 있다. 2021년 처음 선보인 '도담도담 멀티비타액'은 성장기 어린이에게 필요한 필수 비타민을 간편하게 섭취할 수 있어 꾸준한 사랑을 받아왔다. 이후 2023년에는 성분과 맛을 개선한 '도담도담 트리플비타액'을 선보이며 소비자 만족도를 한층 높였다.

'도담도담' 시리즈는 2021년부터 2025년 10월까지 누적 **매출 35억** 원을 기록하며, 어린이 영양제 시장에서 안정적인 성장을 이어가고 있다.

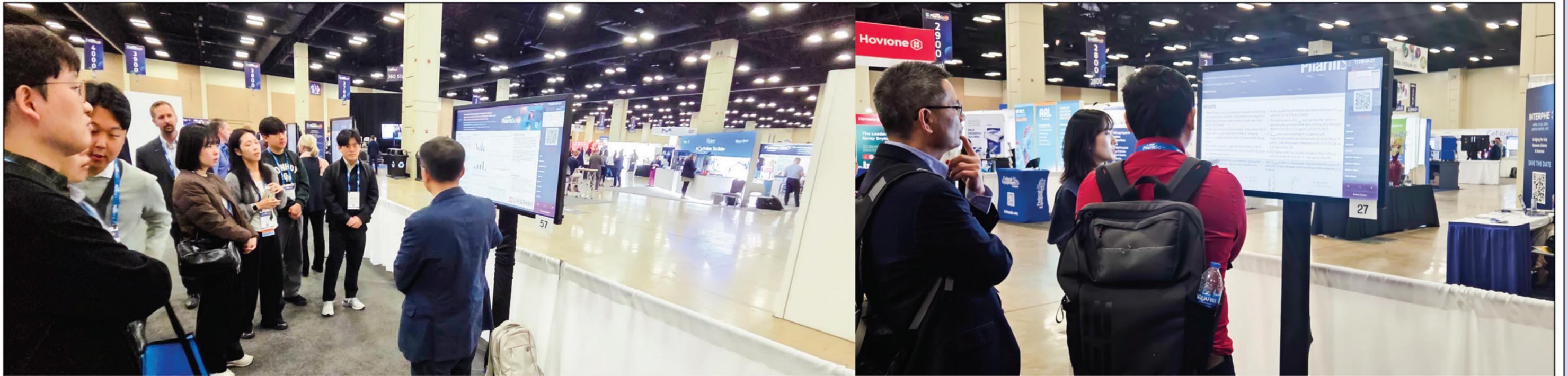


만 8세 이상 어린이 및 성인: 1일 2회, 1회 1포
만 12개월 이상~만 8세 미만 어린이: 1일 1회, 1회 1포

새로워진 패키지는 5주년의 의미를 담은 디자인 요소도 더해져 제품의 신뢰도와 브랜드 직관성을 높였다. 또한 부모와 아이 모두에게 친숙하게 다가갈 수 있도록 캐릭터를 응용해 친근하고 긍정적인 인상을 강화했다.

현재 '도담도담 트리플비타액'은 유튜브 광고를 통해 브랜드 인지도 제고 및 신규 고객층 확보에도 나서고 있다. 앞으로도 도담도담 시리즈가 성장기 어린이의 영양 관리를 돕는 믿을 수 있는 브랜드로 자리 잡을 수 있도록 노력을 아끼지 않을 것이다.





미국 제약과학자협회(AAPS) 주최 “AAPS PharmSci 360” 참석

‘놀텍 플러스정’, ‘슈펙트’ 약동학적 특성 및 임상 결과 포스터 발표

미국 제약과학자협회(AAPS, American Association of Pharmaceutical Scientists)가 주최하는 ‘AAPS PharmSci 360’에서 ‘놀텍 플러스정’과 ‘슈펙트’의 약동학적 특성 및 임상 결과를 포스터 발표했다.

지난 11월 9~12일 4일간, 미국 텍사스주 샌안토니오에서 성황리에 개최된 ‘AAPS PharmSci 360’에서 ‘놀텍 플러스정’의 ‘우수한 약효발현 제제기술 및 약동학적 특성결과’에 대한 포스터 2건 발표와 함께 아시아 최초 백혈병 신약 ‘슈펙트’의 “임상 약동학적 특성 및 약물노출과 주요분자학적반응의 상관성에 대한 임상결과 포스터 2건을 발표했다.



먼저, ‘놀텍 플러스정’은 기존 PPI(프로톤펌프 억제제)의 약효발현시간 개선을 위해 최신 탄산수소나트륨층 매트릭스 제제기술을 적용하여 장용코팅 없이 투여 1시간 내 신속한 흡수를 구현하고 이는 비임상 연구에서 P-CAB과 동등한 약효발현이 실현된 결과임을 포스터를 통해 설명했다. 또한, ‘슈펙트’는 서울대 약대 이장익 교수 연구팀이 ‘슈펙트’의 임상 PK 1상 시험의 약동학적 특성 분석과 함께 중국 만성골수성백혈병 환자 대상으로 실시한 임상 3상 시험의 약물노출과 약물반응 및 이상반응과의 관련성 분석 결과를 포스터를 통해 설명했다.

금번, ‘AAPS PharmSci 360’는 제약 및 바이오 분야의 최신 연구 성과와 기술혁신을 공유하며, 글로벌 제약·바이오 연구개발 전문가와 학계, 산업계 관계자들이 참석하는 국제학술대회 이자 전시회장이다.



한눈에 보는 축제

꽃과 자연이 어우러지는 계절
진해군항제 (경남 창원)
4월 초 / 전국 벚꽃 명소 중 가장 화려한 스케일

매년 3~4월, 경상남도 창원시 진해구에서는 전국 최대 규모의 벚꽃 축제인 진해군항제가 열린다. 도시 전체를 뒤덮는 약 36만 그루의 벚꽃이 장관을 이루며, 매년 수백만 명의 방문객이 찾는 봄철 대표 축제다. 군항제 기간 동안 200만명 이상의 국내외 관광객이 찾는 오랜 역사와 전통을 자랑하는 전국 규모의 축제로서 자리를 확고히 하고 있다. 진해군항제는 단순한 꽃놀이를 넘어, 해군 도시 진해의 역사와 문화를 함께 체험할 수 있는 것이 가장 큰 특징이다. 우리나라 해군기지 면모와 함께 100년이 넘는 왕벚나무의 화려한 벚꽃 자태를 만끽할 수 있다.



물과 음악, 더위를 식히는 계절
보령머드축제 (충남 보령)
7월 중순 / 세계인이 함께 즐기는 여름 대표 축제

매년 7월, 충청남도 보령시 대천해수욕장 일대에서 열리는 대한민국 대표 여름 축제다. 보령 갯벌에서 채취한 천연 머드를 활용한 체험형 축제로, 지금은 세계 4대 축제로 손꼽힐 만큼 국제적인 명성을 얻고 있다. 축제 기간이면 국내 관광객은 물론, 외국인 관광객의 비중이 매우 높아 현장 곳곳에서 다양한 언어가 들린다. 바다를 바라보며 머드를 온몸으로 느끼는 일반존과 가족이 함께 하는 패밀리존 및 워터파크존으로 구성되어 있다. 낮에는 머드를 적시며 보낼 수 있고, 밤에는 다양한 공연, 불꽃쇼 등을 볼 수 있다.



가을 단풍과 풍류의 계절
안동국제탈춤페스티벌 (경북 안동)
9월 말~10월 초 / 전통과 현대가 공존하는 가을 문화제

매년 가을, 경상북도 안동시에서 열리는 대한민국 대표 전통 문화 축제다. 한국의 탈춤을 중심으로 세계 각국의 가면극과 전통 공연이 한자리에 모이는 국제 문화 축제, '춤가면·풍자라는 공통 언어로 세계와 소통한다. 유네스코 인류무형문화유산인 하회별신굿탈놀이의 본고장 안동에서 열리는 만큼, 축제의 문화적 깊이와 상징성은 매우 크다. 세계 보편문화인 탈과 탈춤의 보편적인 가치를 전승하고, 그 매력을 함께 향유하고자 하는 '탈춤'의 축제이다. 유네스코 인류무형문화유산으로 등재된 한국의 탈춤은 물론, 25개국 34개 단체의 공연을 집대성해 여러 나라의 탈춤을 모두 경험할 수 있다.

겨울 눈과 불빛이 아름다운 계절
서울빛초롱축제 (서울 청계천)
12월 초~ 연말 / 연말 데이트 명소로 강력 추천

매년 가을부터 초겨울 청계천 일대에서 열리는 서울 대표 야간 문화 축제다. 청계광장부터 수표교 인근까지 이어지는 물길을 따라 다양한 테마의 등(燈) 작품이 전시되며, 서울의 밤을 가장 감성적으로 즐길 수 있는 축제로 손꼽힌다. 전통, 역사, 동화, 캐릭터, 세계 문화 등 매년 다른 주제로 구성된 등불이 청계천 위와 주변을 채운다. 물 위에 비치는 빛과 구조물이 어우러져 환상적인 장면을 연출한다. 단순히 보는 전시가 아니라, 걸으며 하나의 이야기를 따라가는 구조라 관람 몰입도가 높다. 바쁜 도시 서울이 잠시 속도를 늦추고, 빛으로 이야기를 건네는 축제다.



모두가 읽는 그 책, 이유가 있다

마음을 움직이는 베스트셀러 이야기



#01



TITLE

《트렌드 코리아 2026》

저자 김난도, 전미영, 최지혜, 권정윤, 한다혜, 이해원, 이수진, 서유현, 이준영, 이향은, 김나은,전다현

REVIEW _

‘절대 변하지 않을 것 같은 삶의 방식’이라는 금기는 사실 그리 오래되지 않았다. 한때 사람들은 익숙한 관습과 규범을 지키기 위해 변화 자체를 두려워했고, 새로운 기술이나 태도는 그저 기존 질서를 흔드는 위험한 것으로 받아들여졌다. 하지만 시대는 언제나 인간의 의지와는 무관하게 밀려오는 파도처럼 변화했고, 우리가 붙잡고 있던 금기들은 결국 더 큰 생존을 위해 서서히 무너져 왔다. 그 점에서 보면 『트렌드 코리아 2026』이 포착한 흐름들도 어쩌면 단순한 ‘유행’이 아니라, 변화를 거부하기엔 너무 큰 현실 앞에서 우리가 조금씩 받아들이게 된 ‘새로운 질서의 징후’일지도 모른다.

책 속에서 던져지는 메시지는 명료하다. “변화는 이미 우리 앞에 와 있다.” 시가 인간의 판단을 보조하는 것을 넘어 함께 의사결정을 하고, 무수한 선택지를 압축해 단 하나의 결과만 제시하는 ‘제로클릭’의 시대가 도래했다. 또 누군가는 사회적 정체성을 굳히기 위해 ‘레디코어’처럼 자신만의 세계를 갖추고, 누군가는 확실한 시대를 건지기 위해 ‘근본이즘’으로 돌아가 삶의 뿌리를 재점검한다. 이러한 흐름들은 단순한 소비 패턴의 변화가 아니라, 거대한 시대적 파도 속에서 사람들이 스스로를 지키기 위해 선택하는 생존 전략이라 할 수 있다.

그렇다면 수많은 사회 변화 중 무엇을 ‘올해의 트렌드’라 이름 붙일 수 있을까? 어떤 기술이 더 혁신적인가, 어떤 세대가 더 큰 영향력을 가지는가를 논하는 것은 자칫 논쟁으로 번질 수도 있다. 하지만 책이 제시한 열 가지 키워드는 이견을 허용하지 않을 만큼 설득력 있는 선택이다. ‘휴먼 인 더 루프’, ‘픽셀라이프’, ‘프라이스 디코딩’, ‘1.5가구’, ‘AX조직’. 그 어느 하나도 현대인이 비껴갈 수 없는 지점들을 정확히 짚어낸다.

특히 코로나19 이후 확산된 디지털 전환과 격변하는 노동시장,

그리고 심화되는 개인화·초개인화의 경향은 이제 하나의 트렌드를 넘어서 ‘전 사회적 인프라’로 자리 잡아가고 있음을 실감하게 한다.

그러나 누구나 경험하는 변화라고 해서 그것을 쉽게 설명할 수 있는 것은 아니다. 변화는 늘 추상적이고, 그 속도는 너무 빠르며, 전문가의 용어는 어렵기 마련이다. 그래서 대부분의 사람들에게 트렌드는 먼 이야기처럼 느껴지고, 미래 예측서가 때로는 현실과 동떨어진 공허한 이론처럼 보이기도 한다. 트렌드 서적이 베스트셀러로 자리 잡기 어려운 이유도 바로 여기에 있을 것이다. 하지만 『트렌드 코리아 2026』의 가장 큰 강점은 바로 그 장벽을 허문 데 있다. 삶의 변화라는 복잡한 주제를 단순한 분석이 아니라 스토리텔링과 사회심리 관찰, 그리고 사람들의 일상적 감정에 대한 깊은 이해로 풀어냈기 때문이다. 기술·경제·세대·소비 심리를 하나의 서사처럼 엮어내는 필력은, 독자로 하여금 “이 변화가 바로 나에게 일어나고 있는 일”이라는 실감을 갖게 한다. 덕분에 책은 단순히 정보를 나열하는 보고서가 아니라, 한편의 시대극처럼 ‘2026년의 한국 사회’를 생생하게 재현해낸다.

“변화를 이어갈 수 있을지는 결국 다음 세대의 선택에 달려 있다.” 이 책이 던지는 마지막 울림은 바로 이 지점에 있다. 100년 뒤의 사람들은 지금의 우리가 ‘기술을 두려워했던 시대’의 사람들이라 평가할지도 모른다. 그러나 질문하고, 시도하고, 실패를 감수하더라도 새로운 가능성을 향해 움직인다면 100년 뒤의 세계는 분명 오늘날보다 나은 방향으로 이어져 있을 것이다.

『트렌드 코리아 2026』은 그 변화의 한가운데에서 우리가 어떤 질문을 던져야 하고, 무엇을 선택해야 할지를 차분히 보여주는 지도이자 기록이다. 변화는 이미 시작되었고, 그 변화에 어떤 서사를 더할지는 결국 우리에게 달려 있다.

#02



TITLE

《어른의 행복은 조용하다》

저자 태수

REVIEW _

‘행복’이라는 말은 오래도록 큰 사건이나 특별한 성취와 함께 떠올려져 왔다. 누구에게나 자랑할 만한 순간이 행복의 기준이 되는 것처럼 여겨지곤 했다. 그러나 나이가 들수록 그런 행복은 삶을 더 소란스럽게 하고, 마음의 평온을 빼앗는 경우가 더 많다는 사실을 깨닫게 된다. 이 책이 말하는 어른의 행복은 번쩍이는 기쁨이 아니라 불행으로부터 자신을 지키는 힘, 즉 조용하고 단단한 일상의 균형에서 비롯된다.

예전에는 감정이나 피로를 숨기면서 바쁘게 살아가는 것이 어른다움으로 여겨졌던 때가 있었다. 그러나 그런 방식은 결국 스스로를 지치게 만들 뿐이다. 저자가 말하는 조용한 행복은 멈춰 서서 자신을 돌보는 태도, 불필요한 비교를 내려놓고 자신의 속도를 인정하는 태도, 관계에서 균형을 지키는 태도와 맞닿아 있다. 화려함보다 평온함을 선택하는 용기, 바로 그것이 어른에게 필요한 행복의 형태다.

행복을 말할 때 보통 하나의 정답을 찾으려 하지만, 이 책은 58개의 이야기를 통해 다양한 길을 가진 행복을 보여준다. 감정의 절제, 하루를 지탱하는 작은 루틴, 고요의 가치, 과한 친절을 멀리하는 법, 자기 돌봄, 성숙한 자존감 등은 누구에게나 필요한 삶의 기초 체력이다. 특히 “별일 없이 지나가는 하루”의 소중한

을 강조하는 메시지는 많은 독자들에게 깊이 와닿는다. 우리는 늘 특별한 행복만을 기록하려 하지만, 사실 우리의 삶을 지탱하는 것은 그런 특별함이 아니라 매일의 무탈함이기 때문이다. 물론 조용한 행복은 말처럼 쉬운 일이 아니다. 피로를 방지하거나, 감정의 쓰레기를 해소하지 못하거나, 관계 속에서 자신을 잃을 때 우리는 쉽게 불행에 잠식된다. 그래서 행복을 다룬 책들은 종종 현실감이 부족하게 느껴지기도 한다. 하지만 ‘어른의 행복은 조용하다’는 현실의 장면들을 기반으로 이야기하기 때문에 독자가 자신의 삶을 자연스럽게 투영하게 된다. 역지로 다정해야 했던 순간, 잠들기 직전 떠오르는 걱정, 무리한 친절로 지친 마음 같은 구체적 장면들이 담담한 문장으로 펼쳐진다.

이 책이 주는 울림은 강요나 교훈이 아니라, “행복은 요란하지 않아도 된다”는 사실을 다시 떠올리게 한다는 점이다. 어른의 삶을 지켜주는 힘은 멋진 순간이 아니라, 평온을 유지하기 위해 쌓아 올린 작은 선택들의 합이다. 조용한 행복은 어느 날 갑자기 찾아오는 것이 아니라, 스스로 지키기 위해 하루하루 다듬어가는 태도에서 만들어진다. 이 책은 일관되게 보여준다.

『어른의 행복은 조용하다』는 그래서 특별한 행복을 약속하는 책이 아니다. 이미 우리 곁에 있었지만 알아보지 못했던 단단하고 조용한 행복의 형태를 다시 볼 수 있게 만드는 책이다.

#03



TITLE

《긍정의 말습관》

저자 오수향

REVIEW _

사람들은 흔히 말이 행동을 결정한다고 말한다. 그러나 이 책 『긍정의 말습관』은 단순한 격언 이상의 것을 이야기한다. 우리가 무심코 내뱉는 말, 일상 속 자신에게 하는 말 하나하나가 행동과 현실을 바꾸는 힘을 지닌다고 본다. 이 책의 궁극적인 목표는 이러한 작은 습관이 삶 전체를 변화시키는 출발점이 될 수 있음을 독자 스스로 체감하게 하는 데 있다.

저자 오수향은 대한민국 대화심리전문가로서, 말의 힘을 자신의 삶에 적용하며 겪어온 경험을 바탕으로 이 책을 썼다. 그녀에게 삶을 바꾼 말들은 결코 가볍지 않았다. 어머니가 해준 “즐겁게 살아라”는 말은 낙천적 태도의 기반이 되었고, 고등학교 국어 선생님의 “목소리 참 좋다”는 칭찬은 말 전문가라는 꿈으로 이어졌다. 또 ‘현재형 미래일기’를 통해 말습관을 바꾼 경험은 빛을 갖고 연봉을 높이며 체중을 감량하는 과정까지 이끌었다. 이러한 사례들은 말의 힘이 현실의 변화를 만드는 실제 경험으로서 독자의 공감을 불러일으킨다.

이 책의 중심에는 ‘말의 힘’에 대한 근거와 실천 방법이 함께 있다. 말이 생각을 바꾸고, 생각이 행동을 바꾸며, 행동이 결국 현실을 바꾼다는 흐름 속에서 저자는 심리학 연구와 다양한 사례를 제시한다. 긍정적인 언어가 신체와 행동에 미치는

영향을 보여주는 실험이나, 유명 인물들의 일화는 말습관이 단순한 마음가짐이 아니라 실질적인 행동 변화의 출발점임을 설명한다.

이 책이 독자에게 던지는 메시지는 분명하다. “말을 바꾸면 인생이 달라질 수 있다.” 그러나 그것은 단순한 주문이 아니다. 긍정적인 말습관을 위해서는 스스로의 말패턴을 관찰하고 기록하는 과정이 필요하다. 그래서 책에는 독자가 자신의 말습관을 직접 쓰고 실천할 수 있는 공간이 마련되어 있다. 이는 책을 읽는 데서 그치지 않고, 곁에 두고 되새기게 만든다.

『긍정의 말습관』이 특히 가치 있는 이유는 말의 힘을 일방적으로 강요하지 않고, 읽는 사람이 자신의 이야기를 써보도록 유도한다는 점이다. 자신의 장점을 적고, 스스로에게 건네는 말을 기록하며, 대화 속 표현을 바꿔보는 과정은 행동 패턴을 재구성하는 실질적인 실천법이 된다. 이는 이 책이 일반적인 자기계발서와 구별되는 지점이다.

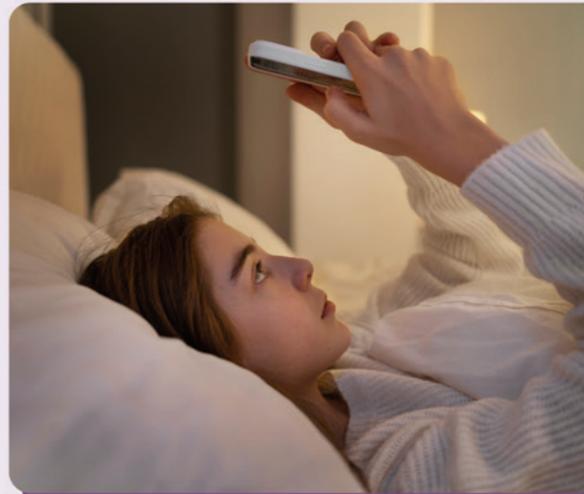
『긍정의 말습관』은 말이 행동과 현실을 바꾸는 도구임을 인식하게 하고, 그 힘을 스스로 실천하도록 이끄는 안내서다. 책을 읽고 쓰는 동안 독자는 자신이 무심코 사용해온 말들의 무게를 돌아보게 되고, 그것을 조금씩 바꿔가는 과정이 삶의 변화를 위한 출발점이 될 수 있음을 경험하게 된다.

현대인의 불규칙한 수면 리듬, '식물성 멜라토닌'으로 편안하게 관리해요! 바쁜 일상 속 잠의 질을 올리는 새로운 루틴

우리는 하루 동안 수많은 일정과 자극, 디지털 정보 속에서 살고 있다. 잠깐의 휴식과 수면이 오히려 부담처럼 느껴질 때가 많다. 이전보다 생활 환경은 더 편리해졌지만, 정작 우리의 수면의 질은 점차 저하되고 있는 것을 주변 사례를 통해 쉽게 확인할 수 있다. 최근 건강보험심사평가원 자료에 따르면, 수면장애 진단을 받는 인구는 지난 10년간 지속적으로 증가하고 있다.

특히 불면, 뒤척임, 잦은 각성 등은 단순한 피로를 넘어 신체·정신 기능 저하로 이어질 수 있는 중요한 건강 신호로 평가된다. 하지만 많은 성인은 이러한 변화에도 불구하고 "잠이 부족해도 버틸 수 있다"는 생각으로 별다른 관리 없이 수면 문제를 방치하고 있다.

그러나 수면은 단순한 휴식이 아닌, 신체 회복·기억 정리·호르몬 밸런스를 담당하는 필수 기능이다. 따라서 건강을 위해 수면 위생과 생체 리듬 관리는 선택이 아닌 필수가 되고 있다. 이에 홍보팀은 바쁜 현대인의 수면 질을 높일 수 있는 생활 습관과 함께, 수면 관리에 도움을 줄 수 있는 일양약품 신제품을 소개하고자 한다.



전자기기 사용 줄이기

전자기기 사용을 줄이는 것은 편안한 수면을 준비하는 데 중요한 단계이다. 스마트폰, TV, 태블릿, PC 등에서 나오는 블루라이트는 멜라토닌 분비를 억제해 뇌가 아직 낮이라고 인식하게 만들어 잠들기 어렵게 한다. 따라서 잠들기 최소 1시간 전에는 전자기기 사용을 중단하고, 조도를 낮춘 차분한 환경에서 몸과 마음을 편안하게 만드는 것이 좋다. 가벼운 스트레칭이나 독서처럼 긴장을 풀어주는 활동을 더하면 생체 리듬이 안정되어 수면의 질을 높이는 데 도움이 된다. 따뜻한 물로 가벼운 샤워를 하거나 심호흡을 통해 안정시키면 더욱 빠르게 편안한 수면 모드로 전환할 수 있다.

규칙적 수면 시간 유지

수수면의 양보다 더 중요한 것은 바로 수면의 규칙성이다. 어느 날은 늦게 자고 다음날은 일찍 자는 불규칙한 패턴은 생체 리듬을 혼란스럽게 하고, 깊은 수면에 진입하기 어렵게 만든다. 비록 잠드는 시간이 다소 늦어지더라도 기상 시간을 매일 일정하게 유지하면 몸의 생체 시계가 안정되고, 자연스럽게 같은 시간대에 졸림 신호가 나타나는 건강한 수면 사이클이 형성되어 전반적인 컨디션 회복에도 도움이 된다. 이러한 규칙적 패턴은 장기적으로 더 깊고 안정적인 수면을 유지하도록 돕고, 하루 전반의 집중력과 활력 향상에도 긍정적인 영향을 미쳐 더 건강한 생활 리듬을 만들어 준다.



가벼운 운동과 저녁 루틴 만들기

가벼운 스트레칭이나 요가 동작은 하루 동안 쌓인 근육의 피로를 풀어주고, 몸과 마음을 이완시키는 데 도움이 된다. 그 후 따뜻한 물로 샤워를 하면 체온이 잠시 올라갔다가 자연스럽게 떨어지면서 몸이 수면 리듬을 준비하게 된다. 또한 깊고 천천히 호흡하는 호흡 운동이나 명상을 함께 하면 심리적 긴장이 완화되고 마음이 차분해져 보다 편안하게 잠자리에 들 수 있다. 여기에 향이 은은한 허브티를 마시거나 조용한 음악을 틀어두면 루틴의 효과가 더욱 높아져 자연스럽게 숙면을 유도하며, 하루의 끝을 안정적으로 마무리하는 데 큰 도움이 된다.

식물성 멜라토닌 함유 멜라토닌 리퀴드

'식물성 멜라토닌 함유 멜라토닌 리퀴드'는 수면에 대한 고민이 있는 분들을 위해 개발된 제품으로, 편안한 잠자리를 돕기 위한 성분 구성이 특징이다. 주성분으로 사용된 타트체리 추출분말은 체내 리듬 유지에 중요한 역할을 하는 성분이며, 합성 원료가 아닌 타트체리에서 직접 추출한 자연 유래 식물성 멜라토닌이라는 점이 큰 장점이다. 여기에 시계꽃 추출물과 로즈마리 추출물을 함께 더해 성분 간의 균형을 강화하고, 수면 리듬 관리에 필요한 여러 요소들을 함께 고려해 설계되었다. 이 제품은 한 포에 2mg의 식물성 멜라토닌을 담고 있어 생체 리듬 조절에 도움을 줄 수 있도록 고안되었으며, 정제 형태가 아닌 액상 타입이기 때문에 물 없이도 바로 섭취할 수 있다.

일상 속에서 간편하게 휴식을 준비하고 싶은 사람들에게 특히 실용적이다. 하루의 피로를 부드럽게 풀고 싶은 분, 정제나 캡슐 형태의 제품이 부담스러운 분, 그리고 바쁜 일상 속에서도 보다 깊은 휴식을 원하시는 분들에게 적합한 구성이며, 휴대와 섭취가 편리해 다양한 생활 패턴에도 무리 없이 적용할 수 있다. '식물성 멜라토닌 함유 멜라토닌 리퀴드'가 하루의 마무리를 차분하고 부드럽게 만드는 데 도움이 되길 바란다.

수면은 삶의 질을 좌우하는 중요한 건강 지표이기 때문에, 오늘도 바쁘고 치열한 하루를 보낸 뒤 이 제품을 통해 자신만의 편안한 밤을 준비해보는 것을 추천한다.



나눔이 만든 기적의 산실,

승산마을 이야기



경남 진주의 작은 승산마을 앞에는 오래된 방어산이 서 있다. 언뜻 평범해 보이지만, 이곳에는 **근면함과 검소함**, 그리고 **나눔의 정신**이 세대를 이어 내려왔다. 마을 사람들은 늘 묵묵히 일했고, 쉽게 쓰지 않았으며, 절제는 생활이자 태도였다. 지금도 전해지는 이야기 중에는 담뱃대를 물고도 불을 붙이지 않은 채 입김만 내쉬었다는 일화가 있는데, 이는 쓸 것을 아끼며 미래를 준비한 삶을 상징한다.

그러나 이 마을의 진정한 특별함은 부를 쌓은 데 있는 것이 아니라, 그 부를 어떻게 사용했는가에 있다. 한 어른은 평생 모은 재산을 자식과 조상, 이웃과 나라를 위해 네 몫으로 나누었으며, 어려운 이웃을 도울 때조차 존엄을 잃지 않도록 배려했다. 곡식을 그냥 나누지 않고 방어산의 돌을 집 앞마당까지 옮긴 사람에게 노동의 정당한 대가로 곡식을 주도록 했던 것이다. 그 돌무더기는 금강산을 닮았다 하여 지금도 '승산마을 금강산'이라는 이름으로 남아 있다.

승산마을이 남긴 또 하나의 유산은 교육에 대한 확고한 믿음이었다. 1921년, 마을은 땅을 내놓고 신식 학교를 세웠다. 산과 강을 넘어 주변 지역의 아이들이 모였고, 서로 배우고 자라며 새로운 시대를 준비했다. 그 배움의 환경에서 자란 이들 가운데는 훗날 한국 경제의 근간을 이룰 기업을 일으킨 인물들도 있었다. 작은 시골 학교에서 시작된 교육의 씨앗이 이후 국내 굴지의 기업을 잇달아 배출하며, 한 마을이 한 시대의 산업지도를 바꾸는 기적 같은 결과로 이어졌다는 사실은 지금도 많은 이들에게 깊은 울림을 준다.

승산마을의 역사는 화려한 성공 스토리가 아니라, **검소함이 축적을 만들고, 축적이 나눔을 만들며, 나눔이 인재를 키운다는 단순한 진리**가 실천된 기록이다. 그리고 이 정신은 지금도 여전히 유효하다. 어쩌면 대한민국 어딘가에서는 또 다른 승산마을이 조용히 자라고 있을지도 모른다. 한국인의 마음에는 여전히 배우고 성장하며, 다음 세대를 위해 더 나은 것을 남기려는 위대한 유전자가 숨 쉬고 있기 때문이다.

IL-YANG NEWS IN KOREA

장애인 채용 우수사례 공유 및 특화 직무개발 간담회

일양약품, 장애인 직원 채용을 위한 맞춤형 직무개발 사례 발표 장애인 채용 우수사례 공유 및 특화 직무개발 간담회



일양약품 장애인 직원 채용을 위한 맞춤형 직무개발 사례 발표

기업의 사회적 책임(CSR) 실천의 일환으로 장애인 직원 채용 활성화와 협력 강화를 지속하고 있는 가운데, 일양약품은 11월 18일 한국장애인고용공단에서 주최한 간담회에서 장애인 채용 우수사례를 발표했다. 일양약품은 장애인 복지 향상을 위한 교육 프로그램을 적극 운영하고 있으며, 체계적인 실습과 전문 교육 인프라를 활용해 장애인 취업지원자에게 맞춤형 부서 배치를 진행하고 있다. 이를 통해 장애인의 취업 의지를 높이고, 장애인 고용 확대에 기여하고 있다. 한국장애인고용공단은 이러한 노력을 높이 평가해 일양약품을 장애인 채용 우수사례 기업으로 선정하고, 제약업계를 대상으로 '전문적이고 현장 중심의 장애인 취업교육과 사회적 가치 창출을 주제로 사례 발표를 맡겼다.

한국장애인고용공단 관계자는 "우리 사회에서 장애인 사회복지 인력 양성에 기여해 준 일양약품에 감사드린다"며 "더 많은 기업이 장애인 고용을 통한 사회적 가치 창출에 동참해 선한 영향력을 확산해 주길 바란다"고 전했다.

QUIZ TIME

이랑사랑능력퀴즈 내가 부서인원 모두에게 스타벅스 커피를 쏜다

이랑사랑능력퀴즈는 팀원 중 한 사람이 문제를 모두 맞춰서 가장 빨리 정답을 보내주시면 그 팀원이 속한 팀 모두에게 정답자의 이름으로 스타벅스 커피 쿠폰을 드리는 방식입니다.
(단, 최대 10장[1만원권]까지 가능합니다.)

이랑사랑능력퀴즈 문제풀이를 통해 우리 회사에 대한 지식도 쌓고 팀원들에게 한턱 내는 선심도 베풀시기 바랍니다.



2025년
가을호
당첨자 소개



공장지원팀
공혁준 사원

2025년 가을호 퀴즈 당첨 소식을 듣고 너무 기뻐했습니다. 일상 속 이벤트가 주는 즐거움이 이렇게 크다는 걸 새삼 느꼈습니다.

이랑사랑능력퀴즈를 풀며 선배님들과 함께 고민하고, 정답 소식을 나누는 과정이 너무 즐거웠고, 이번 퀴즈를 계기로 공장지원팀원들과 커피 한 잔의 여유를 함께할 수 있을 것 같습니다.

일양가족지를 통해 본사와 각 사업장의 다양한 소식을 접할 때마다 '같은 회사 안에서도 이렇게 많은 이야기들이 있구나' 하는 생각이 듭니다.

앞으로도 이런 소통의 장이 꾸준히 이어져 즐거운 회사생활이 되면 좋겠습니다!



정답을 맞춰서 메일을 보내주세요.
정답을 모두 맞추어 주신 선착순 1팀께 커피 쿠폰을 선물로 드립니다.

1. 서울병원 4팀이 생각하는 업무에 있어 가장 중요한 자질 2가지는?
2. 25년 가을호 일양루키가 생각하는 경영기획팀 생활에 필요한 업무 역량은?
3. 25년 가을호 원데이클래스로 진행하였으며, 유리, 아크릴 등 투명한 용기 안에 흙, 자갈, 식물을 담아 작은 규모의 생태계를 재현한 장치를 뜻하는 것은?
4. 제주도의 360여개의 다양한 오름 중 25년 가을호 일양가족지에 소개된 오름은?
5. 트렌드 능력고사 16번 문제의 정답은?
6. 창립 80주년 슬로건 공모에 최우수상으로 선정된 슬로건은?
7. 여신관리팀 이희원 사원의 산문집 제목은?
8. 생활건강사업본부 워크샵에서 가장 기억에 남는 순간을 남긴 콘텐츠는?
9. 임직원의 청렴 의식 제고와 투명한 기업문화 정착을 위해 실시한 부패방지경영시스템 'ISO 00000' 교육의 빈칸에 들어갈 5자리 숫자는?
10. 서울 지하철 1호선에 광고를 진행한 제품명은?