

# 알아야 지킨다 첫노동 공략집



노동건강연대 ★★★★★

이 공략집을 보렴. 우리가 함께할 거야!

힘들어서 그만됐어요.  
근데 알바비를 안 주셨데요...

내일부터 30분 일찍  
와서 준비하도록 해!!

네?(30분 시급 안줄거잖아요?)  
어떡하지... 물어볼 데도 없고.

START



노동건강연대  
Solidarity for Worker's Health



일을 시작하려는 당신에게 응원의 박수를 보냅니다

우리는 단순히 먹고 살기 위해, 오늘을 살아가기 위해서만 일을 하지 않습니다. 더 나은 내일을 위해, 꿈을 이루기 위해, 더 성장하기 위해 우리는 노동을 합니다.

그러나 취업난, 코로나19 무급휴직, 직장갑질, 임금체불, 장시간 노동..... 현실은 듣기만 해도 우리 숨을 턱턱 막히게 합니다. 너무 거대해서 우리가 어찌할 수 없어 보입니다.

그런 당신에게 **첫 노동 공략집**이 필요합니다.  
일을 하며 부딪히게 될 막막한 현실을 **첫 노동 공략집**과 함께 클리어해 봅시다. 기왕 해야 할 노동이니 우리의 오늘과 내일을 갇아먹지 않도록, 건강을 해치지 않도록 해야 하니까요.

**첫 노동 공략집**은 입사부터 퇴사까지 일할 때 반드시 해야 하고, 꼭 필요한 것들만 아주 간략하게 설명하고 있습니다.

반드시 상담을 통해 첫 노동 공략집과 실제 노동 현실 사이의 빈 공간을 채워야 합니다. 이해하기 어렵거나 궁금한 게 있으면 꼭 **60페이지**에 안내된 상담처에 상담을 요청하시기 바랍니다.

## 일 시작하는 초보자의 필수 준비물

🔍 녹음·사진 기능이 있는 휴대폰 (feat. 증거의 중요성) ▼



**세상은 절대 호락호락하지 않고 말랑하지 않다. ▼**

증거가 없다면 아무도 당신 말을 믿어주지 않는다.  
그러니까 증거는 미리미리 흘려넘치도록 준비해야 한다.

상대방의 서명이 들어간 문서(근로계약서)나, 상대방 연락처가 나오는 문자메시지, 카톡(업무지시)이 증거로 가장 좋고 녹취나 동영상도 그 다음이다.  
만약을 대비해 언제나 녹음기를 켜 준비를 하고 있어야 한다.

**다시 한번 강조하는데, 꼭! 증거를 남겨라.**

# 목차

## STAGE 1

일을 처음 시작할 때	07
1-1 일 시작 전에 알아야 할 것들	08
1-2 근로계약을 꼭 써라	12
1-3 문지도 따지지도 말고 4대보험	20

## STAGE 2

일을 그만둘 때	43
3-1 그만두기 전에 상담을 받아라	44
3-2 당신에게는 아직 받을 돈이 있다	48
3-3 신고를 하고 싶다면	52

## STAGE 3

일을 하고 있을 때	25
2-1 직장갑질 ▶ 참으면 병이 된다	26
2-2 산재보험 ▶ 일하다 다치면 이렇게 하라	30
2-3 노동안전보건 ▶ 안전하고 건강하게 일하기 위하여	38

## STAGE 4

상담받을 때	57
▶ 상담받는 요령	58
▶ 상담 연락처	60

- STAGE 1 -

일을 처음 시작할 때

- 1-1 일 시작 전에 알아야 할 것들
- 1-2 근로계약서를 꼭 써라
- 1-3 묻지도 따지지도 말고 4대보험

STAGE

## 일 시작 전에 알아야 할 것들

1-1

LEVEL. 1



안녕하세요.  
아르바이트 지원합니다!



약덕사장

1시에 면접보러 와.

아... 네. (초면에반말이라니...)



근로계약서는 작성하나요?

알바생이 무슨 근로계약서?  
그게 뭐가 중요해!

네???



개떡 같은 직장에 취직하시겠습니까?

▶ YES

▶ NO!

## 직장이 뭐하는 곳인지 알아보자!

### ① 채용공고 캡처하기

캡처해 두면 문제가 생겼을 때 증거로 활용 가능!

### ② 어떤 회사인지 무슨 업무인지 검색하기

검색하면 대부분 찾을 수 있다. 대략 어떤 일을 하는지 알아보고 그 모습을 머릿속으로 그려보자.

### ③ 전화해서 물어보기

공고가 부실하면 전화해서 물어봐도 괜찮다. 쫓지 말자.

### ④ 면접 볼 때 녹음하기

막상 일 시작했더니 말이 달라지는 경우도 많다. 야근하면 수당은 주는지, 애매한 건 꼭 물어보고 답변을 녹음하자.



## Tip. 입사 전에 개인적인 일 미리 하기

일을 시작하면 업무시간에 개인 시간을 내기 어렵다.  
평소 치과 진료, 관공서 업무(여권발급), 은행 업무 등 필요한 개인적인 일이 있다면 미리 해두자!

상담 안내 60p ▶



어디 대학? 애인 있어?

혼자 살아? 부모님은?



(한창 호기심 많을 나이)



## Tip. 회사의 규모가 중요한 이유

큰 회사라고 마냥 좋은 것도 아니지만, 회사 규모가 노동조건에 영향을 주는 것이 사실이다.

고용된 노동자가 5명 미만이라면 연차휴가, 연장근로수당, 부당해고금지 등 근로기준법의 상당부분이 적용이 되지 않는다.

### 구직자가 알면 좋은 채용절차법



#### ① 구직자가 만만한가요?

채용절차법은 채용 일정 고지, 채용서류의 반환 청구, 채용 광고의 불리한 변경 금지, 채용 여부 고지 의무 등을 규정하고 있다.

#### ② 쓸데없는 정보 요구 금지

회사는 '이런 걸 왜 물어보지?' 싶은 것을 요구할 수 없다.  
(용모, 키, 체중, 출신 지역, 혼인 여부, 부모님 직업 등등)

#### ③ 채용절차법은 노동자가 30명 이상 일하는 회사에 적용



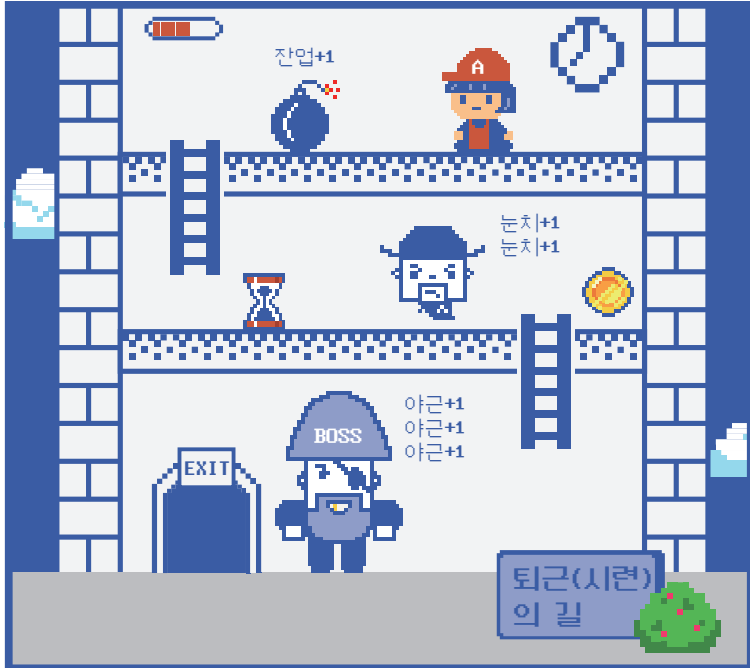


STAGE

근로계약을 꼭 써라

1 - 2

LEVEL. 2



근로계약을 안 쓰면 생기는 일

일을 언제 시작했는지,  
하루에 일을 몇 시간 하는지,  
진짜 그 회사에서 일한 것이 사실인지,

당신의 **말**은 아무도 안 믿는다. ▼

근로계약서 작성 안 하는 회사는 거르고, 일하지 말자.  
그런 곳은 망해야 한다. ▼



퇴근시간에 가봤자 차만 밀려-  
일 더 하고 가면 좋잖아~

야근하고 돈 안 받아도 좋습니까?

▶ YES

▶ NO!



Tip. 근로계약을 안 쓰면 형사처벌 대상

근로기준법은 반드시 근로계약을 작성해서 근로자에게 교부해야 한다고 정하고 있다. 이를 위반하면 사장은 500만원 이하의 벌금을 내야 한다. (근로기준법 17조 및 114조)

상담 안내 60p ▶





개념  
이게 표준계약서야.  
꼭 봐야 할 걸 체크해주지!

## 표준근로계약서

사업자와 (근로자)은 다음과 같이 근로계약을 체결한다.

1	근로계약기간
2	근무 장소
3	업무 내용
4	근로 시간 시 분부터 시 분까지 * 휴게시간 시 분 ~ 시 분
5	근무일/휴일 매주 일 근무 / 주휴일 매주 요일
6	임금 월, 일, 시간급 ₩ 원 (금 원정) 매월, 매주, 매일 00 일 근로자 명의 예금통장에 입금
7	연차유급휴가
8	이 계약에 정함이 없는 사항은 근로기준법령에 의함

년 월 일

### 사업주

사업체명	
연락처	
주소	
대표자	(서명)

### 근로자

주소	
연락처	
성명	(서명)

여기서...!

- 계약기간 ▶ 정규직은 계약 시작일은 적되 종료일은 비워두기
- 출근하는 요일과 쉬는 요일 Check
- 일하는 시간과 휴게 시간 Check
- 급여 ▶ 월급 or 시급

이것만큼은 꼭! 제대로 작성하자. 그리고 반드시 2장 작성해서 1장씩 나눠 가져야 한다.

실제 일하는 시간과 계약서에 적힌 노동시간이 차이가 날 때 사장이 일을 더 시켰다는 증거가 없으면 계약서를 믿지 어떻게 당신의 말을 믿겠는가?

그러니까 계약서에 적힌 내용 이외의 일을 시킬 땐, 꼭! 증거(업무지시서, 카톡, 녹취등)를 남기거나, 차라리 일을 거부해라.

## 당신의 선택은?



근로계약 말고  
프리랜서로 계약하자는데...

Q.	근로자	프리랜서
최저임금법의 보호를 받는가?	▶ YES	▶ NO
4대 보험이 가입되는가?	▶ YES	▶ NO
야근수당이 있는가?	▶ YES <small>*5인 이상 사업장 만</small>	▶ NO
휴일근로수당이 있는가?	▶ YES <small>*5인 이상 사업장 만</small>	▶ NO
연차(유급휴가)가 보장되는가?	▶ YES <small>*5인 이상 사업장 만</small>	▶ NO
주휴수당을 받을 수 있는가?	▶ YES	▶ NO
퇴직금을 받을 수 있는가?	▶ YES	▶ NO
다쳤을 때 병원비를 받을 수 있는가?	▶ YES	▶ NO <small>산재보험에 별도 가입 했다면 가능</small>
퇴직 후 실업급여를 받을 수 있는가?	▶ YES	▶ NO <small>고용보험에 별도 가입 했다면 가능</small>
돈을 많이 버는가? (💰)	▶ NO	▶ NO

출처: 라이더유니온

## 프리랜서 계약 ? 용역 계약 ?

- ① 계약서를 쓰려는데 ‘근로계약서’라는 제목이 아니라 프리랜서, 용역, 위탁 이런 단어가 보인다면?! 잠깐 멈추고 진지하게 고민해보자.
- ② 주휴수당, 퇴직금, 연차휴가 등등 이런 것을 보장하고 있는 노동법, 근로기준법은 법적 근로자에게 적용되는 법이다.
- ③ 프리랜서는 쉽게 말해서 근로자가 아니라 개인사업자이다. 따라서 노동법의 보호를 받지 못한다.
- ④ 프리랜서가 아니고 실제로는 근로자라는 것을 입증하는 것은 정말 너무 힘들다. 내가 체결할 계약 형식이 어떤 것인지 반드시 확인하자.
- ⑤ 이미 프리랜서나 개인사업자로 계약하여 일하고 있다면 너무 좌절하지 말고 실제로는 근로자가 아닌지 상담을 받아보자.



## 임금과 근로시간

일한 '시간'만큼 '돈'을 받는다. ▼

- ① 계약서에 적혀있는 시간 외에는 웬만하면 일하지 마라.
- ② 어쩔 수 없이 계약서보다 더 많이 일하게 될 때는 사장한테 일을 더 하면 연장수당까지 주는지 꼭 확인하라.  
(그리고 답변을 녹음하라.)
- ③ 그리고 반드시 언제, 몇 시간 더 일했는지 남들에게 보여주었을 때 진짜라고 인정받을 수 있을 정도의 증거 (업무지시서, 카톡, 녹취)를 남겨라.
- ④ 임금계산이 어려우면 상담을 받아보자.
- ⑤ 당장 덜 받았다고 하더라도 3년 안에만 고용노동부에 신고하면 받을 수 있으니 너무 걱정하지 말자.

## 휴게 시간 ▼

- ① 4시간 일하면 30분 이상, 8시간 이상 일하면 보통은 점심시간 1시간이 휴게 시간이다.
- ② 휴게 시간은 법적으로 임금을 안 준다.  
그러니까 휴게 시간은 일하지 말고 쉬어야 한다.
- ③ 휴게 시간에 못 쉬었다면, (손님이 계속 온다거나, 전화를 받아야 한다거나 등등) 일한 것과 동일하게 임금을 받을 수 있다.
- ④ 단! 증거(주문내역서, 영수증, 업무지시 카톡 등)를 남겨서 증명할 수 있어야 한다.

적절한 휴식이  
질 높은 근로를 만든다!



STAGE

묻지도 따지지도 말고 4대 보험

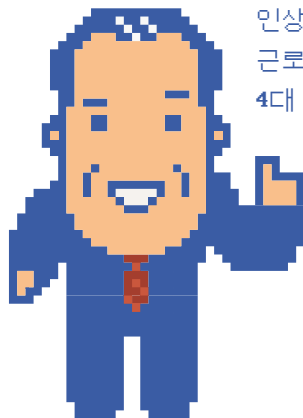
1 - 3

LEVEL. 3



사장님! 4대 보험 가입해 주세요!

묻지도 말고 따지지도 말고 무조건!



인생의 아름다운  
근로를 위해  
4대 보험 OK

4대 보험은 꼭 필요한가?

- ▶ YES
- ▶ YES
- ▶ YES

4대 보험(사회보험)이란?

Question

4대 보험(사회보험)은



내 월급만 뜯어가는 거 아닌가요?



Answer ★★★★★

당신의 불안정한 미래를 위한 투자입니다!

사회보험은 국민의 안정적인 생활을 위해서 국가에서 운영하는 보험이다. 일반 보험회사에서 제공하는 것보다 훨씬 유리한 혜택을 준다. 당연히 가입자도 많다.

근로자로 일하면 회사에서 의무적으로 가입시켜야 한다. 직장에서 보험료를 같이 내주기 때문에 근로자로서는 가입을 안 하면 오히려 손해다.

사업주는 4대 보험을 가입시키면 보험료를 같이 내야 해서 가입을 안 시키려고도 하는데, 의무가입이기 때문에 신고해서 가입하도록 해야 한다.



고용보험



계약만료나 해고(비자발적 실업)됐을 때 생계가 위협받지 않도록 도와주는 실업급여 등을 지급하는 보험

산재보험



일하다 다쳤을 때 보상받고, 다시 일할 수 있게 도와주는 보험

건강보험(직장가입)



아플 때 병원 가면 처리하는 전 국민이 다 가입한 그 보험. 근로자는 보험료를 직장에서 같이 내주기 때문에 부담이 덜하다.

국민연금



10년 이상 납입하면 60대부터 죽을 때까지 다달이 연금이 나오는 보험. 노후 대비의 기본 중의 기본!

보통 일주일에 15시간 이상 일하면 가입해야 한다. 본인이 가입대상이 확실한지 상담을 받아 보자. ▼



Tip. 퇴사하고 건강보험료 아끼는 법! < 임의계속가입 >

일할 때(직장가입)는 건강보험료를 직장에서 같이 내주기 때문에 보험료가 저렴한 편이다. 퇴사하면 지역가입을 해야 하는데 대부분 보험료가 오르게 된다.

1년 이상 일을 하고 그만두게 될 때, 2개월 내에 국민건강보험공단에 임의계속가입을 신청하면 36개월 동안 직장보험료 수준으로 보험료 혜택을 볼 수 있다.



- STAGE 2 -

일을 하고 있을 때

2-1 직장갑질

▶ 참으면 병 된다...!

2-2 산재보험

▶ 일하다 다치면 이렇게 하라.

2-3 노동안전보건

▶ 안전하고 건강하게 일하기 위하여

STAGE

직장갑질 ▶ 참으면 병 된다...!

2 - 1

LEVEL. 4



코로나같은 존재들! 비켜!

출근할 때, 메로 r..!

8비트 픽셀같이  
생겨가지고,  
개념 없어?  
당장 때려쳐!



갑질, 당하기만 하고 살겠습니까?

▶ YES

▶ NO!

Hoxy... 이거 직장갑질?!

- ① 사적인 심부름을 반복적으로 시킨다.
- ② 관련 업계에서 발 못 붙이게 하겠다고 협박한다.
- ③ 주어진 시간 내 할 수 없는 과중한 업무를 반복 지시한다.
- ④ 회식에 강제로 참여시키고 술 마시기를 강요한다.
- ⑤ 휴게실에 있는 CCTV로 쉬는 모습을 감시한다.
- ⑥ 정당한 이유 없이 꾸짖고 때려치우라고 호통친다.
- ⑦ 일부러 회의에 제외시키고, 일을 주지 않거나 떠넘긴다.
- ⑧ 원치 않는 장기자랑을 시키는 등 수치심을 준다.
- ⑨ 일을 배우는데 모멸감이 느껴진다.
- ⑩ 업무와 관련 없는 지시를 하거나 일상적으로 차별한다.
- ⑪ 휴일 중에 지속해서 연락을 하고 연차를 못 쓰게 한다.
- ⑫ 특정 교회나 단체, 정당에 가입하라고 권유한다.
- ⑬ 사생활에 대한 뒷담화나 헛소문을 퍼트리고 따돌린다.
- ⑭ 잘못된 상사가 했는데 불이익은 내가 받는다.
- ⑮ 외모·신체 지적이거나 심한 언행으로 모욕감을 준다.

출처: 직장갑질119

한 번 체크해보자! 위에 열거한 것은 예시일 뿐.

인간이 창의적인 만큼 직장 갑질의 유형은 너무너무 많다.



갑질 당하는 직원



상사가 유독 저에게만

많은 업무를 주고, 막말을 하는 것 같아요.



Answer ★★★★★

부당함을 참지 마세요!

이치에 맞지 않는다고 느껴진다면  
십중팔구는 진짜로 부당한 게 맞습니다!

그럼 어떻게 하죠...?



★★★★★

혼자서 끄꿍 앓지 마시고  
상담을 통해서 해결하세요! 꼭!



### Tip 1

갑질대응법. 어렵지만 효과는 최상!

< 즉각 항의와 녹음 >

직장갑질 피해는 증거가 없다면 해결하기 쉽지 않다.

갑질을 당하면 순간 멍하겠지만 빠르게 정신을 차리자. 녹음기를 (몰래) 켜고 그 순간 바로 항의를 시작해 당시 상황을 녹음하자.

결정적인 증거가 된다. 사실 어려운 일이라는 것을 안다. 그렇지만 이런 행동과 방법이 문제해결에 도움이 될 수 있다. 평소에 상황을 녹음하는 습관을 들여 놓는 것도 좋다.



### Tip 2

회사에 불만이 많으신가요?!

유용한 카카오톡 오픈채팅 < 직장갑질119 >

직장에서의 갑질, 괴롭힘이나 여러 노동문제를 상담해주는 카카오톡 오픈 채팅이다. 직장갑질119는 일하는 사람들이 직장에서 겪는 갑질과 불공정 관행 등을 바꾸기 위해 활동하는 단체다. 한국의 모든 직장인 곁에서 법률가, 활동가 등이 함께하고 있다.

유튜브에서 직장갑질119 검색하세요!



STAGE

산재보험 ▶ 일하다 다치면 이렇게 해라

2 - 2

LEVEL. 5



저 이순대 또 왔습니다!

일하다 다친것도, 일 나가다 다친것도!

문지도 말고 따지지도 말고 산재처리하세요!



사장님이 가입을 안 했어도 산재 OK!

일을 하다가 다쳤다...! 어떡하지?

- ▶ 빨간약
- ▶ 내 돈으로 치료
- ▶ 회사(사장)가 주는 병원비
- ▶ **당당하게 산재처리!**

이렇게 산재를 배운 dr...\*



**Q** 산재보험 가입도 안 했고, 사장님이 산재처리 안 해준대요. 어떡하죠?


답변하기

**A** 상관없습니다. 사업주의 동의 없이도 산재처리 가능합니다! 아래 내용을 참고해주세요.


재택률 : 100%

- ① 산재보험은 1명 이상 일하는 모든 회사에서 의무로 가입해야 한다. 즉 신고만 안 되어있지 이미 가입된 것이다.
- ② 사업주가 산재처리를 허락하지 않아도 그냥 신청하면 된다. 병원 원무과에서도 간단히 접수할 수 있고, 치료가 끝났더라도 근로복지공단에 접수하면 된다.
- ③ 다만, ‘직업병’이나 ‘사고’라도 일하다 다쳤다는 증거가 확실하지 않은 경우는 조금 준비가 필요하다.
- ④ 그래서 일하다 아프면 상담을 꼭! 받아보자.

공개 : 2020.08.29, 조회수 : 203,456

 배우고 갑니다! ^^b ★★★★

 출퇴근 중 사고를 당했습니다. 이것도 산재 가능한가요? ★★★★

 업무시간이 아니더라도 출퇴근 중 교통사고가 났다면 산재로 인정받을 수 있습니다. 당장 상담받아보세요! ★★★★



## Tip. 공상 처리가 안 좋은 이유

공상 처리는 사업주가 치료비나 위로금을 주면서 산재처리를 안 하는 것을 말한다. 여러모로 다친 사람에게만 불리하다.

충분히 폭 쉬기도 눈치 보이고, 장애가 남거나 재발하는 등 다시 치료가 필요할 때도 입장이 곤란해진다. 공상 처리를 했더라도 산재 신청은 언제든지 할 수 있다. 주변에서 공상 처리로 문제가 생겼다면 꼭 산재 신청을 권하자.



**Q** 일을 시작하고 나서 손목이 아픈데, 이 일 때문인지도 모르겠고, 시간도 여유도 없어서 아프지만 쉴 수 없어요.

답변하기

**A** 99.999% 확률로 맞습니다.  
일단 아프다면 회사말고, 병원부터 가세요!

재택률: 100%

- ① 산업재해(산재)는 피 나고 뼈가 부러지는, 큰 사고만을 의미하지 않는다. 일 하기 전엔 없었던 각종 이상 증상이 생겼다면, 그것은 산재! 일단 의심하고 보자.
- ② 의심이 시작됐다면, 무엇 때문에 아픈지 직장장과 연결해서 생각하고, 기록하고, 알아보자.
  - 화학제품을 사용하는 곳에서 일한다면, 화학제품의 라벨 사진 찍어두기
  - 반복 작업을 하는 곳에서 일한다면 작업하는 모습을 동영상으로 찍어두기
  - 연장근로가 심한 곳에서 일한다면 일한 시간을 꼼꼼히 기록하고, 출퇴근명부 등 증거 남기기
- ③ 큰 회사는 병가나 휴가를 통해 아플 때 쉴 수 있지만 작은 회사는 아파도 쉴 수 없는 경우가 많다. 아파도 쉴 수 없는 현실이 갑갑하지만, 우리 함께 힘을 내자.
- ④ 어렵겠지만, 아프다면 어떻게든 시간을 내서 병원에 가보자.
- ⑤ 병원에서 진료를 받을 때 반드시 내가 어떤 일을 하는지 설명하자. 아픈 원인을 파악할 수 있고 나중에 증거로도 쓰일 수 있다.



## Tip. 병원가서 제대로 진료받기

### ▶ 잘못된 상담 예시



의사

어떻게 오셨어요?

아픈 직원

아, 예 손목이 아파서요.



어디 한번 봅시다.

### ▶▶ 올바른 상담 예시



의사

어떻게 오셨어요?



아프지만 목소리나는 직원

일을 하다가 계속 손목이 아파서 왔어요. 제 직업은\_\_\_\_\_이고, \_\_\_\_\_하는 일을 합니다.



어디 한번 봅시다.

네. 직업으로 인한 질병은 아닌지, 왜 아픈건지 꼭 써주세요!



**Q** 일하다 제가 실수해서 다치면 어떻게 하면 되나요?

답변하기

**A** 산재보험은 잘못을 따지지 않습니다.

재택률: 100%

- ① 노동자들이 실수하더라도 다치지 않는 안전한 노동환경을 만드는 것까지가 사장님이 할 일! 의기소침하지 말자.
- ② 큰 소리로 나의 사고를 알리고, 병원으로 가기 위해 도움을 받자. 경향이 있다면 주변에 사진을 찍어 달라고 말하고, 관리자에게도 보고하자.
- ③ 산재보험은 재해자의 잘못은 따지지 않는다. 일하다가 다쳤고 일 때문에 아프다면 무조건 치료비를 지급하고, 쉴 수 있도록 휴업급여를 지급한다.

공개 : 2020.08.29, 조회수 : 203,456

 다치면 머뭇거리지 말고 꼭 알려세요! ★★★★★

 저도 못 받을 뻔했는데, 첫 노동 공략집보고 산재 받았어요 :) ★★★★★

**Q** 전 '개인사업자'라 회사에서 산재 안 된대요.

답변하기

**A** 산재보험 가입할 수 있어요. 꼭 하세요!

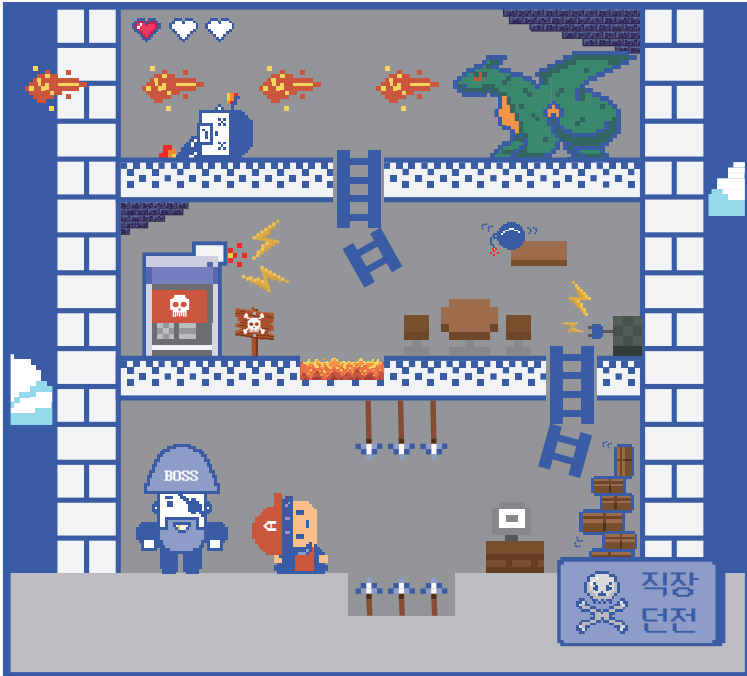
재택률: 100%

- ① 특수형태근로종사자 라면? ▶ 산재보험이 적용된다.
  - 보험설계사      • 퀵서비스 기사      • 신용카드 모집인
  - 방문강사      (음식배달 포함)      • 대여제품 방문점검원
  - 방문 판매원      • 대리운전 기사      • 가전제품 설치원
  - 택배 기사      • 화물차주      • 건설기계 자차기사
  - 골프장 캐디      • 대출모집인      ... 등등
- 하지만 산재보험이 필요 없다는 서류(적용제외 신청서)를 작성하는 순간 산재처리가 안 되니 유의하자!
- ② 진짜 본인이 사장이라면?  
2020년 1월 7일부터 노동자 300명 미만을 고용한 사업주도 산재보험 임의가입이 가능하니 꼭 신청하고 보호받자.
- ③ 나도 산재처리가 가능한지 상담을 통해 꼭 확인하자!

STAGE 노동안전보건 ▶ 안전하고 건강하게 일하기 위하여

2 - 3

LEVEL. 6



위험해 보이지만  
보기보다 그렇게 위험하진 않을 거야. 아마도?

일하다 보면 당연히 다칠 수도 있다?

▶ YES

▶ NO!

위험해 보인다면?

당신 눈에 위험해 보인다면 그건 진짜 위험한 것이다. ▼

- ① 노동자의 안전과 건강을 위협하는 것은 다양하다.  
지금 일하는 곳에서 어떤 것이 건강을 위협하는지 천천히  
생각해보고 종이에 적어보자.  
(ex. 잦은 야근, 환기 안 됨, 널브러진 공구, 안전장치가 없는  
위험한 기계, 큰 소음, 침침한 조명 등등)
- ② 화학물질을 다루는 직장이라면, 우리 회사에서 어떤 물질을  
다루고, 중독되면 어떻게 대응해야 하는지 설명하는 MSDS  
(물질안전보건자료)라는 것이 있다. (없다면 반드시 요구해야  
한다). 휴대폰으로 사진을 꼭 찍어두고, 읽어보자.

직원들이 3층에만 올라가면 내려올 생각을 안 해!  
나(는 위험하니까) 대신 올라가 봐!



## 노동자가 일하다가 다쳐서는 안 된다고 말하는 법령



### ▶ 제1조 (목적) ☰



이 법은 산업 안전 및 보건에 관한 기준을 확립하고 그 책임의 소재를 명확하게 하여 산업재해를 예방하고 쾌적한 작업환경을 조성함으로써 노무를 제공하는 사람의 안전 및 보건을 유지·증진함을 목적으로 한다.

- ① 일터를 안전하게 만들어야 하는 법적 의무는 사장님에게 있다.
- ② 노동자가 위험한 환경에서 일하다가 다치거나 병들면 사업주를 처벌하도록 산업안전보건법에서 규정하고 있다.
- ③ 위험한 작업환경은 당연한 것이 아니다. 노동자는 다치지 않고 아프지 않고 일 할 권리가 있다. 위험한 작업환경을 안전하게 바꿔 달라고 요구할 수 있는 권리가 있다.
- ④ 바꿔달라 말하기 어려운 거 안다. 그래도 이런 법이 있다는 것은 기억하자.



## Tip. **눈/치기/쉬/운** 눈에 보이지 않는 건강상의 위험

뼈가 부러지고, 피가 나는 것은 즉각적으로 아픔이 느껴지고 무엇 때문에 아픈 것인지 알기 쉽다. 그러나 비위생적인 작업환경, 유해 화학물질, 반복되는 작업 자세 등에 장시간 노출되어 발생하는 **직업성 질병**은 아픈 것이 일 때문인지 밝히기 어렵다.

하지만 일을 하지 않았더라면 당신은 아프지 않았을 것이다. 사장이 괜찮다고, 지금까지 그런 적 없었다고, 안전하다고 말했다 하더라도 믿으면 안 된다.

아프다면 꼭 일 때문이 아닌지 의심하고 상담을 받아보자!



- STAGE 3 -

일을 그만 둘 때

3-1 그만두기 전에 상담을 받아라

3-2 당신에게는 아직 받을 돈이 있다

3-3 신고를 하고 싶다면



STAGE

그만두기 전에 상담을 받아라

3 - 1

LEVEL. 7



▶ 사직서 제출

▶ 집게사장에게 이른다

▶ **부당해고 구제신청!!**

이거 혹시 부당해고?!

- ① 해고되는 건 생각보다 쉽지 않다. 그만두라는 회사의 통보가 억울하고 납득이 안 된다면 부당해고일 가능성이 높다.
- ② 해고는 정당한 사유가 있어야 하고, 정당하게 절차도 밟아야 한다. 그리고 꼭 해고통지서를 종이로 받아야 한다.
- ③ ‘부당해고 구제 신청’은 각 지방마다 있는 ‘노동위원회’에 해야 한다. 해고가 부당하다고 인정되면, 해고된 기간 동안 못 받은 임금을 받을 수 있고, 복직할 수 있다.
- ④ 부당해고임을 효과적으로 주장하기 위해 꼭 상담을 받아보자! 사건이 복잡하다면 노무사에게 위임하는 것도 괜찮은 선택이다.(단, 근로자가 4명 이하인 직장이라면 구제가 안 된다.)



**Tip.** 부당해고 사건 무료 법률지원

.....

평균 월급이 250만원 미만인 노동자가 부당해고를 당했을 시에 부당해고 구제신청을 한 뒤, 노동위원회에 국선노무사 선임 신청을 하면 소득을 확인받고 무료로 법률 서비스를 받을 수 있다.

일한 곳이 서울이고 월급 280만원 미만이라면, '서울노동권익센터'와 '노동자종합지원센터'에 신청해 노동권리보호관의 무료 법률 서비스를 받을 수 있다.



회사 사정상 퇴사(당)하게 되었습니다. 그런데 사장님이 사직서랑 이것저것 내놓으면서 자기가 알아서 할 테니 서명만 하라고 하네요. 해도 되는 건가요?

답변하기



재택률 : 100%

퇴사할 마음 없는 '나'를 해고하면서 '사직서' 퇴직금 다 받을 건데 '퇴직금 합의서' 돈 안 받고 싶 생각 없는데 '무급휴직 동의서' 이런 서류에 서명을 하면 결과를 되돌리기 어렵습니다.

당신의 서명은 서류상 법적 효력이 생깁니다. 인감도장을 찍는 것과 마찬가지로요. 그러니까 서명 쉽게 하면 안 됩니다!

내 서명, 나도 못 올리요

공개 : 2020.08.29, 조회수 : 203,456



이거 레알 bbbb



나도 당했음. 아오 작년에 그일만 생각하면!! 아는게 힘입니다. 상담 꼭 받아보세요.



저는 안 해준다니까, 아예 제 서명을 위조 했더군요! 나중에 알게 되서 고발하고 난리도 아니었습니다. 잘 살펴보세요!



## 퇴사할 때 챙겨야 할 것들



### ① 결재 처리된 사직서 사본 받아두기

퇴사 사유가 정확하게 명시되어 있어야 한다. 사장이 임의로 퇴사 사유 바뀌서 쓰는 경우가 있으니 주의하자.

### ② 퇴사하는 달의 급여명세서 받아두기

못 받은 돈이 얼마인지, 아직 받을 돈이 있는지를 계산하기 위해서는 퇴사하는 달의 급여명세서를 받아두면 좋다. 평소에도 급여명세서를 받으면 버리지 말고 잘 모아두자!

### ③ 원천징수영수증, 경력증명서 받아두기

어차피 연말정산할 때, 이직할 때 요청해야 한다. 퇴사할 때 받으면 얼마나 깔끔하게요?!



## Tip. 퇴사 전에 (무조건) 상담받기

우리는 여러 가지 형태로 회사를 퇴사한다. 해고를 당할 수도 있고, 자발적으로 퇴사할 수도 있다. 적절하게 대응하기 위해 전문가에게 상담을 받는 것이 큰 도움이 된다.



STAGE

당신에게는 아직 받을 돈이 있다



3 - 2

LEVEL. B



퇴직금... 까짓거...!  
(안 받기로) 플렉스 해 버렸지 뭐야.



퇴직금이 문었네? 닥아버리자...!

너무 부자라서 퇴직금은 안 받아도 된다?

▶ YES 라면 인정...!

▶ NO!

퇴사하면서 확인해야 하는 돈



### ① 퇴직금(5인 미만 ok)

퇴직금은 '대략' 근속 1년마다 한 달 월급 정도이다.  
1년이 지나면 하루하루에 대해서도 퇴직금이 쌓인다.  
(1년 단위가 아니다!)

네이버에 '퇴직금 계산기'를 검색하면 내 퇴직금이 얼마인지  
계산할 수 있다. 그래도 어려우면 상담받자!

### ② 연차휴가 미사용 수당(5인 미만 x)

지금까지 발생한 연차에서 사용한 연차를 빼고 남은 '미사용  
연차'는 수당(대략 개당 하루 일당!)으로 받을 수 있다.  
일하면서 연차가 몇 개 발생했는지 상담받자!

### ③ 주휴수당(5인 미만ok)

일주일에 15시간 이상 일하면 주휴수당을 받아야 한다.  
(주 40시간 이상 일하면 최대 8시간치 주휴수당 지급)  
주휴수당을 받을 수 있는지 상담받자!

어렵다고 포기 말고!  
상담 받아, 권리 찾자!



상담 안내 60p ▶



## 짜리면 받는 실업급여

### ① 18개월간 고용보험에 가입된 기간이 180일 이상일 것

180 나누기 30 해서 6개월? 아니다. 일당을 안 받는 날(무급휴일)은 피보험기간에서 제외돼서 경우에 따라 7개월로도 부족할 수 있다. 그러니 **고용복지플러스센터**(실업급여를 지급하는 곳. 알아두자!)에서 퇴사 전에 확인하기!

### ② 퇴사 사유가 비자발적인 사유일 것

**권고사직**이나 **계약만료**가 대표적인 비자발적 이직 사유이다. 자발적 퇴사, 중대한 귀책 사유로 인한 해고 등의 경우는 안 된다.

## 할 말은 하고 그만두자

제 발로 퇴사하는 당신, 또는 퇴사 당한 당신! 사장님한테는 대충 둘러대고 퇴사하지만 퇴사하는 진짜 이유가 뭔지 본인도, 동료들도 사실 다 알고 있다.



사장님, 전 이게 아쉬웠습니다! (궁서체)

어차피 나서는 길, 당당하게 이 회사에 피드백을 하고 나가면 남은 이들의 노동환경이 조금은 나아지지 않을까?  
내가 조금만 더 당당해진다면 더 많은 이들의 노동환경이 나아지지 않을까?

**당신이 당당하지 못할 이유는 하나도 없다.**



## Tip. < 실업급여 >

**자발적 퇴사라고 다 안 되는 건 아니다!**

근로조건 저하, 임금체불, 연장근로시간제한 위반, 직장 내 성희롱, 직장 내 괴롭힘 등 근로조건에 불리하거나 부당한 사정이 있었던 경우 자발적으로 퇴사하더라도 **실업급여**를 받을 수 있다. 꼭 상담을 받자!

그러나 이것을 고용복지플러스센터에 입증해야하기 때문에 증거 수집이 필수다. 특히 직장 내 성희롱/괴롭힘의 경우 사내/사외에서 이의 제기를 해 놓으면 좋은 증거가 된다.



## Tip. < 해고예고수당 >

**내일부터 나오지 마!** 라는 말을 들었을 때, 받을 수 있는 돈

노동법은 사용자가 노동자를 정당하게 해고하려면 30일 전에 미리 말해줘야 한다고 정하고 있다. 30일의 기간을 두지 않고 해고하면 30일 치 이상의 임금을 지급해야 한다. 이것을 해고예고수당이라 한다. 다만 일한 기간이 3개월 이상이 되어야 한다.

그런데 사장이 해고한 적 없다고 말할 수 있으니, 당장 그만두라는 소리를 들었다면 해고통지서를 써달라고 당당하게 이야기하자. 그래야 해고당했다는 것을 입증할 수 있다.

STAGE

신고를 하고 싶다면



LEVEL. 4



동지, 증거는 모았는가?

다시 한 번 더 말하겠네.  
동지에겐 증거가 필요해!

증거가 없으면  
말짱 짱이야!!



신고전에 증거는 모았나요?

▶ YES !!!

▶ MUST HAVE 잇(증거)템

주장만 하지 말고, 증거를 준비하자!



### ① 감정을 앞세우지 마라

침착하게 상황을 정리해야 한다. 반드시 그때그때 상황을 기록하고 무엇이 문제인지 글로 정리해라.

### ② 제3자가 봤을 때도 수궁할 만한 증거를 수집하자.

녹음보다 문자(서류, 이메일, 문자, 카톡 등)가 낫다. 그래서 근로계약서를 잘 쓰라는 말씀!

### ③ 증거는 다다익선

여러 증거가 교차 되어서 그 사실을 입증할 수 있다.

### ④ 증거 정리를 도와줄 상담을 받아보자!



상담 안내 60p ▶



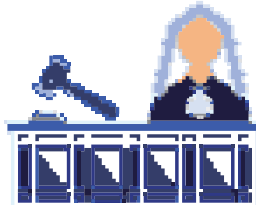
## 고용노동부 신고가 처리되는 과정

- ① 무엇이든 제일 먼저 상담을 받아!
- ② 고용노동부에 진정을 접수한다. (온라인 가능)
- ③ 노동지청에서 진정인(당신)에게 연락이 온다.
- ④ 진정인은 담당 근로감독관에게 준비된 증거와 사건 경위를 전달한다.
- ⑤ 진정인(당신)과 피진정인(사업주)이 노동지청에 출석하여 조사받는다.
- ⑥ 당사자들 간의 합의 혹은 근로감독관의 결정·판단에 따라 검찰 기소/불기소 처분, 과태료 처분.
- ⑦ 사건 종결



감독관님 한 번만 봐주세요.

안 돼.  
안 바꿔줘. 바꿀 생각 없어.



## Tip. 어서와. 노동청은 처음이지?

### 1. 말보다 글

근로감독관은 아주아주 바쁜 사람이다.  
말로 설명하지 말고 글로 정리해서 전달하는 게 좋다.

### 2. 냉정한 마음가짐

원래 내가 받아야 할 것을 받는 것인데 이렇게 고생해야 할까 싶지만  
시간과 절차가 필요하다. 답답하지만 너무 감정을 앞세우지 말자.  
스트레스만 받는다. 냉정하게 마음을 먹고 대응하자.



- STAGE 4 -

상담받을 때

- ▶ 상담받는 요령
- ▶ 상담 연락처

STAGE

상담받는 요령 / 상담 연락처

4

LEVEL. 100



상담할 곳 어디 없나요? 도와주세요!

MAIL BOX

YouTube

AlbaMon



www.help.me



INBOX



받은편지함

N마켓 2020년 10월 13일 주문하신 상품의 결... 6시간 전  
노동자님이 주문하신 상품입니다. 저주파 연...

보낸편지함

MCsoft 드디어 기다려온 초강력 알피지 출시 임... 어 제  
이제 노가다가 필요없는 레일 관철은 게임

지운편지함

구방 개인정보 이용내역 안내 10월 3일

임

스

다

New Mail

TO. 노동건강연대 1일  
Subject. 도와주세요! 상담할 곳이 필요해요! 4일

직장으로부터 부당한 일을 당했습니다. 너무 억울합니다!  
그런데 무엇을 어떻게 해야 할지 모르겠어요.  
주변에 이런 쪽으로 아는 사람도 없고요...  
상담이라도 받아보고 싶은데 상담처 좀 알려주세요ㅜㅜ

아, 그리고 상담 받는 요령이 있을까요?  
이런 경험이 처음이다 보니 걱정됩니다.

답장 꼭 부탁 드리겠습니다!

전송 A 📎 🗑️ 🔄 📧



MAIL BOX

Facebook-노동건강연대



solidarity for worker's health



## 상담 요령과 상담처 알려드립니다.



노동건강연대 <laborhealthh@hanmail.net>  
상담이 필요한 모든 분들께

### ① 상담사도 노동자다

내 노동이 소중한 만큼 상담사의 상담노동도 소중하다.  
예의를 갖추는 것이 기본이다.

### ② 너무 감정을 앞세우지 마라

힘들겠지만 냉정하게 상황을 봐야 한다. 상담사는 이런 상황을  
하루에도 셀 수 없이 듣는다는 것을 기억하자.

### ③ 무엇이 필요한지 명확히 해라

임금, 연차휴가, 성희롱, 퇴사처럼 문제가 되는 키워드를 명확하게  
말해주면 상담받기 수월하다.

### ④ 상황 설명은 말보다 글이 낫다

되도록 상황을 말로 설명하지 않고 글로 작성해서 전달하는 게 좋다.  
미리 글로 상황을 정리해두고, 메일로 상황을 전달해서 상담받을  
수 있는지 물어보자.

첨부파일 상담처 목록





## 상담처 목록

### ▶ 노동조합

노동조합 가입 혹은 설립 상담뿐만 아니라,  
노동에 대한 전반적인 상담을 받을 수 있습니다.

#### 전국

전국민주노동조합총연맹	1577-2260	nodong.org
한국노동조합총연맹	1566-2020	inochong.org
청년유니온	02-735-0261	youthunion.kr
알바노조	010-9869-0114	alba.or.kr
라이더유니온		riderunion.org

### ▶ 공공기관

#### 전국

고용노동부	1350	minwon.moel.go.kr
근로복지공단	1588-0075	www.kcomwel.or.kr
고용보험	1350	www.ei.go.kr

### ▶ 성평등 지원 센터

직장 내 성희롱, 성추행 등 성폭력 사건이나 성차별과 같은 남녀  
고용평등법 위반 사건과 같은 성평등이 침해된 문제에 대해 상담  
하실 수 있습니다.

#### 전국

여성노동법률지원센터	0505-515-5050	www.yeono.org
한국성폭력상담소	02-338-5901~2	www.sisters.or.kr
한국여성의전화	02-2263-6465	hotline.or.kr
한국여성민우회	02-335-1858	www.womenlink.or.kr

### ▶ 전국노동자지원센터 (상담)

부당해고, 임금체불, 산업재해 등  
상상하는 각종 노동문제에 대해 상담하실 수 있습니다.

#### 전국

직장갑질119		www.gabjil119.com
우리동네노동권찾기	02-6081-1700	blog.naver.com/woodong615
한국비정규노동센터	02-312-7488	www.workingvoice.net
영등포산업선교회 비정규노동선교회센터	02-2633-7972	

#### 서울

서울노동권익센터	02-376-0001	www.labors.or.kr
서울동부비정규노동센터	02-463-2475	www.laborwelfare.org
서울서부비정규노동센터	workingvoice@naver.com	cafe.naver.com/voice2008
서울남부노동상담센터	02-859-0373	www.nodongsarang.org
도심권 노동자종합지원센터	070-5143-5370	
동남권 노동자종합지원센터	070-5208-5151	
강동 노동권익센터	02-3425-8715	www.gangdong.go.kr
강서 노동복지센터	070-4226-8858	www.gangseolabor.org
관악 노동복지센터	02-886-7900	gwanaklabor.kr
광진 노동복지센터	02-458-5002	www.gjworker.org
구로구근로자복지센터	02-852-7340	www.laborguro.org
노원노동복지센터	02-3392-4905	www.nowonhope.org
도봉구 노동자종합지원센터	02-3494-4843	
마포구 노동자종합지원센터	02-306-2226	www.mapolabor.org
서대문근로자복지센터	02-395-0720	www.sdmworker.org
성동근로자복지센터	02-498-8573	www.sdlabor.or.kr
성북 노동권익센터	02-909-3988	www.sblabor.or.kr
양천 노동복지센터	02-2645-0034	www.yclabor.org
은평구 노동자종합지원센터	02-6952-1871	eplabor.org
중구 노동자종합지원센터	02-2269-2220	
중랑구 노동자종합지원센터	02-496-8476	jnlabor.org

## 상담처 목록

### 인천경기

인천비정규노동센터	032-543-2486	
경기도동권익센터	031-8030-4542	labor.gg.go.kr
경기북부노동인권센터	031-866-4849	
경기비정규직지원센터	031-254-1923	www.behappyone.kr
안산시 비정규직노동자지원센터	031-487-4885	www.asbino.kr
안산시흥비정규노동센터	031-480-5303	
시화노동정책연구소	031-431-7821	
안양군포의왕 비정규직센터	070-4120-6150	equallabor.tistory.com
수원시 비정규직노동자복지센터	031-548-1888	swbjk.kr
평택비정규노동센터	031-658-4660	
부천시 비정규직근로자지원센터	032-679-8279	www.bclabor.org

### 충청권

충남노동인권센터	041-549-5770	
충남노동권익센터	1899-6867	www.cnnodong.net
충남비정규직지원센터	041-561-9119	cafe.daum.net/chungnamtwsc
아산시비정규직지원센터	041-534-3626	www.asanct.co.kr
당진시비정규직지원센터	041-356-2200	
대전광역시 노동권익센터	042-345-2569	www.djiw.or.kr
청주노동인권센터	043-296-5455	cjnodong.com
음성노동인권센터	043-882-5455	

### 경상권

경북노동인권센터	054-777-7790	blog.naver.com/humangb
울산북구 비정규직노동자지원센터	052-286-7990	www.ucwc.or.kr
울산동구 비정규직노동자지원센터	052-209-3975	donggu.ulsan.kr/cwc
경상남도 비정규직근로자지원센터	1577-2260	gnlabor.com
창원시 비정규직근로자지원센터	055-261-4057	
양산시 비정규직근로자지원센터	055-367-3607	
사천시 비정규직근로자지원센터	055-835-5412	cafe.daum.net/nodong4000
거제시 비정규직근로자지원센터	055-633-8416	gjcwc.org

### 전라권

광주광역시 비정규직지원센터	062-951-1981	www.gjcitybg.org
전주시 비정규직노동자지원센터	063-252-0041	jbwork.kr
군산 비정규노동인권센터	070-8787-0028	
익산시 비정규직노동자지원센터	070-7552-1987	

### 제주

제주특별자치도 비정규직근로자지원센터	064-753-5667	www.jejuwsc.org
---------------------	--------------	-----------------

## ▶ 전국 근로자건강지원센터

근로자건강센터는 일종의 **노동자 보건소**입니다. 일과 관련한 건강문제 상담, 심리상담, 물리치료 안내 등을 받을 수 있습니다. 일반 병원은 일과 관련된 건강문제를 소홀히 하기 쉽기 때문에 근로자건강센터에서 상담받는 것이 좋습니다.

### 서울

서울 근로자건강센터	02-2268-6497	www.suwhc.or.kr
서울서부 근로자건강센터	02-6077-7500	www.sgwhc.or.kr

### 인천경기

인천 근로자건강센터	032-528-1155	www.icwhc.or.kr
경기서부 근로자건강센터	031-8086-7195	www.gswhc.or.kr
경기동부 근로자건강센터	031-698-2990	www.gdwhc.or.kr
부천 근로자건강센터	031-999-7602	www.bcwhc.or.kr
경기남부 근로자건강센터	031-663-8953	www.gnwhc.or.kr
경기북부 근로자건강센터	031-572-9032	www.ggbbwhc.or.kr

### 강원

강원 근로자건강센터	033-262-2788	www.wjwhc.or.kr
------------	--------------	-----------------

## 상담처 목록

### 충청권

충남 근로자건강센터	041-531-5075	www.cnwhc.or.kr
대전 근로자건강센터	1577-6497	www.tjwhc.or.kr

### 경상권

경북북부 근로자건강센터	054-465-2511	www.gbwhc.or.kr
경산 근로자건강센터	054-338-8541	www.gsswhc.or.kr
대구 근로자건강센터	053-585-8088	www.dgwhc.or.kr
경남 근로자건강센터	070-4270-0240	www.knwhc.or.kr
울산 근로자건강센터	052-228-7772	www.uswhc.or.kr
부산 근로자건강센터	055-385-7301	www.bswhc.or.kr

### 전라권

광주 근로자건강센터	062-944-6497	www.gjwhc.or.kr
전남동부 근로자건강센터	1577-6497	www.jdwhc.or.kr
전주 근로자건강센터	063-262-7733	www.jjwhc.or.kr

### 제주

제주 근로자건강센터	064-745-8961	www.jeuwhc.or.kr
------------	--------------	------------------

- FIN -

## 첫 노동 공약집 - 알아야 지킨다

### 1판 1쇄 발행

2020년 9월 25일

### 글쓴이

박혜영 남준규 변수지  
오혜미 신정웅 이슬아

### 펴낸 곳

노동건강연대

### 기획 및 편집

박혜영 변수지 안현경  
박상빈 남준규

### 주소

(03371) 서울시 은평구  
통일로 684 서울혁신파크  
상상청 303호

### 디자인

장수용 이형희  
(모야간에 스튜디오)

### 전화

02-469-3976

### 이메일

laborhealthh@hanmail.net

노동건강연대  
Solidarity for Worker's Health



첫 노동 공약집-알아야 지킨다는 한국산업안전보건공단  
2020 안전문화 확산 홍보사업의 지원을 받아 제작되었습니다.