

학습 안내
Study Guide

- ▣ **Learning Objectives** Evaluating work performance,
Talking about health
- ▣ **Grammar** -(으)ㄴ 덕분에, -기로 하다
- ▣ **Vocabulary and Expressions** Safety regulations,
Health promotion
- ▣ **Information and Culture** Stretches for keeping fit



대화 1 Dialogue 1



There's something good for Monika. Listen to the dialogue first to see what is good and repeat.

사장님 어서 와요, 모니카 씨. 여기 좀 앉아요. 차 한잔할래요?
Come in, Monika. Take a seat. Do you want some tea?

모니카 아니요. 괜찮아요. No, I'm fine.

사장님 모니카 씨, 내일이 근로자의 날인 거 알죠? 이번 근로자의 날을 기념해서 우수 사원을 추천받았는데 모니카 씨가 뽑혔어요.

Monika, you know tomorrow is Labor Day, don't you? You've been selected to win the Employee Excellence Award for the celebration of Labor Day this year.

모니카 네? 정말요?
Wow, is that true?

사장님 일도 잘하고 작업장 점검도 아주 **꼼꼼히** 한다고 들었어요. 모니카 씨가 열심히 해 준 덕분에 일이 더 편해졌어요. 정말 고마워요. 이건 감사 선물이에요.

Yes, I heard you've demonstrated outstanding performance in work and meticulous management of the workshop. Everything has gotten so much better, and I would like to give all the credit to you for this. Thanks for your hard work. This is a thank-you gift for you.

꼼꼼히 carefully, meticulously

· 신문을 꼼꼼히 읽으려면 시간이 많이 걸려요.

To read newspapers meticulously takes a long time.

· 계약서의 내용을 꼼꼼히 읽어 보세요.

Please read the contract carefully.



Did you listen carefully and repeat? Then answer the following questions.

1. 내일은 무슨 날이에요? What day is tomorrow?
2. 모니카 씨가 우수 사원으로 뽑힌 이유는 뭐예요? Why was Monika chosen as an outstanding staff member?

정답 1. 근로자의 날이에요. 2. 일도 잘하고 작업장 점검도 꼼꼼히 잘해서요.

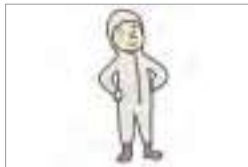


어휘 1 Vocabulary 1

안전 수칙 Safety regulations



Let's look at some expressions about safety regulations.



안전 수칙을 지키다
to follow safety regulations



안전 수칙을 어기다
to ignore safety regulations



규칙을 준수하다
to obey rules



살피다
to examine



주의하다
to pay attention to



점검하다
to inspect



정비하다
to maintain



보수하다
to repair



개선하다
to improve



조치를 취하다
to take action



Try to answer the question without looking at the above vocabulary.

1. 빈칸에 맞는 표현을 <보기>에서 골라 문장을 완성하세요.

Fill in the blanks with the words or expressions from the box.

- 이런 도구는 위험하니까 사용할 때 다치지 않도록 _____.
These tools are dangerous so _____ not to hurt yourself when using them.
- 기계를 오래 사용하려면 문제가 없는지 정기적으로 _____ 합니다.
In order to use the machine for a long time, it _____ for problems.
- 용접기가 고장이 나서 공장장님이 어제 _____.
The welder had broke down and the factory manager _____ it yesterday.
- 안전하게 작업을 하려면 안전 수칙을 잘 _____ 합니다.
In order to stay safe at work you _____.

보기

어기다

주의하다

보수하다

점검하다

지키다

정답 1) 주의합니다 2) 점검해야 3) 보수했습니다 4) 지켜야



Attached to a verb or an adjective, It expresses the cause or the reason of the positive status of the situation. ‘-ㄴ 덕분에’ is used when the stem of a verb or an adjective ends in a vowel or the final consonant, ‘ㄹ’. ‘-은 덕분에’ is used when the stem of a verb or an adjective ends in any consonant other than ㄹ.

자음 (consonant) → -은 덕분에	모음 (vowel), 자음 (consonant) ‘ㄹ’ → -ㄴ 덕분에
읽다 → 읽은 덕분에	사다 → 산 덕분에 만들다 → 만든 덕분에

- 공장을 미리 보수한 덕분에 이번 비에 큰 피해가 없었어요.
Because we had repaired the factory in advance, it did not sustain much damage when it rained this time.
- 가: 투안 씨가 꼼꼼히 확인한 덕분에 일이 잘 진행됐어요.
The work went well thanks to Tuan who checked everything meticulously.
- 나: 아니에요. 교육을 잘 받은 덕분이예요. No. It is because I was taught well.
- 여러분이 도와주신 덕분에 제가 이 상을 받게 되었습니다. I received a prize thanks to you helping me.

※ ‘덕분에’ is used to attach to noun in the form of ‘N + 덕분에’.

- 사장님 덕분에 회사 생활을 잘하고 있습니다.
Thanks to the boss, I have been doing very well at the company.
- 요리를 잘하는 아내 덕분에 맛있는 음식을 먹고 있어요.
I eat delicious food thanks to my wife who is good at cooking.



Did you understand ‘-(으)ㄴ 덕분에’? Then complete the dialogue with the right expression.

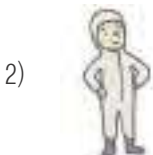
2. 그림을 보고 ‘-(으)ㄴ 덕분에’를 사용해서 대화를 완성하세요.

Complete the conversations using ‘-(으)ㄴ 덕분에’.



조치를 취하다

- 1) 가: 많이 다칠 뻔했지요? You could've hurt yourself really badly. Are you all right?
나: 네. 그런데 빨리 _____ 별로 다치지 않았어요.
That's true, but _____ I wasn't hurt much.



안전복을 입다

- 2) 가: 화상을 입지 않았어요? Have you burnt yourself?
나: 아니요. _____ 괜찮아요.
No, I am fine _____.

정답 1) 조치를 취한 덕분에 2) 안전복을 입은 덕분에





대화 2 Dialogue 2

Track 155



Listen to what Indika and Baru are talking about. And repeat.

인디카 바루, 안색이 안 좋네. 어디 아파?

Baru, you don't look good. Are you ill?

바루 아픈 건 아니고. 요즘 일이 많아서 야근을 자주 했거든.

Not really. But, I've had to work late recently because I had a lot of work to get done.

인디카 그렇게 일이 많아서 어떻게 해. 바쁘더라도 **틈틈이** 쉬면서 해. 그러다가 건강 해치겠다. 난 요즘 운동을 새로 시작했거든. 몸도 가볍고 입맛도 훨씬 좋아졌어.

You must be really overwhelmed. No matter how busy you are with work, you should rest from time to time. I've started exercising recently. I've felt so refreshed and my appetite has increased.

바루 그래? 무슨 운동을 하는데?

Oh, really? What types of exercise are you doing?

인디카 친구들이랑 등산을 시작했어. 이번 주말에도 **가기로 했는데** 너도 갈래?

I've started hiking with my friends. We're planning to go hiking this weekend as well. Do you want to join us?

바루 그럴까? 어디로 가기로 했어?

I'd love to. So, where are you going for a hike?

틈틈이 in spare time

- 일하면서 틈틈이 한국어를 공부했어요.
I studied Korean in my spare time while working.
- 틈틈이 운동하는 습관을 길러 보세요.
Try to develop a habit of exercising in your spare time.



Did you listen carefully and repeat? Then answer the following questions.

1. 바루 씨는 왜 안색이 안 좋아요? Why does Baru look bad?
2. 인디카 씨는 요즘 무슨 운동을 해요? What kind of exercise does Indika do these days?

정답 1. 야근을 자주 해서 안색이 안 좋아요. 2. 등산을 해요.



Let's look at some expressions related to health promotion.



건강을 챙기다
to take care of one's health



건강을 해치다
to damage one's health



표준 체중을 유지하다
to maintain standard weight



유산소 운동을 하다
to do aerobic exercise



스트레칭을 하다
to stretch



골고루 섭취하다
to take in a variety of food products



청결을 유지하다
to keep oneself clean



휴식을 취하다
to rest



기분 전환을 하다
to refresh oneself








건강 검진을 받다
to have regular checkups



Try to think again about the vocabulary you learned above and answer the questions.

1. 그림을 보고 맞는 말을 연결하세요. Match the pictures to the corresponding expressions.

- ①  • ㉠ 건강 검진을 받다
- ②  • ㉡ 휴식을 취하다
- ③  • ㉢ 청결을 유지하다
- ④  • ㉣ 골고루 섭취하다
- ⑤  • ㉤ 표준 체중을 유지하다

정답 ①㉡ ②㉢ ③㉣ ④㉤ ⑤㉠



Attached to a verb, it is used to express a decision, a resolution, or a plan.

- 내일부터 출근하기 전에 운동을 **하기로 했어요**.
I made a decision to exercise before going to work from tomorrow.
- 가: 리한 씨, 등산화를 샀네요. Rihan, you bought hiking boots.
나: 네, 회사 동료들이랑 등산을 **하기로 했어요**.
Yes, I am going hiking with my co-workers.
- 가: 몸이 안 좋다면서요? I heard you haven't been feeling well.
나: 그래서 건강 검진을 **받기로 했어요**.
That's why I decided to have regular checkups.



비교해 보세요 Similar Grammatical Expressions

✓ '-기로 하다' vs. '-(으)ㄹ게요'

They are used to indicate promises. '-기로 하다' is mainly used in its past tense form of '-기로 했어요' which means promises already made. On the other hand, '-(으)ㄹ게요' is used to make a promise to another person.

- 가: 내일은 회사에 일찍 오세요.
나: 네, 일찍 오기로 했어요.(X)/**올게요**.(O)



Did you understand '-기로 하다'? Then complete the sentence with the appropriate expression for the picture.

2. 그림을 보고 '-기로 하다'를 사용해서 문장을 완성하세요.

Look at the picture and complete the sentence by using the '-기로 하다'.

1)



저는 오늘부터 _____.

2)



밤에 자기 전에 _____.

3)



주말에 친구들과 _____.

- 정답
- 1) 유산소 운동을 하기로 했어요
 - 2) 스트레칭을 하기로 했어요
 - 3) 자전거를 타기로 했어요



활동 Activity

여름철 건강 관리에 대한 안내문입니다. 잘 읽고 질문에 답하세요.

Following are guidelines for staying healthy in the summer season. Read carefully and answer the question.

여름철 냉방병을 예방하기 위한 대책

Guideline to prevent air-conditioning sickness in summer



1. 실내외 온도차를 5°C 정도로 유지하세요.
Keep the temperature difference between indoors and outdoors at about 5°C.
2. 가벼운 긴팔 옷을 준비해서 체온을 유지하세요.
Prepare light long sleeves to keep your body temperature.
3. 에어컨을 끄고 환기를 해 주세요. Turn off the air conditioner and ventilate the room.
4. 실내 적정 습도를 유지하세요. Maintain proper humidity indoors.
5. 냉방 중인 실내에서는 절대 금연하세요.
Never smoke in an air-conditioned room.
6. 밀폐된 공간에서는 실내의 먼지를 깨끗이 청소하세요.
Clean enclosed spaces free from dust.

1. 읽은 내용과 같으면 ○ 다르면 ×에 표시하세요.

Read the above passage and select O if the statement is true and X if the statement is false.

- | | | |
|----------------------------------|---|---|
| 1) 실내 온도는 실외보다 10°C 이상 낮아야 합니다. | ○ | × |
| 2) 여름에도 긴팔 옷을 준비하면 좋습니다. | ○ | × |
| 3) 에어컨을 켤 때 창문을 열어서 환기를 해야 합니다. | ○ | × |
| 4) 건조한 것은 좋지 않기 때문에 습도를 맞춰야 합니다. | ○ | × |

정답 1. 1) X 2) O 3) X 4) O



건강을 위한 스트레칭

Stretches to keep fit



종아리 Calf

1. 의자를 잡고 왼쪽 다리를 뒤로 뺐어요.
Place your left foot behind your right foot.
2. 왼쪽 무릎을 곧게 펴고 천천히 오른쪽 다리를 구부려요.
Slowly bend your right leg forward, keeping your left knee straight and your left heel on the floor.



허벅지 Thigh

1. 의자를 잡고 서서 왼쪽 다리를 손으로 잡고 서요.
Stand up straight, placing your right hand on a desk for stability.
2. 손으로 잡은 왼쪽 다리를 위로 뺐어요.
Grab your left ankle and bring it up toward your buttocks.



어깨 Shoulder

1. 오른팔을 펴서 왼쪽 어깨 쪽으로 돌려요.
Stretch your right arm.
2. 왼손으로 오른쪽 팔꿈치를 잡아요.
Lift your elbow and stretch it across your chest.



옆구리 Side

1. 양손은 깍지를 끼고 팔을 머리 위로 올려요.
Clasp your hands and lift them over your head.
2. 몸을 옆으로 구부려요.
Keeping a tight grip on your clasped hands, slowly lean out and lower your torso to one side.



팔 Arm

1. 오른팔을 구부려서 머리 뒤로 넘겨요.
Lift your right arm and bend it behind your head.
2. 왼손으로 오른팔의 팔꿈치를 아래로 밀어요.
Place your left arm on the bent elbow to help stretch your upper arm and shoulder.



목 Neck

1. 양손은 깍지를 끼어서 머리 뒤를 잡아요.
Interlock your fingers and bring both palms to the back of your head.
2. 상체를 숙이지 않고 머리를 당겨요.
Sitting with a straight spine, begin to gently press your hands down toward your thighs, tucking your chin into your chest.



Questions 1 and 2 are about choosing the correct word to fill in the blanks. Think about the vocabulary you have learned and answer the questions.

[1~2] 빈칸에 들어갈 가장 알맞은 것을 고르십시오.

Choose the best answer for the blanks.

1. 불량품이 계속 나오고 있으니까 문제를 _____ 수 있는 방법을 찾아야 합니다.
We need to find a way _____ the problem since defective items are still coming out,

- ① 개선할 ② 주의할 ③ 준수할 ④ 정비할

2. 작업장 환경이 별로 깨끗하지 않아서 늘 _____ 위해 애쓰는 편입니다.
The workplace environment is not very clean, so I always try to _____.

- ① 휴식을 취하기 ② 스트레칭을 하기
③ 골고루 섭취하기 ④ 청결을 유지하기



Questions 3 and 4 are about choosing sentences related to the picture. And Question 5 is about reading the safety sign and choosing the answer to the question.

[3~4] 다음 그림을 보고 맞는 문장을 고르십시오.

Look at the picture below and choose the right sentence.

3.



- ① 팔 운동을 하고 있어요.
② 목 운동을 하고 있어요.
③ 허리 운동을 하고 있어요.
④ 허벅지 운동을 하고 있어요.

4.



- ① 조치를 취하세요.
② 기계를 살펴보세요.
③ 안전 수칙을 지키세요.
④ 작업 도구를 점검하세요.

5. 안내판의 설명으로 맞지 않는 것을 고르십시오.

Choose the sentence that does not match the safety sign.

[안전 교육]

[safety education]

일시: 2월 27일(목) 14:00~16:00

Date and time: Thursday, February 27

from 14:00 to 16:00

장소: 대강당

Place: Auditorium

- ① 안전 교육을 합니다.
② 교육은 대강당에서 합니다.
③ 목요일 오전에 교육을 합니다.
④ 두 시간 동안 교육을 할 겁니다

정답 1. ① 2. ④ 3. ② 4. ③ 5. ③



확장 연습 Extended Practice

[1~3] 빈칸에 들어갈 가장 알맞은 것을 고르십시오.
Choose the best answer for the blanks.

1. 일이 끝나면 반드시 스위치를 내리고 플러그를 뽑아서 _____ 을/를 차단해야 합니다.
When you are done, make sure to turn off the switch and pull out the plug. You should shut off the _____.

- ① 물 ② 가스 ③ 전원 ④ 기름

2. 어제 불고기를 처음 먹었습니다. 저는 매운 음식을 잘 못 먹는데 불고기는 _____ 않아서 좋았습니다.
I ate Bulgogi for the first time yesterday. I can't eat the spicy food well, Bulgogi is good because it is not too _____.

- ① 짜지 ② 맵지 ③ 달지 ④ 쓰지

3. 외국인등록증은 늘 가지고 다녀야 하며 다른 사람에게 빌려 주어서는 안 됩니다. 잃어버리면 출입국관리사무소에 신고하고 _____ 을 받아야 합니다.
You should carry your alien registration card at all times and should not lend it to anyone else. If you lose it, you must report it to the Immigration Office and get _____.

- ① 신청 ② 등록 ③ 연장 ④ 재발급

정답 1. ③ 2. ② 3. ④



발음 Pronunciation

P-20

Listen carefully and repeat.

An obstruent is realized as a nasal in the same place of articulation when followed by a nasal.

- (1) 막내, 국민, 국물, 밥맛
(2) 꽃만, 있는, 먹는, 달는
(3) 작년엔 무엇을 했어요? / 운동 후에는 밥맛이 좋아요.