60세 퇴직자,
AI와 함께 75일 유럽을
책으로 만들어 가다

75일의 실제 여행 기록·사진·기억을 생성형 AI로 질문하고 대조하며
출판 가능한 원고로 발전시키는 현재진행형 활용 사례

현재 결과물: 107쪽 원고 V1.1

상태: 출판 전 · 집필·검수 진행 중

제안자 박용준 | 사용 AI: ChatGPT



1. 문제와 변화

'여행을 했다'에서 끝내지 않고, 75일의 기록을 사실에 맞는 원고로 남기고 싶었다.

AI 활용 전

- 사진·예약자료·메모·기억이 흩어져 있음
- 무엇을 장면으로 살리고 무엇을 뺄지 어려움
- 책을 써본 경험이 없어 목차·문체·분량 관리가 어려움
- 기억을 잘못 보완하면 사실과 다른 이야기가 될 위험

현재

- 107쪽의 여행 원고 V1.1까지 구조화
- 프롤로그·8부·에필로그의 장별 체계 확립
- 사진·일정·예약자료를 대조하는 검증 절차 정착
- AI와 사람의 역할을 구분해 반복 가능한 집필 방식 구축

AI를 쓴 이유

글을 대신 써달라는 목적이 아니라, 흩어진 경험을 질문으로 꺼내고 구조화한 뒤 실제 자료와 다시 대조해 원고로 발전시키기 위해 활용했다.

핵심 변화: '기억에 의존한 여행 후기' → '사진·일정·기억을 함께 검증한 장기 집필 프로젝트'

2. 현재 결과물은 '완성된 책'이 아니라 V1.1 원고

공모전에서는 완성을 과장하지 않고, 현재까지 실제로 만든 결과와 진행 과정을 제시한다.

107쪽	프롤로그+8부+에필로그	실제 여행사진 다수	출판 전
현재 원고	구조	증빙	현재 상태



나의 75 일 유럽 여정

몰타에서 두 달을 살며 나폴리를 다녀온 뒤, 포르투·리스본과 세비야·말라가·바르셀로나를 거쳐 다시 몰타로 돌아왔다. 귀국길에는 24 시간 환승을 이용해 바르샤바에서 1 박 2 일을 보내고 인천으로 돌아왔다.

2

원고 V1.1의 '나의 75일 유럽 여정' 페이지

현재 목차

- 프롤로그 예순에 다시 출발선에 서다
- 1부 퇴직 후 처음 생긴 질문
- 2부 몰타에서 집을 만들다
- 3부 몰타 영어학교와 사람들
- 4부 관광객이 아니라 주민처럼
- 5부 나폴리에서 혼자 여행을 예행연습하다
- 6부 포르투갈에서 대서양을 만나다
- 7부 스페인에서 여행자의 속도로
- 8부 돌아온 뒤에야 보인 것들
- 에필로그 여행은 끝났지만, 내 여행까지 끝난 것은 아니다

3. 공모전 증빙으로 넣을 ChatGPT 대화 화면 3개

실제 접수본에는 아래 대화를 ChatGPT 화면 그대로 캡처해 넣는 것이 가장 강한 증빙이다.

① 장기 프로젝트 구조를 만든 화면

2026.09.16 | CHAT과 WORK 비교

"WORK에 있는 75일 유럽여행 책을 CHAT으로 옮길 기준문서를 만들어줘."
"00~08 중 어떤 방은 CHAT으로 옮기고 어떤 방은 WORK에 남길지…"

→ 단발 질문이 아니라 00~08 작업 방으로 장기 집필을 운영한 증거

② 허구를 막는 집필 원칙 화면

2026.09.16 | 02 몰타 도착

"위 기준문서와 기존 V0.1을 기준으로 … 추가 확인 기억 … 첫 기억 질문은 하나만."
AI 응답: "기억나지 않는 대화나 감정은 만들지 않겠습니다."

→ 사람이 기억을 제공하고 AI는 확인 질문을 하는 책임 있는 활용 증거

③ 사진을 전부 대조한 검수 화면

2026.09.18 | 05 나폴리

"5월 2일 소렌토·포지타노·아말피도 지금 방식으로 사진 전부 대조해서 완성해줘."

→ 사진·일정·기억을 대조해 원고를 수정한 멀티모달 활용 증거

※ 현재 PDF에는 대화 내용을 요약해 넣었으며, 최종 접수 전에는 위 3개를 실제 ChatGPT 화면 캡처로 교체 권장

4. 실제 AI 활용 절차

자료 → 질문 → 초안 → 검증 → 수정의 반복. AI가 먼저 이야기를 만들지 않게 절차를 고정했다.

01
자료 모으기
사진·항공·숙소·일정표·메모

→

02
장면 특정
언제·어디서·무슨 일이 있었는지

→

03
AI 질문
기억이 부족한 부분을 하나씩 질문

→

04
초안
사용자가 답한 사실만으로 문장화

→

05
대조
사진·일정·예약자료와 재확인

→

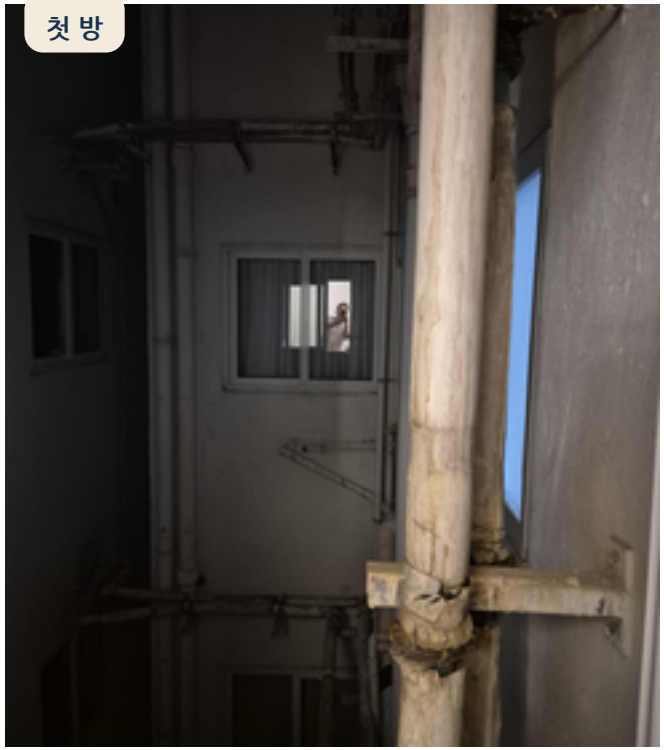
06
퇴고
문체·중복·사진 위치를 정리

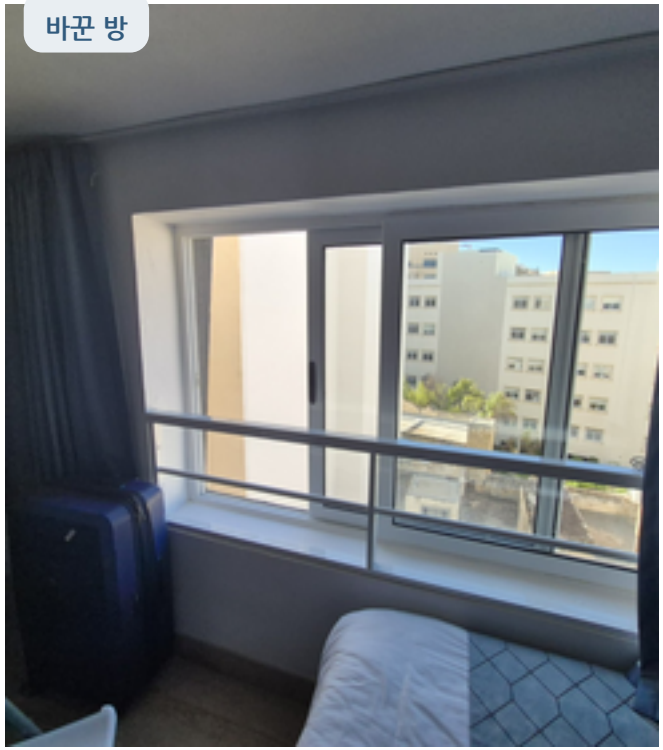
프로젝트 운영 규칙

- 실제로 확인된 경험만 사용한다.
- 확인되지 않은 대화·감정은 만들지 않는다.
- 사진과 실제 일정이 다르면 원고를 먼저 고치고 자료를 다시 확인한다.
- AI가 제안한 표현은 사용자가 실제 기억과 맞는지 읽고 최종 선택한다.

5. 실제 사례 ① 몰타 숙소

사진과 기억을 대조해 '첫 방의 답답함 → 요청 → 새 방'을 장면으로 복원





검증 과정

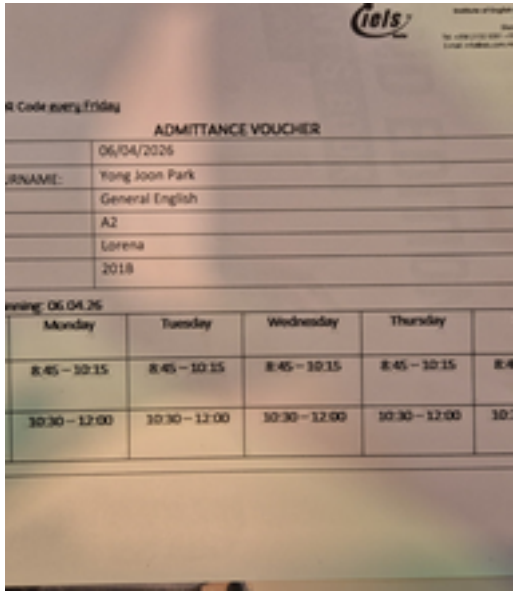
사실	4/5 도착·첫 방 배정
사진	벽·배관·채광 확인
기억	왜 두 달 지내기 어렵다고 느꼈는지
대조	다음 날 방 변경 여부 확인
원고	과장 없이 장면화

심사 포인트

AI가 장면을 창작한 것이 아니라, 실제 사진과 기억을 연결하고 순서를 정리하는 도구로 사용되었다는 점을 한 사례에서 구체적으로 보여준다.

6. 실제 사례 ② 영어학교와 사람들

기록이 많은 장면도 '날짜·사람·사건' 기준으로 정리해 반복과 오류를 줄였다.



첫 반 배정표



반을 옮기며 만난 친구들



함께 공부한 친구

AI가 한 일

반 배정표, 레벨 변경, 사람 사진과 사용자 기억을 시간순으로 묶고 중복된 설명을 줄였다. 결과적으로 '첫날의 긴장 → 여러 나라 사람과 대화 → 반 이동과 관계 확장'이 한 흐름으로 보이도록 정리했다.

재현 가능성: 사진과 메모가 있는 다른 여행·취미·퇴직 후 경험에도 같은 절차를 적용할 수 있다.

7. 사람과 AI의 역할을 분리하고, 책임 원칙을 세웠다

공모전의 윤리·책임성 평가에 맞춰 '누가 무엇을 결정하는지'를 명확히 했다.

AI

- 목차·장면 구조 제안
- 사진·메모 기반 질문
- 초안 정리·중복 제거
- 버전 간 흐름 점검

사람

- 실제 경험·기억 제공
- 자료로 사실 확인
- 감정·표현의 진위 판단
- 최종 수정·삭제·책임

책임 원칙

- 허구 금지: 확인되지 않은 대화·감정·사건을 만들지 않기
- 자료 우선: 사진·탑승권·숙소·학교자료와 충돌하면 재확인
- 초상·개인정보: 사람 사진과 이름의 공개 범위를 확인
- 결과 재검토: 자연스러운 문장이어도 사실이 틀리면 사용하지 않기

8. 심사기준에 맞춘 강점 보완

공모전 평가기준 20·25·30·25점에 맞춰 증빙이 보이도록 구성했다.

제안분야 적합성	생활 > 취미·여가의 '여행·글쓰기'에 직접 해당 **75일 실제 여행과 현재 원고를 구체적으로 제시**	20점
AI 활용 적정성	ChatGPT의 목적·역할·절차를 명확하게 분리 **3개 실제 대화 화면 + 6단계 작업 절차**	25점
창의성·실용성	시니어의 실제 사진·기억을 '질문→검증→원고'로 전환 **다른 여행·퇴직·취미 기록에도 반복 적용 가능**	30점
윤리·책임성	허구 금지·자료 우선·개인정보·사실 재검토	25점

가장 큰 보완: 'AI를 썼다'는 설명보다 실제 대화 화면과 원고 변화가 한눈에 보이게 만들었다.

공모전 제출 최종 요약

60세 퇴직자, AI와 함께 75일 유럽을 책으로 만들어 가다

한줄소개

75일간 직접 살아보고 여행하며 남긴 사진·일정·기억을 ChatGPT와 함께 질문·대조·검증해 107쪽의 여행 원고 V1.1로 발전시키고 있는 실제 활용 사례.

활용사례 핵심

퇴직 후 혼자 떠난 75일 유럽여행에는 수많은 사진, 일정표, 예약자료와 기억이 남았다. 하지만 이를 책의 원고로 정리하는 일은 쉽지 않았다. ChatGPT를 단순 글쓰기 도구가 아니라 '기억을 확인하고 자료를 구조화하는 집필 보조자'로 사용했다. 사진·항공·숙소·학교자료를 먼저 모으고, AI가 부족한 기억을 한 번에 하나씩 질문하게 했다. 사용자가 답한 실제 경험만으로 초안을 만들고, 다시 사진과 일정에 대조해 틀린 부분을 수정했다. 확인되지 않은 대화와 감정은 만들지 않는다는 원칙도 세웠다. 그 결과 현재 프롤로그·8부·에필로그 구조의 107쪽 V1.1 원고까지 발전했다. 아직 출판된 완성본은 아니지만, AI가 시니어의 실제 경험을 체계적인 콘텐츠로 바꾸는 과정과 효과를 보여주는 현재진행형 사례다.

최종 첨부 구성

- ① 본 10페이지 활용사례 PDF
- ② 원고 V1.1(107쪽) - 접수에서 추가 첨부 허용 시
- ③ 실제 ChatGPT 대화 화면 3장 - 9/16 프로젝트 구조, 9/16 허구 금지 원칙, 9/18 사진 전부 대조