

# 예비 노인층의 주거 내 여가활동을 고려한 공간구성 계획에 관한 연구

## A Study on the Space Programming by Considering Leisure Activity for Middle-aged in the House

김정윤\* 이현수\*\*  
Kim, Jung-Yoon Lee, Hyun-Soo

### Abstract

The purpose of this study is to find out the leisure activity for middle-aged from 45-65 living in the house. The survey had been conducted in 135 respondents with questionnaire during September 25th to October 7th, 2006. Frequency, Cluster Analysis and Cross tabulation were obtained from the data using SPSS program. The questionnaire consists of leisure activity and leisure location based on 3 properties of leisure. The results of this study are as follows. First, frequency the respondents is differed by demographic characteristics. Those who have higher level of education, subjective economic power and are younger were more active. Second, the leisure activity in the house is higher in passive on 1st, intellectual and emotional on 2nd, mass media and social activity on 3rd property. Respondents regard home as not a active space but a relax space. Third, the most preferred location in the house for leisure is living-room. Next, master-room and dinning-kichen are. Because of women who spend time more than men in living. Therefore, designing living space for elderly is considered various leisure type of residents.

키워드 : 예비노인층, 실내 여가활동, 여가공간, 공간계획

Keywords : Middle-aged, Leisure Activity, Leisure Location, Space Programming

### 1. 서론

#### 1. 연구의 배경 및 목적

통계청 발표에 따르면 우리나라는 2000년에 고령화 사회에 들어섰고 2026년에 초고령 사회에 도달 할 것으로 전망된다(통계청, 고령자 통계, 2006. 10). 이러한 노인인구의 증가는 곧 예비 노인층 인구의 증가와 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다.

예비 노인층은 평균수명 연장, 경제력 향상, 학력 신장, 건강상태지수 만족, 사회적 활동의 증가로 삶의 질에 대한 관심이 높아지고 있다. 노후 삶의 질적인 측면과 관련하여 여가활동은 중요한 의미를 지니는데, 여가활동은 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 건강유지 및 증진에 효과적으로 부응하는 역할을 담당하고 있다.<sup>1)</sup>

예비 노인층은 노후에 자신이 거주하던 공간에서 삶을 유지하고 싶어하며, 신체적, 정신적, 사회적으로 편안하고 안락한 생활을 영위하기 위한 노후준비가 예비 노인층에서부터 이뤄지고 있다.<sup>2)</sup> 또한 노인을 위한 전용주거나 노

인 특성에 맞는 주거를 선호하므로(신화경, 2003; 이지숙, 1999) 예비 노인층의 노후생활을 고려한 주거 내에서의 여가활동을 고려한 단위세대의 공간구성에 관한 연구가 필요하다고 사료된다.

따라서 본 연구는 예비 노인층이 주거 내에서 행하는 여가 활동의 유형을 여가활동의 기준에 따라 알아보고, 여가활동이 일어나는 공간에 대해 살펴본 후, 예비 노인층의 여가를 보다 효과적으로 활용하여 노후에 거주할 노인주거의 공간계획에 관한 방향을 제시하는데 기초자료로 이용하고자 한다.

#### 2. 연구방법 및 내용

본 연구에서는 실내 여가활동을 파악하기 앞서 예비적 고찰로 지금까지 수행되어온 여가관련 선행 연구 및 문헌들의 분석을 통해 연구의 방향과 범위를 제시하고자 한다. 주거 내에서 행하는 여가활동의 현황을 알아보기 위한 설문지를 통해 자료를 수집·분석한다.

연구의 내용은 다음과 같다. 첫째, 주거 내 여가 활동이 예비 노인층의 일반적 특성에 따라 차이가 있는지 알아본다. 둘째, 예비 노인층을 대상으로 여가활동이 주거 내 어떤 공간에서 행해지고 있는지 알아본다. 셋째, 연구자가 설정한 세가지 기준에 따른 여가활동이 주거 내에서 얼마나 행해지고 있는지를 분석한다. 넷째, 여가활동이 일어나는 공간을 토대로 공간계획방향을 제안한다.

\* 정희원, 연세대학교 주거환경학과 석사과정

\*\* 연세대학교 주거환경학과 교수, 건축학 박사

1) 임변장 외. "한국인의 여가관에 관한 연구". 제 33회 한국체육학회 학술발표회 자료집, p.p. 83, 1995

2) 연령대별로 20대(37.8%), 30대(74.9%), 40대(80.0%), 50대(74.7%), 60대이상(47.5%)로 나타나 30대부터 본격적인 노후준비를 하고 있으며, 40대가 가장 높은 것을 알 수 있다. 통계청, 고령자통계, 2006

## II. 선행연구 고찰

### 1. 삶의 질과 여가

현대사회에서 여가가 삶의 질을 높일 수 있는 매우 중요한 생활 영역으로 관심이 집중되는 추세는 임번장 외(1995)의 여가에 대한 중요도 조사에서 1988년에 4.7%에서 1995년에 13.1%로 여가가 더 중요하다는 응답이 증가한 것을 볼 때 삶의 질과 관련된 여가의 중요성이 빠른 속도로 향상되고 있다. 즉 삶의 질은 생활 전반에 대한 개인의 주관적 만족으로서 개인의 내재적 동기에서 출발한 자아 실천과 성취를 통하여 고양될 수 있으며, 여가 또한 인간이 기쁨과 행복을 느낄 수 있는 내재적 동기를 기본 전제로 하여 인간으로 하여금 자유, 활동 장악 및 창의적인 능력 발현을 모두 경험할 수 있도록 하는 가장 효과적인 영역이다.

### 2. 예비 노인층의 주거와 여가

최근에 이르러 여가의 행동유형이 과거의 소극적이고 정적인 활동에서 벗어나 보다 적극적이고 동적인 활동으로 전환되고 있을 뿐만 아니라 취미나 오락, 그리고 놀이 등의 행태에서 봉사나 교육, 그리고 문화적 활동 등의 분야로 확산되어 가고 있는 실정이다. 이러한 여가활동 추세에 따라 노인층 또한 자신의 사회적 활동 능력과 의지를 내면화하면서 예비 노인층에 버금가는 신체적 활동 능력을 발현하기 위하여 적극적이고 동적인 활동을 통한 여가의 소비에 관심을 가지고 있다.

예비 노인층이 노인이 될 시기엔 노인의 특성상 신체적으로 쇠약해지고 외로움과 고독감으로 주거 내에서 생활하는 시간이 많아진다는 것이 문제화되고 있다. 그러나 예비 노인층의 건강, 교육수준, 경제력 등 개인적 조건이 향상되면서 주거환경에 대한 요구도 다양해짐으로써 주거 내에서의 여가활용을 위한 주거환경이 필요하다고 하겠다.

여가는 생리적 측면에서의 건강의 유지는 물론 노년기 이전의 사회적 역할을 대체할 수 있는 기반을 제공하고 심리적 측면에서는 인간 행동의 궁극적 목적인 삶의 질을 향상시키는데 기여한다는 지금까지의 여가와 노년학 관련 연구를 통해 입증 되고 있다.<sup>3)</sup>

### 3. 여가활동의 유형

여가는 사전적의미로 생계를 위한 필요성이나 의무가 따르지 않고 스스로 만족을 얻기 위한 자유로운 활동으로서 활동을 행하는 일 자체가 목적이며 각자가 자유롭게 선택하고 쓸 수 있는 시간으로 선택시간·자유재량시간이다.<sup>4)</sup>

김정근(1998)은 여가행위의 양면적 특성을 바 능동적, 수동적 활동으로 구분하였다. Ragheb(1980)은 여가활동을 대중매체형, 사회적 활동형, 야외활동형, 스포츠활동형, 문

화활동형, 취미활동형 등 6가지 유형으로 분류하고 다시 이 유형들을 42개의 세부 종류로 구분하였다. 여가활동 유형은 여가활동의 특징과 양상을 나타내는 것으로 유사한 특성을 지니고 있어서 연구자마다 다양한 기준으로 분류하고 있다.<sup>5)</sup>

## III. 연구 방법

### 1. 조사대상

연구 대상은 고령사회를 대비하는 예비 노인층인 45-65세의 중년이며, 이들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 자료 수집은 2006년 9월 25일부터 10월7일까지 이루어졌으며, 수집된 150부의 자료 중 연령이 65세 이상인 자료를 제외한 135부를 최종분석에 사용하였다.

### 2. 분석방법

수집된 자료는 SPSS를 사용하여 인구학적 특성과 주택특성에 관한 빈도수, 백분율, 평균 등을 집계하고 여가활동의 유형을 나누어 현재 여가활동이 이루어지는 공간에 대해 분석하였다.

여가활동은 김정근(1998)의 연구를 토대로 먼저 능동, 수동적 활동과, 두가지 특성의 하위개념으로 능동·수동적 여가활동을 매슬로우의 인간 5단계 욕구설에 따른 지적, 사회적, 정서적, 신체적 활동으로 분류하였다.

Ragheb(1980)의 연구를 토대로 대중매체활동, 사회적 활동, 스포츠, 문화활동, 취미활동으로 앞서 분류된 4가지에 하위분류하여 그에 따라 26개의 세부 활동을 선정하였다. 연구범위를 실내로 한정하였기 때문에 야외활동은 제외하였다.

## IV. 분석결과 및 해석

### 1. 조사대상자의 일반적 특성

연구의 예비 노인층은 중년기에 있는 45-65세의 사람들로 자신의 부모의 노후 생활에 대한 대처를 현재 경험하고 있으며 자신들의 노후에 대한 준비의식으로 노후 주택에 대한 의견을 갖고 있다고 판단되었고, 또한 주택에 대한 경험이 많을수록 주택에 대한 자신의 선호를 분명히 알 수 있으며 살고 싶은 주택의 디자인 특성을 적절하게 표현할 수 있다고 봄으로써 중년층을 선정하였다.<sup>6)</sup> 학력은 고졸 및 대졸 이상이 가장 많았으며, 직종은 주부가 가장 많았고 자영업, 전문/자유직, 사무직 순이었다. 월평균 소득은 500만원 이상이 가장 많이 나타났고 200만원이상-300만원미만과 300만원이상-400만원미만이 같은 빈도수를 보였다. 대상자가 거주하는 아파트의 평수는 30평대가 가장 많았고 40평대, 20평대 순으로 높게 나타났다.

3) 이성철, 노인문제와 사회체육, 한국스포츠사회학회보, 8권, 단일호, p.p. 9-17, 2004

4) Leisure의 정의, 네이버 백과사전

5) 김정근 여가태도 여가활동이 여가만족에 미치는 영향 『관광학연구』 제21권2호, p.p. 222-236, 1998

6) 신영숙, 선호하는 유료 노인시설주거 디자인을 위한 중산층의 집에 대한 개념, 대한가정학회지, 제39권 12호, p.p. 141-158, 2001

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

변수	항목	N	%(백분율)
성별	남	62	45.9
	여	73	54.1
연령	45-50세	50	37.0
	51-55세	47	34.8
	56-60세	16	11.9
	61-65세	22	16.3
교육수준	중졸이하	0	0
	고졸	48	35.6
	대졸이상	83	61.5
거주평수	10~19평	12	8.9
	20~29평	31	23.0
	30~39평	54	40.0
	40~49평	34	25.2
	50이상평	4	3.0
가계수입	100-200만원	23	17.0
	200-300만원	33	24.4
	300-400만원	33	24.4
	500만원이상	42	31.1
직업	주부	64	47.4
	자영업	25	18.5
	판매/서비스직	7	5.2
	기능작업직	3	2.2
	사무직	10	7.4
	전문기술직	4	3.0
	경영/관리직	6	4.4
	전문/자유직	12	8.9

2. 주거 내 여가활동 현황

조사대상자의 일반적 특성에 따른 여가활동의 행위는 <표2>에서 알 수 있듯이 남자보다 여자가 활동량이 많고, 신체적 환경이 나은 나이가 적은 사람들이 주거 내에서 활동량이 많았다. 또한 집에 있는 시간이 상대적으로 많은 주부가 여가활동량이 가장 높았고, 자영업 순으로 나타났다. 조사대상자들 중에서 중졸이하의 사람들은 표집되지 않았으며 고졸보다는 대졸이상의 사람들에게서 활동량이 높아 교육수준이 높을수록 여가활동의 종류를 많이 인식하고 있음을 알 수 있었다. 가계수입에 따라서는 수입이 많을수록 여가활동량이 많았는데 이는 경제적인 여유가 있는 경우 여가에 관한 관심이 상대적으로 더 높기 때문이다.

표 2. 일반적 특성에 따른 여가활동 행위 (N=135)

일반적 특성		(%)	일반적 특성		(%)	
성별	남자	38	직업	주부	54	
	여자	62		자영업	20	
연령	45~50세	41		판매/서비스직	6	
	51~55세	31		기능작업직	3	
	56~60세	11		사무직	5	
	61~65세	17		전문기술직	2	
교육수준	고졸	33		경영/관리직	3	
	대졸이상	67		전문/자유직	8	
평형	10~19평	8		가계수입	100~200만원	17
	20~29평	22			200~300만원	22
	30~39평	39	300~400만원		26	
	40~49평	24	500만원이상		35	
	50평이상	4				

예비 노인층이 주거 내에서 행하는 여가활동을 3가지 기준에 따라 분류하였는데 첫번째 기준은 여가활동을 능동·수동에 따라, 두번째는 신체적·사회적·정서적·지적으로, 세번째는 취미·대중매체·사교·스포츠 활동으로 분류하였다. 기준 1에서는 능동적인 활동보다 수동적인 활동이 많이 나타났고, 기준 2에 따르면 정서적 활동과 사회적 활동을 많이 하고 있었으며 기준 3에 의한 활동에는 대중매체활동과 사교적 활동을 함을 알 수 있었다. 세가지 분류에 따른 결과를 볼 때 예비 노인층에게 있어서 여가는 휴식을 위한 욕구가 높고, 여가공간으로서의 집은 안락하고 편안한 장소로 여겨진다.

표 3. 여가활동 유형에 따른 현황 (단위:%)

기준	유형	비율	기준3	유형	비율
기준1	능동	24	기준3	취미활동	20
	수동	76		문화활동	20
기준2	지적	30		스포츠	3
	정서적	33		사회적활동	25
	신체적	10		사회·취미활동	2
	사회적	27		대중매체활동	30

이러한 기준에 따라 여가활동을 26가지로 요약하였으며 각 공간에서 행해지는 활동수는 <표4>와 같다. 조사대상자들의 여가활동이 행해지는 공간을 선택함에 있어 설문시에 복수응답이 가능하도록 하였다.

여가활동은 거실에서 가장 많이 행해지고 있고, 안방과 부엌, 부침실, 욕실, 발코니 순으로 행해지고 있었다. 유형별 분석에서 기준 3에 의한 취미활동을 제외하고 모든 활동유형은 거실과 안방이 높았음을 알 수 있다. 부침실의 빈도수가 낮은 이유는 가족 간의 대화는 집안 전체에서 이뤄지고, 컴퓨터 이용이나 음악활동 등은 자주 행하지 않기 때문에 예비 노인층의 여가활동을 위한 부침실 이용은 상대적으로 낮다.<표5>

표 4. 여가 활동과 활동 공간 현황 (단위:명)

기준 1	기준 2	기준3	활동	공간 <sup>1)</sup>							
				L	Rm	R	DK	b	BC	합계	
정서적	지적	기준3	수집	6	3						9
			미술활동(그림, 조각)	3						3	
	취미활동		화초가꾸기	8					28	36	
			과일 재배						2	2	
			꽃꽂이	2					2	4	
			DIY, 집꾸미기	6					5	11	
			요리				65			65	
	능동		문화활동	이, 미용		2			3	5	
			취미활동	음악활동(피아노, 노래 등)	14	9	10			33	
				신체적	스포츠	실내미니골프					2
실내운동(자전거, 요가 등)	15	4					5	24			
무용(댄스 등)	4							4			
사회적	사회적	취미	종교활동	19	12				31		
			장기, 바둑	8	4				12		
			화투, 트럼프 카드	6	2				8		

수동	지적	취미 활동	음악감상	26	10		4			40
		문화 활동	인터넷, 컴퓨터	32	25	12				69
			독서, 글짓기	30	12	3				45
		대중 매체	라디오 청취	30	6	2	12			50
	신문보기		74	14		2	3		93	
	정서적	문화 활동	DVD 감상	22	4				26	
		대중 매체	마사지	12	7			8	27	
	신체적	문화 활동	족욕, 반신욕, 사우나	2				34	36	
			가죽과의 대화	92	41	20	33		186	
	사회적	사회 활동	이웃사촌과의 대화	21	6		12		39	
합계			530	219	49	128	48	44	1018	

주: 1) 거실(L), 안방(Rm), 부침실(R), 주방(DK), 욕실(b), 발코니(BC)

표 5. 유형에 따른 여가활동 공간 현황 (단위: 순위)

분류	기준	공간					
		거실	안방	부침실	주방	욕실	발코니
기준 1	능동	1	4	5	2	6	3
	수동	1	2	5	3	4	6
기준 2	지적	1	2	4	3	5	0
	정서적	1	2	6	3	5	4
	신체적	1	3	4	0 <sup>1)</sup>	6	5
기준 3	사회적	1	2	4	3	0	0
	취미활동	2	4	5	1	0	2
	문화활동	1	2	4	0	3	0
	스포츠	1	3	0	0	0	2
	사회·취미활동	1	2	4	3	0	0
대중매체활동	1	2	4	3	5	0	

주: 1) 0순위는 누락된 것임

### V. 공간구성의 제안

여가활동에 관한 거주자들의 공간별 행위를 바탕으로 여가활동이 많이 일어난 거실과, 안방, 그리고 주방을 중심으로 계획방향을 제안하고자 한다. 단위평면은 2005 서울서베이 가구조사에 따라 가구당 거주주택면적의 평균인 26.17평(전용면적)으로 제한한다. 이는 전용면적 84㎡에 해당한다.

첫 번째 공간계획은 가족 공동의 공간인 거실을 중심으로 하는 경우이다. 거실에서 대부분의 행위가 일어나며 침실에서는 수면 등의 기본 생활만 이루어진다고 가정한다. 따라서 거실의 면적을 최대한 확보하고 실의 크기는 비교적 작게 하며 주방과 욕실, 현관의 면적은 평균값으로 설정하였다.

두 번째로 구성된 개인 공간인 침실 중에서도 안방을 중심으로 하는 경우로 거실 중심형과 대비되는 유형으로 개개인의 사적 공간이 넓고 기능적일 수 있도록 한다. 안방의 면적을 최대한 확보하였다.

세 번째로 주부의 편의를 고려한 주방 중심형 평면이다. 주방의 면적을 평균 이상으로 확보하고, 다른 유형에 비해 실의 면적을 작게 설정하였다.<sup>7)</sup>

표 6. 유형별 공간구성계획 제안 (단위 : ㎡)

유형	공간계획	
거실 중심형		<p>공간 구성</p> <p>거실 주방 욕실 1·2 현관 실 1·2·3</p> <p>면적</p> <p>거실 : 33.60 주방 : 11.99 욕실 : 1.68, 3.36 현관 : 1.68 실 : 8.40-13.44</p>
		<p>공간 구성</p> <p>거실 주방 욕실 1·2 현관 실 1·2·3·4 드레스룸 1·2 파우더룸</p> <p>면적</p> <p>거실 : 21.00 주방 : 12.60 욕실 : 2.52, 3.36 현관 : 0.84 실 : 6.72-15.12 드레스룸 : 0.84, 1.26 파우더룸 : 0.42</p>
주방 중심형		<p>공간 구성</p> <p>거실 주방 욕실 1·2 현관 실 1·2·3 드레스룸 다용도실</p> <p>면적</p> <p>거실 : 23.94 주방 : 17.64 욕실 : 1.68, 3.36 현관 : 3.36 실 : 6.72-12.60 드레스룸 : 1.68 다용도실 : 2.94</p>

7) 이경아, 아파트 단위평면 분석을 통한 주거공간면적에 관한 연구, 2005

-각 실 면적의 최대·최소·평균값 p.p. 61-62

위와 같이 제안한 거주자 공간 선호 유형별 면적 구성은 분석된 자료를 토대로 하여 같은 평형에서도 여가활용을 위한 거주자의 요구에 따라 다양한 구성이 가능하다는 것을 예시하였다는 것에 의의가 있다.

## VI. 결론

본 연구는 2018년 고령사회를 대비하여 예비 노인층들의 삶의 질 향상을 추구하기 위해 주거 내에서의 여가활동이 필요하다는 시각에서, 45세-65세의 예비 노인층들을 대상으로 일반적 특성에 따른 여가활동의 차이를 규명하고, 여가활동을 세가지 기준에 따라 분류하여 여가활동이 이루어지는 공간을 분석함으로써 예비 노인층이 주거 내에서 행하는 여가활동을 밝히는데 주된 목적이 있었다.

분석결과 첫째, 예비 노인층은 성별, 연령, 교육수준, 가계수입, 거주지 공간, 직업에 따라 여가활동 빈도수에 차이가 있었다. 특히 연령이 낮고 교육수준이 높으며 거주지 공간이 클수록 여가활동에 적극적인 반응이 있었다. 따라서 현재의 예비 노인층은 노후에도 여가활동을 계속 하길 원할 것으로 예상된다.

둘째, 예비 노인층에게 있어서 주거 내에서 행해지는 여가활동은 기준1에 의해 수동적 활동, 기준2의 지적, 정서적 활동, 기준 3에 의한 대중매체활동, 사회적 활동이 높게 나타났다. 이는 예비노인층에게 있어서 집은 활동적인 야외활동을 위한 공간이 아니라 휴식과 안정을 위한 장소라고 여겨지므로 적극적이고 활동량이 많은 여가보다 안락함과 생리적, 신체적 만족감을 줄 수 있는 주거공간을 계획해야 할 것이다.

셋째, 거실에서 여가활동이 가장 많이 일어나고 있으며, 안방, 주방 순으로 나타났는데 주방에서는 남자보다 여자의 활동량이 많고 집에 거주하는 시간이 상대적으로 많은 주부 때문이라고 사료된다. 따라서 예비 노인층의 여가를 보다 효과적으로 활용하여 노후에 거주할 노인주거의 공간계획을 위해서 가족 구성원의 다양한 여가활동을 고려하는 것이 필요하다.

## 참고문헌

1. 김정근 여가태도 여가활동이 여가만족에 미치는 영향 『관광학연구』 제21권2호, p.p. 222-236, 1998
2. 신영숙. 선호하는 유료노인시설주거 디자인을 위한 중산층의 집에 대한 개념, 대한가정학회지, 제39권12호, p.p.141-158, 2001
3. 신화경. 예비 여성 노인의 노후 생활계획에 관한 연구, 한국주거학회논문집, 제14권 제4호, p.p. 31-38, 2003
4. 이경아, 아파트 단위평면 분석을 통한 주거공간 면적에 관한 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 2005
5. 이성철, 노인문제와 사회체육, 한국스포츠사회학회보, 8권, 단일호, p.p. 9-17, 2004
6. 이준민, 신화경, 중년층의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구, 한국가정학회지, 제23권1호, p.p. 161-172, 2005
7. 이지숙. 수도권 거주자를 대상으로 노인기 생활에 관한 의식조사, 주거연구, 제7권 제1호, p.p. 55-71, 1999
8. 임변장, 여가와 삶의 질, 한국스포츠사회학회보, 한국스포츠사회학회, 제 8호, 1995.
9. 임변장, 채관석, 우찬명, 김홍설. 한국인의 여가관에 관한 연구, 제33회 한국체육학회 학술발표회 자료집, p.p. 83-91, 1995
10. 조미영, 조재순, 중년층의 노후의 일과 여가에 대한 의식과 자립형 노인커뮤니티 입주의사, 한국주거학회논문집, 제17권 제1호, p.p. 155-164, 2006
11. 통계청. 『2005 고령자 통계, 통계청』, 2005
12. 국토연구원. 『2005년 주거 실태 및 수요 조사』, 국토연구원, 2005
13. 고대 한국사회연구소, (주)월드리서치, (주)미디어리서치, 『2005 서울서베이 가구조사』, 서울특별시, 2005
14. Ragheb, M.G. *Interrelationships Among Leisure Participation, Leisure Satisfaction and Leisure Attitudes*, Journal of Leisure Research, 12(1), p.p. 138-149, 1980