

# 노인 여가의 기능과 여가자원에 관한 문헌고찰

A Review of Literature of Leisure Function and Resource of the Elderly

성신여자대학교 가족문화·소비자학과  
강사 이윤정

Dept. of Family Culture & Consumer Science, Sungshin women's University  
Lecturer : Lee, Yoon Jung

## 〈목 차〉

- |                           |             |
|---------------------------|-------------|
| I. 서론                     | IV. 결론 및 제언 |
| II. 노인의 여가기능과 여가자원에 대한 고찰 | 참고문헌        |
| III. 노인 여가생활의 실태          |             |

## 〈Abstract〉

This study investigates the literatures of leisure function and resource of the elderly to consider deeply the meaning of their leisure. In conclusion, this study presents the leisure of the elderly has both of positive and negative functions individually, socially and economically and they have the resources of individual, human and social as the usable resources for leisure but each of resources has disturbing restrictions. On the actual condition of elderly's leisure activity, they enjoy negatively like a watching TV and the using rate of leisure facilities is lower than other age groups.

Key Words : 여가기능(Leisure Function), 여가자원(Leisure Resource),  
노인(the Elderly)

---

\* 연락처: 이윤정 (yoon2525@ewhain.net)

## I. 서론

일반적으로 65세 이상된 사람들이 그 나라 인구의 7%가 넘을 경우 고령화 사회라 지칭하는데, 우리나라는 이미 2001년을 기점으로 고령화 사회에 진입하였으며, 이는 가속화되어 2020년에는 그 비율이 15%를 넘어 고령사회가 될 것으로 예측되고 있다(통계청, 2001). 이렇듯 노인인구 비율이 급증하고 있는 이유는 출산율 감소와 평균 기대수명의 증가에서 기인된 것으로, 사회적으로는 지속적으로 가정과 사회의 부담이 되고 있는 노인부양의 문제, 그리고 개인의 생애에서는 은퇴 후 생활기간이 길어지면서 나타나는 노후에 대한 준비와 대책에 관심이 집중되고 있다.

노인기라 함은 이르게는 55세<sup>1)</sup>에서 60세 혹은 65세 이후의 삶을 말하는 것으로, 생활주기상으로 자녀를 출가시키거나 자녀의 경제적 독립 후 가정에 두 부부만이 남게 되는 시기를 일컫는다. 이 시기에는 은퇴로 인해 노동시간이 감소하고 경제적 소득이 점차 줄어드는 반면 여가시간은 증가하고 여가생활의 비중은 삶의 대부분을 차지하게 되므로, 노인의 삶은 노인기 이전과는 달리 노동중심 생활에서 여가중심 생활로의 변화를 겪게 된다. 그 과정을 통해 가정과 사회에서 차지하는 개인의 역할과 비중이 달라지게 되므로, 유연하고 균형있는 생활과 가정과 사회에서의 바람직한 관계를 재정립하기 위한 여가생활관리, 그리고 이를 주관하는 개인의 관리능력이 요구된다.

여가활동은 다른 활동과는 달리 제 3자가

대신하여 수행할 수 없고 여가 주체가 직접 참여하여야만 비로소 그 효용이 발생되며, 일반적으로 성인들의 여가는 '자발적으로 선택되는 여가'로 그 행동은 주체적이며 효용은 직접적이다. 따라서 인간의 여가생활은 개인의 복지감과 밀접한 관련을 맺는다고 볼 수 있다.

Foley와 그의 동료들(1999)은 '여가'라는 단어의 의미를 3가지 측면에서 파악하였다. 첫째, '여가'의 의미는 피하기 어려운 의무감으로 이루어지는, 직장에서의 노동과 가사노동 후의 시간으로 잔여시간, 혹은 자유시간이라는 개념으로 사용되는 것이 일반적이며 둘째, 개인이나 집단이 긴장을 완화시킨다든지 사회적·문화적·지적 혹은 창조적 발전을 위해 행하게 되는 레크리에이션 활동을 일컬을 때 사용하는 단어로, 이러한 활동들에는 자신의 활동을 선택하고 참여하기 위한 자유의지가 개입되므로 개인의 생활양식에 의한, 그리고 개인의 생활양식을 형성하는 자유시간의 적극적 이용을 의미하는 단어로 사용되며(Williams, 1995; Foley, et al., 1999에서 재인용), 끝으로 주변의 환경으로부터 야기되는 어떤 특성의 '한가로움'을 느끼는 마음의 상태를 '여가'라는 단어로 표현할 수 있다고 하였다. 이들은 김광득(1991)이 제시한 여가의 4가지 개념요소<sup>2)</sup> 중 시간적 개념과 활동적 개념, 심리적 상태의 개념을 포함하여 여가의 의미를 정의한 것이다. 이들이 언급한 여가의 의미는 과거 노동중심의 사회와는 다르다. 즉, 과거의 여가는 인간의 삶이 보다 안정적이기 위해 여가가 노동의 재생산을 위한 도구적 역할을 하였다면, 현대사회에서는 인간중심의 행복과

1) 55세를 노인의 기준연령으로 삼은 이유는, 1992년 제정되어 시행되고 있는 고령자고용촉진법 제 2조 제 1호의 고령자 정의에 명시되어 있는 기준을 따른 것으로, 이는 사회적으로도 수용되고 있는 연령이다.

2) 김광득(1991)은 여가의 포괄적 개념요소로 시간적 요소(잔여시간, 잉여시간, 자유재량적 시간), 활동적 요소(휴식, 기분전환, 자기개발), 상대적 요소(자유정신, 마음의 태도, 영혼의 상태), 제도적 요소(사회적 특징, 타인에의 기여, 노동상관성)를 제시하였다.

자유로움이 추구되는 분위기에서 여가를 위한 노동이 이루어지며, 질적인 삶의 유지를 위해 그 기본 조건으로 여가가 존재하게 되었음을 알 수 있다. 이 같은 여가에 대한 현대적 의미는 인구의 고령화로 개인의 '성공적인 노후 생활'을 보다 신중히 고려해야 되는 시기를 맞게 됨으로써, '생활의 질적 향상과 유지', '바람직한 여가'를 보내기 위한 여가생활의 관리, 개인의 여가관리 능력 배양, 원활한 여가생활을 뒷받침하는 사회적 배려 등에 보다 많은 준비를 해야 하는 개인적, 사회적 과제를 내포하고 있다. 여기서 노인을 대상으로 여가를 언급할 경우, 일반 성인들의 '자발적이고 의무성이 적은 사회적 역할의 수행'이어야 하는 여가의 의미는 '비자발적'일 수 있음을 주지해야 한다. 일반적으로 노화와 은퇴를 경험하며 사회·경제의 주체에서 벗어나게 되는 노인들에게 '여가'의 속성은 자발성보다 비자발성이 더 강하기 때문이다.

Hemingway(1996)는 고도산업사회에서의 '여가'는 '문화의 창조'행위보다는 '문화의 소비'행위로 존재할 가능성이 많다고 하였다. 그가 언급한대로 현대 고도 산업사회가 가져온 처분소득과 자유시간의 증가는 여가를 즐기고 향유하고자 하는 현대인들의 여가욕구를 더욱 커지게 하였다. 노인의 경우도 예외는 아니어서 일반인들의 여가와 달리 노인기의 여가는 신체적 노화와 노동력 상실로 인한 비자발적 특성을 지니기는 하나 여가가 차지하는 생활비중이 큰 만큼 관련 욕구도 증가하므로 여가와 관련된 신중한 소비생활이 필요하다는 것을 알 수 있다. Kaplan(1960)은 노인기의 개인은 여가활동을 통해 여가시간을 만족스러운 방법으로 사용하려는 욕구, 개인으로 인정받고 싶은 욕구, 정상적인 동반자관계를 즐기려는 욕구, 자기표현과 성취감의 기회를 가지려는 욕구, 건강을 유지하고 보호하려는 욕구,

적절한 정신적 자극을 가지려는 욕구, 영적인 만족감을 얻으려는 욕구, 적절한 주거조건과 가족관계를 가지려는 욕구, 사회적으로 유용한 서비스를 제공하려는 욕구, 자신이 지역사회의 한 부분으로 느껴지고 싶은 욕구 등을 충족시킬 수 있다고 하였다.

이와 같이 생애후반에 있는 노인은 사회의 중심 노동력은 아니므로 경제적 소득의 감소를 경험하지만, 인간으로서 지닐 수 있는 욕구는 변함없으므로 끊임없는 욕구충족행동으로 자신을 확인하고, 질적인 삶을 유지하고자 한다. 그러므로 노인은 생애 최장의 여가시간에 대비해 증가하는 여가욕구와 제한된 여가자원간의 적절한 조정과 통제로 '성공적인 노후'를 보낼 수 있는 여가 능력을 획득해야 한다. 이는 여가가 갖는 기능이 충분히 발휘됨으로써 가능해지는 것이라 볼 수 있다.

따라서 본 연구는 노인의 삶의 질에 여가가 갖는 중요성을 인지하고 그 기능과 가용자원에 대해 선행연구를 토대로 고찰하고자 한다. 이는 노인의 여가가 개인적, 가정적, 사회적으로 미칠 수 있는 영향력을 가늠해보기 위함이며, 고령사회를 앞두고 노인의 복지감 향상을 위해 지속되어야 하는 후속연구들에 기초자료가 되기 위함이다. 더불어 우리나라 노인의 여가 현황을 기존 자료를 통해 살펴봄으로써 실태에서 밝혀지는 문제점을 제시하고, 나아가 노인의 여가생활을 위해 무엇이 필요한지 여가능력개발을 위해 병행되어야 하는 여가자원의 개발방안에 대해 제언하고자 한다.

## II. 노인의 여가기능과 여가자원에 대한 고찰

### 1. 노인 여가의 기능

여가생활을 이루는 여가활동들은 다른 활

동과는 달리 타인이 대행할 수 없으며, 여가 활동을 통해 발생하는 효용은 개인과 가정에 직접적인 영향을 미치게 된다. 여가생활은 개인과 사회, 경제적 측면에서 기능을 발휘하며 생활의 질에 영향을 미치는데, 순기능과 역기능적인 측면에서 다음과 같이 설명될 수 있다.

첫번째 개인적 측면에서 여가는 일반적으로 일상생활에서의 지친 심신을 회복하고, 권태와 스트레스를 해소시킨다. 또 일상적 사고와 행동에서 벗어나 육체적·감정적·이성적인 측면에서 새로운 창조적 태도를 형성시킬 수 있으므로 휴식(relaxation)과 기분전환(entertainment), 그리고 자기실현(self-development)의 기능이 발휘된다고 볼 수 있다.(Dumazedier, 1967). 관련 연구를 살펴 보면, Havighurst(1957)나 Riddick(1986)은 여가의 개인적 기능을 향상시킬 수 있는 레크레이션 프로그램의 중요성을 인지하고 생활만족감에 도움이 되는 프로그램을 개발하였고, Sieginthaler과 Vaughan(1998)은 활동적 여가와 삶의 질에 대한 인지 간에 정적인 연관성을 검증한 바 있으며, 자신이 좋아하는 여가활동을 지속하는 노인과 중단한 노인들을 비교해 그들의 여가능력 수준과, 삶의 만족도를 비교한 연구도 있다(Searle et al., 1995). 그들은 선호하는 여가활동을 지속하였던 노인들이 무료하다고 느끼는 생활시간의 감소를 경험하고, 삶의 만족감을 높이 인지하게 되었다고 보고하였다. Kelly와 그의 동료들(1986), Kelly와 Ross(1989), Russell(1987) 등도 맥락에서 노인의 여가와 생활만족도 간의 관계를 규명한 바 있다. 최근에는 여가생활에 참여하는 노인들은 여가활동 유형과 관계없이 여가활동에 참여하지 않은 노인들보다 우울증 경향이 낮고, 생활만족도가 높은 것으로 보고되고 있다(김도훈 외 3인, 1997; Jonathan, 2000). 반면 여가가 갖는 개인적 기능에 대해 김정하(1995)는 기분전환을 위한 지나친 여가

생활의 추구가 개인의 윤리관이나 도덕관을 저해하여 퇴폐화되고 향락화되거나, 여가의 적극적 활용이 이루어지지 못할 경우 발생할 수 있는 나태함과 무력감을 역기능으로 지적하였다. 또한 여가생활에 있어 지나친 매스미디어의 의존은 여가의 개인적 순기능을 저해하여 노인 개인의 주관적 사고나 판단을 해치며, 일방적 여가보급현상으로 지나치게 대중화되고 획일화되어 개성이 상실될 우려도 지적되고 있다(이기영 외 3인, 2001; Pfeiffer & Davis, 1971; Bamel & Bamel, 1982에서 재인용).

둘째, 사회적 측면에서는 여가생활을 통해 이루어지는 가족원이나 타인과의 상호작용을 통해 여가 동반자와의 결속력이 향상되고 그 과정 중에서 교육적 경험을 갖게 되는 기능이 발휘된다. 즉, 여가생활을 통해 세대간에 혹은 세대 내에 사회화의 역할이 수행되며, 또한 문화와 예술, 스포츠 등의 여가활동을 수행하는 과정 속에 여가주체들의 공동문화가 자연스럽게 형성되도록 한다(김정하, 1995). 이러한 여가의 사회적 기능을 지지하는 연구로는 Berg와 그의 동료들(2001), Holman과 Epperson(1984)의 연구를 들 수 있다. 이들은 여가활동인의 여가참여시간 및 만족도와 여가활동을 동반한 사람들의 생활만족도와와의 관계를 검증하였는데, 이들의 정적관련성을 검증하였다. 이외에 가족원과의 여가활동 공유가 가정생활의 질과 정적으로 관련됨이 보고된 적도 있다. 그러나 현대사회의 핵가족화 현상과 개인주의 성향의 증가는 노인들의 가족 관계가 소원해질 가능성을 높이므로, 그에 따른 사회적 현상들이 우려되기도 한다. 특히 최근 주 5일 근무제 도입여부를 두고 많은 논란이 되고 있는 상황에서 일반 성인과 청소년의 여가는 상대적으로 관심이 높지만, 여가 기회와 여가 자원 보유에 있어 상대적 빈곤을 경험할 수 있는 노인은 관심에서 소외될 수 있기 때문이

다. 그러므로 여가가 갖는 사회적 기능과 교육적 측면을 통해, 가족원, 친지, 동료들과 건전한 여가문화가 형성되도록 세대 통합적인 여가프로그램 개발이 필요하다.

셋째로 여가의 경제적 기능은 노인의 인적 자원을 향상시키고 관련 소비기회를 확대함으로써 여가관리 능력을 기르게 한다. 또한 그 과정 중에 여가 수요가 발생하여 새로운 산업으로의 개발도 촉진시킬 수 있다(Kelly & Godbey, 1992). 반면 지나친 여가의 상업화 및 상품화, 고급 여가문화에 대한 노인소비자의 모방 등은 여가의 존재나 경험 자체보다는 소유와 소비에 비중을 두게 될 수 있으므로, 여가의 소비욕구를 겨냥한 기업의 이익추구 행위는 지양되어야 한다.

이 같은 기능들은 노인 자신과 가정, 사회의 바람직한 생활양식을 고무시키거나 저해할 수 있다. 여가의 기능이 원활히 발휘되기 위해서는 고령사회의 여가환경에 어울리는 여가의식도 함께 성숙되어야 한다.

## 2. 노인의 여가자원

여가가 생활의 대부분을 차지하는 노인기

에는 여가생활의 질은 삶의 질에 직접적인 영향을 미치므로, 고령사회에서 노인의 여가생활수준은 그 사회의 복지수준을 가늠하는 척도가 될 수 있다.

노인의 여가생활은 여가욕구의 발생과 충족과정을 통해 표출된다. 노인기는 개인 생애에서 최장의 여가시간을 보유하는 시기로 그만큼 다양한 여가욕구가 발생되며, 욕구의 충족과정에는 여러 여가자원이 투입되게 된다. 여가욕구 충족을 위해 투입되는 여가자원은 여가생활을 가능하게 하는 인적, 물적 자원들로 자신의 신체적 건강과 경제적 소득, 여가시간 등의 개인적 여가자원이 있으며, 사회적 여가생활이 가능하게 하는 주변의 인적 여가자원과 노인의 여가생활을 보조할 수 있는 무형과 유형의 사회적 여가자원들이 있다. 이러한 여가자원들은 일부 제약요인들에 의해 접근에 제한을 받게 되는데, 이들의 관계를 간략히 제시하면, 다음의 <그림 1>과 같다.

일반적으로 이러한 여가자원이 여가생활을 유지하기에 적절한 수준으로 확보된다면 여가환경이 양호하다고 평가될 수 있지만, 노인은 일반 성인의 여가와와는 달리 충분한 여가자원 확보가 어렵다. 여가자원 확보가 어려운 이유

<표 1> 노인 여가의 기능

범위 \ 방향	순기능	역기능
개인적 측면	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 휴식</li> <li>■ 기분전환</li> <li>■ 자기실현</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 퇴폐화·향락화</li> <li>■ 대중성·물개성·동질성· 획일성</li> <li>■ 나태함·무력감</li> </ul>
사회적 측면	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 결속력 향상</li> <li>■ 사회성 발달</li> <li>■ 공동문화의 형성</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 여가기회·자원의 불평등, 소외</li> <li>■ 공동체 여가문화의 쇠퇴</li> </ul>
경제적 측면	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 여가수요의 발생</li> <li>■ 관련 산업의 개발</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 고급 여가문화 모방</li> <li>■ 소유와 과시에 집착한 소비 만연</li> <li>■ 지나친 여가의 상품화·상업화</li> </ul>

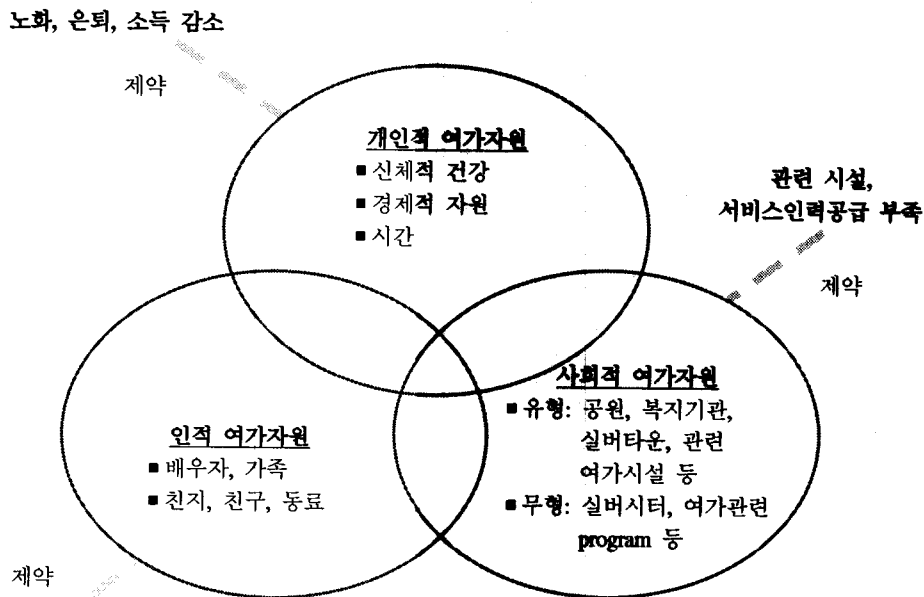
※ 위의 <표 1>은 선행연구를 중심으로 연구자가 재구성하여 정리한 것임.

는 개인적으로, 노화로 인해 여가활동을 수행할 수 있는 신체적 건강수준이 저하되며, 또한 대부분 은퇴로 인해 지속적인 수입원이 단절된 상태이므로 여가비용 조달에 제한을 받을 수 있기 때문이다. 또 이 시기는 여가생활을 함께 공유할 수 있는 여가 동반자의 존재

의 5인, 1999). 그러나 노인기에는 은퇴로 소득수준이 감소하므로 여가참여에 드는 비용이 부담으로 느껴질 수 있다. 이 역시 인적 여가자원과의 활발한 교류를 제약하는 요인이 될 수 있다.

한편 노인의 개인적 여가자원과 인적 여가

<그림 1> 노인의 여가자원과 제약



배우자의 사망, 가족원들과의 생활시간구조의 차이, 인적 네트워크의 소원(疎遠)

※ 위의 그림은 본 연구의 내용을 토대로 연구자가 구성함.

도 여의치 않다. 특히 배우자와 가족원의 존재는 노인기의 가장 근접한 인적 여가자원으로 개인적 측면에서나 가정의 측면에서 생활 만족과 연계될 수 있는 주요 자원임에도 불구하고, 이들과의 지속적인 여가생활에는 많은 제약이 따른다. 노인기는 배우자의 사망이나 자녀의 독립을 경험하는 시기이기 때문이다. 그러므로 대부분의 노인은 고령일수록 가족원 외에 가까운 이웃이나 친지, 혹은 동료나 친구와의 교제로 여가를 소요하려 한다(김재숙

자원의 제약요인은 사회적 여가자원의 도움으로 극복될 수 있다. 사회적 여가자원의 공급은 유형과 무형으로 이뤄지며, 그 예는 다음과 같다.

유형의 사회적 여가자원은 공원, 복지기관, 실버타운에서 제공되어지는 여가시설과 그 외 기타 여가시설의 형태로 제공된다. 유형의 여가자원은 국민의 복지 수준을 향상시키기 위한 공익을 목적으로 정부의 계획된 의도 하에 공급되기도 하고, 사회적 수요에 기반한 수익

목적으로 민간기업을 통해 공급되기도 한다. 무형의 사회적 여가자원은 노인의 여가생활이 보다 질적으로 유지될 수 있도록 하는 여가관련 프로그램이나 서비스의 형태로 공급될 수 있다. 예를 들면, 보다 활동적인 여가생활을 위해 신체적·정신적 건강함을 유지하거나 보다 안정된 여가비용을 획득하고 유지하려 할 때, 도움이 되는 관련 교육 프로그램이나 정보제공 서비스, 근접 인적 여가자원을 대신할 수 있는 실버시터<sup>3)</sup> 등이 있다. 이들은 정부와 민간기업이 독립적으로 혹은 상호보완적으로 노인을 위해 개발하고 제공할 수 있는 무형의 사회적 여가자원으로, 노화로 인해 누군가의 보살핌이 요구되는 상황에 적절할 수 있다. 무형의 사회적 여가자원은 유형의 사회적 여가자원 못지 않게 앞으로 지속적으로 개발되어야 할 것이다. 언급된 세가지 여가자원은 노인이 여가생활에 질적인 영향을 미칠 수 있는 측면들로, 여가자원 개발을 위한 사고의 틀이 된다.

### Ⅲ. 노인 여가생활의 실태

Kelly와 그의 동료들(1986)은 여가를 연구함에 있어 그 의미와 기능을 추상적으로 정의내리는 것보다 실제로 여가시간에 무엇을 하고 있었으며 그 활동을 통해 참여자들이 행위를 어떤 의미로 인지하는지가 더 중요하다고 하였다. Baudrillard(1970)도 여가생활이 이루어지는 자유시간의 절대치보다 그 시간의 질과 리듬, 내용이 더 중요하므로 자유시간을 사유재산의 일부로까지 언급할 수 있다고 하였다.

이들은 양과 질이 적절히 균형된 여가생활을 강조한다. 노인에게도 여가는 자아정체감과 자아존중감(self-esteem) 형성에 정적인 영향을 미치므로, 양과 질이 적절히 균형된 여가관리는 질적인 생활을 유지하는데 매우 중요한 행위일 것이다(Reitzes & Mutran, 1995).

Hooyman과 Kiyak(1996)는 여가생활의 형태를 적극적인 여가활동, 수동적인 여가활동, 사회 문화적 여가활동 등으로 구분하였다. 적극적인 여가활동(Active Leisure Activity)은 육체적인 노력이 수반되는 다양한 활동을 의미하며, 달리기나 자전거 타기와 같은 활동을 예로 들 수 있다. 수동적인 여가활동(Passive Leisure Activity)은 개인의 적극적인 참여 없이도 이루어 질 수 있는 활동으로 예를 들어 TV나 비디오 시청, 라디오 청취, 음악감상 등이 속한다. 사회 문화적 여가활동(Social and Cultural Leisure Activity)은 여가활동에 개인이 직접적으로 참여하기보다는 스포츠 경기 관람, 영화 감상, 박물관 관람 등에 간접적으로 참여하는 것을 의미한다.

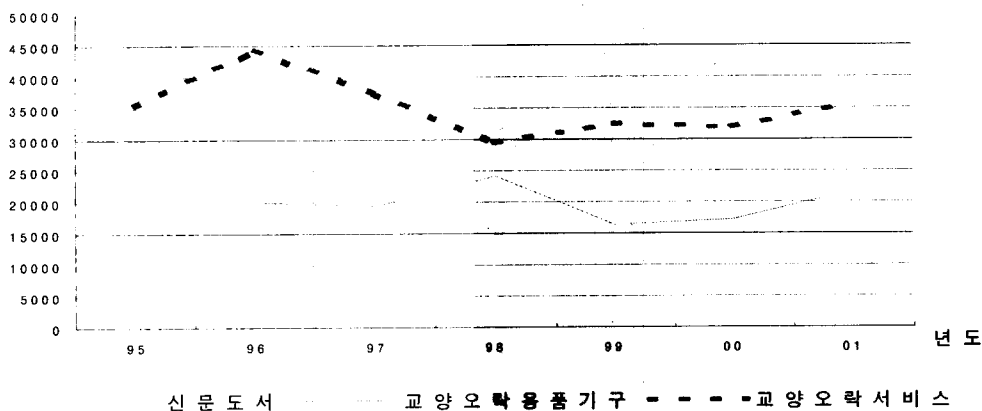
일반적으로 노인들은 적극적인 여가활동보다 수동적인 여가활동에 참여하는 경향이 높다. 그리고 사회 문화적인 여가활동은 비용 측면과 장소의 접근성을 고려해야 하기 때문에 여가활동 참여 수준이 저조한 편이다(Drewnowski & Evans, 2001). 그리고 대부분의 노인들은 공공기관이나 사회단체에서 기획한 여가프로그램에 참여하기보다는 노인이 이전부터 선호했던 여가활동을 지속하는 경향이 높다(허준수, 2002).

노인의 연령이 증가함에 따라 지역사회에

3) 최근 노인들의 여가활동을 함께 하여주는 실버시터(Silver Sitter)업의 등장은 이러한 여가관련 서비스 자원이 사회적 수요에 의해 공급된 예로 이해할 수 있다. 실버시터들의 서비스 공급은 대가족제도가 거의 해체되고 핵가족 중심이 되어 가는 한국 가정의 모습에서 노인들의 독립적 생활기반이 마련되지 않은 현실을 반영하여 노인의 여가수요에 기반한 무형의 사회적 여가자원의 생산 실태를 보여주는 양상이라 할 수 있다. 실버시터가 제공하는 사회적 여가자원은 서비스 형태로 제공되어지는 것으로 기존의 대가족제도하에서 가족원들이 수행하였던 역할이 사회화된 것이라 볼 수 있다.

<그림 2> 55세 이상 근로자가구 월평균 교양오락비 지출추이

(단위: 원)



출처: 통계청. 도시가계연보. www.nso.go.kr

서 이루어지는 체육활동, 야외활동, 여행, 공연 및 경기관람 등과 같은 동적인 활동에 참여하는 경우는 급격히 줄어드는 반면 집안에서 이루어지는 TV시청, 친척이나 친구 집의 방문, 독서 등과 같은 정적인 활동에 참여하는 경우가 높아진다(한국보건사회연구원, 1995). 우리나라 노인들은 대개 TV시청, 라디오 청취, 장기나 바둑 등과 같은 소극적이며 정적

인 활동에 많이 참여하는 편이고, 운동, 등산, 취미활동 및 예술관련 활동과 같이 적극적이며 동적인 활동의 참여는 적은 편이다. 김재숙 외의 연구(1999)에서도 노인들이 가장 많이 하는 여가활동은 TV시청, 친구들과의 대화, 노인모임활동 등과 같은 소극적 여가활동이라 하였다.

<표 2> 노인의 여가시간 (단위=시간: 분)

여가시간 내용	M	SD
교제	1:08	1:30
대중매체 이용	3:06	2:23
일반인의 학습	0:01	0:14
종교활동	0:15	0:56
관람·문화행사 참여	0:01	0:18
스포츠·레저	0:28	0:59
취미활동	1:05	1:30
여가 물품구입	0:01	0:11
합계*	6:05	

\* 합계는 각 하위 영역의 평균시간을 더한 값임.  
출처: 이윤정(2003).

제시되는 그림과 표들은 우리나라 노인의 여가실태를 보여주는 것들로, <그림 2>는 55세 이상된 근로자를 대상으로 1995년부터 2001년까지의 월평균 교양오락비 지출추이를 살펴본 것이다. 전반적인 흐름은 IMF 외환위기를 전후로 증가하는 추세에서 일시 감소하였다가, 이후 점차적으로 완만한 증가세를 나타내고 있다. 전체 소비지출 대비 교양오락비 비중의 변화는 1995년 당시 전체 소비지출비 1,314,722원에서 교양오락비는 61,432원으로 4.7%를 차지하였으나, 2000년에는 전체 소비지출비 1,519,776원에서 54,878원으로 비율이 3.6%로 낮아졌다. 보다 구체적으로 전체 교양오락비 중 서비스 지출부분의 비율을 살펴보면, 1997년에는 37,630원으로 2.5%였던 반면,



1998년에는 29,361원으로 2.1%로 감소하였고, 여가관련 기구 지출부분의 비율은 1997년 19,389원으로 1.3%에서 1998년에는 24,142원으로 1.8%로, 다소 증가하였다. 당시 외환위기가 노인의 여가서비스 지출규모를 줄이며, 상대적으로 비용이 덜 드는 여가생활로 유도하였음을 알 수 있다.

<표 2>는 노인의 1일 평균 여가시간량을 제시한 것이다. 노인들은 하루 평균 약 6시간 정도를 여가활동으로 보내고 있으며, 그 중 대중매체 이용시간이 약 3시간으로 가장 많고, 교제시간과 취미활동시간이 평균 1시간 정도인 것으로 나타났다.

<표 3>는 연령집단별 국내관광자 비율 및

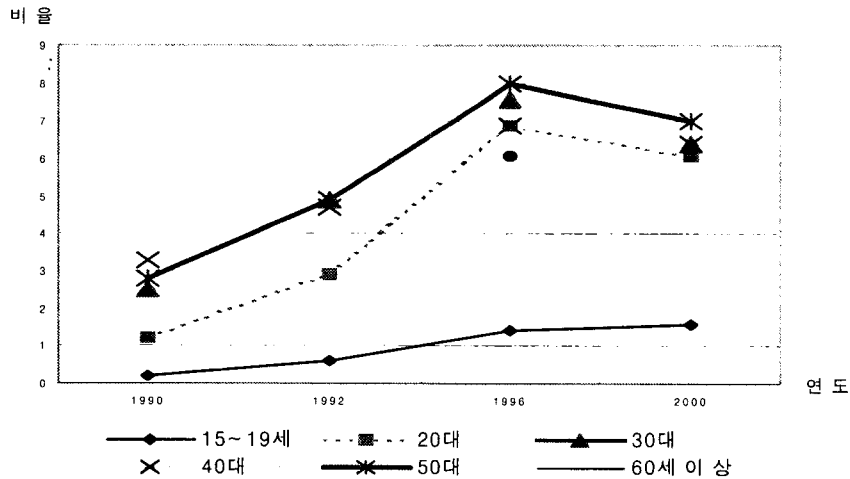
<표 3> 국내관광여행자 비율 및 여행 횟수(2000년)

(단위: %)

구분 (연도)	국내관광 여행자비율* (1인당 여행횟수)		숙박 여행자비율 (1인당 여행횟수)		비숙박 여행자 비율 (1인당 여행횟수)	
	1996	2000	1996	2000	1996	2000
연령대						
15~19세	54.7(1.5)	68.4(2.3)	40.3(0.7)	44.1(0.9)	33.3(0.8)	51.6(1.5)
20~29세	69.7(2.9)	65.7(3.2)	53.5(1.2)	47.8(1.2)	49.6(1.8)	48.5(2.0)
30~39세	65.9(2.9)	61.3(3.1)	47.0(1.0)	40.8(1.0)	48.1(1.9)	46.4(2.1)
40~49세	61.2(2.4)	54.3(2.5)	39.1(0.8)	34.0(0.8)	46.0(1.6)	41.2(1.7)
50~59세	60.2(2.1)	54.0(2.2)	35.3(0.7)	31.2(0.7)	46.0(1.4)	41.8(1.6)
60세 이상	48.6(1.4)	47.0(1.7)	26.4(0.5)	25.1(0.5)	37.2(0.9)	36.1(1.1)

\* 조사시점을 기준으로 지난 해 1년간 관광을 목적으로 국내여행을 한 사람들의 비율임.  
통계청 자료를 재구성함(출처: 통계청, 사회통계조사, www.nso.go.kr).

<그림 3> 해외여행자 비율



※ 조사시점을 기준으로 지난 해 1년간 해외여행을 한 사람들의 비율로 통계청 자료를 재구성함.  
출처: 통계청, 사회통계조사, www.nso.go.kr

여행횟수를 살펴본 것으로, 1996년과 2000년의 숙박여행자와 비숙박여행자 비율 및 여행횟수를 비교한 것이다. 10대를 제외하고는 어느 연령집단에서나 비율과 횟수는 1996년에 비해 2000년의 경우 줄어든 것으로 나타난다. 50~60대 집단의 비율과 횟수 역시 감소한 것으로 나타났으며, 다른 연령집단과 비교해도 그 수치가 가장 낮다. 그러나 50~60대의 비숙박 1인당 여행횟수는 1996년에 비해 2000년의 경우 다소 증가하였다. <그림 3>은 1990년, 1992년, 1996년, 2000년의 해외 여행자 비율변화를 연령별로 제시한 것이다. 20대, 30대, 40

대, 50대의 해외 여행자 비율은 1996년까지 꾸준히 증가하다가 2000년에는 감소추세를 나타내는 반면, 10대와 60대 이상의 집단은 2000년까지 증가율은 완만해지나 비율은 지속적으로 증가하는 추세이다. 이 자료는 일정기간 동안 해외 여행자들만을 조사한 것이므로, 다른 연령집단에 비해 일부 노인층에게는 IMF와 같은 경제난이 큰 영향을 미치지 않았음을 짐작할 수 있다.

다음의 <표 4>의 내용은 사회문화적 여가활동이라 구분할 수 있는 공연장 및 전시장의 입장률을 나타낸 것으로 사회적 여가자원의

<표 4> 공연장 및 전시장 입장률

(단위: %)

연령대	구분 (연도)	공연장 입장률		전시장 입장률		체육시설 입장률		입장률*	
		1996	2000	1996	2000	1996	2000	1996	2000
15~19세		61.8	62.3	24.9	19.1	24.4	12.9	72.0	68.5
20~29세		61.6	62.4	19.6	13.1	27.0	17.1	70.2	68.5
30~39세		30.7	33.4	20.2	16.6	20.2	11.9	47.4	45.0
40~49세		20.4	21.8	13.9	10.9	12.8	7.8	32.8	30.3
50~59세		11.1	13.7	8.0	6.5	7.4	3.6	19.2	18.9
60세 이상		5.8	6.3	5.6	4.0	3.3	1.8	11.4	9.6

\* 조사시점을 기준으로 지난 해 1년간 공연장, 전시장 또는 체육시설에 가본 적이 있는 사람들의 비율임.  
통계청 자료를 재구성함(출처: 통계청. 사회통계조사. www.nso.go.kr).

<표 5> 레저시설별 이용자(2000년)\*

(단위: %)

연령대	레저시설 이용자비율	관광명소	온천장	골프장	스키장	해수욕장	산림욕장	놀이공원	기타
15~19세	78.5	47.9	6.8	0.3	4.5	29.1	8.6	48.7	6.2
20~29세	75.2	47.9	12.1	0.6	8.6	34.4	13.6	45.5	4.6
30~39세	73.1	44.3	22.1	1.6	6.8	28.8	15.0	44.8	3.9
40~49세	61.6	42.1	26.9	2.9	4.1	18.6	12.5	16.6	3.6
50~59세	59.1	41.7	30.0	2.0	1.1	11.1	9.8	6.6	3.7
60세 이상	50.7	34.6	29.4	0.6	0.4	5.5	5.5	4.8	2.9

\* 레저시설이용자 비율 외는 복수응답비율임. 통계청 자료를 재구성함(출처: 통계청. 사회통계조사. www.nso.go.kr).

<표 6> 여행지에서 불편한 점(2000년)\*

(단위: %)

연령대	교통불편	화장실	음식 식수	바가지 요금	입장료 주차료	질서 문란	숙박주차시 설부족	오락레저 시설부족	불친절	기타
15~19세	35.0	50.4	24.4	40.7	19.7	36.3	16.2	21.7	1.9	0.4
20~29세	42.7	40.0	18.4	49.1	37.9	28.5	23.2	15.3	2.4	0.4
30~39세	40.2	40.6	17.8	46.7	46.3	30.6	24.2	10.0	2.2	0.4
40~49세	42.4	38.6	19.2	43.3	43.8	36.0	22.5	6.6	2.7	0.4
50~59세	42.8	34.0	17.9	47.9	38.2	40.0	18.7	5.9	3.6	0.3
60세 이상	40.8	34.7	22.7	48.6	29.6	40.9	12.9	4.6	4.1	0.3

\* 복수응답비율로 통계청 자료를 재구성함(출처: 통계청, 사회통계조사, www.nso.go.kr).

활용정도를 알 수 있다. 각 연령집단과 비교할 때, 50~60대 집단은 어느 분야에서나 참여 비율이 가장 낮게 나타난다. 대개 공연장 및 전시장 이용의 주요 관객은 중장년층이다. 또한 관련 시설의 이용에는 이동수단이 동원되어야 하며, 여가비용이 수반되는데, 이는 노인의 참여율을 저조하게 만드는 요인으로 작용할 수 있다.

<표 5>의 레저시설별 이용자 실태에서도 온천장을 제외하고는 어느 영역에서나 50~60대 이용율이 가장 낮다. 한편 하위영역 중 상대적으로 이용율이 높은 분야는 관광명소와 온천장 방문으로 노인들의 여가수요가 높음을 알 수 있다. 일본의 경우는 1988년 당시 노인 계층의 여가관련 소비규모가 연령층 전체 소비규모의 약 12.7%로, 관광부문, 취미창작부문, 오락부문, 스포츠부문에 여가활동을 구분할 때 관광부문에 노인이 소비한 규모는 노인의 여가활동 소비 총액의 약 절반에 해당하였다(문현상 외 3인, 1996).

다음의 <표 6>은 여행자들이 느끼는 여행에서의 불편한 점이다. 어느 연령대에서나 교통 불편과 바가지 요금, 입장료 및 주차료의 문제를 가장 많이 지적하고 있다. 10~20대를 제외한 다른 연령집단에 비해 50~60대가

많이 지적하는 부분은 음식과 식수의 문제, 바가지 요금, 질서문란, 불친절의 문제였다.

#### IV. 결론 및 제언

여가는 참여자 행동의 주체성과 효용의 직접성으로 개인의 복지감과 밀접한 관련을 맺는다.

노인의 여가는 일반인의 여가와 달리 노화나 은퇴 등으로 비자발적인 경험으로 남게 될 가능성이 많으나 그 결과는 삶의 복지와 관련이 깊으므로, 개인적으로나 사회적으로 중요한 의미를 지닌다. 특히 인간은 평균수명의 증가로 인해 그 어느 시대보다 생애주기적으로 최장의 노인기를 맞이하고 있으며, 고령사회를 앞두고 노인집단의 규모가 상당할 것으로 예측되는 시점에서 노인의 여가는 또 다른 관리를 필요로 하는 대상으로 인식되고 있다. 그러므로 그 기능과 사용가능한 여가자원에 대한 자료가 기초적으로 정리될 필요가 있으며, 이를 토대로 후속연구들이 지속되어야 할 것이다.

고찰한 결과, 노인 개인에게 여가는 휴식과 기분전환, 자기실현의 기능을 하며, 사회적으로는 노인의 여가생활이 세대간, 타인간의 결

속력을 강화하고 그 가운데 사회성을 발달시키며 공동문화의 형성가능성을 높일 수 있고, 경제적으로는 여가수요를 발생시킴으로써 관련 산업을 개발시킬 수 있는 순기능으로 존재하였다. 그러나 개인의 여가생활이 지나치게 되면 윤리관이나 도덕관이 저해되어 퇴폐적·향락적일 수 있고, 소극적 활동의 연속으로 나태함과 무력감을 드러낼 수 있으며, 지나친 일방적 여가보급현상으로 개성이 상실된 획일적이고 대중지향적인 여가가 될 가능성도 있었다. 그리고 사회적으로는 여가기회나 자원의 불평등이 노인여가의 소외현상을 낳아 결국 공동체 여가문화가 점차적으로 쇠퇴할 수도 있고, 경제적으로는 고급 여가문화를 모방하려는 심리의 팽배, 소유와 과시에 집착한 소비, 지나친 여가의 상품화 및 상업화로 인한 역기능도 초래할 수 있다. 노인 여가의 기능적 측면이 순적으로 발생하려면 여가자원의 효율적 활용을 통해 여가능력을 배양해야 한다. 노인이 지닐 수 있는 사용가능한 여가자원은 신체적 건강과, 경제적 자원, 여가시간 등의 개인적 자원과 배우자, 가족, 친지나 친구 등의 인적 자원, 그리고 유형과 무형의 사회적 여가자원으로 구분해 볼 수 있는데, 이들 측면에는 신체적 노화나 은퇴, 그리고 은퇴로 인한 소득 감소, 배우자의 사망, 가족원들과의 생활시간구조의 차이, 인적 네트워크의 소원, 관련시설이나 서비스 인력공급의 부족 등이 제약으로 작용할 수 있다. 실제 이들의 여가생활을 대략적으로 살펴보면, 시간량에 비해 정적인 여가활동보다는 소극적 여가활동을 주로 하며 다른 연령집단보다 활동비율도 저조함을 알 수 있다.

고찰된 내용을 토대로 노인의 여가기능 향상을 위해 노력되어야 하는 측면들을 몇가지 제언할 수 있다. 이는 후속연구들의 주제로 연결될 수 있다.

첫째, 대중매체를 이용한 여가정보의 공급 방안 모색이다. 다소 물개성적이고 획일적인 방안일 수 있으나, 접근가능성이나 효력에 있어 노인에게 친숙한 매체가 될 수 있으므로, 본인의 여가욕구를 충족시킬 수 있는 방법, 즉 정보제공의 도구로써 대중매체는 활용도가 높을 수 있다. 따라서 관련 프로그램 개발 시 고려되어야 한다. 둘째, 노인집단의 다양성을 기반으로 하는 사회적 여가자원의 개발이다. 이에 개인적, 가정적, 사회적 수요와 공급의 측면이 고려되어야 하며, 우선적으로 노인집단의 다양한 여가욕구에 대한 자료수집이 병행되어야 한다. 셋째, 노인의 여가문화 정착과 의식수준 향상을 위한 노력이다. 노인들은 다른 연령집단에 비해 다양한 제약요소로 인해 적극적 여가활동이 어려울 수 있다. 또한 여가욕구는 여전함에도 불구하고 자신과 타인의 여가의식의 부족으로 보다 행복한 여가를 위한 노력이 저지당할 수 있다. 이와 같은 제한들이 극복되려면 여가생활에 대한 긍정적인 가치관이 사회적으로 확산되어야 하며, 개인적이고 사회적인 실천을 통해 바람직한 여가문화가 정착될 수 있는 기반 및 환경이 마련되어야 한다.

### 【참 고 문 헌】

- 1) 김광득(1991). 현대여가론-이론과 실제. 서울: 자유출판사.
- 2) 김도훈·오병훈·이후경·유계준(1997). 노인의 여가기능이 우울척도에 미치는 영향. 노인정신 의학, 1(1), 73-80.
- 3) 김재숙·박종·류소연·이철갑·김학렬·김양옥(1999). 일부 농촌노인의 여가활동과 생활만족 도와의 관련성. 한국농촌의학회지, 21(1), 131-143.
- 4) 김정하(1995). 현대산업사회에서의 여가의

- 부정적 기능 분석. *관광연구논집*, 7, 91-111.
- 5) 문현상 · 정우진 · 김유경 · 김동배(1996). *실버산업의 현황과 정책과제*. 서울: 한국보건사회연구원.
  - 6) 이기영 · 이연숙 · 김외숙 · 조희금(2001). *국민생활시간 활용의 국제 비교*. 1999 생활시간조사 종합분석 사업보고서, 195-329. 대전 : 통계청.
  - 7) 이윤정(2003). *노인의 여가생활시간 구조분석*. 이화여자대학교 박사학위 청구논문.
  - 8) 통계청(2001). *장래인구추계 결과*. <http://www.nso.go.kr>
  - 9) 통계청. *사회통계조사*. <http://www.nso.go.kr>
  - 10) 한국보건사회연구원(1995). *노인생활 실태 분석 및 정책과제*. 서울: 한국보건사회연구원.
  - 11) 허준수(2002). *도시노인의 여가활동에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구*. *한국노년학*, 22(2), 227-247.
  - 12) Bamel, E. and Bamel, L. L.(1982). *하천국역(1995). 여가와 인간행동*. 서울: 백산출판사.
  - 13) Baudrillard, J.(1970). 임문영 역(1998). *소비의 사회*. 대구: 계명대학교 출판부.
  - 14) Berg, E. C., Trost, M., Schneider, I. E. and Allison, M. T.(2001). *Dyadic Exploration of the Relationship of Leisure Satisfaction, Leisure Time, and Gender to Relationship Satisfaction*. *Leisure Sciences*, 23, 35-46.
  - 15) Drewnowski, A. and Evans, W.(2001). *Nutrition, physical activity, and quality of life in older adults: Summary*. *The Journal of Gerontology*, 56(A), 89-94.
  - 16) Dumazedier, J.(1967). *Toward a Society of Leisure*. New York : The Free press.
  - 17) Foley, M., Maxwell, G. and McGillivray, D.(1999). *Women at Leisure and in Work Unequal Opportunities?. Equal Opportunities International*, 18(1), 8-18.
  - 18) Havighurst, R. J.(1957). *The leisure activities of the middle-aged*. *American Journal of Sociology*, 63, 152-162.
  - 19) Hemingway, J.(1996). *Emancipating leisure: The recovery of freedom in leisure*. *Journal of Leisure Research*, 28, 27-43.
  - 20) Holman, T. B. and Epperson, A.(1984). *Family and leisure: A review of the literature with research recommendations*. *Journal of Leisure Research*, 16, 277-294.
  - 21) Hooyman, N. and Kiyak, A.(1996). *Social Gerontology*. Boston: Allyn and Bacon.
  - 22) Jonathan, F.(2000). *The Effect of Leisure Activity on Depression in the Elderly*. *Occupational Therapy in Health Care*, 13(1), 45-51.
  - 23) Kaplan, M.(1960). *Leisure in America: A Social Inquiry*. New York: Wiley.
  - 24) Kelly, J. R. and Godbey G.(1992). *The Sociology of Leisure*. PA: Venture Publishing, Inc.
  - 25) Kelly, J. R. and Ross, J.(1989). *Later-life leisure: Beginning a new agenda*. *Leisure Sciences*, 11, 47-59.
  - 26) Kelly, J. R., Steinkamp, M. W. and Kelly, J. R.(1986). *Later life leisure: How they play in Peoria*. *The Gerontologist*, 26(5), 531-537.
  - 27) Reitzes, D. and Mutran, E.(1995). *Activities and self esteem*. *Research on Aging*, 17(3), 260-278.
  - 28) Riddick, C. C.(1986). *Leisure satisfaction processors*. *Journal of Leisure Research*, 18(4), 259-265.
  - 29) Russell, R. V.(1987). *The importance of recreation satisfaction and activity*

- participation to the life satisfaction of age-segregated retirees. *Journal of Leisure Research*, 19(4), 273-283.
- 30) Searle, M., Mahon, M. and Iso-Ahola, S.(1995). Enhancing a sense of independence and psychological well-being among the elderly: a field experiment. *Journal of Leisure Research*, 27(2), 107-124.
- 31) Sieginthaler, K. L. and Vaughan, J.(1998). Older women in retirement communities: Perceptions of recreation and leisure. *Leisure Sciences*, 20, 53-66.