

예비노년층이 선호하는 노후 여가활동에 관한 연구*

Middle Aged People's Preference for Leisure Activities in Their Future Elderly Stage

상명대학교 생활환경 학부

부교수 신 화 경**

상명대학교 자연과학연구소

연구원 이 준 민

Division of Human Environmental Science, Sangmyung University

Associate Prof : Shin, Hwa-Kyoung

Institute of Natural Science, Sangmyung University

Research Member : Lee, Joon-Min

〈Abstract〉

This study was conducted to understand the current leisure activities and needs for future activities among middle-aged men and women. A questionnaire survey was conducted with participants in their forties and fifties of age, who were residing in a large city. The survey consisted of questions on current leisure activities, leisure satisfaction, and needs for future activities. Frequency, percentage, average, crosstabs, and Chi-square tests were used for data analysis.

The results of this study are as following:

First, leisure activities are necessary to enhance the quality of life in terms of spiritual and psychological stability and physical health. Second, the participants are generally not satisfied with their current leisure situations, because of insufficient leisure time, high cost, and shortage of facilities and programs. Third, current leisure behaviors of the participants are restrictive and passive. However, they show a desire to engage in diverse forms of leisure including active and participant leisure activities in the future. Fourth, they wish to perform active and participant leisure activities (for example, indoor sports, continuing education, and taking walks) at places that are close to their residence in the future.

▲주요어(Key Words) : 여가활동(leisure activities), 여가장소(leisure space), 여가만족(leisure satisfaction)

1. 서 론

생활수준의 향상과 현대의학의 발달로 인간의 평균수명이 연장됨에 따라 노인인구의 비율이 크게 증가하는 추세에 있다. 그리고 정년제와 더불어 가족생활주기상의 가족축소기와 은퇴기가 연장됨으로 인해 노년기는 다른 연령층보다 많은 여가시간

을 가지게 된다. 노년기의 여가시간은 사회경제적 역할로부터의 이탈로 인해 생기는 불가피성의 여가를 영위하므로 노인 삶의 질에 있어 노년기의 여가활동은 중요한 의미를 지닌다.

노년기의 여가활동은 직업이 있는 노인의 경우, 여가활동을 통해 노동력을 재생산시킬 수 있고, 은퇴로 인해 사회의 공식적인 의무에서 벗어난 노인의 경우는 여가활동을 통하여 비공식적인 사회참여활동이 가능하며 역할 상실로 인한 고독감을 해소하고 나아가 자기존중과 자아실현의 기회를 제공함으로써 생활만족 및 행복감을 추구하는 등 여러 가지 측면에서 중요한 의미를 갖는다. 따라서 노년기의 여가 문제를 잘 해결하느냐 못

* 이 논문은 2003년도 상명대학교 자연과학연구소의 지원에 의하여 연구되었음.

** 주 저 자 : 신화경 (E-mail : hkshin@smu.ac.kr)

하느냐는 노년기의 삶을 성공적으로 영위하는데 중요한 결정요인이 될 수 있을 것이다.

노년기의 여가는 청·장년시기 여가 경험이 그대로 지속되는 특징이 있는데(최호경, 2000), 우리나라 노인들은 청·장년기의 여가활동 경험의 부족과 함께 현재 노인을 위한 여가프로그램 및 시설의 부족 등으로 인해 노인들에게 주어진 여가시간을 제대로 활용하지 못하고 있는 실정이다(홍성희, 1998). 따라서 수년 후 노년기를 맞게 될 예비노년기에 대한 다양한 여가 경험의 기회 제공 및 여가활성화를 위한 노력은 이후 노년기의 풍요로운 여가생활을 유도할 수 있다고 본다. 즉, 연령이 증가하면서 가정자원도 달라질 것이고 노후설계와 관련하여 중년층의 여가생활에 대한 의미는 더 클 것으로 예측되기 때문에 노년기로의 연계가능성을 고려한 예비노년층의 여가활동에 관한 연구가 필요하리라 사료된다.

현재 예비노년층(중년층)의 여가활동에 관한 연구는 여성을 대상으로 한 연구가 대부분이며(정민영, 2001; 이정우, 1997), 예비노년층(중년층) 남녀 모두를 대상으로 한 연구(홍성희 외, 2000)에서도 현재의 여가활동 실태만을 연구한 것이 대부분이다. 따라서 본 연구에서는 예비노년층 남녀를 대상으로 현재의 여가실태와 노후에 선호하는 여가활동에 대한 요구를 파악함으로써 노년기 여가 생활의 질적 향상을 위해 필요한 여가활동 관련 지원 자료를 제공하고자 한다.

구체적인 연구목적은 제시하면 다음과 같다.

첫째, 현재 여가활동 필요성 및 필요이유를 파악한다.

둘째, 노후 예상하는 여가비용과 여가활동 동반자를 파악하고 현재 실태와 비교한다.

셋째, 노후에 선호하는 여가활동종류를 파악하고 현재 실태와 비교한다.

넷째, 노후에 선호하는 여가활동장소를 파악하고 현재 실태와 비교한다.

다섯째, 예비 노년층의 현재 여가활동 만족도 및 불만요인을 파악한다.

II. 이론적 배경

1. 노인 여가의 개념

노년기의 여가시간은 평균수명의 연장과 더불어 점차 증가하고 있다. 우리나라 기업의 정년연령은 대체로 55세~60세 사이에 이루어지고 있으며 한국인의 평균수명은 2002년 기준 77세로(2002, 통계청) 은퇴 이후의 노년기 생활에 있어서 20여년 이상의 세월을 어떻게 보낼 것이냐에 대한 문제는 개인적으로나 사회적으로 중요한 과제가 아닐 수 없다(임춘식, 1998).

노인들에게 있어서의 여가개념은 재생산의 수단 또는 심신의 피로회복 등을 목적으로 하는 젊은이들의 여가성격과는 근본적

으로 그 유형을 달리한다. 즉 노인의 여가는 노동력 재생산을 위한 수단이 아니라 노동을 전제로 하지 않는 '여가를 위한 여가'라고 할 수 있다(김영민, 2001). 노인의 경우는 언제 어디서나 여가가 넘쳐나는 생활을 해야 하는 입장이므로 여가 자체가 즐거움 이라기보다는 무료함이라는 문제를 제기하고 또한 그것은 노인들에게 정신적·정서적 고통을 안겨주는 결과를 초래한다. 따라서 노년기에 여가를 즐겁고 보람 있게 보냄으로써 인생을 의미 있게 마무리 짓는 것에 중점을 두고 통합적인 개념으로 이해해야 한다. 즉 노년기에는 인간관계의 긴장상태에서 해방되어 휴식을 취하고 자기 생활의 균형을 회복하는 의미로서의 여가뿐 아니라 자신의 즐거움과 문화성 및 창조성을 발휘하고 특히 젊었을 때에 해보지 못한 새로운 경험에 도전하는 등 노년기의 생활을 의미 있게 보내기 위한 여가가 필요하다(최순남, 1981).

2. 노년기 여가의 특성과 실태

노인은 직업에서의 은퇴로 인해 다른 연령층에 비해 생활시간 중 여가시간이 차지하는 비중이 훨씬 크므로 여가시간을 이용해 다양한 여가활동을 할 수 있으나, 우리나라의 노인들은 빈곤한 시기에 청·장년기를 보냈으므로 여가활동의 경험이 적고 여가활동의 방법과 기술이 제한되어 있어 주어진 많은 시간들을 제대로 활용하지 못하고 무료한 시간을 보내고 있는 실정이다(홍성희, 1998). 장인협·최성재(1996)의 연구에 의하면 노년기에는 여가시간은 많아지지만 여가활동범위는 좁아지고, 움직이는 여가활동보다 앉아서 하는 여가활동이 증가되며, 가정 외적 여가활동보다 가정 내적 여가활동이 증가되는 경향이 있다. 또한 홍성희(1998)의 연구결과, 노인들이 TV 시청 및 라디오 청취, 휴식, 신문잡지보기 등 정적이고 소일적인 활동에 주로 참여하는 한편 노인학교나 사회봉사활동에 대한 참여도가 낮은 것으로 나타났다.

Wallner(1973)는 노인의 여가활동이 정적이며, 참여도 또한 성인에 비해 낮다고 지적하였다. 노년기에 이르면 더 많은 여가시간을 가질 수 있음에도 불구하고, 실제로 여가활동참여에 많은 장애를 갖게 되는데, 많은 연구(박재간, 1984; 최성재, 1986; 송정선, 1997)에서 여가비용이 큰 장애요인으로 지적되었다. 즉, 노인들이 여가활동에 대한 욕구를 갖고 있더라도 실제로는 경제력과 비용부담에 제약을 느끼기 때문에 참여하지 못하는 것으로 나타났다. 또한 여가활동에 대한 경험의 결여와 기술의 부족으로 인해 노인들은 많은 시간을 제대로 활용하지 못하고 무료한 시간을 보내고 있다(이희범, 1994).

현재 노인들의 여가활동 참여도와 여가만족도를 매개로 한 생활만족도와의 인과관계를 보면 여가활동에 많이 참여하고 여가에 만족할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다(홍성희, 1998). 노년기의 삶의 질에 대한 박충선 등(1998)의 연구에서 노인들의 여가생활에 대한 전반적인 만족도는 과거보다는 나아졌

지만 여전히 낮은 편이었으며 여가활동에 대한 전반적인 경험 부족이 그 이유로 지적되고 있다.

최은영(1981)의 연구에 의하면 여가활동의 장애요인은 여가의 식이나 기능, 육구의 결여가 아니라 여가시설부족과 용돈의 부족이라 하였다. 김광득(1996)도 용돈은 가계의 총수입 및 생활수준과 밀접하게 관련이 되어 여가활동참여와 정적인 상관관계를 맺게 된다고 하였다. 김용희(1996)는 적극적으로 참여하고 싶어도 주변에 여가시설이 없거나 있어도 경제적인 이유로 여가생활을 영위할 수 없는 경우가 많다고 지적하였다(김성연 외, 2000, 재인용).

III. 연구방법

1. 도구 작성

본 연구에서는 신화경(2004), 정민영(2001), 홍성희(1998), 김외숙(1991)의 연구를 기초로 하여 작성하였으며, 예비조사를 거쳐 설문문항의 문제점과 신뢰도 측정을 하였다. 전문가 1인에게 내용타당성을 검증받았으며, 신뢰도 측정을 위해 40~50대의 중년층 30명을 대상으로 1차 test를 실시한 후, 2주 후 1차 응답자들을 대상으로 retest를 실시하였다. test-retest 결과, 응답의 일치도는 0.84로 나타났다. 예비조사결과 신뢰도가 낮은 문항과 문제점을 수정 및 보완하여 응답자가 용이하고 명확하게 응답할 수 있도록 하였다. 설문도구의 내용은 일반적 사항과 여가활동의 필요성 및 필요 이유, 여가활동특성으로 구성되며 여가활동특성으로는 여가활동시간, 여가활동비용, 여가활동동반자, 여가활동종류, 여가활동장소, 그리고 현재 여가활동 만족도 및 현재 여가불만요인 등을 포함하여 구성하였다. 여가활동특성은 최근 1년간의 여가실태와 60세 이후 노후의 선호여가로 구성하였다. 여가활동종류는 예비노년층을 대상으로 하는 것이므로 선행 연구에서 제시하는 내용 중 예비조사 결과 중년층에서 응답률이 없는 여가종류를 삭제한 47가지의 여가활동종류를 포함하였으며 여가활동장소는 집, 동네/단지내, 지역구내, 지역구외로 나누어 조사하였다.

2. 자료수집 및 자료분석

자료수집은 2003년 12월 9일부터 24일까지 수도권에 거주하는 40·50대 중년 남녀를 대상으로 임의 표집하여 자기기입식

- 1) 일반적으로 생활권의 범위는 경제성과 사람들의 공간적 행태를 바탕으로 1차 생활권(근린생활권), 2차생활권(중생활권), 3차생활권(대생활권)으로 나뉘어진다. 1차생활권은 보행권 중심의 기본단위이며 2차생활권은 간단한 대중교통시설을 이용하여 이동할 수 있는 범위를 의미한다(대한국토도시계획학회, 2002). 따라서 본 연구에서는 1차생활권을 동네·단지, 2차생활권은 지역구내로, 3차생활권은 지역구외로 정의하였으며, 여기에 기본 생활영역인 집을 포함시켜 4가지로 구분 조사하였다

설문지 450부를 배포하였다. 현재 우리나라의 노년층은 청·장년기의 빈약했던 여가경험과 관련하여 여가경험이 극히 제한적이므로(이희범, 1994), 본 연구의 조사대상으로는 앞으로의 노후여가활동에 지원방향 모색에 실질적인 대상자가 될 수 있는 집단이라고 판단되는 예비노년층을 대상으로 하였다. 배포한 설문지 중 437부(97.1%)를 회수하였으며 회수된 설문지 중 응답이 누락된 것을 제외하고 398(88.4%)부를 최종분석에 사용하였다.

자료분석은 SPSS/PC* 프로그램을 이용하여, 조사대상자의 일반적 특성, 여가활동의 필요성 및 만족도는 빈도, 백분율, 평균 등을 통해 분석하였다. 현재 여가실태와 노후의 여가선호에 대하여 비교하기 위해 cross-tabs, χ^2 -test를 이용하여 분석하였다.

IV. 연구 결과

1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 성별은 남자가 50.3%, 여자가 49.7%이며, 연령은 40대가 79.4%, 50대가 20.6%를 차지했다. 학력은 고졸(56.3%), 대졸(34.6%), 대학원이상(6.5%)순으로 나타났다. 가족구성원은 응답자의 69.3%가 4명으로 2000년 통계청의 인구주택총 조사결과 평균 가족수 3.1명보다 많은 경향을 보이고 있었다. 조사대상자 중 남자의 경우, 개인사업(37.0%), 행정·사무직(21.0%), 전문직(12.0%), 기능·생산직(9.0%)순으로 나타났으며, 여자의 경우, 주부(53.5%)가 가장 많았으며, 다음으로는 개인사업(11.1%), 전문직(9.1%)순으로 나타났다. 월평균수입으로는 200만원 미만(19.6%), 200~250만원(16.6%), 300~350만원(12.1%)순으로 나타났다. 주거형태는 응답자의 77.9%가 아파트 거주자이며 건강상태는 응답자 본인의 주관적 판단에 의한 건강상태를 조사한 것으로 건강상태가 '보통'이거나(57.3%), '건강하다'(30.2%)고 응답한 것으로 나타났다.

2. 여가활동의 필요성

여가활동의 필요성에 대해서 응답자의 95.0%가 '필요하다'고 응답하였으며, 그 외에 5.0%는 '잘 모르겠다'고 응답한 것으로 나타났다.

여가활동이 필요하다고 한 경우, 여가활동의 필요이유로는 '정신적·심리적 안정을 위해' 여가활동이 필요하다고 하는 응답이 75.7%로 가장 많았으며, 다음으로는 '신체적 건강'과 '생활의욕을 높이기 위해서' 여가활동이 필요하다고 하는 응답이 각각 62.4%였다. '가족의 기분전환 및 휴식을 위해'(56.1%) 여가활동이 필요한 것으로 나타났다<표 1>.

<표 1> 여가활동 필요이유 N=378

필요 이유*	f	%
정신적·심리적 안정을 위해	286	75.7
신체적 건강을 위해	236	62.4
생활의욕을 높이기 위해	236	62.4
가족의 기분전환 및 휴식을 위해	212	56.1
가족의 이해와 화목증진을 위해	156	41.3
일의 능률을 위해서	98	25.9
교양 향상을 위해	86	22.8
새로운 경험의 기회를 위해	84	22.2
인간관계 개선을 위해	78	20.6
세대차이 등을 극복하기 위해	62	16.4
창조적 표현능력 향상을 위해	36	9.5

* 복수응답 문항임.

3. 여가활동특성

여가활동특성으로는 여가활동시간, 여가활동비용, 여가활동동반자, 여가활동종류, 여가활동장소로 구분하여 조사하였으며, 이들의 현재 실태와 노후의 선호를 비교·분석하였다.

1) 여가활동시간

현재 여가활동시간은 하루 평균 주중에는 2.8시간, 주말에는 3.4시간으로 나타났다<표 2>. 또한 노후 여가시간의 변화예측에 관하여 조사한 결과, 조사대상자가 60세 이후의 노후에는 현재에 비해 여가시간이 늘어날 것으로 응답한 비율이 62.3%, 줄어들 것으로 응답한 비율이 10.6%, 모르겠다고 응답한 비율이 27.1%로 나타났다<표 3>. 따라서 조사대상자의 2/3정도는 앞으로 여가시간이 현재보다 증가할 가능성이 높은 것으로 해석할 수 있다.

<표 2> 현재 여가시간 N=398

여가시간	주중여가시간	주말여가시간
1시간 미만	82 (20.6)	44 (11.1)
1~2시간	102 (25.6)	50 (12.6)
2~3시간	72 (18.1)	110 (27.6)
3~4시간	42 (10.6)	52 (13.1)
4~5시간	22 (5.5)	42 (10.6)
5~6시간	40 (10.1)	30 (7.5)
7시간 이상	38 (9.5)	70 (17.6)
평균	2.8시간	3.4시간

<표 3> 현재와 노후의 여가활동시간의 차이

여가시간 증감여부	f	%
증가할 것이다	248	62.3
감소할 것이다	42	10.6
모르겠다	108	27.1
계	398	100.0

2) 여가활동비용

현재 여가활동비용으로 여가활동비용이 '없다'~'55만원 이상'의 14단계로 조사한 결과 월평균 5~10만원미만을 사용한다는 응답이 25.1%로 가장 많았으며, 다음으로는 1~5만원미만(18.6%), 10~15만원 미만(11.6%)순으로 나타났다. 이러한 결과는 정민영(2001)의 중년층을 대상으로 한 연구에서 27.7%가 1~3만원의 여가활동비용을 사용한다는 것보다 여가활동비용을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 60세 이후 노후의 여가활동 비용으로 사용 가능한 예상 여가활동 비용(2)을 조사한 결과, 현재 사용되고 있는 여가활동 비용과 같이 월평균 5~10만원미만의 여가활동비용을 예상하는 응답이 23.1%로 가장 많았고, 다음으로는 10~15만원미만을 예상하는 응답이 18.6%로 나타났다.

현재 여가활동비용과 노후 예상 여가활동비용을 비교하기 위해 여가활동비용을 '없다', '1만원 미만', '1~5만원 미만', '5~10만원 미만', '10~15만원 미만', '15~20만원 미만', '20만원 이상'으로 재조합하여 Cross-tabs으로 정리하였다.

<표 4>에서 나타난 것과 같이 노후의 여가활동에 사용할 예상 여가활동비용은 현재 사용하고 있는 여가활동비용과 같거나 현재 사용하는 여가활동비용보다 많을 것으로 나타나 노후 여가활동비용은 현재 보다 늘어날 가능성이 있는 것으로 해석할 수 있다.

<표 4> 현재 여가활동비용과 노후 예상 여가활동비용

현재 여가비용 \ 노후 여가비용	노후 여가비용							계
	없다	1만원 미만	1~5만원 미만	5~10만원 미만	10~15만원 미만	15~20만원 미만	20만원 이상	
없다	2 (5.3) (100.0)	0 (0) (0)	10 (26.3) (21.7)	12 (31.6) (13.0)	6 (15.8) (8.1)	0 (0) (0)	8 (21.1) (5.4)	38 (100.0) (9.5)
1만원 미만	0 (0) (0)	8 (25.0) (100.0)	6 (18.8) (13.0)	10 (31.3) (10.9)	2 (16.3) (2.7)	0 (0) (0)	6 (18.8) (4.1)	32 (100.0) (8.0)
1~5만원 미만	0 (0) (0)	0 (0) (0)	18 (48.6) (39.1)	36 (48.6) (39.1)	14 (18.9) (18.9)	2 (2.7) (7.1)	4 (5.4) (2.7)	74 (100.0) (18.6)
5~10만원 미만	0 (0) (0)	0 (0) (0)	10 (10.0) (21.7)	18 (18.0) (19.6)	34 (34.0) (45.9)	12 (12.0) (42.9)	26 (26.0) (17.6)	100 (100.0) (25.1)
10~15만원 미만	0 (0) (0)	0 (0) (0)	0 (0) (0)	10 (21.7) (10.9)	16 (34.8) (21.6)	6 (13.0) (21.4)	14 (30.4) (9.5)	46 (100.0) (11.6)
15~20만원 미만	0 (0) (0)	0 (0) (0)	0 (0) (0)	2 (5.0) (2.2)	2 (5.0) (2.7)	4 (10.0) (14.3)	32 (80.0) (21.6)	40 (100.0) (10.1)
20만원 이상	0 (0) (0)	0 (0) (0)	2 (2.9) (4.3)	4 (5.9) (4.3)	0 (0) (0)	4 (5.9) (14.3)	58 (85.3) (39.2)	68 (100.0) (17.1)
계	2 (0.5) (100.0)	8 (2.0) (100.0)	46 (11.6) (100.0)	92 (23.1) (100.0)	74 (18.6) (100.0)	28 (7.0) (100.0)	148 (37.2) (100.0)	398 (100.0) (100.0)

2) 현재 물가를 기준으로 조사한 것이므로 노후의 물가상승지수를 고려하지 않은 비용임.

3) 여가활동 동반자

여가활동 동반자는 혼자, 배우자, 자녀, 친구, 이웃, 직장동료 중 누구와 여가활동을 하는지와 노후 같이 여가활동을 하고 싶은 동반자에 대하여 조사하였다.

현재 여가활동을 함께 하는 동반자로는 배우자와 함께 한다는 응답이 29.6%로 가장 많은 것으로 나타났으며, 다음으로는 혼자(22.6%), 친구(16.1%)의 순으로 나타났다. 60세 이후의 노후에는 여가활동을 함께 하고자 하는 동반자로 배우자와 함께 참여하고 싶다는 응답이 75.9%로 가장 많았고, 다음으로 친구와는 9.5%, 자녀와는 8.5%의 응답율을 보인 반면, 혼자 여가활동을 하겠다는 응답은 1.0%로 나타났다. 이러한 결과는 이준민·신화경(2005)의 연구에서 중년층이 근미래에 배우자와 여가활동을 함께 하고 싶다는 결과(62.8%)에 비해 더 높은 것으로 노후에 배우자와의 여가활동 선호가 더 높아짐을 나타낸 것이라 할 수 있다.

현재 함께 하고 있는 여가활동 동반자와 노후에 함께 하고 싶은 여가활동 동반자를 비교하기 위하여 Cross-tabs으로 정리한 결과는 <표 5>와 같다. 노후에는 현재 자녀, 친구, 이웃과 같이 하는 여가를 노후에도 이들과 같이 하고자 하는 비율이 나타나는 했으나 노후에는 배우자와 함께 하고자 하는 비율이 상대적으로 더 높게 나타났다.

<표 5> 현재와 노후의 여가활동 동반자 실태 및 선호

현재 여가동반자 \ 노후 여가동반자	노후 여가동반자					
	혼자서	배우자	자녀	친구	이웃	계
혼자서	42 (4.4) (100.0)	64 (71.1) (22.3)	16 (17.8) (47.1)	6 (6.7) (15.8)	0 (0) (0)	90 (100.0) (22.6)
배우자	0 (0) (0)	100 (84.7) (35.0)	4 (3.48) (11.8)	12 (10.2) (31.6)	2 (1.7) (10.0)	118 (100.0) (29.6)
자녀	0 (0) (0)	26 (61.9) (9.1)	8 (19.0) (23.5)	2 (4.8) (5.3)	6 (14.3) (30.0)	42 (100.0) (10.6)
친구	0 (0) (0)	46 (71.9) (16.1)	6 (9.4) (17.6)	12 (18.8) (31.6)	0 (0) (0)	64 (100.0) (16.1)
이웃	0 (0) (0)	36 (66.7) (12.6)	0 (0) (0)	6 (11.1) (15.8)	12 (22.2) (60.0)	54 (100.0) (13.6)
직장동료	0 (0) (0)	14 (100) (4.9)	0 (0) (0)	0 (0) (0)	0 (0) (0)	14 (100.0) (3.5)
계	4 (1.0) (100.0)	286 (75.9) (100.0)	34 (8.5) (100.0)	38 (9.5) (100.0)	20 (5.0) (100.0)	398 (100.0) (100.0)

4) 여가활동종류

여가활동은 <그림 1>에 제시된 47가지의 여가활동을 중심으로 현재 하고 있는 여가활동과 60세 이후의 노후에 하고 싶은 여가활동에 대하여 조사하였다.

현재 예비노년층이 하고 있는 여가활동으로는 휴식·낮잠이 75.9%로 가장 많은 응답율을 나타냈으며, 다음으로 가족과의 외식(62.8%), TV·라디오·비디오시청(61.8%), 산책·약수터가기(50.3%), 데이트·친지 만남(46.7%), 목욕·사우나·찜질방가기(45.7%), 여행·고향방문·소풍(42.2%), 쇼핑하기(42.2%), 독서·글쓰기(35.7%), 등산·캠핑·낚시(34.2%)의 순으로 나타났다.

60세 이후의 노후에는 하고 싶은 여가활동으로 산책·약수터가기(68.8%)를 하고자 하는 응답율이 가장 많았으며, 다음으로는 휴식·낮잠(52.3%), 가족과 외식(46.7%), 여행·고향방문·소풍·야유회(46.7%), 독서·글쓰기(41.2%) 데이트·친구·친지만남(40.2%), 사회봉사활동(37.7%), 등산·캠핑·낚시(37.7%), 영화·음악회·연극관람(32.2%), 목욕·사우나·찜질방가기(31.7%), TV·라디오·비디오시청(27.1%)의 순으로 나타났다. 노후에는 현재 하고 있는 휴식·낮잠, TV·라디오·비디오 시청, 가족과의 외식, 목욕·사우나·찜질방가기 등의 여가활동을 여전히 하고 있으나 선호하는 비율이 감소하는 반면에, 산책·약수터가기, 영화·음악회·연극관람, 독서·글쓰기 등은 선호하는 비율이 증가하는 것으로 나타났다. 그 외에 새로이 사회봉사활동을 하고 싶어 하는 비율이 높은 것으로 나타나, 노후에는 참여적이고 자기개발적인 여가활동을 선호하는 비율이 증가하는 것으로 나타났다. 또한 현재 여가활동 실태와 노후 여가활동에 대한 선호와의 차이를 파악하기 위하여 각 여가활동별 현재와 노후의 희망 여부를 χ^2 -test한 결과 $P<.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다<그림 1>.

노후에는 현재에 비해 휴식·낮잠, 음악감상, 쇼핑하기, 목욕·사우나·찜질방가기, 데이트·친지만남, 종교·써클활동, TV·라디오·비디오, 아이돌보기, 집안꾸미기, 가족과의 외식 등 소극적이고 수동적인 여가활동³⁾과 놀이(윷놀이, 퍼즐), 카드·고스톱, 컴퓨터게임, 음주 등 부정적 의미의 여가활동을 하겠다는 응답이 줄어드는 반면에 독서·글쓰기, 그림그리기, 악기연주, 수영하기, 산책·약수터가기, 사회봉사활동, 골프, 실내스포츠, 테니스, 문화센터 교양교육 등 적극적이고 능동적인 여가활동을 하겠다는 응답은 상대적으로 늘어나는 것으로 나타났다.

또한 조사대상자들이 현재 하고 있는 여가활동과 노후에 하고 싶은 여가활동 전반에 대한 차이정도를 조사한 결과, 차이가 있다는 응답한 비율이 47.2%로 가장 많았으며, 차이가 없다고 응답한 비율이 32.2%로 나타났다. 차이가 난다고 응답한 경우, 여가활동의 종류가 현재 하고 있는 여가활동종류보다 다양해질 것이라는 응답한 비율이 43.2%로 가장 많았으며, 축소될 것이라고 응답한 비율은 30.7%로 나타났다<표 6>.

3) 활동이론 관점에서 스포츠, 문화예술 등의 '하는 여가'는 능동적 여가로 독서, 음악감상, 낮잠, 영화관람 등 '보는 여가'는 수동적 여가로 구분할 수 있음(이종길, 1992).

<표 6> 현재와 노후의 여가활동전반에 대한 차이

여가활동에 대한 차이	f	%
차이가 있다	188	47.2
차이가 없다	128	32.2
모르겠다	82	20.6
계	398	100.0

5) 여가활동장소

여가활동이 이루어지는 장소를 집, 동네/단지내, 지역구내, 지역구외의 4가지로 분류하여 조사하였으며 그 결과 <표 7>과 같다. 각 여가활동별 장소를 중심으로 보면, 현재는 집에서 휴식·낮잠, 독서·글쓰기, 음악감상, 집안가꾸기, TV·라디오·비디오 시청, 카드·고스톱, 컴퓨터게임, 바둑·장기, 운동경기 관람, 아이돌보기, 요리 등의 여가활동이 이루어지고 있으며 동네/단지내에서는 산책·약수터가기, 목욕·사우나·찜질방가기, 가족과 외식, 베드민턴·줄넘기 등의 여가활동이 이루어지고 있는 것으로 나타났다. 지역구내에서는 산책·약수터가기, 가족과 외식, 데이트·친지만남, 종교·서클활동, 쇼핑하기 등의 여가활동이 이루어지고 있으며, 지역구외에서는 등산·캠핑·낚시, 여행·소풍, 드라이브, 데이트·친지만남 등의 여가활동이 이루어지고 있는 것으로 나타났다.

노후에는 현재와 같이 여전히 집에서 휴식·낮잠, 독서·글쓰기, 음악감상, 집안가꾸기, TV·라디오·비디오 시청 등의 여가활동을 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났으며, 동네/단지내에서는 산책·약수터가기, 목욕·사우나·찜질방가기, 가족과 외식, 실내스포츠 등의 여가활동을 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다. 지역구내에서는 산책·약수터가기, 가족과 외식, 영화·음악회·연극관람, 데이트·친구·친지만남 등의 여가활동을 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났으며, 지역구외에서는 등산·캠핑·낚시, 여행·소풍, 드라이브, 데이트·친지만남 등의 여가활동을 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다.

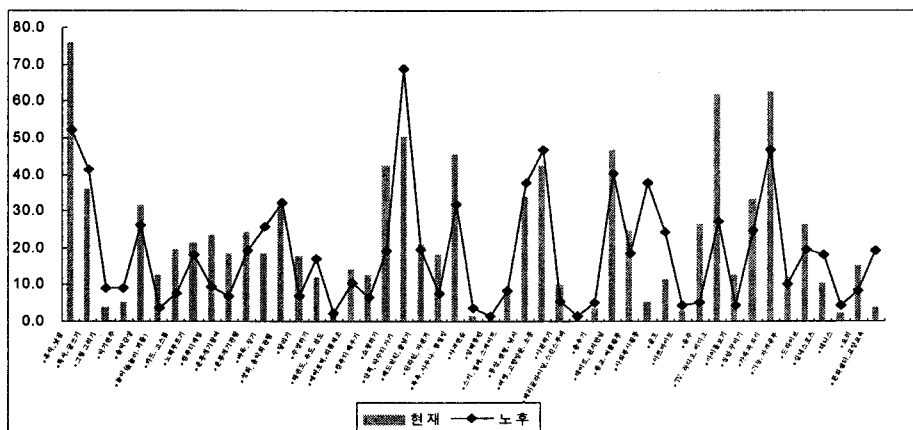
또한 현재와 노후의 여가활동장소를 비교하기 위하여 조사대

상자의 응답율이 10% 이상인 여가활동을 중심으로 현재와 노후의 여가활동을 장소별로 정리하였다<그림 2>.

현재 휴식·낮잠, 독서·글쓰기, 음악감상 등 시설을 필요로 하지 않고 집에서 이루어지는 소극적이고 수동적인 여가활동은 노후에도 그 활동에 대한 선호는 감소하고 있으나, 활동장소의 변화는 없는 것으로 나타났다. 현재 동네/단지내에서 이루어지는 달리기, 산책·약수터가기, 가족과 외식, 목욕·사우나·찜질방 가기 등의 여가활동은 노후에도 여전히 동네/단지내에서 여가활동을 하고자 하는 것으로 나타났으며, 지역구내에서 이루어지는 산책·약수터가기, 가족과 외식 등의 여가활동 역시 노후에도 지역구내에서 하고자 하는 것으로 나타났다. 그러나 현재 집에서 하던 운동경기관람은 노후에는 지역구외에서 하고자 하였으며, 동네/단지내에서 하고 있는 달리기는 동네/단지내와 지역구내에서 하고자 하는 것으로 나타났다. 또한 현재 지역구내에서 하고 있는 종교·서클활동, 쇼핑하기, 산책·약수터가기 등의 여가활동과 지역구외에서 하고 있는 쇼핑하기, 실내스포츠, 문화센터 교양교육 등의 여가활동 역시 노후에는 동네/단지내에서 하고자 하는 것으로 나타났으며 지역구외에서 하고 있는 영화·음악회·연극관람, 데이트·친구만남 등의 여가활동은 노후에 지역구내에서 하고자 하는 것으로 나타났다. 이외에 지역구외에서의 등산·캠핑·낚시, 여행·고향방문·소풍 등 자연 지향적 여가활동은 현재와 같이 노후에도 하고 싶은 여가활동으로 선호되고 있으며, 현재 여가활동장소와 노후에 활동하고자 하는 장소에 차이가 없는 것으로 나타났다.

즉, 현재 하고 있는 여가활동들은 대부분 현재 여가활동을 하고 있는 장소보다 노후에는 좀 더 가까운 곳에서 여가활동을 하고자 하는 것으로 나타났다. 또한 노후에 새롭게 선호비율이 높아지는 산책·약수터가기, 실내스포츠, 문화센터 교양교육 등의 여가활동 역시 동네/단지내, 지역구내에서 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다.

따라서 노년기의 여가활동장소는 현재의 여가활동장소에 비해 집과의 근접성을 더 원하는 것으로 해석된다.

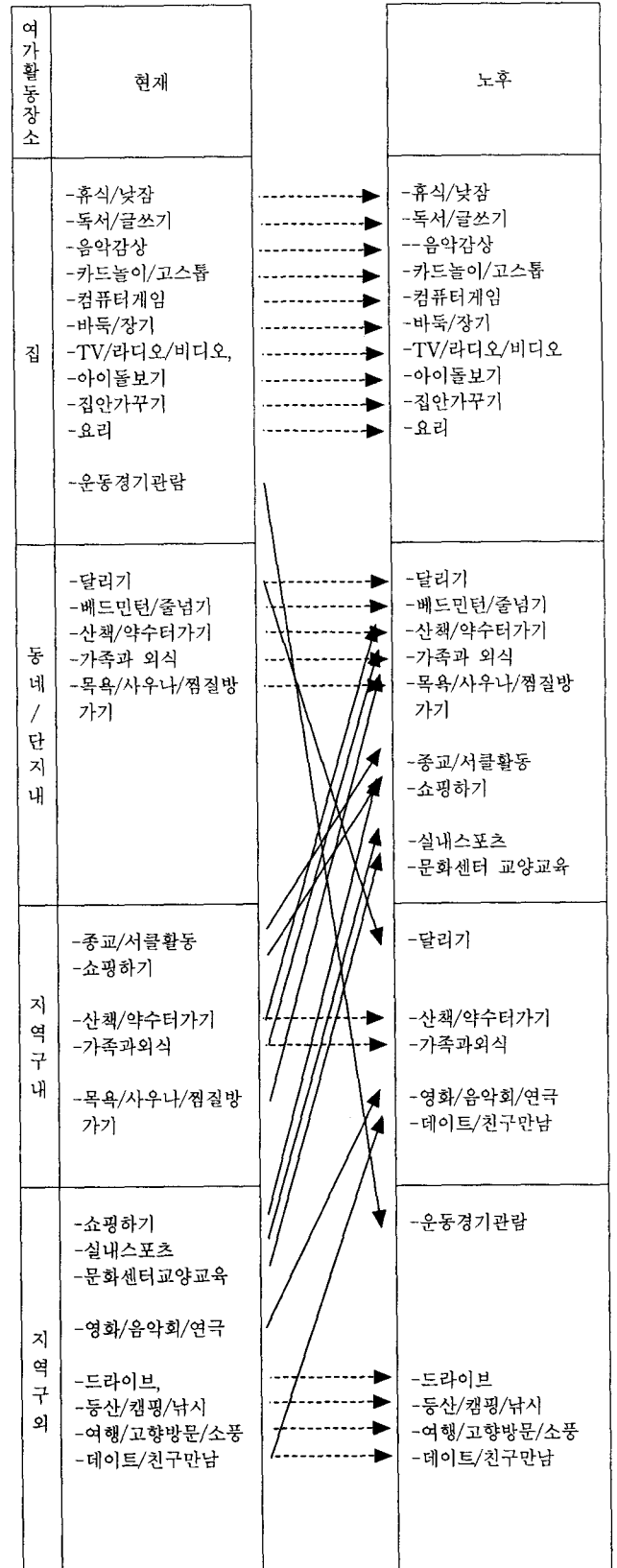


* χ^2 -test결과 P<.05수준에서 유의한 차이가 있음

<그림 1> 현재와 노후의 여가활동종류 실태 및 선호

<표 7> 현재와 노후의 여가활동장소 (N=398, 단위:%)

현재 하고 있는 여가활동장소				여가활동종류	노후에 선호하는 여가활동장소			
지역 구외	지역 구내	동네 단지	집		집	동네 단지	지역 구내	지역 구외
-	-	-	74.9	휴식·낮잠	51.3	0.5	-	0.5
-	-	-	35.7	독서·글쓰기	38.2	1.0	1.5	0.5
-	-	-	4.0	그림 그리기	5.5	2.0	1.0	0.5
-	-	-	4.5	악기 연주	5.0	1.5	1.0	1.5
-	-	-	28.6	음악 감상	23.6	1.0	1.0	0.5
-	-	-	9.5	놀이(웃놀이 등)	2.0	0.5	0.5	0.5
-	-	-	14.1	카드,고스톱	5.5	1.5	-	0.5
-	6.0	4.0	8.0	노래 부르기	4.0	6.5	5.5	2.0
-	-	-	23.1	컴퓨터게임	9.0	-	0.5	-
3.5	4.5	6.0	-	운동경기참여	-	5.0	0.5	1.5
9.5	-	-	11.1	운동경기관람	5.0	1.5	3.0	9.5
-	4.5	-	10.1	바둑·장기	10.1	7.5	2.0	5.0
11.6	9.5	-	-	영화·음악회·연극	2.0	7.5	12.1	10.6
-	6.5	9.5	-	달리기	1.0	3.0	3.0	-
-	4.5	3.5	-	수영하기	0.5	12.1	4.5	-
-	1.5	1.0	-	태권도·유도·검도	-	2.0	-	-
-	4.5	5.5	3.5	에어로빅·헬스	0.5	9.0	1.0	-
-	-	3.0	7.0	컴퓨터 배우기	2.0	2.5	2.0	-
11.6	19.1	-	-	쇼핑하기	5.0	8.5	5.5	-
-	16.1	29.6	-	산책·약수터가기	-	44.7	18.2	5.5
-	-	13.6	-	베드민턴·줄넘기	1.0	14.1	4.5	-
-	5.5	8.0	-	인라인·자전거	0.5	4.5	2.0	0.5
-	10.1	24.1	-	목욕·사우나	2.5	21.1	5.5	0.5
1.5	-	-	-	사격연습	0.5	1.0	2.0	-
2.0	-	-	-	암벽등반	-	-	-	1.5
7.5	-	-	-	스키·스케이팅	-	-	1.0	7.5
22.1	6.5	-	-	등산·캠핑·낚시	-	5.5	9.5	22.1
39.7	-	-	-	여행·고향방문	-	4.0	9.5	33.2
9.5	-	-	-	사진찍기	-	1.0	1.0	3.5
1.5	-	-	-	패러글라이딩	-	-	0.5	1.0
3.5	-	-	-	춤추기	3.0	-	0.5	1.5
28.1	13.1	-	-	데이트·친구만남	1.0	6.0	10.1	22.1
6.5	11.1	6.0	-	종교·서클활동	0.5	7.5	7.0	3.5
-	3.0	-	-	사회봉사활동	1.0	13.6	16.1	7.0
6.0	3.5	-	-	골프	-	7.5	8.5	8.0
1.5	-	1.5	-	아르바이트	0.5	3.5	-	0.5
9.0	6.0	-	7.0	음주	2.0	2.5	-	0.5
-	-	-	61.3	TV·라디오	26.6	0.5	-	-
-	-	-	10.6	아이돌보기	4.0	0.5	-	-
-	-	-	32.7	집안가꾸기	23.6	0.5	-	0.5
-	23.6	20.6	-	가족과 외식	-	18.1	15.6	9.5
3.0	-	-	8.0	기능·자격공부	2.5	2.0	2.0	3.5
19.6	-	-	-	드라이브	-	2.0	3.0	13.6
3.0	4.0	-	-	실내스포츠	0.5	10.1	4.5	3.0
-	1.0	-	-	테니스	-	3.5	0.5	0.5
-	-	-	12.6	요리	6.5	1.0	-	1.0
2.0	1.0	1.0	-	문화센터 교양교육	0.5	12.1	2.5	4.0



-----> 현재와 노후의 여가활동장소에 변화가 없음
 —————> 현재와 노후의 여가활동장소에 변화가 있음

<그림 2> 현재와 노후의 여가활동장소 비교

4. 현재 여가만족도, 여가활동 불만요인

현재 여가 만족도를 조사한 결과, '만족한다'고 응답한 비율이 28.0%로 가장 높았으며, '보통'이라고 응답한 비율이 57.8%, '불만족한다'고 응답한 비율이 13.6%로 나타났다<표 8>.

<표 8> 여가만족도

만족도	f	%
만족한다	112	28.1
보통이다	231	58.0
불만족한다	55	13.9
계	398	100

현재 여가활동에 대하여 만족하지 않은 경우, 여가 만족도에 대하여 '보통'인 경우와 '불만족한다'는 경우를 모두 포함하여 현재 여가활동에 대한 불만족 요인을 조사한 결과, 여가활동의 불만족요인으로는 시간적 여유가 없어서가 83.2%로 가장 많은 응답율을 나타냈고, 다음으로 경제적 여유가 없어서(44.1%), 마음의 여유가 없어서(32.2%), 시설이 부족해서(30.8%), 프로그램이 없어서(15.4%) 순으로 나타났다<표 9>.

<표 9> 현재 여가 불만족 요인 N= 286

불만족 요인*	f	%
시간적 여유가 없어서	238	83.2
경제적 여유가 없어서	126	44.1
마음의 여유가 없어서	92	32.2
시설이 부족해서	88	30.8
적절한 여가프로그램이 없어서	44	15.4
여가활동 장소가 멀어서	34	11.9
취미나 의욕이 없어서	32	11.2
여가정보가 부족해서	26	9.1
건강하지 못해서	26	9.1
교통이 불편해서	20	7.0
자녀의 연령이 어려서	14	4.9
주위의 이해가 없어서	12	4.2
함께 할 동반자가 없어서	6	1.5
나이가 많아서	4	2.1
종교생활 때문에	2	0.7

* 복수응답 문항임

V. 결론 및 제언

풍요로운 노년기를 위해서는 중년기, 즉 예비노년기부터 다양한 취미활동, 사회봉사활동, 사교활동 등을 통해 사회 심리적 욕구를 충족시키며 자신의 생활양식을 만들어 나가는 생애경로 전 과정에 대한 계획과 준비가 필요하다. 이를 대비하여 본 연

구는 예비노년층의 현재의 여가실태와 노후에 선호하는 여가활동에 대한 요구를 파악함으로써 노년기 여가생활의 질적 향상을 위해 필요한 여가활동 관련 지원 자료를 제공하고자 한다. 연구 결과를 토대로 하여 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 대부분의 조사대상자(95%)는 여가활동은 필요한 것으로 인식하였으며, 정신적·심리적 안정은 물론 생활의욕과 교양의 향상, 신체적 건강을 위해 그리고 새로운 경험의 기회 제공을 위해 필요한 것으로 나타났다.

따라서 정신적, 심리적 안정은 물론 생활의욕과 교양의 향상 그리고 신체적 건강 증진과 새로운 경험의 기회 제공이라는 측면에서 여가활동에 대한 적극적인 지원이 요구된다. 특히 휴식과 함께 자기생활 균형 회복, 즐거움과 문화성 발휘 그리고 새로운 경험의 도전으로서의 노년기 여가 특성과 중·장년기 여가경험이 노년기에 지속된다는 점을 감안하여 예비노년기의 여가활동에 대한 대폭적인 지원이 요구된다.

둘째, 현재 여가활동에 대해 만족하지 않는 비율이 79.1%로 나타났고 불만요인으로 시간적 여유가 없어서, 경제적 여유가 없어서, 시설 및 프로그램이 부족하다는 것들이 지적되었다. 그러나 노후 여가시간의 증가가 예상되고 있으며 노후에 예상되는 여가활동비용도 현재 수준보다 높을 것으로 예측하는 바, 풍요로운 노후 여가생활을 지원하기 위해서는 여가시간 및 여가비용 측면이외에 여가시설 및 여가프로그램 개발·지원이 요구된다.

셋째, 노후에 하고자 하는 여가활동으로는 현재의 소극적이고 대체적인 여가활동이 축소되는 반면, 적극적이고 자기개발적인 다양한 여가활동에 대한 선호가 높은 것으로 나타나났으며 노후의 다양한 여가활동에 대한 활동의 참여를 희망하는 비율 또한 높게 나타났다. 따라서 노후에 증가하는 여가시간을 활용하기 위해 선호도가 높은 능동적이고 자기 개발적인 노년기의 여가활동에 대한 적극적인 지원이 요구된다.

넷째, 현재의 여가활동 중 집에서 이루어지고 있는 대부분의 소극적이고 수동적인 여가활동은 노후에 선호비율은 낮아 지나 여전히 집에서 하고자 하는 것으로 나타났다. 그러나 지역구내, 지역구외에서 하고 있는 여가활동들은 노후에는 동네/단지내에서 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다. 이는 노년기 여가활동을 위해 여가활동장소의 근접성에 대한 높은 요구를 나타내는 것으로, 보다 적극적인 노년기 여가활동을 위해 주거와의 근거리권에 여가시설 및 공간에 대한 개발이 요구된다.

다섯째, 노후에는 혼자 여가활동을 하고자 하는 비율이 크게 감소되고 자녀, 친구, 이웃과 같이 하고자 하는 비율도 감소되는 반면에 배우자와 노후 여가활동을 같이 하고자 하는 비율이 상대적으로 더 높은 것으로 나타났다. 따라서 배우자와 함께 할 수 있는 노년기 여가활동 및 노년기 여가 프로그램의 개발이 요구된다.

- 접수일 : 2005년 07월 15일
- 심사일 : 2005년 07월 27일
- 심사완료일 : 2005년 09월 07일

【참 고 문 헌】

김성연·박미석(2000). 도시노인의 여가생활만족도에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 18(1), 68-84.

김영민(2001). 노인들의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구. 단국대 대학원 석사학위논문.

김외숙(1991). 도시기혼여성의 여가활동참여와 여가장애. 서울대 대학원 박사학위논문.

대한국토·도시계획학회(2002). **단지계획**. 보성각.

박재간(1997). 노년기 여가생활의 실태와 정책과제. 노인복지정책 연구 보고서.

박충선 외(1998). 노년의 삶의 질에 대한 시차적 분석과 영역별 상대적 중요. 학술진흥재단 연구 보고서.

송정선(1997). 노인의 여가활동이 생활만족도에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.

신화경(2004). 공동주택단지 내 여가시설 특성 및 거주자 요구에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 22(6), 89-97.

이정우(1997). 중·노년기 기혼여성의 여가태도 및 여가행동이 생활만족에 미치는 영향. **한국가족자원경영학회지**, 1(2), 79-95.

이종길(1992). **사회체육활동과 생활만족의 관계**. 서울대 대학원 박사학위논문.

이준민·신화경(2005). 중년층의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 23(1), 161-172.

임춘식(1998). 노인여가활동 활성화 방안. 목원대학교 사회과학연구 소논문집.

이희범(1994). 노인의 바람직한 여가선용을 위한 고찰, **홍익논총**, 26.

정민영(2001). 중년남녀의 여가활동 유형과 효과에 관한 비교연구. **한국여가레크리에이션학회지**, 20, 227-240.

장인협·최성재(1996). **노인복지학**. 서울대학교 출판부.

최성재(1986). 노인의 생활만족도척도개발에 관한 연구. **이화여대 한국문화연구원 논총**, 49.

최순남(1984). **현대사회와 노인복지**. 홍익제.

최은영(1981). 노년기 생활만족요인에 관한 연구. 중앙대 대학원 석사학위논문.

최호경(2000). 노인의 여가활동과 생활만족도에 관한 연구. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

홍성희(1998). 노인의 여가활동참여와 여가만족이 생활만족에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 16(3), 108-123.

홍성희·김성희(2000). 공공시설의 여가프로그램 이용실태 분석. **한국가정관리학회지**, 18(1), 98-113.

Kelly, J. R.(1978). A revised paradigm of leisure choices. *Leisure Science*, 1, 345-363.

Ragheb, M. G. & Griffith, C. A.(1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of old persons. *Journal of Leisure Research*. 14(2). 295-306.

통계청(2000). 인구주택총조사. www.nso.go.kr

통계청(2002). 인구추계. www.nso.go.kr