

## 한국노인의 일반적 특성과 여가생활시간에 관한 연구 : 2014년 생활시간조사자료 분석 중심으로

김형민\*, 김동현\*

\*김천대학교 작업치료학과

### — 국문초록 —

목적 : 통계청 2014년 생활시간조사 자료를 통해 한국노인의 여가생활시간의 유형을 살펴보고, 일반적 특성에 따른 여가생활시간을 비교·분석하고자 하였다.

연구방법 : 2014년 생활시간조사 원 자료(Raw data) 중 65세 이상 노인 9228명의 일반적 특성과 시간 사용에 해당되는 자료를 사용하였다. 연구 대상자의 가구·개인관련 사항과 주된 행동에 관한 여가생활시간 사용에 따른 행동분류(대분류 1개, 중분류 7개, 소분류 39개)를 최종적으로 비교·분석하였다

결과 : 첫째, 한국노인들은 여가생활시간 유형 중 미디어를 이용한 여가활동에 가장 많은 시간을 할애하는 것으로 분석되었다. 둘째, 가구관련 사항에 따른 여가생활시간 분석 결과 성별, 가구 소득은 문화 및 관광활동을 제외한 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 보였고, 혼인상태의 경우 미디어를 이용한 여가활동과 문화 및 관광활동 유형을 제외한 모든 영역에서 유의한 차이를 확인할 수 있었다. 셋째, 개인관련 사항에 따른 여가생활시간을 분석한 결과 교육정도는 모든 하위 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 보였고, 경제활동 상태와 월평균 소득의 경우 문화 및 관광활동과 의례 활동을 제외한 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

결론 : 개개인의 배경(Context) 안에서 의미 있는 작업을 발견하고, 이를 삶 속에 적절히 배치시킬 수 있는 균형 잡힌 여가생활시간의 활용이 필요하겠다. 더불어 한국노인의 사회적 고립을 예방하고, 건강하고 활력 있는 노후생활을 위한 작업치료 중재 방안이 필요하겠다.

주제어 : 성공적인 노화, 시간, 여가생활시간, 한국노인

## I. 서론

통계청에 의하면 2018년 65세 이상 인구는 738만 1천 명으로 전체 인구 중 14.3%를 차지하고 있고, 2060년에는 41.0%가 될 것으로 예상된다(Statistics Korea, 2018).

이로 인해 매년 일하기를 원하는 고령자와 단체에 참여하여 활동하는 고령자의 수는 늘어나고 있으며, 그 결과 2017년 우리나라 55~59세 고용률은 72.6%, 60~64세 60.6%, 65~69세 45.5%, 70~74세 33.1%로 지속적으로 증가하고 있어 이에 따른 노인복지정책이 다양하게 요구

교신저자: 김동현(dreamk2@hanmail.net)

접수일: 2019년 3월 20일 심사일: 2019년 3월 21일 게재승인일: 2019년 4월 16일

되고 있는 실정이다(Statistics Korea, 2018).

최근 이러한 노인 인구의 급격한 성장에 따른 사회 구조적 변화들이 다양하게 나타나고 있으며, 그 중 노인 스스로 ‘노년기에 늘어난 여가시간을 어떻게 보내야 할 것인지’에 대한 사회적 관심이 점차 증대되고 있다(Yoon, 2015). 노인의 적극적인 여가활동은 은퇴 후 사회와 가족으로부터의 소외에서 벗어나 자긍심과 자신감을 주고 자아실현을 이룰 수 있는 계기를 마련해 준다(Kim, 2014). 또한 노인들의 여가활동은 건강증진은 물론 삶에 대한 즐거움과 생활수준 향상에 도움을 줄 뿐만 아니라 생활의 재충전 기회를 제공한다(Jeong & Lee, 2013).

미국작업치료사협회의 공식문건인 작업치료실행체계(Occupational Therapy Practice Framework-III : OTPF-III)에 의하면 여가는 일, 자기 관리 또는 수면과 같은 의무적인 작업 참여 이외의 자유 시간에 참여하는 비강제적이고, 내적 동기가 있는 활동으로 정의된다(American Occupational Therapy Association, 2014). 하지만 대부분의 노인들은 자발적이든 강제적이든 직업 생활에서 유리되면서 가정과 사회에서 역할이 축소되고, 대부분의 시간을 가정에서 보내며 강요된 여가생활을 갖게 된다(Lee, 2011). 우리나라 노인들의 경우 역사적으로 혼란스러운 시기를 살아왔고, 또한 여유를 갖지 못하며 삶을 살아왔기 때문에 은퇴 후 늘어난 시간을 어떻게 의미 있게 사용할 것인지에 대한 어려움을 겪고 있다(Sung, Lee, & Baik, 2017).

미래사회의 노인들은 현재보다 교육과 생활수준이 더 높아질 것이고, 삶의 목표와 방식 또한 많이 달라질 것이기 때문에 기본적인 생존을 넘어 자신들의 삶에서 생산적인 여가활동과 성공적 노후를 위한 관련 정책 및 서비스 제공에 관심과 요구가 더욱 확대될 것이다(Lee & Lim, 2012). 노인들이 하루를 어떻게 보내는가에 대한 이해는 집단이 갖고 있는 특별한 문제나 욕구(needs)를 알게 됨으로써 노인집단이 어떤 문제를 안고 있는지를 이해하는데 중요한 단서가 될 수 있다(Kim, 2007). 작업은 생존과 관련이 있고(Wilcock, 2006), 시간 사용은 작업 참여를 평가하는데 사용되며 시간 사용의 방법을 적절하게 조절해 줌으로써 작업 불균형을 해소하고, 그로 인해 삶의 질을 향상시킬 수 있다(Backman, 2004).

고령 사회와 함께 노인 집단의 규모가 거대해지고 그 영향력이 증가함에 따라 이들의 생활시간 사용 패턴에 대한 분석은 사회적으로도 큰 의미를 가지게 되었다

(Yang, 2007). 이러한 배경에서 통계청은 대한민국 국민이 하루를 어떤 형태로 보내고 있는지 파악하여 국민의 생활방식(life style)과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초자료를 제공하기 위하여 1999년부터 5년마다 한 번씩 ‘생활시간조사’를 실시하고 있으며, 이러한 통계청 자료는 노인들의 여가시간 사용에 대한 정보를 제시하고 있다(Statistics Korea, 2014). 최근 2014년 생활시간조사 결과를 기반으로 진행된 선행연구들을 살펴보면 연령별 작업시간 변화 추이 분석(Kim, Hong, & Park, 2017), 기혼가구를 대상으로 한 문화적 여가활동의 시간 사용에 대한 결정요인(Park & Heo, 2018), 부부의 가사노동시간 변화(Kim & Chin, 2016) 등 많은 연구들이 진행되었다. 하지만 고령사회 이후 인구구조가 역 피라미드의 형태로 변경되는 시대에 생존하는 한국노인들의 여가생활시간을 파악하고, 비교·분석한 연구는 부족한 실정이다.

고령사회에서의 시간에 대한 연구는 자신을 정의하고 행동을 이끌어 가는 주요 기체의 역할을 하며, 개개인은 시간 사용에 대한 결정을 통해 자신의 대표적인 정체성을 결정하게 된다(Backman, 2004). 이처럼 작업치료사들은 작업들의 배열을 유지하거나 시간 사용의 방법을 적절하게 조절해 줌으로써 라이프스타일을 재설계하도록 조언할 수 있고, 그로 인해 삶의 질을 향상시킬 수 있다(Anaby, Backman, & Jarus, 2010; Backman, 2004). 또한 균형 있는 작업치료 서비스를 제공하기 위한 근거 마련을 위해 작업치료사는 클라이언트의 시간의 변화에 따른 작업영역별 시간 사용을 파악하는 것은 물론, 그들의 작업적 배경을 이해하고, 변화하는 주요 작업 영역을 감안하여 중재의 목표와 방향을 설정해야 한다(American Occupational Therapy Association, 2014; Hinojosa & Kramer, 1997; Kim, Hong, & Park, 2017).

이러한 점을 감안하여 본 연구에서는 통계청(2014) 생활시간조사 결과를 기반으로 한국노인의 여가생활시간 실태를 파악하고, 일반적 특성과 여가생활시간 사용 형태를 비교·분석하여 성공적인 노화와 균형 잡힌 여가생활시간 사용을 위한 작업치료 중재 프로그램 계획에 필요한 기초자료를 제시하고자 한다.

## II. 연구 방법

### 1. 분석 자료

본 연구에서 사용된 자료는 통계청에서 실시한 2014년 생활시간조사 자료 즉, 마이크로데이터(Microdata)이다. 생활시간조사는 통계청이 5년 주기로 조사하는 국가기 본통계로써 1999년부터 2014년까지 4회에 걸쳐서 실시되었다. 이 조사는 우리나라 국민이 하루 24시간동안 어떤 행동을 언제 얼마나 하는가를 조사하여 국민의 평균적인 생활방식(lifestyle)과 삶의 질을 파악한다. 생활시간조사에 나타난 각종 시간 량, 시간대별 행위자비율 등 다양한 시간 사용 자료는 삶의 질 측정 및 노동·복지·문화·교육·교통 등 정부 정책 수립 및 학문 연구의 기초자료로 유용하게 사용될 수 있다.

2014년에 실시된 생활시간조사에는 전국 약 12,000가구의 만 10세 이상 가구원(약 27,000명)을 조사하였다. 조사대상은 표본가구에 거주하는 만 10세 이상 만 99세 이하 연령의 가구원 중 설문 내용에 대한 응답과 시간일지 기입이 가능 가구원을 대상으로 조사되었다. 조사표 내용 중 [가구관련 항목, 개인관련 항목]은 대상 가구와의 면접을 통해 조사원이 기입하며, [시간일지 및 관련 항목]은 응답자가 10분 간격으로 주로 한 행동, 행위 장소/이동수단, 함께 한 사람과 동시에 한 행동을 2일 동안 직접 기입한다. 본 연구에서는 그 중 주로 한 행동에 관한 시간 사용량을 분석에 사용하였고, 시간 사용에 따른 행동분류는 9개 대분류, 42개 중분류, 138개 소분류로 구분되는데, 본 연구에서는 1개의 대분류(교제 및 여가활동), 7개의 중분류, 39개의 소분류를 자료 분석에 적용하였다.

### 2. 표본 추출 및 분석 대상

2014년 생활시간조사의 표본 추출틀은 2010년 인구주택 총 조사 결과의 일반조사구 중 269,664개 조사구이다. 표본은 층화 2단 집락추출방법에 의하여 추출되었다. 16개 시도의 지역층별 분류지표에 따라 정렬한 후 확률비례 추출방법(PPS\_SYS)을 이용하여 800개 조사구를 추출하였다(1단 추출). 추출된 조사구 내 시작가구로부터 15가구를 조사하여(단순임의추출, SRS), 총 12,000가구(800가구 x 15가구=12,000가구)를 조사하게 된다. 조사는 만10세

이상 모든 가구원을 대상으로 실시하였다(2단 추출). 최종 응답가구 11,986가구 내 만10세 이상 가구원 27,716명 중 26,988명이 응답하였고, 최종분석에 사용된 시간 일지 수는 53,976일이었다. 본 연구에서는 그 중 만 나이가 65세 이상인 노인 9228명을 대상으로 분석하였다.

### 3. 변수의 구성 및 산출방법

본 연구는 생활시간조사 행동분류 중 교제 및 여가활동(여가생활시간)을 종속변수로 사용하였다. 여기에는 1개의 대분류(교제 및 여가활동), 7개의 중분류(교제 활동, 미디어를 이용한 여가활동, 종교 활동, 문화 및 관광활동, 스포츠 및 레포츠, 의례 활동, 기타 여가활동), 39개의 소분류(대면교제, 화상·음성교제, 문자·메일교제, 기타 교제관련 행동, 책 읽기, 신문 보기, 잡지 보기, 실시간 방송 보기, 비디오 보기, 라디오 듣기, 오디오 듣기, 인터넷 정보검색, 기타 미디어 관련 여가활동, 개인적 종교 활동, 종교 집회·모임 참가, 기타 종교 관련 행동, 영화관·비디오방, 연극·콘서트, 미술작품·박물관 관람, 스포츠 경기 관람, 관광·드라이브, 기타 문화·관광 활동, 걷기·산책, 달리기·조깅, 등산, 자전거·인라인, 개인운동, 구기운동, 낚시·사냥, 기타 스포츠·레포츠, 관혼상제 등 의례, 집단게임·놀이, 컴퓨터·모바일 게임, 개인 취미활동, 여가·교양 학습, 유흥, 담배 피우기, 아무것도 안하고 쉬, 기타 여가 관련 행동)로 구분된다(Table 1). 독립변수의 경우 2014년 통계청 생활시간조사 가구원용 조사표에 명시된 가구 관련 사항(성별, 혼인상태, 가구소득)과 개인관련 사항(교육정도, 경제활동 상태, 월평균 소득)을 구분하여 분석에 적용하였다.

### 4. 분석 방법

본 연구에서는 자료를 분석하기 위하여 SPSS WIN 18.0을 이용하여 분석하였으며, 자료의 유의수준은 .05로 설정하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 빈도분석(Frequency analysis)을 사용하였고, 한국노인의 일반적 특성에 따른 차이분석은 독립표본  $t$  검정(Independent  $t$ -test)과 일원배치분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였다.



Table 2. General Characteristics of the Subjects

Characteristics		Frequency	percent
Gender	Male	3800	41.2
	Female	5428	58.8
Marital Status	Unmarried	50	0.5
	Married	5624	60.9
	bereaved	3342	36.2
	Divorced	212	2.3
Household Income	below 100	3776	40.9
	100~299	3618	39.2
	300~499	1198	13.0
	500~699	378	4.1
	above 700	258	2.8
Economic Activity Status	once worked	2848	30.9
	temporary leave of absence form work	30	0.3
	never worked	6350	68.8
Education Level	uneducated	1900	20.6
	elementary	3498	37.9
	middle school	1500	16.3
	high school	1520	16.5
	collage	678	7.3
	graduate	132	1.4
Average Monthly Income	below 100	7080	76.7
	100~299	1842	20.0
	300~499	228	2.5
	above 500	78	0.8

Table 3. Time for Leisure Activities

(N=9228)

Category	Mean(SD)
Social Intercourse	52.72(60.17)
Leisure Activities with Media	241.55(146.45)
Religious Activity	20.54(62.96)
Cultural and Sightseeing Activity	2.00(17.99)
Sports and Leports	45.67(65.33)
Ritual Activity	0.96(11.37)
Other Leisure Activities	44.50(61.38)

### 3. 한국노인의 일반적 특성(가구관련 사항)에 따른 여가생활시간 비교

한국노인의 가구관련 사항에 의한 여가생활시간 하위 유형을 비교한 결과 성별에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.004$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 있었고, 혼인상

태의 경우 교제 활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.023$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 또한 가구 소득에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.007$ ) 역시 통계적으로 유의한 차이를 확인할 수 있었다(Table 4).

Table 4. Leisure Activity Time by Household Characteristics of the Korean Elderly

Characteristics	Categories	n(%)	Leisure Activity Time						
			Social Intercourse	Media	Religion	Culture	Sports	Rituals	Others
			<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
Gender	Male	3800(41.2)	44.49(55.71)	274.94(154.20)	11.75(51.27)	2.22(18.40)	63.13(76.40)	1.40(13.74)	48.04(66.09)
	Female	5428(58.8)	58.48(62.48)	218.17(135.98)	26.70(69.34)	1.85(17.70)	33.44(52.98)	0.66(9.36)	42.87(57.77)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.343	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.004**	<i>p</i> =.000**
Marital Status	Unmarried	50(0.5)	68.00(84.34)	227.00(146.32)	50.40(107.07)	0.00(.00)	68.40(82.86)	1.20(8.48)	24.40(30.98)
	Married	5624(60.9)	46.24(55.26)	239.01(146.49)	16.43(55.64)	2.15(18.42)	50.47(69.22)	1.25(13.57)	42.83(60.22)
	bereaved	3342(36.2)	64.30(66.33)	245.13(144.20)	26.67(71.52)	1.86(17.76)	37.31(57.07)	0.49(6.62)	49.04(63.59)
	Divorced	212(2.3)	38.49(46.31)	255.89(176.31)	26.27(76.65)	0.76(10.99)	44.39(62.38)	0.61(6.47)	43.39(57.97)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.101	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.528	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.023*	<i>p</i> =.000***
Household Income	below 100	3776(40.9)	58.70(64.23)	251.76(147.35)	23.05(65.74)	1.58(16.20)	42.13(62.08)	0.59(7.80)	45.61(61.09)
	100~299	3618(39.2)	49.33(57.21)	231.77(144.16)	15.64(54.16)	2.15(19.06)	45.42(64.97)	1.09(10.15)	45.66(61.58)
	300~499	1198(13.0)	47.76(54.90)	237.72(151.96)	28.83(80.03)	2.17(17.13)	49.59(68.85)	0.88(8.05)	45.24(65.27)
	500~699	378(4.1)	50.47(62.02)	247.73(136.33)	17.56(52.51)	2.98(20.07)	58.60(72.61)	3.76(36.38)	40.45(56.80)
	above 700	258(2.8)	38.95(51.51)	238.06(143.89)	18.68(53.88)	4.03(26.11)	63.72(80.91)	0.93(6.71)	32.17(47.68)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.142	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.007**

Table 5. Leisure Activity Time by Personal Characteristics of the Korean Elderly

Characteristics	Categories	n(%)	Leisure Activity Time						
			Social Intercourse	Media	Religion	Culture	Sports	Rituals	Others
			<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
Education Level	uneducated	1900(20.6)	66.66(69.13)	242.46(145.03)	15.57(52.68)	1.07(12.31)	29.42(49.75)	0.26(3.47)	52.23(67.19)
	elementary	3498(37.9)	52.66(59.29)	237.50(142.70)	20.27(62.44)	1.37(15.46)	39.40(60.41)	0.90(9.81)	42.88(57.03)
	middle school	1500(16.3)	49.20(58.41)	231.76(145.86)	21.75(67.28)	2.26(20.31)	48.98(66.92)	1.11(9.74)	40.51(57.67)
	high school	1520(16.5)	44.01(52.37)	245.27(154.18)	23.61(67.64)	3.11(20.99)	63.37(75.89)	1.65(19.57)	45.17(62.55)
	collage	678(7.3)	42.14(52.74)	264.94(151.55)	24.58(67.71)	4.79(28.18)	68.62(75.49)	1.26(12.03)	44.39(67.78)
	graduate	132(1.4)	48.03(47.38)	284.01(133.68)	29.69(75.50)	2.12(14.31)	86.51(82.05)	1.51(9.20)	49.40(69.03)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.001**	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.017*	<i>p</i> =.000***
Economic Activity Status	once worked	2848(30.9)	45.17(55.41)	172.77(124.61)	11.69(47.86)	1.86(18.14)	27.96(52.33)	1.09(9.83)	32.49(48.36)
	temporary leave of absence from work	30(0.3)	50.00(48.42)	312.33(137.43)	0.00(0.00)	3.67(20.08)	29.67(48.95)	0.00(0.00)	78.33(78.12)
	never worked	6350(68.8)	56.11(61.95)	272.07(145.05)	24.61(68.41)	2.06(17.91)	53.68(68.96)	0.90(12.03)	50.45(65.52)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.780	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.679	<i>p</i> =.000***
Average Monthly Income	below 100	7080(76.7)	54.75(61.92)	247.27(146.21)	21.76(64.82)	1.83(17.18)	41.87(61.52)	0.78(11.12)	46.31(62.59)
	100~299	1842(20.0)	46.94(54.29)	219.37(144.14)	16.81(57.03)	2.82(21.65)	54.79(73.02)	1.53(12.23)	40.06(55.86)
	300~499	228(2.5)	41.62(48.26)	254.17(153.47)	18.60(58.12)	1.18(10.40)	77.76(82.90)	1.58(12.66)	49.43(69.61)
	above 500	78(0.8)	37.18(47.42)	208.84(148.11)	4.23(17.24)	1.15(10.19)	81.28(89.71)	1.92(8.98)	28.72(37.04)
			<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.002**	<i>p</i> =.157	<i>p</i> =.000***	<i>p</i> =.057	<i>p</i> =.000***

4. 한국노인의 일반적 특성(개인관련 사항)에 따른 여가생활시간 비교

한국노인의 개인관련 사항에 의한 여가생활시간 하위

유형을 비교한 결과 교육정도에 따른 교제 활동(*p*=.000), 미디어를 이용한 여가활동(*p*=.000), 종교 활동(*p*=.000), 문화 및 관광활동(*p*=.000), 스포츠 및 레포츠(*p*=.000), 의례(*p*=.017), 기타 여가활동(*p*=.000)에서 통계적으로 유의한

차이가 나타났다. 경제활동 상태의 경우 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나는 것으로 분석되었다. 또한 월평균 소득에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.002$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.007$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(Table 5).

#### IV. 고찰

고령사회와 평균수명 연장으로 인한 작업적 역할의 재창조는 한국노인의 삶에서 간과해서는 안 되는 중요한 사항으로 그 중 여가생활시간의 유형은 성공적인 노화에 있어 중요하게 다루어야 할 사항이다. 이에 본 연구는 한국노인의 여가활동을 시간적 개념의 지표로 파악하고, 일반적 특성에 따른 차이를 확인하여 성공적인 노화를 위한 활용 자료로 사용하고자 하였다. 작업치료사는 시간 사용의 맥락 안에서 클라이언트와 협력하여 치료 중재를 설계하고, 만족스러운 라이프 스타일을 재설계함에 있어 활동의 질을 분석하고 변경해야 한다(Larson & von Eye, 2010). 고령 사회로 진입한 우리나라의 사회적 분위기와 관련 정책들을 감안하여 향후 노인들이 퇴직 이후 주도적인 삶을 영위할 수 있는 방법을 모색하는 것은 현대사회에서 간과해서는 안 될 중요한 사항이며, 그 중 여가활동에 관심은 점차 증대되고 있다. 이를 위해 현재 동시대에 삶을 살아가는 한국노인들의 여가생활시간을 파악하고, 대상자 개개인이 지닌 일반적 특성에 따른 비교 연구는 성공적인 노화는 물론, 예방적 차원에서 임상적 의의가 있을 것이다.

학문적으로 여가에 대한 개념은 시간, 활동 및 의식으로서의 여가적 개념으로 정의되고 있지만, 여가 개념의 모호함에 따라 많은 선행연구들에서 여가활동 분류의 기준과 방법이 매우 다양하다(Heo & Kim, 2016). 본 연구에서는 2014년 통계청 생활시간 조사 결과를 기반으로 한국노인의 여가생활을 시간적 개념으로 분석하였고, 그 결과를 중심으로 본 연구자는 합의하였다. 본 연구 결과를 살펴보면 한국노인의 여가생활시간 사용량의 경우 미디어를 이용한 여가활동( $241.55 \pm 146.45$ ), 교제 활동( $52.72 \pm 60.17$ ), 스포츠 및 레포츠( $45.67 \pm 65.33$ ), 기타 여가

활동( $44.50 \pm 61.38$ ), 종교 활동( $20.54 \pm 62.96$ ), 문화 및 관광 활동( $2.00 \pm 17.99$ ), 의례 활동( $0.96 \pm 11.37$ ) 순으로 분석되었다. 본 연구의 이러한 결과는 노인들의 여가활동 실태 조사 결과 대부분 TV시청이나 라디오 청취와 같은 행위로 대부분의 여가시간을 보내는 것으로 분석한 Lee, Song, & Kim(2008)의 연구와 같은 맥락으로 해석될 수 있겠다. 이는 대부분의 한국노인들의 경우 퇴직 이후 정상노화를 경험하는 세대로서 명확한 역할을 가지지 않은 채 재가에서 보내는 시간 사용량이 많아졌기 때문에 나타난 결과로 사료된다. 노인들의 여가활동은 단순히 남는 시간을 보내는 휴식의 개념이 아니라 노년기의 삶의 질을 향상시키는 활동이며, 또한 성공적인 노화에 있어 그 중요성이 점차 확대되어가고 있기 때문에 본 연구 결과에서 나타난 미디어를 이용한 여가활동 이외의 건설적인 여가활동을 탐색하고, 이를 개개인의 라이프 스타일에 적용하는 노력이 필요할 것이다(Park & Kim, 2013).

본 연구는 또한 한국노인의 가구관련 사항에 의한 여가생활시간 하위 유형을 비교하였다. 그 결과 성별에 따른 비교에서 문화 및 관광활동을 제외한 모든 영역 즉, 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.004$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 비록 조사 시점과 거주지역이 다른 연구 결과이지만 Lee(2011)의 연구 결과와 비슷한 맥락에서 해석될 수 있겠다. 해당 연구에서도 성별에 따른 일반인의 학습, 미디어이용, 종교 활동, 스포츠 및 집 밖의 레저 활동, 취미 및 그 외 여가활동에서 유의미한 차이를 확인하였고, 관광 및 문화행사참여, 교제 활동 영역에서는 차이가 나타나지 않았다.

혼인상태의 경우 교제 활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.023$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 또한 가구 소득에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의례( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.007$ ) 역시 통계적으로 유의한 차이를 확인할 수 있었다.

한국노인의 개인관련 사항에 의한 여가생활시간 하위 유형을 비교한 결과 교육정도에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.000$ ), 문화 및 관광활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 의

레( $p=.017$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 이러한 결과는 최종학력에 따른 여가활동 참여시간 분석에서 종교 활동과 취미 및 그 외 여가활동 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 분석한 선행연구결과와는 상이한 결과이다(Lee, 2011). 이는 2009년에 시행된 선행연구에 비해 5년이 지난 2014년의 연구대상자들이 보다 상대적으로 교육수준이 높아졌기 때문에 나타난 결과로 사료된다. 경제활동 상태의 경우 교제활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교활동( $p=.000$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.000$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 또한 월평균 소득에 따른 교제 활동( $p=.000$ ), 미디어를 이용한 여가활동( $p=.000$ ), 종교 활동( $p=.002$ ), 스포츠 및 레포츠( $p=.000$ ), 기타 여가활동( $p=.007$ )에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 본 연구에서 제안하는 여가의 개념과는 상이하지만 여가활동 참여자의 교육수준, 월별가구소득 등이 여가만족을 결정하는 주요 결정요인으로 확인한 Heo & Kim(2016)의 연구를 지지한다. 해당 연구는 대한민국 통계청에서 생산한 자료인 '2015년 사회조사표'로서 국가단위 통계를 이용하였다는 측면에서 본 연구 명제를 확인하는데 유용하였다고 사료된다. 또한 성공적인 노화를 위한 예방적 작업치료 개입의 기초자료로 활용될 수 있을 것이라 생각한다.

국의 작업치료의 경우 오래전부터 성공적인 노화에 관한 연구가 이루어지고 있으며, 그 중 남가주대학의 성공적인 노화연구(The USC Well Elderly Research Study)가 대표적이다(Jackson, Carlson, Mandel, Zemke, & Clark, 1998; Jackson et al., 2009). 해당 연구는 고령자를 위한 혁신적인 예방적 작업치료의 개입을 기술하고 있으며, 개개인의 배경(context)과 문화(culture)가 다른 60살 이상의 아프리카계 미국인, 아시안, 백인, 히스패닉계 인종을 대상으로 시행되었다. 성공적인 노화를 위해 인간의 라이프스타일 재설계 프로그램(Lifestyle Redesign Program)을 시행하였고, 프로그램의 핵심 의도는 시간 사용 측면에서 신체적·정신적 웰빙(well-being)을 강화할 수 있는 작업 참여를 통해 연구 대상자들이 라이프스타일 변경에 적응하도록 하는 것이었다(Clark et al., 1991; Jackson, Carlson, Mandel, Zemke, & Clark, 1998; Jackson et al., 2009). 작업에서의 다양한 변화는 신체·정신건강 증진은 물론 삶의 만족 증진에도 기여한다. 따라서 한국 노인의 여가생활을 포함한 다양한 작업 유형을

시간 사용 관점에서 분석하고, 이를 추후 예방적 차원에서 작업치료 프로그램 적용하는 것은 한국노인의 건강증진과 성공적인 노화에 반드시 필요할 것이다.

본 연구에서는 한국노인의 주된 여가생활시간 유형을 파악하였고, 더불어 일반적 특성에 따른 여가생활시간 차이를 확인할 수 있었다. 성별, 교육정도, 경제활동 상태 등의 일반적 특성은 개개인에 따라 모두 차이가 있으며, 이는 곧 배경의 차이를 의미한다. 작업치료실행체계(OTPF)에서는 배경을 클라이언트의 내적, 외적인 다양한 관련된 상태, 여기에는 문화적, 개인적, 시간적, 가상적 배경을 포함하고 있다고 정의한다(American Occupational Therapy Association, 2014). 한국노인의 여가생활시간 사용은 그들의 사회·문화적인 배경 안에서 이뤄질 것이고, 이러한 배경은 인간마다 각기 다르기 때문에 개개인의 특성을 고려한 작업치료 프로그램 계획이 필요하겠다. 본 연구에서는 한국노인들의 여가생활을 시간사용의 관측값을 통해 구분하고, 이를 통해 한국노인들의 여가생활시간 유형을 간명하게 정리하였으며, 더불어 일반적 특성에 차이를 확인할 수 있었다는 점에서 의의가 있겠다. 하지만 성별에 따른 여가활동 시간 유형과 평일 그리고 주말의 시간 배분과 투자에 대한 시간 사용 형태를 비교 분석하지 못하였다. 또한 각각의 변수 설정에서 명확한 준거의 틀 없이 선정되어 연구 결과 일반화에 어려움이 있을 수 있겠다. 추후 연구에서는 이러한 점을 감안하여 균형 잡힌 여가생활 및 성공적인 노화를 실현할 수 있는 다양한 범주 및 변수 설정이 이루어져야 할 것이다.

## V. 결 론

본 연구는 통계청(2014) 생활시간조사 결과를 기반으로 한국노인의 여가생활시간을 파악하고 일반적 특성에 따른 비교·분석을 하고자 하였다. 그 결과 한국노인들은 미디어를 활용한 여가활동에 할애하는 시간이 가장 많았고, 의례 활동에 사용되는 시간 사용량이 가장 적으로 분석되었다. 퇴직 이후 주도적인 역할을 수행할 수 없는 사회적 분위기 속에서 대부분의 한국노인들은 미디어를 활용한 여가활동과 같은 수동적인 여가생활 형태를 취하는 것으로 분석되었다. 또한, 가구관련 사항(별, 혼인 상태, 가구소득)과 개인관련 사항(교육정도, 경제활동 상태, 월평균 소득)에 따른 여가생활시간 유형 대부분에서

차이를 확인할 수 있었다. 한국노인 개개인의 일반적 특성과 여가생활시간을 고려한 작업치료 중재 접근은 건강한 고령사회 분위기를 조성하고, 성공적인 노화를 위해 필요하겠다.

## ACKNOWLEDGMENTS

The work was supported by research grant of the Gimcheon University in 2017.

## REFERENCES

- American Occupational Therapy Association. (2014). Occupational therapy practice framework: domain and process (3rd Edition). *American Journal of Occupational Therapy*, 68(Suppl.1), S1-S48.
- Anaby, D. R., Backman, C. L., & Jarus, T. (2010). Measuring occupational balance : A theoretical exploration of two approaches. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 77(5), 280-288.
- Backman, C. (2004). Occupational balance : Exploring the relationships among daily occupations and their influence on wellbeing. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(4), 202-209.
- Clark, F. A., Parham, D., Carlson, M. E., Frank, G., Jackson, J., Poerce, D., et al. (1991). Occupational science: Academic innovation in the service of occupational therapy's future. *American Journal of Occupational Therapy*, 45(4), 300-130.
- Heo, C. U., & Kim, H. R. (2016). Determinants of leisure satisfaction among participations in leisure activities. *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, 30(3), 227-240.
- Hinojosa, J., & Kramer, P. (1997). Statement fundamental concepts of occupational therapy : Occupation, purposeful activity, and function. *American Journal of Occupational Therapy*, 51, 864-866.
- Jackson, J., Carlson, M., Mandel, D., Zemke, R., & Clark, F. (1998). Occupational in lifestyle redesign: The well elderly study occupational therapy program. *The American Journal of Occupational Therapy*, 52(2), 326-336.
- Jackson, J., Mandel, D., Blanchard, J., Carlson, M., Cherry, B., Azen, S., et al. (2009). Confronting challenges in intervention research with ethnically diverse older adults: The USC well elderly II trial. *Clinical Trials*, 6(1), 90-101.
- Jeong, Y. R., & Lee, S. S. (2013). The basic study on activating the education of leisure activity for the old age: Focus on the relationship between leisure activities(level and types)and life satisfaction. *Korean Home Economics Education Association*, 25(2), 49-63.
- Kim, J. H. (2007). Productive aging of older people based on time use. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 27(4), 739-754.
- Kim, S. Y., & Chin, M. J. (2016). Changes in the time spent on housework of married couples : Analysis of Korea time use suvey from 2004 to 2014. *Journal of Korean Home Management Association*, 34(3), 65-84.
- Kim, Y. J., Hong, S. P., & Park, H. Y. (2017). Analysing Korean occupational time changing trend based on ages using 2004, 2009, 2014 time use survey. *The Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 25(3), 13-25.
- Kim, M. S. (2014). *A Study on Leisure Life and Life Satisfaction among the Elderly - With a focus on the elderly in Jecheon City*. published master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Larson, E., & von Eye, A. (2010). Beyond flow : Temporality and participation in everyday activities. *American Journal of Occupational Therapy*, 64(1), 152-163.
- Lee, G. S., & Lim, W. K. (2012). Effects of leisure activity and social support of the elderly on their psychological well-being. *Journal of the Korea Contents Association*, 12(10), 291-306.
- Lee, J. H. (2011). *Time Use and the Relationship between Social Leisure Activity and Quality of*

- Life in Normal Urban Elderly*. published master's thesis, Yonsei University, Wonju.
- Lee, S. H., Song, K. Y., & Kim, C. W. (2008). Exploration on participation status and revitalization plan of elderly leisure activities. *International Journal of Contents*, 8(3), 234-243.
- Park, H. R., & Heo, S. (2018). Determinants of time use of cultural leisure activities : Focusing on characteristics of married households. *Journal of Korea Culture Industry*, 18(4), 1-12.
- Park, K. H., & Kim, D. K. (2013). Analyzing elderly's leisure to improve the quality of life in the era of 100 aging society in Korea : series 1. analyzing elderly's leisure repertoire. *Journal of Tourism & Leisure Research*, 25(6), 85-104.
- Statistics Korea. (2014). *2014 Life time survey*. <http://kostat.go.kr/wnsearch/search.jsp>
- Statistics Korea. (2018). *2018 Statistics for the elderly*. [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=370779](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=370779)
- Sung, Y. J., Lee, M. Y., & Baik, J. S. (2017). An Analysis on research trends of leisure for the elderly. *Korean Aging Friendly Industry Association*, 9(2), 33-40.
- Wilcock, A. A. (2006). *An Occupational Perspective of Health(2nd ed.)*. Thorofare, NJ : Slack.
- Yang, Y. S. (2007). A Study on time use and roles of the older adults in aging society. *Korean Journal of Social Welfare Research*, 16, 1-26.
- Yoon, H. J. (2015). A systematic review of the research on older adult's leisure and suggestions for future research. *Journal of Tourism & Leisure Research*, 27(7), 169-186.

## Abstract

# Study of General Characteristics of the Korean Elderly and Their Leisure Time Spending : Analyzing the Data of Hours of Living 2014

Kim, Hyeong-Min\*, M.P.H., O.T., Kim, Dong-Hyun\*, Ph.D., P.T.

\*Dept. of Occupational Therapy, Gimcheon University

**Objective** : This study aimed to identify types of leisure time spending of the Korean elderly according to the data of Hours of Living 2014 from National Statistical Office, and compare and analyze features of leisure time spending based on general characteristics of the elderly.

**Method** : This study has only adopted the data of 9228 elder people whose ages were above 65, and their general characteristics and time spending features from the data of Hours of Living 2014. The final comparison and analysis has been made through behavior classification (1 major classification, 7 medium classification, 39 minor classification), which reflects how the elderly spend their leisure time according to their household and personal characteristics.

**Result** : Firstly, the Korean elderly were found to spend most of their leisure time with media. Secondly, analyzing the features of leisure time spending based on household characteristics of the elderly, their gender and household income showed significant differences in all types of leisure time activities except for cultural and sightseeing activity. And their marital status showed significant differences in most of the leisure time activities excluding leisure time activity with media and cultural and sightseeing activity. Thirdly, analyzing the features of leisure time spending based on personal characteristics of the elderly, their education level has made significant differences in all types of leisure time activities. As for their economic activity status and average monthly income, they showed meaningful differences in most of the leisure time activities excluding cultural and sightseeing activity and ritual activity.

**Conclusion** : We should help to find meaningful occupation within personal contexts and arrange it properly with balanced leisure time spending. Moreover, it is highly important to have appropriate occupational approach to prevent social isolation of the Korean elderly, and ensure their fruitful and successful later life.

**Key words** : Successful aging, Time, Leisure time, the Korean elderly