

이달의 초점

초고령사회 대응을 위한 노후준비지원의 현황과 과제

노후준비지원제도의 필요성과 현황

| 이소정 |

노후준비서비스 운영 사례와 과제

| 성혜영 |

노후준비의 현황과 과제: 2024년 노후준비 실태조사 결과를 중심으로

| 황남희 |

노후준비수준에 따른 집단 유형화와 함의

| 이해정 |



한국보건사회연구원
KOREA INSTITUTE FOR HEALTH AND SOCIAL AFFAIRS



노후준비의 현황과 과제: 2024년 노후준비 실태조사 결과를 중심으로¹⁾

The Current Status of and Tasks for Preparation for Later Life in Korea:
Focusing on the 2024 Survey on Preparation for Later Life

황남희 한국보건사회연구원 인구정책연구실 선임연구위원

2024년 노후준비 실태조사 결과 전 국민의 종합 노후준비 수준은 100점 만점에 69.9점이었다. 영역별로는 건강(74.5점)이 가장 높고 재무(67.6점), 대인관계(64.9점)에 이어 여가(60.3점)가 가장 낮았다. 최근 5년간 종합 수준은 2.3점 올랐는데, 재무가 7.5점 상승해 이를 주도한 반면 대인관계는 오히려 2.6점 하락하였다. 인구사회학적 특성별로 살펴보면 60대, 무배우자, 1인 가구, 농어촌, 저학력층의 준비 수준은 상대적으로 낮았으나, 상승폭은 더 커 집단 간 격차는 다소 축소되었다. 다만 1인 가구의 재무·대인관계, 농어촌의 여가·재무 격차는 여전히 컸다. 따라서 노후준비서비스 제공 과정에서 인구사회학적 배경 변수를 반영한 취약집단별 맞춤형 진단과 상담, 서비스 인지도와 접근성 제고 노력이 필요하다.

1 들어가며

한국은 2025년 65세 이상 고령인구가 1,051만 4천 명으로 전체 인구의 20.3%를 차지하여 사상 처음으로 그 비율이 20%를 넘어선 초고령사회에 진입하였다(통계청, 2025). 고령인구의 빠른 증가는 노인복지 수요와 재정 부담의 확대로 이어진다.

실제로 2023년 66세 이상 은퇴연령층의 상대적 빈곤율은 39.8%로 여전히 높은 데다 65세 이상 고령자의 연금 수급률은 90.9%에 이르렀으나 월 평균 연금 수금액은 69만 5천 원에 그쳤다(통계청, 2025). 노후의 삶의 질이 개인의 생애에 걸친 준비에 크게 좌우된다는 점에서 국민 개개인이 노년기를 미리 대비하도록 지원하는 일은 초고령사회의

1) 이 글은 황남희, 박은자, 이선희, 주보혜, 오신휘, 김은지, 하태욱, 성혜영. (2024). 2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구(보건복지부, 한국보건사회연구원)의 내용을 주로 요약, 발췌하여 작성하였다.

주요 과제라 할 수 있다.

정부는 국민이 스스로 노후를 대비할 수 있도록 「노후준비지원법」을 2015년 제정하고, 2016년부터 공공 차원의 노후준비서비스를 제공해 왔다. 노후준비서비스는 노후를 재무, 건강, 여가, 대인관계의 네 영역으로 나누어 진단하고, 그 결과에 따라 상담·교육·관계기관 연계 등을 제공하는 것으로, 최근 전달체계가 지방자치단체로 확대되고 있다.²⁾ 노후준비를 흔히 연금 등 재무적 측면으로만 생각하기 쉬우나, 이는 노년기에 흔히 마주하는 빈곤·질병·무위·고독에 대비하여 재무와 함께 건강·여가·대인관계를 균형 있게 준비하는 것을 의미한다.

노후준비는 특정 연령대만의 과업이 아니라 전 생애에 걸쳐 이어지는 과제다. 특히 가족돌봄과 노후준비를 동시에 떠안는 중년에게 노후준비 여부는 사회불안 인식과도 직결되어 노후준비를 하지 못한 중년 집단에서 불안이 더 높게 나타난다(변금선, 2024). 따라서 생애 전반의 노후준비 실태를 정확히 진단하고, 인구사회학적 특성에 따른 차이를 반영해 지원을 정교화할 필요가 있다.

이 글은 2024년 노후준비 실태조사 결과를 토대로 우리 국민의 노후준비 수준을 심층적으로 분석하고, 노후준비 지원의 과제를 제시하는 데 목적이 있다. 먼저 조사의 개요를 소개한 뒤 종합 및 영역별 노후준비 수준, 인구사회학적 특성별 차이, 영역별 노후준비 수준 유형, 2019년 대비 변화를 차례

로 살펴본다.

2 2024년 노후준비 실태조사 개요

가. 조사 개요

노후준비 실태조사는 「노후준비지원법」과 노후준비 지원에 관한 기본계획에 근거하여 2019년 이후 5년 주기로 실시되고 있다. 2024년 조사는 2024년 8월 23일부터 9월 29일까지 전국 30~69세 성인 3,000명(완료 3,040명)을 대상으로 수행되었다. 조사 내용은 재무·건강·여가·대인관계 4대 영역의 노후준비 수준과 노후준비 및 서비스에 대한 인식, 정책 인지도, 일반 사항 등으로 구성되었다.

노후준비 수준은 <표 1>과 같이 4대 영역, 37개 진단지표로 구성된 노후준비 진단지표를 통해 측정한다. 이 진단지표는 노후준비서비스의 진단 단계에서도 동일하게 활용되며, 영역별 및 종합 노후준비 수준을 100점 만점으로 지수화한다. 이때의 점수는 응답자가 자신의 준비 정도를 스스로 평가한 값이 아니라 37개 진단지표에 대한 응답을 정해진 기준에 따라 환산 및 합산하여 영역별로 100점 만점으로 지수화하고, 이를 다시 종합한 것으로, 연구진이 산출한 결과이다.³⁾ 점수가 높을수록 해당 영역의 노후준비가 잘 되어 있음을 뜻하나, 몇 점 이상이면 충분하다는 식의 절대적 기준선을 갖는 것

2) 노후준비서비스의 전달체계는 국민연금공단이 담당해 왔으나, 2021년 12월 법 개정으로 광역·기초 지방자치단체로 확대되었다.

3) 노후준비 수준의 구체적인 산출 방법(진단지표별 배점 기준과 영역별 가중치, 종합 지수화 방식)은 황남희 외(2019), 노후준비 진단지표 개선 및 2019년도 노후준비 실태조사, 보건복지부, 한국보건사회연구원, pp. 83-109를 참고하기 바란다.

[표 1] 노후준비 4대 영역과 주요 진단 내용

영역	진단 내용(진단지표)
대인관계	가족·친구·이웃·직장동료 등 관계망의 규모, 관계의 친밀도, 모임 참여, 전반적 대인관계 만족도
건강	주관적 건강상태, 만성질환 수 및 관리 수준, 비만(BMI)·스트레스·구강건강, 규칙적 신체활동·영양·수면·금연·절주·건강검진 등 생활습관
여가	문화예술·스포츠·관광·취미·학습·자원봉사·사교모임 등 참여 경험과 빈도 및 만족도, 노후 여가활동 의향 및 준비
재무	소득활동 및 예상 은퇴연령, 공적연금(국민·특수직역)·퇴직(연)금·개인연금, 금융·부동산 자산, 노후 예상 생활비

출처: “2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구”, 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, pp. 63-64를 재구성함.

은 아니다. 집단 간 및 시점 간 비교를 위한 상대적 지표로 읽는 것이 적절하다.

2024년 조사에서는 2019년에 측정한 4대 영역 37개 지표 문항을 유지하되 우울감 등 노후준비 수준을 심층적으로 파악하는 데 필요한 문항을 일부 추가 및 수정하여 변화하는 시대의 내용을 반영하였다.⁴⁾

나. 응답자의 일반적 특성

연령은 50대(26.8%), 60대(25.4%), 40대(25.1%), 30대(22.7%) 순으로 고르게 분포한다. 성별도 남자(50.5%)와 여자(49.5%)가 비슷하다. 혼인상태는 유배우자(79.2%)가, 가구형태는 다인 가구(84.9%)가 대부분이다. 지역은 도시가 77.0% (대도시 39.8%, 중소도시 37.2%), 농어촌이 23.1%

[표 2] 응답자의 일반 특성 분포

(단위: 명, %)

구분		사례 수	계
전체		3,040	100.0
연령	30대	690	22.7
	40대	764	25.1
	50대	815	26.8
	60대	771	25.4
성별	남자	1,534	50.5
	여자	1,506	49.5
혼인상태	유배우자	2,409	79.2
	무배우자	631	20.8

4) 코로나19 이후 부각된 정신건강을 반영한 우울감 문항, 새로운 노후소득 수단인 주택연금 활용 의향 문항, 영역별 노후준비의 중요도와 주관적 준비 수준을 묻는 문항 등을 신설하였다.

[표 2] 계속

(단위: 명, %)

구분		사례 수	계
1인 가구 여부	1인 가구	460	15.1
	다인가구	2,580	84.9
지역	대도시	1,209	39.8
	중소도시	1,130	37.2
	농어촌	701	23.1
학력	중졸 이하	117	3.9
	고졸	1,153	37.9
	전문대졸	438	14.4
	대졸 이상	1,332	43.8
취업 여부	취업	2,487	81.8
	미취업	553	18.2
직업	관리·전문·사무	943	37.9
	판매·서비스	956	38.4
	기능·노무	446	17.9
	농림어업	142	5.7
종사상지위	상용근로자	1,515	60.9
	임시·일용근로자	274	11.0
	고용주·단독자영업자	666	26.8
	무급가족종사자	7	0.3
	기타	25	1.0
가구 경제수준	상	412	13.5
	중	1,378	45.3
	하	1,251	41.1

출처: “2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구”, 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 69.

이다. 학력은 대졸 이상(43.8%)과 고졸(37.9%)이 다수를 차지한다.

취업자는 81.8%로, 직업은 판매·서비스직(38.4%)과 관리·전문·사무직(37.9%)이 비슷하게 많고, 종사상지위는 상용근로자(60.9%)가 가장 많다. 가구의 주관적 경제수준은 중(45.3%)과 하(41.1%)가 대부분이다.

3 2024년 노후준비 수준

가. 종합 및 영역별 노후준비 수준

2024년 전 국민의 4대 영역을 종합한 노후준비 수준은 100점 만점에 69.9점이었다. 영역별로는 건강이 74.5점으로 가장 높고, 그다음으로 재무

67.6점, 대인관계 64.9점, 여가 60.3점 순이었다 (그림 1).

건강 영역의 점수가 가장 높은 것은 자신의 건강 상태를 대체로 긍정적으로 평가하는 경향과 관련이 있다. 연령이 낮을수록 점수가 높은 만큼 30~40대가 포함된 표본 구성도 일부 영향을 미친 것으로 보인다. 반면 여가가 가장 낮은 것은 노후 여가에 대한 인식과 준비가 아직 충분히 자리 잡지 못했음을 보여 준다.

영역별 평균과 함께 같은 영역 안에서 국민 간 편차가 얼마나 큰지도 살펴볼 필요가 있다. 표준편차를 보면 건강이 7.4로 가장 작다. 대인관계 11.3, 여가 15.9, 재무 20.3 순으로 커지는데, 재무와 여가는 건강의 두세 배 수준이다. 즉 건강은 대다수가 비슷한 수준에 분포하지만, 재무와 여가는 잘 준비된 집단과 그렇지 못한 집단으로 양극화되는 경향

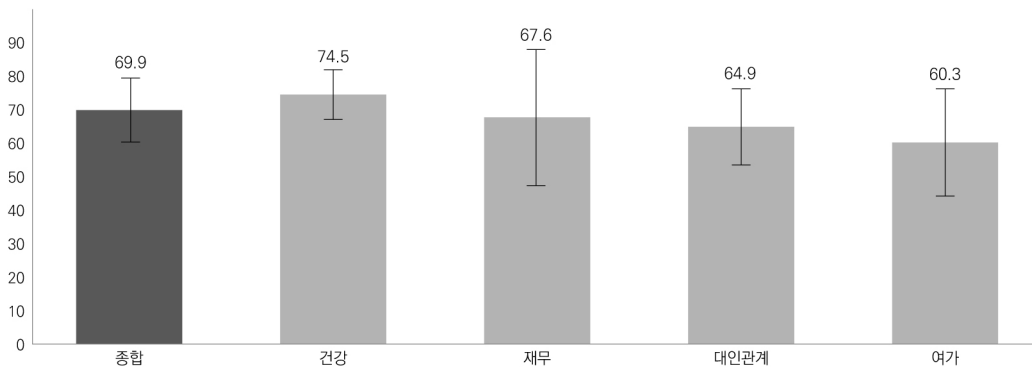
이 크다. 평균값만으로는 드러나지 않는 이러한 내부 격차는 뒤에서 살펴볼 인구사회학적 격차와 유형 분포를 통해 확인할 수 있다.

나. 인구사회학적 특성별 노후준비 수준

종합 노후준비 수준은 인구사회학적 특성에 따라 뚜렷한 차이를 보였다. 연령이 높을수록 낮아지는 경향이 있어 30~40대(70.9~71.1점)에 비해 노년기 진입이 가까운 60대(66.9점)가 낮았다. 혼인 상태별로는 유배우자(71.0점)가 무배우자(65.6점)보다, 가구형태별로는 다인가구(70.8점)가 1인 가구(65.0점)보다 높았다. 지역별로는 대도시 72.1점, 중소도시 69.2점, 농어촌 67.2점 순이었다. 학력이 높을수록(중졸 이하 61.6점→대졸 이상 72.4점), 취업자(70.6점)가 미취업자(66.9점)보다 높았다.

[그림 1] 종합 및 영역별 노후준비 수준

(단위: 점/100점)



주: 오차막대는 ± 1 표준편차(종합 9.5, 건강 7.4, 대인관계 11.3, 여가 15.9, 재무 20.3).

출처: “2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구”, 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 201을 이용하여 작성.

종사상지위별로도 안정적 일자리일수록 높아 상용근로자(72.5점)가 임시·일용근로자(64.6점)보다 높았다. 가구 경제수준 인식과 노후준비 수준은 정(+)'의 관계를 보였다(표 3). 영역별로 보면 혼인상태에 따른 차이가 재무 영역에서 가장 컸다. 유배우자와 무배우자의 재무 영

[표 3] 인구사회학적 특성별 노후준비 수준 비교

(단위: 점/100점, 명)

구분		종합	영역			
			대인관계	건강	여가	재무
전체		69.9	64.9	74.5	60.3	67.6
연령	30대	70.9	66.4	76.3	60.6	67.3
	40대	71.1	65.8	75.4	59.7	71.5
	50대	70.2	65.0	74.2	60.8	68.8
	60대	66.9	62.5	72.2	59.9	62.7
성별	남자	70.0	64.8	73.6	60.1	69.2
	여자	69.8	65.0	75.3	60.5	65.9
혼인상태	유배우자	71.0	65.7	74.6	60.8	70.3
	무배우자	65.6	61.9	73.8	58.4	57.4
1인 가구 여부	1인 가구	65.0	60.4	73.2	58.0	56.7
	다인가구	70.8	65.7	74.7	60.7	69.5
지역	대도시	72.1	65.0	75.5	61.5	72.4
	중소도시	69.2	65.0	74.3	59.4	66.0
	농어촌	67.2	64.5	73.0	59.5	61.9
학력	중졸 이하	61.6	59.3	70.5	52.0	52.2
	고졸	67.5	63.3	73.5	59.1	62.6
	전문대졸	70.8	66.1	74.2	61.6	69.9
	대졸 이상	72.4	66.3	75.7	61.6	72.5
취업 여부	취업	70.6	65.1	74.4	59.9	69.7
	미취업	66.9	63.8	74.9	61.7	58.1
직업	관리·전문·사무	73.8	67.4	75.8	62.7	75.7
	판매·서비스	69.7	64.6	74.4	59.2	67.5
	기능·노무	67.7	62.4	72.1	57.3	65.9
	농림어업	64.1	62.0	71.8	54.8	56.4
종사상지위	상용근로자	72.5	65.8	75.4	61.2	73.4
	임시·일용근로자	64.6	60.8	72.3	54.5	57.6
	고용주·단독자영업자	68.9	65.3	73.1	59.0	66.8
	무급가족종사자	61.8	65.0	73.3	58.6	45.3
	기타	65.1	64.7	69.7	69.1	58.0
가구 경제수준	상	73.4	68.2	76.5	64.4	73.4
	중	70.7	65.2	75.1	61.7	68.5
	하	67.8	63.4	73.1	57.3	64.6

주: 종사상 지위에서 무급가족종사자(7명), 기타(25명)는 사례 수가 작아서 해석상 주의가 필요함.
출처: “2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구”, 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 203을 이용하여 재구성.

역 점수 차이는 12.9점(70.3점 대 57.4점)으로, 건강 영역의 0.8점과 대조적이었다. 1인 가구 역시 재무 영역에서 다인가구와의 차이(56.7점 대 69.5점)가 가장 컸다.

이러한 차이는 단일 요인이자기보다 생애에 걸쳐 누적된 자원의 결과로 해석할 수 있다. 학력이 높고 상용근로자이며 가구 경제수준이 높을수록 노후준비 수준이 높은 것은 안정적인 일자리와 소득이 '연금 가입→자산 형성→건강관리·여가 참여'로 이어지는 선순환을 반영한다. 반대로 60대, 무배우자, 1인 가구, 농어촌 거주, 저학력, 미취업 집단은 여러 취약 요인이 복합적으로 나타나기 쉬워 노후준비의 사각지대에 놓일 위험이 크다. 특히 배우자 유무와 가구형태가 재무 영역과 강하게 연관되는 것은 배우자가 소득·자산·연금을 공유하며 위험을 분산하는 지지체계로 작용하는 반면 무배우자·1인 가구는 단일 소득원에 의존하기 때문으로 볼 수 있다. 1인 가구가 빠르게 늘어나는 인구구조를 고려하면 이들의 재무·대인관계 취약성은 향후 더 큰 정책 과제가 될 수 있다.

다. 영역별 노후준비 수준 유형

영역별 노후준비 수준은 각 4개 유형으로 구분한다. 유형화 기준은 '현재의 상태'와 '인식·실천'인데, 노후준비를 단순한 점수가 아니라 현재 상태와 이를 유지·개선하려는 노력의 결합으로 보기 때문이다. 이상적 유형은 두 기준이 모두 양호한 유형

①이다.

대인관계에서는 관계망의 규모가 크면서 관계의 질도 높은 '관계망이 큰 친밀형', 건강에서는 현재 건강상태가 좋으면서 건강한 생활습관을 실천하는 '건강군 실천형', 여가에서는 현재 여가가 활발하면서 노후 여가에 대한 인식·준비도 높은 '활발군 실천형'이 이에 해당한다.

재무 영역은 노후소득이 예상 생활비의 100% 이상을 충족하는지(충분성)와 노후자산에서 국민연금 등 공적자산이 차지하는 비중이 50% 이상인지(안정성)를 기준으로 한다. 노후소득이 충분하면서 변동성이 작은 공적연금을 중심으로 구성된 '노후준비가 충분한 공적자산형'이 가장 안정적이나, 재무에서는 충분성 확보가 일차적 목표이므로 '노후준비가 충분한 사적자산형'③ 역시 긍정적으로 볼 수 있다.

이러한 유형화는 동일한 점수라도 노후준비에서 보완할 지점이 개인별로 다를 수 있음을 보여 준다. 예컨대 건강 영역에서 '건강군 비실천형'은 현재는 건강하나 생활습관 개선이 필요한 집단인 반면 '건강주의군 실천형'은 이미 노력하고 있어 격려와 지속이 관건이다. 진단지표로 산출된 노후준비 점수가 같더라도 이처럼 상담 현장에서는 서로 다른 전략이 필요하다.

[그림 2]는 영역별 유형 분포를 보여 준다.

대인관계 영역에서는 이상적 유형인 '관계망이 큰 친밀형'(31.0%)과 가장 취약한 '관계망이 작은 비친밀형'(30.6%)이 비슷한 비율로 나타났다. 특

히 1인 가구의 경우 ‘관계망이 작은 비친밀형’이 46.2%에 이르고, 60대, 무배우자, 임시·일용근로자에서도 이 유형의 비율이 높은 것으로 나타난다.

이는 노년기 사회적 고립의 위험을 시사한다.⁵⁾

건강 영역에서는 ‘건강군 실천형’이 33.6%였으며, 연령이 낮을수록 건강군 비율이 뚜렷이 높았다(30대 43.9%→60대 23.1%). 성별로는 여성의 ‘건강군 실천형’(37.6%)과 ‘건강주의군 실천형’(21.4%) 비율이 남성(각각 29.8%, 16.0%)보다 높아 여성이 건강한 생활습관을 더 실천하는 경향을 보였다. 반면 60대는 현재 건강상태와 생활습관

실천이 모두 낮은 ‘건강주의군 비실천형’이 38.3%로 가장 높았다. 남성과 고령층의 건강 실천을 끌어올리는 지원이 필요하다.

여가 영역에서는 가장 이상적인 ‘활발군 실천형’(35.9%)과 가장 바람직하지 않은 ‘비활발군 비실천형’(31.2%)이 모두 높은 비율을 차지했다. 평균 점수가 가장 낮은 영역에서 양극화가 가장 뚜렷하게 나타났다. 학력에 따른 격차도 커서 중졸 이하는 ‘비활발군 비실천형’이 54.0%인 반면 대졸 이상은 ‘활발군 실천형’이 38.1%였다. 다만 60대에서도 ‘활발군 실천형’이 34.0%로 나타나 노년기

[표 4] 영역별 노후준비 수준 유형화 기준 및 유형

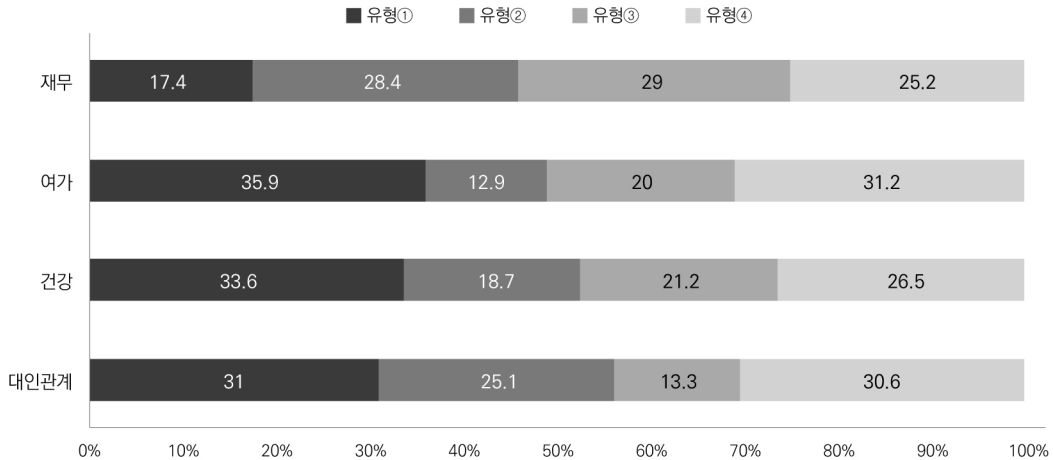
영역	유형화 기준		유형
	현재 상태	인식·실천 등	
대인관계	관계망의 규모 (가족·지인·모임의 크기)	관계의 친밀도와 전반적 만족도	① 관계망이 큰 친밀형 ② 관계망이 작은 친밀형 ③ 관계망이 큰 비친밀형 ④ 관계망이 작은 비친밀형
건강	현재 건강상태 (주관적 건강·만성질환 등)	건강한 생활습관의 실천	① 건강군 실천형 ② 건강주의군 실천형 ③ 건강군 비실천형 ④ 건강주의군 비실천형
여가	현재 여가활동의 활발함 (빈도·만족도)	여가생활 인식과 노후 여가준비	① 활발군 실천형 ② 비활발군 실천형 ③ 활발군 비실천형 ④ 비활발군 비실천형
재무	노후소득의 충분성 (예상생활비 100% 충족)	공적자산 비중(50% 이상=안정성)	① 노후준비가 충분한 공적자산형 ② 노후준비가 부족한 공적자산형 ③ 노후준비가 충분한 사적자산형 ④ 노후준비가 부족한 사적자산형

주: 영역별 유형①은 이상적 유형임.

출처: “2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구”, 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, pp. 209~219; “노후준비 진단지표 개선 및 2019년도 노후준비 실태조사”, 황남희 외, 2019, 보건복지부, 한국보건사회연구원, pp. 126~137을 이용하여 재구성함.

5) 인구사회학적 특성별 유형 분포는 지면 관계상 생략하였다. 자세한 내용은 황남희 외(2024)에 제시된 인구사회학적 특성별 유형화 결과 표(대인관계 <표 5-8>, 건강 <표 5-10>, 여가 <표 5-12>, 재무 <표 5-14>, pp. 211~221)를 참고하기 바란다.

[그림 2] 영역별 노후준비 수준 유형 분포



주: 1) 대인관계: ① 관계망이 큰 친밀형, ② 관계망이 작은 친밀형, ③ 관계망이 큰 비친밀형, ④ 관계망이 작은 비친밀형.
 2) 건강: ① 건강군 실천형, ② 건강주의 실천형, ③ 건강군 비실천형, ④ 건강주의군 비실천형.
 3) 여가: ① 활발군 실천형, ② 비활발군 실천형, ③ 활발군 비실천형, ④ 비활발군 비실천형.
 4) 재무: ① 노후준비가 충분한 공적자산형, ② 노후준비가 부족한 공적자산형, ③ 노후준비가 충분한 사적자산형, ④ 노후준비가 부족한 사적자산형.
 출처: "2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구", 황남희 외, 2024, 보건복지부, 한국보건사회연구원, pp. 209-221을 이용하여 작성.

여가에 대한 관심이 결코 낮지 않음을 확인할 수 있다.

재무 영역에서는 모든 연령에서 사적자산형의 비율이 공적자산형보다 높았다. 연령이 높을수록 사적자산형의 비중이 커졌다(30대 '노후준비가 부족한 공적자산형' 35.3%, 60대 '노후준비가 부족한 사적자산형' 41.1%). 사적자산 의존이 높다는 것은 부동산 등 변동성이 큰 자산의 비중이 크다는 뜻이다. 노후소득의 안정성 측면에서 우려가 있다. 특히 은퇴가 임박한 60대에서 '노후준비가 부족한 사적자산형'이 많다는 점은 이 시기에 새로 자산을

축적하기를 기대하기보다 이미 보유한 사적자산을 안정적인 노후소득 흐름으로 전환하는 방안(주택연금 등)과 소득활동 기간의 연장, 공적 노후소득 보장의 보완을 함께 모색할 필요가 있음을 시사한다. 동시에 이는 노후소득의 충분성과 안정성을 확보하기 위한 준비가 중·장년기 이전부터 이루어져야 함을 보여 준다. 학력에 따른 노후준비 소득의 충분성 격차도 커서 '노후준비가 충분한 공적자산형'은 대졸 이상이 24.9%인 반면 중졸 이하는 4.4%에 그쳤다.

4 최근 5년간 노후준비 수준 변화⁶⁾

가. 종합 및 영역별 노후준비 수준 변화

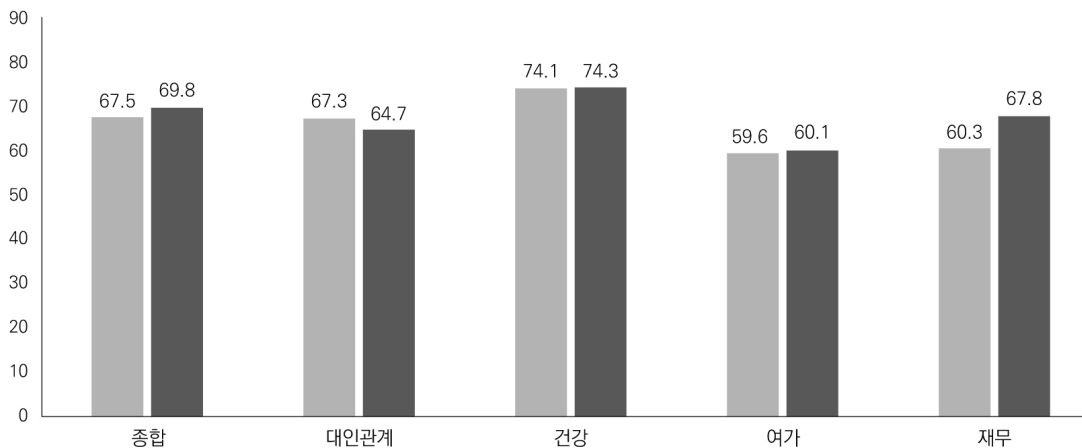
2024년 조사 결과와 직전 2019년 조사 결과를 비교함으로써 최근 5년간의 노후준비 수준 변화를 살펴볼 수 있다. 다만 두 조사는 당초 대상 연령(2019년 35~69세, 2024년 30~69세)이 달랐다. 시점 간 비교의 타당성을 확보하기 위해 이 글에서는 두 조사 모두 35~69세 응답자(2019년 1500명, 2024년 2723명)를 대상으로 비교하였다.

2024년 종합 노후준비 수준은 69.8점으로 2019년(67.5점)보다 2.3점 상승하였다. 영역별로는 재무가 7.5점으로 가장 크게 상승하였고, 여가(0.5점)와 건강(0.2점)도 소폭 올랐으나, 대인관계는 가족형태 변화 등의 영향으로 2.6점 하락하였다(그림 3).

재무 영역의 큰 폭 상승은 지난 5년간 연금제도의 성숙과 가입 확대, 자산 형성의 진전을 반영한 결과로 볼 수 있다. 다만 노후준비 수준을 명목 자산액 기준으로 측정하는 방식의 특성상 부동산 및 금융자산 가치 상승과 인플레이션의 영향이 일부

[그림 3] 영역별 노후준비 수준 변화(2019~2024년)

(단위: 점/100점)



주: 2019년과 2024년 모두 35~69세 기준.

출처: “제3차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획(안) 수립 연구”, 황남희 외, 2025, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 98, <표 3-4>를 이용하여 작성.

6) 이 절은 황남희 외. (2025). 제3차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획(안) 수립 연구(보건복지부, 한국보건사회연구원)의 제3장 제1절 내용을 발췌하여 작성하였다.

반영되었을 가능성도 있다. 반면 대인관계 영역의 하락은 1인 가구의 증가와 가족형태의 변화 속에서 개인의 관계망이 축소되고 있음을 시사한다.

나. 인구사회학적 특성별 노후준비 수준 변화

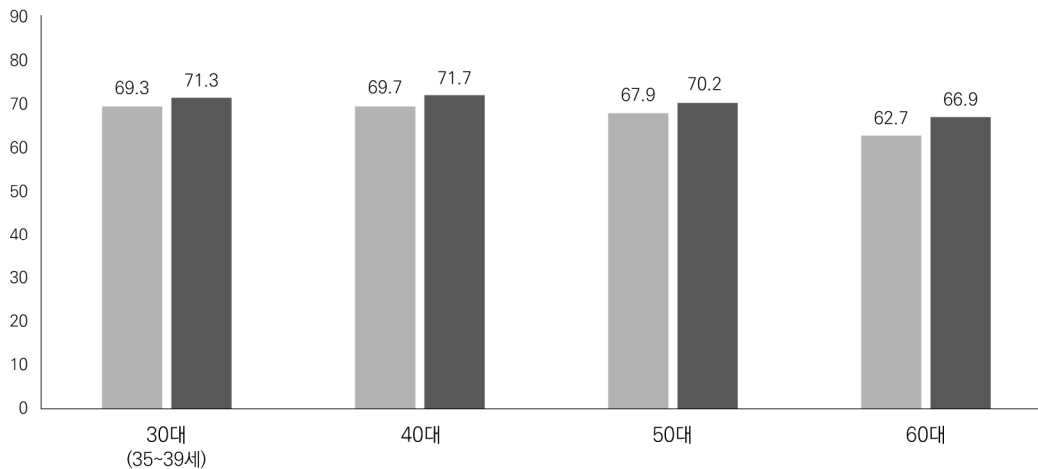
주목할 점은 상대적으로 노후준비 수준이 낮았던 집단의 상승폭이 더 커서 인구사회학적 특성에 따른 격차가 전반적으로 축소되었다는 것이다(그림 4, 표 6). 연령별로는 가장 낮았던 60대가 4.2점 상승하였고, 혼인상태별로는 무배우자(2.9점)가 유배우자(2.4점)보다, 취업 여부별로는 미취업자(3.4점)가 취업자(1.4점)보다 더 크게 올랐다. 노후

준비 수준이 가장 높았던 대졸 이상은 오히려 0.5점 하락하였다.

취약집단의 상승폭이 더 커 격차가 줄어든 것은 고무적이나, 이를 노후준비의 구조적 개선으로 단정하기는 이르다. 노후준비 수준이 가장 높던 대졸 이상이 소폭 하락하면서 상대적 격차가 좁혀진 측면이 있고, 지역 격차는 오히려 확대되었기 때문이다. 실제로 농어촌이 2.9점 상승하는 동안 대도시는 3.9점 상승하였다. 즉 평균의 수렴 이면에는 1인 가구의 재무·대인관계, 농어촌의 여가·재무와 같이 특정 집단·영역에 집중된 취약성이 여전히 남아 있다.

[그림 4] 연령별 노후준비 수준 변화(2019~2024년)

(단위: 점/100점)



주: 2019년과 2024년 모두 35~69세 기준.

출처: “제3차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획(안) 수립 연구”, 황남희 외, 2025, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 100, <표 3-5>를 이용하여 작성.

[표 5] 인구사회학적 특성별 종합 노후준비 수준 변화(2019~2024년)

(단위: 점/100점)

구분		종합 노후준비 수준		증감
		2024년(A)	2019년(B)	A-B
전체		69.8	67.5	2.3
연령	30대(35~39세)	71.3	69.3	2.0
	40대	71.7	69.7	2.0
	50대	70.2	67.9	2.3
	60대	66.9	62.7	4.2
성별	남자	69.9	67.8	2.1
	여자	69.8	67.2	2.6
혼인상태	유배우자	71.0	68.6	2.4
	무배우자	64.1	61.2	2.9
1인 가구 여부	1인 가구	63.5	58.8	4.7
	다인가구	70.8	68.3	2.5
지역	대도시	72.2	68.3	3.9
	중소도시	69.0	68.0	1.0
	농어촌	67.1	64.2	2.9
학력	고졸 이하	67.0	64.1	2.9
	전문대졸	71.5	68.9	2.6
	대졸 이상	72.6	73.1	-0.5
취업 여부	취업	70.5	69.1	1.4
	미취업	67.3	63.9	3.4

출처: “제3차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획(안) 수립 연구”, 황남희 외, 2025, 보건복지부, 한국보건사회연구원, p. 100, <표 3-5>를 인용하여 재구성.

5 나가며

이 글에서는 2024년 노후준비 실태조사 결과를 바탕으로 우리 국민의 노후준비 수준을 다각적인 측면에서 살펴보고, 2019년과의 차이를 함께 분석하였다. 분석 결과 종합 노후준비 수준은 69.9점으로 5년 전보다 상승하였다. 특히 재무 영역의 개선이 두드러졌으나, 영역 간 및 집단 간 편차는 여전히

적지 않았다. 건강은 대다수 국민이 비슷한 수준에 분포한 반면 재무와 여가는 양극화 경향이 뚜렷하였다. 60대, 무배우자, 1인 가구, 농어촌 거주자, 저학력 집단에서는 여러 취약 요인이 복합적으로 나타났다.

이러한 결과는 노후준비 지원이 평균적 수준의 제고를 넘어 집단별 특성을 반영하는 방향으로 정교화되어야 함을 시사한다. 먼저 진단 단계에서 연

령·혼인상태·가구형태·지역·학력 등 인구사회학적 배경변수를 반영하여 취약집단을 식별하고 그 특성에 맞춘 진단·상담을 제공할 필요가 있다. 특히 1인가구의 재무·대인관계, 농어촌의 여가·재무와 같이 특정 집단·영역에 집중된 취약성에는 표준화된 안내를 넘어선 별도의 접근이 필요하다.

다음으로, 변화하는 시대에 새롭게 부각되는 위험에 대응할 필요가 있다. 2024년 조사에서 우울감 등 정신건강 관련 문항이 보강된 것은 이러한 흐름을 반영한다. 1인 가구, 무배우자, 60대에서 두드러진 ‘관계망이 작은 비친밀형’의 비율은 노년기 사회적 고립의 위험을 보여 주며, 재무와 건강에 더해 정신건강과 사회적 관계를 아우르는 균형 잡힌 진단과 지원체계가 필요함을 시사한다. 이를 위해서는 새롭게 부각되는 위험이 진단 결과에 포착될 수 있도록 노후준비 진단지표를 지속적으로 정비해 나가야 한다. 아울러 진단 결과가 실제 지원으로 연결되도록 서비스 전달체계를 함께 정비하는 것도 향후 과제라 할 수 있다.

아울러 노후준비는 특정 시기에 국한된 과업이 아니라 전 생애에 걸친 과제이므로 중·장년기부터 자신의 준비 상태를 점검하고 보완하도록 돕는 생애주기적 접근이 중요하다. 이를 위해서는 노후준비 서비스에 대한 국민의 인지도와 접근성을 높이는 노력이 함께 이루어져야 한다. 최근 전달체계가 지방자치단체로 확대되고 있는 만큼 지역 단위에서 취약집단을 발굴하여 서비스로 연계하는 기반을 강화한다면 초고령사회에서 노후준비 지원의 실효성

을 한층 높일 수 있을 것이다.

끝으로, 최근 5년간 취약 집단 상승폭이 더 커 집단 간 격차가 다소 줄어든 점은 고무적이다. 다만 이를 구조적 개선으로 단정하기는 이르다. 노후준비 수준이 가장 높던 대졸 이상이 소폭 하락하면서 상대적으로 격차가 좁혀진 측면이 있지만, 지역 격차는 오히려 확대되었기 때문이다. 평균 수준이 수렴하는 흐름 속에서도 집단별·영역별 취약성은 여전히 남아 있으므로 이를 지속적으로 점검할 필요가 있다. ■

참고문헌

- 변금선. (2024). 중년의 이중과업 부담과 사회불안 인식: 가족돌봄과 노후준비를 중심으로. **보건복지포럼**, 333, 19-32.
- 통계청. (2025). **2025 고령자 통계**.
- 황남희, 유재언, 박은자, 김혜수, 양찬미, 김재호, 성혜영, 이금룡. (2019). **노후준비 진단지표 개선 및 2019년도 노후준비 실태조사**. 보건복지부, 한국보건사회연구원.
- 황남희, 박은자, 이선희, 주보혜, 오신희, 김은지, 하태욱, 성혜영. (2024). **2024년 노후준비 실태조사 및 진단지표 세분화 방안 연구**. 보건복지부, 한국보건사회연구원.
- 황남희, 이선희, 박은자, 이해정, 최경덕, 이소정, 성혜영, 김난주, 김재호, 김은지, 오신희. (2025). **제3차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획(안) 수립 연구**. 보건복지부, 한국보건사회연구원.

The Current Status of and Tasks for Preparation for Later Life in Korea: Focusing on the 2024 Survey on Preparation for Later Life

Hwang, Namhui

(Korea Institute for Health and Social Affairs)

In the 2024 Survey of Preparation for Later Life, the overall score for preparedness for later life was 69.9 points on a 100-point scale. By dimension, 'health' had the highest score, at 74.5 points, followed by 'financial security' at 67.6 points, 'interpersonal relationships' at 64.9 points, and 'leisure activities' at 60.3 points. The overall score increased by 2.3 points over the previous five years. The largest increase was observed in the financial security dimension, which rose by 7.5 points, while the interpersonal relationships dimension decreased by 2.6 points. By sociodemographic group, people in their 60s, individuals without a spouse, one-person households, residents of agricultural and fishing areas, and individuals with lower levels of education reported lower levels of preparedness for later life, though the gap between their scores and the score for the overall population was found to have narrowed somewhat over the years. It should be noted, however, that the scores for one-person households in the dimensions of financial security and interpersonal relationships and for residents of agricultural and fishing areas in the dimensions of leisure activities and financial security remained substantially below the corresponding scores for the overall population. These findings suggest that sociodemographic factors should be taken into account when providing support, so that vulnerable groups can receive assessment and counseling tailored to their circumstances. It is also important to raise public awareness of services provided and increase access to those services.