

노인1인가구의 여가활동 유형 및 여가동반자 유형이 여가만족도에 미치는 영향:

성별차이의 탐색

황혜선¹ | 이윤석^{1*}

¹ 서울시립대

* 교신저자: 이윤석 (yslee@uos.ac.kr)

초록

본 연구는 노인1인가구의 여가 실태를 고찰하고 여가만족도와의 관계를 토대로 삶의 질을 향상시킬 수 있는 제언을 하는 데 있다. 본 연구에서는 2019년 생활시간조사에 참여한 혼자 살고 있는 만 65세 이상 노인 1,472명의 시간일지를 분석하였다. 분석 방법은 기술통계, 서열 로짓 분석을 활용하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 노인1인가구의 여가활동은 주로 '혼자' '미디어를 활용한 여가'에 치우친 특성을 보인다. 둘째, 노인1인가구는 성별에 따른 여가시간 사용에 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성이 여성에 비해 더 많은 시간을 '혼자 보내는 것으로 밝혀졌다. 셋째, 노인1인가구의 여가동반자 유형별 여가만족도는 남녀 모두 '가족이 아닌 타인과 여가를 할 때 여가만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 보여줬다. 이러한 실증 결과를 바탕으로 여가활동을 활용한 노인1인가구의 삶의 질 향상을 위한 제언을 했다. 마지막으로 연구의 한계를 제시하고, 후속 연구에 관한 제언을 하였다.

주요 용어: 노인1인가구, 여가시간, 여가동반자, 여가활동, 여가만족도

알기 쉬운 요약

이 연구는 왜 했을까? 고령층 내에서 가장 취약하며, 빠르게 증가하는 노인1인가구의 외로움문제는 '독거사로 이어지며 심각한 사회적 이슈로 대두되고 있다. 이에 사회적 관계망 형성에 도움을 주고 삶의 질을 향상시키는 노년기 여가활동 효능에 착안하여, 여가만족도에 영향을 미치는 노인1인가구의 여가활동 유형과 여가동반자 유형의 영향을 성별에 따라 살펴보았다.

새롭게 밝혀진 내용은? 노인1인가구가 여가시간의 대부분을 '혼자' 보내는 것은 일반 노인가구와 비슷하다. 그런데 여가만족도와의 관계를 살펴보면, 일반 노인가구와 다른 점이 나타난다. 일반 노인가구의 경우 '타인'이나 '가족'과 함께하는 여가시간이 모두 여가만족도를 향상시킨다. 그러나, 노인1인가구의 경우는 '타인'과 함께하는 여가시간만이 여가만족도를 높이는 것으로 나타났다. 즉, 노인1인가구의 경우 '가족'과 함께하는 여가시간의 경우 남녀 모두 여가만족도에 영향을 미치지 못한다는 것을 발견하였다.

앞으로 무엇을 해야 하나? 연구를 통해 확인한 중요한 사실은 노인1인가구의 경우 여가만족도를 높이기 위해서는 단순히 '가족'과의 여가활동 장려나 '혼자'하는 여가시간의 감소보다는 '타인'과 함께 할 수 있는 여가활동을 촉진하는 것이 효과적이라는 것이다.

이 논문은 2021년도 서울시립대학교 교내 학술연구비에 의하여 지원되었음.

- 투 고 일: 2021. 10. 26.
- 수 정 일: 2021. 12. 06.
- 게재확정일: 2021. 12. 14.

1. 서론

2017년 65세 이상의 고령인구비율이 14%에 달하면서 다양한 노인 문제가 사회적인 이슈로 대두되고 있다(박혜련, 허식, 2019, p.32). 통계청(2020)에서 발표한 '2020년 고령자 통계'에 따르면 우리나라에서 만 65세 이상 고령인구는 812만 5천 명으로 전체 인구의 15.7%에 달하며, 오는 2025년에는 그 비중이 20.3%에 이르러 65세 이상 고령인구가 총인구에서 차지하는 비율이 20% 이상을 차지하는 '초고령 사회'에 진입할 것으로 전망했다. 2019년 3월 발표된 통계청(2019)의 장래인구특별추계에 따르면 고령인구는 빠르게 증가하여 2036년 30%, 2051년 40%를 초과할 것으로 나타났다.

이처럼 빠르게 고령화되고 있는 사회적 현상에서 주목해야 할 점은 만 65세 이상 노인인구 중 혼자 거주하는 인구의 비율을 나타내는 노인1인가구 비율의 급속한 증가 현상이다. '국민 삶의 질 2020' 보고서에 따르면 65세 이상 노인인구는 2000년 339만 4천 명에서 2020년 812만 5천 명으로 두 배 이상 증가한 데 비해, 노인1인가구의 수는 2000년 54만 3천 명에서 2020년 158만 9천 명으로 2.5배 이상 증가했다(통계청, 2021, p.23). 2020년 12월 말 기준 노인1인가구 비율은 19.6%을 나타냈으며, 이는 2019년 대비 0.1%p, 2000년 대비 3.6%p 상승한 수치이다.

노인1인가구 증가 추세는 '이혼율 증가', '저출산 및 '청년층의 미혼 및 비혼 선호와 같은 사회 변화와 함께 더 가속화할 전망이다. 이 뿐 아니라 '황혼이혼'과 같은 신조어를 만들며 '홀로서기를 지향하는 최근 한국 사회 고령층의 의식 변화도 향후 노인1인가구 비율의 증가 추세가 지속될 것을 예측하게 한다. 2020년 3월부터 11월까지 전국 65세 이상 노인, 1만 97명을 대상으로 진행된 '2020년 노인실태조사'에서는 최근 한국 사회 고령층의 의식 변화를 보여준다(보건복지부, 2020). 보고서에 따르면 노인들 중 자녀와의 동거를 희망하는 비율은 2008년 32.5%에서 2020년 12.8%로 감소하였다. 또한, 노인단독가구 형성의 이유도 노인의 건강, 경제적 안정, 개인생활 향유와 같은 자립적 요인에 의한 이유가 2011년 39.2%에서 2020년 62.0%로 거의 2배에 달했다. 노인단독가구는 노인1인가구와 노인부부가구를 포괄한 개념으로 노인부부가구 중 배우자가 사별을 하게 되는 경우 대부분이 노인1인가구로 귀속될 가능성이 높다는 점에서 노인1인가구 비율의 상승에 영향을 미친다. 뿐만 아니라 공동체 의식이 강했던 과

거 세대와 달리 개인주의를 지향하는 특성을 갖고 있는 베이비부머가 고령층으로 진입하는 비율이 높아질수록 고령층 내에서 노인1인가구의 증가 양상은 더욱 뚜렷해질 것이다.

그러나 이처럼 증가양상을 나타내는 노인1인가구는 의식적으로는 자립성을 지향하지만 사회구조적으로는 사회적 고립에 인한 외로움과 우울증 및 '독거사라는 현실에 부딪히며 의존성이 강화되는 양면성을 보여준다. 노인1인가구는 고령층 내에서 가장 취약한 계층(통계청, 2021, p.23)이다. 노인1인가구의 특성을 살펴보면 외로움, 대화 부족 등으로 정신적 스트레스가 높고 하루 권장 에너지 섭취 기준에 미달하는 등 건강관리가 미흡한 것으로 나타났으며(고영미, 조영태, 2013, p.47; 김미혜, 원형중, 권지혜, 황선영, 2018, p.449), 이로 인해 신체-정신적 질환 발병률도 높은 것으로 밝혀졌다(고영미, 조영태, 2013, p.47). 특히 코로나19의 장기화와 함께 노인1인가구의 외로움과 고립 문제는 중요한 이슈로 떠오르고 있다. 송인주(2018, p.75)는 고령층의 고립영향 요인과 고립위험 정도를 연구한 결과 노인1인가구의 고립위험도가 높게 나타나는 것을 밝혔다. 이는 사회적 관계망의 부재로 인한 사회적 고립의 위험을 높이고, 사회적 지지 및 자원의 접근이 어렵다는 연구 결과(권혁철, 2019, p.136)와도 일치한다.

이러한 문제를 해결하기 위한 방안으로 사회적 관계망 형성에 도움을 주고, 삶의 질을 향상시키는 노년기 여가활동 효능에 대한 관심이 높아지고 있다. 노년기 여가활동은 노인들이 일반적으로 겪는 사회적 고립을 해소하고 사회적 소통에 크게 기여하며(장은영, 2020, p.445), 우울증 예방 및 삶의 질에도 긍정적인 영향을 미친다(박광희, 김대관, 2013, pp.90-91). 여가활동의 적극적 참여는 친족 이외의 친밀성을 형성할 수 있는 지지 집단을 형성케 함으로써 노인들을 지역 사회 내로 통합시키는 역할을 한다(박근수, 2011, p.85).

이처럼 노년기 여가활동의 효능에 대한 인식이 높아지면서 여가활동 유형 및 여가동반자 유형과 여가만족도 사이의 관계를 살펴보는 연구가 다양한 관점에서 이뤄지고 있다(신상식, 최수일, 2010; 구묘정, 2016; 김옥태, 2018; 오서진, 함석중, 2018; 김수아, 김남조, 2020). 그러나 노인1인가구를 대상으로 진행된 연구가 아니라는 점에서 본 연구의 필요성이 제기된다. 고령층은 동질의 집단이 아니라 성, 연령, 사회경제적 수준 등에 의해 다양한 특성을 보이며, 이러한 특성들이 노인의 우울, 주관적 건강 상태 등의 정신건강에 미치는 효과도 다를 수 있다(고영미, 조영태, 2013, p.42; 임민경, 고영미,

2018, p.265)는 선행연구 또한 노인1인가구를 대상으로 하는 연구의 필요성을 지지한다.

본 연구는 사회적으로 증가되는 고령인구를 하나의 동일 집단으로 다루지 않고, 고령층 내에서도 빠른 증가추세를 나타내는 노인1인가구를 분석 대상으로 하였다. 노인1인가구는 현재 삶에서 가장 중요하다고 생각하는 활동으로 '경제활동'이 아닌 '취미·여가활동(34.9%)'을 꼽으며(보건복지부, 2020, p.491), 삶의 질에 대해 높은 관심을 나타낸다. 이처럼 이전 세대와 다른 노인1인가구의 사회의식 변화가 여가 현장에서 어떻게 반영되고 있는지 여가 실태를 여가활동 유형과 여가동반자 유형을 중심으로 확인하고자 했다. 2020년은 전통적인 가족이라는 가구형태의 틀에서 벗어나 '홀로서기'를 지향하는 베이비부머 세대가 고령층으로 진입하기 시작하는 시기이다. 본 연구는 향후 베이비부머 세대를 위한 여가활동과 관련된 정책 수립의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

그리고 노인의 성별에 따른 특성이 가장 두드러지게 나타나는 부분이 가구 특성이며(보건복지부, 2020, p.129; 이민아, 2021, p.1), 타인과 함께하는 동반 여가활동이나 혼자 하는 여가를 결정하는 주요 요인으로 소득이나 1인가구 효과보다 성별과 연령이 중요하게 작용하고(김고은, 최막중, 2019, p.27), 여가활동 유형(황남희, 2014, p.53)과 여가만족도(구묘정, 2016, p.30)에 영향을 미친다는 점에서 성별에 따른 차이를 탐색해보고자 한다.

앞에서 언급한 필요성에 의해 본 연구에서는 노인1인가구의 여가활동 유형 및 여가동반자 유형에 따른 여가만족도 차이를 시간을 기준으로 정량적 측정이 가능한 생활시간조사 자료를 토대로 살펴봄으로써 노인1인가구의 행복한 여가생활을 위한 실용적인 정책적 방안을 마련하는 데 기여하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 노인여가

노인여가는 노인 복지 중에 자주 등장하는 인기 키워드이다. 이는 노년기 여가활동이 성공적 노화의 3개 요소 중 하나로 인식될 만큼 노년기 삶의 질을 결정하는 중요 변수이자 정신적, 신체적 건강에도 큰 영향을 미치기 때문이다(Rowe,

Kahn, 1997, p.437; Lin, Jeng & Yeh, 2018, p.3; 김진원, 임구원, 2020, p.12). 정년퇴임 후 반 강제적으로 허락되는 많은 자유 시간을 어떤 여가활동을 하며 보내는지 여부의 삶의 질에 중요한 영향을 미치게 된다(Menec, 2003; Nimrod, 2007; Hutchinson & Nimrod, 2012, p.41; 박순미, 문수열, 2019, p.193; 권영순, 오서진, 이상주, 2020, p.5).

이처럼 여가활동은 노년기 삶에서 중요한 의미를 가지지만, 한국 사회 노인의 여가실태를 살펴보면 대부분 TV시청이나 라디오 청취와 같은 소극적 여가활동에 대부분의 여가시간을 보내는 것으로 나타난다(김형민, 김동현, 2019; 황남희, 2014). 민경선(2020)은 연구에서 노인의 경우 전체 평균 여가시간이 다른 세대에 비해 두드러지게 증가함에도 불구하고, 증가한 여가시간 대비 여가활동을 위해 지출하는 비용은 큰 폭으로 감소하는 것을 밝혔다. 크게 늘어난 여가시간은 주로 '낮잠', 'TV 시청', '아무것도 안하기' 등의 휴식활동으로 소비되고, 이러한 휴식활동이 전체 여가활동에서 차지하는 비중은 15~24세 세대와 비교하면 약 1.8배 정도 높게 나타났다. 반면에 취미·오락활동이나 스포츠 참여 활동은 전 연령대에서 가장 낮게 나타났다. 다른 세대와 비교하면 자기계발이나 신체활동을 사용하는 여가활동은 상대적으로 가장 낮게 나타났다(민경선, 2020, pp.50-51).

또한, 노인1인가구의 여가활동 특징으로 일반노인가구와 비교를 통해 개인의 즐거움이나 건강, 마음의 안정과 휴식보다는 그저 시간을 보내기 위해 여가에 참여한다는 점과 여가시간의 증가가 행복감을 유의하게 감소시킨다는 점에서 여가시간이 혼자 보내는 시간 혹은 고독감을 경험하는 시간이 될 수 있음을 제시했다(민경선, 2020, p.55). 노년기는 생애주기 측면에서 배우자 사별, 이웃, 친구와의 사회적 관계망 단절뿐 아니라 사회 구조적 관점에서 사회적 관계망의 축소를 통해 사회적 고립을 경험하게 된다(Steptoe, Shankar, Demakakos & Wardle, 2013, p.5799). 이러한 사회적 관계망의 단절은 가족, 이웃, 친구 등이 여가활동 참여를 유도하는 매개체가 되기도 한다(조경옥, 2005, p.203)는 것을 고려할 때, 일반노인가구에 비해 사회적 관계망이 적은 노인1인가구는 시간이 경과할수록 사회구조적으로 혼자 하는 여가를 선택할 수밖에 없게 된다.

그러나 최근 한국사회에서는 집단적 여가보다는 혼자 하는 여가를 선호하는 여가의 개인화 현상이 나타나고 있다. 2012년 이후에는 개인 단위로 혼자 하는 여가가 친구와 함께하는

동반 여가시간을 능가하였다(김고은, 최막중, 2019, p.18). 김수아, 김남조(2020)는 밀레니얼 세대와 베이비붐 세대 모두 혼자 참여하는 여가동기가 높게 나타난 것을 시대적인 변화에 따라 혼자만의 삶을 즐기는 최근 사회의 전반적인 특성이 여가 생활에 반영된 것으로 해석했다. 사회적 여가의식의 변화는 똑같은 여가실태에 대해서 다른 해석의 가능성을 열어준다. 이전 세대와 달리 경제적인 여유를 갖고 독립적인 생활을 희망하고 있는 노인1인가구의 의식 변화를 감안할 때, 혼자 하는 여가 활동이 더 이상 비자발적인 사회계층적 현상이 아니라, 여가의 개인화 흐름에 편승한 자발적인 선택에 의한 것인지 확인할 필요가 있다.

여가 현장에서 노인1인가구가 지향하는 자립성이 여가생활에서 자발적인 혼자 하는 여가로 표출될 수 있으며, 그러한 경우 여가활동에 따른 여가만족도는 긍정적으로 나타날 수 있다. 그러나 반면에 노인1인가구가 처한 사회적 고립에 의한 비자발적인 '혼자 하는 여가'인 경우에는 여가만족도는 부정적으로 나타나게 된다. 노인1인가구에서 나타나는 여가실태를 여가만족도와 연계하여 분석함으로써 '여가활동'을 가장 중요한 활동으로 여긴다고 답변한 의식이 실제 생활에서 어떻게 표출되고 있는지를 연구를 통해 살펴보고자 한다.

가. 여가활동 유형

노인의 여가활동은 개인의 성격, 연령, 교육정도, 건강 상태, 경제적 수준, 생활습관 삶의 목적 등에 따라 다양하게 나타난다(문보영, 이경희, 문혜영, 2013, p.275). 여가활동이 개인의 내적 만족과 즐거움을 위해 이루어지는 것이기 때문에 노인의 여가활동 유형은 학자들의 연구목적과 기준에 따라 다양하게 분류된다(김예성, 하용용, 2015, p.346; 장은영, 2020, p.445). 선행연구를 살펴보면 '진지한 여가와 같이 즐기는 것을 인식하는 마음 상태를 기준으로 구분하거나(Stebbins, 2001, p.53), '휴식', '기분전환', '자아개발' 등 기능적 관점으로 구분하기도 한다(나향진, 2004, p.55). 여가활동의 특성에 따라 '스포츠 및 레저활동', '사교오락활동' 등으로도 구분한다(박미석, 이유리, 2003, p.4). 여가활동 유형을 사회 자본 형성에 미치는 영향의 특성을 기준으로 구분한 '생산적' 여가활동과 '소비적' 여가활동 분류도 있다. '생산적' 여가활동은 참여자의 능동적인 참여가 요구되는 활동으로서 창의적이면서도 표면화된 공통의 목표가 있어 참여자들 간에 협동해야 하는 특

질을 갖고 있으며, '소비적' 여가활동은 수동적 형태의 시간소비 활동을 지칭하며 참여자의 능동적 참여보다는 어떤 경험이나 특정 상품을 이용하는 활동이다(Van Ingen, Van Eijck, 2009, p.195; 장은영, 2020, p.444). Van Ingen & Van Eijck(2009)의 연구는 사회 자본의 관점에서 여가 유형에 따라 여가동반자의 유무나 유형이 결정되는 것을 보여주고, 사회 자본을 확충하는 데 있어 소비적 여가활동보다 생산적 여가활동이 유리함을 밝혔다. 이 외에도 여가 참여자들 사이에서 발생하는 상호작용의 정도를 기준으로 여가활동을 대인간 상호 작용이 없는 개인여가활동, 집단 상황에서 최소한의 상호작용만 일어나는 병행여가활동, 활동을 성공적으로 수행하기 위한 활발한 의사소통과 높은 수준의 상호작용이 발생하는 공유여가활동으로 분류하기도 한다(Orthner, 1975, p.93; 신충식, 박정열, 2013, p.142).

앞에서 살펴본 바와 같이 여가활동은 연구목적과 기준에 따라 다양하게 분류된다. 여가활동 유형에 따라 여가동반자 유형이 결정될 수 있음을 영향을 미칠 수 있다는 점을 감안하여, 본 연구에서는 여가활동 유형과 여가동반자 유형을 결합하지 않고 여가활동 내용에 따라 구분한 생활시간조사 자료를 기반으로 여가활동 유형화를 하였다.

나. 여가동반자 유형

여가활동 시 사회적 집단의 효과가 크기 때문에 여가생활을 누구와 공유하느냐는 중요한 문제이다(권기창, 권승숙, 2020, p.256). 임사라, 박세영(2012)은 여가활동을 할 때, 여가동반자의 유무와 개인적으로 여가활동을 하는지, 집단적으로 여가활동을 하는지에 따라 여가만족도에 차이가 생길 수 있으며, 혼자 할 때보다 집단으로 할 때 여가만족도에 더 긍정적인 영향이 나타남을 밝혔다.

신상식, 최수일(2010)은 여가동반자 유형을 사회자본(네트워크, 참여) 관점에서 연구했다. 노인의 여가활동 변인을 여가활동 유형(생산적, 외향소비적, 내향소비적)에 따른 동반자 유형(혼자, 가족(배우자 또는 자녀)와 함께, 친구 또는 지인과 함께, 동호인과 함께)이 삶의 만족도에 어떤 영향을 미치는지 확인하였다. 생산적 여가활동 유형은 혼자 하는 것보다 동호인과 함께하는 것이, 그리고 소비적 여가활동 유형은 혼자 하는 것보다 가족이나 친구 그리고 지인과 함께할 때, 사회자본 수준이 높고 삶에도 더욱 만족하는 것으로 나타났다(신상식,

최수일, 2010, p.187). 그러나, 이 연구는 사회자본의 참여와 네트워크 관점에서 접근하다보니, 여가만족도가 아닌 삶의 만족도와와의 관계를 확인하였다.

노인들을 대상으로 여가동반자 유형과 여가만족도와 관계를 다룬 연구로는 구묘정(2016), 김옥태(2018), 김수아, 김남조(2020)의 연구가 있다. 구묘정(2016)은 노인의 여가활동 유형을 소극적활동, 적극적활동, 친화적활동으로 분류하고 여가동반자 유형은 가족, 친구, 동호회 활동, 혼자서로 분류하고 여가만족도와와의 관계를 확인하였다. 연구 결과 소극적 활동보다 친화적이거나 적극적 활동을 했을 때 여가만족도가 높게 나타났다. 여가동반자는 가족과 함께하는 노인보다 친구(연인)과 함께하거나, 동호회(종교단체 포함)활동을 통해 여가에 참여하는 노인의 여가만족도가 높아졌다. 혼자서 여가활동을 하는 노인은 가족과 함께 여가활동을 하는 노인보다 여가만족도가 낮아지는 것으로 나왔다(구묘정, 2016, p.27). 그러나 주말 동안 주로 하는 여가활동을 함께한 여가동반자 유형이 응답자의 평소 여가생활만족도에 미치는 영향을 파악하고자 했다는 점에서 한계가 있다. 김옥태(2018)는 60세 이상의 경우는 가족과 함께하는 경우 비교적 여가만족도가 높지 않으며, 친구 또는 동료가 함께할 때 가장 여가만족도가 높을 가능성이 높은 것으로 나왔다. 김옥태(2018)는 주로 누구와 여가활동을 하는지 여부로 여가만족도 차이를 살펴보았다는 점에서 한계가 있다. 김수아, 김남조(2020)는 베이비붐 세대와 밀레니얼 세대의 여가환경에 영향을 미치는 중요한 요인으로 여가 공유자가 여가만족도에 미치는 영향을 확인했다. 연구 결과 베이비붐 세대는 가족이나 동호회, 밀레니얼 세대는 혼자보다 친구와의 여가 공유가 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김수아, 김남조, 2020, p.122). 그러나, 여가공유자의 개념이 조사일자를 기준으로 이전 1년간의 여가활동 경험을 기반으로 가장 많이 참여한 여가활동에 대해 함께 했던 동반자가 누구였는지를 확인했다는 점에서 기억에 의존한 자기기입에 따른 자료의 정확성에 대한 문제가 제기된다.

여가동반자 유형과 관련된 선행연구를 보면 여가 현장에서 함께 여가활동에 참여한 여가동반자 유형을 시간을 기준으로 얼마 동안 함께했는지 계량적으로 측정하여 여가만족도와와의 연관성을 확인한 연구는 아직 없다. 이에 본 연구는 노인1인 가구를 대상으로 생활시간조사 자료를 토대로 여가동반자 유형(혼자, 가족, 타인)에 따른 여가만족도를 비교했다.

다. 여가시간

생활시간조사 자료에서 나타나는 노인들의 생활시간 소비 패턴은 노인들의 생활에서 일과 가정 등 의무적 성격이 강한 생활시간(2차 활동시간)은 줄어들고, 수면과 식사 등의 시간(1차 활동시간)과 그 외의 여가활동 시간(3차 활동시간)은 상대적으로 증가하는 것으로 나타난다(이윤정, 정순희, 2004, p.104; 권기창, 권승숙, 2020, p.256).

노인의 여가시간과 관련한 선행연구를 살펴보면 박미석, 이 유리(2003)는 1999년 생활시간조사 자료를 토대로 하루 중 여가시간을 어떻게 보내는지 확인하고, 개인, 가족, 거주 특성에 따라 여가활동 유형별 시간에 어떠한 차이가 있는지 살펴 보았다. 이윤정, 정순희(2004)는 1999년 생활시간조사 자료를 활용하여 노인여가의 객관적 실태를 시간의 소비패턴 중심으로 파악하였다. 분석 결과 노인의 여가시간이 모든 연령대에서 가장 많은 것으로 나타났다. 김진욱(2006)은 2004년 생활시간조사 자료를 토대로 노인과 관련된 생활시간 패턴과 여가시간을 분석하여 배우자가 없는 노인들의 경우 더 많은 '강요된 여가시간'을 보내고 있으며, 여가활동 대부분이 TV 시청과 같은 수동적인 활동에 치우쳐 있음을 밝혔다. 권혁철, 김상문(2017)은 2014년 생활시간조사 자료를 활용하여 사회적 교제 시간이 삶의 만족도에 어떤 영향을 미치며, 그 영향이 성별에 따라 어떻게 다른지 분석하였다. 연구 결과 성별에 따라 삶의 만족도에 미치는 영향이 상이하고, 배우자에 대한 관계의존도도 다른 것으로 나타났다. 김형민, 김동현(2019)은 2014년 생활시간조사 자료를 통해 한국 노인의 여가생활시간의 유형을 살펴보고 일반적 특성에 따른 여가생활시간을 비교 분석하였다. 연구 결과 가구 관련 사항에 따른 여가생활시간 분석은 미디어를 이용한 여가활동에 가장 많은 시간을 할애하는 것으로 나타났으며, 성별, 가구 소득은 여가활동 유형 중 문화 및 관광활동을 제외한 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 나타내는 것으로 밝혀졌다. 또한 혼인 상태의 경우 미디어를 이용한 여가활동과 문화 및 관광 활동 유형을 제외한 모든 영역에서 유의한 차이를 보였으며 개인 관련 사항에서는 교육은 모든 영역에서 유의한 차이를 보였고, 경제활동 상태와 월평균 소득도 문화 및 관광활동과 의례 활동을 제외한 모든 영역에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 박혜련, 허식(2019)도 2014년 생활시간조사 자료를 사용하여 '문화예술 활동' 참여 시간에 대한 결정 요인으로 학력과 소득 그리고

대체활동인 사교활동과의 상호관계를 제시하였다. 김수지 (2020)는 서울특별시와 광역시에 거주하는 노인들의 자료를 활용하여 정적 여가활동 시간이 높을수록 고독감은 높아졌고, 능동적 여가시간이 높을수록 고독감이 낮아지는 것을 밝혔다.

노인의 여가시간 관련 선행연구를 보면 생활시간조사자료를 활용하여 여가활동 유형 및 여가동반자 유형과 여가만족도와의 관계를 분석한 연구는 없는 것으로 나타난다. 이에 본 연구에서는 여가만족도에 미치는 영향을 여가활동 유형과 여가동반자 유형을 중심으로 살펴보고자 한다.

2. 노년기 여가효능, 여가만족, 성별효과

가. 여가의 사회적 효능

노년기 여가의 사회적 효능은 다양하다. 퇴직 이후 노년층의 사회적 고립을 해소하고 사회적 소통에 크게 기여하며, 사회관계망 형성에 긍정적 효과를 가지고 있다(손지영, 2018, p.320). Burch & Hamilton-Smith(1991)는 여가의 사회적 효능을 유대감(bonding), 단결(solidarity), 통합(integration) 이라는 세 가지 측면에서 입증하였다(나향진, 2004, p.57). 또한 노인의 여가활동 참여 정도는 우울감 감소에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(이은주, 2014; 윤혜진, 2015; 손지영, 2018; Lee, Yu, Wu & Pan, 2018; 정영미, 김영수, 2021). 노인의 건강을 증진시키고 우울감을 감소시킴으로써 사회적 차원에서 긍정적 영향을 미친다(Lin, Jeng & Yeh, 2018, p.3; Bum, Johnson & Choi, 2020, p.454; 김진원, 임구원, 2020, p.12). 여가활동의 적극적 참여는 사회적 지지를 강화하고, 노인들을 지역사회 내로 통합시키는 데 기여하는 긍정적 효과를 가져 온다(박근수, 2011, p.85; Chang, Wray & Lin, 2014, p.516; 권영순, 오서진, 이상주, 2020, p.6).

나. 여가만족

여가만족은 개인 차원에서 삶의 질에 큰 영향을 미친다. 노인의 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 영향으로 중요하게 여겨지는 개념이 여가만족이다(문보영, 이경희, 문혜영, 2013, p.275; 문상정, 박상훈, 2018, p.45; 민경선, 2020, p.46). 여가만족은 여가활동을 통해 얻게 되는 개인의 인식이나 즐거움 등의 정서적인 주관적 지각을 의미한다(Beard, J. G., &

Ragheb, M. G., 1980, p.22). 여가만족도는 여가시간을 보내고 난 후의 결과에 집중하여 그에 대한 만족의 정도를 일컫는 것으로 볼 수 있다(오서진, 함석중, 2018, p.80).

노인을 대상으로 한 선행연구들은 일반적으로 노인의 여가만족이 어떠한 요인들에 의해 영향을 받는지 살펴거나 노인의 여가만족이 노인에게 어떠한 영향을 주는지 확인하는 등의 두 가지 양상으로 나타나는 경향이 있다(권영순, 오서진, 이상주, 2020, p.6). 노인1인가구의 중요성에도 불구하고 노인1인가구를 대상으로 하여 여가활동 유형과 여가동반자 유형이 여가만족도에 어떤 영향을 미치는지에 대한 연구는 아직 미진하다.

다. 성별 효과: 여가활동 유형, 여가시간, 여가만족도

노년기 여가활동 유형, 여가시간, 여가만족도에 영향을 미치는 주요한 요인 중 하나로 성별이 언급되고 있다(김형민, 김동현, 2019; 황남희, 2014; Ahn & Song, 2021). 많은 선행연구에서 성별에 따라 노인들의 여가활동 유형에 차이가 있음을 확인했다(황남희, 2014; 김고은, 최막중, 2019; 박순미, 문수열, 2019). 김형민, 김동현(2019)은 한국 사회의 노년층의 여가생활시간 사용 패턴에 성별이 문화 및 관광활동을 제외한 모든 영역에서 영향을 미치고 있음을 보였다. 노인1인가구를 대상으로 여가활동 참여 특성을 살펴본 연구에서도 남녀 노인이 성별차이를 고려해야 함을 밝혔다(김예성, 하용용, 2015, p.367). 그러나 노인의 여가만족과 관련해서 구묘정(2016, p.30)은 성별에 따른 여가만족도에 차이가 있다고 했으나, 문보영, 이경희, 문혜영(2013), 곽종형(2018)과 노인1인가구를 대상으로 한 민경선(2020, p.53)의 연구에서는 성별차이가 여가만족도에 영향을 미치지 못하고 있는 것으로 나타났다.

이상의 선행연구 분석 결과 본 연구는 다음과 같은 점에서 차별점을 두고 분석을 했다. 노인1인가구를 대상으로 삶에 가장 중요하게 인식되는 여가활동이 실제 어떻게 이뤄지고 있는지 성별에 따라 그 특성을 실증적으로 파악하고자 2019년 생활시간조사 자료를 분석했다. 연속적이고 계량화된 시간량(분) 형태로 측정하고 있기 때문에 응답자의 실제에 대한 인식의 편향에서 상대적으로 자유롭고, 여가활동별 구체적인 시간량까지도 비교적 정확하게 비교할 수 있다는 점에서 유용하다. 여가활동별 여가만족도와 여가동반자 유형별로 여가만족도의 차이를 살펴볼 수 있는 최신 자료인 2019년 생활시간조

사 자료를 분석 자료로 활용하여, 노인1인가구가 24시간이라는 제한된 시간이라는 자원을 여가시간에 얼마나 할애하고, 어떻게 그 시간을 사용하고 있는지 여가 유형별로 시간량을 분석함으로써 노인1인가구의 여가생활 개선을 위한 기초자료로 활용될 수 있기를 기대한다.

III. 연구 문제 및 연구 방법

1. 분석 자료 및 대상

이 연구는 2019년 생활시간조사 자료를 분석 자료로 활용하였다. 생활시간조사는 1999년 처음 시작되었으며, 5년 주기로 진행되고 있다. 1999년과 2004년에는 9월에 각각 1회씩 조사가 시행되었으나, 2009년에는 3월과 9월에 실시되었으며 2014년과 2019년에는 7월, 9월, 12월에 실시가 되었다. 국민들이 주어진 하루 24시간을 어떤 형태로 보내고 있는지를 파악하여 국민의 생활방식과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초자료로 제공되며, 노동, 복지, 문화, 교통 등 관련 정책 수립이나 학문 연구의 기초자료로 활용되고 있다. 생활시간조사 자료는 조사에 참여한 응답자가 10분 간격으로 설계된 시간 일지에 자신이 한 행동을 일기 쓰듯이 2일 동안 직접 기입하는 방법이다. 시간일기 자료에는 설문 참여자의 하루 24시간 동안 일어난 행동들을 연속적으로 기록함으로써 사람들이 행동마다 할 당한 시간을 확인할 수 있으며, 일상에서 사람들의 활동별 소비 패턴을 비교할 수 있다는 장점이 있다.

2019년 생활시간조사 자료는 전국 12,435 가구의 만 10세 이상 가구원 약 29,000명의 이틀간 시간일지로 구성되어 있다. 연구 대상인 노인1인가구는 표본으로 추출된 12,435가구 중 본인이 혼자 살고 있는 65세 이상이 해당하며, 총 1,472명 중 남성이 359명(24.4%), 여성이 1,113명(75.6%)이다. 첫째 날과 둘째 날 자료를 분석한 결과가 거의 같아서 본 논문에서는 첫째 날 시간일지 결과를 보고한다.

2. 변수

노인1인가구는 성별, 연령, 지역, 사회경제적수준, 혼인 상태 등에 따라 특성이 달라질 수 있다는 선행연구에 따라 통제 변수로 연령, 건강 상태, 돌봄 여부, 혼인 상태, 최종학력, 취업 여부, 월평균 가구소득, 주거형태, 거주지를 사용하였다(김수아, 김남조, 2020, p.126).

설명변수로는 여가활동 유형, 여가동반자 유형이 해당된다. 본 연구에서 여가활동 유형은 통계청(2020)의 '2019 생활시간조사'에서 분류한 여가활동 내용을 기준으로 재분류하였다. 생활시간조사 행동 대분류 중 '문화 및 여가활동'으로 분류된 모든 여가활동 내용을 유형별로 분류하였다. 여기에는 문화 활동 및 여가나 레크리에이션을 위한 각종 활동이 포함된다. 다만, '교제 및 참여 활동' 변수는 생활시간조사 자료와 달리 교제활동에 해당하는 시간만 측정하였다.

그리고 여가동반자 유형화는 김고은, 최막중(2019)의 '나홀로 여가와 동반 여가에 대한 개념을 참고로 하여 본 연구에 맞게 수정했다.¹⁾ 여가시간을 공유하는 상대가 존재하지 않는 경우의 동반자 유형을 '혼자로' 분류하고, 여가시간을 공유하는 상대가 존재하는 경우, 여가동반자의 유형을 사회적 관계망의 하위요소인 '가족', '타인'으로 구분하였다.

이러한 연구 목적에 따라 본 연구에서는 여가동반자가 없는 유형은 '혼자'라는 변인으로, 여가동반자가 있는 경우 변인은 '가족' '타인'으로 구분하여 여가만족도에 미치는 영향을 확인하였다. 가족은 배우자, (손)자녀, 부모(배우자 쪽 포함), 형제 자매 및 기타 가족이 해당하며, 타인은 이웃, 동료, 가족이 아닌 가구원과 지인이 해당한다.

종속변수인 여가만족도는 2019년도 조사 때 새롭게 포함된 항목으로 시간 활용과 평소 여가시간에 대해 주관적으로 느끼는 만족도에 대한 차이를 분석하기 위한 문항이다. 본 연구에서 여가만족의 측정은 Beard & Ragheb(1980)이 개발한 여가만족척도를 사용하지 않고, 생활시간조사 자료의 전반적인 여가만족도를 사용하여 측정했다. 매우 만족부터 매우 불만족까지 5점 척도로 구성되어 있다(통계청, 2020. 7. 30). <표 1>은 이번 연구에 사용된 변수들을 정리한 것이다.

1) 김고은, 최막중(2019)의 연구를 토대로 여가동반자의 유무에 따라 상대가 없이 홀로 여가를 보내는 경우를 '홀로 여가'로 정의하며, 그에 비해 '동반 여가'는 여가시간을 공유하는 상대가 존재하는 경우로 구분했다.

표 1. 분석에 사용된 통제변수, 설명변수, 종속변수

변수	구분	설명	
통제 변수	개인·가구 특성	연령, 건강 상태, 돌봄 여부, 혼인 상태, 최종학력, 취업 여부, 월평균 가구소득, 주거형태, 거주지	
	문화 및 관광활동	연극, 영화감상, 스포츠 관람 등 문화활동 및 관광활동	
독립 변수	미디어를 이용한 여가활동	여가를 목적으로 책읽기, 신문 읽기, 잡지 보기, 실시간 방송·비디오 시청, 실시간 라디오 방송·음원·음반 듣기, 인터넷 정보 검색, 기타 미디어 관련 여가	
	여가 활동 유형	스포츠 및 레포츠	걷기·산책, 달리기·조깅, 등산, 자전거·인라인, 개인·구기 운동, 낚시·사냥, 기타 스포츠·레포츠
		게임 및 놀이	집단게임 및 놀이, 온라인/PC 게임, 모바일 게임, 기타 게임
	휴식 관련 행동	아무것도 안 하고 쉬, 담배 피우기	
	기타 여가활동	개인 취미활동, 여가 교양학습, 유흥, 기타 여가 관련 활동	
	교제활동	대면 교제, 화상·음성 교제, 문자·메일 교제, 사회관계망을 통한 교제, 기타 교제 관련 활동	
여가동반자 유형	혼자, 가족, 타인		
종속 변수	여가만족도	시간 활용과 평소 여가시간에 대해 주관적으로 느끼는 만족도	

자료: 통계청(2020), 2019 생활시간조사

3. 연구 문제

노인1인가구 여가와 관련된 선행연구를 통해 도출된 연구 문제는 총 5개이다.

<연구 문제 1> 노인1인가구는 성별에 따라 여가만족도 차이가 있는가?

<연구 문제 2> 노인1인가구는 성별에 따라 여가활동 유형별 여가시간에 차이가 있는가?

<연구 문제 3> 노인1인가구의 성별에 따라 여가동반자 유형별 여가시간은 차이가 있는가?

<연구 문제 4> 노인1인가구의 여가활동 유형별 여가만족도는 어떠한 특성을 보이는가?

<연구 문제 5> 노인1인가구의 여가동반자 유형별 여가만족도는 어떠한 특성을 보이는가?

4. 분석 방법

자료의 분석은 Stata 16을 이용하였으며 분석 대상의 일반적 특성을 확인하고자 성별에 따른 백분율을 산출했다. 또한, 여가활동 시간이나 만족도가 성별에 따라 특성이 다르게 나타난다는 점에서 성별을 구분하여 일반적 특성을 확인하였다. 성별에 따른 여가활동별 시간량과 차이를 확인하고자 t-test를 실시했다. 마지막으로 여가활동 유형과 여가동반자 유형이 여가만족도에 미치는 영향을 확인하기 위해 회귀분석을 하였다.

이 과정에서 연령을 65세부터 74세 이하, 그리고 75세 이상의 두 집단으로 구분하여 다변량 분석을 실시했다. 그러나, 분석 결과가 전체 연령을 대상으로 한 것과 동일한 것으로 나오에 따라 연령별 유의미한 차이가 없음을 확인했다. 종속변수인 여가만족도는 2019년 생활시간조사 자료에서 5점 척도로 측정되었다. 종속변수가 서열변수라는 점에서 기존 연구에서 많이 사용되는 서열 로짓모형 (ordinal logit model)을 통해 다양한 변수를 통제한 후 여가만족도에 미치는 영향을 분석했다.

IV. 연구 결과

1. 조사 대상자의 일반적 특성

<표 2>는 노인1인가구의 일반적 특성을 나타낸 것으로 응답자 중 여자 노인1인가구가 남자보다 3배 이상 높은 것을 보여준다. 통제변수인 연령, 혼인 상태, 최종학력, 가구소득, 주거형태, 거주지는 남녀간 유의한 차이가 있음을 보여준다. 연령대는 남성은 65~74세가 52.92%, 75~84세가 35.93%, 85세 이상이 11.14%를 차지하는 것으로 나타난 반면, 여성은 65~74세(40.52%)와 75~84세(46.09%)가 비슷한 비중을 차지하고, 85세 이상은 13.39%를 구성하여 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 혼인 상태 또한 여성의 경우 사별이 88.50%로 남성(54.04%)보다 34.46%p 월등히 높게 나온 반면, 미혼,

표 2. 노인1인가구의 일반적 특성

				(단위: %, 명)
변 수		남성 (N=359)	여성 (N=1,113)	t-test or chi-square
연령	65~74	52.92	40.52	
	75~84	35.93	46.09	***
	85세 이상	11.14	13.39	
건강 상태	나쁨	22.01	25.43	
	보통	54.32	55.44	
	좋음	23.68	19.4	
돌봄 여부	돌봄	9.19	10.96	
혼인 상태	미혼	2.51	1.17	
	결혼	13.37	3.68	***
	사별	54.04	88.50	
	이혼	30.08	6.65	
최종학력	무학	8.64	29.20	
	초졸	33.43	44.20	
	중졸	17.55	14.47	***
	고졸	26.74	9.07	
	학사	13.65	3.05	
취업 여부	일을 하고 있음	30.36	26.06	
가구소득	100만 원 미만	73.26	86.70	
	100만 원 이상~200만 원 미만	17.83	10.33	***
	200만 원 이상~300만 원 미만	6.13	2.07	
	300만 원 이상	2.79	0.90	
주거형태	자가	53.48	66.85	
	전세	12.26	10.51	***
	월세	34.26	22.64	
거주지역	도시 거주	71.31	64.96	*
여가만족도	매우 불만족	4.18	4.13	
	약간 불만족	15.88	14.38	
	보통	53.76	49.69	
	약간 만족	18.94	25.70	
	매우 만족	7.24	6.11	

주: * p < .05. ** p < .01. *** p < .001.

결혼, 이혼은 남성보다 각각 1.34%p, 9.69%p, 23.43%p씩 낮은 것으로 나왔다. 최종 학력에서도 남성은 40.39%가 고등학교 이상의 교육을 받은 것으로 나타났지만, 여성은 12.12%에 그쳐 남녀 간 큰 차이를 보였다. 반면 교육을 전혀 받지 않은 남성은 8.64%에 그친 반면, 여성은 29.20%에 달한다. 가구소득 면에서도 100만원 미만 소득자 중 여성(86.70%)이 남성(73.26%)보다 13.44%p 높은 비중을 차지했다. 그러나 주거형태를 보면 자기 집에서 살고 있는 응답자는 여성이 남성보다 13.37%p 높은 것으로 나타났다. 거주지역을 보면 도시에 거주하

는 남성이 여성보다 6.35%p 높았다. 건강 상태, 돌봄 여부, 취업 여부, 여가만족도는 남녀 간 유의한 차이를 나타내지 않았다.

연구 분석 대상의 표본집단인 2019년 생활시간조사 응답자 중 노인1인가구의 인구사회학적 특성을 살펴보면 남녀 비율이 각각 24%, 76% 이다. 연령대 구성은 65~74세 43.55%, 75~84세 43.61%, 85세 이상 12.84% 이다. 사회경제적 특성을 살펴보면 무학이 24.2%, 초등학교 졸업이 41.6%, 중학교 졸업이 15.2%, 고등학교 졸업이 13.4%, 학사 이상이 5.6%로 두 집단 모두 저학력자의 분포가 60% 이상을 보여준다.

표 3. 노인1인가구의 여가활동 유형별 시간

(단위: 분)

	남성		여성		t-test
	Mean	S. D.	Mean	S. D.	
전체 여가활동 시간	416.55	171.36	378.61	163.57	***
미디어를 활용한 여가	261.11	147.84	231.08	144.78	***
스포츠 및 레포츠	64.85	74.88	35.97	52.34	***
교제활동	39.05	49.54	60.35	65.29	***
휴식 등	23.34	39.00	24.99	40.15	
게임 및 놀이	16.96	47.68	16.54	45.37	
기타 여가활동	10.64	35.43	8.14	30.38	
문화 및 관광활동	0.58	7.84	1.54	16.31	
N	359		1,113		

주: * p < .05. ** p < .01. *** p < .001

취업 여부는 취업중이 27%, 미취업 상태는 73%로 미취업 상태에 있는 노인이 더 많았다. 저소득층이 전체의 77% 이상으로 높은 비율을 보이는 특성이 있다.

2. 여가활동 유형별 여가시간

노인1인가구의 1일 여가활동 시간을 여가활동 유형별로 살펴보면 <표 3>과 같다. 1일 평균 전체 여가시간은 남성 416.55분, 여성은 378.61분으로 남성이 여성보다 37.94분 소비 시간이 컸으며, 성별로 유의미한 차이가 있는 것으로 확인되었다. 이 외에도 ‘스포츠 및 레포츠’, ‘교제활동’, ‘휴식 등’의 여가시간 또한 성별에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 확인된다. 시간 사용량이 많은 여가활동 유형부터 낮은 순으로 하나씩 살펴보면 ‘미디어를 활용한 여가’는 총 여가시간의 60% 이상을 차지하였으며, 남성이 여성보다 30.03분 더 소비하였다. ‘스포츠 및 레포츠’의 활동은 남성이 여성보다 28.88분 높은 사용 경향을 보인 반면, ‘교제활동’은 여성이 남성보다 21.3분 더 길었다. 한편 ‘문화 및 관광활동’은 1일 평균 2.12분으로 거의 이루어지지 않고 있는 것으로 나타났으며, 성별에 따른 차이는 통계적으로 없는 것으로 나타났다. ‘게임 및 놀이’

와 ‘기타 여가활동’ 여가 소비 시간 또한 하루 24시간 중 각각 33.5분과 18.78분이며 성별에 따른 특별한 차이는 없는 것으로 확인되었다.

‘2020 고령자 통계’에서 확인된 노인1인가구의 여가시간 자료를 기준으로 2014년과 2019년 여가시간 활용을 비교해보면 전체 여가시간은 2019년 여가시간은 7시간 13분으로 5년 전보다 17분 감소하였다.²⁾ 2014년 대비 2019년 여가시간 중 감소한 여가활동을 먼저 살펴보면 교제 및 참여는 총 1시간 38분(2019년)으로 2014년 대비 17분이 감소하였고, 문화 및 관광은 1분(2019년)으로 1분 감소했다. 미디어 이용 또한 3시간 54분(2019년)으로 5분이 감소했다. 이에 반해 스포츠 및 레포츠는 44분(2019년)으로 3분이 증가했고, 기타 여가시간도 4분이 증가했다.

분석 결과를 보면 노인1인가구 경우 하루 여가시간의 절반 이상을 신체적 활동이 매우 적은 미디어를 활용한 여가에 주로 소비하는 것으로 나타났다.³⁾ 이는 여가활동이 주로 혼자서 신체적 움직임이 크지 않은 소극적 여가활동에 머물고 있음을 보여준다. 노년기 여가활동의 효능인 ‘정신적·신체적·사회적 건강 향상 중 신체적 사회적 기능 증진과는 무관한 활동에 여가시간 중 거의 70% 정도가 소비되고 있음을 확인할 수 있다.

2) ‘2020 고령자 통계’에서는 여가활동을 교제 및 참여, 문화 및 관광, 미디어 이용, 스포츠 및 레포츠, 기타(게임 및 놀이, 개인 취미활동, 자원봉사 등)로 구분하였다.

3) 책읽기, 신문 읽기, 잡지 보기, 실시간 방송 비디오 시청, 실시간 라디오 방송 음원/음반 듣기, 인터넷 정보 검색, 기타 미디어, 아무것도 안하고 쉬는 휴식 등이 해당된다.

표 4. 노인1인가구의 여가동반자 유형에 따른 여가시간

(단위: 분, 명)

	남성		여성		t-test
	Mean	S. D.	Mean	S. D.	
전체 여가활동 시간	416.55	171.36	378.61	163.57	
혼자	336.49	174.67	279.07	157.01	***
가족과 함께	9.89	44.88	14.37	46.98	
타인과 함께	70.17	95.77	85.18	95.65	**
N	359		1,113		

주: * p < .05. ** p < .01. *** p < .001

3. 여가동반자 유형에 따른 여가시간

다른 어떤 활동보다도 시간에 대한 자유의지로 선택된 여가 생활의 만족감은 함께하는 사람의 영향을 크게 받는다(강은나, 김혜진, 김영선, 2017, p.205)는 점에서 여가동반자 유형에 따른 여가 소비 패턴을 성별로 구분하여 차이가 있는지 살펴해보았다(표 4). 여가동반자 유형에 따른 여가시간의 차이를 살펴보면 ‘혼자’ 하는 여가시간이 645.56분, ‘타인과 함께’는 155.35분, ‘가족과 함께’는 24.26분으로 확인된다. 성별에 따라 여가소비 시간에 유의미한 차이를 나타내는 것은 ‘혼자’와 ‘타인과 함께’인 것으로 확인되었다. 이중 ‘혼자’ 하는 여가시간은 남성이 여성보다 57.42분 길고, ‘타인과 함께하는 여가시간은 여성이 남성보다 15.01분 더 길었다. ‘가족과 함께하는 여가시간은 성별에 따른 차이가 통계적으로 유의하지 않았으며, 여성 노인의 경우, 가족과 함께하는 시간이 14.37 분, 남성 노인은 9.89분이었다. 노인1인가구의 여가동반자 유형에 따른 여가시간은 ‘혼자’ 여가활동을 하는 시간이 가장 길고, 노인 1인가구 남성이 336.49 분으로 가장 높았다. 이는 남성 노인이 사용하는 416.55분이라는 여가시간 중 80.8%에 달하는 수치이다.

4. 여가만족도

<표 5>는 여가활동 유형과 여가 참여 대상자가 여가만족도에 미치는 영향을 분석한 결과표이다. 앞의 분석에서 성별에 따라 여가활동 유형과 여가동반자 유형에 따른 시간량 차이가 있는 것으로 확인되었기에 남녀별로 분리하여 분석하였다.

<표 5>에 나타난 분석을 진행하기 전에 인구사회학적 통제

변수가 여가만족도에 미치는 영향을 확인하고자 모든 통제변수를 투입하여 서열로짓 분석을 실시했다. 그 결과는 <표 5>와 동일한 것으로 확인했다. 이후 여가활동 유형이 여가만족도에 어떠한 영향을 미치는지 확인하고자 여가활동 유형 변수만 투입하여 분석했다. 결과는 노인여성을 대상으로 한 미디어를 활용한 여가의 경우만 제외하면 <표 5>와 일치했다. 노인여성의 경우 미디어를 활용한 여가의 소비시간이 늘어날수록 여가만족도가 유의미하게 감소했다. 이에 반해 <표 5>에서는 사회경제적 변수들을 통제한 상태에서는 유의미하지 않은 결과가 나왔다. 이 한 가지 경우를 제외하면 <표 5>와 같은 결과를 나타내는 것으로 확인했다.

먼저 설명변수인 여가시간이 여가만족도에 미치는 영향을 성별에 따라 확인해보기 위해 모델 1을 확인하였다. 남성의 경우 건강 상태와 월세 여부에 따라 여가만족도에 차이가 있었으며, 건강 상태가 좋아질수록 여가만족도는 증가하고, 주거 형태가 월세이면 여가만족도가 낮아지는 것으로 나타났다. 여성의 경우에는 연령, 건강 상태, 돌봄 여부, 교육수준이 여가만족도에 영향을 미쳤다. 연령이 증가할수록, 최종학력이 높을수록 여가만족도가 높고, 신체적 정신적으로 보살펴야 하는 대상이 있으면 여가만족도는 낮아졌다. 그리고 무엇보다도 여성과 남성 모두 전체 여가활동 시간량 자체는 여가만족도와 아무런 통계적 연관이 없었다.

사회인구학적 특성을 통제한 상태에서 여가만족도에 대한 여가활동 유형의 영향력을 확인했다(모델2). 남성의 경우 ‘스포츠 및 레포츠’(p < .01)와 ‘게임 및 놀이’(p < .05), ‘기타 여가활동’(p < .05)을 할 때 여가만족도와 긍정적인 영향 관계가 있음을 보여준다. 여성은 남성과 달리 ‘스포츠 및 레포츠’와 ‘기타 여가활동’의 경우 활동시간이 증가할수록 여가만족도가

높아지는 것을 보여준다($p < .001$). 반면에 ‘게임 및 놀이’는 여성의 경우 여가만족도에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 또한, 남성에게서는 나타나지 않았던 교제활동 시간이 증가할 수록 여가만족도도 높아졌다($p < .01$).

마지막으로 본 논문의 주요 관심인 여가동반자 유형에 따른 여가만족도를 확인했다(모델3). 분석 결과 두 모형 모두 통계적으로 유의한 것으로 나왔고, 남성과 여성 모두 타인과 함께 할 때 여가만족도가 향상되는 것으로 나타났다. 이는 여가활동

동 동반자가 누구인지에 따라 여가만족도가 달라진다는 선행 연구 결과와도 일치한다. 뿐만 아니라 노인들의 사회적 효능 차원에서 여가활동을 통한 지역 내 사회적 관계망의 확대와 강화가 노인 한 사람의 여가만족도에도 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 실증적으로 보여준다. 반면 혼자 또는 가족과 보내는 여가활동 시간은 여가만족도와 아무런 관련이 없는 것으로 나타났다.

표 5. 성별에 따른 여가만족도 회귀분석(서열로짓)

(단위: %)

여가만족도	남성						여성					
	모델1		모델2		모델3		모델1		모델2		모델3	
	Coef.	S.E.	Coef.	S.E.	Coef.	S.E.	Coef.	S.E.	Coef.	S.E.	Coef.	S.E.
전체 여가활동 시간	0.001	0.000					0.000	0.000				
여가 유형												
교제활동			-0.002	0.002					0.003 **	0.000		
미디어활용			-0.000	0.001					-0.005	0.000		
스포츠 및 레포츠			0.004 **	0.001					0.004 ***	0.001		
문화 및 관광			0.001	0.012					0.002	0.003		
게임 및 놀이			0.005 *	0.002					0.002	0.001		
휴식 관련 행동			0.002	0.003					-0.001	0.002		
기타 여가활동			0.007 *	0.003					0.008 ***	0.002		
누구와 함께												
혼자 여가					0.001	0.001					-0.000	0.000
가족과 여가					-0.001	0.002					0.001	0.001
타인과 여가					0.003 *	0.001					0.003 ***	0.000
연령	-0.009	0.018	-0.005	0.018	-0.008	0.178	0.032 **	0.010	0.031 **	0.010	0.030 **	0.010
건강 상태	0.695 ***	0.161	0.647 ***	0.163	0.673 ***	0.161	0.791 ***	0.092	0.714 ***	0.094	0.740 ***	0.094
돌봄 여부	-0.732	0.363	-0.713	0.368	-0.708	0.363	-0.968 ***	0.202	-0.955 ***	0.204	-0.990 ***	0.204
혼인 상태(결혼)												
미혼	0.431	0.694	0.268	0.700	0.437	0.694	-0.933	0.667	-1.367 *	0.697	-1.052	0.681
사별	0.180	0.323	0.206	0.318	0.142	0.323	-0.216	0.304	-0.309	0.307	-0.249	0.304
이혼	0.044	0.353	0.084	0.350	0.024	0.353	-0.147	0.379	-0.268	0.383	-0.154	0.379
교육수준	-0.100	0.917	-0.099	0.093	-0.086	0.092	0.209 **	0.065	0.211 ***	0.066	0.231 ***	0.066
가구소득	0.116	0.161	0.074	0.160	0.119	0.161	0.115	0.125	0.105	0.126	0.127	0.125
주거형태(자가)												
전세	-0.390	0.348	-0.511	0.351	-0.388	0.348	-0.228	0.200	-0.163	0.201	-0.174	0.200
월세	-0.610 *	0.265	-0.582 *	0.297	-0.600 *	0.265	-0.268	0.150	-0.189	0.152	-0.242	0.151
거주지역(도시)	-0.380	0.240	-0.477 *	0.243	-0.393	0.240	-0.141	0.134	-0.141	0.136	-0.055	0.135
R2	0.053		0.066		0.054		0.052		0.065		0.058	
N(명)	359						1,113					

주: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

V. 결론

1. 연구 결과 및 함의

본 연구는 노년층의 행복한 여가생활을 위한 정책적 방안을 마련하기 위한 기초 연구 자료로 '고독사' 등 사회적 고립에 취약한 노인1인가구를 중심으로 여가활동 유형에 따른 여가 시간, 여가동반자에 따른 여가시간을 성별에 따라 살펴보았다. 여가가 갖고 있는 사회적 순기능에 중요한 여가만족도가 여가활동 유형과 여가동반자 유형에 따라 어떤 관계를 나타내는지 실증적으로 분석했다. 이에 전국 만 65세 이상인 노인1인가구 1,472명을 대상으로 분석하였으며 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

먼저 앞서 제기한 총 5개의 연구 문제를 하나씩 검토하면, 첫 번째 연구 문제인 "노인1인가구는 성별에 따라 여가만족도에 차이가 나타나는가?"는 성별에 따른 여가만족도 차이는 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났다(표 1). 두 번째 연구 문제인 "노인1인가구는 성별에 따라 여가활동 유형별 여가시간에 차이가 있는가?" 라는 질문에 대해서는 '미디어를 활용한 여가', '스포츠 및 레포츠', '교제활동'에서 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보였다(표 3). 성별에 따른 여가활동 유형별 여가시간에 차이가 있는 것은 성별에 따라 선호하는 여가활동 유형을 더 오랜 시간 향유하기 때문이다. 반면 성별에 따른 여가만족도 차이가 없는 것은 자유롭게 선택한 여가활동 유형을 향유하기 때문에 나타난 현상으로 이해할 수 있다. 이는 앞서 언급한 선행연구와 동일한 결과이다(문보영, 이경희, 문혜영, 2013; 곽종형, 2018; 민경선, 2020).

세 번째는 "노인1인가구의 성별에 따라 여가동반자 유형별 여가시간은 차이가 있는가?"라는 질문에 대해 '혼자인 경우와 '타인과 함께인 경우 차이가 있다는 것을 확인하였다(표 4). 특히 남성 노인1인가구의 경우 여성 노인1인가구보다 약 1시간 정도 더 많이 '혼자' 여가시간을 보내고 있으며, 하루 전체 여가시간 중 80% 이상을 차지하고 있음을 보여줬다. 1인 가구 남성중고령자의 경우 남성이 여성에 비해 우울위험군일 가능성이 높다는 연구 결과(강은나, 김혜진, 김영선, 2017, p.207)까지 고려해보면 노인1인가구 남성들을 위한 집중적인 지원이 마련되어야 함을 보여준다. 스포츠 활동이나 관람 사교 활동과 같이 타인과의 교류나 여럿이 함께하는 활동을 통해 노년기의 고독감과 우울감은 감소될 수 있다(송지준, 엄인

숙, 2008, p.43)는 연구 결과에 비추어 노인1인가구 남성들을 위한 지역 사회 내 특화된 다양한 여가 프로그램의 개발뿐 아니라 그 여가프로그램에 접근하고 지속할 수 있는 적극적인 노력이 필요하다. 그러나 여성노인들이 '혼자' 여가를 하는 시간도 남성 노인1인가구에 비해 상대적으로 적은 것이지, 전체 여가시간 중 73% 이상을 차지하고 있음을 나타내고 있다.

네 번째 연구 문제인 "노인1인가구에서 여가활동 유형별 여가만족도는 어떠한 특성을 보이는가?"에 대해서 살펴보면 모델2(표 5)에서 신체적·사회적·심리적 순기능을 주로 사용하며 혼자보다는 일반적으로 1명 이상의 여가동반자가 필요한 "스포츠 및 레포츠"는 남녀 모두 여가만족도를 0.004 증가시키는 것으로 나타났다. 여기서 주목해야 하는 점은 '미디어를 활용한 여가시간이 전체 여가시간의 50% 이상이 된다는 사실이다. 즉, '혼자' 여가시간을 보내는 것이 전체 여가시간의 80% 이상이라는 상황 하에서 전체 여가시간 중 '미디어를 활용한 여가시간이 50% 이상에 달한다는 것은 혼자 미디어를 시청하는 것으로 대부분의 여가시간을 소비하고 있다는 것을 보여준다. 이러한 연구 결과를 여가만족도와 연관지어보면 흥미로운 사실을 확인할 수 있는데, 이렇게 노인1인가구의 여가시간의 50% 이상을 차지하는 '미디어를 활용한 여가가 여가만족도에 어떠한 긍정적인 영향도 미치지 않는다는 점이다

여가활동 시간의 대부분을 여가만족도에 어떤 긍정적인 영향도 주지 않는 미디어 시청을 하며 혼자 보낸다는 것은 노인에게 있어 여가가 갖고 있는 신체적·사회적·심리적 순기능이 제대로 발휘될 수 없음을 암시한다. 특히나, 노인1인가구의 경우 우울증, 사회적 고립, 고독사 등 여러 가지 사회적 문제를 예방하는 차원에서도 정책적으로 노인들의 여가활동 증진을 위해 애쓰는 만큼 이에 따른 대책이 시급하다고 할 수 있다. 노인1인가구 중 86.3%가 '취미·여가활동' 참여를 희망하고 있으며, 현재 삶에서 가장 중요하다고 생각하는 활동으로 '경제활동'이 아니라 '취미·여가활동(34.9%)'을 선택한 조사 결과(보건복지부, 2020, p.497)를 생각하면, 이러한 여가활동 양태가 여가제약에 의한 비자발적인 것임을 알 수 있다. 노인1인가구는 대체적으로 사회경제적 수준이 낮고, 신체적·정신적 건강 상태가 좋지 않으며, 삶의 궤적에서 가족과의 부정적 사건(배우자와의 사별, 이혼 및 별거, 자녀와의 관계단절 등)을 경험하는(고영미, 조영태, 2013, p.42.) 특성이 있다는 점에서 여가활동에 제약이 많다. 노인1인가구의 여가제약을 파악하는 데 있어 간과하지 말아야 하는 점은, 노인세대들이 자

발적으로 다양한 여가를 탐색하고 즐기는 데 있어 세대적으로 어려운 특성이 있다는 것이다. 본 연구에 참여한 노인 세대의 경우 여가활동의 향유는 문화자본과 비슷한 특성을 나타낸다.⁴⁾ 즉, 젊은 시절에 해본 경험이 있는 익숙한 여가활동을 선호하고 그 활동만을 지속한다는 것이다. 여기에 이전 세대가 거쳐 온 전쟁과 산업사회, 주6일 근무라는 사회문화적 배경을 고려하면, 여가를 누릴 수 있는 시간적 사회적 여건이 허락되지 않았음을 짐작할 수 있다. 그런 점에서 여가 향유 기회가 박탈되었던 노년 세대들을 위한 사회적 차원의 전략적 접근이 필요하다. 즉, '미디어를 활용한 여가 유형 이외에 노년기의 신체적 심리적 상황에 적절한 여러 다른 여가들을 개발하여 배우고 즐길 수 있도록 하는 제도적 지원이 요구된다.

마지막 연구 문제인 "노인1인가구의 여가동반자 유형별 여가만족도는 어떠한 특성을 보이는가?"는 성별에 따라 통계적 유의수준은 달랐지만 남녀 모두 '타인과 함께 여가를 할 때 여가만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 보여줬다(남성: $p < .05$, 여성: $p < .001$). <표 3>에서 '혼자 보내는 여가시간은 '타인과 함께하는 시간보다 4배가 높았고, '가족과 함께하는 여가시간보다는 무려 26배 높았다. 그런데 이러한 '혼자하는 여가 유형은 성별을 불문하고 여가만족도에 어떠한 긍정적인 영향도 주지 못하고 있다. 이에 반해 '혼자하는 여가시간의 1/4밖에 차지하지 않지만 '타인과 함께하는 여가시간은 여가만족도에 남녀 모두 긍정적인 영향을 나타내고 있다.

앞에서 최근 한국 사회에서 나타나는 한국 사회의 인식 변화에 따라 여가패턴이 집단적 여가에서 개인적 여가로 변화하는 여가의 개인화 현상을 언급했다. 사회학적으로 여가의 개인화는 장단점이 있는데, '혼자' 하는 여가의 긍정적 의미를 살펴보면 혼자 여가에 참여하는 시간을 통해 개인이 자유롭게 여가를 선택하고 자신이 원하는 방식으로 즐길 수 있는 자유, 자기 자신에게 온전한 몰입, 마음의 평화, 자아성찰, 새로운 사람들과의 만남 등이 있다(김용수, 이훈, 2020, p.3). 그런데, 연구 결과는 전체 여가시간의 80% 이상을 '혼자' 보내는 여가활동이 여가만족도에 긍정적인 영향을 주지 못하는 것으로 나타났다. 여가 개인화의 부정적 영향은 노년기 심리위축, 지역 공동체의 사회자본 감소 등을 초래하여 사회적 문제를 야기한다(김고은, 최막중, 2019, p.19).

노인1인가구는 여가활동 참여에 대한 의사는 있지만, 여가

참여를 유도할 매개체인 사회적 관계망이 열악하고, 이는 또 다시 사회적 고립으로 이어지는 악순환이 될 수 있다는 측면에서 사회제도적 차원에서의 적극적인 지원이 필요하다. 노인 복지센터를 건립하고, 유용한 프로그램을 개설한다 하더라도 기본적인 사회적 관계망이 취약한 노인1인가구의 경우 정보 획득부터 시설에의 접근, 이용 등이 쉽지 않다. 심리적·신체적으로 위축되기 쉬운 노인1인가구를 위한 맞춤형 접근이 필요하다. 필요성을 확인하고 찾아오도록 하는 방식이 아니라 노인1인가구가 있는 위치에서 지역 사회 내 관계망이 형성될 수 있도록 지원이 필요하다. 또한 이미 지역 사회 내 곳곳에 위치하여 주요한 외부활동 자원의 역할을 하고 있는 경로당(보건복지부, 2020, p.666)을 접점으로 하여 노인1인가구가 '타인'과 함께 즐길 수 있도록 하는 여가 유형 개발 및 정책적 지원도 하나의 방안이 될 수 있다.

연구 결과 중 흥미로운 것은 여가동반자 유형에서 '가족과 함께 여가활동을 하는 것이 여가만족도에 긍정적인 영향을 미치지 못한다는 점이다. 노인1인가구라는 특성을 감안하면 '가족과 함께하는 여가활동이 여가만족도에 미치는 영향이 유의미하지 않게 나온 연구 결과는 주목할 만하다. 일반노인을 대상으로 한 여가동반자 유형과 관련된 선행연구 결과와 비교해보면 '가족보다 '타인과 함께할 때 여가만족도가 높았다. 그리고 '가족과 함께하는 여가활동도 여가만족도에 유의미한 정(+)의 영향을 보인다(김옥태, 2018, p.25).

일반적으로 '가족보다 '타인과 함께하는 여가활동 유형이 여가만족도에 더 높은 정(+)의 영향을 나타내는 데는 '타인과 함께하는 여가활동의 유형이 '가족간에 향유하는 여가활동 유형보다 친화적이거나 활동적(구묘정, 2016, p.32)으로 그 안에서 활발한 교류가 일어나 노년의 고독감과 소외감의 감소를 일으키는 데서 찾아볼 수 있다(신상식, 최수일, 2010, p.187). 선행연구를 통해 '타인과 여가를 하는 유형이 교류를 촉진하는 특성이 있다는 것과 동일한 여가활동을 함께한다고 하더라도 교류의 정도에 따라 여가만족도에 영향이 미칠 수 있음을 알 수 있다. 즉, 동일한 여가활동을 '가족과 함께 하더라도, 가족 안에 형성되어 있는 친밀감을 기반으로 한 교류 정도에 따라 여가만족도가 달라질 수 있음을 확인할 수 있다.

송인주(2018, p.74)는 연구에서 노인1인가구와 일반가구의 교류대상별 교류빈도를 조사했는데, 총 교류빈도 면에서

4) 경험해본 여가활동만을 지향하는 특성

가구 유형과 상관없이 비슷한 반면, 교류 대상을 비교하면 노인1인가구가 일반가구에 비해 가족교류가 적고 상대적으로 이웃이나 친구의 교류가 더 잦다는 것을 보였다. 이민아(2021, p.17)는 노인1인가구와 부부단독가구를 대상으로 교류 수준을 비교하였는데, 노인1인가구의 경우 부부단독가구보다 자녀와의 교류수준이 낮은 반면 친구 및 이웃과의 교류수준은 높게 나타났다. 노인1인가구는 자녀와의 교류수준이 일반노인가구보다 작기 때문에 낮게 나타날 수도 있고, 반대로 가족 간 관계가 원만하지 못하여 노인1인가구가 되었을 수도 있기에 원인 관계를 파악하는 것은 어렵다.

여가동반자 유형별 여가만족도 결과를 통해 확인한 중요한 사실은 노인1인가구의 경우 여가만족도를 높이기 위해서는 단순히 ‘혼자’ 하는 여가시간의 감소나 ‘가족과의 여가활동’보다는 ‘타인과 함께할 수 있는 여가활동을 촉진하는 것이 효과적이라는 것이다. 현재 복지부에서 추진하는 ‘독거노인 친구 만들기’사업이 있지만 공식적인 지원 사업이라는 점에서 ‘친구의 개념으로 접근하는 데 한계가 있다. 이에 지역 내 노인1인가구를 위한 비공식적 관계망 구축을 통해 자연스럽게 ‘친구나 ‘이웃’을 형성할 수 있는 제도적 지원 방안 구축이 필요하다(송인주, 2018, p.76). 유럽에서는 비공식적 관계망이 구축될 수 있도록 1인가구형 공동주택 및 임대주택 공급 지원을 통해 주민들 간에 사회 관계망을 형성할 수 있도록 함으로써, 자연스럽게 여가활동을 영위할 수 있도록 하고 있다(김형균, 2019, p.10).

이번 연구는 노인1인가구의 여가 특성을 ‘2019 생활시간조사’ 자료를 분석 자료로 하여 성별에 따라 비교하였다. 먼저 전반적인 특성을 살펴보면 노인1인가구의 여가활동은 주로 ‘혼자’ ‘미디어를 활용한 여가’에 치중되어 있다. 또한, 동일한 여가활동이라 할지라도 성별에 따라 여가만족도에 차이가 나타나는 것을 보여준다. 성별에 따른 여가 유형별 만족도를 보면 신체적 활동을 동반하는 ‘스포츠 및 레포츠’는 여가만족도에 남녀 모두 긍정적인 영향을 나타냈다. 그리고 ‘기타 여가활동’ 유형 또한 남녀 모두 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 반면에 ‘교제활동’ 여가 유형은 여성에게서만 여가만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, ‘게임 및 놀이’ 여가 유형은 남성에게서만 여가만족도에 영향을 미쳤다. 노인들의 사회작신체적 특성을 고려한 다양한 여가프로그램 개발 뿐 아니라, 성별에 따라 특화된 여가프로그램을 개발하는 것도 필요하다. 성별로 여가만족도에 다르게 나타나는 여가활동

유형을 분석하고, 각각의 흥미 유발 요인들을 확인하고, 이를 여가 프로그램에 적용할 수 있도록 하는 여가 지원 체제가 필요하다. 또한 ‘스포츠 및 레포츠’와 ‘기타 여가’ 유형은 노인1인가구 남녀 모두의 여가만족도에 긍정적인 영향을 미쳤다는 점에 주목할 필요가 있다. 노년 세대의 경우 기존에 경험한 여가활동이 매우 제한적이기에 자연스럽게 타인과의 만남과 교류를 야기하는 ‘스포츠 및 레포츠’ 여가활동 프로그램의 개발과 확산에 지역사회의 각별한 관심이 촉구된다.

베이비 붐 세대가 고령층으로 진입하는 시점에서 자립성을 증시하는 노인1인가구의 의식 변화가 여가활동 양상에 어떻게 반영되고 있는지 살펴보았다는 점에서도 의의가 있다.

2. 후속연구 제안

본 연구는 다음과 같은 한계가 있다. 첫째, 여가동반자 유형에서 세분화가 부족했다. 친구, 이웃, 동료, 형제자매, 자녀 등 사회적 관계망의 특성상 여가만족도에 미치는 영향이 다를 수 있는데 이 부분에서 분류가 세분화되지 못한 한계가 있다. 둘째, 사회적 여가의식의 변화 가운데 노인1인가구에서 나타나는 여가활동의 의미를 해석하는 데 있어, 여가활동 변인으로 여가활동 유형에 따른 여가동반자 유형별 여가만족도를 확인하지 못한 한계가 있다.

향후 후속 연구를 위한 제언을 하면 노인1인가구에서 나타나는 ‘혼자’ 하는 여가시간동안 이뤄지는 여가활동 유형별로 ‘왜 혼자 하는지?’ 좀 더 심도 있는 연구가 필요하다. 그리고, 노인1인가구를 대상으로 성별에 따라 ‘혼자’ 하는 여가시간에 대한 이유를 파악하기 위한 질적 연구의 수행이 필요하다. 성별로 다르게 나타나는 ‘혼자’ 하는 여가시간에 대한 이유를 확인하고, 남성이 더 많은 시간을 혼자 하는 여가로 소비하는 이유를 파악할 때, 효과적인 정책 제안과 제도적 뒷받침이 뒤따를 수 있기 때문이다. 또한, 성별에 따라 같은 여가활동 유형이라 할지라도 여가만족도가 다르다는 점에서 그 변인들을 좀 더 구체적으로 연구해야 할 필요가 있다. 또한 여가만족도에 있어 여가동반자 유형이 유의미한 영향을 미치는 것을 확인하였으나, ‘혼자’ 하는 여가가 주로 어떤 여가활동 유형에서 나타나고, ‘타인과 함께하는 여가’가 주로 나타나는 여가활동 유형이 무엇인지 파악하여 그 특성을 연구하는 것이 필요하다. 이 뿐 아니라, 노인1인가구의 여가의식 변화를 확인하는데 있어, 2014년과 2019년 생활시간조사 자료를 비교하여 확

인하는 것이 필요하다. 마지막으로 홀로서기를 지향하는 베이비부머 세대에 대한 연구도 필요하다. 혼자 여가를 하는 것이 그들이 지향하는 삶의 양식과 일치하여 여가만족도를 높여주는지에 대한 연구가 점차적으로 필요한 시점이다.

황혜선은 현재 서울시립대학교 도시사회학과 박사과정에 다니는 중이며 노인 문제, 문화 현상, 양적접근 등이며 현재 관련 분야를 연구하고 있다. (E-mail: artnleisure@gmail.com)

이윤석은 현재 서울시립대학교 도시사회학과 교수로 재직 중이며 최근 생활시간조사 자료를 이용해서 연구를 활발하게 진행하고 있다. (E-mail: yslee@uos.ac.kr)

참고문헌

- 강은나, 김혜진, 김영선. (2017). 도시지역 1인가구 중고령자의 여가 활동유형과 우울수준. *보건사회연구*, 37(2), pp.184-215.
- 고영미, 조영태. (2013). 일반 독거노인과 저소득 독거노인간의 주관적 건강에 미치는 영향요인 차이: 서울시 일개 지역을 중심으로. *보건교육건강증진학회지*, 30(2), pp.41-53.
- 곽종형. (2018). 노인세대의 여가만족이 생활만족도에 미치는 영향. *사회복지경영연구*, 5(1), pp.205-227.
- 구묘정. (2016). 여가유형과 여가동반자가 노인의 여가만족도에 미치는 영향. 석사학위논문, 성균관대학교.
- 권기창, 권승숙. (2020). 노인의 여가활동 참여 특성이 성공적 노화에 미치는 영향: 사회자본의 매개효과. *한국공공관리학보*, 34(4), pp.255-277.
- 권영순, 오서진, 이상주. (2020). 노인의 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. *노년교육연구*, 6, pp.1-20.
- 권혁철. (2019). 독거노인의 사회적 고립과 빈곤에 관한 질적 연구. *사회과학연구*, 26(3), pp.135-160.
- 권혁철, 김상문. (2017). 노인의 사회적 교체시간이 삶의 만족도에 미치는 영향 분석. *한국정책과학학회보*, 21(3), pp.121-141.
- 김고은, 최막중. (2019). 한국사회의 나홀로 여가 특성: 10대와 60대 이상 남성 집단을 중심으로. *국토계획*, 54(1), pp.18-29.
- 김미혜, 원형중, 권지혜, 황선영. (2018). 여성노인 1인가구의 여가스포츠 참여특성과 여가만족 및 행복. *한국사회체육학회지*, 74, pp.449-458.
- 김수아, 김남조. (2020). 베이비붐 세대와 밀레니얼 세대의 여가환경이 여가만족에 미치는 영향 비교 - 여가공유자를 중심으로 -. *관광연구논총*, 32(3), pp.121-143.
- 김수지. (2020). 노인차별 경험이 노인의 여가 시간 사용과 고독감에 미치는 영향: 대도시 노인을 중심으로. *보건사회연구*, 40(4), pp.211-244.
- 김옥태. (2018). 노인의 여가활동 만족 및 불만족 요인에 관한 연구. *통합인문학연구*, 10(1), pp.7-29.
- 김용수, 이훈. (2020). 여가 개인화 현상에 대한 여가 이론적 고찰: 통합된 여가계약모형의 비판적 적용. *관광연구논총*, 32(2), pp.3-24.
- 김예성, 하응용. (2015). 독거노인의 생산적여가활동 참여에 따른 신체적 정신적 건강과 자살생각에 관한 연구: 서울지역 저소득 독거노인들을 대상으로. *보건사회연구*, 35(4), pp.344-374.
- 김진욱. (2006). 한국 노인의 생활시간에 관한 연구. *노인복지연구*, 32, pp.149-177.
- 김진원, 임구원. (2020). 노인의 다양한 여가활동이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 중단분석. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(4), pp.11-24.
- 김형민, 김동현. (2019). 한국노인의 일반적 특성과 여가생활시간에 관한 연구: 2014 년 생활시간조사자료 분석 중심으로. *대한지역사회작업치료학회지*, 9(1), pp.57-67.
- 김형균. (2019). 1인 가구 증가에 대한 세계의 대응. *국제사회보장리뷰*, 2019(겨울), pp.5-15.
- 나향진. (2004). 삶의 질 향상을 위한 노인 여가의 역할에 관한 연구. *한국노년학회지*, 24(1), pp.53-70.
- 문보영, 이경희, 문혜영. (2013). 노인의 여가활동, 여가만족도 및 생활만족도와의 관계. *관광레저연구*, 25(5), pp.273-287.
- 문상정, 박상훈. (2018). 노인의 여가경험과 여가만족, 심리적 행복감, 죽음불안의 구조적 관계. *Tourism Research*, 43(4), pp.45-70.
- 민경선. (2020). 노인의 여가생활 특성과 여가자원이 여가생활만족도 및 행복감에 미치는 영향: 가구형태에 따른 차이 분석을 중심으로. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(3), pp.45-57.
- 박광희, 김대관. (2013). 100세 시대 삶의 질 제고를 위한 노인 여가 분석 I: 노인 여가 레퍼토리 분석. *관광레저연구*, 25, pp.85-104.
- 박근수. (2011). 잠재집단분석방법을 활용한 노인여가유형별 특성 분석. *노인복지연구*, 53, pp.83-100.
- 박미석, 이유리. (2003). 한국 노인의 여가활동시간에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 21(1), pp.37-48.
- 박순미, 문수열. (2019). 노인의 여가활동 참여가 삶의 질에 미치는 영향: 성별, 가구유형별 집단 비교. *보건의료산업학회지*, 13(4), pp.191-200.
- 박혜련, 허식. (2019). 노인의 여가시간에 대한 결정요인 분석: 문화에 순환활동 중심으로. *여가학연구*, 17(4), pp.31-55.
- 보건복지부. (2020). 2020년도 노인실태조사. *한국보건사회연구원*.
- 손지영. (2018). 여가스포츠 활동 참여 노인의 사회적 지지와 우울감 및 여가만족의 관계. *한국웰니스학회지*, 13(1), pp.319-331.
- 송인주. (2018). 노인 1인가구의 고립문제와 대안. *한국가정관리학회 학술발표대회 자료집*. pp.70-77. 서울: 한국가정관리학회.
- 송지준, 엄인숙. (2008). 중년과 노인의 여가활동유형과 우울, 고독감간의 관계. *관광연구*, 23(1), pp.43-62.
- 신상식, 최수일. (2010). 노년기 여가활동과 사회자본 및 삶의 만족간의 관계. *호텔관광연구*, 12(3), pp.173-189.
- 신충식, 박정열. (2013). 오토캠핑이 가족여가만족, 생활만족, 가족관계만족에 미치는 영향. *여가학연구*, 11(1), pp.139-157.
- 오서진, 함석중. (2018). 여가 동반자 유형에 따른 청소년의 여가 만족

- 도. *한국외식산업학회지*, 14(2), pp.77-92.
- 윤혜진. (2015). 노년기 텔레비전시청과 우울 증상과의 관계. *한국과 학예술융합학회*, 21, pp.313-323.
- 이민아. (2021). 성별과 가구유형에 따른 노인의 사회적 교류: 누가 더 취약한가? *한국인구학*, 44(2), pp.1-22.
- 이윤정, 정순희. (2004). 노인의 여가생활시간 소비패턴분석. *한국가족자원경영학회지*, 8(1), pp.101-116.
- 이은주. (2014). 노인의 여가스포츠 활동과 사회적지지, 우울감 및 죽음 불안의 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 38(4), pp.51-63.
- 임민경, 고영미. (2018). 바동거 자녀 지원이 1인가구 노인의 우울에 미치는 영향: 성별에 따른 비교. *한국융합학회논문지*, 9(3), pp.265-277.
- 임사라, 박세영. (2012). 직장인의 개인 및 집단 여가활동에 따른 여가 만족과 조직몰입의 관계에서 직무만족의 매개효과. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 25(1), pp.171-193.
- 장은영. (2020). 한국 남녀 노인의 여가활동 참여와 인지기능의 관계. *한국노년학*, 40(3), pp.443-458.
- 정영미, 김영수. (2021). 초기 노인의 여가생활이 사회적 친분관계를 매개하여 삶의 만족도에 미치는 영향. *생명연구*, 59, pp.1-21.
- 조경욱. (2005). 여성 노인의 건강 지위, 사회적 지지와 여가 활동에 관한 연구. *노인복지연구*, 27, pp.203-229.
- 황남희. (2014). 한국 노년층의 여가활동 유형화 및 영향요인 분석. *보건사회연구*, 34(2), pp.37-69.
- 통계청. (2019. 3. 28.). **장래인구특별추계: 2017~2067년**. <https://meta.narastat.kr/metascv/index.do?confmNo=101033&inputYear=2019>에서 2021. 10. 25. 인출.
- 통계청. (2020. 7. 30.). 2019 생활시간조사. https://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/6/4/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=384161&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&searchInfo=&sTarget=title&sTxt=에서 2021. 8. 1. 인출.
- 통계청. (2020. 9. 28.). **2020 고령자 통계**. https://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=385322에서 2021. 6. 5. 인출.
- 통계청. (2021. 3. 11.). **국민 삶의 질 2020**. https://kostat.go.kr/sri/srikor/srikor_ntc/1/index.board?bmode=read&aSeq=388562에서 2021. 10. 25. 인출.
- Ahn, B. W., & Song, W. I. (2021). A Study of Differences in Leisure Satisfaction of Leisure Activity Patterns for South Korean Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10790. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph182010790>.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), pp.20-33.
- Burch, W. R., & Hamilton-Smith, E. (1991). Mapping a new frontier: Identifying, measuring, and valuing social cohesion benefits related to nonwork opportunities and activities. In Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (Eds), *Benefits of Leisure* (pp.369-382). Utah: Venture Publishing.
- Bum, C.H., Johnson, J. A., & Choi, C.H. (2020). Healthy aging and happiness in the Korean elderly based upon leisure activity type. *Iranian Journal of Public Health*, 49(3), pp.454-462.
- Chang, P.J., Wray, L., & Lin, Y. (2014). Social relationships, leisure activity, and health in older adults. *Health Psychology*, 33(6), pp.516-523. doi: <https://doi.org/10.1037/hea0000051>.
- Hutchinson, S. L., & Nimrod, G. (2012). Leisure as a resource for successful aging by older adults with chronic health conditions. *The International Journal of Aging and Human Development*, 74(1), pp.41-65.
- Lee, H. Y., Yu, C. P., Wu, C. D., & Pan, W. C. (2018). The effect of leisure activity diversity and exercise time on the prevention of depression in the middle-aged and elderly residents of Taiwan. *International journal of environmental research and public health*, 15(4), 654. doi: 10.3390/ijerph15040654.
- Lin, C. S., Jeng, M. Y., & Yeh, T. M. (2018). The elderly perceived meanings and values of virtual reality leisure activities: A means-end chain approach. *International journal of environmental research and public health*, 15(4), 663, pp.1-13. doi: 10.3390/ijerph15040663.
- Menec, V. H. (2003). The relation between everyday activities and successful aging: A 6-year longitudinal study. *Journal of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 58(2), pp.S74-S82. doi: 10.1093/geronb/58.2.S74.
- Nimrod, G. (2007). Retirees' leisure: Activities, benefits, and their contribution to life satisfaction. *Leisure Studies*, 26(1), pp.65-80.
- Orthner, D. K. (1975). Leisure Activity Patterns and Marital Satisfaction over the Marital Career. *Journal of Marriage and Family*, 37(1), pp.91-102. doi: <https://doi.org/10.2307/>

351033.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), pp.433-440.

Stebbins, R. A. (2001). Serious leisure. *Society*, 38(4), pp.53-57.
doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s12115-001-1023-8>.

Stephoe, A., Shankar, A., Demakakos, P., & Wardle, J. (2013).

Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(15), pp.5797-5801.

Van Ingen, E., & Van Eijck, K. (2009). Leisure and social capital: An analysis of types of company and activities. *Leisure Sciences*, 31(2), pp.192-206.

The Effects of Leisure Activity Patterns and Type of Leisure Companion on Leisure Satisfaction in One-Person Households of the Elderly:

Exploring Gender Differences

Hwang, Hyeseon¹ | Lee, Yun-Suk¹

¹ University of Seoul

Abstract

Using data on 1,472 adults 65 or older living alone who participated in a 2019 time use study, we attempted to understand the relationship between their leisure activities and their satisfaction with them. We found elderly people spent most of their daily time on media use. Furthermore, these elderly females and males mainly spent their leisure time alone. It would cause social isolation and depression. This study shows that in older adults, leisure activity type affects leisure satisfaction. Leisure satisfaction for both males and females in the elderly was higher when they were sharing leisure activities with others such as friends or neighbors. This study suggests that the local social system should be developed to support the elderly with various leisure programs and opportunities to help them build up relationships in the community.

Keywords: Elderly Living Alone, Leisure Satisfaction, Leisure Sharer, Leisure Time