

# 초고령사회 대비 국민의 노후준비활성화 방안

전남대학교 인문학연구원 가족커뮤니티연구단 HK연구교수 오영은

# 목차

---

- 1** 들어가며
- 2** 노후준비, 세대와 행복
- 3** 4060세대 노후준비관점과 필요정책



Part 1

# 들어가며

# 1 들어가며

한국의 급격한 고령화, 노인인구 증가율 4.4% OECD 1위(OECD 기준 2.6%)

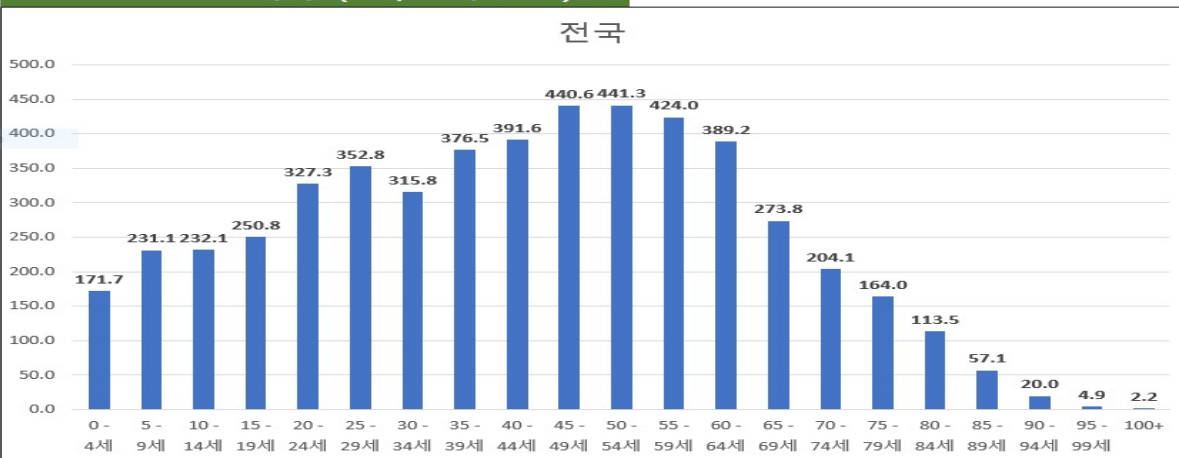
65세 이상 고령인구 추이

우리사회 2000년 7.2% 고령화사회 ➡ 2017년 14.3% 고령사회진입 ➡

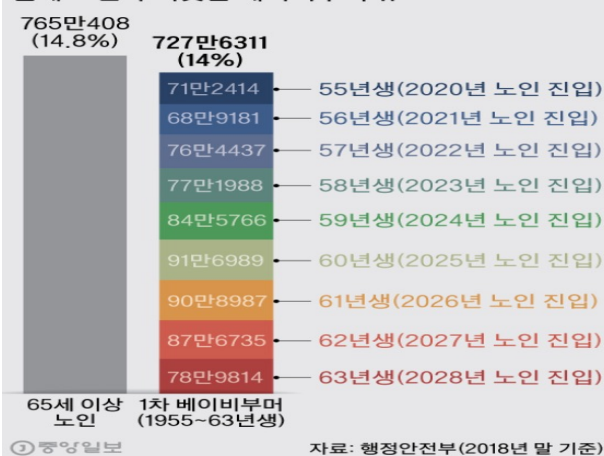
**2025년 초고령사회진입 20.3% 예상**(고령사회 진입한 지 7년 소요, 일본은 12년 소요)

**초고령사회 앞당기는 727만의 Baby boomer세대**

2020년 연령별 인구수 (9월, 단위: 만명)



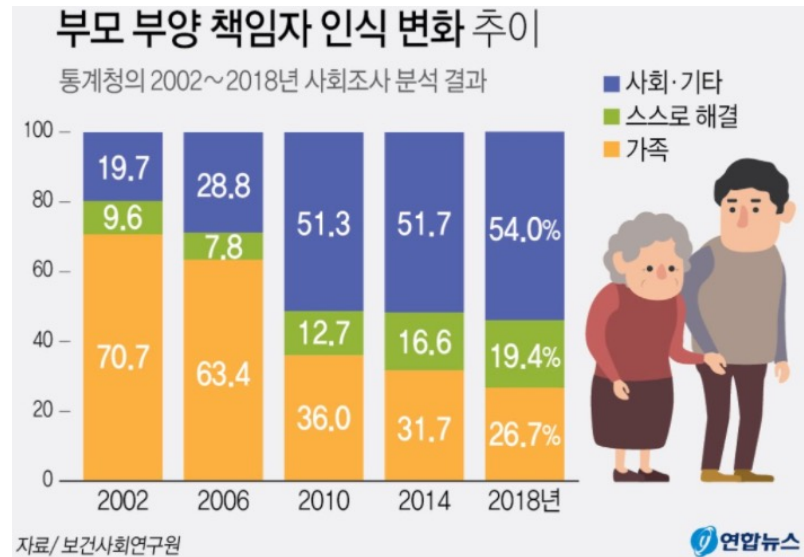
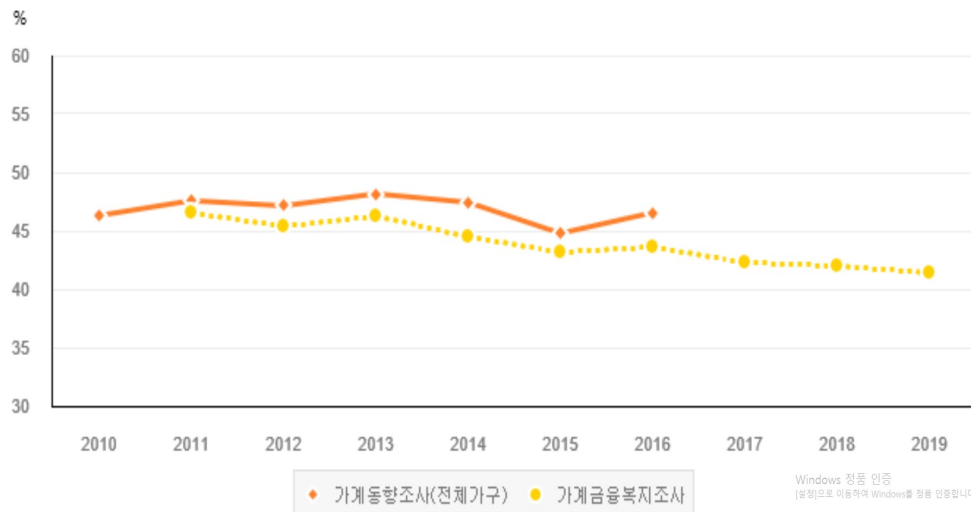
전체 노인과 비슷한 베이비부머 규모



# 1 들어가며

**노인의 상대적 빈곤율 43.4% OECD 국가 중 1위 (OECD국가평균: 14.8%)**  
지난 10년간 크게 개선되지 않은 수치에 노인부양은 국가와 스스로  
공적연금성숙 전, 급속한 고령화와 가족부양의식 약화로 **셀프부양필수**

65세 이상 인구의 상대적 빈곤율 추이(균등화 처분가능소득 기준)



자료: 통계청, 2020

# 고령사회 분야 정책 성과와 한계

**여전히 빈곤한 노후와 은퇴 후 소득 절벽, 아프고 긴 노후, 살던  
곳에서의 돌봄 부족, 넓고 두터워지는 고령층 복지기반 부족**



## 1. 고령층 빈곤완화를 위한 소득 보장체계 구축

3차 저출산고령사회 기본계획

- 다층노후소득보장 체계 외연구축(기초연금-국민연금-사적연금)
- 노인일자리 지속적 확대

## 2. 건강한 노후 및 안전한 돌봄을 위한 제도 강화

- 노인의료보장성 강화, 자살예방 위한 정신건강, 치매안심센터 등 건강 관리 체계 구축

## 3. 일자리, 주거, 환경 고령친화환경제도 기반 조성

- 고령친화 경제, 일자리(2015년 부터 고령자 고용 연장 지원금, 2013년 부터 60세 정년 법제화, 주된 일자리에서 오래 일하기 기반 구축), 주거약자지원 법률제정, 고령주복지 주택 공급 확대 및 취약계층 주거환경 개선 추진, 고령운전자 적성검사 주기 단축, 노인 보호구역 확대





Part 2

# 노후준비 실태

# <sup>1</sup> 노후준비의 개념, 범위

노후준비는?

노후준비에 대한 정의는 학자마다 다르지만, 보통 노년기에 발생할 수 있는 빈곤, 질병, 무위, 고독 등을 사전에 대처하는 것으로 노후 삶에 대한 인식, 필요자원과 준비수준 점검 등 일련의 과정을 통한 개인의 실천경험과 노력으로 정의

노후준비를 위한 과정 강조, 개인의 실천과 노력을 위한 내용을 구체화

노후준비서비스는? 노후준비지원법(2015년 제정 및 시행)에 의거하여 생애전환기에 있는 중장년층(4060세대)을 대상으로 재무, 건강, 여가, 대인관계 등 노후준비 수준을 진단한 후, 상담 및 교육을 통해 필요한 서비스를 안내, 사후 관리하여 노후준비에 대한 실천과 노력을 지속할 수 있도록 지원하는 서비스, 노후준비서비스는 한국형복지제도. 초고령사회 대비 노후준비서비스를 전세계 최초로 도입하여 운영 중



# 1 우리나라 노후준비 현황

## 우리나라 노후준비 점수

우리나라 노후준비점수는 평균 67.5점, 여가<재무<대인관계<건강 순

〈표 2-5〉 2019년 노후준비점수

(단위: 점/100점)

구분	최소값	최대값	평균	표준편차
종합노후준비점수	26	93	67.5	11.3
재무	1	97	60.3	24.6
건강	37	96	74.1	8.2
대인관계	25	100	67.3	11.7
여가	16	98	59.6	16.6
자가 노후준비점수	0	100	52.0	21.1

자료: 보건복지부·한국보건사회연구원(2019), 2019년도 노후준비 실태조사 원자료를 이용하여 연구진 작성

자료: 보건사회연구원(2020). 제 2차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획 수립을 위한 연구.

# 1 우리나라 노후준비 현황

## 종합노후준비점수와 상관성: 재무영역>건강영역>여가영역>대인관계영역

〈표 2-6〉 노후준비점수 상관관계

구분	재무영역	건강영역	대인관계영역	여가영역	종합 노후준비점수	자가 노후준비점수
재무영역	1	-	-	-	-	-
건강영역	0.267**	1	-	-	-	-
대인관계 영역	0.294**	0.469**	1	-	-	-
여가영역	0.349**	0.462**	0.417**	1	-	-
종합노후준비점수	0.892**	0.644**	0.546**	0.578**	1	-
자가 노후준비점수	0.087**	0.068**	0.103**	0.049	0.105**	1

주: 1) \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

자료: 보건복지부·한국보건사회연구원(2019), 2019년도 노후준비 실태조사 원자료를 이용하여 연구진 작성

자료: 보건사회연구원(2020). 제 2차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획 수립을 위한 연구.

# 1 우리나라 노후준비 현황

노후준비서비스인식은 노후준비에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타남.

그러나

노후준비서비스 인식: 3060세대 90% 이상 대다수가 들어본 적 있으나 잘 모름.

〈표 2-9〉 노후준비서비스 인식수준별 노후준비점수

(단위: 점/100점)

구분		종합노후준비점수		자가노후준비점수	
		평균(표준편차)	F값	평균(표준편차)	F값
노후준비서비스 인식 여부	들어본 적 있고 잘 알고 있음	65.5(11.9)	1.79	64.9(20.2)	79.34***
	들어본 적 있으나 잘 모름	67.9(10.7)		56.8(18.9)	
	들어본 적 없음	67.7(11.4)		45.1(21.7)	

주: \* p<0.10, \*\* p<0.05, \*\*\* p<0.01

자료: 보건복지부·한국보건사회연구원(2019), 2019년도 노후준비 실태조사 원자료를 이용하여 연구진 작성

〈표 2-19〉 연령별 노후준비서비스 인식

(단위: 명, %)

구분		35~44세		45~54세		55~69세	
		빈도	비율	빈도	비율	빈도	비율
노후준비서비스 인식 여부	들어본 적 있고 잘 알고 있음	13	3.4	40	7.4	32	5.5
	들어본 적 있으나 잘 모름	201	52.2	281	52.9	260	45.0
	들어본 적 없음	171	44.4	217	39.7	286	49.5
	계	385	100.0	537	100.0	578	100.0

자료: 보건복지부·한국보건사회연구원(2019), 2019년도 노후준비 실태조사 원자료를 이용하여 연구진 작성

자료: 보건사회연구원(2020). 제 2차 노후준비 지원에 관한 5개년 기본계획 수립을 위한 연구.

# 1 우리나라 노후준비 현황

## 노후준비의 장애요소 : 소득불안과 정보부족

Q 노후준비를 하는데 가장 어려운 점은 무엇이라고 생각하십니까?

(n=1,000명, %)

		노후준비를 하는데 어려운 점					계
		소득이 불안정함	은퇴설계 등 관련정보 부족	시간적 여유 없음	필요성/ 관심 부족	기타	
연령	19-29세	55	27	9	8	1	100
	30-39세	59	19	14	3	4	100
	40-49세	70	17	6	4	2	100
	50-59세	68	22	7	1	1	100
	60세 이상	57	28	6	6	2	100

자료: 한국리서치 센터(2019)

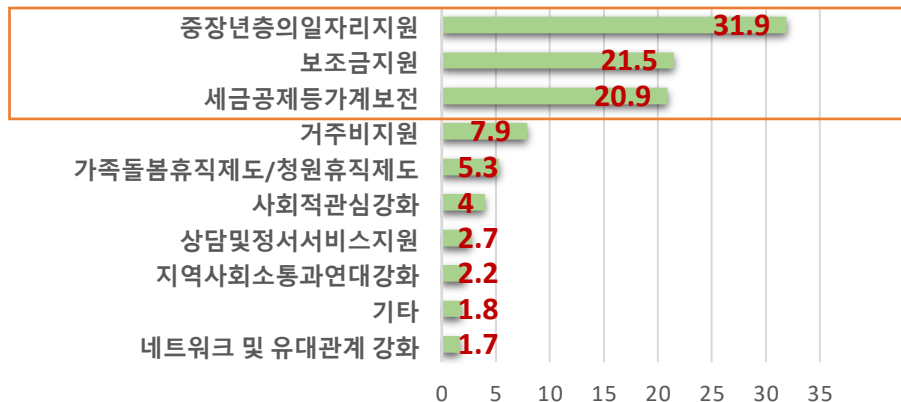
# 신중년의 이중부양현실과 정책욕구

우리나라 **신중년층 본인의 노후** 뿐 아니라 **성인기 자녀와 노부모에 대한 이중 부양부담**으로 경제적 부담 높은 세대  
곧 다가올 **정년에 대한 불안감**과 **고용환경불안**은 노후에 대한 위기감 상승

이중부양 전후의 가족생활변화 분포



이중부양 신중년의 정책욕구





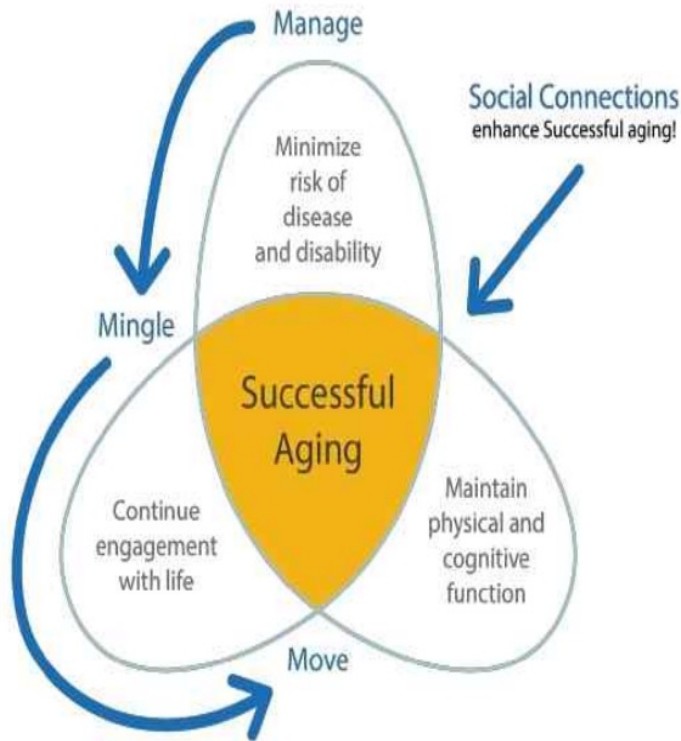


Part 3

# 4060 세대 노후준비 관점과 필요정책

1

# 노후준비관점 : 성공적 노화



**성공적 노화는 지속적인 사회적 연결과 관련된다.**

- 질병과 장애의 위험의 최소화
- 신체적 인지적 기능 유지
- 사회적 활동에 지속적으로 참여

자료: Rowe & Khan(1995)

# 노후준비관점

## 활동이론(Activity Theory)

“잘 늙으려면 사회적 역할과 상호작용을 유지해야한다”(Havighurst, 1968)  
 인간의 일의 역할 : 1. 일에 따르는 재정적 보상 2. 규칙적 생활가능 3. 자신을 발전, 적성계발경험제공(자기효능감, 자기계발, 자아실현) 4. 직장생활을 통해 의미있는 생활경험, 5. 사회에서 인간관계를 맺어주는 기본적인 장소

“노인의 활동수준은 비교적 높게 유지되므로 역할과 사회적 상호작용의 수가 감소하는 것은 노인 스스로가 아닌 사회와 외적 환경때문이다. 최근에는 상실한 역할에 대한 대체역할을 찾기보다 자신이 계속 유지하는 역할, 활동 시간, 에너지, 정서적 헌신을 재분배함으로써 통합하는 것이 필요하다”(Atchley, 2000).

# 노후준비관점 : 세대별특성 고려

## 현 세대 6세대 이상 공존할수 있는 사회문화적 공감대 필요

재취업 인생 3모작 시기인 신중년이 구직 세대별 특성 이해 교육 필요 : MZ세대, X세대, 베이비부머가 함께 하는 일터 문화

베이비붐, X, 밀레니얼, Z 세대의 주요 특징

구분	베이비붐 세대	X 세대	밀레니얼 세대	Z 세대
세대 구분 시기	1945 ~ 1960년	1961 ~ 1980년	1981 ~ 1995년	1995년 이후
주요 경험	냉전 격화, 아폴로호 달 착륙, 히피 문화	베를린장벽 붕괴, 이혼율 증가, 대처리즘, pc 등장	911테러, 이라크침공, 페이스북 등장, 리얼리티 tv쇼	지구온난화, 아랍의 봄, 클라우드, 유튜브 크리에이터
상징 제품	tv	pc	스마트폰	웨어러블, 3D프린터
관심사	고용 안정	일과 삶의 균형	자유	개인의 행복
커뮤니케이션 수단	전화	이메일/문자	소셜미디어	영상 통화
직업의식	조직 중심, 고용주 충성	포트폴리오 중시, 전문성	조직을 위해서가 아닌 함께	유연 고용, 본업/부업 멀티

출처 : 조선일보 위클리 비즈(2019년 8월23일자, 자료:닐슨, 바클레이스, 컴스코어, 리버풀대).

# 노후준비관점 : 관계의 중요성 강조

## 행복의 조건

저자 : 하버드 의대 정신과 교수 Goerge Vaillant

실험대상자 :

- 1910년 출생집단 지적능력이 뛰어난 중산층 여성 90명
- 1920년 출생집단 하버드의대 졸업생 268명
- 1930년 출생집단 사회적 혜택을 누리지 못한  
고교중퇴자 456명 50년 이상 추적조사



The only thing that really matters in life are your relationships to other people.

— George Vaillant —

AZ QUOTES

행복과 불행 건강정도는 부, 명예, 사회적 조건이 아닌 **“47세까지 맺은 인간관계”**

**“고난에 대처하는 성숙한 방어기제”**

행복을 결정짓는 요인은 사회적 조건이 아닌  
교정가능한 요인 70%: 습관교정, 마음교정 from 40대

하버드대학교 · 인생성장보고서  
**행복의 조건**  
조지 바릴라트 지음 | 최지영 옮김 | 2014년 12월

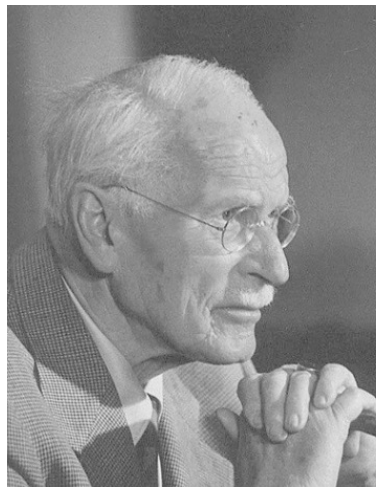




1

# 노후준비관점 : 40 대 부터 준비

노후준비는 중년기  
부터



자료: 상담학사전

"인생의 전반부(아동기, 청년기, 성인 초기)와 후반부(중년기, 노년기)로 나누어 **생전반부에는 외부와 밀접한 관계, 후반부에는 내부와 밀접한 관계를 맺어야 한다.** 인생 전반부에 취해야 할 생각과 태도로 인생의 후반기를 사는 것은 부적당하며 **삶의 무의미감과 공허감이 찾아 들어와 중년의 위기를 맞이하여 매우 어려운 상황에 처하며 발달과업 미 수행 시 신경증의 영향으로 우울 성향이 높고 인생만족감을 느끼지 못한다(Jung, 1954)"**

# 1. 오래 삶에 대한 이미지 개선

노인에 대한 긍정적 이미지 -> 노인의 생활환경태도 반경결정-> 독립적 생활가능

**긍정적 연령신념을 가진 노인은** 치매에 걸릴 가능성이 부정적 연령신념을 가진 노인에 비해 50% 위험성이 낮다. 이들은 스트레스에 반응하는 심혈관 반응도 낮고 더 **건강하게 사회활동**을 한다.



이미지 자료: image via pixabay, stock.adobe.com

출처 : Becca Levy, Martin Slade & Robert Pietrzak(2018). Positive age beliefs protect against dementia even among elders with high risk gene.

## 2. 4060세대 수혜자 중심의 노후준비 정보전략 마련

각 세대별 매체를 고려하여 노후준비 서비스 홍보

4060 세대 : TV를 통한 홍보

2030 세대 : 동영상, SNS, -> 실제 노후준비 서비스 이용경험으로 이어질 수 있도록 연계

〈표 8-1〉 연령대별 매체별 이용률

구분	20대	30대	40대	50대	60대 이상
종이신문 열독률	2.5%	5.6%	12.8%	19.9%	16.7%
TV 프로그램 이용률	79.9%	87.0%	93.3%	97.1%	98.4%
라디오 프로그램 이용률	7.0%	20.8%	25.1%	23.6%	10.7%
온라인 동영상 플랫폼 이용률	69.9%	67.4%	54.3%	42.5%	17.7%
SNS 이용률	85.3%	66.9%	59.0%	42.4%	12.5%

주: 1) 전국 만 19세 이상 성인남녀 5,040명 대상

2) TV 프로그램 이용률은 가정용 TV뿐 아니라 컴퓨터, 스마트폰, 태블릿 PC를 통한 TV 프로그램 시청을 포함

3) 라디오 프로그램 이용률은 가정이나 자동차의 라디오뿐 아니라 컴퓨터, 스마트폰, 태블릿 PC를 통한 라디오 프로그램 청취를 포함

자료: 한국언론진흥재단(2019), 2019 언론수용자 조사를 활용하여 연구진 재구성

보건사회연구원(2020)

### 3. 중앙-지자체 환경 고려하여 관주도의 협력네트워크마련

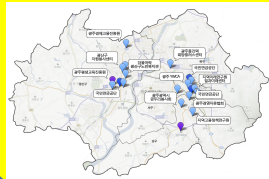
노후준비 서비스 기관 : 국민연금공단

생애경력설계서비스/재취업지원서비스: 고용노동부

한국노인인력개발원: 보건복지부

지자체 사업

지자체  
CONTROL TOWER



일자리연계  
커뮤니티

건강관련  
커뮤니티

여가관련  
커뮤니티

관계관련  
커뮤니티

노후준비협의체

노후준비 포트폴리오

- 재무: 67점
- 건강: 70점
- 여가: 50점
- 관계: 60점

, 실천전략

\*\* 지역 제공서비스

지속적 지지, 지원, 연계, 관리  
노후준비 교육 상담사

## 4. 다층적 노후소득 실천전략과 홍보와 상담

사기업 근로자, 자영업자, 공무원, 기타 등 고용영역별 노후소득보장체계가 다르게 나타남.  
실제 은퇴 후 소득체계를 고려하여 소득준비된 대상자와 취약자 분리해 대상별 접근과 대책 마련 구체화

[그림 4-1] 우리나라 노후소득보장체계

3층	개인/ 주택·농지연금 등			257만 명 <sup>1)</sup> (가입)
2층	퇴직금/퇴직연금 (DB, DC)	개인형 IRP		812만 명 <sup>2)</sup> (가입)
1층	국민연금	특수 직역 연금		2,145만 명(가입)
	기초연금			461만 명(수급) <sup>3)</sup>
				502.7만 명(수급) <sup>4)</sup>
0층	국민기초생활보장			163만 명(수급)
대상	근로자	자영업자	기타 공무원 등	대상

주: 1) 세제적격 개인연금(15)

2) 2016년 기준

3) 노령(373만 명)·유족(71만 명)·장애(7만 명)·일시금(9만 명)(18.6. 기준)

4) '18.6. 기준

자료: 보건복지부(2018). 제4차 국민연금 재정계산을 바탕으로 한 국민연금 종합운영계획. p.5



## 5. 열악한 고령자 집중일자리, 노동조건개선 필수

60년 정년 의무화 제도 2016년부터 실시되기 시작해 5년이 지난 시점에서 실효성을 거두기 위해서는 업종별, 기업규모별 차이가 존재해 차별화 된 접근과 지원책이 필요(2033년부터 국민연금 수급연령 65세) 65세까지 노동자들 주된 일자리에서 머무르게 하는 방안 마련

- 1) 법적 정년연장 효과는 업종별, 기업규모별 차이 존재, 차별화된 접근 지원책 마련  
60세 정년 이행, 300인 이상 사업장 91.8% vs 300인 미만 사업장 이행률 21%, 실제 근로자 권고퇴직연령 51.8세
- 2) 정년 연장형 임금피크제  
은퇴 후 임금이 삭감되도 현재 직장에서 근무하고 싶다는 근로자 80.2%(한국노총 중앙연구원 실태조사, 2020)  
임금삭감 대신 고용기간 늘리는 노사간 교환 찬성율 높은 경향 반영
- 3) 민간사업장 발굴 노력  
고령자의 정년연장은 고령자와 청년의 이해충돌문제로 보기보다는 업종별, 사업장별 상황이 다름.  
제조업 사업장 50대 까지 신규채용 지속으로 만성노동력 부족 사업장 발굴 및 투입 등 민간사업장 발굴노력필요
- 4) 은퇴 후 새롭게 노동시장에 진입하는 노동자 대책 마련  
은퇴 후 고령자 일자리 청소, 경비, 택배, 시설관리 등 불안정한 일자리에 집중, 근로감독이 전혀 이루어지지 않는  
치외법권수준의 일터 -> 고령자 노동자 노동실태 점검, 근로감독 강화, 행정명령 강화, 고용보험 65세 이상 신규가입  
불가 현황 개선  
경비직 고령자 집중일자리 (근로시간 제한 연장, 야간 휴일근로수당 지급, 연차 유급휴가 등 혜택 못 받음), 65세 이상  
해고불안  
자료: 정혜윤, 월간 노동법률, 2021년 3월 2일자 기고

## 6. 노후준비와 연관된 예방적 건강관리 전략 마련

- 인지, 신체적 기능 등 건강관리의 꾸준한 실천으로 Aging in Place기간 연장 및 제도 구축
- 노화를 질병으로 인식해야한다. 1차 노화: 내인성 노화과정(시간에 따른 보편적 노화)
- 2차 노화: 노년질병(환경과 질병의 영향을 받아 관리 가능한 영역)



노화과정에 유전(30%), 환경, 생활습관(70%) 관여  
생활습관과 같은 환경요인 조절이 매우 중요

- 금연, 우울증 및 인지 장애가 없는 경우, 수축기 혈압 낮은 경우,
- 신체활동과 사회접촉이 더 많을수록 건강

# 7. 가족관계 및 대인관계 서비스 연계 강화

4060세대 우울이나 심리적 위기, 가족갈등 등 대처에 필요한 기관연계



광역정신건강복지센터

시·도명	센터명	주소	전화번호
서울	서울시정신건강복지센터	서울특별시 종로구 동숭3길 40 3-4층	02-3444-9934
부산	부산광역정신건강복지센터	부산광역시 남구 수영로 299 루미너스타워 12층	051-242-2575
대구	대구광역정신건강복지센터	대구광역시 남구 두류공원로 17길 33, 대구가톨릭대학교병원 라파엘관 5층	053-256-0199
인천	인천광역정신건강복지센터	인천광역시 남동구 남동대로774번길 24	032-468-9911
광주	광주광역정신건강복지센터	광주광역시 동구 제봉로27, 한일빌딩 5층	062-600-1930
대전	대전광역정신건강복지센터	대전광역시 중구 대종로488번길 9(은행동)	042-486-0005
울산	울산광역정신건강복지센터	울산광역시 남구 화합로 105 (달동), 2층	052-716-7199
경기	경기도정신건강복지센터	경기도 수원시 장안구 수성로 245번길 69 (정자동) 경기도의료원 2층	031-212-0435
강원	강원도광역정신건강복지센터	강원도 춘천시 춘천로 306-5	033-251-1970
충북	충청북도광역정신건강복지센터	충청북도 청주시 서원구 1순환로 771	043-217-0597
충남	충청남도광역정신건강복지센터	충청남도 홍성군 홍북읍 충남대로 21, 충남도청 별관 301호	041-633-9183
전북	전라북도정신건강복지센터	전라북도 전주시 완산구 홍산북로57 아이원빌딩4층	063-251-0650
전남	전라남도광역정신건강복지센터	전라남도 나주시 세남로 1328-31	061-350-1700
경북	경상북도정신건강복지센터	경상북도 경주시 동대로87, 복지동3층	054-748-6400
경남	경상남도광역정신건강복지센터	경상남도 창원시 의창구 동읍 동읍로 457번길 48	055-239-1400
제주	제주특별자치도 광역정신건강복지센터	제주특별자치도 제주시 아란13길15 제주대학교병원내 별관	064-717-3000

한국건강가정진흥원 사업영역

광역정신건강복지센터



감사합니다.