

# 예비 노년층이 선호하는 노후 여가활동에 관한 연구

이 준 민(상명대 박사과정) · 신 화 경(상명대 교수)

생활수준의 향상과 현대의학의 발달로 인간의 평균수명이 연장됨에 따라 노인인구의 비율이 크게 증가하는 추세에 있다. 최근 노인의 경제력 및 교육수준의 향상은 의식주와 같은 생존적 욕구를 넘어서 보다 심리적이고, 사회적인 욕구를 충족하고자 하는 경향을 높이고 있으며 이에 따라 여가 욕구도 변화하고 있다. 노년기의 여가활동은 삶의 질을 결정하는 중요한 요인으로 작용할 것이고, 예비 노년층의 여가활동은 풍요로운 노년기로 이어지게 하는 계획과 준비를 위한 필수 과정이므로, 본 연구에서는 예비 노년층을 대상으로 현재의 여가실태와 노후에 선호하는 여가활동에 대한 욕구를 파악함으로써 노년기 여가 생활의 질적 향상을 위해 필요한 여가활동 관련 지원 자료를 제공하고자 한다.

본 연구는 수도권에 거주하는 40·50대 예비노년층을 대상으로 자기기입식 설문도구를 이용하여 자료를 수집하였다. 총 450부의 설문지를 배포, 회수하여 398부를 최종분석에 사용하였다. 자료분석은 SPSS/PC<sup>+</sup> 프로그램을 이용하여, 빈도, 백분율,  $\chi^2$ -test 등을 사용하였다.

결과를 바탕으로 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 여가활동은 정신적·심리적 안정과, 생활의욕과 교양의 향상 및 신체적 건강을 위해, 새로운 경험의 기회 제공을 위해 필요한 것으로 인식하였다. 또한 노후의 여가활동 장애요인으로 나이가 많거나 건강하지 못해서, 경제적 여유가 없어서, 여가정보가 부족해서 등이 나타났다. 따라서 정신적, 심리적 안정은 물론 생활의욕과 교양의 향상 그리고 신체적 건강 증진과 새로운 경험의 기회 제공이라는 측면에서 여가활동에 대한 적극적인 지원이 요구되며, 노년기의 특성과 여가활동의 장애요인을 고려하여 효율적으로 활용할 수 있는 여가프로그램 및 여가활동 시설 개발이 필요함을 시사한다.

둘째, 여가비용은 현재 사용하는 여가비용보다 노후에 사용하고자 하는 여가비용이 더 증가하는 것으로 나타났다. 또한 노후에는 혼자 여가활동을 하고자 하는 비율이 크게 감소되고 배우자와 여가활동을 같이 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다. 따라서 노년기 여가활동 프로그램 개발시 이에 대한 고려가 요구된다.

셋째, 현재는 소극적이고 대체적인 여가활동이 주를 이루었으나 노후에는 이들 여가활동이 축소되는 반면, 적극적이고 자기개발적인 다양한 여가활동에 대한 선호가 높은 것으로 나타나 현재와 노후의 여가 활동 간의 차이를 보이는 것으로 나타났다. 또한 노후의 참여 희망 여가활동 수는 현재 참여하는 여가활동 수보다 감소하지만 여가활동에 참여하는 시간은 늘어나는 것으로 나타났다. 따라서 노후에 증가하는 여가시간을 활용하기 위해 선호도가 높은 여가활동에 대한 적극적인 지원이 요구된다.

넷째, 현재의 여가활동은 대부분 집에서 이루어지고 있으나, 현재 집에서 하고 있는 일부 여가활동과 지역구내, 지역구외에서 하고 있는 여가활동을 노후에는 동네/단지내, 또는 지역구내에서 하고자 하는 비율이 높은 것으로 나타났다. 이는 노년기 여가활동을 위해 여가활동장소의 근접성에 대한 높은 요구를 나타내는 것으로, 보다 적극적인 노년기 여가활동을 위해 주거와의 근거리권에 여가시설 및 공간에 대한 개발이 요구된다.