

# 한국과 일본 도농복합 지역 거주 노인의 건강관리 및 여가활동 실태 비교

박경민<sup>1</sup> · 강현욱<sup>2</sup>

계명대학교 간호대학 교수<sup>1</sup>, 전임강사<sup>2</sup>

## Comparison of Health Management and Leisure Activities between Korean and Japanese Elderly in Urban-Rural Composite Areas

Park, Kyung Min<sup>1</sup> · Kang, Hyunwook<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Professor, <sup>2</sup>Full-time Lecturer, College of Nursing, Keimyung University

**Purpose:** The purpose of this study was to compare health management and leisure activities of the Korean and Japanese elderly. **Methods:** This study used a cross-sectional descriptive research design. A total of 149 Korean and 140 Japanese older adults living in two urban-rural composite areas participated in this research project. Data were collected using interviews with the participants. t-test and  $\chi^2$  test were used to analyze the data. **Results:** Eighty eight point two percent of the Japanese perceived that their health status was good whereas 27.3% of the Koreans responded that their health status was poor. There were significant differences in types of leisure activities in art, intellectual, events, and volunteer activities between the two groups. A majority of the Japanese elderly replied that they spent some time and money for leisure activities; however, 20.2% and 27.2% of the Koreans reported that they did not spend time or money at all for leisure activities. **Conclusion:** The number of the Korean elderly participating leisure activities was significantly lower than Japanese participants. Developing nursing strategies using leisure programs would improve the quality of life of older adults and the quality of nursing care.

**Key Words:** Korea, Japan, Aged, Leisure activities, Health

## 서 론

### 1. 연구의 필요성

한국과 일본은 전통적으로 같은 유교 문화권에 속하며 노인인구의 급격한 증가라는 중요한 사회적 특성을 공유한다. 2010년 한국의 65세 이상의 노인인구 비율은 11.0%이었고, 2018년에는 14.3%로 고령사회로, 2026년에는 20.8%로 초고령사회로 진입될 것으로 전망된다(Korean Statistical Information Service, 2005). 최장수 국가인 일본 역시

2008년 현재 남자의 평균수명은 약 79세, 여자의 평균수명은 약 86세였으며, 세계에서 고령화가 빠르게 진행되고 있는 나라중의 하나로서 1970년대에 이미 고령화 사회가 되었고, 2006년에는 초고령화 사회로 진입하였다(Jeon, 2008).

한국과 일본 모두 평균 수명이 급격히 연장되면서 노년의 기간이 길어짐에 따라 노인들의 건강관리와 여가활용이 매우 중요한 사회적 관심사로 떠오르고 있다. 특히 한국의 노인 장기요양 보험과 일본의 개호보험의 재정 문제를 해결하기 위하여 양국의 정부는 재가 복지 분야에 대한 관심

**주요어:** 한국, 일본, 노인, 여가 활동, 건강관리

**Address reprint requests to:** Kang, Hyunwook, College of Nursing, Keimyung University, 1000 Sindang-dong, Dalseo-gu, Daegu 704-701, Korea, Tel: 82-53-580-3919, Fax: 82-53-580-3904, E-mail: hyunkang@kmu.ac.kr

투고일 2011년 5월 21일 / 수정일 2011년 6월 14일 / 게재확정일 2011년 6월 16일

을 더욱 기울이고 있다. 일본은 노인인구의 빠른 증가와 더불어 점점 심각해지고 있는 노인 관련 문제를 해결하기 위해 노인복지법을 1963년 7월에 생활보호법에서 분리하여 현재까지 소득보장, 보건의료보장, 거주, 교육 및 여가, 사회복지서비스 관련 분야의 일련의 법체계가 적절하게 입법화되어 노인복지 증진을 위한 정책적 일관성을 유지하고 있으며 현재는 평균수명 보다 건강수명에 신경을 쓰고 있다(Lim et al., 2005).

여러 노인복지 관련 문제 중 특히, 노인들의 여가활동이 건강에 미치는 영향은 여러 분야에서 연구되어 왔다. 노년기에 가족 및 다른 가까운 사람들과 이별하거나 퇴직하게 되면서 경험하는 소외감과 외로움 및 신체기능의 쇠퇴 등이 노년기 우울증 발병의 원인이 되는 것은 잘 알려진 사실이다. 따라서 신체활동 및 타인과의 상호작용을 촉진하는 여가활동은 노인의 정신건강에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. Park (2009)은 노인의 여가활동 참여도가 높을수록 우울정도가 낮다고 보고하였다. 또한 Lim (2007)은 8주간 농촌 여성에게 운동체조, 취미활동, 레크리에이션 등을 포함하는 여가 프로그램을 제공한 결과 프로그램에 참여한 실험군에 속한 노인들에게서 대조군보다 우울 정도가 유의하게 낮았으며 자아존중감이 유의하게 높았다고 보고하였다. 또한, 시설 입주 노인에게 6주간 여가활동 프로그램을 실시한 연구에서도, 일상생활 동작, 우울 및 삶의 질에서 실험군이 대조군보다 유의하게 높은 결과를 보였다(Song, 2001). 그밖에, 미취업 및 여가시간 활용을 적절하게 사용하지 못하는 노인들은 취업노인이나 적절한 여가활용을 하는 노인에 비해 건강상태에 대한 인식이 비관적이고, 건강상태에 대한 만족도 또한 낮다고 보고되고 있다(Ministry of Health & Welfare [MHW], 2008). 또한, 여러 연구에서 노인들의 여가활동 참여 기간과 빈도, 그리고 가입단체 수와 그 정도 등이 생활 만족도의 수준과 긍정적인 관계를 가진다고 하였다(Kim et al., 1999; Na, 2004; Yang, Hong & Hong, 2004).

Kim과 Lee (2008)는 노인정, 노인회관이나 복지관에서 행하는 여가활동이나 자원봉사활동 참여를 포함하는 공공단체활동 참여는 노인들의 주관적 안녕감에 영향을 준다고 하였다. 또한 노인복지관 등에서 제공하는 각종 취미활동 프로그램은 노인으로 하여금 자신을 개발하고 자기의 역할을 찾고 가족 간의 관계 향상을 가져올 수 있으며 새로운 관계를 형성함으로써 사회성이 향상되고 봉사활동을 통하여 삶의 의미를 찾는 기회를 제공할 수 있다고 하였다.

2000년대 이후 국내에도 미국 등 성공적인 노인들의 여가문화 및 삶의 질에 대한 관심이 높아지면서 관련 연구들이 꾸준히 발표되고는 있으나(Lim & Han, 2008), 전통적 문화의 뿌리를 공유하는 일본 등 아시아 국가와의 비교에 관한 문헌은 찾아보기 어렵다. 이에 한국과 일본 두 나라 노인의 인지된 건강 상태와 여가활동 실태를 파악 및 비교하는 것은 노인들의 건강 수준과 삶의 질을 높이고 여가활동을 활용한 간호중재를 제공하는데 있어 중요한 기초자료가 될 것이다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 한국과 일본 노인의 인지된 건강 상태, 건강관리 및 여가활동 실태를 파악하고 비교하고자 함이다. 구체적 목적은 다음과 같다.

- 한국과 일본 대상자의 일반적 특성의 차이를 파악한다.
- 한국과 일본 대상자의 인지된 건강 상태와 건강관리 실태의 차이를 파악한다.
- 한국과 일본 대상자의 여가활동 실태의 차이를 파악한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 한국과 일본노인의 인지된 건강 상태, 건강관리 및 여가활동 실태를 파악하고 비교하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상자

본 연구는 경제 및 인구구성이 매우 비슷하여 1995년 자매도시 관계를 맺은 한국 D시와 일본의 H시에서 연구에 참여할 노인 대상자를 편의표출하여, 두 도시 주위의 도농복합 지역에 거주하고 있는 65세 이상 한국 노인 149명과 일본 노인 140명을 대상으로 설문조사를 하였다.

### 3. 연구도구

본 연구에 사용된 도구는 일반적 특성 관련 6문항, 건강관리 관련 3문항, 여가활동 실태 관련 7문항으로 이루어졌다. 도구 개발 절차는 다음과 같다. 우선 1차 조사에서 한국

과 일본의 농촌 지역 공공기관을 방문하여 현재 이루어지고 있는 여가활동 종류를 파악하여 문항을 구성하였으며 이렇게 구성된 문항에 대해 한국의 지역사회간호학 교수 1명, 노인 보건복지 전공 교수 1명, 노인간호 전공 교수 1명, 보건진료원 2명, 일본의 간호대학 간호학교수 1명, 보건복지교수 1명, 보건기관 관장 1명의 검토를 거쳐 의논 후 수정 및 보완하는 과정을 거쳐 내용타당도를 검증하였다.

본 연구에 사용된 설문지 중 첫째, 대상자의 일반적 특성에 관한 문항은 연령, 성별, 주거형태, 종교, 인지된 경제상태, 현재 경제활동 여부 등의 문항으로 구성되며, 둘째, 건강 관련 문항은 인지된 건강상태 1문항, 병원을 방문하는 시기에 관한 1문항, 건강을 위해하고 있는 신체활동의 종류 1문항으로 구성된다. 마지막으로, 여가활동 관련 설문은 참여하고 있는 여가활동의 종류 4문항, 여가활동에 소요하는 시간 1문항, 여가활동을 위해 소비하는 비용 1문항, 참여하고 있는 여가의 종류 수 1문항 등으로 구성되어 있다. 여가활동의 종류 4문항은 신체활동(예: 운동, 춤, 야외활동), 예술활동(예: 음악, 그림, 연극, 예술, 종이 붙이기), 지적활동(예: 독서, 연구, 토론 등), 자원봉사활동(예: 지역 청소, 전통문화, 요리 등의 진수, 한문, 예절 교육 등)이 포함되며 '충분히 하고 있다' 4점, '한 적도 없다' 1점으로 총점이 높을수록 해당 활동을 많이 하고 있는 것으로 해석된다.

이와 같이 한국어로 먼저 만들어진 설문지를 일본 대상자들을 위해 한국어와 일본어에 모두 능통한 교수가 일본어로 번역하였고, 번역된 설문지를 다른 일본어 교수가 한국어로 역번역하였으며 한국의 2인의 보건진료원과 일본의 복지를 전공하는 대학생 2명에게 설문지에 응답하게 하여 두 나라간 언어 또는 문화 차이로 발생할 수 있는 오차를 줄이고자 하였다.

#### 4. 자료수집

본 연구의 자료는 2008년 11월부터 12월까지 약 한 달간 수집되었다. 설문지 작성을 위해 대상자 개별 면담에 소요된 시간은 약 10~15분 정도였다.

한국에서는 D시 주위 소재 10개 보건진료소에 등록된 대상자중 각 보건진료소마다 15명을 보건진료원들이 직접 면담하여 자료를 수집하였으며, 불성실하게 응답한 1개 설문지를 제외한 149개 설문지를 분석하였다. 일본에서는 노인 면담에 훈련된 복지학을 전공하는 대학교 3학년 학생이 무작위로 가정을 방문하여 연구의 목적과 방법을 설명한 후

협조를 구하고 연구에 동의한 140명에게 설문 작성을 요청하였다.

연구대상자에 대한 윤리적 보호를 위하여 자료수집 전 연구목적 및 내용, 언제라도 설문에 대한 응답을 거절할 수 있으며 응답내용은 연구 이외의 목적으로 절대로 사용하지 않음을 설명 후 연구참여에 동의한 대상자에게서 서면동의서를 받았다.

#### 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 각 집단의 대상자의 일반적 특성, 건강관리 및 여가활동 실태는 실수, 백분율, 평균과 표준편차를 구하였고, 한국과 일본 두 집단 간 변수들의 차이는 t-test와  $\chi^2$  test를 이용하였다.

## 연구결과

#### 1. 일반적 특성 비교

일반적 특성은 Table 1과 같다. 한국과 일본 대상자들은 연령( $\chi^2=74.95, p<.001$ ), 성별( $\chi^2=9.39, p=.002$ ), 주거형태( $\chi^2=21.82, p=.001$ ), 종교( $\chi^2=5.26, p=.022$ ), 지각된 경제상태( $\chi^2=15.43, p=.001$ ), 경제활동 여부( $\chi^2=26.51, p<.001$ ) 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 보면, 한국과 일본 모두 75~79세 범위에 속하는 대상자가 각각 33.3%, 32.4%로 가장 많았으나, 한국은 80세 이상 고령 대상자가 13.2%를 차지했음에 비해, 일본은 24.2%로 한국보다 많았다. 성별에서는 양국 모두 여성이 각각 77.8% (한국), 61.8% (일본)로서 남성보다 많았으며, 주거형태에서는 한국과 일본 모두 배우자와 함께 사는 대상자가 한국 32.3%, 일본 46.4%로 가장 많았고, 다음으로 독거노인이 각각 28.3%, 16.9%를 차지하여 한국에서 독거하는 대상자의 수가 일본보다 조금 더 많은 것으로 나타났다. 종교유무와 관련하여, 일본에서는 68.4%의 대상자가 종교를 가지고 있어 한국 대상자(54.5%)보다 많았으며, 지각된 경제상태에서 한국과 일본 모두 가장 많은 수의 대상자가 경제상태가 보통이라고 지각하는 것으로 응답하였다 (한국 66.7%, 일본 73.5%). 풍족하다고 응답한 일본 대상자는 16.2%, 한국대상자는 8.1%였으며, 21.2%의 한국 대상자와 10.3%의 일본 대상자가 가난한 편이라고 응답하였다.

**Table 1.** Comparison of Demographic Characteristics of Participants

characteristics	Categories	Korea (n=149)	Japan (n=140)	$\chi^2$	p
		n (%)	n (%)		
Age (year)	65~69	33 (22.2)	26 (18.4)	74.95	< .001
	70~74	44 (29.3)	35 (25.0)		
	75~79	50 (33.3)	45 (32.4)		
	80~84	12 (8.1)	22 (15.4)		
	≥85	8 (5.1)	12 (8.8)		
Gender	Male	32 (21.2)	54 (38.2)	9.39	.002
	Female	116 (77.8)	86 (61.8)		
Living arrangement	Living alone	42 (28.3)	24 (16.9)	21.82	.001
	With spouse	48 (32.3)	64 (46.4)		
	With married son	23 (15.2)	19 (13.2)		
	With married daughter	1 (1.0)	8 (5.9)		
	With unmarried children	3 (2.0)	13 (8.8)		
	With grandchildren	6 (4.0)	9 (6.6)		
	Others	8 (5.1)	3 (2.2)		
Religion	Yes	81 (54.5)	95 (68.4)	5.26	.022
	No	66 (44.4)	45 (31.6)		
Perceived economic status	Rich	12 (8.1)	23 (16.2)	15.43	.001
	Middle	99 (66.7)	102 (73.5)		
	Poor	32 (21.2)	15 (10.3)		
	Very poor	6 (4.0)	-		
Economic activity	Yes	42 (28.3)	9 (5.3)	26.51	< .001
	No	107 (71.7)	131 (94.7)		

또한 현재 경제활동 여부에 관한 질문에서는 28.3%의 한국 대상자가 경제활동을 하고 있는 것으로 응답하여 5.3%인 일본 대상자 보다 약 다섯 배 높은 비율로 나타났다.

## 2. 인지된 건강상태 및 건강관리 실태 비교

인지된 건강상태와 관련하여, 건강상태가 ‘좋다’ 이상으로 응답한 일본 대상자가 88.2%인 반면, 한국 대상자는 71.7%를 나타내었고, 전반적으로 인지된 건강상태와 관련하여 두 그룹 간에 유의한 차이가 있었다( $\chi^2=49.84, p < .001$ ). 병원을 방문하는 시기에 관하여 질문한 결과 한국노인은 ‘아프면 즉시 병원을 간다’가 60.6%로 가장 많았으며, 일본노인은 조금 나아지면 병원을 방문한다는 대상자가 55.9%로 가장 많았으며, 유의한 차이가 있었다( $\chi^2=62.34, p < .001$ ). 건강관리를 위한 신체적 활동의 종류와 관련하여, 한국 대상자는 걷기(53.5%), 실내운동(헬스, 댄스, 체조, 웨이트 트레이닝 등) (27.3%), 자전거 타기(11.1%)의 순으로 나타났으며, 일본은 조깅(49.2%), 걷기(45.7%), 실

내운동(24.1%)으로 나타났으며, 유의한 차이가 있었다( $\chi^2=153.05, p < .001$ ). 이외에 일본 대상자는 수영을 비롯한 다른 운동도 한다고 보고하여 한국 대상자보다 다양한 종류의 운동을 하고 있음이 나타났다(Table 2).

## 3. 여가활동 실태 비교

한국과 일본 대상자의 여가활동 실태를 비교한 결과, 여가활동 타입에서 예술활동( $t=-5.61, p < .001$ ), 지적 활동( $t=-3.83, p < .001$ ), 이벤트 참여활동( $t=-4.89, p < .001$ ), 자원봉사활동에 참여한 경험( $t=-3.80, p < .001$ )에서 유의한 차이가 있었으며, 그 외 여가활동에 소요하는 시간( $\chi^2=10.89, p = .012$ ), 참여하는 여가활동의 종류의 수( $\chi^2=13.63, p = .003$ )에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(Table 3).

즉, 예술활동 참여경험은 한국 1.64±0.70로 일본 2.76±1.03보다 평균 1.12점이 낮았으며, 지적 활동에 참여한 경험은 한국노인에서 1.89±0.84로 일본노인 2.76±0.97보다 0.87점 낮게 나타났다. 여행이나 축제 등 이벤트 참여경

**Table 2.** Level of Perceived Health Status and Health Management

Variables	Korea	Japan	$\chi^2$	P
	n (%)	n (%)		
Perceived health status			49.84	< .001
Excellent	4 (3.0)	29 (20.6)		
Very good	35 (23.2)	62 (44.8)		
Good	68 (45.5)	32 (22.8)		
Fair	32 (21.2)	15 (10.3)		
Poor	9 (6.1)	2 (1.5)		
Time to go to the hospital when get sick			62.34	< .001
Immediately	90 (60.6)	29 (21.3)		
When feel a little better	21 (14.1)	76 (55.9)		
Do not go to the hospital as possible	33 (22.2)	31 (22.8)		
Do not go to the hospital at all	-	-		
Physical activities for health care			153.05	< .001
Cycling	15 (10.1)	15 (11.0)		
Walking	81 (53.5)	64 (45.7)		
Jogging	1 (1.0)	67 (49.2)		
Swimming	-	8 (5.8)		
Playing golf or tennis or gate ball	-	10 (7.2)		
Weight training & stretching	41 (27.3)	33 (24.1)		

험은 한국  $2.21 \pm 0.89$ 로 일본  $3.27 \pm 0.46$ 보다 1.06점 낮게 나타났으며, 자원봉사활동에 참여한 경험도 한국 대상자가  $1.75 \pm 0.92$ 로서 일본  $2.66 \pm 2.97$ 보다 0.91점 낮게 나타나 전반적으로 한국 대상자가 일본 대상자보다 여가활동 참여 경험이 낮은 것으로 나타났다. 여가활동에 소비하는 시간을 비교한 결과, 46.5%의 한국 대상자만이 충분한 시간을 보낸다고 보고하거나 여가시간을 조금 가진다고 보고하여 일본 대상자(84.5%) 보다 여가활동에 들이는 시간이 적은 것으로 나타났다. 또한 여가시간을 전혀 갖지 않는다고 보고한 한국 대상자도 27.2%나 되어 일본 대상자의 5.1% 보다 훨씬 높은 비율을 나타냈다. 참여하는 여가활동의 종류와 관련하여, 36.7%의 일본 대상자가 많거나 아주 많은 종류의 여가활동을 한다고 보고한 반면 오직 10.1%의 한국 대상자만이 많은 종류의 여가활동을 즐긴다고 하였다.

## 논 의

본 연구는 한국과 일본 두 나라 노인들의 일반적 특성, 건강관리와 여가활동 실태를 파악하고 비교하고자 실시되었다. 대상자들의 일반적 특성을 살펴보면, 두 나라에서 모두 자녀보다는 배우자와 함께 사는 노인이 가장 많았는데, 이는 농촌에서 자녀들이 교육 및 직장 등의 원인으로 도시로 이주함으로써 노인 부부만 거주하게 되는 이유라고 사료된

다. 또한, 한국 노인이 일본 노인보다 약 1.7배 가량 독거를 더 많이 하는 것으로 나타났으며, 자신의 경제상태가 가난한 수준이라고 응답한 한국 대상자가 일본 대상자보다 약 2배 많았다. 이는 현재 경제활동을 하고 있다고 보고한 한국의 응답자수가 일본보다 약 5.3배나 되는 결과와 관련이 있다고 사료되며, 한국 노인들이 일본 노인들보다 경제적 어려움을 더 겪고 있는 실정을 나타낸다고 추측된다. 그러나 두 집단의 경제 상태를 객관적으로 비교한 결과가 아니므로 해석에 주의를 요한다.

인지된 건강상태와 관련하여, 현재 건강 상태가 좋다고 응답한 대상자가 한국에서는 71.7%로 일본(88.2%)보다 낮았으며, 다수(60.6%)의 한국 대상자가 아프면 즉시 병원을 간다고 응답한 반면, 55.9%의 일본 대상자는 조금 증상이 좋아진 후 병원을 간다고 보고하였다. 이는 한국 대상자의 실제적인 건강상태가 좋지 않거나 혹은 일본 대상자보다 높은 건강관리에 대한 욕구를 나타낸다고 사료된다. 실제로, 한국 노인들의 건강관리에 대한 자료를 살펴보면 무려 85.3%의 노인이 질병 치료를 위하여 병·의원을 집중적으로 이용하며 84.5%의 노인이 약 또는 건강식품을 복용하며 93.7%의 노인이 한 가지 이상의 병·의원 또는 보건소 처방약을 복용하고 있다고 보고되었다(MHW, 2008). 그러나, Ueshima 등(2010)이 일본의 일 도시 지역에서 65세 이상 노인들을 대상으로 실시한 코호트 조사에서는, 불과



**Table 3.** Comparison of Leisure Activities

Types of leisure activities	Korea	Japan	$\chi^2$ or t	p
	n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
Physical activities (exercise, dance, outdoor activity)	2.60±0.84	2.52±1.37	0.29	.135
Art activities (music, drawing, playing, paper attachment)	1.64±0.70	2.76±1.03	-5.61	<.001
Intellectual activities (reading, research, discussion)	1.89±0.84	2.76±0.97	-3.83	<.001
Take part in events (e.g., traveling, festival or party)	2.21±0.89	3.27±0.46	-4.89	<.001
Volunteer activities (region cleaning, traditional culture, cooking inheriting, chinese, etiquette education etc.)	1.75±0.92	2.66±2.97	-3.80	<.001
Time spent in leisure activities			10.89	.012
Spending enough time	9 (6.1)	29 (21.3)		
Spending a little time	60 (40.4)	86 (63.2)		
Spending little time	50 (33.3)	14 (10.4)		
Spending none	30 (20.2)	7 (5.1)		
Costs spent in leisure activity			7.28	.063
Spending enough	3 (2.0)	7 (5.3)		
Spending a little	53 (35.4)	72 (52.6)		
Spending little	53 (35.4)	57 (42.1)		
Spending none	41 (27.2)	-		
Types of leisure activity			13.63	.003
Very many	-	7 (5.1)		
Many	15 (10.1)	43 (31.6)		
Not so many	96 (64.6)	79 (58.1)		
None	38 (25.3)	7 (5.1)		

62.1%의 응답자들이 자신의 건강이 좋은 편이라고 보고하여 본 연구결과와 차이를 보이고 있다. 또한 이 연구에서는 31.2%의 대상자들이 자신들의 경제 상태가 낮다고 보고하여 10.3%만 가난한 편이라고 보고한 본 연구와 또한 일치하지 않고 있다. 본 연구는 도농복합 지역에서 수행되었음을 고려해 볼 때, 도시와 도농복합 지역 노인 대상자들의 인구학적 특성, 건강 및 사회경제적 상태를 비교하는 연구가 필요하다고 사료된다.

여가활동 참여 실태에서는 한국 대상자들이 일본 대상자보다 신체활동을 제외한 모든 항목에서 유의하게 낮은 수준을 보였다. 즉, 한국 대상자가 예술활동, 지적 활동, 이벤트 참여, 자원 봉사활동에서 일본 대상자보다 유의하게 낮은 참여 경험을 보고하였다. 뿐만 아니라, 여가활동에 소비하는 시간과 참여하는 여가활동의 종류의 수도 일본 대상자보다 유의하게 적었다. 이 사실은 앞서 기술한 바와 같이, 한국 대상자가 일본 대상자보다 경제적으로 어렵다고 자각하고 있으며, 현재 경제활동을 하고 있는 한국 대상자의 수가 많았던 결과와 관련이 있다고 볼 수 있다. 이외에 통계적

으로 유의하지는 않았지만 여가활동에 전혀 지출하지 않는다고 보고한 일본 응답자가 없었던 반면, 27.2%의 한국 대상자가 그렇다고 응답한 결과를 볼 때, 경제적 요인이 여가활동과 매우 밀접한 관련이 있음을 재 뒷받침한다.

Lee (2010)는 노년기에 있어서도 끊임없는 자기개발의 욕구를 지닌다고 하였으며, 교육활동, 종교활동, 취미활동 참여기회가 이를 가능하게 할 수 있으나, 경제적 자원의 확보가 중요하다고 하였다. 연구자는 또한, 노령연금을 비롯한 소득보장정책과 노인 일자리 창출사업, 새로운 기술과 지식에 적응하기 위한 직업훈련 프로그램 등의 정부 주관 정책이 노인의 경제적 안녕을 도모할 수 있다고 주장하였다.

한편, 일본에서는 1960년대 중반 이후로 노동시간이 점점 감소하였으며 연간가계수입도 증가하면서 국민들의 여가활동시간이 증가되었다(Lee, 2001). 현재 일본 노인들의 여가 프로그램은 일본 노인복지의 중요한 사업으로 간주되고 있기 때문에, 노인들을 위한 여가 프로그램은 정부의 각 부처에서 때로는 각료회의에서 결정한 지침에 의거하여 지방행정 단위를 통하여 실시되고 있다. 예를 들어 후생성에

서는 노인클럽 조성사업, 고령자 능력개발센터, 삶의 보람과 창조사업, 고령자의 삶의 보람과 건강유지 및 향상 추진사업 등에 관한 지침을 내려 노인의 교육과 여가활동을 지원하여 왔다(Jeon, 2008). 일본의 공민관은 노인들의 활동을 도와주고 같이 즐길 수 있는 동네 문화센터와 같은 역할을 하는 곳이며 현재 공공기관에서 실비 또는 무료로 노인들에게 다양한 여가활동 프로그램을 제공하고 있다. 공민관에서 노인들은 운동은 물론 건강관리와 여가활용을 위해 자발적으로 다양한 활동을 한다. 신체적 활동으로는 운동, 춤, 전통무용, 요가 등이 있고, 예능 여가활동으로는 음악, 그림, 연극, 예술, 종이붙이기 등이 있다. 그리고 지적 여가활동으로는 독서, 연구, 토론 등이 있고 여행이나 축제 등의 이벤트에 적극적으로 참여하는 노인들도 많이 볼 수 있다. 이외에 지역 청소, 전통문화 계승발전, 요리 전수, 한문, 예절 교육 등의 프로그램이 제공되고 있다(Kim, 2010).

이러한 지역사회활동은 노인들로 하여금 가족이나 친척, 친구, 또는 다른 사람들과 의미있는 상호작용을 하도록 할 수 있다. 또한 이는 노인들이 무력감을 극복하고 적극적인 생활을 하게 하는 중요한 요인이 될 수 있으며 노년기에 겪게 되는 삶의 변화와 어려움을 극복하는 매우 중요한 대안 활동이 될 수 있다(Kim & Lee, 2008).

한·일 양국 노인들을 대상으로 여가문화를 비교 조사한 연구는 많지 않으나, 양국 국민들을 대상으로 여가에 관한 가치관을 묻는 한 조사에서는, 47.3%의 한국인들이 일이 여가보다 더 중요하다고 하였으며 여가가 더 중요하다고 응답한 대상자가 10.5%에 불과했던 반면, 같은 질문에 대한 일본인들의 수는 각각 34.5%와 34.1%로 비슷하였다(Kim, 2003). 같은 연구에서, 28.9%의 한국인이, 그리고 5.3%의 일본인이 즐기는 여가활동을 평상시에 매우 적게 한다고 응답하여 대조를 이루었다(Kim, 2003). 본 연구에서도 여가시간을 전혀 갖지 않는다는 한국 응답자가 27.2% 나되었지만 훨씬 적은 수(5.1%)의 일본 응답자가 여가생활을 하지 않는다고 나타나 여전히 한국인이 일본인보다 여가생활을 훨씬 적게 하고 있음을 보여준다. Bang (2009)의 연구에서도 한국의 농촌거주 연구대상 노인들의 과반수 이상이 독서를 제외한 여가활동을 전혀 하지 않는다고 응답하여 이러한 본 연구결과를 지지하였다. Bang (2009)의 연구에서는 또한, 응답자들의 42%가 한 달 용돈이 없다고 하였으며, 26.2%는 20만원 미만의 용돈으로 생활한다고 보고하였고, 21.4%는 조사 당시 경제활동을 하고 있다고 하여 본 연구의 한국 대상자들과 유사하게 높지 않은 경제상태

를 나타내었다.

요약하면, 본 연구에서 한국 대상자들은 일본 대상자들보다 고령자의 수가 더 적음에도 불구하고 경제적으로 더 어렵다고 보고하였으며, 인지된 건강상태는 더 나빴고 여가활동을 덜 하고 있었으며, 여가에 투자하는 시간, 비용 및 여가활동의 종류가 유의하게 적었다. 이는 개인의 경제상태와 여가활동의 양이 밀접한 관계가 있음을 보고한 선행연구들을 볼 때 한국 대상자들의 인지된 낮은 경제상태가 이러한 여가활동에서의 양국 간의 차이를 가져온 가장 큰 요인이라 사료된다.

본 연구의 제한점은 첫째, 한국과 일본의 일부 지역에서 시행되었으므로 연구결과를 두 나라의 모든 노인인구에게로 일반화하기는 어렵다. 둘째, 두 나라 연구대상자들의 건강상태 및 경제상태에 대한 주관적 평가를 바탕으로 했으므로 결과의 해석에 주의를 요한다. 마지막으로, 양국대상자의 인구학적 특성에서, 한국 대상자 중 여성의 비율(77.%)이 일본(61.8%)보다 많았다. 일반적으로 여성들이 남성들보다 외부활동이나 신체활동을 적게 함을 고려할 때, 이러한 양국 간 성별의 차이가 여가활동과 관련된 특정 문항의 응답 및 결과분석에 영향을 미쳤을 가능성이 있다.

## 결론 및 제언

본 연구는 한국과 일본의 도농복합 지역 거주 대상자들의 일반적 특성, 인지된 건강상태 및 건강관리 실태와 여가활동 실태를 파악하고 비교하고자 하였다. 연구결과, 양국 대상자들의 모든 일반적 특성 관련 변수와 인지된 건강상태 및 건강관리 실태에서 유의한 차이가 나타났다. 또한, 여가활동 관련 내용에서는 신체활동을 제외한 모든 여가활동 경험, 여가활동 소요시간 및 여가활동의 수 등 거의 모든 측면에서 한국 노인들이 일본 노인들보다 유의하게 낮은 수준을 보임으로써 한국 노인들이 같은 문화권에서 보다 높은 노인인구 비율을 가진 일본보다 여가생활을 하고 있지 못함을 알 수 있다.

노인문제는 어느 한 부문에서 다루어야 할 문제이기보다는 복지학, 간호학, 체육학 등 다학제적 접근이 필요하다. 간호학에서는 다른 분야와 함께 연구한 결과와 더불어 노인들의 지역적, 문화적 및 기타 특성에 근거한 맞춤형 간호중재 프로그램의 개발과 연구가 필요하다. 빠르게 증가하는 한국의 노인인구와 늘어나는 여가 시간, 그리고 여가활동이 건강에 미치는 많은 긍정적인 영향을 고려해 볼 때, 적

절한 여가활동 프로그램을 효과적인 간호중재 전략으로 개발한다면 한국 노인의 삶의 질 및 건강 수준뿐만 아니라 간호의 질 향상에도 바람직한 기여를 할 수 있을 것이다.

## REFERENCES

- Bang, S. H. (2009). A Study on leisures activities and the life satisfaction for the rural elderly. *Journal of Social Welfare Development, 15*(1), 57-80.
- Jeon, G. H. (2008). *A study on leisure activation for the elderly -focusing on old-age leisure facilities-*. Unpublished master's thesis, Seoul National University, Seoul.
- Kim, J. S., Park, J., Ryu, S. Y., Lee, C. G., Kim, H. R., & Kim, Y. O. (1999). (The) Leisure activity and the degree of satisfaction for the life by aged person in a rural area. *Korean Society for Agricultural Medicine and Community Health, 21*(1), 131-143.
- Kim, M. G. (2003). *Leisure activities and leisure life of Korea and Japan*. Paper presented at the International conference of the Association of North-East Asian Cultures, Daegu.
- Kim, M. H. (2010). *A Study on the process of institutional development and its characteristics of Kominkan in Japan*. Unpublished master's thesis, Dong-Eui University, Busan.
- Kim, Y. B., & Lee, S. H. (2008). Social participation and subjective wellbeing of elderly in Seoul and Chuncheon area. *Journal of the Korean Gerontological Society, 28*(1), 1-18.
- Korean Statistical Information Service (2005). *Age/Gender elderly (60 years) - sigungu*. Retrieved January 26, 2011, from <http://www.kosis.kr>
- Lee, H. J. (2010). Subjective perception on successful aging by the elderly in Korea. *Korean Society of Welfare for the Aged, 50*, 73-94.
- Lee, S. R. (2001). *Leisure of Japanese*. Unpublished master's thesis, Dong-A University, Busan.
- Lim, C. H., & Han, S. J. (2008). Study on elderly leisure activities and life satisfaction to whether an elderly has a spouse or not. *Korean Family Resource Management Association, 12*(3), 23-43.
- Lim, C. S., Lee, I. S., Cho, C. Y., Cho, M. K., Sim, C. H., Kim, G. H., et al. (2005). *Analysis of foreign policies and welfare for the elderly (2005-13)*. Daejeon: Institute for Social Science, Hannam University.
- Lim, J. S. (2007). A study on the effect that leisure programs on depression and self-esteem in elderly women in rural areas. *Journal of Korean Academy of Rural Health Nursing, 2*(2), 120-126.
- Ministry of Health & Welfare (2008). *2008 report on the elderly*. Retrieved June 19, 2010, from [http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb030301vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=03&MENU\\_ID=03030301&BOARD\\_ID=1003&BOARD\\_FLAG=03&CONT\\_SEQ=217530&page=1.pdf](http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb030301vw.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=03030301&BOARD_ID=1003&BOARD_FLAG=03&CONT_SEQ=217530&page=1.pdf)
- Na, H. J. (2004). A study on the role of leisure of the elderly for upgrading of the quality of life. *Journal of the Korean Gerontological Society, 24*(1), 57-58.
- Park, H. G. (2009). A study on leisure activities, leisure life satisfaction, perceived health status and depression in the elderly. *Korean Journal of Rehabilitation Nursing, 12*(2), 112-119.
- Song, A. L. (2001). *(The) effects of leisure activity program intervention on activities of daily living, depression and quality of life in institutionalized older population*. Unpublished doctoral dissertation, Chungnam National University, Daejeon.
- Ueshima, K., Ishikawa-Takata, K., Yorifuji, T., Suzuki, E., Kashima, S., Takao, S., et al. (2010). Physical activity and mortality risk in the Japanese elderly: A cohort study. *American Journal of Preventive Medicine, 38*(4), 410-418.
- Yang, S. M., Hong, S. L., & Hong, S. J. (2004). Social activity and self-esteem of the rural elderly. *Journal of the Korean Rural Sociological Society, 14*(2), 145-178.