

요약 및 정책건의

I. 연구의 개요

1. 연구의 배경 및 목적

- 사회의 고령화로 인한 사회경제적 부담 증가
 - 서울시는 2005년에 노인인구가 전체 인구의 7.1%에 달해 고령화도시에 진입했고, 2008년 서울시 노인인구는 약 86만 명으로 전체 서울인구의 8.5%에 이릅니다.
 - 평균수명과 건강수명이 약 10년간의 격차를 보이면서 성공적 노화를 위협할 뿐만 아니라 사회의 노인의료비 부담도 가중시킴.
 - 서울을 포함한 전국 노인의료비는 전체 의료비의 약 1/3을 차지하며 2002년 19% 내외였던 노인의료비 비율이 2008년에는 31%로 상승하여 노인의료비가 사회경제적 부담으로 작용함.
- 노인의 여가스포츠 활성화를 노인문제 해결의 주요 대안으로 제시
 - 현대사회에서 성공적 노화는 단순한 수명의 연장이 아닌 삶의 질과 삶의 의미에 가치를 두고 있음.
 - 노인 개인의 삶의 질 향상과 고령화로 인한 사회문제 해결의 주요 대안으로 노인의 여가스포츠 활성화가 제시됨.
 - 저출산고령사회위원회, 보건복지가족부, 문화관광부 등 정부부처의 노인종합대책에 노인 여가스포츠가 주요 정책과제로 채택됨.
- 이 연구의 목적은 서울시 노인의 여가스포츠 활동 제약요인 및 여가스포츠 욕구에 대한 실태를 분석하여 노인의 여가스포츠 참여를 진작시키고 참여효과를 극대화할 수 있는 지속적인 참여 방안을 제시하여 서울시 노

인 여가스포츠 정책 및 전략 개발의 기초자료로 활용하고자 함.

2. 연구내용 및 연구방법

○ 연구내용

- 수요의 측면에서 노인의 여가스포츠 참여실태 및 욕구를 파악하고 공급의 측면에서 노인 여가스포츠 시설 및 사업 현황과 행정체계를 파악함.
- 노인 여가스포츠 수요와 공급을 분석하여 서울시 노인의 실제적인 수요와 욕구에 기반을 둔 노인 여가스포츠 지원방안을 제시하는 것이 연구의 핵심임.

○ 연구범위와 방법

- 서울시 노인 여가스포츠 행정 및 공급현황은 노인 여가스포츠 프로그램을 제공하는 공공시설과 이를 지원하는 행정조직으로 제한함.
- 노인 여가스포츠 공급현황을 파악하기 위해 노인관련 여가스포츠 프로그램을 제공하는 기관을 조사하고, 대상기관의 행정자료 협조를 받아 노인에게 제공하고 있는 여가스포츠 프로그램을 조사함.
- 노인 여가스포츠 행정적 전달체계 및 추진 중인 사업현황을 파악하기 위해 노인 여가스포츠 공급과 관련한 행정조직 실무자를 대상으로 인터뷰를 실시함.
- 노인 여가스포츠 참여현황 및 욕구파악을 위해 실태조사를 실시함.

○ 연구 구성체계

노인 여가스포츠 동향분석	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인 여가스포츠 정의 및 필요성 ■ 해외도시의 노인 여가스포츠 동향 검토
서울시 노인현황 및 실태분석	<ul style="list-style-type: none"> ■ 서울시 노인의 일반현황 분석 ■ 노인 생활실태 및 특성 분석
노인 여가스포츠 지원현황 및 행정체계	<ul style="list-style-type: none"> ■ 중앙정부의 노인 여가스포츠 지원현황 ■ 서울시 노인 여가스포츠 행정체계 ■ 서울시 노인 여가스포츠 관련 기관 ■ 서울시 노인 여가스포츠 전달체계
노인 여가스포츠관련 시설 및 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인 여가스포츠 시설 현황 ■ 노인 여가스포츠 프로그램 현황
노인 여가스포츠 실태 및 욕구 분석	<ul style="list-style-type: none"> ■ 서울시 노인의 건강상태 분석 ■ 여가스포츠 참여실태 및 욕구 분석
노인 여가스포츠 활성화방안	<ul style="list-style-type: none"> ■ 노인 여가스포츠 참여지원 방안 ■ 행정적 지원방안

II. 연구결과

1. 서울시 노인 여가스포츠 지원현황 및 행정체계

○ 서울시 노인 여가스포츠 지원현황

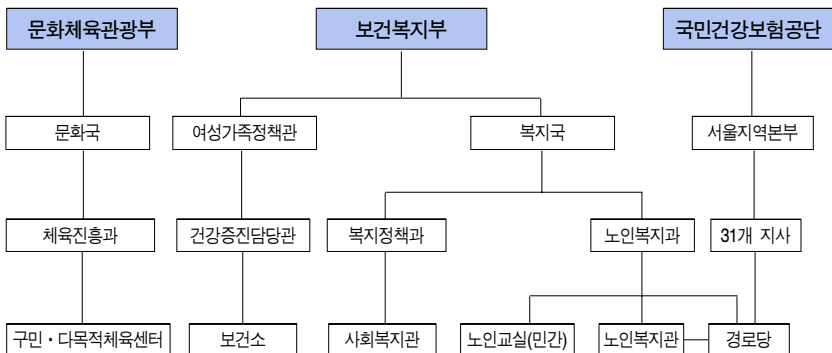
- 서울시 문화국 체육진흥과는 생활체육협의회를 통해 생활체육 지도사를 파견하여 건강증진 프로그램 사업과 서울시 어르신대회 및 전국대회 지원 사업을 하고 있으며 이에 대한 예산을 지원함.
- 서울시 복지국 노인복지과는 노인교실운영 지원, 노인대학 지원, 노인

종합복지관협회 지원 등의 업무를 담당하며, 복지국 복지정책과는 지역 사회복지관에 예산을 지원함.

- 서울시 여성가족정책관 건강증진담당관은 건강도시팀과 건강생활팀에서 노인 여가스포츠 관련 업무를 담당하며 건강도시사업을 신청한 14개 자치구를 지원하고 있으며 자치구의 건강도시사업은 보건소를 통해 시행되고 있음.

○ 서울시 노인 여가스포츠 행정체계

- 중앙정부의 문화체육관광부, 보건복지가족부, 국민건강보험공단은 노인의 건강증진과 여가활용 등을 목적으로 노인을 대상으로 여가스포츠 관련 사업을 지원하고 있음.
- 중앙정부의 여러 부처에서 노인 여가스포츠 관련 정책이 추진됨에 따라 서울시에서도 노인 여가스포츠와 관련한 시설 및 프로그램을 제공하고 있는 공급주체가 체육진흥과, 노인복지과, 복지정책과, 건강증진담당관 등으로 나뉘어져 있음.
- 시의 예산을 지원받아 노인에게 여가스포츠 프로그램을 제공하는 각각의 기관에서 중복되거나 유사한 사업이 진행되기도 하지만 이를 방지하기 위한 부서 간 업무협의를 할 수 있는 통로가 없음.



<그림 1> 서울시 노인 여가스포츠 전달체계

2. 서울시 노인 여가스포츠 시설 및 프로그램 현황

- 공공체육시설, 노인여가복지시설, 지역복지 및 지역보건의료시설 중심
 - 공공체육시설로는 2009년 3월 기준 39개소의 구민·다목적체육센터가 있으며, 노인여가복지시설에는 28개소의 노인복지관, 2,951개소의 경로당, 278개소의 노인교실이 있음. 또한 지역사회복지 및 지역보건의료 시설로는 94개소의 사회복지관, 431개소의 주민자치센터, 25개 보건소가 운영 중임.
 - 노인 여가스포츠 관련시설에는 만 65세 이상 기준으로 노인 만명당 4.51개소가 있으며, 노인 인구대비 시설수로는 경로당이 인구 천명당 3.46개소로 가장 많음.
- 경로당과 노인교실을 제외한 노인 여가스포츠 관련 시설에서 총 3,416개의 노인 여가스포츠 프로그램 제공
 - 구민·다목적체육센터가 1,363개의 프로그램을 제공하여 천명당 프로그램 수는 1.60개이며, 시설당 프로그램 수는 34.95개임.
 - 노인복지관은 283개의 프로그램을 제공하여 천명당 프로그램 수는

<표 1> 서울시 노인 여가스포츠 관련시설과 프로그램 현황 (2009년 3월)

(단위 : 개소)

구 분		총 시설수	천명당 시설수	총 프로그램수	천명당 프로그램수	시설당 프로그램수
총 계		3,846	4.51	3,416	4.01	
공공체육시설	구민·다목적체육센터	39	0.05	1,363	1.60	34.95
	노인복지관	28	0.03	283	0.33	10.11
	노인여가복지시설					
	경로당	2,951	3.46			
	노인교실	278	0.33			
지역복지 및 지역보건 의료시설	사회복지관	94	0.11	364	0.43	3.87
	주민자치센터	431	0.51	1,335	1.57	3.10
	보건소	25	0.03	71	0.08	2.84

0.33개에 불과하며, 사회복지관은 364개의 프로그램을 제공하여 천명당 프로그램 수는 0.43개에 그침.





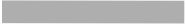


3. 서울시 노인 여가스포츠 실태조사 결과

○ 서울시 노인 여가스포츠 실태조사 조사대상

-서울시에 거주하는 55세 이상 남녀를 모집단으로 전화조사대상 1,000명, 대면면접조사대상 500명을 지역, 성, 연령을 고려해 비례할당추출 (Quota Sampling)함.

○ 노인 건강상태에 대한 조사결과





















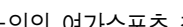
- 규칙적 운동 참여자의 50.9%, 규칙적 운동 비참여자의 52.7%가 의사로부터 진단받은 질병이 있음.
- 1개월 평균 질병치료비의 경우 운동참여자의 42%, 비참여자의 25%가 3만원 미만이며, 운동참여자의 18.2%, 비참여자의 25.5%가 10만원 이상임.
- 규칙적 운동참여자의 57.1%가 전반적으로 건강하다고 생각하는 반면, 비참여자는 24.6%에 불과함.

질병유무	운동 참여자		50.9%
	운동 비참여자		52.7%
건강을 위한 운동실천	운동 참여자		89.5%
	운동 비참여자		40.0%
전반적으로 건강하냐	운동 참여자		57.1%
	운동 비참여자		24.6%
3개월간 건강 염려안함	운동 참여자		46.1%
	운동 비참여자		29.1%

<그림 2> 규칙적 운동여부에 따른 노인 건강상태 비교

○ 노인 여가스포츠 참여실태 조사결과

- 노인의 70.5%가 일주일에 1회 이상 1회 참여 시 20분 이상 운동에 참여하고 있음.
- 남성의 운동실천율은 74.8%인데 비해 여성은 66.8%임.
- 노인들은 걷기, 등산, 체조·댄스 등과 같이 특별한 기구의 사용이 필요없는 여가스포츠에 많이 참여함.
- 여가스포츠 불참 이유는 ‘시간이 없음’이 34.5%, ‘건강이 나쁨’이 22.0%, ‘경제적 이유’가 8.6%임.

여가스포츠 참여	운동실천률		70.5%
	남성		74.8%
	여성		66.8%
참여 종목	걷기		55.6%
	등산		21.1%
	체조/댄스		20.3%
참여자의	수영		28.7%
참여희망종목	체조/댄스		28.2%
	구기종목		22.8%
비참여자의	걷기		57.9%
참여희망종목	등산		32.4%
	체조/댄스		27.3%
	수영		22.0%
운동참여이유	건강유지/증진		90.4%
운동불참여이유	시간이 없음		34.5%
	건강이 나쁨		22.0%
	경제적 이유		8.6%
향후	참여 의향률		77.9%
여가스포츠 참여의향	55-64세		90.4%
	65-74세		70.9%
	75세 이상		47.7%

<그림 3> 노인의 여가스포츠 참여실태

○ 노인 여가스포츠 시설 이용 실태 조사결과

- 노인들은 수변 체육시설과 집주변 공터나 놀이터와 같이 거주지 근처 야외시설을 이용하는 비율이 높게 나타났고, 실내시설로는 구립·다목적 체육시설을 이용하는 비율이 가장 높음.
- 대부분의 노인들이 여가스포츠 참여 시 도보로 이동하며 이동시간은 30분 이내가 대부분임.

참여장소	수변 체육시설		25.1%
	집주변 공터나 놀이터		22.4%
	구립다목적 체육시설		10.5%
비참여자의 희망장소	수변체육시설		30.2%
희망장소	집주변 공터나 놀이터		31.9%
	구립다목적체육시설		28.5%
	민간상업 스포츠센터		22.0%
시설만족도	만족		76.1%
	불만족		4.6%
시설충분정도	충분	참여자	40.8%
		비참여자	29.9%
	부족	참여자	25.1%
		비참여자	33.3%
운동시설 내	노인편의시설		19.1%
보완필요 시설	전용휴게장소		18.1%

<그림 4> 노인의 여가스포츠 시설이용 실태

○ 노인 여가스포츠 프로그램 이용 실태 조사결과

- 노인의 여가스포츠 프로그램 참여율은 24.4%이며 여성 참여율이 31.5%로 남성 참여율 16.0%보다 높음.
- 프로그램 비참여 이유는 ‘혼자서도 할 수 있기 때문’이라는 응답이 35.7%로 가장 높으며, ‘시간이 맞지 않아서’와 ‘경제적 이유’ 순으로 나타남.

- 여가스포츠 프로그램 참여를 지원해 준다면 프로그램에 참여하겠나는 문항에 여가스포츠 참여자의 36.8%, 비참여자의 46.8%가 참여의향을 보임.

- 프로그램 만족도와 지도자 만족도는 각각 83.2%와 83.8%로 높은 편임.

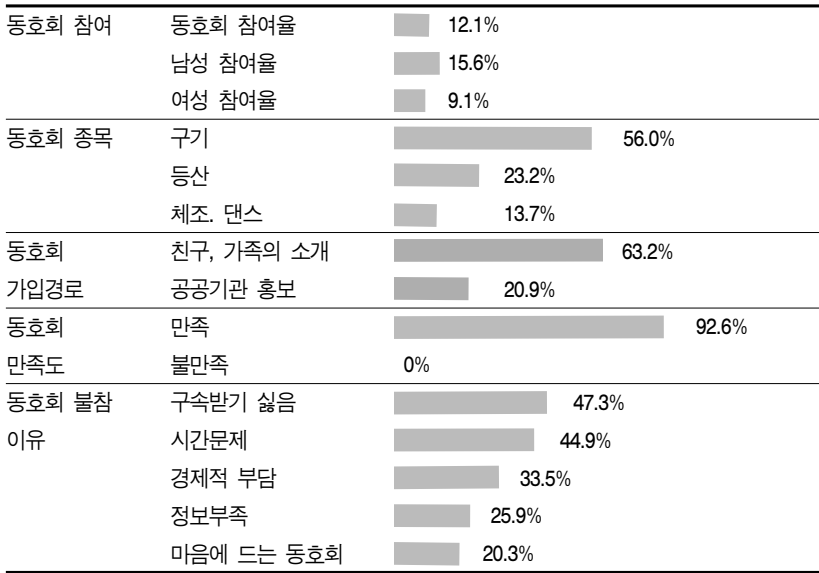
프로그램 참여	참여율	24.4%
	남성참여율	16.0%
	여성참여율	31.5%
프로그램 비참여이유	혼자서도 할 수 있음	35.7%
	시간이 맞지 않음	29.3%
	비싼 비용	13.8%
프로그램 참여	운동 참여자	36.8%
지원 시 참여의향	비참여자	46.8%
프로그램 만족도	만족	83.2%
	불만족	3.7%
지도자 만족도	만족	83.8%
	불만족	1.6%
지도자 자질	적극적 지도능력	33.0%
	인격적 자질	30.8%

<그림 5> 노인의 여가스포츠 프로그램 이용 및 지도자 실태

○ 노인 여가스포츠 동호회 현황

- 동호회 참여율은 12.1%이며 남성 참여율이 15.6%로 여성 참여율 9.1%에 비해 높은 편임.

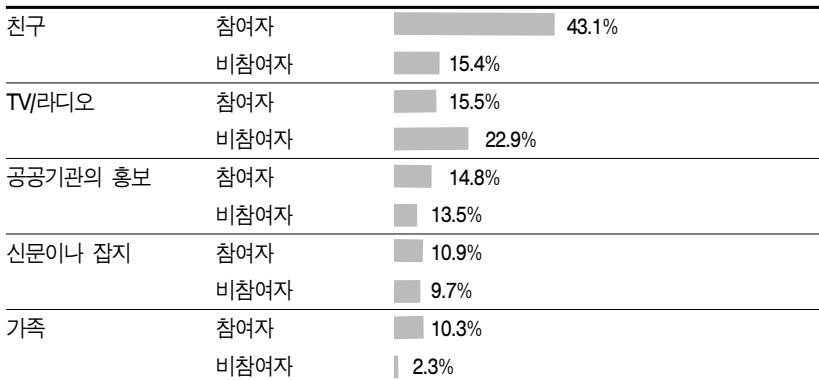
- 동호회 종목은 구기가 56.0%로 가장 많고, 등산이 23.2%, 체조·댄스가 13.7%로 그 뒤를 잇고 있음.



<그림 6> 노인의 여가스포츠 동호회 현황

○ 노인 여가스포츠 정보획득 경로

- 여가스포츠 참여자는 친구로부터 정보를 얻는 경우가 43.1%로 가장 높으며 비참여자는 TV·라디오를 통하는 경우가 22.9%로 가장 높음.



<그림 7> 노인 여가스포츠 시설 및 프로그램에 관한 정보획득 경로

III. 정책건의

1. 공간적 지원방안

○ 지역사회시설에 노인 편의시설 및 휴게공간 확충

- 노인을 배려한 환경 구축을 위해 보완해야 할 시설로 노인 편의시설과 노인 휴게공간에 대한 욕구가 높게 나타남.
- 샤워실, 라커룸, 탈의실의 설치와 노인이 주로 이용하는 시설의 화장실이나 계단, 복도에 손잡이 막대 부착과 화장실 미끄럼 방지바닥의 설치는 노인복지시설의 의무 설치시설로 포함되어야 함.
- 많은 여가시간에 여가스포츠 활동 이외에도 소규모로 모여 친목도모를 할 수 있는 휴게공간 마련도 필요함.

○ 수영장 활용방안

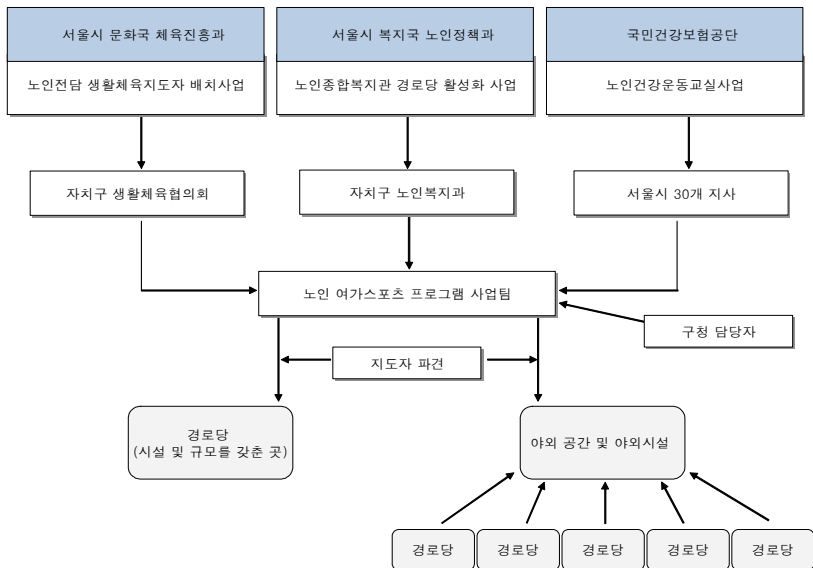
- 수영에 대한 욕구는 예비노인부터 75세 이상의 고연령층에 이르기까지 노인의 전 연령층에서 나타나며 특히 고연령층의 경우 더 높은 욕구를 보임.
- 수영장 시설부족 및 비용 등이 제약 요인으로 작용할 수 있으므로 청소년수련관이나 학교시설 등 지역사회 내의 수영장이 있는 공공체육시설을 파악하고 저렴한 비용으로 노인들이 이용할 수 있도록 하는 방안을 고려해야 함.
- 노인 대상 수영 프로그램을 제공하는 민간 수영장에 대해 세금감면이나 지도자 비용 보조 및 지도자 파견 등의 제도 도입으로 민간체육시설의 수영장시설을 적극 활용하는 방안도 모색해야 함.

○ 야외공간을 활용한 프로그램 제공

- 노인복지관이나 사회복지관 등 지역사회 복지시설에서 지역사회 내의 여가스포츠 시설을 노인들이 이용할 수 있도록 이용정보 제공 및 가이

드라인 제공이 필요함.

- 경로당은 그 잠재력을 충분히 활용한다면 노인 여가스포츠 활성화의 중요한 통로 역할을 할 수 있음.



<그림 8> 경로당과 연계한 여가스포츠 프로그램 제공안

○ 맞춤형 프로그램 제공

- 걷기, 구기종목, 수중운동, 등산 등 노인의 수요와 특성에 적합한 다양한 여가스포츠 프로그램을 지역사회 내 노인 여가스포츠 관련조직을 통해 지속적으로 제공함.

○ 지도자 양성과 배치

- 정부에서 생활체육지도자 자격증이 있는 지도자를 대상으로 노인 여가스포츠에 대한 이론교육과 실기교육에 참여할 수 있는 기회를 제공하고 정규 코스를 마련하여 국가공인 노인체육지도자 자격증을 취득할

수 있도록 제도의 정비가 필요함.

- 단기적으로 노인대상 여가스포츠 프로그램을 제공하고 있는 지도자를 대상으로 정기적인 연수회와 강습회를 통해 노인의 특성과 관련된 이론 및 노인에게 적합한 실기지도법에 관한 체계적인 교육을 실시함.

2. 행정적 지원방안

○ 서울시 노인 여가스포츠 종합정보망 구축 및 홍보

- 노인 여가스포츠 관련 시설 및 프로그램에 대한 통합관리의 측면과 노인 여가스포츠 관련 정보제공의 측면에서 노인 여가스포츠 종합정보망 구축이 필요함.
- 서울시 사이트를 통해 국민생활체육협의회에서 제공하는 노인생활체육 프로그램사이트¹⁾와 같은 노인 여가스포츠와 관련한 정보를 제공하는 공공기관으로 연결되도록 링크를 설정하거나, 캐나다 토론토시의 경우처럼 구나 동단위의 해당지역 노인 여가스포츠 안내사이트로 접근 가능하도록 지원해야 함.

○ 노인경로우대제 도입

- 구민·다목적체육시설에 대해 노인들에게 최소 50% 할인률 적용이 필요하며, 가능하다면 100% 할인률을 적용하여 노인들의 적극적인 참여를 유도할 필요가 있음.
- 공공체육시설부터 시작하여 노인이 민간·상업 스포츠 시설 이용 시에도 요금 할인이 가능하도록 세금 감면이나 지도자 비용 보조 및 지도자 파견 등 다양한 방안에 대한 모색이 필요함.

1) <http://movsvr.sportal.or.kr/silver/main/sframe0.html>

○ 동호인 조직 활성화

- 지역사회 내의 노인 여가스포츠 시설에서 걷기, 수중운동, 구기종목, 등산 등의 프로그램을 진행하면서 그룹별로 조직화하도록 유도함.
- 노인이 여가스포츠 활동을 위해 모이는 사회복지관, 노인종합복지관, 공공체육시설, 종교단체, 주민자치센터, 학교시설 등의 지역사회 자원이 노인 여가스포츠 동호인의 거점시설로 자리매김할 수 있도록 지원이 필요함.