



ISSN 1229-8565 (print) ISSN 2287-5190 (on-line)  
한국지역사회생활과학회지 36(2): 261~277, 2025  
Korean J Community Living Sci 36(2): 261~277, 2025  
<http://doi.org/10.7856/kjcls.2025.36.2.261>

## 신중년의 노후준비유형과 관련 요인: 경제적 노후준비와 생애설계를 중심으로

강 유 진<sup>†</sup>  
충신대학교 아동학과 부교수

### Types of Retirement Preparation and Related Factors among the New Middle-Aged: Focusing on Economic Preparation and Life Planning

Yoojean Kang<sup>†</sup>

Associate Professor, Dept. of Child Studies, Chongshin University, Seoul, Korea

#### ABSTRACT

This study explored retirement preparation among the “sandwich generation,” extending beyond financial preparation to a comprehensive life-planning approach. The responses from 3,217 aged 50-64 with surviving elderly parents and adult children aged 25 or older were analyzed using the data from the ‘2020 Korean Family Survey.’ The retirement preparation among the sandwich generation varied according to financial security and life planning. Although many respondents had financial resources, 60.9% exhibited low levels of life planning, highlighting the need for policies promoting both aspects. Contrary to expectations, non-caregivers were more vulnerable in retirement preparation, suggesting financial support to family members might belong to socioeconomically advantaged groups, enabling them to prepare for retirement more effectively. Socioeconomic status plays a crucial role in determining retirement preparation. Those with a lower subjective economic status were more likely to be unprepared. The “insufficient life planning” and “completely unprepared” groups faced greater socioeconomic disadvantages. Household composition and family health also significantly influenced retirement preparation. Households with cohabiting parents and children were more vulnerable in retirement preparation. In addition, poorer family health was associated with weaker retirement preparation. In conclusion, the retirement policies for the sandwich generation should integrate structured life planning alongside financial preparation. Special attention must be given to socially and financially vulnerable groups to prevent old-age poverty through targeted financial support and enhanced social safety systems. Strengthening pension systems and providing financial assistance are essential to reduce economic insecurity in old age.

**Key words:** sandwich generation, retirement preparation, financial preparation, life-planning

Received: 1 May, 2025 Revised: 21 May, 2025 Accepted: 29 May, 2025

<sup>†</sup>**Corresponding Author:** Yoojean Kang Tel: +82-2-3479-0200 E-mail: yoojin528@chongshin.ac.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## I. 서론

‘신중년’은 정부가 2017년 ‘신중년 인생3모작 기반구축 계획’을 발표하면서부터 만들어진 용어이다. 은퇴 이후(50세 전후) 재취업 하거나, 노동 시장으로부터 완전한 은퇴(72세 전후)를 경험하는 50~69세를 지칭한다(Hwang & Kang 2012; Jin 2020; Ji 2023). 연령범위에 따른다면 중장년세대와 젊은 노년층을 포함지만, 이들을 특별히 “신중년”이라고 따로 명명한 것은 의존성 보다 개인적, 사회적으로 건강과 생산성을 유지하고 사회참여에 적극적 의지를 보이는 세대이기 때문이다(Hwang et al. 2019). 최근 한국 사회 인구구조에서 50-64세 신중년 세대는 전체 인구의 약 25%를 차지하며(Bae 2024), 40-64세 중장년인구는 전체 인구의 40%에 육박하는 것으로 나타났다(Korean National Statistical Office 2022). 이들은 향후 노인인구의 구성에 가장 중요한 영향을 미칠 예비 노인 세대이다. 따라서 정부는 69세까지를 근로활동기간으로 설정하고 신중년들이 사회적 활동성을 유지하도록 정책적 지원을 확대하고 있다.

그러나 ‘신중년’은 신체적 건강과 사회적 활동성을 유지하고 있음에도, 동시에 가족 내에서 자녀와 노부모 모두를 돌봐야 하는 이중의 가족부양을 수행해야 한다는 점에서 ‘샌드위치세대(sandwich generation)’라 불린다(Grundy & Henretta 2006; DeRigne & Ferrante 2012; Wiemwer & Bianchi 2015; Wassel & zcutler 2016). 더욱이 이들은 아랫세대와 윗세대를 부양하는 역할을 수행하지만, 정작 자신들은 자녀에게 노후 부양을 기대하지 않고 스스로 노후를 준비해야 한다고 인식하는 마지막 세대이기도 하다(Kim et al. 2018; Paek & Kim 2019). 특히 사회적 은퇴에 직면했거나 이미 은퇴한 시점에서는 소득이 점차

하락하거나 소득 공백기에 들어선다. 이에 가족부양의 장기화는 신중년들의 경제적 부담과 심리적 건강에도 영향을 미친다고 보고된다(Grundy & Henretta 2006; DeRigne & Ferrante 2012; Kim et al. 2018).

결국, 신중년은 사회적 은퇴시점에 들어서면서도 가족부양이라는 생애과업을 지속적으로 수행해야 하며, 동시에 은퇴이후 본인의 노후를 어떻게 성공적으로 대비할 것인지를 고민해야 하는 ‘끼 세대’이다. 특히 한국 사회의 40-65세 중장년층의 인구비중이 다른 연령층에 비해 가장 높고(Korean National Statistical Office 2022), 사회적 노후보장체계가 충분히 갖추어지지 않은 상황을 고려할 때, 예비 노인세대인 신중년의 안정적인 노후준비는 개인적 차원을 넘어 초고령화 시대 사회적 차원의 핵심적 정책 주제라고 할 수 있다.

이제까지 신중년의 노후준비 관련 연구들은 (Park 2014; Ahn et al. 2020; Sung 2021; Ko & Lee 2024) 주로 경제적 노후준비에 초점을 맞춘 경향이다. 노년기는 수입의 감소 혹은 단절이 이루어지는 반면, 건강 악화로 인한 의료비가 크게 증가하는 시기이다. ‘2021년 중고령자의 경제생활 및 노후준비 실태조사’에 의하면, 중고령자들은 노후대책에 있어서 경제적 문제와 건강 및 의료문제를 가장 중요하다고 인식하였다(Han et al. 2022). 경제적 토대가 확보되어야 기본적인 의식주가 가능하며, 심리적 안정 및 여가활동 등이 보장된다. 따라서 중장년세대가 노후준비를 위해 경제적 자원을 확보하는 것은 노년기 삶의 질을 유지하는데 필수적 요소로 간주된다(Jeong et al. 2023).

그런데 평균수명의 연장으로 길어진 노년기를 준비하기 위해서는 단순히 경제적 자원을 확보하는 것만으로는 충분하지 않다. 인생을 좀 더 장기적 관점에서 조망하고 확보된 자원이 실제로 노년

기 삶의 질을 유지하는데 충분한지, 이것을 어떻게 계획하고 활용할 것인지, 그리고 이 외에도 어떤 자원들이 더 필요한지를 고려하는 포괄적 생애설계가 요구된다. 따라서 본 연구는 신중년의 노후준비유형을 파악하는데 있어서 '경제적 노후준비' 개념 이외에도 '생애설계' 개념을 주목할 것이다. 이때 '노후준비'와 '생애설계' 개념은 다음과 같이 구분된다.

'경제적 노후준비'는 노년기에 요구되는 경제적 자원과 자신을 실질적으로 확보하는 활동을 의미하며, 기본적인 의식주와 의료비 등 생존과 삶의 질을 유지하기 위한 구체적인 재정적 기반을 마련하는 것에 초점을 둔다(Hwang & Kang 2021). 즉, 노후에도 안정적인 삶을 유지하기 위한 최소한의 경제적 대비책을 마련하는 것이 그 핵심이다.

반면 '생애설계'는 단순한 자원 확보를 넘어 전 생애 동안 개인의 삶을 체계적으로 계획하고 방향을 설정하는 적극적이고 포괄적인 준비 개념이다(Choi & Jeon 2013). 이와 유사하게 '노후설계'의 개념이 활용되기도 하는데, '생애설계'는 진로 및 경력에서부터 노후설계까지 아우르는 개념이라고 하겠다. 즉, 건강, 여가, 자기개발, 사회참여 등 삶의 다양한 영역을 포함하면서, 노후를 주도적으로 준비하려는 자율성과 의지를 강조한다(Kim et al. 2020). 경제적 노후준비가 사회경제적 조건에 따라 좌우될 수 있다면, 이와 달리 생애설계는 그러한 조건 속에서도 개인이 삶을 계획하고 준비해 나가려는 능동적 의지를 내포한다는 점에서 차이점이 있다(Jeon & Kim 2012). 결국 생애설계 개념은 경제적 노후준비 개념의 한계를 보완하면서 장기적이고 포괄적으로 삶의 질을 결정짓는 중요한 요인이라 할 것이다.

따라서 본 연구는 신중년들의 노후준비를 '경제적 노후준비'와 '생애설계', 이 두 개의 개념을 결합

한 복합적인 개념으로써 접근하고자 한다. 이 때 '경제적 노후준비'가 실질적인 경제적 자원을 확보했는지 여부에 초점을 두었다면, '생애설계'는 여가, 재무, 은퇴 등의 영역에서 삶의 방향을 설정하고 실행 계획을 어느 정도 수립했는지를 포괄하는 개념이다. 이를 통해 신중년의 노후준비 상황을 다층적으로 조망하고, 이에 영향을 미치는 사회경제적 요인, 가족특성 및 가족부양요인을 살필 것이다. 특히 샌드위치 세대로서 신중년의 특성을 감안하여 노후준비와 가족부양과업의 관련성을 주목할 것이다. 본 연구의 구체적 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 신중년세대의 노후준비유형과 가족부양양상은 어떠한가?

둘째, 신중년세대의 노후준비유형에 영향을 미치는 사회경제적 요인, 가족특성요인, 가족부양요인은 무엇인가?

## II. 선행연구고찰

### 1. 가족부양과업과 노후준비

오늘날 신중년세대가 가족부양과업을 수행하는데 있어 점점 더 많은 어려움을 겪고 있다. 평균수명의 연장으로 노년기가 길어지고 있음에도 불구하고 여전히 사회적 차원의 노후지원과 노인돌봄체계가 미흡한 실정이다. 공적 가족돌봄지원 체계가 충분하지 않은 상황에서 오래 사는 노년기 부모를 돌보고 지원하는 일은 여전히 중장년기 자녀들의 몫으로 간주된다(Jeong & Park 2014; Kim 2019; Kwon & Jeon 2020; Jo & Kim 2021). 더욱이 고용 불안정, 주거비용 상승, 교육기간 연장 등으로 인해 사회경제적 상황이 악화되면서 젊은 세대의 취업과 결혼이 어려워지고 있고, 이에 따라 성인자녀들이 부모로부터 독립하기 쉽지 않다. 이로 인하여 성인자녀들이 부모에게 의존하는 기간이 길어지면서, 신중년 부모들이 스스로의 노

후를 준비할 수 있는 여력을 갖추기가 어려운 상황이다(Kang 2016).

가족부양과업을 수행하는 신중년 세대가 안정적 생활기반을 마련하고 노후를 대비하는 것은 개인과 가족 차원을 넘어, 사회적 차원의 노인 복지 향상을 위해서도 중요하다(Kim et al. 2018). 이에 따라 신중년들이 가족부양활동을 지속하면서 은퇴 이후에도 안정적 소득을 유지할 수 있도록 이들을 지원하는 정부의 고용정책이 주목을 받고 있다. 이와 함께 가족부양과업을 수행하는 신중년들의 부양부담을 경감시킬 수 있는 재정적 지원, 노인돌봄서비스 지원 등 사회적 혜택에 대한 관심도 증가하고 있다.

이중부양 등 가족부양 활동은 가족 내 일상생활에 변화를 가져올 뿐 아니라, 경제적 측면에서도 어려움을 유발하는 것으로 나타났다(Kim et al. 2018). 소득 활동이 줄어드는 상황에서 가족부양의 무와 개인의 노후준비를 병행해야 하는 '낀 세대'인 신중년에 대한 학문적 관심은 자연스럽게 가족부양과업의 수행과 노후준비의 관련성을 탐색하는 연구로(Kwon & Jeon 2020; Jo & Kim 2021; Jeong 2024) 이어지고 있다. 특히 가족부양 경험을 부양제공의 양이나 제공 여부로써 측정할 경우, 부모 또는 자녀에 대한 자원 제공이 노후준비와 긍정적 관련이 있다는 연구 결과들이(Kim & Ko 2012; Kim & Um 2014; Ko 2014) 다수 보고되고 있다. 이 연구들은 부모나 자녀에게 경제적 자원을 제공하는 사람들이 상대적으로 더 큰 경제적 능력을 가지고 있기 때문에 노후준비 또한 보다 잘 되어 있을 것이라고 분석한다. 그러나 성인 자녀에 대한 경제적 지원이 베이비붐세대의 경제적 영역의 노후준비에 부정적인 영향을 미친다는 연구(Ko & Kye 2018)도 존재한다.

이러한 점을 종합하여 본 연구는 신중년의 노후

준비와 가족부양과업 간의 관련성을 주목하되, 특히 노부모와 자녀 세대 모두에게 제공하는 부양 경험과 본인 스스로의 노후준비 간에 어떠한 관련성이 있는지에 초점을 둘 것이다. 기존 연구들은 부양제공을 자녀지원과 부모지원으로 나누어 각각 측정하거나(Jeong & Park 2014; Kim & Um 2014; Jo & Kim 2021) 자녀부양지원과 부모부양지원을 결합하여 이중부양, 단일부양, 미부양 등으로 유형화함으로써(Kim et al. 2018; Cho 2024) 부양제공을 파악한 경향이다. 후자의 경우 뒷세대와 아랫세대 모두를 향한 이중부양과업 수행 양상을 보다 명확히 알 수 있으며, 이는 '낀 세대'로서 이중적인 생애과업을 수행하는 신중년의 생애주기적 특징을 보여주는데 더 유리하다. 따라서 본 연구는 가족부양과업의 수행을 부모지원과 자녀지원을 결합하여 유형화하고, 이러한 부양유형들이 노후준비와 어떠한 관련성이 있는지 살펴보고자 한다.

## 2. 노후준비와 관련 요인

노후 준비와 관련된 선행연구들은 노후준비에 영향을 미치는 중요한 요인으로 성별, 연령 등 개인의 사회인구학적 특성을 중요하게 제시하였다. 성별의 경우 그 영향의 방향성은 일관되지 않게 나타난다. 남성이 여성보다 노후준비를 더 잘 수행한다는 연구들(Park 2014; Jo & Kim 2021)과 반대로 여성이 노후준비도가 더 높다는 연구들(Yoo 2013; Ko 2014)이 공존한다. 또한 성별이 노후준비에 영향을 미치지 않는다는 연구(Ko & Kye 2018)도 있다. 반면, 연령의 경우에는 연령이 높을수록 노후준비 수준이 더 높아진다고 일관적으로 보고된다(Ko 2014; Park 2014; Park 2016).

소득, 교육수준 등 사회경제적 특성 역시 경제적 노후준비와 중요한 관련이 있는 것으로 나타났다. 소득이 높고, 경제활동에 참여하고, 주관적 경

계상태가 높고, 교육수준이 높을수록 노후준비에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고된다(Kwak & Hong 2013; Ko 2014; Park 2017; Ko & Kye 2018; Jo & Kim 2021; Lee 2021; Sung 2021; Jeong et al. 2023). 이러한 선행연구의 결과들을 토대로, 본 연구는 성별, 연령, 교육수준, 주관적 계층의식, 경제활동 참여여부 등 개인의 사회인구학적, 경제적 특성과 노후준비유형 간의 관련성을 분석하고자 한다.

또한 신증년기는 은퇴 과정을 통해 자연스럽게 소득과 사회적 관계망이 축소되는 시기이면서 가족의 지지체계는 오히려 더욱 중요한 역할을 하게 된다(Jin 2020). 가족을 부양하는 상황은 단순히 개인만의 책임에 국한되지 않는다. 경제적, 일상적 지원은 가족구성원들 간의 배려와 협력이 필요한 가족단위의 상호작용 속에서 이루어진다. 이에 따라 선행연구들(Chung & Lee 2012; Jeong & Park 2014; Park 2016; Park 2017; Jo & Kim 2021; Jeong 2024)은 가족관계만족도, 가족결속감 등 가족 간 질적 역동이 노후준비에 있어서 중요한 역할을 한다고 보고하고 있다. 부양 책임자인 신증년과 가족구성원들 간 상호 원활한 의사소통과 역할조정은 가족 내 갈등을 줄이고 가족부양 행동을 상호 지원할 수 있도록 한다. 이는 신증년의 부양부담을 완화시킬 수 있으며 궁극적으로 노후준비에 긍정적 영향을 미칠 수 있다(Chung & Lee 2012; Park 2017; Jeong 2024). 따라서 본 연구는 노후준비에 영향을 미치는 가족 특성 중 하나로 가족 내 질적 역동을 반영하는 ‘가족건강성’ 요인을 주목하고, 이 요인이 노후준비와 어떠한 관련성이 있는지 살필 것이다.

아울러 본 연구는 가족 특성 요인 중 하나로 가구형태 역시 주목하고자 한다. 비록 가구특성과 노후준비 간의 관련성에 관한 연구들이 제한적이나,

노인과의 동거 혹은 접촉 경험과 노후준비 간의 관계를 다룬 일부 연구들(Jeon & Bae 2010; Jeon & Kim 2012; Byun & Kwon 2016)은 노부모와 직접적인 접촉 경험이 노후준비를 적극적으로 수행하는데 긍정적으로 작용한다고 보고하였다. 또한 1인가구 형태 역시 노후준비와 유의미한 관련이 있었는데, 다인 가구와 비교할 때 1인가구의 노후준비 수준이 상대적으로 낮았으며(Kim & Hwang 2017), 1인가구 내에서도 자산과 근로활동 참여 여부에 따라 노후준비 수준에 차이가 있었다는 연구 결과도 존재한다(Sung 2021). 이에 본 연구는 노후준비 관련 요인으로 ‘가구형태’ 효과를 분석할 것이다.

### III. 연구방법

#### 1. 조사대상 및 자료수집

본 연구가 분석에 활용한 자료는 여성가족부와 통계청이 공동으로 조사한 ‘2020년 가족실태조사’ 자료이다. 이 자료는 성인자녀와 노부모 각각에 대한 경제적, 정서적, 집안일, 돌봄 등 가족 부양 관련 세부적 내용을 포함하며, 노후경제적 준비 여부, 그리고 생애설계와 관련한 여가, 재무 은퇴설계, 가족의 건강한 역동 정도를 측정할 수 있는 관련 문항 등을 포함한다는 점에서 본 연구목적에 부합된 자료라고 판단하고 분석에 활용하였다.

한편 ‘신증년’ 용어가 정부가 기존의 중년, 장년, 노년의 연령 구분을 새롭게 분리하고자 정책적 차원에서 새롭게 정의되었으며, 이에 선행연구들은(Han 2019; Hwang et al. 2019; Hwang & Kang 2021) 정부가 제시하는 50-69세까지의 신증년 세대의 정의를 따르고 있다. 본 연구 역시 이 연구들을 참고로 하여 연령을 50세부터로 하되, 다만 예비노인으로서 신증년 세대의 노후설계 준비 정도를 파악하고자 하였다는 점, 그리고 일반적

**Table 1.** Socio-demographic characteristics of the respondents

Variable		Frequency(%)	Mean(SD/range)
Gender	Male	1,680(52.2)	
	Female	1,537(47.8)	
Age	50 – 55 years	1,289(40.1)	
	55 – 60 years	1,164(36.2)	
	60 – 65 years	764(23.7)	
Educational level	Middle school or less	474(14.7)	
	High school	1,424(44.3)	
	University	1,108(34.5)	
	Graduate school	211( 6.6)	
Monthly income	Under 200	290(15.0)	
	200 – 400	725(37.7)	
	400 – 600	510(26.8)	
	More than 600	396(20.6)	
Employment status	Employed	2,350(73.0)	
	Unemployed	867(27.0)	
Perceived economic status	Lower class	355(11.0)	2.57 (0.85/1–5)
	Lower-middle class	1,064(33.1)	
	Middle class	1,410(43.8)	
	Upper-middle class	370(11.5)	
	Upper class	18( 0.6)	
Household type	Single-person household	240( 7.5)	
	Couple-only household	892(27.7)	
	Loving with adult children	1,799(55.9)	
	Living with elderly parents	286( 8.9)	
Family functionality		6.62(2.24/0 – 10)	

으로 노인을 65세로 정의 내리고 있음을 감안하여, 50-64세까지로 한정하였다(Bae 2024; Cho 2024). 그리고 가족부양 현황을 살피기 위하여 이 중 노부모가 생존하고 25세 이상 성인자녀가 있는 신중년들을 조사대상으로 선정하였으며, 최종 3,217명의 응답을 분석에 활용하였다. 조사대상자의 사회인구학적 특징 등 전반적 특징은 Table 1과 같다.

## 2. 측정도구

### 1) 종속변수

본 연구의 종속변수는 노후준비유형이다. 노후준비유형은 '경제적 노후준비'와 '생애설계정도' 등 두 가지 축으로 구성하였다. '경제적 노후준비'는

노후의 안정적 생활을 위한 경제적 자원 확보 노력을 의미한다(Hwang & Kang 2021). 이에 질문지의 '귀하는 노후를 위한 경제적 준비를 하고 있습니까?'를 묻고 '예'와 '아니오'로 응답한 문항을 활용하였다.

'생애설계정도' 개념은 질문지의 '다음의 설계 내용에 대해 얼마나 준비하고 있습니까?' 문항에 대해 여가설계, 재무설계, 은퇴/노후설계 항목을 합산한 것으로 사용하였다. 이 문항은 '전혀 준비되어 있지 않다'는 1점, '매우 준비되어 있다'의 5점까지의 리커트 척도로 측정하였다. 이 척도에서 '준비되어 있다', '매우 준비되어 있다'라고 응답한 집단(4점 이상)은 생애설계정도가 높은 집단으로 분류하고, '보통' 이하의 응답을 한 집단(3점 이하)을 생애설계

정도가 낮은 집단으로 분류하였다.

이를 토대로 노후준비유형을 다음의 네 개의 집단으로 구분하였다. 첫째, 경제적 노후 자원과 생애설계를 모두 철저히 준비한 집단이다. 이 집단은 노후 자산 확보를 위한 실질적 준비와 삶의 전반적 계획을 모두 적극적으로 수행하는 집단이라고 판단하여 '완전노후준비형'으로 명명하였다. 둘째, 경제적 노후준비는 되어 있으나, 생애설계가 부족한 집단이다. 노후 재정적 대비는 있으나 장기적인 계획성과 전략이 미흡하다고 생각하여 '생애설계 취약형'으로 명명하였다. 셋째, 노후 경제적 자원의 확보는 부족하나 생애설계정도는 높은 수준인 집단이다. 생애 전반에 대한 계획과 의지는 있으나, 경제적 자원을 확보하지 못하여 실질적 노후준비가 미흡한 집단이다. 이에 '경제준비취약형'이라고 명명하였다. 넷째, 경제적 노후준비도 안 되어 있고, 생애설계 수준 역시 낮은 집단이 있다. 이 경우 앞서 '완전노후준비형'과 정반대의 대책점이 있다고 판단하여 '노후미준비형'이라고 명명하였다.

## 2) 독립변수

본 연구의 독립변수는 사회경제적 특성(성별, 만나이, 교육수준, 주관적 경제상태, 경제활동 여부), 가족특성(가구형태, 가족건강성), 가족부양유형(이중부양, 미부양, 부모단일부양, 자녀단일부양)이다. 첫째, 사회경제적 특성의 측정은 다음과 같다. 성별은 명목변수로서 투입하였고 준거집단은 남성이다. 만나이는 연속변수 그대로 투입하였다. 교육수준은 등간변수로서 투입하였다. 주관적 경제상태는 질문지의 '귀하는 다음 중 어느 계층에 속한다고 생각합니까?' 문항에 대해 5점 리커트척도(1=하층, 5=상층)로 측정된 응답을 활용하였다. 경제활동 여부는 질문지의 '지난 일주일 동안 수입을 목적으로 1시간 이상 일을 하셨습니까?' 문항에

대해 '1=일했다, 2=일하지 않았다'라고 응답한 문항을 명목변수로서 투입하였으며, 준거집단은 '일했다'고 응답한 집단이다.

둘째, 가족특성요인으로 가구형태와 가족건강성이 있다. 가구형태는 '1인가구', '부부단독가구', '부모(한부모)자녀동거가구', '노부모동거가구(노부모+부모+자녀/노부모+부부)' 등 네 개의 가구형태로 구분하여 명목변수로서 분석에 투입하였다. 이때 준거집단은 '부모자녀동거가구'이다.

다음으로 가족건강성의 측정은 질문지의 '귀하 가정의 건강성은 어떠하다고 생각합니까?'의 문항을 활용하였는데, 이 질문지에서 가족건강성은 '가정생활이 원활하고 위기에 잘 대처할 수 있으며 가정의 가구원이 건강한 시민으로서 사회에서 역할을 하는 상태'라고 구체적 명시하였다. 가족건강성의 응답은 '0=매우건강하지 않음'에서 '10=매우건강함'까지 10점 척도로 측정하였다.

셋째, 가족부양유형은 '이중부양', '부모단일부양', '자녀단일부양', '비부양' 등 네 개의 유형으로 구분하였다. '귀하가 성인 자녀에게 도움을 주거나 받는 내용을 항목별로 응답해 주십시오.'의 문항과 '귀하가 부모님(배우자의 부모님 포함)에게 도움을 주거나 받는 내용에 대해 항목별로 응답해 주십시오.'를 활용하였다. 이 문항에 대해 경제적 도움(생활비, 용돈 등), 가사 등 집안일 도움, 가족원 돌봄(손자녀 돌봄, 병간호 등), 정서적 지원 등 네 개의 항목을 질문하였으며, '도움을 주고 있음'은 1점, '도움을 주고 있지 않음'은 0으로 재코딩하였다. 이에 '이중부양'은 이 네 영역 중 최소 한 영역이라도 부모와 자녀 모두에게 도움을 제공하는 경우이고, '부모단일부양'은 부모에게만 도움을 제공하는 경우, '자녀단일부양'은 자녀에게만 도움을 제공하는 경우, '비부양'은 부모와 자녀 모두에게 어떤 영역의 도움도 제공하지 않는 경우를 말한다. 분석의

준거집단은 '이중부양형'이다.

### 3. 분석 방법

자료의 통계적 분석은 자모비 통계프로그램(jamovi 2.3.21)을 사용하였다. 조사대상 신중년들의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율, 평균을 살펴보았다. 그리고 신중년들의 노후준비 유형과 부양형태의 관련성을 살피고, 어떤 요인들이 노후준비유형에 영향을 미치는지 살피기 위하여 다항로지분분석을 실시하였다.

## IV. 결과 및 고찰

### 1. 노후준비유형과 가족부양유형의 전반적 경향

조사대상 신중년의 노후준비현황과 가족부양유형이 얼마나 다양한지를 살펴본 결과는 다음과 같다.

첫째, 조사대상의 경제적 노후준비여부와 생애설계정도가 어떠한지 살펴보았다. Table 2에서 보듯이, 조사대상자 대부분이(84.9%) 노후를 위한 경제적 자원을 확보한 것으로 나타났다. 통계청의 '2024년 사회조사'에서도 50-59세는 85.2%, 60-69세는 76.6%가 노후를 위한 경제적 준비를 하는 것으로 보고한 바 있다. 다만, 이 조사에서 노후준비방법이 주로 국민연금 등 공적연금에 치중되어 있었다(Korean National Statistical Office 2024). 본 연구에서도 대부분의 신중년들이 경제적 노후준비를 하고 있다고 응답하였으나, 그 방법이 주로 공적연금에 치중된 것으로 나타났다. 이처럼 경제적 자원을 확보했다 할지라도 이것이 공적연금에 집중된다면 노년기를 대비하기에 충분하다고 장담하기 어려울 것이다. 길어진 노년기를 조망하면서 이것이 얼마나 충분한 것인지, 이 외에도 어떠한 준비가 더 필요할 것인지를 가늠하는 전생애적 설계가 필요하다.

조사대상자들의 생애설계 수준을 파악한 결과, 여가영역, 재무영역, 은퇴영역 등 각 영역의 응답 평균이 대체로 2.72-2.8점으로 나타났다. 5점 리커트 척도로 측정하였음을 감안하면 전반적으로 생애설계정도는 보통 이하임을 알 수 있다. 앞서 신중년 대부분이 노후를 위한 경제적 자원을 확보하였다고 응답한 것에 비해 생애설계 수준은 높지 않은 것으로 나타났다. 신체적 건강성을 유지하고 더 오랫동안 노년기 삶을 살아가야 할 신중년들에게 전 생애적 관점에서 생애설계는 중요하다. 그럼에도 본 연구 결과 생애설계 수준이 높지 않았다는 것은 이들의 노후준비가 취약할 수 있음을 보여준다.

둘째, 이처럼 노후 경제적 준비 유무만으로 신중년의 노후준비를 가늠하는데 한계가 있다. 이에 경제적 노후준비와 생애설계 수준을 복합적으로 고려하여 조사대상자들의 노후준비상태를 유형화하였다. Table 3은 조사대상자들의 노후준비유형과 그 분포를 보여준다. 분석 결과, 가장 많은 비중을 차지한 집단은 '생애설계취약형'이며, 전체 중 60.9%를 차지하였다. 그리고 그 다음이 '완전노후준비형'이었으며 전체 중 23.9%를 차지하였다.

'완전노후준비형'과 '생애설계취약형', 이 두 개의 유형은 모두 노후를 위한 경제적 준비를 하고 있다는 공통점을 갖는다. 그러나 '생애설계취약형'은 경제적 자원을 확보하였다 할지라도 생애설계가 부족하기 때문에 길어진 노년기를 대비하기에 충분하다고 보기 어려운 집단이다. 조사대상자들 중 '생애설계취약형'의 비중이 매우 높았다는 것은 노후 경제적 자원을 확보한 집단 중에서도 여가, 재정, 은퇴 계획 등 삶의 포괄적 목표와 방향설정을 위한 노력이 부족하여 노후준비에 취약성을 보이는 집단 역시 상당히 존재함을 보여준다. 결국, '생애설계'라는 관점을 추가한다면, 노후 경제적

자원이 있는 집단이라 할지라도 이들이 모두 동질적이지 않음을 알 수 있다.

한편, 노후에 구체적인 경제적 자원을 확보하지 않은 집단 역시 생애설계 수준에 따라 각각 '경제준비취약형'과 '노후미준비형'으로 구분되었다. 다만, 이 중 경제적 노후 자원 확보는 하지 않았으나 생애설계 수준은 높은 '경제준비취약형'에 속하는 경우는 전체 중 극히 드문 0.7%만 해당하는 것으로 나타났다. 이것은 생애설계를 잘 준비하는 집단에서 경제적 준비를 하지 않는 경우는 거의 없음을 보여준다.

셋째, 조사대상자들이 수행하는 가족부양과업의 양상을 가족부양형태를 중심으로 살펴보았다. Table 4를 보면, 가장 높은 비중을 차지한 것은 전체 중 35.6%를 차지한 '이중부양' 집단이었다. 그 다음으로 높은 비중은 24.2%를 차지한 '부모단일부양'이었다. '비부양'의 비중은 전체 중 가장 낮은 17.7%이었다. 결국, 조사대상 신중년 중 대다수가(약 82%) 부모와 자녀 중 최소 어느 한 세대를 지원하거나 두 세대 모두를 부양하는 이중부양과업을 수행하고 있었다. 이러한 결과는 조사대상 신중년들의 '샌드위치 세대'로서의 특징을 분명히 보여주는 것이라 하겠다.

**Table 2.** Distribution of the respondents' preparation for old age

Category	Frequency(%) / Mean(1-5)
Financial preparation for old age	Yes 2,730(84.9)
	No 487(15.1)
Degree of life planning	Leisure planning 2.72
	Financial planning 2.76
	Retirement planning 2.80
Total	3,217(100.0)

**Table 3.** Distribution of the types of retirement preparation N(%)

		Level of life planning	
		High	Low
Financial preparation	Yes	Completely prepared 770(23.9)	Insufficient life planning 1,960(60.9)
	No	Financially unprepared 22(0.7)	Completely unprepared 465(14.5)
Total		3,217(100.0)	

**Table 4.** Distribution of the types of family caregiving

Types of family support	Frequency(%)
No caregiving	569( 17.7)
Caring for parents only	780( 24.2)
Caring for children only	723( 22.5)
Double caregiving	1,145( 35.6)
Total	3,217(100.0)

## 2. 노후준비유형에 영향을 미치는 요인

조사대상 신중년의 노후준비를 경제적 자원을 확보하였는지 여부로써 단일하게 파악하지 않고 복합적 차원으로 접근한다면 신중년들의 노후준비 양상이 다양하게 나타날 수 있음을 확인할 수 있었다. 또한 이들의 대부분은 어떤 형태로든 다양한 가족부양과업을 수행하는 것으로 나타났다. 신중년의 노후준비유형이 어떠한 측면에서 상호 구별이 되는지를 살핀다면, 이들이 처한 다양한 삶의 조건들을 고려한 실질적이고 체계적인 노후준비대책을 마련하는데 중요한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

이에 본 연구는 노후준비유형에 영향을 미치는 요인들이 무엇인지를 살펴보았다. 구체적으로는 노후준비유형을 종속변수로 설정하고 가족부양유형, 사회경제적 특성, 가족 특성 등을 모두 독립변

수로 포함한 다항로지분분석을 실시하였다. 다만, 노후준비유형 중 '경제준비취약형'에 해당하는 응답자수가 다른 유형에 비해 현저히 적기 때문에 다항로지분분석을 수행하기 어렵다고 판단하였다. 이에 따라 '완전노후준비형', '생애설계취약형', '노후미준비형' 등 세 개의 유형을 종속변수로 설정하여 다항로지분분석을 수행하였다. 이 때 집단 간 비교기준은 '완전노후준비형'이다. 분석 결과는 Table 5와 같다.

첫째, '완전노후준비형'과 '생애설계취약형'의 차이가 어떠한 요인들에 의해 영향을 받는지 살펴보았다. 이 두 유형 모두 노후의 경제적 자원을 확보한 집단이라는 점에서 동일하지만, 생애설계정도에 있어서 차이가 있다는 점에서 노후준비의 취약정도가 다르다. 분석 결과, '완전노후준비형'과 '생애설계취약형'을 구분하는데 유의미한 영향을 주는 요인은 사회경제적 특성으로써 교육수준, 주관적 경제상태 요인이었으며, 가족특성으로는 가족건강성과 가구형태 요인이었다. 가족부양유형의 경우 비부양형이 유의미한 요인이었다.

구체적으로 두 집단을 비교하면 다음과 같다. 교육수준이 높을수록 '완전노후준비형'에 비해 '생애설계취약형'에 속할 확률이 낮아졌다(odds ratio=0.883,  $p<0.05$ ). 마찬가지로 주관적 경제상태가 높을수록 '생애설계취약형'에 속할 확률이 낮아졌다(odds ratio=0.399,  $p<0.001$ ). 즉, '생애설계취약형'은 교육수준과 주관적 경제상태가 '완전노후준비형'에 비해 더 낮은 집단일 가능성이 크다. 특히 승산비로써 각 독립변수들의 상대적 영향력을 비교한 결과, 주관적 경제상태의 상대적 영향력이 매우 큰 것으로 나타났다. 즉, 주관적 경제상태의 승산비(odds ratio)가 0.399이었는데, 이것은 주관적 경제상태가 증가할수록 '생애설계취약형'에 속할 가능성이 약 60%나 감소함을 의미하

며, 반대로 '완전노후준비형'에 속할 가능성은 2.5배나 높아짐을 의미한다. 결국, 주관적 경제상태는 '완전노후준비형'과 '생애설계취약형'을 구분하는데 매우 중요한 역할을 하였다.

가족특성으로써 가족건강성과 가구형태 역시 '완전노후준비형'과 '생애설계취약형'을 구분하는데 유의미한 요인이었다. 가족건강성이 높을수록 '생애설계취약형'에 속할 확률이 낮아졌다(odds ratio=0.839,  $p<0.001$ ). 다시 말해서 가족건강성이 높을수록 '완전노후준비형'에 속할 가능성이 높았다. 가구형태의 경우, 1인가구, 부부단독가구 여부가 두 집단을 구분하는데 영향을 미쳤다. 즉, 부모자녀동거가구를 기준으로 할 때 1인가구(odds ratio=0.522,  $p<0.01$ ), 부부단독가구(odds ratio=0.607,  $p<0.001$ )가 '생애설계취약형'에 속할 가능성이 유의미하게 낮았다. 즉, '생애설계취약형'의 가족특성은 가족건강성이 낮고 1인가구, 부부단독가구보다 부모자녀동거가구일 가능성이 높다.

마지막으로 가족부양과업의 수행 역시 '완전노후준비형'과 '생애설계취약형'의 차이를 만드는 데 유의미한 변수이었다. 특히 위의 사회경제적 특성, 가족특성 등의 다른 독립변수들의 영향력을 모두 감안한다 할지라도 특정 가족부양형태, 특히 비부양유형 집단에 속하는 것은 노후준비유형의 차이를 만드는 중요한 요인이었다. 즉, 이중부양집단에 비해 비부양집단의 경우 '완전노후준비형'보다 '생애설계취약형'에 속할 가능성이 높았다(odds ratio=1.982,  $p<0.05$ ).

둘째, '완전노후준비형'과 '노후미준비형'은 노후준비 측면에서 상이한 유형이다. 이 두개의 상반된 유형에 속할 확률에 영향을 주는 요인이 무엇인지를 살펴본 결과, 사회경제적 특성으로 교육수준, 주관적 경제상태 요인이 유의미하였으며, 가족특성으로 가족건강성과 가구형태 요인이 여전히 유

의미한 역할을 하였다. 또한 가족부양의 경우 비부양유형과 부모단일부양유형이 ‘완전노후준비형’과 ‘노후미준비형’을 구분하는데 유의미한 요인이었다.

분석결과를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 앞서 ‘생애설계취약형’에서와 마찬가지로 ‘노후미준비형’은 사회경제적 특성 측면에서 ‘완전노후준비형’과 구분이 되었다. 즉, 교육수준이 높고(odds ratio=0.684,  $p<0.001$ ), 주관적 경제상태가 높을수록(odds ratio=0.169,  $p<0.001$ ) ‘노후미준비형’에 속할 가능성이 낮아졌다. 더욱이 주관적 경제상태의 상대적 영향력은 ‘생애설계취약형’에서 보다 더 큰 것으로 나타났다. 이를 승산비(odds ratio)로 살펴보면, 주관적 경제상태가 증가할수록 ‘노후미준비형’에 속할 가능성은 약 83%나 매우 크게 감소하였다. 이는 주관적 경제상태가 증가할수록

‘완전노후준비형’에 속할 가능성이 약 4배나 높다는 것이다. 이러한 결과는 ‘완전노후준비형’과 ‘노후미준비형’을 구분하는데 주관적 경제상태의 영향력이 상당히 강력하게 작용함을 분명히 보여주는 것이라 하겠다.

가족특성으로써 가족건강성과 가구형태 역시 ‘완전노후준비형’과 ‘노후미준비형’을 구분하는데 여전히 중요한 요인이었다. 가족건강성이 높을수록 ‘노후미준비형’에 속할 확률이 낮아졌다(odds ratio=0.738,  $p<0.001$ ). 가구형태의 경우, 부부단독가구 집단만이 두 집단을 구분하는데 유의미하였는데, 부모자녀동거집단에 비해 부부단독가구집단이 ‘노후미준비형’에 속할 가능성이 낮았다(odds ratio=0.656,  $p<0.05$ ). 다른 가구형태간의 차이는 유의미하지 않았다. 즉, ‘노후미준비형’은 가족건강

**Table 5.** Factors influencing the types of retirement preparation (RC: completely prepared type)

Variables	Insufficient life planning		Completely unprepared	
	Estimate	Odds ratio	Estimate	Odds ratio
Constant	6.195***	490.236	7.404***	1642.154
Gender (RC=male)	0.168	1.183	0.183	1.201
Age	-0.018	0.982	-0.008	0.992
Educational level	-0.125*	0.883	-0.380***	0.684
Employment status (RC=employed)	-0.116	0.890	0.271	1.312
Perceived economic status	-0.919***	0.399	-1.780***	0.169
Household type (RC=Living with adult children)				
Single-person	-0.650**	0.522	-0.195	0.823
Couple-only	-0.499***	0.607	-0.647**	0.523
Living with elderly parents	0.146	1.157	-0.161	0.852
Family Functionality	-0.175***	0.839	-0.304***	0.738
Types of family caregiving (RC=Double)				
No	0.684***	1.982	1.007***	2.739
Parents only	0.285	1.330	0.577*	1.781
Children only	0.226	1.254	0.260	1.297
$R^2_{McF}$		0.171		
$\chi^2$		0.611***		

\*  $p<0.05$ , \*\*  $p<0.01$ , \*\*\*  $p<0.001$

성이 낮고 부부단독가구집단 보다 부모자녀동거가 구일 가능성이 높다.

마지막으로, 가족부양유형의 효과를 살펴보았다. 우선 '생애설계취약형'에서와 마찬가지로 사회경제적 특성, 가족특성 등의 다른 독립변수들을 동시에 투입한다 하더라도 특정의 부양형태는 '완전노후준비형'과 '노후미준비형'의 차이를 만드는데 기여하는 중요한 요인이었다. 특히 '비부양'집단과 아울러 '부모단일부양'집단 역시 '완전노후준비형'과 '노후미준비형'을 구분하는데 영향을 미쳤다. 즉, 이중부양집단에 비해 비부양집단에 속하는 경우(odds ratio=2.739,  $p<0.001$ )와 부모단일부양집단에 속하는 경우(odds ratio=1.781,  $p<0.05$ ) '노후미준비형'에 속할 가능성이 높아졌다. 특히 승산비로써 변수들의 상대적 영향력을 볼 때 비부양집단에 속하는 것은 '노후미준비형'일 가능성을 2.7배 높인다는 점에서 '노후미준비형'을 구분하는데 상당히 높은 영향력을 가지고 있음을 알 수 있다.

## V. 요약 및 결론

신체적 건강과 사회적 활동성을 갖춘 신중년 세대의 등장과 평균수명의 연장으로 인하여 길어진 노년기로 인해 안정적 노후를 위하여 무엇을 준비하고 어떻게 계획해야 하는가에 대한 사회적 관심이 더욱 증가하고 있다. 특히 신중년들은 자녀와 노부모 사이에서 다중의 돌봄 역할을 수행하는 '깁세대'로서, 가족 내 역할과 더불어 자신의 노후까지 동시에 준비해야 하는 구조적 위치에 있다. 이러한 상황은 신중년의 노후준비 행동에도 중요한 영향을 미치는 요인으로 작용할 것이다.

기존의 연구들이 노후준비의 초점을 주로 재정적 준비, 특히 경제적 자원의 확보 여부에 두는 경향이였다면, 본 연구는 이러한 관점을 확장하여 생애 전반을 포괄하는 '생애설계' 개념을 주목하였다.

이에 따라 본 연구는 '경제적 노후준비 여부'와 '생애설계 수준'의 두 가지 축을 중심으로 하여 노후준비 개념을 설정하였다. 그리고 이를 토대로 하여 신중년의 노후준비유형이 얼마나 다양한지 파악하고, 이러한 유형에 영향을 미치는 요인이 무엇인지를 분석하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 조사대상 신중년의 노후준비유형을 경제적 준비 여부와 생애설계 수준의 두 가지 측면을 복합적으로 고려하여 유형화한 결과, 노후준비의 양상이 다양하게 나타났다. 대부분의 응답자들은 노후를 위한 재정적 자원을 확보하였으나, 여가, 재무, 은퇴 등 삶의 여러 영역을 포괄하는 생애설계 수준은 상대적으로 낮은 것을 확인할 수 있다. 특히 경제적 준비는 되었으나 생애설계 수준이 낮은 '생애설계취약형'이 전체 60.9%로 가장 높은 비중을 차지하였다. 이는 신중년들이 경제적 준비 여부와 별개로 장기적인 관점에서 체계적인 노후 생애설계에 소극적임을 보여준다. 따라서 조사대상 신중년의 노후준비 상황을 단순히 경제적 준비 여부만으로 긍정적으로 평가하기에는 한계가 있다.

가족 부양에 대한 인식 변화로 인해 노후를 스스로 준비해야 한다는 사회적 인식이 확산되면서 노후를 대비한 경제적 자원 확보가 어느 정도 이루어졌을 것으로 보인다. 그러나 안정적 노후를 위해서는 경제적 자원 확보에만 그치지 않고 장기적인 관점에서 비경제적 영역까지 포함한 체계적인 생애설계가 요구된다. 이에 신중년 세대에게 생애설계의 개념과 중요성을 인식시키고 이를 토대로 노후를 대비한 목표와 방향성을 설정할 수 있도록 포괄적 생애설계 교육프로그램의 확대 및 정책적 지원이 병행되어야 할 것이다.

둘째, 대부분의 조사대상자는 부모 또는 자녀, 혹은 두 세대를 동시에 부양하는 이중부양의 역할을 수행하고 있었다. 이는 개인주의적 가치관이 강

한 서구사회에서 신중년들이 자신의 은퇴 대비를 우선시 하며 가족부양은 선택적인 것으로 여기는 경향(Grundy & Henretta 2006; DeRigne & Ferrante 2012; Wiemwer & Bianchi 2015)과 대조적으로, 가족중심적 가치관이 강한 한국 사회에서는 가족 부양이 선택이 아닌 당위적 과업으로 인식되고 있음을 시사한다.

셋째, 조사대상자들이 속한 ‘완전노후준비형’, ‘생애설계취약형’, ‘노후미준비형’ 등 세 가지 노후준비유형은 사회경제적 특성과 가족특성에 따라 상이하게 구분되었다. 특히 주관적 경제상태는 각 유형을 구분하는데 가장 영향력이 큰 요인으로 나타났다. ‘생애설계취약형’과 ‘노후미준비형’은 전반적으로 사회경제적 측면에서 취약성이 높은 집단이었으며, 이는 노후준비의 취약성이 사회경제적 특성, 특히 주관적 경제상태와 상당히 관련이 있음을 보여주는 것이다.

넷째, 가족건강성과 가구형태 또한 노후준비에 영향을 미치는 요인이었다. ‘생애설계취약형’과 ‘노후미준비형’은 ‘완전노후준비형’에 비해 가족건강성이 낮았다. 가구형태의 경우 ‘생애설계취약형’에는 부모자녀동거가구에 비해 1인가구, 부부단독가구집단이 속할 가능성이 낮았으며, ‘노후미준비형’은 부부단독가구집단이 속할 가능성이 낮았다. 이 결과는 전반적으로 가구규모가 작을수록 노후를 위한 저축의 가능성이 높다는 연구결과(Ahn & Jeon 2006; Lee 2013)와 유사한 결과라 하겠다.

다섯째, 가족부양유형은 다른 사회경제적 요인들을 통제한 이후에도 노후준비유형을 구분하는 유의미한 요인이었다. 특히 비부양집단이 ‘노후미준비형’에 속할 가능성이 약 2.7배로 매우 높았다. 이는 가족을 부양하지 않은 집단이 오히려 노후준비에 더욱 취약할 수 있음을 보여주는데, 이 결과는 부양형태와 사회경제적 여건과의 관련성 속에

서 해석이 가능하다고 사료된다. 본 연구에서는 가족부양유형과 사회경제적 특성 간의 관련성을 직접적으로 분석하지 않았으나, 선행연구들에 따르면 가족을 부양하는 집단이 상대적으로 더 높은 사회경제적 여건을 갖추고 있으며 이로 인해 노후준비 수준 또한 높은 경향을 보인다고 하였다. 즉, 부모 또는 자녀에게 경제적 자원을 더 많이 제공하는 집단이 사회경제적 여력을 갖춘 집단이었으며, 이들은 노후대비 또한 더 잘 한다고 보고한 바 있다(Kim & Ko 2012; Ko 2014; Jo & Kim 2021). 또한 부양형태와 소득수준의 관련성을 탐색한 연구들도(Kim et al. 2018; Cho 2024) 대체로 비부양집단이 소득수준이 낮고 이중부양집단은 소득수준이 높고 노후저축수준 역시 더 높았음을 보고한다. 이중부양집단이 부모 혹은 자녀 단일 부양집단에 비해 교육수준, 소득 등 사회경제적 여건이 더 좋은 것으로 밝혀졌다(Cho 2024).

이상의 연구결과를 토대로 후속연구와 정책적 제언을 정리하면 다음과 같다. 첫째, 현재 정부는 신중년의 노후의 경제적 안정을 위한 재취업 등 맞춤형 일자리 창출에 주력하고 있다. 기존의 노후준비프로그램 역시 은퇴이후 일자리정보, 재정 준비에 치중된 경향이다(Jeong & Park 2014). 그러나 안정된 노후를 위해서는 생애설계 역량 강화를 위한 포괄적 생애설계교육프로그램의 확대와 이에 대한 정책적 지원이 병행되어야 한다.

둘째, 노후준비의 격차를 심화시키는 요인으로 주관적 계층인식, 교육수준 등 사회계층적 요인이 매우 강력하게 작용했던 점을 고려하여, 사회경제적으로 취약한 신중년을 주목하고 이들을 집중적으로 지원하는 정책이 요구된다. 이미 많은 선행연구들(Na et al. 2010; Lee 2013; Yoo 2013; Park 2014; Park & Kye 2015; Lee & Kwon 2019; Jo & Kim 2021)은 교육수준, 소득수준 등

사회경제적 여건이 노후준비에 중요한 역할을 하는 것으로 보고한 바 있다. 따라서 취약계층 신중년을 위한 소득 지원 정책과 맞춤형 재정설계 프로그램 강화, 기초연금 등 사회적 안전망을 재점검하는 노력이 시급하다.

셋째, 가구형태의 다양화에 따라 가구형태별 맞춤형 노년기준비프로그램이 필요하다. 특히 부모 자녀동거가구가 '생애설계취약형' 혹은 '노후미준비형' 등 보다 취약한 노후준비유형에 속할 가능성이 높았다. 부모자녀동거형태에서 성인자녀들은 여전히 부모에게 의존적일 가능성이 크다. 이와 관련하여 Oh(2015)는 '캥거루족 자녀', 즉 부모 동거 미혼성인자녀들에 대한 실태조사를 통해, 한국 사회 캥거루족은 부모에 대한 경제적 의존성이 크고 경제활력지수가 낮다고 보고하면서, 이는 부모의 노후를 불안정하게 하고 국가 경쟁력을 악화시키는 요인이 될 것이라고 지적한 바 있다. 또한 성인자녀가 자립할 능력을 갖추 때까지 부모로서 자녀를 최선을 다해 지원하는 것을 당연하게 간주하는 한국의 가족문화에서 부모자녀동거가구 내 신중년 부모는 성인자녀를 지원하는 것을 본인의 은퇴이후의 준비보다 더 우선시 여길 수 있다.

본 연구결과는 신중년의 노후복지를 위해서 청년자녀세대의 취업활동, 이들의 주거 및 경제적 독립을 지원하는 정책이 단지 청년세대에만 해당되는 것이 아니라 신중년, 즉 예비 노인들의 삶의 질과 연결되어 있음을 보여준다. 이에 성인자녀와 동거하는 신중년들이 자녀부양과 본인의 노후준비의 균형감을 갖도록 경제적, 정서적 지원프로그램들이 제공되어야 하겠다. 아울러 향후 후속 연구를 통해 신중년 세대 내 부모자녀동거형태를 주목하고 이들 집단 내에서도 노후준비가 얼마나 실질적인지, 그리고 성인자녀와의 상호작용 및 자녀의 취업 등이 신중년 개인의 노후준비에 어떠한 영향을

미치는지를 체계적으로 살피는 작업이 이루어져야 할 것이다.

넷째, 가족건강성은 신중년의 노후준비에 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 작용하였다. 은퇴 이후 신중년은 가족관계의 변화를 경험하기 쉽다. 가족 내 결속감, 의사소통을 증진시키는 가족관계증진 프로그램을 지원함으로써 신중년 세대의 가족 적응을 돕고 가족기능을 활성화하여 노후설계역량을 증진시키도록 지역사회 차원에서 가정생활교육프로그램을 적극 활용할 필요가 있다.

여섯째, 부모단일부양 여부는 노후준비의 취약성과 유의미한 관련이 있었으나 자녀부양 여부는 그렇지 않았다. 자녀부양의 기간과 범위는 비교적 예상 가능한 반면, 부모 부양은 예측이 어렵다. 특히 평균수명 연장으로 노부모부양 기간이 증가하고 의료비 등에서 예상치 못한 비용이 지출될 가능성이 크다. 따라서 신중년의 노부모 부양 부담을 완화하기 위한 일상생활돌봄, 돌봄휴가제 등 돌봄 서비스를 확대하는 정책적 노력이 요구된다.

정리하면, 본 연구는 신중년 세대 내 노후준비 양상의 이질성을 확인하고 이들의 노후준비 역량 강화를 위한 구체적이고 실효성 있는 정책 방향을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 노후를 위한 재정적 준비 뿐 아니라 가족, 여가, 사회참여, 학습 등 삶의 다양한 측면을 포괄하는 생애설계가 신중년의 안정적 노후를 위한 핵심 과제임을 인식하고, 이에 대한 사회적 관심과 정책적 대응이 강화되어야 할 시점이다.

## References

- Ahn CB, Jeon SH (2006) The determinants of the household saving for the old ages. Korean J Public Econ 11(2), 123-149
- Ahn SY, Lim R, Wang SH, Lee EY(2020) The economic life and retirement preparation

- status of middle-aged and older adults. National Pension Research Institute
- Bae JY(2024) Korea's social trends 2024. Sejong: Korean National Statistical Office
- Byun JS, Kwon CH(2016) The analysis of decision factors for middle-aged women's social later-life preparation: focusing on the regulation effect of 386 · X generations(cohort). *Korean Policy Sci Rev* 20(4), 173-199
- Cho HJ(2024) Trends and characteristics of four types of familial financial Support among Korean sandwiched middle-aged adults, Master's thesis, Seoul National University, pp20-21
- Choi YH, Jeon SN (2013) Life design education, the aging of the baby boomers Study. *J Korea Soc Comput Inf* 18(6), 101-110. doi: 10.9708/jksci.2013.18.6.101
- Choi YJ, Lee JR(2014) Factors associated with instrumental support to adult children: attitudes toward support and actual provision of support. *J Fam Better Life* 32(5), 87-105. doi:10.7466/JKHMA.2014.32.5.87
- Chong BA, Seung HJ (2006) The determinants of the household saving for the old ages. *Korean J Public Econ* 11(2), 123-149
- Chung SD, Lee HH(2012) Relationship between family characteristics and preparation for later life: a comparison of babyboomers and the pre-elderly. *Korean J Gerontol Soc Welf* 58, 209-231
- DeRigne L, Ferrante S(2012) The sandwich generation: a review of the literature. *Fla Public Health Rev* 9(1), 95-104
- Grundy E, Henretta JC(2006) Between elderly parents and adult children: a new look at the intergenerational care provided by the 'sandwich generation'. *Ageing Soc* 25(5), 707-722
- Han CM(2019) Analysis of factors affecting successful aging in the neo-middle ages. *J Govern Stud* 14(2), 37-62. doi:10.16973/jgs.2019.14.2.002
- Han SS, Yoo HW, Hong JM, Park JH(2022) The 9th survey on the economic life and retirement preparation of middle-aged and older adults in 2021 (2022-01). Jeonju: National Pension Service
- Hwang JK, Kang SH(2021) A study on the effect of retirement readiness the new-middle aged on life satisfaction - moderation effect of self-efficacy. *Cult Converg* 43(7), 973-994. doi:10.33645/cnc.2021.07.43.7.973
- Hwang NH, Kim KR, Lee AY, Lim JM, Park SA, Kim MH(2019) New middle aged: living conditions and welfare needs: preparedness for old age(2019-27). Sejong: Korea Institute for health and social affairs
- Jeon GY, Bae MJ(2010) Study on the perception and behavior for preparing their old age. *J Fam Better Life* 28(1), 13-24
- Jeon HS, Kim MY(2012) The relationships of the caregiving awareness, caregiving appraisal for middle-aged and senescent life plans. *Health Soc Welf Rev* 32(2), 206-231
- Jeong KH, Park SY(2014) The effects of family care giving burden on middle-aged people's preparation for old age: the mediating effect of self-efficacy. *Korean J Gerontol Soc Welf* 63, 115-147
- Jeong MK(2024) The multiple mediating effects of self-integration and family cohesion in the relationship between double care burden and preparation for old age among middle-aged women. *Soc Econ Policy Stud* 14(4), 133-157. doi:10.22340/seps.2024.11.14.4.133
- Jeong SY, Cho YM, Kang SY(2023) Level of preparedness for successful aging in midlife and its impact on later life satisfaction. *J Welf Couns Educ* 12(2), 241-261. doi:10.20497/jwce.2023.12.2.241
- Ji EJ(2013) Later life planning service in Korea: focusing on a universal, balanced perspective. *Korean Soc Secur Stud* 29(4), 249-283
- Ji EJ(2023) Labor income trajectories and predictive factors among employment in the new middle-aged. Korea Employment Information Service
- Jin WY(2020) Family relationships among the new middle-aged and their policy implications: focused on dependency/support relationship. *Health Welf Policy Forum* 287, 21-34
- Jo JM, Kim MG(2021) The effects of double care burden on preparation for old age of baby boomers. *Discourse Policy Soc Sci* 14(2), 49-75. doi:10.22417/DPSS.2021.10.14.2.49
- Kang YJ(2016) Relationship quality between unmarried adult children and their coresident parents: focus on intergenerational exchanges and family values. *Korean J Community Living Sci* 27(3), 387-403. doi:10.7856/kjcls.

- 2016.27.3.387
- Kim JM, Um KW(2014) A study on economic preparation for the elderly life of baby-boomers focused on families' characteristics. *J Korean Soc Welf Adm* 16(4), 197-211
- Kim SM, Hwang DS (2017) Influence of life style on economic, health, and social preparations for old age: a comparison between single-person and multiple-person households. *J Consum Cult* 20(3), 227-254. doi:10.17053/jcc.2017.20.3.011
- Kim SM, Ko SK(2012) Intergenerational financial resource transfers and preparation for later life in the middle-aged. *Korean J Gerontol Soc Welf* 16(2), 59-76
- Kim YB, Lee SN, Kim JH(2020) A study on the effect of lifelong career planning services. *Proceedings 2020 Summer Symposium of the Korea Entertainment Industry Association*, pp94-101
- Kim YK(2019) The double care burden and policy implications for middle-aged and older heads. *Health Welf Policy Forum* 271, 74-92
- Kim YK, Lee JS, Son SH, Cho SH, Par SA(2018) A study on the changing structure and policy response to the double burden of middle-aged families (2018-14). Sejong: Korea Institute for Health and Social Affairs
- Ko EB, Kye SJ(2018) Baby boomers' resource transfer of their adult children and level of later-life preparation. *J Korean Family Resour Manag Assoc* 22(1), 23-37
- Ko SH, Lee YJ(2024) Types of financial retirement preparedness and their determinants among baby boomers. *Korean J Gerontol Soc Welf* 79(2), 9-30. doi:10.21194/kjgsw.79.2.202406.9
- Ko SK(2014) Differences in intergenerational financial resource transfers among income levels: Focusing on financial preparation for later life and life satisfaction. *J Korean Family Resour Manag Assoc* 18(3), 79-101
- Korean National Statistical Office(2022) 2022 statistics on the elderly. Available from [https://www.kostat.go.kr/board.es?mid=a10301060500&bid=10820&act=view&list\\_no=420896&tag=&nPage=1&ref\\_bid=](https://www.kostat.go.kr/board.es?mid=a10301060500&bid=10820&act=view&list_no=420896&tag=&nPage=1&ref_bid=) [cited 2025 May 1]
- Korean National Statistical Office(2024) 2024 social survey report. Sejong: Korean National Statistical Office
- Kwak, IS, Hong SH(2013) Baby boomers' perceptions and preparations for later life planning: the comparison with the former and the latter baby boomers. *J Korean Family Resour Manag Assoc* 17(2), 147-172
- Kwon HS, Jeon GY(2020) The effects of middle aged people's adult children support burden and positive psychological capital on their financial preparation for later life. *Korean J Hum Ecol* 29(2), 171-185. doi:10.5934/kjhe.2020.29.2.171
- Lee GS, Kwon MJ(2019) A study on the retirement preparation types and predictors of baby boomers by using profile analysis: focusing on personal and economic characteristics. *GRI REV* 21(4), 33-62
- Lee SM(2021) The impact of preparation for retirement in middle age on successful aging. *Korean Soc Public Adm* 31(4), 197-224. doi:10.53865/KSPA.2021.02.31.4.197
- Lee SS(2013) A study on the baby boomer's whether preparation for their old age: focused on general and economic characteristics. *J Consum Policy Stud* 44(2), 73-95
- Liya P, Ambilikumar V(2021) Self-efficacy perspective on retirement preparedness. *J Retire* 9(1), 98-110
- Na JN, Baek SA, Shin EK, Kim MH(2010) A study on the economic preparation for aging of the Korea babyboomer women in marital dissolution. *Health Soc Welf Rev* 30(2), 29-54
- Nansubuga F(2018) The role of self-efficacy in explaining psychological and financial preparation for retirement: a behavioural study of retirement transitioning in Uganda. *J Adult Dev* 25(4), 297-308
- Oh HY(2015) The reality and challenges of the "Kangaroo Tribe". *KRIVET Issue Brief*(81), 1-26
- Paek JS, Kim KH(2019) The influence of attitude on the "new middle-aged" women of aged women in successful age. *J Community Welf Policy* 30, 35-54
- Park DJ, Kye SJ(2015) Factors affecting later life preparation of baby boom generation who live in provincial metropolis. *Korean J Fam Welf* 20(4), 693-712
- Park CJ(2014) Financial preparations for aging of

- babyboomers and pre-babyboomers in Korea. Korean J Gerontol Soc Welf 63, 309- 335
- Park JH(2016) Effect of family characteristics of the baby boomer generation on the level of preparation for old age. Korean J Gerontol Soc Welf 20(4), 1-17
- Park JH(2017) The longitudinal effects of integrated preparation for later life: economic activities and family-relationship-satisfaction among middle-aged male. J Korean Soc Wellness 12(4), 189-202. doi:10.21097/ksw.2017.11.12.4.189
- Quiroga-Garza A, García-Sánchez E, Treviño-Elizondo FA, Willis GB(2018) Relation between subjective social class and self-efficacy: effect of social comparison. Anales de Psicología 34(2), 314
- Sung HY(2021) The social relations and economic preparation for retirement of one-person households. Korean J Fam Welf 26(1), 61-79. doi:10.13049/kfwa.2021.26.1.4
- Wassel JI, Cutler NE(2016) Yet another boomer challenge for financial professionals: the “senior” sandwich generation. J Financ Serv Prof 70(1), 61-73
- Wiemers EE, Bianchi SM(2015) Competing demands from aging parents and adult children in two cohorts of American women. Popul Dev Rev 41(1), 127-146
- Yoo YS(2013) Factors affecting the baby boom generation’s preparation for old Age. J Korea Contents Assoc 13(12), 738-747. doi:10.5392/JKCA.2013.13.12.738