

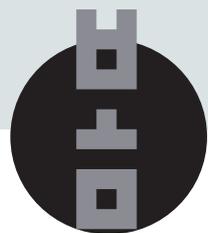
주택연금

Vol. 1+ Spring. 2012

내집에서 그대로 당당하게 즐기는 노후
Happy Finance 365⁺



한국주택금융공사
KOREA HOUSING FINANCE CORPORATION



“주택연금으로 안정적 노후 소득 만들어야”

주택연금이란?

집은 소유하고 계시지만 소득이 부족한 어르신들께서

안정적인 수입을 얻으실 수 있도록
집을 담보로 맡기고 평생 동안 생활비를
연금방식으로 받는 제도입니다.



주택연금의 특징

- 1 평생거주, 평생지급** 평생동안 가입자 및 배우자 모두에게 **거주와 연금지급**을 보장합니다.
- 2 공적보증** 국가가 연금지급을 보증하므로 연금지급 중단 위험이 없습니다.
- 3 낮은 대출 금리** 일반주택담보대출보다 낮은 금리를 적용합니다. (3개월 CD금리+1.1%)
- 4 저렴한 초기비용** 저당권 설정 시 등록세, 교육세, 농어촌특별세, 국민주택채권매입의무가 면제됩니다.
- 5 세제지원** 주택연금 대상 주택은 재산세 25% 감면되며, 대출이자비용은 연금소득공제 대상입니다.

본 책자는 한국주택금융공사가 발간하는 주택연금에 관한 무료 소식지입니다.



CONTENTS

Vol. 1
Spring 2012

CEO 메시지 02.

권두칼럼 04.

평생을 함께할 금융친구 06.
한국주택금융공사

Special Report 10.

주택연금에 관한 모든 것

내 집에서 생활비 받는 행복한 노년
벼랑 끝에서 찾은 희망이라는 이름의 열매
우리 집이 효자가 됐어요
현재 주택연금은 상한가

SeniorStudy 20.
은퇴 후에도 나는 일한다

Health + 22.
건강을 위한 운동
스마트하게

Happy Life 24.
지금 이 적기, 트레킹 즐기

금융 안테나 28.
자산가치 상승 감안하면
상속보다 증여 유리

고객수기 30.
집이 효자였다

퀴즈 32.

한국주택금융공사는
국민의 복지증진과 국민경제발전에 이바지함을
목적으로 하는 금융 공기업입니다.

서울 중구 남대문로 5가 6-1
TEL 1688-8114

2012. Spring

발행일 _ 2012. 4. 30
발행처 _ 한국주택금융공사
발행인 _ 서종대(한국주택금융공사 사장)
편집위원장 _ 박승창(주택연금부장)
제작 대행 _ 중앙일보시사미디어(주)
편집장 _ 전유선 simamoto69@joongang.co.kr
취재기자 _ 윤정아 redsky@joongang.co.kr
김상호 sanghosa@joongang.co.kr
여경미 kyeongmi@joongang.co.kr

디자인 _ design EVE
리터치 출력 _ Tricom
인쇄 _ (주)삼화인쇄

서민의 내 집 마련과 어르신들 노후생활의 평생 파트너가 되겠습니다

안녕하십니까? 한국주택금융공사 사장 서종대입니다.
계절별로 발간되는 공사 소식지『주택연금』으로 고객 여러분을 만나 뵙게 되어 반갑습니다.

2004년 설립 이후 창립 8주년을 맞은 한국주택금융공사는 ‘서민의 내 집 마련 파트너’로서 서민의 주거복지증진과 국가경제 발전에 이바지하고 있다는 자부심을 가지고 있습니다.

또한 저희 공사 임직원 모두는 “서민이 느끼는 행복은 우리가 흘리는 땀과 노력에 비례한다”는 각오로, 주택금융 지원 혜택이 더 많은 국민에게 골고루 돌아갈 수 있도록 혼신의 노력을 다하고 있습니다.

우리의 삶을 영위하는 데 ‘집’은 필수불가결한 요소입니다. 내 집 마련은 가정의 안정을 위해 반드시 필요하며, 투자수단으로서도 유용한 가치를 갖고 있습니다.
저희는 이렇게 소중한 주택의 가치를 잘 알고 있습니다. 월세 사는 사람은 전세를, 전세 사는 사람은 내 집을 마련할 수 있어야 하고, 더 나아가 내 집을 발판으로 안정된 노후를 누릴 수 있어야 합니다. 우리 모두는 안락하고 소중한 내 집을 가질 권리가 있는 것입니다.

이를 위하여 저희 공사는 서민의 주택구입과 전세자금 대출지원 및 사업자의 주택건설자금 대출 등을 지원하기 위한 ‘주택보증사업’, 장기고정금리 주택대출상품인 ‘보금자리론’을 공급하여 서민들의 내 집 마련을 지원하고 있습니다. 또한, 인구고령화에 대비하여 어르신들이 자기 집에 편안히 살면서 평생 연금을 받는 ‘주택연금사업’을 수행하고 있습니다.

2004년 설립 이후 2011년 말까지 8년간 저희 공사는 보금자리론 37조 9천억원, 주택보증 66조 4천억원, 주택연금 7,200여건을 공급하였으며, 2012년에는 보금자리론 7조원, 주택보증 21조원, 주택연금보증 3,600건 공급을 목표로 최선을 다하고 있습니다.

앞으로도 한국주택금융공사는 서민·중산층의 주거안정과 고령자의 노후안정을 위하여 국민을 섬기는 자세로 우리나라 금융시장 선진화의 촉매 역할을 다하겠습니다. 또한 세계적인 주택금융전문기관으로 발돋움하기 위하여 변화와 혁신을 선도하는 도전적이고 창조적인 공기업으로 거듭날 것을 약속드립니다.

아울러 새롭게 창간되는 소식지『주택연금』을 통해 국민들이 더욱 건강하고 행복한 노후를 누리고, 보다 현명하게 100세 시대를 준비할 수 있도록 다양한 정보를 전해드리고자 합니다. 국민 여러분의 변함없는 성원과 지도 부탁드립니다. 감사합니다.



한국주택금융공사 사장
서종대

며느리에게 용돈 주는 노년을 위하여



우리나라는 65세 이상 노령인구가 총인구에서 차지하는 비중의 증가속도가 선진국에 비해 매우 빠른 편입니다. 2000년 고령화 사회에 진입한 지 18년 만에 고령사회, 이어 8년 만인 2026년에 초고령사회에 진입할 것으로 예상하고 있습니다. 실로 놀라운 속도가 아닐 수 없습니다. 게다가 기대수명도 2010년 79.6세에서 2020년에는 81.5세로 연장될 것으로 예상됩니다.

수명이 늘어난다는 것은 축복받아 마땅한 일입니다. 그런데 왜 우리 사회는 기대수명이 늘어나고 고령 사회가 되는 것을 문제라고 생각할까요? 그 이유는 '준비되지 못한 고령사회'이기 때문입니다. 우리 국민은 자녀교육 등에 매달린 나머지, 자신의 노년 준비는 소홀히 한 경우가 대다수입니다. 노년층에 대한 사회안전망 또한 미흡한 것이 현실입니다. 일본과 미국은 공적연금과 생활보호에의 의존도가 각각 57.4%, 55.8%에 이르고 있습니다. 그러나 우리나라 노년층의 주소득원은 자녀 및 친지 지원이 56.6%를 차지하는 것으로 나타났습니다. 급속한 노령화와 노년층의 안정적 생활을 지원하기 위한 대책이 절실한 상황인 것입니다.

65세 이상의 노령인구 비중이 급격히 증가하고 기대수명도 꾸준히 연장됨에 따라, 노인부양 부담은 급증할 것으로 예측된다. 이제는 패러다임이 바뀌어야 할 때다. 자녀에게 생활비를 받을 것이 아니라, 며느리에게 용돈을 줄 수 있는 노년이 되어야 한다. 해답은 바로 '주택연금'에 있다.

글_ 천창녕 주택연금 담당이사 / 서민금융본부장



주택에서 답을 찾다

그렇다면 노후의 안정적인 생활을 위한 대책을 어떻게 세워야 할까요? 우리나라 베이비붐 세대는 보유자산 중 부동산 비중이 76.8%로 일본, 미국의 39.0%와 33.2%에 비해 현저히 높은 편입니다. 이것은 노년에 안정적 생활을 영위하기 위한 해답을 어디에서 찾아야 하는지 알 수 있는 대목입니다. 현재 우리나라는 3단계의 다층(多層)소득 보장체계를 가지고 있습니다. 공적 연금과 사적 연금(기업·개인연금)에 의한 3층의 노후소득보장 체계가 그것입니다.

1층 보장은 국민연금 등 공적 연금이고, 2층 보장은 퇴직금 또는 기업 연금, 3층 보장이 개인 연금입니다. 과거에는 공적 연금이 유일했지만, 공적 연금으로는 노후소득 보장이 취약하므로 사적 연금이 등장해 공·사연금 다층체계화 개념이 등장한 것입니다.

그러나 이러한 연금의 확대에도 불구하고 노년층의 수령비중 및 수령금액은 낮은 편이라 안정적인 경제생활을 누리기에는 부족한 것이 사실입니다. 기초노령연금, 국민연금 수령액으로 부족한 부분을 보완할 수 있는 제도가 절실한 상황이고, 그 정책적 대안이 바로 주택연금입니다. 주택연금은 주택을 토대로 매월 연금을 지급받을 수 있는 제도로 안정적인 현금흐름이 가능합니다.

평생거주, 평생지급을 보장하는 공적보증제도 주택연금은 현재의 공·사적 연금과 자녀의 부양만을 기대하기 어려운 어르신들이 이용하기 적합한 금융상품입니다. 여기에 공적 보증, 배우자도 보장해야 한다는 취지도 훌륭하게 충족시킬 수 있습니다. 이러한 장점을 통해 주택연금은 다층소득 보장체계 가운데 한 부분을 구성할 수 있으리라 기대합니다.

고령사회로 빠르게 진입하는 우리나라에서 노년층의 경제적 안정은 더 이상 미룰 수 없는 중대한 문제입니다. 주택연금은 이 문제를 해결하는 데 있어 현실적이며 효과적인 대안이 될 수 있을 것입니다. 🏠

선진국별 노령인구 비중 증가속도 비교



자료 출처: 일본국립사회보장인구문제연구소, (인구통계자료집), 2005

평생을 함께할 금융친구, 한국주택금융공사

서민을 위한 금융기관으로 잘 알려져 있는 한국주택금융공사. 그러나 기존의 금융기관과 어떻게 다른지, 무슨 사업을 하고 있는지 정확히 알지 못해 혜택을 받지 못하는 경우도 있다. 이러한 사례가 없도록 꼭 알아두어야 할 한국주택금융공사의 3가지 사업에 대해 자세히 알아보자.

1. 서민과 사업자 모두에게 큰 힘, 주택보증

전세를 얻고자 하는 A씨, 집을 사고자 하는 B씨, 집을 짓고자 하는 C사 모두에게 든든한 친구가 되어주는 주택보증은 말 그대로 담보 능력이 부족하여 대출이 어려운 개인 또는 기업의 신용도를 심사한 후 한국주택금융공사가 대신 보증을 서 주는 서민을 위한 제도다.

주택보증은 크게 개인보증과 사업자 보증으로 나뉜다. 개인보증은 개인이 전세자금을 대출할 때(전세자금보증), 중도금을 납입할 때(중도금보증), 주택 구입 시 담

보가 부족할 때(모기지신용보증), 내 집을 건축할 때(건축·개량자금보증), 임대보증금을 반환해줄 때(임대보증금반환자금보증) 개인의 신용도 또는 담보만으로 대출이 어려울 경우에 이용할 수 있다.

전세자금의 보증이 필요한 경우 일반적으로 개인이 신청하기도 하지만 임대아파트에 대한 대출을 받을 때 사업 시행자가 임대아파트 사업장 단위로 공사 지사에서 승인 받는 것도 가능하다. 개인이 주택을 분양받은 경우 계약금, 중도금, 잔금을 납입할 때 보증자리론과 연계할 수도 있으며 개인이 아닌 시행사가 집단으로 신청할 수도 있다. 또한 기존에 제2금융권에서 고금리 전세대출을 받은 경우에도 은행의 저금리 전세대출로 전환할 수 있도록 돕고 있다.

이 밖에도 다양한 제도와 특례조치를 실시하고 있으므로 일반적으로 보증이 불가능한 경우라 하더라도 홈페이지 접속 및 전화 상담을 통해 나에게 맞는 보증이 있는지

자세히 알아보는 것이 좋다. 얼마까지 보증이 가능한지 개인대출 보증한도를 알고 싶다면 홈페이지에 접속해보자. 회원가입 없이 간단한 정보 입력만으로도 한도 조회가 가능하다.

사업자보증은 주택을 건설하고자 하는 사업자, 즉 건설사가 이용할 수 있는 상품으로 '건설자금보증', '도시형 생활주택 건설자금보증', 'PF보증', '임대중도금보증 상품', '매입임대사업자보증'이 있다.

2. 내 집 마련의 시작, 보증자리론

대한민국 국민이라면 누구나 갖고 있는 내 집 마련의 꿈. 주택마련을 대출로 시작하려는 이들은 많지만 그 꿈의 실현이 녹록하지는 않다. 대출금을 다 갚기도 전에 빚

더미에 앉는 이들도 있다. 서민 가계 대출 문제는 현재의 부동산 시장에서 마주해야만 하는 과제다. 이러한 서민의 어려운 사정을 한국주택금융공사가 함께 나눌 수 있다. 보증자리론은 20세 이상의 대한민국 국민이면 누구나 신청 가능하다. 보증자리론은 10~30년간 장기 고정금리로 대출 원리금을 나누어 갚도록 설계한 서민을 위한 선진국형 모기지론이다.

보증자리론은 대출 실행일부부터 만기까지 안정적인 고정금리가 적용되며, 신용등급이 일정범위(9등급) 이내이면 등급에 따른 금리차등도 적용하지 않아 누구나 가입할 수 있는 안정적인 상품이다. 또한 일반 대출과 달리 소득이 없어도 신청이 가능한데, 이는 세대주인 신청인에 대하여 최대 1천5백만원을 소득으로 인정해주기 때문이다.

게다가 부부가 무주택자이고 구입하려는 주택이 '3억원 이하/전용면적이 85㎡'이하인 경우는 금리를 우대 받을 수 있다. 부부

한국주택금융공사는 국민 모두를 위한 평생금융파트너가 되고자 다양한 사업을 진행하고 있다. 서민대출을 돕는 주택보증, 장기모기지론인 보증자리론, 서민의 노후를 책임지는 주택연금이 바로 그것이다. 평생을 함께할 금융친구, 한국주택금융공사를 만나보자.



합산 연소득 2천5백만원 이하인 무주택자는 1%~0.5% 금리우대를 받을 수 있는 '우대형I', 부부합산 연소득 2천5백만원 초과~4천5백만원 이하인 무주택자는 0.4% 금리우대를 받을 수 있는 '우대형II'로 나뉘었다. 이외에도 신규 분양 아파트의 중도금 대출과 연계하여 입주자금이 필요한 아파트를 분양받은 개인이 이용할 수 있는 '연계형'이 있다. '연계형'의 대상자는 분양계약금을 납부한 아파트 수분양자이어야 하며 무주택자 또는 1주택자여야 한다.

보금자리론은 신청방법에 따라 'u-보금자리론'과 't-보금자리론'으로 나뉜다. 공사 홈페이지(www.hf.go.kr)에서 본인이 직접 신청서를 작성, 입력하여 전화 상담을 거쳐 우편으로 서류를 보내는 u-보금자리론은 은행

창구를 직접 찾아가 신청하는 t-보금자리론에 비해 0.4% 금리인하 효과가 있으니 u-보금자리론을 이용하는 것이 저렴한 금리를 적용받을 수 있는 방법이다. 현재 금리를 알고 싶거나 대출가능금액 및 대출상환 원리금이 궁금하다면 홈페이지 접속을 통해 조회 및 신청/납부할 수 있으며 u-보금자리론과 관련된 각종 서식도 다운받을 수 있다.

3. 든든한 노후생활, 주택연금

이제 '하우스 푸어'라는 말이 더 이상 낯설지 않다. 집값의 상승은 둔화되고, 글로벌 경제위기의 그림자가 드리워지며 나타난 현상이다. 특히 베이비붐 세대의 은퇴가 도래하며 '집은 있으나 소득이 부족한(House Rich, Cash Poor)' 고령자는 앞으로 꾸준히 증가할 전망이다. 역모기지론으로도 알려진 주택연금은 고령자가 자신의 집을 담보로 맡기고, 평생 동안 생활비를 연금방식으로 받는 제도다.

주택연금의 대표적인 특징은 다음 5가지로 요약할 수 있다. 첫 번째 평생거주·평

생지급으로, 평생 동안 가입자와 배우자 모두에게 거주와 연금지급을 보장한다. 두 번째는 공적 보증으로 국가가 연금지급을 보증하기 때문에 연금지급이 중단될 위험이 없다. 세 번째는 낮은 대출 금리다. 고령자가 매월 연금방식으로 받는 노후생활자금은 일반 대출금처럼 이자가 계산되며 금리 수준은 일반 주택담보대출보다 낮은 CD+1.1%금리가 적용된다. 네 번째 저렴한 초기비용. 저당권 설정 시 등록세, 교육세, 농어촌특별세, 국민주택 채권매입의무가 면제된다. 마지막 다섯 번째는 세제지원이다. 주택연금 대상주택은 재산세가 25% 감면(5억원 초과주택은 5억원에 해당하는만큼 감면)되며, 대출이자비용은 연금소득 공제(200만원 한도) 대상이다.

주택에 각별한 의미를 부여하는 한국인의 성향을 감안하면, 자신의 집에 계속 살면서 연금을 받을 수 있다는 것은 특별한 매력일 수밖에 없다. 주택을 팔지 않고 스스로 노후생활자금을 마련하며, 자녀에게 손벌리지 않고 경제적으로 독립할 수 있다는 점도 호응을 이끌어내기에 충분하다. 국가 입장에서 보면, 주택을 담보로 하기 때문에 최소한의 국가 재정으로 노인 복지를 실현할 수 있다. 이밖에 주택을 활용해 금융시장 발전과 민간소비 확충에 기여한다는 측면에서 국가의 성장 잠재력 제고에도 기여할 수 있다.



우리나라에서 역모기지는 1995년 A은행과 2000년 B은행에서 도입된 바 있다. 그러나 초기 역모기지 상품은 판매부진으로 중단되었고, 이후에도 시장이 활성화되지는 못했다. 민간 금융기관의 역모기지는 진정한 역모기지가 아니었다. 평생지급과 평생거주를 보장하지 않는 일종의 변형된 주택담보대출에 불과했다. 그런데 한국주택금융공사의 주택연금은 이러한 문제점을 확실하게 해결했다. 평생거주·평생지급을 보장함은 물론, 국가가 보증해주기 때문에 안심할 수 있다.

세상을 향한 첫 단추이자, 행복의 시작이 바로 집이다. 한국주택금융공사는 국민 모두가 그런 행복한 집을 가질 수 있도록 국민의 가장 가까운 곳에서 평생을 함께 걷는 든든한 평생금융 친구가 될 것이다. 🏠





주택연금에 관한 모든 것

글 김윤진·엄진옥·이용규 기자



주택연금에 가입해서 노년의 생활이 풍요로워졌다는 사람들이 늘고 있다. 주택연금은 무엇이며 어떤 면에서 필요할까? 주택연금에 관한 여러 가지 기본 정보를 알아본다.

주택연금은 아름다운 꽃이다 내 집에서 생활비 받는 행복한 노년

“두 분 행복하세요?”

손정희(가명, 68세)씨와 남권(가명, 73세)씨는 누가 먼저랄 것 없이 환한 웃음을 터트린다. 웃음 속에는 함께 힘든 산을 건넌 사람들 간의 신뢰가 들어있다. 부부는 자녀를 모두 결혼 시키고 지난 해 주택연금에 가입했다. 또박또박 통장에 입금되는 생활비가 생겨 가게에 신경을 덜 쓰니 한결 생활이 평화롭고 여유롭다. 이처럼 집이 있지만 소득이 부족한(House Rich, Cash Poor) 고령자에게 생활안정과 주거안정을 평생 동안 보장한다는 취지에서 도입된 금융상품이 주택연금이다.

주택연금이란

“목돈 마련을 위해 살던 집을 줄이지 않아도 되고, 매달 고정 생활비가 나오니 자식에게 손 벌리지 않고 오히려 손녀딸에게 용돈을 줄 수 있어 마음이 편합니다.”

주택연금(역모기지론)은 금융기관 등이 고령자 소유의 주택을 담보로 고령자에게 매월 연금방식으로 노후생활자금을 지급하는 제도를 말하며 고령자 계층의 주거안정

과 노후소득보장을 동시에 만족시키는 평생 동반자라 할 수 있다. 한국주택금융공사는 60세 이상의 고령자들이 주택을 담보로 금융 기관으로부터 노후생활자금을 평생 동안 매월 지급받을 수 있도록 대출(주택연금)에 대한 보증 책임을 부담하고 있다.

주택연금의 필요성

우리나라는 저출산과 고령화의 영향으로 2000년 고령화사회에서 2018년 고령사회로 빠르게 진입하고 있다. UN에서는 65세 이상 인구비중이 전체인구의 7% 이상을 고령화사회, 14% 이상을 고령사회, 20% 이상을 초고령사회로 분류한다.

한국은 이러한 변화에 비해 고용안정성과 공적·사적 연금기능이 많이 미흡한 상황이다. 무엇보다 노후의 소득 불안정 문제가 심각하다. 2010년 현재 65세 이상 고령자의 노령연금 등 공적연금 수급률은 30%에 불과하고 이처럼 공적연금으로는 부족한 고령층에게 유용한 금융상품이 바로 주택연금이다. 초창기 주택연금은 사회, 경제적으로 바람직한 제도임에도 불구하고 제대로 평가받지 못했다. 그 이유는 예상치 못한 위험에 대한 최후의 공적 보증기관이 부재했기 때문이다. 예상치 못한 위험이란, 경기변동에 따른 이자율 상승 위험, 담보주택가치 하락 위험, 장수 위험 등을 말한다.

하지만 한국주택금융공사가 공적보증기관의 역할과 함께 위험부보자의 역할을 수행하면서 주택연금의 위상이 달라졌다. 또 주택연금은 소비를 진작시키고 투자를 활성화시킴으로써 경제 성장을 일으켜 침체국면에 들어서고 있는 한국경제에 선순환 구조를 구축하는 데 크게 기여하고 있다. 특히 주택연금은 고령자가 가입 여부를 스스로 결정할 수 있어 시장원리에 부합하고, 거주이전에 대한 불안감없이 자녀와 독립적인 경제 생활을 할 수 있다는 점에서 큰 호응을 얻고 있다.

주택연금의 요건

주택연금의 기본 요건은 배우자 포함 만 60세 이상의 1주택 보유자이다. 대상은 시가 9억 원 이하의 주택으로 아파트·연립·다세대·단독주택 등이며 해당 지방자치단체에 신고한 분양형 노인복지주택도 포함된다. 단, 주택이 아닌 오피스텔, 상가주택 등은 대상에서 제외된다. 소유자 또는 배우자가 실제 거주해야하고, 경매·압류·가압류·가등기·전세권·임대계약 등이 있는 주택은 조건에서 제외된다. 주택 가격은 한국감정원, 국민은행 인터넷 시세를 적용하며, 시세가 없는 경우에는 한국감정원 정식감정 평가액을 적용한다.

주택연금 이용절차

주택연금 신청방법은 3가지가 있다.

첫째, 한국주택금융공사 홈페이지(www.hf.go.kr)를 방문하여 인터넷으로 신청하는 방법

둘째, 한국주택금융공사의 영업점을 직접 방문하여 신청하는 방법

셋째, 평소 거래중이거나 집과 가까운 금융기관(은행)을 방문하여 신청하는 방법이 있다.

신청이 완료되면 공사는 주택연금 이용 자격을 확인하고 담보주택가격 평가액과 연령 등을 고려하여 심사를 진행하며, 현장방문조사를 거쳐 전산상으로 보증서가 발급된다. 보증서 발급 후에는 은행을 방문하여 대출약정 후 매달 은행통장으로 주택연금을 받을 수 있다. 현재 주택연금 취급 은행은 국민·기업·농협·신한·우리·하나·광주·대구·부산·전북·경남은행 총 11개 은행이다.

주택연금 지급 방법

주택연금은 노후 연령별 지출 형태를 고려해서 자신에게 맞는 지급방식을 선택할 수 있다. 지급방식은 크게 종신지급방식과 종신흡합방식으로 나뉜다.

종신지급방식은 인출한도를 설정하지 않고 생존하는 동안 일정한 금액을 매월 나누어 지급받는 방식을 말하고, 종신흡합방식은 인출한도(의료비, 자녀교육비 등 긴급자금 용도의 경우 30%, 주택담보대출 상환용도나 담보주택에 대한 임대차보증금 반환 용도의 경우 50%)를 설정하고 나머지 금액에 대하여 생존하는 동안 일정한 금액을 매월 나누어 지급받는 방식을 말하며, 인출한도를 설정하는 만큼 월수령액은 줄어든다.

연령별 · 주택가격별 월지급금

단위:천원

주택가격 연령	1억	2억	3억	4억	5억	6억	7억	8억	9억
60	240	480	720	960	1,200	1,440	1,680	1,920	2,160
65	286	573	860	1,147	1,434	1,720	2,007	2,294	2,581
70	346	693	1,039	1,386	1,732	2,079	2,425	2,772	3,105
75	426	852	1,279	1,705	2,131	2,558	2,984	3,305	3,305
80	536	1,072	1,609	2,145	2,682	3,218	3,620	3,620	3,620
85	692	1,385	2,077	2,770	3,462	4,155	4,161	4,161	4,161

※일반주택, 종신지급방식, 정액형인 경우 - 2012년 2월 기준

한편, 매월 지급되는 월지급금의 지급유형에는 정액형, 증가형, 감소형 3가지가 있다. 정액형은 월지급금이 매년 동일하지만, 증가형은 월지급금이 매년 3%씩 증가되고, 감소형은 월지급금이 매년 3%씩 감소한다. 증가형은 물가상승에 대비하기 좋은 상품이고, 감소형은 가입초기에 생활비가 많이 필요한 분에게 알맞은 상품이다.

주택연금 수급자(본인 및 배우자) 모두 사망시 처리방법

주택소유자와 배우자 모두 사망하면 주택연금 계약은 종료되며, 계약 종료 시 담보주택을 처분하여 대출을 상환한다.

이 때 주택처분금액이 대출잔액보다 클 경우 남는 금액은 상속인에게 돌려준다. 반대로 주택처분금액으로 대출금 상환 후 부족한 금액이 있더라도 특별한 사정이 없는 한 다른 재산 또는 상속인에게 청구하지 않는다. 예를 들어 사망시 대출원리금 잔액이 3억 2천만원인데 주택을 3억원에 처분하였다면 부족금액 2천만원은 별도로 청구하지 않는다. 🏠

금액 비교	비고
주택처분금액 > 대출잔액	남는 부분에 대해 상속인에게 돌려줌
주택처분금액 < 대출잔액	부족분에 대해 상속인에게 별도 청구 없음



주택연금으로 새로운 인생 시작한 조돈 어르신

벼랑 끝에서 찾은 희망이라는 이름의 열매



평생을 국가발전에 기여한 큰 일꾼으로, 그리고 한 가족을 책임지는 든든한 울타리로, 우리 시대의 아버지들은 험난한 세상을 그렇게 헤치며 살아왔다. 근면성실을 생활 철칙으로 삼고 누구보다 열심히 치열하게 살아온 인생이었기에, 조돈 어르신(1940년생)은 한 평생 정상으로 가는 오르막길만 있을 줄 알았다.

하지만 인생은 예측불허, 갑작스레 찾아온 경제적 위기는 가족 모두를 벼랑 끝으로 내몰았고 드높던 자존감은 자괴감으로 변하고 말았다. 그런 그에게 손을 내밀어준 것은 바로 주택연금이었다. 주택연금 덕분에 다행히 모든 부채가 해결되고 생활의 여유를 되찾았으니 요즘은 하루하루가 행복한 날의 연속이라 말한다.

누구나 살아가면서 인생의 질곡을 경험하게 된다지만, 26년 동안의 은행원 생활과 8년간의 유능한 사업가 시절을 승승장구 해 온 조돈 어르신에게 닥친 경제위기는 그의 표현처럼 ‘처절할’ 정도의 치명타였다. IMF 외환위기를 맞아 정성들여 키운 회사를 처

분하고 나니 그에게 남는 건 3억원의 은행 빚 뿐. 원금은 고사하고 이자도 제때 갚을 수 없는 상황에서 차마 가족들에게 내색할 수가 없어 혼자서만 삭이려니 지병인 당뇨병과 고혈압이 그의 발목을 잡았다. 빚을 갚기 위해 소유하고 있던 모든 전답을 다 팔고 할 수 있는 방법을 다 모색해봤지만, 1억 6천만원 상당의 은행 빚을 갚기 위해서는 하나 남은 집을 파는 방법 밖에 없었다.

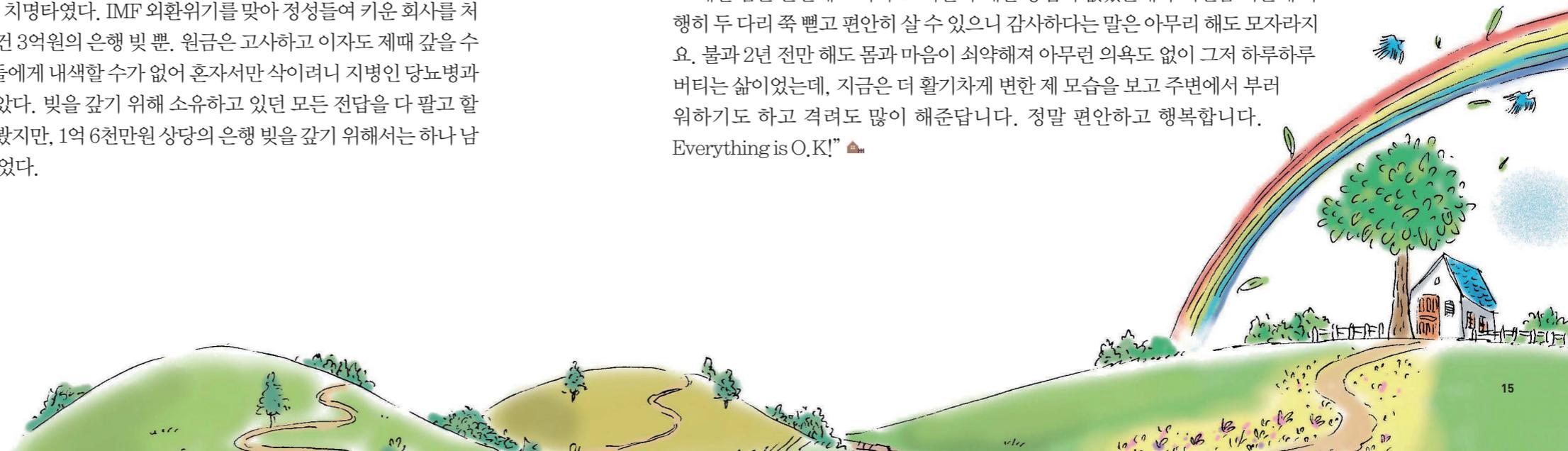
“지금 33년째 살고 있는 홍은동 주택이 개발제한 등 여러 행정규제에 묶여 매매를 할 수 없는 상황이었어요. 남은 것이라고는 이 주택 하나 밖에 없는데... 눈앞이 캄캄한 상황에서 우리 둘째 아이가 주택연금제도에 대한 정보를 주더군요. 그 길로 주택금융공사로 달려가서 상담을 받고 자격요건이 된다는 답을 듣자마자 당장 신청했죠. 정말 구세주를 만난 기분이었습니다.”



조돈 어르신이 선택한 주택연금제도는 종신훘합지급방식으로, 은행 부채 1억 6천만원을 개별 인출금을 통해 해결하고 현재 매달 115만원을 연금으로 받고 있다. 그는 주택연금제도를 통해 경제적인 여유뿐만이 아니라, 잃어버렸던 자신감을 회복했다. 특히 4명의 자녀들에게 부담을 주지 않고 스스로 문제를 해결할 수 있었다는 점이 그에게는 무엇보다 다행스럽고 행복한 일이라고 말한다.

사람이 위로 올라갈 땐 피곤한지 모르다가도, 정상에서 아래로 내려올 때는 말할 수 없이 고달프고 외로운 법이라며 조돈 어르신은 힘들었던 순간에 버팀목이 되어 준 가족의 얼굴을 떠올리며 금세 눈시울을 붉혔다.

“제일 힘든 순간에 그 누구도 나를 구제할 방법이 없었는데 주택연금 덕분에 다행히 두 다리 쪽 뻗고 편안히 살 수 있으니 감사하다는 말은 아무리 해도 모자라지요. 불과 2년 전만 해도 몸과 마음이 쇠약해져 아무런 의욕도 없이 그저 하루하루 버티는 삶이었는데, 지금은 더 활기차게 변한 제 모습을 보고 주변에서 부러워하기도 하고 격려도 많이 해준답니다. 정말 편안하고 행복합니다. Everything is O.K!” 🏠



HOW

All About

100점 주택연금 만들기

우리 집이 효자가 됐어요

“자식들에게 헌신하는 부모도 좋지만 막상 이 나이가 드니까 당당한 부모가 더 좋은 것 같아요. 생활이 풍족하진 않지만 그렇다고 어렵지도 않아요. 인문학 강의도 듣고, 모임도 나가고 하루하루가 즐거워요.”

자신의 노후를 100점 만점에 100점이라 말하는 박순례(가명, 69세) 할머니. 지난 해 딸의 권유로 가입한 주택연금 덕분에 생긴 변화다. 매달 입금되는 98만원으로 병원비와 공과금, 문화비 등을 거뜬히 해결한다.

당신에게 생긴 일

건설현장에서 일해 부모님 모시고 자녀들 키우며 어렵게 집을 장만했다는 권성호(가명, 65세) 씨는 한때 얼굴에 수심이 가득했다. 그는 회사월급으로 두 자녀를 교육시키고 결혼까지 시킨 성실한 가장이었다. 자녀들 뒷바라지 하는데 부족한 자금은 5억원 상당의 아파트를 담보로 대출을 받아 사용했다. 하지만 퇴직 후 대출금리가 계속 오르면서 은행 원금과 이자를 부담하기 어려워졌다. 고민 끝에 권씨는 32평 아파트를 복덕방에 내놓았다.

자신 앞으로 나오는 노인연금으로는 겨울철 난방비조차 내기 힘들었고 사회 초년생인 자식들에게 의지할 수도 없었다. 80세 노모와 아내, 세 사람이 감당할 남은 생을 떠올리니 눈앞이 캄캄하고 무릎에 힘이 빠졌다.

베이비부머의 고민

부모부양과 자녀양육으로 미처 노후 대비를 하지 못한 베이비붐 세대(1955

노년을 즐기고 노후 대비에 대한 관심이 급증하면서 노(老)테크 수단으로 주택연금을 선호하는 사람들이 늘고 있다. 과거와 같이 주택가격이 큰 폭으로 상승하기 어렵다는 인식과 자식에게 기대지 않고 노후 자금을 스스로 해결하려는 움직임이 확산되는 것이다.



년~1964년생)의 은퇴가 본격화되면서 주택연금 문의 및 가입이 늘어나고 있다. 2007년 도입당시 연간 515건에 불과하던 주택연금 신규가입은 2011년 한 해동안 2,936건을 기록했다. 주택연금은 집 한 채를 담보로 부부가 사망할 때까지 연금을 받는 제도이다.

평범한 주택이 연금으로 변신

다행히 권성호 씨는 동료를 통해 주택연금을 알게 되었다. 큰 평수의 아파트를 처분해 작은 아파트로 옮긴 동료는 9억원 이하 주택 소유자에 한해 주택연금이 가능하다는 정보를 알려주었다.

권 씨는 아파트를 팔아 부채를 해결하고 남은 비용으로 작은 단독주택을 마련했다. 텃밭을 가꿀 수 있는 마당 있는 집에서 노후를 보낼 계획을 세웠다. 권 씨는 이제 4억원 상당의 주택에서 매달 114만원 연금을 받으며 여유로운 생활을 즐길 수 있게 되었다.

최근에는 집짓기 사이트를 통해 만난 사람들과 모임을 가지며 현장 경험을 활용해 황토집짓기에도 참여하고 있다. 권씨의 아내는 꽃과 채마밭 가꾸는 일에 흠뻑 빠져 지낸다. 5월에는 아내와 어머니를 모시고 꽃구경을 다녀오기로 약속했다. 수수한 생활이지만 자식들에게 기대지 않아 스스로 당당하고, 건강한 몸과 마음으로 제2의 인생을 준비해서인지 요즘은 젊어졌다는 소리를 많이 듣는다. 분명한 사실은 권 씨가 부쩍 큰 소리로 자주 웃는다는 사실이다.

집에 대한 집착 줄이면 인생이 즐거워

아직까지 집을 담보로 연금을 받는다는 사실에 두려움을 느끼는 사람들이 많다. 하지만 당장의 생활비 마련을 위해 집을 팔고 월세나 전세로 옮겼을 경우를 떠올려 보자. 주택연금은 평생 거주하던 집, 혹은 죽을 때까지 거주할 수 있는 집을 보장해준다. 또 주택연금은 점점 길어지고 있는 노후에 보증금 인상으로 이사를 전전하는 번거로움과 수치심을 겪지 않게 해준다.

강창희 미래에셋 투자교육연구소장은 “불필요하게 넓은 집을 줄이면 노후자금을 확보할 수 있고, 관리비나 유지비 등의 고정비용을 아낄 수 있다. 뿐만 아니라 가사에 드는 시간과 노동을 줄이는 등 일거삼득의 효과가 있다”고 말한다. 🏠



WHY

Zoom in

주택연금 통계 현재 주택연금은 상한가

자신이 현재 살고 있는 집 한 채만으로 평생 연금을 받을 수 있는 주택연금의 인기가 날로 높아지고 있다. 올 2월 한 달간의 신규 가입건수만 무려 710건으로 2007년 출시 이후 월중 최고 가입기록을 경신했다. 주택연금 현황을 통계자료를 통해 한눈에 알아보자.

‘100세 쇼크’란 말이 있다. 고령화가 빠르게 진행되면서 은퇴 이후의 삶에 대한 불안감을 반영하는 표현이다. 통계청에 따르면 우리나라는 2010년에 이미 전체 인구 가운데 65세 이상 인구가 차지하는 비율이 11%로 고령화 사회 기준인 7%를 넘어섰다. 2018년에는 이 비율은 14.3%로 증가, 2026년이 되면 65세 이상 인구가 전체 인구에서 차지하는 비중이 무려 20.8%에 달하는 초고령 사회로 진입할 것이라고 한다.

우리나라의 고령화는 이렇듯 엄청난 속도로 진행되고 있지만, 실제로 은퇴 이후의 노후준비는 미흡하여 노년의 서민들은 곧 은퇴 빈곤층(은퇴 후 소득이 최소 생활비보다 적은 계층)으로 전락할 위험이 높은 것이 현실이다. 주택연금은 바로 이러한 노인 가구의 생활안정을 위해 도입되었다.

가입건수의 꾸준한 증가

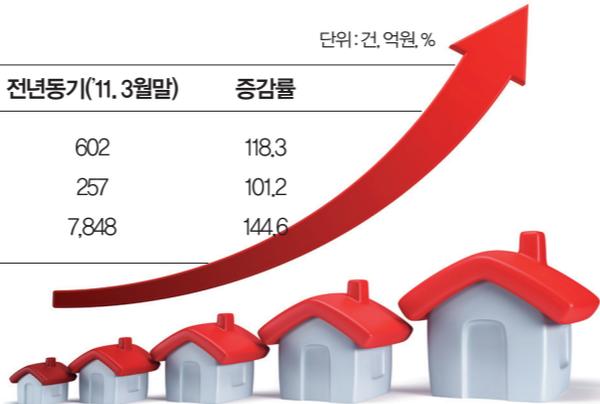
2007년 7월 출시된 주택연금은 살고 있는 집 한 채로 여생동안 연금을 받을 수 있는 정부 보증의 역모기지다. 올해 들어 3월까지 신규가입만 1,314건을 기록했다. 이는 지난해 같은 기간 가입 건수보다 118.3% 증가한 것이며, 올 2월에는 출시

2012년 실적

단위: 건, 억원, %

구분	'12. 3월말 기준	전년동기('11. 3월말)	증감률
가입건수	1,314	602	118.3
연금지급액	517	257	101.2
보증약정액	19,199	7,848	144.6

'12년 3월 현재 1,314명에게 1조9,199억원의 보증을 공급



이후 월중 최고 가입기록을 경신하는 등 관심을 모으고 있다.

‘한국인구학회’에 따르면 2010년 현재, 65살 이상 노인 중 부부끼리 살거나 혼자 사는 비율은 61.8%로, 지난 2000년도의 50.9%에 비해 10% 포인트 이상이 증가했다고 한다. 핵가족화되면서 자녀와 함께 사는 경우가 줄어들고 있기 때문이다. 사정이 이렇다 보니 요즘은 사후에 자녀들에게 물려줄 집을 지키기 위해 부족한 생활비를 자녀들에게 의존하느니, 주택연금에 가입해 노인 스스로 노후를 책임지는 것이 더 낫다는 인식이 확산되고 있다.

‘2010년 주택연금 수요실태조사’에 따르면 주택연금 이용자의 절반 이상인 55%가 가입이유를 ‘자녀들에게 도움 받지 않기 위해서’라고 응답했다고 한다.

주택연금의 인기몰이에는 최근의 부동산시장 침체도 한 몫을 했다. 부동산 불패 신화가 사그라지며 집을 물려주는 것보다는 지금 당장의 부양부담을 덜어주는 편이 자녀에게도 도움이 된다는 인식을 갖게 된 것이다.

주택연금 이용자들은 평균 3억원의 자산을 보유하고 있지만, 이 자산 중 주택이 차지하고 있는 비중이 무려 94%로 별도의 노후준비가 부족한 것으로 조사되었다. 사실, 자산에서 주택 등 부동산이 차지하고 있는 비중이 월등히 높은 것은 대다수 노인 가구의 공통적인 실상일 것이다. 이러한 상황에서 지금 살고 있는 내 집만으로 여생 동안 매월 연금을 받을 수 있는 주택연금에 대한 관심은 앞으로도 꾸준히 증가할 것이다. 🏠

연도별 연금통계

단위: 건, 억원

구분	'07	'08	'09	'10	'11	'12. 3월	합계
신규가입건	515	695	1,124	2,016	2,936	1,314	8,600
연금지급액	44	230	531	911	1,401	517	3,634
연금잔액(누적)	44	265	772	1,639	2,931	3,421	-
보증약정액	6,025	8,633	17,474	30,361	41,000	19,199	122,692

제2의 인생

은퇴 후에도
나는 일한다

60세면 환갑잔치를 하고 자식들로부터 봉양을 받겠다는 것은 옛말이 됐다. 정년퇴직을 해도 몸은 여전히 정정하고 일에 대한 열정도 여전하다. 자신의 경험과 능력을 살려 은퇴 후 할 수 있는 일을 찾아보자. 문은 두드리는 사람에게 열린다.

글 현윤식 기자 사진 중앙포토



“말이 쉽지, 젊은 애들도 일자리를 못 구하는데, 어디서 일자리를 구해?”

많은 사람들이 일자리를 찾아 나서고 있지만 실제로 현실적 어려움에 부딪히고 있다. 현재 은퇴 후 구할 수 있는 직업은 아파트 경비 같은 비정규직이나 단순 노무가 일반적이다. 평생 쌓은 노하우와 지식은 기업이 원하는 직무능력과 상호 연결하는 시스템이 없기 때문이다. 그러나 이제는 생각을 바꿔보자. 사회가 시스템을 갖출 때까지 기다리기 보다는 적극적으로 전문직에 도전하는 자세가 필요하다. 가장 현실적인 방법은 연령에 구애받지 않고 수요가 많은 자격증을 취득하는 것이다.

다재다능 조리사 자격증과 주목받는 자격증

은퇴 후 도전해볼 만한 가장 대표적인 자격증은 조리기능사 자격증(이하 조리사자격증)이다. 요리자격증이라고도 알려진 조리사자격증은 한식·양식·일식·중식·복어 5가지가 있다. 전문가들은 이 가운데 한식 조리사자격증에 먼저 도전하라고 조언한다. 한식이 익숙하기도 하거니와 요리의 기초를 다지는 데 도움이 되기 때문이다. 또 초보자가 도전하기에도 비교적 수월하고 자격증 취득도 유리하다. 한국산업인력공단 자료에 의하면, 지난해 55세 이상이 가장 많이 딴 국가기술자격증이 한식조리기능사(1,583명)였다.

자격증 취득자는 제공될 음식에 대한 계획을 세우고 조리할 재료를

선정·구입·검수하는 일부터 선정된 재료를 위생학적, 영양학적으로 관리하고, 적절한 조리기구를 사용하여 조리업무를 수행하는 일을 한다. 자격증을 취득하면 식당이나 급식소 등에서 조리사로 근무하거나 운영이 가능하다. 업체간, 지역간 이동이 많은 편이고 고용과 임금에 있어서 안정적이지 못한 단점이 있지만, 전문가로 인정받게 되면 높은 수익과 직업적 안정성을 보장받게 되는 것이 매력이다.

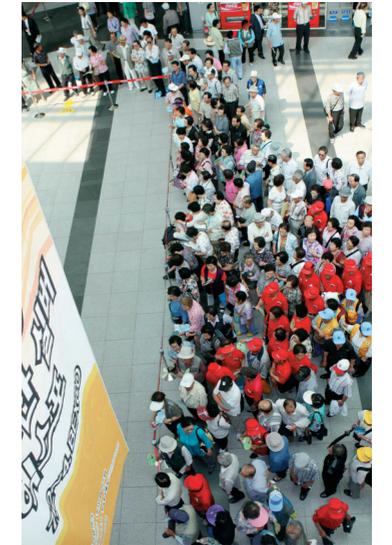
모든 조리사자격증 시험은 필기와 실기로 구분되어 있으며, 국가가 주관한다. 대부분 공신력 있는 학원에서 강의를 들으며 자격증을 취득한다.

조리사자격증이 매력적인 것은 활용도가 높다는 점이다. 은퇴 후 퇴직금으로 식당을 창업하는 경우가 많은데, 주인이 요리할 수 없으면 실패한다는 것은 불문율이다. 식당운영, 취업은 물론 실용적인 측면에서도 조리사자격증은 도전해볼 만하다. 이와 유사한 자격증으로는 제빵기능사와 제과기능사 등이 있다.

이밖에 주택관리사보와 한국어 교사 자격증도 최근 주목받고 있다. 주택관리사보는 아파트나 빌딩 등 공동주택의 관리소장을 맡아 운영·관리·유지·보수 등의 일을 한다. 일부에서는 정년을 두기도 하지만 정년 제한이 없는 경우가 많고, 연간 3~4천만원의 보수를 받기도 한다. 한국어교사 자격증은 한류열풍으로 한국어에 대한 관심이 높아지고, 많은 외국인이 국내에 거주하면서 한국어교사에 대한 수요가 급속하게 증가하고 있다. 복지관 등에 취업하면 월 100만원 이상을 받을 수 있다. 🏠

노인일자리와 자격증 정보제공 사이트

- 한국노인인력개발원
www.kordi.or.kr
- 한국 시니어클럽 협회
www.silverpower.or.kr
- 한국산업인력공단 큐넷
www.q-net.or.kr



건강을 위한 운동, 스마트하게

건강을 위한 최고의 투자는 운동이다. 하지만 날씨가 더워지면 운동 능력이 떨어지고 탈수로 인해 역효과가 나기 쉽다. 더운 날씨에는 정확한 운동 방법을 알고 선택해야 한다.

글 전유선 기자
도움말 조애경 We클리닉 원장
사진 중앙포도

운동을 하면 신진대사가 증진되며 심박동수가 상승하고 체온이 평소보다 올라 땀을 많이 흘리게 되는데 여름철에는 다른 계절에 비해 온도와 습도가 높아 체온이 쉽게 오르고 피로를 빨리 느끼게 된다.

일반적으로 쾌적한 환경 하에서 최대운동능력의 약 50% 정도의 강도로 운동을 하게 되면 체온은 약 1℃ 정도 상승되고 거의 최대능력으로 운동할 경우에는 체온이 약 39℃까지 증가한다. 여름철에는 생성된 열을 방출하기 어려운데다 습도가 많이 높은 경우라면 땀이 증발하지 않으면서 체온이 계속 상승하여 위험할 수 있다.

우리 몸은 체온을 내리기 위해 말초 피부로 혈류량을 증가시키게 되는데 이렇게 되면 근육으로 보내줄 혈액량이 줄어 근육 능력이 줄어들고 근육에 피로 물질인 젖산이 쌓이게 된다. 말초로 혈액량을 늘려도 땀이 많아지면서 수분과 전해질이 줄어 돌아오는 전체 혈액량이 적어지면 심장은 좀 더 많은 혈액량을 보내려고 박동수를 늘리고 더 강하게 일하게 되는데 이렇게 되면 피로 물질이 더 많이 쌓이고 운동하면서 쉽게 피곤해지고 몸은 오히려 스트레스를 받게 된다. 체온이 위험한 정도로 올라가면서 체온 조절 능력을 상실하게 되면 열 스트레스와 일사병이 생기며 위험해질 수 있다.

초여름 운동, 이렇게 하라

이른 아침이나 저녁 시간대에 운동하라

땀을 많이 흘리고 강한 햇볕에 오래 노출되게 되면 탈수와 열사병 등이 생기기 쉽다. 아침이나 저녁 시간대에 운동하는 것이 좋고, 운동장소로는 바람이 잘 통하는 곳이나 시원한 나무 그늘 또는 에어컨이 있는 실내가 적합하다.

밝은 계통의 바람이 잘 통하는 옷을 입어라

운동 중 쉽게 지치지 않으려면 열이 잘 발산되어야 한다. 더운 여름철에 땀복을 입고 운동을 하면 체온이 급상승하여 열 쇼크를 일으킬 수 있다. 그렇다고 맨살로 운동하는 것은 더욱 좋지 않다. 피부가 태양에 과도하게 노출되면 피부암에 걸릴 확률이 높아진다. 빛을 잘 반사하는 흰색에 약간 헐렁하고 땀을 잘 흡수하는 소재의 운동복이 적당하다.

30분 운동하고 10분 쉬어라

효과적인 운동시간은 보통 운동을 시작하고 숨이 가쁠 정도지만, 무더운 여름철에는 땀이 많이 나고 쉽게 지치기 때문에 평소보다 운동량을 줄이는 것이 좋다. 자신의 몸에 맞는 운동을 30분~1시간 정도 하는 것이 가장 적당하다.

또 여름에는 보통 30분 운동하고 10분 쉬는 것이 좋다. 습도가 유난히 높을 때에는 운동시간을 10~20% 줄이고, 열 스트레스에 대한 증상(어지럼증, 혼란, 경련, 구역질 등)이 나타나면, 즉시 운동을 멈추어야 한다.

물을 많이 마셔라

운동할 때는 땀이 많이 흐르기 때문에 수분 섭취는 필수적이다. 더운 날씨에 격렬한 운동을 하면 약 1ℓ의 땀이 흐른다. 따라서 탈수를 예방하기 위해서는 목이 마르지 않더라도 운동 후 1시간 내에 가능한 한 많은 물을 마시는 것이 좋다. 특히 운동 중 10분 간격으로 조금씩 수분을 섭취하는 것이 좋다. 갈증을 해소하기 위해 탄산음료나 카페인 음료, 알코올음료를 마시면 오히려 탈수가 가중될 수 있으므로 삼가야 한다.

운동 전, 수분이 많은 과일을 먹는다

여름철에는 비타민과 무기질도 충분히 섭취해야 한다. 운동을 하면 땀이 많이 나기 때문에 수분과 무기질, 비타민 B, C 등이 배설되기 때문. 운동 전에 과일을 먹어서 수분과 영양분을 보충해 놓으면 기운이 쉽게 떨어지지 않는다. 수박, 참외, 포도 등 여름 계절 과일이 제격이다.

매일 스트레칭을 하라

계절이나 몸의 유연성과 상관없이 스트레칭은 본격적인 운동에 들어가기 전 반드시 필요한 사전운동이다. 운동할 때나 운동이 끝난 후 근육이 조금이라도 떨리는 현상을 경험했다면 잠자리에 들기 전 반드시 스트레칭을 해야 한다. 이는 10분 정도가 적당. 평소 자신의 운동량을 벗어난 무리한 스트레칭은 갑자기 근육을 늘려 몸에 무리가 오므로 지나치게 하지 않아야 한다. 🏠

잘못 알고 있는 운동 상식

No 땀이 많이 날수록 운동의 효과가 높다.

땀을 많이 흘리면 운동이 더 많이 될 것이고 체중이 더 많이 빠질 것이라 생각하는데 이는 잘못된 생각이다. 땀의 양은 개인의 체질에 따라 다르며, 땀을 많이 흘린다고 해서 운동의 효과가 높고 몸에 있는 지방이 많이 빠지는 것은 절대 아니다. 여름철 무리한 땀 배출은 오히려 탈수의 위험성을 높인다.

No 땀복이나 긴옷을 입고 조깅을 한다.

합성섬유나 나일론으로 만든 공기가 잘 통하지 않는 옷은 땀을 발산하여 체중을 일시적으로 감소시키는 듯 하지만 수분 섭취와 동시에 이전 체중으로 되돌아온다. 결과적으로 체중감소에는 별 도움이 되지 못하고 오히려 열사병의 원인이 된다.

No 심한 운동 후에는 앉아서 충분히 쉬는다.

격렬한 운동을 끝낸 후에는 곧바로 자리에 앉아서 휴식을 취하는 것보다 가볍게 움직이면서 운동했던 강도를 서서히 줄여가면서 처음의 안정된 상태로 돌아가는 휴식방법이 좋다. 체내에 쌓인 운동 피로물질인 젖산을 제거하는데 훨씬 효과적이다.

No 겨울보다 여름 운동이 덜 힘들다

날씨가 추울 때는 몸이 경직되고, 이에 따라 운동이 심장에 부담을 주는 것은 사실이다. 활동성이 많은 여름이라고 해서 운동이 더 쉽고 부담이 없는 것은 아니다. 심장은 확장된 피부와 혈관에 광범위하게 혈액을 공급하기 위해 더욱 많은 일을 해야 하기 때문이다.

지금이 적기, 트레킹 즐기기

등산이나 하이킹과는 달리, 자연을 감상하며
여유롭게 즐길 수 있는 트레킹에 도전해 보자.
초보자도 쉽게 따라할 수 있는
트레킹 방법에서부터 전국 트레킹 명소를 소개한다.
취재 전유선 기자 참고자료 한국트레킹학교, 한국관광공사 사진 중앙포토

트레킹이란 '기본적인 장비를 갖추고 여유롭게 산길을 걸으며 자연 풍광을 감상하는 산행'을 뜻한다. 트레킹이라는 용어는 남아프리카 보어인들의 언어에서 유래했는데, '달구지를 타고 수렵지를 찾아 집단이주하다'라는 의미였으나, 시대와 지역에 따라 조금씩 다른 의미로 발전했다.

산 정상을 목표로 하는 등산이나, 심신 단련을 목적으로 하는 하이킹과는 구분되며, 건강 증진을 목표로 하는 단순한 워킹과도 차이가 있다. 등산이 전문적인 기술과 장비를 갖추고 모험과 도전을 통해 성취감을 얻는 산행이라면, 트레킹은 무리없는 산길 걷기를 통해 보다 여유롭고 안전한 방식이라 할 수 있다.

얼마 전까지만 해도 트레킹은 네팔, 인도 등 히말라야 지역이나 알프스, 뉴질랜드 등 외국의 산을 대상으로 하는 산행이 주를 이루었지만, 1990년대 이후부터는 국내에도 다양한 트레킹 코스가 개발되면서 누구나 쉽게 도전할 수 있는 여가활동으로 각광받고 있다. 특히 최근에는 국민생활체육회가 지원하는 '전국민 무료 1일 트레킹 프로그램'이 진행되면서 폭발적인 인기를 모으고 있다. 한국트레킹학교가 진행하는 이 프로그램은 오는 12월까지 연간 120회에 걸쳐 총 4200명을 대상으로 실시하는데 트레킹을 체계적으로 배우고 싶은 사람은 누구나 참가할 수 있다.



봄철 트레킹 요령

일찍 출발하고 일찍 하산한다.

낮의 길이가 길어졌다 해도 산행은 이른 시간에 출발하고 어둡기 전에 하산하도록 계획을 세우는 것이 좋다. 산악사고 통계를 보면 일조시간으로 인한 조난이 많다. 이러한 상황에 대비할 수 있도록 헤드램프나 손전등을 챙기고, 유사시에 섭취할 수 있도록 고열량의 비상식도 챙겨야 한다. 보온병에 뜨거운 차나 음료를 준비한다.

윈드재킷과 보온 의류를 준비한다.

방수, 방풍의나 보온 의류는 겨울철보다 기온차가 심한 봄, 가을에 더 유용하다. 일교차가 10도~15도까지 벌어지기도 하고, 조냉현상이 발생할 수 있기 때문이다. 출발할 때의 날씨와 관계없이 항상 따뜻한 옷을 준비하고 급변하는 기상 상황에 대처할 수 있는 방법을 알아둔다.

체력을 보강할 수 있는 고열양식을 준비한다.

기본 체력만으로는 트레킹을 즐길 수 없다. 산에서는 바로 열량화시킬 수 있는 당질이 풍부한 음식을 섭취해야 한다. 또 산에서는 펼쳐놓고 오랜 시간 먹는 것 보다는 적은 양을 짧게, 자주 먹는 것이 좋으므로 휴대가 간편한 음식을 챙겨야 한다. 그리고 물 보다는 염분과 전해질이 풍부한 이온음료를 마시는 것이 좋다.

트레킹 전후 충분한 스트레칭이 필요하다.

트레킹을 전후 15분 이상 충분히 몸을 풀어주어야 한다. 스트레칭은 심장의 혈류량을 서서히 늘려 몸을 운동모드로 전화시켜 주고, 신체의 모든 관절 부위와 근육을 충분히 이완시켜 부상을 예방해 준다. 탄력이나 반동을 주지 않는 동작으로, 호흡을 멈추지 말고 느긋한 기분으로 하는 것이 요령이다.

자신의 체력에 맞는 페이스를 유지한다.

함께 간 일행과 속도를 맞추기 위해 자신의 체력에 맞지 않는 속도로 걷다 보면 쉽게 지치고 주변 경관을 둘러볼 여유를 갖지 못해 흥미까지 떨어진다. 특히 중장년층의 경우 자주 쉬어주는 것이 좋다.

트레킹 도중 산길을 걸을 때는 보폭을 줄이고, 속도를 늦춰야 한다. 산길을 오를 때는 평상시보다 보폭을 다소 좁히고 걸음 수를 늘리면 경사각을 줄일 수 있고 체력 소모가 적어져 호흡 조절에 도움이 된다. 호흡은 발을 내딛기 전에 숨을 들여마시고 발을 디딜 때 다시 내뿜으면 좋다.

내리막길에서는 무릎에 충격이 집중되므로 각별한 주의가 필요하다. 등산화 끈을 꼭 조여 발끝이 앞으로 밀리지 않게 하고, 발바닥 전체로 땅을 디터 안정감을 주어야 한다.



소문난 전국 트레킹 명소

지리산둘레길트레킹

‘지리산생명연대(www.myjirisan.org)’가 2007년 설립한 ‘사단법인 숲길’이 지리산 자락 마을과 마을을 이어주던 옛길의 흔적을 되살려 지리산길을 잇고 보전하는 활동을 하고 있다. 지리산길은 지리산 둘레 3개도(전북, 전남, 경남), 5개시군(남원, 구례, 하동, 산청, 함양) 16개읍면 80여개 마을을 잇는 300여km의 장거리 도보길이다. 2011년까지 각종 자원 조사와 정비를 통해 지리산 곳곳에 걸쳐 있는 옛길, 고갯길, 숲길, 강변길 등을 환(環)형으로 연결한다.

▶ 전북 남원시 인월면 인월리 198-1 / 지리산길 안내센터 063-635-0850

하늘재트레킹

경북 문경시 문경읍 관음리에서 충북 충주시 수안보면 미륵리로 넘어가는 경계에 있는 고개로 높이 525m이다. 우리나라 최초로 뚫린 고갯길 오래된 세월만큼 길 양쪽에는 전나무, 굴참나무, 상수리 등 다양한 나무들이 울창한 숲을 이루고 있다.

▶ 충북 충주시 수안보면 미륵리 ~ 경상북도 도계(군도2호선) / 충주시청 문화관광과 043-850-6721

명지산트레킹

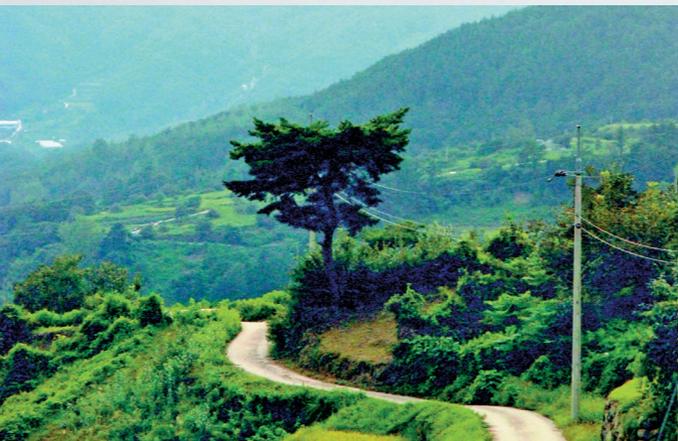
수림이 울창하고 수도권에서 가깝기 때문에 당일 산행지로 알맞은 명지산은 가평군청에서 북쪽으로 18km 떨어져 있는 높이 1,267m의 산이다. 코스는 명지산 서쪽의 상판리에서 정상에 올라 동쪽인 익근리로 내려오는 코스를 많이 이용한다. 초보자들도 찾기에 무리 없는 산이다.

▶ 경기 가평군 북면 도대리 237-3 / 가평군시설관리공단 031-580-4800

청량산트레킹

봉화읍에서 동남쪽으로 29km, 안동시에서 동북쪽으로 24km 떨어진 청량산(870m)은 사람들의 손때가 묻지 않은 곳이다. 금탑봉을 비롯하여 아름다운 봉우리 12개, 8개의 동굴, 12개의 대와 신라 문무왕 3년(663년) 원효대사가 세운 청량사를 비롯한 절터와 암자가 볼 만하다.

▶ 경북 봉화군 명호면 북곡리 산 61번지 / 탐방안내소 054-672-4994



가리산(홍천)트레킹

해발 1,051m의 고산으로 춘천시와 홍천군의 경계지역에 위치하며, 산 정상에 서면 탁 트인 시야와 발 아래로 펼쳐진 소양호의 풍경이 등산객들의 발을 묶는 곳이다. 산자락 밑에 위치한 조그마한 폭포의 물소리가 사람들의 마음을 포근히 감싸주며, 이 곳에서부터 계곡과 능선을 따라 등산이 시작된다. 소양호 쪽으로 하산길을 택하면 배를 타고 피로를 풀 수 있는 등 각 코스마다의 즐거움이 기다리고 있는 아름다운 산이다.

▶ 강원 홍천군 두촌면 천현리 산 134-1번지(홍천군유림) / 가리산휴양림사무소 033-435-6034

제주올레트레킹

360여 개의 오름이 있고 때문지 않은 해안절경이 곳곳에 산재한 제주도는 트레킹 여행의 최적지이다. 광활한 초원을 가로질러 어느 오름의 정상에 올라섰을 때 또는 사람들의 발길조차 뜬한 바닷가에서 부드러운 해풍을 맞을 때 기분은 말로 표현하기 어려울 정도. 현재 제주에는 16개의 올레길이 조성되어 있어, 코스별로 선택해 트레킹을 즐길 수 있다.

▶ 제주 서귀포시 동홍동 234-2 / 064-739-0815

누구나 쉽게 갈 수 있는 도심 속 트레킹 코스

서울대학교 버들골 코스

서울대학교 후문에서 버들골 트레킹 코스는 낙성대역에서 서울대학교 후문까지 1km 이동 후 ‘서울대 댐’을 돌아 나가면서 캠퍼스 풍경과 개활지를 볼 수 있다. 관악구에서는 낙성대역부터 서울대학교 후문을 ‘걷기 좋은 코스’로 운영하고 있다.

서울 양재 시민의 숲 둘레길

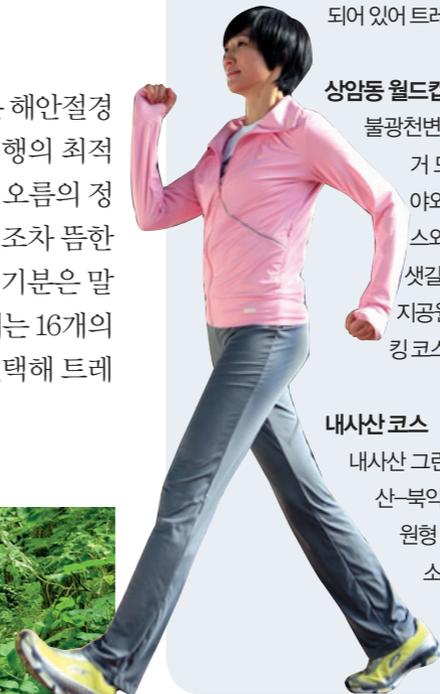
양재동 화훼공판장 뒤편을 시작으로 과천방향으로 걷다가 여의천변을 거쳐 ‘양재 시민의 숲’ 둘레 산책로를 걸으면서 숲과 강의 정취를 느낄 수 있다. 교육문화회관을 지나 ‘조각공원 길’에서 기념촬영을 하는 재미도 있다. 특히 메타세쿼이아 가로수길이 1.5km로 조성되어 있어 트레킹 코스의 아름다움을 더한다.

상암동 월드컵 경기장 코스

불광천변을 중심으로 조성되어 있는 자전거 도로를 지나 한강시민공원을 둘러야의 수영장에서 일광욕을 즐기는 코스와 한강시민공원 진입로에 위치한 샛길을 통해 평화의 공원과 연계된 난지공원 및 캠핑장을 이용한 1박2일 트레킹코스 등을 즐길 수 있다.

내사산 코스

내사산 그린트레일은 서울성곽을 따라 인왕산-북악산-낙산-남산 네개의 산을 도는 원형 코스다. 총 20km로 약 13시간정도 소요되며 성문을 중심으로 어디에서든 지하철역이 가까워 쉽게 접근할 수 있다.



자산가치 상승 감안하면 상속보다 증여 유리



증여와 상속 중 어느 쪽이 유리할까?

대구에서 섬유사업을 하고 있는 A씨는 은퇴를 결심하고 4명의 자식에게 재산을 물려줄 계획을 세우고 있다. 평생 열심히 일한 대가로 100억원의 재산을 모은 그는 증여와 상속 중 어느 쪽을 선택할지 고민 중이다.

A씨의 경우 증여할 때와 상속할 때 각각 얼마의 세금을 납부해야 하는지 계산해보자. 이해하기 쉽도록 재산 100억원 전체가 과세표준이고, 4명의 자식에게 똑같이 25억원씩을 나눠준다고 가정하자.

먼저 증여를 선택할 경우 4명의 자식은 각각 25억원씩을 받게 된다. 여기에 세율 40%(표참조)를 곱하면 자식들은 각각 10억원씩 총 30억원의 증여세를 내야한다.

반면 상속의 경우는 각자 물려받은 금액이 아니라 아버지가 상속하는 자산 총액, 즉 100억원에 대해 세율을 곱하게 된다. 따라서 세율이 40%가 아니라 50%가 된다. 이 경우 총 세금이 50억원이 되며 각자 12억5000만원의 상속세를 납부해한다.

결국 A씨는 증여를 하면 상속을 선택할 때보다 무려 20억원의 세금을 아낄 수 있게 되는 것이다.

물론 모든 경우 상속보다 증여가 나은 것은 아니다. 공제금액에 따라 달라진다. 예를 들어 5억

원을 상속받을 때 일괄공제라는 이름으로 전액을 공제받는다. 이 경우 상속세는 없다. 하지만 사전 증여한다면 성인 자녀는 10년간 3000만원만 증여재산공제를 받고 나머지에 대해서는 1억원까지 10%, 1억원 초과~5억원 이하 20%, 5억원 초과~10억원 이하 30%의 누진세율을 적용받는다. 꽤 많은 세금을 내야 한다는 뜻이다.



증여한다면 언제 물려주는 것이 가장 유리할까?

주가가 폭락하는 시기나 요즘처럼 부동산 하락세가 지속되는 경우 많은 사람들은 한숨을 짓지만, 더 떨어지라고 기도하는 사람들도 있다. 재산 상속이나 증여를 고려중인 이들도.

가격이 하락했을 때 재산을 증여하면 세금을 크게 줄이거나 안 낼 수도 있기 때문이다. 증여세는 증여한 시점의 자산가액을 기준으로 과세하기 때문이다.

부동산의 경우 증여 당시 시가를 기준으로 세금을 계산한다. 시가가 없으면 기준시가가 기준이 된다.

상장 주식은 증여 시점 전후 2개월간(약 120일간) 증가를 평균해 따진다. 상장주식을 증여하려 한다면 주식 값이 떨어지거나 조정장일 때 증여하는 것이 절세 노하우다. 증여 뒤 주가가 너무 급변동하면 취소도 가능하다.

자녀에게 재산을 상속하는 것이 좋을지, 생전에 증여하는 것이 좋을지에 대해 고민하는 사람들이 많다. 어떤 방법이 더 유리할지는 사례를 통해 설명하면 쉽게 이해할 수 있다.



예를 들어 주식에 5000만원을 투자했는데 주가가 반토막이 났다면 자식에게 증여할 경우 세금을 아예 내지 않아도 된다. 성인인 자녀의 경우 3000만원까지는 증여세가 면제되기 때문이다.

펀드도 마찬가지다. 펀드에 5000만원을 넣었는데 20% 손실을 보고 현재 평가액이 4000만원으로 줄면 1000만원(성인 자녀 3000만원 면세)에 대해서만 증여세를 물면 된다.

부동산은 기준시가가 고시되기 이전에 증여하는 게 유리하다. 보통 시가보다 기준시가가 낮아데다 기준시가는 매년 올라가기 때문이다. 부동산 가격이 하락하는 시기에는 기준시보다 주변 시세가 더 낮을 수 있어 두 가격을 비교해 판단해야 한다.

다만 시간이 지날수록 대부분의 자산가치가 상승한다고 볼 때 미리 상속인에게 재산을 증여하는 게 좋다. 또 하나 기억해야 할 점은 증여할 때도 최소 10년의 계획을 세워야 한다는 것이다. 사망한 시점에서 10년 이내 증여한 재산은 상속 재산으로 간주해 과세되기 때문이다.



‘조건부 증여’가 뭐길래?

재산을 미리 물려 줄 것인가 여부를 놓고 부모와 자식간에 간혹 불화가 생기는 경우가 있다. 자식들은 ‘이왕 줄 돈 미리’라고 생각하지만, 부모 입장에서는 미리 물려줬다가 괄

과세표준	세율	누진공제금액
1억원이하	10%	없음
1억원초과~5억원이하	20%	1000만원
5억원초과~10억원이하	30%	6000만원
10억원초과~30억원이하	40%	1억6000만원
30억원초과	50%	4억6000만원

시당할까 걱정이 앞서기 때문이다.

하지만 굳이 양자택일을 하지 않고 다른 해법을 택할 수도 있다. ‘조건부 증여’라는 방법이 있기 때문이다.

조건부 증여란 말 그대로 증여를 하되 조건을 다는 것을 말한다. 부모가 증여할 때 부모 방문이나 집안 제사 등의 조건을 명시하고 자식이 이를 위반하면 계약을 취소하는 방법이다.

또는 소유권은 자녀에게 주되 해당 재산을 처분하거나 수익을 관리하는 권리는 부모가 계속 유지하거나 부모 대신 믿을 만한 제3자, 즉 상속재산관리인을 지정해 관리를 맡길 수 있다. 예를 들어 건물을 물려주고 싶다면 소유권과 관리권을 분리해 소유권은 자식한테 증여하되 관리권은 사망할 때까지 갖고 임대료를 매월 받는 식이다. 🏠

「주택연금」에 수록된 내용은 한국주택금융공사의 공식견해와 일치하지 않을 수도 있습니다.

집이 효자였다

저는 가입당사자도, 가입자의 가족도 아닙니다. 주택연금 혜택을 받고 계신 어느 부부의 옆집 아기 엄마이지만 즐거운 사연을 적어볼까 합니다. 우리 옆집 아주머니와 아저씨 부부는 두 분 다 시력을 잃으신 시각장애인입니다. 아저씨는 백일 무렵 눈에 백태가 켜는데 무지한 시골의원의 침술로 시력을 잃었고, 아주머니는 2살 때 홍역으로 인한 심한 열병으로 세상을 보지 못합니다. 더구나 두 분께선 아쉽게도 슬하에 자식이 없으세요. 어렵던 시절 전셋집을 떠돌 때 눈이 안 보이는 부부라며 집주인이 전세도 안줬을 때는 정말로 사람들 원망도 많이 하셨을 거예요.

옆집 시각장애인 부부와의 가족과 같은 인연

아주머니와 아저씨는 2년여 전에 드디어 장애인 아파트를 분양받아 쪽 살아 오시고 있고, 저도 4년 전 결혼하여 옆집으로 시집을 와 아주머니, 아저씨와 친하게 지내고 있어요. (중략)

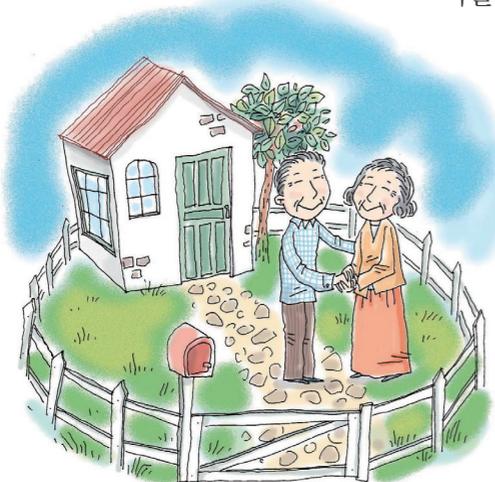
어느 날 아주머니께서 ‘주택연금’으로 맘 편하게 생활하는 한 사람의 사연을 라디오에서 들으시고 저에게 너무 부럽다는 말씀을 하시더라고요. 점점 나이가 들어 외로워지고 생활을 영위하기 위해 경제적으로 부양해 줄 수 있는 자식하나 없는 상황에 아주머니에게 심한 불안감으로 작용했던 것 같습니다.

그러던 차에 ‘주택연금’에 대해 곰곰이 생각해보니 옆집 아주머니 부부에게 필요하고 그분들을 위한 상품인 것 같아 도움이 될 수 있다는 생각에 내심 너무 기뻐했습니다.

며칠 뒤 저는 흔쾌히 아주머니와 아저씨를 모시고 강남에 위치한 주택금융공사를 방문하여 상담을 받게 해드렸어요. 그날은 여름철이라 비도 주룩주룩 오고, 등에 어린 딸아이를 업고, 두 분 부축하랴 우왕좌왕 했었는데 지금은 추억이 되었네요.

상담을 받으셨으나 전 재산인 집과 관련된 일이다 보니 부부 사이에 심사숙고도 하시고 제가 모르는 약간의 갈등도 있으셨을 듯해요. 더군다나 앞이 보이지 않으니 항상 세상이 두려우신 분들이잖아요. 그렇지만 공신력 있는 공공기관이니 믿고 결정을 내리셨답니다. 시각장애인이다 보니 계약 및 자서업무와 직접 은행에서 승인을 받아야 하는 불편을 비롯해 준비하는 모든 게 장

정채현
지성윤고객(67세)의 이웃,
서울시송파구 문정동



애인으로서 쉽진 않았습니다. 하지만 친절한 공사 직원 분들의 도움으로 마침내 특수한 케이스이기에 제가 증인도 되어 드리고 ‘시각장애인 1호’로서 처음 주택연금을 가입하지 않았나 싶어요.

“자식보다 낫죠? 집이 효자네요”

지금 생각해보면 아주머니 부부에게 자식보다도 당장 생활할 수 있는 돈이 더 필요했던 게 아닐까 싶어요. 요즘엔 그러합니다. “집이 효자였다”라고요. 그 전엔 은행에 예치된 예금의 적은 이자로 생활하셨던 터라 필요한 물건들을 구입하시는 것도 망설이시고, 드시는 것도 많이 단출했는데 지금은 아주머니 부부의 표정만 봐도 많이 안정 되신 것 같아요. 이것저것 못미더운 게 많아 보험도 제대로 안 들어두신 두 분은 이젠 아파도 참지 않고 병원도 자주 다니시며 건강도 잘 챙기시고요. 가끔은 그러합니다. “의정 엄마 아니었으면 나 이런 거 알지도 못하고 할 수도 없었겠어. 아주 딱딱 날짜 맞춰서 돈이 들어오니깐 신기해” 그럼 저는 그러합니다. “자식보다 낫죠? 아주 집이 효자네요”라고요.

그해 가을 생활비 들어오던 날 아주머니가 사주신 쫄깃하고 맛난 꽃감을 아기와 입에 물고 주택금융공사에서 선물해 주신 효자손으로 등을 긁으며 수다를 나눴던 게 잊그제 같네요. 너무 뿌듯하고 기뻐요. 쪽 살아오셨고, 앞으로도 계속 살아가실 보금자리와 돌아가실 때까지 매월 지급되는 생활비라는 두 마리 토끼를 다 잡으셨으니 이런 제도가 있다는 게 너무 다행스럽고요.

노부부에게 환한 미소를 안겨준 주택연금

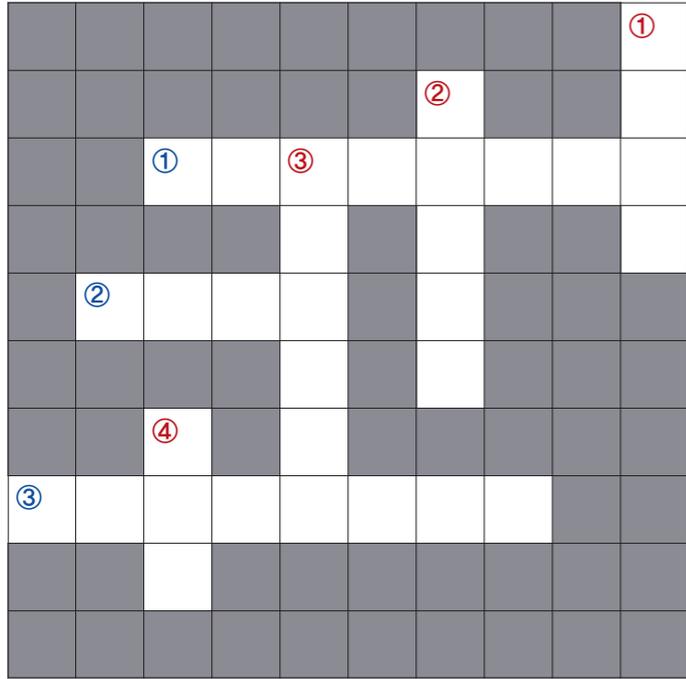
우리 대한민국의 아들, 딸들. 말로만 효도하지 말고 부모님들에 게 안정된 노후를 선물해 드리는 것이 어떨까요? 열심히 살아오셨으니 그만큼 누릴 자격 있으시잖아요. 자식에게 버림받는 노인들도 많고, 자식이 보험인 시대도 아니고, 선진국으로 갈수록 노후는 자기가 준비해줘야 한다는 생각이 커지고 있어요. 무거운 노부부의 근심을 날려 버리고 미소를 안겨준 주택연금!! 과연 누가 이렇게 좋은 ‘역모기지론’을 생각해 냈을까요. 올해도 어김없이 돌아온 가정의 달 5월을 맞이하여 아주머니와 아저씨에게 ‘빨간 카네이션’이 되어준 주택연금 정말 고맙고 감사합니다. 🏠



“우리 옆집 아주머니와 아저씨 부부는 시각장애인이다 보니 은행에서 승인을 받아야 하는 불편을 비롯해 준비하는 모든 게 쉽진 않았어요. 하지만 친절한 공사 직원 분들의 도움으로 마침내 특수한 케이스이기에 제가 증인도 되어 드리고 ‘시각장애인 1호’로 처음 주택연금을 가입하지 않았나 싶습니다.”

'주택연금' 상식의 힘을 보여주세요

'이는 것이 힘'이다. 은퇴나 노후, 주택연금에 대한 정보와 상식이 많을수록 노후 준비도 철저하게 할 수 있다. <주택연금> 창간호에서 소개한 다양한 개념과 정보를 낱말 퀴즈로 풀어보자.

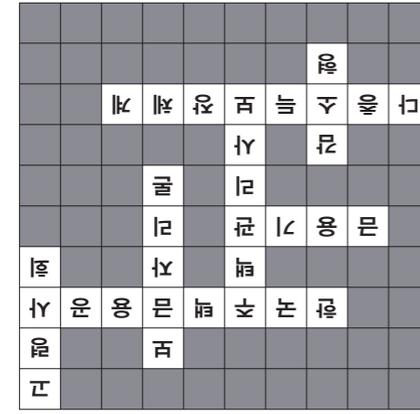


【가로열쇠】

- ① 주택연금사업, 보증자리론, 주택보증사업 등을 수행하고 있으며, 서민의 평생금융 친구로서 서민의 주거복지증진과 국가경제 발전에 이바지하기 위해 노력하는 '○○○○○○공사'. (본지 p2 참조)
- ② 주택연금 신청방법은 3가지가 있는데, 한국주택금융공사 홈페이지(www.hf.go.kr)를 방문하여 인터넷으로 신청하는 방법, 한국주택금융공사의 영업점을 방문하여 신청하는 방법, 평소 거래중이거나 집과 가까운 ○○○○(은행)을 방문하여 신청하는 방법이 있다. (본지 p2 참조)
- ③ 현재 우리나라는 3단계의 '다층○○○○○○'를 가지고 있다. 공적 연금과 사적 연금(기업·개인연금)에 의한 3층의 노후소득보장 체계가 그것이다. (본지 p5 참조)

【세로열쇠】

- ① UN에서는 65세 이상 인구비중이 전체인구의 7% 이상을 고령화사회, 14% 이상을 '○○○○', 20% 이상을 초고령화사회로 분류한다. (본지 p11 참조)
- ② 한국주택금융공사의 '○○○○○'은 10~30년간 장기 고정금리로 대출 원리금을 나누어 갚도록 설계한 서민을 위한 선진국형 모기지론이다. (본지 p7 참조)
- ③ 최근 실버세대로부터 주목받고 있는 자격증인 '○○○○○○'는 아파트나 빌딩 등 공동주택의 관리소장을 맡아 운영·관리·유지·보수 등의 일을 한다. (본지 p21 참조)
- ④ 매월 지급되는 월지급금의 지급유형에는 3가지가 있는데 월지급금이 매년 동일한 정액형, 월지급금이 매년 3% 증가하는 증가형, 월지급금이 매년 3% 감소하는 ○○○ 이 있다. (본지 p13 참조)



자녀들에게 생활비 받으시겠습니까?
며느리에게 용돈 주시겠습니까?



내 집이 효자입니다 매달 생활비를 드리는 「주택연금」

- ▶ **가입자격**
• 부부모두 60세 이상으로 9억원 이하의 집 한채를 소유하신 분
- ▶ **상품특징**
• 자기 집에 평생 거주하면서 부부 중 한분이라도 생존시까지 매월 연금 지급
• 부부 모두 돌아가신 후 정산하며 모자라면 공사가 부담, 남으면 자녀에게 상속
- ▶ **일반주택 월지급금** (중신지급방식, 장액형, 2012년 2월 기준)

연령	주택가격	3억원	6억원	9억원
60세		72만원	144만원	216만원
70세		103만원	207만원	310만원
80세		160만원	321만원	362만원



1688-8114 www.hf.go.kr
[주택연금]으로 내 집에서 그대로 당당하게 노후를 누리세요!



한국주택금융공사
KOREA HOUSING FINANCE CORPORATION

www.hf.go.kr

지 사	대표전화	위 치
영업부	02-2014-8340~1	서울시 중구 남대문로 5가 6-1 YTN타워 3층
서울남부	02-3290-6500	서울시 강남구 역삼동 677-25 큰길타워빌딩 18층
서울북부	02-3499-3300	서울시 도봉구 창동 12-3 두승빌딩 8층
서울서부	02-2638-1900	서울시 구로구 신도림동 692 디큐브시티 18층
부산울산	051-804-3977	부산시 부산진구 부전동 260-1 한국외환은행 서면지점 5층
대구경북	053-430-2400	대구시 중구 덕산동 110 삼성금융프라자 23층
인 천	032-441-2155	인천시 남동구 구월1동 1146-9 용진빌딩 7층
광주전남	062-370-5700	광주시 서구 치평동 1208-2번지 8층
대전충남	042-223-2620	대전시 서구 둔산2동 949번지 신한중앙화관 2층
경기남부	031-898-5040	수원시 권선구 권선동 1023-3 서울보증보험빌딩 9층
경기중부	031-478-7000	안양시 동안구 관양동 1599 신한평촌금융센터 6층
강 원	033-259-3600	춘천시 중앙로 45번지 SC 제일은행 춘천지점 2층
충 북	043-299-2800	청주시 흥덕구 복대동 858-2 태산빌딩 5층
전 북	063-241-2779	전주시 덕진구 인후동 2가 1573-1 사학연금회관 6층
경 남	055-278-2900	창원시 중앙동 93-2번지 교직원공제회관 6층
제 주	064-726-5160	제주시 노형동 1288-5 노형타워 4층 406호

한국주택금융공사 서울 중구 남대문로 5가 6-1 TEL 1688-8114