

시니어라이프 종합 매거진 노후행복편지

주택연금

2017 AUTUMN
VOL.22

테마에세이

새로운 꿈을 다시 빚어가는 하루

HF 초점

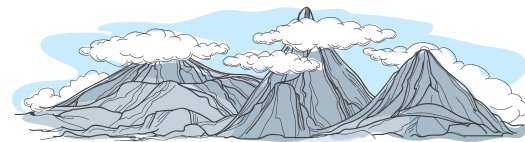
주택연금 홍보만화

꿈꾸는 시니어

설레는 그 길 위에서, 도보여행가 황안나

건강의 정석

세월에 따라 귀에서 사라져가는 소리, 노화성 난청



정상에 도착하기 위해서는
산을 올라야 하는 법입니다.
시작이 있으면 끝이 있고,
끝이 난 후에는 또 다른 시작이 기다리고 있죠.

꿈은 이를 수 없는 어떤 것이 아닙니다.
현실의 또 다른 이름,
미래를 준비하는 과정입니다.
한국주택금융공사는
당신의 행복한 꿈을 응원합니다.



QR코드를 스캔하시면
스마트폰에서 바로
보실 수 있습니다.

꿈을 향한
새로운 시작



I N V I T A T I O N



성숙함으로
농익어 가는 이 계절
가을의 풍성함으로
삶을 채우다

혹독했던 한여름 불볕더위를 뒤로 하고,
어느새 가을이 다소곳이 내려앉았습니다.
한 치의 오차도 없이 오고가는 이 계절,
당신의 삶을 어떠한 이야기들로 채워가고 있나요?
결실의 기쁨을 함께 나누고
자연의 숨결을 온 몸으로 받아들이는 이 시간,
좀 더 성숙한 '나'를 찾아가는 여행을 떠납니다.

CONTENTS

2017
AUTUMN
VOL.22

더불어 아름다운 우리

04 노후행복편지
한국노인인력개발원
원장 최성재

06 테마에세이
새로운 꿈을
다시 빚어가는 하루

08 HF 초점
주택연금 홍보만화

행복을 꿈꾸는 사람들

10 꿈꾸는 시니어
설레는 그 길 위에서,
도보여행가 황안나

14 어떤 날, 어떤 하루
가을과 노을이 잠시 머물러
가는 곳, 전남 순천만

18 타인의 취향
황혼의 춤바람
여명을 깨우다

20 집이 완성한 가치
꼭 필요한 것만 담은
미니멀 하우스

함께 나누는 공감

24 세계는 100세 시대
액티브 시니어를 격려하는
성숙한 사회

26 건강의 정석
노화성 난청

28 바른 머니 사용법
나를 알면
투자의 방향이 보인다

감동을 부르는 소통

30 HF 시선
엄마의 평생소원
월급봉투

32 HF 소식

33 독자의 소리

34 찾아가는 독자평가회

발행일 2017. 9. 1 **발행처** 한국주택금융공사 부산시 남구 문현금융로40(문현동) 부산국제금융센터 25층

등록번호 부산남.바00004 **발행인** 김재천 **편집인** 권오훈 **기획** 신월선 **이슬기**

에디터 신유경 **김영은** **전은영** **제수빈** **디자인** 이영환 **우선정** **사진** 김재경 **일러스트** 한다혜 **인쇄·제작** 효민디앤피 Tel. 051. 807. 5100

한국주택금융공사는 국민의 복지증진과 국민경제 발전에 이바지함을 목적으로 설립된 금융공기업입니다.

주택연금 소식지는 한국주택금융공사 홈페이지(www.hf.go.kr) '주택연금-주택연금 홍보관'과 모바일 앱을 통해서도 보실 수 있습니다.

앙코르 시니어! 멋진 재연(再演)을 기대하며



한국노인인력개발원 원장 최성재

미국의 유명 배우 로버트 드니로가 시니어 인턴 역할을 맡은 영화 <인턴>에서 시니어 인턴은 젊은 사장, 사원들과 어울려 지혜롭게 일하면서 업무뿐만 아니라 경영 문제와 개인적 문제를 해결하는 데도 도움을 주는 멋진 모습을 보여주고 있습니다. 시니어가 인턴과 멘토로서 새로운 역할 상을 보여주는 것은 영화 속 낭만적인 모습일 뿐이라고 치부할 수도 있지만, 우리가 기대할 수 있는 바람직한 시니어의 모습이기도 합니다. 영국의 사회철학자 라스렛(Laslett)은 고령화 사회의 인생을 4단계로 구분하였습니다. 출생하여 사회에 진출하기 위해 배우는 기간을 제1기 인생, 취업하고 결혼하고 가정과 사회에 책임을 다하는 시기를 제2기 인생, 퇴직 후 건강하게 지내는 시기를 제3기 인생, 질병이나 장애로 의존하여 지내는 시기를 제4기 인생으로 구분하였습니다. 제4기 인생은 노력하면 그 기간은 크게 줄이거나 없앨 수도 있으므로 서양 사람들은 퇴직 후 노년기 전체를 제3기 인생(the third age)으로 부르고 있습니다. 라스렛은 제3기 인생의 의미를 ‘개인적 성취(personal achievement)’로 제시하였습니다. 개인적 성취는 ‘진정한 내 인생을 사는 것’이라 할 수 있습니다. 즉 60세 이후 30년 생활은 가족과 사회적 책임에서 벗어나 자기 적성에 맞고 자기가 원하는 새로운 일이나 활동을 하는 ‘진정한 의미의 내 인생을 사는 것’입니다.

앙코르(encore)는 재연(再演)을 요청한다는 의미입니다. 따라서 앙코르 시니어(encore senior)는 “시니어에게 재연을 요청한다”는 말입니다. 60세 이후 30년, 건강에도 큰 문제없고 충분히 활동할 수 있는데 그저 적당히 적응하면서 지내기에는 너무나 긴 시간입니다. 건강한 인생 90년에서 노후 30년 시간을 적응 위주로 보낸다는 것은 너무나 아깝고 어떤 의미로는 고통의 시간이 될 수 있습니다. 90세의 장수가 축복이 아니라 재앙이 될 수 있다는 것입니다.

우리 정부는 시니어들이 활기차고 건강한 노후생활을 영위할 수 있도록 노인 일자리 및 사회활동 지원 사업을 2004년부터 진행하고 있습니다. 60세 이상에 대한 일자리 제공은 개인의 자존심과 가치 증진, 소득보전, 건강증진, 사회적 관계 개선 등 삶의 질을 향상하는 데 중요합니다. 노인 일자리 사업은 올해 추가경정예산까지 고려하면 46만 7천 개가 되고, 이 중 공익활동 수당도 월 22만 원에서 27만 원으로 인상될 것입니다.

하지만, 현재 일자리는 단순 비숙련 업무 위주여서 대부분의 시니어가 보다 양질의 일자리를 원하고 있으며 일하기 원하는 60대와 70대도 470만 명에 달합니다. 많은 연구에서 단순히 나이가 60~70이 되었고 생산성이 떨어지지 않는다는 것이 속속 밝혀지고 있습니다. 생산성에는 개인차가 크고, 또한 지식과 훈련 정도, 종사하는 직업에 따라 다르며, 나이 많은 사람이 더 잘 할 수 있는 일도 많습니다. 오로지 나이 때문에 생산성이 떨어진다면 미국은 1986년에 정년을 폐지하고 30년이 지났는데도 아직도 세계에서 가장 노동 생산성이 높은 나라가 되고 있습니다. 이 사실은 나이가 많아지면 생산성이 떨어진다는 것을 반증하는 것이 아닐까요?

고령화 사회를 지속 가능하고 발전할 수 있게 하기 위한 가장 효과적인 방법의 하나가 ‘앙코르 시니어’입니다. 국가사회는 시니어들의 재연 무대가 도처에서 막을 열 수 있도록 일자리 및 사회활동 기회를 제공하도록 노력해야 할 것입니다. 또, 실제 무대 주인공은 시니어이기 때문에 시니어 역시 재연 준비를 해야 합니다. 60대와 70대에도 왕성하게 활동하고, 새로운 일과 활동을 시작하여 성공한 예는 우리 주위에서 많이 보고 들었습니다. 이들은 결코 천재이거나 특별한 사람들이 아닙니다. 다만 앙코르 시니어를 준비하고 나이 많다고 주눅 들지 않고 용기와 자신감과 열정을 가지고 열심히 노력하는 사람들일 뿐입니다. 노인 일자리 사업인 시니어 인턴십을 통해 렌터카 업체에 취업한 어느 시니어는 능력을 인정받아 인턴십이 끝난 뒤에도 계속 근무하고 있습니다. 젊은 사장님은 시니어 직원의 경험과 조언이 사업을 이끄는 데 도움이 되었다고 말합니다. 이분처럼 시니어들의 재연 무대가 많이 펼쳐지고 앙코르 시니어를 외치는 사회가 되었으면 합니다.

70세에 6.25 전쟁에 참전한 맥아더 장군이 애송하던 사무엘 올만의 “청춘”이라는 시에서 시니어에게서 발견할 수 있는 청춘을 생각해봅시다. “청춘이란 인생의 한때가 아니라 마음가짐이다. 청춘은 의지, 풍부한 상상력, 불타는 열정이다. 청춘은 때로는 20세 청년보다 60세 노인에게 있다. 단지 연령의 숫자로 늘었다고 말할 수 없다.” 의지와 상상력과 열정이 넘치는 시니어, 앙코르 시니어! 멋진 재연을 응원합니다.

한국노인인력개발원 원장 최 성 재

새로운 꿈을 다시 빚어가는 하루

글_ 신유경



18세기 독일의 시인이자 극작가인 프리드리히 실러는 '산다는 것은 꿈을 꾸는 것이다'는 말을 남겼다. 어떤 이에게 노년은 여생(餘生)이지만, 어떤 이에게 노년은 새로운 꿈을 꾸는 시기다. 남은 시간이라고 말하지 말자. 어쩌면, 지금 이 시간을 위해 이제껏 준비해온건지도 모르는 일이다.

청춘(靑春), 푸르른 시작을 위하여

일반적으로 청춘은 '젊음'과 '청년'을 대변하는 말로 쓰여 왔다. 하지만 청춘의 의미는 '푸르른 봄날'. 그 푸름을 비단 '나이'로만 이야기해도 되는 것일까.

톨스토이는 "내가 만일 신이라면 청춘을 인생의 초중반에 두지 않고 말년에 두었을 것이다"라고 했다. 또 사무엘 울만은 '청춘이라는 시에서 '청춘은 인생의 어느 기간이 아니라 마음의 상태다'라고 말했다. 겨울이 오면 봄이 오기 마련. 청춘이 푸른 봄날을 뜻하는 말이라면, 나이가 들었다고 해서 봄이 오지 않을까.

봄은 시작이다. 젊은 시절의 청춘은 '부딪치며' 나아간다. 처음 맞닥뜨린 새로운 시작, 젊은이들은 부딪치고 깨어지며 자신을, 청춘의 가치를 알아간다. 세월의 흔적은 응고되며 단단하고 진실한 내면을 만들고, 시니어들은 그것을 자산으로 삼을 만큼의 과정을 견뎠다. 인생2막, 정해져 있지 않은 길과 어디로든 열려 있는 자유. 세월은, 나이는 방향키가 되어 새로운 시작으로 시니어들을 이끈다. 원하는 대로, 자신에게 맞는 길을 걸어갈 수 있는 지금, 차곡차곡 쌓여두었던 푸름을 만끽할 때다.

새로운 시작, Design your silver life

켄터키 프라이드치킨의 창업자 커넬 샌더스(Harland David Sanders)는 66세에 프랜차이즈 비즈니스를 성공시켰다. 미국의 샤갈로 불리는 해리 리버만(Harry Lieberman) 역시 76세의 나이에 복지회관에서 미술을 공부해 세계적인 작가 반열에 들어섰다.

멀리 있는 일이라고 생각하는지, 새롭게 자신의 삶을 개척하는 이들은 우리 주변에도 많다. 시니어 모델, 블로거, 요리연구가, 작가 등. 특별한 무언가를 해야 한다는 강박관념은 버리자.

가장 먼저 자신의 미래 모습을 떠올려보자. 희망을 시각화하는 것이다. 우선 자신이 무엇을 하면 가장 즐거운지를 떠올려보자. 거기서부터 시작하면 된다. 산책을 하는 것이 좋다면 조금 멀리 떨어진 곳으로 여행을 떠나보고, 책을 보는 것을 좋아한다면 일기를 써보자. 새로운 공간을 찾는 것도 좋다. 복지회관, 각 구청 등에서는 시니어들을 위한 교육을 다양하게 시행하고 있다. 방송통신대학이나 사이버대학 등을 통해 다시 늦깎이 학생으로 돌아가는 것도 좋은 방법이다.

생애 처음 그림을 그리고 화가로 데뷔했던 해리 리버만은 이런 말을 남겼다. "나는 젊지 않아요. 그러나 늙었다고 말하지도 않습니다. 다만 102년 동안 성숙해 왔을 뿐입니다. 몇 년을 더 살까 생각 말고 내가 어떤 일을 할 수 있을지 생각해 보십시오".

노년의 시작은 미래보다는 '현재'에 충실한 것. 스스로를 주체로 두고 즐거운 일상을 보내는 데 집중하자. 인생2막, 1막에서 이루지 못했던 꿈을, 다시 빚어나갈 때다.



산다는 것은 꿈을 꾸는 것이다.
현명하다는 것은 아름답게
꿈을 꾸는 것이다.
살아있다는 것은 꿈이 있다는 것이요,
꿈이 있다는 것은 희망이 있다는 것이다.
(... 중략)
꿈이 있는 사람이 행복한 사람이고
꿈꾸는 자가 인생을 멋지게
사는 사람이다.
꿈 있는 사람이 참 인생을 알고
인생의 멋을 아는 사람이다.



프리드리히 실러
'산다는 것은 꿈을 꾸는 것이다' 중에서

주택연금 홍보만화



주택연금의 장점

- 평생 거주와 평생 지급을 국가가 보장
(확정기간방식은 평생 거주와 선택한 기간 동안 지급을 보장)
- 가입자 사망 후에도 배우자에게
100% 연금지급
- 세제혜택
일정요건 충족 시, 재산세 25% 감면 등
- 집값보다 덜 받은 경우 정산 후
남은 금액을 자녀에게 상속
- 집값보다 더 받으신 경우는 초과액을
청구하지 않음

설레는 그 길 위에서 도보여행가 황안나

글_ 신유경

그녀는 1년의 절반을 길 위에 서 있다. 어떤 이는 무모하다고, 어떤 이는 미친 짓이라고 말했다. 그런 이야기를 들을 때마다 그녀는 웃었다. 그녀에게 길은 설렘이고 자유였다. 길은 어디든 통하고, 길 위에서는 어디로든 향할 수 있다. 사랑하는 이들을 생각하며, 여기저기 휘돌아 달은 그 길, 그녀는 오늘도 길 위에 서 있다.



감사하는 마음으로
살고 있어요.
이런 마음 때문에
긍정적인 에너지를
가질 수 있는 것
같아요.



황안나 씨는 흔히 말하는 인생의 후반전을 좋아하는 일이자 이제는 잘하는 일이 된 도보여행으로 열었다. 산티아고 순례길, 네팔 히말라야 등지를 다녀왔지만 그녀에게 아직도 갈 곳은 너무나 많다.

끝없이 이어진 길, 그리고 시작

그녀의 이름 앞에 수식어처럼 따라 붙는 단어가 있다. ‘도보여행가’ 황안나. 그 수식처럼 그녀는 걷는 사람이다. 국토종단에서 시작해 지리산 종주, 해안일주 등의 국내를 비롯, 산티아고 순례길, 중국 동티벳, 우즈베키스탄, 카자흐스탄, 투르크메니스탄 등 총 56개국을 돌았다. 물론 두 발로 걷는 여행이었다.

“65세에 국토종단을 했는데, 그게 여행의 시작이었어요. 계획도 없었고 계기도 없었죠. 우연히 전라남도 해남 땅끝마을이 방송되는 것을 보다가 가야겠다, 생각했어요. 땅끝이라는 단어에서 느껴지는 먹먹함과 아득함, 막 썩이 나서 올라오는 푸른 보리밭을 보고 가자, 결심했죠.”

마침 그녀가 속한 산악회가 광주 무등산을 목적지로 삼은 것은 운명이었다. 무등산 산행이 끝난 뒤 자연스레 여행길에 올랐다. 전라남도 해남 땅끝마을에서 강원도 고성 통일전망대까지, 거리 800km, 23일에 이르는 긴 여정이었다.

“국토종단이 끝이 나면 그걸로 됐다, 할 줄 알았어요. 그런데 길이 끝나는 곳에서 새로운 길이 시작되더라고요. 만약 지금 통일이 됐다면 여기서 끝낸 것이 아니라 신의주까지 올라가지 않았을까 싶더라고요. 그렇다면 여기서 시작을 해서 이번엔 해안길을 걸어보자, 하고 해안일주 계획을 세웠어요.”

67세에 시작한 해안일주는 118일 걸렸다. 그리고 5년 후 73세, 그녀는 다시 해안일주에 도전한다. 연륙교를 따라 모든 길을 걸었다. 135일이라는 시간이 걸렸다. 13kg의 배낭이 무거워 머리에 이고 걷기도 하고, 비박을 하는 일도 비밀비재했다. 지도상에는 바닷길로 되어 있었지만 막상 가보면 산꼭대기로 나 있는 지방도로인 경우도 있었다. 비 오는 날, 숙소가 나오지 않아 밤새 56km를 걷기도 했다. 그럼에도 그녀는 기꺼이 도보여행에 나선다. 그녀에게 그 길은 자유였고, 온전한 자신이 존재하는 유일한 시간이었다.



66세에 국토종단기 <내 나이가 어때서>를 출간, 72세에 쓴 <엄마, 나 또 올게>는 4개국에서 번역되었고, 대만에서는 문학부문 1위를 차지했다. 그녀는 생애 다섯 번째 책을 집필 중에 있다.



철새는 그리움의 힘으로 날아간다

이해리 시인은 ‘철새는 그리움의 힘으로 날아간다’고 했다. 그녀에게 길은 그리움이다. 그녀는 걸음을 옮기며 젊은 시절의 자신, 떠나버린 사람들, 경험하지 못한 풍경 등 그리운 모든 것들을 만난다.

“그리움이 없는 사람이 있을까요? 내가 사랑하는 사람이 멀리 있는데 교통편이 없다면 걸어서라도 가야죠. 그리움 하나로만 가는 거죠. 그와 비슷한 어떤 것이었어요. 나에게 길은 그리움이에요. 젊은 날을 돌이켜보면 추억이 없고, 부모님은 돌아가셨고, 친구들도 떠난 경우가 많아요. 길에서 그 모든 것을 만나죠. 잃어버린 젊은 날과 사람들, 그리고 나만의 시간들을.”

그녀는 육남매의 맏이이자 한 집안의 가장으로 유년기를 보냈다. 19살 어린 나이에 교사로서 처음 교단에 섰고, 결혼을 한 이후에는 남편의 사업 실패로 30년 가까이 처절하게 살았다. 그 시간 속에 자신은 없었다. 그러기를 40여 년, 57세가 되던 해에 그녀는

자신을 찾자는 결심을 한다. 그야말로 즉흥적인 선택이었다.

“6월 말이었어요. 수업시간이 끝난 후 교실에 앉아서 커피를 한 잔 마시고 있는데, 이제 60이 얼마 안 남았네, 하는 생각이 들더라고요. 자유의 바이러스랄까, 그 순간 문득 그런 생각을 했어요. 남을 위해서가 아니라 이제 나를 위해서 살아봐야겠다. 그날 저녁에 집에 들어가서 남편한테 학교를 그만두겠다고 말했죠.” 무엇을 해야겠다는 계획이 있었을 리 없다. 무엇이든 닥치는 대로 했다. 노래공부를 하고, 라틴댄스를 취하고, 자신에게 맞는 것을 찾아 헤맸다. 그러다 건강관리를 위해 시작한 등산. 그렇게 문을 열고 밖으로 나간 후에야 알게 됐다. 세상은 무궁무진한 상상으로 가득 차 있다는 것을.

“길을 나선 이유를 굳이 생각해보자면 8할은 호기심이었을 거예요. 저 산 모퉁이를 돌면 어떤 세상이 있을까, 어떤 사람들이 어떤 모습으로 살고 있을까. 끊임 없이 상상했어요. 또, 배낭 하나 메고 길을 걷다 보면



그녀는 길을 걷기 시작하면서 사진도 배웠고, 체력도 훨씬 좋아졌고, 어렸을 때 꿈이던 작가의 꿈도 이뤘다. 길이 그녀에게 건넨 수많은 선물들을 생각하면 그저 감사할 뿐이라고 한다.

온전한 자유를 누릴 수 있어요. 먹고 싶으면 먹고, 걷고 싶으면 걷고, 하고 싶은 대로 결정할 수 있죠.”

문을 열고 밖을 나선다는 것

최근에도 그녀는 도보여행을 다녀왔다. 지난 5월에는 우즈베키스탄, 카자흐스탄, 투르크메니스탄 3개국을 다녀왔고, 6월에는 지리산 종주를 다시 다녀왔다. 제주 올레를 걸을 계획도 세우고 있다. 한 달에 한 번 끝은 집을 나서는 셈이다. 당연히 쉽지 않고 힘든 여정이다.

“용기와 의지의 문제예요. 사람들이 비결을 알려달라고 하면, 난 그냥 현관문 열고 나가라 그래요. 문을 여는 순간 90%는 한 거예요. 정말 하고 싶으면 방법은 다 있어요. 대개 여행을 못 가는 건 ‘때문에’ 때문이에요. 그 ‘때문에’는 따져보면 내 스스로 만든 것이죠.”

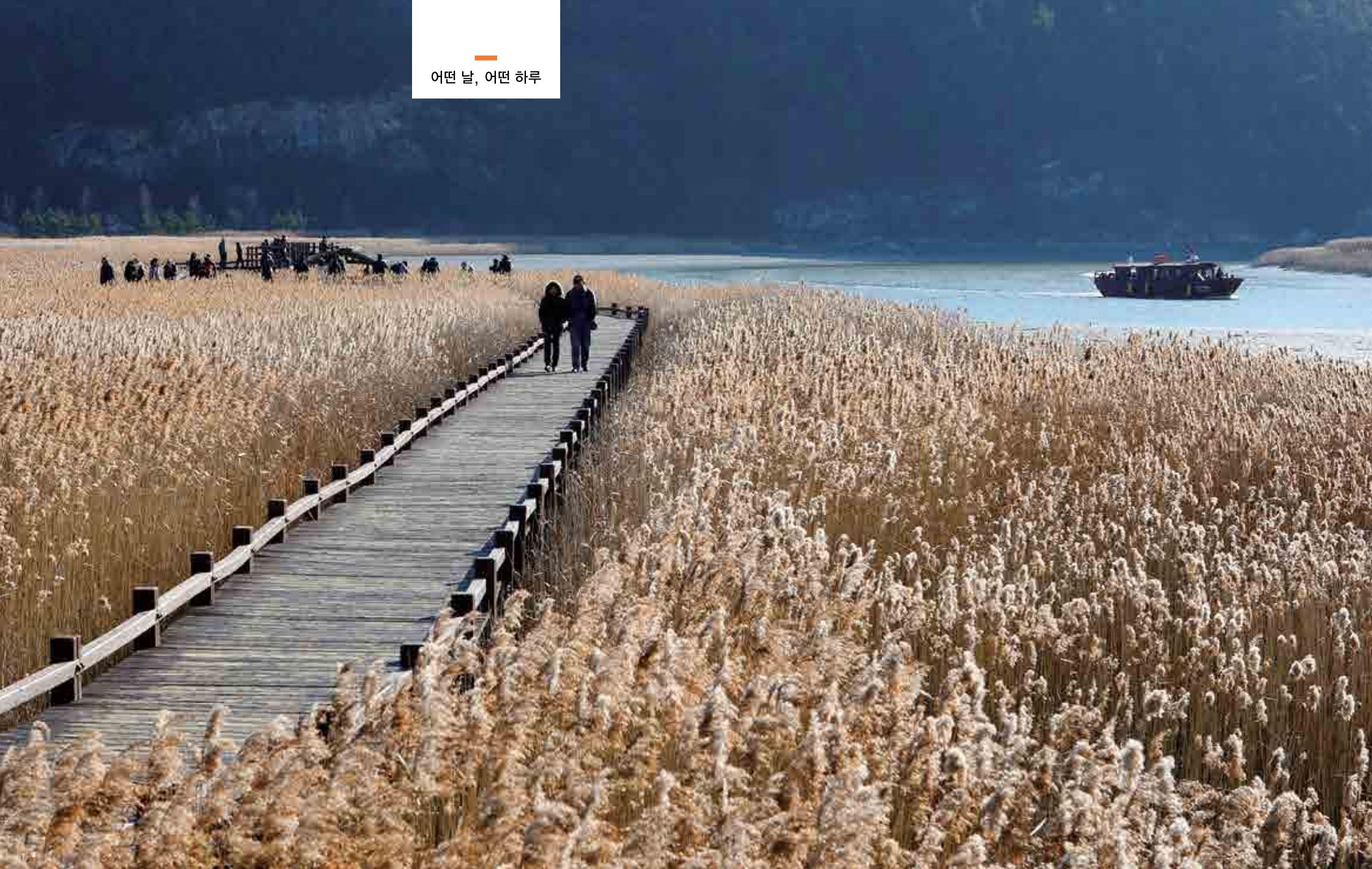
움직일 수 있는 한 걸겠다는 그녀. 그래서 평소에도 꾸준히 운동을 한다. 어깨, 척추 등 대수술을 두 번이나

받았음에도 그녀는 끄떡없다. 15년째 헬스장을 다니며 체력을 관리한다.

“이렇게 회복이 빠른 사람을 처음 봤다는데 그게 근육량 때문이더라고요. 걷기 시작하면서는 10년 동안 감기 한 번을 안 앓았어요. 나이 든 사람들이 움직이지 못하는 이유는 대부분 하체 때문인데, 조금씩만 먼저 걸어보세요. 굳이 여행이 아니라 가까운 곳부터 추천합니다.”

집에서 병원까지는 40분 거리. 그녀의 교통편은 두 발이다. 작은 배낭에 물과 빵 하나만 넣고 집을 나서보라는 그녀. 먼 곳이 아니라 가까운 곳, 그저 길 위에 서라면 자유를 누릴 수 있을 거란다.

올해 10월, 그녀는 차마고도를 넘어 라싸까지 가는 도보여행을 떠날 계획이다. 윈난성의 차와 티베트의 말을 교환하던 상인들이 오직 발자국만으로 만든 길이라는 차마고도. 길은 가는 사람만이 닿을 수 있다고 했다. 한발, 한발 또 하나의 자유를 찾아 떠나는 그녀의 길을 응원한다.



가을과 노을이 잠시 머물러 가는 곳 전남 순천만

글_ 전은영 사진_ 순천시 제공

가을과 노을은 닮았다. 한 해가 완전히 가기 직전 온갖 색으로 물드는 계절이라는 점이, 하루가 완전히 가시기 직전 찬란하게 빛을 발하는 순간이라는 것이, 그리고 짧아서 더 아름답다는 것까지. 순식간에 흘러가는 그들이 만나 함께 머무는 곳, 순천만을 다녀왔다.

아름다운 계절 가을을 만나고 싶다면 순천만으로 향하자. 티 없이 파란 하늘 아래 온통 가을빛으로 물든 풍경이 반겨줄 것이다. 드넓게 펼쳐진 갈대숲 사이를 걸으며 선선하게 불어오는 바람결에 느긋한 여유를 만끽하는 것도 좋다.

노랗게 칠한 갈대숲에서 가을을 만나다

순천만 입구에 들어서면 가장 먼저 자리에 서서 크게 숨을 들이마셔 볼 것. 탁 트인 풍경과 깨끗한 공기에 쌓였던 피로의 무게를 조금 덜 수 있다. 그렇게 가벼워진 발걸음을, 넓게 펼쳐진 잔디밭에 내딛는 것에서부터 순천만 여행은 시작된다.

계절을 말해주는 선선한 바람을 맞으며 조금만 걸어 들어가면 흑두루미소망터널을 만난다. 이곳은 1990년대 순천만을 찾아온 흑두루미 '두리'를 10여 년 동안 보호하다 돌려보낸 뒤, 그에 대한 마음을 담아 만든 곳이다. 가족의 건강을 바라는 염려, 시험에 합격하길 바라는 소망, 누군가를 그리워하는 마음이 담긴 소망패가 저마다의 간절함을 품고 달렸다. 느긋한 풍경 덕에 얼굴도 모르는 이들의 바람을 응원하는 너그러운 마음이 드는 공간이다.

터널을 건너 무진교를 지나자 가을과 마주친다. 약 30여 년 동안 160만여 평에 걸쳐 형성된 이곳에는 끝도 없이 이어지는 노란 갈대들이 숲을 이루고 있다. 겨울의 찬바람을 막아주고 안정감을 주어 물고기와 그들 먹이로 하는 수서 조류들이 찾아오게 한 생명의 보금자리. 노란빛이 빈 데 없이 빼곡하게 찬 풍경으로 한 걸음 들이밀면, 마치 그 풍경의 주인공이 된 기분을 느낄 수 있다. 바람에 쓸려 이쪽으로 저쪽으로 몸을 누이는 갈대의 인사 소리가 배경음악처럼 흘러나오는 것은 덤. 순천만에서 맞는 가을의 첫 장면이다.

발갈게 물든 노을을 바라보다

편평한 갈대숲 다음은 오르막길이다. 각자의 속도로 쉬엄쉬엄 숲길을 오르면 곧 용산전망대가 나온다. 동시에 마치 기다렸다는 듯 마음까지 시원하게 불어오는 바람이 새삼 가을을 느끼게 한다.

전망대에서 내려 보는 순천만은 S자로 휘어지는 넓은 강과 광활한 갯벌로 이루어져 있다. 세계 5대 연안습지라는 이름에 걸맞은 장면이다. 약 800만 평의 광활한 지역에 훼손되지 않은 자연 상태 그대로의 갯벌에는 짙푸른, 참갯지렁이, 검정비둘기 등 고둥이 살고, 겨울이면 흑두루미, 재두루미, 노랑부리저어새, 큰고니 등 국제적으로 보호되는 철새 희귀종들이 찾아온다. 뿐만 아니라 한국 새 200여 종도 접할 수 있는 생태계의 보고이다.



순천만이 뿜는 생생한 생동감과 가을바람을 느끼다 보면 해가 점점 기운다. 전망대에서 만날 수 있는 가을 순천만의 진짜 묘미, 온 세상이 발갛게 물드는 일몰의 순간이다. 갈대숲에도, 갯벌에도, 그 사이사이 짙푸어와 고둥의 머리에도, 공평하게 내려앉는 노을이 그 빛깔처럼 따스하게 반짝인다. 순천만이 보여주는 진짜 가을의 모습을 보고 있노라면, 아름다운 가을 낙조를 남기기 위해 순천만을 찾는 여행객이나 사진가들이 특히 많다는 말이 이해된다.

나만의 색으로 순천만을 즐기다

순천만에는 풍경만 있는 게 아니다. 다양한 체험 프로그램도 마련해두어 저마다 취향대로 순천만을 즐길 수 있다.

먼저 순천만을 더 깊이 즐길 수 있는 체험들이 있다. 습지와 그 안에 사는 습지 생물을 관찰하는 생태체험, 계절별 철새를 따라가는 탐조 체험, 지역주민과 함께하는 소품 만들기 등 프로그램을 운영 중이다. 매월 그 내용은 조금씩 달라지니 관심이 있다면 미리 챙겨보자. 그 외에도 생태체험선을 운항해 드넓은 갯벌과 갈대, 철새를 가까이서 느낄 수 있다. 특히 해설사가 동행해 곳곳에 숨어 있는

이야기를 들려줘, 순천만과 한 걸음 더 친해질 수 있다. 순천만을 즐겁게 하는 건 또 있다. 천체관측은 물론 순천만에서 서식하는 생물들을 관찰할 수 있는 천문대, 순천출신 작가 〈무진기행〉김승옥과 〈오세암〉정채봉의 문학세계를 기리는 문학관, 순천만이 내는 자연 그대로의 소리를 들을 수 있는 자연의 소리 체험관 등이 준비되어 있으니, 조금 일찍 도착해 미리 방문해도 좋다.

가을과 노을은 닮았다. 여기에 하나를 더해, 가을과 노을과 순천만은 닮았다. 가을처럼 온갖 생명을 기꺼이 품고서 노을처럼 자신만의 색을 은은하게 밝히는 순천만에서 아름다운 계절을 만끽하자.

순천만 이용 안내

- 입장시간 : 08:00~17:00 (계절별 탄력 운영)
- 입장요금

구분	관람료 (순천만습지+순천만국가정원)		
	성인	청소년·군인	어린이
개인	8,000원	6,000원	4,000원
단체(20명 이상)	6,000원	5,000원	3,000원
순천시민	2,000원	1,500원	무료
1년권	- 성인 : 30,000원 / 청소년·군인 : 20,000원 / 어린이 : 10,000원 - 순천시민 : 10,000원 *순천만국가정원 발급		

● 순천만을 ● 더 풍부하게 여행하는 법

+ 더 깊게 만나다

풍요로운 여행을 하는 방법은 두 가지가 있다. 그 여행지를 더 깊숙이 파고들거나, 여행지에서 주변으로 더 넓게 나아가보는 것. 그래서 준비했다. 노을만 보고 가면 아까운 순천만의 속을 들여다볼 수 있는 여행코스와 순천만과 함께 둘러보면 좋은 곳들.



노을길 여행

순천만 구석구석을 둘러보며 새, 말뚝, 게, 갯벌, 갈대 그리고 사람이 하나가 되는 힐링 여행을 즐길 수 있다.

➤ 코스 : 매표소 ▷ 순천만천문대 ▷ 순천문학관 ▷ 생태체험선 ▷ 갈대숲탐방로 ▷ 용산전망대

☎ 온라인 예약 (홈페이지: suncheonbay.go.kr) 접속 ▷ 순천만 둘러보기 ▷ 체험여행 ▷ 순천만 여행 ▷ 노을길 여행

💰 입장료(8,000원), 승선료(7,000원), 간식비(5,000원), 해설비(참가 인원에 따라 다름)

+ 더 넓게 만나다



순천의 역사와 생태가 어우러진 '낙안읍성'

대한민국 3대 읍성 중 하나로 조선시대부터 현재에 이르기까지 약 600여 년의 역사가 담겨 있다. 원형이 잘 보존된 성곽, 관아 건물과 소담스러운 초가, 고즈넉한 돌담길까지 옛 조상들의 삶의 모습이 그대로 남아 있다.

📍 순천시 낙안면 충민길 30



순천, 그때 그랬지 '순천드라마촬영장'

2006년 SBS드라마 '사랑과 야망' 세트장으로 시작해 30여 드라마의 촬영장으로 이용됐다. '60년대의 순천 읍내거리', '70년대 서울 봉천동 달동네', '80년대 서울 번두리 거리' 등 시대별 3개 마을을 재현하고 있으며, 그 시절 교복도 빌려 입을 수 있어 인기가 좋다.

📍 순천시 비례골길 24



또 다른 순천의 가을, 단풍나무길 펼쳐지는 '선암사'

신라말기에 창건된, 천태종을 널리 전파하는 호남의 중심사찰이다. 승선교, 삼층석탑 등 9개의 보물급 문화재를 품고 있다. 승선교와 강선루에 이르는 숲길 양옆으로 참나무, 삼나무 등 수많은 나무들 사시사철 트래킹의 운치를 더한다.

📍 순천시 승주읍 선암사길 450



순천의 곳곳을 돌아 '2층 버스 여행'

생태해설사가 동행한 버스를 타고 순천만을 비롯한 순천 곳곳을 다니며 가을을 만끽할 수 있다.

➤ 코스 : 순천역 ▷ 낙안읍성 ▷ 순천만 ▷ 순천만국가정원 ▷ 순천역

💰 1인당 3,000원 *각 관광지 입장료 별도

황혼의 춤바람 여명을 깨우다

글_ 편집부

인생의 2막이 올랐다. ‘황혼이 아니라 여명’을 외치며 저마다의 방법으로 노후를 즐겁게 맞이하는 시니어들. 흥을 돋우며 삶의 활력을 찾아주는 데 춤만한 것이 있을까. ‘슬로우, 슬로우, 킥’. 때로는 느리기도, 때로는 빠르기도 한 세월의 리듬에 몸을 싣고 박자에 맞춰 스텝을 밟아보자.

시니어, 춤바람을 타자

은퇴는 빨라지고 기대수명은 늘었다. 그만큼 여가생활을 즐길 수 있는 시간도 늘어나면서, 여가활동을 즐기는 ‘액티브 시니어’가 등장했다. ‘얼마나 오래 사느냐’보다 ‘얼마나 건강하고 즐겁게 사느냐’에 관심사를 둔 이들은 각자의 여가활동을 찾는다. 거기서 인기를 끌고 있는 것 중 하나가 춤이다.

최근 발표된 연구결과에 따르면, 춤은 그 어떤 운동보다 뇌세포를 활성화시킨다. 이 연구는 걷기나 스트레칭 등 여러 종류의 운동 효과를 비교 조사한 것으로, 춤을 추는 것이 노화과정에서 피할 수 없는 뇌세포의 퇴화를 늦춘다고 설명했다. 여러 안무를 배우며 암기하고, 여러 사람과 함께 어울리는 사교적인 활동을 통해 몸과 마음에 일정한 부담을 가하며 자극을 준다는 것. 실제로 춤은 육체적인 활동임과 동시에 인지적 활동이기도 하기에 많은 정신력을 필요로 한다. 따라서 뇌로 향하는 혈류의 증가, 두뇌 성장 요소 등과 관련되어 치매 예방에도 도움을 준다.

행여나 ‘춤은 추고 싶은데, 관절에 무리가 올까 봐’라는 괜한 걱정은 하지 않아도 된다. 시니어들의 체력이나 건강에 무리가 생기지 않도록 맞춰진 프로그램을 선택하고 꼼꼼한 스트레칭을 한다면 춤은 오히려 관절의 유연성과 근력을 강화시켜준다.

꾸준히 하다 보면 몸도 튼튼, 마음도 튼튼해지는 효과를 누릴 수 있다고 하니 더 젊고 건강한 노후를 위한 여가활동으로 ‘춤바람’을 강력히 추천한다.

춤추고 싶은 시니어들 모여라

춤바람을 색안경 끼고 본다는 건 옛말이다. 생활에 활력을 불어 넣어주는 취미이자 효과적인 여가활동으로 인정받아 이미 많은 이가 춤을 추고 있다. 흥겹게 춤을 추며 청춘을 되찾는 시간을 즐기고자 하는 시니어들은 어디로 가야 할까. 먼저, 각 지역 복지관의 평생교육프로그램에 주목하자. 전국 곳곳에서 운영되고 있는 노인 복지관에서는 라인댄스, 댄스스포츠 그리고 한국무용에 이르기까지 다양한 댄스 수업이 각각의 커리큘럼으로 짜여있다. 뿐만 아니라 문화센터, 보건소 등에도 마련되어 있는 댄스 수업은 시니어들에게 인기가 많아 수강을 위한 경쟁률이 높다. 또 수업이 끝난 후에 친목 활동으로 동호회를 만들어 즐길 정도로 춤에 대한 시니어들의 관심과 열정은 뜨겁다.

시니어들은 함께 모여 춤을 추면서 생활의 활력은 물론 자신감을 되찾는다. 이는 댄스대회 출전으로 이어지기도 하고, 좀 더 욕심을 낸다면 자격증 취득을 위한 체계적인 과정을 통해 실버 댄스 강사로 거듭날 수도 있다.



활동적이고 사교적인 춤을 원한다면 ‘ 댄스스포츠 ’	부담 없이 즐기면서 건강해지는 ‘ 라인댄스 ’
한 쌍의 남녀가 함께 춤을 추는 것으로 스포츠 요소가 가미된 사교댄스	여러 사람이 줄 지어 특별한 파트너 없이 앞줄과 옆줄의 라인을 만들어 추는 춤
인기 Point!	
예절을 중시하며 파트너와 조화를 이뤄 몸을 움직이는 활동으로 시니어에게 인기	파트너에 대한 부담 없이 차분한 리듬에 맞춰 누구나 쉽게 배우며 즐길 수 있다
효과	
유산소 운동 _ 파트너와 음악에 맞춰 즐기는 활동으로 사회성과 더불어 정서적으로 매우 효과적	근력강화 _ 운동 강도가 크게 높지 않은 반면 칼로리 소모량은 많다

꼭 필요한 것만 담은 미니멀 하우스

글_ 전은영 사진_ STPMJ건축 제공

새로운 계절을 맞아 대청소에 나섰다. 이번에 야말로 쓸모없는 것들은 모두 쓰레기통에 버리겠다고 마음먹지만, 막상 ‘언젠가 쓸 데가 있을 것 같아서’, ‘비싸게 주고 사서’, ‘버리기 아까워서’ 기껏 손에 든 물건을 먼지만 털고 원래 자리에 둔 적이 누구에게나 한 번쯤은 있을 것이다. 그렇게 속절없이 물건을 쌓고 쌓은 덕에 이 집의 주인이 사람인지, 빛 볼 일 없이 자리를 지키고 선 물건들인지 헷갈리는 순간이 왔다면, 집의 의미를 다시 생각해볼 수 있는 ‘미니멀 하우스’를 떠올리자.



간결한 선으로 이루어진 외관과 한두 가지의 적은 재료로 마감한 외부는 미니멀 하우스의 특징 중 하나.

미니멀 라이프를 담은 미니멀 하우스

미니멀 하우스가 새로운 주거 형태로 뜨고 있다. ‘최소의’, ‘최소한의’이라는 뜻의 ‘Minimal’과 ‘집’을 뜻하는 ‘House’를 더한 말로 그대로 풀이하면 ‘최소한

의 집’이다. 단순히 크기가 작은 집을 말하는 게 아니다. 효율적인 공간 활용과 간결한 내부로 사람과 생활에 집중한 주거 형태이다. 이는 높은 집값과 유지비에 따른 피로도가 높아져 합리적인 비용의 실용적인 주거지에 대한 욕구가 확산되고, 자원 절약과 자연 보전에 대한 고민이 깊어짐에 따라 자재 낭비를 줄일 수 있는 건축에 대한 관심이 늘어난 분위기에서 시작됐다. 동시에 개인적으로는 버리지 못해 넘치게 쌓인 물건, 그로 인해 수반되는 정리나 청소로 인한 에너지 낭비를 줄이고 집 안에서만이라도 완전한 휴식을 찾고자 하는 마음이 반영됐다.

미니멀 하우스의 출발점은 삶을 최소한의 사람과 물건만으로 채우는 ‘미니멀 라이프’로, 생활에 필수적인 요소만 남은 일상을 의미한다. 이 새로운 생활 패턴이 소비, 식생활 등 당장 실천 가능한 항목에 적용되기 시작해 삶을 이루는 기반인 집까지 확대된 것이 미니멀 하우스. 미니멀 라이프를 추구하다 보니 집을 미니멀하게 유지하고, 그렇게 미니멀하게 꾸민 미니멀 하우스에서 미니멀 라이프를 누리는 순환 구조가 이루어지는 것이다. 이 미니멀한 삶에 시니어들의 눈길도 닿고 있다. 결혼을 졸업해 자신만의 생활을 즐기는

집이 완성한 가치



자연의 빛과 색을 있는 그대로 받아들일 수 있는 공간 배치로 생활에 자연스러움을 더했다.

‘졸혼’이 사회적 화두로 나타나는 등, 바쁘게 세월을 흘러보낸 뒤 맞이하는 노후를 오롯이 자신에게 집중하고자 하는 시니어의 바람이, 삶을 단순화해서 자신을 돌아볼 시간을 확보하는 미니멀 라이프와 이어지기 때문이다. 같은 맥락으로 집안에서 생활하는 시간이 긴 시니어들의 미니멀한 삶을 뒷받침 해줄 동행으로 미니멀 하우스에 대한 관심도 늘었다. 특히 은퇴 후 고정적인 수입이 없거나 줄어든 시니어에게 높은 주거 관리비 부담을 상대적으로 덜 수 있는 미니멀 하우스는 경제적으로도 매력적일 수밖에 없다.

자연스러움과 자유를 우선으로

본격적으로 미니멀 하우스에 대해 알아보자. 미니멀 하우스를 이해하기 위해서는 두 가지만 기억하면 된다. 자연과 자유가 바로 그것. 꾸미지 않고 자신만의 삶을 꾸리는 자연스러움과 군더더기를 쳐낸 여백에 자유를 들이는 미니멀 라이프는 이어진다.

미니멀 하우스가 자연스러움을 드러내는 방식은 다양하다. 먼저 외부적으로 재료 본연의 질감을 그대로 드러내거나 심플한 디자인을 선호한다. 예를 들면 콘크리트 벽을 덧칠 없이 노출하거나 꾸밈없이 단순한 선만으로 외관을 그리는 식이다. 혹은 건물을 올릴 때 재료를 최소화해, 비용과 자원 낭비를 줄이는 것도 특징 중 하나이다. 내부적으로는 자연에서 들어오는 빛이나 다채로운 색을 고스란히 받아들일 수 있는 공간 배치에 중점을 둔다. 넓은 공간으로 들어오는 자연광은 공간을 밝고 따뜻하게 해 주거 관리비용 면에서도 도움이 된다. 이렇듯 많은

“미니멀 하우스는 꾸밈없이 자신의 삶을 꾸리는 자연스러움과 군더더기를 쳐낸 여백에 자유를 들이는 공간이다.”

”

장식이나 효과를 자제한 채 형태를 만들거나, 있는 걸 해치지 않고 받아들여 함께 조화를 이루는 미니멀 라이프를 집안에서 이룰 수 있다.

한편 자연스러움이란 집이 갖는 목적에 충실하다는 뜻도 포함한다. 집이란 여유를 즐길 수 있는 안락한 공간일 때 그 가치가 배가 되는 법. 그러기 위해 미니멀 하우스가 택한 방법은 벽이나 천장, 바닥 등을 한두 가지 색으로만 칠하는 것이다. 색이 통일된 공간은 그 안에 있는 사람의 마음을 차분하게 하는 효과가 있기 때문. 이왕이면 무채색 계열을 써서 보는 눈을 편안하게 하는 것도 팁이다. 공간이 넓어 보이는 덩도 얻을 수 있다.

또한 미니멀 하우스는 자유로운 공간을 위해 과감하게 제거한다. 우선 불필요한 내벽을 부순다. 내부를 더 넓게 사용하고, 사람이 움직이는 데 자유로운 동선을 확보하기 위해 버려지는 공간을 줄이는 것이다. 다음은 소품이나 가구 등 물건을 줄이는 순서. 물건이 쌓이기 시작하는 순간, 미니멀과는 영영 멀어질 수밖에 없는 법. 필요한 것만 남기고 과감하게 버릴 것은 버려, 그 빈자리를 자신을 돌볼 자유로 채웠다.

미니멀 하우스로 한 걸음 더

미니멀 하우스, 말은 좋지만 이미 살고 있는 집을 다시 뜯어 고칠 수는 없다. 이럴 때 있는 상태에서 집을 미니멀하게 줄이는 방법도 있다.

지금 한 번 집을 둘러보자. 혹시 가구가 벽을 답답하게 가리는 부분이 있다면 벽과 가구 사이에 여백을 줄 것. 손가락 한 두 마디 정도 띄우는 것만으로도 훨씬 공간이 넓고 여유롭게 느껴진다. 같은 맥락으로 가구의 색을 집안 주요색과 비슷한 계열로 맞추는 것도 좋다. 그것만으로도 분명 어제까지 생활하던 집인데 거실이 한 뼘 더 늘어난 기분을 느낄 수 있다.

그조차 번거롭다면 식물을 활용하는 것도 방법이다. 물건을 줄이면서 식물을 더 하라니, 무슨 뜻인가 싶겠지만 집이 갖는 목적 중 하나인 ‘휴식’을 더하자는 의미이다. 식물의 초록빛은 보는 것만으로 눈과 마음을 안정되게 하는 힘이 있다. 취향에 따라 화분이나 꽃을 활용해 머물고 싶은 집으로 꾸미는 것도 미니멀 하우스의 한 방법이다.

더 확실하게 미니멀해지고 싶다면 ‘미니멀리즘 게임’에 참여하는 것도 좋다. 미니멀리즘 게임이란, 날짜만큼 물건을 버려나가는 것으로, 예를 들어 10일에 10개의 물건을 버리는 것이다. 무작정 버리는 데 중점을 두기보다 에너지를 나눠줘도 될 만큼 중요한 것들만 남기는 데 의의가 있다. 이번에는 먼저만 터는 데 그치지 말고 불필요한 것들을 확실히 비워보자.

온전히 자신에게 집중하며 여유로운 노년을 누리고 싶은 시니어라면 집부터 ‘미니멀’하게 정리해보자. 넓고 가벼워진 공간 속에서 비로소 자신과 마주하는 여유를 만끽할 수 있을 것이다.

일본으로부터 배우는 고령화 사회 대책 '시니어노믹스'



액티브 시니어를 격려하는 성숙한 사회

글_ 김영은

시니어는 이제 사회적 부양의 대상이 아니다. 단순히 자식에게 손을 벌리고 싶지 않다는 데서 끝나지 않는다. 직접 화려하게 인생 제2막을 열어젖히는 '액티브 시니어(Active Senior)'들이 사회의 주역으로 나서기 시작했다. 후손에게 세상을 물려주는 것이 아닌, 다른 옷으로 갈아입고 세상에 동참하고자 하는 활력 넘치는 이들. 대표적인 초고령사회 일본은 시니어들이 액티브 시니어로 거듭날 수 있는 지혜로운 해법을 제시하고 있었다.

요람에서 무덤까지, 내 삶의 당당한 주인으로

생계의 유지에 목적을 둔다면 삶은 단조롭고 팍팍해지기 쉽다. '의미'를 추구해야 인생의 여정이 보람 있고 다채롭게 된다. 그러나 대부분의 사람들이 삶의 전 과정을 자아실현과 일치시키기는 어려운 현실. 그렇기에 지난 세월 '해야 하는 것'에 초점을 맞춰 살아온 시니어라면 '하고 싶은 것'에 대한 열망을 제각기 하나쯤은 가슴속에 품고 있기 마련이다.

이러한 시니어들의 '마음의 소리'에 적극 귀 기울이고 있는 대표적인 나라가 바로 일본이다. 일본은 2005년 OECD 국가 중 최초로 초고령사회(65세 이상 인구

5명 가운데 1명인 사회)에 진입했다. 시니어를 위한 복지대책을 강구해야 할 필요성이 컸다. 국가 경제적인 이유도 있지만 시니어들이 누군가에게 의지하지 않고 스스로 삶을 꾸려나가는 데서 자존감을 얻을 수 있도록 배려하고자 했다. 그에 대한 해답은 바로 '일자리'였다. 시니어들의 일자리창출사업, 그것이 곧 일본이 택한 초고령사회 대응책 '시니어노믹스'다.

일본은 일찍이 1995년 '고령사회대책기본법'이라는 법률을 제정하고, 중장기적으로 고령화사회에 대비하기 위해 '고령사회대책대강'도 수립했다. 이러한 시니어 맞춤형 고용지원정책이 기반이 되어 2006년 52.6%였던

60~64세 고용률이 빠르게 증가했고, 관련 예산도 연평균 4.7%씩 증액되었다.

현재 일본의 아베 정권은 버블경제 이후 붕괴된 일본 경제 부흥책으로 소위 '아베노믹스'를 내세우고 있다. 아베노믹스의 특징 중 하나가 여성과 시니어의 노동 참여를 장려하는 것이다. 시니어노믹스가 아베노믹스에서 중요한 부분을 차지하는 셈. 아베 정권은 비교적 도외시되어왔던 이들을 경제인구로 적극 활용하여 새로운 미래가치를 창출해내고자 하고 있다.

시니어를 중심으로 움직이는 미래 경제 동향

시니어가 일자리를 가지면 액티브 시니어로 거듭날 수 있다. 액티브 시니어는 은퇴 이후 하고 싶은 일을 능동적으로 찾아 도전하고 달성하는 이들인데, 어느 활동이든 비용 소요는 불가피하다. 일을 하기에 수입이 있고 소비의 주체가 되며, 기본적인 의식주뿐만이 아닌 취미와 여가 생활까지 누릴 수 있게 되는 것이다. 한국 보건사회연구원의 전문학술지 '보건사회연구'에도 시니어의 삶의 만족도는 자산 수준, 즉 경제적 여유와 비례하는 것으로 나타난다.

시니어들이 주요 소비층으로 부상하면 국가정책은 물론 산업 마케팅 전략도 시니어에 주목한다. 실제로 일본의 이동통신사들은 글자크기를 키우고 기능을 단순화한 시니어 전용 스마트폰을 출시하는가 하면, 시니

어 관광사 '클럽 투어리즘'은 이용객이 적고 상대적으로 저렴한 평일 여행상품을 기획하여 판매하는 등 시니어 고객 확보에 주력하고 있다. 이처럼 시니어노믹스는 시니어들을 소비의 중심에 놓이게 하고, 시니어 비즈니스를 생산해내는 선순환 구조를 이룬다.

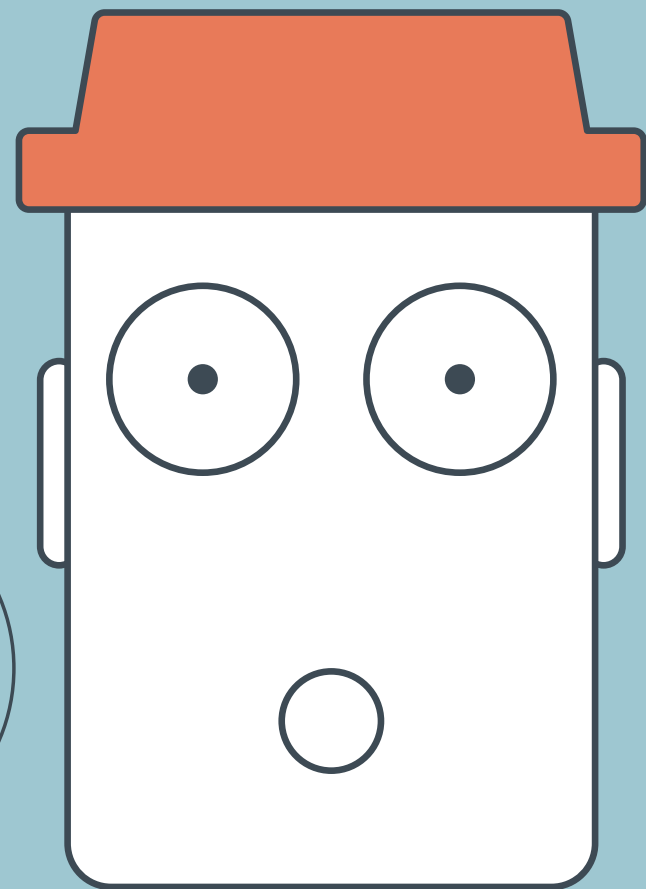
우리나라는 2000년 고령화사회(65세 이상 인구 비율이 7% 이상인 사회)에 진입했고, 2026년 초고령사회에 도달할 것으로 전망된다. 이 가운데 일본의 아베노믹스와 마찬가지로 올해 장미대선을 통해 출범한 문재인 정부 또한 소위 '제이노믹스'의 일환으로 일자리 지원사업에 역점을 두고 추진 중이다. 호부시절 문재인 대통령은 대선기간 동안 기초연금 인상 등 시니어 복지 확대에 힘을 쓸 것을 시니어 유권자들에게 약속하기도 했다.

사회 전반적으로도 대학에는 시니어 전담 학과가 늘어 시니어 전문가 양성에 주력하고 있다. 정부부처 및 지자체는 '액티브 시니어 홍보단'을 발족하기도 하고, 노인종합복지관에서는 일자리센터 및 시니어클럽 등의 지원사업을 운영 중이며, 시니어에게 필요한 액티브에 이징 지도사 과정 교육 등도 진행하고 있다. 시니어들이 우리 사회의 대부분을 차지하는 구성원인 만큼 시장의 주체이자 사회무대 전면에서 활약할 터가 튼튼히 다져지고 있다.



세월에 따라 사라져가는 소리 노화성 난청

글_ 김태수 강원대학교병원 이비인후과



노화성 난청이란 연령이 증가하면서 소리 정보를 처리하는 달팽이관 내의 여러 세포들에 퇴행성 변화가 발생하여 청력이 감소하는 것을 의미한다. 노화성 난청이 발생하는 연령과 진행 정도는 유전적 요인과 더불어 소음과 같은 주위 환경 그리고 당시 동반되고 있는 질환 등에도 영향을 받는다.

들리지 않는 데서 오는 소통의 단절

2011년 국내에서 시행된 국민건강영양조사 결과에 따르면 만 65세 이상 56.4%, 만 70세 이상 63.8%가 정도 이상의 난청을 지니고 있는 것으로 나타났다. 또한, 일상생활에서 불편을 느껴 의학적으로 보청기를 권유하는 중등도 이상의 난청(40dB 이상)은 70세 이상 인구에서 25.6%에 이른다.

노화성 난청 환자들은 소리가 들리기는 하는데 무슨 말인지 잘 구분이 안 된다고 호소하는 경우가 가장 많다. 특히 많은 사람들과 동시에 이야기를 하거나 시장과 같은 소음 환경에서 더 두드러지게 말소리 청취의 어려움을 호소한다. 이로 인해 정확한 발음을 구분하지 못하여 일상생활 전반에서 불편함을 겪는다.

특히 환자가 말을 제대로 알아듣지 못하여 되묻기를 반복하거나 정확한 의사전달이 안 되어 가족과의 대화에서도 소외되는 경험을 하고 일반 사회생활도 위축되는 경향이 있다. 이와 함께 이명이 동반되거나 정서적으로 의기소침해지고 우울증이 발생할 수도 있다. 치료 받지 않은 난청 환자들에게서 치매가 3~5배 많이 발생한다는 보고도 있다.

시기적절한 발견 및 검사의 중요성

증상의 진단을 위해서는 이비인후과에서 고막을 비롯하여 외이 및 중이에 관련된 정확한 신체 검진 및 정밀 청력 검사를 시행해야 한다. 청력검사로써는 순음 및 어음 청력 검사와 임피던스 청력검사 그리고 청성뇌간반응검사 등을 시행하게 된다.

눈이 나쁘면 안경을 착용하듯, 청력이 좋지 않으면 보청기를 사용해야 한다. 노화성 난청을 조기에 발견하여 가능한 빨리 보청기를 착용하면 일상생활에 좀 더 잘 적응할 수 있다. 다만 경우에 따라 중이염이나 귀경화증 등이 동반될 수 있으므로, 먼저 이비인후과 전문의의 진료를 받아야 한다. 중이염이나 귀경화증 등의 질환은 이비인후과적 치료로 청력을 회복할 수 있기 때문에 불필요하게 보청기를 사용하지 않아도 되기 때문이다.

최근에는 보청기를 착용하고도 큰 효과를 보지 못하거나 지속적인 착용이 어려운 환자들에게는 인공중이 이식술

을 시행한다. 와우(달팽이관)에 병변이 있으나 나선신경절이 비교적 손상되지 않은 양측의 고도난청 환자에게는 와우 이식을 하는 경우도 있다.

일상생활 속에서 청력을 지키는 방법

노화성 난청을 예방하기 위해서는 가장 먼저 지나치게 큰 소리와 장시간 소음에 노출되는 것을 피해야 한다. 난청을 초래하는 주요 환경 요인은 바로 소음이다. 이어폰을 사용하여 자주 큰 소리로 음악을 듣거나, 대형 스피커에 가까이 있는 것과 같은 상황에 놓이지 않도록 한다. 소음이 심한 곳에서는 적합한 귀마개를 사용하는 편이 좋다.

담배를 끊고 담배 연기에 노출되는 것도 피한다. 담배는 혈관 질환의 주요 악화 요인으로 미세혈관장애를 발생시켜 난청을 일으킨다고 알려져 있다.

당뇨병, 신부전, 고혈압 등 만성질환을 적극적으로 치료한다. 노년층에 많은 심혈관 질환 및 당뇨병, 이상지질혈증은 미세혈류장애를 일으켜 난청을 유발할 수 있다. 신부전이 악화되면 고음역의 난청이 발생할 수 있으므로 만성질환을 치료하는 데 힘쓰는 것이 중요하다.

청력 자가진단표

'예'라는 대답이 3개 이상 나오면 청력에 문제가 있다고 볼 수 있으므로 이비인후과에 가서 정확한 청력검사를 하는 것이 좋다.

문 제	예	아니오
전화 통화하는 데 문제가 있다.		
시끄러운 곳에서 대화하는 것에 어려움이 있다.		
둘 또는 그 이상의 사람과 한 번에 대화하는 것이 어렵다.		
다른 사람과의 대화를 이해하기 위해 귀를 기울여야 한다.		
다른 사람에게 말할 때 중얼거리는 것처럼 보인다.		
다른 사람이 말한 것을 잘못 이해하거나 부적절하게 반응한 적이 있다.		
사람들에게 다시 한 번 말해달라고 요청한 적이 자주 있다.		
여자나 아이가 말하는 것을 듣고 이해하는 데 어려움이 있다.		
TV 소리가 너무 크다고 사람들이 나에게 불평한 적이 있다.		
울리는 소리, 으르렁대는 소리 혹은 '췌췌' 하는 소리가 많이 들린다.		
어떤 소리가 너무 크게 느껴진 적이 있다.		

나를 알면 투자의 방향이 보인다

은퇴 후 금융자산 운용 재테크 원칙

글_ 안봉학 한국재무설계 CFP

은퇴를 했거나 은퇴가 가까운 이들에게 목돈은 매우 소중한 자산이다. 돈을 버는 기간에는 약간의 투자손실이 발생해도 만회할 시간이 있지만, 은퇴 후에는 투자손실을 만회할 기회가 잘 없다. 그렇다고 은행 예금만 굴리기에는 금리가 너무 낮아 고민이다. 가계자산의 대부분이 부동산자산으로 구성되어 있는 것이 우리나라 은퇴자들의 현실이기에 은퇴 후 금융자산 운용이 특히 더 중요하다.

안전자산 VS 투자자산

본격적인 자산 운용 전에 우선 안전자산과 투자자산 중 어떤 금융상품으로 운용할지를 결정해야 한다. 이때 중요한 것은 자산을 어떤 목적으로 사용할 것인지부터 명확히 해야 한다는 것이다. 자신의 투자성향을 파악하고 언제, 어떤 목적으로 금융자산을 사용할 것인지를 계획한 뒤 안전자산과 투자자산의 비율을 결정해야 한다.

보유 중인 금융자산이 비상자금의 성격을 띠고 있다면 안전자산으로 운용하는 것이 좋다. 안전자산은 만기가 되면 원금과 이자가 보장되는 상품이다. 반대로 투자자산은 만기가 되더라도 원금이 보장되지 않는다. 수익성은 높을 수 있으나 변동성이 크기 때문에 시장상황에 맞춰 투자관리를 할 필요가 있다.

IRP(개인형퇴직연금)계좌 활용법

자영업자를 제외하고는 은퇴자들은 퇴직 후 대부분 퇴직급여를 받는다. 퇴직급여는 퇴직금과 퇴직연금으로 나누어 볼 수 있다. 퇴직금은 퇴직소득세를 공제한 금액을 급여계좌로 수령하지만, 퇴직연금은 퇴직소득세를 공제하지 않고 퇴직연금

전액이 IRP(Individual Retirement Pension)계좌로 입금된다. IRP계좌는 퇴직금을 수령한 날로부터 60일 이내에 퇴직소득원천징수영수증을 지참하고 금융기관에 방문하여 개설할 수 있다. 이 경우 이미 납부한 퇴직소득세는 IRP계좌로 환급 받을 수 있다.

IRP계좌에서는 안전자산인 예금은 물론 채권, 펀드, ETF¹⁾, ELB²⁾ 등 투자자산도 함께 투자 가능하다. 다만 계좌수수료가 매년 0.3~0.5% 정도 부과된다. 또한 IRP계좌에 있는 자금은 만 55세 이상이면 자금이 필요할 때마다 수시로 분할해서 인출하거나 연금 형태로 수령할 수도 있다. 연금으로 수령 시에는 퇴직소득세의 30%를 감면받는다.

금리와 과세여부가 중요한 안전자산

대표적인 안전자산으로는 은행이나 제2금융권에서 가입할 수 있는 예금과 적금이 있고, 수시로 입출금을 할 수 있는 CMA³⁾가 있다. 안전자산을 선택할 때는 금리와 과세 여부가 가장 중요하다. 금리는 은행권이 낮고 제2금융권이 조금 높다. 예금자 보호가 원리금 기준으로 5,000만 원까지만 감안하여 5,000만 원을 초과

할 경우에는 금융기관을 분산하거나 배우자 명의를 활용하는 것이 필요하다.

만 63세 이상일 경우에는 1인당 5,000만 원까지 비과세종합저축을 활용하면 이자소득세를 15.4% 감면 받을 수 있다. 새마을금고나 단위조합을 이용할 경우에는 1인당 3천만 원까지 이자소득세가 14% 면제되고 농어촌특별세 1.4%만 과세된다.

관리가 필요한 투자자산

채권, 펀드, ETF, ELB와 같은 투자자산은 관리가 필요한 상품이다. 투자상품을 운용할 때는 목표수익률을 설정하고 투자금을 분할해서 투자하는 지혜가 필요하다. 목표수익률에 도달하거나 경기상황이 급변할 때는 반드시 투자금에 대한 조정을 해야 한다. 이러한 투자상품들은 일반계좌에서도 투자할 수 있고, IRP계좌에서도 가능하다.

기억해두어야 할 점은 안전하면서 수익이 좋은 상품은 없다는 것이다. 따라서 자신의 투자성향과 금융자산의 규모 그리고 사용목적에 따라서 안전자산과 투자자산의 비율을 정하고 투자자산은 지속적으로 관리하도록 한다.

1) 상장지수펀드(Exchange Traded Funds): 특정 추가지수와 연동하여 수익률을 얻을 수 있도록 설계된 '지수연동형 펀드(index fund)'의 일종. 거래소에서 주식처럼 거래되며 증권시장에 상장해 실시간으로 매매가격이 결정된다.

2) 주기연계채권(Equity Linked Bond): 기존 원금보장형 ELS(Equity Linked Securities)가 ELB로 재분류되면서 은행에서도 팔 수 있도록 변경된 금융상품. 원금보장형이기 때문에 위험이 적고, 약정 조건에 따라 추가 수익도 올릴 수 있다. 만기가 1년 이상인 경우가 많고 중도 해지할 경우 손실이 발생하기 때문에 중장기 투자에 적합하다.

3) CMA(Cash Management Account): 종합금융회사가 고객으로부터 예약받은 금전을 어음 및 채무증서 등에 운용하고, 그 수익을 고객에게 지급하는 수시 입출금이 가능한 금융상품

주택연금 출시 10주년 기념
고객체험수기 공모전 최우수상 당선작

엄마의 평생소원 월급봉투

글_최소영



엄마의 평생소원은, 남편이 가져다주는 월급봉투로 알뜰살뜰 살림하며 평범하게 사는 것이었습니다. 누가 들으면 그게 무슨 소원이냐고 하겠죠? 하지만 엄마는 결혼 전엔 아버지를 대신하고, 결혼 후엔 무능한 남편을 대신하는 가장이었고 말 못할 고생도 많았답니다. 엄마의 평생소원인 월급봉투는, 참 이루기 어려운 꿈이었습니다. 생활력 강하고 성실했던 엄마는 가장으로서 평생 일을 하며, 자식 둘을 대학까지 공부시켰습니다.

그렇게 힘겨운 생활을 꾸리던 엄마에게는 버팀목이 하나 있었습니다. 바로 30여 년 전에 빚을 지면서까지 무리해서 장만했던 작은 시영아파트였습니다. 빚이 절반이고 공색하기 짝이 없는 집이었지만 ‘내 집’이었고,

덕분에 우리 가족은 세를 살며 이사 다니는 설움 없이 한곳에서 30년을 살았습니다. 사는 게 하도 볼품 없어 손님 한 번 초대할 수 없는 그런 집이었지만 그래도 엄마가 밖에 나가 고생한 후에 돌아와 몸을 누이는 소중한 안식처였죠.

그리고 그 집은 30년 후, 엄마에게 자식보다도 든든한 효자 노릇을 하게 되었습니다. 엄마의 집은 낡은 아파트라 재건축이 되었고, 덕분에 올라간 주택가치 덕분에 엄마에게 새로운 기회를 열어준 것이죠. 바로 주택연금이었습니다.

재건축이 끝나 새 아파트로 입주한 후, 엄마에게 우리 자식들은 주택연금을 받아보시라 권유했습니다. 때마침 제도가 시행되는 초반이었고 엄마에게 참

유익한 제도라는 생각이었습니다. 하지만 엄마의 전통적인 사고방식에서 집이란 자식에게 마지막으로 물려줘야 할 유산이었습니다. 우리들의 생각은 달랐습니다. 엄마가 일군 유일한 재산을 자식 눈치 안 보고 오롯이 엄마만을 위해 쓰면 좋겠다 생각했습니다. 부모의 일방적 희생일랑 이제 생각하지도 말고 그동안의 고생을 조금이라도 덜며 살기를 바랐습니다.

당시 엄마의 집은 입주 시에 들어간 재건축 자기부담금이 고스란히 대출로 남아있었는데, 이 대출액을 연금액의 일부로 상환하고 나머지 금액을 쪼개 월 단위로 지금 받는 형태로 연금을 신청하기로 했습니다. 주택가격대비 월 지급연금액이 좀 줄긴 했지만, 한편으로는 평생 빚을 갚느라 허리가 휘던 엄마가 빚으로부터 해방될 수 있으니 기쁜 일이었습니다.

그렇게 몇 차례의 상담 후 최종 솔루션을 갖고 은행에서 마지막 실무처리를 했습니다. 서명을 하고 은행문을 나설 때, 모든 빚이 상환되었고 이제는 갚는 게 아니라 연금 받을 일만 남았다고 했을 때, 엄마는 실감하지 못했습니다. 매월 이자 납입 기일을 체크하며 줄이던 마음, 생활에 대한 압박에서 해방된다는 기쁨이 과연 어떤 것일까 실감나지 않았습니다. 그리고 첫 연금 개시일을 기다렸습니다. ‘과연, 통장에 제대로 입금될까?’하는 조바심과 괜한 긴장감도 약간은 가지면서 말이죠.

2015년 봄, 드디어 약속된 기일! 엄마는 첫 연금을 받기 시작했습니다. 엄마의 평생소원이던, 또박또박 같은 날 받아보는 월급봉투의 행복이 드디어 이뤄진 셈이었습니다. 바로 누구도 아닌 주택연금 덕분에! 엄마의 칠십 인생을 넘기고서야 비로소! 엄마의 평생을 짓누르던 가장으로서의 부담, 생활에 대한 부담, 빚에 대한 압박이 단번에 사라졌습니다. 빚 걱정, 이자 걱정으로 한숨이 끊이지 않던 날들, 밤잠을 들지 못해 뒤척이던 시간도 모두 사라졌습니다.

연금을 받게 되면서 엄마는 알콩달콩 월급봉투 쪼개서 살림하는 재미도 늦게나마 누리기 시작했습니다. 10월 한 장이라도 아끼는 알뜰함이야 여전하지만, 쓸 것도 안 쓰는 악착에서 벗어나 소소하지만, 소비생

활도 하고 가끔은 여유도 부리기 시작했습니다. 차츰 연금의 안정된 생활에 적응된 엄마는 조금씩 돈을 모아 여행도 다니고, 문화생활도 하며 이미 누렸어야 했던 생활의 여유를 늦게나마 조금씩 누리고 있습니다.

편안해진 엄마를 보니 제 마음도 한결 편안합니다. 큰 능력이 없어 엄마를 편히 모시지 못했던 죄스러움, 엄마를 보며 내내 불편했던, 안쓰러웠던 제 마음에도 평화가 왔습니다. 가끔 엄마는, 당신이 주택연금을 받게 되어 자식들에게 집을 물려주기 어렵게 됐다는 사실에 낙심하기도 하십니다. 하지만 그런 걱정은 내려놓으시고 마음껏 엄마를 위해서만 지내셨으면 하는 바람입니다. 그동안 엄마의 희생에 비하면 이 정도 누리는 것은 대단한 것도 아니니까요. 대출 상환만 없었다면 월지급금액이 더 많았을 텐데, 제가 보탬이 될 수 없어 아쉽기만 합니다. 엄마를 설득해 하루라도 빨리 주택연금을 신청했다라면 해방의 시간이 더 빨랐을 텐데 아쉽기만 합니다.

주택연금으로 엄마가 안정된 생활을 찾는 모습을 보며 저는 저의 노후설계에 대해서도 더 많은 생각을 하게 됐습니다. 개인연금을 준비하고, 국민연금을 붓고, 그리고 작지만 장만해둔 집으로 엄마처럼 주택연금을 받으며 살자는 계획을 세웠죠. 부동산 투자나 사업으로 큰돈을 벌겠다는 거창한 배짱은 없지만, 다달이 안정된 연금생활을 할 수 있도록 차근차근 노후를 준비해가고 있습니다. 준비 없는 노후는 재앙이라고 하는데, 재앙을 피해야 아니까요.

평생 고생만 하던 엄마 역시 주택연금 덕분에 재앙을 피할 수 있었다고 생각합니다. 그뿐인가요? 자식에게 아쉬운 소리 하지 않아도 되고 손주에게 용돈을 주고, 선물하고 때때로 당당히 가족 외식에서 지갑을 여는 엄마의 모습이 참 좋습니다. 능력 없는 자식 때문에 생활의 즐거움을 너무 늦게 만난 건 아닌지 안스럽지만 그래도 주택연금 덕분에 편안한 엄마의 모습이 좋습니다. 부디 오래오래 건강하셔서 주택연금의 혜택을 길고 행복하게 누리셨으면 하는 바람입니다. 매우 간절히요. 주택연금, 고맙습니다.

국민과 함께 성장하는 글로벌 주택금융 리더

HF NEWS

주택금융공사, 취약계층 생활개선에 앞장

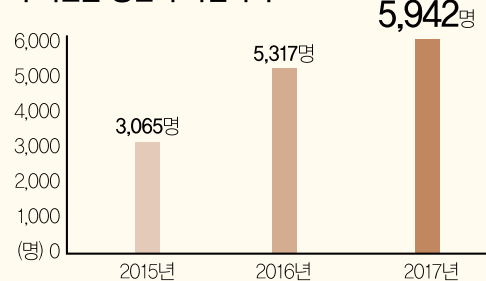


주택금융공사(HF, 사장 김재천)는 재단법인 함께일하는재단(이사장 송월주)과 5월 26일 '2017년도 HF 어르신 돌봄서비스' 협약을 체결했다. 취약계층 생활 개선을 위한 이 사업은 노인 간병, 요양보호, 산모·육아 지원 등의 돌봄서비스를 제공한다. 한편 공사는 사단법인 나눔과미래(이사장 송경용)와 취약계층 가구의 주거환경을 개선하는 'HF 드림하우스' 협약도 맺었다.

주택연금, 올 상반기 가입자 역대 최고

올 상반기 주택연금 가입자가 5,942명으로 역대 최고 실적을 기록했다. 이는 지난해 동기 5,317명에 비해 11.8% 증가한 수치로, 6월 말 기준으로 주택연금 가입자 수는 4만 5,371명에 달했다. 공사는 주택연금 가입 연령을 낮추고, 가입 가능한 주택을 확대하는 등 지속해서 제도를 개선하고 있다.

주택연금 상반기 가입자 수



주택금융공사, 은퇴금융 아카데미 하반기 수강생 모집

주택금융공사(HF, 사장 김재천)가 2017년 은퇴금융 아카데미 하반기 수강생을 모집하고 있다. 은퇴금융 아카데미는 2015년 출범 이후 현재(2017.8.1)까지 총 4,368명의 수강생을 배출했으며, 은퇴준비에 필요한 금융지식과 생활정보를 제공하고 있다. 일부 지사에서는 기본과정 외 법률·세무 상담서비스를 제공하는 특화과정도 운영한다.

주택금융공사, 원금상환 최장 3년까지 연장

주택금융공사(HF, 사장 김재천)는 경제적인 어려움에 처한 보금자리론·적격대출 이용고객에게 1년까지 원금상환을 유예해 주던 것을 최장 3년까지 늦출 수 있도록 했다. 보금자리론·적격대출 이용고객 중 실직, 폐업, 소득감소 등으로 어려움을 겪는 경우 증빙서류를 갖춰 공사 관할지사 또는 은행을 방문해 신청하면 된다. 아울러 채무조정 상담을 받은 경우 연체이자 감면 인센티브도 제공한다.

부패·공익신고자에게 보상금 지급

부패·공익신고자 60명에게 보상금 12억여 원이 지급됐다. 국민권익위원회(위원장 박은정)는 부패신고자 17명에게 10억 4,224만 원, 공익신고자 43명에게 1억 7,765만 원의 보상금을 지급했다고 밝혔다. 이들의 신고를 통해 국가, 공공단체 등으로 직접 회복된 수입 등은 198억 3,647만 원인 것으로 나타났다.

주택연금
독자의 소리

전혜향(대전시 서구)

은행에 갔다가 <주택연금> 매거진을 발견해 읽어봤다. 너무 재미있게 읽어서 집으로 구독 신청했다. 아담한 산 밑에 예쁜 주택을 짓고 살고 싶은 꿈이 있던 터라 특히 <집이 완성한 가치> 기사의 아름다운 전원주택 사진을 넋 놓고 봤다. 또 귀촌 계획을 꼼꼼하게 세우라는 따듯한 충고도 도움이 됐다. 내 마음에 꼭 드는 전원주택을 발견하게 해준 <주택연금> 매거진에게 감사하다.



강영숙(인천시 부평구)

최불암 씨가 모델로 출연한 주택연금 광고를 보고 한국주택금융공사에 다니는 친지에게 <주택연금> 매거진을 부탁했다. <건강의 정석>에 소개된 골다공증이 지금 내가 앓고 있는 질환이라 그런지 아주 유익했다. 튼튼한 근육 만들기에 더욱 힘써야겠다는 생각이 들었다. 프리미엄 액티브 시니어를 추구하는 이들을 위한 정보도 소개되면 좋겠다.



조영민(경기도 의정부시)

연금은 국민연금이 전부인 줄 알았는데 은행에서 우연히 본 <주택연금> 매거진을 통해 주택연금 제도를 알게 된 후 참 반가웠다. 이번 호 <어떤 날, 어떤 하루> 칼럼에 실린 지중해 마을이 우리나라의 충남 아산이라는 사실을 알고 깜짝 놀랐다. 국내의 좋은 곳을 알게 되어 감사하다. 혹 외국에도 우리의 주택연금 같은 제도가 있다면 실어보는 것도 좋을 것 같다.



권오경(충북 제천시)

친구 집에 놀러 갔다 <주택연금> 매거진을 처음 봤다. 인생 2막. 내가 하고 싶은 것을 하면서 건강하게 오래 살 수 있다면, 늙는 것은 축복이다. 이런 인생을 '여행'에 비유한 <테마 에세이>는 많은 생각을 하게 해주었다. 알찬 주택연금 소식지를 좀 더 작게 만들면 많은 어르신이 볼 수 있을 것 같다.



이춘성(서울시 구로구)

광고를 통해 알게 된 <주택연금> 매거진을 지금은 집에서 받아보고 있다. 이번 호 <꿈꾸는 시니어>에서 만난 가수 김세환 씨! 지금도 소년 같은 느낌이 부럽다. 산악자전거 1세대라 그런지 운동을 통해 건강과 행복을 찾는 모습이 보기 좋았다. 앞으로도 건강하게 노래하는 김세환 씨가 될 거라 믿는다. 언제나 한국주택금융공사와 주택연금소식지를 응원한다!

풍풍 솟아나는 옹달샘의 단물처럼

정리_ 편집실

청춘을 결정짓는 것은 나이가 아니라 마음속의 빛을 잃지 않는 것. 김옥화 씨는 청춘의 한가운데에서 하루를 보낸다. 꿈을 꾸고 그것을 이루기 위해 한 발자국 걷는 그녀에게 주택연금에 갈증을 해소하고 일상을 풍성하게 만들어주는 옹달샘과도 같았다.



김옥화 고객

찾아가는 독자평가회

김옥화 씨는 20여 년간 댄스스포츠 강사로 활동했다. 댄스스포츠 분야에서는 베테랑이다.

“87년도부터 취미생활로 하다가, 자연스럽게 강사로도 활동하게 됐죠. 10년 전까지 학원을 운영하다 프리랜서로 활동했고, 최근에는 재능기부의 형태로 무료 강의를 하고 있어요.”

일선에서는 물러났지만, 꾸준히 활동을 하고 있다는 김옥화 씨. 댄스스포츠 봉사 외에도 음악회나 전시회를 보러 다니는 등 그녀의 하루는 언제나 바쁘다고. 그 풍성한 생활의 원천에 주택연금이 있었다. “60세가 되기 전부터 주택연금에 대해 알았고 관심이 있었어요. 나이가 되자마자 주택연금에 가입했죠. 가족들 역시 동의해주었고요. 집에 옹달샘을 파놓은 것 같은 기분이었어요.”

다디단 옹달샘처럼 주택연금은 김옥화 씨의 갈증을 해소해주는 단물이 되어주었다. 연금은 어떤 때에는 문화생활비로, 또 어떤 때에는 손주들의 용돈으로, 또 어떤 때에는 미래를 위한 든든한 저축이 되기도 했다.

“우리가 나이가 드는 것처럼 자식들도 나이가 들게 되죠. 부모가 자식에게 기대게 되면 자녀가 부모에게 부담을 가지게 돼요. 그런 면에서 주택연금이 정말 고맙죠. 일선에 물러난 후에도 월급을 받는 기분니까요.”

달마다 들어오는 연금으로 그녀는 훨씬 여유 있는 생활을 즐기게 되었다. 최근에는 한문공부를 하러 다니고 있다. 자격증을 따서 10년 후에는 초등학교생을 무료로 가르치는 등 재능기부를 할 계획이다.

“100세 시대라고들 하잖아요. 그저 시간만 보내기에는 인생이 너무 단조롭고 지루하지 않을까요? 즐겁기 위해서는 꾸준히 새로운 것을 시도하고 노력해야 합니다.”

목표를 이루기 위해 김옥화 씨는 매일 신문에 나오는 한자를 꼼꼼히 읽고 써본다. 책을 읽는 것은 물론, 클래식 음악회나 미술 전시회도 꾸준히 방문하고 있다. 비싼 티켓을 구매하지 않더라도 주위에 찾아보면 즐길 수 있는 훌륭한 공연들이 많다고.

“행복한 삶은 열정에서 온다고 생각해요. 열정이란 끊임없이 무언가를 시작하는 데 있죠. 노력을 하다보면 결과도 따라오게 돼 있어요.” 10년 뒤 한문 교사를 목표로 파이팅을 외치는 김옥화 씨. 언제나 꿈꾸는 그녀는 어제도, 오늘도, 내일도 청춘을 살고 있다.

같이 만들어 가는
가치있는 세상

공익신고



보호 • 비밀보장, 신분보호, 불이익조치 금지, 책임감면

상담 • 국번없이 **110** 또는 **1398**

보상 • 내부 공익신고자에게 최대 20억원의 보상금 지급
• 공익에 기여한 경우 최대 2억원의 포상금 지급
• 구조금(치료비, 이사비, 소송비용 등) 지원

신고 • 홈페이지 **1398.acrc.go.kr**
• 부패·공익신고 앱
• 우편(서울시 서대문구 통일로 87)



신고대상 : 5개 분야, 279개 법률 위반행위



건강

불량식품제조·판매
무면허 의료행위



안전

부실시공
소방시설 미설치



환경

폐수 무단방류
폐기물 불법 매립



소비자 이익

개인정보 무단 유출
허위·과장광고



공정경쟁

기업 간 담합
불법 산업기술 유출

안심하세요! 공익신고 및 공익신고자 보호

공익침해행위를 신고한 분은 철저하게 보호하고 지원해드립니다.

보호 조치 : 신분비밀보장, 신분보호, 신분상 불이익조치 금지

보상 지원 : 최고 10억 원의 보상금 및 구조금 지급

법적 책임 감면 : 직무상 비밀준수 의무 면제, 신고자의 범죄 혹은 위법행위에 대한 형벌·징계의 감면

부패 및 복지, 보조금 부정신고

신고대상

중앙 및 지방정부의 예산·기금을 재원으로 지원되는 각종 보조금·지원금 등을 거짓 신청이나 그 밖의 부정한 방법으로 지급받거나 사용하는 경우



국민권익위원회



꿈을 향한 새로운 시작

1. 주택연금 제도에 대해 알고 계시나요? 아신다면 어떤 경로로 알게 되셨나요?

2. <주택연금>은 어디에서 읽으셨나요?

3. 이번호에서 가장 유익했던 기사 혹은 아쉬웠던 기사는 무엇인가요?

4. 앞으로 <주택연금>에서 다뤘으면 하는 내용이나, 제안사항이 있다면 적어주세요.

혹독했던 한여름
불볕더위를 뒤로 하고,
어느새 가을이 다소곳이
내려앉습니다.
한 치의 오차도 없이
오고가는 이 계절,
당신의 삶을
어떠한 이야기들로
채워가고 있나요?
결실의 기쁨을 함께 나누고
자연의 숨결을
온 몸으로 받아들이는
이 시간,
좀 더 성숙한
'나'를 찾아가는
여행을 떠납니다.



2017
AUTUMN
VOL.22

엽서를 보내주세요.

보내주신 소중한 의견은 최대한 반영하여 앞으로 제작되는 <주택연금>에 참고하도록 하겠습니다. 2017년 10월 31일 월요일까지 엽서를 보내주신 분 중 5분을 추첨하여 소정의 상품을 보내드리겠습니다. 많은 의견 바랍니다.

시니어라이프 종합 매거진
Vol. 22

노후행복편지 주택연금

우편엽서

보내는 사람

이름 _____

주소 _____

전화번호 _____

□ □ □ □ □

개인정보수집 및 이용 동의서

- 수집 및 이용 목적 : 엽서 당첨자 공지 및 상품 발송
- 수집항목 : 이름, 주소, 전화번호
- 보유기간 : 동의 철회 시까지

☐ 동의함 ☐ 동의하지 않음



받는 사람

부산광역시 남구 문현금융로40(문현동)
부산국제금융센터 25층
한국주택금융공사 주택연금부 앞

4 8 4 0 0