

# 경제와 노후생활

## ■ 경제

- 동 향 : 한은, 기준금리 0.25%p 인하
- 이 슈 : (경제) 중국 통상전략의 변화에 대응해야 한다  
(산업) 미국 에너지 정책 변화와 시사점

## ■ 노후생활

- 테 마 : 성공적 노화와 삶의 만족도
- 세 심 록 : 도사가 되면 좋은 점
- 북 리 뷰 : Who Stole the American Dream?

□ 동향

○ 한국은행, 기준금리를 15개월 만에 0.25%p 인하하여 2.25%로 하향 조정

- 8월 금통위는 경기 하방리스크 확대 우려 속에 경제주체의 심리를 회복하고, 정부 정책과 공조하는 차원에서 기준금리를 0.25%p 인하
  - 신임 한은총재는 경제주체의 심리위축 장기화에 따른 성장 저해 가능성을 우려한 선제적 대응임을 강조
  - 2기 경제팀의 경기부양론에 대한 정책공조 차원의 성격이 강하고 최근 부각되고 있는 심리위축에 따른 경기 하방위험에 대한 대응 성격
- 하지만 가계부채 동향을 주시하면서 추가 금리인하에 대한 시사는 제한
  - 가계부채가 소비의 주요 걸림돌로 작용하는 가운데 주택금융규제 완화와 결합한 금리인하가 가계부채 문제를 악화 시킬 수 있다는 우려가 상존

○ 7월 취업자는 2,597만9천명으로, 제조업 및 서비스업, 임금 및 상용근로자 중심으로 전년동월대비 50만5천명 증가

- 산업별: 농림어업의 취업자 감소세가 확대되었지만, 제조업(19만1천명, 4.6%), 숙박및음식점업(14만2천명, 7.1%), 도매및소매업(13만4천명, 3.6%), 보건업및사회복지서비스업(12만5천명, 7.8%), 건설업(5만7천명, 3.2%) 등에서 증가
- 종사상지위별: 임금근로자 중 상용근로자(35만1천명, 3.0%)와 임시근로자(23만5천명, 4.7%)는 증가하였고, 일용근로자(-5만4천명, -3.3%)는 감소하였으며, 비임금근로자 중 자영업자(-1만7천명, -0.3%)와 무급가족종사자(-1만명, -0.7%)는 모두 감소

<국내 주요 경제지표 추이>

구 분		2012	2013		2014							
		연간	연간	3/4	4/4	1/4	2/4	5월	6월	7월	8/1	8/14
실물지표	GDP성장률(%)	2.3	3.0	1.1	0.9	0.9	0.6	-	-	-		
	제조업생산지수(%)	0.7	-1.6	0.1	1.8	0.6	0.3	-2.3	0.4	-		
	소비자물가지수(%)	2.2	1.3	1.4	1.1	1.1	1.6	1.7	1.7	1.6		-
	실업률(%)	3.2	3.1	3.0	2.8	4.0	3.7	3.6	3.5	3.4		
	경상수지(억달러)	508.4	798.8	237.8	248.4	151.3	241.3	71	79	-		
금융지표	국고채(3년)(%)	3.13	2.79	3.01	2.90	2.87	2.82	2.84	2.75	2.75	2.51	2.52
	원/달러(원)	1,126.8	1,095.0	1,112.2	1,062.1	1,069.0	1,029.6	1,025.0	1,019.4	1,019.4	1,026.5	1,032.0
	코스피지수(P)	1,930.4	1,960.5	1,917.7	2,009.3	1,946.1	1,993.2	1,994.1	1,995.1	1,995.1	2,047.9	2,055.5

주 : 제조업생산, 소비자물가는 전년동기대비 증감률이며, 금융지표는 8/4~8/14의 평균값임.

## □ 이슈 : (경제) 중국 통상전략의 변화에 대응해야 한다.<sup>1)</sup>

지난 2000~2013년 사이 중국의 교역규모는 연평균 약 18%의 빠른 속도로 증가하면서 2013년에는 미국을 넘어 세계 최대 교역국으로 부상하였다. 반면, 경제성장률은 글로벌 금융위기 이후 7%대로 하락하는 등 성장한계에 부딪혀 있다. 이러한 딜레마 극복을 위해 중국 정부는 통상전략의 변화를 꾀하고 있다. 우리나라의 對中 교역의존도는 약 26%로, 중국의 통상전략 변화에 적극 대응할 필요가 있다.

본 보고서는 중국이 현재 추진하고 있는 통상전략의 특징을 무역, 산업, 투자 등 부문의 5가지 세부분야에 걸쳐 살펴보았다.

첫째, 중국은 경제영토 확장을 위해 FTA, RCEP를 적극 추진하고 있습니다. 중국은 2004년 홍콩 및 마카오와의 포괄적 경제동반자협정을 시작으로 최근 유럽, 남미 등 11개 지역 및 국가와 FTA를 체결하고 있으며, 상품 및 서비스 개방 정도도 점차 고도화 되고 있다. 또한, 아시아 국가 중심의 역내포괄적경제동반자협정(RCEP)을 통해 아시아 역내에서 중국 중심의 경제협력 관계 구축도 적극적으로 모색하고 있습니다. 중국이 주도하여 추진 중인 RCEP 협상은 총 16개국 이 참여하며 세계 GDP의 32.5%에 달하는 거대 시장을 형성하고 있다.

둘째, 수출 안정화를 위해 위안화 저평가 및 무역결제 확대 전략을 추진하고 있습니다. 중국은 여전히 정부의 적절한 통제로 위안화 가치절하를 유도하고 있으며, 이를 통해 수출기업의 가격경쟁력을 유지하고 있다. 또한, 무역결제에서 위안화 사용을 확대하면서 달러에 의존하던 기존 무역결제 시스템 전환을 모색하고 있다.

셋째, 중국은 수출의 질적 제고를 위해 산업 고도화를 추진하고 있다. 산업 고도화 추진 일환으로 가공무역에 대한 수출입 제한 정책을 실시하면서 수출 품목의 고도화를 통해 산업 가치사슬의 고부가가치화 실현을 꾀하고 있다. 중국 가공무역이 전체 교역에서 차지하는 비중은 2013년 32.7%로 1998년 53.4%보다 20.7%p 감소하였다.

넷째, 중국은 제조업과 서비스업 분야의 외국인 투자 유치를 확대하고 있다. 이를 위해 보세물류지역, 보세항구와 같은 산업클러스터 등 수출항구 배후단지를 적극 개발하여 제조업과 서비스업 육성에 주력하고 있다. 이런 특별관세 지역에 입주한 기업들에게는 부가가치세 면제, 화물 자유 수출입, 관세 인센티브 등 다양한 혜택을 제공하고 있다.

마지막으로 중국은 선진기술 및 판매망 확보를 위해 내국인의 해외 투자를 적극 추진하고 있다. 중국은 국가와 민간차원에서 5,601억 달러 규모의 차이나머니를 바탕으로 해외의 광산, 도소매판매, 금융 등의 분야에 대해 공격적인 투자를 추진하고 있다.

1) 현대경제연구원, 『경제주평』 “중국 통상전략의 변화에 대응해야 한다” 14-32호 (2014. 08. 14) 에서 발췌 요약.

이와 같은 중국의 통상전략 변화에 대응하기 위해서는 다음과 같은 대응책 마련이 필요합니다.

첫째, 중국의 경제영토 확장 전략을 적극 이용하는 방안 마련은 물론 대응책도 강구해야 한다. 특히, 한중 FTA에서 농산품, 기계제품 등에 대한 적절한 보호막 설정과 더불어 중국에 대한 서비스무역 확대를 위해 포괄적인 협상전략을 마련해야 한다.

둘째, 중국이 자국 수출기업을 위한 위안화 가치절하 유도 전략에 대비함과 동시에 대중(對中) 교역에서 비용절감을 위해 위안화를 무역결제에 활용할 필요성도 있다.

셋째, 중국 산업 고도화 추진 과정에서의 투자 기회를 적극 발굴하는 한편 가공무역 축소에 따른 우리 기업의 타격 최소화 방안 마련이 필요하다. 이를 위해 중국 소비재 시장 진출 다각화 및 점유율 확대 노력이 필요하며, 제조업 투자 고도화 전략을 강구해야 한다.

넷째, 중국의 외국인 투자 유치정책을 적극 활용하되, 해운 및 항만 분야에서는 대중(對中) 경쟁력을 확보하고 차별화하려는 노력이 시급하다.

끝으로 차이나머니를 국내 지역경기 활성화에 적극 활용하되 무분별한 투자에 노출되지 않도록 경영 대책 마련이 필요하며, 이를 위해서는 지분 방어, 기술 보호 등 전략적 대응이 필요하다.

< 중국 5대 통상전략에 대한 평가 및 대응책 >

구 분	평 가	대 응 책
경제영토 확장	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 시장개방 가속화</li> <li>· FTA 등 양자/다자간 지역경제협력 플랫폼 적극 활용</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 중국 내수시장 선점</li> <li>· 경쟁우위 품목의 수출 확대</li> <li>· 피해산업에 대한 보호막 설정 필요</li> </ul>
무역결제안정화 모색	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 환율 통제로 자국 수출기업 보호</li> <li>· 위안화 무역결제 활용도 제고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 위안화 가치절하에 따른 對中 수출 리스크 모니터링 강화</li> <li>· 위안화 무역결제를 적극 활용</li> </ul>
산업고도화 추진	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 산업고도화 가속화</li> <li>· 수출이 고부가가치 실현 추구</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 가공무역 축소로 인한 타격을 최소화하기 위한 방안 마련</li> <li>- 투자대상 품목 고도화, 퇴출기업 지원 등</li> </ul>
외국인투자유치 확대	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 제조업과 물류·유통서비스 분야에서 외국인투자 유치 확대</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 중계무역 등 제도를 적극 활용하여 해운 역량 강화</li> <li>· 국내 항만자유지역의 경쟁력 발굴을 위한 전략 필요</li> </ul>
전략적 해외투자 전개	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 해외 자원, 유통망, 신기술 확보에 적극적임</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 차이나머니를 적절히 활용 가능</li> <li>· 단, 무분별한 지분투자 등에 노출되지 않도록 국내 기업들의 방어책 필요</li> </ul>

미래연구본부 천용찬 연구원 (2072-6274, junius73@hri.co.kr)

## □ 이슈 : (산업) 미국 에너지 정책 변화와 시사점<sup>2)</sup>

미국은 금융위기 이후 침체되어 있는 경기를 부양하기 위해 다양한 성장전략을 발표했다. 오바마 정부는 높은 에너지 수입의존도가 미국의 안보와 경제 위협요인으로 판단, 에너지 문제를 최우선 정책으로 강조, 비전통 에너지 개발을 통한 안정적 수급 등을 통해 지속성장 가능 경제를 실현하고자 하고 있다. 이로 인해 가스와 오일 개발 산업의 경제 성장 기여도는 2008년 0.03%p에서 2013년 0.22%p로 상승하였고 석유와 천연가스 부문의 무역수지 적자규모도 동기간 421억 달러에서 239억 달러로 축소되었다. 이처럼 미국 경제의 성장을 주도할 것으로 예상되며, 세계 에너지시장은 물론 우리나라 에너지 분야에도 향후 큰 영향을 미칠 것으로 보인다.

미국의 에너지 정책 변화가 세계 및 국내에 미치는 영향에 대해 살펴보면 다음과 같다.

우선, 미국에 미치는 영향은, 첫째, 미국의 에너지 수입의존도가 축소될 것이다. 비전통 오일 개발에 따른 오일 공급증가, 천연가스와 재생에너지로의 에너지원 수요 대체 등으로 오일 순수입량은 2008년 1,110만 배럴/일에서 2020년 490만 배럴로 약 55.9%가 줄어들 전망이다. 또한 셰일가스 개발로 천연가스 공급이 늘면서 2018년부터 천연가스 순수출국으로 전환, 2020년 순수출 규모는 1.9조 입방피트에 이를 것으로 추정된다. 둘째, 비전통 에너지 개발로 낮은 가격의 천연가스가 공급되면서 美 제조업 경쟁력이 강화될 것으로 보인다. 美제조업의 생산 증가율은 2012년 1.3%에서 2025년 3.9%로 가파른 상승이 예상되는 가운데, 특히 에너지 집중도가 높은 산업인 철강, 합성수지, 석유 및 석탄 산업 등의 생산 증가율은 2025년에 약 6%대 이상을 기록할 전망이다. 셋째, 에너지 개발과 제조업 부문의 외국인 직접투자 유입도 가속화될 것이다. 최근 석유·가스 부문에 대한 외국인 직접투자가 급증, 순수입 규모가 2009년 500억 달러에서 2012년 1,140억 달러로 2배 이상 증가하였다. 이처럼 비전통에너지와 청정에너지 개발은 미국 경제의 새로운 성장동력으로 작용할 것이다. 비전통 에너지 개발에 따른 고용 창출규모는 2012년 212.5만 명에서 2020년 333.6만 명으로 증가하였고, 부가가치 창출규모도 동기간 2,837억 달러에서 4,684억 달러로 증가할 것으로 예상된다. 한편, 청정에너지 개발은 지금까지 약 90~100만 개의 신규일자리를 창출하였다.

미국에너지 정책 변화가 세계에 미치는 영향을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 미국이 세계 최대 에너지 생산국으로 부상하면서 중동지역의 에너지 패권구도가 약화될 것이다. 2015년부터 미국은 사우디아라비아와 러시아를 제치고 세계 1위 석유 생산국이 될 전망이다. 2020년 미국은 하루에 1,160만 배럴의 석유를 생산해 사우디아라비아 1,060배럴/일, 러시아 1,040배럴/일 수준을 상회할 것이다. 또한 미국은 2009년에 러시아를 제치고 이미 최대 천연가스 생산국으로 등극했다. 미국의 천연가스 생산량은 2008년 5,708억m<sup>3</sup>에서 2030년 5,277억m<sup>3</sup>으로 약

2) 현대경제연구원, 『VIP 리포트』 “미국 에너지 정책 변화와 시사점” 14-29호 (2014. 08. 11) 에서 발췌 요약.

41.3% 증가할 전망이다. 둘째, 향후 미국산 오일의 세계시장 공급확대로 세계 에너지 수입이 다소 원활해질 것으로 보인다. 최근 셰일오일 개발로 원유공급이 늘어나고 원유재고도 역대 최고치를 기록하고 있는 가운데 오랫동안 유지되어 온 원유 수출 제한 관련 법 및 규정의 개정 요구가 강하게 나타나고 있다. 또한 오일 대신 값싼 천연가스와 신재생에너지로 수요가 대체되면서 오일의 의존도가 축소되면서 세계 오일 공급이 늘어날 것으로 예상된다. 셋째, 세계 에너지 가격도 천연가스를 중심으로 하향 안정화될 전망이다. 미국은 셰일가스 생산량 증대로 잉여분의 해외 수출을 추진하고 있어, 향후 LNG 수출량이 지속적으로 늘어날 것이다. 이로 인해 저렴한 북미지역의 천연가스 공급으로 일본과 유럽 지역의 천연가스 가격이 기존 전망치보다 최대 BTU(British Thermal Unit, 영국열량단위) 당 3달러 정도로 하락할 전망이다.

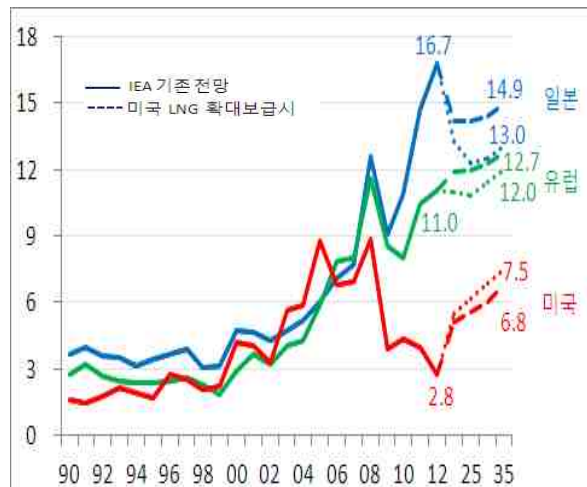
< 미국 LNG 수출입 전망 >

(조 입방피트)



< 지역별 천연 가스 가격 >

(\$/백만 BTU)



미국 에너지 정책 변화는 한국경제에 긍정적인 영향을 물론 부정적인 영향을 미칠 가능성도 상존하여, 이에 대한 대응이 필요하다. 우선, 긍정적인 면을 적극 활용할 수 있는 전략 모색이 필요하다. 이를 위해서는 첫째, 美비전통 자원 개발 사업 참여 확대 등을 통한 에너지 수급 다변화 전략이 필요하다. 둘째, 비전통 에너지와 신재생 에너지 개발에 따른 연관 산업의 사업 기회를 적극 활용해야 한다. 셋째, 미국처럼 재생 에너지 산업을 경기 부양 및 미래 성장 동력으로 활용할 수 있는 방안 필요하다. 넷째, 향후 미국 경제가 회복세를 보일 경우, 수출 경로를 통해 한국 경제 성장을 가속화하기 위한 대응이 필요하다. 다음으로, 부정적인 영향 최소화를 위한 노력이 필요한데, 특히, 미국 제조업 경쟁력 강화에 대응할 수 있는 전략 마련이 필요하다. 또, 미국 내 기업 경영환경 개선에 따르는 우리나라의 투자유출을 방지할 수 있는 적극적인 대응전략이 필요하다.

정민 선임연구원(2072-6220, chungm@hri.co.kr)

## □ 테마 : 성공적 노화와 삶의 만족도

### ○ 요약

급속한 고령화에 대비하여 노인을 의존적인 존재로 보았던 기존 시각에서 벗어나 노인에게 독립성뿐만 아니라 생산적인 활동을 적극적으로 참여시켜야 할 필요성이 제기됨

성공적으로 노화하는 사람들은 자신의 삶에 대해 만족할 줄 알며, 성공적 노화를 성취함으로써 노년기의 삶의 만족도는 증가하는 것으로 나타남

특히, 신체적 건강상태와 심리적 건강상태가 좋은 노인들은 그렇지 않은 노인들에 비해 삶의 만족도 초기값은 높았으나, 상대적으로 천천히 증가하는 것으로 나타남. 하지만 생산적인 활동을 하는 노인들과 그렇지 않은 노인들은 초기 삶의 만족도는 같지만 시간이 흐를수록 생산적인 활동을 하는 노인들의 삶의 만족도가 훨씬 빠르게 증가하는 것으로 확인됨

향후 100세 시대를 앞두고 노후에 필요한 부분은 노인의 재취업과 관련된 부분이며, 이와 관련된 정책적·실천적 개입이 이루어져야 함을 시사함

## □ 성공적 노화

### ○ 노인복지의 새로운 패러다임

- '성공적 노화'(successful aging)라는 용어가 학계에 전면적으로 부각된 것은 '신노년학'(New Gerontology)이 등장한 1980년대 이후임
- 성공적 노화란 노년기의 바람직한 삶을 묘사하는 일반적이고 포괄적인 개념어로, '생산적 노화'(productive aging)나 '적극적 노화'(Active aging)와 상호 교환적으로 사용되기도 하나 강조하는 측면은 상이함
  - 생산적 노화는 노인을 평가 절하한 연령차별의 반작용으로 1980년대 후반 미국에서 출현
  - 적극적 노화라는 용어는 1990년대 후반 WHO에 의해 채택되었으며, '건강한 노화'(healthy aging)보다 더 포괄적인 의미를 지니고 있음

- 2002년 유엔에서는 각 국 정부와 함께 노인의 사회적, 문화적, 경제적, 정치적 기여를 인식하고 노인의 사회참여의 고용 증진을 강조하는 마드리드 노령화 국제행동계획(Madrid International Plan of Action in Aging)을 채택함(WHO, 2002)
  - 이러한 노력은 지금까지 노인을 의존적인 존재로 보았던 기존 시각에서 벗어나 노인에게 독립성뿐만 아니라 생산적인 활동을 적극적으로 참여할 것을 강조
  - 기존의 노화연구나 노년기 이론들이 노년기의 쇠퇴를 전제하고 그에 대한 적응을 강조하는 것과 대조적으로, 성공적 노화모델은 기능의 쇠퇴에 적응하기 이전에 그 기능을 유지하도록 노력하고, 축소된 사회관계에 적응하기보다 적극적으로 사회적 관계를 형성하며, 생산적 활동에의 참여를 강조하고 있음

## □ 성공적 노화와 삶의 만족도와의 관계

### ○ 노년기 삶의 만족도와 관련된 이슈와 성공적 노화는 밀접한 관련이 있음

- 삶의 만족도는 자신의 삶의 질에 대한 주관적인 평가를 의미함
  - 삶의 만족도에 대한 평가와 판단은 본질적으로 인지적인 요소에 의해 결정되기 때문. Diener et al.(1999)에 따르면 주관적인 안녕이나 행복은 둘 다 감정적이고 인지적인 요소를 포함하고 있으며 감정적인 요소는 개인의 긍정적이고 부정적인 감정에 대한 경험들로 구성. 또한 삶의 만족도는 더 폭넓은 인지적 요소를 포함하는 것으로 간주
- 성공적으로 노화하는 사람들은 자신의 삶에 대해 만족함. 즉, 성공적 노화를 성취함으로써 노년기의 삶의 만족도는 증가

### ○ 삶의 만족도에 영향을 미치는 성공적 노화 요인

- 신체적 요인
  - 신체적 요인은 삶의 만족도를 예측하는 주요 요인으로 주목할 만함. 객관적 및 주관적 건강상태가 삶의 만족도에 영향을 미친다는 연구결과들이 발표되어 왔음
- 심리적 요인
  - 심리적 요인 중에서 우울은 성공적 노화를 측정하는 변인으로서 매우 중요한 변수임. 노년기 우울문제를 잘 다루어야 성공적으로 노화할 수 있고 높은 삶의 만족

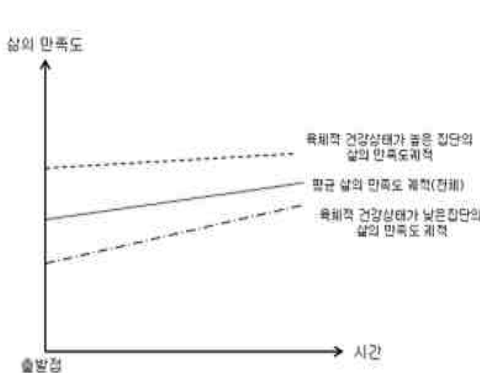


도를 유지할 수 있음. 대다수의 연구에서 성공적 노화의 구성요소 중에서 심리적 요인의 하위요소인 우울은 삶의 만족도에 부적으로 영향을 미치는 중요한 요소임 이 확인되었음

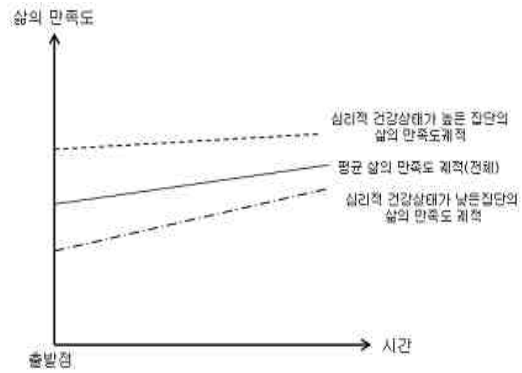
- 사회적 요인

- 생산적 활동은 유급노동활동을 비롯하여 자원봉사, 가사노동, 돌봄활동으로 구분되며, 돌봄활동의 영역에서는 손자녀돌봄과 부모돌봄이 포함. 기존의 횡단연구는 생산적 활동에서 유급노동활동이 삶에 만족도에 영향을 미친다는 연구가 대다수를 차지함. 노년기 유급노동활동은 안정된 소득의 확보, 건강유지 효과, 사회적 소외감과 고독감의 억제 등과 같은 긍정적 효과를 지니고 있어 삶의 만족도를 증진시키는 주요 요인으로 작용하는 것으로 나타났음
- 반면, 손자녀 돌봄활동이 삶의 만족도에 미치는 영향은 부적인 영향을 미친다는 연구결과가 대다수를 차지하고 있으며 부모 돌봄활동도 노인에게 과도한 역할 수행에 따른 스트레스 원인으로 작용하여 삶의 만족도에는 부정적 영향을 미친다는 연구가 지배적임

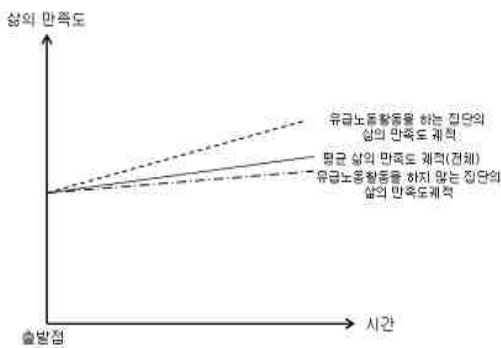
< 성공적 노화요인과 삶의 만족도의 관계 >



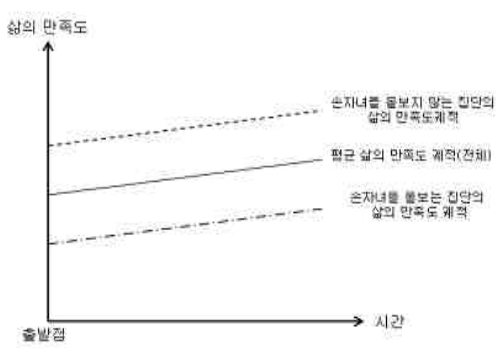
육체적 건강상태와 삶의 만족도 궤적과의 관계



심리적 건강상태와 삶의 만족도 궤적과의 관계



유급노동활동 유무와 삶의 만족도 궤적과의 관계



손자녀돌봄활동 유무와 삶의 만족도 궤적과의 관계

○ 삶의 만족도에 영향을 미치는 인구사회학적 요인

- 삶의 만족도에 영향을 미치는 인구사회학적 요인에서 교육수준은 삶의 만족도에 정적으로 영향을 미친다는 일관된 연구결과를 제시하고 있음
- 반면, 성별, 연령, 소득수준, 배우자 유무는 상이한 연구결과가 나타났음

□ 시사점 및 결론

○ 육체적으로 건강한 삶의 스타일 기능 강화

- 신체적인 기능을 높임으로 노인들이 육체적으로 건강한 삶의 스타일을 유지하도록 하는 것은 성공적 노화를 이끌며 삶의 만족도를 높여주는데 중요한 요소임
  - 건강관리 및 건강유지를 위해 보건소, 노인대학, 노인복지관 등에서 건강진단과 건강증진과 관련된 사회교육 프로그램이 실시되고 있지만 더 체계적인 프로그램이 개발되어야 할 필요성을 시사하고 있음

○ 성공적 노화를 위한 노년기 운동 강화

- Go4Life는 NIH(건강진흥원: the National Institutes of Health)의 National Institute on Aging(노화연구를 위한 국립연구소)의 운동 및 신체활동으로, 일상생활에 필요한 운동과 신체활동을 적합하게 하도록 돕기 위해 개발
- 노인들이 신체적으로 활동적이 되는 것, 일상생활이 무너진 후에 운동에 복귀하는 것, 주중 일과에 운동과 신체활동을 더욱 발달시키는 것이 Go4Life의 필수적인 요소
- 노년기에 유익한 4가지 유형의 운동
  - 지구력(endurance) : 지구력 또는 유산소 운동은 호흡과 심박동수를 향상시킴. 심장, 폐, 그리고 순환기관을 건강하게 유지시키고, 전체적인 체력을 향상시킴. 그 결과, 당뇨, 심장질환과 같은 노인들에게 공통적으로 나타나는 많은 질병들을 지연

또는 예방. 예) 빠르게 걷기/ 조깅, 정원 일 (잔디깎기, 갈퀴질 하기, 땅 파기), 댄스 하기, 수영하기, 자전거타기, 계단이나 언덕 오르기, 테니스 치기, 농구하기

- **근력** : 근력운동은 근육을 강하게 하며 근력이 조금만 증가되었을 뿐인데도 독립적으로 활동하는 능력 뿐 아니라 계단 오르기, 식품 운반하기와 같은 일상 활동을 수행하는 능력에서 큰 차이를 생기게 할 수 있음. 이러한 운동들을 “근력 훈련” 또는 “내성 훈련”이라고 칭하고 있음. 예) 역기 들기(Lifting weights), 밴드 이용하여 운동하기(Using a resistance band)
- **균형** : 균형운동은 노인들에게 나타나는 공통적인 문제인 넘어지는 것을 예방할 수 있으며 하체 근력운동은 균형을 향상시킬 수 있음. 예) 한 발로 서기(Standing on one foot), 발가락에 발끝을 붙여 걷기(Heel-to-toe walk), 태극권(Tai Chi)
- **유연성** : 유연성운동은 근육을 스트레칭시키고 몸을 유연하게 하도록 도움. 유연해지는 것은 다른 운동 뿐 아니라 매일의 활동을 위한 움직임을 통해 이루어짐. 예) 어깨와 상박 스트레칭(Shoulder and upper arm stretch), 종아리 스트레칭(Calf stretch), 요가(Yoga)

### ○ 노년기 우울에 대한 관심과 개입이 필요

- 실천적 개입전략으로는 노인의 우울증 예방프로그램을 개발하고 확대하는 것이 필요하며 가족관계에 대한 적극적 개입을 통해서 우울증상을 완화시키는 것도 중요

### ○ 노년기 재취업에 대한 정부의 적극적 지원강화

- 유급노동활동은 출발점의 삶의 만족도는 차이가 없었지만 유급노동활동을 하는 노인들이 시간이 지남에 따라서 삶의 만족도가 상대적으로 빨리 증가하는 것으로 나타남
  - 노인에게 경제활동을 할 수 있는 노인 일자리 사업의 확대가 필요함. 현재 우리나라 노인일자리사업의 유형은 한정되어 있어서 다양한 노인들의 요구에 부응하지 못하며 임금도 낮아서 경제적인 면에서 많은 도움을 주지 못하고 있는 실정임
  - 생산적 활동이 가능한 노인에게 맞춤형 일자리 제공과 탄력적 정년연장 제도 도입 방안이 강구되어야 할 것임

○ 조손가족과 빈곤가족에 대한 제도적 지원

- 손자녀를 돌보는 노인은 손자녀를 돌보지 않는 노인보다 초기 삶의 만족도가 낮았으며 시간이 흐름에 따라서 변하지 않고 낮은 삶의 만족도가 지속되는 것으로 나타났다
- 우리나라의 경우 손자녀를 돌보는 가구원의 유형을 살펴보면, 주로 조손가족과 빈곤가족이 상대적으로 많다는 연구 결과가 나타남. 신체건강, 재정지원, 법적원조, 정신건강 상담, 지지그룹서비스와 같은 내용을 담은 전국 가족 양육자 지원 프로그램(NFCSP: National Family Caregiver Support Program)과 같은 사업의 도입이 필요함

유재남 한양대학교 고령사회연구원 연구조교수  
(02-2220-2799, namee9573@hanmail.net)

## □ 세심록(洗心錄)

### ○ 도사가 되면 좋은 점

일정한 경지에 이른, 소위 해탈(解脫)한 사람을 보통 '도사(道士)'라고 부른다. 명인, 달인, 전문가, 어찌 보면 모두 이 시대의 도사를 일컫는 말이다. 시중에 나와 있는 도사 입문 관련 책들을 읽다 보면 도사가 되는 길은 공통적으로 험난한 과정이 필요하다. 또한 학문적으로만 이루어질 수 있는 것도 아님을 알 수 있다.

도사가 되는 가르침을 고서에서 찾아보면, 중국 사서(四書) 중 「대학(大學)」에 '격물치지(格物致知)'라는 말이 나온다. 깊이 연구하여(격물) 지식을 넓히는 것(치지)을 말한다. 사물의 이치를 깊이 헤아리면 지식을 얻을 수 있다는 뜻이다. 격물치지는 우리 선조들에게도 현실을 인식하는 방법으로 널리 사용되어 왔다. 한국적 과학주의라고 볼 수 있을 정도로 경험주의적이고, 실증적인 현실 인식론이었다. 이를 토대로 천문지리, 농상공, 병법들의 과학화를 무던히 꾀해 온 것이다.

기업 경영도 마찬가지다. 로알더치셀(석유), 월마트(유통), 삼성(전자) 등은 자신들이 속한 업종에서 도사가 되었고 그 세계를 평정했다. 기업이 특정 분야에서 도사가 되면, 첫째, 중원 무림의 맹주가 된다. 많은 고수들이 모여 들어 충성을 다한다. 도사의 영향력 아래에서 하청 물량만 취해도 경제적 이득은 엄청나다. 둘째, 진입장벽이 높아진다. 도사에게 감히 도전장을 내밀기는 쉽지 않다. 비록 수많은 사이버 도사가 판칠지언정. 셋째, 자신만의 기술 창조를 통해 지속 발전이 가능하다. 도사는 남의 것을 훔내 낼 수가 없다. 오로지 새로운 기술과 방법을 연마해 앞서고자 한다.

최근의 경영 환경은 기존 상식과 고정 관념을 넘어서며 급속히 변화하고 있다. 기업 경영에서 도사가 되기 위해 요구되는 중요한 항목 중의 하나는 창의성이다. 부단한 노력을 통해 사물의 원리와 이치를 연구하고 지식을 얻게 된다. 이를 바탕으로 갈고 다듬을 때 비로소 창의적인 제품이 탄생한다. 완전한 새로움이라기보다는 기존 제품에 더하고, 빼고, 곱하고, 나누기를 한 산물이다. 이왕 세상에 맞선다면 격물치지하여 도사가 되어 볼 만하지 않은가.

**실패한 사람들이 '현명하게' 포기할 때,  
성공한 사람들은 '미련하게' 참는다.**

- 존 고든(John Gordon)

## □ 북리뷰 : Who Stole the American Dream?<sup>3)</sup>

저자인 헤드릭 스미스(Hedrick Smith)는 뉴욕타임스 기자와 미국 공영방송인 PBS의 대표적인 시사프로그램인 Frontline의 프로듀서를 지냈다. 대표작으로 미국 정치를 다룬 The Power Game(1996)이 있다.

### ○ 주요 내용

- **1970년 후반 미국의 기업계는 대공황이후 취했던 수세적인 자세를 버리고 공세적인 태도를 취하면서 정치적 상황을 기업에 유리한 방향으로 전환하는데 성공**
  - 닉슨시절 연방대법원판사였던 루이스파월이 1971년 8월 파월메모를 발표하고 미국기업들의 정치적 단결을 호소
  - 1970년대 말까지 미국기업계는 535명의 연방하원의원 한사람당 130명 규모의 로비리스트와 지원인력을 규합하는데 성공
  - 민주당 카터 대통령 집권 시기 1977~78년 제95회 미연방의회에서 공세 본격화
    - ① 노동법개정, 소비자보호부처 신설 등의 개혁이 좌절
    - ② 트럭, 철도, 항공운송 등에서 규제 철폐, 파산법을 기존 CEO에 유리하게 개정, 퇴직연금적립에서 기업의 부담을 경감, 자본 이득세를 크게 인하
  
- **신자유주의적 경제논리가 사회를 지배하면서 복지국가 미국의 모습이 사라졌으며 정치에 있어서도 민주주의가 크게 위축**
  - 1940년대부터 70년대까지 미국의 정치와 기업계는 "성장의 공유"를 추구
  - 닉슨은 부통령시절인 1959년 소련의 흐루시초프를 만난 자리에서 "미국이야말로 계급 없는 사회이자 모두에 번영을 약속하는 이상에 가장 가까이 있다"고 설파
  - 1970년 후반 노동조합조직률이 27%에 달했고 장기근속 근로자들은 기업이 큰 몫을 부담하는 연금덕분에 마지막 월급의 45~60%를 죽을 때까지 받아 노후를 보장
  - 1970년대 말 이후 월스트리트는 메인스트리트와 이해를 같이했던 이전의 자세를 버리고 후자의 고통으로부터 이득을 취하기 시작
  - 401(k)의 도입으로 기업은 연금적립부담에서 벗어났으며, 기존 CEO가 물러나지 않아도 되는 바뀐 파산법을 악용해 근로자에 대한 의무를 저버리는 경우가 발생
  - 실질 소득 기준으로 1970년대 미국의 주요 102개 기업 CEO의 평균연봉이 근로자의 40배 정도였지만 2000년대 367배를 넘어섬
  - 극단적 이데올로기가 정치를 지배하는 가운데 금권정치가 일상화하면서 2010년 기업계는 의회선거에서 9억 7,200만 달러의 대부분을 공화당 상대 로비에 지출
  
- **미국 국내를 대상으로 한 제2의 마셜플랜, 중도정치세력의 규합, 미래를 생각하는 이성적인 시민들의 단합이 절실히 필요**

<sup>3)</sup> Hedrick Smith, Who Stole the American Dream?, NY, Random House, 2012.

# HRI Leaders Forum

최고CEO와 으뜸 지성의 만남



## 프리미엄급 최고경영자 포럼 HRI 리더스 포럼

### 일정

매월 넷째주 목요일 저녁 7시 만찬

### 장소

서울시 주요호텔

### 시간

19:00 - 19:35 만찬 및 인사교류  
19:35 - 19:45 경제·산업동향 브리핑  
19:45 - 21:00 주제 강연

#### HRI리더스포럼에 지혜를 나눠준 연사

- 김난도 서울대 교수(대한민국소비트렌드의 최근 흐름과 시사점)
- 최재천 이화여대 교수(21세기 기업생태계와 지식의 통섭)
- 유홍준 명지대 교수(명작의 조건과 잠인정신)
- 금난새 지휘자(하모니리더십)
- 김정운 명지대 교수(마음을 움직이는 힘)

#### HRI리더스포럼 혜택

- 명사들의 주제강연(경제·경영·인문·사회·예술)
- CreativeTV(usociety.co.kr)VIP멤버십 제공
- 매회 경제·경영 베스트셀러 제공
- 최신 경제산업 동향자료

#### 연회비

- 1명 가입시 100만원(1인)
- 2명 가입시 90만원(1인)
- 3명 이상 가입시 80만원(1인)

