

# 중장년 1인가구 지원사업 특강

## 혼자의 시대를 살아가는 중장년 여성 1인가구

김수영(서울대학교 사회복지학과)



경기도여성가족재단  
Gyeonggi-do Women & Family Foundation

### 목차

1. 우리는 왜 혼자가 되었나?
2. 중장년 여성 1인가구의 삶과 관계
3. 1인가구의 가족적인 삶
4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법
5. 행복한 노후를 위한 준비

## 0. 들어가며

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

4인가구



1인가구



## 0. 들어가며

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 1인가구가 가장 전형적인 가구유형



2025년 행정안전부 발표 기준, 전체 2,412만 가구

1인가구 1012만 가구(약 42%) vs. 4인가구 이상 394만 가구(약 16%)

출처: 행정안전부 '2025년 행정안전통계연보' 2025년 8월 27일 발표

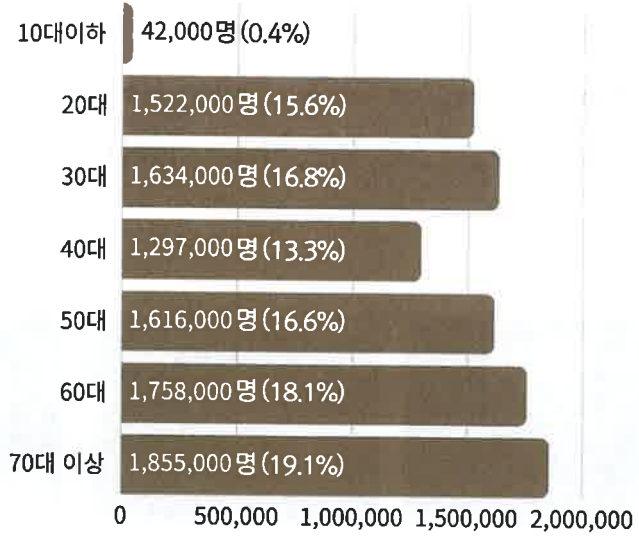
# 0. 들어가며

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 전연령대에 고루 분포

1인가구 ≠ 독거노인

<연령별 1인가구 분포>



출처: 행정안전부 '2024년 행정안전통계연보'

# 0. 들어가며

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 1인가구 이미지

불쌍한, 외로운

화려한, 자유로운



VS



## 0. 들어가며

### Alone Project

- 혼자 일하고, 놀고, 돌보고, 죽는 삶  
Working, Playing, Caring, Dying Alone
- 2019~2025년 소득, 연령, 직업이 다양한 109명의 1인가구를 만나다



## 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?



# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 생존경쟁



동물행동학자 최재천 교수

## 개인주의



빅데이터 전문가 송길영 작가

# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?


혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 생존경쟁

### • 2011년에 시작된 N포 세대 담론

- ✓ 경제적 빈곤, 불안정 노동, 주거비, 사교육비 부담(못혼)

연애·결혼·출산 포기  
 집·인간관계 포기  
 꿈·희망 포기  
 ⋮  
 N 가지 이상을 포기하는 세대



< 3포세대, 5포세대, 7포세대, 9포세대, 다포세대를 아십니까? >

3포 : 연애 / 결혼 / 출산 포기  
 5포 : 연애 / 결혼 / 출산 / 인간관계 / 내집 마련 포기  
 7포 : 연애 / 결혼 / 출산 / 인간관계 / 내집 마련 / 취업 / 희망 포기  
 9포 : 연애 / 결혼 / 출산 / 인간관계 / 내집 마련 / 취업 / 희망 / 건강 / 학업 포기

# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

## 개인주의

- 2016년 주류담론으로 부상한 비혼주의
  - ✓ 2016년 '강남역 여성 문지마 살인사건'
  - ✓ 2016년 <82년생 김지영> 출간(2019년 영화화)



## 과연 그럴까?

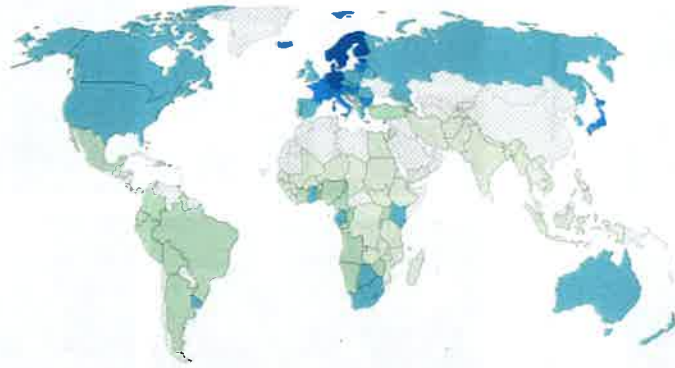


# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

## 생존? 잘 사는 나라가 더 많다

### Percentage of one-person households, 2018

Number of one-person households as a share of the total number of households. Estimates combine multiple sources, including cross-country surveys and census data.



No data 0% 10% 20% 30% 40% 50%

Data source: OWID based on UN and other sources

OurWorldinData.org/social-connections-and-loneliness | CC BY

출처: Our World in Data

# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

## 개인? 산업구조에 따라 다르다

시대	전근대 농업사회	초기산업사회	후기산업사회
산업	농업	제조업	서비스업 (금융, 문화산업)
라이프스타일	집성촌의 <b>확대가족</b>	도시의 <b>핵가족</b> (부부+자녀)	<b>개인화</b> /탈가족화 (비혼, 동거, 딩크)
죽음의 방식	마을잔치	가족의례	혼자맞는 죽음



# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

## 후기 자본주의의 산업들

교사, 공무원, 공공기관 종사자



VS

미디어/예술 산업, 금융업, IT산업, 플랫폼



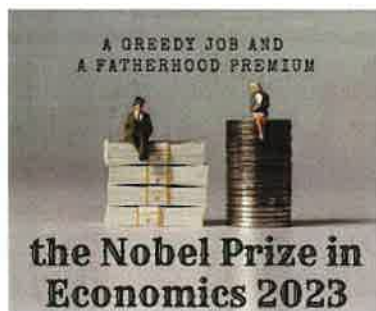
→ 근로시간이 길거나 들쭉날쭉하고,  
개인의 정체성과 성과가 중요한 일자리



# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

## 탐욕스러운 일자리

- 2023년 노벨경제학상 수상자 클라우디아 골딘
  - ✓ 금융업, IT 산업, 미디어/예술 산업, 연구계, 법조계는 **인간의 시간을 흡수하는** 대표적 일자리
  - ✓ 돌봄 시간이 필요한 여성 노동자에게 불리 → **여성 비혼/이혼 증가** → 남성 비혼/이혼 증가



# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

모성패널티



모성보호제도

# 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 모성보호제도의 이중적 효과

- 미국출산휴가제도: 여성의 경력단절 3% ▼ 승진률 8% ▼



## 1. 우리는 왜 혼자가 되었나?

### 커리어는 계획, 결혼은 운명

“이직한 곳에서 잘되면 오퍼레이션 매니저로 10년 정도 일을 할 수 있을 거  
예요. 그러면 50대가 되니까 그때 되면 맥주 가게 하나 차릴 수 있을 거고, 아  
니면 맥주와 관련된 다른 길도 있잖아요. 저도 회사에서 많이 배우고 싶어요.”

“저는 ‘결혼 절대 안 해!’ 그런 건 아니거든요. 당장 내일이라도 괜찮은 사람  
있으면 뭐... 운명이면 만나는 거고 아니면 어쩔 수 없고.”



(구현지, 외국계 식음료 기업 직원, 41세)

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 1인가구의 삶, 이런 점이 어렵다



출처: 2017년 서울시 1인가구 실태조사(응답  
자: 약 3000명)

### 1인 가구 곤란하거나 힘든 점



출처: 2022년 서울시 1인가구 실태조사(응답  
자: 약 3000명)

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 1인가구의 삶, 이런 점이 어렵다



출처: 경기도복지재단, 경기도 1인가구 실태조  
사 연구(2021)



출처: 경기도복지재단, 경기도 1인가구 실태조  
사 연구(2021)

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 개인 중심 식생활 서비스



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 살림은 관계적 행위

- 돌봄은 “자기 자신의 좌표에서 벗어나 타인의 좌표로 이동하여 타인의 현실을 이해하고, 가능하다면 그가 느끼는 대로 느끼면서 그가 필요로 하는 바를 채워 주려는 노력”(Noddings, 1984: 206)
- “사랑의 노동” (Kittay, 2019)



- 살림9단으로 불리던 노인 여성들이 자녀의 독립, 남편의 사별로 혼자 살게 된 후 살림에 대한 동기를 잃고, 식사를 거르거나, 청소와 빨래에 소홀해 짐(Urbe, 2019)



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 계층적 식생활의 역전 현상

교육수준과 소득수준이  
높은 1인가구일수록



콜레스테롤과 나트륨 섭취량이 높음



식생활 안정성이 가장 낮음



결식률도 가장 높음



출처: 강나연 & 정복미(2019). 김성아 외(2021)

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 3. 왜 이런 일이 발생했을까?

## 1) 집안에서 이루어지는 집안일

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 1) 집안에서 이루어지는 집안일

다인가구 국민평형  
25평(전용면적 84m<sup>2</sup>)



다인가구 42.9%는 18~31평 거주

1인가구 5평원룸  
5평(전용면적 16.53m<sup>2</sup>)



1인가구 49.6%는 12평 이하 거주

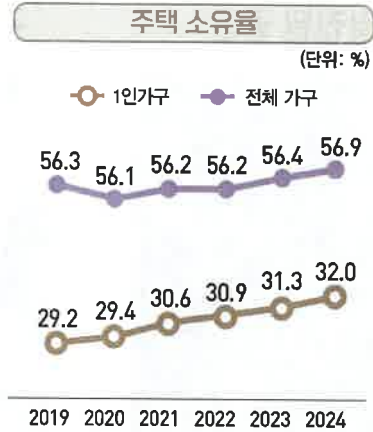
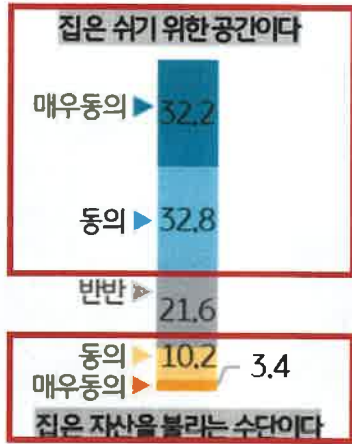
## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 1) 집안에서 이루어지는 집안일

#### 재산 축적 · 상속이 아닌 거주 목적

##### 집에 대한 인식 및 태도



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 1) 집안에서 이루어지는 집안일

“좁은 집에 살면서 느낀 건데,  
공간이 주는 특유의 에너지가 있어요.”

(송나영, 메이크업 아티스트, 35세)

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 1) 집안에서 이루어지는 집안일

#### 혼자서 살림하기 어려운 좁은 집

밀집된 공간



구분없는 공간활용



요리하기 힘든 구조



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 1) 집안에서 이루어지는 집안일

**좁은 공간은**  
**좁은 관계, 좁은 활동을 생산한다**



## 2) 가족이 기준인 식재료시장

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 2) 가족이 기준인 식재료시장

#### 패밀리팩과 가정간편식

**대용량 10일특가**  다담몰

<p>23% 생활가득 주방세제 12kg <b>6,580원</b></p>	<p>23% 심플모던 고메 케이론 2kg/냉동 <b>8,900원</b></p>
<p>21% 천일 수다식 분화면</p>	<p>20% 고추튀김</p>



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 2) 가족이 기준인 식재료시장

“혼자 살면 어려운 것이 특히 음식 같은 거.  
요즘 1인용으로 나오고 있지만 아직까지 그렇게 많지는 않거든요.  
그냥 대량으로 살 수밖에 없고,  
그러니까 유통기한 지나고 버리고 마음이 안 좋죠.”

(신지영, 기간제 교사, 42세)

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

- 돈 말고 무엇이 부족한 걸까?

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

당신이 가진 것은 무엇입니까?

- **경제자본:** 금전적 부자(돈)
- **사회자본:** 친구 부자(관계망)
- **문화자본:** 취미 부자, 자격증 부자, 살림꾼

ID	경제자본	사회자본	문화자본		
			취미/취미	자격/자격	학력/학력
참여자19	상	상	상	상	상
참여자15	상	상	상	상	상
참여자1	상	중	중	중	상
참여자20	상	중	하	중	중
참여자21	상	하	하	상	상
참여자22	상	하	하	중	상
참여자11	상	하	하	중	상
참여자17	중	상	상	상	상
참여자14	중	상	상	상	상
참여자5	중	상	상	상	중
참여자7	중	중	중	중	상
참여자4	중	중	중	중	상
참여자16	중	하	하	중	중
참여자18	중	하	하	하	중
참여자2	하	상	상	상	중
참여자8	하	상	상	하	하
참여자3	하	상	중	중	하
참여자10	하	상	중	하	하
참여자12	하	중	하	하	하
참여자13	하	중	하	하	하
참여자9	하	중	하	하	하
참여자6	하	하	하	하	하

*Handwritten note: B2C*

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

가장 심각한 상태인  
고립우울군

중 · 고소득 전문직  
대거 포진

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
추경비율	45%	10%	5%	3%
연구학적 특성	중장년 기혼여성 노년 이혼별거여성 중장년 미혼여성 중장년 사별여성 중장년 사별남성	중장년 기혼여성 중장년 사별여성 중장년 미혼여성 중장년 이혼별거여성 중장년 이혼별거여성	중장년 기혼여성 중장년 이혼별거여성 중장년 이혼별거여성 노년 사별여성 노년 사별남성	중장년 이혼별거여성 노년 사별여성 중장년 이혼별거여성 현년 미혼여성
직업	비경제활동, 실업자	블루칼라	관리전문직, 실업자	관리전문직, 화이트칼라
소득수준	저소득층 >> 고소득층	저소득층 > 중소득층	저소득층 >> 중소득층	중 · 고소득층
특성	경제적 취약 사회적 관계망 취약적 수요	사회적 관계망 소극적 수요 건강관리 욕구 높음	경제적 취약 신체-정신건강 취약 공유주택 수요	소득수준 높음 취급권 여기 미용관리-상담 수요 고급-고독 방지 수요 생활안전 욕구
사회적 차별	사회적 관계망 형성	사회적 관계망 형성	미용관리 및 전문상담	미용관리 및 전문상담

중장년, 노년 - 건강관리 지원  
여성 - 스마트기술 활용 인력 지원  
경제적 취약계층(실업자, 저소득층) - 일자리 연계 등 경제적 지원  
주거 취약 및 공유주택 거주민자 - 공유주택 지원 연계  
여가활동 수요자 - 공공시설 여가문화프로그램  
고독사 위험군 - 스마트기술 활용 고독사 방지



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 친구가 적은 고소득층



“남이 보기에는 안정적인 삶을 사는 것처럼 보이지만, 늘 남과 비교 평가하며 불안하게 살아온 것 같아요. 일을 잘 해야 한다는 마음에 끊임없이 내적갈등을 하고, 자격지심도 들고, 늘 이렇게 산 것 같아요.”

(임혜수, 고위공무원, 49세)



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 의외로 살림의 달인



개인공과금과 생활  
당신 생활이 어떻게  
관공공과금  
생활  
생활



혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

살림역량이 부족한  
고소득층



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

기이하지 않은 기안84



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 기이하지 않은 기안84



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 살림역량이 낮은 중장년 여성 1인가구

“일하느라 너무 바쁘고, 착실하게 돈 모아서 집 분양받느라 정신없었어요.  
간편식 나오고 국이랑 밥만 가끔 해서 한 끼 해 먹고, 반찬은 언니한테 가져오든 밖에  
서 사 먹든 그렇게 지내요.”

(임혜수, 고위공무원, 49세)

## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 1인가구 식사방식의 계층적 패턴



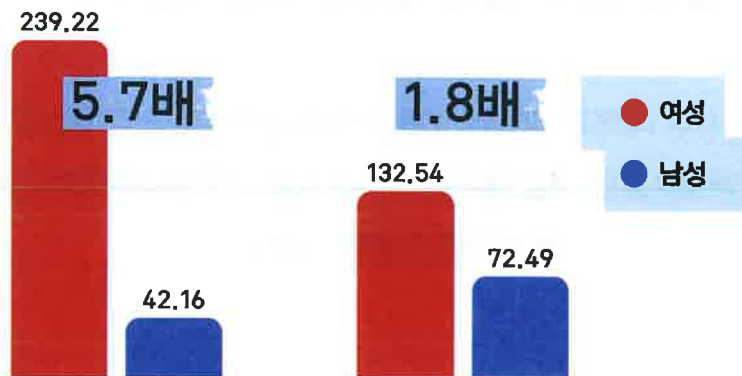
	저소득	중소득	고소득
직접 요리하기	저_참여자2 저_참여자5 저_참여자7 저_참여자8	중_참여자16 중_참여자22 중_참여자23	고_참여자33 (고_참여자27)
반찬 사먹기	저_참여자1 저_참여자3 저_참여자4 저_참여자6	중_참여자10 중_참여자11 중_참여자19	
편의점 도시락 사먹기		중_참여자13 중_참여자17	
음식 포장해오기		중_참여자12 중_참여자14	
배달음식 주문하기		중_참여자9 중_참여자15	고_참여자25 고_참여자26 고_참여자29
밖에서 사먹기		중_참여자9 중_참여자18 중_참여자20 중_참여자21	고_참여자21 고_참여자28 고_참여자32 고_참여자30 고_참여자31 (고_참여자27)



## 2. 중장년 여성 1인가구 삶과 관계

### 3) 미처 고려하지 못한 또 다른 자본

#### 남녀의 살림 시간 차이



자녀가 있는  
다인가구

1인가구

출처: 조선미, 임연규, 한국여성정책연구원(2021, 3)

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

나혼. 비혼.

#### 1인가구는 가족과 반대되는 존재

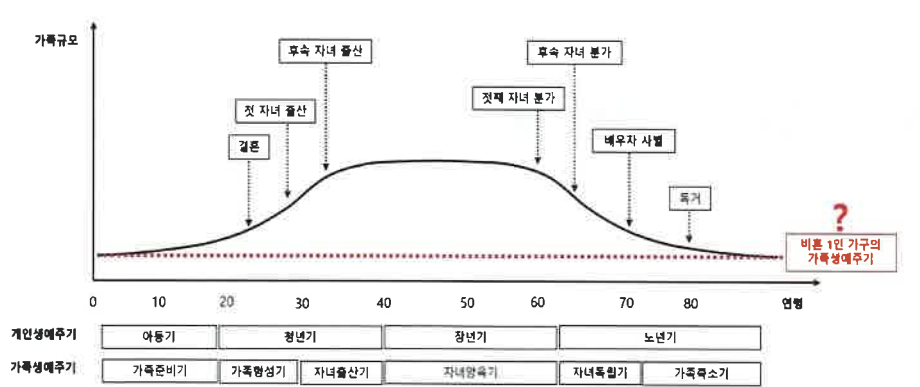


“개인주의적이고, 탈전통적”(호정화, 2014: 30-31),

“엄밀한 의미에서 가족관계에 포함되지 않는 사람들”(데이비드모건, 2012: 64)

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 개인의 생애과정과 가족의 생애주기



<그림 1> 핵가족 중심의 전통적 개인-가족 생애주기 모델

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 훨씬 넓은 내 가족의 범위: 조카바보

확대가족까지 '내 가족': 나는 조카바보다(46% 응답)



### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 훨씬 넓은 내 가족의 범위: 가족의 상비군

여성에서 비혼으로 역할 이전!



### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 가족모임에서의 사소한 소외

“우리 삼형제가 같이 돈을 모으는 통장이 있어요. 명절이나 생신 때 가족들이 회식을 한다거나 부모님께 선물을 사드린다거나 할 때 형제자매들끼리 가정 단위로 똑같이 각출을 하잖아요. 저는 혼자 먹는데 똑같이 내고, 다른 가족들은 저랑 같은 돈을 내고 3인이 먹고. 그렇게 처리를 하는 게 뭔가 억울하다는 거죠.”

(최혜진, 운수회사 직원, 45세)

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

#### 부모를 돌보는 솔로들

카모메 식당



### 3. 1인가구의 가족적인 삶

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

#### 부모를 돌보는 솔로들



“엄마가 아프시기 시작하면서 그때부터는 이제 거의  
사회생활을 못했죠. 저는 결혼도 안 했으니깐 20년간  
엄마 손발이 되어드렸어요.”

“오빠에게 도움은 되고 싶지만, 짐은 되고 싶지 않고...  
짐 되는데 누가 좋다고 그래요?  
아프다 그러면 다 싫다고 그러지...”

(유숙희, 자영업, 61세)

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 훨씬 빨리 오는 생애 후반기

부모의 죽음과 함께 진짜 1인가족이 되는 비혼 1인가구  
이혼과 같은 충격을 주는 '이족' 현상

<표 1> 연구참여자의 인력경보

	ID	연령	성별	가족으로 인식하는 범위	부모 생존	형제자매 유무	형제자매 결혼여부	조카 유무
2030 세대	강법철	33	남	나, 부모	○	X	X	X
	연희은	36	여	나, 부모	○	X	X	X
	이충주	25	여	나, 부모, 형제자매	○	○	X	X
4050 세대	김호영	29	남	나, 부모, 형제자매	○	○	X	X
	장영애	41	여	나, 부모, 형제자매, 조카	○	○	○	○
	박진미	44	여	나, 부모, 형제자매, 조카	○	○	○	○
	최혜진	45	여	나, 부모, 형제자매, 조카	○	○	○	○
	오준민	55	남	나, 형제자매, 조카	X	○	○	○
60+ 세대	민영숙	45	여	나	X	○	○	X
	권덕봉	57	남	나	X	○	○	○
60+ 세대	유숙희	61	여	나	X	○	○	○
	손민석	69	남	나	X	○	○	○



### 3. 1인가구의 가족적인 삶

#### 훨씬 빨리 오는 생애 후반기

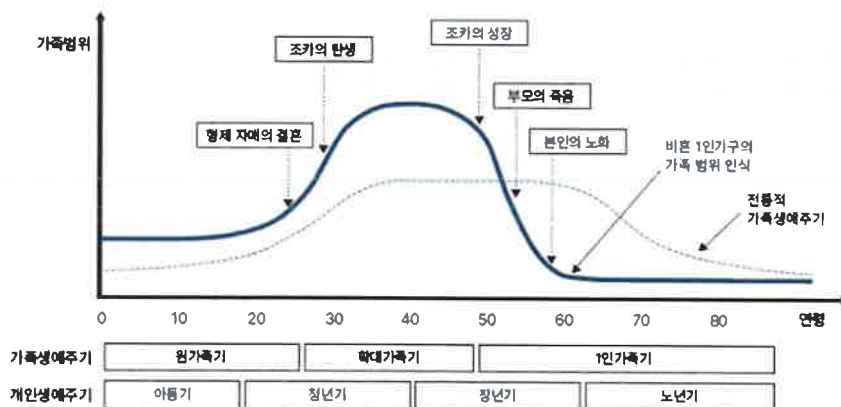
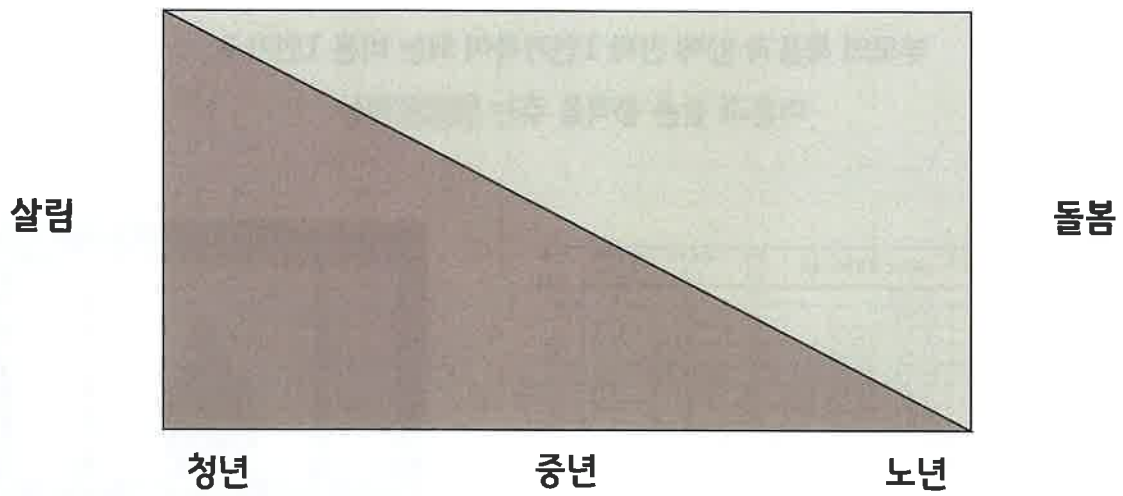


그림8. 비혼 1인가구의 개인-가족 생애주기 모형

### 3. 1인가구의 가족적인 삶

Care



### 4. 외로움을 넘어 **연결로** 가는 방법



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 가상 돌봄 관계 만들기

“우연히 찾은 노하우인데요, 저는 살림을 1인 2역을 하면서 해요.  
욕실 청소가 정말 하기 싫잖아요. 그럼 약간 연기를 해가지고, “지영아, 오늘은 내가 욕실청소  
해줄게.” 따뜻한 밥을 먹고 싶을 때는 좋아하는 음식을 차려서 ‘나에게 주는 상’ 이런 식으로  
하고요.”

(신지영, 기간제 교사, 42세)

## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 가상 돌봄 관계 만들기



“두 딸들(고양이)이 있는데, 인생의 기쁨은 이  
아이들인 것 같아요.  
제가 마음이 아프면 애들이 위로를 해줘요. 제  
삶의 기쁨이고 비타민이죠.  
정말 자식처럼 삶의 일부분인 것 같아요.”

(임혜수, 고위공무원, 49세)

## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 애착을 쏟는 존재 만들기

- 반려동물
- 반려식물
- 반려물건



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

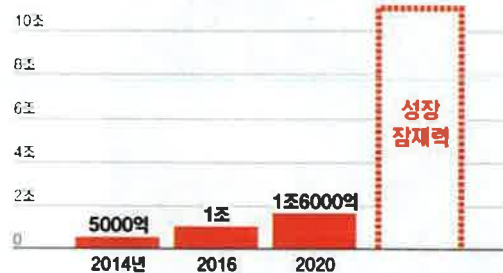
### 덕후 경제의 근간



덕후의 경제] '애니 덕후' 김건우 씨 "덕후요? 새로운 시장 키우는 사람이죠" - 미투데이

### 빠르게 성장하는 국내 '키덜트' 시장

단위: 원



자료: 한국콘텐츠진흥원

The JoongAng

본인 사진 공개와 관련한 키덜트 시장 성장세 추이, 출판물에 게재

## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 덕후 경제의 근간



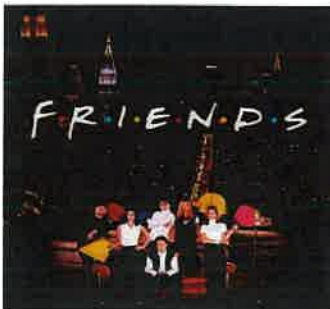
1인가구,

## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 같이 사는 집

친구와 함께 사는 쉐어하우스: 비친족 가구



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 같이 사는 집

"아무나와 함께 살고 싶은 것이 아니라,  
함께 살고 싶은 사람과 함께 살고 싶은 겁니다."



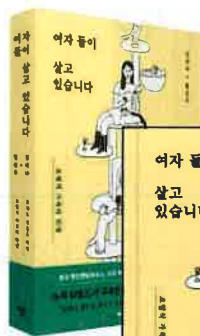
"모르는 사람이랑 왜 살아?"...세어형 청년주택의 추락 - 땅집고

2021. 5. 24. — [땅집고] 서울 용산구에 들어선 역세권 청년주택 '용산 베르디움 프렌즈'. 견폐율 57%에 용적률이 962%에 달하는 초고밀 주택이어서 마치 '닭장'이 ...

## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 함께 사는 **개인들**: 비친족 가구



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

함께 사는 **개인들**: 비친족 가구



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

사회자본도  
**'자본'** 이다



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 함께 사는 사회

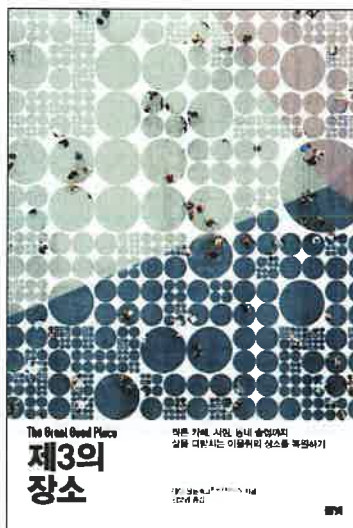


## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 함께 사는 사회: 마을공동체

#### 독일의 다세대 하우스



## 4. 외로움을 넘어 연결로 가는 방법

“경기도여성가족재단은 경기도 1인가구를 지원하기 위한 정책연구를 다양  
하고 촘촘하게 추진해오고 있습니다”

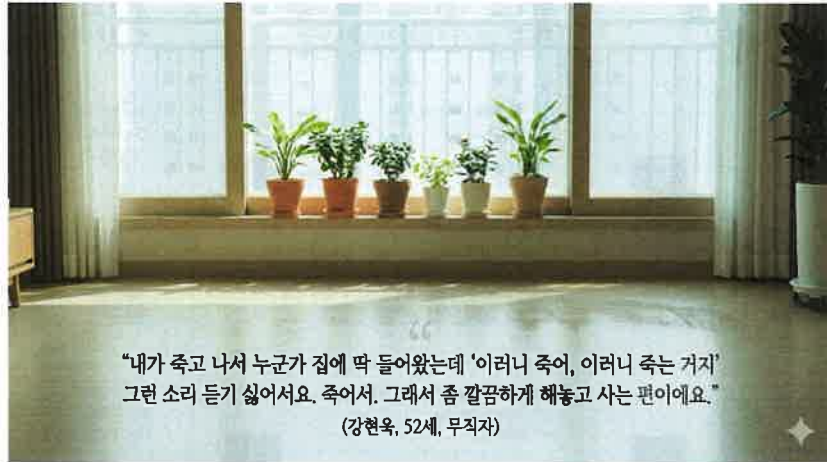
<p>현안과제</p> <p><b>저출생 시대의 1인가구 정책방향 및 자원정책 연구</b></p> <p>▲ 양정신 🕒 2025-06-30 👉 2569</p> <p>+</p>	<p>현안과제</p> <p><b>경기도 1인가구 지원 기본 계획 성과지표 개발 연구</b></p> <p>▲ 김영애, 유민희 🕒 2024-11-30 👉 4140</p> <p>+</p>	<p>현안과제</p> <p><b>경기도 1인가구 안전사업 현황 및 과제</b></p> <p>▲ 정혜원 🕒 2023-08-31 👉 5857</p> <p>+</p>
<p>정책과제</p> <p><b>경기도 1인가구 정책 기본 계획(2023~2027) 수립 연구</b></p> <p>▲ 노경애, 노혜진, 정혜원 🕒 2022-06-30 👉 9377</p> <p>+</p>	<p>정책과제</p> <p><b>경기도 여성 1인가구의 사회적 위험에 관한 연구</b></p> <p>▲ 정예민, 노경애, 노혜진 🕒 2021-11-30 👉 7405</p> <p>+</p>	<p>정책과제</p> <p><b>경기도 1인 가구 삶의 질 연구</b></p> <p>▲ 노경애 🕒 2018-10 👉 12710</p> <p>+</p>

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 어느 50대 중년 남성의 하루 루틴

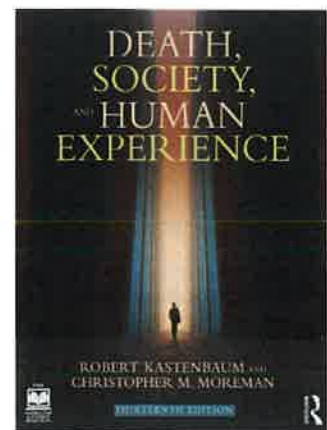
- 정갈한 살림, 죽음을 준비하는 의식 -



## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 좋은 죽음, 그래서 좋은 삶

“죽음은 생물학적 마감을 넘어  
죽어감(Dying)-사망(Death)-사후(After Death)를  
가로지르는 일련의 사회적 과정이다.”

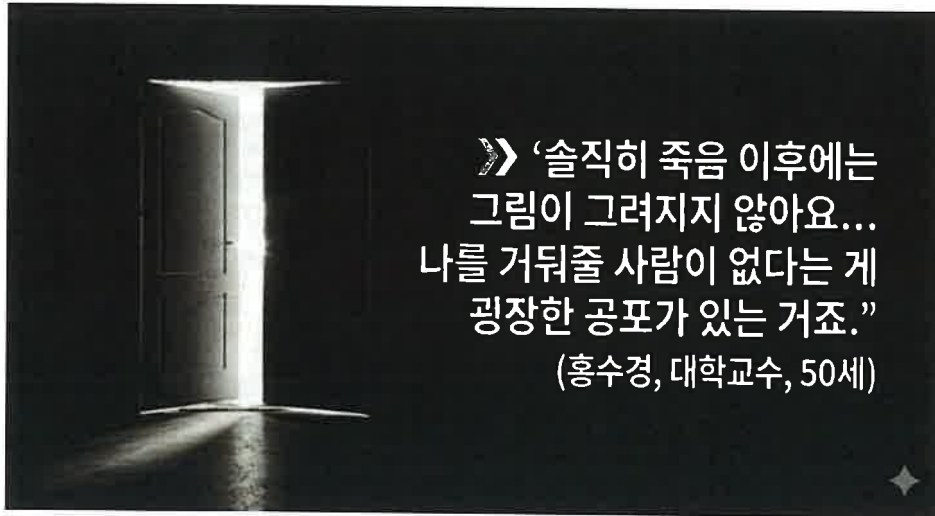


- 로버트 카스텐마움과 크리스토퍼 모어만의 <죽음, 사회, 그리고 인간 경험>

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 두려움의 정체: 죽음 이후



## 5. 행복한 노후를 위한 준비

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 두려움의 정체: 죽음 이후

**“죽는 거 자체는 겁이 안 나는데. 그 다음은 겁이 나요.  
만약에 제가 집에서 죽었는데 아무도 찾아오는 사람이 없잖아요?  
그럼 내가 언제 죽었는지 그 시체를 처리를 못 할 거 아니에요.  
그러다가 막 썩고 냄새가 나서 그때야 발견하면 되게 싫을 것 같아요.”**

(민영숙, 자활근로자, 45세)

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 미디어의 고독사 이미지

- 앤서니 기든스: 매개된 경험(mediated experiences)
- 데이비드 캠벨: 참혹한 외면(horrific blindness)



## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 공동체적 자기애도

죽기 전 자신의 삶을 돌아보고 스스로, 그리고 함께 애도할 수 있는 시간과 기록의 기회

*“외로웠어도 힘들었어도 얼마나 잘 살아왔는지,  
당신은 좋은 사회구성원이었어”라는 인정이 필요하겠다.”*

(유희영, 42세, 대기업 부장)

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 요람에서 무덤까지: 공영장례

시신만이 아니라 유품 정리, 반려동물 보호 등 사후 마무리를 책임지는 공적 장례시스템

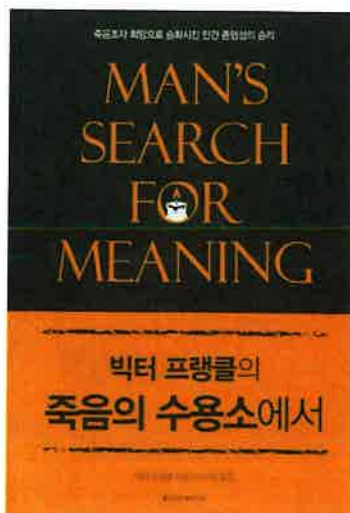
“지금 고독사 처리는 진짜 짐승 다루듯이 처리한다고 하더라고.

가족이 있는 사람은 누가 돌봐주는 사람 없으면 그냥 길거리에 개 마냥 죽어서 썩어빠져서 뼈  
만 남아야 하나? 그런 심정이 되더라니까요.”

(조기태, 58세, 수급자)

## 5. 행복한 노후를 위한 준비

### 삶의 의미 찾기



## 5. 행복한 노후를 위한 준비

혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

### 삶의 의미와 기여감 찾기

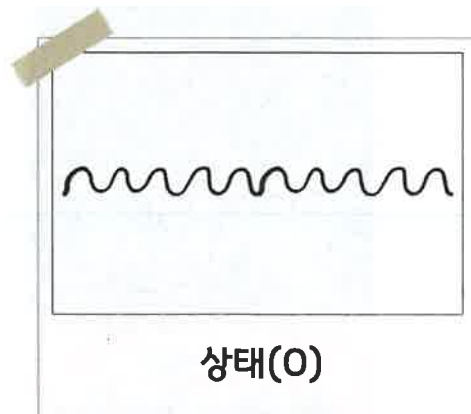
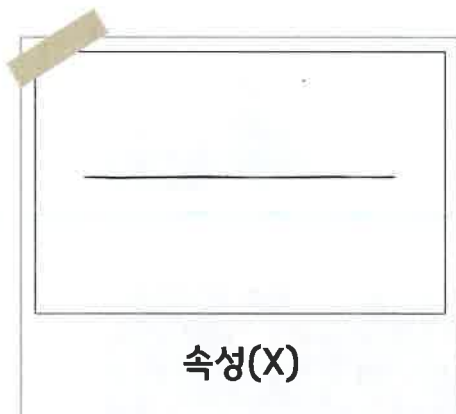


기증자 윤민우 씨(왼쪽)와 기증 기념촬영 사진(왼쪽부터)은계순 씨, 윤종우 씨, 김원삼 선생님, 윤신우 씨, 최진희 씨(중)가대병원



혼자의 시대를 살아가는  
중장년 여성 1인가구

## 누구나 생애 언젠가 혼자가 된다



감사합니다



Handwritten text, possibly a signature or title, located in the upper middle section of the page.

Small handwritten mark or signature in the lower left corner of the upper section.

Small handwritten mark or signature in the lower right corner of the upper section.