미래설계를 위한

행복 knowhow

하나금융경영연구소

서울특별시 영등포구 여의도동 27-3 하나금융투자빌딩 12층 | **TEL.** 02-2002-2200 | **FAX.** 02-2002-2610

KEB하나은행, 하나금융투자, 하나생명, 하나카드

미래설계를 위한

행복 knowhow

01

JANUARY 2017

vol.25

MONTHLY MAGAZINE

아침에는
운명 같은 건
없다
있는 건 오로지,

새날

정현종 '아침' 중에서
새터 정현 이상현 쓰다

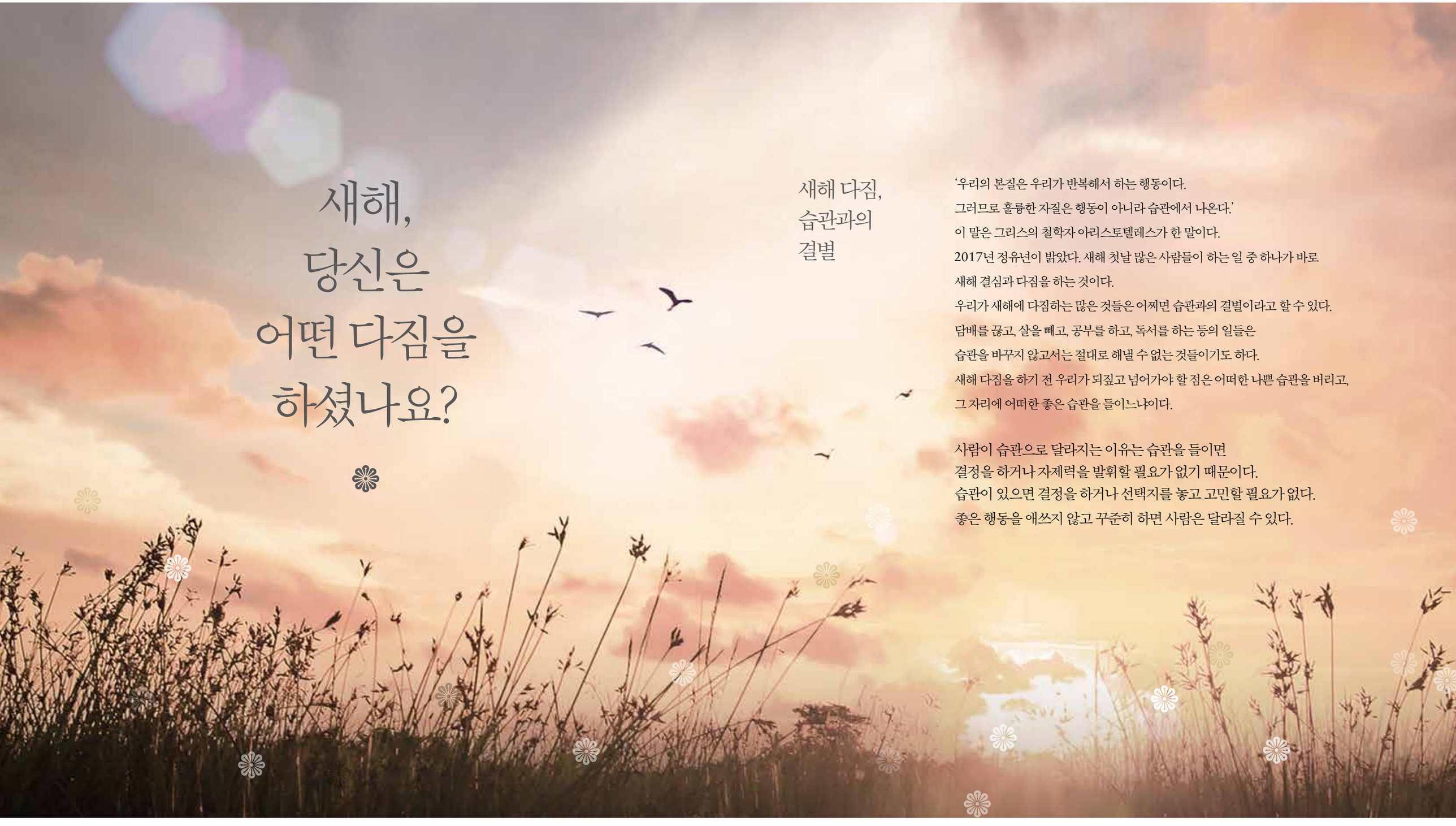
압화 방수정 작가 | 작품 '열망'

"인간은 살아있기 위해 무언가에 대한 열망을 간직해야 한다." 소설가 마가렛 딜란드의 말이다.
2017년 정유년을 시작하며 한해를 뜨겁게 살아낼 수 있는 열망 하나 품어보는 건 어떠한지.

캘리그라피스트 이상현 작가

〈해를 품은 달〉〈타짜〉〈국순당 우국생, 백세주〉〈교촌치킨BI〉
2015. 한글날 기념 Google 한글로고 제작
2015. 한국브랜드 대상 수상 (한국CPI협회)
사. 한국시각정보디자인협회 부회장, 한국캘리그라피디자인협회 상임이사, 한국미술협회 이사,

글. 장정현 기자 amycch@naver.com



새해, 당신은 어떤 다짐을 하셨나요?

새해 다짐, 습관과의 결별

'우리의 본질은 우리가 반복해서 하는 행동이다.
그러므로 훌륭한 자질은 행동이 아니라 습관에서 나온다.'
이 말은 그리스의 철학자 아리스토텔레스가 한 말이다.
2017년 정유년이 밝았다. 새해 첫날 많은 사람들이 하는 일 중 하나가 바로 새해 결심과 다짐을 하는 것이다.
우리가 새해에 다짐하는 많은 것들은 어쩌면 습관과의 결별이라고 할 수 있다.
담배를 끊고, 살을 빼고, 공부를 하고, 독서를 하는 등의 일들은 습관을 바꾸지 않고서는 절대로 해낼 수 없는 것들이기도 하다.
새해 다짐을 하기 전 우리가 되짚고 넘어가야 할 점은 어떠한 나쁜 습관을 버리고, 그 자리에 어떠한 좋은 습관을 들이느냐이다.

사람이 습관으로 달라지는 이유는 습관을 들이면 결정을 하거나 자제력을 발휘할 필요가 없기 때문이다.
습관이 있으면 결정을 하거나 선택지를 놓고 고민할 필요가 없다.
좋은 행동을 애쓰지 않고 꾸준히 하면 사람은 달라질 수 있다.

나는 누구인가? 나는 어떠한 사람인가?

새해 다짐의 바탕이 되는 습관이 자신의 삶에 성공적으로 안착되도록 하기 위해서
필요한 것은 자신이 어떤 사람인지를 먼저 파악하는 것이다.
내가 어떤 사람인지 알지 못한 채 무작정 바꾸려 한다면 다짐은 다짐으로 끝날 확률이 높다.
'자기 인식'이야 말로 새해 다짐에 앞서 충분히 고려되어야 할 사항이다.

한 설문조사에서 직장인들에게 새해 다짐을 포기한 시점을 물었더니
그 결과는 약 11.1일. 갓 열흘을 넘겨 '작심 11일'이었다.
여러 가지 이유가 있겠지만 오래된 습관을 고치기 힘들었다는 응답이 눈에 띄었다.

가령 '새해에는 새벽에 일어나 독서를 할 것이다'라고 다짐했다고 생각해 보자.
새벽에 일어나는 습관을 들이기 위해 선행되어야 할 것은 밤늦게 자는 습관을 끊는 것이다.
그러나 올빼미형 인간이 새벽형 인간으로 '재탄생'하기란 여간해선 어렵다.
게다가 업무나 직장 생활에 치이고 찌든 생활을 반복하며
새벽에 일어난다는 것은 거의 고문에 가까운 일이다.
차라리 목표와 다짐을 자신의 특성에 맞게 수정하는 편이 달성 확률을 더 높일 수 있다.

새해 다짐보다 새해 행동 하나를 추구하자

새해 다짐이 지켜지기 어려운 이유는 자기 통제력과 의지 때문이 아니다.
대부분 거창하고 무리한 계획 그 자체인 경우가 많다. 의욕만 앞서는 것이다.
전문가들은 오래된 습관을 바꾸기보다 자신의 생활 패턴에 새로운 것을
하나 추가하는 것이 성공으로 이어질 가능성이 높다고 충고한다.
지킬 수 있는 작은 결심을 만들고 실천할 수 있는 구체적인 행동을 하는 것이
새해 다짐을 더 공고히 할 수 있다고도 덧붙인다.
예를 들어, '다이어트를 하겠다'라는 다짐보다 엘리베이터를 이용하지 않고 계단으로
오르내리겠다는 행동 목표를 세우는 것이다. '틈틈이 독서를 하겠다'라는 다짐보다
지하철에서는 책을 읽겠다는 행동 목표가 낫다.
작은 결심이 쉬워야 매번 성공을 거둘 수 있고
이것이 습관이 되어 자기 개선으로 이어질 수 있다.

어찌됐든 새해가 있어 다행이다

'이생망(이번 생은 망했어)'이란 처절한 단어가 유행이다.
특히 젊은층이 살기 녹록지 않은 세상이다 보니 심심치 않게 들리는 말이기도 하다.
지난 연말, 어쩌면 많은 사람들이 자신의 다짐과 결심이 말로만 끝났다는 것에
대해 좌절하며 이렇게 생각했을 지도 모른다.
'이해망(이번 해는 망했어)'.
그러나 다행스러운 일은 우리에게는 언제나 새해가 기다리고 있다는 사실이다.
새 다이어리를 멋지게 채울 수 있는 시간이 누구에게나 펼쳐져 있다.
어찌됐든 새해가 있어 다행이다.
2017년 정유년이 밝았다.
새해 다짐이 바람 빠진 풍선처럼 되지 않도록 잘 설계해 보자.
혹시 아는가. 닭의 해가 높이 비상하는 독수리의 해가 될지 말이다.

CONTENTS

미래설계를 위한 행복 knowhow 2017년 01월호 vol.25
MONTHLY MAGAZINE. JANUARY 2017

08
행복을 주는 사람 | 이근후 (사)가족아카데미아 이사장

"늘 좋으리란 법은 없으며 나쁜 것이 언제나 나쁜 것도 아니다. 우리에게 필요한 것은 어느 한쪽만 보는 것이 아니라 바로 보는 것이다." 50년을 교수로, 정신과 의사로 환자 치료해온 이근후 가족아카데미아 이사장(이화여대 명예교수)은 은퇴 후 (사)가족아카데미아를 이끌며 재미를 벗 삼아 살고 있다. 행복과 진정한 어른이 되는 법에 대해 들어봤다.

14
행복메신저 | 박주연 KEB하나은행 부산 서면지점 차장

걸쭉한 사투리에 넘치는 정(情)이 한가득 담긴 도시 부산. 그 중심가에 위치한 KEB하나은행 서면지점은 지난해 퇴직 연금부문에서 거뜬히 1위를 차지한 곳이다. 끊임 없는 대화에 지칠 법도 한데 시종일관 미소로 친근한 대화를 이어가는 KEB하나은행 서면지점 박주연 차장. 오랜 경력에서 묻어나는 노련한 미소로 손님의 신뢰를 견인하기에 충분했다.

20
연금포커스 1 | 액티브 시니어들은 노후준비를 어떻게 했을까?

과거 수동적이던 은퇴세대들과는 달리 연금자산 등을 기반으로 적극적이고, 독립적으로 삶을 살아가고자 하는 액티브시니어. 최근 이들이 은퇴계층의 소비활동, 사회관계 등 다방면에 걸쳐 영향을 미치며 변화를 주도하고 있다. 과연 액티브시니어들은 노후를 어떻게 준비하고 있을까?

38
경제 이슈 | 2017년 주목해야할 Watching Point는?

2017년 성장률이 작년에 비해 높아질 것으로 예상된다. 그러나 세계경제를 둘러싼 불투명한 환경은 불확실성도 함께 높였다. 정치리스크의 부상, 국제 통화정책의 혼선 가능성, 인구 오너스(onus) 시대의 개막 등 올 한해 주목해야 할 경제 이슈는 무엇인지 살펴보자.

OPENING

02 **행복을 위한 질문**
새해, 당신은 어떤 다짐을 하셨나요?

INTERVIEW

08 **행복을 주는 사람**
"나는 죽을 때까지 재미있게 살고 싶다!"

INFO GRAPHY

12 **한눈에 보는 연금 세상**
장래 인구변화 추이

행복미래설계

14 **행복메신저**
'민원 제로(Zero)' 원칙으로 쌓은 신뢰

16 **H씨의 행복설계**
사업의 안정적 운영과 더불어
자산 포트폴리오의
적.절.한 조정이 필요

20 **지식 플라자 - 법률**
유언에 관한 오해와 진실

22 **지식 플라자 - 상품소개**
국민연금 추후납부

24 **Do! Dream**
적는 자가 생존하는 시대,
기록의 힘

26 **Anti aging**
한 해의 시작은 내 몸에 꼭 맞춘
건강검진으로!

28 **Alone, together**
그땐 그랬지! 추억의 옛 놀이

연금이슈포커스

30 **연금 포커스 1**
액티브 시니어들은
노후준비를 어떻게 했을까?

34 **연금 포커스 2**
제2의 인생을 위한 은퇴이민

경제 TREND

38 **경제 이슈**
2017년 주목해야할
Watching Point는?

42 **부동산 이슈**
주택 갭 투자, 기존시가지 중소형 주택
중심으로 늘어날 가능성

GLOBAL

46 **지구인 이야기**
핀란드 '로푸키리'를 가다

FUTURE

48 **은퇴, 버킷리스트**
아날로그 향기 '칙칙폭폭'
풍기는 일본 기차여행

하나금융경영연구소 월간 미래설계를 위한 행복 knowhow

2017년 01월호 vol.25 (통권 25호)
발행처 하나금융경영연구소 등록번호 영등포, 라00424 등록일 2015.01.27 제호 행복Knowhow 간행 월간 발행인 배현기 편집인 김대익 발행소 서울특별시 영등포구 27-3 하나금융투자빌딩 12층 발행일 2017년 01월 06일
전화 02-2002-2200 팩스 02-2002-2610 홈페이지 www.hanaif.re.kr 편집위원 하나금융경영연구소 | 박지홍 연구원, KEB하나은행 | 이종면 팀장, 최호재 팀장, 하나금융투자 | 이정철 부장, 하나생명 | 최춘석 차장
제작 및 기획 틈커뮤니케이션즈 전화 02-3452-3789 홈페이지 www.teum.co.kr

글. 김지은 기자 kjeun1@naver.com

이근후 • 이화여대 의대 정신과 명예교수, (사)가족아카데미아 이사장

"나는 죽을 때까지 재미있게 살고 싶다!"

"늘 좋으리란 법은 없으며 나쁜 것이 언제나 나쁜 것도 아니다. 우리에게 필요한 것은 어느 한쪽만 보는 것이 아니라 바로 보는 것이다."

50년을 교수로, 정신과 의사로 환자를 치료하고 후학을 양성해온 이근후 가족아카데미아 이사장(이화여대 명예교수)은 은퇴 후 (사)가족아카데미아를 이끌며 재미를 벗 삼아 살고 있다. 한 발 한 발 내딛는 모든 일상이 그에겐 재미다. 그렇게 걷다 보니 지금에 이르렀단다. 행복은 작정하고 덤벼들어 얻어지는 것이 아니라 재미나게 하루를 보내다 보면 슬며시 그 자리에 다다르는 것이라고 조언한다. 우리 사회의 원로 이근후 (사)가족아카데미아 이사장을 만나 행복과 진정한 어른이 되는 법에 대해 들어봤다.

북한산 남쪽 기슭 큰 바위 옆에 자리 잡은 그의 연구실에 들어서면 켜켜이 쌓여있는 책과 서류 뭉치들은 오랜 시간 학자로서의 여정을 조용히 대변하는 듯하다.

정신과 의사를 만난 만큼 인생을 잘사는 비결, 행복하게 살 수 있는 비결 하나쯤 얻어 볼 욕심으로 질문을 건넸다. 거창한 비법을 기대했던 기자는 이내 꼬리를 내렸다. 경솔했던 마음을 접고, 자세를 가다듬으며 노장의 한 마디 한 마디를 마음에 새겨 넣었다.

"우리가 성장한다는 건 신체적으로든 정신적으로든 생존, 적응한다는 개념입니다. 환경에 적합하게 생존할 수 있느냐가 바로 성장한다는 개념입니다. 많은 경험을 쌓고, 그 경험을 자기화해 통제할 수 있는 사람이 성숙한 사람인거죠. 어른은 자기 자신을 제대로 파악하고 있어야 합니다. 선과 후를 구분하고, 본질적인 것과 말초적인 것을 구분해 본질을 추구할 수 있는 분별력을 갖춰야 합니다."

나이 들어감을 그는 어떻게 받아들이는지 궁금했다. "나이 든다는 것은 누구에게나 좋은 일이 아닙니다. 하지만 누구에게나 오는 것이기 때문에 이 또한 받아들여야 할 삶의 궤적입니다. 나이 들어 좋은 점이라기보다 나이 들면서 좋은 일, 즐거운 일을 만들어 가겠다는 긍정의 마음가짐이 훨씬 중요하지요."

아무리 긍정적으로 마음을 먹더라도 녹록지 않은 것이 삶이요 인생인 것을. 삶이 힘들 때 어떻게 해야 하는지 질문을 던졌다. "재미있게 견뎌야합니다. 지금 나이에, 내가 가진 것만으로도 즐거움을 느끼는 일이 진짜 재미입니다. 젊어서는 산 정상을 오르는 일이 재미있었다면 나이 들어서는 멀리서 바라보는 것만으로도 충분히 재미있을 수 있어요. 젊어서의 재미만 생각한다면 노년은 불행하기만 합니다. 바로 지금, 자신에게 맞는 재미를 찾는 것이 진정 나이답게 늙어가는 것입니다."

야금야금 교육하고,
상담하며, 봉사한다

이근후 이사장은 정신과 전문의로 50년간 환자를 돌보고 학생들을 가르쳤다. 우리나라 최초로 폐쇄적인 정신 병동을 개방 병동으로 바꾸고, 정신 질환 치료법으로 사이코드라마를 도입했으며 한국정신치료학회를 설립하는 등 우리나라 정신의학 발전에 혁혁한 공을 세운 장본인이다. 이에 대해 그는 "그저 필요한 일이고, 하고 싶어 했을 뿐 대단한 일이 아니라"고 딱 잘라 말한다. 은퇴 후 회갑 년을 기점으로 그동안의 삶과 앞으로의 삶에 대해 재점검했다. (사)가족아카데미아가 생긴 것도 그즈음이다.

그는 76세의 나이에 고려사이버대 문화학과를 최고령으로 수석 졸업하면서 세간의 화제를 불러일으키기도 했다. 은퇴 후 제일 먼저 배움을 선택한 그는 "일흔 넘어 한 공부가 가장 재미있었다"고 얘기한다. 어떤 경우에든 재미를 추구하려는 자신의 삶의 철학을 고스란히 실천에 옮겼다.

30년 넘게 네팔 의료봉사를 하고, 40여 년 넘게 광명보육원 아이들을 돌본 이유도 별것 없다. "봉사하니까 인생이 더 즐거워졌다"는 게 이유의 전부다.

지금도 여전히 그는 교육하고, 상담하며, 봉사한다. 야금야금.

"모든 일은 시간을 훌쩍 뛰어넘어 일어날 수 없다는 것이 인생의 이치입니다. 일과 배움, 능력, 재능, 사람과의 관계까지 야금야금 시간이 쌓이고 경험이 더해지면서 깊어지고 넓어지고 발전하는 것이지요. 당장 잘하겠다고 생각하지 말고 지금 할 수 있는 만큼만 하겠다고 결심하는 게 중요합니다. 그렇게 야금야금하면 지치지 않고 오래 즐길 수 있게 됩니다. 인생의 즐거움과 재미는 완성에 있지 않습니다. 그 과정에 조금씩 흩뿌려져 있는 것입니다."

불안의 시대,
어떻게 살아갈 것인가

최근 우리 사회의 문제들에 대해 하나하나 짚어갔다. 먼저 주택문제다.

내가 사는 집에 대해 유난히 집착이 강한 한국 사람들. 빚에 허덕이는 사람들에게 '집과 행복'은 어떤 관계가 있는지 질문을 던졌다. 과연 넓은 집에 사는 것이 행복할까. 문득 궁금했다. 이에 대한 그의 대답은 이렇다.

"사람이 모자를 쓰는 것과 같은 이치입니다. 내 머리에 맞는 모자를 써야 하죠. 집도 마찬가지입니다. 요즈음 사람들은 큰 모자만을 찾아요. 집이라는 것도 그런 겁니다. 자신의 범위만큼 집의 크기가 정해져야 한다고 평소 생각해왔습니다."

불안의 시대, 과연 무소의 뿔처럼 흔들리지 않고 담담하게 살아가려면 어떻게 해야할까.

이에 대해 그는 "요즘 같은 자극이 넘쳐나는 시대에 불안을 느끼는 건 정상적입니다. 불안할 요인들이 넘쳐나는 세상이죠. 이럴 때 일수록 나만의 생존방법들을 찾아야 합니다. 원론적인 얘기지만 자기 강화, 내공이 필요해요. 내공은 환경에 적응하며, 참아내야 한다는 걸 의미합니다. 요즘 사람들은 참을성이 너무 없어요. 참으며 담담하게 생각해야 합니다. 담담하게 생각한다는 건 상황을 객관적으로 보는 것이에요. 나 자신조차도 객관적으로 봐야 합니다. 나를 객관적으로 바라볼 수 있다는 것은 내공을 갖고 있다는 얘기입니다."

마지막으로 그야말로 '정신치료'가 필요한 시대. 이 시대를 어떻게 진단하고 있는지 질문했다.

"요즘 사회에 일어나는 일들은 정상이 아닙니다. 러시아의 소설가 알렉산드로 솔제니친은 미국 망명 후 '소련은 거대한 정신병동'이라고 했죠. 저는 우리 사회를 '편집증적 사회'라고 얘기하고 싶습니다. 편집증은 사고(思考)에 문제가 있는 것이죠. 우리 사회에는 지금 팩트가 아닌 망상이 가득 차 있습니다. 치료하려면 몇 세기가 지나야 할 것으로 보입니다. 팩트가 아닌 가설을 믿는 게 정신과 환자들의 특징입니다. 이런 시대일수록 우리는 긍정적인 시각으로 돌파구를 찾고, 자신에게 주어진 길을 묵묵히 걸어가야 할 것입니다. 그 일이 남들 보기에는 비록 하찮은 일이라고 하더라도 제 길을 가야죠. 남의 평판은 중요한 게 아닙니다."

"긍정적인 사람은 오늘 좋은 일이 있을 거라 믿는다.
그러나 진정한 긍정의 고수는 오늘 어떤 일이 일어나든
잘 견딜 것이라고 생각한다

그 생각이 하루를 결정할 것이고,
그 하루가 모여 평생이 된다"

한 지붕 대가족,
긍정의 삶 실천

그는 현재 결혼한 자녀 부부와 손자 손녀까지 모두 삼 대 열세 명이 한 집에 모여 사는 대가족을 이루고 있다. 함께 모여 살면 소통 훈련, 정보 공유 등 장점이 많다고 얘기한다. 얘기를 듣다 보니 서로를 존중하는 원칙들만 지켜진다면 단점보다는 장점이 많은 듯 했다. 그는 남들은 어렵다고 생각하는 편견을 깨는 묘한 기술을 가진 듯했다.

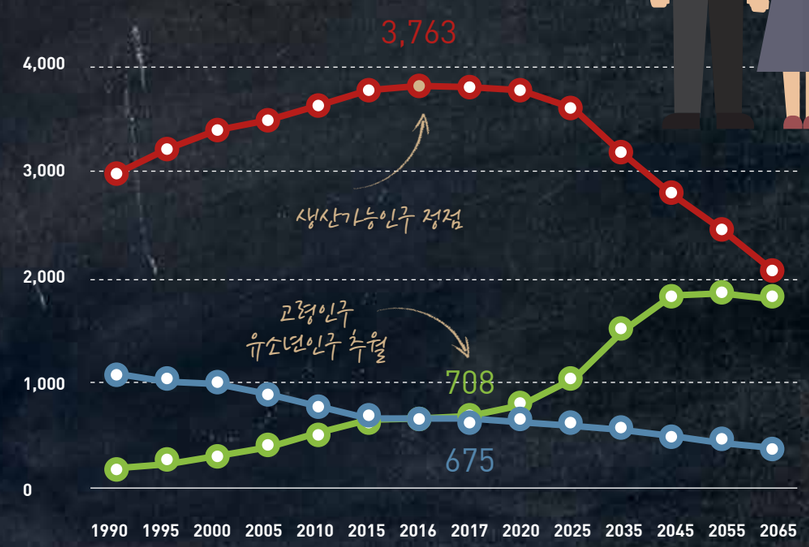
모든 것이 그에겐 문제가 되지 않는다. 이유는 바로 '긍정의 힘'이다. 누구나 아침에 일어나면 몸이 무겁다. 습관적으로 출근을 서두른다. 여기서 잠깐, 멈춰서 오늘 하루를 어떻게 보낼지 생각해보자. 이근후 이사장은 "긍정적인 사람은 오늘 좋은 일이 있을 거라 믿는다. 그러나 진정한 긍정의 고수는 오늘 어떤 일이 일어나든 잘 견딜 것이라고 생각한다"며 "그 생각이 하루를 결정할 것이고, 그 하루가 모여 평생이 된다"고 힘겨운 시대를 살아가는 우리에게 '긍정의 힘'에 대해 거듭 강조했다.

장래 인구변화 추이

장래인구추계에 따르면 2017년
고령인구가 유소년 인구를 추월하고,
고령인구의 빠른 증가로
노년 부양비도 급격하게 증가

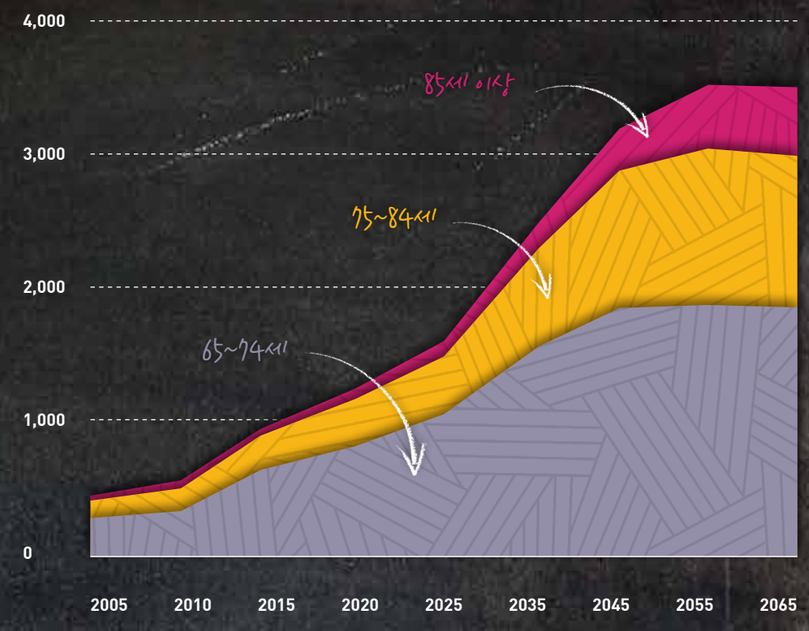
01 연령 계층별 인구구조

단위 : 만명
자료 : 장래인구추계 (2015~2065년), 통계청



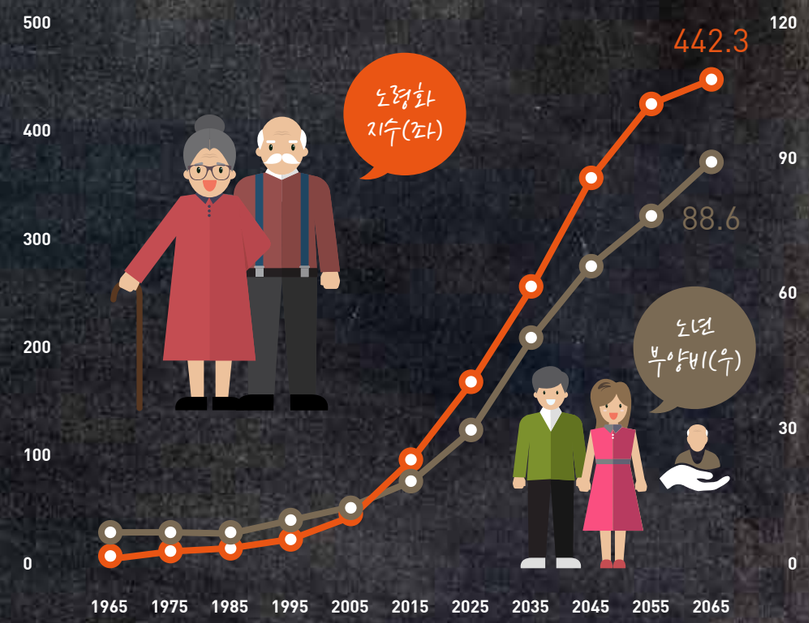
02 고령인구 구성

단위 : 만명
자료 : 장래인구추계 (2015~2065년), 통계청



03 노년부양비 및 노령화지수

자료 : 장래인구추계 (2015~2065년), 통계청
주 : 노년부양비는 생산가능인구 100명당 부양할 고령인구, 노령화지수는 유소년인구 100명당 고령인구



글. 김지은 기자 kjeun1@naver.com

‘민원 제로(Zero)’ 원칙으로 쌓은 신뢰

박주연 KEB하나은행 부산 서면지점 차장

걸쭉한 사투리에 넘치는 정(情)이 한가득 담긴 도시 부산. 그 중심가에 위치한 KEB하나은행 서면지점은 지난해 퇴직 연금부문에서 거뜬히 1위를 차지한 곳이다. 한 해의 끝자락에 방문한 서면지점은 손님들과의 상담으로 더욱 분주했다. 끊임 없는 대화에 지칠 법도 한데 시종일관 미소로 친근한 대화를 이어가는 박주연 차장. 오랜 경력에서 묻어나는 노련한 미소로 손님의 신뢰를 견인하기에 충분했다.

박주연 차장은 1991년 입행 후 수신, 여신을 거쳐 2008년부터는 SEP 1기로 부산 · 경남지역 연수를 담당하면서 여러 지점 직원들과 관계를 맺으며 경험을 쌓았다. 이어서 영남사업본부에서 연수와 팩트, 신용카드, 방카 등의 기획과 업무추진을 5년간 담당한 후 현재는 서면지점에서 소호 여신, 가계여신 등을 맡고 있다. 그의 이력에서 알 수 있듯이 다양한 곳을 경험한 베테랑이다. “은행생활에서 다양한 업무 경험을 쌓을 기회는 많지 않은데 저는 매우 운이 좋았던 것 같아요.”

다양한 경험을 거친 덕에 손님을 대하는 자세는 프로급. 전문성은 기본이요, 손님과의 친근한 소통능력은 타의 추종을 불허한다.

“업무를 진행하면서 손님과의 관계가 가장 중요하다고 생각합니다. 손님의 보이지 않는 니즈까지 파악해 만족시켜드리는 것이 손님에게 신뢰를 얻는 길이라고 생각합니다.”

박 차장은 손님 응대를 위해 그만의 원칙도 만들었다. 바로 ‘민원 제로(Zero)의 원칙’이다.

“손님의 요구사항을 정확히 파악한 다음 다소 시간이 지연되더라도 꼼꼼히 설명하고, 체크한 후 업무를 진행하려고 하다 보니 자연스럽게 손님과의 신뢰가 쌓여가더군요.”

민원제로원칙 외에도 박 차장은 상품에 대해 꼼꼼히 체크하고 분석하는 일도 빼놓지 않는다. 손님에게 제대로 된 상품을 추천하기 위해서다. 끊임없는 분석으로 쌓은 전문성, 친근한 미소와 소통력까지 겸비한 팔방미인 박 차장의 성실한 발걸음은 앞으로도 계속될 것이다.

행복메신저 에피소드

SK글로벌 사태 때가 기억이 납니다. 부실 채권으로 손해를 본 손님들과 1년 동안 힘겨운 시간을 보냈습니다. 다행히 타 은행에 비해 원만한 협상력으로 저희 은행은 개인에게 원금과 지연이자까지 되돌려줄 수 있었습니다. 이것을 계기로 개인적인 성장은 물론 조직에 대한 신뢰, 애사심을 깊이 쌓을 수 있었던 계기가 되었습니다.

행복메신저 팁

노후를 위한 TIP

1. 은행 등 금융기관에서 권유하고 설명한 자료에 귀를 기울여야 한다.

노후 준비를 위한 금융상품, 재무 설계의 전문가를 적극적으로 활용하는 것이 도움이 된다.

2. 노후를 제대로 준비하지 않으면 노년의 삶이 고통스러워질 수 있다는 심각성을 인식해야 한다.

보통 주택마련, 자녀교육 등 현실적인 상황과 점점 축소되는 가처분소득으로 인해 노후대비에 소홀해지기 마련이다.

3. 은퇴 후에도 꾸준한 일을 통해 적당한 스트레스와 일이 주는 만족감을 찾아야 한다.

육체적으로나 감정적으로도 풍성한 노후를 맞이할 수 있도록 즐기면서 할 수 있는 일, 봉사 등의 계획을 추천한다.

사업의 안정적 운영과 더불어 자산 포트폴리오의 적.절.한 조정이 필요

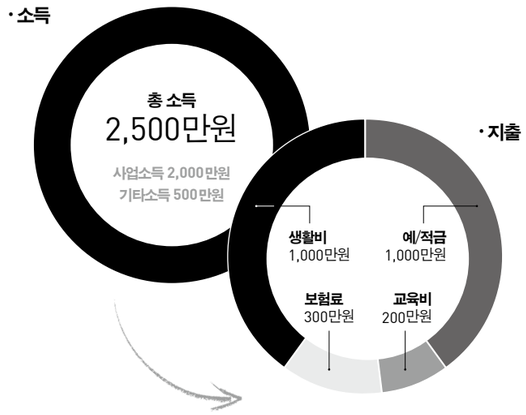
H씨는 현재 건설 장비 관련 개인 산업을 하고 있다. 가족으로는 가정주부인 부인과 슬하에 회사원인 29세 자녀, 유학을 준비 중인 21세 자녀가 있다. H씨는 그동안 영위했던 개인 사업을 기반으로 넉넉한 생활을 해왔으며, 적지 않은 규모의 자산도 보유하고 있다. 하지만 사업 특성상 미래에 대한 불안감도 크다. 과연 H씨는 은퇴 후 안정적인 노후 생활이 가능할까.

자산은 충분하나 향후 사업의 지속 가능성에 대한 불확실성으로 노후 생활 우려

H씨(만 54세)는 현재 건설 장비 관련 개인 산업을 하고 있다. 가족으로는 가정주부인 부인(54세)과 슬하에 회사원인 29세 자녀와 유학을 준비 중인 21세 자녀가 있다. H씨 가족은 현재 4.7억원 상당의 아파트에서 거주하고 있으며, 대체투자 목적의 실물자산 5억원을 보유하고 있다. 금융자산으로는 예/적금 1.2억원이 있으며, 사업 목적으로 받은 주택담보대출 1.5억원과 기업대출 0.3억원 등 총 1.8억원의 부채를 지고 있다. 현금흐름을 살펴보면 우선 사업 소득으로 월 2,000만원, 기타소득 월 500만원 등 총 2,500만원의 수입이 있으며, 매월 지출로는 생활비 1,000만원, 보험료 300만원, 교육비 200만원, 예/적금 1,000만원이 있다. H씨는 그동안 영위했던 개인 사업을 기반으로 넉넉한 생활을 해왔으며, 적지 않은 규모의 자산도 보유하고 있다. 하지만 현재 하는 사업이 앞으로도 지속할 것인가에 대해 적지 않은 불안감을 가지고 있다. 또한 두 자녀의 결혼 비용(인당 2억원 예상)과 둘째 자녀의 유학비(4억원 예상)에 대한 부담을 가지고 있으며, 미래에 손자, 손녀들까지 보듬어줄 수 있어야 한다는 책임감도 가지고 있다. 따라서 이러한 상황을 고려할 경우 은퇴 후 안정적인 노후 생활이 가능할지 고민이다.

현재 재산 및 소득흐름

• 자산	아파트	4.7억 원
	기타실물자산	5.0억 원
	예/적금	1.2억 원
• 부채	주택담보대출	1.5억 원
	기업대출	0.3억 원
• 순자산		9.1억 원



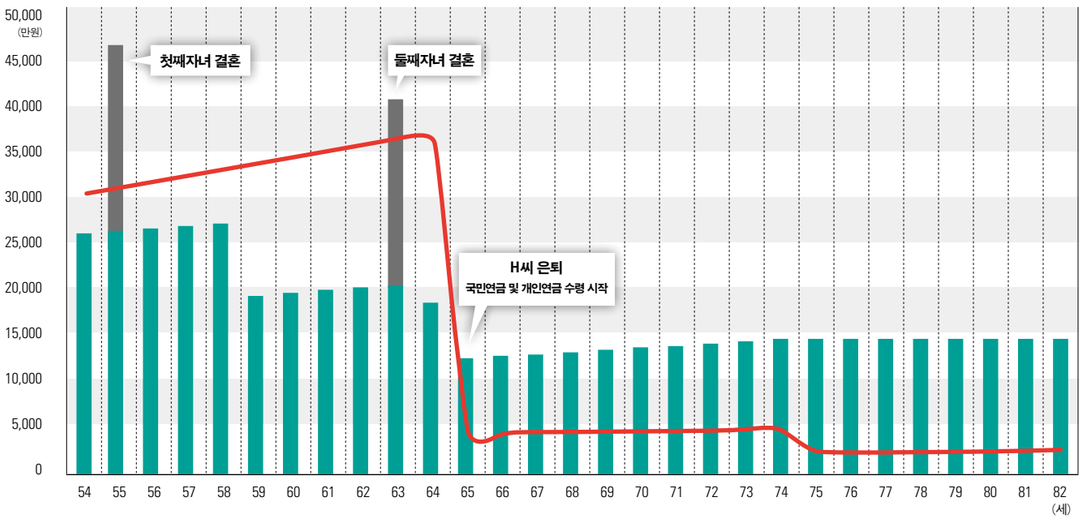
사업의 안정성 및 은퇴 시점 선정이 노후 생활의 향방을 결정하는 상황

H씨는 개인 사업을 하고 있기 때문에 은퇴 시점이 명확하진 않다. 하지만 대략 65세 정도에 은퇴할 것으로 예상한다. 현재 H씨 부부는 생활비로 월 1,000만원을 지출하고 있으며, 은퇴 후에는 자녀 독립 등을 감안할 때 약 700만원 정도의 생활비가 필요할 것으로 보고 있다. 현금흐름을 파악하기 위해 미래 수입 구조를 살펴보자. 우선 만 65세부터는 월 120만원 규모의 국민연금을 수령하며, 월 200만원 상당의 개인연금을 만 65세부터 10년간 수령할 계획이다. 그 외에는 별도의 노후 준비를 하지 않은 상황이다. 다음으로 지출 구조를 살펴보면 만 58세까지 둘째 자녀 유학에 따른 비용이 지속적으로 발생하며, 약 1.8억원 규모의 대출을 상환하기 위해 연 2,100만원 규모의 대출 원리금이 향후 10년간 발생한다. 이후에는 생활비 및 보험료[1] 위주의 지출이 발생한다. 구체적인 은퇴 준비 상태 파악을 위해 연령별 수입-지출 현금흐름[2] 을 살펴보면, 은퇴 시점인 만 65세 전에는 잉여 자금 발생이 지속되는 것을 알 수 있다. H씨의 경우 소득이 많은 편이기 때문에 사업을 지속할수록 잉여 자금이 계속 발생하며, 사업을 그만둘 경우 자금 부족 현상이 발생한다. 따라서 사업의 안정성 및 은퇴 시점의 조율이 노후 생활을 결정하는 중요한 요소로 판단된다.

1) 보험료는 은퇴 시점인 만 65세까지를 만기로 보고 그 이후에는 납입하지 않는 것으로 가정하였으며, 만 65세 이후에는 가족력 있는 질환 발생 가능 등으로 월 150만원 정도의 병원비가 발생하는 것을 가정

2) 물가상승률은 2.0%를 가정하고 수입은 소득에 연금 수급액이 포함되며, 지출은 생활비, 보험료, 교육비 등이 포함. 한편 고령으로 접어들수록 필요 생활비가 적게 소요됨을 감안하여 75세부터 발생하는 노후생활비는 물가상승분을 추가적으로 반영하지 않음

연령별 수입 – 지출 현금흐름



은퇴 후 아파트 외 실물자산을 금융자산으로 조정하며 안정적인 금융자산 운용이 필요

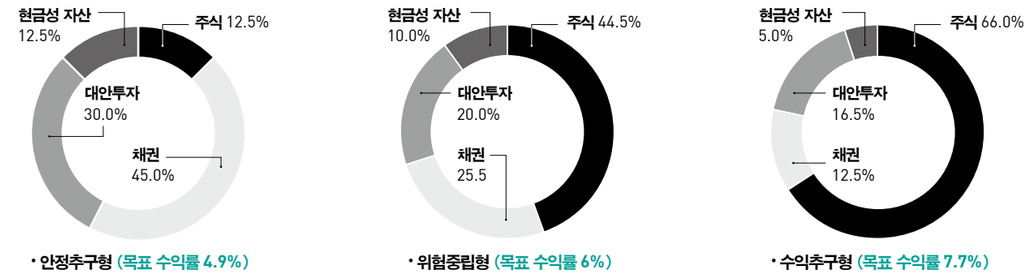
앞서 연령별 수입-지출 현금흐름을 살펴본 결과에서 알 수 있듯이 H씨의 은퇴설계에서 가장 중요한 점은 사업의 안정성 및 은퇴 시점의 조율이다. 사업을 통해 발생하는 소득이 크기 때문에 지출이 다소 많더라도 이를 모두 감당할 수 있기 때문이다. 하지만 사업의 특성상 안정적이고 지속적인 수입 확보를 보장할 수 없으며, H씨가 노후에도 계속 사업을 하기에는 한계가 있다. 따라서 본 분석에서는 은퇴 시점을 65세로 확정하고 안정적인 노후 생활을 위한 H씨의 은퇴 설계를 하였다.

첫 번째는 자산 포트폴리오에 대한 조정이다. H씨는 아파트를 포함한 실물자산으로 9.7억원을 보유하고 있다. 가족이 거주하고 있는 아파트를 논외로 할 때 5억원 규모의 대체투자 목적의 실물자산을 향후에도 지속적으로 보유해야 할지를 결정해야 한다. 동 실물자산의 경우 사업과 관련된 것이기 때문에 사업을 지속하는 기간에는 이를 적절히 운용하여 수입을 창출할 수 있다. 하지만 은퇴 시점인 만 65세 이후에는 이를 지속하기 어렵기 때문에 은퇴 이후에는 금융자산으로 활용한다. 그리고 현재 보유하고 있는 대출의 경우도 사업 목적으로 받은 것이므로 일시에 상환하는 것보다 은퇴 시점까지 분할 상환하는 것이 사업 운영상 바람직하다.

두 번째는 금융자산의 안정적인 운용과 관심 제고이다. 현재 H씨는 보유하고 있는 금융자산을 예/적금 위주로 운용하고 있다. 은퇴 이후 아파트를 제외한 실물자산을 금융자산화하고 노후 자금으로 활용한다고 가정하면 H씨의 목표 수익률을 산출해볼 수 있다. 투자성향, 자녀 유산 등 다양한 변수에 의해 여러 가지 목표 수익률이 산출될 수 있으나 본지에서는 H씨의 금융자산 투자 성향을 안정추구형이라 보고 두 자녀의 상속금을 현재 실물자산 수준인 8억원 수준으로 가정했다. 이 경우 목표 수익률은 4.2%로 산출된다. 현재 하나금융투자에서 제시하고 있는 안정추구형 포트폴리오의 목표 수익률은 4.9%이다. H씨의 목표수익률은 안정추구형 포트폴리오의 목표 수익률에 비해 소폭 낮은 편이기 때문에 충분히 달성할 수 있을 것으로 생각된다. 다만, 평소 사업과 관련된 다양한 실물자산을 운용한 경험은 있으나 상대적으로 금융자산 운용에 대한 관심은 적었으리라 판단된다. 따라서 은퇴 후 금융자산을 중심으로 운용야 함을 감안하여 금융자산 운용에 대한 관심도 제고가 필요하다.

마지막으로 약 8억원 규모의 자녀 상속자금의 경우 지금부터 계획을 세울 필요가 있다. 부모가 보유한 자산을 자녀에게 상속하거나 증여할 경우 적지 않은 금액이 과세되기 때문이다. 따라서 최대한 절세를 할 수 있는 방법을 통해 자녀에게 상속 또는 증여하는 것도 안정적인 노후 준비를 위한 현명한 선택이 될 수 있다.

투자 성향별 포트폴리오

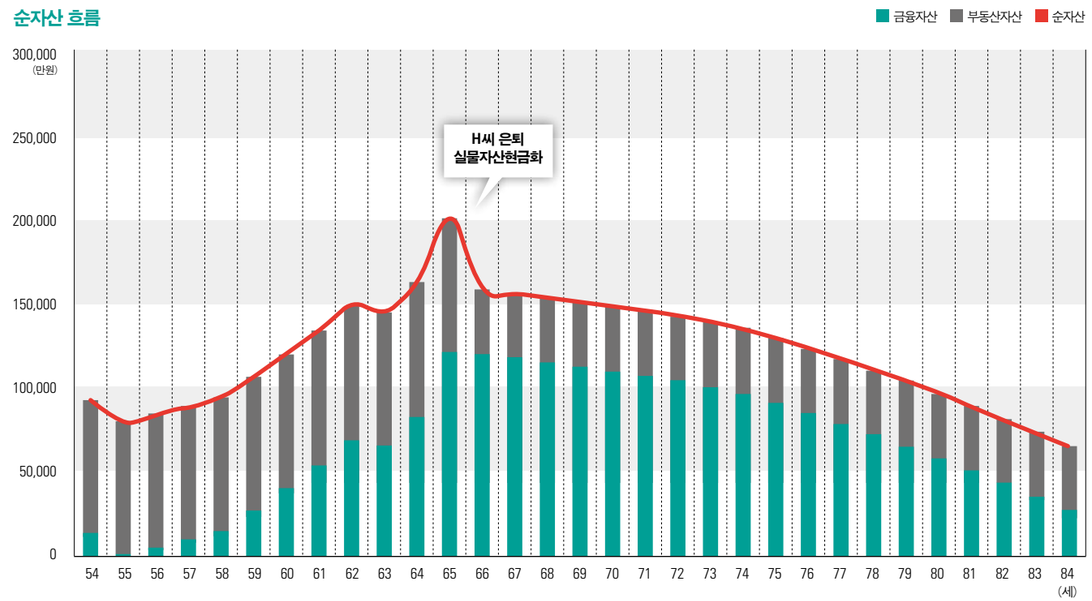


• 주 : 하나금융투자에서는 '머니TALK'를 통해 매월 투자성향에 따라 '안정추구형', '위험중립형', '수익추구형' 포트폴리오를 제시 • 자료 : 하나금융투자, '머니TALK', 2017.01

안정된 노후 생활을 위해 금융자산 운용에 대한 관심도 제고가 필요

H씨의 경우 그동안 개인 사업을 지속해오면서 적지 않은 규모의 실물자산과 금융자산을 축적해왔다. 지출이 다소 많다는 것을 감안하더라도 큰 규모의 잉여자금이 발생하기 때문에 은퇴시기를 늦추면 늦출수록 노후에 안정적인 생활이 가능해진다. 하지만 언제까지 사업을 계속할 수 있는 것은 아니기 때문에 본지에서는 만 65세 은퇴를 가정하여 은퇴 설계를 제시하였다. 은퇴 설계 결과 안정추구형 포트폴리오보다 낮은 수익률로 운용하더라도 풍요로운 노후 생활을 보낼 수 있는 것으로 나타났다. 하지만 사업을 지속함에 있어서 현재와 같은 수입을 확보할 수 있다고 보장할 수 없기 때문에 향후 상황 변화에 따라 금융자산의 목표 수익률이 높아질 가능성도 충분히 있는 상황이다. 따라서 이러한 상황 변화에 대비해 지금부터라도 금융자산의 운용 및 관리에 대한 관심을 제고할 필요가 있다.

순자산 흐름



글. 방효섭 KEB하나은행 상속증여센터 변호사

유언에 관한 오해와 진실

최근 유언에 관한 상담이 늘어나는 추세다. 과거에는 유언장 작성이 터부시됐던 것이 사실이다. 하지만 자기 뜻대로 재산도 분할을 하며, 자녀의 분쟁도 방지하는 두 마리의 토끼를 잡기 위해서는 유언장을 작성하는 것이 매우 도움된다는 인식이 확산되고 있다. 유언장 작성이 하나의 문화로 서서히 자리 잡고 있는 것이다. 이에 비해 유언에 관하여 정확하게 알지 못하는 이들이 많은 것이 현실이다. 이번 글에서는 '유언에 관한 흔한 오해와 진실'에 관하여 알아보도록 한다.

장남이 유언장을 받으면 재산분쟁은 종결된다?

NO

가장 중요하지만 흔히 오해하는 것으로, 부모님을 설득하여 부모님이 자신의 전 재산을 장남에게 주는 내용의 유언장을 작성했다면 장남은 그 재산을 확정적으로 받을 수 있다고 생각하는 것이다. 그러나 유언은 언제나 철회의 자유가 있다. 따라서 유언자가 오늘 공증유언을 통해 장남에게 재산을 준다는 유언을 작성하였다고 하더라도, 그 마음이 바뀌어 내일 자필유언을 통하여 둘째에게 재산을 준다는 유언을 작성한다면, 내일 일자 유언이 유효한 것이다. 이 경우 유언내용이 바뀐 것에 대하여 장남은 이의를 제기할 수 없다.

컴퓨터로 타자를 친 유언은 유효?

NO

유언이란 '유언자의 사망에 의하여 일정한 법률효과를 발생시킬 것을 목적으로 일정한 방식에 따라 행하는 법률행위'이다. 유언장은 유언자의 생전에 작성하나, 유언의 효력은 유언자가 사망한 후에 비로소 발생한다. 민법이 허용하고 있는 유언의 방식으로는 자필증서에 의한 유언, 녹음에 의한 유언, 공정증서에 의한 유언, 비밀증서에 의한 유언, 구수증서에 의한 유언이 있으며, 위에서 언급한 5가지 방식에 의하지 않은 유언은 법률상 효력이 없다. '컴퓨터로 타자를 친 유언'은 자필로 쓴 것도 아니고, 공증을 받은 것도 아니다. 따라서 법에서 정한 유언방법이 아니므로, 그 유언은 무효이다.

'재산분할을 금지'하는 유언이 가능할까?

YES

유언사항은 법정 되어 있다. 따라서 법으로 허용하는 사항 이외의 것을 유언장에 남긴다고 하더라도 이는 유언으로서의 효력은 발생하지 않음을 유의해야 한다. 상속재산의 분할금지에 관하여 민법 제1012조는 '피상속인은 유언으로 상속개시의 날로부터 5년을 초과하지 아니하는 기간 내의 그 분할을 금지할 수 있다' 라고 규정하고 있다. 그러므로 유언자는 5년 이내의 기간 동안 상속재산 분할을 금지할 것을 유언할 수 있다. 따라서 배우자의 낭비벽이 심하거나, 상속인이 미성년자인 경우 등의 사유로 만약 자신의 상속이 발생한 후, 상속인들이 일정 기간 자신의 재산을 지킬 수 있을지 염려되는 상황이라면, 5년의 한도 내에서 재산분할을 금지하는 유언을 하는 것도 생각 해 볼 수 있을 것이다. 그러나 예를 들어, '지리산에 묻어 달라'는 것은 유언자의 희망사항이기는 하지만, 법으로 유언이 허용되는 사항은 아니므로, 유언으로서의 효력이 발생하지는 않는다.

자필로 작성한 유언을 공증받으면 공증유언?

NO

유언 방법 중 대표적으로 많이 이용하는 것 두 가지가 자필유언과 공증유언이다. 그러나 자필로 쓴 유언을 공증받는다고 해서 공증유언이 되는 것은 아니다. 자필유언의 작성주체는 유언자 본인이지만, 공증유언은 공증인이 작성하는 문서이므로 그 작성주체가 공증인이다. 따라서 자필로 작성한 유언장을 공증 받는다고 공증유언이 되는 것은 아니다.

자필 유언에도 증인이 필요하다?

NO

자필유언과 공증유언은 각각의 장단점이 있다. 우선 자필유언의 장점으로는 비용이 들지 않고, 증인이 필요 없다는 것을 들 수 있다. 간단한 자필유언의 경우, 5분 만에도 그 유언을 완성할 수도 있다. 그러나 자필유언의 단점으로는 유언장의 분실, 위조, 변조의 위험이 있다. 이에 반해 공증유언의 장점은 유언장의 분실, 위조, 변조의 위험이 거의 없다는 것을 들 수 있다. 공증유언은 비용도 최대 300만원까지 들고, 증인이 2명 필요하다. 요약하면, 자필유언은 간편하기는 하나, 추후 유언장의 진위에 관한 분쟁이 일어날 수도 있고, 공증유언은 다소 불편하기는 하나 유언장의 진위에 관한 분쟁이 일어날 가능성은 거의 없다. 따라서 본인의 의사를 정리하는 차원에서 유언장을 작성하기를 원한다면 자필유언이 낫지만, 추후 자녀들의 상속분쟁을 예방하는 차원에서 유언장을 작성한다면 공증유언을 이용하는 것이 좋다.

국민연금 추후납부

인구의 고령화와 더불어 은퇴 후 연금 수급을 통한 안정적인 노후 생활이 중요한 관심사다. 그중에서도 대표적인 공적연금인 국민연금의 수급이 노후 생활에 있어서 중요한 사회안전망 역할을 수행해야 하지만 여전히 국민연금제도에서 포괄하지 못하고 있는 사각지대가 많아 기대에 미치지 못한 실정이다. 이에 정부는 이러한 문제를 해결하고자 2016년 5월 경력단절여성 등이 국민연금의 추후납부를 통해 노후 연금 혜택을 받을 수 있도록 추후납부제도를 개선해 2016년 11월 30일부터 시행에 들어갔다.

국민연금의 추후납부제도는 원래 사업중단, 실직, 입대 등으로 연금보험료를 낼 수 없는 의무가입자가 납부예외를 신청했다가 추후 다시 소득 발생으로 납부 예외기간에 대해 보험료를 납부해 보험기간을 인정받고자 할 경우 허용해 주는 제도이다. 이러한 제도를 정부는 2016년 5월 개선을 통해 추후납부 대상을 4대 직역연금, 국민연금 가입자 및 수급자의 배우자로서 소득이 없는 자, 국민기초생활 보장법상의 생계급여 수급자 또는 의료급여 수급자, 1년 이상 행방불명된 자 등을 포함시켜 추가로 확대하였다(국민연금법 제92조). 이에 경력단절 전업주부 등 무소득 배우자, 기초생활수급자, 1년 이상 행불자 등이 추후납부를 적용받게 되어 보다 안정적인 노후설계를 하는 데 있어서 도움을 받을 수 있을 것으로 판단된다. 추후 보험료를 납부할 기간은 추후납부 사유로 인하여 연금보험료를 납입하지 아니 한 기간으로 하고, 납부할 금액은 추후납부를 신청한 날이 속하는 달의 연금보험료에 추후 납부하려는 기간의 개월 수를 곱한 금액으로 산정한다. 단, 임의가입자의 추후납입 보험료 상한은 소득 기준 211만원에 해당하는 18만9,000원을 초과할 수 없다. 그리고 추후납입 보험료는 가입자가 신청할 경우 60회의 범위에서 분할하여 납입할 수 있다.

따라서 과거에 국민연금을 납입한 이력이 있지만 경력단절 등의 사유로 인하여 연금최소가입기간 10년을 채우지 못해 노령연금을 받을 수 없는 상황에 직면한 무소득 배우자들은 더욱 안정적인 노후를 위해 지난해 말부터 개선돼 시행에 들어간 추후납부제도를 적극적으로 활용할 필요가 있다.

국민연금 추후납부 주요 내용

구분	주요내용
추후납부 대상	- 4대 직역연금, 국민연금 가입자 및 수급자의 배우자로서 소득이 없는 자 - 국민기초생활 보장법상의 생계급여 수급자 또는 의료급여 수급자 - 1년 이상 행방불명된 자 - 사업중단, 실직 또는 휴직인 경우 - 병역의무 후 가입자격을 취득한 경우
납부기간	- 추후납부 사유로 인하여 연금보험료를 내지 아니한 기간
납부금액	- 추후납부 신청한 날이 속한 달의 연금보험료에 추후 납부하려는 기간의 개월 수를 곱한 금액 - 임의가입자의 추납보험료는 18만9,000원을 초과하지 못함
납부방법	- 추가보험료 납부 신청하고, 60회의 범위 내에서 분할 납부 가능

한국금융투자협회 심사필 제16-06222호(2016.12.19~2017.11.30)

하나금융그룹

유언장의 빈틈을 채우는 든든한 유산플랜 하나 Living Trust

유언장 없이도 고객의 생전에 신탁계약을 통해 유언의 효력이 발생합니다. 생전에도 신탁에 의한 재산관리가 가능하며,
고객님 사후 상속인에게 재산이 이전된 후에도 고객님(위탁자)의 의지대로 재산관리 및 운용까지도 할 수 있는 든든한 신탁계약상품입니다.

유언대용신탁 유언장 없이 신탁계약만으로 생전·사후 재산관리가 가능하며 원하는 상속인에게 안전하게 상속할 수 있습니다
수익자연속신탁 상속플랜에 따라 수익자를 연속하여 지정해 놓을 수 있습니다
종합재산관리 금전, 유가증권, 부동산 등을 종합하여 운용하고 그로부터 발생하는 수익을 지급합니다
다양한 서비스 법률상담, 세무상담, 부동산컨설팅 등 상속관련 다양한 서비스 제공합니다

※ 신탁보수:신탁재산가액 및 관리내용에 따라 차등 적용(기본보수 및 집행보수 : 총 신탁가액의 0.2%이상, 개별신탁보수는 개별계약서에서 정함)
※ 금융투자상품(신탁계약)은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않으며, 운용 결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있고 그 손실은 투자자에게 귀속됩니다.
※ 당행은 본 금융투자상품 신탁계약 약관하여 충분히 설명할 의무가 있으며, 투자자는 반드시 직원으로부터 상품 등에 대한 충분한 설명을 듣고 이해한 후 투자결정을 내리시기 바랍니다.
※ 계약하시기 전에 운용방법의 지정, 해지방법 및 보수 등에 관하여 신탁계약서를 반드시 읽어보시기 바랍니다.
※ 본 홍보물은 2017년 11월 30일까지 유효합니다. (준법감시인 심사필 2016-광고-339호(2016.12.02~2017.11.30)/CC크리에이트 161202-10

손님의 기쁨, 그 하나를 위하여
KEB 하나은행

글. 김지은 기자 kjeun1@naver.com

적는 자가 생존하는 시대, 기록의 힘

"기록되기 전에는 어떤 일도 진짜로 일어난 것이 아니다." 버지니아 울프

기록하는 자. 호모 스크립투스(Homo Scriptus)의 본능은 인문학, 제지술, 인쇄술, 디지털 기술을 발전시키고 문학, 영화, 회화 등 수많은 예술적 성취들을 탄생시켰다. 인류 기록의 원대한 여정 속에서 오늘 우리는 어떤 기록을 남기고 있는가. 적는 자가 생존한다는 적자생존의 시대, 삶을 바꾸는 기록의 힘.

안네는 생일선물로 받은 체크무늬 일기장에 '키티'라는 이름을 붙이고 자기 마음을 털어놓았다. '종이는 인간보다 더 잘 참고 견딘다'고 생각했기 때문이다. 안네는 자신의 내면뿐 아니라 나치의 만행에 대해 들은 대로 적어 내려갔다. 그것이 지금까지 3500만 부가 판매되었을 것으로 추정되는 '안네의 일기'다. 톨스토이는 19세 때인 1847년부터 생애 마지막 순간까지 무려 63년 동안 일기를 썼다. 어릴 적 부모를 잃고, 불우하게 자란 그가 위대한 문학가이자 사상가로 우뚝 설 수 있었던 힘이다.
이순신 장군의 '난중일기'는 역사적인 자료일 뿐 아니라, 기록을 통해 개인의 삶이 얼마나 체계적으로 관리되는지 볼 수 있는 자료다. 그의 일기는 공적인 일을 기록하는 업무 일지이자 사적인 일과 내면을 기록하는 창이기도 했다.

삶에 변화를 일으키는 경이로운 힘

어릴 적 빛바랜 기록 일기장, 힘겹게 버텨낸 직장생활의 기록 업무 노트, 육아일기, 창의력의 창고인 낙서 등 온오프라인을 넘나들며 우린 기록한다. 때론 기록하며 위안을 얻고, 때론 기록하며 의욕을 불태운다. 기록은 그런 것이다. 메모의 습관 저자 신정철 씨는 "나는 메모를 통해 내 마음을 바라볼 수 있게 되었다"며 "메모는 나를 관찰자로 만들었고, 내 삶을 바라보고 방향을 수정할 수 있도록 도와주었다"고 기록의 힘에 대해 강조한다.
기록에는 일상에 의미를 부여하고 삶에 변화를 일으키는 경이로운 힘이 숨겨져 있다. 사실 그 변화는 단숨에 얻을 수 있는 것이 아니다. 당장 눈에 보이지 않을지라도 꾸준히 기록하다 보면 어느 순간 극적인 변화로 이어진다고 기록전문가들은 입을 모은다.

꾸준히 실천하는 것이 가장 중요

거창한 계획보다는 하루 5분 짧은 시간이라도 틈틈이 기록하는 습관을 들이는 게 좋다. 중요한 건 꾸준히 실천하는 것. 하지만 뭔가를 꾸준히 한다는 건 쉽지 않다. 이렇게 생각해보면 어떨까.
'기록은 단순한 기억의 보조 장치가 아니라 창의성을 부르는 통로다'라고. 실제로 칸트, 니체, 정약용, 스티브 잡스 등 인류의 위대한 리더들의 예를 봐도 기록의 힘을 짐작해볼 수 있다. 이들은 기록을 통해 역사의 흐름을 바꾼 장본인이다. 특히 창의성은 서로 이질적인 생각과 충돌하고 연결될 때 발생하는 법. 이러한 과정에서 가장 활용도 높은 도구가 바로 기록하는 것이다. 신정철 씨는 "기록 습관은 우리를 삶의 관찰자로 만들어준다. 보지 못하던 것을 볼 수 있게 될 때 삶의 변화가 시작된다. 기록을 통해 자신을 발견하고, 생각을 구체화하고, 행동으로 옮기는 일이 습관화되면 삶을 성장시키는 연결고리가 된다"고 강조한다.

어떤 내용을 기록할까?

❶ **상상력을 기록하라**	갑자기 떠오르는 생각, 아이디어를 기록하자.
❷ **삶을 써내려가다**	단순한 일기에서부터 다이어트 일기, 육아 일기, 살림 일기 등 현재 자신의 관심사를 기록하라.
❸ **감정을 기록하라**	그날그날의 솔직한 나의 감정을 관찰하자.
❹ **추억을 기록하라**	좋았던 추억을 기록하며 그날의 행복을 기억하자.
❺ **위시리스트를 기록하라**	원하는 것, 꿈꾸는 것, 바라는 것을 기록하자.
❻ **독서를 기록하라**	읽은 책을 기록하다보면 어느새 책 속의 지혜가 내 것이 된다.
❼ **사람을 기록하라**	내가 만나는 사람들을 관찰해 기록해보자.

기록을 습관으로 만드는 방법은?

❶ **항상 기록할 준비를 갖추자.**
휴대가 간편한 수첩과 필기구나 스마트폰의 메모앱을 활용하는 것도 방법이다.
특히 자신만의 수첩이나 노트를 만들어 그곳에만 적는 게 좋다.

❷ **기록할 시간을 만들자.**
자기 자신에게 맞는 시간대에 기록을 위한 시간을 마련하자. 가급적 시간대를 고정해서 항상 같은 시각에 시작하는 것이 좋다.

❸ **기록의 목표를 만들자.**
습관을 위한 기록이 아니라 목표를 둔 기록을 할 때 그 기록은 가치를 만들어내고, 그것이 가져오는 변화를 체감할 때 습관이 된다.

글. 박지연 기자 pjy95@naver.com

한 해의 시작은 내 몸에 꼭 맞춘 건강검진으로!

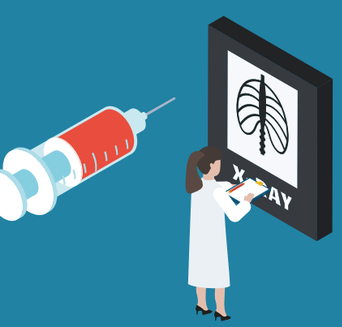
의료기술의 발달에 따라 암도 '조기에만 발견하면 완치'라는 사실을 알면서도 이런저런 이유로 건강검진을 미루는 사람들이 많다. 과거에는 개인이 건강검진을 받으려면 비싼 비용을 지불해야 했지만, 국민건강보험공단에서 무료로 실시하는 국가건강검진이 있는 만큼 미루지 말고 건강검진을 챙겨받을 수 있도록 하자.

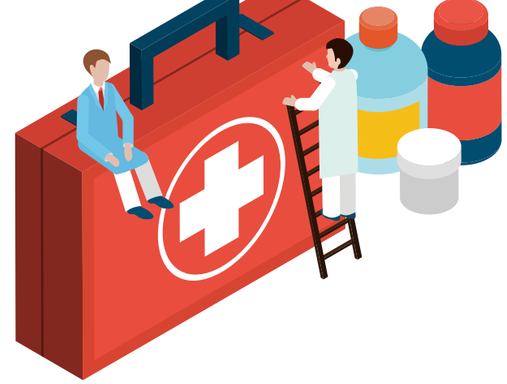
지난 연말 MBC 의학정보 프로그램 '닥터고'에 패널로 출연한 박용우 강북삼성병원 가정의학과 교수는 국가건강검진과 고가의 건강검진을 직접 체험해 그 차이점을 방송으로 소개했다. 그 결과 수백만원에 달하는 고가의 건강검진의 경우 복부CT, 저선량 폐CT, 뇌MRI, PET-CT 등 비싼 전신 촬영과 피검사 항목이 더 많은 것을 제외하고는 국가건강검진과 큰 차이는 없었다.

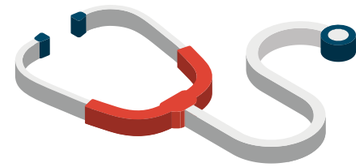
박 교수는 "국가건강검진은 무료인 만큼 검사 수준이 조금 떨어질 것이라는 편견이 있었는데, 국가건강검진만으로는 내가 갖고 있는 숨은 질병을 찾는 데는 큰 어려움이 없을 것이라고 생각한다"고 밝혔다. 실제로 국내의 유명한 대기업 회장은 기본 폐X선 촬영만으로 폐암을 조기에 발견하기도 했다.

패널로 출연한 의사들은 "검진항목이 많을수록 좋을 거라는 착각이 있는데, 검진이 비싸면 비쌀수록 방사선량은 그만큼 더 많아진다는 것을 알아야 한다"며 "고가의 건강검진 한 번 만으로도 11년치 방사선양에 노출될 수 있다"고 주의를 당부했다.

특히 PET CT의 방사선은 6~12시간 동안 몸에 남아 있어 남에게 옮겨갈 수 있는 만큼 검사 직후 아이를 안지 않아야 한다고 한다. PET-CT는 일반적으로 건강검진의 목적이 아니라, 암치료 후 재발 검진 시 쓰는 장비로 개발된 것인 만큼 특별한 경우가 아니면 건강검진에서 굳이 할 필요가 없다는 것이다.







패키지보다는 개인맞춤형 건강검진으로!

그렇다면 고가의 건강검진은 하지 않는 편이 좋은 것일까?

의사들은 "개인차, 생활습관, 가족력에 따라 건강검진 전에 주치의와 상의한 후 패키지보다는 개인맞춤형 건강검진이 필요하다"고 입을 모은다.

예를 들어, 췌장암 가족력이 있을 경우 특별한 증상이 없어도 복부CT촬영을 한다든가, 뇌졸중이나 중풍 등의 가족력이 있을 경우 일정 연령 이상이 되면 뇌MRI를 건강검진 시 추가하는 것도 좋다. 20년 이상 만성흡연자라면 저선량 폐CT를 추가로 받는 등 자신의 생활습관이나 가족력에 따라 검진항목을 추가하도록 하자. B형 및 C형 간염 보유자는 정기적으로 간기능 검사와 간초음파 검사를 받는 것이 좋다.

따라서 고가의 검사항목이 획일적으로 패키지화된 건강검진보다는, 의사와의 사전 면담시간이 충분히 있는 검진기관을 선택해 자신에게 꼭 맞는 건강검진을 받도록 하자. 또한 연령에 따라 발생가능성이 높아지는 질환이 있으므로 건강검진 시 참고하도록 하자.

연령대별 참고해야 할 검진 항목

- **20 - 39세**

만성질환을 조기에 발견해 치료할 수 있는 시기로 비만, 혈압, 흉부촬영, 이상지질혈증(콜레스테롤, 중성지방) 검사, 간기능 검사, 자궁세포진 검사 등을 2년마다 실시한다. 최근에는 B형간염뿐 아니라 A형간염에 대한 사회적 관심이 늘어 20~30대에 A형간염 및 B형간염 검사를 실시해 필요한 경우 예방접종을 시행한다.

- **40 - 64세**

매년 혹은 2년마다 건강검진을 받는 것이 좋다. 각종 암, 심장병, 중풍, 간질환이 주요 사망원인이므로 정기적인 검사가 필요하다. 필수검사 항목은 ▲비만 ▲혈압 ▲혈당 ▲이상지질혈증(콜레스테롤, 중성지방) 검사 ▲간기능 검사 ▲자궁세포진 검사 ▲유방검사 ▲대변 검사 ▲위내시경 검사 ▲대장내시경 검사 등이다. 여성의 경우 ▲자궁난소초음파 ▲골다공증 검사 받는 것을 권장한다. 특히 암, 심뇌혈관 질환의 가족력이 있는 자, 흡연자의 경우는 심뇌혈관질환(중풍, 심근경색, 협심증 등) 고위험군 대상자이므로 매년 검사 받도록 하자.

- **65세 이상**

매년 정기검진을 받는 것이 좋다. 중증도질환의 위험도가 높아지는 시기로, 각종 암 검진에 치매, 심리검사를 받는 것이 추천된다. 더불어 뇌졸중 등의 위험이 큰 만큼 가족력이 있거나 당뇨병, 고혈압 등 위험요인이 있는 이들은 뇌 MRI나 CT 등을 통해 예방 및 조기진단에 힘을 기울여야 한다.

글. 김지은 기자 kjeun1@naver.com

그땐 그랬지! 추억의 옛 놀이

문득 어린 시절 해맑게 웃으며 뛰어놀던 기억을 되살려보자. 입가에 미소가 저절로 생긴다. 땅따먹기, 구슬치기, 딱지치기 등 어린 시절 추억의 놀이가 주는 색다른 즐거움에 빠져보자.

내 땅을 찾아서, 땅따먹기

농사지을 내 땅을 가지고 싶다는 염원에서 유래된 땅따먹기. 조그만 돌멩이와 친구만 있다면 어디서든 할 수 있다. 단순한 놀이도구만큼 하는 방법 또한 매우 간단하다.

1. 땅 위에 큰 원이나 네모를 그린다.
2. 가위바위보로 순서를 정한 후 세 번 손가락으로 돌을 튕겨서 다시 자기 영역으로 돌을 들여온다. 이때 돌이 지나간 자리를 선으로 연결해서 자기 땅을 넓혀간다.
3. 영역 확장 후 자기 집과 집 사이, 또는 자기 집과 벽 사이의 길이가 손으로 한 뼘이 되면 서로 이을 수 있고, 덤으로 그 사이의 땅도 자기 땅이 된다.
4. 만약 세 번 만에 튀긴 돌을 자기 집으로 들여오지 못하면 아웃 되고 차례가 사람에게 넘어간다.
5. 따먹을 땅이 없을 때까지 계속하고 가장 많은 땅을 차지한 사람이 이기게 된다.

전봇대를 기둥 삼아, 말뚝박기

전봇대를 기둥 삼아 남자아이들이 가장 즐기던 놀이가 바로 말뚝박기였다. 몸으로 하는 놀이기에 옷이 찢어지거나, 넘어지는 등 다치는 경우도 종종 생긴다. 땀 흠뻑 쏟을 수 있는 에너지 넘치는 놀이이기도 하다.

1. 공격팀과 수비팀 2팀으로 나눈다.
2. 수비팀은 한 명이 서 있고 나머지 수비들은 다리 사이에 고개를 숙여 뒤로 연결한다.
3. 공격팀은 숙인 수비팀 위로 올라탄다.
4. 공격팀이 수비팀 위로 다 올라가면 서 있는 수비수와 맨 앞의 공격수가 가위바위보를 해서 승부를 낸다.
5. 가위바위보 전에 공격팀의 무게를 못 이겨 수비팀이 넘어지면 공격팀이 승리하게 된다.

탁월한 팀플레이를 발휘한다, 오징어

팀플레이의 대표적인 놀이가 오징어. 서로 신나게 웃을 수 있을 뿐 아니라 경쟁하면서도 협동할 수 있다는 점이 놀이의 스릴을 더한다. 이런 놀이는 공통의 목표, 팀워크, 공감 등을 몸소 즐겁게 체험할 수 있다.

1. 오징어는 우선 같은 숫자로 공격팀과 수비팀 2팀으로 나눈다.
2. 공격은 오징어 외부에서 내부를 공격해서 특정 위치 (오징어 머리 부분 : 삼각형과 원이 만나는 부분)로 들어가면 승리이다.
3. 공격은 한쪽 발로만 다녀야 하며, 다리를 건너야 양발 사용이 가능하다. 오징어 외부에서 수비를 만나 넘어뜨리거나 내부에 있는 수비를 외부로 끌어당기며 아웃시킨다.
4. 하단 문을 통해 특정 위치로 달려가면 되는데, 체력이 좋으면 다리를 건너지 않고 외발로 가도 된다.
5. 공격팀 중 한 명이라도 성공하면 게임이 끝난다.
6. 수비는 오징어 내부에서는 양발 사용이 가능하다. 공격팀을 오징어 내부로 댕겨서 선을 밟게 해도 아웃이다. 오징어 외부로 나가 공격을 쓰러뜨려도 아웃시킬 수 있다.
7. 공격은 수비를 분산시켜 정신없이 만든 후 재빨리 공격해야 하며, 수비는 첫 번째 공격에서 두발을 사용하지 못하도록 제지하고 마지막 돌파를 막아야 한다.

언제, 어디서나 쉽게 할 수 있다, 얼음땡

누구나, 어디서나 손쉽게 할 수 있는 간단하지만 신나게 뛰어다니며 땀을 흠뻑 쏟을 수 있는 놀이가 바로 얼음땡이다.

1. 가위바위보를 통해 술래를 뽑는다.
2. 숫자 열을 센 후 사람들을 잡으러 다닌다.
3. 도망가는 사람은 술래가 잡을 것 같으면 얼음이라 외치면 잡을 수 없다.
4. 다른 도망가는 사람이 얼음이 된 사람을 땡을 위치며 쳐주면 다시 움직일 수 있다.
5. 얼음 전 잡히면 술래가 바뀐다.
6. 모두 얼음이 되면 술래를 다시 뽑는다.

노래를 부르며 고무줄을 넘는다, 고무줄놀이

말뚝박기가 남자의 전유물이었다면 고무줄놀이는 여자들이 즐겨하던 놀이. 간혹 장난기 넘치는 남자아이들이 고무줄을 끊고 달아나 한바탕 소동이 벌어지기도 했던 추억의 놀이가 고무줄이다.

1. 보통 6~8명의 친구가 두 팀으로 나뉘어 경기한다.
2. 순서를 정해 먼저 고무줄을 잡은 팀이 노래를 지정하고, 고무줄을 뛰는 팀은 노래에 맞춰 고무줄을 뛰면 된다.
3. 노래가 끝날 때까지 팀원 모두가 고무줄에 걸리지 않으면 다음 단계로 넘어간다.
4. 실패하면 차례를 바꾸어 고무줄을 잡는다.
5. 고무줄 단계는 발목 – 무릎 – 허리 – 겨드랑이 – 머리이며, 가장 높은 단계의 동작을 먼저 성공한 팀이 이기는 놀이다.

글. 김대익 연구위원 kimdi@hanafn.com

액티브 시니어들은 노후준비를 어떻게 했을까?

과거 수동적이던 은퇴세대들과는 달리 연금자산 등을 기반으로 적극적이고, 독립적으로 삶을 살아가고자 하는 액티브시니어. 최근 이들이 은퇴계층의 소비활동, 사회관계 등 다방면에 걸쳐 영향을 미치며 변화를 주도하고 있다. 과연 액티브시니어들은 노후를 어떻게 준비하고 있을까?

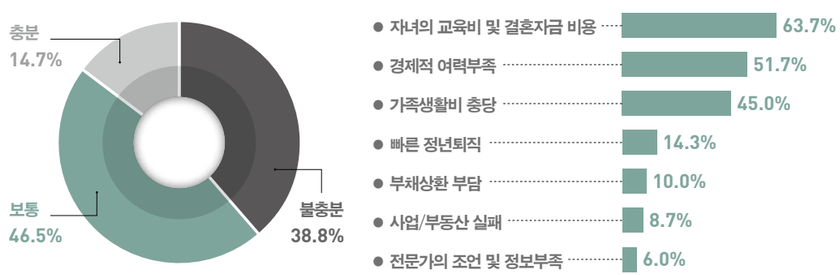
인구의 고령화가 진행되면서 은퇴 후 활동 기간이 크게 늘어나고 있을 뿐만 아니라 노후를 위한 준비 등으로 상당한 자산을 소유하고 있는 은퇴계층이 증가하면서 사회의 중요한 관심의 대상으로 부상하고 있다. 특히 과거 수동적이던 은퇴세대들과는 달리 연금자산 등을 기반으로 적극적이고, 독립적으로 삶을 살아가고자 하는 베이비부머 세대가 은퇴계층에 편입되면서 이들이 은퇴계층의 소비활동, 사회관계 등 다방면에 걸쳐 영향을 미치며 변화를 시키고 있다. 따라서 당 연구소에서는 수도권 지역 55~74세의 액티브시니어 300명을 대상으로 노후준비, 소득절벽기간의 준비 및 극복, 은퇴 후 노후생활에 대하여 설문조사를 실시하였다. 이번 글에서는 우선 액티브시니어들이 은퇴 후 안정적인 노후생활을 위해 노후준비를 어떻게 하였는가에 대하여 살펴보고자 한다.

액티브시니어 중 14.7%만이 충분한 노후준비, 가장 큰 장애 요인은 자녀의 이벤트 비용

액티브시니어들은 은퇴 후 노후 생활에 있어서 적정 생활수준을 유지하기 위해서는 276만원이 필요하다고 생각하고 있었다. 반면 최소 생활을 할 정도의 비용으로는 198만원을 원하였는데 이는 2인 가구의 최저생계비 165만원보다는 20%정도 많지만, 3인 가구의 최저생계비 214만원 보다는 7.5% 적은 수준이다. 그리고 액티브시니어들은 이러한 노후생활비 마련을 위해 가장 많은 46.2%가 50대에 시작하였고, 40대에는 33.6%가 시작해 대부분이 40대 이후부터 본격적으로 노후를 준비한 것으로 조사되었다. 노후준비과정에서 조사대상자의 95.7%는 전문가를 통해 은퇴설계서비스와 같은 전문적인 서비스를 받아보지 못한 것으로 나타났다. 이 또한 노후 준비자들이 체계적으로 은퇴 후 준비를 하는 데 있어서 한계요인으로 작용한 것으로 판단된다.

한편 액티브시니어들이 은퇴설계 및 준비를 하는 데 있어서 장애로 작용한 요인 조사에서는 63.7%가 자녀의 교육비용, 결혼자금 마련비용 등 자녀 관련한 이벤트 비용의 발생을 노후준비에 있어 가장 큰 장애 요인으로 제시하였다. 이어서 두 번째 장애요인으로는 51.7%가 경제적 여력이 부족하여 노후준비를 못하고 있는 것으로 조사되었다. 이러한 성향은 소득수준이 낮을수록 더욱 큰 장애요인으로 나타나고 있어 사회안전망이 적절하게 갖추어지지 않으면 경제활동기의 빈곤이 노후 빈곤으로까지 이어질 가능성이 큰 것임을 시사한다. 또한, 가족 생활비를 충당하느라 노후준비를 할 겨를이 없다(45.0%)거나 최근 우리 사회의 빠른 정년퇴직 현상도 노후준비의 장애 요인으로 작용한 것으로 나타났다. 그 외 장애요인으로는 부채의 상환부담, 사업이나 부동산 실패 등도 노후준비의 장애로 작용한 것으로 조사되었다.

경제적 노후준비 정도 및 준비 장애 요인



주 : 준비 장애요인은 중복 응답

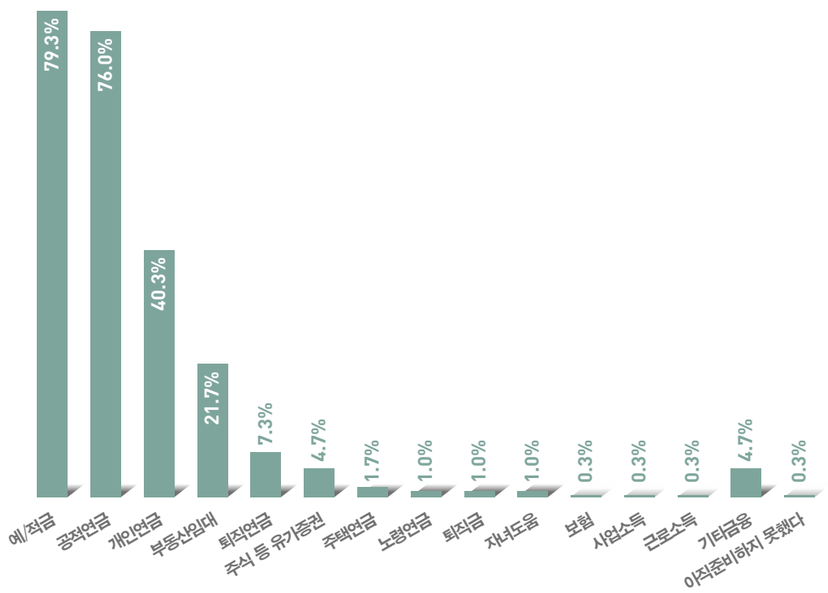
재무적 노후준비를 위해
예적금, 공적연금, 개인연금 순으로 활용

재무적 측면에서의 노후준비를 위해 액티브시니어들은 예 · 적금과 공적연금을 가장 많이 이용하고 있었다. 이어서 개인연금(40.3%), 퇴직연금(7.3%) 등 2층 및 3층의 사적연금을 이용하고 있었고, 주택연금도 비중은 낮지만 1.7%정도가 재무적 노후준비에 이용하고 있는 것으로 조사되었다. 개인연금의 경우 59.7%가 보유하고 있고, 보유상품으로는 68.6%가 연금보험, 33.9%는 연금저축보험, 1.7%는 연금저축신탁을 보유하고 있는 것으로 조사되었다. 특히 액티브시니어 중 연령대가 낮을수록 개인연금의 가입을 통한 노후 준비비중이 높은 것으로 나타났다. 반면 개인연금을 보유하지 않은 경우 사유로는 가장 많은 59.2%가 경제적 여력이 안돼서 가입을 하지 못하였고, 이어서 별 도움이 되지 않을 것 같아서, 수익률이 낮아서 등을 보유하지 않은 사유로 제시하였다. 개인연금의 가입은 주로 보험설계사의 권유나 가족 및 지인의 추천으로 가입하였고, 은행 상담원의 권유로 가입한 경우는 1%에도 미치지 못한 것으로 조사되었다. 그리고 가입할 때는 안정적인 운용(55.4%), 금융회사의 평판, 연금수령방법, 높은 수익률 순으로 우선적으로 고려하여 가입한 것으로 분석되었다. 퇴직연금의 경우는 7.3%가 보유하였는데 조사대상자들의 대부분은 연금으로 전환하여 수령하고 있거나 수령할 예정인 것으로 조사되었다.

한편 재무적 노후준비 일환인 의료비에 대한 준비로는 81.7%가 암보험 등 보장성 보험에 가입하여 노후 의료비 발생에 대비하고 있는 것으로 조사되었다. 보유 내용을 보면 암보험(74.3%)과 손실의료보험(73.9%)을 대부분 준비하였고, 이어서 종신보험(29%), 실버보험(7.8%)의 순으로 많이 가입한 것으로 나타났다. 그 외에도 건강보험, 치과보험 등을 가입하여 노후를 준비하고 있는 것으로 조사되었다. 향후 추가로 가입하고자 하는 보험으로는 치매 · 간병 등에 대한 실버보험, 치과보험, 암보험 등의 순으로 가입을 희망하고 있는 것으로 나타났다.

재무적 은퇴준비 현황

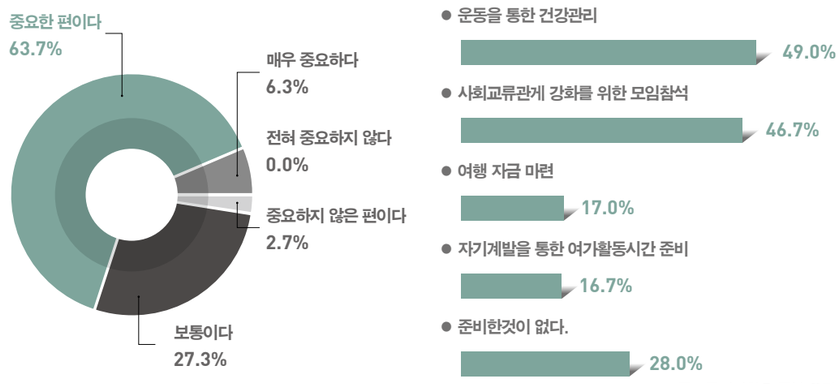
주 : 중복 응답



비재무적 노후준비로
건강관리와 사회교류관계를 가장 많이 준비

비재무적 은퇴준비에 대해 대부분의 시니어는 '비재무적 은퇴준비'가 중요하다(70%)고 인식하고 있는 것으로 조사되었다. 그렇지만 인식하고 있는 것과는 달리 실재적으로는 준비가 미흡한 것으로 나타났다. 건강관리에 대한 준비의 경우는 상대적으로 가장 높았지만 49%만이 준비하였고, 사회적 교류를 위한 준비는 46.7%가 준비한 것으로 조사되었다. 그리고 여가나 취미 측면에서는 여행자금 마련 준비(17%)나 자기 계발을 통한 여가 활용시간 준비(16.7%)는 상대적으로 준비가 낮은 것으로 나타났다. 비재무적 준비과정에서 준비를 소홀한 사유로는 최우선으로 경제적 여력이 부족해서(78.6%)가 제시되었다. 이어서 60.7% 는 시간이 부족해서를 제시하였고, 39.3%는 중요하다고 생각하지 않아서를 꼽았다. 이 외에도 건강상의 이유로, 정보가 부족해서 등이 비재무적 준비 부족 사유로 제시되었다.

비재무적 은퇴준비의 중요성에 대한 인식과 준비 사항



주 : 준비사항은 중복 응답

금융사들의 전문가 도움을 받아 노후준비를 가급적 빨리 시작하는 것이
노후준비에 있어 최선의 상책

은퇴를 앞두고 있거나 준비하고 있는 계층은 재무적 측면에서의 노후준비를 가급적 빨리 시작하도록 할 필요가 있다. 액티브시니어들이 주로 40~50대 시작해 대부분 충분한 노후준비를 하지 못한 것을 반면교사로 삼아 20~30대부터 적극적으로 준비를 시작하여야 한다. 재무적 측면에서의 노후준비는 빠르면 빠를수록 쉽게 준비할 수 있기 때문이다. 그리고 대부분의 준비자가 준비 부족 사유로 경제적 여력 부족을 제시하고 있는데 노후준비는 소비에 앞서 일정 부분을 노후준비에 우선적으로 할애하여 준비하는 노력을 하여야 한다. 소비의 욕구는 끝이 없으므로 소비를 하고 남은 부분을 노후를 위해 준비하려고 한다면 충분하게 준비할 수 없기 때문이다. 그리고 조사에서 나타났듯이 대부분의 노후준비자가 전문가의 도움을 받지 못하고 은퇴설계 및 준비를 하는 것으로 조사되었는데 노후준비자들은 노후준비를 진단하고 설계하면서 적극적으로 금융사들의 전문가 도움을 받아 노후를 준비할 필요가 있다. 현재 은행을 비롯한 금융사들은 은퇴준비자들에게 노후준비 관련하여 다양한 금융서비스를 준비하고 있을 뿐만 아니라 무료로 제공하고 있기 때문이다.

글. 안성학 연구위원 shahn0330@hanafn.com

제2의 인생을 위한 은퇴이민

누구나 풍요로운 은퇴생활을 꿈꾼다. 은퇴이민이 매력적으로 다가오는 이유다.

그러나 은퇴이민자가 모두 성공하는 것은 아니다. 다양한 이유로 적응에 실패하는 경우도 많다.

성공적인 은퇴 이민을 위한 방법은 무엇인지 꼼꼼히 살펴본다.

우리는 TV를 통해 가끔 은퇴이민자들의 생활을 접한다. 아름다운 자연을 배경으로 가사도우미를 고용하면서 누리는 여유로운 삶은 동경의 대상이다. 실제로 몇 년 전만 해도 은퇴이민에 대한 관심이 뜨거웠다. 이민 박람회에 은퇴이민에 관심이 많은 중장년층이 몰리거나 은퇴이민을 위한 국내 주요 여행사들의 외국체험답사 상품이 다수 출시된 적도 있다. 최근 조사에 따르면 국내에서 적정한 노후생활을 하기 위해서는 대략 월 200만원 내외의 자금이 필요하며 이 정도의 자금으로 은퇴이민을 선택할 경우 국내보다 훨씬 여유로운 노후생활이 가능하다고 한다. 또한, 그만큼 은퇴자금 확보 노력도 줄일 수 있다. 이처럼 비교적 적은 노후자금으로도 풍요로운 은퇴생활이 가능하다는 점에서 은퇴이민은 매력적이다. 그러나 은퇴이민자가 모두 성공하는 것이 아니라 일부는 다양한 이유로 적응에 실패해 국내로 돌아오는 사례도 많았다는 점에 주의할 필요가 있다. 이 글에서는 성공적인 은퇴이민을 위한 방안에 대해 논의해 보고자 한다.

2016년 글로벌 은퇴국가 지수

자료 : International Living

	국가	주택가격 및 임대료	혜택 할인	비자체류 허가	생활비	적응 용이성	소일거리 편의시설	의료 시스템	건강한 생활환경	인프라	기후	최종 점수
1	파나마	86	100	100	89	97	100	89	95	90	89	93.5
2	에콰도르	100	99	83	90	92	95	85	95	85	100	92.4
3	멕시코	89	88	90	88	91	96	87	86	90	88	89.3
4	코스타리카	88	79	87	86	95	88	92	98	88	83	88.4
5	**말레이시아**	**94**	**67**	**87**	**90**	**95**	**100**	**94**	**90**	**87**	**74**	**87.8**
6	콜롬비아	88	65	80	92	89	94	94	95	90	90	87.7
7	**태국**	**90**	**72**	**70**	**90**	**90**	**96**	**88**	**80**	**89**	**83**	**84.8**
8	니카라과	96	69	77	98	88	84	80	97	70	80	84.2
9	스페인	82	75	77	82	81	90	86	88	93	88	83.6
10	포르투갈	82	75	77	85	81	81	81	88	93	86	82.9
…												
17	**필리핀**	**63**	**75**	**67**	**85**	**92**	**90**	**88**	**67**	**89**	**69**	**78.5**
…												
23	**베트남**	**70**	**63**	**60**	**90**	**65**	**58**	**74**	**72**	**57**	**76**	**68.5**

한국인이 선호하는 은퇴이민 지역은 동남아시아

사실 선진국에서 은퇴이민은 이미 오래전부터 관심거리였다. 특히 북미에서는 파나마, 에콰도르, 멕시코 등 중남미 국가들이 저렴한 생활비, 기후, 가까운 거리 등으로 최고의 은퇴지로 선호되어 왔다. 미국 잡지인 '인터내셔널 리빙'은 10가지 항목을 지수화해 선호 은퇴 국가에 대해 매년 순위를 매겨 왔는데 최근 조사에 따르면 중남미 지역이 상위권을 차지하였다. 이는 미국인들의 기준이 반영되는 것으로 보이지만 말레이시아, 태국 등 동남아시아 국가도 상당히 앞선 순위에 위치하고 있는 점이 눈길을 끈다. 실제로 우리나라 사람들이 선호하는 은퇴이민 국가는 동남아시아 지역이다. 따뜻한 날씨와 저렴한 인건비와 물가, 상대적인 지리적 근접성과 문화적 유사성이 적응하기에 유리하기 때문인 것으로 평가된다. 또한 이들 지역이 TV 등을 통해 많이 소개되었던 점도 친밀도를 높이는 요인이다.

한편 이들 동남아시아 국가들이 오래전부터 실시해온 적극적인 은퇴이민자 유치정책도 은퇴이민 국가로 선호되는 이유 중의 하나이다. 말레이시아는 2001년부터 MM2H라는 은퇴비자 프로그램을 운영 중이며 필리핀은 1987년 은퇴

청을 설립하여 SRRV라는 특별영주 은퇴비자를 발급하고 있다. 태국은 Long Stay Visa라는 1년 짜리 장기비자를 발급하고 인도네시아도 이와 유사한 비자를 통해 은퇴이민자를 유치하고 있다. 그러나 이들 은퇴비자로는 취업이 불가능하다. 이는 외국인을 이민자로 받아들이는 것이 아니라 장기적으로 체류하는 관광객 유치라는 개념이 강하다는 것을 의미한다. 따라서 은퇴비자는 이민 프로그램이 아니라 각국의 비자 중 하나에 불과하며 다만 신청에 따른 체류 기간 연장이 가능할 뿐이다.

최적의 은퇴이민 국가 선정

그러나 은퇴이민은 현재의 생활을 정리하고 전혀 다른 언어와 문화에 적응해야 한다는 점에서 막연한 동경보다는 어느 나라에서 노후생활을 보낼지에 대한 꼼꼼한 점검이 필요하다. 은퇴이민에 있어서 중요한 항목을 선정하고 각각의 항목을 평가하고 장단점을 분석하는 과정이 필요하다. 은퇴이민 국가를 선정하기 위해 고려해야 할 사항은 여러 가지가 있으나 크게 생활비, 현지 적응성, 의료, 기후 등을 중요한 요인으로 생각할 수 있다. 먼저 준비한 노후자금으로 물가 등을 포함한 생활비 충당이 가능한지 따져보아야 한다. 만약 부족하다면 노후자금을 확충하거나 은퇴이민 국가를 바꾸거나 아예 포기해야 할 수도 있다. 이와 관련해서 주거비도 중요하다. 집을 구매하거나 빌리는데 드는 비용은 어떠한지, 만약 구매한다면 처분은 얼마나 용이한지도 고려해야 한다. 다음으로 현지 적응성이다. 은퇴이민 국가에서는 외국어 사용이 필수적이기 때문에 해당 국가의 언어 학습이 선행되어야 한다. 상대적으로 익숙한 영어권 국가인지 아닌지도 고려해야 한다. 이와 관련하여 현지인들과의 문화적인 차이를 극복할 수 있는지, 이민자들의 모임이나 해외거주 한국인들과 접촉이 충분한지도 은퇴이민 생활의 적응정도에 미치는 요소이다. 또한 은퇴 이후의 건강을 고려할 때 외국에서의 의료서비스는 매우 중요하다. 국내에서처럼 양질의 의료서비스를 받을 수 있는지, 의료비용은 어느 정도 수준인지, 이를 위한 건강보험 가입은 가능한지, 그리고 건강보험에 드는 비용은 어느 정도인지에 대한 확인이 필요하다. 한편 날씨도 중요한 항목이다. 사시사철 따뜻한 날씨가 좋은지, 사계절이 뚜렷한 날씨가 좋은지를 판단하여야 한다. 그러나 실제로 은퇴이민 국가 선정을 위해서는 이러한 항목 이외에 은퇴자의 선호를 바탕으로 한 다양한 요인들을 포함하여 중요 순서대로 나열하고 검토하는 과정이 필요하다. 앞서 '인터내셔널 리빙'이 제시하는 은퇴이민국 선정 항목에는 주택가격, 생활비, 의료, 날씨 등 다양한 요인들이 포함되어 있으나 치안이나 국가정세 등은 포함되어 있지 않다. 그러나 이러한 요인도 중요함에 틀림없다. 더구나 은퇴이민 장소는 좀 더 구체적인 사항까지 고려해야 한다. 국가를 선정한 이후 도시냐 시골이냐, 해변이냐 산간이냐를 결정해야 한다.

철저한 사전 준비 필요

은퇴이민 장소를 정했더라도 철저한 사전 조사와 준비가 필요하다. 인터넷을 통해 해당 지역 은퇴이민자 모임에 가입하고 지역 페이스북 페이지 방문 등 현지 은퇴이민자에 대한 조언을 구하는 것도 좋은 방법이다. 그러나 실제로 살아봐야 어떤 문제가 있는지 확인할 수 있다. 무작정 은퇴이민을 떠나는 것이 아니라 사전 답사가 반드시 선행되어야 한다. 예를 들어 기후를 확인한다면 그 나라 사람들이 최악이라고 말하는 시기에 방문하고 막연히 물가가 싸다는 정보만을 믿을 것이 아니라 실제로 현지 물가를 확인해야 한다. 더구나 일부 국가에서 지적되는 치안 문제도 고려해야 한다. 한국 은퇴이민자들이 많은 현금을 보유하고 있다고 알려져 범죄대상이 된 사례가 증가하고 있다. 이러한 것들을 고려할 때 은퇴이민을 결정하기 전에 상당기간 현지에서 살아볼 필요가 있다. 은퇴이민은 단순한 여행이 아니라 생활이기 때문이다. 현지조사 목적으로 1~2주 정도 잠깐 머무는 것으로는 부족하며 동반자와 함께 현지인들 속에서 살아보아야 한다. 또한 언어적인 문제는 반드시 해결해야 한다. 한국어가 아닌 외국어를 사용하게 된다는 것은 생활 전반에 큰 영향을 미칠 수밖에 없다. 해당 국가의 언어와 이와 관련된 문화 및 환경을 학습하기 위해 상당한 준비기간이 필요하다.

정착 이후 어떻게 일상을 보낼 것인가, 어떻게 사회적으로, 정신적으로 풍요롭게 지낼 것인가에 대한 구상도 필요하다. 단순히 휴양할 수도 있지만 자원봉사 활동이나 간단한 사업도 고려해 볼 수 있다. 다만 은퇴이민 비자로는 취업이 불가능할 수 있음을 참고해야 한다. 그러나 안정적인 은퇴이민을 위해서는 무엇보다 금전적인 문제가 가장 중요하다. 본인의 연금으로 편안한 생활이 가능한지, 세금문제는 어떠한지를 따져보아야 하고 본인이 생각한 은퇴이민의 조건과 상황에 맞는 연금 수령방법도 고려해야 한다. 일정 이상의 연금 수령 자체가 은퇴이민 비자 요건에 해당하는 국가인 경우 이에 대한 사전적인 재무 대책을 세워야 한다. 은퇴이민을 위한 충분한 자금 마련을 위해 금융회사와의 상담도 도움이 될 수 있다.

동남아시아 주요국의 은퇴 비자 프로그램

자료 :각국 은퇴청 및 주요 언론기사

	말레이시아	태국	필리핀	인도네시아
은퇴비자 프로그램	Malaysia My Second Home (MM2H)	Long Stay Visa	Special Resident Retiree's Visa(SRRV)	Retirement Visa
신청조건	- 체류기간 10년. 기간 만료 후 원하는 기간만큼 연장가능 - 만 50세 이상 : ① 35만 링깃 이상 최근 3개월 잔고 증명 ② 월수입 1만 링깃 이상 소득 증명 ③ 말레이시아 국내은행 15만 링깃 예치 - 50세 미만 : ① 50만 링깃 이상 최근 3개월 잔고 증명 ② 월수입 1만 링깃 이상 소득 증명 ③ 말레이시아 국내은행 30만 링깃 예치	- 만 50세 이상 외국인 대상 - 1년간 체류가능 (연장 가능) - 잔고 80만 바트 이상을 태국 국내은행 계좌에 예치해야 함 - 입국거부 사실이나 범죄사실 없고 태국에서 금지하는 질병 없어야 함 - 취업 불가	- SRRV Smille, SRRV Classic, SRRV Human Touch, SRRV Courtesy의 4종류 - 만 35세 이상 외국인 대상 - 특히 SRRV Classic 중 만 50세 이상의 경우 연금이 있는 경우 미화 1만 달러를, 연금이 없는 경우 미화 2만 달러를 필리핀 개발은행 예치	- 만 55세 이상 외국인이 1년 이상 인도네시아에 거주할 수 있는 비자 - 체류 동안 일을 하지 않겠다는 조건 - 건강한 정신과 육체 보유자 - 범죄 경력 없어야 하며 정치적 활동 금지 - 비자는 매년 연장이 가능하며 최대 5번까지 연장가능. 이후 영주거주도 신청가능

은퇴이민의 부정적인 측면도 반드시 고려해야

그동안 해외에서의 은퇴생활은 부유층이나 누릴 수 있는 것으로 생각되어 왔다. 그러나 실제로 선진국에서는 그 반대 현상이 증가하고 있다. 자국에서의 삶의 질을 유지하기 어렵다고 생각한 중산층이 생활비가 낮은 해외로 찾아가려는 사례가 늘고 있다. 우리나라도 국민소득이 증가하고 인터넷과 IT 기술이 발전함에 따라 외국에서 살더라도 가족과 연락이 끊길 일도 거의 없게 되는 등 해외에서 생활하는 것이 예전에 비해 수월해졌다. 더구나 국내에서의 빠듯한 노후자금을 고려했을 때 은퇴이민은 행복한 노후생활을 위한 방법의 하나로 제2의 인생을 꾸밀 기회가 되고 있다.

그러나 은퇴이민의 긍정적인 측면 외에 부정적인 측면도 동시에 고려해야 한다. 특히 언어 문제와 외로움 등 이민자들이 가장 많이 겪는 문제들에 대한 충분한 대비가 있어야 시행착오를 줄일 수 있다. 막연히 돈만 마련하는 것은 은퇴이민 준비로는 불충분하다. 한국에서의 생활환경과는 완전히 다른 은퇴이민을 선택했다면 성공적인 정착을 위한 정보 확보와 노력이 몇 배나 더 필요하다는 것을 명심해야 한다.

글. 김영준 연구위원 kimekono@hanafn.com

2017년 주목해야할 Watching Point는?

2017년 성장률이 작년에 비해 높아질 것으로 예상된다. 그러나 세계경제를 둘러싼 불투명한 환경은 불확실성도 함께 높였다. 정치리스크의 부상, 국제 통화정책의 혼선 가능성, 인구 오너스(onus) 시대의 개막 등 올 한해 주목해야 할 경제 이슈는 무엇인지 살펴보자.

올해 세계경제는 성장률이 높아질 가능성이 높지만, 불확실성은 작년에 비해 높아

올해 세계경제는 트럼프 신정부의 확장적 정책으로 미국경제가 잠재성장률을 상회하는 양호한 성장률을 기록하고 원자재 가격 반등과 중국의 연착륙 등으로 신흥국 경제상황이 개선되면서 작년에 비해 성장률이 높아질 것으로 기대된다. 그러나 성장률에 영향을 미칠 불확실성은 작년에 비해 높아질 것으로 판단된다. 세계경제를 둘러싼 환경이 불투명하기 때문이다. 이와 관련하여 우리가 주목해야 할 Watching Point는 첫째, 정치리스크의 부상, 둘째, 국제 통화정책의 혼선 가능성, 그리고 셋째, 인구 오너스(onus) 시대의 개막 등이 될 전망이다.

극단적 민족주의 세력이 확대되면서 고립주의와 보호무역주의가 확산될 우려

첫 번째 주목해야 할 포인트는 정치리스크의 부상이다. 지난여름 영국의 EU탈퇴(Brexit)와 겨울의 '아웃사이더' 트럼프 미(美) 대통령 당선 등에서도 알 수 있듯이 주요국의 정치관련 불확실성이 높아지고 있다. 중산층 붕괴 등에 대한 불만으로 극단적 민족주의 세력이 확대되면서 자국 이해를 중시하는 고립주의와 보호무역주의가 확산될 위험이 높아지고 있는 것이다. 특히 올해에는 프랑스, 독일 등 유로존 주요국가의 선거가 예정되어 있는데, 선거결과를 낙관할 수 없어서 정치관련 불확실성이 더욱 높아질 것으로 우려된다. 유럽은 2011년 '아랍의 봄' 이후 시리아, 알바니아 등에서 내전을 피해 탈출하는 난민이 급증하고, IS의 테러가 반복되면서 민족주의와 극우주의가 확산되고 EU의 개방성이 훼손되고 있는 상황이다. 이미 헝가리, 체코, 폴란드 등 동유럽 대부분은 민족주의적 우파정권이 집권 중이며, 난민유입 등의 문제로 EU와 갈등이 심화되고 있어서 EU탈퇴도 배제할 수 없는 상황이다.

러시아 관련 불확실성도 여전한 상황이다. 크림반도 합병을 둘러싼 우크라이나와의 갈등은 외견상 소강상태에 진입했지만, NATO를 견제하기 위한 러시아의 위협은 계속될 가능성이 높다. 또한, 최근 터키에서의 러시아 대사암살 등으로 인한 터키와의 갈등 및 시리아 사태 개입을 둘러싼 서방과의 갈등 등도 이어지고 있어서 러시아의 지정학적 리스크는 계속될 것으로 판단된다.

'아웃사이더' 트럼프 대통령, 오바마 행정부와 차별화되는 대규모 정책변화 불가피

트럼프 신정부의 정책을 둘러싼 불확실성도 간과할 수 없다. '아웃사이더' 트럼프의 대통령 당선과 공화당의 상하원 다수당 유지로 공화당이 행정부와 입법부를 모두 차지함에 따라 기존 오바마 행정부의 정책방향과 차별화되는 대규모 정책변화가 예상되기 때문이다. 트럼프 신정부의 주요 정책 중 인프라 투자확대, 감세, 규제완화 등의 재정정책은 미국경제의 단기적인 성장에 플러스가 될 수 있을 것으로 기대되지만 중장기적으로 재정적자폭 확대와 인플레이션 압력으로 귀결될 가능성이 높다. 반면 관세 및 비관세 장벽 강화, 기체결된 FTA 재검토 및 TPP 철회 등 보호무역 기조를 강화한 통상 및 고용정책은 단기적으로 미국 내 고용을 일정수준 회복시킬 수 있지만, 중장기적으로 국제교역 둔화, 글로벌 기업수익 감소, 수입물가 상승 등을 유발해 미국 및 세계경제의 성장에 부담으로 작용할 가능성이 높다. 트럼프 신정부 주요 정책의 실현가능성과 경제에 미칠 영향 등을 감안할 때 인프라투자 및 감세 등 재정의 확대여지가 가장 중요해 보인다.

트럼프 행정부의 주요 정책내용
자료 : 언론보도 종합

정책	주요 내용
재정정책	인프라 투자를 비롯한 대규모 재정확대를 추진할 것으로 예상되는 반면, 소득세 및 법인세 감면을 공약으로 내세움에 따라 재정적자폭 확대가 불가피
통상정책	관세 및 비관세 장벽 강화, 기체결된FTA 재검토 및 TPP 철회 등 보호무역 기조를 강화할 전망
산업 · 고용정책	재생에너지 산업에 대한 지원을 축소하고 화석원료 등 전통적 산업의 재기를 추진 자국 노동자 보호를 위해 이민자 추방 · 외국인 배제 등의 정책을 추진
통화 · 금융정책	도드-프랭크법(Dodd-Frank) 폐지 등 금융규제 완화를 추진 옐런 연준의장을 임기만료시 교체하고 美 의회에 연준에 대한 감사권한을 부여

비전통적 통화정책의 한계와 부작용이 부각되면서 정책의 무게중심이 재정정책 또는 외환정책으로 이동할 가능성

두 번째 주목해야 할 포인트는 국제 통화정책의 혼선 가능성이다. 지난 12월 미(美) 연준은 시장의 예상대로 25bp의 금리인상을 단행했다. 다만 내년에도 3차례가량의 금리인상을 계획 중임을 밝히면서 시장에 충격을 줬다. 시장은 내년에 두 차례의 금리인상을 예상하고 있었기 때문이다. 이처럼 연준의 움직임이 활발해진 것은 최근 들어 인플레이션에 대한 우려가 높아지고, 시장금리가 급등세를 보이고 있기 때문이다. 원유 등 원자재 가격이 반등하고 있는 가운데, 트럼프 신정부가 대규모 인프라 투자를 공언함에 따라 인플레이션 기대심리가 높아졌기 때문이다. 향후 트럼프의 정책이 구체화되면서 최근 급등한 인플레이션 기대심리가 조정될 가능성이 크지만, 미(美) 연준의 금리인상 스케줄에 불확실성이 높아진 것이다.

유럽과 일본 등 여타 주요국 중앙은행의 움직임에서도 변화의 모습이 포착되고 있다. 장기간 이어지고 있는 경기침체로 ECB와 BOJ는 양적완화(QE), 마이너스 정책금리(NIRP) 등 비전통적 통화정책을 강화해 왔다. 하지만 미국에 비해 유럽과 일본의 국채시장이 협소한 관계로 더 이상 중앙은행이 매입할 수 있는 국채에 한계가 나타나고, 정책금리 인하에도 불구하고 상업은행이 시장점유율 위축을 우려하여 예금금리를 여전히 플러스(+) 영역으로 유지하고, 일부 은행은 예대마진을 확보하기 위하여 대출금리를 인상하는 모습이 포착되는 등 비전통적 통화정책의 한계 및 부작용이 부각되고 있다.

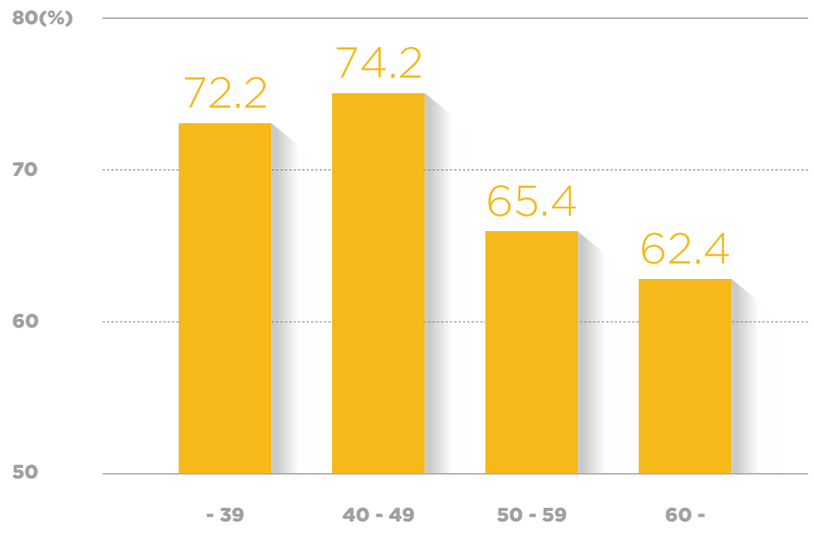
따라서 향후 정책의 무게가 통화정책에서 재정정책으로 이동할 가능성이 높다. 때마침 주요국 신정부는 일제히 중앙은행의 무능을 비판하면서 인프라 투자를 통해서 정책의 주도권을 행사하려 하고 있다. 실제로 캐나다는 공공투자를 늘리기로 공표했고, 일본은 소비세 인상을 연기하고 가계 구매력 향상을 위해 추가적인 예산을 지출하기로 했다. 영국 역시 지역경제 상황을 개선하기 위한 팽창적 재정정책안을 설계했다. 다만 만성적인 재정적자와 경기부진에 시달리는 유럽과 일본의 재정여력은 별로 크지 못하다. 따라서 경쟁적인 자국통화 약세정책이 나타날 가능성이 있다.

2017년은 생산가능인구가 감소하는 원년, 생산 및 상품소비의 활력둔화가 불가피할 전망

마지막으로 주목해야 할 포인트는 인구 오너스(onus) 시대의 개막이 될 것이다. 우리나라의 생산가능인구(15~64세)는 올해부터 감소세로 돌아설 것으로 추정된다. 통계청은 우리나라의 생산가능인구가 2016년 3,763만명으로 정점을 기록한 후 30년 후인 2045년에는 2,772만명으로 감소할 것으로 내다봤다. 2015년 기준으로 전체 인구대비 생산가능인구 비율은 73.4%로 OECD 회원국 가운데 가장 높다. 하지만 2065년에는 그 비중이 OECD 중에서 가장 낮아질 것으로 전망된다. 합계 출산율 등을 고려할 때 일본보다도 빠르게 생산가능인구가 감소하는 것이다. GDP라는 부가가치의 합은 결국 노동 투입량과 노동생산성의 곱으로 정의할 수 있다. 따라서 생산가능인구 감소로 노동 투입량이 줄어들 경우 생산성의 비약적 증가가 나타나지 않는 한 성장세는 둔화될 수밖에 없다. 급속한 고령화를 경험하고 있는 일본이 90년대 이후 내수부진 및 장기불황으로 고통받고 있는 것은 결코 우연이 아니다.

또한 인구구조가 고령화될 경우 상품소비의 활력이 떨어질 가능성이 높다. 자동차, 주택, 가전제품 등 내구소비재를 적극적으로 구매하는 소비층은 10대 중반에서 30대 후반까지의 젊은 세대이다. 그런데 인구 고령화는 이들 세대의 인구비중 감소를 의미하기 때문이다. 통계청 자료에 의하면 우리나라 15세에서 39세의 인구비중은 91년 47.4%를 정점으로 하락하기 시작했으며, 고령사회에 진입하는 2018년에는 그 비중이 33.2%, 초고령 사회에 진입하는 2027년에는 28.1%에 그칠 것으로 추산되었다. 고령인구가 이들을 대체해 소비의 중심축으로 부상할 것으로 예상되지만, 이들의 구매력에는 한계가 있을 수밖에 없다. 고령인구의 소득원천이 연금과 금융자산 등으로 고정되어 있을 뿐 아니라, 이들의 기대수명이 점차 증가할 경우 적극적인 소비활동이 위축될 수밖에 없기 때문이다. 실제로 40대 이하의 소비성향은 평균 73.2%인 반면, 50대 이상의 소비성향은 63.9%에 불과하다.

연령계층별 평균소비성향 비교
주 : 2015년 근로자가구 기준
자료 : 통계청



세계경제 역시 지난 30년과는 다른 환경을 맞이할 가능성

정도의 차이가 있지만, 세계적으로도 생산가능인구의 증가세가 둔화되고 있다는 공통적인 고민을 갖고 있다. 1980년대 이후 지난 30년은 지속적인 생산가능인구의 유입을 통해서 높은 성장세를 구가했던 인구 보너스(bonus)의 시대였다. 선진국의 생산인구 증가세가 둔화된 이후에는 신흥국의 생산인구가 폭발적으로 증가했으며, 90년대 이후로는 공산권 국가의 시장경제 편입, 2000년대 이후 중국의 WTO 가입 등으로 또 다른 도약이 가능했다. 하지만, 앞으로의 세계경제는 인구 오너스(onus) 시대다. 낮은 실질성장률, 생산성 둔화, 이민통제, 보호무역주의 등 과거와과는 다른 환경을 맞이할 가능성이 높다.

글. 손정락 연구위원 urbang@hanafn.com

주택 갭 투자, 기존시가지 중소형 주택 중심으로 늘어날 가능성

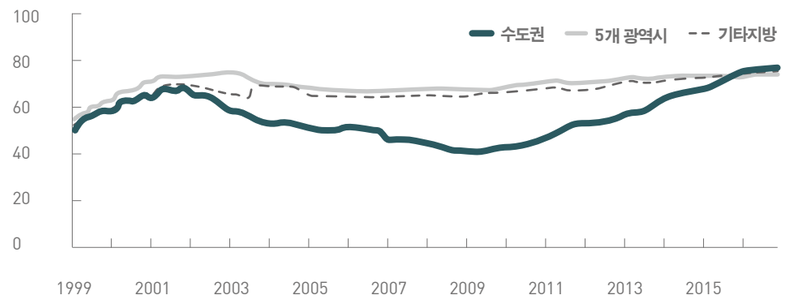
최근 소액 투자가 가능하다는 점에서 '갭(Gap)' 투자가 화제다. 전세 세입자를 확보하기 쉬운 기존 시가지에서는 중소형 주택을 중심으로 갭 투자가 오히려 늘어날 수도 있다. 이번 호에서는 주택 갭 투자에 대해 살펴본다.

주택 갭 투자, 필요자금이 적고 상환부담이 적어 유리

주택 갭 투자란 전세보증금을 레버리지로 활용해 주택을 매입하는 경우를 의미한다. 갭 투자의 장점은 비교적 소액으로 주택을 매입할 수 있다는 점이다. 아파트의 매매가격 대비 전세가격 비율은 2016년 11월 기준으로 75.4%에 이른다. 수도권은 76.4%, 지방 5개 광역시 74.0%, 기타 시도지방 75.1%로 지역 간 편차도 크지 않다. 금융기관에서 대출을 받는 경우 통상 담보인정비율(LTV)이 최대 70% 정도고 소득심사 등을 통해 대출금액이 줄어드는 경우도 많다. 그러나 전세를 끼고 주택을 매입하게 되면 소득과 관계없이 주택가격의 1/4가량에 해당하는 금액만 있으면 된다.

상환부담이 적다는 것도 장점이다. 금융기관 대출과 달리 전세보증금에는 이자를 지급하지 않는다. 연간 주택가격의 약 3%에 이르는 이자비용을 절약할 수 있다. 또한, 2016년 초부터 여신심사 선진화 방안이 시행되면서 주택담보대출을 받을 경우 원리금을 바로 분할상환하는 경우가 많아졌지만, 전세보증금은 중도 계약해지가 없다면 통상 2년인 계약기간 동안 집주인이 계속 보유할 수 있다. 계약 만료 이후에도 새로운 임차인에게 보증금을 받아 기존 보증금을 지급할 수 있다. 결국, 전세계약을 갱신할 수만 있다면 전세보증금을 통한 주택 투자가 금융기관 대출에 비해 크게 유리한 셈이다.

아파트 매매가격 대비 전세가격 비율



주 : 5개광역시는 부산, 대구, 광주, 대전, 울산 각 지역의 평균 기준
자료: KB국민은행

전세가격이 매매가격 이상으로 하락할 가능성은 낮아

주택 갭 투자에 있어 가장 큰 위험은 전세계약이 갱신되지 않거나 전세가격이 하락하는 경우이다. 입주물량이 급증할 때 위험이 현실화될 가능성이 높아지는데, 2017년과 2018년 아파트 입주물량이 전국적으로 크게 늘면서 갭 투자로 손실을 볼 수 있다는 우려가 커지고 있다. 하지만 집값 자체가 떨어지는 경우를 제외하고, 매매가격보다 전세가격이 더 하락해 갭 투자자가 더욱 손실을 볼 가능성은 사실 그리 크지 않다. 1987년 이후 전국 전세가격 하락폭이 매매가격 하락을 넘어선 것은 1998년(-20.2% vs. -13.6%), 2004년(-2.7% vs. -0.6%) 두 번뿐이다. 2015년 이전 전세가격은 매매가격의 70% 미만이었고 1998년에는 51%에 불과했다. 1998년 매매가격 1억원인 주택의 전세가격은 5,000만원이었던 셈으로, 매매가격 13.6% 하락폭(1,360만원)보다 전세가격 20% 하락폭(1,000만원)이 작다. 주택시장에서 비율이 아닌 금액 기준으로 전세가격이 매매가격보다 더 하락한 경우는 사실상 없었던 셈이다.

기존 시가지 내 소형 평형 위주로 갭 투자 증가 전망, 시세차익 감소 가능성에는 유의

물론 전세 세입자를 아예 구하지 못하는 경우에는 갭 투자자가 큰 손해를 볼 수 있다. 신도시 개발 등으로 2017년 입주 물량이 급증하는 지역에서는 갭 투자가 줄어들 것으로 보인다. 반면 전세 세입자를 확보하기 쉬운 기존 시가지에서는 중소형 주택을 중심으로 갭 투자가 오히려 늘어날 수도 있다. 시장 전반적으로는 약세더라도 양극화가 심화하면서 수요자가 선호하는 지역에서는 투자수요가 몰리고 시세가 오르는 현상이 나타날 수 있기 때문이다. 가계부채 이슈로 주택담보대출 규제가 더욱 강화될 수 있다는 점도 갭 투자를 늘리는 요인이다. 금융기관 대출이 어려워질수록 전세보증금을 지렛대 삼아 투자하려는 이들이 많아질 수 있기 때문이다. 다만 2017년 이후 주택가격 상승세가 둔화할 수 있다는 점에는 유의할 필요가 있다. 수익이 안정적인 월세와 달리, 갭 투자의 수익원은 시세차익 외에는 없기 때문이다.

하나금융그룹

이체 거래만 해도
다양한 금융 수수료 면제!

새출발 KEB하나은행이 드리는 통합기념 선물

행복Knowhow
주거래우대통장

대한민국 1등 은행
KEB 하나은행

국내은행 중 자산규모 1위(2015년 6월 금융감독원 자료 기준)

행복한 내일을 설계하는 평생 주거래 우대 통장

1 전자금융수수료 무제한 면제!
급여, 연금, 카드대금, 아파트관리비, 공과금 중
1개 항목만 이체해도 전자금융수수료 무제한 면제!

2 통합 행복Together 적금 금리우대!
급여 또는 연금 이체 시 통합 행복Together 적금 금리 우대
(연 0.1% / 1년제에 한함)

※이 예금은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하되, 보호 한도는 본 은행에 있는 귀하의 모든 예금보호 대상 금융상품의 원금과 소정의 이자를 합하여 1인당 "최고 5천만원"이며, 5천만원을 초과하는 나머지 금액은 보호하지 않습니다. ※ 자세한 사항은 상품설명서 또는 KEB하나은행 홈페이지(www.kebhana.com)을 참조하시거나 영업점으로 문의바랍니다. 준법감시인 심사필 2015-광고-305(2015.09.18)

글. 김지은 기자 kjeun1@naver.com

핀란드 '로푸키리'를 가다

OECD 국가 중에서도 고령화 속도가 매우 빠른 나라로 알려진 핀란드. 그러나 30년 전 이미 고령화에 대한 국가차원의 대비가 시작돼 핀란드의 시니어들은 어떤 나라의 시니어들보다 활기찬 노후생활을 즐기고 있다. 그 중심에 있는 핀란드의 시니어주택공동체, 로푸키리를 들여다보자.

유럽의 최동단에 있는 핀란드. 자작나무로 대표되는 대자연의 혜택을 받으며 국가경쟁력 세계 1위, 국가 투명성 1위, 범죄율 세계 최하위라는 살기 좋은 나라가 핀란드다. 특히 국민소득의 45%를 세금으로 납부해 일궈낸 복지가 핀란드를 은퇴자와 시니어들의 천국으로 만들었다. 핀란드 수도 헬싱키 외곽의 한 아파트 단지에 들어서면 다른 곳에선 보기 힘든 특별한 아파트가 있다. 친구 사이였던 네 할머니가 시니어들끼리 서로 도와가며 외롭지 않게 활동적으로 살아보자며 아이디어를 내 만든 실버 공동체 '로푸키리'이다. 30여 년 전부터 국가 차원에서 고령화 대비 체제에 들어간 핀란드의 로푸키리(Loppukiri · 핀란드어로 마지막 전력질주라는 뜻)는 수도 헬싱키 외곽에 위치한, 2011년 기준 평균 나이 68살 시니어, 58가구로 꾸려진 아주 작은 마을이다.

시니어의, 시니어에 의한, 시니어를 위한 ● 58가구 69명의 주민 평균 나이는 68세. 얼핏 보면 여느 요양원과 다를 게 없어 보이는데 시니어들이 직접 아파트 설계와 디자인을 계획한 데다 공동의 생활 규칙까지 정해 생활하고 있다는 점에서 큰 차이를 보인다. 그야말로 '시니어의, 시니어에 의한, 시니어를 위한' 아파트이다. 사실 시니어를 위한 주택인 로푸키리가 만들어지기까지 6년이라는 제법 긴 세월이 걸렸다. 2000년에 갓 은퇴한 할머니들이 "시니어요양시설에 가지 말고 시니어 공동체를 만들자"고 의기투합한 게 그 시작이었다. 서로 도와가며 외롭지 않게 인생을 살아보자는 취지에서 아이디어를 낸 것이다. 곧 이들은 헬싱키 시에 "시유지를 염가에 임대해 달라"고 요청했고, 시니어 자살로 골치를 앓던 시청에서 선뜻 땅을 내주었다고 한다. 이후 시니어들은 주택 조합을 설립해 아파트를 세웠다. 로푸키리 마을 주민들은 자신들이 거주하는 아파트를 직접 설계하고, 공동 생활 규칙을 정해 생활하는 것을 원칙으로 한다. 독서나 합창 등 여가생활을 할 수 있는 동아리를 꾸려 다양한 활동을 할 수 있도록 했다. 입주자들은 합창단 · 요가클럽 등 15개 동아리를 조직했다. 문학클럽은 공동 문집을 냈고, 연극클럽은 전문 극단의 도움을 받아 극장에서 공연했으며, 소말리아 이주 여성을 불러 수영을 가르치고 대신 영어를 배우는 식의 재능 나눔 활동에도 적극적이다.

긍정적 아이디어, 자구책 내놓은 핀란드 시니어들 ● 수동적으로 돈을 내고 돌봄 서비스를 이용하는 요양원과 달리 로푸키리는 엄연한 내 집이라는 게 일반 요양원과는 개념이 다르다. 식사 · 청소 · 빨래 · 건물 관리 등 생활에 필요한 모든 일을 시니어들끼리 협동해서 해결한다. 그리고 입주자들은 매주 월~금요일 오후 5시 공동식당에 모여 다 함께 저녁을 먹는데, 6개 조로 나눠 매주 돌아가며 밥을 짓는다. 더불어 세탁실 · 관리실 · 사우나 · 체조실 · 회의실 청소도 이런 방식으로 해결한다. 덕분에 로푸키리는 시니어복지 선진국인 핀란드에서도 최신 모델로 꼽힌다. 냉전 종결로 이웃한 구소련이 몰락하면서 핀란드 경제는 1990년대에 극심한 불황을 겪었고, 시니어 자살이 줄줄이 이어지자 로푸키리가 이 대안으로 급부상했던 것이다. 이처럼 고령사회 대비 정책을 일찌감치 연구 · 개발해 온 정부와 이를 바탕으로 긍정적 아이디어와 자구책을 내놓은 시니어들이 있어 핀란드의 고령사회는 우울하지만은 않다

은퇴, 버킷리스트

글. 박지연 기자 pjy95@naver.com

아날로그 향기 '칙칙폭폭' 풍기는 일본 기차여행

후쿠오카에서 삿포로까지,

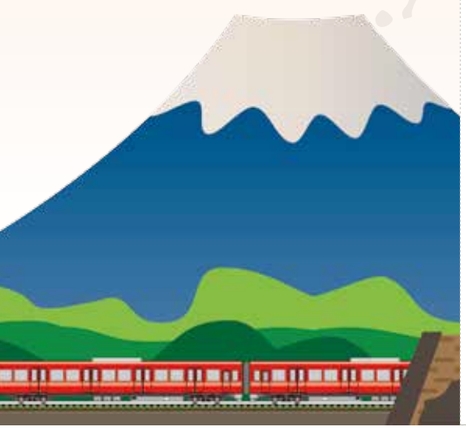
일본의 최남단에서 최북단까지 기차를 타고 떠나는 여행을 꿈꿔본 일이 있는가.

추억의 향기가 뭉게뭉게 피어오를 것만 같은 일본 기차여행을 떠나보자.

일본은 열차 천국으로 불리는 만큼 다양한 열차들도 많다. 크게 우리나라의 KTX와 같은 신칸센과, 무궁화호 같은 '로칼센'으로 나뉘며, 지하 240m 깊은 바다를 달리는 홋카이도로 가는 해저열차 츠가루카이쿄센, 도쿄 근교의 타마로 가는 모노레일, 산 위를 오르는 다카오 등산열차와 아마노하시다테 모노레일, 밤에 출발해서 새벽에 도착하는 야간열차 문라이트, 개통 100주년에도 옛 모습을 그대로 간직한 교토의 노면 열차 란덴 등 깊은 바닷 속부터 높은 산 꼭데기까지 어디든 기차를 타고 여행할 수 있다.

일본 기차여행은 우리나라와 닮은 듯 다른, 일본의 시골마을을 여행하는 즐거움을 선사한다. 소박한 일본인들의 일상을 들여다보기도 하고, 위도에 따라 달라지는 봄, 여름, 가을, 겨울을 온몸으로 느낄 수 있는 여행이기도 하다.

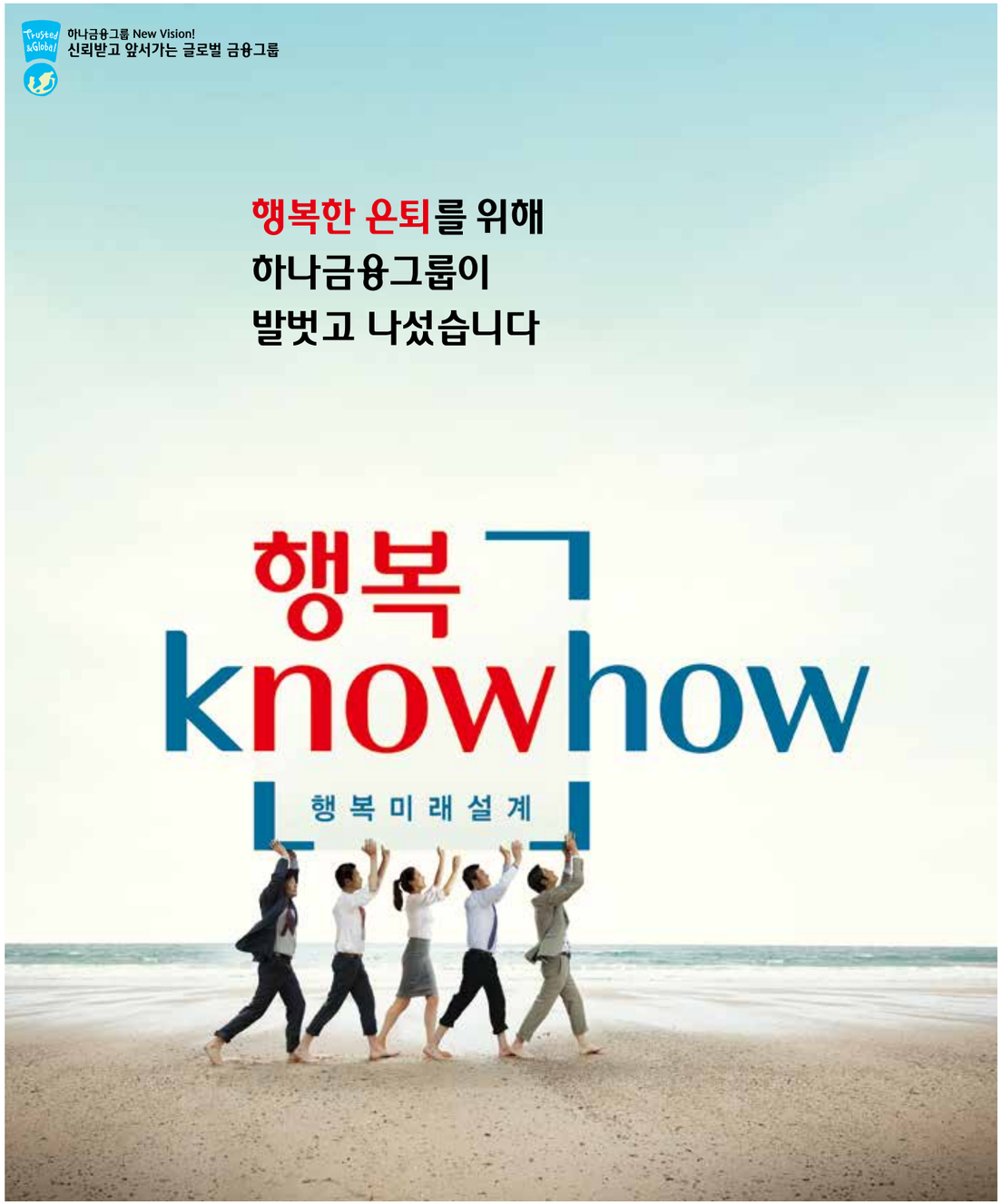
오타쿠의 나라인 만큼 일본에는 느릿느릿 시간이 멈춘 듯 여행하는 로칼센 여행을 고집하는 사람들이 많다. 바로 '테츠'(남성 기차 마니아)와 '테츠코'(여성 기차 마니아)가 그것이다. 일정한 기간 안에 일본의 구석구석 도시를 여행하고 싶다면 신칸센을, 시간이 걸리더라도 저렴한 가격으로 아날로그의 매력을 느끼고 싶다면 로칼센이 제격이다.



남녀노소 누구나 이용 가능한 '청춘18티켓'

일본 JR그룹이 기획한 특별한 티켓인 '청춘18티켓'은 일 년에 3번, 정해진 기간 동안 이용할 수 있다. 청춘18티켓은 북으로는 홋카이도에서 남으로는 규슈까지 일본 전국의 JR선 보통열차(쾌속 포함)의 보통칸 자유석에 자유롭게 승차할 수 있는 승차권이다. 이 승차권은 2,370엔인 1일 권이 5일분 포함돼 있다. 혼자서 5일간 여행 시 사용할 수 있고, 여러 명이 나눠 사용할 수도 있다. 미야지마로 건너가는 JR서일본 미야지마 페리도 이용할 수 있다. 여름과 겨울, 봄방학 등 티켓 이용기간과 발매기간이 정해져 있는데, 겨울은 2016년 12월 10~2017년 1월 10일까지로 2016년 12월 31일까지 발매기간이다. 여름은 보통 7월 중순부터 9월 중순까지, 봄방학은 3월 1일부터 4월 10일 경까지다.

* 요금 : 5일권 1만1,850엔(어린이부터 어른까지 이용 가능)



하나금융그룹의
은퇴설계 통합 솔루션
행복 knowhow

통합 솔루션으로 완벽하게
- 어디서나 준비된 상품을 만날 수 있고, 동일한 은퇴설계 서비스를 제공

전문 시스템으로 탄탄하게
- 은퇴설계 전용 인프라 구축
- 일대일 맞춤 컨설팅 전문인력 제도 운영

다양한 상품 및 서비스로 든든하게
- 은퇴 전용 상품 운영
- 비재무 설계 서비스 통합제공

※하나금융그룹 관계사들은 상호 채무를 보증하지 않습니다. ※하나은행, 외환은행, 하나대투증권, 하나생명은 예금자보호법상 부보금융기관이며, 하나SK카드는 부보금융기관이 아닙니다. ※금융회사는 금융투자상품에 관해 충분히 설명할 의무가 있으며, 투자자는 가입 전 충분한 설명을 들으시기 바랍니다. ※금융투자상품은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않으며, 투자 결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에게 귀속됩니다. 금융투자협회 심사필 제14-06798호 2014.10.13~2015.09.28)