

## 이달의 이슈 102

# 서울에 사는 1인가구의 여가살이



윤 주

한국문화관광연구원 관광산업연구실  
부연구위원  
zooyaya@kcti.re.kr

## 1. 평일 여가시간이 부족한 서울의 1인가구

여가생활에 가장 필요한 것은 무엇일까? 돈이 많다면 여가활동 선택의 폭이 넓어 여가를 부담 없이 즐길 수 있다. 하지만 시간이 없다면 여가생활도 그림의 떡이다. 그러므로 여가생활에 가장 기본이 되는 것은 여가 시간이다. 2014년 국민여가활동조사에 따르면 우리나라 국민의 평균 여가시간은 평일 3.6시간, 휴일 5.8시간으로 나타났다. 그러나 전국에 있는 1인가구의 평균 여가시간은 평일 4.3시간, 휴일 6.3시간으로 전 국민 평균보다 많은데, 이는 배우자나 자녀 또는 부양가족이 없어 가사노동 등에 따른 시간이 줄어들기 때문으로 볼 수 있다.

<표 1>은 지역별 1인가구의 평일/휴일 여가시간 실태조사 결과로 서울시 1인가구의 평균 여가시간은 평일이 3.3시간으로 전국 1인가구 평균값보다 적은 반면, 휴일은 6.2시간으로 전국 1인가구 평균값과 유사하게 나타났다. 평일 여가시간은 다른 지역과 비교해도 상대적으로 적은데 이는 서울시 1인가구의 연령분포가 30~40대 청장년층에 집중되고, 이 연령층이 60% 이상의 취업률을 보이기 때문에 직장인들의 여가시간 형태와 유사한 것으로 분석된다.

### 저자 학력, 경력 및 최근 연구

- 한양대학교 관광학 박사, 한국문화관광연구원 부연구위원
- 최근 연구: “한국형 여가교육 모형 개발 연구(2014)”, “1인가구 여가활동 분석 및 대응정책 연구(2013)”

〈표 1〉 1인가구의 평일/휴일 평균 여가시간

구분		평균(시간)	
		평일	휴일
1인가구		4.3	6.3
성별	남자	3.8	6.3
	여자	4.7	6.3
연령	10대	4.2	5.7
	20대	3.5	6.5
	30대	3.1	6.3
	40대	3.2	6.2
	50대	3.8	5.8
	60대	4.8	6.1
	70대이상	5.7	6.5
지역	서울	<b>3.3</b>	<b>6.2</b>
	부산	3.9	6.5
	대구	6.7	7.8
	인천	3.5	6.0
	대전	4.8	5.6
	광주	4.8	6.2
	울산	5.7	8.2
	세종	3.1	3.6
	경기	3.7	6.4
	강원	3.8	5.9
	충북	4.4	5.5
	충남	4.4	5.4
	전북	5.7	6.4
	전남	5.7	5.9
	경북	6.4	7.6
경남	4.1	6.3	
제주	4.2	5.2	

주 2014년 국민여가활동조사 자료를 기초로 '사후층화(post-stratification)' 방법에 따라 가중치를 적용하여 지역별 1인가구의 여가활동 실태를 추정함 (『2010년 인구주택총조사』의 1인가구를 모집단으로 활용하여 지역별 가중치로 재산출하고, 세종시는 2013년 자료를 적용함)

## 2. 취미·오락 활동에 적극적인 서울의 1인가구

우리나라 국민이 여가시간에 가장 많이 하는 여가활동 유형은 ‘휴식 활동’으로 나타났다. 2014년 국민여가활동조사 결과에 따르면 ‘휴식 활동’(62.2%)이 여가활동 중 1순위를 차지하였고, <표 2>와 같이 전국에 있는 1인가구도 평균적으로 ‘휴식 활동’(65.2%)의 비중이 매우 높은 것으로 분석되었다. 서울시 1인가구의 여가활동 실태를 살펴보면 전국 1인가구 평균과 마찬가지로 ‘휴식 활동’(40.9%)의 비중이 가장 높았다. 하지만 다른 지역의 70~80%대 비중과 비교할 때 ‘휴식 활동’ 비중이 매우 낮은 편이었다. 한편, 2순위인 ‘취미·오락 활동’(33.7%)은 ‘휴식 활동’ 못지않게 비중이 높았고, 3순위인 ‘스포츠 참여’(15.4%)도 다른 지역보다 비중이 높은 것으로 조사되었다. 이는 서울시 1인가구의 여가생활이 개인의 취미·오락 활동과 스포츠 참여 등 다른 지역보다 다양하다는 것을 의미한다.

<표 2> 1인가구의 여가활동 유형

구분	휴식 활동	취미·오락	스포츠 참여	사회 및 기타	문화·예술 관람	스포츠 관람	관광 활동	문화예술 참여	
1인가구(%)	65.2	19.6	6.4	5.5	1.5	1.3	0.3	0.2	
성별	남자	55.1	26.9	6.2	8.0	2.0	1.1	0.7	0
	여자	73.1	13.9	6.5	10.0	1.2	1.4	0	0.4
연령	10대	0	90.0	0	10.0	0	0	0	0
	20대	28.1	45.9	8.6	11.9	4.3	1.1	0	0
	30대	45.1	33.2	12.0	5.4	2.2	1.6	0.5	0
	40대	60.5	23.7	10.5	2.6	0	2.6	0	0
	50대	77.9	6.3	9.5	1.1	1.1	4.2	0	0
	60대	85.0	6.8	1.5	5.3	0	0	0.8	0.8
	70대이상	88.6	3.6	2.1	3.6	0.9	0.9	0	0.3
지역	서울	<b>40.9</b>	<b>33.7</b>	<b>15.4</b>	<b>8.7</b>	<b>1.4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	부산	70.4	14.1	1.4	9.9	0	2.8	0	1.4
	대구	74.5	19.1	4.3	2.1	0	0	0	0
	인천	53.2	29.8	8.5	8.5	0	0	0	0
	대전	88.7	5.7	1.9	1.9	0	1.9	0	0
	광주	77.8	5.6	0	11.1	5.6	0	0	0
	울산	75.0	15.0	0	5.0	5.0	0	0	0
	세종	60.0	20.0	0	0	0	0	0	20.0
	경기	58.9	27.6	5.2	1.6	4.2	2.6	0	0
	강원	59.9	12.8	15.4	7.7	2.6	2.6	0	0
	충북	63.6	21.2	3.0	9.1	0	3.0	0	0
	충남	69.6	13.0	10.9	4.3	2.2	0	0	0
	전북	86.6	7.0	2.3	4.7	0	0	0	0
	전남	89.6	4.2	0	6.3	0	0	0	0
경북	76.4	9.7	4.2	4.2	2.8	1.4	1.4	0	
경남	78.6	10.0	0	7.1	0	2.9	1.4	0	
제주	100.0	0	0	0	0	0	0	0	

자료 2014년 국민여가활동조사, 2010 인구주택총조사를 기초로 연구자 재작성

여가활동 유형과 함께 대표적인 여가활동 참여 형태는 'TV 시청'을 꼽을 수 있다. 이는 평일과 휴일에 상관없이 휴식 활동을 겸해 나타나는 여가 형태로 2014년 우리나라 국민의 절반인 51.4%가 'TV 시청'을 통해 여가시간을 보내는 것으로 나타났다. 전국의 1인가구는 <표 3>과 같이 'TV 시청'(56.0%)의 비중이 가장 높았고, 다음이 '인터넷 검색/SNS 활동'(8.3%), '산책'(4.8%), '게임'(3.3%), '헬스'(2.6%) 순으로 조사되었다.

서울시 1인가구는 앞의 조사결과와 유사하게 'TV 시청'(36.2%)의 비중이 높았으나, 다른 지역보다 비중이 낮았고, '인터넷 검색/SNS 활동'(18.1%), '헬스'(7.1%), '독서'(7.1%), '이성 교제'(4.3%) 등 여가 형태의 다양성이 높은 것으로 조사되었다. 특히, 서울시 1인가구는 '인터넷 검색/SNS 활동'의 비중이 높은 것에서 알 수 있듯이 온라인 여가활동에 적극적으로 참여하는 경향을 보였다.

<표 3> 1인가구의 여가활동 참여 형태

구분	TV 시청	인터넷검색/SNS 활동	산책	게임	헬스	독서	이성 교제	쇼핑	댄스	친구만남/동호회
1인가구(%)	56.0	8.3	4.8	3.3	2.6	1.7	1.3	0.9	0.7	0.9
성별	남자	47.5	9.6	3.3	6.5	2.5	2.9	1.3	0.7	0.7
	여자	62.4	7.2	5.9	0.7	2.8	0.9	0	0.5	1.0
연령	10대	0	80.0	0	0	0	0	0	0	0
	20대	17.7	29.0	1.6	7.0	3.2	2.2	4.3	3.2	1.6
	30대	40.4	9.0	1.1	9.0	4.8	5.3	2.7	0	0
	40대	50.0	5.1	2.6	3.8	10.3	0	0	3.8	0
	50대	64.6	2.1	6.3	0	3.1	0	0	0	0
	60대	75.6	0	5.9	0	0.7	3.0	0	0	1.5
	70대이상	77.8	0	8.1	0	0	0	0	1.2	0.9
지역	서울	<b>36.2</b>	<b>18.1</b>	<b>2.9</b>	<b>2.9</b>	<b>7.1</b>	<b>7.1</b>	<b>4.3</b>	<b>2.9</b>	<b>2.9</b>
	부산	61.4	8.6	5.7	0	0	0	1.4	0	0
	대구	65.3	16.3	6.1	0	0	0	0	0	2.0
	인천	46.5	16.3	4.7	4.7	4.7	2.3	4.7	0	0
	대전	78.2	1.8	1.8	1.8	1.8	0	0	0	0
	광주	62.5	0	6.3	0	0	0	0	0	6.3
	울산	73.7	5.3	5.3	5.3	0	0	0	0	0
	세종	40.0	20.0	0	0	0	0	0	1.5	0
	경기	48.2	6.6	2.5	6.6	2.5	0	0	0	0
	강원	28.6	0	14.3	4.8	2.4	2.4	0	0	2.4
	충북	47.1	2.9	8.8	5.9	0	0	2.9	0	0
	충남	45.8	4.2	10.4	4.2	4.2	2.1	0	0	2.1
	전북	82.9	4.9	7.3	0	0	0	0	0	0
	전남	87.0	2.2	0	0	0	0	0	0	4.3
	경북	69.4	4.2	4.2	0	1.4	0	0	0	0
경남	73.9	1.4	5.8	5.8	0	0	0	0	1.4	
제주	88.9	0	0	0	0	0	0	0	0	

자료 2014년 국민여가활동조사, 2010 인구주택총조사를 기초로 연구자 재작성

### 3. 여가를 통해 즐거움과 심적 안정을 찾고 싶은 서울의 1인가구

전국 1인가구의 주된 여가활동 목적은 ‘개인의 즐거움’(41.6%), ‘마음의 안정과 휴식’(14.3%), ‘스트레스 해소’(12.3%), ‘건강’(10.9%) 순으로 나타났다. 서울시 1인가구의 여가활동 목적은 <표 4>에서와 같이 ‘개인의 즐거움’(30.8%)이 주된 목적으로 나타났지만 다른 지역보다 낮은 반면, ‘마음의 안정과 휴식’(21.2%)의 목적이 다른 지역보다 높은 것으로 분석되었다.

<표 4> 1인가구의 주된 여가활동 목적

구분	개인의 즐거움	안정/휴식	건강	스트레스 해소	자기 만족	시간 보내기	대인 관계	자기 계발	가족과 시간	
1인 가구(%)	41.6	14.3	10.9	12.3	4.9	9.4	4.5	1.9	0.3	
성별	남자	42.5	12.2	8.2	17.4	6.5	5.6	4.2	3.1	0.2
	여자	77.8	16.0	13.2	8.3	3.3	12.3	4.6	0.9	0.2
연령	10대	43.8	11.1	0	0	11.1	0	0	0	0
	20대	51.1	8.6	4.9	21.1	6.5	3.8	5.9	4.9	0.5
	30대	53.2	14.5	7.0	17.7	4.3	0.5	2.2	2.2	0.5
	40대	33.7	10.4	14.3	6.5	5.2	5.2	1.3	3.9	0
	50대	34.1	14.7	7.4	17.9	9.5	9.5	6.3	1.1	0
	60대	36.9	13.3	11.9	7.4	6.7	20.0	6.7	0	0
	70대이상	30.8	18.5	16.4	6.5	2.1	14.3	4.5	0.6	0.3
지역	서울	<b>30.8</b>	<b>21.2</b>	<b>13.9</b>	<b>12.5</b>	<b>7.2</b>	<b>7.2</b>	<b>4.3</b>	<b>2.9</b>	<b>0</b>
	부산	50.0	18.1	4.2	9.7	0	8.3	9.7	0	0
	대구	47.8	17.4	6.5	8.7	6.5	10.9	2.2	0	0
	인천	43.5	15.2	10.9	10.9	10.9	4.3	4.3	0	0
	대전	30.8	11.5	23.1	7.7	7.7	11.5	3.8	1.9	1.9
	광주	33.3	22.2	16.7	11.1	11.1	0	5.6	0	0
	울산	47.4	21.1	0	15.8	0	15.8	0	0	0
	세종	20.0	0	20.0	40.0	20.0	0	0	0	0
	경기	51.0	7.8	10.4	13.0	2.6	4.2	6.8	4.2	0
	강원	25.0	15.0	15.0	12.5	5.0	12.5	7.5	5.0	2.5
	충북	36.4	9.1	18.2	12.1	9.1	9.1	3.0	0	3.0
	충남	46.8	8.5	10.6	23.4	4.3	4.3	0	2.1	0
	전북	32.6	14.0	16.3	9.3	4.7	20.9	2.3	0	0
	전남	42.9	4.1	8.2	6.1	6.1	30.6	2.0	0	0
	경북	44.4	19.4	6.9	13.9	1.4	8.3	4.2	1.4	0
경남	57.1	10.0	1.4	15.7	1.4	10.0	2.9	1.4	0	
제주	16.7	25.0	25.0	8.3	0	25.0	0	0	0	

자료 2014년 국민여가활동조사, 2010 인구주택총조사를 기초로 연구자 재작성

### 4. 여가소비에 아낌이 없는 서울의 1인가구

전국 1인가구의 한 달 평균 여가비용은 2014년 기준 약 11만 원으로 조사되었고, <표 5>와 같이 성별에 따라 여가비용의 차이가 큰 것으로 나타났다. 남성 1인가구의 평균 여가비용은 약 14.9만 원이었으며, 여성은 약 7.9만 원으로 남성의 절반 수준인 것으로 조사되었다. 연령별로는

30~40대 1인가구의 평균 여가비용이 16~17만 원대로 가장 많았다. 향후 희망 여가비용은 평균 여가비용보다 5만 원 정도 더 많은 약 16만 원으로 나타났다. 한편, 서울시 1인가구의 한 달 평균 여가비용은 약 13만 원으로 전국 1인가구 평균보다 더 많았으며, 다른 지역보다 상대적으로 많은 비용을 여가활동에 소비하고 있었다. 향후 희망하는 여가비용도 약 18.9만 원으로 평균보다 더 높은 것으로 조사되었다.

〈표 5〉 1인가구의 한 달 평균/희망 여가비용

구분		한 달 평균 여가비용(원)	한 달 평균 희망 여가비용(원)
1인가구		109,561	160,216
성별	남자	148,835	209,218
	여자	78,593	121,577
연령	10대	81,002	160,644
	20대	146,716	207,247
	30대	170,699	229,526
	40대	162,670	215,431
	50대	133,417	186,011
	60대	83,947	140,503
	70대이상	47,300	83,774
지역	서울	<b>130,254</b>	<b>188,592</b>
	부산	103,906	156,797
	대구	111,786	162,500
	인천	165,641	234,872
	대전	78,147	125,280
	광주	117,209	167,907
	울산	136,964	208,929
	세종	75,714	107,143
	경기	113,270	167,711
	강원	112,576	175,254
	충북	106,132	137,000
	충남	97,458	136,271
	전북	101,837	133,480
	전남	53,695	83,876
	경북	107,256	155,012
	경남	71,000	109,500
제주	127,143	187,000	

자료 2014년 국민여가활동조사, 2010 인구주택총조사를 기초로 연구자 재작성

## 5. 시간 부족으로 여가생활에 만족하지 못하는 서울의 1인가구

우리나라 국민이 여가생활에 만족하지 못하는 주된 이유는 ‘시간 부족’(46.1%)과 ‘경제적 부담’(40.4%)이라는 두 가지 이유 때문인 것으로 나타났다. 이는 흔히 이야기 하듯이 돈이 있으면 시간이 없고, 시간이 있으면 돈이 없는 생애주기별 특성에 따른 현상으로 이해될 수 있다. 그러

나 전국 1인가구의 여가생활 불만족 이유는 <표 6>과 같이 '경제적 부담'(66.3%)이 매우 높은 반면, '시간 부족'은 19.5%로 비교적 낮게 나타났다. 이는 연령별로 볼 때 '경제적 부담'은 모든 연령대에서 공감하고 있으나, '시간 부족'은 20대와 60대 이상에서 낮게 인식하고 있기 때문인 것으로 분석된다.

<표 6> 1인가구의 여가생활에 만족하지 못하는 이유

구분	시간 부족	경제적 부담	함께 여가를 즐길 사람 없음	여가정보 및 프로그램 부족	여가시설 부족	이전 경험 부족 /할 줄 모름	
1인 가구(%)	19.5	66.3	5.8	3.2	2.6	2.6	
성별	남자	33.3	56.0	9.3	0	1.3	0
	여자	9.0	73.9	3.6	5.4	0	4.5
연령	10대	0	0	0	0	6.7	0
	20대	13.3	60.0	0	20.0	0	0
	30대	30.3	60.6	9.1	0	0	0
	40대	40.0	33.3	26.7	0	0	0
	50대	30.8	69.2	0	0	5.6	0
	60대	19.4	75.0	0	0	2.7	0
	70대이상	9.5	73.0	5.4	2.7	0	6.8
지역	서울	<b>40.0</b>	<b>50.0</b>	<b>10.0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	부산	40.0	53.3	0	6.7	0	0
	대구	12.5	75.0	0	12.5	0	0
	인천	0	92.3	7.7	0	0	0
	대전	0	92.3	0	0	0	7.7
	광주	50.0	50.0	0	0	0	0
	울산	33.3	66.7	0	0	0	0
	세종	0	0	0	0	0	0
	경기	16.1	64.5	9.7	9.7	0	0
	강원	23.1	53.8	15.4	0	7.7	0
	충북	33.3	66.7	0	0	0	0
	충남	0	50.0	0	0	25.0	25.0
	전북	0	93.3	0	0	0	6.7
	전남	0	72.7	9.1	0	9.1	9.1
	경북	27.3	45.5	9.1	9.1	9.1	0
경남	14.3	78.6	0	0	7.1	0	
제주	50.0	25.0	0	0	0	25.0	

자료 2014년 국민여가활동조사, 2010 인구주택총조사를 기초로 연구자 재작성

한편, 서울시 1인가구의 여가생활 불만족은 '경제적 부담'(50%)과 '시간 부족(40%)'의 이유가 거의 유사하게 높은 비중을 차지하는 것으로 나타났다. 이는 앞서 분석한 바와 같이 서울시 1인가구의 평일 여가시간이 상대적으로 적은 이유와 유사한 맥락으로 이해할 수 있다. 즉, 청장년층 1인가구는 경제적 부담뿐만 아니라 시간적 여유도 없어 이들이 여가생활을 제대로 누리기 어려운 현실을 반영한 것으로 보인다. 한편, '여가정

보 및 프로그램 부족'이나 '여가시설 부족' 등 여가기반 자원의 부족에 따른 여가생활 불만족은 더 이상 심각한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

## 6. 서울의 1인가구 특성을 고려한 여가산업의 정책 방향

2014년을 기준으로 서울의 1인가구 비율은 36.4%로 전국의 1인가구 비율(34%)보다 높았으며 지난 35년 동안 7배나 증가하였다. 따라서 서울시는 다가올 1인가구 전성시대에 대비하기 위해 1인가구의 소비성향에 맞는 여가산업 육성방안을 능동적으로 발굴하고, 빠르게 변화하는 관련 산업의 흐름에 주목해야 한다.

1인가구의 일반적인 소비성향과 여가활동은 무관하지 않다. 서울에 사는 1인가구는 높은 주거비 부담에도 불구하고 한 달 평균 여가비용이 다른 지역보다 많게 나타났다. 이는 서울시 1인가구의 여가소비 형태가 변화하더라도 자기만족을 위한 여가소비는 꾸준히 증가할 것을 시사한다. 서울시 1인가구의 여가활동 유형이나 참여 형태를 보면 다른 지역과 비교했을 때 취미·오락 활동의 비중이 높았고, 인터넷 검색/SNS 활동 등 온라인 여가활동에 적극적이었다. 부족한 여가시간을 효율적으로 활용하기 위해 언제 어디서나 접근 가능한 온라인 환경에서의 여가활동 참여는 향후에도 더욱 확대될 것으로 보인다.

한편, 창조경제를 이끄는 여가산업 분야에서 1인가구의 여가 형태가 새로운 산업과 연계되어 발달하고, 1인가구의 생활패턴과 가치변화에 맞춘 다양한 맞춤형 상품과 서비스가 등장하고 있다. 또한, 창조경제와 더불어 논의되고 있는 '차량 공유'와 '숙박 공유'와 같은 공유경제 비즈니스 모델도 1인가구의 여가생활에 상당한 영향을 미치고 있다. 이는 온라인과 모바일 플랫폼 시장의 성장을 기반으로 한 유희(遊休) 재화와 유희 서비스를 활용하는 산업의 등장과 더 이상 기존의 대량생산과 과잉소비가 통하지 않는 시대의 흐름에 맞게 여가산업이 변모해가고 있다는 것을 의미한다. 향후에는 개인 간의 협력적인 소비 또는 공동체의 협력적 소비개념이 1인가구 여가소비에서도 확산될 것으로 보여 관련 여가산업의 성장을 위한 정책적 지원이 요구된다.

### 참고문헌

1. 문화체육관광부, 2014.12, "2014 국민여가활동조사"
2. 현대경제연구원, 2015.8, "싱글족(1인가구)의 경제적 특성과 시사점"
3. 산업연구원, 2015.10, "1인 가구 증가에 따른 문화서비스 지출형태 및 트렌드 변화"
4. 대한상공회의소, 2013, "1인가구 증가가 소비시장에 미치는 영향 조사"
5. 한국문화관광연구원, 2013, "1인가구 여가활동 분석 및 대응정책 연구"