



영국의 고령화와 ‘외로움’ 대응전략

안소영 연구원

외로움은 하루에 담배 15개비만큼이나 해롭다는 연구결과가 나옴. 영국 조사에 따르면 외로움(Loneliness)을 느끼는 사람은 영국 인구의 약 14%를 차지하며, 특히 고령화와 빈부격차로 인해 사회 및 가족과 단절되어 외로움을 느끼는 독거노인 문제가 존재함. 해결방안으로 2018년 영국정부는 외로움 대응 부서를 설립하고 구체적 대응전략을 구체화함. 한국도 현재 외로움, 특히 노령인구의 외로움 문제가 지속될 것으로 보임에 따라 영국정부의 외로움 대응 부서의 구체적 전략과 같은 적극적이고 구체적인 방안 모색이 요구됨

■ ‘외로움(Loneliness)’은 영국 국민 전체가 해결해야 할 문제로, 특히 고령화로 인해 노령인구가 느끼는 외로움 문제는 계속 심화될 것으로 보임¹⁾

- 외로움은 정신건강뿐 아니라 신체 건강에도 악영향을 미침
 - 외로움은 하루에 담배 15개비를 피우는 것만큼 건강에 해로움²⁾
 - 외로움을 크게 느끼고 있는 사람은 그렇지 않은 사람들과 비교했을 때 알츠하이머병을 앓았을 확률이 두 배 이상 높음³⁾
- 영국에서 외로움을 느끼는 이는 990만 명 이상으로 6,400만 명인 영국 인구의 약 14%를 차지함
- 특히 영국은 고령화⁴⁾로 인해 가족이나 사회로부터 고립되어 살아가는 고령인구가 증가하고 있으며 이에 따라 외로움 문제도 확산될 것으로 예상됨
 - 영국에 약 360만 명의 독거노인이 있으며 그 중 200만 명이 75세 이상임

1) AgeUK(2015), "Evidence Review: Loneliness in Later Life",

https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/reports-and-publications/reports-and-briefings/health-wellbeing/rb_june15_loneliness_in_later_life_evidence_review.pdf

2) Holt-Lunstad, J., Smith, T.B. and Layton, J.B.(2010), "Social relationships and mortality risk: a meta-analytic review", PLoS medicine, 7(7), p.e1000316

3) Wilson, R.S., Krueger, K.R., Arnold, S.E., Schneider, J.A., Kelly, J.F., Barnes, L.L., Tang, Y. and Bennett, D.A.(2007), "Loneliness and risk of Alzheimer disease", Archives of general psychiatry, 64(2), pp. 234~240

4) 외로움의 관련 요소로 나이, 동거형태, 결혼유무, 거주상태, 건강, 지역적 차이, 소득수준, 종교 및 언어, 성적 지향 등이 있음

- 영국 노인의 190만 명은 그들이 종종 무시되거나 소외되고 있다고 느끼고 있음
- 2008년과 2033년 사이에 혼자 사는 65세~74세 인구가 44%, 75~85세 인구가 38%, 85세 이상의 고령인구가 145% 가량 증가할 것으로 예측됨

■ 해결책으로 영국은 2018년 1월 외로움 대응 부서를 설립하고 해당 자치정부 행정수반⁵⁾을 임명하였으며, 그 해 10월 외로움 해결 전략을 세워 그 세부내용을 구체화 함

- 국민들의 외로움 문제를 해결하기 위해 영국은 2018년 1월 외로움 대응 부서를 설립함
- 정부는 2018년 10월 ‘연결 사회: 외로움 해결 전략⁶⁾’ 보고서를 통해 외로움 해결을 위한 사회적 연결의 중요성에 대해 강조하며 그 해결방안을 모색함(〈표 1〉 참조)
 - 해당전략은 기업, 고용주, 지방 당국, 보건 및 자발적 부문과의 협력을 약속했을 뿐만 아니라 9개 부서에 공약을 제시함

〈표 1〉 외로움 해결 주요 전략 내용

사회적 처방 (Social prescribing)	고용주 서약서 (Employer Pledge)	영국 국립우체국과의 파트너십 (Partnership with the Royal Mail)
‘사회적 처방’을 통해 모든 GP서비스(무료의료서비스)가 2023년까지 외로움을 겪고 있는 환자들을 대상으로 지역사회활동과 자발적인 서비스를 제공할 수 있도록 함. NHS 장기계획의 일환으로 NHS에 대한 수요 감소 및 환자의 삶의 질 향상이 최종목표이며, 요리 수업, 산책그룹 및 미술단체와 같은 다양한 사회활동에 환자를 연결함	직장에서 외로움을 극복하기 위한 최초의 ‘고용주 서약서’를 발표하여, Sainsbury’s, Transport for London, Co-op, 영국 적십자사, 내셔널 그리드 및 공무원들을 포함한 유명 비즈니스 네트워크가 직원의 건강과 사회 복지를 지원하기 위한 적절한 조치를 취할 것을 약속함	정부는 로얄메일(영국 국립우체국) 파트너십 관계를 맺음. 리버풀, 뉴몰든, 휘트비 지역의 우편배달부는 평소 배달하는 지역의 소외된 사람들과 대화하고 필요한 경우 가족이나 지역사회의 지원을 받을 수 있도록 도와줌

자료: HM Government(2018), “A connected society - A strategy for tackling loneliness”

■ 한국 또한 고령화로 인해 가족이나 사회로부터 고립된 채 살아가는 독거노인들의 외로움 문제가 존재함⁷⁾

- 서울에 거주하는 65세 이상의 10명 중 2명은 ‘독거노인’임
 - 조사에 따르면 서울시 거주 노인 중 22.4%는 혼자 살고 있음
 - 노인들은 만성질환을 평균 1.8개 앓고 있는 것으로 밝혀졌으며, 그 중 13.7%는 우울위험군으로 분류됨

5) 직역하면 장관(Minister)으로 해석되나 영국의 ‘3장관’ 시스템을 고려하여 ‘자치정부 행정수반’으로 의역함

6) 보고서 원제: A connected society - A strategy for tackling loneliness

7) 복지포(2018), “서울 65세이상 10명 중 2명은 ‘독거노인’...삶 만족도 68점”

※ 우울감은 80세 이상, 무학, 독거, 월평균 가구소득 100만 원 미만 노인에게 가장 두드러짐

● 보건복지부에 따르면 무연고 사망자 수⁸⁾는 2012년 1,021명에서 2016년 1,833명으로 크게 증가함(표 2) 참조)

- 특히 연령별 비율을 보면 무연고 사망자는 50대(28%)와 70대 이상(26.9%) 연령층에서 높은 수치를 보이고 있음

〈표 2〉 연령별, 성별 무연고 사망자 현황

(단위: 명)

구분	2012	2013	2014	2015	2016	2017 상반기
총계	1,021	1,275	1,384	1,669	1,833	970
40세 미만	55(5.4%)	42(3.3%)	57(4.1%)	54(3.2%)	82(4.5%)	32(3.3%)
40-49세	110(10.8%)	148(11.6%)	153(11.1%)	188(11.3%)	188(10.3%)	91(9.4%)
50-59세	255(25.0%)	337(26.4%)	343(24.8%)	430(25.8%)	420(22.9%)	272(28.0%)
60-64세	107(10.5%)	162(12.7%)	196(14.2%)	239(14.3%)	272(14.8%)	145(14.9%)
65-69세	76(7.4%)	98(7.7%)	141(10.2%)	175(10.5%)	167(9.1%)	109(11.2%)
70세 이상	277(27.1%)	363(28.5%)	395(28.5%)	479(28.7%)	579(31.6%)	261(26.9%)

자료: 보건복지위원회(2017), 「서울특별시 고독사 예방 및 1인 가구 사회안전망 확충을 위한 조례안」

■ 한국에서 외로움, 특히 고령화로 인한 노령인구의 외로움 문제는 앞으로도 지속될 가능성이 있어 대책 마련이 요구되며 영국의 외로움 대응 부서 설립 및 세부 대응전략과 같은 적극적이고 구체적인 방안 모색이 필요할 것임 **ki·i**

8) 정부의 공식적 고독사 통계가 없는 관계로 무연고 사망자 집계로 통계를 대신함