

노인의 삶의 질을 높이기 위한 사회적 과제

우리 사회는 빠르게 고령화되고 있다. 평균 수명의 연장은 단순히 오래 사는 것을 넘어, 어떻게 잘 사는가라는 문제로 이어진다. 노인의 삶의 질은 곧 한 사회의 성숙도를 보여주는 지표이자, 미래 세대가 맞이할 현실이기도 하다. 그럼에도 불구하고 여전히 많은 노인들이 빈곤, 건강 문제, 사회적 고립에 시달리고 있다. 이는 개인의 문제가 아니라 공동체 전체가 함께 해결해야 할 과제다.

무엇보다 경제적 안정은 노인의 삶의 질을 결정하는 중요한 요인이다. 여전히 우리나라 노인 빈곤율은 OECD 국가 중 가장 높은 수준이다. 기초연금 제도와 다양한 복지정책이 시행되고 있으나, 최소한의 생계를 유지하기에도 부족한 경우가 많다. 노년에도 dignified life, 즉 품위 있는 삶을 유지하려면 안정적인 소득 보장 체계가 필요하다. 단순히 현금을 지원하는 차원을 넘어, 적정한 일자리 자리를 마련하고 사회적 역할을 수행할 기회를 확대해야 한다. 노인 일자리 정책이 단순한 보조금형 단순 노동에 머물지 않고, 경험과 지혜를 활용할 수 있는 방향으로 나아가야 한다.

건강 문제 또한 삶의 질을 크게 좌우한다. 평균 수명이 늘어난 만큼, 건강수명 역시 늘려야 한다. 이는 의료 서비스의 질 향상뿐 아니라, 예방 중심의 건강 관리 정책이 필요함을 의미한다. 정기적인 검진과 운동, 올바른 식습관을 유지할 수 있도록 지원하는 지역사회 프로그램이 확대되어야 한다. 특히 치매와 같은 노인성 질환에 대한 국가적 대책은 개인과 가족의 고통을 줄이는 핵심 과제다.

사회적 관계망의 유지 역시 빼놓을 수 없다. 은퇴 후 사회와 단절되거나 가족 내에서 소외되는 경우가 많다. 외로움은 노인의 정신건강을 해치고 우울증이나 자살로 이어지기도 한다. 따라서 지역사회 안에서 노인이 적극적으로 교류할 수 있는 장이 마련되어야 한다. 경로당이나 복지관 같은 공간이 단순한 여가 공간을 넘어, 세대 간 교류와 사회 참여의 허브가 될 수 있도록 변화해야 한다.

노인의 삶의 질 문제는 결국 우리 모두의 문제다. 지금 젊은 세대도 언젠가는 노인이 될 것이며, 오늘의 정책이 내일의 삶을 결정한다. 고령 사회는 피할 수 없는 현실이다.

그렇기에 우리는 단순히 ‘돌봄’과 ‘부양’의 관점을 넘어, 노인이 사회의 일원으로 존중받고 능동적으로 살아갈 수 있는 환경을 만드는 데 힘써야 한다. 노인의 삶이 존엄하고 풍요로울 때, 비로소 우리 사회 전체의 삶의 질도 높아질 것이다.

@ 춘천미래동행재단 노후동행사업단 (2025. 8. 21.)