

자가(自家)돌봄과 상하이 '9073' 양로 모델

Vol.20



사람은 '변화'라는 두 글자와 친숙하지 않습니다.

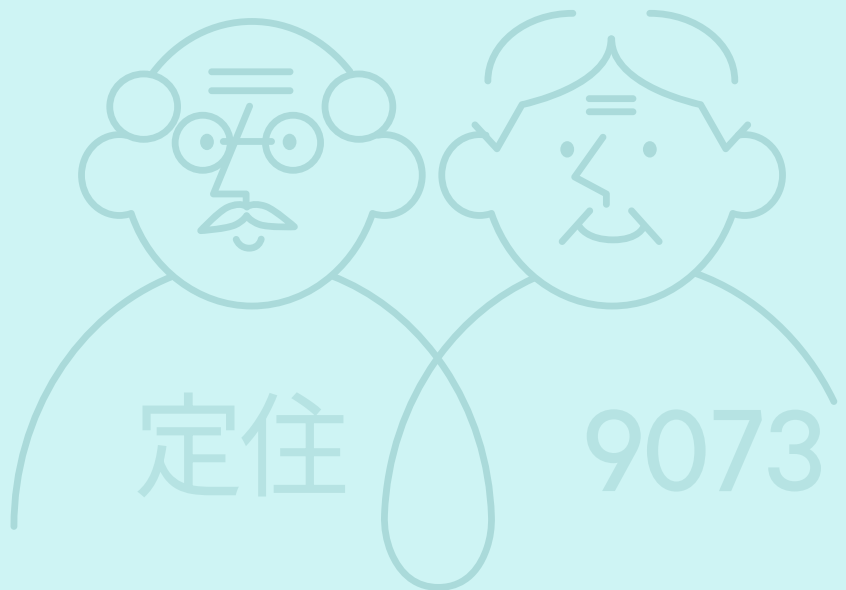
나이와 변화는 반비례합니다. 해외여행은 설렘과 불안감,
두려움이 함께 공존합니다. 동전의 양면처럼 말입니다.

특히 '나 홀로 여행'은 더 실감할 수 있습니다.

그만큼 익숙함이라는 굴레를 벗어난다는 것은 큰 용기가
필요합니다. 일상에서 '머뭇'과 연관이 높은 '정주(定住) 문화'는
심리적 안정감과 밀접합니다. 생체적 노화와 더불어 허약함이
깊어지면 익숙한 환경에 머물려는 경향이 강합니다.

일본은 노인용 주택 이탈자가 증가하고 있습니다.

중국은 고령자 돌봄 모델로 '9073'을 발표하면서
'자가돌봄'을 정책으로 입안할 정도로 시니어 비즈니스의
한 축을 담당하고 있습니다.



중국 상하이 '9073' 양로 모델이란?



2024년 말 기준 65세 이상 인구가 전체 인구의 15.6%를 차지한 중국은, 마지막 여생을 자신의 집에서 보내고 싶어 하는 욕구가 증가하는 국제적 추세를 '9073' 양로 모델로 제시하였습니다. '9073' 양로 모델은 개인과 국가의 필요성이 동시에 담겨 있습니다. 집에서 머물고 싶어 하는 개인의 욕구와 사회적 고령자 돌봄 인프라 구축 속도보다 더 빠르게 사회가 나이 들어감에 따라 '자가(自家)'를 복지시설화하는 개념입니다. 65세 이상 인구의 90%가 자택에서 머물면서 돌봄을 받고, 지역사회 보살핌은 7%, 제도적 환경에서 돌봄은 3% 입소를 목표로 하는 정책으로 2025년도부터 추진 중입니다. 노인의 돌봄 행위는 가족 구성원만이 책임질 일도 아니고, 그렇다고 국가가 온전히 떠안아야 할 사회적 문제도 아니라는 것이 '9073' 양로 모델이 갖는 의미입니다. 가정과 사회, 그리고 돌봄 시설이 병행하여 중국 내 빠르게 진척되고 있는 고령화 부분을 해소하기 위한 문제 해결 방안 중 하나입니다. 이 정책은 성공적이라는 평가를 받을 만큼 중국 전역으로 확산일로에 있습니다. 중국은 2025년 말이 되면 65세 인구가 3억 명이 초과할 것으로 내다보고 있습니다. 우리나라만큼이나 빠르게 증가하는 노인 비율은 가족구조 변화와 출산율 감소라는 또 다른 복병으로 돌봄 정책이 얼마나 시급한지 절실히 보여주고 있습니다. '9073' 양로 모델 특징은 다원화, 차별화, 프리미엄화라는 선진국 시니어 비즈니스와 유사한 형태로 구성되어 있습니다. 가정과 지역 시설, 제도권이라는 다원화가 첫 번째입니다. 그다음은 국가 사회복지 일환으로서 돌봄과 개인 사적 영역 돌봄이 차별화된다는 점입니다. 마지막은 3% 노인은 고급형 실버타운과 같은 '프리미엄 돌봄'입니다. 이 세 가지 시스템이 상호 보완을 하면서 상하이 노인정책의 질적인 면과 양적인 부분 모두를 아우른다고 볼 수 있습니다.

프리미엄 돌봄이란?



프리미엄 돌봄은 고소득 고령자가 대상입니다. 서비스 종류도 다양화하고 차별화되어 있습니다. 프리미엄 돌봄하면 가장 먼저 떠오르는 것은 주택입니다. 고급형 실버타운을 연상하게 되는데, 그 실버타운을 채워질 다양한 서비스가 부가가치 높은 비즈니스 콘텐츠입니다. 고령자의 신체적·정신적·정서적 건강과 웰빙 관리 서비스는 기본입니다. 고급 양로시설, 건강관리 센터, 고급 스파, 체험 프로그램, 전통 중국 의학, 관광 등 다양합니다. 단순히 머무는 거주 개념에 최신 의료 장비와 고급 편의시설을 갖춘 리조트, 병원, 요양원 등이 포함됩니다. 아울러 개인 건강 상태와 요구에 맞춰 맞춤형 건강관리 프로그램이 제공됩니다. 프리미엄 양로는 상하이를 비롯해 베이징 등 대도시에도 이미 상당히 진척된 시니어 비즈니스 중 하나입니다. '9073' 양로 모델이 우리나라 시니어 비즈니스에 던지는 함의는 무엇일까요? 금년도 9월 SETEC에서 개최된 '2025 더 라이프 스타일 박람회'를 90% '자가돌봄'에 적용해 트렌드를 분석해 보겠습니다.

자가돌봄은 의료적 돌봄은 물론이고 정서적 돌봄까지 아우릅니다. 양로시설 돌봄과 다른 점은 스스로 활동이 가능하다는 것입니다. 건강과 재력을 모두 갖춘 슈퍼 시니어, 액티브 시니어에서부터 약간의 의료적 치유가 필요한 고령자가 대상입니다.

국민건강보험공단에서부터 스타트업까지 다양한 기업이 참가한 박람회에 전시된 내용은 케어 실버타운, 금융, 실내 운동 프로그램, 파크 골프, 화장품, 치매 인지와 예방, 먹거리, 취미활동, 장례문화, 치과, 시력 보정, 케어 의류, 지팡이와 보행기, 시니어 일자리까지 다양했습니다. 혼자 할 수 있는 것, 서로 협업할 수 있는 것, 선의 경쟁심을 불러오는 것까지 유형도 여러 가지였습니다. 예를 들면 치매 인지와 예방에 전시 품목은 국어·수학·영어와 같은 기억력 감퇴를 예방하는 시니어 전문 학습 교재, 스포츠를 통한 치매 예방 프로그램 '한궁', 인지발달 놀이형 스마트 테이블, 여가 활동 증진과 인지능력 향상을 위한 인지 평가 게임용 스마트 터치 테이블, 정량적 인지 개선을 달성하는 인지훈련 시스템 등이었습니다.

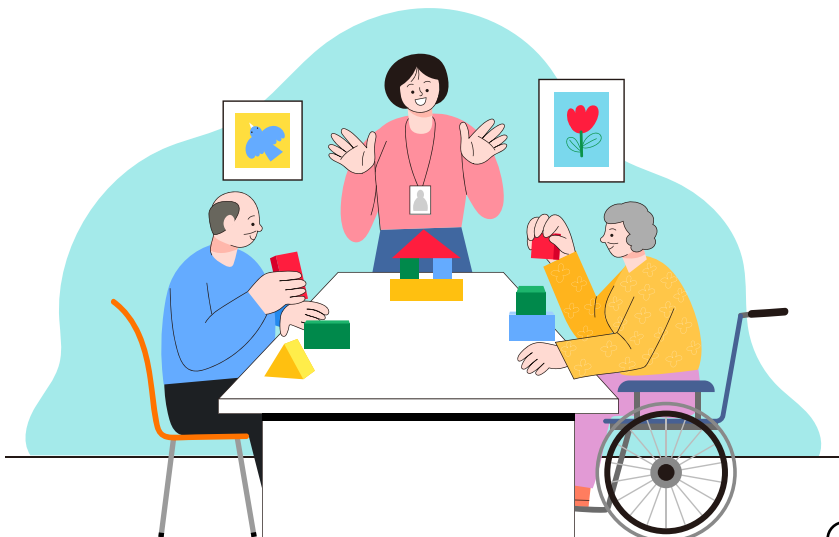
먹거리 콘셉트는 '건강지킴이'입니다. 미래 식량으로 불리는 '식용 곤충'이 선을 보였습니다. 우리나라에는 허용된 식용 곤충이 10종입니다. 벼메뚜기, 누에번데기와 유충, 백강잠, 고소애, 흰 점박이꽃무지 유충, 장수풍뎅이 유충 쌍별귀뚜라미, 아메리카 왕거지리 유충, 수벌 번데기, 풀무치입니다. 식용 곤충은 고령자에게 특히 필요한 영양소인 단백질 함량이 높을 뿐 아니라 탄수화물과 지방이 골고루 포함되어 있습니다. 곤충 하면 징그럽다는 선입견이 있어 식용으로 불편할 수 있다는 단점을 보완하기 위해 환으로 만들거나 스틱 등 편리하게 섭취할 수 있도록 제품화되었습니다.

아울러 건강식품과 발효식품도 함께 진열되어 '배고픔' 해결을 위한 먹거리가 아니라 '건강한 식단'이 대세임을 알 수 있었습니다. 또한 내 손으로 직접 길러서 먹을 수 있는 '유기농 채소'용 첨단 농장도 전시되어 있었습니다. 현재 출시된 제품은 채소를 길러서 판매용 목적으로 만든 것이어서 크기와 가격 부분에서 개인이 수용하기에는 다소 버거울 수 있습니다. 주말농장 하듯이 소일거리 하면서 약간의 경제적 도움을 받을 목적이라면 고려해 볼만합니다. 적절한 가격의 소형 가정용 스카프 팜은 기술 개발과 함께 수요가 증가할 수 있다면 곧 선을 보이지 않을까 예상해 봅니다.



치매는 본인뿐 아니라 가족까지 힘들게 하는 사회를 피폐하게 만드는 무서운 질환입니다. 2023년도 65세 이상 치매상병자수는 96만 명으로 65세 이상 노인인구(946만 명)의 10.2%이며, 60세 이상 추정 치매 환자 수는 91만 명으로 추정 치매 유병률은 6.68%입니다. 매년 4~5%대의 증가 추세를 보일 정도로 꾸준히 늘어나고 있습니다. 대한민국 2023년 치매 관리 비용은 22조 9천억 원으로 GDP의 0.95%를 차지합니다. 1인당 연간 관리 비용은 약 2,639만 원으로 연간 가구 소득의 43.8%에 해당합니다.¹⁾ 치매 인지 및 예방에 관한 제품의 특성은 스스로 할 수 있는 것과 여러 사람이 어울려 진행할 수 있는 것, 경쟁심 유발을 통한 호기심과 도전 정신을 일깨우는 유형까지 다양했습니다. 학습 교재는 스스로 하루 목표를 수립하여 진행한다면, 인지발달 놀이형 스마트 테이블 유형은 여러 사람이 대화도 하면서 게임으로 운용할 수 있어 외로움을 달래면서 심리적 건강함을 챙길 수 있는 제품이었습니다. 테이블 특징은 식탁과 게임기를 겸용할 수 있는 제품도 있었고, 태블릿을 활용한 1인 프로그램으로 전환할 수 있는 제품도 있었습니다. 주로 경로당, 실버타운, 주간 돌봄 센터, 노인종합 복지관 등에서 활용되고 있음을 확인할 수 있었습니다. 게임 종류는 제품마다 다르겠지만 50여 종에서부터 126종까지 많은 프로그램을 탑재하고 있어 반복됨에 따른 지루함은 예방할 수 있을 것 같습니다.

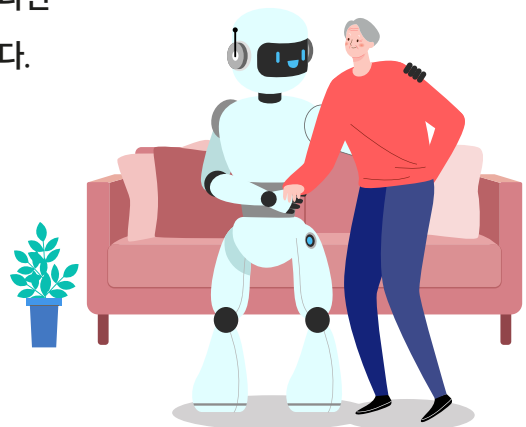
1) 보건복지부, 국립중앙의료원, 중앙치매센터(2025). 대한민국 치매 현황 2024



예를 들면 잉어 먹이 주기, 풍선 터트리기, 두더지 잡기 등도 있습니다. 2006년도에 우리나라에서 탄생한 '한궁'은 2009년도 대한한궁협회를 창립했습니다. 2025년 제14회 대한한궁협회장 배 한궁대회를 예정할 만큼 전국적 규모라는 점이 다른 부분과 차이점이라 할 수 있습니다. 한궁이 추구하는 노인치매 예방 3대 운동은 양손, 양눈 협응(신체의 신경 기관, 운동기관, 근육 등이 서로 조화롭게 움직여 하나의 동작을 효과적으로 수행하는 능력)²⁾ 뇌기반, 좌우 집중력과 뇌건강 증진, 뇌건강 한궁체조입니다. 이러한 이유로는 양손을 사용하므로 뇌 지도의 넓은 영역을 활성화하고 눈과 손의 협응을 통한 뇌 기능을 복합적으로 자극, 좌우 신체 사용으로 뇌 균형과 연결성 강화, 시공간을 초월하여 즐길 수 있는 효과적인 운동이라는 것을 강조하고 있습니다.

또 하나의 제품으로는 **스마트를 이용한 어르신 돌봄 통합관리 시스템**이 있습니다. 시스템 기능으로는 24시간 상시 센서와 수발신 이력을 통한 안부를 확인하는 '스마트폰 감지', 365일 매일 어르신 맞춤 알림을 통한 안부 확인용 'AI 안부체크', 안부 미확인된 시간이 24시간 지날 때는 긴급 알림을 통해 안부를 확인하는 'AI 케어 알림'과 유선으로 안부를 확인하는 '안부 확인콜', 아울러 전문 업체의 관제·출동으로 연계하여 안전을 확인하는 '출동·관제'입니다. 인형이나 로봇 돌봄시스템도 있습니다. 인형은 성별로 구분되어 있고, 아이 목소리를 탑재하여 평소 대화도 가능하고, 약 먹을 시간에 알람 기능까지 말벗에서부터 일상 체크까지 도와주는 기능입니다. 아직은 가격이 다소 버거워 부담스러울 수 있지만 정보기술이 조금 더 진전된다면 일본과 같이 가정에 보급이 확산될 것으로 보입니다.

2) 네이버 AI 브리핑



이처럼 다양한 제품이 맞춤형으로 진화되고 있습니다. 제4차 산업혁명 시대에 빼놓을 수 없는 것은 디지털혁명으로 하루가 다르게 진화하고 있습니다. 3차 산업혁명 시대까지는 몇 가지 안 되는 소품종으로 대량 생산하여 밀어내기 방식의 공급자 주도 소비시장은 더 이상 설 자리가 없습니다. 소비자 요구에 맞지 않으면 기업의 존폐를 걱정해야 할 만큼 소비자가 시장을 주도하고 있습니다. “♪ 손이 가요 손이 가...♪” 로고송으로 유명한 54세가 된 새우깡이 매운맛 새우깡, 쌀 새우깡, 새우깡 블랙까지 소비자 입맛에 맞춰 다양화되고 있습니다. 이러한 현상을 시니어 비즈니스에서는 어떻게 받아들여야 할까요? 10여 년 전만 하더라도 ‘돌봄’이라는 단어가 ‘환자’ 의미로 해석이 되었다면, 지금은 ‘건강 지킴과 예방’이라는 폭 넓은 개념까지 아우르는 방향으로 선회하고 있습니다. 그런 의미에서 특정 세대만을 겨냥한 이미지는 비즈니스 차원에서 정말 조심스럽게 다뤄야 할 부분이기도 합니다. 빠르게 변하는 사회 트렌드에 발맞추어 우리 기업도 한 걸음 더 속도감 있게 진일보할 때 계속기업(going concern)으로 존재를 과시할 수 있을 것입니다.



박창동

KMA 시니어랩 전문위원
(인적자원개발학 박사)

KMA 시니어랩

초고령시대를 앞둔 우리나라의 시니어 대상 경력개발사업, 시니어 대상 정책 및 비즈니스를 개척하려는 조직을 위한 사업을 진행하고 있으며, 관련 리포트를 정기적으로 발행합니다.