

# 01



## 요양보호 대상자 이해

### 학습목표

- 노인과 노화 과정에 대해 이해한다.
- 노화에 따른 신체적, 심리적, 사회적 특성을 이해한다.
- 가족관계 변화와 노인부양부담 해소 방안을 설명할 수 있다.

### MEMO



#### 참고

- 노인: 나이 든 사람에 대한 일반적 호칭
- 노년: 노인의 부정적 의미를 줄이기 위해 사용함
- 어르신: 중립적 의미로 사회 복지실천현장에서 사용함
- 〈영어권 국가〉 늙은 사람 (older person), 나이든 사람(aged), 연장자(elderly), 선배시민(senior citizen), 황금연령(golden age)
- 〈프랑스〉 제3세대
- 〈중국〉 60대 장년(長年), 70대 존년(尊年)
- 〈일본〉 실버(silver) 또는 노년

## 1절 노인과 노화 과정

### 1. 노인의 의미와 개념

우리나라 노인복지법에서 노인은 ‘후손의 양육과 국가 및 사회의 발전에 기여하여 온 자’로 정의하고 있으며, ‘존경받으며 건전하고 안정된 생활을 보장’받는다고 명시하고 있다(제2조 기본이념). 따라서, 국가와 국민은 경로효친의 미풍양속에 따른 건전한 가족제도가 유지·발전되도록 노력하여야 하고(제3조 가족제도의 유지·발전), 국가와 지방자치단체는 노인의 보건 및 복지 증진의 책임이 있으며, 이를 위한 시책을 강구하여 추진하여야 한다(제4조 보건복지증진의 책임).

### point

노인은 나약한 존재가 아니다. 단순히 각종 혜택을 누리고 받기만 하는 수혜자 또는 피동적인 존재도 아니다. 노인 세대는 우리나라의 산업화, 민주화를 달성하여 선진국으로 발돋움하는 데에 많은 역할을 수행하였다. 노인은 삶의 주체로서 본인의 삶을 살아가고 선택하는 능동적인 존재다. 우리 사회는 노인이 안정된 생활을 유지할 수 있도록 지원할 책임이 있다.

노인은 일반적으로 ‘생리적·행동적·심리적·사회적으로 노화과정의 변화가 복합적으로 작용하는 사람’으로, ‘노화(Aging)의 과정 또는 그 결과로서 생물, 심리, 사회적 기능이 약화되어 자립적 생활능력과 환경에 대한 적

응능력이 약화되고 있는 사람'을 의미한다(국제노년학회, 1951). 이때 노화의 3가지 영역(Breen, 1960)을 동시에 고려하는 것이 중요하며, 그 영역은 다음과 같다.

〈표〉 노화의 3가지 영역(Breen, 1960)

- ① 생리적 및 생물학적 면에서 퇴화기에 있는 사람
- ② 심리적인 면에서 정신기능과 성격이 변화되고 있는 사람
- ③ 사회적인 면에서 지위와 역할이 상실되어 가는 사람

이러한 노인의 다면적 특성과 변화의 방향성은 노인의 신체적, 정신적, 사회적 측면의 복합적 욕구(needs)와 연결되며, 이에 대응한 활동으로 보건 의료복지의 필요성을 강조하게 하는 근거가 된다.

노화는 개인적 측면에서는 자립적인 생활능력, 개인과 환경과의 관계에서는 환경 적응능력을 떨어뜨리게 되는데, 이는 노인의 상태를 파악하고 서비스를 제공할 때, 개인의 자립능력과 함께 환경에 대한 적응력을 동시에 고려해야 한다는 점을 말해준다.

가장 보편적으로 활용되는 것이 역연령(曆年齡, Chronological-Age)에 따른 노인의 개념이다. 출생 이후부터 달력상의 나이로 계산한 만 나이가 일정 연령 이상일 경우를 의미하며, 개별법이나 사업에 따라 다양한 연령 기준을 사용하고 있다. 「노인복지법」과 「노인장기요양보험법」에서는 65세 이상을 노인으로 규정하고 있다.

 point

노인은 신체·정신·사회적인 측면에서 퇴화·상실의 과정에 있는 사람을 의미하며, 특히 장기요양 대상자인 노인은 이러한 과정(퇴화, 상실 등)이 상대적으로 급속히 진행되었으며, 앞으로도 지속적으로 약화가 예상되는 상대적으로 고위험군의 대상이라는 점에 유의하여야 한다.



PIE 개념

[환경 속의 개인과 이중초점]  
노인도 개인으로 환경에 둘러싸여 있다. 이러한 사실을 '환경 속의 개인(PIE: Person in Environment)'이라고 한다. 노화과정에서 개인적인 측면에서 기능의 약화가 나타난다면, 개인과 환경의 관계라는 측면에서 적응능력의 약화가 나타난다고 할 수 있다. 따라서 우리는 노인을 볼 때 개인만이 아니라 그들이 속한 환경을 함께 살펴야 하는데, 이러한 관점을 이중초점(Dual Focus)이라고 부른다.



사회적 역할 상실과 기능적 연령에 따른 노인

역연령을 기준으로 하는 노인 외에도 퇴직 등 '사회적 역할 상실'이나 신체 및 정신 등 '기능적 수준'을 근거로 노인을 규정하는 방식 등이 있다.

## 2. 노인의 기여

### 가. 경제적 기여

65세 이상의 노인들은 우리나라의 산업화를 이룩한 세대이다. 한국전쟁 전후로 태어난 노인 세대는 국내는 물론 외국의 산업체와 건설 현장에서 열심히 일하여 우리나라를 경제대국으로 성장시켰다. 2022년에는 1인당 국민 총 소득수준(GNI)도 3만 2천 달러를 넘어섰다(2023년 한국은행).

### 나. 정치적 기여

노인 세대는 산업화를 통한 경제성장과 더불어 민주화에도 기여하였다. 개헌을 통한 대통령 직접 선거, 평화적인 정권교체 등을 이루어냈다. 우리나라는 식민지와 전쟁을 겪었음에도 경제성장과 민주화를 동시에 달성한 최초의 국가로 평가받고 있다.

### 다. 사회적 기여

노인 세대는 경제성장과 민주화 과정에서 겪게 된 많은 고통과 어려움 속에서도 굳건히 가족과 사회를 지탱해 온 당사자이다. 노인 세대들은 1997년 외환 위기에 동참하여 이를 극복하였고 가족과 이웃 중심의 따뜻한 집단문화를 발전시켰다. 사회문화적 발전은 전 세계에 우리의 노래, 드라마, 음식을 전파하는 한류를 형성하였다.

## 3. 노인에 대한 보상

노인은 일생을 통해 경제적, 사회적, 정치적으로 사회와 국가 발전에 많은 기여를 하였다. 이에 대해 국가와 사회는 이들 노인 세대를 위한 보상을 마련하여 보답하고자 노력하고 있다.

### 가. 경제적 보상

국가는 지방정부, 공공기관과 더불어 노인들이 이용하는 교통시설, 공원, 박물관 등 각종 공공시설의 이용 요금을 감면하여 이용에 불편함이 없도록 경제적으로 지원하고 있다.

### 나. 제도적 보상

국민연금, 국민건강보험 등의 사회보장제도를 통해 노후소득 보전과 질병 치료와 예방 등을 할 수 있도록 제도화하고 있다. 또한 노인복지관이나 지역사회 경로당을 통해 여가활동이나 노인 공경, 노인복지서비스 전달에 적극 노력하고 있다.

## 다. 정치적 보상

국가는 어버이날(5월 8일), 노인의 날(10월 2일) 등을 지정하여 매년 기념하면서 젊은 세대의 귀감이 될 모범 어르신을 선정하여 포상하고 있다.

## 라. 지적, 정신적 문화유산의 전수

노인의 경험과 지혜를 전수받기 위해 정책자문, 기록물 등록은 물론, 노인이 보유한 유형·무형의 문화재를 보전하고, 전수받을 수 있도록 지원하고 있다.

# 4. 노인의 건강한 노화

## 가. 노화의 긍정적 측면

노인은 젊은 세대에 비해 삶의 균형과 지혜를 쌓아 다음과 같은 긍정적 측면이 있다.

- ① 노인은 일상적인 균형을 유지하고, 안정적이며, 지속적으로 수준 높은 동기부여를 통해 직무를 수행할 수 있다.
- ② 의사결정에서도 신중하고 조심스러워 젊은 사람들보다 실수가 적고 사고력에서도 뒤지지 않는다.
- ③ 수많은 정보 중에서 중요한 정보를 추출해 낼 수 있는 능력이 뛰어나다.

따라서 젊은 세대는 노인들이 삶의 과정에서 얻은 경험과 지혜를 더욱 발전시킬 수 있도록 노력하여야 한다.

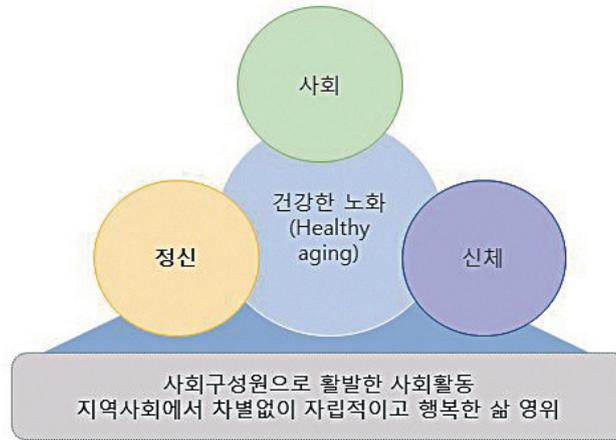
## 나. 건강한 노화

‘건강한 노화(healthy aging)’란, 신체적, 사회적, 정신적 안녕(well-being)을 유지하고, 사회구성원으로서 활발한 사회활동을 하며, 지역사회에서 차별 없이 자립적이고 행복한 삶을 살도록 기회를 제공하는 것을 뜻한다(WHO, 2015).



### 노인에 대한 긍정적 생각

- 노인 한 사람이 죽으면 도서관 하나가 사라지는 것과 같다(아프리카 속담).
- 바둑판 위에 의미 없는 돌은 없다(만화 미생의 대사 중).
- 2018년 노벨 물리학상 수상자 아서 애슈킨은 수상 당시 96세였다.



[건강한 노화의 개념]

**건강이란?**

- ‘건강’이란 질병이 없거나 허약하지 않은 것뿐만 아니라 신체·정신·사회적으로 완전히 안녕한 상태
- Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity(WHO)

노인이 건강하게 노화하기 위해서는 건강을 유지하고 적극적으로 사회 활동을 해야 한다.

- ① 건강을 유지하기 위해서는 노인의 신체와 활동에 맞게 영양분을 섭취하고, 적절한 운동을 실시하여야 한다.
  - 지속적으로 뇌에 자극을 주어 기억력과 인지력을 유지한다.
  - 유전적, 생활습관적 특징을 살펴 자신에게 맞는 음식과 영양보조 식품을 섭취한다.
  - 고혈압, 당뇨, 비만, 그 밖의 질병 유무를 확인하고 신체 기능에 적합한 운동을 지속함으로써 신체적 노화를 늦추도록 노력한다.
- ② 노인 스스로 자신감과 역할이 상실되지 않도록 사회적 관계를 유지하고 생산적 활동을 한다.
  - 가족, 친구 등과 접촉하며 적극적인 애정 표현과 의사소통을 한다.
  - 자원봉사, 여가 활동, 지역사회 참여 등 생산적 활동으로 자신감을 유지한다.

노인의 건강한 노화를 지원하기 위해서는 노인의 욕구 중심으로, 노인의 기능적 역량을 최대한 오랫동안 발휘할 수 있도록 도와주는 장기요양 및 돌봄, 보건의료와의 연계가 필요하다. 노인들이 지속적으로 학습하고 성장하는 등 기능상태의 저하에도 불구하고 사회에서 활동할 수 있도록 노인 친화적인 환경을 조성해주는 것도 중요하다(WHO, 2015).