



서울시 1인가구 외로움·사회적 고립
실태와 대응전략

김성아 박민진 김정아

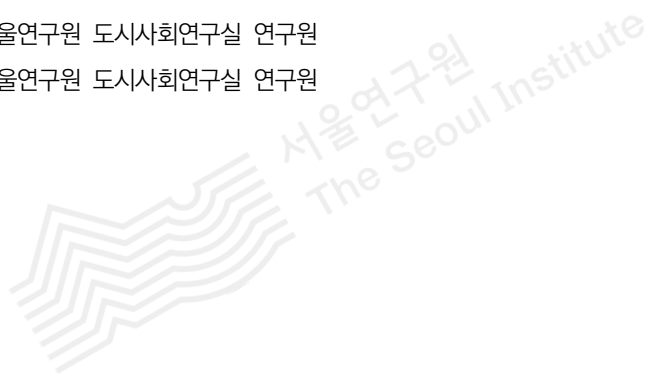
연구책임

김성아 서울연구원 도시사회연구실 부연구위원

연구진

박민진 서울연구원 도시사회연구실 연구원

김정아 서울연구원 도시사회연구실 연구원



이 보고서의 내용은 연구진의 견해로서
서울특별시의 정책과는 다를 수도 있습니다.

서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 유형·특성 정밀 진단, 맞춤형 처방 필요

1인가구 급증과 함께 외로움·사회적 고립이 새로운 사회적 문제로 부상

빠른 고령화, 늦어지는 결혼과 출산을 감소, 이혼율 증가 등으로 1인가구가 급속하게 늘어나고 외로움과 사회적 고립이 새로운 사회적 질병(전염병)으로 여겨지기 시작했다. 외로움과 사회적 고립의 문제는 더 이상 개인의 문제가 아닌 사회적 문제이며 적극적으로 예방하고 대책을 마련하는 것이 필요하다. 2021년 서울시는 1인가구의 외로움과 사회적 고립 등에 대처하고자 '1인가구특별대책추진단'을 설치했지만, 1인가구의 외로움과 사회적 고립 실태, 그리고 정책 수요를 파악하지 못해 원활한 정책 추진에 어려움이 있었다. 또한, 1인가구 대상 사업들이 산재하여 있지만, 1인가구가 겪고 있는 외로움과 고립 유형에 따라 필요한 사업이 구조화되지 않아 실효성 있는 정책 추진에 한계가 있다. 이 연구는 1인가구가 직면하고 있는 외로움과 사회적 고립 문제를 해소할 목적으로 1인가구의 외로움과 사회적 고립 문제를 유형화하고, 유형별 심층분석을 실시해 실효성 있는 1인가구 대책의 기초자료를 제공하고자 한다.

1인가구지원센터 중심 예방사업, 표준 측정도구 등 없어 맞춤형 처방 미흡

현재 서울시와 자치구의 1인가구 외로움 및 사회적 고립 예방지원사업은 자치구별 1인가구지원센터를 중심으로 이루어지며, 마음건강 진단과 상담, 사회적 관계망 지원, 고독사 예방, 타 사업 연계 등이 실행 중이다. 하지만 1인가구지원센터를 중심으로 한 정책과 사업 시행 시 1인가구의 외로움과 사회적 고립도를 측정하는 표준 측정도구가 없어 정확한 문제의 진단이 어렵고, 1인가구의 외로움과 고립의 특성 관련 기초자료 부재로 섬세한 맞춤형 처방이 미흡하다는 문제점이 제기되고 있다.

1인가구 실태조사결과, 외로움 경험 비율 62.1%, 사회적 고립 비율 13.6%

서울시 1인가구실태조사 결과, 서울시 1인가구 중 외로움 비율이 62.1%, 사회적 고립 비율은 13.6%, 외로움과 사회적 고립을 동시에 겪는 비율이 12.8%로 확인됐다. 성별로는 남성(13.3%)이, 세대별로는 중·장년(14.4%)이, 소득수준별로는 월 100만원 미만(18.1%)인 1인가구가 외로움과 사회적 고립을 동시에 겪는 비율이 높았다. 성별, 세대, 혼인상태를 모두 종합하면 중·장년 사별 남성(17.1%)과 중·장년 이혼 또는 별거 남성(17.0%)이 외로움과 사회적 고립을 모두 겪고 있는 비율이 가장 높은 것으로 분석됐다.

1인가구의 외로움, 사회적 고립, 정신건강 문제의 관계를 살펴본 결과, 사회적으로 고립된 사람은 거의 외로움을 느끼고(외로움 > 사회적 고립), 우울 증상이 있는 사람이나 자살 생각 경험이 있는 사람 등 정신건강 문제를 가진 사람은 모두 외로움을 느끼는 것으로 확인됐다(외로움 > 우울증, 외로움 > 자살 생각). 즉, 외로움은 사회적 고립, 우울 증상과 자살 생각의 필요조건이자 선행요인으로 볼 수 있었다.

서울시 1인가구 사회적·정신적 건강유형은 4가지 … 유형별로 대책 달라야

1인가구의 사회적 건강과 정신적 건강문제를 유형화한 결과, 서울시 1인가구 중 사회적 고립이나 정신적 건강문제 없이 외로움만 느끼는 '외로움군'은 45%, 외로움을 느끼는 사람 중 사회적 고립 상태로 진단된 '고립군'은 10%, 외로움을 느끼는 사람 중 우울증이나 자살 생각 등 정신건강 문제를 중복해서 가지고 있는 '외로움우울군'은 5%, 마지막으로 외로움과 고립, 정신건강 문제를 모두 중첩해서 가지고 있는 '고립우울군'은 3% 정도로 추정되었다. 외로움군과 고립군 등 사회적 건강문제와 관련된 집단은 대응전략에 사회적 관계망 형성을 포함하고, 외로움우울군과 고립우울군 등 사회적 건강문제와 정신적 건강문제를 복합적으로 가지고 있는 집단은 마음검진·상담의 필요성과 이용의향이 높으므로 대응전략에 마음검진·상담을 포함해야 한다. 외로움군은 주로 경제적으로 취약하기 때문에 대응전략에 일자리 연계를 포함한 경제적 자립 정책이 필요하고, 고립군은 사회적 관계망 형성에 소극적이고 스스로 본인을 돌보려는 욕구가 있기 때문에 대응전략에 건강관리 및 생활안전과 관련된 정책을 포함할 필요성이 있다.

[표 1] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형과 정책 수요

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제 유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
추정 비율	45%	10%	5%	3%
직업	비경활, 실업자	블루칼라	관리전문직, 실업자	관리전문직, 화이트칼라
소득수준	저소득층 >> 고소득층	저소득층 > 중소득층	저소득층 >> 중소득층	중·고소득층
특성 요약	경제적 취약, 관계망 적극적 수요	관계망 소극적 수요, 건강관리 욕구 높음	경제적 취약, 신체, 정신건강 취약, 공유주택 수요	소득수준 높음, 적극적 여가, 마음검진상담 수요, 고립고독 방지 수요, 생활안전 욕구
	함께이길 원하지만 맞을 기회가 없는 유형. 외로움에도 적극적 대처 노력. 사회적 관계망 정책 수요 높음. → 사회적 관계망 형성 지원 실업자 등에는 경제지원 지원 연계 필요	중장년 비율 높고, 외로움에 소극적 대처. 여가생활도 소극적. 노후를 대비하여 중장년들이 스스로 관리하려는 수요 높아 → 사회적 관계망 형성 지원 및 건강관리 지원 필요	노년층 비율 높음. 공유주택 거주 의향 높음. 경제적 어려움 큼. 주관적 신체·정신건강 수준 낮음 → 경제적 지원 연계 및 건강관리 지원 필요	소득수준 상대적으로 높고, 관리전문직, 화이트칼라 다수. 주관적 건강 양호. 여성 비율 높아 안전 욕구 있음. → 전문상담 기회 제공 및 스마트기술 활용 안전 및 고립 방지 지원 필요
대응전략	사회적 관계망 형성 - 1인가구지원센터 활용, 공공시설 여가문화프로그램 경제 - 일자리 연계	사회적 관계망 형성 - 1인가구지원센터 활용, 공공시설 여가문화프로그램 건강관리 - 건강한 노후 준비	마음검진 및 상담 지원 (생명이음 청진기) 주거 - 공유주택 경제 - 일자리 연계 건강 - 신체, 정신건강 관리	마음검진 및 상담 지원 (생명이음 청진기) 안전, 고립 방지 - 스마트기술활용

‘취약 1인가구’, 공공지원보다 지역기반 민간자원·공동체 활용이 효과적

서울시 관악구 대학동 고시촌에 거주하는 주거·경제·사회적 관계망 취약 1인가구 20명을 인터뷰한 결과, 이들이 느끼는 외로움과 사회적 고립은 일반 1인가구와는 다른 양상을 보였다. 인터뷰에 참여한 취약 1인가구 20명 중 외로움을 느끼는 비율은 30.0%로 서울시 전체 1인가구의 62.1%의 절반에 미치는 수준이었지만, 사회적 고립상태인 취약 1인가구는 65.0%로 서울시 전체 1인가구 중 사회적 고립비율보다 약 5배 정도 많은 것으로 확인됐다. 또한, 취약 1인가구의 60%가 우울증 치료가 필요한 상태로 진단되었으며, 사회적 고립상태로 진단된 취약 1인가구의 84.6%가 우울증을 가지고 있는 것으로 나타났다. 이와 같이 관악구 대학동 고시촌 거주 1인가구는 상당수가 사회적 고립상태임에도 불구하고 사회적 관계망 형성에 매우 소극적이며, 특히

거주지 외부로 나가는 것에 장벽을 크게 느끼고 있었다. 따라서 자치구, 1인가구지원 센터 등을 통한 정책과 사업 유인이 잘 이루어지지 않아 체감도가 크게 떨어지는 것으로 밝혀졌다. 이에 수동적인 비자발적 취약 1인가구에 1인가구 정책이 닿기 위한 매개로 지역 민간자원과 공동체의 활용이 필요하며, 최초 진입 경로로 1인가구 주거 지역 내에 있는 지역 공동체를 활용한 관계와 라포 형성의 필요성이 제기된다. 더불어, 1인가구가 자연스럽게 모일 수 있는 지역 커뮤니티 공간의 확보와 공급이 필요하다.

서울시 1인가구, 일반·취약·은둔으로 나눠 담당조직·제공사업 차별화해야

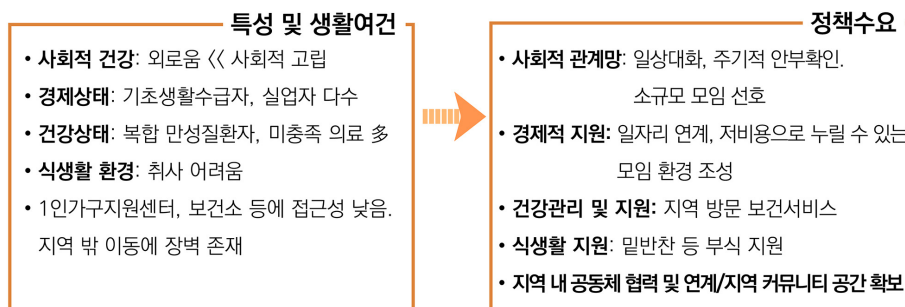
서울시 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응전략은 ‘일반’ 1인가구, ‘취약’ 1인가구, ‘은둔’ 1인가구의 세 축에서 대응해야 하며, 상세한 내용은 다음과 같다.

첫째, 일반 1인가구의 외로움과 사회적 고립 대응은 기존과 같이 자치구의 1인가구지원 센터를 활용하되, 표준 진단도구를 활용해 외로움, 사회적 고립과 정신건강 문제를 정확하게 진단하고, 진단된 문제의 유형과 위험요인에 따라 적합한 사회적 처방을 내리고 필요한 서비스를 지원·연계한다. 외로움과 사회적 고립 등 사회적 관계의 문제만 가지고 있는 대상자는 사회적 관계망 형성 지원을, 사회적 관계의 문제와 우울증 등 정신건강 문제를 함께 가지고 있는 대상자는 마음검진과 전문상담을 중심으로 인구학적·사회경제적 특성과 정책 수요에 따라 맞춤형 처방을 제공하고, 그에 맞춰 서비스를 지원하거나 연계한다.

[표 2] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형과 맞춤형 처방

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제 유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
1인가구 특성 및 위험요인에 따른 사회적 처방	사회적 관계망 형성	사회적 관계망 형성	마음검진 및 전문상담	마음검진 및 전문상담
	중장년, 노년 - 건강관리 지원 여성 - 스마트기술 활용 안전 지원 경제적 취약계층(실업자, 저소득층) - 일자리 연계 등 경제적 지원 주거 취약 & 공유주택 거주희망자 - 공유주택 지원 연계 여가활동 수요자 - 공공시설 여가문화프로그램 고독사 위험군 - 스마트기술 활용 고독사 방지			

둘째, 취약 1인가구의 사회적 고립을 예방하려면, 관악구 대학동의 ‘해피인’이나 ‘참 소중한...’으로 대표되는 민간 지역 공동체 기관 같은 민간자원을 활용해 민-관 협력과 연계를 유도하고 지역 내 유휴공간을 확보하여 무료로 이용할 수 있는 커뮤니티 공간을 제공함으로써 취약 1인가구에 자연스러운 관계망 형성 기회를 제공해야 한다. 이들은 주기적인 안부확인과 일상대화를 할 수 있는 소규모의 사회적 관계망 수요가 있으며, 저비용으로 누릴 수 있는 환경의 조성이 필요하다.



[그림 1] 서울시 취약 1인가구(관악구 대학동 거주)의 특성과 정책수요

마지막으로, 은둔 1인가구는 찾아가는 동주민센터, 우리동네 돌봄단 등을 활용해 위기 1인가구 상시 발굴체제를 운영하는 것으로 고독사 위기가구나 은둔 1인가구를 발굴해 필요 서비스를 지원·연계할 수 있다. 특히, 복합 만성질환 보유자, 노인 등에 스마트 플러그 등 AI 기술을 활용한 기기를 제공하여 고독사를 예방할 수 있다. 하지만 은둔 1인가구의 특성이 아직까지 명확히 파악되지 않아 정책과 사업 수립에 어려움이 있으므로, 은둔 1인가구의 현황(지역적 분포, 인구사회학적 특성)과 정책 수요를 파악하기 위한 추가 연구가 필요하다.



[그림 2] 서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립 대응전략

목차

01 연구개요	2
1_연구배경과 목적	2
2_연구내용과 방법	4
02 국내·외 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 예방·지원 정책 사례	8
1_국의 정책 사례	8
2_국내 정책 사례	26
03 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태 및 특성	36
1_서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립 실태	36
2_서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 특성	44
3_서울시 취약 1인가구의 외로움과 사회적 고립 특성	55
04 서울시 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응전략	72
1_서울시 1인가구 유형별 특성과 정책 수요	72
2_서울시 1인가구 유형별 서비스 제공자와 역할	77
참고문헌	85
부록	87
Abstract	115

표 목차

[표 1-1] 서울시 일부 자치구 1인가구지원센터 담당자 서면자문 개요	5
[표 1-2] 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태조사 개요	6
[표 2-1] 광역시의 1인가구 조례 제정 현황	26
[표 2-2] 서울시 자치구의 1인가구 조례 제정 현황	28
[표 2-3] 서울시 자치구의 1인가구의 사회적 고립·고독사 예방·지원 조례	30
[표 3-1] 서울시 1인가구의 성별·생애주기별 외로움 비율	36
[표 3-2] 서울시 1인가구의 생애주기별·혼인상태별 외로움 비율	37
[표 3-3] 서울시 1인가구의 외로움과 주관적 건강상태의 상관관계	37
[표 3-4] 서울시 1인가구의 생애주기별·생활만족도별 외로움 비율	38
[표 3-5] 서울시 1인가구의 외로움과 생활만족도의 상관관계	38
[표 3-6] 서울시 1인가구의 성별·생애주기별 사회적 고립 비율	39
[표 3-7] 서울시 1인가구의 생애주기별·저임금근로별 사회적 고립 비율	39
[표 3-8] 서울시 1인가구의 사회적 고립과 우울증 비율	40
[표 3-9] 서울시 1인가구의 사회적 고립과 우울증의 상관관계	40
[표 3-10] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형별 특성	51
[표 3-11] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형별 특성 요약 및 종합	53
[표 3-12] 취약 1인가구 심층인터뷰 질문지	58
[표 3-13] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 외로움 비율	64
[표 3-14] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 사회적 고립 비율	64
[표 3-15] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 우울증 비율	65
[표 4-1] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 정책 수요	73
[표 4-2] 외로움 측정을 위한 UCLA 외로움 척도(20문항)	78
[표 4-3] 사회적 고립 측정 문항	78

[표 4-4] 우울증 측정을 위한 PHQ-9 문항	79
[표 4-5] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형과 맞춤형 처방	80
[표 4-6] 서울시 일반 1인가구 대상 1인가구지원센터 활용 제안 방안	80
[표 4-7] 서울시 취약 1인가구 대상 지역 공동체 활용 제안 방안	81
[표 4-8] 서울시 은둔 1인가구 대상 찾동, 우리동네 돌봄단 활용 제안 방안	82



그림 목차

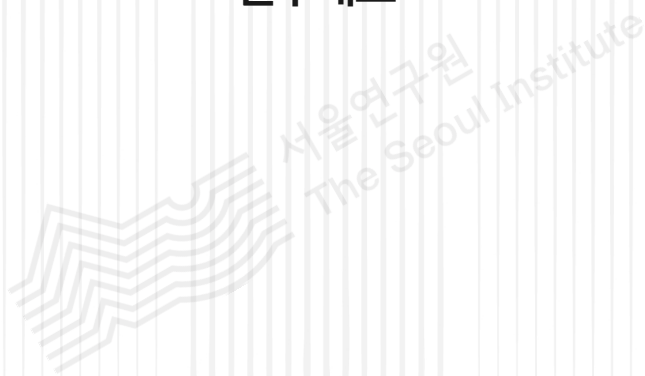
[그림 2-1] 영국의 OPN(Opinions and Lifestyle Survey) 외로움 비율 조사 결과	9
[그림 2-2] 영국: 연령대별 외로움 비율 비교	9
[그림 2-3] 영국: 가구 유형별 외로움 비율 비교	10
[그림 2-4] 영국: 실업률과 외로움의 상관관계	10
[그림 2-5] 미국: 집단별 외로움 비율 결과(2019)	11
[그림 2-6] 미국: 집단별 외로움 비율 결과(2020)	12
[그림 2-7] 미국: Seek You 'A Journey Through American Loneliness'	14
[그림 2-8] 일본: 고독대책 담당 장관 임명	15
[그림 2-9] 영국: 'Let's Talk Loneliness' 정부 캠페인	18
[그림 2-10] 스웨덴: 공동주거와 사회적 연결 앱	22
[그림 2-11] 스웨덴: 공동주거와 사회적 연결 앱	23
[그림 2-12] 정부와 지자체의 1인가구 지원사업 유형	34
[그림 3-1] 서울시 1인가구의 성별 외로움과 사회적 고립 비율	41
[그림 3-2] 서울시 1인가구의 세대별 외로움과 사회적 고립 비율	41
[그림 3-3] 서울시 1인가구의 혼인상태별 외로움과 사회적 고립 비율	42
[그림 3-4] 서울시 1인가구의 소득수준별 외로움과 사회적 고립 비율	42
[그림 3-5] 서울시 1인가구의 세대별·성별·혼인상태별 외로움과 사회적 고립 비율	43
[그림 3-6] 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 관계	44
[그림 3-7] 1인가구의 외로움과 사회적 고립 및 정신건강의 관계	45
[그림 3-8] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화 알고리즘 및 측정도구	46
[그림 3-9] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화	47
[그림 3-10] 인터뷰 대상자 이용 '해피인'과 '참소중한...' 사진	56
[그림 4-1] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화 알고리즘 및 측정도구	77

[그림 4-2] 서울시 취약 1인가구(관악구 대학동 거주)의 특성과 정책수요	81
[그림 4-3] 서울시 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 대응전략	83



01

연구개요



1_연구배경과 목적

2_연구내용과 방법

01. 연구개요

1_연구배경과 목적

1) 연구배경

- 최근 1인가구의 급속한 증가와 함께 사회적 고립, 고독사 등이 사회적 문제로 부상
 - 1인가구의 생애주기와 삶의 모습에 따라 외로움과 사회적 고립의 강도와 관련된 요인이 이질적으로 나타나며, 청년층은 취업상태와 연관, 노년층은 낮은 수입, 주거 불안정, 건강문제 등과 연관
 - 특히, 이혼, 기러기 가족 등 가족해체로 1인가구가 된 중년(남성)은 직업과 소득 불안정성, 주거 불안정성 등 복합적인 이유로 사회적 고립이 가장 심한 취약군으로 확인되며, 최근 고독사 위험군으로 부각
- 외로움과 사회적 고립의 문제를 개인의 문제로 국한하지 않고, 정책적 차원에서 적극적으로 예방하고 대책을 추진하는 것은 전 세계적 추세
 - 2018년 1월 영국은 조 콕스 외로움 위원회 권고에 따라 외로움 문제를 담당하는 장관(Minister for Loneliness) 임명하여, 외로움 해결을 위한 국가 전략 수립
 - 2021년 2월 일본은 영국에 이어 세계 2번째로 고독대책 담당 장관 임명하여, 고립되어 있거나 사회에서 단절될 위험이 있는 사람, 대표적으로 여성(코로나19로 소득이 감소한 계층, 서비스 부문에서 낮은 임금을 받는 여성과 미혼모), 40~50대 남성, 1인가구, 히키코모리)를 주요 정책대상자로 설정

- 그동안 서울시는 1인가구의 사회적 고립과 관련된 정책의 대상을 독거노인에 집중, 1인가구의 다양한 유형에 따른 차별적인 지원 결여
 - 서울시는 2021년 1인가구특별대책추진단을 꾸려 1인가구의 외로움과 사회적 고립 등에 대처하고자 하나, 기존 1인가구의 심리적 문제와 사회적 관계망 및 고립에 대한 실태와 수요 파악되지 않아 추진에 어려움

2) 연구목적

- 서울시는 1인가구 관련 기존 사업의 활용성을 높이고, 정책의 사각지대 발굴을 위해 외로움과 사회적 고립 유형별(위험요인별) 필요사업 프레임 구축 필요
 - 1인가구 대상으로 일부 수행 중이거나 수행 예정인 사업이 산재(사회적 관계망 형성 사업, 고독사 예방 등)되어 있지만, 1인가구가 겪고 있는 외로움과 사회적 고립의 유형에 따라 필요한 사업이 구조화되지 않아 실효성 있는 정책 추진에 한계
 - 1인가구의 외로움과 사회적 고립 관련 기존 사업의 실효성을 높이고 정책 사각지대 발굴을 위한 새로운 프레임 발굴 필요
- 1인가구 유형별로 나타나는 외로움 및 사회적 고립의 특성을 파악한 맞춤형 지원책 마련 필요
 - 1인가구의 외로움 및 사회적 고립이 중증의 정신건강 문제와 고독사 등으로 연결되는 사회경제적 파급효과를 최소화하려면 선제적이고 적극적인 대처가 필요함
 - 1인가구가 직면하고 있는 외로움과 사회적 고립을 해소할 목적으로 1인가구의 유형별로 외로움 및 사회적 고립의 차별적 특성에 대한 심층 분석을 실시해 유형별 실질적으로 필요한 사업을 매칭하고 발굴하여 실효성 있는 지원 필요
- 이 연구는 서울시 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 실태와 특성을 파악

1) 사회생활에 적응하지 못하고 집안에만 틀어박혀 사는 병적인 사람들을 일컫는 용어. 1970년대부터 일본에서 나타나기 시작해, 1990년대 중반 은둔형 외톨이들이 나타나면서 사회문제로 떠오름

하고, 1인가구의 외로움과 사회적 고립 유형별 맞춤형 대응전략을 제안하는 것을 목적으로 함

2_연구내용과 방법

1) 연구내용

- 연구내용은 크게 국내·외 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 예방·지원 정책 사례(2장), 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태 및 특성(3장), 서울시 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응전략(4장)으로 구성

2) 연구방법

- 국내·외 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 예방·지원 정책 사례는 문헌연구와 서면 자문을 통해 수행
 - 외로움 현황(영국·미국), 1인가구 외로움 문제 해결을 위한 전담 조직(영국·일본) 및 종합계획 수립과 정책 사례(영국·스웨덴·스페인·호주·프랑스·미국·일본), 국내 광역시 및 서울시·자치구 1인가구 조례 제정 현황 및 서울시 1인가구의 사회적 고립·고독사 예방·지원 조례 등의 자료와 문헌을 고찰함
 - 서울시 1인가구지원센터의 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응 현황 및 문제점을 파악하기 위해 4개 자치구(관악, 동작, 서초, 성북) 1인가구지원센터장 혹은 담당자를 대상으로 서면자문을 실시함

[표 1-1] 서울시 일부 자치구 1인가구지원센터 담당자 서면자문 개요

구분	세부내용
조사대상	변주수(관악구 1인가구지원센터), 김예리(동작구 1인가구지원센터), 김지훈(서초구 1인가구지원센터), 김혜진(성북구 1인가구지원센터)
조사내용	<ul style="list-style-type: none"> - 센터 방문자 대상 외로움 및 사회적 고립 정도 측정 방법 - 외로움 및 사회적 고립 정도에 따른 센터 제공(연계) 프로그램 - 1인가구 지원센터 방문 대상자 외 지역사회 고립 1인가구 발굴 노력 - 고립 1인가구 발굴을 위해 필요한 서울시 지원 - 서울시 1인가구 대응전략 개발 시 중점 고려 사항 - 시기술 활용에 대한 의견 - 기타의견

- 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태 및 특성을 파악할 목적으로 크게 자료분석(양적조사)과 인터뷰(질적조사)를 수행함
 - 양적조사는 서울시 1인가구 실태조사를 활용하였으며, 양적조사의 한계를 보완하기 위해 질적조사를 병행하였음. 이때 질적조사 대상은 양적조사 결과, 외로움 및 사회적 고립과 관계가 있는 것으로 확인된 주거·경제·사회적 관계 부문에서 취약한 사람들이 밀집해 있는 고시촌 거주자로 선정하였음. 질적조사는 서울시 관악구 대학동의 취약 1인가구 관련 기관 운영자(총 2명)와 서울시 관악구 대학동 취약 1인가구(총 20명) 대상 설문조사와 심층인터뷰로 진행함

[표 1-2] 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태조사 개요

구분	세부내용
양적조사 (서울시 1인가구 실태조사 자료분석)	<ul style="list-style-type: none"> - 대상: 서울시 거주 20세 이상 1인가구 3,000명 - 조사내용: 1인가구의 삶(일자리, 주거, 건강 등), 심리적 문제(외로움, 스트레스, 우울, 자살 생각), 사회적 고립(사회적 관계망), 기존 관련 사업 인지 여부와 참여 여부, 정책 수요 - 분석 내용: ① 서울시 1인가구의 유형별 외로움 및 사회적 고립 실태, ② 1인가구의 외로움 및 사회적 고립의 유형별 특성
질적조사 (취약 1인가구 인터뷰)	<ul style="list-style-type: none"> ① 서울시 관악구 대학동 취약 1인가구 관련 기관 운영자 인터뷰 <ul style="list-style-type: none"> - 대상: '해피인' 박보아 대표와 '참소중한...' 이영우 신부 - 조사내용: 고시촌 거주 1인가구의 특성, 1인가구 정책 체감도와 정책 수요, 1인가구를 위한 정책적 지원방안 관련 의견 ② 서울시 관악구 대학동 취약 1인가구 설문조사 및 인터뷰 <ul style="list-style-type: none"> - 대상: 서울시 관악구 대학동 취약 1인가구 20명 - 조사내용: 대상자의 일반적 특성(성별, 연령, 혼인상태, 최종학력, 경제활동, 1인가구 유지기간), 외로움 및 사회적 고립, 정신건강 상태와 특성(상황, 이유, 대처방안, 문제 해결을 위해 필요한 서울시의 정책과 지원방안, 사회적 관계망 형성의 필요성 및 기대하는 역할, AI 활용 서비스에 대한 의견)



02

**국내·외 1인가구의 외로움 및 사회적 고립
예방·지원 정책 사례**



서울연구원
The Seoul Institute

1_국외 정책 사례

2_국내 정책 사례

02. 국내·외 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 예방·지원 정책 사례

1_국외 정책 사례

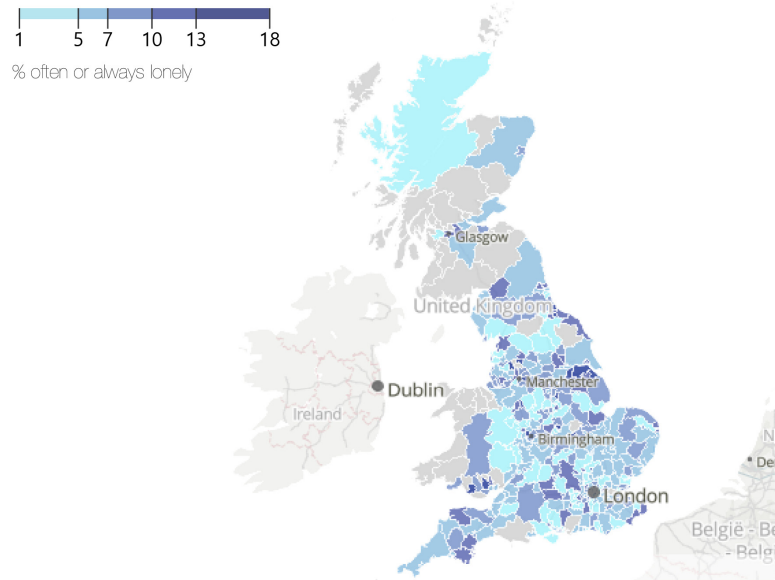
1) 외로움 현황

(1) 영국

- 영국 국민은 코로나19 사태에 따른 폐쇄, 사회적 거리 두기, 여행 및 모임의 제한 등으로 외로움과 웰빙이 악화되고 있음²⁾
 - 영국의 OPN(Opinions and Lifestyle Survey)³⁾에 따르면, 2020년 4월 3일부터 5월 3일까지 영국의 성인 약 260만 명(전체 인구의 5.0%)이 자주 또는 항상 외로움을 느낀다고 응답하였으며, 2020년 10월 14일부터 2021년 2월 22일까지는 성인 약 370만 명(전체 인구의 7.2%)이 자주 또는 항상 외로움을 느낀다고 응답함([그림 2-1] 참조)

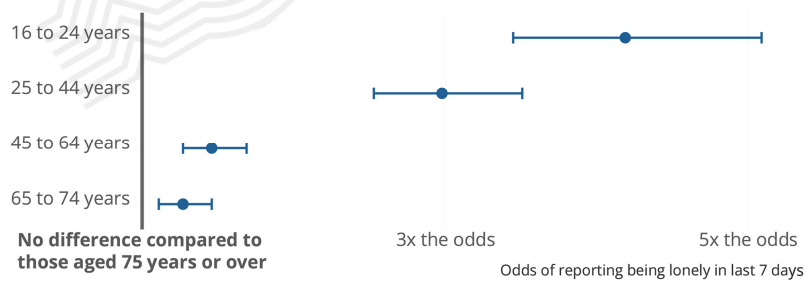
²⁾ <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/mappinglonelinessduringthecoronaviruspandemic/2021-04-07>

³⁾ 영국 전역의 16세 이상 성인을 대상으로 귀하는 외로움을 얼마나 자주 느끼는지 질문하며, 응답은 자주 느낌, 가끔 느낌, 보통, 거의 느끼지 않음, 전혀 느끼지 않음으로 구분



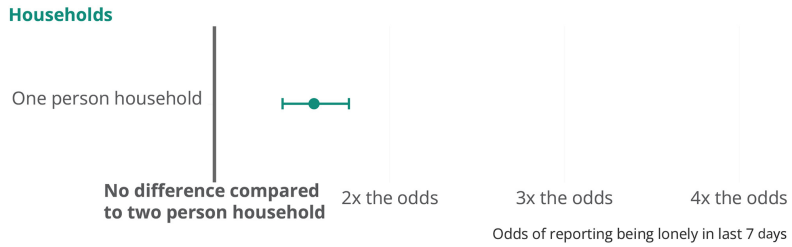
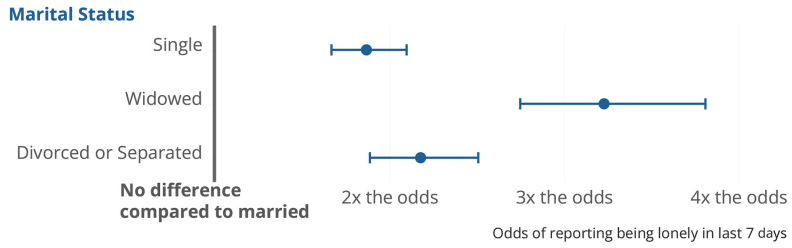
[그림 2-1] 영국의 OPN(Opinions and Lifestyle Survey) 외로움 비율 조사 결과

- OPN의 2020년 10월~2021년 2월 조사에 따르면 청년층(16~24세)이 다른 연령층보다 외로움을 느끼는 비율이 높은 것으로 분석됨([그림 2-2] 참조)



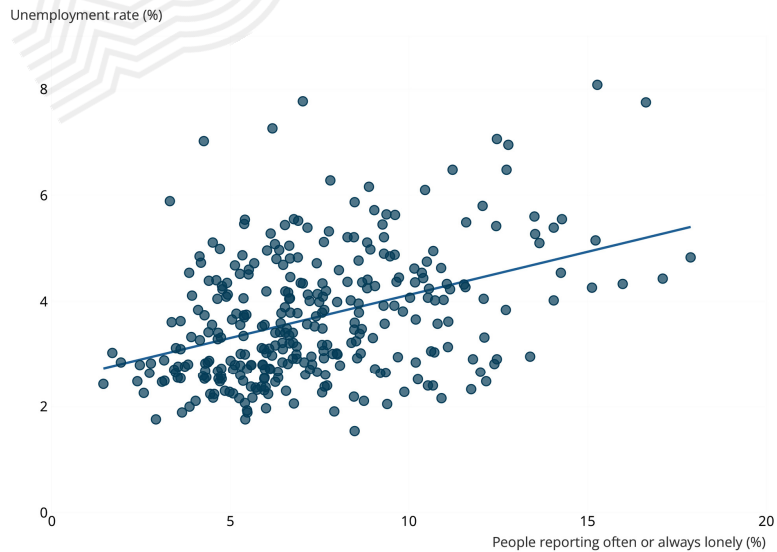
[그림 2-2] 영국: 연령대별 외로움 비율 비교

- 미혼자나 사별 혹은 이혼한 사람은 봉쇄에 따른 외로움을 겪을 가능성이 더 큰 것으로 확인됐으며, 1인가구는 2인가구보다 외로움을 느끼는 비율이 더 높게 나타남([그림 2-3] 참조)



[그림 2-3] 영국: 가구 유형별 외로움 비율 비교

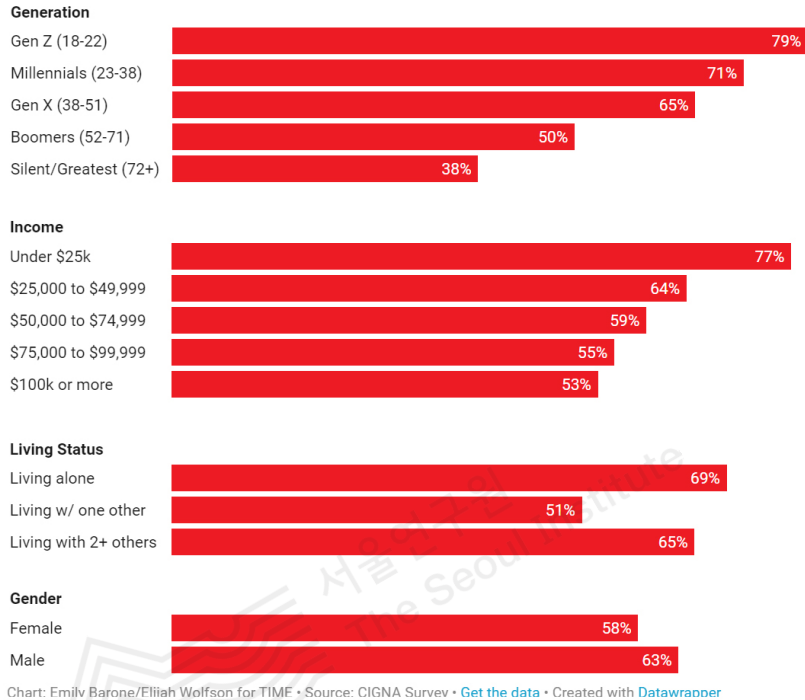
- 실업률이 높은 지역에서 외로움이 더 악화되는 것으로 밝혀졌으며, 지역의 평균 수입이 더 많을수록 외로움을 느끼는 비율이 더 낮게 나타남. 또한, 외로움에 대한 실업의 영향은 런던 이외의 도시 지역에서 특히 강한 반면, 런던에서는 명확한 상관관계가 없는 것으로 나타남([그림 2-4] 참조)



[그림 2-4] 영국: 실업률과 외로움의 상관관계

(2) 미국

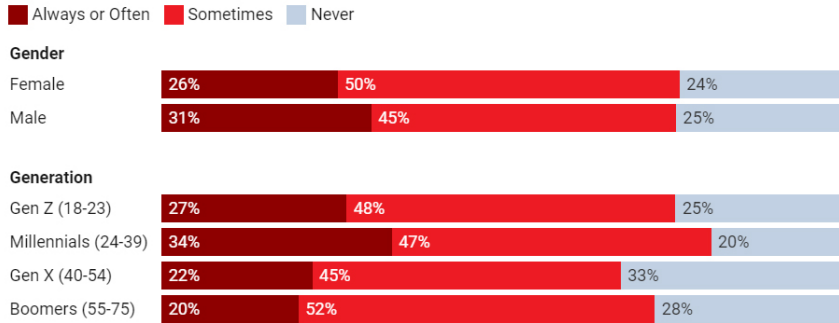
- 2019년 미국의 외로움 현황을 살펴보면, 소득이 낮을수록, 1인가구가 다인가구보다, 남성이 여성보다 외로움을 더 느끼는 것으로 분석됨⁴⁾([그림 2-5] 참조)



[그림 2-5] 미국: 집단별 외로움 비율 결과(2019)

- 소셜프로(SocialPro)가 2020년 4월 영어권 국가에 거주하는 18~75세 1,228명을 대상으로 한 설문조사 결과에 따르면, 코로나19 사태에 따른 봉쇄와 자가 격리로 미국 성인의 1/3이 평소보다 외로움을 느낀다고 응답함. 특히, 밀레니엄 세대는 코로나 이전보다 외로움을 느낄 가능성이 높은 연령대로 나타남. 밸류펄링(ValuePenguin)이 조사한 결과에서는 그 수치가 47%로, 소셜프로의 조사결과보다 높게 나타남. 이는 혼자 사는 외로운 노인만이 외로움을 느낄 것이라는 주장에서 전 연령대의 모든 사람이 외로움을 경험할 수 있다는 사실을 보여줌⁵⁾([그림 2-6] 참조)

⁴⁾ <https://time.com/5833681/loneliness-covid-19/>



[그림 2-6] 미국: 집단별 외로움 비율 결과(2020)

- 미국의 질병통제예방센터(Centers for Disease Control, CDC)에 따르면, 만성적인 외로움(Chronic loneliness)은 불안, 우울증, 자살률 증가와 관련이 있음⁵⁾
 - 심부전 환자의 외로움은 그렇지 않은 경우에 비해 사망 위험을 약 4배, 입원 위험을 68%, 응급실 방문 위험을 57% 증가시킴
- 고령층의 사회적 고립과 외로움에 대한 연구(Social Isolation and Loneliness in Older Adults)에 따르면, 65세 이상의 미국인 4명 중 1명은 사회적으로 고립되어 있으며 이는 조기사망, 흡연, 비만 및 신체활동 부족과 같은 위험을 상당히 높임⁷⁾
 - 사회적 고립은 치매 발생 가능성을 50% 증가시키며, 사회적 관계의 부재는 심장 질환 위험을 29%, 뇌졸중 위험을 32% 높임
- 미국의학협회 내과학회지(JAMA Internal Medicine)에 게재된 새로운 연구에 따르면, 외로운 노인은 외롭지 않은 노인보다 약물 남용, 사고, 합병증 위험이 2배 가까이 높음⁸⁾
- 청년의 외로움과 사회적 고립감도 증가하고 있음. 코로나19 동안 학생들은 학교에서 친구들과 생활하지 못했음. 커먼센스 미디어(Common

5) <https://time.com/5833681/loneliness-covid-19/>

6) <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness/>

7) <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness/>

8) <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness/>

Sense Media)와 호프랩(Hopelab)에 따르면, 청년의 38%가 중증 우울 증상을 보였고 이는 2년 전보다 약 25% 증가한 수치임. 미국 소아청소년 정신의학회(American Academy of Child and Adolescent Psychiatry) 저널에 게재된 논문에서도 청년이 사회적 고립 기간과 그 이후에 우울증과 불안을 경험할 가능성이 더 높다고 확인됨⁹⁾

- 미국의 비벡 머티(Vivek Murthy) 박사는 코로나19 초기 미국이 외로움 전염병을 겪고 있다는 책 「Together」를 출간함. 지속적인 스트레스는 조직과 혈관을 손상시키는 염증을 증가시켜 심혈관 질환과 사망의 위험을 높이며 면역 체계의 기능을 방해하고 고혈압, 비만 등의 주요 원인이 될 수 있음. 즉, 비벡 머티 박사는 외로움에 따른 건강문제를 지적하며 이러한 문제를 해결하기 위해 조직 차원의 도움이 필요하다고 설명함¹⁰⁾
 - 외로움을 해소하기 위해서는 파트너나 배우자, 친구, 사회적 공동체라는 3가지 수준의 연결이 필요하다고 주장¹¹⁾
- 아티스트 작가인 크리스틴 라크(Kristen Radtke)는 「Seek You: A Journey Through American Loneliness」에서 미국 특유의 사회적 고립을 이야기함. 외로움은 미국의 조용한 전염병으로 다양한 방식으로 사람들에게 영향(신체적, 정신적)을 미치지만, 실상 사람들은 외로움에 대해 말하기를 거부하고 있음. 특히 외로움이라는 전염병은 코로나19 사태에 따른 폐쇄상황에서 더 악화되고 있음. 사람들의 일상생활, 커뮤니티, 상호 작용에 영향을 미치고 이는 온·오프라인 모두에 영향을 미치고 있음. 크리스틴 라크는 이러한 사회적 고립을 문제로 바라보고 그것이 어디에서 오고 어떻게 형성되며 어떻게 맞서 싸워야 하는지를 설명함¹²⁾

⁹⁾ <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness/>

¹⁰⁾ <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness>: <https://blog.naver.com/koasv6/221213871586>

¹¹⁾ <https://blog.naver.com/gnhforum/222107474511>

¹²⁾ <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness>:

<https://www.npr.org/2021/07/13/1015618618/loneliness-is-a-communal-experience-in-seek-you>



[그림 2-7] 미국: Seek You 'A Journey Through American Loneliness'

출처: <https://www.whiting.org/content/kristen-radtke#/>

2) 1인가구 외로움 문제 해결을 위한 전담 조직

(1) 정부 전담 조직

- 2018년 1월 영국은 조 콕스 외로움 위원회(Jo Cox Commission on Loneliness) 권고에 따라 체육·시민사회 장관(Minister for Sport and Civil Society)을 외로움 문제를 담당하는 장관(Minister for Loneliness)으로 겸직 임명
 - 영국 의회는 조 콕스(Jo Cox) 노동당 의원을 중심으로 사회 내 외로움 문제에 대처하는 위원회를 운영해오며 외로움의 영향과 심각성 지적
 - 2016년 조 콕스 의원이 극우 성향의 남성에게 살해당한 후 그녀를 기리기 위해 '조 콕스 위원회(Jo Cox Commission for Loneliness)'가 설립되었으며, 영국 정부는 외로움 문제에 더 적극적으로 개입할 것을 표명
 - 2018년 1월 테리사 메이(Theresa May) 영국 총리는 위원회의 권고사항을 받아들여 체육·시민사회 장관(Minister for Sport and Civil Society)을 외로움 문제를 담당하는 장관(Minister for Loneliness)으로 겸직 임명하였으며, 외로움을 해결하기 위한 프로그램을 발표
 - '외로움부(담당) 장관'은 데이터 수집을 통한 증거 기반 구축과 외로움 전략 마련, 사회단체 등에 자금 지원 역할 수행

- 2021년 2월 일본은 영국에 이어 세계 2번째로 고독대책 담당 장관 임명¹³⁾
 - 고독부 장관으로 임명된 사카모토 데쓰시(Sakamoto Tetsushi)는 일본은 사회적 고립을 완화하기 위한 정책적 조치를 취해야 한다고 주장
 - 특히 고립되어 있거나 외로운 사람과 사회에서 단절될 위험이 있는 사람을 먼저 식별하는 것이 중요하다고 언급하였으며 대표적으로 여성(코로나19로 소득이 감소한 계층, 엔터테인먼트·여행 산업의 시간제 근로자, 서비스 부문에서 낮은 임금을 받는 여성과 미혼모), 40~50대 남성(잃어버린 세대), 1인가구, 히키코모리를 주요 정책대상자로 설정



[그림 2-8] 일본: 고독대책 담당 장관 임명

- 영국과 일본 전담조직 간 협력¹⁴⁾
 - 외로움 극복이 중요한 국제적 도전이라 생각하는 영국과 일본의 고독부 장관이 2021년 6월 17일 첫 온라인 회의를 진행
 - 코로나19 사태에 따라 전 세계는 심각한 위기에 처해 있으며, 이로 인해 외로움을 해결하기 위해서는 '연결'이 핵심이라는 공통된 이해가 깊어지고 있음에 공유
 - 영국과 일본은 긴밀한 대화를 통해 서로 지식과 경험을 공유함으로써

¹³⁾ <https://www.dw.com/en/japan-minister-of-loneliness-tackles-mental-health-crisis/a-57311880>

¹⁴⁾ <https://www.gov.uk/government/news/joint-message-from-the-uk-and-japanese-loneliness-ministers>

외로움 의제를 이끌고 있으며 1) 정기회의, 2) 외로움 측정 및 정책에 대한 지식 공유, 3) 외로움 인지도 향상 등 총 3가지 방법으로 외로움 해결을 위한 상호 협력을 강화하기로 합의

(2) 외로움 지원 기관

- 영국의 외로움 지원기관인 Loneliness Action Group은 조콕스위원회 (Jo Cox Commission)의 하위 위원회인 외로움파트너위원회(Commission on Loneliness Partners)의 지속적인 활동 지원을 위해 영국 적십자사 및 Co-op과 파트너십을 구성하여 운영
 - 외로움파트너위원회의 논의가 실천으로 이어질 수 있도록 정부, 자선 단체, 기업 및 공공 분야의 지도자들과 함께 외로움 해결을 위한 실천 전략을 마련하고 이행하는 것을 전담
 - ‘외로움에 대한 초당적 의원모임(All-Party Parliamentary Group(APPG) on Loneliness; 이하 APPG)’의 사무국 역할도 수행함으로써 영국의회가 외로움 관련 입법과 의정활동을 할 수 있도록 정치적 영향력을 행사
- 영국의회 차원의 대응, ‘외로움에 대한 초당적 의원모임(APPG)’
 - 조콕스외로움위원회의 활동에 기반을 둔 정책의 입법을 지원하는 국회 의원들의 전방위 운동 기구
 - 노동당 레이첼 리브스(Rachel Reeves)를 의장으로 보수당, 스코틀랜드 국민당, 자유민주당, 중립의원, 민주연합당에서 부의장을 맡고 정당별 6명의 최고위원으로 구성

3) 1인가구 외로움 문제 해결을 위한 종합계획 수립과 정책 지원

(1) 영국

- 영국은 2018년 1월 외로움 해결을 위한 국가 전략을 수립하였으며, 2019년 10월에는 외로움이라는 낙인을 없애고 사회적 연결의 중요성을 홍보하기 위해 세계 최초로 외로움 전략을 실행함¹⁵⁾. 이후 2020년 4월에는 외로움 문제 해결을 위해 종합계획을 수립함¹⁶⁾

- 종합계획의 주요 목표는 크게 3가지임. 첫째, 사람들이 외로움을 이야기하고 도움을 청할 수 있는 체계를 마련하고 낙인(stigma)을 예방, 둘째, 사회 전반의 조직이 정책 결정 및 전달에서 관계와 외로움을 고려하도록 지속적인 변화를 주도하여 사람들을 연결하는 조직을 지원하고 확대, 셋째, 외로움에 대한 증거 기반을 구축하고, 행동에 대한 설득력 있는 사례를 만들고, 모든 사람이 어려운 시기에 정보에 입각한 결정을 내리는 데 필요한 정보를 제공하는 것임
- 종합계획의 주요 내용을 살펴보면 다음과 같음.
 - 7억 5000만 파운드 자선기금 패키지의 우선순위로 외로움 분류
 - ‘Let’s Talk Loneliness’ 정부 캠페인 실시: 정부는 외로움에 대한 낙인을 없애고 사회적 연결의 중요성을 홍보하기 위한 수단으로 #LetsTalkLoneliness 캠페인을 실시함. 캠페인에서는 실용적인 팁을 제공하고, 지원 방법 및 사례 연구를 공유하여 사람들이 도움을 요청하고 도움을 받을 수 있도록 함. ‘고독을 끝내는 캠페인’ 웹사이트에는 고독 대처법이 실려있음.¹⁵⁾ ‘고독에서 벗어나려면 고독하다고 느끼는 자신을 탓하지 말아야 한다’는 첫 대처법을 시작으로 ‘자신이 무엇을 바라는가 생각해 본다’, 예컨대 친구 또는 가족이 외쳤으면 한다, 이외에 자신을 위한 일을 한다, 몸에 좋은 음식을 먹는다, 간단한 운동을 한다, 지역 복지서비스 담당자와 상담해 본다, 자원봉사 등 가진 기술을 타인과 공유한다 등 구체적인 행동을 권하고 있음

¹⁵⁾ <https://letstalkloneliness.co.uk/about/>

¹⁶⁾ <https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-second-year/loneliness-annual-report-january-2021>

¹⁷⁾ <https://www.donga.com/news/Society/article/all/20211008/109624468/1>



[그림 2-9] 영국: 'Let's Talk Loneliness' 정부 캠페인

출처: <https://letstalkloneliness.co.uk>

- 자신과 타인을 지원하는 방법에 대한 지침 제공
 - 변화를 만들고자 하는 민간, 공공 및 자선 부문 조직으로 구성된 새로운 외로움 해결 네트워크(Tackling Loneliness Network): 네트워크에서는 청년 외로움, 노인 외로움, 지역 및 장소 기반의 접근, 디지털 포용을 주요 우선순위로 두었으며, 코로나 상황에서 외로움을 극복하기 위한 프로젝트로 Connection Coalition's Loneliness Advice인 챗봇(chatbot) 서비스 실시
- 영국은 코로나19 기간 중 외로움 영향을 가장 많이 받은 집단을 대상으로 소통과 활동의 기회를 제공하기 위해 외로움 참여 기금(Loneliness Engagement Fund)¹⁸⁾ 조성
- 정부는 코로나19 동안 외로움에 가장 많이 노출되고 영향을 받은 대상을 위해 맞춤형 접근의 필요성을 인지
 - 16~24세의 청년, 정신건강 문제를 진단받은 사람들, 1인가구, 저소득 가구원, 실업자, 장애인 등을 대상으로 활동 지원하는 조직이나 단체에 기금을 지원하며, 지원 신청금은 15,000~50,000파운드 임
 - 기금 사용 범위: 특정 대상을 참여시키기 위한 콘텐츠와 리소스 개발,

¹⁸⁾ <https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-engagement-fund>

청중과의 콘텐츠 테스트, 기존 네트워크와 채널을 통해 직접 메시지 전달, 교육(예: 톨킷 개발, 웨비나 실행, 교육 이벤트) 등

- 영국은 외로움 문제를 해결하기 위해 정부, 비영리 단체 등을 중심으로 나와 다른 사람이 연결되어 있음을 느낄 수 있도록 다양한 활동을 하고 있으며 대표적인 사례는 Rural Coffee Connect(RCC), 사회적 처방(Social Prescribing), 조부모 입양 캠페인 등임
 - RCC는 농촌 지역의 불평등을 해결하기 위한 자선단체로 외로움, 사회적 고립, 열악한 정신건강, 자살, 실업, 농촌 시설의 서비스 쇠퇴와 같은 문제 해결을 위해 역할을 하고 있음. 커피 밴을 운영하며 외로움을 해소하고 정신건강 개선을 위한 정보 제공, 인식 훈련, 기타 지역사회 활동을 수행하는 데 초점을 두고 있으며 코로나19로 인한 봉쇄 조치로 인해 커피 밴을 운영하지 못했을 때는 전화 친구 서비스를 시작함
- 지역사회가 주도하는 서비스로는 연금생활자와 집이 없는 젊은이들이 공동생활을 하는 ‘셰어드 라이브스(Shared Lives)’, 퇴직자와 실업한 남성들이 목공이나 전기제품 수리 등의 작업을 함께 하는 ‘멘스 셰드(Men’s Shed)’, 난민들이 인근 주민들과 교류하는 ‘호스트 네이션(HostNation)’ 등의 서비스가 있음. 이런 서비스를 통해 고독한 사람을 사회에 이끌어 삶의 터전을 제공하는 것을 목적으로 함¹⁹⁾

¹⁹⁾ <https://www.donga.com/news/Society/article/all/20211008/109624468/1>

영국, Rural Coffee Connect – Leicestershire and Rutland

- Rural Coffee Connect(RCC)는 농촌 레스터셔(Leicestershire)와 러틀랜드(Rutland) 지역을 돌아다니며 사람들이 무료로 커피 한잔을 즐기고, 이야기를 나누고, 지역사회에서 관계를 형성할 수 있는 안전하고 친근한 공간을 제공
- 커피 밴을 지역사회의 다른 사람들에게 다가가고 연결하는 수단으로 사용할 뿐만 아니라 외로움에 대한 인식을 높이고 위험에 처한 사람들을 지원하기 위한 조치를 취할 수 있도록 무료 '인터치' 교육 세션을 제공
- 레스터셔(Leicestershire) 마을에서 30년 넘게 거주한 말콤은 처음 밴을 방문했을 당시만 해도, 하루 동안 그 누구와도 이야기를 나누지 않으며, 커뮤니티 활동을 하지 않는 상태였음. 그러나 몇 주간 커피 밴을 통해 필요한 교류 방식(자원봉사)을 제공하여 새로운 사람과 연결 할 수 있는 기회를 제공하자, 현재는 매주 방문하는 커피 밴을 기다리며 미래에 대해서도 낙관적으로 생각할 수 있게 되었고, 외로움을 덜 느끼게 되었다고 말하고 있음

출처: <https://www.ruralcc.org.uk/coffee>

- 영국의 사회 처방사(Social Prescribing)는 정신 및 신체 건강이 단순한 의학적 원인 이상에 의해 결정된다는 이해를 반영하여 영국 전역의 1차 진료 팀의 필수적인 부분으로 자리 잡음. 즉, 사회 처방사는 사람들과 시간을 보내면서 그들이 원하는 방식으로 삶을 사는 것을 방해하는 요소를 식별하고 해결하는 데 도움을 줌

영국, 사회적 처방

- 사회적 처방은 1) 하나 또는 그 이상의 장기적인 조건을 가지고, 2) 정신건강의 도움이 필요한 사람들 3) 외롭거나 고립된 사람들 4) 그들의 복지에 영향을 미치는 복잡한 사회적 욕구를 가진 사람들에게 효과가 있음
- 사회 처방사는 정신 및 신체 건강이 단순한 의학적 원인 이상에 의해 결정된다는 이해를 반영하여 영국 전역의 1차 진료 팀의 필수적인 부분이 됨. 즉, 사회 처방사는 사람들과 시간을 보내면서 그들이 원하는 방식으로 삶을 사는 것을 방해하는 요소를 식별하고 해결하는 데 도움을 줌
- 영국은 진료 시 사회적 처방을 위한 기반시설을 구축하기 위해 2020-21년까지 1,000명의 사회 처방 연계 근로자를 배치할 예정이다. 이는 국가 보건 시스템에서 가장 큰 투자 중 하나임

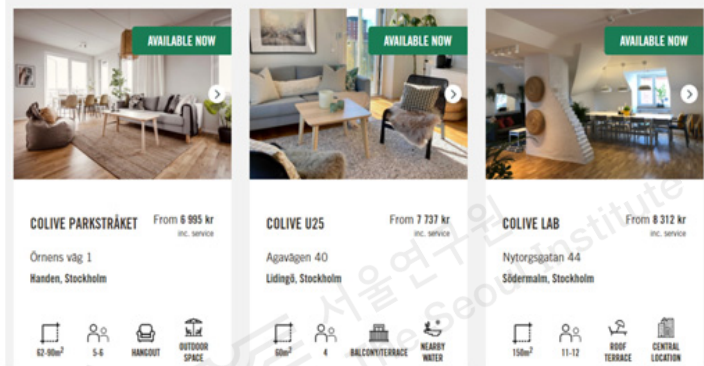
출처: <https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-second-year/loneliness-annual-report-january-2021>

- 영국의 CHD Living은 코로나19로 방문자 감소에 따른 노인 외로움 문제를 해결하기 위해 조부모 입양 캠페인을 시작함. 조부모가 없는 청년과 손자녀가 없는 노인을 연결해 편지, 이메일, 전화 등을 통한 교류를 지원하는 온라인 자원봉사 프로그램(신인철, 2021)

(2) 스웨덴

- 스웨덴, 공동주거와 사회적 연결 앱을 통한 외로움 해소²⁰⁾
 - 스웨덴은 유럽 국가 중에서도 1인가구 비율이 높은 국가임. 1인 생활로 사회적, 재정적 독립이 보장되었지만, 정서적 어려움을 겪을 가능성이 증가함. 이에 북유럽의 스타트업인 No Isolation은 정부가 외로움 장관을 임명하도록 캠페인을 벌이고 있으며 최근에는 공동주거에 대한 논의가 활발하게 이루어지고 있음. 대표적인 공동주거는 스톡홀름의 타운하우스 중의 하나인 Hus 24에서 시작하였으며 2019년에는 COLIVE가 쇠데르말름에 첫 11인용 주거를 오픈함

²⁰⁾ <https://www.bbc.com/worklife/article/20190821-why-so-many-young-swedes-live-alone>;
<https://colive.se>



[그림 2-10] 스웨덴: 공동주거와 사회적 연결 앱

출처: <https://www.bbc.com/worklife/article/20190821-why-so-many-young-swedes-live-alone>: <https://colive.se>

- 스웨덴은 사회적 연결을 통해 외로움을 해결할 수 있는 앱(Panion)을 개발하고 2020년 외로움 인식 주간에 이러한 앱 사용 방법을 공유함. Panion은 스웨덴에서 친구를 만드는 하나의 방법으로 비슷한 가치와 다양한 관심사를 가진 사람을 연결하는 것임. 전통적인 소셜 네트워킹 앱이 아니라 공동의 관심사를 연결하는 도구 역할을 함²¹⁾

21) <https://panion.com>:
<https://www.marmaladetrust.org/post/guest-blog-how-panion-is-tackling-loneliness-with-connection>

Aggregated and segmented data

Aggregated user data provides instant insight into your community's top interests, most popular activities, and overall social behaviors to help you better serve your community's needs. This data can be further segmented by location and gender to gain even more granular views of your member base.

Community engagement and well-being scores coming soon

Our unique algorithm tracks the overall engagement of each member in your community to help you recognize power users and those who might be feeling more isolated. Using sentiment analysis, personality profiling and non-intrusive user surveys, we are able to gauge the overall mental health of your community over time.

Community connectivity map coming soon

The Panion social connectivity map visualizes community integration. As community members use Panion to meet each other, the map tracks how these connections multiply and intersect.



[그림 2-11] 스웨덴: 공동주거와 사회적 연결 앱

출처: <https://panion.com>

(3) 스페인

- 스페인, 다른 세대와 연결하는 새로운 기술기반 방식 제공²²⁾
 - 스페인 바달로나는 시의회를 통해 중앙집중화된 혁신적이고 통합적인 의료 시스템을 제공
 - 사회복지사는 노인에게 포켓몬고를 추천하여 신체활동과 사회적 포용을 가능하게 함. 놀이는 우리에게 인간의 경험을 우선시하는 방법으로 기술과 건강의 교차점에 대해 생각할 수 있는 기회를 주며, 고령화의 측면에서, 놀이는 미래를 위한 인간 중심 접근 방법을 개발하는 열쇠가 될 수 있음

²²⁾ Larissa Hjorth & Jordi Piera Jimenez, 2019, Social workers in Spain are prescribing Pokémon Go to fight loneliness (from <https://qz.com/1660672/social-workers-in-spain-prescribe-pokemon-go-to-fight-loneliness/>)

(4) 호주

- 호주, 커뮤니티 방문자 제도(Community Visitor Scheme, CVS)와 시니어 연계 프로그램(Seniors Connected Program)
 - 정부로부터 residential aged care 또는 Home Care Packages를 받는 노인이나 사회적 고립자, 고립감이나 외로움을 느끼는 사람 등을 대상으로 교류 사업 진행. CVS 코디네이터가 1년에 20회 이상을 방문하여 교류하면서 우정, 유대감, 자존감 형성, 삶의 목적의식 고취 등의 정서적 지원을 하는 프로그램 활용(신인철, 2021)
 - 시니어 연계 프로그램은 2019년 선거공약인 ‘더 많은 호주 노인 지원’과 관련된 핵심사업. 지역사회에 거주하는 55세 이상의 호주인이 경험하는 외로움과 사회적 고립 문제를 해결하기 위한 것으로 2024년 6월 30일 종료 예정. Friends for Good은 자원봉사자와 고령자의 전화통화를 통한 정서 교류 프로그램이며, Village Hubs는 지역사회 거주민을 대상으로 지역대학, 지역 단체와 협력하여 다양한 정신적·신체적 건강 지원 활동뿐만 아니라 문화예술 활동 등을 추진 중(신인철, 2021)

(5) 프랑스

- 프랑스의 모나리자(MONALISA)
 - 2014년부터 시민사회와 공공기관과의 파트너십 구축을 통해 노인의 사회적 고립에 대응하기 위해 운영되는 사업으로 2019년 기준 500개 이상의 단체들이 협력 네트워크를 구축하여 운영 중(신인철, 2021)
 - 당초 사회적 고립 문제에 대응하기 위해 설립되었으나 최근에는 코로나19 대응을 위한 프랑스 정부 사업 중 “고립된 사람과의 연결” 및 “지역 연대” 사업 담당(신인철, 2021)

(6) 미국

- 미국 캘리포니아의 callHOPE의 따뜻한 전화(warm line)²³⁾

²³⁾ <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness>; <https://www.calhope.org/>

- callHOPE의 따뜻한 전화는 코로나19로 촉발된 스트레스, 불안, 우울 등을 극복한 사람들과 연결하며, CalHOPE Connect는 캘리포니아 주민들이 더 안전하고 정서적으로 안정을 찾을 수 있도록 지원함
- 미국의 1인 노인가구 대상 사회적 관계망 지원 사례인 YANA, NORC
 - YANA(You Are Not Alone Program)은 지역경찰 자원봉사 프로그램의 단위사업으로 추진되는 것으로 미국의 칼즈배드, 덴빌, 샌디에고 등을 비롯한 많은 지역에서 운영 중임. 은퇴한 경찰관이 노인뿐만 아니라 장애인, 사회적 교류 단절자 등 친구나 가족 등으로부터 정기적으로 개인의 안녕을 확인할 수 없는 사람들을 대상으로 추진되는 프로그램
 - NORC(Nationally Occurring Retirement Community)는 고령자들이 자신이 살던 지역에 계속 거주하면서 건강하고 안정된 삶을 살아가도록 다양한 건강서비스 및 사회지원서비스를 제공하는 공공-민간 협력 프로그램(신인철, 2021)

(7) 일본

- 일본, 2007년부터 후생노동성을 중심으로 지자체별로 ‘보살핌(지켜봄)’ 정책을 시행하는 등 ‘고독사 제로 프로젝트’ 수행²⁴⁾
 - 배우자가 없거나 이웃이나 친구, 가족이 없는 고위험군을 고독사 예방 관리 대상으로 선별하고 고독사 예방 상담 전화 등을 설치
 - 일본 히로시마현 후쿠야마시, 지역포괄지원센터 직원 등 복지 정책 경력자를 강사로 배치해 지역주민을 ‘지켜보기 지원원’으로 양성
 - 일본 후쿠시마현 아이즈와카마즈시, 신문·가스·전기·수도·생협 등 사업자와 협정을 맺고 이들이 각 가정에 배달, 검침 등을 위해 방문할 때 이변이 있으면 당국에 연락하도록 지원체제를 구축. 도시락·우유·요구르트 배달 시에도 독신자, 고령자 등 요지원자 가구를 파악, 안부를 확인하고 관련 정보를 공유

²⁴⁾ <https://m.mk.co.kr/news/economy/view-amp/2022/01/85449/>

2_국내 정책 사례

1) 1인가구 문제 해결을 위한 법·제도

- 서울시는 전국 최초로 1인가구 종합 대책을 담은 “서울특별시 사회적 가족도시 구현을 위한 1인가구 지원 기본조례”를 2015년 본회의에서 통과 시켰고, 2016년 3월 시행됨. 서울시를 시작으로 충청남도, 광주광역시, 경기도 등이 1인가구 지원을 위한 조례를 제정함
- 경기도의회는 2016년 “경기도 1인가구 지원사업 추진에 관한 조례안”을 입법예고 하였으나, 공감대 형성에 실패하여 보류되었고, 2017년 재차 발의되었으나 재차 보류됨. 이후 2020년 7월 「경기도 1인가구의 사회친화 촉진 및 지원에 관한 조례」가 제정됨(변미리 외, 2019, 자치법규정보시스템)

[표 2-1] 광역시의 1인가구 조례 제정 현황

제정일	조례명	지원사업 내용
2016. 03.24	서울특별시 사회적 가족도시 구현을 위한 1인가구 지원 기본조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「서울특별시 주거복지 기본조례」 제4조에 따른 주거복지 사업 2. 「서울특별시 복지 및 건강 격차 해소에 관한 조례」 제11조에 따른 복지 격차 해소 지원사업 3. 공동생활가정에 대한 지원사업 4. 소셜 다이닝 등의 식생활 지원사업 5. 여가 프로그램 개발을 통한 여가생활 지원사업 6. 1인가구 복지 관련 단체·기관 지원사업 7. 1인가구 복지 향상을 위한 연구·조사사업 8. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회적 가족도시 구현을 위해 필요한 사업
2019. 05.30	충청남도 1인가구 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 공유주택(Share house) 등 주거 지원사업 2. 비상벨 설치, 안전귀가 지원 등 응급상황 대처 및 범죄예방 사업 3. 사회적 가족 형성·유지 지원사업 4. 1인가구의 사회적 관계 형성 및 정서적 교류 등 공동체 활성화 사업 5. 1인가구 복지 관련 기관·단체 지원 및 연구·조사사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2019. 10.15	광주광역시 1인가구 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「광주광역시 주거 기본조례」 제25조에 따른 주거복지사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유주방 등 식생활 및 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 건강관리를 위한 건강 지원사업 5. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가생활 지원사업 6. 비상벨 설치, 안전귀가 지원 등 위기상황 대처 및 사회 안전망 구축사업 7. 1인가구의 사회적 관계망 형성 등 공동체 활성화 사업

제정일	조례명	지원사업 내용
2019. 10.15	광주광역시 1인가구 지원 조례	8. 1인가구 맞춤형 일자리 지원사업 9. 1인가구 지원 관련 기관·단체 지원 및 연구·조사사업 10. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 조성을 위해 시장이 필요하다고 인정하는 사업
2020. 07.15	경기도 1인가구의 사회친화 촉진 및 지원에 관한 조례	1. 공유주택 등 주거 지원사업 2. 건강관리를 위한 건강 지원사업 3. 여가 프로그램 개발을 통한 여가생활 지원사업 4. 위기 상황 대처 및 사회 안전망 구축사업 5. 사회관계망 형성 등 공동체 활성화 사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회 친화 환경 조성을 위하여 도지사가 필요하다고 인정하는 사업
2020. 05.21	전라남도 1인가구 지원 조례	1. 공유주택 등 주거 지원 2. 비상벨 설치 등 응급상황 대처 및 범죄 예방 3. 1인가구의 사회적 관계 형성 및 정서적 교류 등 공동체 활성화 4. 1인가구 복지 관련 단체·기관 지원 5. 그밖에 1인가구의 복지 향상을 위하여 도지사가 필요하다고 인정하는 사업
2020. 09.30	부산광역시 1인가구 지원에 관한 조례	1. 공유 주택(share house) 등 주거 지원사업 2. 비상벨 설치, 안전귀가 지원 등 응급상황 대처 및 범죄 예방사업 3. 사회적 가족 형성·유지 지원사업 4. 1인가구의 사회적 관계 형성 및 정서적 교류 등 공동체 활성화 사업 5. 1인가구 복지 관련 기관·단체 지원 및 연구·조사 사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2021. 08.09	제주특별자치도 1인가구 지원에 관한 조례	1. 「제주특별자치도 주거 기본조례」 제12조에 따른 주거복지사업 2. 공유주택에 대한 주거 지원사업 3. 공유주방 등의 식생활 및 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 건강관리를 위한 지원사업 5. 1인가구 문화·여가생활을 위한 지원사업 6. 1인가구의 사회적 연결망 강화 등 공동체 활성화 사업 7. 비상벨 설치, 안전귀가 지원 등 위기상황 대처 및 사회 안전망 구축사업 8. 그밖에 1인가구의 지원을 위하여 도지사가 필요하다고 인정하는 사업

자료: 자치법규정보시스템(<https://www.elis.go.kr>)

- 서울시는 금천구를 시작으로 자치구별 1인가구 기본조례를 제정하였으며, 현재 10개 자치구가 1인가구 기본조례를 제정함

[표 2-2] 서울시 자치구의 1인가구 조례 제정 현황

제정일	조례명	지원사업 내용
2017. 05.15	서울특별시 금천구 1인가구 기본 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택(Share House) 등 주거 지원사업 3. 소셜 다이닝(Social Dining) 등의 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 식품 레시피 개발 등 건강 지원사업 5. 1인가구 맞춤형 일자리 지원사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위해 필요한 사업
2018. 12.13	서울특별시 서초구 1인가구 지원 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 건강관리를 위한 건강 지원사업 5. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가 생활 지원사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2020. 04.02	서울특별시 동대문구 1인가구 지원 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 1인가구 건강관리를 위한 건강 지원사업 및 식생활 지원사업 3. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가 생활 지원사업 4. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축, 커뮤니티 지원 사업 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2020. 05.19	서울특별시 광진구 1인가구 지원에 관한 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 건강관리를 위한 건강 지원사업 5. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가 생활 지원사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2021. 09.16	서울특별시 성동구 1인가구 지원 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등 커뮤니티 지원사업 4. 건강 지원사업 5. 맞춤형 일자리 지원사업 6. 문화·여가 생활 지원사업 7. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회적 가족도시 구현을 위해 필요한 사업
2020. 09.24	서울특별시 마포구 1인가구 지원 조례	1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 1인가구 건강관리를 위한 건강 지원사업 및 식생활 지원사업 3. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가 생활 지원사업 4. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축, 커뮤니티 지원 사업 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업

제정일	조례명	지원사업 내용
2021. 09.29	서울특별시 강동구 1인가구 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 돌봄서비스, 비상벨 설치 등 범죄 예방 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등 커뮤니티 지원사업 4. 건강 지원사업 5. 문화·여가 생활 지원사업 6. 1인가구 맞춤형 일자리 지원사업 <신설 2021. 9. 29.> 7. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2021. 09.29	서울특별시 중랑구 1인가구 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 돌봄서비스, 공동현관 도어락, 안심홈세트(현관문보조키, 문열림센서, 휴대용 긴급비상벨) 등 범죄 예방 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등 커뮤니티 지원사업 4. 건강 지원사업 5. 문화·여가 생활 지원사업 6. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위하여 필요한 사업
2021. 09.30	서울특별시 은평구 1인가구 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 공유주택 등 주거 지원사업 3. 공유 부엌 등의 커뮤니티 지원사업 4. 1인가구 식품 레시피 개발 등 건강 지원사업 5. 문화·여가 프로그램 개발을 통한 문화·여가 생활 지원사업 6. 1인가구 맞춤형 일자리 지원사업 7. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축 등 사회적 가족도시 구현을 위해 필요한 사업
2021. 11.11	서울특별시 관악구 1인가구 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 돌봄서비스, 응급상황 대처 및 범죄 예방 등 사회 안전망 구축사업 2. 주거 지원사업 3. 정보 공유 및 사회적 네트워크 형성을 위한 커뮤니티 지원사업 4. 건강 지원사업 5. 맞춤형 일자리 지원사업 6. 문화·체육·여가생활 지원사업 7. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 사회적 가족도시 구현을 위해 규정상 이 필요하다고 인정한 사업

자료: 자치법규정보시스템(<https://www.elis.go.kr>)

- 사회적 문제가 되고 있는 고립사를 예방하고 사회적 고립가구를 지원하기 위하여 「고독사 예방 및 사회적 고립가구 지원 조례」를 수립함. 조례 수립의 목적은 소외·단절된 1인가구를 위하여 지역사회 안전망을 강화하고 사회적 고립과 고독사를 예방하기 위한 정책을 수립·시행하기 위함
 - 조례에서 일반적으로 정의하고 있는 1인가구는 한사람(1명)이 단독(홀로)으로 취사·취침 등을 하며 생계를 영위하는 생활 단위를 지칭함. 일부 시군구 조례에서는 1인가구를 특정 연령에 한정하고 있음. 가령, 태

백시의 “홀로 사는 노인”이란 태백시 관내의 만 65세 이상의 주민 중 가족 등의 지원 없이 홀로 사는 노인을 지칭하며, “장년층 1인가구”는 관내 만 55세 이상 만 65세 미만인 사람 중 1인이 독립적으로 취사, 취침 등의 생계를 유지하는 가구를 지칭함. 창원시와 장수군의 “홀로 사는 노인”은 관내의 65세 이상의 주민 중 부양의무자 없이 홀로 생활하는 노인, 부양의무자가 있으나 아무런 도움을 받지 못하는 홀로 사는 노인을 지칭하며, “장년층”은 관내의 만 50세 이상 만 65세 미만인 주민으로 부양의무자 없이 홀로 생활하는 자, 부양의무자가 있으나 아무런 도움을 받지 못하는 자를 지칭함

- 고독사 위험자란 경제적, 신체적, 정서적, 사회적 문제로 고독사가 우려되는 상황을 의미하며, 일부 시군구 조례에서는 고독사 위험자를 특정 연령층에 한정함. 가령, 태백시, 창원시, 장수군의 조례에서 정하는 고독사 위험자란 경제적·신체적·정서적·사회적 문제로 고독사가 우려되는 홀로 사는 노인과 장년층 1인가구임
- 사회적 고립가구란 가족, 이웃, 친구 관계가 단절되었거나 단절되어가는 1인가구를 의미함
- 서울시 강동구를 시작으로, 양천구, 서대문구 등 총 10개 자치구가 1인가구의 사회적 고립·고독사 예방을 위한 조례를 제정하였으며, 양천구는 1인가구 전체 대상이 아닌 특정 연령대(50세 이상의 1인가구)를 대상으로 소외·단절된 1인가구에 대하여 지역사회 안전망을 강화하고 사회적 고립과 고독사를 예방하기 위한 정책을 수립·시행함

[표 2-3] 서울시 자치구의 1인가구의 사회적 고립·고독사 예방·지원 조례

제정일	조례명	지원사업 내용
2017. 08.09	서울특별시 강동구 1인가구 고독사 예방 조례	1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 4. 개인별 맞춤형 서비스 지원 5. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 6. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 7. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2017. 12.28	서울특별시 양천구 장년층 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 4. 개인별 맞춤형 서비스 지원

제정일	조례명	지원사업 내용
	서울특별시 양천구 장년층 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 5. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 6. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 7. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2018. 07.04	서울특별시 서대문구 사회적 고립 1인가구 고독사 예방 및 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 4. 방문간호서비스 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공 사업 7. 정보통신기술(ICT)을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 10. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2019. 03.12	서울특별시 광진구 1인가구 사회적 고립 및 고독사 예방 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 4. 방문간호서비스 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공 사업 7. ICT(정보통신기술) 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 고독사 사망자 중 무연고 사망자에 대한 공영장례 서비스 지원 10. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2019. 06.28	서울특별시 영등포구 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 ICT(정보통신기술) 등을 활용한 안부확인서비스 3. 방문간호서비스 및 긴급의료 지원 4. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 7. 무연고 사망자에 대한 장례서비스 지원 8. 그밖에 고독사 예방 및 사회적 고립가구 지원을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2019. 08.09	서울특별시 중구 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인, 긴급의료 지원 3. 방문간호서비스 및 구급용품 지원 4. 개인별 맞춤형 복지서비스 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임(커뮤니티) 지원사업 6. 문화·여가·일자리 지원사업 7. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지자원 발굴·연계 서비스 8. 정보통신기술, 사용자 행동인식기술 등을 활용한 안부확인서비스 9. 무연고 사망자에 대한 공영장례 서비스 지원 10. 그밖에 1인가구의 복지 향상과 안정적 생활기반 구축을 위하여 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2020. 03.12	서울특별시 노원구 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 안전확인이 가능한 장치 등 설치 지원 4. 방문간호서비스

제정일	조례명	지원사업 내용
2020. 03.12	서울특별시 노원구 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 및 사업 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공 사업 7. IOT(사물인터넷) 기술 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 10. 일자리 알선 11. 고독사 예방을 위하여 사회적 고립 가구 발굴·연계를 위한 민간 인력 운영 및 활동 지원 12. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 지원
2020. 05.07	서울특별시 도봉구 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 긴급 의료지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출장치의 설치 지원 4. 방문간호서비스 및 구급용품 지원 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 및 음료 등 식품 지원 7. 사물인터넷(IoT, Internet of Things) 기술 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지자원의 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자에 대한 공영장례서비스 지원 10. 문화·여가 프로그램 및 일자리 지원사업 11. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 04.01	서울특별시 성동구 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 건강검진 등 의료지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출장치의 설치 지원 4. 방문간호서비스 및 구급용품 지원 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 등 식품 지원 7. 사물인터넷(IoT, Internet of Things) 기술 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지자원의 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자에 대한 장례지원서비스 10. 문화·여가 프로그램 및 일자리 지원사업 11. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 11.05	서울특별시 강남구 사회적 고립 1인가구 고독사 예방 및 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출 버튼 설치 지원 4. 방문간호서비스 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공 사업 7. ICT(정보통신기술), 사용자 행동인식기술(HAR) 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 고독사 사망자에 대한 공영장례 서비스 지원 10. 그밖에 고독사 예방을 위해 구청장이 필요하다고 인정하는 사업

자료: 자치법규정보시스템(<https://www.elis.go.kr>)

2) 1인가구 외로움 문제를 해결하기 위한 정책사업

- 최근 사회 구성원 누구나 겪을 수 있는 외로움이나 사회적 고립 문제를 해결하기 위한 정부 및 지자체의 정책 지원이 이루어지고 있음. 보건복지부의 정신건강복지센터 운영, 문화체육부의 사회적 교류를 통한 외로움 해소 정책, 서울시의 1인가구 안심정책²⁵⁾이 대표적임
- 정부와 지자체의 지원사업은 크게 마음건강 진단 및 상담사업, 건강관리 및 식생활 지원, 사회적 관계망(여가활동 지원 포함), 고독사 예방 및 관리, 기타 유형으로 구분 가능하며, 지원대상은 1인가구를 특정하기도 하지만 주로 성별, 세대별로 구분하여 지원함(자세한 내용은 부록 참조)
 - 서울시를 비롯한 지자체는 IT 및 빅데이터를 활용하여 외로움 및 고독사를 예방하는 사업을 추진 중이며, 이는 코로나19로 인한 가구 돌봄 서비스가 제한적인 상태에서 효과적일 수 있음. 대표적으로 서울시의 AI를 활용한 생활관리서비스, 경기도 시흥시의 스마트 돌봄 플러그²⁶⁾ 설치 사업, 경기도 평택시의 1인가구 안부살핌 서비스, 경기도 성남시의 안전 알림 사물인터넷 등이 있음
 - 고독사 예방 및 관리 정책으로 최근 1인가구 사회적 고립 위기가구 조사가 시행 중(부산시, 구리시 등)이며, 1인가구의 우울감을 덜고, 정서적·심리적 안정과 성취감을 제공하기 위한 반려식물 제공 사업 또한 새롭게 추진 중임
- 외로움 및 고독사 관리를 위한 새로운 서비스 인력 구축
 - 장수군은 고독사 위험자에 대한 현황조사, 정기적 방문, 안부 전화, 생활교육 등의 서비스를 제공하는 인력인 생활관리사 지원제도를 도입함

25) 서울시는 2022년 1월 18일 서울시 1인가구 지원을 위한 중장기 종합대책(4대 안심정책)을 발표함

26) 돌봄 플러그는 사물인터넷(IoT)을 기반으로 전력 사용량과 조도에 변화가 없을 경우 자동으로 위험 상황을 전송하는 기기로 TV, 전자레인지와 같은 가전제품에 전원을 연결하여 사용 가능



[그림 2-12] 정부와 지자체의 1인가구 지원사업 유형

03

서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태 및 특성

- 1_서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립 실태
- 2_서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 특성
- 3_서울시 취약 1인가구의 외로움과 사회적 고립 특성

03. 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립 실태 및 특성

1_서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립 실태

1) 서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립 현황

(1) 외로움 현황

- 외로움은 자신이 원하는 사회적 연결망이 없거나 붕괴될 때 나타나는 무목적감, 지루함, 배제된 느낌, 사회적 통합감이 결여됨을 의미하는 것으로 주관적이고 심리적인 문제임
 - UCLA의 외로움 척도는 외로움을 측정하는 가장 대표적인 척도로 총 20개 문항을 자기 기입한 점수를 합산하여 43점 이상일 경우 외롭다고 간주함
- 서울시 1인가구 실태조사 결과 서울시 1인가구의 62.1%가 외롭다고 응답하였으며 중장년 1인가구(65.3%), 특히 중장년 남성 1인가구(66.0%)의 외로움이 높은 것으로 확인됨

[표 3-1] 서울시 1인가구의 성별·생애주기별 외로움 비율

(단위: %)

구분	외로움		
	전체	남성	여성
청년 1인가구	58.9	61.0	57.0
중장년 1인가구	65.3	66.0	64.6
노년 1인가구	64.8	65.6	64.5
전체	62.1	63.4	61.0

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 혼인상태별 외로움을 살펴보면, 기혼 1인가구의 외로움이 68.6%로 가장 높고 사별(66.8%), 이혼·별거(63.8%), 미혼(59.6%) 순으로 나타남. 중장년 1인가구는 기혼이나 이혼·별거보다 사별가구의 외로움이 큰 것으로 분석됨

[표 3-2] 서울시 1인가구의 생애주기별·혼인상태별 외로움 비율

(단위: %)

구분	외로움			
	미혼	기혼	이혼·별거	사별
청년 1인가구	58.9	85.7	58.3	50.0
중장년 1인가구	63.6	66.1	66.0	67.1
노년 1인가구	42.9	75.0	55.3	66.8
전체	59.6	68.6	63.8	66.8

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 1인가구의 외로움은 주관적 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타남

[표 3-3] 서울시 1인가구의 외로움과 주관적 건강상태의 상관관계

		외로움	주관적 신체건강	주관적 정신건강
외로움	Pearson 상관	1	0.025	0.037*
	유의확률(양측)		0.166	0.042
	N	3079	3079	3079
주관적 신체건강	Pearson 상관	0.025	1	0.648**
	유의확률(양측)	0.166		0.000
	N	3079	3079	3079
주관적 정신건강	Pearson 상관	0.037*	0.648**	1
	유의확률(양측)	0.042	0.000	
	N	3079	3079	3079

*. 상관관계가 0.05 수준에서 유의함(양측)

**. 상관관계가 0.01 수준에서 유의함(양측)

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 외로움을 느끼는 청년, 중장년, 노년 1인가구는 외로움을 느끼지 않는 집단에 비해 생활만족도 비율이 낮게 나타남. 특히 노년 1인가구에서 외로움을 느끼는 집단이 외로움을 느끼지 않는 집단보다 만족 비율이 크게 낮은 것으로 나타남

[표 3-4] 서울시 1인가구의 생애주기별·생활만족도별 외로움 비율

(단위: %)

구분	외로움		비외로움	
	불만족	만족	불만족	만족
청년 1인가구	7.8	92.2	3.6	96.4
중장년 1인가구	18.1	81.9	15.2	84.8
노년 1인가구	33.8	66.2	19.0	81.0
전체	16.3	83.7	9.7	90.3

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 1인가구의 외로움은 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 확인됨

[표 3-5] 서울시 1인가구의 외로움과 생활만족도의 상관관계

		혼자 사는것에 대한 만족	외로움
혼자 사는것에 대한 만족	Pearson 상관계수	1	0.164**
	유의확률(양쪽)		0.000
	N	3079	3079
외로움	Pearson 상관계수	0.164**	1
	유의확률(양쪽)	0.000	
	N	3079	3079

** 상관계수는 0.01 수준(양쪽)에서 유의함

(2) 사회적 고립 현황

- 사회적 고립도는 경제적·심리적·인적 도움을 구할 수 없는 사람의 비율을 나타내는 지표임
 - 서울시 1인가구 실태조사(2021)의 질문 중에 1) 낙심하거나 우울해서 이야기 상대가 필요할 때, 2) 몸이 아파 도움이 필요할 때, 3) 갑자기 많은 돈을 빌려야 할 때라는 3가지 질문 모두 도움을 받을 사람이 없다고 응답한 경우 '사회적 고립' 상태로 정의함

- 서울시 1인가구의 13.6%가 사회적으로 고립되어 있다고 응답하였으며 중장년 1인가구, 특히 중장년 남성 1인가구의 사회적 고립 비율(15.8%)이 높게 분석됨

[표 3-6] 서울시 1인가구의 성별·생애주기별 사회적 고립 비율

(단위: %)

구분	사회적 고립		
	전체	남성	여성
청년 1인가구	13.1	14.0	12.3
중장년 1인가구	15.2	15.8	14.6
노년 1인가구	12.0	11.5	12.2
전체	13.6	14.3	12.9

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 사회적 고립이 문제가 되는 것은 경제적 지위와 직접적인 관련성을 갖기 때문임. 저임금근로자에서 그렇지 않은 집단에 비해 사회적 고립 비율이 높게 나타남. 특히 저임금근로 청년 1인가구는 비저임금근로 청년 1인가구에 비해 사회적 고립 비율이 8.0%p 높게 나타남

[표 3-7] 서울시 1인가구의 생애주기별·저임금근로별 사회적 고립 비율

(단위: %)

구분	사회적 고립	
	저임금근로자	비저임금근로자
청년 1인가구	20.0	12.0
중장년 1인가구	14.6	13.8
노년 1인가구	12.5	10.0
전체	13.7	12.3

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 사회적 교류 여부는 우울감과도 연결됨²⁷⁾. 서울시 1인가구 실태조사에서 사회적 고립에 해당하는 사람들은 치료가 필요한 정도의 우울증으로 진단되는 비율이 22.0%로 비고립 집단의 우울증 비율(5.3%)에 비해 약 4배 높게 밝혀짐

27) 3명 중 1명은 사회적 고립...도와줄 사람 없고, 말도 못 했다(중앙일보, 2022년 1월 7일자)

- 우울 증상은 지난 2주 동안 겪은 증상(우울선별 문항 9개)별로 0~3점을 부여하고 합산 점수 0~9점은 정상, 10~14점은 치료 고려, 경과 관찰, 15~19점은 치료 요함(약물, 상담), 20~27점은 적극적인 치료, 정신과 진료로 구분함

[표 3-8] 서울시 1인가구의 사회적 고립과 우울증 비율

(단위: %)

구분	정상	우울증 치료 필요			
		치료 고려	치료 요함	적극 치료	
사회적 고립	78.0	22.0	12.2	9.3	0.5
비고립	94.7	5.3	3.9	1.3	0.2

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

- 사회적 고립과 우울증은 서로 연관성이 있는 것으로 확인됨

[표 3-9] 서울시 1인가구의 사회적 고립과 우울증의 상관관계

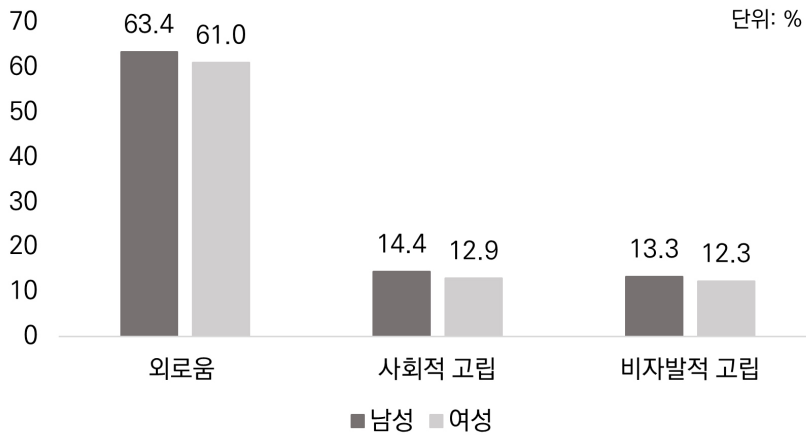
		우울증	사회적 고립
우울증	Pearson 상관	1	0.224**
	유의확률(양측)		0.000
	N	3079	3079
사회적 고립	Pearson 상관	0.224**	1
	유의확률(양측)	0.000	
	N	3079	3079

** 상관계수가 0.01 수준에서 유의함(양측)

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

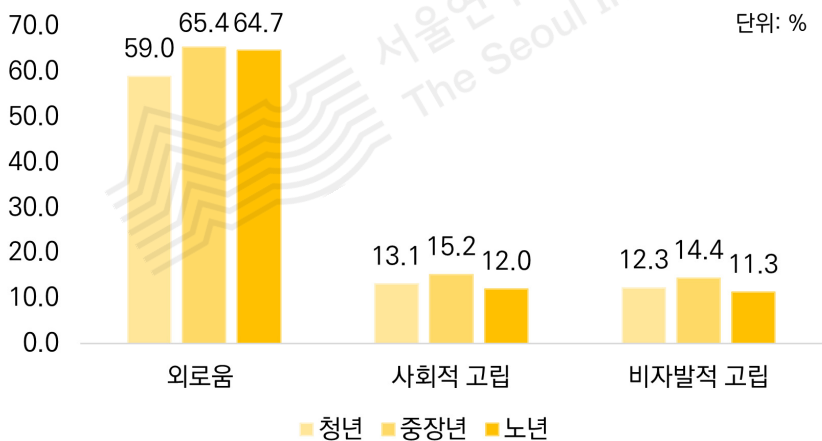
(3) 외로움 및 사회적 고립 현황

- 1인가구를 성별로 나누어 외로움 및 사회적 고립 현황을 살펴볼 때, 외로움과 사회적 고립에 모두 해당하는 '비자발적 고립'에 해당하는 비율은 남성이 13.3%, 여성이 12.3%로 나타남
- 외로움을 사회적 관계에 대한 주관적 정서, 사회적 고립을 사회적 관계의 양과 빈도라고 정의할 때, 외로움을 느끼면서 사회적 고립 상태인 경우를 비자발적 고립으로 정의하고, 사회적 고립 상태에 해당되나, 외로움을 느끼지 않는 경우를 자발적 고립으로 칭함



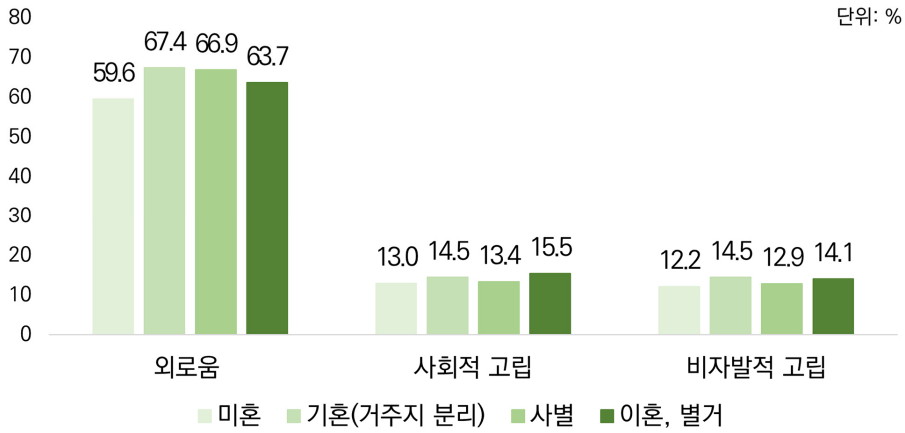
[그림 3-1] 서울시 1인가구의 성별 외로움과 사회적 고립 비율

- 세대별로는 중장년에서 외로움(65.4%), 사회적 고립(15.2%), 비자발적 고립(14.4%) 비율이 모두 가장 높은 것으로 분석됨



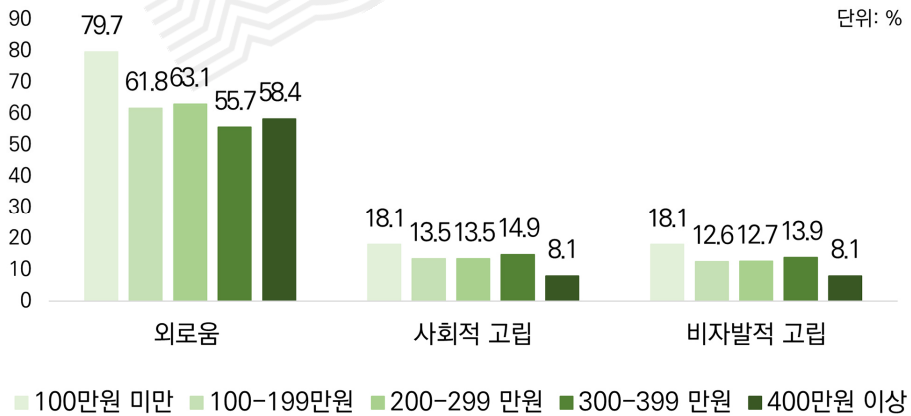
[그림 3-2] 서울시 1인가구의 세대별 외로움과 사회적 고립 비율

- 혼인상태별로는 기혼 1인가구에서 외로움(67.4%) 비율이 가장 높고, 이혼, 별거 1인가구에서 사회적 고립(15.5%) 비율이 가장 높게 나타났으며, 비자발적 고립 비율은 기혼 1인가구에서 14.5%로 가장 높고, 이혼, 별거 1인가구가 14.1%로 뒤를 이었음



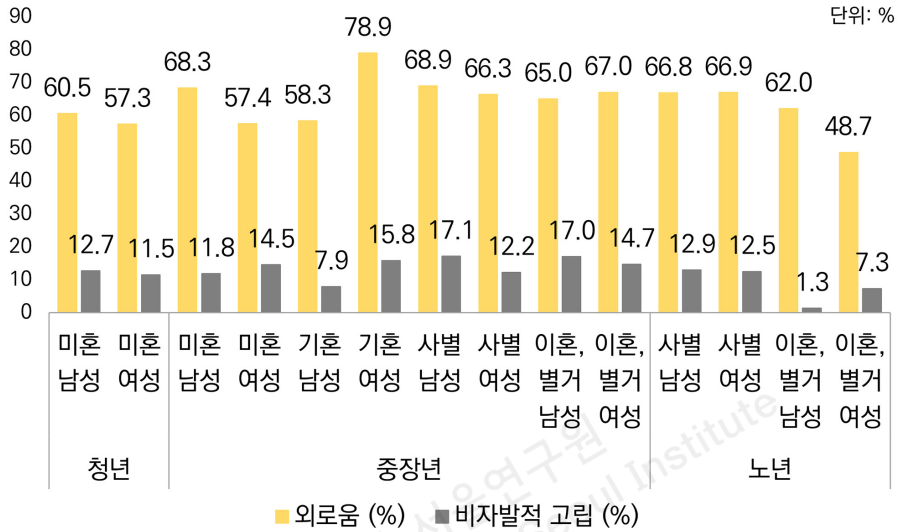
[그림 3-3] 서울시 1인가구의 혼인상태별 외로움과 사회적 고립 비율

- 소득수준별로는 소득수준이 100만 원 미만으로 가장 낮은 집단에서 외로움(79.7%), 사회적 고립(18.1%), 비자발적 고립(18.1%) 비율이 모두 가장 높았으며, 소득수준이 400만 원 이상으로 가장 높은 집단에서는 사회적 고립(8.1%)과 비자발적 고립(8.1%) 비율이 가장 낮았음. 소득수준이 가장 낮은 집단과 가장 높은 집단 간 사회적 고립 및 비자발적 고립 비율의 차이는 10%p로 확인됨



[그림 3-4] 서울시 1인가구의 소득수준별 외로움과 사회적 고립 비율

- 세대, 성, 혼인상태를 종합적으로 고려하였을 때에는 중장년 기혼 여성에서 외로움(78.9%) 비율이 가장 높았고, 중장년 사별 남성(17.1%)과 중장년 이혼, 별거 남성(17.0%)에서 비자발적 고립 비율이 가장 높은 것으로 밝혀짐



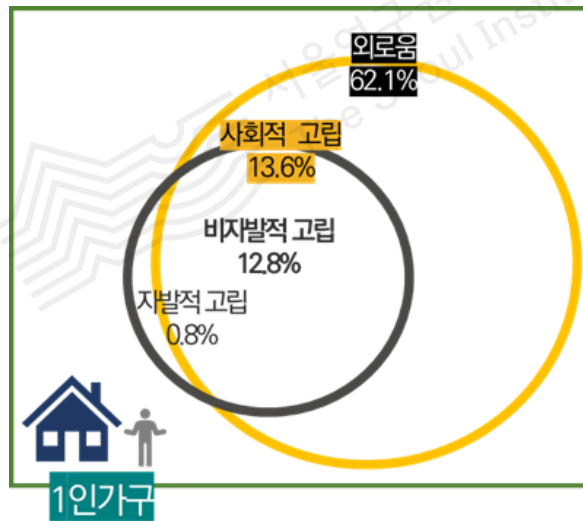
[그림 3-5] 서울시 1인가구의 세대별·성별·혼인상태별 외로움과 사회적 고립 비율

2_서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 특성

1) 서울시 1인가구의 외로움·사회적 고립과 사회적·정신적 건강의 관계

(1) 서울시 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 관계

- 서울시 1인가구 중 외로움 비율은 62.1%이며, 사회적 고립 비율은 13.6%, 그중 비자발적 고립이 12.8%로 나타남
 - 심리정서적으로 외로움을 느끼면서 객관적으로 사회적 관계가 부재한 경우를 비자발적 고립으로 정의하고, 사회적 관계의 부재로 고립되었으나, 외로움을 느끼지 않는 경우를 자발적 고립으로 칭함
 - 사회적 고립군은 대부분 외로움을 느끼는 것으로 확인됨
 - 즉, 외롭다고 해서 사회적으로 고립된 것은 아니나, 사회적으로 고립된 사람은 거의 외로움을 느끼는 것으로 분석됨

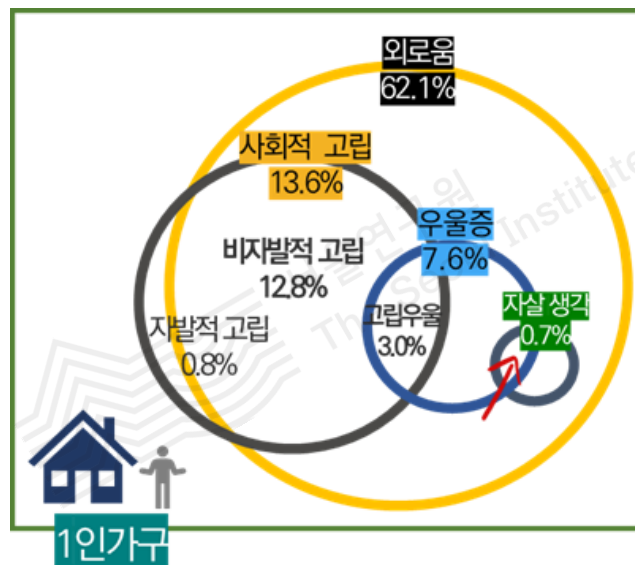


[그림 3-6] 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 관계

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

(2) 서울시 1인가구의 외로움, 사회적 고립, 정신건강의 관계

- 1인가구 중 사회적으로 고립된 사람은 거의 외로움을 느끼고(외로움 ⇨ 사회적 고립), 우울 증상이 있는 사람이나 자살 생각 경험이 있는 사람 등 정신건강 문제를 가진 사람들은 모두 외로움을 느끼는 것으로 나타남(외로움 ⇨ 우울증, 외로움 ⇨ 자살 생각).
- 즉, 외로움은 사회적 고립과 우울 증상 및 자살 생각의 필요조건이자 선행요인으로 볼 수 있음
- 서울시 1인가구 중 사회적으로 고립된 상태이면서, 외로움과 우울증을 가진 대상의 비율도 3.0%에 이름



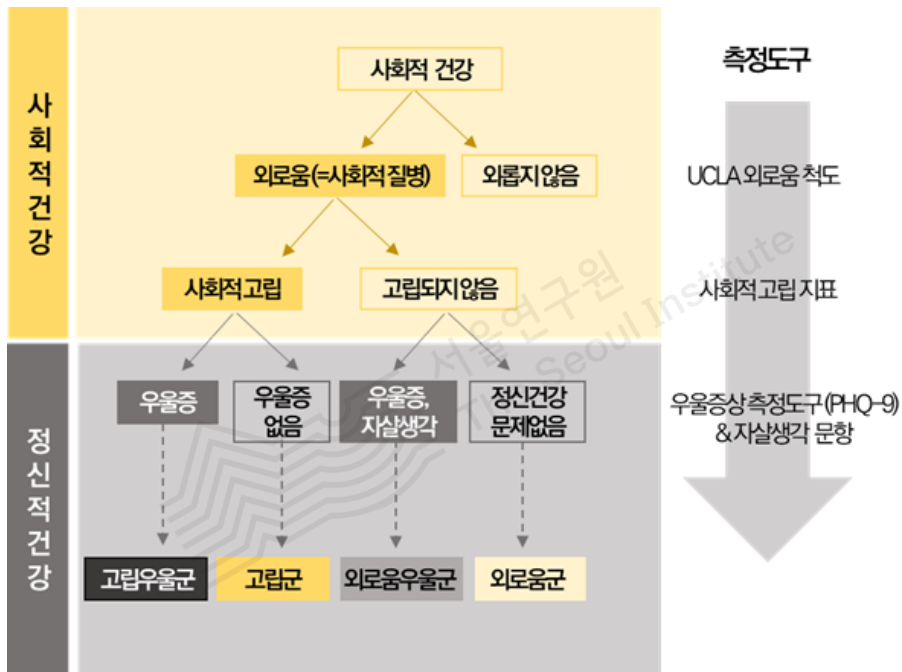
[그림 3-7] 1인가구의 외로움과 사회적 고립 및 정신건강의 관계

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

2) 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형 및 특성

(1) 사회적·정신적 건강문제의 측정과 진단 알고리즘

- 1인가구의 사회적 건강과 정신적 건강의 관계를 고려하여, 외로움 측정 → 사회적 고립 측정 → 우울증 및 자살 생각 측정의 순서로 사회적 건강과 정신적 건강문제의 증척에 따라 유형화함([그림 3-8] 참조)
- 외로움은 UCLA 외로움 척도, 사회적 고립은 사회적 고립 지표, 우울 증상 및 자살 생각은 PHQ-9과 자살 생각 문항을 통해 측정하고, 진단함.



[그림 3-8] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화 알고리즘 및 측정도구

(2) 사회적·정신적 건강문제의 유형화

- 1인가구의 사회적 건강과 정신적 건강문제에 따라 알고리즘을 거쳐 분류한 유형 간 관계는 [그림 3-9]와 같음
 - 사회적 건강문제 중 외로움은 있지만, 사회적 고립상태는 아니며, 정신적 건강문제가 없는 유형은 '외로움군'으로 분류되며, 사회적 건강문제 중 외로움과 사회적 고립을 모두 가진 것으로 진단된 경우 '고립군', 사회적 건강문제 중 외로움을 가지고 있고, 우울증이나 자살 생각 등 정신적 건강문제를 중복해서 가지고 있는 사람들은 '외로움우울군', 마지막으로 사회적·정신적 건강문제를 모두 중첩해서 가지고 있는 경우를 '고립우울군'으로 분류함



[그림 3-9] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화

(3) 사회적·정신적 건강문제 유형별 특성

- 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형별 인구사회학적 특성, 삶의 특성 (경제, 건강, 사회적 관계 등), 정책 수요 등에 대해 [표 3-10]에 제시하고 [표 3-11]에 요약하였음

① 외로움군의 특성

- 외로움군은 1인가구 중 약 45% 비율을 차지할 것으로 예상되며, 인구학적으로 중장년 기혼·미혼·사별한 경우나 노년 이혼·별거 남성으로 주로 구성됨. 직업적으로는 비경제활동인구이거나 실업자들이 많고, 소득수준은 월 100만 원 미만의 저소득층이거나 400만 원 이상의 고소득층으로 양극화된 것으로 나타남

- 1인가구로서 힘든 점으로 여가 및 문화생활이나 체육활동의 어려움을 꼽았음. 경제적으로는 생활비 지원을 받는 비율이 가장 높고, 생활비 부족 경험 또한 가장 많은 것으로 나타남. 이들은 외로울 때 종교활동을 하거나 외부기관에 상담을 요청하는 등 적극적으로 대처하려 노력함
- 1인가구 정책 중 경제자립과 사회적 관계망 정책에 대한 필요성을 가장 높게 평가함. 또한, 사회적 관계망 세부정책으로 사회관계망 형성 정책의 필요성을 가장 높게 평가하였음
- 종합하면, 이들은 함께이길 원하지만 맺을 기회가 없는 유형으로 사회적 관계를 맺을 기회를 제공하는 한편, 실업자 경제적 취약층에는 경제자립 지원정책을 연계할 필요가 있음

② 고립군의 특성

- 고립군은 1인가구 중 약 10% 비율을 차지할 것으로 예상되며, 인구학적으로 중장년 이혼·별거·사별한 사람들로 주로 구성됨. 직업적으로는 블루칼라(서비스·판매·단순 노무·기술직 종사자), 소득수준은 월 100만 원 미만의 저소득층이 비율이 상대적으로 높음
- 1인가구로서 힘든 점으로 경제적 어려움을 꼽았음. 이들은 외로울 때 아무것도 하지 않거나 혼술·혼밥 등 소극적으로 대처하며, 여가활동 또한 주로 TV나 영상물을 시청하는 등 소극적 행태를 보임
- 1인가구 정책 중 건강관리 정책에 대한 필요성을 가장 높게 평가하였고, 사회적 관계망 세부정책 중에서는 사회관계망 형성 정책의 필요성을 가장 높게 평가하였음
- 종합하면, 고립군은 중장년 비율이 높고, 외로움에 소극적 대처하며, 혼자 일 노후를 대비하여 스스로 관리하려는 수요가 높음

③ 외로움우울군의 특성

- 외로움우울군은 1인가구 중 약 5% 비율을 차지할 것으로 예상되며, 인구학적으로 중장년 기혼·이혼·별거 혹은 노년의 사별한 사람들로 주로 구성됨. 직업적으로는 관리·전문직이거나 실업자인 경우가 많고, 소득수준은

월 100만 원 미만의 저소득층이 비율이 상대적으로 높음

- 1인가구로서 힘든 점으로 경제적 어려움을 꼽았음. 이들은 생활비를 지원 받는 비율이 높고, 생활비 부족 경험이 가장 높음. 노년층의 구성비가 높아 주관적 신체건강 및 정신건강 수준 가장 낮고 공유주택 거주 의향이 가장 높음
- 1인가구 정책 중 경제자립 정책에 대한 필요성을 가장 높게 평가하였고, 사회적 관계망 세부정책으로 사회관계망 형성 정책의 필요성을 가장 높게 평가하였음. 사회관계망 세부사업별 이용의향이 높고, 생명이음 청진기 사업과 마음상담 지원 등에 대한 수요가 높음
- 종합하면, 외로움우울군은 노년층 비율이 상대적으로 높아, 주관적 신체건강 및 정신건강 수준 낮고, 경제적 어려움이 크며, 공유주택 거주 의향이 가장 높은 것으로 나타남

④ 고립우울군의 특성

- 고립우울군은 1인가구 중 약 3% 비율을 차지할 것으로 예상되며, 인구학적으로 중장년 이혼·별거 혹은 노년 사별, 청년 여성 등으로 주로 구성됨. 직업적으로는 관리전문직이거나 화이트칼라(사무직)인 경우가 많고, 소득 수준은 월 200~400만 원 수준으로 다른 군에 비해 상대적으로 소득수준이 가장 높은 것으로 나타남
- 1인가구로서 힘든 점으로 여가 및 문화생활이나 체육활동의 어려움을 꼽았음. 주관적 신체건강 및 정신건강 수준이 가장 높지만, 실제로 식생활 안정성이 가장 낮고, 혼자 있을 때 결식 비율이 가장 높음. 외로울 때 아무것도 하지 않거나 혼술·혼밥 등 소극적으로 대처하는 반면, 여가활동은 운동 등 4개 유형 중 가장 적극적 여가활동을 하는 것으로 나타남
- 공유주택 거주 의향은 가장 낮은 것으로 나타났고, 4개 유형 중 여성의 비율이 가장 높아, 1인가구 정책 중 생활안전 정책에 대한 필요성을 높게 평가함. 사회적 관계망 세부정책으로 마음검진·상담과 고립고독 방지 정책의 필요성을 높게 평가하였음. 사회관계망 세부 사업별 이용의향이 가장 높고, 1인가구지원센터와 생명이음 청진기 사업 등에 대한 수요가 높음

- 종합하면, 고립우울군은 소득수준 상대적으로 높고, 관리전문직, 화이트 칼라가 다수로 나타났으며, 스스로 건강하다고 생각하고 있음. 4개 유형 중 유일하게 여성 비율이 높아 안전에 대한 욕구가 크고, 마음검진·상담, 고립·고독 방지 정책의 필요성을 높게 평가함



유형	외로움군	고립군	외로움유일군	고립유일군
생활비 부족경험	16.9%	6.3%	23.7%	4.3%
주관적 신체건강	65.6%	71.1%	62.5%	89.1%
주관적 정신건강	71.5%	80.2%	65.8%	88.2%
식생활 안정성	88.1%	89.0%	86.6%	69.8%
혼자 있을 때 결식	32.7%	40.3%	51.5%	78.1%
외로울 때 대처방법	종교활동, 외부기관 요청(상담 등) TV, 영상물 시청	무대처, 혼술·혼밥 TV, 영상물 시청	외부기관 요청(상담 등), 무대처 TV, 영상물 시청	혼술·혼밥, 아무것도 하지 않는다 운동(스포츠) 활동
현재 여기활동 원하는 여기활동	관광(국내·해외 여행, 캠핑 등)	TV, 영상물 시청	운동(스포츠) 활동	관광(국내·해외 여행, 캠핑 등)
여가활동 어려운 점	함께 할 사람이 없어서	가족(자녀, 손자녀 등) 돌봄으로 인한 시간 여유 없음	가족(자녀, 손자녀 등) 돌봄으로 인한 시간 여유 없음	가족(자녀, 손자녀 등) 돌봄으로 인한 시간 여유 없음
공유주택 거주의향	27.8%	26.4%	36.9%	27.7%
의향 없음	57.8%	51.5%	46.8%	60.5%
1인가구에게 가장 필요한 지원정책	경제지원/사회관계망	건강관리	경제지원	생활안전
사회관계망 정책 필요도	사회관계망 형성 > 문화여가 > 마음건강·상담 > 고립고독 방지	사회관계망 형성 > 문화여가 > 고립고독 방지 > 마음건강·상담	사회관계망 형성 > 문화여가 > 마음건강·상담 > 고립고독 방지	미음건강·상담 > 고립고독 방지 > 문화여가
사회관계망 세부사업 이용의향	1인가구지원센터 63.7% 50플러스센터53.8% 생명이음청진기54.1% 마음상담지원57.1% 우리동네돌봄단47.6% 공공시설여가문화프로그램58.5%	1인가구지원센터 59.2% 50플러스센터52.7% 생명이음청진기50.1% 마음상담지원51.6% 우리동네돌봄단47.8% 공공시설여가문화프로그램56.7%	1인가구지원센터 62.0% 50플러스센터56.7% 생명이음청진기64.4% 마음상담지원61.3% 우리동네돌봄단58.7% 공공시설여가문화프로그램56.1%	1인가구지원센터 84.5% 50플러스센터84.3% 생명이음청진기84.4% 마음상담지원74.3% 우리동네돌봄단78.5% 공공시설여가문화프로그램82.4%

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

[표 3-11] 1인가구의 사회직접신직 건강문제 유형별 특성 요약 및 종합

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군	특징
추정 비율	45%	10%	5%	3%	
인구학적 특성	중장년 기러기, 미혼, 사별/노년 이혼별거남성	중장년 이혼별거사별	중장년 기러기, 이혼별거/노년사별	중장년 이혼별거/노년 사별/정년 여성	
직업	비경활, 실업자	블루칼라	관리전문직, 실업자	관리전문직, 화이트칼라	
소득수준	저소득층 >> 고소득층	저소득층 > 중소득층	저소득층 >> 중소득층	중·고소득층	고립군은 상대적으로 소득수준 높음
심리적 어려움	혼자 일상생활을 살아가는 외로움	혼자 일상생활을 살아가는 외로움	혼자 남겨진 것 같은 고독감	혼자 남겨진 것 같은 고독감	우울 증상 있는 경우, 외로움보다는 고독감 느낌
경제	생활비 지원 받는 비율 가장 높고, 생활비 부족 경험 높음	-	생활비 지원 받는 비율 높고, 생활비 부족 경험 가장 높음	-	
건강	-	-	주관적 신체건강 및 정신건강 수준 가장 낮음	주관적 신체건강 및 정신건강 수준 가장 높음	
식생활	-	식생활 안정성 가장 높음	-	식생활 안정성 가장 낮고, 혼자 있을 때 결식 비율 가장 높음	고립우울군은 식품안정성 가장 낮고 혼자 있을 때 결식 비율도 높음
외로움 대처	적극적 대처 (종교활동, 외부기관 요청)	소극적 대처 (무대처, 혼술·혼밥)	-	소극적 대처 (무대처, 혼술·혼밥)	고립군에서 소극적 대처 비율 높고, 비고립군은 외부기관 요청 등 적극적 대처 비율 높음. 즉, 고립군일수록 수동적으로 대처
여가활동	소극적 여가활동 (TV, 영상물 시청)	소극적 여가활동 (TV, 영상물 시청)	소극적 여가활동 (TV, 영상물 시청)	운동(스포츠) 활동 등 적극적 여가활동	고립우울군은 다른 군에 비해 가장 적극적인 여가 활동
공유주택	-	-	공유주택 거주의향 높음	공유주택 거주의향 낮음	고립군에서 공유주택 거주의향 가장 낮음

유형	외로움군	고립군	외로움유일군	고립유일군	특징
1인가구 정책 필요성	경제지원/사회관계망	건강관리	경제지원	생활안전	
사회관계망 세부정책 필요도	사회관계망 형성 > 문화여가 > 마음건강·상담 > 고립·고독 방지	사회관계망 형성 > 문화여가 > 마음건강·상담 > 고립고독 방지	사회관계망 형성 > 마음건강·상담 > 고립고독 방지	마음건강·상담 > 고립·고독 방지 > 사회관계망 형성 > 문화여가	고립군에서 고립·고독 방지 정책 필요성 높게 평가 유일군에서 마음건강·상담 정책 필요성 높게 평가
사회관계망 세부사업 이용의향	1인가구지원센터 > 공공시설여가문화프로그램 > 마음상담 지원	1인가구지원센터 > 공공시설여가문화프로그램 > 50플러스센터	높음 생명이음 청진기 > 1인가구지원센터 > 마음상담 지원	기장 높음 1인가구지원센터 > 생명이음 청진기 > 50플러스센터	고립유일군 세부사업 참여의향 가장 높음 외로움유일군도 과반 이상이 참여의향 보임
특성 요약	경제적 취약, 관계망 작극적 수요 함께이길 원하지만 맞을 기회가 없는 유형. 외로움에도 작극적 대처 노력. 사회적 관계망 정책 수요 높음. → 관계망 맺을 기회 제공 필요. 실업자 등에는 경제지원 지원 연계 필요	관계망 소극적 수요, 건강관리 욕구 높음 중장년 비율 높고, 외로움에 소극적 대처. 여가생활도 소극적. 노후를 대비하여 중장년들이 스스로 관리하려는 수요 높아 → 사회적 관계망 형성 지원 필요. 건강관리 지원 필요	경제적 취약, 신체, 정신건강 취약, 공유주택 수요 노년층 비율 상대적으로 높음. 공유주택 거주이향 높음. 경제적 어려움 큼. 주관적 신체건강 및 정신건강 수준 낮음 → 경제적 지원 연계 필요. 건강관리 지원 필요	소득수준 높음, 적극적 여가, 마음건강·상담, 고립·고독 방지 필요. 생활안전 욕구 소득수준 상대적으로 높고, 관리전문직, 화이트칼라 다수. 스스로 건강하다고 생각. 여성 비율 높아 안전 욕구 있음. → 전문상담 기회 제공 & 스마트기술 활용 안전 및 고립 방지 지원 필요	

자료: 서울시 1인가구 실태조사(2021)

3_서울시 취약 1인가구의 외로움과 사회적 고립 특성

1) 운영관리자 간담회 및 취약 1인가구 심층인터뷰 개요

(1) 인터뷰 배경

- 1인가구 실태조사를 활용한 양적조사의 한계를 보완하기 위해 질적조사를 병행하였음. 질적조사는 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 특성 및 정책수요에 대해 심층적으로 질문하는 인터뷰 방법으로 진행하였으며, 이 때 인터뷰 대상은 1인가구 실태조사 분석 결과, 외로움 및 사회적 고립과 관계가 있는 것으로 나타난 주거·경제·사회적 관계 부문에서 취약한 사람들이 밀집해 있는 고시촌 거주자로 선정하였음

(2) 인터뷰 방문 기관 개요²⁸⁾

- 사)길벗사랑공동체 해피인
 - 2017년 서울시 관악구 대학동 주민센터에서 고독사 관련 워크숍이 있었음. 문제를 토의하고 방법을 찾으려 했으나 고독사 예방을 위한 방법에는 한계가 있었고, 문제 안으로 들어가서 대안을 찾고자 2017년 이재울 지도신부, (현) 해피인 박보아 대표가 대학동 고시촌 내에 10월 사)길벗사랑공동체 해피인을 개소함
 - 해피인에서는 기관을 방문하는 1인가구에 무료로 식사를 나눔하고, 오래 나오지 못하는 분에게는 연락하여 안부를 묻고, 아파서 나오지 못하는 분들을 직접 방문하여 약과 식사를 챙기고 있음. 2017년 개소 이후 2년 정도 지나 30~40명이 해피인을 방문하기 시작했고, 특히 코로나 19 팬데믹 이후 실직, 질병, 생활고로 식사 도움을 받고자 해피인에 찾아오는 분들이 4배 이상 증가함. 해피인은 무료 식사 나눔 외에 고시촌 내 1인가구의 삶의 질 문제와 다양한 지원방안에 대해 고민하여 탁구, 주거상담(관악주거복지상담소와 연계), 공동체 활동 및 교육을 진행하였고, ‘참소중환...’에서 마련한 쉼터를 1인가구에 제공하고 있음
 - 현재 해피인을 방문하는 1인가구의 연령대는 20~30대 15%, 40~60대

²⁸⁾ 대학동마을관리소, 2021.12.29., “소행모가 꿈꾸는 해피 대학동” 참조.

75%, 70~80대 10%이며, 미혼인 1인가구가 약 80%, 이혼한 1인가구가 약 20%임. 해피인을 방문하는 1인가구가 기관을 알게 된 경로는 고시원 내 다른 1인가구로부터 소개를 받거나 또는 근처를 지나다 무료 식사 나눔 현장을 보고 알게 된 경우가 다수임

- 현재 해피인에서는 SNS(카카오톡)를 사용할 수 있는 1인가구와 함께 오픈채팅방을 개설하여 도시락 메뉴나 다른 정보를 공유하고, 1인가구 끼리 필요한 정보(예: 정부 지원금 정보 등)를 공유하고 있음. 단, 이러한 SNS를 활용하기 위해서는 이메일 계정이 있어야 하고 SNS를 활용할 수 있어야 하는데, 50대 이상의 경우 개인 이메일 계정이 없고 SNS를 잘 활용하지 못하여 오픈채팅방 접근이 어려운 실정임

○ ‘참소중한…’

- 이영우 신부가 2020년 3월 대학교 고시촌 담당으로 오게 되면서 고시촌 내 1인가구가 쉬고 이야기할 수 있는 공간, 화기를 사용하여 음식을 조리하고 식사할 수 있는 공간이 필요하다고 생각하여 해피인 근처에 ‘참소중한…’ 쉼터를 마련함
- 현재 ‘참소중한…’ 쉼터의 주 이용 대상은 중장년 1인가구이지만 모든 사람이 와서 쉬고 커피를 마시고, 영화를 감상하고, 식사할 수 있는 공간으로도 운영되고 있음



[그림 3-10] 인터뷰 대상자 이용 ‘해피인’과 ‘참소중한…’ 사진



[그림 3-10 계속] 인터뷰 대상자 이용 ‘해피인’과 ‘참소중한...’ 사진

(3) 심층인터뷰 방법과 내용

① 운영관리자 심층인터뷰

- 인터뷰 방법
 - ‘해피인’ 박보아 대표와 ‘참소중한...’ 이영우 신부를 대상으로 기관을 방문하는 1인가구의 특성과 1인가구를 위한 정책 수요 및 정책적 지원 방안에 대한 심층인터뷰를 진행함. 심층인터뷰는 연구진이 1인가구 인터뷰를 위해 해피인을 방문한 날(2022년 4월 4일)에 진행되었음
- 인터뷰 내용
 - 인터뷰 내용은 서울시 관악구 대학동 고시촌 거주 1인가구의 특성, 1인가구 정책 체감도와 정책 수요, 1인가구를 위한 정책적 지원방안 등임

② 취약 1인가구 설문조사 및 인터뷰

- 설문조사와 인터뷰 방법
 - 해피인에 방문하는 1인가구 20명을 대상으로 심층인터뷰를 진행함. 심층인터뷰는 구조화된 질문지를 활용하였으며, 1:1 대면조사로 진행됨. 심층인터뷰는 2022년 4월 4일 진행되었음
 - 인터뷰를 진행하기 전 외로움, 사회적 고립, 우울감 상태에 대해 자기 기입식으로 설문하였으며, 설문 응답 시간은 5분 내외로 진행됨

○ 인터뷰 내용

- 인터뷰 내용은 크게 대상자의 일반적 특성, 외로움, 사회적 고립으로 구분되며, 구체적인 질문은 [표 3-12]와 같음.

[표 3-12] 취약 1인가구 심층인터뷰 질문지

구분	질문
대상자의 일반적 특성	성별, 연령, 혼인상태, 최종학력, 경제활동, 1인가구 유지기간
외로움	외롭다고 느끼는 때
	외롭다고 느끼는 이유 (예: 경제적인 이유로, 일자리가 없어서, 끼니를 잘 챙겨 먹지 못해서 등)
	외로움을 느낄 때 주로 하는 것
	1인가구의 외로움 문제 해결을 위해 필요하다고 생각하는 서울시 정책과 지원 - 대분류(주거안정, 경제자립, 생활안전, 건강관리, 사회관계망) - 소분류(공공임대주택 공급, 취업 상담 및 교육, 맞춤형 일자리 소개, 혼밥식당, 마음건강 상담, 사회적 관계망 형성(소모임), 취미여가활동 지원 등) - 방법(비용 지원/보조, 정보 안내 및 기회 제공, 장소 제공, 프로그램 참여 혜택 제공 등)
	외로움을 해결하기 위해 다른 사람과 새로운 관계를 형성할 기회가 생기면 참여할 의향이 있는지, 참여한다면 어떤 사람을 만나고 싶은지
사회적 고립	고립되었다고 느끼는 때
	고립되었다고 느끼는 이유
	고립되었다고 느낄 때 주로 하는 것
	1인가구의 고립 문제 해결을 위해 필요하다고 생각하는 서울시 정책과 지원 - 대분류(주거안정, 경제자립, 생활안전, 건강관리, 사회관계망) - 소분류(공공임대주택 공급, 취업 상담 및 교육, 맞춤형 일자리 소개, 혼밥식당, 마음건강 상담, 사회적 관계망 형성(소모임), 취미여가활동 지원 등) - 방법(비용 지원/보조, 정보 안내 및 기회 제공, 장소 제공, 프로그램 참여 혜택 제공 등)
	사회적 관계망(가족, 친구, 이웃 등)에 기대하는 역할
	시를 활용한 말벗 서비스 등이 외로움과 고립 해소에 도움된다고 생각하는지, AI 서비스를 활용할 의사가 있는지

2) 운영관리자 심층인터뷰 결과

(1) 관악구 대학동 취약 1인가구의 특성

- 서울시에서 주거비가 가장 싼 관악구 대학동 일대, 비자발적 취약 1인가구가 밀집

“저희가 이걸 시작한 것도 4~5년 전에 대학동이 고독사가 가장 많은 곳이라 해서 주민들이(고독사 위험 가구들) 도와주고 싶어도 도와주려고 찾아갈 수가 없었니까... ‘대안적 공동체 없이 이 문제를 해결할 수가 없구나’라는 생각이 들어서 해피인을 열었던 거였거든요. (해피인 박보아 대표)”

“한때 잘 나가다가 사업이 망하고, 이혼을 하고 고시촌 쪽으로 자리를 잡는 사람들도 있어요. 월세 15~20만 원 선에도 살 수 있으니까, 싼 곳을 찾아옵니다. 서울에서 주거비가 가장 싼 편이라 교통도 좋지 않고, 1인가구 지원정책의 혜택이 많이 닿지 않는다고 느껴져요. (참소중한... 이영우 신부)”

(2) 관악구 대학동 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 특성

- 아플 때, 코로나19로 인한 격리 상황 등에 외로움 느껴

“아플 때. 다들 만성질환도 많이들 가지고 계시고 하니까. 아플 때 병원에 가면 좋겠는데, 도와줄 사람이 없을 때 외롭고 고립되는 걸 느낄 거예요.(중략) 그리고 배고플 때. 도움을 받을 곳이 없을 때. 생일이나 명절 등에 이야기 나눌 사람이 없을 때. 저희는 자발적 1인가구보다는 거의 비자발적인 1인가구들이라 거의들 고립되어 있다고 봐야 해요. 가족들과 떨어져 있거나, 이혼하거나 등 가족에 대한 그리움과 원망 등의 감정을 지니고 있죠. (해피인 박보아 대표)”

“특히 코로나19로 확진으로 인해 격리되어야 하는 상황에서 사회적 관계망이 없는 1인가구들은 특히 지내기가 힘든 상황입니다. (참소중한... 이영우 신부)”

- 남성 중장년 1인가구 외로움과 사회적 고립에 소극적으로 대처

“여기 사시는 1인가구의 특성이 여러 가지 있지만 의욕이 없다는 것도 큰 특징이에요. 1인가구가 누가 터치할 안 하고 관계를 안 맺어도 되는 거니까 집에만 누워 있거나 늦게 일어나거나 늦게 자고 하면서 혼자 고립되게 생활하고 있는 게 큰 특성 중에 하나예요. 처음 해피인을 시작할 때에는 그런 분들과 관계를 맺는 것이 특히 어려웠습니다. 그때는 어떻게 이 1인가구들을 만나야 할지 몰랐고, 만날 수 있는 방법이 없었어요. 그래서 무료 급식을 하게 되었어요. 밥을 통해서 사람들이 모이기 시작했는데, 코로나 시기 동안 사람들이 특히 더 늘어났습니다. 식사를 하러 오는 사람들과 얼굴을 보고 대화를 하게 되고, 격려도 해주고 필요한 걸 도와도 주고 병원 치료나 이런 것도 하고 이렇게 하면서 관계가 발전하고 있어요. (해피인 박보아 대표)”

“특히 여기는 남성들이 많죠. 여성들은 그래도 관계 중심적이어서 얘기를 잘하는데 남자들은 본인이 백그라운드 없고 돈도 없고 직장도 없고 내 처지가 비참하면 남한테 얘기 안 하고 서로 말도 안 섞으려고 하고... 식사를 할 때에도 처음에는 사람들끼리 인사도 안 하고 그냥 밥만 먹고. 그래도 박

대표님이 계속 사람들 말 시키고 했어요. 그런데 코로나 시기 동안 도시락을 배식하기 시작했을 때는 도시락을 가져가서 먹으니, 관계를 맺을 부담이 없고, 하니 많은 사람들이 오게 되었습니다. (참소중한... 이영우 신부)

“이런 커뮤니티 공간들이 좀 생기고, 또 주민 조직도 있고 작년에 마을 사업도 좀 하면서 주민들이 조금씩 알아가는데, 그래도 도시락 받으러 나오는 사람 또 주민 모임에 참석하는 사람들은 그나마 관계를 조금 만들어 갔는데, 그마저도 하지 않는 사람들은 우리가 어떻게 지내는지 사실 잘 모르죠... 드러나지 않으면, 방에서 안 나오면 모르는 거죠. (참소중한... 이영우 신부)”

“주민모임에 참석하는 사람들도 좀 일부분이고요. (참소중한... 이영우 신부)”

“그래도 이제 조금씩 서로 얼굴도 알고 하는데 아직까지 사실은 잘 드러나지 않는 사람들이 꽤 있고 그냥 도시락만 딱 가져 가고 깊은 관계를 맺고 싶지 않아 하는 사람들도 아직까지는 있는 거죠. (해피인 박보아 대표)”

(3) 1인가구 지원 정책의 체감도

- 자치구, 1인가구지원센터 등을 통한 정책과 사업에 대한 체감도 떨어져

“구청이나 1인가구지원센터에도 여러 가지 프로그램들이 있다고는 하지만 방문하는 사람들한테만 열려 있잖아요. ‘와서 상담 받아라, 금융에 관한 상담 받아라, 보건소에 와라’ 무슨 프로그램이 있다 하는데 저는 관이 갖고 있는 소프트웨어라고 한다면 저희가 여기에 있는 이유는 지역성이 있지 않으면 어렵다고 생각해요. 그러니까 ‘지금 관에서 무언가 신청하십시오’ 이런 여러 가지가 있는데 저희로서는 전혀 피부로 와닿지가 않는 거예요. 거기서 하고 있는 거는 그냥 뭘 따로 하고 있는 거고 저희하고 연결돼 가지고 이분들에게 도움이 되는 게 없는 거니까, 관이 갖고 있는 공공 일자리든지 건강이든지 복지적인 이런 것들이 현장에 와서 있는 이렇게 밀집되어 있는 사람하고 이렇게 관계성이 있어야 하는데 거기도 따로 거기다가 일회성으로 그치니까... (해피인 박보아 대표) ”

“그러니까 현실적으로 어떻게 지원할 수 있는지는, 저희도 지금 시험적으로 해보고 있는 상태이기 때문에. 시험적으로 저희랑 여러 단체들이 같이 연합적으로 계속 같이 하고 있는데, 이렇게 시범사업처럼, 공공과 민간이 같이 함께 뭔가를 해보면서 어떤 방법이 가능할지 알아봐야 하는데. 그런데 바탕이 없이 무조건 뭘 해야 할까 이렇게 해버리니까... (해피인 박보아 대표) ”

“현장에서 좀 체험을 해보시는 것도 좋을 것 같아요. 우리는 당사자가 아니잖아요. 그러니까 근사치를 찾는 것인데 이렇게 현장에서 있으면서 좀 체험도 하고 같이 밥도 먹고 하는 여러 가지가 좀 현장성이 있으면 좋겠다고 생각해요. 현재는 현장과 정책 사이의 갭을 크게 느끼는데요. 그래서 그 갭을 줄일 수 있는 거는 직접 현장에서 움직이는 건데... 우리처럼 현장에 있는 사람들이 있으면 그걸 어떻게 잘 활용할 수 있는 것인가를 고민하고, 이런 사람들을 많이 발굴해서 작은 지역 공동체를 만들어 가면서 관이 가지고 있는 좋은 자원들이 민이 가지고 있는 자원의 한계를 어떻게 메울 수 있는지 어떻게 합쳐서 효과를 낼 수 있는지에 대한 것이 연구가 돼야지 자꾸 이 과정 없이 여기 있는 사람에게 뭐가 필요한지를 계속 이렇게 얘기를 하면은 이게 닿지를 않아요. (해피인 박보아 대표) ”

(4) 취약 1인가구의 정책 수요 및 정책 제안

- 수동적인 비자발적 취약 1인가구에 정책 닿기 위한 매개로써 지역 민간 자원 및 공동체 활용 필요
 - 최초 진입 경로로써, 1인가구 주거지역 내에 있는 지역 공동체를 활용 해 관계와 라포 형성 필요

“그 사람들과 대화를 통해 관계를 쌓는 중간 과정을 겪어야 여기도 오고 그다음에 필요한 지원들을 연계할 수 있을 것 같아요. 그런 과정 없이, 매개 없이 그냥 와서 할 수 있는 사람들은 많지 않죠. 어떤 매개의 공동체 그게 제 개인적 생각으로는 좀 작은 지역 단위의 공동체가 있어야 중간에서 1인가구들을 아우르면서 만날 수 있고 그 이후에 전문적인 기관으로 보내거나 할 수 있는데 갑자기 다이렉트로 와서 상담하거나 다이렉트로 와서 뭐 하라고 그러면 어렵죠. (해피인 박보아 대표)”

“라포 형성이 중요하죠. (참소중한... 이영우 신부)”

“개개인에 대해 알아가고 라포를 쌓는 과정이 필요해요. 저희 같은 경우는 무료 급식을 시작하면서 관계 형성이 돼서 지금은 200명 누가 와도 관계가 아주 좋아요. 만나자 그러면 만날 수 있고 뭘 하자고 해도 할 수 있는 그런 관계가 되었는데... (해피인 박보아 대표)”

“저희도 처음에 잘 모르지만, 이것이 필요하다고 시작한 게 밥이었고 급식하면서 관계를 맺으면서 신부님이 여기 오셔서 봉사도 하시면서 사람들에게 삶의 질과 관련되어서, 심과 문화적인 걸 해야 되겠다고 해서 참소중한...이라는 공간도 만들고, 탁구장도 만들고... (해피인 박보아 대표)”

“1인가구와 관 사이에 민간이 갖고 있는 것. 이 세 개가 함께 하는 것이 없으면 정책이 실질적인 효과를 발휘하기 어려워요. (해피인 박보아 대표)”

“주거복지지원센터도 봉천동에 있어서 사람들이 거기까지 가기 심리적 거리가 너무 멀어서, 지역 내 주거복지상담소 따로 만들어서 동네에서 정보를 제공하고 안내할 수 있도록 했어요. 1인가구지원센터 등 외부에서 들어오는 정보들이 가까운 동네 사람들에게 퍼져나가는 동네 모델이 있어야 해요. (해피인 박보아 대표)”

“심리적으로도 모르는 데 찾아가서 하는 것과 동네 한가운데 있어서 우리 도와주려고 하는 곳이거나 이렇게 쉽게 받아들이는 것은 달라요. 동네 밖으로 나가서 상담받다는 게 실제로 쉽지가 않죠. (참소중한... 이영우 신부)”

“식사하러 오면서 주거 상담에 대해서 듣고 상담받고 가기도 하고. 물리적 거리가 가까운 것이 중요해요. 이게 다 연결돼 있으니까 가까운 데서 하는 김에 여러 프로그램도 하고. 건강프로그램이라든지 공동체 활동 사업 같은 여러 가지 활동 프로그램도 참여하고. 특히 여기에서 통증 클리닉 해서 도움을 많이 받았다는 분들도 계세요. 만약 건강지원센터에 가서 운동 치료받으라고 하면 안 갈 거예요. 사람들이 온 김에 하고, 홍보도 하고, 그 지역성이라는, 물리적인 인접성이 심리적 장벽 낮추는 데 중요하다고 생각해요. (해피인 박보아 대표)”

“저희를 찾아오는 사람이 늘어나는 이유 중 하나가 알음알음이에요. 여기를 먼저 알게 된 사람들이

가지치기처럼 또 자기 주변에 소개해서 데리고 오고. 물론 지나가다 우연히 보고 온 분들도 계시지만 60% 정도는 기존 분들이 모시고 오는 분들이예요. 주민센터에서도 식사 지원이 필요한 분이 계시면 저희 쪽 정보를 줘서 연계하는 공공-민간이 유기적으로 협력하는 것이 중요하다고 생각해요. (해피인 박보아 대표)”

○ 1인가구가 자연스럽게 모일 수 있는 지역 커뮤니티 공간 필요

“그래도 누군가 말 한마디 붙여주고 같이 밥이라도 함께 해결하고. 그리고 나름대로 커뮤니티 형태로 좀 모일 수 있는 그런 관계망 형성이 필요합니다. 같이 함께 하는 즐거움을 더 만들어 가려는 노력이 필요한데, 공간의 부재, 코로나 등으로 인해 제약이 많이 있었죠. 우리가 모일 수 있는 공간이 부족해서 동아리 모임을 하고 싶어도 잘 모일 수가 없었어요. 또 코로나가 끝나면, 도시락을 주는 것이 아니라 사람들이 같이 점심을 먹으면 좋겠다고 생각하는데, 그래야 잠깐이라도 이야기도 할 수 있을텐데 사실 그런 공간들이 없죠. 사람들이 여기를 좋아하는 게 그전에는 사람들 만나려면 길거리에서 만나든지 놀이터에서 만나든지 돈이 없으니까 카페는 못 갔는데, 여기는 사람들이 그냥 오면 자기들끼리 만날 수도 있고 관계 형성이 되고 새로운 의견들이 있어서 뭘 해보고 싶다 하는 그런 의기 투합도 되고 그렇습니다. (참소중한... 이영우 신부)”

“저희도 시범사업처럼 이 지역에 20명 정도 식사를 함께 하는 것부터 시작하려고 작은 공간을 만들었는데, 사람 수가 늘어나고 코로나 상황까지 겹치면서 도시락으로 전환되었어요. 그러니까 근본적인 문제들이 해결되지 않아요. 식사를 함께 하면서, 그 사람들과 얘기도 하고 상담도 하고 상담을 넘어선 것들을 해야 하는데, 그러려면 식사공간, 상담공간, 주방시설 등 여러 니즈들이 발생해요. 지금까지는 그런 니즈를 전부 민간에서 맡아 감당하고 있습니다. (해피인 박보아 대표)”

○ 지역 공동체의 접근이 어려운 고립 1인가구의 발굴은 공공의 역할

“고독사 문제도 1인가구의 고독사가 많아서 예방조치를 하겠다고 하고 그다음에 어떻게 해야 되는지 방법으로는 ‘요구르트를 보내주고 안부를 확인한다’, ‘주민센터에 있는 분들이 오셔서 안부 확인한다’고 하는데, 그들이 살고 있는 집에 들어갈 수가 없는데 그게 불가능한 거거든요. 너무 현실감이 없는 거지. (해피인 박보아 대표)”

“그리고 이조차 참여하지 않는 분들을 발굴하는 건 오히려 공공이 해야 하는 거죠. 찾동 같은 사업을 통해서 그런 분들을 만날 수 있지만. (참소중한... 이영우 신부님)”

3) 취약 1인가구 심층인터뷰와 설문조사 결과

(1) 응답자 특성

- 심층 인터뷰와 설문에 참여한 서울시 관악구 고시촌 거주 1인가구는 총 20명이며, 이중 남성 19명(95%), 여성 1명(5%)으로 확인됨
- 성별은 30대 2명(10%), 40대 5명(25%), 50대 6명(30%), 60대 이상 7명(35%)으로 나타났으며, 40~50대 중장년 1인가구의 참여 비율이 상대적으로 높게 나타남
- 혼인상태는 미혼이 14명(70%), 이혼 3명(15%), 사별 2명(10%), 응답 거부 1명(5%)으로 분석됨
- 학력은 고졸 이하가 13명(65%)으로 가장 높게 나타났으며, 대졸 이하 2명(10%), 대졸 이상 4명(20%), 응답 거부 1명(5%)으로 확인됨
- 경제활동을 유무를 살펴보면, 응답자 8명(40%)은 경제활동을 한다고 응답하였고, 12명(60%)은 하지 않는다고 응답함. 경제활동을 한다고 응답한 경우 직업은 일용직, 자활, 배달업으로 밝혀짐
- 1인가구의 유지 기간은 평균 17년이며, 10년 이하 8명(40%), 10~15년 2명(10%), 15~20년 3명(15%), 20년 이상 7명(35%)으로 나타남

(2) 외로움 및 사회적 고립 현황

- 외로움은 UCLA의 외로움 정도 척도 총 20개 문항을 자기 기입한 점수를 합산하여 43점 이상을 외롭다고 간주하고, 27점 이하를 외롭지 않다고 간주함
- 취약 1인가구의 30%(6명)는 외롭다고 인식하고 있으며, 보통 50%(10명), 외롭지 않음 20%(4명)로 나타남. 외롭다고 응답한 비율은 서울시 전체 1인가구의 62.1%의 절반에 미치는 수준임

[표 3-13] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 외로움 비율

[단위: %]

구분	외로움 (43점 이상)	보통 (28~42점)	외롭지 않음 (27점 이하)
서울시 1인가구*	62.1	29.7	6.9
취약 1인가구	30.0	50.0	20.0

주) 서울시 1인가구*는 2021년 서울시 1인가구 실태조사 결과임

- 사회적 고립은 1) 낙심하거나 우울해서 이야기 상대가 필요할 때, 2) 몸이 아파 도움이 필요할 때, 3) 갑자기 많은 돈을 빌려야 할 때라는 3가지 문항 모두 도움을 받을 사람이 없다고 응답한 경우를 의미함
- 사회적으로 고립된 것으로 진단된 취약 1인가구는 65.0%로 서울시 전체 1인가구 중 사회적 고립비율인 13.6%에 비해 약 5배 정도 높게 나타남

[표 3-14] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 사회적 고립 비율

[단위:%]

구분	사회적으로 고립	사회적으로 고립되지 않음
서울시 1인가구*	13.6	86.4
취약 1인가구	65.0	35.0

주) 서울시 1인가구*는 2021년 서울시 1인가구 실태조사 결과임

- 우울증을 선별하기 위해 PHQ-9 총 9개 문항을 질문하였으며, 문항당 0~3점을 부여하여 합산 점수는 0~27점까지 분포함
- 서울시 1인가구의 7.6%가 우울증 치료가 필요한 것으로 확인된 반면, 취약 1인가구는 60%가 우울증 치료가 필요한 것으로 진단되었으며, 적극 치료가 필요한 경우도 10%로 나타남
- 취약 1인가구 중 사회적으로 고립되었다고 응답한 13명을 대상으로 우울 증을 분석한 결과, 우울증 치료가 필요한 경우가 84.6%로 나타남

[표 3-15] 서울시 일반 1인가구와 취약 1인가구의 우울증 비율

[단위: %]

구분	정상	우울증 치료 필요			
		치료고려	치료요함	적극치료	
서울시 1인가구*	92.4	7.6	5.0	2.4	0.2
취약 1인가구	40.0	60.0	25.0	25.0	10.0
고립 1인가구**	15.4	84.6	30.8	38.5	15.4

주) 0~9점: 정상, 10~14점: 치료 고려, 경과 관찰, 15~19점: 치료 요함(약물, 상담), 20~27점: 적극적인 치료, 정신과 진료

서울시 1인가구*는 2021년 서울시 1인가구 실태조사 결과임

고립 1인가구는 취약 1인가구 20명 중 고립되었다고 인식하는 1인가구 13명을 대상으로 함

(3) 외로움과 사회적 고립에 관한 심층인터뷰 결과

① 외로움을 느끼는 상황과 이유

- 외로움의 감정은 일상생활에서 항상 느끼거나 비가 올 때, 추울 때와 같이 날씨에 영향을 받는다고 응답하였으며 사회적으로 외롭다고 느끼는 상황은 집에 혼자 있을 때, 친구나 후배와 사이가 좋지 않을 때, 부모님이 생각날 때 등으로 응답함. 하지만 1인가구 중 일부는 타인과 생활할 때 문제가 더 많았기 때문에 혼자 있는 것이 오히려 편하다고 응답하기도 함
- 외로운 이유로는 첫째, 경제·신체적 취약함으로 가족, 친구, 친척과 관계가 단절되었기 때문이라고 응답함. 가령, 사업 실패로 소통하던 가족, 친구들과 연락이 끊긴 사례, 신체적 이유로 친구를 만나기 어려운 사례 등이 있음. 둘째, 이혼 등으로 가족관계가 단절되었기 때문으로 응답함. 예컨대 이혼으로 자녀와 만나지 못하는 사례가 있음. 마지막으로 학력이나 소득 격차에 따라 타인과 대화가 어려워진다고 응답함

“항상 외롭긴 한데 저는 그게 괴롭지가 않아요. 만약 제가 외로움을 느껴도 그걸 괴롭다고 생각을 하지 않는 거예요. 제가 이 외로움 때문에 어렵고 힘들고 그걸 느껴야 언제 외롭다고 느끼는지 말할 수 있지 않을까요. (40대 1인가구)”

“가족도 없고 친구도 없고, 혈압약, 우울증약을 먹다 보니까 제 스스로가 타인하고 어울리지 못 하겠더라고요. 이 약을 먹고 주눅이 들고, 또 내가 학력이 짧다 보니까 대화도 잘 안 되고 그 사람들은 좀 수준 높게 이야기하는데…나는 이제 그런 데 못 따라가고 그러니까 어떨 때는 더 외로운 걸 타는 것 같아요. (60대 1인가구)”

“외로운 이유를 떠나서 현실에 처한 사항이, 사업을 했었다가 부도가 났어요. 그런데 패자부활전이 안 되잖아… 그러니까 다시 뭔가 이렇게 복구, 회복할 기회 자체가 차단되어 버리니(외로운 감정을 느끼게 되네요). (60대 1인가구)”

② 외로움을 느낄 때 하는 행동

- 외로움을 느낄 때는 주로 집안에서 TV나 유튜브 등을 시청하거나 인터넷을 하는 것으로 나타났으며, 가벼운 산책이나 운동(축구, 등산), 종교활동, 혼술 등을 하는 경우도 있었음. 1인가구는 주로 외로움을 느낄 때 타인과 함께 하는 행동보다는 혼자서 시간을 보내는 경우가 많은 것으로 나타남

“취미도 딱히 없어요. 그냥 어렸을 때 장사만 하느라 취미 생활 같은 거 별로 해본 적 없어요. 해봤자 미드(미국 드라마)를 좀 본다 그 정도였거든요. 그런데 지금은 뭐 그것도 여의치 않으니까 억지로 그냥 밖에 나가서 그냥 산책 한 바퀴 돈다거나 해요. 돌아다니면서 이 사람들은 저렇게 사는구나 보는 것 같아요. (40대 1인가구)”

“저는 새로운 사람 만나는 거는 안 하기로 했어요. 가끔 PC방 가서 영화를 볼 수도 있고 유튜브나 스포츠 이런 거 보기도 하고 그러면서 푸는 것 같아요. (50대 1인가구)”

③ 외로움 해결을 위해 필요한 서울시 정책

- 1인가구 외로움 문제를 해결하기 위해서 가장 필요한 것은 경제적 지원으로 나타남. 사회적 관계를 형성하기 위해서는 외부에 나가서 타인과 밥이나 술 등을 함께 해야 하는데 현재의 경제적 수준(기초생활수급비용이나 자활 비용 등으로 생활)으로는 불가능하기 때문이라고 응답함
- 건강관리 및 지원에 대한 필요성 또한 제기됨. 건강검진 외에 추가로 비용을 지불해야 하는 경우 금전적 지원이 필요하다고 응답하였으며, 60대의 경우 건강이 좋지 않아 쓰러지지 않았는지 집을 방문하거나 병원을 동행해 주는 등의 지원이 필요하다고 응답함

- 식생활 측면에서는 현재 살고 있는 공간은 취사가 불가능하고 냉장고 등이 없는 협소한 공간인데 밀키트 등을 제공하기보다는 밑반찬을 제공해주면 실질적으로 도움이 된다고 응답함
- 소셜 다이닝이나 사회적 관계망보다는 지속적, 주기적으로 대화할 수 있는 사람이나 하루에 한 번씩 안부를 묻는 전화가 더 필요하다고 응답함

“예전에는 문자 같은 것도 못 했는데 이제는 이렇게(해피인으로부터 안부확인 차) 일주일에 세 번 카톡 오고 하는 걸 배웠어요. 그래서 좋은 말씀도, 시 같은 것도 보내주시고, 그런 것도 많이 도움이 되더라고요 (60대 1인가구)”

“마을 만들기 같은 거 있잖아요. 너무 복잡하고 어려운 것만 하지 말고 좀 접근성이 낮게, 예를 들면 TV에서 같이 볼 수 있는 이런 게 좋지 않을까 아니면 저 같은 경우는 명절 같은 때 별로 갈 데가 없거든요. 부모님도 돌아가셨고 그럴 때도 같이 할 수 있는 거, 이런 게 있으면 좋을 것 같아요. (지금 하는 건) 조금 복잡하고 제가 특기가 있어야 되고 이래야 될 할 수 있더라고요. 그런데 선뜻 들어가기가 쉽잖아서 접근성이 낮았으면 좋겠어요. (50대 1인가구)”

④ 외로움 해결을 위해 다른 사람과의 새로운 관계형성 의지

- 새로운 관계형성 의지가 있는 경우, 주로 또래, 동성, 종교적 신념이 비슷한 사람과 소규모로 활동을 하고 싶다고 응답하였으며 성별, 연령, 계층에 구애받지 않고 새로운 사람을 만나고 싶다는 응답도 있었음. 하지만 현재 친구로도 충분하다거나 건강상의 이유, 경제활동을 지속해야 해서, 또는 성격상 새로운 관계 형성은 필요 없다는 응답 또한 다수임

“취미라는 건 자기가 흥미가 있는 거라는 거잖아요. 아무래도 몰입도도 조금 더 좋을 수밖에 없고 비슷한 그런 생각들을 가지고 있는 사람들끼리 구성될 여지가 높으니까 대화가 아무래도 상대적으로 잘 통할 확률도 높지 않을까요. (30대 1인가구)”

“저보다 좀 나은 사람이었으면 좋겠어요. 같은 형편인 사람끼리만 얘기하면 한없이 그냥 불평불만만 얘기하니까 오히려 더 안 좋은 것 같더라고요. 딱히 제가 그 사람한테 뭐 도움을 받으려고 그렇다기보다는 그냥 가만히 있는 사람이 아니라 뭘 해보려고 하는 사람하고 있어야 저도 뭘 해보려고 할 것 같아요. (40대 1인가구)”

“불편해서, 성격 차이 때문에 그러고 싶지 않아요. (40대 1인가구)”

(4) 사회적 고립 심층 인터뷰 결과

① 사회적 고립을 느끼는 상황과 이유

- 사회적 고립을 느낄 때는 평소에 오던 친구의 연락이 끊겼을 때, 배가 고프는데 돈이 없어서 밥을 굶을 때(굶주림 상황에 타인에게 도움을 요청하지 못할 때), 아프는데 나를 도와줄 사람이 없을 때, 돈이 필요한데 큰돈을 빌릴 사람이 없을 때, 가족과 단절되고 친한 지인이 다른 지역으로 이사 갈 때 등 다양한 요인으로 나타남

“나 혼자 밖에 없구나) 자주 느끼죠. 매일 느끼는 거나 마찬가지. 전화 한 통화도 없고, 대화 상대 없어서 하루 종일. (60대 1인가구)”

② 사회적 고립을 느낄 때 하는 행동

- 사회적 고립을 느낄 때는 아무것도 하지 않거나 스마트폰을 한다고 응답하였으며, TV나 유튜브를 시청한다고 응답함. 또한 외부활동(예: 등산, 학동 구경 등)이나 관심 있는 모임에 참여한다는 응답이 나타남.

“아무래도 내가 아플 때 바로 연락해서 도와주려 올 수 있는 친구가 있겠냐 그런 문제는 좀 걱정이 되죠. 저도 이제 많은 만성질환을 앓고 있으니까. 또, 돈이 필요할 때 큰 돈을 빌릴 수 있는 사람이 있느냐 그 문제 같은 경우에도 고립감을 느끼고 있다. 다행히 이제 이 동네에서(중장년 1인가구 자조모임) 활동을 하면서 이제 회원들하고의 관계를 친밀히 유지하고 있어서 그거는 다행이라고 생각하고 있어요. (60대 1인가구)”

③ 사회적 고립 문제 해결을 위해 서울시 필요 정책

- 사회적 고립 문제 해결을 위해 가장 필요한 것은 경제자립을 위한 지원(예: 일자리 지원)이나 자금지원(예: 친구와의 식사비 지원, 취미생활비 지원 등) 나타남. 사업 실패로 대출 등이 어렵고 대출금 갚기도 어려운 상황에서 친구를 만나 식사를 하거나 관계를 맺는 것이 어렵다고 응답함. 둘째, 말벗 서비스와 같이 누군가가 나에게 자주 안부를 확인해주고 이해해 주면 공포감이 줄 것이라고 응답함. 셋째, 건강관리(예: 고혈압 관리 등)나 실생활에 도움이 되는 교육의 기회가 마련되는 것이 필요하다고 응답함. 넷째, 1인가구 종합지원센터, 보건소 등이 지역사회 내에 가깝게 위치하고 1인가구들이 활용할 수 있는 무료 공간이 필요하다고 응답함

“이 동네에 독거 중장년들을 위한 이런 종합지원센터가 있어 줬으면 좋겠다… 건강 관리도 해주고 직업 알선이라든지 여러 가지 문제를 법률적인 상담도 할 수 있고 지금 안고 있는 문제들이 다 다르다 보니까 맞춤형 컨설팅이 필요하겠더라고요. 정형화된 프로그램에 이 사람을 끼워 넣을 수 있는 게 아니고 안고 있는 문제들이 복합적으로 다 달라요. (60대 1인가구)”

“일단은 여러 문제 중에 하나겠지만 경제적인 비용을 지원해줬으면 좋겠어요. 여가생활을 할 수 있는 안내라든가, 좀 더 즐거운 보람 그러니까 즐거운 인생을 살 수 있는 방법에 대한 교육도 좋을 것 같아요…실생활에 도움 되는, 가령 예를 들면 글씨요, 우리 전통 도기를 만든다든지 그런 것도 좋을 것 같아요. (50대 1인가구)”

④ 사회적 관계망에 기대하는 역할

- 대부분이 사회적 관계망에 기대하는 바가 없다고 응답하였으나, 일부는 일회성 지원이 아닌 일상적인 대화를 꾸준히 할 수 있는 지원체계가 사람(가족, 동료, 지인 등)이 필요하다고 응답함. 가령 본인을 옆에서 지켜봐 주면서 ‘오늘 고생했네, 오늘 얻은 게 있었어?’와 같이 일상적인 대화와 격려가 필요하다고 응답함

“어쩌다 만난 사람한테 내 얘기를 다 할 수가 없잖아요. 그러니까 한 번 만나고 헤어지는 사람이 아니고 그래도 좀 주기적으로 얼굴을 보고 그래도 편하게 좀 얘기할 수 있는 사람이 있으면 좋겠어요… (60대 1인가구)”

⑤ AI 활용한 고독사 방지사업의 도움 정도와 활용 의사

- 60대 이상에서는 이미 TV를 통해 AI 활용한 말벗 서비스 등을 본 적이 있다면서 사람의 역할을 대신해 주고 새로운 정보를 주는 서비스를 이용해 보고 싶다고 응답함. 가격 부담이 되지 않는다면 꼭 이용해 보고 싶다고 응답한 경우도 있었음. 하지만 디지털과 친숙한 청년층 일부는 중장년보다 노인, 장애인들에게 먼저 제공되는 것이 바람직하다고 응답함.

“저는 시나 이런 디지털 기술에서 긍정적인 편인데 그래도 나이가 있어서 시가 대하는 건 저는 좀 안 맞을 것 같아요. 그래도 사람이 낫죠. 차라리 이렇게 각자 채팅이나 이런 건 괜찮아요. 어린 세대는 모르겠지만 저는 시는 좀 아닌 것 같아요. (50대 1인가구)”

“사용하고 싶은데 요금 내야 하는 것 아닌가요? 무료라고 하면 그래도 상대가 있으니까, 핸드폰이 있으니까 좀 도움 될 것 같아요. (60대 1인가구)”

04

서울시 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응전략



- 1_서울시 1인가구 유형별 특성과 정책 수요
- 2_서울시 1인가구 유형별 서비스 제공자와 역할

04. 서울시 1인가구 외로움 및 사회적 고립 대응전략

1_서울시 1인가구 유형별 특성과 정책 수요

1) 일반 1인가구: 공공자원에 접근할 수 있는 집단

- 서울시 1인가구의 외로움 및 사회적 고립과 우울증 현황
 - 서울시 1인가구 중 외로움 비율은 62.1%, 사회적 고립 비율은 13.6%, 우울증은 7.6%에 해당함.
 - 1인가구 중 사회적으로 고립된 사람은 거의 외로움을 느끼고(외로움 ⊃ 사회적 고립), 우울 증상이 있는 사람이나 자살 생각 경험이 있는 사람 등 정신건강 문제를 가진 사람들은 모두 외로움을 느끼는 것으로 분석됨(외로움 ⊃ 우울증, 외로움 ⊃ 자살 생각).
 - 즉, 외로움은 사회적 고립과 우울 증상 및 자살 생각의 필요조건이자 선행요인으로 볼 수 있음
- 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 정책 수요
 - 서울시 1인가구 중 사회적 고립이나 정신적 건강문제 없이 외로움만 느끼는 '외로움군'은 45%, 외로움을 느끼는 사람들 중 사회적 고립 상태로 진단된 '고립군'은 10%, 외로움을 느끼는 사람들 중 우울증이나 자살 생각 등 정신건강 문제를 중복해서 가지고 있는 '외로움우울군'은 5%, 마지막으로 외로움과 고립, 정신건강 문제를 모두 중첩해서 가지고 있는 '고립우울군'은 3% 정도로 추정됨
 - 외로움군과 고립군 등 사회적 건강문제와 관련된 집단은 대응전략에 사회적 관계망 형성을 필요. 외로움군은 사회적 관계망 형성 욕구 높으나,

- 고립군은 소극적으로 확인됨
- 외로움우울군과 고립우울군 등 사회적·정신적 건강문제를 복합적으로 가지고 있는 집단은 마음검진·상담의 필요성과 이용의향이 높으므로 대응전략에 마음검진·상담 필요
 - 외로움군들은 주로 경제적 취약과 관련 있어 대응전략에 일자리 연계를 포함한 경제자립 정책 필요
 - 고립군들은 사회적 관계망 형성에 소극적이며, 스스로 본인을 돌보려는 욕구가 있기 때문에, 건강관리, 생활안전 정책에 대한 필요성을 높게 평가함. 대응전략에 건강관리와 안전과 관련된 정책 필요

[표 4-1] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 정책 수요

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제 유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
추정 비율	45%	10%	5%	3%
직업	비경할, 실업자	블루칼라	관리전문직, 실업자	관리전문직, 화이트칼라
소득수준	저소득층 >> 고소득층	저소득층 > 중소득층	저소득층 >> 중소득층	중·고소득층
특성 요약	경제적 취약, 관계망 적극적 수요	관계망 소극적 수요, 건강관리 욕구 높음	경제적 취약, 신체, 정신건강 취약, 공유주택 수요	소득수준 높음, 적극적 여가, 마음검진·상담 수요, 고립·고독 방지 수요, 생활안전 욕구
	함께이길 원하지만 맞을 기회가 없는 유형. 외로움에도 적극적 대처 노력. 사회적 관계망 정책 수요 높음. → 사회적 관계망 형성 지원 실업자 등에는 경제자립 지원 연계 필요	중장년 비율 높고, 외로움에 소극적 대처. 여가생활도 소극적. 노후를 대비하여 중장년들이 스스로 관리하려는 수요 높아 → 사회적 관계망 형성 지원 및 건강관리 지원 필요	노년층 비율 높음. 공유주택 거주 의향 높음. 경제적 어려움 큼. 주관적 신체·정신건강 수준 낮음 → 경제적 지원 연계 및 건강관리 지원 필요	소득수준 상대적으로 높고, 관리전문직, 화이트칼라 다수. 주관적 건강 양호. 여성 비율 높아 안전 욕구 있음. → 전문상담 기회 제공 및 스마트기술 활용 안전 및 고립 방지 지원 필요
대응전략	사회적 관계망 형성 - 1인가구지원센터 활용, 공공시설 여가문화프로그램 경제 - 일자리 연계, 자산 형성	사회적 관계망 형성 - 1인가구지원센터 활용, 공공시설 여가문화프로그램 건강관리 - 건강한 노후 준비	마음검진·상담 지원(생명이음청진기) 주거 - 공유주택 경제 - 일자리 연계 건강 - 신체, 정신건강 관리	마음검진·상담 지원(생명이음청진기) 안전, 고립 방지 - 스마트기술활용

2) 취약 1인가구: 공공자원보다 민간자원을 활용하는 집단

- 서울시 취약 1인가구의 외로움 및 사회적 고립과 우울증 현황
 - 인터뷰에 참여한 서울시 취약 1인가구 20명 중 외로움을 느끼는 비율은 30.0%로 서울시 전체 1인가구의 62.1%의 절반에 미치는 수준임
 - 사회적으로 고립된 것으로 진단된 취약 1인가구는 65.0%로 서울시 전체 1인가구 중 사회적 고립 비율보다 약 5배 정도 높게 나타남
 - 서울시 1인가구의 7.6%가 우울증 치료가 필요한 것으로 나타났으나 취약 1인가구의 60%가 우울증 치료가 필요하다고 응답하였으며, 적극 치료가 필요한 경우도 10%로 나타남
 - 사회적 고립 상태로 진단된 취약 1인가구의 84.6%가 우울증을 가지고 있는 것으로 나타남
- 서울시 취약 1인가구의 사회적 고립 관련 정책 수요
 - 관악구 대학동 고시촌 거주 남성 중장년 1인가구들은 상당수가 사회적 고립 상태임에도 불구하고 사회적 관계망 형성에 매우 소극적이며, 특히 거주지 외부로 나가는 것에 대한 장벽을 크게 느끼고 있음. 그렇기 때문에 자치구, 1인가구지원센터 등을 통한 정책과 사업에 대한 유인이 잘 이루어지지 않아 체감도가 크게 떨어짐
 - 이에 수동적인 비자발적 취약 1인가구에 정책이 닿기 위한 매개로써 지역 민간 자원 및 공동체 활용이 필요. 최초 진입 경로로써, 1인가구 주거지역 내에 있는 지역 공동체를 활용해 관계와 라포 형성 필요
 - 더불어, 1인가구가 자연스럽게 모일 수 있는 지역 커뮤니티 공간 필요
 - 그러나, 이러한 공동체의 접근이 어려운 은둔 고립 1인가구는 공공자원 및 사업을 활용하여 발굴해야 할 영역

3) 1인가구지원센터 활동의 문제점과 개선사항

① 1인가구의 외로움과 사회적 고립도 측정 위한 표준화된 도구 부재

- 1인가구지원센터별로 외로움과 사회적 고립 측정 방법이 각기 다름
 - 일부 1인가구지원센터에서는 별도의 측정도구를 활용하여 센터 이용자

(1인가구)의 외로움 및 사회적 고립을 측정하고 있지 않음

- 일부 센터에서는 전화 인터뷰와 서비스 이용자 행동 관찰을 통해 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 정도를 파악하거나, 사전 심리검사지를 활용하거나 프로그램 목적에 맞는 문항을 개발하여 측정하고 있음

② 1인가구의 외로움 및 사회적 고립의 위험요인에 따른 사회적 처방 미흡

- 1인가구의 외로움과 사회적 고립의 특성에 대한 기초자료 부재로 섬세한 진단에 따른 맞춤형 처방이 불가하며, 기계적인 처방이 이루어지고 있음
 - 주로 요리 강의 등 프로그램과 심리상담 및 전문상담 서비스를 제공하고 있음
 - 이외에 자치구별로 동아리 모집 및 활동비 지원, 분기별 밀키트 반찬 나눔, 방범 시스템 마련, 고장 난 생활시설 수리, 안부 음성 메시지 전송 프로그램 등을 제공

③ 1인가구지원센터장 및 관계자들이 제안한 ‘서울시 1인가구 대응전략 개발 시 중점 고려 사항’

- 앞으로의 사회환경에서 ‘사회적 고립’에 대한 고민과 대책 필요
 - 사회적 고립은 1인가구의 자발성과 비자발성, 연령 등에 따라 해결방식이 다르므로 현재 상황에 대한 대책뿐 아니라 앞으로의 ‘사회적 고립’ 정의를 고민해야 함
- 1인가구에 대한 부정적 인식 개선
 - 사업명이나 프로그램명에 외로움이나 고립이 직접 표현되지 않아야 함
 - 모든 1인가구가 외롭다는 것은 또 하나의 낙인이 될 수 있음. 건강한 삶을 영위할 수 있는 새로운 가구 형태의 사회적 인식 필요
- 위기성과 시급성을 고려한 중점 대상자 선정 필요
 - 1인가구의 진입 경로가 다양하고 1인가구가 고정된 삶의 상황이 아니라 생애주기의 변화 과정이므로 중점 대상자 선정 필요

- 자치구와 1인가구의 개별 특성을 고려한 프로그램 개발
 - 각 자치구의 인구 분포, 경제적 특성, 재정자립도 등 독특한 특성에 맞는 대응전략 구축 필요
 - 1인가구의 자발과 비자발성, 경제적 상태, 주거 취약, 온라인 플랫폼 접근성 등 외로움 및 고립감을 유발하는 원인을 포괄적으로 분석해야 함
- 사업 형태 개선과 1인가구가 모일 수 있는 장소 마련
 - 교육보다는 문제해결을 위한 상담 강화(1:1 맞춤형 서비스 실시 필요)
 - 이벤트성, 퍼주기식 사업 지양
 - 기관의 유휴공간 제공 등을 통해 1인가구가 모일 수 있는 장소 마련
 - 실제 1인가구의 다양한 의견을 듣는 장 필요

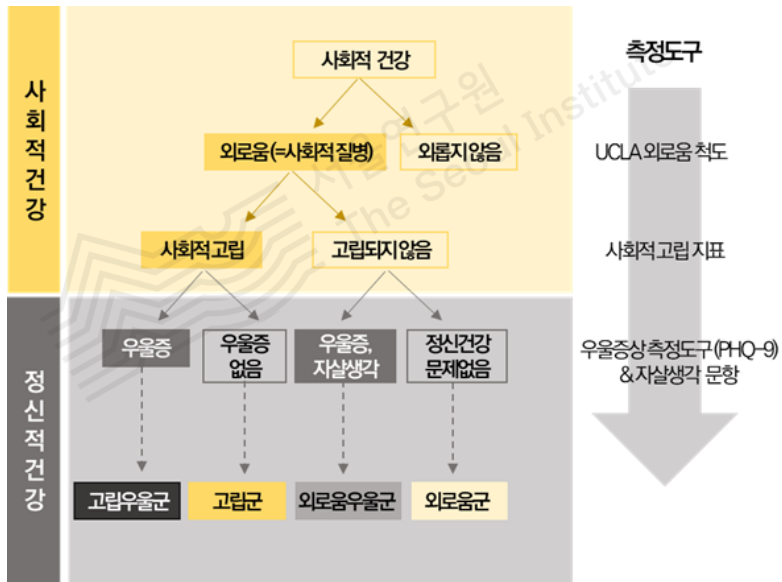


2_서울시 1인가구 유형별 서비스 제공자와 역할

1) 일반 1인가구: 1인가구지원센터 활용

(1) 표준 측정도구를 통한 사회적·정신적 건강문제 진단

- 1인가구지원센터를 방문하는 1인가구의 사회적·정신적 건강문제를 정확하게 진단하기 위해 표준화된 진단도구를 활용할 것을 제안함
 - 외로움은 UCLA 외로움 척도(20문항)를 이용하여 진단
 - 사회적 고립은 사회적 고립 측정 문항(3문항)을 이용하여 진단
 - 정신건강문제는 PHQ-9(문항)을 이용한 우울증 진단과 자살 생각 경험 여부 등을 확인하여 진단



[그림 4-1] 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화 알고리즘 및 측정도구

[표 4-2] 외로움 측정을 위한 UCLA 외로움 척도(20문항)

항목	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	가끔 그런 편이다	항상 그렇다
1) 나는 주변 사람들과 잘 통한다*	①	②	③	④
2) 나는 사람들과의 교제가 부족하다	①	②	③	④
3) 나는 도움을 청할 사람이 아무도 없다	①	②	③	④
4) 나는 혼자라고 느낀다	①	②	③	④
5) 나는 친구들 모임에 속해 있다*	①	②	③	④
6) 나는 주위 사람들과 비슷한 점이 많다*	①	②	③	④
7) 나는 더 이상 아무하고도 가깝지 않다	①	②	③	④
8) 나는 관심사와 의견이 주변 사람과 나누어지지 않는다	①	②	③	④
9) 나는 적극적이고 호의적이다*	①	②	③	④
10) 나는 사람들과 가깝다*	①	②	③	④
11) 나는 혼자 남겨진 것 같다	①	②	③	④
12) 다른 사람들과의 관계는 의미 없다	①	②	③	④
13) 나를 진정으로 아는 사람이 아무도 없다	①	②	③	④
14) 나는 다른 사람들로 부터 고립되어 있다	①	②	③	④
15) 나는 원할 때에 함께 있어줄 사람을 찾을 수 있다*	①	②	③	④
16) 나를 진정으로 이해해 주는 사람들이 있다*	①	②	③	④
17) 나는 수줍음을 잘 탄다	①	②	③	④
18) 주위 사람들은 나와 진정으로 함께 있지 않고 그저 주위에 있다	①	②	③	④
19) 나와 얘기할 수 있는 사람들이 주변에 있다*	①	②	③	④
20) 나는 도움을 청할 수 있는 사람들이 있다*	①	②	③	④

[표 4-3] 사회적 고립 측정 문항

항목	있음	없음
귀하는 다음과 같은 상황이 발생했을 때 도움을 받을 수 있는 사람이 있으십니까?		
1) 낙심하거나 우울해서 이야기 상대가 필요할 때	①	②
2) 몸이 아파 도움이 필요할 때	①	②
3) 갑자기 많은 돈을 빌려야 할 때	①	②

[표 4-4] 우울증 측정을 위한 PHQ-9 문항

항목	전혀 아니다	여러 날 동안	일주일 이상	거의 매일
지난 2주 동안, 아래 나열되는 증상들에 얼마나 자주 시달렸습니까?				
1) 매사에 흥미나 즐거움이 거의 없었다	①	②	③	④
2) 기분이 가라앉거나 우울하거나 희망이 없다고 느꼈다	①	②	③	④
3) 잠들기 어렵거나 자주 깨거나 반대로 잠을 너무 많이 잤다	①	②	③	④
4) 피곤하다고 느끼거나 기운이 거의 없었다	①	②	③	④
5) 식욕이 줄었거나 반대로 너무 많이 먹었다	①	②	③	④
6) 내 자신에 대해 부정적으로 느껴졌다(내 자신이 실패자라고 여겨지거나, 나 자신이나 내 가족을 실망시켰다고 느꼈다)	①	②	③	④
7) 신문이나 TV 보는 것과 같은 일상적인 일에 집중하기 어려웠다	①	②	③	④
8) 다른 사람들이 눈치챌 정도로 평소보다 말과 행동이 느리거나 반대로 너무 안절부절 못해서 가만히 앉아 있을 수가 없었다	①	②	③	④
9) 차라리 죽는 것이 낫겠다고 생각하거나 자해하려는 충동이 있었다	①	②	③	④

(2) 진단된 문제의 유형 및 위험요인에 따른 맞춤형 처방

- 표준화된 진단도구를 활용하여 진단된 문제의 유형 및 위험요인에 따라 적합한 사회적 처방을 내리고 필요한 서비스를 지원 및 연계함
 - 외로움, 사회적 고립 등 사회적 관계의 문제만 가지고 있는 대상자들은 사회적 관계망 형성 지원을, 사회적 관계의 문제와 우울증 등 정신건강 문제를 함께 가지고 있는 대상자는 마음검진 및 전문상담을 중심으로 인구학적, 사회경제적 특성 및 정책 수요에 따라 사회적 처방에 제공하고, 그에 따라 서비스를 지원하거나 연계함
 - 영국의 사회적 처방²⁹⁾, 호주의 CVS 코디네이터의 방문·정서적 지원 프로그램, 시니어 연계 프로그램³⁰⁾ 등을 참고할 수 있음

29) 사회적 처방은 정신 및 신체 건강이 단순한 의학적 원인 이상에 의해 결정된다는 이해를 반영하여 영국 전역의 1차 진료 팀의 필수적인 부분이 됨. 즉, 사회 처방사는 전문가가 추천한 사람들과 시간을 보내면서 사람들이 원하는 방식으로 삶을 사는 것을 방해하는 요소를 식별하고 해결하는 데 도움을 줌

30) 정부로부터 residential aged care 또는 Home Care Packages를 받는 노인이나 사회적 고립자, 고립감/외로움을 느끼는 사람 등을 대상으로 교류 사업 진행. CVS 코디네이터가 1년에 20회 이상을 방문하여 교류하면서 우정, 유대감, 자존감 형성, 삶의 목적의식 고취 등의 정서적 지원을 하는 프로그램 활용

[표 4-5] 서울시 1인가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형과 맞춤형 처방

유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제 유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
1인가구 특성 및 위험요인에 따른 사회적 처방	사회적 관계망 형성	사회적 관계망 형성	마음검진 및 전문상담	마음검진 및 전문상담
	중장년, 노년 - 건강관리 지원 여성 - 스마트기술 활용 안전 지원 경제적 취약계층(실업자, 저소득층) - 일자리 연계 등 경제적 지원 주거 취약 & 공유주택 거주희망자 - 공유주택 지원 연계 여가활동 수요자 - 공공시설 여가문화프로그램 고독사 위험군 - 스마트기술 활용 고독사 방지			

[표 4-6] 서울시 일반 1인가구 대상 1인가구지원센터 활용 제안 방안

현행	참고 해외사례
- 1인가구지원센터 프로그램 : 사회적 관계망 형성, 마음검진 및 전문상담 여가활동 프로그램 - 1인가구지원센터 타기관 연계 : 일자리 연계, 건강 관리, 공유주택 지원, 고독사 방지	- 영국: 사회적 처방 - 호주: 교류 사업, CVS 코디네이터의 방문·정서적 지원 프로그램, 시니어 연계 프로그램

2) 취약 1인가구: 지역 공동체 활용

(1) 지역 공동체 기관 등 민간자원 활용 통한 민-관 협력 및 연계

- 관악구 대학동의 '해피인'이나 '참소중한...'과 같은 민간 지역 공동체를 활용하여 1인가구와 1인가구지원센터를 연계하고, 협력할 수 있음
 - 1인가구지원센터는 지역 공동체 기관에 1인가구 지원정책 및 사업에 대한 정보를 제공하고, 지역 공동체 기관은 해당 정책 및 사업의 자격 요건에 적합한 대상자를 연계함. 지역 공동체 기관은 1인가구 지역 모임의 장소와 지역분소 기능 및 역할을 할 수 있음
- 여건이 가능하다면 관악구 대학동 고시촌 등과 같이 비자발적 취약 1인가구가 밀집해 있는 지역에 1인가구지원센터가 직접 운영할 수 있는 지역분소를 마련하는 것을 고려할 수 있음
 - 영국의 맨스 셰드³¹⁾ 및 Rural Coffee Connect 사업³²⁾, 프랑스의 시

31) 퇴직자와 실업한 남성들이 목공이나 전기제품 수리 등의 작업을 함께 하는 프로그램

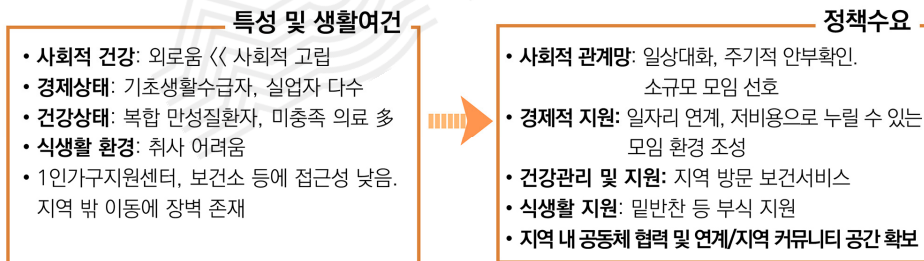
민사회-공공기관의 협력 네트워크 구축, 미국의 지역경찰 자원봉사 프로그램(YANA) 및 NORC33)와 따뜻한 전화(callHOPE)³⁴⁾ 등을 참고할 수 있음

[표 4-7] 서울시 취약 1인가구 대상 지역 공동체 활용 제안 방안

현행	참고 해외사례
‘해피인, 참소중환...’과 같은 민간 지역 공동체가 자체적으로 도시락 사업, 안부 확인 앱 등을 통한 사회적 관계망 형성 사업을 수행하고 있음	- 영국: 멘스 셰드, Rural Coffee Connect - 프랑스: 시민사회-공공기관의 협력 네트워크 구축(MONALISA) - 미국: 지역경찰 자원봉사 프로그램(YANA, NORC), 따뜻한 전화(callHOPE)

(2) 지역 커뮤니티 공간 확보 및 공급

- 지역 내 유휴공간을 확보하여 무료로 이용할 수 있는 커뮤니티 공간을 제공함으로써 취약 1인가구에 자연스러운 관계망 형성 기회 제공할 수 있음
- 취약 1인가구를 대상으로 하는 사업의 최초 접촉지점으로 활용함
- 1인가구의 일상대화, 식사 및 다과, 취미활동 등을 위한 공간으로 활용 가능함



[그림 4-2] 서울시 취약 1인가구(관악구 대학동 거주)의 특성과 정책수요

32) 커피밴을 통해 정신건강(복지) 향상에 도움을 주는 정보, 인식 훈련, 기타 지역사회 활동 전달

33) YANA(You Are Not Alone Program)은 지역경찰 자원봉사 프로그램의 단위사업으로 추진되는 것으로 미국의 칼즈배드, 덴빌, 샌디에고 등을 비롯한 많은 지역에서 운영 중. 은퇴한 경찰관이 노인뿐만 아니라 장애인, 사회적 교류 단절자 등 친구나 가족 등으로부터 정기적인 개인의 안녕을 확인할 수 없는 사람들을 대상으로 추진되는 프로그램. NORC(Nationally Occurring Retirement Community)는 고령자들이 자신이 살던 지역에 계속 거주하면서 건강하고 안정된 삶을 살아갈 수 있도록 다양한 건강서비스 및 사회복지서비스를 제공하는 공공-민간 협력 프로그램

34) callHOPE의 따뜻한 전화는 코로나19 전염병으로 촉발된 스트레스, 불안, 우울 등을 극복한 사람들과 연결을 하며, CalHOPE Connect는 캘리포니아 주민이 더 안전하고 정서적으로 안정을 찾을 수 있도록 지원

3) 은둔 1인가구: 찾동, 우리동네 돌봄단 활용

(1) 찾아가는 동주민센터, 우리동네 돌봄단 등을 활용한 은둔 1인가구 발굴

- ‘찾아가는 동주민센터’, ‘우리동네 돌봄단’을 통한 위기 1인가구 상시 발굴체계를 운영해 고독사 위기가구, 은둔 1인가구의 발굴과 필요 서비스 지원 및 연계함
 - 일본의 지역포괄지원센터 직원 등 복지 정책 경력자가 지역주민을 ‘지켜보기 지원원’으로 양성하고, 지역사회 내에서 지역주민이 활동하는 사례 등을 참고할 수 있음

[표 4-8] 서울시 은둔 1인가구 대상 찾동, 우리동네 돌봄단 활용 제안 방안

현행	참고 해외사례
‘찾아가는 동주민센터’, ‘우리동네 돌봄단’을 통해 은둔 1인가구를 발굴하고 있음	- 일본: 지역포괄지원센터 직원 등 복지 정책 경력자가 지역주민을 ‘지켜보기 지원원’으로 양성, 지역사회 내에서 ‘지켜보기 지원원’으로 활동

(2) 스마트 플러그 등 AI 기술 활용한 고독사 방지

- 복합 만성질환 보유자, 노인 등에 스마트 플러그 등 AI 기술을 활용한 기기 제공하여 고독사 예방 필요

(3) 은둔 1인가구의 외로움 및 사회적 고립의 특성과 정책 수요 등 파악 하기 위한 연구 필요

- 은둔 1인가구의 특성이 아직까지 명확히 파악되지 않아 정책 및 사업 수립이 어려우므로, 은둔 1인가구의 현황(지역적 분포, 인구사회학적 특성) 파악이 선제되어야 함
- 더불어 은둔 1인가구의 사회적 고립 특성과 원인 및 정책 수요를 파악하기 위한 연구를 수행해 정책 수립의 근거로 활용



[그림 4-3] 서울시 1인가구의 외로움 및 사회적 고립 대응전략

참고문헌

- 변미리·김석호·박민진·구서정, 2019, 「성남시 1인가구 정책수립을 위한 실태조사」, 서울대학교 산학협력단.
- 서영석·안수정·김현진·고세인, 2020, “한국인의 외로움: 개념적 정의와 측정에 관한 고찰”, 「한국심리학회지일반」, 39(2): 205~247.
- 대학동마을관리소, 2021, 「소행모가 꿈꾸는 해피대학동」.
- 신인철, 2021, 「1인가구의 사회적 관계망과 해외 정책 대응」, 1인가구 정책포럼 자료집(2021. 10. 21.)
- 황수진·홍진표·안지현·김명현·정서현·장혜인, 2021, “외로움과 사회적 고립 척도의 개발 및 타당화 연구”, 「대한신경정신의학회, 신경정신의학」, 60(4): 291~297.
- <https://blog.naver.com/gnhforum/222107474511>(미국 비백 머티박사, 외로움 연구 결과)
- <https://letstalkloneliness.co.uk/about/>(영국, 외로움 전략)
- <https://m.mk.co.kr/news/economy/view-amp/2022/01/85449/>(일본, 고독사 제로 프로젝트)
- <https://panion.com>(스웨덴, 사회적 연결 앱을 통한 외로움 해소)
- <https://qz.com/1660672/social-workers-in-spain-prescribe-pokemon-go-to-fight-loneliness/>(Larissa Hjorth & Jordi Piera Jimenez, 2019, Social workers in Spain are prescribing Pokémon Go to fight loneliness)
- <https://time.com/5833681/loneliness-covid-19/>(2019년 미국 외로움 조사)
- <https://www.bbc.com/worklife/article/20190821-why-so-many-young-swedes-live-a-lone>; <https://colive.se>(스웨덴, 공공주거와 사회적 연결 앱을 통한 외로움 해소)
- <https://www.calhope.org/>(미국 캘리포니아, callHOPE)
- <https://www.chcf.org/blog/pandemic-loneliness/>(미국 질병통제예방센터 연구 결과)
- <https://www.donga.com/news/Society/article/all/20211008/109624468/1>(영국, ‘고독을 끝내는 캠페인’ 웹사이트)
- <https://www.dw.com/en/japan-minister-of-loneliness-tackles-mental-health-crisis/a>

-57311880(일본 고독대책 담당 장관 임명)

<https://www.elis.go.kr>(자치법규정보시스템)

<https://www.gov.uk/government/news/joint-message-from-the-uk-and-japanese-loneliness-ministers>(영국과 일본 전담조직간 연계)

<https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-second-year/loneliness-annual-report-january-2021>(영국, 외로움 문제 해결을 위한 종합계획 수립)

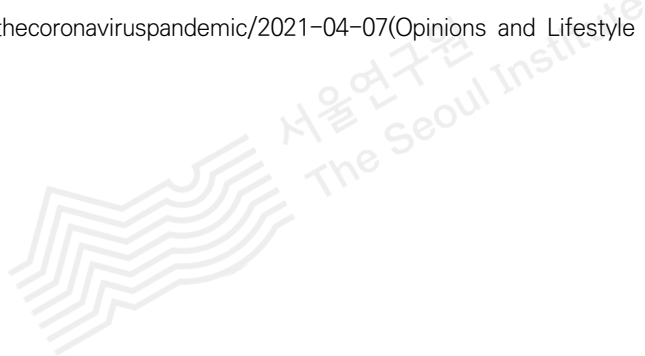
<https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-engagement-fund>(영국, 외로움 참여 기금 조성)

<https://www.joongang.co.kr/article/25038978#home>(중앙일보 기사, 2022. 1. 7)

<https://www.marmaladetrust.org/post/guest-blog-how-panion-is-tackling-loneliness-with-connection>(스웨덴, 사회적 연결 앱을 통한 외로움 해소)

<https://www.npr.org/2021/07/13/1015618618/loneliness-is-a-communal-experience-in-seek-you>(미국 Kristen Radtke, 사회적 고립)

<https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/mappinglonelinessduringthecoronaviruspandemic/2021-04-07>(Opinions and Lifestyle Survey)



부록

[부록 표 1] 1인가구 사회적 고립/고독사 관련 조례

제정일	조례명	계획의 수립과 시행	지원사업 내용
2017. 12.05	장수군 홀로 사는 노인과 장년층 1인가구 고독사 예방을 위한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 위험자 현황조사 및 등록관리 체계에 관한 사항 2. 고독사 위험자에 대한 개인별 맞춤형서비스 지원에 관한 사항 3. 고독사 위험자에 대한 고독사 예방을 위한 교육에 관한 사항 4. 고독사 노인 및 독거생활자 발견 후 장례서비스 제공에 관한 사항 5. 생활관리사의 정기적 방문 및 인부확인 등 서비스 제공에 관한 사항 6. 그밖에 고독사 위험자에 대한 예방대책과 관련하여 군수가 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리검사·치료 2. 생활관리사 등의 파견을 통한 말벗 및 안전 확인 등의 서비스 제공 3. 고독사 위험자가 사망하였을 때 무연고자일 경우 장례서비스 제공 4. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 연계 5. 그밖에 고독사 방지를 위해 군수가 필요하다고 인정하는 사업
2018. 11.15	창원시 홀로 사는 노인과 장년층 1인가구 고독사 예방 및 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 현황 조사 및 등록·관리 체계에 관한 사항 2. 개인별 맞춤형서비스 지원에 관한 사항 3. 정신보건 및 건강관리 상태에 관한 사항 4. 고독사 예방을 위한 교육에 관한 사항 5. 고독사 발견 후 장례서비스 제공에 관한 사항 6. 민간 부문의 참여 및 민간 자원의 활용 방안에 관한 사항 7. 지역사회 관심과 참여에 관한 사항 8. 그밖에 고독사 예방을 위해 시장이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리 검사·치료 2. 말벗 및 안전 확인 등의 서비스 제공 3. 가스·화재·활동 감지기 및 응급호출버튼 설치 4. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 연계 5. 고독사 위험자로 무연고 사망한 경우 장례서비스 제공 6. 그밖에 고독사 위험자에 대하여 시장이 필요하다고 인정하는 사항

제정일	조례명	계획의 수립과 시행	지원사업 내용
2019. 06.28	남동구 홀로 사는 노인과 장년층 1인가구 고독사 예방을 위한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 현황조사를 통한 고독사 위험자 등록·관리체계 구축에 관한 사항 2. 민간부문의 참여 및 민간자원의 활용 방안 3. 고독사 위험자 개인별 맞춤형 서비스 지원에 관한 사항 4. 고독사 위험자 정신보건 및 건강상태 관리에 관한 사항 5. 생활관리사의 정기적 방문 및 인부확인 등 서비스제공에 관한 사항 6. 고독사 발견후 징례서비스 제공에 관한 사항 7. 고독사 위험자에 대한 고독사 예방교육에 관한 사항 8. 그밖에 고독사 위험자에 대한 고독사 예방대책과 관련하여 구성원이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 생활관리사 파견을 통한 밀착, 안전 확인 등의 서비스 제공 3. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출버튼 설치 등 4. 고독사 위험자로 사망시 무연고자일 경우 징례서비스 제공 5. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 연계 6. 그밖에 지원이 필요하다고 구성원이 인정하는 사항
2019. 11.15	원주시 1인가구 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 사회적 고립가구 및 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 현황 조사 및 등록·관리 체계에 관한 사항 3. 개인별 맞춤형서비스 지원에 관한 사항 4. 고독사 위험자 발굴 및 사회안전망 구축에 관한 사항 5. 청년층·장년층·노인 등 생애주기별 고독사 예방대책 및 지원방안 6. 고독사 예방 교육 및 홍보에 관한 사항 7. 지역사회 관심과 참여에 관한 사항 8. 그밖에 고독사 예방을 위하여 시정이 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부 확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출버튼 설치 지원 4. 방문간호서비스 5. 다양한 마을공동체 등 사회적 관계형성을 위한 주민모임 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공 사업 7. 정보통신기술(CT)을 활용한 안전관리 체계 구축 및 운영 지원 8. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자의 경우 징례서비스 지원 10. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 시정이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 05.28	충주시 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립가구 지원에 관한 사항 3. 고독사 위험자의 발굴 및 사회안전망 구축에 관한 사항 4. 성별, 연령, 생애주기별 고독사 예방대책 및 지원방안 5. 사회적 고립 및 고독사 예방에 대한 지역사회의 관심과 민간 자원의 활용 방안 6. 고독사 예방 교육 및 홍보에 관한 사항 7. 그밖에 고독사 예방을 위해 시정이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리 상담 및 심리 치료 2. 정기적인 안부 확인 및 긴급 의료지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출버튼 등 안전을 위한 장치 설치 지원 4. 방문간호서비스 및 응급 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 사물인터넷(IoT, Internet of Things)기술 등을 활용한 인부확인서비스 7. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지자원의 발굴·연계 서비스 8. 문화·여가 프로그램 및 일자리 지원 사업 9. 그밖에 시정이 필요하다고 인정하는 사항 등

제정일	조례명	계획의 수립과 시행	지원사업 내용
2021. 05.31	진주시 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방 지원 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립가구 지원에 관한 사항 3. 고독사 위험자 발굴 및 사회안전망 구축에 관한 사항 4. 청년층·중년층·노년층 등 생애주기별 및 성별 고독사 예방대책과 지원방안 5. 고독사등 예방 교육 및 홍보에 관한 사항 6. 지역사회 관심과 참여에 관한 사항 7. 그밖에 고독사등 예방을 위하여 시장이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 긴급의료 지원 3. 가스·화재 감지기 및 응급호출장치 등 안전시설물 설치 지원 4. 방문간호서비스 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 6. 식료품, 생필품 등 제공을 통한 안부확인 사업 7. 사물인터넷(IOT)기술, 빅데이터 분석기술 등을 이용한 안부확인 서비스 등 8. 지역사회 민간복지 자원의 발굴·연계 서비스 9. 그밖에 고독사 예방을 위해 시장이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 06.30	부산광역시 영도구 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 사회적 고립 및 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립 및 고독사 위험자에 대한 실태조사와 현황 3. 사회적 고립 및 고독사 위험자의 발굴 및 관리시스템 구축 4. 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 사항 5. 사회적 고립 및 고독사 예방에 대한 지역사회의 관심과 민간차원의 활용방안 6. 사회적 고립가구 및 고독사 위험자에 대한 맞춤형 복지서비스 지원에 관한 사항 7. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위하여 구청장이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 지원 2. 정기적인 안부확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출장치의 설치 지원 4. 방문간호서비스 및 구급용품 지원 5. 사회적 관계형성을 위한 주민모임 운영지원 6. 반찬 등 식품 지원 7. 사물인터넷(IoT, Internet of Things) 기술 등을 활용한 안부확인 서비스 지원 8. 정부지원 사업 및 지역사회 민간복지지원의 발굴·연계서비스 지원 9. 문화·여가 프로그램 및 일자리사업 지원 10. 그밖에 구청장이 지원이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 07.14	옥천군 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립가구 실태조사 및 지원에 관한 사항 3. 고독사 위험자 발굴 및 사회안전망 구축에 관한 사항 4. 고독사 예방 교육 및 홍보에 관한 사항 5. 지역사회 관심과 참여에 관한 사항 6. 그밖에 고독사 예방을 위하여 군수가 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 가스·화재 등 응급호출버튼 설치 지원 3. 방문간호서비스 4. 정보통신기술 등을 활용한 안부확인서비스 5. 정부지원 사업 및 지역사회 민간복지 지원 발굴·연계 서비스 6. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 7. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 군수가 필요하다고 인정하는 지원

제정일	조례명	계획의 수립과 시행	지원사업 내용
<p>2021. 08.03</p>	<p>의왕시 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립가구 실태조사 및 지원에 관한 사항 3. 고독사 위험자 맞춤형 서비스 지원에 관한 사항 4. 고독사 예방 교육 및 연구지원에 관한 사항 5. 민간부문의 참여 및 민간지원의 활용 방안 6. 그밖에 고독사 예방을 위하여 시정이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 정기적인 안부 확인 및 긴급의료 지원 3. 안전 확인이 가능한 장치 등 설치 지원 4. 방문긴호서비스 5. 사회적 관계형성을 위한 주민모임 및 사업 운영 6. 반찬 및 건강음료 제공사업 7. IOT(사물인터넷)기술 등을 활용한 안부확인서비스 8. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자의 경우 장례서비스 지원 10. 일자리 알선 11. 고독사 예방을 위하여 사회적 고립 가구 발굴·연계를 위한 민간 인력 운영 및 활동 지원 12. 그밖에 고독사 예방을 위해 시정이 필요하다고 인정하는 지원
<p>2021. 09.27</p>	<p>울산광역시 중구 1인가구의 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 조례</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 사회적 고립 및 고독사 예방을 위한 기본방향 및 목표 2. 사회적 고립가구 및 고독사 위험자에 대한 실태조사 및 현황 3. 사회적 고립가구 및 고독사 위험자의 발굴 및 관리시스템 구축 4. 성별, 연령, 생애주기별 사회적 고립 및 고독사 예방에 관한 사항 5. 사회적 고립가구 및 고독사 위험자에 대한 맞춤형 복지서비스 지원에 관한 사항 6. 사회적 고립 및 고독사 예방에 대한 지역사회의 관심과 민간 자원의 활용 방안 7. 사회적 고립 및 고독사 예방 교육 및 홍보 8. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 구정정이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 지원 2. 정기적인 안부 확인 및 긴급의료 지원 3. 가스·화재·활동감지기 및 응급호출장치의 설치 지원 4. 방문긴호서비스 및 구급용품 지원 5. 사회적 관계 형성을 위한 주민모임 운영 지원 6. 반찬 등 식품 지원 7. 사물인터넷(IoT, Internet of Things) 기술 등을 활용한 안부 확인 서비스 지원 8. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지자원의 발굴·연계 서비스 9. 무연고 사망자에 대한 장례서비스 지원 10. 문화회가 프로그램 및 일자리 지원 11. 그밖에 사회적 고립 및 고독사 예방을 위해 구정정이 필요하다고 인정하는 사업

제정일	조례명	계획의 수립과 시행	지원사업 내용
2021. 10.01	광주광역시 광산구 1인가구 사회적 고립 및 고독사 예방 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 고독사 예방을 위한 기본 방향 및 목표 2. 고독사 위험자 발굴 및 사회안전망 구축에 관한 사항 3. 생애주기별 고독사 예방대책 및 지원방안 4. 고독사 예방 교육 및 홍보에 관한 사항 5. 지역사회 관심과 참여에 관한 사항 6. 그밖에 고독사 예방을 위하여 규정장이 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 사회적 돌봄 서비스 3. 사회적 관계 형성을 위한 주민 모임 운영 4. 정부 지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 발굴·연계 서비스 5. 그밖에 고독사 예방을 위해 규정장이 필요하다고 인정하는 사업
2021. 11.15	태백시 홀로 사는 노인과 장년층 1인가구 고독사 예방 및 지원에 관한 조례	<ol style="list-style-type: none"> 1. 현황조사를 통한 고독사 위험자 등록·관리체계 구축에 관한 사항 2. 민간부문의 참여 및 민간자원의 활용 방안 3. 고독사 위험자 개인별 맞춤형 서비스 지원에 관한 사항 4. 고독사 위험자 정신보건 및 건강상태 관리에 관한 사항 5. 고독사 위험자에 대한 고독사 예방교육에 관한 사항 6. 1인가구의 지역사회안전망 강화에 관한 사항 7. 그밖에 고독사 위험자에 대한 고독사 예방대책과 관련하여 시장이 필요하다고 인정하는 사항 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 심리상담 및 심리치료 2. 생활관리사 등의 파견을 통한 말벗, 안전 확인 등의 서비스 제공 3. 위기상황 대처 및 범죄예방 등 사회안전망 구축 (개정 2021.11.15.) 4. 가사·화재·활동감지기 및 응급호출 버튼 설치 5. 고독사 위험자로 사망시 무연고자일 경우 장례서비스 제공 6. 정부지원사업 및 지역사회 민간복지 자원 연계 7. 그밖에 지원이 필요하다고 시장이 인정하는 사항 등

자료: 자치법규정보시스템(<https://www.elis.go.kr>)

[부록 표 2] 정부 및 지자체 1인가구 정책 지원사업

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
마음 건강 진단 및 상담	QR 코드 마음건강 선별검사	서울시				0	0	0	자치구 지역주민 누구나(강북구, 동대문구)	우울증 고위험군 조기 발견을 위한 비대면 설문 검진 및 맞춤형 사례관리 제공: 마음건강 설문지를 제작하여 QR코드가 찍힌 전단지 등을 통해 검사 진행 후 정신건강복지센터에서 상담 및 사후관리
	마음건강검진. 상담 지원 사업	서울시				0	0	0	서울시민(만 19세이상) 정신전문의료기관(204개소)을 통한 마음건강검진 지원(최대 3회)	
		노원구 관진구 마포구	0						1인가구 포함 만 19세 이상 모든 주민	정신의료기관에서 우울증 등 정신건강검진 및 상담에 따른 본인부담금 지원금액 내에서 검진기관에 지급하는 방식(1회 총 8만 원 한도, 3회차로 나누어 지원)
	생명이음 청진기 확대	서울시	0						20-60세 1인가구 중 우울 위험군에 속하는 자	다인가구에 비해 우울감 경험률이 높은 1인가구의 마음건강 관리를 위한 사업 우울 및 자살 고위험군에 대한 전문적 검진 및 위기상담 서비스 제공
	어르신 상담센터	서울시						0		어르신의 건강한 노후와 행복한 가정생활을 위한 종합상담 제공, 면접상담, 전화상담, 찾아가는 상담, 온라인 상담 등 무료 운영

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용	
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년			
마을 건강 진단 및 상담	서울시 "모두다" 상담지원	서울시			0	0	0	0	서울시민 누구나 모두 이용 가능	서울시민들을 위한 심리안정 서비스 제공 - 누구나 챗봇 서비스 제공	
	서울 심리지원센터 운영	서울시			0	0	0	0	서울시민(만 19세 이상) 무료 심리상담 서비스 지원(최대 8회), 동남, 동북, 서남권 3개 센터 운영		
	25개 자치구 및 광역 정신건강복지센터 운영(블루터치)	중앙정부 25개 자치구	0		0	0	0	0	0	서울시 정신건강복지센터 운영(25개구, 1개소씩), 지역정신건강돌봄서비스지원	
	1인가구 지원센터 운영	25개 자치구	0							상담 프로그램 진행, 교육 및 여가문화 프로그램 진행, 사회적 관계망 지원	
	자살예방 및 생명존중 사업	강북구	0						강북구민 중 자살에 대한 생각이 있는 누구나	산속한 위기개입 및 지속적 사후관리, 자살 시(의)도자 응급서비스 지원, 건강위험요인 및 건강문제별 건강관리 서비스 제공, 만성질환이 있는 어르신 및 건강취약계층에 찾아가는 건강관리서비스 제공	
	2030 청년마음 인아주기	관악구			0				관악구 거주 2030 세대 청년 및 1인가구	개인별 맞춤형 심리상담, 마음치유 프로그램, 생명지킴이 활동가 양성	
	여성어르신 1인가구 자조모임 프로그램 '별별마을'	마포구			0				저소득 독거 여성어르신 1인가구	마을별 자조모임 진행을 통한 사회적 관계망 형성	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
마음 건강 진단 및 상담	배우자 사별 여성독거노인을 위한 애도 집단프로그램 'Well-by, 반짝이는 마음표'	마포구			0				배우자 사별 5년 이내 우울과 슬픔을 겪고 있는 여성 독거 어르신	애도건강관점 집단프로그램(애도과정 단계에 기반한 집단프로그램 제공, 가정 내 활용할 수 있는 애도활동 KIT 제공 및 온라인프로그램 제공)
	서리풀 키운슬러	서초구	0							불안, 우울증 등에 대한 심리상담(연 6회), 법률, 재무 등 전문상담 지원(연 2회)
	1인가구 병원 안심동행 서비스	서울시	0							사회적 연계망이 없는 1인가구가 병원에 가야 할 때 시간당 5,000원의 비용으로 병원방문, 접수, 귀가를 도와주는 서비스
건강 관리 및 식생활 지원	서리풀 건강119	서초구	0			0	0	만 65세 미만 서초구 거주 1인가구		감작스러운 건강 돌봄이 필요한 경우 임퇴 원, 통원도움, 단기간병 지원
	범문건강관리 사업	서울시	0				0			찾동 방문간호사가 독거노인, 건강 취약 중장년 1인가구를 방문해 건강상태 평가 하고 맞춤형 건강관리 솔루션 제공
	1인 중장년층 보건·복지 통합돌봄 '더-이음'	마포구					0			맞춤형 서비스(건강검진, 자조모임 등) 제 공과 관리(건강코디네이터 사례관리, 전담 주치의 의료서비스, 문화활동 프로그램 등)

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
건강 관리 및 생활 지원	취약계층 및 방문건강관리 사업	강북구	0					0	기초생활수급자 및 차상위계층, 홀몸 어르신, 복한이탈주민, 다문화가족 등 건강취약계층, 만 65세 및 70세 도래 어르신	건강위험요인 및 건강문제별 건강관리 서비스 제공, 만성질환이 있는 어르신 및 건강취약계층에 찾아가는 건강관리서비스 제공, 만성질환 관리 및 합병증 예방을 위한 프로그램 제공 및 연계, 건강 요구도에 따른 지역 내 공공/민간 자원 연계
	지역밀착형 1인가구 건강복지 지원	관악구	0						관악구 대학동 거주 저소득 취약계층 1인가구(동주민센터 복지플래너, 민간 단체 등을 통해 발굴, 선정된 1인가구)	지역 특성 반영한 식사, 건강 지원 및 심리 정서 상담 프로그램 운영, 이웃과 원활한 소통을 위한 사회적 관계 형성 프로그램 운영

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
건강 관리 및 식생활 지원	1인가구 자기돌봄 소셜 데이닝	강남구	0						1인가구의 건강한 식생활을 위한 이론 교육과 실습 교육을 병행 (참여자에게 식재료를 배송하고 강사의 안내에 따라 직접 요리하는 비대면 프로그램 등)	
	저소득 어르신 급식지원사업	강북구					0	결식우려가 있는 만 60세 이상 저소득 어르신 (경로식당: 만 60세 이상, 도시락/밀반찬 배달: 만 65세 이상)	1) 경로식당: 저소득 어르신에게 주 6회 중식 제공 2) 밀반찬 배달: 거동이 불편한 저소득 어르신에게 주2회 밀반찬 배달 3) 도시락 배달: 거동이 불편한 저소득 어르신에게 주7회 도시락 배달	
	중장년 1인가구 밀키트 지원	관악구					0	동주민센터(북지플레너), 통반장 등을 통해 발굴, 선정된 고독사 위험 1인가구	1인당 20회 밀키트, 발효유 지원 및 기타 지원 연계, 매주 2회 HY 프레스메니저가 정 방문해 물품 전달 및 안부확인	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
건강 관리 및 식생활 지원	위기가정 반찬배달 사업 '1인가구 함께밥상'	도봉구					0	0	민간복지거점기관(3개소)에서 매주 반찬 직접 제작, 민간복지거점기관 및 동주민센 터에서 1인 단독가구에겐 전달 및 모니터 링 활동 추진	
	저소득 독거노인 무료 급식 지원	동대문구						0	경로식당 운영, 도시락 및 밀반찬 배달	
	남성 독거 어르신 밀반찬 지원사업 '듣듣찬'	마포구		0					밀반찬 지원, 안전확인 및 정서지원	
	독거남성 반찬 지원 '삼시세끼'	서대문구		0				저소득 독거남성 가구	반찬가게 쿠폰 지원	
	중장년 혼밥세트/ 혼밥세트 배달사업	서대문구				0	0	홍제5동 거주 기초생활수급 자 독거 1인가구	혼밥세트 지원	
	혼밥프로젝트	서초구	0						혼식당 선정 및 운영, 명절과 각종 기념일 에 식사 또는 밀키트 제공	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
사회적 관계망	1인가구 사회적 관계망 사업	서울시	0							1인가구의 다양한 특성을 반영한 프로그램 지원 및 커뮤니티공간 확충 1인가구 생애주기를 반영한 타깃 대상별 특화서비스 제공 도심권 청년마음상담소(성동) 운영하여 청년 사회관계망 형성, 마음친구 자조모임, 교육, 힐링캠프, 토크 콘서트, 청년심층상담 지원 등
	청년 마음잇기 사업	서울시			0				고민을 털어 놓고 싶은 누구나	상담 전문교육을 받은 50+세대가 비밀상담원이 되어 청년들의 심화된 고민에 대한 해결책 마련(50+재단과 SK행복나눔재단)
	청년인생상담가	서울시			0				서울 거주 만19~34세 고립·은둔 청년 400여명	사각지대 청년을 활력 정도에 따라 고립청년, 은둔 청년 두 층위로 구분하여 각 대상층 맞춤형 프로그램 지원 은둔청년: 은둔형외톨이 특화 상담프로그램, 당사자모임, 부모아카데미 등 고립청년: 관계기술, 진로탐색 및 역량강화 프로그램, 심리정서 지원 및 개별 코디네이팅 지원 등
	은둔형, 고립형 청년 지원	서울시			0				멘토: 심리상담 요건 충족자 멘토·심리상담이 필요한 서울 생활권 1인가구	[멘토] 교육 지원 및 활동비 지원 [멘티] 연령, 관심분야 등 특성을 고려하여 멘토와 1:1 매칭 상담 진행

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
사회적 관계망	도시 텃밭을 활용한 1인가구 소셜다이닝 프로그램 운영	서울시	0						도시 텃밭을 소셜다이닝 공간으로 활용하여 1인가구들이 모여 함께 텃밭을 기르고 밥상나눔 등 다양한 프로그램 운영	
	1인가구 텃밭 분양 <마이 라틀 포레스트>	강남구	0					강남 1인가구 커뮤니티센터 STAY.G의 G멤버십 가입자(강남구 거주 등 1인가구)	스마트텃밭의 상추 3모종을 분양	
	행복한 밥상	서울시	0				0		유희공간을 활용해 '공동부엌' 조성, 중장년 1인가구가 함께 음식을 만들고 나누는 소셜 다이닝 프로그램 운영 중장년 1인가구 밀집지역 10개소 1,200명 대상 시범운영(2022년 기준)	
	저차구 1인가구 지원센터 체계 및 관계 형성 프로그램 확대	서울시	0						서울시 1인가구 지원센터 확대 및 1인가구 지원 프로그램 확대 운영	
	멘티·멘토 프로그램	서울시	0						멘토단(심리 전문가, 자원봉사자 등)이 1:1 또는 1:다 멘토링을 통해 1인가구의 고립감과 우울감 해소 및 사회적 관계 개선·형성 지원	
	중장년 1인가구 커뮤니티 지원	서울시	0				0	서울시 중장년 (50-64세)	커뮤니티 공간, 상담, 맞춤형 교육, 커뮤니티 등 다양한 활동 참여	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
사회적 관계망	청춘벨딩	금천구				○			공간 대관(커뮤니티 공간, 공유주방 등), 시연있는 세탁소(1인가구 청년의 세탁불 편 해소를 위한 코인세탁방 운영), 청년마음공방(생활 공구 대여 및 공구 무료 대여를 활용한 집수리 프로그램 제공)등	
	청년 1인가구 커뮤니티 교실 운영	관악구				○			온라인 플랫폼을 활용한 '출로배움' 교실(청년들의 고립감 해소를 위한 시민교실, 재무분석교실 등 교육을 통한 사회적 관계망 형성 기회 제공), 마음건강 치유상담소 '토닥토닥' 교실(청년의 고유한 강점 발견을 통한 본질적인 자기이해 능력 기회 제공)	
	1인가구 청년이랑	마포구				○			다양한 프로그램 무료 참여	
	응기꿈기	마포구					○	65세 이상 독거 여성 어르신	월 4회 비느질 모임(교육 2회, 자조모임 2회), 연 1회 나눔이, 특별 문화체험 연 2회	
	싱글라이프마스터	마포구					○	독거 남성 어르신	요리교실, 음악교실 등 진행	
	싱글싱글 문화교실	서초구	○						요리, 목공, 캘리그래피 등 문화교실 운영	
	싱글싱글 동아리	서초구	○						여가, 문화, 건강 등 관심분야별 동아리 활동비 지원	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	우리동네 돌봄단 (고독사 예방 살피미)	25개 자치구	0						취약계층, 복지사각 지대에 놓인 1인가구 1) 필수임무: 정기적인 가정방문 및 안부확인 실시(대상: 1인 중장년/어르신 가구, 복지대상자 1인가구, 주거취약계층, 고위험 가구 등) 2) 부수적 임무: 위기가구, 취약계층 발굴 등 복지사각지대 발굴, 나눔가게 등 민간자원 및 공적서비스 정보제공 및	
	서울 살피미 엠 지원 (취약계층 안전확인)	25개 자치구	0			0		고독사 위험가구 등 안전 확인이 필요한 취약계층	고독사 위험가구 등 안전 확인이 필요한 취약계층에게 서울 살피미엠을 설치하여 상시 안전 확인 및 신속한 위기 대응	
	시를 활용한 생활관리 서비스	서울시	0			0		중장년 1인가구	시가 진화를 걸어 안부 확인하고 식사·운동 등 개인에 맞는 생활 습관 관리 시 기술을 기반으로 한 맞춤형 인형 보급 및 운영 - 어르신 일상케어: 대화 및 생활습관 모니터링 - 질병예방 및 위기상황 관리(악복응 관리 및 위험 키워드 실시간 알림)	
	'인형, 내 친구 꿈동이'	동대문구					0	노인맞춤돌봄 서비스 대상자 중 차매 자살 고위험 어르신		

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	AI 인공지능 돌보미 사업	서대문구					0	0	0	AI 인공지능 스피커 설치 및 케어메니저의 모니터링 서비스 제공 - 가정 내 아리아(AI 스피커) 기기 지원 - 봉사단 방문을 통한 말벗 및 정서지원, 자조모임 형성 - 긴급SOS 기능을 통한 안전지원 서비스 - 두뇌향상프로그램을 통한 치매예방 서비스
	인공지능(AI) 스피커를 활용한 어르신 고독사 예방 사업	중랑구						0	0	인적 인공지능 체계를 강화하여 위험 상황에 신속하게 대처 돌봄플러그가 설치 세대의 특성에 따라 고 위험, 위험, 일반군으로 나눠 모니터링 및 맞춤형 찾아가는 서비스 제공
	스마트 돌봄 플러그 설치 사업	경기도 시흥시				0	0	0	청·중장년 취약계층	- 취약 어르신 가정에 사물인터넷 IoT 기
	IoT 서비스를 통한 건강·안전 지원	서울시						0	0	술을 활용한 스마트 기기를 설치하고 모니터링 하여 어르신의 활동상황, 집안 상태 등 현황을 파악 - 이상 또는 의심시 긴급조치(119 신고 등) 복지서비스 제공
	고독사 예방을 위한 스마트 플러그 운영/ IoT 활용	강동구					0	0	0	지원대상자의 실내 활동을 감지하는 스마트 플러그 설치, 대상자의 활동이 감지되지 않을 경우 인부 확인 및 응급상황 대처

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	고독사 예방을 위한 스마트 플러그 운영/ IoT 활용	강북구 용산구					0		만 50~64세 중장년 가구 위주 (고독사 위험 1인가구)	1) 고독사 위험 1인가구(중장년 1인가구 위주)에 스마트 플러그를 설치하여 전 력량 및 조도 측정 센서로 실시간 안부 확인 추진 2) 일정시간 전력량 및 조도 변화가 없을 시 동주민센터 일립 통보 및 알림 통보 시 유선상 안부 확인 실시
		관악구 광진구 도봉구 영등포구 중랑구					0		중장년,인, 일교을 중독 등 거동불편자 등 고위험 1인 중장년 가구	IoT 스마트 플러그 기기활용 안부서비스 제공
		동대문구 동작구 마포구 성북구 은평구 중랑구 금천구 용산구					0	0		노인맞춤돌봄 서비스 대상자 중 안전, 건강 취약 독거노인, 고독사 위험 중장년 1인가구
		서초구	0					서초구 거주 1인가구	스마트 돌봄플러그 설치(전력 및 조도변화 측정하는 플러그 설치 및 모니터링)	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	고독사 예방을 위한 스마트 플러그 운영/ IoT 활용	종로구					0	저소득 중장년 1인가구 중 고독사 위험이 높은 대상자 및 복지플래너 추천	본체에 가전제품 플러그를 꽂아 전력량 및 조도변화를 확인	
		강남구	0					TV 안부확인 서비스, 스마트 문열림센서 지원 및 3일 이상 출입내역이 없는 경우 안부확인 진행, 중장년 스마트플러그 지원 및 전기사용량과 조도 감지를 통해 이상신 호가 감지되는 경우 안부확인 진행		
	경기도 평택시	0				0	1인가구	1인가구 200명의 전력과 이동통신 사용 패턴에서 이상징후가 감지되면 해당 읍·면·동 사회복지 담당자에게 알려 신속한 응급대응체계 구축		
	경기도 성남시	0				0		인터넷망과 연결돼 집안의 변화를 8시간 내 감지 뎀 '정상', 12시간 내 미감지는 '주의', 24시간 내는 '경보', 24시간 이상 경과는 '위험' 등 4개 단계로 구분한 고독사 예방 및 안전망 구축 사업		
	경기도 구리시	0						65세 미만 1인가구 중 사회적 고립 위기 가구 실태를 파악하여 맞춤형 서비스 제공 및 지역사회 돌봄 기능 강화		

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	반려식물 보금	경기도 성남시	0				0	40~64세의 기초생활보장 수급자 등 고독사 고위험군으로 분류된 분류된 300가구	반려식물(꽃기린, 홍콩아저, 천남금, 아지리아 등) 제공	
	사회적 고립 가구 전수조사	부산시	0					전입세대 1인가구를 대상으로 생활실태, 주거환경 등을 조사하고 복지사각시대 발굴하여 경제(꿈&빛 복지위기기구 발굴카드), 심층상담 연계 등을 통한 맞춤형 서비스 제공		
	이웃 살피미	강남구 금천구 도봉구	0					동주민센터에서 취약계층 중 지속적인 안부 확인이 필요한 대상자 선정, 이웃살피미가 직접 발굴	정기 가정방문 및 전화 등 안부확인서비스 제공, 유대관계 형성 및 비정기 생필품 지원, 위기상황 발견 시 동주민센터 신고 등	
	안부확인 서비스 (음성 및 문자메시지)	강남구	0					고독사 위험 가구 등 안부 확인이 필요한 취약계층	주 1회 이상 전화 형태로 음성메시지 전송을 통해 안부 확인, 전화 5회 이상 무응답 시 보호자에게 연락 또는 가정방문을 통한 안부 확인, 음성메시지를 통해 생활정보와 복지정보 등 제공	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	안부확인 서비스 (음성 및 문자메시지)	광진구					0		정기적인 안부확인미 필요한 고독사위험군 (만 50세 이상 1인가구)	대상자의 통신기기 수·발신 기록이 일정기간 없으면 안부콜(ARS) 발송 및 동주민센터 담당자에게 실시간 통보하여 대상자의 안부확인 실시
			마포구	0					안부확인미 필요한 사회적 고립 위기가구	1차(시스템): 대상자별 휴대전화 통화이력 분석 2차(시스템): 자동발신 안부콜 수신여부 확인 3차(현장확인): 1차~2차 미확인자 동복지킴이인력 직접 안부확인(방문 또는 전화)
		서대문구					0			위험도에 따른 알람주기 설정 및 안부 확인(위험도에 따라 1~5일간 알람주기 설정, 알람 주기별 대상자 안부확인 연락실패시, 미확인 대상자 동주민센터 직원이 직접 확인)
		서초구	0							안부문안: 정기적인 음성메시지 발송 후 미응답자에 전화 및 방문확인
		성동구 용산구	0							접전화 및 휴대폰이 일정기간 사용되지 않을 경우 동주민센터 우리동네 주무관이 안부를 확인
		송파구	0						고독사 위험 가구	사회적 고립의심가구에 대한 주기적인 안부 확인(주 2회 안부확인 메시지 전송, 3회 이상 미응답 가구 현장방문)

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	노인 자살 예방 '말벗 서비스' 프로그램	송파구						0	자살 잠재위험군 독거노인 주변의 이웃에게 이웃에게 관심을 가지고 활동한 의지를 가진 주민 누구나 참여 가능	전화, 가정방문을 통한 심리서비스를 제공(주 1회 전화 또는 문자, 월 1회 가정방문 등) 1) 명예사회복지공무원: 어려운 이웃을 발굴 및 지원하는 무보수·명예직의 지역주민(업체), 도움이 필요한 이웃에 대한 적극적인 제보, 위기기구 발굴 및 지원 참여에 대한 홍보 활동 2) 우리동네돌봄단: 고독사 위험 가구, 복지대상자 등 정기적인 가정방문 및 안부확인 실시
	주민주도 복지공동체 운영	강북구	0						기존 복지서비스의 시각지대에 속한 소외 어르신, 기관 추천	병원 동행 서비스, 핸디맨 서비스(안전순찰이, 가스차단기 등 설치 및 현관방충망, 욕실환풍기 설치), 미이용서비스 등
	1인가구 독거노인 돌봄 네트워크 구축	동작구						0	노인 맞춤형 돌봄서비스 및 재가서비스를 받지 않는 어르신 중 주기적으로 안부확인이 필요한 독거노인	- 지역실정을 잘 알고 있는 주민들과 독거노인과의 상호 연계를 통해 복지안전망을 구축하고 독거노인 돌봄 제공 - 어르신 인부 및 건강상태 확인, 밀착 등 정서적 안정 지원(주 1회 이상 전화, 월 1회 이상 가정방문)
	지역자원을 폭넓게 활용한 독거노인 돌봄 운영	송파구						0		

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	노인맞춤 돌봄 서비스	강북구 동대문구 서초구 성북구 중랑구 은평구 중구 용산구						0	만 65세 이상 국민기초생활 수급자, 차상위계층, 기초연금 수급자 중 돌봄이 필요한 어르신	1) 직접 서비스: 인지기원(안전인부확인, 말벗, 정보제공 등), 사회참여(친구 만들기, 자조 모임, 함께 걷기 등), 생활교육(건강 운동 교육, 우울 예방 인지 활동 프로그램 제공), 일상생활 지원(이동, 가사지원) 2) 특화서비스: 은둔형, 우울형 노인을 대상으로 개별 맞춤형 상담 및 집단 활동
		강북구 성북구	0					장애인활동 지원 수급자로 독거, 취약가구 등으로 상시 보호가 필요한 장애인 (1순위: 1인가구)	가정 내 장비(화재·가스·동작감지센서, 응급호출기 등) 설치 및 장비 점검, 응급상황 대응, 구호활동 모나터링, 지역사회 자원 발굴 및 연계	
	장애인 1인가구 지원사업	마포구	0					등록 장애인 및 가족	정기상담 및 인위 여부 확인	
	미음돌보미	성북구	0					지식 고위험군	미음 돌봄대상자에게 심리·정서 지지 서비스(동행법상, 생신잔치 등) 제공, 미음돌보미 1인당 3명 이내 서비스 대상 매지	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	중장년층을 위한 희망메시지	성북구					0		고시원 발굴하여 지역방문활동가 방문, 자살고위험군 사례개입 및 전문상담, 맞춤형 복지 서비스 제공 및 사회적 관계망 구축	
	건강음료 안부확인 사업	강북구	0					1) 건강음료(우유, 유산균 음료) 주 4회(월 16회) 배달 2) 안부확인(전화 모니터링)		
	졸은날 영양죽 배달사업	도봉구					0	저소득 취약계층으로 안부확인이 필요한 독거 어르신 및 중증장애인	매주 영양죽 배달을 통해 독거노인 등 결식예방, 매주 화요일 오전 동지역사회보장협의체 위원이 가정방문하여 영양죽 배달 및 안부확인	
	마블 협의체 사업	서대문구	0					기초생활수급 자 독거 1인가구	삼계탕 및 김치 나눔, 수제 딸기잼 나눔, 요구르트 배달 사업	
	출몰 어르신 우유 배달 사업	종로구					0	국민기초생활 보장수급자 및 저소득, 장애 어르신	대상자 가구에 격일 우유 배달, 배달을 통해 어르신들의 안부와 건강 확인, 배달 중 대상자의 집 앞에 우유가 며칠 동안 그대로 쌓여 있거나 대상자의 건강에 문제가 있다고 판단되는 경우 즉시 동주민센터로 연락	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	찾아가는 문안 배송	승파구	0						1인가구 중 거동이 불편한 자 및 물품 배송서비스 희망자	1월 1회 푸드마켓 차량이용 가정으로 물품전달(대상자가 원하는 물품을 앱 또는 전화로 주문)
	독거노인 안전 살핌을 위한 음료 지원	양천구 은평구					0	국민기초수급자 및 차상위계층 1인가구 독거노인	1인당 주 2~3개 메치니코프 140ml 배달, 한국 아쿠르트 배달원이 직접 방문을 통해 전달하며 안부 확인, 위기상황 발견 시 즉시 동주민센터 및 119 신고를 통해 즉각 대처하여 사고 예방 및 신속 처리	
	저소득 어르신 건강음료 지원사업	용산구					0	생계·의료 수급자 중 만 65세 이상 홀몸 어르신	한국 아쿠르트 배달원이 주 3회 건강음료 제공(어르신의 안부 확인, 메치니코프 제공)	
	저소득 홀몸 어르신 영양주 지원	은평구					0		분발형 영양주 전달 및 안부 확인	
	중장년 음료 배달	은평구					0	중장년 1인가구 중 중증·만성질환자 등 고독사 위험이 있는 140가구	주 3회 건강음료(유제품) 배달, 배달사원이 안부확인으로 정서적 지원 및 응급상황 확인, 응급상황 발생시 경찰·소방서 신고, 병원이송, 긴급지원 등 긴급대처 실시	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
고독사 예방 및 관리	송파샘 생애주기별 맞춤형 교육	송파구	0						1인가구 맞춤형 5개 강좌 운영 - 청년: 진짜 어른 원정대(정리수납, 공구사용법, 친구교체) - 중장년: 나를 위한 싱클래이프(예술, 여행) - 어르신: 슬기로운 인생학교(웹다잉, 자서전)	
	고독사 예방 치유농업 프로그램	중랑구				0	0		상지텃밭 가꾸기, 반려식물 키우기, 텃밭가꾸기	
기타	청년 기 살리기 (미라클 파워) 프로젝트 추진	서울시				0			청년 페스티벌, 청년영화제, 미라클 도쿄 콘서트 등 행사 개최 청년 홍보대사 위촉으로 청년의 건강한 일 상 응원	
	가사·간병 방문 지원사업	강북구	0					만 65세 미만 국민기초생활 수급자 및 차상위계층 중 가사·간병 서비스가 필요한 자	1) 신제수발 지원: 목욕, 대소변, 옷 갈아 입히기, 세면, 식사보조 등 2) 가사지원: 청소, 식사 준비, 양육 보조 등 3) 일상생활 지원: 사회활동 지원, 정서적 지원	

지원 유형	사업명	지역	지원대상						지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년	노년		
기타	돌봄 SOS 센터 운영	강북구 노원구 관악구 도봉구					0	0	긴급하고 일시적으로 돌봄이 필요한 50세 이상 중·장년, 어르신, 장애인	일시제가서비스, 단기시설키서비스, 동행지원서비스, 주거편의서비스, 식사지원서비스, 정보상담서비스
	독거노인 낙상 예방 및 안전용품 지원	관악구					0	만 65세 이상 저소득 독거노인으로 주거환경, 건강문제 등으로 낙상사고 예방이 필요한 취약계층	주거환경, 건강상태, 어르신의 욕구에 맞춰 가정 내 낙상 예방 물품 및 생활 안전용품을 제공하고 낙상사고 예방 및 대처 교육 실시	
	금천형 밑반찬 지원 바우처 사업 '다함께 찬찬찬'	금천구					0		바우처 카드로 가맹되어 있는 관내 반찬가게 21개소에서 월 4만 원의 한도 내 반찬을 직접 구매, 돌봄이 필요한 저소득 중장년 1인가구 돌봄 대상자를 고려하여 동별 배정	
	1인가구 카카오톡 채널 운영	중구	0						카카오톡 채널을 통해 1인가구를 위한 정보 공유 및 소통	

지원 유형	사업명	지역	지원대상					지원기준	지원내용
			1인	남성	여성	청년	중장년		
기타	50스타트센터 '희망의 집금다리'	양천구					0		<ul style="list-style-type: none"> - 식생활 지원(식생활 어려움이 있는 독거 남성에게 정기적인 밀반찬 제공을 통해 안정적인 균형있는 식생활 지원) - 5060 아는 형님(사회적 관계망 형성 프로그램 집단 프로그램 운영) - 스마트정보화 교육(스마트폰 기초, 어플 설치 및 삭제방법, 카카오톡, 키오스크 교육 등) - 힐링커피 아카데미(바리스타교육, 핸드드립, 에스프레소 머신 특강, 자조모임 등) - 나바카페 운영: 구민 누구나 이용할 수 있는 카페 운영, 기관 홍보 및 50대 독거민의 소통 공간으로 활용

출처: 성남시 중장년 1인가구 고독사 예방·안전망 확충, 2021, 성남시 보도자료(2021.10.27); 성남시 1인가구 동아리 지원...월 3만 원 활동비 지원, 2022, 성남시 보도자료(2022.01.13.); 서울시, 139만 1인가구 4대 안심 '생활밀착형 지원' 올해부터 본격화, 2022, 서울시 보도자료(2022.1.18.); 2020년 사회적 고립가구 관리 추진계획, 2020, 부산시 복지정책과 계획(2020.06.23.)

A Study on the Current Status of Social Loneliness and Isolation of Single-person Households in Seoul and Response Strategies

Seong-Ah Kim·Min-Jin Park·Jung-Ah Kim

As single-person households are rapidly increasing due to rapid aging, delayed marriage and declining fertility rates, and an increase in divorce rates, loneliness has been regarded as new social epidemics. The problem of social loneliness and isolation is no longer an individual problem, but a social problem, and it is necessary to prepare a policy to actively prevent it. This study aimed to analyze the rate of loneliness and social isolation of single-person households, categorize the problems of loneliness and social isolation of single-person households, and identify the characteristics of each type in order to provide basic data for single-person households.

Among single-person households in Seoul, the proportion of people with loneliness, social isolation, and depression were 62.1%, 13.6%, and 7.6%, respectively. Single-person households in Seoul are classified into four types according to the characteristics of loneliness, social isolation, and mental health problems: 'loneliness group', 'isolation group', 'loneliness and depression group' and 'isolation and depression group'. As the sociodemographic characteristics and policy demands were different for each of the four types, strategies for coping with loneliness and isolation should also be different depending on the type. People who have only social problems such as loneliness and social isolation could be given support for social network

formation, and those who have both social problems and mental health problems such as depression could receive professional counseling. According to the individual characteristics and policy needs of people, it can be provided to social prescriptions, and services can be supported or linked accordingly. Based on the results of this study, it is proposed to respond to the loneliness and social isolation of single-person households through accurate diagnosis and customized social prescription. On the other hand, vulnerable single-person households with low access to the single-person household support center need to be linked with community-based public-private cooperation.



Contents

01 Introduction

- 1_Background and Purpose
- 2_Main Contents and Research Methods

02 Cases of Policies to Prevent and Support Loneliness and Social Isolation of Single-person Households

- 1_Policy Cases in Overseas
- 2_Policy Cases in Korea

03 Loneliness and Social Isolation Status and Characteristics of Single-person Households in Seoul

- 1_Current Status for Loneliness and Social Isolation of General Single-person Households in Seoul
- 2_Characteristics according to the Types of Loneliness and Social Isolation of Single-person Households in Seoul
- 3_Current Status for Loneliness and Social Isolation of Vulnerable Single-person Households in Seoul

04 Strategies for Loneliness and Social Isolation of Single-person Households in Seoul

- 1_Characteristics and Policy Demand of Loneliness and Social Isolation by Type (General/Vulnerable) of Single-person Households in Seoul
- 2_Strategies for Loneliness and Social Isolation by Type (General/Vulnerable) of Single-person Households in Seoul

서울시 1인가구 외로움·사회적 고립
실태와 대응전략

서울연 2021-OR-19

발행인 박형수

발행일 2022년 4월 30일

발행처 서울연구원

ISBN 979-11-5700-681-6 93330 8,000원

06756 서울특별시 서초구 남부순환로 340길 57

이 출판물의 판권은 서울연구원에 속합니다.