

언택트 시대  
Smart Old의  
스마트 은퇴설계



신한 미래설계보고서 2020

SMART OLD — 언택트 시대 Smart Old의 스마트 은퇴설계

신한미래설계

 **신한금융그룹 퇴직연금부문**  
 신한은행 | 신한금융투자 | 신한생명

  
**신한미래설계**

우리 사회는 초고령화 사회로의 진입을 목전에 두고 있습니다. 기대수명 연장과 베이비붐 세대의 본격적인 은퇴가 맞물려 은퇴 준비의 중요성 역시 갈수록 커지고 있습니다. 모두가 풍요로운 노후를 꿈꾸지만 기대와 다른 경우도 많습니다. 은퇴 후 경제적인 부담으로 다시 구직 시장에 나오는 '반퇴세대'의 등장은 냉혹한 현실을 보여줍니다. 사회적으로 함께 지혜를 모아야 함은 물론, 구성원 각자의 관심과 노력이 필요한 상황입니다.

저희 신한은행은 '미래설계'라는 은퇴 브랜드를 통해 맞춤형 솔루션을 제공해 왔습니다. 또한 미래설계포유 웹으로 고객 여러분의 접근성을 높이고 부부은퇴교실, 퇴근 후 100분과 같은 고객 세미나도 진행하고 있습니다. 금융뿐만 아니라 취미, 건강 등 은퇴 후 풍성한 삶에 도움을 드리는 것이 미래설계 브랜드의 목표입니다.

2018년 이후 매년 발간하고 있는 은퇴보고서 역시 고객 여러분의 안정적 노후를 응원하는 마음이 담겨있습니다. 특히 이번 보고서에는 쏘드(Smart+Old)족의 라이프스타일에 대한 폭넓은 정보를 준비했습니다. 언택트 시대, 새로운 은퇴 기준을 제시할 쏘드족의 모습을 통해 아름다운 인생 2막을 위한 깊은 통찰을 얻게 되시기 바랍니다.

앞으로도 저희 신한은행은 실질적이고 차별적인 은퇴 솔루션 제공을 위해 최선을 다하겠습니다. 감사합니다.

2020년 8월

은행장 권옥등

## CONTENTS

발간사	03
INTRO 언택트 시대에 맞이하는 두 번째 인생	05
<b>I. 리서치 언택트 시대, 쓸드족의 은퇴설계</b>	
쓸드족은 누구인가?	08
쓸드족의 언택트 자신감, 어느 정도인가?	11
내 연금 잘 관리하고 있나?	16
나의 생활 속 언택트 지수?	25
<b>II. 인생 2막 은퇴 설계 재무 부분</b>	
내 월급 어디로 갔지?	34
30대의 은퇴설계	37
“아직 시간이 한참 남은 것 같아도”	
40대의 은퇴설계	55
“아무리 사는 게 바빠도”	
50대의 은퇴설계	65
“끝날 때까지 끝난 게 아니다”	
<b>III. 인생 2막 행복 설계 비재무 부분</b>	
Switching On-line	74
언택트 시대의 스위치 소비	
Home-life Sourcing	78
언택트 시대의 홈라이프	
On-going Health	82
언택트 시대의 헬스케어	
Changing Pattern	86
언택트 시대의 자기계발	
Knowing Digital	89
언택트 시대의 디지털 지식활용	

# 언택트 시대에 맞이하는 두 번째 인생



언젠가 꿈꾸던 나라로 해외여행을 떠나야지, 언젠가 나만의 아틀리에를 만들어야지, 언젠가 나만의 카페를 오픈해야지! 누구에게나 자기만의 꿈이 있다. 언젠가 해보고 싶고 이루고 싶은, 그러나 자식을 위해서 가정을 위해서 바쁘게 사느라 미뤄둔 소중한 꿈들 말이다. 언제까지 '언젠가'라는 미래 시제로 나의 꿈을 물어둬야 할까?

가족을 위해 열정을 다해 살아온 당신이라면 이제 나만을 위한 삶을 살아보자. 인생 1막을 성실하게 살아온 당신이라면 나만의 멋진 인생 2막을 준비해 보라. 가족을 위해 살아온 생도 아름답지만 나를 위한 삶은 가슴이 설렐 것이다. 은퇴 준비는 나만의 가슴 설레는 삶을 설계하는 것이다.

우리에게 충분한 시간이 있다. 평균수명은 계속해서 길어지고 있고 의학의 도움으로 건강한 노후도 얼마든지 가능하다. 특히 지금은 새로운 시대가 열리고 있다. 코로나 19로 인해 디지털 언택트 시대가 성큼 다가와 있다. 인류 역사상 최초로 언택트 시대를 살아야 하는 현 시점 이후의 노령인구는 새로운 시대에 맞는 새로운 은퇴설계를 찾아야 한다.

변화는 기회다. 새로운 변화에 잘 적응하면서 행복한 은퇴를 설계해 보자. 인생의 화려한 날을 다 보내버린 쓸쓸한 은퇴가 아니라 본격적으로 나의 꿈을 펼쳐볼 수 있는 은퇴, 그 시간을 준비하자. 진짜 나의 인생은 지금부터다!

쏟드족의 은퇴설계

# I. 리서치

언택트 시대  
쏟드족의 은퇴설계

쏟드족은 누구인가?

쏟드족의 언택트 자신감,  
어느 정도인가?

내 연금 잘 관리하고 있나?

나의 생활 속 언택트 지수?





# 썸드족은 누구 인가?



썸드족은 디지털 및 언택트 시대에 발 빠르게 적응하며  
건강과 경제력을 바탕으로 사회생활을 지속하면서  
적극적으로 은퇴자산을 관리해 나가는 '스마트 시니어'이다.

코로나 19 팬데믹이라는 예상치 못한 초유의 사태를 계기로 4차 산업혁명과 디지털 기술 등이 놀라운 속도로 확산됨에 따라 순식간에 '언택트 시대'가 도래했다.

언택트 시대에 맞는 새로운 세대 정체성이 필요하다. 이에 신한은행은 언택트 및 디지털 시대로의 변화를 진단하고 이 시대에 맞는 은퇴설계의 뉴 노멀을 주도할 고령세대의 새 정체성으로 '썸드'를 제시한다.

'썸드'란 'Smart + Old'의 줄임말로써 스마트한 시니어를 말한다.

그들은 조용히 사라지는 은퇴를 거부하며 건강과 경제력을 바탕으로 사회생활을 지속하고 소비시장을 주도한다.

그들은 이전 세대의 시니어들보다 더 건강하고 부유하며 인구 비중도 크다.

또한 그들은 언택트 시대 이전의 젊고 건강한 시니어들과도 차별화된다. 단순히 젊고 건강한 시니어가 아니라 디지털 기술사회에서 소외되지 않고 오히려 적극 주도해 나갈 의욕과 능력을 갖추고 있는 '스마트'한 시니어다.

그들은 일상생활 속에서 간편결제는 물론 다양한 SNS, 디지털 플랫폼 등을 자연스럽게 활용하며 금융거래 시에도 비대면 채널을 통해 적극적으로 은퇴자산을 관리한다.

은퇴를 앞둔 세대!

과거에는 사회변화에 적응이 더딘 'Slow Old' 였다면

이제는 누구보다 잘 적응하고 오히려 주도하는 'Smart Old'가

그들의 새로운 정체성이 될 것이다.

# 66 쏟드족, 어떻게 은퇴설계를 할까? 99

조사 대상	만 30~59세, 수도권/광역시 거주 직장인 ① 금융자산 1,000만 원 이상 보유자 ② 2층 연금(공적+퇴직연금) 해당자 - 사무직/공무원/ 전문직 등 직군 중 정규직/무기계약직(비정규직 제외) ③ 수시입출금 통장 외 본인 명의로 금융 상품 1개 이상 보유자
표본 구성	30대·40대·50대 각 100명씩 총 300명 (서울 경기 178명, 6대 광역시 122명)
조사 방법	온라인 정량조사
조사 기간	2020년 7월
조사 기관	나이스디앤알㈜

(그래프 및 표에 있는 N = 응답자 수)

# 쏟드족의 언택트 자신감, 어느 정도인가?

50대는 30대보다 비대면 채널을 어려워한다?  
비대면 채널보다 대면 채널에 더 익숙하고 더  
익숙한 방식을 선호한다? 그것은 옛날 말이다.  
지금의 新은퇴세대 '쏟드족'은 다르다.



## Contents

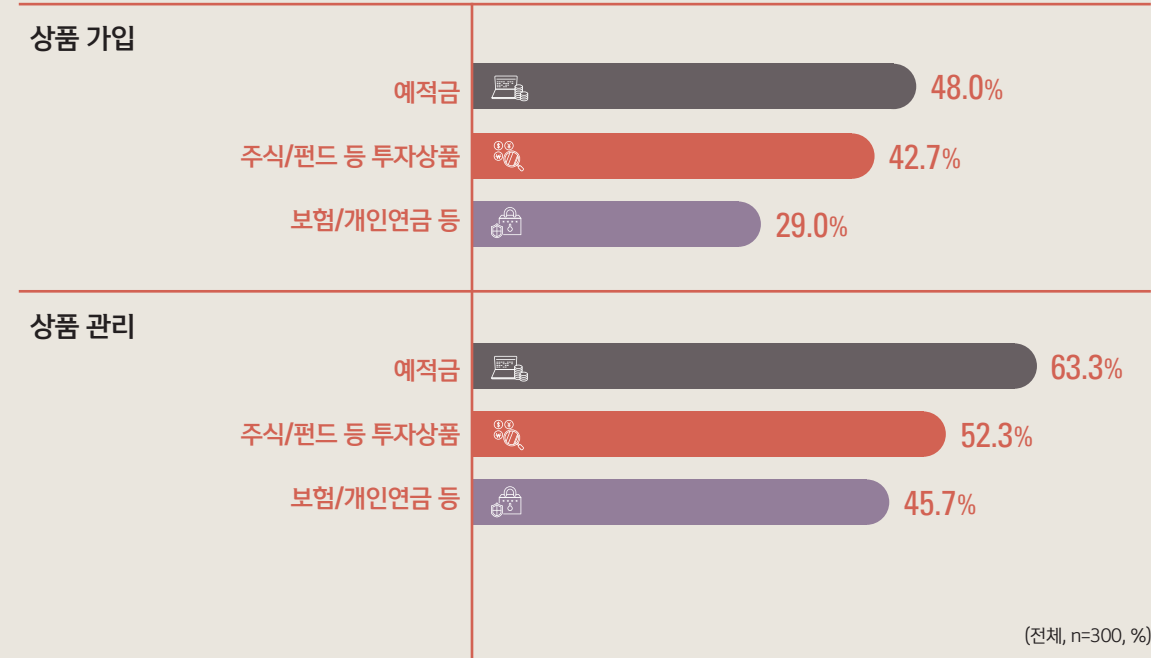
- 금융거래 시 비대면 방식 이용
- 금융거래 시 비대면 방식 선호
- 금융정보 획득 경로
- 비대면 채널을 통해 경험한 서비스

## 금융거래 시 비대면 방식 이용

# 50대 비대면 방식 이용률, 30대보다 높거나 비슷

연령이 높을수록 비대면 금융거래에 익숙지 않을 거라는 건 이제 편견이다. 상품 가입 및 관리에서 50대의 비대면 채널 거래 비중은 30~40대 연령과 비슷하거나 오히려 더 높은 경우도 있는 것으로 나타난다. 그만큼 비대면 방식에 대한 거부감 없이 언택트 시대의 트렌드에 잘 적응하고 있는 것으로 보인다.

## 금융거래 시 비대면 방식 이용 현황



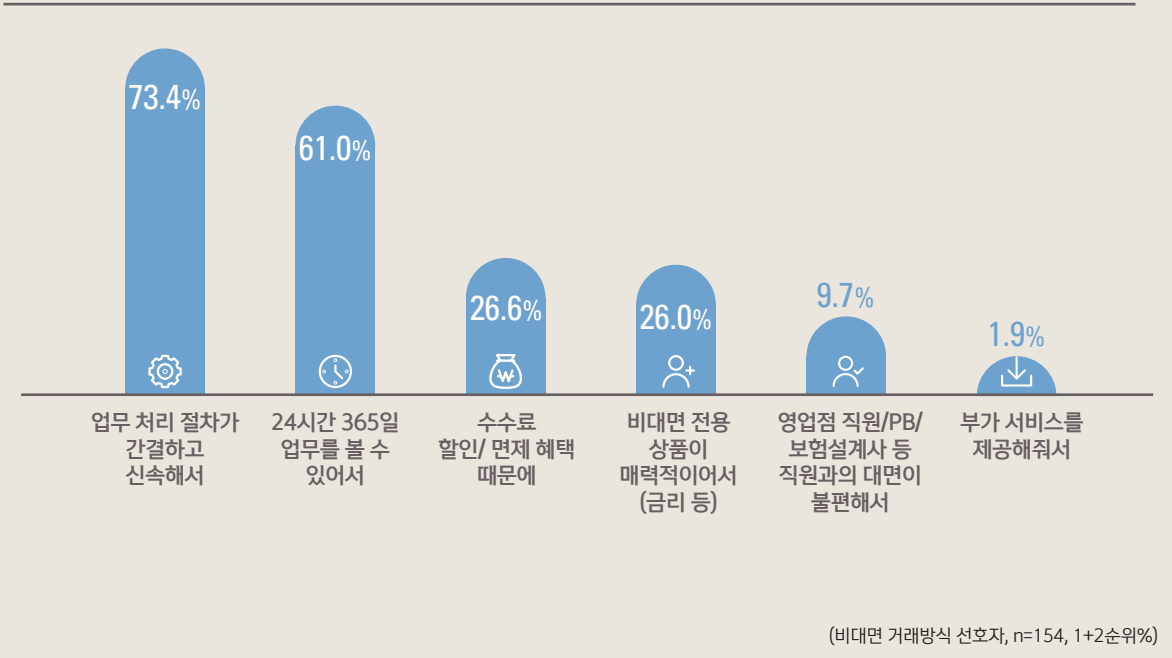
		30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)	
<b>66</b> 주식/펀드 상품 관리 시 비대면 채널을 이용한다. <b>99</b> 	상품 가입				
	예적금	51.0	40.0	53.0	
	주식/펀드 등 투자상품	47.0	40.0	41.0	
	보험/개인연금 등	27.0	26.0	34.0	
<b>30대</b> <b>50%</b>	<b>50대</b> <b>58%</b>	상품 관리			
		예적금	65.0	58.0	67.0
		주식/펀드 등 투자상품	50.0	49.0	58.0
		보험/개인연금 등	48.0	42.0	47.0

## 금융거래 시 비대면 방식 선호

# 비대면 방식 신속·편리해서 더 선호

비대면 거래 방식을 선호하는 응답자들은 '업무 처리 절차 간결/신속(73.4%)'을 가장 큰 이유로 꼽았으며, 다음으로 '24시간 365일 업무 가능(61.0%)' 순서였다. 금융기관의 제한된 영업시간 및 영업점 방문이라는 불편함은 언택트 시대가 도래함으로써 해소되고 있다. AI 로봇의 진화로 비대면 상담 수준도 향상되어 머잖아 대면 서비스 수준만큼 높아질 것이다. 언제든지 필요한 때에 상담 및 거래를 할 수 있는 편리함에다 높은 상담 수준까지 갖추게 되는 것이다.

## 비대면 방식 선호 이유



		30대 (n=51)	40대 (n=48)	50대 (n=55)
<b>66</b> 비대면 업무 처리가 더 간결하고 신속하다. <b>99</b> 				
	업무 처리 절차가 간결하고 신속해서	70.6	77.1	72.7
	24시간 365일 업무를 볼 수 있어서	60.8	52.1	69.1
	수수료 할인/면제 혜택 때문에	35.3	27.1	18.2
	비대면 전용 상품이 매력적이어서 (금리 등)	23.5	27.1	27.3
	영업점 직원/PB/보험설계사 등 직원과의 대면이 불편해서	9.8	8.3	10.9
	부가 서비스를 제공해줘서	0.0	4.2	1.8
<b>30대</b> <b>70.6%</b>	<b>50대</b> <b>72.7%</b>			

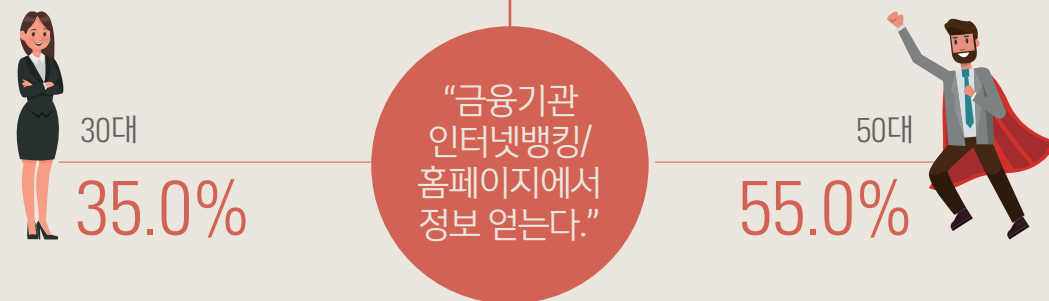
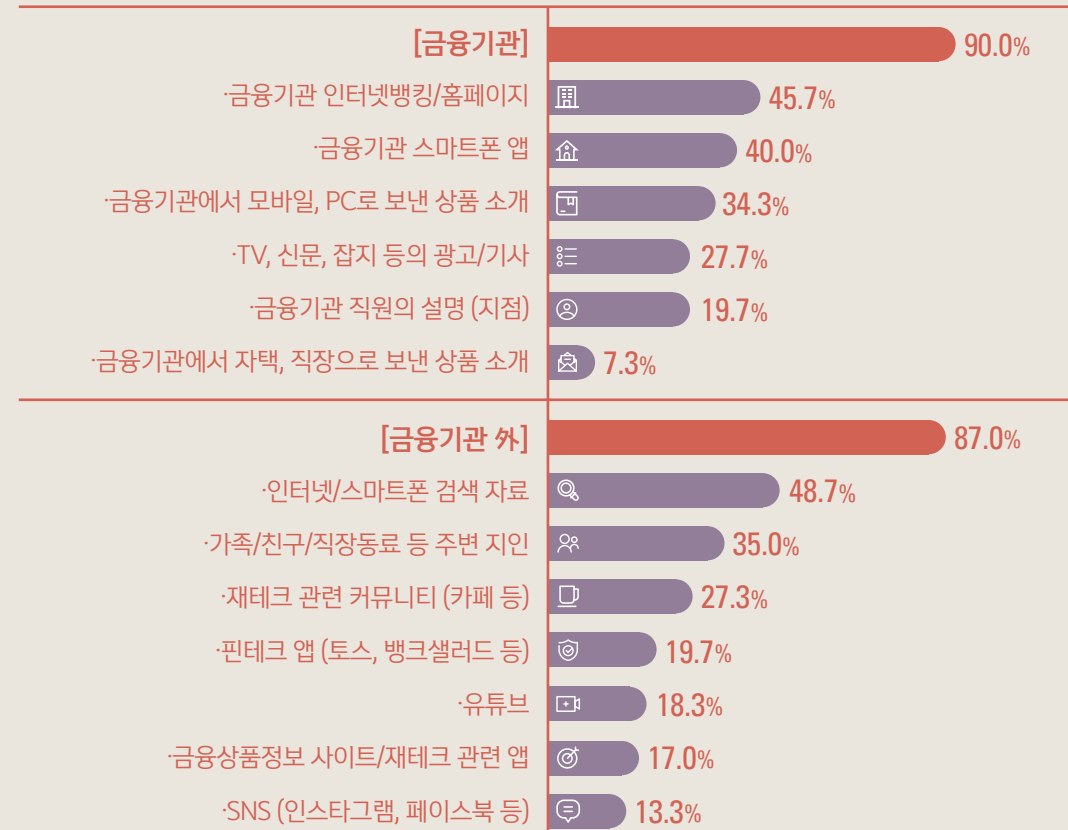
## 금융정보 획득 경로

# 금융 정보는 주로 비대면 채널에서 획득

금융기관에서 금융 관련 정보를 얻는 응답자는 10명 중 9명으로, 금융기관 외 경로에서 정보를 획득하는 비율과 유사하다. 금융기관에서는 '인터넷뱅킹/홈페이지(45.7%)', '스마트폰 앱(40.0%)' 등 비대면 채널 응답률이 높고, 금융기관 외 채널에서도 '인터넷/스마트폰 검색(48.7%)', '재테크 관련 커뮤니티(27.3%)' 등이 높다. 대면(주변 지인)을 통한 정보 획득 또한 35%로 높은 편이다.

## 금융정보 획득 경로

(전체, n=300, 복수%)

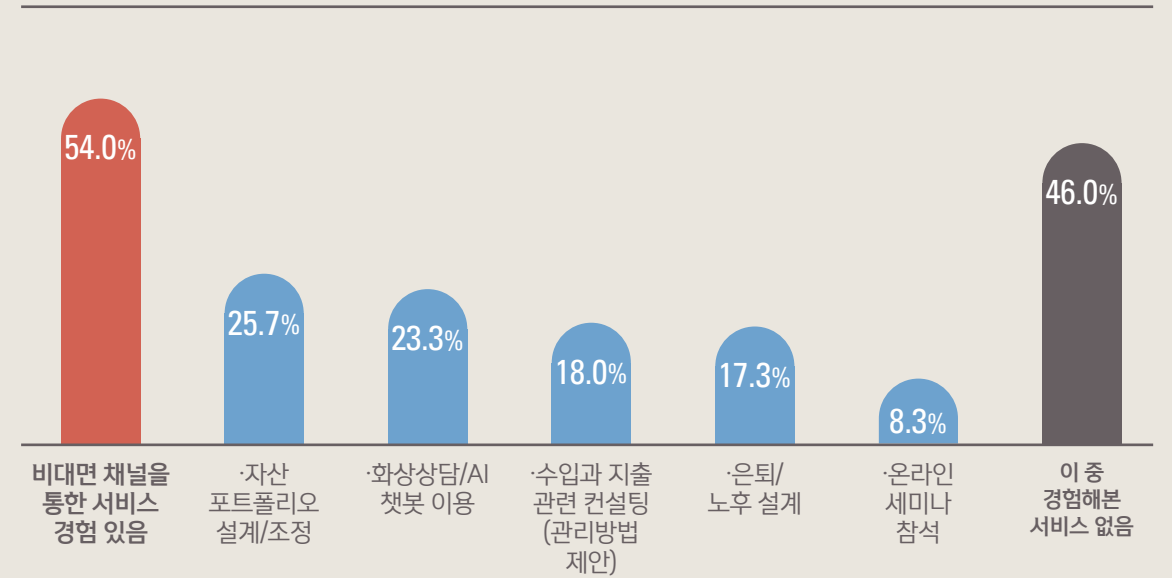


## 비대면 채널을 통해 경험한 서비스

# 자산 포트폴리오 설계 시 비대면 채널 이용 많아

비대면 채널을 통해 금융 상담/관리 서비스를 경험한 비율은 54%이다. 경험한 서비스는 '자산 포트폴리오 설계/조정(25.7%)', '화상상담/시 챗봇 이용(23.3%)', '수입/지출 관련 컨설팅(18.0%)' 순으로 높게 나타난다. 자산 포트폴리오 설계/조정에 비대면 채널 이용이 많고, 연령대가 높을수록 '은퇴/노후 설계' 서비스를 경험한 비율이 상대적으로 높게 나타난다.

## 비대면 채널을 통해 경험한 서비스



(전체, n=300, 복수%)

서비스	66 자산 포트폴리오 설계 조정 시 비대면 채널 경험했다. 99		
	30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)
비대면 채널을 통한 서비스 경험 있음	57.0	58.0	47.0
·자산 포트폴리오 설계/조정	27.0	26.0	24.0
·화상상담/시 챗봇 이용	27.0	23.0	20.0
·수입과 지출 관련 컨설팅 (관리방법 제안)	20.0	17.0	17.0
·은퇴/노후 설계	10.0	18.0	24.0
·온라인 세미나 참석	8.0	8.0	9.0
이 중 경험해본 서비스 없음	43.0	42.0	53.0

# 내 연금 잘 관리하고 있나?



내가 가지고 있는 연금 상품은 어떤 상품인가?  
 예치금액은 얼마나 될까? 3층 연금 보유자일수록  
 자기 연금을 잘 알고 비대면 채널을 많이 이용하며  
 자산 증식을 위해 노력한다.

Contents

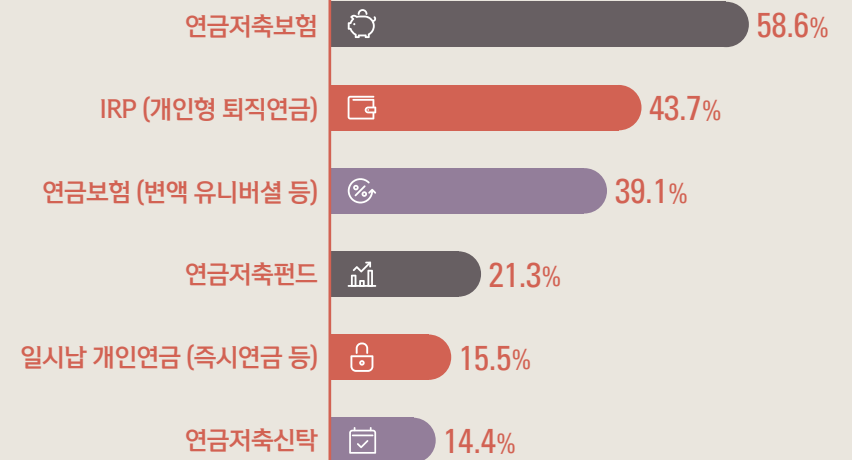
- 개인연금 보유 현황
- 연금 상품 투자 성향
- 연금 상품 가입 시 이용 채널
- 연금 상품 관리/변경 시 이용 채널
- 퇴직연금 유형 및 세부 내용 인지 여부
- 보유 연금 상품에 대한 예치금액 인지 정도
- 비대면 채널 연금 상품 조회 빈도
- 연금 예상 수령액 조회 후 증가 노력

## 개인연금 보유 현황

### 개인형IRP, 세제혜택 커서 가입자 급증

개인연금 보유자가 가입한 상품으로는 '연금저축보험'이 58.6%로 가장 높게 나타나며, 다음으로 '개인형IRP(43.7%)', '연금보험(39.1%)' 순서이다. 가장 최근에 도입된 개인형IRP는 다양한 세제혜택으로 급속하게 성장하여 두 번째로 많이 가입한 개인연금이 되었고, 30~40대 가입 비중이 높다. 50대는 상대적으로 개인형IRP 가입률이 낮고, 기존 개인연금(연금저축신탁, 즉시연금 등) 가입률이 높은 편이다.

### 본인 명의로 가입한 개인연금 상품



(개인연금 가입자, n=174, 복수%)

개인연금 상품	개인형IRP 계좌를 보유하고 있다.		
	30대 (n=48)	40대 (n=61)	50대 (n=65)
연금저축보험	60.4	54.1	61.5
IRP (개인형 퇴직연금)	58.3	42.6	33.8
연금보험 (변액 유니버설 등)	29.2	44.3	41.5
연금저축펀드	18.8	26.2	18.5
일시납 개인연금 (즉시연금 등)	10.4	18.0	16.9
연금저축신탁	6.3	13.1	21.5



## 연금 상품 투자 성향

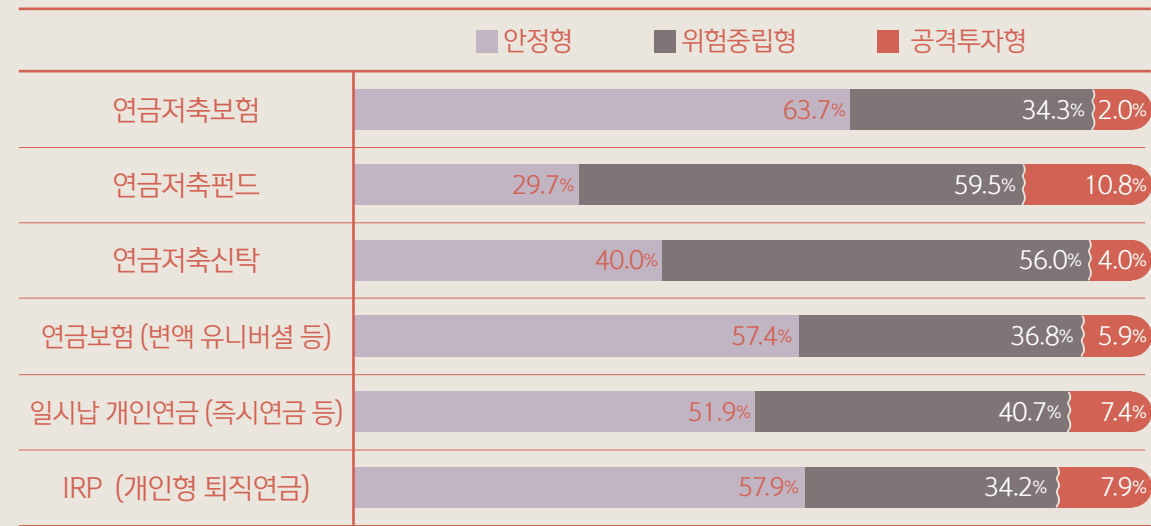
# 손실 없는 안정적 상품 가장 선호

연금 상품 투자 성향으로는 '안정형'이 60.9%로 가장 높고, '공격투자형'은 5.2%로 낮게 나타나 상대적으로 손실 없이 안정적으로 운용하는 것을 선호하는 것을 알 수 있다. 40대의 경우 타 연령대에 비해 '위험중립형' 투자 성향 비율이 높아, 투자 및 손실 위험에 대해 인식하고 있으면서도 수익을 위해 일정 부분 감수하는 경향이 있다. 보유 상품별로는 '연금저축펀드'의 보유자가 가장 적극적인 투자 성향을 보이며, 펀드를 제외한 나머지 상품 보유자는 대부분 안정형 투자 성향을 보인다.

\* 안정형 : 예금 또는 적금 수준의 수익률을 기대하며, 투자원금에 대한 손실을 원치 않음  
 위험중립형 : 투자에는 그에 상응하는 투자위험이 있음을 충분히 인식하고 있으며, 예·적금보다 높은 수익을 기대할 수 있다면 일정 수준의 손실 위험을 감수할 수 있음  
 공격투자형 : 투자원금의 보전보다는 위험을 감내하더라도 높은 수준의 투자수익 실현을 추구함

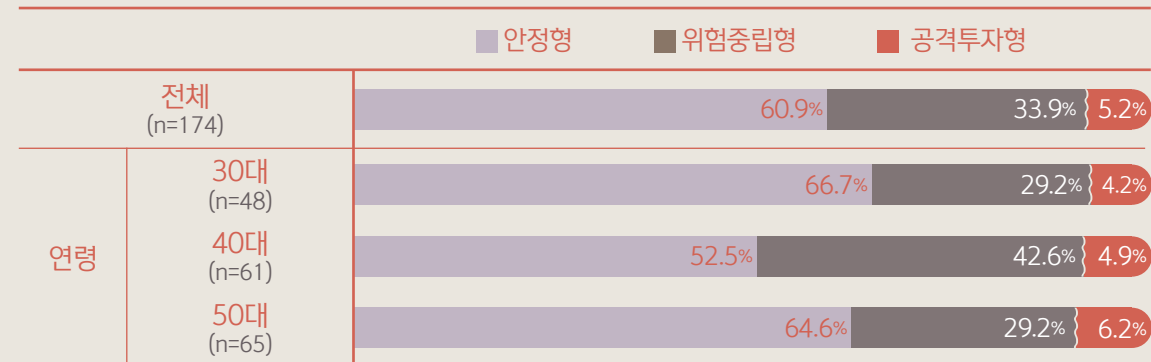
## 보유 개인연금 상품 유형별 투자 성향

(개인연금 보유자, n=174, %)



## 연금상품 투자 성향

(개인연금 보유자, n=174, %)



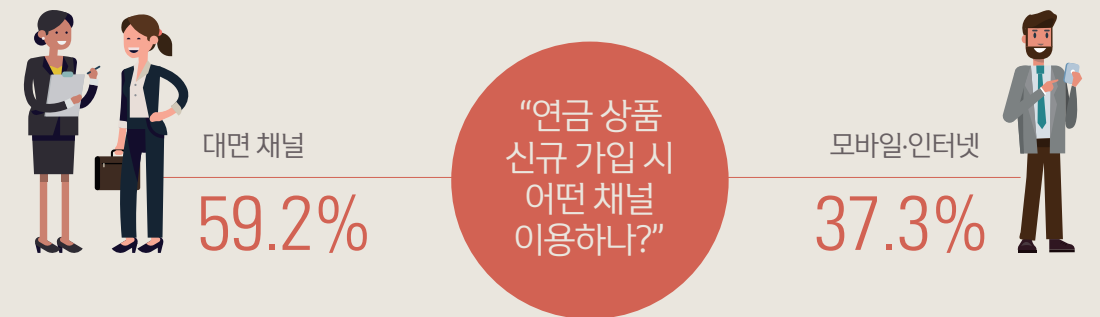
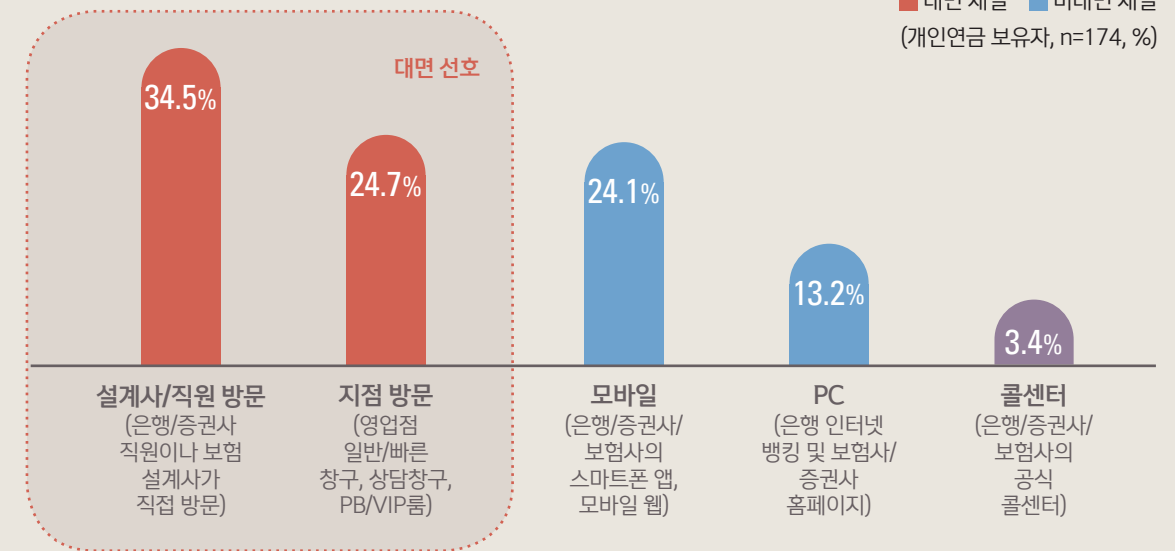
## 연금 상품 가입 시 이용 채널

# 신규 가입 시 상담 등 대면 채널 선호

연금 상품 신규 가입 시에는 '설계사/직원 방문(34.5%)' 또는 '지점 방문(24.7%)' 등 대면 채널을 보다 더 활발하게 이용하는 것으로 나타난다. 상대적으로 장기상품인 연금은 직원과 대면 상담을 통해 신중하게 가입하기 원하는 것으로 분석된다.

## 연금 상품 신규가입 채널

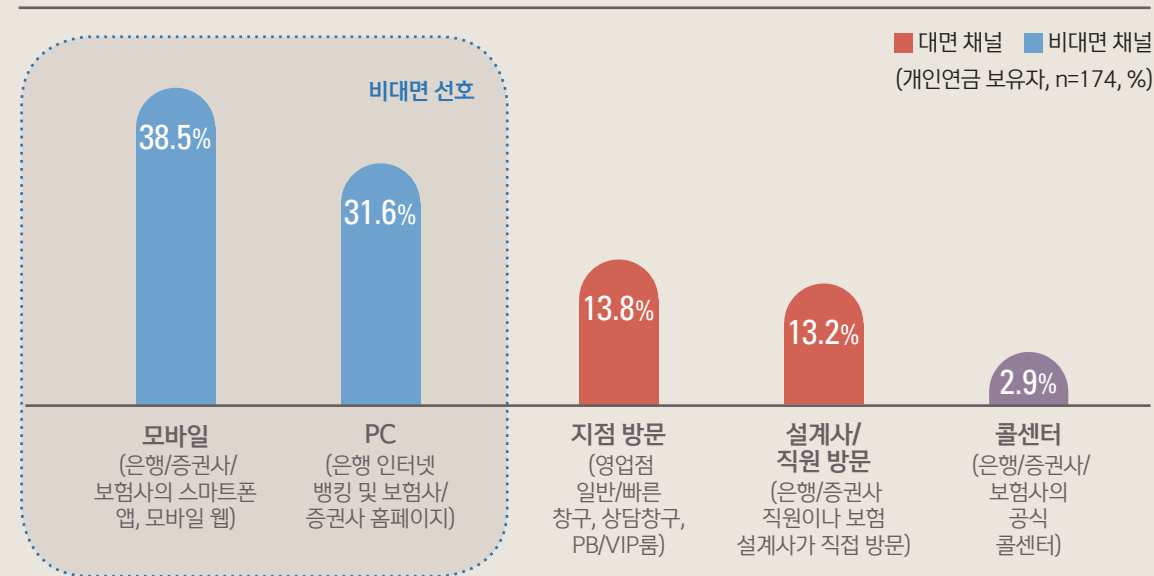
■ 대면 채널 ■ 비대면 채널  
(개인연금 보유자, n=174, %)



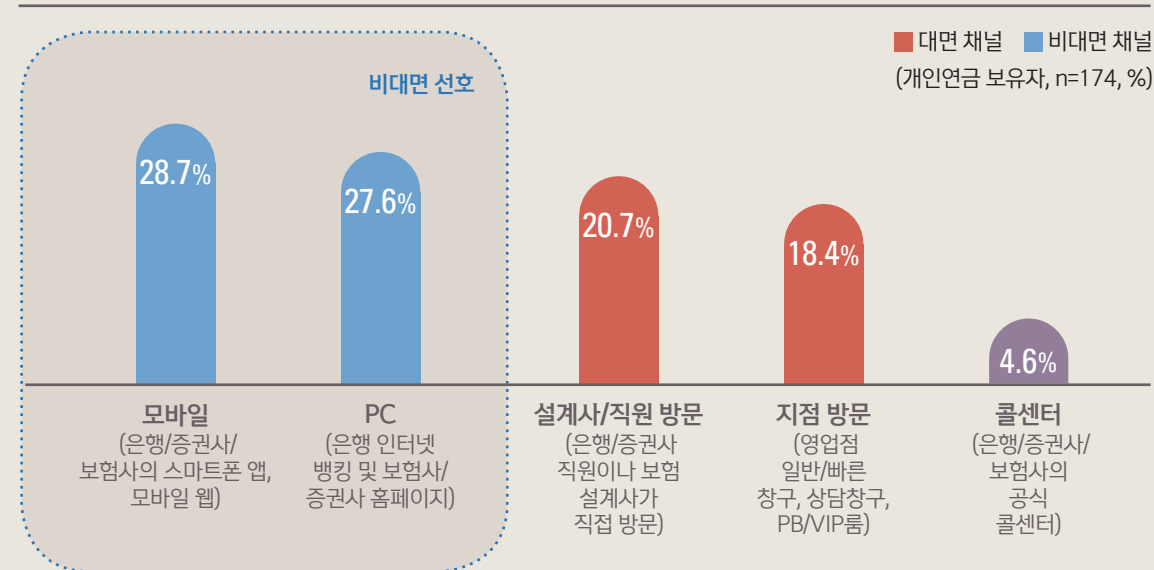
## 조회/해지/추가입금 시 비대면 채널 선호

연금 상품 신규 가입 시 상담 등 대면 채널을 선호하는 것과 달리 연금 상품 관리 시에는 '모바일', 'PC'의 합산 이용 비중이 70% 이상으로 비대면 채널을 이용하는 비율이 더 높다. 신규 이후 관리할 때는 자유롭고 간편한 비대면 채널을 더 선호하는 것이다. 연금 상품 투자 포트폴리오 변경 시에도 상대적으로 비대면 채널을 좀 더 선호하는 것으로 보이나, 대면 채널 또한 비교적 이용 비중이 높은 편이다.

### 연금 상품 관리(조회, 해지, 추가 입금) 시 주로 이용하는 채널



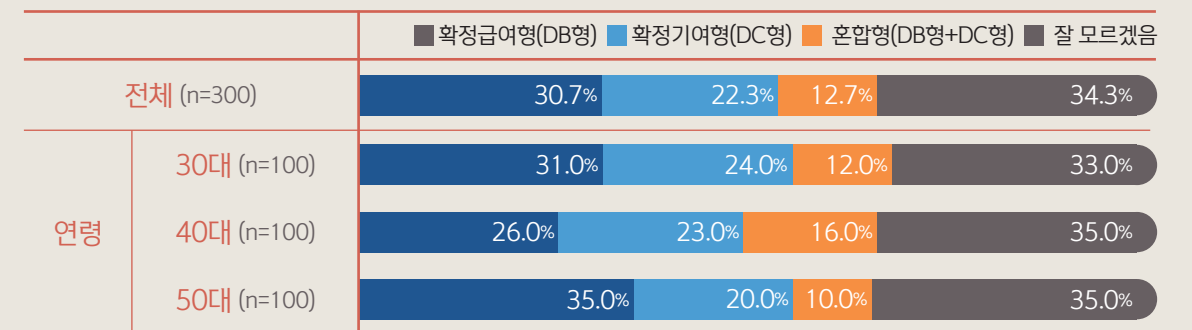
### 연금 상품 투자 포트폴리오 변경 시 주로 이용하는 채널



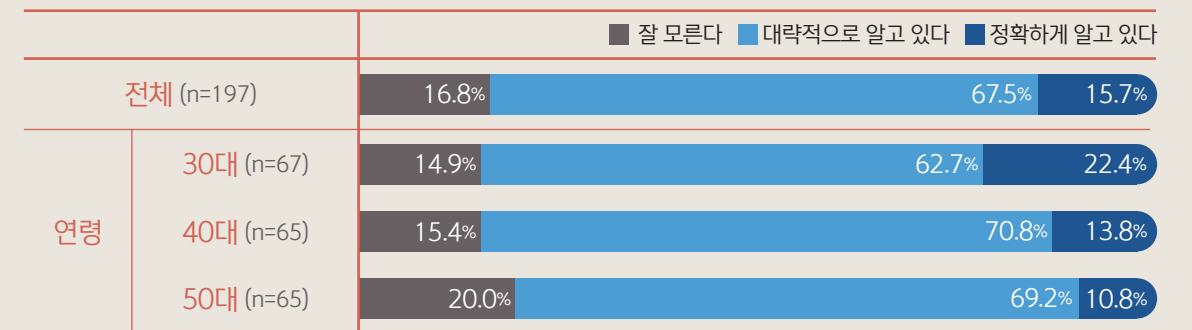
## 연령대가 낮을수록 퇴직연금 유형 인지 높아

직장 퇴직연금 유형으로는 '확정급여형'이 30.7%로 가장 많고, '확정기여형' 22.3%, '혼합형'은 12.7%로 나타나고, 퇴직연금 유형을 모르는 가입자도 34.3%이다. 퇴직연금 DB형과 DC형의 차이를 정확하게 인지하는 비율은 15.7%이며, 연령대가 낮을수록 정인지 비율이 높게 나타난다. 확정기여형(DC형) 직접 운용에 대한 사전 인지율은 76.2%로, 연령대가 높을수록, 퇴직연금 유형이 확정기여형(DC형)인 경우 인지율이 더 높다. (\*DB형과 DC형의 차이는 47~48쪽 참조)

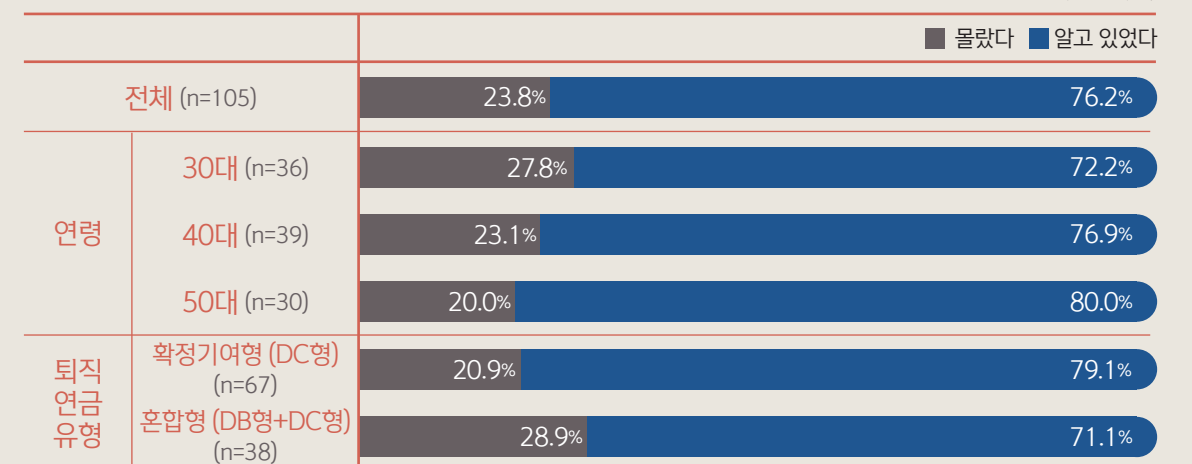
### 본인 명의로 가입한 직장 퇴직연금 유형



### 퇴직연금 유형(DB형, DC형) 차이 인지 여부



### 확정기여형(DC형) 상품 직접 운용 관련 사전 인지 여부





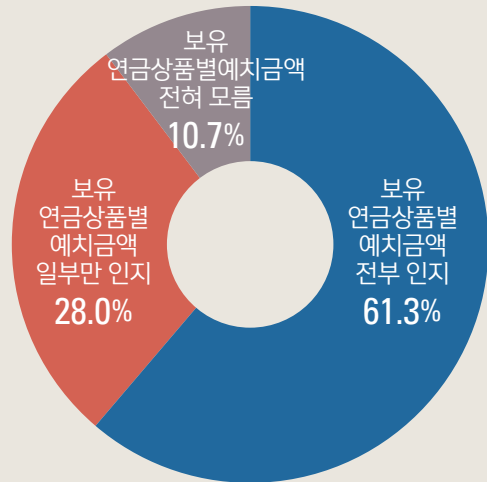
## 보유 연금 상품에 대한 예치금액 인지 정도

### 3층 연금 보유자일수록 예치금액 인지율 높아

본인이 보유한 연금 상품별로 예치금액을 전부 인지하는 비율은 전체 응답자의 61.3%이며, 일부 연금 상품의 예치금액만 알고 있는 비율은 28%이다. 3층 연금 보유자의 10명 중 7명은 연금 상품별 예치금액을 전부 알고 있으며, 전혀 모르는 경우는 2.9%로 대부분이 예치금액에 대해 인지하고 있다. 반면 2층 연금(공적+퇴직연금) 보유자는 예치금액을 전부 인지하는 비율이 절반 정도이고, 예치금액을 전혀 모르는 응답자는 약 21.4%로 3층 연금 보유자 대비 많다.

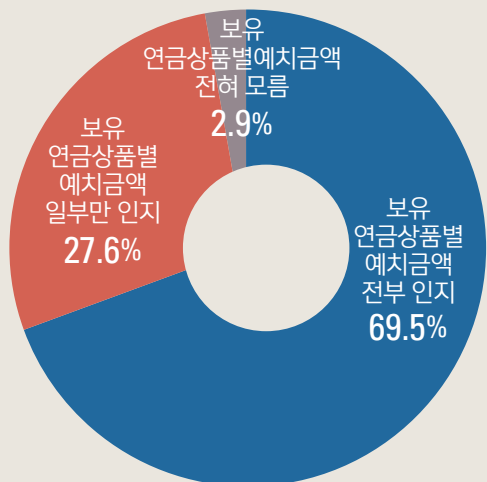
#### 전체 응답자

(전체, n=300, %)



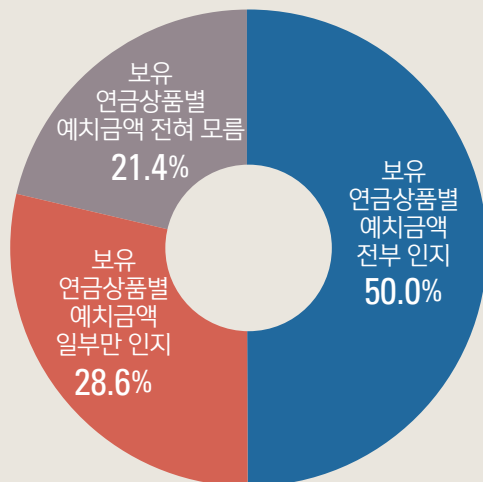
#### 3층연금(공적+퇴직+개인연금) 보유자

(개인연금보유자, n=174, %)



#### 2층연금(공적+퇴직연금) 보유자

(개인연금 미보유자, n=126, %)



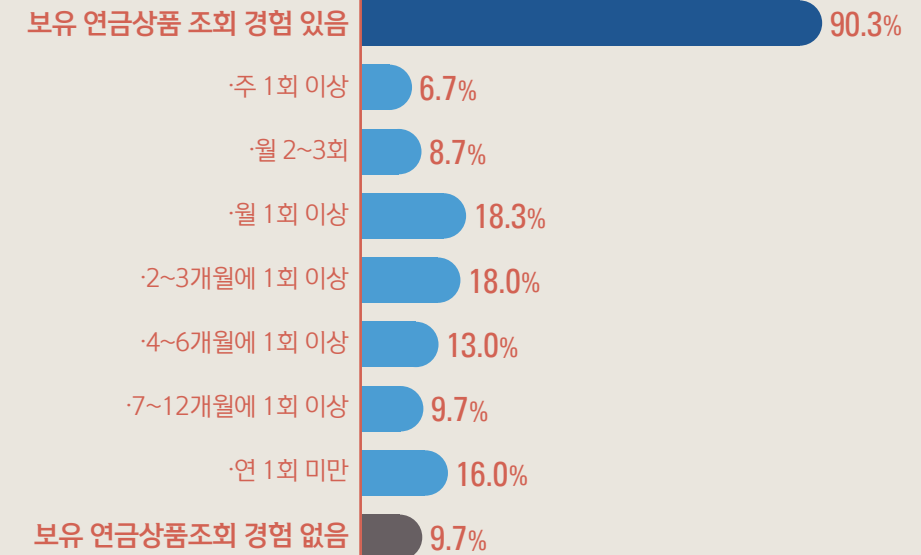
## 비대면 채널 연금 상품 조회 빈도

### 3층 연금 보유자일수록 비대면 채널 조회 많아

비대면 채널을 통해 연금 상품 조회 경험이 있는 응답자는 10명 중 9명 정도이며, 특히 3층 연금 보유자의 경우 전부 연금 상품을 조회해 본 경험이 있고, 2층 연금 보유자 대비 조회 빈도가 더 잦은 편이다. '월 1회 이상'에서 '2~3개월에 1회 이상' 연금 상품을 조회하는 빈도가 가장 높게 나타나지만, '연 1회 미만' 이용하는 경우도 16% 수준이다.

#### 비대면 채널을 통한 연금상품 조회 빈도

(전체, n=300, %)



	보유한 연금 유형	
	3층 연금 (n=174)	2층 연금 (n=126)
66 월 1회 이상 비대면 채널 조회한다. 99		
보유 연금상품 조회 경험 있음	100.0	77.0
·주 1회 이상	6.9	6.3
·월 2~3회	12.1	4.0
·월 1회 이상	23.6	11.1
·2~3개월에 1회 이상	18.4	17.5
·4~6개월에 1회 이상	15.5	9.5
·7~12개월에 1회 이상	12.1	6.3
·연 1회 미만	11.5	22.2
보유 연금상품 조회 경험 없음	0.0	23.0

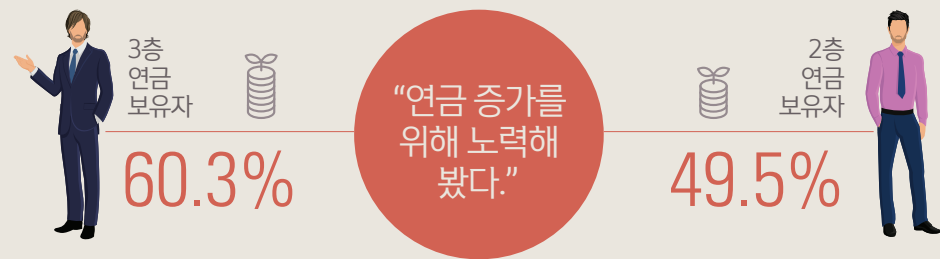
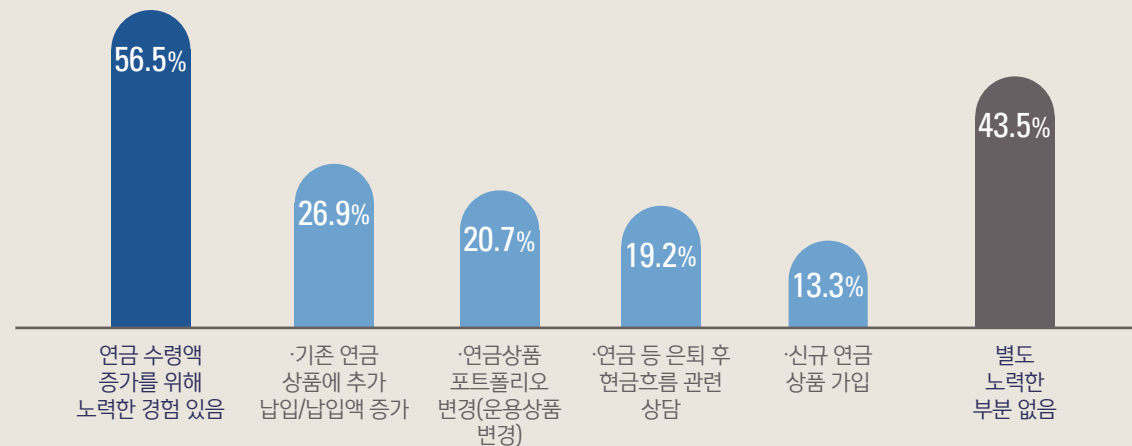
23.6% 11.1%



## 조회 많이 할수록 연금 증가 노력 많아

연금 상품 조회 서비스에서 예상 수령액 조회 후 수령액을 증가시키기 위해 노력한 경험이 있는 응답자는 56.5%이다. 수행 항목으로는 '기존 연금 상품 추가 납입(26.9%)', '연금 상품 포트폴리오 변경(20.7%)', '은퇴 후 현금흐름 관련 상담(19.2%)' 순으로 나타난다. 3층 연금 보유자의 경우 2층 연금 대비 각 항목별 경험률도 높고, 특히 '기존 연금 상품에 추가 납입'은 13%가량 더 높게 나타나는 등 큰 차이를 보이고 있다. 연금 상품 조회 빈도가 잦을수록 '연금 상품 포트폴리오 변경' 경험률이 상대적으로 높게 나타난다.

### 연금 예상 수령액 조회 후, 연금 수령액을 늘리기 위해 노력한 항목



(비대면 채널에서 연금상품 조회 경험자, n=271, 복수%)

	보유한 연금 유형		연금상품 조회 빈도			
	3층 연금 (n=174)	2층 연금 (n=97)	월 1회 이상 (n=101)	2~6개월에 1회 이상 (n=93)	7~12개월에 1회 이상 (n=29)	연 1회 미만 (n=48)
연금 수령액 증가를 위해 노력한 경험 있음	60.3	49.5	64.4	60.2	65.5	27.1
· 기존 연금 상품에 추가 납입/납입액 증가	31.6	18.6	26.7	30.1	34.5	16.7
· 연금상품 포트폴리오 변경(운용상품 변경)	23.6	15.5	30.7	17.2	24.1	4.2
· 연금 등 은퇴 후 현금흐름 관련 상담	19.0	19.6	21.8	21.5	24.1	6.3
· 신규 연금 상품 가입	14.9	10.3	19.8	8.6	17.2	6.3
별도 노력한 부분 없음	39.7	50.5	35.6	39.8	34.5	72.9

# 나의 생활 속 언택트 지수?



쏟아지는 일상생활은 어떤 모습일까? 온라인 간편결제로 더 효율적인 소비를 누리며, 매일 디지털 플랫폼을 통해 정보를 얻으며, SNS를 통해 사람을 사귀는 '언택트 라이프'가 그들의 일상이다.

### Contents

- 결제수단 이용 경험 및 비중
- 주로 이용하는 SNS 및 활용정보
- 일평균 SNS 이용시간
- 대인관계 형성/유지를 위한 방법
- 이직/창업 정보 습득 시 선호 방법
- 나의 언택트 지수는?

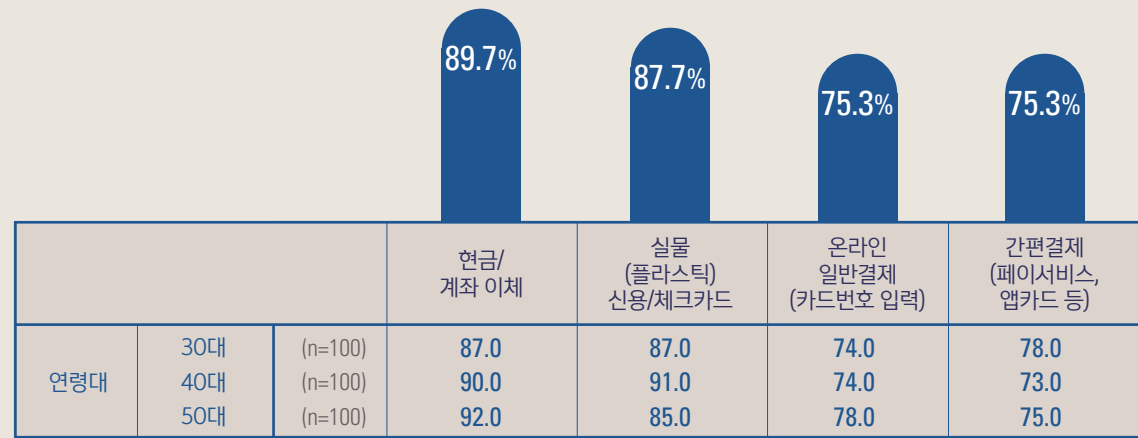
## 결제수단 이용 경험 및 비중

# 온라인 결제 시 간편결제 이용 가장 많아

최근 6개월간 결제수단별 이용률은 '현금/계좌이체'가 89.7%로 가장 높으며, 다음으로 '실물 신용/체크카드(87.7%)', '온라인 일반결제(75.3%)', '온라인 간편결제(75.3%)' 순이며 연령에 따른 차이는 크게 나타나지 않는다. 주요 상황별로 오프라인 결제 시 실물카드, 온라인 결제 시 간편결제 이용 비중이 높고, 특히 50대는 온/오프라인 현금 이용 비중이 상대적으로 높은 편이다.

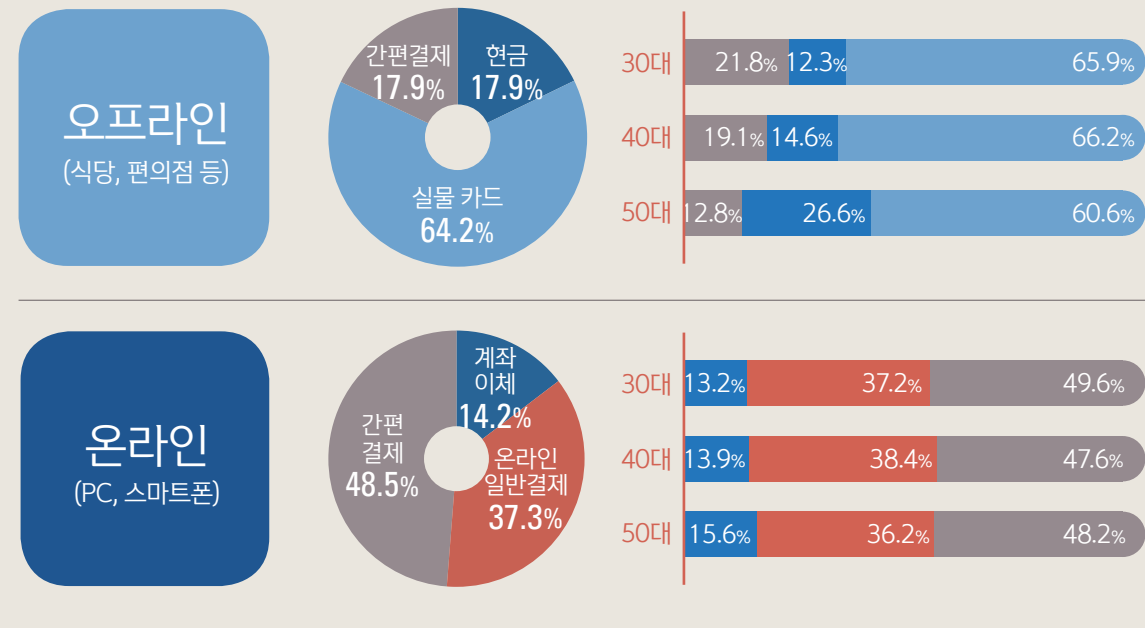
### 최근 6개월간 결제수단별 이용률

(전체, n=300, 복수%)



### 상황별 결제수단 이용 비중

(전체, n=300, %)



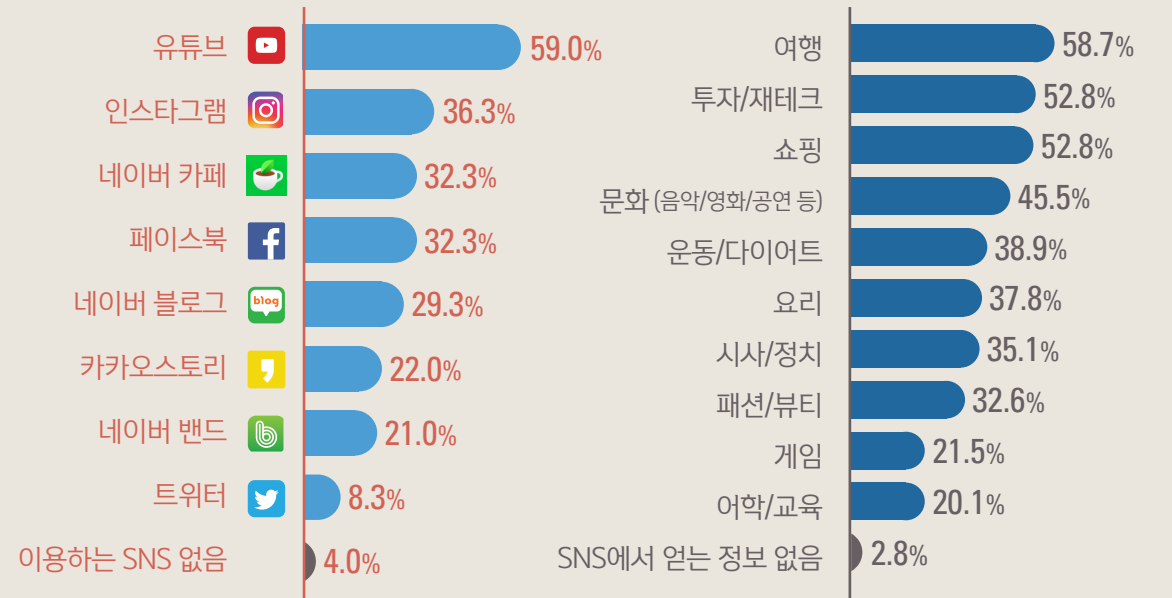
## 주로 이용하는 SNS 및 활용정보

# 유튜브 이용 가장 많고 특히 30대가 두드러져

주로 이용하는 SNS로는 유튜브가 가장 이용률이 높으며, 다음으로 '인스타그램(36.3%)', '네이버 카페(32.3%)', '페이스북(32.3%)' 순이며, '유튜브', '인스타그램', '네이버 블로그'는 특히 30대 이용률이 높고, 연령대가 높을수록 '카카오토티', '네이버밴드'를 더 많이 이용한다. 일상생활에서 활용하는 SNS 정보로는 '여행(58.7%)', '투자/재테크(52.8%)', '쇼핑(52.8%)', '문화(45.5%)' 등이 있다.

### 주 이용 SNS

### 일상생활에서 활용하는 SNS 정보



(전체, n=300, 1+2+3순위, %)

(SNS 이용자, n=288, 복수%)

	30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)
유튜브	67.0	53.0	57.0
인스타그램	50.0	36.0	23.0
네이버 카페	38.0	39.0	20.0
페이스북	28.0	34.0	35.0
네이버 블로그	40.0	27.0	21.0
카카오토티	10.0	23.0	33.0
네이버 밴드	15.0	20.0	28.0
트위터	6.0	7.0	12.0
이용하는 SNS 없음	3.0	3.0	6.0

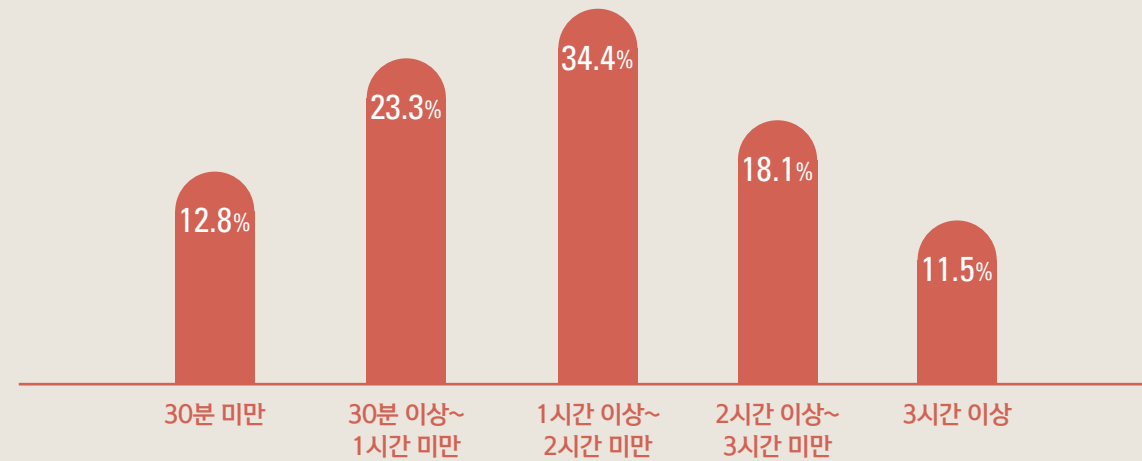
	30대 (n=97)	40대 (n=97)	50대 (n=94)
여행	60.8	50.5	64.9
투자/재테크	56.7	50.5	51.1
쇼핑	52.6	51.5	54.3
문화(음악/영화/공연 등)	47.4	38.1	51.1
운동/다이어트	40.2	39.2	37.2
요리	40.2	38.1	35.1
시사/정치	28.9	36.1	40.4
패션/뷰티	40.2	27.8	29.8
게임	26.8	22.7	14.9
어학/교육	19.6	23.7	17.0
SNS에서 얻는 정보 없음	2.1	3.1	3.2

## 일평균 SNS 이용시간

# SNS 이용시간 연령별 차이 없어

SNS 채널을 합산하여 일평균 이용하는 시간으로는 '1시간 이상~2시간 미만'이 34.4%로 가장 많고, '2시간 이상~3시간 미만'은 18.1%, '3시간 이상'도 11.5%나 된다. 연령별 이용시간은 큰 차이가 없다.

### SNS 일평균 이용시간(채널 합산)



(SNS 이용자, n=288, %)

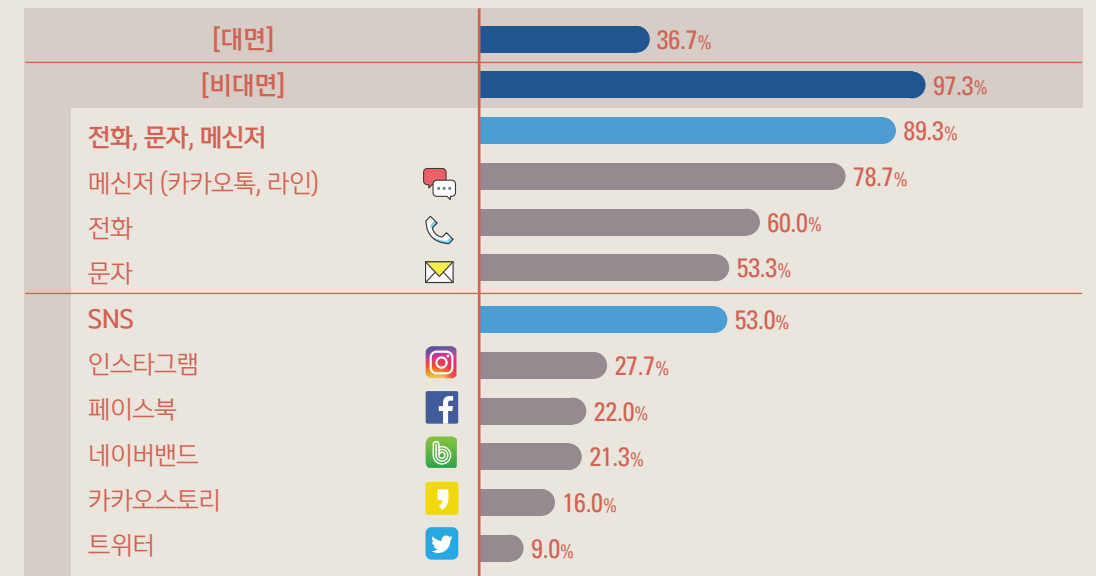
66 하루 1시간 이상 2시간 미만 SNS 이용한다. 99	연령대		
	30대 (n=97)	40대 (n=97)	50대 (n=94)
30분 미만	11.3	11.3	16.0
30분 이상~1시간 미만	14.4	29.9	25.5
1시간 이상~2시간 미만	36.1	34.0	33.0
2시간 이상~3시간 미만	27.8	9.3	17.0
3시간 이상	10.3	15.5	8.5

## 대인관계 형성/유지를 위한 방법

# 대인관계에서 비대면 채널 이용 97%

대인관계 형성/유지를 위한 방법으로는 응답자 중 97.3%가 비대면 채널을 이용하며, 대면(오프라인 만남) 채널을 이용하는 응답자는 36.7%이다. 비대면 채널 중에서는 전화/문자/메신저 등을 이용하는 응답자가 10명 중 9명으로 가장 많고, SNS를 통한 교류는 전체의 절반 정도이다. 고전적인 연락 방식인 전화 및 문자는 50대의 이용률이 높게 나타났으며, 메신저/인스타그램 등 신규 비대면 채널의 경우 30대의 이용률이 높은 편이다.

### 대인관계에서 비대면 채널 이용률



(전체, n=300, 복수, %)

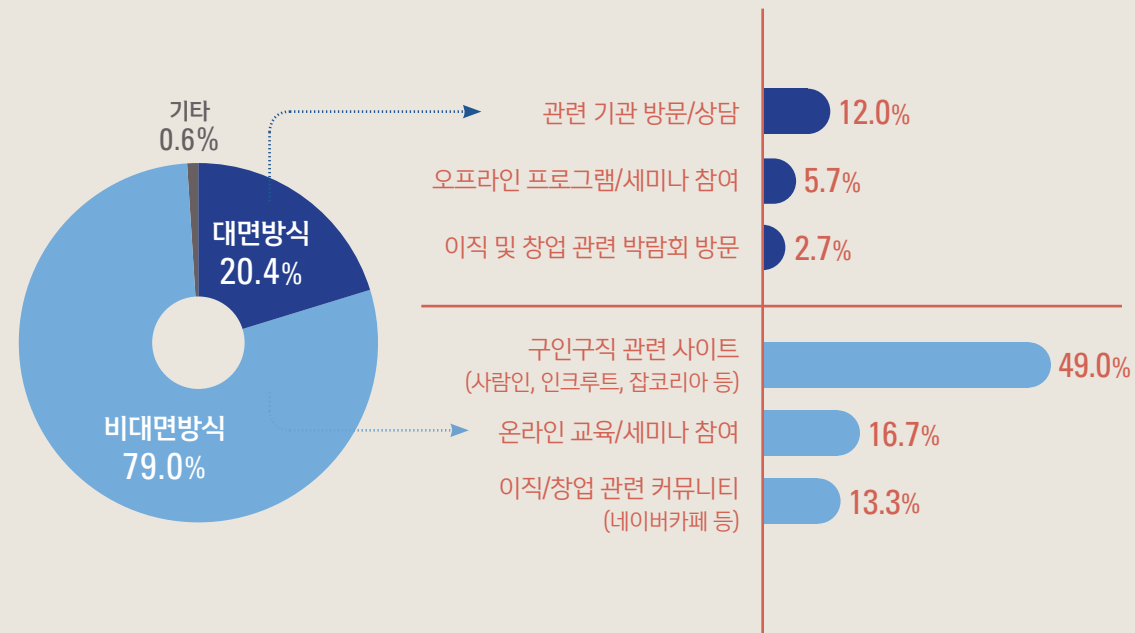
66 대인관계에서 SNS 이용한다. 99	연령대		
	30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)
[대면]	43.0	27.0	40.0
[비대면]	97.0	97.0	98.0
전화, 문자, 메신저	90.0	84.0	94.0
메신저 (카카오톡, 라인)	83.0	74.0	79.0
전화	53.0	57.0	70.0
문자	33.0	58.0	69.0
SNS	49.0	50.0	60.0
인스타그램	34.0	28.0	21.0
페이스북	15.0	26.0	25.0
네이버밴드	12.0	19.0	33.0
카카오톡스토리	8.0	16.0	24.0
트위터	6.0	9.0	12.0

## 이직/창업 정보 습득 시 선호 방법

### 이직/창업 정보, 주로 온라인에서 구해

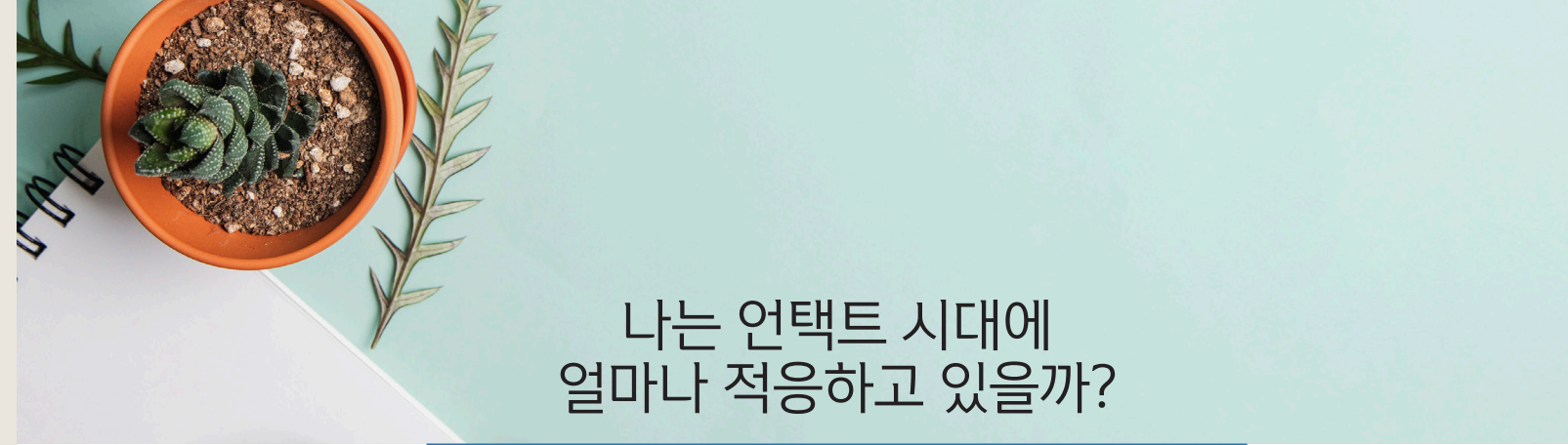
이직/창업을 위한 정보 습득 시 대면 방식을 선호하는 응답자는 20.4%, 비대면 방식은 79%로 비대면 방식을 선호한다. 비대면 방식에서는 '구인·구직 관련 사이트(49.0%)'를 통한 정보 습득을 주로 선호하며, '온라인 교육/세미나 참여' 또한 16.7%로 높게 나타난다.

### 비대면 채널을 통한 이직/창업 정보 습득



(전체, n=300, %)

	비대면방식			대면방식		
	30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)	30대 (n=100)	40대 (n=100)	50대 (n=100)
관련 기관 방문/상담	10.0	13.0	13.0	12.0	12.0	12.0
오프라인 프로그램/세미나 참여	5.0	6.0	6.0	5.7	5.7	5.7
이직 및 창업 관련 박람회 방문	2.0	5.0	1.0	2.7	2.7	2.7
구인구직 관련 사이트 (사람인, 인크루트, 잡코리아 등)	51.0	47.0	49.0	49.0	49.0	49.0
온라인 교육/세미나 참여	19.0	14.0	17.0	16.7	16.7	16.7
이직/창업 관련 커뮤니티 (네이버카페 등)	13.0	14.0	13.0	13.3	13.3	13.3



나는 언택트 시대에 얼마나 적응하고 있을까?

### 나의 언택트 지수는?

	Yes	No
1. 최근 1년 동안 금융기관의 모바일 채널(예: 신한은행 SOL 등)에서 상품 신규 가입 경험이 1회 이상 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 상품 조회 및 운용/관리를 거의 모바일 채널로 하고 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 금융거래 관련 상담 시 비대면 채널(예: 채팅 상담, AI 상담 등)을 대면 채널(예: 콜센터 전화, 영업점 방문 등)보다 우선해서 이용하고 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 각 금융기관에 산재되어 있는 연금을 통합적으로 조회할 수 있는 방법(예: 금융감독원 통합연금포털, 신한 연금마당 등)을 알고 이용해 본 경험이 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 금융기관 방문 없이 비대면 채널(예: 모바일뱅킹, 인터넷뱅킹 등) 신청만으로 다른 금융기관으로 연금(예: 개인형IRP, 연금저축펀드 등) 계약 이전이 가능한 걸 알고 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 최근 1달간 각종 페이(예: 삼성페이, PAYCO, 카카오페이, SOL페이 등) 결제 경험한 적이 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 페이결제가 현금/신용카드 결제보다 더 편하다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 최근 출시된 멤버십 제도(예: 신한플러스 멤버십, 네이버 멤버십 플러스, 유튜브 멤버십 등)에 대해서 정확히 알고 이용 중이다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. SNS(예: 네이버블로그, 인스타그램, 페이스북 등)에 최근 3개월 동안 게시한 글이 3개 이상이거나, 유튜브 구독 채널이 10개 이상이다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 일상생활(예: 여행, 요리 등), 자산관리, 이직/재취업 등에 관한 정보를 얻기 위해 정기적으로 이용하고 있는 디지털 플랫폼 채널이 3개 이상 있다.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### A YES 7개 이상

당신은 언택트 시대로 변화하는 사회 환경에 거부감이 없으며 자연스럽게 적응하고 있다. 비대면 중심의 서비스들을 이용하는 데 큰 어려움이 없으며 오히려 적극적으로 활용하는 수준으로까지 나가고 있는 것으로 보인다. 새로운 환경에 두려움이 없기 때문에 일상생활에 자신감이 있다.

#### B YES 3~6개

비대면 상품과 서비스에 대해 어느 정도 이해하고 사용하고 있다. 그러나 아직은 부자연스럽게 느끼는 부분이 남아 있고 새로운 방식들이 체질화되어 있지는 못하다. 그런 만큼 자신감도 부족하다. 다양한 활용 경험을 통해 적극적으로 익혀서 자신감 넘치는 언택트 라이프를 만들어 보자.

#### C YES 2개 이하

언택트 중심으로 변화하는 사회 환경에 대한 관심이 부족하다. 보다 적극적인 관심을 갖고 새로운 기술 및 환경에 적응해 나갈 필요가 있다. 어떤 점이 부족한지 점검해 보고 대안을 찾아보자. 다양한 비대면 서비스를 익히고 활용할 수 있어야 활기차고 풍요로운 은퇴생활을 누릴 수 있다.

은퇴 설계 - 재무 부분

# II. 인생 2막 은퇴 설계

내 월급 어디로 갔지?

30대의 은퇴설계

“아직 시간이 한참 남은 것 같아도”

40대의 은퇴설계

“아무리 사는 게 바빠도”

50대의 은퇴설계

“끝날 때까지 끝난 게 아니다”





# 내 월급 어디로 갔지?



코로나가 지나가고 맞이한 포스트 코로나 시대. 세상이 천지개벽하듯 언택트 중심으로 세상이 변해버렸다. 모든 것이 디지털화되면서 언택트 직업이 증가하고 4차 산업혁명의 대확산으로 단순 일자리는 크게 줄고 있다.

1958년생 '김오팔'은 베이비붐 1세대로서 우리나라 경제성장을 이끄는 주역으로 평생 일해 왔지만 정년을 다 못 채우고 조기 퇴출된 지 이미 오래되었다. 은퇴와 동시에 평생토록 매월 어김없이 들어오던 월급이 사라지자 특별한 소득 없이 힘겨운 시간을 보내왔다. 올해 2020년 들어서 겨우 수령하기 시작한 국민연금이 어려웠던 생활에 많은 도움이 되기 시작했지만 여전히 부족한 상태이다.

어떻게 해서든지 재취업을 해보려고 했지만 양질의 일자리는 모두 젊은이들의 몫이었다. 힘들게 버텨왔는데 옆친 데 덮친 격으로 코로나19 팬데믹 사태까지 벌어졌다. 언택트 시대의 디지털 기반 업무에는 더 자신이 없었다. 언택트 기반의 일생생활조차도 부담스러울 지경이었다.

그러던 어느 날 친구들과 모임에 나갔다가 우연히 입사동기이자 은퇴동기인 '연금짱'에 대한 소문을 들었다.

"그 친구 은퇴 전보다 더 바빠. 얼마 전 아내와 동유럽 여행을 다녀왔는데 최근에는 또 드라이브 스루형 카페를 하나 오픈했다지 아마?"

동유럽! 김오팔이 꿈에도 그리는 곳이었다. 왕복 항공료만으로도 너무 비싸 가볼 엄두도 내지 못하는 곳이었다. 게다가 카페를 오픈했다니?

김오팔은 부러움을 넘어 존경심까지 들었다.

"아니 그런데 연금짱 그 친구가 커피에 대해서 무엇을 안다고 카페를 오픈해?"

"자격증을 땀대. 요즘 그 언택트인가 뭔가 하는 거 있잖아. 비대면으로 하는 온라인 강좌로 바리스타 자격증 공부를 하고 덜컥 붙었다잖아. 그 친구 아내는 집에서 홈트로 요가를 해서 허리디스크가 나왔대."

"홈트는 또 뭐야?"

"집에서 하는 트레이닝이지. 요새 많이들 하던데 나도 따라서 해봐야겠어."

언택트니, 홈트니, 온라인 강좌니 하는 것이 김오팔은 낯설기만 한데 연금짱 부부는 어떻게 그런 것을 배워서 새로운 인생 2막을 만들 수 있었을까? 대체 어디서 돈이 나서 젊은 사람들보다 훨씬 더 잘 나가고 있는 것일까? 비결이 뭐지?

김오팔은 연금짱이 할 수 있다면 자기도 할 수 있을 것이라고 생각하며 그 비결을 알아내기 위해 연금짱을 찾아갔다. 연금짱은 회춘이라도 한 듯 신수가 흰해져 있었다.

"자네는 은퇴 전보다 혈색이 더 좋아지고 건강해 보이네."

"은퇴하니 야근도 없고 업무 스트레스도 없으니까 여유가 있더라."

나 하고 싶은 일도 맘껏 할 수 있고 그러니 오히려 혈압도 좋아지고 건강해졌다네."

"대단하네. 그런데 동유럽도 갔다 오고 카페도 오픈했다면서?"

"아 벌써 소문이 났나? 하하하. 요즘 내가 살맛이 난다네."

"자네는 나와 같이 은퇴했는데 어떻게 그런 여유가 있는가?"

"난 아직도 월급이 들어온다네."

"월급이라니? 국민연금 말인가?"

- \* 언택트 접촉을 뜻하는 콘택트(Contact)에 반대를 뜻하는 언(Un)을 붙인 신조어. 코로나 19를 겪으면서 일상 속에서 사람끼리 접촉이 줄어드는 사회현상이 가속화되고 있다.
- \* 드라이브 스루형 카페 차에 탄 채로 음료를 주문하고 픽업하는 카페
- \* 바리스타 전문적으로 커피를 만드는 사람
- \* 홈트 홈 트레이닝. 집에서 운동을 하는 것



“아니지~ 국민연금 하나 가지고 어떻게 여유 있는 생활을 하겠나.”

“얼마나 들어오는데?”

“한 500 정도!”

오백! 세상에 이럴 수가. 사람 위에 사람 없고 사람 밑에 사람 없다는데 이렇게 인생이 다를 수가 있단 말인가. 김오팔은 연금짱에게 놀라웠다.

“도대체 비결이 뭔가?”

“어허 쉽게 가르쳐 줄 순 없지.”

여간해선 입을 열 기미가 보이지 않았다. 없는 돈 구해서 밥 사 먹이고 술 사 먹인 끝에야 연금짱은 못 이기는 척 입을 열기 시작했는데...

“나의 비결은 말이지 연금술사라네...”

“연금술사?”

“은퇴설계 전문 AI 연금술사. 그분의 도움을 받았지.”

연금짱은 김오팔에게 연금술사를 소개해 주었다.

조금 더 일찍 연금술사를

알았더라면 노년의 인생이

달라졌을 텐데.

은퇴설계를 하지 못한 것을

뼈저리게 후회하는 김오팔에게

연금술사는 자신의 브레인 칩이 담긴 인공지능 시계를 선물했다.

그 시계에는 시간여행을 할 수 있는 기능이 장착되어 있었다.

그러나 기회는 단 3번뿐!

“그래! 30대, 40대, 50대 시절의 나를 만나 연금술사의 비밀을 전해주겠어.”

그래서 나의 노년을 다시

설계하겠어!”

그렇게 결심한 김오팔은 젊은

시절의 김오팔을 만나러 시간여행을 시작했다.



\* 시간여행에 나오는 연금에 대한 부분은 과거가 아니라 2020년을 기준으로 한 정보입니다.

# 30대의 은퇴 설계

“아직 시간이 한참 남은 것 같아도”



1990년대. 30대 중반이 된 김오팔은 누구보다 열심히 살았다. 전 세계에 정보화 물결이 일어나는 가운데, 그는 뛰어난 정보통신 역량과 외국어 실력으로 동료들보다 빠르게 승진을 할 수 있었다.

따박따박 들어오는 월급으로 생활하면서 휴일이면 토끼 같은 딸들과 여우 같은 아내를 데리고 나들이를 다녔다. 그러던 어느 날 가족과 함께 놀이동산에 갔다가 허름한 노인과 맞닥뜨렸다. 모르는 사람이었지만 왠지 낯이 익은 ‘의문의 남자’였다. 의문의 남자, 아니 의문의 ‘노인’이 젊은 김오팔에게 대뜸 말을 걸었다.

“자네. 젊음이 언제까지 갈 거 같나? 그렇게 돈을 마구 쓰고 다니면 안 된다네!”

“앗 깜짝이야. 누구신데 갑자기 이러십니까?”

“내 이야기를 들어보게. 지금은 시간이 천천히 흐르는 것 같지? 한참 남은 거 같지? 정신 차리게. 곧 40 먹고 50 된다네. 그러면 곧 은퇴야.”

“아니 왜 이러십니까? 자꾸 이러시면 경찰을 부르겠어요.”

“그래, 자네 욕하는 성질머리는 누구보다도 내가 잘 알고 있지.”

“아니 뭐라고요?”

옆에서 아내가 남편을 달랜다.

“여보. 그냥 가자.

실성한 할아버지인가 봐.”

아니 나의 아내가 저렇게 젊고 예쁜 시절이 있었다니. 젊은 시절의 아내를 오랜만에 본 김오팔은 감개가 무량했다. 그건 그렇고

“여보게 개인연금을 하나 들게나.”

“아하. 이제 본색을 드러내시는군.

이제 보니까 영업사원이신가? 영업사원 하기엔 연세가 많으신 거 같은데. 아무튼 연금 같은 건 안 들어요. 아직 서른인데 무슨 연금. 돈 모아서 집 사야 한다고요.”

“집도 중요하지. 동감하네. 하지만 적은 금액이라도 노후준비를 일찍 시작해야 해. 상황이 안 된다고 미루면 영원히 연금을 할 수가 없어.

미루다가 금세 노년이 닥치지. 어허. 말로는 안 되겠군.

그럼 내가 보여주지. 미래의 모습을.”

“아니 이, 이게 뭐니까?”

의문의 남자가 시계의 버튼을 누르자 순식간에

의문의 남자가 인공지능의 모습으로

변신해 버린 것이다.

“도대체 당신은 누구십니까?”

“난 연금술사라고 하지.

30년 후의 미래에서 온 인공지능 칩일세.”

30대 김오팔은 문득 몇 년 전 아내와 연애할 때 같이 보았던 <터미네이터 2> 영화가 생각이 났다.

혹시 저 의문의 남자가 미래에서 온 터미네이터가 아닌가? 30대 김오팔이 어리둥절해 하고 있는 사이 인공지능이 말하기 시작했다. 노인 김오팔이 시계에 장착된 인공지능 로봇 칩을 가지고 연금술사로 변신하여 30대의 김오팔에게 연금에 대한 이야기를 시작한 것이다.



# 평균수명은 움직이는 거야!

이제 고작 서른인데 무슨 연금입니까? 아 그리고 연금이 따로 필요 없어요. 퇴직금도 나올 테고 또 열심히 저축하면 평균수명 65세까지는 충분히 살 수 있을 것 같은데 무슨 걱정이예요.

오팔30



누가 65세까지만 살아? 허허. 큰일 날 소리! 자네는 지금 자네가 예상하는 것보다 수십 년 더 살게 될 걸세.

오팔60



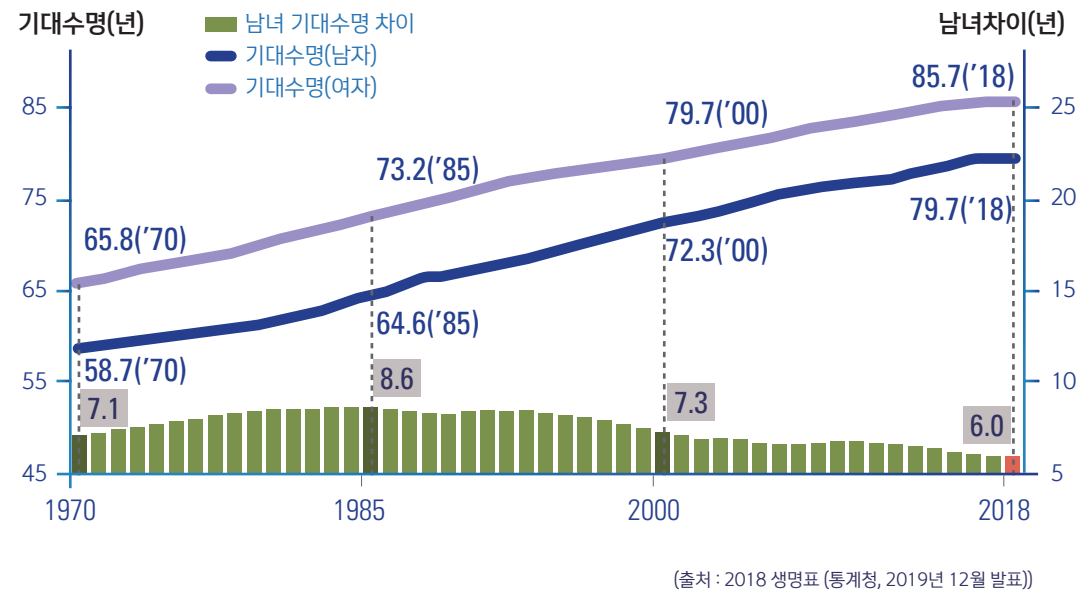


## 나도 내가 이렇게 오래 살 줄 몰랐어!

우리가 기대하는 수명은 항상 변하고 있다. 막연히 평균수명이 더 늘어나리라 예상하더라도 실제로 세월이 지난 후에는 자기 예상보다 훨씬 더 평균수명이 길어져 있을 수 있다. 그러므로 은퇴설계도 변화하는 기대수명을 고려하여 달라져야 한다. 연금을 준비하는 현재의 기대수명이 아니라 은퇴시점의 기대수명을 예상하면서 연금 설계를 하자.

### 연도별 기대수명의 변화 (1970~2018)

\* 기대수명이란 출생아(연령 0세의 사람)가 앞으로 살 것으로 기대되는 연수를 말한다.



## 은퇴 후 50년 더 사는 '호모 헨드레드'

호모 사피엔스라 불린 인류는 이제 '호모 헨드레드[Homo-hundred]'로 새롭게 명명되고 있다. 호모 헨드레드란 의학기술 등의 발달로 100세 장수가 보편화된 시대의 인간을 지칭하는 것으로서, 유엔이 지난 2009년 작성한 '세계인구고령화(World Population Aging)' 보고서에서 처음 등장한 신조어이다. 보고서에 따르면, 평균수명이 80세를 넘는 국가가 2000년에는 6개국에 불과했지만, 2020년에는 31개국으로 늘어나게 된다. 전 세계 100세 이상 인구도 34만 3,000명에서 2050년에는 320만 명으로 약 10배가량 증가할 전망이다. 한국만 해도 이미 65세 이상 고령인구가 전체의 14% 이상인 고령사회에 진입해 있으며 초고령사회로 빠르게 진행하고 있다. 2012년 2,386명이던 100세 이상 인구가 2030년에는 1만 명, 2040년에는 2만 명에 육박할 것으로 예상된다. 은퇴 후 30년이 아니라 은퇴 후 50년을 소득 없이 살아야 하는 시대가 되는 것이다.

100세 시대에는 은퇴 후 삶이 약 50년이나 된다. 50년을 하나의 인생으로 본다면, 인생을 두 번 살 수 있는 것이다. 잘 준비한다면 두 번째 인생은 첫 번째 인생에서 접어두었던 꿈을 펼치고 하고 싶은 일들을 맘껏 하면서 즐기는 인생으로 만들 수 있다.

## 은퇴 후 소득공백 '소득 크레바스' 들어는 봤나?

대부분의 사람들은 직장에서 퇴직하여 국민연금을 받을 때까지 소득이 없는 기간을 거치게 되는데, 이 시기를 '소득 크레바스(income crevasse)', 또는 은퇴 크레바스라고 한다. 오늘날 평균 은퇴연령은 55세. 반면 국민연금 수령 시기는 원래 만 60세이었지만 2013년부터 5년마다 1년씩 늦춰져서 2033년부터는 65세가 되기 때문에, 1969년 이후 출생자는 만 65세부터 수령하게 된다. 55세부터 65세까지 10년 동안 수입이 없는 공백기가 발생하는 것이다. 이 기간에 소득공백으로 생계에 위협을 받는 것에 대한 두려움이 커서 많은 사람들은 '크레바스 공포'를 경험하게 된다.

퇴직 후에 만나는 '소득 크레바스' 그리고 그 이후에 남아 있는 수십 년 노년의 기간에 오직 국민연금 하나에만 의존해야 한다면 빈곤하고 비참한 삶이 될 수밖에 없다.

# 국민연금이 슈퍼 갑이야!

국민연금도 믿을 수 없는 거 아닙니까? 은퇴 후 바로 수령하지도 못하는 데다 금액도 얼마 안 되잖아요. 그런 걸 뭐하러 해야 하나요?

아닐세. 그래도 일단은 국민연금이 기본이지. 국민연금이 연금 중에서는 슈퍼 갑이야. 어차피 의무가입이지만. 제대로 알고나 있게나.



## 연금의 최강자, 국민연금! 낸 것보다 더 많이, 평생토록 수령

2003년 이후 5년마다 실시되는 국민연금 재정계산에서 연금 소진 시기가 예상되고 발표됨에 따라 사회적인 고민과 이슈들이 생기고 있지만, 국민연금은 다른 연금상품에 비해 상대적으로 수익률이 높고 가장 안정적인 연금이라 할 수 있다. 연금 수령 시점에서 수령자의 과거소득을 현재가치에 맞게 재평가하여 반영하고, 소득이나 물가상승분을 연금액 산정 시에 반영하며 연금을 받는 중에도 전국소비자물가변동률만큼 매년 인상하여 지급한다. 또 일단 수령을 개시하면 평생 매월 월급처럼 연금을 받을 수 있다.

부부가 함께 국민연금을 20~30년 이상 납부하면 노후 필요자금의 50% 이상을 준비할 수 있게 된다. 부족한 부분은 퇴직연금이나 다른 개인연금으로 보충한다면 든든한 노후 준비가 되는 것이다.

국민연금 재정상태에 따라 현재 예상하는 소득대체율 50%는 낮아질 가능성이 크다. 퇴직연금 및 개인연금 추가 가입으로 모자란 노후 생활비를 확보하자.

### 노령연금 예상월액표

(단위 : 원/월)

가입기간중 기준 소득월액 평균액(B값)	연금보험료 (9%)	가입기간						
		10년	15년	20년	25년	30년	35년	40년
3,100,000	279,000	289,390	427,860	566,320	704,790	843,260	981,730	1,120,190
3,200,000	288,000	294,620	435,580	576,550	717,520	858,480	999,450	1,140,420
3,300,000	297,000	299,840	443,310	586,770	730,240	873,710	1,017,180	1,160,640
3,400,000	306,000	305,070	451,030	597,000	742,970	888,930	1,034,900	1,180,870
3,500,000	315,000	310,290	458,760	607,220	755,690	904,160	1,052,630	1,201,090
3,600,000	324,000	315,520	466,480	617,450	768,420	919,380	1,070,350	1,221,320
3,700,000	333,000	320,740	474,210	627,670	781,140	934,610	1,088,080	1,241,540
3,800,000	342,000	325,970	481,930	637,900	793,870	949,830	1,105,800	1,261,770
3,900,000	351,000	331,190	489,660	648,120	806,590	965,060	1,123,530	1,281,990
4,000,000	360,000	336,420	497,380	658,350	819,320	980,280	1,141,250	1,302,220
4,100,000	369,000	341,640	505,110	668,570	832,040	995,510	1,158,980	1,322,440
4,200,000	378,000	346,870	512,830	678,800	844,770	1,010,730	1,176,700	1,342,670
4,300,000	387,000	352,090	520,560	689,020	857,490	1,025,960	1,194,430	1,362,890

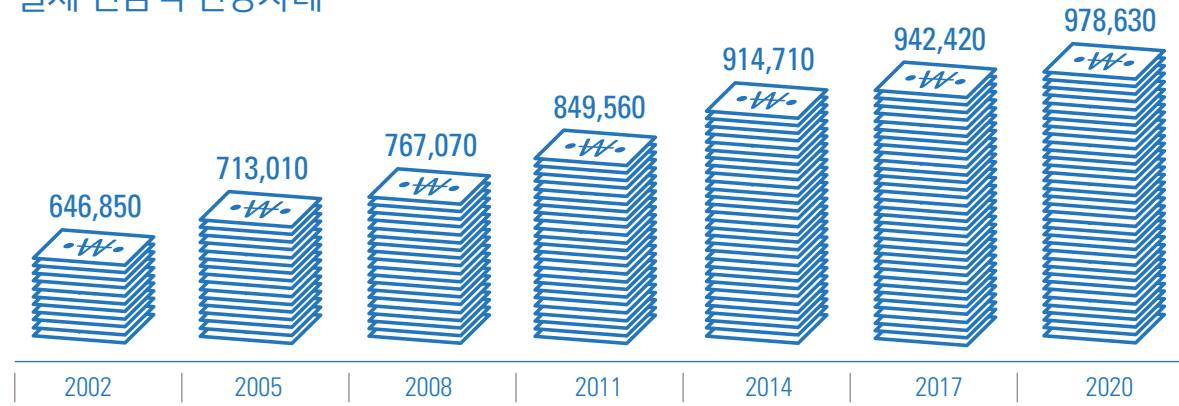
(출처: 국민연금공단 2020)

사례 월평균 소득이 350만 원 직장인이 25년간 국민연금 가입하면, 매월 약 32만 원 정도 국민연금을 납부하는데 (회사 50%, 본인 50%) 국민연금 수령할 때는 매월 약 75만 원을 받게 된다. 실제 본인이 내는 돈은 매월 약 16만 원 정도인데, 국민연금은 매월 약 75만 원을 받게 되는 것이다.

### 국민연금 실수령액 인상

“매년 월급이 오르듯이, 매년 연금수령액도 증가합니다”

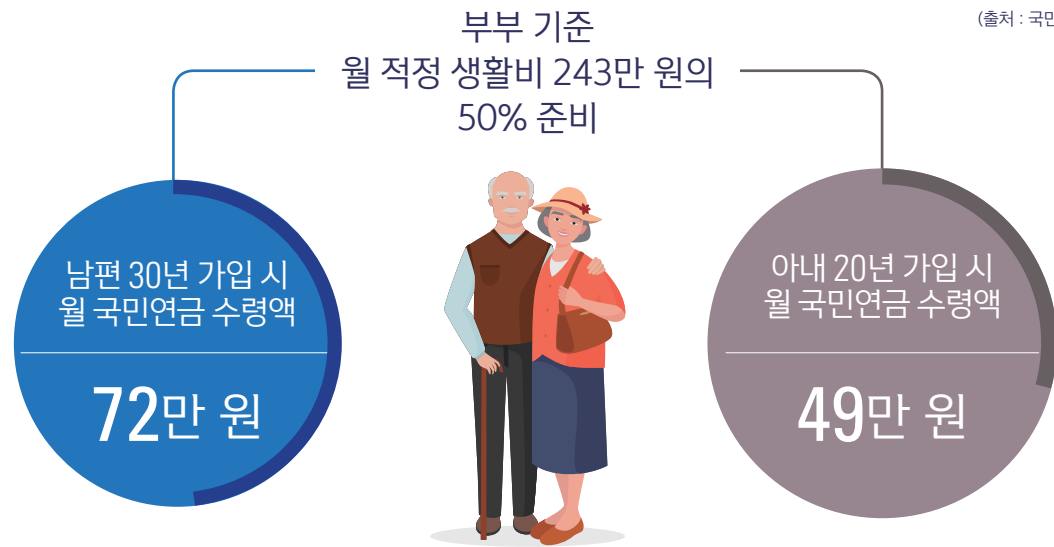
#### 실제 연금액 인상사례



(출처 : 국민연금공단)

\*최초 연금수령 이후 매년 연금액을 인상하여 지급한 사례 (최근 18년간 연금액이 331,780원 인상됨)

### 국민연금 수령액과 은퇴 후 필요한 월 적정 생활비



(출처 : 국민연금공단)

- 1) 월 국민연금 수령액 : 2017년부터 기준소득월액 2,500,000원(월보험료 225,000원)으로 각각 30년 20년을 가입하는 것으로 가정한 금액
- 2) 월 적정 생활비 : 제 7차(국민연금연구원, 2017년) 국민노후보장 패널조사 기초분석보고서(국민연금연구원, 2018)

## 연금 3층탑을 쌓아라!

국민연금만으로 안 되면 퇴직금으로 버틸 수 있지 않을까요?

오팔30

어허 아직도 정신을 못 차렸군. 자네 애들 다 키우고 나중에 아내하고 밥만 먹고 살 건가? 만 원짜리 하나에 벌벌 떨면서 손주들 용돈도 한번 제대로 못 주고 자식들한테 부담 주면서 그렇게 살 건가?

오팔60

그럼 은퇴설계를 어떻게 해야 하나요?

바로 그게 내가 해주고 싶은 이야기야. 국민연금 위아다가 퇴직연금, 개인연금 이렇게 3층탑을 쌓아야 하네!

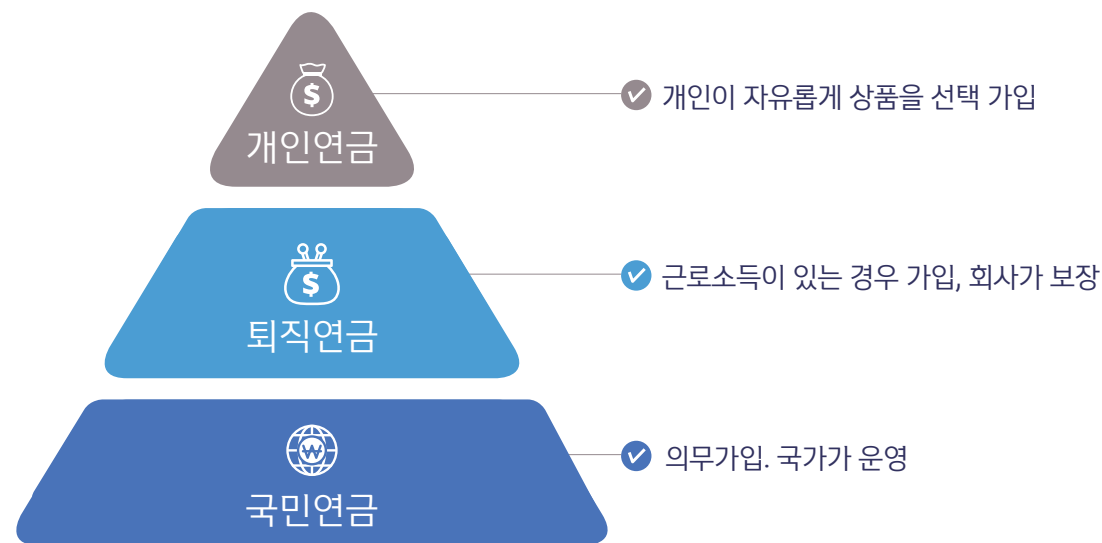
### 연금의 3층탑 국민연금, 퇴직금, 개인연금으로 은퇴 후에도 품위 있게!

세계는 노후보장을 위한 3층 연금보장제도를 운영하고 있다. 세계은행의 1994년 보고서 「노년위기의 모면(The Averting Old-age Crisis)」을 통해 3층 연금체계가 본격 제시되었다. 공적연금에만 의존하는 노후 소득보장의 취약성을 해소하기 위해 사적연금(퇴직·개인연금)의 보완을 강조한 연금 다층 체계화(Multi-Pillar System) 개념이다.

우리나라의 3층 연금체계는 1층 보장이 국민연금 등 공적연금이며, 2층은 퇴직연금, 3층은 개인연금이다. 국민연금은 국민이라면 누구나 가입해야 하며 퇴직연금은 직장인이라면 회사에서 보장하는 연금이다.

이것만으로 충분할까? 생활수준의 기대치를 어느 수준에 두느냐에 따라 다르겠지만 국민연금, 퇴직연금만으로는 충분한 노후 보장이 되지 못한다는 게 전문가들의 의견이다. 그래서 국민연금과 퇴직연금 위에 개인연금을 하나 더 올려서 연금의 3층탑을 쌓아야 한다. 그래야 쓰러지지 않는 든든한 노후대비가 될 수 있는 것이다. 3층 연금을 통해 은퇴 전 소득의 50-70% 수준의 연금소득을 확보해야만 은퇴 이전과 비슷한 수준의 삶을 유지할 수 있다.

### 3층 구조의 노후소득 보장장치



### 퇴직연금 2종 회사 다니면서 쌓는 '확정급여형(DB) & 확정기여형(DC)'

퇴직연금은 회사에 다니기만 하면 차곡차곡 쌓이는 연금으로 크게 확정급여형(DB : defined benefit)과 확정기여형(DC: defined contribution)이 있다.

확정급여형(DB)은 퇴직할 때 받을 금액(퇴직급여)이 정해져 있는 반면, 확정기여형(DC)은 근로자 개인이 직접 운용함으로써 상품 운용 능력에 따라 수익률이 달라질 수 있다. 현재 자신이 가입된 퇴직연금 제도를 확인해보고, 스스로 운용해야 하는 DC형 가입자라면 주기적으로 상품관리를 통해 퇴직연금 수익률을 높여야 한다.

### 확정급여형(DB)과 확정기여형(DC) 사례

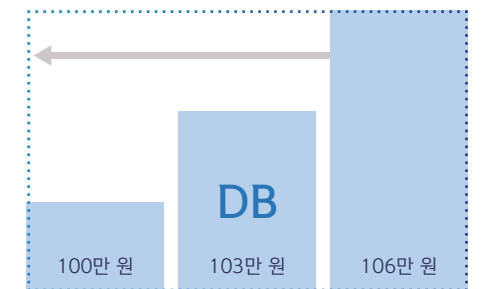
**확정급여형(DB)** 근로자가 받는 퇴직급여액이 정해져 있다  
회사가 운용책임 부담. 근로자는 퇴직연금 운용에 관심 없어도 된다.  
매년 급여가 상승하는 호봉제 체계면 매년 퇴직금이 늘어나므로 유리하다.  
퇴직 직전의 평균임금과 근속연수를 알아두자

### 사례 (DB)



월급여 100만 원인 근로자가 3년 근무하고 퇴직하는 경우 (매년 임금상승률 3%)

퇴직 시 30일분 평균임금 × 근속연수 (퇴직급여 : 106 만 원 × 3년 = 318만 원)



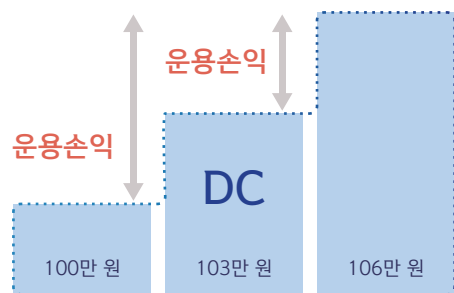
**확정기여형(DC)** 회사가 매년 1회 이상 부담금을 납입하고 근로자가 추가 적립 가능하다  
근로자가 직접 상품 선택하고 운용한다(수시로 변경 가능).  
운용결과에 따른 수익률이 다르기 때문에 똑같은 회사에 다녀도  
관심과 운용성과에 따라 향후 퇴직연금 수령금액은 천차만별이다.

사례 (DC)



월급여 100만 원인 근로자가  
3년 근무하고 퇴직하는 경우  
(매년 임금상승률 3%)

총 부담금 (309만 원) ± 운용수익  
(퇴직급여 : 309만 원 ± α)



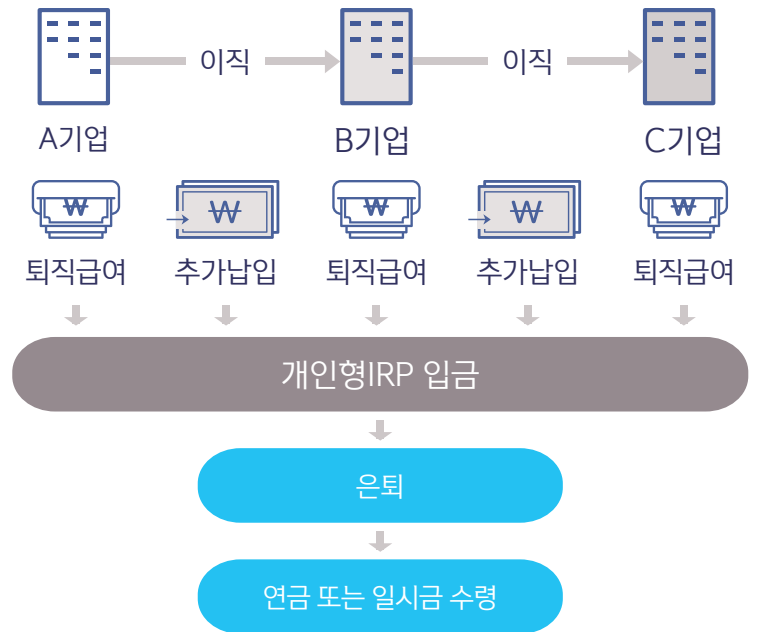
확정급여형(DB) VS 확정기여형(DC)

확정급여형		확정기여형
DB		DC
퇴직 시 30일분의 평균임금 × 근속연수	회사가 쌓아주는 퇴직금	매년 연간 임금총액 × 1/12 이상
회사	퇴직금 운용 및 책임	근로자
변동 없음 (현재 퇴직금과 동일)	내가 받는 퇴직금	변동 가능 (투자 수익/손실 발생)
DC로 변경 가능	제도 특징	DB로 변경 불가능, 개인 추가자금 입금가능

특별한 개인연금 '개인형IRP'  
자유로운 상품 운용, 최대한의 세제혜택  
개인연금의 최강자!

개인형IRP는 확정급여형(DB), 확정기여형(DC) 등과 같이 퇴직연금계좌의 하나로서 2012년 7월 26일 「근로자퇴직급여보장법」이 개정되면서 도입된 퇴직연금이지만, 세제혜택 및 가입자가 추가로 입금할 수 있다는 점에서 개인연금의 성격도 가지고 있다. 근로자가 은퇴 전 이직할 때마다 받는 퇴직금을 적립하고, 퇴직금 외에 가입자가 추가로 자유롭게 입금을 하고 상품 운용도 하다가, 향후 연금 등 노후자금으로 활용하는 상품이다. 근로자는 퇴직금을 받을 때 퇴직금을 입금받은 개인형IRP 계좌를 개설해야 하는데 퇴직금 이외에 추가로 입금한 가입자부담금에 대해 연금저축처럼 세액공제 혜택을 준다.

개인형IRP란?



구분	상세 내용
가입 자격	근로자, 자영업자, 공무원, 교직원, 군인, 퇴직금 수령자 등
세액공제	납입금액 최대 700만 원(연금저축계좌 한도 합산, 53쪽 참조)
운용가능 상품	정기예금, 주식/채권형 펀드, 국내/해외 펀드, 대체투자 등 다양한 상품 운용 가능
연금 수령	만 55세 & 신규일로부터 5년 경과 시 10년 이상 수령
중도인출	법으로 인정된 사유만 가능(59쪽 참조)
원금 보장	정기예금 등과 같은 예금자보호 자산에 한하여 보장하며, 실적배당형 상품은 원금 비보장



## 또 다른 연금을 준비한다면? 연금저축펀드, 연금저축보험, 그리고 연금보험

개인이 일반 금융기관을 통해 가입하여 운용할 수 있는 연금상품에는 연금저축펀드, 연금저축보험 그리고 연금보험이 있다(기존에 연금저축신탁도 있었으나 현재는 신규가입은 불가능하고 기존 계좌에 추가납입만 가능).

연금저축보험은 매월 일정한 금액을 장기간 납부하는 보험 형태의 연금상품이다. 납입 시점에 선취로 보험 관련 비용이 차감되지만 시간이 흐를수록 보험 관련 비용은 감소하고 복리효과가 나타난다. 종신형으로 연금을 수령할 수도 있고 정해진 기간에 나눠서 연금을 수령할 수도 있다.

연금저축펀드는 계좌에 자유롭게 돈을 적립하면서 펀드로 운용하여 수익을 내는 연금상품이다. 원금 손실이 발생할 수도 있지만 기대수익률을 높일 수 있기 때문에 저금리 상황에서는 수익성 측면에서 장점이 있다. 연금저축보험과 연금저축펀드의 가장 큰 특징은 세액공제 혜택이 있는 '세제적격' 상품이라는 점이다. 이에 비해 연금보험은 연금저축보험과 비슷하나 세액공제 혜택이 없는 대신 연금수령 시 비과세 혜택이 있는 '세제비적격' 상품이다.

### 연금상품 비교

구분	세제적격			세제비적격
상품	연금저축보험	연금저축펀드	연금저축신탁 (현재 신규 불가, 추가입금 가능)	연금보험
혜택	세액공제(연 400만 원 한도)			비과세 연금수령 시 이자소득세 면제
연금개시 연령	55세 이후 종신형 연금 수령 또는 정해진 기간	55세 이후 정해진 기간	55세 이후 정해진 기간	45세 이후
납입방법	정기납입	자유적립	자유적립	정기납입
원금	원금보장 (중도해지 시 원금비보장)	기대 수익률은 높지만 원금 비보장	원금보장	연금수령 시 납입원금보장
중도인출	불가	공제한도 초과납 또는 세액공제 미신청 납입금 출금 가능	공제한도 초과납 또는 세액공제 미신청 납입금 출금 가능	가입상품별 상이

\*연금상품별로 운용할 수 있는 상품은 다르다. 연금펀드는 펀드로만, 일반적인 연금보험은 보험사에서 제시하는 공시이율 확정금리로 운용된다. 운용상품의 다양성은 개인형IRP가 제일 좋다. 원금이 보장되는 정기예금부터 실적에 따라 수익률이 변동되는 펀드까지 골고루 운용할 수 있다. 상황에 따라 또는 내 투자성향에 따라 변경할 수도 있고, 은퇴가 다가올수록 안전한 상품으로 변경하기도 수월하다(63쪽 참조).

# 국가가 보장하는 세제혜택 놓치지 말자!

연금은 장기간 유지해야 하는데 저는 연금을 끝까지 오래 유지할 자신이 없어요. 또 연금 자산을 잘 운용해 봤자 얼마나 수익이 나겠어요? 물가도 계속 오르는데... 수십 년 후에 그 연금 받아봤자... 의미가 없을 거 같아요.

여보게. 그래서 국가에서 최대16.5%까지 세액공제 혜택을 주는 게 아닌가. 내 노후를 위해 내 계좌에 모으는 것인데도 국가가 혜택까지 주면서 장려하고 있을 만큼 국민 한 사람 한 사람에게 꼭 필요한 연금이야. 해마다 돌려받을 수 있는 13번째 월급이라고. 그걸 왜 놓치나? 이런 확실한 혜택은 일단 챙기는 게 현명한 걸세.

오팔30

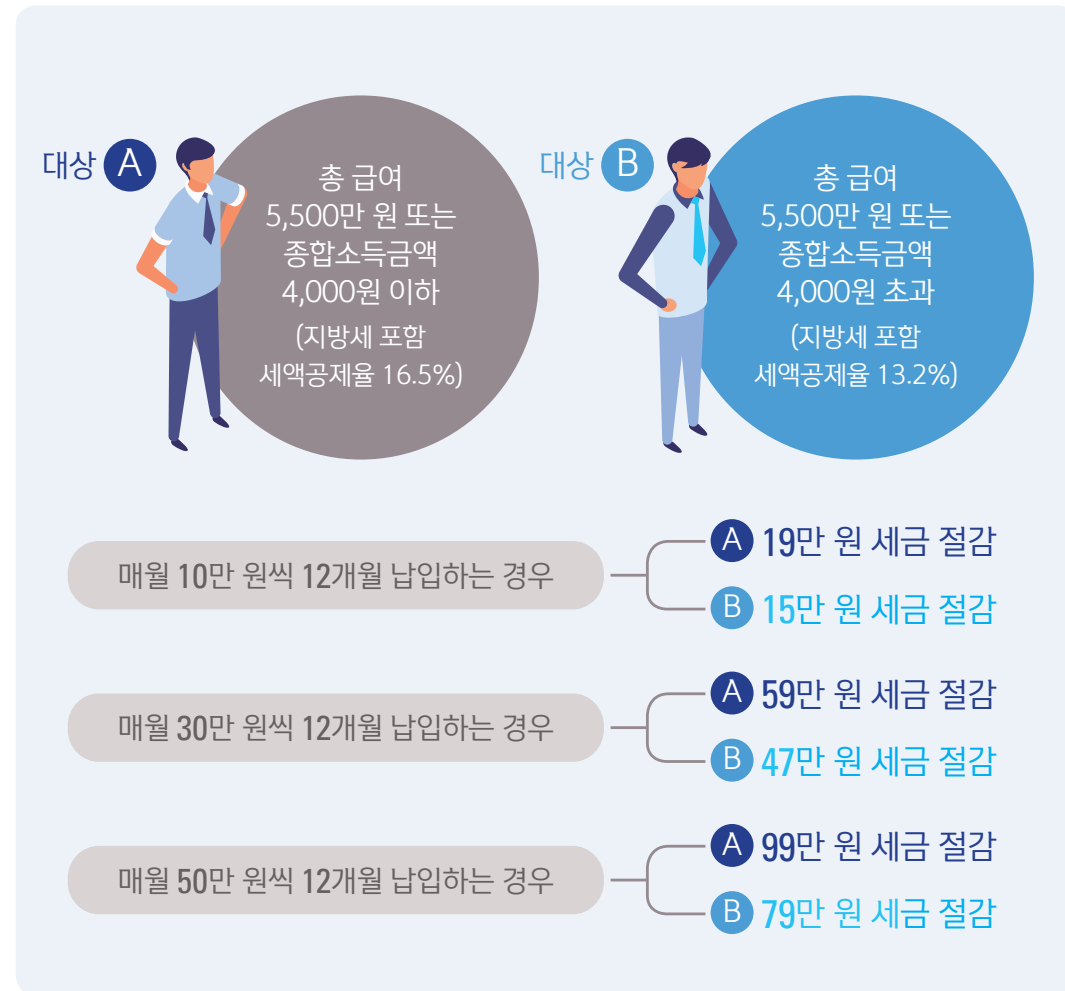
오팔60



## 내 통장에 넣은 돈의 16.5% ~ 13.2%를 돌려 받을 수 있는데 왜 안 해?

개인형IRP와 연금저축의 가장 큰 공통적인 특징은 세액공제를 받을 수 있는 세제적격 상품이라는 점이다. 소득에 따라 매년 납입금액의 16.5% 또는 13.2%를 연말정산 시 현금으로 환급받는 것이니 세제혜택을 이자율로 감안하면 이보다 더 안정적이고 확실한 재테크가 없다. 나 자신을 위한 노후준비금인데, 세금까지 돌려주니 마다할 이유가 없다. 돌려받는 세금을 이자율로 생각해보자. 13.2% 또는 16.5%를 받을 수 있는 금융상품을 찾는다면, 개인형 IRP를 포함한 개인연금 상품부터 시작하자. 특히 2020년부터 3년간 만 50세 이상인 경우엔 연간 세액공제 한도가 200만 원 더 상향조정된다.

### 세액공제 사례

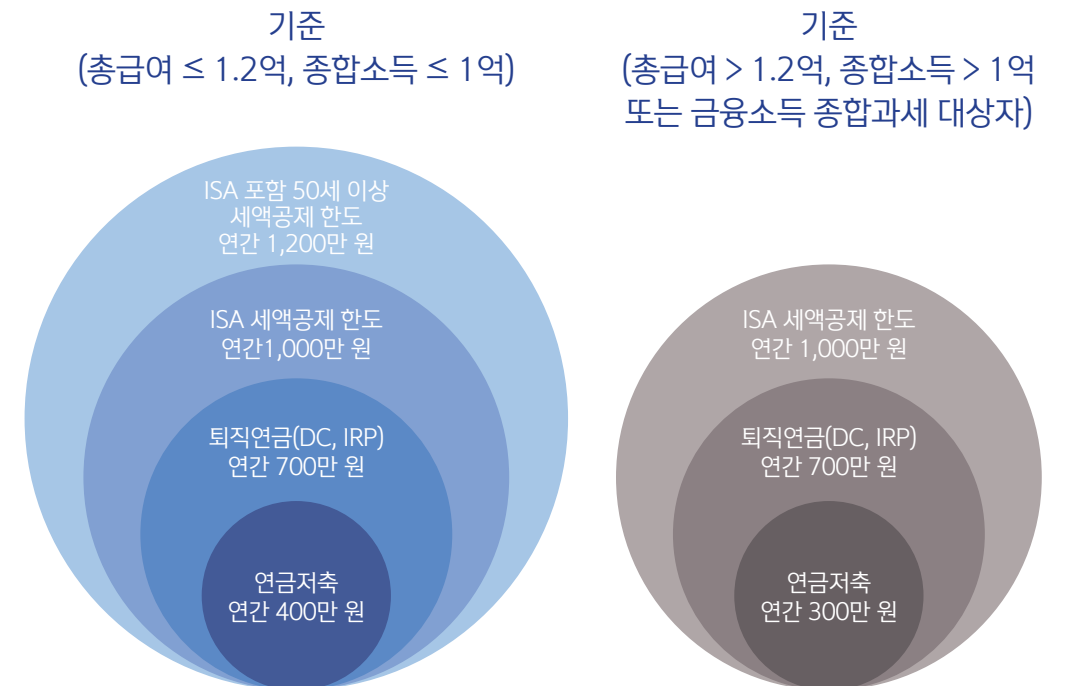


### 세액공제액 예시표

대상	세액공제율	연령	세액공제 납입한도	세액공제액
총 급여 5,500만 원 이하 (종합소득금액 4,000만 원 이하)	16.5% (지방소득세 포함)	만 50세 미만	700만 원	최대 1,155,000원
		만 50세 이상	900만 원	최대 1,485,000원
총 급여 5,500만 원 초과 (종합소득금액 4,000만 원 초과)	13.2% (지방소득세 포함)	만 50세 미만	700만 원	최대 924,000원
		만 50세 이상	900만 원	최대 1,188,000원

\*세액공제 납입한도는 연금저축계좌는 400만 원까지이며, 개인형IRP와 통합하여 700만 원까지 세액공제 받을 수 있다(50세 이상은 200만 원 추가). 단 개인형IRP는 단독으로 700만 원까지 세액공제가 가능하다. ISA 만기금액 내 개인형IRP 추가납입 가능하며, 납입액의 10%에 대해 300만 원 한도로 세액공제 가능하다.

### 연금계좌 세액공제 한도



# 개인형IRP부터 시작해!

그렇군요. 세액공제도 받고 은퇴준비도 하고 좋은 점이 많네요. 그런데 상품이 비슷비슷해서 뭐가 더 좋은지 모르겠어요. 도대체 연금저축과 개인형IRP는 뭐가 달라요? 똑같은 거 같은데 아무거나 하면 될까요?

오팔30



개인형IRP부터 시작하게. 개인형IRP와 연금저축은 비슷하지만 약간의 차이가 있지. 우선 개인형IRP 계좌는 가장 다양한 자산 운용이 가능해. 정기예금부터 펀드까지 골고루 다 운용할 수 있잖아. 또 개인형IRP는 세액공제 가능금액이 제일 크잖아. 그러니 연금저축이 있어도 개인형IRP가 있어야 최대 한도까지 세액공제를 받을 수 있어. 그러니 개인형IRP를 꼭 가입해야 하지 않겠나?

이보게 누굴 닮아서 그렇게 성격이 급한가? 운용의 노하우는 일단 상품을 가입한 다음에 천천히 가르쳐 줄 테니 어서 은퇴준비를 시작이나 하게나.

오팔60



그렇군요! 당장 가입해야겠어요. 그런데 개인형IRP로 어떤 상품을 운용하는 게 좋을까요?

# 40대의 은퇴설계

“아무리 사는 게 바빠도”



30대에 은퇴설계의 필요성에 눈을 떠서 일찌감치 연금계좌를 개설하고 매월 조금씩이나마 계좌에 돈을 입금하기 시작한 김오팔은 어느덧 40대가 되었다. 그동안 연금계좌 잔액이 늘어가는 것을 보면서 차근차근 은퇴 준비를 하고 있다는 자부심도 느끼고 매년 연말정산 때마다 세액공제 혜택을 받는 재미도 제법 쏠쏠했다. “이렇게 세액공제 혜택도 받고 조금씩 자금을 불려나가면 나중에 은퇴해도 걱정 없겠어. 역시 일찍 시작하길 잘했어. 일찍 시작한 만큼 매월 들어가는 돈도 조금이니까 큰 부담이 없네. 만약 나이 들어서 시작한다면 매월 불입액도 부담이 커질 텐데 말이야.” 더구나 회사에서 근무연수가 올라가고 경력도 쌓이다 보니 수입도 늘어났다. 내 집 마련의 꿈을 실현하는 날도 얼마 남지 않은 듯했다. 그런데 막상 아이들이 자라서 중고등학교에 들어가자 갑자기 생활비며 교육비 부담이



엄청나게 붙어났다. 아내가 “매일 매일 쌀 줄어드는 게 보여요.”라며 우스갯소리를 할 정도로 성장기에 있는 아이들이 먹고 입고 쓰는 돈은 어마어마했다. 가장 큰 부담은 역시 교육비! 영어와 수학은 필수이고 국어를 힘들어하는 첫째는 국어 강의를 추가로 등록하고 과학을 영 재미없어하는 작은 애는 과학 강의를 추가 등록했다. 그뿐이라. 학원에 매일 다녀도 오르지 않는 성적 때문에 명문대학 과외 선생까지 붙이니 사교육비로 허리가 휘었다. 내 집 마련을 포기해야 한단 말인가. 그런데 어느 날 아내가 말했다.

“여보, 아이들도 이제 많이 커서 각자 공부방도 마련해 줘야 하고 학업 때문에 이리저리 이사를 다닐 수도 없는데 이번에 우리도 아파트 하나 장만해요. 담보대출 받으면 할 수 있잖아요.”

“담보대출 이자는 어떻게 하고?”

“다른 데서 아껴서 충당해야죠. 언제까지 남의 집 살이 하면서 애들 키울 순 없잖아요.” 아내의 우선순위는 언제나 ‘아이들’이었다. 김오팔 역시 그런 아내의 마음과 크게 다르지 않았다. 그래서 결단을 내렸다. 아파트 장만! 누구보다 기뻐한 것은 아이들이었다. 아이들은 드디어 자기 방이 생겼다고 뿔 듯이 좋아했고 아이들이 좋아하는 것을 보니 김오팔 부부도 마음이 흐뭇했다. 행복이 뭐 별건가. 토끼 같은 아이와 여우 같은 아내와 알콩달콩 살면 되는 것을. 그런데 갑자기 생겨난 지출 항목인 담보대출 이자는 상당한 부담이 되었다.

“학년이 올라갈수록 교육비는 점점 더 늘어나는데 이자는 또 어떻게 하나.”

고민하던 김오팔의 뇌리에 신박한 묘수가 떠올랐다. 바로 연금! 매달 입금하고 있는 그 연금을 깨면 되겠다는 것.

“아직 40대이니 조금 시간이 남았잖아. 일단 발등의 불부터 꺼야지. 지금 연금을 부을 여유가 어디 있겠어.”

연금을 해지하기 위해 한달음에 은행으로 달려갔다. 그런데 은행 앞에서 미래에서 온 김오팔과 마주쳤다.

“김 선생. 안녕하십니까?”

“누구시죠?”

“나를 기억 못하다니 서운하구먼. 10년 전에 자네에게 연금과 은퇴설계의 노하우를 가르쳐 주었지 않나.”

“아 그분이시군요.”

“연금계좌는 잘 관리하고 있겠지?”

“아쉽게도 연금을 해지하러 왔어요. 돈 들어갈 데가 너무 많아서요.”

“연금을 해지한다고? 그건 절대로 안 될 말이지! 내 얘기 좀 들어보게.”

60대의 김오팔은 40대의 김오팔에게 연금을 깨면 안 되는 이유를 소상하게 설명하기 시작했다.



# 중간에 깨면 손해야!

애들 교육도 시켜야 하고 얼마 전에 아파트도 장만해서 이자 부담도 있고...사는 게 팍팍해서 연금은 좀 나중에 다시 해야겠어요.

알았어요. 그렇다면 일단 해지는 안 해야겠네요. 잠시 입금을 중단하고, 나중에 여유가 생길 때 다시 넣어야겠어요. 참, 주택 구입을 위해 개인형IRP에서 일부 출금도 가능하다고 들었는데!

물론 힘든 것은 이해가 되지만 다시 한 번 생각해 보게. 연금계좌는 연금을 위한 계좌이기 때문에 연금으로 수령하는 경우엔 저율과세 혜택이 있지만 중간해지를 하면 더 높은 세금을 부과한다네. 또 오래 유지하면서 운용수익을 재투자하면 복리 혜택을 볼 수 있는데 그런 기회도 모두 날아가게 되는 거라네.

무주택자의 경우 주택구입을 위해 일부 인출은 가능하지만 유의할 점이 있다네. 그건 나중에 알려 줄 테니 염려 말고 우선 연금부터 잘 유지하게나. '여유 있을 때' 하겠다고 생각하면 평생 못하는 거야. 그러니 힘들어도 연금 입금액을 줄이지 말게. 은퇴할 때 연금 잔액만큼 든든한 게 없다네.



## 중도해지 시, 더 높은 세율 부과!

연금소득세 3.3~5.5% < 기타소득세 16.5%

연금계좌 납입금액을 연금으로 수령하는 경우에는 연금소득세(저율과세, 연령별 3.3~5.5%)가 부과된다. 그러나 중도해지 하는 경우에는 연금소득세가 아니라 기타소득세(16.5%)가 부과된다. 이처럼 연금계좌를 연금으로 수령하지 않고 중도해지 하는 경우에는 더 높은 세율을 적용받으므로 주의해야 한다. 특히 납입기간 동안 세제혜택을 16.5%보다 적게 받았다면 오히려 손해가 된다. 부득이한 사유로 인한 해지 또는 중도인출하는 경우에는 저율과세인 연금소득세를 적용해 준다.

**부득이한 해지** 사유란 사망, 해외이주, 천재지변, 저축기관 영업정지, 가입자 또는 부양가족의 3개월 이상의 치료, 퇴직 및 폐업, 개인회생, 파산선고 등을 말하며 사유 발생일로부터 6개월 이내 해지신청을 해야 인정받을 수 있다.

**부득이한 중도인출** 사유란 무주택자 주택구입 또는 전세금 마련, 본인·배우자·부양가족의 6개월 이상의 요양, 최근 5년 이내 파산 및 개인회생, 천재지변 등이다. 무주택자 주택구입 또는 전세금 목적의 인출은 기타소득세로 적용되니 유의해야 한다.

## 연금계좌 해지에 따른 세금 비교

재원	과세방법	
	일반 해지	법정 부득이한 사유 <sup>1)</sup>
세액공제 받지 않은 가입자부담금	과세제외	
퇴직금	퇴직소득세 (분류과세)	연금소득세 (퇴직소득세 × 60%~70% <sup>2)</sup> , 분리과세)
세액공제 받은 가입자부담금 및 운용수익	기타소득세 16.5% (분리과세, 지방소득세 포함)	연금소득세 3.3%~5.5% <sup>3)</sup> (분리과세, 지방소득세 포함)

1) 법정 부득이한 사유(소득세법 시행령 제20조의2)  
 ①천재지변 ②사망/해외이주 ③3개월 이상의 요양이 필요한 질병 또는 부상 ④파산선고/개인회생절차 개시결정 ⑤금융기관의 영업정지 등  
 2) 실제 연금수령연차가 10년 초과 시 퇴직소득세의 60% 원천징수(40% 감면)  
 3) 만 70세 미만 5.5%, 만 70세 이상 ~ 만 80세 미만 4.4%, 만 80세 이상 3.3%

### 꼭 기억하자!!

개인형 IRP 계좌 안에 퇴직급여와 세액공제 받은 가입자부담금이 함께 있다면, 이를 분리해서 해지할 수 없다. 퇴직급여를 일시금으로 수령하려면 세액공제 혜택을 받은 가입자부담금까지 모두 한 번에 해지해야 하기 때문에, 별도의 개인형IRP 계좌를 개설하는 것이 좋다.

### 운용 중에는 세금부담 제로

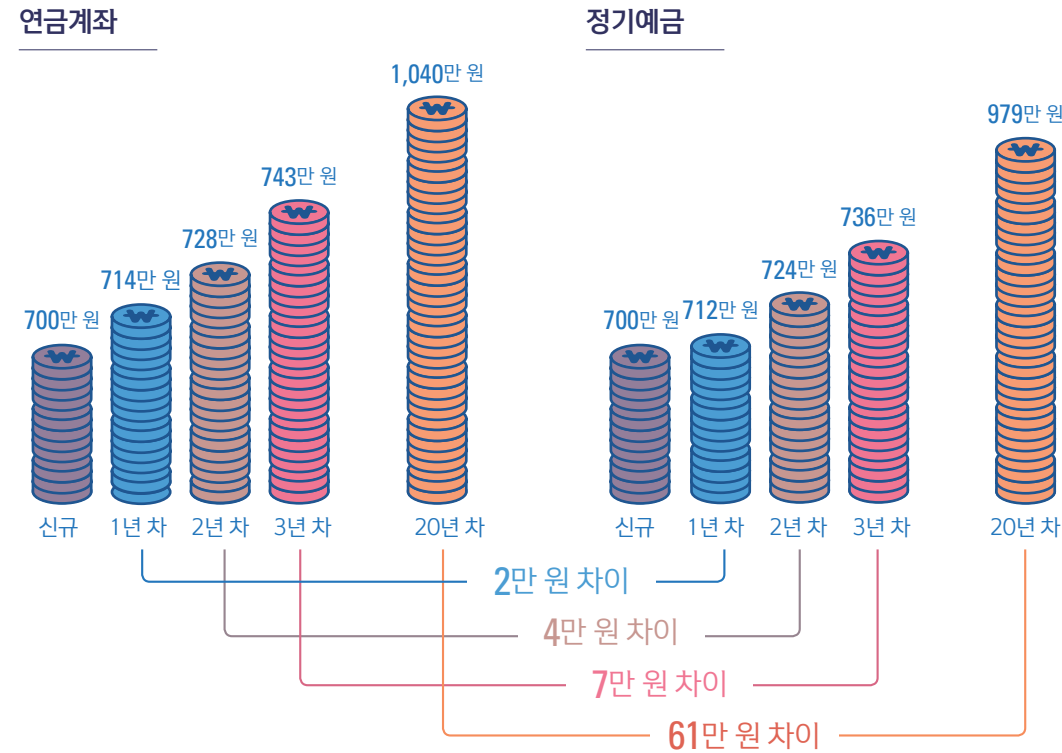
세금까지 재투자하여 수익 창출

일반적인 금융상품은 해지할 때 이자소득세를 원천징수한 후 세후 이자만을 지급한다. 그러나 연금계좌를 통해 상품을 운용하면 그 운영수익에 대해서는 연금계좌의 해지 또는 연금수령 시에 세금이 부과된다. 즉 연금계좌를 통해 운영한 수익에 대한 세금은 연금수령 시 까지 이연되고 연금계좌를 운영하고 있는 동안에는 내지 않아도 되는 것이다. 따라서 세금에 해당하는 금액까지 재투자할 수 있기 때문에 더 높은 수익이 날 수 있다.

정기예금과 비교해 보면, 정기예금은 만기 때마다 이자에 대해 15.4%의 이자소득세를 부과하는데, 연금계좌는 운용한 상품 수익에 대한 세금 부과는 이연되고 재투자가 가능하기 때문에 오래 운용할수록 수익률이 더 높아지는 것이다.

### 연금계좌 및 정기예금 비교

(연금계좌와 1년제 정기예금에 700만원 신규, 연 수익률 2%, 이자소득세 15.4% 원천징수, 종합소득세 제외, 연금계좌 수수료 제외)



### 장기상품으로 수익률 중요

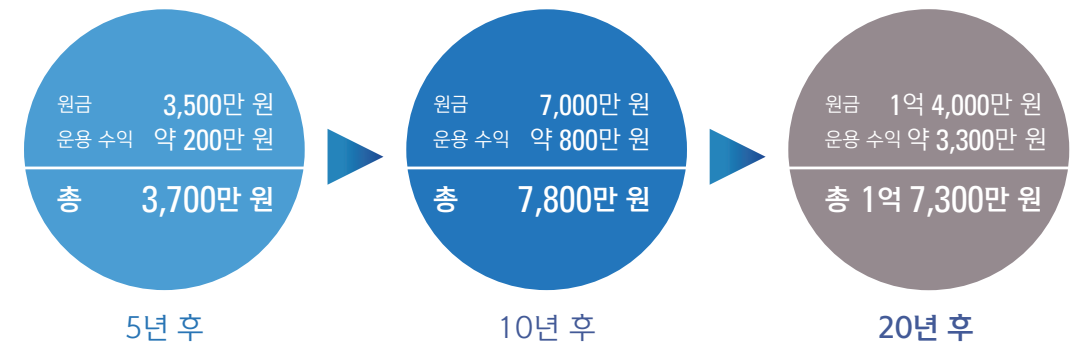
적극적인 상품운용 필요

연금계좌는 장기상품이다. 복리로 운용되기 때문에 매년 수익률을 조금만 높여도 5년, 10년, 20년 후에는 잔액이 크게 달라질 수 있다. 내 소중한 노후자금을 위한 연금계좌에 관심을 가지고 적극적으로 관리하자.

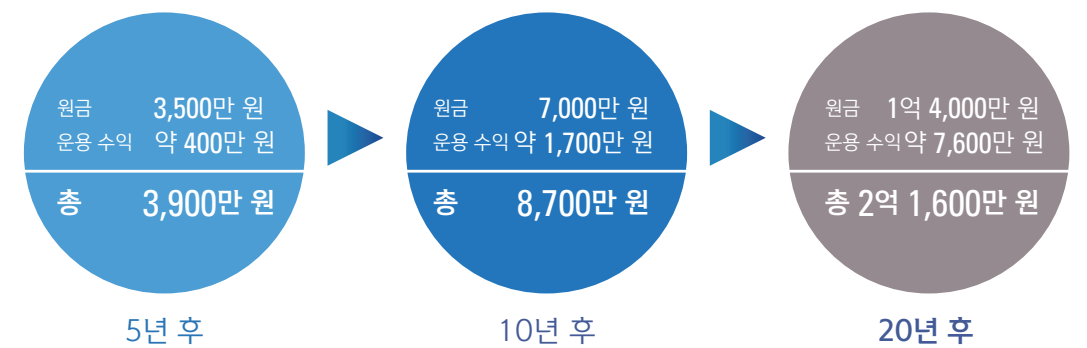
시장상황과 스스로의 투자성향에 맞는 금융상품들을 선택하고 운용해서 적극적으로 수익률을 높여야 한다. 스스로 운용하기 어렵다면 금융기관 전문가와 상담하거나 연금계좌가 가입된 금융기관의 모바일 자산관리 서비스를 이용해보자. 수익률을 높일수록 은퇴 후 여유로운 노후생활이 가능하다는 걸 명심하자.

### 연 수익률에 따른 기간별 비교

사례1 / 연금계좌 매년 700만 원 입금, 연 수익률 2%



사례2 / 연금계좌 매년 700만 원 입금, 연 수익률 4%



# 연금계좌로 자산을 불려야

연금을 중간에 깨면  
손해라는 것을 잘 알겠지?  
그렇다면 적극적으로  
발상을 전환해 보게.

그래. 어차피 깨지 말고 유지할 바엔 계좌에  
있는 돈을 놀리지 말고 그 돈이 일하게  
만들어. 펀드와 같은 투자상품 등을 운용해서  
운용수익을 만들어 보란 말일세. 비록 지금  
연금계좌를 유지하느라고 힘은 들어도 은퇴  
자금이 조금씩 불어난다면  
새 힘이 나지 않겠나?

오팔60



적극적으로 발상을  
전환해 보라고요?

오팔40



## 당신 말고 돈이 일하게 만들어! 상품 운용으로 은퇴자산 불려야

연금계좌에 돈을 입금해 놓기만 할 것이 아니라 그 돈을 적극적으로 운용해서 수익을 창출할 수 있도록 해야 한다. 상품운용을 잘하면 입금한 돈의 금액이 똑같은 다른 사람보다 나의 은퇴자산이 나중에 더 불어나 있을 수 있다. 특히 요즘 같은 저금리 시대에는 상품을 운용해서 수익을 창출하는 것이 더욱 중요하다.

개인형IRP 계좌에서는 더욱 자유로운 상품운용이 가능해서, 정기에금부터, 매칭형 펀드, 주식/채권형 펀드까지 원리금보장 상품과 실적배당 상품을 동시에 운용할 수 있다. 연금저축 펀드는 펀드로만 운용할 수 있다.

### 개인형IRP 다양한 상품 운용

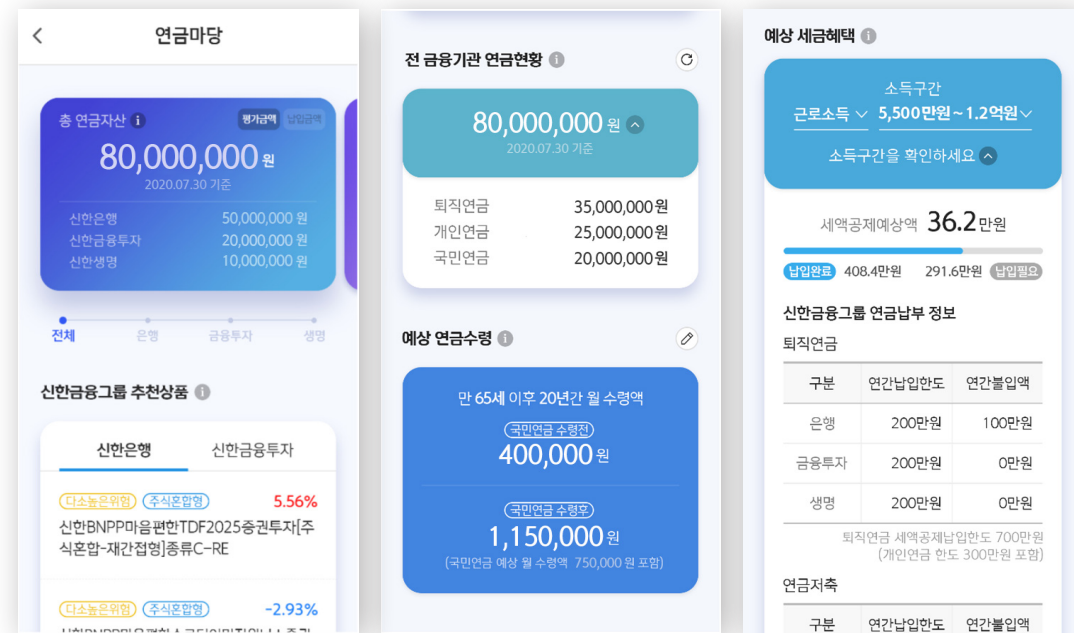


## 비대면 종합 연금관리 플랫폼, '스마트 연금마당'

스마트 연금마당은 비대면으로 연금자산을 관리할 수 있는 종합 연금관리 플랫폼이다. 나의 모든 연금을 한눈에 확인하고 체계적으로 관리할 수 있다.

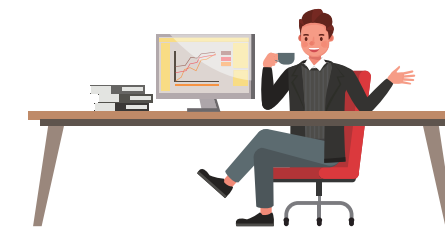
신한금융지주 주요 그룹사의 퇴직연금과 연금저축을 한 번에 조회하고 관리할 수 있을 뿐만 아니라 금융감독원 통합연금포털과 연동하여 다른 금융기관의 연금자산, 국민연금 납입현황 등 금융기관에 흩어져 있는 연금자산을 한 번에 조회할 수 있다(금융감독원 통합연금포털 스크래핑 등의 시).

실제 연금자산을 반영한 예상 연금수령액까지 알려 준다. 그 밖에도 개인형IRP 계좌 개설, 납입한도 변경, 보유자산 재조정 등 연금 관련된 모든 업무를 볼 수 있다.



# 50대의 은퇴설계

“끝날 때까지 끝난 게 아니야”



연금계좌를 깨려고 하는 40대의 김오팔을 설득하는 데 성공한 김오팔은 흐뭇한 마음으로 시간여행에서 돌아왔다. 연금술사 인공지능 로봇의 도움을 받아 30대, 40대의 김오팔에게 다녀온 보람이 있었다. 이제 3번의 기회 중 한 번의 기회가 남아 있었다. 그는 30, 40대를 지나 50대에 안정적인 은퇴를 맞이하고 있을 자기 자신의 모습을 두 눈으로 확인하고 싶었다. 그래서 다시 한 번 시계의 버튼을 눌러 과거로의 여행을 시작했다. 과연 50대의 김오팔은 희망찬 은퇴를 앞두고 있었을까? 50대의 김오팔이 동료 연금짱과 심각한 대화를 나누고 있었다.

“조기 퇴출?”

“그래, 이번에 해외시장 론칭한 게 실패하는 바람에 막대한 손실을 입었다. 그래서 구조조정을 할 예정인데 정년이 얼마 남지 않은 사람들이 일순위라고 하더군.”



50대 김오팔의 얼굴이 사색이 되었다. 은퇴는 남의 일인 줄만 알았는데 어느새 자신에게도 닥치게 된 것이다. 해지하지는 않았지만 일부 인출해서 써버린 개인형IRP 계좌에는 잔액이 충분하지 않고, 은퇴 후 생활비는 교육비, 대출이자로 거의 준비가 되어 있지 않은데 은퇴라니!! 그런데 연금쟁의 표정은 밝기만 했다.

“자네는 걱정이 안 되나?”

“정년이 올 줄 몰랐나? 언젠가는 닥칠 거 다 알고 살아왔는데 놀랄 일도 아니지.”

믿는 구석이 있는 듯 연금쟁은 씨익 웃는데 김오팔만 속이 타들어갔다.

“아 어떻게 하면 중단 말인가.”

친구들을 만나 술을 마시며 신세 한탄을 하다가 쓸쓸하게 귀가하는 길. 집에 들어가서 아내 얼굴을 보기가 민망해서 놀이터 그네에 잠깐 앉았다. 그때 한 남자가 다가와서 봤더니만 연금을 설파해준 의문의 남자였다. 구세주를 만난 것 같이 반가웠다.

“아, 어르신! 연금계좌 입금을 중단하고 계좌만 유지한 채 중도인출을 많이 해버려서 남은 게 별로 없어요. 이제 어떡하면 좋겠습니까? 저 좀 도와주세요.”

# 지금이라도 시작해

지금부터라도 개인연금 계좌와 개인형IRP 계좌에 최대한 납입을 해서 은퇴 전까지 최대한 세액공제 혜택도 받고 은퇴자금도 마련하게나. 은행에 문의해서 상품도 적극적으로 운용해 보고 말일세.

오팔60



알겠습니다. 당장 시작할게요! 그런데 시간이 얼마 남지 않아서요. 갑자기 은퇴를 하게 되면 어떻게 하죠?

오팔50



너무 염려하지 말게나. 개인연금이나 개인형IRP 계좌 잔고가 부족하면 살고 있는 집을 이용해서 주택연금을 받을 수도 있고 국민연금을 조기 수령하거나 내 상황에 맞게 활용하는 방법도 있으니 말일세.

알겠어요. 아! 그리고 퇴직금도 있긴 하네요!



그렇지. 퇴직금을 일시금으로 받지 않고 연금으로 받으면 생활비에도 보탬이 되고 퇴직소득세도 줄일 수 있으니 연금으로 수령하는 방법도 차근차근 알아보자고! 자, 어서 시작하게나. 시간이 없네!



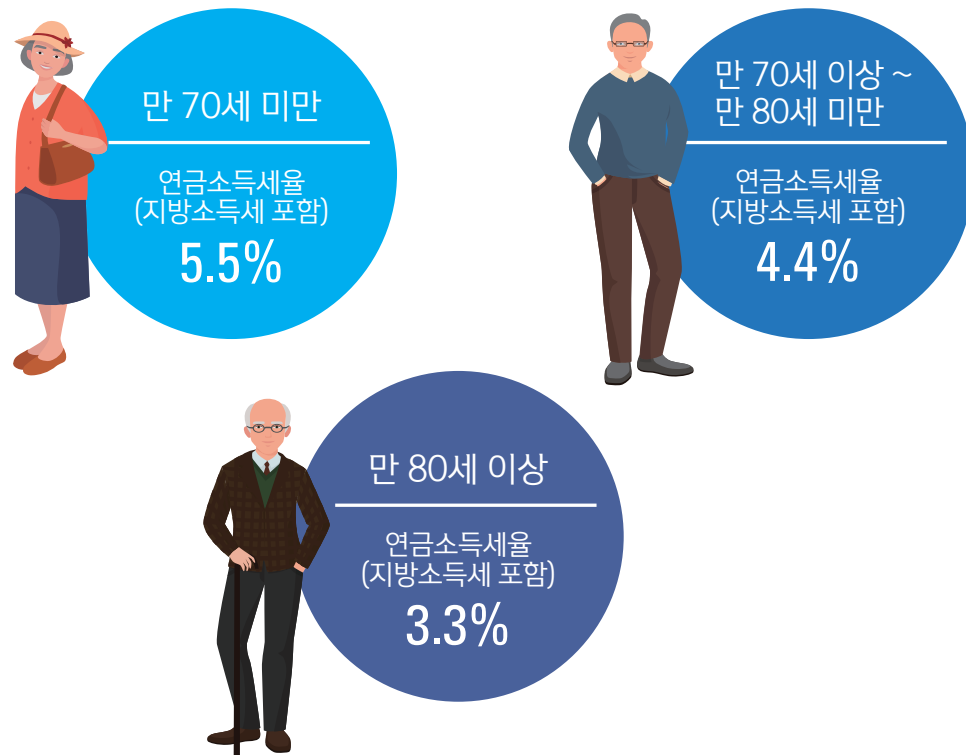
## 연금으로 수령 & 늦게 수령할수록 가장 저율과세!

연금계좌에서 상품을 운용하는 기술이 필요한 것처럼 연금을 수령하는 데에도 기술이 필요하다. 우선 연금을 수령할 때 어떤 세금이 발생하는지 알아두어야 한다. 연금계좌는 연금 재원에 따라 연금수령 시 과세방법이 달라지며, 연금으로 수령하는 경우 저율과세, 퇴직소득세 감면 등의 혜택이 있으므로 가능한 연금으로 수령하는 게 좋다. 연금소득세는 연령에 따라 세율이 달라지는데 늦게 수령할수록 더 낮은 세율이 적용된다.

연금수령의 조건은 2013년 이후 가입한 연금계좌라면 ‘만 55세 이후 & 가입기간 5년 이상을 충족하는 연도’부터 ‘10년 이상 연금수령’하고 ‘연금수령 한도 이내에서 인출’할 수 있다. 단 퇴직금 입금 시에는 만 55세 이상만 되면 가입기간에 상관없이 즉시 연금수령이 가능하다.

### 연령에 따라 달라지는 연금소득세율

“연금으로 수령해야 저율과세, 퇴직소득세 감면.  
연금을 늦게 수령할수록 더 낮은 연금소득세율 적용”



## 연금 운용은 기술, 수령은 예술! 아는 만큼 세금 절약

연금계좌에는 퇴직금으로 받아 입금한 돈, 본인이 추가 적립한 돈 중에서 세액공제 혜택을 받은 돈, 추가 적립한 돈 중에서 세액공제를 받지 않은 돈, 상품운용을 통해 발생한 운용수익 등 다양한 성격의 돈이 함께 적립되어 있다.

연금을 수령하는 경우 이러한 입금재원에 따라 인출 순서가 달라진다. 첫 번째로 세액공제를 받지 않은 가입자부담금에서 인출되고 그 재원이 다 소요된 후, 두 번째로 퇴직금에서 인출되며, 세 번째로 세액공제 받은 가입자부담금 및 운용수익이 인출된다.

또한 입금재원에 따라 적용되는 세금의 종류 및 세율도 달라진다. 퇴직금에 대해서는 퇴직소득세 감면, 세액공제를 받지 않은 가입자부담금에 대해서는 세액공제를 받지 않은 대신 비과세, 세액공제를 받은 가입자부담금과 연금계좌 운용수익에 대해서는 연금소득세를 부과한다.

연금 외의 방법으로 수령하는 경우엔 퇴직금에 대해서 퇴직소득세, 세액공제를 받지 않은 가입자부담금에 대해서는 세액공제를 받지 않은 대신 비과세, 세액공제를 받은 가입자부담금과 운용수익에 대해서는 기타소득세를 부과한다.

### 연금수령 시 입금재원에 따라 달라지는 과세방법

재원	인출순서	과세방법
세액공제 받지 않은 가입자부담금	①	과세제외
퇴직금	②	퇴직소득세 x 60% ~ 70% <sup>1)</sup> , 분리과세
세액공제 받은 가입자부담금 및 운용수익	③	3.3% ~ 5.5% 세율 <sup>2)</sup> 로 과세, 분리과세 <sup>3)</sup>

1) 실제 연금수령연차가 10년 초과 시 퇴직소득세의 60% 원천징수(40% 감면)  
 2) 만 70세 미만 5.5%, 만 70세 이상 ~ 만 80세 미만 4.4%, 만 80세 이상 3.3%  
 3) 사적연금 (연금저축 + IRP) 수령액이 연간 1,200만 원 초과 시 종합과세

## 사적연금 연 1,200만 원 미만 수령해서 세금 부담 줄여야

연금을 수령하는 경우 연 수령액에 따라 세금 부담이 달라지는 경우가 있다. 즉, 연금수령액 중에서 세액공제 받은 가입자부담금과 운용수익에 해당하는 금액이 연간 1,200만 원을 초과하면 연금소득세뿐만 아니라 당해 연도 다른 소득과 합산하여 종합소득세를 신고해야 하므로 세금 부담이 늘어날 수도 있다. 연간 1,200만 원에 포함되는 연금액은 사적연금만 해당하며, 국민연금 등 공적연금은 포함되지 않는다(다음 표 참조).

따라서 세액공제 받은 가입자부담금과 운용수익을 재원으로 연금으로 수령하는 금액이 연간 1,200만 원을 넘지 않도록 수령기간을 늘려서 조절하는 게 좋다.

### 사적연금 연간 수령액 1,200만 원 한도가 적용되는 경우

연금 종류	한도 적용	비고	
국민연금, 공무원연금, 사학연금, 군인연금	포함되지 않음	공적연금	
퇴직연금	퇴직금	포함되지 않음	-
	가입자부담금 (개인형IRP 등)	포함 (세액공제를 받은 금액과 운용수익만 대상)	세제적격
개인연금	연금저축 (펀드, 보험, 신탁)		
	연금보험	포함되지 않음	세제비적격

## 국민연금 수령액을 늘려라

연기연금, 임의(계속)가입, 반납, 추납

국민연금은 소득상승률 및 물가상승률을 반영하여 실질가치를 보장해주고 자기가 실제 납부한 금액보다 더 많이 받게 되는 만큼 가입기간 중에 월 보험료를 최대한 높여 수령액을 늘려두는 것이 좋다. 추가로 국민연금 수령액을 늘리는 데는 연기연금제도, 임의가입, 반납, 추납 등의 방법이 있다.

- 연기연금제도 : 가입기간이 길수록 수령액이 많아지기 때문에 만 65세가 되어 국민연금을 받을 수 있다 하더라도 연금수령 나이를 연기하면 더 많은 연금을 수령할 수 있다. 연기하는 1개월마다 수령액이 0.6%, 1년이면 7.2%씩 늘어난다. 최대 5년까지 연기 신청할 수 있지만, 딱 한 번만 신청할 수 있으니 신중하게 결정하자.
- 임의(계속)가입 : 60세부터는 국민연금 의무가입 대상이 아니기 때문에 국민연금 보험료를 계속 낼 필요가 없지만, 60세 이후에도 연금수령액을 높이기 위해 국민연금 가입기간을 65세까지 연장할 수도 있다. 이를 '임의계속가입'이라고 한다. 또 전업주부, 학생 등 의무가입 대상이 아닌 경우에는 '임의가입'도 가능하다.
- 반납 : 1999년 이전에 직장 퇴사 등으로 보험료를 반환일시금으로 한 번에 받았다면, 이를 이자와 함께 다시 공단에 반환해 국민연금 가입기간을 복원할 수 있다.
- 추납 : 일정기간 소득이 없어서 연금을 내지 않았던 기간에 해당하는 금액을 추가로 납부하면 국민연금 가입기간으로 인정받을 수 있다.



# III 인생 2막 행복 설계

Switching On-line  
Home-life Sourcing  
On-going Health  
Changing Pattern  
Knowing Digital



언택트 시대에 행복한 인생 2막을 설계하기 위해서 무엇이 필요할까? 이를 5가지의 트렌드 키워드 'S.H.O.C.K'으로 정리한다. Switching On-line(스위치 소비), Home-life Sourcing(홈라이프), On-going Health(헬스케어), Changing Pattern(자기계발), Knowing Digital(디지털 지식활용) 등이 그것이다.

'S.H.O.C.K'이란 신한카드가 포스트 코로나 시대에 완전히 달라지는 삶의 방식과 소비 패러다임의 변화를 5가지로 표현한 키워드입니다.





# Switching On-line

언택트 시대의 스위치 소비

모든 게 점점 다른 사람의 도움 없이 비대면으로 이뤄질 수 있는 방향으로 발전해 간다. 카드가 없어도 지갑이 없어도 스마트폰 하나만 들고 있으면 교통, 쇼핑은 물론 은행 및 주식 거래까지 간편하게 할 수 있다. 효율적이고 편리하고 신속하다. 바이러스 감염의 위험 같은 것은 전혀 없다. 앞으로 거스를 수 없는 대세인 만큼 피할 수 없다면 제대로 잘할 수 있도록 적응해 보자. 적응한 만큼 누릴 수 있다.

'발품' 말고  
'손품' 팔아  
쇼핑한다!





### 키오스크 & 무인점포

요즘은 매장에 가면 직원에게 주문을 하는 대신 키오스크를 사용하는 일이 점점 자연스러워지고 있다. 키오스크란, 은행이나 백화점, 식당, 패스트푸드점 등 공공장소에 설치된 터치스크린 형식의 무인 정보 단말기를 말한다. 굳이 사람과 대면할 필요 없이 직접 터치스크린 화면을 보고 메뉴를 선택하고 결제하면 된다.

이러한 비대면 주문 결제가 확산됨에 따라 무인으로 운영되는 스마트점포도 곧 일반화될 것으로 보인다. 무인계산대, 키오스크, 스마트게이트 등 최신 리테일테크(유통과 정보통신기술 결합)를 적용한 스마트무인점포 등이 더 흔하게 보일 날도 얼마 남지 않았다. 특히 동네 슈퍼가 스마트무인점포로 바뀐다면 소상공인 지원 및 골목 상권 활성화에도 큰 도움이 될 것으로 전망된다.



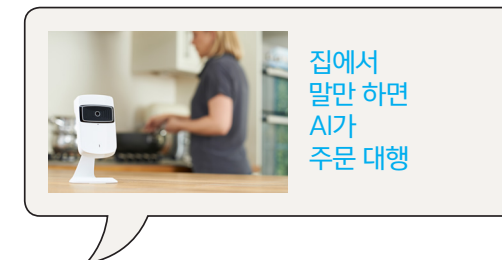
### 모바일 간편결제 핀테크

모바일 간편결제 핀테크를 이용하면 결제할 때마다 개인정보를 입력해야 하는 번거로움이 없다. 그야말로 '간편' 결제이다. 핀테크는 'Financial Technology'의 줄임말로 금융과 IT가 융합된 산업 분야를 일컫는 말인데, 모바일 간편결제가 핀테크의 핵심서비스라 할 수 있다.

각 통신사, 금융기관 등에서 저마다의 핀테크 서비스를 고객들에게 제공하고 있기 때문에 모바일 간편결제 핀테크 종류도 다양하다. LG유플러스의 '페이나우'는 처음 가입할 때 기본정보만 입력하면 이후 사용 시 결제정보 입력 없이 3초 내로 빠른 결제가 가능하다. 카카오의 '카카오페이'는 메신저 어플리케이션인 카카오톡에 신용 카드 정보와 비밀번호를 등록해 놓으면 이후 비밀번호 입력만으로 간편하게 결제할 수 있다. 스



마트폰 앱으로 가맹점의 QR 코드를 촬영해 돈을 지불하는 '제로페이'도 있다. 그 밖에도 다양한 모바일 간편결제 핀테크가 있다.



### AI 쇼핑

발품도 귀찮고 손품도 귀찮다면, 외출도 번거롭고 스마트폰이나 컴퓨터도 하기 부담스럽다면 더 간편하게 쇼핑하는 방법도 있다. 바로 AI(인공지능)를 활용한 쇼핑이다. 인공지능에게 말만 하면 된다. "OO아, OO쇼핑몰에서 생수 주문해줘." 등 주문을 대신하도록 시킬 수 있다. 주문뿐만 아니라 "OO아, OOO피자에서 새로 나온 메뉴가 뭐야?", "OO아, 치킨배달 언제 도착해?", "족발집 전화번호가 뭐야?", "지난달 내 주문내역 좀 조회해줘." 등 시시콜콜한 심부름까지 가능하다. 인공지능에게 말만 하면 된다.

인공지능 기술이 계속해서 급속도로 발전하고 있기 때문에 시간이 갈수록 더 똑똑한 인공지능이 나올 것이다. 굳이 매장을 찾아가거나 전화를 걸지 않아도 말 한마디로 다양한 정보를 조회해 보고 원하는 음식을 주문할 수 있는 편리한 생활이 가능해지는 것이다.



### O2O 서비스

택시나 대리운전 부를 때 전화가 아니라 앱을 이용한다면, 자장면을 배달시키거나 피자를 배달

시킬 때 전화가 아니라 앱을 사용한다면 당신은 이미 O2O(Online-to-Offline) 서비스 경험자라고 할 수 있다.

이제 O2O 서비스는 젊은이들만 사용하는 서비스가 아니라 모든 연령의 사람들이 사용할 정도로 일상생활 속에 깊숙이 들어와 있다. 배달의민족, 요기요, 배달통, 카카오톡, 우버, 직방, 다방 등이 모두 O2O 서비스의 대표적인 사례들이다.

O2O 서비스는 온라인과 오프라인이 연결되는 것이 특징이다. 앱으로 피자를 주문하면 잠시 후 배달원이 피자를 들고 집 앞에 와서 벨을 누르는 식이다. 이처럼 구매자가 O2O 플랫폼을 통해 온라인에서 구매정보를 얻거나 주문을 하면 오프라인 사업자가 구매자를 방문해 서비스를 제공한다는 점에서 온디맨드(On-Demand) 서비스라고도 부르고 '공유경제'라고도 한다.

## 각 이코노미 (Gig Economy) 시대의 시니어 프리랜서, 각 워커(Gig Worker)

O2O 서비스가 활발해지면서 O2O 서비스 제공에 필요한 특정 형태의 노동 수요가 함께 증가하고 있다. 기업의 직접고용이나 전일제 고용이 아니라 필요에 따라 단기 계약직이나 임시직으로 인력을 충원하고 그 대가를 지불하는 '각 이코노미(Gig Economy)'가 생겨나는 것이다. 직장이 아니라 일이 중요해지는 것이다. 이러한 방식으로 일하는 사람들을 '각 워커(Gig Worker)'라고 하는데 앞으로의 노동시장에는 이러한 각 워커들이 많이 생겨날 전망이다. 말하자면 각 플랫폼을 통해 일하는 새로운 프리랜서다. O2O 확산 초반에는 차량이나 숙박 공유, 배달, 청소 등 단순노동 서비스가 주류를 이뤘으나 최근에는 변호사나 컨설팅 등 전문인력이 참여하는 서비스로 진화하고 있다. 더 나아가 각 워커가 고령층의 새로운 일자리 대안으로 주목받고 있다. 각 플랫폼을 활용한 시니어 프리랜서는 고령화 위기와 각 경제라는 새로운 패러다임을 연결하는 시니어 일자리 문제 해결의 대안이 될 수 있다.





Home-life Sourcing

언택트 시대의 홈라이프

# Home-life Sourcing

언택트 시대의 홈라이프

모든 것이 집에서 이뤄지는 집콕 생활은 어떤 생활일까? 할 일 없어서 갈 데 없어서 집에 있는 것이 아니라 집에서 놀고 일하고 쉬는 것이 훨씬 더 즐거운 신개념 홈라이프가 있다. 무릎에 무리를 주면서 아까운 돈을 낭비해 가면서 멀리 갈 필요가 없다. 집에서 공연 보고, 여행 다니고, 심지어 재택근무를 통해 돈을 벌 수도 있다. 나만의 홈라이프를 설계해 보자. 은퇴 이후의 삶이 몇 배 더 활기차게 변화할 것이다.

떠나라,  
즐거라, 일하라  
온라인으로!





온라인에서 세계 곳곳을 커피 한 잔 값으로 여행!

### 랜선투어

집에서 떠나는 '랜선투어'가 새로운 여행 트렌드가 되고 있다. 랜선 즉 인터넷(연결선)을 통해 온라인 공간 속에서 여행을 하는 것이다. 두바이관광청, 중국의 알리바바그룹, 스위스정부관광청, 체코관광청, 타히티관광청 등 세계 각국에서는 온라인으로 즐길 수 있는 자국의 여행지를 콘텐츠로 만들어서 소개하고 있다.

단순 영상 콘텐츠가 주를 이루지만 가상현실(VR) 콘텐츠도 눈에 띄기 시작했다. 직접 가보지는 못하지만 마치 그곳에 있는 듯한 체험을 해볼 수 있게 VR로 여행지를 보여주는 것이다. 또 영국 런던, 이탈리아 남부 등 해외 각지에 사는 베테랑 여행 가이드가 온라인으로 현지의 유명 관광지를 구경시켜주는 체험형 랜선투어도 나왔다. 실시간으로 베테랑 가이드와 양방향 소통을 하면서 즐기는 여행 간접체험 서비스이다. 커피 한 잔 값으로 세계 곳곳을 구석구석 돌아볼 수 있는 랜선투어를 통해 실제 여행 못지않게 견문도 넓히고 즐거운 체험을 할 수 있다.



현장보다 생생하게 온라인 공연 즐긴다

### VR 공연

이제 공연도 집에서 온라인으로 본다. 이미 예술의 전당이 2013년부터 공연 영상인 '쌩 온 스크린(SAC on Screen)'을 서비스해 왔고, 네이버 TV 라이브를 활용한 공연 온라인 생중계가 존재했었다. 그러나 최근에 사회적 거리두기를 계기로 온라인 공연이 본격적으로 활기를 띠기 시작했다. 서울돈화문국악당이 '자세히 보아야 예쁘다' 무대를 취소하지 않고 온라인으로 돌린 것이 최초다. 이처럼 무관객 공연의 온라인 중계가 점차 늘어나고 있다. 오프라인 공연에 갈 수 없는 혹은 집콕 문화생활을 즐기고 싶은 사람에게 색다른 재미를 선사한다. 때론 공연장에 직접 가도 보기 어려운 앵글이나 클로즈업 화면을 볼 수도 있고 남들의 시선을 의식하지 않고 오롯이 공연에 집중할 수 있다.



연령, 시간 제한 없이 전문성만으로 승부한다

### 재택근무

전 세계적으로 재택근무가 예외적인 근무형태가 아닌 일상적인 업무형태로 받아들여지기 시작했다. 출퇴근 부담 없이 집에서 일하는 고용형태는 전문성을 가진 시니어들에게 또 다른 기회가 될 수 있다. 고령에 대한 선입견이나 체력적인 한계에 제한받지 않고 전문성만을 살릴 수 있으니까 말이다. 실제로 페이스북 저커버그 CEO는 "시니어 엔지니어 등은 아예 처음부터 원격근무할 사람들을 뽑을 예정"이라고 밝힌 바 있다. 재택근무를 할 수 있을 만한 전문성을 기르는 데에 성공한다면 재택근무가 가장 효과적인 은퇴설계가 될 수 있다.



스마트폰으로 QR 코드를 스캔하면 스위스관광청의 가상현실(VR) 여행으로 연결됩니다.







On-going Health

언택트 시대의 헬스케어

# On-going Health

언택트 시대의 헬스케어

이제 건강관리 및 힐링도 비대면으로 한다. 운동을 하기 위해 꼭 피트니스센터에 가야 하고 건강을 체크하기 위해 꼭 병원에 가야 할 필요가 없다. 홈트를 통해 집에서 편안하게 나 혼자 운동을 하면서 건강관리 및 체중관리를 할 수 있다. 혼자서 하기가 버겁다면 홈핏을 통해 방문 일대일 피트니스를 받을 수 있다. 움직이면 디지털 명상으로 달래고, 건강염려증은 AI 헬스케어에 맡겨버리자. 자식보다 더 효성스럽게 시니어들의 건강을 관리해줄 것이다.

시니어  
건강과 힐링  
집에서 관리한다





날씨, 시간  
제한 없이  
집에서 맘껏  
트레이닝

### 홈트(홈+트레이닝)

집에서 온라인으로 즐기는 '홈트(홈+트레이닝)'를 하는 사람들이 부쩍 늘었다. 날씨, 시간, 미세먼지 등의 여건에 구애받지 않고 자유롭게 언제든 할 수 있다는 장점 때문이다. 매체의 발달로 유튜브 채널을 통해 영상을 보면서 운동을 하기 때문에 운동 초보자도 얼마든지 따라해 보면서 점차 단계를 높여갈 수 있다.

홈트를 돕는 어플도 많이 나와 있다. 심지어 인공지능이 도와주는 홈트 앱도 있다. 카카오킴즈의 자회사 카카오VX가 만든 '스마트홈트' 앱이나, 한국 스타트업 위월드가 선보인 '라이크 핏'은 모두 인공지능이 '운동 선생님' 역할을 해 주는 식으로 구성되어 있다.



일대일 방문  
서비스로  
집에서도  
제대로 관리

### 홈핏(홈+피트니스)

홈트레이닝처럼 집에서 나 혼자 운동을 하면 자유롭고 편리한 장점이 있긴 하지만 자칫 느슨해지거나 잘못된 운동 방법 등을 모르고 넘어갈 수 있다. 이처럼 유튜브 채널이나 앱을 활용하여 홈트레이닝을 하는 것에 만족할 수 없다면 홈핏을 고려해 보자. 홈핏(Homefit)은 피트니스센터에 가는 것이 꺼려지는 요즘, 트레이너를 집으로 불러 운동할 수 있는 서비스다.

집에서 한다는 점은 홈트레이닝과 똑같지만 나 혼자 하는 게 아니라 방문 트레이너의 도움을 받

는 점이 다르다. 피트니스센터 한번 가려면 스케줄 잡아야 하고 오고가는 시간 버려야 하는 등의 번거로움이 있지만 집에서 방문 지도를 받는다면 홈트의 장점을 그래도 살리면서 피트니스센터에 다니는 것처럼 체계적이고 전문적인 도움을 받을 수 있다. 피트니스센터를 이용하는 것보다 효율적인 시간관리가 가능하고 비용도 합리적이라서 가성비가 높다. 또 남들의 시선을 의식할 필요도 없다.



어플로 음악  
들으면서  
자유롭게 명상  
즐긴다

### 디지털 '명상'

마음을 치유하고 혼자만의 시간을 갖기 위해 대나무숲과 같이 인적이 드문 호젓한 곳으로 떠날 필요가 없다. 명상을 위해 휴대폰을 잠시 꺼두고 혼자만의 고요 속으로 들어가기 위해 애쓰던 시대는 지나갔다. 이제 명상을 하려면 오히려 휴대폰이 필수다. 인터넷이나 앱을 통해 나 혼자 명상을 즐길 수 있는 디지털 명상이 많기 때문이다.

무엇보다 명상 앱이 인기다. 국내선 '코끼리'와 '마보'가, 해외선 '헤드스페이스', '칼(Calm)'이 주목받고 있다. 명상을 초보부터 단계별로 진행하는 프로그램, 수면을 위한 명상 음악, 심리 상담 콘텐츠 등으로 구성된다. 일정기간 동안 무료 사용기간이 있고 그 이후에는 월정액을 지불하는 형태가 많다.

유튜브에도 수많은 명상 관련 콘텐츠가 있다. 대부분 조용한 음악을 배경음악으로 깔아주고 명상으로 인도하는 멘트가 나오는 형식으로 구성되어 있는 경우가 많다.

디지털 명상은 책이나 오프라인 명상에 비해 따

라 하기 쉽고 접근성이 좋아서 일반인들에게 편안함을 준다. 꼭 전문가를 만나러 가지 않더라도 집에서 혼자 얼마든지 명상을 할 수 있는 것이다. 다양한 채널을 넘나들며 딱딱한 수련이 아닌 즐거운 체험을 만나보자.



인공지능으로  
맞춤형  
건강관리

### AI 헬스케어

인공지능 헬스케어가 보편화되면 "3년 병환에 효자 없다"는 속담도 자취를 감출지도 모른다. 장기요양 및 병수발이 필요한 경우 인공지능이 수고해 줄 것이다. 전염병이 유행할 때도 감염의 우려가 없는 인공지능 로봇이 큰 역할을 해줄 수 있다.

인공지능 헬스케어 서비스는 방대한 양의 유전자 정보를 분석하고 학습해서 나의 유전자 및 체질을 분석해 주고 어떤 질병에 걸릴 확률이 높은지 언제쯤 그러한 질병이 발병할지 등을 예측해 줄 수 있다. 또한 그러한 질환을 예방하기 위해

어떻게 건강관리를 해야 하는지를 코치해 주고, 개인별 맞춤형 데이터를 통해 개인의 체질에 따른 약물 부작용을 예측해 줄 수도 있다.



병원에  
가지 않고  
손쉽게  
건강 체크

### 헬스케어용 웨어러블 기기

건강 상태를 모니터링해주는 '헬스케어용 웨어러블 기기'는 이미 보편화되고 있다. 만보걷기 시계 수준이 아니라 만성질환, 심장질환 관리 등 특정 목적으로 개발된 메디컬 웨어러블 디바이스도 있다. 소형센서가 내장되어 운동 중 사용자의 심박 수, 활동량 등 생체신호를 모니터링해주는 등 실시간으로 건강을 체크해 주는 방향으로 발전하고 있다.

혈압측정 애플리케이션 '삼성 헬스 모니터'는 스마트워치의 심박센서만 활용하여 사용자의 혈압측정이 가능하다. 중소기업 제품인 '메모 워치(MEMO Watch)'는 심전도 측정을 해주는 시계형 웨어러블 디바이스이다.







Changing Pattern

언택트 시대의 자기계발

나를 바꾸자  
인생 2막이  
달라진다

# Changing Pattern

언택트 시대의 자기계발

세상이 달라졌다. 지금까지 살아온 세상과 앞으로 살아갈 세상은 완전히 다른 세상이다. 이젠 나를 바꾸고 업그레이드해야 할 때다. 시니어들의 자기계발을 돕는 다양한 지원제도 등이 있고, 2020년 5월부터는 대기업 등 일정 규모 이상의 기업 등을 대상으로 50세 이상 비자발적 이직 예정자의 재취업지원서비스 제공을 의무화하는 「고용상 연령차별금지 및 고령자 고용촉진에 관한 법률」 시행령도 본격 시행된다. 꼼꼼하게 알아보고 적극적으로 활용해서 살맛나는 인생 2막을 설계해 보자.





300~500만 원  
지원받아  
누구나 자기개발  
가능

**평생학습 지원,  
국민내일배움카드**

평생직장의 시대는 지났다. 평생 교육을 통해 끊임없이 도전하며 자기를 계발해야 하는 시대다. 시니어들도 마찬가지이다. 은퇴했다고 해서 일을 안 하는 것이 아니라 자신의 경력과 역량에 맞는 일을 하면서 보람을 찾고 경제력을 유지하기를 원하고 있다.

평생학습을 지원하는 내일배움카드를 활용해보자. 일정 금액의 훈련비를 정부에서 지원받아서 직업능력개발 훈련, 창업 등에 필요한 교육 등을 받을 수 있다. 기존에 실업자와 재직자로 구분하여 운영되던 내일배움카드가 2020년부터 그 지원을 확대하여 국민내일배움카드로 새롭게 업그레이드되었다.

- 지원대상** 국민 누구나  
(일정 금액 이상의 고소득자는 제외)
- 지원금액** 개인당 300~500만 원의 훈련비용 지원  
(취약계층은 자부담 면제, 4차 산업혁명 양성훈련 등 정책적 지원 필요가 큰 훈련 분야는 지원 한도에 관계없이 전액 지원)
- 지원기간** 5년  
(실업, 재직, 자영업 여부에 관계없이 국민내일배움카드 한 장으로 사용)
- 카드신청** 가까운 고용센터 방문 신청 또는 직업훈련포털(HRD-Net) 통한 신청
- 수강신청** 고용센터 상담(장기훈련과정), HRD-Net(단기훈련과정)

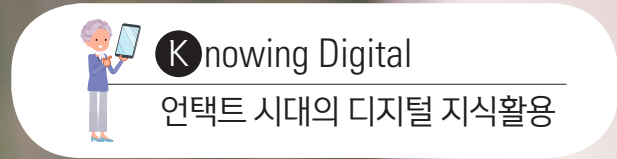


전문가 컨설팅  
지원받아  
인생 후반전  
설계한다

**인생2막 컨설팅,  
생애경력설계서비스**

고용노동부에서 운영하는 '생애경력설계서비스'는 만 40세 이상 재직자 및 구직자를 대상으로 길어진 기대수명을 고려하여 생애경력을 설계하고 인생 후반부를 미리 준비할 수 있도록 지원하는 서비스이다. 경력 관리 및 인생 후반부 계획을 짜기에 앞서 자신의 상황을 진단하는 컨설팅을 진행하고, 진단 결과에 따라 평판 관리, 건강, 재무, 여가, 면접 준비 등 적합한 경력준비 지침을 제안해 준다. 이후 자신의 경력을 돌아보면서 자기 핵심 역량을 찾아 구체적인 구직 계획과 생애 계획을 세우게 된다. 효과적인 교육을 위해 롤플레잉, 팀빌딩, 진단, 교육, 게임 등 다양한 학습방법을 활용하며, 프로그램 수료 후엔 재취업과 창업 등 원하는 진로로의 연계 서비스도 지원하고 있다.

- 지원대상** 만 40세 이상의 재직자 및 구직자
- 지원내용**
  - 재직자 프로그램 : 연령별 프로그램을 통해 중장년 경력자산 발견 및 생애경력설계 지원
    - 40대 경력전성 프로그램 : ① 경력 관리 ② 변화 관리 ③ 평판 및 네트워킹 관리 ④ 성과 관리 ⑤ 건강, 재무, 여가, 관계 등
    - 50대 경력확장 프로그램 : ① 나의 생애 조망하기 ② 직업역량 도출하기 ③ 경력대안 개발하기 ④ 평생 경력계획 수립하기 ⑤ 건강, 재무, 여가, 관계 등
    - 60대 경력공유 프로그램 : ① 능동적인 인생을 위한 숨고르기 ② 삶의 가치 발견하기 ③ 삶의 균형 잡기 ④ 100세 인생 준비를 위한 뛰어들기 ⑤ 건강, 재무, 여가, 관계 등
  - 구직자 프로그램 : 중장년 노동시장에 대한 이해를 통해 재취업, 창업 등 다양한 진로를 모색하고 경력설계 지원
    - ① 인생 들여다보기 ② 인생 되돌아보기 ③ 제2인생 계획하기 ④ 제2인생 실행하기 ⑤ 건강, 재무, 여가, 관계 등
- 신청방법** 온라인 워크넷 생애경력설계서비스 또는 각 지역 중장년일자리희망센터



# Knowing Digital

언택트 시대의 디지털 지식활용

언택트 시대의 시니어들이 경력을 이어나가기 위해서는 디지털 플랫폼 활용이 필요하다. 낯설고 어려워 보이지만 잘만 하면 디지털 플랫폼이 시니어들을 위한 새로운 기회가 될 수 있다. 현업에 대한 전문성 강화와 함께 데이터의 활용 및 관리 역량 향상을 위한 재교육에 적극적으로 참여해야 한다고 전문가들은 조언한다. 4차 산업혁명으로 시니어를 위한 일자리가 줄어든다는 우려가 있지만 디지털 플랫폼을 통해 새로운 기회를 찾아보자.







새로운  
도전과 기회  
디지털 플랫폼에  
있다

### 신중년을 위한 기회, 디지털 플랫폼

디지털 플랫폼(Digital Platform)이란 다양한 정보통신(IT) 애플리케이션을 통해 새로운 아이디어를 실현하고 경제활동에 나설 수 있는 디지털 공간을 말한다. 말하자면 스마트폰만 있으면 누구나 도전할 수 있는 세계인 것이다. 현재 잘 알려진 디지털 플랫폼으로는 유튜브, 페이스북, 우버, 알리페이, 카카오톡, 쿠팡, 티몬 등

이 있다. 이 같은 디지털 플랫폼 서비스의 확산으로 이를 활용해 수익을 창출하는 근로자가 늘어나고 고용형태도 플랫폼 근로자, 프리랜서, 프리슈머 등으로 다양해질 것으로 예측된다. 특히 시니어의 경우 재능공유 플랫폼을 이용하는 전문 프리랜서의 진로를 고려해 볼 만하다. 신중년이 전문분야 재능을 공유함으로써 수익을 창출할 수 있을 것으로 예상된다.

### 시니어 활용 가능한 프리랜서 재능마켓

플랫폼	내용	비고
크몽 (Kmong)	분야별 전문가와 고객매칭 플랫폼 국내 최초 프리랜서 마켓, 서비스 중개업체	프리랜서 마켓 1위, 전문가 16만 명, 이용자 63만 명
탤런트뱅크 (talentbank)	기업고객을 위한 전문 매칭 플랫폼 (지식과 경험을 고루 갖춘 시니어 전문가를 기업과 매칭)	시니어 전문가로 400건 체결
숨고 (숨은 고수, soomgo)	레슨, 홈/리빙, 디자인, 건강, 알바 등 매칭	180만 누적접수, 700가지 서비스, 고수 26만 명 등록, 125억 투자유치
탈잉 (탈출 잉여시간, taling)	재능강의 진행 (배우고 싶은 분야 매칭)	1,213건 진행, 등록수업 211개
리브릿지 (Libridge)	글로벌 재능공유 플랫폼 (대한민국 유일 글로벌 재능 활동 무대)	등록회원 8천 명, 해외 회원 1천 명, 해외시장 진출 타깃
기타 재능마켓 플랫폼 	프립, 바꾸, 비비하우스, 넷뱅, 디자인몽, 위드몬, 워크몬, 오투잡, 스테디 파이 등	분야별 다양한 매칭 플랫폼

(출처 : 한국고용정보원, <4차 산업혁명을 향한 신중년의 도전>에서 소개)

## 은퇴자들을 위한 5가지 준비사항

### 1. 은퇴 후 변화에 대비하자.

지위, 생활 리듬, 소비 수준, 가정 내 역할, 체력 등의 변화에 적응하자. 봉사단체 등 사회 연결고리도 만들고 가정 내 새로운 역할 분담 등 적극적 노력이 필요하다.

### 2. '나 다운 삶'을 위한 직업을 갖자.

'신중년 3모작 패키지'와 같은 정부 지원 프로그램이나, 워크넷(www.work.go.kr), 나라일터(www.gojobs.go.kr) 등 취업정보 사이트를 적극적으로 활용하자.

### 3. 경제적으로 탄탄히 준비하자.

낭비 요인을 제거하는 등 소비의 수준을 조절하고 눈높이를 낮추더라도 일자리를 구한다.

### 4. 주변과 풍요로운 관계를 맺자.

긍정적이고 적극적인 대인 관계가 필요하다. 대인관계를 형성하기 위해 친목 모임이나 취미 활동에 적극적으로 참여한다.

### 5. 여가와 건강을 알차게 챙기자.

다양한 여가생활은 물론 꾸준한 운동, 정기 건강검진 등도 게을리하지 않아야 한다.

(출처 : 한국고용정보원)



# 신한금융그룹 퇴직연금부문

신한은행 | 신한금융투자 | 신한생명