

해복하 스 은퇴발견소

2017_Vol. 01



나쁜 은퇴에
맞서라

미래에셋 은퇴 무크 창간 특집 서베이

5060세대 은퇴 실태 조사 | 노후자금 더 마련 못한 걸 가장 후회

창간 특집 좌담회 | 닮은 듯 다른 '한국의 2017년과 일본의 1990년'

포커스 | 올해부터 달라지는 연금제도·세제 포인트 4

분석 | 내게 딱 맞는 노후자금 인출전략을 찾아라

창간호

투자로 미래를 바꿉니다

대한민국은 투자를 통해 성장할 수 있습니다.

젊은이에게 용기와 희망을 주고,

열심히 일한 분들께

저금리에도 노후의 평안함을 드릴 수 있습니다.

투자 없이는 성장도 없기에

대한민국은 투자하는 나라가 되어야 합니다.

오늘을 위해, 또 미래세대를 위해

미래에셋대우가 활기찬 투자의 길을 만들어 갑니다.

투자를 통해 고객과 사회에 기여하겠습니다.

미래에셋
은퇴무크
행복한 은퇴 발전소

2017 · Vol. 01

미래에셋 은퇴 무크를 시작하며...

행복한 노후 길잡이 역할을 다하겠습니다



우리 사회는 올해가 중요한 분기점입니다. 2017년부터 65세 이상 인구가 14%를 넘어서면서 고령 사회에 진입하고 동시에 생산가능인구(15~64세)는 줄어들기 시작합니다. 고령화 진행 속도도 가속화될 것입니다. 향후 20년 동안 65세 이상 인구는 1000만 명 증가하는 반면, 생산가능인구는 800만 명이 감소합니다. 20년 동안 65세 이상 인구만 모여 사는 강원도 춘천만 한 도시가 35개 생겨나고, 반대로 15~64세만 사는 춘천만 한 도시가 29개 사라지는 셈입니다.

개인적 차원에서도 평균수명 증가로 커다란 변화가 예상됩니다. 위생 개선과 질병 치료로 지금까지

수명이 증가해왔다면 앞으로는 항노화 기술의 발달로 수명이 갑자기 길어질 수 있습니다. 2016년 영국의 시사주간지 <이코노미스트(The Economist)>는 인간의 평균수명이 한계수명인 120세까지 증가하고, 더 나아가 이 한계수명의 벽이 150세까지 연장될지도 모른다는 예측을 내놓은 바 있습니다. 건강한 상태로 수명이 증가하고 일을 즐겁게 오래 할 수 있다면 축복일 수 있지만, 그렇지 못한 경우 수명 증가는 부담으로 다가올 것입니다.

본격적으로 고령화와 수명 증가가 진행되면서 노후 준비는 일반적인 관심에서 구체적이고 실제적인 부분으로 옮겨가야 합니다. 자산관리도 '연금을 어떻게 인출하는가', '노후소득을 어떻게 안정적으로 관리하고 인출하는가'와 같은 실제적인 문제로 깊이 들어가야 합니다. 그뿐 아니라 노후의 삶을 풍요롭게 해줄 비재무적 라이프스타일을 어떻게 준비할지도 고민해야 합니다.

이에 저희 미래에셋은퇴연구소는 기존에 발간하던 <은퇴와 투자> 잡지 대신에 고객 여러분께 무크지 형태로 새롭게 노후 관련 정보를 드리게 되었습니다. 무크지는 잡지(Magazine)와 책(Book)을 결합한 단어로 잡지와 책의 형식을 모두 띤 것입니다. 책처럼 내용을 깊게 하면서 잡지처럼 자유로운 형식을 갖는 것입니다. 1년에 네 번 정도 발간하면서 고객 여러분의 노후 준비에 실제적인 도움이 되는 정보를 집중적이고 구체적으로 다루고자 합니다.

미래에셋의 비전에는 '고객의 성공적 자산 운용과 평안한 노후를 위해 기여한다'라는 문구가 있습니다. 미래에셋은퇴연구소는 노후 준비에 필요한 다양한 콘텐츠를 지속적으로 개발해 고객 여러분께 제공할 것입니다. 앞으로 저희 미래에셋은퇴연구소가 발간하는 은퇴 무크지 <행복한 은퇴 발전소>(약칭 행은밭)가 고객 여러분의 행복한 노후에 기여할 수 있도록 노력을 경주하겠습니다.

미래에셋은퇴연구소장 김경록

김경록



커버스토리 창간 특집 5060세대 은퇴 실태 현황과 해법

나쁜 은퇴에 맞서라

- 08 **현황 01** 5060 절반, 노후자금 더 마련 못한 걸 가장 후회한다
- 14 **현황 02** 한국의 60대, 5대 리스크라는 덫에 걸려 있다
- 22 **해법 01** 5060 노후생활비, 연금 활용해 노후소득을 늘려라
- 33 **해법 02** 5대 리스크, 피할 수 없다면 관리하라

Contents

미래에셋 은퇴무크

Vol.01



- 37 **창간 특집 좌담회** | 닮은 듯 다른 '한국의 2017년과 일본의 1990년'
- 50 **포커스** | 올해부터 달라지는 연금제도·세제 포인트 4
- 54 **분석** | 내게 딱 맞는 노후자금 인출전략을 찾아라
- 60 **머니 인사이트** | 안정성·수익성 두 마리 토끼 잡는다! 일드형 ETF
- 66 **웰 에이징** | Do not? Do it! '구구팔팔' 100세 시대 건강 수칙
- 72 **잇초 라이프** | 제대로 놀 줄 아는 5060세대를 위하여!
- 78 **책과 함께** | 투자 귀재들에게 배우는 성공 투자법

창간 특집

5060세대 은퇴(준비) 실태 현황과 해법

10명 중 4명은 퇴직 후 빈곤층

당신의 노후는 안녕하십니까?

미래에셋은퇴연구소는 <행복한 은퇴 발전소>(이하 행은밭) 창간을 기념해 우리나라 50, 60대 근로자의 은퇴 실태를 점검하고, 문제점과 대응 방안에 대해 모색해보는 자리를 마련했다. 이를 위해 10년 이상 직장생활 경험이 있는 5060세대 남녀 2011명을 대상으로 은퇴(준비) 관련 설문조사를 실시했다. 특히 노후의 삶을 위협하는 황혼 이혼, 성인 자녀, 창업 실패, 중대 질병, 금융 사기 등 5대 리스크에 대해 집중 점검해보고, 그 실질적인 위험 수준을 짚어보았다.



5060세대 절반, 노후자금 더 마련 못한 걸 가장 후회한다



한국의 60대, 5대 리스크라는 덫에 걸려 있다



5060 경제 현안 1순위 '노후생활비 마련' 연금 활용해 노후소득을 늘려라



노후 삶의 질을 좌우하는 5대 리스크, 피할 수 없다면 관리하라





5060세대 절반,

노후자금 더 마련 못한 걸 가장 후회한다

조기 퇴직에 따른 노후자금 조기 인출이 가장 큰 요인

미래에셋은퇴연구소의 <행은발> 창간 특집 서베이 결과, 5060세대의 절반은 '노후자금 마련을 더 못한 것을 가장 후회'하는 것으로 밝혀졌다.

이번 서베이는 2016년 11월 서울·경기 및 6대 광역시 지역의 만 50세 이상 69세 이하 남녀 은퇴자 및 은퇴예정자 2011명을 대상으로 실시했다. 기존에 은퇴 실태조사가 없었던 것은 아니지만, 이번 서베이는 은퇴시기를 전후로 한 5060세대 중에서도 특히 현재 직장에 다니거나 과거 직장인이었던 사람만 대상으로 했다는 점에서 의미가 있다. 그런 의미에서 은퇴에 직면한 50대 직장인과 이제 막 직장에서 퇴직한 60대가 은퇴계획을 수립하는 데 참고할 수 있는 소중한 자료가 될 것으로 보인다. 다른 직장인과 퇴직자들이 어떻게, 얼마만큼 노후 준비를 해왔는지 살펴보면, 이를 기초로 자신의 상황을 점검하고 자신에게 맞는 은퇴계획을 세울 수 있기 때문이다.

조사에 참여한 5060 직장인과 은퇴자들의 서베이 결과를 분석해본 결과, 그들의 노후 준비 실상이 장밋빛은 아니었다. 은퇴자의 54.3%, 은퇴예정자의 52.4%가 은퇴 준비와 관련해 '노후자금 마련을 위해 더 저축하지 못한 것'을 가장 후회하는 것으로 나타난 것이다. 또한 퇴직 후 본인이 빈곤층이 되었거나 될 것이라고 생각하는 사람의 비중이 은퇴자는 퇴직 전과 비교해 30%p 증가했으며, 은퇴 예정자의 경우도 21.2%p 늘었다.

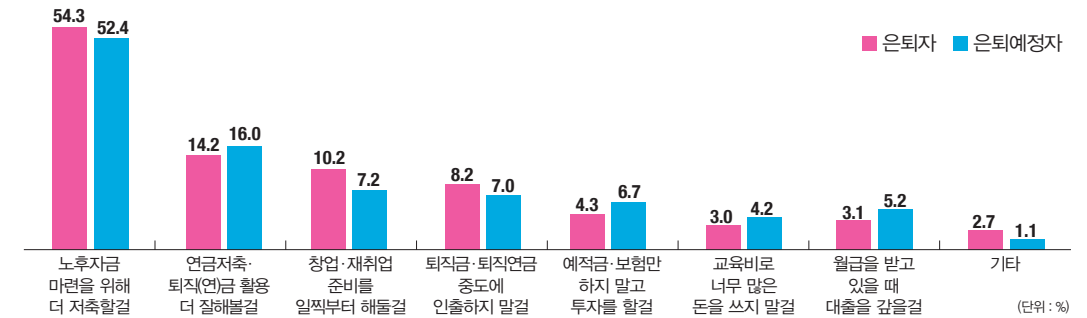
노후를 충분히 대비하지 못하는 이유 중 하나는 '비자발적인 조기 퇴직'인 것으로 보인다. 은퇴자들은 본인 예상보다 평균 5년 정도 빨리 의도치 않게 퇴직했다. 그 밖에 퇴직급여를 중간정산 받음으로써 퇴직할 때 받는 수급액 자체가 적은 데다, 일시금으로 받아 소진하는 경우가 많은 것도 노후자금이 부족한 이유 중 하나였다. 5060 직장인과 퇴직자들의 노후 준비 실태를 구체적으로 살펴보기로 하자.

'노후자금 마련 위한 저축 많이 못한 것' 가장 후회

5060세대는 은퇴 준비와 관련해 가장 후회하는 것이 무엇이라는 질문에, 은퇴자와 은퇴예정자 모두 응답자의 절반 이상이 '노후자금 마련을 위해 더 저축할 것'이라고 답했다. 여기에 '연금저축과 퇴직연금 활용을 더 잘해볼 것'이라고 답한 것까지 합하면 거의 70%에 달

하는 사람들이 젊어서 노후자금 마련을 제대로 하지 못한 것을 크게 후회하는 것으로 나타났다. 그다음으로 은퇴자와 은퇴예정자 모두 '일찍부터 창업·재취업 준비를 해두지 못한 점'을 아쉬워했다.

은퇴 준비와 관련해 후회하는 것

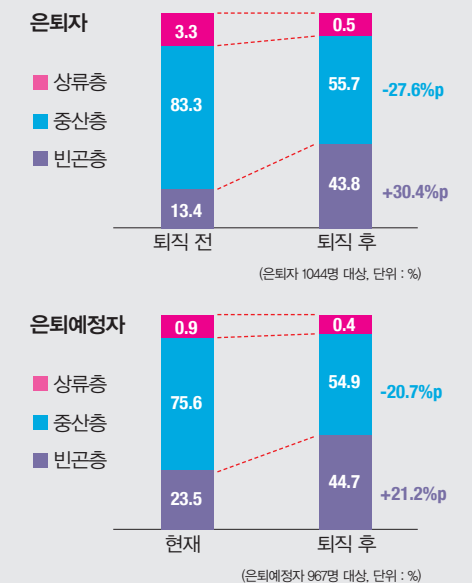


중산층 은퇴(예정)자 10명 중 2~3명은 퇴직 후 빈곤층이 될 것으로 예상

노후자금 준비를 충실히 하지 못했다는 후회는 은퇴 이후 본인의 미래에 대한 불안감으로 이어지는 모습을 보였다. 은퇴자와 은퇴예정자 중 상당수가 퇴직 이후 자신이 속한 경제계층이 하락할 것으로 예상한 것이다. 은퇴자 10명 중 8명은 '자신은 은퇴하기 전에 중산층이었다'고 생각했지만, 퇴직한 다음에도 여전히 자신을 중산층이라고 여기는 사람은 55.7%로 줄어들었다. 대신 자신을 빈곤층이라고 여기는 사람은 퇴직 전 13.4%에서 퇴직 후 43.8%로 크게 늘어났다. 퇴직을 기점으로 중산층이 빈곤층으로 전락한 셈이다.

은퇴예정자들도 퇴직을 전후로 자신이 속한 경제계층이 하락할 것으로 예상했다. 퇴직을 기점으로 중산층 예상 비중은 75.6%에서 54.9%로 감소하고, 빈곤층 예상 비중은 23.5%에서 44.7%로 늘어났다.

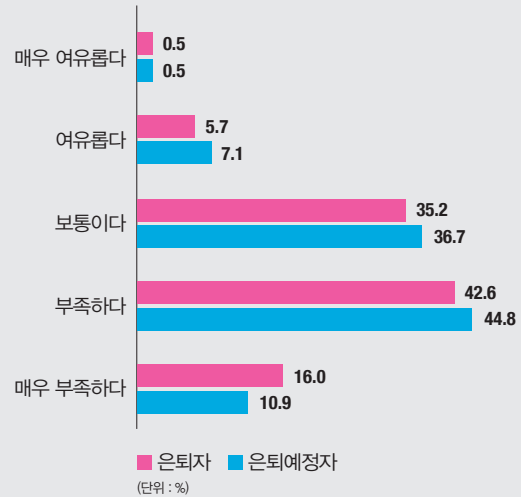
퇴직 전과 퇴직 후의 자신이 속한 경제 계층



은퇴자는 생활비 고민, 은퇴예정자는 자녀와 대출 고민

은퇴 이후의 삶에 대한 불안감은 단순한 느낌만으로 끝나지 않은 것으로 판단된다. 실제 은퇴자 중 58.6%가 퇴직 이후 소득만 갖고 노후생활을 하는 데 어려움이 있다고 호소했다. 그래서일까? 은퇴자 중 거의 절반(48.1%)이 '정기적인 생활비를 마련하는 일'을 해결해야 할 경제적 현안 중 최우선 순위로 꼽았다. 은퇴예정자라고 해서 크게 다르지 않았다. 은퇴예정자 중에도 55.7%가 준비해둔 소득만으로는 노후생활비가 부족할 것 같다고 답했고, 여유롭다고 한 사람은 7.6%에 불과했다. 은퇴예정자도 '정기적인 생활비 마련'을 최우선 현안으로 꼽았지만, 그 비율은 은퇴자보다는 조금 낮았다. 대신 '자녀 결혼'과 '교육자금 마련', '대출 상환'이 차지하는 비중은 은퇴자보다 높았다.

퇴직 이후 소득이 생활비를 충당하는 데 충분한가?

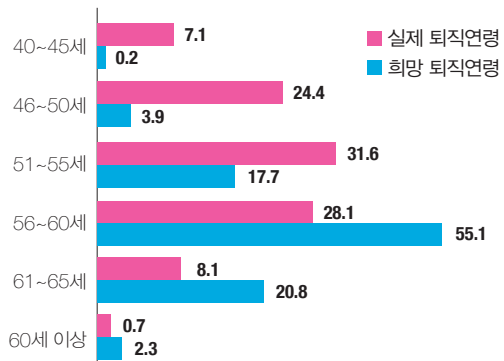


예상보다 5년 빠른 퇴직, 비자발적 퇴직자가 절반 넘어

5060세대가 노후 준비를 충실히 하지 못한 데에는 여러 요인이 작용하지만, 그중에서도 가장 큰 요인은 예상보다 빠른 퇴직에 따른 노후자금 조기 인출인 것으로 보인다. 조사 결과 은퇴자들은 본인 희망보다 5년 먼저 퇴직한 것으로 나타났다. 평균 59.3세까지 일하기를 희망했지만, 평균 54세에 직장을 떠난 것이다. 퇴직 사유로는 회사의 구조조정이나 명예퇴직 등 비자발적 퇴직이 가장 많았다. 여기에 본인이나 가족의 건강 악화를 더하면 절반 이상이 본인 의사와 무관하게 직장을 떠난 것으로 나타났다.

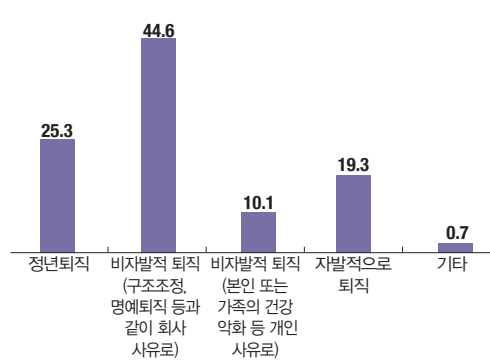
망했지만, 평균 54세에 직장을 떠난 것이다. 퇴직 사유로는 회사의 구조조정이나 명예퇴직 등 비자발적 퇴직이 가장 많았다. 여기에 본인이나 가족의 건강 악화를 더하면 절반 이상이 본인 의사와 무관하게 직장을 떠난 것으로 나타났다.

은퇴자의 희망 퇴직 연령과 실제 퇴직 연령



(은퇴자 1044명 대상, 단위: %)

은퇴자의 퇴직 사유는?

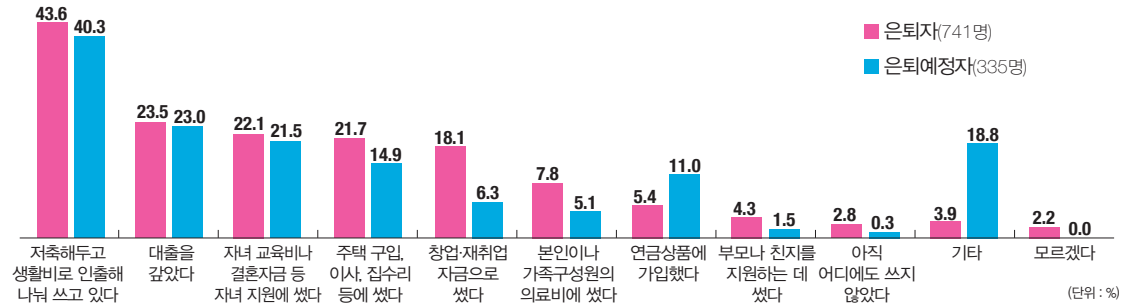


퇴직일시금 수령자 '세제 혜택 알았으면 연금으로 받았을 텐데'

한편, 퇴직금을 일시에 수령한 사람들은 그 돈을 어디에 사용했을까? 이 같은 질문에 '저축해두고 생활비로 나눠 쓰고 있다'고 답한 사람이 43.6%였다. 여기에 '연금상품에 가입했다'는 응답자(5.4%)까지 더하면 일시금 수령자 중 절반이 퇴직금을 생활비로 사용하고 있는 셈이다. 은퇴예정자 역시 퇴직금을 일시금으로 받아 생활비로 쓰거나 연금을 구입하겠다고 답했다.

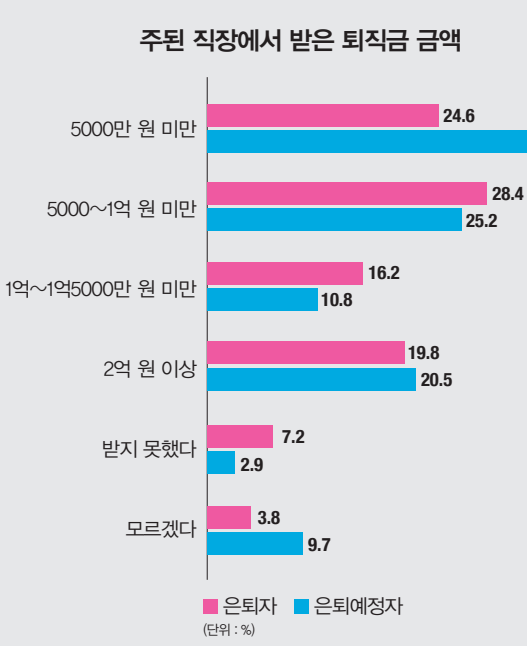
어차피 생활비로 쓸 거라면 연금으로 받는 게 낫지 않을까? 이렇게 하면 퇴직소득세를 30%나 절감할 수 있다. 문제는 퇴직금을 일시금으로 받겠다는 은퇴예정자 10명 중 7명이 이 같은 사실을 모르고 있다는 점이다. 이들에게 연금으로 받을 경우의 세금 감면 혜택에 대해 알려줬더니 '일시금으로 받겠다'는 사람이 절반 이상 줄었다.

퇴직일시금 어디에 쓰나?



(단위: %)

은퇴자 중 절반은 퇴직금 1억 원도 안 되고, 4명 중 3명이 일시금 수령



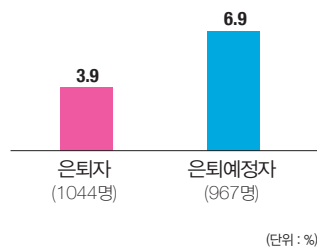
퇴직연금이나 퇴직금 등의 퇴직급여를 충실히 수령하지 못하는 것도 노후자금 부족의 한 원인으로 보인다. 제도의 취지상 퇴직급여는 은퇴생활 기간 동안 주요 소득원이 되어야 한다. 하지만 현실은 그렇지 못했다. 현재 은퇴자들 중에서 주된 직장을 떠나며 받은 퇴직급여가 '1억 원'이 안 되는 사람(53%)이 절반을 넘었다. 은퇴예정자(56.1%)라고 해서 크게 다르지 않았다. 금액이 크지 않아서였을까? 퇴직급여를 연금으로 받는 사람은 얼마 되지 않았다. 은퇴자 4명 중 3명에 해당하는 76.5%가 퇴직금을 일시금으로 받았고, 연금으로 받은 사람은 15.6%밖에 안 됐다. 다만 은퇴예정자 중 퇴직급여를 연금으로 수령하기를 희망하는 사람(34.4%)과 일시금으로 수령하겠다는 사람(35.7%)의 비중이 엇비슷해진 점은 고무적이라 할 수 있다.

금융자산 중 절반을 '원리금 보장 상품'에 투자... 수익률은 불만

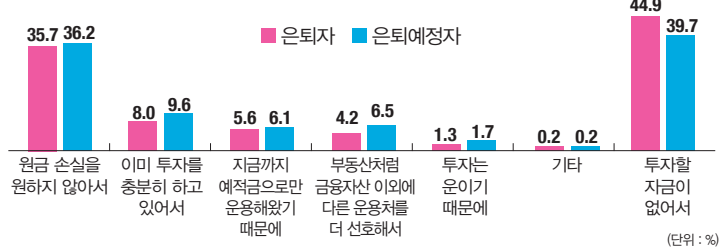
노후자금에 부족함을 느끼고 있다면 좀 더 적극적으로 자산을 운용해볼 만도 하다. 그러나 모순되게도 은퇴자와 은퇴예정자 모두 금융자산 중 절반을 원리금 보장 상품에 투자하고 있었다. 하지만 저금리 탓일까? 원리금 보장 상품의 수익률에 만족하는 사람은 별로 없었다. 은퇴자 중 이 정도 수익이면 충분하다고 답한 사람은 3.9%에 불과했고, 은퇴예정자도 6.9%만 수익

률에 만족한다고 답했다. 그렇다면 이들은 왜 실적배당 상품에 투자하지 않는 걸까? 투자할 자금이 없다고 답한 사람을 제외하면, 은퇴자와 은퇴예정자 모두 '원금 손실을 원하지 않아서' 실적배당 상품 투자를 꺼린다고 답한 사람이 가장 많았다. 하지만 지금 같은 초저금리 시대에 원리금 보장 상품만으로는 만족할 만한 수익을 얻기란 쉽지 않아 보인다.

원금보장 상품 수익률에 만족하는 비율



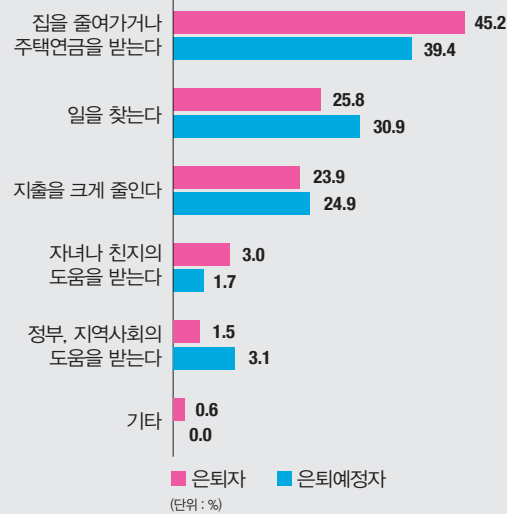
실적배당 상품에 투자하지 않는 이유



국민연금만으로 부족한 생활비, 마지막 버팀목은?

은퇴자 가구는 국민연금으로 본인은 월평균 102만 원, 배우자는 45만 원을 수령하고 있었다. 은퇴예정자 가구의 경우 본인은 130만 원, 배우자는 52만 원을 국민연금으로 받을 예정이라고 답했다. 오랜 기간 직장에 근무했거나 근무하고 있는 사람들을 대상으로 설문조사를 진행한 까닭에 (예상)노령연금 수령액이 상대적으로 많기는 하지만, 은퇴부부의 적정생활비 수준에는 못 미친다. 결국은 부족한 생활비를 충당하기 위해 다른 자산을 털어 쓸 수밖에 없다. 그렇다면 예기치 않은 일로 모아둔 은퇴자금을 전부 소진했을 때는 어떻게 해야 할까? 이때 '집을 팔아 주택연금을 받겠다'고 답한 은퇴(예정)자의 비율이 가장 높았다. 그다음으로는 '새로운 일자리를 찾거나, 지출을 줄이겠다'고 답했다.

노후자금 전부 소진되면 어떻게 하나?



5060세대 노후 준비 실태 8

01 노후자금 마련 더 못한 것 가장 후회



은퇴자 54.3% 은퇴예정자 52.4%

02 퇴직 전엔 중산층, 퇴직 후엔 빈곤층



은퇴자 30.4% 은퇴예정자 21.2%

03 퇴직 이후 생활비 충당 불가



은퇴자 58.6% 은퇴예정자 55.7%

04 희망 퇴직연령과 실질 퇴직연령 불일치



평균 5년 먼저 퇴직

05 연금 수령 세제 혜택 모르는 퇴직급여 일시금 수령자



은퇴자 61.8% 은퇴예정자 67.4%

06 퇴직급여 1억 원 미만 수령



은퇴자 53% 은퇴예정자 56.1%

07 금융자산 중 원리금 보장상품 투자 비중



은퇴자 48.7% 은퇴예정자 50%

08 노후자금 소진 시 해결책



- 1위 주택연금 활용
- 2위 일거리 찾기
- 3위 지출 줄이기



한국의 60대, 5대 리스크라는 덫에 걸려 있다

황혼 이혼,
성인 자녀,
창업 실패,
중대 질병,
금융 사기,

이번 <행은발> 창간 특집 서베이에 따르면, 우리나라 60대의 5대 리스크 노출도는 상당히 심각한 것으로 나타났다. 미래에셋은퇴연구소는 지난 2013년 <인생 후반을 좌우하는 5대 리스크>라는 분석 보고서를 통해서도 노후에 등장하는 리스크를 집중 분석한 적이 있다. 당시 이 보고서는 국내외 각종 통계를 바탕으로 분석한 것이었는데, 이번 서베이 결과 우리나라의 60대들이 실제로도 5대 리스크에 상당히 취약한 것으로 드러났다.

5대 리스크 중에서 60대들은 특히 '황혼 이혼'과 '성인 자녀' 리스크 때문에 가장 큰 타격을 입는 것으로 나타났다. 서베이 결과에 따르면 황혼 이혼은 다른 리스크에 비해 빈도수가 적으나 한번 발생하면 경제적으로 체감하는 후유증이 가장 컸다. 평균 1억2000만 원의 경제적 손실이 발생했을 뿐더러 그 여파로 말미암아 이혼자 절반 이상이 생활비를 그전보다 절반 이상 줄여야 했다. 성인 자녀 리스크의 경우, 젊은이들의 취직과 결혼이 어려운 세태를 반영하듯 60대 응답자 절반 이상이 은퇴 후에도 계속해서 성인 자녀를 부양 또는 지원하고 있다고 답했다. 또한 성인 자녀와 동거하는 은퇴자 부모 가운데 63%는 여전히 자녀의 생활비를 부담하고 있었다. 자녀의 결혼 비용으로는 평균 5300만 원을 예상하는 것

누구나 평안한 노후를 꿈꾸지만 그 누구의 노후도 안전하지만은 않다. 여차하면 당신의 노후를 송두리째 뒤 흔들 수 있는 위험 요소가 있기 때문이다. 대표적인 것이 '금융 사기, 황혼 이혼, 창업 실패, 성인 자녀, 중대 질병' 등이다. 노후를 위협하는 5대 리스크를 진단하고 그 해법을 찾아본다.

으로 조사됐다.

'중대 질병' 리스크와 관련해서는 60대 은퇴자 중 30%가량이 50대 이후 본인이나 부양가족의 중대 질병으로 고생한 경험이 있다고 응답했다. 중산층의 경우 의료비로 평균 5644만 원을, 빈곤층의 경우 2012만 원가량을 지출하는 것으로 조사됐으며, 특히 보험이 없는 빈곤층 은퇴자의 경우는 월소득이 183만 원 수준에 불과해, 중대 질병이 노후 삶의 질을 크게 떨어뜨릴 수 있는 위험 요인으로 나타났다. '창업 실패' 역시 은퇴자의 노후를 위협하는 대표적인 위험 요소로서 60대 창업자 3명 가운데 2명이 휴업이나 폐업을 하는 것으로 조사됐다. 투자자금 가운데 회수하지 못한 금액은 평균 7400만 원에 달했으며, 창업 실패 후 81%가 생활비를 줄여야 했다고 응답했다.

마지막으로 '금융 사기' 리스크의 경우, 60대 응답자 가운데 20%가량이 금융 사기를 경험한 적이 있었으며, 피해 금액은 건당 1억1000만 원 수준으로 발생 확률에 비해 은퇴자들에게 치명적인 타격을 미치는 것으로 조사됐다. 중산층이었던 피해자들 가운데 48%가 사기 피해 이후 자신이 노후 빈곤층으로 떨어졌다고 응답했다.

창간 특집 서베이 결과를 바탕으로, 노후를 위협하는 5대 리스크 각 요소들의 실상을 좀 더 자세히 들여다본다.

설문조사 개요

- 대상** 60대 남녀 은퇴자 581명
- 지역** 서울, 경기 및 6대 광역시
- 기간** 2016년 11월
- 방법** 구조화된 설문지를 활용한 인터넷·전화 조사

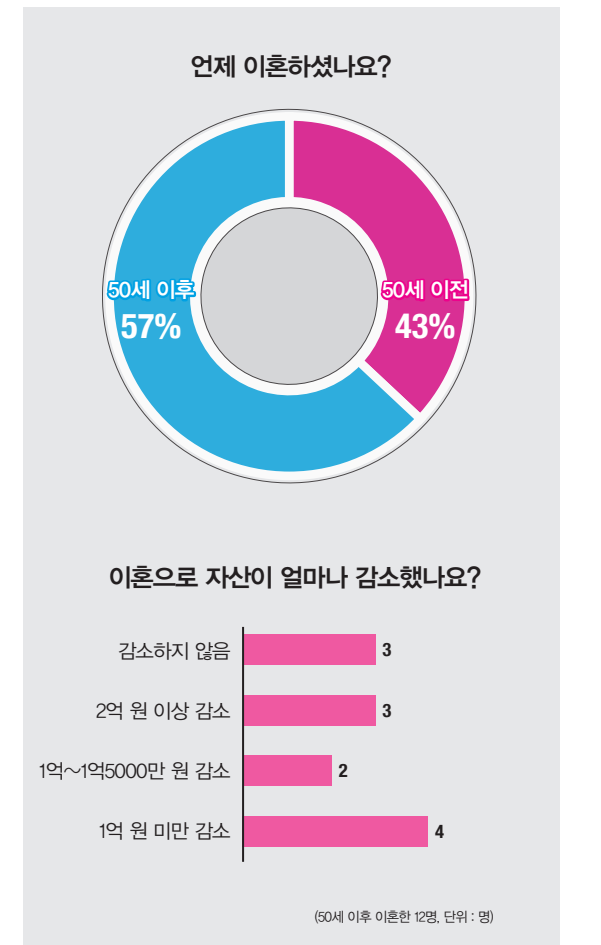
은퇴자의 정의 40세 이후까지 '생애 주된 직장'에서 근무하다 퇴직한 사람을 은퇴자로 정의한 주된 직장에서 퇴직 후 재취업하거나 창업한 사람도 포함하여 지칭함

황혼 이혼 리스크

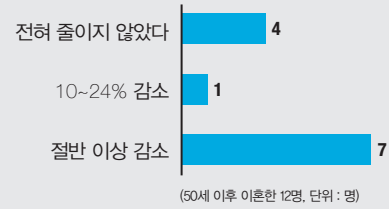
'이혼하면 재산 1억2000만 원 감소'

가족의 해체가 가속화되고 있다. 네 집 중 한 집은 혼자 사는 1인 가구이며, 이혼과 비혼 역시 하나의 선택으로 자리 잡고 있다. 설문조사 결과, 60대 은퇴자 581명 중 이혼을 경험한 사람은 21명이었다. 비율로는 3.6% 수준이다. 이 중 50세 이후에 이혼을 경험한 사람이 12명(2.1%), 50세 이전에 이혼을 경험한 사람이 9명(1.5%)이었다.

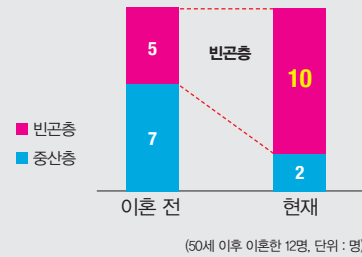
50세 이후 이혼한 경우만을 황혼 이혼으로 정의해 경제적 여파를 살펴보았다. 참고로 배우자



이혼 이후, 본인(1인)의 생활비를 얼마나 줄여야 했나요?



본인의 경제적 계층은 무엇이라고 생각하나요?



와 사별한 은퇴자가 3.8%, 미혼은 0.7%였다.

황혼 이혼이 미친 경제적 충격은 컸다. 황혼 이혼을 한 12명의 은퇴자들은 이혼으로 평균 1억 2000만 원의 자산을 잃었다. 12명 가운데 3명은 2억 원 이상의 자산이 줄었다고 답했으며, 1명은 1억~1억5000만 원, 1억 원 미만이 4명이었다. 자산이 줄지 않았다고 답한 이는 3명이었다.

이혼한 은퇴자들은 생활비도 줄여야 했다. 본인 혼자를 위해 쓰는 생활비를 이혼 전보다 얼마나 줄였느냐는 질문에 58.3%가 생활비를 '절반 이상' 줄여야만 했다고 답했다. 한편 이혼 후 생활비를 줄이지 않았다는 사람도 33%였다.

이혼한 은퇴자들은 경제적 계층이 하락했다고

느꼈다. 이혼 전 12명 가운데 5명이 빈곤층이었는데, 이혼 후 이 숫자는 10명으로 늘어났다. 황혼 이혼을 겪은 대다수가 본인이 '빈곤층'이라고 답한 셈이다.

빈곤층으로 전락한 10명의 경제적 손실은 평균 1억2000만 원이었으며, 이들의 현재 자산 규모는 불과 9000만 원 남짓으로 나타났다. 그마저도 대출 6600만 원을 갚고 나면 남는 것이 거의 없는 수준이다. 이들이 40세 이후까지 본인의 일을 꾸준히 해온 사람들임에도 불구하고, 이혼과 더불어 충격적인 노후를 맞이한 셈이다.

경제계층	사례 수(명)	이혼으로 줄어든 자산	자산	대출	월소득
중산층	2	-	45,000	-	175
빈곤층	10	12,000	9,080	6,600	198
평균		12,000	15,066	5,500	195

(50세 이후 이혼한 12명, 단위: 만 원)

성인 자녀 리스크

'다 큰 자녀 3명 중 2명, 생활비 나 몰라라'

'패러사이트 싱글'이라는 말이 있다. 성인이 되고 경제력이 있음에도 계속해서 부모에게 얹혀 살면서 부모에게 경제적 부담을 지우는 자녀를 의미한다. 미래에셋은퇴연구소는 부모가 은퇴한 이후에도 계속해서 성인 자녀를 부양하고 지원하는 것을 '성인 자녀 리스크'라 정의하고 실태를 조사했다.

조사 결과, 60대 은퇴자 절반 이상이 성인 자녀를 부양하는 것으로 나타났다(성인 자녀는 학업을 마친 성인으로 미혼이면서, 은퇴자와 함께 동거하는 자녀를 뜻한다. 자녀가 학업 중이거나 미성년인 경우 자연스러운 동거로 판단했고, 기

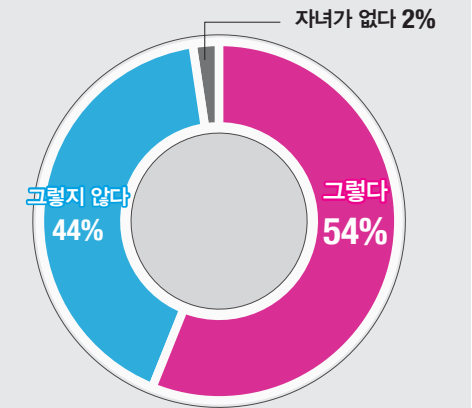
혼인 자녀와 함께 사는 것은 자녀가 부모를 부양하는 것으로 보았다. 성인 자녀와 동거 중인 은퇴자가 54%였으며, 그 외 자녀가 학업 중이거나 미성년이거나 기혼인 은퇴자가 44%, 자녀가 없는 은퇴자가 2%였다.

은퇴자에게 동거하는 성인 자녀의 나이를 물었더니 30대 자녀가 대부분이었다. '30~34세'가 43%로 가장 많았고 그다음 '35~39세'(33%)였다. 취직과 결혼이 늦어지는 세태를 반영하는 수치다. 자녀가 마흔이 넘었다는 응답도 7%에 달했다.

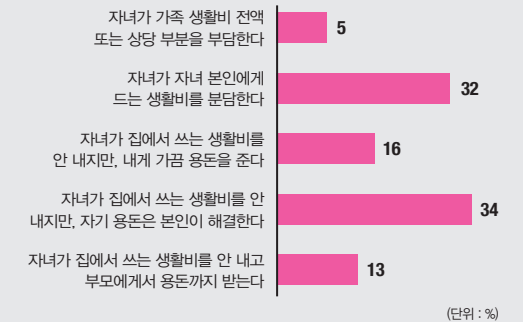
은퇴자가 자녀를 경제적으로 얼마나 지원하고 있는지를 살펴봤다. 자녀 3명 중 2명(63%)은 본인의 생활비를 내지 않았다. 생활비를 내지 않고 부모에게서 용돈까지 받는다는 자녀가 13%나 됐다. 부모가 은퇴한 이후에도 여전히 자녀를 양육하는 경우다. 가장 흔한 경우는 생활비는 부모의 지원을 받지만 용돈은 알아서 해결한다는 자녀다. 34%로 가장 많았다. 생활비를 부담하지 않는 대신 자녀가 가끔 부모에게 용돈을 드리는 경우는 16%였다. 세 응답을 합하면 성인 자녀와 동거하는 은퇴자 부모 중 63%는 자녀의 생활비를 여전히 부담하고 있다는 해석이 가능하다. 반대로 3명 중 1명(32%)은 자녀가 본인의 생활비를 부담했고, 자녀가 가족의 생활비까지 책임진다는 비중은 5%를 차지했다.

결혼 비용에 대한 부담도 컸다. 성인 자녀와 동거 중인 부모는 자녀의 결혼 비용으로 평균 5300만 원을 예상했다. 주목할 만한 것은 본인이 어떤 경제계층에 속한다고 생각하는지에 따라 자산 규모는 크게 달랐지만, 자녀에게 지원하고자 하는 금액은 유사했다는 점이다. 빈곤층이라고 답한 은퇴자의 자산 규모는 4억여 원으로 중산층(8억

학업을 마친 미혼 성인 자녀와 동거하고 계신가요?



성인 자녀를 경제적으로 얼마나 지원하고 있나요?



5000만 원)의 절반에 불과했지만, 자녀에게 지원하고자 하는 금액은 4656만 원으로 중산층(5937만 원)과 유사했다. 형편은 넉넉지 않아도, 자녀에게만큼은 남 못지않게 지원해주려는 바람으로 해석할 수 있다.

경제계층	사례 수(명)	예상 자녀 결혼 비용	자산	대출	월소득
중산층	180	5,937	85,456	6,641	406
빈곤층	134	4,656	40,559	5,728	224
평균		5,364	66,572	6,216	329

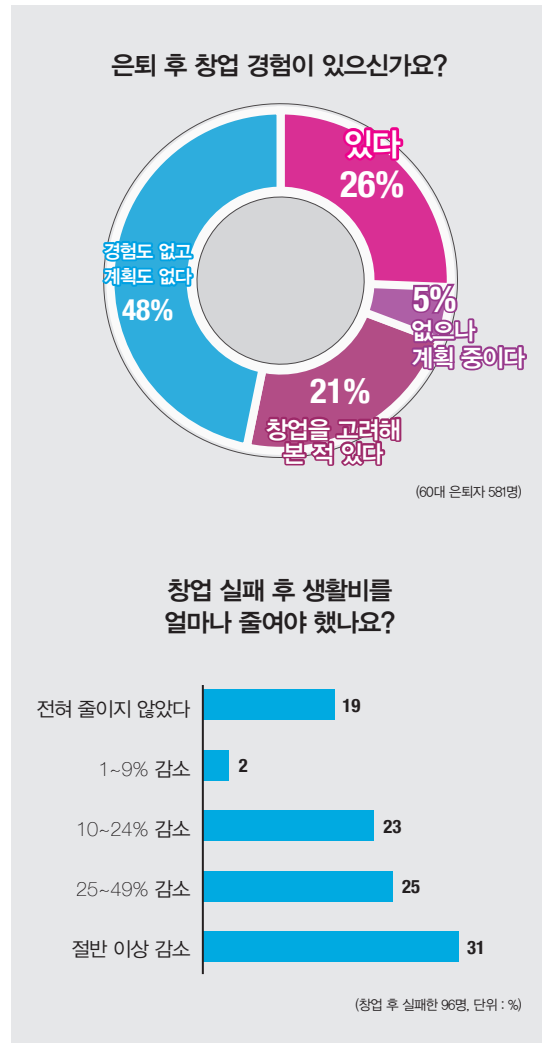
(상류층 2명은 특이값으로 제외함, 단위: 만 원)

창업 실패 리스크

'60대 창업자 3명 중 2명 실패'

은퇴자 중 제2의 인생을 꿈꾸며 창업에 도전하는 사람은 얼마나 될까? 60대 은퇴자 중 절반(52%)은 과거 창업을 고려(21%)했거나, 현재 창업을 계획 중(5%)이거나, 실제로 창업을 시도(26%)한 것으로 나타났다. 즉, 은퇴자가 4명 이라면 그중 2명은 창업을 고민하고, 2명 중 1명은 실제로 창업을 실행에 옮겼다.

하지만 직장인이 퇴직해 창업으로 성공하는



일은 쉽지 않다. 창업을 현재까지 유지하고 있는 사람은 고작 36%에 불과했고 나머지 64%는 휴업하거나 폐업했다. 세 명 중 두 명은 실패하는 것이다. 창업 실패로 입게 된 자산 손실은 더욱 심각하다. 창업에 투자했다가 회수하지 못한 금액은 평균 7400만 원에 달했다. 1000만 원 미만의 소규모 창업 실패가 29%로 가장 많았지만, 5억 원 이상 손실을 입었다는 응답도 18%나 됐다. 은퇴 후 창업은 대부분 소규모일 것이라는 인식과 달리, 대규모 투자를 했는데도 실패에 이른 경우다. 그 외에 1000만~5000만 원 26%, 5000만~1억 원 14%, 1억~2억 원 9% 순이었다. 창업 실패 역시 삶의 질 하락으로 직결됐다. 창업 실패 후 81%가 생활비를 줄였다. 절반 이상 줄여야 했다는 답변이 31%로 가장 많았다. 이후 '25~49% 줄였다' 25%, '10~24% 줄였다' 23% 순이었다. '전혀 줄지 않았다'는 답변은 19%였다.

창업에 실패한 은퇴자 중 절반이 빈곤의 늪에 빠져들었다. 본인이 현재 빈곤층이라고 답한 51명의 자산 규모는 평균 2억8000만 원 남짓이다. 이들이 창업에 실패해 입은 손실은 평균 5300만 원이었다. 창업 이전 자산 규모를 3억3000만 원 정도라고 추정해보자. 원래도 사정이 넉넉지 않던 가계가 호구지책으로 시도한 창업에 실패하면서 얼마 안 되는 노후자금마저 야금야금 갹아먹은 셈이다.

경제계층	사례 수(명)	창업 실패 손실	자산	대출	월소득
상류층	2	-	340,000	-	550
중산층	43	7,302	70,674	8,605	381
빈곤층	51	5,314	28,392	6,636	207
평균		6,094	53,823	7,380	292

(창업 후 실패한 96명, 단위: 만 원)

중대 질병 리스크

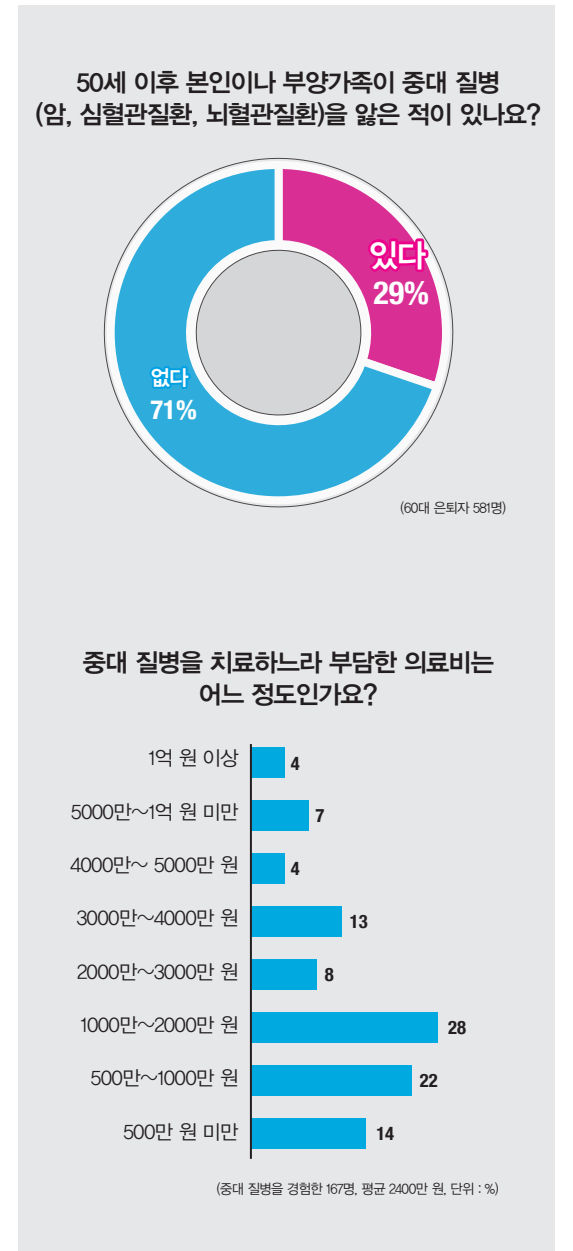
'걸리면 중산층 5000만 원, 빈곤층 2000만 원 지출'

60대 은퇴자 중 10명 중 3명(29%)은, 50대 이후 본인이나 부양가족의 중대 질병으로 고생한 경험이 있었다. 주로 70대 이후 중대 질병이 크게 증가하는 것을 감안하면, 60대에서 30%의 비율은 적지 않다. 은퇴자들이 무조건 질병에 대비해야 하는 이유다.

중대 질병을 치료하느라 부담한 의료비는 '1000만~2000만 원'이 28%로 가장 높은 비중을 차지했다. 이후 '500만~1000만 원' 22%, '500만 원 미만' 14% 순으로 나타났다. 직접적인 의료비 외에도 간병비, 노동력 상실로 발생한 기회비용, 건강을 위한 식품비 등을 고려하면 경제적 피해는 더 클 것으로 보인다.

중대 질병 리스크에 대응하는 방법 중 하나는 민간 의료보험에 가입하는 것이다. 중대 질병을 경험한 은퇴자들에게 보험에 미리 가입해두었는지, 또 보험이 실제로 도움이 됐는지 물었다. 먼저, 은퇴자 중 절반이 넘는 74%가 민간 의료보험에 가입한 것으로 나타났다. 바꾸어 말하면, 4명 중 1명은 질병 리스크에 그대로 노출돼 있었다.

은퇴자들이 중대 질병을 겪었을 때 실제로 민간 의료보험은 큰 도움이 됐다. 질병을 겪을 당시 민간 의료보험이 유용했는지 묻는 질문에 74%가 그렇다고 답했다. '매우 그렇다'가 29%, '그렇다'가 45%였다. 한편 '별로 도움 되지 않았다'는 응답은 19%, '전혀 도움 되지 않았다'는 응답은 7%에 그쳤다. 보험이 없는 은퇴자들은 질병이 발생했을 때 재정적 충격을 크게 입었다. 중산층 은퇴자는 의료비로 5644만 원을 지출했고, 빈곤층 은퇴자는 2012만 원을 지출했다.



경제계층	사례 수(명)	의료비 지출	자산	대출	월소득	부동산
중산층	24	5,644	109,500	5,933	475	83,083
빈곤층	18	2,012	30,778	3,811	183	24,022
평균		4,087	75,762	5,024	350	57,771

(중대 질병을 경험한 은퇴자 중 보험이 없는 43명, 상류층 1명은 특이값으로 제외함, 단위: 만 원)

금융 사기 리스크

‘당하면 절반은 빈곤층으로 전락’

설문조사 결과, 금융 사기 피해는 놀랍게도 우리 주변에서 쉽게 찾아볼 수 있었다. 60대 은퇴자 581명 중 45명, 비율로 따지면 7.7%가 금융 사기 피해를 보았다고 토론했다. 금융 사기를 당할 뻔한 사람까지 포함하면 경험자 비율은 19.3%로 늘어난다. 열 명 중 두 명꼴이다.

금융 사기 피해 규모도 크다. 피해 금액이 건당 평균 1억1000만 원에 달했다. 구간으로 따져 보면 ‘1억 원 이상’의 고액 피해자가 32%로 가장 많았다. 가장 큰 피해액은 7억 원에 이른다. ‘5000만~1억 원’이 27%로 두 번째로 많았으며, ‘1000만~5000만 원’은 14%, ‘500만 원 미만’ 소액 피해가 22%를 차지하는 것으로 드러났다.

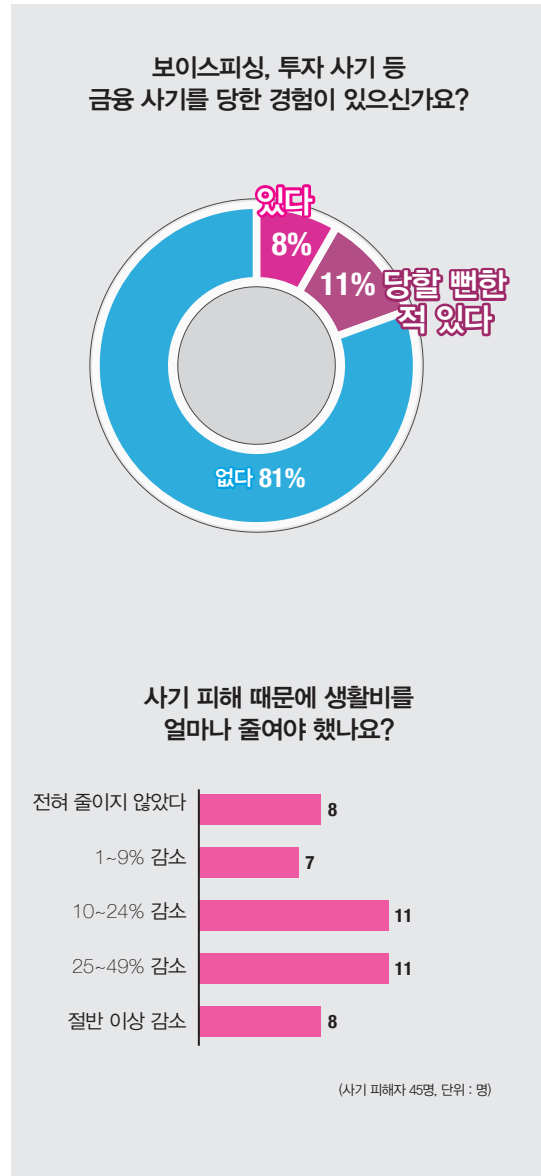
금융 사기 피해는 곧장 삶의 질 하락으로 이어졌다. 피해자 중 82%가 사기 피해 이후 생활비를 줄여야만 했다. 생활비를 ‘절반 이상’ 줄였다고 답한 경우도 18%에 달했다.

조사 결과 중 특히 주목할 것이 있다. 금융 사기 피해자 중 많은 수가 노후 ‘빈곤층’으로 전락했다고 봤다. 사기 피해를 겪은 35명 가운데 대부분(31명)은 본인이 퇴직 전 ‘중산층’이었다고 회상했다. 하지만 사기 피해 후 사정이 달라졌다.

현재 자신이 중산층이라고 응답한 사람은 16명에 불과했고, 19명은 자신이 빈곤층으로 하락했다고 토론했다. 평범한 삶을 살고 있던 중산층이라도 금융 사기에 휘말리면 언제든지 빈곤층으로 전락할 수 있는 현실을 보여준다.

사기 피해자 중 현재 빈곤층이라고 답한 19명의 평균 피해 금액은 약 1억5000여만 원에 달했다. 이들은 평균 3억2000여만 원의 자산을 보유하고 있지만 대출 1억3000여만 원을 갚는다면 순자산

은 2억 원에 못 미친다. 사기 피해 금액으로 자산을 역산해보면 전 재산의 절반가량을 사기로 잃은 셈이다.



경제계층	사례 수(명)	사기 피해 금액	자산	대출	월소득
중산층	16	15,636	65,625	6,375	286
빈곤층	19	15,450	32,741	13,058	213
평균		15,526	47,773	15,526	246

(금융 사기 1000만 원 이상 피해자 35명, 단위 : 만 원)

연금과 투자,
노후 대비 정보 어디가 좋을까요?

**미래에셋은퇴연구소가
3가지 방법을 알려드립니다**

지금 구독하세요!
팟캐스트·페이스북·뉴스레터

01

팟캐스트 ‘행복한 은퇴 발전소’

‘팟빵/podcast’ 앱 접속 → ‘은퇴’ 검색 → ‘행복한 은퇴 발전소’ 구독

02

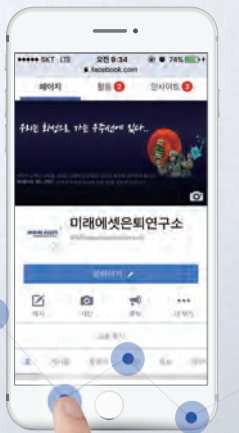
Facebook ‘미래에셋은퇴연구소’

‘Facebook’ 웹 / 앱 접속 → ‘미래에셋은퇴연구소’ 검색 → 페이지의 ‘좋아요’ 클릭

03

뉴스레터

‘미래에셋은퇴연구소’ 검색 → ‘뉴스레터 신청’ 클릭 → 이메일주소 등록



5060 노후생활비,

연금 활용해 노후 소득을 늘려라



“퇴직 후 소득으로 노후생활비를 충당할 수 있나요?”

이번 창간 특집 서베이에서 은퇴자에게 이 같은 질문을 던졌더니, 은퇴자 중 겨우 6.2%만이 ‘여유롭다’거나 ‘매우 여유롭다’고 대답했다. 그래서일까? 은퇴자 중 절반에 해당하는 54.3%가 은퇴 준비와 관련해 ‘젊어서 노후자금 마련을 위해 더 많이 저축해두지 않은 것’을 후회했다.

은퇴예정자라고 해서 형편이 크게 다르지 않았다. 퇴직 후 소득으로 여유롭게 생활할 수 있다고 답한 사람은 은퇴예정자 가운데 겨우 7.6%에 불과했으며, 절반 이상(52.4%)이 ‘젊어서 저축을 더 많이 하지 않은 것’에 대해 아쉬워했다. 상황이 이렇다 보니, 은퇴자 가운데 절반(48.1%)이 가장 시급히 해결해야 할 경제 현안으로 ‘정기

이번 창간 특집 서베이에서 은퇴자의 절반 이상이 퇴직 후 소득만으로 노후생활비 충당에 어려움이 있다고 대답했다. 그 결과 ‘정기적인 생활비 마련’을 가장 시급히 해결해야 할 문제로 꼽았다. 그러면 어떻게 노후 소득을 늘려야 할까.

퇴직 후 대표적인 정기 소득원의 하나인 ‘연금’을 잘 활용하면 이 문제에 큰 도움을 받을 수 있다. 은퇴를 준비하는 기간부터 연금생활 기간까지 여섯 단계로 나눠, 각 시기별 연금자산 관리와 활용법을 알아본다.



적인 생활비를 마련하는 일’을 꼽았다. 은퇴예정자 3명 중 1명(35.6%)도 역시 같은 대답을 했다.

이제 과제는 분명해졌으니 방법을 찾아야 한다. 어떻게 해서 정기적인 소득을 늘릴 것인가? 퇴직 후 정기적인 소득원이라면 우선 ‘연금’을 떠올릴 수 있다. 물론 퇴직까지 남은 시간이 얼마 되지 않거나, 이미 은퇴한 사람도 있기 때문에 연금만 가지고 부족한 소득을 전부 메울 수는 없을지도 모른다. 하지만 국민연금, 퇴직연금, 개인연금 등 3층 연금제도를 어떻게 활용하느냐에 따라 은퇴 후의 삶이 생각보다 많이 바뀔 수 있다. 은퇴 전후 20년 동안은 연금 적립 및 인출과 관련해 수많은 의사결정을 내려야 하기 때문에 더더욱 그렇다.

그러면 이제 어디서부터 시작해야 할까? 체계적인 연금자산 관리를 위해서는 은퇴 전후 기간을 뭉뚱그려 살피기보다는 몇 가지 주요 이벤트를 중심으로 기간을 나눠 살펴보는 게



좋을 듯하다. 이 기간 동안 많은 일이 있겠지만, 연금과 관련해 특히 주목해야 할 이벤트로 임금 피크, 정년퇴직, 공적연금 개시 등 3가지를 꼽을 수 있겠다. 또 이들 이벤트를 중심으로 이 기간을 다시 세 단계로 나누면 ‘은퇴 준비기간, 소득 공백기간, 공적연금 수령기간’으로 나눌 수 있을 것이다. 이제부터 각 시기별로 연금 자산 관리를 하는 데 있어 점검해야 할 사항은 무엇인지, 또 어떤 기준을 가지고 의사결정을 해야 하는지 살펴보도록 하자.

01 은퇴 준비기간 내 연금 자산을 알아야 노후가 보인다

“아니, 벌써?!” 50대로 접어들면 이 말이 절로 나온다. 이제껏 “나중에 하지” 하며 노후 준비를 뒤로 미뤄왔다면 더 이상 그럴 수도 없다. 정년 연장으로 60세까지 일할 수 있다고 하지만 길어야 10년이다. 더 이상 물러설 곳이 없는 만큼 지금부터라도 제대로 준비하지 않으면 안 된다.

연금자산 현황 점검

통합연금포털, 국민연금의 내 연금 알아보기

어디부터 시작해야 할까? ‘지피지기면 백전불태(知彼知己 百戰不殆)’라는 말이 있듯이, 먼저 자기가 가진 노후자금이 얼마나 되는지 알면 막대한 불안감을 달랠 수 있다. 여태껏 국민연금, 퇴직(연금), 개인연금 등에 적합한 연금자산이 얼마나 되는지 확인하는 것인데, 방법은 의외로 간단하다. 과거에는 국민연금공단과 금융기관을 일일이 찾아다녀야 했지만, 지금은 그럴 필요가 없다. 금융감독원에서 운영하는 통합연금

포털(100lifeplan.fss.or.kr)이나 국민연금공단(www.nps.or.kr)의 '내 연금 알아보기' 서비스를 이용하면, 앉은자리에서 연금 관련 정보를 한눈에 볼 수 있다. 이때 적립금 규모와 연금 개시시기, 예상연금 수령액 등을 파악해 '연금자산 현황'을 별도 표로 작성해두면 도움이 된다.

내 연금자산 얼마나 되나?

연금 종류	가입회사	소유주	적립금	연금 개시 시기	예상 연금
국민연금	사업장	본인	6,000	64세	135
국민연금	임의가입	배우자	2,000	67세	35
연금저축	미래에셋대우	본인	3,000	60세	-
변액연금	미래에셋생명	본인	2,000	60세	-
DC 퇴직연금	미래에셋대우	본인	12,300	60세	

(단위: 만 원)

노령연금 증액 3중 세트

임의가입, 추후납부, 반환일시금 반납

연금자산을 파악했으면 이번에는 은퇴까지 남은 기간 동안 소득을 보충할 방법을 찾아야 한다. 먼저 국민연금부터 살펴보자. 이번 미래에셋은퇴연구소 설문에 응한 은퇴예정자들은 노령연금으로 월평균 130만 원을 받는다고 답했다. 이것만으로는 필요생활비에는 한참 못 미친다. 그렇다면 남은 기간 동안 노령연금 수령액을 늘릴 방법은 없을까?

국민연금 임의가입, 추후납부, 반환일시금 반납 제도를 활용해 공적연금 소득을 늘리는 방법부터 살펴보자.

배우자가 전업주부인 경우에는 국민연금 임의가입을 고려해볼 수 있다. 본래 전업주부는 국민연금 의무가입 대상은 아니지만, 본인이 희망하면 임의로 가입할 수 있다. 임의가입은 60세 이전에만 가능하고, 노령연금을 받으려면

가입기간이 10년이 넘어야 하기 때문에 서둘러야 한다. 다만 이전에 국민연금 보험료를 납부한 경험이 있으면 이 기간을 합산해 10년이 넘으면 된다. 그런데 과거보험료 납부기간과 임의가입 후 60세가 될 때까지 기간을 전부 합쳐도 10년이 안 될 수도 있다. 이 경우에는 국민연금공단에 임의계속가입 신청을 하면 60세 이후에도 계속 보험료를 납부할 수 있다. 보험료는 월 8만9100원에서 39만600원 사이에서 본인이 원하는 금액을 정해서 납부하면 된다. 보험료를 많이 내면 노령연금도 많이 받지만, 보험료와 노령연금이 정비례하지는 않는다. 따라서 저축 여력과 노령연금 수령액을 함께 고려해 매달 납부할 보험료를 정해야 한다.

노령연금 얼마나 받을 수 있나?

월 보험료	가입기간				
	10년	15년	20년	25년	30년
89,100	169,280	247,250	324,630	402,020	479,410
100,800	176,390	257,630	338,270	418,900	499,540
189,900	230,530	336,710	442,090	547,480	652,870
390,600	352,130	514,480	675,620	836,760	997,900

(단위: 원)

추후납부를 통해 노령연금을 증액할 수도 있다. 실직 등으로 국민연금 보험료를 납부할 여력이 안 돼 납부 예외 신청을 했거나, 결혼과 출산·육아를 위해 직장을 그만둔 경력 단절 전업주부는 과거 납부하지 않은 보험료를 추후에 납부할 수 있다. 추후납부 신청을 하려면 몇 가지 요건을 충족해야 하는데, 먼저 과거에 국민연금이 가입해 보험료를 납부한 경험이 있어야 한다. 그리고 현재 국민연금이 가입하고 있어야 한다. 따라서 경력 단절 전업주부는 먼저 임의가입부터 해야 추후납부를 할 수 있다. 보험

료는 추후납부를 신청한 날이 속하는 달의 연금보험료에 추후납부를 하고자 하는 기간의 월수를 곱해서 산정한다. 예를 들어 추후납부를 신청한 달 보험료가 10만 원이고 추후납부를 할 기간이 60개월이면 보험료는 600만 원이 된다. 보험료는 전액을 한꺼번에 납부하거나 최대 60회에 걸쳐 분할해 납부할 수도 있다.

과거 퇴직하면서 반환일시금을 수령한 사람은 이를 반납할 수 있다. 현재는 직장에서 퇴직하더라도 60세가 될 때까지는 적립금을 찾을 수 없지만, 1999년 이전에는 가능했다. 이렇게 받은 돈을 반환일시금이라 한다. 이렇게 수령한 반환일시금에 소정의 이자를 더해 국민연금공단에 반납하면 예전 가입기간이 복원돼 노령연금을 더 받을 수 있다. 보험료는 전액을 한 번에 낼 수도 있고, 최대 24회에 걸쳐 나눠 낼 수도 있다.

세금은 줄이고, 연금은 늘리고

연금저축과 IRP 저축금액 조정

은퇴 준비와 관련해서 은퇴자들이 가장 후회하는 것은 무엇일까? 이번에 미래에셋은퇴연구소가 실시한 설문에서는 '노후자금 마련을 위해 더 저축할걸(54.3%)'이라는 답변이 1위를 차지했다. 다음은 '연금저축과 퇴직연금을 더 잘해볼걸(14.2%)'이라고 답했다. 결국 절세 상품을 이용해 노후자금을 더 많이 모아뒀더라면 어땠을까 하는 후회를 하고 있는 것이다.

정년퇴직을 앞둔 은퇴예정자들의 답변도 크게 다르지 않았다. 이들이 추가로 은퇴소득을 마련해야 한다면 우선 고려해야 할 것은 세액공제 혜택이 있는 연금저축과 개인형 퇴직연금(IRP)이다. 특히 올해부터 이들 금융 상품의

가입 대상과 세제 혜택에 달라졌기 때문에 저축계획을 세울 때 이를 반영해야 한다.

먼저 IRP 가입 대상이 확대될 예정이다. 지금까지는 퇴직연금이 가입한 근로자만 IRP에 가입해 추가로 세액공제를 받을 수 있었다. 하지만 오는 7월 26일부터는 퇴직연금이 가입하지 않은 근로자들도 IRP에 가입할 수 있게 된다. 아울러 공무원, 군인, 교사들뿐만 아니라 자영업자도 IRP에 가입해 추가로 세액공제를 받을 수 있다. 지난해까지 이들은 연금저축을 통해 연간 400만 원까지만 세액공제를 받을 수 있었지만, 올해부터 IRP를 활용하면 추가로 300만 원을 더 공제받을 수 있게 됐다.

일부 고소득자는 연금저축과 IRP 간 저축금액을 조정해야 한다. 올해부터 총 급여가 1억 2000만 원이 넘는 근로자와 종합소득이 1억 원이 넘는 자영업자의 연금저축 세액공제 한도가 400만 원에서 300만 원으로 축소됐다. 다행이라면 연금저축과 IRP를 합산한 공제 한도는 여전히 700만 원으로 동일하다는 점이다. 따라서 이들 고소득자가 세액공제 한도를 전부 이용하려면 IRP에 최소 400만 원 이상 저축하지 않으면 안 된다.

고소득자가 세액공제를 700만 원 전부 받으려면?

대상	저축금액		세액공제
	연금저축	IRP	
• 총 급여 > 1억2000만 원 • 종합소득 > 1억 원	0	700	700
	100	600	700
	200	500	700
	300	400	700
	400	300	600
	500	200	500
	600	100	400
700	0	300	

(단위: 만 원)

02 임금피크제 기간

급여가 줄어들면
퇴직금도 준다는데, 대책은?

최근 기업 중에는 정년을 60세로 연장하면서 55세를 전후해 임금피크제를 함께 도입하는 기업들이 많다. 정년 연장과 함께 임금피크제를 도입하면 달달이 받는 월급은 줄어들지만 일하는 기간이 늘어나는 만큼 생애소득은 늘어나는 효과가 있다. 그렇다면 퇴직금은 어떻게 될까? 일하는 기간이 늘었으니 퇴직금도 더 많게 될까? 아니면 임금이 줄었으니 퇴직금도 덩달아 줄어들까? 정답은 회사가 퇴직급여를 어떤 방식으로 운영하고 있느냐, 근로자가 임금피크제에 어떻게 대응하느냐에 따라 달라진다.

우리나라는 퇴직급여 제도로 퇴직(일시)금과 퇴직연금을 모두 인정하고 있다. 그리고 퇴직연금 제도는 다시 확정급여형(DB)과 확정기여형(DC)으로 나뉜다. 그러면 퇴직급여 종류별로 임금피크제가 미치는 영향과 근로자의 대응 방법을 살펴보자.

사례 1 퇴직연금 미가입자

>> 퇴직금을 중간정산 후 IRP로 이체한다

먼저 퇴직연금에 가입하지 않은 근로자부터 살펴보자. 이들은 퇴직하기 직전 30일분 평균임금에 근무연수를 곱해 퇴직금으로 받는다. 따라서 정년 연장으로 근무기간이 늘어나더라도 임금피크제로 급여가 줄면 퇴직금이 줄어들 수도 있다. 예를 들어보자.

어떤 회사가 정년을 55세에서 60세로 5년간 연장하면서 늘어난 근무기간 동안은 월급을 50%만 지급하기로 했다. 이 회사에서 30년간

일한 강영식 씨는 올해 55세이고 월평균 600만 원을 급여로 받고 있다. 만약 강 씨가 올해 퇴직하면 퇴직금으로 1억8000만 원(600만 원×30)을 받는다. 하지만 임금피크제 도입 후 5년 더 일하고 60세가 되면 월급여는 300만 원이 되고, 퇴직금도 1억500만 원(300만 원×35)으로 줄어든다. 5년이나 일을 더 하고 퇴직금은 7500만 원이나 덜 받게 된다면 누가 좋아하겠는가?

이 상황을 어떻게 대처해야 할까? 우선 퇴직금을 중간정산하는 방법을 고려해볼 수 있다. 현재 법에서는 부득이한 경우에 한해 중간정산을 허용하고 있는데, 임금피크제 도입으로 퇴직급여가 감소하게 되는 것도 사유 중 하나다. 앞의 강영식 씨 사례로 돌아가보면, 일단 강 씨는 임금피크 적용을 받는 55세 때 퇴직금을 중간정산해 1억8000만 원을 받고, 60세 때는 정년 연장으로 늘어난 기간 동안 일한 부분에 대한 퇴직금을 받으면 된다.

임금피크 시점에 퇴직금을 중간정산해서 수령하면 퇴직금을 손해볼 리는 없지만, 세금이 문제다. 근로자가 회사에 퇴직금 중간정산을 신청하면 회사는 퇴직소득세를 원천징수하고 남은 돈만 지급한다. 임금피크제를 도입하면 당장 퇴직금이 줄어든다고 하니 어쩔 수 없이 중간정산을 하기는 했지만, 당장 쓸 돈이 아닌데 이렇게 세금까지 내고 나면 아깝다는 생각이 들 수도 있다. 이런 상황에서는 중간정산받은 퇴직금을 IRP에 이체한 다음 55세 이후에 연금으로 받으면 세 부담을 30% 절감할 수 있다.

사례 2 DB형 퇴직연금 가입자

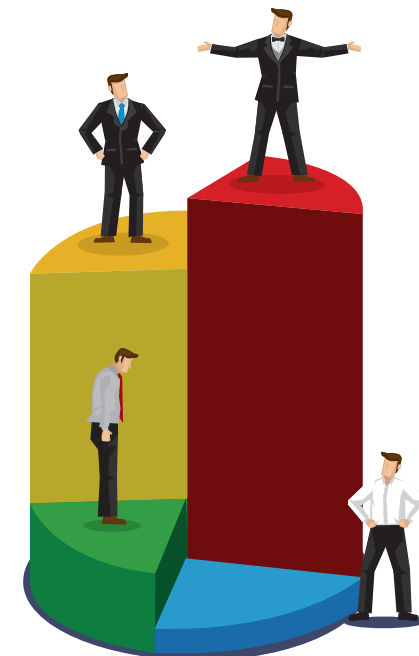
>> DC형 퇴직연금으로 전환한다

퇴직연금 가입자를 살펴보자. 먼저 DC 가입자

는 크게 신경 쓸 일이 없다. 과거 근무기간 동안 발생한 퇴직금은 매년 정산해 본인 이름으로 된 계좌에 이미 입금돼 있다. 따라서 임금피크제를 적용해도 이 돈이 줄어들지는 않는다. 그리고 임금피크제를 도입한 이후 발생한 퇴직금도 매년 정산해서 근로자 계좌에 넣어주기 때문에 중간정산하는 것과 마찬가지로 효과를 얻게 된다.

문제는 DB형 퇴직연금 가입자다. DB 가입자는 퇴직할 때 한꺼번에 퇴직금을 계산해 수령한다. 퇴직금 계산 방법은 퇴직금 미가입자와 같기 때문에, 이들 역시 임금피크제를 도입하면 퇴직금이 줄어든다. 그렇다면 퇴직금을 중간정산하면 되지 않을까? 안타깝게도 퇴직연금 가입자는 중간정산을 할 수 없다. 그렇다면 눈뜨고 퇴직금이 줄어드는 것을 지켜봐야 할까? 그게 싫으면 임금피크제를 실시하기 전에 직장을 그만둬야 할까?

이 같은 문제를 해결하려고 DB형 퇴직연금 제도를 운영하는 기업에서는 임금피크제를 실행할 때 DC형 퇴직연금 제도를 추가로 도입한



다음, 임금피크 대상자에게 DC로 전환할 수 있는 선택권을 준다. 앞서 사례로 든 강영식 씨가 DB 가입자라고 치자. 강 씨가 임금피크 때 퇴직연금을 DB에서 DC로 갈아타면, 회사에서 이미 발생한 퇴직금 1억8000만 원은 강 씨의 DC 계좌에 이체해준다. 그리고 정년 연장으로 늘어난 근무기간에 발생한 퇴직금도 매년 강 씨의 DC 계좌로 이체된다.

03 정년퇴직

퇴직금을 연금으로 받으면
세금 30%나 덜 낸다

직장을 떠나면서 제일 먼저 부딪치는 고민은 퇴직금을 어떻게 활용할 것인가 하는 문제다. 목돈으로 받을까, 아니면 연금으로 받을까? 이번 미래에셋은퇴연구소 설문조사에 참여한 은퇴자들 중에는 퇴직금을 일시금으로 받은 사람이 76.5%로 나타났다. 은퇴자 네 명 중 세 명이 퇴직금을 일시금으로 받은 셈이다.

그렇다면 이들은 퇴직금을 어디에 사용했을까? 대출 상환(23.5%)이나 자녀 교육·결혼자금(22.1%)으로 사용했다는 답변도 많았지만, '저축해두고 생활비로 사용하고 있다(43.6%)'는 대답이 가장 많았다. 그리고 퇴직금을 받아서 다른 연금 상품에 가입했다는 사람도 5.4%나 됐다. 이렇게 퇴직금을 노후생활비로 사용할 것 같으면 굳이 일시금으로 수령할 게 아니라 연금으로 받는 것이 낫지 않을까? 왜냐하면 퇴직금을 IRP로 이체한 다음 연금으로 수령하면 퇴직소득세 부담을 덜 수 있기 때문이다.

퇴직연금 가입 여부와 상관없이 근로자가 55세 이후에 퇴직하면, 퇴직금 수령 방법을 본인

퇴직금의 연금 수령 한도



연금 수령 한도= $\frac{\text{과세기간 개시일(연금 개시 신청일) 현재 평가액}}{(11-\text{연금 수령 연차})} \times 1.2$

IRP로 이체한 퇴직금은 55세 이후부터 연금으로 수령할 수 있다. 이때 연금 수령 한도 이내에서 찾아 쓴 금액은 연금소득세를 부과하고, 한도를 초과해 수령한 금액에 대해서는 퇴직소득세를 부과한다. 연금소득세율은 퇴직소득세율의 70%이기 때문에, 연금 수령 한도 내에서 IRP 적립금을 찾아 쓰는 것이 중요하다.

연금 수령 한도는 연금 개시 신청일(과세기간 개시일) 현재 적립금을 '11-연금 수령 연차'로 나눈 다음 1.2를 곱해 계산한다. 예를 들어 연금을 처음 개시할 당시 IRP 적립금이 1억 원이었다고 가정하고 연금 수령 한도를 계산

하면, 첫째 연금 수령 한도는 1200만 원이 된다. 첫째 IRP에서 찾아 쓴 금액에 대해서는 1200만 원까지는 연금소득세(퇴직소득세의 70%)로 세금을 부과하고, 1200만 원을 초과해서 찾아 쓴 금액에 대해서는 퇴직소득세를 그대로 부과한다.

다만 2013년 2월 이전에 퇴직연금에 가입한 퇴직자가 퇴직금 전액을 IRP에 이체하는 경우에는 분모의 연금 수령 연차를 6부터 시작한다. 이 경우 연금 개시 당시 IRP 계좌에 1억 원이 있으면 첫째 연금 수령 한도는 2400만 원이 된다.

이 선택할 수 있다. 즉 본인 의사에 따라 퇴직금을 일시에 받을 수도 있고, IRP로 이체할 수도 있는데, 다만 과세 방법은 차이가 난다. 일시금을 선택하면 회사에서 퇴직소득세를 먼저 떼고 남은 금액만 퇴직자에게 지급한다. IRP 이체를 선택하면 회사에서는 세금을 떼지 않는다. 대신 퇴직자가 IRP에 이체한 퇴직금을 금융기관에서 찾아 쓸 때 금융기관에서 세금을 징수한다. 이때 근로자가 매년 연금 수령 한도(위 박스 기사 참조) 이내에서 적립금을 찾아 쓰면 세 부담을 30% 정도 덜 수 있다.

세제 혜택이 적지 않은데도 불구하고 퇴직자 4명 중 3명이 퇴직금을 일시에 받아가는 이유는 뭘까? 혹시 세제 혜택에 대해 잘 모르고 있어서 그런 것은 아닐까? 그래서 퇴직금을 일시금으로 받은 사람들을 대상으로 '세제 혜택에

대해 알고 있느냐'고 물었더니, 10명 중 2명 꼴인 20.4%만 '그렇다'고 답했다. 그리고 세제 혜택을 몰랐던 사람들을 대상으로 세제 혜택이 있다는 사실을 알았다면 어떻게 했겠느냐고 물었더니 절반에 조금 못 미치는 47.1%가 퇴직금을 연금으로 받겠다고 답했다.

이미 퇴직금을 일시에 현금으로 수령한 경우 이미 납부한 퇴직소득세를 돌려받을 수는 없을까? 퇴직금을 받은 다음 60일이 지나지 않았다면 가능하다. 금융기관에서 IRP 계좌를 개설한 다음 이미 수령한 퇴직금을 이체하면 퇴직한 회사에서 원천징수해둔 퇴직소득세를 IRP 계좌에 입금시켜준다. 퇴직금 중 일부를 사용하고 남은 금액만 IRP에 입금할 수도 있는데, 이때는 퇴직소득세도 입금 비율에 맞춰 돌려준다.

04 소득 공백기간

노령연금을 받을 때까지
소득 공백은 무엇으로 메울까?

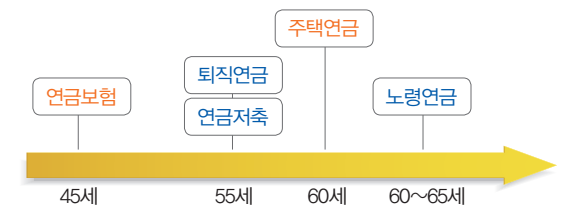
퇴직한 다음 가장 아쉬운 것은 무엇일까? 여러 가지가 있겠지만 '월급'을 빼놓을 수는 없겠다. 직장에서 다달이 받던 월급을 대신할 만한 소득이 없다면 그리움은 더할 수밖에 없다. 당장 월급은 사라졌는데, 국민연금을 받으려면 아직 몇 년을 더 기다려야 한다면 어떻게 해야 할까?

최근 정년 연장으로 60세까지 일할 수 있게 됐다고는 하지만, 근로자들이 체감하는 정년은 아직은 이보다 빠른 것 같다. 이번 설문조사만 보더라도 은퇴자들이 평균 59.3세에 퇴직하기를 희망했지만, 실제 퇴직 연령은 54세로 예상보다 5년 정도 빨리 직장을 떠난 것으로 나타났다. 다행히 60세까지 일할 수 있다고 해도 어느 정도 소득 공백을 피하기는 어려울 것 같다. 국민연금과 같은 공적연금 개시 연령 또한 60세에서 65세로 단계적으로 늦춰지고 있기 때문이다.

따라서 정년퇴직 후 가장 먼저 할 일은 국민연금을 수령할 때까지 소득 공백을 메우기에 적합한 재원이 있는지 살펴야 한다. 가장 빨리 연금을 받을 수 있는 것은 보험회사에 가입한 연금보험이다. 연금보험은 조건이 맞으면 45세부터 연금을 받을 수 있다. 목돈을 맡기고 바로 연금을 받을 수 있는 즉시연금보험도 45세 이후부터 가입할 수 있다. 다음으로 퇴직금은 IRP로 이체한 다음 55세부터 연금으로 수령할 수 있다. 그리고 매년 연금 수령 한도 내에서 찾아 쓰면 퇴직금을 일시금으로 받을 때와 비교해 세 부담을 30%나 덜 수 있다. 직장 다니면서 연말정산 때 세액공제를 받을 요량으

로 가입했던 연금저축과 IRP 적립금도에 55세부터 연금으로 받을 수 있어 소득 공백을 메울 재원으로 적당하다. 마지막으로 살던 집을 담보로 맡기고 다달이 생활비를 받는 주택연금은 부부 중 한 명만 60세 이상이면 가입할 수 있다. 이처럼 연금마다 각기 다른 개시시기와 상품의 특성을 고려해 소득 공백을 메우기에 가장 적합한 조합을 찾아내야 할 것이다.

내 연금 언제부터 받을 수 있나?



05 국민연금 개시

노령연금은 언제 받아야 좋을까?

1988년에 처음 국민연금을 도입할 당시만 해도 국민연금 가입자가 10년 이상 보험료를 납부하면 60세부터 노령연금을 수령할 수 있었다. 하지만 이후 국민연금 재정 안정화를 위해 수급 개시 연령을 점진적으로 늦춰 1969년 이후에 태어난 사람은 만 65세가 되어야 노령연금을 받을 수 있다. 하지만 노령연금 수급 개시시기는 가입자가 원하면 최대 5년을 당겨 받을 수도 있고, 늦춰 받을 수도 있다.

노령연금 당겨 받으면 연금액 줄어

퇴직한 다음 노령연금을 받을 때까지 소득 공백을 메울 만한 뽀족한 대책이 없다면, 노령연

금을 당겨 받는 것도 고려해볼 수 있다. 본래 국민연금 가입자는 10년 이상 보험료를 납부하면 60세 이후에 연금 지급시기가 도달하면 노령연금을 수령하게 된다. 하지만 반드시 노령연금 지급시기가 올 때까지 기다려야 하는 것은 아니다. 조기노령연금 제도를 활용하면 연금 지급시기를 최대 5년까지 앞당겨 받을 수 있다.

조기노령연금, 언제부터 신청할 수 있나?

	노령연금	조기노령연금
1953~56년생	61세	56세
1957~60년생	62세	57세
1961~64년생	63세	58세
1965~68년생	64세	59세
1969년 이후 출생	65세	60세

조기노령연금을 신청하려면 국민연금 가입자가 '소득이 있는 업무'에 종사하면 안 된다. 여기서 소득이 있는 업무에 종사한다는 말의 뜻은 국민연금 가입자의 월평균 소득이 전체 국민연금 가입자의 최근 3년간 월평균 소득(A값, 2017년의 경우 217만6483원)보다 많을 때를 말한다. 월평균 소득에는 근로소득과 사업(부동산임대)소득만 포함된다. 그리고 소득 활동을 하는 데 필요한 경비는 공제해준다.

조기노령연금을 신청하면 동년배보다 연금을 빨리 받을 수 있는 것은 장점이지만, 여기에는 불이익도 따른다. 연금 개시시기를 1년 앞당길 때마다 연금액이 6%씩 줄어들기 때문이다. 노령연금 개시를 5년 앞당기면 연금이 30%나 줄어든다는 말이다. 그렇다면 조기노령연금을 신청하는 게 나을까? 그건 얼마나 오래 사느냐에 달렸다. 당장은 조기노령연금을 신청하는 것이 이득이 되는 것처럼 보여도 오래 살면 살

수록 손해가 날 수밖에 없다.

소득이 많으면 노령연금 줄어들 수도 있어

요즘은 정년퇴직 이후에도 새로운 일터를 찾아 나서거나 창업을 하는 액티브 시니어들이 많다. 굳이 취업이나 창업을 하지는 않더라도 임대소득으로 생계를 꾸려나가기도 한다. 하지만 이렇게 소득이 있는 상황에서 노령연금 지급시기가 도래하면 연금액이 줄어들 수 있으므로 주의해야 한다.

노령연금을 받고 있는 상황에서 '소득이 있는 업무'에 종사하고 있는 경우, 지급 개시 연령부터 5년 동안 연금액을 감액하고 있다. 소득이 있는 업무란 앞서 설명한 것처럼 국민연금 전체 가입자의 월평균 소득(A값)보다 근로소득이나 사업소득이 많은 경우를 말한다. 부동산 임대 역시 사업소득에 포함되기 때문에 임대사업을 하는 경우에도 연금액이 감액될 수 있다. 그리고 부양가족 연금도 지급되지 않는다. 소득에 비례해 감액금액도 늘어나는데, 감액 한도는 노령연금액의 2분의 1이다.

소득이 있는 업무에 종사할 때 노령연금은 얼마나 줄어드나?

A값 초과소득 월액	노령연금 지급 감액분	월 감액 금액
100만 원 미만	초과소득 월액분의 5%	0~5만 원
100만~200만 원	5만 원+(100만 원을 초과한 초과소득 월액분의 10%)	5만~15만 원
200만~300만 원	15만 원+(200만 원을 초과한 초과소득 월액분의 15%)	15만~30만 원
300만~400만 원	30만 원+(300만 원을 초과한 초과소득 월액분의 20%)	30만~50만 원
400만 원 이상	50만 원+(400만 원을 초과한 초과소득 월액분의 25%)	50만 원 이상

노령연금 수령 늦추면 연금 더 많이 받아

노령연금 지급자는 본인이 원하면 1회에 한

조기노령연금을 신청하면 동년배보다 연금을 빨리 받을 수 있는 장점이 있지만, 여기에는 불이익도 따른다. 연금 개시시기를 1년 앞당길 때마다 연금액이 6%씩 줄어들기 때문이다. 노령연금 개시를 5년 앞당기면 연금이 30%나 줄어드는 것이다.



해 노령연금 지급시기를 최장 5년간 뒤로 미룰 수 있는데, 이를 '연기연금'이라고 한다. 그리고 연금을 다시 받게 될 때는 연금 지급이 연기된 때 1년에 7.2%(월 0.6%)의 연금을 더 받게 된다. 따라서 노령연금 수령시기를 5년 뒤로 미루면 제때 받을 때보다 연금을 36%나 더 받을 수 있다는 계산이 나온다.


연기연금을 신청할 때는 장단점을 잘 살펴야 한다. 연기연금을 신청하면 연금액이 늘어나지만, 연금 수령시기를 뒤로 늦춘 만큼 전체 연금 수령기간이 줄어들기 때문이다. 노령연금은 국민연금 가입자가 살아 있는 동안만 수령할 수 있기 때문에, 설령 연금액이 늘어났다고 하더라도 일찍 죽으면 그뿐이다. 결국 성패는 얼마나 오래 사느냐에 달렸다고 하겠다. 다만 근로소득이나 사업소득이 있어 당장 생활비가 부족하지 않고 건강에 이상이 없다면, 연기연금을 신청하는 것도 고려해볼 수 있다.

06 연금 수령기간 평생 최소생활비 이상 연금소득이 있는가?

직장인들이 연봉 많이 받는 사람을 부러워하는 만큼이나, 은퇴자들 사이에선 연금 많이 받는

사람이 부럽다고 한다. 적어도 다달이 받는 연금으로 의식주와 관련된 기본 생활비를 충당할 수 있고, 부부가 모두 사망할 때까지 연금을 계속해 받을 수 있다면 노후에 대한 불안은 상당 부분 덜 수 있을 것이다.

1차 목표는 최소생활비다. 의식주와 관련된 최소비용은 연금으로 준비해두자는 말이다. 최소생활비는 특별한 질병 없이 건강한 노후생활을 한다고 가정할 때 최저생활을 유지하는 데 필요한 생활비를 말한다. 국민연금연구원에 따르면 부부가 노후생활을 하는 데 최소 월평균 174만 원, 개인 기준으로 104만 원이 필요하다고 한다.

가구주와 배우자가 받는 공적연금 소득이 최소생활비 이상만 되면 일단은 한시름 덜 수 있다. 만약 최소생활비보다 연금 소득이 부족하다면, 다른 재산에서 빼서 써야 한다. 하지만 은퇴생활 기간이 예상보다 길어지거나 예기치 않았던 사고나 질병으로 목돈이 들어가게 되면 모아둔 은퇴자금이 순식간에 소진될 수도 있다. 이렇게 되면 의식주에 필요한 최소한의 소득도 확보하지 못할 수 있다. 공적연금만으로 최소생활비 이상 되는 연금 소득 확보가 어려운 경우에는 주택연금과 다른 재원을 활용해서라도 죽을 때까지 최소생활비 이상의 소득을 확보해두는 것이 바람직하다. 



노후 삶의 질을 좌우하는

5대 리스크, 피할 수 없다면 관리하라!

5대 리스크, 각각 어떤 속성을 가지고 있나?

대응 방법을 찾아보기에 앞서 5대 리스크가 각기 얼마나 자주 일어나고, 얼마나 큰 영향을 미치는지부터 분석해보자. 2가지 속성으로 리스크를 분석할 때 가장 흔하게 쓰는 방법이 '매트릭스' 분석이다. 이 방법은 한 속성을 가로축에 넣고, 또 다른 속성은 세로축에 넣어서 2차원 매트릭스를 그리는 것으로 시작한다. 5대 리스크의 경우에는 발생 빈도를 가로축에, 경제적 영향을 세로축에 놓는다. 그리고 나서 각각의 리스크가 매트릭스상의 어느 지점에 위치하고 있는지 표기하면 된다. 매트릭스 분석은 여러 리스크를 비교·분석할 때 특히 유용하다.

황혼 이혼 리스크

'발생 빈도 낮지만 경제적 영향은 커'

이번 서베이 조사에서 60대 은퇴자 중 황혼 이혼을 경험한 사람은 3.6%로 낮은 발생 빈도를 보였다. 그러나 경제적 영향은 큰 편이다. 황혼 이혼을 한 사람은 평균 1억2000만 원의 자산을 잃었고, 이혼 이후 생활비를 절반 이상 줄여야 했다는 비율도 58%에 달했다.

60대 은퇴자 4명 중 3명(74.7%)은 살아가면서 황혼 이혼, 성인 자녀, 창업 실패, 중대 질병, 금융 사기의 5대 리스크 중 적어도 한 가지에는 노출되는 것으로 분석됐다. 그런 만큼 예방과 관리의 필요성은 매우 크다. 다만 각각의 5대 리스크가 은퇴자에게 미치는 영향이 다 같은 것은 아니다. 일단 해당 리스크가 발생하는 빈도가 다르고, 발생했을 때 어느 정도의 경제적인 영향을 미치는지도 차이가 있다. 따라서 5대 리스크별 대응 방법도 달라야 한다.

주택연금

노후자금 떨어지면, 남은 건 집?

노후자금 소진 시 5060이 꿈은 첫 번째 대비책 '주택연금'

주택연금 가입 기준

- 본인 또는 배우자 중 1명은 60세 이상
- 주택 가격 합산액이 9억 원 미만
- 부부 중 한 명은 실제 주택에 거주해야

주택연금은 살고 있는 집을 담보로 맡기고 연금을 받는 제도다. 그렇다면 주택연금에 가입하려면 어떻게 해야 할까? 우선 본인과 배우자 중 한 사람이 만 60세 이상이어야 한다. 주택은 여러 채를 소유해도 되지만 소유한 주택 가격을 합산했을 때 9억 원이 넘으면 안 된다. 그리고 본인 또는 배우자가 실제로 해당 주택에 거주하고 있어야 한다. 즉, 월세나 전세를 주고 있는 경우에는 가입을 할 수 없다.

주택연금 수령 방법

- 종신방식과 확정기간방식 2가지
- 가입자 10명 중 9명이 종신방식 선택

연금 수령 방법은 다양하지만 크게 보면 종신방식과 확정기간방식 두 가지로 나눌 수 있다. 일정한 기간을 정해두고 연금을 수령하기 원하는 경우에는 확정기간방식을 선택하면 되고, 부부가 모두 사망할 때까지 연금 받기를 원하면 종신방식을 선택하면 된다. 주택금융공사에 따르면 주택연금 가입자 열 명 중 아홉 명(93%)이 종신방식을 선택해 연금을 수령하고 있다.

종신방식의 경우 연금액은 주택 가격과 가입자의 연령에 따라 결정된다. 주택 가격이 비싸고 가입자가 고령일수록 연금액은 늘어난다. 가입자 연령은 부부 중 나이가 적은 사람을 기준으로 하는데, 만 60세인 사람이 3억 원인 주택을 담보로 주택연금에 가입하면 매달 62만 9000원을 연금으로 받을 수 있다.

주택연금이 국민연금과 다른 점

- 주택연금은 물가 상승 반영 안 돼(국민연금은 반영)
- 배우자 사망 시에도 동일한 금액 수령
(국민연금은 배우자 사망 시 60%)

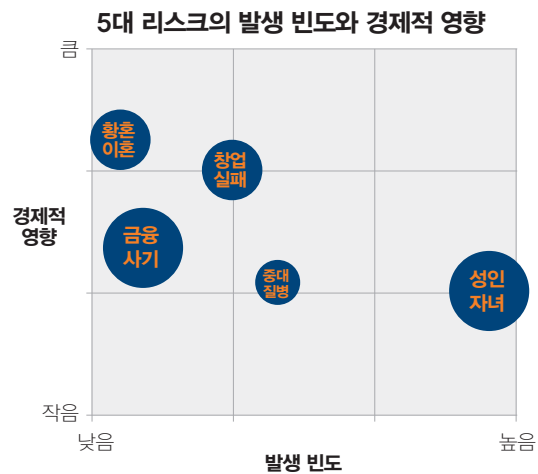
주택연금은 국민연금과 다른 특징을 가지고 있다. 국민연금은 물가 상승에 맞춰 연금액이 조정되지만, 주택연금(종신지급방식, 정액형)은 가입 당시 연금액이 정해지면 부부가 모두 사망할 때까지 같은 금액을 수령한다. 국민연금은 가입자가 사망하면 배우자에게 본래 받던 연금의 60%에 해당하는 유족연금이 지급된다. 반면 주택연금은 부부 중 한 사람이 먼저 사망해도 남은 배우자는 그동안 받던 금액과 동일한 금액을 받는다. 이러한 국민연금과 주택연금의 특징을 잘 활용해 은퇴생활 기간 동안 기본적인 소득을 확보하고 부족한 부분은 다른 소득원으로 보충해나가야 할 것이다.

주택연금 월지급금 예시(종신방식, 정액형, 일반주택)

(단위 : 천 원)

연령	주택 가격								
	1억 원	2억 원	3억 원	4억 원	5억 원	6억 원	7억 원	8억 원	9억 원
50세	135	270	405	540	675	810	945	1,080	1,215
55세	156	312	468	625	781	937	1,093	1,250	1,406
60세	209	419	629	839	1,049	1,259	1,469	1,679	1,889
65세	252	505	758	1,010	1,263	1,516	1,768	2,021	2,274
70세	308	616	924	1,232	1,540	1,849	2,157	2,465	2,773
75세	381	762	1,143	1,524	1,905	2,286	2,667	3,033	3,033
80세	481	963	1,444	1,926	2,407	2,889	3,362	3,362	3,362

자료 | 미래에셋자산운용(2017년 2월 1일 기준)



성인 자녀 리스크

‘발생 빈도 높고 경제적 영향은 중간’

서베이 조사에 의하면 60대 은퇴자 절반 이상이 성인 자녀를 부양하는 것으로 나타났다. 부모에게 얹혀사는 성인 자녀의 3분의 2가 본인의 생활비를 내지 않고 있는 점과, 해당 자녀의 결혼비용으로 부모가 지출할 것으로 예상되는 금액이 중산층 5937만 원, 빈곤층 4656만 원에 이르는 점 등을 감안하면 해당 리스크의 경제적 영향은 최소 중간 정도로 추정할 수 있다.

창업 실패 리스크

‘발생 빈도 중간이고 경제적 영향은 커’

60대 은퇴자의 약 17% 정도가 창업에 도전했다가 실패했다. 창업 실패 시 경제적 피해는 평균 7400만 원 정도로 적지 않다. 창업 실패 후 81%가 생활비를 줄였으며, 31%는 절반 이상 줄였다는 점을 볼 때 노후생활비 측면에서의 손실도 심하다.

중대 질병 리스크

‘발생 빈도 중간이고 경제적 영향도 중간’

60대 은퇴자의 29% 정도가 암, 심혈관질환, 뇌혈관질환 등의 중대 질병을 경험했다. 무시하기 힘든 발병률이다. 이 때문에 발생하는 경

제적 손실은 중산층 은퇴자의 경우 5644만 원, 빈곤층 은퇴자는 2012만 원 정도였다.

금융 사기 리스크

‘발생 빈도 낮고 경제적 영향은 중간’

금융 사기를 경험한 사람은 60대 은퇴자의 7.7% 정도지만, 그 피해액은 평균 1억1000만 원에 달했다. 생활비를 절반 이상 줄인 은퇴자는 조사 대상자의 18% 정도였다. 황혼 이혼에 비해서는 노후생활비 측면에서의 타격은 약간 낮은 편이다.

5대 리스크 관리 전략, 이럴 때는 이렇게!

속성 분석을 마쳤으니 이제 여기에 적합한 리스크 관리 전략을 선택할 차례다. 은퇴자들은 ‘회피’ 전략으로 리스크의 발생 가능성을 줄이거나, ‘축소’ 또는 ‘이전’ 전략으로 피해 금액이 너무 커지지 않도록 사전 조치를 취할 수 있다.

황혼 이혼 → 회피하라

황혼 이혼 리스크는 회피해야 한다. 이혼에 뒤따라오는 경제적 충격을 줄이거나 피할 수 없기 때문이다. 이혼을 하면 법적으로 부부의 경제적 기여도에 따라 자산이 분할되고, 양쪽 모두에게 경제적 충격이 뒤따른다. 황혼 이혼이 애초에 발생하지 않도록 관리하는 수밖에 없다.

남편의 은퇴 전후로 부부관계에는 많은 변화가 찾아온다. 대부분의 시간을 직장에서 보내던 남편이 일순간 집에서 주로 시간을 보내게 된다. 반면 자신의 시간을 보내는 데 익숙하던 아내는 갑작스러운 남편의 등장에 당황하게 된다. 혼란은 필연이며, 양보가 필수이다.

성인 자녀 리스크 → 축소하라

성인 자녀 리스크는 축소해야 한다. 국내 현실에서 성인 자녀를 강제로 독립시키기는 쉽

5대 리스크 관리 전략

5대 리스크	발생 빈도	경제적 영향	관리 방향	관리 전략
황혼 이혼	낮음	큼	빈도 낮추기	회피
성인 자녀	높음	중간	영향 낮추기	축소
창업 실패	중간	큼	빈도 및 영향 낮추기	회피 및 축소
중대 질병	중간	중간	영향 낮추기	이전
금융 사기	낮음	중간	빈도 낮추기	회피

지 않다. 경제적 영향을 가능한 한 줄이는 수밖에 없다.

어려운 취업 여건과 결혼비용을 고려할 때, 부모가 일정 기간 성인 자녀 부양을 지속하게 되는 것은 불가피한 측면도 있다. 상황이 이렇다 하더라도 그 지원 금액이 은퇴생활에 지장을 줄 정도로 커져서는 안 된다. 부부가 은퇴생활에 대한 그림을 그릴 때 자녀 양육에 대한 책임 한계에 대해 충분히 대화해보자. 또한 이렇게 설정한 계획을 자녀와 사전에 충분히 공유하고 적은 금액이라도 생활비를 분담하도록 유도해야 한다.

창업 실패 → 회피하고 축소하라

창업 실패 리스크는 회피하고 축소해야 한다. 창업을 아예 하지 않거나, 하더라도 작게 시작하는 것이다. 위험을 아예 차단하거나, 피해 규모를 줄이는 것이다.

특히 노후자금을 탈탈 털어 창업하는 것은 금물이다. 창업에 실패할 경우 노후를 위한 다른 대안이 없다. 이왕 창업을 하기로 결심했다면 무리한 대출은 자제하고, 충분한 준비를 통해 실패 가능성을 줄이자. 창업하고자 하는 분야에서 미리 일을 해보면서 발생 가능한 다양한 상황을 미리 접해보는 것도 필요하다.

중대 질병 → 이전하라

중대 질병 리스크는 이전해야 한다. ‘보장성 보험’이라는 수단을 통해 경제적 영향을 이전할

수 있다. 가장 쉽게 의료비, 간병비 등 경제적 부담을 덜 수 있는 방법이다. 가입된 보험이 없다면 지금이라도 자신에게 가장 필요한 최소한의 보험은 준비해둬야 한다.

보험 가입자라면, 자신이 가지고 있는 보험의 보장기간을 한 번쯤 확인해볼 필요가 있다. 과거에 출시된 보험은 평균수명이 지금보다 짧았기 때문에 70세, 80세에 보장기간이 만료되는

리스크 관리 전략 4가지

리스크 관리 전문가 더글러스 W. 허버드(Douglas W. Hubbard)는 그의 저서 <리스크 관리 펀드멘탈>을 통해 리스크를 관리하는 일반적인 방법으로 ‘회피, 축소, 이전, 보유’의 4가지 전략을 소개했다.

회피(avoid) 리스크가 발생할 수 있는 상황 자체를 피하는 것이다. 즉 손실 확률을 줄이는 방법이다.

축소(reduce) 리스크가 발생할 수 있는 상황은 받아들이되, 피해를 줄일 수 있는 조치를 취하는 것이다. 손실 규모를 줄이는 방법이다.

이전(transfer) 리스크를 다른 사람에게 넘겨주는 것이다. 역시 손실 규모를 줄이는 방법이다.

보유(retain) 가장 기본적인 대안으로, 리스크를 있는 그대로 받아들이는 것이다.

한눈에 살펴보는 5대 리스크 관리 전략

속성 및 관리 전략	관리 방법 제안	
발생 빈도는 높지만 경제적 영향은 낮고, 빈도 줄일 수 없음 ▼ 경제적 영향 관리	성인 자녀	자녀 지원을 위한 예산을 별도로 세우고, 동거자녀의 생활비는 자녀가 부담하게 하자
	중대 질병	보장성보험(실손·정액보험)에 가입해 리스크를 이전하자
발생 빈도도 높고 경제적 영향도 큼 ▼ 발생 빈도 및 경제적 영향 관리	창업 실패	고정자산이 필요한 소자본 창업은 지양하고 생활을 위한 최소 자산을 남겨 두자
	금융 사기	금융 사기의 유형을 알아두고 과도한 수익률을 욕심내지 말자
발생 빈도는 낮지만 경제적 영향은 크고, 빈도 줄일 수 있음 ▼ 발생 빈도 관리	황혼 이혼	은퇴 후 부부관계 변화에 대해 은퇴 전부터 심도있게 고민하자




경우도 있기 때문이다. 늘어나는 수명에 발맞춰 보장기간도 충분히 확보해야 한다. 현재 보장이 취약한 부분이 없는지도 확인해보아야 한다.

금융 사기 → 회피하라

금융 사기 리스크도 회피해야 한다. 금융 사기 리스크는 일단 피해를 보고 나면 돈을 돌려받기 힘들고, 피해자가 피해 규모를 조절할 수도 없다. 따라서 금융 사기를 당하지 않도록 예방하는 것이 가장 현명한 리스크 관리

방법이다.

금융감독원은 금융 사기에 당하지 않기 위한 예방법을 제시하고 있다. 먼저 금리 수준을 크게 웃도는 고수익 보장을 약속하거나, 실체가 불분명한 상대라면 당연히 의심하고 확인해야 한다. 유명인과의 인맥을 과시하거나 당신에게만 특별히 기회를 주겠다며 희소성을 강조하는 것도 주의해야 한다. 미심쩍을 때는 경찰이나 금융감독원 등에 지체 없이 문의하거나 신고하는 게 좋다. 



일본의 20년 장기불황을 통해 보는 우리의 현주소

답은 듯 다른
한국의 2017년
일본의 1990년



흔히 일본을 '한국의 거울'이라고 한다. 우리가 겪고 있는 고령화, 저성장 문제를 일본은 10~20년 앞서 겪고 있기 때문이다. 미래에셋은퇴연구소는 특별 좌담회를 통해 일본의 장기불황 시대의 문제와 요인 등을 분석해보고 우리의 현 주소를 짚어봤다.

대담 참석자 사회자 **김경록** 미래에셋은퇴연구소 소장
 대담자 **이지평** LG경제연구원 수석연구위원, **오테현** 경희사이버대학교 일본학과 교수



김경록 크게 세 가지 주제를 가지고 이야기를 해보려고 합니다. 첫째는 소위 일본의 잃어버린 20년 동안 어떤 일이 있었는가, 둘째는 우리나라는 앞으로 20년 동안 어떤 길을 걸을까, 그리고 마지막으로 이런 상황에서 우리나라의 40, 50대 베이비부머들은 어떻게 준비를 하면 좋을까 하는 것입니다.

일본화란 디플레이션으로 명목 성장률이 마이너스로 현격히 떨어진 현상

김경록 우선 지난해부터 ‘일본화’라는 이야기가 많이 나왔는데, 도대체 일본화(Japanization)라는 것이 어떤 의미일까요?

이지평 사람에 따라 다르게 볼 수 있는 문제지만, 기본적으로는 장기 저성장을 의미하는 것이라고 생각합니다. 다만 단순한 장기 저성장은 꼭 일본만의 문제라기보다는 선진국에서 공통적으로 나타나는 현상입니다. 국가경제의 성숙 과정에서 어쩔 수 없이 발생하는 것이죠. 일본이 조금 다른 것은 디플레이션이 발생하면서 명목성장률이 마이너스를 기록할 정도로 현격하게 떨어졌다는 점입니다. 명목성장률이 마이너스가 되면 근로자들의 임금이 감소하고 결과적으로 조세 수입과 기업 소득도 정체됩니다. 그에 따라 재정 적자도 누적되죠.

김경록 일본은 저성장 기간 동안 자산 가격 하락과 함께 금융권의 부실도 발생한 것으로 알고 있습니다. 이러한 복합불황도 일본화의 한 특징이었다고 볼 수 있을까요?

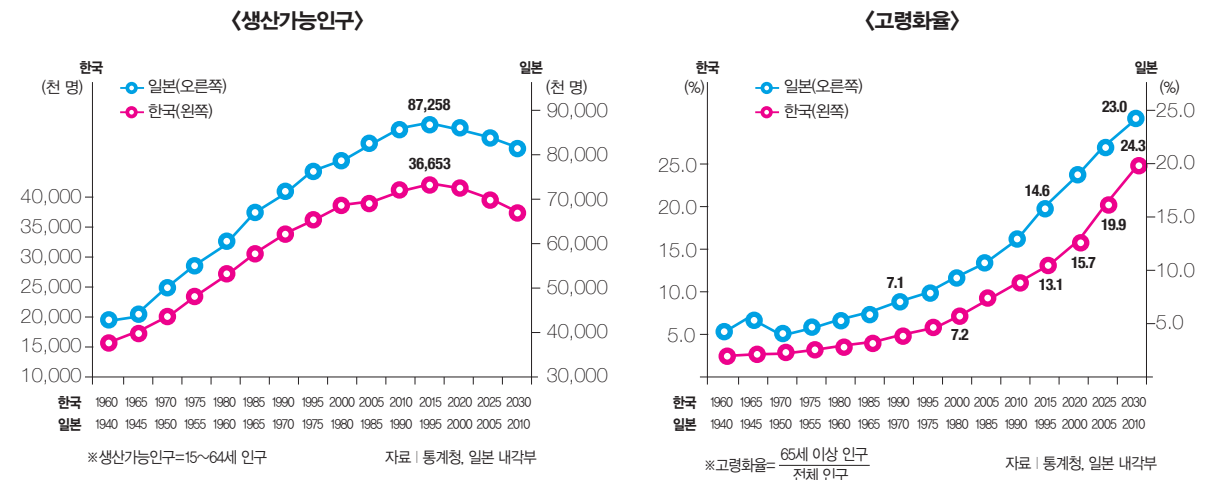
이지평 일본의 장기불황은 20년 동안이나 계속됐기 때문에 단계별로 차이가 있습니다. 불황 초기에 실물경제는 괜찮았어요. 오히려 이때 3%대 성장도 했지만 그 이후에 자산 시장과 실물경제의 차이가 금융 부실로 이어지면서 대출 억제

실시했습니다. 이 때문에 실물경제가 악화되고, 금융과 실물의 복합불황이 발생했습니다. 이것을 일본 장기불황의 핵심이라고 보는 사람이 <복합불황>의 저자 미야자키 기이치 같은 분이죠. 그런데 2000년대 들어서면서, 고이즈미 개혁으로 금융 부실 문제는 많이 해결했습니다. 일본 국내 은행들도 많이 회복했고요. 하지만 그럼에도 불구하고 저성장은 지속됐기 때문에 복합불황만으로 일본의 장기불황을 설명하기에는 조금 무리가 있다고 봅니다. 단계적으로 보면, 처음에는 버블 붕괴, 복합불황이 왔다가, 이 문제를 해결하고 나니까 중·장기적인 저성장, 저출산·고령화가 나타났다고 보는 것이 맞을 듯합니다.

김경록 오 교수님께 여쭙보고 싶은 게 있습니다. 일본에서 오래 사신 경험으로 말씀 해주시면 되겠습니다. 1990년 초반 일본의 장기불황이 시작될 때 이미 ‘야, 이거 큰일났다’는 위기감이 있었는지, 아니면 곧 해결될 거라고 낙관했는데 20년을 끌어오게 된 것인지 궁금합니다.

오테현 제 경험으로는 금방 해소될 것이라는 분위기가 강했습니다. 잘 아시다시피 일본은 정권이 바뀔 때마다 어마어마한 재정 투자를 했고, 심지어 상품권까지 나눠줬습니다. 그럼에도 불구하고 경기가 살아나지 않았습니다. 그때마다 경기가 나아질 것이라는 기대는 있었죠. 하지만 과거 1970년대, 1980년대처럼 평균 4%의 높은 경제성장률을 기대하지는 않았지만 마이너스까지는 가지 않고 평균 2% 정도의 성장률은 보일 것이라 예상하지 않았을까요. 그런 기대에 못 미치니까 불안감 때문에 소비도 위축되고, 덩달아 경기도 안 좋아지는 악순환이 이어졌다고 봅니다.

한국과 일본의 인구구조 비교





이지평 수석연구원

“

일본 장기불황 초기에 나타난 성장률의 급격한 하락은 공급 구조 트렌드의 변화와 일시적인 수요 쇼크가 복합적으로 작용된 결과입니다. 문제는 그러한 상황에 효율적으로 대처하지 못했다는 것입니다. 그런 일이 반복되면서 낮은 경제성장이 지속되어 이력 효과가 발생하고, 결국 잠재성장률이 실제로 떨어져버리게 된 것이죠.

”

공급 구조 변화에 단기적인 수요 충격이 복합적으로 작용

김경록 일본이 재정 지출 등 수요를 늘리기 위한 단기적 처방에만 집중했다는 것은 불황을 주로 수요 문제로 보았다는 뜻인데요, 실제로 장기불황의 원인은 수요, 공급 어디에 있었습니까?

이지평 복합적으로 봐야 할 것 같습니다. 일본 장기불황이 수요의 문제인지 공급의 문제인지에 대해서는 계속 논쟁이 있었는데, 한편에서는 ‘수요가 부족하기 때문에 공급과잉이 발생해 디플레이션이 된다, 그렇기 때문에 케인스 정책으로 계속 수요를 창출해야 한다’는 논의가 있습니다. 실제로 고이즈미·아베 내각에서도 그런 정책을 갖고 있고요. 다른 한편으로는, 저출산·고령화 문제는 공급이 문제이기 때문에 구조조정으로 해결해야 한다는 관점도 있었습니다. 이런 정책들이 양측에서 대립을 했는데 제가 볼 때는 두 가지가 다 작용한 것 같아요. 정리하자면 장기 구조적으로 저성장 압력이 있는데 버블 붕괴로 일시적인 쇼크가 발생하면서 수요가 많이 떨어진 것입니다. 따라서 그때 재정정책을 많이 했지만 일시적으로 디플레이션 마인드가 생겼기 때문에 금융정책을 조금 더 과감하게 할 필요가 있었다는 것이 제 평가입니다. 그래서 일본의 장기 불황을 이야기하면서 많이 언급되는 것이 ‘이력 효과(Hysteresis Effect : 낮은 경제성장이 몇 년 계속되면 경제 주체가 성장에 대한 확신을 잃어버리고 그 결과 실제성장률도 떨어지게 된다는 이론)’입니다. 4~5%에 이르던 잠재성장률이 1990년대에는 1%대로 떨어졌습니다. 이것이 공급 구조의 문제라면 우리나라처럼 서서히 떨어졌을 텐데, 급격하게 하락한 것을 보면 공급 구조 변화라는 트렌드에 수요의 일시적인 쇼크가 복합적으로 작용한 것이고, 그것에 대처를 못 했다는 것입니다. 어쨌든 쇼크가 발생하고, 어떤 이유인지는 모르지만 계속

해서 이런 일이 반복되면서 이에 따라 나타난 이력 효과 때문에 잠재성장률이 실제로 떨어져버리는 결과가 나타난 것이죠.

캐치업 경제에서 벗어나지 못한 것도 장기불황의 한 원인

김경록 지난 20년 동안의 일본 상황을 한마디로 요약해야 한다면 어떻게 말씀하시겠습니까?

오테현 저는 ‘창조하지 못했다’고 말하고 싶습니다. 1980년대 후반까지의 일본의 성장은 엄밀히 따지면 서구 선진국의 기술을 도입해 조금 개선한 후 자기 것으로 만드는 과정에서 나타난 성장으로 봅니다. 그 이후에 나타나야 하는 것은 말 그대로 고유성을 토대로 만들어진 창조경제일 텐데, 그렇게 되지 못하고 그대로 이전의 성장 패턴을 유지하면서 20년을 온 것이 아닌가 싶습니다. 그런 측면에서 본다면 우리도 창조경제를 말하기에 앞서 우리들만의 강력한 무기, 상대적인 경쟁력을 가져야 한다고 생각합니다.

이지평 저는 한마디로 말하기는 어렵지만, ‘노쇠했다’고 해야 할까요? 일본을 계속 방문하고 있지만 갈 때마다 조용하고 편안한 느낌은 있는데 활력이 많이 떨어져 있다는 걸 느낍니다. 인구도 고령화되고, 제조업도 많이 없어지고, 사회 전체의 다이내미즘도 없어지고요. 다만 그나마 다행히도 세계 최대 순채권국으로서의 지위는 유지되고 있죠. 1인당 국내총생산(GDP)도 많이 떨어지지 않아서 괜찮지 않느냐 하는 의견도 있습니다. 그러나 사회적으로 보면 일본의 창의성이 약해지고, 기업도 창조 능력이 떨어졌습니다. 물론 일본에서 하이브리드 자동차 등 이것저것이 나오기는 했습니다만 그런 것이 글로벌한 활력소로서 작용하지는 못했어. 새로운 성장전략을 만들어내야 하는데 그런 점에서 좌절이 있었다고 봅니다.

“

20년 동안의 일본 상황을 한마디로 요약하자면, 저는 ‘창조하지 못했다’라고 말하고 싶습니다. 서구형 성장 패턴을 따라잡으려는 캐치업 경제에서 벗어나지 못한 것이죠.

”



오테현 교수

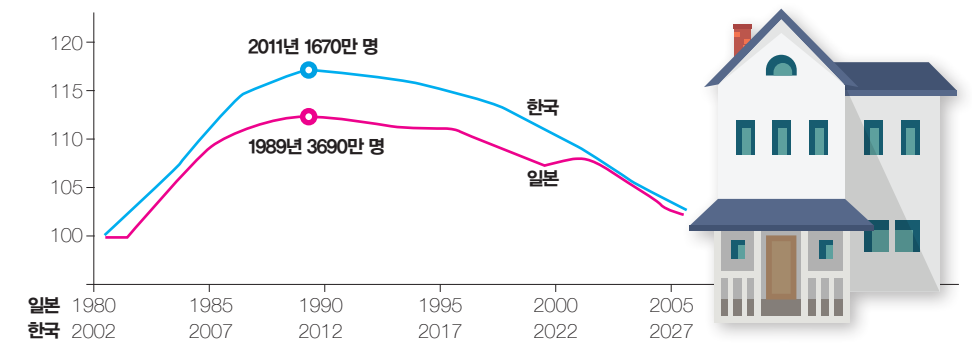
“일본의 부동산 버블은 주택 수요에 의한 것이 아니라 기업이 버블을 주도했던 면이 있습니다. 한국은 현재 이런 버블이 존재하지 않습니다.”

김경록 두 분의 말씀을 종합해보면 지난 20년 동안 일본은 ‘창조하지 못해서’ ‘노쇠해 갔다’라고 할 수 있겠습니다. 향후 우리나라가 참고해야 할 부분인 것 같습니다. 이제 각론으로 넘어가보겠습니다. 우리나라 사람들이 가장 궁금해하는 게 부동산인데, 일본의 부동산 시장은 20년 동안 어떻게 흘러왔습니까?

이지평 일본에서는 기업이 버블을 주도했던 면이 있습니다. 비업무용 부동산을 활용한 리조트 개발과 같은 것이 굉장히 많았고, 거기에 따라서 주택 가격도 올랐거든요. 그리고 버블 붕괴 이후는 (부동산) 가격이 한꺼번에 떨어졌다기보다는 10% 정도씩 매년 계속해서 떨어졌습니다. 마지막에는 감소율이 1~2%로 떨어졌지만 계속 감소하다 보니 0%가 되거나 플러스로 돌아서기가 어려웠어요. 피크 대비 70% 하락한 곳도 생겼고요. 주택은 대략적으로 한 50%가 아닐까 싶은데 기업의 경우에는 담보로 잡히고 재투기한 곳들이 많았기 때문에 상업지구가 주택보다 더 크게 떨어졌습니다. 우리나라와 비교해보면, 1995년 대비 현재 서울의 주택가격지수가 219.7로 두 배 정도라고 할 때 일본의 경우 1975년 대비 버블기인 1990년을 보면 476.6으로 거의 다섯 배가 된 것이죠. 그렇게 보면 우리는 거품이 굉장히 낮은 상태입니다. 게다가 우리는 버블이 있다 해도 강남, 송파 이런 데에 국지적으로 한정돼 있습니다. 거기에다 말이 안 되는 정책이기는 하지만 직접 규제도 있었고요. 그런 정책이 경제 이론적으로는 맞지 않는 부분도 있는데 어느 정도 성과가 있었습니다. 결과적으로는 정부가 잘했던 것 같아요.

오태현 말씀하셨다시피, 일본의 버블은 주택 수요의 버블이 아니었어요. 기업이 지속적으로 부동산을 사고 이를 담보로 또 부동산을 사면서 만들어진 버블은 우리나라에 현재는 존재하지 않습니다. 다만 우리도 2000년대 초부터 만들어졌던 일종의 부동산 가격 상승이 베이비붐 세대의 주택 수요와 맞물려 있는 부분이 있습니다. 일본도 1980년대의 주택 수요는 전후 세대인 1947~1949년생 베이비부머들이 주택을 사면서 일조했던 부분이라 어느 정도 유사합니다. 그렇지만 전체적으로 일본과 비교해볼 때 사실 우리는 버블이라고 말할 정도의 부동산 시장은 아니라고 봅니다.

주택 구입 주력 세대 감소



※주택 구입 주력 세대는 35~54세 인구, 일본은 1980년, 한국은 2002년을 100으로 함 자료 | LG경제연구원

한국의 현 상황은 일본의 장기불황과는 달라

김경록 일본의 불황과 비교할 때 우리나라는 어느 정도 지점에 와 있고, 우리나라도 장기적 침체를 겪을 것인지에 대해서 이야기 나눠보도록 하죠.

오태현 일본의 장기불황과 지금 우리나라의 현상을 비교해봤을 때 가장 큰 차이점은 두 가지인 것 같습니다. 첫째, 우리는 디플레이션을 겪고 있지 않고 둘째, 임금 하락이 일어나고 있지 않습니다. 다만 디플레이션과 관련해서는, 일본도 소비자물가가 하락하기 직전에 생산자물가가 하락했던 경험이 있습니다. 그런데 우리나라의 생산자물가지수를 보니 하락세로 가고 있고, 이따금 마이너스를 기록하기 때문에 이것이 소비자물가의 하락으로 이어질 것인가를 유의해서 봐야 합니다. 반면에 임금 같은 경우는 분명하게 일본과 다른 양상을 보이고 있습니다. 일본에서 임금이 하락한 것은 기업의 구조조정이 시작되면서 근로자들이 해고보다는 임금 인하를 선택했던 것이니까요.

한국, 4차 산업혁명과 생산성 향상으로 일본화 극복 가능

김경록 그렇다면 일본의 경험에 비추어 우리나라의 미래를 전망해보다면 어떠신가요? 예를 들어 일본과는 다른 길, 약한 일본의 길, 일본과 같은 길 중에 어떤 길로 갈까요?

오태현 글썽요, 100% 일본처럼 안 된다는 말씀은 드리기 어렵습니다. 저는 우리나라 경제에서 가장 우려되는 부분이 조로화 현상이라고 생각합니다. 너무 압축성장을 하다 보니 성숙도 압축돼서 나타나는 것 같아요. 급속한 고령화도 그런 현상의 한 축이고요. 그런 조로화 때문에 우리가 할 수 없었던 것이 산업 기술



김경록 소장

“

일본은 기술 트렌드를 따르는 데 실패한 부분이 있습니다. 우리가 인구 고령화만 걱정할 것이 아니라 일본이 산업 섹터의 변화에 잘 적응하지 못한 것도 장기불황의 원인이 되었다는 점도 고려해야겠습니다.

”

의 축적입니다. 축적을 위한 경험과 시간적 여유가 부족했다고 할까요. 그런데 일본은 좀 달랐습니다. 일본 근대의 성장 과정을 보면 1930년대가 이미 산업화의 시작 단계로 분석되는데, 더 거슬러 올라가 1880년대로 보는 학자들도 있거든요. 그런 면에서 보면 일본은 오랫동안 성장을 하면서 산업 기반이 축적됐는데 우리나라는 그런 면이 상대적으로 부족했습니다.

김경록 교수님은 일본화의 원인이나 대책 면에서 인구구조보다는 실물이나 산업 쪽에 초점을 두시는 거 같은데 맞습니까?

오태현 네. 고령화는 경우에 따라서 일정 부분 극복할 가능성이 있습니다. 산업의 생산성을 향상한다든지, 잠재성장률을 규정하는 노동 자본, 총요소생산성을 끌어올릴 수 있는 그런 방안들이 실행된다면 고령화를 극복할 가능성이 높다고 봅니다.

이지평 노동 투입이 감소한다면 우리나라 잠재성장률이 3%에서 완만하게 2%로 떨어지는 것을 피할 수는 없을 것입니다. 하지만 일본처럼 1%로 뚝 떨어지는 것을 방지하려면 버블 붕괴, 이력 효과를 막을 필요가 있습니다. 노동생산성을 1.4%로 유지한다면 1% 후반~2%의 잠재성장능력을 유지하고 물가를 1~2%로 한다면 명목성장률이 3%가 됩니다. 그렇게 되면 임금도 높아지고 금리도 어느 수준 이상 된다고 평가합니다. 자산 시장에도 좋을 것이고요. 재정 측면에서 조세 수입이 있기 때문에 사회복지도 유지할 수 있을 것입니다. 특히 우리가 유리한 것은 사물인터넷(IoT)이라든가, 그런 이노베이션, 헬스케어 등의 세 가지 분야가 대두하고 있는데 이 분야에서 제4차 산업혁명으로 생산성을 높일 수 있지 않을까 하는 기대가 있습니다. 반면 일본은 산업 측면에서 볼 때 기술 트렌드를 따르는 데 실패한 부분이 있습니다. 잃어버린 20년 동안 일본의 전자산업이 40%로 반 토막이 났는데 이전에 TV, 비디오 산업이 좋은 위치에 있었기 때문에 미국에서 일어났던 IT혁명을 외면했던 것이 실패로 작용하지 않았나 합니다. 일자리 부족과 같은 우려 때문에 사물인터넷이

나 인공지능 등을 적극적으로 받아들이지도 않았고요.

김경록 실물 섹터, 산업 섹터에서 대응할 수 있다면 명목성장률 3% 정도는 갈 수 있다는 말씀이셨고요. 고령화에 대해서는 걱정을 심하게 할 필요는 없고 그것 때문에 무조건 일본화될 것이라 보는 것은 과도한 해석이라는 것에 의견이 모이는 것 같습니다. 말씀하신 대로 1989년에는 세계 IT기업 10개 중 8개가 일본 기업이더라고요. 1999년에는 이 중 3개 정도 남고, 2000년대로 가니 다 사라지고 미국 중심으로 완전히 재편됩니다. 우리나라 삼성전자가 이때 3위까지 올라가게 됩니다. 이처럼 우리가 인구 고령화만 걱정할 것이 아니라 일본이 산업 섹터의 변화에 잘 적응하지 못한 영향이 엄청났다는 것도 고려해야겠습니다.

창조적 경제 메커니즘과 리스크 머니 필요

김경록 독자들이 가장 궁금해할 주제 같은데, 일본 사례를 통해 볼 수 있는 고령화의 위험과 기회는 무엇일까요?

이지평 인구는 이제 감소 추세고 시장 자체가 축소되었죠. 결국은 1인당 소비가 늘어나야 하는데 그럴수록 부가가치가 높은 상품이나 서비스를 개발하는 것이 중요하죠. 국가 전체적으로 보면 생산성을 높여야 부가가치가 높아지고, 시장 축소의 압력을 피할 수 있습니다. 다만 과거 선진국을 따라가는 캐치업 시대에는 생산성 향상이 쉬웠습니다만 앞으로는 그런 압축성장의 캐치업 모델로는 생산성 향상이 될 것 같지 않습니다. 어떤 창조 메커니즘이 필요한 동시에 차별성이 있어야 한다는 것입니다. 이걸 대기업으로만 되는 것도 아니고, 중소기업에서부터 올라오는 생태계를 만들어야 한다고 봅니다. 이를 위해서는, 과거 일본의 장기불황 시기에 많이 이야기했던 것인데, 위험한 비즈니스 시도를 통해 새로운 것을 만드는 것이 필요하다고 생각합니다. 그리고 여기에는 금융 분야도 같이 가야 하는데, 일본에서 많이 강조했던 것이 리스크 머니를 만들자는 것입니다. 고령화 때문에 투자는 보수적으로 갈 수밖에 없는 상황에서, 한편으로는 고령화 때문에 리스크 머니가 필요한 그런 모순적 상황이라고도 할 수 있겠습니다. 그러니 젊은 층이 그런 리스크 머니에 투자하는 경험을 쌓아야 할 것 같습니다. 이자가 보장되는 예금만 할 것이 아니라 투자자로서 위험도 분담하는 자세가 필요하다고 봅니다.

고령 사회, 유연한 고용 형태가 일반화될 것에 대비해야

김경록 오 교수님께서 고령화에 개인들이 어떻게 대응해야 한다고 보십니까? 예를 들면, 취업을 준비하는 사람, 이미 취업한 사람, 앞으로 은퇴를 준비하는 사람

등이 이런 환경을 어떻게 봐야 하는가 하는 거죠. 어떻게 하면 각자 좋은 길을 찾을 수 있을까요?

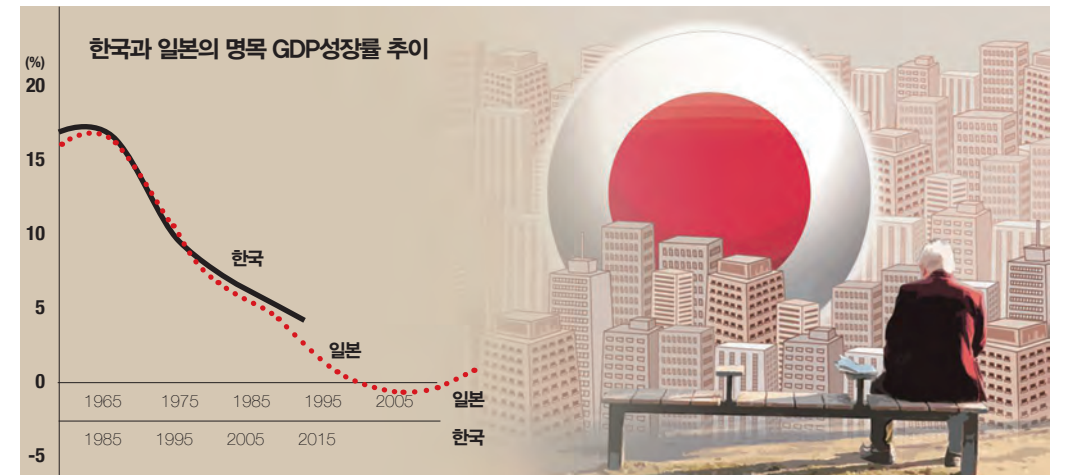
오태현 고용의 형태라는 측면에서 볼 때 좀 더 유연하게 생각해야 하지 않나 하는 생각은 듭니다. 고령화와 수명 연장으로 한 직장에서 오랫동안 일하는 것은 무리이기 때문입니다. 이곳이 아니더라도 다른 곳에서 일할 수 있는 그런 준비가 있어야겠죠. 일본도 그런 측면에서는 사실 굉장히 더딥니다. 일본은 고령화에 대한 대응이 크게 두 가지였습니다. 첫째는 정년 연장인데, 현실에서는 이미 정년이 없는 기업이 상당히 많고요. 둘째는 제조업종의 생산성을 향상시키는 것이었는데 이전 국가적인 차원의 이야기입니다. 개인적인 차원에서 봤을 때는 다양한 직업, 두세 가지 일을 가지는 것이 대책이라면 대책이 되지 않을까 싶어요.

김경록 어떻게 보면 약간 유럽식 모델이라고 볼 수도 있겠네요. 핀란드 등을 보니 낮에는 대학원에 다니고, 수업 끝나고 나서 IT 회사에 출근을 합니다. 회사에서는 출근하는 시간을 자유롭게 결정할 수 있지만, 근무시간대만 다를 뿐 다 같은 직원으로 취급받고, 임금에서도 조금 덜 받긴 하지만 큰 차이는 없더군요.

오태현 그러니까 그런 인생을 살고자 하는 욕구가 점점 더 강해질 거라고 봐요. ‘YOLO(You only live once, 옴로)’라는 말도 있지만, 인생을 즐길 수 있는 방법을 생각하더라도 직업 선택 시 분명히 다른 양상이 나타날 것입니다. 일본의 장·노년층 사이에서 소유욕이 점차 사라지고 있잖아요. 더군다나 지진이나 해일 같은 큰 재해를 겪으면서 이런 현상이 심화되었습니다. 기업 입장에서도 그렇습니다. 가령 소니는 금융업이 훨씬 비중이 크고 이미 제조업체가 아닙니다. 심지어는 요양시설에까지 투자하고요. 소니의 변신은 전자산업의 몰락에 의한 것이기는 하지만 이런 기업의 방향은 우리나라의 제조업체들도 눈여겨볼 필요가 있습니다.

김경록 취업을 하고 있는 젊은 층에 대해서 말씀을 해주셨는데 혹시 은퇴를 한 세대에게는 어떤 기회를 활용하라고 할 수 있을까요?

오태현 사실은 저도 개인적인 이야기지만, 바리스타 자격증을 취득할까 하고 고민하고 있습니다(웃음). 시니어 카페를 만들어볼까... 은퇴 대비라고 하면 기존의 자신을 버리는 것부터 시작하는 것 아닐까요? 그런데 일본에서 전문인력 퇴직자들에 대한 조사를 한 걸 봤는데, 그분들은 상황이 좀 다르더군요. 일본에서는 퇴직 이후에 ‘사회봉사를 하겠다’는 분들이 굉장히 많습니다. 연금의 역사가 우리나라보다 훨씬 길고, 노후에 연금으로 어느 정도 생활수준을 유지할 수 있기 때문이겠죠. 현장에서 수십 년 동안 일한 베테랑 기술자들이 자발적으로 모여 관련된 중소기업들을 기술 지도한다든지, 관련된 조그만 회사를 만들어서 수익 없이 한다든지 하는 방식이 많더군요.



자료 | IMF, World Economic Outlook Database

“한국은 인구 구조적으로 일본과 비슷한 부분도 있지만 숙명적으로 받아들이 필요는 없습니다. 기존의 것들을 창조적으로 파괴하고 새로운 것을 해야 합니다.”

김경록 개인의 입장에서 볼 때 창업도 중요한 고려 대상일 것 같은데, 향후 고령화 사회의 트렌드로 볼 때 창업을 하려면 어떤 분야가 좋겠습니까?

오태현 농담으로 일본에서 창업할 때 라멘집 하지 말라고 하지 않습니까? 우리나라 치킨집만큼 만들어지고 사라지는 비율이 크니까요. 그런 것보다는 본인이 가지고 있는 장점을 살릴 수 있는 창업이 필요한데 상대적으로 일본에는 그런 사례들이 많은 것 같습니다.

이지평 일본의 경우, 재미있는 사례로 고령자 파견사업을 들 수 있습니다. 업종별로 경험이 있는 사람들을 모아서 필요한 곳에 파견하는 것입니다. 예를 들어 소규모 가족장을 코디네이트한다고 치면, 젊은 사람보다는 나이 든 사람이 엄숙하게 해주는 것을 선호하지 않겠습니까. 이렇게 노인이 필요한 일을 틈새시장으로 공략할 필요가 있는 것 같습니다. 또 일본의 문제로 돌봄 노동이 많이 언급됩니다. 아베노믹스에서 최근 나온 게, 돌봄 때문에 직장을 그만두는 사람이 없게끔 정책 지원을 한다는 것이거든요. 일본은 간호시설을 세우기 어려워서 그 결과 케어산업이 활성화되었습니다. 또 돌봄 노동 때문에 집안일을 못 하니 이를


아웃소싱하는 비즈니스도 있을 수 있습니다. 그리고 노인들이 요양시설을 선호하지 않는 경향이 있습니다. 따라서 요양시설이라고 못 박은 곳은 아니지만 노인들의 커뮤니티도 있고, 전문가들이 관리해주는 셰어하우스를 제공하는 서비스가 생겼고요. 한국은 아파트가 많다 보니까 최근에는 아파트를 쪼개는 설계도 하더라고요. 단독 아파트인데 통로를 분리해서 두 집으로 만드는 경우지요. 프랑스에서 노인들의 집을 젊은 층하고 셰어하기도 한다는데 거기에 간호 개념까지 들어가면 좋겠죠. 문제는 생산성이 떨어지고 임금도 적다 보니 이것을 합리화할 수 있는 방안이 필요합니다. 예를 들면 로봇을 활용할 수도 있고요.

창조적 파괴와 장기적 관점의 대응이 일본화 극복의 관건

김경록 마지막으로 저희 독자들에게 하시고 싶은 말씀과 간략한 총평 부탁드립니다.

이지평 저출산, 인구 고령화, 인구 절벽, 글로벌 경제 위기, 정치적 불안정성이 넘치는 시기입니다. 위기의식을 가지면서도 성장에 대한 가능성과 의지를 잃어버려서는 안 된다고 봅니다. 인구 구조적으로 일본과 비슷한 부분도 있지만 속명적으로 받아들일 필요는 없습니다. 결국 생산성 향상을 통해서 극복할 수밖에 없는데 우리는 일본하고 비교해서 기초기술이 약하기 때문에 이를 발전시킬 필요가 있고, 나아가 기초기술이 이노베이션으로 연결되는 것이 또 중요합니다. 기득권의 문제도 있지만 우리가 옛날에 비해서 이미 생활수준이 많이 높아져서 거기에 안주하려는 경향도 있기 때문에 그런 걸 창조적으로 파괴하고 새로운 것을 해야 합니다. 그렇지 않으면 일본처럼 쇠퇴할 수 있기 때문에 활력을 유지하면 좋겠습니다.

오탈현 일본은 장기적인 관점을 보는 데 익숙한 나라 같습니다. 성과에 급급하지 않는다고 할까요. 반면에 우리는 그 반대고요. 그게 경제 주체인 정부, 기업, 가계에서 두루 나타나는 현상인 것 같습니다. 정부의 경기 부양정책도 보면 금리 인상이나 공공 투자, 감세 등 바로 성과를 내는 것에 치중하고, 기업도 빨리 성과를 내는 구조조정을 선호합니다. 오히려 조금 더 연구개발(R&D) 투자를 지속적으로 해서 미래를 준비한다든지 할 수도 있는데 말이죠. 개인도 마찬가지로 지금 당장 시급한 관점에서 해결하려는 것이 있습니다. 이런 점을 일본이 스피드 경영이라 칭하며 우리에게 배워야 한다고 목소리 높였던 시기도 있었지만, 결과적으로 봤을 때 그게 해답은 아닌 거 같습니다. 그런 측면에서 볼 때 신산업 육성하는 것도 마찬가지로 더 멀리 봐야 하지 않나 싶습니다. 결국 장기적인 관점이 필요한 시점이 아닌가 생각합니다.

김경록 오랜 시간 말씀 감사합니다. 

새로운 미래에셋대우에서 미국 주식도 중국 주식도 살 수 있습니다

전세계 자산의 2%에 불과한 한국에만 투자하면서
분산투자를 말할 수는 없습니다.

아마존도 알리바바도 미래에셋대우에서 만나십시오.
누구나 쉽게 해외 우량주식을 사고 팔 수 있어야 합니다.

분산투자를 통한 안정적 자산관리를 위해,
고객께 더 많은 부의 기회를 드리기를 위해,
미래에셋대우가 있습니다.



- 당사는 이 주식거래에 관하여 충분히 설명할 의무가 있으며, 투자자는 투자에 앞서 그러한 설명을 충분히 들으시기 바랍니다.
- 주식거래 등 금융투자상품은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않으며, 원금손실이 발생할 수 있습니다.
- 해외주식 등 외화자산은 환율변동에 따라 손실이 발생할 수 있습니다.
- 해외주식거래시 수수료는 온라인 0.3% (미국 0.25%), 오프라인 0.5%이며, 기타 자세한 사항은 홈페이지를 참조하시기 바랍니다.

올해부터 달라지는 연금제도·세제 포인트 4



빠르게 진행되는 고령화에 대응하기 위해 정부는 연금 제도와 세제를 계속해 손질해나가고 있다. 연금은 노후 생활을 하는 데 주요한 소득원인 만큼 이 같은 변화를 주시하면서 자신에게 미치는 영향을 꼼꼼히 살펴볼 필요가 있다. 올해도 어김없이 연금제도와 세제에 굵직굵직한 변화가 있다.

글 안태관 미래에셋은퇴연구소 선임연구원

01 국민 IRP 시대의 개막

이제 개인형 퇴직연금(IRP)은 직장인들의 절세와 노후 준비를 돕는 대표적인 금융 상품으로 자리 잡아가고 있다. 절세 혜택이 있는 연금 상품으로 아직은 IRP보다 연금저축을 떠올리는 사람이 많지만, 이 둘은 세액공제 한도에서 차이가 난다. 현행 세법에서는 연금저축과 IRP에 저축한 금액을 합산해 연간 700만 원을 세액공제해주고 있다. 그런데 연금저축만 갖고는 연간 400만 원까지만 공제를 받을 수 있기 때문에, 700만 원 공제 한도를 전부 활용하려면 적어도 300만 원 이상은 IRP에 저축해야 한다는 계산이 나온다.

문제는 가입 대상이다. 연금저축은 가입 대상에 제한이 없다. 근로자와 자영업자 모두 연금저축에 가입해서 연말정산 때 세액공제 혜택을 누릴 수 있다는 이야기다. 이에 비해 IRP는 가입 자격에 제한이 많다. 우선 자영업자는 가입할 수 없다. 그렇다고 근로자가 모두 가입할 수 있는 것도 아니다. 근로자 중에서도 퇴직연금에 가입한 사람만

2017 연금제도 변화

구분	변경 전
IRP 가입자	<ul style="list-style-type: none"> 퇴직연금 제도 근로자 퇴직급여 일시금 수령자
연금저축 가입자 세액공제 한도	연간 최대 400만 원
저축성보험 비과세 한도	<ul style="list-style-type: none"> 일시납 1인당 2억 원 월납 한도 없음
IRP 부득이한 인출 사유	<ul style="list-style-type: none"> 가입자의 사망 가입자 또는 부양가족의 6개월 이상 요양 가입자의 파산 선고 또는 개인회생 절차 개시 천재지변으로 인한 피해 해외 이민

변경 후
<ul style="list-style-type: none"> 퇴직연금 제도 근로자 퇴직급여 일시금 수령자 자영업자 퇴직금 제도 근로자 직역연금 가입자 (공무원·사립학교 교직원·군인·우체국 직원) 퇴직급여 제도 미설정 근로자 (근로기간 1년 미만 근로자, 1주 근로시간 15시간 미만자) <p style="text-align: right;">7.26 이후 가입 가능</p>
<p>일반 가입자 : 연간 최대 400만 원</p> <p>단, 고소득자 : 연간 최대 300만 원</p> <p><small>※ 고소득자 : 총급여 1억2000만 원 혹은 종합소득금액 1억 원 초과</small></p>
<p>일시납 1인당 1억 원</p> <p style="text-align: right;">4.1 이후 변경</p>
<p>월납 월 최대 150만 원</p> <ul style="list-style-type: none"> 가입자의 사망 가입자 또는 부양가족의 6개월 이상 요양 가입자의 파산 선고 또는 개인회생 절차 개시 천재지변으로 인한 피해 퇴직급여 이체한 날로부터 3년 이후 해외 이주

IRP에 가입할 수 있다. 이렇게 되면 세액공제 성적표도 달라진다. 퇴직연금 가입자는 연금저축과 IRP를 모두 가입할 수 있어 연말정산 때 700만 원을 공제받을 수 있지만, 그렇지 않은 사람은 연금저축만 가입할 수 있어 최대 400만 원을 공제받을 수 있을 뿐이다.

하지만 IRP 가입 대상이 대폭 확대될 예정이다. 오는 7월 26일부터는 퇴직연금 가입 여부와 상관 없이 모든 근로자들은 IRP에 가입할 수 있게 된다. 아울러 공무원, 군인, 사립학교 교직원, 우체국 직원과 같이 특수직역연금 가입자들과 자영업자도 IRP에 가입할 수 있게 된다. 2015년 말 기준으로 자영업자(556만 명, 통계청), 특수직역연금 가입자(146만 명, 국민연금공단), 퇴직연금에 가입하지 않은 근로자(510만 명, 고용노동부)를 전부 합치면 1200만 명이 넘는다. 지금까지 이들은 연금저축만 가입할 수 있어 최대 400만 원까지만 세액공제를 받을 수 있었다. 하지만 7월 26일 이후

에 IRP에 가입해 저축금액을 늘리면 올해 연말정산 때부터는 700만 원을 공제받을 수 있다.

02 고소득자 연금저축 공제 한도 300만 원으로 축소

2017년 소득세법 개정 방향이 '고소득자 증세'로 가닥이 잡히면서, 고소득 근로자와 자영업자의 연금저축 한도도 축소됐다. 본래 연금저축의 세액공제 한도는 연간 400만 원이지만 고소득자는 300만 원까지만 공제받을 수 있도록 한 것이다. 여기서 고소득자란 총급여가 1억2000만 원 이상이거나 종합소득금액이 1억 원을 초과하는 사람을 말한다. 따라서 이보다 소득이 적은 사람은 여전히 400만 원을 공제받을 수 있다.

이렇게 연금저축의 세액공제 한도가 줄어들면 고소득자의 세 부담도 늘어날 수밖에 없으리라 생각할 것이다. 하지만 반드시 그렇지 않다. 연금저축을 대신할 금융 상품이 있기 때문이다. 고소득자의 연금저축에 대한 세액공제 한도는 300

연금저축과 IRP가 주는 3가지 세제 혜택

연말 정산 때 최대 700만 원 세액공제

근로자와 자영업자는 연금저축과 IRP에 저축한 금액을 합쳐 연말정산 때 최대 700만 원을 세액공제 받을 수 있다. 특히 오는 7월 26일부터 IRP 가입 대상이 확대됨에 따라 근로자뿐만 아니라 의사와 변호사 등의 자영업자와 공무원, 군인, 선생님 등 특수 직역연금 가입자들도 세 부담을 덜 수 있다.

운용수익의 과세 이연

일반 금융 상품에 가입하면 이자와 배당소득이 발생 할 때마다 15.4%의 세금을 납부해야 한다. 그리고 이자와 배당을 합친 금융소득이 연간 2000만 원을 넘으면 금융소득종합과세 대상이 되기 때문에 세 부담이 더 커진다. 하지만 연금저축과 IRP에서 발생한 운용수익에 대해서는 이를 찾아 쓸 때까지는 아무런 세금을 부과하지 않는다. 즉, 계약을 해지하거나 연금을 수령할 때까지는 세금을 납부하지 않고 자산을 불려나갈 수 있다. 아울러 금융소득종합과세를 당할 염려도 덜 수 있다.

연금으로 수령할 땐 저율 과세

IRP와 연금저축 적립금을 55세 이후에 연금으로 수령하는 경우 연금소득세를 납부해야 한다. 이때 연금소득세율은 3.3~5.5%이다. 연금저축에 저축할 때 저축금액에 대해 13.2~16.5%의 세액공제를 받았고, 운용기간 중 수익에 대해 15.4%의 소득세를 납부하지 않았던 것과 비교하면 세 부담이 상당히 낮은 셈이다.



만 원으로 줄었지만, IRP에 대한 세액공제 한도는 700만 원으로 그대로 유지된다. 따라서 연금저축에 300만 원만 저축하고, IRP에 400만 원을 저축하면 기존 연금계좌의 최대 세액공제 한도 700만 원을 변함없이 누릴 수 있다.

더군다나 앞서 살펴본 바와 같이 오는 7월 26일부터 IRP 가입 대상이 확대되면 퇴직연금에 가입하지 않은 고소득 근로자와 자영업자들도 IRP에 가입할 수 있기 때문에, 이들 입장에서는 IRP를 잘만 이용하면 세액공제를 더 많이 받을 수도 있게 된 셈이다.

03 퇴직급여 중도인출 요건 강화

근로자가 퇴직급여를 일시에 수령하면 퇴직소득세를 납부한다. 하지만 퇴직급여를 IRP로 이체한 다음 55세 이후에 연금으로 수령하면 세 부담을 30%나 덜 수 있다. 최근 이 같은 사실이 퇴직자들 사이에 알려지면서 퇴직급여를 IRP에 이체하려는 사람이 늘고 있다.

정부가 이 같은 세제 혜택을 부여하는 것은 어디까지나 퇴직급여를 연금으로 수령하도록 유도하기 위한 것인데, 55세가 되기 전에 IRP 계좌를 해지한다거나 연금 수령 한도를 초과해 거액의 자금을 한꺼번에 인출하는 경우에는 세금을 경감받을 수 없다.

다만 가입자가 사망하거나, 본인 또는 가족이 6개월 이상 요양을 해야 하는 경우, 가입자가 해외로 이주하는 경우에는 부득이한 사유로 인정해서 30% 세금 감면 혜택을 그대로 유지해왔다. 그런데 올해부터 해외 이주와 관련한 부분이 강화됐다. 퇴직금을 IRP로 이체한 날로부터 3년 이후 해외로 이주하는 것에 한해서만 부득이한 사유가 인정된다.

계속 강화되고 있는 저축성보험 비과세 요건

가입기간	최소 유지기간
1991.1.1~1994.9.30	3년 이상
1994.10.1~1996.5.12	5년 이상
1996.5.13~1998.3.31	7년 이상
1998.4.1~2000.12.31	5년 이상
2001.1.1~2003.12.31	7년 이상
2004.1.1~현재	10년 이상

가입기간	비과세 한도(가입자 1인 기준)		
	월 적립식	일시납	종신형
~2013.2.14	제한 없음	제한 없음	제한 없음
2013.2.15~2017.3.31	제한 없음	2억 원	
2017.4.1~	월 150만 원	1억 원	

04 연금보험 비과세 혜택 일부 축소됨

이르면 오는 4월부터 저축성보험의 비과세 한도가 줄어든다. 현행 세법에서는 보험계약을 10년 이상 유지하면 늘어난 보험 차익에 세금을 부과하지 않고 있다. 하지만 저축성보험에 대한 비과세



가 거액 자산가나 고소득자에게 지나친 혜택을 주는 것 아니냐는 지적이 계속되자, 최소 유지기간은 연장하고 가입 한도는 축소하는 방향으로 세제 개편이 계속돼왔다.

그렇다면 올해 4월부터 저축성보험의 가입 한도에 어떤 변화가 있을까? 먼저 목돈을 한꺼번에 납입하는 '일시납'의 경우 비과세 한도가 2억 원에서 1억 원으로 축소된다. 다달이 보험료를 납부하는 '월납'의 경우도 비과세 한도가 축소된다. 지금까지는 월납의 경우 보험료를 5년 이상 납입하고 보험계약을 10년 이상 유지하면 저축금액에 상관없이 보험 차익에 세금을 부과하지 않았다. 하지만 올 4월부터는 월 보험료 중 150만 원에 대해서만 비과세 혜택을 받을 수 있다. 다만 일시적으로 여유자금이 생겨 어떤 달에 150만 원 이상을 보험료로 납부할 수 있는데, 이때는 연간 납입보험료가 1800만 원이 넘지 않으면 비과세 혜택을 받을 수 있다. 그러나 그 이상 납입하는 보험료에 대해서는 이자소득세가 과세된다.

연금보험도 저축성보험이기 때문에 이번 비과세 한도 축소의 대상이 된다. 다만 연금 수령 방식을 '종신형'으로 하면 금액에 상관없이 비과세 혜택을 받을 수 있다. 정부 당국이 종신형 연금보험을 노후생활비의 중요한 재원으로 간주해 종신형 연금보험의 비과세 한도를 무제한으로 유지했다.

다만 종신형으로 가입해 비과세 혜택을 누리려면 다음과 같은 조건을 만족시켜야 한다. ▲보험계약자와 피보험자, 수익자가 동일해야 한다. ▲연금은 55세 이후부터 수령해야 한다. ▲연금이 개시되고 나면 중도에 해지할 수 없다. ▲조기 사망을 대비해 보증 지급기간을 설정할 수는 있지만 그 기간이 가입자의 기대여명보다 길면 안 된다. ▲가입자가 사망하면 보험금은 소멸한다.

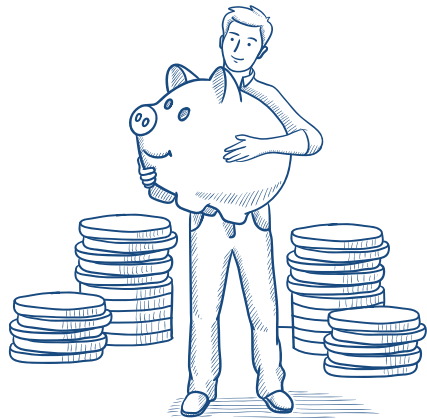
늘어난 수명만큼 돈의 수명도 늘릴 수 있을까?

내게 딱 맞는 노후자금 인출전략을 찾아라



‘내가 준비한 자금으로, 눈 감을 때까지 생활할 수 있을까?’ 인간의 평균수명 연장은 축복이기도 하지만, 동시에 숙제이기도 하다. 이제는 늘어난 수명만큼 돈의 수명을 늘리는 ‘노후자금 인출전략’을 세워야 할 때다. 여러 가지 노후자금 인출전략에 대해 살펴본다.

글 김혜령 미래에셋은퇴연구소 수석연구원



은퇴를 앞두고 있다. 충분하다고 장담하긴 이르지만 어느 정도 노후자금은 마련했고, 앞으로 몇 년간 더 늘릴 수도 있을 것 같다. 이제 늙기만 하면 되는가? 천만의 말씀, 노후 준비는 이것으로 끝난 게 아니다. 이제부터 시작이다. 지금까지 노후자금을 모았다면, 앞으로는 잘 써서 쓰는 게 남았기 때문이다. 노후자금을 모으는 것만큼이나 내게 맞는 인출전략을 수립하는 것이 필요하다.

노후자금이라고 해서 모두 인출전략이 필요한 것은 아니다. 국민연금과 공적연금은 물가 상승에 연동해 연금액이 늘어나고 종신토록 연금을 수령할 수 있는 데다, 자금 운용도 기금에서 책임지기 때문에 개인이 별달리 신경 쓸 필요가 없다. 굳이

필요하다면 연금 개시시기를 결정하는 정도다.

하지만 퇴직연금과 연금저축, 그 밖에 노후를 위해 준비해둔 금융자산은 다르다. 언제부터 얼마나 꺼내 쓸지, 어떻게 운용할지가 전적으로 개인의 손에 달렸다. 지나치게 많이 꺼내 쓰다가는 일찌감치 노후자금이 바닥날 수도 있고, 그렇다고 지나치게 적은 금액을 인출하면 생활수준이 추락하게 된다. 결국 인출전략이란 ‘노후자금을 자신의 기대수명에 맞춰 어떻게 모자라지도 남지도 않게, 그리고 연금처럼 매월 꾸준히 인출할 수 있는가에 대한 구체적인 계획을 수립하는 것’이라고 할 수 있다.

노후 파산을 피하는 안전인출액 ‘4% 법칙’

‘모아둔 은퇴자금이 바닥나지 않으려면 매달 얼마나 써야 하나요?’ 평균수명의 연장으로 은퇴자들이 이 같은 고민을 하고 있다. 앞으로 살날이 많이 남았는데, 준비해둔 노후자금이 일찍 고갈된다면 낭패가 아닐 수 없다. 그래서 노후자금 인출과 관련한 초기 연구는 노후 파산을 피하기 위한 안전인출액을 찾아보자는 데 집중했다.

안전인출액은 20여 년 전 미국에서 처음 제시됐다. 당시 캘리포니아 남부도시에서 개인 재무관리사로 일하던 윌리엄 벤젠(William P. Bengen)은 여러 고객에게서 비슷한 질문을 받았다. 그는 해답을 찾기 위해 재무 교과서와 관련 자료를 뒤졌지만 노후자산 인출에 관한 가이드라인을 찾을 수 없었다. 1990년대 초반만 해도 노후자금을 어떻게 모아야 한다는 것에 대한 논의가 주류였지, 모아둔 노후자금을 어떻게 찾아 써야 한다는 인출전략에 대한 논의는 전무하다시피 했다.

이 같은 사실을 알고 벤젠은 인출 관련 지침을 직접 만들어보기로 결심했다. 그는 노후자금을 미국 S&P500지수와 중기 국채에 투자한다고 가정하고, 인출금액별로 자금이 고갈되는 시점을 계산해보았다. 그 결과 벤젠은 은퇴하는 첫해에는 노후자금의 4%를 인출하고, 이듬해부터 물가 상승률에 맞춰 인출금액을 늘려나가면 30년 이내에 노후자산이 소진되는 일이 없다는 결론에 도달했다. 벤젠은 이 같은 연구 결과를 토대로 1994년에 ‘4% 법칙’을 발표했다. 이후 ‘4% 법칙’은 <월스트리트저널>과 <머니매거진>과 같은 유명 매체를 통해 전파되었고 지금까지도 노후자산 인출에서 빼놓을 수 없는 지침으로 남았다.¹⁾

4% 법칙은 기억하기 쉬운 데다 개인의 재무 상황에 대한 분석 절차 없이 바로 활용할 수 있다는 게 장점이다. 하지만 유의할 점도 있다. ‘4% 법칙’을 엄격하게 지키면 노후자금 고갈을 피할 수 있을지는 몰라도 필요한 만큼의 생활비를 얻을 수

‘4% 법칙’을 이용한 노후자금 인출액 계산법

은퇴 첫해 인출액 은퇴 시점의 금융자산 × 4%

다음 해 인출액 직전 연도 인출액 × 물가상승률

예) 보유자산이 3억 원일 때, 첫해에는 4%에 해당하는 1200만 원(월 100만 원)을 인출한다. 이듬해에는 1200만 원에서 지난해 물가인상률만큼 증액해 인출한다. 예를 들어 물가인상률이 연 2%이면 1224만 원(월 102만 원)을 빼서 쓴다.

1) Milevsky, Huang(2011), "Spending Retirement on Planet Vulcan: The Impact of Longevity Risk Aversion on Optimal Withdrawal Rates", Financial Analyst Journal, March/April 2011)

미래에셋 '일시금승수'를 활용한 안전 인출액

미래에셋은퇴연구소도 일시금승수를 이용해 안전인출액을 계산하는 방법을 제시했다. 은퇴자가 보유한 은퇴자금을 '일시금승수'로 나누어 매달 인출할 수 있는 금액을 계산하는 방식이다. 일시금승수는 노후생활 기간, 물가인상률, 보유자금 목표수익률에 따라 달라진다. 예를 들어 은퇴자가 예상하는 노후기간이 30년이고, 물가인상률이 2%, 목표수익률이 연 5%라면 일시금승수는 '300'이 된다. 이 경우 은퇴자산으로 2억5000만 원을 보유한 사람은 매달 83만 원씩 인출하면 된다.

인출액(월) 보유 은퇴자금 ÷ 일시금승수

예) 83만 원 = 2억5000만 원 ÷ 300

노후기간	물가인상률	일시금승수		
		보유자금 목표수익률		
		연 2%	연 5%	연 8%
25년	연 1%	270	240	220
	연 2%	300	260	240
30년	연 1%	310	260	230
	연 2%	360	300	270
35년	연 1%	350	290	250
	연 2%	420	340	290

자료 | 미래에셋은퇴연구소(2016), '은퇴자금 승수로 알아보는 나의 은퇴자금 계산법' 미래에셋 은퇴리포트 3호

없다. 안정성에 초점을 맞추다 보니 자산 운용을 통해 인출금액을 늘릴 잠재성이 없어진 것이다. 수명이 길어지면 자산 운용기간도 연장되어 수익을 늘릴 수 있는 기회가 많은데 이를 감안하지 않은 셈이다.

투자 대상 확대로 인출액 늘릴 수 있어

우선 투자 대상 자산을 확대해 리스크를 분산하면 인출액을 늘릴 수 있다. 앞서 '4% 법칙'을 제시한 벤젠은 국내 우량주(S&P500)와 중기 국채, 두 가지 자산에만 투자한다고 가정했다. 그런데 투자 대상의 범위를 좀 더 확대해 국내 주식뿐만 아니라 해외 주식과 다양한 채권에 분산 투자하면 어떤 결과가 나올까?

미국 하와이대학교 금융재무학과의 첸추 류(Qianqiu Liu) 교수는 이와 관련된 연구에서 투자 대상을 확대하면 안전인출률을 1%p가량 상향할 수 있다는 결론을 얻었다(Liu의 연구에서 주

식과 채권의 비중이 50 대 50이고, 노후기간 동안 인출 성공 확률을 90%로 했을 때). 아울러 노후생활 기간이 길수록, 주식 투자 비중이 높을수록 분산 투자 효과가 더 커진다는 결론도 함께 내놓았다.²⁾

인출액 높이는 '가이턴의 4가지 인출 규칙'

투자 성과에 따라 인출금액을 유연하게 조정하는 방법도 있다. 미국 파이낸셜플래닝협회 이사로 <월스트리트저널>의 은퇴 전문 칼럼니스트인 조너선 가이턴(Johathan Guyton)은 인출률을 높이기 위해 다음과 같은 4가지 인출 규칙을 제시했다. 그는 이와 같은 인출 규칙을 지켜나가면 안전인출금액을 10~20% 정도 늘릴 수 있다고 했다.

첫 번째, 자산의 인출 순서에 대한 규칙이다.

지난해 운용수익률이 좋은 자산에서부터 먼저 자금을 인출하고, 손실이 난 자산에서는 자금을 인출하지 않거나 나중에 인출한다. 이렇게 해서

가격이 많이 오른 자산을 처분해 생활비를 마련하면 자연스럽게 포트폴리오를 리밸런싱하는 효과를 얻을 수 있다.

두 번째, 인플레이션과 관련된 규칙이다.

은퇴자 가구의 구매력을 유지하기 위해 매년 물가가 오른 만큼 인출금액을 증가시키는 것을 원칙으로 하지만, 전년도에 전체 포트폴리오를 운용해 손실을 입은 경우에는 인출금액을 늘리지 않고 지난해만큼만 꺼내 쓴다.

세 번째, 과도한 인출을 방지하기 위한 규칙이다.

노후자금 운용수익률이 낮거나 물가가 급등할 경우 당달아 인출금액도 크게 늘어날 수 있다. 이때 당해 연도 인출률이 은퇴 시점과 비교해 20% 이상 늘어난 경우에는 인출금액을 직전 연도보다 10% 감액하는 방식으로 인출금액이 과도하게 늘어나는 것을 방지할 수 있다. 다만 남은 노후생활 기간이 15년 이내일 경우 이 규칙은 적용하지 않는다.

네 번째, 은퇴가구가 최소한의 소득수준을 보호하기 위한 규칙이다.

세 번째 규칙과 반대로 보면 된다. 현재 인출률이 은퇴 초기와 비교해 20% 이상 감소한 경우에는 올해 인출금액을 전년도보다 10% 인상함으로써 일정 수준 이상 소득을 보장해주는 것이다.

가이턴이 제시한 4가지 규칙이 너무 복잡해서 실제 적용하기 어렵다면, 이 중 두어 가지만 골라서 사용하는 방법도 있다.

기대여명에 맞춰 인출액 조정도 가능

중도에 인출금액을 역동적으로 변화시킬 수도 있다. 예를 들어 전년에 사용하고 남은 노후자산의 4%씩을 올해 인출해서 사용하는 방법이다. 지난해 말 남은 노후자산이 4억 원이라면, 올해

1600만 원(4억 원 × 4%)을 꺼내 쓴다. 그리고 올해 말 남은 노후자산이 3억8000만 원이면 내년에는 1520만 원(3억8000만 원 × 4%)을 인출하는 식이다.

또 매년도 사용하고 남은 노후자산을 기대여명으로 나눠서 인출하는 방법도 있다. 가령 지난해 말 남은 노후자산이 4억 원이고 부부의 기대여명이 30년이라고 하자. 이 경우 올해 인출할 수 있는 금액은 4억 원을 30으로 나눈 값인 1333만 원이 된다. 이렇게 되면 올해 말 남은 자산은 3억 8600만 원이고 그사이 기대여명은 28년으로 준다. 그렇다면 내년에는 1380만 원(3억8600만 원 ÷ 28)을 인출한다. 이렇게 하면 매년 인출하는 금액이 바뀌는 대신 조기에 노후자산이 소진되는 일은 막을 수 있다.

종신연금과 투자자산으로 나누어 인출하는 방법

마지막으로 노후자금 중 일부를 떼어 종신연금을 구입하고, 남은 자금은 투자에 집중하는 방법도 생각해볼 수 있다. 종신연금이란 가입자가 사망할 때까지 매달 일정한 금액을 수령하는 상품이다. 따라서 종신연금을 구입하면 나머지 노후자금의 투자 성과가 좋지 않을 때도 안정적으로 생활비를 확보할 수 있는 장점이 있다.

하지만 단점도 있다. 종신연금은 유동성이 떨어지는 데다 인플레이션에 취약하다. 종신연금 가입자는 일단 연금이 개시된 다음에는 중도에 계약을 해지할 수 없다. 게다가 현재 시점에서 판매되는 종신연금은 대부분 물가 상승과 무관하게 정액을 연금으로 지급한다. 종신연금이 주는 소득의 '안정성'과 자산을 더 많이 불릴 수 있는 '성장성'은 서로 상충관계가 성립하는 셈이다.³⁾ 따라

2) Cooley, Hubbard, Watz(2003), "Does International Diversification Increase the Sustainable Withdrawal Rates from Retirement Portfolios?", Journal of Financial Planning, January 2003, 74~80, Liu et al.(2009), "Reality Check: The Implications of Applying Sustainable Withdrawal Rate Analysis to Real World Portfolios", Financial Services Review 18 (2009) 123~139

3) Ameriks, Warshawsky(2001), "Making Retirement Income Last a Lifetime", Journal of Financial Planning, December 2001, 60~76).

가이턴(Guyton)의 인출 법칙

규칙	내용
인출 순서	• 지난해 성과가 기대보다 좋은 자산부터 먼저 인출한다. 손실이 난 자산에서는 나중에 인출하거나, 인출하지 않는다.
인플레이션	• 매년 물가인상률에 따라 인출액을 증가시킨다. • 지난해 전체 포트폴리오 운용 손실이 있었고, 현재 인출액이 최초 인출금액보다 크면 지난해 인출액만큼만 꺼내 쓴다. • 인출액이 늘어나지 못한 부분은 나중에라도 보충하지 않는다.
자산 보호	• 현재 인출률이 초기 인출률과 비교해 20% 이상 늘어난 경우 올해 인출금액을 전년 대비 10% 감액한다. ※ 이 법칙은 남은 노후기간이 15년 이내일 때에는 적용하지 않는다.
소득수준 보호	• 현재 인출률이 초기 인출률과 비교해 20% 이상 줄어든 경우 올해 인출금액을 전년 대비 10% 인상한다.

자료 | Guyton, Klinger(2006)

서 꺼내 쓰는 금액을 가장 높이는 종신연금의 비중을 구하면 된다.

미래에셋은퇴연구소에 따르면 연금자산의 비중은 노후자금의 3분의 1 정도가 적당하다. 그리고 노후자금의 규모가 클수록, 국민연금 수령액이 많을수록 노후자산에서 종신연금 적정 비중은 줄어드는 것으로 나타났다.

‘안전’을 넘어 내게 맞춘 인출전략 찾아야

지금까지는 죽기 전에 노후자금이 소진되지 않는 것에 중점을 둔 안전인출전략에 대해 살펴봤다. 초기 단계 안전인출률 방식이 갖는 문제를 개선하기 위해 다양한 방법이 제시됐지만, 안전인출전략에 내재된 근본적인 문제를 해결하지는 못했다.

먼저 노후자금이 고갈될 것이 두려워 지나치게 적은 금액을 빼서 쓰다 보면 당장 제대로 된 생활을 꾸려나가지 못할 수도 있다. 자칫하면 가난하게 살다가 죽은 다음에 재산을 많이 남겨놓을 수도 있다. 물론 자녀에게 재산을 물려주기를 원하는 사람도 있겠지만, 살아 있는 동안 소비수준을

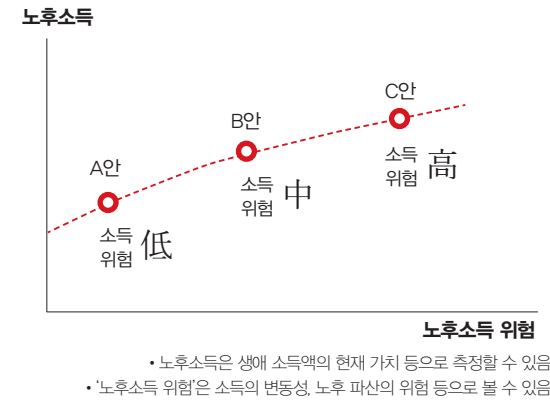
조금이라도 끌어올리는 것이 더 나은 전략일 수 있다.⁴⁾

또한 집집마다 사정이 있고 사람마다 원하는 소비수준이 다른데, 지나치게 안전인출률에 집착하게 되면 이 같은 개별성을 반영할 수 없다. 예를 들어보자. 똑같이 노후자산 5억 원이 있는 두 사람이 있다. 한 사람은 이것으로 매월 170만 원씩 인출하면서 비교적 일정하게 생활비를 받고 싶다. 반면 다른 사람은 평균적으로 월 200만 원을 받는 대신, 어느 달에는 120만 원만 인출하는 등 생활비가 들쭉날쭉해지는 점을 받아들일 용의가 있다. 이런 두 사람에게서는 다른 인출 방법이 필요하다. 이를 실행하려면 개별 맞춤형 인출전략 설계가 필요하다.

필수생활비 보장받으려면 ‘목적별 자산 관리’ 필요

최소 일정 수준의 생활비는 반드시 확보해야 하지만, 그 이상은 (있으면 좋지만) 반드시 필요한 건 아니라고 생각하는 경우도 있다. 이럴 때는 지금까지 살펴본 것과는 다른 방식으로 인출전략을 수립해야 한다. 앞서 살펴본 방법은 생활

맞춤식 인출전략 최적화 개념도



비의 우선순위를 고려하지 않았기 때문에 경우에 따라 필수생활비를 충당하지 못할 수도 있다. 예를 들어 노후자금을 운용하다 큰 손실을 입은 경우 기본적인 생활에 필요한 자금도 빼 쓰지 못할 수 있다.

매달 필요한 기본생활비를 보장받고 싶다면 ‘목적별 노후자산 관리’ 방법을 이용하면 된다. 먼저 노후생활비를 필수생활비, 여유생활비, 긴급자금 등 우선순위에 따라 나눈다. 그런 다음 필수생



활비는 국민연금이나 종신연금 등을 이용해 종신토록 끊이지 않도록 한다. 장기간 계속되는 노후 생활 기간 동안 구매력 보존을 위해 물가연동채권을 구입하는 것도 고려해볼 수 있다. 여유생활비는 그 속성상 사정이 허락하면 좀 더 많이 쓰고 여의치 않으면 잠시 줄여 쓸 수도 있는 자금이다. 따라서 여유생활비에 해당하는 소득은 국내외 주식과 채권, 부동산과 같은 투자자산에 배분하는 것이 좋다. 이들 자산에 투자하면 이익을 볼 수도 있지만 손실을 볼 수도 있다. 수익이 많이 났을 때는 좀 더 넉넉하게 쓰고, 그렇지 않을 때에는 해당 지출을 줄이면 된다.

이와 같은 목적별 노후자산 관리 방법에 대해 노벨 경제학상 수상자인 로버트 머튼(Robert C. Merton)은 은퇴자가 쉽게 받아들이고 실행할 수 있는 것이 장점이라고 말하며, 이는 사람은 보유 자산을 하나의 덩어리로 보기보다 목적별로 쪼개서 관리하려는 성향이 있기 때문이라고 설명했다. 행동경제학자들은 이를 두고 심리적 회계(Mental Accounting)라고 한다.

노후자금 인출에 대해 은퇴자들은 혹시라도 죽기 전에 노후자금이 먼저 떨어지거나 않을까 하는 불안함을 갖고 있다. 더군다나 의학과 보건기술의 발달로 평균수명이 갈수록 늘어나면서 이 같은 불안은 더해가고 있다. 결국 수명이 늘어난 만큼 돈의 수명도 늘려 이 둘을 일치시키는 것이 인출전략의 핵심이다. 노후자산 관리, 이제 인출에 관심을 가질 때다.

4)Scott, Sharpe, Watson(2008), "The 4% Rule-At What Price", Journal of Investment Management, Vol. 7, No. 3, (2009), pp. 31~48

안정성·수익성 두 마리 토끼 잡는다! 일드형 ETF

이제껏 안정적이라고 알려진 고전적인 투자 방식만 고집해왔다면, 이제 방향을 바꿀 때가 됐다. 저금리 시대, 장기 투자에 적합한 일드형(Yield) 상장지수펀드(ETF)를 추천한다. 그러나 어떤 전략을 선택하느냐에 따라 투자의 성패는 갈린다. 높은 리스크는 피하면서 안정성과 수익성을 추구하려면 어떻게 포트폴리오를 구성해야 할까?

글 최승현 미래에셋자산운용 이사

사례 1

은퇴가 가까워진 50대 직장인 A 씨. 직장 생활을 하며 알뜰살뜰 모은 돈이 이제 제법 된다. 이제껏 인생 선배들처럼 그저 '저축이 최고'라는 생각으로 돈을 모아왔지만, 요즘 저금리의 장기화로 고민이 깊어지고 있다. 최근에는 3년 만기 적금을 연장하려다가 허탈한 마음마저 들었다. 은행 금리가 터무니없이 낮아 1억 원을 넣어봤자 이자가 1년에 150만 원 남짓, 한 달에 고작 10만 원이 조금 넘기 때문이다.

사례 2

A 씨의 후배인 40대 초반 직장인 B 씨. 경제가 어려울 수록 금(金)이나 부동산과 같은 현물이 최고라는 생각에, 이 두 분야에 집중 투자하고 있다. 금 투자는 각국 정부가 양적 완화 정책을 통해 돈을 풀면 인플레이션이 발생해 금의 가치가 높아질 것이라고 판단한 결과였다. 부동산 불패신화 역시 당분간 흔들리지 않을 거라는 생각에 대출을 받아 지금 살고 있는 집도 구입했다. 하지만 당초 기대와 달리 투자 결과는 썩 만족스럽지 않다. 금 가격은 3년 전 1돈(375g)에 16만 원 하던 게 아직도 제자리 수준이다. 또 집값은 좀 오르긴 했지만 본인이 살고 있으니 월세 수입이 있는 것도 아니고, 게다가 대출 금리도 올라 대출금 갚기가 팍팍하기만 하다.

사례로 본 두 사람 모두 뾰족한 대안은 없는 것 같다. 주식이나 금융 상품에 선뜻 투자하기도 망설여진다. 잘 알지도 못하는 주식이나 펀드에 무턱대고 투자했다가 손실이 날까 두렵기 때문이다. 거래하는 금융회사 직원에게 좋은 상품을 추천해달라고 하면, 5년·10년 장기적으로 보유할 상품보다는 주로 1년 안팎의 ELS(주가지수연계증권)를 권한다. 수익성과 안정성을 고려해 장기 투자에는 적합하지 않은 것들뿐이다.

자본손익이나 인컴수익이나

“은덩이는 한번 돈으로 바꾸면 그만이지만, 땅은 해마다 돈을 낳을 테니까. 그야말로 화수분이지.”

박완서의 소설 '미망'에 나오는 한 대목이다. 은에 투자하면 은값 변화에 따른 자본손익만 기대할 수 있지만 땅에 투자하면 땅값과 무관하게 농사를 지어 돈을 벌 수 있으니 더 나은 투자라는 말이다. 물론 땅값마저 오른다면 더할 나위 없이 좋을 것이다.

대부분의 사람들은 투자할 때 매각 차익인 자본손익(Capital Gain/Loss)에만 관심을 기울



투자손익 = 자본손익 + 인컴수익

투자수익률(%) = 가격변동률(%) + 일드(%)

이는 경향이 있다. 그러나 주식에서의 배당, 채권에서의 이자, 부동산에서의 임대료 등의 수익도 자본손익 못지않게 중요하다. 배당, 이자, 월세 등 각각 명칭은 다르지만, 이들은 매매하지 않고 보유만 하고 있어도 발생하는 소득이라는 공통점이 있다. 흔히 영어 표현을 빌려 '인컴(Income)수익'이라고 통칭하고, 이것을 수익률로 환원할 때 '일드(Yield)'라는 표현을 사용한다.

결국 투자 성과의 원천은 크게 자본손익과 인컴수익으로 나뉘볼 수 있다. 자본손익의 특징은 예측하기 어렵고, 손실이 커질 수 있으며, 사고파는 과정인 매매를 통해 손익 여부가 확정된다. 반면 인컴수익은 상대적으로 예측하기 쉽고, 손실 개념이 없으며, 매도 없이 보유만 하고 있어도 수익이 발생한다는 특징이 있다. 인컴수익은 또한 보유기간에 어느 정도 비례하는, 즉 기간에 따라 수익이 늘어나는 경향을 보인다.

투자기간의 관점에서 보면 자본손익은 단기 투자자에게, 인컴수익은 장기 투자자에게 더욱 중요하다. 만일 적정한 일드로 충분한 기간 동안 인컴수익이 있으면 원본 손실이 발생하더라도 어느 정도 손실을 상쇄할 수 있을 것이다. 연

금저축계좌나 퇴직연금과 같은 장기 투자해야 하는 연금자산에 인컴수익을 기대할 수 있는 '일드형 자산'을 포트폴리오에 편입하면, 장기적으로 안정성을 높일 수 있는 이유가 여기에 있다.

그렇다고 일드형 자산이 만능이라는 것은 아니다. 인컴이 높은 자산도 가격변동성이 클 수 있다. 고배당주는 배당이 높지만 주식이라 가격변동성이 높은 편이다. 반면 예금이나 채권은 가격변동성은 낮지만, 이자가 만족스럽지 못한 경우가 대부분이다. 물론 채권 중 투기등급 회사채인 하이일드와 같은 것은 높은 이자를 지급하지만, 금리가 낮은 국채 등에 비해서는 가격변동성이 크다.

따라서 일드형 자산에 투자할 때에는 먼저 어떤 전략을 선택하느냐가 매우 중요해진다. 일드

자본손익과 인컴수익의 특징

구분	자본손익	인컴수익
특징	예측이 어렵다	예측이 쉽다
	손실이 커질 수 있다	손실 개념이 없다
	매매를 통해서 손익 여부가 확정된다	보유만 하고 있어도 수익이 발생한다
적합 대상	단기 투자자	장기 투자자

만 좇다 보면 높은 가격 변동에 노출돼 낭패를 볼 수도 있고, 반대로 너무 안전자산만 찾다 보면 물가상승률도 못 따라가는 수익률에 머무를 수 있기 때문이다.

전략과 함께 일드형 자산의 종류(Asset Class)도 고려해야 한다. 일드형 자산에는 고배당주, 하이일드채권, 수익형 부동산(상가, 오피스, 리조트 등) 등 다양한 자산이 존재한다. 더욱이 투자 지역을 넓히면 더 매력적인 일드형 자산을 만날 수 있다. 대표적으로 해외 배당주를 꼽을 수 있다.

그동안 우리나라에서는 전반적으로 다른 국가에 비해 주식의 배당수익률이 높은 편이 아니었다(최근에는 정부의 배당세제 혜택 등 정책 변화와 함께 주주들의 배당 압력이 높아지면서 배당수익률이 올라가고 있다). 하지만 시야를 중국이나 유럽 등 해외로 넓혀보면 배당수익률이 꽤 높은 주식들이 적지 않다(참고로 인컴이 없는 배당이 없는 주식, 무이표채권, 금·은·원유·구리 같은 원자재, 노는 땅 등은 일드형 자산이 아니다).

안정적인 인컴수익을 위한 4가지 투자 기준

그렇다면 일드형 자산을 활용해 안정적인 포트폴리오를 구성하려면 어떻게 해야 할까. 특히 은퇴자산처럼 높은 리스크는 피하면서 안정성과 수익성을 추구해야 하는 경우에는 어떻게 포트폴리오를 구성해야 할까. 일드형 자산 포트폴리오를 통해 안정적인 인컴수익을 얻기 위해서는 4가지 투자 기준에 대해 고민해볼 필요가 있다.

첫째, 적어도 3%대 이상의 일드를 얻을 수 있어야 한다.

〈도표 1〉 일드형 자산 5종목 분석

구분	자산	국내 해외	지역	편입 비중	추정 일드	변동성
코스피 고배당	주식	국내	신흥국	20%	2.9%	12.7%
유로스탁스 배당30	주식	해외	선진국	20%	4.4%	14.9%
항생 고배당	주식	해외	신흥국	20%	5.3%	18.6%
단기선진 하이일드	채권	해외	선진국	20%	7.3%	16.1%
MSCI US 리츠	부동산	해외	선진국	20%	4.3%	4.8%
합계				100%		

자료 | 미래에셋자산운용

- * 추정 일드 및 변동성은 2010년 4월 30일부터 2016년 12월 30일까지의 기초자산별 벤치마크의 성과를 기초로 연환산한 값임
- * 추정 일드는 기초자산의 가격 변화만을 반영하는 가격지수(Price Return Index) 수익률과, 가격 변화뿐 아니라 이자 또는 배당수익을 모두 포함하는 총수익지수(Total Return Index) 수익률 간의 차이로 추정한 연환산 수치이며 확정된 수익률이 아님. 또한 '코스피 고배당'은 자수 발표기관에서 총수익지수를 발표하지 않아 부득이 최근 2년간 실제 배당수익률 수준인 3%를 가격지수에 적용해 산출한 총수익지수를 사용했음
- * 종목별 기초자산 세부 명칭은 위 순서대로 다음과 같음 : 코스피 고배당 50 자수 / Euro Stoxx Select Dividend 30 Index / Hang Seng High Dividend Yield Index / MarkitBoxx USD Liquid High Yield 0-5 Index / MSCI US REIT Index

아무리 저금리 시대라 하더라도 정기에금 수준을 일드형 자산이라고 볼 수는 없는 노릇이다. 적어도 3%대 이상의 일드를 얻을 수 있는 것에 투자해야 한다.

둘째, 다양한 자산으로 구성해야 한다.

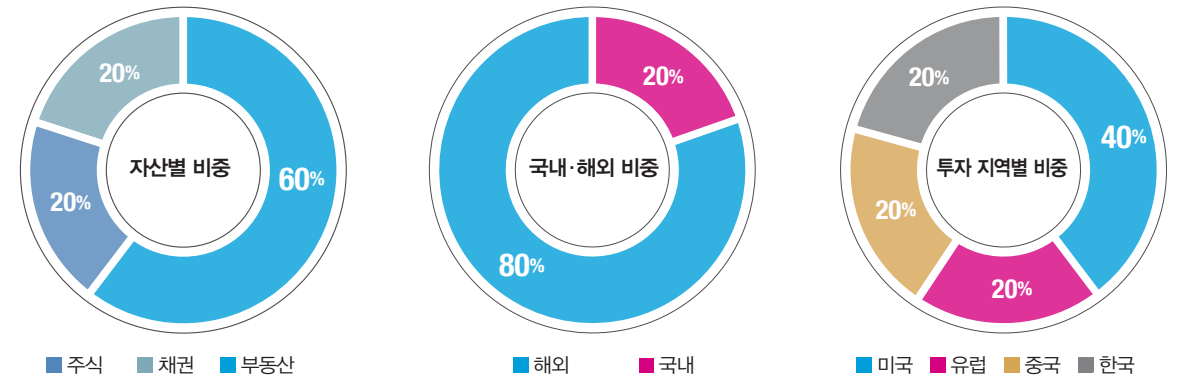
분산 투자 효과는 자산들 간의 상관관계가 낮을수록 높아진다. 따라서 비슷한 유형의 자산들끼리 모아놓아서는 곤란하다. 전통적인 주식, 채권뿐만 아니라 부동산과 같은 대체투자 수단까지 포함할 필요가 있다.

셋째, 지역적으로도 분산해야 한다.

간혹 상관관계가 높아져 곤란을 겪기도 하지만, 선진국·신흥국, 국내·해외 등 지역적으로 분산하는 것은 훌륭한 안전장치 역할을 한다. 게다가 해외에는 국내보다 더 높은 일드를 주는 자산이 많다. 적극적으로 해외로 눈을 돌려야 한다.

넷째, 수익률은 그대로 유지하면서 변동성을

〈도표 2〉 일드형 자산 5종목 투자 비중



낮출 수 있어야 한다.

포트폴리오를 짜는 진짜 목적은 단순히 분산하는 것이 아니라 그 결과로 안정성을 확보하는 것이다. 즉, 기대수익률의 큰 손실 없이 변동성을 낮출 수 있도록 포트폴리오를 짜야 한다.

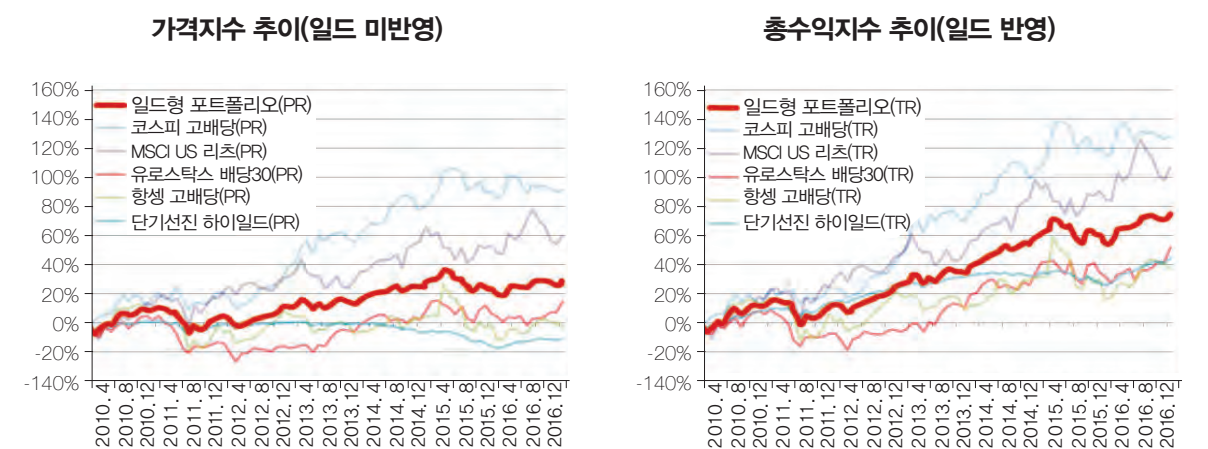
일드형 포트폴리오 구성 시뮬레이션

이러한 기준에 맞는 일드형 자산 5종목을 소개하면 〈도표 1〉과 같다. 해외에 투자하는 경우 환헤지를 전제로 했고, 편입 비중은 이해를 돕기 위해 모두 동일한 비중을 유지한다는 가정을

세웠다.

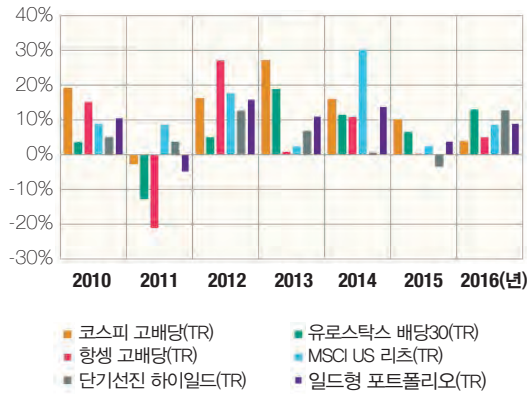
5종목을 동일한 비중만큼 편입하는 단순한 포트폴리오지만, 이것은 앞서 제시한 4가지 투자 기준에 잘 부합한다. 첫째, 3~7%대의 일드가 기대되는 자산들로 구성됐다. 둘째, 주식이나 채권 같은 전통적인 자산에 부동산이라는 대체 투자 자산이 포함돼 자산의 다양성이 확보됐다. 셋째, 투자 비중이 '국내 : 해외=2 : 8' 수준으로 적극적인 해외 투자 의지가 반영됐고, '선진국 : 신흥국=6 : 4'의 비율도 안정성을 더해주고 있다. 〈도표 2〉

〈도표 3〉



자료 | 미래에셋자산운용 (기간: 2010.4.30~2016.12.30)

〈도표 4〉 연도별 수익률



자료 | 미래에셋자산운용 (기간: 2010.4.30~2016.12.30)

네 번째 요건인 일드형 포트폴리오의 성과를 살펴보자(비중 초기화를 위한 월간 리밸런싱을 가정했고, 매매비용은 고려치 않음). 가장 먼저 주목할 만한 점은 각 자산별로 일드를 반영한 것(Total Return, TR)과 그렇지 않은 것(Price Return, PR) 사이에 성과 차이가 크다는 것이다. 〈도표 3〉

이 부분은 다음 두 가지 측면에서 의미 있어 보인다. 첫째, 일드형 자산이라 하더라도 자산 가격의 변화만 놓고 보면 어떤 자산을 고르느냐에 따

라 상당히 저조한 성과가 날 수도 있고, 둘째, 높은 일드 덕분에 장기적으로는 가격 손실을 상쇄해나갈 수 있음을 확인시켜주고 있다는 점이다.

다음으로는 성과가 얼마나 안정적으로 지속되는지 확인해보기 위해, 성과 측정기간 동안의 연도별 성과(2010년은 2010년 4월 30일부터 2010년 12월 31일까지의 기간)를 살펴보았다. 〈도표 4〉

2011년의 경우 유럽과 중국 배당주의 성과 저조로 일드형 포트폴리오 역시 다소 성과가 좋지 않았으나, 리츠나 하이일드로 방어하면서 상대적으로 손실 폭을 줄일 수 있었다. 성과 측정기간 전체를 보더라도 연도별 성과는 대체로 안정성을 보여주고 있음을 알 수 있다.

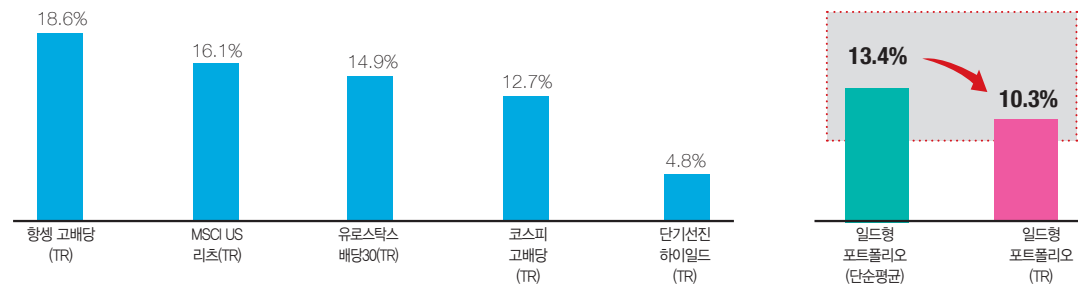
이제 성과 분석에 있어 가장 중요한 부분이 남았다. 바로 포트폴리오 구성을 통해 ‘위험은 낮추고 일드는 지킨다’는 목적이 온전히 달성되었는지 확인하는 것이다.

먼저 위험부터 살펴보면, 〈도표 5〉에서 보듯이 각 종목별로 변동성(위험)은 4.8%에서 18.6%까지 다양하게 분포하고 있으며, 그 단순 평균은

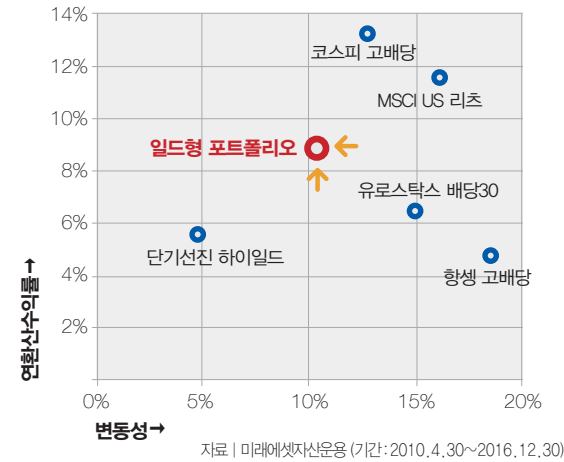
〈도표 5〉

자료 | 미래에셋자산운용 (기간: 2010.4.30~2016.12.30)

변동성



〈도표 6〉 총수익률과 변동성



자료 | 미래에셋자산운용 (기간: 2010.4.30~2016.12.30)

구분	누적 수익률	연환산 수익률	변동성	수익/위험 비율
코스피 고배당	128.64%	13.19%	12.7%	1.04
유로스탁스 배당30	52.05%	6.48%	14.9%	0.44
항성 고배당	36.61%	4.78%	18.6%	0.26
MSCI US 리츠	107.54%	11.56%	16.1%	0.72
단기선진 하이일드	43.94%	5.61%	4.8%	1.17
일드형 포트폴리오	75.34%	8.78%	10.3%	0.85

13.4% 수준임을 알 수 있다. 그러나 각 종목을 5개의 일드형 자산으로 포트폴리오를 구성한 일드형 포트폴리오의 변동성은 10.3%로 약 23% 가량 줄어들었음을 알 수 있다.

총수익률과 변동성을 종합해보면 〈도표 6〉과 같다. 비교적 단순한 포트폴리오 구성만으로도 위험은 경감시키고 수익률은 지키겠다는 목적이 달성될 수 있음을 볼 수 있다.

다양한 일드형 자산의 조합이야말로 저금리·저성장 시대를 살아가는 오늘의 투자자들에게 반드시 필요한 방법 중 하나다. 저금리, 저성장으로 노후에 생활비를 충당하기 위해 좋은 현금 흐름에 대한 수요는 더욱 늘어날 가능성이 높다. 일드형 자산은 저금리·저성장 시대의 투자 필수품과 같은 자산으로 자리를 잡아나갈 것이며, 이를 ETF로 구성한다면 금상첨화다. M

ETF를 활용한 간편한 일드형 투자

ETF는 저렴한 보수와 분산 투자 요건을 갖춘 인덱스 상품이라는 안정성 때문에 최근 크게 각광받고 있는 투자 수단이다. 특히 일드형 상품은 해외 투자형이 많은 편인데, 해외 펀드의 경우 통상 2주 가까이 환매기간이 소요되는 것에 비해, 국내에 상장된 ETF를 활용하면 일반 주식 결제 주기가 적용되므로 3~4일 만에 매매가 가능한 것이 특징이므로 ETF는 정기적인 리밸런싱이 필요한 포트폴리오 투자와도 궁합이 아주 잘 맞는 상품이라고 할 수 있다. 다음은 주요 일드형 ETF들이다.

주요 일드형 ETF 5종목 특징

구분	종목명	종목코드	ETF 특징
코스피 고배당	TIGER 코스피 고배당 ETF	210780 (한국거래소)	국내 배당수익률 상위 종목 위주 50종목으로 구성
유로스탁스 배당30	TIGER 유로스탁스 배당30 ETF	245350 (한국거래소)	유로존 12개국에 상장된 주식 중 배당률이 높은 상위 30종목으로 구성. 환노출형
항성 고배당	Horizons Hang Seng High Dividend Yield ETF	3110 (홍콩상장)	홍콩 주식시장에 상장된 배당수익률 상위 종목 위주 50종목으로 구성. 환헤지형.
단기선진 하이일드	TIGER 단기선진 하이일드 (합성 H) ETF	182490 (한국거래소)	선진국 투기등급 회사채로 구성된 회사채지수 추종. 듀레이션 2~3년 내외. 환헤지형.
MSCI US 리츠	TIGER US 리츠(합성 H) ETF	182480 (한국거래소)	MSCI가 발표하는 미국 상장 부동산리츠 인덱스 추종. 환헤지형

Do not? Do It!

‘구구팔팔’ 100세 시대 건강 수칙

‘건강하게 오래 살다가 어느 날 갑자기 죽기를 바란다’는 일본의 ‘핀핀코로리(PPK)’, ‘99세까지 팔팔하게 살다 이를 잃고 3일째 죽는다’는 ‘9988234’... 고령화 시대에 접어들면서 유독 부각되는 생사관(生死觀)이다. 단순히 오래 사는 삶이 아니라 노년기 삶의 질에 대한 관심이 점점 높아지고 있는 것이다. 건강 100세 시대에 걸맞는 삶의 자세는 어떤 것일까?

글 박상철 DGIST 웰에이징연구센터 석좌교수



우리는 살아가면서 수많은 금기(禁忌)를 만난다. 대표적으로는 기독교의 십계명(十誡命)이 있다.

“야훼 이외의 다른 신을 섬기지 말라. 우상을 섬기지 말라. 하느님의 이름을 망령되이 부르지 말라. 안식일을 거룩히 지키라. 너희 부모를 공경하라...”

이는 너무도 유명한 계명일 뿐 아니라 인류 역사에도 큰 영향을 준 가르침이다. 인간이 잘못되지 않도록 주의를 주고 경계하면서 ‘Do Not(하지 말라)’를 강조하고 있다. 이는 사회를 안전하게 유지시키기 위해 집단에 적용하는 극히 수동적인 방어적 방편이다.

하지만 이러한 소극적 접근으로는 인간 개개인이 건강과 장수를 향유할 수 없다. 인류 역사상 현재와 같이 인간이 장수하는 시대는 없었으며, 이러한 추세는 가속도를 내며 빠르게 다가오고 있다. 과거를 비취 문제되는 점을 차단하는 식의 계명은 더 이상 유효하지 않다는 말이다. 새로운 시대에 부응해 더 건강한 장수를 누리기 위해서는 좀 더 진취적이고 적극적인 태도와 삶

의 자세가 필요하다.

그러하기 위해서는 ‘Do Not(하지 말라)’보다 ‘Do(하라)’의 능동적인 자세가 요구된다. 사람이 나이가 들더라도 사람답게 살면서 당당한 모습을 추구하는 것을 ‘웰 에이징’이라고 하는데, 이것이야말로 적극적이고 능동적인 고령인의 삶의 목표이자 자세다.



스스로의 한계를 규정하지 말자

나이가 들면 사람들은 행동에 큰 제약을 받게 된다. 우선적으로 사회적인 제약이다. 나이에 따른 제한, 즉 정년퇴직 같은 사회적 연령 제한 제도가 개인의 활동 범주와 행동 패턴을 크게 제약한다. 그러나 더 큰 제약은 자신이 스스로에게 가하는 제약이다. “나이가 들었는데...”, “이 나이에 무슨...”, “가만히 있는 것이 낫지” 등 스스로를 폄하하는 사고에 의한 망설임과 주저, 그리고 자기포기적인 사고가 팽배해 스스로 한계를 설정하곤 한다. 이를 탈피하기 위한 기본 자세와 행동 수칙은 다음과 같다.

건강 100세인의 기본 자세 3

01 하자! Do It

바로 이러한 문제를 해결하기 위해서는 첫째 ‘하자’라는 원칙을 세워야 한다. 망설이지 말고 하자. 그러나 ‘하자’라는 의지를 관철하기 위해서

는 구체적 방안도 설정해야 한다. ‘하자(Do It)’를 실천하기 위해서는 무엇보다도 먼저 ‘하고 싶은 것’을 찾아야 한다. 젊었을 때는 바빠서 못 했던 일 중 하고 싶은(Will Do) 것을 찾아, 여유를 가지고 해보는 것이다. 무리해서 과도한 욕심을 내지 말고, 자신의 능력과 여건을 고려해 할 수 있는(Can Do) 일을 하는 게 좋다.

나이가 들면 젊었을 때에 비해 완충력에 차이가 있다. 신체적, 정신적 고통으로부터 견디는 대응력(Resilience)이 부족함을 인정하고, 무엇이든 절대 무리하게 해서는 안 된다. 가장 주의해야 하는 것은 급격한 운동을 하다 받는 충격이다. 나이가 들면 몸에 탄력이 부족해지기 때문에 속도를 늦춰 천천히 운동을 해가면서 적응력을 길러야 한다. 이처럼 당장 할 수 있는 일부부터 시작해 능력을 점차 키워가는 인내심 있는 노력이 필요하다.

또 나이가 들어서는 어떤 일을 하든지 함께하는(Let's Do) 것이 중요하다. 무슨 일을 하겠다

고 결심했지만, 나이가 들어서는 빨리 피곤해지고, 하고자 하는 의욕이 쉬이 줄어들고, 여러 가지 핑계가 자연스레 발생하게 마련이다. 처음 결심과 달리 중도에 그만두기 쉬운 이유다. 이러한 문제점을 해결하기 위한 방법 중 하나는 혼자가 아니라 누구와 같이 하는 것이다. 친구, 가족, 이웃 등 누구든지 함께 하는 사람이 있다면, 그만두고 싶더라도 한 번 더 망설이게 된다.

02 주재! Give It

고령화 사회가 되면서 가장 큰 이슈가 되는 것은 복지 문제다. 우리나라의 경우 전통적으로 노인 봉양은 개개 집안의 책임이었기에 사회적 부담이 크지 않았다. 그러나 현대에 이르러 사실상 효도 시스템이 붕괴되고 자녀가 노부모를 봉양하는 풍습이 와해되면서 사회적으로 큰 혼란이 일어나고 있다. 그러다 보니 국가나 사회에 부담이 되고, 노인복지법을 중심으로 노인에 대한 혜

택을 강조하는 것이 정치권의 해법이 되면서 반사적으로 노인에 대한 인식이 변질돼가고 있다. 노인은 이제 존경의 대상이 아니라 복지 수혜의 대상으로 바뀌면서 노인이 사회문제의 대상으로 전락해가고 있다. 이러한 위기를 탈피하기 위해서는 노인이 '받기만 하는 자'로서의 이미지에서 '주는 자'의 이미지로 전환돼야만 한다. "나이가 들어 돈도 없고 몸도 신통치 않아 줄 것이 없다"고 자조할 수도 있지만 주려고 마음만 먹으면 줄 것은 많다. 지역사회가 필요로 하는 다양한 분야에의 자원봉사가 있으며, 집 안에서도 직접 가사에 뛰어들 수도 있다. 사람은 줄 수 있을 때 받을 때보다 훨씬 더 큰 행복과 보람을 느끼는 존재다.

03 배우자! Prepare It

나이가 들면, 새로운 것을 배우고 습득하는 일을 망설이게 된다. "배워서 무엇을 하겠느냐" 하

는 목적상의 갈등도 있지만, 동기부여 욕구도 없고 세상에 흥미를 느끼지 못하기 때문이다. 그러나 지난날과 달리 은퇴 후 50년을 살아야 하는 상황이기엔 과거와는 전혀 다를 수밖에 없다. 은퇴 후 관광이나 다니면서 즐기다 죽기에는 남은 세월이 길지 않은가? 초·중·고 시절의 교육과 대학 교육은 오로지 경쟁사회에서의 생존을 위한 목적이었다. 이런 교육을 받은 것으로 여생을 만족해야 하겠는가? 은퇴 후 새로운 세상에 들어가서 새 일을 해본다는 것만큼 설레는 기쁨은 없다. 더욱 중요한 것은 배우지 않으면 은퇴 후에 할 수 있는 일도, 하고 싶은 일도, 함께할 일도 없어지며 주고 싶어도 줄 수 없게 된다. 따라서 나이가 들면 들수록 더욱 새로운 것을 열심히 배워서 내 것으로 만드는 일을 해야만 한다.

8 건강 100세인의 행동 수칙

01 몸을 움직이자!

나이가 들어 삶의 패턴과 생활 습관 개선을 위한 노력 중 첫째는 몸을 움직이는 데 망설여서는 안 된다는 것이다. 어느 백세인은 자신의 장수 비결을 한마디로 '자전거장수론'이라 표현했다. 자전거는 계속 달리지 않으면 쓰러진다. 그는 자신의 몸을 계속 쉬지 않고 사용했음을 자전거에 비유해 자랑했다. 몸과 마음을 사용함에도 차이가 있다. 예를 들면 노동은 소득과 생존을 위해 해야만 하는 일이다. 하지만 운동과 여가 활동은 자신의 몸을 위해, 또는 여가를 선용하기 위해 좋아서 하는 것이다. 따라서 동작의 패턴과 심리적 보상에 큰 차이가 있지만 장수를 위해서는 노동이든 운동이든 무조건 자신의 몸과 마음을 지속적으로 사용해야만 한다.

02 마음을 쏘자

아무리 나이 들더라도 자신의 마음을 쏘는 일과 대상을 찾아야 한다. 98세에 시집을 출판해 베스트셀러 작가가 된 일본의 시바타 도요는 "아흔여덟이라도 사랑은 하는 거야, 구름도 타고 싶은 걸" 하며 자신의 감정을 표현했다. 나이가 들었다고 해서 그것이 세상에 관심을 버리고 마음도 쏘지 못할 이유는 되지 않는다. 자신이 스스로 포기하지 않는 한 무엇엔든 관심을 갖지 못할 이유가 있는가? 그리고 감정을 과감하게 표현하면서 살아야 한다. 그동안 만나본 대부분의 백세인들은 자신의 희로애락 감정을 발산하는데 전혀 망설이지 않았으며 흥이 있었다.

03 변화에 적응하자

세상은 변한다. 엄청나게 빠른 속도로 변하고 있다. 과학기술의 혁명이 이뤄지면서 단순한 일상생활의 패턴에만 영향을 준 것이 아니라 인간 관계의 본질을 변화시킬 만큼 큰 영향을 주고 있다. 따라서 이러한 상황에서 '옛날에는 어떠했는데...' 식의 사고를 해서는 안 된다. 삶의 본질이 달라지는 상황에서 과거에 집착해봤자 아무런 의미가 없다. 새로운 사실과 기술을 빨리 배워야만 앞으로 여생을 기쁘게 살 수 있다. 다가오는 모든 변화를 거부하지 말고 받아들여야 한다. 그것을 얼마나 수용할 수 있는가에 따라 내 삶의 터전과 할 수 있는 일의 범위가 확대돼간다. 나이가 들어갈수록 젊은이들보다 더 많은 일과 더 넓은 세상을 보고 듣고 즐겨야 하지 않을까?

04 규칙적이어야 한다

은퇴 후 겪는 가장 큰 고통 중 하나가 일상생활의 리듬이 바뀌는 것이다. 그러나 이런 문제를



다른 각도에서 살펴보면 은퇴 전에는 직장이라는 시간결정자(Zeitgeber)가 있었다면, 은퇴 후에는 이 같은 강제 시간결정자가 없다는 점이다. 이러한 상황에서는 스스로 시간 결정 요인을 정하고 이에 맞춰 규칙적이고 리드미컬한 생활을 만들어가야 한다. 백세인들의 인터뷰 중 흥미로웠던 점 중 하나는 밖에서 일하던 며느리들이 식사 시간만 되면 정확한 시간에 돌아와 어르신 밥상을 차려드려야 한다는 것이었다. 특히 “5분만 늦어도 난리가 난다”는 어느 며느리의 하소연은, 사실 백세인의 생활이 얼마나 규칙적인가를 보여주는 좋은 사례이기도 하다. 식사 시간, 노동 시간, 마을회관에 나가는 시간, 장에 가는 시간 등을 정해 규칙적으로 생활하는 것이 바람직하다. 실제로 규칙적이고 리드미컬한 삶은 생체에너지 소모를 최소화하고 효율을 높이며, 몸과 마음의 피로를 줄이고 실패율을 최소화할 수 있는 최선의 경제적인 방안이다.

05 절제하자

1999년 가을 호주 아들레이드에서 국제노화학회가 개최됐다. 그 학회에서 논의된 사항 중 하나는 ‘일반인들에게 건강 장수를 위해 권해야 할 것이 무엇인가’라는 것이었다. 국제적으로 저명한 학자들이 긴 토론 끝에 합의해 내놓은 결론은 단순명료했다. 일상생활에서 어떤 것도 무리하지 말고 적정선에서 중용을 지켜야 한다는 것. 이를 위해서는 적절한 영양(Optimum Nutrition), 적절한 운동(Optimum Exercise) 그리고 적절한 스트레스(Optimum Stress)가 필요하다고 했다. 당시 유행했던 소식(小食)도, 그렇다고 과식도 아닌 적절한 영양 섭취가 강조됐다. 그리고 운동도 지나치게 해서도 안 되고, 너무 적게 해서도 안 된다고 했다. 스트레스의 경우도

아무런 스트레스가 없는 무념무상의 상태여도 안 되고 너무 과다한 스트레스를 받아도 안 된다고 했다. 즉 적절한 운동, 영양 그리고 적당한 스트레스를 받고 사는 우리의 일상이 바로 그들이 말한 장수의 조건이었다.

06 나이를 탓하지 말라

나이가 많다고 해서 하지 못할 일은 없다. 일본의 백세인인 미야자키 히데키지는 92세에 달리기 시작해 100세에 100m 달리를 30초에 주파했다. 파키스탄계 영국 백세인인 파루자 싱은 100세에 마라톤 코스를 완주했다. 이 밖에도 100세에 히말라야 등반을 하거나 수영 1500m를 완영하는 기록들을 보면 100세가 되어도 젊은이 못지않은 건강 상태를 유지할 수 있다는 사실을 알 수 있다. 나이 탓을 하며 “할 수 있는 일이 없다”고 불평하지 말아야 한다는 것을 깨닫게 된다. 실제로 노인의 정의를 내릴 때 사용한 ‘65세 연령’도 사실은 과학적 근거에 바탕을 둔 것이 아니라, 19세기 말 정치적 목적에 의해서 임의로 설정됐다는 사실을 명심하자.

07 남의 탓을 하지 말라

나이 들었다고 해서 남이 내 일을 대신해주지는 못한다. 그러나 우리는 나이가 들면 으레 누가 대신 내 일을 해줄 것이라는 생각을 하게 된다. 그러나 내가 직접 하지 않는 한 어떤 것도 이루어질 수 없음을 깨달아야 한다. “나이 들어서 모른다”는 핑계도 더 이상 통하지 않는다. “컴퓨터, 인터넷 등에 의해 세상이 변해 모른다”는 변명은 구차할 뿐이다. 배우지 않고 불평만 해봐야 아무런 쓸모가 없다. 어렵고 익숙하지 않더라도 조금씩 배워가면 된다. “아무도 도와주지 않는다”는 불평은 장수 시대에는 금물이다.



무엇이든 나이에 상관없이 언제든 시작하면 된다. 굳이 포기하거나 미루지 말고 지금 당장 생활 패턴을 개선하고 지속적으로 노력하면 된다. 그러면 전혀 다른 세상이 열린다. 이왕 살아가야 하는 인생, 잘 살아야 하고 마지막까지 멋지고 당당해야 하지 않겠는가.




08 어울리자

나이가 들어 혼자 남게 되면 외로워지고 결국 우울증에 빠지기 쉽다. 이렇게 되면 건강에 매우 나쁜 결과가 초래된다. 이러한 일을 막으려면 최선을 다해 어울리는 노력을 해야 한다. 일찍부터 모든 일을 가족, 이웃, 친구와 함께 어울리며 하려는 노력을 해야 한다.

강원도 깊은 산속에서 홀로 사는 노인의 집을 찾았을 때 일이다. 방 한쪽에 비스킷, 빵 등 간식이 수북이 쌓여 있기에, ‘이런 것을 좋아하나 보다’ 하고 생각했으나, 그의 대답이 뜻밖이었다. “동네 사람들이 오면 주려고 사놓았다”는 것이다. 그 말을 듣고 크게 느꼈다. 먼저 정을 베푸니 이웃이 그를 찾아오게 된다.

전남 담양의 104세가 되신 백세인은 허리도 굽고 다리도 성치 않아 겨우 지팡이로 짚으며 걸으시는데도 매일 마을회관에 찾아가셨다. 그는 “젊은 노인들의 노는 모습을 보는 것만으로도 큰 위안을 받는다”고 말했다. 더 압권은 강원도 화천의 산속에서 오고 가는 데 각각 4시간 이상 걸리는 거리를 매주 한 번씩 서로 오가는 백세인의 우정이었다. 그들은 나이 들수록 어울림이 얼마나 소중한지를 잘 보여준다.

인생을 위한 노력은 그게 언제든 늦지 않다

건강장수를 위해서는 “이미 80세가 되어버렸는데...”, “90세가 되어버렸는데...” 하면서 “무슨 소용이 있을까” 망설이는 경우가 있다. 그러나 결코 늦는 법은 없다(It is Never Too Late). 나이 90세가 되어 비로소 달리를 시작한 분, 80세가 넘어 역기를 들기 시작하고 몸 다지기를 시작한 분, 95세가 되어 대학 과정을 시작한 분 등 전설적인 분들이 많다. 무엇이든 나이에 상관없이 언제든 시작하면 된다. 굳이 포기하거나 미루지 말고 지금 당장 생활 패턴을 개선하고 지속적으로 노력하면 된다. 그러면 전혀 다른 세상이 열린다. 로마시대 유행했던 유명한 속담이 있다. “Quod Facis, Bene Fac!” ‘이왕 해야 할 일, 잘 하자’는 의미이다. 그렇다! 이왕 살아가야 하는 인생, 잘 살아야 하고 마지막까지 멋지고 당당해야 하지 않겠는가. 

박상철 장수의 비밀을 아는 새나이라는 별명을 가진 세계적인 장수 과학자. 서울대 의과대학을 졸업하고 생화학 전공으로 의학박사학위를 받았으며, 1980년부터 2011년까지 서울대 생화학 교수로 재직했다. 서울대 노화고령사회연구소 소장, 국제노화학회 회장 등을 역임했고 현재 대구경북과학기술원(DGIST) 웰에이징연구소 센터 석좌교수로 있다. 유한의학대상, 국민훈장 모란장을 수상했고 저서로는 <생명보다 아름다운 것은 없다>, <장수보다 좋은 것은 없다>, <한국의 백세인>, <100세인 이야기> 등이 있다.

제대로 놀 줄 아는 5060을

위
하
여
!



경제 위기 속에서도 한국의 5060세대는 이를 악물고 버텼다. 매일 바쁘다. 열심히 살고 있지만 여전히 불안하다. 바빠서 못 쉬고 여유가 생겨도 놀지 못한다. 여가가 없다. 나의 인생이 없다. 언제부터 왜 이렇게 된 건지도 이제는 모르겠다. 이 불행의 쳇바퀴를 탈출할 방법은 없을까?

글 최석호 한국레저경영연구소장

누군가가 묻는다. “행복하세요?” 선뜻 답하지 못한다. 연봉이 얼마냐고 물으면 대답은 간단하다. 행복하냐고 물으면 곤란하다. ‘잘살아 보세!’ 팔을 걷어붙이고 나선다. ‘행복하게 살아 보세!’ 생각해본 적이 없다.

대한민국 5060세대는 정말 열심히 일했다. 가장 빠른 속도로 산업화를 이룩했다. 이제 살 만하다. 그리고 누구보다 피 터지게 싸웠다. 아시아 최초로 민주화를 달성했다. “이게 나라냐!”라고 말할 수 있는 사회를 만들었다. 그러나 밤늦게까지 일했을 뿐 잘 놀지 않았다. 잘사는 사회를 만들었을 뿐 행복한 사회를 만들지 않았다. 마지막 세계화 단계에서 넘어졌다.

조간신문을 봤지만 경제신문도 본다. 7시 뉴스 본다. 8시 뉴스 본다. 9시 뉴스 본다. 12시 마감 뉴스 본다. 편집증 환자처럼 뉴스만 고집한다. 여자는 드라마만 본다. 자녀들은 게임만 한다. 뭔가 잘못됐다. 우리나라 사람 중에서 여가 시간에 TV를 보고 싶어 하는 사람은 15.8%에 불과하지만 실제로 TV를 보는 사람은 80%다. 우리나라 사람이 가장 하고 싶어 하는 여가 활동은 여행(59.4%), 공연 관람(43.2%), 취미 활동(34.2%) 등이다. 실제로 하는 여가 활동은 TV 시청(69.9%), 휴식(50.8%), 게임(19%) 등이다. 마

치 중독된 사람처럼 하고 싶지 않은데도 계속하고 있다. 여가시간에 특정한 여가 활동만 한다. 여가편집자(餘暇偏執者)다. 행복할 수 없다.

놀고 싶어도 제대로 못 논다. 일하고 싶어도 일자리가 없다. 한국인이 행복하다면 그것은 기적이다. 2015년 세계행복보고서에 따르면 전 세계 158개국 중에서 우리나라는 47위다. 세계행복보고서는 한국인을 다음과 같이 평한다. “어려울 때 도와줄 사람이 없고, 정부와 기업에 부패가 만연해서 불행하다.” 그래도 희망은 있다. “앞으로 행복해질 가능성이 있는 국민”이란단.

당신은 잘 놀 줄 아는가?

제2차 세계대전이 거의 끝날 무렵, 미국이 참전한다. 최소한의 희생을 감수하고 승전국이 된 미국은 세계 경제 패권을 장악한다. 1960년대에 접어들면서 미국은 전대미문의 풍요를 누린다. 여가학(Leisure Science)이 탄생한다. 여가학자가 다룬 첫 번째 연구 주제가 일과 여가의 관계다. 여가와 일의 관계를 크게 세 가지 유형으로 분류한다.

첫 번째 유형은 수렴형(Convergence Type)이다. 일을 열심히 하는 사람은 여가 기량이나 능력도 출중하다. 일과 여가는 서로 비슷하다.

두 번째 유형은 대립형(Opposition Type)이다. 사람이 갖고 있는 에너지는 한정돼 있다. 여가에 과도하게 몰입하면 일을 제대로 할 수 없다. 일에서 체험하는 것과 여가에서 체험하는 것은 서로 다르다. **세 번째 유형은 중립형(Neutral Type)**이다. 일을 열심히 했다고 해서 여가에 쓸 에너지나 시간이 없는 것은 아니다. 술꾼들은 아무리 배가 불러도 술 먹을 배는 따로 있다고 한다. 밥 배와 술 배는 따로 있다. 여가는 여

가, 일은 일이다.

왜 이런 쓸데없는 연구를 했을까? 일 때문이다. 일과 여가를 대립적으로 생각하는 사람은 주로 힘든 육체노동을 하는 사람들이다. 힘들게 일하고 나면 제대로 놀 수가 없다. 기진맥진한 상태에서 잘 놀기는 힘들다. 노는 것보다 쉬는 게 더 급하다. 중립적으로 생각하는 사람들은 주로 사무직 종사자들이다. 일하는 것이 크게 힘들지 않다. 스트레스를 받기도 하지만, 자아를 실현하기도 한다. 일만큼이나 여가도 좋다. 마지막으로 일과 여가는 서로 수렴한다고 생각하는 사람들은 주로 전문직 종사자이거나 최고경영자들이다. 전문직 종사자들에게 일은 여가나 마찬가지다. 일이 너무 재밌다. 당연히 장시간 노동을 한다. 놀 때도 일처럼 드라마틱하게 논다. 이쯤 되면 대충 눈치를 챌 것이다. 왜 여가학자들이 일과 여가의 관계를 연구했는지 말이다. 한 사람이 어떤 일을 하는지 알면, 그 사람이 일과 여가에 대해서 어떤 생각을 갖고 있는지 알 수 있다.

반대로 한 사람이 어떤 여가 활동을 주로 하는지 알면, 그 사람이 일과 여가의 관계에 대해서 어떤 생각을 갖고 있는지 알 수 있다. 일과 여가가 비슷하다고 생각하는 사람들은 모험적인 여가 활동을 즐긴다. 캠핑을 가더라도 캠핑장에서 텐트를 치지 않고 숲속에서 텐트를 친다(Wilderness Camping). 중립적인 생각을 갖고 있는 사람들은 모범적인 여가 활동을 한다. 파도가 높아서 위험하니 해수욕을 잠시 중단하라는 안내 방송을 하면 제일 먼저 해수욕장에서 나오는 사람이다. 당연히 캠핑장에서 캠핑을 한다. 일과 여가는 제로섬 게임이라고 생각하는 사람들은 파괴적인 여가 활동을 한다. 캠핑 안

간다. 그냥 바로 술 마시기 시작해서 해 뜰 때까지 마신다. 기어이 한판 싸우고, 매춘하고, 마약에 빠진다. 노동에서 빼앗긴 것들을 여가에서 되찾으려고 한다. 하기 싫지만 꼭 참고 일했으니 여가시간에는 내 맘대로 하겠다는 것이다. 그렇게 일했던 여가시간이 오면 항상 파괴적이다. 제대로 놀 줄 모른다.

제대로 놀 줄 모르는 대립형의 사람은 중독을 일으키는 여가만 골라서 하는 경향이 있다. 여가편집자(餘暇偏執者)다. 그렇게 하고 싶어 했던 여가시간이 되어도 제대로 놀지 못한다. 불행하다. 정반대 유형인 수렴형은 모험적인 여가를 통해서 효율적인 여가 활동을 한다. 그러나 여가시간이 너무 짧아서 제대로 못 논다. 잘 놀았다고 하더라도 여가의 흥분으로 일어난 긴장 상태를 이완시키지 못한 채 또다시 일터로 향하기 때문에 결국 스트레스에 시달린다. 휴식 없는 긴장의 연속, 그 결과는 매한가지다. 세 번째 유형, 즉 중립형을 일컬어서 시간편집자(時間編輯者)라 한다. 여가편집자와 달리 시간편집자는 여가 활동을 편집한다. 자신이 하고 싶은 여가 활동을 편집한다. 그리고 그것을 하고 싶을 때 하고 싶은 만큼 한다. 그래서 행복하다.

행복하게 사는 비결이 있다?

잘사는 것이 아니라 행복하게 살려면 지금 여가에서 우리는 무엇을 해야 하는가? 영국 신경재재단(NEF) 웰빙센터에서는 다섯 가지를 실천하라고 권고한다. 영국 정부가 경험적 증거에 기초해서 행복을 증진시키기 위한 '미래 프로그램(The Foresight Programme)'의 일환으로 실시한 '2008 정신자본과 웰빙 프로젝트(The 2008 Mental Capital and Well-Being Project)'의 결

론으로 제시한 다섯 가지 행복 비결이다.

첫째, 함께하라(Connect)!

절대 혼자서 행복한 사람은 없다. 가족, 이웃, 동료, 친구, 연인 등 당신 주변에 있는 사람들과 함께하라. 그들에게 더 많은 시간과 에너지를 쏟아라. 함께하는 사람들이 도와줄 것이고 삶을 풍요롭게 할 것이다. 영국 성인들을 대상으로 실시한 정신질환 조사에서 정신건강이 좋은 사람과 좋지 않은 사람 간에 한 가지 큰 차이점을 발견했다. 정신건강이 좋지 못한 사람은 주변에 가깝게 지내는 사람이 거의 없었다. 특히 가까운 친척이나 친구가 세 명 이하인 경우에 정신질환을 앓게 될 확률이 매우 높다.

둘째, 밖으로 나가라(Be Active)!

집에 틀어 박혀서 TV나 보고 있으면 저질 인생으로 전락한다. 밖으로 나가서 산책을 하거나 뛰어라. 자전거를 타도 좋고 화단을 가꾸도 좋다. 못 나갈 상황이라면 TV를 꺼라. 차라리 라디오를 켜고 춤을 춰라. 여하튼 나에게 꼭 맞는 몸놀이를 빨리 찾아라. 우울증 치료를 위한 약물 처방과 운동 처방 실험 결과에 따르면, 10분이 안 되는 시간이라도 몸을 움직이면 기분이 좋아진다. 한 주에 세 번 내지 다섯 번 적당하게 운동을 하면 우울증도 확연하게 개선된다. 어린이가 몸놀이를 하면 인지 능력이 향상되고, 노인은 인지 능력 저하를 예방할 수 있다.

셋째, 호기심을 가져라(Take Notice)!

꽃이 아름답게 피었는지, 아니면 하얀 눈이 얼마나 아름다운지 확인하라. 변화에 주목하라. 애인의 헤어스타일이 달라지지 않았는지, 친

구 얼굴에 갑자기 생기가 돌지 않는지, 주변을 살피고 주변 사람들을 유심히 보라. 일하러 가든, 점심을 먹든, 친구들과 수다를 떨든, 무엇을 하든지 간에 매 순간을 즐겨라. 주변이나 주변 사람이 아니라 당신이 행복해진다. '펜실베이니아 원기 회복 프로그램(The Pennsylvania Resiliency Programme)'에서 개발한 인지행동 테라피 테크닉을 영국 3개 지방 초등학교 학생들에게 적용했다. 자신의 감각이나 생각 또는 느낌에 민감하게 반응하는 훈련이었는데, 8주에서 12주 동안 이 훈련을 받으면 여러 해에 걸쳐서 행복감이 높아졌다. 자율결정이론(Self-determination Theory)에서도 자신의 가치에 대한 이해도에 따라 스스로 행동을 결정하면 행복해진다고 말한다.

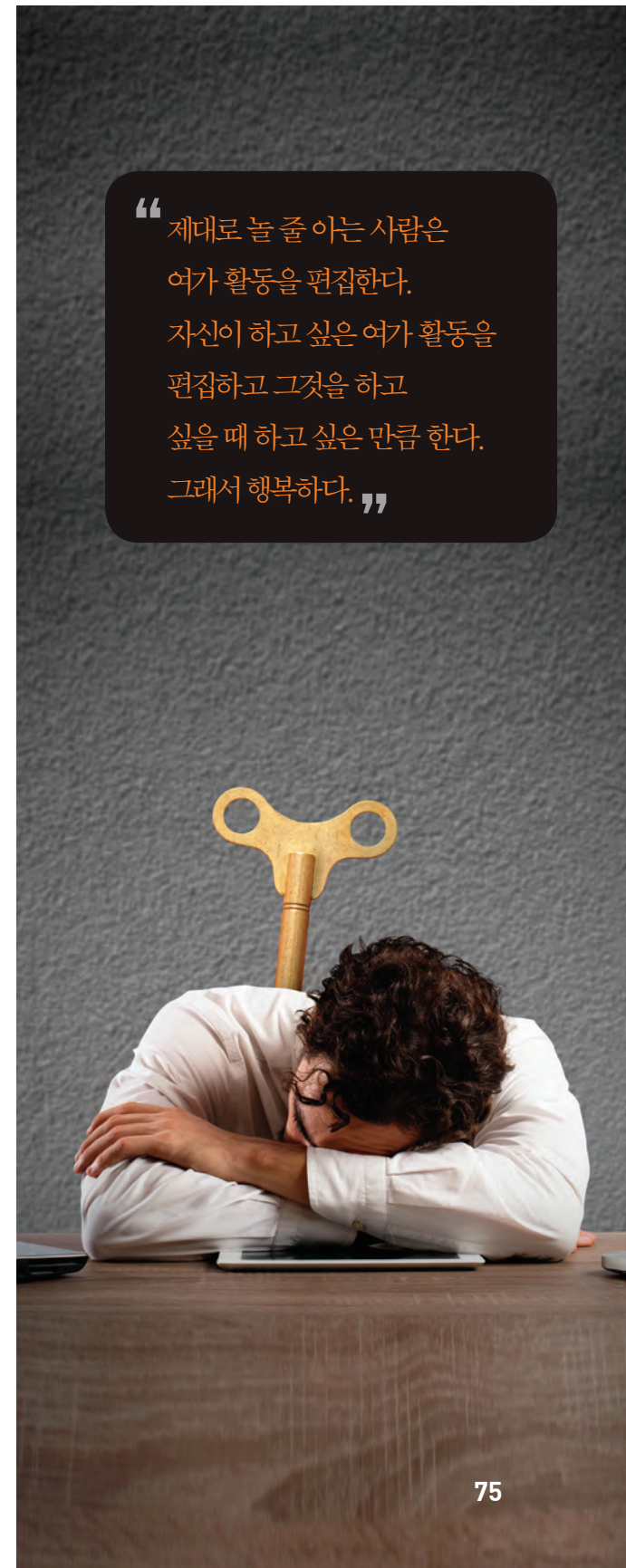
넷째, 계속 배워라(Keep Learning)!

오래된 것을 새롭게 보고, 새로운 시도를 하라. 고장 난 자전거를 직접 고쳐보라. 좋아하는 음식 요리법을 배워서 직접 요리하라. 악기를 배워라. 달성할 수 있는 새로운 목표에 도전하라. 무엇인가를 배우다는 것은 의외로 재밌다. 평생 학습은 자존심을 높이고 사회적 상호작용을 향상시킬 뿐만 아니라 활발하게 삶을 영위할 수 있게 한다. 노인이 공부를 하면 우울증에서 벗어날 수 있고, 어린이가 뭔가를 배우면 지능과 사회성이 발달한다. 성인이 스스로 학습 목표를 세우고 목표지향적인 행동을 하면 행복해진다.

다섯째, 아낌없이 주라(Give)!

친구나 모르는 사람에게 좋은 일을 하고, 감사하고, 이웃에게 자원봉사를 하고, 동호회에 가입하라. 우리가 다른 사람에게 뭔가를 줄

“ 제대로 놀 줄 아는 사람은 여가 활동을 편집한다. 자신이 하고 싶은 여가 활동을 편집하고 그것을 하고 싶을 때 하고 싶은 만큼 한다. 그래서 행복하다. ”



때마다 뇌에서 행복을 느낀다. 사람들을 두 집단으로 나눠 매일 아침 100달러를 줬다. 한 집단은 다른 사람에게 100달러를 쓰게 하고, 다른 집단에는 자신을 위해 100달러를 쓰도록 했다. 그랬더니 남에게 100달러를 준 사람이 훨씬 더 큰 행복을 느꼈다. 서로 협력하면 뇌의 보상 영역에서 신경반응이 활발하게 일어난다. 사회적 협력은 그 자체만으로도 충분한 보상이 된다는 뜻이다. 특히 노인이 자원봉사 활동을 하면 일상생활에 활력이 넘치고 삶에 의미가 생긴다.


여가는 휴식이 아니라 삶의 '자극'이다

일이 해답이 아니라면 여가에서 해답을 찾아보자. 우리는 상식적으로 여가를 생각한다. 일에서 벗어나 즐겁게 놀고 편안하게 휴식하는 것을 여가라고 생각한다. 그렇지 않다. 여가는 삶이고 투쟁이다. 여가는 즐거운 휴식이 아니다. 강렬한 자극이다. 그래서 드라마는 막장으로 치닫는다. 소설에는 불륜이 난무한다. 영화는 수백 명이 죽어야 끝난다. 대중음악은 발광한다. 여가 막장, 여가 불륜, 여가 살인, 여가 발광을

통해서 우리는 카타르시스를 느낀다.

단, 실제로 발광하거나, 실제로 사람을 죽이거나, 실제로 불륜을 저지르거나, 실제로 막장 인생으로 치달으면 안 된다. 그랬다간 구속된다. 여가를 통해 간접적으로 경험하기만 해야 한다. 그렇다. 안전하지만 지겨운 일상에 강렬한 자극을 주는 것이 여가다. 그런 여가야 카타르시스를 느낀다. 일상에서 쌓인 스트레스가 훌 날아간다. 후련하다. 그런 다음 다시 일상으로 돌아간다.

잔치는 끝났다. 급속한 성장 시대는 끝났다. '잘살아 보세'는 답이 아니다. 다사다난했던 한 해를 보냈다. 더 맑고 더 밝은 새해를 소망한다. 여가편집자가 되지 말고 시간편집자가 되자. 행복하게 살아보자. 친구와 함께하자! TV 끄고 밖으로 나가자! 아내가 아름다운 이유 한 가지만 발견하자!

65세에 은퇴하고 올해로 95세를 맞은 호서대학교 설립자 강석규 선생은 후회한다. 은퇴할 때는 95세까지 살 줄 몰랐기 때문에 더 이상 공부하지 않았다. 105세가 되었을 때 또다시 후회하지 않기 위해서 어학 공부를 시작했다. 배우자! 조금이라도 득 보려고 이등바등하지 말고 남에게 베풀면서 살자! 

최석호 고려대에서 사회학을 공부하고 여가사회학 박사학위를 취득했다. 영국 노팅엄트렌트대에서 문화학 박사과정을 수료했다. 서울 과학종합대학원대학교 레저경영전문대학원장을 역임하고, 현재 한국레저경영연구소 소장으로서 골목길 역사산책, 문명화 과정, 엔터테인먼트산업 등에 관한 연구를 하고 있다. 세계호텔협회 부회장, 한국관광학회 부회장, 유엔 여가 관련 자문을 맡고 있는 세계여가기구 학술지 <World Leisure Journal> 국제편집위원 등을 맡고 있으며, (공)저서로 <시간편집자>, <골목길 근대사>, <한국관광 희망을 이야기하다>, <중국인이 몰려온다> 등이 있다.



평안한 노후를 위한 자산관리 5원칙

저성장·저금리·고령화로 과거와는 다른 상황이 전개되고 있습니다. 변화된 환경 속에서 은퇴자산을 성공적으로 운용하고 평안한 노후를 준비하려면 지금까지 익숙했던 것과 다른 은퇴자산 관리 원칙이 필요합니다.

- 01 은퇴자산은 글로벌로 분산투자해야 합니다**
저성장·고령화로 인해 국내 자산에만 투자할 경우 기대수익률이 낮아질 수 있습니다. 은퇴자산에서 안정적인 수익을 얻기 위해서는 글로벌 분산투자가 반드시 필요합니다.
- 02 은퇴자산은 안정성에 초점을 두고 다양한 자산에 투자해야 합니다**
집중투자에 따른 손실은 장기투자라도 회복되지 못할 수 있습니다. 자산운용의 안정성을 위해서는 은퇴자산을 '자산군 간, 자산군 내, 지역별' 이렇게 3중으로 철저하게 분산해야 합니다.
- 03 은퇴자산은 장기적인 관점에서 우량자산에 투자해야 합니다**
은퇴자산은 장기간 운용해야 하므로 사회·경제적 트렌드의 변화에 맞는 우량자산을 선별하여 투자해야 합니다.
- 04 은퇴자산은 질병·사고 등으로 인한 경제적 손실로부터 보호되어야 합니다**
질병 및 사고는 은퇴자산의 형성을 막고 소진을 앞당기는 원인으로 작용하므로, 보장성 보험 등을 통해 철저하게 대비해야 합니다.
- 05 은퇴자산은 적립에서 인출까지 통합적 관점에서 운용되어야 합니다**
길어진 수명과 낮아진 금리는 은퇴자산 관리에 있어서 새로운 생각을 요구합니다. 자산규모보다는 현금흐름을 중시하는 관점을 가져야 하며, 자신에게 맞는 인출계획을 세우고 적립시기부터 그에 맞게 은퇴자산을 운용해야 합니다.



투자 귀재들에게 배우는 성공 투자법

글 윤영호 동아일보 콘텐츠기획본부 전문기자



앨런 베넬로·마이클 벤 비어·토비아스 칼라일 공저/
이건·오인석 번역/ 에프엔미디어/ 1만6000원

‘계란을 한 바구니에 담지 마라.’

주식 투자에서 분산투자의 중요성을 일깨우는 격언이다. 계란을 여러 바구니에 나눠 담으면 계란 한 바구니가 깨지더라도 나머지 바구니의 계란은 지킬 수 있다는 지혜를 담은 셈이다. ‘대박 종목’이라는 주위의 소문만 믿고 전 재산을 여기에 ‘올인’하는 바보가 없어지게 된 것도 이런 가르침 덕분이다.

투자 대가들의 투자 방식, 집중투자

그러나 투자의 구루들은 이런 상식을 배반하고 몇 개 종목에 한정해 집중투자를 한다. 이들은 저평가된 소수 우량 종목을 장기간 보유함으로써 엄청난 성과를 거뒀다. 한마디로 가치투자를 몇 개 종목에 집중적으로 한다는 얘기다. ‘오마하의 현인’ 워런 버핏 버크셔해서웨이 회장과 그의 영원한 동반자 찰리 멩거 등이 대표적이다. 이 책은 이런 대가들의 집중투자 비밀을 생생한 인터뷰와 자료 조사를 바탕으로 소개한다.

또 대공황의 해법을 제시해 이후 세계 각국의 경제정책에 큰 영향을 미친 존 메이너드 케인스 같은 대학자뿐 아니라, 버핏이 ‘투자 명예의 전당

에 들어갈 인물’로 꼽은 자동차보험회사 가이코의 전임 최고투자책임자(CIO) 루 심프슨, 지난 25년 동안 연 25.6%의 수익을 달성한 선박 전문가 크리스티안 시엠 같은 생소한 인물도 소개한다.

이 책은 집중투자의 원조로 케인스를 꼽는다. 그는 주식 투자에서 실패를 거듭한 끝에 가치투자자로 전향하고 가치 우량주에 집중해 비로소 성공했다. 그가 사업 동료에게 보냈다는 편지에 집중투자의 장점이 잘 드러나 있다.

“시간이 흐를수록 나는 내가 잘 알고 경영진을 철두철미하게 믿을 수 있는 회사에 거액을 집어 넣는 것이 바른 투자 방법이라고 더욱 확신하게 된다네. 아는 것도 없고 특별히 믿을 이유도 없는 기업에 널리 분산투자하고 위험이 감소했다고 생각하는 것은 착각이야...”

케인스는 착각이라고 했지만 월가 역사상 가장 성공한 펀드매니저로 평가받는 피터 린치의 표현을 빌리면 이런 경우는 ‘꽃은 꺾어 던져버린 다음 잡초에만 물을 주는 격’이다.

케인스는 우리나라에서는 1990년대 들어서야 일반화된 적립식 투자를 1930년대에 개발하기도 했다. 당시는 대공황의 후유증에서 완전히 벗어나지 못한 때라서 주식시장도 급등락을 거듭했다. 케인스는 이런 상황에서 매수 시점 선택 실수로 주가가 하락할 때는 정액 매수 적립식 기법으로 계속 주식을 매입해 평균 매입단가를 낮췄던 것.

이들 투자 구루들은 2008년 글로벌 금융위기 전까지 시장을 지배한 학술인 효율적 시장 가설이 틀렸음을 증명한다. 이 가설에 따르면 시장은 지극히 효율적이기 때문에 시장 수익률보다 월등히 뛰어난 성과를 올릴 수 없다. 이들의 성공은 결국 시장이 ‘대체로’ 효율적일 수 있지만 ‘항상’ 그렇지 않는다는 것을 보여준다.

집중투자는 양날의 칼?

이 책은 집중투자 구루들의 공통점으로 기질, 영구자본 확보, 투자 대상을 탐구하는 능력 등 세 가지를 꼽았다. 우량 종목에 투자해놓고 폭락장에서도 느긋하게 기다릴 수 있는 배짱과 시장의 소문에 흔들리지 않는 확신이 집중투자에 필요한 기질이다. 물론 펀드매니저가 이런 기질이 있다고 해도 고객의 환매 요구가 빗발치면 펀드에 편입한 주식을 팔 수밖에 없다는 점에서 인출 우려가 없는 영구자본도 필요조건이다.

투자 대상 탐구 능력은 두말할 필요도 없을 것이다. 버핏은 전업 투자자로 일하기 시작할 때부터 거의 매일 날밤을 새워가면서 투자 대상 기업의 연차보고서 등을 꼼꼼히 읽고 자기

만의 평가를 완성한 것으로 유명했다. 놀라운 집중력이었다.

집중투자는 양날의 칼과 같다. 강세장에서는 투자수익이 확대되는 반면 하락장에서는 손실 폭이 견잡을 수 없이 확대될 위험도 크기 때문이다. 투자 대상 기업을 객관적이고 정확하게 분석할 능력이 없는 일반 투자자들이 함부로 투자 구루의 투자 기법을 따라 해서는 안 되는 이유다.

케인스도 “전반적으로 지식이 부족하면 최대한 광범위하게 분산투자하는 게 현명하다”고 조언했다. 워런 버핏도 “케인스의 조언에 따르면 예컨대 인덱스펀드를 정기적으로 분할매수하는 게 좋다”고 강조했다. “이 경우 대부분의 투자 전문가보다 더 나은 성과를 거둘 수 있다”는 것이다.

그럼에도 이 책의 가치는 여전히 크다. 일반 투자자들에게도 교훈을 주기 때문이다. 첫째 영구자본 개념에서는 여윌 돈으로 투자해야 한다는 상식을 다시 한 번 일깨워준다. 레버리지를 일으켜 투자했다간 하락장을 견디기 어렵기 때문이다. 글로벌 금융위기 직후와 같은 대폭락장에서도 평정심을 잃지 않고 기다릴 수 있으려면 역시 자기 돈으로 투자해야 한다.

둘째 일반 투자자에게도 기질은 중요하다. 필자는 적립식으로 매월 일정 금액을 투자하던 주변 사람들이 2009년 폭락장에서 공포를 이기지 못하고 환매하는 경우를 많이 봤다. 머리로만 적립식 투자가 평균 매입단가를 낮춰준다고 이해했지만 몸으로는 이를 따라가지 못한 셈이다. 반면 워런 버핏은 당시 우량주를 싼값에 살 수 있는 절호의 기회라면서 매수했다.

이 책의 또 다른 강점은 훌륭한 번역이다. 투자 분야 전문 번역가 이건은 쉽게 읽히는 마력을 이 책 번역에서도 유감없이 발휘했다.

알립니다

여러분이 은퇴 전문가입니다!

<행복한 은퇴 발전소>는 항상 독자 여러분을 향해 눈과 귀를 열어두고 있습니다.

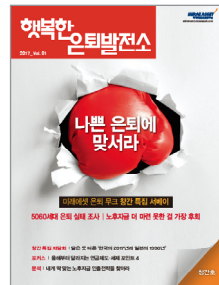
<행복한 은퇴 발전소>를 읽고 느낀 점이나 기사에 대한 생각, 다뤘으면 하는 주제 등 다양한 의견을 기다립니다. 이메일이나 팩스로 이름, 주소, 휴대전화 번호와

함께 보내시면 됩니다. 소중한 의견이 채택된 독자 여러분께는

'미래에셋은퇴연구소'에서 발간하는 서적을 선물로 드립니다.

보내주신 글은 편집상 일부 수정될 수 있다는 점을 양해해주시기 바랍니다.

이메일 rmi@miraeasset.com 팩스 02-3774-2084



Vol.01

발행일 2017년 3월 10일 발행처 미래에셋자산운용 발행인 김경록 미래에셋은퇴연구소 소장
 편집위원 이상건 상무, 김동엽 이사, 윤치선 연구위원, 안태관 선임연구원
 제작 대행 동아일보사 출판국 편집디렉터 김경화 아트디렉터 강부경 교열 배영조
 주소 (03159) 서울시 중로구 종로33 Tower1 13층(청진동, 그랑서울) 인쇄 (주)중앙문화인쇄
 가격 4900원

*이 책에 실린 어떤 내용도 무단복제해서 사용할 수 없습니다.

정기구독 안내

<행복한 은퇴 발전소>는 연간 4회 발행되는 은퇴 무크지입니다.

정기구독을 신청하시면 원하는 곳에서 편하게 받아보실 수 있으며,

구독료가 인상되더라도 계약기간 만료 시까지 종전 가격으로 구독할 수 있습니다.

국내 1년 구독료 1만8000원

정기구독 신청 및 문의 02-361-1093/ mites337@donga.com

계좌번호 국민은행 870-01-0149-959, 예금주 동아일보(CMS코드 77777)

독립 투자전문그룹, 미래에셋



제16-05896호
 (2016.11.15 ~ 2017.05.14)

시장은 예측할 수 없어도 수익은 관리할 수 있습니다

6개월 뒤, 1년 뒤 시장상황은 아무도 모릅니다. 그러나 투자전문가는 금리+α의 수익을 추구하는 다양한 방법을 알고 있습니다. 전문가가 변동성을 관리하는 펀드로 자산을 키우십시오.

**미래에셋
밸런스롱숏펀드**

4.02% 1년 수익률
BM 2.26% 1년 수익률

**미래에셋
글로벌다이나믹
채권펀드**

16.33% 3년 수익률
BM 17.32% 3년 수익률

**미래에셋
배당프리미엄펀드**

28.86% 3년 수익률
BM -1.38% 3년 수익률

NEW
**미래에셋
다양한자산기회
포착펀드**

※ 자 펀드 기준

연금저축도 퇴직연금도, 미래에셋 안정적 수익 추구형 펀드

펀드명	6개월	1년
미래에셋 밸런스롱숏 증권투자자산신탁(채권혼합) 수익률(세전기준)	0.50%	4.02%
종류C-1	0.18%	3.38%
BM	0.82%	2.26%

펀드명	1년	3년	설정이후
미래에셋 글로벌다이나믹 증권투자자산신탁(채권) 수익률(세전기준)	6.56%	16.33%	69.54%
종류A	5.86%	14.06%	61.47%
BM	2.99%	17.32%	60.58%

펀드명	1년	3년	설정이후
미래에셋 배당프리미엄 증권투자자산신탁(주식혼합) 수익률(세전기준)	5.61%	28.86%	52.85%
종류A	4.61%	25.23%	46.28%
BM	2.74%	-1.38%	0.91%

NEW 미래에셋 다양한자산기회포착
 전세계 다양한 종류의 자산에 투자하여 안정적인 수익을 추구합니다
 BM : MSCI AC World(40%)+Citigroup WGB(40%)+S&P GSCI(20%)
 환매방법 : 제45영업일 기준가로 제49영업일 지급 *1) 15시 경과 후 환매 청구시 적용 선회수수료 : 납입금액의 1.0% 이내 환매수수료 : 30일 미만: 이익금의 70%, 30일 이상 90일 미만: 이익금의 30%
 총보수 : 연 1.26%(운용: 0.50%, 신탁: 0.04%, 판매: 0.70%, 일반사무: 0.02%)
 펀드등급 : 2등급(높은위험)
 ※ 피투자펀드 보수 등 추가비용 발생가능

다양한 안정적 수익 추구형 펀드 미래에셋 글로벌인컴펀드 / 미래에셋 로우볼인덱스펀드 / 미래에셋 배당과인컴펀드
 ■ 출처: 제로인 ■ 기준일: 2016.10.31 ■ 과거 실적이 미래수익을 보장하지 않음

■ 집합투자증권에 취득하기 전에 투자대상, 보수·수수료 및 환매방법 등에 관하여 (간이)투자설명서를 반드시 읽어 보시기 바랍니다. ■ 집합투자기구는 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에 귀속 됩니다. ■ 투자대상국가의 시장, 정치 및 경제상황 등에 따른 위험과 자산가치의 손실이 발생할 수 있습니다. ■ 외화 표시 자산의 경우 환율 변동에 따라 투자손실이 발생할 수 있습니다. ■ 중류형 클래스에 부과되는 보수·수수료의 차이로 운용실적이 달라질 수 있습니다. ■ 이 상품은 예금자 보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다.

원칙을 지키는 투자 -
MIRAE ASSET
 미래에셋자산운용

팟캐스트

노후가 행복해지는 습관

행복한 은퇴 발전소

김과장도 박차장도 이부장도 궁금한
연금과 투자, 노후준비의 모든 것
매주 30분 팟캐스트 '행.은.발'에서 들어보세요!



팟캐스트 '행복한 은퇴 발전소'를 만나는 법

안드로이드 폰 : '팟빵' 앱 설치 후 로 검색

아이폰 : podcast 앱에서 로 검색

MIRAE ASSET
미래에셋은퇴연구소