



COVER STORY

의료비를 부탁해

한국인의 건강수명 73세. 60세에 은퇴하면 부부가 함께 건강하게 지낼 수 있는 시간은 13년밖에 안 된다. 그 후로는 크고 작은 질병을 짊어지고 산다. 노후를 위한 의료비 준비를 미룰 수 없는 이유다. 국민건강보험과 민간 의료보험을 잘 활용하면 질병 위험과 의료비 증가에 대비할 수 있다. 각 보험상품이 가진 혜택과 연령별 활용방법에 대해 알아본다.



2015 JULY·AUGUST
vol. 44



COVER STORY

06 나이 들수록 의료비 증가... 의료비 어떻게?

08 노후 의료비 준비를 위한 4단계

12 모르면 손해! '국민건강보험'의 특별한 혜택

14 노후생활의 진정한 동반자 '노인장기요양보험'

16 알쏭달쏭 보장성보험, 제대로 알고 가입하자

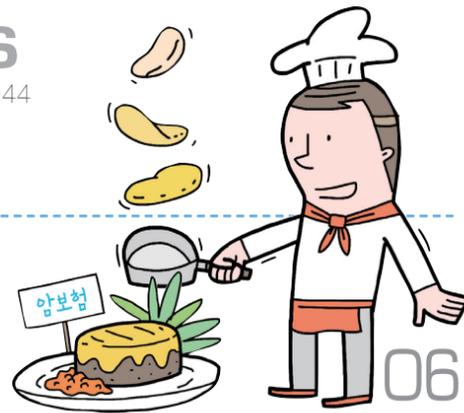
18 TIP '의료비 영수증' 제대로 볼 줄 알아야 보험금 제대로 챙길 수 있다

28 Issue & Focus 통합연금포털, 200% 활용하기

30 부동산으로 노후자금 만들기 초저금리 시대, 수익형 부동산 '인기' 공실 발생, 역레버리지 등 위험 요인 주의해야

32 글로벌 은퇴 이야기 "크리스 할아버지의 새 건강 도우미를 소개합니다"

34 지금 다시 일하려 갑니다 은퇴 후 재취업에 성공하려면? 나의 구직 활동을 모두에게 알려라



20 20, 30대가 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

21 40, 50대가 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

22 60대 이상이 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

24 TIP 의료비는 줄이기 힘들지만 세금은 줄일 수 있다

36 초노인으로 살아가기 은퇴 후, 누가 나를 필요로 할까?

38 장수식품 열전 여름 불면증? '수박' 한 덩어리면 OK!

40 Books <내 아이에게 무엇을 물려줄 것인가> 자식 걱정 없는 노후를 원한다면?



COVER STORY
의료비를 부탁해

나이가 들수록 의료비가 많이 든다는데, 어떻게 하지? 국민건강보험부터 민간 의료보험까지 다양한 보험상품에 가입하고 있지만, 정작 언제 어떤 보장을 얼마나 받을 수 있는지는 잘 모른다. 갑자기 아프거나 다쳤을 때 돈이 부족하진 않을까? 각 보험상품의 특징과 연령별 활용방법을 알아보자.



32

나이 들수록 의료비 증가!

의료비 어떻게 해?

인생 100세 시대, 누구나 건강한 100세를 꿈꾼다. 하지만 현실은 그렇지 못하다. 한국인의 건강수명은 73세에 불과해 60세에 은퇴하면 부부가 함께 건강한 노년을 보낼 수 있는 기간은 13년에 불과하다. 나이가 들수록 증가하는 중증질환 발병률, 해가 갈수록 늘어나는 진료비 지출, 하지만 기껏 가입한 보장성보험은 제대로 유지가 안 돼 정착 필요할 때 도움 이 안 될 때가 많다. 인생 100세 시대 의료비 준비, 어떻게 해야 하나?

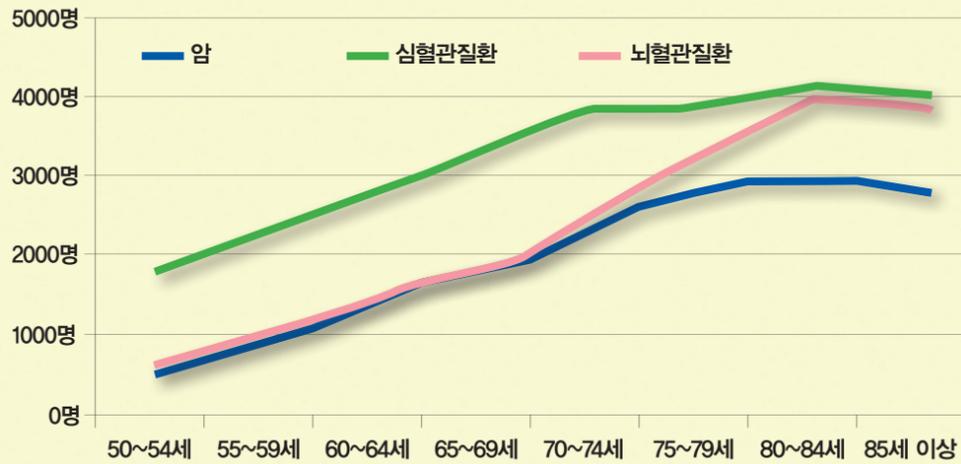
은퇴 후 부부가 함께 건강하게 사는 기간은 13년



• 현재 60세 한국인의 건강수명은 73세(남자 72.6세, 여자 73.4세)
60세에 은퇴생활을 시작하면 부부가 함께 건강하게 생활하는 기간은 13년에 불과해 그 후로 오랫동안 크고 작은 질병을 짊어지고 살아야 한다.

고령으로 갈수록 중증질환 발병률 증가

연령별 남성 3대 질병 발생 추이(10만 명당)



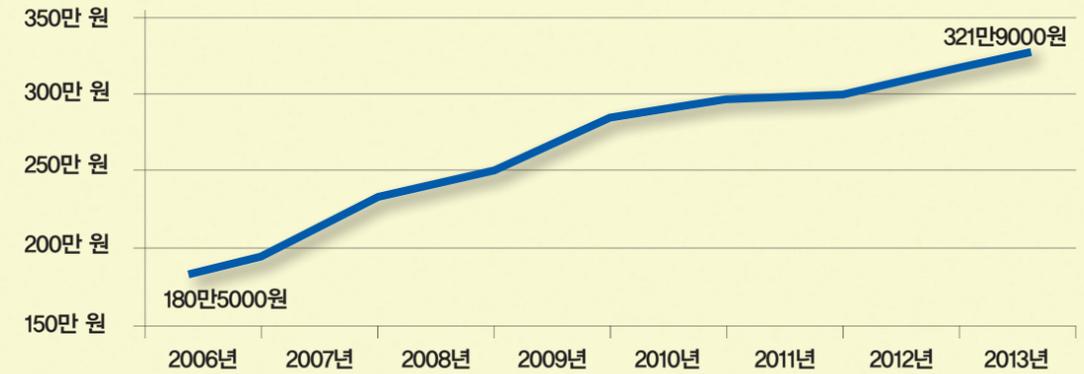
• 50대 초반(50~54세)과 80대 초반(80~84세) 3대 질환 발병률 2배~5배 차이
50대 초반과 80대 초반 남성 10만 명당 3대 질환 발병률을 비교해 보면, 암은 5배, 심혈관질환은 2배, 뇌혈관질환은 5배나 차이가 난다.
이 같은 통계를 보면 고령으로 갈수록 전체 생활비에서 의료비와 간병비가 차지하는 비중이 커질 것으로 예상된다.



65세 이상 진료비 지출 매년 증가

• 고령자 진료비 매년 8% 증가
의료 및 보건 기술의 발달로 수명도 증가했지만, 의료비 부담도 꾸준히 증가하고 있다. 65세 이상 1인당 진료비는 최근 7년(2006~2013년) 동안 연 8%씩 증가하고 있다.

65세 이상 1인당 연평균 진료비

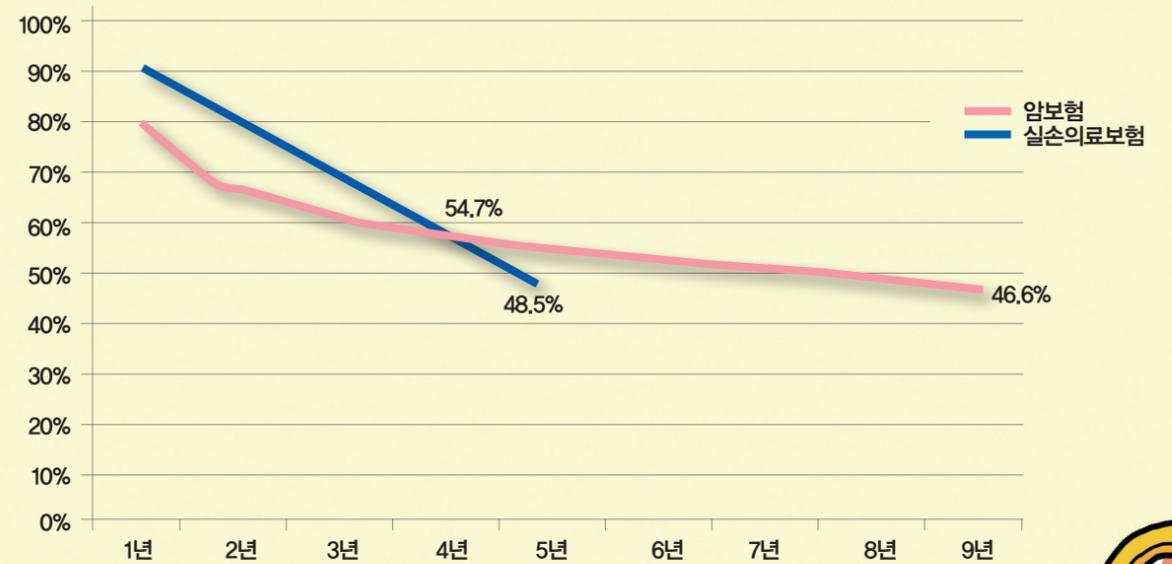


(자료 : 건강보험심사평가원) * 이 자료에는 비급여 진료비(선택진료비)는 불포함

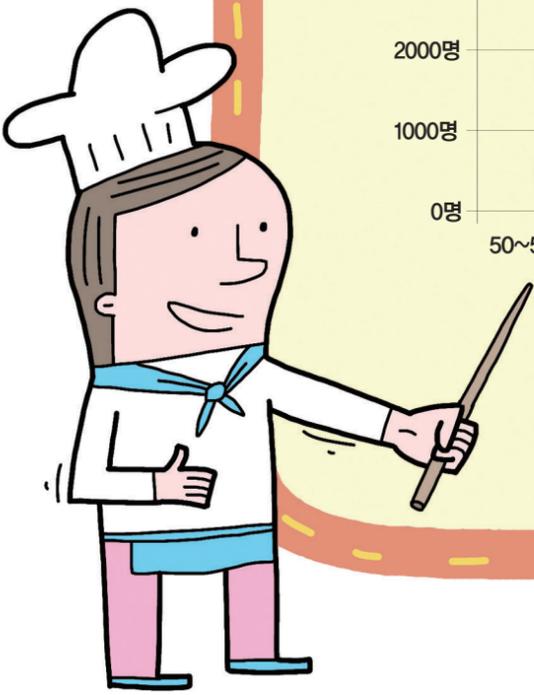
보험 가입 후 유지 잘 안 됨

• 암보험 및 실손보험 가입자 10명 중 4명은 5년 후 보험 효력 상실
나이가 들수록 질병 발병률과 진료비가 증가하므로 이렇게 보험계약 효력이 상실되면 정착 의료비가 필요할 때 지원을 받지 못하게 된다.

민간의료보험 가입 후 누적유지율 추정 및 예측모형



(자료 : 보험연구원, 생명보험 상품별 해지율 추정 및 예측모형, 2010년)



노후 의료비 준비를 위한 4단계

지인들의 권유로, 또는 필요에 의해 가입한 보험이 여러 개 있지만 정작 어떤 혜택을 받을 수 있는지, 만약의 경우를 대비하기에 충분한지 알 수 없다. 건강 100세를 위해 꼭 필요한 노후 의료비, 지금 당장 체크해보자.

글 김동업 미래에셋은퇴연구소 이사 dy.kim@miraeasset.com

요즘 ‘냉장고를 부탁해’라는 예능 프로그램이 인기다. 출연자가 자기 집에 있는 냉장고를 가져오면, 셰프들은 냉장고 안에 있는 재료를 가지고 요리 대결을 펼친다. 냉장고에 남아 있는 재료란 게 다 그렇듯 특별히 뭘 만들겠다고 구입한 것이 아니다. 무슨 요리를 만들다 남았는지, 언제 넣어뒀는지도 기억나지 않는 자투리 재료들이 셰프들의 손을 거치면서 순식간에 먹음직스러운 요리로 돌변한다. 방송을 보다 문득 이런 생각을 해봤다. 냉장고를 셰프에게 맡기듯 ‘누군가 노후 의료비 준비를 맡아줄 전문가가 있었으면, 그게 안 되면 누군가가 의료비 준비방법이라도 알려줬으면...’ 하는 생각 말이다.

Step 1 어떤 보험에 가입하고 있는지 살핀다

‘냉장고를 부탁해’와 노후 의료비 준비 사이에는 몇 가지 공통점이 있다. 먼저 집집마다 냉장고에 들어 있는 음식 재료가 다르다. 그래서 냉장고 문이 열리자마자 셰프들 눈은 어떤 식자재가 있는지부터 살피느라 바쁘다. 의료비 준비도 마찬가지다. 사람마다 의료비 준비 현황에 차이가 난다. 국가에서 실시하는 국민건강보험에만 달랑 가입해 있는 사람이 있는가 하면, 실손보험이다 암보험이다 해서 여러 민간 의료보험을 두루 갖추고 있는 사람도 있다. 따라서 각자가 어떤 의료보험에 가입해 있는지부터 살펴야 한다.

그러면 자신이 가입한 보험을 어떻게 알 수 있을까? 보험에 가입할 때 받은 증권을 확인해도 되고, 보험회사 홈페이지를 통해서도 알아볼 수 있다. 문제는 보험증권도 없고, 어느 보험회사에 어떤 상품을 가입해 있는지도 모르는 경우다. 설마 그런 사람이 있을까 하고 의아해할 수도 있지만, 때론 필요에 따라 때론 주변의 권유에 못 이겨 보험상품을 가입하다

보면 자기가 어떤 보험에 가입해 있는지 모를 수도 있다. 이 때는 생명보험협회(www.klia.or.kr)나 손해보험협회(www.knia.or.kr) 홈페이지를 방문해 ‘보험가입 조회’를 신청하면 1, 2일 후에 자신이 가입한 보험을 한 번에 조회할 수 있다.

Step 2 어떤 보장이 얼마만큼 필요한지 살핀다

‘냉장고를 부탁해’ 출연자들은 자신들이 좋아하는 음식과 싫어하는 음식에 대해 설명하고, 냉장고에 담긴 재료를 가지고 구체적으로 어떤 음식을 만들어달라고 요구한다. 마찬가지로 의료비 설계를 제대로 하려면 그 사람의 나이와 소득, 가족 상황 등을 고려해야 한다.

예를 들어보자. 요즘 젊은이들 중엔 결혼을 하지 않고 혼자 사는 사람이 많다. 이혼을 하고 홀로 된 경우도 드물지 않다. 홀로 사는 사람이 아프거나 다치면 단순히 치료비만 필요한 것이 아니다. 암과 같이 장기간 치료를 요하는 중증질환을 앓고 있다면 치료 받으러 병원에 다니는 동안 소득이 줄거나 경우에 따라 직장을 잃을 수도 있다. 따라서 이들 입장에선 병원비를 보장해주는 실손보험도 필요하지만, 최소한 치료받는 동안 소득을 보전해줄 수 있는 정액형 보험도 필요하다. 맞벌이도 마찬가지다. 대다수 맞벌이 부부가 두 사람의 소득에 의지해 생계를 꾸려나가기 때문에 부부 중 한 사람이 질병이나 사고로 소득을 상실하면 어려움을 겪을 수밖에 없다.

Step 3 이미 가입한 보험의 보장 내용을 파악한다

어떤 보장이 필요한지를 살핀 다음에는 이미 가입한 보험에서 어떤 보장을 받을 수 있는지 비교해봐야 한다. 좋은 셰프란 식자재의 특성을 완벽히 파악한 다음 식감을 제대로 살

려내야 좋은 요리사라고 할 수 있다. 의료비도 마찬가지다. 각종 민간 의료보험이 가지고 있는 특성을 제대로 파악한 후 각자의 요구에 맞춰 적절히 활용할 수 있어야 한다.

이것저것 가입한 보험상품이 많다면 ‘의료비 보장 요약표’를 만드는 게 좋다. ‘암’에 대한 보장을 예로 들어보자. 최초 암 진단을 받았을 때, 암 수술을 했을 때, 방사선이나 항암 치료를 받기 위해 입원했을 때 각각 보험금으로 얼마나 받을 수 있는지 정리해주는 것이다. 그리고 보험금으로 병원비와 간병비를 충당하는 데 부족하지 않은지, 혹시 치료기간 동안 다른 가족이 생계를 유지하는 데 어려움을 겪지 않는지 살펴야 한다. 그리고 각종 보장을 언제까지 받을 수 있는지도 반드시 확인해두어야 한다.

물론 일반인이 보장 내용을 일일이 분석하고 정리한다는 것이 생각처럼 쉽지만은 않다. 비전문가 입장에서 보험이나 의학 관련 용어가 어렵기도 할뿐더러 보험회사와 상품마다 보장하는 질병이 각기 다르기 때문이다. 이럴 때는 혼자서 끙끙 앓지 말고 보험회사나 보험설계사에게 도움을 청하면 된다.

김미래 씨의 ‘암’ 의료비 보장 요약표

상품명	A생명(종신보험)	B생명(C보험)	C화재(임직원단체보험)
계약자	김미래		
피보험자	김미래		
계약일	2004. 7. 25	2009. 9. 13	2014. 12. 31
보장기간	(80세)	(100세)	2014. 12. 31
암 진단 시	3000만 원	5000만 원	3000만 원
암 입원 시	3만 원	5만 원	-
암 수술 시	100만 원	300만 원	-

Step 4 보장 내용을 내게 맞게 조정한다

‘냉장고를 부탁해’를 보면 셰프들이 요리를 할 때 냉장고 안에 있는 재료라고 해서 전부 다 사용하지 않는다. 요리를 만드는 데 꼭 필요한 재료만 가져다 쓴다. 의료비 준비를 할 때도 마찬가지다. 2단계에서 어떤 보장이 얼마나 필요한지 계산하고, 3단계에서 이미 준비한 보장이 얼마나 되는지 살펴보는 과정에서 ‘현재 어떤 보장이 충분하고, 어떤 보장이 부족하지’ 알 수 있다. 주어진 예산 범위 내에서 필요한 보장을



만으려면 경우에 따라 중복된 보험은 해지하고 부족한 보장은 더 구입해야 할 수도 있다.

그렇다고 무턱대고 보험계약을 해지해서는 안 된다. 여기에도 원칙이 있다. 기존 보험을 해지했을 때 어떤 보장을 받지 못하는지 살펴야 한다. 의료실손보험을 예로 들어보자. 이 상품은 병원에서 발생한 의료 실비를 보장해주는 상품이다. 2009년 9월 이전 의료실손보험에 가입한 사람은 본인이 부담한 병원비를 전액 보장받을 수 있다. 하지만 2009년 10월 이후 가입자는 90%만 보장받는다. 그리고 2015년 9월 이후부터는 그 보장 비율이 다시 80%로 축소된다. 따라서 과거에 가입한 의료실손보험을 해지하고 새로운 보험에 가입하면 오히려 보장이 줄어들 수도 있으므로 주의해야 한다.

통상 민간 보험상품은 2개월 동안 보험료를 납부하지 않으면 계약의 효력이 상실되기 때문에 아프거나 다치더라도 보장을 받을 수 없다. 물론 밀린 보험료를 납부하면 보험 계약을 부활시킬 수도 있지만, 이때 보험회사가 건강검진을 요구할 수도 있다. 건강검진 결과에 따라 보험 계약을 다시 살리지 못할 수도 있다. 이렇게 되면 맑은 날 우산을 들고 다니다 정작 비 오는 날엔 우산을 두고 오는 꼴이 될 수도 있다. 나이가 들어갈수록 기존에 가입한 보험 관리에 더 신경을 써야 하는 이유다. ☐

연령별 Check Point

요리사는 고객의 취향과 재료의 특성을 고려하여 요리할 때 칭찬받는다.
의료비도 마찬가지다. 시기별 니즈와 보험의 특성을 고려하여 준비할 때
비용을 절감할 수 있다.



세대별 Check Point

구분	세대	20, 30대 → P 20	40, 50대 → P 21	60대 이상 → P 22~23	공통
	특징		사회 초년기·가족 형성기 소득 ↓ 질병 위험 ↓	가족 성숙기·중년기 소득 ↑ 질병 위험 ↑	은퇴·노후생활기 소득 無 질병 위험 ↑
국민건강 보험 → P 12~13		<ul style="list-style-type: none"> 고운맘 카드 영·유아 건강검진 신생아 보육기 지원 	<ul style="list-style-type: none"> 이직 시 건강보험 임의가입자 제도 활용 40세 생애전환기 건강검진, 암검진 	<ul style="list-style-type: none"> 자녀의 피부양자로 등록 66세 생애전환기 건강검진 치아 보철·교정 	<ul style="list-style-type: none"> 중증질환자 진료비를 경감하는 산정특례 등록제 진료비를 환급받는 본인부담 상한제 무료 건강검진 포괄간호 서비스
노인장기 요양보험 → P 14~15				<ul style="list-style-type: none"> 간병비 마련 	<ul style="list-style-type: none"> 신청 자격·절차 소개 서비스 항목·지원금액 소개 유효기간과 갱신 소개
보장성 보험 → P 16~17		<ul style="list-style-type: none"> 실손의료보험 직장단체보험 보장 내용 확인 	<ul style="list-style-type: none"> 보장성보험 정비 및 추가 가입 실효된 보험 부활 	<ul style="list-style-type: none"> 보험 전문가의 조언을 얻어 보험금 수령 	<ul style="list-style-type: none"> 실손의료보험과 정액형보험 소개 보험 가입 시 알아두면 좋은 용어 설명 (피보험자, 계약자, 수익자, 만기환급형, 순수보장형 등) 보험상품 갈아탈 때 주의사항



모르면 손해! '국민건강보험'의 특별한 혜택

건강할 때는 다달이 낼 때마다 부담으로만 느껴지지만, 집안에 아픈 사람이 한 명이라도 있으면 건강보험만큼 든든한 보호자도 없다는 것을 실감하게 된다. 노후 의료비를 줄여주는 국민건강보험의 혜택, 어떤 것이 있을까.

글 안태관 미래에셋은퇴연구소 선임연구원 Taekwan.an@miraeasset.com



과 그렇지 못한 비급여항목으로 나뉘진다. 일반적인 진찰·검사·처치·수술비용은 대부분 급여항목에 해당하는데, 이 경우 환자는 진료비 중 20%만 납부하면 된다. 이만하면 일반 환자들 입장에서선 경제적 부담을 상당히 덜 수 있다.

문제는 암과 같은 중증질환을 앓는 환자들이다. 이들은 고가의 수술과 장기간 치료를 받아야 하는 까닭에 진료비의 20%라고 해도 그 부담이 만만치 않다. 이때 '산정특례 등록'을 하면 진료비를 추가로 할인받을 수 있다. 구체적으로 암환자와 중증화상자의 경우 진료비 급여항목의 5%만 납부하면 되고, 희귀난치성질환자는 10%만 납부하면 된다. 다만 비급여항목이나 선택진료비, 상급병실료 등은 지원 대상에서 제외된다.

산정특례 등록을 하려면 어떻게 해야 할까? 본래는 담당사에게 '건강보험 산정특례 등록신청서'를 발급받아 건강보험공단으로 환자나 보호자가 등록 신청을 해야 하지만, 의료기관에서 환자의 동의를 받아 등록 신청을 대행해줄 수도 있다. 확진일로부터 30일 내에 건강보험공단에 등록을 하면 확진일로부터 5년간 산정특례 적용을 받을 수 있고, 30일이 경과한 후 신청하게 되면 신청일부터 산정특례 적용을 받게 된다.

혜택 2 질병 예방을 위한 '건강검진'

치료 못지않게 중요한 것이 예방이다. 그래서 건강보험은 일반건강검진과 생애전환기 건강진단 그리고 국민암검진을

제공하고 있다. 일반건강검진은 모든 연령대에서 기본적인 건강 상태를 파악하는 데 유용한 검진이다. 검진 항목으로는 시력·청력 및 신체 계측, 비만도, 혈압, 소변, 구강검진, 흉부 X선, 간 기능 및 신장 기능 검사가 있다. 생애전환기 건강진단은 가입자가 40세, 66세가 되었을 때 행해지며 연령별 특성에 맞춘 진단을 무료로 받을 수 있는 장점이 있다.

국민암검진은 발병률이 높고 조기 진단 및 치료가 가능한 5대 암(위암, 유방암, 간암, 대장암, 자궁경부암)을 중심으로 진행된다. 검진에 관한 자세한 내용은 아래 표를 참고하면 된다.

건강보험공단은 앞서 소개한 건강검진표를 안내문과 함께 공단에 등록된 주소지로 우편 발송하고 있다. 단, 직장가입자의 일반건강검진은 회사로 통보하고 있다. 우편으로 받은 검진표를 지참하여 전국의 건강검진 병원에 제출하면 진단을 받을 수 있다.

국민건강보험에서 제공하는 건강검진

구분	대상자	검진 주기	비용
일반 건강검진	• 가입자 - 제한 없음 • 비부양자 - 만 40세 이상	2년에 1회 (비사무직은 1년에 1회)	무료
국민 암검진	• 위암, 유방암, 간암 - 만 40세 이상 • 대장암 - 만 50세 이상 • 자궁경부암 - 만 30세 이상	• 위암, 유방암, 자궁경부암 - 2년 주기 • 대장암, 간암 - 1년 주기	• 수검자 10% 부담 • 자궁경부암은 무료
생애전환기 검진	만 40세, 66세	-	무료

혜택 3 간병비 부담 낮추는 '포괄간호 서비스'

우리나라는 가족 중 한 사람이 입원하면 치료비 못지않게 간병 부담이 크다. 병원에서 치료는 해주지만 간병 서비스는 제공하지 않기 때문이다. 따라서 가족 중 한 사람이 병수발을 들거나, 여의치 않으면 간병인을 고용해야 하는데 비용이 만만치 않다. 환자 가족의 간병에 따른 부담을 덜어주기 위해 도입된 것이 '포괄간호 서비스' 제도이다. 포괄간호 서비스란 그 동안 가족들이 해오던 환자 간병을 간호사와 간호조무사가 대신해주는 서비스다.

이 제도의 도입으로 환자 가족들은 간병에 따른 육체적, 정신적 부담뿐만 아니라 경제적 부담 또한 상당 부분 덜 수 있

진료비 환급받는 '본인부담 상한제'

진료비 중 '본인부담금'이 일정 규모 이상이면 건강보험공단에서 일부를 돌려주는데 이를 '본인부담 상한제'라고 한다. 본인부담금이란 급여항목 중 건강보험공단이 지원하는 금액을 제외한 금액으로 본인이 병원에 납부하는 금액을 말한다.

그러면 얼마나 돌려받을 수 있을까? 환급금은 건강보험료에 따라 차이가 난다. (아래 표 참조) 예를 들어 김미래 씨의 2014년 월평균 건강보험료는 20만 원이고, 납부한 총 본인부담금이 1000만 원이라고 가정하자. 김미래 씨의 월평균 보험료 20만 원은 7단계에 해당하므로 상한액은 506만 원으로 결정된다(상한액은 본인부담금과 상관없이 전년도 월평균 보험료에 의해 정해짐). 따라서 환급액은 총 본인부담금과 상한액의 차액인 494만 원이 된다.

초과금액을 돌려받는 방법에는 두 가지가 있다. 먼저 병원 한 곳에만 입원했다면 병원에서 환자의 초과금액을 진료비에서 차감해 환급액을 받는다. 개인은 본인부담금 상한액까지만 납부하므로 추가 신청 절차는 필요 없다. 만약 다수의 병원에서 진료를 받았다면 건강보험공단은 환자의 연간 본인부담금 상한액을 초과하는 진료비를 정산하여 계좌로 입금해준다.

각 단계별 월평균 건강보험료와 상한액

단계	기준보험료		상한액
	월평균 직장보험료	월평균 지역보험료	
1단계	~3만440원	~9830원	121만 원
2단계	3만440원~4만5640원	9830원~1만5890원	151만 원
3단계	4만5640원~6만7410원	2만4050원~5만4430원	202만 원
4단계	6만7410원~10만3010원	5만4430원~10만5000원	253만 원
5단계	10만3010원~13만2770원	10만5000원~14만1000원	303만 원
6단계	13만2770원~17만9700원	14만1000원~19만870원	405만 원
7단계	17만9700원~	19만870원~	506만 원

(출처: 국민건강보험공단)

게 됐다. 이전에는 간병인을 별도로 고용하려면 하루에 7만~8만 원이 넘는 비용이 들었지만, 포괄간호 서비스를 이용하면 입원비에 하루 3800~7450원(6인실 기준)만 추가로 부담하면 된다.

현재 공공병원을 중심으로 시범적으로 운영되고 있는 포괄간호 서비스는 2018년부터는 대형병원 등으로 단계적으로 확대될 계획이다. 포괄간호 서비스를 받기 원하면 시범사업 병원의 담당주치의 동의를 받아 건강보험공단에 제출하고 입원하면 된다. □

혜택 1 중증환자 진료비 90~95% 지원받는 '산정특례 등록제'
병원 진료비는 건강보험의 혜택을 받을 수 있는 급여항목

노후생활의 진정한 동반자 ‘노인장기요양보험’

노인장기요양보험은 고령이나 노인성 질병, 치매 등으로 일상생활을 혼자서 수행하기 어려운 노인들에게 요양비용과 각종 서비스를 지원해주는 제도다. 우리나라 국민이라면 누구나 가입하고 있는 국민건강보험료에 포함돼 있어 별도로 가입할 필요가 없다.

글 윤치선 미래에셋은퇴연구소 연구위원 chisunyon@miraeeasset.com

필자의 장인이어른은 몇 가지 중증질환 때문에 인근 요양병원에 머물고 계신다. 처음에는 본인뿐 아니라 가족들도 걱정이 많았다. 그러나 집에 있는 것이 환자는 물론이고 가족 모두에게 불편을 초래한다는 주변의 권유에 따라 요양병원으로 옮기게 된 것이다. 그리고 병원비의 상당 부분이 ‘노인장기요양보험’에서 지원된다는 사실도 이런 결정을 내리는 데 도움이 되었다.

노인장기요양보험은 고령이나 노인성 질병, 치매 등의 사유로 일상생활을 혼자서 수행하기 어려운 노인들에게 요양비용과 각종 서비스를 지원해주는 제도로, 이용자들의 만족도도 상당히 높다. 지난해 말 보건복지부가 실시한 ‘2014년도 노인장기요양보험 서비스 만족도 조사 결과’를 보면 만족도가 89.1%에 달한다. 그러나 여전히 이 제도를 잘 모르고 있는 사람들이 많은 것도 사실이다. 아마도 고령자 혹은 노인성 질환에 걸린 사람만 이 제도의 혜택을 볼 수 있기 때문에 본인과는 큰 연관이 없다고 생각하는 것이 주원인일 것이다. 그러나 고령화가 심해지고 있는 한국의 현실을 감안해볼 때 노인장기요양보험 제도는 무관심으로 일관할 대상이 아니다. 언제 부모님, 혹은 장인·장모님, 나아가 본인이 이 제도의 혜택을 받지 모른다. 미리미리 알아둘 필요가 있다.

신청 자격과 절차는?

먼저 신청 자격을 살펴보자. 사람들이 흔히 착각하는 것 중 하나는 노인장기요양보험 혜택을 받으려면 별도로 이 제도에 가입해야 하는 줄 알고 있는 것이다. 그러나 노인장기요양보험은 따로 가입할 필요가 없다. 우리나라 국민이라면 누구나 납부하고 있는 건강보험료에 장기요양보험이라는 명목으로 매달 납

〈표 1〉 재가급여 한도액과 본인부담금

등급	월 한도액	본인 일부 부담금		
		일반 대상자 (15%)	의료급여 수급권자/감경 대상자	기초생활 수급권자
장기요양 1등급	118만5300원	17만7790원	8만8890원	면제
장기요양 2등급	104만4300원	15만6640원	7만8320원	
장기요양 3등급	96만4800원	14만4720원	7만2360원	
장기요양 4등급	90만3800원	13만5570원	6만7780원	
장기요양 5등급	76만6600원	11만4990원	5만7490원	

부하고 있기 때문이다. 그래서 65세 이상 노인 및 치매 등 노인성 질환을 가진 65세 미만의 국민이면 누구나 신청이 가능하다. 신청 절차도 간단한 편이다. 건강보험공단 홈페이지에서 서식을 출력한 후 수급자가 거주하는 지역의 건강보험공단에 제출하면 공단에서 등급 판정을 위해 거주지로 방문조사를 한다. 그리고 2주 정도 후에 1~5등급으로 구분되는 등급 판정이 나오면 등급에 따라 사용금액 한도 내에서 서비스 신청을 하면 된다.

어떤 서비스를, 얼마큼 지원받을 수 있나?

노인장기요양보험이 부담해주는 서비스 종류는 매우 다양하다. 요양원 입소는 물론 방문요양 서비스와 복지용구 임대 서비스도 이용할 수 있다. 방문요양 서비스는 하루에 3시간 최대 4시간까지 집으로 요양보호사가 방문해 신체활동과 가사활동을 지원하는 서비스이며, 복지용구 임대서비스는 환자용 침대나 환자용 변기, 보조지팡이를 신청해서 사용하는 서

비스이다. 그 밖에도 방문목욕, 방문간호, 주·야간보호, 단기보호 등이 있으며, 시설급여 서비스나 특별현금급여 서비스 등도 있다.

장기요양보험의 급여는 크게 재가급여, 시설급여, 특별현금급여로 구분되며 이 중 한 가지씩만 이용이 가능하다. 다만 특별현금급여 지급 대상자는 복지용구(재가급여)를 추가로 이용할 수 있다. 재가급여는 본인의 집에 거주하면서 방문간호 또는 요양 서비스를 받는 것에 대한 급여이다. 일반 대상자의 경우 이용한 총 급여비용 중 15%를 수급자 본인이 부담하고, 85%는 국민건강보험에서 지급한다. 또한 등급에 따라서 〈표 1〉과 같이 76만6600~118만5300원으로 월 지급 한도가 정해져 있다.

예를 들어 장기요양 3등급 일반 대상자인 홍길동 씨가 한 달에 100만 원의 장기요양급여를 이용했다고 가정하자. 홍길동 씨의 본인부담금은 얼마일까? 홍길동 씨가 월 한도를 넘어서 사용한 금액은 3만5200원(100만 원-96만4800원)이고, 월 한도액 중 본인 부담금은 14만4720원(96만4800원×15%)이다. 따라서 홍길동 씨의 부담금은 17만9920원(3만5200원+14만4720원)이 된다.

요양병원 등에 있을 경우 받을 수 있는 시설급여는 원칙적으로 1, 2등급인 사람만 신청할 수 있으나, 3~5등급인 사람도 등급판정위원회에서 시설급여의 필요성을 인정할 경우에는 이용이 가능하다. 이때의 이용금액 한도액은 〈표 2〉와 같으며, 일반 대상자의 경우 이 중 20%는 본인이 부담해야 한다. 또한 치료비 중 건강보험의 적용을 받지 않는 비급여 대상(식사재료비, 상급침실 이용료 등) 또한 전액 본인이 부담해야 한다.

한편 특별현금급여는 장기요양기관이 부족한 지역의 거주자 등에게 제공되는 급여를 말하며, 매달 15만 원이 지급된다.

한번 신청하면 얼마 동안 받을 수 있나?

주의해야 할 점은 장기요양급여를 받을 수 있는 기간이 정해져 있다는 것이다. 한번 신청했다



일러스트·박용민

고 계속 유효한 것이 아니고, 수급자의 심신 상태 등에 따라 최소 1년에서 최대 3년 6개월까지의 기간 동안만 유지된다. 이 유효기간 이후에도 계속하여 급여를 이용하려면 유효기간이 끝나기 90일 전부터 30일 전까지 갱신 신청을 해야 하며, 갱신 신청 절차는 최초 인정 신청 절차와 동일하다.

또한 특수한 경우에는 유효기간 내라도 임의로 급여가 제한될 수 있다. 대표적인 경우가 장기요양보험료를 6회 이상 체납하는 경우이다. 이 경우 국민건강보험공단은 장기요양기관에 지급한 급여비용을 수급자로부터 징수하게 된다. 이 밖에 부정한 방법으로 장기요양 인정을 받은 사실이 드러나거나, 다른 법령에 의거해 장기요양급여에 상당하는 비용을 받게 되는 경우 등에도 장기요양급여는 제한될 수 있다. ㉞

〈표 2〉 시설급여 한도액과 본인부담금

분류	등급	금액 (1일당)	월 금액 (30일 기준)	본인 일부 부담금(30일 기준)		
				일반 대상자 (20%)	의료급여 수급권자/감경 대상자(10%)	기초생활 수급권자
노인요양 시설	1	5만6080원	168만2400원	33만6480원	16만8240원	면제
	2	5만2040원	156만1200원	31만2240원	15만6120원	
	3~5	4만7990원	143만9700원	28만7940원	14만3970원	
노인요양 공동생활 가정	1	5만1290원	153만8700원	30만7740원	15만3870원	면제
	2	4만7590원	142만7700원	28만5540원	14만2770원	
	3~5	4만3870원	131만6100원	26만3220원	13만1610원	

알쏭달쏭 보장성보험, 제대로 알고 가입하자

주변에서 암 같은 중증질환에 걸려 치료비로 고생하는 것을 보면 보험의 중요성을 실감하게 된다. 하지만 막상 보험에 가입하려고 해도 종류가 많고 용어도 어려워 망설이게 된다. 의료비 준비를 위해 보험에 가입하려는 이들이 가장 궁금해하는 질문들을 살펴본다.

글 김동업 미래에셋은퇴연구소 이사 dy.kim@miraeasset.com

오랜만에 대학 친구가 전화를 해서 대뜸 “보험에 가입하려고 하는데 어떻게 해야 하느냐”고 물어왔다. 뜬금없는 질문에 친구에게 자초지종을 물었더니 “얼마 전 아버지가 폐암으로 수술을 받았는데 치료비가 생각했던 것보다 훨씬 많이 들어갔다”며 “그나마 자기는 형제 셋이서 치료비를 나눠 내서 큰 부담은 덜 수 있었다”고 했다. 하지만 친구는 “아버지 병간호를 하는 내내 외동아들 걱정이 머리를 떠나지 않았다”고 했다. 친구 부부가 아무런 준비도 없이 덜컥 아프거나 다치기라도 하는 날엔 아들이 혼자 그 많은 의료비와 간병비를 감당할 수밖에 없다는 생각 때문이었다. 하나뿐인 아들에게 그런 짐을 지우지 않으려면 보험이라도 하나 들어둬야겠는데, 어떤 보험을 얼마나 들어야 할지 몰라서 물어보려고 전화를 했다고 했다.

평소 보험에 대해 안 좋은 선입견을 갖고 있던 사람조차도 주변에 암과 같은 중증질환에 걸려 치료비 문제로 고생하는 것을 보면 보험의 중요성을 느낀다고 한다. 하지만 막상 보험에 가입하려고 하면 보험 종류도 너무 많고, 용어도 너무 어려워 주저하는 경우가 많다. 일반인이 의료비 재원 마련을 위해 보험에 가입할 때 궁금해하는 질문을 살펴보자.

Q 계약자는 뭐고 피보험자는 뭐가?

얼마 전 후배 어머니가 뇌종양으로 수술을 받았다. 후배에게 “어머니가 암보험은 들어됐나”고 물었더니, “그렇다”고 하며 보험증서를 보여줬다. 암보험의 계약자는 어머니, 피보험자는 아버지, 수익자는 어머니로 되어 있었다. 후배 어머니는 보험금을 받을 수 있을까? 정답은 ‘못 받는다’이다. 보장성보

험 계약에서 ‘계약자’란 보험료를 납부하는 사람이라고 보면 되고, ‘수익자’는 질병이나 사고가 발생했을 때 보험금을 받아 가는 사람이다. 마지막으로 보험의 대상이 되는 사람을 ‘피보험자’라고 한다. 보험회사는 피보험자가 아프거나 다쳤을 때 보험금을 수익자에게 지급한다. 따라서 후배의 어머니가 보험금을 받으려면 피보험자를 자신으로 지정해두어야 했다.

Q 실손보험이 좋을까, 정액보험이 좋을까?

실손보험에 가입하면 병원에서 발생한 의료 실비를 보장받을 수 있다. 하지만 병원에서 발생한 의료비라고 해서 전부 지원되는 것은 아니다. 대표적인 것이 입원비다. 건강보험에서 지원되지 않는 상급병실(1인실, 2인실, 상급병실)에 입원한 경우에는 입원비 중 일부만 보장받을 수 있다. 그리고 실손보험에서는 병원비 이외에 간병비도 보장받을 수 없다.

정액보험은 실손보험에 비해 상대적으로 보험료가 비싼 것은 단점이지만, 보장 대상 질병에 걸렸을 때 약정된 보험금을 한꺼번에 수령할 수 있다. 암보험과 중대 질병을 보장하는 CI 보험이 대표적인 정액보험이다. 정액보험 가입자는 질병이나 사고가 발생했을 때 거액의 보험금을 수령할 수 있기 때문에 실손보험에서 보장되지 않는 간병인 비용이나 상급병실 입원비로 사용할 수 있다.

Q 납입기간은 길게 할까, 짧게 할까?

보장성보험에 가입할 때는 계약자가 보험료 납입기간을 선택할 수 있다. 보장금액이 동일한 경우 납입기간이 길면 다달이 납부하는 보험료가 줄어든다. 보험료 납입기간을 길게 했을

때 얻을 수 있는 또 다른 장점은 ‘납입 면제’ 혜택이 있다. 납입 면제 혜택이란 보험 가입자가 보험료를 납입하던 중에 질병이나 상해로 보험료를 납부하지 못하게 됐을 때 보험사가 앞으로 납입할 보험료를 면제해주는 것이다. 예를 들어 암보험 가입자가 보험료를 납입하던 중 암 진단을 받게 되면 더 이상 보험료를 납부하지 않아도 된다.

하지만 보험료 납입기간을 무작정 길게 가져갈 수 없다. 보험료를 두 달 이상 납부하지 않으면 보험 계약의 효력이 상실되어 질병이나 사고를 당해도 보험금을 수령할 수 없기 때문이다. 따라서 가능하면 향후 예상되는 소득기간에 맞추어 납입기간을 설정하는 것이 바람직하다.

Q 보장기간은 얼마나 해야 하나?

보장성보험에 가입할 때는 보장기간도 꼼꼼히 살펴야 한다. 과거에 판매됐던 보장성보험은 기껏해야 75세 또는 80세가 지나면 보장기간이 끝나기 때문에 그 이후에 질병이 발생하더라도 보험금을 받을 수 없었다. 하지만 평균수명이 빠르게 늘어나면서 요즘은 ‘100세 보장’이니 ‘평생보장’이니 해서 보장기간이 대폭 확대된 보장성보험이 많이 출시되고 있다.

Q 만기환급형으로 할까, 순수보장성으로 할까?

순수보장성 보험은 만기가 됐을 때 아무것도 돌려주지 않는 대신 보험료가 상대적으로 저렴하다. 잘 이해가 안 되면 자동차보험을 생각하면 된다. 자동차보험은 가입 후 아무 사고가 없어도 만기가 됐을 때 이미 납입한 보험금을 돌려주지 않는다. 만기환급형 보험은 보험 계약기간이 종료됐을 때 납입한 보험료의 전부 또는 일부를 돌려준다.

그러면 둘 중 어떤 보험이 좋을까? 만기 때 낸 보험료를 돌려준다고 하니 언뜻 만기환급형이 더 좋아 보일 수도 있다. 하지만 반드시 그런 것만은 아니다. 동일한 보장을 해주는 보험의 경우 만기환급형이 순수보장성보다 보험료가 비싸다. 어떻게 보면 순수보장성에 비해 더 받은 보험료를 운용해서 만기 때 돌려준다고 볼 수도 있다. 따라서 보장은 꼭 필요한데 보험료를 납부할 능력은 많지 않은 경우라면 순수보장성 보험에 가입하는 것도 고려해볼 만하다.



일러스트-김영민

Q 보험상품 갈아탈까, 말까?

과거에 가입한 보험을 새로운 보험으로 갈아탈 때는 어떤 것을 주의해야 할까? 먼저 과거에 가입했던 보험의 보장 내용과 새로이 가입하려는 보험의 보장 내용을 꼼꼼히 확인해야 한다. 암보험을 예로 들어보자. 오래전에 가입한 암보험의 경우 갑상선암에 걸려도 보험금 전액을 보장해줬다. 하지만 최근 판매하는 암보험은 갑상선암에 걸렸을 때 보험금의 10~30%만 지급한다. 따라서 보험 계약을 갈아탈 때는 과거에 가입한 보험상품을 해지했을 때 어떤 보장을 잃어버리는지 확인할 필요가 있다.

암보험을 갈아탈 때는 ‘책임개시일’도 반드시 확인해야 한다. 어떤 사람이 새로운 암보험에 가입하면서 기존에 가입하고 있던 암보험을 해지했다고 치자. 그리고 두 달 만에 암에 걸렸다. 이 사람은 보험금을 받을 수 있을까? ‘못 받는다’가 정답이다. 통상 암보험의 경우 보험을 가입한 다음 90일이 지난 다음 발병한 암에 대해서만 보험금을 지급하기 때문이다.

이때 암 보장이 시작되는 시기를 책임개시일이라고 한다. 따라서 암보험을 갈아탈 때는 새로이 가입한 암보험의 책임개시일이 경과된 다음에 기존 암보험을 해지해야 불이익을 당하지 않는다. □

‘의료비 영수증’ 제대로 볼 줄 알아야 보험금 제대로 챙길 수 있다

퇴원할 때 진료비 영수증을 받았다. 그런데 급여, 비급여 등 항목도 많고 무슨 말인지 통 어렵기만 하다. 도대체 국민건강보험이 지원해주는 항목은 무엇이고, 내가 가입한 보험에서는 보험금을 얼마나 받을 수 있을까?

글 안태관 미래에셋에셋연구소 선임연구원 Taekwan.an@miraesaset.com

입원비

병원에서 6인실과 4인실이 없어서 2인실 혹은 1인실만 입원할 수 있다고 합니다. 국민건강보험 혹은 실손의료보험에서 지원받을 수 있나요?

건강보험은 4인실 병실까지의 입원료만 지원합니다. 상급병실과의 차액은 비급여의 선택진료 항목으로 분류되어 환자가 모두 부담해야 합니다. 실손의료보험은 상급병실료와 4인실 입원료의 차액의 50%를 지원합니다.

식대

국민건강보험으로 특식비를 지원받을 수 있나요?

건강보험은 일반식의 50%를 지원하고, 특식은 환자가 비용을 모두 부담해야 합니다. 또한 환자가 임의적으로 요청한 식사는 지원이 안 됩니다.

선택 항목

비용이 부담스러운 CT, MRI, PET(양전자 단층촬영)은 국민건강보험과 실손의료보험에서 각각 얼마나 지원받을 수 있나요?

건강보험 급여 기준에 부합하거나 질환 진단 및 치료 방향 설정을 위해 촬영이 필요한 경우에만 건강보험에서 일부 지원합니다. 즉, 환자는 외래본인부담률(30~60%)만큼 부담합니다. 본인부담금을 정확히 확인하려면 건강보험 심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr)와 상담전화(1644-2000)를 활용하시면 됩니다.

실손의료보험 의사의 소견과 추적 관찰이 필요하다는 진단이 있어야만 검진비용의 80%를 지원합니다.

상한액 초과금

건강보험공단에서 진료비를 돌려준다는데 사실인가요?

건강보험은 ‘본인부담 상한제’를 시행해 개인별 상한액을 넘는 연간 본인부담금을 환자에게 되돌려주고 있습니다. 상한액은 가입자의 연평균 건강보험료를 기준으로 물가 상승률을 반영해 정해지며, 7단계로 구분됩니다. 예를 들어 홍길동 씨의 2015년 총 본인부담금이 600만 원이고, 상한액이 7단계(506만 원)라면, 홍길동 씨는 94만 원(본인부담금 600만 원-상한액 506만 원)을 건강보험으로부터 돌려받습니다. (→ 자세한 내용은 p13 참고)

■ 국민건강보험 요양급여의 기준에 관한 규칙 [별지 제6호서식] <개정 2015.6.30.>

[]외래 []입원 ([]퇴원 []중간) 진료비 계산서·영수증

항목	급여		비급여		금액산정내용	금액
	일부 본인부담	전액 본인부담	선택 진료료	선택진료료 외		
진찰료	100,000	200,000			① 진료비 총액 (①+②+③+④+⑤)	5,960,000
입원료	500,000	2,000,000			② 환자부담 총액 (①-②)+③+④+⑤	2,000,000
식대	300,000	300,000	200,000		③ 이미 납부한 금액	
투약 및 조제료	행위료				④ 납부할 금액 (⑥-⑦)	2,000,000
주사료	행위료	80,000			카드	2,000,000
마취료	행위료	100,000	10,000		현금영수증	
처치 및 수술료					현금	
검사료	50,000	200,000			합계	2,000,000
영상진단료	50,000	200,000			납부하지 않은 금액 (⑥-⑦)	
방사선치료료					현금영수증()	
치료재료대	50,000	200,000			신분확인번호	
재활 및 물리치료료	20,000	80,000			현금영수증 승인번호	
정신요법료					· 요양기관 임의활동공간	
전혈 및 혈액성분제						
CT 진단료	100,000	300,000				
MRI 진단료				400,000		
PET 진단료						
초음파 진단료				100,000		
보철·교정료						
합계	① 1,290,000	② 3,960,000	③ 10,000	④ 200,000	⑤ 500,000	
상한액 초과금					⑥	

선택진료 신청 [] 유 [] 무

요양기관 종류 [] 의원급·보건기관 [] 병원급 [] 종합병원 [] 상급종합병원

사업자등록번호 [] 상호 [] 전화번호 []

사업장 소재지 [] 대표자 [] [인]

년 월 일

환자부담 총액

환자가 부담해야 하는 비용은 무엇인가요?

환자가 부담하는 비용은 ‘본인 일부 부담’(①), ‘전액 본인부담’(③), ‘비급여’(④+⑤)입니다. 우선 환자는 건강보험 혜택을 받을 수 있는 급여항목의 20%를 ‘본인 일부 부담금’으로 납부합니다. 그리고 급여항목의 ‘전액 본인부담’도 짚어집니다. 전액 본인부담 항목에는 응급실 이용과 특정한 주사 처방 등이 있습니다. 또 환자는 ‘비급여항목’을 부담합니다. 건강보험에서는 비급여항목은 지원하지 않습니다.

구분	본인 일부 부담	전액 본인부담	비급여
가격 결정	국민건강보험법	보건복지부	진료기관
의료기관별 비용	동일	동일	임의적

암환자라 진료비 부담이 큼니다. 추가로 지원받을 수 있나요?

암환자는 ‘산정특례 등록제’를 활용해 진료비를 경감받을 수 있습니다. (→ p12 참고) 구체적으로 일반 환자는 진료비 급여항목의 20% 수준을 부담하지만, 암 환자는 단 5%만 부담하면 됩니다. 단, 진료비의 비급여항목이나 선택진료비, 상급병실료 등은 지원받을 수 없습니다.

제가 가입한 실손의료보험으로 얼마나 지원받을 수 있나요?

실손의료보험은 급여항목의 ‘본인 일부 부담’, ‘전액 본인부담’ 그리고 비급여항목의 대부분을 지원합니다. 지원금액은 가입 시기별로 상이합니다. 자세한 내용은 아래 표를 확인하시면 됩니다.

가입 시기별 실손의료보험 지원금액

가입시기	지원 사항
~2003년 9월 30일	모든 진료비 지원, 다른 실손의료보험도 중복 보장
2003년 10월 1일~2009년 9월 30일	환자가 부담하는 진료비의 100% 지원
2009년 10월 1일~2012년 12월 31일	환자가 부담하는 진료비의 90% 지원
2013년 1월 1일~2015년 8월 31일	환자가 부담하는 진료비의 80% 혹은 90% 지원
2015년 9월 1일~	환자가 부담하는 급여 항목 90% 지원, 비급여 80% 지원

실손의료보험이 보상하지 않는 의료항목에는 어떤 것이 있나요?

- 초과 비급여, 한방 비급여 • 본인부담금 상한제에 따라 환급이 가능한 금액(⑥)
- 건강검진, 예방접종 • 외모개선 목적의 치료 • 간병비 등



20, 30대가 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

20, 30대는 의료비를 지출할 일이 많지 않지만, 사회생활을 시작한 지 얼마 되지 않아 소득 또한 많지 않다. 의료비 준비를 할 때 가능하면 적은 비용으로 높은 효율을 얻을 수 있는 방법을 찾아야 한다.

글 안태관 미래에셋은퇴연구소 선임연구원 Taekwan.an@miraeeasset.com

20, 30대는 병원에 가는 일이 그리 흔하지 않다. 또 병원에 가더라도 치료비로 몇천 원밖에 들지 않아 의료비 준비의 중요성을 간과하기 쉽다. 그렇다고 의료비 준비에 예외일 순 없다. 모 아둔 재산이 많지 않은 상황에서 큰 병을 앓거나 큰 사고를 당했다고 생각해보자. 거액의 치료비 마련도 곤혹스러운 일이지만, 치료기간 동안 소득 단절은 더 큰 문제다. 당분간 재산 형성 자체가 불가능한 것은 물론 경우에 따라서 파산에 이를 수도 있다. 확률이 높지 않아도 치명적인 결과를 초래할 수 있다면 대비하는 수밖에 없다. 저축 여력이 많지 않은 현실도 받아들여야 한다. 20, 30대는 사회생활을 시작한 지 얼마 되지 않아 소득이 많지 않다. 다달이 월급 받아 생활비와 자녀교육비를 대기에도 빠듯하다. 따라서 의료비 대책을 세울 때는 가능하면 적은 비용으로 높은 효율을 얻을 수 있는 방법을 찾아야겠다.

Check 1 단체보험 보장 내용부터 확인하라

직장인이거나 회사에서 비용을 부담하는 '직장단체보험'을 먼저 확인하자. 직장단체보험은 회사가 임직원에게 실손의료보험, 정액형 보험, 상해보험을 복리후생 측면에서 제공하는 보험이다. 직장단체 보험에 가입되어 있다면 정액형 보험인 실손의료보험인지 살펴본다. 그리고 단체보험의 보장 내용과 보장 한도를 꼼꼼히 살핀다. 구체적으로 통원치료에도 지원을 받을 수 있는지, 후유장애로 인해 보험금을 수령할 수 있는지, 가족까지 혜택을 받을 수 있는지의 여부 등을 확인한다. 이렇게 직장단체보험을 꼼꼼히 살펴두면 질병이 발생했을 때 직장단체보험을 활용해 의료비 부담을 줄일 수 있다.

Check 2 보험료 부담을 낮춰 가입하라

20,30대는 소득 수준이 낮아 보험을 알뜰하게 가입해야 한

다. 우선 직장단체보험 보장 내용을 확인해 부족한 보장을 찾아보자. 예를 들어 중증질환 보장이 부족하다면 정액형 보험을 추가로 가입해 보장 한도를 높인다. 다달이 내야 하는 보험료가 부담스럽다면 가입 조건을 조정해 가입한다. 구체적으로 보험료 납입기간을 최대한 길게 하여 매달 납입하는 보험료 부담을 낮춘다. 또 순수보장형을 선택하면 환급형보다 매달 내야 하는 보험료 부담이 줄어든다.

Check 3 출산·육아에 건강보험을 최대한 활용하라

자녀를 출산하고 양육하다 보면 가계 살림이 어려워지는 경우가 많다. 특히 자녀를 위한 의료비 지출이 만만치 않아 곤혹스럽다. 국민건강보험에서는 자녀의 의료비 고민을 해결하기 위해 영·유아를 대상으로 다양한 지원을 제공하고 있다.

국민건강보험에서는 임신부에게 '고운맘카드'를 지급해 임신과 출산 관련 진료비 50만 원을 지원하고 있다. 고운맘카드를 임신 사실을 의사로부터 확인받은 후 금융기관에 신청하면 수령이 가능하다. 또 미숙아 및 저체중아를 위해 신생아 보육기(인큐베이터)를 지원하고 있다. 전국 가구 월평균 소득 150% 이하 가구를 대상으로 본인부담금 100만 원 미만은 전액 지원하며, 100만 원 초과 시 본인부담금 중 100만 원을 제외한 금액의 80%까지 추가 지원한다. 끝으로 생후 71개월까지 영·유아 건강검진을 무료로 받을 수 있다.

가입자의 자녀라면 누구나 6차례의 건강검진과 3차례의 구강검진을 받을 수 있다. 국민건강보험공단에서 우편 발송한 검진표를 수령하면 주소지와 상관없이 전국의 영·유아 검진기관에서 검진을 받을 수 있다. 검진 결과는 보호자에게 직접 통보해 주고 국민건강보험공단 홈페이지에서도 확인할 수 있다. ☞

1년 수익률 5.39%* 참조지수 8.08%

3년 수익률 15.91%* 참조지수 20.63%

5년 수익률 33.33%* 참조지수 45.05%

*미래에셋글로벌다이나믹증권투자신탁1호(채권) 수익률

6년 동안,
한 해도** 빠짐없이 수익을 기록했습니다

**각 해 연도말 1년 수익률 기준

국내 금리와 비교해 보세요



미래에셋 글로벌다이나믹 채권펀드

설정일부터 지금까지 한 해도 빠짐없이, 심지어 글로벌 금융위기에도 수익을 기록했습니다. 저금리 시대에 꾸준한 수익을 추구하는 분들께 추천합니다.

미래에셋글로벌다이나믹
증권투자신탁1호(채권) 수익률(세전기준)

	1년	2년	3년	4년	5년	설정 이후
글로벌다이나믹채권펀드	6.08%	8.35%	18.22%	26.01%	37.79%	58.92%
종류A	5.39%	6.94%	15.91%	22.74%	33.33%	52.87%
참조지수	8.08%	9.43%	20.63%	35.03%	45.05%	53.09%

설정일: 2009.6.30 순자산: 9,419억 참조지수: [정기예금금리 + 150bp](50%) + KIS종합채권지수 (50%) 환매방법: 제 3(4)영업일 기준을 적용하여 제7(7)영업일에 환매대금지급 * (17시 경과 후 환매 신청시 적용 선취판매수수료: 납입금의 0.30% 이내 환매수수료: 해당없음 총보수: 연 0.66% (운용 0.30, 신락 0.04, 판매 0.30, 사무 0.02)

■ 출처: 제로인/기준일: 2015.04.30

■ 과거 실적이 미래수익을 보장하지 않음 ※참조지수: 이 투자신탁은 투자전략의 특성상 채권 시장 및 채권 섹터의 비중이 유동적으로 변하기에 이 투자신탁의 비교 가능한 지수가 없으므로 참조지수로 활용

미래에셋글로벌다이나믹플러스
증권투자신탁1호(채권) 수익률(세전기준)

	1년	3년	설정 이후
글로벌다이나믹플러스채권펀드	6.19%	19.56%	20.36%
종류A	5.28%	16.53%	17.24%
참조지수	7.05%	20.71%	22.16%

설정일: 2012.4.9 순자산: 4,553억 참조지수: [정기예금금리 + 150bp](50%) + KIS종합채권지수 (50%) 환매방법: 제3(4)영업일 기준을 적용하여 제7(7)영업일에 환매대금지급 * (17시 경과 후 환매 신청시 적용 선취판매수수료: 납입금의 0.70% 이내 환매수수료: 30일 미만: 이익금의 10% 총보수: 연 0.86% (운용 0.30, 신락 0.04, 판매 0.50, 사무 0.02)

연금저축이나
퇴직연금으로도
가입할 수 있습니다



■ 종류형 집합투자기구의 경우 보수 및 수수료의 차이로 운용실적이 달라질 수 있습니다 ■ 집합투자증권을 취득하기 전에 (간이)투자설명서를 읽어 보시기 바랍니다 ■ 집합투자기구는 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에 귀속됩니다 ■ 외화표시자산의 경우 환율변동에 따라 투자손실이 발생할 수 있습니다 ■ 투자대상국가의 시장, 정치 및 경제상황 등에 따른 위험과 자산가치의 손실이 발생할 수 있습니다 ■ 이 금융상품은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다

원칙을 지키는 투자 -
MIRAE ASSET
미래에셋자산운용

**미래에셋
TIGER차이나A300ETF**

1년 수익률 **132.82%** BM 131.23%

미래에셋
TIGER생활소비재ETF

미래에셋 TIGER
차이나레버리지(합성)ETF

**미래에셋
TIGER중국소비테마ETF**

1년 수익률 **32.99%** BM 32.21%

**미래에셋
TIGER경기방어ETF**

1년 수익률 **39.40%** BM 37.95%

미래에셋
TIGER나스닥바이오ETF

**미래에셋
TIGER S&P500선물ETF**

1년 수익률 **16.66%** BM 14.89%

미래에셋 TIGER ETF로 글로벌 자산배분하세요

고객님의 포트폴리오는 다양한 국가, 다양한 섹터에 분산투자되고 있습니까?
상대적으로 낮은 수수료의 미래에셋 ETF로 글로벌 포트폴리오를 완성하세요.

미래에셋TIGER차이나A300

증권상장지수투자신탁(주식-파생형) 수익률 (세전기준)

	6개월	1년	설정이후
미래에셋TIGER 차이나A300	93.06%	132.82%	101.65%
BM	92.94%	131.23%	104.93%

설정일: 2014.01.27 순자산: 827억 BM지수: CSI300(KRW) 총보수: 연 0.70% (운용 0.51, 지정참가 0.10, 신탁 0.05, 사무 0.04)

미래에셋TIGER경기방어

증권상장지수투자신탁(주식) 수익률 (세전기준)

	1년	3년	설정이후
미래에셋TIGER 경기방어	39.40%	83.36%	85.46%
BM	37.95%	75.25%	72.76%

설정일: 2011.04.05 순자산: 1,281억 BM지수: KOSPI200 생활소비재 총보수: 연 0.40% (운용 0.27, 지정참가 0.07, 신탁 0.03, 사무 0.03)

미래에셋TIGERS&P500

선물증권상장지수투자신탁(주식-파생형) 수익률 (세전기준)

	1년	3년	설정이후
미래에셋TIGER S&P500선물	16.66%	65.75%	79.66%
BM	14.89%	58.43%	70.98%

설정일: 2011.07.15 순자산: 266억 BM지수: S&P500 Futures Excess Return Index(USD)[D-1] 총보수: 연 0.30% (운용 0.16, 지정참가 0.07, 신탁 0.03, 사무 0.04)

미래에셋TIGER중국소비테마

증권상장지수투자신탁(주식) 수익률 (세전기준)

	1년	3년	설정이후
미래에셋TIGER 중국소비테마	32.99%	66.80%	84.46%
BM	32.21%	63.40%	78.14%

설정일: 2011.12.15 순자산: 1,518억 BM지수: FnGuide 중국내수테마 지수 총보수: 연 0.50% (운용 0.34, 지정참가 0.10, 신탁 0.03, 사무 0.03)

■ 출처: 제로인 / 기준일: 2015.04.30
■ 과거 실적은 미래수익을 보장하지 않음

■ 종류형 집합투자기구의 경우 보수 및 수수료의 차이로 운용실적이 달라질 수 있습니다 ■ 집합투자증권을 취득하기 전에 (간이)투자설명서를 읽어 보시기 바랍니다 ■ 집합투자기구는 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에 귀속됩니다 ■ 외화표시자산의 경우 환율변동에 따라 투자손실이 발생할 수 있습니다 ■ 투자대상국가의 시장, 정치 및 경제상황 등에 따른 위험과 자산가치의 손실이 발생할 수 있습니다

■ 이 금융상품은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다

40, 50대

의료비를
부탁해

40, 50대가 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

40, 50대는 경제적으로 은퇴 후의 삶을 준비해야 하고, 건강상으로도 적신호가 나타나기 시작하는 시기다. 따라서 이 시기에 어떻게 하느냐에 따라 의료비는 물론이고 노후생활의 질이 좌우된다.

글 윤지선 미래에셋은퇴연구소 연구위원 chisunyoan@miraeeasset.com

대다수 직장인들은 40~50대에 소득의 정점을 맞은 다음 감소한다. 건강도 마찬가지다. 평소 건강하던 사람도 40~50대가 되면서 이런저런 건강상 적신호가 나타나곤 한다. 따라서 40~50대는 건강상 문제를 점검하고 대비할 수 있는 마지막 시기라고 할 수 있다.

Check 1 누가, 언제, 얼마나 보장받을 수 있나?

비 오는 날 우산을 썼는데 찢어져 비가 샌다면? 보험도 마찬가지다. 정작 아프고 다쳤을 때 제대로 된 보장을 받을 수 없다면 심각한 일이 아닐 수 없다. 따라서 40~50대가 되면 자신이 가입한 보험상품이 어떤 질병을, 언제까지, 얼마만큼 보장해주는지 점검해볼 필요가 있다.

점검 방법은 다음과 같다. 먼저 가입한 보험상품의 '피보험자'를 살핀다. 피보험자란 보험의 대상이 되는 사람으로, 피보험자가 아프거나 다치면 보험금을 수령할 수 있다. 본인과 배우자 모두 보장을 받을 수 있는지 점검한 다음, 중대 질병에 대한 보장이 충분한지도 살펴야 한다. 만일 진료비가 급등해 이미 가입한 보험만으로 보장이 부족하다면 추가 가입을 고려해야 한다. 또 보장기간도 살펴야 한다. 수명이 짧을 때는 70~80세까지만 보장받으면 됐지만, 요즘은 평생 보장 또는 100세 보장 상품도 많이 출시되고 있다. 참고로 우리나라 사람은 사망하기 전 1년 동안 쓰는 의료비가 일반인의 12배에 이른다고 한다.

Check 2 실효된 보험 부활시킬까, 말까?

매일 우산을 들고 다니다 비 오는 날만 두고 나왔다면? 보험도 마찬가지다. 보험료를 납부하지 않아 실효가 된 상

태에서 질병이나 사고가 나면 낭패가 아닐 수 없다. 보험 계약은 연속해서 2달치 보험료를 내지 않으면 보장을 받을 수 없다. 이때 보장이 필요하면 새로운 보험상품에 가입할 수도 있지만, 밀린 보험료를 납부한 다음 실효된 보험을 살릴 수도 있다. 보험회사에서는 이를 '부활'이라고 부른다.

새로운 보험에 가입할까, 아니면 실효된 보험을 부활시킬까? 이 같은 결정을 할 때는 보장기간과 내용 등을 꼼꼼히 살펴야 한다. 실효된 상품에서는 보장해주던 질병을 새로운 보험에서는 보장해주지 않는다면 부활을 택하는 것이 낫다. 물론 과거에 보장되지 않던 질병이 새로운 보험에서는 보장되는 경우도 있다. 보장기간도 살펴야 한다. 과거 상품은 75세까지 보장받는데, 신상품은 100세까지 보장을 받을 수 있다면 후자가 나을 수도 있다.

한편 실효된 보험이라고 해서 무조건 살릴 수 있는 것은 아니다. 부활 시기(실효일로부터 2개월)가 이미 지났거나 가입자의 건강 상태가 좋지 않으면 부활이 어려울 수도 있다.

Check 3 소득공백기, 건강보험료는 어떡하지?

50대 중·후반이 되면 다니던 직장을 떠나는 사람이 많다. 자연히 건강보험료 부담이 크게 느껴지기 마련이다. 직장 다닐 때는 회사가 건강보험료의 절반을 납부해줬지만, 퇴직하고 나면 본인이 보험료를 전부 납부해야 하기 때문이다. 별다른 소득은 없는데 보험료 부담만 늘어났으니 그럴 만하다. 이럴 때 건강보험공단의 '임의계속가입제도'를 활용하면 퇴직일로부터 2년간은 직장 다닐 때와 같은 수준의 보험료를 납부할 수 있다. ☞

60세 이상이 알아야 할 의료비 준비 체크 포인트 3

이 시기는 소득은 줄어두고 의료비 지출은 점점 늘어간다. 보험료를 타서 쓰는 일도 찾아지는데, 똑같은 수술이나 치료를 받고도 보험금을 받는 사람과 그렇지 못한 사람이 생긴다. 보험금, 아는 만큼 받을 수 있다.

글 김동업 미래에셋은퇴연구소 이사 dy.kim@miraeasset.com

대부분의 직장인들은 60세를 전후해 직장에서 정년을 맞으면서 소득이 줄어든다. 반면 나이가 들어가면서 의료비와 간병비는 빠른 속도로 늘어나고 각종 보험금을 타서 쓰는 일이 찾아지게 된다. 따라서 각종 보험료는 최소화하고, 질병이나 사고가 났을 때 제대로 보험금을 타서 쓸 수 있어야 한다. 본래 보험에 가입한 이유도 보험금을 내기 위한 것이 아니라, 보험금을 받기 위한 것임을 명심하자.



Check 1

건강보험, 자녀의 피부양자로 등재될 수 있는지 살펴라

퇴직하고 나서 건강보험료 부담이 크게 늘어났다고 불멘소리를 하는 은퇴자들이 많다. 직장가입자는 급여를 기준으로 건강보험료를 부과하지만, 퇴직 후에는 소득뿐만 아니라 재산과 생활수준 등을 함께 고려하기 때문이다. 이뿐만 아니라 직장인들은 건강보험료 중 절반을 회사가 내주지만, 퇴직자는 보험료를 전부 자신이 납부하다 보니 보험료 부담이 커질 수밖에 없다.

이때 직장 다니는 자녀의 건강보험에 피부양자로 등재하면 별도로 건강보험료를 납부하지 않아도 된다. 요즘은 자녀와 떨어져 사는 부모가 많은데, 실제 자녀와 동거하지 않더라도

자녀의 건강보험에 피부양자로 등재될 수 있다. 다만 사업소득이 있거나 다른 소득이 많으면 등재되기 어렵다.

Check 2 보험금, 아는 만큼 더 받을 수 있다

60세가 넘어가면 중증질환이 증가하면서 본격적으로 보험금 청구가 많아진다. 그런데 정작 아프거나 다쳤을 때 보험금을 받을 수 있는지, 받을 수 있다면 얼마나 받을 수 있는지, 어떻게 청구해야 하는지 몰라 우왕좌왕하는 사람이 많다. 예를 들어 고령자들 중에는 임플란트 수술을 하기 전에 치조골 이식을 하는 경우가 많다. 과거에 판매한 일부 보장성보험 중에는 치조골 이식을 2중 수술로 보고 50만~100만 원 정도의

수술보험금을 지급하는 경우도 있다. 암보험 가입자가 방사선 치료를 받은 경우에도 일정한 조건에 해당되면 수술보험금을 수령할 수 있다.

이처럼 똑같은 수술이나 치료를 받았는데도 보험상품의 종류와 가입 시기에 따라 보험금을 받을 수 있는 것도 있고, 그렇지 못한 것도 있다. 문제는 보험 가입자들 대다수가 보험 용어에 익숙하지 않고 의학 지식도 없어 보험금을 받을 수 있는지 없는지 판단할 능력이 없다는 데 있다. 따라서 자신이 판단할 능력이 안 되면 유능한 보험 전문가를 곁에 두고 조언을 받을 필요가 있다. 명심하자. 보장성보험에 가입하는 목적은 보험료를 내는 데 있지 않고 보험금을 받는 데 있다는 사실.

그리고 유능한 보험 전문가는 때가 되면 보험료를 받으러 오는 사람이 아니다. 아프거나 다쳐서 정말로 돈이 필요할 때 내 편에서 서서 보험금을 받아주는 사람이다. 지금 당신 옆에는 그럴 능력과 의지가 있는 사람이 있는가?

Check 3

66세 건강검진 공짜, 70세부터 틀니와 임플란트 반값

모든 질병에서 최선의 치료는 예방과 조기검진이라고 한다. 그만큼 건강검진의 중요성이 크다고 할 수 있다. 건강검진 비용이 걱정된다면 건강보험공단이 만 66세 국민을 대상으로 실시하는 '생애전환기 건강검진'을 이용하면 본인 부담 없이 건강검진을 받을 수 있다.

검사는 두 차례로 나누어 진행되는데, 1차 때는 기본적인 검사와 함께 간염검사, 골다공증(여성), 노인 신체기능검사(낙상)가 실시되고, 2차 때는 의사 상담과 함께 고혈압, 당뇨, 인지기능장애, 우울증 검사가 진행된다.

고령으로 갈수록 치아 관련 시술에 큰 비용이 들어가게 마련이다. 통상 임플란트 시술을 하는 데 1개당 평균 120만 원이 들고, 틀니도 위턱과 아래턱 각각 100만~130만 원 가까운 비용이 들어간다. 그나마 다행이라면 올 7월부터 만 70세 이상 고령자의 틀니와 임플란트 비용 중 절반을 건강보험에서 지원해준다는 점이다. 틀니는 아래턱과 위턱 각각 지원을 받을 수 있고, 임플란트는 1인당 2개만 지원받을 수 있다. ☐

언젠가는 싱글... 남편 사후 의료비 보장 점검해봐야

“자 눈을 감고 한번 생각해보자. 나중에 늙고 이플 때 누가 당신 옆을 지키고 있을까?”

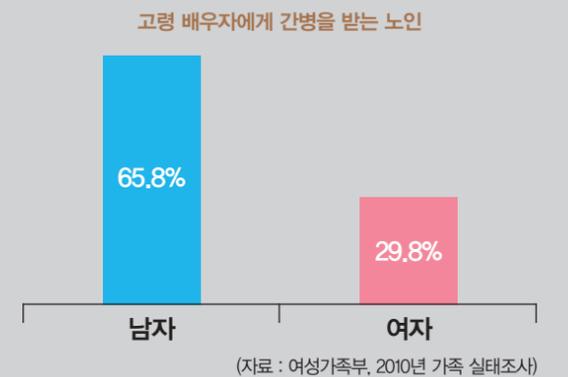
이 같은 질문을 하면 '배우자'라고 답하는 사람이 많다. 특히 여자들보다는 남자들이 배우자가 자신을 간병해줄 것으로 믿고 있다. 실제 현실도 크게 다르지 않다. 2010년 여성가족부가 간병인 실태를 조사했더니, 돌봄이 필요한 고령 남성의 65.8%가 아내에게 간병을 받고 있는 것으로 나타났다. 반면 남편에게 간병을 받는 고령 여성은 29.8%에 불과했다.

이 같은 차이가 어디서 오는 결과? 아무래도 남녀 간의 수명 차이로 인해 남편이 대개 아내보다 먼저 사망하기 때문일 것이다. 실제 통계청이 조사한 바에 따르면 65세 이상 고령가구 중 남자 혼자 사는 가구는 5.4%인 데 반해 여성 1인 가구는 26.3%나 되는 것으로 나타났다. 결국 이들 여성이 아프거나 다쳤을 때 치료비와 간병비가 문제가 될 수밖에 없다. 유료 간병인에게 맡긴다고 해도 치료비가 문제가 될 수밖에 없다. 따라서 여성들 입장에서는 은퇴설계를 할 때 남편이 사망한 다음 자신의 의료비 재원이 충분하지도 살펴봐야 한다.

첫째, 보장성보험 피보험자를 점검해보자. 실손보험이나 정액보험의 피보험자가 남편과 아내로 잘 분산되어 있는가?

둘째, 보장기간도 확인해보아야 한다. 남편 사후 홀로 되었을 때도 의료비나 간병비를 보장받을 수 있는가?

마지막으로, 남편의 중신보험의 활용 용도를 재설정할 필요가 있다. 본래 중신보험은 가장이 근로기간 중 사망했을 때 가족의 소득 보장을 위해 가입한다. 그렇다면 근로기간이 끝난 다음에는 중신보험은 그 용도를 다한 걸까? 그렇지 않다. 아내 입장에서 남편이 사망한 다음 남겨놓은 중신보험금을 가지고 홀로 살아가는 동안 의료비와 간병비로 사용할 수 있다.





의료비는 줄이기 힘들지만 세금은 줄일 수 있다

집안에 병치레 중인 환자가 한 명이라도 있으면 의료비 부담이 만만치 않다는 것을 절감할 것이다. 다른 비용과 달리 의료비는 쉽게 줄일 수도 없다. 본인 또는 가족의 생명과 직접 관련되어 있기 때문에 선택의 상황에 직면하면 비용이 좀 더 들더라도 더 나은 치료 방법을 택할 수밖에 없다. 그나마 다행이라면 본인과 가족을 위해 지출한 의료비는 연말정산 때 세액공제를 받을 수 있다는 점이다.

글 김동업 미래에셋은퇴연구소 이사 dy.kim@miraeeasset.com

의료비 세액공제 최대 700만 원까지 가능

근로자들은 연말정산 때 본인뿐만 아니라 부양가족이 사용한 의료비도 합산해 세액공제를 받는다. 이때 부양가족이란 주민등록상 동거가족으로서 실제 생계를 함께하는 사람을 말한다. 다만 독자적으로 생계를 유지하기 힘든 부모의 경우에는 주소지가 다르더라도 부양가족으로 인정받을 수 있다.

본인과 부양가족이 사용한 의료비라고 해도 전액을 다 공제받을 수는 없다. 1년 동안 지출한 의료비 중에서 총 급여의 3%를 초과한 금액만 공제 대상이다. 총 급여는 세전 연봉이라고 보면 된다. 예를 들어 세전 연봉이 5000만 원인 근로자가 의료비로 연간 350만 원을 사용했다고 가정해보자. 이 근로자는 의료비 중에서 연봉의 3%에 해당하는 150만 원을 초과한 금액(350만 원-150만 원=200만 원)만 세액공제를 받게 된다. 의료비 세액공제율은 16.5%(지방소득세 포함)이므로 이 근로자는 연말정산 때 소득세 33만 원을 돌려받는다.

총 급여의 3%가 넘는 의료비를 전부 다 공제받을 수 있는 것은 아니다. 의료비 세액공제는 연간 700만 원까지만 가능하다. 다만 본인 의료비와 부양가족 중 장애인이나 65세 이상 고령자를 위해 지출한 의료비는 한도 없이 공제를 받을 수 있다.

치료 목적 의료비만 세액공제 받을 수 있어

병원이나 약국에 지불한 돈은 전부 세액공제를 받을 수

있을까? 그렇지 않다. 치료를 목적으로 의료기관에 지불한 것은 세액공제를 받을 수 있지만, 미용이나 건강 증진이 목적이면 공제 대상에서 제외된다. 한약도 마찬가지다. 치료용이면 공제 대상에 포함되지만, 보약은 제외된다. 시력 보정을 위해 안경이나 콘택트렌즈를 구입하는 데 들어간 비용은 1인당 50만 원까지만 세액공제를 받을 수 있다.

연말정산 때 세액공제 받을 수 있는 의료비

- 진료비(미용, 성형수술 비용 제외)
- 치료 및 요양을 위한 의약품(한약 포함) 구입비용 (건강 증진을 위한 의약품 제외)
- 장애인 보장구(휠체어, 의수족, 지체장애이용 지팡이) 구입·임차비용
- 보청기 구입비용
- 의사 처방에 따른 의료기기 구입·임차비용
- 시력 보정을 위한 안경(콘택트렌즈) 구입비용 (가족 1인당 연간 50만 원 이내)

맞벌이 부부, 소득 적은 쪽이 공제 신청하는 것이 유리

의료비공제 신청은 누가 해야 할까? 홑벌이 가구야 고민할 필요도 없이 소득자가 하면 된다. 문제는 맞벌이다. 맞벌이를 하는 경우에는 부부 중 한 사람이 가족 전체의 의료비를 합산해 공제 신청을 할 수 있다. 따라서 연말정산 시즌이 되면 부부 중 누가 의료비공제를 신청할지 결정해야 한다. 그렇다면 부부 중 누가 공제 신청을 하는 것이 유리할까? 소득이 많은 쪽일까, 아니면 소득이 적은 쪽일까?

결론부터 얘기하면 부부 중 소득이 적은 사람이 세액공제

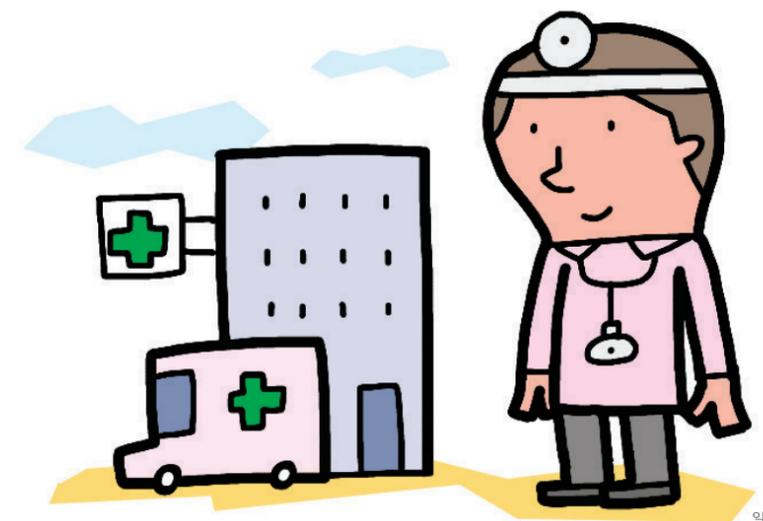
를 신청하는 것이 유리하다. 의료비공제는 총 급여의 3%를 초과하는 금액이 공제 대상이므로, 부부 중 소득이 적은 쪽에서 의료비공제를 신청해야 더 많은 금액을 공제받을 수 있다.

예를 들어 남편은 총 급여가 1억 원이고 아내는 4000만 원인 맞벌이 부부가 연간 의료비로 800만 원을 사용했다고 가정해보자. 남편 쪽에서 의료비공제를 신청하면 전체 의료비 중에서 총 급여의 3%(300만 원)를 초과한 500만 원만 공제를 받는다. 하지만 아내 쪽에서 의료비공제를 신청하면 의료비 중 총 급여의 3%(120만 원)를 초과한 680만 원이 공제 대상이 된다. 이 부부는 아내가 의료비공제를 신청했을 때 남편보다 180만 원이나 더 많은 금액을 공제받을 수 있고, 연말정산 환급금도 29만7000원(180만 원×16.5%)이 더 많다.

다만 세액공제란 어디까지나 이미 납부한 세금을 돌려받는 것이란 점을 명심할 필요가 있다. 낸 세금이 얼마 안 되면 돌려받을 금액도 얼마 안 될 수밖에 없다. 예를 들어 부부 중 한 쪽이 소득이 너무 적어 돌려받을 세금이 얼마 안 되거나, 다

보장성보험료 소득공제

근로자가 보장성보험에 가입해 납부한 보험료도 세액공제를 받을 수 있다. 세액공제 한도는 연간 100만 원이고, 세액공제율은 13.2%다. 보장성보험이란 중도에 해약하거나 만기가 됐을 때 받을 수 있는 환급금이 이미 납부한 보험료보다 적은 보험을 말한다. 종신보험, 질병성해보험, 자동차보험 등이 해당된다. 장애인의 경우 장애인 전용 보장성보험에 가입하면 추가로 100만 원을 더 세액공제 받을 수 있다. 이때 세액공제율은 16.5%가 적용된다.



일러스트·김영민

른 소득(세액)공제 항목만 활용해도 이미 납부한 세금을 대부분 돌려받을 수도 있다면 이 경우에는 두 사람 중 소득세를 많이 납부한 쪽에서 의료비공제를 신청하는 것이 유리하다.

중증환자, 장애인은 추가 공제 혜택 부여

본인 또는 가족이 장애인인 경우 연말정산 때 다양한 세제 혜택을 받게 된다. 이때 장애인이라고 하면 장애인복지법에서 지정한 장애인만 생각하기 쉬운데, 세법에서는 장애인의 범위를 이보다 넓게 정의하고 있다. 즉 장애인복지법상의 장애인뿐만 아니라 '항시 치료를 요하는 중증환자'도 세법상 장애인에 해당된다.

소득세법 기본통칙에서는 세법상 장애인을 항시 치료를 요하는 중증환자, 즉 '지병에 의해 평상시 치료를 요하고, 취학·취업이 곤란한 상태에 있는 자를 말한다'고 규정하고 있으나, 구체적인 병명이나 환자의 상태에 대해서는 기술하고 있지 않다. 이렇게 구체적인 판정기준이 없다 보니 장애인에 해당하는지 여부는 최종적으로 의사의 판단에 맡긴다.

장애인은 다양한 세제 지원을 받을 수 있다. 우선 나이에 관계없이(단 소득금액 100만 원 이하여야 함) 기본공제 대상이 되어 150만 원을 소득공제 받을 수 있고, 장애인공제 200만 원을 추가로 받을 수 있다. 또한 장애인은 의료비공제 한도(700만 원) 적용도 받지 않기 때문에 수술 등으로 거액의 의료비가 발생했을 때 세금도 그만큼 환급받을 수 있다. 장애 치료기간이 끝난 경우나 사망 시 해당 연도까지 공제 혜택을 받을 수 있다. □

통합연금포털, 200% 활용하기

글 윤치선 미래에셋은퇴연구소 연구위원 chisunyo@miraeasset.com



지난 6월 12일 금융감독원에서는 여러 금융회사에 가입되어 있는 퇴직연금 및 개인연금 정보를 한눈에 확인할 수 있는 통합연금포털 사이트를 오픈했다. 금융감독원에서 연금 투자자들을 위해 큰 선물을 준 셈이다. 투자자들의 반응도 나쁘

지 않았다. 7월 9일 기준으로 통합연금포털 가입자는 4만8000명을 넘어섰는데, 한 달이 채 지나지 않은 시점이었던 것을 감안하면 상당히 빠른 가입자 증가세다.

통합연금포털(100lifeplan.fss.or.kr)에 몇 가지 아쉬운 점이 있는 것은 사실이다. 일단 국민연금이나 공무원연금 등 공적연금에 대한 정보는 가져오지 못한다. 또한 연금 정보를 조합하여 재무설계를 해주는 기능도 다소 단순한 편이다. 하지만 나의 모든 연금 정보를 일목요연하게 확인할 수 있다는 것 하나만으로도 그 효용은 결코 작지 않다. 그렇다면 통합연금포털을 제대로 활용하려면 어떻게 해야 할까?

내 연금 어디에, 얼마나 적립돼 있나?

활용 1단계 ▶ '내 연금조회' 화면에서 '연금계약정보' 확인하기

가장 먼저 해야 하는 일은 각 금융기관에 내 연금이 상품별로 얼마씩 적립되어 있는지 알아보는 것이다. 이 정보를 보려면 먼저 '내 연금조회' 메뉴로 들어간 후 '연금계약정보' 탭을 누르면 된다. 다음 표는 '연금계약정보' 화면에서 확인되는 정보를 정리한 것이다.

'연금계약정보' 화면 예시

퇴직연금(DC, 기업형 IRP, 개인형 IRP)							
가입 회사	상품 유형	상품명	가입일	연금 개시 예정일	적립금(원)	조회 기준일	비고
00 생명	DC	연금전환특약	2006. 4. 21	2035년	5000만 원	2015. 5. 31	계약상세
적립금 합계금액					5000만 원		

이 표에서 가장 우선적으로 확인할 수치는 '적립금'이다. 적립금은 현재 해당 연금의 평가금액을 의미한다. 즉 납입 원금에 투자 손익이 반영된 실제 수치인 것이다. 또한 이 표 비고란의 '계약상세' 버튼을 클릭하면 팝업창이 뜨면서 해당 연금의 상세 현황을 조회할 수 있다. 상세 조회 화면에서는 총 납입액, 연(또는 월) 납입액 등의 정보를 확인할 수 있다. 각각 투자 원금이 얼마인지, 그리고 매년 혹은 매달 해당 연금으로 납입되는 돈이 얼마인지에 대한 정보를 보여준다.

한 가지 주의할 점은 이 화면 하단에 있는 '국민연금' 항목이다. 처음에는 이 칸이 공란으로 되어 있을 것이다. 아직 통합연금포털에서는 국민연금에 대한 정보는 자동으로 가져오지 못하기 때문이다. 따라서 해당 정보는 국민연금 사이트에 들어가서 직접 조회한 후 입력해야 한다.

나는 노후에 매년 얼마의 연금을 받을 수 있을까?

활용 2단계 ▶ '내 연금조회' 화면에서 '예시연금액' 알아보기

'연금계약정보'의 확인이 끝났다면 내가 노후에 매년 얼마의 연금을 받을 수 있는지에 대한 정보를 알아봐야 한다. 이 정보

는 '내 연금조회' 메뉴의 '예시연금액' 탭을 누르면 확인이 가능하다. 주의할 점은 여기 나오는 예시연금액이 정확한 수치는 아니라는 것이다. 내가 받을 수 있는 연금액은 앞으로의 수익률이나 퇴직 시기, 연금 수령방법 등에 따라서 변동될 수 있다. 여기 있는 수치는 어디까지나 추정치임을 잊어

서는 안 된다. 물론 개략적인 상황을 알아보는 데는 전혀 문제가 되지 않는다.

또한 화면 하단에 있는 산출가정 변경 탭을 누르면 예시연금액을 산출하기 위한 기본가정 중 몇 가지를 변경할 수 있다. 각 연금상품의 수익률을 0%, 3.25%, 6.5%의 3가지 중에서 선택할 수 있고, 퇴직연금의 연금 개시연령은 55세 혹은 60세 중에서 선택해 변경할 수 있다.

지금 내 연금이 노후생활에 충분할까?

활용 3단계 ▶ '노후 재무설계' 화면에서 나의 대략적인 노후 준비 상황 점검하기

'내 연금조회' 메뉴의 두 가지 탭, 즉 '연금계약정보'와 '예시연금액' 탭을 통해서 당신은 본인 명의로 되어 있는 모든 연금의 계약 정보와 노후에 받을 수 있는 대략적인 연금액을 알게 되었을 것이다. 그러나 현재 적립하고 있는 연금이 노후생활을 유지하기 위해 충분한 것인지의 여부는 알기 어렵다. 이 부분에 대한 정보를 제공하고 있는 것이 바로 '노후 재무설계' 메뉴이다.

노후 재무설계 결과를 보기 위해서는 몇 가지 사항을 결정해야 한다. 예상 은퇴연령, 예상 기대수명, 기대수익률, 물가 상승률이 그것이다. 각각의 항목에 대해서 본인이 생각하는 가장 적절한 수치를 선택한 후 조회 버튼을 누르면 아래와 같은 형식으로 재무설계 결과가 도출된다.

귀하의 만 60세(2035년) 기준 연금자산은
 ① 최저 노후생활비 대비 11,782만원 여유, ② 적정 노후생활비 대비 12,195만원 부족

미래에셋 '은퇴계산기 중 '5층연금 디자인' 예시



나아가 다음 해부터 매월 얼마씩 추가로 연금상품에 납입하면 적정생활비 대비 부족한 연금자산을 마련할 수 있는지에 대한 조건도 제공된다. 화면에서는 내 연금 이외에 보유하고 있는 금융자산을 더하여 노후 준비 수준을 재진단해볼 수도 있다.

내가 살고 있는 집으로 주택연금 얼마나 받을 수 있을까?

활용 4단계 ▶ '미래에셋은퇴계산기'를 추가 활용해 종합적인 '노후설계' 디자인 해보기

통합연금포털에서 제공하는 정보만으로도 어느 정도의 노후 준비 상황 점검은 가능하다. 그러나 사람에 따라서는 이것만으로 충분하지 않은 사람도 있을 것이다. 예를 들어 연금은 부족하지만 살고 있는 집의 가치는 큰 경우도 있고, 연금 이외의 기타 금융자산을 많이 가지고 있는 사람이 있을 수도 있다. 이런 사람들의 경우 연금 이외의 자산들을 포함시켜 종합적으로 노후설계를 디자인해볼 필요가 있다.

이때는 미래에셋은퇴연구소 홈페이지(retirement.miraeasset.com)에서 제공되는 '은퇴계산기' 중 '5층연금 디자인' 계산을 추가로 활용해보는 것이 좋다. 이 계산기는 통합연금포털이 다루고 있는 기존의 연금자산뿐 아니라 살고 있는 집을 활용해 받을 수 있는 주택연금, 연금 이외의 금융자산을 활용해 받을 수 있는 월지급식 상품 등을 포함하여 종합적인 노후설계를 할 수 있도록 도와준다.

'퇴직급여'와 '개인연금' 란에는 통합연금포털에서 확인한 수치를 기입하면 되며, 주택연금과 월지급식 상품 부분만 추가로 작성하면 된다. ☑

초저금리 시대, 수익형 부동산 '인기' 공실 발생, 역레버리지 등 위험 요인 주의해야

금리 1% 시대를 맞아 갈 곳을 잃은 돈이 부동산으로 몰려들고 있다. 특히 오피스텔이나 상가 등 수익형 부동산이 크게 주목받고 있는데, 재테크 포인트와 위험관리 요소를 짚어본다.

글 이상영 명지대 부동산학과 교수

경기 후퇴에 대한 우려가 커지면서 한국은행은 6월 들어 기준금리를 1.75%에서 1.5%로 인하하였다. 이로 말미암아 사상 최저의 금리 수준에 도달하게 되었다. 이러한 초저금리하에서 더 높은 수익을 얻기 위해 자금은 다양한 투자 대상으로 이동하게 될 것으로 예상된다. 이런 상황에서 주목을 받는 투자 대상이 수익형 부동산이다.

더욱이 연간 물가상승률이 1.5%인 점을 고려하면 현재의 금리는 사실상 제로 금리 상태라고 할 수 있다. 이러한 배경에서 전산망이 마비될 정도로 아파트 분양에 청약자들이 몰리고 있고, 기존 아파트 매매 거래도 급증하고 있다. 당분간 이러한 상황이 지속되겠지만, 향후 주택시장이 침체되면 청약이나 매수 열기는 급속히 감소할 것이고, 투자자는 기대한 만큼 자본차익을 얻지 못하거나 손실을 볼 수도 있다.

이에 비해 수익형 부동산은 임대료 수입과 더불어 자

산 가격 차익을 누릴 수 있다는 점에서 투자자에게 매력적이다. 물론 수익형 부동산은 공실의 발생 가능성, 대출금리 상승에 따라 손실이 발생하는 역레버리지(Leverage)의 가능성 등 다양한 위험 요인을 안고 있다. 이러한 점에서 투자자들은 수익형 부동산의 투자에 따른 위험관리에 대해 충분히 인지하고 투자에 임해야 한다.

공급 과잉으로 수익률 하락, 임차 수요 충분하지 살펴라

저금리하에서 수익형 부동산에 대한 관심이 높아졌지만, 수익형 부동산의 공급도 적정 수준을 넘어서고 있다. 최근과 같은 수익형 부동산의 공급 과잉은 주요 수입원인 임대료의 정체 내지는 하락을 초래할 수 있다. 한국감정원에서 조사한 주택 임대료를 보면 2013년 초부터 지속적으로 하락하였다. 최근에는 전국적으로 정체되는 양상이기는 하지만 수도권은 여전히 하락세를 보이고 있다.

상업용 부동산의 경우 비슷한 양상을 보이고 있다. 한국감정원의 공실률 통계를 보면 오피스의 경우 전국 기준으로 2015년 1분기에 13.5%에 달하며, 이는 전기 대비 0.8% 포인트 상승한 것이다. 오피스는 공급 과잉과

수요 감소로 향후에도 공실률이 증가세를 보일 것으로 예상된다. 공실률이 증가하고 있음에도 불구하고 표면임대료(Face Rent)는 내림세를 보이고 있지는 않지만 실제로는 무료 임대기간(Rent Free)을 수개월씩 책정함으로써 실질임대료는 대부분 하락하고 있다.

상가 등 매장용의 경우에는 중대형은 공실률이 10.5%로 오피스보다는 약간 낮은 수준이다. 반면 소규모 매장은 공실률이 5.1%로 중대형 매장의 절반 수준이다. 그만큼 소규모 매장에 대한 투자 수요가 증가한 것이다. 이에 비해 매장 임대료는 중대형이 상승하는 것에 비해 소규모 매장이나 집합건물 매장(구분 소유로 되어 있는 건물)의 임대료는 하락하는 추세를 보이고 있다.

상가 등 매장용 부동산은 전체 매장을 운영하는 운영회사가 있는 경우와 개별 매장이 단순히 모여 있는 경우의 수익성에 큰 차이가 있다. 전체 상가의 활성화는 고객 집객력에 의해 판가름이 나기 때문에 이를 지속적으로 관리하는 상가와 그렇지 못한 상가는 장기적으로 수익률 격차를 가져오게 되는 것이다. 최근 중대형이 상대적으로 임대료가 높아지는 배경에는 이러한 차이가 반영되고 있다.

그럼에도 불구하고 투자수익률은 오피스나 중대형 매장은 6%, 소형 매장은 5.4% 수준이고, 집합매장용은 8.4%에 달하고 있다. 특히 집합매장용이 이처럼 투자수익률이 높은 것은 투자 수요가 급증하면서 자본수익률이 증가했기 때문이다. 즉 임대료 측면에서는 소형 매장과 차이가 없지만, 매매가격이 급등한 결과에 기인한 것이다.

따라서 현재 상업용 부동산에 투자를 한다면 그만큼 높은 가격에 매입하는 것이 된다. 이에 반해 임대료는 과잉 공급으로 하락할 가능성이 높다. 이렇게 되면 미래에는 현재와 같은 투자수익률을 유지하기 쉽지 않을 것이다. 다만 저금리로 다른 투자 상품에 비해 상대적으로 높은 수익을 얻는 것은 가능할 것이다.

결국 수익형 부동산 투자의 성패는 불안정한 자본차익보다는 기본수입인 임대료의 수준에 달려 있다. 따라서 투자자는 임차 수요가 충분한지를 우선적으로 점검하고, 공실 발생을 억제하기 위한 관리수단을 마련해야 한다. 이를 위해 해당 수익형 부동산 전체를 운영·관리하는 주체가 있는지, 충분한 능력을 가졌는지 반드시 점검해야 한다.

대출받아 투자한다고?

이자 부담은 고스란히 본인 몫!

수익형 부동산 투자에서는 투자금의 규모가 중요하다. 소액으로 투자자 그룹을 만들어 투자를 하는 것도 가능하다. 그렇지만 부동산의 특성상 지분의 유동화나 현금화가 어렵기 때문에 다수의 자금을 모아 투자하는 데는 어려움이 있다. 리츠(REITs)나 부동산펀드(REF)와 같은 유동화 상품이 있지만, 이러한 상품은 개인이 접근하기가 용이하지 않다. 아직 우리나라에서는 이들 상품의 증시 상장이 일반화되지 않았다.

따라서 개인들은 단일 투자자로서 개별 수익형 부동산에 투자하는 것이 일반적이다. 이때 대출을 사용할 수 있지만, 그 상황에 대한 책임은 투자자가 전적으로 져야 한다. 저금리로 이자 부담

이 감소했지만 여전히 그 부담은 적지 않다.

수도권을 기준으로 보면 1억 원 이하로 수익형 부동산의 투자 대상을 찾기는 쉽지 않다. 최근 각광받는 30~50㎡ 정도의 소형 오피스텔, 도시형 생활주택조차도 투자금은 2억~3억 원 수준에 달한다. 상가의 경우 최소 5억 원에서 7억~8억 원에 이른다. 특히 단독 다가구의 형태로 4층 정도의 임대주택을 구입하려고 하는 경우에는 서울지역은 10억 원 이상, 수도권에서도 7억~8억 원의 자금이 필요하다.

결국 부동산 투자는 일반적으로 소액 투자자에게는 쉽지 않은 투자다. 자가주택을 포함할 경우 가계재산 중 상당한 비중이 부동산에 묶여 여러 가지 위험이 발생할 수 있다. 따라서 개인투자자는 전체 자산의 규모를 고려하여 수익형 부동산의 투자 규모를 정해야 한다. 개인 자산의 대부분을 자가주택을 비롯해 부동산 위주로 가져가는 것은 바람직하지 않다. □

“크리스 할아버지의 새 건강 도우미를 소개합니다”

미국인의 새로운 건강관리 도우미 ‘온라인 헬스케어 도구’



출처: www.harlemoneslopp.com

요즘 미국에서는 건강 관련 휴대폰 애플리케이션이 인기를 끌고 있다. 의사·가족·간병인 같은 전통적인 건강관리 멤버에, 온라인 헬스케어 도구까지 가세하여 건강 100세 시대를 이끌어가고 있다.

글 이경원 미래에셋은퇴연구소 객원연구원

올해 82세인 크리스 할아버지는 평생 비만과 싸워야 했다. 수많은 다이어트 방법을 시도해봤지만 번번이 실패를 거듭했다. 1년 전 크리스 할아버지의 손녀가 할아버지에게 온라인 영양 다이어리 휴대폰 애플리케이션(앱)을 소개해드리기 전까지는 말이다. 크리스 할아버지는 이 앱을 통해 자신이 매일 섭취한 음식과 음료 등을 기록하고 실시간으로 피드백을 받을 수 있게 되었다. 앱은 할아버지가 섭취한 칼로리와 영양소를 분석해주고, 때때로 맞춤형 건강정보들을 할아버지가 이해하기 쉽게 제공해준다. 크리스 할아버지는 앱의 도움을 받아 꾸준한 운동과 식단 조절을 실천한 결과 약 36kg 감량에 성공하였다. 이 덕분에 할아버지는 혈압 조절 약을 더 이상 복용할 필요가 없게 되었고 콜레스테롤 약도 줄일 수 있었다. 또 혈당을 내리기 위해 먹는 혈당강하제도 필요하지 않게 되었다. 살도 빼고 건강도 회복한 크리스 할아버지는 요즘 휴대폰 앱을 통해 각종 음식의 칼로리를 확인하는 것이 작은 취미가 되어버렸다.

건강관리 멤버=의사·가족·간병인, 그리고 휴대폰?

요즘 미국에서는 건강관리에 관심이 높아지고 있는 젊은

이들 사이에서 본인의 건강 상태를 기록하고 궁금한 건강정보를 확인할 수 있는 휴대폰 앱이 인기를 끌고 있다. 점차 많은 수의 노인들도 그들의 건강관리 도우미로 전통적인 멤버와 비전통적인 멤버들을 함께 두고 있다. 전통적인 멤버에는 의사와 가족들이 포함되고, 비전통적인 멤버로는 휴대폰 앱과 같은 온라인 도구들이 포함된다. 온라인 도구들은 매우 간단하게 보일지 몰라도 즉각적이고 바로 실천할 수 있는 조언들을 제공한다. 또한 맥박이나 혈압뿐만 아니라 혈당 체크를 도와주는 앱도 개발되었다. 각기 다른 건강관리 목적에 따라 적당한 동기 부여도 함께 제공하는 앱 덕분에 많은 노인들이 이러한 기능들을 배우고 이용하기 위해 노력하고 있다.

헬스케어 인력과 헬스케어 도구들은 날이 갈수록 급격히 변화·발전하고 있으며, 더욱 혁신적인 기술을 기반으로 한 해결책을 제시하기 위해 계속 성장하고 있다. 노인 인구가 늘고 있는 가운데 헬스케어 관련 인력 중에서도 통합적인 건강관리를 해주는 전문팀이 증가하고 있는 것이 그 배경이라고 볼 수 있다.

미국의료대학협회인력연구센터(The Center for Workforce Studies at the Association of American Medical Colleges)

에 따르면 의료진을 필요로 하는 수요는 17% 증가했으나 미국 내 의료진의 공급은 달려 의료 인력 부족이 2025년까지 계속될 것이라고 한다. 이는 2025년까지 미국의 전체 인구가 1000만 명, 65세 이상 인구는 현재보다 46% 증가할 것이라는 예측과 밀접한 연관이 있다.

내 손안에 병원이? 독립적인 노후를 도와주는 ‘테크놀로지’

이러한 인구통계 추세를 미국에서는 ‘a looming national crisis’ 즉, ‘심상치 않은 국가적 위기’라고 보고 있다. 그렇기 때문에 좀 더 창의적인 해결 방법이 미국 내에서 요구되고 있으며 다행히 스마트한 사람들이 스마트폰을 이용한 상품을 개발하고 서비스를 제공하면서 다양한 해결책들을 제시하고 있다. 발전하는 과학기술이 건강관리가 요구되는 환자들뿐만 아니라 그들을 돌보는 가족들과 간병인들까지 돕고 있는 것이다.

많은 전문가들은 테크놀로지(Technology, 기술)를 사람의 역할을 대신할 수 있는 중요한 요소로 본다. 캘리포니아에 있는 버클리대학의 기술과 고령화센터(The Center for Technology and Aging at the University of California, Berkeley)에서는 2014년에 노인들의 독립적인 노후를 돕는 과학기술 체계에 대해 대서특필했다.

새롭고 다양한 과학기술이 헬스케어 전문의들을 비롯하여 환자와 간병인들에게 혜택을 가져다주고 있다. 전문의들이 휴대폰 속 앱을 통해 건강 관련 정보를 제공하고 실시간 상담을 해주기도 한다.

테크놀로지는 의사들이 만성 질환 환자들을 원거리에서도 모니터링할 수 있게 해주었으며, 거동이 불편하거나 대중교통 이용에 제약이 있는 곳에 거주하는 노인들을 위해 온라인으로 의사에게 본인의 상태를 보고할 수도 있게 해주었다.

하지만 테크놀로지를 이용한 진료는 좀 더 조심스럽게 다뤄져야 할 것이다. 테크놀로지만 의존하기보다는 전통적인 방법의 진료가 함께 사용되어야 하며, 앱을 통해 정확한 건강지식이 전달될 수 있도록 꾸준한 검토와 개선이 필요하다. □

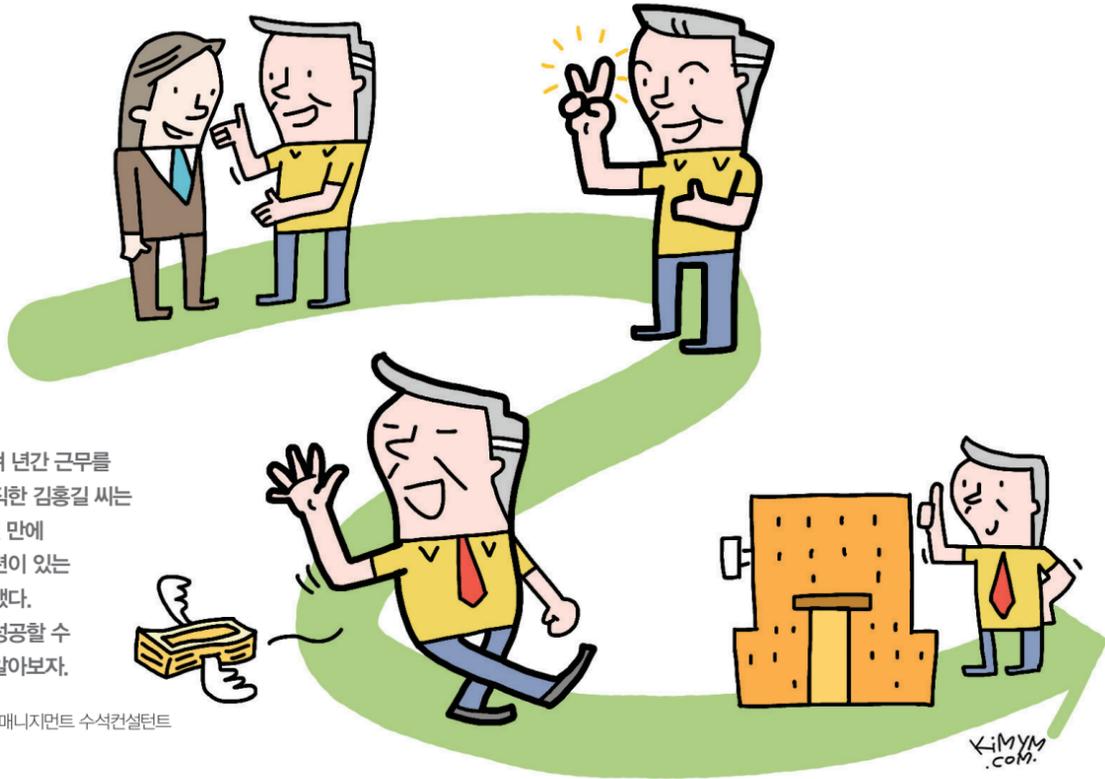


출처: 구글

1 은퇴 전 직업과 관련 분야에 재취업할 경우
2 새로운 분야로 재취업할 경우

은퇴 후 재취업에 성공하려면?

나의 구직 활동을 모두에게 알려라



공기업에서 30여 년간 근무를 하다 지난해 퇴직한 김홍길 씨는 구직 활동 8개월 만에 기존 직무와 관련이 있는 회사에 취업을 했다. 그가 재취업에 성공할 수 있었던 요인을 알아보자.

글 윤통현 (주)인제이매니지먼트 수석컨설턴트

“어느덧 신을 넘기고 묵묵히 제 일을 하다 보니 내일모레가 예순인 나이가 되었네요. 일하던 회사에서 퇴임식을 치러 주었지요. 그래도 주변의 지인들보다는 오랫동안 직장생활을 한 거지요. 그건 감사하지만... 앞으로 어떻게 지내야 할지, 아직 아무것도 준비한 것이 없어 마음이 불안합니다.”

얼마 전 모 공기업에서 30여 년을 넘게 근무하다 정년퇴임을 한 고객을 만난 첫날, 그가 맨 처음 풀어놓은 속이야기이다. 요즘 같은 구직난에 한 직장에서 정년퇴임을 할 수 있다는 것은 참으로 다행스러운 일이다. 그렇지만 누구나 마찬가지로 때가 되면 직장을 그만뒀어야 하는 것이 현실이다. 삼사년 일찍 나올 수도 있고 정년을 채우고 나올 수도 있을 뿐.

50대에 직장을 나와도 많은 사람들은 다시금 재취업을 희망한다. 그러면 어떻게 해야 재취업에 성공할 수 있을까. 신

이 넘은 나이에 재취업에 성공하기 위해서는 ▲퇴직 전 수행 업무와 관련 있는 직무로 재취업을 희망할 경우와 ▲새로운 분야로 재취업을 희망할 경우의 두 가지 진로에 따라 각기 다른 방법으로 전략을 세울 필요가 있다.

이번 글에서는 두 가지 진로 방향 중 ‘퇴직 이전과 유관한 분야로 재취업 계획을 갖고 있는 경우’에 대해 실제 재취업 성공 사례를 바탕으로 살펴보고, 다음 호에서는 새로운 분야로 재취업하는 사례를 소개하겠다.

퇴직 전 업무와 관련 있는 분야로 재취업을 원할 경우의 전략

김홍길(58, 가명) 씨는 지난해 직장에서 퇴직을 하고 구직 활동을 진행한 지 8개월 만에 기존 직무와 관련이 있는 업체에 취업을 하게 되었다. 그가 재취업에 성공할 수 있었던 요

인을 분석해보면 다음의 4가지로 정리해볼 수 있다.

주변 사람들에게 자신이 구직 활동을 하고 있음을 꾸준히 알렸다

김홍길 씨는 이전 회사에서 함께 일했던 직장 상사, 동료, 후배 그리고 업무를 수행하면서 인연을 맺었던 거래처를 비롯한 여러 사람들 중에서 자신의 구직 활동에 의미 있는 역할을 할 수 있는 사람을 약 20여 명 정리하였다.

그리고 그들에게 한 달에 한 번 정도씩 미팅 또는 전화 연락을 통해 현재 자신이 구직 활동을 하고 있으니 주변에 적당한 곳이 있으면 알려달라고 요청하였다. 이러한 활동을 계속한 결과 과거 거래처로 인연을 맺었던 지인이 현재 일을 하고 있는 업체에 다리를 놓아주는 역할을 하였다.

자신의 경쟁력을 2가지 항목으로 정리했다

그는 재취업을 위해 주변 사람들을 만나는 과정에서 대부분의 사람들과는 다르게 자신의 경쟁력 또는 회사에 도움을 줄 수 있는 역량에 대해 구구절절 나열하지 않고 간단하게 두 가지만 정리해 어필하였다. 즉 ‘조직관리 노하우’와 ‘기술 전수’라는 핵심 단어를 정하고 그 부분에서는 자신이 그 누구보다 최적의 책임자이고 자신과 인연을 맺는 업체는 분명 큰 도움을 받을 수 있을 것이라고 강조하였다.

이것은 사람들에게 자신을 어필할 때 아주 효과적인 방법이다. 사람의 기억력은 여러 가지를 이야기하면 제대로 정리하거나 기억하지 못한다. 간결하게 한 가지나 두 가지 정도로 이야기하는 것이 오히려 구구절절 ‘자신이 무엇을 잘한다’, ‘이런 일도 경험한 적이 있다고’ 이야기하는 것보다 훨씬 기억하기 쉽다. 이는 해당 내용을 들은 사람이 다른 사람에게 소개나 추천을 할 때도 ‘이분은 이런 분야에서 탁월하다고 명확히 전달할 수 있어 듣는 이가 분명한 이미지를 떠올리는 데 도움을 준다.

연봉, 기업 규모에 연연하지 않기로 마음을 먹었다

그가 재직했던 이전 기업과 현재 일하고 있는 기업의 규모는 비교할 수 없을 만큼 큰 차이가 난다. 현재 일하는 회사는 규모뿐 아니라 급여의 수준 차이도 상당하다는 것을 의미한다. 노동경제학에서 ‘내부노동시장’이라는 개념이 있다. 규모

가 큰 조직은 한번 그 기업에 발을 담그게 되면 그 기업의 규모에 맞게 급여 수준이나 처우 등이 관리되고 운영되지만, 이것은 그 조직 안에 있을 때만 유효하다는 것이다. 그 조직을 나오게 되면 처우가 전혀 달라진다. 30, 40대 연령에서는 헤드헌팅을 통해 더 좋은 조건의 급여를 받고 자기 향상을 꾀할 수 있는 기회가 다양하게 생긴다. 그러나 50대 이후에는 극히 일부 보직에 한해서만 그러한 경우가 존재하고 일반적으로는 그렇지 못한 것이 현실이다.

김홍길 씨는 자신이 희망하는 직무에 대해 현재의 상황을 분석하고 그에 맞는 방향으로 생각을 정리하였다. ‘예전처럼 좋은 대우를 받을 수 있는 곳은 국내에 더 이상 없다. 따라서 일할 수 있는 기회와 은퇴 이후를 위한 최소한의 급여를 보장해줄 수 있는 곳을 찾자’라는 목표를 정했기 때문에 재취업에 성공할 수 있었다.

구직 활동의 마지노선을 정하고 집중했다

구직 활동 기간에 마지노선을 정하지 않고 기회가 되는 대로 꾸준히 구직 활동을 하면 자신이 원하는 곳에 취업할 수 있을 것이라는 생각은 금물이다. 실제 구직 성공 기간을 더 길게 늘리는 상황만 만들 뿐이다.

구직 활동 기간에 마지노선을 두는 것은, 자신의 구직 활동에 긴장감을 부여하는 가장 기본적인 행위이다. 마감 시한을 정해놓고 이 기간 안에 어떻게든 취업에 성공할 수 있도록 모든 노력과 활동을 불사하겠다는 목표의식을 가졌을 때, 더 많은 사람을 만나고 좀 더 적극적인 구직 활동을 펼치게 된다.

김홍길 씨가 젊지 않은 나이에 이만큼 대우를 받고 재취업에 성공할 수 있었던 것은 구직 활동 마감 시한을 정해놓고 자기 자신에게 어느 정도 심리적 스트레스를 가했기 때문에 가능했다고 볼 수 있다. ☐

50대 공기업 출신 김홍길 씨의 재취업 성공 요인 4가지

- 주변 사람들에게 자신의 구직 활동을 알린다.
- 자신의 경쟁력을 간결하게 정리한다.
- 연봉, 기업 규모에 연연하지 않는다.
- 구직 활동의 마지노선을 정하고 집중한다.



영화 '어바웃 슈미트'에서 주인공 슈미트가 은퇴하기 전 짐을 쌓아두고 멍하니 앉아 있는 장면.

은퇴 후, 누가 나를 필요로 할까?

오늘날의 은퇴는 팽형(烹刑)을 닮았다. 엄연한 사회적 죽음이다. 발언권도 없고, 찾는 이도 없고, 찾아와주는 이도 드물다. 있어도 없는 듯, 존재함에도 존재하지 않는 것처럼 생각하는 시선들과 행동에 은퇴자는 팽형을 당한다. 당신의 인생은 타인에게 어떤 영향을 주고 있는가?

글 김욱 작가, <폭주노년> 저자

‘어바웃 슈미트’라는 영화가 있다. 루이스 베글리라는 미국 작가가 1996년에 발표한 동명소설을 각색해 만든 영화다. 주인공은 보험회사에서 막 은퇴한 슈미트라는 남성이다. 함께 일했던 동료들로부터 은퇴 파티까지 푸짐하게 한상 차려 받고 은퇴 이후의 눈부신 일상을 자랑하며 집으로 돌아왔으나, 슈미트가 집에서 할 수 있는 일이라곤 하루 종일 소파에 앉아 리모컨으로 텔레비전 채널을 돌려대거나 젊은 날의 미모를 찾아볼 수 없는 늙은 아내를 구박하는 것, 그리고 마음에 안 드는 예비사위를 닦달하는 게 고작이다. 전립선에 문제가 있는지 슈미트는 화장실에서 소변 보는 일에 굉장한 의미를 부여한다. 은퇴한 슈미트의 일상에서 가장 중요한 업무는 화장실에서 무사히 소변을 배설하는 일인 것이다.

은퇴한 슈미트에게 남은 것
그처럼 세상사가 덧없이 흘러가던 어느 날, 아내가 급작스레 세상을 떠나고 만다. 아내를 사랑했다고는 말하기 힘들어도 막상 떠나니까 그리워지는 것은 인지상정이다. 아내가 남긴 유품을 눈물로 정리하던 슈미트의 눈에 오래된 편지들이 눈에 띈다. 살아생전에 직장에 미쳐서 가정을 소홀히 했던 자신에게 보내는 연서(戀書)는 아닐까 설레는 마음 반, 혹은 자신을 나무라고 원망하는 글귀는 아닐는지 걱정되는 마음 반으로 편지를 열어보니 내용은 바람난 남자에게 보내는 사랑의 고백이었다. 반평생을 넘게 한 이불 덮고 살아온 아내가 오래전부터 다른 놈과 바람이 났던 것이다. 까무러치려는 정신을 수습하고 슈미트는 거울 앞에 앉아 빨지 않

은 잠옷 차림에 머리는 벗겨지고 웃고 있어도 화를 내는 것처럼 찌푸려지는 낯은 얼굴의 사내에게 이제부터라도 행복을 찾아야 한다고 말해준다. 하지만 직장도 없고, 마누라도 죽어버린 환갑 넘은 남성이 새로운 삶을 시작하기란 쉬운 일이 아니다. 용도 폐기 상태에서 맞이하는 막막한 시간들에 좌절하던 슈미트에게 남아 있는 유일한 위로는 큰마음 먹고 한 달에 고작 만 원씩 기부하고 있는 탄자니아의 고아 소년이 보내오는 편지다. 이 세상에서 그의 존재를 필요로 하는 사람은 70억 인구 중에 오직 단 한 사람, 얼굴도 못 보고 목소리도 들어보지 못한 감사편지 속의 탄자니아 소년밖에는 없는 것이다. 세상에 혼자뿐이라고 절망하던 슈미트는 탄자니아 소년이 보내온 편지

를 받고 감격에 차 눈물을 흘린다. 아직 누군가에게 영향을 미칠 수 있음에 행복해진 것이다. 이 영화의 핵심이 여기에 있다. 강대국 미국의 성공적인 은퇴자가 자기만의 공간을 완전히 상실한 채 머나먼 아프리카 탄자니아의 소년에게서 존재 이유를 찾는다. 한 달에 고작 만 원을 기부하면서 말이다. 이 영화가 많은 이들에게 공감을 준 이유는 슈미트 같은 남자가 전 세계에 아주 흔하기 때문일 것이다. 그리고 슈미트 같은 은퇴 이후의 삶을 사람들이 그만큼 두려워하고 있기 때문일 것이다. 슈미트는 실패한 은퇴자였다. 그의 실패를 지켜보면서 그에게 불행을 선사한 ‘은퇴’라는 녀석에 대해 우리가 얼마나 알고 있는지 궁금해졌다. 말로만 ‘은퇴’를 알고 있었던 것은 아닌지 고민해볼 필요가 있겠다는 생각이 들었다.

내 인생은 남에게 어떤 영향을 주는가?

고대 형벌 중에 팽형(烹刑)이라는 것이 있다. 팽형으로 말하자면 아주 무지막지한 형벌이다. 사람을 끓는 물에 삶거나 펄펄 끓는 기름 가마에 던져 죽이는 것을 두고 팽형이라고 했다. 상상만 해도 오금이 저리다 못해 영화 속 슈미트처럼 다리에서 힘이 풀려 여자처럼 양변기에 앉아서 소변을 보게 될 것만 같다. 이 형벌은 중국에서 시작되어 우리나라로 전래되었고 조선시대까지만 해도 국법으로 지켜져왔다. 불과 100년 전까지만 해도 국가에서 시행하던 형벌이었다는 이야기다.

그런데 실제로 사람을 삶거나 튀기지는 않았고 일종의 명예형으로 바뀌었

다. 팽형을 선고받은 죄인은 속이 빈 가마솥에 들어간다. 그러면 집행관이 그에게 물을 붓는 시늉을 한 후에 죄인이 죽었다고 만천하에 선포했다. 이렇게 팽형을 받은 이들은 주로 양반들이었다. 잘나가다가 한순간에 도태된 자들이었다. 팽형이 시행된 직후부터 주위 사람들은 물론이고 가족까지 그를 죽은 사람처럼, 투명인간처럼 대했다. 살아있어도 살아 있는 것이 아닌 삶, 일종의 사회적 사형이었다.

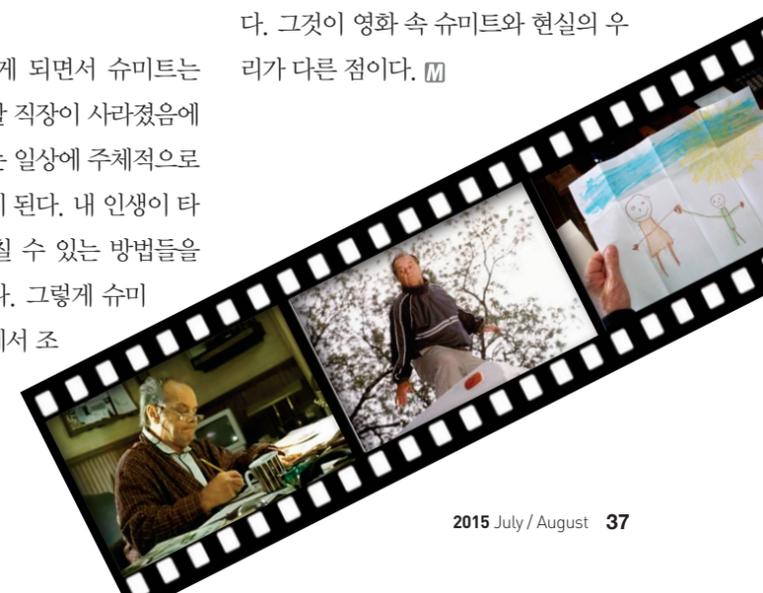
오늘날의 은퇴는 팽형을 닮았다. 엄연한 사회적 죽음이다. 발언권도 없고, 찾는 이도 없고, 찾아와주는 이도 드물다. 있어도 없는 듯, 존재함에도 존재하지 않는 것처럼 생각하는 시선들과 행동에 은퇴자는 팽형을 당한다. 슈미트도 마찬가지였다. 내 인생은 타인에게 어떤 영향을 주고 있는가? 그러나 슈미트에게는 탄자니아 소년이 있었다. 아프리카에서 힘겹게 살아가는 소년을 통해 슈미트는 ‘내 인생은 타인에게 어떤 영향을 주고 있는가?’를 진지하게 자문해보는 기회를 얻었다. 이 기회는 그가 직장에서 잘나가던 시절에는, 아내가 그의 말 한마디에 끄떡 죽는 시늉도 불사하던 시절에는 품어보지 못했던 삶의 원초적인 질문이었다.

그 질문을 깨닫게 되면서 슈미트는 아내가 죽고 출근할 직장이 사라졌음에도 자신이 살아가는 일상에 주체적으로 참여할 의사를 갖게 된다. 내 인생이 타인에게 영향을 미칠 수 있는 방법들을 찾아보게 된 것이다. 그렇게 슈미트는 고립의 팽형에서 조금씩 빠져나오는

데 성공했다. 현실은 육체적인 은퇴에 불과함에도 그 은퇴가 나의 정신과 사회성과 영혼을 잠식해버린다. 나의 육신이 그저 오랫동안 몸담았던 돈벌이의 과정에서 벗어나게 되었을 뿐인데 나의 정신과 사회성과 영혼은 자신이 감수해야 될 당연한 의무와 희망을 포기해버린다.

늙은 아내처럼 양변기에 엉덩이를 붙이고 소변을 보게 되었다고 해서 인생이 끝난 건 아니다. 식물인간이 된 것도 아니다. 나의 머리가 코마(의식불명) 상태에 놓인 것도 아니다. 단지 벡타이를 풀고, 명함을 버리고, 늘 같은 시간에 탔던 지하철 2호선을 기다리지 않아도 되는 것뿐이다. 그리고 돌아보면 우리네 인생 곳곳에는 탄자니아 소년이 나를 기다리고 있다. 그 말은 우리는 여전히 누군가에게 필요한 존재라는 뜻이다. 얼마든지 누군가에게 필요한 존재가 될 수 있다는 얘기가.

때로는 영화가 현실보다 더 현실적이어서 놀라게 된다. 이 영화 같은 현실 속에서 우리에게 주어진 단 하나의 축복은 내 손으로 각본을 쓰고, 내용을 각색하고, 결말을 연출할 수 있다는 점이다. 그것이 영화 속 슈미트와 현실의 우리가 다른 점이다. □



여름 불면증? '수박' 한 덩이면 OK!

항산화 성분 빨간 라이코펜 듬뿍... 갈증·고열·스트레스 해소에도 탁월

글 박태균 식품의약 전문기자, 한국식품커뮤니케이션포럼 회장

농촌진흥청은 7월의 식재료로 닭고기와 함께 수박을 선정했다. 수박은 한더위의 '갈증 해소약'이다. 수분 함량이 오이(96%)보다는 못하지만 91%나 돼 갈증을 빠르게 없애준다. 특히 땀을 많이 흘리고 햇볕을 쬐어 속이 메스껍거나 토하려고 할 때는 냉수보다 낫다. 영양소와 열량이 없는 물과는 달리 당질(탄수화물), 단백질, 라이코펜 등 항(抗)산화 성분과 비타민A, 칼륨, 식이섬유 등 영양소가 풍부하기 때문이다. 먹고 나면 피로가 풀리고 금세 힘이 난다(100g당 40kcal). 수박의 당질은 대부분 체내 흡수가 빠른 과당, 포도당이어서 섭취하면 바로 에너지로 바뀌기 때문이다. 민간에선 수박을 즙으로 만들어 고열, 갈증, 불면 치료에 사용했다.

수박씨는 대개 4월 중순 살구꽃이 필 무렵에 뿌린다. '말복 전 수박'이란 말이 있듯이 8월 초순 전에 수확해야 맛이 최고다. 우리가 흔히 먹는 수박이 보통수박이다. 국내 유통 중인 수박 품종은 180여 종에 달하며 껍질 색깔도 흰색, 적황색, 검은색, 황록색 등 다양하다. 보통수박 외에 시트론(Citron)수박, 사료수박, 절임수박, 종자수박 등이 있다. 과육이 흰색인 시트론수박은 주로 절임용으로 쓴다. 사료수박은 건조지대에서 대개 돼지사료로 쓰이며 단맛이 거의 없다. 절임수박은 크기가 작고 단맛이 떨어져 다 익어도 생식하기 힘들다. 종자수박은 씨를 볶거나 기름에 튀겨 먹기 위한 수박이다.

이집트인들은 왜 무덤에 '수박'을 넣었을까?

수박의 원산지는 남부 아프리카의 칼라하리 사막이며 건조한 지역이 주산지다. 기원전 3000년께 만든 고대 이집트의 묘지에서도 수박을 식용했다는 기록이 나온다. 사자(死者)의 영양 공급을 위해 수박을 함께 넣은 것으로 추정된다.

영양적으론 저열량·고비타민 식품이다. 항산화 비타민인 베타카로틴과 비타민A가 함유돼 있다. 수박엔 라이코펜이란 항산화, 항암 성분이 풍부하다. 라이코펜은 수박의 과육을 붉게 하는 색소 성분이다. 토마토, 파파야, 핑크빛 포도 등에도 함유돼 있다. 미국에선 라이코펜이 전립선암 등의 암 예방 성분으로 통한다. 항산화물질인 라이코펜이 노화의 주범인 활성(유해)산소를 없애 항암 효과를 나타내는 것이다.

수박엔 또 식이섬유가 많이 들어 있다. 먹으면 장운동이 활발해져 '만병의 근원'이란 변비 예방에 유익하다. 혈압 조절을 돕는 칼륨도 풍부해 고혈압 환자의 간식거리로 권할 만하다. 이노자산을 돕는 시트룰린과 아르기닌(둘 다 아미노산의 일종)도 풍부하다. 수박을 먹고 나면 소변이 잘 나오며 '자연의 이뇨제(利尿劑)'란 별명이 붙은 것은 그래서다. 시트룰린은 체내에서 요소(尿酸) 합성을 도와 이노자산을 촉진하는 것으로 알려졌다. 또 부종, 신장염, 방광염, 요도염, 고혈압, 염증, 고열 등의 치유에도 효과적이다. 소변이 잘 나오지 않으면 몸이 쉬 피로해지고 잘 붓는다. 신장 기능이 약하거나 소변 양이 적거나 몸이 자주 붓는 사람에게 수박은 추천할 만한 과일이다.

〈동의보감〉엔 "수박은 성질이 차고 맛이 달다. 속이 타고 열이 나는 번갈(燔渴)과 서독(署毒, 더위로 생기는 독)을 제거하는 데 쓴다. 소변을 잘 통하게 하고 피통을 싸는 혈리(血痢), 입이 허는 구창(口瘡)을 다스리기 위해서도 처방된다"고 기술돼 있다. 고려시대에 거란족으로부터 종자를 얻어 처음 심었다는 일화도 소개돼 있다. 한방에선 몸을 차게 하는 수박을 밤보다는 낮에 먹을 것을 권한다. 냉증(冷症), 장염, 설사 기운이 있는 사람에겐 권장하지 않는다.

수박은 원래 '씨'를 먹기 위해 재배되었다?

'수박씨를 먹으면 배앓이나 맹장염에 걸린다'는 속설이 있다. 그래서 일부러 씨를 빼고 먹는 사람도 많지만 이는 과학

적인 근거가 없다. 우리 몸은 수박씨를 분해·소화하지 못하므로 씨를 삼키면 대변으로 그냥 배설된다.

원래 수박은 과육보다 씨를 먹기 위해 재배됐다. 종자수박이 그것이다. 지금도 중국, 아프리카에선 수박씨로 짠 기름을 식용유로 쓴다. 수박씨엔 단백질, 지방, 비타민B군 등 유익한 성분이 많다. 특히 시트룰린이 많이 들어 있다. 입이 심할 때 씨를 씹어 먹으면 몸이 붓는 것을 예방하고 다이어트에도 유익하다. 중국인이 콜레스테롤이 많이 든 돼지고기를 섭취할 때 말린 수박씨를 소금과 함께 볶아 먹는 것은 그래서다. '호박씨 깐다'와 비슷한 의미로 '수박씨 깐다'는 표현이 있다. '호박에 줄 굵는다고 수박 되나'란 말이 있지만 옛 사람들도 종자만큼은 호박씨와 수박씨를 동격으로 본 셈이다. 수박씨엔 스트레스를 풀어주는 마그네슘, 두뇌 활동을 돕는 레시틴이 풍부하다.

잘 익은 수박을 고르는 일은 쉽지 않다. '수박 흥정'이란 말이 있을 정도다. 속을 들여다보지 못하고 하는 흥정을 빗댄 표현이다. 수박은 아래쪽 노란색(땅에 닿은 부위)이 진하고, 가볍게 두들겨봤을 때 속이 빈 듯 맑은 소리가 나는 것이 상품이다. 껍질에서 광택이 나고 검은 줄무늬가 선명한 것을 골라야 후회하는 일이 적다. 흔들어봤을 때 씨가 흔들리는 소리가 나며 손톱으로 껍질을 긁었을 때 손톱에 껍질이 잘 묻어난다면 잘 익은 것이기 십상이다.

수박의 최적 보관 온도는 4~6℃다. 식용 온도로는 10℃가 적당하다. 가정에선 냉장고에서 꺼낸 뒤 바로 먹기보다는 30분가량 지난 뒤에 먹는 것이 좋다. 일본인은 수박에 소금을 뿌려 먹기도 한다. 과육이 단단해져서(수분이 빠져나와서) 더 아삭해지기 때문이다. ☐



〈내 아이에게 무엇을 물려줄 것인가〉 자식 걱정 없는 노후를 원한다면?

글 이상건 미래에셋은퇴연구소 상무



내 아이에게 무엇을 물려줄 것인가/
데이브 램지 & 레이첼 크루즈 지음/
이주만 옮김/ 흐름출판/ 1만5000원

당신 앞에는 선택지가 하나밖에 없다. 그 선택지는 무조건 당신 자녀의 소유가 된다. 이런 상황이라면 당신은 어떤 것을 고르겠는가? SKY 대학 졸업장? 빌딩? 기업? 고가의 아파트? 물론 자녀들이 이런 것들을 증여받는다면 좋아할 것이다. 그러나 부자의 자식들 중 적지 않은 숫자가 비참하게 삶을 마감한 점을 고려하면, 돈을 다루는 기술을 물려주는 것이 더 나을 수도 있다.

돈을 다루는 능력은 독립적인 삶을 위한 조건이자 이 세상을 살아나가는 데 필요한 기초 과목에 해당된다. 그러나 정작 그 중요성에 비해 제대로 된 교육이 이뤄지지 못하고 있는 게 현실이다. 그런데 금융위기 이후 인식에 큰 변화가 일어나고 있다. 잘못된 의사결정이 인생을 나락으로 몰고 갈 수 있음을 여실히 보여준 사례가 2008년 금융위기이다. 금융 위기를 통해 미국과 영국 등 선진국들은 올바른 금융지식이 없으면 국민들이 커다란 고통에 빠질 수도 있다는 사실을 절감하고, 금융교육에 적극 나서고 있다. 교과과정에 반영하는 것은 물론이고, 영국 같은 나라는 아예 수학 문제에 금융 사례를 활용하는 금융수학을 도입하기도 했다. 우리나라도 이런 시대적 흐름에 발맞춰 교육과정 개편 등을 논의하고 있지만 아직 갈 길이 먼 상태다.

돈을 다루는 것은 습관의 문제이다. 습관은 어려서부터 심어져야 강력하다. 미국의 저명한 가정 재무관리 전문가 데이브 램지와 그의 딸 레이첼 크루즈는 자신의 경험을 바탕으로 올바른 돈 관리의 개념과 방법을 소개한다. 노동과 돈의 관계, 돈의 씬씀이, 부채에 대한 올바른 태도 등 살면서 직면하게 되는 문제들을 정면으로 다루고 있다.

돈을 다루는 기술적 측면뿐만 아니라 돈에 대한 올바른 가치관도 제시하고 있다. 예를 들어 아이를 칭찬할 일이 있으면 절대 물질로 보상하지 말라고 한다. 물질로 보상받은 아이는 스스로 동기부여를 하지 않기 때문이다. 또한 소유물이 많다고 해서 대단한 사람이 되는 것은 아니라는 점도 분명히 하고 있다. 소유물이 그 사람의 가치를 결정하는 시대에 정신적 가치의 중요성을 강조하고 있는 것이다.

우리나라도 본격적인 고령화 사회에 진입하면서 자녀와의 관계를 고민하는 부모들이 부쩍 늘고 있다. 부모 입장에서 가장 큰 문제는 독립하지 않는(또는 못하는) 자녀들이다. 미국도 성인 25~34세 남자의 19%가 부모 집에 얹혀살고 있다고 한다. 저자들은 단호하게 강조한다. 자식 걱정 없이 편안한 노후를 살고 싶다면, 자녀에게 예산 세우는 법을 가르치라고. 우리도 램지 부녀의 지적처럼 자신의 노후를 위해서라도 자녀들에게 올바른 돈 관리 교육을 시켜야 하는 시대에 들어선 것이다. □

평안한 노후를 위한 자산관리 5원칙

저성장·저금리·고령화로 과거와는 다른 상황이 전개되고 있습니다.
변화된 환경 속에서 은퇴자산을 성공적으로 운영하고 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 장기 투자로도 회복하지 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.

여러분이 은퇴 전문가입니다!

<은퇴와 투자>는 항상 독자 여러분을 향해 눈과 귀를 열어두고 있습니다.
<은퇴와 투자>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.

e메일 mi@miraeasset.com 팩스 02-3774-2084



vol.44

발행일 2015년 7월 9일(통권 44호) **발행처** 미래에셋자산운용 **발행인** 정상기 미래에셋자산운용 부회장
편집위원장 김경록 미래에셋은퇴연구소 소장 **편집위원** 이상건 미래에셋은퇴연구소 상무, 김동엽 미래에셋은퇴연구소 이사, 윤치선 미래에셋은퇴연구소 연구위원, 안태관 미래에셋은퇴연구소 선임연구원
제작 대행 동아일보사 **출판국** 편집장 김경화 **아트디렉터** 김석임
주소 서울시 중구 을지로 5길 26, 동관 20층(미래에셋 센터원빌딩)
편집 문의 미래에셋은퇴연구소 **구독 문의** 02-361-1095 **인쇄** 삼성문화인쇄(주)
등록 2010년 5월 27일(등록번호 서울중 라 00390) **정가** 2000원

*이 책에 실린 어떤 내용도 무단복제해서 사용할 수 없습니다.

정기구독 안내

<은퇴와 투자>는 격월로 발행하는 은퇴 가이드 잡지입니다.
정기구독을 신청하면 원하는 곳에서 편하게 받아볼 수 있으며,
구독료가 인상되더라도 계약기간 만료 시까지 종전 가격으로 구독할 수 있습니다.

국내 2년간 구독료는 2만 원입니다.

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

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

지금 미래에셋은퇴연구소 홈페이지에서 뉴스레터를 신청하시면

은퇴 관련 최신 정보를
매주 정기적으로 받아볼 수 있습니다



☑ 뉴스레터는 다양한 콘텐츠를 제공합니다

- 은퇴 관련 재무, 일, 가족, 주거와 관련된 정보
- 노후 준비 및 은퇴 관련 현안을 분석한 연구 보고서
- 국내 은퇴 관련 전문가 칼럼

☑ 뉴스레터, 지금 바로 신청하세요!

- 미래에셋은퇴연구소 홈페이지에 접속하여

뉴스레터 구독하기 

클릭

인터넷 : retirement.miraeasset.com
모바일 : m.retirement.miraeasset.com

