

경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

목차

- I. 노인 갭이어 필요성
- II. 경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)
- III. 정책 제언

인생 전환기마다 삶의 방향을 찾는 갭이어 사업 추진

- ▶ 청년기 외에 중장년기와 노년기 등 생애주기별 갭이어 사업을 추진하여 인생의 다음 단계를 준비할 기회 제공
 - 갭이어는 청년을 대상으로 처음 시작되었고, 최근에는 주된 직장에서 퇴직하고 제2의 직업을 탐색하는 중장년 시기에도 도입되는 추세
 - 노동시장에서 완전히 퇴장하는 노년기의 부정적 경험(상실감, 의욕 상실 등)을 차단하고 그동안의 삶을 조망하고 여생에 대한 새로운 계획을 세울 기회를 제공하는 노인 갭이어 사업이 필요

70~74세 노인에게 최대 3개월의 갭이어 활동 기회 제공

- ▶ 70~74세 노인의 건강 상태를 고려하여 프로그램 내용 및 참여 기간, 동반자 여부를 담은 계획서를 토대로 갭이어 대상자 선정
 - 사업 대상 연령은 70~74세로, 노인으로 인식하는 연령이 72.1세이고, 노동시장에서 완전히 퇴직하는 연령이 72.3세이며, 75세 이후 신체적 건강과 심리적 우울 등 부정적 경험이 높아지기 시작함을 고려
 - 노인의 건강, 안전 등 개인적인 상황을 고려하여 갭이어 활동 기간은 최소 1개월에서 최대 3개월로 하며, 노인 단독 외에 배우자나 친구와 함께 참여할 수 있도록 하여 다른 시기의 갭이어와 차별화
 - 프로그램은 여행, 사회봉사, 웰다잉 프로그램 참여 등 자신의 삶에 대한 회고와 남은 삶의 희망을 설계하는 내용으로 활동 계획 작성
- ▶ 중간운영기관을 선정하여 노인 갭이어 활동을 지원 및 관리
 - 독자적인 갭이어 활동이 어려운 노인의 특성을 고려하여 노인에게 친숙하고 접근성이 좋은 기관을 중간운영기관으로 선정하여 갭이어 활동 전반 관리
 - 각 기관별로 노인 50명 당 1명의 전담인력을 배치하여 갭이어 계획서 작성, 일정 관리, 건강 체크 등의 역할 수행

정책 제언

- ▶ 선례가 없는 노인 갭이어 사업의 시행착오 최소화를 위한 소규모 시범사업 추진
- ▶ 노인 갭이어 활성화를 위해 중장년 프로그램의 대상을 전기 노인까지 확대
- ▶ 국민의 안식을 위한 갭이어 활동의 법적 근거 마련(경기도민 안식휴가제)

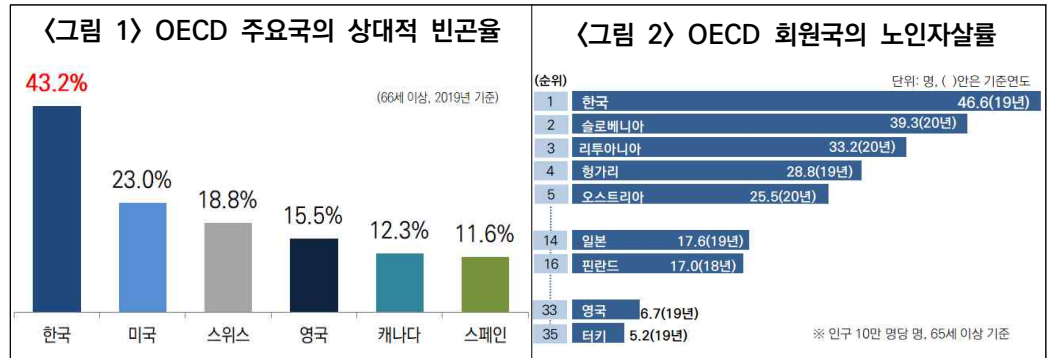


I. 노인 갭이어 필요성

노후에 직면하는
빈곤과 자살의 문제는
“삶의 의욕” 저하가
가장 큰 이유로
지목되고 있어, 자신의
삶의 의미를 정리하는
기회 제공이 필요

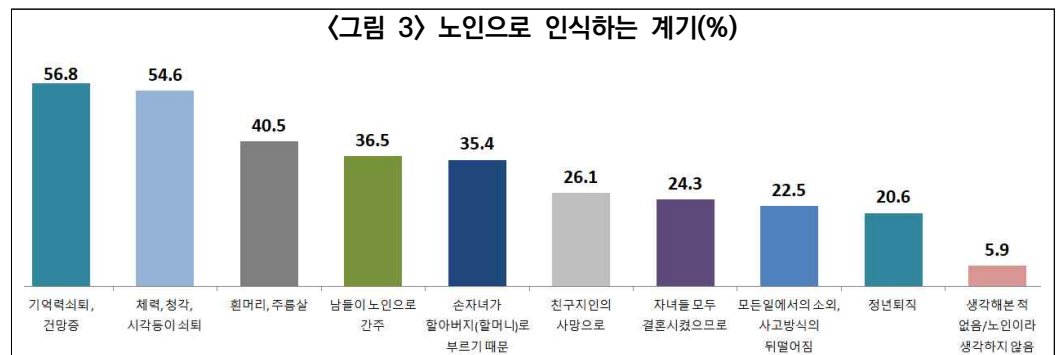
노인이 직면한 가장 큰 문제는 빈곤과 자살

- ▶ 노인인구가 지속적으로 증가하면서 노인이 직면한 빈곤과 자살의 문제를 사전 예방하는 것에 대한 관심도 증가
 - 2019년 기준 한국의 빈곤율은 43.2%로 선진국이라고 일컬어지는 나라 중 가장 높고, 자살률은 인구 10만명 당 46.6명으로 OECD 국가 중 가장 높음



자료 : 중앙선데이 보도자료(22.11.19)

- ▶ 높은 노인빈곤율과 자살률의 이유로 낮은 소득을 지적하고 있지만, 자살률의 경우 “삶의 의욕”을 더 큰 이유로 지목하고 있어 삶을 조망할 기회가 필요
 - 노년기에 맞닥뜨리는 여러 가지 삶의 변화와 문제들이 우울, 외로움, 고립감, 자괴감 등을 유발하고 이 같은 감정들이 해소되지 않으면 점차 삶의 의욕이 떨어지고, 살아야 할 이유마저 잊게 될 수 있음¹⁾
 - 사회적으로 보면, 빠른 속도로 변화하는 사회에 적응하지 못하거나 발전 과정에 기여하지 못한다고 스스로를 판단하고 사회적 가치가 없는 쓸모없는 존재로 치부해버리면서 삶의 의욕을 상실
 - 심리적인 측면에서 보면, 살아갈 날이 얼마 남지 않았다는 생각에 직면한 상황을 심각하게 받아들이지 않거나, 근본적인 해결 노력 없이 회피하려는 행동은 노년기 극단적 선택의 위험성을 높이는 원인으로 작용
 - 노인이라고 인식하는 계기는 외부적 요인이나 신체적 이유가 대부분으로, 스스로 지나온 시간을 회고하고 자신의 삶을 의미있게 받아들이는 경험이 부족한 것도 의욕 상실의 큰 이유이므로 삶을 정리하는 기회를 갖는 것이 필요



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』, 경기복지재단 정책연구보고서

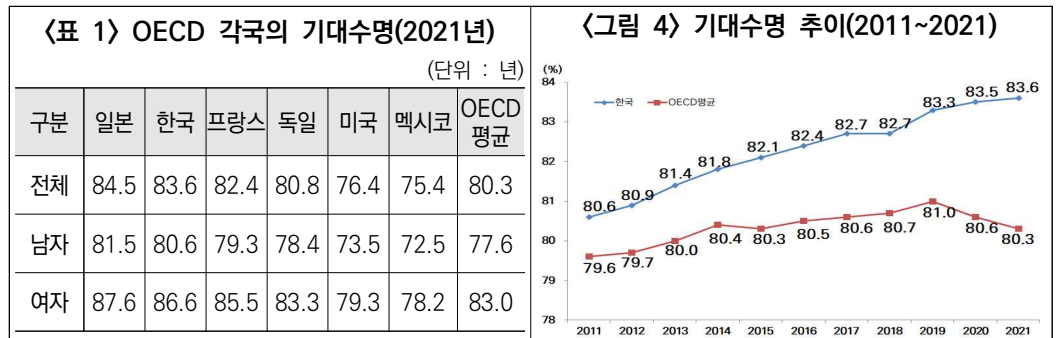
1) 헬스조선(23.1.31). “노인 자살률 OECD 압도적 1위…준비 안된 초고령사회”

I. 노인 갭이어 필요성

은퇴 후 길어진 노년의 시간을 젊었을 때 하지 못한 활동이나 자아 개발을 위한 활동에 참여할 기회를 제공하여 삶의 만족을 끌어올리는데 활용

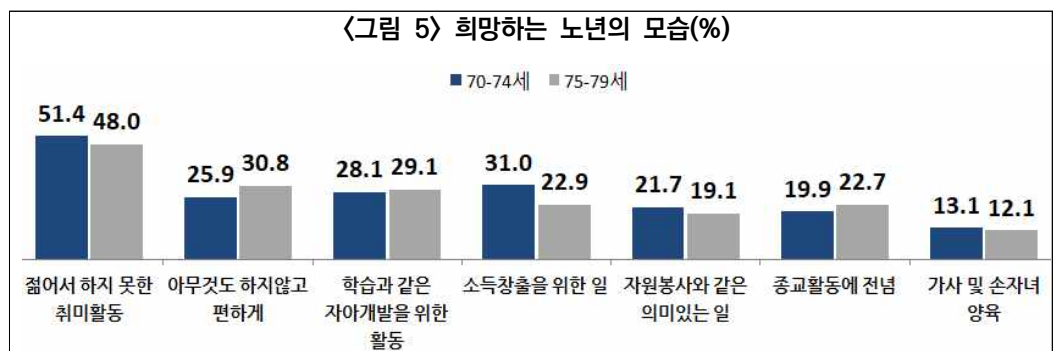
기대수명 증가로 늘어난 시간을 삶을 정리하는 기회로 활용

- ▶ 우리나라 기대수명은 2023년 현재 83.6년으로 OECD 평균보다 길고 최근 10년 동안 지속적으로 증가하고 있는 상황
 - 기대수명은 해당연도 출생아가 앞으로 살 것으로 기대되는 연수를 말하며, 일본이 84.5년으로 세계에서 가장 긴 국가이며 우리나라도 OECD 국가 중 상위 수준



자료 : OECD(2023). 『OECD Health Statistics 2023』

- ▶ 은퇴 후 길어진 노년의 시간을 자신의 삶을 정리할 수 있는 기회로 활용할 수 있다면 삶의 의욕을 높여 노년기의 삶의 질과 삶의 만족 제고 기대
 - 65세 은퇴를 가정할 때 10년 전에 비해 기대수명이 3년(2011년 15.6년 → 2021년 18.6년 / 총 864시간)이 늘어난 만큼 자신의 삶을 회고하고 남은 삶의 성장과 발전에 집중할 수 있는 기회를 제공하는 것이 중요
 - 경기도 노인생활실태조사(2021)에 따르면, 젊었을 때 하지 못한 취미활동이나 자아 개발을 위한 활동을 노년의 모습으로 희망하고 있어 이를 지원하여 삶의 의욕을 높인다면 삶의 질과 만족을 끌어올릴 수 있음



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』, 경기복지재단 정책연구보고서

- ▶ 노인 스스로 자신의 삶을 긍정적으로 바라보고 행복 역량을 적극적으로 발휘하여 삶의 방향을 찾는 기회를 제공하는 사업을 추진하여 성공적 노화 도모
 - 앞의 조사 결과에서 인생의 방향성을 찾기 위한 취미활동이나 자아 개발 등 적극적인 사고와 활동은 나이가 들수록 감소하는 것으로 나타나 너무 늦지 않은 나이에 삶의 활력과 의욕을 찾을 수 있는 활동에 참여하도록 하는 것이 중요

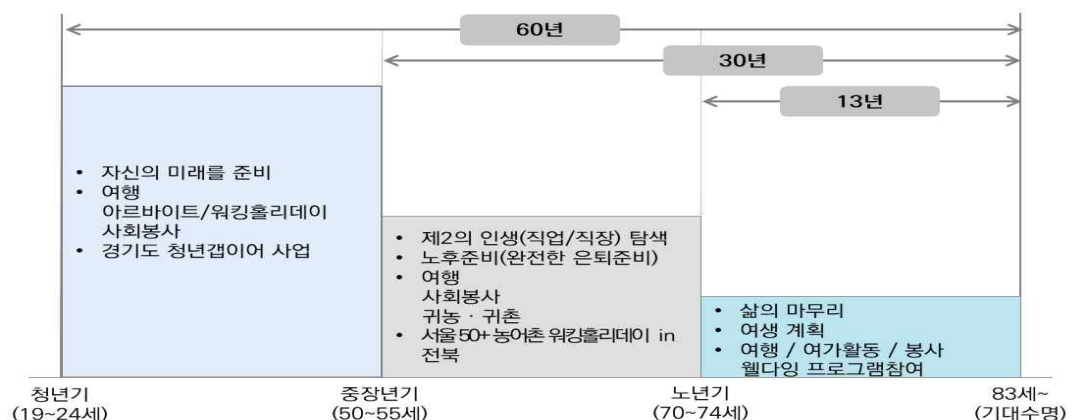
I. 노인 갭이어 필요성

인생의 마지막
전환기인 노년기에
갭이어를 추진하여
그동안의 삶을 성찰
하고 여생의 계획을
세우는 등 삶의
방향을 찾을 수 있는
기회 제공

인생의 방향성을 찾기 위한 갭이어(Gap Year)활동을 노년기에 적용

- ▶ 인생의 단계를 넘는 전환기마다 일상을 멈추고 그동안 삶의 성찰을 통해 다음 시기를 준비할 수 있도록 생애주기별 갭이어(Gap Year) 프로그램 필요
 - 갭이어는 1967년에 영국에서 청년을 대상으로 처음 시작되었는데²⁾, 청년기 갭이어는 학교를 통한 의무교육을 마치고 취업 또는 대학진학 등 새로운 삶의 단계로 넘어가기 전 자신의 미래를 준비하기 위한 시간으로 활용
 - 경기도는 민선 8기 공약으로 “경기 청년 갭이어 사업”을 추진하여 지난 5월에 600명을 모집, 한 달 동안 청년이 원하는 일에 도전하는 기회를 제공
 - 중장년 시기는 50세 전후로 주된 직장에서 퇴직³⁾하면서 제2의 직장(직업)을 탐색하고 노후를 준비해야 하는 시기로, 갭이어를 통해 일자리를 찾거나 인생 전환기의 심리적 혼란을 완화할 수 있어 ‘그레이 갭이어’ ‘골든 갭이어’로 명명⁴⁾
 - 노년기는 일자리에서 완전히 퇴직한 이후로 그동안의 삶을 복기하고 여생(餘生)을 어떻게 마무리할 것인가를 고민해야 하는 시기

〈그림 6〉 생애주기별 갭이어 프로그램



- ▶ 완전히 은퇴를 하면서 삶의 방향을 잃을 수 있는 노년기에 삶의 의미를 부여하고 정리하는 노인 갭이어를 통해 여생에 대한 새로운 계획을 세울 기회 제공
 - 업무와 일상, 그리고 정체성이 연결되어 있기 때문에 노동시장에서 완전히 퇴장(2018년 기준, 72.3세 / 미래에셋투자와연금센터 『투자과연금리포트』 54호) 후 상실감이나 관계 단절, 더 나아가 삶의 의욕 상실이라는 부정적 경험할 수 있기에 삶의 목적을 재설정하고 새로운 목표를 추구할 수 있는 기회를 갖는 것이 중요
 - 일상적인 생활에서 벗어나 여행이나 자원봉사, 여가활동, 교육 등을 통해 자신의 관심사를 더 깊이 탐구하고, 피할 수 없는 미래를 준비할 기회 제공

2) 1월에 입시가 끝난 후 8~10월 입학 전까지의 기간 동안 사회 경험을 통해 자신의 미래를 준비하는 시간으로 갭이어를 경험한 학생의 학업중도포기가 낮고 학업성취도가 높다는 연구 논문들이 발표되면서 아일랜드에서도 갭이어 제도를 본뜬 전환학년제(Transition Year) 시행 등 여러 유럽 국가들과 미국에서 갭이어 제도를 도입함

3) 주된 일자리에서의 은퇴 연령에 대한 조사를 보면 산업은행 미래전략연구소는 평균 49.1세(2022년), 미래에셋투자와연금센터 『투자과연금리포트』 54호에서는 49.3세(2021년) 등으로 50세가 되기 전에 주된 일자리에서 퇴직하는 것으로 나타남

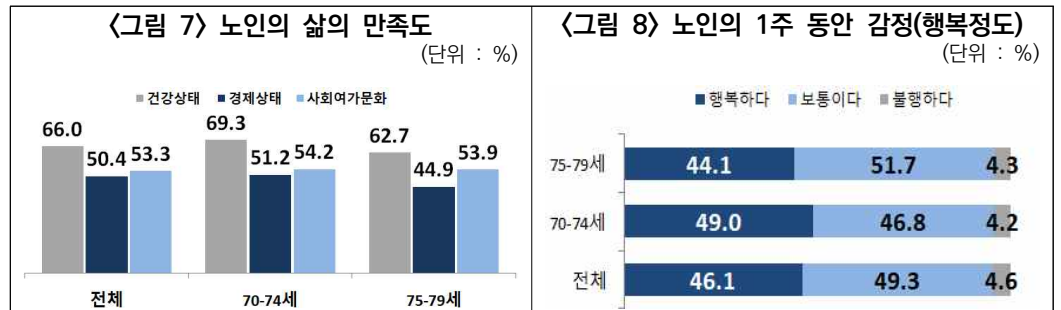
4) 어른의 갭이어(<https://www.junsungki.com/magazine/post-detail.do?id=1801>)

II. 경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

노인 갭이어 대상은
70~74세로, 활동
목표와 기간, 방식 등을
담은 계획서를 토대로
대상자 선정

노인 갭이어의 대상은 70~74세, 공모를 통해 선정

- ▶ 노년기를 준비하기 위한 갭이어 활동은 실질 은퇴 연령인 70~74세를 대상으로 하여 75세 이후 우울 등 부정적 경험을 통한 더 심각한 문제로의 연계 차단
 - 노인실태조사에 따르면 노인 연령을 72.1세로 인식하고 있어 노인 단계로 진입하기 전 연령을 대상으로 삶의 방향을 탐색하는 기회 제공이 적절⁵⁾
 - 70~74세 노인의 건강상태가 75~79세 노인에 비해 더 좋고, 경제적 만족도 높으며, 사회·여가문화 활동도 더 활발한 것으로 조사되었고, 이러한 삶의 만족이 행복에도 영향을 미쳐 70~74세 노인의 행복 정도가 훨씬 더 높은 것으로 나타남
 - 특히, 70~74세 노인의 삶의 만족과 행복도는 65세 이상 전체 노인 평균과 비교해서도 높게 나타났는데, 이는 신체적 건강과 심리적 우울 등 부정적 경험이 높아지기 시작하는 75세 이전에 삶의 방향과 목적을 정하는 기회 제공이 필요함을 시사



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』. 경기복지재단 정책연구보고서

- ▶ 활동 목표와 내용, 기간 등의 갭이어 활동 계획서를 토대로 대상 노인의 1%를 갭이어 대상자로 선정하되, 활동 방식은 여행과 프로그램 참여 모두 가능
 - 경기도 70~74세 노인인구 수는 2023년 7월 현재 474,432명(행정안전부 주민등록 인구통계)으로 약 1%인 5천 명을 사업 대상자로 선정
 - 선정은 갭이어 공고 및 사전 준비기간(2달)-활동기간(3달)-사후 정리기간(1달) 등을 고려하여 상반기와 하반기로 나눠 연 2회 실시
 - 갭이어 활동에 참여하고 싶은 노인은 계획서를 작성하여 제출하면, 목적 부합성, 실현 가능성, 예산 적합성 등을 기준으로 대상자 선정
 - 갭이어 활동 계획에 ① 여행 등 다른 곳으로 떠나 새로운 문화 경험, 건강 휴양에 참여, 새로운 사람들을 만날 수도 있고 ② 자신이 살던 곳에서 자신의 관심분야(예. 건강, 웰빙 등) 프로그램에 참여하여 지식과 관점을 확장하는 내용 포함
 - 각 노인들의 처한 상황이나 성취하기를 바라는 목표에 따라 다양한 계획이 가능하나 휴식과 남은 생을 위한 재충전의 기회를 가질 수 있는 내용은 공통 사항

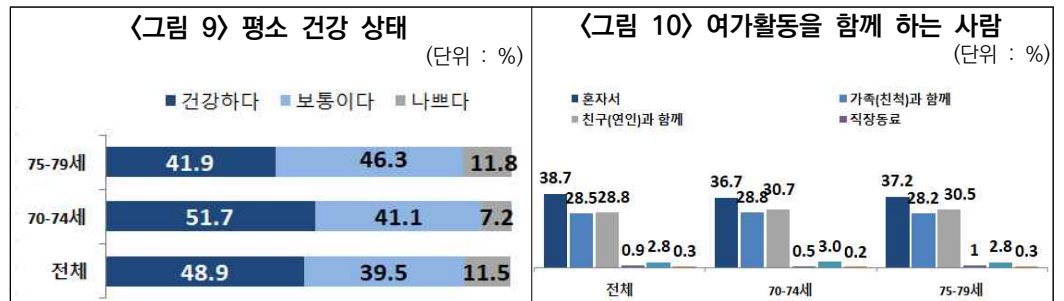
5) 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』에 따르면 노인 연령에 대해 70~74세라고 응답한 비율이 39.5%로 가장 높고, 75~79세 23.9%, 65~69세 20.8% 순으로 나타났으며, 80세 이상이라고 응답한 비율도 14.9%나 되어 노인 연령에 대한 인식이 노인 복지법 등 법정 연령과 큰 차이를 보이고 있음을 확인

II. 경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

노인 갭이어 참여기간은
한 달에서 최대 석 달로
하고, 배우자나 친구
등과 함께 참여할 수
있도록 하는 등 노인
건강 등의 특성을
고려하여 유연하게 운영

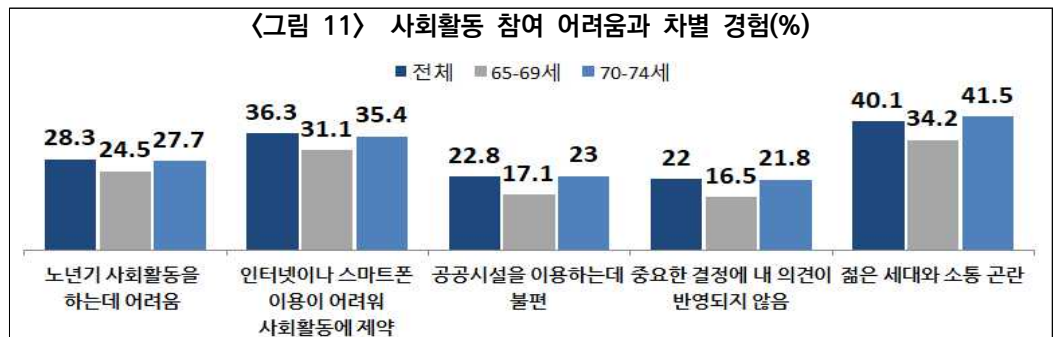
노인 건강 등을 고려하여 갭이어 참여 기간 및 동반자 참여 여부 결정

- ▶ 갭이어 참여 기간은 참여 노인의 건강 상태를 고려하여 1개월에서 3개월 이내로 정하되, 상황에 따라 일정 변경이 용이하도록 유연하게 운영
 - 청년 갭이어는 1년의 기간을 잡고 다양한 경험을 쌓도록 하는 것이 보통이지만, 노인은 건강, 편의, 안전 등을 고려하여 기간을 정하고, 언어 능력이나 신체적 제약 등에 따라 일정 변경이 용이하도록 해야 함
 - 노인의 건강상태⁶⁾와 프로그램 참여 기간 등을 고려하여 갭이어 기간은 짧게는 한 달, 최대 석 달 이내로 유연하게 운영
- ▶ 갭이어 활동은 노인 단독 참여 외에 배우자나 친구 등과 함께 참여할 수 있도록 하여 여생의 방향을 논의하여 정하도록 하는 등 기존 갭이어와 차별화
 - 노인들의 여가활동 시 나이와 무관하게 가족이나 친구(연인)과 함께 여가활동을 한다는 응답이 높게 나타나, 갭이어 활동에 노인 단독으로 참여하는 방안 외에 부부가 같이 또는 친구 등과 함께 참여할 수 있는 방안 고려



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』, 경기복지재단 정책연구보고서

- ▶ 사회활동을 하는데 어려움이 있고, 노인의 일정 관리 및 건강 상태와 휴식 요구를 면밀하게 자주 관찰해야 하므로 지원 및 관리 인력을 필수적으로 배치
 - 새로운 사람들과의 교류, 건강 상황에 따른 일정 관리 등을 위한 지원 인력을 배치하여 갭이어 활동을 관리하고 응급상황에 즉각적 대처



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』, 경기복지재단 정책연구보고서

6) 김춘남 외(2021) 조사에 따르면, 70~74세 노인의 평소 건강 상태는 51.7%가 건강하고 41.1%가 보통이라고 응답하는 등 90% 이상이 나쁘지 않은 것으로 나타남

II. 경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

노인 갭이어 활동은
여행이나 삶의 성찰과
마지막을 준비할 수
있는 프로그램으로
구성하며, 거주지역과
타 지역에서의 활동이
모두 가능

삶을 마무리하거나 남은 삶의 의미를 새롭게 찾는 프로그램으로 구성

- ▶ 노년기 갭이어 활동은 지난 삶에 대한 깊은 성찰 및 삶의 끝의 준비를 도울 수 있는 프로그램으로 구성하여 활동의 일차적 목적에 부합
 - (삶의 회고 및 정리) 지나온 삶의 발자취를 정리하여 여생을 평안하게 보내는데 도움
 - 인생 회고 / 나의 인생 그래프 그리기 / 나는 누구인가 / 용서와 화해
 - (웰다잉을 위한 준비) 피할 수 없는 삶의 끝에 대한 성찰과 준비에 도움
 - 엔딩 노트 / 나는 어떻게 기억되길 바라는가 / 가족에게 남기고 싶은 이야기 / 유언과 상속에 관한 법률 교육
 - 호스피스와 사전연명의료의향서 작성 / 아름다운 마무리 / 장수 사진 촬영
 - 나의 장례식 / 사전장례의향서 작성⁷⁾
 - (남은 삶을 위한 희망 설계) 다시 세워보는 인생 설계
 - 100세 장수 / 당당하고 활기찬 노후를 위한 재정 설계 / 버킷리스트 작성 / 운동과 건강



자료 (좌) : <https://blog.naver.com/juliet3416/223016722889>

(우) : <https://movie.daum.net/moviedb/main?movieId=68041#photold=828671>

- ▶ 갭이어 활동 지역은 거주 지역과 타 지역 모두 가능하며, 프로그램은 자체 계획하거나 기존의 프로그램에 참여 중 선택 가능하며 중간 수정도 가능

- 그동안의 삶을 객관적으로 조망하기 위해 살던 곳을 떠나 여행하거나 거주 지역에서 사회봉사활동에 참여하여 자신의 인생을 회상하고 재밌미하는 개별 활동 진행
- 노인복지관 등의 기존 프로그램의 경우 8주 이상 진행되는 것이 일반적인데, 프로그램을 선택하여 주 1회~2회 참여하는 것도 활동으로 인정하여 노인이 여행 등 개별 프로그램 기획 및 진행의 어려움을 보완
- 노인 스스로 설계한 프로그램이지만 노인의 정서적 상황 및 민감도 등을 고려하여 중간지원기관의 인력이 노인과 협의하여 프로그램 중간에 수정 가능

7) 자신의 장례 형태에 대해 유족에게 남기는 일종의 유언장으로 부고의 범위, 장례 형식, 매장장 화장 여부, 수의와 관의 종류까지 장례에 관한 모든 의식과 절차를 담는 것. 한국골든에이지포럼, 나눔국민운동본부, 건전가정의례실천협의회, 마음건강연구소, 생사 의례문화연구원 등 5개 단체가 2012년부터 '사전 장례의향서 쓰기' 캠페인을 벌이기 시작하였고, 최근 웰다잉 트렌드와 맞물리면서 빠르게 확산되고 있는데, 남들이 하는 만큼 장례식을 치러야 한다는 자녀의 부담을 줄여주기 위해서도 긍정적인 활동으로 평가 받고 있음(다음백과 트렌드 지식사전, <https://100.daum.net/encyclopedia/view/54XX34200015>)

II. 경기도 노인 갭이어 사업 설계(안)

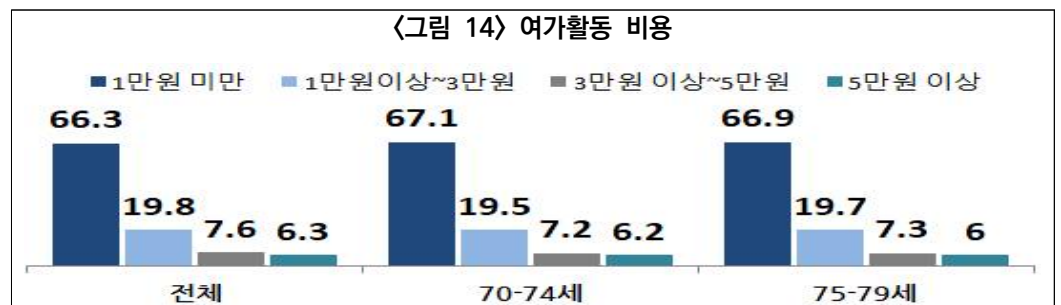
중간운영기관을
선정하여 노인 갭이어
활동을 지원하고
관리하고, 50명 당
1명의 전담 인력을
배치하여 노인들과 매칭

중간지원조직을 선정하여 노인 갭이어 활동 지원 및 관리

- ▶ 노인 갭이어 사업의 중간운영기관을 시군별로 선정하고 전담인력을 배치하여 대상자 및 활동을 지원하고 관리하는 역할 부여
 - 청년이나 중장년과 달리 노인은 갭이어 활동을 독자적으로 수행하기 어려운 상황 (건강 악화, 전자기기 활용 능력 미숙 등)이 발생할 수 있어 갭이어 사업 및 대상자를 지원하는 중간운영기관이 필요
 - 중간운영기관은 31개 시군별로 선정하되, 노인 특성을 잘 알고 있고 노인의 이용경험이 높아서 친숙하고 심리적 접근성이 좋은 기관을 선정
 - 각 중간운영기관에 사업 대상자(5천 명 기준) 50명 당 한 명의 지원 인력, 총 100명을 배치하여 노인 갭이어 사업을 전담·집중
 - 사업 대상자가 50명 미만인 경우 인건비의 절반을 지원하여 해당 기관에서 자체적으로 업무 분장을 통해 갭이어 사업 지원
 - 사업 전담 인력은 대상자의 갭이어 계획서를 상황에 맞게 수정하거나, 대상자가 여행이나 프로그램에 참여할 수 있도록 지원하고 관리하며, 수시로 연락하여 건강 상태 등을 체크하는 역할 수행

노인 갭이어 소요 예산은 87억2천4백만 원/연 필요

- ▶ 노인 갭이어 사업에 참여 노인의 활동비, 중간운영기관의 운영비, 전담 인력 인건비 등을 포함하여 1년에 87억2천4백만 원 소요
 - 노인의 활동비는 참여기간 3개월 기준 최대 100만원을 지급하며, 여행비와 프로그램 참여비, 교통비 등이 포함하여 총 50억 원의 예산 소요
 - 경기도 노인실태조사 자료에 따르면, 노인의 여가활동 비용은 1회당 평균 11,123원인 것으로 조사되어 이를 하루 비용으로 환산하여 3달(90일) 참여 비용을 산출
 - 노인이 참여하는 프로그램 성격에 따라 비용을 노인에게 직접 지급하거나, 중간운영기관을 통해 지급하거나, 프로그램 운영기관에 지급하는 등 다양한 방식 가능



자료 : 김춘남 외(2021). 『경기도 노인실태조사』, 경기복지재단 정책연구보고서

- 전담 인력은 총 100명이 참여하며 1인당 인건비는 연 3,600만 원으로 총 36억 원의 예산이 필요
- 중간운영기관의 운영비는 전담인력 인건비를 제외한 일반관리에 소요되는 경비로 기관 당 400만 원(연)이며, 총 1억2천4백만 원의 예산 소요

소규모 시범사업을
통해 갭이어 사업의
시행착오를 최소화하고,
사업의 법적 근거
마련을 위한
조례를 제정

경기도 노인 갭이어 시범사업 추진

- ▶ 선례가 없는 노인 갭이어 사업을 추진하기 전 소규모로 시범사업을 실시하여 시행착오를 최소화하고 내실화 도모
 - 노인 갭이어는 인생의 최종 단계에 이른 노인에게 그동안의 삶을 정리하고 남은 시간을 가치있게 계획할 기회를 제공하는 것으로 영원한 안식(永眠)을 위해 필수
 - 지역 특성(대도시, 도시, 도농복합, 농촌)을 대표하는 시군 각 1개 지역 총 4개 지역을 선정하고 해당 지역의 70~74세 노인 각 100명씩 총 400명을 대상으로 선정
 - 각 지역별로 중간운영기관을 선정하여 참여자가 제출한 계획서를 토대로 갭이어 활동(여행, 사회봉사, 웰다잉 등 프로그램 참여)을 지원 및 관리
 - 시범사업을 통해 노인 갭이어의 목적을 명확히 하고 참여 노인의 효능감과 건강 개선 효과 등을 분석하여 본 사업에 환류

노인 갭이어 활성화를 위한 인프라 구축

- ▶ 다양한 노인 갭이어 활동 참여를 위해 새로운 프로그램 개발 및 활동을 지원하는 기관 인프라를 소개
 - 노인 갭이어는 신규사업으로 활동을 위해 이용할 프로그램이 거의 없는 상황으로
 - ① 활동 유형별(여행, 사회봉사 등) 신규 프로그램을 개발 및 제언
 - ② 대학의 평생교육기관 등에서 실시하는 기존 프로그램이나 인프라의 이용 대상을 중장년에서 노인까지 확대하는 방식 고려
 - 현재 경기도가 중장년을 대상으로 운영하고 있는 사업이나 시설의 이용 범위를 70~74세 노인까지 확대하는 방안을 고려할 수 있고,
 - 국내외 여행과 봉사를 결합한 평화봉사단(www.peacecorps.gov), 평생교육 콘셉트 여행을 접목시킨 엘더호스텔(Elderhostel, 현재는 로드 스콜라(www.roadscholar.org))로 알려져 있음), 일과 자원봉사의 기회를 찾을 수 있도록 돕는 앙코르(www.encore.org) 등의 기관과 연계하여 노인 갭이어 활동을 소개 가능

경기도민 안식 휴가제 운영 조례 제정을 통해 갭이어 사업의 법적 근거 마련

- ▶ 인생의 전환기 갭이어 사업을 추진하기 위한 근거를 마련하기 위해 “경기도민 안식 휴가제 운영 조례”를 제정
 - 안식휴가는 일반적으로 일정한 근속 연수에 도달하면 재충전과 자기 계발을 위해 보장하는 특별 유급 휴가로 공무원, 공공기관, 기업 등에서 실시
 - 최근에는 사회복지시설과 보육시설에서도 안식휴가를 제공하는 등 다양한 기관으로 확산되는 추세로, 소속기관이 없는 도민에게 갭이어 사업을 통해 안식휴가 기회를 제공
 - 청년 갭이어, 중장년 갭이어, 노인 갭이어의 목적, 대상, 지원 내용 등의 항목을 포함한 조례 제정하여 사업의 법적 근거 마련

<웰다잉 프로그램 사례>

연번	프로그램명	주요내용	대상/회기	운영기관
1	아름다운 인생여행 (2018)	- 지혜로운 인생(생명과 사랑) - 건강한 인생(운동과 건강, 임종과 돌봄) - 준비된 인생1,2(호스피스 완화의료의 이해, 운동과 건강, 호스피스 영화상영, 의미발견을 통한 행복) - 음악과 치유	노원구민 누구나 (5회기)	노원구 보건소
2	준비된 내인생 (2021)	- 좋은 삶이란, 웰다잉 10계명 - 장례전문기관 견학 등	50대 이상 20명 (5회기)	계룡시종합 사회복지관
3	밝은노을 (2023)	- 죽음의 정의와 웰다잉 10계명 - 존엄한 죽음(사전연명의료의향서/계획서) - 호스피스와 장기기증, 내가 꿈꾸는 장례식 - 유언장 작성, 버킷리스트 작성 등	복지관회원 (12회기)	강서노인종합 복지관
4	아름다운 내일 만들기 (2023)	- 미술활동을 통한 인생회고(자기 소개, 나의 발자취 돌아보기 등) - 웰다잉법, 호스피스 알아보기 - 나에게 쓰는 영상편지	복지관회원 12명 (10회기)	마포노인복지관
5	두 번째 소풍 (2021)	- 멋진 인생 멋지게 내려놓기(인생 그래프 그리기) - 똑똑한 상속이야기(유언과 상속) - 노년의 변화 성공적 노년(긍정적 사고 척도지) - 죽음준비(버킷리스트 작성) - 아름다운 마무리 용서와 화해(유언장 작성)	부천시 60세 이상 8명 (5회기)	부천시소사 노인복지관
6	피고지는 날들 (2023)	- 다시 피어나는 나의 인생스토리(인생노트이해, 나는 누구인가) - 되돌아보는 나의 삶, 어린 시절의 나, 그리운 나의 부모님 - 내 인생의 회노애락 - 나의 중년기, 용서와 화해 - 안녕! 눈이 부시게 빛나는 나	광명시 거주 60세 이상 (3회기)	광명하안종합 사회복지관
7	아름다운 이별 (2022)	- 웰다잉 이론교육(유언장 작성, 사전연명의료의향서 등) - 자서전 및 버킷리스트 영상제작 - 프로필 사진촬영 및 체험프로그램	어르신 15명 (12회기)	강남노인종합 복지관
8	하늘소풍 (2020)	- 삶의 회고 및 정리 - 품위 있는 죽음준비 /상실, 애도, 웰다잉 서포터스 양성교육 등 - 웰다잉 연극단 별도운영 (11회기)	김포시 거주 60세 이상 12명 (20회기)	김포노인복지관
9	삶(삶과 사람) (2023)	- 웰다잉 교육의 필요성과 이해, 죽음이해하기 - 음악으로 보는 나의 삶 - 후회 없는 삶(버킷리스트작성, 나의 삶돌아보기) - 장례문화 체험 - 준비된 죽음(유언장, 법적 상속의 순위와 상속세) - 존엄한 죽음(사전연명의료의향서, 호스피스 이해 등) - 소중한 삶(감사인사전하기, 장기기증 이해 등)	부천시 노인 15명 (8회기)	부천시오정 노인복지관
10	가족여행노트 (2021)	- 웰다잉 교육 - 장수사진촬영 - 인생노트(자서전)제작	만 60세 이상 가족/친구/ 이웃 10팀(20명) (14회기)	고양시대화노인중 합복지관
11	아름다운 내일 (2023)	- 인생의 참 행복은 아름다운 마무리에서 - 준비된 존엄한 마무리 - 시로 쓰는 자서전 - 현대 장례문화에 대한 이해 - 용서와 화해 - 엔딩노트 작성하기 - 새로운 인생설계	12명 (8회기)	서초구립중앙노인 종합복지관
12	용산청춘학교 (2023)	- 신체건강, 뇌건강, 감정관리, 회상과 치유, 웰다잉 문화이해, 아름다운 하늘소풍	55세이상 구민 30명 (6회기)	용산구평생학습관

연번	프로그램명	주요내용	대상/회기	운영기관
13	마음결 자서전학교 (2022)	- 감정관리 프로그램(3회기) - 장례시설 견학, 나들이(2회기) - 웰다잉교육(2회기) - 장수사진촬영(1회기) - 법률특강(후견인제도, 신탁제도 등)(1회기) - 자서전 제작(6회기)	65세 이상 15명 (16회기)	나래울종합 사회복지관
14	황금빛 내인생 (2023)	- 삶과 죽음의 이해 - 나의 인생그래프 그리기 - 유언과 상속에 관한 교육 - 용서와 화해 - 나의 장례식 - 나에게 격려와 다짐의 편지 쓰기	복지관 회원 (8회기)	양산시노인복지관
15	어르신인생노트 (2023)	- 나의 인생그래프 그리기 - 삶속에서 감사했던 일 작성 - 가족들에게 남기고 싶은 이야기 작성 - 소망나무 만들기, 버킷리스트 작성 - 장수사진 및 가족사진 촬영 - 입관 및 장례식 체험 프로그램 - 소규모 전시회	이천시 노인 10명 (8회기)	이천시 노인복지관
16	준비된 오후 (2022)	- 오리엔테이션(1회기) : 사업 및 일정 안내 - 전문교육(8회기) : 행복한 삶을 사는법, 내 삶을 돌아보기 등 - 외부활동(1회기) : 웰다잉 관련 문화, 장소 탐방 - 평가회(1회기) : 사업 마무리 및 평가	60세 이상 10명 (11회기)	서울강북 노인종합복지관
17	웰다잉 집단상담 (2020)	- 나의 정체성 찾기 - 스트레스 관리하기 - 상실에 대한 준비하기 - 미니자서전 만들기	복지관 회원 8명 (8회기)	화성시남부 노인복지관
18	아름다운 안녕을 위한 학교 (2022)	- 웰다잉의 이해 - 연명의료결정제도 소개 및 사전연명의료의향서 작성 - 버킷리스트 만들기 - 유언장 작성, 장수사진 촬영 - 개별 엔딩노트 만들기	20명 (9회기)	서울강동노인 종합복지관
19	무척 소중한 당신(무.소.유) (2019)	- 웰다잉의 필요성과 좋은 죽음맞이를 위한 또하나의 비법 - 나만의 인생노트제작(표지 디자인) - 웰다잉법 소개 및 효력, 사전연명의료의향서 안내, 나만의 인생노트 - 한번뿐인 내인생(석고주먹 만들기) - 유언과 상속의 기본, 유언장작성, 사전장례의향서 - 변화하는 장묘문화 이해(장묘시설 견학) - 현재를 더욱 행복하게 사는법 - 나만의 인생노트 공유	파주거주 60세 이상 32명 (8회기)	파주시 노인복지관
20	삶이음교실 (2019)	- 메멘토 모리. 아모르파티. - 삶과 죽음의 가치 발견하기 · (워크숍) 시를 통한 죽음 이해하기 - 인생의 사계절: 삶의 주기 이해 · (워크숍) 나의 인생그래프 : 내 삶을 돌아보기 - 노년기와 우울증 · (워크숍) 다시 세워보는 인생설계: 현재 내 삶 점검하기 - 죽음의 미학: 미술로 보는 죽음의 모습 · (워크숍) 영화를 통해 본 삶과 죽음 - 한국 전통과 현대 상장례 · (워크숍) 사진으로 쓰는 자서전 - 메멘토 모리. 아모르파티 · (워크숍) 연명의료결정법에 이해, 사전연명의료의향서 작성	50+ 30명 (6회기)	서울시 도심권 50+