

Issue Brief

JEJU WOMEN & FAMILY RESEARCH INSTITUTE

[No.57]

발행처 : (재)제주여성가족연구원 | 발행일 : 2021. 10. 31 | 발행인 : 민무숙

코로나19로 인한 제주여성 일상생활의 변화와 회복

신승배¹⁾

목차

1. 연구개요
2. 코로나19로 인한 일상생활 변화
3. 코로나19로 인한 두려움과 회복
4. 일상생활 회복에 영향을 미친 요인
5. 결론 및 향후 과제

1. 연구개요

- 코로나19의 유행은 사회 전반에 대한 두려움을 증폭시켜 코로나 이전에는 일상에 심각하게 고려되지 않았던 우리 삶의 세세한 영역에까지 변화를 초래했음. 본 연구는 코로나19 유행으로 인한 제주여성의 일상생활의 변화와 회복 수준을 파악하기 위한 목적으로 최근 공개된 2020년 지역사회건강조사 원자료를 활용하여 코로나19로 인한 일상생활의 변화와 두려움, 회복 인식 등을 다각도로 분석하고자 함
- 최근 정부는 코로나19와 일상생활의 조화를 꾀하는 '위드 코로나(with Corona)' 개념을 사회적 논의를 통해 정립해야 한다는 입장을 밝힌 바 있음. 마스크 착용과 손 씻기가 당연시 되고 악수와 같은 직접 접촉 행위를 삼가는 등의 일상 방역이 강화될 것이며, 위드 코로나로 일상을 회복하더라도 코로나19 이전으로는 돌아갈 수는 없을 것으로 전망하고 있음
 - 코로나 확산과 장기화로 인해 '코로나 블루' 현상과 '언택트' 생활양식은 일상이 된지 오래임. 이은환(2020)은 코로나19로 인해 사람을 대면하는 기회나 일상을 잃어버리고 단절된 생활을 지속하며 우울감과 무기력증을 경험하는 사람들의 증가를 보고함. 김용섭(2020), 홍종관(2020)은 '언택트'는 단순한 거리두기가 아니라 불안하고 편리한 시대에 우리가 가진 욕망이자 미래를 관통하는 가장 중요한 조류라고 함. 즉 '언택트'의 편리함에 대한 욕망이 일상화 된 것으로 볼 수 있음

1) (재)제주여성가족연구원 연구위원



- 코로나와 더불어 살아가야 하는 상황에도 불구하고 건강하고 행복한 일상의 삶을 영위할 수 있는 방안이 모색될 필요가 있음. 따라서 본 연구에서는 코로나19로 인해 제주지역 여성들이 경험한 일상생활의 변화를 파악해보고 도래할 '위드 코로나(with Corona)'시대 강녕한 삶을 영위하기 위한 방안이 무엇인지를 살펴보고자 함
- 본 연구에서 분석하고자 하는 변인은 코로나19 유행으로 인한 일상생활의 변화 즉, 걷기, 운동 등의 신체활동, 수면시간, 인스턴트 식품이나 탄산음료 먹기, 배달음식 먹기, 음주, 흡연, 친구나 이웃과의 만남 횟수, 대중교통 이용 등에 대한 변화와 코로나에 대한 두려움 등임

표 1 분석에 사용된 설문문항 및 변인의 정의

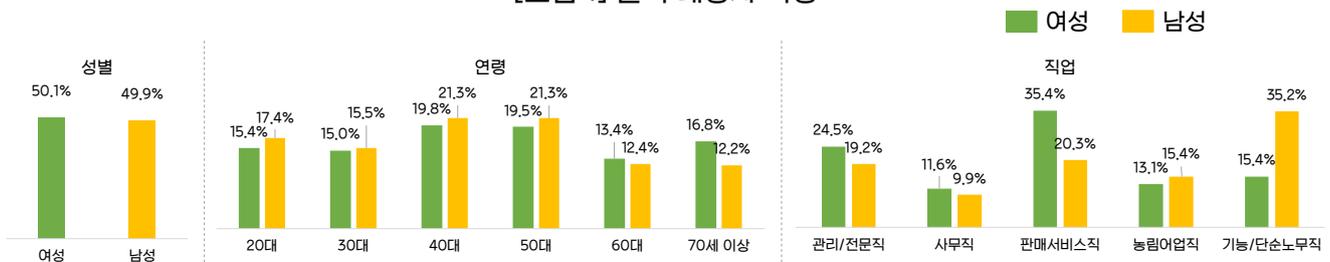
| 변인 | 문항 내용 | 측정척도 |
|-------------------|--|---|
| 일상생활 회복 | 귀하의 코로나19 유행 이전의 일상생활 상태를 100점이라고 하고 일상생활이 완전히 정지된 것을 0점이라고 하면, 현재 상태는 몇 점입니까?(0=완전히 정지 ~ 100=그대로, 변화없음) | 연속변인 (0-100) |
| 코로나19로 인한 일상생활 변화 | 걷기, 운동 등의 신체활동(실내외 모두 포함), 수면시간, 인스턴트 식품이나 탄산음료 먹기, 배달음식 먹기, 음주, 흡연, 친구나 이웃과의 만남의 횟수, 대중교통 이용(① 늘었다 ② 비슷하다 ③ 줄었다)(역코딩) | 연속변인 (1-3) |
| 코로나19로 인한 두려움 | 나는 코로나19에 감염될까봐 염려 된다 나는 코로나19에 감염되면 죽을 수 있을까봐 염려 된다 나는 코로나19에 감염되면 그 이유로 주변으로부터 비난이나 피해를 받을 것 같아서 염려 된다 우리 가족 중 건강취약자(고령, 유소아, 환자)가 코로나19에 감염될까봐 염려 된다 코로나19 유행으로 나와 우리 가족에게 경제적 피해가 올까봐(일 자리를 잃거나 구하기 어려움 등 포함) 염려 된다 (①매우그렇다 ②그렇다 ③보통이다 ④그렇지 않다 ⑤전혀 그렇지 않다)(역코딩) | 연속변인 (1-5) |
| 연령 | 자연연령 | 연속변인 |
| 직업 | 관리/전문직, 사무직, 판매서비스직, 농림어업직, 기능/단순노무직 | 연속변인 관리/전문직=1, 사무직=1, 판매서비스직=1, 농림어업직=1, 기능/단순노무직=0 |

자료 : 「지역사회건강조사」 2020.

■ 분석 대상자 특성²⁾

- 여성은 50.1%이며, 연령별로는 40대(20.6%)와 50대(20.4%), 직업별로는 판매서비스직(27.2%)이 가장 많음
- 분석 대상자는 제주특별자치도 전체 547,925명이며, 성별로는 여성 274,655명(50.1%), 남성 273,270명(49.9%)임. 연령별로는 40대(여성 19.8% 남성 21.3%)와 50대(여성 19.5%, 남성 21.3%)가 각각 가장 많으며 그 외 연령대는 10%대로 유사한 수준임. 직업별로는 남성은 판매서비스직(35.4%), 관리/전문직(24.5%)이, 여성은 기능/단순노무직(35.2%), 판매서비스직(20.3%) 등의 순으로 가장 많음

[그림 1] 분석 대상자 특성



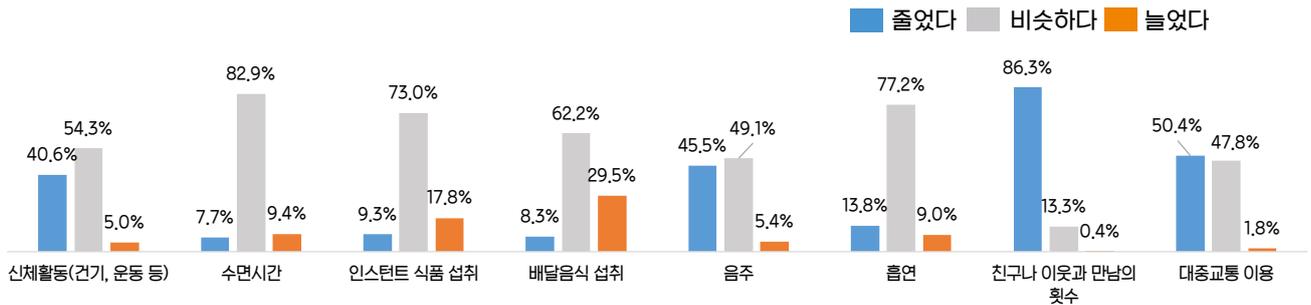
2) 이 자료는 조사시점에 표본가구에 거주하는 만 19세 이상 성인을 대상으로 2020년 8월 16일~2020년 10월 31일에 조사된 자료로서 개인별 분석을 위해 개인 가중치를 적용해서 분석했음

2. 코로나19로 인한 일상생활의 변화

■ 코로나19 유행으로 인한 변화가 가장 적은 일상생활 유형은 수면시간이며, 가장 변화가 큰 유형은 친구나 이웃과의 만남으로 다른 유형에 비해 가장 뚜렷하게 감소변화를 보임

- 그 밖에 다른 일상생활 유형에 비해 대중교통 이용, 음주, 신체활동은 감소변화가 다소 크고 인스턴트 식품과 배달음식 섭취는 증가변화가 조금 더 크게 나타남

[그림 2] 코로나19 유행으로 인한 일상생활의 변화



1) 신체활동

- 걷기, 운동 등의 신체활동은 과반수가 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하고 있으며 특히 70세 이상과 농림어업직의 유지비율이 높음. 다만 여성, 특히 30대 여성과 관리/전문직 여성은 감소변화가 더 크게 나타남
- 신체활동은 남녀 모두 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 많음. 다만 감소변화는 여성 42.0%, 남성 39.2%로 여성이 크게 나타남
- 연령별로도 대부분 이전 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 높고 그 중 70세 이상(여성 66.2%, 남성 67.9%)이 가장 높음. 반면 감소변화는 30대에서 크게 나타났고 특히 30대 여성의 감소 변화(51.2%)가 가장 크게 나타남
- 직업별로는 관리/전문직 여성의 신체활동 감소(50.2%)가 가장 크게 나타났고 나머지 직군에서는 모두 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 높음

표 2 일상생활 변화 - 신체활동

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|-----|------|------|-----|----------|------|------|-----|------|------|-----|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 44.6 | 49.5 | 5.8 | 41.3 | 53.3 | 5.5 | 관리/전문직 | 50.2 | 45.1 | 4.7 | 43.8 | 51.5 | 4.6 |
| 30대 | 51.2 | 42.5 | 6.2 | 47.7 | 49.6 | 2.6 | 사무직 | 46.9 | 47.4 | 5.7 | 46.1 | 53.1 | 0.9 |
| 40대 | 47.1 | 47.6 | 5.3 | 40.2 | 56.2 | 3.6 | 판매서비스직 | 38.0 | 55.8 | 6.2 | 40.4 | 52.1 | 7.6 |
| 50대 | 43.0 | 52.0 | 5.0 | 37.8 | 53.7 | 8.5 | 농림어업직 | 29.2 | 64.2 | 6.6 | 29.9 | 66.6 | 3.4 |
| 60대 | 31.8 | 62.6 | 5.6 | 36.8 | 58.7 | 4.6 | 기능/단순노무직 | 36.1 | 59.1 | 4.8 | 40.8 | 54.3 | 4.9 |
| 70세 이상 | 30.8 | 66.2 | 3.0 | 28.3 | 67.9 | 3.8 | 성별 - 전체 | 42.0 | 52.9 | 5.2 | 39.2 | 55.8 | 4.9 |

2) 수면시간

- 수면시간은 코로나19 유행 이전과 비교하여 가장 변화가 적은 일상생활 유형이며, 특히 70세 이상 여성과 40대 남성, 농림어업직 여성, 사무직 남성이 가장 변화가 적음



- 수면시간은 여성 82.4%, 남성 83.4%가 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하고 있음
- 연령별로는 70세 이상 여성과 40대 남성은 이전과 비슷하다는 비율이 각각 88.1%, 85.2%로 가장 높아 수면시간 변화가 가장 적었으며, 상대적으로 20대는 다른 연령대에 비해 증가변화가 크게 나타남
- 직업별로는 여성은 사무직(비슷하다 86.7%), 남성은 농림어업직(비슷하다 86.8%)의 변화가 가장 적고 상대적으로 관리/전문직의 수면시간 증감변화가 크게 나타남

표 3 일상생활 변화 - 수면시간

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|------|-----|------|------|----------|-----|------|------|------|------|-----|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 4.2 | 76.1 | 19.7 | 4.9 | 80.8 | 14.3 | 관리/전문직 | 8.1 | 79.1 | 12.8 | 10.1 | 80.1 | 9.8 |
| 30대 | 10.3 | 79.1 | 10.6 | 7.1 | 83.9 | 9.0 | 사무직 | 5.5 | 85.6 | 8.9 | 4.7 | 86.8 | 8.4 |
| 40대 | 7.3 | 86.8 | 5.8 | 7.3 | 85.2 | 7.5 | 판매서비스직 | 8.6 | 82.8 | 8.6 | 10.0 | 83.5 | 6.6 |
| 50대 | 9.2 | 81.3 | 9.6 | 9.0 | 82.6 | 8.4 | 농림어업직 | 7.1 | 86.7 | 6.2 | 7.2 | 85.3 | 7.5 |
| 60대 | 9.6 | 81.6 | 8.8 | 6.3 | 83.3 | 10.3 | 기능/단순노무직 | 7.1 | 83.6 | 9.3 | 6.1 | 84.8 | 9.1 |
| 70세 이상 | 8.9 | 88.1 | 3.0 | 7.3 | 84.6 | 8.1 | 성별 - 전체 | 8.2 | 82.4 | 9.3 | 7.1 | 83.4 | 9.5 |

3) 인스턴트 식품 섭취

- 인스턴트 식품이나 탄산음료 섭취는 70세 이상 여성과 60대 남성, 농림어업직이 코로나19 유행 이전과 가장 비슷한 수준을 유지하고 있으며, 증가변화는 20대 여성과 30대 남성, 관리/전문직 여성과 사무직 남성이 가장 크게 나타남
- 인스턴트 식품이나 탄산음료 섭취는 남녀 모두 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하고 있는 비율이 각각 73.6%, 72.4%로 가장 높음
- 연령별로도 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 많고 특히 70세 이상 여성(비슷하다 92.3%)과 60대 남성(비슷하다 83.8%)이 가장 변화가 적음. 증가변화는 20대 여성(늘었다 28.6%)과 30대 남성(늘었다 28.4%)이 가장 큰 것으로 나타남
- 직업별로도 남녀 모두 이전과 비슷한 수준을 유지하고 있는 비율이 가장 많음. 특히 농림어업직(비슷하다 여성 87.5%, 남성 80.1%)은 가장 변화가 적은 직군이었으며, 증가변화는 관리직 여성(늘었다 28.4%)과 사무직 남성(늘었다 25.6%)가 가장 크게 나타남

표 4 일상생활 변화 - 인스턴트 식품 섭취

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|------|------|------|------|----------|------|------|------|------|------|------|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 2.9 | 68.5 | 28.6 | 10.7 | 64.1 | 25.2 | 관리/전문직 | 4.0 | 67.6 | 28.4 | 11.4 | 70.2 | 18.4 |
| 30대 | 9.6 | 65.4 | 25.0 | 6.0 | 65.7 | 28.4 | 사무직 | 3.7 | 72.4 | 23.9 | 8.1 | 66.3 | 25.6 |
| 40대 | 11.5 | 66.1 | 22.4 | 9.2 | 73.1 | 17.8 | 판매서비스직 | 11.5 | 67.8 | 20.7 | 8.2 | 68.9 | 22.9 |
| 50대 | 9.5 | 79.9 | 10.6 | 12.2 | 78.1 | 9.7 | 농림어업직 | 8.8 | 87.5 | 3.8 | 12.4 | 80.1 | 7.5 |
| 60대 | 8.5 | 89.4 | 2.1 | 11.9 | 83.8 | 4.3 | 기능/단순노무직 | 12.3 | 82.0 | 5.7 | 9.1 | 73.9 | 17.0 |
| 70세 이상 | 6.8 | 92.3 | 0.9 | 14.9 | 81.7 | 3.4 | 성별 - 전체 | 8.2 | 73.6 | 18.1 | 10.2 | 72.4 | 17.4 |

4) 배달음식 섭취

- 배달음식 섭취는 코로나19 유행 이전과 비교하여 증가변화가 가장 큰 일상생활 유형이며, 증가변화의 연령 및 직업별 차이가 다소 크게 나타남. 그 중 30대와 관리/전문직 여성, 사무직 남성의 배달음식 섭취가 가장 많이 증가한 것으로 나타남

- 배달음식 섭취는 남녀 모두 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 높지만 증가변화도 적지 않음. 배달음식 섭취 증가변화는 여성이 더 크게 나타남
- 배달음식 섭취는 인스턴트 음식 섭취와 마찬가지로 고령층의 변화가 대체로 적음. 특히 70세 이상 여성(비슷하다 94.0%)과 60대 남성(비슷하다 88.3%)의 변화가 가장 적음. 증가변화는 30대(늘었다 여성 42.2%, 남성 41.1%)가 가장 크게 나타남
- 직업별로는 농림어업직(비슷하다 여성 79.1%, 남성 75.1%)의 변화가 가장 적으며, 증가변화는 관리/전문직 여성(늘었다 50.4%)과 사무직(늘었다 여성 47.0%, 남성 35.3%)이 크게 나타남

표 5 일상생활 변화 - 배달음식 섭취

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|------|------|------|------|----------|------|------|------|------|------|------|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 6.8 | 51.3 | 41.9 | 12.2 | 54.2 | 33.6 | 관리/전문직 | 5.0 | 44.6 | 50.4 | 8.1 | 59.9 | 32.1 |
| 30대 | 9.2 | 48.6 | 42.2 | 2.6 | 56.3 | 41.1 | 사무직 | 4.7 | 48.3 | 47.0 | 8.2 | 56.5 | 35.3 |
| 40대 | 6.4 | 53.8 | 39.8 | 9.0 | 59.1 | 31.9 | 판매서비스직 | 8.5 | 64.8 | 26.7 | 7.0 | 62.3 | 30.7 |
| 50대 | 12.3 | 70.7 | 17.1 | 7.7 | 73.3 | 19.0 | 농림어업직 | 14.6 | 79.1 | 6.3 | 11.9 | 75.1 | 13.1 |
| 60대 | 5.8 | 82.3 | 11.8 | 7.3 | 88.3 | 4.4 | 기능/단순노무직 | 13.6 | 69.6 | 16.7 | 7.1 | 64.1 | 28.8 |
| 70세 이상 | 5.1 | 94.0 | 0.9 | 16.3 | 79.7 | 4.0 | 성별 - 전체 | 7.9 | 60.5 | 31.5 | 8.6 | 63.8 | 27.6 |

5) 음주

- 음주는 60대 여성과 50대 남성, 농림어업직은 변화가 적은 반면 20대와 판매서비스직 여성, 사무직 남성은 음주의 감소 변화가 크게 나타남
- 음주는 코로나19 유행 이전과 비슷하거나 감소한 비율이 각각 49% 전후, 45% 수준으로 남녀 모두 비슷하다는 비율이 조금 더 높음
- 연령별로는 비슷하다는 비율이 가장 높은 60대 여성(비슷하다 67.6%)과 50대 남성(비슷하다 55.4%)의 변화가 가장 적고, 20대(줄었다 여성 64.1%, 남성 52.7%)의 감소변화가 가장 크게 나타남
- 직업별로는 농림어업직(비슷하다 여성 65.4%, 남성 59.5%)의 변화가 가장 적고, 감소변화는 판매서비스직 여성(줄었다 55.4%)과 사무직 남성(줄었다 51.6%)이 가장 크게 나타남

표 6 일상생활 변화 - 음주

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|-----|------|------|-----|----------|------|------|-----|------|------|------|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 64.1 | 29.3 | 6.6 | 52.7 | 44.6 | 2.7 | 관리/전문직 | 46.3 | 49.6 | 4.0 | 49.0 | 45.3 | 5.8 |
| 30대 | 34.0 | 60.7 | 5.4 | 39.5 | 51.4 | 9.1 | 사무직 | 29.4 | 62.3 | 8.3 | 51.6 | 45.5 | 2.8 |
| 40대 | 46.8 | 47.7 | 5.5 | 47.5 | 42.8 | 9.7 | 판매서비스직 | 55.4 | 41.7 | 2.9 | 47.1 | 40.4 | 12.5 |
| 50대 | 45.1 | 53.4 | 1.5 | 39.6 | 55.4 | 5.0 | 농림어업직 | 32.1 | 65.4 | 2.5 | 37.0 | 59.5 | 3.5 |
| 60대 | 29.1 | 67.6 | 3.3 | 46.4 | 50.4 | 3.1 | 기능/단순노무직 | 30.0 | 63.3 | 6.7 | 38.1 | 55.9 | 6.0 |
| 70세 이상 | 46.5 | 52.6 | 0.9 | 48.2 | 49.5 | 2.3 | 성별 - 전체 | 45.8 | 49.8 | 4.4 | 45.2 | 48.8 | 6.0 |

6) 흡연

- 흡연은 음주에 비해서 변화가 적음. 특히 70세 이상 여성과 40대 남성, 사무직의 변화가 가장 적은 것으로 나타남
- 흡연은 남녀 모두 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 가장 높음



- 연령별로도 모두 코로나19 유행 이전과 비슷하다는 비율이 가장 높음. 특히 70세 이상 여성(86.5%)과 20대 여성(86.1%), 40대 남성(81.5%)의 변화가 가장 적은 것으로 나타남
- 직업별로도 모두 비슷하다는 비율이 가장 높음. 특히 사무직(여성 100.0%, 남성 86.3%)의 변화가 가장 적은 것으로 나타남

표 7 일상생활 변화 - 흡연

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|------|------|------|------|----------|------|-------|------|------|------|------|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 2.1 | 86.1 | 11.9 | 14.4 | 75.9 | 9.7 | 관리/전문직 | 10.1 | 82.7 | 7.1 | 16.4 | 78.2 | 5.4 |
| 30대 | 25.2 | 66.6 | 8.3 | 4.9 | 79.0 | 16.1 | 사무직 | 0.0 | 100.0 | 0.0 | 3.1 | 86.3 | 10.6 |
| 40대 | 16.3 | 61.1 | 22.5 | 10.5 | 81.5 | 7.9 | 판매서비스직 | 14.1 | 67.1 | 18.8 | 12.8 | 75.7 | 11.5 |
| 50대 | 11.3 | 78.0 | 10.7 | 16.6 | 75.2 | 8.2 | 농림어업직 | 15.0 | 85.0 | 0.0 | 13.3 | 78.1 | 8.6 |
| 60대 | 16.4 | 83.6 | 0.0 | 17.7 | 78.4 | 3.9 | 기능/단순노무직 | 5.3 | 94.7 | 0.0 | 9.8 | 81.8 | 8.4 |
| 70세 이상 | 9.1 | 86.5 | 4.4 | 30.6 | 67.7 | 1.7 | 성별 - 전체 | 12.0 | 76.1 | 11.9 | 14.1 | 77.3 | 8.7 |

7) 친구나 이웃과의 만남의 횟수

- 친구나 이웃과의 만남의 횟수는 거리두기의 영향으로 가장 감소변화가 뚜렷한 일상생활 유형임. 특히 40대 여성과 30대 남성의 감소변화가 가장 크게 나타남
- 성별로는 남녀 모두 감소변화가 가장 많았으며 특히 여성이 더 크게 감소한 것으로 나타남
- 연령별로는 40대 여성(줄었다 92.3%)과 30대 남성(줄었다 85.7%)의 감소변화가 가장 크고, 직업별로는 사무직 여성(줄었다 91.8%)과 판매서비스직 남성(줄었다 88.2%)의 감소변화가 가장 큰 것으로 나타남

표 8 일상생활 변화 - 만남의 횟수

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|-----|------|------|-----|----------|------|------|-----|------|------|-----|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 87.5 | 11.7 | 0.8 | 76.4 | 23.6 | 0.0 | 관리/전문직 | 89.7 | 10.3 | 0.0 | 87.6 | 12.4 | 0.0 |
| 30대 | 90.6 | 9.0 | 0.4 | 85.7 | 13.6 | 0.7 | 사무직 | 91.8 | 6.0 | 2.2 | 86.9 | 12.4 | 0.7 |
| 40대 | 92.3 | 7.5 | 0.2 | 85.1 | 14.6 | 0.3 | 판매서비스직 | 89.6 | 10.2 | 0.3 | 88.2 | 11.7 | 0.1 |
| 50대 | 91.9 | 7.9 | 0.2 | 83.6 | 16.3 | 0.1 | 농림어업직 | 90.5 | 9.5 | 0.0 | 83.9 | 15.9 | 0.2 |
| 60대 | 87.4 | 11.1 | 1.5 | 83.1 | 16.6 | 0.3 | 기능/단순노무직 | 87.5 | 12.5 | 0.0 | 79.1 | 20.7 | 0.2 |
| 70세 이상 | 87.2 | 12.5 | 0.3 | 83.7 | 16.1 | 0.2 | 성별 - 전체 | 89.8 | 9.8 | 0.5 | 82.9 | 16.8 | 0.3 |

8) 대중교통 이용

- 대중교통 이용은 코로나19 유행 이전과 비슷하거나 감소함. 감소변화는 여성이 조금 더 크며, 70세 이상 여성과 30대 남성, 관리/전문직 여성의 50% 이상은 대중교통 이용이 감소함
- 여성은 줄었다 53.4%, 비슷하다 46.0%로 감소변화가 더 크고, 남성은 줄었다 47.6%, 비슷하다 50.3%로 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율이 조금 더 높음
- 연령별로도 대체로 여성은 감소가, 남성은 유지가 조금 더 높음. 코로나19 유행 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율은 60대(여성 54.3%, 남성 55.3%)가 가장 높고, 감소변화는 70세 이상 여성(줄었다 56.9%)과 30대 남성(줄었다 55.7%)이 가장 크게 나타남
- 직업별로는 이전과 비슷한 수준을 유지하는 비율은 사무직(비슷하다 여성 57.8%, 남성 59.4%)이 가장 높고, 감소변화는 관리전문직(줄었다 여성 50.8%, 남성 47.0%)이 가장 크게 나타남

표 9 일상생활 변화 - 대중교통 이용

(단위 : %)

| 연령 | 여성 | | | 남성 | | | 직업 | 여성 | | | 남성 | | |
|--------|------|------|-----|------|------|-----|----------|------|------|-----|------|------|------|
| | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 | 줄었다 | 비슷하다 | 늘었다 |
| 20대 | 53.4 | 44.3 | 2.3 | 46.9 | 49.1 | 4.0 | 관리/전문직 | 50.8 | 48.2 | 1.1 | 47.0 | 42.8 | 10.2 |
| 30대 | 56.4 | 43.0 | 0.6 | 55.7 | 44.3 | 0.0 | 사무직 | 39.7 | 57.8 | 2.5 | 40.6 | 59.4 | 0.0 |
| 40대 | 50.1 | 49.2 | 0.7 | 44.6 | 53.0 | 2.5 | 판매서비스직 | 43.3 | 54.4 | 2.3 | 48.6 | 49.7 | 1.7 |
| 50대 | 53.0 | 44.1 | 2.9 | 44.0 | 54.9 | 1.2 | 농림어업직 | 47.2 | 52.1 | 0.7 | 45.2 | 53.0 | 1.8 |
| 60대 | 43.8 | 54.3 | 2.0 | 42.4 | 55.3 | 2.3 | 기능/단순노무직 | 39.6 | 57.3 | 3.1 | 41.9 | 56.0 | 2.1 |
| 70세 이상 | 56.9 | 42.4 | 0.7 | 52.0 | 46.5 | 1.5 | 성별 - 전체 | 52.5 | 46.0 | 1.6 | 47.6 | 50.3 | 2.2 |

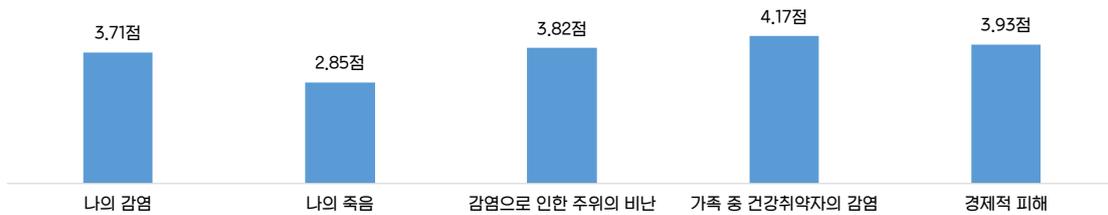
3. 코로나19으로 인한 두려움과 회복

■ 코로나19로 인한 두려움은 가족 중 건강취약자의 감염에 대한 두려움(4.17점)이 가장 큰 것으로 나타남

- 코로나19로 인한 두려움은 가족 중 건강취약자의 감염에 대한 두려움이 4.17점으로 가장 크고, 다음으로 경제적 피해 3.93점, 감염으로 인한 주위의 비난 3.82점, 나의 감염 3.71점, 나의 죽음 2.85점 순으로 나타남

[그림 3] 코로나19로 인한 두려움

(단위 : 점 / 5점)



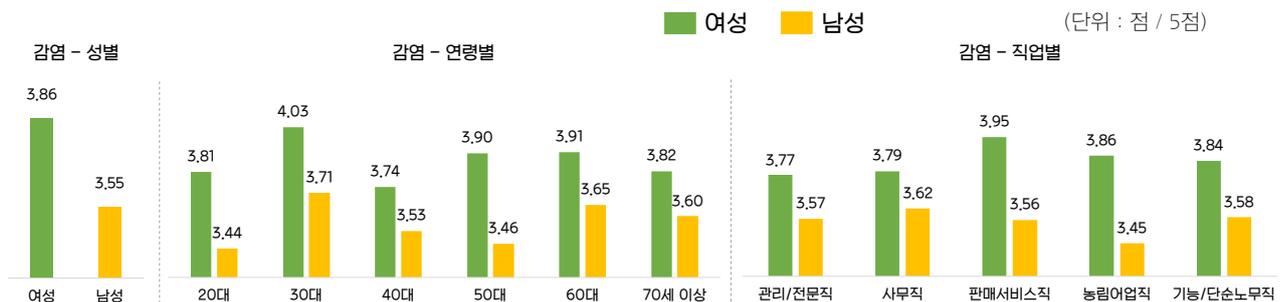
1) 코로나19로 인한 두려움

(1) 자신의 감염

- 코로나19 감염에 대한 두려움은 여성이 더 크고, 30대와 판매서비스직 여성, 사무직 남성이 가장 큰 것으로 나타남
- 코로나19 감염에 대한 두려움은 여성 3.86점, 남성 3.55점으로 여성이 더 크고, 연령별로는 남녀 모두 30대(여성 4.03점, 남성 3.71점)가 코로나19 감염에 대한 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 직업별로 여성은 판매서비스직(3.95점), 남성은 사무직(3.62점)의 코로나19 감염에 대한 두려움이 가장 큰 것으로 나타남

[그림 4] 코로나19로 인한 두려움 - 나의 감염

(단위 : 점 / 5점)

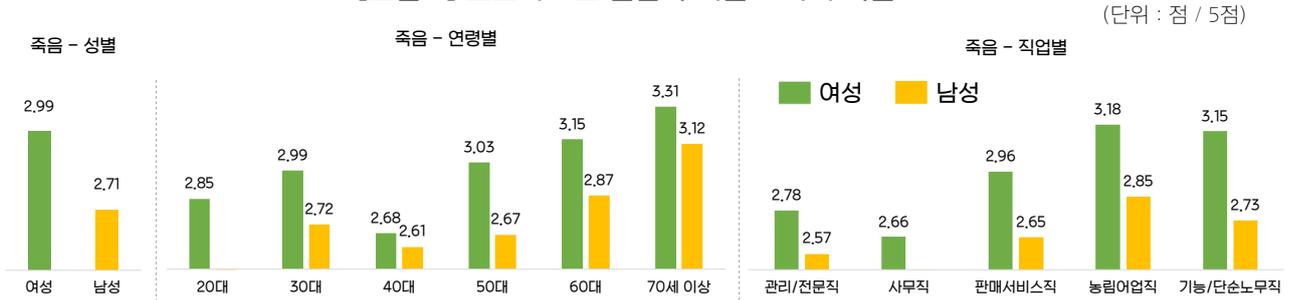




(2) 자신의 죽음

- 코로나19 감염으로 인한 죽음에 대한 두려움은 다른 유형보다 낮은 수준임. 다만 죽음에 대한 두려움은 여성이 더 크고, 70세 이상과 농림어업직이 가장 큰 것으로 나타남
- 코로나19 감염으로 인한 죽음에 대한 두려움은 여성 2.99점, 남성 2.71점으로 여성이 더 높고, 연령별로는 남녀 모두 60대 이상에서 높게 나타남. 특히 70세 이상(여성 3.31점, 남성 3.12점)의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 직업별로는 남녀 모두 농림어업직, 기능/단순노무직, 판매서비스, 관리/전문직, 사무직 순으로 농림어업직(여성 3.18점, 남성 2.85점)의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남

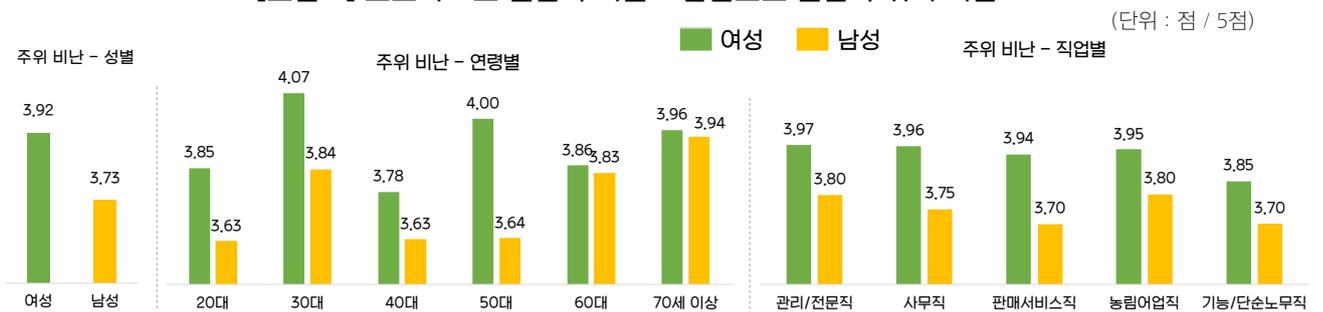
[그림 5] 코로나19로 인한 두려움 - 나의 죽음



(3) 자신의 감염으로 인한 주위의 비난

- 코로나19 감염으로 인한 주위의 비난에 대한 두려움은 여성이 더 크고, 30대 여성과 70세 이상 남성, 관리/전문직 여성과 농림어업직 남성의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 코로나19 감염으로 인한 주위의 비난에 대한 두려움은 여성 3.92점, 남성 3.73점으로 여성의 두려움이 더 크고, 연령별로 30대 여성(4.07점)과 70세 이상 남성(3.94점)이 가장 큰 것으로 나타남
- 직업별로 관리/전문직 여성(3.97점)과 농림어업직 남성(3.80점)의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남

[그림 6] 코로나19로 인한 두려움 - 감염으로 인한 주위의 비난

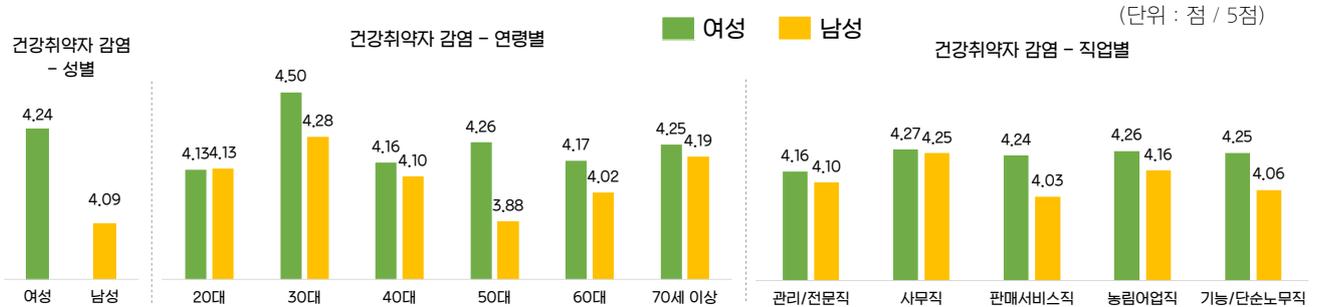


(4) 가족 중 건강취약자의 감염

- 가족 중 건강취약자의 감염에 대한 두려움은 가장 두려움이 큰 유형이며, 여성의 두려움이 더 크고 30대와 사무직의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 가족 중 건강취약자의 감염에 대한 두려움은 여성 4.24점, 남성 4.08점으로 여성의 두려움이 더 크고, 연령별로는 남녀 모두 30대(여성 4.50점, 남성 4.28점)가 가장 큰 것으로 나타남

- 직업별로는 사무직(여성 4.27점, 남성 4.25점)과 농림어업직(여성 4.26점, 남성 4.16점), 특히 사무직의 두려움이 더 큰 것으로 나타남

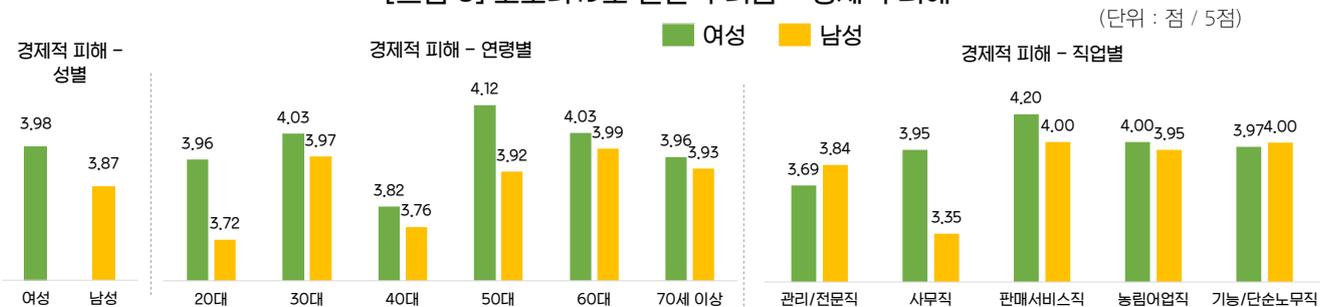
[그림 7] 코로나19로 인한 두려움 - 가족 중 건강취약자의 감염



(5) 경제적 피해

- 코로나19 유행으로 인한 경제적 피해에 대한 두려움은 가족 중 건강취약자의 감염 다음으로 두려움이 큰 유형임. 경제적 피해에 대한 두려움은 여성이 조금 더 크고, 50대 여성과 60대 남성, 판매서비스직의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 코로나19 유행으로 인한 경제적 피해에 대한 두려움은 여성 3.98점, 남성 3.87점으로 여성이 조금 더 크고, 연령별로는 50대 여성(4.12점)과 60대 남성(3.99점)의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남
- 직업별로는 남녀 모두 판매서비스직(여성 4.20점, 남성 4.00점)의 두려움이 가장 큰 것으로 나타남

[그림 8] 코로나19로 인한 두려움 - 경제적 피해

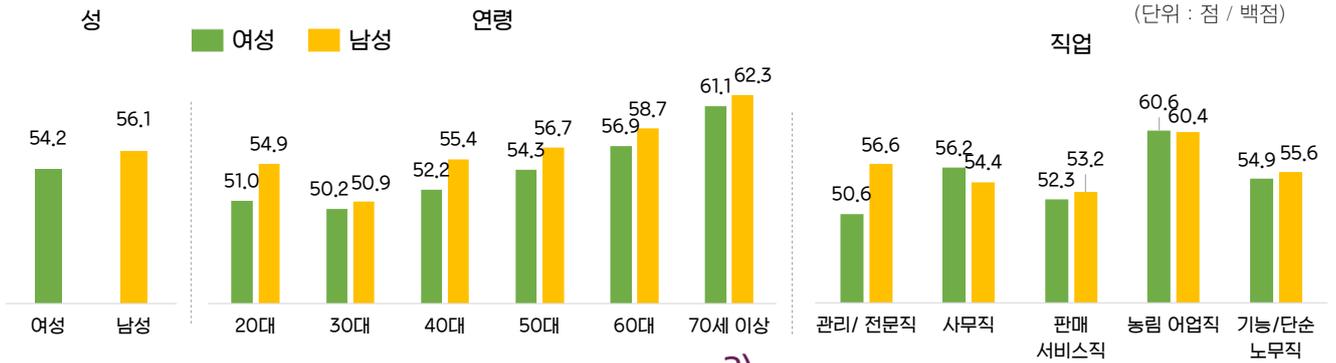


2) 코로나19 유행 이전으로의 일상생활 회복 인식

- 일상생활이 완전히 정지된 상태가 0점이라면, 제주는 평균 55.2점으로 전국(56.9점) 보다 1.7점이 낮은 수준이며, 일상생활은 코로나19 이전에 비해 절반 수준 정도 회복한 것으로 나타남
- 코로나19 유행 이전과 비교한 일상생활 회복 인식수준은 남성이 조금 더 높고, 70세 이상과 농림어업직의 인식수준이 높은 반면 30대와 관리/전문직 여성과 판매서비스직 남성의 인식수준이 가장 낮음
- 일상생활 회복 인식수준은 여성 54.2점, 남성 56.1점으로 남성이 조금 더 높음. 연령별 회복 인식수준은 40대 이후부터 연령이 높을수록 회복 인식수준도 높아져 70세 이상(여성 61.1점, 남성 62.3점)의 회복 인식수준이 가장 높고 30대가 가장 낮은 것으로 나타남
- 직업별로는 농림어업직(여성 60.6점, 남성 60.4점)의 회복인식이 가장 높고 관리/전문직 여성(50.6점)과 판매서비스직 남성(53.2점)의 회복인식이 가장 낮은 것으로 나타남



[그림 9] 일상생활의 회복 인식



4. 일상생활 회복에 영향을 미친 요인³⁾

■ 여성과 남성 모두 코로나19로 인한 일상생활 변화, 코로나19로 인한 두려움, 연령, 직업 등 18개 변인에서 유의미한 상관관계를 나타냄

- 코로나19로 인한 일상생활 변화에서 여성은 신체활동, 수면시간, 음주, 친구나 이웃과의 만남 횟수, 대중교통 이용 변인은 정(+)의 상관관계를 나타낸 반면 인스턴트식품(탄산음료 포함) 섭취, 배달음식 섭취, 흡연 변인은 부(-)의 상관관계를 보임. 반면, 남성은 신체활동, 수면시간, 친구나 이웃과의 만남 횟수, 대중교통 이용 변인은 정(+)의 상관관계를 인스턴트식품(탄산음료 포함) 섭취, 배달음식 섭취, 음주, 흡연 변인은 부(-)의 상관관계를 보임
- 코로나19로 인한 두려움 변인에서는 여성과 남성 모두 부(-)의 상관관계를 나타냈으며, 연령은 여성과 남성 모두 정(+)의 상관관계를 보임
- 직업에서 여성은 관리/전문직과 판매서비스직에서 부(-)의 상관관계를 나타낸 반면, 남성은 사무직과 판매서비스직에서 부(-)의 상관관계를 보임

표 10 일상생활 회복 수준 영향요인의 상관 및 회귀분석결과

| 구분 | 여성(N=274,655) | | 남성(N=273,270) | | |
|-------------------|-----------------------|----------|---------------|----------|----------|
| | r | β | r | β | |
| 코로나19로 인한 일상생활 변화 | 신체활동(실내외 포함 걷기, 운동 등) | .197*** | .123*** | .176*** | .115*** |
| | 수면시간 | .054*** | .055*** | .017*** | .013*** |
| | 인스턴트식품(탄산음료 포함) 섭취 | -.088*** | -.014*** | -.110*** | -.024*** |
| | 배달음식 섭취 | -.077*** | -.005** | -.102*** | -.019*** |
| | 음주 | .043*** | -.004* | -.024*** | -.041*** |
| | 흡연 | -.049*** | -.048*** | -.092*** | -.061* |
| | 친구나 이웃과의 만남 횟수 | .171*** | .134*** | .117*** | .096*** |
| | 대중교통 이용 | .089*** | .007*** | .048*** | .013*** |
| 코로나19로 인한 두려움 | 자신의 감염 | -.173*** | -.076*** | -.173*** | -.131*** |
| | 자신의 죽음 | -.098*** | -.015*** | -.068*** | .033*** |
| | 자신의 감염으로 주위 비난 | -.134*** | .014*** | -.110*** | .007** |
| | 가족 중 건강취약자의 감염 | -.148*** | -.026*** | -.132*** | -.008** |
| | 경제적 피해 | -.184*** | -.112*** | -.153*** | -.082*** |
| 연령 | .185*** | .163*** | .142*** | .114*** | |
| 직업 (기준: 기능/단순노무직) | 관리/전문직 | -.077*** | -.033*** | .010*** | .029*** |
| | 사무직 | .029*** | .054*** | -.026*** | -.001 |
| | 판매서비스직 | -.050*** | -.012*** | -.065*** | -.021*** |
| | 농림어업직 | .095*** | .048*** | .081*** | .041*** |
| R ² | .131 | | .098 | | |
| adjR ² | .131 | | .098 | | |
| F | 2303.108*** | | 1646.186*** | | |

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

3) 상관 및 회귀분석을 위해 항목별 결측값을 제외(listwise)한 결과 표본수 축소 또는 편향(bias) 등 왜곡이 발생할 수 있어 통제 결측값을 평균으로 대체(imputation)해 표본수를 유지했음

■ **인과적 영향을 미치는 변인을 살펴보면, 여성은 모형적합도가 통계적으로 유의미하며(F=2303.108, p<.001), 일상생활 회복 전체 변량의 13.1%를 설명하는 것으로 나타남**

- 코로나로 인한 일상생활 변화 변인에서 **신체활동(+), 수면시간(-), 인스턴트식품(탄산음료) 섭취(-), 배달음식 섭취(-), 음주(-), 흡연(-), 친구나 이웃과의 만남 횟수(+), 대중교통 이용(+)** 변인이 통계적으로 유의미한 영향력을 가지는 것으로 나타남. 이는 코로나19 이전과 비교하여 신체활동과 수면시간이 늘어난 여성들은 일상생활 회복 수준을 높게 인식한 반면, 인스턴트식품(탄산음료)과 배달음식 섭취가 늘어난 여성들은 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남. 또한 음주와 흡연이 늘어난 여성들은 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하며, 친구나 이웃과의 만남 횟수와 대중교통 이용이 늘어난 여성들은 일상생활 회복 수준을 높게 인식함
- 코로나19로 인한 두려움 변인에서는 **자신의 감염(-), 자신의 죽음(-), 자신의 감염으로 주위 비난(+), 가족 중 건강취약자 감염(-), 경제적 피해(-)** 변인이 통계적으로 유의미했음. 즉, 자신의 감염과 자신의 죽음에 대한 두려움이 클수록 일상생활 회복 수준을 낮게 인식한 반면, 자신의 감염으로 인해 주위의 비난에 대한 두려움이 클수록 일상생활 회복 수준이 높으며, 가족 중 건강취약자 감염에 대한 두려움과 경제적 피해에 대한 두려움이 크면 클수록 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남
- 연령에서는 **연령이 높으면 높을수록** 일상생활 회복 수준을 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 직업에서는 **관리/전문직과 판매서비스직**에 종사하는 여성들이 기능/단순노무직에 비해 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남

■ **남성의 경우에도 모형적합도가 통계적으로 유의미하며(F=1646.186, p<.001), 일상생활 회복 전체 변량의 9.8%를 설명하는 것으로 나타남**

- 코로나로 인한 일상생활 변화 변인에서 **신체활동(+), 수면시간(+), 인스턴트식품(탄산음료) 섭취(-), 배달음식 섭취(-), 음주(-), 흡연(-), 친구나 이웃과의 만남 횟수(+), 대중교통 이용(+)** 변인이 통계적으로 유의미한 영향력을 가지는 것으로 나타남. 이는 코로나19 이전과 비교하여 신체활동과 수면시간이 늘어난 남성들은 여성과 마찬가지로 일상생활 회복 수준을 높게 인식하는 것으로 나타남. 인스턴트식품(탄산음료) 섭취와 배달음식 섭취가 늘어난 남성들은 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남. 또한 음주와 흡연이 늘어난 남성들은 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하며, 친구나 이웃과의 만남 횟수와 대중교통 이용이 늘어난 남성들은 일상생활 회복 수준을 높게 인식함
- 코로나19로 인한 두려움 변인에서는 **자신의 감염(-), 자신의 죽음(+), 자신의 감염으로 주위 비난(+), 가족 중 건강취약자 감염(-), 경제적 피해(-)** 변인이 통계적으로 유의미했음. 즉, 자신의 감염에 대한 두려움이 클수록 일상생활 회복 수준을 낮게 인식한 반면, 자신의 죽음과 자신의 감염으로 인해 주위의 비난에 대한 두려움이 클수록 일상생활 회복 수준을 높게 인식하며, 가족 중 건강취약자 감염에 대한 두려움과 경제적 피해에 대한 두려움이 크면 클수록 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남
- 연령에서는 **연령이 높으면 높을수록** 일상생활 회복 수준을 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 직업에서는 **사무직과 판매서비스직**에 종사하는 남성들이 기능/단순노무직에 비해 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타남



5. 결론 및 향후 과제

■ 일상회복을 위한 코로나-19 대시보드(Dashboard) 운영 필요

- 위드 코로나 시대 일상회복을 위해 주요 쟁점 지표를 선정하고 지속적인 모니터링 필요
 - 코로나19로 인한 일상생활이 완전히 정지된 상태가 0점이라면, 제주는 평균 55.2점으로 전국 평균 56.9점 보다 1.7점이 낮은 수준이며, 일상생활은 코로나19 이전에 비해 절반 수준 정도 밖에는 회복되지 않고 있음을 감안해 보다 철저한 대응 준비가 필요함
 - OECD에서는 위드 코로나 시대에 대한 선제적 대응으로 경제상황, 취약계층의 소득과 일자리, 사람 중심의 녹색전환, 미래 도전들에 대한 회복 대응 등에 대한 20개 지표를 선정하고 모니터링을 시작 했음

■ 지역사회 주민을 직접 대상으로 하는 사회적 소통과 일상의 회복을 꾀하는 위기 대응체계 마련 필요

- 코로나19 대유행으로 인한 대중적인 우울과 불안, 공포와 분노 등에 대한 대응은 기존 감염 확진자 등에만 국한되어 있었지만, 도래하는 위드 코로나 시대에는 지역사회 주민 전체를 대상으로 사회적 소통과 일상의 회복을 꾀하는 정신건강 위기 대응체계가 마련될 필요 있음
 - 비대면 원격 정신건강 서비스 실시 및 심리건강 지도 매뉴얼 제공 등이 활성화 될 필요 있음

■ 선제적 만성질환 대응 및 심리지원 강화 방안 마련 필요

- 코로나 바이러스는 기저질환을 앓고 있는 사람들에게 매우 치명적인 결과를 초래할 수 있으므로 만성질환에 대한 관리체계를 보다 강화할 필요가 있음
 - 인스턴트식품(탄산음료)과 배달음식 섭취가 늘어난 여성들은 일상생활 회복 수준을 낮게 인식하는 것으로 나타나 그동안 누적되었던 돌봄과 가사노동의 응축된 피로감이 표출된 현상으로 진단할 수 있음. 또한 음주와 흡연이 늘어난 여성들 또한 일상생활 회복 수준을 낮게 인식한 것으로 나타났는데, 코로나19로 인한 스트레스 관리가 제대로 이루어지고 있지 않은 단면을 여실히 보여줌
 - 코로나19 여파로 인한 가정에서의 인스턴트 식품과 배달음식의 섭취의 증가는 고스란히 가정의 청소년들에게도 영향을 미쳤음을 짐작할 수 있음. 특히, 제주지역 청소년 비만율은 17.7%(전국12.1%)로 전국 1위 수준임. 학교생활과 야외 활동이 제한되면서 아동·청소년 비만이 악화되었고 이는 다양한 질병으로 이환될 개연성이 높음에 따라 도 차원에서 비만에 대한 구체적인 대책 마련이 필요함
 - 아동·청소년 건강의 문제는 그들 스스로 해결할 수 있는 사안이 아닌, 부모와 지역사회가 공동으로 대응해야 할 사회문제이므로 보다 관심을 둘 필요 있음. 제주여성의 경제활동참가율이 2021년 6월 기준 64.8%로 전국에서 가장 높고 맞벌이 비율도 다른 지역에 비해 높음을 감안해 도교육청과 연계한 대응 방안 모색이 절실함

■ 일·가정 양립 지원 강화와 소득불안에 대한 대응 방안 필요

- 코여성의 코로나19로 인한 경제적 피해에 대한 두려움은 일상의 회복 수준을 더디게 만드는 주요 요인으로 드러났음을 감안하여 일·가정 양립에 대한 지원을 강화할 필요 있음
 - 맞벌이 가구의 일·가정 양립을 위해 육아기 근로시간 단축 및 유연근무제를 적극적으로 활용할 수 있는 조직 문화가 확산될 필요 있음
 - 관리/전문직과 판매서비스직에 종사하는 여성들의 노동 상실 위기에 대한 대응 방안이 시급함
 - 여성근로자의 소득을 보장하기 위해 생활임금을 토대로 기본근무시간 보장을 모색할 필요 있음

<참고자료>

- 김용섭. 2020. 『언컨택트 - 더 많은 연결을 위한 새로운 시대 진화 코드』, 퍼블리온.
 이은환. 2020. "코로나 19 세대, 정신건강 안녕한가!", 이슈&진단, 경기연구원, 5월호, 1-25.
 홍종관. 2020. "코로나와 일상의 행복에 관한 고찰". 행복한 부자연구, 9(2), 17-30.
 질병관리청. 2020. 『지역사회건강조사』, 원자료.

