



ISSN 1229-8565 (print) ISSN 2287-5190 (on-line)  
한국지역사회생활과학회지 35(4): 665~681, 2024  
Korean J Community Living Sci 35(4): 665~681, 2024  
<http://doi.org/10.7856/kjcls.2024.35.4.665>

## 액티브시니어들이 선호하는 농촌 치유활동 분석 : 포커스그룹 인터뷰(FGI)를 중심으로

이 돈 각 · 김 경 희<sup>†1)</sup>

농촌진흥청 국립농업과학원 전문연구원 · 농촌진흥청 국립농업과학원 농업연구사<sup>1)</sup>

### Analysis of Rural Healing Tourism Activities Preferred by Active Seniors : Focus Group Interviews

Don - Gak Lee · Kyung - Hee Kim<sup>†1)</sup>

Post Doc. Researcher, National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration,  
Wanju, Korea

Researcher, National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, Wanju, Korea<sup>1)</sup>

#### ABSTRACT

This study conducted a focus group interview (FGI) survey on 20 retired active seniors (61-74 years) to analyze their interests in life and preferences for rural healing activities. The analysis revealed that the life interests of the retired active seniors could be categorized into six themes: healthy living, self-oriented life, meaningful life, self-realization, social relationships, and a joyful and happy life. Furthermore, their preferences for rural healing activities were classified into three main categories. The first category included activities that provided an experience of rural life (rest in nature, rural experiences, understanding rural culture, creating memories, volunteer work, and regular activities). The second category encompassed activities that enhanced bonding through communication and empathy, including interactions with locals and family members. Lastly, the third category comprised activities that fostered a sense of achievement. In conclusion, retired active seniors, in their “second life” after retirement, showed significant interest in various activities with concrete goals for their lives. They also displayed clear preferences for rural healing activities. Therefore, it is essential to develop programs that cater to their characteristics and needs. These programs should focus not only on providing physical and mental relaxation but also on promoting social connections and offering opportunities for personal growth and achievement. This study provides a theoretical foundation for the development of programs aimed at improving the health and quality of life for the increasing population of retired active seniors through

---

This work was carried out with the support of “Research Program for Agriculture Science & Technology Development (Project No. PJ01740901)” National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, Republic of Korea.

Received: 20 September, 2024 Revised: 14 October, 2024 Accepted: 29 October, 2024

<sup>†</sup>**Corresponding Author:** Kyung-Hee Kim Tel: +82-63-238-2630 E-mail: khkim08@korea.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

an analysis of their life interests and preferences for rural healing activities.

**Key words:** retired active senior, rural healing tourism, focus group interview, lifestyle, rural healing tourism activities

## I. 서론

세계적으로 고령화가 빠르게 진행되면서, 2070년대 후반에는 65세 이상 인구가 22억 명에 달할 것으로 예측되고 있다(UN 2024). 이러한 인구의 고령화는 노동 시장, 금융 시장, 주택, 복지, 가구 형태 등 사회의 많은 분야에 영향을 미칠 것이며, 21세기 가장 중요한 사회적 변화 중 하나가 될 것이다(Patterson & Balderas 2020). 한국의 경우, 기대수명 연장과 출산율 감소의 영향으로 고령화 속도가 더욱 가속화되고 있으며, 2025년에는 65세 이상 인구 비율이 20.3%를 넘어 초고령사회에 진입할 것이다(Statistics Korea 2024). 이와 함께 베이비붐 세대(1955-1963년 출생)가 은퇴를 맞이하며, '액티브시니어'라는 뉴 시니어층의 등장으로 제2의 인생을 위한 성공적인 적응과 적극적인 삶을 지원하는 다양한 대책이 필요한 시점이다(Shin & Han 2013; Korea Institute of Design Promotion 2020; Choi & Jang 2022).

액티브시니어는 일반적으로 50대 후반에서 70대 초반의 연령층으로, 경제력과 건강을 바탕으로 활발한 사회활동과 자기 계발을 추구하는 집단을 말한다(Neugarten 1996; Ha 2018). 이들은 삶의 질 향상을 위해 건강관리를 철저히 하고, 공공 생활에 참여하며, 새로운 경험과 가치 있는 소비에 대한 욕구가 강하다(Ha 2018). 또한 디지털 기기 사용에 능숙하며, 건강기능식품, 헬스케어 서비스 등의 소비가 활발하고, 문화생활, 배달서비스, 웰니스 관광 등의 지출이 증가하고 있다(Oh et al. 2023). 특히, 건강과 웰니스를 결합한 관광상품을

선호하며(Marcekova et al. 2016; Koskinen 2019), 새로운 교육이나 기술 습득, 문화체험, 가벼운 모험 활동을 선호한다(Patterson & Pan 2007; Petry 2016).

시니어에게 관광은 신체적 활동과 문화적 참여를 촉진하여 건강한 삶을 위한 잠재적 요인으로 중요한 역할을 한다(Bowling 2008; Hu et al. 2023). 시니어들은 관광을 신체적, 정신적 건강함을 위해 중요하게 인식하며, 자연의 아름다움을 즐기고, 건강을 위한 것뿐만 아니라, 친구나 가족과의 관계 유지를 위한 중요한 활동으로 여긴다(Kim, Woo & Uysal 2015; Zsarnoczky 2016). 또한 시니어들의 관광 경험은 삶의 만족도와 여가 생활에 긍정적인 영향을 미치며, 여행 경험과 빈도가 높을수록 사망 위험이 낮아지는 것으로 나타나고 있다(Wei & Millman 2002; Qiao et al. 2022).

시니어들의 건강과 삶의 질 향상에 있어서 관광이 중요한 역할을 하는데, 농촌 치유관광은 단순한 여가 활동을 넘어 신체적, 정신적 건강 증진과 사회적 연결을 동시에 제공할 수 있는 이점이 있다. 또한 일상에서 벗어나 농촌에서의 치유적 활동으로, 자연에서의 휴식뿐만 아니라 스트레스 해소, 심신의 회복 경험을 제공한다(Kim & An 2020; Le Hong & Hsu 2022). 농촌 치유관광 참여자들은 주변 사람들이나 방송을 통해 치유관광에 대한 정보를 얻으며, 자연 속에서의 힐링이나 가족이나 지인들과 함께하는 시간을 갖고 싶어 한다. 농촌에서의 체험활동은 기분전환뿐만 아니라 심신의 회복 효과가 있다(Park & Kim 2017; Kim & Hwang 2019). 농촌관광을 통해 지역의 문화나 역사, 자

연을 직접 배우고 참여하며, 즐기는데 있어서, 시니어 관광객을 타겟팅 하기 위해서는 안전성, 비용, 프로그램 등에 대한 다양한 변화가 필요하다(Nair et al. 2015; Patterson & Balderas 2020).

농촌진흥청에서 실시한 농촌관광 실태조사에 따르면, 농촌에서의 경험 활동은 60대가 지역 농특산물 구매 48.6%로 가장 높으나, 체험활동은 11.2%로 가장 낮게 나타났다(Rural Development Administration 2023). 이는 농촌이 시니어들의 먹거리에 대한 관심이나 구매력은 충족시키고 있으나, 연계할 수 있는 활동은 미흡한 것으로 볼 수 있다.

은퇴자들은 라이프스타일이나 삶에서 지향하는 부분이 은퇴 전과 크게 다르다. 본 연구에서는 포커스그룹 인터뷰(FGI)를 통하여 은퇴 액티브시니어들이 선호하는 농촌 치유헌동을 분석하고자 한다. FGI는 참여자들의 심층적인 의견과 경험을 탐색하는 데 사용되는 유용한 연구방법으로(Rabiee 2004), 은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사와 선호하는 농촌 치유헌동을 심층적으로 분석하고자 한다. 본 연구의 결과는 은퇴 액티브시니어들을 위한 농촌 치유헌프로그램 개발의 기초자료로 활용될 것이다.

## II. 문헌고찰

### 1. 액티브시니어의 정의 및 특징

우리나라의 법적 정년은 60세이며, 노인복지법에서 65세 이상을 노인이라고 하지만 당사자 절반 이상은 70세를 노인 기준연령으로 인식한다(Lee & Choi 2019). ‘노인’이라는 용어도 끼리는 현상이 있어서 ‘어르신’, ‘연장자’, ‘시니어(senior)’, ‘시니어 시티즌(senior citizen)’, ‘황금기(golden age)’, ‘슈퍼 에이지(Super Age)’, ‘액티브 시니어(active senior)’, ‘시니어(シニア)’, ‘어르신(お年寄り)’

등으로 호칭하며 노년층에 대한 보다 긍정적이고 존중하는 태도로 사용되고 있다(Chung 2011; Lee 2012; Korea Health Industry Development Institute 2017).

의학과 과학기술의 발달로 인간의 평균수명이 늘어나고 노인인구가 증가함에 따라, 노인을 다양하게 분류하기도 한다. Forman et al.(1992)은 젊은 노인(60~69세), 중년 노인(70~79세), 최고 노년(80세 이상)으로 구분하였다. Zizza et al.(2009)은 젊은 노인(65~74세), 중년 노인(75~84세), 최고령(85세 이상)으로 구분하였다. Sung(2021)은 노인을 전기노인(65~75세)와 후기노인(75세 이상)으로 구분하여 연령별 복지 정책을 제안하였다.

Zsarnoczky(2016)는 50세 이상을 노인으로 간주하여, Mature(51~64세), Young-Old(65~74세), Middle-Old(75~84세), Old-Old(85~94세), Very old(95세 이상)로 분류였다.

Neugarten(1996)은 은퇴 후 노년기를 맞이하는 노인을 나이에 따라 55~65세까지를 젊은 노인(the young-old), 65~75세를 중간-고령노인(the middle-old), 75세 이상의 고령층(the old-old)으로 구분하였다. 특히, 중장년층(55~75세) 중 활발한 경제활동을 통해 적극적으로 사회에 참여할 수 있는 사람들을 ‘액티브시니어(Active Senior)’로 정의하였다.

Kiwoom Savings Bank(2022)는 인생2막을 시작하는 액티브시니어를 하고 싶은 일을 찾아 적극적으로 도전하며 교육, 소득, 소비 등에서 높은 수준을 갖춘 50~60대로 보았다. 특히, 사회적 활동이나 여가, 교육, 문화, 건강, 미용 등 자신을 위한 투자에 적극적이며, 디지털 환경에 적응하는 계층으로 소비시장에 중요한 역할을 할 것이라 보고하였다.

Ha(2018)의 연구에서 액티브시니어는 육체적

· 경제적 측면에서 혈기 왕성한 사회계층으로 정의하였다. 액티브시니어의 여가태도(인지적·행동적·정의적)는 여가만족(교육, 사회, 심리, 휴식, 환경)에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Oh et al.(2023)은 액티브시니어 진단을 위한 9개(나이, 건강, 교육활동, 경제력, 소비생활, 가치관, 노후 준비, 사회활동 및 디지털 활동, 라이프스타일)의 구성 요인을 도출하였다. 액티브시니어는 50~75세로 실제나이보다 젊고 건강한 삶을 추구하는 특성이 있다. 경력과 경제력을 바탕으로 은퇴 후 제2의 인생을 준비하는 미래지향적인 특징을 가진다. 재테크에 관심이 높고, 스스로 합리적 소비를 선호하며, 가격보다 품질을 고려한다. 다양한 취미를 배우며, 사회적 네트워크를 형성하고, 인터넷 사용이 자유롭다. 여행이나 여가활동의 즐거움을 중요시하는 특성이 있는 것으로 나타났다.

Lai et al.(2014)의 연구에서 액티브시니어들이 일반 노인들보다 더 젊고 건강하며, 만성 질환이나 우울증 증상이 적으며, 삶에 대한 만족도와 자존감이 더 높게 나타났다. 또한 경제적인 면에서 만족하고, 가족들과 더 자주 만나고, 여가활동에 더 많이 참여하며, 자유롭게 움직일 수 있는 능력이 더 높은 것으로 나타났다.

종합해보면, 건강하고 활기찬 노년을 보내려는 액티브시니어 인구가 증가하고 있다. 이들은 전체 인구의 상당한 비율을 차지하게 될 것이며, 사회경제적으로 중요한 영향력을 행사할 것이다(Statistics Korea 2024). 액티브시니어의 적극적인 사회 참여는 고령화 사회에서 지속 가능한 발전을 위한 핵심 요소가 될 수 있다(Kim & Byun 2023). 액티브시니어들은 사회경력과 경제력을 바탕으로 제2의 인생을 능동적으로 살아가며 새로운 정보와 문화 소비에 적극적으로 참여하는 특징이 있다(Zsarnoczky 2016; Kim et al. 2017; Korea

Institute of Design Promotion 2020; Oh et al. 2023). 또한 미래지향적인 사고방식을 가지고 있으며, 뚜렷한 가치관을 바탕으로 의료와 건강 서비스에 높은 관심을 보이며, 건강과 외모, 관계를 중시하는 여가 중심의 생활을 영위한다(Lee & Lee 2008; Ha 2018; Choi & Jang 2022; Kim & Byun 2023).

이상의 선행연구를 바탕으로, 본 연구에서는 은퇴 액티브시니어를 법적(고령자고용법) 정년 나이가 60세임을 고려하여 61세부터 전기 노인에 해당하는 74세까지로 설정하여, 소비와 여가생활, 자기 계발, 사회활동 등에 적극적으로 참여하는 건강한 시니어 계층으로 정의하고자 한다.

## 2. 농촌 치유관광 유형 및 효과

농촌 치유관광은 일상에서 벗어나 농촌에서 치유적 요소를 가진 활동을 통해 스트레스 해소와 심신의 회복, 건강 증진 등을 목적으로 하는 관광이다(Rural Development Administration 2021). 이러한 관광은 단순한 휴식을 넘어 농촌의 자연, 경관, 문화 등을 체험하며 차별화된 치유 경험을 제공하고, 방문자뿐만 아니라 지역 주민에게도 건강증진과 경제적 이익을 제공하는 등 농촌지역의 활성화에 기여한다(Kim et al. 2013; Rural Development Administration 2021).

농촌 치유관광 활동유형은 교류·휴식·운동형으로 구분할 수 있다. 교류형은 농촌주민, 농촌문화는 물론 참여자들과의 교류를 통해 정서적 안정을 도모할 수 있다. 휴식형은 자연에서의 쉼을 통해 심신의 회복을 추구한다. 운동형은 농촌의 자연 환경에서 신체활동을 통해 활력을 높일 수 있다(Kim et al. 2020; Rural Development Administration 2021).

농촌 치유관광은 참여자들에게 회복 경험을 제

공한다. 농촌 치유헌동에서의 회복의 구성요소는 일상에서 벗어난 새로운 농촌환경에서 일상과의 분리(detachment), 자연에서 심신의 이완(relax)을 경험할 수 있다. 또한 농촌에서 경험하는 다양한 활동으로 숙달(mastery)의 기회를 얻으며, 개인의 자율적인 선택과 참여로 통제(control)의 경험할 수 있다. 즉, 농촌 치유헌동 참여자들의 회복 경험은 관광 만족과 삶의 만족에 긍정적인 영향을 미치며, 방문 경험이 조절효과로 나타났다(Kim & An 2020). 참여자들의 요구도에 맞춘 세분된 치유헌동 서비스는 품질 만족도를 높이는 데 중요하다(Kim 2022).

Pesonen & Komppula(2010)의 연구에서 관광객의 농촌 웰빙관광 동기는 두 가지로 나타났다. 신체적 휴식 동기유형은 자연 속에서의 여유로운 휴가와 신체적 상쾌함을 추구하는 것이며, 웰빙 동기유형은 사생활 중시, 차분한 분위기 선호 등으로 나타났다. 특히, 농촌 치유헌동의 심리적, 신체적 이점을 강조하며, 관광객의 다양한 요구에 부응하는 맞춤형 프로그램의 필요성을 밝혔다.

Jeon & Lee(2020)는 농촌 치유헌동은 팬데믹 상황에서 현대인의 정신적 피로와 스트레스를 해소할 수 있는 합리적 관광임을 강조했다. 또한 농촌진흥청의 치유헌 농촌관광상품 사례를 통해 지역 특산물의 주제화, 향토 음식의 상품화, 둘레길 탐방 연계프로그램, 가족 체험형 관광상품 등의 개발 요소를 제시하였다.

Jang et al.(2021)은 치유헌동으로써 농업 활동과 자연환경이 가진 치유헌 효과를 강조하며, 이러한 요소들이 관광객들의 신체적, 정신적 건강에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사하였다. 특히, 농작물 재배, 동물 돌보기, 농촌 경관 감상 등의 활동이 스트레스 감소와 정서적 안정에 도움을 준다고 밝혔다.

Zsarnóczy(2017)는 헝가리 농촌 산악지역을 여행하는 시니어들은 자연의 아름다움을 즐기거나 가족 및 친구와의 관계 유지를 통해 긍정적인 경험을 얻는 것으로 나타났다.

Zielińska-Szczepkowska(2021)는 유럽 외딴 지역을 여행하는 액티브시니어들은 휴식, 명상, 가족과의 시간, 일상탈출, 삶의 질 향상, 새로운 경험을 중요시한다고 하였다. 또한 관광지 선택 시 안전, 자연, 유적지, 서비스 품질, 교통의 편리성을 고려하는 것으로 나타났다.

이상의 선행연구를 종합해보면, 농촌 치유헌동은 자연과의 교감, 농업 체험, 건강증진 등 다양한 치유헌 요소를 포함하고 있다. 이러한 관광 형태는 심리적, 신체적 웰빙을 증진(Stănciulescu et al. 2015; Wei & Millman 2002; Jang et al. 2021) 시키는 데 중요한 역할을 하며, 이를 위해 세분된 서비스나 맞춤형 프로그램(Pesonen & Komppula 2010)이 제공되어야 한다.

은퇴 액티브시니어들을 위한 농촌 치유헌동 프로그램을 제공하기 위해서는, 이들의 관심사나 치유헌동에 대한 요구도를 바탕으로 개발하는 것이 중요하다. 따라서 본 연구에서는 은퇴 액티브시니어들의 삶에 대한 관심사와 선호하는 농촌 치유헌동을 구체적으로 파악하기 위해 FGI를 통해 분석하고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 FGI를 통해 은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사와 선호하는 농촌 치유헌동을 분석하는 것이다. 이를 위해 선행연구(Decrop 1999; Prince & Davies 2001)를 바탕으로 문항을 개발하였다. 연구 대상자는 액티브시니어 협회 회원을 대상으로 연구의 취지를 설명하고 참여를 희망하는 61~

74세의 은퇴한 액티브시니어 20명을 모집하였다. 2024년 3월 참석한 대상자들에게 진행 방법 등을 상세하게 설명하고 동의를 거쳐 FGI를 진행하였다. 효과적인 조사를 위해 조사는 두 그룹으로 나누어 진행하였으며, 그룹당 조사는 두 시간에 걸쳐 진행하였다. FGI를 위한 조사 문항은 Table 1과 같으며, 심층적인 의미 파악 및 조사의 정확도를 위해 연구원들이 현장에서 관찰 기록 및 녹취를 실시하였다.

본 연구의 진행자는 참가자들에게 구조화된 질문지 순서대로 진행하며, 참여자들이 개인의 경험이나 의견을 자유롭게 이야기하도록 하였다. FGI가 끝난 후 현장에서 기록한 내용과 녹취된 인터뷰 내용을 바탕으로 녹취록을 작성하였다.

본 연구 참여자의 일반적 특성을 살펴보면, 성별로 남성과 여성이 각각 10명씩(50.0%)이며, 학력은 대학원 졸업이 10명(50.0%)으로 가장 높게 나타났다. 혼인상태는 기혼자가 19명(90.0%), 은퇴 전 직업은 사무종사자가 10명(50.0%)으로 가장 높게 나타났다. 농촌 치유관광 경험은 3명(15.0%)으로 Table 2와 같이 매우 낮게 나타났다.

## 2. 분석방법

포커스그룹 인터뷰는 개인이 믿거나 느끼는 것과 그들이 그렇게 행동하는 이유를 탐구하는 데 사용되는 유용한 연구 방법으로(Rabiee 2004), 은퇴 액티브시니어의 선호하는 농촌 치유활동을 분석하기 위해 적합한 연구방법으로 판단하였다. FGI는 연구의 목적이나 주제에 대한 정보를 얻기 위해 공통성을 지닌 대상자를 모집하여 집단으로 실시하는 심층 조사 연구 방법이다. FGI 참여자는 특정 모집단을 대표할 필요는 없지만, 목적성 있는 표본이기 때문에 심층 그룹 인터뷰로서 중요하다(Lederman 1990). FGI 진행자는 참여자들(5~10명 내외)에게 연구목적의 구조화된 질문을 제시하며, 참여자들의 의견이나 정보를 토론방식의 상호작용을 통하여 구체적인 정보를 얻을 수 있는 장점이 있다(Chung 1997; Krueger 2014).

FGI 조사 후 주제 중심의 내용을 체계적으로 기술하는 질적내용분석은 데이터의 의미를 체계적으로 기술하기 위해 자료의 코딩 프레임을 범주화한다. 코딩 프레임은 질적내용분석의 핵심이며, 자료의 정보와 해석 모든 측면을 포함한다. 질적내용분석의 세 가지 주요 특징은 데이터 축소, 체계성, 그리고 유연성이며, 연구의 목적에 초점을 맞춘다.

**Table 1.** Focus group interview questions

Characteristics and healing needs of retired active seniors
1. What are your main interests and goals in life these days?
2. What activities do you prefer during your leisure time?
3. In relation to healthy aging, what healing needs do you have?
Demand of retired active seniors for rural healing programs
1. What is your current image or perception of rural areas?
2. Have you had any experience of visiting rural areas (e.g., rural tourism, healing tourism)?
- If yes: What was the purpose, motivation, activities, and schedule of your visit
- If no: Why not, and do you have any intention to make such visits?
3. What would be your motivation for participating in future rural healing programs?
4. What activities would you like to engage in during a rural healing program?
5. To what extent are you willing to participate in rural healing programs?
6. What are your expectations and perceived benefits of rural healing programs?

**Table 2.** General characteristics of participants (N=20)

Group	No	Age	Gender	Residence	Occupation before retirement	Marital status	Education	Experience in rural healing tourism
A	A1	67	M	Seoul	Teacher	Married	Graduate school	5 times
	A2	68	M	Seoul	Teacher	Married	University graduate	No
	A3	62	F	Seoul	Company employee	Married	University graduate	No
	A4	67	F	Seoul	Lecturer	Single	University graduate	No
	A5	66	M	Gyeonggi	Businessman	Married	Graduate school	No
	A6	67	M	Gyeonggi	Company employee	Married	Graduate school	No
	A7	67	F	Seoul	Teacher	Widowed	University graduate	No
	A8	64	F	Gyeonggi	Civil Servant	Married	Graduate school	2 times
	A9	66	F	Seoul	Lecturer	Married	University graduate	No
	A10	67	M	Seoul	Company employee	Married	Graduate school	6 times
B	B1	63	M	Seoul	Company employee	Married	Graduate school	No
	B2	61	F	Gyeonggi	Cook	Married	Graduate school	No
	B3	68	M	Seoul	Lecturer	Married	University graduate	No
	B4	62	M	Gyeonggi	Company employee	Married	Graduate school	No
	B5	61	F	Gyeonggi	Company employee	Married	High school graduate	No
	B6	64	F	Seoul	Company employee	Married	University graduate	No
	B7	62	M	Gyeonggi	Company employee	Married	University graduate	No
	B8	68	M	Gyeonggi	Company employee	Married	Graduate school	No
	B9	65	F	Seoul	Journalist	Married	University graduate	No
	B10	68	F	Seoul	Company employee	Married	Graduate school	No

즉, 대상의 잠재적 의미를 도출하는 정성적 분석이다(Schreier 2012; Schreier et al. 2019).

질적연구에서 신뢰성 평가에 활용되는 삼각검증법(Triangulation)은 둘 이상의 데이터 소스에서 동일한 현상 또는 연구 질문을 살펴보는 것을 의미한다. 다양한 각도에서 나오는 정보는 연구 문제를 확증하고, 구체적으로 설명하며, 증명하는 데 활용될 수 있다. 이는 개인의 방법론적 편견을 제한하고 연구의 일반화 가능성을 향상시킨다(Denzin 1978). 삼각검증의 네 가지 기본 유형은 데이터 소스, 방법, 조사자 및 이론을 결합함으로써 객관성을 확보할 수 있다(Henderson 1991).

본 연구의 신뢰도와 타당성을 확보하기 위해 Henderson(1991)이 제시한 삼각검증법에 근거

하였다. 일차적으로 선행연구를 바탕으로 FGI 조사를 위한 구조화된 문항을 개발하였다. FGI 조사 현장의 상황과 맥락을 기록하고, 녹음기 2대를 활용하여 녹음함으로써 현장 기록법을 사용하였다. 또한 FGI 녹취록을 작성하여 연구자 간에 크로스 체크하며 타당성을 높였다(Decrop 1999).

은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사와 농촌 치유행동 선호도 등에 대한 응답자의 의미 있는 진술을 주의 깊게 분석하기 위해 FGI 녹취록을 작성하여 반복적으로 읽으며 주제를 분류하였다. 은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사와 선호하는 농촌 치유행동에 대하여 중요하게 표현하는 내용 주제를 도출하는 중심주제분석법(thematic analysis)을 사용하여 Table 3과 같이 범주화(category)하였다.

**Table 3.** Results of the focus group interview (FGI) data analysis

Questions	Category
Life interests	• Healthy life
	• Life for yourself
	• Meaningful life
	• Self-actualization
	• Social network
Preferred rural healing tourism activities	• Fun and happy life
	• Rest in nature
	• Rural experience activities
	• Rural culture / rural areas understand
	• Memory play
	• Rural volunteer work
	• Residential / regular activity
	• Communication and empathy
	• Interact with residents
	• Activities with family
• Activities that give you a sense of accomplishment	

#### IV. 결과 및 고찰

##### 1. 은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사

은퇴 액티브시니어들이 삶에서 가장 관심을 두는 것은 ‘건강한 삶’, ‘자신을 위한 삶’, ‘의미있는 삶’, ‘자아실현’, ‘사회적 관계’, ‘즐겁고 행복한 삶’과 같이 6개의 범주로 나타났으며(Table 4), 구체적인 내용은 다음과 같다.

##### 1) 건강한 삶

참여자들은 건강해야지 뭐든지 할 수 있다고 생각하며, 자신의 나이듦을 받아들이고, 신체적·정신적으로 건강하게 사는 것에 관심이 많았다. 헬스클럽이나 문화센터의 프로그램 등을 통해 규칙적인 신체활동을 하며 건강을 관리하였다. 등산이나 맨발걷기 등 장소나 시간에 구애받지 않는 신체활동을 하고 있었다. 또한 정신적인 건강을 위해 욕심을 버리고, 긍정적으로 살고자 하며, 건강한 식생활이나 정기검진 등 예방차원에서 건강을 관리

하였다.

“저는 은퇴 후 자꾸 게을러져서, 휘트니스센터에 등록해서 운동을 해요. 센터에 가면 저보다 나이 많고 건강한 어르신들을 보면 운동을 더 열심히 하게 돼요.”(B5)

건강의 위기 등 자신을 돌볼 수 있는 계기를 통해 건강관리에 신경을 쓰고 있는 참여자들도 있었다.

“저는 건강검진에서 용종을 발견해 수술했어요. 건강은 자신 있다고 장담했었는데, 걱정되더라고요. 그래서 치유 프로그램이나 걷기, 등산 등 시간이 나면 운동하고 있어요.”(A10)

“저는 정신건강이 가장 중요하다고 생각해요. 스트레스를 받으면 몸까지 아파서, 항상 긍정적으로 살려고 노력해요.”(B2)

“제가 암에 걸렸었어요. 그러다 보니 자연스럽게 먹는 것, 식단 관리를 해서 위암 5년 완치 판정을 받았어요. 저는 유기농 식재료, 음식, 영양소 등 먹는 걸 제일 중요시해요.”(A3)

##### 2) 자신을 위한 삶

참여자들은 사회와 가정에서의 책임감에서 벗어나, 자신을 위한 삶을 살고자 하였다.

“저는 혼자서 유럽여행 가는게 꿈이에요. 이젠 눈치 안 보고... 틈나는 대로 책 읽으며, 유럽 중세 도시, 소도시 여행을 준비하고 있어요.”(A5)

새로운 공부 등 자신을 위한 도전을 하는 경우도 있었다.



“저는 치매에 대해 걱정이 많아요. 그래서 중3 수학 인터넷 강의를 들으며, 공부하는데, 기억도 나고 젊어지는 것 같아 좋아요”(B6)

### 3) 의미있는 삶

지금까지 쌓아온 전문경력과 노하우를 바탕으로 사회공헌이나 봉사활동 등을 하며 의미있는 삶을 살고자 하였다.

“저는 전문상담 교직생활을 했어요. 은퇴 후 뭘 할까 계속 고민하는데, 학교폭력 조사관에 채용되어, 청소년들을 위한 프로그램을 진행해요.”(A8)

“저는 교직 경력으로 교육부에서 허가하는 사회적 협동조합 책임자가 되었어요. 시니어분들과 은퇴하신 분들을 위한 일자리나 활동... 어떻게 만들까 하는 고민이 제일 큼니다.”(A2)

### 4) 자아실현

평생직장에서 벗어났으나 제2의 인생을 위한 자기개발, 재취업, 자격증 취득 등을 통하여 자아실현 기회를 갖고자 하였다.

“저는 은퇴 후 아파트 관련된 공부를 해서 자치 회장을 하고 있어요. 임기가 얼마 안 남았는데, 아파트 조합 측에서 조합장으로 추천해서, 요즘은 관련 법규 공부를 하고 있어요.”(B3)

“저는 은퇴 후, 어린이집 조리사 일을 하며, 음식 만드는 것에 흥미를 갖게 되었어요. 유튜브 보면서 요리 배우는데, 조리사 취업을 생각하며 한식 조리사 자격증을 따려고 해요.”(B5)

“저는 은퇴 후, 학교 돌봄 일을 나가면서, 보드 게임을 하게 되었어요. 너무 재미있는 거예요.

보드게임 강사하려고 자격증 공부하고 있어요.”(A7)

### 5) 사회적 관계

온·오프라인 모임, 봉사, 재능기부 등과 같은 활동을 하며 인생 2막의 새로운 사회관계망을 형성하려고 노력하였다.

“저는 꿈꾸는 여행자에 가입해서 여행에 대해 배워요. 여행을 어디로 어떻게 가야할지, 사진은 어떻게 찍고 어디에 올려야 하는지 다 가르쳐 주고, 함께 여행을 다니니까 너무 좋아요.”(A10)

“저는 ‘서울로’ 개장 전부터 7년째 자원봉사를 하고 있어요. 서울로에 있는 500 여종의 식물을 그리는 세밀화 동아리 모임을 한달에 두 번씩 나가고, 1년에 한 번씩 전시회에 참여해요.”(B9)

### 6) 즐겁고 행복한 삶

지금까지 안 해본 활동에 도전하거나, 다양한 취미를 배우며, 즐겁고 행복한 시간을 갖고자 하였다.

“저는 친구랑 트롯오디션 방청을 다녀왔는데, 너무너무 좋았어요. 그날 바로 임영웅 팬카페에 가입해서 영웅시대 팬인데, 정말 행복해요.”(A6)

“저는 자연치유를 공부해요. 자연과 우리 인간, 식물 등 많은 분야가 연결되어 있는 걸 발견할 때마다 너무 신기하고, 막 연애하는 것처럼 가슴이 뛰어요. 그 재미로 계속 공부해요.”(A5)

**Table 4.** Results of the analysis of life interests

Category	Detail
Healthy life	<ul style="list-style-type: none"> <li>Physical health (gym exercise, strength training, swimming, table tennis, body yoga, hiking, walking, 9988, etc.)</li> <li>Mental health (regular life, avoiding stress, studying the mind, improving awareness, meditation, reading, etc.)</li> <li>Healthy food (organic, local food, nutritional supplements, eating three meals a day, herbal medicine, etc.)</li> <li>Health check-ups (regular health check-ups, periodic blood pressure checks, immediate hospital check-ups when sick, etc.)</li> </ul>
Life for yourself	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hobbies (reading, calligraphy, music, YouTube, photography, etc.)</li> <li>Study (English study, math study, healing study, travel, etc.)</li> </ul>
Meaningful life	<ul style="list-style-type: none"> <li>Meaningful work (creating new opportunities, religious activities, etc.)</li> <li>Social contribution (programs for youth, jobs for seniors, etc.)</li> </ul>
Self-actualization	<ul style="list-style-type: none"> <li>Re-employment (studying apartment-related matters, studying laws, working part-time, studying at a lifelong education center, YouTube lectures, etc.)</li> <li>Obtaining qualifications (board game instructor qualification, Korean cuisine chef qualification)</li> </ul>
Social network	<ul style="list-style-type: none"> <li>Meetings (travel group, detailing club, online community, music club volunteer)</li> <li>Work (art hall instrument performance volunteer, care classroom, meal helper, etc.)</li> </ul>
Fun and happy life	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fan cafe activities, traveling, playing, cooking, etc.</li> </ul>

결과적으로 은퇴 액티브시니어들의 삶의 관심사는 건강한 삶, 자신을 위한 삶, 의미있는 삶, 자아실현, 사회적 관계, 즐겁고 행복한 삶 등 6개 범주로 나타났다. 이들은 신체적, 정신적 건강관리에 관심을 가지며, 그동안 하지 못했던 휴식이나 취미 활동을 통해 자신을 위한 삶을 추구하고자 한다. 또한, 전문 역량을 바탕으로 사회적 기여, 봉사 등의 의미있는 삶이나, 새로운 공부나 자격증 취득 등을 통해 새로운 기회를 갖고 싶어한다. 은퇴 후 사회적 관계의 변화에 대응하여 새로운 인간관계를 형성하고자 하며, 즐겁고 행복한 삶을 위해 다양한 활동에 적극적으로 참여하는 경향을 보인다. 이는 선행연구에서 액티브시니어들은 여가활동의 즐거움을 중요시하며, 하고 싶은 것을 찾아 적극적으로 도전하고, 사회봉사에 보람을 찾으며, 새로운 정보와 문화생활을 한다는 것과 유사한 결과이다 (Shin & Han 2013; Kiwoom Savings Bank

2022; Chang 2023; Oh et al. 2023).

2. 은퇴 액티브시니어들이 선호하는 농촌 치유활동  
은퇴 액티브시니어들이 선호하는 농촌 치유활동은 ‘농촌을 경험할 수 있는 활동(자연 속 쉼, 농촌 체험활동, 농촌 문화·농촌 이해하기, 추억놀이, 농촌 봉사활동, 체류형·정기적 활동)’, ‘유대감을 증진할 수 있는 활동(소통과 공감, 주민과 교류, 가족과 함께하는 활동)’, ‘성취감을 가질 수 있는 활동’ 3개의 범주로 구분되었으며(Table 5), 구체적인 내용은 다음과 아래와 같다.

#### 1) 농촌을 경험할 수 있는 활동

농촌을 경험할 수 있는 활동은 농촌에서 자연 속 쉼, 농촌 체험활동, 농촌 문화·농촌 이해하기, 추억놀이, 농촌 봉사활동, 체류형·정기적 활동 등을 직접 경험하는 것이다. 농촌의 확 트인 환경이

나, 깨끗한 공기, 경관, 신선한 농작물 등 농촌에서만 할 수 있는 농촌다움을 경험하는 활동이다.

첫째, ‘자연 속 쉬’는 농촌의 자연환경에서 편안함이나 쉬 등 마음의 평안을 찾는 것이다. 황금벌판, 탁 트인 마을 경관에서 좋은 공기를 마시고 자연 속에서 심신의 안정을 가질 수 있다.

“그냥 힐링이요. 건강을 위해 가고 싶고, 마음의 여유, 공해에서 벗어남... 경관 좋은 곳에서 석양을 보는 그런 쉬하고 싶어요.”(A5)

“아침에 해 뜨면~ 눈 뜨고, 그리고 땅을 밟아보고 그리고 나서 시골에서 주는 음식을 먹는 그런 농촌에서만 할 수 있는 치유를 하고 싶어요.”(B9)

둘째, ‘농촌 체험활동’은 농촌의 지역 농작물을 이용한 만들기나 체험활동이다. 농촌에서의 학습과 새로운 경험으로 농촌성을 즐길 수 있다.

“아이들을 위한 재미있는 활동이나 만들기 등의 체험학습처럼 저도 농촌에서 배우며 체험하는 활동을 하고 싶어요.”(A7)

“반려식물 화분 만들기나 손수건 염색 같은 농촌 특유의 체험활동을 해보고 싶어요. 농촌에서 만든것을 집에 와서도 활용할 수 있으면 생각나고 좋을 것 같아요.” (A10)

셋째, ‘농촌 문화·농촌 이해하기’는 마을의 역사나 문화 등을 배우며, 농촌을 이해하는 것이다. 지역 장인들의 노하우를 배우는 것 등이다.

“저는 도시에서 자라서 농촌을 잘 몰라요. 마을의 문화나 역사를 경험하고 배우다 보면, 농촌

을 잘 이해할 것 같아요”(A5)

“장담그기라든가 아니면 그 지역 명인들의 노하우를 배우는 기회가 있다면 적극적으로 참여하고 싶어요. 저도 배우고, 우리 애들한테도 알려주고 싶어요.”(B5)

넷째, ‘추억놀이’는 농촌경관이 주는 향수로 어린시절의 추억이나 고향에 대한 기억을 소환하게 한다. 어린시절에 부르던 노래나 놀이를 통하여 추억놀이를 경험하는 것이다.

“저희 어릴때는 봄만 되면 산에 올라가 개나리나 진달래를 구경했어요. 그게 생각해보면, 가곡 봄의 교향곡이... 지금 우리 정서하고 딱 다 맞는 거 같아요. 60·70년대 가곡이나 동요를 함께 부르는 그런 게 있으면 좋을 거 같아요.”(B3)

“저는 어렸을 때 엄마가 해주신 음식, 그 시절에 했던 놀이 그런 거 다시 해보고 싶어요.”(B10)

다섯째, ‘농촌 봉사활동’은 참여자들의 전문적인 역량과 체력을 바탕으로 농촌 지역의 일손을 돕거나 지역 주민들을 위한 봉사활동에 참여하는 것이다. 농촌 지역사회에 도움이 되는 농번기 일손 돕기, 지역 균형 발전을 위한 봉사 등을 통해 지역 경제에 기여할 수 있다.

“농촌은 일할 사람이 없고, 은퇴한 저희는 시간도 많고, 아직 일하고 싶잖아요. 그래서 농촌과 연결하여 할 수 있는 봉사나 프로그램들이 있었으면 좋겠어요”(B7)

“산속 마을 주민들은 교육받을 기회가 없다고 하더라고요. 받고 싶은 교육을 물어봐서, 그것을 해줄 수 있는 친구를 데리고 가면, 뭔가 나

뉘줄 수 있어 더 좋았어요. 그런 봉사활동을 하고 싶어요”(A10)

여섯째, ‘체류형·정기적 활동’은 마을에 머물며 농촌에서 쉬거나 배울 수 있는 체류활동이다. 또한 정기적으로 마을을 방문하며 경험을 쌓거나 관계를 맺을 수 있는 활동이다.

“농촌이 먼 거리에 있잖아요. 자주 가기도 힘든데, 당일여행은 좀 아쉬워요. 맘 편하게 일주일, 한 달처럼 장기체류하며 장담그기도 배우고, 농촌 사람들과 친해지고 싶어요.”(A9)

“집에서는 늘 해야 하는 일상들이 연결되어 있잖아요. 그래서 왔다갔다 하는데... 이거를 벗어나서 그냥 농촌에서 한 일주일 정도 그야말로

**Table 5.** Results of the analysis of preferred rural healing tourism activities

Category	Detail
Rural area activities you can experience	Rest in nature <ul style="list-style-type: none"> <li>• Healing, mental health, organic food, healthy food, etc. provided by nature outside of the city.</li> <li>* Rural concert, island full of energy, being absent-minded, immersing yourself in nature, walking along a practitioner’s forest path, mental health, watching the sunset, stargazing, lying in a hut and looking at the sky, fun and enjoyable play, walking along a course with a story, rural scenery, sounds of nature, delicious food, lodging, detox, etc.</li> </ul>
	Rural experience activities <ul style="list-style-type: none"> <li>• Various experiential activities, walking courses with stories, etc.</li> <li>* Making pots for companion plants, dyeing handkerchiefs, new experiential activities with a rural feel</li> </ul>
	Rural culture/rural areas understand <ul style="list-style-type: none"> <li>• Learn the know-how of local experts, crafts, etc.</li> <li>* Learning about local history, traditional culture, and lifestyle, short- and long-term specialized training such as making pickled vegetables, making enzymes, and making kimchi, and learning about harvesting, management, and storage methods for agricultural and special crops.</li> </ul>
	Memory play <ul style="list-style-type: none"> <li>• Songs and childhood songs from the 60s and 70s, food made by mom, etc.</li> </ul>
	Rural volunteer work <ul style="list-style-type: none"> <li>• Volunteer work based on the participants’ professional skills and physical strength</li> <li>* Providing education that residents want to participate in through talent donations from participants. Contributing to residents’ economic income through helping with work during the busy farming season, volunteering for balanced regional development, and revitalizing the region.</li> </ul>
Residential / Regular activity	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activities that allow for continuous visits, such as staying for a week or a month</li> <li>* Regular programs, stay-type programs, and one-month stay programs</li> </ul>
Activities that can promote bonding	Communication and empathy <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discussion, communication, and empathy program among participants</li> <li>* Sharing common interests of the same age group</li> </ul>
	Interact with residents <ul style="list-style-type: none"> <li>• Talking to the owner of the guesthouse, forming relationships with residents, holding concerts, etc.</li> <li>* Activities that can heal with residents, activities to maintain the community</li> </ul>
	Activities with family <ul style="list-style-type: none"> <li>• Programs you can participate in during a family trip</li> <li>* Healing programs that families can share, couple programs, programs for three generations, programs for sons and mothers, programs that each person can enjoy while traveling together, etc.</li> </ul>
Activities that give you a sense of accomplishment	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activities that can improve self-esteem through a sense of accomplishment</li> </ul>

명때리기처럼... 꼭 쉬고 싶어요.”(B5)

## 2) 유대감 증진

농촌에서의 체험활동이나 프로그램에 참여하며, 참여자들 간에 공통 관심사를 찾으며, 소통하고 유대감을 형성하고 싶어하였다. 또한 농촌 주민들과의 교류를 통해 정서적 유대감을 형성하고 싶어 하였다.

첫째, ‘소통과 공감’ 활동은 참여자들 간 또는 주민들과 다양한 관심사에 대해 이야기를 나누며 소통하는 활동이다. 개인의 경험이나 생각을 이야기하며 듣고 공감대를 형성하는 시간을 갖고 싶어 한다.

“저는 놀 생각뿐인데, 같이 할 사람이 없어요. 그래서 함께 이야기하고 놀 수 있는 활동들이 많았으면 좋겠어요.”(A4)

“은퇴한지 얼마 안되서, 어떻게 살아야 할지, 무슨 자격증이 좋은지 등 공통 관심사에 대해 이야기 나누는 프로그램 있었으면 좋겠어요. 서로의 경험을 이야기 하다보면 배우기도 하고, 위로도 받을 수 있을 것 같아요.”(A7)

둘째, ‘주민과 교류’ 활동은 마을의 어르신들이나 농부, 민박집 주인들과 삶에 대한 이야기나 경험담 등을 들으며 위안을 얻을 수 있는 기회를 갖고 싶어한다.

“저는 건강해요. 농번기에 일손이 필요하다면 내가 가서 농사를 도와줄 수 있고, 주민이 병원에 가야 된다면 병원도 같이 가줄 수 있는 것처럼, 주민들과 교류하는 그런거 있었으면 좋겠어요.”(A3)

“주민들과 함께 음악회를 열어 같이 즐기는 그런거 있으면 좋겠어요. 우리 도시민뿐만 아니라 마을의 주민들이 행복해야지 같이 즐길 수 있을 것 같아요.”(A6)

셋째, ‘가족과 함께’하는 활동은 은퇴 후 가족 단위 여행이 많아지며, 부부 또는 아들, 손주와 같이 또는 따로 참여할 수 있는 프로그램이다.

“아내와 함께 힐링할 수 있는 프로그램이 있으면 좋겠어요. 농촌에 오면 부모님 생각도 나고, 이제 우리도 늙어서... 아내와 정말 행복하고 즐거운 시간 갖고 싶어요.”(A4)

“여행을 가족들과 함께 가잖아요. 다 함께 프로그램에 참여할 수도 있지만, 싫어하는 가족도 있어요. 그래서 아들이랑 할 수도 있고, 딸이랑 할 수도 있는... 따로 또는 같이 할 수 있는 프로그램이 있었으면 좋겠어요.” (B3)

## 3) 성취감을 가질 수 있는 활동

농촌의 다양한 활동 과정에서 소소한 성취감과 자존감을 가질 수 있는 활동을 하고 싶어 하였다.

“효소 만들기, 장 담그기 등은 어느 정도 시간이 필요하잖아요. 농촌에서 만들어 와서 집에서 숙성시키며 완성되는 것을 보면, 성취감을 느낄 수 있고, 나도 할 수 있다는 뭐 그런... 자존감을 향상시킬 수 있는 그런 프로그램이 있으면 가고 싶어요.”(B9)

“저는 호박이나 오이를 따본 적도 없는데, 처음 수정이라는 것을 해봤어요. 안 해본 것을 해본다는 것만으로도 너무 좋았어요. 농촌에서 이런 활동을 하고 싶어요.”(A1)

결과적으로 은퇴 액티브시니어들이 선호하는 농촌 치유행동은 3개의 범주(농촌을 경험할 수 있는 활동, 유대감을 증진할 수 있는 활동, 성취감을 가질 수 있는 활동)로 나타났다. '농촌을 경험할 수 있는 활동'은 자연 속 숲, 농촌 체험활동, 농촌 문화 이해하기, 추억놀이, 농촌 봉사활동, 체류형 정기적 활동으로 나타났다. 즉, 농촌의 맑은 공기와 자연환경에서 힐링하고 마음의 평안을 찾을 수 있는 활동이나 농촌의 자원을 활용한 체험을 통해 농촌다움을 즐길 수 있는 활동을 선호하는 것으로 선행연구(Kim et al. 2020; Rural Development Administration 2021)에서 밝힌 '휴식형'과 유사한 결과이다. '유대감을 증진할 수 있는 활동'은 소통과 공감, 주민과의 교류, 가족과 함께하는 활동 등으로 나타났다. 농촌주민과의 교류 및 참여자 간의 공통 관심사에 대해 이야기를 나누고 공감하는 활동을 선호하는 것으로 선행연구(Kim et al. 2020; Rural Development Administration 2021)에서 밝힌 '교류형'과 유사한 결과이다. '성취감을 가질 수 있는 활동'은 농촌에서 농작물 수확하기, 효소 만들기 등을 통해 새로운 도전을 하고 싶어 하는 것으로 볼 수 있다.

## V. 요약 및 결론

본 연구는 FGI를 통해 은퇴 액티브시니어의 삶의 관심사와 선호하는 농촌 치유행동을 분석하였다. 연구결과 은퇴 액티브시니어들의 삶의 관심사는 크게 건강한 삶, 자신을 위한 삶, 의미있는 삶, 자아실현, 사회적 관계, 즐겁고 행복한 삶 등 6개 범주로 나타났다. 또한 선호하는 농촌 치유행동은 농촌을 경험할 수 있는 활동, 유대감을 증진할 수 있는 활동, 성취감을 가질 수 있는 활동 등이다. 결론적으로 첫째, 은퇴 액티브시니어를 위한 농촌 치유관광 프로그램은 '농촌성 경험', '유대감 증

진', '성취감 획득'에 대한 기대를 반영해야 한다. 농촌에서의 체험과 힐링, 농촌문화 경험, 사회적 교류 촉진, 성취감 제공 활동, 장기 체류형 프로그램 등의 개발을 통해 이들의 신체적, 정신적 건강 증진과 자아실현, 새로운 라이프스타일 경험을 지원할 수 있을 것이다.

둘째, 은퇴 액티브시니어의 자아실현과 사회 참여 욕구를 충족시키는 동시에 농촌지역 활성화에 기여할 수 있는 프로그램 개발이 필요하다. 이들의 전문성과 경험을 활용한 농촌 교육 프로그램 운영, 농촌 봉사 등 다양한 활동을 연계하는 방안을 모색해 볼 수 있다.

셋째, 농촌 치유관광사업은 참여자들의 건강증진을 넘어, 농촌경제 활성화를 이끄는 원동력이 되어야 한다. 액티브시니어들이 참여하고 싶어 하는 농촌 봉사활동과 농산물 체험을 결합한 장기·단기 프로그램은 농촌의 재방문율을 높이며, 농촌에서의 자연스러운 소비로 연결되어 농촌경제에 기여할 수 있을 것이다.

본 연구의 학술적 시사점은 은퇴 후 삶의 관심사와 선호하는 활동에 대한 분석을 통해 은퇴 액티브시니어의 삶을 이해할 수 있는 이론적 근거를 마련하였다.

본 연구결과를 통한 정책적 시사점으로, 은퇴 액티브시니어에게 은퇴 후의 삶은 단순한 휴식기가 아닌 새로운 도전과 성장의 시기인 것으로 나타났다. 은퇴자들을 위한 농촌사회와의 교류 및 농촌지역에 이바지할 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하다.

본 연구는 은퇴 액티브시니어를 대상으로 한 탐색적 연구로서 대상자들이 농촌 치유관광에 대한 인식이나 경험이 아직 많지 않다는 한계가 있다. 향후 연구에서는 대상자의 농촌 치유관광 경험 정도에 따른 인식과 경험, 만족도 차이를 심층적으로 분석하는 연구가 필요하다.

## References

- Bowling A(2008) Enhancing later life: how older people perceive active ageing? *Aging Ment Health* 12(3), 293-301
- Chang PK(2023) A study on the behavioral characteristics of active senior tourists. *J Tour Sci* 47(5), 159-170. doi:10.17086/JTS.2023.47.5.159.170
- Choi EY, Jang MH(2022) The moderating role of COVID-19 perceived risk between health concern and psychological well-being of active senior campers using PROCESS macro model. *Int J Environ Res Public Health* 19(18), 11405
- Chung GW(2011) The politics of calling old age. *J Korean Gerontol Soc* 31(3), 751-765
- Chung JS(1997) Analysis of Taegu city's travel brochure by application of focus group interview. *Korean Assoc Sci Tour Manage* 9(0), 191-208
- Decrop A(1999) Triangulation in qualitative tourism research. *Tour Manag* 20(1), 157-161. doi:10.1016/S0261-5177(98)00102-2
- Denzin NK(1978) *The research act: a theoretical introduction to sociological methods* 2nd ed. New York: McGraw-Hill, pp209. doi:10.4324/9781315134543
- Forman DE, Berman AD, McCabe CH, Baim DS, Wei JY(1992) PTCA in the elderly: the "young-old" versus the "old-old". *J Am Geriatr Soc* 40(1), 19-22. doi:10.1111/j.1532-5415.1992.tb01823.x
- Gim GM, Moon J, Jeong SJ, Lee SM(2013) Analysis on the present status and characteristics of agro-healing in Korea. *J Agric Ext Community Dev* 20(4), 909-936
- Ha MA(2019) *The Impact of Leisure Attitude and Leisure Fulfillment on Leisure Satisfaction among Active Seniors Participating in Leisure Activities* Doctoral Dissertation, Korea University Graduate School
- Henderson KA(1991) *Dimensions of choice: a qualitative approach to recreation, parks, and leisure research*. State College: Venture Pub, p209
- Hitschler PB(1993) Spending by older consumers, 1980 and 1990 compared. *Mon Labor Rev* 116, 3-13
- Hu F, Wen J, Phau I, Ying T, Aston J, Wang W(2023) The role of tourism in healthy aging: an interdisciplinary literature review and conceptual model. *J Hosp Tour Manag* 56, 356-366
- Jang JH, Jeong SH, Kang HY, Im ES, Lee JI, Lee SM(2021) A study on healing agriculture as a healing experience tourism resource. *J Rural Tour* 24(1), 111-118
- Jeon MS, Lee SN(2020) Against COVID-19, A Case Analysis Study of the Sustainable Healing Rural Tourism Products Food Service Ind J 16(4), 41-49
- Jeong SE(2019) *Cosmetic Purchase Behavior According to the Lifestyle and Subjective Age of Active Seniors* Doctoral Dissertation, Konkuk University Graduate School
- Kim H, Woo E, Uysal M(2015) Tourism experience and quality of life among elderly tourists. *Tour Manag* 46, 465-476
- Kim JH(2018) *Analysis of Medical Expenses Trends among Early and Late Elderly (2010~2016)*. Korean Inst For Health Aff (KIHA), Seoul
- Kim KH, An JH(2020) The effects of recovery experience of rural healing tourism on tourism satisfaction, and life satisfaction: moderating effect of visit experience. *J Tour Leis Res* 32(4), 5-25. doi:10.31336/JTLR.2020.4.32.4.5
- Kim KH, Hwang DY, Lee HY, Chae HS(2020) A case study on the development and application of rural healing tourism program. *Proceedings of the Korean Society of Community Living Science Conference*, p120
- Kim KH, Hwang DY, Son HG, Kwon BG, Min JH, Lee HY(2022) Analysis of the Differences in Satisfaction of Service Quality according to the Characteristics of Rural Healing Tourists. *Proceedings of the Korean Society of Community Living Science Conference*, p69
- Kim KS, Kim SK, Cha YJ(2017) *Entry into an aging society and business opportunities for seniors*. Seoul: Samjong KPMG Economic Research Institute, pp20-34
- Kim SB, Byun SH(2023) The Impact of Self-Esteem on Happiness among Active Senior Leisure Activity Participants. *Proceedings of*

- the Conference on Business Venturing and Entrepreneurship, pp145-150
- Kiwoom Savings Bank(2022) The Beginning of a Happy Second Life! Everything About Active Seniors! Available from <https://m.post.naver.com/viewer/postView.naver?volumeNo=34955939&memberNo=43207276> [cited 2024 September 13]
- Korea Health Industry Development Institute (2017) Domestic and International Business Innovation Cases Responding to the Senior Shift in an Aging Society Senior-Friendly Industry REPORT, Seoul
- Korea Institute of Design Promotion(2020) Research Report on Active Senior Lifestyle in Response to a Super-Aging Society\_Preliminary Research Office
- Koskinen V(2019) Spa tourism as a part of ageing well. *Int J Spa Wellness* 2(1), 18-34. doi:10.1080/24721735.2019.1668673
- Krueger RA(2014) Focus groups: a practical guide for applied research. Thousand Oaks: Sage Pub
- Lai CK, Chan EA, Chin KC(2014) Who are the healthy active seniors? A cluster analysis *BMC Geriatr* 14, 1-7
- Le Hong V, Hsu L(2022) Healing tourism as the "New Normal" in Tourism Industry: Through Expert's Perspective. *Proceedings of Int Academic Conf Tourism (INTACT)*, pp3-19. doi:10.2991/978-2-494069-73-2\_2
- Lederman LC(1990) Assessing educational effectiveness: the focus group interview as a technique for data collection. *Commun Educ* 39(2), 117-127. doi:10.1080/03634529009378794
- Lee DS(2012) Elderly? Senior? What is the Best Title? *Baeksesdae*. Available from <http://www.100ssd.co.kr> [cited 2024 September 13]
- Lee MH, Lee HS(2008) A study on the residential services of urban type senior living for active senior. *Proceedings of the Korean Institute of Interior Design Conference*
- Lee SB, Oh JH, Park JH, Choi SP, Wee JH(2018) Differences in youngest-old, middle-old, and oldest-old patients who visit the emergency department. *Clin Exp Emerg Med* 5(4), 249. doi:10.15441/ceem.17.261
- Lee SS, Choi HJ(2019) The relationship between perception of old age and social participation of older adults. *J Soc Sci* 30(2), 181-198. doi:10.16881/jss.2019.04.30.2.181
- Marcekova R, Simockova I, Sebova L(2016) Health tourism in the context of active ageing of Slovak population. *Econ J XXI* 156, 109-111
- Min SH, Topaz M, Lee C, Schnall R(2023) Understanding changes in mental health symptoms from young-old to old-old adults by sex using multiple-group latent transition analysis. *GeroScience* 45(3), 1791-1801. doi:10.1007/s11357-023-00729-1
- Nair V, Munikrishnan UT, Rajaratnam SD, King N(2015) Redefining rural tourism in Malaysia: a conceptual perspective. *Asia Pac J Tour Res* 20(3), 314-337. doi:10.1080/10941665.2014.889026
- Neugarten M(1996) *Meanings of Age: Selected Papers*. Chicago: University of Chicago Press
- Oh MJ, Park JC, Jin CJ(2023) Preliminary study for active senior diagnosis scale. *Innov Ent Res* 8(1), 23-37. doi:10.37297/IER.2023.3.8.1.23
- Park JA, Kim BG(2017) Therapeutic effects of rural tourism experiences. *Korean Inst Forest Recreation* 21(2), 83-92
- Patterson I, Balderas A(2020) Continuing and emerging trends of senior tourism: a review of the literature. *J Popul Ageing* 13, 385-399
- Patterson I, Pan R(2007) The motivations of baby boomers to participate in adventure tourism and the implications for adventure tour providers. *Ann Leis Res* 10(1), 26-53. doi:10.1080/11745398.2007.9686753
- Pesonen J, Komppula R(2010) Rural wellbeing tourism: motivations and expectations. *J Hosp Tour Manag* 17(1), 150-157. doi:10.1375/jhtm.17.1.150
- Petry G(2016) Motivations and Trends of Active Older Adult Users and How They Influence Outdoor Adventure Education Program Opportunities. Retrieved from the University Digital Conservancy, Available from <https://hdl.handle.net/11299/214894> [cited 2024 September 13]
- Prince M, Davies M(2001) Moderator teams: an extension to focus group methodology. *Qual Market Res Int J* 4(4), 207-216. doi:10.1108/EUM0000000005902



- Qiao G, Ding L, Xiang K, Prideaux B, Xu J(2022) Understanding the value of tourism to seniors' health and positive aging. *Int J Environ Res Public Health* 19(3), 1476. doi:10.3390/ijerph19031476
- Rabiee F(2004) Focus-group interview and data analysis. *Proc Nutr Soc* 63(4), 655-660. doi:10.1079/PNS2004399
- Rural Development Administration(2023) A Fact-Finding Survey on Rural Tourism 2022. Wanju: Rural Development Administration, National Institute of Agricultural Sciences
- Schreier M(2012) Qualitative content analysis in practice. London: Sage. doi:10.4135/9781446282243
- Schreier M, Stamann C, Janssen M, Dahl T, Whittall A(2019) Qualitative Content Analysis: Conceptualizations and Challenges in Research Practice-Introduction to the FQS Special Issue "Qualitative Content Analysis I". *Forum Qual Soc Res* 20(3), 1-26. doi:10.17169/fqs-20.3.3393
- Shin KA, Han MJ(2013) The Korean baby boomers as new seniors: their attitudes and perceptions about life after retirement and their content needs for successful transition. *Media Gender Cult* 25, 113-144
- Stănculescu GC, Diaconescu GN, Diaconescu DM(2015) Health, spa, wellness tourism What is the difference *Knowledge Horiz Econ* 7(3), 158-161
- Statistics Korea(2024) 2024 Statistics on the Aged. Available from [https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301010000&bid=10820&act=view&list\\_no=432917](https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301010000&bid=10820&act=view&list_no=432917) [cited 2024 October 15]
- Sung HY(2021) A study on the factors affecting life satisfaction among the young-old and the old-old: focusing on differences by residence. *J Soc Sci* 32(4), 333-356. doi:10.16881/jss.2021.10.32.4.333
- UN DESA(2024) World Population Prospects 2024: Summary of Results UN DESA/POP/2024/TR/NO.9
- Wei S, Millman A(2002) The impact of participation in activities while on vacation on seniors' psychological well-being: a path model analysis. *J Tour Hosp Res* 26, 175-185. doi:10.1177/1096348002026002006
- Zielińska-Szczepkowska, J(2021) What are the needs of senior tourists? Evidence from remote regions of Europe. *Economies* 9(4), 148. doi:10.3390/economies9040148
- Zizza CA, Ellison KJ, Wernette CM(2009) Total water intakes of community-living middle-old and oldest-old adults. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 64(4), 481-486. doi:10.1093/gerona/gln045
- Zsarnóczky M(2016) Silver tourism. *Proceedings of the International Scientific Days*, pp19-20. doi:10.15414/isd2016.s7.15
- Zsarnóczky M(2017) The impact of silver tourism on rural areas. *Roczniki(Annals)*, 2016(3), 402-410. doi:10.22004/ag.econ.257502