

은퇴와 투자

2012 07 Vol 25

커버스토리 가족 유형별, 직업별 은퇴 후 월급 만들기

은퇴 후 블루베리 농장 일군 이관수 씨
〈새 연재〉 은퇴 후에도 ‘즐거운 나의 집’

100세 시대 전업주부
국민연금 임의가입은 필수

최고의 약재 ‘녹용’ 웰빙 육류 ‘사슴고기’

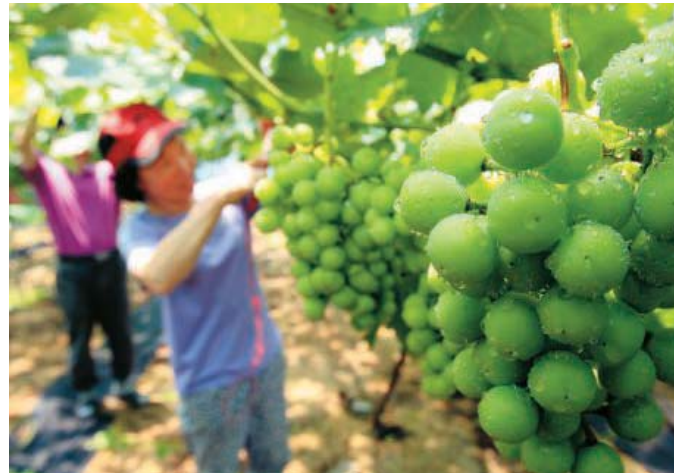


미래에셋 은퇴교육센터

정가 2000원

KIMYM
COM

Vol. 25 · 2012_07



은퇴와 투자

CONTENTS

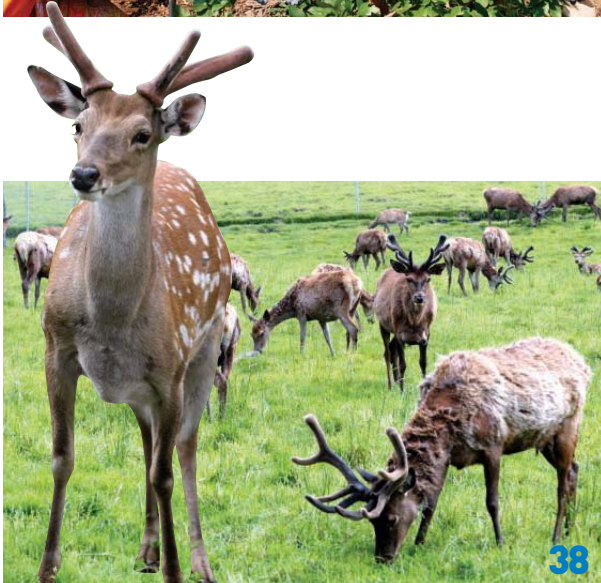
July 2012



06



26



38

Cover Story

맞벌이·외벌이·독신·직장인·고소득 전문가·자영업자·공무원...

은퇴 후 월급 만들기

- 06 10억원? 노후 준비 겁먹지 마라
- 08 나에게 필요한 노후생활비와 준비한 노후 소득은?
- 10 | 맞벌이 가정 | “은퇴 후에도 연금 맞벌이를 준비하라”
- 12 | 외벌이 가정 | “소득이 없는 배우자의 노후부터 챙겨라”
- 14 | 이혼 싱글가구 | “노후엔 연금이 자식이다”
- 16 | 직장인 | “퇴직연금 전용통장(IRP)을 활용하라”
- 18 | 고소득 전문직 사업자 |
“절세와 노후 준비, 두 마리 토끼를 잡아라”
- 20 | 일반 자영업자 |
“퇴직연금이 없는 자영업자여! 개인연금부터 챙겨라”
- 22 | 공무원 | “연금은 충분, 노후 의료비를 미리 준비하라”
- 24 한눈에 살펴보는 가족 유형별, 직업별
노후자금 만들기 이렇게 하세요

Life & Investment

- 26 골드라이프 | 대둔산 블루베리 농장 이관수 씨
보랏빛 열정으로 농사가 아닌 작품을 빛다
- 28 새 연재 | 은퇴 후에도 ‘즐거운 나의 집’
“여보, 점심 걱정 마, 내가 만들어 먹을게”
- 32 스페셜 인터뷰 |
일본 푸르덴트 퇴직연금연구소 하타 조지 이사장
“10만명의 자산설계사 노후설계 종합솔루션 제공”
- 34 국민연금 100% 활용하기
100세 시대 전업주부 국민연금 임의가입은 필수
- 36 투자와 심리 | 통제력 착각
우연이나 랜덤을 내가 통제할 수 있다는 오류
- 38 장수식품 열전 | ‘신의 뿔’을 가진 사슴
녹용은 최고의 약재, 사슴고기는 웰빙 육류
- 40 머니박스 | 리빌딩, 다시 시작하는 부자의 꿈
바보야, 문제는 재테크야

맞벌이·외벌이·독신·직장인·고소득 전문가·자영업자·공무원...

은퇴 후 월급 만들기

은퇴설계는 10억원이라는 목돈을 만드는 게 아니라, 현재 가지고 있는 자산과 소득을 바탕으로 생활비와 의료비 등을 위한 노후의 현금 흐름 창출 방법을 안정적으로 마련하는 것이다. 은퇴설계 방법도 외벌이나 맞벌이나 독신이나, 공무원이나 직장인이나 자영업자나 등 가족 형태와 직업에 따라 달라져야 한다.



10억원? 노후 준비 겁먹지 마라

은퇴 후 노후 준비는 외벌이나 맞벌이나, 공무원이나 직장인이나 자영업자나, 독신이나 등 직업과 가족 형태에 따라 달라져야 한다. 은퇴 설계의 구체적 방법론을 자세히 짚어보았다.

글 · 김동엽 미래에셋 투자교육연구소 은퇴교육센터장 dy.kim@miraeasset.com



일러스트 · 박용인

◎ 노후생활비 얼마면 될까. 5억원이면 될까? 적어도 10억원은 있어야 할까? 만약 40대 가장이 65세에 은퇴한 다음 85세까지 살면서 매달 200만원을 생활비로 쓴다고 가정하면, 이 사람은 은퇴 시점에 10억8000만원을 노후생활비로 준비해야 한다. 이를 현재가치로 환산해도 4억원이 넘는 어마어마한 돈이다. 이 돈을 모으려면 다달이 210만원씩 저축을 하지 않으면 안 된다는 결론이 나온다(물가상승률 3.5%, 투자수익률 세후 4%).

당장 먹고살기도 팍팍한 서민들에게 노후를 위해 10억원을 준비하라니, 이게 가당하기나 한 일인가? 이런 얘기를 듣고 노후 준비를 위해 지금부터라도 박차를 가해야겠다고 생각하는 사람이 많을까, 어차피 아등바등 노력해도 안 될 일이라면 노후 문제

는 그때 가서 생각해보고 지금 당장이라도 편히 살자는 사람이 많을까?

지금까지 은퇴설계라는 것이 대부분 이런 식으로 서민들에게 공포심을 조장해왔다. 물론 이 같은 방식이 전혀 효과가 없었다는 얘기는 아니다. 사실 노후 준비에 전혀 관심이 없는 사람들에게 경각심을 불러일으키기 위해 불가피한 측면도 없지는 않았을 것이다. 하지만 공포심을 조장하는 것만으로는 문제가 해결되지 않는다. 이제는 겁만 줄 게 아니라 구체적인 노후 준비 방법을 제시하지 않으면 안 되는 시점에 이르렀다. 그러기 위해서는 지금까지 노후자금 준비에 대해 가지고 있던 고정관념부터 바꾸지 않으면 안 된다.

먼저 노후자금을 은퇴 시점에 일시에 준비해야 한다는 생각

부터 바뀌어야 한다. 그보다는 월급처럼 다달이 생활비가 나오도록 만들어야 한다. 은퇴할 때까지 10억원을 마련해야 한다면 부담스러울 수밖에 없지만, 은퇴 후 다달이 200만원 정도의 현금 흐름을 만들겠다고 생각하면 한결 마음이 가볍다. 그리고 무(無)에서 유(有)를 창조하겠다는 생각도 버려야 한다. 아무것도 없는 상태에서 뭔가를 새로이 만들어 내려고 하니 힘든 것이다.

국민연금을 예로 들어보자. 국민연금공단에 따르면, 현재 완전노령연금을 수령하는 사람이 다달이 수령하는 연금이 평균 80만원 정도라고 한다. 완전노령연금을 수령하려면 20년 이상 보험료를 납부해야 하는데, 국민연금이 1988년에 도입됐다는 점을 감안하면 이 글을 읽는 근로자들 중에는 수급 자격을 갖춘 사람이 대다수일 것이다.

우리나라 가계자산의 80%를 차지하는 부동산도 잘만 활용하면 은퇴 후 현금 흐름 창출에 도움이 된다. 대표적인 방법으로 주택연금을 들 수 있다. 지난해 주택금융공사에 따르면 현재 주택연금을 수령하는 사람은 평균 2억7000만원 상당의 주택을 담보로 맡기고 매달 103만원의 연금을 수령하고 있다고 한다. 은퇴자가 생활비로 월평균 200만원을 쓴다고 할 때, 국민연금과 주택연금만 잘 활용해도 노후생활비의 70~80%를 충당할 수 있다.

이제 부족한 자금을 퇴직연금과 추가적인 저축을 통해 마련하는 방식으로 은퇴 후 현금 흐름을 창출해가면 된다. 이처럼 은퇴설계는 아무것도 없는 상태에서 뭔가를 새로이 만들어내는 것이 아니라 현재 가지고 있는 자산과 소득 중에서 어떤 부분을 노후를 위해 떼어놓을지 결정하는 과정으로 봐야 할 것이다.

그리고 은퇴 후 현금 흐름 창출 방법은 각자 가진 직업과 가족 형태에 따라서도 달라진다. 직업에 따라 한 직장에서 오랫동안 일할 수 있는 직업이 있는가 하면, 자주 옮겨다녀야 하는 사람도 있다. 이 경우 직장을 옮길 때마다 받는 퇴직금을 어떻게 활용하느냐에 따라 노후생활이 달라진다.

공무원처럼 현역 시절 봉급은 작지만 은퇴 후 연금을 많이 받는 직업도 있고, 당장 연봉은 많이 받지만 일찍 직장을 떠나야 하는 직업도 있다. 후자의 경우 지금 더 받는 연봉이 미래의 몫이라고 생각하고 노후를 위한 투자를 늘려두지 않으면 안 된다. 외벌이와 맞벌이 가구의 노후 준비 방법은 상당한 차이가 있다. 맞벌이는 외벌이에 비해 은퇴 전 소득도 많지만, 은퇴 후에도 부부 두 사람 모두 국민연금과 퇴직연금을 수령할 수 있다.

직장인과 자영업자의 노후 준비 방법도 다르다. 직장인은 퇴직금이나 퇴직연금을 노후생활비 재원으로 활용할 수 있지만,

자영업자는 국민연금 이외에 별다른 보장이 없다. 게다가 국민연금도 자영업자가 근로소득자에 비해 적게 받는다. 국민연금 연구원에 따르면, 국민연금보험료 산정의 기준이 되는 '기준소득월액'이 자영업자가 속한 지역가입자의 경우 67만5396원밖에 되지 않는다. 이는 사업장 가입자(205만1528원)의 3분의 1 수준이다.

최근 증가하고 있는 독신가구의 노후 준비도 부부가 함께 사는 2인 가구와는 차이가 있다. 독신가구는 혼자 살기 때문에 생활비가 덜 들어간다는 장점이 있지만, 부양해줄 가족이 없다는 점에서 어떤 가구 형태보다 노후 준비가 절실하다.

매달 생활비만큼 중요한 것이 의료비

노후자금을 준비할 때 생활비만큼 중요한 것이 의료비라는 점도 명심해야 한다. 흔히 '노후 준비' 하면 연금만 생각하기 쉬운데 그렇지만은 않다. 나이가 들면 '밥보다 약을 많이 먹는다'는 말처럼, 의료비 역시 은퇴 준비에서 상당히 중요한 부분을 차지한다.

노후 전문가들은 은퇴 후 시기를 크게 '활동적인 시기', '회상의 시기', '간병의 시기'로 구분한다. 활동적인 시기는 은퇴한 다음 10여 년간 이어지는데, 여행이나 여가활동으로 말미암아 은퇴 전과 비교해 생활비 규모가 그리 줄어들지 않는다. 이 시기가 지나고 나면 회상의 시기가 찾아오는데, 이전에 비해 활동이 줄어들면서 지출도 줄어든다. 하지만 이 시기가 지나고 간병의 시기가 도래하면 다시 생활비가 늘어난다. 따라서 노후설계를 할 때는 생활비와 함께 의료비에 대한 준비도 잊지 말아야 한다.

그런데 의료비는 생활비와 준비 방법이 다르다. 생활비는 필요 시기와 규모를 어느 정도 예측할 수 있지만 의료비는 그렇지 않다. 언제 질병이나 사고가 발생할지 예측할 수 없을뿐더러 얼마만큼 자금이 들어갈지도 알 수 없다. 따라서 의료비 문제는 일반 저축보다는 보험상품을 통해 마련하는 것이 바람직하다.

우리나라의 고령화 속도는 세계 어느 나라보다도 빠르다. 이 점을 감안할 때, 은퇴설계가 지금처럼 단순히 공포심을 조장하고 나몰라라 하는 것이 돼선 곤란하다. 이젠 은퇴설계에 대해 구체적인 방법론을 제시할 때가 됐다. 목돈이 아니라 현금 흐름을 중시하고, 생활비뿐 아니라 의료비도 함께 준비해야 한다. 그리고 은퇴설계 방법도 모든 사람에게 적용되는 천편일률적인 것이 아니라 각자가 가진 직업과 가족 형태에 따라 달라져야 할 것이다. ㉞

나에게 필요한 노후생활비는?

은퇴 후 매월 어느 정도의 자금이 필요한지 정확히 알기란 쉽지 않다.
또한 노후에 필요한 생활비는 거주지역에 따라 조금씩 차이를 보인다.
노후에 표준적인 생활을 하기 위해 필요한 노후생활비와 의료비에 대해 알아보자.

글 · 김대근 미래에셋 은퇴교육센터 선임연구원 daegeun.kim@miraeeasset.com

노후 필요한 생활비와 의료비를 고려하면 노후에 표준적인 생활을 하기 위해 필요한 생활비는 부부의 경우 200만원, 미혼 싱글의 경우 140만원, 고소득 전문직 자영업자의 경우 300만원으로 조사되었다.

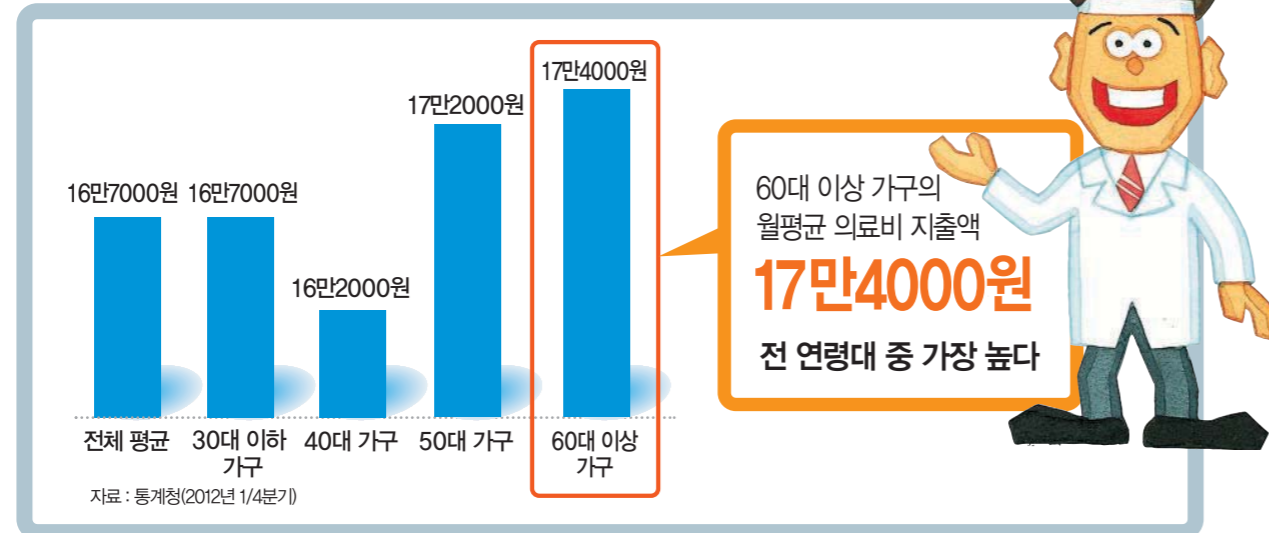
○ 국민연금 연구원 패널조사 월평균 노후생활비

(단위: 만원/월)

거주지역	적정 노후생활비(부부)*	적정 노후생활비(개인)
전체	187만원	120만원
서울	233만원	151만원
광역시	190만원	122만원
도 단위	170만원	109만원

- * 적정 노후생활비: 노후에 표준적인 생활을 하기 위해 필요한 생활비.
- 2009년 국민연금 연구원 패널조사 월평균 노후생활비 자료에 2010~11년 물가상승률을 반영 (2010년 물가상승률 3.0%, 2011년 물가상승률 4.0%).
- 특별한 질병이 없는 건강한 노년임을 전제로 함

○ 가구주 연령별 월평균 의료비 지출액



내가 준비한 노후 소득은?

은퇴 후 준비된 소득에는 국민연금과 직장인이라면 퇴직연금을 들 수 있다.
40세 직장인이 향후 받을 수 있는 국민연금과 퇴직연금의 수령액이 얼마인지 알아보자.

40대 직장인 월평균 소득 502만원으로 받을 수 있는 국민연금과 퇴직연금은?
→ 국민연금 77만원 + 퇴직연금 58만원 = 135만원

노후생활비
부족 금액
65만원

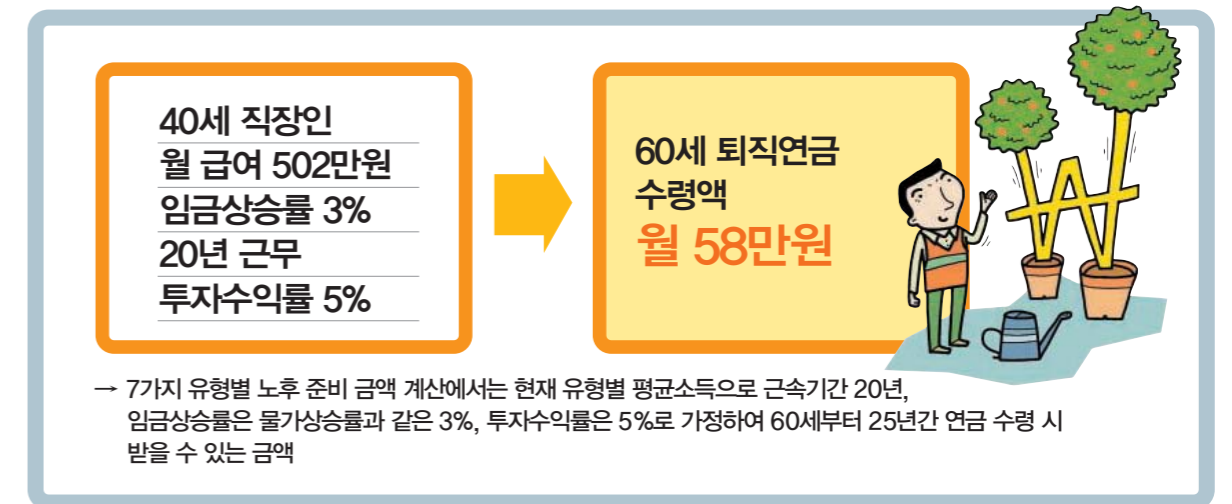
○ 2012년 국민연금공단의 '노령연금 예상 연금월액표'

* 배우자가 부양가족인 경우

가입기간 중 기준소득월액 평균액	가입기간				
	10년	20년	25년	30년	40년
197만원	24만원	44만원	54만원	63만원	82만원
254만원	27만원	50만원	61만원	72만원	94만원
308만원	30만원	56만원	68만원	81만원	106만원
360만원	33만원	62만원	75만원	89만원	116만원
389만원	33만원	63만원	77만원	92만원	125만원

- 7가지 유형별 노후 준비 금액 계산에서는 현재 월평균 소득을 가입기간 기준 소득월액 평균액으로, 가입기간을 25년으로 가정하여 받을 수 있는 국민연금 수령액
- 기준소득월액: 국민연금 보험료 및 급여 계산을 위해 가입자의 월소득(비과세소득 제외)에서 천원 미만을 절사한 금액
- 가입기간 중 기준소득월액 평균액: 국민연금 가입기간 동안의 평균 소득

○ 퇴직연금 예상 수령액(DB형 퇴직연금)



가족 유형별
1

맞벌이 가정

“은퇴 후에도 연금 맞벌이를 준비하라”

글 · 윤치선 미래에셋 투자교육연구소 연구위원 chisun.yoon@miraeasset.com



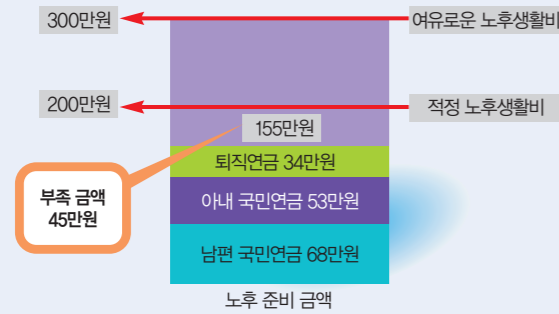
노후생활비



현역 시절처럼 노후에도 연금 맞벌이를 준비하라

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
200만원	155만원	45만원

▶ 부부의 국민연금, 퇴직연금으로 적정 노후생활비의 80%는 준비되어 있다.



- 부부가 모두 경제활동을 하기 때문에 국민연금을 수령할 수 있다.
- 직장인이거나 퇴직연금도 활용할 수 있다.
- 부부 모두 소득공제 상품을 활용한 절세효과에 관심이 많다.
- ▶ 부부 모두 경제활동을 하기 때문에 소득공제 상품을 활용하여 노후 준비와 절세, 두마리 토끼를 잡을 수 있다.



③ 이제 한국은 맞벌이 가정이 대세로 자리 잡았다. 실제로 통계청이 2011년에 전국 1162만 가구를 조사한 결과 맞벌이 부부의 수가 507만 가구로 외벌이 가구수인 491만 가구보다 많은 것으로 나타났다.

노후에도 연금 맞벌이를 준비하라

맞벌이 가정은 부부 모두 경제활동을 하기 때문에 국민연금과 퇴직연금의 혜택을 볼 수 있다. 부부의 국민연금과 퇴직연금만으로 적정 노후생활비의 80%가량 준비가 가능하다. 하지만 중요한 것은 맞벌이로 계속 일하는 것이 쉬운 일은 아니라는 점

이다. 직장을 다니다 그만둔 40대 여성들의 사유를 살펴보면, 결혼이나 육아, 자녀 교육 등을 이유로 직장을 그만둔 여성들이 대부분이다. 노후 연금 맞벌이를 위해선 아내의 근로에 대한 안정성이 보장되어야 한다. 그래야만 부부의 국민연금과 퇴직연금의 혜택을 모두 볼 수 있다.

부족한 노후생활비를 위해 개인연금 상품을 가입할 때는 조금 더 전략적으로 생각하고 가입해야 한다. 예를 들면 연말에 소득공제를 받을 수 있는 연금저축 같은 상품은 부부 둘 중에서 소득이 많은 쪽에서 가입하는 것이 좋다. 소득공제라는 것이 어차피 낸 세금에서 돌려받는 것이기 때문에, 소득이 많아 적용받는

1. 맞벌이 부부 : 507만 가구 (전체 기혼자 가구의 43.6%)
2. 월평균 소득 : 월 500만원
3. 국민연금 수급액 : 월 121만원
4. 퇴직연금 수급액 : 월 34만원

의료비



부부 모두 질병, 사고에 대한 보장이 필요하다

▶ 맞벌이는 지출이 맞벌이 소득에 맞춰져 있기 때문에 경제활동을 하는 부부 한쪽이 아프거나 사고를 당할 경우 가계에 치명적일 수 있다.



세율이 높은 쪽에서 받는 편이 유리한 것이다. 반면 변액연금보험 같은 상품은 아내 명의 혹은 부부형으로 가입하는 것이 나올 수 있다. 일반적으로 여자들의 평균수명이 남자보다 약 7년 정도 길고 결혼 당시 아내들의 나이가 3, 4살 어린 것을 감안하면, 나중에 아내가 남편보다 약 10년 정도 더 사는 경우가 흔하기 때문이다.

부부 모두 질병, 사고에 대한 보장이 필요하다

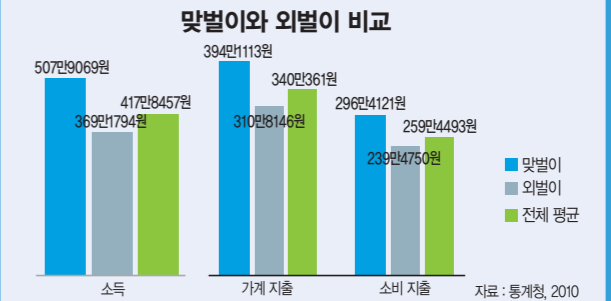
맞벌이 가정은 평균적으로 외벌이 가정에 비해서 소득이 높다. 따라서 상대적으로 노후 준비 상황도 조금은 나은 편이다.

직업



소득은 많지만 지출도 많아

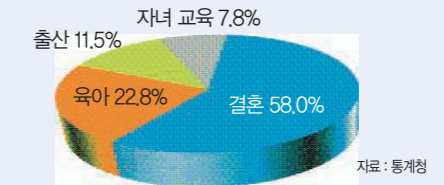
▶ 자녀 양육비 및 가사활동으로 지출되는 비용 때문에 맞벌이의 소득 증가가 모두 저축으로 연결되는 것은 아니다.



아내의 근로 연속성이 떨어진다

▶ 자녀 양육이나 교육 등의 이유로 아내의 장기간 근무가 쉽지 않아 직장을 그만두는 경우가 많다.

40대 여성 경력 단절 사유



하지만 부부가 모두 일터로 나서는 것은 눈에 보이지 않는 또 다른 위험을 초래하기도 한다. 최근 영국 일간지 '더 타임스'가 보도한 내용에 따르면 야근 횟수가 주 3회를 넘어가는 여성은 일반 여성보다 유방암 발병률이 두 배나 높았다고 한다. 또한 부부 두 사람의 소득에 맞춰 지출계획이 짜여 있기 때문에, 한 사람이라도 사고를 당해 소득을 잃게 되면 그 가정은 치명적인 영향을 받는다. 이런 이유로 맞벌이 부부들에게는 질병이나 사고 또는 사망으로 소득이 단절됐을 때 거액의 보험금을 지급해주는 종신보험이나 CI보험과 같은 금융상품을 준비해두는 것이 바람직하다. ㉓

가족 유형별
②

외벌이 가정

“소득이 없는 배우자의 노후부터 챙겨라”



1. 외벌이 부부 : 491만 가구 (전체 기혼자 가구의 42.3%)
2. 월평균 소득 : 월 362만원
3. 국민연금 수급액 : 월 75만원
4. 퇴직연금 수급액 : 월 41만원

노후생활비



은퇴 전에도 외벌이, 노후에도 연금 외벌이

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
200만원	116만원	84만원

▶ 경제활동을 하는 가장의 국민연금, 퇴직연금으로 적정 노후생활비의 60%가 준비되어 있다.



가장 위주의 노후설계

▶ 경제활동을 하는 가장 위주로 국민연금, 퇴직연금 등이 준비되어 있고, 연금저축도 마찬가지로 소득공제 효과를 누릴 수 있는 가장에게 집중되어 있다.



의료비



가장 소득 보장이 필요하다

▶ 경제활동을 하는 가장이 아프거나 사고를 당할 경우 가계에 치명적일 수 있다.

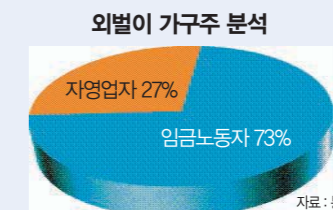


직업



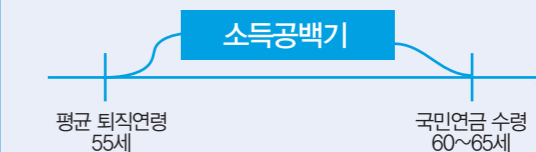
외벌이 가구주의 대부분이 임금노동자

▶ 외벌이 가구주의 73.3%가 임금노동자로 직장에서 근무하는 동안 안정적인 월급을 받을 수 있다.



국민연금 수령 전까지 소득공백기 존재

▶ 직장 평균 정년인 55세부터 국민연금 수령 전까지 5~10년간 소득공백기가 발생한다.



◎ 40대 외벌이 가장이 직장생활을 하면서 기본적으로 기대할 수 있는 노후자금은 국민연금 월 75만원, 퇴직연금 월 41만원으로 총 월 116만원이다. 노후생활비 200만원의 절반이 조금 넘는 금액이다. 부족한 부분을 어떻게 메울 것인가. 하나하나 살펴보자.

소득이 없는 배우자의 노후를 준비하라

외벌이 가정의 경제활동은 주로 가장에게 집중되어 있다. 맞벌이에 비해 소득 수준이 낮은 게 현실이다. 노후 준비의 중요성은 이해하면서도 막상 노후자금을 준비하기엔 여러모로 부담이 된다. 따라서 되도록 적은 비용으로 큰 효과를 볼 수 있는

방법이 필요하다. 아내의 국민연금 가입은 이런 면에서 안정맞춤이다.

국민연금에 가입하면 죽을 때까지 매달 연금을 받을 수 있다. 그것도 매년 물가상승률만큼 연금액이 상승한다. 일반적으로 내가 낸 금액보다 많은 금액을 돌려받을 수 있기 때문에 고령화 시대의 필수 아이템으로 꼽히고 있다. 경제활동을 하지 않는 주부들은 임의가입 제도를 이용하면 동일한 혜택을 받을 수 있다.

임의가입의 경우 연금보험료는 2012년 7월 기준 최저 8만 9100원부터 최고 35만 100원까지 선택이 가능하다. 최저 금액인 8만 9100원을 선택하더라도 20년 동안 납부하면 수급연

령이 되었을 때 매월 31만 2670원의 연금을 받을 수 있다. 이 정도면 투자 대비 효율은 가히 1등급이라고 할 수 있다.

연금저축으로 소득공제와 노후를 동시에 준비하라

연금저축은 대표적인 절세 상품이다. 연간 400만원까지 소득공제 혜택을 받을 수 있다. 대신 일정 기간 전에 해약할 경우 그간 받았던 혜택을 다시 반납하고 추가로 가산세를 납부해야 하는 페널티가 있다. 따라서 충분한 시간을 두고 준비해야 하는 노후자금 마련에 적합하다. 연 400만원이면 매월 약 34만원 정도를 납부해야 한다. 40세 남자 기준으로 20년을 납부할 경우 60세 이후에 매월 약 58만원의 연금을 수령할 수 있다(공시이

율 4.5% 가정). 여기에 매년 소득공제로 돌려받은 금액을 생각하면 연금저축의 가치는 더욱 커진다고 할 수 있다. 한 가지 팁을 더한다면 연금의 피보험자를 남편보다 아내로 하는 것이 좋다. 실제로 남녀의 수명 차이나 결혼 연령 등을 고려할 때 아내가 홀로 살아갈 가능성이 크기 때문이다.

국민연금 8만 9100원에 연금저축 34만원을 더하면 매월 약 43만원 정도를 노후자금으로 적립하는 셈이다. 소득공제 혜택을 고려하면 실제 부담은 더 줄어든다. 이 정도 금액도 부담스럽다면 우선 아내의 국민연금부터 가입하자. 그리고 연금저축 납입액을 점차 늘리는 식으로 든든한 노후를 준비해보자. ⑩

가족 유형별
3

미혼 싱글 가구

“노후엔 연금이 자식이다”



1. 30, 40대 독신가구 : 292만명
2. 월평균 소득 : 월 204만원
3. 국민연금 수급액 : 월 53만원
4. 퇴직연금 수급액 : 월 23만원

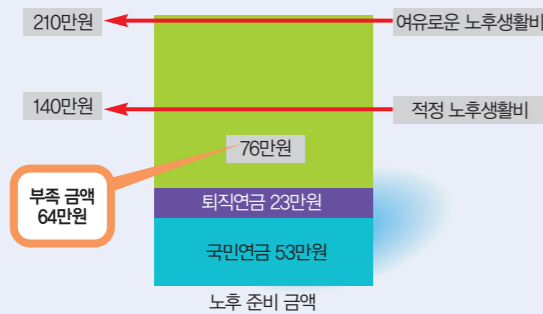
노후생활비



부양할 가족은 없지만 노후에 자신을 부양해줄 가족도 없어

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
140만원	78만원	62만원

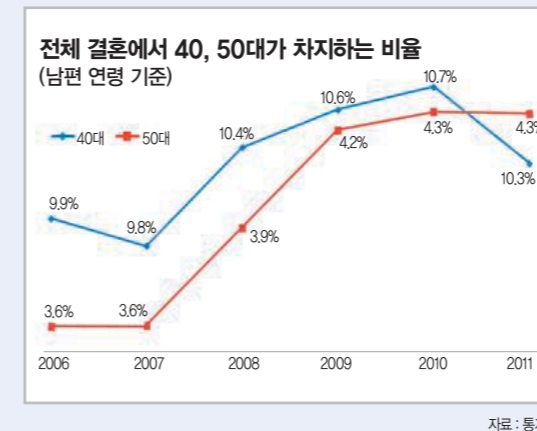
▶ 미혼 싱글의 노후 준비 금액은 적정 노후생활비의 54%가 준비되어 있다.



- 자녀 양육비와 교육비 부담이 없다
 - ▶ 결혼을 하지 않았기 때문에 기혼가구의 가장 큰 부담인 자녀 양육비와 교육비에 대한 부담이 없다.
- 노후에 자신을 부양해줄 가족도 없다
 - ▶ 노후에 자신을 돌봐줄 가족도 없기 때문에 연금을 통해 노후 생활비를 꼼꼼히 준비해야 한다.

장기적인 재무설계에 어려움

▶ 언제 결혼할지 모른다는 생각에 장기적인 투자계획을 세우지 못하고 단기 상품 위주로 자산 관리를 하는 경향을 보인다.



의료비



의료비와 소득 보장 필요

▶ 미혼 싱글은 아프거나 사고를 당할 경우 자신의 소득원 외에는 다른 소득이 없어 의료비와 소득 보장이 필요하다.

간병자금에 대한 준비

▶ 미혼 싱글은 큰 병에 걸리면 자신을 간호해줄 가족이 없기 때문에 간병인을 쓰거나 요양병원 등을 이용해야 한다.

직업



미혼 싱글의 직업적 특성은 직장인과 비슷하다

◎ 결혼을 하지 않은 독신은 부양해야 할 자녀가 없어 나만을 위한 소비를 할 수 있다. 아이 학원비로 돈이 썰 일도 없고, 꼭 내 집을 마련해야 한다는 부담감도 없다. 그러나 이런 상황이 계속되리라고 생각하면 오산이다. 독신에게도 어김없이 노후는 찾아오기 때문이다.

홀로 보낼 노후 위해 연금부터 챙겨라

미혼 싱글은 기혼자들과는 다른 특징을 가지고 있기 때문에 노후자금 마련도 다른 사람들과는 다른 전략이 필요하다. 결혼을 하지 않았기 때문에 자신을 부양해줄 배우자가 없고 자녀도 없다. 그나마 자신을 지켜주던 부모마저 세상을 떠나면 정말 의

지할 곳이 없다. 그러므로 자신이 살아 있는 동안 지속적인 현금 흐름이 유지될 수 있도록 미리 충분한 준비를 해야 한다. 노후엔 연금이 곧 자식인 셈이다.

노후생활비 마련을 위해 가장 먼저 고려해야 하는 것은 퇴직연금이다. 7월 이후부터는 직장을 그만두더라도 개인형 퇴직연금(IRP) 제도를 활용해 퇴직연금의 지속적인 운용이 가능하다. 그러므로 중간에 직장을 옮기거나 잠시 일을 쉬더라도 퇴직금을 다른 목적자금으로 활용하지 않고 노후자금으로 활용할 수 있도록 개인형 퇴직연금을 활용한 퇴직연금 관리가 매우 중요하다.

국민연금과 퇴직연금으로 부족한 자금은 연금저축을 활용

할 수 있다. 연금저축은 노후자금 마련과 소득공제 혜택이란 두 마리 토끼를 모두 잡을 수 있는 상품이다.

간병자금 준비에 만전을 기하라

노후생활비만큼 신경 써야 하는 것이 의료비와 간병비다. 갑작스럽게 닥치는 사고나 질병은 치료기간 동안 의료비를 발생시킬 뿐 아니라, 소득원이 끊기는 이중고를 겪을 수 있기 때문에 자신이 버는 소득뿐인 독신에게는 큰일이 아닐 수 없다. 따라서 의료비에 대한 보장을 준비할 때는 의료비를 실비로 보상해주는 보험과 소득 상실에 대비한 보험을 함께 가입하는 것이 바람직하다.

의료실비보험은 병원비 중 건강보험에 해당하는 본인 부담금 중 90%를 보험금으로 지급해주기 때문에 갑작스러운 사고나 질병을 당했을 때 병원비 마련에 큰 도움을 받을 수 있다. 병원비에 비례해서 보험금이 지급되기 때문에 병원비 상승에 대한 걱정을 덜 수 있다. 다음으로 치료기간에 소득을 대체할 수 있도록 '정액 보상보험'에 가입하는 것이 좋다. 특정 질병이나 사고가 발생했을 때 미리 약속한 금액을 지급하는 보험으로 치료기간 동안의 소득을 일정 부분 보장받을 수 있다.

마지막으로 간병비에 대한 대비도 필요하다. 사고나 질병을 이유로 다른 사람의 도움이 필요할 때 간병인이나 요양원 등을 통해 각종 치료 및 간병 서비스를 받을 수 있도록 미리 준비해야 한다. ㉞

직업 유형별
1

직장인



“퇴직연금 전용통장(IRP)을 활용하라”

노후생활비



3층연금 활용이 노후생활을 결정한다

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
200만원	135만원	65만원

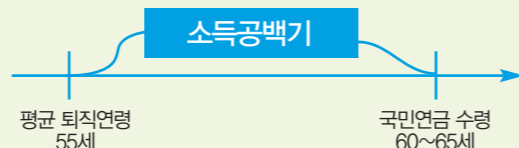
▶ 직장인의 국민연금, 퇴직연금으로 적정 노후생활비의 60%가량 준비되어 있다



● 국민연금, 개인연금뿐만 아니라 퇴직연금도 활용할 수 있다.



● 정년 시점과 국민연금 수령 시기 사이에 공백기가 존재한다.



◎ 직장인 노후 준비의 핵심은 3층 연금이다. 이미 국민연금과 퇴직연금이 가입되어 있어 추가로 연금저축 등 개인 연금을 활용하면 어느 정도 기본적인 노후 준비가 가능하다. 따라서 연금을 받을 조건이 될 때까지 국민연금과 퇴직연금 등 노후자산을 잘 관리하고 꾸준한 현금 흐름을 확보하는 것이 무엇보다 중요하다.

개인연금으로도 소득공백기를 대비하라

현재 45세 미만 근로자라면 65세가 넘어야 국민연금을 받을 수 있다. 문제는 회사의 정년이 갈수록 빨라지고 있어 퇴직 시점과 국민연금 수령 시기 사이에 갭이 발생한다는 점이다. 일

반적으로 55세 퇴직을 가정했을 때, 65세 국민연금 수령 전까지인 55~65세 기간을 어떻게 지내느냐가 직장 정년 후 인생 2막의 성공과 실패를 결정한다.

가장 좋은 방법은 정년 후에도 가능한 오래 일하는 것이다. 근로기간을 늘리는 만큼 노후자산을 아낄 수 있기 때문이다. 그게 힘들다면 국민연금이 나오기 전까지 기간 모아둔 노후자산을 활용해야 한다. 퇴직연금을 연금으로 수령하면서 부족한 부분을 개인연금으로 보충하는 방법 등이 있다. 미리부터 개인연금 등으로 노후를 준비해야 하는 이유이기도 한다.

이처럼 3층 연금을 동시에 받지 않고 개인 상황에 따라 사용 시기를 조절하는 것도 노후자산 배분의 기술이다. 처음 5년은

1. 직장인 : 1095만명(전체 근로자의 44.3%)
2. 40대 직장인의 평균 소득 : 월 502만원
3. 국민연금 수급액 : 월 77만원
4. 퇴직연금 수급액 : 월 58만원

의료비



노후 의료비는 스스로 준비해야 한다

▶ 직장인은 회사에 재직 시 병원비를 회사 단체보험으로 보장받는 경우가 많다. 하지만 은퇴 후 필요한 병원비는 스스로 준비해야 한다.



매달 100만원을 받다가 다음 5년은 50만원을 받는 식으로 연금 수령액을 설계할 수도 있다. 단 이 경우 연금이 개시되기 전에 수령방법을 미리 정해야 한다.

퇴직연금 전용통장(IRP)을 활용하자

직장인에게 퇴직연금은 3층 연금을 활용한 노후 준비의 핵심이다. 이렇게 중요한 퇴직연금을 은퇴 전에 소진해버리는 경우가 상당했다. 바로 중간정산과 잦은 이직 등이 그 원인이다. 다행히 관련법이 개정돼 7월부터 중간정산도 제한되고 이직 시에는 이전 직장에서 받은 퇴직급여를 의무적으로 개인형 퇴직연금(IRP) 계좌에 입금해야 한다. 퇴직연금의 안전장치가 한층 강

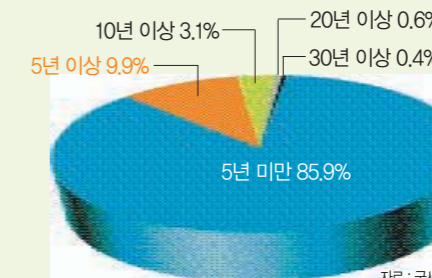
직업



근속연수가 짧고 이직이 잦다

▶ 2010년 국세청의 국세 통계에 따르면 퇴직소득세를 신고한 사람의 85.9%가 근속연수 5년 미만인 것으로 조사됐다.

전체 퇴직소득자 중 근속연수별 비율



자료: 국세청

직장 퇴직 시기가 점차 빨라지고 있다

▶ 한 취업포털에서 직장인 741명을 대상으로 설문 조사한 결과에 따르면 응답자들이 체감하는 정년퇴직 연령은 평균 48.2세로 집계됐다.

화된 것이다.

특히 이번엔 새롭게 바뀌는 개인형 퇴직연금에 주목할 필요가 있다. IRP 계좌는 DC형 퇴직연금과 동일하게 이자소득에 대해 과세가 이연된다. 연 1200만원까지 추가 납부가 가능하고 개인연금 납입액과 합산해서 400만원까지는 소득공제 혜택도 받을 수 있다. 게다가 이제부터는 퇴직하지 않은 근로자도 IRP에 가입이 가능하기 때문에 노후를 위한 통장으로 삼기에 손색이 없다. IRP가 널리 활용되면 직장에 다니는 근로자는 물론, 출산 등으로 잠시 경력이 단절되는 여성 근로자나 자기계발, 입원 등으로 잠시 직장을 떠난 사람들에게도 훌륭한 노후자산 지킴이가 될 수 있을 것이다.

직업 유형별
2

고소득 전문직 사업자

“절세와 노후 준비, 두 마리 토끼를 잡아라”



노후생활비 ★☆☆

○ 소득이 큰 만큼 노후생활비도 많이 준비해야

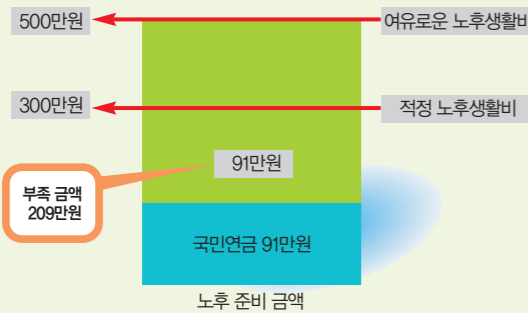
노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
300만원	91만원	209만원

▶ 고소득 전문직의 국민연금만으로는 적정 노후생활비에 턱없이 부족하다.

● 퇴직연금의 혜택을 볼 수 없다

● 절세상품에 대한 관심이 높다

▶ 소득이 높아 절세상품에 대한 관심이 매우 높다.



과세표준	세율(주민세 포함)	세금 절감 효과
1200만원 이하	6.6%	26만4000원
1200만원 초과~4600만원 이하	16.5%	66만원
4600만원 초과~8800만원 이하	26.4%	105만6000원
8800만원 초과~3억원 이하	38.5%	154만원
3억원 초과	41.8%	167만2000원

* 매월 34만원을 연금저축에 불입 시

1. 고소득 전문직 : 10만명
2. 평균 소득 : 직업별 차이가 크다
3. 국민연금 수급액 : 월 91만원

의료비 ★☆☆

★☆☆

○ 의료비, 소득 보장 금액을 크게 준비해야 한다

▶ 고소득 전문직이 갑작스럽게 사망하거나 치료를 받아야 할 경우 자녀나 배우자가 그 사업을 영위할 수 없다. 그러므로 소득 보장 금액을 크게 준비해야 한다.



직업

★★★

○ 변리사 연평균 소득 6억1800만원

▶ 국세청과 대한의사협회 자료에 따르면 고소득 전문직의 평균 소득은 다른 직업군에 비해 월등히 높다.

전문직 1인당 연평균 소득 (단위: 원)	
변리사	6억1800만
변호사	4억2300만
관세사	3억3900만
공인회계사	2억9100만
세무사	2억4800만
개인병원	1억4598만

자료 : 국세청(2010년 기준), 대한의사협회

○ 개업자금 등을 이유로 부채 부담이 커

▶ 대한의사협회가 전국 2만여 개 의원을 대상으로 조사한 결과 36%가 평균 3억5000만원의 부채를 지고 있는 것으로 나타났다.

○ 의사, 변호사, 변리사와 같은 고소득 전문직들은 일반 직장인들에 비해 많이 번다. 정년이라는 것도 정해져 있지 않다. 하지만 그들이라고 해서 걱정이 전혀 없는 것은 아니다. 남들보다 많이 벌기 때문에 세금도 많다. 소득에 맞춰 생활비도 커지기 마련인데, 은퇴를 했다고 씩씩이가 쉽게 줄어들지 않는다. 게다가 이들 중 상당수는 퇴직금도 없다. 유일하게 준비해 둔 노후 소득이란 게 국민연금인데, 이것만으로 이들의 지출을 감당하기는 벅겁다.

연금저축(펀드)으로 절세와 노후 준비 두마리 토끼를 잡아라
이들은 '절세'와 '노후생활비 준비'라는 두 가지 관점에서

은퇴설계의 방향을 잡아야 한다. 이 두 마리 토끼를 한꺼번에 잡을 수 있는 금융상품이 바로 '연금저축(펀드)'이다. 연금저축(펀드)에 가입하면 투자금액에 대해 연간 400만원까지 소득공제를 받을 수 있는 데다 55세 이후 연금으로 수령할 수 있다.

대다수 전문직 종사자들의 소득세율이 38.5%(주민세 포함)에 해당한다고 볼 때, 연금저축에 가입하면 연말정산 때 최대 154만원을 돌려받게 된다. 특히 지난해 말 소득세율 변경 안이 국회를 통과해 올해부터는 소득세 과세표준 3억원 초과 고소득자에게 41.8%(주민세 포함)의 높은 소득세율이 적용된다. 이 경우 연금저축에 가입해 연간 400만원을 불입하면 167만원을 돌

려받는다.

전문직 종사자들이 벌어들이는 소득에 비해 연금저축에서 환급 받는 금액이 적다고 생각할 수도 있지만, 세금에 대한 고민도 덜고 일정 부분 노후 준비도 할 수 있다는 점에서 고소득 전문직 종사자에게는 '머스트 해브 아이템(Must have item)'이라고 할 수 있다.

연금보험을 활용하라

금융소득이 많은 고소득 전문직 종사자의 경우 일반 연금보험 가입도 고려해볼 만하다. 우리나라는 이자와 배당 같은 금융소득이 4000만원을 넘어설 경우 다른 소득과 합산해 과세하는

금융소득 종합과세 제도를 가지고 있다. 하지만 연금보험에서 발생한 소득에 대해서는 비과세 혜택이 주어진다. 세금도 줄이고 노후 준비도 할 수 있다는 점에서 고소득자에게 제격인 금융상품이다. 다만 세제 혜택을 받기 위해서는 10년 이상 유지해야 한다는 점은 염두에 두어야 한다.

마지막으로 고소득 전문직 종사자가 챙겨둬야 할 것은 건강에 대한 보장이다. 특히 가계소득이 한 사람에게 집중된 외벌이가장인 경우라면 질병이나 사고로 소득이 단절될 때를 대비해 보장성 보험 가입은 필수다. ㉞

직업 유형별
3

일반 자영업자

“퇴직연금이 없는 자영업자여! 개인연금부터 챙겨라”



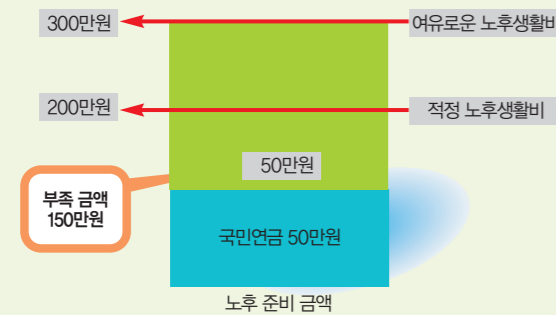
노후생활비

★★★★

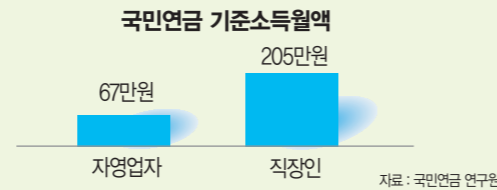
○ 국민연금만으로는 노후생활비에 턱없이 부족

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
200만원	50만원	150만원

▶ 자영업자는 국민연금으로 적정 노후생활비의 25%가 준비되어 있다.



▶ 직장인에 비해 국민연금 보험료의 기준이 되는 기준소득월액이 적어 향후 국민연금 수령액도 적을 전망이다



○ 개인퇴직계좌의 혜택은 2017년 이후부터 가능

▶ 퇴직연금의 사각지대에 놓여 있던 자영업자들도 2017년부터는 개인퇴직계좌를 활용하여 퇴직연금 제도를 활용할 수 있다.

◎ 자영업자의 노후 준비는 더욱 세밀한 전략이 필요하다. 우선 생각해야 하는 것은 연금저축과 노란우산공제이다. 중소기업청이 감독하는 노란우산공제 제도는 자영업자 중 만 60세 이상, 10년 이상 부과금을 납부한 가입자에게 공제금을 일시금이나 연금 형태로 지급한다.

개인연금부터 챙겨라

노란우산공제의 좋은 점은 연금저축에 의한 소득공제와는 별도로 추가 소득공제를 받을 수 있다는 점이다. 예를 들어 어떤 자영업자가 연금저축에 연간 400만원을 불입하고 있는 상황에서 추가로 노란우산공제에 가입한다면 납입한 금액 중

300만원까지 한 번 더 소득공제를 받을 수 있다. 연간 700만원으로 공제 금액을 늘릴 수 있게 되는 셈이다.

그러나 연금저축과 노란우산공제에도 약점은 있다. 소득 자체가 적은 자영업자라면 그 효과가 현저하게 떨어진다는 사실이 그것이다. 즉 세금을 많이 내는 고소득 자영업자는 세액 감면 효과가 크지만 저소득 자영업자는 낸 세금 자체가 많지 않기 때문에 소득공제로 돌려받을 돈이 적게 된다. 더구나 연금을 받게 되는 노후에 연금소득세 5.5%를 내는 것까지 감안하면 그 효과는 실로 미미할 수 있다.

변액보험의 추가납입 기능을 활용하라

1. 자영업자 : 707만9000명 (전체 근로자의 28.6%)
2. 자영업자의 평균 소득 : 월 213만원
3. 국민연금 수급액 : 월 50만원

의료비

★★★★

○ 주된 사업자를 중심으로 소득 보장이 필요하다

▶ 주된 사업자를 중심으로 사업이 중단됐을 때 필요한 소득 보장을 준비해야 한다.

○ 부부 모두 의료비에 대한 보장이 필요하다

▶ 자영업의 경우 대부분 부부가 함께 사업을 영위하는 경우가 많아 부부 모두 의료비에 대한 준비가 필요하다.

직업

★★★★

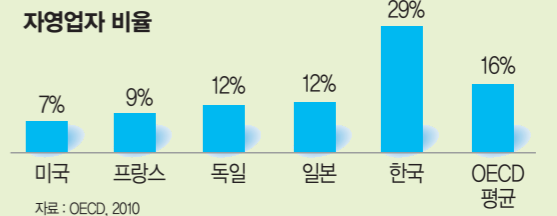
○ 퇴직 시기를 선택할 수 있어 직장인보다 오래 일할 수 있다

▶ 자영업자는 건강이 허락하는 한 사업을 계속 영위할 수 있기 때문에 정년이 정해진 다른 직업군에 비해 오래 일할 수 있다.



○ 자영업자의 경쟁이 치열하다

▶ 2010년 우리나라 자영업자의 비중은 29%로 OECD 평균인 15.9%에 비해 2배 가까이 높다. 이는 자영업자들의 치열한 경쟁을 나타낸다.



자영업자들이 노후 대비를 위해 고려해볼 만한 또 다른 상품은 변액연금보험이다. 소득공제는 없지만 10년 이상 투자했을 때 보험 차익에 대해서 비과세 효과가 있기 때문이다. 물론 변액연금보험도 ‘묻지 마’ 식의 가입은 곤란하다. 상품 고유의 투자 형태가 제각각 다르므로 본인에게 맞는 상품을 골라야 하고, 사업비 수준은 물론 연금 수령 형태와 의무거치기간 등도 꼼꼼히 따져보고 가입해야 한다.

특히 납입기간의 경우 유지 가능한 기간으로 정하여 가입하는 것이 필요하다. 자영업자는 특성상 소득이 불규칙하기 때문에 의무적 납입기간인 기본납입기간을 너무 길게 잡아놓으면 어쩔 수 없이 보험을 해약하는 사태가 생길 수 있어서다.

그 대신 자영업자들은 변액보험의 추가납입 기능을 활용하는 것이 좋다. 추가납입은 기본납입기간 후에도 가능하므로 나중에 돈이 생겼을 때 추가로 납입해서 연금 재원을 늘릴 수 있다.

자영업자들이 마지막으로 고민해볼 부분은 의료비에 대한 것이다. 예기치 못한 병이나 사고로 사업을 할 수 없게 된다면 병원비뿐 아니라 소득까지 끊어져서 생계가 막막해질 수 있다. 따라서 병원 치료비를 감당할 수 있는 실손의료비보험뿐 아니라 사고 시 목돈을 보상받을 수 있는 정액보상보험도 챙겨둬야 한다. 그리고 부부가 함께 사업을 하는 경우에는 각각 별도로 의료비를 준비해야 한다는 사실도 명심하는 것이 좋다. ㉞

직업 유형별
4

공무원

“연금은 충분, 노후 의료비를 미리 준비하라”



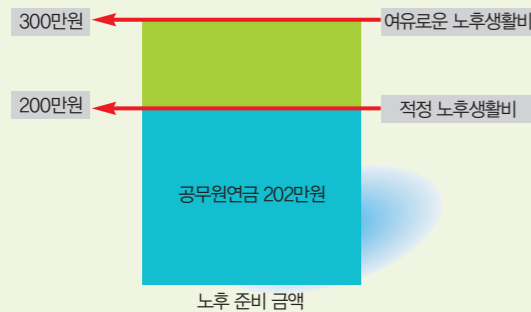
노후생활비

★★★★

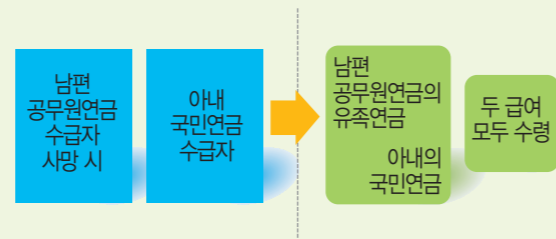
○ 공무원연금으로 적정 노후생활비는 해결

노후 필요생활비	노후 준비 금액	부족 금액
200만원	202만원	없음

▶ 공무원연금으로 매월 202만원 가량 준비되어 있어 2인 가구의 적정 노후생활비(200만원)는 준비되어 있다.



- 홀로 지낼 아내를 위한 유족연금 혜택
 - ▶ 2009년 이전 임용자는 연금수급액의 70%, 2010년 이후 임용자는 60%를 유족연금으로 받을 수 있다.
- 국민연금을 받는 배우자와 공무원연금의 유족연금



1. 공무원 : 약 100만명(전체 근로자의 4%)
2. 평균 소득 : 월 361만원
3. 평균 공무원연금 수급액 : 월 202만원

의료비

★★★

○ 노후 의료비를 미리 준비하라

▶ 공무원은 재직 시 의료비가 단체보험으로 보장되는 경우가 많다. 하지만 은퇴 후 필요한 의료비는 다른 지원이 없으므로 스스로 준비해야 한다.



직업

★★★★

○ 정년이 보장되어 안정성이 높다

▶ 공무원의 경우 일반 직장인과는 달리 정년이 보장되어 있어 직업의 안정성이 매우 높다.

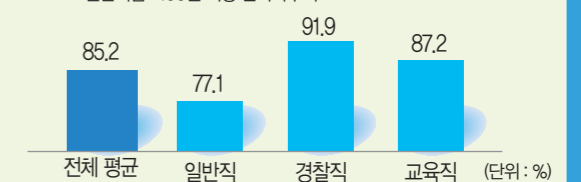


○ 연금은 많은 대신 민간기업에 비해 급여 수준은 높지 않아

▶ 공무원은 직장인보다 급여 수준이 높지 않아 근무기간 동안 효율적인 자산 관리가 필요하다

민간기업 보수 대비 직종별 공무원 보수 비율

※ 민간기업 : 100인 이상 관리사무직



◎ 공무원은 은퇴 후 받게 되는 공무원연금만으로도 기본적인 노후생활비는 충당할 수 있다. 2011년 공무원연금의 퇴직연금 평균 수급액이 월 202만원으로 기초적인 노후생활비 200만원은 준비되어 있다. 거기다 공무원 임금상승률만큼 매년 연금액이 조정되기 때문에 물가가 오르더라도 연금액의 가치를 유지할 수 있다.

노후 의료비를 미리 준비하라

노후에 생활비만큼 중요한 것이 의료비 준비다. 은퇴 후 노후생활비에서 가장 큰 부분을 차지하는 것 중에 하나가 의료비다. 통계청 고령자 통계에 따르면 2011년 건강보험에서 65세

이상 고령자에게 지급된 의료비는 전체 지급 의료비의 31.6%였다.

공무원으로 재직하는 동안에는 대부분 단체보험을 통해 의료비가 지원되므로 의료비에 대한 준비를 하지 않는 경우가 많다. 하지만 은퇴 후에 필요한 의료비는 스스로 준비해야 한다. 꼭 필요한 것은 의료실비보험이다. 이는 아프거나 다쳐서 병원 치료를 받을 때 발생한 의료비를 실비로 보장해주는 상품으로 건강보험에 해당하는 본인 부담금 중 90%를 보험금으로 지급해주기 때문에 갑작스러운 사고나 질병을 당했을 때 병원비 마련에 큰 도움을 받을 수 있다.

또한 병원비에 비례해서 보험금이 지급되기 때문에 병원비

상승에 대한 걱정을 덜 수 있는 것도 장점이다.

자녀 대학 학자금에 대한 저축계획을 세워라

공무원은 자녀 대학 학자금에 대한 지원은 없고, 무이자 대출만 가능하다. 대역학자금 제도는 국가 또는 지자체가 재원을 부담하고 공무원연금공단이 정부의 위탁을 받아 시행하는 무이자 학자금 대출 제도로 자녀가 대학을 졸업하면 2년 거치 후 4년 동안 상환하도록 하고 있다.

대출금 상환은 재직 공무원의 경우 급여에서 원천 공제되고, 퇴직 공무원의 경우에는 퇴직수당에서 일시공제하거나 자신이 받는 연금액의 2분의 1 범위 내에서 공제된다. 따라서 자녀의 대

학 학자금에 대한 저축계획을 꼼꼼하게 세워야 한다.

장기간에 걸쳐 필요한 자금을 마련하는 데는 펀드와 같은 투자상품만한 대안이 없다. 자녀의 등록금은 먼 미래에 발생할 비용이므로 반드시 등록금 인상을 감안해야 한다.

투자형 상품은 물가가 오르면 그만큼 가치가 상승하는 특징을 가지고 있기 때문에 자녀 대학 학자금 준비와 같은 긴 투자에 좀 더 유리하다. 자녀가 어릴 때는 주식형 펀드에 투자하다가 자녀의 대학 입학이 다가올수록 안정형 상품 위주로 변경하는 전략도 활용해볼 수 있다. ㉓

한눈에 살펴보는 가족 유형별, 직업별 노후자금 만들기 이렇게 하세요

맞벌이



- 노후에도 연금 맞벌이를 준비하라
- 부부 모두 질병 및 사고에 대한 보장이 필요하다

외벌이



- 소득이 없는 배우자의 노후를 준비하라
- 연금저축으로 소득공제와 노후를 동시에 준비하라

미혼 싱글



- 홀로 보낼 노후 위해 연금부터 챙겨라
- 간병비를 미리 준비하라

직장인



- 개인연금으로 소득공백기를 대비하라
- 퇴직연금 전용통장(IRP)을 활용하라

전문직



- 연금저축(펀드)으로 절세와 노후 준비, 두 마리 토끼를 잡아라
- 금융소득 고소득자는 연금보험을 활용하라

자영업자



- 개인연금부터 챙겨라
- 변액연금의 추가납입 기능을 활용하라

공무원



- 퇴직 후에는 지원되지 않는 노후 의료비를 미리 준비하라
- 자녀 대학교육비 지출에 대비한 저축계획을 세워라

대둔산 블루베리 농장 이관수 씨 보랏빛 열정으로 농사가 아닌 작품을 빛다

30여 년 동안 전북대에서 행정 공무원으로 근무하던 이관수 씨는 은퇴 후 고향에서 농사꾼으로 제2의 인생을 살고 있다. '블루베리 킹'이라 불릴 만큼 최고의 명성을 얻은 지금도 "블루베리에 관한 정보 수집으로 하루를 시작한다"며 "노력 없이 얻는 것은 없다"고 그는 말한다.

글 · 백경선 객원기자 sudaqueen@hanmail.net

◎ 6월 19일, 전북 완주군 운주면에 위치한 이관수(77) 씨의 블루베리 농장에서는 보랏빛 블루베리를 수확하느라 분주했다. 뜨거운 햇볕 아래서 일하느라 힘들 법도 한데, 김계 탄 그의 얼굴엔 미소가 사라지질 않았다. "수확할 땐 힘든 줄도 모른다"는 그는 영락없는 농사꾼이었다.

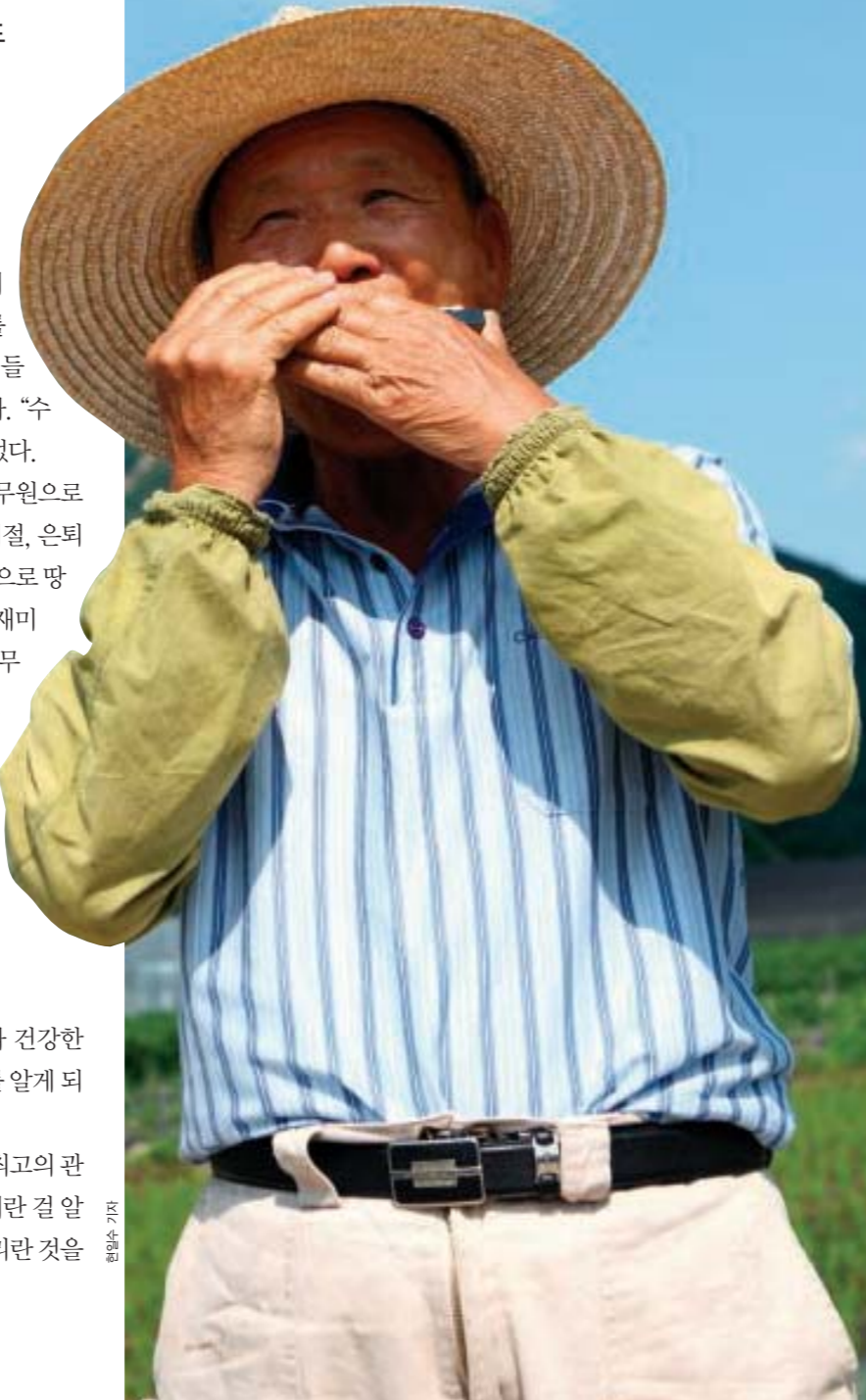
1996년에 정년퇴직할 때까지 그는 전북대 행정 공무원으로 30여 년 동안 책상 앞에만 앉아 있었다. 전북대 재직 시절, 은퇴하면 고향에 내려가 전원생활을 하면서 유유자적 살 양으로 땅을 샀고 거기에 집도 지었다. 그리고는 주말마다 와서 '재미 삼아' 이것저것 심어보았다. 처음에 심은 것이 대추나무란다. 대추알이 제법 실하게 여물자, 그는 욕심이 생겼다. 이후 오가피도 심고, 포도도 심었다.

은퇴하면 풍류를 즐기며 살겠다면 그는 그렇게 농사의 재미를 알아버렸다. 그리고 자연스럽게 농사꾼이 되었다. 자녀(1남3녀)들은 공무원연금으로 편하게 노후를 보내라며 반대했지만 그를 막을 수는 없었다.

'구할 수가 없어서' 직접 재배

'한국자연건강회'라는 모임의 회원인 그는 건강과 건강한 먹을거리에 관심이 많았다. 그러다 우연히 블루베리를 알게 되었다.

"나이 들면 어떻게 하면 '건강하게 오래' 사는가가 최고의 관심거리예요. 책을 통해 노화의 원인이 활성산소 때문이란 걸 알았고, 또한 항산화 능력을 가진 것 중의 으뜸이 블루베리란 것을



이관수 기자

알게 됐죠. 그런데 블루베리를 찾아 전국을 뒤지고 다녔는데 찾을 수가 없었어요. 당시엔(2000년대 초) 우리나라에 블루베리란 것이 없었을 뿐더러, 블루베리가 무엇인지 인식조차 못 했을 때였죠."

우리나라에서 누군가가 블루베리를 재배하고 있었고 또한 그것을 구할 수 있었다면 그는 블루베리를 재배하지 않았을 것이라고 한다. '구할 수가 없어서' 직접 재배하기로 마음먹었다는 것. 전국을 수소문한 결과 서울대 원예학과와 한 교수가 블루베리 묘목을 가지고 있다는 사실을 알아냈고, 그를 찾아가 조르고 졸라 묘목을 분양받았다.

2005년 3월 분양받은 블루베리 묘목 300주를 심었다. 이젠 다 됐다고, 수확만 기다리면 된다고 생각하고 기대했다. 하지만 그의 기대는 무너졌다. "애들이 그냥 죽어버렸다"는 것이다. 원인을 알고 싶어 죽은 나무를 뽑아 들고 농업기술원을 찾아다녔다. 그런데 돌아오는 것은 답이 아니라 '답답함'뿐이었다.

"무엇이 잘못된지, 어떻게 키워야 하는지 알고 싶어 전문가들을 찾아갔는데 그들은 오히려 블루베리가 무엇인지조차 모르더군요. 블루베리를 복분자라 하니 말 다 했죠(웃음). 답답해서 공부를 시작했어요."

블루베리를 구할 수가 없어 직접 재배했던 그답게, 아무도 재배법을 가르쳐주지 않자 직접 재배법을 공부했다. 당시 일본에서는 블루베리 재배가 성행했고, 블루베리 관련 전문가나 학회도 많았다. 그는 일본을 수시로 오가며 블루베리 관련 정보를 얻었다. 일본에서 사온 책을 읽기 위해 일본어도 공부했다.

그의 서재에는 블루베리 관련 서적이 수도룩했고, 그중의 대부분이 일본어로 된 것이었다. 책에는 밑줄과 별표가 가득했다. 그가 얼마나 열심히, 또 꼼꼼히 보았는지 짐작할 수 있었다.

블루베리는 강산성의 토양과 배수, 통기, 보습이 무엇보다 중요하다라는 것을 알게 된 그는 땅을 뒤엎고 배수와 통기, 보습이 잘 되도록 완전무장을 했다. 그 결과 2007년 6월 드디어 첫 결실을 얻었다. "수확량은 얼마 안 됐지만 감개무량했다"고 그는 당시를 회상했다.

첫 수확 이후 점점 안정적이 되면서 자신감도 생겼다. 그는 힘들게 얻은 성공을 남들과 함께 나누고 싶었다. 그래서 홈페이지(www.unjuberry.com)를 만들어 블루베리 재배법을 소개했다. 자신의 노하우를 고스란히 공개한 것이다.

예상보다 많은 사람들이 그의 홈페이지를 방문했고, 주문도 들어오기 시작했다. 우리 나이로 일흔여덟인 그는 돈보기를 쓰지 않은 채 책을 읽고 신문을 읽는다며 블루베리 덕이 아니겠나



독학으로 블루베리를 연구해 국내 재배에 성공한 이관수 씨 부부.

고 한다. "블루베리처럼 좋은 것을 많은 사람들이 나눠먹어야 한다"고 생각해 그는 본격적으로 판매도 시작했다.

"2300㎡(700평)에 700주 정도를 키우고 있는데, 재작년에는 1억8000만원어치나 팔았어요. 애들 키우는 재미가 제법 쏠쏠해요(웃음)."

농사꾼도 공부 열심히 해야

그는 "대한민국에서 블루베리 키우는 사람 중에 이관수를 모르는 사람은 없다"고 자신 있게 말했다. 요즘 그의 집에는 블루베리를 키워보겠다는 사람들의 발길이 끊이지 않는다. 취재 당일에도 부안에서 그를 찾아왔다는 은퇴자가 있었다. 은퇴하고 무엇을 할까 고민하던 중 그를 알게 되었다며 비법을 전수받기 위해 찾아왔다고 한다.

그는 블루베리를 키우겠다는 이들에게 욕심 내지 말고 집중적으로 알차게 키우라고 조언한다. 그리고 무엇보다 "노력 없이 얻는 것은 아무것도 없다"며 "농사꾼도 공부를 열심히 해야 한다"고 강조했다.

"아침에 일어나면 가장 먼저 미국이나 일본의 블루베리협회 홈페이지에 들어가 새로운 정보가 없는지 확인해요. 그리고 새로운 서적이 나왔는지도 꼼꼼히 확인하죠. 저는 블루베리를 작품이라고 생각해요. 그만큼 열정과 공을 들이면 훌륭한 작품이 나오는 거죠."

건강이 허락할 때까지 작품 활동을 계속할 것이라는 이관수 씨. 보랏빛 작품 속에서 활짝 웃는 그를 보며 열정은 나이와 상관 없다는 사실을 새삼 배웠다. ㉞

“여보, 점심 걱정 마. 내가 만들어 먹을게”

국가별로 국민성이나 문화의 차이는 있지만, 나이가 들어서도 '즐거운 우리 집'을 만들고자 하는 소망은 누구나 같습니다. 제 경험을 바탕으로 은퇴 후 '가정으로 돌아온 아버지' 자신은 물론, 그를 둘러싼 가족 모두가 행복하고 평온하게 생활하기 위한 노하우를 전하고자 합니다.

글 · 오가와 유리 일본 수필작가
번역 · 박용식 미래에셋 은퇴교육센터 연구원 yongsik.park@miraeeasset.com



일러스트 · 박용인

◎ 처음 뵈겠습니다. 저는 일본에 사는 수필작가 오가와 유리입니다. 작가이자 주부이며, 한 사람의 아내이기도 합니다. 이번 달부터 본 지면을 통해 '은퇴 후에도 즐거운 우리 집'이라는 주제로 은퇴한 남편이 가정으로 돌아오면서 가족들이 겪는 에피소드를 제 경험을 토대로 생생하게 들려드리려고 합니다.

제 남편은 은퇴한 샐러리맨입니다. 지난 2000년에 60세의 나이로 정년퇴직한 지 벌써 12년이라는 세월이 흘렀네요. 70대에 접어든 우리 부부는 남들처럼 나이가 들어가면서 “아이고 눈이 침침하네”, “왜 이렇게 어깨가 걸리지” 하며 매일 죽는소리를 하면서도 평온한 노후를 보내고 있습니다. 이런 우리 집에 있을 때 저는 가장 편안함을 느낍니다.

남편도 필시 저와 같은 생각이겠죠? 가정 내의 분위기는 한 지붕 아래에서 생활하는 구성원 모두에게 공유되는 것이니까요.

은퇴한 남편과 붙어 지내는 생활이 처음부터 쉬웠던 것은 아닙니다. 은퇴 후 남편의 변화를 뒤돌아보면 다시 태어났다고 해도 과언이 아닙니다. 거대한 별레가 되었냐고요? 아니요, 그것은 카프카의 소설 '변신' (어느 날 아침 눈을 뜨고 나니 거대한 벌레로 변해버린 한 남성과 그를 둘러싼 가족들의 전말을 묘사한 소설) 에 나오는 이야기입니다. 남편은 은퇴 전보다 훨씬 '능력 있는 남편'으로 변신했습니다. 아니, 은퇴 전까지 가사는 여자의 몫이라며 도와주려는 시늉도 하지 않던 남편을 제가 '능력 있는 남편'으로 바꿔냈다는 표현이 정확할 수도 있겠네요.

지금 와서 생각해봐도 남편을 바꾸려고 시도한 일이 지금까지 제 인생에서 가장 잘한 일 가운데 세 손가락 안에는 들 것이라 생각합니다. 만약 저희 남편이 은퇴 후에도 전적으로 집안일을 저에게 맡겼다면 아마 이런 온화한 노년을 맞이할 수 없었을 것입니다.

국가별로 국민성이나 문화의 차이는 있지만, 나이가 들어서도 '즐거운 우리 집'을 만들고자 하는 소망은 누구나 같다고 생각합니다. 따라서 제 경험을 바탕으로 은퇴 후 '가정으로 돌아온 아버지' 자신은 물론, 그를 둘러싼 가족 모두가 행복하고 평온하게 생활하기 위한 노하우를 전하고자 합니다.

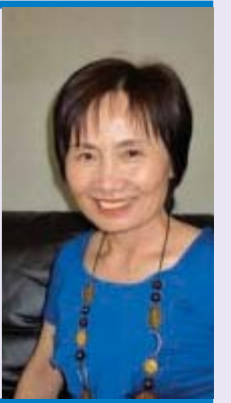
매일 점심 준비는 엄청난 부담

남편이 은퇴하고 나면 아내는 평소 전혀 신경 쓰지 않던 점심 식사 준비라는 가사가 한 가지 늘어납니다. 하지만 매일 점심을 준비해야 하는 일이 아내에게 얼마나 번거로운지 남편들은 상상도 못 하죠. 대부분의 남편들은 “어차피 당신도 점심을 먹으니까 준비하는 김에 2인분 만들면 되잖아”라며 안일하게 생각합니다.

오가와 유리(小川有里)

1946년생. 간병 전문지 등의 기고기를 거쳐 현재는 수필작가로 활약 중. 여성, 부부, 가족, 육아, 사회 현상 등을 테마로 신문, 잡지, 주간지 등에 에세이를 연재하고 있다. 어떤 일이든 '어차피 할 일이면 즐겁게'가 좌우명.

저서로는 '은퇴 남편 유쾌하게 길들이기', '인생 치 이파파', '시어머니여 지지 마라! 며느리 사우르스에게 잡아먹힐 수 없다' 등이 있다.



하지만 그렇게 쉽게 생각할 문제가 아닙니다. 남편이 회사에 나갔을 때 아내가 혼자 먹는 점심은 매우 간소합니다. 차라리 '대충'이라는 표현이 더 정확할 것입니다. 간단한 점심의 대명사라고 할 수 있는 '낫또 비빔밥'을 예로 들어봅시다. 이 요리는 밥에 낫또(대두를 발효시켜 점도가 높고, 실처럼 길게 늘어나는 일본 전통 발효식품. 일본 가정에서 간단한 아침 식사로 빠지지 않는 반찬)를 비벼서 먹기만 하면 됩니다. 심지어 “낫또가 들어 있는 1회용 용기에 밥을 조금씩 비벼 먹으면 그릇도 필요 없다”고 말하는 주부도 있습니다.

전날 먹다 남은 밥으로 만든 비빔밥부터 접라면, 냉동식품 등 대부분의 아내들은 점심 식사를 준비할 때 불이나 칼은 물론, 가능하면 접시도 사용하지 않으려 합니다. 점심시간도 유동적이어서 아내의 일정이나 기분에 따라 빨리 먹기도, 늦게 먹기도 하죠.

그런데 남편이 은퇴하고 하루 종일 집에 있게 되면 더 이상 점심을 대충 때울 수 없게 됩니다. 특별한 일정이 없는 날에도 정오만 되면 어김없이 점심을 먹으려는 남편을 위해 뭔가 준비하지 않으면 안 되기 때문이죠.

내가 지역모임의 위원을 하고 있었을 때 재미난 현상을 목격했습니다. 한창 회의 중인데 11시 20분만 되면 살며시 자리에서 일어나는 여성이 있었습니다. 게다가 동호회 모임에서도 11시 30분쯤 되면 슬슬 돌아갈 준비를 하는 사람이 몇몇 있었죠. 나중에 일찍 자리에서 일어나는 이유를 물어보니 모두 집에서 남편이 점심을 기다리고 있다고 했습니다.

아내가 식사를 준비하기 싫다고 “오늘은 좀 실게” 하고 그냥 넘어갈 수는 없는 일입니다. 남편이 현역일 때의 식사 준비는 아침, 저녁 두 번뿐이지만 아내로서는 이것만으로도 충분히 힘들죠. 그런데 남편이 은퇴하고 나면 하루에 세 번이나 식사를 준비하라니, 마치 중병을 선고받은 기분이나 다름없습니다.

아내에게는 남편이 은퇴한 첫날부터 점심 준비의 압박이 시작됩니다. 여기서 남편이 빙그레 웃으며 “앞으로 점심은 내가 알아서 해결할 생각이야. 하지만 가끔씩은 부탁할게”라고 말해주면 아내 입장에서는 감격해서 다시 한 번 남편에게 반할 것입니다.

이처럼 신경 쓰이고 귀찮은 일이 또 있을까요? 이전부터 은퇴한 남편의 점심 준비 때문에 스트레스 받는 아내를 많이 봐왔던 나는 남편과 결심하고 있었습니다. 남편이 은퇴하면 점심 식사 정도는 스스로 준비하게 만들기로 말이죠.

특히 저 같은 경우, 한번 글쓰기에 몰두하면 점심을 챙기지 못할 때가 많습니다.

남편이 은퇴하고 첫째 날, 저는 심호흡을 한 후 미소를 지으며 조용히 남편에게 말했습니다. “당신은 건강하고, 이제는 시간도 많아요. 오늘 점심은 제가 만들었지만, 내일부터는 점심 정도는 스스로 만들어 먹고, 사용한 그릇은 씻어주세요. 만들고 싶은 요리가 있으면 언제든지 가르쳐줄게요.”

지금까지 엄마처럼 돌봐준 아내에게서 예상치 못한 강력한 편지를 얻어맞은 것 같은 충격을 받은 남편은 잠시 동안 말이 없더니 이렇게 대답했습니다.

“나는 밥이랑 김치만 있으면 돼.”

제 의도를 파악하지 못한 남편의 대답을 살짝 무시한 채 저는 목소리에 힘을 싣고 “그럼, 내일부터 스스로 만들어 드세요”라고 말했습니다.

가정에서 능력 있는 남편의 첫 단계

그 후 남편도 점차 깨달았습니다. 은퇴 후의 날들이 지금까지의 휴일과는 전혀 다르다는 것을 말이죠. 이제 아무리 기다려도 눈앞에 점심이 자동으로 준비되지 않습니다. 용기 내어 내뱉은 한마디 덕분에 저는 남편의 점심 준비에 대해 고민할 필요 없이 지금까지 잘 지내고 있습니다.

이 같은 제 경험을 이야기하면 많은 아내들은 이구동성으로 “부럽지만 남 이야기다”라고 말합니다. 하지만 속된 말로 ‘밀져 봐야 본전’입니다. 게다가 만약 남편이 “귀찮아! 당신이 준비해 줘”라고 말한다면 이렇게 말해보는 겁니다. “간단한 요리도 만들

지 못하면 나중에 곤란해지는 건 당신이예요. 만약 내가 당신보다 먼저 죽으면 어떻게 할 거예요? 매일 밖에서 사 먹는 건 귀찮고 경제적인 타격도 클걸요? 결국 점심을 준비하면서 요리에 익숙해지는 것은 자신을 위한 일이에요”라고 말이죠.

아내는 오랜 시간 지역모임 등을 통해 단련한 능숙한 말솜씨를 남편을 설득하는 데 충분히 활용해야 합니다. 의도치 않게 점심 준비에 얽매이고 싶지 않다면 의사 표현을 확실히 할 필요가 있습니다.

실제로 제 주위에서 용기를 내어 자신의 마음을 남편에게 전한 4명의 아내가 있었습니다. 그중 두 사람의 남편은 “어? 좋아”라고 쉽게 승낙하고는 협력하고 있습니다. 나머지 남편 중 1명은 “응? 그럼 신경 안 써도 돼. 나 사실 점심 먹으면 체육관이나 동호회에 갔을 때 몸이 무거워서 움직이기 힘들거든”이라고 대답했다고 합니다. “뭐야, 그런 거였어? 말하길 잘했네”라고 생각한 아내는 더 이상 남편의 점심을 신경 쓰지 않고 자유롭게 외출하고 있다고 합니다. 그 후로 주방에 컵라면 용기가 놓여 있는 날이 많아졌지만 아침과 저녁 식사 때 제대로 영양을 섭취하면 충분한 것 이라고 아내는 말합니다.

남은 한 사람의 남편은 “언제든지 외출해도 좋으니까, 집에 있을 때만 점심을 만들어달라”고 말했다고 합니다. 이 남편은 아내가 없을 때는 도시락이나 샌드위치로 해결하고 있죠. 이것도 괜찮은 방법이라고 생각합니다.

점심 준비 때문에 힘들어하면서도 ‘남편은 요리를 못하니까 내가 해줘야 돼’라고 생각하는 아내라면 장래에 자신이 아프거나 쓰러지면 어떻게 될지 상상해봅시다. 뒤이어 남편의 건강에도 적신호가 켜지겠죠. 결국 간단한 요리 정도는 할 수 있는 남편으로 만들어두지 않으면 아내 자신도 곤란해질 수밖에 없습니다.

단, 남편이 은퇴하면 절대 그의 점심을 만들어주지 않겠다는 생각보다는 가끔은 “오늘은 당신 점심도 함께 준비할게” 하며 서비스테이를 정해두는 것도 좋은 방법입니다. 저 역시 한 달에 두세 번은 그렇게 하고 있죠.

아내에게는 남편이 은퇴한 첫날부터 점심 준비의 압박이 시작됩니다. 여기서 남편이 빙그레 웃으며 “앞으로 점심은 내가 알아서 해결할 생각이야. 하지만 가끔씩은 부탁할게”라고 말해주면 아내 입장에서는 감격해서 다시 한 번 남편에게 반할 것입니다. 은퇴를 전후한 남성 여러분! 꼭 한번 이렇게 말해보세요. “점심은 내가 만들어 먹을게”라고 말이죠. 아내에게 점심을 차려야 하는 부담을 주지 않는 남편이야말로 가정에서 능력 있는 남편으로 가는 첫 번째 단계일 것입니다. ㉞

일본 푸르덴트 퇴직연금연구소 하타 조지 이사장 “10만명의 자산설계사 노후설계 종합솔루션 제공”

지난 6월 말, 일본 내에서 퇴직연금 전문가로 활약하고 있는 하타 조지 푸르덴트 퇴직연금연구소 이사장을 만나 일본의 퇴직연금 가입자들의 현황에 대해서 알아보았다. 가입자 교육에 힘쓰고 있는 일본 사례를 바탕으로 우리가 나아가야 할 방향에 대해 생각해보자.

글 · 박용식 미래에셋 은퇴교육센터 연구원 yongsik.park@miraeasset.com



– 평균수명의 증가와 함께 노후자산 관리에 대한 관심이 늘고 있습니다. 그 중에서도 퇴직연금은 직장인의 노후 준비에서 핵심적인 역할을 담당하고 있다고 해도 과언이 아닙니다. 일본의 경우 노후자금 준비에서 퇴직연금 활용도는 어느 정도입니까?

“일본은 한국보다 앞선 1960년대에 ‘적격퇴직연금 제도’와 ‘후생연금기금’이라는 이름으로 퇴직연금 제도가 도입되었습니다. 종신고용과 연공서열이 당연시되는 일본 기업들로서는 정년까지 기업을 위해 일해준 근로자에게 보답의 의미에서 안정된 노후를 위해 퇴직연금을 제공한 것이죠. 이후 일본에서는 30년 가까이 금리 수준도 높고 주식시장도 활황이었기 때문에 근로자가 퇴직연금 수익률에 대해 굳이 신경 쓰지 않아도 퇴직 후의 노후자금은 든든하게 준비되었던 것이 사실입니다. 하지만 1990년대 들어 일본 경제에 끼어 있던 거품이 붕괴되면서 많은 기업들이 도산하거나 흡수합병되었습니다. 이 과정에서 회사에 퇴직연금 운용을 맡겨왔던 확정급여형(DB) 퇴직연금 가입자들 가운데에는 그동안 적립해온 퇴직연금이 회사와 함께 흔적도 없이 사라지는 바람에 노후 준비에 어려움을 겪는 경우도 허다했습니다. 이러한 사례에 영향을 받아 최근에는 근로자 자신이 직접 퇴직연금을 운용하는 확정기여형(DC) 상품 쪽으로 조금씩 관심이 옮겨가고 있습니다.”

박용식 기자

– 일본 퇴직연금 시장에서는 DC와 DB의 비중은 어느 정도입니까. 그리고 최근에 근로자들이 DC형 상품에 관심을 가지고 있는 이유는 무엇인가요?

“규모만 놓고 보면 DB는 약 39조엔, DC는 약 4조엔으로 DB 적립액이 압도적으로 많습니다. 하지만 현재 일본 내에서 DC에 대한 관심이 높아지는 이유는 DB형이 가지는 제도상의 문제점 때문이라 할 수 있습니다. 우선 DB는 물가연동 기능이 없습니다. 예를 들어 지난 1970년대에 있었던 오일쇼크 때처럼 갑작스러운 인플레이션에 빠질 경우 이를 방어하지 못하는 것입니다. 하지만 이보다 더욱 큰 문제가 될 수 있는 요소는 일본에서는 퇴직연금이 법적으로 정해진 제도가 아니라 노사 합의로 이루어졌다는 점입니다. 이 때문에 기업 실적이나 DB형 퇴직연금 운용 실적이 악화되었을 때 노사 합의만 있다면 퇴직급여를 감액할 수도 있게 됩니다. 소수의 보호가 어려워지는 것이죠. 결국 일본 내 경제상황이 좀처럼 나아질 기미를 보이지 않는 현 상황에서 근로자들이 수급권 보호를 위해서도 DC형에 관심을 가질 수밖에 없는 것이죠.”

– 일본의 DC형 가입자들이 투자 시에 느끼는 어려움에는 어떤 것들이 있습니까. 또한 이들을 위해 금융회사나 국가는 어떤 지원을 하고 있습니까?

“DC형 가입자들은 비교적 금융 관련 지식도 풍부하고, 관심도 높은 것이 사실입니다. 하지만 그렇다고 해서 이들 모두가 자신의 투자 성향을 분석하고 적절한 금융상품을 고를 수 있는 전문성을 가졌다고는 보기 힘듭니다. 그래서 이들 대부분은 자신에게 적합한 상품설계부터 사후 관리까지 일련의 금융 서비스를 제공받기를 원합니다. 그렇기 때문에 각 금융회사는 물론 정부부처가 주관해 관련 세미나를 개최하는 등 투자자 교육에 힘쓰고 있습니다.”

퇴직연금 모집인과 신뢰가 중요

– 투자자 교육을 실시할 때 가입자가 공감할 수 있도록 하는 특별한 금융 서비스가 존재합니까?

“일본에서는 FP(Financial Planner) 제도가 활성화되어 있습니다. FP란 자산설계를 위한 금융상품을 취급할 수 있는 공인 자격을 취득한 전문가를 말합니다. 전국에 약 10만명 이상의 FP가 있으며, 가입자의 노후설계를 위한 종합적인 솔루션을 제공합니다. 가입자를 위한 맞춤형 서비스를 제공하기 때문에 가입자들의 만족도 또한 상당히 높은 편입니다.”

– FP 제도가 도입된 후 지금까지 어떤 효과를 보았으며 앞으로



하타 조지 씨가 지난 6월 18일 금융투자교육원에서 일본의 퇴직연금에 대해 강의하고 있다.

개선해야 할 점은 무엇입니까?

“FP들은 고객들에게 좀 더 다양한 금융정보를 손쉽게 얻을 수 있도록 하는 매개체 구실을 하고 있습니다. 이렇게 새로운 상품을 접하게 되면 그와 관련된 또 다른 상품이나 경제상황 전반에 대해서도 관심을 가지게 되는 선순환을 유도할 수 있습니다. DC형 퇴직연금 가입자 중 약 40% 정도가 DC형 가입을 계기로 투자 및 자산 운용에 대해서 관심이 높아졌다는 일본 DC교육협회의 조사 결과가 이런 주장을 뒷받침하죠. 하지만 개선이 필요한 부분도 있습니다. FP 자격을 취득했다고 해서 모두가 전문가다운 설계를 해줄 수 있는 것은 아닙니다. 그중에는 자신의 이익을 극대화하고자 80대 노인에게 고위험 상품 가입을 권하거나, 빈번하게 매매를 권유하여 수수료 수익을 챙기는 소위 악덕 FP도 있죠. 이러한 문제점을 보완하기 위해서는 FP의 철저한 관리가 선행되어야 하겠지만, 고객들도 FP가 제공하는 정보의 취사선택이 가능할 정도의 금융 관련 지식을 습득하는 것이 바람직합니다.”

– 한국에서도 근로자 퇴직급여 보장법이 개정돼 오는 7월 26일부터 지금까지는 퇴직연금 사업자에게만 허용되던 퇴직연금 설정 및 가입 권유(모집 업무)에 대한 위탁이 가능해집니다. 모집인 제도 정착과 활성화를 위한 조언 부탁드립니다.

“한국에서 모집인 제도가 자리를 잡고 활성화되려면 전문성을 갖춘 투자 권유인과 가입자가 지속적인 관계를 유지하는 것이 중요합니다. 즉, 상품 판매에 목적을 두어 1회성 관계로 그치는 것이 아니라 상품 가입부터 사후관리까지 평생에 걸친 신뢰관계 형성에 노력한다면 상생과 발전을 이룰 수 있을 것입니다.”

100세 시대 전업주부 국민연금 임의가입은 필수

지난 4월 초 언론에 국민연금 임의가입자가 3년 만에 7배나 급증했다는 기사가 실렸다. 기하 '열풍'이라 할 만하다. 실제 노후 준비에 관심 있는 주부들에게 '국민연금 임의가입'은 필수 아이템으로 자리 잡았다. 무엇이 이들을 임의가입으로 이끌었을까? 국민연금 임의가입에 대해 알아보자.

글 · 이윤지 국민연금공단 가입지원실

‘국민연금 임의가입’이란

18세 이상 60세 미만으로 의무가입 대상은 아니지만 60세가 되기 전에 본인의 희망에 의해 국민연금을 가입하는 제도를 말한다. 소득이 없는 전업주부가 대표적인 케이스이다. 물론 몇몇 예외적인 경우도 있는데, 국민연금 가입 대상이 아닌 다른 공적연금 수급자나 기초수급자 등이 이에 해당된다.

임의가입에 대한 기사가 자주 등장하다 보니, 소득 활동을 하고 있어 국민연금 의무가입자(지역가입자)가 되어야 함에도 불구하고 임의가입을 하겠다고 주장하는 분도 간혹 만난다. 임의가입자는 가입과 탈퇴가 자유롭다는 점을 제외하

고는 국민연금 의무가입자와 똑같은 제도의 적용을 받는다. 따라서 의무가입자와 임의가입자의 차이를 잘 이해해야 한다.

임의가입이 좋은 이유

임의가입이 좋은 이유는 국민연금만이 가지고 있는 장점 때문이다. 첫째 가장 유리한 노후 준비 방법이다. 매월 유사한 금액을 투자해 국민연금, 퇴직연금, 개인연금의 3층 연금 체계로 노후 준비를 할 경우, 총 준비자금 중 50~60%를 차지할 정도로 국민연금의 비중은 매우 높다.

둘째, 국민연금은 물가상승률을 반영해 실질가치를 보전(연금을 받기 전에는 국민연금 가입자의 임금상승률을 반영하고, 연금을 받기 시작한 후에는 물가상승률을 반영함)해주는 기능을 가지고 있다.

예를 들어 물가가 3%씩 상승한다면 현재의 100만원의 가치는 20년 후 약 55만원으로 떨어진다. 그러나 국민연금은 매년 물가상승률만큼 연금액을 올려주기 때문에 시간이 흘러도 언제나 100만원의 가치를 유지할 수 있다. 이는 국민연금만이 가지는 큰 장점이다. 이 외에도 국가가 지급을 보장해 안정적이고, 하나의 연금으로 사망 및 장애를 대비할 수 있다는 장점이 있다.



일러스트 · 박용민

얼마를 내고, 얼마나 받을 수 있나

연금보험료는 2012년 7월 기준 최저 8만9100원에서 최고 35만100원까지 본인의 희망에 따라 선택이 가능하며, 받을 수 있는 연금액은 납부할 보험료와 납부기간에 따라 달라진다. 단, 예시한 연금액은 현재가치이다(받게 되는 시점의 연금액은 이후 국민연금 가입자의 임금상승률을 반영하여 결정됨).

납부기간 및 보험료에 따른 연금액 예시

보험료	가입기간		
	10년	20년	30년
8만9100	16만4800	31만2670	45만6760
19만7100	23만3420	44만2870	64만6960
33만7500	32만2630	61만2130	89만4220

※ 각 연금액은 2012년 1월 가입한 것으로 가정하여 산정

언제부터 받을 수 있나

올해 만 60세가 되는 1952년생까지는 만 60세부터 연금을 받을 수 있지만, 1953년생부터는 연금 수급연령이 점차 늦춰지도록 되어 있다. 일반인들은 법 개정 사항에 대해 잘 알지 못하기 때문에 갑자기 법이 바뀌었다고 항의하는 경우가 있는데, 1998년에 이미 개정된 사항이다. 국민연금이 처음 시작되었던 1988년 당시 한국인의 기대수명은 남자 66.3세, 여자 74.6세였지만 2010년에는 남자 77.2세, 여자 84.1세로 10년 이상 늘어났으니 수급연령이 늦춰지는 것은 어쩔 수 없는 결과라 할 수 있다.

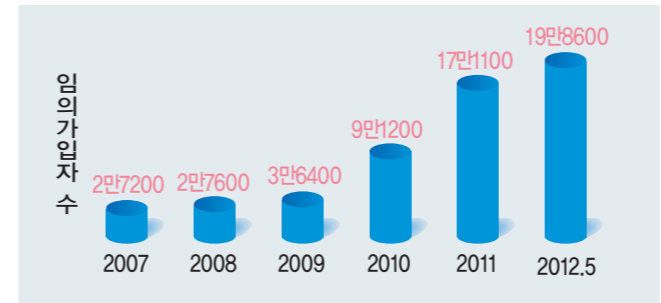
출생 연도에 따른 연금 개시 연령

출생 연도	1953~56년	1957~60년	1961~64년	1965~68년	1969년 이후
연금 개시 연령	만 61세	만 62세	만 63세	만 64세	만 65세

임의가입자는 얼마나 되나

2010년 이전까지 임의가입자의 수는 거의 변동이 없었다. 최근 노후 준비에 대한 관심이 고조되면서 재무에 관심이 많은 계층을 중심으로 가입 열풍이 시작돼 2008년 말 2만7600여 명에

연도별 임의가입자 수

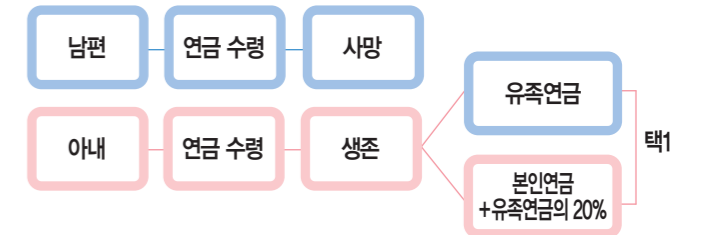


서 2012년 5월 말 현재 19만8600여 명까지 증가했다. 신규 가입자의 80% 이상이 여성 가입자이다.

임의가입 시 유의할 점은 무엇인가

이 세상에 모든 사람이 100% 만족하는 제도는 없다. 국민연금 임의가입도 마찬가지이다. 무작정 대세에 휩쓸려 가입했다가 후회하는 사례도 있으니 임의가입 전 다음의 사항만은 꼼꼼히 확인해야 한다.

첫째, 국민연금에는 중복급여 조정제도가 있다. 1인 1연금이 원칙이기 때문에 만일 한 사람에게 2개 이상의 수급권이 생긴다고 해도 1개만을 선택해야 한다. 예를 들면 부부 2인이 모두 국민연금 가입자라면 연금 수급연령이 되었을 때 각각 자신의 연금을 받을 수 있다. 다만, 부부 중 1인이 사망한다면 살아 있는 배



우자는 유족연금과 본인의 노령연금 중 유리한 1개만 선택해야 한다(단, 본인의 노령연금 선택 시에는 유족연금의 20%를 추가로 지급한다).

보통 국민연금을 6, 7년 받으면 납입원금 정도는 받을 수 있지만, 만일 부부 사이에 연령 차이가 많다면 급여를 선택해야 하는 상황이 빨리 올 수 있으므로 가입에 좀 더 신중할 필요가 있다.

둘째, 중도에 보험료 납부를 포기해도 납부한 보험료를 바로 받을 수 없다. 임의가입 탈퇴 신청을 한 고객들이 가장 많이 불만을 제기하는 사항이다. 사보험의 경우 해약을 하면 환급금(원금보다 적을 수는 있지만)을 바로 수령할 수 있으나, 국민연금은 사회보험 제도로 법에서 정한 지급 사유가 발생해야만 수령할 수 있다. 지급 사유는 수급연령 도달 또는 해외 이주 등이다. 따라서 임의가입을 탈퇴해도 특별한 사유가 없는 한 납부한 보험료는 연금 수급연령이 되어야만 받을 수 있다.

셋째, 최저금액으로 임의가입을 한 경우에 주의해야 할 사항인데 최저보험료는 지역가입자의 평균소득으로 정해지기 때문에 변동될 수 있다.

이상 국민연금 임의가입 제도에 대해 알아보았다. 국민연금 임의가입은 노후 준비에 분명 유용한 제도이지만 개개인마다 특수한 사정이 있는 만큼 관련 사항을 꼼꼼히 확인한 후 가입을 결정하는 것이 좋다. ㉞

◎ 카지노에서 주사위 게임을 하는 사람들이 베팅하는 모습은 흥미롭다. 주사위를 던지기 전에는 선풍 고액을 베팅하다가도, 주사위가 던져지고 아직 결과가 공개되지 않은 상태에서는 베팅을 꺼린다. 심지어 주사위를 던지기 전에 두 손을 모으고 정신을 집중하는 듯한 표정을 짓는 사람도 많다. 정신을 집중하면 주사위의 어떤 숫자가 나올지 조종할 수 있다고 믿는 것인가.

이런 심리 실험도 있다. 둘이서 새로 섞은 카드를 한 장씩 뽑아 숫자가 높은 사람이 이기는 내기다. 실험 참가자는 카드를 뒤집기 전에 베팅할 금액을 실험 진행자에게 미리 말해야 한다. 이때 진행자는 참가자의 내기 상대에게 한 번은 바보처럼 보이도록, 한 번은 지적이고 매력적으로 보이도록 연기하라고 미리 지시해둔다. 결과는 어땠을까? 실험 참가자들은 지적으로 보이는 사람과 내기할

때보다 바보처럼 보이는 사람과의 내기에 훨씬 큰돈을 베팅하고 한다.

주사위를 던지기 전에 베팅하나 던진 뒤에 베팅하나 어떤 숫자가 나올지 확률은 같다. 카드 뽑기의 상대방이 바보든 지적이든 관계없이 집어든 카드 숫자는 순전히 우연의 결과다. 마음먹은 대로 달라지는 게 아니다. 어떤 숫자가 나오든 그것은 우연에 의해 결정될 뿐이다. 그럼에도 사람들은 자신이 영향을 미칠 수 있다고 믿는다. 왜 그럴까.

심리학에서는 이런 현상을 '통제력 착각(Illusion of Control)'이라고 부른다. 우연이나 랜덤으로 결정되는 현상을 자신이 통제할 수 있다고 믿는 과신의 일종이다. 남들은 못 해도 나는 할 수 있다는 심리인 통제력 착각은 '귀인(歸因) 오류'의 일종이다. 귀인이

통제력 착각

우연이나 랜덤을 내가 통제할 수 있다는 오류

통제력 착각은 우연이나 랜덤으로 결정되는 현상을 자신이 통제할 수 있다고 믿는 과신으로, 의외로 흔하게 볼 수 있다. 학생들은 전혀 모르는 문제를 찍어도 자신의 점수가 높을 것으로 확신한다. 소문과 귀멸에 의지해 산 주식이나 오를 거라는 믿음도 마찬가지다.

글 · 오형규 한국경제신문 논설위원 ohk@hankyung.com



란 '원인을 ~의 탓으로 돌린다'는 뜻이다. 성공할 때는 자기 능력을 과대평가하고, 실패하면 타인이나 상황 탓으로 돌리는 경향이 있다. 잘되면 내 탓, 못되면 남 탓으로 여기는 이중 잣대다.

통제력 착각의 대표적인 사례가 도박이다. 슬롯머신에서 잭팟이 터지는 것은 순전히 확률에 따른 우연의 결과일 뿐이다. 그럼에도 사람들은 기계 레버를 천천히 당기거나 버튼을 빨리 누르면 잘 터질 것처럼 생각한다. 물론 사람 대 사람이 겨루는 포커, 고스톱, 블랙잭 등에서는 우연만으로 승부가 결정되는 게 아니다. 고스톱의 운칠기삼(運七技三)이란 말처럼 각자 운이 동일하다고 보면 나머지 30%의 기술이 승부를 좌우하게 마련이다.

실패 가능성 생각 못 하기에 지나치게 낙관

통제력 착각은 의외로 흔하다. 학생들이 객관식 시험을 보고 나면 점수를 확인하기 전까지 자신의 성적을 과신한다. 전혀 모르는 문제를 숙된 말로 찍어도 자신에게 유리한 쪽으로 해석하는 것이다. 하지만 성적표를 받아보면 대개 본인의 예상보다 점수가 낮다.

유감스럽게도 주식시장은 통제력 착각이 빈번하게 벌어지는 현장이다. 투자자들은 시장을 자신이 잘 읽고, 투자 종목에 대해서도 철저히 파악하고 있다고 믿는다. 하지만 투자의 성패를 가르는 것은 이런 지식이 아니다. 시장의 공포와 탐욕, 투자자 개개인의 매매 습관이 결정적인 영향을 끼친다. 아무리 좋은 주식이라도 매일 오르내리는 주가를 보며 참고 기다리지 못하면 좋은 결과를 얻을 수 없다. 종목 분석은 그 다음이다.

폭등, 폭락 등 시장의 급격한 움직임이 벌어질 때 초연하게 앉아 있을 투자자들은 많지 않다. 손실험 심리 탓에 보유 종목 가운데 평가이익이 난 종목부터 팔고 평가손 종목은 원금을 회복할 때까지 기다리는 게 재미투자자들의 두드러진 속성이다. 하지만 주가라는 것은 오를 놈이 더 뛰고, 내릴 놈은 더 추락하기 일쑤다.

기관투자자의 펀드매니저들은 대개 개미들보다 나은 성적을 낸다. 대부분 사람들이 갖는 심리 함정을 배제하는 데 주력하기 때문이다. 하지만 펀드 3개 중 2개는 시장 평균수익률을 밑돈다. 한 해 성적이 좋았으면 이듬해에는 죽 쭉기 일쑤다. 차라리 지수따라 움직이는 인덱스펀드나 ETF가 훨씬 낫다는 얘기가.

통제력 착각에서 벗어나는 가장 좋은 방법은 성공과 실패 원인에 대한 검증과 피드백이다. 기상청 예보관들은 자신의 예측을 과신하지 않는다. 아침마다 창밖을 보면 그의 예측이 맞았는지 틀렸는지 바로 들통 나기 때문이다. 매일 이런 경험을 하다 보니 학습 효과로 말미암아 자신의 성공 확률을 냉정하게 판단하고 들여다 볼 수 있게 된 것이다.

주식 투자에서 재미를 보면 자기 실력이라 자랑하고, 손해가 나

면 운이나 실수 탓으로만 돌려서는 백전백패다. 투자 실패를 최소화하려면 우직하지만 자신의 선택에 대한 검증과 피드백에 충실한 것이 최선이다. 주식을 살 때 왜 샀는지, 반대로 팔 때는 왜 파는지 그 이유를 반드시 기록해두는 것이 좋은 방법이다. 수익성, 성장성, 고배당, 안정적 재무구조, 역량 있는 CEO 영입, M&A, 낙폭과대... 주식을 샀으면 이 가운데 무엇이든 한 가지 이유는 있었을 것이다. 이도저도 아니라면 테마주에 편승한 부화뇌동, 작전주 같은 소문, "주위 사람이 좋다고 해서" 뿐이다. 소문과 귀멸에 의존해 산 주식이 잘되기를 바라느니, 차라리 온전히 우연에 맡기는 복권을 사는 게 정신 건강에 이롭다. ㉞

Tips

몬티 홀 딜레마

문이 3개가 있다. 하나의 문 뒤에는 고급 승용차가 있고, 나머지 두 개의 문 뒤에는 자전거가 있다. 게임 참가자는 문 하나를 고른다. 그러자 사회자가 남은 두 문 가운데 자전거가 있는 한 문을 열어 보여지며 제안한다. "원하면 선택을 바꿔도 됩니다." 참가자는 선택을 바꿔야 할까, 말아야 할까.

가능성은 세 가지다. ①남은 문이 2개이니 선택을 바꾸든 않은 확률은 50%이다. ②선택을 바꾸는 게 승용차를 탈 확률이 높다. ③선택을 안 바꾸는 게 좋다. 많은 이들의 대답은 선택을 바꾸지 않는 것이었다. 하지만 독자로부터 이 문제를 질문받은 한 칼럼니스트는 대뜸 선택을 바꾸라고 권했다. 그는 '퍼레이드'란 잡지에 '마릴린에게 물어보기'라는 인기 칼럼을 연재해온 마릴린 보스 사반트였다. 사반트는 세계에서 가장 머리가 좋은 사람(Q 228)으로 기네스북에도 오른 인물이다.

그러자 독자들의 항의 편지가 쏟아졌다. 그중에는 논문 1500편을 쓴 전설적인 수학자 폴 에르도슈 같은 수학자와 경제학자들도 포함돼 있었다. 항의의 대부분은 확률 50%가 정답이며 사반트가 틀렸다는 것이었다. 다수의 의견처럼 문이 두 개 남았으니 50%가 맞지 않을까.

하지만 이는 틀린 것이다. 선택을 바꾸면 당첨 확률이 3분의 2로 올라가지만, 안 바꾸면 3분의 1에 그친다. 알고 보면 어렵지 않다. A, B, C 중에 A를 골랐다면 당첨 확률은 A가 3분의 1, B+C가 3분의 2다. 사회자가 B를 열어보았다면 A의 확률은 계속 3분의 1이지만 남은 C의 확률은 3분의 2로 높아지는 것이다.

사반트의 설명은 훨씬 간단하다. "100만 개의 문이 있다고 상상해보세요. 당신이 1번 문을 선택했을 경우 문 뒤에 있는 게 원지 아닌 사회자가 777번 문을 제외한 나머지 문을 모두 열었다고 해봅시다. 그렇다면 당신은 재빨리 777번 문으로 옮겨가겠지요?"

이 문제는 미국에서 1960년대부터 40년간 인기를 모은 TV쇼 '거래를 합시다(Let's Make a Deal)'에 등장한 문제와 흡사하다. 그래서 진행자인 몬티 홀의 이름을 따 '몬티 홀 딜레마' 또는 '몬티 홀 문제'라고 부른다. TV 쇼에선 문 뒤에 자전거 대신 염소가 있었다.

이렇듯 인간은 확률을 정확히 파악하게끔 진화하지 못했다. 대개 사람들은 당첨 확률에 관한 사전 정보가 있는 상태에서 새로운 정보(문을 열어 보이는 것)가 주어졌을 때 해당초의 당첨 확률을 무시하는 경향이 있다. 확률 판단의 '기저율(Base Rate) 무시'로 불리는 오류다. 인지능력의 한계이자, 눈으로 보는 직관과 진실 사이에는 괴리가 있다는 얘기가.

‘신의 뿔’을 가진 **사슴**

녹용은 최고의 약재 사슴고기는 웰빙 육류

‘동의보감’엔 녹용을 ‘정력이 떨어지는 남성과 다리와 무릎에 힘이 없는 사람에게 유익한 약재’로 기술하고 있다. 한방에선 빈혈, 외상, 출혈 환자나 산모에게 유익한 약재로 친다. 사슴은 뿔만 유용한 게 아니다. 서양에선 사슴고기가 다이어트와 혈관 건강에 이로운 웰빙 육류로 인기가 높다.

글 · 박태균 중앙일보 식품의약전문기자 tkpark@joongang.co.kr

☉ 사슴 농장은 여름(6~8월)이 한철이다. 사슴 뿔(녹용)을 자르는 시기이기 때문이다. 우리 국민은 ‘사슴’ 하면 먼저 뿔을 떠올린다. 동양에서 2000년 전부터 보약으로 쓰이고 있는 녹용은 한약재 가운데 으뜸으로 친다. 러시아에서도 ‘신의 뿔’이라고 부를 만큼 약효를 인정받고 있다.

녹용은 수사슴의 뿔이 새싹처럼 돌아나 딱딱하게 각질(角質)로 변하기 전에 잘라서 약으로 사용하는 것을 말한다. 매년 봄이면 수사슴 머리에선 새 뿔이 자라기 시작해 110~130일간 성장한다. 이때 뿔 속에선 혈액 순환이 활발히 이뤄진다. 뿔 표면은 짙고 부드러운 벨벳과 같은 털로 덮여 있다. 이것이 녹용(鹿茸·Velvet Antler)이다. 뿔이 성장을 멈추면 혈류가 차단되고 표면의 털이 거칠어지면서 서서히 벗겨진다. 이 상태가 녹각(鹿角·Hard Antler)이다.

녹용과 녹각은 성분, 효능, 가격에서 큰 차이를 보인다. 녹용이 약효가 더 뛰어나고 가격도 비싸다. 한방에선 녹용 중에서도 가장 윗부분인 분골의 약효를 제일로 친다. 상대, 중대, 하대



로 내려갈수록 효능과 가격이 떨어진다. 상대는 뿔의 조직이 단단한 데 반해 하대는 조직이 영성하며 거칠다. 색깔도 상대는 노르스름하거나 선명한 피의 색이다. 하대는 검붉거나 짙은 색처럼 희다. 뿔이 아래로 내려갈수록 가장자리의 테가 굵다. 일반적으로 녹용은 굵은 것(대포)이 가는 것(소포)보다 양질인 것으로 알려져 있다.



2000년 전부터 보약으로 쓰이고 있는 녹용은 한약재 가운데 으뜸으로 친다.

‘동의보감’엔 녹용을 ‘정력이 떨어지는 남성과 다리와 무릎에 힘이 없는 사람에게 유익한 약재’로 기술하고 있다. 척박하고 추운 환경에서 자라는 사슴의 뿔이어서 위로 뻗치게 하는 기운이 강해 몸을 급히 보양시킬 수 있다고 본 것이다. 그래서 한방에선 여름에도 내복을 입을 만큼 기운이 떨어져 있거나 음식을 먹은 즉시 설사를 하는 사람에게 흔히 처방한다.

한방에서는 녹용을 조혈(造血)계통 질환을 지닌 사람에게 유익한 약재로 친다. 빈혈, 외상, 출혈 환자나 산모에게 추천하는 것은 이래서다. 근육과 뼈의 힘을 증강시키거나 뼈에 구멍이 많이 생기는 골다공증의 예방과 치료 용도로도 처방한다. 신경쇠약과 노쇠를 억제하는 약재로도 쓰인다.

최근엔 관절염 예방과 치료, 항산화와 노화 억제, 면역기능 강화, 간보호, 혈당 강하, 성장과 발육 촉진, 조혈작용, 만성피로 해소 등 다양한 효능이 연구되고 있다.

녹용을 과다 섭취하면 피부 발적(發赤), 가려움증, 떨림, 호흡 곤란, 소화 장애 등 부작용을 일으킬 수 있다. 중국이나 대만, 일본 등에서 녹용을 건강식품의 원료로 사용하는 것을 금하는 것은 이래서다. 감기 등으로 열이 있는 상태라면 복용을 삼간다. 급성이나 만성 간염, 간 경변 환자라도 궁합이 맞지 않는다. 발열이나 고혈압으로 코피가 날 때도 섭취하지 않는 것이 이익이다.

단 녹용을 많이 먹으면 ‘머리가 둔해진다’, ‘살이 찐다’는 속설은 과학적인 근거가 없다. 평소 건강한 사람이라면 보약을 지을 때 굳이 값비싼 녹용을 사용하지 않고 다른 한약재로 대체해도 무방하다.

사슴은 1992년부터 수입이 자유화되면서 다양한 사슴들이 국내에서 사육되고 있다. 현재 꽃사슴, 레드디어(Red Deer), 엘크(Elk) 등 적록속(赤鹿屬)에 속하는 사슴들이 주류를 이룬다.

꽃사슴은 흰 반점이 있어 이름에 ‘꽃’을 붙이게 되었다. 자라면 체중이 60(암컷)~100kg(수컷)가량 되는데 마리당 녹용 생산량은 평균 900g 정도다. 유럽이 원산지인 레드디어(붉은 사슴)의 별명은 마록(馬鹿)이다. 성숙한 암컷은 100kg, 수컷은 160kg가량 나가며 마리당 3kg의 녹용이 나온다. 적록속 사슴 가운데 가장 덩치가 커서(암컷 300kg, 수컷 400kg) 대록(大鹿)으로 불리는 엘크의 녹용 생산량은 마리당 9~16kg에 달한다.

저열량, 고단백질, 저지방, 저콜레스테롤 식품

국내 양육산업은 녹용 생산에 집중돼 있지만 외국에선 고기 생산이 사슴 사육의 주목적이다. 양육 강국인 뉴질랜드의 경우 양육 총생산 중에서 고기가 차지하는 비율이 80% 정도다. 서양에서 사슴고기는 다이어트와 혈관 건강에 이로운 웰빙 육류로 인기가 높다. 영양적으론 저열량, 고단백질, 저지방, 저콜레스테롤 식품이다.

사슴고기의 100g당 열량은 120kcal로 쇠고기의 등심(192kcal)이나 갈비(307kcal), 돼지고기의 목살(180kcal)이나 삼겹살(331kcal)보다 훨씬 낮다. 닭고기의 가슴살(생것, 102kcal) 수준이다. 단백질(100g당 23g)도 쇠고기나 돼지고기보다 많이 들어 있다. 지방은 100g당 2.4g에 불과한 데다 혈관 건강에 해로운 포화지방의 비율이 전체 지방의 절반에 못 미친다. 다시 말해 사슴고기 지방에서 혈관 건강에 이로운 불포화 지방의 비율이 50~55%에 달하는 것이다. 콜레스테롤 함량(100g당 55mg)도 돼지고기나 쇠고기보다 적다. 철분이 풍부해(100g당 3.4mg) 빈혈 예방에도 유용하다.

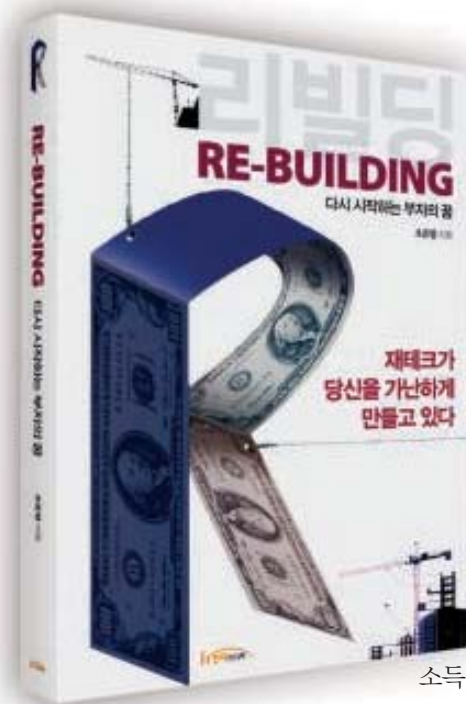
지방이 적은 사슴고기는 삼겹살처럼 지방이 많은 고기들과는 요리법이 다르다. 특히 사슴고기의 다즙성과 부드러움을 유지하기 위해선 뜨거운 불에서 짧은 시간에 요리하는 것이 요령이다. 요리 전에 오븐이나 팬을 예열한 뒤 중간 정도의 열로 굽는 것이 적당하다. 요리를 담는 접시도 온도를 미리 올려둔다. 찜 요리를 제외하곤 재가열을 하지 않는다. 철분이 많은 사슴고기의 유통은 진공 비닐 포장 상태로 해야 한다.

‘동의보감’엔 사슴고기에 대해 ‘따뜻하고 독이 없어 혈액과 기력 보강에 이롭다. 심장, 위 등 오장을 강화하고 혈액 순환을 도와 기력을 돋운다’고 쓰여 있다. 하지만 ‘해독작용이 강해 어떤 약이든 약효를 떨어뜨리는 작용을 한다’고 기술했다. 보약이나 치료제를 복용하는 사람은 사슴고기를 먹어서는 안 된다는 것이다.

사슴은 소, 돼지, 닭처럼 가축으로 분류돼 있다. 하지만 도축 절차와 해체 방법 등이 법에 규정돼 있지 않다. 일부 사슴 농장에서 비위생적으로 도축해 얻은 고기를 손님상에 올려도 단속하기 힘든 것은 이래서다. ㉞

‘리빌딩, 다시 시작하는 부자의 꿈’ 바보야, 문제는 재테크야

글 · 이상건 미래에셋 투자교육연구소 상무 sg.lee@miraeasset.com



리빌딩, 다시 시작하는
부자의 꿈 /
조준행 지음 /
한티미디어 /
1만4000원

◎ 외환위기 이후 한국 사회에 불어닥친 현상 중 하나가 ‘돈’, ‘부자’ 등의 단어로 표현되는 ‘재테크 열풍’이다. 치솟는 주거비와 교육비, 불안정한 고용, 장수 리스크의 등장 등으로 야기된 사람들의 불안 심리가 자연스럽게 재테크 열풍으로 이어졌다. 서점가에 재테크 코너가 당당히 주류로 등장한 것도 외환위기 이후다. 그런데 ‘재테크가 당신을 가난하게 만들고 있다’는 도발적 문제 제기를 하는 책이 등장했다. 자산 관리 전문가 조준행 프라미스경제경영연구소 대표의 ‘리빌딩 (RE-BUILDING), 다시 시작하는 부자의 꿈’이다.

재테크가 우리를 가난하게 만드는 주범이라니..., 그럼 어떻게 해야 한단 말인가. 저자는 무엇보다 패러다임의 전환이 필요하다고 주장한다. 금융위기로 세계 경제는 저성장 국면으로 진입했고, 고령화로 부동산 시장의 수요 기반은 약화됐다. 각 개인의 삶에서 부가가치를 창출하는 방식에도 변화가 일고 있다.

소득에 대한 관점도 변혁이 진행 중이다. 정년이 보장되는 시대에 소득 프레임은 ‘성실’이었고, 고금리 시절의 저축 프로그램의 요체는 ‘인내’였다. 하지만 가정경제의 구조가 변하면서 이런 프레임은 낡은 것이 돼버렸다. 현재 가정경제의 비중은 소득 50%, 소비 25%, 저축 25%다. 이 중 재테크의 대상이 되는 것은 저축 25%다. 사실 가정경제를 좌지우지하는 것은 소득과 소비다. 그런데도 대부분의 사람들은 비중이 25%밖에 안 되는 재테크에 목을 매고 있다. 저자가 힘을 주어 프레임을 바꿔야 한다고 목청을 높이는 이유다.

‘소비=생활비’라는 프레임을 버리고, 소모성 소비와 투자성 소비를 구분하는 것부터 시작해야 한다. 투자성 소비는 자녀 교육비, 주거비, 품위 유지비 등이다. 오늘날 가정경제가 힘들어진 것은 25%의 비중을 차지하는 재테크에 열중하면서 잘못된 투자성 소비 지출이 구조화된 탓이다.

책은 이 밖에도 100세 시대에 맞는 자산 관리 요령과 개인 투자자들이 반드시 알아야 할 금융상품에 대해서도 친절하고 꼼꼼한 설명을 하고 있다. 가정경제를 리빌딩해서 삶의 가치를 높이고자 하는 사람들에게 참고서가 될 만하다. ㉞



은퇴와 투자

정기구독 안내

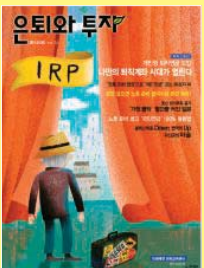
〈은퇴와 투자〉는 매월 1일 발행하는 은퇴 가이드 잡지입니다.
정기구독을 신청하면 원하는 곳에서 편하게 받아볼 수 있으며,
구독료가 인상되더라도 계약기간 만료 시까지
종전 가격으로 구독할 수 있습니다.

국내 1년간 구독료는 2000원X12개월=2만4000원에서
16.8% 할인한 **2만 원입니다.**

구독 신청자에게는 '미래에셋 투자교육연구소'에서 발간하는 서적 한 권을 선물로 드립니다.

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

계좌번호 국민은행 870-01-0149-959, 예금주 동아일보(CMS코드 7777)





알 리 니 다



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 '미래에셋 투자교육연구소'에서 발간하는 서적을 선물로 드립니다.
보내주신 글은 편집상 일부 수정될 수 있다는 점을 양해해주시기 바랍니다.

e-mail : rni@miraeasset.com fax : 02-3774-2084

은퇴와 투자

발행일

2012년 7월 1일(통권 25호)

발행처

미래에셋자산운용

발행인

구재상 미래에셋자산운용 부회장

편집위원장

강창희 미래에셋 투자교육연구소 소장

편집위원

이상건 미래에셋 투자교육연구소 상무

김동엽 은퇴교육센터 센터장

전용우 은퇴교육센터 선임연구원

김대근 은퇴교육센터 선임연구원

박용식 은퇴교육센터 연구원

제작 대행

동아일보사 출판국

편집장

최호열

아트디렉터

주영권

주소

서울시 중구 수하동 67번지 미래에셋 센터원빌딩 이스트타워 20층

편집 문의

미래에셋자산운용 은퇴교육센터 02. 3774. 2073

구독 문의

02. 361. 1095

인쇄

(주)교회사

등록

2010년 5월 27일(등록번호 서울중 라 00390)

정가

2000원

*이 책에 실린 어떤 내용도 무단복제해서 사용할 수 없습니다.