

지역아동센터 이용 아동의 건강과 일상생활

- 지원·보호아동 및 자립준비청년 패널조사 1차년도(2023년) 결과를 중심으로 -

윤소정 아동권리정책본부 정책연구부 부연구위원 yun2025@ncrc.or.kr

시작하는 글

- 본 글은 「지원·보호아동 및 자립준비청년 패널조사」 1차년도 조사 참여자 중 지역아동센터 이용 아동의 '건강과 일상생활'에 중점을 두었다. 구체적으로 지역아동센터 이용 아동의 신체 및 정신건강을 살펴보고 일상생활 중 가정 내 영양 및 여가환경에 대해 살펴보았다.

[아동과 모두를 위한 요약]

- 지역아동센터를 이용하는 학생들은 전체적으로 건강한 편입니다. 하지만 중·고등학생들은 몸건강과 먹는 것에 조금 더 신경을 쓸 필요가 있습니다. 또 중학교, 고등학교에 다니는 학생들은 초등학생에 비해 놀거나 취미생활을 즐기는 시간이 부족한 것으로 조사되었습니다. 앞으로는 부모님들과 지역아동센터 선생님들이 놀이하고 취미생활을 즐기는 시간의 중요성을 알고, 지역아동센터를 이용하는 학생들이 재미있게 놀이하며 즐길 수 있는 다양한 활동을 제공해주면 좋겠습니다.

I 지역아동센터 및 이용 아동 현황

지역아동센터에서는 방과후 돌봄이 필요한 지역사회 아동의 건강한 성장을 지원하기 위해 종합적인 복지서비스를 제공하고 있으며 지원내용은 크게 보호, 교육, 정서지원, 문화, 지역사회연계로 구성되어있다. 최근 5년간 지역아동센터 개소수를 살펴보면 4,200개 선을 유지하고 있으며, 이용 아동수의 경우 다소 감소세를 보이긴 하나 꾸준히 100,000명 이상의 수요가 있음을 확인할 수 있다(표 1-1-1)). 지역아동센터는 아동의 건전육성이 목적이며 특히 맞벌이 가정, 한부모 가정, 조손 가정 등 다양한 가정의 기능을 보완한다는 점에서 아동의 건강한 삶을 위한 종합적인 지원체계로서 그 역할이 매우 중요하다.

〈표 I-1-1〉 최근 5년간 지역아동센터 센터 및 이용 현황

	2019	2020	2021	2022	2023
센터수(개소)	4,217	4,264	4,295	4,253	4,230
이용 아동수(명)	108,971	106,510	106,746	105,210	104,033

출처: 공공데이터포털. 보건복지부_지역아동센터 현황. <https://www.data.go.kr/data/15004404/fileData.do> (2025. 6. 16 인출)

보건복지부(2024). 2023년 12월말 기준 전국 지역아동센터 통계조사 보고서.

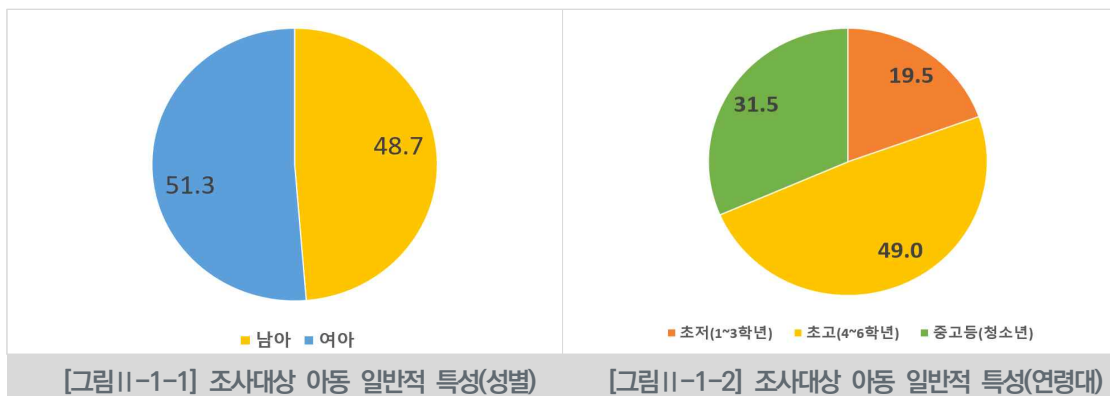
II 지역아동센터 이용 아동의 건강과 일상생활 주요 결과



1. 조사참여 지역아동센터 이용 아동 특성

2023년 지원·보호아동 및 자립준비청년 패널조사 중 지역아동센터 이용 아동의 건강과 일상생활을 위한 분석은 초등저학년(1~3학년), 초등고학년(4~6학년), 중·고등(청소년)학생을 대상으로 진행되었으며, 분석을 위한 아동수는 1,064명으로 성별 비율의 경우 여아 51.3%, 남아 48.7%, 연령대별 비율은 '초등 1~3학년' 19.5%, '초등 3~6학년' 49.0%, '중·고등(청소년)' 31.5%로 나타났다.

(단위: %)

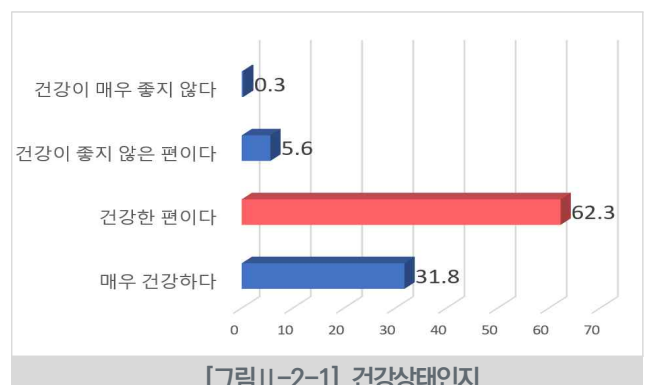


2. 신체·정신 건강

1) 건강상태 인지

(단위: %)

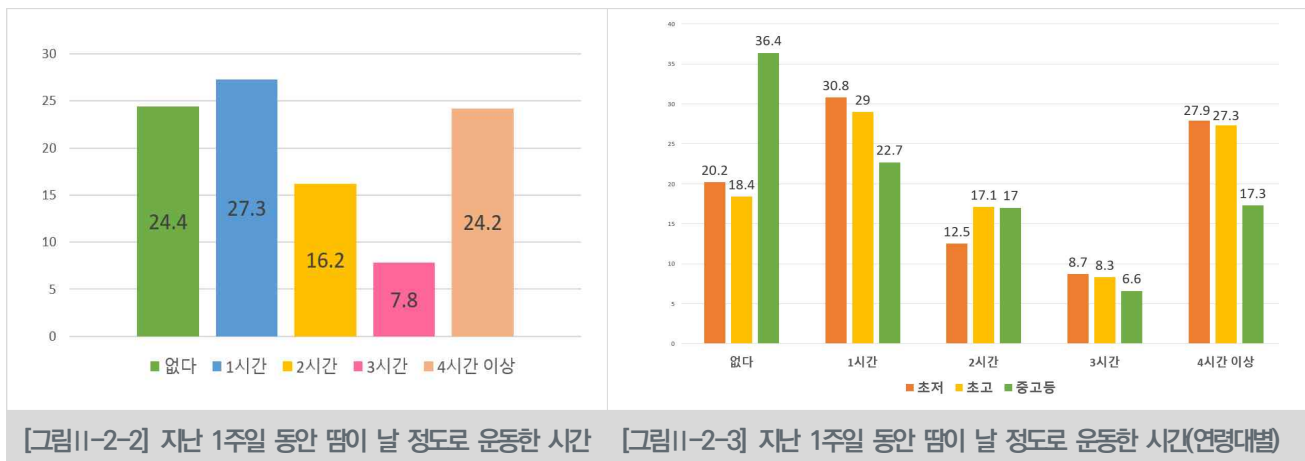
지역아동센터 이용 아동 스스로 자신의 건강상태를 어떻게 인지하고 있는지 살펴본 결과 건강한 편이다(62.3%)가 가장 높은 비중을 차지하였고, 다음으로 매우 건강하다(31.8%), 건강이 좋지 않은 편이다(5.6%), 건강이 매우 좋지 않다(0.3%)의 순으로 나타나 90% 이상의 아동이 자신의 건강상태를 긍정적으로 인지하고 있는 것으로 확인되었다.



2) 신체건강

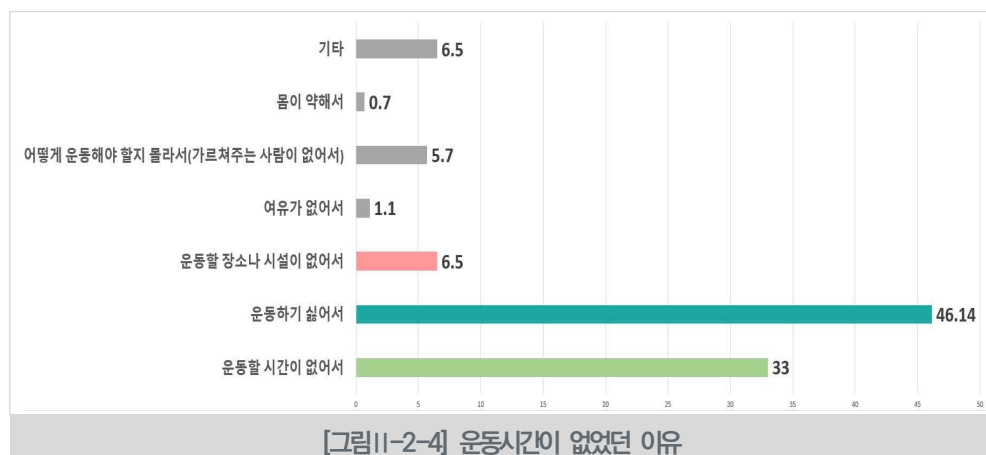
지역아동센터 이용 아동 1,064명을 대상으로 일주일 동안 땀이 날 정도로 운동한 시간을 조사한 결과 1시간(27.3%) 운동 시간을 가졌다는 비율이 가장 많았고, 다음으로 없다(24.4%), 4시간 이상(24.2%), 2시간(16.2%), 3시간(7.8%)의 순으로 나타났다. 연령대별로 나누어 살펴본 결과 중·고등학생의 경우 초등학생에 비해 1주일 동안 땀이 날 정도로 운동한 시간이 '없다'라고 응답한 경우가 36.4%로 다소 높게 나타나 지역아동센터를 이용하는 청소년의 신체적 건강에 보다 세심한 관심이 필요해 보인다.

(단위: %)



지난 일주일 동안 땀이 날 정도로 운동한 시간을 묻는 질문에 대해 '없다'라고 응답한 260명을 대상으로 운동시간을 가지지 않은 이유에 대해 추가 조사한 결과는 다음 [그림II-2-4]와 같다. 운동하기 싫어서(46.1%)라는 응답이 가장 높게 나타났고, 다음으로 운동할 장소나 시설이 없어서와 기타(6.5%), 어떻게 운동해야 할지 몰라서(가르쳐주는 사람이 없어서)(5.7%) 등의 순으로 나타났다. 이러한 결과를 미뤄봤을 때 지역아동센터 내에서 아동의 신체건강의 중요성을 제고시킬 수 있는 교육을 제공하고, 아동이 즐겁게 운동에 접근할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

(단위: %)



3) 정신건강

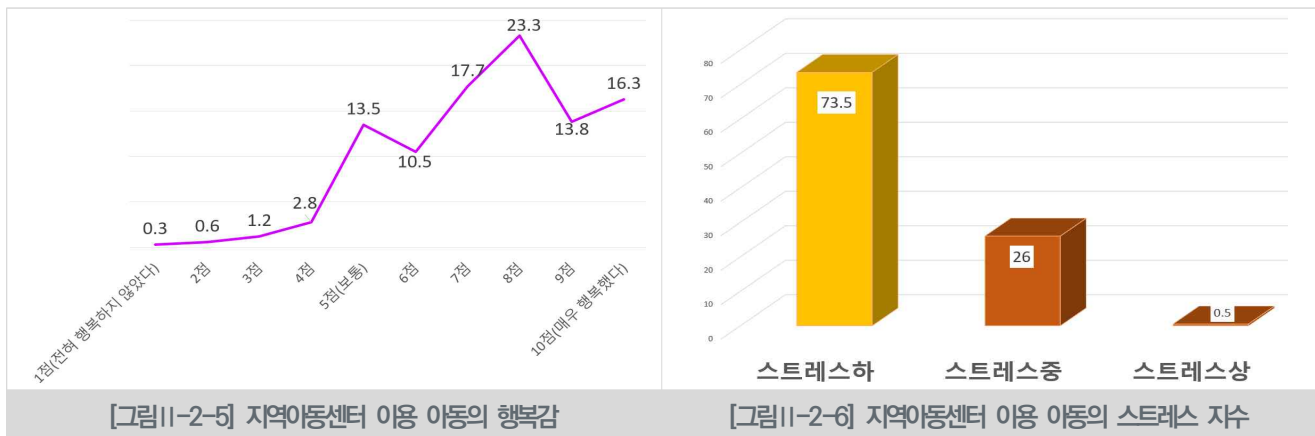
① 행복감

지역아동센터 이용 아동의 평균 행복감은 7.44(10점 만점)점으로 나타났으며, 행복감 점수가 높은 편인 8점(23.3%)에 응답한 비율이 가장 많았다. 응답 아동의 90% 이상이 '보통'에서 '매우 행복했다' 사이의 점수에 응답한 것으로 나타났는데, 이는 지역아동센터 이용 아동의 행복감이 전반적으로 양호한 것으로 해석할 수 있다.

② 스트레스

지역아동센터 이용 아동 중 초등학교 고학년 및 중·고등(청소년)학생 856명을 대상으로 스트레스 지수를 살펴보았다. 조사결과 '스트레스 하'에 속하는 아동이 전체의 73.5%로, 압도적으로 많은 비율을 차지하였고 다음으로 '스트레스 중' 26.0%, '스트레스 상' 0.5%의 순으로 조사되었다. 조사결과 대부분의 아동이 스트레스 지수가 낮은 편에 속하는 것으로 확인되었다.

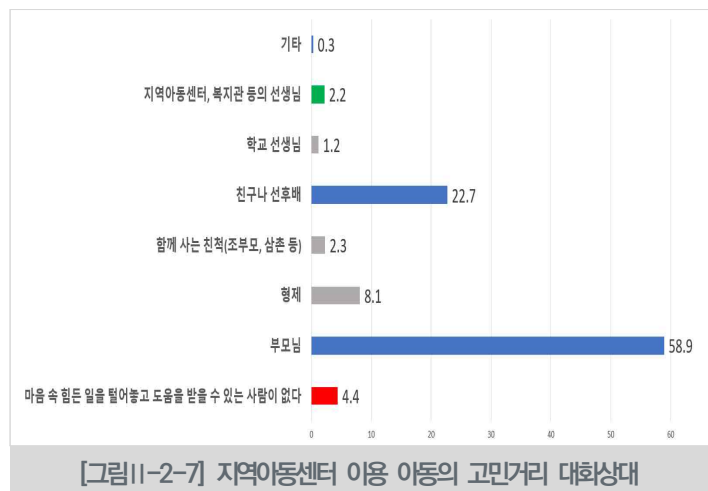
(단위: %)



③ 고민거리 대화상대

(단위: %)

한편, 지역아동센터 이용 아동이 고민, 걱정이 있을 때 주로 누구와 이야기하고 도움을 받는지 조사한 결과는 다음 [그림11-2-7]과 같다. 부모님(58.9%)이 가장 높은 비율을 차지하였고, 다음으로 친구나 선후배(22.7%), 형제(8.1%), 마음 속 힘든 일을 털어놓고 도움을 받을 수 있는 사람이 없다(4.4%), 함께 사는 친척(조부모, 삼촌 등) 2.3%, 지역아동센터, 복지관 등 선생님(2.2%) 등의 순으로 나타났다. 지역아동센터 이용 아동의 경우 주로 고민걱정에 대한 도움을 가족자원 안에서 얻고 있는 것으로 확인되었다.

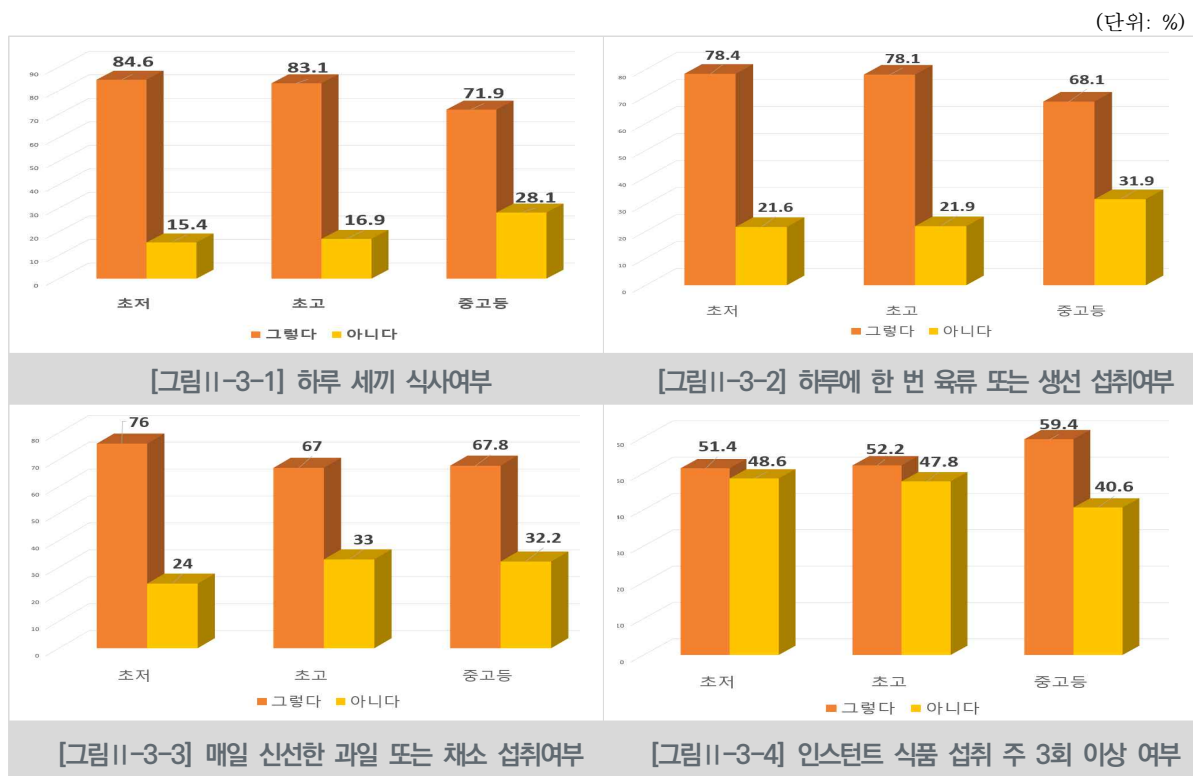


3. 일상생활

1) 가정 내 영양 및 여가환경

지역아동센터 이용 아동의 가정 내 영양 및 여가환경에 대해 살펴보았다. 먼저 영양환경에 대한 질문 중 하루 세끼를 먹는지 조사한 결과 전체 아동의 80% 정도가 하루 세끼를 먹는 것으로 나타났다. 연령대별로 살펴본 결과 청소년(중·고등)의 경우 ‘아니다’에 응답한 비율이 28.1%로 나타나 초등학생에 비해 약 2배 정도 하루 세끼를 챙겨먹지 않는 것으로 확인되었다. 또한 가정에서 하루 한 번 육류 또는 생선 섭취여부를 조사한 결과 전체 아동의 25.0%가 섭취하지 않는다고 응답하였고, 연령대별로 살펴보았을 때 청소년이 육류 또는 생선을 섭취하지 않는 비율이 31.9%로 가장 높았다. 매일 신선한 과일 또는 채소 섭취여부의 경우 전체 아동의 31.0%가 가정에서 매일 신선한 과일 또는 채소를 섭취하지 않는 것으로 나타났다. 연령대별로 살펴보았을 때 초등학생이 33.0%로 가장 높았다.

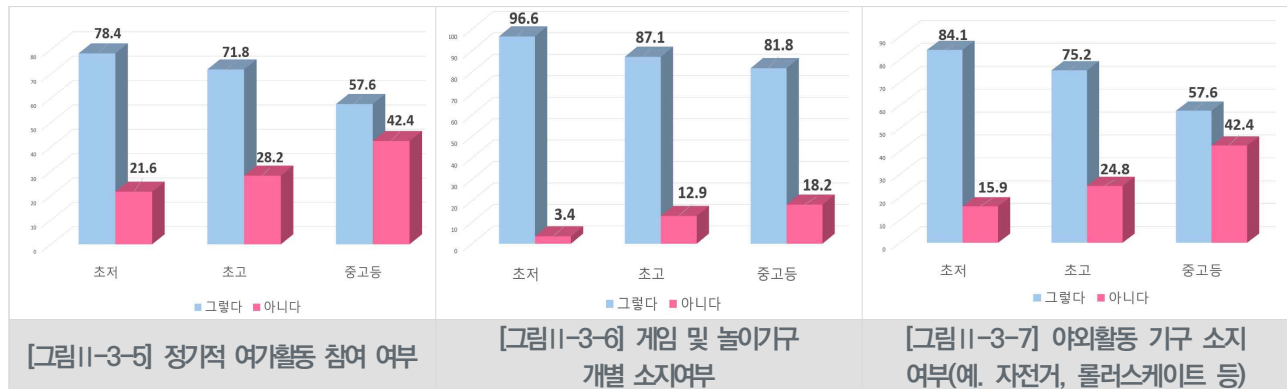
한편, 주 3회 이상 인스턴트 식품을 섭취하는지에 대해서는 전체 아동의 54.3%가 섭취한다고 응답하였는데, 연령대별로 살펴보았을 때도 모든 연령대에서 50% 이상 주 3회 이상 인스턴트 식품을 섭취하는 것으로 나타났다. 지역아동센터 아동의 인스턴트 식품 섭취에 대한 세심한 주의를 기울일 필요가 있는 것으로 여겨진다.



다음으로 지역아동센터 이용 아동의 가정 내 여가환경에 대해 살펴보았다. 정기적으로 여가활동을 하고 있는지에 대한 질문에 전체 아동의 68.6%가 ‘그렇다’고 응답하였다. 연령대별로 살펴보았을 때 초등학생이 정기적 여가활동에 참여하는 비율이 78.4%로 가장 높은 반면, 청소년(중·고등)의 경우 57.6%만이 정기적 여가활동에 참여하는 것으로 나타났다. 게임 및 놀잇감 개별 소지여부를 조사한 결과 전체 아동의 87.3%가

적어도 1개 이상의 게임이나 놀잇감을 갖고 있는 것으로 나타났다. 한편, 아동이 야외활동을 할 수 있는 기구(예. 자전거, 롤러스케이트 등)들이 있는지 조사한 결과, 전체 아동의 71.4%가 ‘그렇다’고 응답하였으나 연령대별로 살펴보면 청소년(중·고등)의 경우 57.6%만이 야외활동 기구가 있다고 응답하였다.

(단위: %)



III 결론 및 제언

본 연구에서는 지원·보호아동 및 자립준비청년 패널조사를 활용하여 지역아동센터 이용 아동의 신체·정신건강과 일상생활 환경에 대해 살펴보았다.

먼저, 지역아동센터 이용 아동은 전반적으로 자신의 건강상태를 긍정적으로 인지하는 것으로 나타났으며, 행복감과 스트레스 수준 또한 양호한 것으로 조사되었다. 다만 신체건강과 관련한 부분에서는 보다 세심한 관심이 필요해 보인다. 전체의 약 25%의 아동이 지난 1주일 동안 땀이 날 정도로 운동한 시간이 ‘없다’고 응답하였으며, 특히 연령대별로 살펴본 결과 중·고등학생 연령대에서 그 응답률이 높았다. 중·고등학생 응답률이 비교적 높았던 이유는 방과 후 운동을 위한 시간보다 학업에 더 많은 시간을 투자하였기 때문으로 추측된다. 그러나 성장기 아동의 신체건강의 중요성을 미뤘을 때 지역아동센터 이용 아동들이 보다 규칙적으로 신체활동을 즐길 수 있는 다양한 신체활동 프로그램이 지역아동센터 내에서 제공될 필요가 있다. 또한 단순히 ‘운동을 하기 싫어서 하지 않았다’는 응답이 가장 높았던 점을 고려했을 때 아동이 신체활동의 중요성을 스스로 인식하고, 운동에 대한 거부감을 갖지 않도록 점진적인 활동 또는 다양한 유형의 신체활동을 제공할 필요가 있다. 즉, 처음부터 신체활동 정도가 강한 프로그램을 제공하기보다 점진적으로 활동의 강도를 높여갈 수 있는 프로그램을 제공하고, 한 가지 유형만이 아닌 제공되는 신체활동에 대해 아동이 선택권을 지닐 수 있도록 최소 2가지 이상의 신체활동 프로그램이 안내될 필요가 있다.

한편, 지역아동센터 이용 아동의 영양 및 여가환경에 대해 살펴본 결과 대다수의 아동이 하루 세끼를 먹는 것으로 조사되었으나 중·고등학생의 경우 하루 세끼를 모두 섭취하는 비율이 연령대 중 가장 낮았다. 이는 날씬한 신체에 대한 잦은 미디어 노출, 청소년기 발달 특성에 따른 신체상에 대한 관심 증대가 영향을 주었을 것으로 추측된다. 또한 지역아동센터 이용 아동의 경우 연령대와 관계없이 절반 이상의 아동이 주 3회 이상 인스턴트 식품을 섭취하는 것으로 조사되었는데, 이러한 점을 미뤘을 때 가정과 지역아동센터에서는

아동에게 균형잡힌 식사를 제공함과 동시에 아동이 건강한 식이습관을 형성해 갈 수 있도록 많은 관심을 기울일 필요가 있다.

지역아동센터 이용 아동의 가정 내 여가환경을 연령대별로 살펴본 결과 중·고등학생의 정기적 여가활동 참여여부가 다른 연령대에 비해 낮은 것으로 조사되었다. 청소년의 정기적 여가활동 참여가 상대적으로 낮게 나타난 이유는 청소년기 학업 부담에서 기인했을 것으로 추측된다. 즉, 학업 부담으로 인해 정기적 여가시간을 갖는 것 자체에 청소년들이 심적 어려움을 느꼈을 것으로 사료된다. 그러나 학업스트레스가 많은 청소년기에 여가는 매우 중요하다. 성인의 삶에서 일과 여가의 균형을 이루듯 건강한 성장을 위해서는 학업과 여가의 균형을 이룰 필요가 있다(김보람, 김매이, 2020). 이를 위해 가정에서는 아동의 생활시간 내 균형잡힌 여가시간 운용의 중요성을 인식하고, 가정에서 운용되지 못하는 여가시간의 경우 지역아동센터에서 제공되는 문화프로그램을 통해 보완할 필요가 있다. 나아가 프로그램 제공 시에는 단순 관람형태만이 아닌 동적인 여가활동 또한 균형있게 포함하여 아동이 다양한 유형의 여가를 향유할 수 있는 지원이 요구된다.

[참고문헌]

- 김보람, 김매이(2020). 청소년들의 학업과 여가의 균형에 따른 여가시간, 여가비용 및 행복수준, **여가학연구**, 18(3), 41-61.
- 공공데이터포털. 보건복지부_지역아동센터 현황. <https://www.data.go.kr/data/15004404/fileData.do> (2025. 6. 16 인출)
- 보건복지부(2024). 2023년 12월말 기준 전국 지역아동센터 통계조사 보고서.