

서머타임의 도입효과 :

라이프스타일 및 국민건강상의 영향분석

김미숙 · 최은진 · 신어진 · 이지혜

K O R E A
I N S T I T U T E
F O R H E A L T H
A N D S O C I A L
A F F A I R S

한국보건사회연구원
Korea Institute for Health and Social Affairs



머리말

서머타임제란 여름 동안 시간을 원래 시간대의 시간보다 1시간 앞당겨서 생활을 하는 제도이다. 서머타임제를 도입하면 저녁시간에 해가 길어지는 효과가 있다. 일광시간을 절약하여 에너지절약, 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화를 통한 경제발전 기여 등을 목적으로 하고 있다.

서머타임제 도입으로 일광시간이 증대하여 삶의 질이 향상되고 있음이 입증되고 있다. 서머타임 도입 시 밝은 시간이 늘어나기 때문에, 스포츠, 원예를 비롯한 옥외활동이나 문화 활동을 위한 여가시간 및 가족과 함께할 수 있는 시간이 증대됨으로써 삶의 질이 향상된다는 것이다. 또한 자원봉사 활동을 통한 지역사회와의 연대의식이 강화되어 지역사회 발전에 기여할 수 있다. 아울러 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화로 경제발전에도 기여하게 된다. 즉, 서머타임 도입은 에너지절약의 관점을 넘어서 개인에게 직접적으로 유익한 시간을 만들 수 있는 기회라는 의미가 부여된다.

현재 이 제도는 전 세계 77개 국가에서 실시하고 있고, OECD 국가 중에서는 한국, 일본, 아이슬랜드만이 실시하지 않고 있다. 최근 세계적으로 에너지 위기가 심화되면서 여러 나라에서는 서머타임 실시 시간을 7개월에서 8개월로 연장하는 추세이다.

우리나라에서는 녹색정상위원회가 2009년 2월 출범하면서 에너지 절약, 내수활성화 및 선진국형 라이프스타일 창출을 위하여 서머타임제 조기도입의 필요성을 제기하였다. 서머타임제 도입 이전에 국민의 욕구를 파악하고, 제도 도입으로 인한 문제점을 진단한 뒤, 도입여부를 타진할 필요가 있다.

특히 기존의 연구는 서머타임제 도입으로 인한 경제성과에 초점을 두었는데, 라이프스타일과 건강의 측면에서 심층 연구를 할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 기존의 경제적 효과 중심의 연구에서 벗어나서, 서머타임이 라이프스타일과 개인의 가족생활에 주는 효과를 분석하였다. 본 연구를 통해서 서머타임의 추진 타당성을 진단하고, 도입 시 긍정적인 효과를 극대화할 수 있게 될 것이다. 아울러 향후 이를 지속적으로 추진할 때 기초 근거자료로 활용할 수 있게 될 것이고, 서머타임제 도입으로 인한 부정적인 측면을 최소화하는데 기여할 수 있게 될 것이다.

본 연구를 지원해 주신 경제인문사회이사회 김세원 이사장님, 유익한 지적을 해주신 녹색성장위원회 구아미 과장님, 서울대학교 전영섭 교수님과 이철희 교수님, 그리고 꼼꼼한 검독을 하여 주신 본 원의 서미경 연구위원과 김혜련 연구위원께 감사의 말씀을 전한다.

2009년 11월

한국보건사회연구원장

김 용 하

Abstract	1
요약	3
제1장 서론	11
제1절 연구의 필요성 및 목적	11
제2절 연구내용 및 방법	13
제3절 연구의 한계	14
제2장 서머타임에 대한 이론적 고찰	17
제1절 서머타임제의 역사	17
제2절 국내외 서머타임제의 도입 현황	18
제3절 서머타임 도입 효과에 대한 국내외 선행연구	25
제3장 조사방법	35
제1절 생활양식 및 행태 효과 분석 방법	35
제2절 표본추출 방법과 표본오차	36
제4장 결과	43
제1절 분석의 범위와 방법	43
제2절 분석결과	43
제5장 결론	67
제1절 결과요약	67
제2절 정책적 함의	69
참고문헌	71
부록	75

표 목차

〈표 2- 1〉 서머타임 도입 현황	19
〈표 2- 2〉 2009년 서머타임 도입 국가	20
〈표 2- 3〉 2009년 북반구의 서머타임 현황	21
〈표 2- 4〉 2009년 남반구의 서머타임 현황	22
〈표 2- 5〉 서머타임 운영 후 중지한 국가와 이유	24
〈표 2- 6〉 서머타임제의 장점과 단점	29
〈표 3- 1〉 설문 조사 항목	36
〈표 3- 2〉 서머타임 표본 인구 구성 (지역별·성별·연령별)	38
〈표 3- 3〉 서머타임 응답자 인구 구성(지역별·성별·연령별)	39
〈표 4- 1〉 응답자의 인구사회학적 특성	44
〈표 4- 2〉 서머타임 도입 후 라이프스타일 변화	45
〈표 4- 3〉 서머타임 도입 후 친교활동 변화	46
〈표 4- 4〉 서머타임 도입 후 문화활동의 변화	47
〈표 4- 5〉 서머타임 도입 후 자원봉사활동 변화	47
〈표 4- 6〉 서머타임 도입 후 종교활동 변화	48
〈표 4- 7〉 서머타임 도입 후 쇼핑활동 변화	49
〈표 4- 8〉 서머타임 도입 후 운동 및 산책 변화	49
〈표 4- 9〉 서머타임 도입 후 스포츠 관람 변화	50
〈표 4-10〉 서머타임 도입 후 외식 및 회식 변화	50
〈표 4-11〉 서머타임 도입 후 학원, 교육 등 공부시간 변화	51
〈표 4-12〉 서머타임 도입 후 집 밖에서 활동하는 횟수 변화	52
〈표 4-13〉 서머타임 도입 후 저녁때 집 비우는 횟수 변화	52
〈표 4-14〉 서머타임 도입 후 귀가시간이 늦어지는 횟수 변화	53

〈표 4-15〉 서머타임 도입 후 저녁거리 안전감에 대한 의견	54
〈표 4-16〉 서머타임 도입 후 자녀 안전에 대한 걱정이 줄어들지에 대한 의견	55
〈표 4-17〉 주관적 건강상태	56
〈표 4-18〉 평소의 음주횟수	56
〈표 4-19〉 서머타임 도입 후 음주횟수 변화	57
〈표 4-20〉 서머타임 도입 후 음주시간 변화	58
〈표 4-21〉 음주습관별 음주행태변화	58
〈표 4-22〉 음주횟수 증가 및 음주시간 증가 응답별 연령 및 직업분포 ...	59
〈표 4-23〉 서머타임 도입에 대한 찬반견해	60
〈표 4-24〉 서머타임제 도입 찬성 이유	61
〈표 4-25〉 서머타임제 도입 반대 이유	61

Abstract

- The summer time is being adopted in many countries to reduce energy consumption, to expand time for leisure and tour, and to boost economy by activizing food industry and logistics.
- This study analyzes the effect of the summer time on life style as well as health by utilizing a telephone survey to 1,000 sample.
- The survey result shows that the adoption of the summer time brings a positive effect on both life style and health status.
 - As regards to life style, when adopting the summer time, outdoor physical activities, eating out, going out to watch movies and concerts, etc., and registering for extra curricular activities would increase, that the overall life style changes to become more advanced.
 - Due to the expansion of the day time, a feeling of being safe on the street in the evening would be increased, which in turn raise their quality of life. In particular, this would affect women who have a fear of crime in the dark.
- The study has also found that the summer time has an positive impact on health status, but that we need to prevent from having the negative side, such as enlarging drinking time and frequency.

- Overall, under the summer time, there would be no drastic change in drinking behavior, but as many as 22 to 28 percent indicated that the drinking time and frequency will be increased.
- With the new time system, physical activities will be increased not for men, but for women, and for those aged between 20 and 30. It is expected that the increase of outdoor activities may promote health status and prevent various diseases.
- In sum, the summer time has a positive impact of both life style and health. In order to apply the system without much difficulties, however, we need to have a relevant system such as legislation and leisure infra-structure, and to promote a positive perception toward it. Further discussion is needed in relation to the starting and ending summer time.

요약

1. 연구의 필요성 및 목적

- 서머타임은 일광시간을 절약하여 에너지절약, 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화를 통한 경제발전 기여 등을 목적으로 하며, 세계 여러 국가에서 실시하고 있음.
- 국내적으로 그간 2차례 도입이 추진되었으나, 근로시간 연장 우려, 생활리듬 혼란, 절약효과가 기대보다 적음, 30%대의 고정적 반대여론 등으로 중단되었음.
- 선행연구 결과 서머타임 도입으로 인해 일광시간이 증대하여 삶의 질이 향상됨이 검증되고 있음.
 - 서머타임 도입 시 밝은 시간이 늘어나기 때문에, 스포츠, 원예를 비롯한 옥외활동이나 문화활동을 위한 여가시간 및 가족과 함께할 수 있는 시간이 증대됨으로써 삶의 질이 향상됨.
 - 또한 자원봉사 활동을 통한 지역사회와의 연대의식이 강화되어 지역사회 발전에 기여할 수 있음.
 - 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화로 경제발전에 기여함.

- 서머타임 도입은 에너지절약의 관점을 넘어서 개인에게 직접적으로 유익한 시간을 만들 수 있는 기회라는 의미가 부여됨.
- 본 연구에서는 기존의 경제적 효과 중심의 연구에서 벗어나서, 서머타임이 라이프스타일과 개인의 가족생활에 주는 효과를 분석하고자 함.
- 본 연구를 통해서 세 가지 기대효과가 예측됨.
 - 서머타임의 긍정적 효과를 극대화 함.
 - 향후 지속적으로 추진할 때 기초 근거자료로 활용함.
 - 서머타임으로 인한 건강취약계층의 건강악화를 최소화 함.

2. 연구방법

- 본 연구에서는 세 가지 연구방법을 활용함.
 - 문헌고찰
 - － 서머타임제의 역사
 - － 서머타임제의 도입현황
 - － 서머타임의 도입효과에 대한 국내외 선행연구 고찰
 - 실태조사
 - － 전화 조사를 통해 일반인의 서머타임 도입에 대한 인식 분석
 - － 성별 및 연령별 분석을 통한 심층분석
 - 전문가 간담회의
 - － 국내외 관련 전문가와의 서머타임의 가족생활, 여가생활 영향에 대한 간담회의
 - － 국내외 관련 전문가로부터 서머타임의 건강영향에 대한 정책간담회의

3. 연구결과

□ 서머타임에 대한 전체 의견을 살펴본 결과 ‘찬성한다’가 56.6%로 과반수 이상이었음.

- 찬성이유는 ‘집밖에서의 활동증가’가 가장 높게 나타났으며, ‘가족과의 시간 증가’, ‘에너지 절약’ 순으로 파악되었음.
- 서머타임을 반대하는 의견으로는 ‘시간 혼란’, ‘건강문제’ ‘근로시간이 길어짐’ 순으로 나타났음.
- 서머타임 도입 이후 발생할 수 있는 시간혼란, 건강문제 등의 문제를 사전 예방하는 방안이 마련되어야 함.

□ 생활양식 및 행태 효과 분석을 위해 라이프스타일의 변화, 건강에 대한 영향을 살펴보았음.

- 라이프스타일 변화에 관한 분석 결과 대다수의 문항에서 ‘변화없을 것이다’라는 응답이 높게 나타났지만, ‘운동 및 산책’, ‘집 밖에서 활동하는 횟수’ 등의 문항에서는 서머타임 도입 이후 활동이 증가한다는 응답이 과반수 이상으로 파악됨.
- 가족 및 친척과의 친교, 영화, 연극, 전시회 관람, 쇼핑, 스포츠 관람, 외식 및 회식, 학원/교육 등의 공부 활동도 30% 이상의 응답자는 늘어날 것으로 보고 있어, 서머타임의 도입은 라이프스타일의 변화에 있어서 상당히 긍정적이고 선진적인 결과를 낳을 것으로 예상됨.

□ 건강생활 변화에 있어서도 서머타임은 비교적 긍정적인 영향을 주고 있다고 할 수 있음.

- 수면시간의 변화는 응답자의 삼분의 일 이상이 수면감소를 예상하고 있었음. 특히 젊은 층에서 수면감소가 예상되므로 직장에서의 안전관리 대책 강화가 필요함.
- 서머타임 시행 후 음주횟수가 변화없을 것으로 예상하는 비율은

70.2%, 음주시간이 변화없을 것으로 예상하는 비율은 64.7%로 나타나 음주횟수보다는 음주시간이 증대할 것으로 예상됨.

- 운동 및 산책 활동이 늘어날 것으로 예상하는 비율이 57%로 서머타임을 시행하면 국민의 운동량이 상당히 증대할 것으로 추측됨. 남성보다는 여성의 운동증가가 예상되고, 20대에서 40대 인구집단의 신체활동증가가 예상됨. 신체활동량의 증가로 인한 건강증진 및 질병예방효과가 기대됨.

4. 서머타임의 도입효과

□ 서머타임 도입으로 인한 라이프스타일의 변화는 대체로 긍정적으로 나타남.

- 라이프스타일 변화에 관한 분석 결과 대다수의 문항에서 ‘변화없을 것이다’라는 응답이 높게 나타났지만, ‘운동 및 산책’, ‘집 밖에서 활동하는 횟수’ 등에서는 서머타임 도입 이후 활동이 증가할 것이라는 응답이 높게 나타났음. 아울러 회식, 관람, 공부 등의 활동이 증가할 것이라는 응답도 높은 편이어서 서머타임을 통해 라이프스타일의 선진화를 거둘 수 있을 것으로 보임.

□ 서머타임의 도입으로 일광시간이 증가함에 따라 시민들이 밤거리에서 느끼는 안전감이 높아질 것으로 보이며, 이러한 긍정적인 효과는 특히 평소 저녁때 범죄 발생에 대한 두려움이 높았던 여성들에게 더욱 영향을 미칠 것으로 보임.

- 일광시간 증가로 의한 저녁시간대 안전감 증가는 ‘여성의 삶의 질 향상’에 긍정적으로 기여할 것으로 판단됨.

□ 국민건강에 대한 서머타임의 효과는 긍정적인 효과도 있을 것이지만 약간의 부정적 효과에 대한 대책마련이 필요할 것으로 예상됨.

- 서머타임 시행 후 음주횟수가 변화없을 것으로 예상하는 비율은 70.2%였고, 음주시간이 변화없을 것으로 예상하는 비율은 64.7%로 나타났다. 반대로 음주횟수나 음주시간이 증가할 것으로 예상하는 비율이 각각 22.8%, 28.6%이었음.
- 음주횟수나 음주시간 증가의 비중이 상대적으로 클 것으로 예상되는 20대 연령층에 대한 절주교육이 필요할 것으로 예상됨.
- 운동 및 산책 활동이 늘어날 것으로 예상하는 비율이 57%로 서머타임을 시행하면 국민의 운동량이 상당히 증대할 것으로 추측됨. 남성보다는 여성의 운동증가가 예상되고, 20대에서 40대 인구집단의 신체활동 증가가 예상됨. 신체활동량의 증가로 인한 건강증진 및 질병 예방효과가 기대됨.

5. 정책적 시사점

- 서머타임제 도입으로 생활양식과 국민의 건강에 긍정적 영향을 미칠 것으로 기대함.
 - 제도가 원활하게 도입되어 적용되기 위해서는 관련 제도가 정비되고, 제도에 대한 긍정적 인식이 확산되어야 함.
- 법률이 정비되어야 함.
 - 「표준시에 관한 법률 시행령」이 '09년 중 입법예고 되어, 제정될 전망이다.
- 아울러 서머타임 실시 기간, 시작 및 종료 시점 등 세부사항에 대한 의견 수렴이 필요함.
 - 우리나라: '87-'88년 5월 둘째 주 일요일 → 10월 둘째 주 일요일
 - 미국: 3월 둘째 주 일요일 → 11월 첫째 주 일요일

□ 국제항공 및 해운 등 스케줄 조정도 필요함.

- 항공기 이·착륙 시각 변경에 따른 외국과의 스케줄 협의 및 공항 SLOT 조정 추진절차 이행
- 해운, 철도, 버스 등 스케줄 조정

□ 전산타이머 조정

- 산업망, 국내외 금융 전산망, 행정정보망, 인터넷 포털 등 각 분야별 전산시스템 타이머 조정 준비단을 구성, 세부추진계획 수립 및 추진 점검

□ 한·일 공동시행 지속 협의 추진도 요구됨.

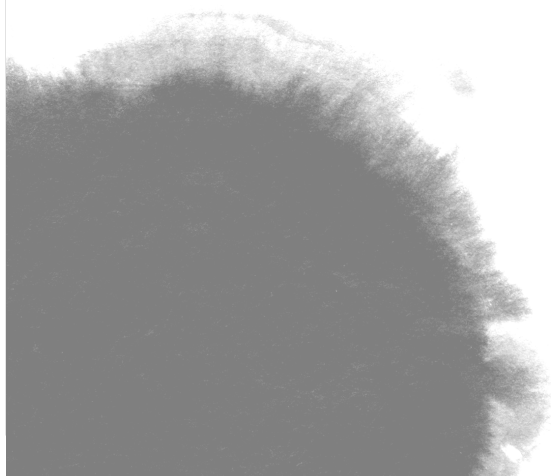
- 정상회담 또는 한·일 장관 회담시 의제화가 추진되고 있음.
- 양국 경제계 등 민간부문에서 양국의 공동 시행 필요성 등을 적극적으로 제기되어야 함.

□ 무엇보다도 서머타임에 대한 부정적 인식 전환의 공감대가 형성되어야 하고, 노동시간 연장 방지 및 다음과 같은 여유시간 활성화 대책이 마련되어야 함.

- 평생교육·직업교육·방과후 학습 등 교육 프로그램 개발
- 헬스케어·여가 프로그램 마련
- 문화·생활체육·관광시설 확충
- 자전거 도로, 산책길, 공원, 생태하천 조성 등

01

서론



제1장 서론 (Introduction)

제1 절 연구의 필요성 및 목적

- 서머타임은 일광시간 절약을 통해 에너지절약, 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화를 통한 경제발전 기여 등을 목적으로 하며, 세계 여러 국가에서 실시하고 있음. OECD국가 중 우리나라, 일본, 아이슬란드 등에서는 재도입을 검토하고 있음.
 - 서머타임제는 세계 77개 국가에서 시행되고 있으며, OECD 30개국 중 한국·일본·아이슬란드 3개국만 미시행하고 있음.
 - 최근 에너지 위기가 심화되면서 여러 나라에서 서머타임 실시기간을 연장하는 추세임 (미국 : 7개월 → 8개월, 칠레, 호주).
 - 대부분의 국가들은 에너지 절약 차원에서 서머타임제를 도입하였으며, 최근에는 일과 후 여가활동과 가족생활을 활성화하는 제도로 인식하고 있음.
- 국내에는 그간 2차례 도입이 추진되었으나 근로시간 연장 우려, 생활리듬 혼란, 절약효과가 기대보다 적음, 30%대의 고정적 반대여론 등으로 중단되었음.
 - '48년 처음 도입하여 10년간 실시 이후 올림픽의 원활한 개최 등의 목적으로 '87~'88년(2년간) 재실시 됨.
- '97년 국제수지 환경개선 등 목적으로 도입이 검토되고 있음.
 - '06년 고유가 극복방안의 일환으로 범정부적 검토가 있었음.

- 최근 녹색성장위원회가 출범('09.2.16)하면서 에너지절약, 내수활성화 및 선진국형 라이프스타일 창출을 위하여 서머타임 조기도입의 필요성을 제기함.
 - － 서머타임제는 에너지 절약 및 내수 활성화, 여가생활 활성화를 통하여 국민의 삶의 질을 높인다는 점에서 녹색생활 실천방안의 하나로 볼 수 있음.
- 선행연구 결과 서머타임 도입으로 인해 일광시간이 증대하여 삶의 질 향상됨이 검증되고 있음.
 - 서머타임 도입 시 밝은 시간이 늘어나기 때문에 스포츠, 원예를 비롯한 옥외활동이나 문화 활동 등을 위한 여가시간 및 가족과 함께할 수 있는 시간이 증대됨으로써 삶의 질이 향상됨.
 - 또한 자원봉사 활동을 통한 지역사회와의 연대의식이 강화되어 지역사회발전에 기여할 수 있음.
 - 야외활동 증가로 인해 신선한 공기의 흡입과 일광에 대한 노출이 증대되어 건강을 증진시킬 수 있을 것으로 기대됨.
 - 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화로 경제발전에 기여함.
 - － 일과 후 일광시간이 늘어남에 따라 건전한 행락이나 스포츠시설 이용, 외식 및 쇼핑 등의 증가로 내수경기가 활성화될 것으로 예상되고 있음.
 - 향락성 소비와 야간범죄가 감소함.
 - － 저녁시간대의 일광시간 증가로 인해 향락성 소비 및 야간범죄가 감소할 것으로 기대됨.
 - 서머타임을 실시한 87년의 경우 주류 소비 증가율이 감소하였으며, 유흥서비스업의 매출액이 30%내외로 감소되었음.
 - 서머타임은 일시적으로 생체리듬을 교란시켜 피로감 증대로 인한 교통사고 발생증대, 응급실 및 병원 방문자가 증대한다는 보고가 있으나 유의한 결과는 거의 없었음. 향후 지속적인 관찰과 분석이 요구됨.
- 서머타임 도입은 에너지절약의 관점을 넘어서 개인에게 직접적으로 유

익한 시간을 만들 수 있는 기회라는 의미를 부여함.

- 근로문화 개선 등 녹색성장 시대에 맞는 생활 변혁으로서, 서머타임에 대한 긍정적 효과가 부각될 수 있음.
- 서머타임제 도입은 에너지 절약과 더불어 한 시간을 활용할 수 있기 때문에 삶의 질 개선 차원에서 검토될 수 있음. 즉, 절약된 한 시간으로 자기 계발은 물론 가족과 함께 더 많은 시간을 보내는 등 생활 패턴의 근본적인 변화를 꾀할 수 있을 것임.
- 본 연구에서는 기존의 경제적 효과 중심의 연구에서 벗어나서, 서머타임이 라이프스타일과 개인의 가족생활에 주는 효과를 분석하고자 함.
 - 제도 도입 후 개인의 생활변화를 분석함.
 - － 서머타임으로 인한 삶의 패턴 변화, 여가활용의 변화를 살펴봄.
 - － 아울러 서머타임과 건강영향에 관련된 최근의 국내외 동향을 분석하고, 국민의 선호도를 조사 연구함.
 - 심혈관질환과 같은 만성질환요인과 자외선을 비롯한 기후변화관련 요인들과 혼합된 건강위험요인을 감안하여 서머타임도입의 타당성을 파악한 후, 서머타임 도입시 건강피해를 최소화하기 위한 방안을 강구함.
- 본 연구를 통해서 세 가지 기대효과가 예측됨.
 - 서머타임의 긍정적 효과를 극대화 함.
 - 향후 지속적으로 추진할 때 기초 근거자료로 활용함.
 - 서머타임으로 인한 건강취약계층의 건강악화를 최소화 함.

제2절 연구내용 및 방법

- 주요 연구내용은 다음과 같음.
 - 서머타임제 도입 효과에 대한 이론적 고찰
 - 서머타임이 라이프스타일에 주는 변화 분석
 - － 가족의 일상 생활시간 변화 파악

- 가족관계, 가족생활의 변화 분석
- 서머타임의 여가생활에 주는 변화 분석
- 서머타임 도입으로 인한 안전감 변화 분석
- 서머타임 도입으로 인한 건강생활 변화 분석
- 서머타임의 도입에 대한 찬반의견 파악
- 서머타임 도입 활성화 방안 고찰

□ 본 연구에서는 세 가지 연구방법을 활용함.

- 문헌고찰
 - 서머타임제의 역사
 - 서머타임제의 도입현황
 - 서머타임의 도입효과에 대한 국내외 선행연구 고찰
- 실태조사
 - 전화 조사를 통한 일반인 서머타임 도입에 대한 인식 분석
 - 성별 및 연령별 분석을 통한 심층 분석
- 전문가 간담회의
 - 국내외 관련 전문가와의 서머타임이 가족생활, 여가생활에 미치는 영향에 대한 간담회의
 - 국내외 관련 전문가로부터 서머타임과 건강영향에 대한 정책간담회의

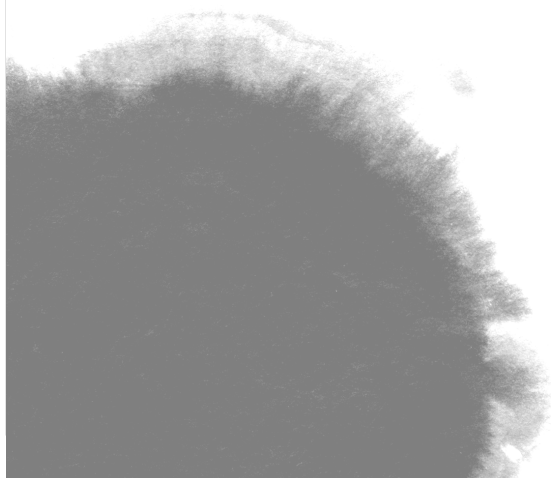
제3절 연구의 한계

□ 본 연구에서는 실태조사를 통한 서머타임제도 도입 후의 라이프스타일의 변화와 건강영향 및 제도 도입시 찬반여부에 초점을 두어 연구하였음.

- 향후에는 제도 도입 반대의견을 심층 규명하여 우려되는 문제를 진단하고, 이를 예방할 수 있는 방안을 마련하는 후속작업이 필요함.

02

서재타임에 대한 이론적 고찰



제2장 서머타임에 대한 이론적 고찰 (Theoretical Background)

제1 절 서머타임제의 역사¹⁾

- 1784년 미국 벤자민 프랭클린 대통령에 의해 최초로 일광시간 절약의 필요성이 제기되었음.
 - 여름에 더 일찍 일어나므로써 보다 경제적으로 오전 시간을 이용할 수 있으며, 밤에는 더 적은 양의 초가 소모될 것이라는 것이나 시계를 조절하자고 주장한 것은 아님.
 - 창문셔터에 대한 조세부과, 양초배급, 일출시간 타종 등 일광시간 절약을 유도할 수 있는 방법을 제시하였음.
- 근대적 의미의 서머타임은 뉴질랜드의 곤충학자 조지 허드슨에 의해 제안됨.
 - 여름철 일과를 일찍 시작함으로써 업무를 보다 효과적으로 처리할 수 있음을 인식함.
 - 하절기 시계를 2시간 앞당기는 것을 제안함.
- 1905년에는 영국 윌리엄 윌렛에 의해 일광절약시간의 개념이 등장됨.
 - 보다 효율적으로 골프를 즐길 수 있을 것이라 생각함.
 - 하지만 당시 수상이던 아스콧스가 반대하여 무산됨.
- 1차 세계 대전 중 연료를 절약하고 공습을 대비하기 위한 목적으로 도입됨.

1) 이 부분은 경제인문사회이사의회의 『서머타임제 도입효과』를 참조함(2009).

- 1차 세계 대전 당시 독일이 1916년 4월 30일부터 실시함.
- 영국은 1916년 5월 21일에 처음 실시하였으며, 러시아와 다른 유럽 국가들은 이듬해에 잇따라 시행함.
- 1차 세계 대전 이후 많은 나라들이 일광 절약 시간을 폐지함.
 - 미국은 1918년 3월의 마지막 일요일부터 10월의 마지막 일요일까지 일광 절약 시간을 실시하였으나 1919년 이후에는 폐지함.

제2절 국내외 서머타임제의 도입 현황

1. 외국의 도입현황²⁾

- 2009년 현재 서머타임제 시행 국가는 77개이며, 133개 국가는 시행하지 않고 있음(표 2-1 참조).
 - 시행 중인 77개 국가 중 전 지역에서 시행하고 있는 국가는 66개이고, 나머지 11개 국가는 일부지역에서 시행하고 있음(표 2-2 참조).
 - 남극의 5개 기지에서도 서머타임을 시행함.
 - 북반구에서는 주로 3월말~4월말 사이에 시작하여 9월말~11월초 사이에 종료함(표 2-3 참조).
 - 남반구에서는 주로 10월 중순 이후부터 서머타임을 시작하여 다음 해 3월 혹은 4월에 종료함(표 2-4 참조).

2) 이 부분은 경제인문사회이사회 『서머타임제 도입효과』를 참조함(2009).

〈표 2-1〉 서머타임 도입 현황

연도	미시행 국가	시행국가	시행방법		
			모든지역	일부지역	연중시행
1970	190	17	13	4	
1975	172	35	26	8	1
1980	154	53	42	11	
1981	145	62	51	11	
1982	141	66	56	10	
1983	129	78	68	10	
1984	133	74	64	10	
1985	127	80	70	10	
1986	125	82	71	11	
1987	121	86	75	11	
1988	120	87	76	11	
1989	123	84	72	12	
1990	126	81	69	12	
1991	124	83	72	11	
1992	126	81	71	10	
1993	128	79	68	10	1
1994	130	77	67	10	
1995	133	74	64	10	
1996	132	75	66	9	
1997	130	77	68	9	
1998	131	76	67	9	
1999	130	77	67	10	
2000	133	74	64	10	
2001	133	74	64	10	
2002	131	76	66	10	
2003	132	75	65	10	
2004	131	76	66	10	
2005	130	77	66	10	1
2006	130	77	67	10	
2007	134	73	63	10	
2008	130	77	67	10	
2009	130	77	66	11	

자료: <http://www.timeanddate.com/>

〈표 2-2〉 2009년 서머타임 도입 국가

대륙	국가
아시아	아르메니아, 아제르바이잔, 레바논, 시리아, 요르단, 이스라엘, 이란, 파키스탄, 팔레스타인자치지역(가자지구, 서안지구)
유럽 ³⁾	EU 25개국 ⁴⁾ , 알바니아, 안도라, 아르메니아, 아제르바이잔, 벨로루시, 보스니아, 리히텐슈타인, 마케도니아, 산마리노, 세르비아, 노르웨이, 스위스, 몰도바, 모나코, 몬테네그로, 우크라이나, 바티칸시티, 크로아티아, 루마니아, 불가리아, 터키
북중미	미국, 캐나다, 멕시코, 과테말라, 쿠바, 니카라과, 바하마, 아이티, 온두라스, 버뮤다, 터크스앤크아이코스 제도
남미	브라질, 칠레, 파라과이, 우루과이
아프리카	이집트, 모로코, 나미비아, 모리셔스
오세아니아	호주, 뉴질랜드

자료: <http://www.timeanddate.com/>

3) 아이슬랜드를 제외한 모든 유럽국가에서 시행

4) EU 25개국은 아일랜드, 영국, 포르투갈, 스페인, 프랑스, 벨기에, 룩셈부르크, 네덜란드, 독일, 이탈리아, 슬로바키아, 오스트리아, 체코, 헝가리, 슬로베니아, 폴란드, 그리스, 리투아니아, 라트비아, 에스토니아, 스웨덴, 핀란드, 덴마크, 키프로스, 말타.

〈표 2-3〉 2009년 북반구의 서머타임 현황

국가	시작일	종료일
유럽		
유럽(아이슬랜드 제외)	29-Mar, 01:00h	25-Oct, 01:00h
러시아	29-Mar, 02:00h	25-Oct, 03:00h
북미		
미국(하와이, 아리조나 제외)	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
캐나다(서스캐처원 제외)	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
멕시코(소노라 제외)	05-Apr, 02:00h	25-Oct, 02:00h
세인트 피에르 미켈론 (프랑스령)	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
그린랜드 (덴마크령)	28-Mar, 22:00h	24-Oct, 23:00h
중미/ 카리브해		
쿠바	08-Mar, 00:00h	25-Oct, 01:00h
바하마	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
버뮤다	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
터크스 앤 카이코스 제도	08-Mar, 02:00h	01-Nov, 02:00h
아시아		
아르메니아	29-Mar, 02:00h	25-Oct, 03:00h
아제르바이잔	29-Mar, 04:00h	25-Oct, 05:00h
팔레스타인자치지역 (가자지구, 서안지구)	27-Mar, 00:00h	27-Sep,
이란	22-Mar, 00:00h	22-Sep, 00:00h
이스라엘	27-Mar, 02:00h	27-Sep, 02:00h
요르단	27-Mar, 00:00h	30-Oct, 01:00h
레바논	29-Mar, 00:00h	24-Oct, 00:00h
파키스탄	15-Apr, 00:00h	01-Nov, 00:00h
시리아	27-Mar, 00:00h	31-Oct, 00:00h
아프리카		
이집트	24-Apr, 00:00h	24-Sep, 00:00h
모로코	01-Jun, 00:00h	21-Aug, 00:00h

자료: <http://www.timeanddate.com/>

〈표 2-4〉 2009년 남반구의 서머타임 현황

국가	종료일	시작일
오세아니아		
호주 (수도특별주, 뉴사우스웨일스, 빅토리아, 테즈메이니아, 사우스오스트레일리아)	05-Apr, 03:00h	04-Oct, 02:00h
호주 (웨스턴오스트레일리아)	29-Mar, 03:00h	N/A
호주 (로드하우 제도)	05-Apr, 03:00h	04-Oct, 02:00h
뉴질랜드 (웰링턴, 오클랜드)	05-Apr, 03:00h	27-Sep, 02:00h
뉴질랜드 (차탐 제도)	05-Apr, 03:45h	27-Sep, 02:45h
남미		
칠레 (본토)	15-Mar, 00:00h	11-Oct, 00:00h
칠레 (이스터섬)	14-Mar, 22:00h	10-Oct, 23:00h
아르헨티나 (부에노스아이레스, 차코, 코르도바, 코리엔테스, 엔트레리오스, 포르모사, 미시오네스, 산타 페, 산타아고 델 에스테로, 투쿠만)	15-Mar, 00:00h	18-Oct, 00:00h
브라질 (리오 그란데 도 술, 산타 카타리나, 파라나, 상 파울로, 리오데 자네이로, 에스프리토 산토, 미나스 제라이스, 고이아스, 마토 고로소, 마토 고로소 도 술, 브라질리아 연방구)	15-Feb, 00:00h	18-Oct, 00:00h
포클랜드 제도 (영국령)	19-Apr, 02:00h	06-Sep, 02:00h
파라과이	08-Mar, 00:00h	18-Oct, 00:00h
우루과이	08-Mar, 02:00h	04-Oct, 02:00h
아프리카		
모리셔스	29-Mar, 00:00h	N/A
나미비아	05-Apr, 02:00h	06-Sep, 02:00h
남극		
이문센-스코트	05-Apr, 03:00h	27-Sep, 02:00h
맥머도 기지 (미국)	05-Apr, 03:00h	27-Sep, 02:00h
스코트 기지 (뉴질랜드)	05-Apr, 03:00h	27-Sep, 02:00h
팔머 기지 (미국)	15-Mar, 00:00h	11-Oct, 00:00h
오히긴스 기지 (칠레)	15-Mar, 00:00h	11-Oct, 00:00h

자료: <http://www.timeanddate.com/>

- 일부 국가 혹은 지역에서는 에너지 절약효과 미흡, 반대여론 등의 이유로 서머타임제를 시행했었으나 중지함(표 2-5 참조)
 - 미국의 하와이 주, 호주의 일부 주, 콜롬비아, 페루, 피지 등 적도에 인접한 지역은 서머타임제로 인한 에너지 절약효과가 크지 않아 폐지함.
 - 멕시코 소노라 주와 미국 아리조나주와 같은 사막지역은 서머타임제로 인해 주간의 냉방 부하가 증가함에 따라 폐지하게 됨.
 - 사막 기후인 미국 네바다 주에서는 에너지 절약을 위한 서머타임제 해제 법안이 제출되었으나 주변지역과의 시차발생을 우려하여 서머타임제를 존속시킴.
 - 한국과 일본, 호주 일부지역에서는 서머타임제에 대한 반대여론이 있음에 따라 이를 중단함.
- 일부 국가에서는 수시로 시행여부를 변경하기도 함.
 - 과테말라는 에너지 문제로 인하여 서머타임 시행여부가 여러 차례 변경되어 왔으며, 최근에는 2006년 한 해 시행된 후 시행되지 않고 있음.

〈표 2-5〉 서머타임 운영 후 중지한 국가와 이유

대륙	국가	실시시기	위도	중지 이유
아시아	중국	1986~1989년	N 35°	전국을 하나의 시간대로 사용하기 때문에 서머타임제 실시 부적합
	인도	파키스탄 및 중국과의 전쟁 시기	N 20°	전쟁시기에만 시행
	이란	1979년 이전, 1990~2005년	N 32°	
	일본	1948~1950년	N 36°	여론(특히 농민과 학부모·교사)
	카자흐스탄	2005년 이전	N 48°	
	키르기스스탄	2005년 이전	N 41°	서머타임 적용시각을 표준시로 변경
	파키스탄	2002년	N 30°	
	필리핀	1986~1998년	N 13°	
	대만	1945~1961년	N 23.3°	
오세아니아	호주 퀸스랜드	1970년대 초, 1990년대 시범시행	S 27°	인기가 없었음
	웨스턴 오스트레일리아	2006년부터 3년간 시범시행	S 27°	1975년, 1984년, 1992년 세 차례 주민투표에서 부결되었으며, 시범시행기간이 끝난 2009년 5월 16일 주민투표에서도 부결. 향후 최소 20년간은 서머타임 시행을 고려하지 않기로 함.
	피지	2000년 이전	S 18°	적도 근처이기 때문에 효과가 크지 않음
북미	멕시코 소노라	1996~1997년	N 23°	주간 냉방부하 증가
	미국 아리조나	1967년	N 34.1°	주간 냉방부하 증가
	미국 하와이	1933년	N 20.57°	적도 근처이기 때문에 효과가 크지 않음
남미	콜롬비아	1991년	N 4°	적도 근처이기 때문에 효과가 크지 않음
	페루	1990년대 1년간	S 10°	적도 근처이기 때문에 효과가 크지 않았을 것으로 추정

출처: 에너지경제연구원(2006)

2. 우리나라의 시행사례

- 1948년부터 1951년 사이와 1955년부터 1960년 사이에 서머타임제가 시행되었음.
 - 그러나 경제·사회적 여건 미비 및 홍보부족 등으로 정착되지 못하게 됨(이성근, 2006).
- 서울올림픽을 전후한 1987년과 1988년에 시행함(에너지경제연구원, 2006)
 - 1986년 12월 31일 ‘표준시에 관한 법률’을 개정하여 대통령령에 따라 서머타임을 실시할 수 있도록 함.
 - 서머타임제의 도입배경은 △국민의 근면한 생활을 유도하여 국민생활에 활력을 불어넣음 △오후 여가시간을 최대한 활용하여 자기발전의 기회를 확대함 △일광시간을 활용하여 에너지 절약과 함께 생산성을 높임, △선진국의 시간대와 조화시켜 국제화 시대에 부응 등임.
 - 생활리듬의 혼란, 노동시간 연장 등의 불만 발생, 특히 외국의 TV방송 시간에 맞추기 위한 올림픽용이라는 국민적 거부감으로 시행 2년 만에 폐지함.
- 1997년 정부가 도입을 추진하였으나 반대여론으로 무산됨.

제3절 서머타임 도입 효과에 대한 국내외 선행연구

1. 서머타임에 따른 라이프스타일 변화에 관한 연구

- 서머타임의 경제적 효과성 관련 연구는 비교적 많은 수가 진행되어왔으나, 비경제적인 부분(문화, 여가 등)에 대한 연구는 상대적으로 많지 않은 편임.
 - 특히 서머타임을 예전부터 도입하여 실시하는 외국의 경우에는 서머

타임 도입 전과 후에 대한 비교연구를 하지 않았기 때문에 서머타임 도입의 비경제적인 측면에 대한 정확한 분석이 거의 없는 상황임.

□ 지금까지 이루어진 국내외 연구를 토대로 서머타임이 생활에 미치는 영향을 정리하면 다음과 같음.

가. 국내문헌⁵⁾

□ 일광시간 증대로 삶의 질 향상

- 서머타임 도입시 밝은 시간이 늘어나기 때문에, 스포츠, 원예를 비롯한 옥외활동이나 문화 활동 등을 위한 여가시간 및 가족과 함께할 수 있는 시간이 증대됨으로써 삶의 질 향상됨. 또한 자원봉사 활동을 통한 지역사회와의 연대의식이 강화되어 지역사회발전에 기여할 수 있음.
- 야외활동 증가로 인해 신선한 공기의 흡입과 일광에 대한 노출을 증대시켜 건강을 증진시킬 수 있을 것으로 기대됨.

□ 레저, 관광, 외식업, 유통업 등의 활성화로 경제발전에 기여

- 일과 후 일광시간이 늘어남에 따라 건전한 행락이나 스포츠시설의 이용, 외식 및 쇼핑 등의 증가로 내수경기가 활성화될 것으로 예상되고 있음.
- 한국개발연구원 외(2007)의 연구에서는 1987년~88년에 서머타임이 도입되었을 당시 문화교양오락 등의 소비가 증가하였다는 증거를 찾기 어려웠음.
- 또한 서머타임 기간 동안 문화교양오락 등과 관련된 소비항목의 비중은 서머타임 도입기간 동안 정체하거나 감소하는 모습을 보였으며,

5) 산업자원부(2007). 「서머타임제 추진동향」; 에너지경제연구원(2006). 「각국의 서머타임제 시행 동향과 에너지절약 효과」; 에너지경제연구원(2008). 「주간 해외에너지정책동향(27)」

서머타임 폐지 이후 오히려 높은 비중을 나타내었음.

- 그러나 소비 패턴이 소폭이나마 ‘건전화’될 가능성은 일부 존재함.
한국문화관광연구원의 추정치에 따르면 서머타임 도입은 문화관련 산업·예술 산업·관광산업 등에는 영향이 미미할 것으로 추정되나 스포츠관련 사업에 대하여서는 매출 증대 효과가 있을 것으로 나타남.
- 전국경제인연합회(2006) 연구에서 유럽의 경우 여행 및 레저업계 중 사자들의 62% 정도가 서머타임이 해당업계에 긍정적 효과를 가진다고 답변하였음을 제시함.
- 네덜란드의 경우 서머타임이 레저시설의 개장시간 연장(10%)과 방문객 증가(5%)를 통해 2,250만 유로의 가치를 창출하고, 식당과 호텔의 회전을 상승으로 500명의 고용효과를 낳은 것으로 분석됨.
- 국내의 경우 서머타임제를 실시한 1987년 주류 소비 증가율이 2.3%로 전년 3.1% 대비 0.8% 감소하였으며, 유흥서비스업의 매출액이 30% 내외로 감소한 것으로 파악하였음.

□ 향락성 소비와 야간범죄 감소

- 저녁시간대의 일광시간 증가로 인해 향락성 소비 및 야간범죄가 감소할 것으로 기대됨. (서머타임을 실시한 87년의 경우, 주류 소비 증가율이 감소하였으며, 유흥서비스업의 매출액이 30%내외 감소되었음)

□ 교통사고 감소

- 한국문화관광연구원(2007) 연구에서는 미국 워싱턴에서 범죄건수가 ’73~’75년 기간 중 서머타임으로 10~13% 감소된 것으로 보고된 바 있으며, 영국에서는 일광절약시간제 시행으로 교통사고 사망률이 약 1% 감소하였다고 제시함.
- 외국에서는 전반적으로 교통사고가 약간 감소한다는 경향이 우세하지만, 일부 다른 결과를 보고하는 경우도 있음.

□ 건강증진

- 정영호 등(2006)의 연구에서 건강생활관련 위험요인이 건강에 영향을 주는 정도는 약 31.3%임. 신체활동부족의 기여도는 3.75%였고, 과도한 음주는 8.58%였음.
- 우리나라의 2003년도 국민의 질병비용은 38조4,277억원 이었음(직접비용 및 간접비용 포함). 질병관리 대상질환(암, 호흡기질환, 심뇌혈관질환 등)에 대한 질병관리비용은 21조 4700억원으로 추산된 바 있음. 운동부족으로 인한 질병비용은 약 1조2,213억원으로 추산되었고, 과체중으로 인한 질병비용은 1조4,374억원으로 추산된 바 있음. 한편 알코올사용으로 인한 정신 및 행동장애의 질병비용이 1조593억원으로 추산되었음.
- Olders(2003)의 연구에서는 늦게 일어나는 것은 우울증을 유발시킨다는 가설이 옳은 것으로 증명됨. 서머타임이 우울증을 감소시키는 효과를 줄 수 있음.
- Parisi 등(2008)의 연구에서는 기본 시간과 서머타임 적용 시간의 신체 변화를 측정함. 고정된 점심시간과 고정된 아침시간에 흥반이 어떻게 확산되는지 관찰하였음. 야외의 활동 때 가장 큰 흥반의 변화를 볼 수 있었음. 흥반은 이른 아침과 늦은 오후에 증가함.
- Foerch 등(2008)의 연구에서는 뇌졸중 환자 44,251명의 서머타임 이전의 생체변화와 서머타임 이후의 생체 변화를 비교함. 서머타임으로 인해 뇌졸중 패턴 발생이 증가할 수 있다는 결론을 얻음.

□ 서머타임제의 장단점

- 서머타임제의 효과에 대해서는 양면적인 측면이 있음(표 2-6 참조).
- 장점으로는 내수경기 활성화, 야간범죄 감소, 여가시간 증대 등의 효과와, 자기개발, 건강관리 등의 삶의 질 향상과 함께 에너지 절감효과가 지적되고 있음.
- 단점으로는 에너지 절약효과의 미미, 근로시간 연장, 생활리듬 혼란, 시계조정의 번거로움, 일본과의 공조 필요 등이 제기되고 있음.

〈표 2-6〉 서머타임제의 장점과 단점

장점	단점
- 전 세계 70여개국에서 시행되는 제도 - 내수경기 활성화, 야간범죄 감소, 여가 시간 증대 등의 효과 예상 - 자기개발, 여가활용, 건강관리 등 삶의 질 향상 예상 - 제도 도입만으로도 에너지 절감효과	- 에너지절약 효과가 미미하고 시스템변경 비용 발생 - 근로시간 연장, 생활리듬 혼란, 시계조정 번거로움 등 부정적 효과 예상 - 일본과 공조가 없으면 효과가 반감

자료: 경제인문사회이사회, 『서머타임제의 도입효과』.

나. 외국의 경우

□ 일본

- JPC-SED⁶⁾(2004)에서는 서머타임 도입의 실시가 미치는 영향에 대한 조사를 실시하였음. 직접적인 에너지 절약 효과 이외에도 생활에 간접적으로 영향을 미치는 효과들에 대해 다음과 같이 제시함.
 - － 지역 활동의 촉진은 28천만 시간(man hour)의 지역 투자가치를 가져올 수 있음. (8800억 엔의 경제적 효과와 상응함)
 - － 옥상녹화(rooftop greening)는 에너지를 절약하고 경제에 긍정적인 효과를 만들 수 있음. (6년 동안 2,500억 엔의 가치 창출 효과 있음)
 - － 서머타임의 실행은 일 년 동안 10,000건의 교통사고를 줄일 수 있음. (약 460억 엔의 경제적 효과와 상응함)
 - － 서머타임 동안 초저녁에 불을 켜놓는 것을 통해 소매치기(bag-snatching) 사건이 감소될 수 있음.(소매치기 사건은 10%에서 4%로 감소될 수 있음)

6) The Japan Productivity Center for Socio-Economic Development

□ 프랑스

- Souetre et al(1987)에 따르면 25세 이하 프랑스 청소년들의 자살률은 봄과 가을에 가장 높은 것으로 나타나며 겨울과 서머타임 기간 동안에는 감소하는 것으로 나타남.

□ 미국

- Charles et al.(2001)의 연구에서는 Massachusett, Worcester 지역의 성인남녀 580명을 대상으로 계절변화에 따른 신체활동에 관한 종단적 연구를 실시하였음.
 - － 이 연구에 따르면 서머타임 기간 동안 남녀에 상관없이 서머타임이 아닌 기간보다 상대적으로 대략 2~2.4시간 정도 가족과 같이 보내는 시간과 여가활동이 증가하는 것으로 나타남.
 - － 또한 따뜻한 계절 동안 업무 외(nonoccupational) 활동이 증가한다는 결과는 서머타임동안 신체활동(정원 가꾸기, 운동, 오락 활동 등)이 증가한다는 점에 기인하는 것으로 보임.
- 계절별 활동에너지 소비에 대해 살펴본 결과, 서머타임 기간 동안에는 남녀모두 54~114kcal/day 정도의 에너지 소비가 증가하는 것으로 보임.

□ 핀란드

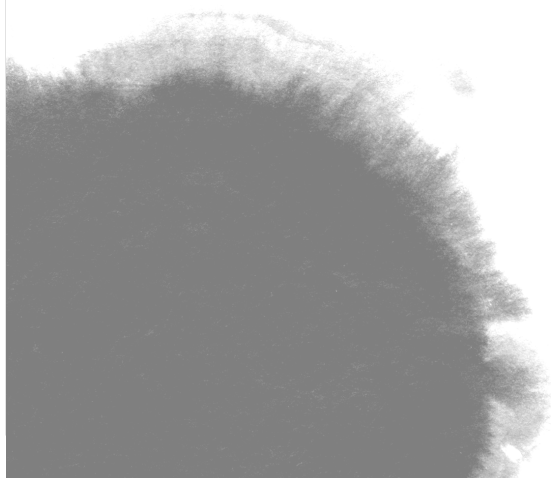
- Lodenius(2004)에 따르면 서머타임 기간 동안 외부 활동의 참여빈도가 다른 기간에 비해 높다고 보고함.

3. 논의점

- 국내 서머타임 연구의 경우 에너지 절약 효과에 치중하여 조사되었기 때문에 정확한 분석이 존재하지 않음.
- 국외 연구의 경우, 서머타임을 기존부터 실시하고 있기 때문에 서머타임 기간 동안의 여가활동 증가 등의 효과가 여름자체 특성(휴가 등)에 기인한 것인지 서머타임의 효과에 기인한 것인지가 다소 불분명하다는 한계가 있음.

03

조식방법



제3장 조사방법 (Methodology)

제1절 생활양식 및 행태 효과 분석 방법

1. 주요 조사 항목

- 생활양식 및 행태 효과 분석은 라이프스타일 변화, 건강생활변화, 안전감에 미치는 영향, 서머타임 도입에 대한 의견으로 크게 구분됨.
 - 라이프스타일 변화에는 친교활동, 문화생활, 자원봉사, 종교활동, 쇼핑생활, 운동 및 산책, 스포츠 관람, 외식 및 회식, 공부활동, 집밖에서 활동하는 횟수 등임.
 - 건강생활 변화에는 음주횟수와 시간변화에 관한 항목을 파악함.
 - 서머타임이 안전감에 미치는 영향을 파악함.
 - － 서머타임 도입이 본인의 안전감에 미치는 영향
 - － 서머타임 도입이 자녀의 안전감에 미치는 영향
 - 서머타임 도입에 대한 의견은 서머타임제 도입의 찬성, 반대 의견과 그 이유를 조사하였음.

〈표 3-1〉 설문 조사 항목

구분	세부항목
라이프스타일 변화	가족, 친척, 동료 등과의 친교활동
	영화, 연극, 전시회 관람 등의 문화활동
	자원봉사
	종교활동
	쇼핑활동
	운동 및 산책
	스포츠 관람
	외식 및 회식
	학원/교육 등 공부활동
	집 밖에서 활동하는 횟수
건강생활 변화	현재 건강상태
	평소 술자리 횟수
	음주 횟수 변화
	음주 시간 변화
	음주습관별 음주행태의 변화
안전감에 대한 의견	저녁시간에 집을 비우는 횟수
	국가시간이 늦어지는 횟수
	자신의 안전감에 미치는 영향
	자녀의 안전감에 미치는 영향
서머타임 도입에 대한 의견	서머타임 도입에 대한 의견
	찬성 이유
	반대 이유
일반사항	성, 연령, 결혼상태, 학력, 직업, 월(평균)소득, 직업

제2절 표본추출 방법과 표본오차

1. 표본추출방법

- ‘서머타임 도입에 관한 국민의식 전화조사’ 실시를 위하여 통계청의 「2009년 인구추계」를 모집단으로 활용하여 20세 이상 남녀인구를 지역별·성별·연령별 비례할당방법에 따라 1,000명의 표본을 추출함.
- 1차 추출한 표본남녀의 인구구성비는 남자가 49%, 여자는 51%였으나 남성응답자들은 귀가시간이 늦은 편이라 전화조사에 참여하는 비율이

낮아서 남녀의 인구구성비는 남자 45%, 여자 55%로 조정하여 표본을 추출함.

□ 본 전화조사에서는 유효표본 1,000명을 얻기 위하여 표본의 30.1배인 30,105명을 과표본(over sample)으로 준비하였고, 추출된 과표본 중에서 실제로 전화통화를 하였던 대상자들은 8,279명 이었으며, 이들 중에서 완료된 응답자는 1,001명임.

□ 전화 응답성공률은 12.1%이며 이들 응답자 중에서는 전화조사 진행 도 중에 중단하려 했던 61명을 설득하여 재통화 시간을 정한 후 재접속에 응한 32명으로부터 응답을 완료 받음으로써 52.5%의 재접속 성공률을 얻음.

□ 전화조사 대상자 선정방법은 인명전화번호부에서 30,105명의 과표본을 추출하고, 이들 중에서 유효 표본 1,000명을 확보하기 위하여 직접 전화를 걸어서 조사대상자가 일치하는지의 여부를 확인한 후 조사의 목적을 안내하고 조사 내용을 설명하면서 조사를 완료하였음.

□ 응답자의 개인사정으로 중단하게 되면 응답 가능한 시간에 약속을 정하여 재접속 시도로 전화조사를 완료하였고, 응답성공률을 높이기 위하여 추출한 과표본을 최대한 활용하여 조사를 실시한 결과 목표치보다 1명 초과한 1,001명의 유효 표본을 확보하였음.

□ <표 3-2>에서 표본 및 응답자의 인구구성을 비교해보면 표본 남녀인구 구성비율과 응답 남녀인구 구성 비율 간에 다소 변화가 있음.

□ 표본으로 추출한 남녀의 인구구성비는 10명 중 남자가 4.4명, 여자는 5.6명이었으나 응답완료 후 남녀의 인구구성비는 10명 중 남자가 4.5명, 여자는 5.5명으로 나타나 표본과 거의 유사한 인구구성을 보여주고 있음.

○ 이와 같은 결과는 제한된 조사 기한 내에 조사를 완료해야하는 문제와 남성응답자들의 조사 참여를 높이기 어려운 늦은 귀가시간과 가정집 전화번호를 사용해야만 하는 문제점들을 고려하여 표본의 인구 구성에서 남성인구의 비율을 다소 줄이고 여성인구 비율을 증가시켜 조정한 결과로 해석될 수 있음.

- <표 3-3>에서 성별 응답 완료율을 살펴보면 전체 남성의 응답률은 102.5%인 반면 여성 전체 응답률은 98.2%로 나타나 여성 응답률이 남성보다 다소 낮게 나타났다.
- 가장 높은 응답률은 남성의 경우 50대 남성이 108.6%이었고, 여성의 경우에는 60세 이상이 102.4%를 보여주었음. 반면 가장 낮은 응답률은 남성의 경우 30대가 97.9%이었고, 여성의 경우에는 20대가 92.1%를 나타냈음.

〈표 3-2〉 서머타임 표본 인구구성 (지역별·성별·연령별)

(단위: 명)

성별 연령별 지역별	남자						여자						총계
	20대	30대	40대	50대	60세 이상	남자 계	20대	30대	40대	50대	60세 이상	여자 계	
서울	21	24	20	15	15	95	25	26	24	21	22	118	213
부산	6	6	7	6	6	31	8	8	8	9	10	43	74
대구	4	4	5	4	4	21	6	6	7	5	5	29	50
인천	4	5	6	5	4	24	6	7	8	4	5	30	54
광주	2	3	3	2	2	12	4	3	4	2	3	16	28
대전	3	3	3	3	1	13	4	3	5	3	2	17	30
울산	2	2	3	1	1	9	2	3	3	3	2	13	22
경기	20	26	26	17	15	104	23	31	29	19	23	125	229
강원	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	5	16	30
충북	2	3	3	3	3	14	2	3	3	3	5	16	30
충남	3	3	4	4	4	18	3	5	4	3	7	22	40
전북	2	2	4	3	4	15	3	3	5	3	6	20	35
전남	1	3	3	3	5	15	2	3	5	3	8	21	36
경북	4	4	5	5	5	23	4	6	6	6	10	32	55
경남	4	6	7	6	5	28	6	7	7	6	9	35	63
제주	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	2	6	11
계	81	98	103	81	78	441	101	118	122	94	124	559	1000

〈표 3-3〉 서머타임 응답자 인구 구성(지역별·성별·연령별)

(단위: 명)

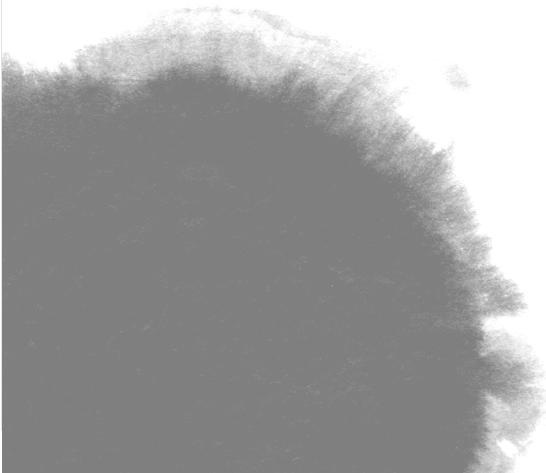
성별 연령별 지역별	남자						여자						총계
	20대	30대	40대	50대	60세 이상	남자 계	20대	30대	40대	50 대	60세 이상	여자 계	
서울	22	24	18	17	17	98	21	25	23	23	23	115	213
부산	7	5	7	9	5	33	7	8	8	8	10	41	74
대구	5	4	5	4	4	22	5	6	7	5	5	28	50
인천	5	5	7	5	4	26	5	7	7	4	5	28	54
광주	2	3	3	2	2	12	4	3	4	2	3	16	28
대전	4	3	3	3	1	14	3	3	5	3	2	16	30
울산	2	2	3	2	1	10	2	3	3	2	2	12	22
경기	19	25	26	18	14	102	25	32	28	17	25	127	229
강원	2	3	3	3	3	14	2	3	4	3	5	17	31
충북	1	3	3	3	3	13	2	3	2	3	6	16	29
충남	3	3	4	4	4	18	3	5	4	3	7	22	40
전북	2	2	4	3	4	15	3	3	5	3	6	20	35
전남	2	3	3	3	5	16	1	3	5	3	8	20	36
경북	4	4	5	5	5	23	5	6	6	6	10	33	56
경남	6	6	7	6	6	31	4	7	7	6	8	32	63
제주	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	2	6	11
계	87	96	102	88	79	452	93	118	119	92	127	549	1001

2. 표본오차

- 조사 진행과정 중에 발생하였던 조사대상자들의 무관심과 부정적 태도, 부재 중, 완결성이 떨어진 전화번호 목록 등의 이유로 완료되지 못한 응답이 지역별·성별·연령별 인구 구성이 표본의 인구특성에 비하여 거의 차이가 없는 것으로 나타나, 본 연구에서는 가중치를 적용하지 않았음.
- 본 조사의 표본오차는 95% 신뢰수준에서 $\pm 3.1\%$ 를 나타내고 있음.

04

결과 (Findings)



제4장 결과 (Findings)

제1절 분석의 범위와 방법

- 생활양식 및 행태 효과 분석은 라이프스타일 변화, 안전감 변화, 건강생활 변화, 서머타임 도입에 대한 의견으로 크게 구분됨.
 - 라이프스타일 변화에는 친교활동, 문화생활, 자원봉사, 종교활동, 쇼핑, 운동 및 산책, 스포츠 관람, 외식 및 회식, 공부활동, 집 밖에서 활동하는 횟수 등임.
 - 안전감 변화에는 거리 안전감과 자녀 안전감을 파악함.
 - 건강생활 변화에는 음주횟수와 음주시간 변화에 관한 항목을 파악함.
 - 서머타임 도입에 대한 의견은 서머타임제 도입의 찬성, 반대 의견과 그 이유를 조사하였음.
- 분석 방법은 전화조사를 통해 얻어진 1,001명의 응답을 토대로 빈도분석을 하였고, 성과 연령을 독립변수로 한 교차분석 등을 하였음. 카이검정을 통해 통계적 유의도를 살펴봄.

제2절 분석결과

1. 응답자의 인구사회학적 특성

- 인구사회학적 특성을 살펴보면,
 - 응답자의 성별은 여성(54.8%)이 남성(45.2%)에 비해 약간 더 높은 비율로 나타났다.

〈표 4-1〉 응답자의 인구사회학적 특성

(단위: 명, %)

구분		빈도 (N=1,001)	백분율
성별	남성	452	45.2
	여성	549	54.8
연령	20대	180	18.0
	30대	214	21.4
	40대	221	22.1
	50대	180	18.0
	60세 이상	206	20.6
결혼상태	미혼	230	23.0
	기혼/유배우	726	72.5
	사별/이혼/별거	45	4.5
학력	중졸이하	198	19.8
	고졸	308	30.9
	대재/졸 이상	492	49.3
직업	전문직, 사무직	221	22.1
	노동근로직, 농어업	85	8.5
	자영업, 판매/서비스직	215	21.5
	주부	303	30.3
	무직, 학생, 기타	177	17.7
월소득	200만원 미만	333	37.4
	200~400만원 미만	423	47.5
	400만원 이상	134	15.1
지역	대도시	459	45.9
	중소도시	408	40.8
	군지역	134	13.4

- 연령은 40대가 22.1%로 가장 높은 비율로 나타났으며, 결혼 상태는 기혼이 72.5%로 과반 수 이상을 차지하였음.
- 학력은 대재/졸 이상이 49.3%로 가장 높은 것으로 나타났음.
- 직업은 주부의 비율(30.3%)이 가장 높은 것으로 나타났으며, 그 다음으로는 전문직, 사무직(22.1%), 자영업, 판매/서비스직(21.5%) 순으로 나타났음.
- 월 평균소득은 200만원~400만원 미만이 47.5%로 가장 높게 나타남.
- 지역은 대도시가 45.9%로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로 중소도시(40.8%), 군지역(13.4%) 순으로 나타났음.

2. 라이프스타일의 변화

□ 라이프스타일 전반

- 라이프스타일(친교, 문화, 자원봉사, 종교 활동 등) 변화에 대한 조사 결과 대다수의 문항에서 ‘변화없을 것이다’라는 응답이 높게 나타났지만, ‘운동 및 산책’, ‘집 밖에서 활동하는 횟수’ 등의 문항에서는 과반수 이상(각 56.3%, 54.6%)의 응답자가 서머타임 도입 이후 활동이 증가할 것이라고 응답하였음.

〈표 4-2〉 서머타임 도입 후 라이프스타일 변화

(단위: %, 명)

구분	늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)
1. 가족, 친척, 동료 등과의 친교	33.8	3.1	63.1	100.0 (1,001)
2. 영화, 연극, 전시회 관람	34.6	2.8	62.6	100.0 (1,001)
3. 자원봉사활동	12.3	0.3	87.4	100.0 (1,001)
4. 종교활동	11.9	0.5	87.6	100.0 (1,001)
5. 쇼핑하기	39.0	2.1	58.9	100.0 (1,001)
6. 운동 및 산책	56.3	1.1	42.6	100.0 (1,001)
7. 스포츠관람	30.0	1.2	68.8	100.0 (1,001)
8. 외식 및 회식	32.9	3.6	63.5	100.0 (1,001)
9. 학원/교육 등 공부	32.9	1.6	65.5	100.0 (1,001)
10. 집 밖에서 활동하는 횟수	54.6	2.1	43.3	100.0 (1,001)
11. 저녁시간에 집을 비우는 횟수	32.5	2.4	65.1	100.0 (1,001)
12. 귀가시간이 늦어지는 횟수	34.1	3.8	62.1	100.0 (1,001)

- 아울러 가족 및 친척과의 친교, 영화, 연극, 전시회 관람, 쇼핑, 스포츠 관람, 외식 및 회식, 공부 활동도 30% 이상의 응답자가 늘어날 것으로 보고 있어, 서머타임의 도입은 라이프스타일의 변화에 있어서 긍정적인 결과를 낳을 것으로 예상됨.
- 저녁시간 집을 비우는 횟수는 늘어날 것이라는 응답이 32.5%로 나타나 서머타임 도입으로 저녁시간에 집 밖에서 보내는 횟수가 증가할 수 있음을 알 수 있음. 또한 귀가시간도 늦어진다는 비율이

34.1%로 나타나 보다 활발하고 다양한 라이프가 가능해질 수 있을 것으로 보임.

□ 친교활동 변화

○ 가족, 친척, 동료 등과의 친교활동에 대해서 ‘늘어날 것’이라고 대답한 응답은 33.8%로 파악됨. 여성의 경우 남성에 비해 친교활동이 더 증가할 것으로 보는 비율이 높게 나타났음. 성별의 차이는 유의하였으며 연령별 차이는 유의하지 않음.

〈표 4-3〉 서머타임 도입 후 친교활동 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		33.8	3.1	63.1	100.0 (1,001)	
성별	남성	33.2	4.6	62.2	100.0 (452)	6.591(2)*
	여성	34.2	1.8	63.9	100.0 (549)	
연령별	20대	43.9	3.3	52.8	100.0 (180)	12.514(8)
	30대	30.8	3.3	65.9	100.0 (214)	
	40대	31.7	3.2	65.2	100.0 (221)	
	50대	35.0	3.3	61.7	100.0 (180)	
	60세 이상	29.1	2.4	68.4	100.0 (206)	

주: *p< .05

□ 문화활동

○ 영화, 연극, 전시회 관람 등의 문화활동에 대해서는 34.6%가 늘어날 것이라고 응답하였음. 문화활동에 대한 성별 차이는 유의하지 않았으나 연령차는 유의하여 특히 젊은 세대의 경우 문화활동이 증가할 것으로 보는 비율이 높았음.

〈표 4-4〉 서머타임 도입 후 문화활동의 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		34.6	2.8	62.6	100.0 (1,001)	
성별	남성	32.7	4.0	63.3	100.0 (452)	4.983(2)
	여성	36.1	1.8	62.1	100.0 (549)	
연령별	20대	49.4	2.2	48.3	100.0 (180)	34.432(8)***
	30대	36.4	4.7	58.9	100.0 (214)	
	40대	34.4	2.3	63.3	100.0 (221)	
	50대	30.0	2.2	67.8	100.0 (180)	
	60세 이상	23.8	2.4	73.8	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 자원봉사활동

○ 자원봉사활동 변화에 대한 의견을 살펴본 결과 ‘변화없을 것이다’가 87.4%로 가장 높게 나타났으며, ‘늘어날 것’이라는 응답은 12.3%로 나타나 약간의 증가만이 예상됨. 이는 일본의 경우 서머타임 도입으로 인해 자원봉사활동의 증가되었다는 결과와는 차이가 있음. 전반적인 자원봉사참여율이 일본보다 낮는데 기인하는 것으로 추정됨.

〈표 4-5〉 서머타임 도입 후 자원봉사활동 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		12.3	0.3	87.4	100.0 (1,001)	
성별	남성	11.3	0.2	88.5	100.0 (452)	0.957(2)
	여성	13.1	0.4	86.5	100.0 (549)	
연령별	20대	13.3	0.6	86.1	100.0 (180)	14.137(8)
	30대	5.6	0.0	94.4	100.0 (214)	
	40대	13.6	0.5	86.0	100.0 (221)	
	50대	15.6	0.6	83.9	100.0 (180)	
	60세 이상	14.1	0.0	85.9	100.0 (206)	

□ 종교활동

- 종교활동에 있어서도 자원봉사와 마찬가지로 ‘변화없을 것’이라는 응답이 대부분인 87.6%를 차지하고 있었고, ‘늘어날 것’이라는 응답은 11.9%로 나타남. 즉, 서머타임의 도입으로 종교 활동이 증가하는 비율이 높지는 않음을 알 수 있음.
- 종교활동은 일광시간의 길이와 관계없이 개인적인 판단에 따라 활동을 하고 있다고 봄. 인구사회학적 차이는 유의하지 않음.

〈표 4-6〉 서머타임 도입 후 종교활동 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	χ^2 (df)
전체		11.9	0.5	87.6	100.0 (1,001)	9.514(2)**
성별	남성	8.8	0.9	90.3	100.0 (452)	
	여성	14.4	0.2	85.4	100.0 (549)	
연령별	20대	8.3	1.1	90.6	100.0 (180)	15.515(8)*
	30대	6.5	0.5	93.0	100.0 (214)	
	40대	14.0	0.5	85.5	100.0 (221)	
	50대	15.0	0.6	84.4	100.0 (180)	
	60세 이상	15.5	0.0	84.5	100.0 (206)	

주: *p< .05 **p< .01

□ 쇼핑

- 쇼핑 변화는 서머타임 도입으로 늘어날 것이라는 응답이 39.0%로 나타나, 일광시간의 길이에 어느 정도의 영향을 받고 있음을 알 수 있음. 특히 20대와 30-40대 등 비교적 젊은 연령층에서 쇼핑의 증가를 지적하는 비율이 상대적으로 더 많았음. 20대의 경우는 과반수 이상인 52.2%가 서머타임 도입으로 인해 쇼핑이 증가할 것으로 보고 있었음. 이는 서머타임이 소비를 촉진시킬 수 있음을 시사함.

〈표 4-7〉 서머타임 도입 후 쇼핑활동 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		39.0	2.1	58.9	100.0 (1,001)	
성별	남성	36.1	2.0	61.9	100.0 (452)	3.086(2)
	여성	41.3	2.2	56.5	100.0 (549)	
연령별	20대	52.2	1.7	46.1	100.0 (180)	23.489(8)**
	30대	40.7	1.9	57.5	100.0 (214)	
	40대	38.9	1.8	59.3	100.0 (221)	
	50대	35.0	2.2	62.8	100.0 (180)	
	60세 이상	29.1	2.9	68.0	100.0 (206)	

주: **p< .01

□ 운동 및 산책

○ 운동 및 산책은 서머타임 도입 이후 ‘늘어날 것’이라는 응답이 56.3%나 되고 있었음. 이것도 특히 젊은 층의 경우에 있어서 증가할 것이라는 응답비율이 높아, 일광시간 증가로 인한 생활운동의 증가가 활동량이 많은 세대에서 두드러지게 됨을 알 수 있음.

〈표 4-8〉 서머타임 도입 후 운동 및 산책 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		56.3	1.1	42.6	100.0 (1,001)	
성별	남성	53.5	1.5	44.9	100.0 (452)	3.740(2)
	여성	58.7	0.7	40.6	100.0 (549)	
연령별	20대	72.8	2.2	25.0	100.0 (180)	46.598(8)***
	30대	60.3	1.4	38.3	100.0 (214)	
	40대	57.5	0.5	42.1	100.0 (221)	
	50대	48.9	1.1	50.0	100.0 (180)	
	60세 이상	43.2	0.5	56.3	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 스포츠 관람

- 스포츠관람은 30.0%가 ‘늘어날 것’이라고 응답하였음. 이는 쇼핑과 마찬가지로 소비를 다소 촉진시키는 요인으로 작용할 것으로 보임. 젊은층 중심으로 활동이 증가할 것이라고 응답한 비율이 높았음.

〈표 4-9〉 서머타임 도입 후 스포츠 관람 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	χ^2 (df)
전체		30.0	1.2	68.8	100.0 (1,001)	
성별	남성	36.3	1.5	62.2	100.0 (452)	17.117(2)***
	여성	24.8	0.9	74.3	100.0 (549)	
연령별	20대	44.4	1.7	53.9	100.0 (180)	40.413(8)***
	30대	35.0	1.4	63.6	100.0 (214)	
	40대	27.6	1.4	71.0	100.0 (221)	
	50대	27.2	0.6	72.2	100.0 (180)	
	60세 이상	17.0	1.0	82.0	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 외식 및 회식

- 외식 및 회식 활동 변화도 스포츠 관람이나, 문화 활동과 비슷한 비율로 증가할 것으로 보고 있었음(32.9%). 이 항목 또한 젊은층에서 활동비율이 증가할 것이라고 응답한 비율이 더 많은 것으로 나타남.

〈표 4-10〉 서머타임 도입 후 외식 및 회식 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	χ^2 (df)
전체		32.9	3.6	63.5	100.0 (1,001)	
성별	남성	34.5	3.3	62.2	100.0 (452)	1.099(2)
	여성	31.5	3.8	64.7	100.0 (549)	
연령별	20대	46.1	3.3	50.6	100.0 (180)	37.588(8)***
	30대	37.4	6.1	56.5	100.0 (214)	
	40대	31.7	1.8	66.5	100.0 (221)	
	50대	28.9	3.3	67.8	100.0 (180)	
	60세 이상	21.4	3.4	75.2	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 공부

- 학원, 교육 등 공부가 ‘늘어날 것’이라는 응답이 전체의 3분의 1(32.9%)로 파악되어 상당수 늘어날 것으로 보임. 특히, 20대와 30대 연령층에서 증가할 것이라고 응답한 비율이 높아, 서머타임 도입으로 학력 및 개인적인 지식습득의 증가가 예상되며 이와 더불어 교육계 산업의 활성화도 예견됨.

〈표 4-11〉 서머타임 도입 후 학원, 교육 등 공부시간 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		32.9	1.6	65.5	100.0 (1,001)	
성별	남성	30.8	1.1	68.1	100.0 (452)	3.225(2)
	여성	34.6	2.0	63.4	100.0 (549)	
연령별	20대	53.9	1.7	44.4	100.0 (180)	69.303(8)***
	30대	36.9	1.9	61.2	100.0 (214)	
	40대	32.1	1.8	66.1	100.0 (221)	
	50대	27.8	1.1	71.1	100.0 (180)	
	60세 이상	15.5	1.5	83.0	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 집 밖에서 활동하는 횟수 변화

- 서머타임 도입으로 집 밖에서 활동하는 횟수가 ‘늘어날 것’이라고 응답한 비율은 전체의 54.6%에 이르고 있음. 특히 여성 및 젊은층의 경우 이러한 활동이 증가할 것이라고 보는 비율이 높았음. 집 밖 활동의 증가와 운동 및 산책의 증가는 국민 건강에 긍정적인 영향을 미쳐 체력의 증가와 함께 질병의 예방도 예상됨.

〈표 4-12〉 서머타임 도입 후 집 밖에서 활동하는 횟수 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
	전체	54.6	2.1	43.3	100.0 (1,001)	
성별	남성	50.0	2.4	47.6	100.0 (452)	7.236(2)*
	여성	58.5	1.8	39.7	100.0 (549)	
연령별	20대	62.2	3.3	34.4	100.0 (180)	17.374(8)*
	30대	58.9	1.4	39.7	100.0 (214)	
	40대	56.6	2.3	41.2	100.0 (221)	
	50대	49.4	1.7	48.9	100.0 (180)	
	60세 이상	46.1	1.9	51.9	100.0 (206)	

주: *p< .05

3. 안전감에 대한 영향

□ 저녁때 집 비우는 횟수 변화

- 서머타임 도입으로 저녁때 집을 비우는 횟수가 늘어날 것이라는 응답이 32.5%로 높은 편임. 성별 차이는 없으나, 연령별 차이는 유의하여, 특히 20-30대의 젊은층의 경우 집 밖에서 저녁시간을 보내는 경우가 많을 것으로 파악됨.

〈표 4-13〉 서머타임 도입 후 저녁때 집 비우는 횟수 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
	전체	32.5	2.4	65.1	100.0 (1,001)	
성별	남성	31.4	2.2	66.4	100.0 (452)	.592(2)
	여성	33.3	2.6	64.1	100.0 (549)	
연령별	20대	45.6	3.3	51.1	100.0 (180)	32.568(8)***
	30대	37.4	2.8	59.8	100.0 (214)	
	40대	29.0	1.8	69.2	100.0 (221)	
	50대	30.6	2.2	67.2	100.0 (180)	
	60세 이상	21.4	1.9	76.7	100.0 (206)	

주: ***p<.001

□ 귀가시간이 늦어지는 횟수 변화

- 서머타임도입으로 귀가시간이 늦어질 것으로 응답한 경우도 34.1%로 비교적 높게 나타남. 성별 차이는 유의하지 않았고, 연령별 차이는 유의함. 젊은 20대의 경우 43.9%가 귀가시간이 늦어지는 경우가 많을 것이라고 응답하였음. 아울러 40대의 경우도 상대적으로 높은 응답률인 34.8%를 보여 저녁시간에 밖에서 활동하는 비율이 늘어날 것임을 알 수 있음.

〈표 4-14〉 서머타임 도입 후 귀가시간이 늦어지는 횟수 변화

(단위: %, 명)

		늘어날 것이다	줄어들 것이다	변화없을 것이다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		34.1	3.8	62.1	100.0 (1,001)	
성별	남성	32.3	5.5	62.2	100.0 (452)	1.801(2)
	여성	34.1	3.8	62.1	100.0 (549)	
연령별	20대	43.9	7.2	48.9	100.0 (180)	23.104(8)**
	30대	31.8	4.7	63.6	100.0 (214)	
	40대	34.8	3.6	61.5	100.0 (221)	
	50대	32.2	2.8	65.0	100.0 (180)	
	60세 이상	24.8	4.9	70.4	100.0 (206)	

주: **p<.01

□ 일광시간 증가에 따른 본인 안전에 대한 기대감의 변화

- 서머타임이 실시된다면, 일광시간이 늘어 저녁시간에도 안전하게 거리를 확보할 수 있을 것인지 질문하였음.
- 그 결과 전체 응답자의 15.1%가 ‘그렇지 않다’(‘매우 그렇다’와 ‘그렇다’ 포함)고 응답한 반면에 ‘그렇다’(‘그렇지 않다’와 ‘전혀 그렇지 않다’ 포함)고 응답한 비율은 44.7%임. 즉 긍정적인 의견을 나타낸 비율이 높게 나타남.
- 한편 일광시간 증가에 따른 본인의 밤거리 안전에 대한 기대감은 남성보다 여성에게서 훨씬 높게 나타나 서머타임의 도입은 여성의 밤

거리 안전에 대한 인식에 더 큰 영향을 미칠 것으로 기대됨. 여성의 밤거리 안전에 대한 부정적인 인식이 밤시간 여성들의 생활양식과 행동을 영향을 주어 사회적 기회와 활동을 제한하는 주요한 요소였던 점을 고려하면, 일광시간의 증가로 인한 밤거리 안전감의 증가는 궁극적으로 여성의 삶의 질 향상에 기여할 것으로 예측됨. 연령별 차이는 유의하지 않았음.

〈표 4-15〉 서머타임 도입 후 저녁거리 안전감에 대한 의견

(단위: %, 명)

		그렇다	변화없다	그렇지 않다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		44.7	40.3	15.1	100.0 (1,001)	
성별	남성	43.6	44.2	12.2	100.0 (452)	8.116(2)*
	여성	45.5	37.0	17.5	100.0 (549)	
연령별	20대	46.7	37.2	16.1	100.0 (180)	11.468(8)
	30대	44.4	36.4	19.2	100.0 (214)	
	40대	45.7	37.6	16.7	100.0 (221)	
	50대	41.1	47.2	11.7	100.0 (180)	
	60세 이상	45.1	43.7	11.2	100.0 (206)	

주: *p< .05

□ 일광시간 증가에 따른 자녀 안전에 대한 기대감의 변화

- 자녀가 있는 응답자를 대상으로 일광시간의 증가로 자녀의 안전에 대한 걱정이 줄어들 것이라고 생각하는가를 질문한 결과, 34.6%가 걱정이 줄어들 것이라고 응답한 반면에, 이보다 훨씬 적은 19.8%만이 이전과 변화없을 것이라고 응답함.
- 이는 서머타임의 실시로 인한 일광시간의 증가로 인해 자녀의 안전에 대한 걱정을 줄여주는 긍정적인 효과를 나타내는 것으로 해석할 수 있음.
- 성별 및 연령별 차이는 유의하여 여성보다는 남성이 자녀 안전에 대한 걱정이 줄어들 것이고, 60대 이상과 20-30대가 그렇다고 응답한 비율이 높았음. 특히 젊은층의 긍정의 응답률이 높아 일광시간의 연

장에 따라 어린 자녀의 안전이 좋아질 것으로 보고 있음을 간접적으로 시사하고 있음.

〈표 4-16〉 서머타임 도입 후 자녀 안전에 대한 걱정이 줄어들지에 대한 의견

(단위: %, 명)

		그렇다	변화없다	그렇지 않다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		34.6	45.6	19.8	100.0 (625)	
성별	남성	36.5	49.8	13.7	100.0 (263)	10.922(2)**
	여성	33.1	42.5	24.3	100.0 (362)	
연령별	20대	40.0	30.0	30.0	100.0 (20)	23.423(8)**
	30대	39.6	39.0	21.4	100.0 (154)	
	40대	35.6	44.4	19.9	100.0 (216)	
	50대	24.1	60.8	15.2	100.0 (158)	
	60세 이상	41.6	35.1	23.4	100.0 (77)	

주: **p< .01

4. 건강생활 변화

□ 건강상태

- 조사대상의 일반적인 건강상태는 56.3%가 건강한 편에 속하여 전반적으로 건강한 것으로 나타났다. 남성보다는 여성 중에 허약하다고 응답한 경우가 많았음.
- 연령대별로는 20대와 30대에서 건강한 사람의 비율이 높았고 (72.6%), 연령대가 높을수록 허약하다고 응답한 비율이 높아서 60세 이상에서는 30.1%가 허약하다고 응답하였음.

〈표 4-17〉 주관적 건강상태

(단위: %, 명)

구분		매우 건강함	건강함	보통	허약함	계 (수)	χ^2
전체		12.2	44.1	33.9	9.8	100.0 (1000)	
성별	남성	17.5	43.2	32.4	6.9	100.0 (451)	26.916***
	여성	7.8	44.8	35.2	12.2	100.0 (549)	
연령별	20-30대	20.6	52.0	25.4	2.0	100.0 (394)	195.427***
	40대	9.1	47.3	40.9	2.7	100.0 (220)	
	50대	5.0	41.1	41.7	12.2	100.0 (180)	
	60대 이상	5.8	28.2	35.9	30.1	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 평소음주 횟수

- 응답자의 음주횟수는 주 1-2회가 26.6%였고, 거의 하지 않는다고 응답한 비율이 46.5%였음. 성별로는 남성보다 여성 중에서 술을 거의 마시지 않는다는 응답이 많았음.
- 연령대별로는 20대의 음주횟수가 가장 많은 것으로 나타나, 주3-4회는 10.0%, 주 1-2회는 37.2%, 한 달에 한번정도는 21.7%였음.

〈표 4-18〉 평소의 음주횟수

(단위: %, 명)

구분		주 3-4번 이상	주 1-2번	1달에 한번	거의하지 않음	계 (수)	χ^2
전체		7.1	26.6	19.9	46.5	100.0 (1,001)	
성별	남성	14.2	40.3	16.2	29.4	100.0 (452)	173.373***
	여성	1.3	15.3	23.0	60.5	100.0 (549)	
연령별	20대	10.0	37.2	21.7	31.1	100.0 (180)	74.669***
	30대	3.7	31.3	25.7	39.3	100.0 (214)	
	40대	8.6	28.1	18.6	44.8	100.0 (221)	
	50대	7.2	26.7	18.3	47.8	100.0 (180)	
	60세 이상	6.3	10.7	15.0	68.0	100.0 (206)	

주: ***p< .001

□ 음주횟수 변화

- 음주자들이 서머타임 시행시 예상하는 음주횟수 변화는 ‘변화없을 것이다’가 70.2%로 가장 많았고, ‘늘어날 것’이라고 응답한 비율이 22.8%였음. 인구학적 특성별로는 유의한 변수가 없이 비슷한 비율로 나타남.

〈표 4-19〉 서머타임 도입 후 음주횟수 변화

(단위: %, 명)

구분		줄어들 것이다	변화없을 것이다	늘어날 것이다	계 (수)	χ^2
전체		7.0	70.2	22.8	100.0 (640)	
성별	남성	8.0	69.9	22.2	100.0 (352)	1.103
	여성	5.9	70.5	23.6	100.0 (288)	
연령별	20대	7.3	68.9	23.8	100.0 (151)	1.602
	30대	7.4	69.8	22.8	100.0 (149)	
	40대	7.5	69.2	23.3	100.0 (146)	
	50대	6.3	69.6	24.1	100.0 (112)	
	60대 이상	6.1	75.6	18.3	100.0 (82)	

□ 음주시간 변화

- 서머타임 시행시 음주자들의 음주시간변화는 28.6%정도가 늘어날 것으로 예상하였고, 64.7%는 변화없을 것으로 예상하였음. 인구사회학적 특성별 차이는 모두 유의하지 않았음.

〈표 4-20〉 서머타임 도입 후 음주시간 변화

(단위: %, 명)

구분		줄어들 것이다	변화없을 것이다	늘어날 것이다	계 (수)	χ^2
전체		6.7	64.7	28.6	100.0 (640)	0.283
성별	남성	7.1	63.9	29.0	100.0 (352)	
	여성	6.3	65.6	28.1	100.0 (288)	
연령별	20대	6.0	56.3	37.7	100.0 (151)	9.646
	30대	6.7	66.4	26.8	100.0 (149)	
	40대	6.8	65.1	28.1	100.0 (146)	
	50대	7.1	67.9	25.0	100.0 (112)	
	60대 이상	7.3	72.0	20.7	100.0 (82)	

□ 음주 습관별 음주행태의 변화

- 음주 습관별 음주행태(음주횟수 및 음주시간)의 변화예상 정도를 분석했을 때 주1-2회 음주자 중에서 음주시간이 늘어날 것이라는 응답의 비율이 30.8%로 가장 높았음. 한편 주3-4회 음주자 중에서는 변화없을 것이라는 응답이 70.4%로 가장 높았음. 음주횟수보다는 음주시간이 증가할 가능성이 높은 것으로 평가됨.

〈표 4-21〉 음주습관별 음주행태변화

(단위: %, 명)

구분		줄어들 것이다	변화없을 것이다	늘어날 것이다	계 (수)
주3-4회음주	음주횟수 변화	5.6	70.4	23.9	100.0 (71)
	음주시간 변화	5.6	64.8	29.6	100.0 (71)
주1-2회음주	음주횟수 변화	7.9	68.0	24.1	100.0 (266)
	음주시간 변화	7.1	62.0	30.8	100.0 (266)
한 달에 한번음주	음주횟수 변화	7.6	68.7	23.7	100.0 (198)
	음주시간 변화	9.1	64.1	26.8	100.0 (198)

- 서머타임 시행시 음주횟수가 증가할 것으로 예상하는 응답자와 음주시간이 증가할 것으로 응답한 응답자에 대하여 연령별, 직업별로 분류하여 분석함.
- 음주횟수가 증가할 것으로 예상하는 주된 연령대는 20대에서 40대이며, 이 인구 집단에서 24% 내지 23% 증가가 예상됨.
- 음주시간이 증가할 것으로 예상하는 주된 연령대는 20대이며 31.1%가 응답하였음. 서머타임 시행시 20대 젊은 층의 음주시간 증가가 예상됨.

〈표 4-22〉 음주횟수 증가 및 음주시간 증가 응답별 연령 및 직업분포

(단위: 명, %)

구분		음주횟수증가		음주시간증가	
		빈도	백분율	빈도	백분율
전체		146 (100.0)		183 (100.0)	
연령별	20대	36	24.7	57	31.1
	30대	34	23.3	40	21.9
	40대	34	23.3	41	22.4
	50대	27	18.5	28	15.3
	60세 이상	15	10.3	17	9.3
직업별	전문직, 사무직	44	30.1	52	28.4
	노동근로직, 농어업	14	9.6	14	7.7
	자영업, 판매/서비스직	41	28.1	46	25.1
	주부	22	15.1	28	15.3
	무직, 학생, 기타	25	17.1	43	23.5

5. 서머타임 도입에 대한 의견

□ 서머타임에 대한 의견

- 서머타임에 대한 전체 의견을 살펴본 결과, ‘찬성한다’가 56.6%로 비교적 높은 비율로 나타났으며 ‘반대한다’는 36.5%로 전체의 3분의 1에 불과함. 한편 도입에 대해 ‘잘모르겠다’는 응답도 6.9% 있어 제도 도입에 대한 홍보가 필요함을 시사함. 인구사회학적 특성별로는 연령 차이가 유의미한 것으로 나타났음.

- 찬성의 비율은 60세 이상과 20대에서 높게 나타난 반면 반대의 비율은 40대에서 높게 나타났다. 아울러 50-60대의 모르겠다의 응답의 비율이 상대적으로 높았음. 즉, 40대에 대해서는 서머타임의 효과성에 대한 인지도를 제고하는 전략이 필요하고 제도의 도입시 여가생활이 활발해질 수 있음에 대한 홍보가 필요함. 한편 중고령층에 대해서는 서머타임의 성격과 개념에 대한 설명이 필요함.

〈표 4-23〉 서머타임 도입에 대한 찬반견해

(단위: %, 명)

		찬성한다	반대한다	잘모르겠다	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		56.6	36.5	6.9	100.0 (1,001)	
성별	남성	56.2	38.7	5.1	100.0 (452)	5.070(2)
	여성	57.0	34.6	8.4	100.0 (549)	
연령별	20대	58.3	37.8	3.9	100.0 (180)	22.117(8)**
	30대	56.5	39.7	3.7	100.0 (214)	
	40대	52.0	42.1	5.9	100.0 (221)	
	50대	56.1	33.9	10.0	100.0 (180)	
	60세 이상	60.7	28.2	11.2	100.0 (206)	

주: **p< .01

□ 서머타임 찬성이유

- 서머타임에 찬성하는 이유를 살펴본 결과, 집 밖에서의 활동 증가가 30.9%로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 가족과의 시간 증가(30.7%), 에너지 절약(21.3%) 순으로 나타났다.
- 인구사회학적 특성별로 살펴본 결과 연령 차이가 유의미한 것으로 나타났다. 20대와 60세 이상은 집 밖 활동 증가가 가장 높게 나타났으며(41.9%, 37.5%), 30대, 40대, 50대는 가족과의 시간 증가가 가장 높게 나타났다(33.1%, 43.5%, 27.7%).

〈표 4-24〉 서머타임제 도입 찬성 이유

(단위: %, 명)

		건강 증진	에너지 절약	집밖활동 증가	가족과의 시간증가	기타	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		14.5	21.3	30.9	30.7	2.6	100.0 (567)	
성별	남성	15.4	19.7	34.3	27.6	3.1	100.0 (254)	4.465(4)
	여성	13.7	22.7	28.1	33.2	2.2	100.0 (313)	
연령별	20대	16.2	14.3	41.9	25.7	1.9	100.0 (105)	30.423 (16)*
	30대	18.2	19.0	26.4	33.1	3.3	100.0 (121)	
	40대	10.4	20.9	23.5	43.5	1.7	100.0 (115)	
	50대	16.8	26.7	24.8	27.7	4.0	100.0 (101)	
	60세 이상	11.2	25.6	37.6	23.2	2.4	100.0 (125)	

주: *p< .05

□ 서머타임 반대이유

- 서머타임에 반대하는 이유로 시간 혼란이 45.5%로 가장 높은 비율로 나타났으며, 그 다음으로는 건강문제(20.3%), 근로시간이 길어짐(14.0%) 순으로 나타났음. 인구사회학적 특성별 차이는 유의하지 않았음.
- 따라서 서머타임이 도입되기 전에 시간혼란을 예방하기 위한 방법이 우선적으로 모색되어야 하는 것으로 판단됨.

〈표 4-25〉 서머타임제 도입 반대 이유

(단위: %, 명)

		시간 혼란	건강 문제	귀가 시간 늦어짐	근로 시간 길어짐	번거 로움	기타	계 (수)	$\chi^2(df)$
전체		45.5	20.3	4.1	14.0	8.2	7.9	100.0 (365)	
성별	남	42.3	18.3	2.3	17.1	10.9	9.1	100.0 (175)	10.002 (5)
	여	48.4	22.1	5.8	11.1	5.8	6.8	100.0 (190)	
연령별	20대	42.6	17.6	5.9	16.2	10.3	7.4	100.0 (68)	17.261 (20)
	30대	42.4	28.2	3.5	12.9	5.9	7.1	100.0 (85)	
	40대	38.7	20.4	2.2	19.4	8.6	10.8	100.0 (93)	
	50대	54.1	14.8	3.3	11.5	9.8	6.6	100.0 (61)	
	60세 이상	55.2	17.2	6.9	6.9	6.9	6.9	100.0 (58)	

6. 서머타임의 라이프스타일 및 국민건강에 대한 영향

□ 서머타임 도입으로 인한 라이프스타일의 변화는 대체적으로 긍정적인 것으로 평가할 수 있음.

○ 라이프스타일 변화에 관한 분석 결과 대다수의 문항에서 ‘변화없을 것이다’라는 응답이 높게 나타났지만, ‘운동 및 산책’, ‘집 밖에서 활동하는 횟수’ 등에서 서머타임 도입 이후 활동이 증가할 것이라는 응답이 과반수 이상으로 나타났음. 아울러 회식, 관람, 공부 등의 활동이 증가하리라는 비율도 높은 편이어서 서머타임을 라이프스타일의 선진화를 거둘 수 있을 것으로 보임.

○ 단, 여가생활을 활발히 할 수 있는 제도적 지원이 필요함. 휴먼경영연구원·명지대학교(2007)의 연구에서 가족여가 문화의 정립을 저해하는 요소로 ‘시간의 부족’과 ‘경제적 부담’이 높게 나타난 것을 볼 때, 서머타임 이후 가족여가 문화의 확산을 위해서는 경제적이고 효율적인 가족여가 방안들이 모색되어야 할 필요성이 있음. 또한 ‘정보 부족’, ‘마땅한 여가활동 없음’ 등의 문제를 해결하기 위한 적극적인 노력이 필요할 것으로 예상됨.

□ 서머타임의 도입으로 일광시간이 증가함에 따라 시민들이 밤거리에서 느끼는 안전감이 높아질 것으로 보이며, 이러한 긍정적인 효과는 특히 평소 저녁시간 때 범죄 발생에 대한 두려움이 높았던 여성들에게 더욱 영향을 미칠 것으로 보임.

○ 여성들은 밤거리 범죄에 대한 두려움으로 인해 사회적 활동에 제한을 받고 있었음. 이로 인해 사회적 기회가 제한되었던 바 일광시간 증가에 의한 저녁시간대 안전감 증가는 ‘여성의 삶의 질 향상’에 긍정적으로 기여할 것으로 판단됨.

□ 국민건강에 대한 서머타임의 효과는 긍정적인 효과도 있을 것이지만 예상되는 약간의 부정적 효과에 대한 대책마련이 필요할 것으로 예상됨.

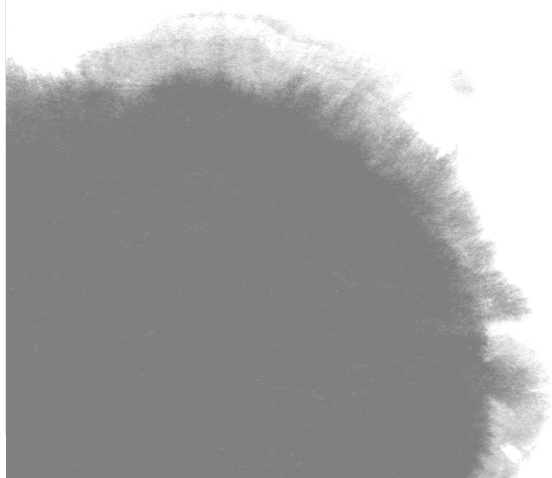
○ 전반적으로 주관적 건강수준은 여성이 허약하다고 응답한 경향이 높

고 연령증가와 더불어 허약하다는 응답이 높아짐.

- 전체적으로 56.3%가 매우건강 또는 건강하다고 응답하여 국민건강 영양조사의 건강 인지율(32.4%)보다 매우 높은 편이었음.
- 60대 이상에서 30.1%가 허약하다고 응답하여 우리나라의 노령인구의 건강취약성을 보여주고 있음.
- 질병관리본부의 국민건강영양조사(2007) 결과에서도 60대 이상에서는 건강 인지율이 27%이하로 낮게 나타나고 있음. 특히 40대 이상에서 지난 10년간의 주관적 건강인지율 추이는 계속 취약해지는 경향을 보이고 있음. 우리나라에서 계속 고령인구 비중이 증대하고 있기 때문에 허약한 인구집단을 위한 안전과 건강대책이 추가적으로 필요할 것으로 예상됨.
- 수면시간의 변화예상 정도는 전체적으로 30% 이상이 수면감소를 예상하고 있음. 특히 젊은 층에서 수면감소가 예상되므로 직장에서의 안전관리 대책 강화가 필요할 것으로 예상됨.
- 서머타임 시행 후 음주횟수가 변화없을 것으로 예상하는 비율은 70.2%였고, 음주시간이 변화없을 것으로 예상하는 비율은 64.7%로 나타났고, 반대로 음주횟수나 음주시간이 증가할 것으로 예상하는 비율이 각각 22.8%, 28.6%이었음.
- 음주횟수나 음주시간의 증가의 비중이 상대적으로 클 것으로 예상되는 20대 연령층에 대한 절주교육이 필요할 것으로 예상됨.
- 운동 및 산책 활동이 늘어날 것으로 예상하는 비율이 57%로 서머타임을 시행하면 국민의 운동량이 상당히 증대할 것으로 추측됨. 남성보다는 여성의 운동 증가가 예상되고, 20대에서 40대 인구집단의 신체활동 증가가 예상됨. 신체활동량의 증가로 인한 건강증진 및 질병 예방효과가 기대됨. 운동부족으로 인한 질병비용이 약 1조 2,213억 원이 발생하는 선행 연구결과(정영호 등, 2006)를 참고할 때, 서머타임으로 인하여 운동량이 증가하여 건강향상의 효과를 얻어 질병예방 및 의료비감소에 기여할 수 있을 것으로 판단됨.

05

결론



제5장 결론 (Conclusion)

제1 절 결과요약

- 서머타임에 대한 전체 의견을 살펴본 결과 ‘찬성한다’가 56.6%로 과반수 이상이었음.
 - 찬성이유는 ‘집밖에서의 활동 증가’가 가장 높게 나타났으며, ‘가족과의 시간 증가’, ‘에너지 절약’ 순으로 파악되었음.
 - 서머타임을 반대하는 의견으로는 ‘시간 혼란’, ‘건강문제’ ‘근로시간이 길어짐’ 순으로 나타났음.
- 서머타임 도입 이후 발생할 수 있는 시간혼란, 건강문제 등의 문제를 사전 예방하는 방안이 마련되어야 함.
- 생활양식 및 행태 효과 분석을 위해 라이프스타일의 변화, 건강에 대한 영향을 살펴보았음.
 - 라이프스타일 변화에 관한 분석 결과 대다수의 문항에서 ‘변화없을 것이다’라는 응답이 높게 나타났지만, ‘운동 및 산책’, ‘집 밖에서 활동하는 횟수’ 등의 문항에서는 서머타임 도입 이후 활동이 증가한다는 응답이 과반수 이상으로 파악됨.
 - 가족 및 친척과의 친교, 영화, 연극, 전시회 관람, 쇼핑, 스포츠 관람, 외식 및 회식, 학원/교육 등의 공부 활동도 응답자의 30% 이상이 늘어날 것으로 보고 있어, 서머타임의 도입은 라이프스타일의 변화에 있어서 긍정적인 결과를 낳을 것으로 예상됨.

□ 일광시간 증가에 따른 본인 및 자녀의 밤길 안전에 대한 기대감의 변화가 예상됨.

- 일광시간에 증가에 따라 밤길을 안전하게 걸을 수 있을 것이라고 응답한 비율(44.7%)이 ‘그렇지 않다’(15.1%)고 응답한 비율보다 상대적으로 높게 나타남.
- 일광시간 증가에 따른 본인의 밤거리 안전에 대한 견해는 남성보다는 여성에게서 훨씬 높게 나타남. 즉, 서머타임의 도입은 남성보다는 여성의 안전 인식에 더 큰 영향을 미치는 것으로 봄.
- 여성의 밤거리 안전에 대한 부정적인 인식이 저녁시간 여성들의 생활양식과 행동, 즉, 밤거리 안전이 사회적 기회와 활동을 제한하는 주요한 요소였던 점을 고려하면 일광시간 증가로 인한 저녁시간대의 거리 안전감 증가는 여성의 삶의 질 향상에 기여할 것으로 판단됨.

□ 건강생활 변화에 있어서 서머타임은 비교적 긍정적인 영향을 주고 있다고 할 수 있음.

- 수면시간의 변화는 응답자의 30% 이상이 수면감소를 예상하고 있었음. 특히 젊은 층의 수면감소가 예상되므로 직장에서의 안전관리대책 강화가 필요함.
- 서머타임 시행 후 음주횟수가 변화없을 것으로 예상하는 비율은 70.2%, 음주시간이 변화없을 것으로 예상하는 비율은 64.7%로 나타나 음주횟수보다는 음주시간이 증대할 것으로 예상됨.
- 운동 및 산책 활동이 늘어날 것으로 예상하는 비율이 57%로 서머타임을 시행하면 국민의 운동량이 상당히 증대할 것으로 추측됨. 남성보다는 여성의 운동증가가 예상되고, 20대에서 40대 인구집단의 신체활동 증가가 예상됨. 신체활동량의 증가로 인한 건강증진 및 질병 예방효과가 기대됨.

제2절 정책적 함의

- 서머타임제 도입으로 생활양식과 국민의 건강에 긍정적 영향을 미칠 것으로 기대함.
 - 그럼에도 제도가 원활하게 도입되어 적용되기 위해서는 관련 제도가 정비되고, 제도에 대한 긍정적 인식이 확산되어야 함.
- 우선 법률이 정비되어야 함.
 - 『표준시에 관한 법률 시행령』이 ‘09년 중 입법예고 되어, 제정될 전망임.
- 아울러 서머타임 실시기간, 시작 및 종료 시점 등 세부사항에 대한의견 수렴이 필요함.
 - 우리나라 ’87-’88년: 5월 둘째 주 일요일 → 10월 둘째 주 일요일
 - 미국: 3월 둘째 주 일요일 → 11월 첫째 주 일요일
- 국제항공 및 해운 등 스케줄 조정도 필요함.
 - 항공기 이·착륙 시각 변경에 따른 외국과의 스케줄 협의 및 공항 SLOT 조정 추진절차 이행
 - 해운, 철도, 버스 등 스케줄 조정
- 전산타이머 조정
 - 산업망, 국내외 금융 전산망, 행정정보망, 인터넷 포털 등 각 분야별 전산시스템 타이머 조정 준비단을 구성, 세부추진계획 수립 및 추진 점검
- 한·일 공동시행 지속 협의 추진도 요구됨.
 - 정상회담 또는 한·일 장관 회담시 의제화가 추진되고 있음.
 - 양국 경제계 등 민간부문에서 양국의 공동 시행 필요성 등을 적극적으로 제기되어야 함.
- 무엇보다도 서머타임에 대한 부정적 인식 전환으로 공감대가 형성되어야 하고, 노동시간 연장 방지 및 다음과 같은 여유시간 활성화 대책이 마련되어야 함.

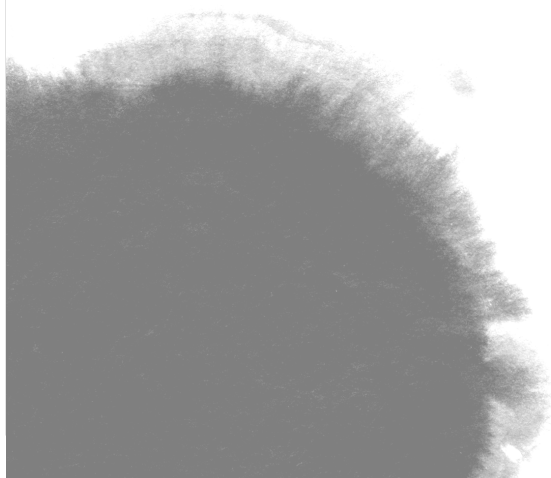
- 평생교육·직업교육·방과후 학습 등 교육 프로그램 개발
- 헬스케어·여가 프로그램 마련
- 문화·생활체육·관광시설 확충
- 자전거 도로, 산책길, 공원, 생태하천 조성 등

참고 문헌

- 경제인문사회이사회, 「서머타임제 도입효과」, 2009.
- 보건복지가족부, 「국민건강영양조사」, 2007.
- 이성근, 「각국의 서머타임제 시행 동향과 에너지절약 효과」, 에너지경제연구원, 2006.
- 전국경제인연합회, 「CEO REPORT 서머타임제의 기대효과 및 도입방안」, 2006.
- 정영호 · 서미경 · 이종태 · 정형선 · 고숙자 · 채수미 · 김명희, 『우리나라 국민의 건강결정요인 분석』, 한국보건사회연구원, 건강증진사업지원단, 2006.
- 한국개발연구원 · 에너지경제연구원 · 교통연구원 · 한국문화관광연구원, 「서머타임 도입의 효과 분석」, 2007.
- 한국문화관광연구원, 『서머타임 도입의 효과 분석』, 관광산업 진흥 대토론회 자료집, 2007.
- 휴먼경영연구원·명지대학교, 「일과 삶의 균형정책」, 2007.
- Charles E. Matthews, Patty S. Freedson, James R. Hebert, Edward J. Stanek III, Philip A. Merriam, Milagros C. Rosal, Cara B. Ebbeling, and Ira S. Ockene, *Seasonal Variation in Household, Occupational, and Leisure Time Physical Activity: Longitudinal Analyses from the Seasonal Variation of Blood Cholesterol Study*. American Journal of Epidemiology, 153(2), 2001.
- Charles EM, Patty SF, James RH, Edward JS, Philip AM, Milagros

- CR, Cara BE, Ira SO, *Seasonal Variation in Household, Occupational, and Leisure Time Physical Activity: Longitudinal Analyses from the Seasonal Variation of Blood Cholesterol Study* American Journal of Epidemiology, 153(2): 172-183, 2001.
- Foerch C, Korf HW, Steinmetz H, Sitzler M; Arbeitsgruppe Schlaganfall Hessen, *Abrupt shift of the pattern of diurnal variation in stroke onset with daylight saving time transitions.* Circulation, Jul 15; 118(3):284-90, 2008.
- JPC-SED, *Summer Time as a Means to Lifestyle Structural Reform*, 2004.
- Lodenius, Martin, *Shores in the city: opportunities, threats and challenges-viewpoints of citizens in Helsinki.* Boreal environment research, 9, 2004.
- Olders H.J, *Average sunrise time predicts depression prevalence.* Psychosom Res, Aug; 55(2):99-105, 2003
- Parisi AV, Turner J, Turnbull DJ, Schouten P, Downs N, *Influence of summer daylight saving time on scattered erythematous solar ultraviolet exposures.* photochemistry and photobiology, Apr 25; 91(1):35-40, 2008.
- Souetre, E., E. Salvati, J. L. Belugoe, P. Douillet, T. Braccini, and G. Darcour, *Seasonality of suicides: Environmental, sociological and biological covariations.* Journal of Affective Disorders, 13, 1987.

부 록



부록

『서머타임 관련 여론조사』 (2009.4.17-4.28.)

안녕하세요. 저는 연구기관인 한국보건사회연구원에 근무하는 _____라고 합니다. 이번에 저희 연구원에서는 ‘서머타임 관련 여론조사’를 실시하고 있습니다. 바쁘시더라도 잠시만 시간을 내주시면 저희 연구에 귀중한 자료가 될 것입니다.

- A1. 실례지만 만으로 연세가 어떻게 되시는지요? 만 ()세
- A2. 성별(목소리를 듣고 기록할 것) ① 남 ② 여
- A3. 거주지역(전화번호부를 보고 기록할 것)
 ① 서울 ② 부산 ③ 대구 ④ 인천 ⑤ 광주 ⑥ 대전 ⑦ 울산 ⑧ 경기 ⑨ 강원 ⑩ 충북 ⑪ 충남 ⑫ 경북 ⑬ 경남 ⑭ 전북 ⑮ 전남 ⑯ 제주
- A4. 규모별 거주지 (기록) ① 대도시 ② 중소도시 ③ 군지역

우선, 라이프 스타일 변화에 대해서 몇 가지 여쭙어 보겠습니다.

"서머타임제란 여름 동안 우리나라의 시간을 원래 시간대의 시간보다 1시간 앞당기는 것입니다. 쉽게 말해서 모든 사람들이 시계를 1시간 앞으로 돌리고 여기에 맞추어 생활을 하는 것입니다. 이렇게 하면 저녁시간에 해가 길어지는 효과가 있습니다"

1. 귀하께서는 서머타임 도입으로 일광시간이 1시간 더 길어진다면, 귀하의 활동은 어떻게 변할 것이라고 보십니까?

항 목	①늘어날 것이다	②줄어들 것이다	③변화 없을 것이다
1. 가족, 친척, 동료 등과의 친교			
2. 영화 연극, 전시회 관람			
3. 자원봉사			
4. 종교활동			
5. 쇼핑하기			
6. 운동 및 산책			
7. 스포츠관람			
8. 외식 및 회식			
9. 학원/교육 등 공부			
10. 집 밖에서 활동하는 횟수			
11. 저녁시간에 집을 비우는 횟수			
12. 귀가시간이 늦어지는 횟수			
13. 기타(무엇:)			

2. 일광시간이 늘어 저녁시간에도 안전하게 거리를 확보할 수 있을 것이라고 보십니까?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 변화없다 ④ 그렇지 않다
⑤ 전혀 그렇지 않다

3. (자녀가 있는 경우만) 일광시간이 늘어 자녀들의 안전에 대한 걱정이 줄어들게 될 것이라고 보십니까?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 변화없다 ④ 그렇지 않다
⑤ 전혀 그렇지 않다 ⑧ 자녀없음(비해당)

다음은 건강생활에 관한 질문입니다

4. 귀하가 생각하는 본인의 현재 건강상태는 어떻습니까?

- ① 매우 건강함 ② 건강한 편 ③ 보통 ④ 허약한 편 ⑤ 매우허약함

5. 귀하는 평소에 어느 정도 술자리를 하시는지요?

- ① 1주 3-4번이상 ② 1주 1-2번 ③ 1달에 1번 ④ 거의 하지 않음

6. 일광시간이 1시간 길어진다면 음주 횟수가 어떻게 달라질 것이라고 보십니까?

- ① 매우 줄어든 것이다 ② 약간 줄어든 것이다
③ 변화없을 것이다
④ 약간 늘어날 것이다 ⑤ 상당히 늘어날 것이다

7. 일광시간이 1시간 길어진다면 음주 시간은 어떻게 달라질 것이라고 보십니까?

- ① 매우 줄어든 것이다 ② 약간 줄어든 것이다
③ 변화없을 것이다
④ 약간 늘어날 것이다 ⑤ 상당히 늘어날 것이다

서머타임 도입에 대한 의견

8. 귀하는 서머타임제를 도입하는 것에 대하여 어떻게 생각하십니까?

- ① 찬성한다 (문 9-1로) ② 반대한다 (문 9-2로)
③ 잘 모르겠다/생각해보지 않았다 (일반사항으로)

8-1. 찬성하시는 이유는 무엇입니까?

- ① 일광시간 증가로 인한 건강증진
② 일광시간 증가로 에너지 절약
③ 일광시간 증가로 집박활동 증가
④ 가족과 보내는 시간 증가
⑤ 기타

8-2. 반대하시는 이유는 무엇입니까?

- ① 시간혼란
- ② 조기 기상으로 노인 등 건강취약계층의 건강문제 악화
- ③ 예전보다 귀가시간이 늦어짐
- ④ 근로시간이 길어질 우려
- ⑤ 시계를 바꾸어야하는 번거로움
- ⑥ 기타

마지막으로 일반사항 몇 가지만 여쭙어보겠습니다.

D1. 귀하의 결혼상태는?

- ① 미혼 ② 기혼/유배우 ③ 사별 ④ 이혼/별거

D2. 귀하의 학력은?

- ① 초등졸 ② 중졸 ③ 고졸 ④ 대졸/재 ⑤ 대학원졸 이상

D3. 실례지만 지금 무슨 일을 하고 계시는지요 (직업)?

- ① 전문직 ② 사무직 ③ 노동근로직 ④ 자영업
- ⑤ 판매/서비스직 ⑥ 농어업 ⑦ 주부 ⑧ 무직
- ⑨ 학생 ⑩ 기타()

(직업을 가지고 있는 경우 질문, 자영업자 포함: D3의 ⑦⑧⑨⑩ 제외)

D3-1. 귀하께서 출근하시는데 주로 이용하시는 교통수단은?

- ① 자가용 ② 버스 ③ 지하철 ④ 자전거 ⑤ 도보 ⑥ 기타

D3-2. 귀하께서 출근하는데 걸리는 시간은? 시간 분

D3-3. 귀하께서는 서머타임 도입후 기존의 출근시간을 변경하실 계획이십니까?

- ① 예 (D3-3-1로) ② 아니요 (D3-4로)

D3-3-1. 출근시간을 변경하신다면, 시 분에서 → 시 분으로

D3-4. 귀하께서는 서머타임 도입후 기존의 퇴근시간을 변경하실 계획이십니까?

- ① 예 (3-4-1로) ② 아니요 (D4로)

D3-4-1. 퇴근시간을 변경하신다면, 시 분에서 → 시 분으로

D4. 귀하의 종교는?

- ① 기독교(개신교) ② 천주교 ③ 불교 ④ 기타 ⑤ 무교

D5. 귀하의 월평균 가구 소득수준은 어느 정도 되십니까? (세금 포함)

- ① 없음 ② 100만원 미만
③ 100만원~200만원 미만 ④ 200만원~300만원 미만
⑤ 300만원~400만원 미만 ⑥ 500만원 이상

바쁘신 중에도 끝까지 응답해 주셔서 대단히 감사합니다.

조사일 시	4월 ____일	조사시 간	(오전/오후): ____시____분
----------	----------	----------	------------------------

답례품 송부용 응답자 주소 및 연락처

이름/ 연락처		
주소		

정책자료 2009-03

**서머타임 도입효과: 라이프스타일 및 국민건강상의
영향분석**

발행일	2009년 11월
저자	김미숙 외
발행인	김용하
발행처	한국보건사회연구원
주소	서울특별시 은평구 진흥로 268(우: 122-705)
전화	대표전화: 02) 380-8000
홈페이지	http://www.kihasa.re.kr
등록	1994년 7월 1일 (제8-142호)
인쇄처	대명기획
가격	5,000원

© 한국보건사회연구원 2009

ISBN 978-89-8187-639-5 93330