

시간배분과 시간빈곤 격차 : 부부가구를 중심으로

정현상 | 한국노동연구원 전문위원(hsjung@kli.re.kr)

KLI PANEL
Brief

- 본고는 한국노동패널조사 27차 시간활용 부가조사를 이용하여 만 20~64세 가구주·배우자의 주중 시간 사용을 분석하고, 동거 자녀가 있는 부부가구를 중심으로 부부단독 가구와 비교하여 살펴보았음.
- 하루 24시간을 필수시간(수면·개인관리)·의무시간(유급·무급노동, 통근·통학)·재량시간으로 구분하고, 재량시간 빈곤(중위값 60% 미만), 여가·사회관계시간 빈곤(중위값 50% 미만), 수면부족(7시간 미만)의 3개 지표로 시간 빈곤을 정의하였음.
- 동거 자녀 유무에 따른 차이는 의무시간에서 가장 뚜렷했음.
- 자녀가 있는 부부가구는 부부단독 가구보다 무급노동이 길어 의무시간이 증가했고, 그 결과 재량시간과 여가·사회관계시간이 함께 축소되는 경향이 확인되었음.
- 자녀가구의 시간여유 축소는 유급노동 변화보다 돌봄·가사 등 무급노동 증가의 영향이 큼을 시사함.
- 자녀 연령에 따라 시간제약의 강도가 크게 달라졌음.
- 미취학자녀 가구는 돌봄 수요가 집중되며 무급노동이 확대되어 재량시간과 여가·사회관계시간이 가장 크게 감소하였음.
- 취학·성인자녀 단계로 갈수록 무급노동 부담이 완화되면서 재량시간 제약도 상대적으로 완화되는 흐름이 관찰되었음.
- 맞벌이는 외벌이에 비해 시간빈곤 위험을 높였고, 미취학자녀와 결합할 때 취약성이 집중되었음.
- 미취학자녀 맞벌이 가구의 시간빈곤율은 재량시간 빈곤 51.1%, 여가·사회관계시간 빈곤 36.6%, 수면부족 30.5%로 다른 집단보다 높게 나타났음.
- 이는 돌봄 집중기와 맞벌이가 결합할 때 의무시간이 늘어 선택가능 시간이 급격히 압축되는 구조를 보여줌.
- 성별 차이는 무급노동 분담에서 가장 뚜렷했으며, 재량/여가·사회관계시간의 성별 격차는 맞벌이 여부에 따라 방향이 달라짐. 맞벌이 여성의 의무시간이 상대적으로 길어 재량·여가시간이 더 제약되는 양상을 보임.
- 주말에는 유급노동·통근 감소로 재량시간이 늘어나지만, 자녀가구는 감소분이 무급노동으로 일부 전환되어 회복 폭이 제한될 수 있음.
- 시간빈곤 교집합(중첩) 분석에서 남성은 수면부족 단독 비중이 상대적으로 큰 반면, 여성은 재량시간과 여가·사회관계시간의 동시 결손이 주로 나타났음.
- 정책적으로는 돌봄 집중기 맞벌이 가구를 우선 대상으로 돌봄서비스 확충과 근로시간 조정수단 강화, 남성 돌봄 참여 확대를 병행할 필요가 있음.

1. 배경 및 목적

- 시간빈곤(time poverty)은 하루 24시간 중 ‘필수시간(수면·식사·위생 등)’과 ‘의무시간(유급·무급노동, 통근 등)’을 제외하고 자율적으로 사용할 수 있는 시간(재량시간)이 충분하지 않은 상태를 의미함.
 - ‘바쁘다’는 주관적 느낌을 넘어, 하루 시간구조에서 선택가능한 시간이 어느 수준 이하로 압축되는지를 객관적으로 점검하는 관점임.
 - 특히 자녀가 있는 가구의 경우 돌봄 수요가 일상적으로 발생하여, 같은 노동시간이라도 재량시간 및 여가·사회관계·수면시간을 확보하기 어려울 가능성이 있음.

- 시간빈곤은 동일한 노동시간이라도 가구구성(동거 자녀 유무·연령)에 따라 그 위험이 달라질 수 있으며, 특히 미취학자녀가 있는 가구에서 시간 압박이 집중될 가능성이 높음.
 - 자녀돌봄·가사 등 무급노동 수요가 상시적으로 발생하고, 일정이 예측하기 어려운 돌봄 요구가 더해지면 재량시간이 줄어드는 경향이 나타날 수 있음.
 - 미취학자녀가 있는 경우 돌봄시간이 집중되는 시기이며, 맞벌이일수록 유급노동·통근과 결합되어 시간 여유가 빠르게 축소될 수 있음.
 - 결과적으로 시간빈곤은 가구 내 역할과 성별 분업, 돌봄 인프라 접근성, 근무시간·근무형태와 맞물리며 집단간 격차로 나타날 수 있음.

- 이에 본고는 동거 자녀가 있는 가구(이하 자녀가구)에 초점을 두고, 부부단독 가구와의 비교를 통해 주중 시간사용의 기본 현황과 시간빈곤의 분포를 제시함.¹⁾
 - 가구형태 및 자녀연령(미취학/취학/성인자녀)에 따라 시간배분(수면·유급·무급·통근·여가·사회관계·재량)이 어떻게 달라지는지를 확인함.
 - 시간빈곤을 재량시간 빈곤(재량빈곤), 여가·사회관계시간 빈곤(이하 여가빈곤), 수면부족의 3개 지표로 구분하여, 어떤 집단에서 어떤 형태의 시간 부족이 두드러지는지 제시하고자 함.
 - 특히 미취학자녀·맞벌이·여성을 중심으로 취약성이 어디에 집중되는지 살펴보고, 돌봄·일자리·근로시간 정책의 논의에 필요한 기초 정보 제공을 목적으로 함.

2. 분석자료 및 표본

- 한국노동패널조사(KLIPS) 27차 시간사용 부가조사를 활용하여, 가구구성에 따른 시간빈곤의 분포를 살펴봄.
 - 분석대상은 가구 내 역할 비교가 가능하도록 만 20~64세 가구주와 배우자로 한정하였음.
 - 집단 비교의 초점은 자녀가구²⁾이며, 비교집단으로 부부단독 가구를 함께 제시함.³⁾

1) 본고에서 ‘부부단독 가구’는 조사 시점 기준 동거 자녀가 없는 부부가구를 의미하며, 무자녀 가구와 자녀 분가 가구 모두를 포함함. 출산 이력이 아닌 가구 내 동거 구성을 기준으로 한 것으로, 동거 자녀의 유무와 연령에 따라 일상적 돌봄 수요가 달라지는 점에 착안한 것임. 다만 이로 인해 부부단독 가구는 내부적으로 이질적인 집단(미혼 무자녀, 자녀 분가 중고령 등)을 포함하므로, 비교 해석 시 이 점에 유의할 필요가 있음.

2) 자녀연령별로 미취학자녀가 있으면 미취학자녀 가구, 미취학자녀는 없고 취학자녀가 1명이라도 있으면 취학자녀 가구, 미취학자녀 및 취학자녀는 없고 성인자녀만 있으면 성인자녀 가구로 구분하였음.

3) 본고의 분석대상은 핵가구 내 부부가구(부부단독 및 자녀동거)로 한정하였으며, 비핵가구(KLIPS 27차 기준 4.4%)와 부부 모두 미취업 상태인 가구는 제외하였음. 1인가구의 주중 시간배분 주요 지표는 (부표 1)에 별도 제시하였음.

- 시간빈곤 해석을 위해 주중 1일의 19개 활동에 대해 필수시간, 의무시간, 재량시간의 구조로 정리함(19개 활동은 수면, 개인관리, 통근, 주된 취업활동, 부업, 구직, 자녀돌봄, 가족돌봄, 가사, 학업·자기개발, 통학, 여가, 종교, 참여·봉사, 가족·친지 교제, 직장동료 교제, 친구·계모임, 반려동물 돌봄, 기타임).
 - 필수시간: 수면+개인관리
 - 의무시간: 유급노동(주된 취업활동+부업)+무급노동(자녀돌봄+자녀 외 가족돌봄+가사+반려동물 돌봄)+통근·통학
 - 재량시간: 하루(1440분) - (필수시간+의무시간)
 - 여가·사회관계시간: 여가+종교+참여·봉사+교제(가족·친지+직장동료+친구·계모임)
 - 대표성 확보를 위해 모든 분포(중위값) 및 집단별 비율·평균 산출 시 18통합표본 개인횡단면 가중치 적용

〈표 1〉 가구주 및 배우자 표본수와 평균연령(18통합표본)

(단위: 명)

	부부단독		자녀동거						전체	
	외벌이	맞벌이	외벌이			맞벌이				
			미취학자녀	취학자녀	성인자녀	미취학자녀	취학자녀	성인자녀		
개인	660	845	682	1,387	933	590	1,741	1,212	8,050	
평균 연령	남성	51	50	39	47	58	40	47	57	50
	여성	52	50	37	44	56	38	45	55	48

자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

3. 시간빈곤 지표 설정

- 시간빈곤은 단일 지표로 포착하기보다, 서로 다른 ‘시간 부족’의 형태를 함께 제시하는 것이 해석에 유리함.
 - 재량시간 부족은 “하루에서 선택 가능한 시간이 얼마나 남는가”를 보여주고,
 - 여가·사회관계시간 부족은 “회복과 관계의 시간이 얼마나 확보되는가”를 보여주며,
 - 수면부족은 “기본 회복시간이 안정적으로 확보되는가”를 보여줌.
- 본고는 선행연구를 참고하여 시간빈곤 지표를 다음 세 가지로 구성함.⁴⁾
 - 재량시간 빈곤(이하 재량빈곤): 재량시간이 중위값 60% 미만인 경우
 - 여가·사회관계시간 빈곤(이하 여가빈곤): 여가·사회관계시간이 중위값 50% 미만인 경우
 - 수면시간 부족(이하 수면부족): 성인 권고 수면 시간이 하한 7시간 미만인 경우

4) 소득빈곤처럼 중위값 대비 일정 비율을 빈곤선으로 두는 상대기준을 시간에 적용한 것으로(Burchardt, 2008; 박세정, 2020), 대부분의 선행연구에서 중위값의 50-70% 범위에서 기준을 설정하고 있음. 재량시간과 여가·사회관계시간을 구분하여 제시하는 것은 재량시간(discretionary time)과 자유시간(free time)이 개념적으로 다르다는 논의(Goodin et al., 2005)를 참고한 것임. 수면부족은 성인 권고 수면의 하한을 '7시간 이상'으로 제시한 합의 권고를 기준으로 절대기준을 적용한 것임(Watson et al., 2015).

〈표 2〉 주요 시간배분 지표 및 시간빈곤 기준선

(단위: 분)

		평균	중위값	기준선
필수시간	수면	427	420	420
	개인관리	139	120	
	전체	566	570	
의무시간	유급노동	379	480	
	무급노동	151	120	
	통근·통학	46	40	
	전체	576	600	
재량시간		297	270	162 ¹⁾
여가·사회관계시간		259	240	120 ²⁾

주: 1) 부부가구 중위값 60% 기준값(8,050케이스).

2) 부부가구 중위값 50% 기준값(8,050케이스).

3) 18통합표본 개인횡단면 가중치 적용.

자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

4. 부부가구의 주중 시간배분 구조와 시간빈곤율

가. 부부가구의 주중 시간배분 구조

- 자녀가구는 부부단독 가구에 비해 ‘의무시간’이 길고 ‘재량/여가·사회관계시간’이 짧은 구조가 나타남(표 3 참조).
 - 부부단독 전체의 의무시간은 536분인 반면, 자녀가구 전체는 585분으로 49분 더 길고, 재량시간은 331분에서 290분으로 41분 짧음.
 - 특히 자녀가구 전체에서 무급노동은 157분으로, 부부단독 전체(110분)보다 47분 길어 의무시간 증가 요인으로 보임.
 - 여가·사회관계시간도 자녀가구 전체(254분)가 부부단독 전체(292분)보다 38분 짧아, 자녀동거가 ‘자유시간(재량)과 회복·관계시간(여가·사회관계)’을 동시에 제약하는 방향으로 작동함.
 - 요약하면 자녀가구의 시간배분은 무급노동 부담 확대 → 의무시간 증가 → 재량/여가·사회관계시간 축소의 구조를 보임.
- 자녀연령이 낮을수록(특히 미취학) 의무시간이 급증하고, 재량/여가·사회관계시간이 크게 축소되는 자녀 연령(돌봄단계)에 따른 시간제약 차이가 확인됨.
 - 미취학자녀 가구 전체는 의무시간 668분으로, 취학자녀(589분)·성인자녀(536분)보다 현저히 길고, 재량시간(212분)과 여가·사회관계(182분)는 가장 낮은 수준임.
 - 미취학자녀 가구의 무급노동은 258분으로, 취학자녀(154분)보다 104분, 성인자녀(109분)보다 149분 길어 돌봄·가사 중심의 무급노동이 시간 압박을 주도함.
 - 반대로 성인자녀 가구 전체는 의무시간 536분, 재량시간 337분, 여가·사회관계시간 299분으로 부부단독 가구와 유사한 수준까지 회복되는 흐름이 나타남.
 - 즉 자녀가구 내에서도 시간배분은 부부단독과의 차이보다 자녀연령(돌봄 밀도)에 의해 크게 달라지며, 정책 논의에서도 미취학 시기의 집중 지원 필요성이 시사됨.

- 맞벌이 여부에 따라 유급노동·통근이 결합되며 시간 압박이 확대되고, 특히 미취학자녀 가구에서 취약성이 가장 두드러지는 것으로 나타남.
 - 부부단독에서는 외벌이 전체(의무 443분, 재량 410분, 여가 359분)에 비해 맞벌이 전체(의무 617분, 재량 262분, 여가 234분)가 의무시간이 174분 길고, 재량/여가·사회관계시간이 각각 148분, 125분 짧게 나타남.
 - 자녀가구 전체에서도 외벌이 전체(의무 501분, 재량 362분, 여가 315분) 대비 맞벌이 전체(의무 657분, 재량 229분, 여가 201분)는 의무시간이 156분 더 길고, 재량/여가·사회관계시간은 각각 133분, 114분 더 짧았음.
 - 특히 미취학자녀 가구에서 맞벌이 전체는 의무시간 734분으로 외벌이 전체(615분)보다 119분 길고, 재량시간(159분)과 여가·사회관계시간(137분)은 가장 낮은 수준으로 나타남.
 - 이는 미취학 시기에 무급노동 부담이 큰 상황에서 맞벌이일수록 유급노동·통근이 추가로 누적되어, 돌봄과 맞벌이 결합이 시간 여유를 급격히 축소시키는 구조임을 보여줌.

- 성별 차이는 무급노동 부담에서 가장 뚜렷하게 나타나며, 재량/여가·사회관계시간의 성별 격차는 맞벌이 여부에 따라 방향이 달라짐.
 - 부부단독 전체에서 여성의 무급노동은 161분으로 남성(48분)보다 길지만, 유급노동이 짧기 때문에 재량시간(여성 361분, 남성 295분)과 여가·사회관계시간(여성 320분, 남성 258분)은 남성보다 여성이 더 길게 나타남. 다만 이는 미취업자(유급노동 0분)를 포함한 전체 평균이며, 부부단독 여성의 미취업 비율(33.3%)이 남성(4.3%)보다 높아 나타난 결과임. 취업자만 비교하면 여성의 재량시간(240분)·여가시간(215분)이 남성(277분, 244분)보다 짧아 성별 격차 방향이 역전됨.⁵⁾
 - 자녀가구 전체에서도 여성의 무급노동은 248분으로 남성(65분)보다 길지만, 미취업자를 포함한 전체 평균에서는 재량시간(여성 314분, 남성 267분)과 여가·사회관계시간(여성 274분, 남성 233분)이 여성에게서 더 길게 나타나, 부부단독과 동일한 구조임.
 - 미취학자녀에서는 여성 무급노동이 397분으로 남성(124분)보다 크게 길어 돌봄 부담의 성별 격차가 가장 크지만, 미취업자를 포함한 전체 평균에서는 재량시간(여성 224분, 남성 201분)과 여가·사회관계시간(여성 190분, 남성 174분) 모두 여성이 더 길게 나타나, 앞의 두 경우와 동일한 구조로 나타남.
 - 맞벌이에서는 부부 모두 취업 상태이므로 유급노동의 성별 격차가 줄어든 가운데 무급노동 부담이 여성에게 더 크게 남아, 여성의 의무시간이 길어지고 그 결과 재량/여가·사회관계시간이 남성보다 짧게 나타나는 경향이 모든 가구형태에서 확인됨.

- 다만 이러한 성별 비교는 주중·주말 여부에 따라 시간배분이 달라진다는 점을 함께 고려할 필요가 있음.
 - 주말에는 유급노동과 통근이 감소하면서 재량시간이 전반적으로 늘어나지만, 자녀가구(특히 미취학자녀·맞벌이)의 경우 유급노동 감소분이 가사·돌봄(무급노동)으로 상당 부분 전환되면서 여가·회복시간의 증가폭이 제한되는 것으로 나타남(그림 1 참조).
 - 즉, 주말이 모든 집단에서 동일하게 ‘회복’으로 작동하기보다는, 가구형태와 자녀 특성에 따라 시간 압박이 완화되는 정도가 달라질 수 있음.⁶⁾

5) 부부단독 가구의 성별·취업여부별 주중 시간배분은 <부표 3>에 제시하였음. 본고의 모든 시간배분 평균은 집단 간 비교의 일관성을 위해 미취업자를 포함하여 산출하였음. 한편 자녀가구의 경우 본문에서 외벌이와 맞벌이를 구분하여 살펴보았기 때문에 별도의 취업여부별 분해가 불필요함.

6) 보다 상세한 주말 시간배분 결과는 <부표 2> 참조.

〈표 3〉 동거 자녀유무 및 자녀연령별 주중 시간배분

(단위: 분)

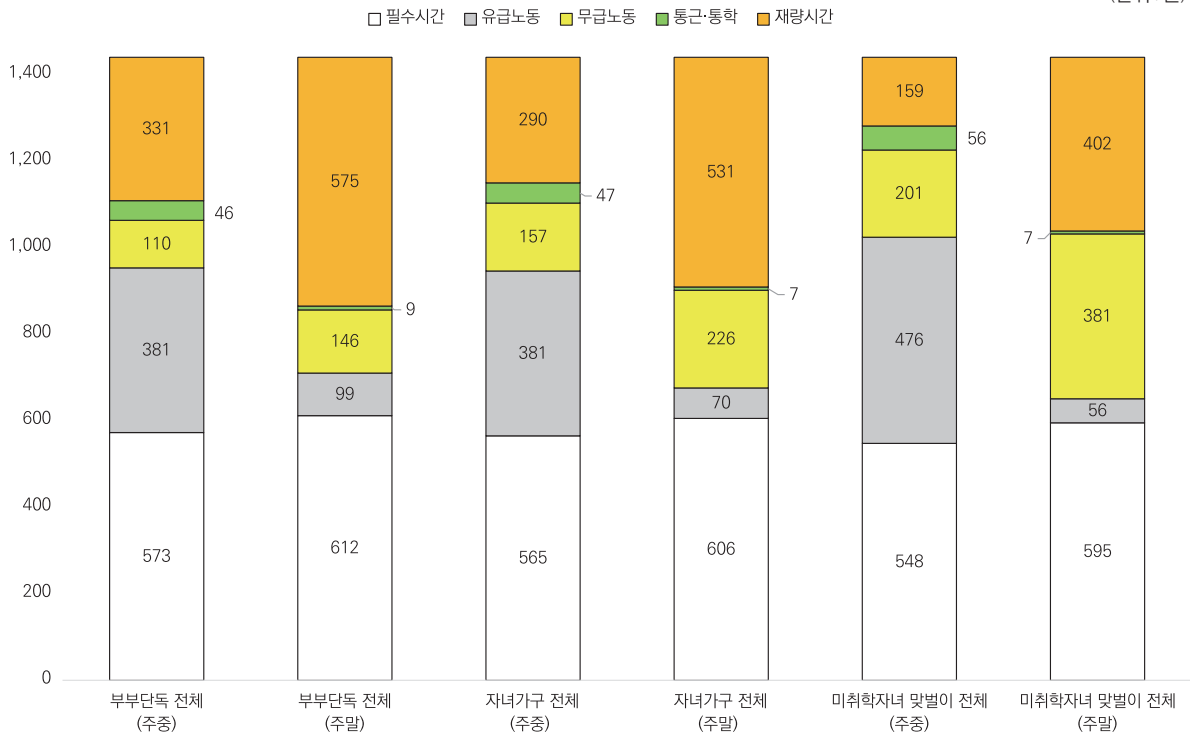
			필수시간			의무시간				재량시간	여가·사회 관계시간
			수면	개인관리	전체	유급노동	무급노동	통근·통학	전체		
부부 단독	외벌이	남성	426	142	568	446	53	62	562	310	268
		여성	451	150	601	139	194	16	349	490	432
		전체	440	147	587	275	132	37	443	410	359
	맞벌이	남성	432	126	559	496	43	58	598	283	250
		여성	428	134	562	452	131	50	633	245	221
		전체	430	131	561	473	91	54	617	262	234
부부단독 전체			435	138	573	381	110	46	536	331	292
자녀 가구 전체	외벌이	남성	426	136	563	472	67	62	600	277	242
		여성	437	156	593	72	322	10	404	443	386
		전체	432	146	578	269	196	36	501	362	315
	맞벌이	남성	419	131	549	508	63	62	633	258	225
		여성	419	139	558	447	183	50	681	201	177
		전체	419	135	554	477	124	56	657	229	201
자녀가구 전체			425	140	565	381	157	47	585	290	254
미취학 자녀	외벌이	남성	418	139	557	490	117	67	673	210	183
		여성	432	151	584	42	506	4	552	304	257
		전체	425	145	570	275	303	37	615	255	218
	맞벌이	남성	417	128	544	506	134	67	707	189	161
		여성	419	132	551	448	268	44	760	129	113
		전체	418	130	548	476	201	56	734	159	137
미취학자녀 가구 전체			422	138	560	365	258	45	668	212	182
취학 자녀	외벌이	남성	429	135	564	489	56	64	609	267	231
		여성	439	158	596	59	321	9	388	455	396
		전체	434	146	580	273	189	36	498	361	313
	맞벌이	남성	416	132	548	508	63	64	635	257	220
		여성	419	141	560	442	192	53	687	193	167
		전체	417	136	554	476	126	58	660	226	194
취학자녀 가구 전체			425	141	565	387	154	49	589	285	247
성인 자녀	외벌이	남성	429	136	565	437	43	57	537	338	299
		여성	437	157	593	105	217	15	336	511	449
		전체	433	147	580	259	136	34	429	431	380
	맞벌이	남성	422	131	554	509	33	56	598	288	257
		여성	420	140	560	453	140	50	642	238	215
		전체	421	136	557	480	88	53	621	262	235
성인자녀 가구 전체			426	141	567	382	109	45	536	337	299

주: 18통합표본 개인횡단면 가중치 적용.

자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

[그림 1] 주요 가구형태별 주중·주말 시간배분 비교

(단위: 분)



주: 18통합표본 개인행단면 가중치 적용.

자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

나. 부부가구의 주중 시간빈곤율

- 자녀가구는 부부단독 대비 재량·여가빈곤을 높이며, 특히 미취학자녀 가구에서 시간빈곤이 급격히 확대되는 양상을 보임(표 4 참조).
 - 부부단독(전체)에서 재량빈곤 13.9%, 여가빈곤 8.3%, 수면부족 19.4%인 반면, 자녀가구(전체)는 재량 20.0%, 여가 13.0%, 수면 23.9%로 전반적으로 높음.
 - 자녀연령별로 보면 미취학자녀(전체)가 재량 35.3%, 여가 23.9%, 수면 26.6%로 가장 높아, 시간빈곤이 특정 생애주기(돌봄 집중기)에 강하게 집중되는 양상을 보임.
 - 취학자녀(전체)는 재량 20.0%, 여가 13.4%, 수면 23.0%로 미취학 대비 완화되지만, 재량·여가빈곤은 여전히 부부단독가구보다 높은 수준임.
 - 성인자녀(전체)는 재량 11.9%, 여가 6.9%로 크게 낮아지는 반면, 수면부족은 23.6%로 유지되어 수면부족은 자녀연령과 별개로 넓게 나타나는 문제일 가능성을 시사함.
- 맞벌이는 외벌이보다 시간빈곤율을 크게 끌어올리며, 맞벌이·미취학자녀 가구에서 위험이 최대로 집중됨.
 - 전체 부부가구에서 맞벌이(전체)는 재량빈곤 25.2%, 여가빈곤 16.7%, 수면부족 26.4%로, 외벌이(전체: 재량 11.6%, 여가 7.1%, 수면 19.3%) 대비 모든 지표가 높음.
 - 자녀가구(전체)에서도 맞벌이(전체)가 재량 26.9%, 여가 17.9%, 수면 27.7%로 외벌이(전체: 재량 11.8%, 여가 7.4%, 수면 19.5%)를 크게 상회함.
 - 특히 미취학자녀 맞벌이(전체)는 재량빈곤 51.1%, 여가빈곤 36.6%, 수면부족 30.5%로, 다른 가구집단에 비해

가장 높은 시간빈곤율을 보임.

- 취학자녀에서도 맞벌이(전체)가 재량 27.9%, 여가 18.5%, 수면 28.3%로 높게 나타나, 맞벌이의 시간 압박이 미취학 구간에서 극대화되고 이후에도 일정 수준 지속되는 것으로 판단됨.

- 성별 격차는 맞벌이 여부에 따라 방향이 달라지며, 맞벌이 가구에서 여성의 재량·여가빈곤이 크게 확대됨.
 - 외벌이에서는 남성 빈곤율이 여성보다 높게 나타나는 가구형태가 많음(예를 들어, 전체 부부가구 외벌이 재량 남 15.3% / 여 8.1%, 여가 남 8.9% / 여 5.4%, 수면 남 22.8% / 여 16.0%).
 - 반대로 맞벌이에서는 여성의 재량·여가빈곤이 크게 높아짐.
 - 미취학자녀 맞벌이에서 여성은 재량빈곤 64.7%, 여가빈곤 50.5%로 매우 높고, 남성도 재량 37.3%, 여가 22.4%로 함께 상승해 ‘가구 단위 시간 압박’이 가장 강한 가구형태임.
 - 수면부족은 맞벌이 구간에서 남녀가 비슷한 수준으로 나타나는 경우가 많아 성별 격차는 특히 재량·여가빈곤에서 더 선명하게 드러나고 있음.
- 시간 압박이 가장 큰 맞벌이·미취학자녀 가구의 성별에 대해 시간 결핍의 강도와 형태를 알아보고자 시간빈곤 교집합(중첩) 분석을 실시함(그림 2 참조).

〈표 4〉 동거 자녀유무 및 자녀연령별 시간빈곤율

(단위: %)

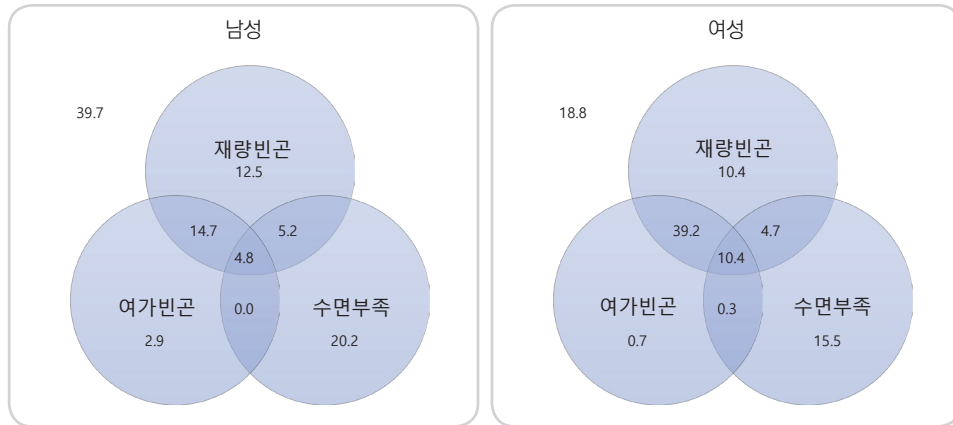
		재량빈곤			여가빈곤			수면부족			
		남성	여성	전체	남성	여성	전체	남성	여성	전체	
전체 부부가구	외벌이	15.3	8.1	11.6	8.9	5.4	7.1	22.8	16.0	19.3	
	맞벌이	15.6	34.4	25.2	10.4	22.7	16.7	26.1	26.8	26.4	
	전체	15.5	22.2	18.9	9.7	14.6	12.2	24.6	21.8	23.1	
부부 단독	외벌이	13.8	7.8	10.5	6.6	4.8	5.6	26.0	12.6	18.5	
	맞벌이	10.8	22.2	16.9	7.7	13.3	10.7	18.0	22.1	20.2	
	전체	12.2	15.4	13.9	7.2	9.3	8.3	21.6	17.6	19.4	
자녀 가구	전체	외벌이	15.6	8.2	11.8	9.3	5.5	7.4	22.2	16.8	19.5
		맞벌이	16.6	37.2	26.9	10.9	24.8	17.9	27.6	27.8	27.7
		전체	16.1	23.7	20.0	10.2	15.8	13.0	25.2	22.7	23.9
	미취학 자녀	외벌이	29.0	15.8	22.7	16.3	10.8	13.7	27.7	18.9	23.5
		맞벌이	37.3	64.7	51.1	22.4	50.5	36.6	30.2	30.8	30.5
		전체	32.6	38.2	35.3	18.9	29.1	23.9	28.8	24.4	26.6
	취학 자녀	외벌이	13.9	6.0	9.9	9.1	4.8	7.0	18.5	14.0	16.2
		맞벌이	16.6	39.7	27.9	10.6	26.8	18.5	29.2	27.3	28.3
		전체	15.4	24.7	20.0	9.9	17.0	13.4	24.6	21.4	23.0
	성인 자녀	외벌이	8.0	6.2	7.0	4.4	3.2	3.8	23.0	18.8	20.7
		맞벌이	7.8	23.3	15.8	6.4	12.2	9.4	24.5	27.2	25.9
		전체	7.9	15.6	11.9	5.6	8.2	6.9	23.9	23.4	23.6

주: 18통합표본 개인횡단면 가중치 적용.

자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

[그림 2] 맞벌이-미취학자녀 가구 성별 시간빈곤 비교

(단위: %)



주: 18통합표본 개인횡단면 가중치 적용.
 자료: 한국노동연구원, 「한국노동패널조사」 27차.

- 무빈곤(세 지표 모두 해당 없음)은 남성 39.7%, 여성 18.8%로, 여성은 어느 하나 이상 부족한 상태가 81.2%로 상대적으로 높게 나타남(남성 60.3%).
- 남성은 단일 결핍 중심(재량만 12.5% + 여가·사회관계만 2.9% + 수면부족만 20.2% = 35.6%)인 반면, 여성은 동시 결핍 중심((재량+여가) 39.2% + (재량+수면) 4.7% + (여가+수면) 0.3% + (재량+여가+수면) 10.4% = 54.6%)으로 구조가 다름.
- 특히 여성은 재량·여가 동시빈곤(39.2%)이 가장 큰 비중을 차지해, 시간부족이 여가만 부족으로 나타나기보다 재량시간이 함께 줄어드는 방식으로 집중되는 양상임(남성 14.7%).
- 여성의 재량시간 빈곤(64.7%)은 '재량만 빈곤(10.4%)' 보다 '재량+여가 동시빈곤(39.2%)'에서 크게 형성되며, 재량빈곤이 발생하면 여가·사회관계 결손이 동반될 가능성이 매우 높게 나타남.
- 여성의 여가빈곤(50.5%)은 대부분이 재량빈곤과 결합되어 나타남(여가만 0.7%, 여가+수면 0.3%로 매우 낮고, (재량+여가) 39.2% + (재량+여가+수면) 10.4% = 49.6%).
- 남성의 경우도 여가빈곤은 주로 재량빈곤과 함께 나타나지만(재량+여가 14.7%, 재량+여가+수면 4.8%), 여성에 비해 수면부족만(20.2%)의 비중이 커서 “수면 결손이 단독으로 존재”하는 형태가 더 뚜렷함.
- 수면부족은 남녀 모두 약 30% 수준이지만(남성 30.2%, 여성 30.8%), 수면부족의 ‘동반 결핍’ 형태가 다름. 남성은 수면부족 중 ‘수면만 부족’이 20.2%로 중심인 반면, 여성은 ‘수면만 부족(15.5%)’과 함께 재량·여가까지 동시에 부족한 삼중빈곤(10.4%) 비중이 상대적으로 큼.
- 결과적으로 맞벌이·미취학자녀 가구에서는 남성은 수면 결손이 단독으로 나타나는 비중이 크고, 여성은 재량과 여가·사회관계가 동시에 압축되는 형태(동시빈곤)가 중심이라, 같은 시간부족 조합이 성별로 뚜렷하게 구분됨.
- 이는 정책 논의에서 시간의 총량뿐 아니라 시간결핍의 조합을 함께 고려할 필요가 있음을 시사함.

5. 결론

- 자녀동거(특히 미취학자녀)와 맞벌이가 결합될 때 시간빈곤 위험이 가장 크게 높아지는 패턴이 확인됨.
 - 자녀가구는 부부단독가구에 비해 전반적으로 재량/여가·사회관계시간이 더 제약되는 방향으로 나타나며, 그

- 격차는 미취학자녀 구간에서 가장 큼.
- 시간빈곤율에서도 미취학자녀·맞벌이 가구의 재량빈곤(51.1%)·여가빈곤(36.6%)·수면부족(30.5%)이 다른 구간 대비 뚜렷하게 높아, ‘돌봄 집중기+맞벌이’가 핵심 취약집단으로 나타남.
 - 취학·성인자녀 구간으로 갈수록 재량·여가빈곤은 완화되는 흐름이 관찰되지만, 수면부족은 비교적 넓은 범위에서 지속되는 양상임.
- 성별 격차는 맞벌이에서 더 두드러졌고, 특히 미취학자녀 맞벌이에서 재량·여가의 동시 결손이 여성에게 집중되는 양상이 나타남.
 - 전체 부부가구 기준으로 맞벌이에서 여성 재량빈곤(34.4%)·여가빈곤(22.7%)이 남성(15.6%, 10.4%)보다 높아, 성별 격차가 맞벌이 상황에서 확대되는 경향을 보임.
 - 미취학자녀·맞벌이에서는 여성 재량빈곤(64.7%)·여가빈곤(50.5%)이 남성(37.3%, 22.4%)보다 크게 높아, 취약성이 가장 강하게 집중됨.
 - 시간빈곤 중첩(교집합)을 보면(맞벌이·미취학자녀 가구), 여성은 재량·여가 동시 빈곤 비중이 49.6%(39.2%(재량·여가)+10.4%(재량·여가·수면))로 남성 19.5%(14.7%(재량·여가)+4.8%(재량·여가·수면))보다 현저히 높아, 재량과 사회관계·회복 시간의 동시 결손이 여성에서 구조적으로 더 크게 나타나고 있음.
 - 시간빈곤이 맞벌이·미취학자녀 가구에서 가장 취약한 만큼, 돌봄서비스 확충을 통해 가구의 돌봄 부담을 완화하고 시간여유를 늘리는 방향으로 정책 우선순위를 둘 필요가 있음.
 - 맞벌이·미취학자녀 가구에서 재량·여가 결손이 집중되는 만큼, 돌봄 수요가 높은 시기에 부모가 이용할 수 있는 돌봄서비스의 시간적 접근성을 높이는 것이 시간빈곤 완화에 기여할 가능성이 있음.
 - 맞벌이에서 성별 격차가 커지는 점을 고려했을 때 가구 내 무급노동 분담의 비대칭을 완화하는 제도적 수단(돌봄휴가·유연근무의 실효성 강화, 남성의 돌봄 참여 촉진 등)이 함께 뒷받침될 필요가 있음.
 - 수면부족은 재량·여가빈곤과 달리 특정 집단에 집중되기보다 여러 집단에서 비교적 넓게 관찰됨. 이는 수면이 돌봄·가사뿐 아니라 근로시간·업무강도, 생활리듬, 미디어 이용 등 복합적 요인의 영향을 받기 때문일 가능성이 있음.
 - 본 분석의 결과를 해석할 때 다음의 유의점과 한계를 함께 고려할 필요가 있음.
 - 본고에서 자녀 돌봄에 투입되는 시간의 증가를 ‘시간제약’ 또는 ‘시간 압박’으로 표현하였으나, 이는 평일 하루 시간배분 특성을 기술한 것이지 돌봄 자체가 가구의 효용이나 삶의 만족을 저하시킨다는 것을 의미하지는 않음. 본고는 돌봄 수요가 집중되는 시기에 개인의 회복과 사회참여 시간이 구조적으로 부족해질 수 있다는 점을 제시하는 데 목적이 있음.
 - 횡단면 기초통계에 기반하고 있어, 부부의 연령·학력·소득·직종 등 인적특성 및 사회경제적 특성을 통제하지 않았으므로 자녀 연령별 시간배분 차이가 동일 가구의 생애주기 변화를 반영하는지, 코호트 간 이질성에 기인하는지 식별하기 어려움.
 - 주중 1일 시간일지에 기초하고 있어 일상적 변화나 변동을 충분히 반영하지 못할 수 있으며, 이러한 한계로 인해 구체적인 정책 효과를 추정하는 데는 제약이 있을 수 있음.

참고문헌

- 박세정(2020), 「소득 계층에 따른 시간 빈곤 결정요인 분석」, 『보건사회연구』 40(1), pp.206~237.
- Burchardt, T.(2008), *Time and income poverty*, Joseph Rowntree Foundation.
- Goodin, R. E., J. M. Rice, M. Bittman, and P. Saunders(2005), "The Time-Pressure Illusion: Discretionary Time vs. Free Time," *Social Indicators Research* 73, pp.43~70.
- Watson, N. F., M. S. Badr, and G. Belenky, et al.(2015), "Recommended amount of sleep for a healthy adult: A joint consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society," *Sleep* 38(6), pp.843~844.

〈부표 1〉 1인가구 주중 시간배분 및 시간빈곤율

(단위 : 분, %)

	시간배분									시간빈곤		
	필수시간			의무시간				재량시간	여가·사회 관계시간	시간빈곤		
	수면부족	개인관리	전체	유급노동	무급노동	통근·통학	전체			재량빈곤	여가빈곤	수면부족
남성	441	136	577	429	82	51	562	301	253	19.8	12.3	17.1
여성	440	147	586	380	111	46	536	317	258	19.1	14.5	19.6
전체	440	140	581	410	94	49	552	308	255	19.5	13.2	18.1

〈부표 2〉 주말 시간배분

(단위 : 분)

			필수시간			의무시간				재량시간	여가·사회 관계시간
			수면	개인관리	전체	유급노동	무급노동	통근·통학	전체		
부부 단독	외별이	남성	472	150	622	109	96	13	218	600	528
		여성	471	155	625	26	203	3	232	583	516
		전체	471	153	624	63	155	7	226	590	521
	맞별이	남성	468	134	601	146	82	12	240	599	526
		여성	460	141	600	116	184	10	309	530	470
		전체	464	137	601	130	137	11	278	561	496
부부단독 전체			467	145	612	99	146	9	253	575	508
자녀 가구 전체	외별이	남성	467	144	611	81	160	9	249	580	507
		여성	457	156	613	12	326	1	339	488	438
		전체	462	150	612	46	244	5	295	533	472
	맞별이	남성	461	139	600	105	143	11	259	581	507
		여성	456	145	600	77	277	8	362	478	420
		전체	458	142	600	91	210	9	311	529	463
자녀 가구 전체			460	146	606	70	226	7	303	531	467
미취학 자녀	외별이	남성	461	144	605	85	272	9	365	469	410
		여성	453	154	607	2	510	0	512	321	293
		전체	457	149	606	45	386	5	436	398	354
	맞별이	남성	462	137	598	80	294	10	384	457	393
		여성	454	138	592	32	466	4	501	347	297
		전체	458	137	595	56	381	7	443	402	345
미취학자녀 가구 전체			457	144	601	50	384	5	439	400	350

			필수시간			의무시간				재량시간	여가·사회 관계시간
			수면	개인관리	전체	유급노동	무급노동	통근·통학	전체		
취학 자녀	외별이	남성	470	143	613	78	154	9	241	586	512
		여성	460	158	618	8	322	1	330	492	439
		전체	465	150	615	43	238	5	286	539	475
	맞벌이	남성	462	139	601	97	149	11	257	581	503
		여성	457	147	604	62	284	6	353	483	422
		전체	460	143	603	80	215	9	304	533	463
취학자녀 가구 전체			462	146	608	64	225	7	296	536	468
성인 자녀	외별이	남성	466	145	611	82	86	9	176	653	570
		여성	456	155	612	21	225	3	248	580	520
		전체	461	150	611	49	160	5	215	614	543
	맞벌이	남성	460	139	599	126	72	11	209	632	560
		여성	454	145	600	112	192	11	315	525	468
		전체	457	142	599	119	134	11	264	577	512
성인자녀 가구 전체			459	146	605	88	146	8	242	593	526

〈부표 3〉 부부단독 가구 성별·취업 여부별 주중 시간배분

(단위: 분, %)

			남성		여성	
			취업자	미취업자	취업자	미취업자
시간 배분	필수 시간	수면	428	462	429	458
		개인관리	133	142	135	156
		전체	561	605	564	614
	의무 시간	유급노동	495	0	456	0
		무급노동	44	131	129	224
		통근·통학	63	0	51	0
		전체	602	131	636	224
	재량시간		277	704	240	602
	여가시간		244	565	215	531
	비중		95.7	4.3	66.7	33.3