

한국인의 연령별 작업시간 변화 추이 분석 : 2004, 2009, 2014년도 생활시간조사를 바탕으로

김연주*, 홍승표**, 박혜연***

*서울대학교병원 재활의학과 작업치료실

**동남보건대학 작업치료과

***연세대학교 보건과학대학 작업치료학과

국문초록

목적: 본 연구는 통계청에서 시행한 2004, 2009, 2014년 ‘생활시간조사’의 행동분류를 작업영역에 따라 분류한 후, 연령 및 년도 별로 한국인의 각 작업영역에 따른 시간사용량 변화를 비교하고자 하였다.

연구방법: ‘2004, 2009, 2014년 생활시간조사’의 원자료 중 10세 이상인 대상자 각각 31,634, 20,263, 26,988명의 시간사용량을 이용하였다. 연령은 10대에서부터 80대까지 10년 주기로 구분하였고 작업치료 실행체계(Occupational Therapy Practice Framework; OTPF)의 작업영역에 따라 원자료의 행동을 재 분류하여 분석하였다.

결과: 2004년부터 2014년 동안 시간사용량의 변화를 연령대 별로 살펴보면 10대에서는 ‘놀이’, ‘사회참여’, ‘휴식’이 증가하였고 20대에서는 ‘교육’시간이 증가한 반면, ‘일’과 ‘여가’시간은 감소했다. 40대와 50대에서는 주중 ‘일’시간은 증가했고, 주말 ‘여가’시간은 증가했다. 60대 이상의 경우 전반적으로 ‘여가’시간이 증가하였으나 TV시청과 같은 정적인 활동이 대부분이었다.

결론: 본 연구 결과를 통하여 연령대 별 작업영역에서의 시간사용량에 차이가 있었다는 것과 2004년부터 2014년에 이르는 동안 시간사용량의 변화가 있음을 파악하였다. 이러한 결과는 작업치료에서 클라이언트의 작업수행시간을 재배치할 때 비교자료로 활용이 가능하고 최근의 동향을 분석하여 주기적으로 반영하는 것이 필요함을 시사한다.

주제어: 동향분석, 생활시간조사, 시간사용, 작업치료

I. 서론

통계청에서는 대한민국 국민이 하루를 어떤 형태로 보내고 있는지 파악하여 국민의 생활방식(life style)과 삶

의 질을 측정할 수 있는 기초자료를 제공하기 위하여 1999년부터 5년마다 한 번 씩 10세 이상의 국민을 대상으로 ‘생활시간조사’를 실시하고 있다. 조사 규모는 약 27,000명으로 가구관련 항목과 개인관련 항목의 면접조

ORCID: Kim, Yeon Ju, <http://orcid.org/0000-0003-3650-908X>

Corresponding author: Park, Hae Yean (haepark@yonsei.ac.kr /Dept. of Occupational Therapy, College of Health Science, Yonsei University)

Received 30 April 2017; Revised version received 24 May 2017; Accepted 28 September 2017

사와 더불어 응답자 당 2일씩 시간일지를 작성하게 하여 그 통계자료를 수집한다. 이를 통해 도출된 통계자료는 노동, 복지, 문화, 교통 등 관련 정책수립이나 학문 연구의 기초자료로 폭넓게 사용된다(Statistics Korea, 2015). Lee, Lee와 Chung(2011)은 산업공학 분야에서 사용자 경험을 고려한 관련 제품이나 서비스를 설계하고 개발하기 위해 한국 성인들의 일상생활활동에 대한 생활시간을 분석하였다. 또한 Park와 Byun(2013)은 중고령자의 생활시간의 배분량을 종합적으로 파악하기 위하여 2009년 생활시간조사 자료 중 45세 이상 성인의 자료를 분석하였다. 최근에는 시간사용의 활용양상은 시간이 지남에 따라 변화되기 때문에 누적된 생활시간조사 자료를 통하여 시간사용의 활용양상을 연도별 비교 분석하는 연구들이 증가하고 있다. Park와 Yoon(2013)은 평생교육에 대한 자료를 제공하기 위하여 학습관련 행동을 중심으로 성인의 생활시간조사 10년 변화추이를 보고하였고 Yoon, Kim과 Choi(2014)는 2004, 2009년도 생활시간조사를 바탕으로 65세 이상 노인층의 생활시간 양상의 변화를 비교분석하였다.

작업치료 영역에서는 생활시간조사와 같이 한 사람의 '시간 사용(time use)'을 확인하는 연구가 확고한 관심 분야로 자리매김하고 있다(Mckay & Hunt, 2015). 그 이유는 효율적인 시간 사용이 사람의 의미 있는 활동을 성공적으로 추구하는데 영향을 미치고 생활양식 및 생활양상, 삶의 질을 결정하는 중요한 기준이 되기 때문이다(Kim, 2005). 작업치료에서 시간사용량을 파악하는 것은 자기 관리, 일과 생산적 활동, 여가와 휴식 간의 균형을 일컫는 작업균형(occupational balance)을 확인하는데에 필수적이고 이에 근거한 효율적인 시간 분배와 사용은 클라이언트를 더 나은 삶으로 이끈다(Backman, 2005; Christiansen & Matuska, 2006; Erlandsson & Eklund, 2001; Nurit & Bichal, 2003). 이와 같이 작업치료사는 작업불균형에 따른 건강과 삶의 질 저하를 경계하여 대상자들의 시간사용량을 파악하고 그에 따른 목표설정 및 중재에 포함시키는 것이 중요하다(Backman, 2004; Farnworth, 2003).

국내 작업치료 분야에서는 여러 대상군의 시간사용을 파악하기 위한 연구를 다수 진행해왔다. Hong과 Kim(2014)은 2009년 생활시간조사 자료를 활용하여

유아기 아동 어머니의 작업영역을 수면, 일상생활활동, 육아, 노동, 여가로 재분류하고 그들을 작업균형집단과 불균형집단으로 나누어 시간사용량의 차이를 분석하였다. 또한 Hong, Jang과 Seo (2011)는 휠체어적비 활동에 참여하는 경수 손상 환자의 작업영역별 시간사용량을 비교하여 경수 손상 환자들을 위한 시간 사용 관련 작업치료 중재에 대한 기초자료를 제시하였다. 고령인구가 증가하고 있는 국내 현실에 맞춰 Park, Jeon, Lee와 Kim(2014)은 2009년 생활시간조사 데이터를 기반으로 시설 거주 노인과 지역사회 거주 노인의 시간사용을 분석하였으며 Lee, Park, Yoo, Jeong과 Cho (2012)의 연구에서는 생활시간조사를 토대로 한 설문지를 바탕으로 조사연구를 진행하여 노인들의 시간 사용에 대한 실태조사를 진행하였다. Hong과 Lee (2010)는 생활시간조사를 통해 특정 대상군이 아닌 한국인 전체를 대상으로 생애주기별 시간 사용에 대한 분석을 작업치료 실행체계(Occupational Therapy Practice Framework: OTPF)의 작업영역(areas of occupation)으로 진행하였다. 이 결과로 한국인의 작업영역별 시간사용량과 성별 및 연령별 시간사용량의 차이를 제시하였다.

그러나 앞서 제시한 선행연구는 단면적 연구 설계이며 시간의 변화에 따른 대상자의 시간사용 동향은 제시하지 않았다. 통계청에서 시행하는 '생활시간조사'는 5년을 주기로 시행하고 전국에 거주하는 가구원을 대상으로 진행하기 때문에 최근 10년간 작업수행 영역별로 시간 사용량의 동향을 파악하는데 적합하다(Yoon, Kim & Choi, 2014). 작업치료사는 클라이언트의 작업적 배경을 이해하고 나이에 따라 대상자의 주요 작업영역이 변화됨을 반영하여 중재의 목적과 방향을 설정해야 한다(American Occupational Therapy Association [AOTA], 2014; Hinojosa & Kramer, 1997). 따라서 작업치료사가 연령대 별 시간사용과 시간의 변화에 따른 작업영역별 시간사용의 변화를 파악하는 것은 매우 중요하고 클라이언트에게 균형 있는 작업치료 서비스를 제공하는 근거가 될 수 있다.

그러므로 본 연구에서는 2004, 2009, 2014년 생활시간조사를 OTPF(3판)의 작업영역에 따라 분류한 후 연령별 및 시간변화에 따른 한국인의 각 작업영역의 시간사용을 파악하여 작업치료 클라이언트의 균형 있는 시간

사용에 대한 근거자료를 제시하고자 하였다.

II. 연구 방법

1. 분석자료 및 대상자

2004년 생활시간조사의 표본수는 31,634명, 2009년은 20,263명, 2014년은 26,988명으로 총 78,885명이었다. 본 연구의 분석 대상은 만 나이 10세 이상으로 총 78,885명이었으며 연령을 10년 주기로 나누어 분석하였다. 각 개인은 2일 간의 자료를 갖게 되므로 실제 분석에서 사용한 사례수는 표본수의 2배인 157,770개였다. 최종 분석에서 사용한 사례의 일반적 특성은 Table 1과 같다.

2. 작업영역에 따른 행동 재분류

생활시간조사에서는 대상자들의 행동을 ‘개인유지, 일, 학습, 가정관리, 가족 보살피기(2014년에 가족 및 가구원 돌보기로 변경), 참여 및 봉사활동, 교제 및 여가활동, 이동, 기타’의 9가지 대분류로 나누었다. 그러나 본 연구는 작업치료를 위한 기초자료를 마련하는 것이 목적이기 때문에 OTPF 3판에서 제시한 8가지 ‘작업

(occupations)’에 따라 생활시간조사의 세부 활동을 분류하였다(AOTA, 2014). Kim(2005)은 장애인들의 시간사용량을 OTPF 작업영역의 7개 군으로 구분하여 분석한바 있으며 Hong과 Lee(2010)는 2004년 시행된 생활시간조사 결과를 OTPF 작업영역으로 분류하여 생애주기별로 연령대를 구분하여 한국인의 시간사용량을 분석하였다.

2004, 2009, 2014년 통계청에서 제시한 생활시간조사 행동분류는 대분류, 중분류, 소분류로 구성되며 조사년도에 지남에 따라 조금씩 바뀌어왔다. 예를 들어, 2004년과 2009년 가정관리(대분류)의 가정관리 관련 물품구입(중분류)은 상품 및 서비스 구입(중분류)로 변화했으며 소분류 상에도 서비스 구입 항목이 신설되었다. 또한 2014년에 애완 동식물 돌보기 중분류가 추가되는 등 생활양식의 변화에 따라 생활시간조사의 분류도 변화되었다. 그러나 대분류는 변화 없이 유지되었고 추가·수정·삭제된 중분류와 소분류 역시 기존에 있던 분류에서 세분화되어 나오거나 통합되는 형태로 일부 변경되었다. OTPF 3판 기준의 행동분류는 작업치료사 3명이 함께 실시하였다. 행동분류는 년도 별 변화된 항목들을 점검하여 1차 분류를 진행하였다. 이후 Hong과 Lee(2010)의 2004년도 연구에서 시행한 작업영역에 따른 생활시간조사행동 재분류에 기초하여 생활시간조사 상의 소분류를 OTPF의 작업영역 항목(일상생활활동, 수

Table 1. General Characteristics of Subjects

Classification		2004		2009		2014	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Gender	Male	29,798	47.1	19,428	47.9	25,384	47.0
	Female	33,470	52.9	21,098	52.1	28,592	53.0
	Total	63,268	100.0	40,526	100.0	53,976	100.0
Age	10~19	10,714	16.9	7,368	18.2	7,648	14.2
	20~29	8,588	13.6	4,810	11.9	5,746	10.6
	30~39	12,306	19.5	7,106	17.5	8,672	16.1
	40~49	12,922	20.4	8,174	20.2	10,160	18.8
	50~59	7,830	12.4	5,620	13.9	9,426	17.5
	60~69	6,308	10.0	3,888	9.6	5,892	10.9
	70~79	3,550	5.6	2,680	6.6	4,670	8.7
	80~	1,050	1.7	880	2.2	1,762	3.3
Total		63,268	100.0	40,526	100.0	53,976	100.0

단적 일상생활활동, 휴식 및 수면, 교육, 일, 놀이, 여가, 사회참여)에 맞추어 재분류 하였다. 2014년도 생활시간 조사에서 새롭게 추가되었거나 OTPF에 제시되지 않은 생활시간조사의 행동에 대해서는 과거 생활시간조사 연구의 행동분류 및 OTPF를 이용한 행동분류에 대한 연구를 시행한 작업치료(학)과 교수 2인과 대학원생으로 구성된 전문가 회의의 검토 및 논의를 통하여 최종 분류를 확정하였다.

3. 분석방법

본 연구는 2004, 2009, 2014년 통계청에서 실시한 생활시간조사를 자료로 바탕으로 진행되었다. 생활시간 조사를 위해 조사대상이 되는 가구원이 10분 간격으로 설계된 시간일지에 하루 동안의 활동형태를 주행동과 동시행동으로 나누어 10분 간격으로 작성하도록 구성되어 있으며 시간일지의 기입은 평일과 휴일로 나누어 실시되었다. 본 조사에서는 주 행동만을 분석에 포함하였다. 연구대상자의 일반적 특성과 전 연령대의 작업영역별 활동 시간은 기술통계를 사용하여 제시하였으며 전 연령대의 작업영역별 활동 시간은 해당 년도의 평일, 주말에 따른 최저값과 최대값을 음영을 통해 표시하였다. 2004, 2009, 2014년 동안의 시간변화에 따른 작업영역별 시간 사용량에 변화가 있었는지를 확인하기 위하여 '작업영역-요일에 따른 시간사용량'을 종속변수로, '년도'를 독립변수로 하여 단순회귀분석을 실시하였다. 통계분석은 SPSS Version 21.0을 사용하여 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 전 연령대의 작업영역별 활동 시간

연령대 별 작업영역 및 요일에 따른 평균 생활시간은 Table 2와 같다. ADL (Activities of Daily Living)의 경우 2004년 주말을 제외하고 50대에서 가장 많은 생활 시간을 가졌으며 10대와 70대 이상에서 가장 적은 시간을 나타내었다. IADL (Instrumental Activities of Daily Living)의 경우 30대에서 가장 많은 시간을, 10대에서 가장 적은 시간을 나타내었다. 휴식 및 수면(rest and sleep)의 경우 80대에서 가장 많은 시간을 보였으며 2009년과 2014년의 주말을 제외하고 40대에서 가장 적은 시간을 보였다. 일의 경우 주로 40대에서 가장 많은 시간을, 10대에서 가장 적은 시간을 나타내었다. 교육(education)의 경우 10대에서 가장 많은 시간을 나타내었고 7, 80대 노인군에서 가장 적은 시간을 보였다. 놀이(play)의 경우 10대에서 가장 많은 시간을 보내고 있었으며 50, 60대에서 가장 적은 시간을 보냈다. 여가(leisure)의 경우 80대에서 가장 많은 시간을, 주로 10, 20대에서 가장 적은 시간을 보였다. 사회참여(social participation)의 경우 주로 80대에서 가장 많은 시간을 보냈다(Table 2).

Table 2. Activity Time Based on Occupational Area (min)

Occupations	Year	Day	Age							
			10~19	20~29	30~39	40~49	50~59	60~69	70~79	80~
ADL	2004	WD	147.1	159.5	153.9	158.9	159.2	151.3	146.3	144.8
		WE	149.5	162.8	160.3	165.8	165.5	153.8	148.3	149.9
	2009	WD	164.6	177.1	167.1	175.3	177.4	173.9	165.4	166.0
		WE	169.2	181.2	177.6	184.1	186.6	182.9	167.0	166.5
	2014	WD	174.5	189.8	181.2	190.5	194.5	190.9	182.5	178.1
		WE	181.8	195.5	193.7	199.0	202.3	198.3	187.1	185.8
IADL	2004	WD	110.3	222.0	295.4	258.7	258.7	260.8	254.2	188.4
		WE	141.8	240.6	323.0	270.9	270.9	260.9	230.7	181.4
	2009	WD	110.9	224.7	304.3	262.9	253.9	266.4	249.6	207.2
		WE	153.8	252.9	339.1	291.5	281.6	273.1	249.3	200.0
	2014	WD	117.2	209.7	301.3	258.0	242.6	262.5	251.3	208.2
		WE	151.0	233.0	335.6	296.3	266.8	267.3	244.2	218.9

Table 2. Activity Time Based on Occupational Area (Cont.) (min)

Occupations	Year	Day	Age							
			10~19	20~29	30~39	40~49	50~59	60~69	70~79	80~
RS	2004	WD	477.5	475.3	461.3	456.8	474.9	508.1	556.7	641.4
		WE	536.9	524.0	510.0	495.8	497.1	516.0	558.4	644.1
	2009	WD	466.3	476.2	464.9	450.5	470.4	502.8	539.9	603.6
		WE	553.3	531.3	526.4	500.8	499.4	512.8	544.9	599.8
	2014	WD	478.8	485.8	469.5	452.0	466.9	493.8	527.0	584.5
		WE	575.2	543.3	537.2	516.9	495.0	505.4	538.0	579.7
Work	2004	WD	11.7	257.9	306.6	330.6	277.3	206.1	110.1	53.7
		WE	13.3	135.0	155.1	201.9	187.9	159.4	102.4	48.6
	2009	WD	8.4	242.3	301.9	338.0	285.5	180.2	107.1	40.9
		WE	10.5	115.7	125.8	174.3	163.7	131.7	84.8	45.9
	2014	WD	15.9	236.4	306.3	335.3	302.8	177.3	93.1	36.5
		WE	22.6	104.4	106.5	134.7	169.1	125.6	74.6	33.5
Education	2004	WD	496.4	86.2	12.8	5.8	3.1	1.6	1.4	0.6
		WE	223.7	47.6	8.2	5.3	2.0	1.8	0.5	0.4
	2009	WD	522.2	107.4	13.8	6.7	4.1	3.0	2.7	1.2
		WE	202.7	49.2	7.6	3.6	2.9	1.0	0.8	1.3
	2014	WD	444.7	118.4	11.1	6.7	3.1	2.0	1.4	0.9
		WE	159.6	65.3	8.7	5.1	2.7	1.4	0.5	0.5
Play	2004	WD	54.4	40.8	20.3	15.5	13.7	14.9	20.2	21.2
		WE	111.3	57.3	28.1	20.1	19.0	16.8	21.2	20.3
	2009	WD	38.1	33.9	15.8	12.4	10.7	14.1	19.3	22.2
		WE	90.9	51.6	22.3	15.9	13.7	13.5	18.6	25.1
	2014	WD	56.0	32.2	13.7	9.6	8.0	9.2	15.9	19.8
		WE	92.3	49.7	21.4	13.8	9.6	11.3	16.4	16.2
Lei-sure	2004	WD	91.9	126.6	126.0	152.6	182.2	218.6	252.5	289.3
		WE	206.9	195.8	181.4	200.7	212.8	240.7	275.8	301.0
	2009	WD	72.5	112.8	115.9	134.8	175.5	228.0	276.8	306.2
		WE	200.0	112.8	174.3	199.2	214.5	245.0	286.9	307.8
	2014	WD	80.7	102.3	99.6	127.6	160.3	234.6	287.8	325.2
		WE	188.0	168.9	170.7	207.8	225.5	256.0	296.2	321.4
SP	2004	WD	41.1	60.3	49.9	50.7	54.2	58.1	74.4	78.6
		WE	45.8	65.3	60.5	60.8	68.8	71.7	79.6	74.5
	2009	WD	44.9	51.2	40.3	43.3	43.8	50.1	57.0	68.0
		WE	45.1	62.7	51.1	53.5	59.7	59.3	65.2	68.7
	2014	WD	49.0	47.5	37.0	39.4	40.2	46.4	54.5	66.1
		WE	49.2	61.2	46.3	45.9	46.2	52.3	60.2	63.3

: Highest / : Lowest value through the age

ADL: Activities of Daily Living, IADL: Instrumental Activities of Daily Living, RS: Rest and Sleep, SP: Social Participation, WD: Weekday, WE: Weekend

2. 년도에 따른 연령대 별 작업영역의 시간 사용량 변화

1) 10대, 20대, 30대

10대의 경우 연차가 지남에 따라 ADL, IADL, 일, 사회참여 활동시간이 평일과 주말에 모두 유의하게 증가하

였으며 주말의 휴식 및 수면 시간 또한 유의하게 증가하였다. 교육, 여가 시간은 연차가 지남에 따라 유의하게 감소하는 경향을 보였으며 주말의 놀이 시간 역시 유의하게 감소하였다. 20대의 경우 ADL, 휴식과 수면, 교육은 연도가 지남에 따라 평일과 주말 모두 증가하는 양상을

Table 3. Time Use Changes Through Years on Occupational Area From 10s to 30s

Age	Occupational area	<i>B</i>	β	<i>t</i>	Adjusted R^2	<i>F</i>
10~19	ADL	14.855	.268	44.588***	.072	1988.130***
	IADL	3.875	.037	5.874***	.001	34.509***
	RS ^a	7.323	.060	9.701***	.004	94.112***
	Work	2.790	.032	5.082***	.001	25.830***
	Education	-25.776	-.091	-14.602***	.008	213.220***
	Play ^a	-4.116	-.039	-6.214***	.001	38.608***
	Leisure	-7.808	-.056	-8.971***	.003	80.483***
	SP	3.021	.053	8.471***	.003	71.765***
20~29	ADL	15.700	.242	34.539***	.059	1192.924***
	IADL ^b	-4.749	-.027	-3.692***	.002	33.620***
	RS	6.452	.051	7.080***	.003	50.127***
	Work	-11.956	-.044	-6.067***	.002	36.804***
	Education	13.536	.070	9.713***	.005	94.338***
	Play	-4.353	-.045	-6.177***	.002	38.154***
	Leisure	-13.171	-.090	-12.442***	.008	154.796***
	SP	-4.859	-.059	-8.154***	.003	66.481***
30~39	ADL	14.856	.240	41.450***	.058	1718.136***
	IADL ^a	4.543	.020	3.433***	.000	11.783***
	RS	7.794	.067	11.219***	.004	125.865***
	Work ^a	-9.630	-.035	-5.811***	.001	33.766***
	Education	-.354	-.005	-.864	.000	.746
	Play	-3.401	-.055	-9.185***	.003	84.370***
	Leisure	-10.133	-.072	-12.172***	.005	148.167***
	SP	-6.881	-.099	-16.645***	.010	277.072***

ADL: Activities of Daily Living, IADL: Instrumental Activities of Daily Living, RS: Rest and Sleep, SP: Social Participation, ^aMean is significantly different in only weekend, ^bMean is significantly different in only weekday

보였으나 IADL, 일, 놀이, 여가, 사회참여 시간은 평일과 주말 모두 감소하는 경향을 보였다. 또한 30대는 ADL, IADL, 휴식 및 수면 시간이 평일과 주말 모두 시간이 지남에 따라 유의하게 증가하였으며 일, 교육, 놀이, 여가, 사회참여 시간은 평일과 주말 모두 시간이 지남에 따라 감소하였다. 평일의 '일'영역 활동시간은 감소하는 경향을 보였으나 그 변화가 유의하지 않았다(Table 3).

2) 40대, 50대

40대의 경우 ADL 활동시간은 평일과 주말 모두 연차가 지남에 따라 유의하게 증가하였으나 놀이, 사회참여 시간은 감소하였다. IADL, 휴식 및

수면, 여가의 경우 시간이 지남에 따라 평일에는 감소하는 경향을 주말에는 증가하는 경향을 보였다. 반대로 일 활동시간은 평일에는 증가하는 경향을 주말에는 감소하는 경향을 보였다. 50대의 ADL 활동시간은 평일과 주말 모두 시간이 지남에 따라 유의하게 증가하는 추이를 보였다. 놀이, 사회참여, 평일의 IADL, 평일의 휴식 및 수면은 감소하는 추이를 보였다. 일 활동시간은 평일에는 증가하고 주말에는 감소하는 추세를 보였으며 반대로 여가 시간은 평일에는 감소하고 주말에는 증가하는 추세를 보였다(Table 4).

Table 4. Time Use Changes Through Years on Occupational Area From 40s to 50s

Age	Occupational area	<i>B</i>	β	<i>t</i>	Adjusted <i>R</i> ²	<i>F</i>
40~49	ADL	16.131	.258	47.270***	.067	2234.415***
	IADL ^a	5.258	.027	4.797***	.000	10.569**
	RSc	2.522	.022	3.904***	.000	15.238***
	Work ^a	-11.486	-.041	-7.334***	.002	53.782***
	Education	.214	.005	.797	.000	.634
	Play	-3.053	-.061	-10.873***	.004	118.222***
	Leisure ^c	-6.382	-.041	-7.297***	.002	53.250***
	SP	-6.430	-.088	-15.666***	.008	245.410***
50~59	ADL	17.961	.273	42.895***	.074	1839.981***
	IADL ^b	-5.692	-.030	-4.570***	.001	20.882***
	RS ^b	-2.721	-.025	-3.736***	.001	13.955***
	Work ^d	3.527	.013	1.964	.000	3.857
	Education	.114	.003	.526	.000	.277
	Play	-3.608	-.078	-11.905***	.006	141.733***
	Leisure ^c	-3.742	-.022	-3.390**	.000	11.492**
	SP	-8.687	-.117	-17.759***	.014	315.395***

ADL: Activities of Daily Living, IADL: Instrumental Activities of Daily Living, RS: Rest and Sleep, SP: Social Participation, ^aMean is significantly different in only weekend, ^bMean is significantly different in only weekday, ^cMean is significantly decreased in weekday but increased in weekend, ^dMean is significantly decreased in weekend but increased in weekday

3) 60대, 70대, 80대 이상

60대는 ADL과 여가 시간은 연차가 지남에 따라 유의하게 증가하는 경향을 보였으며 휴식 및 수면, 일, 놀이, 사회참여 시간은 연차가 지남에 따라 감소하는 경향을 보였다(Table 5). 70대의 경우 ADL, 여가, 주말의 IADL 시간은 년도가 변화함에 따라 유의하게 증가하는 추세를 보였고 휴식 및 수면, 일, 놀이, 사회참여는 감소하는 추세를 보였다. 마지막으로 80대 이상에서는 ADL과 IADL, 평일의 여가는 모두 연차가 지남에 따라 유의하게 증가하는 경향을 보였으며 휴식 및 수면, 평일의 일, 주말의 사회참여 시간은 모두 유의하게 감소하는 경향을 보였다(Table 5)

IV. 고 찰

본 연구는 연령대 별로 지난 10년간 시간변화에 따라 한국인의 각 작업별 시간 사용을 파악하여 작업치료 클

라이언트의 균형있는 시간사용에 대한 근거자료를 제시하기 위한 연구로써, 2004, 2009, 2014년의 10년 간 생활시간조사 결과를 OTPF의 작업영역에 따라 분류한 후 분석하였다.

그 결과, 첫 번째로 전 연령대의 작업영역별 활동 시간을 살펴보면 ADL 영역의 경우 50대에서 가장 많은 생활 시간을, IADL의 경우 30대에서 가장 많은 시간을 나타내었으며, 휴식 및 수면의 경우 80대에서 가장 많은 시간을 보였다. 일 영역은 40대에서 가장 많은 시간을, 교육과 놀이는 10대에서 가장 많은 시간을 나타내었다. 여가의 경우 80대에서 가장 많은 시간을 소모하고 있었다.

두 번째로 각 연령대 별로 연차에 따른 작업영역별 시간 사용량의 변화추이와 2014년 연령별 작업영역별 시간량 분포를 함께 살펴보면, 10대의 경우 연차가 지남에 따라 ADL, IADL, 일, 사회참여 활동시간이 평일과 주말에 유의하게 증가하였으며 주말의 휴식 및 수면 시간 또한 유의하게 증가하였다. 20대의 경우 ADL, 휴식과 수면, 교육의 경우 활동시간이 유의하게 증가하였으나

Table 5. Time Use Changes Through Years on Occupational Area From 60s to 80s

Age	Occupational area	<i>B</i>	β	<i>t</i>	Adjusted <i>R</i> ²	<i>F</i>
60~69	ADL	20.734	.318	42.551***	.101	1810.551***
	IADL	1.861	.010	1.249	.000	1.559
	RS	-6.407	-.054	-6.881***	.003	47.344***
	Work	-15.403	-.061	-7.794***	.004	60.742***
	Education	.034	.001	.185	.000	.034
	Play	-2.799	-.057	-7.230***	.003	52.277***
	Leisure	7.805	.042	5.368***	.002	28.820***
	SP	-7.493	-.093	-11.859***	.009	140.643***
70~79	ADL	18.677	.284	30.930***	.081	956.681***
	IADL	1.508	.008	.865	.000	.749
	RS	-12.839	-.096	-10.072***	.009	101.441***
	Work	-10.872	-.057	-5.959***	.003	35.312***
	Education	-.021	-.001	-.147	.000	.022
	Play	-2.241	-.039	-4.123***	.001	16.997***
	Leisure	14.731	.077	8.098***	.006	65.584***
	SP	-9.587	-.111	-11.705***	.012	137.012***
80~	ADL	17.032	.251	15.737***	.063	247.665***
	IADL	13.047	.075	4.557***	.005	20.770***
	RS	-29.263	-.182	-11.245***	.033	126.443***
	Work	-8.152	-.069	-4.229***	.005	17.881***
	Education	.093	.008	.495	.000	.245
	Play	-1.479	-.024	-1.485	.000	2.206
	Leisure	15.048	.079	4.842***	.006	23.446***
	SP	-5.834	-.066	-3.997***	.004	15.977***

ADL: Activities of Daily Living, IADL: Instrumental Activities of Daily Living, RS: Rest and Sleep, SP: Social Participation, ^aMean is significantly different in only weekend, ^bMean is significantly different in only weekday

IADL, 일, 놀이, 여가, 사회참여 시간은 모두 유의하게 감소하였다. 30대는 ADL, IADL, 휴식 및 수면 시간이 유의하게 증가하였으며, 일, 교육, 놀이, 여가, 사회참여 시간은 감소하는 경향을 보였다. 40대의 경우 ADL 활동 시간은 연차가 지남에 따라 유의하게 증가하였으나 놀이, 사회참여 시간은 감소하였다. IADL, 휴식 및 수면, 여가의 경우 평일에는 감소하였으나 주말에는 증가하는 경향을 보였다. 반대로 일 활동시간은 평일에는 증가하는 경향을 주말에는 감소하는 경향을 보였다. 50대의 경우 ADL 활동시간은 시간이 지남에 따라 유의하게 증가하였으나 놀이, 사회참여, 평일의 IADL, 평일의 휴식 및 수면은 감소하는 추세를 보였다. 반대로 여가 시간은 평일에

감소하고 주말에 증가하였다. 60대의 경우 ADL과 여가 시간은 연차가 지남에 따라 유의하게 증가하였으나 휴식 및 수면, 일, 놀이, 사회참여 시간은 감소하는 경향을 보였다. 70대의 경우 ADL, 여가, 주말의 IADL 시간은 년도가 변화함에 따라 유의하게 증가하는 추세를 보였고 휴식 및 수면, 일, 놀이, 사회참여는 감소하는 추세를 보였다. 마지막으로 80대 이상의 경우 ADL, IADL, 평일의 여가 모두 증가하였으나, 휴식 및 수면, 평일의 일, 주말의 사회참여 시간은 모두 감소하는 경향을 보였다.

연령대 별로 결과의 특징적인 면을 살펴보았을 때 10대의 경우 놀이와 교육에서 다른 연령대에 비해 많은 시간을 보내고 있었으며, 10년 간 일과 사회참여 및 휴식과

수면이 늘어났다. 유급근로가 제한적인 10대에서 10년간 ‘일’작업이 늘어난 이유는 자원봉사활동이 OTPF 분류상 ‘일’에 포함되어 있기 때문인 것으로 사료된다. 실제로 2014년 사회복지자원봉사인증관리 시스템의 통계연보에 따르면 연도별 자원봉사자는 2004년 231,467명에서 2014년 1,780,798명으로 지속해서 늘어나고 있으며, 2014년 기준 전체 봉사자 1,780,798명 중 637,929명인 35.8%가 10대인 것으로 나타나 10대의 자원봉사시간이 늘어나고 있는 것을 알 수 있었다. 'IADL', '사회참여'작업의 증가 이유 중 하나는 커뮤니케이션 및 정보검색 목적의 인터넷 및 모바일 기기 사용인 것으로 사료된다. 2009년 통계청의 청소년 통계에 따르면 청소년의 주 평균 인터넷 이용시간은 10.4시간, 2014년 청소년 통계의 경우 14.4시간으로 IADL의 ‘인터넷 사용’이 5년 간 평균 4시간 늘어난 것으로 나타났다. 2015년 기준 이러한 인터넷 사용의 주 용도는 커뮤니케이션으로 ‘사회참여’영역의 ‘인터넷을 이용한 교제’에 해당하는 작업을 10대에서 많이 하는 것으로 나타났다(Statistics Korea, 2012). 휴식 및 수면이 늘어난 이유는 근로기준법 상 근로시간이 주 40시간으로 줄어들며 2004년 7월 1일부터 금융·보험업, 정부투자기관, 지방공사 및 지방공단, 공공기관 등이 점차 주 5일제를 시범운영하여 초, 중, 고등학교 교육기관을 주 5일로 운영하면서 10대의 휴식 시간이 늘어났기 때문인 것으로 사료된다. 이에 작업치료사는 청소년 클라이언트의 일반적인 시간사용에 맞추어 그들의 휴식과 놀이를 조금 더 생산적으로 발전시킬 필요가 있으며, 일상생활의 시간 균형이 맞지 않는 청소년 클라이언트에게 인터넷 교육, 자원봉사 연계 등의 서비스를 통하여 그들의 시간사용의 질을 높일 필요가 있다.

20대의 경우 특징적으로 ‘교육’시간이 늘고 ‘일’시간이 줄어들었다. 이는 사회진출의 나이가 늦어지고 있기 때문인 것으로 사료된다. 실제로, 통계청의 청년고용동향을 살펴보면 2009년 8.1%이던 청년층 실업률이 2015년 9.2%로 20대 청년층의 실업이 높아지고 있음을 보여준다. 또한 20, 30대의 ‘휴식 및 수면’시간이 늘어나고 있는데 앞서 언급한 주 5일제 시행으로 인해 휴식의 시간이 많아졌기 때문으로 생각된다. 그러나 20, 30대의 경우 휴식 및 수면의 시간은 늘어났으나 ‘여가’시간은 감소하고 있어 휴식 시간이 의미 있는 여가활동으로 이어지

지 못하는 것으로 사료된다. 이에 작업치료사는 20, 30대가 즐길 수 있는 여가프로그램을 계획하고, 또한 여가의 접근성이 떨어지는 장애인 클라이언트들을 위하여 즐길 수 있는 여가활동을 연계해주는 노력이 필요할 것이다.

40대와 50대의 10년간 생활시간 변화는 비슷한 변화 추이를 보이고 있는데, 평일의 ‘일’시간이 늘어나고 주말의 ‘일’시간이 줄어들었으며, 평일의 ‘여가’시간은 줄어들고 주말의 ‘여가’시간은 늘어났다. 이는 마찬가지로 주 5일제의 영향이 큰 것으로 보이며, 주말의 근로시간이 줄어들며 자연스럽게 여가시간이 늘어난 것으로 사료된다. 이에 작업치료사는 40, 50대 중 근로시간에 너무 치중되어 있는 시간사용 패턴을 보이거나 혹은 근로시간의 변화가 의미있는 여가로 연결되지 않는 클라이언트들에게 새로운 여가를 소개하거나 개발할 수 있도록 해야 할 것이다.

60대 이상의 경우 전체적으로 여가가 증가하고 있는데 이는 2008년 기준 통계청 자료에 따르면 고령층의 평균 퇴직 연령은 53세로 나타났으며, 퇴직이후의 삶이 일대신 여가로 옮겨갔음을 확인할 수 있다. 그러나 2014년 생활시간조사 결과보고서에 따르면 고령자의 여가활동 중 가장 많이 차지 한 활동은 TV시청으로 3시간 48분에 달했고, 두 번째로 많은 종교, 문화, 스포츠활동이 1시간 11분으로 약 2시간 30분 차이가 났다. 이렇듯 고령자의 여가활동이 대부분 tv시청 등의 정적인 활동으로 채워진다면 의미있는 여가활동이라고 보기는 어려울 것이다. 작업치료사는 고령자들에게 의미있는 여가활동을 제공하기 위하여 어르신들이 즐길 수 있는 프로그램을 준비하는 한편 지역사회와의 연계프로그램을 통하여 여가뿐만 아니라 시간을 의미있게 보낼 수 있도록 사회참여를 이끌어내야 할 것이다. Kim과 Ko (2013)의 연구에서는 Erik과 Koen (2009)의 여가활동 분류에 따라 능동적이고 창의적이며 공통의 목적이 있는 발전적인 활동으로 건강·스포츠활동, 취미활동, 학습활동, 종교·사회참여활동 등이 포함되는 생산적 여가활동과 수동적 형태의 시간소비활동으로 참여자 자신이 관객이거나 어떤 경험을 이용하거나 또는 어떤 자료나 상품을 이용하는 활동을 가르키는 라디오 청취, TV시청, 휴식등과 같은 소일활동을 포함하는 소비적 여가활동이 노인의 건강에 어떤

영향을 미치는지를 확인하였다. 그 결과, 생산적/주관적 여가활동이 노인의 주관적 건강상태와 자아존중감에 직접적으로 영향을 미치지만 생산적 여가활동이 주관적 여가활동에 비해 그 효과가 큰 것으로 나타났다.

작업치료사는 이러한 결과들의 해석과 최근 각 연령대별 작업 시간량 분포를 기초하여 시간 사용의 균형이 무너진 클라이언트에게 적절한 시간 배분에 대한 중재를 제공할 수 있어야 한다. Kim(2011)은 서울 경기 지역의 10대 학생들을 대상으로 스포츠 활동과 같은 능동여가활동이 인터넷 사용과 같은 수동적 여가활동보다 청소년들의 자존감을 증진시키는데 긍정적인 효과가 있었음을 확인하여 능동적 여가활동을 활성화 하는 방안을 제안하였다. Bejerholm와 Eklund (2004)는 조현병 환자의 시간사용이 작업 수행에 문제를 일으키는 패턴을 가지고 있다고 분석하였으며, 작업치료사는 이러한 클라이언트들을 위하여 시간사용을 지지(support)해줄 수 있는 중재를 제공해야한다고 제안하였다. Yarnal, Qian, Hustad와 Sims (2013)는 많은 시간을 알콜 사용에 쏟는 대학생들의 여가 시간을 관리해줌으로써 그들의 대처기술, 스트레스 및 건강이 좋아질 수 있다는 결과를 내었다. 또한, Lund 등(2014)은 부양부담자(caregiver)들의 웰빙을 위해서 그들의 유예(respite)시간을 효과적으로 보낼 수 있는 시간 사용 중재를 제안하고 그 효과를 알렸다. Jeon, Lee와 Kwon(2012)은 지역사회 노인들의 여가 시간활용에 대한 조사에서 정적인 여가 활동에 많은 시간을 소모하고 있는 것을 파악하였고, 건강관련 서비스 욕구가 강한 것을 확인하여 건강과 관련된 여가활동 프로그램을 제안하였다. Kim, Jeon와 Lee(2014)은 치매 노인에게 라이프스타일 재설계 프로그램을 적용하여 생산적 시간 사용량을 향상시키고, 그로 인한 삶의 질 향상을 보고하였다. 이렇듯 시간 사용 중재에 대한 근거는 지속적으로 많이 생겨나고 있으나, 실제 임상 현장이나 지역사회에서는 시간사용 중재와 프로그램이 드물게 제공되고 있는 실정이다.

본 연구에는 몇 가지 제한점이 있다. 첫 번째, 일반 국민을 대상으로 했기 때문에 병원이나 시설에 거주하고 있는 사람은 제외되었다. 두 번째, 연령대별로 나누어 통계 분석을 하였기 때문에 각 개인의 특징에 따라 생활시간이 달라질 수 있다는 점을 고려하지 않았다. 세 번째,

OTPF의 작업 영역은 미국 생활 기준으로 만들어 진 것이기 때문에 대한민국 국민을 대상으로 한 생활시간조사의 영역과 문화적 차이가 있을 수 있다. 그러나 이러한 제한점에도 불구하고 통계청에서 실시한 생활시간조사를 바탕으로 국민의 생활시간을 작업적으로 분석했다는 것에 의의를 가지며, 이러한 분석이 시간사용에 있어서 어려움을 가지는 클라이언트를 대상으로 하는 작업치료에서의 시간사용 중재에 근거를 제공할 수 있을 것이다.

V. 결 론

클라이언트에게 작업영역별로 각 작업별 시간 사용을 파악하여 작업치료 클라이언트의 균형있는 시간사용을 할 수 있도록 중재하는 과정은 작업치료사의 중요한 역할이다. 이 연구는 ‘2004, 2009, 2014 생활시간조사’의 원자료를 사용하여 한국인의 연령대별 작업영역에 따른 시간사용량의 변화추이를 분석한 후 균형있는 시간 사용을 위한 기초자료로 제공하고자 하였다. 그 결과로 연령대별로 각 작업영역의 평균 시간사용량을 제시하였고, 연도별로 차이가 있었던 영역들을 파악할 수 있었다. 향후 진행할 연구에서는 작업치료의 주요 대상자인 장애인 또는 사회취약인구의 작업영역별 시간사용의 양상을 주기적으로 파악하여 작업치료 클라이언트를 위한 효과적인 시간사용을 제안할 수 있는 위한 기틀을 확립하는 것이 필요하다.

References

- American Occupational Therapy Association. (2014). Occupational therapy practice framework: Domain and process (3rd ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 68(Suppl. 1), S1-S48. doi:10.5014/ajot.2014.682006
- Backman, C. (2004). Occupational balance. In M. Law, C. Baum, & W. Dunn. (Eds.). *Measuring occupational performance* (2nd ed., pp. 287-300). Thorofare, NJ: Slack.

- Bejerholm, U., & Eklund, M. (2004). Time use and occupational performance among persons with schizophrenia. *Occupational Therapy in Mental Health, 20*(1), 27–47. doi:10.1300/J004v20n01_02
- Christiansen, C., & Matuska, K. (2006). Lifestyle balance: A review of concepts and research. *Journal of Occupational Science, 13*, 49–61. doi:10.1080/14427591.2006.9686570
- Erik, V. I., & Koen, V. E. (2009). Leisure and social capital. *Leisure Science, 31*, 192–206. doi:10.1080/01490400802686078
- Erlandsson, L. K., & Eklund, M. (2001). Describing patterns of daily occupations— A methodological study comparing data from four different methods. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 4*, 183–192. doi:10.1080/11038120120035
- Farnworth, L. (2003). Time use, tempo and temporality: Occupational therapy's core business or someone else's business. *Australian Occupational Therapy Journal, 50*, 116–126. doi:10.1046/j.1440-1630.2003.00391.
- Hinojosa, J., & Kramer, P. (1997). Statement— Fundamental concepts of occupational therapy: Occupation, purposeful activity, and function. *American Journal of Occupational Therapy, 51*, 864–866. doi:10.5014/ajot.51.10.864
- Hong, S. P., Jang, M. N., & Seo, E. K. (2011). Time use among people with tetraplegia participating in wheelchair rugby. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 19*(2), 1–9.
- Hong, S. P., & Lee, J. Y. (2010). Time use of areas of occupation according to the periods of life in Koreans. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 18*(1), 95–106.
- Hong, S. Y., & Kim, K. M. (2014). Time use and occupational balance of mothers with young children. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 22*(3), 125–139. doi:10.14519/jksot.2014.22.3.10
- Jeon, B. J., Lee, J. S., & Kwon, M. H. (2012). A study on actual conditions of leisure time and service satisfaction of community-dwelling elderly—focused on Buyeo. *Journal of Korean Society of Community Based Occupational Therapy, 2*(1), 25–35.
- Kim, H. M., Jeon, B. J., & Lee, J. S. (2014). The effect of the lifestyle redesign program on the quality of life of elderlies with dementia. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 22*(1), 1–14. doi:10.14519/jksot.2014.22.1.01
- Kim, M. S., & Ko, J. W. (2013). The effect of the elderly's leisure activity on their health and the mediating role of family support. *Journal of Welfare for the Aged, 60*, 35–54.
- Kim, Y. G. (2005). The analysis study of life-style for efficient occupational performance. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 13*(2), 51–61.
- Kim, Y. S. (2011). The study on the types of Leisure activities of adolescents and personal and family related characteristics. *Korean Journal of Youth Studies, 18*(7), 115–137.
- Lee, D. H., Lee, H. J., Chung, M. K. (2011). An analysis of time use on activities of daily living considering Korean adults in Seoul. *Journal of the Korean Institute of Industrial Engineers, 37*(2), 105–117.
- Lee, J. H., Park, S. H., Yoo, E. Y., Jung, M. Y., & Cho, D. Y. (2012). Characteristics of time use and types of activities of daily living in non-disabled urban elderly. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy, 20*(2), 85–97.
- Lund, D. A., Utz, R. L., Caserta, M. S., Wright, S. D., Llanque, S. M., Lindfelt, C., ... Montoro-Rodriguez, J. (2014). Time for living and caring: An intervention to make respite more effective for caregivers. *International Journal*

- of *Aging and Human Development*, 79(2), 157–178. doi:10.2190/AG.79.2.d
- Mckay, E. A., & Hunt, E. (2015). A scoping review of time–use research in occupational therapy and occupational science. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 22(1), 1–12. doi:10.3109/11038128.2014.934918
- Nurit, W., & Michal, A. B. (2003). Rest: A qualitative exploration of the phenomenon. *Occupational Therapy International*, 10, 227–238. doi:10.1002/oti.187
- Park, H. K., Jeon, B. J., Lee, J. S., & Kim, S. K. (2014). Local community and nursing–home of the resident elderly in the comparative study of the time use for occupational balance. *Journal of Korean Society of Community Based Occupational Therapy*, 4(2), 41–51.
- Park, M. & Byun, G. (2013). A study on time allocation in transition to old age –Focusing on the patterns of time allocation among people aged 45 or more–. *Korean Academy of Social Welfare*, 65(3), 29–52.
- Park, S. J., & Yoon, J. Y. (2013). 10 years analysis using time–use surveys for adults focused on learning–related behavior. *Journal of Lifelong Education*, 19(2), 161–183.
- Statistics Korea (2004). *2004 Statistics on the Youth*. Retrieved from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=29555
- Statistics Korea. (2009). *2009 Statistics on the Youth*. Retrieved from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=64600
- Statistics Korea. (2015). *2015 Statistics on the Youth*. Retrieved from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=335384
- Statistics Korea. (2015). *Average Time Spent on Activities*. Retrieved from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=335384
- Statistics Korea. (2015). *2014 Average Time Spent on Activities*. Retrieved from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/4/index.board?bmode=read&aSeq=346875
- Statistics Korea. (2016). *Economically active pop. by age group*. Retrieved from http://www.index.go.kr/potal/main/EachDtlPageDetail.do?idx_cd=1495
- Yarnal, C., Qian, X. Hustad, J., & Sim, D. (2013). Intervention for positive use of leisure time among college students. *Journal of College and Character*, 14(2), 171–176. doi: 10.1515/jcc–2013–0022
- Yoon, H. S., Kim, K. H., & Choi, J. H. (2014). A study on clustering of aged person and correspondence analysis between clustering and amount of time use of activities based on time use survey. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 16, 3061–3072.

Abstract

Analysing Korean Occupational Time Changing Trend Based on Ages Using 2004, 2009, 2014 Time Use Survey

Kim, Yeon-Ju* M.Sc., O.T., Hong, Seung-Pyo**, Ph.D., O.T,
Park, Hae Yean***, Ph.D., O.T

*Dept. of Occupational therapy, Seoul National University Hospital

**Dept. of Occupational Therapy, Dongnam Health College

***Dept. of Occupational therapy, College of Health Science, Yonsei University

Objective: The purpose of this study was to compare time use changing on ages and each year after categorizing occupations based on the data of '2004, 2009, 2014 Time Use Survey'.

Methods: The sample over 10 years old consisted of 31,634 in 2004, 20,263 in 2009, and 26,988 in 2014 time use data. We classified life cycle from 10s to 89 years old and behaviors were classified by areas of occupation in OTPF (3rd Edition).

Results: The results showed that 'play', 'social participation' and 'rest' time at teenagers are increasing. At 20s, 'education' was increasing and 'work' and 'leisure' were decreasing. Adults with over 60 are spending their much time on leisure, but the most activities are static like watching television.

Conclusion: Researchers found that there was occupational time use changing based on ages. Therefore, we suggest that occupational therapists need to reflect change trend of time use for occupational balance when they provide OT service.

Key words: Occupational Therapy, Occupational Balance, Time Use, Trend Analysis