행정안전부 발표에 따르면 2024년 12월 23일 기준, 대한민국 주민등록 인구 5,122만 1,286명 중 65세 이상 인구가 1,024만 4,550명을 기록하며 인구 비율 20%를 넘어섰다고 한다. 유엔은 한 국가의 65세 이상 인구 비율이 7% 이상이면 고령화 사회, 14% 이상은 고령 사회, 20% 이상은 초고령 사회로 구분한다. 대한민국은 지난 2000년 고령화 사회에 진입해 17년 후인 2017년 고령 사회로, 그리고 겨우 7년 만에 초고령 사회로 접어들었다.

초고령 사회로의 진입은 국가 내 돌봄 수요 증가를 의미한다. 무엇보다 전통적인 대가족 구조에서 가족 스스로 해결하던 돌봄 문제가 하나둘 공공의 영역으로 빠르게 이동하고 있다. 한국은행 역시 2024년 '돌봄서비스 인력난 및 비용 부담 완화 방안' 보고서를 통해 돌봄서비스 인력 부족 규모를 2022년 19만 명에서 2023년 38만~71만 명으로, 2042년에는 61만 명에서 155만 명까지 크게 확대될 것으로 예상한다.

돌봄노동을 두고 아무나 할 수 있는 쉬운 일로 평가절하하는 사람들이 많다. 하지만 간병, 육아, 가사 등으로 대표되는 돌봄노동은 타인을 위한 희생 혹은 책임감이 없다면 수행할 수 없는 어려운 직업이다. 게다가 우리는 코로나19 팬데믹을 통해 필수재로써의 돌봄노동의 가치를 이미 확인했다. 전반적인 사회 시스템이 마비된 순간에도 돌봄노동자들은 도움이 필요한 누군가를 위해 자기 자신을 희생했다.

초고령 사회로 접어든 대한민국에선 각종 복지와 돌봄서비스가 확대하며 돌봄노동자의 규모도 빠르게 성장 중이다. 하지만 좋은 돌봄을 위한 철학과 제도적 기반은 여전히 부족한 상황이다. 혼자서는 살아갈 수 없는 우리 모두를 위해 사랑과 봉사 그리고 희생이란 수식어에 가려 온전한 노동으로 인정받지 못하는 돌봄을 재정의할 시간이다.

초고령 시대의 필수재
돌봄노동

Contents

JANUARY
2026

Vol. 453

ISSUE PAPER+ 돌봄노동의 현실과 개선 방안

04 돌봄노동자의 노동환경과 개선 방안

08 돌보는 사람에 대한 돌봄: 요양보호사의 건강 안전망

12 돌봄노동자의 현실과 고충 통계

14 **이슈체크**
공공기관 산업재해 감축 방안 검토

18 **콕 집어 말하자면**
회복할 권리

20 **트렌드 읽기**
2026년 꼭 알아야 할 트렌드

PEOPLE & INSIGHT+

22 **오픈 리포트 ①**
산업재해 예방을 향한 연대의 약속
제17회 2025 산업보건학술제

26 **오픈 리포트 ②**
협회 최초 모듈러 건강검진센터, 미래를 여는 새로운 시작

28 **국외 산업보건 동향**
국제노동기구(ILO) 「돌봄경제에서 가사노동자의 보상과 대표성에 주목하기」

HEALTH & TOGETHER+

30 **그 사람의 직업병**
드라마 <디어 마이 프렌즈>로 살펴보는 돌봄노동의 어려움

32 **산업보건 Q&A**
강추위 속 건강하게 일하는 법이 궁금해요

36 **천천히 걷기**
겨울에 느끼는 봄의 기운 창경궁 대온실

40 **용어 바로알기**
소중한 가족을 지키는 노동자의 권리
가족돌봄 휴직 및 휴가제도

42 KIHA Cartoon
요양보호사의 현실

KIHA NEWS+

44 KIHA NEWS

54 **대한산업보건협회 안전보건 컨설팅**

56 **독자마당**

통권 453호(2026년 1월)
등록일 2015년 1월 13일
등록번호 청주 라00059
간별 월간
발행인 백헌기
발행일 2026년 1월 1일
발행처 대한산업보건협회
전화 043-540-8500
기획·디자인 문화공감(02-2266-1897)

월간 〈K-산업보건>은 한정된 부수만 발간하며, 협회 홈페이지(www.kiha21.or.kr)를 통해서 보실 수 있습니다. 한국간행물윤리위원회의 윤리강령 및 실천 사항을 준수합니다. 본지에 담긴 내용은 월간 <K-산업보건>이나 협회의 공식적인 견해가 아니라 필자의 생각을 나타낸 것입니다. 내용에 관한 문의가 있으신 분은 대한산업보건협회 대외홍보국(☎043-540-8432~5)으로 연락주시기 바랍니다.