



numbers

vol. 322

2025 인간관계 트렌드

한국인이 선호하는 인간관계,
‘다수와 얇게’보다 ‘소수와 깊게’ 선호!

최근 조사통계 언론 보도

- ① 2023 국가암등록통계
- ② 청년층의 노동시장 진입 지연

2026. 2. 3.

목회데이터연구소

우리는 더 나은 정보가 더 나은 세상을 만든다고 믿습니다

한국인이 선호하는 인간관계, ‘다수와 얽게’보다 ‘소수와 깊게’ 선호!

현대인의 인간관계가 급격히 재편되고 있다. ‘2025 인간관계인식조사’(한국리서치)에 따르면, 지난 4년간(2022~2025년) 친밀한 지인의 수는 역대 최저치로 떨어졌지만, 역설적으로 관계 만족도는 상승했다. 무분별한 확장보다 기존 관계의 안정적 관리에 집중하는 관계의 효율화 현상이 뚜렷해진 것이다.

실제로 ‘소수와 깊은 관계’(89%)를 선호하는 비율은 89%라는 압도적 수치를 기록했다. 한정된 에너지를 소수의 핵심 관계에 집중 투자함으로써 정서적 소모를 줄이려는 현대인의 생존 전략이 엿보인다.

이번 <넘버즈 322호>에서는 불필요한 관계를 덜어내고, 소수의 ‘진짜 관계’에 집중하는 시대적 인간관계 트렌드를 분석하고, 파편화된 개인들을 품어야 할 교회 공동체가 나아갈 방향을 모색하고자 한다.

일러두기

- 본 리포트에서 사용한 자료는 저작권법을 준수합니다.
- 본 리포트의 데이터는 소수점 첫째 자리에서 반올림하여 정수로 표기하였으므로, 보고서 상에서 표기된 값의 합이 100%가 되지 않을 수 있습니다.
- 복수 응답 문항의 비율은 그 합이 100%를 초과할 수 있습니다.
- 본 리포트는 저작권법에 의해 각각의 통계마다 그 자료의 출처(생산자)를 의무적으로 명기하고 있습니다. 자료를 인용하실 경우, 원자료 출처(생산자)와 목회데이터연구소 자료임을 반드시 밝혀주시기 바랍니다.

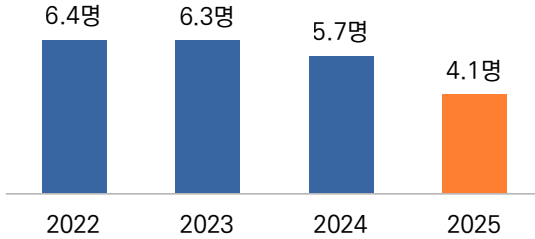
01

[인간관계의 변화 추이]

친밀한 지인 수, 2025년 4.1명으로 지난 4년간 지속적 하락세

- 평소 친밀한 지인 수가 얼마나 되는지를 묻은 결과, 2022년 6.4명에서 2025년 4.1명으로 4년 연속 하락하며, 역대 최저치 기록했다.

[그림] 친밀한 지인 수 (일반국민)

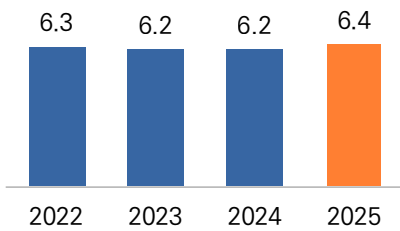


※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 평가, 관계 만족도, 스트레스 원인과 감정상태, 2025.12.24. (전국 만 18세 이상 성인 남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

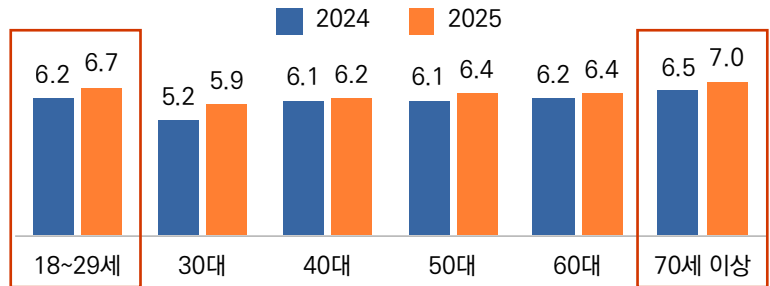
지인 수 감소에도 '관계 만족도'는 역대 최고치!

- 지인 수 감소에도 인간관계 만족도는 6.4점으로 나타나 조사가 시작된 2022년 이후 가장 높은 수치를 기록했다.
- 연령별로는 70세 이상(7.0점)의 만족도가 가장 높았으며, 18~29세(6.7점)가 그 뒤를 이었다.
- 특히, 이 두 세대(가장 젊은 세대와 가장 고령 세대)는 전년 대비 만족도가 각각 0.5점씩 높아지며, 전 연령대 중 가장 큰 상승폭을 보였다.

[그림] 전반적인 관계 만족도* (일반국민, 점)



[그림] '연령별' 전반적인 관계 만족도* (2025, 일반국민, 점)



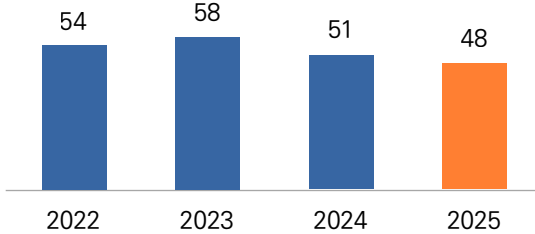
※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 평가, 관계 만족도, 스트레스 원인과 감정상태, 2025.12.24. (전국 만 18세 이상 성인 남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

*11점 척도(만족하지 않음 : 0~4점, 보통 : 5점, 만족함 : 6~10점)

인간관계에서의 피로감 경험률은 감소 추세!

- 인간관계에서 피로감을 경험하는 우리 국민의 비율은 2023년을 기점으로 완연한 감소세를 보이고 있다. 2023년 58%까지 올라갔던 피로감 경험률은 2025년 48%를 기록하며 조사 이래 처음으로 40%대로 떨어졌다.

[그림] 인간관계에서 '피로감' 경험률 (일반국민, '매우+약간 그렇다' 비율*, %)



※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 평가, 관계 만족도, 스트레스 원인과 감정상태, 2025.12.24. (전국 만 18세 이상 성인 남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

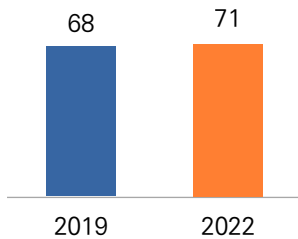
*4점 척도

코로나 이후, 느슨한 인간관계 지향!

- 한국인의 모임과 인간관계에 대한 인식을 살펴보면 '느슨한 인간관계를 선호하는 사람이 많아진 것 같다'에 대한 동의율은 2019년 68%에서 2022년 71%로 높아져, 코로나19 이후 학연, 지연 위주의 모임 대신 '느슨한 인간관계'를 선호하는 경향이 뚜렷해지고 있음을 확인할 수 있다.

[그림] 인간관계 인식 (동의율*, %)

최근 느슨한 인간관계를
선호하는 사람이 많아진 것 같다



※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2022 모임(살롱문화) 및 취향 소비 관련 인식 조사, 2022.09.28.(과거 또는 현재 정기적 모임 참여 경험이 있는 전국 만 19~59세 성인 남녀 1000명, 온라인 조사, 2022.07.20.~07.22.)

*2점 척도

02

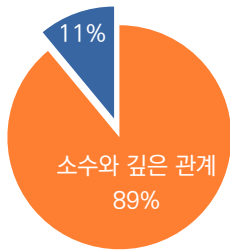
[선호하는 관계 형태]

한국인이 선호하는 인간관계, 다수와 알게보다 '소수와 깊게 선호'

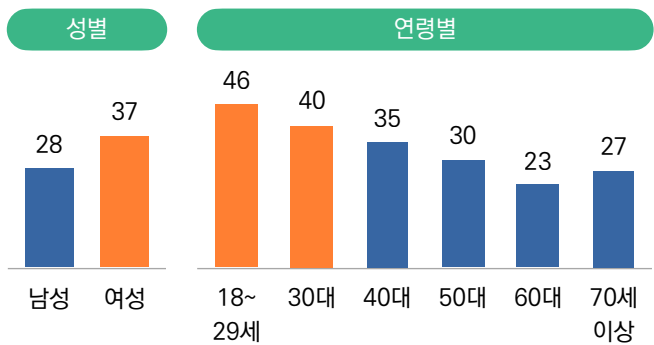
- 우리 국민은 어떤 인간관계 형성 방식을 선호할까? 다수와 깊이 않은 관계와 소수와 깊은 관계 중 어느 쪽을 더 선호하는지를 물었다.* 그 결과, '소수와 깊은 관계'를 선호하는 비율이 89%로 압도적으로 높았다. '다수와 깊이 않은 관계'를 선호하는 사람은 11%에 불과했다.
- 특히 '소수와 깊은 관계'를 '매우 선호'하는 비율은 여성(37%)과 20~30대 청년세대(18~29세 46%, 30대 40%)에서 상대적으로 높은 경향을 보였다.

[그림] 선호하는 인간관계 형태 : 다수와 깊이 않은 관계 vs 소수와 깊은 관계* (2025, 일반국민)

다수와 깊이 않은 관계



[그림] 소수와 깊은 관계 '매우 선호' 비율 (2025, 일반국민, %)



※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 형성 방식과 변화: 선호하는 관계 형성 방식과 노력, 실제 관계망 변화, 2026.01.21. (전국 만 18세 이상 성인남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

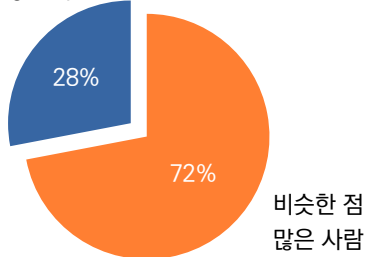
*4점 척도, ①에 가까울수록 다수와 깊이 않은 관계~④에 가까울수록 소수와 깊은 관계 선호

선호하는 인간관계 유형, '나와 비슷한 점 많은 사람!'

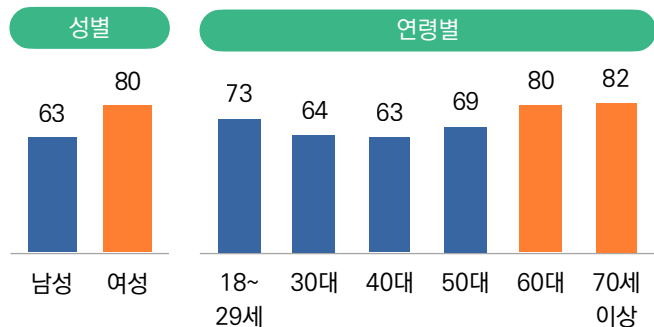
- 우리 국민의 다수는 인간관계를 맺을 때 다양성보다는 동질성을 중시하는 것으로 나타났다. '비슷한 점이 많은 사람'과 '다른 점이 많은 사람' 중 선호하는 관계를 선택하도록 한 결과,* 국민 10명 중 7명 이상(72%)은 '비슷한 점이 많은 사람'을 더 선호하는 것으로 나타났다.
- 이러한 '유유상종형' 선호는 남성(63%)보다는 여성(80%)에서 높았고, 연령별로는 60대 이상 고령층(60대 80%, 70세 이상 82%)에서 높은 특징을 보였다. 고령층일수록 비슷한 사람을 선호하는 것은 오랜 사회적 경험을 통해 '다름'에서 오는 갈등이나 에너지 소모를 피하고, 공감대 형성이 쉬운 안정적인 관계를 추구하려는 경향이 반영된 것으로 풀이된다.
- 사람들의 이와같은 인간관계 경향은 교회 소그룹에서 적극적으로 적용할 수 있는데, 소그룹 편성을 서로 비슷한 점이 많은 사람들, 즉 관심사가 동일한, 연령대가 비슷한 그룹으로 묶어주는 전략이 필요함을 시사한다.

[그림] 선호하는 인간관계 형태 : 비슷한 점 많은 사람 vs 다른 점 많은 사람* (2025, 일반국민)

다른 점 많은 사람



[그림] 나와 비슷한 점 많은 사람 '선호'(매우+약간) 비율 (2025, 일반국민, %)



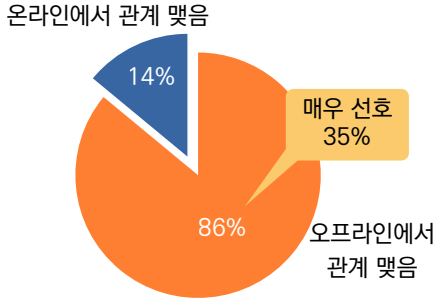
※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 형성 방식과 변화: 선호하는 관계 형성 방식과 노력, 실제 관계망 변화, 2026.01.21. (전국 만 18세 이상 성인남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

*4점 척도, ①에 가까울수록 나와 비슷한 점이 많은 사람~④에 가까울수록 나와 다른 점이 많은 사람과의 관계 선호

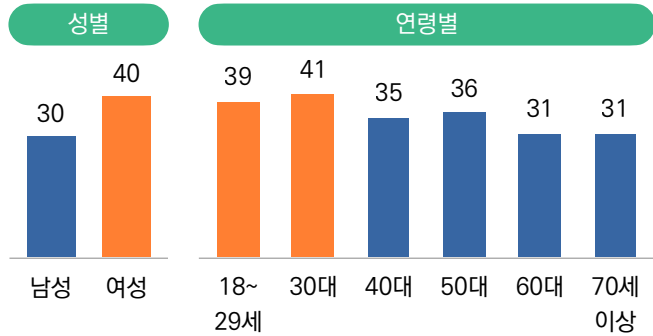
2030세대도 온라인보다는 오프라인 관계 맺기 선호!

- 온라인과 오프라인 중 어떤 공간에서 친구 맺는 것을 선호하는지 묻은 결과, 국민 대다수(86%)가 오프라인 공간을 선호했고, 3명 중 1명 이상(35%)은 오프라인에서 친구 맺는 것을 강하게 선호하는 것으로 나타났다.
- 특히, 여성(40%), 20대(39%), 30대(41%) 젊은 층에서는 오프라인 공간 ‘매우 선호’ 비율이 상대적으로 높았다.
- 대면 접촉을 통한 정서적 교감의 가치가 여전히 높음을 시사한다.

[그림] 인간관계 형성하는 데 있어 선호하는 공간 (2025, 일반국민)



[그림] 오프라인에서 관계 맺음 ‘매우 선호’ 비율 (2025, 일반국민, %)



※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 형성 방식과 변화: 선호하는 관계 형성 방식과 노력, 실제 관계망 변화, 2026.01.21. (전국 만 18세 이상 성인남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

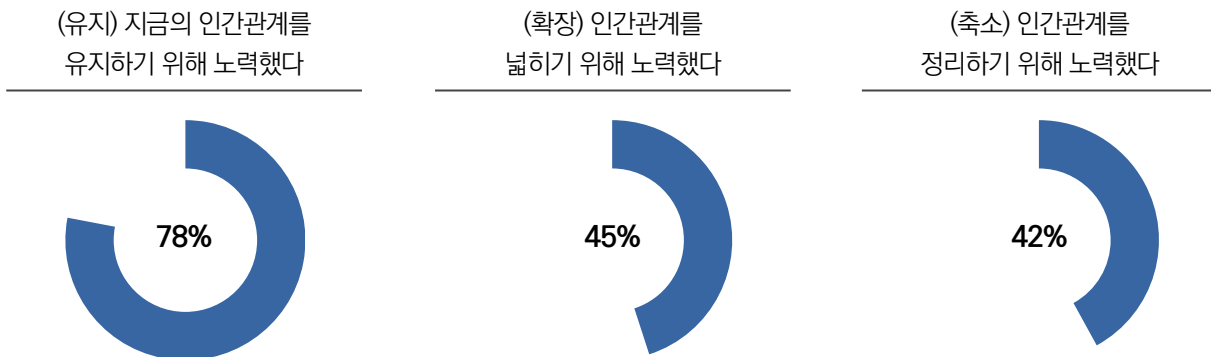
*4점 척도, ①에 가까울수록 온라인에서 친구 맺는 것~④에 가까울수록 오프라인에서 친구 맺는 것 선호

03

[인간관계 관리와 효율성] 인간관계 관리, ‘유지’ 중심의 관계 전략!

- 인간관계 유지, 확장, 축소 같은 전반적인 인간관계 관리를 위해 어떤 노력을 했는지 묻은 결과, 국민의 78%는 관계 확장·축소보다 기존 관계의 ‘유지’에 집중하는 경향이 뚜렷했다.
- 반면 관계의 확장(45%), 축소(42%)를 위한 노력을 기울인 경우는 절반에 못 미쳐, 관계 관리에 있어 현상 유지가 기본값으로 자리 잡았음을 보여준다.

[그림] 인간관계 관리(유지/확장/축소) 노력 (2025, 일반국민, ‘매우+약간 그렇다’ 비율*)



※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 형성 방식과 변화: 선호하는 관계 형성 방식과 노력, 실제 관계망 변화, 2026.01.21. (전국 만 18세 이상 성인남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

*4점 척도

인간관계 관리 온도차, 30대는 '축소', 고령층은 '유지/확장'!

- 인간관계를 관리하는 태도는 연령대에 따라 확연한 온도 차를 보였다. 가장 눈에 띄는 층은 30대였는데, 30대는 관계 확장 노력(34%)이 전 연령대 중 가장 낮았고, 관계를 정리(축소)하려는 노력(51%)은 가장 높았다.
- 반면, 70세 이상 고령층은 관계 유지(92%)와 확장(54%) 모두에서 적극적인 모습을 보이며 사회적 연결에 대한 강한 의지를 나타냈다.
- 30대는 직장 내 경쟁, 육아, 경제적 기반 마련 등으로 에너지 소모가 가장 큰 시기로, 이들에게 새로운 관계 확장은 부담으로 작용할 것으로 보인다. 반면 70세 이상에서 나타나는 높은 유지/확장 지표는 노년기 고립에 대한 두려움과 연결에 대한 욕구를 반영하는 것으로 해석할 수 있겠다.

[표] 연령별 인간관계 관리 노력 차이 (2025, 일반국민, '매우+약간 그렇다' 비율*)

| | | 유지 노력 | 확장 노력 | 축소 노력 |
|-----|--------|-------|-------|-------|
| 전체 | | 78% | 45% | 42% |
| 연령별 | 18~29세 | 81% | 48% | 50% |
| | 30대 | 64% | 34% | 51% |
| | 40대 | 70% | 41% | 45% |
| | 50대 | 80% | 42% | 36% |
| | 60대 | 83% | 49% | 37% |
| | 70세 이상 | 92% | 54% | 37% |

※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 형성 방식과 변화: 선호하는 관계 형성 방식과 노력, 실제 관계망 변화, 2026.01.21. (전국 만 18세 이상 성인남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

*4점 척도

인간관계도 이제 '가성비' 따진다 58%!

- 인간관계에서 느끼는 피로도가 임계점에 달하면서, 관계를 맺고 유지하는 방식에도 '효율성'의 논리가 도입되고 있다.
- 인간관계 인식 항목을 살펴보면, 국민 절반 이상(58%)은 한정된 시간과 감정을 고려해 인간관계를 효율적으로 관리하려고 노력하는 '관계 가성비' 중심의 태도를 보였다.
- 또, 65%는 나에게 의미 없다고 느껴지는 사람에게 들이는 '감정노동'에 고통을 느끼고 있었으며, 이는 곧 관계를 정리하는 동기가 되고 있다.

[그림] 인간관계 인식 (2025, 일반국민)

나는 한정된 시간과 감정을 고려해

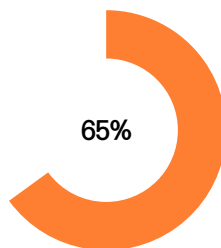
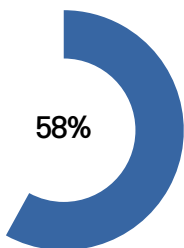
인간관계도 좀 더 효율적으로

관리하려고 하는 편이다

나는 요즘 나에게 의미가 없다고

느껴지는 사람한테 들이는

감정노동이 힘들다

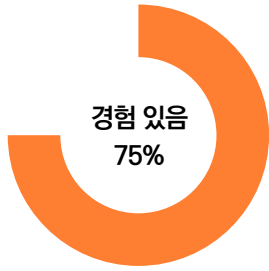


※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2025 인간관계 및 연애관 관련 인식 조사, 2025.09.12.(전국 만 19~59세 성인 남녀 1000명, 온라인 조사, 2025.09.11.~09.12.)

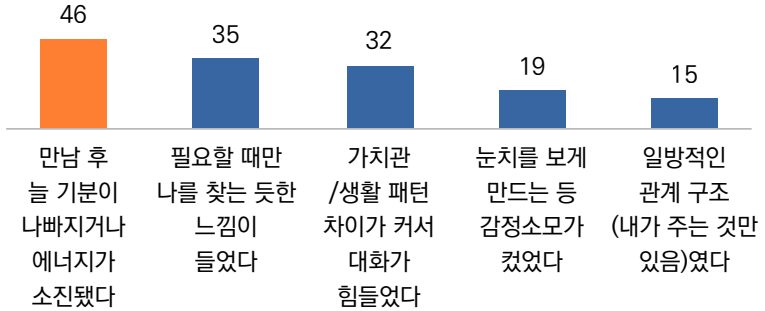
국민 75%, 부담되는 인간관계 정리한 적 있다!

- 일반 국민의 75%가 부담스러운 인간관계를 정리해 본 경험이 있는 것으로 나타났다.
- 관계를 정리하게 된 가장 큰 이유는 '정서적 피로감'이었다. 인간관계 정리 경험자의 46%가 '만남 후 기분이 나빠지거나 에너지가 소진됨'을 1위로 꼽았다.
- 이는 현대인이 관계의 양보다 질을 우선시하며, 불필요한 감정 소모로부터 자신을 보호하려는 태도가 강화되고 있음을 시사한다.

[그림] 부담되는 인간관계 정리 경험 여부 (일반국민, 2025)



[그림] 부담되는 인간관계 정리 이유 (2025, 인간관계 정리 경험자, 중복응답, 상위 5개, %)



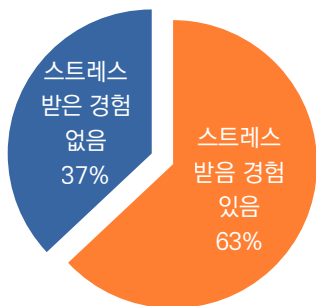
※출처 : 엠브레인 트렌드모니터, 2025 인간관계 및 연애관 관련 인식 조사, 2025.09.12. (전국 만 19~59세 성인 남녀 1000명, 온라인 조사, 2025.09.11.~09.12.)

04

[관계 스트레스] 인간관계 스트레스, 10명 중 6명이 겪는다!

- 올해 인간관계에서 스트레스를 경험한 적이 있는지 묻은 결과, 우리 국민의 63%가 인간관계에서 스트레스를 경험한 가운데, 가장 큰 스트레스 관계 유형은 '일터'에서의 관계(직장동료 66%, 직장상사 65%)로 나타났다.
- 연령별로 보면 특히 경제활동이 활발한 30~40대에서 직장 내 갈등(3040 '직장 동료', 30대 '직장 상사')이 두드러졌으며, 20대는 '친구', 40대는 '자녀' 관계에서의 스트레스 경험이 높은 특징을 보였다.
- 세대별로 스트레스를 느끼는 주된 관계망이 다른 양상을 보임을 알 수 있다.

[그림] 인간관계 스트레스 경험 (2025, 일반국민)



[표] 인간관계별 스트레스 경험 (2025, 올해 인간관계에서 스트레스 경험있는 자, 연령별, '스트레스 느꼈다' 비율*, %)

| 연령 | 전체 | 직장 동료 | 직장 상사 | 친구 | 자녀 | 부모님 | 나의 형제, 자매 | 직계 가족 외 친인척 | 배우자의 부모님 | 이웃, 동네 주민 |
|--------|-----|--------|-------|-----|-----|-----|-----------|-------------|----------|-----------|
| | | 18~29세 | 41% | 60% | 61% | - | 52% | 46% | 39% | - |
| 30대 | 77% | 79% | 59% | 48% | 55% | 42% | 46% | 43% | 48% | |
| 40대 | 69% | 68% | 52% | 61% | 49% | 49% | 48% | 62% | 46% | |
| 50대 | 71% | 66% | 42% | 53% | 41% | 50% | 43% | 36% | 42% | |
| 60대 | 66% | 56% | 53% | 48% | 48% | 46% | 41% | 36% | 42% | |
| 70세 이상 | 60% | 47% | 52% | 42% | 15% | 42% | 43% | 32% | 47% | |

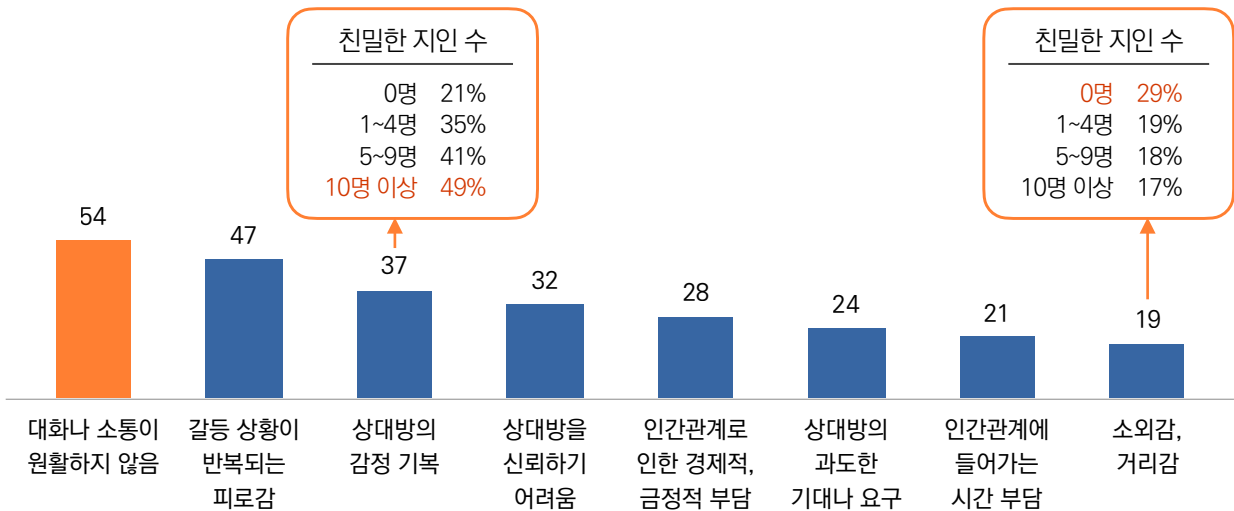
※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 평가, 관계 만족도, 스트레스 원인과 감정상태, 2025.12.24. (전국 만 18세 이상 성인 남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

*4점 척도

관계 스트레스 1위, 불통(不通)...지인 많으면 '감정소모', 적으면 '소외감'에 힘들대

- 인간관계 스트레스를 유발하는 가장 큰 요인은 '대화나 소통이 원활하지 않음'(54%)으로 나타났다. 이어 '갈등 상황이 반복되는 피로감'(47%), '상대방의 감정 기복'(37%)이 뒤를 이었다.
- 특히 친밀한 지인 수에 따라 느끼는 스트레스의 양상이 달랐는데, 지인 수가 10명 이상인 경우 '상대방의 감정 기복(49%)'으로 인한 스트레스가 월등히 높은 반면, 지인이 전혀 없는 경우 '소외감/거리감(29%)'을 호소하는 비율이 높게 나타났다.
- 이는 관계의 폭이 넓어질수록 감정적 소모가 커지고, 관계가 단절될수록 심리적 고립감이 심화됨을 보여준다.

[그림] 스트레스의 주된 원인 (올해 인간관계에서 스트레스 경험있는 자, 1+2+3순위, 상위 8개, %)



※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025 인간관계인식조사] 인간관계 평가, 관계 만족도, 스트레스 원인과 감정상태, 2025.12.24. (전국 만 18세 이상 성인 남녀 1000명, 웹조사, 2025.12.05.~12.08.)

이번호 요약

1. 국민 89%, 다수와 깊이 않은 관계보다 ‘소수와 깊은 관계’ 더 선호!

- 다수와 깊이 않은 관계와 소수와 깊은 관계 중 어느 쪽을 더 선호하는지를 묻은 결과, ‘소수와 깊은 관계’를 선호하는 비율이 89%로 압도적으로 높았다.

2. 그렇지만 전체적으로는 느슨한 인간관계 지향!

- 한국인의 모임과 인간관계에 대한 인식을 살펴보면 ‘느슨한 인간관계를 선호하는 사람이 많아진 것 같다’에 대한 동의율은 71%로, 코로나 이후 학연/지연 위주의 모임 대신 ‘느슨한 인간관계’를 선호하는 경향이 뚜렷해지고 있음을 확인할 수 있다.

3. 인간관계 관리 온도차, 30대는 ‘축소’, 고령층은 ‘유지/확장’!

- 인간관계를 관리하는 태도는 연령대에 따라 확연한 온도 차를 보였다. 가장 눈에 띄는 층은 30대였는데, 30대는 관계를 정리(축소)하려는 노력(51%)이 가장 높았다. 반면, 70세 이상 고령층은 관계 유지(92%)와 확장(54%) 모두에서 적극적인 모습을 보이며 사회적 연결에 대한 강한 의지를 보였다.

함께 보면 좋은 자료

*아래 제목을 누르면 전체 내용을 보실 수 있습니다.

▶ [서적] 혼자 잘해주고 상처받지 마라 (유은정 저, 21세기북스)

관련 성경 구절

많은 친구를 얻는 자는 해를 당하게 되거니와 어떤 친구는 형제보다 친밀하니라 (잠언 18장 24절)

목회 적용점

현대인의 인간관계가 ‘확장’에서 ‘효율’과 ‘질’ 중심으로 재편되고 있다. 이번 조사는 불필요한 에너지를 소모하는 형식적 관계를 걷어내고 ‘나’에게 집중할 수 있는 선택적 관계를 지향하는 것이 2025년의 핵심 트렌드임을 보여준다. 이는 공동체성을 강조해 온 교회에 새로운 목회적 도전과 기회를 동시에 제공한다.

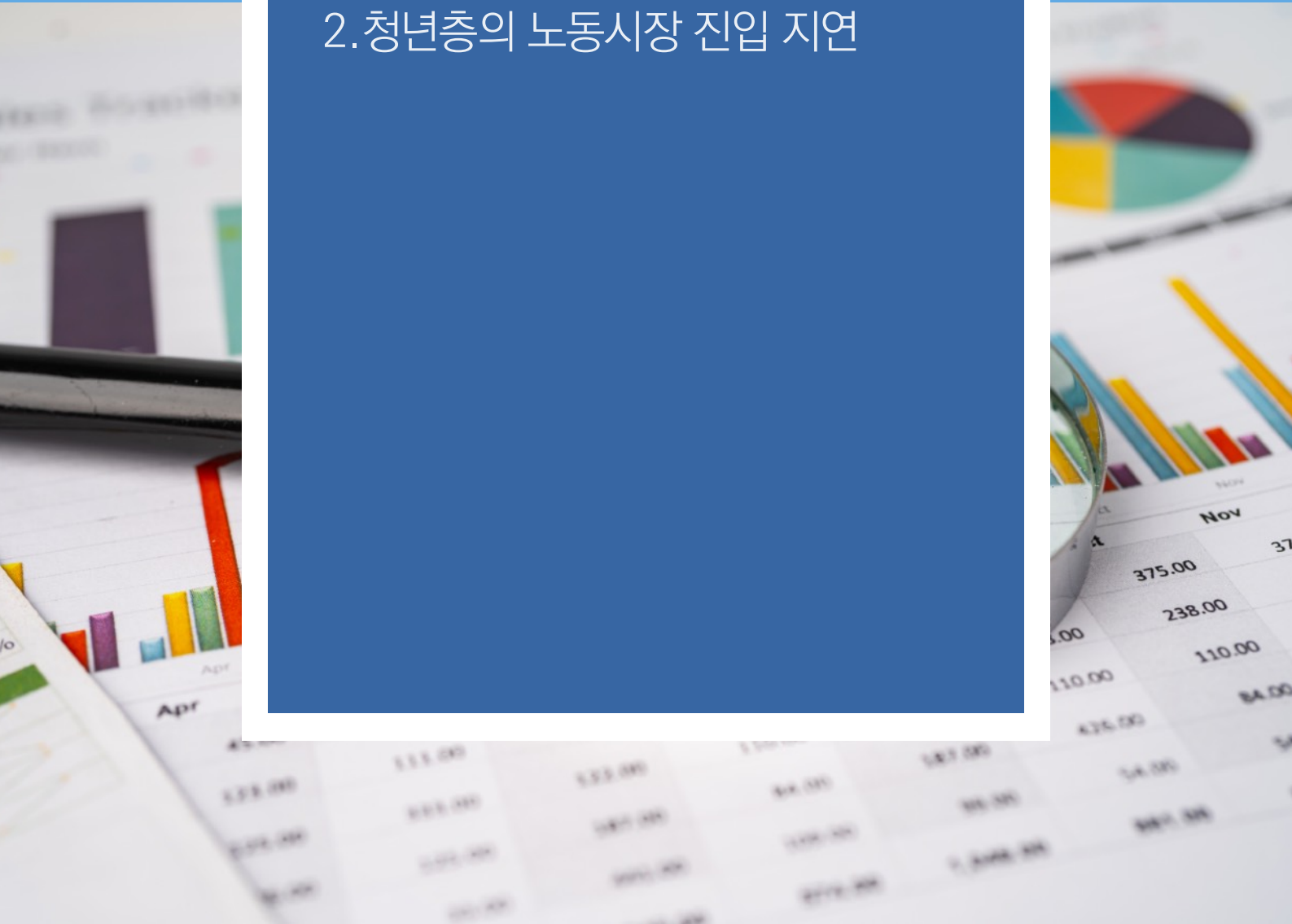
특히 주목할 점은 세대 간의 극명한 온도 차다. 30대는 관계를 ‘축소’하여 심리적 여유를 확보하려는 반면, 70대 이상은 관계 ‘유지 및 확장’에 가장 적극적이다. 이는 청년세대에게는 ‘부담 없는 공동체’가, 고령 세대에게는 ‘실질적인 돌봄과 연결’이 필요함을 시사한다. 또한 ‘느슨한 관계’에 대한 선호도가 높아진 것은 과거의 끈끈한 조직 중심의 공동체 운영 방식이 젊은 세대를 중심으로 더 이상 매력적으로 작동하지 않음을 보여준다.

따라서 향후 목회 현장에 다음의 방향을 제안한다.

첫째, 소그룹의 구조를 ‘밀착형’과 ‘선택형’을 유연하게 운영해야 한다. 출석과 깊은 나눔을 전제로 한 밀착형을 지속적으로 강화시키는 것 뿐 아니라 공통의 관심사나 취미를 매개로 한 ‘느슨한 참여형 소그룹’ 역시 활성화시켜 전체 교인들에게 소그룹이 심리적 안전지대가 되게 해야 한다. **둘째**, 현대인들은 기본적으로 느슨한 인간관계를 중시하는데, 이런 인간관계 경향에 맞는 교회 집단이 사역그룹이다. 사역을 하면서 자신의 속이야기를 할 필요는 없다. 느슨한 인간관계를 선호하는 성도들에게 이런 사역 그룹에 적극적으로 참여하도록 유도하는게 필요하다. **셋째**, 현재 신앙소그룹에 참여하는 사람들은 그 소그룹에서 은혜와 감동을 경험했다는 응답이 80% 이상 되고 있다. 즉 삶을 나눌 때 그런 경험을 하게 된다. 자기 자신을 고백하기 어려워하는 성도들을 적극적으로 설득해 소그룹에 참여시켜 자기의 삶을 고백하면 위로받고 치유되는 경험을 할 수 있도록 교회 리더들이 적극적으로 도와야 할 것이다.

최근 조사통계 언론 보도

1. 2023 국가암등록통계
2. 청년층의 노동시장 진입 지연





[2023 국가암등록통계] 신규 암환자, 고령층에 집중!

- 한국인의 암 발생·유병 등 전반적 암 발생 실태를 ‘2023 국가암등록통계’(보건복지부)를 통해 살펴본다.
- 2023년 암유병자는 약 273만 명으로, 전체인구 대비 5.3%에 해당됐다. (이를 만 18세 이상 성인기준으로 살펴보면 전체의 6.1%를 차지한다.) 성별로는 여성(56%)이 남성(44%)보다 암유병자 비중이 높았다.
- 한편 2023년 신규 암환자(28.9만 명) 가운데 65세 이상 고령자는 14.5만 명으로 전체의 50%를 차지했다. 신규 암 발생이 고령층에 집중되어있음을 보여준다.

[그림] 암 발생·유병 관련 현황 (2023)

- 전체 암유병자* : 약 273만 명 (전체인구 대비 5.3%, 만 18세 이상 성인 인구 대비 6.1%)
- 암유병자 성별 비중: 여성 56% > 남성 44%
- 신규 암환자(28.9만 명)의 절반(50%): 65세 이상 고령자(14.5만 명)

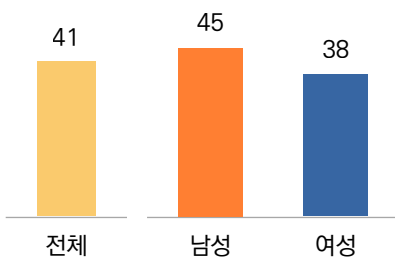
※출처 : 보건복지부 보도자료, 암환자 273만 명 시대, 10명 중 7명은 5년 이상 생존, 2026.01.21.

*암유병자: 1999년부터 2023년 사이 암확진을 받아 2024년 1월 1일 기준, 치료 중이거나 완치된 사람

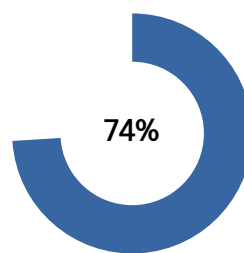
평생 동안 암 발생할 확률, 41%!

- 우리 국민이 평생 동안 암이 발생할 확률은 41%로, 남성은 절반 가까이(45%), 여성은 5명 중 2명(38%)으로 추정됐다.
- 한편, 지난 2019년부터 2023년까지 최근 5년간 진단받은 암환자의 5년 상대생존율은 74%로, 암환자 4명 중 3명은 5년 이상 생존하는 것으로 볼 수 있다.

[그림] 평생 암 발생 확률** (2023, %)



[그림] 암환자의 5년 상대생존율*** (2019~2023)



※출처 : 보건복지부 보도자료, 암환자 273만 명 시대, 10명 중 7명은 5년 이상 생존, 2026.01.21.

*2023년 주민등록통계의 성별 인구 수를 가중치로 둔 가중평균을 산출함

**현재의 암 발생률이 앞으로 계속 유지된다고 가정할 때 평생 암이 발생할 확률

**일반인과 비교하여 암환자가 5년간 생존할 확률을 의미

전체 암 1위, ‘갑상선암!’

- 2023년 남녀 전체에서 가장 많이 발생한 암은 ‘갑상선암’(12.3%)이었고, 이어 ‘폐암’(11.4%), ‘대장암’(11.3%) 순이었다.
- 성별로 보면 남성은 전립선암(15.0%), 여성은 유방암(21.6%) 발생이 가장 높은 것으로 나타났다.

[표] 주요 암 발생 순위 (2023)

| | | 1위 | 2위 | 3위 |
|----|----|-------------|-------------|------------|
| 전체 | | 갑상선암(12.3%) | 폐암(11.4%) | 대장암(11.3%) |
| 성별 | 남성 | 전립선암(15.0%) | 폐암(14.5%) | 위암(12.8%) |
| | 여성 | 유방암(21.6%) | 갑상선암(19.0%) | 대장암(9.8%) |

※출처 : 보건복지부 보도자료, 암환자 273만 명 시대, 10명 중 7명은 5년 이상 생존, 2026.01.21.

40대 이하는 ‘갑상선암’, 60대 이상은 ‘폐암’이 가장 많아!

- 남녀 전체에서 연령대별로 가장 많이 발생한 암은 10~40대까지는 갑상선암, 50대는 유방암, 60~70대와 80세 이상에서는 폐암이었다.

[표] 연령대별 가장 많이 발생한 암

| | | 전체 기준(1위) | 남성(1위) | 여성(1위) |
|-----|--------|-----------|--------|--------|
| 전체 | | 갑상선암 | 전립선암 | 유방암 |
| 연령별 | 10대 | 갑상선암 | 백혈병 | 갑상선암 |
| | 20대 | 갑상선암 | 갑상선암 | 갑상선암 |
| | 30대 | 갑상선암 | 갑상선암 | 갑상선암 |
| | 40대 | 갑상선암 | 갑상선암 | 유방암 |
| | 50대 | 유방암 | 대장암 | 유방암 |
| | 60대 | 폐암 | 전립선암 | 유방암 |
| | 70대 | 폐암 | 전립선암 | 폐암 |
| | 80세 이상 | 폐암 | 폐암 | 대장암 |

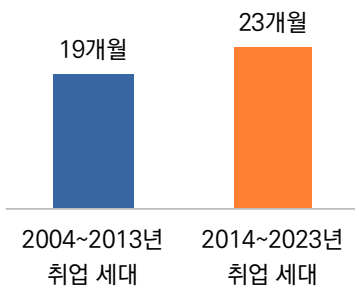
※출처 : 보건복지부 보도자료, 암환자 273만 명 시대, 10명 중 7명은 5년 이상 생존, 2026.01.21.



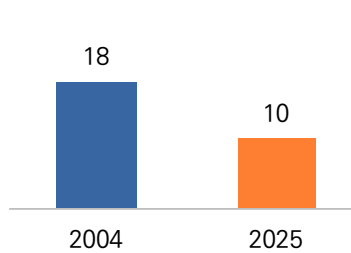
[청년층의 노동시장 진입 지연] 청년층, 첫 취업까지 2년 가까이 걸린다

- 한국 내 청년 취업난은 현재도 진행 중인 문제이다. 최근 '30대 쉬었음 인구가 역대 최대를 기록했다'*는 언론 기사도 눈에 띈다.
- 최근 한국은행이 발표한 '청년세대 노동시장 진입 지연과 주거비 부담의 생애영향 평가' 보고서에 따르면 청년층의 노동시장 진입 초기 단계에서 구직기간이 장기화되는 흐름을 보인다.
- 첫 취업까지의 소요기간을 보면 '2004~2013년 취업 세대'는 첫 취업까지 평균 19개월이 걸렸던 반면 '2014~2023년 취업 세대'는 23개월(2년 가까이)로 늘어났으며, 졸업과 동시에 취업하는 비율도 2004년 18%에서 2025년 10%로 하락했다.

[그림] 첫 취업까지 소요기간 (15~29세 청년, 평균)



[그림] 졸업과 동시에 취업하는 비율 (15~29세 청년, %)



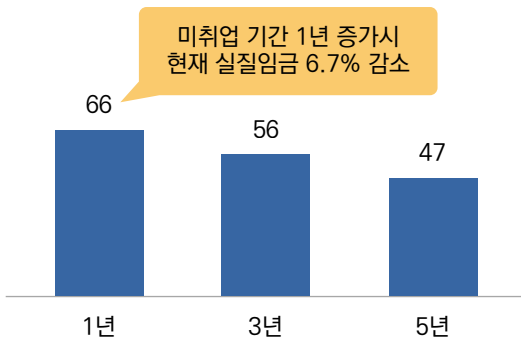
※출처 : 한국은행, 청년세대 노동시장 진입 지연과 주거비 부담의 생애영향 평가, 2026.01.19.

*조선일보, 지난달 실업자 121만명 역대 최대...청년 쉬었음 인구는 22년만에 최대, 2026.01.14. 기사 참조 (https://www.chosun.com/economy/economy_general/2026/01/14/3MOKOBBHNZEU3AWM4H6HCTOIII/)

청년 취업 늦어질수록 상용직 근무 어려워진다!

- 청년층 구직기간이 길어지면서 생애 전체적으로도 고용성이 악화되고 소득이 감소하는 모습을 확인할 수 있었는데, 미취업 기간이 1년일 경우에는 5년 후 상용직으로 근무할 확률이 66%였으나, 3년으로 늘어나면서 56%로 낮아지고, 5년이면 절반 아래(47%)로 낮아지는 것으로 나타났다. 즉 청년 취업이 늦어질수록 상용직 근무 기회가 줄어들어 있음을 보여주고 있다.
- 소득 측면에서도 미취업 기간 1년 증가 시 실질임금은 6.7% 감소하는 것으로 추정되었다.

[그림] 청년층 미취업 기간별 5년 후 '상용직' 근무 확률 (%)



※출처 : 한국은행, 청년세대 노동시장 진입 지연과 주거비 부담의 생애영향 평가, 2026.01.19.

언론 보도 기사 큐레이션

*아래 밑줄의 제목을 누르면 해당 기사를 볼 수 있습니다. 해당 기사를 누른 후 언론사 메인 페이지가 보인다면 뒤로가기를 눌러주세요.

정치

[데일리 오피니언\(한국갤럽\) 제650호 \(2026년 1월 5주\)](#)

- 더불어민주당·조국혁신당 합당 추진, 부동산 정책 평가와 집값 전망, 유리한 재테크 방법

사회 일반

[작년 1~11월 출생아 23만4천명, 6.2% ↑ …18년만에 최고 증가율](#)

연합뉴스_2026.1.28.

["돈도 없고 혼인신고만 할래요"…수천만원 결혼식에 '노 웨딩' 고민하는 부부 증가](#)

서울경제_2026.1.29.

[손주 픽업·통원에…운전대 잡는 고령자 급증](#)

매일경제_2026.1.30.

[인구 이동 주춤한 한국, 기본소득 15만원에는 움직였다](#)

중앙일보_2026.1.30.

['나혼산' 5년 넘자 '충격'…"65세 이전 조기사망 위험" 최대 요인은](#)

중앙일보_2026.2.1.

["우리 애 키 10cm 큰대" 이 소문에 예약 두달 짝 찼다](#)

중앙일보_2026.1.29.

["짐 싸기도 귀찮아" 펜션·캠핑 말고 요즘 여행객들 몰린 곳](#)

아시아경제_2026.1.31.

["땅 파서 예배드린 형제, 총살됐다"… 21세기 북한의 종교 통제 \[북한인권백서 2025 ②\]](#)

세계일보_2026.2.1.

["내가 낳은 자식 같다" AI돌봄로봇의 등장 \[취재파일\]](#)

SBS NEWS_2026.1.29.

["날 이상하게 써" AI만 있는 SNS, 인간을 욕했다](#)

중앙일보_2026.2.2.

["억만장자가 공직 맡을 확률, 일반인의 4000배… 불평등이 민주주의 훼손"](#)

조선일보_2026.1.29.

아동 · 청소년 · 청년

[서울 청소년 20% "도박 본 적 있어"…1년 사이 2배로 증가](#)

연합뉴스_2026.1.28.

[직업계 고교생 취업부터 '아틀라스 쇼크' 덮친다](#)

국민일보_2026.2.2.

언론 보도 기사 큐레이션

*아래 밑줄의 제목을 누르면 해당 기사를 볼 수 있습니다. 해당 기사를 누른 후 언론사 메인 페이지가 보인다면 뒤로가기를 눌러주세요.

노인

[“노년에 못 쉬어도 괜찮다” 간절한 정년 연장…그들의 희망 정년은 몇 살?](#)

매일경제_2026.2.1.

[한국 고령 인구비중 OECD 10위로 ‘경총’… 재고용 확대·주택연금 활성화 시급](#)

국민일보_2026.2.2.

[\[단독\] 국민연금 ‘치매머니’ 말아 관리·운용한다](#)

매일경제_2026.2.1.

경제 · 기업

["승진 '안'축하합니다"…요즘 직장인 사이서 퍼진 '新 포비아'](#)

중앙일보_2026.1.31.

[“경력만 뽑는 세상”… 돈 내고 인턴 하는 시대](#)

국민일보_2026.1.27.

[\[AI픽\] 한국 직장인 10명 중 6명, 이미 업무에 AI 쓴다](#)

연합뉴스_2026.2.2.

[고졸·전문대졸 청년 평균소득 月167만원…절반 영세업장 근무](#)

연합뉴스_2026.2.2.

국제 · 환경

[“인스타·틱톡·페북·유튜브… 애들은 사용 금지!”](#)

국민일보_2026.1.31.

건강

[“호스피스, 죽음 앞당기는 의학 아닌 삶 완성하는 의료입니다”](#)

한겨레_2026.1.30.

[50살 이후 처음 나타난 두통…‘노화 뇌혈관의 경고’](#)

한겨레_2026.1.30.

기독교 · 종교

[헌금도 양극화… 중대형 교회 48% 늘 때 소형교회 44% 줄었다](#)

국민일보_2026.1.28.

인터뷰

[‘베이비부머 리턴즈’ 저자 마강래 교수 “인구절벽 해법…은퇴한 586, 서울 떠나라”](#)

매일경제_2026.1.31.

목회데이터연구소

미션

우리는 세상과 교회를 이루고 있는 이슈, 사고방식, 그리고 트렌드를 한국 교회 목회자와 리더십에게 알리는 '정치 중립/가치 중립의 공정한 팩트 탱크'로서, 사회 여론 조사, 공공 통계 등 데이터 기반의 통계 자료를 제공합니다. 우리는 교회-사회의 대화와 소통을 풍요롭게 하고 더욱 견고하고 온전한 의사 결정을 위해 '사실'에 입각한 자료를 제공합니다.

협력기관

미래목회와말씀연구원, (재)한빛누리, 한국교회탐구센터, (주)기독교텔레비전(CTS), 엠브레인 트렌드모니터, (주)지앤컴리서치

섬기는 이들

김지철 목사 | 운영위원장 (미래목회와말씀연구원 이사장)

류영모 목사 | 후원이사회 회장(한소망교회 원로목사, 전 한교총 대표회장)

신원하 원장 | 자문위원장(한국기독교윤리연구원)

만든 이들

지용근 | 목회데이터연구소 대표 |

김진양 | 목회데이터연구소 부대표 |

민선영, 유영민, 김찬솔, 한미경

MOU 기관

(사)교회갱신협의회, 교회성장연구소, 기독교대한성결교회총회, 기독교한국침례회총회, 기독교윤리실천운동, 기독교통일지도자훈련센터(송실대학교), (재)기독교선교햇불재단, 기아대책, (사)더조은세상, (주)디엔텍세븐컨설팅, 대한예수교장로회총교회육원(고신), 대한예수교장로회총회(통합), 대한예수교장로회 총회정책연구소, 라잇나우미디어, 문화선교연구원, 미래목회와말씀연구원, 실천신학대학원대학교, (사)새길과새일, 아드폰테스, 아크연구소, (사)아시아미션, 엠브레인 트렌드모니터, (주)치움, 크리스찬타임스, 퓨처처치연구소(FCI), (재)하나복네트워크, 한국IFCJ 가정의힘, 한국교회 선교연구소, (사)한국교회지도자센터(한지터), 한국기독교군선교연합회(MEAK), 한국기독교목회자협의회(한목협), 한국기독교윤리연구원(KICE), 한국성서유니온선교회, (사)한국세계선교협의회(KWMA), 한일연합선교회

해외 : 미주 MiCA(Missional Church Alliance), LA AEU미성대, 캄보디아기독교연구소

후원 방법 (국내)

본 연구소는 주간리포트를 제작하여 한국 교회와 한국사회에 무료로 제공하며, 100% 후원을 통해 운영됩니다. 이 사역에 동참해주시면 감사하겠습니다. 연구소 후원은 공익재단을 통해 기부금 영수증 발행이 가능합니다.

1) 기부금 영수증 발행 후원 계좌 및 안내 → [링크 클릭](#)

계좌 : 국민은행 343601-04-128846 (재)한빛누리(목회데이터연구소)

2) 기부금 영수증 발행이 필요하지 않으시다면 직접 계좌 송금으로 후원에 동참하실 수 있습니다.

계좌 : 하나은행 203-910046-18604 (목회데이터연구소)



후원 방법 (해외)

외국에서 페이팔을 통해 후원해주실 수 있습니다.



후원 명단 안내

후원자 명단은 홈페이지에서 확인하실 수 있습니다. → [링크 클릭](#)

신규 후원 (매월 신규후원자는 당일 마지막 주에 취합하여 홈페이지에 게시하여 드립니다.)

대구부광교회 (담임목사 이성환), 동탄명성교회 (담임목사 정보배), 그루터기교회 (담임목사 안용성)

목회데이터연구소 출간 도서

※ 책 구입 문의 : 02-322-0726, 유명민 간사

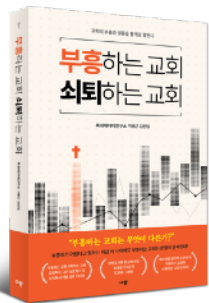


「한국교회 트렌드 2026」 (희망친구 기아대책 공동 출간)

2026년도 예상되는 한국교회 이슈와 트렌드 10가지를 주제로 선정하였는데, 이 책이 목회 전략을 수립하는데 올바른 길잡이가 되길 바랍니다.

책 구입 안내

책 소개 영상



「부흥하는 교회 쇠퇴하는 교회」

부흥하는 교회와 쇠퇴하는 교회의 담임목사, 성도를 총 1,320명 조사하여 각각의 특징을 통계적으로 규명하였습니다.

책 구입 안내

책 소개 영상



「한국 교회 진단 리포트」

한국교회가 위기라고 합니다. 그래서 목회 5대 영역별로 성도, 목회자, 청소년, 선교사를 대상으로 한 대규모 조사를 통해 한국교회의 현 주소를 진단했습니다.

Upward

건강한 교회의 맥박
예배

Forward

변화된 삶을 위한 양식
교육

Inward

그리스도의 몸
친교

Outward

예수의 섬김
봉사

Onward

지속되어야 할 대위임령
선교

책 구입 안내

AI 코파일럿 시대 디지털 목회 전략 웨비나

저희 연구소와 MOU기관인 **라잇나우미디어**에서 이 시대에 꼭 필요한 디지털 전략 웨비나로 목회자님을 초청합니다.

- 1) 주제 : AI 코파일럿 시대, 디지털 목회 전략
- 2) 일시 : 2026년 2월 26일(목) 14:00~16:00
- 3) 장소 : Zoom (신청자에 한해 링크를 공유)
- 4) 참가비 : 무료
- 5) 문의 : 1533-7104

웨비나 신청하기



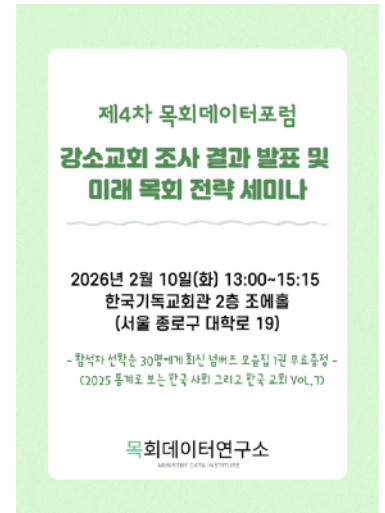
제4차 목회데이터포럼, '강소교회'

목회데이터포럼은 한국교회에 중요한 이슈를 연구하여 목회데이터연구소가 독자적으로 발표하는 포럼입니다.

- 1) 주제 : 강소교회 조사 결과 발표 및 미래 목회 전략
- 2) 일시 : 2026년 2월 10일(화) 13:00~15:15
- 3) 장소 : 한국기독교교회관 2층 조예홀(서울 종로구 대학로 19)
- 4) 문의 : 02-322-0726 (목회데이터연구소)

*참석자 선착순 30명에게 최신 넘버즈 모음집 1권 무료 증정 (2025 통계로 보는 한국 사회 그리고 한국 교회 VOL.7)

세미나 신청하기



2025 넘버즈 모음집 제작

- 2025년 작년 한해 동안의 <넘버즈>를 모아 엮은, <2025 통계로 보는 한국 사회 그리고 한국 교회 VOL.7>을 제작하였습니다. 책 제작을 위해 재정 후원을 해주신 한소망교회(원로목사 류영모, 위임목사 최봉규)에 감사를 드립니다.
- 후원자에게 책을 발송합니다. 책을 받지 못하신 분은 연구소로 연락주시기 바랍니다.(02-322-0726)

Tel. 02-322-0726

E-mail. mhdata@mhdata.or.kr

Addr. [06250] 서울시 강남구 역삼로8길 17 현빌딩 2층 201호

Copyright © 2019 목회데이터연구소. All Rights Reserved.