



# numbers

vol. 328

한국인의 건강 인식 변화

## 내 건강에 가장 큰 영향 끼친 요인, '유전'보다 '돈'!

최근 조사통계 언론 보도

- ① 10년 뒤 대체 가능성 높은 직업
- ② 개인 파산 현황
- ③ 한일 국제 커플 추이

2026. 3. 24.

목회데이터연구소

우리는 더 나은 정보가 더 나은 세상을 만든다고 믿습니다

## 내 건강에 가장 큰 영향 끼친 요인, '유전'보다 '돈'!

한국인의 객관적 건강 지표인 기대수명은 83.7세(2024년 기준)에 달하며 세계적인 장수국 대열에 들어섰다. 하지만 질병 없이 건강하게 살기를 바라는 '희망 건강수명(78.7세)'과 실제 '건강수명(69.9세)' 사이에는 약 9년의 간극이 존재한다. 80세 넘게 살 것으로 기대하지만, 정작 건강하게 활동하는 시기는 70세 전후에 머물고 있는 셈이다.

이번 <넘버즈 328호>에서는 한국건강증진개발원과 한국리서치의 2025년 최신 데이터를 바탕으로 우리 국민의 건강 인식 변화를 분석했다. 눈에 띄는 조사 결과는 건강을 결정하는 중심추가 '유전'에서 '사회경제적 요인'으로 급격히 이동했다는 점이다. 국민 74%가 소득 수준이 건강을 좌우한다고 인식하며, 내 건강에 가장 큰 영향을 미친 요인으로 '수입 및 사회적 수준(33%)'을 1위로 꼽았다. 스스로를 또래보다 건강하다고 평가한 비율이 35%에 그친 가운데, 소득이 높을수록 건강 자신감이 뚜렷해지는 '건강 양극화' 현상도 확인되었다.

이제 건강관리는 개인의 의지 문제를 넘어 시간 부족과 경제적 부담 등 구조적 제약에 직면해 있다. 이번 호가 우리 사회의 건강 불평등을 살피고, 국민의 건강한 삶을 위해 교회와 사회가 지원하며 함께 실천할 수 있는 방안을 고민하는 계기가 되길 바란다.

### 일러두기

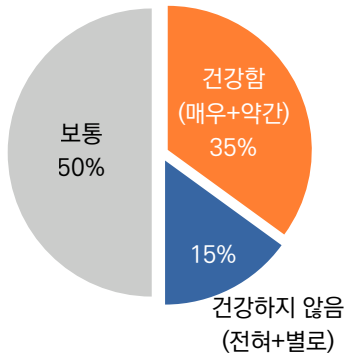
- 본 리포트에서 사용한 자료는 저작권법을 준수합니다.
- 본 리포트의 데이터는 소수점 첫째 자리에서 반올림하여 정수로 표기하였으므로, 보고서 상에서 표기된 값의 합이 100%가 되지 않을 수 있습니다.
- 복수 응답 문항의 비율은 그 합이 100%를 초과할 수 있습니다.
- 본 리포트는 저작권법에 의해 각각의 통계마다 그 자료의 출처(생산자)를 의무적으로 명기하고 있습니다. 자료를 인용하실 경우, 원자료 출처(생산자)와 목회데이터연구소 자료임을 반드시 밝혀주시기 바랍니다.

# 01

## [건강 상태] 또래보다 건강하다고 느끼는 국민, 3명 중 1명(35%)!

- 동일 연령대와 비교해 본인의 신체적 건강 수준을 묻은 결과, '건강하지 않음 15%', '보통' 50%, '건강함' 35%로, 스스로를 또래보다 '건강하다'고 인식하는 국민은 3명 중 1명 수준이었다.

[그림] 동일 연령대 대비 본인의 신체적 건강 수준\* (일반 국민)

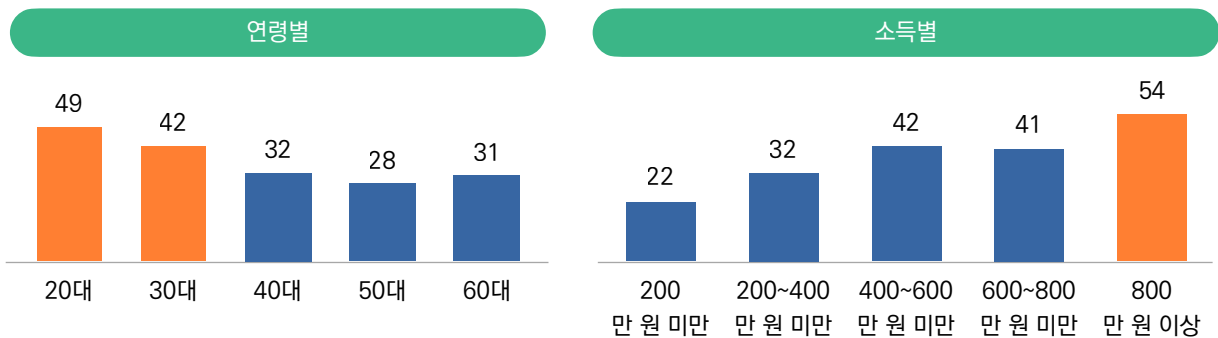


※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)  
\*5점 척도

## 건강도 경제수준에 따른 차이, '건강 불평등' 현상 뚜렷!

- 계층별로 살펴보면 특히 20~30대 젊은 세대일수록, 그리고 소득 수준이 높을수록 또래와 비교해 자신이 더 건강하다고 인식하는 경향이 뚜렷했다. 20대의 '건강함' 응답 비율은 49%로 가장 높았으며, 소득별로는 월 800만 원 이상 집단에서 54%로 가장 높게 나타났다.
- 건강도 경제수준에 따라 차이를 보이는 '경제 불평등' 현상을 이 데이터에서 확인할 수 있다.

[그림] 계층별 동일 연령대 대비 본인의 신체적 건강 수준 '건강함' 비율\* (일반 국민, %)

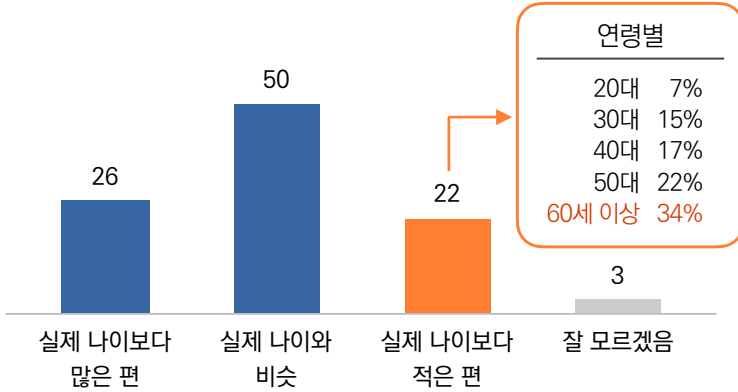


※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)  
\*5점 척도

## 연령 높아질수록 자신의 신체 건강 나이를 실제 나이보다 더 젊게 인식!

- 스스로 느끼는 신체건강 나이를 실제 나이와 비교해 물은 결과, ‘실제 나이와 체감 신체 나이가 비슷하다’는 응답이 50%로 가장 많았고, 이어 ‘실제 나이보다 많은 편’ 26%, ‘실제 나이보다 적은 편’ 22% 순이었다.
- 눈에 띄는 점은 연령대가 높아질수록 자신의 신체건강 나이를 실제보다 더 젊게 인식하는 경향이 나타났다. 실제 나이보다 적다는 응답은 20대는 7%인데 반해 60대 이상은 34%로, 연령이 높아질수록 뚜렷하게 증가했다.

[그림] 스스로 체감하는 신체건강 나이 (%)

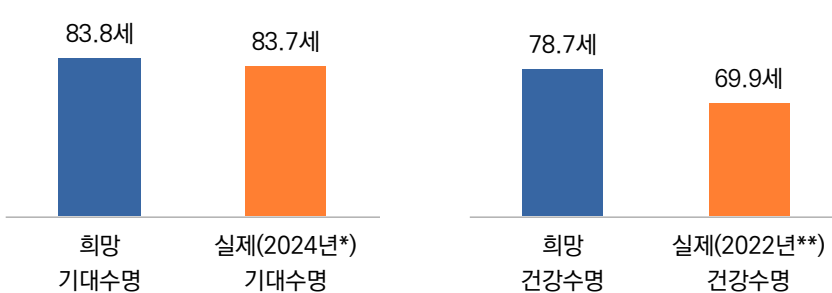


※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025년 신체건강 인식조사] 신체건강 자가평가와 건강 관리 노력, 2025.08.19.(전국 만 18세 이상 남녀 1,000명, 웹조사, 2025.06.27.~06.30.)

## 79세까지는 건강하게 살고 싶은데, 현실의 건강수명은 70세!

- 국민들이 바라는 기대수명(0세 출생아가 출생 직후부터 생존할 것으로 기대되는 평균 생존 연수)과 건강수명을 현재 수준과 비교해 보면 희망 기대수명은 83.8세로 현재(2024년) 기대수명인 83.7세와 거의 차이가 없는 것으로 나타났다.
- 반면, 질병이나 장애 없이 건강하게 살고 싶은 기간인 희망 건강수명은 78.7세로, 현재(2022년) 건강수명(69.9세)보다 약 9년 길었다.
- 즉 국민들은 79세까지는 건강하게 살기를 기대하지만, 실제로는 70세 정도까지만 건강한 상태를 유지하는 셈이다.

[그림] 기대-건강수명 (희망 vs 현재, 평균)



※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)

\*2024년 기대수명 자료 출처 : 국가데이터처, 생명표 2024(기대수명) (<https://www.index.go.kr/unify/idx-info.do?idxCd=8016>)

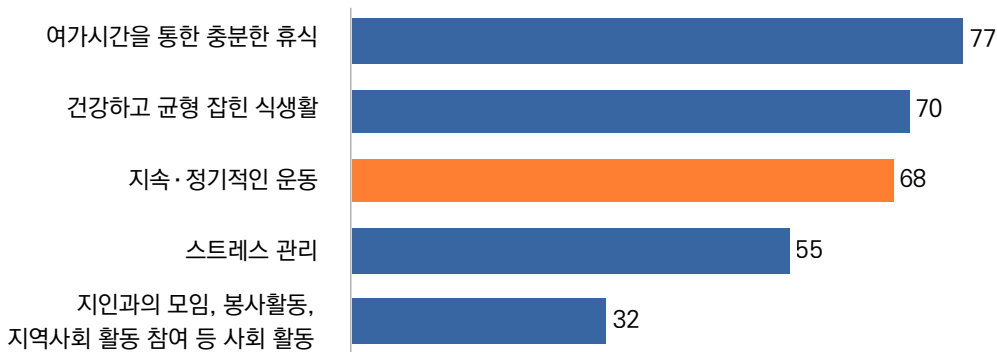
\*\*2022년 건강수명 자료 출처 : 한국건강증진개발원, 건강수명 통계집, 2025.01.

# 02

## [건강 실천과 장애] 건강관리 실천, '정기적 운동 한다' 68%

- 우리 국민의 건강관리 실천 정도(주 1회 이상 실천 기준)를 살펴본 결과, '충분한 휴식'(77%)과 '건강하고 균형 잡힌 식생활'(70%)은 10명 중 7명 이상이 실천하고 있었고, '지속·정기적 운동'(68%)과 '스트레스 관리'(55%)도 절반 이상이 실천하는 것으로 나타났다.
- 다만 '지인 모임, 봉사, 지역사회 참여 등 사회 활동' 실천율은 32%에 불과해 전체 항목 중 상대적으로 낮은 수준을 보였다.

[그림] 건강관리 실천 정도 (일반 국민, 주1회 이상 실천률\*, %)

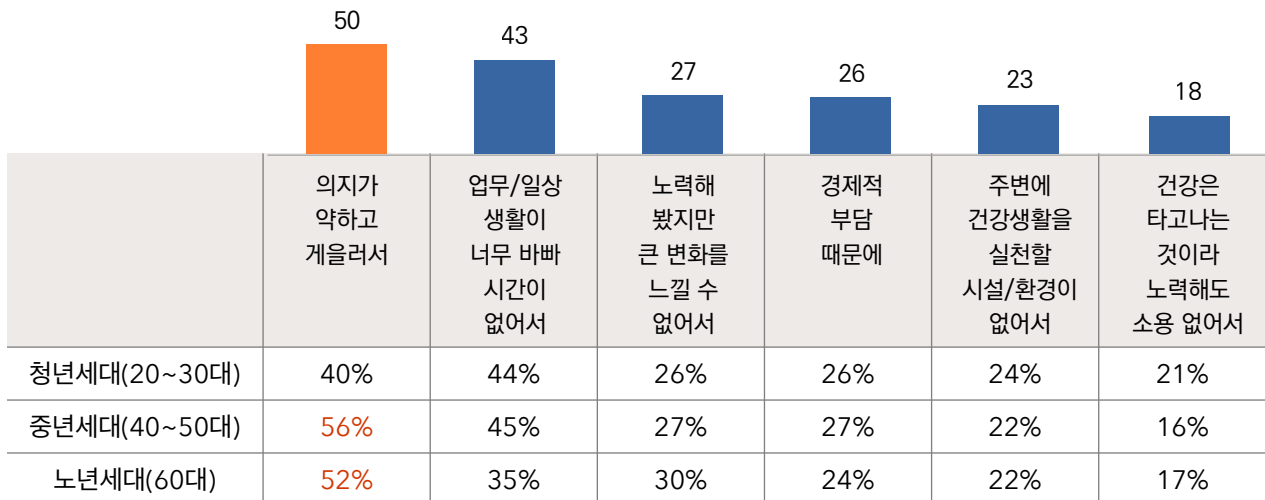


※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)  
\*5개 척도(전혀 실천하지 않음, 한 달에 1번 미만, 한 달에 1번, 주 1회 이상, 거의 매일) 중 '주 1회 이상+거의 매일' 비율임.

## 건강생활 실천의 최대 장애요인, '의지·시간 부족'!

- 건강생활을 실천하기 어려운 이유로는 '의지가 약하고 게을러서'가 50%로 가장 높게 나타났으며, '업무/일상생활이 너무 바빠 시간이 없어서'(43%)가 뒤를 이었다.
- 흥미로운 점은 세대별 차이다. 흔히 청년층의 의지가 약할 것이라 생각하기 쉽지만, 실제로는 중년층(56%)과 노년층(52%)에서 '의지 부족'을 호소하는 비율이 청년층(40%)보다 훨씬 높았다. 이는 단순히 개인의 습관 문제를 넘어, 생애주기에 따른 체력 저하 등이 건강 실천의 의욕을 꺾는 요인이 될 수 있음을 시사한다.

[그림] 건강생활 실천이 어려운 이유 (2025, 일반 국민, 1+2+3순위, 상위 6개)

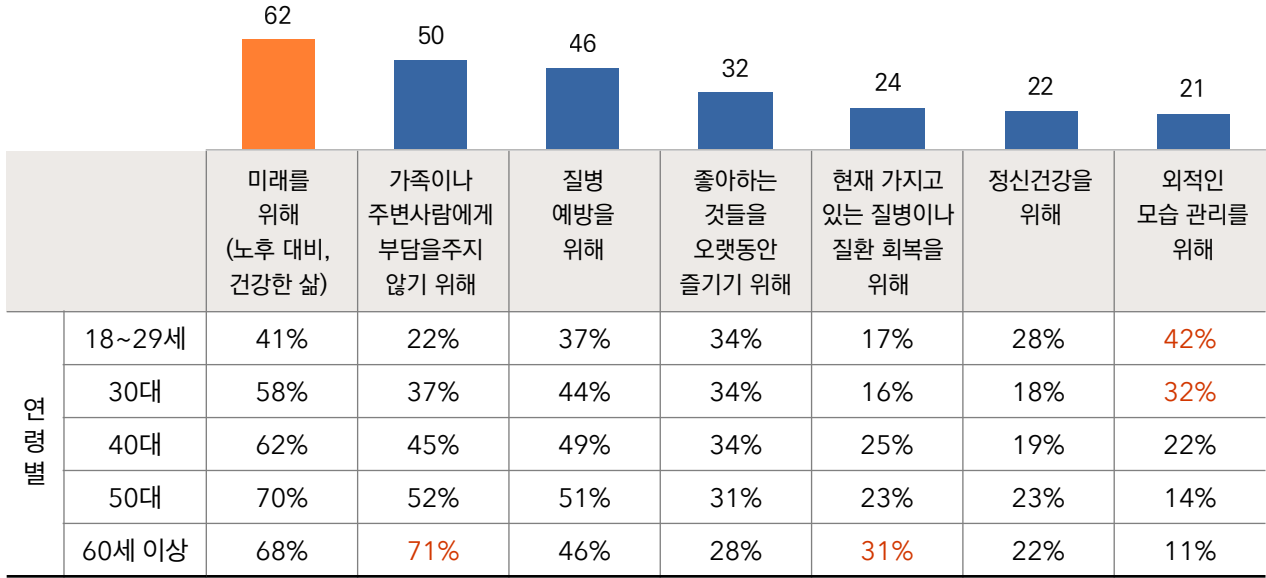


※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)

## 건강관리의 목적, 2030은 '외모 관리', 60대 이상은 '가족 부담 줄이려고'!

- 신체건강을 관리하는 목적(1+2+3순위)으로는 '노후 대비 등 미래를 위해'(62%)가 가장 높았고, 이어 '가족이나 주변사람에게 부담 주지 않기 위해'(50%), '질병 예방을 위해'(46%) 등의 순이었다.
- 연령대별로 건강관리의 동기가 뚜렷한 차이를 보였는데, 20~30대는 '외모 관리' 목적이 타 연령대 대비 높은 반면 60대 이상에서는 '가족이나 주변에 부담을 주지 않기 위해'를 꼽은 비율이 높아 고연령층일수록 건강관리를 개인의 문제가 아닌 가족과 관계된 책임의 영역으로 인식하는 특징이 확인되었다.

[그림] 신체건강 관리의 목적 (일반 국민, 1+2+3순위, 상위 7개, %)

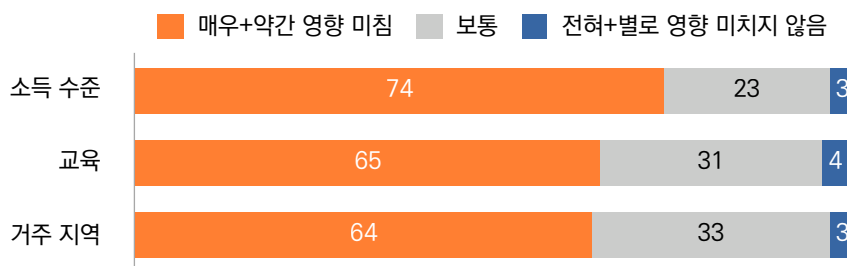


※출처 : 한국리서치 여론속의여론, [2025년 신체건강 인식조사] 신체건강 자가평가와 건강 관리 노력, 2025.08.19.(전국 만 18세 이상 남녀 1,000명, 웹조사, 2025.06.27.~06.30.)

## 03 [건강의 영향 요인] 국민 74%, '소득 수준이 건강 좌우'!

- 소득 수준·교육·거주 지역 등 사회경제적 요인이 건강에 미치는 영향을 살펴본 결과, 소득 수준에 영향을 받는다(매우+약간)는 응답이 74%로 가장 높았다. 이는 국민 4명 중 3명이 소득과 건강이 직결된다고 느끼고 있음을 시사한다.
- 이어 교육(65%)과 거주 지역(64%) 역시 60% 이상이 건강에 영향을 미치는 주요 요인으로 지목했다. 영향력의 차이는 있으나, 전반적으로 우리나라민은 건강을 개인의 문제를 넘어 사회·경제적 조건과 밀접하게 연결된 것으로 이해하고 있었다.

[그림] 건강에 영향을 미치는 정도\* (일반 국민, %)

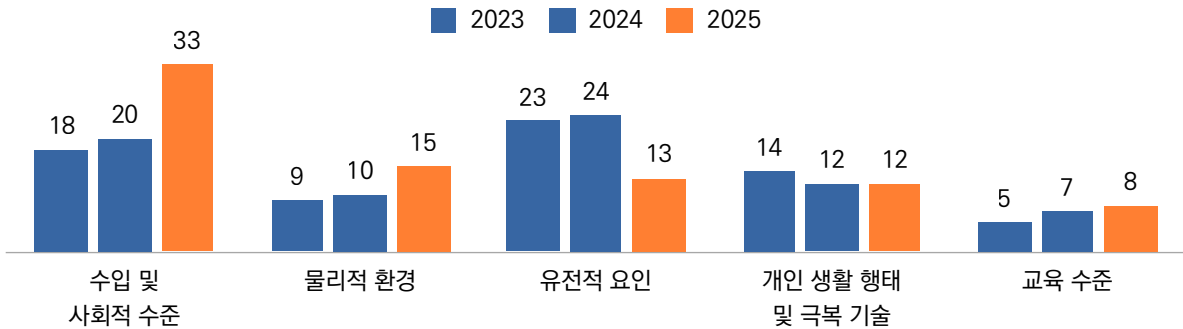


※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.) \*5점 척도

## 내 건강에 가장 큰 영향 끼친 요인, ‘유전’보다 ‘돈’!

- 본인의 건강에 가장 큰 영향을 미친 요인으로 ‘수입 및 사회적 수준’(33%), 즉 돈이 1위를 차지했다. 이어 ‘운동시설, 공원 인프라 등 물리적 환경’(15%), ‘유전적 요인’(13%), ‘개인 생활 형태 및 극복 기술’(12%) 등의 순이었다.
- 최근 3년간(2023~2025) 추이를 보면, 2023~2024에는 ‘유전적 요인’이 1위였으나, 2025년에는 ‘수입 및 사회적 수준’이 1위로 상승했다. 건강에 대한 인식이 개인의 선천적 요인에서 사회·경제적 요인으로 이동하고 있음을 보여준다.

[그림] 본인 건강에 가장 큰 영향을 준 요인 (일반 국민, 1순위, 상위 5개, %)



※출처: 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)

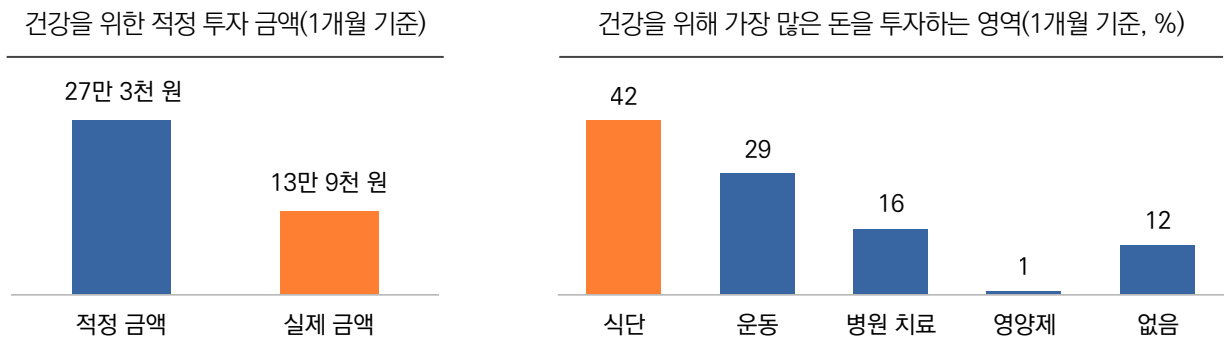
## 04

### [건강 투자]

## 건강투자, 적정금액은 ‘월 27만 원’이지만 실제로는 ‘월 14만 원!’

- 국민들이 생각하는 건강한 삶을 위한 한 달 적정 투자 비용은 평균 27만 3천 원으로 나타났으나, 실제 지출액은 13만 9천 원에 불과해 이상과 현실 사이에 약 2배가량 격차가 존재하는 것으로 드러났다. 이는 경제적 여건이나 현실적 제약으로 인해 스스로 설정한 최적의 관리 수준에는 미치지 못하고 있음을 시사한다.
- 건강을 위해 가장 많은 비용을 투입하는 영역은 ‘식단(42%)’과 ‘운동(29%)’ 비중이 높았다. 이는 병원 치료(16%)나 영양제(1%) 등 사후 관리·보조적 수단보다는 일상 속의 능동적인 생활 습관 교정에 더 집중하는 경향을 보여준다.

[그림] 개인의 건강 투자 규모: 돈 (일반 국민)

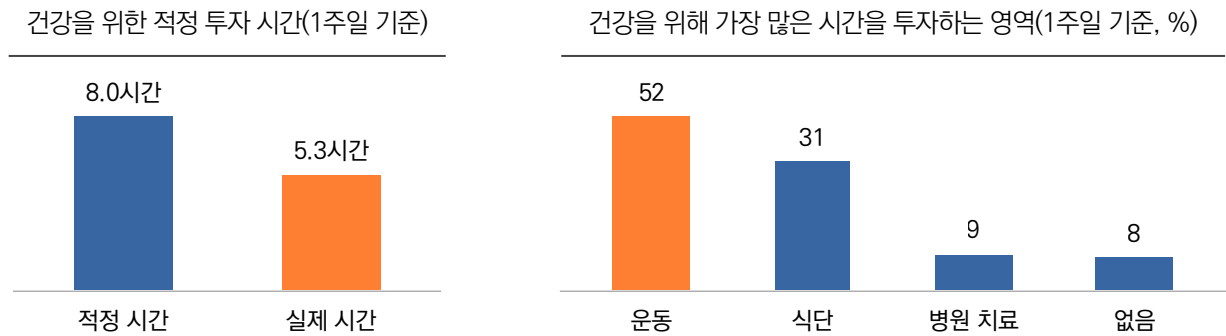


※출처: 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)

## 건강한 삶을 위한 시간 투자, '운동'에 가장 많이 쓴대!

- 개인의 건강한 삶을 위해 투자하는 적정 시간은 평균 8시간이었으나, 실제 투입되는 시간은 5.3시간에 그쳤다.
- 시간 투자에 있어서는 운동(52%)이 절반 이상의 비중을 차지했고, 이어 식단 관리(31%)와 병원 치료(9%) 순으로 시간을 할애하는 것으로 나타났다.
- 앞서 비용 투자에서 '식단'이 1위였던 것과 달리 시간적 측면에서는 '운동'이 1위로 꼽혔다.

[그림] 개인의 건강 투자 규모: 시간 (일반 국민)



※출처 : 한국건강증진개발원, 2025년 건강인식조사 보고서, 2025.11.(전국 만 20세 이상 70세 미만 남녀 2,000명, 온라인 조사, 2025.10.31.~11.14.)

## 이번호 요약

### 1. 79세까지는 건강하게 살고 싶은데, 현실의 건강수명은 70세!

- 한국인이 질병이나 장애 없이 건강하게 살고 싶은 기간인 희망 건강 수명은 78.7세로, 실제(2022년) 건강 수명(69.9세)보다 약 9년 길었다. 79세까지는 건강하게 살기를 기대하지만, 실제로는 70세 정도까지만 건강한 상태를 유지하는 셈이다.

### 2. 내 건강에 가장 큰 영향 끼친 요인, '유전'보다 '돈'!

- 본인의 건강에 가장 큰 영향을 미친 요인으로 '수입 및 사회적 수준'(33%), 즉 돈이 1위를 차지했다. 이어 '운동시설, 공원 인프라 등 물리적 환경'(15%), '유전적 요인'(13%) 등의 순이었다.

### 3. 건강 투자, 적정금액은 '월 27만 원'이지만 실제로는 '월 14만 원'!

- 국민들이 생각하는 건강한 삶을 위한 한 달 적정 투자 비용은 평균 27만 3천 원으로 나타났으나, 실제 지출액은 13만 9천 원으로 적정금액의 절반 수준이었다.

## 함께 보면 좋은 자료

\*아래 제목을 누르면 전체 내용을 보실 수 있습니다.

▶ [서적] 우리 몸이 세계라면 (김승섭 저, 동아시아)

## 관련 성경 구절

너희 몸은 너희가 하나님께로부터 받은 바 너희 가운데 계신 성령의 전인 줄을 알지 못하느냐 너희는 너희 자신의 것이 아니라 값으로 산 것이 되었으니 그런즉 너희 몸으로 하나님께 영광을 돌리라 (고린도전서 6장 19-20절)

## 목회 적용점

이번 조사에서 한국인의 '희망 건강수명'과 '실제 건강수명' 사이에 존재하는 9년의 간극, 그리고 건강관리가 개인의 의지를 넘어 사회경제적 구조의 영향을 받는다는 결과는 교회가 성도의 영혼 구원을 넘어 '육체의 강 건함'을 돌보는 전인적 사역으로 지경을 넓혀야 함을 시사한다. 성도들이 건강한 삶을 누리며 사명을 지속하기 위한 사역 방향을 제언한다.

첫째, '신앙과 건강의 통합적 인식'을 심어주는 교육이 필요하다.

육체는 성령이 거하시는 거룩한 산 제물(로마서 12:1)임을 기억하며, 건강관리를 단순한 자기 계발이 아닌 '칭지기적 사명'으로 재정의를 해야 한다. 교회는 성경적 절제와 규칙적인 생활의 영성적 가치를 가르치고, 특히 건강수명이 급격히 꺾이는 70세 전후의 성도들이 영적·육체적 활력을 잃지 않도록 맞춤형 노년 사역 프로그램을 강화해야 한다.

둘째, '건강 불평등'을 해소하는 공동체적 돌봄 체계를 구축해야 한다.

소득 수준에 따른 건강 격차를 교회가 '나눔과 연대'로 메워야 한다. 경제적 부담이나 시간 부족으로 운동과 검진에 소외된 성도들을 위해 교회 시설을 개방하여 운동 인프라를 제공하거나, 의료 전문 인력을 활용한 정기적인 건강 상담 및 예방 교육을 실시할 수 있다. 또한, 홀로 사는 어르신들의 건강 상태를 살피는 '마을 돌봄 네트워크'를 활성화하여, 돈이 없어도 건강할 권리를 누리는 복음적 건강 평등을 실천해야 할 것이다.

## 최근 조사통계 언론 보도

1. 10년 뒤 대체 가능성 높은 직업
2. 개인 파산 현황
3. 한일 국제 커플 추이



## [10년 뒤 대체 가능성 높은 직업] AI 대체 가능 직업 상위 10위권, 회계사 등 전문직 대거 포함

- 최근 국민일보가 AI·로봇 분야 전문가 40명을 대상으로 10년 뒤 AI에게 일자리를 뺏길 가능성이 높은 직업을 조사한 결과를 발표했는데, 그 내용을 살펴본다. AI 대체 가능성이 높은 직업 1위는 '매표원 및 복권판매원'이었고, 이어 '주차관리원 및 안내원', '회계사' 등의 순이었다.
- 특히 상위 10위권 안에 회계사(3위), 세무사(7위), 변리사(8위), 변호사(9위) 등 전문직이 4개나 포함된 점이 눈에 띈다. 이 가운데 회계사는 2016년 동일 조사에서 40위였으나 이번 조사에서는 3위까지 상승해 AI로 인한 전문직 영역 대체가 빠르게 진행되고 있음을 시사했다.

[그림] 10년 뒤 대체 가능성 높은 직업 Top 10.

1위	매표원 및 복권판매원	공동 5위	투자 및 신용 분석가
2위	주차관리원 및 안내원	7위	세무사 (2016년 순위 22위)
3위	회계사 (2016년 순위 40위)	8위	변리사 (2016년 순위 34위)
4위	주유원	9위	변호사 (2016년 순위 36위)
공동 5위	금융 자산 운용가	10위	증권 및 외환 딜러

※출처 : 국민일보, 밀려나는 '스'자 직업... 회계사, 40위 → 3위로, 2026.03.17. (<https://www.kmib.co.kr/article/view.asp?arcid=1773649956&code=11131100&cp=nv>)

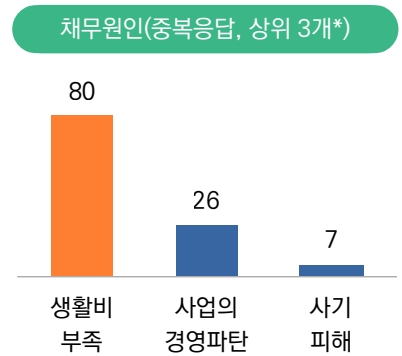
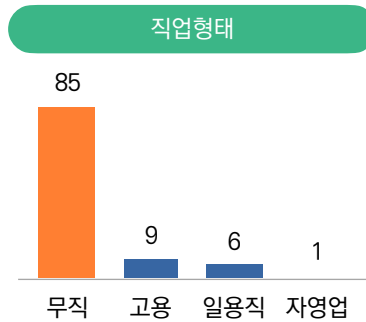
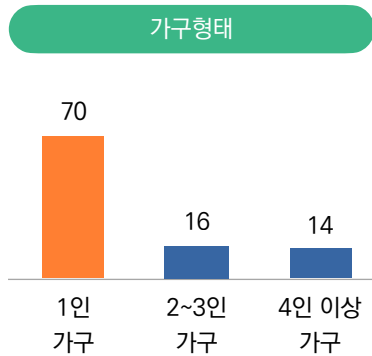
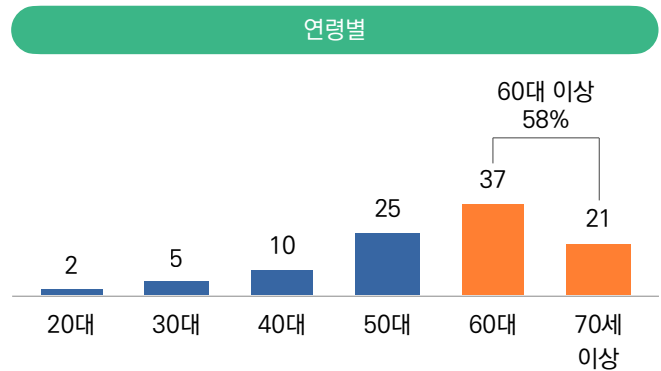


## [개인 파산 현황]

# 서울 개인 파산 신청자, 1인 가구·무직·60대 이상 높아!

- ‘25년 개인 파산면책 지원 실태’ 발표 자료(서울시복지재단)를 통해 서울의 개인 파산 실태를 살펴본다.
- 개인 파산 신청자를 살펴보면, 연령별로 60대 이상이 절반 이상(58%)을 차지하고 있고, 1인 가구 비중이 70%로 높은 편이었으며, 직업은 대부분 무직(85%) 상태였다.
- 1인 평균 총채무액은 2억 8,700만 원으로 나타났으며, 채무 발생 원인은 ‘생활비 부족’이 10명 중 8명으로 가장 높았고, 이어 사업의 경영파탄(26%), 사기피해(7%) 등의 순이었다.

[그림] 개인 파산 신청자 현황 (%)



※출처 : 서울시복지재단 서울금융복지상담센터 보도자료, 25년 개인 파산면책 지원 실태 발표, 2026.03.10.

\*기타는 제외

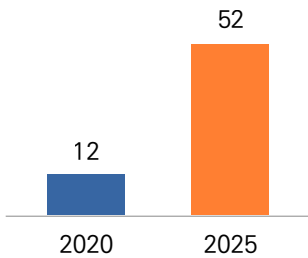


## [한일 국제 커플 추이]

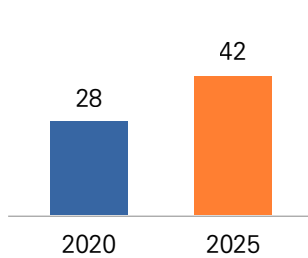
# 한일 국민의 상호 호감도, 5년 전 대비 양국 모두 상승!

- 한일 양국 국민의 상호 호감도와 함께 한일 국민 간 혼인 건수를 살펴본다. 동아시아연구원이 작년에 발표한 제12회 한일 국민 상호인식조사 결과에 따르면 한국인의 일본에 대한 호감도(좋은 인상 가짐 비율)는 52%로 5년 전 조사보다 4배 이상 상승했다.
- 올해 1월 문화체육관광부(2025 국가이미지 조사)에서 발표한 한국에 대한 일본 국민의 호감도 역시 2025년 42%로, 2020년 28%와 비교해 크게 높아진 것으로 나타났다.

[그림] 일본에 대한 호감도 (만 18세 이상 대한민국 국민, '좋은 인상' 가짐, %)\*\*



[그림] 한국에 대한 호감도 (만 16세 이상 일본 국민, '좋은 인상' 가짐, %)\*\*



\*출처 : 한국경제, 어쩐지 한국남·일본녀 커플 많이 보이더라... '역대급 상황', 2026.3.17.

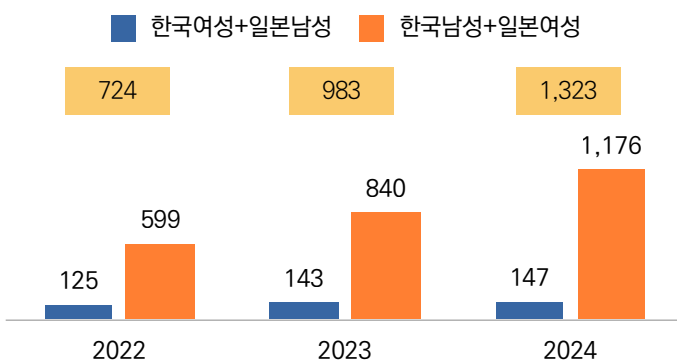
\*\*한국 국민 출처 : EAI(동아시아연구원), 2025년 EAI-API-KEI 제1회 한미일 국민 상호인식조사 및 제12회 한일 국민 상호인식조사 결과 분석, 2025.08.28. ([https://www.eai.or.kr/press/press\\_01\\_view.php?no=13370](https://www.eai.or.kr/press/press_01_view.php?no=13370))

\*\*\*일본 국민 출처 : 문화체육관광부 보도자료, 2025 국가이미지 조사, 2026.01.20.

## 한국인-일본인의 혼인, 한국남성+일본여성 비중 압도적(89%)!

- 한일 양국 국민의 상호 호감도 상승은 한국인-일본인 간 혼인 건수 증가로 이어지는 모양새이다. 2024년 한국인과 일본인의 혼인 건수는 1,323건으로 조사됐는데, 2022년 724건, 2023년 983건에서 꾸준히 높아지고 있다.
- 주목할 점은 '한국 여성+일본 남성'보다 '한국 남성+일본 여성'의 혼인 건수와 비중이 훨씬 높게 나타난 것이다. 2024년 한국인-일본인 전체 혼인 기준, '한국 남성+일본 여성'의 비중은 89%로 압도적이었다.

[그림] 한국인-일본인 간 혼인 건수 추이 (건)



※출처 : 한국경제, 어쩐지 한국남·일본녀 커플 많이 보이더라... '역대급 상황', 2026.3.17.

※원출처 : 국가데이터, 인구동향조사(한국인 남편의 혼인종류/외국인 아내의 국적별 혼인, 한국인 아내의 혼인종류/외국인 남편의 국적별 혼인), 2026.03.

([https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT\\_1B83A31&conn\\_path=I2](https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1B83A31&conn_path=I2))

([https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT\\_1B83A22&conn\\_path=I2](https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1B83A22&conn_path=I2))

# 언론 보도 기사 큐레이션

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

## 정치

### [데일리 오피니언\(한국갤럽\) 제656호 \(2026년 3월 3주\)](#)

- 사법 3법 시행, 경제 전망, 미국·이스라엘-이란 전쟁, 호르무즈 해협 군함 파견

## 사회 일반

### [어쩐지 한국男·일본女 커플 많이 보이더라... '역대급 상황'](#)

한국경제\_2026.3.17.

### [등록금 인상에 교육물가 15년만에 최대폭 ↑ ...올해도 상승 압력](#)

연합뉴스\_2026.3.16.

### [한국인 행복도 내리막...올해는 세계 147개국 중 67위](#)

연합뉴스\_2026.3.19.

### ["자녀살해 후 자살 관련 사건, 피해아동 87%가 12세 이하"](#)

연합뉴스\_2026.3.22.

### [탐골공원 장기판 사라지자... 낙원상가로 간 '세대 갈등'](#)

조선일보\_2026.3.16.

### [\[2026 세대인식조사\] 세대간 관계와 소통](#)

한국리서치 여론속의여론\_2026.3.17.

## 아동 · 청소년 · 청년

### [2월 고용률 역대 최고... 청년은 더 멀어진 일자리](#)

국민일보\_2026.3.19.

### [고교생 30% "10분 이상 글 읽기 힘들다"... 습관적 스마트폰 시청 58%](#)

조선에듀\_2026.3.18.

### [초등학생 5% "학폭 당했다"...언어폭력-집단따돌림-신체폭력 순](#)

연합뉴스\_2026.3.17.

### ["스마트폰, 저소득층·남학생이 더 오래 사용"](#)

중앙일보\_2026.3.16.

### [\[단독\]안먹거나 폭식하는 아이들 70% 급증](#)

동아일보\_2026.3.19.

### [고교생 40%가 '수포자'... "획일적 수업·상대평가가 원인"](#)

동아일보\_2026.3.19.

### [가족돌봄 청소년 5명 중 1명, 돌봄부담에 학교·직장 포기 고려](#)

연합뉴스\_2026.3.24.

# 언론 보도 기사 큐레이션

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

## 경제 · 기업

[국민 3명 중 1명 주식 투자...주식부자 1등은 '강남 사는 50대 남성'](#)

중앙일보\_2026.3.18.

[연봉 1억·퇴직금 11억...‘月 1000만원’ 기본인 업종?](#)

문화일보\_2026.3.22.

## 국제 · 환경

[미국인 62% "트럼프의 이란대응 지지안해"...53% "지상군 불필요"](#)

연합뉴스\_2026.3.23.

## 건강

["청소년 운동·수면 하루 30분만 늘려도 당뇨병 위험 감소"](#)

연합뉴스\_2026.3.23.

[암은 유전이라 예방불가?..."5가지만 피하면 50%까지 예방"](#)

연합뉴스\_2026.3.21.

## 기독교 · 종교

["영성 원하나, 종교는 거부"...기복신앙 탈피 시급하다](#)

기독신문\_2026.3.10.

[미국 기독교인 1/3 "AI의 영적 조언 신뢰한다" 답해](#)

기독신문\_2026.3.10.

[소형교회 사모 10명 중 4명, 사모의 길 만류한다](#)

국민일보\_2026.3.19.

## [새로고침(F5) 환대의 공동체로], (국민일보)

[편 가르는 정치색 벗고 환대 공동체 회복을](#) \_2026.3.17.

[담임목사 청빙, 1순위 검증 요소는 인품·도덕성](#) \_2026.3.17.

[‘정치 세력과 결탁’ ‘강단서 정파적 발언’ 지적](#) \_2026.3.17.

[“직분, 계층에 가까워” “평신도 참여 목회 시스템 필요”](#) \_2026.3.17.

[응답자 5명 중 1명, 신뢰 상실 이유로 ‘재정 불투명’ 꼽아](#) \_2026.3.17.

# 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](#)

# 목회데이터연구소 출간 도서

※ 책 구입 문의 : 02-322-0726, 유명민 간사

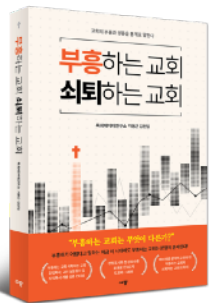


## 「한국교회 트렌드 2026」 (희망친구 기아대책 공동 출간)

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



## 「2025 통계로 보는 한국사회 그리고 한국 교회」 출간 (비매품)

- 2025년 작년 한해 동안의 <넘버즈>를 모아 엮은, 「2025 통계로 보는 한국사회 그리고 한국 교회 VOL.7」을 출간하였습니다. 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)

# 연구소 소식

## AI 코파일럿 시대 디지털 목회 전략 웨비나

라잇나우미디어에서 목회자님을 위한 디지털 목회 전략 웨비나를 진행합니다.

- 1) 일정 : 2026년 3월 26일(목) 14:00~16:00
- 2) 장소 : 온라인(Zoom)
- 3) 참가비 : 무료
- 4) 신청/문의 : 1533-7104

신청 링크

rightnow MEDIA

이상은 대표  
주식회사 라잇나우 미디어 대표이사

이상화 목사  
제일교회 담임  
한국소그물목회연구원 대표

조승훈 목사  
베스트채시강원  
베스트목회연구소  
미노리안교회 담임

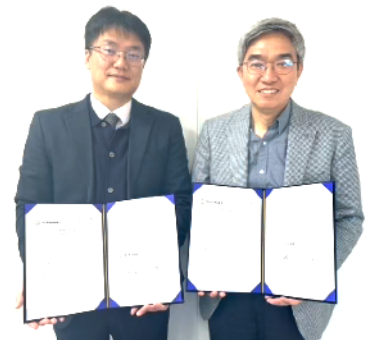
### AI 코파일럿 시대 디지털 목회 전략 웨비나

3월 26일	목 14:00-16:00	ZOOM
AGENDA 1	AGENDA 2	AGENDA 3
AI 코파일럿 시대, 디지털 목회 전략/기술	[특별 강연] 한국소그물목회연구원 이상화 목사: 소그물 주제 강연	디지털 제자 훈련 도구 라잇나우미디어 전략적 활용
문의: 1533-7104	신청: 구글폼 작성	참가비: 무료

## 연구소 소식. 업무 협약(MOU) 체결

우리 연구소는 3월 24일(화요일) 넥스트목회교육원(대표 김대욱)과 업무 협약(MOU)을 체결하였습니다.

앞으로 두 기관이 유기적인 협력 관계를 바탕으로 사역의 동반자로 함께 성장해 나가길 기대합니다.



## 연구소 소식. 다음 주 [넘버즈] 휴간 안내

다음 주(3월 31일)는 5주 차(화요일 기준) 연구주간으로 한 주 쉬도록 하겠습니다.

이점 양지해 주시면 감사하겠습니다.