

도시 취약계층의 걷기 영향요인과 의미: 포토보이스 방법론을 이용하여

박정선*, 손창우**†

*인제대학교 대학원 박사과정, **인제대학교 보건대학원 조교수

Influencing factors and significance of walking among urban vulnerable groups: Utilizing the photovoice methodology

Jeongsun Park*, Changwoo Shon**†

* Ph.D. Student, Graduate School, Inje University,

** Assistant Professor, Graduate School of Public Health, Inje University

Objectives: This study aimed to investigate the factors influencing walking and its significance among socioeconomically vulnerable individuals who lack sufficient economic and social resources for exercise in urban areas. **Methods:** Employing photovoice methodology, this study sought to interpret the characteristics of the research participants and the context of walking. Ten individuals from B Metropolitan City experiencing vulnerability in terms of income, assets, and housing were selected as subjects. The study used the data collection process inherent in Photovoice, wherein participants captured photographs and shared their stories through individual interviews. **Results:** Participants perceived walking as an exercise with minimal economic and physical burden, serving as a means to reduce transportation expenses, utilize leisure time, socialize with neighbors, and improve mood. Facilitating factors included the presence of social service providers, doctors' recommendations, pedestrian-friendly environments, and assistance from supportive tools. Barriers included non-pedestrian-friendly environments and social perception issues. **Conclusion:** This study sheds light on the meaning, facilitators, and barriers of walking among urban vulnerable populations from a contextual perspective.

Key words: walking, vulnerable groups, health promotion, photovoice

I. 서론

1. 연구의 필요성

걷기는 전 세계적으로 가장 보편적인 신체활동 중 하나이며, 건강증진에 중요한 역할을 한다. 걷기는 성별, 나이, 민족, 사회경제적 수준, 건강 수준과 무관하게 자신의 여건에 맞게 실천할 수 있는 활동으로 알려져 있다(Cerin et al., 2022). 특히, 노인들의 신체 건강 및 정신건강증진 측

면에서도 걷기는 중요한 의미를 지닌다(Shon, 2021). 또한, 노인의 신체활동은 주로 일상생활 유지에 관련된 활동과 이를 위한 이동으로 간주하며, 그러한 맥락에서 걷기는 건강관리를 위한 행동으로 인식되는 경향이 있다(Kim et al., 2019; Yoo & Kim, 2017). 이러한 걷기의 이점에도 불구하고, 우리나라 성인의 걷기 실천율은 꾸준히 감소하고 있어(World Health Organization [WHO], 2021), 국민건강증진종합계획(Health Plan 2030)에서도 성인의 걷기 실천율을 주요 건강지표로 선정하여 모니터링하고 있다(Ministry of

Corresponding author: Changwoo Shon

Graduate School of Public Health, Inje University, 75 Bokji-ro, Busanjin-gu, Busan, 47392, Republic of Korea

주소: (47392) 부산시 부산진구 복지로 75 인제대학교 보건대학원

Tel: +82-51-890-6635, Fax: +82-51-896-7066, E-mail: cwshon@inje.ac.kr

• Received: January 15, 2024

• Revised: March 22, 2024

• Accepted: March 25, 2024

Health and Welfare [MOHW] & Korea Health Promotion Institute, 2022).

국내에서 이루어진 걷기에 관한 선행 연구들은 주로 건강증진의 결과를 평가하는 관점에서 수행되었다(Hwang et al., 2009; Roh, 2002; Yang, 2018). 도시 내에서의 걷기와 관련된 물리적 환경은 도시계획과 도시설계의 관점에서 분석되었다. 이러한 분석은 보행로를 포함하는 가로 환경, 목적지까지의 거리를 포함하는 네트워크 환경, 그리고 공원과 편의시설 등이 위치하는 지역사회 환경으로 나누어 진행되었다(Kim, 2021; Park, Choi, & Seo, 2008). 걷기 실천 경험을 조명하고 걷기 관련 요인을 탐색한 연구로 Kim, Yoo와 Sim (2011)은 도시민 대상으로 걷기의 의미와 걷기 영향 요인을 파악하였다.

걷기는 신체적 건강증진뿐만 아니라 정서적 및 심리적 이점을 제공하는 것으로 인식되었다. 이러한 걷기의 가치에 영향을 미치는 요소로는 잘 구성된 보행 도로 환경, 환경의 재미와 매력, 걷기에 적합한 주변 환경과 분위기, 동행인의 유무, 그리고 걷기 관련 시민 의식 및 교통 문화 등이 중요하게 여겨졌다(Kim et al., 2011). 도시 내 취약계층에 속한 노인들의 생활공간은 그들이 걸을 수 있는 거리에 의해 결정되었으며, 이는 주변의 근린생활 시설 접근성 및 지역사회의 특성에 따라 그들의 일상적인 활동에 영향을 미쳤다. 또한 이들은 경제적 어려움을 겪고 있으며 공공 서비스에 대한 의존이 큰 것으로 나타났다(Kim et al., 2019). 또한, 취약계층 노인에게 걷기는 돈을 들이지 않고, 건강을 관리할 수 있는 신체활동이라고 연구되었다(Kim, 2021).

걷기를 촉진하는 요인으로 깨끗하게 정돈된 환경과 계절에 따라 변화하는 자연환경(Kim, 2019; Kim et al., 2019; Park & Lee, 2019; Yoo & Kim, 2017)이며, 장애 요인으로는 가로환경(street environment)의 경사도는 신체적으로 취약한 노인의 사회적 활동과 이동 목적의 보행 활동에 중요한 요인으로 확인되었다(Kim, Kang, Jin, & Yoo, 2017).

건강증진 분야에 상대적으로 소외된 계층에 관심을 가지고 연구가 진행되고 있으며, 사회생태학적 관점에서 경제적으로 취약한 노인의 걷기에 관한 연구가 드물게 보고되고 있다(An, Lee, & Kim, 2013; Kim et al., 2019). 걷기 실천이 연령, 사회경제적 수준과 무관하게 실천할 수 있는 대표적인 신체활동 방법(Cerin et al., 2022)임에도 불구하고

고, 기존 연구에서는 일반 성인(Kim & Suh, 2017; Kim et al., 2011) 또는 노인(Kim, 2019, 2021; Park & Lee, 2019; Shon, 2021)을 대상으로 연구가 수행되었다.

사회경제적 취약계층은 건강자원의 획득과 이용, 헬스 리터러시, 거주지 및 거주환경 측면에서 취약성이 높은 집단(Kim et al., 2019; Lee & Jung, 2018)으로 이들을 대상으로 한 연구는 건강형평성 측면에서 의의를 지닌다. 특히, 도시에서 거주하고 있는 저소득층은 건강증진을 위한 자원에 대한 접근성이 낮아 오히려 농촌에서 거주하고 있는 저소득층에 비해 건강 건강수준이 좋지 않은 것으로 알려져 있어, 이들의 건강에 영향을 미치는 사회경제적 요인, 보건의료 및 환경 요인 등을 포함한 다차원적 요인을 고려한 연구와 개입이 필요하다(Jeon et al., 2016; WHO & UN-Habitat, 2016). 특히, 본 연구에서 활용한 포토보이스(Photovoice) 방법론은 소외되거나 무시당하기 쉬운 취약계층(노인, 문해력이 낮은 사람 등)의 목소리를 드러내는 데 적합(Yang, 2023)하며, 이미지를 통해 개인적 경험을 시각적으로 전달할 수 있다는 점(Latz, 2018)에서 걷기의 맥락적 의미를 이해하는 데 적합한 방법론이라고 판단하였다. 이에, 본 연구는 도시의 사회경제적 취약계층을 대상으로 포토보이스 방법론을 활용하여 도시에서 걷기의 의미와 사회생태학적 관점에서의 걷기 실천 촉진요인과 장애요인을 살펴보고 도시 건강 측면에서의 함의를 도출하고자 수행하였다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 국민기초생활수급자의 시각에서 걷기 실천의 의미와 영향을 분석하기 위해 진행되었으며, 이를 위해 Latz (2018)가 제안한 포토보이스 방법론을 부분적으로 활용한 질적연구이다. 포토보이스 연구방법론은 사진을 이용해 연구 참여자들이 자신의 가치와 견해를 나타내도록 함으로써, 이를 깊이 있게 조사하는 접근 방식이다. 즉, 이는 말로 표현하기 어려운 감정과 생각을 시각적 이미지로 나타내는 기회를 통해 얻은 자료를 질적연구에 사용하는 접근법이다(Latz, 2018).

본 연구의 목적은 참여자들의 일상적인 걷기 활동과 관련된 경험을 시각적으로 기록하고, 이를 통해 참여자들의

목소리를 듣고 이해하는 데 있다. 그러나 포토보이스의 전형적인 접근법에는 참여자 집단이 함께 사진과 이야기를 공유하고, 이를 통해 특정 대상에게 알리고 더 넓은 범위의 공감을 이끌어내는 과정이 포함된다. 본 연구의 설계는 이러한 ‘보이스’ 단계까지 명시적으로 포함하지 않고 있음을 밝힌다.

본 연구에서 포토보이스는 사진 촬영, 면담, 내레이션 작성, 소주제로 묶기, 주제 명명하기의 과정으로 진행하였다. 1) 파악(identification) 과정에서 연구자는 문헌과 자신의 경험을 활용하여 연구 목표를 정립했다. 2) 모집(invitation) 과정에서는 의도적 표본 수집 방법(purposive sampling)을 활용하였다. 3) 교육(education) 과정에서는 연구에 참여하는 데 대한 참여자의 동의를 얻고, 연구의 전체적인 진행 절차를 설명했다. 또한, 참여자의 역할과 사진 촬영 기술에 대해서도 안내하였다. 4) 기록(documentation) 과정에서 연구자는 개시 질문을 만들고 연구 질문들을 더욱 세부적으로 발전시켰으며, 참여자가 사진을 찍는 활동이 이루어졌다. 5) 서술(narration) 과정에서 참여자와 연구자는 참여자나 연구자가 찍은 사진에 대해 함께 이야기하고 해석했다. 6) 관념화(ideation) 과정에서는 선택된 사진들을 바탕으로 수집된 데이터를 분석하고, 맥락화, 성문화하는 작업을 진행했다.

이러한 접근 방식은 참여자들의 경험과 관점을 중심으로 연구를 진행하되, 전형적인 포토보이스 방법론에서 요구하는 전시나 넓은 대중과의 공유 과정은 포함하지 않았음을 명시하고자 한다. 이는 연구의 초점이 참여자들의 개별적인 경험과 이야기에 깊이 있는 이해에 있으며, 해당 연구의 설계와 목적에 맞게 방법론을 적응적으로 적용했음을 의미한다.

2. 연구참여자

본 연구의 참여자 선정은 걷기 실천이 건강 증진에 미치는 영향을 구체적으로 이해하기 위한 목적으로, 구체적인 선정 기준에 따라 진행되었다. 첫째, B광역시에 거주하는 국민기초생활수급자를 대상으로 하였다. 둘째, 걷기 실천을 하고 있는 자를 선정하였는데, 이는 ‘최근 1주일 동안 한 번에 적어도 10분 이상 걸은 날이 1일 이상 된다고 응답한 자 중에서 ‘최근 1주일 동안 걷기를 1일 30분 이상, 주 5일 이상 실천한다고 응답’(Korea Disease Control

and Prevention Agency, 2022)한 자를 포함한다. 셋째, H동 행정복지센터 모니터링 복지대상자 중 성년(19세 이상)을 대상으로 하였다.

H동 행정복지센터 모니터링 복지대상자는 사회보장정보시스템(이하 행복e음)을 통해 위기 대상 가구가 발굴되거나, 저소득 취약계층 또는 고독사 고위험군 등이 관내에 전입해 오게 되면 행복e음을 통해 전입을 확인하여 발굴된다(Sasang-Gu Office, 2023a, 2023b). 위기가구일 경우 통합사례관리 대상 가구로 선정되어 통합사례관리가 진행된다. 위기 상황이 호전되면, 모니터링 복지대상자로 전환되어 2회의 모니터링을 실시한다(MOHFW, 2023a; Sasang-Gu Office, 2023b). 본 연구참여자는 모니터링이 완료된 복지대상자로 가정방문을 하여 대면으로 연구 설명을 한 후 자발적으로 참여 의사가 있음을 확인한 후 연구를 시작하였다. 연구 설명 과정은 녹음이 필요함을 설명하였으며, 연구 담당자의 휴대전화를 통하여 녹음하는 것을 설명하였다. 또한, 연구 참여 과정에 관해 연구참여자의 참여 활동 횟수, 면담 일정과 면담 장소 등을 안내하였다. 연구참여자가 연구 참여 과정을 이해하고, 참여 의사를 확인한 이후 동의서를 서면으로 받았다.

연구 참여에서 배제된 대상은 국민기초생활수급자 중 H동 행정복지센터에서 모니터링하는 복지 대상자이면서, 걷기 실천을 일절 하지 않는 개인으로 정의되었다. 이 기준은 본 연구의 목적인 걷기 실천의 의미와 영향을 분석하기 위해 실질적으로 걷기 실천에 참여하지 않는 인구 집단을 연구 대상에서 제외하기 위해 설정되었다.

포토보이스 방법론을 활용하는 경우, 7~10명의 참여자가 적정하다고 하는 선행연구에 따라(Latz, 2018; Wang, 1999), 본 연구에서도 연구참여자를 10명으로 구성하였다.

이 연구에서는 근거이론에서 범주를 만드는 이론적 포화(theoretical saturation)보다는 새로운 코드가 더 이상 생성되지 않는 시점, 즉 개념적 포화(thematic saturation)에 기반하여 탄력적인 포화 방법을 적용하였다. 연구의 충분성을 보장하기 위해 연구자 간 논의 끝에 참가자 수를 10명으로 설정했으며, 이에 따라 포토보이스 연구에는 총 10명이 참여했다.

3. 포토보이스

포토보이스는 개인이 일상의 건강과 업무 현실을 사진

으로 촬영하는 참여적 행동 연구 방법이다(Baker & Wang, 2006). 포토보이스의 개념은 특수 인구(예: 취약한 사람, 가난한 사람, 다양한 인종 또는 민족 그룹)와 관련하여 연구자가 질문, 가설 및 이론을 개발하는 데 도움이 되고 있다(Baker & Wang, 2006). 포토보이스는 극심한 빈곤 속에 살고 있는 중국 농촌 여성, 노숙자, 저소득층 도시 청소년 등이 참여하였으며(Wang & Burris, 1997; Wang, Cash, & Powers, 2000; Wang, Morrel-Samuels, Hutchison, Bell, & Pestronk, 2004), 읽고 쓰지 못할 수 있는 사람들을 포함한 사회의 가장 취약한 인구들의 관점을 확인할 수 있다(Wang & Burris, 1997). 포토보이스 연구방법론은 지역사회 증진과 건강증진을 위한 참여형 질적연구 방법으로(Yang, 2023), 결과의 일반화를 목적으로 하지 않고, 대상 지역이나 지역사회의 상황과 특성, 맥락을 잘 이해하는 것이 목적이다(Yoo, 2016). 전통적인 정량적 측정을 통해 포착되지 않는 경험을 제공할 수 있으며, 참여적 행동 연구를 포함하며, 사회의 '없는 자'들이 아닌 '가진 자'들에 의해서만 연구가 이루어지고 지식이 생산되어, 주류 연구 패러다임의 대안으로 지식 생산에 있어 민주화하는 동인의 역할을 할 수 있다(Baker & Wang, 2006).

4. 자료수집

연구자는 B광역시 H동 행정복지센터 읍·면·동 '찾아가는 보건복지팀'에서 찾아가는 복지상담, 위기가구 통합 사례관리, 민간 자원 연계 활용 업무를 담당하고 있다(MOHW, 2023a). H동 행정복지센터의 대표적인 위기가구 발굴과 동 행정복지센터 모니터링 대상자(Sasang-Gu Office, 2023a) 중 해당 모니터링이 완료된 자를 선정하였다. 참여자의 가정을 방문하여, 저소득 취약계층에 일대일 면대면 연구 설명을 통해 참여자를 모집하였다. 본 연구에 관해 설명하여 자발적으로 참여 의사가 있음을 확인한 후 연구를 시작하였다.

본 연구의 자료 수집 기간은 2023년 10월 6일부터 2023년 10월 27일까지이며, 참여자의 참가 활동은 1회에서 3회에 걸쳐 연구자와 대면 면담으로 진행되었다. 면담 장소는 참여자의 집이었으며, 각 면담 시간은 30분을 초과하지 않았다.

연구자는 참여자에 대한 정보는 행복e음을 참조하여 면담 준비를 하였다. 1회차 면담은 참여자에게 반구조화된

개시 질문과 본 질문을 하여 답변을 들었다. 참여자에게 답변과 관련하여 사진을 촬영하도록 안내하였다. 2회차 면담은 촬영된 사진을 보며 이야기를 나누었으며, 걷기의 경험에 관한 주제로 사진을 촬영하도록 안내했다. 3회차 면담은 촬영된 사진을 보며 이야기를 나누었다. 사진 촬영은 참여자의 개인 휴대전화를 이용하였다. 사진 촬영이 어려운 참여자가 있어, 질문 내용에 대한 답변을 토대로 연구자가 촬영하여 면담 시에 참여자의 의견과 일치하는지 확인하였다.

포토보이스 방법론을 적용할 때 자신의 의견을 표현하는 데 어려움을 겪는 취약계층 참여자들의 경험을 포착하기 위해, 적절한 근거가 있을 때 연구자가 직접 사진을 촬영하였다(Agarwal, Moya, Yasui, & Seymour, 2015; Bishop, Robillard, & Moxley, 2013; Cordova et al., 2015; Kim, Kim, & Park, 2023; Latz, 2018; Oh, Kim, & Gang, 2015). 또한, 포토보이스 고유의 방식을 고수하는 것은 중요하지만, 참여자의 신체적 한계, 교통 문제 등 그룹 토의와 공개 포럼이 어려운 경우, 개별 면담이 가능했다는 근거 하에 개별 면담으로 진행하였다(Baker & Wang, 2006).

면담 시 활용된 질문들은 포토보이스 방법론을 기반으로 다음과 같이 구성하고 적용하였다. 면담 질문은 반구조화된 질문으로 하였다. 개시 질문은 '건강을 위해 걷기를 하고 계셨는데, 요즘도 걷기를 하고 있으신가요?'이며, 본 질문은 '걷는데 특별한 이유가 있으셨는데, 그 이유 다시 말씀해 주시겠어요?', '이 동네(마을)에서 살고 있으신데, 걸을 때 좋은 점이 무엇인가요?', '걷다가 불편한 점이 있으실 것 같은데, 어떤 게 불편한가요?'로 걷기의 경험에 관한 질문이었다. 촬영한 사진을 함께 보며 걷기의 경험에 관한 질문을 하였다. 연구참여자들이 사진 촬영을 위해 명확하게 정의된 주제들을 제공받았다. 주제는 첫째, '나에게 이 동네(마을)에서 걷기의 의미', 둘째, '이 동네(마을)에서 나를 걷게 하는 것', 셋째, '이 동네(마을)에서 내가 걷는 것을 방해하는 것'이 포함되었다. 본 연구에서 포토보이스 방법론의 질문 기법으로 활용된 PHOTO (Picture, Happening, why did you take a picture Of this, Tell, Opportunity) 전략은, 사진에 담긴 이야기('사진에 무슨 이야기가 담겨 있습니까?'), 사진 속 사건('사진에서 어떤 일이 있었나요?'), 사진을 찍게 된 동기('사진을 보실 때 하고 싶은 이야기는 어떤 것인가요?'), 사진을 통해 바라는 변화('어떤 점

이 나아졌으면 하시나요?) 등을 탐색하는 질문들을 포함한다. 이 방법은 참여자들이 자신의 경험과 관점을 시각적으로 표현하고, 이를 통해 자신의 이야기를 깊이 있게 나눌 수 있는 기회를 제공한다(Kim et al., 2023; Latz, 2018). 또한, “당신(우리)의 사진에 관해서 말해 보십시오.”라는 요청하는 것으로 스토리텔링이 이루어졌다(Latz, 2018).

5. 분석방법

자료 분석은 Wang과 Burris (1997)가 제안한 방법으로 진행되었으며, 선택(selecting)과 맥락화(contextualizing), 성문화(codifying)의 세 단계로 구성되었다. 선택(selecting) 단계는 연구자가 참여자들의 걷기 경험에 직접 관련된 사진들을 선별하는 활동을 수행했다. 맥락화(contextualizing) 단계에서는 연구자는 면담 텍스트를 사진과 연관시키는 작업을 수행했다. 성문화(codifying) 단계는 토론을 통해 사진에 설명을 추가하는 캡션 작성, 즉 표제화를 진행했다. 면담 자료를 바탕으로 한 표제화 과정에서 소주제와 주제를 결정하는 방법은 다음과 같이 진행되었다. 면담 내용은 네이버 클로바 노트(CLOVA Note) 서비스를 통하여 일차적으로 필사하였다. 연구자가 녹음 자료를 반복적으로 청취하며 추가로 수정하며 필사하였다. 필사한 자료는 연구자가 반복적으로 읽고 사진과 비교하는 작업을 거쳐 의미 있는 사진과 내레이션을 선정하였다. 이미지에서 드러나는 상황을 심사숙고하여 표면화하는 작업을 하였다. 소주제를 주제로 묶는 과정에서 Excel 스프레드시트를 사용하여 상세한 데이터 매트릭스를 생성하여 주제를 선정하였다. 최종 주제를 선정하고, 특정 주제에 대한 참여자의 말 그대로(verbatim)를 사용하여 독자들에게 걷기 경험에 대한 사실적인 묘사를 제공하고자 하였다.

6. 윤리적 고려

본 연구는 2023년 9월 27일에 연구자가 속한 대학의 윤리위원회의 승인을 받아 수행하였다(INJE 2023-07-024-001). 면담과 사진 촬영을 진행하기 전에 참여자에게 면담 답변과 사진이 공개될 수 있다는 점을 안내하고, 설명문을 제공하고 동의서에 서명 받았다. 사진 촬영에 얼굴이 공개되는 것을 허락할 때도 보고서나 사진 게시에는 개인 식별이 가능하지 않도록 처리함을 밝히고 개인정보가 포함되지

않도록 촬영하였다. 참여자가 촬영한 사진은 연구자에게 문자 메시지로 전송되었으며, 전송된 사진은 당일 연구자가 비밀번호로 보호되는 파일로 저장한 후 연구자의 휴대전화에서 삭제되었다. 마찬가지로, 연구자가 촬영한 사진도 당일 비밀번호로 보호되는 파일에 저장된 후 휴대전화에서 삭제되었다. 면담 자료, 녹음파일, 사진은 연구담당자의 외장 하드를 통해 비밀번호로 잠금 처리하여 저장하였다. 면담 전에 녹음이 필요함을 설명하고 동의 받아 휴대전화를 통하여 녹음하였다. 면담 자료는 즉시 필사하며, 녹음 중에 사용된 성명은 모두 필명으로 바뀌거나 면담 내용이 글로 옮겨질 때 함께 생략하였다. 녹음파일과 필사본은 연구담당자의 외장 하드를 통해 비밀번호로 잠금 처리하여 저장하였다.

7. 질적연구 평가 과정

질적연구에서의 타당성 확보를 위한 전략으로 첫째, 연구자들이 연구 과정에 적극적이고 일관되게 참여하여 연구를 주도하였으며, 회의를 통하여 연구 과정을 점검하였다. 둘째, 연구자들은 연구의 증거 기반을 강화하기 위해 사진 및 면담 자료를 지속해서 수집하였다. 셋째, 연구자들은 연구자 간 대면 토론 및 소셜미디어 플랫폼을 통한 회의를 통해 연구 절차에 대한 철저한 검토를 진행하였다. 넷째, 면담 자료의 종합적인 분석을 위해 주요 조사 결과와 상충되는 사례에 대해 논의가 진행되었다. 다섯째, 연구자들은 저소득(국민기초생활수급자) 취약계층에 대한 기존의 편견과 가정에 대해 성찰하였다. 여섯째, 필사본을 반복적으로 읽고 의미의 차이를 토의하였다. 본 여섯 단계를 통해 면담과 사진 자료들의 진실성을 확인할 수 있었고 타당성을 보장하였다(Creswell & Poth, 2021; Kim et al., 2023).

질적연구에서의 신뢰성 확보를 위한 전략으로 첫째, 연구자들은 우선 준비 회의를 통해 방법론과 질문을 결정하고 정해진 절차를 준수하였다. 둘째, 연구자는 연구참여자의 기록, 사진, 메모, 녹음, 필사를 비교하였다. 연구자들은 참여자의 사진과 진술에 대한 코딩 시트를 자료수집 과정에서 미리 개발하였고, 이를 공동으로 검토하고 논의한 후 합의된 결과를 채택하였다. 본 세 가지 단계를 통해 연구 과정에서의 일관된 진행과 결과의 신뢰성을 확인할 수 있었고 신뢰성을 보장하였다(Creswell & Poth, 2021; Kim et al., 2023).

연구자들은 스스로 질적연구의 도구로써 준비성을 점검하였다. 연구자 1은 질적연구 수행과 강의 경력이 10년 이상이며, 지역사회에서 정책 참여 역할을 수행해왔다. 연구자 2는 질적연구의 이론과 실습 과정 이수, 학회 발표, 지역사회의 취약계층 및 복지사각지대 발굴 및 상담 업무를 진행하고 있어 연구자의 관점에서 질 확보가 보장되었다.

III. 연구결과

참여자의 평균 연령은 65.4세(SD=16.52)였으며, 65세 이상 노인은 6명이었다. 65세 미만 청장년일 경우 등록된 장애인이었다. 성별은 남성 2명, 여성 8명이었다. 참여자 모두 경제 상태는 저소득(국민기초생활수급자)이며 걷기 실천을 하고 있었다. 과거 직업은 공장 근무 4명, 직업이 없었던 2명, 장사 1명, 안마사 1명, 건설노동자 1명, 파출부 1명이었다. 현재 직업은 모두 없었다. 배우자가 있는 경우는 2명, 배우자가 없는 경우 8명이었다. 세대 유형은 독거노인 세대 4명, 청장년 단독세대 3명, 노인 부부 세대 2명, 성인 자녀 동거 세대 1명이었다. 현 거주지 평균 거주 기간은 13.9년(SD=13.45)이었다. 장애 상태는 시각장애 2명, 정신장애 2명, 지적장애 1명이었다. 복지 이용 자원으로는 노인장기요양보험제도 2명, 노인 맞춤 돌봄서비스 1명, 장애인활동지원 1명, 기타 2명이었다. 주관적 건강 상태는 '중'이 8명, '상'이 1명, '하'가 1명이었다. 현재 갖고 있는 질병으로는 우울증 4명, 고혈압 3명, 당뇨병 2명, 간암 1명, 결핵 1명이었다(Table 1).

1. 걷기의 의미

참여자들에게 걷기란 건강증진을 위해 경제적·신체적 부담이 적은 운동으로 인지하고 있었다. 버스요금 또는 택시요금이 부담되어 걷기를 실천하여 교통비를 절약하는 수단이기도 했다. 병원 진료를 보고 돌아오는 길이나 재래시장에서 식자재 구매도 하고 여가 시간을 보내기 위해 걷기도 했다. 이웃을 만나기 위해 걷기도 하고, 기분을 전환할 수 있는 수단 의미가 있는 것으로 인지하였다.

1) 경제적·신체적 부담이 적은 운동

경제적 취약계층이 대부분이었던 본 연구에서는 걷기를 추가적으로 돈이 소요되지 않는 경제적인 운동이라는 점을 강조하였고, 이중 만성질환자 및 신체 기능상태가 낮은 대상자들은 걷기를 건강을 위한 행위, 구체적으로 신체기능의 유지와 증진이라고 하는 의미를 부여하며 실천하고 있었다.

“어쩌다가 병원 갔다 올 때 걸어오고 그랬거든. 밑으로(학장천 아랫길) 걸어오고. 이제 그 밑에 길 못 가니까(학장천 아랫길 임시 폐쇄). 뒷길을 좀 다니기 좀 그렇더라고. 그거(걷기) 말고는 특별한 운동은 별로...(돈도 안 들고).” (참여자 7, 여성, 독거)

“좋은 일이 뭐냐면 다리 운동이 돼요. 다리에 힘이 들어가요. 안 걸으면 안 되거든. 내 다리 힘이 빠지기 때문에 안 걸으면 안 돼요.” (참여자 1, 남, 독거)

“아침에 일어나면 배가 고프잖아. 나는 당뇨가 있잖아. 배가 고프니까 아침을 해서 먹고 8시 좀 넘으면 나가 봐. 30분 걷고 와.” (참여자 9, 여, 독거)

2) 교통비를 절약하는 수단

연구참여자들 중 대다수가 대중교통 요금에 대한 부담을 느끼고 있었는데, 걷기 행위를 통해 교통 요금을 절약할 수 있다고 하는 의미를 부여하고 있다는 것을 확인하였다. 이는 저소득층에게 걷기란 이동 목적으로서의 보행의 의미가 크다는 것을 시사한다. 특히, 교통 요금의 인상은 저소득층에게 의도하지 않은 걷기를 증진시키는 이유가 되고 있었고, 이는 일상생활에까지 영향을 주고 있는 것으로 보인다.

“그냥 차타고 가면 돈 들잖아요. 그래서 그냥 걸어요. 저는 원래 우리 엄마, 아버지 살아계실 적에도 많이 걸어 다녔거든요. 돈이 부담도 되잖아. 나 같은 경우는 내가 일을 하러 돌아다니는 것도 아니고, 내가 혼자 살아야 하는데 일거리를 찾아서 할 수도 없어요.” (참여자 5, 여, 독거)

“이제 돈이 올라서 택시 못 타겠더라. 얼마 전에 천원이 올랐더라. 3,800원 하는 게 지금 4,800원이다. 이제는 택시 못 타고 바쁜 것도 없고, 이렇게 작대기 짊고 걸어 살살 올라온다.” (참여자 2, 여, 독거)

<Table 1> Characteristics of study participants

No.	Sex	Age	Occupations		Partner	Type of household	Residence	Residential duration	Disability status	Welfare service	Subjective health	Present disease
			Past	Present								
1	Man	Mid 60s	Factory labor	No	No	Alone	Apartment	20-30y	-	-	Moderate	Tuberculosis, diabetes mellitus,
2	Woman	Mid 80s	Market Cashier	No	No	Alone	Apartment	Over 30y	Mild physical impairment	Customized care service for the elderly	Bad	-
3	Woman	Mid 70s	Factory labor	No	Yes	Elderly couple	Apartment	Under 5y	Mild visual impairment	Long-term care insurance system	Moderate	Depression, Hypertension, Diabetes mellitus,
4	Woman	Late 30s	Masseur	No	No	Living with children	Apartment	Under 5y	Severe visual impairment	Personal assistance service	Moderate	Depression
5	Woman	Early 50s	None	No	No	Alone	Multi-family housing	Under 5y	Severe intellectual disability	-	Good	-
6	Woman	Early 50s	Shoe-related worker	No	No	Alone	Apartment	5-10y	Severe mental disorder	Etc	Moderate	Depression
7	Woman	Late 40s	None	No	No	Alone	Apartment	Under 5y	Severe mental disorder	-	Moderate	Depression
8	Man	Late 70s	Labor in construct	No	Yes	Elderly couple	Apartment	Under 5y	-	-	Moderate	Liver cancer
9	Woman	Early 80s	Maid	No	No	Alone	Apartment	Over 30y	-	Long-term care insurance system	Moderate	Hypertension, Diabetes mellitus,
10	Woman	Late 70s	Factory labor	No	No	Alone	Single family housing	Over 30y	-	Etc	Moderate	Hypertension

3) 여가 시간을 보내는 방법

사회적 활동이 많지 않은 사회적 취약계층의 특성상, 참여자들에게 ‘걷기’는 일상에서의 시간을 보내는 활동, 여가를 보내는 방법으로 활용하고 있는 것을 확인하였다. 특히, 의료서비스 이용 시 도보로 이동한다든지, 채소 등을 구입하기 위해 재래시장을 이용하는 등의 활동으로 시간을 보내는 것으로 보인다. 이는 걷기실천에서의 근린시설 및 지역사회 필수 시설에 대한 접근성이 중요하다는 것이 사회적 취약계층에게도 동일하게 적용되고 있다는 것을 확인할 수 있는 대목이라고 할 수 있다.

“일주일에 두세 번은 병원에 가니까, 근데 내가 지금 걷는 것도 있잖아요. 이제 병원 갔다 올 때 걸어 와요. 엄청나게 걷죠. 밑으로(학장천 아랫길) 걸어오고, 이제 갈 때는 무조건 버스 타고, 집으로 올 때는 짐이 없으면 그냥 걸어요.” (참여자 7, 여, 독거)

“그게 운동이다. 구포시장도 가고, 부전 시장도 가고, 부전시장 많이 간다. 채소가 있어서. 구포시장도 가고, 부전 시장도 가고, 자갈치는 채소 반찬이 많이 없다 아니까. 그래서 부전시장 많이 간다. 채소가 있어서. 부전에 시장 돌아다니다 보면 시간도 펄쩍 가더라.” (참여자 8, 남, 노인부부)

4) 이웃 간 만남의 기회

걷기 실천은 지역사회 취약계층에게 사회적 건강 측면에서도 의의와 함의가 있음을 확인하였다. 걷기 활동을 통해 거주지를 벗어나, 지역사회 이웃을 만나고, 서로 간 안부를 확인할 수 있는 계기가 된다고 인식하고 있었으며, 이러한 활동이 우울감을 낮춰주는 데도 도움이 된다고 인식하고 있었다.

“걸으니까 기분 좋지. 아는 사람 만나 이런 이야기 저런 이야기 하고. 그렇게 가서 아는 사람들 만나고, 이야기도 하고, 또 재미도 있고 집에 가만히 있으면, 우울해. 앉아 있는 것보다 낫더라고.” (참여자 10, 여, 독거)

5) 기분 전환 수단

걷기를 통해, 일상에서의 스트레스를 풀거나, 긍정적인 에너지를 얻는다고 인식하고 있었다. 다시 말해, 걷기를 기분 전환의 수단으로 인식하였는데, 이는 이동 수단으로서

의 보행이 아닌, 여가 목적의 보행일 때의 인식으로 한정되었다.

“잡생각은 좀 없어진다고, 그냥 답답하면 나가서 걸어. 낮에 안 나가면 밤에 한 일곱 시, 여덟 시에 나가고, 여기 119 소방서 있는 곳과 공원 운동장을 돌아.” (참여자 7, 여, 독거)

이 연구 과정을 통해, 걷기가 개인의 일상 속에서 갖는 다양한 의미와 가치에 대해 더 깊이 있게 탐색하고 이해할 수 있었다. 연구 참여자들의 생생한 경험과 이야기를 통해, 걷기가 그들의 삶에 어떤 긍정적 변화를 가져왔는지 명확히 볼 수 있었으며, 이는 연구자로서 더 넓은 시각으로 건강 증진 활동의 중요성을 인식하게 만들었다. 또한, 이 연구는 걷기라는 행위가 개인의 건강뿐만 아니라, 사회적 관계, 정서적 웰빙에도 중요한 영향을 미칠 수 있음을 보여주었다. 이는 걷기와 같은 기본적인 신체 활동이 사회적, 문화적 맥락 속에서 다양한 의미를 지닐 수 있음을 시사하며, 향후 관련 연구에 있어 중요한 참고점을 제공하였다.

2. 걷기의 영향 요인-촉진 요인

참여자들을 걷게 하는 가장 의미 있는 촉진 요인은 장기요양요원(노인장기요양보험제도 재가급여 방문요양 요양보호사) 또는 장애인활동지원사와 같은 사회서비스 제공 인력의 존재였다. 의사의 권유가 걷기를 촉진했다. 시원한 바람과 맑은 하늘을 볼 수 있는 자연을 만날 수 있는 주변 환경이 걷게 했고, 인근 공원과 학교 운동장, 아파트 단지는 주로 걷는 장소였다. 경사로에 설치된 안전난간이 걷는 것을 도왔고, 긴 우산이나 지팡이 등 보조 도구의 도움을 받아 더 걷게 되었다. 보행이 가능한 지점에 버스정류장이 있으면 걸어갔다.

1) 사회서비스 제공 인력의 존재

참여자 중 노인 또는 장애인의 걷기를 촉진하는 요인으로 사회서비스 제공 인력이 존재하는 것을 발견했다. 노인장기요양보험제도 재가급여 장기요양요원인 요양보호사와 장애인활동지원사는 참여자와 함께 신체활동 중 걷기를 함께 실천하고 있으며, 참여자는 이들의 도움으로 걷기를 지속하는 것을 인지하고 있었다.

“자식한테 아프다 소리 안 하려면, 내가 좀 걸어서 노력해야 해. 그래서 될 수 있으면 내가 운동하러 간다 이거지. 2시 되면 오는데 그 사람 데리고 가(요양보호사). 저 위에 그 구학마을이라 하네. 아파트 있고 놀이터, 구학마을이 있고 그 놀이터 하고 공원까지 걸어서 갔다 와.” [Figure 1] (참여자 3, 여, 노인부부)



[Figure 1] Presence of social service providers

“혼자는 못 다니거든요. 계속 같이 다니면서(장애인활동지원사). 그러니까 혼자 위험하니까. 주위에 운동시켜도 혼자 못 다녀서, 항상 내가 손 딱 잡고 있어요.” (참여자 4, 여, 자녀동거)

2) 의사의 권유

걷기는 대표적인 건강증진행동 중 하나로, 일상에서의 걷기를 유지 또는 증대시키기 위해서는 이러한 건강행동을 위한 계기가 필요하다. 건강신념이론에서도 이러한 행위를 위한 중재는 모형을 설명하는 핵심 개념으로 보고 있는데, 사회적 취약계층의 건강행위를 촉진하기 위해서는 의사의 걷기 권유가 이들의 걷기에 대한 태도와 행동에 긍정적인 영향을 주는 것을 확인할 수 있었다.

“다리가 아파서 수술하고, 병원에 오니까 많이 걸으라고 하네. ‘아지매, 자꾸 걸어 다녀야 합니다.’ 의사가 그러네요. 원장님이 자꾸 걸어야 한다고 하네요. 그래서 그 길로 자꾸 걷고 있어요.” (참여자 10, 여, 독거)

3) 보행친화적 환경 요소

보행친화적 환경 요인, 특히 물리적 환경요인은 도시 내 걷기를 촉진하는 요인이다. 참여자들은 ‘공원, 산책로 등 오픈스페이스’, ‘자연을 만날 수 있는 주변 환경’, ‘경사로에 설치된 편의시설’, ‘보행 가능한 지점에 있는 대중교통 시설’은 걷기를 촉진하는 물리적 환경 요소로 인식하고 있었다.

(1) 공원, 산책로 등 오픈스페이스

전통적인 오픈스페이스는 산, 강, 구릉지 등의 자연환경을 의미하지만, 도시의 오픈스페이스는 공원이나 광장을 중심으로 한다. 이러한 맥락에서 도시 거주자들인 참여자들은 공원, 산책로 등을 대표적인 오픈스페이스로 인식하며 이러한 환경이 걷기를 촉진시킨다고 인식했다. 특히, 아파트 내 산책로와 인근 공원 등 오픈스페이스를 활용하여 걷기를 실천하고 유지되고 있는 것으로 나타났다.

“이거(아파트) 앞뒤에 나무가 많잖아. 저 공원에 가도 나무가 있어. 어제 같은 때는 햇빛이 나고 바람이 살살 이래 불고 좋네. 우리 나이 많은 사람들은 멀리 안 가도, 이 뒤(아파트)에만 내려가도 걷기가 좋아. 우리 아파트는 두 동이 이래 붙었잖아. 두 동이 붙어놔서 거리가 멀어. 이거 한 바퀴만 돌아도 돼. 운동이 되거든.” (참여자 3, 여, 노인부부)

(2) 자연을 만날 수 있는 주변 환경

참여자는 보행친화적 환경 요인으로 자연을 만날 수 있는 주변 환경이 걷기를 촉진하는 요인으로 인식하고 있었다. 그늘, 바람, 햇살 등 자연을 만날 수 있는 환경이 걷기를 실천하고 유지되고 있는 것으로 인지하고 있었다.

“그늘에도 앉아 있어도, 바람이 조금 살살 부는 데가 있고, 안 부는 데는 또 안 불터라고. 그늘에 가면 좀 바람도 살살 불면서 있는데, 그런 데는 좀 많이 있었으면 좋겠다는 생각이 들어. 시원하면서 이런 식으로 해를 즐기고 싶어서 걷는 게 좋다.” [Figure 2] (참여자 7, 여, 독거)



[Figure 2] Environment where I can meet nature

(3) 경사로에 설치된 편의시설

참여자들은 또 다른 보행친화적 환경 요인으로 경사로에 설치된 편의시설을 꼽았다. 이는 참여자들의 대부분이 노인이라는 점에 기인한 것으로 보이며, 지역사회 안전 환경이 걷기에 영향을 주고 있음을 시사한다. 특히, 경사로의 안전난간과 미끄럼방지 패드는 낙상 등의 두려움을 최소화하여 걷기 실천을 촉진시키는 역할을 하고 있는 것으로 보인다.

“(경사로 안전난간이) 엄청나게 도움이 된다. 붙잡고 올라오니깐. 붙잡고 올라오고 붙잡고 내려가니깐. 내한테 엄청나게 도움이 된다. 그래서 바깥에 가서 경로당 가서 ‘난 참 도움이 많이 된다’라고 한다. 다리 아픈 사람 붙잡고 올라오니깐. 나는 여기 마당에 당기면 지팡이를 안 짚고 나가는데, 그 밑에 내려가는 일이 있으면 꼭 지팡이를 짚고 내려가거든. 지팡이 짚고 내려가면 돼. 지팡이 짚고 이거 붙잡고 올라오는데. 나는 엄청 수월하더라.” (참여자 2, 여, 독거)

(4) 보행 가능한 지점에 있는 대중교통시설

보행친화적 환경 요인으로 대중교통 접근성이 주요한 걷기 실천 요인임을 확인할 수 있었는데, 도보거리 내에 존재하는 대중교통 수단이 걷기를 촉진하는 것으로 나타났다.

“더워도 걸어 내려간다. 버스 타는 데까지는. 그런 버스(저상버스)가 많이 있어. 옆에 손잡이가 있어 잡고 올라가. 왼쪽에 잡고 올라가.” [Figure 3] (참여자 6, 여, 독거)



[Figure 3] Bus stop within walking distance

4) 보조 도구의 도움

걷기의 촉진 요인으로 보조 도구의 도움을 인식했다. 고령, 만성질환 등의 참여자에 특성에 기인하여 긴 우산, 지팡이 등의 보조 도구가 참여자의 대부분이 낮은 신체 기능 상태를 가졌음에도 불구하고 걷기를 가능하게 해주는 요인임을 확인할 수 있었다.

“가방, 휴대폰도 들고 다니다가, 그래 가지고 비 안 오는 양산처럼 치켜들고 지팡이 삼아 그래 들고 갑니다. 다리가 아프면 그걸(우산) 짚고 가고, 어느 때 들고 가고, 어떤 때 해 비추면 그걸 이제 우산 삼아 양산 삼아 쓰고 걸어 다닙니다. 이거(우산). 어떤 사람이 뭐라 해도, 비가 오든지 말든지 내 좋으면 그만이야.” [Figure 4] (참여자 10, 여, 독거)



[Figure 4] Various walking assistant devices

이 연구 결과를 바탕으로, 참여자들이 걷기를 실천하는데 있어 중요한 촉진 요인들을 확인할 수 있었다. 사회서비스 제공 인력의 존재, 의사의 권유, 보행친화적 환경 요소, 그리고 보조 도구의 도움은 참여자들이 걷기를 지속할 수 있게 하는 중요한 요인들로 작용했다. 이러한 요인들은 특히 사회적 취약계층인 노인 및 장애인 참여자들에게 더욱 의미 있었으며, 이들의 걷기 실천을 촉진시키는 데 중요한 역할을 했다. 이 연구 과정을 통해, 걷기가 단지 신체적 활동을 넘어서 참여자들의 삶의 질을 향상시키는 중요한 수단임을 인식하게 되었다. 사회서비스 제공 인력과 같은 지원체계, 의사의 적극적인 권유, 그리고 참여자들이 쉽게 접근할 수 있는 보행친화적 환경의 조성은 걷기 실천을 촉진하는 데 필수적인 요소임을 깨닫게 되었다. 또한, 보조 도구를 활용함으로써 신체적 제약이 있는 참여자들도 걷기를 통해 건강을 유지하고 사회적 활동에 참여할 수 있는 기회를 가질 수 있음을 확인했다. 이러한 발견은 향후 걷기와 같은 저비용이면서도 접근성이 높은 신체활동을 통한 건강 증진 방안을 모색하고, 이를 지원하기 위한 정책과 프로그램을 개발하는 데 중요한 기초 자료로 활용될 수 있다. 사회적 취약계층의 건강 증진을 위해 필요한 지원체계와 환경 조성에 대한 심도 있는 이해와 세심한 주의가 요구된다. 이 연구를 통해 얻은 통찰력은 건강 증진 활동이 개인의 신체 건강뿐만 아니라 사회적, 정서적 웰빙에도 기여할 수 있음을 보여주며, 이는 관련 연구와 정책 개발에 있어 중요한 참고점이 될 것이다.

3. 걷기의 영향 요인-장애 요인

참여자들이 걷기를 방해하는 장애 요인으로는 경사가 있고 관리되지 않는 도로와 보행로 주변 공중화장실 부족 등 주변 환경적인 요소가 인식되었다. 또한 본인이 생각하는 사회적 인식 문제(예상되는 낙인)로 주변의 불편한 시선을 인식하여 걷기를 방해하는 요소였다.

1) 보행친화적이지 않은 환경

보행친화적이지 않은 환경은 걷기를 방해하는 장애 요인이다. 노인들의 경우 신체기능의 제한과 안전사고의 두려움으로 인해, '경사가 있고, 관리되지 않는 도로', '보행로 주변 공중화장실 부족'은 걷기를 방해하는 환경 요소로 인식하고 있었다.

(1) 경사가 있고, 관리되지 않은 도로

참여자는 보행친화적이지 않은 환경 요인으로 경사가 있고, 관리되지 않은 도로는 걷기를 방해하는 장애 요인으로 인식하고 있었다. 떨어진 낙엽이 정리되지 않아 미끄럽거나, 쓰레기가 있어 걷기에 방해가 되는 요인으로 인지하고 있었다.

“그 길은 좀 위험해. 너무 내리막이고, 나 거기서 한 번 사고 나고, 머리 피 많이 흘리고. 거기 다니는 아줌마가 전화 걸어 가지고, 구급차가 오고. 밑에 아랫부분에 그 전봇대 같은 거 있어. 그래서 걷기 힘들어.” (참여자 6, 여, 독거)

(2) 보행로 주변 공중화장실 부족

지역사회 또는 거주지의 보행로 주변에 공중화장실이 마련되어 있지 않은 것은 걷기를 어렵게 하거나 외부 걷기 활동을 주저하게 하는 요인임을 확인하였다. 많은 노인 여성이 겪고 있는 질환 중 하나가 요실금과 같은 배설장애로 알려져 있으며, 일반 성인과는 달리 노인의 걷기 실천에는 보행로 주변 공중화장실의 설치가 중요한 의미를 지닌다는 것을 확인하였다. 참여자들은 걷는 과정에 화장실이 부재할 때 걷기 실천을 방해하는 것으로 인지하고 있었다.

“그래서 내가 직접 운동 삼아 나간다. 내가 어디를 갔다 오면 화장실이 너무 자주 가고 싶어. 그게 좀 불편한 점이야. 화장실, 운동할 때나 어디 갈 때 그런 점에서 좀 짜증이 난다.” (연구자 7, 여, 독거)

2) 사회적 인식 문제(예상되는 낙인)

사회적 취약계층일수록 오랫동안 축적되어 온 주변의 시선과 그로 인한 스스로에 대한 왜곡된 평가를 하는 경우가 종종 있는데, 연구참여자 중 비교적 젊은 참여자는 걷기 실천을 건강행동으로 인식하기보다는 경제활동을 하고 있지 못하다는 부담으로 인해 주변 사람들이 자신을 소위 '노는 사람', '빈둥거리는 사람'으로 인식하게 될 것을 우려하며 왜곡된 인식을 가지고 있었다.

“이 동네에서는 아직 안 걸어봤어요. 사람들 보기에는 젊은 놈이 일도 안 하고 돌아다닌다고 할까 봐요.” (참여자 1, 남, 독거)

이 연구를 통해 걷기에 영향을 미치는 주요 장애 요인을 식별하였다. 보행친화적이지 않은 환경, 사회적 인식의 문제 등은 참여자들이 걷기 실천을 어렵게 만드는 중요한 요소로 작용했다. 특히, 관리되지 않는 보행로, 공중화장실의 부족, 주변의 부정적 시선 등은 참여자들이 걷기를 실천하는 데 있어 큰 장애가 되었다. 이러한 발견은 보행친화적 환경의 중요성과 사회적 인식 변화의 필요성을 강조한다. 연구자로서, 이러한 장애 요인들을 극복하기 위한 구체적인 방안 모색의 중요성을 깨달았다. 예를 들어, 도로와 보행로의 유지 관리를 강화하고, 공중화장실과 같은 기본적인 인프라를 확충하는 것은 걷기를 촉진하는 방법이다. 또한, 사회적 취약계층에 대한 부정적인 인식을 변화시키기 위한 교육 및 홍보 활동이 필요함을 인식하게 되었다. 이 연구 과정을 통해 걷기 활동의 사회적, 환경적 측면에 대해 더 깊이 이해할 수 있었으며, 이는 향후 관련 연구에 중요한 시사점을 제공한다. 사회적 인식의 변화와 보행친화적 환경 조성을 통해 모든 사람이 걷기를 쉽고 안전하게 실천할 수 있는 사회를 만드는 것은 중요한 과제이다. 이러한 과제를 해결하기 위해 연구자, 정책 입안자, 그리고 지역사회가 함께 협력해야 할 것이다.

IV. 논의

이 연구는 포토보이스 방법론을 적용하여 걷기를 실천하는 국민기초생활수급자들의 시각에서 바라본, 자신들이 생활하는 도시에서 걷기의 의미와 사회생태학적 관점에서의 걷기 실천 촉진 요인과 장애 요인을 살펴보고 도시건강 측면에서의 함의를 도출하고자 시도된 질적연구이다. 본 연구의 결과 걷기의 의미와 관련하여 '경제적·신체적 부담이 적은 운동', '교통비를 절약하는 수단', '여가 시간을 보내는 방법', '이웃 간 만남의 기회', '기분 전환 수단'의 주제를 도출하였다. 걷기의 촉진 요인과 관련하여 '사회서비스 제공 인력의 존재', '의사의 권유', '보행친화적 환경 요소', '보조 도구의 도움'의 주제를 도출하였으며, 걷기의 장애 요인과 관련하여 '보행친화적이지 않은 환경', '사회적 인식 문제(예상되는 낙인)'의 주제를 도출하였다.

개인과 개인을 둘러싸고 있는 환경의 상호작용을 중시하는 시각을 우리는 사회생태학적 관점(social ecological

perspective)이라고 하며, 개인적 수준, 개인간 수준, 지역 사회 수준(조직요인, 지역사회요인, 공공정책)으로 분류하여(Bae, 2012), 도출된 주제별로 살펴보고자 한다.

걷기의 의미와 관련하여 개인적 수준을 살펴보면, 참여자들은 걷기를 신체 건강증진의 수단으로 인식하며, 특히 당뇨병 같은 만성 질환 관리에 있어서 중요하다고 느끼고 있었다. '이웃 간 만남의 기회'로 우울감 감소에 도움이 되며, '기분 전환 수단'으로 스트레스 완화와 정신 건강증진에 이바지한다고 인지하고 있었다. 개인간 수준으로 살펴보면, '여가 시간을 보내는 방법'으로 병원, 재래시장 방문 등은 사회적 상호작용과 연결되며, '이웃 간 만남의 기회'로 이웃과의 상호작용증진으로 사회적 지지망을 강화한다고 인지하고 있다. 지역사회 수준으로는 '경제적·신체적 부담이 적은 운동'은 경제적으로 접근할 수 있는 운동 방법으로서, 저소득층이나 경제적 부담을 느끼는 참여자에게 특히 중요하였다. '교통비 절약하는 수단'은 교통비 부담이 높은 지역사회에서 걷기는 경제적 부담을 줄이는 실질적인 방법으로 작용하며, 지역사회 내에서 이동 수단으로서 걷기가 자리 잡고 있었다. '여가 시간을 보내는 방법'으로 지역사회 내에 다양한 장소(병원, 재래시장 등) 접근을 의미했다. '기분 전환 수단'으로 공원이나 운동장 같은 지역사회 시설을 이용하며 걷고 있었다.

선행연구에서도 이웃과 나누는 대화는 참여자들의 스트레스 해소와 심리 정서적 안정에 기여하고 있었다(Kim et al., 2019). Kim (2021) 연구에서도 연구 대상 지역 외부에 있는 재래시장을 생필품을 구매하는 장소 외에도 여가 활동 목적의 걷기 장소로 활용하고 있었다. 연령이 증가함에 따라 보행 반경이 감소하는 경향이 있음은 선행연구와 일치하였다(Shon et al., 2021). Yoo와 Kim (2017)의 연구는 서울에 거주하는 노인들이 지하철 이용을 선호하는 현상을 관찰했으며, 이는 서울에서 노인 대상으로 지하철이 무료인 반면, 버스는 유료라는 정책 때문에 노인들이 지하철역까지 거리가 멀어도 걷는 것을 선호한다고 보고하였다. 이는 걷기가 단순한 신체활동이 아니라, 경제적 접근성과 밀접한 관련이 있다는 점을 강조한다. 반면, 본 연구에서는 B광역시에 거주하는 국민기초생활수급자 중 일부가 교통비 절약을 목적으로 걷기를 선택하였으며, 이는 지역적, 정책적 차이에서 비롯된 결과로 볼 수 있다. 특히, 본 연구참여자가 거주하는 지역에서는 지하철역의 접근성이 제한적이며,

최근 택시요금과 버스요금의 인상(Busan Metropolitan City, 2023a, 2023b)이 걷기를 경제적 절약 수단으로 선택하게 하는 주요 요인으로 작용하였다.

본 연구 결과 연구참여자인 저소득 취약계층 노인들은 건강증진의 수단이며, 지역사회 내에서 이동 수단으로 걷고 있었다. 대중교통 요금 인상으로 교통비 절약하는 수단으로 걷기 실천을 하는 것으로 확인하였다.

걷기의 촉진 요인과 관련하여 개인적 수준을 살펴보면, 전문가의 의견이 걷기에 대한 태도와 행동을 긍정적으로 변화시켰다. 긴 우산이나 지팡이와 같은 '보조 도구의 도움'은 지속하여 걷게 하였다. 개인간 수준은 '사회서비스 제공 인력의 존재'로 장기요양요원이나 장애인활동지원사와 상호작용은 걷기에 대한 동기 부여하였다. 의료기관에서의 걷기 권유가 개인의 건강 행동에 긍정적인 영향을 미쳤다. 지역사회 수준으로는 장기요양요원이나 장애인활동지원사와 같은 '사회서비스 제공 인력의 존재'는 걷기를 촉진하는 중요한 요소였다. '보행친화적 환경 요소'로 자연환경과 보행친화적 공간의 존재는 걷기를 즐겁고 편안한 활동으로 만들며, 경사로에 설치된 안전난간, 보행 가능한 지점에 있는 대중교통시설 등 물리적 편의시설이 걷기를 쉽게 했다. 이러한 물리적 편의시설들은 다양한 환경에서 걷기를 지원하며, 개인의 독립성과 이동성을 증진하게 시켰다.

Kim (2021) 연구에서는 보조기에 의지해서 걷는 노인을 성별로 구분하였으며, 남성 노인의 대다수는 지팡이를 이용하고 여성 노인의 대다수는 걷기 보조차에 의지해서 걷는 모습을 관찰하여, 고령관념과 성역할 태도로 젠더적 맥락으로 보고하였다. 본 연구에서는 돌봄이 필요한 노쇠(frailty)한 노인이 보조 도구의 도움 또는 사회서비스 제공 인력의 존재로 걷기 실천을 지속하는 것을 관찰하였으며, 내재 역량(intrinsic capacity)의 가능성을 확인하였다.

참여자는 보행할 수 있는 범위를 중심으로 형성되었고, 근린생활시설과의 접근성이 달랐으며, 공공서비스에 대한 의존도가 높고, 공공 운동 환경을 이용(An et al., 2013; Kim et al., 2019)하는 선행연구의 결과와 일치하였다. 선행연구에서도 밝혀진 바와 같이 깨끗하게 정돈된 환경과 계절에 따라 변화하는 자연환경(Kim, 2019; Kim et al., 2019; Park & Lee, 2019; Yoo & Kim, 2017)은 걷기를 촉진하는 요인이었다. 또한, 장기요양요원, 장애인 활동지원

사 등 사회서비스 제공 인력의 존재가 저소득 취약계층의 걷기 실천에 중요한 역할을 한다는 사실을 확인하였다.

본 연구 결과 기존 이론과 도출된 주제를 통하여, 부합되는 기존 이론의 요소를 확인하였다. 건강신념모델(Health Belief Model, HBM)의 행위를 위한 중재(cues to action)로 장기요양요원과 장애인활동지원사, 의사는 건강 행위를 하도록 하는 데 필요한 자극을 주는 것으로 확인하였다. 이는 건강 행위의 수행을 유도하는 중재자로서의 역할을 잘 보여준다. 그러나 이러한 접근 방식은 주로 질병 예방과 관리에 초점을 맞춘 HBM의 경계 내에서만 논의되었다. 걷기와 같은 건강행동을 촉진하기 위해, 계획된 행동 이론(Theory of Planned Behavior, TPB)에서 제시하는 주관적 규범(subjective norm)의 적용을 고려할 필요가 있다. 주관적 규범은 개인이 중요하게 여기는 다른 사람들이 어떤 행동을 수행하기를 바라는 정도이며, 그러한 기대에 부응하려는 개인의 동기를 반영한다. 본 연구에서 걷기를 촉진하는 요인으로 확인된 사회서비스 제공 인력의 존재는 TPB의 주관적 규범과 연결될 수 있다. 이는 걷기를 긍정적으로 인식하고, 이러한 행동을 실천하도록 사회적 기대가 형성되어 있음을 의미한다. 또한, 건강행동에 영향을 미치는 다른 TPB의 요소들—태도(attitude)와 행동의 통제감(perceived behavioral control)—도 걷기 실천에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 예를 들어, 걷기에 대한 긍정적인 태도는 개인이 걷기를 유익하고 즐거운 활동으로 인식하게 하며, 행동의 통제감은 개인이 걷기를 수행할 능력을 가지고 있다고 느끼게 만든다. 이러한 요소들은 걷기 행동을 촉진하는 데 있어 HBM의 '행위를 위한 중재'와 함께 중요한 역할을 할 수 있다. 따라서 걷기와 같은 건강행동의 촉진을 위해 HBM의 '행위를 위한 중재'와 더불어 TPB의 '주관적 규범'을 포함한 다양한 요소들을 통합하는 것이 유익할 수 있다. 이는 건강행동에 대한 보다 포괄적이고 다면적인 이해를 제공하며, 걷기를 포함한 건강행동 촉진 전략의 개발에 기여할 수 있다.

걷기의 장애 요인과 관련하여 개인적 수준을 살펴보면, '사회적 인식 문제(예상되는 낙인)'는 주관적 인식으로 부정적인 인식은 걷기 활동을 방해하고 있었다. 지역사회 수준으로는 '보행친화적이지 않은 환경'으로 경사가 있고 관리되지 않는 도로, 편의시설의 부족은 걷기를 어렵게 만들고, 이는 특히 노인이나 장애인에게 더 큰 장벽이 되었다.

안전하고 접근할 수 있는 보행 공간의 부족은 지역사회 차원에서 걷기 활동을 제한하고 있었다. 선행연구에서도 가로환경의 경사도는 신체적으로 취약한 노인의 사회적 활동과 이동 목적의 보행 활동에 중요한 요인으로 확인되었다 (Kim et al., 2017). '사회적 인식 문제(예상되는 낙인)'는 자신의 행동이나 인식된 지위에서 비롯되는 부정적인 사회적 판단에 대한 개인의 우려를 반영한다. 이러한 현상은 걷기와 같은 건강 증진 행동을 방해하는 문화적 장벽에 직면할 수 있는 젊은 사회적 취약계층에서 확인되었다.

본 연구에서는 포토보이스 방법론을 적용하여 걷기를 실천하는 국민기초생활수급자들의 시각에서 바라본 걷기의 의미와 영향 요인을 탐구함으로써, 도시건강 측면에서의 걷기 활성화 방안에 대한 시사점을 제시하고자 한다.

첫째, 개인적 수준에서의 시사점은 인식 전환 캠페인 및 지역사회 건강증진 프로그램을 통해 걷기에 대한 부정적인 인식(사회적 인식 문제)에 대응하는 것이다. 사회서비스 제공 인력인 장기요양요원과 장애인활동지원사는 걷기 실천을 하도록 필요한 자극과 함께 동행하여 걷는 것으로 확인되었다.

둘째, 개인간 수준에서는 의료기관에서의 건강증진 권유가 개인의 건강 행동에 영향이 미치는 것으로 보고되었다. 전문가인 의사와의 상호작용은 걷기에 대한 긍정적 동기를 부여한다.

셋째, 지역사회 수준에서는 잘 관리된 보도, 안전한 건널목, 접근할 수 있는 대중교통 등 보행친화적인 환경을 조성하는 것이다. 처음 시행되는 장기요양요원의 보수교육(MOHW, 2023b)에 보건교육을 포함하도록 하는 것이다. S구는 코로나19로 인해 주민들의 걷기 실천율과 전반적인 활동량이 현저히 감소한 상황에 직면했다. 이에 대응하여, S구는 2021년 10월부터 현재까지 '사상 愛 풍당걷기' 챌린지를 통해 주민 주도적인 건강 걷기 활동을 촉진하고 있다. 이 챌린지는 주민들의 신체활동과 건강한 생활 습관을 장려하는 것을 목표로 하고 있다. 그러나 향후 지속 가능성과 더 넓은 참여율을 확보하기 위해서는, 특히 젊은 세대인 20대와 30대를 대상으로 하는 맞춤형 콘텐츠의 개발과 새로운 형태의 챌린지 개발이 필요하다. 또한, H동 마을건강센터에서는 주민들의 신체활동 수행률 향상을 위해 '학장천 걷는데이'라는 걷기 동아리를 운영 중이다. 이러한 노력은 주민들의 지속적인 참여를 유도하고, 건강한 지역사회를

구축하는 데 중요한 역할을 한다. 이를 위해, 효과적인 홍보 전략과 지속적인 동기 부여 방안이 필수적이다. 이러한 접근은 지역사회의 건강증진에 긍정적인 영향을 미치고, 코로나19 이후 새로운 일상에 대한 적응을 촉진한다.

본 연구는 도시건강 측면에서 형평성 개선을 위한 주요 관심 대상인 도시 내 경제적 취약계층인 국민기초생활대상자를 대상으로 이들의 건강증진의 대표적인 수단인 걷기의 의미와 영향요인을 질적 접근을 통해 맥락적 이해를 시도했다는 점에서 의의가 있다. 그럼에도 불구하고, 다음의 연구의 한계를 지닌다. 첫째, B광역시외의 일개 동에 거주하고 있는 저소득층을 대상으로 연구를 수행하여 연구 결과의 일반화에 유의해야 한다. 즉, 각 도시가 지니고 있는 환경과 맥락에 따라 결과와 해석이 달라질 수 있다. 둘째, 연구 대상의 취약성으로 인해 포토보이스 방법론 적용 과정에서의 한계가 존재하였다. 포토보이스 방법론은 연구참여자들이 스스로가 사진 촬영을 하고 이를 바탕으로 각자의 경험과 맥락을 공유하는 것으로 연구의 함의를 도출하는데, 본 연구에서는 대상자의 취약성과 민감성으로 인해 참여자가 촬영한 사진과 연구자가 촬영한 사진을 함께 활용하였고, 개별 면담을 참여자들의 경험과 환경을 공유하며 이들의 목소리를 연구에 반영하고자 하였다. 특히, 국민기초생활수급대상자들인 참여자들이 스마트폰을 가지고 있지 않은 경우가 많아 사진촬영이 어려웠고, 이들은 특히 개인정보 노출과 민감한 정보 공유에 대한 우려가 컸다. 다만, 스스로의 의견을 표현하는 데 어려움이 있는 취약계층을 대상으로 수행된 선행연구에서도 연구자가 직접 사진을 촬영 (Agarwal et al., 2015; Bishop et al., 2013; Cordova et al., 2015; Kim et al., 2023; Latz, 2018; Oh et al., 2015) 하여, 개별 면담을 통해 결과를 도출한 바가 있어 이러한 보완적 포토보이스 방법론을 채택하여 연구를 적용하였다 (Baker & Wang, 2006).

이러한 한계를 고려할 때, 후속 연구에서는 다음과 같은 점들을 유의할 필요가 있다. 첫째, 참여자들이 적극적으로 사진 촬영에 '참여'할 수 있는 방안을 모색해야 한다. 이를 위해 참여자들에게 사진 촬영 기술 교육을 제공하거나 필요한 기기를 지원하는 등의 방법을 고려할 수 있다. 둘째, 가능한 한 참여자가 직접 촬영한 사진을 활용해야 한다. 연구자가 사진을 직접 촬영할 경우, 참여자의 개인적인 경험과 관점이 충분히 반영되지 않을 위험이 있다. 연구자의 역

할은 참여자들이 자신의 경험과 관점을 사진을 통해 표현할 수 있도록 지원하고 안내하는 데에 초점을 맞추어야 한다. 셋째, 포토보이스 연구에서 '보이스'의 중요성을 강조하며, 참여자들이 자신의 이야기를 공유하고 사회적 변화를 이끌어내는 과정에 더 큰 중점을 뒀다. 연구 결과를 공유하는 전시회나 워크숍 등 참여자들의 목소리가 더 넓은 대중에게 전달될 수 있는 기회를 마련해야 한다. 이러한 접근은 포토보이스 방법론의 한계를 극복하고, 참여자들의 진정한 '보이스'를 더욱 효과적으로 드러내는 데 기여할 것이다. 후속 연구는 이러한 점들을 고려하여 설계되어야 하며, 이는 포토보이스를 통한 연구의 질을 높이고, 참여자들의 경험과 관점을 보다 충실히 반영하는 데 중요한 역할을 할 것이다.

V. 결론

본 연구는 포토보이스 방법론을 활용하여 국민기초생활수급자들이 경험하는 걷기의 다양한 측면을 탐구하였다. 이를 통해 걷기가 단순한 신체 활동을 넘어서 경제적 효과, 심리적 안정, 사회적 연결감 등 다면적인 가치를 지닌다는 것을 확인할 수 있었다. 특히, 사회서비스 제공 인력의 존재, 의사의 권유, 보행친화적 환경, 그리고 보조 도구의 도움이 걷기 실천을 촉진하는 주요 요인으로 작용함을 발견했다. 반면, 걷기 활동을 저해하는 요소로는 보행친화적이지 않은 환경과 사회적 인식 문제(예상되는 낙인)로 드러났다.

이 연구는 걷기가 사회적 취약계층에게 미치는 긍정적인 영향과 걷기 실천을 위한 환경 조성의 중요성을 강조한다. 걷기를 통해 개인의 건강을 증진시키고, 사회적 소속감을 높이며, 경제적 부담을 줄일 수 있는 방안을 모색하는 것이 필요하다. 따라서 정책 입안자와 지역사회 개발자는 보행친화적인 환경 조성, 걷기 촉진 프로그램의 개발, 사회적 지원 서비스의 강화에 주목해야 한다. 또한, 본 연구는 사회적 취약계층에게 사회 서비스 제공 인력의 역할이 중요함을 강조한다. 이는 걷기가 단지 개인의 선택이 아닌, 사회적 지원과 환경적 조건에 의해 크게 영향을 받는 행동임을 시사한다.

본 연구의 결과와 시사점은 걷기 활성화 전략 수립에 있

어 중요한 기초 자료를 제공한다. 이를 통해 보다 많은 사람들이 걷기를 일상적인 활동으로 채택하고, 이로 인해 건강과 삶의 질이 향상될 수 있도록 지원하는 것이 중요하다. 하지만, 본 연구는 특정 지역의 국민기초생활수급자로 한정되어 진행되었기 때문에, 다양한 사회경제적 배경을 가진 인구 집단에 대한 추가적인 연구가 필요하다. 이를 통해 걷기 촉진을 위한 보다 포괄적이고 다양한 전략을 개발할 수 있을 것이다.

References

- Agarwal, N., Moya, E. M., Yasui, N. Y., & Seymour, C. (2015). Participatory action research with college students with disabilities: Photovoice for an inclusive campus. *Journal of Postsecondary Education and Disability, 28*(2), 243-250.
- An, S., Lee, Y., & Kim, J. T. (2013). The effect of the public exercise environment on the physical activity for the active ageing of the elderly. *Indoor and Built Environment, 22*(1), 319-331. doi: 10.1177/1420326X12471246.
- Bae, S. S. (2012). *Theories and approaches to health promotion* (Korean, authors' translation). Seoul: Gyeochukmunwhasa.
- Baker, T. A., & Wang, C. C. (2006). Photovoice: Use of a participatory action research method to explore the chronic pain experience in older adults. *Qualitative Health Research, 16*(10), 1405-1413. doi: 10.1177/1049732306294118.
- Bishop, J., Robillard, L., & Moxley, D. (2013). Linda's story through photovoice: Achieving independent living with dignity and ingenuity in the face of environmental inequities. *Practice, 25*(5), 297-315. doi: 10.1080/09503153.2013.860091.
- Busan Metropolitan City. (2023a). *Busan city to increase taxi fares from June 1, 2023* (Korean, authors' translation). Busan: Author.
- Busan Metropolitan City. (2023b). *Busan metropolitan city raises city bus fare by 350 won and city rail fare by 300 won* (Korean, authors' translation). Busan: Author.
- Cerin, E., Sallis, J. F., Salvo, D., Hinckson, E., Conway, T. L., Owen, N., . . . Giles-Corti, B. (2022). Determining thresholds for spatial urban design and transport features that support walking to create healthy and sustainable cities: Findings from the IPEN adult study. *The Lancet Global Health, 10*(6), e895-e906. doi: 10.10

- 16/S2214-109X(22)00068-7.
- Cordova, D., Parra-Cardona, J. R., Blow, A., Johnson, D. J., Prado, G., & Fitzgerald, H. E. (2015). 'They don't look at what affects us': The role of ecodevelopmental factors on alcohol and drug use among Latinos with physical disabilities. *Ethnicity & Health* 20(1), 66-86. doi: 10.1080/13557858.2014.890173.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2021). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.; H. S. Jo, S. U. Jeong, J. S. Kim, & J. S. Kwon, Trans.). Seoul: Hakjisa.
- Hwang, H. J., Kim, K. Y., Lee, M. S., Na, B. J., & Kim, D. K. (2009). The effect of walking program on the women in a rural community. *Journal of Korean Maternal and Child Health*, 13(1), 51-60. doi: 10.21896/jksmch.2009.13.1.51.
- Jeon, Y.-J., Kim, C. R., Park, J.-S., Choi, K.-H., Kang, M. J., Park, S. G., & Park, Y.-J. (2016). Health inequalities in hypertension and diabetes management among the poor in urban areas: A population survey analysis in South Korea. *BMC Public Health*, 16, 492. doi: 10.1186/s12889-016-3169-8.
- Kim, D. H. (2021). *Conceptualizing walking of older adults in the context of health promotion and an urban setting* (Doctoral dissertation). Seoul National University, Seoul.
- Kim, D. H., Kang, H. L., Jin, H.-Y., & Yoo, S. (2017). Built environment and health: A systematic review of Korean studies. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 34(3), 1-19. doi: 10.14367/kjhep.2017.34.3.1.
- Kim, D., Yang, Y., Lee, H., Lee, S., Kim, D., Kim, Y., & Yoo, S. (2019). Multifaceted understanding of health-related lifestyles of the urban low-income elderly. *Health and Social Science*, 52, 93-122.
- Kim, H. (2019). Elderly-friendly park design development - For Incheon Guwol neighborhood parks. *Journal of the Korea Institute of Spatial Design*, 14(1), 23-31. doi: 10.35216/kisd.2019.14.1.23.
- Kim, H. K., Kim, H. K., & Park, C. H. (2023). Health-management experiences among older women living alone during the COVID-19 pandemic: A photovoice study. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 25(1), 11-22. doi: 10.17079/jkgn.2023.25.1.11.
- Kim, J., Yoo, S., & Sim, S. (2011). Unveiling the meaning of walking for health promotion: The perspectives of urban walkers. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 28(4), 63-77.
- Kim, M., & Suh, S.-R. (2017). The ecological factors affecting walking in Korean adult workers. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 18(5), 68-78. doi: 10.5762/KAIS.2017.18.5.68.
- Korea Disease Control and Prevention Agency. (2022). *Community health survey questionnaire instructions 2022* (Korean, authors' translation). Cheongju: Author.
- Latz, A. O. (2018). *Photovoice research in education and beyond: A practical guide from theory to exhibition* (D. R. Kim, Trans.). Seoul: Hakjisa.
- Lee, B. Y., & Jung, S. M. (2018). A study on related factors use of health information and health literacy among the vulnerable elderly in community. *Journal of Agricultural Medicine and Community Health*, 43(3), 147-157. doi: 10.5393/JAMCH.2018.43.3.147.
- Ministry of Health and Welfare, & Korea Health Promotion Institute. (2022). *The 5th national health plan (Health plan 2030, 2021~2030)*. Seoul: Korea Health Promotion Institute.
- Ministry of Health and Welfare. (2023a). *2023 about the work of the hope welfare support group* (Korean, authors' translation). Sejong: Author.
- Ministry of Health and Welfare. (2023b). *Continuing education for caregivers to begin next year to strengthen competency of caregivers* (Korean, authors' translation). Sejong: Author.
- Oh, C.-O., Kim, S.-Y., & Gang, D.-J. (2015). The age-friendly degree of neighborhood environment in aspects of the aged - A comparative study of urban area and rural area -. *Journal of the Korean Institute of Interior Design*, 24(2), 217-226. doi: 10.14774/JKIID.2015.24.2.217.
- Park, H.-S, & Lee, K.-H. (2019). The effects of neighborhood environment on elderly's walking time and quality of life - A case study of Nokbeon-Dong in Seoul -. *Journal of Korea Planning Association*, 54(2), 109-121. doi: 10.17208/jkpa.2019.04.54.2.109.
- Park, S.-H., Choi, Y.-M., & Seo, H.-L. (2008). Characteristic differences of pedestrian environments in residential neighborhoods - A case study of Gahoe, Sungsan, Shiheong, Sanggye, Gaepo, and Hangdang -. *Journal of the Architectural Institute of Korea*, 24(2), 215-226.
- Roh, K. H. (2002). The effect of home stayed stroke patients' gait, valance, activities of daily living, depression in the aerobic walking exercise program. *The Korean Journal of Rehabilitation Nursing*, 5(2), 193-204.
- Sasang-Gu Office. (2023a). *Basic plan for outreach health and welfare services* (Korean, authors' translation). Busan: Author.
- Sasang-Gu Office. (2023b). *2023 integrated case management business plan* (Korean, authors' translation). Busan: Author.
- Shon, C. W. (2021). The effect of walking practice on depression of the urban elderly. *Alcohol & Health Behavior Research*, 22(2), 47-55. doi: 10.15524/KSAS.20

21.22.2.047.

- Shon, C. W., Kim, Y. S., Kim, K. S., Kim, J. A., & Lee, E. J. (2021). *Strengthening plan of community services to improve health status of the elderly in Seoul*. Seoul: Seoul Think Tank Alliance.
- Wang, C. C. (1999). Photovoice: A participatory action research strategy applied to women's health. *Journal of Women's Health, 8*(2), 185-192. doi: 10.1089/jwh.1999.8.185.
- Wang, C. C., Cash, J. L., & Powers, L. S. (2000). Who knows the streets as well as the homeless? Promoting personal and community action through photovoice. *Health Promotion Practice, 1*(1), 81-89. doi: 10.1177/152483990000100113.
- Wang, C. C., Morrel-Samuels, S., Hutchison, P. M., Bell, L., & Pestronk, R. M. (2004). Flint photovoice: Community building among youths, adults, and policymakers. *American Journal of Public Health, 94*(6), 911-913. doi: 10.2105/AJPH.94.6.911.
- Wang, C., & Burris, M. A. (1997). Photovoice: Concept, methodology, and use for participatory needs assessment. *Health Education & Behavior, 24*(3), 369-387. doi: 10.1177/109019819702400309.
- World Health Organization, & UN-Habitat. (2016). *Global report on urban health: Equitable, healthier cities for sustainable development*. Kobe, Japan/Nairobi, Kenya: Author.
- World Health Organization. (2021). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour* (Ministry of Health and Welfare & Korea Health Promotion Institute, Trans.). Seoul: Korea Health Promotion Institute.
- Yang, S. J. (2018). *Effects of a walking exercise-focused health promotion program for middle-aged women* (Doctoral dissertation). Chosun University, Gwangju.
- Yang, Y. (2023). How to conduct a photovoice systematic review: lessons learned and recommendations. *The Qualitative Report, 28*(4), 979-990. doi: 10.46743/2160-3715/2023.5792.
- Yoo, S. (2016). Application of qualitative multi-methods for urban health research on perceived environments -Built environment and physical activity-. *Seoul Studies, 17*(1), 147-161. doi: 10.23129/seouls.17.1.201603.147.
- Yoo, S., & Kim, D. H. (2017). Perceived urban neighborhood environment for physical activity of older adults in Seoul, Korea: A multimethod qualitative study. *Preventive Medicine, 103*(Supplement), S90-S98. doi: 10.1016/j.ypm.2016.12.033.

<ul style="list-style-type: none"> ■ Jeongsun Park https://orcid.org/0009-0009-8886-2433 ■ Changwoo Shon https://orcid.org/0000-0002-7440-3203
--