



## 집돌이, 집순이 아니죠 '홈루덴스족'입니다



임민수(트레이닝·정형심리) 기자, 정영림(인턴기자)

코로나19로 정부는 '사회적 거리두기' 문화 정착에 열을 올렸다. 그 영향으로 사람들은 야외에서 활동적인 여가생활을 즐기기도 하지만 집에서 즐길 수 있는 여가생활을 찾고 있다. 현재는 사회적 거리두기가 생활 속 거리두기로 완화됐지만, 여전히 야외활동을 하는데 제약이 있다. 그런데 이런 상황에서 자신들의 취미생활을 평소처럼 즐기는 이들이 있다. 바로 집 안에서 취미생활을 즐기는 '홈루덴스족'이다.

### 홈루덴스족, 그들이 궁금하다

홈루덴스족은 '호모 루덴스(Homo Ludens:놀이하는 인간)'에서 파생된 단어로, 집을 뜻하는 홈(Home)과 유혹·놀이를 뜻하는 루덴스(Ludens)를 결합해 만든 신조어다. 이는 자신의 주거공간에서 휴식을 즐기고 휴가를 보내는 이들을 지칭한다.

과거에는 집 안에서만 생활하는 사람들을 '집돌이' 혹은 '집순이'라고 부르며 이들에 대한 부정적 인식이 강했다. 하지만 홈루덴스족은 과거의 이들과는 조금 다르다. 집순이, 집돌이가 집에서 칩거하는 것이 대부분의 반면, 홈루덴스족은 집에서 다양한 취미생활을 즐기며 여가시간을 보낸다. 이러한 홈루덴스족의 수는 밀레니얼세대를 중심으로 증가하고 있다.

지난해 7월 잡코리아와 알바몬이 20·30 밀레니얼 세대 3,839명을 대상으로 실시한 '홈루덴스족 현황' 조사에 따르면, 10명 중 7명(72.3%)이 스스로를 '홈루덴스족'이라 생각하고 있었다. 홈루덴스족에 대한 인식 또한 상당히 긍정적이다. 응답자의 약 69.1%가 홈루덴스족에 대해 '혼자 잘 노는 독립적인 사람'이라고 답했고 '여유를 좋아하는 사람'(35.8%) '크리창을 것을 좋아하는 사람'(23.7%) '자유로운 사람'(23.2%) 등의 답변이 뒤를 이었다.

이에 우리 대학교 위미연(아동학 2) 학생은 '집 밖에 나가서 여가시간을 보내려면 화장도 해야 하고 돈도 많이 쓰게 돼, 자연스레 집에서 여가 생활을 보내며 홈루덴스 문화를 즐기고 있다'며 홈루덴스족이 된 계기에 대해 설명했다.

### 홈루덴스족, 왜 증가했을까?

홈루덴스족이 증가하게 된 이유는 무엇일까. 앞서 언급한 설문조사에 따르면 응답자의 39.4%가 '1인가구의 증가'와 개인 라이프스타일이 중요해졌기 때문'이라고 답했으며 '소확행(소소하지만 확실한 행복을 뜻하는 신조어)'을 추구하는 라이프스타일의 확산'을 꼽은 응답자는 30.8%였다. 디지털 콘텐츠의 발달(17.7%) '배달 앱의 보편화(6.2%) 등의 응답이 뒤를 이었다.

우리 대학 송유진(사회학) 교수는 "젊은 세대가 이 남들과 어울려 지내는 것보다는, 자신이 좋아하는 것을 혼자서 편하게 즐기려는 경향이 늘어났으며 스마트폰과 각종 기술 발달로 혼자서 시간을 보내고 즐기는 것이 가능해졌다. 또한 최근에는 코로나19 때문에 집에 있는 시간이 늘어나면서 가능하면 필요한 모든 활동을 집에서 해결하려는 경향이 늘어난 것도 홈루덴스족 증가에 영향을 미쳤을 것"이라며 최근 홈루덴스족이 증가한 이유에 대해 설명했다.

한편 현대인의 '정신적 황폐화'가 홈루덴스족을 증가시켰다는 의견도 있다. 전명수(고려대 공공정책대학) 교수는 "현대사회의 시스템에서는 상대적으로 건강과 안녕, 평화보다는 물질적 부와 이익에 중요한 가치를 부여한다. 이 과정에서 정신적 공황 상태에 빠진 현대인들이 갈등과 피로감을 야기하는 적극적인 사회참여 활동을 자제하면서 홈루덴스족이 된 것"이라며 홈루덴스족의 증가와 현대인들의 정신적 황폐화의 연관성에 대해 설명했다.

### 집에서도 잘 놀아야

대표적인 홈루덴스족의 문화에는 △홈시네마(Home+cinema) △홈쿡(Home+cook) △홈트레이닝(Home+training) △홈카페(Home+cafe) △홈데코(Home+decoration) △홈캠핑(Home+camping) △홈오락실 등이 있다. 그 중, 홈캠핑은 기존 야외캠핑의 수고스러움을 덜면서 캠핑 분위기를 집에서 조성할 수 있다는 점에서 호평을 받고 있다. 텐트, 그릴, 각종 먹거리들을 준비하고 거실이나 베란다에 텐트를 설치한 후 바비큐 같은 음식을 먹으며 집에서 손쉽게 캠핑을 즐길 수 있기 때문이다.

홈루덴스족의 문화에서 '홈카페'를 빼놓을 수 없다. 홈카페는 집에서 직접 자신만의 메뉴를 만들고 즐기면서 맛뿐만 아니라 성취감도 느낄 수 있다. 최근에는 믹스커피를 뜨거운 물에 녹여 약 400원을 휘저은 후 우유를 부어 마시는 '달고나커피'가 SNS 상에서 유행하며 홈카페 열풍을 주도하기도 했다.

또한 집에서 한 끼를 때우기 위해 간단한 요리를 하는 것과 달리 오직 나를 위해 맛있는 요리를 하며 만족감을 얻는 '홈룩'은 홈루덴스족의 대표적인 문화다. 홈룩을 즐기는 배치현(응용생물공학 2) 학생은 "밖에서 음식을 먹는다면 맛은 보장되지만, 돈을 많이 쓰게 돼 경제적으로 부담이다. 하지만 집에서 먹고 싶은 음식을 직접 만들어 먹으면 돈도 절약되고 성취감도 느낄 수 있어 훨씬 좋다"고 말했다.

### 커지는 홈루덴스족 겨냥 사업시장

홈루덴스족이 증가하면서 이들을 겨냥한 사업시장 또한 커지고 있다. 홈시네마를 즐기는 이들을 위해 저렴한 가격에 출시된 빔프로젝터, 홈룩을 즐기

는 이들을 위한 1인용 요리기구 등과 같은 '홈루덴스족 맞춤 상품'들이 출시되고 있다.

홈캠핑 용품의 판매도 증가했다. 최근 홈캠핑을 하며 집안에서 작은 모닥불을 만들어 멍하니 바라보는 행위를 이른바 '불멍'이 인기를 끌며 관련 상품의 판매가 급증했다.

홈루덴스족의 증가에 발맞춰 식료품 산업도 과거에 비해 다양한 제품을 출시하고 있다. 식료품 제조 산업 관계자는 "홈루덴스족이 증가하고 있는 최근 트렌드에 맞춰, 1인이 즐길 수 있는 식품류를 과거보다 다양한 형태로 출시하고 있다. 1인 소비시장의 확장이 계속될 것이라 예상해 앞으로 더 다양한 제품을 출시할 예정"이라며 홈루덴스족을 위한 사업 시장에 대한 의견을 밝혔다.

### 유대감 약화 우려도 있어

그러나 홈루덴스족의 증가세를 마냥 긍정적으로 봐선 안 된다는 의견도 존재한다. 송유진 교수는 "불필요하게 남들과 어울려서 시간과 돈을 낭비하는 것도 문제지만, 다른 사람들과 관계를 꺼리면서 혼자 집에서 노는 것에 치우치면 공동체 의식이 약해지거나 극단적 개인주의가 발생할 가능성이 높아져 홈루덴스족의 지나친 증가를 우려했다. 이우솔(미디어커뮤니케이션학 2) 학생은 "다양한 SNS의 발달로 집에 있어도 친구들과 소통할 수 있지만, 밖에 나가서 친구들과 이야기하거나 노는 것과 비교했을 때 SNS는 한계가 있다. 홈루덴스족의 증가로 젊은 층에서 인간관계의 유대감이 사라진다면 사회적 고립이 발생할 것 같다"고 홈루덴스족의 증가의 부작용에 대해 말했다.

신우경 기자, 이민우 인턴기자

집에서도 잘 놀아야!  
홈 루덴스족 자기진단

- 나는 집에서 달고나 커피를 만들어 본 적 있다.
 

☐ YES
 ☐ NO
- 나는 OTT서비스(넷플릭스, 왓치 등) 이용 시간이 일주일에 5시간 이상이다.
 

☐ YES
 ☐ NO
- 나는 밖에서 여가시간을 보내는 것 보다 집에서 여가시간을 보내는 것이 좋다.
 

☐ YES
 ☐ NO
- 나는 밖에서 운동을 하기보다 집에서 홈트레이닝을 하며 건강관리를 한다.
 

☐ YES
 ☐ NO
- 나는 외식을 하는 것 보다 집에서 음식을 직접 요리해 먹거나 배달을 통해 식사를 해결한다.
 

☐ YES
 ☐ NO

YES가 4~5개라면? 당신은 진정한 홈 루덴스족!

YES가 3~2개라면? 홈 루덴스족이 되려면 아직 멀었군요!

YES가 0~1개라면? 당신은 집 안보다는 밖 밖을 좋아하시는군요!

## '요알못' 기자의 홈룩 도전기

(요리를 잘 알지 못하는 사람)



▲ 완성된 감바스 알 아히요



▲ 오븐에서 구워지는 바게트

기자는 주말마다 축구와 등산을 즐기곤 한다. 외향적인 기자에게 '집'은 하루를 끝마친 후 휴식을 취하는 곳에 불과하다. 이처럼 홈루덴스족과는 거리가 먼 기자가 집에서 여가시간을 보내며 직접 홈루덴스 생활에 도전해봤다.

할 줄 아는 요리라고는 계란프라이와 라면밖에 없을 정도로 기자는 요리에 관심이 없다. 그래서 홈룩을 시작하기도 전에 걱정이 앞섰다. 하지만 유튜브에 '홈룩' 두 글자를 검색해 보니 수만 가지의 요리 레시피가 쏟아져 나와 안도했다. 수많은 요리 레시피 중 기자가 선택한 요리는 '감바스 알 아히요'다.

감바스 알 아히요의 레시피는 어렵지 않았다. 재료 또한 새우, 청양고추, 방울토마토, 마늘, 올리브유, 빵 등 주위에서 쉽게 구할 수 있었다. 기자는 홈룩을 위해 재료를 준비하던 중, '빵을 사지 않고 집에 있는 오븐을 이용해서 직접 만들어보면 어떨까?' 하는 도전 정신이 생겼다. 마침, 기자의 집에는 오븐이 있었다.

빵을 만들기 위해 밀가루 강력분과 빵을 발효시키는 이스트를 구매했다. 모든 재료를 사고 요리할 준비를 마쳤다. 감바스 알 아히요보다 빵을 만드는데 더 많은 시간이 걸리기에 빵부터 만들기 시작했다. 밀가루와 이스트 그리고 치즈와 올리브를 제빵기에 넣고 반죽을 했다. 30분간의 1차 반죽 후, 발효를 위해 반죽을 제빵기에서 꺼내 약 50분간 비닐 랩으로 감싸고 숙성시켰다. 그렇게 숙성시킨 반죽을 오븐에 넣고 구워지기까지 약 30분 동안 감바스 알 아히요를 만들기 시작했다.

먼저 올리브유 150mL를 팬에 넣고 불을 켜 후 마늘 12개를 넣었다. 올리브유에 마늘을 넣으니 기분 좋은 마늘 향이 올라왔다. 마늘이 타지 않게 약한 불로 조리한 후 새우 8개를 넣고 익혔다. 그리고 청양고추를 넣으니 고추의 매콤한 향과 새우의 향이 절묘한 조화를 이뤘다. 마지막으로 방울토마토를 넣어 요리를 끝마쳤다. 홈룩에 도전한다고 지레 겁부터 먹었던 것이 부끄러워질 정도로 생각보다 간단한 요리였다.

문제는 바게트였다. 오븐을 확인해 봤더니 빵의 모양이 이상했다. 바게트와는 거리가 멀어 보였다. 빵의 모양을 보고 좌절했지만 어쩔 수 없이 이상한 모양의 빵을 감바스 알 아히요와 함께 먹었다. 한 입 먹은 순간, 마늘의 알싸한 향, 고추의 매콤한 향, 새우의 고소함, 올리브유의 부드러움이 조화를 이루며 환상적인 맛의 향연이 입 안에서 펼쳐졌다. 요리를 할 때는 의심의 눈초리로 기자를 쳐다보던 가족들도 요리를 맛본 후 칭찬 일색이었다. 실재했다고 생각했던 빵도 나쁘지 않았다. 바게트와는 다른 맛이었지만, 고소하면서도 감바스 알 아히요와 잘 어울렸다.

기자는 과거 홈루덴스족을 다소 부정적으로 바라봤다. 집에서 다양한 활동을 한다고는 하나, 본질적으로 은둔형 외톨이와 다른 점이 없다고 생각했다. 하지만 홈룩을 직접 체험해 봄으로써 홈루덴스에 대한 기자의 생각은 긍정적으로 변화했다. 집에서 즐기는 취미 또한 밖에서 즐기는 취미처럼 성취감을 느낄 수 있다는 것을 느꼈다. 이번 홈룩 체험을 통해서 기자가 홈루덴스족이 된 것은 아니다. 하지만 집에서도 충분히 재미있는 취미생활을 즐길 수 있다는 것을 깨닫게 됐다.

신우경 기자

1903605@donga.ac.kr

Since 2009

독도를 지키고자 하는 마음으로 환경을 생각합니다.

2010년 독도 공사중 올름도를 바라 보면서 촬영

(주)스마일그룹

MH엔지니어링(주)

조경엔지니어링, 조경식재공사업, 조경시설물 설치 공사업

산림분야 설계 : 산실태 예방, 숲길 조성, 자연휴양림 조성, 수목장 조성. 산림분야 시공 : 산림토목, 숲길조성, 자연휴양림조성 등

본사 : 서울 영등포구 경인로 775 에이스하이테크시티 1동 201호  
Tel : 02-842-3316 Fax : 02-831-6831  
E-mail : sg0908@daum.net

대표 장영환 (92학번 조경학과) 010-2787-5351

설계소장 장병진 (94학번 조경학과) 010-5685-0889

THINK FORWARD BETTER ENVIRONMENT

더욱 깨끗하고 맑은 물을 만들기 위해 최선을 다하는 기업입니다.

환경수처리설비

정수처리시설

비점오염원

배수장설비

공통설비

충원처리시설

(주)월드이노텍  
대표이사 이한욱(법학과 34기)

(주)월드이노텍은  
부족한 에너지의 대안, 신재생에너지로 에너지자립화를 이룩하여 미래를 설계합니다.  
미래지향적 도전정신과 창의적인 노력으로 푸른하늘, 맑은공기, 깨끗한 물을 생산, 환경을 보전하고 에너지자를 만들어가는 녹색에너지기업입니다.

에너지 사업

특허 제 10-1421179호 슬러지처리용 호기성 산화조  
특허 제 10-1435950호 호기성산화조를 이용한 슬러지 저장시스템  
상농인종 제 25-148호 호기성 산화조를 이용한 일체형 폐수처리 장치  
부족한 에너지의 대안 이제 월드이노텍에서 만들어 가겠습니다.

방제 사업

상농인종 제 2017031-1-01 조단우수제류지정번호 2018124  
특허 제 10-1751936호 합잡물의 저부동과를 방지한 구조의 로터리 제진기  
더 이상의 수해는 없습니다. 월드이노텍에서 지켜가겠습니다.

(주) 월드이노텍  
www.world-immo.com

본 사 : 경남 김해시 삼계중앙로 41, 403 (삼계동, 월드이노-빌) | TEL. (055) 314-0274 | FAX. (055) 333-0275  
관 청 : 경남 양산시 중앙정경단지길 42 (덕계동 89-8번지) | TEL. (055) 387-0273 | FAX. (055) 388-4409