

# 레저

## 일본인의 여가 생활

### 일본의 레저 역사

일본에서 레저에 대한 관심이 높아진 것은 1950년대 후반이었다. 제2차 세계 대전 후의 경제 부흥에 힘입어 레저는 유행어가 되었다. 일본 전국 각지의 온천을 비롯한 관광시설이 정비되었다.

1960년대에 들어 고도 경제성장 시대를 맞아 자동차가 보급되기 시작하였고 더불어 신간선과 고속도로 등의 인프라가 정비되어 단체여행이나 자가용으로 가는 가족여행이 증가하였다. 나아가 해외여행 자유화에 따라 해외여행자 수가 증가했다. 또, 볼링장이나 골프장 등의 스포츠 시설과 유원지 등이 급증하여 레저의 대형화·대중화가 진행되었다.

1970년대에는 스포츠, 오락실, 문화 센터 등 ‘싸고, 가깝고, 짧게’ 즐기는 레저가 인기를 모았다. 1983년 가정용 비디오게임기인 패밀리컴퓨터가 발매된 이후로 각종 게임기가 개발되었다. 또 1983년에 개장한 ‘도쿄 디즈니랜드’를 시작으로 테마파크가 일본 전국 각지에서 문을 열었다. 80년대 후반 들어서 거품 경제를 맞이하자 해외 리조트로의 여행자가 급증하였다.

1990년대에 들어서 거품 경제가 붕괴되자 교양강좌 등의 취미생활에 시간을 쓰는 사람이 늘어났다.

2000년대에 들어서자 일본인의 여가를 즐기는 방법이 다양해지고 자신의 기호에 맞는 여가활동 방법을 택하게 되었다.



휴일에 캠프파이어를 준비하는 가족

### 퇴직 후의 여가 생활

퇴직 후의 여가 활동도 활발하다. 건강 증진에 관심이 많은 사람은 테니스, 골프, 조깅, 등산, 하이킹 등을 즐긴다. 또, 학습이나 배움에 대한 의욕도 높아서 지역문화센터나 대학의 시민강좌 등을 활용하여 제각기 관심있는 테마의 평생학습을 하고 있다.

여행에 관해서도 자신이 관심있는 명소 유적을 방문하거나 건강 증진을 위해 온천을 즐기기도 하며 다양한 목적에 맞춘 여행을 지향하는 사람이 늘고 있다. 해외를 여행하는 사람도 많아서 해외 여행자 중 고령자가 차지하는 비율이 늘고 있다. 또, 사회 참여에 대한 의욕도 높아 지역의 자원봉사 활동에도 참여하고 있다.



## 가족 단위의 여가 생활

고도 경제 성장기에 일하던 세대는 업무를 중심으로 생활했지만, 요즘에는 가족과의 시간을 소중히 여기는 분위기가 고조되어 휴일을 가족과 보내는 사람들이 늘어나고 있다. 일본에는 연말 연시와 4월 말부터 5월 초에 걸친 골든위크, 8월의 오봉(추석) 연휴가 있다. 이 기간을 이용해 가족과 여행을 하는 사람이 많다. 일본 전국 각지에는 가족이 함께 즐길 수 있는 동물원, 수족관, 박물관 등의 시설이 있어 휴일 등에는 가족 나들이로 혼잡을 이룬다. 또, 아웃도어를 지향하는 사람들도 많아져 가족과 함께 캠핑을 가거나 등산을 하는 이들이 늘고 있다. 환경 문제에 대한 관심도 높다. 도회지에 사는 사람들이 아이와 함께 지역의 자연과 문화를 체험하는 생태 관광이나, 농촌에서 농업을 체험하는 녹색 관광에 참가한다. 가정에서는 일부 부모들이 자식들에게 전통적인 일본 놀이인 쇼기(장기)와 바둑을 가르친다. 가족이 모여 이러한 놀이를 하며 시간을 보내기도 한다.

또한, 영화관 등을 갖춘 대형, 교외형 쇼핑몰의 증가와 더불어 주말에 가족 단위로 쇼핑을 하는 모습도 많이 눈에 띈다.

풍요로운 일상생활을 추구하는 사람들도 많아, 취미로 정원 가꾸기나 DIY 가구만들기를 하는 사람도 있다. 그 밖에 요리나 케이크 만들기, 인테리어 등을 취미로 즐기는 사람도 늘고 있다.



**장기**  
서양에서는 '일본 체스'라고도 불린다.  
(사진제공 : Getty Images)

## 아이들의 여가 생활

일본의 어린이들은 매일 방과 후나 주말, 여름방학 등을 다양하게 보내고 있다. 방과 후에 노는 곳은 자기 집이나 친구 집 그밖에 공원이거나 광장, 지역의 도서관, 아동관 등에서 노는 어린이들도 있다. 집에 혼자 있을 경우에는 비디오게임이나 TV, 책, 만화 외에 그림, 공작, 피아노와 기타 등을 취미로 즐긴다. 또, 학원이나 수영, 피아노 등을 배우러 다니는 아이들도 적지 않다. 중학생 이상이 되면 스포츠 등, 학교의 동아리 활동 시간이 늘어난다.

야구, 축구, 배구 등 주말을 이용한 스포츠 클럽이나 '어린이회' 등의 지역 활동이 있다. 학교에서도 어린이들을 위해 휴일에도 운동장을 개방하여 가족이나 친구와 함께 놀 수 있다.

또, 여름 방학에는 부모와 떨어져 캠핑 등을 하는 투어도 인기가 있다.

부모가 맞벌이를 하는 초등학생에게는 취학 아동 보육제도가 있어, 취학아동 보육소에서 간식을 먹고 놀고 숙제를 하면서 귀가 때까지 시간을 보낼 수 있다.

## 젊은이들의 여가 생활

라이프스타일이 다양화되고 있는 현재, 젊은 층은 여가를 즐기는 방식이 다양하며, 여가 보내는 방식에 커다란 트렌드는 없다. 그러나 많은 젊은 층이 패션에 관심이 높으며 쇼핑하기를 좋아한다. 가라오케 노래방도 인기 있는 여가 활동이다. 사람들은 친구뿐만 아니라 직장 동료나 가족들과 함께 가라오케 노래방을 즐긴다. 자신의 미래를 준비하기 위해 외국어를 공부하거나 자격증 취득 준비를 하는 사람들도 많다.

여행은 직장 동료와 함께 가는 경우는 줄어 들고 직장을 떠나 친구나 가족과 가는 경우, 또는 홀로 여행을 즐기는 젊은이가 늘고 있다.