

농지역 사회복지형 문화재생 공간의 신체활동 치유 프로그램 참여자의 인식 및 수요분석 - 김천시를 대상으로 -

박상균 · Tomita Shigeru* · 오윤지** · 김대식*** · 이왕록****
충남대학교 체육학과 박사 · *충남대학교 스포츠과학과 박사과정
충남대학교 스포츠과학과 석사과정 · *충남대학교 지역환경토목학과 교수
****충남대학교 스포츠과학과 교수

Awareness and Demand Analysis of Participants in Physical Activity Therapy Program of Social-welfare Type Cultural Regeneration Spaces in Urban-rural Region - The Case of Kimcheon -

Park, Sang-Kyun · Tomita Sigeru* · Oh, Yoon-Ji** · Kim, Dae-Sik*** · Lee, Wang-Lok****

Ph. D. Dept. of Physical Education, Chungnam National University

**Ph. D. Candidate, Dept. of Sport Science, Chungnam National University*

***Graduate Student, Dept. of Sport Science, Chungnam National University*

****Professor, Dept. of Agricultural Engineering, Chungnam National University*

*****Professor, Dept. of Sport Science, Chungnam National University*

ABSTRACT : This study analyzed the awareness and demand of participants in a physical activity therapy program(PATP) of a social welfare-type cultural regeneration space in urban and rural areas. As a result of analyzing the demographic characteristics, the female(68.4%) were more than the male, and 30-39 years old(53.3%) were the most generation in the PATP participants. As a result of frequency analysis by all subjects, gender and age, 78.4% of the respondents had never participated in PATP before. The most duration of the PATP was 30 to 60 minutes(24.6%). 73.5% of the respondents answered that it was not feeling difficult at all to the intensity of PATP, and 94.8% of the respondents were satisfied with the intensity of PATP. The most respondents preferred to participate again with if the new PATP starts(97.2%) and to join the new PATP with his or her family members(85.7%). In addition, the participants under the age of 39(24.3%) perceived that the effect of improving physical fitness by PATP was higher than over 40 years of age(11.9%). As a result of logistic regression analysis, it was found that only the age had a significant effect($p<.01$) on intensity of PATP. It means that the perceived intensity of PATP was different between the older and young generation. However, the PATP was not designed to meet the participants age and fitness levels, and even the general exercise prescription guidelines based on professional scientific data such as exercise frequency, exercise intensity, exercise time, exercise type, and characteristics of the participants in the spaces. In conclusion, to encourage and promote the participants motivation and health-related fitness level in the spaces for the future. The various type of PATP that include a few different intensities for all genders and age groups, and a customized program based on systematic and scientific exercise prescription guidelines.

Key words : Physical activity, Physical activity therapy program, Social-welfare type cultural regeneration spaces, Urban-rural region

Corresponding author : Lee, Wang-Lok

Tel : +82-42-821-6458

E-mail : leewl@cnu.ac.kr

Corresponding author : Kim, Dae-Sik

Tel : +82-42-821-5795

E-mail : drkds19@cnu.ac.kr

I. 서론

최근 도시는 탈산업화과정과 정보화 사회로의 변화로 인해 구조가 변화하고 있으며, 도시재생을 추진하는 문화주도 도시재생 전략이 확산되고 있다(Bianchini, 1993). 국내에서도 유희공간을 활용한 공간 재생을 위한 수단으로 문화 재생 정책을 시행하고 있으며 사회적 재생과 지역 생태가 반영된 창조 재생과 같은 문화재생 방향성에 대한 연구가 지속적으로 이루어지고 있다(Cho, 2010; Na, 2012). 문화재생 목적에 따라서는 크게 물리적, 경제적, 사회적 재생으로 구분할 수 있으며, 사회적 재생은 지역민의 사회적 자본 확대, 문화공간으로의 활용, 인적자본 제고, 지역 간 문화교류 등의 요소를 가지고 있다(Evans, 2005).

문화재생 공간에서는 여가활동의 기회를 제공하며 타인의 도움 없이 자립생활능력을 향상시킬 수 있는 각종 교육을 제공하며, 노인을 대상으로는 노래, 시, 서예, 제과, 제빵 등 평생교육 프로그램을 운영하고 있다. 또한, 아동부터 청소년 및 성인 장애인에게 다양한 연수프로그램을 통해 즐거운 여가활동을 제공하며 예산이 많지 않은 단체를 돕는다. 이처럼 장애인과 노인 등 사회적 약자들에게 문화 체험 기회를 제공하고 일자리를 창출하는 공간의 유형은 사회복지형 문화재생 공간이라 할 수 있다(Evans, 2005; Han, 2019).

이러한 사회복지형 문화재생 공간에서 운영하는 프로그램은 농업, 작업 및 예술 활동 등의 체험 프로그램은 운영하고 있다. 이러한 체험 프로그램들은 다양한 신체활동 치유 프로그램을 포함하고 있으며, 신체적 건강은 물론 심리적 건강과 정서적 건강에도 효과적인 것으로 알려져 있다(Jang et al., 2010). 또한, 자연을 기반으로 하여 진정효과를 내며 스트레스를 감소시켜 우울증, 자아존중감, 인지기능 저하를 개선하는 데 많이 활용되고 있다(Bae et al., 2021). 수많은 선행연구에서 신체활동 치유 프로그램은 과체중, 비만 및 만성질환을 예방하고 체력과 면역력을 높일 수 있다고 보고하고 있다(Jee, 2020; Jee, 2021; Lee et al., 2021; Park et al., 2021). 특히, 코로나19로 인해 사회적 거리두기와 같은 방역지침으로 인해 신체활동이 턱없이 부족한 최근의 경우에는 사회복지형 문화재생 공간에서 운영하는 신체활동 치유 프로그램은 건강체력을 증진시킬 뿐만 아니라, 코로나19에 대한 면역력 증진에도 도움이 될 것으로 기대된다(Lee et al., 2021; Park et al., 2021).

따라서 현재와 같은 코로나 대유행 시기에 경제적, 사회적, 복지적 유의미한 가치를 창출하는 문화재생 공간

에서 운영하는 신체활동 치유 프로그램은 그 어느 때 보다 중요성이 높아지고 있다. 그러나 현재까지 문화공간에서 이루어지는 신체활동 치유 프로그램에 대한 운영현황과 실태에 관한 자료는 거의 없으며, 신체활동 치유 프로그램의 형태, 목적, 참여자 등의 자료가 미비하기 때문에 시설공간에서 이루어지는 신체활동 치유 프로그램의 현황을 파악하고 활성화 방안을 마련하기 어려운 실정이다.

이에 본 연구에서는 도농지역 사회복지형 문화재생 공간의 신체활동 치유프로그램에 참여한 대상자들의 인식과 수요를 분석을 통해 신체활동 치유 프로그램의 내용을 분석하고 수요자에 적합한 프로그램을 파악하여 보다 효율적인 신체활동 치유 프로그램 방향을 제시하고자 한다.

II. 연구방법

1. 설문조사 개요

본 연구는 1차 조사로 국내 도농지역 문화 재생 공간 선정을 위해 인터넷과 문헌 등을 통하여 일반현황을 조사하였으며, 이 중 현장조사를 통해 농촌 빈집 및 유희시설 활용 우수사례로 평가되었던 경상북도 김천시 A읍 E 문화 재생 공간을 최종 선정하였다. E 문화 재생 공간은 일반 성인뿐만 아니라 유아와 노인 및 장애인을 대상으로 한 사회복지형 문화재생 공간이다. E 문화 재생 공간에서 운영하였던 프로그램은 농업 체험, 예술 체험, 요리 및 신체활동 치유 프로그램으로 구성되었다. 본 연구의 설문조사는 E 문화 재생 공간에서 운영하였던 프로그램에 참여하였던 196명을 대상으로 2021년 10월 6부터 2021년 11월 1일까지 설문지를 직접 수집하였다.

2. 설문항목

본 연구에서 사용하였던 설문지는 신체활동 관련 학과 교수, 치유농업 관련 학과 교수, 운동처방사, 트레이너로 구성된 전문가 집단을 통해 작성하였다. 설문지는 기본정보 6항목(성별, 연령, 결혼 여부, 학력, 직업 및 거주지) 외에 신체활동 치유 프로그램에 관한 10항목(프로그램 참여경험, 유사 프로그램 참여경험, 참여시간, 신체강도, 참여비용, 프로그램 효과, 만족도, 참여의향, 참여희망 동반자, 코로나 사태 이후 신체활동)으로 총 16개 문항이었다. 신체활동 치유 프로그램에 관한 10개 조사항목은 치유농업, 신체활동 치유 프로그램에 관련된 선

행연구(Bae et al., 2019, Lee et al., 2021, Park et al., 2021)와 문헌조사(American College of Sports Medicine, 2018) 및 현장조사를 토대로 구성하였다.

3. 분석방법

수집된 설문자료는 SPSS 프로그램(version 24.0)을 사용하여 분석하였다. 각 수집항목에 관한 자료는 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 인구통계학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 연구대상자 전체와 성별, 연령별로 빈도분석을 실시하였다.

셋째, 연령과 프로그램 참여 횟수 및 참여시간이 신체활동 강도, 참여비용, 프로그램 효과, 만족도, 새로운 신체활동 치유 프로그램 참여의향에 미치는 영향을 분석하기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 로지스틱 회귀 분석은 종속변수가 이분된 비연속적 변수인 경우에 사용되는 분석방법으로 종속변수가 0과 1의 값을 가지는 이분형 범주형 변수일 경우 사용된다(Lee, Kim, 2011). 본 연구에서는 이분형 범주형 변수인 강도, 비용, 효과, 만족도 및 참여의향에 대하여 로지스틱 회귀 분석을 실시하였다.

III. 결과 및 고찰

프로그램 참가자를 대상으로 수집된 설문지를 분석하였다.

첫째, 인구통계학적인 특성을 분석하였다. 성별에 의한 분석 결과 신체활동 치유 프로그램 참여는 여성(134명, 68.4%)이 남성(62명, 31.6%)보다 참여율이 높은 것으로 나타났다. 이는 여성들의 역할과 지위, 사회적 시각, 생활수준, 삶의 질, 심신의 조화로운 건강증진에 관한 인식의 변화로 인하여 신체활동 치유 프로그램에 남성보다 적극적인 참여형태를 보이고 있는 것을 반영한다(Park et al., 2015). 연령별로는 30~39세(105명, 53.3%)가 가장 많이 참여한 세대로 나타났다.

이는 다른 연령대에 비해 30대가 대중매체의 접근성이 높아 치유농업과 같은 신체활동 치유프로그램에 대한 인지도와 인식수준이 높다는 Bae et al.(2019)의 연구결과를 뒷받침한다. 거주지역별로는 E 문화 재생 공간이 김천시에 위치하고 있어 지리적 위치로 인해 김천시가 위치한 경북(136명, 69.0%)에 거주하는 참여자가 가장 많았다(Table 1).

Table 1. Characteristics of survey respondents

Category		n	(%)
Gender	Male	62	31.6%
	Female	134	68.4%
Age	<19	1	0.5%
	20~29	9	4.6%
	30~39	105	53.3%
	40~49	60	30.5%
	50~59	17	8.6%
	>60	5	2.5%
Marital Status	Unmarried	12	6.3%
	Married	177	93.7%
Educational Level	High School	28	14.4%
	University	148	75.9%
	Graduate University	19	9.7%
Job	Self - employed	25	13.0%
	Service	7	3.6%
	Production	11	5.7%
	Technical Job	18	9.3%
	Office Worker	36	18.7%
	Practitioner	35	18.1%
	Agriculture	1	0.5%
	Housewife	47	24.4%
	Etc	13	6.7%
	Region	Seoul	5
Daejeon		6	3.0%
Daegu		39	19.8%
Busan		2	1.0%
Gyeonggi		3	1.5%
Gangwon		1	0.5%
Gyeongnam		1	0.5%
Gyeongbuk		136	69.0%
Chungnam		3	1.5%
Jeonbuk		1	0.5%

둘째, 연구대상자 전체와 성별, 연령별로 빈도분석을 하였다(Table 2). 전체 참여자 중 E 문화재생 공간에서 운영하였던 신체활동 치유 프로그램의 참여경험 여부를 분석한 결과, 대부분의 참여자(162명, 78.4%)가 본 프로그램에 처음으로 참여하였다고 보고하였으며, 다른 시설에서의 신체활동 치유 프로그램 참여경험도 없다(162명, 87.6%)고 보고하였다. 선행연구(Park et al., 2017)에서도 치유농업에 대한 인지도와 참여 경험이 유사하게 나타난

Table 2. The survey of physical activity therapy program(PATP)

Category		Frequency (%)															
		All		Male		Female		< 30		30~39		40~49		50~59		60≤	
Experience of participation in PATP	Yes	42	21.6%	13	21.0%	29	22.0%	1	10.0%	18	17.5%	13	22.0%	8	47.1%	2	40.0%
	No	152	78.4%	49	79.0%	103	78.0%	9	90.0%	85	82.5%	46	78.0%	9	52.9%	3	60.0%
Experience of participation in other facility PATP from 2017 to 2019	Non	162	87.6%	53	89.8%	109	86.5%	9	90.0%	84	87.5%	50	87.7%	14	82.4%	5	100.0%
	1	11	5.9%	4	6.8%	7	5.6%	0	0.0%	6	6.3%	4	7.0%	1	5.9%	0	0.0%
	2	5	2.7%	1	1.7%	4	3.2%	0	0.0%	3	3.1%	1	1.8%	1	5.9%	0	0.0%
	3	1	0.5%	0	0.0%	1	0.8%	0	0.0%	1	1.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	4	2	1.1%	0	0.0%	2	1.6%	1	10.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	5.9%	0	0.0%
	5~9	4	2.2%	1	1.7%	3	2.4%	0	0.0%	2	2.1%	2	3.5%	0	0.0%	0	0.0%
Duration of participation in PATP	<10min	31	23.8%	14	30.4%	17	20.2%	2	40.0%	16	24.2%	9	20.5%	2	16.7%	2	66.7%
	10~30min	23	17.7%	8	17.4%	15	17.9%	0	0.0%	13	19.7%	9	20.5%	1	8.3%	0	0.0%
	30~60min	32	24.6%	12	26.1%	20	23.8%	1	20.0%	18	27.3%	9	20.5%	4	33.3%	0	0.0%
	60~90min	11	8.5%	2	4.3%	9	10.7%	0	0.0%	5	7.6%	6	13.6%	0	0.0%	0	0.0%
	90~120min	12	9.2%	6	13.0%	6	7.1%	2	40.0%	4	6.1%	5	11.4%	1	8.3%	0	0.0%
	>2h	21	16.2%	4	8.7%	17	20.2%	0	0.0%	10	15.2%	6	13.6%	4	33.3%	1	33.3%
Intensity of PATP	Propriety	131	95.6%	43	93.5%	88	96.7%	7	100.0%	69	98.6%	40	90.9%	13	100.0%	2	66.7%
	Impropriety	6	4.4%	3	6.5%	3	3.3%	0	0.0%	1	1.4%	4	9.1%	0	0.0%	1	33.3%

Table 2. The survey of physical activity therapy program(PATP)

Category		Frequency (%)															
		All		Male		Female		< 30		30~39		40~49		50~59		60≤	
Cost of participation in PATP	Propriety	122	89.1%	43	91.5%	79	87.8%	7	100.0%	60	85.7%	41	91.1%	11	91.7%	3	100.0%
	Impropriety	15	10.9%	4	8.5%	11	12.2%	0	0.0%	10	14.3%	4	8.9%	1	8.3%	0	0.0%
Effectiveness of PATP	Yes	134	95.7%	47	97.9%	87	94.6%	7	100.0%	67	94.4%	46	97.9%	12	100.0%	2	66.7%
	No	6	4.3%	1	2.1%	5	5.4%	0	0.0%	4	5.6%	1	2.1%	0	0.0%	1	33.3%
Factors to be improved by PATP (Multiple answers possible)	Improving Fitness	37	19.1%	13	19.4%	24	18.9%	3	33.3%	24	23.5%	7	10.6%	3	18.8%	0	0.0%
	Controlling Weight	6	3.1%	1	1.5%	5	3.9%	0	0.0%	3	2.9%	3	4.5%	0	0.0%	0	0.0%
	Getting rid off stress	93	47.9%	32	47.8%	61	48.0%	5	55.6%	44	43.1%	36	54.5%	7	43.8%	1	50.0%
	Reducing depression	18	9.3%	9	13.4%	9	7.1%	0	0.0%	11	10.8%	8	12.1%	0	0.0%	0	0.0%
	Relationship	40	20.6%	12	17.9%	28	22.0%	1	11.1%	20	19.6%	12	18.2%	6	37.5%	1	50.0%
Satisfaction of participation in PATP	Yes	127	94.8%	45	95.7%	82	94.3%	7	100.0%	66	97.1%	40	90.9%	11	91.7%	3	100.0%
	No	7	5.2%	2	4.3%	5	5.7%	0	0.0%	2	2.9%	4	9.1%	1	8.3%	0	0.0%
Factors to be satisfied by PATP (Multiple answers possible)	Intensity	7	4.7%	2	4.0%	5	5.0%	0	0.0%	2	2.4%	5	11.4%	0	0.0%	0	0.0%
	Time	30	20.1%	10	20.0%	20	19.8%	2	20.0%	15	18.1%	11	25.0%	0	0.0%	2	33.3%
	Facility	65	43.6%	21	42.0%	44	43.6%	4	40.0%	37	44.6%	18	40.9%	4	50.0%	2	33.3%
	Cost	36	24.2%	9	18.0%	27	26.7%	2	20.0%	22	26.5%	8	18.2%	3	37.5%	1	16.7%
	Composition of program	5	3.4%	3	6.0%	2	2.0%	0	0.0%	4	4.8%	0	0.0%	0	0.0%	1	16.7%
	Many programs	6	4.0%	4	8.0%	2	2.0%	2	20.0%	2	2.4%	1	2.3%	1	12.5%	0	0.0%
	Etc	0	0.0%	1	2.0%	1	1.0%	0	0.0%	1	1.2%	1	2.3%	0	0.0%	0	0.0%

Table 2. The survey of physical activity therapy program(PATP)

Category		Frequency (%)															
		All		Male		Female		< 30		30~39		40~49		50~59		60≤	
Willingness to participate in new PATP	Yes	171	97.2%	55	100.0%	116	95.9%	10	100.0%	90	96.8%	54	98.2%	14	100.0%	3	75.0%
	No	5	2.8%	0	0.0%	5	4.1%	0	0.0%	3	3.2%	1	1.8%	0	0.0%	1	25.0%
What do you want to add for new PATP? (Multiple answers possible)	Walking with pets	58	23.3%	6	23.1%	39	22.7%	4	25.0%	34	23.6%	17	22.7%	2	14.3%	1	25.0%
	Traditional game	44	17.7%	4	15.4%	30	17.4%	2	12.5%	27	18.8%	11	14.7%	4	28.6%	1	25.0%
	Yoga	17	6.8%	1	3.8%	16	9.3%	3	18.8%	10	6.9%	5	6.7%	1	7.1%	0	0.0%
	Nature-based activity	55	22.1%	5	19.2%	34	19.8%	3	18.8%	30	20.8%	15	20.0%	5	35.7%	2	50.0%
	Sports-based activity	75	30.1%	10	38.5%	53	30.8%	4	25.0%	43	29.9%	27	36.0%	2	14.3%	0	0.0%
Whom do you want to join with?	Alone	9	4.9%	4	7.0%	5	4.0%	0	0.0%	7	7.3%	2	3.6%	0	0.0%	0	0.0%
	Family	156	85.7%	51	89.5%	105	84.0%	7	70.0%	83	86.5%	53	94.6%	10	62.5%	3	75.0%
	Friend, Partner	13	7.1%	2	3.5%	11	8.8%	3	30.0%	5	5.2%	1	1.8%	3	18.8%	1	25.0%
	Club members	1	0.5%	0	0.0%	1	0.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	6.3%	0	0.0%
	Etc	3	1.6%	0	0.0%	3	2.4%	0	0.0%	1	1.0%	0	0.0%	2	12.5%	0	0.0%
Physical activity during COVID-19 pandemic	Walking, Hiking	97	53.0%	34	58.6%	63	50.0%	5	50.0%	40	42.1%	37	63.8%	11	68.8%	4	80.0%
	Home Training	43	23.5%	14	24.1%	29	23.0%	3	30.0%	27	28.4%	11	19.0%	2	12.5%	0	0.0%
	Fitness Center	12	6.6%	4	6.9%	9	7.1%	1	10.0%	7	7.4%	4	6.9%	1	6.3%	0	0.0%
	Non	31	16.9%	6	10.3%	25	19.8%	1	10.0%	21	22.1%	6	10.3%	2	12.5%	1	20.0%

것을 고려하면, 다양한 매체를 통한 신체활동 치유 프로그램에 대한 홍보가 아직까지는 부족한 실정임을 시사하고 있다. 성별 분석 결과 남성(78.4%)과 여성(79.0%) 모두 대부분 참여 경험이 없는 것으로 나타났다. E 문화재생 공간에서 운영하였던 신체활동 치유 프로그램의 참여 경험 여부를 연령별로 분석한 결과 연령대가 낮을수록 신체활동 치유 프로그램 참여 경험이 더 낮은 것으로 나타났다.

신체활동 치유 프로그램 참여시간과 강도를 분석한 결과, 참여시간은 30분에서 60분이 가장 많았으며(32명, 24.6%), 대부분의 참여자(131명, 95.6%)가 신체활동 치유 프로그램의 강도에 만족하였다. 이는 E 문화재생 공간에서 운영하였던 신체활동 치유 프로그램의 목적이 체력 증진보다는 신체활동 체험 위주로 구성되어 비교적 낮은 강도의 프로그램으로 구성되어 어려움이 없었던 것으로 판단된다. 일반적으로 건강을 유지하고 체력을 개선하기 위해서는 중강도의 운동을 하루에 30-60분씩 주당 150분 이상을 권장하고 있다(American College of Sports Medicine, 2018). 그러나 본 연구에서 분석한 결과 신체활동 치유 프로그램의 활동 시간은 권고량에 적합하지만 신체활동 강도는 낮게 나타나 신체활동의 강도에 대한 개선이 필요한 것으로 나타났다.

전체 참여자 중 신체활동 치유 프로그램 참여효과를 분석한 결과, 대부분의 참여자(134명, 95.7%)가 신체활동 치유 프로그램의 효과가 있었다고 보고하였다. 연령별로는 20대 이하와 50대가 가장 높게 효과를 자각한 것으로 나타났으며, 30대와 40대도 대부분이 효과를 자각한 것으로 나타났다. 신체활동 치유 프로그램을 통해 향상된 요소별 분석 결과, 스트레스 해소(47.9%), 대인관계(20.6%), 및 체력(19.1%) 향상이 높게 나타났다. 연령별 분석 결과, 39세 이하 대상자(27명, 24.3%)는 40세 이상 대상자(10명, 11.9%)보다 체력향상 효과를 보다 높게 자각하는 것으로 나타났으며, 20대 이하(33.3%)에서 가장 높게 자각하는 것으로 나타났다.

신체활동 치유 프로그램 만족도 관련 요인을 분석한 결과, 대부분의 참여자(94.8%)가 만족하며, 만족 요인으로는 시설(43.6%), 비용(24.2%), 신체활동 시간(20.1%) 등이 주를 이루었다. 그러나 신체활동 강도와 다양한 프로그램에 대해서는 만족하지 못한다는 답변을 하였다. 따라서 성별, 연령대 별로 구분된 다양하고 체계적인 신체활동 치유 프로그램 개발이 필요할 것으로 사료된다.

신규 신체활동 치유 프로그램 관련 요인을 분석한 결과, 대부분의 참여자(97.2%)가 새로운 신체활동 치유 프로그램의 참여를 원하는 것으로 나타났으며, 가족(85.7%)

과 같이 참여하고자 하는 경향이 가장 높게 나타나 가족 단위 참여자를 위한 신체활동 치유 프로그램의 개발의 중요성을 보여준다. 유형으로는 애완동물과 산책(53%), 자연기반 신체활동(22.1%) 및 전통놀이(17.7%)를 활용한 신체활동 프로그램이 높게 나타났다. 이는 코로나 19 대 유행 기간동안 사회적 거리두기와 같은 방역지침으로 인해 산책이나 하이킹(50.0%)을 주된 신체활동으로 수행하였다는 본 연구의 분석 결과를 반영하는 결과이다.

셋째, 로지스틱 회귀분석으로 연령과 프로그램 참여 횟수 및 참여시간이 신체활동 강도, 참여비용, 프로그램 효과, 만족도, 새로운 신체활동 치유 프로그램 참여의향의 인과 관계를 분석한 결과(Table 3), 신체활동의 강도가 연령에 따라 자각하는 강도가 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.01$).

이는 30대와 40대 및 50대의 참가자 대부분이 신체활동 치유 프로그램의 강도가 적절하다고 응답한 것에 비해 60대 이상에서 신체활동 치유 프로그램의 강도가 적절하지 않다고 응답하였다. 이것은 신체활동 치유 프로그램이 중강도 이하로 구성되어 있으나 60대의 경우 연령대에 비해 상대적으로 운동 강도가 높다고 자각한 것으로 사료된다.

Table 3. The effect of logistic regression analysis

Dependent Variable	Independent Variable				
		Age	Another programs experience	Duration	Constant Term
Intensity	<i>B</i>	1.171	0.152	-0.169	-7.780
	<i>Wald</i>	4.710	0.130	0.315	8.568
	<i>p</i>	0.030**	0.718	0.574	0.003
Cost	<i>B</i>	-0.139	0.173	0.179	-2.598
	<i>Wald</i>	0.127	0.597	1.062	2.925
	<i>p</i>	0.721	0.440	0.303	0.087
Effect	<i>B</i>	-0.126	0.385	-0.238	3.780
	<i>Wald</i>	0.061	0.283	1.074	3.104
	<i>p</i>	0.804	0.595	0.300	0.078
Satisfaction	<i>B</i>	0.451	0.226	-0.088	-4.546
	<i>Wald</i>	1.062	0.695	0.148	5.921
	<i>p</i>	0.303	0.404	0.700	0.015
Willingness to participate in new PATP	<i>B</i>	-1.198	-14.936	-0.132	15.250
	<i>Wald</i>	0.989	0.000	0.089	0.000
	<i>p</i>	0.320	0.997	0.765	0.997

** , $p < 0.01$

IV. 결론 및 제언

본 연구는 도농지역 사회복지형 문화재생 공간의 신체활동 치유 프로그램 참여자의 인식 및 수요를 분석한 결과를 토대로 다음과 같이 요약하고자 한다.

1. 인구통계학적 특성 및 연구대상자 분석 결과, 남성보다 여성이 많았으며, 30~39세가 가장 많이 참여한 세대였다.
2. 프로그램 인식 및 수요 분석 결과, 이전에 신체활동 치유 프로그램에 참여한 경험이 없었던 응답이 많았고, 신체활동 치유 프로그램은 30분에서 60분 정도의 소요 시간에 가장 많이 참여하였다. 대부분의 참여자(97.2%)가 새로운 신체활동 치유 프로그램에 참여를 원하였으며, 가족과 함께 참여하는 것을 선호하였다.
3. 로지스틱 회귀분석 결과, 연령이 신체활동 치유 프로그램의 강도 인지에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.
4. 신체활동 치유 프로그램은 운동 시간, 운동 강도, 운동 빈도, 운동 유형 및 대상자의 특성 등을 반영하지 않고 운영되고 있었다.

따라서 향후 신체활동 치유 프로그램은 연령대의 체력과 특성을 고려하여 저강도, 중강도 및 중고강도의 프로그램들로 구성되어야 하며 참여 시간의 경우, 1시간 정도 소요되는 프로그램을 위주로 하며 가족 구성원 모두가 함께 참여할 수 있는 프로그램 혹은 가족 구성원 각각이 참여할 수 있는 여러 형태의 프로그램들로 구성되어야 할 것으로 사료된다. 아울러 건강체력을 향상시킬 수 있는 체계적이고 과학적인 일반 운동처방 지침을 기반으로 프로그램을 구성한다면 문화재생 공간의 활성화가 더욱 가속화될 수 있을 것으로 전망된다.

This work was supported by Chungnam National University 2019.

References

1. American College of Sports Medicine (ACSM), 2018, ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins, Seoul: Hanmi medical publishing, 151-157.
2. American College of Sports Medicine, 2018, ACSM's

- guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins, Seoul: Hanmi medical publishing, 151-157 (in Korean).
3. Bae, S. J., Kim, D. S., Kim, S. J., Kim, S. P., Lee, W. L., Ryu, J. S., Kim, J. E. and Park, S. 2019, Recognition and demand analysis of agro-healing services by supply types. *Journal of Korean Society of Rural Planning*, 25(4): 1-11 (in Korean).
 4. Bae, S. J., Lee, S. H. and Kim, D. S., 2021, The Effect of Horticultural Therapy on Cognitive Function, Depression, Self-esteem and Activity Daily Living(ADL) in Dementia Care, *Journal of Korean Society of Rural Planning*, 27(4): 97-107 (in Korean).
 5. Bianchini, F. and Parkinson, M., 1993, Cultural policy and urban regeneration: the West European experience, Manchester University Press.
 6. Cho, M. R., 2011, Cultural urban regeneration and the recovery of publicness: critical reflections on the Korean practices of urban regeneration, *Korean Association of Space & Environment Research*, 37: 39-65 (in Korean).
 7. Evans, G., 2005, Measure for measure: Evaluating the evidence of culture's contribution to regeneration, *Urban studies*, 42(5-6): 959-983.
 8. Han, M. J., 2019, A Comparative Study on the Cultural Effects of Cultural Regeneration Using Industrial Idle Space, Degree of Mater, University of Seoul (in Korean).
 9. Jang, E. J., Han, G. W., Hong, J. W., Yoon, S. E. and Pak, C. H., 2010, Meta-Analysis of Research Papers on Horticultural Therapy Program Effect, *Korean Journal of Horticultural Science & Technology*, 28(4): 701-707 (in Korean).
 10. Jee, Y. S., 2020, How much exercise do we need to improve our immune system?: second series of scientific evidence. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 16(2): 113.
 11. Jee, Y. S., 2021, Acquired immunity and moderate physical exercise: 5th series of scientific evidence, *Journal of Exercise Rehabilitation*, 17(1): 2.
 12. Lee, K. M. and Kim, I. H., 2011. *Sports Science Data Analysis Methods: The Practice of Using SPSS WIN 18.0, a Guidebook for Master's and Doctoral Thesis*. Seoul: Daehanmedia, 227 (in Korean).
 13. Lee, K. S., Heo, S. J., Hyun, G. S., Park, S. K., Cha, J. Y. and Jee, Y. S., 2021, Elbow plank exercise improves immunocyte function and physical fitness in an elderly male: a case study, *J. Mens Health*, 2021: 1-8.
 14. Lee, W. L., Park, S. K., Kim, D. H., Oh, Y. J., Kim, Y. S. and Kim, D. S., 2021, Status and Operational Activation of Life-Cycle Physical Activity Therapy Program-Focused on the Community Health Center Programs in Hoseo Region. *Journal of Korean Society of Rural Planning*, 27(2): 35-42 (in Korean).
 15. Na, D. S., 2012, A Review on the Seoul Cultural City Strategy through the Concept of Cultural City, *Studies in urban humanities*, 4(2): 9-30 (in Korean).
 16. Park, J. Y., Kim, K. S. and Kim, T. H., 2015, An inquiry into the meaning of women's experiences of physical activities as lifelong education, *Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women*, 29(2): 347-369.
 17. Park, S. K., Lee, K. S., Heo, S. J. and Jee, Y. S., 2021, Effects of High Intensity Plank Exercise on Physical Fitness and Immunocyte Function in a Middle-Aged Man: A Case Report, *Medicina*, 57(8): 845.
 18. Park, S. A., Lee, A. Y., Lee, G. J., Lee, W. L., Bae, S. J., Park, B. J. and Kim D. S., 2017, A Study of Awareness and Needs for Care Farming in South Korea, *Journal of People, Plants, and Environment*, 20(1): 19-24.
 19. Park, S. K., Tomita, S., Oh, Y. J., Kim, D. S. and Lee, W. L., 2021, The differences and activation of physical activity therapy program in urban-rural region before and after COVID-19, *Journal of Korean Society of Rural Planning*, 27(4): 25-32 (in Korean).
-
- Received 9 February 2022
 - Finally Revised 17 February 2022
 - Accepted 21 February 2022