

중년니트 연구

## 일본의 니트 관련 연구

일시: 2026년 5월 18일 (월)

홈페이지는  
아래 QR코드를  
스캔하세요.



닛세이기초연구소

김 명중

E-mail: [jusarang3502@gmail.com](mailto:jusarang3502@gmail.com)

HP: [www.jusarang3502.com](http://www.jusarang3502.com)

# 은둔형 외톨이 정의

1

- 후생노동성(2010) ‘은둔형 외톨이’는 “다양한 요인의 결과로 사회적 참여, 즉 의무교육을 포함한 취학, 비상근직을 포함한 취업, 가정 밖에서의 교류 등을 회피하고, 원칙적으로 6개월 이상 대체로 가정에 머무르는 상태를 가리키는 현상 개념이다.
- 다만 타인과 교류하지 않는 형태의 외출은 포함될 수 있다. 또한 은둔형 외톨이는 원칙적으로 조현병 또는 음성증상에 기초한 은둔 상태와는 구별되는 비정신병성 현상으로 본다. 그러나 실제로는 확정 진단이 내려지기 전의 조현병 사례가 포함되어 있을 가능성도 적지 않다는 점에 유의할 필요가 있다.”

# 은둔형 외톨이 정의

2

- 학교나 직장에 다니지 않고 있다
- 가족 이외의 사람과는 거의 교류가 없다
- 6개월 이상 계속해서 집에만 머무르고 있는 상태이다
- 가족과 동행하거나 혼자 외출하는 것은 가능하다
- 연령 제한은 없다
- “일본 내각부는 2019년 3월 「생활상황에 관한 조사」 결과를 발표. 이 조사는 중고년층을 대상으로 처음 실시된 것으로, 40세부터 64세까지의 연령층 가운데 ‘히키코모리’ 상태에 있는 사람이 전국적으로 61.3만 명에 달하는 것으로 추계. 이는 해당 연령층 인구의 1.45%에 해당.”

# 니트 정의

3

- ‘니트’는 ‘Not in Education, Employment or Training’의 머리글자를 딴 영국의 신조어 ‘NEET’를 일본어로 읽은 말. 직역하면 ‘취업, 취학, 직업 훈련 중 어느 것도 하지 않는 사람’.
- 총무성이 실시하는 노동력 조사에서, 15세에서 34세 사이의 비경제활동인구 중 가사나 통학도 하지 않는 사람을 이른바 니트로 정의하고 있음.
- 15세~34세
- 학교에 다니지도 않고 일도 하지 않음
- 집안일도 하지 않음 구직 활동도 하지 않음
- 사회활동을 함

# 은둔형 외톨이와 니트의 차이

- 은둔형 외톨이와는 달리, 니트에는 연령대가 정해져 있음. 또한, 사회 활동은 하지만 일할 의사가 없거나, 질병이나 장애, 가족 간병 등의 사정으로 인해 일할 수 없는 사람들이 포함됨.
- 니트는 다른 말로 ‘청년 무직자’ 라고도 함.
- 35세~44세의 무직자는 ‘니트’가 아니라 ‘중년 니트’ 또는 ‘중년 무직자’라고 불리며, 최근 증가하는 추세에 있음.

# 은둔형 외톨이와 니트의 차이

5

- 은둔형 외톨이는 전국에 146만 명 : 내각부가 2023년 3월 31일에 발표한 ‘아동·청년의 의식과 생활에 관한 조사’에 따르면, 2022년도 전국의 은둔형 외톨이 수는 약 146만 명으로 추산됨.
- 니트는 전국에 59만 명 : 총무성 통계국의 ‘노동력 조사(기본 집계) 2023년 평균 결과 개요’에 따르면, 전국의 니트 수는 2023년 평균 59만 명.

- ‘은둔형 외톨이’와 ‘니트’의 차이는 주로 ‘사회 참여 여부’와 ‘연령에 따른 분류’라는 두 가지 점.
- 은둔형 외톨이란 사회 참여(취학, 취업, 가정 밖 교제 등)를 하지 않고 6개월 이상 계속해서 자택에 틀어박혀 지내는 모든 연령대의 사람을 의미.
- 니트란, 사회 활동은 하지만 일할 의욕이 없거나 사정이 있어 취업·구직 활동을 하지 않는 15세부터 34세까지의 사람을 의미.

# 玄田 有史(2007)若年無業の経済学的再検討 「日本労働研究雑誌」 No. 567/October 2007

7

- 본 논문은 『취업구조기본조사』 1992년, 1997년, 2002년의 개인 단위 데이터를 활용하여 청년 무업 상태의 결정 요인을 실증적으로 분석.
- 분석 대상은 학생과 배우자가 있는 사람을 제외한 15~34세 무업자이며, 이들을 다음 세 유형으로 독자적으로 분류.

유형	의미
구직형	일하고 싶고, 실제로 구직활동도 하는 사람
비구직형	일하고 싶지만, 구직활동은 하지 않는 사람
비희망형	일하고 싶다는 희망 자체를 밝히지 않는 사람

여기서 논문이 특히 관심을 가진 집단은 비구직형과 비희망형.  
이 둘은 단순 실업자라기보다, 취업을 단념하거나 노동시장 밖으로 밀려난 청년층에 가까움

## 분석 방법: 다항 로짓 모델

다음 네 가지 상태 중 어디에 속할 확률이 높은지를 분석.

1. 취업자
2. 구직형 무업자
3. 비구직형 무업자
4. 비희망형 무업자

기준이 되는 집단은 취업자.

즉, “취업자에 비해 어떤 사람이 구직형, 비구직형, 비희망형이 되기 쉬운가?” 를 추정.

# 주요 설명변수

변수	항목
연령	15~19세, 20~24세, 25~29세, 30~34세
성별	남성, 여성
학력	중졸, 고졸, 전문대·고전·전문학교, 대졸·대학원졸
취업 경험	1년 전 취업 여부, 과거 취업 경험 여부
세대 연수입	가구소득 수준
세대 유형	단신세대, 모자세대 등

### ① 나이가 많을수록 비구직형 · 비희망형이 되기 쉬움

분석 결과, 청년층 내부에서도 연령이 높을수록 비구직형이나 비희망형이 될 가능성이 커짐. 즉, 15~19세보다 25~29세, 30~34세 청년이 취업을 단념할 가능성이 더 높은 것으로 나타남.

논문은 이를 기대수익률의 하락으로 설명. 나이가 들수록 새로 취업했을 때 얻을 수 있는 생애소득의 현재가치가 낮아지고, 기업도 신입 청년으로 채용하는 데 소극적일 수 있기 때문임.

→나이가 많아질수록 좋은 일자리에 들어갈 기회가 줄어들고, 그 결과 구직 의욕도 약해질 수 있는 것으로 분석됨.

## ② 여성은 비구직형·비희망형이 되기 쉬움

성별로 보면, 남성은 구직형 무업자가 되기 쉬운 반면, 여성은 비구직형이나 비희망형이 되기 쉬운 것으로 나타남.

논문에서는 일본 노동시장에서 여성에게 양질의 취업 기회가 상대적으로 제한되어 있고, 여성이 실직했을 때 실업 상태로 남기보다 비노동력 상태로 빠지는 경향이 크기 때문이라고 설명.

즉, 여성의 경우 “일자리를 찾는 실업자”로 남기보다, 구직 자체를 포기하거나 취업 희망을 약하게 표현하는 방향으로 이동할 가능성이 클 것이라고 설명.

### ③ 학력이 낮을수록 무업자가 되기 쉬움

학력 변수에서는 중졸, 고교 중퇴 등을 포함한 저학력층이 무업자가 될 가능성이 높게 나타남.

반대로 전문대, 대학, 대학원 졸업자는 무업자가 될 가능성이 낮은 것으로 나타남. 특히 저학력층은 다음과 같은 이유로 취업 단념 가능성이 높다고 설명.

기대임금이 낮음 → 취업해도 높은 소득을 기대하기 어려움

양질의 일자리 접근이 어려움 → 정규직·안정직 진입 가능성이 낮음

구직 실패 가능성이 큼 → 반복된 실패가 구직 의욕을 약화시킴

④ 취업 경험이 없거나 무업 기간이 길수록 비희망형이 되기 쉬움

논문에서 매우 중요한 결과 중 하나는 과거 취업 경험.

분석 결과, 1년 전에도 무업이었거나 과거에 취업 경험이 전혀 없는 사람일수록 현재도 무업 상태일 가능성이 큰 것으로 나타남.

특히 과거 취업 경험이 전혀 없는 사람은 비희망형이 될 가능성이 높음. 이것은 다음과 같이 해석할 수 있음. 한 번도 일해본 적이 없는 청년은 노동시장에 들어가는 방법, 직장생활 방식, 취업 후 기대할 수 있는 보상에 대한 경험이 부족하기 때문에 취업 희망 자체가 약해질 수 있음.

또한 기업 입장에서는 긴 무업 기간을 능력이나 생산성에 대한 부정적 신호로 볼 수 있음. 그 결과 취업 기회가 줄어들고, 청년 본인은 다시 취업을 단념하는 악순환에 빠질 수 있음.

④ 취업 경험이 없거나 무업 기간이 길수록 비희망형이 되기 쉬움

논문에서 매우 중요한 결과 중 하나는 과거 취업 경험.

분석 결과, 1년 전에도 무업이었거나 과거에 취업 경험이 전혀 없는 사람일수록 현재도 무업 상태일 가능성이 큰 것으로 나타남.

특히 과거 취업 경험이 전혀 없는 사람은 비희망형이 될 가능성이 높음. 이것은 다음과 같이 해석할 수 있음. 한 번도 일해본 적이 없는 청년은 노동시장에 들어가는 방법, 직장생활 방식, 취업 후 기대할 수 있는 보상에 대한 경험이 부족하기 때문에 취업 희망 자체가 약해질 수 있음.

또한 기업 입장에서는 긴 무업 기간을 능력이나 생산성에 대한 부정적 신호로 볼 수 있음. 그 결과 취업 기회가 줄어들고, 청년 본인은 다시 취업을 단념하는 악순환에 빠질 수 있음.

- 저소득 가구에서 비희망형 무업자가 증가하는 이유에 대해서는, 소득이 낮은 가구에 속한 청년들이 취업하더라도 기대할 수 있는 임금 수준이 점차 낮아지고 있기 때문이라고 설명.
- 이는 청년 무업의 배경이 과거의 경제적 여유에 따른 선택에서 점차 빈곤의 재생산으로 이동하고 있음을 보여줌.
- 고소득 가정의 청년은 학원, 대학, 자격증, 인턴십, 유학, 부모의 직장 경험과 조언 등 여러 자원을 통해 좋은 일자리로 이어질 가능성이 상대적으로 큼. 반면 저소득 가정의 청년은 이런 기회를 충분히 얻기 어렵고, 주변에서도 안정적인 취업 경험을 배우기 힘들 수 있음. 그러면 “취업해도 어차피 낮은 임금의 불안정한 일자리밖에 없을 것” 이라고 생각하게 되고, 결국 구직 활동뿐 아니라 취업 희망 자체를 포기하는 상태로 이어질 수 있음.

# 田中喜行의 「『ニート』問題のいま：若年・中年に関する類型別無業についての集計から」

- 이 논문의 중요한 차별점은 35~49세 중년층 니트까지 분석의 대상으로 했다는 점.
- 청년 니트는 절대 수는 줄었지만 비율은 높아짐. 15~34세 청년 니트 수는 2002년에 약 84.6만 명으로 정점을 찍은 뒤, 2017년에는 약 68.0만 명으로 줄어듬. 하지만 중요한 점은 비율. 청년 인구 전체에서 니트가 차지하는 비율은 2017년에 2.66%로 가장 높게 나타남. 즉, 단순히 인원 수만 보면 니트가 줄어든 것처럼 보이지만, 청년 인구 자체가 감소했기 때문에 청년층 내부에서 니트가 차지하는 비중은 오히려 커졌다고 볼 수 있음.
- 2017년 기준으로 35~49세 니트는 약 73.5만 명으로, 15~34세 청년 니트 약 68.0만 명보다 많은 것으로 나타남.

- 논문은 니트를 두 유형으로 구분.

유형	의미
비구직형	일하고 싶지만 구직활동은 하지 않는 사람
비희망형	일하고 싶다는 희망 자체가 없는 사람

- 분석 결과, 비구직형은 경기 상황에 어느 정도 반응.
- 경기가 좋아지고 일자리가 늘어나면 비구직형은 줄어드는 경향이 있음. 반면 비희망형은 경기 회복기에도 줄지 않거나 오히려 증가. 특히 2012년에서 2017년 사이에는 비희망형이 증가하면서 최근 니트 증가의 주요 원인이 되고 있음.
- 이는 단순한 일자리 부족 문제가 아니라, 노동시장에 대한 기대 저하, 건강 문제, 자신감 상실, 낮은 학력, 장기 무업 경험 등이 복합적으로 작용한 결과로 볼 수 있음.

- 이 논문의 가장 중요한 분석결과 중 하나는 35~49세 중년층 니트의 가 증가하고 있는 점을 설명한 점.
- 2017년 기준으로 35~49세 니트는 약 73.5만 명으로, 15~34세 청년 니트 약 68.0만 명보다 많게 나타남. 또한 중년층 인구에서 니트가 차지하는 비율도 2017년에 2.75%로, 청년층의 2.66%보다 높게 나타남.
- 35~49세 중년층에서도 남성의 니트 증가가 뚜렷함. 논문에 따르면 중년 남성 니트 비율은 기간 전체에서 일관되게 상승. 특히 2012년에서 2017년 사이에는 남성 중년 니트의 증가폭이 컸고, 그중에서도 비희망형 증가가 두드러짐.

# 중년 비희망형 니트 증가의 5단계

단계	내용
1단계	무업 기간이 길어짐
2단계	취업 기회가 줄어듦
3단계	자신감과 취업 기대가 약해짐
4단계	구직활동을 하지 않음
5단계	취업 희망 자체를 잃음

# 増加する「中高年ニート」

## 日本大学 宮里研究会 社会保障班

20

表 6 回帰分析結果概要 (被説明変数 : 35~44 歳ニート数 / 人口 (千人) )

	係数	t	P-値	有意水準
求職期間2年以上 / 求職者総数	94.89745	3.200225	0.002651	***
求職者数 / 人口 (千人)	0.114584	1.291015	0.203931	
最低賃金 (円)	0.022402	1.40689	0.166996	
就職率 (中年新卒当時)	10.4427	1.037606	0.305534	
親世代年収 (1943~1952年生まれ)	0.000832	0.88784	0.379806	

- 구직 기간이 장기화될수록 중장년 니트가 증가하는 경향. 즉, 구직 기간이 장기화되면 중장년이 될 때까지 니트가 될 가능성이 높아진다는 결과.

# 二一ト増加の要因分析

## 関西大学 前川聡子研究会

21

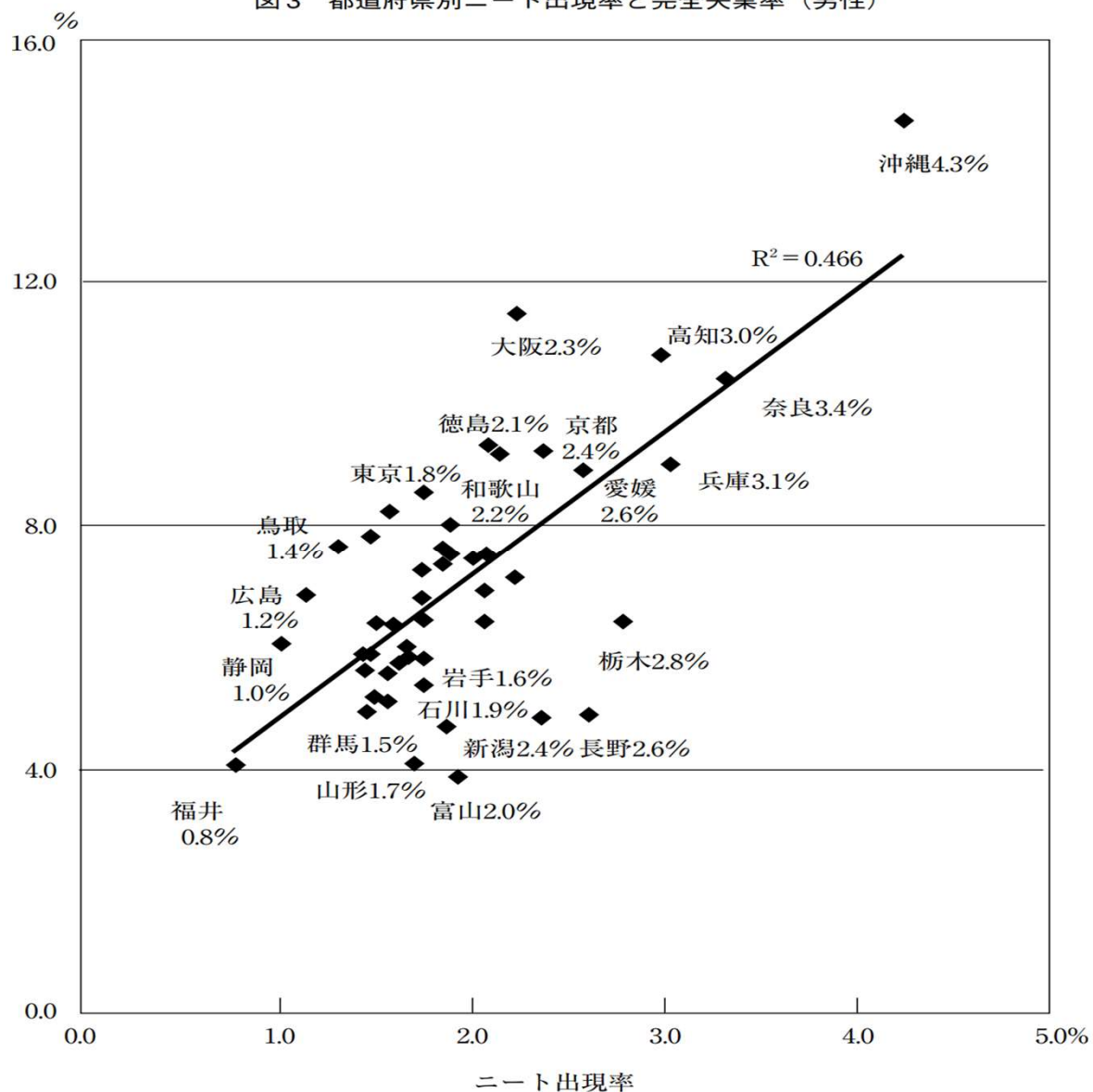
被説明変数	15～34歳の家事も通学もしていない非労働力人口/ 15～34歳人口		
説明変数	モデル 1	モデル 2	モデル 3
経済成長率	-0.016 (-2.191) **	-0.014 (-2.047) *	-0.014 (-2.005) *
可処分所得	-1.80E-08 (-2.681) **	-1.34E-08 (-3.532) ***	-1.39E-08 (-3.850) ***
不登校比率	0.391 (2.790) **	0.456 (3.924) ***	0.439 (3.951) ***
高校教師生徒比率	-0.257 (-1.943) *	-0.302 (-2.525) **	-0.296 (-2.523) **
学校問題自殺割合	0.033 (0.541)	0.038 (0.629)	
学校教育費/GDP	-0.151 (-0.843)		
二一ト構造ダミー	0.005 (9.109) ***	0.006 (12.025) ***	0.006 (12.521) ***
学校週5日制ダミー	0.001 (2.178) **	0.001 (2.277) **	0.001 (2.393) **
定数項	0.033 (4.259) ***	0.031 (4.222) ***	0.032 (4.345) ***
標本数	26	26	26
自由度修正済み 決定係数	0.952	0.953	0.954

\*\*\*1%有意 \*\*5%有意 \*10%有意

()はt値

# 小杉 礼子 (2004) 若年無業者増加の実態と背景 学校から職業生活への移行の隘路としての無業の検討

図3 都道府県別ニート出現率と完全失業率（男性）



# 田中敦「高年齢引きこもり者」の就労自立問題と今後の支援のあり方に関する検討

- 이 논문은 일본에서 장기화·고령화되고 있는 히키코모리 문제, 특히 35세 이상인 이른바 “고연령 히키코모리자”의 취업 자립 문제와 향후 지원 방향을 검토한 글.
- 저자는 히키코모리가 병명이나 장애명이 아니라 사회참여를 회피하고 장기간 가정에 머무르는 상태를 나타내는 개념으로 이해되어 왔기 때문에, 기존의 복지·고용지원 제도에서 배제되거나 지원이 늦어지는 경우가 많았다고 지적.
- 논문에서 특히 주목하는 것은 히키코모리 당사자의 장기화와 고령화. 전국 히키코모리 가족회의 조사에 따르면, 히키코모리 당사자의 평균연령은 점차 상승하고 있으며, 35세 이상 비율도 적지 않은 것으로 나타남.

- 고연령 히키코모리자가 직면하는 가장 큰 문제는 부모 사후의 생활보장. 많은 사례에서 이미 은퇴한 부모가 자녀의 생활을 부양하고 있으며, 부모가 병들거나 사망한 뒤 당사자가 어떻게 생계를 유지할 것인지에 대한 불안이 커지고 있음. 이 문제는 취업 여부만이 아니라 생존과 생활보장의 문제이기도 함.
- 저자는 히키코모리 문제를 단순한 청년취업 문제가 아니라 사회복지의 새로운 과제로 보아야 한다고 주장. 논문은 고연령 히키코모리자의 취업 자립이 어려운 이유로 크게 두 가지를 제. 하나는 나이이고, 다른 하나는 히키코모리 기간. 일본의 취업시장에서는 나이가 중요한 차별 요인으로 작용하며, 장기간의 공백은 이력서상 불리하게 평가됨. 특히 기존의 프리터·니트 대책이나 청년 취업지원 사업은 대체로 35세 미만을 중심으로 설계되어 있어, 35세를 넘은 히키코모리자는 지원 대상에서 벗어날 위험이 큼.

- 논문의 핵심 주장은, 고연령 히키코모리자 지원이 개별적 지원에서 지역사회 지원, 나아가 제도정책으로 연결되어야 한다는 점. 저자는 이를 사회복지의 관점에서 미시 영역 → 중간 영역 → 거시 영역으로 설명. 즉, 먼저 당사자 개개인의 상황에 맞는 세심한 지원이 필요하고, 다음으로 지역사회 내 기관·단체 간 연계와 협력이 필요하며, 최종적으로는 이러한 경험과 목소리를 제도와 정책에 반영해야 한다는 것.
- 결론적으로 이 논문은 고연령 히키코모리 문제를 개인의 의지 부족이나 가족의 책임으로만 볼 것이 아니라, 사회적 배제와 제도적 공백의 문제로 보아야 한다고 주장. 향후에는 취업 자립만을 목표로 하기보다, 생존과 생활보장, 사회적 관계의 회복, 안전한 거처 제공, 중간적 취업 기회 마련, 지역사회 기반의 포괄적 지원체계 구축이 필요하다고 제언.

경청해 주셔서 감사합니다.

26



김명중(金明中)

jusarang3502

