

‘미래 사회의 환경과 식생활교육의 방향’에 대하여

노 희 경 (조선대학교 식품영양학과)

미래사회에는 인구학적으로 노인 연령층이 더욱 증가하나 전통적인 과거의 식사 섭취패턴이 변화하면서 심혈관질환, 뇌혈관질환 및 기타 만성퇴행성질환이 암과 함께 계속해서 사망의 주요 원인이 될 것이다. 더욱이 사회변화에 따른 환경의 오염과 파괴로 식품오염문제가 건강저해 요인이 될 것이다. 또한 많은 수입식품이 다량으로 유입될 것이며 식품산업 발달과 함께 다양한 기능성 식품, 건강 식품, 인스턴트 식품 등이 시장에 많이 유통되어 소비자들의 식품선택의 폭이 넓어짐과 동시에 식품선택의 중요성이 더욱 부각될 것이다.

건강과 관련한 많은 검증되지 않은 정보가 대중광고 매체를 통해 들어와 국민들은 ‘허와 실(true & false)’을 구별하는 능력이 요청되고 올바른 식품을 선택하고 건강을 위해 실천을 해야 하는 시대에 살아야 할 것이다.

미래사회에도 도시와 농촌간의 식품섭취, 영양소 섭취 양상이 달라서 지역간에 다른 영양적인 문제를 야기시킬 것이며 각 계층간에도 이러한 현상이 나타나 영양불량인 빈혈 등 영양결핍과 비만 등의 영양과잉이 공존하는 양극화 현상을 보일 것이다.

이리하여 변화하는 미래에는 삶의 질을 높이기 위하여 무엇보다도 생활양식과 환경을 개선시켜 건강을 증진시키는 방향으로 나아가야 할 것이다. 건전한 식습관을 통하여 올바른 식생활을 실천하는 것이 여러 만성적 질환의 예방 치료에 필수적이기 때문에 바람직한 식생활로 이끌기위한 영양 교육 매체가 필요할 것이다.

이러한 매체는 지역사회의 계층, 연령에 따른 다양한 프로그램으로 개발되어 지역 주민에게 제공되어야 하며 경제적으로 취약한 집단에게는 경제적, 합리적인 식품공급 model이 제시되어야 할 것이다. 또한 임산부에게는 모유수유율을 높이기 위한 교육 프로그램이 산전에 제공되어야 하며 직장인의 영양상태개선을 위한 교육 프로그램과 소

비자들이 현명하게 식생활 관리를 할 수 있도록 과학적, 합리적으로 식품을 선택하고 많은 정보속에서 '허와 실'을 구별하는데 도움을 줄 수 있는 프로그램이 제공되어야 할 것이다.

대학에서는 이러한 시대의 요구에 부응하여 국민의 올바른 식생활 정착을 돕기 위한 방향으로 교과과정을 운영하여야 할 것이다. 입체적이고 다양한 매체의 활용을 통한 교육 프로그램의 개발을 위해 컴퓨터 계통 교과목이 운영되고 인간의 심층과 사회를 이해할 수 있는 교육심리학, 사회학 계통의 교과목과 경제, 환경, 농업, 문화적 요인과 식품, 영양을 관련시키고 통합시킨 교과목 등이 개설되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 채범석. 한정호. 한국지역사회 영양의 현황과 전망, 지역사회영양학회지 1(1) : 9-27, 1996.
서은경. 지역사회에서의 영양개선사업 활성화 대책, 지역사회영양학회지 1(1) : 114-122, 1996.
모수미. 지역사회 영양학의 역할 및 필요성, 지역사회 영양학회지 1(1) : 102-103, 1996.
김혜련. 국민건강증진을 위한 영양부문의 2000년 잠정목표와 전략 1(2) : 161-177, 1996.
문수재. 영양과 건강, 신광출판사, 1993.