

영유아를 위한 영양교육의 방향

구 재 옥

한국방송통신대학교 가정학과

The Present Status and Future Scheme in Nutrition Education for Infants

Jaeok Koo

Department of Home Economics, Korea National Open University, Seoul, Korea

1. 영유아기의 영양교육 중요성과 영양교육환경 변화

우리나라의 옛말에 '세살 버릇 여든까지 간다'라는 말이 있다. 이는 영아기 육아의 중요성을 대변하고 있다.

영유아기는 신체적 성장과 기능적 발달이 가장 왕성하게 일어나는 시기이며 지적, 정서적 발달도 이루어진다. 이 시기는 건강하고 능력 있는 성인의 기초가 되며, 영유아들은 국가의 소중한 자산이다. 따라서 이시기의 정상적 신체적 성장과 발달뿐만 아니라 지적, 정서적 발달에 영향을 주는 요소에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있다.

영유아기의 영양은 정상적인 성장과 발달 뿐만 아니라 빈혈, 성장지연, 저영양 등 영양관련 건강 문제와 지능 발달, 비만, 충치와 후에 만성질환을 예방하는데도 지대한 영향을 미친다. 이 시기에 정상적 성장과 발달을 위하여 충분한 영양을 공급하는 것은 무엇보다 중요하다. 이 시기에는 식습관이나 식행동 뿐만 아니라 식품과 식생활에 대한 가치 형성의 기초가 되는 시기라고도 할 수 있다. 영유아기에 형성되는 식습관이나 식생활 등은 건강과 체력에 영향을 미칠 뿐만 아니라 성격이나 정서적, 지적발달, 사회생활, 대인관계, 가치관 형성에 영향을 미치게 된다.

유아들은 영양식사를 선택하는 능력을 가지고 나지 않기 때문에 식습관은 생후 식품과 식사 경험과 교육에 의해 형성된다.

영아나 유아는 아직 식품이나 식사 선택 등은 부모나 양육자에 의해서 크게 영향을 받으며 이들의 식품, 맛, 식품선택, 편식 등의 식습관은 아기에게 직접적인 영향을 준다. 따라서 부모, 특히 영유아의 어머니나 양육자 또는 보육자의 영양교육이 매우 중요하다.

영유아기의 영양교육은 직접적으로 아기에게, 영유아원이나 집에서 매스미디어를 통하여 또는 다른 소스로 실시될

수도 있으며 부모가 영양교육을 제공하기도 한다.

■ 영유아 양육 상황이 변하고 있다.

우리나라는 1~2명의 자녀를 두면서 자녀를 위해서 최선을 다하고 있다. 또한 영유아의 영양을 위해서 값이 비싸도 좋다는 제품들을 선호하고 있다. 최근 여성의 취업인구 증가와 핵가족화 현상으로 가정이 담당하던 육아기능이 영유아 보육 시설의 역할이 커지고 있다. 영유아 시설에 수용되는 영유아의 수가 계속 늘고 있으며 이러한 요구에 부응하여 보육시설이 급격히 증가되고 있다. 그러나 이러한 보육 시설의 종사자에 대한 실질적 교육의 내용이나 자질 향상을 위한 프로그램이 미흡하여 특히 영양이나 식생활 교육에 관한 내용은 더욱 미비한 실정이다.

빈곤이나 이혼 가정, 미혼여성의 출산이 증가되면서 복지 시설에 수용되는 영유아 수가 늘고 있어서 이들을 수용하는 아동복지시설과 보육사들에 대한 지도가 요구되고 있다.

또한 질병이나 환경오염, 유전적 대사 등으로 장애아나 지체부자유아, 지진아 등이 늘고 있어서 이들에 대한 영양 관리교육에도 관심을 가질 때이다.

■ 식생활에 영향을 주는 요소가 변화하고 있다.

가정부모나 보육시설, 복지시설 종사자들은 매일 TV나 신문 광고 등 설새 없이 많은 정보를 접하고 있다. 실제로 영유아나 부모, 양육자나 보육교사들에게 TV, 잡지 등 대중매체의 선전문, 각종 광고 등에서 얻는 정보는 전문적인 영양교육 보다 훨씬 큰 영향을 미친다. 또한 영유아들은 직접 TV를 보는 시간이 많고 이 TV프로그램과 광고 등에서 식생활에 대한 교육이 저절로 이루어진다. 따라서 이들 매체의 프로그램 내용, 광고 등에 대한 올바른 정보제공이 이루어지도록 하는 것도 중요한 영양교육의 분야이다.

이러한 것은 최근 급속히 확산되고 있는 컴퓨터를 통한 정보나 영양교육과 상담도 마찬가지이다.

■ 영유아 식품산업이 발달하면서 영유아의 식품생산과 가공품·외식업체가 급증하고 있다.

가정이나 보육시설에서 가공식품의 이용이 증가하고 있다. 종래 모유수유나 가정 이유식에서 조제유와 시판이유식으로 영양공급원이 변한 것도 식품생산과 상품판매에 의한 영향이 크다. 따라서 영유아 영양관리와 영양교육에서도 이 점에 주목하여야 한다.

2. 영양교육의 현황과 문제점

영유아를 위한 영양교육은 공식적이거나 비공식적으로 집에서 영아원, 보육원, 보건소, TV등 매체 프로그램과 광고, 외식업체 등에서 다양하게 실시되고 있다. 또한 부모나 보육종사자는 아동의 영양지식과 식사행동에 크게 영향을 준다. 그리고 영양교육의 프로그램 매체와 실질적 교육 내용과 활동이 영양교육 효과에 영향을 준다.

1) 영유아 영양상태와 영양 교육

최근에 발표된 우리나라 영유아의 소아 발육 표준치나 여러 연구 보고에 의하면 신체적 성장은 크게 향상되었다. 그리고 영양소의 공급상태도 호전되었으나 아직도 단백질 및 철분, 아연등의 섭취량은 권장량에 미달되고 있다. 영유아의 빈혈발생율도 높게 나타나고 있는 반면, 또한 영양과잉으로 인한 비만이 늘고 있다. 식품 선호도나 식습관 등도 크게 변화되고 있다.

영유아의 영양공급은 모유수유율 25% 내외로 미국이나 일본에 비하여 절반에도 미치지 못하는 실정이다. 또한 이유식의 도입시기는 빨라지면서 이유식은 시판 이유식품을 사용하고 있는 비율이 아주 높다. 조제분유에 의한 영양공급이 대다수를 이루고 있다. 따라서 모유 수유율 증가와 올바른 조제유 공급법, 이유식의 도입과 이유식의 이용, 이유식 공급 방법 등이 중요한 영양교육의 내용이 되어야 하며 구체적 지침이 필요하게 되었다. 이미 미국이나 일본에서도 영유아 식생활지침서 '이유를 위한 지침서'를 발표하여 사용하고 있으나, 우리나라에서는 아직 이런 공인된 지침이 나오지 않고 있다.

영유아의 건강지표로 대표적인 영아사망율을 보면, 1996년도 출생아 1000명당 7.7%이었으며, 1993년도 9.9%에 비해 향상된 수였으나, 선진국인 일본 94년도 3.8명, 미국 84명에 비하면 높은 수치이다. 이와 함께 신생아 사망율도 4.1명으로 94년도에 이미 일본은 2.0명, 미국 5.2명에 비하면 높았다. 또한 저체중아 사망비율도 54%에 이르렀고, 사

망영아의 17.8%가 선천기형을 갖고 있었다. 영아가 사망한 산모의 수를 연령별로 보면, 20세 미만은 7.2명인데 비해 35세 이상은 10.7명, 40세 이상은 17.8명으로 크게 증가된 것을 볼 수 있다. 또한 임신부의 빈혈율도 30~40%로 높게 나타나고 있다. 임신부 관리의 문제점으로 제시되었으며, 영아의 건강과 출산을 위한 임신부와 가임기 여성의 건강과 영양교육이 실시되어야 할 필요성이 제기된다. 임신부의 건강은 건강한 영유아의 기본이기 때문이다.

최근 미국에서는 'Healthy People 2000'을 발간하고 'Healthy People 2010'까지 목표 제시하고 있다. 영유아의 목표로 제시된 내용을 보면 모유 수유율은 분만 초기에 75%, 생후 6개월에는 50%에 도달하며 영아 사망을 감소, 태아사망율 감소, 영유아 성장지연 감소, 모성사망율 감소(5.0명/100000명당), 1일 칼슘원 식품을 평균 3회이상 섭취, 철분 결핍증 감소 등이 포함되고 있다.

따라서 우리나라에서 영유아의 영양목표를 분명히 제시하여 영양사업과 영양교육을 실시하여야 할 것이다. 또한 실제 식생활 지침서, 교육프로그램, 실천방안 등을 제시해 주어야 한다.

미국의 Head Start와 Nutrition Education Training Program에서는 영유아 영양교육의 목표를 제시하고 있으며, WIC Program은 영유아 건강증진 영양교육의 좋은 예이다.

2) 보육시설의 영양교육

보육시설은 신체성장이나 정서적, 지적발달에 중요한 시기이며 식습관, 식사행동양상이 형성되는 시기의 영유아를 맡아 육아뿐만 아니라 영양관리와 교육을 하여야 한다. 우리나라의 보육시설의 증가와 원아들의 증가로 볼 때 이들의 급식과 식생활 교육은 매우 중요하게 대두되고 있다. 보건복지부 통계에 의하면 영유아 보육시설은 해마다 증가하고 있다. 보육시설(0~5세 아동) 및 보육 아동 현황을 보면 국공립, 민간, 직장, 가정 보육시설 등은 1997년 3월 현재 13315개소 45666명으로 집계되었다. 보육시설은 1990년말 1919개소에서 96년말 12098개소로 80% 증가하였고, 아동은 48000명에서 403000명으로 증가하였다. 이는 전체 영유아의 50%에 달하는 수준이다.

보육 교육기관에서 실시하는 영양교육은 영양과 건강관련된 내용을 학습 영역별로 연계시킨 수업을 통하여 이론적인 것과 간식의 급식과 점심급식을 통한 식생활지도 차원의 교육이 있다. 유아원 간식을 통한 식사예절 지도와 간식 시간, 점심 급식을 이용한 영양교육이 이루어지고 있으나 그 수준은 매우 낮았다. 건강, 사회, 탐구, 언어등을 지도하는

교육 활동과 실행도를 조사한 것에서도 구체적 영양교육 내용은 아주 미비하였다. 이는 교사들의 전문 지식 결여와 함께 유치원 교육과정에서 영양에 대한 비중이 낮기 때문이다.

유치원 교사들의 간식 급식에 대한 참여도와 영양에 대한 인지도를 보면 교사들의 70~80%가 간식을 계획하고 간식 지도를 하지만 영양관련 과목의 이수율이 적기 때문에 영양 관리에 대한 자신의 교육이 아주 필요하다고 지적하고 있다. 따라서 교사들을 대상으로 정규 대학이나 사설 교육기관에서 보육사 양성 등에서 또한 보수 교육에서도 실질적 영양지도가 이루어지도록 한다.

보육시설의 확대는 보건복지부의 중요한 사회복지 서비스 중 아동 복지의 일환으로 막대한 예산 지원으로 이루어지고 있다. 그러나 보육 시설의 영유아 영양 및 식사지도에 관한 교육 프로그램이 매우 미흡한 실정이며, 영양교육 과정이나 교재도 개발되어 있지 않은 실정이다.

3) 보건소의 영양교육

최근 우리나라에서도 국민 보건 향상과 삶의 질을 증진시키기 위하여 국민 보건 교육 보급과 만성질환 예방을 위한 식생활 교육을 강화하고 있다. 각 지방자치 단체에서는 보건소와 복지관 등을 통해서 영양사업이 이루어지고 있다. 특히 보건소에서 영유아를 위한 영양교육 및 상담을 실시하고 있다.

전국보건소에서 실시하는 영유아 관리 및 교육은 예방접종, 구강보건, 이유식실시지도, 성장발육상태 월별판정, 지체장애, 심장질환아동의 발견지원, 편식교정, 장애아 치료 서비스 지원 등의 일이었다. 영유아 상담내용은 성장발육 체크, 질병관리상담, 이유개시시기, 모유수유방법, 이유식, 조제분유선택 및 수유방법, 이유식이었다. 현재 보건소 영양 사업 요구도는 실무자들은 질병의 예방과 위생교육 등 예방차원의 사업이 필요하다고 생각하는 경향을 보인 반면, 어머니들은 조리지도 및 식단 작성 등 실무적인 정보를 원하는 것으로 나타났다. 특히 영유아모의 영양관리 프로그램 요구는 영양 공급법, 이유식의 체계적인 실시, 어린이의 편식교정, 바람직한 식습관의 형성교육, 모유 수유의 구체적 방법 등을 원하였다.

어머니의 영양지식과 태도의 변화를 유발하는 영양교육은 영유아의 영양관리에 있어서 매우 중요하고 영유아의 신체 성장 및 발달 영양정보, 식단작성 및 조리지도 등에 대한 체계적인 내용이 포함된 영양교육 프로그램이 요구되고 있다.

보건소에는 실제 전문지식을 가진 영양사가 극히 일부 배

치되어 있을 뿐만 아니라 영양관리 업무가 과도한 실정이다. 따라서 이러한 시, 군, 구의 보건소 영양사의 배치 뿐만 아니라 이들에게 영유아 영양교육을 위한 지침, 자료, 지원과 자질 향상을 위한 기회가 확대되어야 할 실정이다.

4) 대중 매체와 영양교육

영유아나 부모, 양육자들에게 TV등 대중매체와 선전문, 각종광고 등의 정보의 영향은 전문적인 영양교육의 영향보다 훨씬 크다. 최근에는 영유아를 위한 전문잡지 등이 출간되어 부모들에게 많은 점심을 제공하고 있는 실정이다.

부모나 보육시설에서 양육하는 경우 영유아들이 TV를 보는 시간이 많고, 또한 양육자나 보육시설 종사자 등도 모든 가치나 판단기준을 그 정보로부터 전개하는 경우가 많다. 잘못된 영양정보나 광고 등은 한 번 방영되거나 신문이나 잡지를 통해서 전달된 경우 바로 잡을 수 없을 만큼 영향력이 크기 때문에 사전에 이를 모니터링하고 올바른 정보를 제공토록 하여야 한다. 영유아들은 TV프로그램이나 광고로부터 자연적으로 영향을 받게 된다. 폭력장면이 인성을 폭력적으로 바꾼다는 것은 자주 거론되고 있으나, 식품광고나 연속극, 어린이 프로그램의 먹는 장면에 대하여 거론되는 것은 없다. 국민의 심신 건강 측면에서 이제 이 부분에도 관심을 가질 때이다.

몇 년 전 '이상구 신드롬'이라는 말이 나올 정도로 인기 있는 TV 프로그램은 국민 전체의 식생활에 큰 영향을 주었던 적이 있다. 이때 교육을 받은 고학력 주부들까지 자기 아기에 고기는 물론 달걀, 우유도 주지 않을 정도였다. 질병가능자, 연령 등을 제한하지 않고 불특정 다수의 식생활을 오도하는 사례로 지적될 수 있다. 그리고 그 때 영양학계 아무도 그것을 비판하고 대중매체에 기고, 출연한 적도 없었다. 이러한 점은 다같이 적극적으로 대처해야 할 부분이다. 이러한 대중 매체에 적극적으로 참여하여 방송출연에 응하고 산업체 지문 등 올바른 영양교육이 사전에 이루어지고, 사후 교정될 수 있도록 적극적인 자세가 필요하다.

5) 컴퓨터에 의한 영양교육

건강과 영양에 대한 정보는 대중매체뿐만 아니라 학계, 급식관리업체, 식품생산업체 등 어느 누구든 만들어 컴퓨터 가상공간에 정보를 제공하는 시대에 접어들었다. 컴퓨터를 이용하여 쇼핑하고 정보를 얻는 이들에게 이러한 정보들은 대중매체에 못지 않은 영향력을 가진다. 요사이 웹사이트에는 각종 건강 영양정보들이 계속 증가추세에 있다. 컴퓨터를 활용한 영양교육과 상담도 일부 시도되고 있는 시점이다. 그러나 이러한 정보들은 올바른 영양, 건강 정보보다는 제품선전이나 광고로 활용, 효능의 검증이 없는 건강식품

등이 주류를 이루고 있다. 올바른 정보를 필요로 하는 사람들에게 혼란을 야기 시킬 뿐 아니라 경제적손실과 건강의 해까지 주고 있다.

아직 한국에서는 영유아 영양에 관한 정보가 발달되어 있지 않으나, 앞으로 크게 증가될 전망이다. 외국의 Dole사에서 만든 영양교육 프로그램은 매우 효과적인 영유아 프로그램의 좋은 예이다.

6) 영유아 식품산업과 영양교육

영유아를 위한 식품 생산과 가공품, 외식업체가 급증하고 있다. 영아용 조제유, 이유식, 유가공식품, 육가공식품 등과 냉동식품 등의 생산이 해마다 크게 증가하면서 상품 판촉을 위한 광고를 하고 있다. 모유 수유를 권장하기 위하여 세계적인 조제유의 광고를 금지하고 있는데 이유식을 선전하면서 그 이면에 조제유가 함께 선전되고 있는 현실이다. 상품 광고에서 올바르지 않은 영양정보, 과대 선전 등이 그대로 소비자인 부모에게 소비 증가로 나타나고 있다. DHA첨가, 칼슘 첨가 제품 등은 가격이 그 원가에 비해 아주 높게 책정해도 소비되고 있는 실정이다. DHA함유 제품의 경우 첨가하지 않는 조제유에 비해 훨씬 비싸더라도 아기의 두뇌발달에 좋다는 말을 믿고 사는 것이다. 그러나 두뇌발달에 그 첨가가 유효한지는 학계에서도 이견이 많다.

우리나라의 부모들은 자식을 키우는데 다른 부모들과 경쟁심을 갖는다. 그래서 합리적 기준보다 심리적인 면의 소비행동이 더욱 강하게 작용하여 아기용품, 아기용 조제유, 이유식 선택과 소비에서도 나타난다. 이는 모유 수유를 적게 한다는 보고서에서도 지적되고 있다.

일부 유아용 식품산업체에서 영양교육이 일부 실시되고는 있지만 제품과 연관되게 실시하고 있다. 따라서 이러한 소비자를 위한 적절한 올바른 정보제공과 판단기준을 제시하는 것이 필요하다.

■ 영양교육의 문제점

이상의 영양교육 현황으로 볼 때 다음과 같은 문제점으로 요약할 수 있다.

첫째, 영유아 영양교육의 내용과 목표가 분명하게 정립되어 있지 않다.

또한 영유아 식생활 지침서 프로그램, 교육과정 등이 매우 미비한 실정이다.

둘째, 영유아 영양교육의 주체가 가정에서 보육시설, 보건소, 대중매체, 인터넷 등 다양화되고 있다.

셋째, 영양교육의 여건이 복잡하고 다양화되고 있다. 정부의 취업의 증가 경제 여건 향상, 식품산업의 발달로 가정 내 식생활에서 가공식품이용, 편이식품, 외식의 증가 등이

일어나고 있으며 TV 등 매체와 다양한 정보들이 영유아 영양교육에 크게 영향을 미치고 있다.

넷째, 보육시설급증, 보건소 이용증가, 복지시설아동 등의 요소와 함께 이들 시설의 종사자들에 대한 자격과 영유아 건강과 영양관련 내용의 교육이 미비하며 따라서 영양관리와 교육에 자신감이 결여되고 소홀히 다루어지고 있다.

다섯째, 각종 매체나 컴퓨터 등을 통하여 영유아에 영양과 건강 식품 등에 대한 선별이 없이 제공되어 올바르지 못한 정보들에 의해서 영양관리 영양교육의 내용, 방법들이 오도될 우려를 낳고 있다. 영유아를 위한 식생활에도 영향을 주고 있다.

3. 영양교육의 발전 방향

첫째, 영유아의 영양교육의 내용과 목적이 확립되어야 한다.

영양교육의 내용은 식품은 무엇인가, 식품은 어디서 오는가, 식품과 건강은 어떠한 관계가 있는가, 식품은 어떻게 생산되고 소비되는가 등을 포함하여 영양과 건강, 식품과 영양소, 식습관 내용과 나아가 식사행동, 식문화로 넓혀 나가야 하며 이를 위한 식생활교육을 목표로 분명히 확립되어야 한다.

둘째, 영양 교육 프로그램 개발과 교육 지침서 등이 개발되고 제공되어야 한다.

영유아의 영양교육 활동은 유아가 그것에 대하여 알고자 하는 호기심을 불러일으켜 참여하려는 동기를 갖도록 재미있게 구성되어야 한다. 실제 유아전기에도 유아는 식품을 선택하는데 적극적인 역할을 하고 있다. 교육은 신체적, 지적 발달과정에 적합한 내용으로 다양한 교수자료를 준비하여 전개하여야 하며, 행동으로 이어져 식습관이 형성되도록 반복 지도하여야 한다. 교육 내용은 일관성이 있어야 영양교육활동은 이야기 나누기 시간, 자율 활동 시간, 대소 집단 활동시 음악, 동화, 요리하기 등에 포함시켜 이루어지고 있으며, 간식 및 점심시간을 통하여 이루어지도록 프로그램과 지침서 등이 일상생활에서 구체적인 내용이 포함되어야 한다.

셋째, 방송이나 대중 매체 등을 활용하여 영유아 영양교육과 올바른 영양정보제공의 기회를 확대하여 나간다. 보육기관이나 가정에서의 교육의 영향은 공간적으로 제한되어 있고, 영유아나 부모·보육교사·매체제작자 등에서도 이러한 영양정보나 영양교육은 그 영향력이 크기 때문이다.

넷째, 영유아에게 영양, 건강정보를 제공하기 위하여 영유아 건강, 영양, 식생활, 영유아 발달 등에 관한 내용을 정보 필요자에게 알맞는 수준으로 재가공 하여 실질적으로 도

움이 되도록 제공할 필요가 있다. 실시되고 있는 영양교육, 자료나 프로그램 등을 공유하여 효과적으로 이용되도록 있도록 한다.

다섯째, 보육시설, 보건소, 매체 제작자들에게도 영양교육자료나 지침서 등은 영양교육이나 프로그램을 계획할 수 있게 하고 영양교육 프로그램 수립과 수행을 용이할 수 있다. 그리고 효과 있게 진행시킬 수 있는 계기가 될 것이다. 영유아의 영양교육은 영유아, 교사, 부모로 분류할 수 있지만 영유아의 식생활에 영향을 주는 교사, 보육자와 부모의 연계교육이 매우 중요하다.

여섯째, TV 프로그램, 제작자, 작가, 기자 등의 영양교육. 자료제공과 책임의식의 고취가 필요하다. 영유아에게 영향을 주는 TV프로그램, 만화, 연속극 등의 제작자, 작가들에게 그들이 하는 작업내용이 국민과 영유아의 건강과 식생활, 영양 등에 얼마나 영향을 주는지를 일깨워 책임의식을 갖게 할 뿐 아니라, 올바른 정보제공을 하도록 하는 자료를 제공하여야 한다.

미국의 TV 프로그램중 만화영화 '뽀빠이'는 의도적으로 시금치 섭취를 증진시키기 위한 영양교육 프로그램을 제작, 방영함으로써 특정 식품의 섭취를 증진시키는 전기를 제공한 성공적인 사례이다.

일곱째, 수없이 제공되는 영양정보에 대한 평가와 올바른 영양정보와 효과 있는 영양 프로그램들을 찾아서 제공하여야 한다. 이는 영유아 교육의 직접, 간접 수행자들에게 시간 절약과 올바르게 교육을 할 수 있도록 한다. 이러한 작업을 제공되는 영양정보에 대한 검색과 평가에 의해서 이루어져야 한다. 관련 영양·건강·매체·보육·심리·사회 등 다양한 학자나 학회 종사자들이 함께 공동 작업하여 공인된 권고, 평가 등을 수혜자에게 알려야 한다.

여덟째, 유해한 정보나 유해식품 등에 대한 선별표시제도, 식품표시제도 등에 대하여 공인된 기관이나 전문적 시민단체 등의 역할이 증대되어야 한다. 영유아, 식품산업 유해식품, 식품표시 등에 대하여 시민단체나 정부의 지속적 감시와 행정적 지원이 함께 이루어져야 한다.

아홉째, 영양건강, 보육, 영양에 관련된 학자, 실무자, 정책담당자들의 역할이 증대되어야 한다.

열번째, 영양교육에 관한 연구가 활발히 진행되어 자료나 프로그램 개발에 이바지 하여야 한다.

영유아를 위한 교과와 자료들을 평가해야 한다. 많은 지도 자료를 만드는 것도 중요하지만 올바른 지식의 토대 위에 쉽게 받아들여 질 수 있도록 만들어져야 한다. 장기적인 영양교육 프로그램이 개발되어야 한다. 아동들의 식품선호도, 식품선택기술, 영양개념 등에 대한 장기적 연구 결과의

토대 위에 만들어야 한다.

영양지식과 태도, 선호나 식습관에 미치는 영향에 대한 연구가 수행되어야 하며 앞으로 영양적인 기능장애 문제나 위험 있는 가계나 이동에 대한 유전적인 대사장애 등의 연구가 필요하다.

■ 영양교육이 실질적 식생활교육으로 확대, 정착하기 위해서는 식생활교육으로 하는 것이 실질적 내용과 결부되어 호소력을 얻을 수 있다.

참고문헌

- 구재옥·최경숙(1998) : 보건소 영양사업 실태와 보건소 종사자와 영유아 어머니 대상 영양사업 요구도. *대한지역사회영양학회지*
- 구재옥(1999) : 건강증진을 위한 보건소 영양사업의 모델 개발. 연구 보고서
- 김기태(1999) : 국민건강관련정보의 역할과 중요성. *대한영양학회. 식품영양모니터링 심포지엄* 언론매체에 비친 식품, 영양정보, 이대로 좋은가? 10
- 김영옥·이기룡·이민표(1998) : 아동보육시설의 운영실태와 발전 방안 모색에 관한 연구 - 대전광역시 아동보육시설을 중심으로. *영유아 보육학*. 16집. 249-286
- 김초일(1999) : 국민영양 교육 연구전략. 국민영양교육현황과 방향초록. 가진회. 경희대 식품영양학과 임상연구소 주최. 10
- 김현숙(1999) : 방송매체에 나타난 식품영양정보. 식품영양모니터링 심포지엄. 언론매체에 비친 식품, 영양정보, 이대로 좋은가? 10
- 대한영양사회(1997) : 지역사회 영양사업 지도서 - 보건소 영양사업 을 중심으로 -. *대한영양학회*
- 대한영양사회(1998) : 보건소 영양사업 사례집. 대한영양학회
- 모수미·최혜미·박양자·구재옥(1999) : 지역사회영양학. 방송대 출판부
- 모수미(1990) : 우리나라 영양교육의 현황과 개선방안. *한국영양학회지* 23(3) : 208-212
- 박영숙·이정원·서정숙·이보경·이혜상(1998) : 영양교육과 상담. 교문사
- 박혜련·임영숙 : 이유기의 이유식 섭취방법이 학령 전 아동의 식습관, 기호 및 철분영양상태에 미치는 영향 연구
- 보건복지부(1998) : 대한영양학회. 영유아 보육시설의 영양관리 현황 보고서. 대한영양학회
- 보건사회부(1997) : 보건복지백서
- 손숙미(1999) : 인쇄매체에서 나타난 식품영양정보. 식품영양모니터링 심포지엄. 언론매체에 비친 식품, 영양정보, 이대로 좋은가? 10
- 안홍석·임희진(1994) : 유아기 어린이의 영양인식과 관련된 요인 분석. 영양인식 평가 및 식생활 참여 정도. *한국식생활문화학회지* 9(3) : 311-321
- 양일선·곽동경·한경수·김은경(1995) : 탁아기관 교사 및 원장을 위한 영양교육 훈련 프로그램의 개발 필요성 평가. *한국영양학회지* 26(5) : 639-650
- 양일선·김은경·채인숙(1995) : 탁아기관 유아를 위한 영양교육 프로그램의 개발 및 효과평가. *한국영양학회지* 28(1) : 61-70
- 이영미·이기환(1996) : 유치원 교사들의 영양지식 및 간식 급식에

- 대한 태도 조사 연구. *지역사회영양학회지* 1(3) : 423-432
- 이영미(1999) : 영양개선을 위한 급식관리 및 교육활동의 개발 방향. *국민영양* 18 : (10)
- 최영선(1999) : 국내의 영양관련 webpage자료 및 영양정보화 현황. *한국영양학회. 추계학술대회 초록*. 11
- Joint Committee on National Health Education Standard(1995) : *National health education standard : Achieving health literacy*, Atlanta, GA : American Cancer Society
- Martz LR, Cross MZ, Rush JM(1997) : *Health, safty, and nutrition for the young child*. 4th ed. Delmer. Pub. co
- U.S. Dept. of Health and Human Services(1997) : *Office of Disease Prevention and Health Promotion. Developing Objectives for HEALTHY PEOPLE 2000*. 9
- Conterro. I(1996) : The Effectiveness of Nutrition Education and Implications for Nutrition Education Policy, Program and Research, A Review of Research. *J of Nutr Edu* 27(6) 291-338