

【P1-15】

경남지역 중학생의 쌀 음식에 대한 기호도, 지식 및 가치관 조사

윤현숙, 정필남

창원대학교 식품영양학과

A Study on Middle School Student's Preference, Knowledge, Perception for Rice Food in Kyungnam Area

Hyun-Sook Yoon, Pil-Nam Jung

Department of Food and Nutrition, Changwon National University, Changwon Korea

쌀이 한반도에 전래된 것은 약 4300년 전으로 우리 민족은 아주 오랜 벼농사의 역사를 가지고 있으며, 우리식생 활 문화와 역사는 쌀을 제외하고는 논할 수 없는 벼농사 문화라 할 수 있다. 쌀은 그 우수성에 관한 연구 결과들에 의하면 콜레스테롤 저하효과, 혈압조절기능, 당뇨병예방, 암 예방효과, 돌연변이 억제 효과 등이 있는 것으로 밝혀졌다. 이처럼 쌀이 훌륭한 식품임에도 불구하고 최근 국민 전체 특히 청소년들의 식성이 서구화, 세계화 되면서 쌀 밥 중심의 전통적인식생활에서 패스트푸드나 인스턴트식품으로 식생활이 변화 되었다. 이러한 식생활 변화는 비만, 당뇨병, 고혈압, 고지혈증등 각종 만성질환의 발병률을 높이고 있는 원인이 되고 있으며 청소년에게도 이러한 성인병의 발병률이 높게 나타나 심각한 사회 문제로 떠오르고 있다. 이에 본 연구에서는 성장이 왕성한 중학생들에게 쌀 중심의 건강지향적인 식습관 형성에 기여할 수 있는 영양교육 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고 자 경남에 위치한 섬지역(사랑도, 육지도, 한산도)과 진주시, 김해시, 마산시, 진해시에 위치한 중학교 남, 여학생 1,289명을 대상으로 쌀음식에 대한 기호도, 섭취빈도, 지식, 가치관 등을 설문, 조사하고 분석 하였다. 쌀 음식은 77.7%가 좋아하는 것으로 나타났고, 지역별로는 섬지역이 84.2%로 가장 높고 진해시가 70.9%로 가장 낮게 나타났다($p<0.01$). 그러나 쌀 섭취 빈도는 김해시가 가장 높고 섬지역이 가장 낮게 나타나 유의적인 차이를 보였다. 밥을 좋아하는 이유는 '매일 먹는 주식이라서'가 48.6%, '맛이 있어서' 23.5%, '반찬을 골고루 먹을 수 있어서' 18.6%의 순으로 나타났으며, 섬지역이 다른 도시지역에 비해 '반찬을 골고루 먹을 수 있어서', '영양이 풍부해서'에서 인식이 높게 나타났다($p<0.01$). 하루에 밥을 먹는 횟수는 두 끼 이상이 97.0%였으며 지역별로 보면 '매끼니 마다'는 진주시(74.3%)가 가장 높고, 섬지역(57.1%)이 가장 낮은 반면, '하루에 2번'은 섬지역이 39.8%로 가장 높았다($p<0.01$). 밥 대용 음식으로 면종류(72.2%)가 가장 높게 나타났고, 섬지역(80.5%)이 도시지역에 비해 면종류의 섭취가 유의적으로 높게 나타났다($p<0.01$). 밥류 및 일품식의 기호도는 5점 만점에 김치볶음밥(4.60), 볶음밥(4.58), 김밥(4.51), 오므라이스(4.50), 비빔밥(4.46), 카레밥(4.32) 순으로 일품식에 대한 기호도 높은 반면, 감자밥(3.02), 영양밥(3.18)은 비교적 낮은 기호도를 보였다. 죽류 및 편의식은 삼각김밥(4.43), 닭죽(4.08)이 4점 이상으로 기호도가 높은 반면, 잣죽(2.76)이 낮은 기호도 보였다. 떡류의 기호도는 송편(4.33), 인절미(4.25)가 4점 이상으로 높았고, 개피떡(2.46), 콩떡(2.89), 호박떡(2.94)등은 기호도가 낮았다. 간식류의 기호도는 떡볶이(4.69), 식혜(4.44), 떡꼬치구이(4.42), 쌀과자(4.33), 쌀빵튀기(4.20)등이 높게 나타났고, 특히 진해시는 밥류 및 일품식, 떡류, 간식류의 기호도가 낮게 나타났다. 쌀음식의 섭취 빈도는 밥종류는

매일, 간식·과자류는 1주에 1회 정도, 일품식 및 편의식은 1달에 1-2회 정도, 죽종류는 1달에 1회 정도 먹는 것으로 나타났으며 도시지역이 섬지역에 비해 높게 나타났다($p<0.01$). 쌀에 대한 지식점수는 20점 만점에 13.42점으로 나타나 중학생의 쌀에 대한 지식이 비교적 낮음을 알 수 있었고, 변인에 따른 차이는 없었다. 쌀에 대한 가치관 평가는 평균점수 50점 만점에 41.16점으로 높게 나타났으며 진주시와 김해시가 섬지역과 진해시보다 유의적으로 높게 나타났다($p<0.01$). 쌀에 대한 지식은 쌀에 대한 가치관($r=0.281$, $P<0.01$), 쌀음식 기호도($r=0.133$, $P<0.05$)와 양의 상관관계를 나타내었고, 쌀에 대한 가치관은 쌀음식 기호도($r=0.404$, $P<0.01$)와 유의적인 양의 상관관계를 나타내었다. 이상의 결과로부터 다음과 같은 제언을 할 수 있다. 쌀에 대한 과학적인 지식을 관련 교과목에 수록 하고, 실습을 통하여 기호도가 낮게 나타난 떡류, 죽류 등을 직접 만드는 과정을 체험하게 하며, 쌀 음식에 대한 기호도를 높이기 위하여 쌀에 대한 지식과 가치관을 고취시킬 수 있는 프로그램 개발이 필요하다고 하겠다.