

## 一部 中高等學生의 偏食 實態狀況에 關한 調查研究

忠北大學校 家政教育科

元 載 嬉

=Abstract=

### A Study on the Unbalanced Diet of Junior and Senior Students

Jae Hee Won

Through the questionnaire inquiry from April 1st to 10th, 1974 with 393 students in Woonho, Saekwang junior and senior highschool and Daisung, Ilshin girls' junior and senior highschool in Chungju, Choong Cheong Buk Do, I surveyed the general circumstances of students and their unbalanced diet on total 199 foods and causes of the unbalanced diet and regard the 21 boys and 29 girls who don't like to eat more than 30 foods from the given 47 protein-foods which are needed by students who are now in the stage of growth.

This study is concerned with their circumstances and the causes of their ill habit of eating.

1) As to their distribution of age, 14 and 18 year old boys were six (28.5%), 11 and 13 year old girls were eleven (38.1%). In the survey on their height, 6 boys (28.5%) were from 146 cm to 150 cm and 11 girls (38.1%) were from 146 cm to 150 cm. On the weight, 7 boys were from 36 kg to 40 kg(33.7%), 10 girls were from 36 kg to 40 kg (34.0%). We can see that ill habiters of eating were more weaker than other students from this data.

2) In the survey of educational level of their housewife it was found that number of graduates of the primary school is thirty (60.0%). So we can derive the fact that they don't make any variety in their daily table for their family.

3) As to their living standard, 19 boys (90.4%) and 27 girls (93.3%) belong to the middle class, low and high class were a little. This indicates the general living standard of Korea, because in common sence we regard the riches are the more ill habiters of eating.

4) 8 boys (36.8%) and 8 girls (26.8%) were the first children in their homes.

This indicates the fact that housewife happen to make the first child as the ill habitier of eating because their lack of experience to give various food for their children.

As to the survey on their infant nutriments, 41 students (80.2%) were fed by mother's milk.

5) Upon the causes of the unbalanced diet on a certain food, 34 boys (82.7%) and 45 girls (64.6%) were because of appearing to that food, 10 boys (40.8%) and 18 girls (61.5%) were because of the characteristic fragrance, 11 boys (52.4%) and 17 girls (58.1%) were because they have never eated that food till now, 34 boys (19.3%) and 5 girls (17.0%) were because of the bad appearance of the food.

So housewife should study various ways of cooking daily meals at home and try to give their children who are in the stage of growth to be able to eat wider kinds of foods for the improvement of health.

生을 對象으로 偏食 實態狀況을 調查研究하였다.

### I. 緒 論

營養은 우리몸을 한층 健康하게 하는데 있으며, 다 시말해 잘 자고, 잘 자라고, 일 잘 하고, 工夫 잘 하고, 잘 먹고, 疲勞를 느끼지 않고 愉快한 마음으로 自己의 天命을 마칠수 있게 健康狀態를 維持하는 것이 올바른 營養이라 할 수 있다.

營養이 좋고 나쁜것은 健康을 支配할뿐 아니라 일을 增進시킬 수도 있고 低下시킬 수도 있다. 營養의 差異로 인한 身體變化는 오랜 時間에 集積하여 遺傳的 素質의 差異를 가지게도 되므로 營養은 健康뿐 아니라 體質에도 影響을 미친다. 그러므로 合理的인 營養生活은 우리가 必要로 하는 各種 營養素를 必要한만큼 每日 每日 攝取하는데 있다.

日常生活의 食生活에 있어서 平常時 좋지 못한 食習慣으로 因하여 또는 家庭事情으로 因하여 不均衡한 食生活을 한다든지 飲食에 좋고 나쁜 觀念이 強해 嗜好에 依한 食生活을 한다는 것은 좋지 못한 일이며 우리 人間이 살아가는데 身體에 여러가지 障害가 일어날 수 있다. 특히 우리가 必要로 하는 各種 營養素 중에 蛋白質은 構成要素로서 身體組織細胞를 構成하며 體內에서 各各 目的에 따라 여러가지 形態로 存在하고 있는 重要한 營養素이다.

그러므로 成長發育期에 있는 學生들이 偏食으로 因하여 충분한 蛋白質을 攝取하지 못한다면 身體의 成長發育이 低下되고 모든 器管이 正常的이 못되고 어떠한 障礙가 일어날 것이다. 그러므로 偏食學生이 어떤 食品들을 싫어하며 生活環境과는 어떤 關係를 가지며 偏食하는 理由가 무엇이며 그중 여러가지 食品中에서 蛋白質 偏食이 成長發育에 어느 程度 影響을 주는지 그 實態를 파악함은 意義있는 일이라 生覺되어 中高等學

### II. 調查地域의 學校 및 調查對象者

調查學校는 第1表와 같이 忠淸北道 淸州市內에 있는 운호남자중고등학교, 세광남자중고등학교, 대성여자중고등학교, 일신여자중고등학교를 選擇하여 各學校의 中 2學年學生과 高 2學年學生 393名을 任意로 選擇하여 調查하였다.

### III. 調查期間 및 調查方法

本 調查는 1074年 4月 1日부터 1974年 4月 10日까지 第2表와 같이 說明紙를 가지고 직접 학교에 가서 學生들에게 충분히 說明한후 說明紙에 誠實히 記入하도록 하였으며 調查對象者의 全般的인 生活環境 調查와 各食品別로 全體 199個 食品의 偏食狀態와 14個 項目을 設定偏食理由를 調查하였다. 특히 成長發育에 必要한 蛋白質 食品인 ①~⑦項까지 46個 蛋白質 食品中에 30個以上 싫어하고 또 먹지 않으면 偏食學生으로 取扱하여 偏食學生 男子 21名 女子 27名 합해서 50名의 편食 학생의 生活環境과 偏食理由와의 關係를 別途 調查 研究하였다.

第1表 調查學校의 人員數

학교명 인원수(名)	문호	세광	대성	일신	合計
학년					
中學校 2년	47	49	52	50	198
高等學校 2년	47	49	50	49	195
計	94	98	102	99	393

說明紙 男, 女 中高等 學生의 偏食實態狀況 調查表

調查地域		忠淸北道 淸州市									
學校名		中高等學校									
學年	中 高	性 別	男 女	年 齡	身 長	세	cm	體 重	kg	戶主의 職業	
										主婦의 教育程度	生活 程度
수유상태		母乳( )		牛乳( )		기타( )					

偏食 食品 實態狀況

① 소고기, 돼지고기, 닭고기, 소간, 소곱창, 소갈비, 돼지갈비, ② 명태, 갈치, 조기, 아지, 고등어, 꽁치, 미꾸라지, 붕어, 민어, 임연수어, 삼치, 뱀장어 ③ 오징어, 낙지, 새우, 굴, 조개, 문어, 전복, 해삼, 게, 멸치, 복어, ④ 조개젓, 어리굴젓, 새우젓, 장난젓알젓, ⑤ 장조림, 햄, 쏘세지, 베이콘, ⑥ 우유, 치즈, 달걀, ⑦ 콩, 완두콩, 된장, 두부, ⑧ 흰밥, 보리밥, 콩밥, 팔밥, 떡, 떡국, 만두, 빵, 국수, 빈대떡, 고구마, 감자, ⑨ 청포묵, 메밀묵, 도토리묵, ⑩ 배추, 시금치, 미나리, 당근, 호박, 풋고추, 부추, 깨잎, 근대, 아욱, 상추, 갓, 쪽갓, 가지, ⑪ 무우, 양배추, 양파, 오이, 콩나물, 숙주나물, ⑫ 고사리, 고비, 도라지, 더덕, 토란, 연근, 우엉, 김, 미역, 다시마, 파래, ⑬ 사과, 배, 감, 복숭아, 도마도, 딸기, 참외, 포도, 살구, 자두, 바나나, 꿀, 밤, 호도, 잣, 은행, ⑭ 설탕, 꿀, 마늘, 파, 고추, 생강, 후추, 겨자.

上記와 같은 음식을 먹지않는 理由?

- 1) 食品에 독특한 냄새가 싫어서
- 2) 食品의 외관이 싫어서
- 3) 먹으면 소화가 잘 되지 않아서
- 4) 먹기가 불편해서
- 5) 먹으면 두드러기가 나기 때문에
- 6) 비위에 맞지 않아서
- 7) 매일 같은 方法으로 飲食을 만들어 먹기 때문에
- 8) 살이 찌는 것이 두려워서

- 9) 영양분을 生覺해서 골라 먹느냐고
- 10) 어릴때 부터 먹지 않아서
- 11) 아직먹어 보지 못했기 때문에
- 12) 집안 食口가 안 먹어서
- 13) 宗教 關係로 먹지 않기 때문에
- 14) 其他

Ⅳ. 調查結果 및 考察

1) 調查對象者의 年齡別, 身長, 體重調查

① 年齡別 調查  
第2表와 같이 중학교는 14歲 79名(40.0%)으로 第一 많고 16歲가 5名(2.2%) 제일 적으며 고등학교는 17歲가 84名(43.0%)으로 第一 많고 15歲 20歲가 各各 2名(1.2%)으로 第一 적다.

② 身長調查

第3表와 같이 중학교는 146~150 cm 가 53名(26.8)으로 가장 많고 130~135 cm 가 6名(3.0%)으로 제일 적으며 고등학교에서는 156~160 cm 가 70名(36.8)으로 제일 많고 145~150 cm 가 4名(2.2%)로 제일 적다.

③ 體重調查

第4表와 같이 中學校에서 41~45 kg 이 72名(36.4%)으로 가장 많고 55 kg 이상이 3名(1.5%)으로 가장 적으며 고등학교는 51~55 kg 이 54名(27.6%)으로 제일 많고 61~65 kg 8名(4.3%)으로 제일 적다.

第2表 調查對象者의 年齡別 調查

연령	학년					연령	학년					
	성별	중 학교					성별	고 등 학 교				
		학교	男 子	女 子	計			학교	男 子	女 子	計	
			명수(%)	운호					세광	대성		일신
12歲	—	7 (14.3)	6 (11.0)	—	13 (6.6)	15歲	—	1 (2.1)	—	1 (2.1)	2 (1.2)	
13歲	15 (32.0)	18 (36.7)	12 (23.2)	2 (4.0)	47 (23.6)	16歲	5 (10.6)	3 (6.2)	4 (8.0)	12 (24.5)	24 (12.3)	
14歲	27 (57.4)	17 (34.1)	28 (53.7)	7 (14.0)	79 (40.4)	17歲	12 (25.5)	16 (32.6)	27 (54.0)	29 (59.1)	84 (43.0)	
15歲	5 (10.6)	7 (14.3)	5 (9.6)	37 (74.0)	54 (26.6)	18歲	24 (51.5)	18 (36.6)	18 (36)	6 (12.2)	66 (33.6)	
16歲	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (1.9)	4 (8.0)	5 (2.8)	19歲	4 (8.5)	11 (22.5)	1 (2.0)	1 (2.1)	17 (8.7)	
						20歲	2 (4.4)	0	0	0	2 (1.2)	
計		47	49	52	50	198	計	47	49	50	49	195

第3表 身長調査

身長		中學校				身長	高等學校			
身長(cm)	학교	성별		計	학교	성별		計		
		男子	女子			男子	女子			
		윤호	세광	대성	일신	윤호	세광	대성	일신	
130~135		4 (8.3)		1 (1.9)	1 (2.0)	6 (3.0)			4 (8.0)	0 (2.2)
136~140		3 (6.4)	1 (2.0)	2 (3.8)	1 (2.0)	7 (3.5)		2 (4.2)	4 (8.0)	15 (30.6)
141~145		9 (19.2)	8 (16.5)	8 (15.2)	12 (24.0)	37 (18.7)	7 (14.9)	5 (10.2)	31 (62.0)	27 (55.0)
146~150		14 (29.5)	10 (20.3)	20 (38.5)	9 (18.0)	53 (26.8)	16 (34.0)	23 (46.9)	9 (18.0)	7 (14.4)
151~155		6 (12.6)	5 (10.2)	11 (21.3)	17 (34.0)	39 (19.7)	9 (19.2)	10 (20.3)	2 (4.0)	
155~160		8 (17.6)	16 (32.6)	8 (15.2)	10 (20.0)	42 (21.7)	15 (32.0)	9 (18.4)		
160 이상		3 (6.4)	9 (18.4)	2 (3.8)		14 (8.6)				21 (10.8)
計		47	49	52	50	198	47	49	50	49
						計				195

第4表 體重調査

中學校		高等學校								
體重(kg)	학교	성별		計	학교	성별		計		
		男子	女子			男子	女子			
		윤호	세광	대성	일신	윤호	세광	대성	일신	
31~35		7 (14.9)	9 (18.4)	10 (19.2)	9 (18.0)	35 (17.7)			8 (16.0)	18 (38.3)
36~40		10 (21.2)	10 (20.3)	10 (19.2)	11 (22.0)	41 (20.7)	7 (14.9)	2 (6.2)	12 (24.0)	12 (24.5)
41~45		19 (40.5)	18 (38.3)	14 (29.0)	21 (42.0)	72 (36.4)	15 (32.0)	15 (30.6)	21 (42.0)	13 (26.5)
46~50		9 (19.2)	8 (16.4)	14 (27.0)	8 (16.0)	39 (19.7)	13 (27.6)	17 (36.2)	8 (16.0)	6 (18.5)
51~55		2 (4.15)	2 (4.2)	3 (5.7)	1 (2.0)	8 (4.0)	9 (19.2)	10 (20.3)	1 (2.0)	
55이상			2 (4.2)	1 (1.9)		3 (1.5)	3 (6.4)	5 (10.2)		
計		47	49	52	50	198	47	49	50	49
						計				195

2) 調査對象者의 家庭生活 環境調査

家庭生活環境을 알기 爲하여 主婦의 教育, 戶主의 職業, 生活程度, 宗教關係, 出生順位, 授乳狀態를 調査하였다.

① 主婦의 教育程度

第5表와 같이 全體 393名 중에서 國民學校 卒業이 215名(55.1%)으로 가장 많고 大學卒業이 7名(1.4%)으로 가장 적다.

② 戶主의 職業

第6表와 같이 農業이 122名(3.1%)으로 가장 많고 工業, 勞働이 各各 5名(1.3%) 第一 적은 것으로 보아 여기 對象者 學生들이 地方 出身임을 알 수 있다.

③ 生活程度

第7表와 같이 中程度가 327名(85.3%)으로 제일 많고 下程度가 39名(9.6%) 上程度가 27名(6.9%)이다.

④ 宗教關係

宗教關係는 第8表와 같이 無敎가 163名(41.6%)으로

第5表 主婦의 教育程度

학교별 교육수준	운 호		세 광		대 성		일 신		計
	中	高	中	高	中	高	中	高	
무학	1( 2.1)	—	12(24.0)	—	0	0	0	0	13( 3.3)
小	21(44.6)	25(52.3)	22(45.5)	32(65.2)	28(53.8)	29(58.0)	33(66.0)	25(51.0)	215(55.1)
中	12(25.5)	17(36.2)	13(26.5)	16(32.6)	23(44.2)	12(24.0)	11(22.0)	19(38.8)	123(31.3)
高	10(21.4)	4( 8.4)	1( 2.0)	1( 2.1)	1( 2.0)	8(16.0)	5(10.0)	5(10.2)	35( 8.9)
大	3( 6.4)	1( 2.1)	1( 2.0)	0	0	1( 2.0)	1( 2.0)	0	7( 1.4)
計	47	47	49	49	52	50	50	49	393

第6表 戶主의 職業調査

職業別	상 업	공무원	교 원	事 業	工 業	農 業	勞 動	會 社	無 職	醫 師	計
戶主數	98	67	25	27	5	122	4	11	27	7	393
%	25.0	17.0	6.4	6.9	1.3	31.0	1.3	2.8	6.9	1.4	

第7表 生活程度

生活程度	上	中	下	計
名	27	32.7	39	393
%	6.9	83.5	9.6	100.0

第8表 宗教關係

宗教	基督教	天主教	佛 教	無	其 他	計
名	78	6	92	163	54	393
%	19.8	1.4	23.4	41.6	13.8	100.0

가장 많고 佛敎가 92名(23.4%), 基督教가 78名(19.8%), 其他가 54名(13.8%), 天主教 6名(14.0%)으로 가장 적다.

⑤ 出生順位

出生順位는 第 9, 1表와 같이 첫번째가 104名(26.2%)으로 가장 많고 두번째가 93名(26.6%)으로 많고 7번째가 3名(0.6%)로 가장 적으며 第9表 2와 같이 男子는 큰 아들이 93名(48.5%)으로 가장 많고 女子는 큰 딸이 64名(31.8%)로 가장 많다.

⑥ 授乳狀態調査

授乳狀態는 第10表와 같이 母乳가 36名(92.6%)로 가장 많고 牛乳가 24名(6.1%) 다음이고 기타가 8名(1.3%)로 가장 적다.

第9表的 1 出生順位調査

出生順位	1	2	3	4	5	6	7	計
名	104	93	75	65	39	14	3	393
%	26.2	23.6	19.1	16.6	9.3	3.6	0.6	

第9表的 2 出生順位調査

성별 人數 및 %	男 子		女 子		
	人員數	%	人員數	%	
큰아들	93	48.5	큰 딸	64	31.8
외아들	9	4.7	외 딸	25	12.4
막내아들	16	8.3	막내 딸	16	7.9
기타	74	38.5	기 타	96	47.9
合 計	192		合 計	201	

第10表 授乳狀態調査

授乳狀態	母 乳	人 工	其 他	計
名	361	24	8	393
%	92.6	6.1	1.3	

3) 偏食食品 實態狀況調査

4) 偏食理由調査

偏食理由는 第12表에서 보는 바와 같이 운호중고등

第11表 偏食食品實態狀況調查

식품명	인명수(%)	학년		중學校 2年				女子高等學校 2年			
		성별	학교	男子		女子		男子		女子	
				운 호	세 광	대 성	일 신	운 호	세 광	대 성	일 신
소 고 기	2(4.2)	6(12.2)	10(19.0)	7(14)	5(12.0)	1(2.1)	6(12.0)	6(12.2)			
돼지고기	9(19.2)	10(20.0)	23(44.2)	26(52)	13(26)	11(23.0)	21(42.0)	18(36.7)			
닭 고 기	2(4.2)	4(8.2)	4(7.6)	9(18)	4(8.3)	6(12.3)	10(20.0)	8(16.3)			
소 간	8(16.6)	30(61.0)	42(79.8)	36(72)	15(31.2)	21(43.1)	13(26.0)	26(53.0)			
소 곱 창	25(55.2)	22(51.2)	48(91.2)	41(82)	19(40.4)	21(43.1)	17(34.0)	28(57.1)			
소 갈 비	2(4.2)	11(22.5)	27(41.3)	17(34)	5(12.0)	3(6.2)	10(20.0)	10(20.4)			
돼지갈비	4(8.4)	13(23.8)	29(52.2)	34(68)	6(12.4)	8(16.4)	16(32.0)	17(34.7)			
명 태	2(4.2)	5(10.2)	9(17.3)	12(24)	7(14.9)	3(6.2)	7(14.0)	7(14.3)			
갈 치	4(8.4)	11(22.5)	11(20.9)	4(8)	6(12.4)	10(20.5)	11(22.0)	8(16.3)			
조 기	2(4.2)	8(15.7)	11(20.9)	9(18)	9(19.2)	10(20.5)	10(20.0)	7(14.3)			
아 지	4(8.4)	10(20)	21(39.9)	11(22)	11(23.1)	7(14.4)	14(28.0)	13(26.5)			
고 등 어	—	5(10.2)	12(22.8)	10(20)	4(8.4)	4(8.2)	6(12.0)	8(16.3)			
꽂 치	—	6(11.4)	5(9.5)	6(12)	6(12.4)	3(6.2)	9(18.0)	4(8.2)			
미꾸라지	13(26)	25(51.7)	39(74.1)	36(72)	21(52.4)	20(41.0)	34(68.0)	34(69.3)			
붕 어	5(12.0)	24(50.0)	31(58.9)	26(52)	15(31.2)	16(32.8)	22(44.0)	25(51.0)			
민 어	2(4.2)	16(30.2)	17(32.3)	12(24)	7(14.9)	11(22.5)	9(18.0)	8(16.3)			
입연수어	9(19.2)	20(40.0)	26(49.4)	27(54)	15(31.2)	18(36.9)	17(34.0)	16(32.6)			
삼 치	1(2.1)	12(23.6)	20(38.0)	15(30)	7(14.9)	5(10.3)	11(22.0)	12(24.5)			
뱀 장 어	12(25.0)	24(52.1)	38(72.8)	41(82)	12(25)	21(43.1)	25(50.0)	35(71.4)			
오 정 어	—	1(2.0)	1(1.9)	1(2)	1(2.1)	1(2.1)	2(4.0)	1(2.0)			
낙 지 우	5(12.0)	10(20.0)	18(34.2)	15(30)	5(12.0)	6(12.3)	17(34.0)	14(28.6)			
새 울	3(6.3)	10(20.0)	13(24.7)	18(36)	7(14.9)	6(12.3)	15(30.0)	12(24.5)			
조 개	3(6.3)	11(22.5)	17(32.3)	19(38)	10(21.0)	8(16.4)	13(26.0)	5(10.2)			
조 문 어	1(2.1)	4(8.2)	9(17.1)	6(12)	3(6.3)	4(8.2)	10(20.0)	7(14.3)			
전 북	7(14.9)	15(31.2)	21(39.9)	20(40)	6(12.6)	8(16.4)	15(30.0)	12(24.5)			
해 살	—	10(20.0)	17(32.3)	22(44)	4(8.4)	5(10.3)	13(26.0)	11(22.4)			
개 멸 치	7(14.9)	13(24.7)	28(53.2)	34(68)	10(21)	13(26.7)	13(26.0)	20(40.8)			
부 어	12(25.0)	6(12.2)	20(38.0)	14(28)	9(18.9)	6(12.3)	14(28.0)	11(22.4)			
조 개	5(12.0)	11(22.5)	8(15.2)	7(14)	8(16.8)	8(16.4)	7(14.0)	11(22.4)			
어 리	4(8.4)	13(27.0)	11(20.9)	12(24)	9(18.9)	5(10.3)	9(18.0)	9(18.4)			
새 우	6(12.8)	9(17.9)	25(47.5)	22(44)	14(29.4)	14(28.7)	10(20.0)	15(30.6)			
창 난	9(19.2)	16(32.5)	25(47.5)	22(44)	17(35.7)	12(24.6)	14(28.0)	16(32.6)			
알	8(16.6)	11(22.5)	23(43.7)	15(30)	16(33.6)	23(47.2)	17(34.0)	18(36.7)			
장 조 립	14(26.8)	22(51.2)	46(88.4)	31(62)	21(43.1)	15(30.8)	17(34.0)	17(34.7)			
햄	14(26.8)	16(32.5)	26(49.4)	21(42)	14(29.4)	15(30.8)	12(24.0)	18(36.7)			
썬 세 지	13(26)	6(12.2)	9(17.1)	4(8)	4(8.4)	6(12.3)	5(10.0)	4(8.2)			
베 이 큰	5(12.0)	8(16.2)	21(38.0)	15(30)	4(8.4)	7(14.4)	13(26.0)	9(18.4)			
우 유	7(14.9)	9(17.9)	20(39.9)	18(36)	2(4.2)	5(10.3)	15(30.0)	15(30.6)			
Cheese	25(55.2)	8(16.2)	21(39.9)	20(40)	9(18.9)	3(6.2)	17(34.0)	10(20.4)			
달	14(21)	4(8.1)	9(17.1)	14(28)	4(8.4)	1(2.1)	1(2.0)	5(10.2)			
달	29(58.5)	8(16.2)	17(32.3)	15(30)	5(10.5)	9(18.5)	8(16.0)	5(10.2)			
달	7(14.9)	—	—	2(4)	4(8.4)	1(2.1)	—	2(4.1)			

콩		9(19.2)	2( 4.0)	17(32.3)	9(18)	5(10.5)	3( 6.2)	4( 8.0)	10(20.4)
완	두	9(19.2)	1( 2.0)	13(24.7)	10(20)	7(14.7)	3( 6.2)	4( 8.0)	2( 4.1)
된	콩	22(54.5)	5(10.2)	6(11.4)	8(16)	8(16.8)	8(16.4)	6(12.0)	6(12.2)
두	부	1( 2.1)	—	4( 7.6)	1( 2)	1( 2.1)	—	1( 2.0)	3( 6.1)
환	밥	7(14.9)	3( 6.1)	2( 3.8)	5(10)	3( 6.3)	12(24.6)	3( 6.0)	1( 2.0)
보	밥	12(25)	5(10.2)	5( 9.5)	11(22)	13(27.3)	3( 6.2)	10(20.0)	11(22.4)
콩	밥	3( 6.3)	1( 2.0)	11(20.9)	11(22)	6(12.6)	3( 6.2)	6(12.0)	14(28.6)
팔	밥	7(14.9)	1( 2.0)	9(17.1)	11(22)	8(16.3)	1( 2.1)	3( 6.0)	4( 8.2)
	떡	—	2( 4.0)	—	3( 6)	4( 8.4)	1( 2.1)	2( 4.0)	2( 4.1)
떡	국	1( 2.1)	—	2( 3.8)	1( 2)	2( 4.2)	—	1( 2.0)	—
만	두	3( 6.3)	1( 2.0)	2( 3.8)	3( 6)	6(12.6)	—	1( 2.0)	2( 4.1)
	빵	—	1( 2.0)	—	—	1( 2.1)	—	—	—
국	수	9(19.2)	2( 4.0)	8(15.2)	11(22)	12(13.2)	8(16.4)	7(14.0)	8(16.3)
빈	떡	4( 8.4)	2( 4.0)	9(17.1)	10(20)	7(14.7)	2( 4.1)	3( 6.0)	4( 8.2)
고	마	—	—	2( 3.8)	1( 2)	4( 8.4)	4( 8.2)	—	1( 2.0)
감	자	1( 2.1)	3( 6.1)	2( 3.8)	1( 2)	3( 6.3)	5(10.3)	1( 2.0)	2( 4.1)
청	목	13(27.1)	8(16.2)	9(17.1)	8(16)	9(18.9)	6(12.3)	4( 8.0)	1( 2.0)
모	목	31(62.1)	5(10.2)	11(20.9)	8(16)	7(14.7)	4( 8.2)	4( 8.0)	6(12.2)
도	목	5(12.0)	3( 6.1)	4( 7.6)	9(18)	—	3( 6.2)	3( 6.0)	2( 4.1)
배	추	—	2( 4.0)	—	1( 2)	1( 2.1)	1( 2.1)	2( 4.0)	1( 2.0)
시	치	—	2( 4.0)	2( 3.8)	—	—	—	1( 2.0)	2( 4.1)
미	라	15(31.2)	16(32.0)	28(53.2)	18(36)	9(18.9)	17(34.8)	17(34.0)	18(36.7)
당	근	9(19.2)	9(17.9)	15(28.5)	11(22)	6(12.6)	10(20.5)	1( 2.0)	8(16.3)
호	박	1( 2.1)	4( 8.0)	9(17.1)	3( 6)	5(10.5)	2( 4.1)	2( 4.0)	6(12.2)
꽃	추	8(16.6)	8(16.0)	16(30.4)	18(36)	7(14.7)	4( 8.2)	2( 4.0)	6(12.2)
부	추	1( 2.1)	10(20.0)	18(34.2)	13(26)	4( 8.4)	4( 8.2)	8(16.0)	8(16.3)
개	일	1( 2.1)	3( 6.1)	—	3( 6)	1( 2.1)	1( 2.1)	1( 2.0)	4( 8.2)
아	육	3( 6.3)	6(12.2)	8(15.2)	5(10)	5(10.5)	3( 6.2)	5(10.0)	4( 8.2)
근	대	1( 2.1)	7(13.5)	15(28.5)	8(16)	9(18.9)	2( 4.1)	9(18.0)	6(12.2)
상	치	—	2( 4.0)	3( 5.7)	—	3( 6.3)	3( 6.2)	2( 4.0)	2( 4.1)
	갓	1( 2.1)	6(12.0)	12(22.8)	8(16)	4( 8.4)	6(12.3)	2( 4.0)	6( 1.2)
숙	갓	5(10.2)	22(44.0)	34(64.6)	20(40)	13(27.3)	13(26.7)	11(22.0)	15(30.6)
가	지	4( 8.4)	3( 6.1)	9(17.1)	6(12)	5(10.5)	4( 8.2)	6(12.0)	12(24.5)
무	우	5(10.2)	—	1( 1.9)	—	1( 2.1)	3( 6.2)	—	2( 4.1)
양	추	4( 8.4)	2( 4.0)	7(13.3)	3( 6)	5(10.5)	5(10.0)	2( 4.0)	8(16.3)
양	파	17(33.2)	9(17.9)	16(30.4)	10(20)	5(10.5)	5(10.3)	5(10.0)	9(18.4)
오	이	3( 6.3)	—	2( 3.8)	—	6(12.6)	—	—	1( 2.0)
콩	부	—	—	1( 1.9)	1( 2)	1( 2.1)	—	—	—
속	나	17(33.2)	5(10.2)	13(24.7)	12(24)	12(25.2)	8(16.4)	3( 6.0)	7(14.3)
고	물	3( 6.3)	3( 6.1)	3( 9.5)	2( 4)	4( 8.4)	2( 4.1)	4( 8.0)	2( 4.1)
고	리	4( 8.4)	4( 8.0)	17(32.3)	13(26)	1( 2.1)	4( 8.2)	4( 8.0)	4( 8.2)
도	비	3( 6.3)	2( 2.0)	4( 7.6)	5(10)	6(12.6)	2( 4.1)	—	3( 6.1)
더	지	9(19.2)	9(17.9)	16(30.4)	16(32)	12(25.2)	4( 8.2)	8(16.0)	6(12.2)
토	떡	16(32.0)	8(16.0)	13(24.7)	9(18)	15(31.5)	9(18.5)	10(20.0)	12(24.5)
연	란	4( 8.4)	6(12.2)	18(34.2)	14(28)	5(10.5)	4( 8.2)	10(20.0)	10(20.4)
우	근	5(12.0)	5(10.2)	18(34.2)	13(26)	9(18.9)	8(16.4)	16(20.0)	9(18.4)
	영	1( 2.1)	1( 2.0)	—	—	—	1( 2.1)	—	—
미	겉	3( 6.3)	3( 6.1)	1( 1.9)	1( 2)	5(10.5)	3( 6.2)	5(10.0)	6(12.2)
	떡								

다시	1(2.1)	6(12.2)	13(24.7)	3(6)	1(2.1)	4(8.2)	6(12.0)	6(12.2)
파	3(6.3)	9(17.9)	20(38.0)	12(24)	5(10.5)	4(8.2)	7(14.0)	5(10.2)
사	6(12.4)	1(2.0)	1(1.9)	—	2(4.2)	1(2.1)	—	1(2.0)
배	—	1(2.0)	—	—	2(4.2)	—	2(4.0)	—
감	1(2.1)	1(2.0)	2(3.8)	2(4)	—	—	2(4.0)	2(4.1)
복	—	—	2(3.8)	1(2)	1(2.1)	1(2.1)	—	1(2.0)
도	10(21.0)	2(4.0)	5(9.5)	3(6)	2(4.2)	4(2.2)	2(4.0)	5(10.2)
말	—	—	1(1.9)	—	—	—	—	—
수	—	—	2(3.8)	5(10)	2(4.2)	2(4.1)	2(4.0)	1(2.0)
참	—	—	1(1.9)	—	—	—	—	—
포	—	—	1(1.9)	—	1(2.1)	—	—	—
살	2(4.2)	1(2.0)	3(5.8)	2(4)	3(6.3)	—	1(2.0)	1(2.0)
자	2(4.2)	—	5(9.5)	1(2)	5(10.5)	3(6.2)	1(2.0)	2(4.1)
바	2(4.2)	—	4(7.6)	3(6)	1(2.1)	2(4.1)	2(4.0)	3(6.1)
나	1(2.1)	—	2(3.8)	2(4)	1(2.1)	—	—	—
굴	—	—	1(1.9)	1(2)	—	1(2.1)	—	—
밤	—	—	2(3.8)	1(2)	2(4.2)	1(2.1)	1(2.0)	1(2.0)
호	—	—	4(7.6)	7(14)	3(6.3)	3(6.2)	3(6.0)	3(6.1)
갓	2(4.2)	1(2.0)	4(7.6)	7(14)	3(6.3)	3(6.2)	3(6.0)	3(6.1)
은	24(53.2)	8(16.0)	18(34.2)	12(24)	16(33.6)	20(41.0)	11(22.0)	10(20.4)
설	—	—	3(5.7)	2(4)	3(6.3)	—	4(8.0)	1(2.0)
꿀	—	1(2.0)	4(7.6)	4(8)	1(2.1)	3(6.2)	3(5.0)	2(4.1)
마	13(27.1)	20(40.0)	23(43.7)	21(42)	13(27.3)	6(16.4)	12(24.0)	11(22.4)
파	5(12.0)	15(30.2)	20(38.0)	18(36)	14(29.4)	2(4.1)	11(22.0)	8(16.3)
고	—	9(17.9)	11(20.9)	13(26)	5(10.5)	1(2.1)	5(10.0)	8(16.3)
생	18(38.3)	27(55.0)	28(53.2)	28(56)	26(54.6)	18(36.9)	18(36.0)	19(38.8)
식	11(23.1)	19(38.5)	27(51.3)	17(34)	22(46.2)	18(36.9)	9(18.0)	5(10.2)
후	3(6.3)	15(30.2)	10(19.0)	8(16)	5(10.5)	2(4.1)	2(4.0)	9(18.4)
겨	2(4.2)	18(36.8)	10(19.0)	10(20)	4(8.4)	4(8.2)	3(6.0)	9(18.4)

第12表 偏食理由調査

학 년	학교		세광(男)		대성(女)		일신(女)	
	중二	高二	중二	高二	中二	高二	中二	高二
理由								
① 獨特한 냄새가 싫어서	27(57.5)	12(25.4)	23(46.9)	17(34.7)	32(61.8)	16(32.0)	21(42.0)	26(53.4)
② 外觀이 싫어서	9(19.2)	7(14.9)	4(8.2)	11(22.4)	9(11.3)	10(20.0)	6(12.0)	17(34.7)
③ 消化가 안돼서	7(14.9)	2(4.2)	5(10.2)	3(6.1)	2(3.8)	2(4.0)	1(2.0)	3(6.1)
④ 먹기가 不便해서	8(16.6)	3(6.3)	5(10.2)	3(6.1)	1(1.9)	5(10.0)	5(10.0)	2(4.1)
⑤ 두드러기가 나므로	7(14.9)	—	2(4.1)	1(2.1)	2(3.8)	1(2.0)	2(4.0)	—
⑥ 비위에 안맞아서	40(84.8)	27(57.5)	38(77.5)	36(73.4)	43(82.6)	34(68.0)	45(99.0)	33(67.3)
⑦ 매일 같은 方法으로 만들어서	4(8.4)	—	—	—	2(3.8)	1(2.0)	1(2.0)	—
⑧ 살절까봐 두려워서	2(4.2)	—	—	1(2.1)	1(1.9)	3(6.0)	1(2.0)	2(4.1)
⑨ 영양분을 고려해서	—	—	1(2.1)	—	1(1.9)	—	—	—
⑩ 어려서부터 먹지 않아서	3(6.3)	2(4.2)	6(12.2)	3(6.1)	5(11.5)	3(6.0)	9(12.0)	4(8.2)
⑪ 안 먹어봐서	12(25.4)	6(13.3)	13(26.5)	14(28.6)	23(44.2)	5(10.0)	9(18.0)	6(12.2)
⑫ 집안 식구가 안먹어서	2(4.2)	1(2.1)	1(2.1)	2(4.1)	1(1.9)	1(2.0)	1(2.0)	—
⑬ 宗教關係로	3(6.3)	1(2.1)	—	—	1(1.9)	2(4.0)	—	—
⑭ 其 他	4(8.4)	2(4.2)	7(14.3)	3(6.1)	8(15.2)	4(8.0)	—	—
計	47	47	49	49	52	50	50	49



第13表 偏食學生의 年齡別分布

年 齡	13	14	15	16	17	18	19	計
性 別								
男 子		6(28.6)	3(14.3)		4(19.1)	6(28.5)	2( 9.1)	21
女 子	11(38.1)	8(27.7)	3(10.3)	1( 3.4)	2( 6.8)	4(13.7)		29
計	11(20)	14( 2.8)	6(12)	1( 2)	6(12)	10(20)	2( 4)	50

第14表 蛋白質偏食學生의 身長調査

性 別	男 子		女 子	
	蛋白質 非偏食	蛋白質 偏食	蛋白質 非偏食	蛋白質 偏食
身長(cm)				
130~135	4( 2.3)	—	1( 0.6)	1( 3.4)
136~140	3( 1.8)	1( 4.8)	2( 1.2)	1( 3.4)
141~145	17( 9.9)	—	18(10.3)	2( 6.8)
146~150	18(10.3)	6(28.5)	22(19.8)	11(38.1)
151~155	11( 6.4)	2( 9.6)	41(23.8)	6(20.4)
156~160	31(18.1)	5(23.8)	76(44.2)	—
161~165	46(26.8)	5(23.8)	18(10.3)	—
166~170	17( 9.9)	2( 9.5)	2( 1.2)	—
170 이상	24(14.0)	—	—	—
計	171	21	172	29

참고: 괄호내의 수자는 %이고 그외는 학생수임

第15表 蛋白質偏食學生의 體重

性 別	男 子		女 子	
	蛋白質 非偏食	蛋白質 偏食	蛋白質 非偏食	蛋白質 偏食
體 重 kg				
31~35	16( 9.4)	—	15( 8.7)	4(13.6)
36~40	16( 9.4)	7(33.7)	1( 0.6)	10(34.0)
41~45	35(20.4)	4(19.3)	54(31.4)	7(24.1)
46~50	20(11.7)	3(14.4)	42(24.3)	4(13.4)
51~55	30(17.5)	3(14.4)	37(21.5)	1( 3.4)
56~60	28(16.4)	3(14.4)	12( 7.0)	3(10.2)
60 kg 이상	26(15.2)	1( 4.8)	1( 0.6)	—
計	171	21	172	29

학교에서는 “비위에 안맞아서”가 각 40名(83.0%), 27名(57.2%), 세광中高等學校에서도 각 98名(74.4%), 36名(73.5%), 여성女子中高等學校서는 각 43名(82.6%), 34名(68.0%)이며 일신女子中高等學校에서는 각 45名(90.0%), 33·(67.2%)으로 어느學校에서나 “비위가 안맞아서”가 가장 많다.

5) 蛋白質食品 偏食實態狀況

蛋白質 食品은 다른 營養素에 비해 成長 發育에 關係가 깊다. 그러므로 우리가 日常生活에서 多樣하게 얻을 수 있는 蛋白質 食品 47개 중에서 30個 以上 싫어하는 學生을 偏食學生으로 取扱하여 別途調査한 結果 男子 192名 중에서 21名, 女子 201名 중에서 29名인데 그 結果는 다음과 같다.

(1) 蛋白質 偏食 學生 年齡別 調査

第13表와 같이 年齡別 調査는 男子 14歲와 18歲가 각각 6名(28.5%)으로 가장 많고 女子는 13歲가 11名(3.1%)으로 가장 많다.

그 學年의 경우 年齡이 적은 學生들이 大體적으로 偏食 傾向을 나타냈다.

(2) 蛋白質 偏食學生의 身長調査

身長調査는 第14表와 같이 146~150 cm의 키를 가진 男子가 6名(28.5%)으로 가장 많고 146~150 cm의 키를 가진 女子가 11名(38.1%)으로 가장 많은데 편식을 하지 않는 學生 男子 171名과 女子 172名 중에서 161~165 cm 키를 갖는 男子는 46名(26.8%)으로 가장 많았으며 156~160 cm의 키를 가진 女子가 70名(44.2%)으로 나타난 것으로 보아 편식을 하지 않는 學生의 身長이 優勢하였다.

(3) 蛋白質 偏食學生 體重調査

體重調査는 第15表와 같이 男女 各各 36~40 kg이 7名(33.6%) 10名(34.0%)으로 가장 많은데 偏食을 하지 않는 學生 男子 171名, 女子 172名 중에서 男女 各各 41~45 kg이 35名(20.4%) 54名(31.4%)인 것으로 보아 體重도 偏食을 하지 않는 學生이 優勢하였다. 그러므로 蛋白質은 成長發育에 必要한 營養素로서 特別發育期 學生은 蛋白質偏食을 禁해야 하겠으며, 우리나라와 같이 단백질 營養素를 大體적으로 不促하게 攝取하고 있는 實情에서 단백질 食品을 골라서 攝取한다는 것은 매우 重要한 問題이다.

(4) 蛋白質 偏食學生과 戶主의 職業과 關係

第16表와 같이 男子는 農業이 8名(38.5%) 女子는

第16表 戶主의 職業調査

직업	상업	공무원	교원	사업	농업	공업	노동	의사	무직	기타	計
성별 인원수											
男子	3(14.4)	3(14.4)	2(9.7)	—	—	8(38.5)	—	—	—	5(24.0)	21
女子	9(30.0)	6(20.5)	1(3.5)	—	1(3.4)	8(26.4)	—	1(3.4)	3(10.2)	—	29
計	12(20.4)	9(18.0)	3(6.0)	—	1(2.0)	16(32.0)	—	1(2.0)	3(6.0)	5(10.0)	50(100.0)

第17表 主婦의 教育程度

교육 정도	國	中	高	大	計
성별					
男子	14(67.2)	4(19.2)	3(14.4)	—	21
女子	16(54.5)	10(34.0)	1(3.6)	2(6.9)	29
計	30(60.0)	14(28.0)	4(8.0)	2(4.0)	50(100.0)

第18表 生活程度

생활 정도	上	中	下	計
성별				
男子	—	19(90.4)	2(9.6)	21
女子	2(6.8)	27(93.2)	—	29
計	2(4.0)	46(92.0)	2(4.0)	50(100.0)

第19表 宗教

종교	基督教	天主教	佛 教	其 他	無 教	計
성별						
男子	1(3.4)	3(10.2)	13(56.8)	2(6.8)	9(30.0)	29
女子	2(9.7)	1(4.8)	2(9.7)	1(4.8)	16(68.9)	21
計	3(6.0)	4(8.0)	15(30.0)	3(6.0)	25(50.0)	50(100.0)

第20表의 1 出生順位 調査

순위	1	2	3	4	5	6	7	計
성별								
男	8(36.8)	8(36.8)	2(9.6)	1(4.9)	1(4.9)	1(4.9)	—	21
女	8(26.8)	7(23.6)	4(13.4)	2(6.8)	3(10.2)	3(10.2)	2(6.8)	29
計	16(32.0)	15(30.0)	6(12.0)	3(6.0)	4(8.0)	4(8.0)	2(4.0)	50(100.0)

第20表의 2

區 分	큰아들	외아들	망내아들	計	큰 딸	외 딸	망내딸	기 타	計
인원수	9(43.1)	3(13.8)	9(43.1)	21(100.0)	9(30.3)	5(17.0)	6(20.4)	9(30.3)	29

상업이 9名(30.6%)으로 가장 많다.

편식은 호주직업의 종류와는 別로 關係가 없는 것으로 보아 같은 직업이라도 生活水準이 다르기 때문이다.

(5) 蛋白質 偏食學生과 主婦의 教育程度

主婦의 教育程度는 第17表와 같이 男子 14名(67.2%), 女子 16名(54.5%)이 國民學敎 卒業이었다. 이와 같이 教育水準이 낮은 것으로 보아 主夫들이 日常生活 食習慣을 재래적인 것을 그대로 踏襲하여 싫증을 느낀 것으로 生覺한다. 그러므로 主婦들은 多樣한 調理方法을 研究하여 子女들의 偏食을 막도록 努力해야 한다.

(6) 偏食學生과 生活程度와의 關係

生活程度는 第18表와 같이 男女 各各 19名(90.4%) 27名(93.2%)으로 가장 많다. 그러므로 偏食은 普通 特殊生活 程度에 많을 것이라고 생각한 것과는 달리 一般 中流 家庭에서 흔히 볼 수 있으므로 平常時 食生活을 通해 편식습관이 안 생기도록 努力해야 한다.

(7) 蛋白質 偏食學生과 宗教와의 關係

第19表와 같이 男女 各各 無宗教가 16名(68.9%) 8名(30.3%) 佛敎가 男女 各各 2名(9.7%), 13名(51.8%) 基督教가 男女 各各 2名(9.7%), 1名(3.4%) 其他가 男女 各各 1名(4.8%), 2名(6.8%)으로 나타났다. 宗教에 따라서는 특정한 단백질을 식품을 섭취하지 않는 경우가 없었으며 無宗教가 가장 많은 것으로 나타

第21表 蛋白質 食品 偏食理由

식품별	성별		식품별	성별	
	男	女		男	女
소고기	10(48.0)	5(17.0)	문어	14(67.2)	13(44.2)
돼지고기	15(72.0)	22(74.8)	천복	14(67.2)	17(58.1)
닭고기	13(62.4)	19(64.9)	해삼	13(62.4)	21(71.4)
소간	17(81.6)	25(85.0)	게	11(52.8)	19(64.9)
소곱창	18(86.4)	26(88.4)	멸치	10(48.0)	19(64.9)
소갈비	12(57.6)	19(64.9)	복어	16(66.8)	18(61.5)
돼지갈비	13(62.4)	25(85.0)	조기것	14(67.2)	27(93.2)
명태	10(48.0)	13(44.2)	새우젓	16(76.8)	21(71.4)
갈치	14(67.2)	20(68.0)	창난젓	18(86.4)	28(96.6)
준치	15(72.0)	13(44.2)	알젓	16(76.8)	24(81.4)
아지	14(67.2)	19(64.9)	장조림	7(33.6)	13(44.2)
고등어	8(38.4)	14(47.4)	소세지	7(33.6)	22(74.8)
꽁치	11(52.8)	9(30.6)	햄	6(28.8)	14(47.4)
미꾸라지	17(81.6)	25(85.0)	베이콘	6(28.8)	23(78.2)
붕어	15(72.0)	26(88.4)	우유	2(9.6)	4(6.8)
민어	17(81.6)	13(44.2)	치즈	5(24.1)	14(47.4)
임연수어	99(91.2)	22(74.8)	달걀	1(4.8)	3(10.3)
삼치	16(76.7)	21(71.4)	콩	4(19.2)	8(26.8)
뽕장어	17(81.6)	25(85.0)	완두콩	9(43.2)	15(51.0)
오징어	2(9.6)	6(30.5)	된장	8(38.4)	9(30.9)
낙지	18(86.4)	11(37.4)	두부	5(24.1)	7(23.6)
새우	9(43.2)	18(60.8)	어리굴젓	17(81.6)	25(85.0)
굴	12(57.6)	14(47.4)	조개	8(38.4)	16(20.4)

났다.

(8) 蛋白質 偏食學生과 出生順位와의 關係

第20表 1과 같이 男女 各各 첫번째가 8名(36.8%), 8名(26.8%)으로 가장 많다. 이것은 어린아이들 키울 때 경험이 없어 飮食을 골고루 먹이지 않고 가려먹었던 습관에 依해서 偏食習慣을 생기게 함은 좋지 못하다. 第20表 2와 같이 큰 아들이 9名(43.1%), 막내아

들이 9名(43.1%), 외아들이 3名(13.8%)이며 女子가 큰딸이 9名(30.3%) 막내딸이 6名(20.4%), 외딸 5名(17.0%)이다.

(9) 단백질 식품 편식 상태 조사

蛋白質 食品 偏食 狀態 第21表와 같다.

(10) 蛋白質 食品과 偏食理由와 關係

편식이유는 第22表와 같이 男女 各各 비위에 안맞아서가 (82.7%) (64.6%)로 가장 많고 독특한 냄새가 싫어서가 男女 各各 (40.8%) (61.5)이며 아직 안 먹어봐서가 男女 各各 (52.4%) (58.1) 외관이 싫어서가 (19.3%) (17.0%)로 나타났다.

主婦들은 家庭에서 多樣한 調理法을 强究하여 어떤 식품이든지 어떤 理由에서 안먹는 일이 없도록 努力해서 무엇이든지 가리지 않고 잘먹는 食習慣을 길러줘야겠다.

### V. 結 論

本 調査는 1974年 4月 1일부터 1974年 4月 10일까지 충청북도 淸州市內 男女 中高等學校를 對象으로 偏食 實態狀況을 調査 對象者의 全般的인 生活調査와 各 食品別로 全體 199個 食品의 偏食狀態와 15個 項目을 設定 偏食理由를 調査하였으며 한창 成長 發育期에 必要한 蛋白質 食品 47個중에서 29個를 싫어하고 먹지 않으면 偏食學生으로 取扱하여 別送 調査한 結果 男子 21名과 女子 29名에 대하여 生活環境과 偏食 理由와의 關係를 調査한 結果 다음과 같은 結論을 얻었다.

1) 偏食學生의 年齡別 分布는 男子 14歲와 18歲가 各各 (28.5%)와 女子 13歲가 各各 11名(38.1%)으로 가장 많으며 身長은 146~150 cm 키를 가진 男子가 6名 (28.5%), 146~150 cm의 키를 가진 女子가 11名(38.1%)으로 가장 많고 體重은 男子가 36~40 kg 이 7名 (33.7%), 女子가 36~40 kg 이 10名(34.0%)로 가장

第22表 蛋白質 偏食食品 調査

區分	성별		區分	성별	
	男	女		男	女
① 독특한 냄새가 싫어서	10(40.8)	18(61.5)	⑧ 영양분을 고려해서	—	—
② 외관이 싫어서	4(19.3)	5(17.0)	⑨ 어려서부터 먹지않아	3(14.4)	6(20.4)
③ 소화가 안되서	—	3(10.2)	⑩ 아직 안먹어봐서	11(52.4)	17(58.1)
④ 먹기가 不便해서	2(9.6)	—	⑪ 비위에 안맞아서	17(82.7)	19(64.6)
⑤ 두드러기나기 때문	—	1(3.4)	⑫ 집안 식구가 안먹어서	1(4.8)	4(13.4)
⑥ 매일같은方法으로調理해서	—	1(3.4)	⑬ 종교 관계로	1(4.8)	1(3.4)
⑦ 살찔까마 두려워서	—	1(3.4)	⑭ 기타	5(23.8)	4(13.4)

많다. 偏食하는 學生은 偏食을 하지 않는 學生보다 體重과 身長이 떨어졌다.

2) 主婦의 教育程度와의 關係는 男子 女子 各各 (67.2%) (54.5%) 국민學校 卒業으로 比較的 教育 수준이 낮은 것으로 보아 學生들은 日常生活의 不變化한 調理方法에 싫증을 느낀데 原因이 있는것 같다.

3) 偏食學生의 生活程度는 男子가 19名(90.4%) 女子가 27名(93.3%)으로 中程度가 가장 많고 上程度와 下程度는 적다. 一般生覺으로 上程度가 많을 것이라는 生覺과는 달리 中程度가 많은 것은 우리나라 一般生活 수준을 나타낸 것이라고 볼 수 있다.

4) 偏食學生의 出生順位는 男女 各各 8名(36.8%) (2.68%)으로 가장 많다. 어머니들이 첫째 아이를 기를때 經驗이 없어 飲食을 골고루 먹이지 않고 가려먹었던 습관에 依해서 생긴 것이다. 편식 학생의 授乳는 母乳가 男女 合해서 41名(80.2%)으로 가장 많다.

5) 偏食 理由는 비위에 안맞아서가 男女 各各 (82.7%) (64.6%)으로 第一 많으며 독특한 냄새가 싫어서 男女 各各 (40.8%) (61.5%)이며 아직 안먹어 봐서가 男女 各各 (52.4) (58.1%) 외관이 싫어서가 男女 (19.%) (17%)로 나타났다. 이러한 偏食 理由로 보아 主婦들은 家庭에서 多樣한 調理法을 强究하여 어떤 食品이든지 비위에 안맞고 外관이 싫은 일이 없도록 努力하여 좀더 地方의 食生活을 啓蒙하여 아직까지 안먹어본 일이 없도록 恒常같은 食品만 選擇해서 構入할 것

이 아니라 같은 값의 限度內에서 食品選擇은 變化있게 하여 한창 자라나는 中高等 學生들이 偏食을 是正할수 있도록하여 그들의 健康및發育에 다소라도 도움이 되었으면 한다.

### 參 考 文 獻

- 1) 金尙淳: 食生活. 修學社, 1964.
- 2) 李琦烈 外: 營養學. 修學社, 1974.
- 3) 李吉杓 外: 家庭保育. 修學社, 1974.
- 4) 金粉玉: 育兒. 修學社, 1969.
- 5) 李榮子: 中高等學生의 成長發育과 營養狀態에 關한 調查研究. 公衆保健雜誌, 4卷 2號 121, 1967.
- 6) 田中正四著: 公衆衛生學入門 偏食矯正 南山堂 東京 昭和 36.
- 7) Platt, P.S.: *Protein Malnutrition and Infection. Am. J. Trop and Hyg*, 1957.
- 8) Mc Cance, R.A. and Widdowson, E.H.: *Nutrition and growth. Proc. Roy. Soc.* 1962.
- 9) Longenecker, J.B.: *Meeting Protein Needs of Infants and Children. N.R.C. Public No. 843. National Academy of Science, Washington. D: C* 1961.
- 10) Margaret, S. Chanery, Ph, D.: *Nutrition Honghton Mifflin. C.N.Y. 1954.*