

## 漁村地域의 營養調查

—특히 40歲 以上の 男子를 對象으로—

延世大學校 家政大學 食生活科  
\*延世大學校 醫科大學 整形外科

李琦烈 · 咸貞禮 · 金永厚\* · 金熒洙

=Abstract=

### Nutrition Survey in a Korean Fishing Area

—Especially on Male Subjects of more than 40 years old—

Lee, Ki Yull, Ham, Jung Rea, Kim, Yung Ho\* and Kim, Hyung Soo

*College of Home Economics, Yonsei University. \*College of Medicine, Yonsei University*

The purpose of this survey was to study the nutritional status for over 40 years old, related to the dietary pattern of fishing area. The nutrition survey was conducted in a fishing area located in Chilpo-dong, Euchang-myon, Youngil-gun, Kyungbuk province.

The precise weighing method was used in evaluating the foods intake for 40 households during a 7 days period.

Physical examination, detailed biochemical test on both blood and urine and stool tests were performed by physicians on 45 persons over 40 years old man.

The result obtained are summarized as follows:

(1) Average nutrients intake of an adult per day: calorie intake was 2,883 Cal and its components - protein (76.3 g) was 10.6%, fat (13.7 g) was 4.2% and carbohydrate (521 g) contributed 85.2% of the total calories. Other nutrients were higher than any other survey data.

(2) To evaluate the nutritional deficiencies, clinical examinations were conducted. Hepatomegaly was present 25.3% of these examiners.

(3) By stool test most of the examiners were infested in ascaris and infestation rate of stool was 87.5%.

(4) The following chemical components of blood serum were analyzed and found to be within the normal range: glucose, blood urea nitrogen, uric acid, total cholesterol, inorganic phosphate, alkaline phosphatase, and electrolytes.

(5) Content of electrolytes, glucose, pH, specific gravity in urine were normal range.

### I. 緒 論

個人的 食品消費 決定要素로는 地域의 背景과 所得 水準, 性別, 年齡 및 食品의 有用性이라고 한다<sup>1)</sup>. 이는

\* 1975年度 產學財團 學術研究費의 一部로 資料整理되었음.

國家的으로 보아서도 同一時되며 경제 成長의나 國民 福祉에 중요한 分野로 食生活 改善問題가 대두되고 있다.

우리나라의 食品構造는 供給面에서나 實際 攝取面에서 增加되고 改善되어 實質化된 白米爲主의 食生活에서 內容의 多樣한 變化를 보여주고 있다<sup>2,3)</sup>.

Table 1. Average adult units for calorie and protein

Number of households	Calorie			Protein		
	Male	Female	Average	Male	Female	Average
42	0.89	0.70	0.80	0.96	0.82	0.89

이는 특히 身體發達이 解放以前보다 현저히 增加된 데서도 엿볼 수 있다<sup>6)</sup>.

年齡으로 보아 40歲 以後 中年期부터는 社會心理學的으로나 生理的으로 食生活構造가 人間の 壽命이 延長됨에 따라 더욱 重要時되고 있다<sup>6)</sup>.

年齡이 많아질수록 老衰現象과 더불어 發生하기 쉬운 諸疾病과의 關係上 營養狀態는 評價의 重要한 尺度가 된다. 이러한 事實에 비추어 農村地域에 이어 漁村地域에서의 營養狀態를 특히 中年期를 對象으로 檢討하여 봄이 意義있는 일이라 생각되어 本調査를 實施하였다.

## II. 調査方法

### 1. 調査地域 및 期間

事前調査를 통하여 全 住民의 80% 以上이 漁業에 종사하고 있으나 生計가 어려운 半農 半漁의 해안지역인 경북 迎日郡 義昌面 七浦洞 對象地域으로 選定하여 1週日 동안 전문 의사 및 食生活科 四學年生 등 21名이 調査팀이 되어 實施하였다.

### 2. 調査對象 및 內容

調査地域에서 中等程度의 生活로서 漁業에 종사하는 世帶를 無作爲抽出하여 食習慣 調査와 아울러 食品 및 營養素 攝取量을 實施하였던 바 即 調査員 1人이 2世帶씩 3日 乃至 7日동안 攝取한 食品의 種類와 量을 秤量法으로 實測한 후, 食品分析表에 依據하여 食品群別 世帶別로 統計處理하였다.

또 마을에 사는 全體人口에서 40歲 以上の 男子 87名에 對하여 身體 및 臨床檢査를 實施하였고 其中 45名에 對하여 fasting blood 와 24時間 尿를 採取하였고 寄生蟲檢査도 實施하였다. 즉 食後 8時間後 空腹時에 5cc를 採血하여 血清을 分離하였고 toluene을 미리 넣은 瓶에 24時間 尿를 採取한 후 sampling 하여 生化學 實驗을 하였다.

## II. 調査結果

### 1. 食習慣 調査

主食에 對한 嗜好面에서 大部分 보리밥(91%)를 攝

取하고 있으며 習慣的인 理由(73%)에 기인하는 要因이 가장 크게 나타났다.

가루음식으로는 곡수(82%), 수제비(18%)順으로 점심(13.6%)보다 저녁(86.4%)에 섭취하는 경향이 많고 1주일에 1~2회 섭취하는 율이 59%로 가장 많은 頻度를 차지하고 있다.

국에 대한 필요성에서는 꼭 필요하다는 응답이 없는 반면 없어도 무방하다는 답이 46%로 지적되었다. 국의 內容으로는 海藻類(36%), 生鮮類(32%), 野菜類(32%)의 順으로 이는 農村地域에서 野菜類만을 材料로 삼은 것과 對照의 旨을 보여주었다<sup>7)</sup>.

좋아하는 술의 種類로 탁주(95%)가 主였고 週當 5回 以上の 飲酒의 경우 血壓과의 關係에서 正常이 75%, 高血壓이 25%로 評價되었다.

鹽藏食品으로 멸치(91%)가 가장 많고 87%에 해당되는 世帶가 家庭에서 직접 담구는 方法을 擇하고 있다.

### 2. 營養素 攝取量

韓國人 營養勸奨量에 依해 算出된 成人 換算値는 Table 1과 같다.

또한 成人 1日 1人當 營養素 攝取量은 Table 2, Table 3, 4 및 5에는 각각 食品群別 營養素 攝取量 및 熱量의 構成比本 調査에서 成人 1日 1人當 攝取熱량이 2,883 Cal로 비교적 높고 脂肪의 攝取를 除外한 다른 營養素는 높은 攝取狀況을 보이고 있다.

즉 蛋白質의 攝取量은 76.3g으로 總熱量의 10.5%를 차지하고 있으며 대부분 穀類에서 56.2%, 생선류 23.2%로 動物性食品이 23.6%를 차지하고 있었다.

總 熱量의 4%만을 차지하고 있는 脂肪은 주로 곡류(36.7%), 생선류(21.2%)이고 率을 表示하였다.

植物性油로 9.7%의 攝取不足을 보였고 이는 아직 脂肪의 攝取量이 一般食事에서만 얻어지고 있음을 意味하고 있다. Ca의 主要 給源은 漁介類(22.8%), 海藻類(25.4%), 穀類(23.8)로 579mg이 攝取되었고 Fe은 穀類(38.5%), 調味料의 順으로 14.7mg의 높은 攝取를 보여주고 있다.

調味料(41.4%)에서 대부분의 攝取量을 보이는 Na

**Table 2. Average nutrients intake per adult per day**

Nutrients Data	Calorie	Protein	Fat	Carbo- hydrate	Ca	Fe	P	Na	Vitamin A	Thia- mine	Ribo- flavin	Nia- cin	Ascor- bic acid
	Cal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	I.U.	mg	mg	mg	mg
Survey data	2,883	76.3 *(18.1)	13.7	613	579	14.7	1,234	9,096	2,330	1.75	0.93	19.8	54.6
R.D.A**	3,000	80.0	—	—	600	10.0	—	—	2,000	1.50	1.80	20.0	70.0
Comparison (%)	96.1	95.4 *(30.7)	—	—	96.5	147	—	—	116.5	116.7	51.67	99.0	78.0

\*: Animal protein

\*\* : F.A.O. Association, Korea: Recommended Daily Dietary Allowance for Koreans. 1967, p. 12.

**Table 3. The content of calorie construction**

Calorie		Protein		Fat		Carbohydrate	
Amount (Cal)	%	Amount (g)	%	Amount (g)	%	Amount (g)	%
2,883	100	76.3	10.6	13.7	4.4	613	85.2

**Table 4. Nutrients intake by food groups per adult person per day**

Nutrients Food groups	Ca- lorie	Pro- tein	Fat	Carbo- hydrate	Ca	Fe	P	Na	Vita- min A	Thia- mine	Ribof- lavin	Nia- cin	Ascor- bic acid
	Cal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	I.U.	mg	mg	mg	mg
1 Cereals	2,422	42.91	5.02	569.7	137	5.65	789	345	0	1.37	0.45	11.14	0.0
2 Pulses	135	3.36	1.03	5.0	34	1.22	44	1,323	24	0.04	0.06	0.15	2.4
3 Vegetables	67	3.45	0.82	10.3	80	1.80	57	2,083	1,338	0.17	0.18	1.87	36.1
4 Fruits	2	0.28	0.02	0.4	1	0.02	1	0	2	—	—	0.01	3.9
5 Seaweeds	27	4.34	0.51	4.1	147	0.91	32	1,285	571	0.01	0.06	0.60	0.8
6 Sweets & sugars	18	0.19	0.09	4.2	0	0.03	2	0	6	0.01	—	0.04	0.0
7 Beverage	2	0.67	0.00	11.6	0	—	0	0	0	—	—	0.00	0.0
8 Seasonings	62	3.00	1.67	7.1	44	3.40	41	3,764	334	0.06	0.05	0.50	10.5
9 Meats	2	0.13	0.13	0.0	0	0.02	1	0	0	—	0.01	0.03	0.0
10 Fish & shells	127	17.78	2.90	0.4	132	1.63	263	290	44	0.09	0.11	5.41	1.0
11 Eggs	1	0.09	0.09	0.0	1	0.02	2	1	7	—	0.01	0.00	0.0
12 Milk & their products	2	0.09	0.09	0.2	3	—	2	2	4	—	—	0.00	0.0
13 Fats & oils	16	0.00	1.33	0.0	0	—	—	3	0	—	—	0.00	0.0
Animal foods	133	18.10	3.22	0.6	135	1.67	268	296	55	0.09	0.12	5.45	1.0
Vegetable foods	2,750	58.20	10.47	612.4	444	13.03	966	8,800	2,275	1.66	0.80	14.30	53.6
Total	2,883	76.3	13.66	613	579	14.7	1,234	9,096	2,330	1.75	0.92	19.75	54.6

(9,096 mg)은 食鹽으로 환산되면 23.135g인데 그中 Table salt 로 사용된 量은 5g 미만으로 算出되었다.

Vitamine類에서는 vitamin A가 2,330 I.U.로 攝取되었으나 그中 野菜類가 57.4%이므로 實際 retinol로 의 攝取量은 더 낮은 것으로 評價할 수 있다.

Vitamin B<sub>1</sub>의 攝取量 (1.75 mg)이 높은 것은 穀類中 雜穀의 使用이 많은 때문인 것으로 보이며 vitamin C의 攝取量이 54.6%로 낮은 이유도 의미있다고 할 수 있다.

### 3. 食品 攝取量

1日 1人當 總 食品 攝取量은 1,090 g 이고 그中 動物 性食品이 106.9 g 으로 9.8% 정도이고 使用된 食品 種類는 總 93가지로 나타났다.

#### 1) 穀類 및 穀類製品

使用된 食品數는 11가지로 1日 1人當 쌀의 攝取量이 283g, 보리쌀 232.9g 으로 1끼당 172g 을 主食으로 攝取함을 보여주고 있다.

粉食으로는 국수, 수제미가 있었으나 감자類的 攝取는 없었다.

#### 2) 魚肉類, 콩 및 콩제품

콩類에서 2.4g, 콩製品에서 32.3g 을 攝取하였고 肉類 0.7g, 卵類 0.8g, 乳類 0.3g 으로 攝取量이 매우 不足하였으나 魚介類의 1日 1人當 攝取量은 105.1g 으로 漁村에서의 特徵을 그대로 나타낸다고 할 수 있다.

即 蛋白質의 給源體로서 使用되는 食品의 種類는 콩類에서 4가지, 肉類에서는 牛肉 1가지, 魚類에서 30가지의 多樣한 種類를 나타내었다.

#### 3) 牛乳 및 채찍은 생선류

우유의 使用은 脫脂粉乳만으로 1日 1人當 0.3g 의 낮은 攝取를 나타내고 있으며 海藻類에서 28.0g, 멸치 3.3g 등으로 指摘되었다.

#### 4) 野菜類 및 果實類

1日 1人當 138.9g 의 攝取를 나타내고 있는 野菜類에서 新鮮한 菜蔬와 김치類가 各 60g 程度였고 그 種類로는 新鮮한 雜류 10가지, 乾菜蔬類 2가지, 김치類가 8가지였다.

果實類에서는 1日 1人當 3.9g 의 攝取를 보이며 딸기와 사과의 2種類만을 보여주고 있다.

#### 5) 油脂類, 調味料 및 其他

마가린과 植物性油(들기름)의 攝取로 1.4g 의 낮은 섭취를 보이고 증실(들깨)의 섭취도 1g 이었다.

설탕 3.5g, 酒類 173.7g 으로 濁酒가 172g 을 차지하고 있다.

調味料의 攝取가 36.8g 으로 간장(17.2g), 고추장(12.8g)이 주요 食品이었다.

### 4. 食單 調査 內容

食習慣의 具體的인 把握을 爲하여 調査期間인 3日 동안 世帶에서 攝取한 主·副食의 飲食을 調理法別로 區分檢討한 結果는 다음과 같다.

主食으로서는 밥類, 국수류, 죽류, 떡류의 4가지로 87%가 밥類에서 取하고 있다. 그러나 밥類(보리밥이 大部分)에서는 1日 3回 食事 分布가 고른 반면에 죽류와 국수류는 저녁에 各各 66%, 72%의 높은 빈도를 보여주고 떡류에서는 83%가 아침에 攝取되어 우리나라 食事樣態를 엿볼 수 있다.

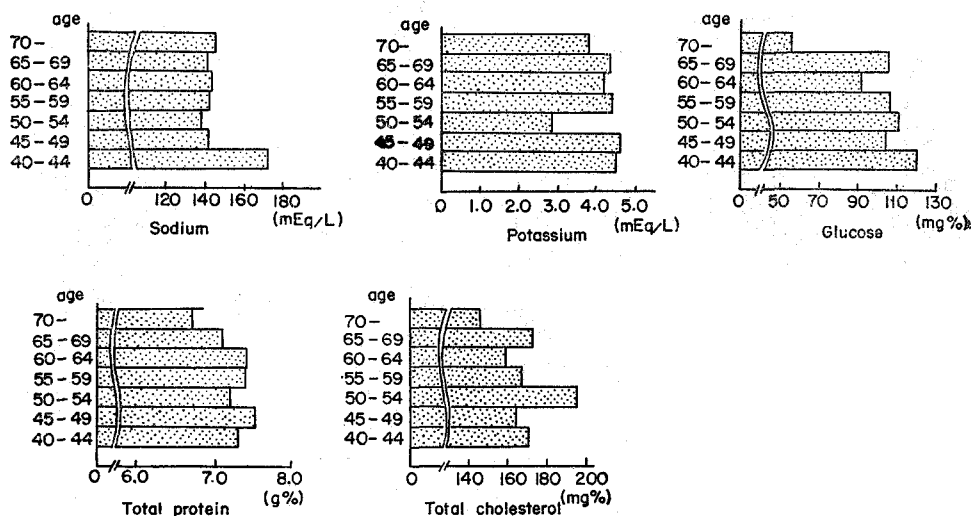


Fig. 1. Distribution of Sodium, Potassium, Glucose, Total protein and Total cholesterol contents in serum by age over 40 years old men.

Table 5. Average chemical composition in serum of the subjects

Components	Unit	Contents	
		Mean±S.E.	Range
Glucose	mg%	105.8±9.36	80 ~ 230
Blood urea nitrogen	mg%	17.2±0.70	10.0 ~ 25.7
Uric acid	mg%	5.65±0.30	3.5 ~ 11.6
Total protein	g%	5.98±0.12	6.7 ~ 8.2
Albumin	g%	4.58±0.45	3.6 ~ 5.7
Globulin	g%	2.87±0.80	2.0 ~ 3.9
A/G ratio	—	1.62±0.61	1.0 ~ 2.9
Bilirubin	mg%	0.54±0.20	0.2 ~ 0.9
Total cholesterol	mg%	177.58±16.8	135 ~ 225
Inorganic phosphate	mg%	3.51±0.51	3.0 ~ 4.9
Alkaline phosphate	mμ/ml	1.40±0.42	0.5 ~ 2.1
Sodium	mEq/L	146.5±5.4	130 ~ 152
Potassium	mFq/L	4.21±0.4	3.5 ~ 6.4
Chloride	mEq/L	100.4±3.5	98 ~ 109
Calcium	mg/dl	10.20±0.1	9.5 ~ 10.9
Lecithine dehydrase (LDH)	mg/dl	184.53±8.9	140 ~ 243
S.G.O.T.	mμ/ml	29.25±4.6	15 ~ 75

副食을 調理法別로 分類할 때 總 14가지로 分類하여 檢討하였다.

總 사용된 飲食의 種類는 93가지로 그中 動物性 食品이 53가지를 보여주었다. 찌개류(9.9%), 삶(8.75%)은 음식, 야채나물(22%), 김치(16.6%)가 많은 사용되고 있으며 기름에 지진 경우가 1%의 낮은 사용을 보여 주고 있다.

기타 간식이나 음료로 사용되는 식품은 酒類 3가지로 가지로 大部分이 濁酒였고 과일류에서는 2가지(딸기와 사과) 기타 14가지로 分類되었다.

위의 食單調査 結果 調理法의 改善으로 食生活 向上을 꾀할 수 있다고 본다.

### 5. 血清內 生化學成分의 分析結果

Table 6에 記載된 바와 같이 血清內 各成分 含量은 正常 範圍에 屬함을 볼 수 있었다.

이러한 血清成分의 含量을 年齡의 分布別로 보더라도 큰 차이를 보이지 않고 있다. (Fig. 1 參照)

위의 結果에서 kidney, heart, liver function을 보면 diabetes mellitus는 46名中 4名, hypoglycemia, renal tubular problem은 各 2名씩, 其他 hypocholesterolemia, hepatitis가 各 1名씩으로 評價되었다.

또한 kidney problem이나 cell destruction에 의한

uric acid의 顯著한 增加를 나타낸 경우도 1名으로 나타났다. 이는 名 生化學成分의 含量이 個人에 따라 큰 차이가 있을 뿐 아니라 爲養狀態와 關聯이 있는 것으로 보여진다.

### 6. 尿中 電解質 및 食鹽攝取量

尿中 Na, K<sup>+</sup>濃度は 平均 175.0 mEq/L, 20.94mEq/L이었고 尿中 pH 및 specific gravity도 正常을 維持하였다. 따라서 1日 尿中 食鹽 排泄量은 平均 19.1 g/day로 이에 依한 食鹽攝取量은 1日 1人當 23.4 g으로 換算되었고 年齡에 따르는 差異는 찾을 수 없었다.

(Table 6, 7 參照)

Table 6. Everage chemical composition in urine

Age	Composition No. cases	Na mEq /L	K mEq /L	Cl mEq /L	pH	S.G.
40~44	3	171.7	23.37	116.0	6.33	1,014
45~49	10	171.3	23.20	160.6	6.28	1,014
50~54	8	160.8	16.40	136.0	6.00	1,009
55~59	10	179.6	17.09	113.0	6.11	1,001
60~64	7	176.3	22.22	160.4	6.14	1,014
65~69	6	180.7	22.08	193.2	6.00	1,013
70~	2	184.5	22.20	101.5	6.00	1,013
Average	46	175.0	20.94	140.1	6.12	1,011

**Table 7.** Salt intake calculated by urinary sodium excretion

Contents	No. cases	Na in urine mEq/day	NaCl in urine g/day	Salt intake g/day
Age				
40~44	3	353.9	18.0	20.7
45~49	10	369.2	18.6	21.4
50~54	8	401.7	20.4	23.5
55~59	10	382.9	19.5	22.4
60~64	7	357.3	18.2	20.9
65~69	6	401.2	21.0	24.1
70~	2	353.9	18.0	20.7
Average	46	374.3	19.1	23.4

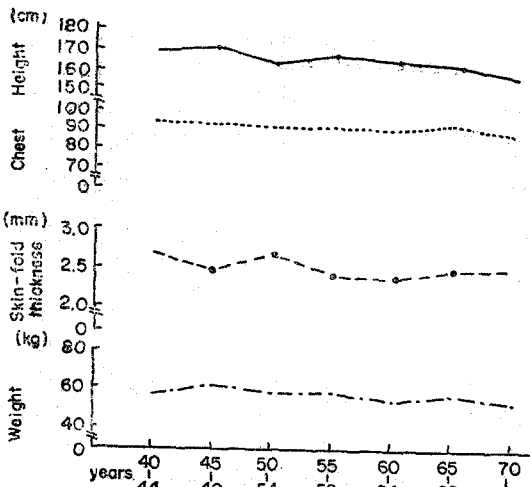
\* Calculation method is originated by dewardne: The kidney, Little brown, 1958.

**7. 身體 및 臨床結果**

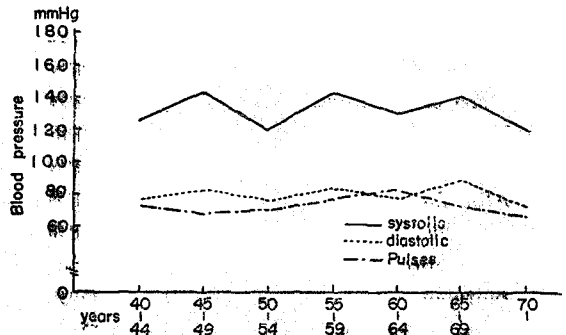
身長, 體重, 胸圍에 對한 40歲 以上의 年齡別 平均 値를 表示한 結果는 Fig. 2와 같고 平均 血壓値는 Fig. 3와 같다.

그 結果 年齡에 따르는 體位의 뚜렷한 變化는 尙하 지 않으나 比較적 40~50歲에 높은 體位를 보여주고 있다.

血壓에 있어서도 8. 年齡의 差異를 찾을 수 없었고 맥박도 變化의 區別은 특이하지 않았다.



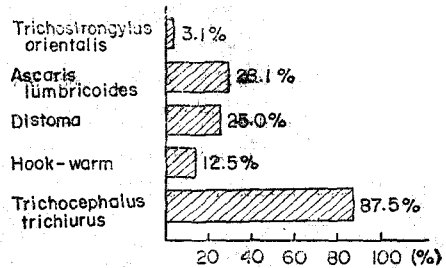
**Fig. 2.** Average height, weight, chest circumference and skin-fold thickness.



**Fig. 3.** Blood pressure over 40 years old men.

**8. 寄生虫 調査結果**

편충(Trichocephalus trichiurus)의 感染率 87.5%로 서 대부분의 對象者가 感染되어 있음을 보여 주었으며 蛔蟲이 28.1%, 십이지장충 (12.5%), 특히 간디스토마의 感染率이 25%에 달하는 것은 漁村으로의 特徵을 나타내는 것으로 認爲된다. (Fig. 4 參照) 大部分의 對象者가 1가지 以上의 寄生虫에 感染되어 있고 平均 2 가지 以上의 寄生虫이 保有되고 있음을 나타낸다.



**Fig. 4.** Infestation rate of parasitological tests.

**IV. 考 察**

以上的 結果를 綜合하여 보면 다음과 같다.

本 調査에서 나타난 營養素 攝取 現況을 李(1667)<sup>8)</sup>, 許(1969)<sup>9)</sup>, 威(1973)<sup>7)</sup>의 調査値와 比較하여 보면 대체로 높은 섭취를 보여주고 있다. 特히 熱量의 構成內容에서 좋은 結果였고 ascorbic acid의 攝取量을 계외하

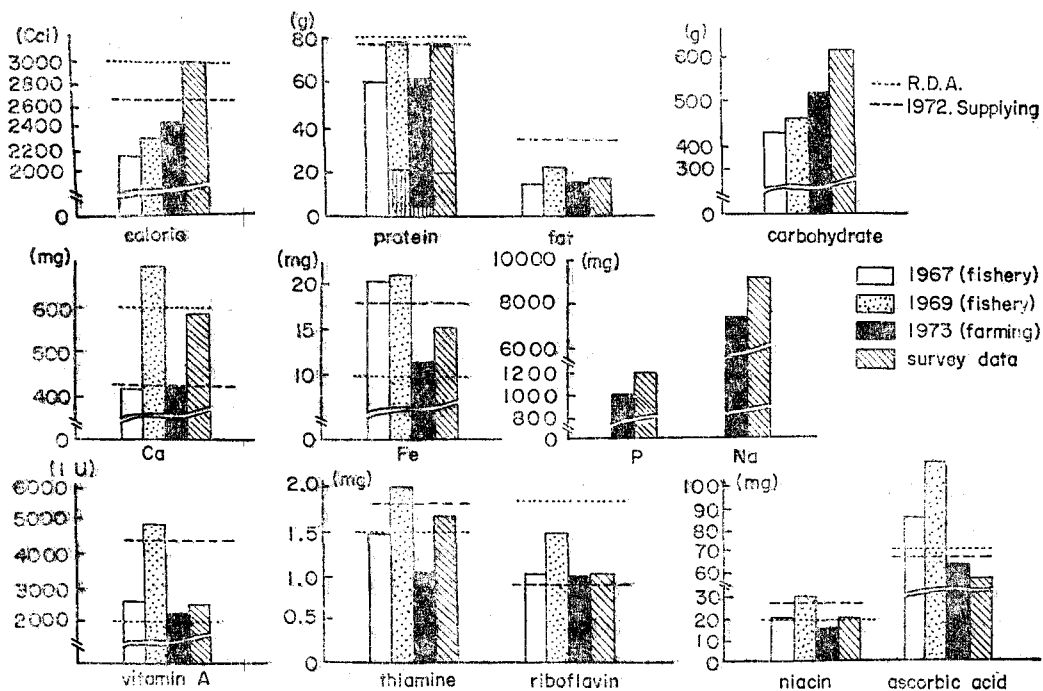


Fig. 5. Comparison of nutrients with other & nutrition survey datas.

고는 비교적 우수하다. (Fig. 5 參照)

위 比較에서 農村地域이라는 同一性이 있어도 調査方法 및 調査時間, 地域의 生活程度에 따라 큰 차이를 나타내므로 엄밀한 의미에서의 比較는 어렵고 단지 長期的인 確立적인 調査가 있기를 기대한다<sup>10,11</sup>.

또한 調査地域에서 使用한 食品과 他調査値와 比較하여 보면 Fig. 8과 같다. 即 穀類, 豆類의 攝取量이 他調査와 큰 比較를 할 수 없으나 절차로 쌀의 攝取가 감소됨을 進定할 수 있었고 地域的인 同一性에서도 季節의 影響을 받는 食品으로 海藻類, 果實類, 魚介類였다. 또한 糖類의 攝取量이 年次別로 다소 증가하는 경향을 나타내었다. 그러나 食品需給表에 나타나 供給量과 比較해 보면 거의 대부분의 食品이 不足現象을 보여 주고 있다.

위의 營養素 및 食品攝取와 食習慣은 그 形態를 그대로 갖추고 있어서 變化를 보여주지 않고 있는데 특히 尙<sup>15,16</sup>의 調査에서 밝힌 바와 같이 生活程度나 환경에 지배받고 있음은 同一하였다.

食品種目別 消費變化中 肉·魚介類, 粉食類, 加工食品類 등의 서구식 食品의 높은 消費增加를 指摘한 바도

있으나<sup>2</sup>, 아직 農村이나 漁村에서 찾을 수 없고 단지 動物性 食品의 增加는 주목할만하다고 思慮된다.

血清檢査를 통하여 40歲 以上の 男子의 營養의 檢定은 찾아보기 어려우나 體內 各成分 含量의 差異가 특히 營養攝取가 낮은 人들중에 비교적 頻度數가 높게 나타났<sup>17,18</sup>.

尿中 電解質 含量, 血糖量, pH, specific gravity 가 正常範圍에 속한 것은 他調査値<sup>19</sup>와 비슷하였는데 여기에서 尿中 食鹽排泄量에서 計算된 食鹽攝取量이 23.4 g인 것은 李<sup>20</sup>의 19.9 g 보다 높게 나타났는데 이러한 食鹽 攝取가 weighing method에 의한 수치(24.1g)와 비슷하게 나타났. 大便이나 땀의 排泄로 인한 差異라고 할 수 있다.

이와 동시에 寄生蟲 感染度가 높은 것은 李<sup>21</sup>의 調査에서 보는 바와 같이 위생적인 問題를 제기한다.

以上을 綜合하여 볼 때 우리나라의 一般的인 漁村에서의 營養狀態는 糖菓 爲生의 食生活에서 벗어나지 못하는 바이는 改善에 대한 知識의 缺乏, 政策미비, 또한 傳統的인 調理法上的 副食의 濃度와 기름의 사용이 거의 없는 點等이 40歲以後의 年齡層에서 많은 營

養障害를 가져옴을 볼 수 있었고 이에 따라 營養的 또는 위생적인 면에서 많은 새計劃設定이 요망된다.

## V. 整 理

우리나라 食生活構成에서 특히 40세 이상의 연령층에서 營養상태의 重要性을 알아보기 위하여 農村地域에 이어 어촌지역으로서 경북 영일군 의창면 칠포동을 선정 1주일동안 42세대를 random sampling 하여 設問法에 의한 食習慣調査와 秤量法에 의한 營養섭취량 調査, 40歲 이상의 男子 87名을 對象으로 신체, 임상검사를 실시하였고 그중 4名에 對하여 血清 및 尿의 生化學檢査와 아울러 寄生蟲 保有에 對해 調査하였던바 그 結果는 다음과 같다.

### 1. 成人 1日 1人當 營養素 攝取量 :

總熱量 2,883 Cal 로 그 構成內容에 있어서 蛋白質 (76.3g)이 10.6%, 脂肪(13.7g)이 4.2%, 糖質(613g)이 85.2%이었다.

無機質로서는 Ca (579 mg), Fe(14.7 mg), P(1,234 mg), Na (9,096 mg)의 攝取를 보였고 vitamin 攝取에서도 vitamin A (2,330 I.U.), thiamine (1.75 mg), riboflavin (0.93 mg), niacin (9.8 mg), vitamin C (54.6 mg)의 攝取는 他地域보다 比較的 良好함을 보여 주었다.

### 2. 食品攝取量 및 食單調査內容 :

1日 1人當 總 食品 攝取量은 1,090 g 이고 그중 動物性食品이 106.9 g 으로 9.8%에 해당하였고 使用된 食品의 가지數는 總 76種類였다.

食單上에서는 主食에서 밥類가 87%로 가장 많은 攝取 頻度를 보이고 副食에서는 찌개類, 김치類의 使用 頻도가 크게 指摘되었다.

3. 臨床醫學 結果 hepatomegaly 는 25.3%, T.B. allergy 는 12.6%, bronchial asthma 가 11.5%로 가장 많은 頻度の 症勢를 보였다. 寄生蟲 保有率이 87.5%로 한사람當 1자기 以上の 寄生蟲 感染되어 있고 간더스토마의 感染率이 25%에 달하고 있다.

4. 40歲 以後 男子의 血清內 total protein, glucose, total cholesterol, bilirubin, alkaline phosphate, blood urea nitrogen, inorganic phosphate, S.G.D.T, L.D.H. 및 各 電解質의 平均 含量은 正常 範圍에 屬하였으나 個個人의 診斷 結果 diabetes mellitus 는 46名中 4名 hypoglycemia, renal problem 은 各 2名씩, hypocholesterolemia, hepatitis는 各 1名씩으로 評價되었다.

5. 尿中 電解質 含量, 尿糖量, pH, 比重도 正常值

에 屬하였다. 尿中 排泄量에 依한 食鹽 攝取量은 1日 1人當 23.4 g 이고 食事中の 食鹽攝取量은 23.1g 으로 짜게 먹는 者好와 食品中 貯藏食品의 食鹽濃度와 比較하여 불매 一致性을 보였다.

## 參 考 文 獻

- 1) Guthe, C.E. and M. Mead: *The problem of changing food habits Natl. Acad. Sci. Natl. Res. Council, Bull. p. 108, 1948.*
- 2) 채범석, 신영무: 우리나라의 食品消費變化에 對한 考察, 韓國食品營養學會誌, 5(4):161-68, 1972.
- 3) 咸貞禮, 金甲英: 營養實態調査의 文獻의 考察. 特別 營養素 攝取量에 對하여 院友論集, 延世大學校 大學院 1:235-50, 1973.
- 4) 金榮澤, 李昌蘭: 韓國小兒의 身體發育의 時代的 推移, 大韓醫學協會誌, 8(4):8-15, 1969.
- 5) Fredrick J. Stare, & Magaret McWilliams: *Living nutrition, (New York: John Wiley & Sons, Inc.) p.221-227, 1973.*
- 6) 農村振興廳: 食品分析表 1970.
- 7) 咸貞禮: 山間地 農村住民의 營養實態調査 — 特別 食鹽攝取量을 中心으로 — 延世大學校 大學院 碩士 論文 p. 17, 1974.
- 8) 李琦烈外: 韓國人 地域別 營養實態調査, 韓國營養學會誌, 4(4):57-67, 1971.
- 9) 許鈴外: 國民營養調査 報告, 韓國營養學會誌, 3 (1):1-63, 1970.
- 10) 李恩淑: 韓國人 營養實態에 關한 文獻의 概觀, 延世大學校 大學院 碩士論文, 1968.
- 11) 咸貞禮, 金甲英: 營養實態調査의 文獻의 考察. 特別 營養素 攝取量에 對하여, 延世大學校 大學院, 원우론집, 제1권 p. 235-254, 1973.
- 12) 朱軫淳: 食生活構造 改善의 試策, 韓國營養學會誌, 6(2):87, 1973.
- 13) 蔡禮錫: 京城을 中心으로한 食品 및 營養攝取狀態 調査 報告, 國立化學研究所 報告, 1:65-131, 1948.
- 14) 農水産部, FAO 韓國協會: 食品需給表, 1971年 p. 21, 1973.
- 15) 玄己順: 지역별 食생활조사를 통한 食用식품종류와 양의 조사 분석, 대한 가정학회지, 10(1):25-34, 1972.
- 16) 玄己順: 低所得 家庭의 食生活 實態調査, 大韓家



政學會誌, 6:7-31, 1968.

- 17) 金濟炫: 健康한 韓國人 青年 血清內化學成分의 濃度에 對한 考察, 韓國醫學協會誌, 3(7):469-75, 1960.
- 18) 崔漢雄等: 正常 韓國人 血清內  $Na$  및  $K$  含有量에 對하여, 韓國醫藥, 2:47-52, 1959.
- 19) 李世衍: 韓國人의 電解質 및 窒素代謝에 關한 研

究, 大韓內科學會雜誌, 8(12):27-41, 1965.

- 20) 李聖煥等: 韓國人의 食鹽 攝取量에 關한 研究 (尿中 排泄量) 大韓內科學會雜誌, 11:31-36, 1968.
- 21) 李琦烈, 金命鎬, 李性寬, 金榮祐: 韓國人 地域別 營養實態調查 (II) — 국민학교 아동의 도시락 조사. 韓國營養學會誌, 5(1):27-31, 1972.