

맞벌이가정과 일반가정의 식생활현황에 관한 비교 연구

김 미 리

서울대학교 가정대학 식품영양학과
(1984년 1월 30일 접수)

A Study on the Status of the Employed and Housewives' Meal Management in Daejeon City

Mee-Ree Kim

*Dept. of Food and Nutrition, College of Home Economics
Seoul National University
(Received January 30, 1984)*

Abstract

In order to obtain an information for the improvement of wives' meal management especially in dual-income families, the survey was carried out through questionnaires to 159 married women teachers(employed wives: EW) and 157 housewives(HW) in Daejeon city, from the Sep. 20 to 30, 1983.

Most of the two groups' wives did not plan menu(74.7 %), and considered taste firstly when meal preparation and food buying. In EW, time was more considered than the other points for meal preparation and cookbook was more used than other sources of cooking methods, while in HW, cost, and, the mass media ($p < 0.01$).

Among 6 convenience foods, sausage, ham were used more frequently in EW and instant noodles and fried fish cake, in EW. Both the two groups' dietary pattern of three meals was similar, but much more of the EW(86.1 %) purchased foods for between meals rather than prepared at home in comparison with the HW.

Almost all the HW prepared three meals themselves but the EW did not so. In the EW, husband and mother-in-law often assisted with meal-related activities, but in the HE, daughters ($p < 0.01$).

Hw spent more time on meal-related activities than do EW (Hw: 4.1 hrs/day, Ew: 3.2 hrs/day). The preparation time for supper was longest among three meals.

As the problems of meal management, both the two groups' wives pointed 'too much time' (43.1 %), 'lack of nutrition knowledge' (42.8 %), but EW' husbands, 'no variety of cooking method' (42.8 %), while HW' husbands, 'lack of nutrition knowledge' (34.3 %).

서 론

습, 농업생산 양식 및 정책 등 여러 요인에 의하여 오랜 세월을 두고 형성되어 온 것이다.

한 국가의 식생활은 그 나라의 풍토, 기후, 사회관 최근 우리나라의 경우, 경제발전으로 소득증가, 여

가생활의 증대, 인구의 도시집중, 핵가족화, 여성의 사회진출증대 등 생활양식이 바뀌었다. 이에 따라 식생활도 변모하여 인스턴트식품에 대한 선호가 증대되는 등 근대화의 양상을 나타내고 있다. 더구나 취업 주부의 경우, 직장생활을 하면서 가정에서 보낼 수 있는 제한된 시간과 노력으로 가정의 식생활을 담당하여 가족의 영양과 건강을 맡아야 하는 가중된 역할을 수행하므로, 일반 가정에서와는 다른 식생활 양상과 문제점을 지니고 있으리라 생각된다.

그러나 현재까지 식생활에 관한 연구로는 가정주부를 대상으로 한 연구^{1,2,3)}만 되어 있을 뿐, 여성취업자 중 1/3이상을 차지하는 취업주부들을 대상으로 한 연구는 되어있지 않다.

따라서 본 연구에서는 취업주부를 대상으로, 맞벌이 가정의 식생활 현황을 파악하여 점점 증가되는 맞벌이 가정의 식생활 향상을 위한 기초 자료를 얻고자 한다.

연구대상 및 방법

1. 연구대상 및 시기

맞벌이 가정의 식생활 실태를 파악하기 위해 대전 시내에 거주하는 기혼 여교사를 선정하였으며, 비교 집단으로 일반가정주부를 택하였다.

여성의 취업분야는 다양하나 본 연구는 일차적으로 고등교육을 받은 여성이 결혼 후에도 계속 취업할 수 있는 직업분야의 대표적인 것이 교직이라고 생각되며, 대학출신의 취업구조와 취업의식에 관한 조사⁴⁾에서도 택하고 싶은 직업서열에 교사가 1위로 나타났다으므로 교사를 대상으로 하였다. 그러나 대상 집단을 한정하고 이를 맞벌이 가정에 일반화 시키기 어렵다는 제한점을 본 연구가 지니고 있음을 밝힌다.

대전시내에 있는 국민학교 9개교, 여자중학교 6개교, 여자고등학교 6개교의 기혼여교사 210명과, 학생의 어머니 210명을, 각 학교마다 주부의 연령, 교육수준, 경제수준이 비슷한 분포가 되도록 임의로 추출하여 1983년 9월 23일부터 9월 30일까지 8일간에 걸쳐 설문지를 배부하고 토요일과 공휴일을 제외한 평일(화·수·목·금) 중 하루를 택하여 기입하도록 한 후 3~4일 후에 회수하였다. 회수된 자료중 응답이 불완전한 것과 성의없게 응답한 것을 제외한 316부(기혼여교사: 159부, 가정주부: 157부)를 본 연구의 분석자료로 사용하였다.

2. 연구내용

식생활 전반에 관한 내용을 묻는 30개의 문항으로 구성된 설문지를 토대로 한 연구내용은 다음과 같다.

- 1) 조사대상자의 일반적 특징
- 2) 식생활 현황
 - (1) 식단계획
 - (2) 인스턴트식품(Convenience food) 이용현황
 - (3) 식사형태(Dietary pattern)
 - (4) 식사준비자 및 취사시간
 - (5) 현재의 식생활이 지닌 문제점

3. 자료분석

조사대상자의 일반적 특징과 식생활 현황은 빈도수, 백분율, 평균을 구하였고, 맞벌이가정과 일반가정의 식생활 현황의 차이는 t-test 및 χ^2 -test를 하여 유의성을 검정하였다. 모든 계산은 표준연구소의 SPSS를 사용하여 전산처리 하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반적 특징

맞벌이가정과 일반가정의 일반적 특징은 Table 1과 같다.

① 주부의 연령 : 조사대상자의 연령은 30대가 가장 많아, 맞벌이 및 일반주부는 각각 55.3%, 49.7%이었으며, 40대는 25.8%, 31.2%이었고, 50대는 2.5%, 6.4%이었다.

② 주부의 교육수준 : 맞벌이 및 일반주부의 교육수준은 초대졸이상인 전자는 86.2%, 후자는 64.3%이었다.

③ 남편의 직업 : 출퇴근시간이 일정한 봉급생활자에 속하는 공무원, 교육자, 회사원의 비율이 맞벌이가정은 88.7%로 일반가정의 15.3%보다 매우 높았으며, 시간적 구애를 비교적 적게 받는 상업, 사업 등 자유업에 속하는 비율은 일반가정(84.7%)이 맞벌이가정(11.3%)에 비해 월등히 높았다.

④ 가족 형태 : 두집단 모두 핵가족이 대부분이었으나(맞벌이가정: 69.2%, 일반가정: 75.2%), 맞벌이가정이 일반가정보다 대가족형태가 더 많았다. 또 시모와 같이 사는 경우도 더 많아, 맞벌이주부들이 가정내 역할수행에 있어 믿을 만한 조력자 내지는 대행자를 확보하고 있음을 알 수 있었다.

⑤ 경제수준 : 평균 월수입이 70만원이상인 경우가

Table 1. General characteristics of the subjects

	Employed wives	House wives	Total
	N(%)	N(%)	N(%)
Age			
20s (years)	26(16.4)	20(12.7)	46(14.6)
30s	88(55.3)	78(49.7)	166(52.5)
40s	41(25.8)	49(31.2)	90(28.5)
50s	4 (2.5)	10 (6.4)	14 (4.4)
Education			
Middle school	0 (0.0)	19(12.1)	10 (6.0)
High school	22(13.8)	38(23.6)	59(18.7)
Junior college	34(21.4)	28(17.8)	62(19.6)
College	103(64.8)	73(46.5)	176(55.7)
Husband's occupation			
Official	24(15.1)	3 (1.9)	27 (8.5)
Teacher	77(48.4)	11 (7.0)	88(27.9)
Officeman	40(25.2)	10 (6.4)	50(15.8)
Trader	7 (4.4)	40(25.5)	47(14.9)
Business man	10 (6.2)	57(36.3)	67(21.2)
Others	1 (0.6)	36(22.9)	37(11.7)
Family system			
Small	110(69.2)	118(75.2)	228(72.2)
Large	49(30.8)	39(24.8)	88(27.8)
Monthly income (10thousand won)			
~29	4 (2.5)	9 (5.7)	13 (4.1)
30~49	11 (6.9)	26(16.6)	37(11.7)
50~69	59(37.1)	54(34.4)	113(35.8)
70~	85(53.4)	68(43.3)	153(48.4)
Kitchen system			
Old fashioned	5 (3.1)	20(12.7)	25 (7.9)
Semi-modernized	18(11.3)	27(17.2)	45(14.2)
Modernized	136(85.5)	110(70.1)	246(77.9)
Fuels for cooking			
Briquette	29(18.2)	38(24.2)	67(21.2)
Petroleum	22(13.8)	32(20.4)	54(17.1)
L. P. G	106(66.7)	79(50.3)	185(58.5)
Electric	2 (1.3)	8 (5.1)	10 (3.2)
Total	159(50.3)	157(49.7)	316(100.0)

맞벌이가정은 53.4 %, 일반가정은 43.3 %이었으며, 30만원이하는 두 집단 모두 적었다.

⑥ 가족수 : 평균 가족수는 맞벌이가정, 4.7명, 일반가정, 5.4명 이었다.

⑦ 주방구조 : 맞벌이 및 일반 가정의 주방구조가 입식인 경우는 각각 85.5 %, 70.1 %이었으며, 재래식 구조는 전자, 3.1 %, 후자, 12.7 %로 대부분이 맞벌이가정에서는 개량된 부엌을 갖추고 있었다.

⑧ 취사연료 : 맞벌이 가정에서는 취사연료로 석유나 연탄 보다 가스를 사용하는 경우가 더 많았다(맞벌이가정 : 66.7 %, 일반가정 : 50.3 %). 이같은 현상은 가스가 연탄에 비해 사용하기 편리하고 시간적 제약이 없으며 취사시간을 단축시키는 등의 편리함 때문에 취업주부가 많이 사용하며, 이와 더불어 경제적 요인도 영향이 있으리라 생각된다.

⑨ 조리기구의 보유현황 : 맞벌이 및 일반가정에서 보유하고 있는 평균 종류수는 각각 6.9 및 6.5종류이었다. 두 집단 모두 냉장고, 전기밥솥, 전기밥통은 거의 대부분이 보유하고 있었으나(90 %이상), 전기오븐, 토우스터의 보유율은 낮았다(50 %이하).

한편 가스레인지(맞벌이가정 : 77.4 %, 일반가정 : 69.1 %)와 압력솥(맞벌이 가정 : 70.7 %, 일반가정 : 61.0 %)은 맞벌이가정에서, 전기밥솥(맞벌이가정 : 93.1 %, 일반가정 : 97.2 %)은 일반가정에서 각각 더 많이 보유하고 있었다.

2. 식생활 현황

(1) 식단체획

가족의 영양과 기호를 충족시킬 수 있으며, 식생활 계획에 있어서 가장 구체적이고 필수적인 식단체획⁴⁾에 대한 조사결과는 Table 2와 같다.

① 식단체획 : 식단을 작성하지 않는 주부는 조사대상자의 74.7 %나 되었으며, 두 집단간의 유의적인 차이는 없었다. 안²⁾의 조사결과에서도, 본 조사결과에서와 같이 교육수준이 높은 주부들이 식단체획을 하지않는 정도가 높았다. 따라서 주부의 교육수준 및 직업유무에 관계없이 대부분 주부들의 계획성 없는 식단체획으로 인하여 영양섭취의 불균형과 식품의 비과학적 구입에 따른 낭비가 우려된다.

② 식사준비시 고려사항 : 식사준비시 고려사항은 주부의 직업유무와 유의적인 차이를 나타내었는데 ($p < 0.01$), 맞벌이주부는 기호(43.4 %), 영양(31.4 %), 시간(14.5 %), 경제(10.7 %)의 순이었으며, 일반주부는 기호(41.4 %), 영양(29.3 %), 경제(24.8 %) 시간(4.5 %)의 순으로 기호를 우선적으로 고려하는 정도는 두 집단간에 차이가 없었으나($Z = 0.344$), 맞벌이가정에서는 시간($Z = 3.459$, $p < 0.01$), 일반가정에서는 경제를($Z = 3.189$, $p < 0.01$), 고려하는 정도가 각각 상대적으로 더 높았다.

한편 유¹⁾와 문 등⁷⁾의 결과에서와 같이 본 조사결과에서도 식사준비시 가족의 기호(맛)를 우선적으로 고려하고 있어, 식생활관리의 가장 중요한 목적인 중

Table 2. Meal planning

		Employed wives		Housewives		Total	
		N	%	N	%	N	%
Menu planning							
	Planning	121	76.1	113	71.0	236	74.7
	Not planning	38	31.4	42	26.8	80	25.3
N.S							
Consideration points for meal preparation							
	Taste	69	43.4	65	41.4	134	42.4
	Cost	17	10.7	39	24.8	56	17.7
	Nutrition	50	31.4	46	29.3	96	30.4
	Time	23	14.5	7	4.5	30	9.5
		df=3 $\chi^2=17.67$				p<0.01	
Sources for cooking method							
	No particular source	58	36.5	55	35.0	113	35.8
	Neighbors	42	26.4	38	24.2	80	25.3
	Cook book	41	25.8	22	14.0	63	19.9
	Mass media	18	11.3	42	26.8	60	19.0
		df=3 $\chi^2=16.09$				p<0.01	
Consideration point for food purchasing							
	Preference	77	48.4	72	45.9	149	47.2
	Cost	22	13.0	34	21.7	56	17.7
	Nutrition	49	30.8	43	27.4	92	29.1
	Time	10	6.3	4	2.5	14	4.4
	Food combination	1	0.6	4	2.5	5	1.6
N.S							

은 영양의 공급⁸⁾이라는 점과는 차이가 있었다.

③ 조리법에 관한 지식을 얻는 방법 : 조리법에 관한 지식을 얻는 방법은 주부의 직업유무에 따라 유의적인 차이가 있었으며($p<0.01$), 맛벌이주부는 이웃이나 요리책($Z=1.989$, $p<0.05$)을, 일반주부는 이웃이나 매스콤($Z=3.381$, $p<0.01$)을 이용하는 경우가 각각 더 많았다. 두 집단 모두 '특별한 근원이 없다'가 전자는 36.5%, 후자는 35.0%이었다. 이 같은 현상은 맛벌이주부는 시간적 여유가 부족하므로 동료들 간에 대화를 하거나 틈틈이 서적을 이용하는 것으로 사료된다.

④ 식품구입시 고려사항 : 식품구입시 고려사항은 두 집단 간의 유의적인 차이없이 기호(47.2%), 영양(29.1%), 경제(17.7%)의 순으로, 식품의 영양가 보다는 가족들이 좋아하는 식품을 우선적으로 구입하고 있어, 영양가가 풍부한 식품일지라도 선택을 기피하는 경향이 있지 않을까 우려된다.

매스콤과 식품공업의 발달로 여러가지 상품광고의 홍수 속에서 주부들이 식품을 구입할때의 기준이 기

호나 맛에 치우쳐서는 안될 것이며, 가족의 기호를 올바른 방향으로 이끌어 나가는 식생활관리 태도를 가져야 할 것이다.

(2) 인스턴트 식품(Convenience food)의 이용 현황

바쁜 도시생활과 식품공업의 발달로 여러가지 인스턴트 식품들이 많이 개발보급되었다.

식품섭취조사는 많으나⁹⁻¹²⁾ 가공식품의 섭취조사는 거의 없으므로, 본 연구에서는 맛벌이가정과 일반 가정에서, 인스턴트식품의 이용빈도를 5단계(매일 이용, 자주이용, 보통정도 이용, 가끔 이용, 거의 이용하지 않음)로 나누어 조사하여 Fig. 1에 나타내었다.

이들 인스턴트식품의 이용빈도는 전체적으로 보았을때, '매일이용'하는 경우는 매우 적었으며(0~8.6%), 대부분 '가끔이용'하거나(15.7~50.3%), '보통정도이용'(1.3~34.2%)하고 있었다. 이용도가 높은 인스턴트식품은 맛벌이가정의 경우, 소세지·햄

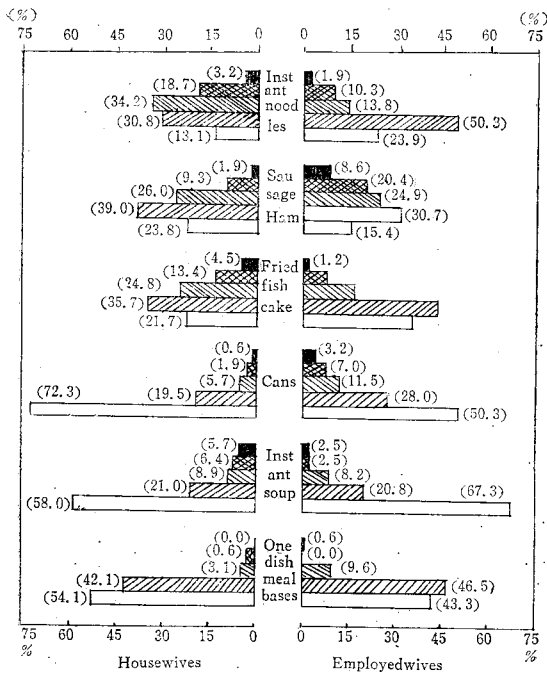


Fig. 1. Use frequency of several convenience foods by employed and housewives.

■ Everyday ▨ Often ▩ Usually ▪ Once in a while □ Never

(84.6%), 라면(76.3%), 어묵(70.4%), 일품요리용품(56.0%)의 순이었고, 일반가정의 경우, 라면(86.9%), 어묵(78.4%), 소세지·햄(76.2%), 일품요리용품(45.8%)의 순이었다. 또 거의 이용하지 않는 식품은 두 집단 모두 통조림류, 인스턴트스프이었다.

한편 인스턴트식품들의 이용빈도를 종류별로 살펴 보면,

① 라면 : 인스턴트식품중 이용도가 가장 높았으며, 대체로 맛별이가정보다 일반가정에서 더 많이 이용하고 있었다($p < 0.01$). 일반가정의 경우, '보통정도 이용'(34.2%), '가끔 이용'(30.8%)이 대부분이었으나, 맛별이가정에서는 '가끔 이용'(50.3%)이 가장 많았고, 그다음이 '거의 이용하지 않음'(23.9%)이었다.

② 소세지·햄 : 소세지·햄은 맛별이가정에서 가장 이용도가 높은 식품이었으며(84.6%), '매일 이용'하는 정도(8.6%)는 인스턴트식품중 가장 높았고 '자주 이용'하는 정도(맛별이가정 : 20.4%, 일반가정 : 9.3%)도 일반가정에 비해 훨씬 높아($p < 0.01$) 동물성 단백질의 급원으로 바람직하다고 할 수 있다.

③ 어묵 : 어묵은 맛별이가정에서보다는 일반가정에서 이용도가 더 높았으며 '보통정도 이용'하는 경우는 일반가정(24.8%)이 맛별이가정(7.0%)보다 더 높았다($p < 0.05$). 일반가정에서 어묵의 이용도가 높은 것은 소세지·햄에 비하여 가격이 싸기 때문인 것으로 생각되며, 어묵 역시 동물성 단백질의 급원이므로 바람직하다.

④ 통조림류 : 통조림류는 '거의 이용하지 않음'경우가 일반가정, 72.3%, 맛별이가정, 50.3%로, 맛별이가정에서의 이용도가 약간 높았으며($p < 0.05$), 특히 '가끔 이용'의 정도가 높았다(맛별이가정 : 28.0%, 일반가정 : 19.5%). 통조림류는 어떤 가공식품보다 역사가 길지만 아직까지 우리의 식생활에서 자주 이용되지 않는 것은 가격이 비싸기 때문인 것으로 사료된다.

⑤ 인스턴트스프 : 두 집단간의 이용도 차이는 없었으며, '거의 이용하지 않음'이 대부분이었다. 스프는 식사를 빵식으로 할때 필요하다고 할 수 있으나 밥을 주식으로 하는 우리의 식생활에서 스프의 이용도가 낮은 것은 山上等¹³⁾의 보고와 일치한다.

⑥ 일품요리용품 : 두 집단 모두 '가끔 이용'의 정도가 높았으나(맛별이가정 : 46.5%, 일반가정 : 42.1%), '매일 이용'과 '자주 이용'의 정도는 매우 낮았다. 짜장 카레등 일품요리용품은 식생활의 변화를 주거나 간편하게 이용할 수 있는 식품이라고 생각되나, 전체적으로 이용도가 낮은 이유로는 가격이 비싸거나 기호에 맞지 않기 때문이 아닌가 생각된다.

(3) 식사형태(Dietary pattern)

맛별이 및 일반가정의 아침, 점심, 저녁 식사형태 및 간식과 외식을 조사한 결과는 다음과 같다.

① 아침식사형태 : 아침식사를 빵으로 하는 가정은 두집단간의 유의적인 차이없이 3.2%에 불과하였으며, 안²⁾의 결과와 거의 유사하였다. 바쁜 생활을 하는 맛별이가정인 경우에도 아침을 빵으로 하는 정도가 낮은 것은 식사준비자가 주부가 아닌 다른 사람일 경우가 일반가정에 비해 비교적 많기 때문이기도 하지만(Table 3), 기호와 가격이 주된 이유였으므로, 우리 교유의 식생활에서 새로운 조리법을 개발하고 이를 토대로 식품업계에서는 저렴한 가격으로 보급하는 등의 간소화 방법을 모색해야 할 것이다.

② 점심식사형태 : 남편의 경우는 두 집단 모두 도시락(20.2%)보다는 외식(69.3%)이 더 많았으나 맛별이주부는 외식(15.1%)보다 도시락(78.0%)이

일반주부는 '새로 만들기'(6.4%)보다는 '아침에 남은 음식'(87.9%)으로 하는 경우가 각각 훨씬 더 많았다($P<0.01$). 또 그의 가족들중 집에 남아있는 가족들은 '아침에 남은 음식으로', 등교·출근하는 가족들은 도시락이나 외식이 대부분으로 점심식사를 새로준비하는 경우는 매우 적었다(4.7%).

③ 저녁식사형태: 두 집단 모두 유의적인 차이없이 3회의 식사중 저녁식사의 식품비가 가장 높아(저녁: 68.1%, 아침: 25.9%, 점심: 1.6%), 식사의 질과 양적인 면에서 가장 양호하다고 할 수 있을 것이다. 유¹⁾의 결과에서 식품의 구입횟수는 2일에 한번이 가장 많았으며, 식품저장기구인 냉장고의 보유율이 91.3%(본 조사 결과에서는 96% 이상)이었다는 점에 비추어, 저녁식사의 비용이 높은 것은 주부들이 대부분 저녁에 장보기를 하기 때문만은 아니라고 생각되며, 오히려 하루의 피로를 풀고 다음날의 활동을 준비해야 하는 생활양식에 기인된 것으로 생각된다.

④ 간식: 간식을 집에서 만드는 경우는 일반가정(15.3%)이 맞벌이가정(11.9%)에 비해 많았으며, 구입하는 경우는 맞벌이가정(81.8%)이 일반가정(65.0%)에 비해 높았다($P<0.01$). 식품공업의 발달로 다양한 종류의 과자류, 빵류 등의 간식용 식품이 시판되므로 대부분의 주부들이 직접 간식을 만드는 경우는 드물게 되었다. 간식에 대한 관심은 크나¹⁴⁾, 간식을 만드는 일은 기피하고 있는 실정이므로 가정에서 직접 만들든지 또는 구입시라도 세심한 주의를 기울여 선택한다면 자녀의 균형된 영양과 건강을 도모할 수 있을 것이다.

⑤ 외식: 남편의 저녁외식과 가족전체의 외식횟수를 조사하였는데, 남편의 경우, '거의 안한다'는 일반가정(41.4%)이 맞벌이가정(35.2%)에 비해 높았으며, '주 1회'의 경우는 맞벌이가정(39.0%)이 일반가정(21.7%)보다 더 높았으나, '주 3회 이상'의 경우는 일반가정(20.3%)이 맞벌이가정(11.3%)보다 더 높았다($P<0.01$). 이것은 남편의 직업이 자유업에 속하는 경우가 일반가정이 훨씬 더 많기 때문으로(Table 1) 생각된다.

가족전체가 하는 경우는 두 집단 간의 유의적인 차이없이 '거의 하지 않는다'가 대부분이었다(75.6%).

(4) 식사준비자 및 취사시간

가사노동 중 주부의 관심도가 가장 큰 것이 가족의 영양 및 음식만들기 라고 보고한 안²⁾의 결과에 비추

어 식사준비를 중심으로 가정내에서 이루어지는 가사노동과 조리시간을 중심으로 조사한 결과는 Table 3과 같다.

① 식사준비자: 주부의 직업유무와 식사준비자간에 유의적인 차이가 있었으며($P<0.01$), 일반 가정에서는 3회의 식사준비를 대부분 주부가 하고 있어(아침: 94.9%, 점심: 89.8%, 저녁: 87.9%), 안²⁾의 결과와 유사하였다. 맞벌이가정에서는 주부가 직장에 나가있는 점심을 제외하고는 아침(74.2%)과 저녁(62.3%)은 주로 주부가 하고 있었지만, 일반가정에 비해 파출부나 시모가 식사를 준비하는 정도가 유의적으로 높았는데($P<0.01$), 특히 시모가 하는 경우는 주부가 없는 점심(25.8%)에는 물론 저녁(14.5%)에도 많았다.

② 조력자: 식사준비를 도와주는 사람은 맞벌이가정에서는 남편(23.9%), 시모(22.6%), 기타(19.5%)의 순이었으며, 일반가정에서는 자녀(49.7%)가 가장 많았고 남편(38.8%)과 시모(4.5%)가 도와주는 경우는 거의 없었다($P<0.01$). 아직도 전통적 가치관이 굳게 잔존해 있는 상황에서 맞벌이가정에서의 남편의 조력도가 높은 것은 유의할 만하며, 이같은 결과는 주부가 시간적여유가 없기 때문이기도하지만 주방의 구조가 대부분 입식이므로 남편이 자연스럽게 주방을 드나들 수 있고 또 각종 조리기구와 가스사용등의 편리한 설비때문이 아닌가 생각된다. 또 식사준비시 시모의 조력도가 높아 맞벌이 주부의 과중한 역할수행상의 어려움¹⁵⁾과 핵가족화로 인한 노인의 고독감, 소외감등의 사회적 문제점^{16,17)}이 대두되고 있는 시점에 비추어 볼 때 바람직하다.

③ 취사시간: 맞벌이가정 및 일반가정에서의 취사시간은 Table 4에서와 같다. 맞벌이가정은 3.2시간, 일반가정은 4.1시간 이었으며($P<0.01$), 맞벌이가정인 경우 윤¹⁸⁾이 2.6시간, 일반가정인 경우 안¹⁹⁾은 4.1시간, 임²⁰⁾은 4.7시간이라고 하였으며, 이는 외국²¹⁾의 경우(맞벌이가정: 2.4시간, 일반가정: 2.8시간)에 비해 상당히 길었다.

한편 3회의 식사준비 시간은 저녁, 2.1, 아침, 1.1 점심, 0.4시간이었다, 하루의 일과를 마치고 집에서 여유있게 식사를 할 수 있는 저녁식사를 위해 준비시간이 많이 걸리는 것으로 생각되며, 이는 아침식사를 중요하게 생각하여 준비시간이 많이 걸리던 전통적인 우리의 식생활 양식에서 벗어나 서양의 식생활 양식에 가까워졌다고 할 수 있다.

또 3회의 식사가 동일한 준비시간이 걸리는 경우

Table 3. Persons who make and help meal preparation

		Employed wives		Housewives		Total	
		N	%	N	%	N	%
Persons who prepare meals							
Breakfast	Herself	118	74.2	149	94.9	272	84.5
	Mother-in-law	13	8.2	0	0.0	13	4.1
	Housemaid	22	13.8	8	5.1	25	9.4
	Daughter	2	1.3	0	0.0	2	0.7
	Others	4	2.5	0	0.0	4	1.3
			df=4 $\chi^2=29.83$		p<0.01		
Lunch	Herself	0	0.0	141	89.8	141	44.6
	Mother-in-law	41	25.8	0	0.0	41	13.0
	Housemaid	46	28.9	7	4.5	53	16.8
	Daughter	1	0.6	2	1.3	3	0.9
	Others	71	44.7	7	4.5	78	24.7
			df=4 $\chi^2=192.89$		p<0.01		
Supper	Herself	99	62.3	138	87.9	237	75.0
	Mother-in-law	23	14.5	0	0.0	23	7.3
	Housemaid	32	20.1	14	8.9	46	14.5
	Daughter	1	0.6	4	2.5	5	1.6
	Others	4	2.5	1	0.6	5	1.6
			df=4 $\chi^2=52.41$		p<0.01		
Persons who help meal preparation							
	None	40	25.2	57	36.3	97	30.7
	Mother-in-law	36	22.6	7	4.5	43	13.6
	Husband	38	23.9	6	3.8	44	13.9
	Daughter	14	8.8	78	49.7	92	29.1
	Others	31	19.5	9	5.7	40	12.7
		df=4 $\chi^2=91.43$		p<0.01			

Table 4. Meal preparation time by the two groups (hrs)

	Employed wives	House wives	Mean
Breakfast	1.0	1.4	1.1
Lunch	0.3	0.5	0.4
Supper	1.9	2.2	2.1
Total	3.2**	4.1**	3.7
		** t=4.9253	p<0.01

는 매우 적었다(5.7%)는 점과, 앞의 결과(점심식사 형태)로 미루어, 대다수의 주부들이 한꺼번에 음식을 마련하고 있었는데, 이같은 현상은 냉장고 등 식품보관 및 저장기구의 보급으로 인한 것이며, 또 시간을 절약하여 나머지 시간은 직장에서 일반주부는 여가선용에 이용할 수 있는 이로인한 면도 있지만 조리한 음식의 영양가 손실, 맛의 저하등이 일어나므로 바람직하지 못하다.

한편 취사시간과 관련된 몇몇 변인과의 상관은 Table 5와 같다.

맞벌이가정의 경우, 가족수가 적을수록(P<0.01), 주부의 나이가 많을수록(P<0.05), 주방구조가 편리할수록(P<0.01), 남편의 저녁 외식 횟수가 잦을수록(P<0.05), 인스턴트식품의 이용도가 높을수록(P<0.05), 취사시간이 단축되었으며, 주부의 교육수준, 평균 월수입, 조리기구 수와는 유의적인 상관이 없는 것으로 나타났다. 또 일반가정의 경우, 가족수가 적을수록(P<0.01), 주부의 교육수준이 높을수록(P<0.05), 주방구조가 편리할수록(P<0.01), 남편의 저녁외식횟수가 잦을수록(P<0.05), 취사시간이 단축되었으며, 인스턴트 식품이용도, 조리기구수 평균 월수입과는 관련이 없는 것으로 나타났다. 이같은 결과로 보아 주부의 개인적인 능력(나이, 교육수준등)의에 취사시간을 단축시킬 수 있는 요인으로 두집단 모두 편리한 주방구조, 조리기구의 보유수보

Table 5. Correlation coefficient of the time spent in meal management and several variances by the two groups

	Monthly income	Wife's age	Wife's education level	Nos of family members	Kitchen system	Nos of kitchen appliances	Husband's eating-out frequency	Use frequency of convenience foods
Employed wives	-0.1576	-0.1981*	-0.0957	0.2838**	-0.2740**	-0.1142	-0.2071*	-0.1740*
Housewives	-0.1388	-0.1675	-0.1756*	0.2445**	-0.2713**	-0.0333	-0.1829*	-0.0916

* p<0.05, **p<0.01

Table 6. Problems about present meal management pointed by wives and husbands

		Employed wives		Housewives		Total	
		N	%	N	%	N	%
Wives	Too much time	78	49.1	58	36.9	136	43.1
	Not scientific	7	4.4	11	7.0	18	5.7
	Not hygiene	5	3.1	6	3.8	11	3.5
	Lack of nutrition knowledge	33	20.8	42	26.8	75	23.7
	No variety of cooking method	33	20.8	35	22.3	68	21.5
	Expensive	3	1.9	5	3.2	8	2.5
NS							
Husbands	Too much time	38	23.8	23	14.6	61	19.3
	Not scientific	7	4.4	19	12.1	26	8.2
	Not hygiene	2	1.3	7	4.5	9	2.9
	Lack of nutrition knowledge	40	25.2	54	34.4	94	29.9
	No variety of cooking method	68	42.8	49	31.2	117	37.0
	Expensive	4	2.5	5	3.2	9	2.8
				df=5 $\chi^2=20.31$		p<0.01	

다는 활용도, 인스턴트 식품의 이용 등이라고 할 수 있을 것이다.

(5) 현재의 식생활이 지닌 문제점

현재의 식생활에서 식생활담당자인 주부와 가족구성원중 남편이 느끼는 문제점은 Table 6와 같다.

① 주부가 느끼는 점 : 식생활의 문제점으로 두집단 모두 유의적인 차이 없이 '시간이 많이 걸린다'(43.1%)를 가장 많이 지적하였으며 그다음으로 '영양적인 면의 지식이 부족하다'(23.7%), '비슷한 조리법의 음식 이 많다'(21.5%)의 순이었다.

한국의 전통음식은 준비시간이 너무 길기 때문에 영양교육 및 지도를 통하여 식생활 개선책을 마련하도록 하여야 하며, 조리시간을 단축시키면서 균형된 영양을 섭취할 수 있는 조리법을 연구하여 보급시키는 것이 시급한 영양개선책이 될 것이다.

② 남편이 느끼는 점 : 맞벌이가정의 경우 '비슷한 조리법의 음식이 많다'(42.8%), '영양적인면의 지식이 부족하다'(25.2%), '시간이 많이 걸린다'(23.

8%)의 순이었으며, 일반 가정의 경우는 '영양적인 면의 지식이 부족하다'(34.4%), '비슷한 조리법의 음식이 많다'(31.2%), '시간이 많이 걸린다'(14.6%)의 순으로 두집단 모두 식단의 단일성과 영양면의 지식부족이 대다수를 차지하였다(P<0.01). 맞벌이 주부는 요리를 다양하게 할 만한 시간적 여유가 없다고 생각되나, 일반주부의 경우에도 조리의 다양성이 결여되었으며, 또 주부들의 무계획하고(Table 2에서 식단을 작성하지 않는 경우 : 74.7%), 무성의한 면이 었보이므로, 영양교육 및 지도를 통하여 식생활 개선을 도모하는 것이 시급한 문제로 대두된다.

일반적으로 반찬의 가지수가 많은 것이 다양하다는 의미가 아니므로 반찬의 가지수 보다는 계획된 식단을 통하여 같은 재료의 식품이라도 조리법을 다양하게 하고 다른재료와 배합하여 조리하는 등 조리법에 변화를 주어야 할 것이다.

그 다음으로 많이 지적된, 영양지식부족은 남편이 지적한 점이기도 하지만 주부들 자신도 느낀점이었

다. 안²⁾의 조사결과에서도 대부분의 주부(83 %)들이 영양제목을 희망하고 있었으며, 주부들의 영양지식중 특히 부족한 면(이유기의 영양, 인체에 필요한 영양소, 식품과 영양소에 관한 지식)과 본 조사결과를 고려하여 주부들에게 대중의 반응도가 높은 TV, 신문, 잡지 등 매스콤을 통해 영양교육을 한다면 식생활의 과학화를 이룰 수 있을 것으로 생각된다. 또 주부들의 영양지식은, 합리적인 식생활관리로 가족에게 올바른 식습관을 형성시키며 가족의 건강향상 및 나아가서는 국민의 체위향상에 중요한 역할을 할 것이다.

결 론

대전시내 맞벌이가정과 일반가정의 식생활현황을 알아보기 위해 초중고등학교의 기혼여교사 159명과 일반가정주부 157명을 대상으로 1983년 9월 23일부터 30일까지 8일간에 걸쳐 설문지 조사를 통해 얻은 결과는 다음과 같다.

1. 주방의 구조, 취사연료 및 조리기구

맞벌이가정이 일반가정에 비해 주방이 입식인 경우(맞벌이가정: 85.5 %, 일반가정: 70.1 %)와 취사연료로 가스를 사용하는 경우(맞벌이가정: 66.7 %, 일반가정: 50.3 %)가 각각 더 많았다. 보유하고 있는 조리기구의 종류수(맞벌이가정: 6.9종류, 일반가정: 6.5종류)는 비슷하였으나, 가스레인지와 압력솥은 맞벌이가정에서, 전기밥솥은 일반가정에서 각각 더 많이 보유하고 있었다.

2. 식단체획

① 식단체획여부: 두집단간의 유의적인 차이없이 대부분의 주부들이 식단을 작성하지 않고 있었다(74.7 %).

② 식사준비시 고려사항: 두집단 모두 기호를 우선적으로 고려하였으며(맞벌이가정: 43.4 %, 일반가정: 41.4 %), 그다음으로 맞벌이 주부는 시간(14.5 %)을 ($P < 0.01$), 일반주부는 경제(24.8 %)를 ($P < 0.01$), 각각 상대적으로 더 고려하였다.

③ 조리법에 관한 지식을 얻는 방법: 요리책을 이용하는 정도는 맞벌이 주부(25.8 %)가 ($P < 0.05$), 매스콤을 이용하는 경우는 일반주부(26.8 %)가 ($P < 0.01$), 각각 상대적으로 더 높았다.

④ 식품구입시 고려사항: 두 집단 모두 가족의 기호를 우선적으로 고려하였다(47.2 %).

3. 인스턴트식품 이용현황

이용도가 높은 식품으로는, 맞벌이가정에서는 소세지햄(84.6 %), 라면(76.3 %), 어묵(70.4 %), 일품요리용품(56.7 %)의 순이었으며, 일반 가정에서는 라면(86.9 %), 어묵(78.4 %), 소세지·햄(76.2 %)의 순이었다. 이용도가 낮은 식품은 통조림류, 인스턴트스프, 일품요리용품이었다.

4. 식사형태(Dietary pattern)

① 아침식사형태: 두집단 모두 거의 대부분이 밥(96.8 %)으로 하고 있었다.

② 점심식사형태: 남편은 두집단 모두 주로 외식(69.3 %)이 많았으며, 집에 남아있는 가족은 아침에 남은 음식으로, 등교나 출근하는 가족은 도시락이나 외식이 대부분으로, 점심식사를 새로 준비하는 경우는 두집단 모두 매우 적었다(4.7 %).

③ 저녁식사형태: 두집단 모두 저녁식사에 많은 비용을 들었다.

④ 간식: 간식을 집에서 만드는 경우는 일반가정(15.3 %)이, 구입하는 경우는 맞벌이가정(81.8 %)이 각각 상대적으로 더 높았다.

⑤ 외식: 남편의 저녁외식회수는 맞벌이가정의 경우는 주1회(39.0 %), 일반가정의 경우는 거의 안한다(41.4 %)가 가장 많았다($P < 0.05$). 가족전체로는 '거의하지 않는다'가 대부분이었다(75.6 %).

5. 식사준비자 및 취사시간

① 식사준비자: 일반가정에서는 3회의 식사를 거의 대부분 주부가 하고 있었으며(87.9~94.9 %), 벌이가정에서는 일반가정에 비해 점심 및 저녁식사 준비를 파출부(점심: 28.9 %, 저녁: 20.1 %)나 시모(점심: 25.8 %, 저녁: 14.5 %)가 하는 정도가 각각 더 높았다($P < 0.01$).

② 조력자: 맞벌이가정에서는 남편(23.9 %)과 조모(22.6 %)가, 일반가정에서는 자녀(49.7 %)가 도와주고 있었다($P < 0.01$).

③ 취사시간: 하루 총 취사시간은 맞벌이가정의 경우, 3.2시간, 일반가정의 경우, 4.1시간이었으며, 3회의 식사중 저녁식사준비시간이 가장 많이 걸렸다. 취사시간과 유의적인 상관을 나타낸 변인 중 취사시간을 단축시킬 수 있는 요인은 주방구조, 조리기구의 활용도, 인스턴트식품 이용도 등이라고 할 수 있었다.

6. 현재의 식생활이 지닌 문제점

① 주부가 느끼는점: 두집단 모두 '시간이 많이 걸

린다'(43.1%), '영양적인 면의 지식부족'(23.7%), '비슷한 조리법의 음식이 많다'(21.5%)의 순이었다.

㉔ 남편이 느끼는 점 : '맛벌이가정의 경우는 '비슷한 조리법의 음식이 많다'(42.8%), 일반가정의 경우는 '영양면의 지식이 부족하다'(34.4%)의 순이었다.

문 헌

1. 유영상 : 대한가정학회지, **18**(1), 53(1980)
2. 안숙자 : 대한가정학회지, **15**(3), 19(1977)
3. 임영희 : 대한가정학회지, **7**, 92(1969)
4. 이효재, 김주숙 : 한국여성의 지위, (이화여대 출판부) 178(1976)
5. 이동원, 이효재 : 이대한국문화연구원 논총 18집, 114(1971)
6. 현기순 : 식생활관리, (교문사) 22(1983)
7. 문수재, 이기열, 김형수, 손경희, 이양자, 박동경 : 대한가정학회지, **17**(3), 23(1979)
8. Kinder, F., and Green, N.R. : *Meal Management*, Macmillan company, 314(1978)
9. 현기순 : 대한가정학회지, **10**(1), 25(1972)
10. 이기열 : 한국영양학회지, **6**, 57(1973)
11. 박명윤 : 한국영양학회지, **9**(1), 43(1976)
12. 주수영 : 공중보건잡지, **10**(1), 6(1973)
13. 山上雅子, 豊川裕之, 木村信子, 丸井英二, 金子俊, 吉田節子 : *榮養と食糧*, **35**(1), 27(1982)
14. 김기남, 모수미 : 한국영양학회지, **9**(1), 34(1976)
15. 유영주 : 서울대학교 가정대학 논문집, **2**, 1(1977)
16. 김태현 : 대한가정학회지, **18**(2), 41(1980)
17. 양춘 : 한국사회개발연구(1), 아세아문제연구소, (서울고대출판부) (1979)
18. 윤부자 : 대한가정학회지, **13**(2), 59(1975)
19. 안영희 : 경상대학교논문집, **16**, 19(1977)
20. 임정림 : 대한가정학회지, **19**(2), 73(1981)
21. Hall, F.R., and Marguerite, P.S. : *J. Home Economics*, **55**, 413(1963)